नवकार

जाप - ध्यान - साधना

पंन्यास डॉ. श्री अरुणविजय महाराज

SHRI MAHAVER RESEARCH FOUNDATION
VERALAYAM JAIN TIRTH - PUNE

पुस्तक का नाम :- नवकार जाप ध्यान साधना भा. २
विषय निर्देश :- नवकार जाप प्रयोगों का खजाना
लेखक परिचय :- प.पू.तपागच्छाधिपती
प.पू.आ. भ. प्रेमसुरीश्वरजी म.सा. के ज्येष्ठ बंधु
गुरूभ्राता प.पू.आ.भ.सुबोधसुरीश्वरजी म.सा.
के विद्वान शिष्य रत्न पू.
पंन्यास प्रवर डॉ. श्री अरूणविजय महाराज
प्रूफ संशोधक तथा चित्रीकरण :- मुनि श्री हेमन्तविजय म.
आर्थिक सहयोग:-श्री मुठलीया रेसिडेन्सी जैन संघ -मुंबई ।
प्रकाशक :-SHRI MAHAVER RESEARCH FOUNDATION
टाईप सेटिंग तथा चित्रीकरण :-वीरालयम् ग्राफिक्स - पुना
वीरालयम् जैन तीर्थ - कात्रज - पुना
ई.सं.2020 वीर सं.२५४६ वि.सं.२०७६

-: प्राप्ति स्थान :-
श्री वीरालयम् जैन तीर्थ N.H 48, कात्रज बायपास,
जांभूलवाडी, आंबेगांव (खूर्द) पुणे - 411 046
Mo.866 872 5009

ज्ञानखाते की निधि में से पुस्तक प्रकाशित की गई है ।
कींमत :– Rs.150/-

अनुक्रमणिका

प्रयोग नं. १ यन्त्रमय - मंत्रजाप
प्रयोग नं. २ कमलाकार में विपरीत क्रम से जाप
प्रयोग नं. ३ कमलाकार में उल्टे - सीधे, सीधे - उल्टे क्रम से जाप
प्रयोग नं. ४ उल्टे - सीधे, नवकार उल्टी - सीधी संख्या से जाप
प्रयोग नं. ५ कमलाकार में विपरीत क्रम का जाप
प्रयोग नं. ६ सीधे - उल्टे क्रम से यंत्रमय जाप
प्रयोग नं. ७ सीधे क्रम के कमलों में उल्टे नवकार का जाप
प्रयोग नं. ८ उल्टे क्रम के कमलों में उल्टे नवकार का जाप
प्रयोग नं. ९ उल्टे सीधे एवं-सीधे नवकार, उल्टी सीधी संख्या से जाप
प्रयोग नं. १० उल्टे - सीधे, सीधे - सीधे, उल्टे - उल्टे नवकार का जाप
प्रयोग नं. ११ सीधे-उल्टे, उल्टे सीधे, क्रम के कमलों में जाप
प्रयोग नं. १२ घडी आकारे नवकार जाप
प्रयोग नं. १३ घडी आकार के कमलों में विपरीत क्रम से जाप
प्रयोग नं. १४ घडी आकार के कमलों में जाप
प्रयोग नं. १५ घडी आकार के उल्टे कमलों में सीधे नवकार का जाप
प्रयोग नं. १६ घडी आकार के कमलों में उल्टे क्रम से नवकार जाप.
प्रयोग नं. १७ आधे सीधे, आधे उल्टे क्रम से नवकार जाप
प्रयोग नं. १८ घडी आकार के कमलों में उल्टे सीधे नवकार जाप
प्रयोग नं. १९ पंदरीया यंत्र तथा नवपद में १०८ नवकार साधना
प्रयोग नं. २० नवपद चित्राकृति में १०८ नवकार जाप
प्रयोग नं. २१ नवपद चित्राकृति में १०८ नवकार जाप
प्रयोग नं. २२ नवकारमय प्रतिमाकृति में १०८ नवकार जाप
प्रयोग नं. २३ नवकरादेहाक्षरमय प्रतिमाकृति में १०८ नवकार जाप
प्रयोग नं. २४ स्वस्तिकाकृति में १०८ नवकार जाप
प्रयोग नं. २५ स्वस्तिकाकृति में परिभ्रमण करते हुए जाप
प्रयोग नं. २६ स्वस्तिकाकृति में उल्टे क्रम से नवकार जाप
प्रयोग नं. २७ नवतत्त्वाकृति में नवकार जाप

प्रकाशक संस्थागत :-

श्री वीरालयम् जैन तीर्थ - कात्रज घाट - पुना ट्रस्ट के अंतर्गत ज्ञान सेवा साधना के लक्ष्यवाली संस्था, जो अपने उद्देश्य को साधने की दिशामें प्रतिवर्ष साहित्य प्रकाशित करती है । श्री महावीर जैन साहित्य सुमन की श्रेणिमें - हमने भूतकाल में भी कई पुस्तकें - ग्रन्थ प्रकाशित करके समाज को समर्पित किये है ।

आज इसी श्रृंखला में नवकार जाप ध्यान साधना के इस दूसरे भाग का प्रकाशन करते हुए अपने आप को सौभाग्यशाली धन्य समझती है कि — हमें ऐसे गरिमामय साधना - आराधना के ग्रन्थ का प्रकाशन करने का सौभाग्य प्राप्त हो रहा है । इसे सुंदर रंगीन तथा उपयोगी बनाकर साधको - आराधको के कर कमलों में समर्पित कर रहे है । लाखों आराधक इसमें लिखें नवकार जाप करने के विविध प्रयोगों से साधना - आराधना करके संवर निर्जरा साधेंगे । उनके भी हम उपयोगी निमित्त बनेंगे ।

पू.पंन्यासजी डॉ.श्री अरूणविजयजी म.सा. ने गहन चिंतन मनन करके नवकार की साधना करने हेतु माला का आलंबन न लेते हुए कैसे जाप करना ? इसकी अनेक पद्धतियां विकसाई और उन्हें लिखकर दिया । मुनि हेमन्तविजयजी म. ने चित्रीकरण करके उसे और अच्छा सजाया । तथा मुठलीया रेसिडेन्सी जैन संघ - कालाचौकी - मुंबइ के ट्रस्टी गण ने ज्ञानखाते में से उदार आर्थिक सहयोग प्रदान करके इसे प्रकाशित करवाया । तथा श्री हथुंडी राता महावीरस्वामी जैन तीर्थ - बीजापुर - राज.के ट्रस्टी ने भी सहयोग प्रदान किया है ।

इन सब के हम ऋणी - आभारी है । आगे भी निकट भविष्य में ऐसे और ग्रन्थ भी प्रकाशित करनेवाले हैं । समस्त साधक गण इस पुस्तक के सदुपयोग से साधना करके सिद्धी प्राप्त करें ऐसी शुभ भावना के साथ.........।

श्री महावीर रिसर्च फाउन्डेशन - ट्रस्टी गण

समर्पण

उपकारीयों के उपकार का स्मरण --
समग्र विश्वमें अजोड एवं अद्वितीय महान
उपकारी ऐसे जिनेश्वर परमात्मा के शासन में...
जैन धर्म में उच्च जैन कुल में...
जिन्होंने जन्म दिया... उच्च संस्कारों का सिंचन
किया ऐसे जन्मदाता जननी - जनक
१२ व्रतधारी तपस्वीनी
सुश्राविका श्रीमति शान्तिदेवी गुलाबचंदजी जैन
तथा
भवोदधि तारक... भागवती प्रवृज्या देकर
आत्मा को मोक्षमार्ग के सोपनों पर आरूढ
करनेवाले प.पू.गच्छाधिपति आचार्य देव
प.पू.श्रीमद्विजय प्रेमसूरीश्वरजी म.सा.
के वडील बंधु एवं गुरूबंधु
प.पू.आ.श्री सुबोधसूरीश्वरजी म.सा.
के चरणों में सादर समर्पण....।
पं.अरूणविजय...

परम पावन श्री पालीताणा तीर्थे पारणाभवन के प्रांगण में (वि.सं.२०७२) आयोजित तपागच्छीय श्रमण सम्मेलन में जैन ध्यान साधना को उजागर करने के विषय में ठराव पास किया गया । (प्रस्ताव क्रमांक ४२) वि.सं.२०७३ श्री अमदावाद के तपागच्छीय श्रमण संम्मेलन में ध्यान प्रक्रिया का साहित्य तैयार/निर्माण करने हेतु विद्वान तज्ज्ञो की समिति नियुक्त की थी।

- आचार्य श्री यशोविजय सूरिजी (पू.बापजी म.का समुदाय)
- आचार्य श्री धर्मधुरंधर सूरिजी (पू.वल्लभ सूरि म. का समुदाय)
- आचार्य श्री यशोविजय सूरिजी (पू. प्रेम-भुवनभानु सुरिजी म. का समुदाय)
- मुनिराज श्री पुनितप्रभविजयजी (पू.केसर सूरिजीम. का समुदाय)
- पू.पं. श्री अरूणविजयजी (पू. भक्ति सूरिजी म. समुदाय)

मैंने नवकार जाप ध्यान साधना भा-२, की प्रस्तुत पुस्तिका में नवकार महामंत्र की साधना करने के कई नये तरीके के प्रयोग लिखें हैं । जो साधना के क्षेत्र में एकाग्रता बढाने में उपयोगी सिद्ध होंगे । संस्था ने पुस्तक मुद्रण कराई । — अरूणविजय

प्रस्तावना

नवकार की सर्व पाप नाशकता

नवकार को महामंत्र कहा गया है । इसमें महा शब्द महान अर्थ में है । महान मंत्र होने के नाते महामंत्र कहा है । लेकिन इसका कारण क्या है ? आपको नवकार के लिए प्रयुक्त कई विशेषणों में सबसे सुयोग्य अच्छा कौन सा विशेषण ज्यादा उचित लगता है ? १) शाश्वत मंत्र, २) अनामी मंत्र, ३) विशाल मंत्र, ४) व्यापक मंत्र, ५) सर्व मनोकामना पूरक मंत्र, ६) सर्व इच्छित फल दायक मंत्र, ७) सर्व दुःखनाशक मंत्र, ८) सर्व सुख दायक मंत्र आदि कई विशेषण नवकार के लिए प्रयुक्त है । इसके उत्तर में शायद सभी अपने अपने नय (दृष्टी कोन) से जवाब देंगे । इसी तरीके में मेरे नय (दृष्टी कोन) से नवकार को सर्व पापनाशक मंत्र कहना ही सबसे ज्यादा सार्थक सिद्ध होता है, ऐसा लगता है । क्योंकि नवकार के ही सातवे पद में सव्व पावप्पणासणो शब्द प्रयोग किया है ।

संसार के लाखों मंत्रों में सर्व सुखदायक, सर्व दुःख निवारकादि कई विशेषण लगाकर विशेषता सिद्ध की गई है । लेकिन पापनाश की बात अन्य कोई मंत्र करता ही नहीं है । एक मात्र नवकार महामंत्र ही पापनाश के लक्ष्य की बात करता है । उसमें भी सव्व शब्द जोडकर और ज्यादा बडी बात कर दी है कि... मात्र थोडे थोडे पापों का ही नाश नहीं, अपितु - सब पाप कर्मों का नाश नवकार की जाप ध्यान साधना से होता है । ऐसा स्पष्टिकरण किया है । अब बात ध्यान में लीजिए... कि जब सब पापकर्मों का ही नाश हो जाएगा तो फिर दुःख, संकट, विघ्न आएंगे ही कहां से? कारण से कार्य होता है । बिना कारण के कार्य नहीं होता है । दुःख का कारण पाप कर्म है। जब पाप कर्म का ही नाश हो जाएगा, पाप कर्म बचेंगे ही नहीं तो फिर दुःख -विघ्न-संकट-आपत्ति आदि आएंगे ही कहां से ?

अनादि से अनन्त काल तक अनन्तानन्त जीवात्माओं ने अपने पाप कर्मों का नाश-सर्वथा सर्व पाप कर्मों का नाश किया है। ऐसे ही अरिहन्त सिद्ध आचार्य उपाध्याय साधु - साध्वीजी ने भी भूतकाल में अपने कर्मो का नाश किया है । ऐसे अनन्त आत्मा सर्वथा सर्व पाप कर्मों से मुक्त हो चूके हैं इसलिए नवकार सभी पाप नाशक मंत्र है ऐसा सिद्ध होता है । ऐसे सर्व पाप नाशक महामंत्र को प्राप्त करके हमें क्या करना चाहिए ? क्या हमें ऐसे महान उद्देश्य को छोडकर सुख - दुःख का उद्देश्य रखना चाहिए ? नहीं, ऐसी गल्ती भूल से भी हमें नहीं करनी चाहिए ।

क्या पापकर्मों का नाश पहले करना चाहिए या फिर नए पाप कर्म बांधने पहले बंद करना चाहिए ? यदि हम पापनाश करने का प्रयत्न करते रहें और नए पापकर्म बांधने बंद नहीं करेंगे तो रोज नए बंधते ही जाएंगे । फिर उनका भी नाश - क्षय करते जाएं तो फिर यह क्रम कभी रूकेगा ही नहीं, फिर आत्मा मुक्त कब होगी ? इसलिए पहले नये पाप कर्म बांधना रोकना ही चाहिए, इसे संवर कहते हैं । तथा पापकर्मों के नाश की प्रक्रिया को निर्जरा कहते हैं ।

याद रखिए... संवर और निर्जरा दोनों के लिए मन-वचन और काया इन तीनों योगों की आवश्यकता तथा उपयोगिता अनिवार्य है । लाखों साधक नवकार महामंत्र की साधना जापादि द्वारा करते ही है । लेकिन अधिकांश लोगों की शिकायत है कि मन स्थिर नहीं रहता है । विचार नहीं रूकते हैं । क्या करें ? जाप करके भी फायदा नहीं होता है । वर्षो से माला गिनते गिनते 80,90,100 साल की उम्र बीत जाती है लेकिन माला गिनते हुए इधर उधर के फालतु विचार आते ही रहते हैं । नहीं रूकते हैं । इसलिए संतोष नहीं होता है ।

संवर की गुणवत्ता भी अच्छी बढे और निर्जरा का प्रमाण भी काफी ज्यादा बढे इसी लक्ष्य को साधने के लिए मैंने खास विशेष चिन्तन मनन करके अंक संख्या आश्रित आधारित जाप पद्धति विकसित की है । योगानुयोग इस पद्धति को सबको सीखाने का प्रस्ताव कई महानुभावोंने किया । इसके परिणाम स्वरूप VERALAYAM JAIN MEDITATION CLASSES की योजना On line चालु हुई, और इसके लिए JAIN MEDITATION GROUP बना । साधकों की इच्छा को पूरी करने के हेतु से करीब 27 प्रयोग सचित्र प्रकाशित करने की योजना साकार होने जा रही है । पू.संसारी मातुश्री तपस्वीनि श्राविका शान्ताबेन के शुभ आशिर्वाद से और उनको सीखाते कराते उनकी सान्निध्यता में मात्र एक मास की अल्प कालावधि में ही सब प्रयोग मैं लिख पाया । मुनि हेमन्तवियज म. ने चित्रीकरण से एवं प्रूफ संशोधन आदि का कार्य करके सहयोग किया है । तथा श्री मुठलीया रेसिडेन्सी जैन संघ ने ज्ञान खाते में से आर्थिक सहयोग प्रदान किया है ।

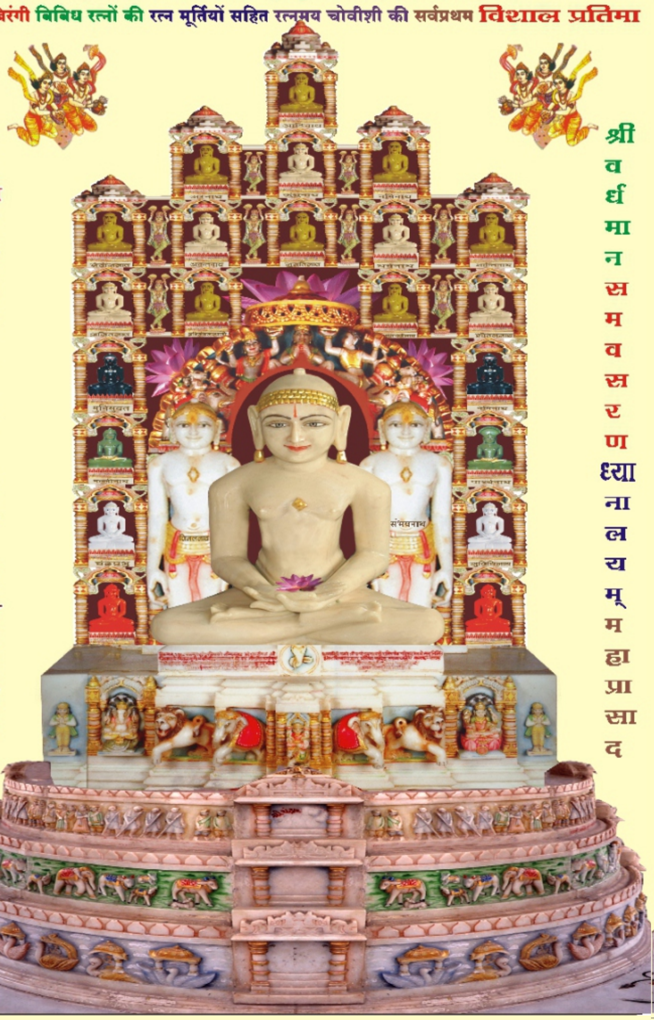
और हथूण्डी राता महावीर स्वामी तीर्थ ने विज्ञापन देकर सहयोग किया है ।

इस तरह सबके साथ सहयोग से जैन साहित्य जगत में और साधना के क्षेत्र में एक नई भांति की यह साधना के लिए उपयोगी पुस्तक समस्त साधको की साधना में उपयोगी सहयोगी सिद्ध होगी इसी आशा एवं विश्वास के साथ विरमता हूं ।

—अरूणविजय म.

श्री वर्धमानस्वामी की ९ फीट बडी मूर्ति युक्त ३० फीट ऊंचे १४ फीट चौडे विशाल परिकर में रंग बिरंगी बिबिध रत्नों की रत्न मूर्तियों सहित रत्नमय चोवीशी की सर्वप्रथम **विशाल प्रतिमा**

विश्वस्तरीय-वीरालयम् जैन तीर्थ-पुना में - निर्माणाधीन



श्री वर्धमान समवसरण ध्यानालयम् महाप्रासाद

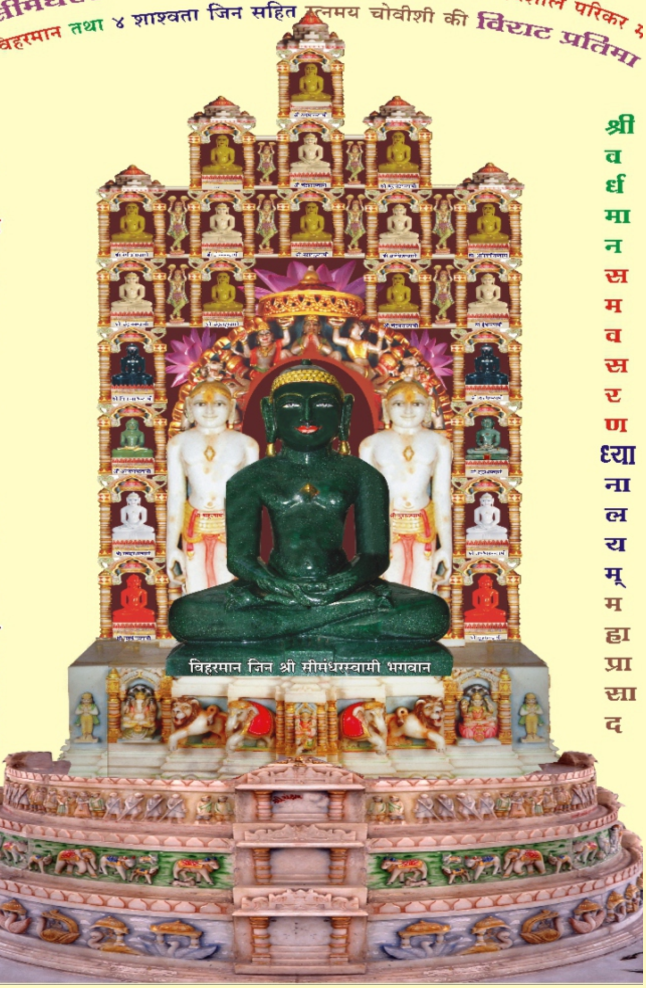
श्री आदीश्वर दादा की पांच विविध रंगी रत्न प्रतिमाजी युक्त ३० फीट x १४ फीट के विशाल परिकर में च्यवनादि पंच कल्याणकी एवं अयोध्या, अष्टापद तथा शत्रुंजयादि पंच तीर्थ सहित **विशाल प्रतिमा**

विश्वस्तरीय-वीरालयम् जैन तीर्थ-पुना में - निर्माणाधीन

श्री वर्धमान समवसरण ध्यानालयम् महाप्रासाद

श्री सीमंधरस्वामी सहित १४ फीट चौडे X ३० फीट ऊंचे विशाल परिकर में २० विहरमान तथा ४ शाश्वता जिन सहित रत्नमय चोवीशी की **विराट प्रतिमा**

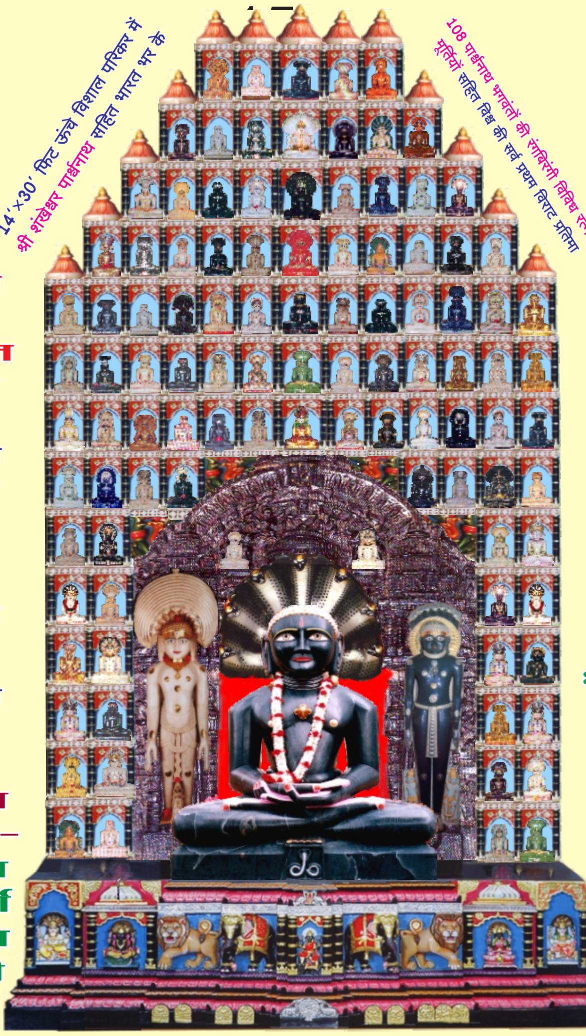
विश्वस्तरीय-वीरालयम् जैन तीर्थ-पुना में - निर्माणाधीन



श्री वर्धमान समवसरण ध्यानालयम् महाप्रासाद

14'×30' फिट ऊंचे विशाल परिकर में श्री शंखेश्वर पार्श्वनाथ सहित भारत भर के 108 पार्श्वनाथ भगवंतों की रंगबिरंगी विविध रत्नमय मूर्तियों सहित विश्व की सर्व प्रथम विराट प्रतिमा

विश्वस्तरीय वीरालयम् जैन तीर्थ पुना में – निर्माणाधीन



श्री वर्धमान समवसरण ध्यानालयम् महाप्रासाद

हथूंडी तीर्थ मंडन मुलनायक श्री राता महावीरस्वामी भगवान

पो. बिजापुर,वाया - बाली स्टे., फालना, जिला पाली (राज.) ३०

श्री विशस्थानक यंत्रमय महाप्रासाद - वीरालयम् जैन तीर्थ के

मूलनायक श्री संभवनाथ भगवान

२० शिखर – २० देरीयों (मंदिरों) तथा समवसरण सहित समग्र विश्व का यह सर्व प्रथम कक्षा का **वीशस्थानक यंत्रमय महा प्रासाद** वीरालयम् जैन तीर्थ की तलेटी में निर्माण हुआ है। विशाल ३ रंग मंडप युक्त त्रिमंजिले इस महाप्रासाद में अद्भूत अनोखी रचना है।

प्रत्येक स्वतंत्र देरीयों (मंदिरों)में वीशस्थानक के २० पदानुसारी रंग बिरंगी रत्न मय प्रतिमाजी प्रतिष्ठित की गई है। स्फटिक रत्न, क्वार्टस रत्न, मरकत रत्नादि में कई प्रतिमाओं सहित अनोखी रचना की गई है। मध्यवर्ती समवसरण के डोम–गोल गुम्बज के केन्द्र में कमलाकार में वीशस्थानक के पदानुसार सुंदर रत्न प्रतिमाजी प्रतिष्ठित है। समवसरण के उपर मूलनायक श्री संभवनाथ भगवानादि चौमुखजी भगवान प्रतिष्ठित है। **आईए, विश्व के सर्व प्रथम वीशस्थानक महाप्रासाद की यात्रार्थ पधारिए।**

SHRI MAHAVER RESEARCH FOUNDATION

श्री वीरालयम् जैन तीर्थ की एक अन्य संस्था – सेवा–शिक्षा और साधना के त्रिवेणी संगम तीर्थ स्वरूप इस संस्था के अंतर्गत निकट भविष्य में –**श्री वर्धमान जैन गुरुकुलम्** RESIDENTIAL JAIN INTERNETIONAL SCHOOL निर्माण करने का आयोजन है। जिसमें हजारों विद्यार्थी का भविष्य बनेगा। **श्री संघ वैयावच्चधाम** – पू. साधु–साध्वीजी, श्रावक–श्राविका रूप चतुर्विध श्री संघ बडी उम्र में वैयावच्च के पवित्र उद्देश्य से निर्माण करने की योजना बनाई है। SHRI VERALAYAM JAIN HOLISTIC WELLNESS CENTRE आरोग्यालयम् बनाकर स्वास्थ्य स्वस्थ निरोगी बनाने की योजना बनाई है। **साहित्य प्रकाशन** – जैन धर्म के अध्ययन–अध्यापन हेतु प्रतिवर्ष उत्तम कक्षा के साहित्य का प्रकाशन करने की योजना चल रही है। अभ्यास योग्य कई पुस्तकें प्रकाशित की जाती है।

वीरालयम् यह वीर महावीर प्रभु के नाम से विशाल तीर्थ क्षेत्र के रूपमें उभर रहा है। आरोग्यालयम्, गुरूकुलम्, साधु–साध्वीजी म.सा. तथा श्रावक – श्राविका, कई युवक मंडल तु महिला मंडल पधारते रहते हैं। उनकी मीटींग तथा सांस्कृतिक कार्यक्रम हेतु दो हॉल उपलब्ध है।

साथ ही स्वतंत्र कमरे वाले अतिथि गृह का भी निर्माण हुआ है। आवास – निवास तथा भोजनादि की उत्तम सुविधा उपलब्ध है।

श्री महावीर जैन साधर्मिक कल्याण केन्द्र

गत कई वर्षों से साधर्मिक बंधुओं के उत्कर्ष हेतु सक्रिय है। एक सुव्यवस्थित रजिस्टर्ड ट्रस्ट के अन्तर्गत जैन साधर्मिक परिवारों को बिना व्याज की व्यापारार्थ लोन दी जाती है।

कोई भी साधर्मिक परिवार अपनी आवश्यकतानुसार अरजी करे तो उनको रहने के लिए घर दिया जाता है तथा व्यापारार्थ एक दुकान भी दी जाती है। पुना में नोकरीयां दिलाई जातीहै। वीरालयम् तीर्थ से संपर्क करीए। MO. 866 872 5009

श्रमणी विहार - विशाल उपाश्रय

करीब २५०० स्क्वे.फूट का हवा –प्रकाश की सुंदर व्यवस्था वाला यह उपाश्रय श्रमणी विहार के रूप में है। गत १०–१५ वर्षों से सेंकडो साध्वीजी महाराज यहां पधार रहे हैं। पधारते रहते हैं। पंथ – गच्छ – संप्रदाय – समुदाय के भेदभाव के बिना सबका स्वागत यहां किया जाता है। स्वास्थ्य के अनुरूप आरोग्यप्रद हवा पानी शुद्ध सात्विक गोचरी की उत्तम व्यवस्था है। ज्ञान–ध्यान–स्वाध्याय अभ्यास अच्छा हो सकता है।

विशाल भोजनालयम्

वास्तु शास्त्रीय नियमानुसार ४००० स्के.फूट के विशाल हॉल में भोजनालयम् बना है। सूर्योदय की प्रथम किरण से पूर्ण प्रकाश फैलता है। जो सूर्यास्त की अंतिम किरण तक रहता है। बिना स्तंभ के विशाल हॉल में एक साथ ५०० यात्री टेबल–खुर्शी पर बैठकर भोजन कर सकते हैं। साथ में २००० स्के.फूट का रसोई घर है। यहां पर १–२ हजार लोगों का भोजन एक साथ बन सकता है।

यात्रिकालयम्

५५० स्के.फूट के अलग –अलग बडे–बडे १० ब्लॉक वाली धर्मशाला है। घर जैसे फ्लेटवाली धर्मशाला अति सुंदर लगती है। साथ में स्वतंत्र कमरे वाला अतिथि गृह भी बना है। गादी बिस्तर आदि से सुसज्ज है।

शान्ति की अनुभूति करते हुए सम्मेलनादि का भी आयोजन होता है।

30000 ग्रंथो की विशाल लायब्रेरी

करीब २००० स्के.फूट के विशाल हॉल में ५०–६० अलमारीयों में विविध भाषाओं तथा विषयों के विपुल साहित्य का विशाल ज्ञान भंडार वर्तमान में विद्यमान है।

संशोधन करने, अध्ययन करने के लिए टेबल–खुर्शी कॉम्प्युटर आदि की सुंदर व्यवस्था है।

पुस्तकों का लिस्ट उपलब्ध है।आवास–निवास–भोजनादि की व्यवस्था सुंदर है आइए..पधारिए ज्ञानाभ्यास करीए स्वागत है आपका।

वीरालयम् जैन तीर्थ – कात्रज – पुना की धरती पर

पंन्यास डॉ. श्री अरुणविजयजी म.सा. की प्रेरणा से स्थापित

श्री वीरालयम् जैन अहिंसा तीर्थ

गौशाला-पांजरापोल-पक्षी गृह-श्वान गृहादि प्राणी रक्षा केन्द्र की विविध योजनाओं में दान देकर पुण्योपार्जन करने हेतु नम्र अपील

मुंबई – पुना – बेंगलोर के N.H.4 पर आए दिन–रात गाय, भेंस, बैल और बछडे आदि के ट्रक के ट्रक भर कत्लखाने कटने के लिए जाते रहते हैं। गौरक्षक सेवक रात–दिन पेट्रोलिंग करके ट्रक पकडकर पशुओं को छुडवाते हैं, बचाते हैं। रात १२ बजे, १ बजे कभी २ बजे पशुओं से भरी ट्रक पोलीस संरक्षण में वीरालयम् तीर्थ की धरती पर आती है। पशुओं को वीरालयम् अहिंसा तीर्थ – गौशाला में उतार लिये जाते हैं। ट्रक में जख्मी बने पशुओं की दवा–उपचार द्वारा सेवा की जाती है। आजीवन पर्यंत उन्हें संभालते हैं। गत वर्ष २०० बैल आसपास के गांवों में किशानों को दिये जिससे किशानों ने पशु आधारित खेती का शुभारंभ कीया और विदेशी खत की एवं व्याज की चुंगाल से बचकर ससम्मान जीवन जीने लगे। पशु बचने से किसान सुरक्षित होता है और रासायणिक खातर से खेती न करने से देश की प्रजा भी स्वस्थ बनेगी इतने सारे लाभ है पशुओं को बचाने से।

उदार दानवीर जीवदया प्रेमी दानदाताओं से नम्र अपील है कि –

सिर्फ 27000/ रूपये की राशी देकर गौशाला में उपस्थित सभी पशुओं को एक दिन का चारा।

9999 /- रूपये की राशी देकर एक गाय को अभयदान दिजीए।

जापध्यान साधना पूर्व तैयारी

अंग वसन मन भूमिका, पूजोपकरण सार ।
न्याय द्रव्य विधि शुद्धता,शुद्धि सात प्रकार ।।

(१) अंग शुद्धि, (२) वस्त्र शुद्धि, (३) मनशुद्धि, (४) भूमिशुद्धि, (५) पूजा - सामायिक के उपरकण की शुद्धि, (६) द्रव्य - धन शुद्धि, (७) विधि शुद्धि । इन सात प्रकार की शुद्धियों का अवश्य ध्यान रखें । यहां पूजोपरकण के स्थान पर समायिक के उपरकण की शुद्धि समजना ।

याद रखिये ! जाप ध्यान साधना आराधना में मन को प्रफुल्लित रखने हेतु शुद्धि पर विशेष ध्यान देना चाहिए । क्लेश, कषाय, कलह, राग-द्वेष का व्यवहार साधना दरम्यान एवं साधना काल के बाद भी टालें ।

विषैले केमिकल से निर्मित धूपबत्ती और अगरबत्ती को न जलाएं । यदि वातावरण सुगन्धित बनाने हेतु वापरते हैं तो हो जाईए सावधान — इन अगरबत्तीओं के धुएं से दम, एलर्जी, चमडी के रोग और यहां तक कि केन्सर जैसी खतरनाक बिमारी भी हो सकती है ।

यदि संभव हो तो गाय के गोबर में गुगल एवं दशांग धूप आदि मिक्स करके बनाई गई धूपबत्ती आरोग्य के लिए लाभप्रद है । इसका उपयोग कर सकते हो ।

उपकरण - साधन सामग्री:-

प्रभू की प्रतिमा, या भगवान का फोटो, धूप, दीप, अक्षत, फूल, नैवेद्य, फल और वासक्षेप आदि अग्रपूजा की सामग्री ।

सामायिक के उपकरण:-

स्थापनाचार्यजी, चरवला, मुहपत्ती, कटासना (बैटका) आदि ।

जगह - स्थान का चयन:-

वास्तु शास्त्र के नियमानुसार पूर्व, उत्तर या पश्चिम दिशा का चयन करें । अथवा पूर्व और उत्तर दिशा के मध्य का ईशान कोना पसंद करें ।

प्रभात काल का ब्रह्म मुहूर्त हो, शांत वातावरण हो, चित्त की प्रसन्नता में अभिवृद्धि हो वैसा उत्साह उमंग एवं भावोल्लास पूर्ण वातावरण हो ऐसे स्थान - जगह में साधना करने बैंठे ।

ऑक्सीजन की अधिक मात्रा उत्साह वर्धक होती है, और ऑक्सीजन की कमी रोग-बिमारी का कारण बनती है अत: घर की खिडकीयां खुली रखें ।

आसन स्थिरता:-

जाप - ध्यान आदि में उपयोगी एवं उपकारी वज्रासन, पूर्ण पद्मासन, अर्ध पद्मासन, सिंहासन, सिद्धासन और सुखासन आदि मुद्रा में शरीर को स्थिर करीए । आसन में शरीर स्थिर होने से मानसिक प्रमाद - आलस्य दूर होकर स्फूर्ति का संचार होता है।शरीर स्थिर होने से मन में विचारों का आंदोलन कम होता है, जिससे मानसिक शांति में अभिवृद्धि होती है ।

जाप ध्यान साधना के पहले करने योग्य आवश्यक क्रिया - विधि:-

संवर धर्म के आचरण हेतु सामायिक लेकर जाप ध्यानादि की साधना करें ।

संवर युक्त आत्मा नए कर्म का बंध नहीं करती है और जाप ध्यानादि की साधना से कर्म निर्जरा करती है ।

संवर और निर्जरा जैन धर्म का सबसे बडा प्राणभूत मुख्य तत्त्व है । जो दुनिया में अन्यत्र कहीं भी नहीं है ।

प्राणायाम:-

प्राणवायु - श्वासोच्छ्वास में आयाम = विस्तार करना । श्वास - उच्छ्वास की समय सीमा, प्रमाण आदि बढाना प्राणायाम है ।

प्रारंभ में कपालभाति 5 मिनट, भस्त्रिका 5 मिनट, तथा नाडी शोधन - अनुलोम विलोम प्राणायाम 5 मिनट करें ।

कपालभाति प्राणायाम :-

आसन में स्थिर बैठकर दोनों हाथ घुटनों पर रखकर पेट पर धक्का लगाते हुए श्वास बाहर फेंके । ऐसा बार-बार, 50 बार तक भी कर सकते हैं । परंतु बीच में श्वास न लें। थोडी थोडी श्वास जो अंदर जमा है, वह बाहर निकलती ही जाएगी । थक जाने पर लंबी गहरी श्वास लेकर विश्राम करके पुन: करें, ऐसे 3 आवर्त करें ।

भस्त्रिका प्राणायाम:-

लंबी श्वास अंदर खींचें और तुरंत बाहर छोडे, फिर अंदर खींचे फिर बाहर छोडें । थोडा फोर्स पूर्वक अंदर खींचे - बाहर फेंके । यह प्रक्रिया करते हुए मन में 50 तक गिनें ।

थक जाने पर लंबी गहरी श्वास अंदर लेकर विश्राम करके पुन: प्रारंभ करें । ऐसे तीन राउंड करें । इसमें पेट पर ध्यान देना नहीं है । चेस्ट ब्रीदिंग है । फेफडों में श्वास एक फोर्स से खींचते हुए भरे और एक फोर्स से बाहर निकालें । ऐसा बार बार करना भस्त्रिका प्राणायाम है ।

नाडीशोधन - अनुलोम - विलोम प्राणायाम:

अपना दाहिना हाथ उल्टा दाढी के नीचे रखकर श्वास बाहर फेंकीए । देखिएं, बायां नाक चालु है या दाहिना ? इस परीक्षण के बाद दाहिने हाथ के अंगुठे से दाहिने नाक को दबाकर छिद्र बंद करके बाएं नाक से धिरे धिरे श्वास लें ।

8 से 10 सेकंड तक श्वास लेते रहे, फिर उतने ही समय बांया नाक अंगुली से बंद करके दाहिने नाक को खोलकर श्वास (उच्छ्वास) बाहर छोडते जाएं ।

पुनः दाहिने नाक को अंगुठे से बंद करके, बाएं नाक से श्वास लेना । फिर बाएं नाक को बंद करके दाहिने नाक को खोलकर श्वास छोडना । ऐसा 5 मिनट तक करते ही रहें । इसे कहते हैं - अनुलोम विलोम या नाडी शोधन प्राणायाम ।

ॐ कारोच्चार:-

प्राणायाम का अच्छी तरह अभ्यास करके आगे के चरण में ॐ कारोच्चार करना है । अरिहंत का अ, सिद्ध - अशरीरी का अ, आचार्य का आ, उपाध्याय का उ और साधु-मुनि का म् । इस तरह अ + अ = आ, आ + आ = आ, आ + उ = ओ, ओ + म् = ओम् ओं ॐ ।

इस तरह पंच परमेष्ठी वाचक ओंकार बनता है ।

मंगलाचरण

मंगलं भगवान वीरो, मंगलं गौतम प्रभुः ।
मंगलं स्थुलिभद्राद्याः, जैन धर्मोऽस्तु मंगलम् ।१।

भगवान महावीर प्रभु मंगलरूप है, गुरु गौतमस्वामी मंगल रूप है, स्थूलिभद्रादि महापुरूष मंगलरूप है, समग्र जैन धर्म मंगलरूप है ।

नमो दुर्वार रागादि - वैरिवार निवारिणे ।
अर्हते योगीनाथाय - महावीराय तायिने ।।२।।

अत्यन्त दुष्कर ऐसे राग-द्वेष-वैर-वैमनस्यादि का भी सर्वथा निवारण करनेवाले...योगीयों के भी नाथ ऐसे महावीर परमात्मा को हमें तारने के लिए मैं नमस्कार करता हूं ।।

कमठे धरणेन्द्रे च, स्वोचितं कर्म कुर्वति ।
प्रभुस्तुल्य मनोवृत्ति पार्श्वनाथ श्रियेऽस्तु वः ।३।

कमठ (शत्रु) और धरणेन्द्र (भक्त) दोनों ने स्वयं को जो जैसा उचित लगा वैसा कार्य किया, परन्तु दोनों के उपर एक समान तारने का भाव रखनेवाले ऐसे पार्श्वनाथ भगवान हमारे सबके कल्याण के लिए हो ।

ओंकार बिंदु संयुक्तं, नित्यं ध्यायन्ति योगिन :
कामदं मोक्षदं चैव, ओंकाराय नमो नमः ।।४।।

नाद कला बिंदु से युक्त कार का नित्य नियमित जो योगी महात्मा ध्यान करते हैं ऐसे इच्छित तथा मोक्ष दायक कार को अर्थात् कार में पंच परमेष्ठि भगवन्तों को नमस्कार हो ।

अज्ञान तिमिरान्धानां, ज्ञानांजन शलाकया ।
नेत्रमुन्मिलितं येन - स्तस्मै श्री गुरवे नमः ।।५।।

ज्ञान रूपी अंजन की शलाका से जिसने अज्ञान रूपी अंधकार का नाश करके आंखे खोली है, जिसने ऐसे गुरू भगवन्त को नमस्कार हो ।

वज्रपंजर — आत्म रक्षा स्तोत्र

वज्रपंजर स्तोत्र का दूसरा नाम है - आत्म रक्षा स्तोत्र ।

जाप ध्यान कायोत्सर्ग की साधना करने से पहले इस स्तोत्र का पाठ पूर्वक उस उस अंग का स्पर्श करते हुए नवकार के पदों की स्थपना करने की प्रचलित परंपरा जैन शासन में वर्षों से चली आ रही है।

आत्मा के लिए वज्र जैसा पिंजरा यानि शरीर । शरीर रूप पिंजरे में बंद आत्मा की रक्षा करने हेतु नवकार महामंत्र के एक एक पद की स्थापना शरीर के एक एक अंग - उपांग पर की जाती है ।

मानसिक, वैचारिक एवं शारीरिक क्रियाओं से आत्मा में अशुभ कर्म का आश्रव न हो जाये अतः संत्री - पहेरेदार के रूप में नवकार के पदों की स्थापना की जाती है ।

वज्र पंजर - आत्म रक्षा स्तोत्र

ॐ परमेष्ठी नमस्कारं, सारं नवपदात्मकं ।
आत्मरक्षाकरं वज्र पंजराभं स्मराम्यहम् ।।१।।
ॐ नमो अरिहंताणं, शिरस्कं शिरसी स्थितं ।
ॐ नमो (सव्व) सिद्धाणं, मुखे मुख पटंवरं ।२।
ॐ नमो आयरियाणं, अंगरक्षातिशायिनी ।
ॐ नमो उवज्झायाणं, आयुधं हस्तयोर्दृढं ।।३।।
ॐ नमो लोए सव्व साहूणं,मोचके पादयोः शुभे ।
एसो पंच नमुक्कारो, शिला वज्रमयी तले ।४।
सव्वपावप्पणासणो, वप्रो वज्रमयोर्बहिः ।
मंगलाणं च सव्वेसिं, खादिरांगार खातिका।।
स्वाहान्तं पदं ज्ञेयं, पढमं हवई मंगलं ।
वप्रोपरि वज्रमयं, पिधानं देह रक्षणे ।।६।।
महा प्रभावा रक्षेयं क्षुद्रोपद्रव नाशिनी ।
परमेष्ठि पदोद्भूता कथिता पूर्व सूरिभिः ।७।
यश्चैवं कुरुते रक्षां, परमेष्ठि पदैः सदा ।
तस्य न स्याद् भयं व्याधि राधिश्चापि कदाचन।।

यन्त्रमय - मंत्रजाप

प्रयोग नं. 1 (यन्त्रमय पद्धति से 108 नवकार गिनना)

सामने पेज पर 12 BOX कोष्ठको में वर्णवाले नवपद कमल का चित्र देखिए अलग अलग समचोरस प्रकार के 12 BOX बनाए हैं । और प्रत्येक कोष्ठक के उपरी कोने में क्रम संख्या दर्शायी है । ऐसे प्रत्येक कोष्ठक में वर्णवाला नवपदजी स्थापित किये है । जिसके केन्द्र में कर्णिका तथा चार मूल दिशा में वर्णवाली रंगीन पंखुडीयां तथा विदिशा में श्वेत वर्ण वाली चार पंखुडीयां है । ऐसे कमलों में यंत्र बनाने की पद्धति से 1 से 9 तक की अंक संख्या स्थापित की गई है । यंत्र कहने का प्रयोजन यह है कि – 1 से 9 की संख्या इस तरह इस प्रकार के विशिष्ट क्रम पद्धति से लिखि गइ है कि – खडी आडी या क्रोस कीसीभी दिशा में जोडने पर अंत में जोड संख्या 15 ही आती है । ऐसा गणीतीय यंत्र बनता है । इसी प्रकार 12 कोष्ठकों में अलग अलग यंत्र बनते है । यह गणित का चमत्कार है । सभी खानों में इसी तरह खडी, आडी, क्रोस में किसी भी तरफ से जोडने पर एक ही निश्चित अंक संख्या (जोड संख्या) आती है । प्रथम कोष्ठक की संख्या 15 आती है इसलिए इसे पंदरीया यंत्र कहते हैं । 15 में 27 अंक संख्या जोडने पर 42 उत्तर आता है वही दूसरे कोष्ठक की जोड संख्या बनती है वैसे ही 42 से 27 की संख्या जोडने पर 69 की संख्या आती है वैसे ही सभी कोष्ठक की अंक संख्या में 27 जोडने पर आगे के कोष्ठक की जोड संख्या आती है । ऐसा गणितीय नियम है ।

जैसे माला आदि अन्य साधन – माध्यम से नवकारवाली – माला आदि गिने जाते हैं वैसा एक माध्यम यहां इस चित्र में 12 खानों में – कमलों की पंखुडीयों पर नौं नौं नवकार गिने जाते है। प्रथम कोष्ठक में 1 से 9 तक की अंक संख्या लिखी है उसका आलंबन लेकर नौं नवकार गिनना है । वैसा ही दूसरे कोष्ठक में 10 से 18 तक, तीसरे कोष्ठक में 19 से 27 तक, चौथे कोष्ठक मे 28 से 36 तक,पांचवे कमल में 37 से 45 तक, छट्ठे कमल में 46 से 54 तक, सातवे में 55 से 63 तक, आठवे में 64 से 72 तक, नौंवे कमल में 73 से 81 तक, दसवे कोष्ठक में 81 से 90 तक, ग्यारहवे कमल में 91 से 100 तक, और अंतीम बारहवे कमल में 100 से 108 तक की अंक संख्या लिखी गई है । जैसे माला का मणका फिरता है और 108 नवकार पूर्ण होते हैं वैसे ही अंक संख्या पर नजर घुमाते जाव और मन में ही मन में नवकार का जाप करते जाने से एकाग्रता बढेगी और राग-द्वेष से रंगे हुए विचार भी नहीं आएंगे । अतः आश्रव रूक जाएगा । संवर का महान लाभ प्राप्त होगा । नवकार जाप करना है तो पुराने कर्मों की निर्जरा भी होगी । माला (नवकारवाली) के माध्यम से जाप करने पर मन विचारों से घीरा रहता है अतः जाप करते करते भी नये कर्मों का आश्रव होता ही रहता है अतः मन को काबू में लेने के लिए यह नया प्रकार आपके सामने प्रस्तुत कीया है ।

नवकार देवी - देवताओं की उपासना का मंत्र नहीं है ।

महामंत्र नवकार अरिहन्त - सिद्ध - आचार्य - उपाध्याय और साधु इन पांच परमेष्ठी भगवन्तों का वाचक मंत्र है । इसमें किसीभी देवी -देवता कौ नाम नहीं है । इसलिए देवी-देवताओं के सन्मुख या उनकी उपासना नवकार द्वारा करने की भूल न करें । अरिहन्तादि पंच परमेष्ठी भगवन्तों के वाचक मंत्र का अवमूल्यन करने की भूल करनी ही नहीं चाहिए । यहां तक सत्य समझीए कि – देवी देवता भी अरिहन्तादि पंच परमेष्ठी भगवन्तो की साधना उपासना नवकार के माध्यम से करते हुए अपने पाप कर्मों का नाश करके आत्म कल्याण साधते हैं ।

यन्त्रमय - मंत्रजाप

⑧

71	64	69
66	68	70
67	72	65

①

8	1	6
3	5	7
4	9	2

⑥

53	46	51
48	50	52
49	54	47

③

26	19	24
21	23	25
22	27	20

⑤

44	37	42
39	41	43
40	45	38

⑦

62	55	60
57	59	61
58	63	56

④

35	28	33
30	32	34
31	36	29

⑨

80	73	78
75	77	79
76	81	74

②

17	10	15
12	14	16
13	18	11

⑩

89	82	87
84	86	88
85	90	83

⑫

107	100	105
102	104	106
103	108	101

⑪

98	91	96
93	95	97
94	99	92

प्रयोग नं. 1

कमलाकार में विपरीत क्रम से जाप

प्रयोग नं. 2 ☞ (यन्त्रमय पद्धति से 108 नवकार गिनना)

सीधे क्रम से जाप करना सबको आसान - सरल लगता है । क्योंकि सीधे क्रम से बार - बार जाप करते रहने से मति-स्मृति में स्थिरता बन जाती है, और बार बार करते रहने से मति-स्मृति में से जाप होता रहता है । इसलिए बहुत सरल लगता है । समस्या यह है कि स्मृति - याददास्त के अनुसार जाप करने से सरल - सुगम जरूर लगता है परन्तु ऐसी सरलता में मन को काम नहीं रहता है तो वह (मन) बाहर भागने के लिए खुल्ला रहता था । इसलिए मति स्मृति का संबंध तुटना जरूरी है । नहीं तो स्मृति के अनुसार जाप करने से मन खुल्ला हो जाता है, और चारों तरफ भटकने लग जाता है । अतः फालतु विचार आने शुरू हो जाएंगे । तो कर्म का आश्रव-आगमन भी शुरू हो जाएगा । यह तो गलत होगा ।

इसे रोकने हेतु मन को थोडी ज्यादा कसरत कराने के लिए... ज्यादा घूमाने - फिराने के लिए और स्मृति के द्वार बंद कराके मन को ही काम देकर मन के पास ही पूरा काम कराने के लिए... यह प्रयोग विपरीत क्रम का किया जाएगा । पास के पृष्ठ में चित्र देखिए । 12 कमल तो है ही 3 - 3 कमलों की चार लाइन है इसलिए 4 X 3 = 12 कमल होते हैं ।

मध्यवर्ति कमल में सबसे उपर 108 की अंक संख्या है । एकसो आंठवा नवकार गिनीए । फिर उल्टे क्रम से 107, 106, 105, 104, 103, 102, 101, 100 नवकार गिनते गिनते आइए । एक कमल पूरा हुआ । दूसरे कमल में 99 से उल्टे क्रम में 91 पर आइए । तीसरे कमल में 90 से 82, चौथे कमल में 81 से 73 तक, पांचवे कमल में 72 से 64 तक, छट्ठे कमल में 63 से 55 तक, सातवें कमल में 54 से 46 तक, आठवें कमल में 45 से 37 तक, नौवें कमल में 36 से 28 तक नवकार गिनना । फिर दसवें कमल में 27 से 19 तक, ग्यारहवें कमल में 18 से 10 तक, तथा अंतिम बारहवें कमल में 9 से 1 तक उतरते हुए आना है ।

जी...हां... इस तरीके के विपरीत क्रम से उल्टे गिनने के क्रम में अब स्मृति काम नहीं करेगी । इसलिए थोडी कठीनाई अवश्य रहेगी, क्योंकि स्मृति के दरवाजे बंद हो गए । इसलिए अब सब काम अकेले मन को ही करना पडेगा । साधक को डरना नहीं चाहिए । हिम्मत रखिए । डटकर जाप करते रहिए । धिरे धिरे अभ्यास बढाइए । मन को कसरत कराते कराते थकाकर बाजी साधनी है । फालतु विचार बंद हो जाएंगे । स्थिरता एकाग्रता बढती जाएगी । संवर निर्जरा का लाभ साधक साधता जाएगा ।

...पहले पढीए...

संकल्प करने का फायदा

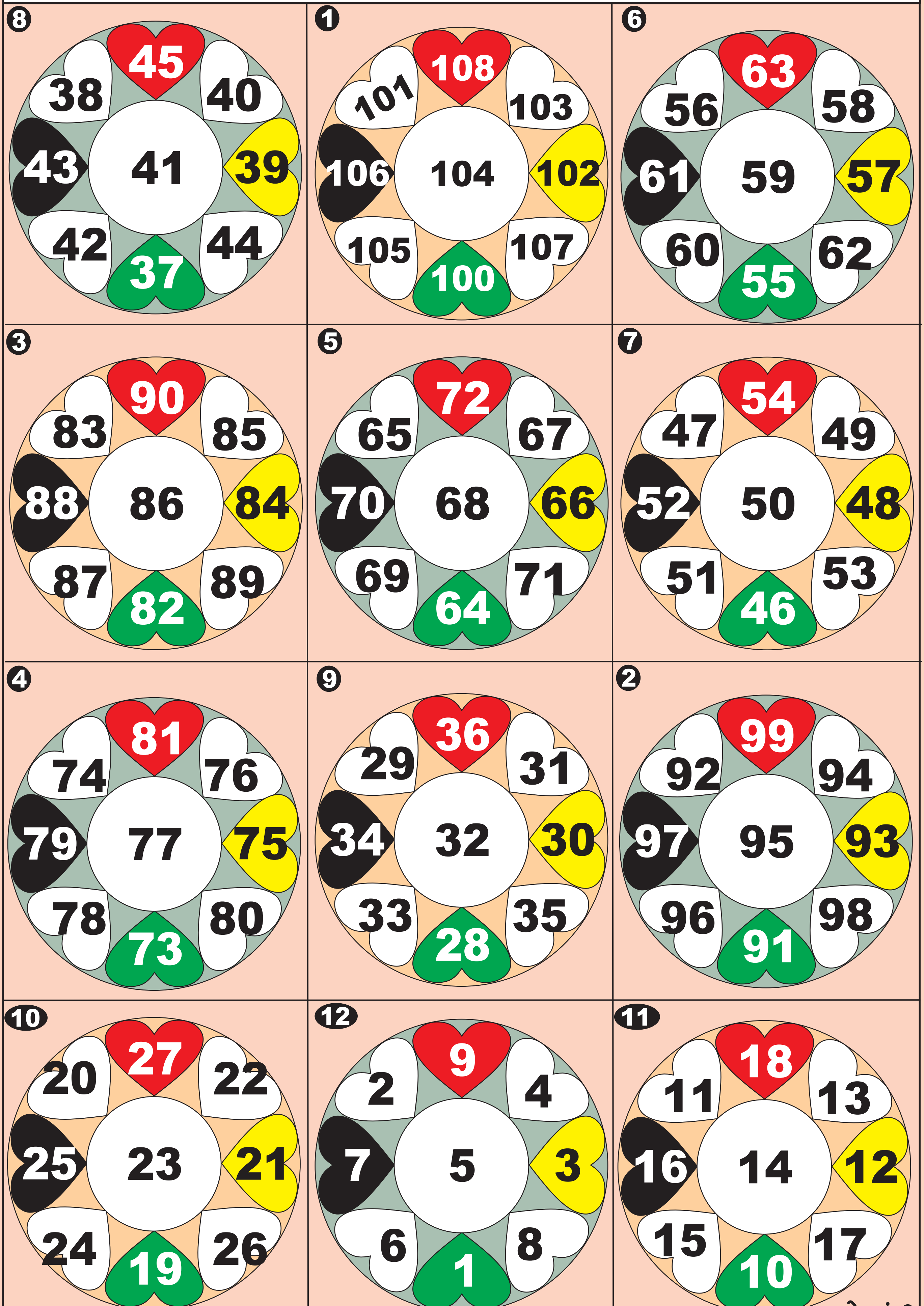
किसी भी क्रिया - प्रवृत्ति करने के पहले हेतु - लक्ष्य निर्धारित करना आवश्यक होता है । ताकि क्रिया - प्रवृत्ति उस निर्धारित किये हुए हेतु लक्ष्य को साधनेवाली, सिद्ध करनेवाली वैसी परिणामदायि बने ।

ठीक इसी तरह महामंत्र नवकार की जाप साधना और ध्यान साधना की प्रवृत्ति करने के पहले भी हमें... दृढ संकल्प करना ही चाहिए । आखिर क्या और कैसा संकल्प करें ? क्योंकि सेंकडों प्रकार की इच्छाएं बीच में आ जाती है । इसमें अधिकांश इच्छाओं का विभाजन करते हुए देखें तो सुख प्राप्ति तथा दुःख निवृत्ति की ही इच्छाएं सर्वाधिक है । सुख-दुःख प्राप्ति एवं निवृत्ति के दुनिया में लाखों मंत्र है । एक मात्र नवकार महामंत्र को सिर्फ "पावप्पणासणो" पाप नाशक तक ही सीमित रखें । बस,

क्योंकि पाप कर्म के उदय के कारण ही जीवन में दुःख आता है । अंतराय कर्म के उदय से विघ्न, संकट, तकलीफें आती है । तो फिर क्यों हम मूल से अशुभ कर्म प्रकृतियों का ही नाश न करें ? इसी में समझदारी है । जड मूल से पाप कर्म की अशुभ प्रकृतियों का ही नाश हो जाएगा, कर्म ही नहीं रहेंगे...तो उदय में कहां से आएंगे ? और उदय में ही नहीं आएंगे तो दुःख विघ्न संकट आएंगे । इतनी सी पायाभूत बात ध्यान में रखीए ।

जप - ध्यान करने से पहले - हाथ जोडिए और तीन बार दोहराइए.......हे पंच परमेष्ठी भगवंतो मैं नवकार महामंत्र की आराधना - साधना सिर्फ और सिर्फ एकमात्र मेरे संचित सब प्रकार के अशुभ पाप कर्मों का क्षय - नाश करने के उद्देश्य से ही कर रहा हूं । अन्य कोई इच्छा बीच में नहीं ला रहा हूं ।"सव्व पावप्पणासणो" मेरे सब पाप कर्मों का नाश हो । (यह संकल्प ३ बार दोहराइए)

कमलाकार में विपरीत क्रम से जाप



प्रयोग नं. 2

कमलाकार में उल्टे - सीधे, सीधे - उल्टे क्रम से जाप

प्रयोग नं. 3 ☞ (यन्त्रमय पद्धति से 108 नवकार गिनना)

शेठ ने भूत को साधा । भूत वश में तो हो गया, लेकिन उसने शर्त रखी कि यदि काम नहीं दिया तो खा जाउंगा । बुद्धिमान शेठने शर्त स्वीकार करके युक्ती रची । भूत को 100 फीट उंची बांस की सीढि बनवाकर सतत चढ उतर का काम सौंप दिया । अब भूत दिन रात चढते उतरते 2-4 दिन में ही थककर पैरों में गिरकर गिडिगडाने लगा । और वश में आ गया । मन भी भूत जैसा ही है । उसे भी सतत काम में जोडना पडता है । सतत कसरत कराके थकाना और वश में करने का यह सादा प्रयोग है ।

यहां पर कमलाकार में 12 कमलों में 1 से 108 तक का बडी लम्बी सीढी बनाई है इस सीढी पर मन को कसरत कराते हुए चढाना - उतारना फिर चढाना फिर उतारना इस तरह चढाते - उतारते, उल्टे से सीधे, और सीधे से उल्टे, क्रम से मंत्र जाप कराते कराते खूब कसरत कराते हुए थकाना है । एक बार उल्टे क्रम से 108 से 1 तक तथा पुनः 1 से 108 तक सीधे से उल्टे और उल्टे से सीधे से यंत्रमय पद्धति से मंत्र जाप करते करते ऐसी कसरत करानी कि मन इतना थक जाय कि... इधर - उधर के फालतु विचार करना छोडकर शेठ (आत्मा) के वश में काबू में आ जाये ।

प्रयोग नं. 3 में (बगल के चित्र में देखिए) 108 की संख्या से उल्टे क्रम में अर्थात् बारहवें कोष्ठक के कमल में 108-107-106-105-104-103-102-101-100 तक उल्टी गिनती के क्रम से एक - एक नवकार गिनते गिनते नौं नवकार गिनने है । बिना जीभ हिलाए जाप करना है । फिर ग्यारहवे कोष्ठक के कमल में 99 से 91 तक के नौं नवकार गिने । फिर 10 वें कोष्ठक के कमल में 90 से 81 तक, फिर 9वें कमल में 80 से 72 तक, फिर आठवें कमल में 71 से 63 तक, फिर सातवें कमल में 62 से 54 तक, फिर छट्ठे कमल में 53 से 45 तक, फिर पांचवे कमल में 44 से 36 तक, फिर चौथे कमल में 35 से 27 तक, तीसरे कमल में 26 से 19 तक, फिर दूसरे कमल में 18 से 10 तक तथा अंतिम पहले कमल में 9 से 1 तक क्रमशः नवकार बिना जीभ हिलाते गिनते ही गए । यह उल्टे क्रम से 108 से 1 तक (एक माला) का जाप हुआ ।

अब थकीए मत... हिम्मत मत हारीए... बस, यहां से पुनः सीधे क्रम से 1 से 108 तक नवकार गिनने का अखंड क्रम (जाप) चालु रखीए । प्रथम कोष्ठक के कमल में 1 से 9 तक, दूसरे कमल में 9 से 18 तक, तीसरे कमल में 19 से 27 तक, चौथे कमल में 28 से 36 तक, पांचवे कमल में 37 से 45 तक, छट्ठे कमल में 46 से 54 तक, सातवे कमल में 55 से 63 तक, आठवे कमल में 64 से 72 तक, नौवे कमल में 73 से 81 तक, दसवें कमल में 82 से 90 तक, ग्यारहवे कमल में 91 से 99 तक, बारहवे कमल में 100 से 108 तक पूरे नवकार जीभ हिलाए बिना गिनते ही जाइए । इस तरह 1 माला (108) नवकार उल्टे क्रम से और पुनः दूसरी माला सीधे क्रम से (2 माला 216) जाप हो गया । आप 5 माला तक गिनने की क्षमता बढाइए । परिणाम देखिए । बिना फालतु विचार आए एकाग्रता तथा स्थिरता पूर्वक जाप होगा । संवर तथा निर्जरा दोनों साधते हुए अच्छा अखंड जाप होगा ।

नवकार को मात्र दुःखनाशक मंत्र न बनाए।

दुःख फल है, पाप कर्म बीज रूप है । दुःख कार्य रूप है अशुभ कर्म पाप उसका कारण है । दुःख धुंए के रूप में - पाप कर्म उसके मूल में आग के रूप में है । बिना आग लगे धुंआ निकलता नहीं है । कोई भी समझदार क्या आग लगने पर धुंए पर पानी डालेगा जी नहीं... आग पर पानी डालने से आग बुझ जाएगा तो धूंआ उठेगा ही नहीं । ठीक उसी तरह जड मूल मेंसे पाप कर्म का ही क्षय-नाश हो जाएगा तो दुःख आएगा ही नहीं । इसलिए नवकार को मात्र दुःख नाशक मंत्र बनाने या मानने की भूल न करें । दीर्घ दृष्टी बढाइए और नवकार को पाप नाशक मंत्र मानीए।

कमलाकार में उल्टे - सीधे, सीधे - उल्टे क्रम से जाप

8

38	45	40
43	41	39
42	37	44

1

101	108	103
106	104	102
105	100	107

6

56	63	58
61	59	57
60	55	62

3

83	90	85
88	86	84
87	82	89

5

65	72	67
70	68	66
69	64	71

7

47	54	49
52	50	48
51	46	53

4

74	81	76
79	77	75
78	73	80

9

29	36	31
34	32	30
33	28	35

2

92	99	94
97	95	93
96	91	98

10

20	27	22
25	23	21
24	19	26

12

2	9	4
7	5	3
6	1	8

11

11	18	13
16	14	12
15	10	17

उल्टे - सीधे नवकार उल्टी - सीधी संख्या क्रम से जाप

प्रयोग नं. 4 (यन्त्रमय पद्धति से 108 नवकार गिनना)

यदि साधक प्रयोग नं. 2 और 3 के अनुसार उल्टे - सीधे, सीधे - उल्टे क्रम से नवकार का यंत्रमय मंत्र पद्धति से जप करने में सफल हो गए तो आत्म विश्वास काफी अच्छा बढ जाएगा कि बिना फालतु विचारों को जाप करने में आपने सफलता प्राप्त कर ली है । मन को - जो कि एक भूत से भी ज्यादा खतरनाक है, उस पर दया नहीं लानी है । मन तो मात्र साधन है । आत्मा साधक है । कर्म मन को नहीं बंधते हैं, सिर्फ आत्मा को ही बंधते हैं । अब आत्मा पर लगे कर्मों की निर्जरा कर्म क्षय करने में मनम को सहायक साधन बनाना है । साधक आत्मा को मन को साधन बनाकर महामंत्र नवकार की साधना द्वारा कर्मक्षय का साध्य सिद्ध करना है । इसी तरह मन साधन को महामंत्र नवकार की साधना में खूब कसरत कराते कराते इतना थकाकर जाप करते जाएं, ताकि इधर - उधर के निरर्थक विचार बिल्कुल नहीं आएंगे । अतः नया आश्रव नया कर्म बंध भी नहीं होगा । इस तरह एक तरफ नया आश्रव और कर्मों का बंध न हो, तथा पहले के पूराने संचित कर्मों का भी क्षय (निर्जरा) होता रहे... बस, यही साध्य है । इसी साध्य को साधने के लक्ष्य से इस तरीके से साधना करने का मानस बनाया है । बूंद - बूंद से सरोवर भरता है इसी तरह थोडी - थोडी आत्म शुद्धी होती होती मात्रा बढती ही जाएगी । साध्य लक्षी साधना है । मात्र तरीका - पद्धति बदली है ।

इस प्रयोग में और ही अलग तरीके की थोडी ज्यादा कठीन कसरत मन को कराने का तरीका है । सर्व प्रथम कमलाकार चित्र में 1 से 12 कोष्ठकों में क्रमशः 1 से 108 तक सीधे क्रम से बारह कमलों में संख्या लिखी है । अतः चित्र में स्थिर दृष्टी से देखते हुए क्रमशः एक एक कोष्ठक के कमलों में नौं नौं नवकार सीधे - पूरे नवकार गिनते जाइए । याद रखिए ! सामायिक में अर्ध या पूर्ण पद्मासन में जिन प्रतिमा की मुद्रा में स्थिर बैठीए । काय योग का आश्रव बंद हो जाएगा । फिर जीभ तालु पर लगाकर रखें । दांत - होठ न हिलाते हुए जीभ न हिलाते हुए जाप करें । ताकि वचन योग का भी आश्रव द्वार बंद हो जाय । अब सिर्फ मन अकेला ही साधना करेगा ।

प्रथम कोष्ठक के कमल में 1 से 9 तक, दूसरे कमल में 9 से 18 तक, तीसरे कमल में 19 से 27 तक, चौथे कमल में 28 से 36 तक, पांचवे कमल में 37 से 45 तक, छट्ठे कमल में 46 से 54 तक एकाग्रता - स्थिरता पूर्वक शान्ति से पूरे नवकार सीधे क्रम से गिनते गिनते आधी माला पूर्ण करें ।

तत्पश्चात् बहुत ही अच्छी तरह शान्ति से जप करते करते अब आगे सातवे कमल में 55 से 63 तक, आठवे कमल में 64 से 72 तक, नौवे कमल में 73 से 81 तक, दसवें कमल में 82 से 90 तक, ग्यारहवे कमल में 91 से 99 तक, बारहवे कमल में 100 से 108 तक सीधे क्रम से पूरे नवकार बिना जीभ हिलाते हुए जाप करते जाइए । १०८ से नवकार की एक माला (पक्की) हो जाती है । शान्ति से स्वस्थ जाप साधना हो जाती है ।

जी...हां..., सीधे क्रम से 1 से 108 तक पूरे नवकार महामंत्र 12 कोष्ठकों के 12 कमलों में हो जाने के पश्चात तुरन्त ही अब दूसरे विभाग में उल्टे क्रम से उल्टा नवकार गिनना प्रारंभ करीए । जी...हां..., उल्टा नवकार गिनने में तकलीफ जरूर होगी । क्योंकि याद शक्ती - स्मृति में उल्टा नवकार फिट नहीं है । एक मात्र सीधे क्रमवाला ही नवकार दिमाग में फिट है । इसलिए स्मृति - यादशक्ती का उपयोग बंद करके अब बुद्धि का उपयोग बढाकर उल्टा नवकार गिनना है ।

चित्र बदलना नहीं है । 12 कोष्ठकों के कमलों वाला ही चित्र रहेगा । बारहवे कोष्ठक के कमल में लिखे 108 की अंक संख्या पर पहला उल्टा नवकार - अर्थात् "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" तक बोलीए । फिर 107, 106, 105, 104, 103, 102, 101, 100 तक नौं नवकार बिना जीभ हिलाए गिनीए । फिर ग्यारहवे कमल में 99 से 91 तक, दसवें कमल में 90 से 81 तक, फिर नौवे कमल में 80 से 72 तक, फिर आठवे कमल में 71 से 63 तक, फिर सातवें कमल में 62 से 54 तक, फिर छट्ठे कमल में 53 से 45 तक, पांचवे कमल में 44 से 36 तक, चौथे कमल में 35 से 27 तक, तीसरे कमल में 26 से 19 तक, दूसरे कमल में 18 से 10 तक और अंतिम पहले कमल में 9 से 1 तक धिरे धिरे शान्ति से जीभ हिलाए उल्टे क्रम से "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" गिनते जाइए । अनुभव करीए - बिना अन्य निरर्थक विचार आए 108 सीधे और 108 उल्टे नवकार महामंत्र का जाप हुआ । संवर निर्जरा का अच्छा लाभ मिला ।

उल्टे - सीधे नवकार उल्टी - सीधी संख्या क्रम से जाप

8

38	45	40
43	41	39
42	37	44

1

101	108	103
106	104	102
105	100	107

6

56	63	58
61	59	57
60	55	62

3

83	90	85
88	86	84
87	82	89

5

65	72	67
70	68	66
69	64	71

7

47	54	49
52	50	48
51	46	53

4

74	81	76
79	77	75
78	73	80

9

29	36	31
34	32	30
33	28	35

2

92	99	94
97	95	93
96	91	98

10

20	27	22
25	23	21
24	19	26

12

2	9	4
7	5	3
6	1	8

11

11	18	13
16	14	12
15	10	17

प्रयोग नं. 4

कमलाकार में विपरीत क्रम से जाप

प्रयोग नं. **5** ☞ (यन्त्रमय पद्धति से 108 नवकार गिनना)

विपरीत क्रम वाला ही कमलाकार चित्रपट सन्मुख रखीए । जाप विपरीत क्रम से, उल्टे क्रम से ही करना है । बस, क्या अन्तर है वह इसमें पढकर समझीए । सबसे पहले ऐसा क्यों करना है ? क्या कारण है ? इन बातों को समझ लेना आवश्यक है । साधक चाहे कितने भी वर्षों से साधना करता करता भले ही कितना भी बुझुर्ग बन चूका हो... फिर भी अन्य फालतु विचारों के आने की संभावना रहती ही है । उम्र शरीर की होती है । मन की कभी उम्र होती ही नहीं है और विचारों का साधन - माध्यम मन है । शरीर नहीं है । तथा शरीर की उम्र भी नहीं है । छोटे बच्चे को भी विचार आने ही आने है । तथा बडी उम्र के बुझुर्ग को भी विचार आने ही आने है । उम्र और शरीर बीच में नहीं आते है । बाधक नहीं बनते हैं । हां, मात्र विचारों के विषय, मात्रा, अच्छे - खराब आदि कई विषयों में बच्चों और बुझुर्गो में फरक जरूर पडता है।

साधक स्मृति में जाकर मात्र याददास्त के अनुसार जाप करने न लग जाय, इस बात को ध्यान में रखकर जाप करने की साधना प्रक्रिया में सुधारणा करनी जरूरी है । नहीं तो स्मृति में जाकर सरलता - आसानी का अनुभव करके मन भागना शुरू कर देगा । फिर दूनिया भर के फालतु विचार आने लग जाएंगे । ऐसा न हो इसलिए मन को थोडी कसरत ज्यादा करा दें, तो कोई मन का नुकशान नहीं होता है ।

प्रयोग नं. 3 के विपरीत क्रम से जाप प्रारंभ करीए । सन्मुख विपरीत चित्र पट है, दृष्टी उसी पर स्थिर रखकर 108 से उल्टी गिनती के क्रम से एक एक नवकार पूरा गिनना प्रारंभ करीए । 108, 107, 106, 105, 104, 103, 102, 101, 100 नंबर तक एक एक नवकार गिनते गिनते आइए । पहले कमल को सादे पेपर से ढक दीजिए फिर दूसरे कमल में 99 से 91 तक फिर एक एक नवकार गिनीए । अब तीसरे कमल को सादे पेपर से ढक दीजिए और संख्या ढुंढने में बुद्धी लगाइए । अब मन को कठिनाइ जरूर पडेगी । लेकिन मन सक्षम है । ढुंढ निकालेगा । गिन लो उस क्रम से नौं नवकार । फिर चौथे कमल में देखकर अंक संख्यानुसार नवकार गिनीए । फिर आगे पांचवे कमल पर नौं नवकार गिनीए । फिर छट्ठे कमल में नवकार गिनीए । फिर सातवें कमल को पेपर से ढककर उसकी संख्या ढुंढकर नवकार गिनीए । फिर आठवें कमल पर नौं नवकार गिनकर, नौंवा कमल ढककर नवकार गिनीए । फिर दसवें कमल में नौं नवकार गिनीए और फिर ग्यारहवा कमल पेपर से ढककर नौं नवकार गिनीए । बारहवें कमल की संख्यानुसार नौं नवकार गिनीए ।

आपकी सुविधा के लिए हमने इन नंबर वाले कमलों को छीपा दिया है । पेपर से कमल को ढकना न हो तो आंखे बंद करके जाप करें । फिर आंखे खोलीए, फिर बंद करीए । इस तरह मन को कडी कसरत कराते हुए स्थिर - एकाग्र बनाइए ।

समापन विधि :-

इस पद्धति से **1,2** या **3** माला जाप पूर्ण होने के बाद दीर्घ श्र्वासोच्छ्वास के साथ अनुलोम - विलोम प्राणायाम **5** बार करें ।

तत्पश्र्चात् 5 बार ॐ कारोच्चार करें । आंखे बंद रखें ।

दोनों हथेलीयां परस्पर रगडकर गरम करके चेहरे तथा आंखों पर हल्का स्पर्श करके दोनों आंखे खोलकर यंत्रमय नवकार जाप की पूर्णाहूति करें ।

तत्पश्र्चात् सामायिक पारें । (समाप्त करें)

उसके बाद सामायिक के उपकरण तथा आसन - वस्त्रादि व्यवस्थित बहुमान पूर्वक रखें ।

उपकरण आत्मा पर उपकार करते होने से उपकरण का बहुमान - आदर करें ।

ॐ ह्रीँ नमः

कमलाकार में विपरीत क्रम से जाप

8

38	45	40
43	41	39
42	37	44

1

101	108	103
106	104	102
105	100	107

6

56	63	58
61	56	57
60	55	62

3

83	72	67
88	86	84
87	82	89

5

65	72	67
70	68	66
69	64	71

7

47	54	49
52	50	48
51	46	53

4

74	81	76
19	77	75
18	73	80

9

29	35	31
34	35	30
33	28	35

2

92	99	94
97	95	93
95	91	98

10

20	27	22
25	23	21
24	19	26

12

2	9	4
7	5	3
6	1	8

11

11	18	13
16	13	12
15	10	17

प्रयोग नं. 5

सीधे - उल्टे क्रम से यंत्रमय जाप

प्रयोग नं. **6** ☞ (यन्त्रमय पद्धति से 108 नवकार गिनना)

मन को और ज्यादा कसरत कराने के उद्देश्य से यंत्रमय कमलों की जोडी बनाकर जाप करना है । उसमें भी एक सीधे क्रम से और दूसरा उल्टे क्रम से । ऐसे सीधे - उल्टे दो कमलों को एक चौखट (BOX) में इकट्ठे करके फिर साथ में जाप करना है । वे इस तरह — (1) 1 + 12, (2) 2 + 11, (3) 3 + 10, (4) 4 + 9, (5) 5 + 8, (6) 6 + 7, इन छ खानों में इस तरह आगे से पहला तथा पीछे से अंतिम (बारहवां) इन दोनों को साथ एक खाने में जोडीये । अब नवकार क्रम से बोलीए । 9 + 9 = 18 नवकार हो गए ।

(2) 2 + 11 दूसरा खाना — अब सीधे क्रम से 10 से 18 तक नवकार बोलेंगे । फिर तूरन्त ग्यारहवें कमल में लिखे 91 से 99 तक नवकार गिनेंगे । पुनः 9 + 9 = 18 नवकार हुए ।

(3) तीसरा खाना 3 + 10 तीसरे खाने में तीसरे कमल के अनुसार 19 से 27 तक नवकार गिनीए । फिर तुरंत 10 वें कमल के अनुसार 82 से 90 तक नवकार गिनीए । पुनः 9 + 9 = 18 नवकार हुए ।

(४) चौथा खाना 4 + 9 कमलानुसार चौथे खाने में 28 से 36 तक नौं नवकार गिनीए । फिर तुरन्त नौवे कमलानुसार 73 से 81 तक नौं नवकार गिनीए । पुनः 9 + 9 = 18 नवकार हुए ।

(५) पांचवे खाने में 5 + 8 वे कमलानुसार पांचवे खाने में पांचवे कमल में लिखे अनुसार 64 से 72 तक के नौं नवकार गिनीए । पुनः18 नवकार होंगे ।

(६) छट्ठे खाने में 6 + 7 वे कमलानुसार छट्ठे खाने में छट्ठे कमल में लिखे अनुसार 46 से 54 तक के नौं नवकार गिनकर तुरन्त सातवें कमलानुसार 55 से 63 तक के नौं नवकार गिनने है । पुनः 9 + 9 = 18 नवकार हुए ।

इस तरह इन छ खानों (BOX) में सीधे उल्टे क्रम के कमलों को साथ जोडकर लिखि अंक संख्यानुसार अखन्ड धारा में क्रमशः महामंत्र नवकार गिनते ही जाना है । संख्या की चिंता मत करना । क्योंकि गणित के नियमों के बंधन में बंधे अनुसार 108 तो होंगे ही होंगे । इसी तरह 6 खानों में 18 (6 x 18 = 108) नवकार बराबर गिने जाएंगे । याद रखिए ! आपको संख्या नहीं गिननी है । संख्या तो मात्र माध्यम है, आधार है । उस पर नवकार महामंत्र का जाप करना है । संख्या गणित बद्ध है । इसलिए 108 तो हो जाएंगे । सिर्फ मन को कसरत करानी है । अन्य फालतु विचार बंद हो जाएंगे । संवर एवं निर्जरा का लाभ मिलेगा । एक महीने के बाद आंखें बंद करके जाप करें ।

समापन विधि :-

इस पद्धति से 1,2 या 3 माला जाप पूर्ण होने के बाद दीर्घ श्वासोच्छ्वास के साथ अनुलोम - विलोम प्राणायाम 5 बार करें ।

तत्पश्चात् ५ बार कारोच्चार करें । आंखे बंद रखें ।

दोनों हथेलीयां परस्पर रगडकर गरम करके चेहरे तथा आंखों पर हल्का स्पर्श करके दोनों आंखे खोलकर यंत्रमय नवकार जाप की पूर्णाहूति करें ।

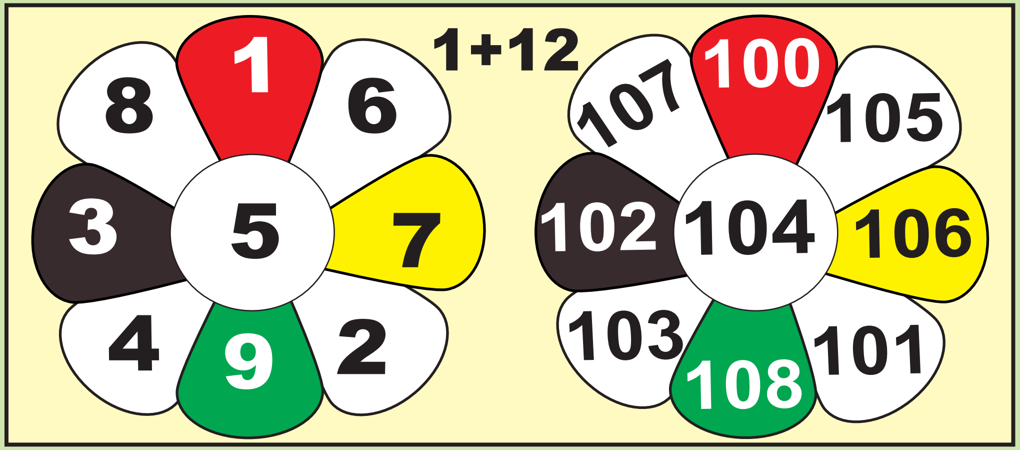
तत्पश्चात् सामायिक पारें । (समाप्त करें)

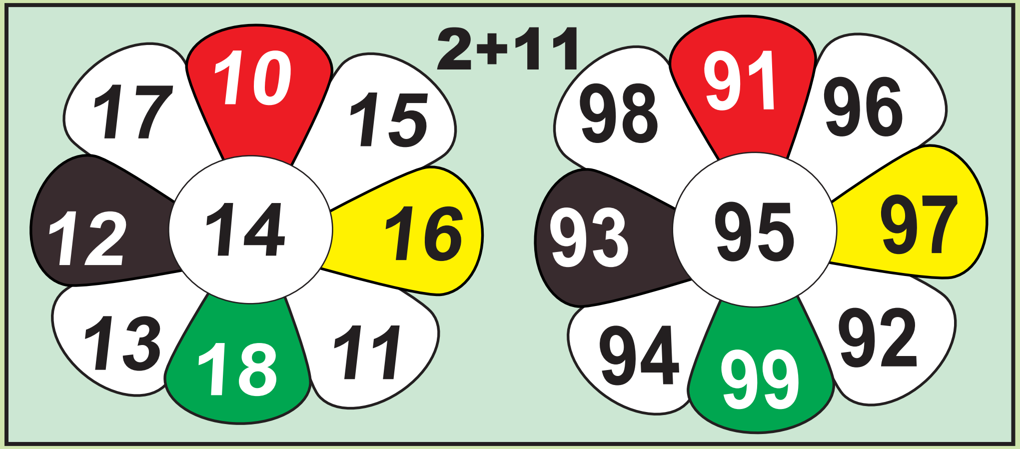
उसके बाद सामयिक के उपकरण तथा आसन - वस्त्रादि व्यवस्थित बहुमान पूर्वक रखें ।

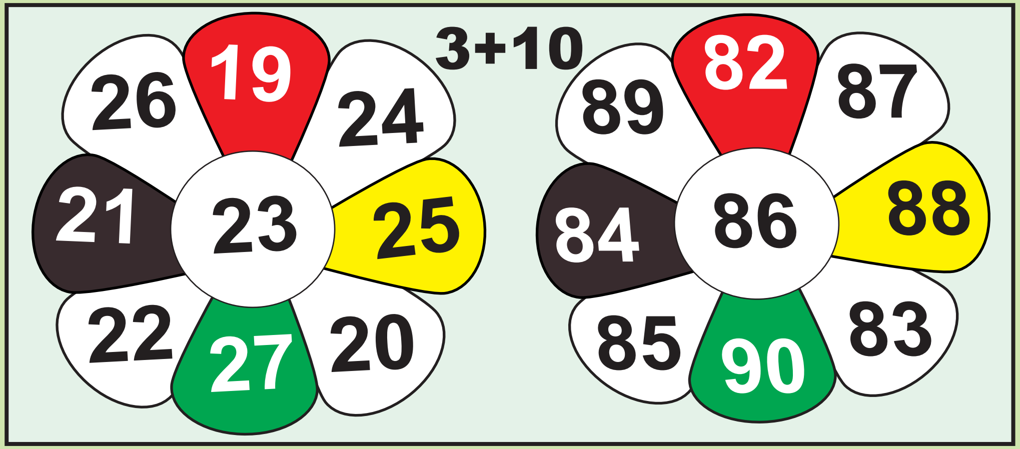
उपकरण आत्मा पर उपकार करते होने से उपकरण का बहुमान - आदर करें ।

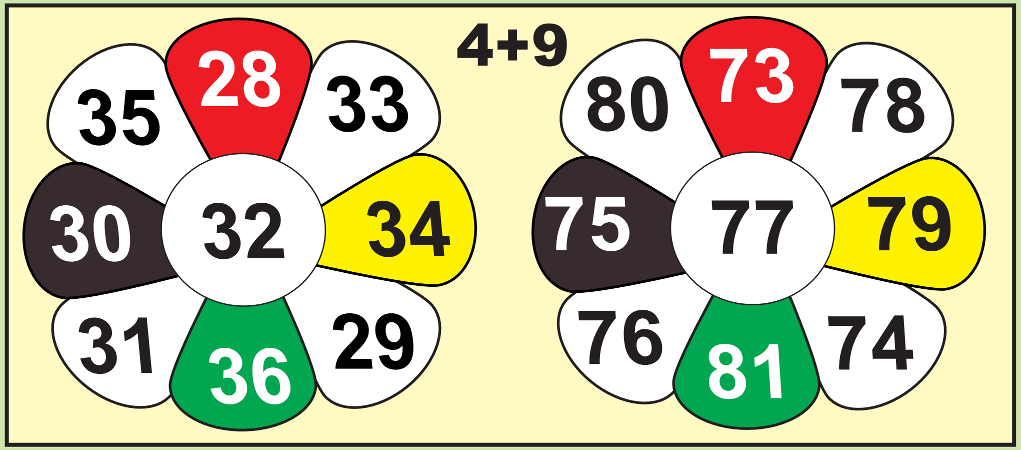
यंत्रमय मंत्रजाप

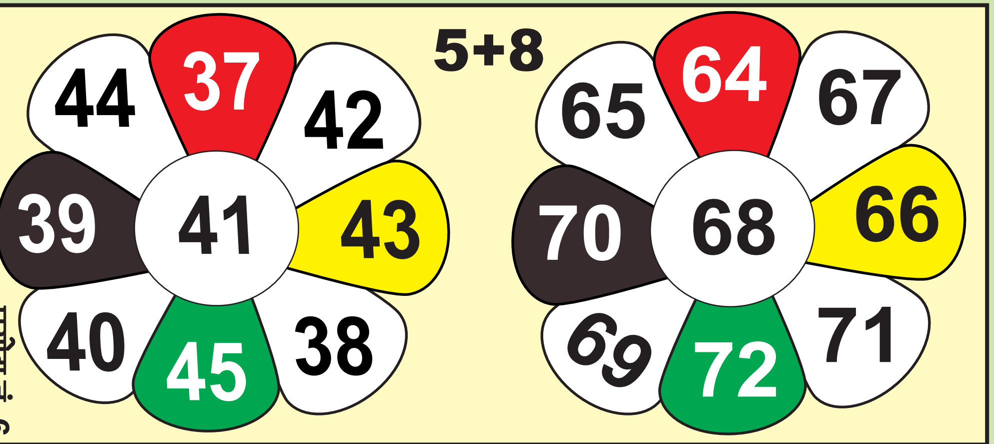
माला हाथ में लिए बिना बस,ट्रेन या प्लेन में प्रवास करते समय भीडभाड में सबके बीच भी एकाग्रता बढाते हुए महामंत्र नवकार का जाप शान्ति से कर सको ऐसी पोकेट साइज वाली छोटी सी पुस्तिका यंत्रमय मंत्रजाप प्रत्येक व्यक्ति को अपनी जेब में रकनी चाहिए। तथा छोटी सी पुस्तिका के माध्यम से एकाग्रता पूर्वक बिना माला के भी १० माला तक पक्की माला गिन सकते हैं । बहुत ही ज्यादा उपयोगी सिद्ध हुई है । खासकर पुरूष वर्ग के लिए । श्री वीरालयम् जैन तीर्थ - पुना से प्राप्त करके जाप साधना करीए । मो. नं. 866 872 5009

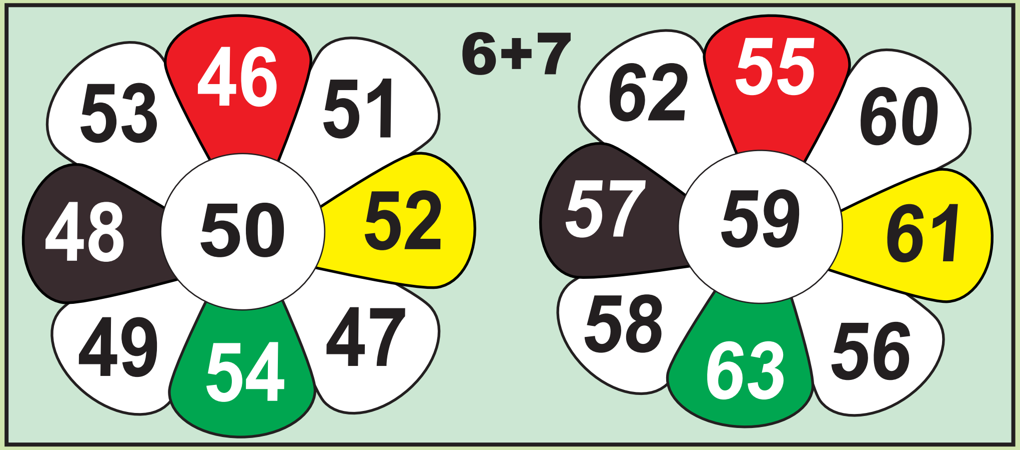

1+12
1 6 7 2 9 4 3 8 5
100 105 106 101 108 103 102 107 104


2+11
10 15 16 11 18 13 12 17 14
91 96 97 92 99 94 93 98 95


3+10
19 24 25 20 27 22 21 26 23
82 87 88 83 90 85 84 89 86


4+9
28 33 34 29 36 31 30 35 32
73 78 79 74 81 76 75 80 77


5+8
37 42 43 38 45 40 39 44 41
64 67 66 71 72 69 70 65 68


6+7
46 51 52 47 54 49 48 53 50
55 60 61 56 63 58 57 62 59

प्रयोग नं. 6

सीधे क्रम के कमलों में उल्टे नवकार का जाप

प्रयोग नं. **7** ☞ (यन्त्रमय पद्धति से 108 नवकार गिनना)

कोष्ठक में कमलाकृति में वर्णवाली नवपद की चित्राकृति है । उसमें अंक संख्या स्थापित की है । तदनुसार नवकार मंत्र का जाप करना है । 12 कमलों की सीधे क्रम से स्थापना की गई है । उसमें उल्टे नवकार का जाप करना है अर्थात् "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" तक के नौं पदों का जाप करने की पद्धति है । आखिर ऐसा क्यों करना है ? ऐसा करने से क्या फायदा होगा ? इसके उत्तर में सिर्फ इतना ही स्पष्ट करना है कि – जाप में मति - स्मृति का आधार अपेक्षित जरूर रहता है, लेकिन आप जाप से ध्यान की दिशा में आगे प्रगति करना चाहते हो तो मति - स्मृति याददाश्त का आधार आलंबन छोडना चाहिए । ताकि उपयोग क्षमता बढती जाय ।

पहले के प्रयोग में विपरीत (उल्टे) क्रम से नवकार गिनने का प्रयोग 108 से 1 तक का गिनते हुए जाप कर चूके हैं । अब यहां इस प्रयोग में "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" पद तक उल्टे नवकार गिनते जाना है । ऐसा करने में सिर्फ उपयोग क्षमता बढाते हुए पूरी एकाग्रता बढाते हुए नौंवा पद, आठवां पद, सातवां पद, छट्ठा पद, पांचवा पद, चौथा पद, तीसरा पद, दूसरा पद और प्रथम पद तक क्रमशः उल्टे - विपरीत क्रम से नवकार गिनते ही जाना है ।

इसी तरह 108 से बरोबर 1 तक उपर आना है ।

हमारी यादशक्ती स्मृति में व्यवस्थित रूप से सीधे क्रम से सीधे क्रम से नवकार स्पष्ट है । लेकिन उल्टे क्रम से नहीं । जैसे हजारों मील सीधे क्रम से चलना आसान है, लेकिन 1-2 मील ही सही उल्टे क्रम से चलना असंभव सा लगता है । ठीक इसी तरह 100 तो क्या 1000 नवकार भी सीधे क्रम से गिनना आसान - सरल होता है । जबकि 1 माला भी उल्टे - पदों के क्रम से नवकार गिनना असंभव सा लगता है । लेकिन धिरे धिरे उपयोग भाव को जागृत करके 108 नवकार उल्टे क्रम से विपरीत गिनना भी असंभव से संभव बन सकता है । यही साधना करनी है । आंखे, दांत, जीभ, होठ आदि बंद करके उल्टे नवकार गिनना है ।

जैन धर्म के कर्म सिद्धान्त का अभ्यास करना चाहते हो ? तो अवश्य पढीए –

कर्म की गति न्यारी

भाग - १,२ और ३ हिन्दी एवं गुज. भाग - १,२) दोनों भाषा में उपलब्ध कर्म सिद्धान्त - कर्म शास्त्र को समझते हुए इस ग्रन्थ का अभ्यास प्रत्येक जैन मात्र को अवश्य करना ही चाहिए ।

जैन श्रमण संघ के डबल M.A.,Ph.D सुप्रसिद्ध विद्वान पू.पंन्यास प्रवर डॉ.श्री अरूणविजय महाराज ने अनेक चित्रों के साथ सरल भाषा में लिखि है । SHRI MAHAVER RESEARCH FOUNDATION ने इसका प्रकाशन किया है । श्री वीरालयम् जैन तीर्थ - जांभुलवाडी - कात्रज - पुना से प्राप्त करीए और पढीए... सीखीए... समझीए....। ~ Mo. 866 872 5009

उवसग्गहरं स्तोत्र (हिन्दी - गुजराती)

एक छोटी साईज की इस लघु पुस्तिका में प.पू.डॉ.श्री अरूणविजय महाराज ने उवसग्गहरं स्तोत्र का तात्विक विवेचन किया है । खास पढने जैसा है । अवश्य पढीए । प्राप्ति हेतु संपर्क करें – 866 872 5009

सम्यग् दृष्टी के लिए नवकार पापनाशक मंत्र है —

सुख प्राप्त हो और दुःख टले यही मिथ्यात्वी जीवों का मूल लक्ष्य है । वे पाप - पुण्यादि कुछ भी मानते ही नहीं है । सम्यग् दृष्टी जीव पुण्य-पापादि नौं तत्त्वों की श्रद्धा रखते हुए निष्ठावान बनते हैं, और पाप - अशुभ कर्म के उदय से दुःख जीवन में आता है । ऐसे कार्य कारणभाव को सम्यग्दृष्टी स्पष्ट मानता है । इसलिए नवकार का उपयोग मात्र दुःख टालने तथा सुख प्राप्त करने के लिए ही न करते हुए पापनाश के लिए ही नवकार की साधना करता है ।

सीधे क्रम के कमलों में उल्टे नवकार का जाप

8

71	64	69
66	68	70
67	72	65

1

9	1	6
3	5	7
4	9	2

6

53	46	51
48	50	52
49	54	47

3

26	19	24
21	23	25
22	27	20

5

55	37	42
39	41	43
40	45	38

7

62	55	60
57	59	61
58	63	56

4

35	28	33
30	32	34
31	36	29

9

80	73	78
75	77	79
76	81	74

2

17	10	15
12	14	16
13	18	11

10

89	82	87
84	86	88
85	90	83

12

107	100	105
102	104	106
103	108	105

11

98	91	96
93	95	97
94	99	92

उल्टे क्रम के कमलों में उल्टे नवकार का जाप

प्रयोग नं. **8** ☞ (यन्त्रमय पद्धति से 108 नवकार गिनना)

पास का चित्र बराबर एकाग्रता पूर्वक शान्ति से देखिए... कमल के सारे खानों की दिशा बदल गई है । कोष्ठक का सीधा क्रम था वह अब सर्वथा उल्टा हो गया है । 1 नंबर नीचे चला गया है, और 12 नंबर उपर आ चूका है । फिर से देखिए ख्याल आएगा । कोष्ठक की क्रम संख्या लिखि गई है । इससे तुरन्त ख्याल आयेगा । कमल तो उल्टे क्रम विपरीत क्रम के हो गये हैं अब इनमें नवकार भी उल्टा ही गिनना है । अर्थात् "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" ।

12 कोष्ठकों के कमलों वाला ही चित्र रहेगा । बारहवे कोष्ठक के कमल में लिखे 108 की अंक संख्या पर पहला उल्टा नवकार - अर्थात् "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" तक बोलीए । फिर 107, 106, 105, 104, 103, 102, 101, 100 तक नौं नवकार बिना जीभ हिलाए गिनीए । फिर ग्यारहवे कमल में 99 से 91 तक, दसवें कमल में 90 से 81 तक, फिर नौवे कमल में 80 से 72 तक, फिर आठवे कमल में 71 से 63 तक, फिर सातवें कमल में 62 से 54 तक, फिर छट्ठे कमल में 53 से 45 तक, पांचवे कमल में 44 से 36 तक, चौथे कमल में 35 से 27 तक, तीसरे कमल में 26 से 19 तक, दूसरे कमल में 18 से 10 तक और अंतिम पहले कमल में 9 से 1 तक धिरे धिरे शान्ति से बिना जीभ हिलाए उल्टे क्रम से "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" तक गिनते जाइए ।

आपको अच्छी तरह ध्यान में होगा कि जीभ हिलानी नहीं है । तालु भाग में चिपकाकर रखनी है । दांत भी मजबूती से बंद रखने है । होठ बंद रखने है । सिर्फ आंखे कोष्ठक एवं नंबर ढूंढने का काम करती रहेगी । प्रत्येक कोष्ठक में कमल एक सरीखे हैं । वर्ण रंगादि सब कुछ एक सरीखा है ।

बस, सिर्फ प्रत्येक कोष्ठक के कमलों में अंक - संख्या बदलती जाएगी ।

जैसे माला में मणके गिनते नहीं है । मणकों को आधार बनाकर उन पर नवकार महामंत्र गिनना है वैसे ही । एक शेठ को रोज माला गिनते देखकर अनपढ गंवार नोकर ने पूछ ही लिया अरे शेठजी ! क्या अभी तक आपको मेरे उपर विश्वास नहीं आया ? किआप रोज रोज ये मणके गिनते हो ? शेठ ने समझाते हुए जवाब दिया कि मैं मणके नहीं गिनता हूं । मैं धागे में बंधे हुए इन -108 मणकों पर नवकार महामंत्र का जाप करता हूं । भगवान का नाम जपता हूं । मणकों की बनी हुई यह माला तो मात्र संख्या का आधार है ।

ठीक इसी तरह बारह कोष्ठकों के कमलों में लिखि गई संख्या मणकों की तरह आधार है । आपको संख्या नहीं पढनी है, नहीं गिननी है । यह तो मात्र आधार है । लक्ष्य तो नवकार महामंत्र का जाप है । नवकार महामंत्र में क्या है ? पंच परमेष्ठी भगवंतो को नमस्कार करने का लक्ष्य है । ताकि सव्व पावप्पणासणो – सब पाप कर्मों का नाश क्षय हो ।

यहां भी एक से 108 तक की संख्या क्रमशः लिखि गई है । इसे ही माला समझीए । बस, सिर्फ युक्ती करके दिशा-विदिशा बदल-बदलकर जान बुझकर टेठे मेढे लिखी है संख्या तथा उसके कोष्ठक (BOX) भी उपर नीचे अलग अलग दिशा में रखें है । ताकि मन को ढुंढने में थोडी सी कठीनाई हो । तो मन लगा रहेगा । नहीं तो फिर आसान सीधे सरल क्रम में ही लिख देंगे तो मन आंखों को काम सोंपकर खूद बाहर भाग जाएगा । फालतु विचारों में अटक जाएगा । तो तो फिर माला लेकर गिनते समय जो होता था, वही होने लगेगा । परिश्रम सब पानी में धूल जाएगा । फिर मतलब क्या रहा ? फालतु विचारों को रोकने हेतु नया प्रयोग भी फैल हो जाएगा ।

बस, आशा है कि आप आशय - उद्देश्य समझ चुके होंगे ? बराबर इस बारह कोष्ठक के चित्र को दृष्टी समक्ष रखकर जीभ हिलाए बिना उल्टे क्रम के कोष्ठक कमलों में लिखि संख्यानुसार नवकार गिनते जाइए । अच्छी एकाग्रता बढेगी । आश्रव का निरोध एवं निर्जरा का फायदा होगा।

उल्टे क्रम के कमलों में उल्टे नवकार का जाप

8

38	45	40
43	41	39
42	37	44

1

101	108	103
106	104	102
105	100	107

6

56	63	58
61	59	57
60	55	62

3

83	90	85
88	86	84
87	82	89

5

65	72	67
70	68	66
69	64	71

7

47	54	49
52	50	48
51	46	53

4

74	81	76
79	77	75
78	73	80

9

29	36	31
34	32	30
33	28	35

2

92	99	94
97	95	93
96	91	98

10

20	27	22
25	23	21
24	19	26

12

2	9	4
7	5	3
6	1	8

11

11	18	13
16	14	12
15	10	17

उल्टे - सीधे नवकार

उल्टी - सीधी संख्या के क्रम से जाप

प्रयोग नं. **9** (यन्त्रमय पद्धति से 108 नवकार गिनना)

यदि साधक प्रयोग नं. 3 और 4 के अनुसार उल्टे - सीधे, सीधे - उल्टे क्रम से नवकार का यंत्रमय मंत्र पद्धति से जप करने में सफल हो गए तो आत्म विश्वास काफी अच्छा बढ जाएगा कि बिना फालतु विचारों के जाप करने में आपने सफलता प्राप्त कर ली है । मन को - जो कि एक भूत से भी ज्यादा खतरनाक है, उस पर दया नहीं लानी है । मन तो मात्र साधन है । आत्मा साधक है । कर्म मन को नहीं बंधते हैं, सिर्फ आत्मा को ही बंधते हैं । अब आत्मा पर लगे कर्मों की निर्जरा कर्म क्षय करने में मन को सहायक साधन बनाना है । साधक आत्मा मन को साधन बनाकर महामंत्र नवकार की साधना द्वारा कर्मक्षय का साध्य सिद्ध करें । इसी तरह मन साधन को महामंत्र नवकार की साधना में खूब कसरत कराते कराते इतना थकाकर जाप करते जाएं, ताकि इधर - उधर के निरर्थक विचार बिल्कुल नहीं आएंगे । अतः नया आश्रव नया कर्म बंध भी नहीं होगा । इस तरह एक तरफ नया आश्रव और कर्मों का बंध न हो, तथा पहले के पूराने संचित कर्मों का भी क्षय (निर्जरा) होता रहे... बस, यही साध्य है । इसी साध्य को साधने के लक्ष्य से इस तरीके से साधना करने का मानस बनाया है । बूंद - बूंद से सरोवर भरता है इसी तरह थोडी - थोडी आत्मशुद्धी होती होती मात्रा बढती ही जाएगी । साध्य लक्षी साधना है । मात्र तरीका - पद्धति बदली है ।

इस प्रयोग में और ही अलग तरीके की थोडी ज्यादा कठीन कसरत मन को कराने का तरीका है । सर्व प्रथम कमलाकार चित्र में 1 से 12 कोष्ठकों में क्रमशः 1 से 108 तक सीधे क्रम से बारह कमलों में संख्या लिखी है । अतः चित्र में स्थिर दृष्टी से देखते हुए क्रमशः एक एक कोष्ठक के कमलों में नौं नौं नवकार सीधे - पूरे नवकार गिनते जाइए । याद रखिए ! सामायिक में अर्ध या पूर्ण पद्मासन में जिन प्रतिमा की मुद्रा में स्थिर बैठीए । काय योग का आश्रव बंद हो जाएगा । फिर जीभ तालु पर लगाकर रखें । दांत - होठ न हिलाते हुए जीभ न हिलाते हुए जाप करें । ताकि वचन योग का भी आश्रव द्वार बंद हो जाय । अब सिर्फ मन अकेला ही साधना करेगा ।

प्रथम कोष्ठक के कमल में 1 से 9 तक, दूसरे कमल में 9 से 18 तक, तीसरे कमल में 19 से 27 तक, चौथे कमल में 28 से 36 तक, पांचवे कमल में 37 से 45 तक, छट्ठे कमल में 46 से 54 तक एकाग्रता - स्थिरता पूर्वक शान्ति से पूरे नवकार सीधे क्रम से गिनते गिनते आधी माला पूर्ण करें ।

तत्पश्चात् बहुत ही अच्छी तरह शान्ति से जाप करते करते अब आगे सातवे कमल में 55 से 63 तक, आठवे कमल में 64 से 72 तक, नौवे कमल में 73 से 81 तक, दसवें कमल में 82 से 90 तक, ग्यारहवे कमल में 91 से 99 तक, बारहवे कमल में 100 से 108 तक सीधे क्रम से पूरे नवकार बिना जीभ हिलाते हुए जाप करते जाइए । १०८ से नवकार की एक माला (पक्की) हो जाती है । शान्ति से स्वस्थ जाप साधना हो जाती है ।

जी...हां..., सीधे क्रम से 1 से 108 तक पूरे नवकार महामंत्र 12 कोष्ठकों के 12 कमलों में हो जाने के पश्चात तुरन्त ही अब दूसरे विभाग में उल्टे क्रम से उल्टा नवकार गिनना प्रारंभ करीए । जी...हां..., उल्टा नवकार गिनने में तकलीफ जरूर होगी । क्योंकि याद शक्ती - स्मृति में उल्टा नवकार फिट नहीं है । एक मात्र सीधे क्रमवाला ही नवकार दिमाग में फिट है । इसलिए स्मृति - यादशक्ती का उपयोग बंद करके अब बुद्धि का उपयोग बढाकर उल्टा नवकार गिनना है ।

चित्र बदलना नहीं है । 12 कोष्ठकों के कमलों वाला ही चित्र रहेगा । बारहवे कोष्ठक के कमल में लिखे 108 की अंक संख्या पर पहला उल्टा नवकार - अर्थात् "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" तक बोलीए । फिर 107, 106, 105, 104, 103, 102, 101, 100 तक नौं नवकार बिना जीभ हिलाए गिनीए । फिर ग्यारहवे कमल में 99 से 91 तक, दसवें कमल में 90 से 81 तक, फिर नौवे कमल में 80 से 72 तक, फिर आठवे कमल में 71 से 63 तक, फिर सातवें कमल में 62 से 54 तक, फिर छट्ठे कमल में 53 से 45 तक, पांचवे कमल में 44 से 36 तक, चौथे कमल में 35 से 27 तक, तीसरे कमल में 26 से 19 तक, दूसरे कमल में 18 से 10 तक और अंतिम पहले कमल में 9 से 1 तक धिरे धिरे शान्ति से जीभ हिलाए बिना उल्टे क्रम से "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" गिनते जाइए । अनुभव करीए - बिना अन्य निरर्थक विचार आए 108 सीधे और 108 उल्टे नवकार महामंत्र की दो माला का जाप हुआ । संवर निर्जरा का अच्छा लाभ मिला ।

उल्टे - सीधे नवकार - उल्टी - सीधी संख्या के क्रम से जाप

8

71	64	69
66	68	70
67	72	65

1

9	1	6
3	5	7
4	9	2

6

53	46	51
48	50	52
49	54	47

3

26	19	24
21	23	25
22	27	20

5

55	37	42
39	41	43
40	45	38

7

62	55	60
57	59	61
58	63	56

4

35	28	33
30	32	34
31	36	29

9

80	73	78
75	77	79
76	81	74

2

17	10	15
12	14	16
13	18	11

10

89	82	87
84	86	88
85	90	83

12

107	100	105
102	104	106
103	108	105

11

98	91	96
93	95	97
94	99	92

उल्टे सीधे, सीधे सीधे, उल्टे उल्टे, सीधे उल्टे उभय क्रम से कमल बद्ध यंत्रमय जाप

प्रयोग नं. 10

1) सीधे उल्टे 1 + 12, 2 + 11

2) उल्टे सीधे 10 + 3 9 + 4

3) सीधे सीधे 6 + 6,

4) उल्टे उल्टे क्रम से 8 + 7

इस प्रयोग में मन को और ज्यादा कसरत कराने के लिए – सीधे - उल्टे, उल्टे - सीधे, सीधे - सीधे, उल्टे उल्टे क्रम से मन को भगाने की पद्धती से जाप करवाए जा रहे हैं । जैसे माता भोजन की थाली लेकर बीच में बैठी हो और छोटा सा बेटा मां के चारों तरफ कभी सीधे क्रम की गोलाई में तो कभी उल्टे क्रम की गोलाई में गोलाकार घूमता ही जाता है । उसके खेलने का मस्ती भरा तरीका वैसा है । फिर भी मां तो मात्र एक ही लक्ष्य रखकर बेटे को भोजन खिलाने में राजी है । उसने यह नहीं देखा कि बच्चा किस प्रकार की गोलाई में घूम रहा है । सीधे या उल्टे । कुछ भी नहीं देखा ।

बस, यहां पर भी वही खेल है । आत्मा मां है और मन छोटा सा बच्चा है । संवर निर्जरा का लक्ष्य है नवकार की साधना है । काय योग और वचन योग के दरवाजे बिल्कुल बंद करने के बाद अब सिर्फ मन को ही दौडाकर जाप कराते हुए संवर निर्जरा का लक्ष्य साधना है ।

(1) प्रथम कोष्ठक में 1 + 12 तथा 2 + 11 सीधे - उल्टे क्रम से जाप करना है । प्रथम कोष्ठक में 1 से 9 तक सीधे, तथा बाहरवें कमल में 100 से 108 तक क्रम से नवकार गिनते जाना है । इसी तरह दूसरे कोष्ठक में 11 से 18 तक तथा साथ जुडे ग्यारहवें कमल में 91 से 99 तक क्रम से नवकार गिनने है ।

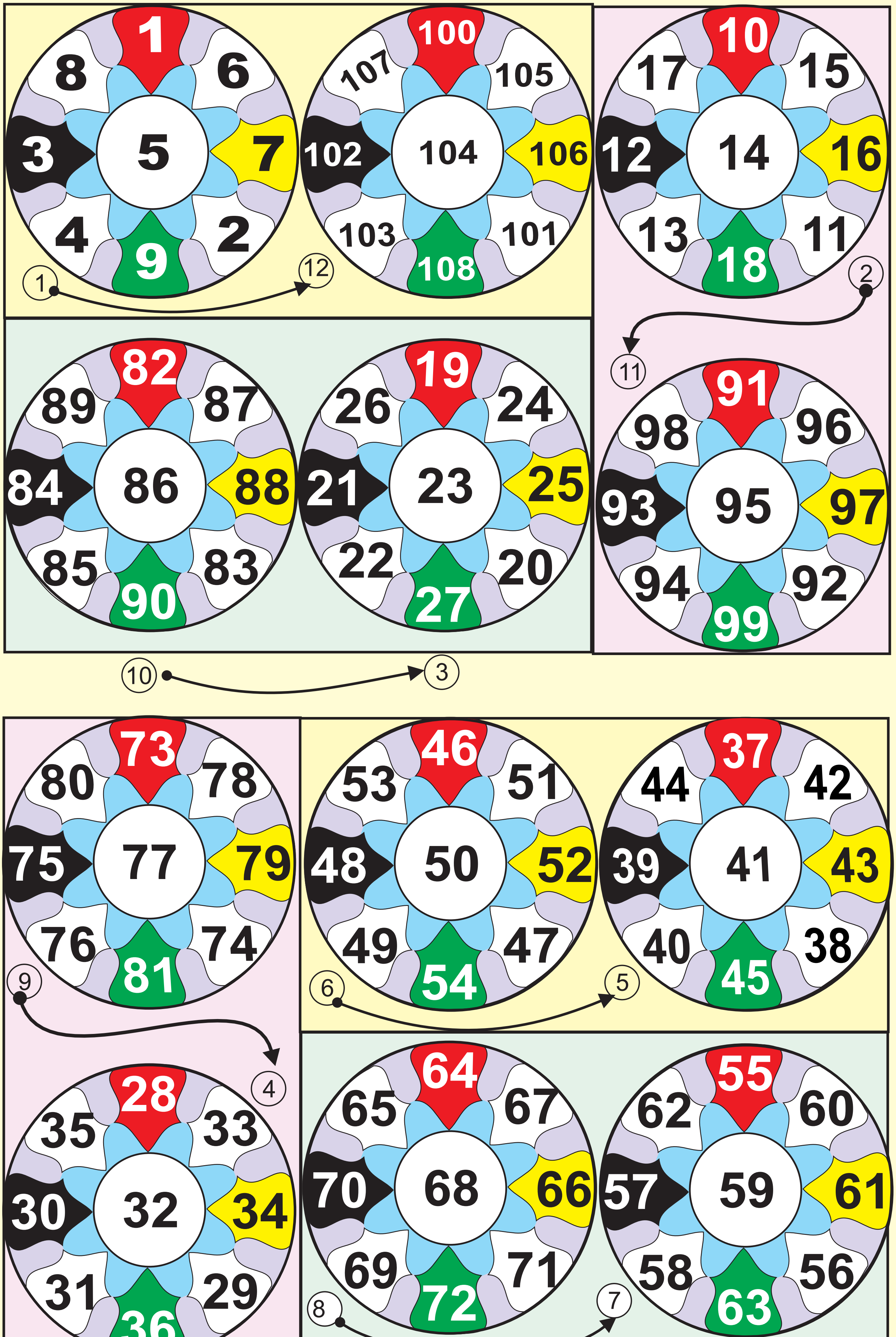
(2) अब उल्टे सीधे क्रम से 10 + 3 तथा 9 + 4 वाले कोष्ठक में 10 वे कमल में 82 से 90 तक फिर तुरंत 19 से 27 तक नवकार गिने । तथा नौवे कमलानुसार 73 से 81 तक तथा चौथे कमलानुसार 28 से 35 तक नवकार गिनें ।

(3) सीधे सीधे क्रम में 5 + 6 कमलानुसार पांचवे कमल में लिखे अनुसार 36 से 45 छट्टे कमलानुसार 46 से 54 तक नवकार महामंत्र का जाप क्रमशः करते ही जाना है ।

(4) उल्टे उल्टे क्रम में 8 + 7 वे कमलानुसार – आठवे कमल में 64 से 73 तक तथा तुरन्त ही 55 से 63 तक क्रमशः नवकार गिनते जाइए ।

नवकार वही है । नौं पद शाश्वत ही है । पंच परमेष्ठी भगवंत जो कि नवकार में आराध्य- उपास्य तत्त्व है, वह भी शाश्वत ही है । उन्हें नमस्कार करके साधक अपने सब पाप कर्मों का नाश (क्षय) करना चाहता है । यही उसका लक्ष्य है । साध्य है । बस, इतना समझकर साध्य को साधने का एक मात्र बक्ष्य रखिए और तदनुसार साधना करते जाइए । अब एक बार आप इतना साध्य परिलक्षित करके मानस दृढ कर लो, फिर नवकार उल्टा गिनना या सीधा गिनना हो उसकी चिंता नहीं सतायेगी । आने दो, जब सीधे गिनने का क्रम आएगा तब सीधे तथा जब उल्टे नवकार गिनने का क्रम अवसर आएगा तब उल्टे नवकार भी इतनी ही सहजता से...सरलता से गिनते ही जाएंगे । जी... हां... मति - स्मृति (याददाश्त) के आधार पर ही गिनने की आदत मत बनाइए । ऐसी अदत तकलीफ देती है । निषेधिकी मनोवृत्ति (Negetive Mentality) बनाती है । इससे बाहर निकलना है । इसके लिए एक मात्र उपाय श्रुतज्ञान के उपयोग से कभी भी, कैसी भी विकट या विपरीत परिस्थिति में भी रास्ता निकलता है । जी...हां... प्रारंभ में दो चार दिन तकलीफ जरूर पडेगी । अंदर से मन ना..ना..ना.. करेगा । लेकिन बौद्धिक शक्ती के उपयोग से सकारात्मक सोच बनाकर मनोबल बढाकर साधना करीए । उल्टे - सीधे, सीधे - उल्टे नवकार गिनते जाइए । सफलता अवश्य मिलेगी ।

बराबर 108 नवकार हो गए । सिर्फ मन को सीधे उल्टे, उल्टे सीधे, भगाने की कसरत कराई । अन्य फालतु विचार सब रूक गए । परिणाम स्वरूप संवर - निर्जरा का लाभ अच्छा मिलता है । महीने भर बाद आंखें बंद करके जाप करीए ।


1 8 6 3 5 7 4 9 2
100 107 105 102 104 106 103 108 101
10 17 15 12 14 16 13 18 11
82 89 87 84 86 88 85 90 83
19 26 24 21 23 25 22 27 20
91 98 96 93 95 97 94 99 92
73 80 78 75 77 79 76 81 74
46 53 51 48 50 52 49 54 47
37 44 42 39 41 43 40 45 38
28 35 33 30 32 34 31 36 29
64 65 67 70 68 66 69 72 71
55 62 60 57 59 61 58 63 56
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12

सीधे-उल्टे, उल्टे सीधे, क्रम के कमलों में सीधे-उल्टे नवकार

प्रयोग नं. **11** ☞

पहले के प्रयोगों का अभ्यास अच्छी तरह हो जाने से और उनसे अच्छी सफलता मिल जाने के बाद यह प्रयोग कठीन होने पर भी ऐसे साधकों को सरल लगेगा । सरलता से साधक जाप कर सकेंगे । पहले हेतु समझ लीजिए कि मन को थोडी ओर ज्यादा कसरत कराते हुए स्थिरता बढानी है । एकाग्रता ओर ज्यादा गहन करनी है, ताकि संवर निर्जरा का गुणाकार बढ सकें।

पहले कमल में 108 से 100 तक उल्टे क्रम से सीधे नौं नवकार गिनने के पश्चात् दूसरे कमल में 99 से 91 तक के नौं नवकार मंत्र ही उल्टे पदों से गिनना है । अर्थात् "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" तक गिनीए । बाद में तीसरा चौथा दोनों कमलों का एक ग्रुप बनाकर सीधे क्रम के नौं पदों वाले 9 + 9 = 18 नवकार गिनीए,पांचवा कमल में सीधे नवकार गिनकर बाद में छट्ठे और साातवें दोनों कमलों का एक ग्रुप बनाकर 9 + 9 = 18 नवकार उल्टे पद वाले अर्थात् "पढमं हवइ मंगल" से "नमो अरिहंताणं" तक गिनीए । आठवे कमल में 45 से 37 तक के नौं नवकार सीधे पदों से गिनकर पुनः नौंवा कमल 44 से 36 तक के नौं नवकार "पढमं हवई मंगलं" से "नमो अरिहंताणं" तक उल्टे पदों वाला नवकार गिनीए ।

अब दसवें कमल में 27 से 19 तक के नौं नवकार पुनः "नमो अरिहंताणं" से "पढमं हवई मंगलं" तक के गिनते जाइए ।

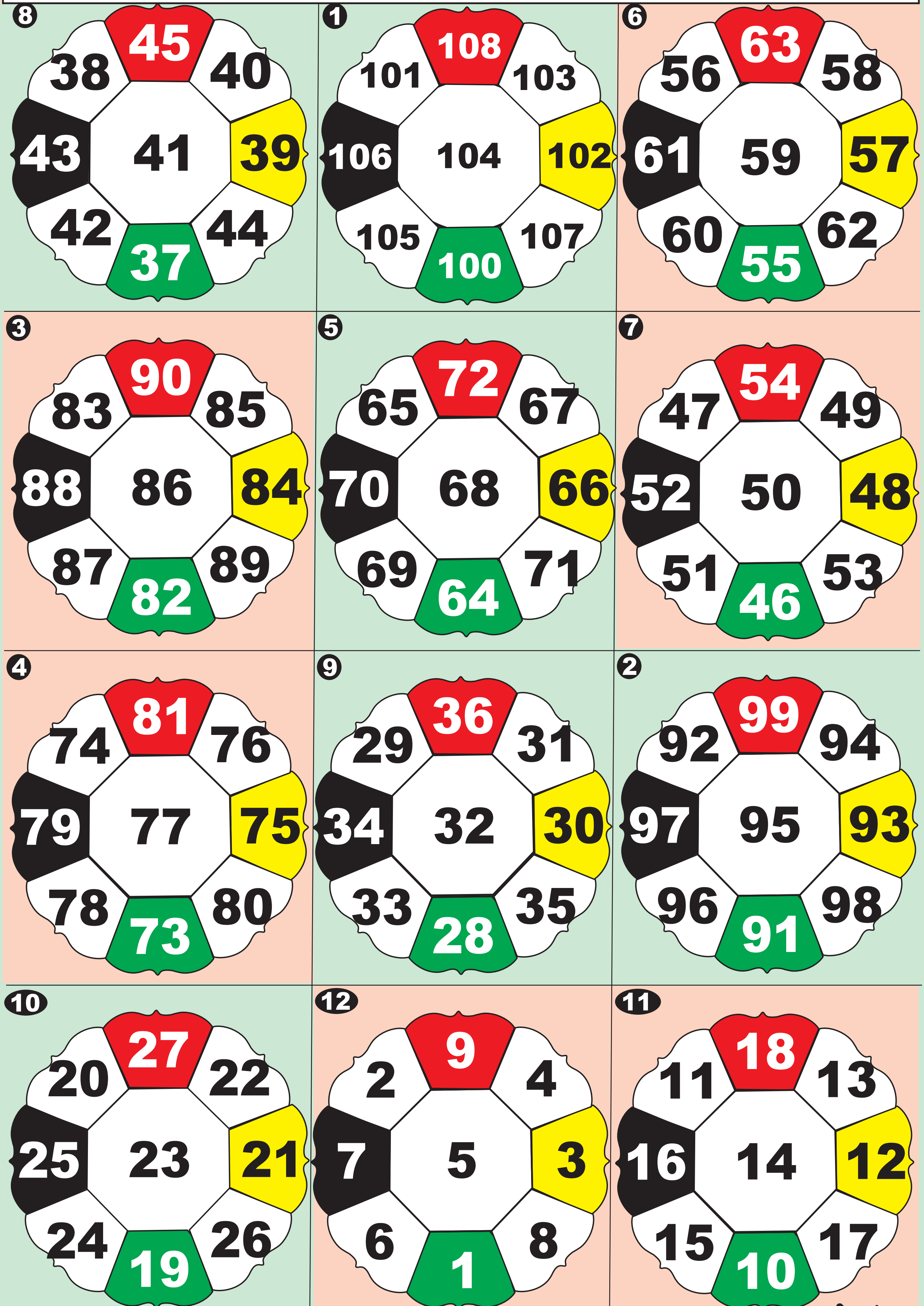
अन्त में ग्यारहवां तथा बारहवां दोनों कमलों का एक समूह ग्रुप बनाकर 18 से 10 तथा 9 से 1 तक के 18 नवकार पुनः "पढमं हवई मंगलं" से " नमो अरिहंताणं" तक के उल्टे पदों वाला नवकार गिनना है ।

इस तरह विपरीत क्रम वाले 108 से 1 तक के 12 कमलों वाले चित्र पट में से जो उल्टे क्रम का चित्र पट है उसीको सन्मुख रखकर उसमें से क्रम समझकर 108 नवकार गिनने है ।

नवकार वही है । नौं पद शाश्वत ही है । पंच परमेष्ठी भगवंत जो कि नवकार में आराध्य - उपास्य तत्त्व है वह भी शाश्वत ही है । उन्हें नमस्कार करके साधक अपने सब पाप कर्मों का नाश (क्षय) करना चाहता है । यह उसका लक्ष्य है । साध्य है । बस, इतना समझकर साध्य को साधने का एक मात्र लक्ष्य रखिए और तदनुसार साधना करते जाइए । अब एक बार आप इतना साध्य परिलक्षित करके मानस दृढ कर लो । फिर नवकार उल्टा गिनना हो या सीधा गिनना हो उसकी चिन्ता नहीं सताएगी । आने दो जब सीधे गिनने का क्रम आएगा तब सीधे तथा जब उल्टे नवकार भी इतनी ही सहजता से...सरलता से गिनते ही जाएंगे । जी हां... मति - स्मृति (याददाश्त) के आधार पर ही गिनने की आदत मत बनाईए । ऐसी आदत तकलीफ देती है । निषेधिकी मनोवृत्ति (Mentality) बनाती । इससे बाहर निकलना है । इसके लिए एक मात्र उपाय श्रुतज्ञान का उपयोग करने से कभी भी कैसा विकास या विपरीत परिस्थिति में भी रास्ता निकलता है । जी, हां... प्रारंभ में दो चार दिन तकलीफ जरूर पडेगी । अंदर से मन ना, ना, करेगा । लेकिन बौद्धिक शक्ती के उपयोग से सकारात्मक सोच बनाकर मनोबल बढाकर साधना करते रहीए । उल्टे सीधे, सीधे - उल्टे नवकार गिनते जाइए । सफलता अवश्य मिलती है ।

ऐसा मत समझीए कि इस निरर्थक झंझट को करने से क्या फायदा ? ऐसा सोचकर छोडकर भाग मत जाइए । जाप ध्यान का मैदान किसी युद्ध नीति या कूटनीति से कम नहीं है । मन भी तो एक योद्धा ही है । इसको भी जीतना ही है । मन को कसरत कराते भगाइए, थकाइए । इतना करके स्थिरता - दृढता - एकाग्रता - बढाइए । डरकर छोड दोगे तो कभी भी सिद्धी प्राप्त नहीं होगी । पुरूषार्थ करीए और संवर निर्जरा साधीए ।

सीधे-उल्टे, उल्टे सीधे, क्रम के कमलों में सीधे-उल्टे नवकार



प्रयोग नं. 11

घडी आकारे नवकार जाप

प्रयोग नं. **12** ☞

12 कलाक वाली घडी सबकी स्मृति में स्थिर है । बच्चो से बुजूर्ग तक सब अच्छी तरह घडी को जानते - पहचानते हैं । इसी 12 कलाक वाली घडी की अंक संख्या के उपर वर्णमय नवपद की पंखुडीवाले कमल की स्थापना की है । प्रत्येक कमल के केन्द्र में कर्णिका और उसके आसपास चारों दिशा विदिशा में आठ पंखुडियां है । इस तरह अष्ट दल कमल बनता है ।

प्रत्येक कमल के केन्द्र में तथा आठों पंखुडीयों में मिलाकर 1 से 9 तक की नौं - नौं की अंक संख्या ही लिखि गई है । ऐसे 12 कमल है अतः 12 X 9 = 108 ही नवकार होंगे । कम भी नहीं और ज्यादा भी नहीं होंगे। इस तरह संख्या की गणना में हमारा मन निश्चिंत हो जाता है । इसलिए संख्या नहीं गिननी है। बस, सिर्फ संख्या को आधार बनाकर नमस्कार महामंत्र गिनना है । हमारा उद्देश्य है नवकार पर स्थिरता - एकाग्रता साधकर अन्य फालतु विचारों को रोकना है । इतनी सी सलाह ध्यान में लीजिए ।

प्रथम तरीके में प्रयोग नं.1 में एक नंबर के कमल में 1 से 9 की संख्या पर नौं नवकार गिनना है । दुसरे नंबर के कमल पर 10 से 18 अर्थात् नौं नवकार गिनना है । एस तरह प्रत्येक कमल पर नौं नौं नवकार गिनना है । कमल 12 है प्रत्येक कमल में 9 नवकार गिनना है क्रमशः 108 नवकार गिने जाएंगे ।

8 दिन तक प्रयोग नं. 1 की पद्धति से जाप कर लेने के पश्चात् प्रयोग नं. 2 में थोडी सी सुधारना करीए । बस, नंबर दो वाला कमल कागज से ढक दिजीए । अपनी मति - बुद्धि का उपयोग करके एक एक अंक संख्या ढूंढ निकालिए । इसी तरह नं. तीन का कमल ढककर जाप करीए । नंबर 3 के कमल पर 19 से 27 तक की अंक - संख्या लीखी है आपको खुली आंखों से दिखती नहीं है, फिर भी आंखें बंद करके उस संख्या को उसी क्रम में देखने का प्रयत्न करते हुए नवकार गिनना है । वही कलरफूल कमल और वही नंबर दिखने चाहिए । वैसे ही आगे आगे के कमल को ढंकते जाइए और तल्लीनता से नवकार गिनते जाईए । इस तरह एक एक कमल ढककर जाप करने से एकाग्रता में वृद्धि होगी ।

अब आपको नंबर भी ढुंढने है और नवकार भी गिनना है अतः मन को ज्यादा एक्सरसाइज करनी पडेगी । अंक और नवकार के बिना के फालतु विचार को जगह ही नहीं मिलेगी ।

ऐसे 4 या 5 बार करने से अभ्यास बढ जाय तो पूरे यंत्र को आंखों के सामने से हटा दिजीए और उसी क्रम से शांत चित्त से 108 नवकार गिनीए ।

याद रखीए ! हम अपनी साधना में शुद्धता लाने के लिए जाप कर रहे हैं । मार्क या रेन्क के लिए नहीं है । इसे परीक्षा मत समजीए । कहीं कोई बडा ईनाम मिलने वाला नहीं है । अपने आप मन को, मन की क्षमता को पहचानें और इसमें मन को ज्यादा कसरत कराते हुए स्थिरता - एकाग्रता बढाने में सफलता मिले और बाहर के अन्य फालतु विचारों को रोकने में सफलता मिलेगी तो निश्चित ही संवर और निर्जरा का लाभ मिलेगा ।

-: जाप ध्यान के लिए श्रेष्ठ समय :-

सबसे श्रेष्ठ समय - सूर्योदय से चार घडी पहले ब्रह्म मूहूर्त अर्थात् ६ बजे सूयोदय हो तो ४ बजे ।

मध्यम – सूर्योदय के बाद एक घंटे तक ।

समान्य समय - दोपहर आदि अन्य समय ।

उत्साह आनन्द जब ज्यादा अच्छा हो, या बढता हो तो अन्य समय में भी जाप कर सकते हो ।

घडी आकारे नवकार जाप

णमो अरिहंताणं ।

णमो सिद्धाणं ।

णमो आयरियाणं ।

णमो उवज्झायाणं ।

णमो लोए सव्वसाहूणं ।।१।।

एसो पंच णमुक्कारो ।

सव्व पावप्पणासणो ।

मंगलाणं च सव्वेसिं ।

पढमं हवई मंगलं ।

घडी आकार के कमलों में विपरीत क्रम से जाप

प्रयोग नं. **13** ☞

पहले घडी आकारवाले कमलों में सीधे क्रम से अर्थात् 1 से 108 तक नवकार का जाप किया है । तरीका - पद्धति सब कुछ वही रहेगा । बस, सिर्फ सीधे क्रम से न करते हुए उल्टे विपरीत क्रम से जाप करने का तरीका अपनाना है ।

मन को यादशक्ती - स्मृति के अनुसार सीधे क्रम से जाप करना बहुत सही आसान - सरल लगता है । यह पहले सीधे क्रम के प्रयोग में हो चूका है । लेकिन यदि हम सीधे क्रम के प्रयोग ही करते रहेंगे तो फिर मन यादशक्ती में घूस जाएगा, और फिर सरलता का आदि हो जाएगा । वैसा होने नहीं देना है । इसलिए अब इस दूसरे तरीके में तीर के निशान दिखाए है उस तरह उस क्रम से विपरीत दिशा में उल्टे चलना है ।

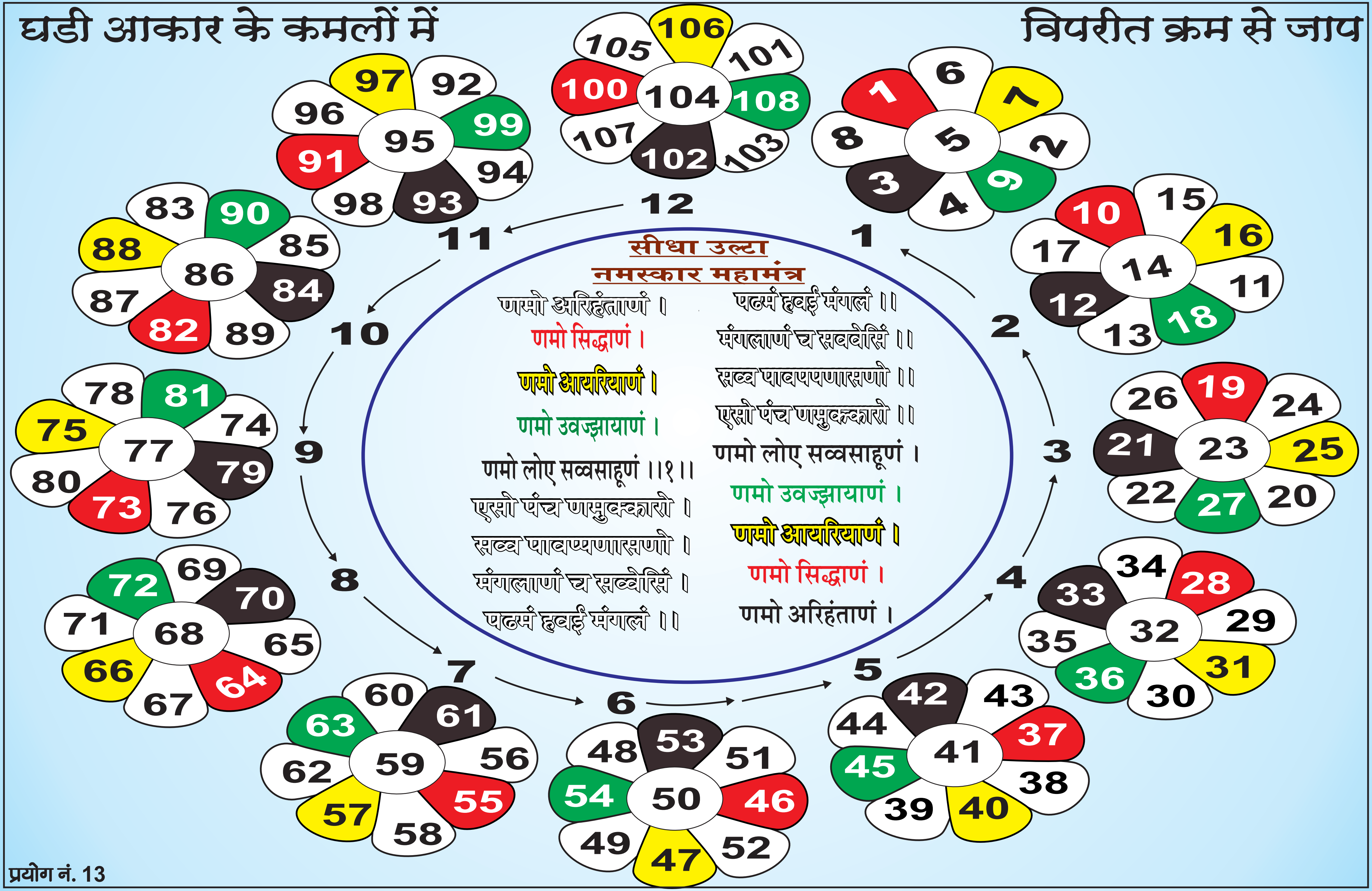
इसके लिए साधक पूर्व तैयारी - पूर्व क्रम से सारी विधि करके सामायिक लेकर आसन में स्थिर बैठे । अब घडी की आकृति में 12 वे नंबर वाले कमल को स्थिर नजर से देखिए । 108 की अंक संख्या पर पहला नवकार गिनीए । 107, 106, 105, 104, 103, 102, 101, 100 वा इस तरह नौं नवकार गिनीए । जीभ होठ मन दांत बिल्कुल हिलाने नहीं है । पूरा काम सिर्फ मन ही करता जाएगा । क्रम छोडेंगे नहीं । नजर इधर -उधर बिल्कुल हिलाएंगे नहीं । संपूर्ण स्थिरता अंको पर बनी रहेगी । अब आगे बढीए। ग्यारहवे कमल पर आइए, 99 से 91 तक के नौं नवकार गिनीए। फिर दसवे नंबर की संख्या वाले कमल में लिखे अंक संख्यानुसार 90 से 82 तक जाप करीए । फिर नौवे कमल परआकर विपरीत क्रम से 81 से 73 तक नवकार गिनीए । आगे 8 की क्रम संख्या पर लिखे 72 से 64 तक, फिर सातवें कमल पर 63 से 55 तक, फिर छट्ठे कमल पर 54 से 46 तक, फिर पांचवे कमल पर 45 से 37 तक क्रमशः विपरीत क्रम से नवकार गिनीए । तत्त्व से नवकार शाश्वत रूप है । अब चौथे नंबर के कमल में आकर 36 से 28 तक नवकार गिनते जाइए । अब तीसरे क्रम पर 27 से 19 तक नवकार गिनना है । अब दूसरे कमल में 18 से 10 नंबर तक जाप करीए । अब पहले क्रम के कमल में 9 से 1 तक बराबर नवकार गिनीए । इस तरह उल्टे विपरीत क्रम से 108 नवकार बिना भूले सुव्यवस्थित क्रम से 108 से 1 तक नवकार महामंत्र का जाप करीए ।

कमल तो बारह निश्चित ही है । तथा प्रत्येक कमल में नौं - नौं नवकार ही गिनने है । तो ही 12 x 9 = 108 नवकार होंगे । गणित के नियमानुसार 108 ही नवकार गिने जाएंगे । इनमें कम ज्यादा तो होनेवाले ही नहीं है । इससे संख्या की दृष्टी से मन को संख्या गिनने की कोई चिन्ता करने की आवश्यकता ही नहीं है । इस तरह संख्या के विषय में साधक निश्चिन्त बना हुआ, अब इधर - उधर के फालतु विचार करने के लिए खुल्ला हो चूका है । अब बंधन नहीं है । एक तो मन बाहर भागने की आदत वाला है, मन को कोई काम नहीं रहेगा । कोई जिम्मेदारी नहीं रहेगी तो फिर तो मन को भटकने का चान्स मिल जाएगा । ऐसी किल्लाबंधी करो कि पल भर के लिए भी मन इधर उधर भटक न सके। संवर - निर्जरा भाव से कर्म क्षय करीए ।

कैसी माला से कितना लाभ ?

शंखवाली माला से १०० गुना लाभ
प्रवाल (मुंगे) की माला से १००० गुना लाभ
स्फटिक की माला से १०००० गुना लाभ
मोती की माला से १०००००गुना लाभ
पुत्तंजीवी वनस्पति की माला से १० लाख गुना लाभ
रूद्राक्ष की माला से एक क्रोड गुना लाभ
सोने की माला से १० क्रोड गुना लाभ
चंदन की माला से १०० क्रोड गुना लाभ
रत्न की माला से १००० क्रोड गुना लाभ
सूतर की माला सें अनन्त गुना लाभ
बिना माला के कमलबद्ध नवपद जाप अनन्तानन्त गुना

घडी आकार के कमलों में विपरीत क्रम से जाप



सीधा उल्टा
नमस्कार महामंत्र

णमो अरिहंताणं ।
णमो सिद्धाणं ।
णमो आयरियाणं ।
णमो उवज्झायाणं ।
णमो लोए सव्वसाहूणं ।।१।।
एसो पंच णमुक्कारो ।
सव्व पावप्पणासणो ।
मंगलाणं च सव्वेसिं ।
पढमं हवई मंगलं ।।

पढमं हवई मंगलं ।।
मंगलाणं च सव्वेसिं ।।
सव्व पावप्पणासणो ।।
एसो पंच णमुक्कारो ।।
णमो लोए सव्वसाहूणं ।
णमो उवज्झायाणं ।
णमो आयरियाणं ।
णमो सिद्धाणं ।
णमो अरिहंताणं ।

प्रयोग नं. 13

घडी आकार के कमलों में विपरीत क्रम से उल्टे नवकार गिनना

प्रयोग नं. **14**

पास के चित्र में स्थिर दृष्टि से देखते हुए अच्छी तरह समझने की कोशिष करीए । 12 कमलों को घडी आकृति में सेट किये गए है । बीच में उल्टी क्रम संख्या से उल्टा नवकार लिखा है । अब साधक को तीनों काम उल्टे क्रम से करना है । (1) कमलों का क्रम 12 से 1 लेना है । (२) 108 से 1 तक उल्टे क्रम से नवकार गिनते जाना है । (3) तीसरा काम नवकार उल्टे पद के क्रम से अर्थात् पढमं हवई मंगलं से नमो अरिहंताणं तक जपना है ।

नवकार उल्टे गिनने में कोई दोष नहीं लगता है । और यहां मन को स्मृति में से बाहर निकाल कर अब उल्टे क्रम से जाप कराना है । हां, नया नया है । कठीन तो लगेगा ही । बीच में उल्टा नवकार लिखा है । साधक प्राथमिक अभ्यास में उल्टा नवकार पढते हुए भी जाप कर सकता है । धिरे - धिरे अभ्यास करते करते महीने भर के बाद अच्छी सफलता मिलेगी । सर्व प्रथम 12 वे कमल में 108 से 100 तक नौं उल्टे नवकार गिनीए । जीभ होठ दांत हिलाना नहीं है। शरीर आसन में स्थिर रखें । सिर्फ आंखें चित्र पट पर स्थिर करीए । बाकी सारा काम अकेले मन को ही करने दिजीए । अब आगे ग्यारहवें कमल में 99 से 91 तक के नौं नवकार गिनीए। फिर दसवे नंबर की संख्या वाले कमल में लिखे अंक संख्यानुसार 90 से 82 तक जाप करीए । फिर नौवें कमल पर आकर विपरीत क्रम से 81 से 73 तक नवकार गिनीए । आगे 8 की क्रम संख्या पर लिखे 72 से 64 तक, फिर सातवें कमल पर 63 से 55 तक, फिर छट्ठे कमल पर 54 से 46 तक उल्टे नवकार जपते जाइए ।

हिमम्त मत हारीए । थोडी धिरज रखिए । मन के उपर सिकंजा कसा जाए तो मन छटपटाता है फिर वह कुछ भी करना नहीं चाहता है । छूटना - भागना चाहता है । इसलिए मन स्मृति - याददाश्त को पकडाकर छूटने के लिए छटपटाता है । यह रहस्य साधक को समझना चाहिए । उल्टा नवकार स्मृति में अंकित नहीं है । इसलिए उल्टे नवकार जपने मन साथ नहीं देगा । साधक हिम्मत रखकर आगे बढे । अब फिर पांचवे कमल पर 45 से 37 तक क्रमशः विपरीत भावों से नवकार गिनीए । तत्त्व से नवकार शाश्वत रूप है । अब चौथे नंबर के कमल में आकर 36 से 28 तक नवकार गिनते जाइए । अब तीसरे क्रम पर 27 से 19 तक नवकार गिनना है । अब दूसरे कमल में 18 से 10 नंबर तक जाप करीए । अब पहले क्रम के कमल में 9 से 1 तक उल्टे नवकार महामंत्र का जाप करीए । इस तरह उल्टे क्रम से 108 से 1 तक नवकार का जाप पूरे होने पर बहुत बडी विजय प्राप्त करके जीत का आनंद मनाइए । चित्त प्रसन्नता का अनुभव करीए । फालतु विचार नहीं आए । संवर भाव में नए कर्म का आश्रव रूका तथा अच्छी निर्जरा बढेगी बस, एक महीने तक रोज अभ्यास करें ।

१४ गुणस्थनक का अभ्यास करने का सोच रहे हैं ?

आध्यात्मिक विकास यात्रा

हिन्दी एवं गुजराती भाषा में उपलब्ध सुविस्तृत सचित्र ग्रन्थ जैन श्रमण संघ के डबल सुप्रसिद्ध वीद्वान *पंन्यास डॉ. श्री प.पू. अरूणविजयजी म. सा.* ने सरल हिन्दी भाषा में अनेक चित्रों के साथ समझाते हुए करीब 1500 पेजों में 3 भागों में हिन्दी ग्रन्थ तैयार किया है । तथा इसीका गुजराती अनुवाद भी उपलब्ध है । अनभिज्ञ नये अभ्यासु भी यदि अभ्यास करना चाहे तो वे भी इस ग्रन्थ का अभ्यास करते हुए आसानी से समझ सकेंगे । सीख सकेंगे और समझने में चित्र जरूर सहयोगी बनेंगे । इसका प्रकाशन SHRI MAHAVEER RESEARCH FOUNDATION ट्रस्ट ने प्रकाशित किया है । वीरालयम् जैन तीर्थ – कात्रज – पुना से जिज्ञासु प्राप्त कर सकते हैं ।

Mo.866 872 5009

घडी आकार के कमलों में विपरीत क्रम से उल्टे नवकार गिनना

पढमं हवई मंगलं ।।

मंगलाणं च सव्वेसिं ।

सव्व पावप्पणासणो ।

एसो पंच णमुक्कारो ।

णमो लोए सव्वसाहूणं ।

णमो उवज्झायाणं ।

णमो आयरियाणं ।

णमो सिद्धाणं ।

णमो अरिहंताणं ।

घडी आकार के उल्टे कमलों में सीधे नवकार का जाप

प्रयोग नं. **15** ☞

पास में चित्र देखिए... स्थिरता पूर्वक समझने की कोशीष करीए । चित्र समझने से बहुत अच्छी तरह ख्याल आ जाएगा । मन को साधने - स्थिर करने, एकाग्रता बढाने के लिए मन को इतनी कसरत करानी पडती है । कसरत कराने के लिए मन को उल्टा - सीधा घूमाना ही पडता है । खास ध्यान में रखिए... कि मन शरीर की तरह भारी वजनदार नहीं है । इसलिए मन थक जाएगा ऐसा सोचकर मन की दया लाने की गलती मत करना ।

गाडीयों में सीधे तथा उल्टे चलाने की दोनो व्यवस्था होती है । वैसे ही देखिए... कई बार सीधी दिशामें सीधे मुंह इंजिन चलता है । कई बार उल्टी दिशा में उल्टे मुंह इंजिन चलता है । कई बार उल्टी दिशामें उल्टे मुंह इंजिन पूरी गाडी को खिंचकर चलता है । wheel पहीयों को कोई फरक नहीं पडता है । चाहे गाडी उल्टी दिशामें चले या सीधी दिशा में चले । पहीयों को तो दोनों तरफ सरीखा ही चलना है । ठीक उसी तरह मन भी पहीये जैसा ही है उसको सीधा चलाओ या उल्टा चलाओ बिना किसी प्रकार की तकलीफ के आसानी से चल सकता है । अच्छे से अच्छे विचार करना हो या बूरे से बूरे विचार करना हो तो भी दोनों स्थिति में मन बडा ही स्वस्थ रह सकता है । इसीलिए उत्तराध्ययन सूत्र आगम शास्त्र में, अंतिम देशना में वीर प्रभु फरमाते हैं कि...कोई भी मनुष्य जन्म से अच्छा या खराब नहीं होता है । विचार और कार्य खराब करे वह मनुष्य खराब कहलाता है । परोपकार दया दान आदि के अच्छे कार्य करने वाला इन्सान अच्छा कहलाता है ।

बस, मन को अच्छा बनाना है या खराब यह आत्मा के हाथ में है । अशुभ विचारों से अशुभ कर्म का बंध होगा, और शुभ विचारों से शुभ कर्म का बंध होगा । अशुभ कर्म का फल अशुभ तथा शुभ कर्म का फळ शुभ मिलता है । कौन सा फल चाहिए ? निर्णय कर लो । अशुभ विचारों में फले हुए मन को नवकार की साधना में लगाने से आश्रव से बचकर संवर की साधना करते हुए निर्जरा के मीठे मधुर फल का आस्वादन लेने हेतु इस प्रयोग में विशेष रूप से मन को घडी आकार में स्थापित 12 कमलों में 12 से 1 तक के क्रम तथा उल्टी गणना में चलाना चाहिए । 12, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 इस तरह उल्टे कमलों की दिशा में चलीए । लेकिन नवकार सीधे 1 से 108 तक क्रम से गिनते जाना है ।

जीभ, होठ तथा दांत हिलाने नहीं है । काय योग पूर्ण रूप से स्थिर रहेगा । वचन योग संपूर्ण बंद रहेगा । उल्टे कमल की दिशा में चलना तथा सीधे क्रम से सीधे नवकार गिनना । दोनों काम सिर्फ अकेले मन को ही करना है । उल्टे क्रम में चलना और नवकार सीधे गिनना, यह विपरीत दिखता है, लगता जरूर है । परन्तु मन बिना थके अच्छी तरह कर सकता है । इसलिए मन पर दया लाकर छोडने की भूल मत करना । अच्छी तरह जाप ध्यान साधना करने का प्रयत्न चालु रखें ।

स्थिर आसन में बैठकर जिन मुद्रा में स्थिर होकर बारहवें कमल में सीधे क्रम से 1 से 9 तक नौं नवकार एक एक श्वास लेते हुए गिनते जाइए । फिर ग्यारहवे कमल में 10 से 18 तक नवकार गिनना है । फिर दसवे कमल में 19 से 27 तक, नौवे कमल में 28 से 36 तक, आठवे कमल में 37 से 45 तक, सातवे कमल में 46 से 54 तक, छट्ठे कमल में 55 से 63 तक, पांचवे कमल में 64 से 72 तक, चौथे कमल में 73 से 81 तक, फिर तीसरे कमल में 82 से 90 तक, दुसरे कमल में 91 से 99 तक तथा अन्त में पहले कमल में 100 से 108 तक महामंत्र नवकार का शान्त चित्त से जाप करीए ।

हो गया, प्रयोग पूरा हो गया । अब सोचिए... फालतु एक भी विचार नहीं आया । स्थिरता - एकाग्रता बढती गई । संवर अच्छा हुआ । नये कर्मों का बंध नहीं हुआ । भाव विशुद्धी से कर्मक्षय निर्जरा भी काफी अच्छी होती है । नियमित एक महीने तक अभ्यास करते रहीए । समय की चिन्ता मत करीए । परिणाम - फल से आनंदित होते रहीए । मनोबल बढाइए ।

घडी आकार के उल्टे कमलों में सीधे नवकार का जाप

प्रयोग नं. 15

घडी आकार के कमल में सीधे उल्टे क्रम से नवकार का जाप

प्रयोग नं. **16** ☞

पास के पेज पर चित्र देखिए । स्थिर दृष्टी से पूरी एकाग्रता पूर्वक चित्र देखकर समझने का पूरा प्रयास करीए । अब मन को सीधे - उल्टे क्रम से एक एक कमल में नौं नौं नवकार महामंत्र का जाप कराना है । मन को बाहर भागने का कोई मौका ही नहीं देना है । पूर्व तैयारी - पूर्व क्रिया - विधि से करके अर्ध या पूर्ण पद्मासन में स्थिर होकर जिन प्रतिमा की तरह मुद्रा में स्थिर बैठीए । घडी आकार के क्रमशः 12 कमलों की स्थापना है । पहले कमल में 1 से 9 तक अंक संख्या पर सीधे नौं नवकार मंत्र का जप करीए । याद रखीए जीभ, होठ दांत हिलाने नहीं है । सिर्फ आंखें कमल पर स्थिर रखिए । मन बराबर गिनता जाएगा । 9 के आंकडे से बाहर निकलीए और नं. 2 वाले कमल में प्रवेश करके 10 वां नवकार पढमं हवई मंगलं से उल्टा नमो अरिहंताणं तक गिनते हुए 18 वे से बाहर निकल कर तीसरे कमल में उपर से प्रवेश करते ही 19 वां नवकार सीधा गिनते हुए 19 से 27 तक नौं नवकार सीधे गिनते हुए बाहर निकल कर चौथे कमल में 28 से 36 तक उल्टे नवकार गिनकर पांचवे कमल में प्रवेश करीए । यहां 37 से 45 तक नौं नवकार सीधे गिनने है । फिर छट्ठे कमल में प्रवेश करके 46 से 54 तक के नौं नवकार उल्टे गिनीए । फिर सातवें कमल में प्रवेश करके 55 से 63 तक के नौं नवकार सीधे गिनते जाइए ।

बिल्कुल इधर - उधर मत देखना । नहीं तो भूल जाओगे कि कहां किस कमल में थे कौन सा नवकार चल रहा था । पता ही नहीं चलेगा और फिर एक नंबर से जाप शुरू करना पडेगा । फिर इधर - उधर के फालतु लग जाएंगे । इसलिए अखंडता लाने के लिए नियम न तोडने में ही फायदा है । चलीए... आठवें कमल में प्रवेश करीए... 64 से 72 तक के नौं नवकार पढमं हवई मंगलं उल्टे क्रम के गिनते जाइए । फिर नौवे कमल प्रवेश करके 73 से 81 तक के नौं नवकार सीधे गिनते जाइए । अब आगे दसवे कमल में प्रवेश करीए । 82 से 90 पढमं हवई मंगलं से नमो अरिहंताणं तक नवकार गिनते जाइए । अब आगे ग्यारहवे कमल में 91 से 99 तक के नौं नवकार सीधे क्रम से गिनते जाइए । फिर अंतिम बारहवे कमल में प्रवेश करके 100 से 108 तक पढमं हवई मंगलं से नमो अरिहंताणं तक उल्टे नवकार गिनीए । इस तरह 12 कमलों में क्रमशः एक में सीधे फिर दूसरे कमल मे उल्टा नवकार गिनना है । अखंड धारा में जप करते ही जाना है । 108 नवकार पूरे हो जाने पर अब शान्ति से आंखें बंद करके स्वयं अपनी परीक्षा करीए । देखिए एक भी फालतु विचार बीच में आया है या नहीं । पूरी एकाग्रता स्थिरता बनी रही । इतनी देर तक एक भी नये कर्म का बंध नहीं हुआ और नवकार में ही स्थिरता के भाव से निर्जरा काफी ज्यादा हुई । बस, इससे बडा और ज्यादा क्या लाभ चाहिए मन को धन्यवाद दीजिए ।

एक छोटा सा बच्चा दाहिने पैर को बांई तरफ तथा बांए पैर को दाहिनी तरफ रखता हुआ चलता था । 500 कदम चलकर उसी तरीके से उल्टा चलते हुए वापस मूल जगह पर आ गया । दूसरों ने देखकर उसे पूछा अरे ! तुं ऐसे कैसे चल पाता है ? बेलेंस कैसे रहता है ? गिरता भी नहीं है ? उत्तर देते हुए बच्चेने कहा, रास्ते में इधर उधर कहीं पर भी न देखता हुआ मैं बेलेंस बनाने के कार्य में मग्न था, बेंलेस बनाने के सिवाय मुझे एक भी विचार नहीं आया । तब जाकर मैं इतना बेलेंस बना पाया । वैसे ही आप लोग भी नवकार के जाप में ही मन को स्थिर करोगे तो दूसरे अनेक प्रकार के विचारों से बच जाओगे । आश्रव का निरोध- संवर करके अच्छी निर्जरा करके एक दिन आप *सव्व पावप्पणासणो* कर लोगे ।

घडी आकार के कमल में सीधे उल्टे क्रम से नवकार का जाप

सीधा उल्टा नमस्कार महामंत्र

सीधा	उल्टा
णमो अरिहंताणं ।	पढमं हवई मंगलं ।।
णमो सिद्धाणं ।	मंगलाणं च सव्वेसिं ।।
णमो आयरियाणं ।	सव्वपावप्पणासणो ।।
णमो उवज्झायाणं ।	एसो पंच णमुक्कारो ।।
णमो लोए सव्वसाहूणं ।	णमो लोए सव्वसाहूणं ।
एसो पंच णमुक्कारो ।	णमो उवज्झायाणं ।
सव्व पावप्पणासणो ।	णमो आयरियाणं ।
मंगलाणं च सव्वेसिं ।	णमो सिद्धाणं ।
पढमं हवई मंगलं ।।	णमो अरिहंताणं ।

प्रयोग नं. 16

आधे सीधे और आधे उल्टे क्रम से नवकार का जाप

प्रयोग नं. **17**

थोडे से परिवर्तन के साथ अब इस प्रयोग में आधे नवकार अर्थात् 1 से 54 तक 6 कमलों में सीधे नवकार महामंत्र गिनने है । उसके पश्चात दूसरे आधे अर्थात् 55 से 108 तक के नवकार महामंत्र उल्टे क्रम से शेष 6 कमलों में गिनने है । मन के पास आत्मा अपनी मरजी से जाप ध्यान जो चाहे करा सकती है । आत्मा मालिक है । मन तो नोकर - चाकर - सेवक है । आत्मा जो और जैसा ऑर्डर - आदेश देती है वैसा मन को करना ही पडता है । मन बहुत जल्दी भाग जाता है । इसलिए आत्मा मन के पास कसरत कराते हुए, अर्थात् सीधे-उल्टे क्रम से घूमा फिरा कर जो भी कराना हो वह करा सकती है ।

चलो... पास के पृष्ठ पर के चित्र को देखिए । घडी आकार में 1 से 12 कमल स्थापित किये गए हैं । प्रत्येक कमल में नौं पंखुडियां है । पहले कमल में प्रवेश करीए (उपर से) तथा 1 से 9 तक सीधे नौं नवकार गिनकर आगे दूसरे कमल में प्रवेश करके 10 से 18 तक नौं नवकार सीधे क्रम से गिनते हुए उपर से बाहर निकल कर तीसरे कमल में प्रवेश करीए । 19 से 27 तक सीधे क्रम से नौं नवकार गिनीए । नीचे से बाहर नीकलकर चौथे कमल में प्रवेश करके 28 से 36 तक के नौं नवकार सीधे क्रम से गिनीए । आगे पांचवे कमल में प्रवेश करके 37 से 45 तक के नौं नवकार गिनते जाइए । छट्ठे कमल में प्रवेश करके 46 से 54 तक के नौं नवकैार सीधे नवकार गिनते जाइए । 54 नवकार तक आधी माला हो गई है ।

ध्यान में रखिए कडक नियमों का पालन करीए । जीभ मुंह होठ दांत न तो खोलना है और न ही हिलाना है । हाथ की अंगुली भी नहीं हिलानी है । क्योंकि काय योग और वचन योग इन दोनों योगों को सर्वथा बंद करके रखे हैं । यदि आप उपयोग करना शुरू कर देंगे तो इनसे भी आश्रव शुरू होगा और कर्म बंध भी चालु हो जाएगा । कर्म बंध से बचने के लिए सर्वथा बंद करना ही हितावह है ।

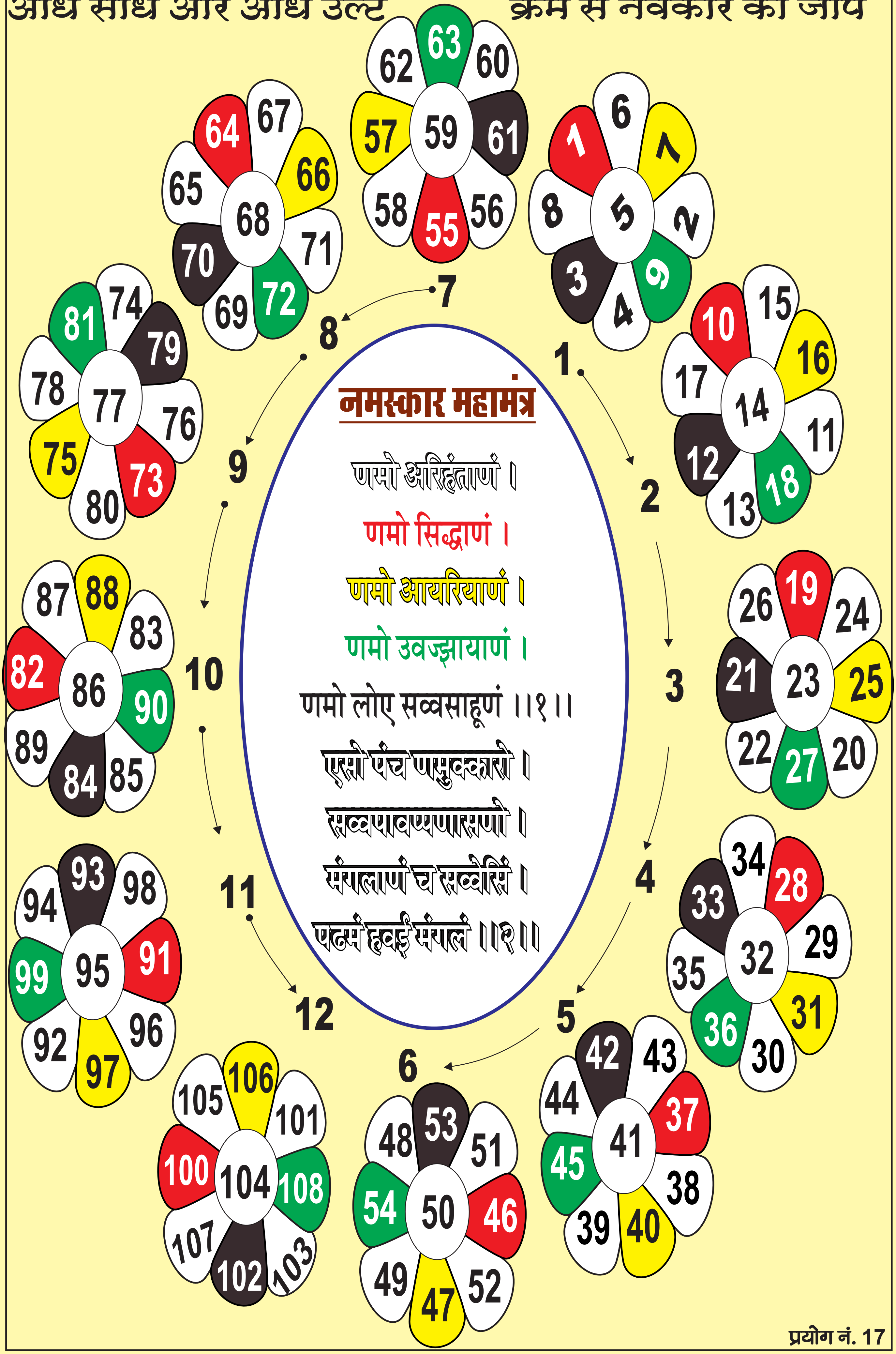
अब सिर्फ आंखें ही अंक संख्या पर चलेगी और मन अपने आप अंदर ही अंदर मौन रूप से मानसिक जाप करता जाएगा । एक महीने के अभ्यास के पश्चात् चित्र भी न रखें और आंखे बंद रखकर मन के अंदर मानस जाप करें ।

चलो... आगे चलीए... । अब यहां से सीधे उपर सातवें कमल में 55 से 63 तक के नौं नवकार पढमं हवई मंगलं से नमो अरिहंताणं तक उल्टे गिनना है । आठवे कमल में 64 से 72 तक के नौं नवकार उल्टे गिनीए । फिर उपर से आकर दसवें कमल में प्रवेश करके 73 से 90 तक के नौं नवकार उल्टे गिनीए । फिर नीचे से निकलकर ग्यारहवे कमल में प्रवेश करके 91 से 99 वे तक के नौं नवकार उल्टे गिनना है । फिर नीचे से बाहर निकलकर अंतिम बारहवे कमल में प्रवेश करके 100 से 108 तक के नौं नवकार उल्टे क्रम के गिनना है । इस तरह 1 से 6 कमल तक आधे कमलों में 54 नवकार सीधे तथा 7 से 12 तक के अन्य 6 कमलों में पढमं हवई मंगलं से नमो अरिहंताणं तक 54 उल्टे नवकार गिनते जाना है । अन्य फालतु विचार बंद होने से संवर होगा, नवकार के विषय में स्थिरता होने से कर्मक्षय - निर्जरा होती है ।

सर्व भोग - सुख के त्यागीयों से क्यों पुनः भोग - सुख साधन समग्री की प्राप्ति के लिए याचना करें ?

अरिहन्त तीर्थंकर राजकुल में जन्मे थे । राजा - महाराजा चक्रवर्ती भी थे । उन्होंने राज पाट वैभव - राज्य सुख - भोग सर्वस्व का त्याग करके दीक्षा लेकर साधु बनकर आत्म साधना की । अनेक राजा - महाराजा रानी महारानीयों ने भी विरक्त वैराग्यवासित होकर भोग सुखों के साधनों का त्याग करके त्यागी साधु-साध्वी-उपाध्याय-आचार्य बने । ऐसे ही पांचो परमेष्ठी भगवंतो की साधना आराधना हम भोग सुख की प्राप्ति हेतु करना यह सबसे बडी मूर्खता गिनी जाएगी । अपितु उनके जैसे त्यागी बनने के उद्देश्य - लक्ष्य से उपासना करें ।

आधे सीधे और आधे उल्टे क्रम से नवकार का जाप



नमस्कार महामंत्र

णमो अरिहंताणं ।
णमो सिद्धाणं ।
णमो आयरियाणं ।
णमो उवज्झायाणं ।
णमो लोए सव्वसाहूणं ।।१।।
एसो पंच णमुक्कारो ।
सव्वपावप्पणासणो ।
मंगलाणं च सव्वेसिं ।
पढमं हवई मंगलं ।।२।।

घडी आकार के कमलों में उल्टे - सीधे नवकार का जाप

प्रयोग नं. **18** ☞

कभी प्राणी संग्रहालय में जाकर सिर्फ बंदर का एक घंटे तक निरीक्षण करीए । बंदर के छोटे-छोटे बच्चे हो या बडे हो किस तरह उल्टे सीधे, सीधे उल्टे कितने तरीकों से कैसी कैसी गुलाट लगाते है ? बस, ज्ञानियों ने बहुत बारीकी से निरीक्षण करके मन को बंदर की उपमा दी है । मन भी चंचलता - चपलता बंदर से बिल्कुल कम नहीं है । बंदर तो शरीर की चंचलता दिखाता है, उससे हजार गुनी चंचलता मन की है । विज्ञाने डार्विन के उत्क्रान्तिवाद को स्वीकार करके मानव को वानर के वंशज बताया है, तब वानर के कौन कौन से लक्षण मनुष्य में आएं ? मानव अपने शरीर से बन्दर के जितनी चंचलता - चपलता कर ही नहीं सकता है । संभव ही नहीं है । हां, मन की चंचलता - चपलता तो बंदर से भी अनेक गुनी ज्यादा ही है । ऐसे चंचल - चपल मन की चंचलता - चपलता दूर करके स्थिरता लाने के लिए नवकार की साधना करने हेतु अलग अलग पद्धतियां अपनाई है । इस उद्देश्य को समझकर साधना करने में दृढता, सफलता, एकाग्रता बढाएं ।

त्रिकरण योग से कर्माश्रव तथा कर्म बंध दोनों ही होते हैं । इसे रोकने का उद्देश्य है । काय योग को आसन में स्थिर करके रोक सकते हैं । मौन धारण करके वचन योग को सर्वथा बंद करके रोक सकते हैं । जाप की गुणवत्ता इतनी ऊंची बना रहे हैं कि साधक ध्यान के नजदीक पहुंच जाएं । अर्ध या पूर्ण पद्मासन में जिन प्रतिमा तुल्य मुद्रामें स्थिर बैठकर दोनों योगों का उपयोग बंद करके जीभ दांत होठ मुंह बिल्कुल न हिलाते हुए दृष्टी कमलों पर स्थिर करके अकेले मन को ही पूरा काम करने दिया जाय । अब मन को उल्टे - सीधे कसरत कराते कराते घूमाते फिराते हुए महामंत्र का जाप करना है ।

आइए... प्रथम कमल में 108 से 100 तक ‘‘पढमं हवई मंगलं” से ‘‘नमो अरिहंताणं” तक उल्टे पद के क्रम से नौं नवकार गिनते हैं । फिर दुसरे कमल में 99 से 91 तक उल्टे नवकार गिनना है । फिर तिसरे कमल में 90 से 82 तक फिर चौथे कमल में 81 से 73 तक उल्टे नवकार गिनना है । फिर पांचवे कमल में 72 से 64 तक उल्टे नवकार गिनना है । इसके बाद फिर छट्ठे कमल में 63 से 55 तक ‘‘पढमं हवई मंगलं” से ‘‘नमो अरिहंताणं” उल्टे पद क्रम से नवकार गिनते जाइए । इस तरह नौं नौं नवकार 6 कमलों में उल्टे पद क्रम से गिनते हुए 9 X 6 = 54 नवकार शान्ति से मौन रूप से मानस जाप में गिने गए हैं ।

चलिए अब आगे - सातवे कमल में प्रवेश करके 54 से 46 नक नमो अरिहंताणं से सीधे पद क्रम से नौं नवकार गिनते जाइए । फिर आगे आठवे कमल में 45 से 37 तक के नौं नवकार सीधे क्रम गिनते जाइए । आगे नववे कमल में 36 से 28 कर के नौं नवकार सीधे पद क्रम से गिनते जाइए । आगे दसवे कमल में 27 से 19 तक के नौं नवकार सीधे पद क्रम के नौं नवकार सीधे क्रम से गिनो । इसी तरह ग्यारहवे कमल में 18 से 10 तक के नौं नवकार सीधे क्रम से गिनीए । चलीए इसके आगे अंतिम बारहवे कमल में प्रवेश करीए । और 9 से 1 तक नमो अरिहंताणं से पढमं हवई मंगलं तक सीधे क्रम से नवकार का जाप करना है ।

इस तरह 1 से 6 कमलों में उल्टे पद क्रम के 54 नवकार हमने गिने । ठीक इसी तरह 7 से 12 कमलों में 54 नवकार सीधे पद क्रम से जाप करें ।

इस प्रकार दोनों को मिलाकर 54 X 54 = 108 नवकार शान्ति से गिने । बस, दो मिनट आंखें बंद करके आंतर्निरीक्षण करीए । देखिए, एक भी फालतु विचार नहीं आया होगा । नया आश्रव - बंद नहीं होगा । संवर का लाभ बढता है, और ज्यादा निर्जरा - कर्मक्षय होगा ।

एक महीने तक बराबर अभ्यास करीए ।

घडी आकार के कमलों में उल्टे - सीधे नवकार का जाप

प्रयोग नं. 18

पंदरिया यंत्र तथा नवपद में १०८ नवकार गणना

प्रयोग नं. **19** ☞

गणित शास्त्र भी दूनिया के अनेक शास्त्रों में एक अलग ही प्रकार का अतिशय उपयोगी शास्त्र है । गणना - गुणना - घटाना - जोडना आदि अनेक नियमों वाले इस गणित शास्त्र अन्य कई शास्त्रों में अतिशय उपयोगी सिद्ध होता है । गणना आदि का काम गणित शास्त्र के उपयोग बिना होना संभव नहीं है, अतः समस्त शास्त्रों में इसका उपयोग होता ही आया है ।

गणित शास्त्र में गणिम संख्या घटाने जोडने आदि के नियम से सेंकडो प्रकार के गणितीय चमत्कार भी सर्जते हैं । इसे Methamettical Magics कहते हैं । नौं की अंक संख्या किसी भी रूप में अखंड रहती है । नवांक की परंपरा चलती रहती है । 1 से 9 तक की संख्या को एक प्रकार की विशिष्ट दिशा के क्रम से लिखकर फिर इन्हे दाहिने से बांए, बाएं से दाहिने, तथा एक कोने से दूसरे कोने में लगी अंक संख्या को जोडने पर 15 की ही अंक संख्या बनती है । इसीलिए इसे पंदरीया यंत्र कहते हैं । ऐसे पंदरीया यंत्र के चार कोष्ठकों में चार अलग अलग तरीकों से लिखा गया है । चारों में 1 से 9 तक की संख्या वही है । सिर्फ लिखने के तरीके अलग अलग है । ऐसे चार कोष्ठक चारों दिशाओं में स्थापित किये है । ऐसा भी कहा जाता है कि... ब्राह्मण, शूद्र, क्षत्रीय और वैश्य ऐसे चातुर्वर्ण वर्ग के लिए ये अलग अलग चार प्रकार का पंदरीया यंत्र उपयोग में आता है । इस तरह चार प्रकार के मुख्य पंदरीया यंत्र है ।

दूसरे चार अयंत्र है । देखिए... है तो 1 से 9 तक की ही संख्या लेखिन लिखने के अलग प्रकार के तरीकों के कारण पंदरीया यंत्र नहीं बनता है, अर्थात् चारों दिशाओं से खडी या आडी किसी भी तरीके से अंक संख्या जोडने पर कुल संख्या 15 नहीं आती है । दूसरी श्रेणी के ये चारों अयंत्र है । फिर भी हम 1 से 9 नहीं बनता है । तक की संख्या के क्रम से नवकार जरूर गिन सकते हैं ।

यह चित्र की समझ ख्याल में आ चूकी होगी । अयंत्र का अर्थ सिर्फ इतना ही है चारों दिशा विदिशाओं से जोड करने से एक निश्चित संख्या नहीं आती है । इसलिए पंदरीया आदि के जैसा यंत्र नहीं बनता है । लेकिन यहां हम नवकार का जाप करने में उपयोग में ले सकते हैं ।

चलीए... पूर्व तैयारी...पूर्व क्रिया विधि करके सामायिक लेकर आसन में स्थिर बैठे । दोनों हाथ जोडकर या जिन प्रतिमा मुद्रा में हाथ रखें । अब जीभ दांत होठ बिल्कुल न हिलाते हुए आंखों के सामने चित्र में प्रथम कोष्ठक के पंदरीया यंत्र में 1 से 9 तक नौं नवकार गिनीए । इसी तरह दूसरे नंबर के कोष्ठक में दूसरे पंदरीया यंत्र के अनुसार दूसरे नौं नवकार गिनीए । फिर तीसरे कोष्ठक में बने तीसरे प्रकार के पंदरीया यंत्र में 1 से 9 तक नौं नवकार गिनीए । आगे कोष्ठक के पंदरीया यंत्र में 1 से 9 नौं नवकार गिनीए । इस तरह 4 पंदरीया यंत्रों में 9 x 4 36 नवकार का जाप हुआ ।

अब आगे अयंत्र वाले पांचवे कोष्ठक में 1 से 9 तक नौं नवकार गिनीए । आगे छट्ठे कोष्ठक में 1 से 9 तक नौं नवकार का जाप करीए । आगे सातवे कोष्ठक में 1 से 9 तक नौं नवकार का जाप करीए । आगे आठवे कोष्ठक में 1 से 9 तक नौं नवकार का जाप करीए । इस तरह 4 अयंत्र के भी 4 x 9 = 36 नवकार का जाप हुआ ।

इस प्रकार पंदरीया यंत्रों के 36 तथा 4 अयंत्र के 36, 36 x 36 = 72 नवकार गिने गए हैं ।

चलीए... आगे चारों विदिशाओं के चार कोने में बडे कोष्ठकों में अंक संख्या लिखि है तदनुसार जाप करते जाइए । नौवे कोष्ठक में लिखि 73 से 81 तक नौं नवकार का जाप करें। फिर दसवे कोष्ठक में 82 से 90 तक नौं नवकार गिनते जाइए । आगे ग्यारहवे कोष्ठक में 91 से 99 तक नौं नवकार जपीए । आइए... आगे अंतिम 12 वे कोष्ठक में लिखे 100 से 108 तक की संख्या पर क्रमशः एक एक नवकार गिनते गिनते नौं नवकार का जाप करीए । जी हां पहले के 72 और शेष 4 बडे कोष्ठकों के 36 नवकार जोडने से 72 x 36 = 108 नवकार का जप किया जाता हैं । जीभ - होठ न हिलाते हुए बहुत ही शान्ति से, आसानी से 108 नवकार महामंत्र का जाप हुआ । बस, दो चार मिनट आंखें बंद करके शान्त बैठीए । आंतर निरीक्षण करीए । इधर - उधर के फालतु विचार न आये, एकाग्रता स्थिरता बढी । अच्छा संवर हुआ । कर्मों की निर्जरा हुई । बहुत ही अच्छी सफलता प्राप्त होती है ।

12

107	100	105
102	104	106
103	108	101

5

1	7	6
8	5	2
4	3	9

1

8	1	6
3	5	7
4	9	2

9

80	73	78
75	77	79
76	81	74

4

6	7	2
1	5	9
8	3	4

8

6	2	5
7	4	8
3	9	1

णमो अरिहंताणं ।
णमो सिद्धाणं ।
णमो आयरियाणं ।
णमो उवज्झायाणं ।
णमो लोए सव्वसाहूणं ।
एसो पंच णमुक्कारो ।
सव्वपावप्पणासणो ।
मंगलाणं च सव्वेसिं ।
पढमं हवई मंगलं ।

2

4	3	8
9	5	1
2	7	6

6

8	1	6
3	5	7
4	9	2

11

98	91	96
93	95	97
94	99	92

3

2	9	4
7	5	3
6	1	8

7

3	8	9
7	4	6
1	2	5

10

89	82	87
84	86	88
85	90	83

प्रयोग नं. 19

नवपद चित्राकृति में १०८ नवकार जाप

प्रयोग नं. **20** ☞

प्रायः जैन मात्र को इस बात की जानकारी होगी कि जैन धर्म में नवकार और नवपदजी दोनों ही शाश्वत - त्रिकाल नित्य है । नवकार मंत्रात्मक है और नवपद यंत्रात्मक है । नवपद मुख्य आराध्य है । नवकार में जो प्रथम पांच पदों में पंच परमेष्ठी भगवन्त है उनकी ही उपास्य तत्त्व के रूप में आराधना - साधना करनी है । नवकार को ही मंत्र बना दिया गया है । 'नमो' शब्द परमेष्ठी अरिहंतादि के आगे जोडने से वह मंत्र बन जाता है । उसीकी स्थापना नवपदजी में की जाती है । पंच परमेष्ठी भगवन्तों के पांच पदों के पांच मंत्रो के साथ आत्मा के दर्शन, ज्ञान, चारित्र, तपादि गुणों के आगे भी नमो शब्द जोडकर नमो दंसणस्स छट्ठे पद में, नमो नाणस्स सातवे पद में, आठवे पद पर नमो चारित्तस्स और नौंवे पद पर नमो तवस्स इस तरह नवपदजी की मंत्र स्थापना है ।

एक तरीके से नवपदजी की प्रतिमा पद्धति से हम साधना करते हैं और दूसरे तरीके में हम मंत्राक्षरों वाले नवपद पर नवकार महामंत्र के जाप की साधना करते हैं । भले ही कहने के लिए जाप हो, भले ध्यान न भी हो फिर भी जाप की गुणवत्ता इतनी उंची कक्षा की है कि ध्यान के काफी समीप गिना जाय और संवर - निर्जरा उभय की सिद्धी का परिणाम साधक को काफी अच्छा प्राप्त हो ।

आइए...चलीए...इस तरीके से 1 से 108 तक सीधे नवकार महामंत्र का मानस जाप करने की साधना करें ।

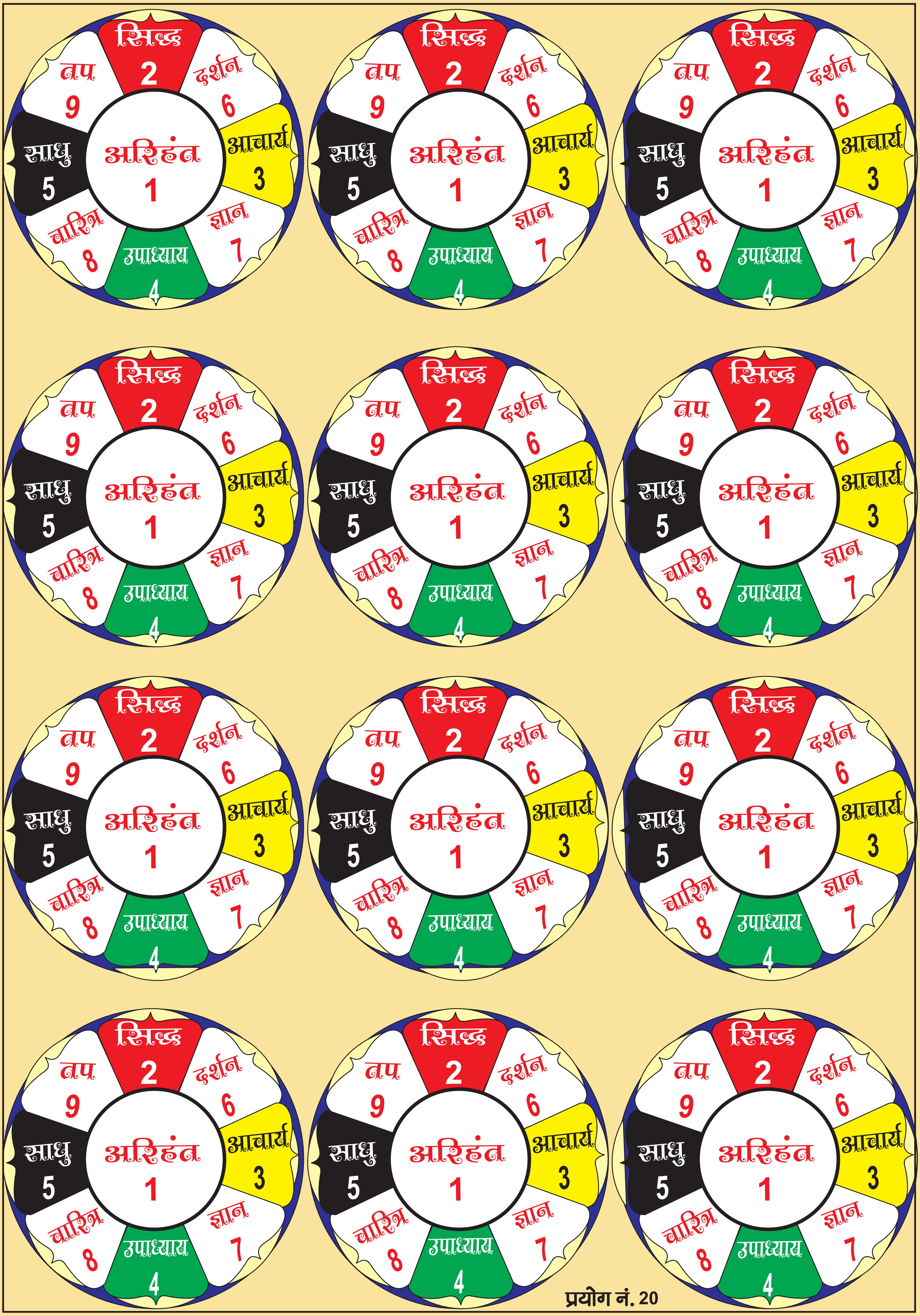
सन्मुख नवपदजी वाला चित्र पट स्थापन करें । पूर्व तैयारी, पूर्व क्रिया - विधि से सब कुछ सुव्यवस्थित क्रम से करके सामायिक लेकर अर्ध या पूर्ण पद्मासन में हाथ जोडकर नमस्कार मुद्रा में स्थिर बैठीए । शरीर को आसन में स्थिर करके हलन - चलन न करने से काय योग की क्रिया - प्रवृत्ति सर्वथा बंद करने से काय योग का नया आश्रव नहीं होगा तो नया कर्म बंध भी नहीं होगा । इसी तरह वचन योग के द्वार भी बंद करें । जीभ तालु पर चिपकाकर रखें । दांत होठादि सर्वथा न हिलाते हुए एक मात्र मन से ही जाप करते जाएं तो निश्चित ही वचन योग से भी नया आश्रव नहीं होगा । अतः नया कर्म बंध भी नहीं होगा । तीसरे मनोयोग का आश्रव भी बंद करने के लिए इधर उधर के फालतु एक भी विचार नहीं आने से मनोयोग से भी नए कर्मबंध न होने से संवर होगा ।

चलीए... नवपद के चित्र पट पर दृष्टी स्थिर करीए । प्रथम नवपद में बीच में अरिहंत पद पर पहला नवकार गिनीए। फिर दूसरे सिद्ध पद पर दूसरा नवकार, आचार्य पद पर तीसरा नवकार, चौथे उपाध्याय पद पर चौथा नवकार, साधु पद पर पांचवा नवकार, दर्शन पद पर छट्ठा नवकार, ज्ञान पद पर सातवां नवकार, चारित्र पद पर आठवां नवकार और तप पद पर नौंवा नवकार जपीए । इस नवपदजी पर नौं नवकार सीधे होते हैं ।

चलीए..., दूसरे नवपदजी पर इसी क्रम से नौं नवकार का जाप करीए । तीसरे नवपदजी पर तीसरे क्रम के नौं नवकार, चौथे नवपदजी पर चौथे क्रम के नौं नवकार, पांचवे नवपदजी पर नौं नवकार, छट्ठे नवपदजी पर इसी क्रम से नौं नवकार गिनते जाइए । पूरी एकाग्रता बनाए रखिए । जीभ, होठ बिल्कुल हिलने नहीं चाहिए । हाथ जोडकर नमस्कार मुद्रा में स्थिर बैठें । हलन चलन बिल्कुल नहीं करना है । नजर इधर उधर बिल्कुल न घूमाएं । बस, बहुत अच्छा है । आगे सातवे नवपदजी में इसी तरह नौं नवकार जपते जाइए । आठवे नवपदजी में पुनः नौं नवकार इसी क्रम से जपीए। स्वस्थता बनाए रखिए। जल्दीबाजी बिल्कुल न करें । बहुत अच्छी धीरज के साथ जाप करीए । आगे नौंवे नवपदजी में नौं पदों पर एक एक करके नौं नवकार जपीए । दसवां नवपद ढुंढीए । नौं नवकार का जाप करीए । ग्यारहवे नवपदजी में पुनः नौं पदों पर नौं नवकार गिनते जाइए । आगे अब अंतिम बारहवे नवपदजी में एक एक पद पर एक एक करके नौं नवकार का जाप करीए ।

बस, इस तरह १२ नवपदजी में नौं नौं करके 12 x 9 = 108 नवकार महामंत्र का जाप होता है । बस, सिर्फ दो चार मिनट आंखें बंद करके शान्त बैठीए । आंतरीक निरीक्षण करीए । एक भी इधर उधर के फालतु विचार नहीं आया । न शरीर हिला । नमस्कार मुद्रा में जोडे हुए हाथ भी अखंड जडे रहे । जीभ, होठ नहीं हिले । बहुत बडी जीत हुई । काफी अच्छा संवर धर्म का पालन हुआ और निर्जरा भी काफी अच्छी हुई । समाधान व्यक्त करते हुए नवपदजी का उपकार मानते हुए अंतिम प्रार्थनादि करके समापन करीए ।

नवपद चित्राकृति में १०८ नवकार जाप



प्रयोग नं. 20

नवपद चित्राकृति में १०८ नवकार जाप

प्रयोग नं. **21** (दूसरी पद्धति) चित्र रचना की समझ —

नवपद जैन धर्म में प्रसिद्ध एरां प्रचलित है । सीधे क्रम से देव तत्त्व, गुरू तत्त्व तथा धर्म तत्त्व है ।

नवपद

देव तत्त्व	गुरू तत्त्व	धर्म तत्त्व	
2	3	4	= 9

अरिहंत और सिद्ध ये दो भगवान के रूप है । जिसे देव तत्त्व की संज्ञा में गणना की है । गुरू तत्त्व में आचार्च. उपाध्याय तथा साधु रूप तीन गुरूओं की गणना की है । तथा दर्शन-ज्ञान-चारित्र और तप धर्म की गणना धर्म तत्त्व में होती है । इस तरह 2 + 3 + 4 = 9, नवपद है । हम इसी क्रम से पूजा आदि करते हैं । जपादि की साधना करते हैं । इस पद्धति से हमने पहले प्रयोग नं.20 में साधना कर चीके हैं ।

अब नवपद की चित्राकृति में दूसरी पद्धति से 108 नवकार महामंत्र की साधना करेंगे । प्रयोग नं.20 में चित्राकृतिवाला नवपद था। जबकि इस प्रयोग में सिर्फ मंत्राक्षर लिखा हुआ बिना चित्रोंवाला नवपद है । दोनों में नवपद वही है । प्रथम प्रयोग नं.20 में प्रथम अरिहंत पद से एक एक नवकार जपते जपते नौंवे तप पद तक नौंवा नवकार गिना था । इस तरह ससीधे क्रम से नौं नवकार का जाप किया था ।

अब इस प्रयोग में उसी नवपद में उल्टे क्रम से चलना है । प्रथम 4 धर्म तत्त्व फिर तीन गुरू तत्त्व फिर दो देव तत्त्व है । इस लिए इस तरह उल्टा क्रम रहेगा । 1) तप 2) चारित्र, 3) ज्ञान पद, 4) दर्शन पद 5) साधु पद 6) उपाध्याय पद 7) आचार्य पद 8) सिद्ध पद और अन्त में नौंवा अरिहन्त पद यह क्रम रहेगा । आखिर भगवान स्वयं भक्त का हाथ पकडकर तो मोक्ष में ले नहीं जाते हैं । आखिर भगवान तथा गुरू दोनों ही साधकों को धर्म आराधना करने के लिए ही कहते हैं । इसी कारण हमने उल्टे क्रम से सीधे आत्मा के धर्मों के क्रम से आराधना प्रारम्भ की है । विपरीत क्रम से नवकार का जाप करने से कोई दोष नहीं लगता है । बस, सिर्फ नय बदला है । मन को स्थिर शान्त करने की दृष्टी से साधना का शुभारंभ करते हैं ।

सर्व प्रथम नवपद को मंत्राक्षरोंवाला नाकर उसे एक A - 4 साइज में 12 नवपद सेट करने है । इन 12 नवपदों का क्रम भी पंदरीया यंत्र की क्रम पद्धति से सेट करते हैं । सीधे लाइन सर एक क्रम से सेट कर देंगे तो मन भाग जाएगा । मन को जोडकर रखने के लिए उपयोग बढाने के हेतु से यह आवश्यक है कि मात्र याददाश्त के आधार पर जाप साधना न की जाय । तो ही उपयोग भाव जागृत रहेगा और जुडेगा ।

बस, अब पूर्वतैयारी करके... पूर्व क्रिया-विधि करके सामायिक लेकर अर्ध या पूर्ण पद्मासन में प्रतिमा की तरह ध्यान मुद्रामें या नमस्कार मुद्रा में बैठीए । काय योग स्थिर करके मौन रखते हुए जीभ होठ न हिलाते हुए नवकार मन में बोलना है । 12 नंबर के नवपद में नौंवे तपपद पर प्रथम नवकार, 8वे चारित्र पद पर दूसरा नवकार, 7वे ज्ञान पद पर तीसरा नवकार, छट्ठे दर्शन पद पर चौथा नवकार, पाचवे साधु पद पर पांचवा नवकार, चौथे उपाध्याय पद पर छट्ठा नवकार, तीसरे आचार्य पद पर सातवा नवकार, दूसरे सिद्ध पद पर आठवा नवकार, पहले अरिहंत पद पर नौंवा नवकार जीभ हिलाए बिना गिनीए । नौं नवकार का जाप हुआ, अब 11वे नवपद में इसी तरह उल्टे क्रम से फिर नौं नवकार का जाप करीए । फिर 10वे नवपद में 9वे नवपद में 9 नवकार, फिर 8वे नवपद में,सातवे नवपद में, फिर छट्ठे नवपदजी में 9, फिर पांचवे नवपदजी में। फिर चौथे नवपदजी में, फिर दूसरे नवपदजी में 9 नवकार गिनना है । इस तरह 12 x 9 = 108 नवकरा का जाप पूर्ण होगा ।

अन्त में दो चार मिनट शान्त चित्त से आंतिर्नरीक्षण करीए । देखिए फालतु विचार आये हैं क्या ? यदि नहीं आये हैं तो आप बाजी जीत गए । संवर एरां निर्जरा का महान लाभ आपको मिला है यह निश्चत ही समजना चाहिए ।

नवपद चित्राकृति में १०८ नवकार जाप

नवकारमय प्रतिमाकृति में १०८ नवकार जाप

प्रयोग नं. **22** ☞ (प्रथम पद्धति)

नमस्कार महामंत्र यह समग्र जैन धर्म का, जैन शासन का प्राणभूत महान मंत्र है । समस्त संप्रदायों, मतों पंथो, गच्छों, तथा प्रत्येक व्यक्ती मात्र के लिए यह निर्विवाद ग्राह्य है । आराध्य है । उपास्य है । साध्य है । स्वयं तीर्थंकर भगवन्तों ने सर्वज्ञों ने इसीकी उपासना - साधना की थी । अनादि अनन्त कालीन इसका अस्तित्व है । त्रिकाल नित्य शाश्वत है । अविनाशी है । चौदह राजलोक में चारों गतियों के समस्त जीवों में यह व्याप्त है । प्रतिदिन प्रतिक्षण प्रतिपल जिसका स्मरण सदाकाल होता ही रहता है । ऐसा नवकार समग्र ब्रह्मांड का एक मात्र महामंत्र है । मात्र दुःख निवारक-सुखप्रदायक तक ही सीमित न रहते हुए यहसर्व पापनाशक मंत्र है । नवकार को जीवन समर्पित करते हुए साधक को समर्पण भाव से सदा नवकार मंत्र की साधना करनी चाहिए । किसी चित्रकार ने अपनी चित्रकला का अद्भूत नमूना पेश करते हुए नमस्कार महामंत्र के मंत्राक्षर पदों को इस तरह लिखा है किदेखने मात्र से साक्षात् जिनेश्वर परमात्मा का स्मरण कराता है । इससे दोनों काम एक साथ हो जाते हैं – अरिहन्त परमात्मा के स्थापना निक्षेप युक्त जिन प्रतिमाकृति का भी दर्शन होता है और नौं पद मय संपूर्ण नवकार महामंत्र के मंत्राक्षरों पदों का भी स्पष्ट दर्शन होता है। इसीलिए नवकार महामंत्रमय इस चित्राकृति को साधना का आधारभूत आलंबन बनाने की भावना से यहां 12 कोष्ठकों में स्थापित की गई है । इस प्रकार का चित्रपट ही तैयार किया गया है । प्रत्येक साधना करने वाला साधक इस चित्रपट को दृष्टी समक्ष स्थिर रखकर बस, सिर्फ आंखें इसी पर स्थिर रखें । माला लेने की व्यश्यकता ही नहीं है । फिर भी बराबर 108 नवकार हो जाएंगे । ऐसी गणीतीय व्यवस्था यहां दर्शायी जा रही है ।

देखिए... थोडी और एकाग्रता बढाकर सामने रखे नवकारमय प्रतिमाकृति में देखिए.. नमो अरिहन्ताणं से पढमं हवई मंगलं तक नौं पद मय पूरे नवकार महामंत्र के दर्शन हो रहे हैं । साधक अखंड धारा से नवकार महामंत्र की प्रतिमाकृति को अपलक नयन से देखते रहेऔर एक पद पर एक नवकार इस नियम को साकार बनाते हुए प्रथम नमो अरिहंताणं पद पर पूरा नवकार गिने। फिर नमो सिद्धाणं पद पर दूसरा नवकार गिने । इसी तरह नमो आयरियाणं पद पर तीसरा नवकार गिनीए । चौथे पद नमो उवज्झायाणं पद को देखते हुए चौथा नवकार गिनीए । पाचवा पद नमो लोए सव्वसाहूणं पद के दर्शन करते हुए पांचवा नवकार गिनना है । शुरूआत में नवकार की प्रतिमाकृति पूर्ण दिखती थी धिरे धिरे एकाग्रता बढते हुए सिर्फ एक पद के ही दर्शन होने लगे है। आसपास का सब कुछ विस्मरण होने लगा है । सिर्फ नवकार का एक ही पद के दर्शन हो रहे हैं । आईए...छठ्ठा पद एसो पंच नमुक्कारो को देखते हुए छठ्ठा नवकार गिनना है । सातवे सव्वपावप्पणासणो पद को देखते हुए सातवा नवकार गिनो । फिर आठवा पद मंगलाणं च सव्वेसिं पद पर एक नवकार गिनीए । ऐसे ही पढमं हवई मंगलं पद के दर्शन करते हुए नौवा नवकार गिनीए ।इस तरह नवकार के नौं पदों पर नवकार महामंत्र का जाप करते जाइए । एक पदको आधार बनाकर पूरा एक नवकार गिनीए । ऐसे ही नौं पदों पर नौं नवकार बोलीए ।

पहले नंबर के कोष्ठक में जैसे नवकार के नौं पदों पर नौं नवकार बोले है ठीक वैसे ही उसी तरह दूसरे कोष्ठक में भी एक एक पद पर नौं पदों पर नौं नवकार जाप करते जाइए । इसी प्रकार तीसरे कोष्ठक में भी नौं नवकार गिनना है । चौथे कोष्ठक में भी इसी प्रकार से नौं नवकार गिनना है । पांचवे कोष्ठक में नौं नवकार गिनीए । छठ्ठे कोष्ठक में नवकारमय प्रतिमाकृति के नौं पदौं पर नौं नवकार गिनीए ।

जी... हां... आधी माला का जाप हो चूका है । चलीए थोडी देर और धैर्य रखिए । जीभ होठ हिलाए बिना सातवें कोष्ठक में नवकार के नौं पदों पर नौं नवकार का जाप करना है । आठवे कोष्ठक में दिये चित्र में नवकार के पदों का दर्शन करते हुए नौं नवकार गिनीए ।नववे कोष्ठक में नौं नवकार का जाप करना है । इसी तरह दसवे कोष्ठक में भी एकाग्र चित्त होकर नौं नवकार गिनीए । ग्यारहवे कोष्ठक में भी नौं नवकार का जाप करीए । अब अंतिम बारहवे कोष्ठक के नवकारमय प्रतिमाकृति में स्थित नौं पदों पर ध्यान केन्द्रितकरके नौं नवकार का जाप करना है ।

इस तरह 12 कोष्ठकों में नौं नौं नवकार गिनते गिनते 12 x 9 = 108 नवकार सहज हो जाते हैं । बस, दो चार मिनट आंतर्निरीक्षण करके अंदर देखिए । एक भी फालतु विचार न आने से संवर तथा संचित कर्मों की निर्जरा होने से साधना सफल - सार्थक सिद्ध होती है ।

प्रयोग नं. 22

नवकार देहाक्षरमय प्रतिमाकृति में उल्टे नवकार जाप

प्रयोग नं. **23** (दूसरी पद्धति)

अडसठ अक्षर एना जाणो, अडसठ तीरथ सार

नवकार को चौदह पूर्वों का सार कहकर इसके 68 अक्षरों को नवकार देहाकृति के रूप में दर्शाया है । नवकार कीसी नामधारी या नाम वाले व्यक्ती विशेष के लिए नहीं है । अतः नवकार व्यक्तीवाची नहीं अपितु पदवाची है । इसीलिए नवकार नामवाची नहीं अपितु गुणवाची महामंत्र है । इस नियमानुसार भगवान महावीर या भगवान पार्श्वनाथ का नाम नवकार में नहीं है । परन्तु नवकार में प्रयुक्त अरिहंत शब्द भ.महावीर तथा भ.पार्श्वनाथ आदि सभी तीर्थंकर भगवानों के लिए समान रूप से वाच्य है । इसी तरह आचार्य - उपाध्याय और साधु कीसीका भी नाम नवकार में नहीं है । परन्तु समस्त आचार्य उपाध्याय एवं साधु का समावेश नवकार में अवश्य होता है ।

ऐसा नवकार मात्र मंत्र ही नहीं, अपितु एक श्रुतस्कंध - अपने आप में एक शास्त्र है । इसलिए इसका शास्त्रीय नाम पंच मंगल महाश्रुतस्कंध है । इसमें देव-गुरु-धर्म तीनो का समावेश होता है । इस महामंत्र की दो गाथा है । प्रथम मंत्रात्मक गाथा है दूसरी गाथा महिमावाची गाथा है । प्रथम गाथा में पांच पदों में ३५ अक्षर है तथा दूसरी गाथा में चार पदों के ३३ अक्षर है । 35 + 33 = 68 अक्षर होते हैं । 68 तीर्थोंका द्योतक नवकार का यह शब्द देह है । याद रखिए...यह भी शाश्वत - त्रिकालनित्य अविनाशी है । सम्पूर्ण द्वादशांगी का सारभूत तत्त्व है । इसे मंत्रात्मक ही न समझें । यह महामंत्र मंत्र तक ही सीमित नहीं है । अपितु नवकार ज्ञानात्मक श्रुतस्खंध भी है । ऐसे नवकार पर सदीयों से विपुल साहित्य उपलब्ध है ।

नवकार की दो गाथा, नौं पद, आठ संपदा, पांच मंत्र पद और इसके 68 अक्षर है । यह नवकार महामंत्र का अक्षर देह है । मंत्र के रूप में जाप करने में नौं पदों का आठ संपदाओं का श्वासोच्छ्वास पूर्वक शुद्ध उच्चार में बोला जाय, स्मरण किया जाय यही साधना अपेक्षित है । एक अच्छे चित्रकार ने जिन प्रतिमा की आकृति में अपनी तरफ से नौं पदों को इस तरह कलात्मक तरीके से आलेखन किया है कि यह लेखन या ऐसा लिखा हुआ देखते ही जिन प्रतिमा का दर्शन - स्मरण अवश्य कराता है । इसलिए यहां इस प्रयोग में इसी मंत्राक्षरवाली नवकारमय प्रतिमाकृति को ही आलंबन बनाकर जाप साधना करनी है ।

चलीए... पूर्व तैयारी करके... पूर्व क्रिया - विधि करते हुए हमें भी पूर्ण पद्मासन (न हो तो अर्ध पद्मासन) में स्थिर बैठना है । जिन प्रतिमा की तरह ध्यानावस्था बनाते हुए स्थिरता लाइए । आसन की स्थिरता से काय योगाश्रव के सभी द्वार बंद हो जाते हैं । इससे नए कायिक कर्म नहीं बनते हैं । जीभ तालु पर लगाकर होठ, दांत मजबूती से बंद करने से वचन योगाश्रव भी बंद हो जाता है । वाचिक कर्मबंध भी नहीं होगा । अब सन्मुख रखें चित्र पट पर दृष्टी स्थिर करके बारहवे कोष्ठक में नवकारमय प्रतिमा में नौंवा पद – पढमं हवई मंगलं पढीए फिर आठवां मंगलाणं च सव्वेसिं प पढीए । फिर सातवां पद सव्वपावप्पणासणो पद पढीए । फिर छट्ठा पद एसो पंच नमुक्कारो का पढीए । उसके बाद पांचवा पद नमो लोए सव्वसाहूणं फिर चौथा पद फिर तीसरा पद तत्पश्चात दूसरा पद तथा अंत में पहला पद नमो अरिहंताणं का पढीए । यह उल्टे क्रम से पूरा नौं पद का जाप हुआ । इसी तरह नौं पदौं पर नौं बार उल्टा नवकार गिनना है ।

जी... हां... बिल्कुल ध्यान में रखिए जीभ दांत होठ बिल्कुल हिलाने नहीं है । दृष्ट स्थिर रखकर मन में ही नवकार गिनना है ।

आइए... आगे ठीक इसी तरीके से दूसरे कोष्ठक में दूसरी नवकारमय प्रतिमा पर नौं नवकार पढीए । फिर तीसरे कोष्ठक में भी नौं पदों पर नौं नवकार, फिर चौथे कोष्ठक में भी इसी तरह, फिर आगे पांचवे कोष्ठक में भी मंत्राक्षरी प्रतिमा पर नौं पदों पर नौं नवकार, फिर छट्टे कोठे में मंत्राक्षरी प्रतिमा पर नौं बार नवकार पढीए । चलो आधी माला हो गइ है। अभी रुकना नहीं है ।

आगे बढीए... सातवे कोष्ठक में मंत्राक्षर लिखे नवकार को बराबर देखते हुए नौं बार पढीए । फिर आगे आठवे, नववे और दसवे कोष्ठक में भी नौं नौं नवकार गिनना है । ग्यारहवे तथा बारहवे कोष्ठक में भी लिखे हुए नवकार के पदों को नौं बार पढीए । बस, इस तरह 12 x 9 = 108 नवकार का जाप होता है । अब दो - चार मिनट आंखें बंद करके शान्त बैठीए । आत्म नीरीक्षण करीए । कई राग - द्वेषात्मक विचार नहीं आये तो बाजी जीत गये । अच्छी सफलता मिलि । एकाग्रता - स्थिरता बढी । संवर निर्जरा दोनों धर्मों की आराधना हुई । अब इसी आलंबन से इस तरीके से बार बार अभ्यास करते रहीए ।

प्रयोग नं. 23

स्वस्तिकाकृति में १०८ नवकार जाप

प्रयोग नं. **24** (दूसरी पद्धति)

स्वस्तिक शुभ मंगल चित्राकृति है । अष्ट मंगल में प्रथम मांगलिक - मंगल चिन्ह के रूप में स्वस्तिक की गणना है । अष्ट प्रकारी पूजा, तथा गंहूली, और गुरू भगवन्तों के प्रवेश प्रसंग पर तथा मांगलिक प्रसंगो पर स्वस्तिक चित्राकृति का काफी ज्यादा उपयोग होता है । शुभ संकेत है ।

दूसरी तरफ स्वस्तिक का अपने आप में तत्त्वज्ञान तात्त्विक ज्ञान से काफी गहन रहस्यों छिपा हुआ है । स्वस्तिक को चार गतियों का सूचक माना है । केन्द्र में जीवात्मा है । जो अपने उपार्जित कर्मानुसार कब किस गति में जीव अलग अलग गति में जाते हैं । मृत्यु अवश्यंभावी है । जो संसार में जन्मा है उन्हे मरना भी अनिवार्य ही है । तथा मरने के पश्चात् चार में से किसी किसी गति में तो जीवात्मा को जाना ही जाना है । वह उपार्जित कर्मानुसार ही उस उस गति में जीव जाता है । नीचे बांई तरफ तिर्यंच गति है । इस तिर्यंच गति को एकेन्द्रय से पंचेन्द्रिय तक के पशु-पक्षी,कीडे,मकोडे, फल, फूल, पत्थर रत्नों आदि का निवास स्थान माना गया है ।

तिर्यंच गति के बगल में नीचे की तरफ मुख वाली नरक गति है । असंख्य नारकी जीव नरक गति में है । जो सात राजलोक स्वरूप अधोलोक की सातों नरक पृथ्वीयों पर रहते हैं ।

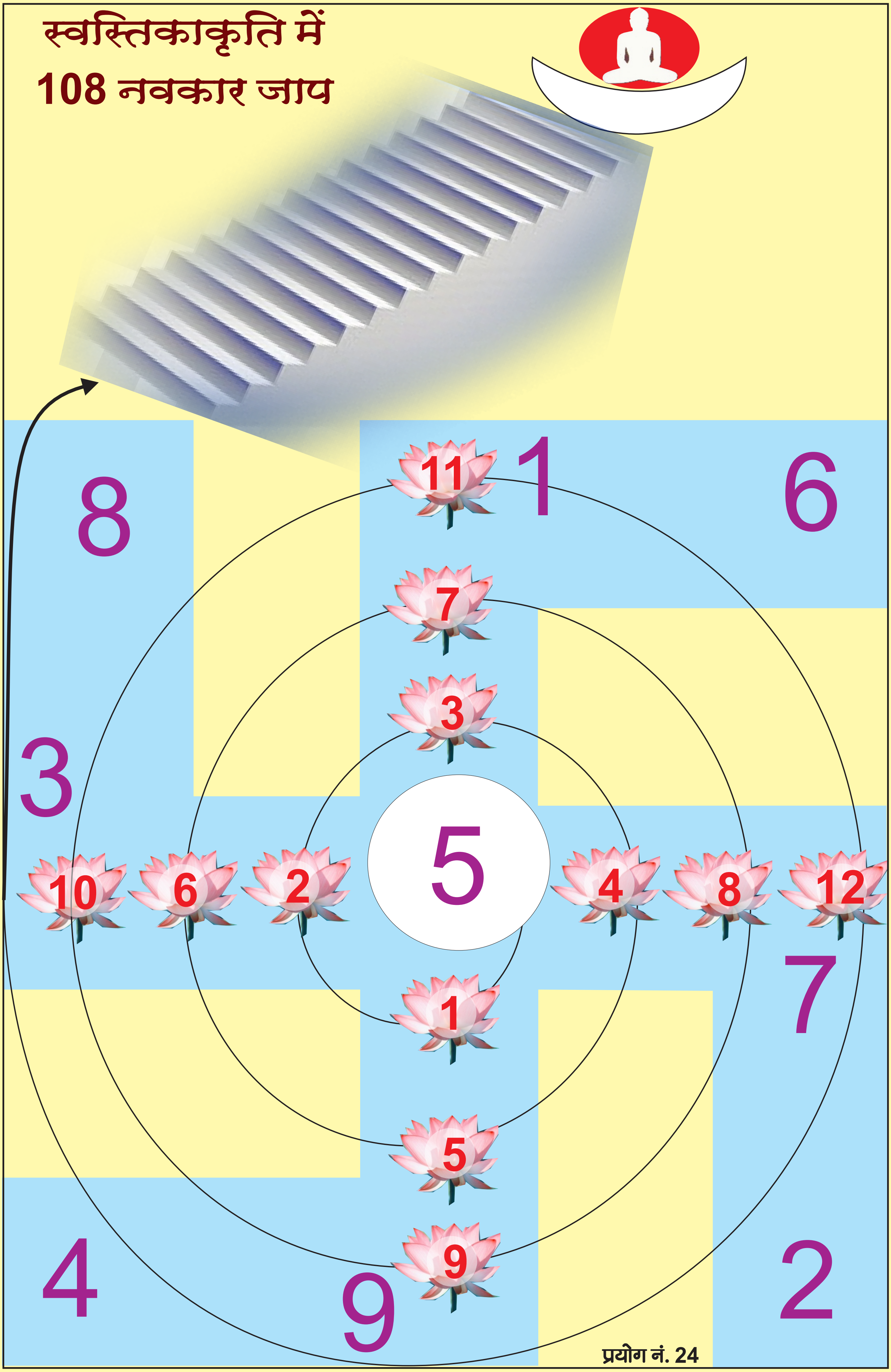
तिर्यंच और नरक दो गतियों को दूर्गति की संज्ञा दी है । उपर की मनुष्य एवं देव गतियां सद्गति है । ऊपर बांई तरफ आडी दिशा की लाइन देवगति की सूचक है । देवगति में असंख्य देवी - देवता निवास करते है । ऊपर के उर्ध्व लोक के सात राज लोक में देवताओं का वास है ।

अब हउपर की तरप मुख करके दाहिनी तरफ की खडी लाइन मनुष्य गति की सूचक है । संपूर्ण ब्रह्माड़ में सबसे कम संख्या सिर्फ मनुष्यों की ही है । मनुष्य गति श्रेष्ठ है । इसी में प्रबल पुण्य से आकर सब कर्मो का क्षय करके जीव मोक्ष में जा सकता है । ऐसी इन चारों गतियों में अनन्तानन्त जीव निरन्तर - सतत जन्म मरण करते करते परिभ्रमण कर रहे हैं । इसे ही संसार चक्र कहते हैं । ऐसे संसार चक्र की चारों गतियों में अनन्तानन्त जन्म - मरण करते करते मैंने भी अनन्तानन्त काल तक परिभ्रमण किया है । अब आज पुण्योदय से मनुष्यगति में, उसमें भी जैन कुल में जन्म मिला है । माता - पिता ने जन्म से ही नमस्कार महामंत्र सीखाया है । सिर्फ एक ही मंत्र में सव्वपावप्पणासणो सभी पाप कर्मो का नाश - क्षय करने की बात आती है । चलो, आज मैं मेरा चारों गतियों के संसारचक्र के परिभ्रमण का निवारण करने हेतु इस महामंत्र का जाप - स्मरण करूं ।

पूर्व तैयारी- पूर्व क्रिया विधि सब कुछ करके सामायिक लेकर एक आसन में स्थिर बैठकर जिन प्रतिमा की ध्यानस्थ मुद्रा में स्थिर हो जाइए । जीभ होठ बिल्कुल न हिलाते हुए मन में ही नवकार मंत्र का जाप करना है । शुभारंभ करीये तिर्यंच गति से । पंदरीया यंत्र के रूप में लिखे अंको पर एक एक नवकार गिनते जाइए । 1 से 9 तक की अंको पर एक एक करके नौं नवकार गिनकर चारगतियों में परिभ्रमण करते हुए 1 नंबर के स्टार - तारा से वलयाकार में आगे पुनः अंक संख्या पर एक एक नवकार गिनते गिनते नौं नवकार मन में जपते हुए मनुष्य गति में दूसरे नंबर के तारा में आइए । फिर आगे चलीए । पुनः अंक संख्या पर एक एक करके नौं नवकार गिनकर आगे देव गति में तीसरे स्टार में आइए । चलीए फिर अंक संख्या पर एक एक करके नौं नवकार गिनकर नरक गति में चौथे स्टार पर आइए । चारों गतिओं में परिभ्रमण करते हुए एक वलय चार स्टार - तारे पूरे हुए ।

चलिए... फिर आगे तिर्यंच गित में आते आते यंत्र की अंक संख्या पर एक एक करके नौं नवकार गिनकर मनुष्य गति में छट्ठे स्टार पर आकर आगे पुनः यंत्र की अंक संख्या पर एक एक करके नौं नवकार गिनकर देव गति में सातवें स्टार पर पहुंची । फिर सातवी बार एक एक करके नौं नवकार गिनते हुए नरक गति में लिखे 8 नंबर के स्टार पर पहुंचीए । फिर से यही यात्रा शुरू करीए । आठवी बार एक एक करके नौं नवकार गिनते हुए नौवे स्टार पर पहुंचीए । अब नौंवी बार एक एक नवकार करके नौं नवकार गिनते हुए दसवे स्टार पर पहुंचना है । अभी यहां से दसवी बार एक एक नवकार करके नौं नवकार गिनते हुए 11 नंबर के स्टार पहुचना है । ग्यारहवी बार एक एक नवकार करके नौं नवकार गिनते हुए बारहवे स्टार पर आना है । यहां से अंतिम पडाव की ओर अग्रसर होते हुए बारहवी बार एक एक नवकार करके नौं नवकार गिनना है ऐसे करते हुए 12 x 9 = 108 नवकार जाप करके चारों गति का परिभ्रमण मिटाते हुए मोक्ष नगरी की तरफ आगे बढना है । दो चार मिनट मौन स्थिर शांत बैठकर अंदर की दुनीया का दर्शन किजीए अर्थात् आंतर निरीक्षण करीए । राग -द्वेष से लिप्त विचारो का प्रवाह रूका था कि नहीं ? रूका होगा तो संवर धर्म की सुंदर आराधना करके आश्रव से बचकर नये कर्मबंध से बचकर पुराने कर्मों की निर्जरा की है ऐसा प्रतीत होगा । अब मनुष्य गति में से मोक्ष मार्ग पर आरूढ होकर सम्यक्त्व प्राप्त कर श्रावक - साधु बनकर सब पाप कर्मो का क्षय करके मोक्षप्राप्ति की दिशा में आगे बढना है ।

स्वस्तिकाकृति में
108 नवकार जाप



प्रयोग नं. 24

स्वस्तिकाकृति - चारों गतियों में परिभ्रमण करते हुए १०८ नवकार जाप

प्रयोग नं. **25**

स्वस्तिक एक मंगलकारी मांगलिक चिन्ह है । शुभ है । क्योंकि प्रतिक्षण जीव को इस चार गतियों के भ्रमण चक्र से छुडाने की प्रेरणा देती है । देव-मनुष्य-तिर्यंच और नरक इन चार गतियों के सूचक इस चिन्ह की मांगलिकता तभी सिद्ध हो सकती है, जब इससे प्रेरणा लेकर कोई भी आत्मा अपने आप को चारों गतियों के इस और ऐसे संसार से मुक्त करने की प्रेर अनन्तणा प्राप्त कर ले । और उसी उद्देश्य को साधने की दिशा में सक्रिय हो जाए । क्योंकि अनन्तानन्त भूतकाल में हमारी अपनी आत्मा और संसार की अनन्तानन्त आत्माएं इन चारों गतियों में अखंड रूप से निरंतर परिभ्रमण कर रही है ।

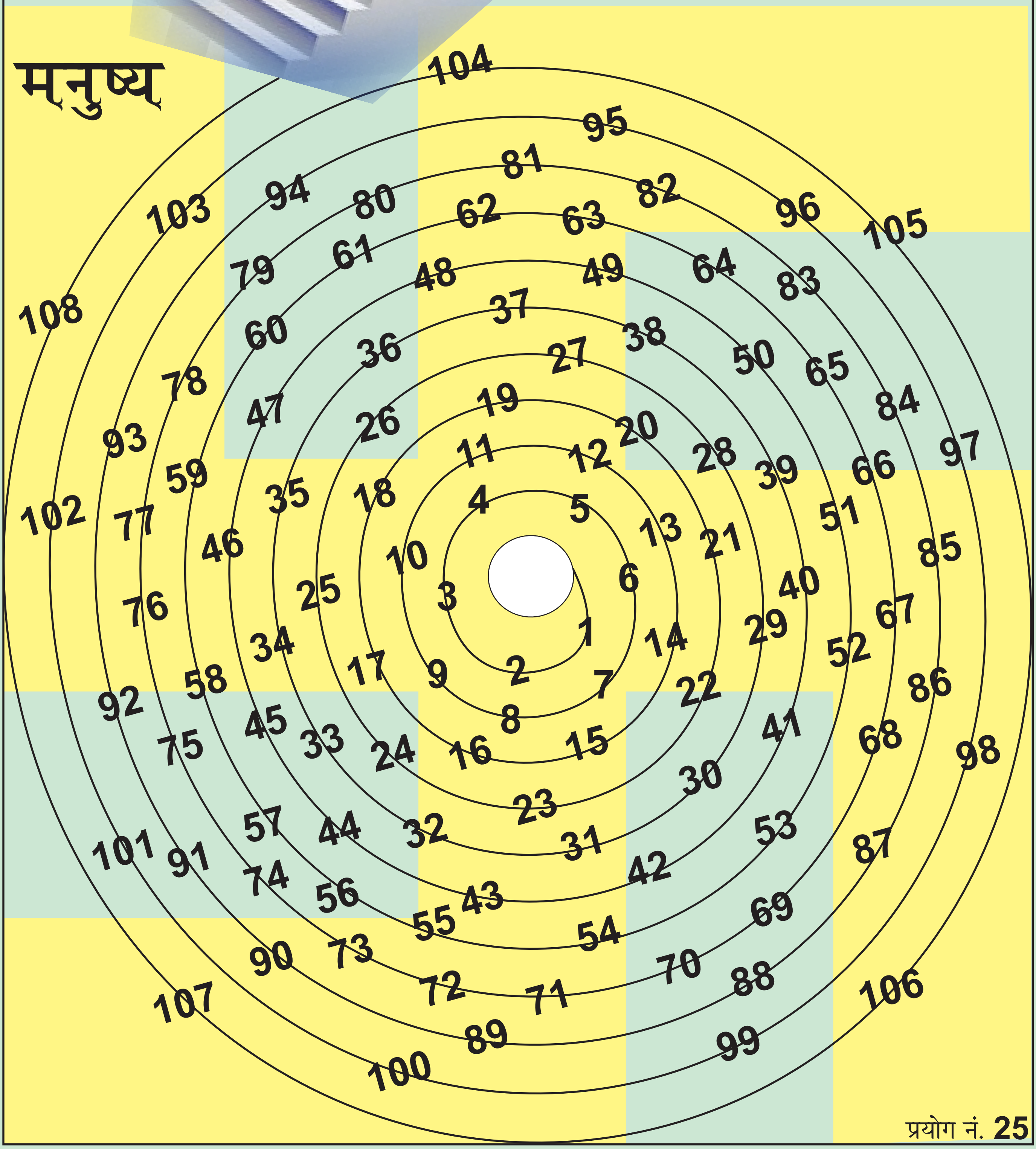
स्वस्तिक की उपर की बांए तरफ की आडी लाइन देव दित की सूचक है । यह खडी - सीधी नहीं परंतु आडी है । इसका कारण यह है कि देवी देवता सीधे मोक्ष में नहीं जा सकते हैं । देवलोक में जाकर देवी - देवता अपने वैभवी भोग विलास के सुख में लीन हो जाते हैं । एक मात्र मनुष्य ही मोक्ष प्राप्ति का अधिकारी है । इसलिए मनुष्य गति की सूचक लाइन खडी है । जिससे निकला हुआ रास्ता सीधा मोक्ष की दिशामें जाता है । मनुष्य एरां देव गति सद्गति है । नीचे की दाहिनी तरफ की आडी लाइन तिर्यंच गति की सूचक है । तिर्यंच पशु - पक्षी की रीड की हड्डी आडी है । खडी - सीधी नहीं है । वे भी मोक्ष लक्षी नही है । तथा नीचे बांई तरफ की लाइन अवश्य खडी है परन्तु नीचे की तरफ उसका मुख है । अतः नारकी जीव अधोलोक वासी नीचे है । नरक गति योग्य भारी पाप कर्म करके जीव नीचे की दिशा में ही जाता है । तिर्यंच और नरक दोनों दुर्गति है । दुर्गति से बचकर लोग सद्गति मे जा सके तो सबसे अच्छा है । आखिर इन चारों गतिओं में परिभ्रमण का नाम ही है संसार चक्र । अनन्तानन्त जीव इन तारों गतियों में ८४ लाख योनियों में जन्म-मरण करते करते अनन्तानन्त काल तक परिभ्रमण करते ही रहते हैं । इनमें मैं भी एक जीव हूं । एक गति से दूसरी गति पिर तीसरी फिर चौथी या तो क्रम से या बिना क्रम के या उल्टे सीधे,सीधे - उल्टे किसी भी तरीके से संसार चक्र में चारों गतियों में परिभ्रमण करते ही रहते हैं । ऐसे भयंकर संसार सागर में से पार उतरने के लिए मन में एक मात्र निष्ठा होनी चाहिए कि नवकार करे भवपार या नवकार उतारे भवपार ।

नवकार महामंत्र के सातवें पद में सव्वपावप्पणासणो सभी पाप कर्मों का नाश करने का उद्देश्य दिया है । इसे ही लक्ष्य - साध्य बनाकर ऐसे ही भावों के साथ चारो गतियों में प्रदक्षिणा देने के क्रम से सतत नवकार का स्मरण करते ही जाएं । यहां इसी उद्देश्य से इसी क्रम से 108 नवकार गिनने हैं । चित्र में देखते जाइए, और जाप करते जाइए ।

चलिए ... पूर्व तैयारी... पूर्व क्रिया - विधि से सब कुछ करके सामायिक लेकर आसन में स्थिर बैठकर मनस्कार मुद्रा में हाथ जोडकर जीभ होठ हिलाए बिना मनमें नवकार गिनते जाना है । नजर चित्र पर स्थिर रखें । जीवात्मा निगोद में से निकली वहां एक नंबर पर एक नवकार, फिर आगे २ अंक संख्या पर दूसरा नवकार, फिर 3 नंबर पर तीसरा नवकार, 4 नंबर पर चौथा नवकार, 4 नंबर पर पांचवा नवकार, 6 नंबर पर छट्ठा नवकार, फिर 7 नंबर पर सातवा नवकार, और आगे 8 नंबर पर आठवा नवकार, 9 नंबर पर नववा नवकार, जी...हां... इसी तरह प्रदक्षिणा के क्रम से लिखे अंक संख्या पर एक एक नवकार गिनते जाइए ।

गोल गोल चक्कर लगाते लगाते जीव चारों गतियों में भटकता ही रहता है । यह मेरी ही कहानी है । मैं खुद इसी तरह इन चारों गतियों के संसार चक्र में घूमता ही रहा हूं । चलो, अब एस भव परंपरा से छूटने के लिए नवकार महमंत्र का जाप करता ही जाउं । चलो, भटकते भटकते ही सही अंक संख्या पर नजर और नवकार में मन को लगाकर नवकार का जाप करते ही रहना है । नंबर बदलते ही विचार बदल न जाय यह ध्यान रखना है । 27 नंबर पर 54 नवकार का जाप होते ही पा भाग की माला पूर्ण हुई, 54 नंबर पर 54 वां नवकार गिनते ही आधी माला का जाप पूर्ण होता है । यहां रूकना नहीं है । आगे और आगे बढना है । पाप करते समय पीछे मुडकर देखा नहीं है तो जाप करते समय पीछे क्यों देखना ? गति धीमी क्यों करनी ? चलीए... और शुभ भाव से ओत प्रोत होकर अंक संख्या पर नवकार का जाप चालु रखें । 81 नंबर पर 81वा नवकार गिनकर आगे बढीए...। 100 नंबर पर 100वा नवकार गिनीए । मनुष्य गति में अंतिम 108वा नवकार गिनकर मोक्ष मार्ग पर आरूढ हो जाइए । एक एक गुणस्थान चढते चढते सम्यक्त्व पाकर, व्रत - विरती धर श्रावक फिर साधु फिर केवली बनकर मोक्ष में जाइए । बस दो चार मिनट शांत स्थिर बैठकर आंतर निरीक्षण करीए । फालतु विचार नहीं आए तथा भाव विशुद्धि बनी रही, यही हमारी सबसे बडी जीत है ।

स्वस्तिकाकृति - चारों गतियों में परिभ्रमण करते हुए 108 नवकार जाप



स्वस्तिकाकृति - में उल्टे क्रम से नवकार जाप

प्रयोग नं. **26** ☞

एकाग्रता बढाने - दृढता और ज्यादा लाने के उद्देश्य से मन को और ज्यादा कसरत कराने के लिए अब स्वस्तिकाकृति में दोनों पद्धतियों में उल्टे क्रम से नवकार गिनने की साधना करने से और ज्यादा लाभ मिलता है । क्या लाभ ? संवर +निर्जरा का द्विगुणित होता है ।

मन को भी सीधे क्रम से चलना आसान लगता है । लेकिन उल्टी दिशामें उल्टे क्रम से उल्टी संख्या में चलने में मन को भी कठिनाई ज्यादा होती है । ऐसे में मन छटपटाता है । वह भागने की ज्यादा कोशिष करता है बस, इस स्थिति में साधक को बहुत ज्यादा सावधान होना चाहिए । मन रूपी बंदर को रस्सी से बांधकर उल्टी सीधी कसरत कराते हुए मन को साधना चाहिए ।

A) पहली स्वस्तिकाकृति के चित्रपट पर है यह प्रयोग करना है ।

चलिए....पूर्व तैयारी...पूर्व क्रिया - विधि से करके सामायिक लेकर योग्य आसन में बैठकर हाथ जोडकर नमस्कार मुद्रा में जाप करना प्रारंभ करीए । पहले बारहवे नंबर के स्टार में 9 से 1 तक उल्टे नवकार गिनकर फिर आगे ग्यरहवे स्टार पर आइए । फिर अंक संख्या पर 9 से 1 तक नौं नवकार उल्टे क्रम से गिनकर फिर ग्यारहवे स्टार पर आइए । फिर 9 से 1 तक पंदरिया यंत्र में उल्टे क्रम से नौं नवकार गिनकर दसवे स्टार पर आइए । फिर 9 से 1 तक उल्टे क्रम से नौं नवकार गिनते हुए नौवे स्टार आइए । जी हां चारों गतिओं में परिभ्रमण का एक आवर्त पूरा हुआ । 9 X 4 = 36 नवकार हुए ।

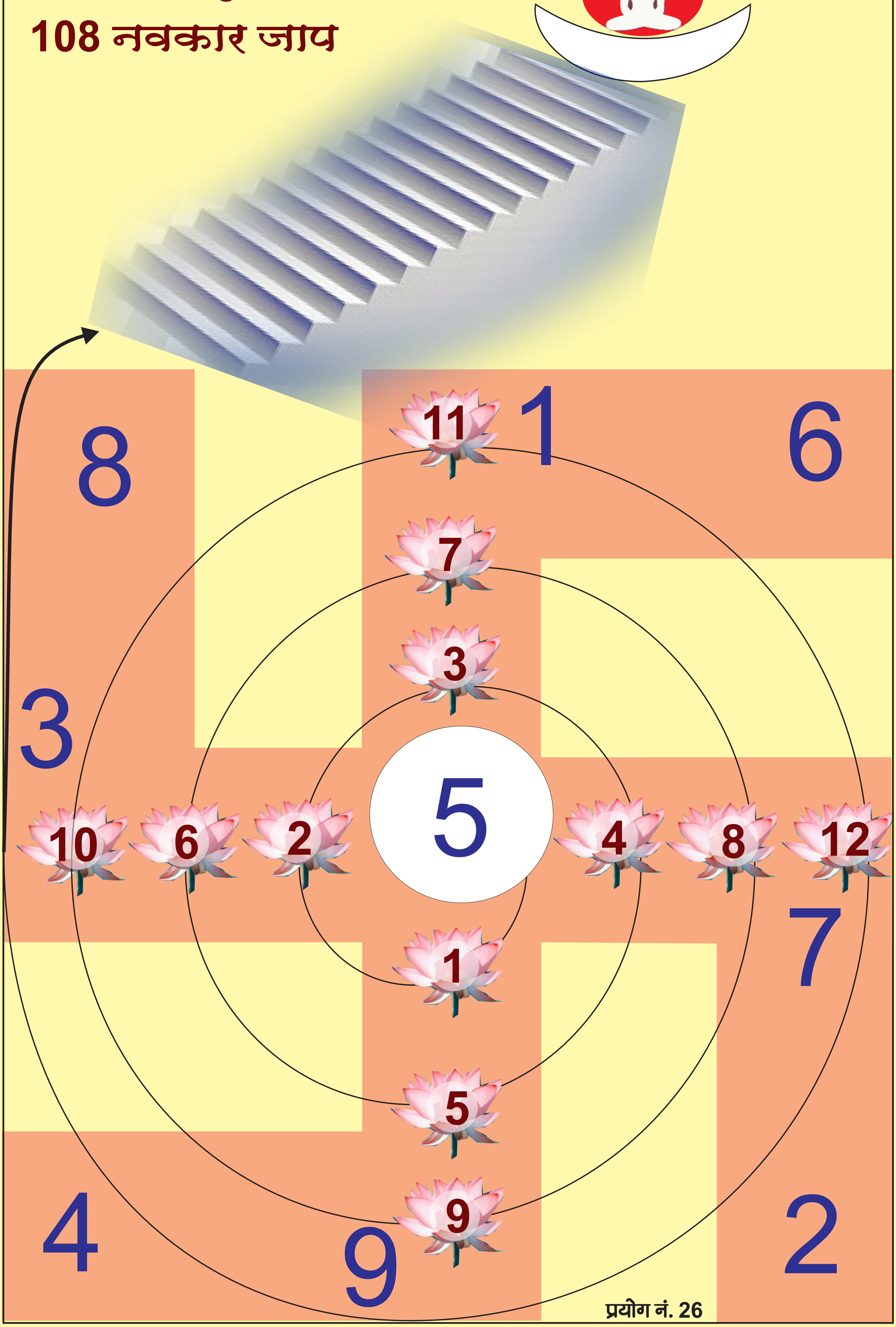
चलिए... प्रदक्षिणा क्रम से फिर 9 से 1 तक यंत्र पर उल्टे नौं नवकार गिनकर आठवे स्टार पर आइए । पुनः फिर 9 से 1 तक यंत्र पर उल्टे नौं नवकार गिनते हुए प्रदक्षिणा क्रम से चलते हुए सातवे स्टार पर आइए । फिर 9 से 1 तक उल्टे क्रम के नौं नवकार गिनकर छट्ठे स्टार पर आइए । इसी तरहल प्रदक्षिणा क्रम में चलते चलते 9 से 1 तक उल्टे क्रम से नौं नवकार गिनते गिनते पांचवे स्टार पर आएं । इस तरह प्रदक्षिणा का यह दूसरा आवर्त पूरा हुआ । पहली प्रदक्षिणा में 36, दूसरी प्रदक्षिणा में भी 36, इस तरह 36+36 = 72 नवकार पूरे होते हैं ।

चलिए तीसरी प्रदक्षिणा में भी 9 से 1 तक नौं नवकार उल्टे गिनते हुए चौथे स्टार पर आइए । फिर से 9 से 1 तक 9 नवकार उल्टे गिनते हुए आगे तीसरे स्टार पर आइए । फिर आगे चलते हुए 9 से 1 तक नौं नवकार उल्टे क्रम से जपते हुए दूसरे स्टार पर आइए । और आगे अंतिम बार 9 से 1 तक उल्टे नौं नवकार गिनते हुए पहले स्टार पर आइए । तीसरी प्रदक्षिणा के 36 नवकार हुए पहले के 72 के साथ ये 36 जोडने पर 108 नवकार पूरे होते हैं । बस, हो गया जाप । अब दो - चार मिनट शांत चित्त बैठकर आतर्निरीक्षण करीए । फालतु विचार नहीं आये तो सफलता अच्छी है ।

(B) स्वस्तिकाकृति के दूसरे चित्र में स्वस्तिक उपर संसार चक्र के परिभ्रमण के आवर्त है । 108 वे क्रम पर पढमं हवई मंगलं से नमो अरिहंताणं तक उल्टा नवकार जपीए । फिर 107, 106, 105, 104, 103, 102, 101 और 100 पर एक एक उल्टा नवकार गिनीए । बराबर है . उल्टे क्रम से चलना है । 99 से 91 तक फिर नौं नवकार एक एक करते जपते जाइए । फिर 90 से 81 तक, 80 से 72 तक, 71 से 63 तक, एक एक करके नौं नौं उल्टे नवकार गिनीए । फिर उल्टी प्रदक्षिणा देते हुए 62 से 54 तक नौं उल्टे नवकार गिनीए ।

चलीए... धीरज रखिए । आधी माला हो चूकी है । धैर्य नहीं खोना चाहिए । इधर उधर किधर भी न देखें । जीभ होंठ न हिलाते हुए 53 से 45 तक नौं नवकार फिर उल्टे क्रम जपीए । 44 से 36 तक फिर उल्टे क्रम से नौं नवकार जपते हुए प्रदक्षिणा क्रम से एक से दूसरी गति तक उल्टे क्रम से चलते जाइए । अब आगे 35 से 27 तक के नौं उल्टे नवकार गिनते हुए प्रदक्षिणा क्रम से एक से दूसरी गति तक आगे चलते जाईए । आगे 26 से 18 तक नौं नवकार उल्टे जपते हुए एक गति से दूसरी गति में उल्टे नवकार गिनते हुए एक गति से दूसरी गति में उल्टे चलते जाइए । और अंत में 18 से 10 तक नौं नवकार उल्टे क्रम नौं नवकार गिनते हुए प्रदक्षिणा क्रम में आगे बढीए । अब अन्त में 9 से 1 तक उल्टे क्रम से गिनते हुए पुनः निगोद तक पहुंच जाएंगे । जहां से निकले थे वहीं वापस पहुंच गए । वास्तव में सच्चाई ऐसी है कि - ऐसा तो जीव अनन्त बार कर चूका है । गतियां तो सिर्फ चार ही है । तथा योनियां 84 लाख ही है । इस तरह चारों गतियों में 84 लाख जीवयोनियों में अनन्तानन्त जीव संसारचक्र में परिभ्रमण करते ही रहते हैं । निगोद से मनुष्य भव तक पुनः मनुष्य से एकेन्द्रिय तक अनन्त बार भ्रमण चलता ही रहता है । अब नवकार से भवपार करीए । शान्त होकर निरीक्षण करीए । संवर - निर्जरा का लाभ प्राप्त करीए ।

स्वस्तिकाकृति में
108 नवकार जाप



प्रयोग नं. 26

नवतत्त्वाकृति - में
नवकार जाप

प्रयोग नं. **27** ☞

परमात्मा स्वयं संसार से महाभिनिष्क्रमण करके प्रवृजित होकर साधना करके कैवल्य प्राप्ति की सिद्धि प्राप्त करते हैं । केवलज्ञान - केवल दर्शन प्राप्त करके सर्वज्ञ बने वीतरागी भगवंत ने समवसरण में देशना देते हुए जीव - अजीव पुण्य पाप आश्रव संवर निर्जरा बंध और मोक्ष नामक नौं तत्त्वों की प्ररूपणा की है । इनमें जीव अजीव को मूलभूत द्रव्य (पदार्थ) बताया है । तथा इन दोनों को संयोग वियोग से होने वाली क्रिया से बनने वाले पुण्य पाप आदि को तत्त्व के रूप में दर्शाए हैं । सम्यग् ज्ञान का अच्छी तरह अभ्यास करके तत्त्व रूचि बढाते हुए तत्त्वज्ञान प्राप्त करने की दिशा में गहन पुरूषार्थ करना है । जीव अजीव आदि नौं तत्त्वों के प्रति अपनी निष्ठा बढाकर ग्रन्थिभेद करके सम्यग् दर्शन प्राप्त करके साधक सम्यक्त्वी बनता है । और सम्यक्त्व प्राप्त करते ही उसका मोक्ष निश्चत हो जाता है । ऐसा सम्यग् दर्शन ही आत्मा को मोक्षमार्ग पर आगे बढाता है । ऐसे सम्यग् दर्शन का मुख्य आधार ही जीव अजीव आदि नौं तत्त्वों के प्रति अपनी निष्ठा - समर्पण - श्रद्धा बढाना है ।

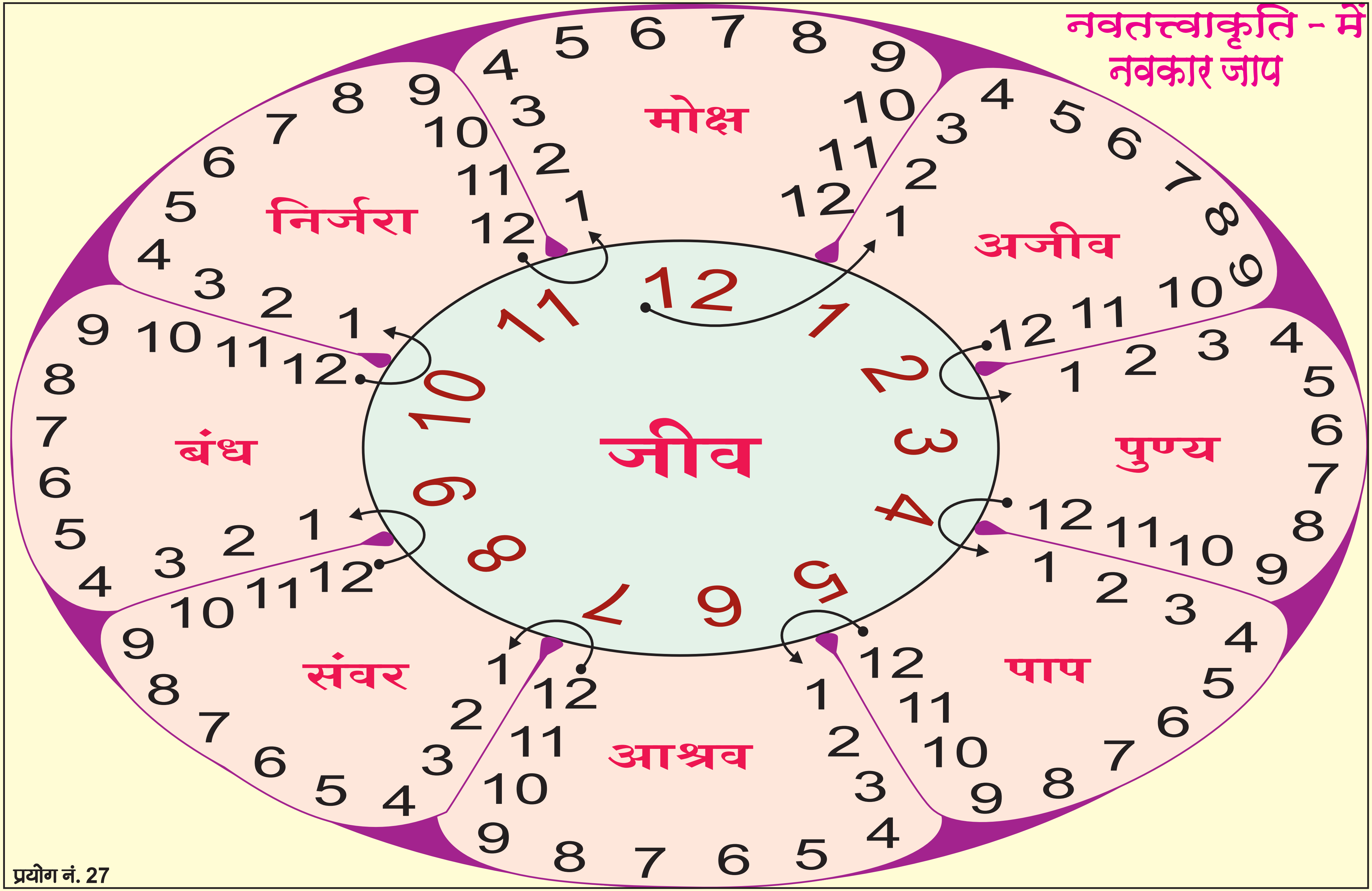
नवपद को मंत्र नहीं बनाना है, परन्तु नवतत्त्वों को आधारभूत आलंबन बनाकर नवकार की साधना करनी है । जिससे सव्वपावप्पणासणो सब पाप - कर्म का क्षय - नाश हो । अनन्तानुबंधी कषाय तथा मिथ्यात्वादि मोहनीय कर्म की सात प्रकृतियों का क्षयोपशम होने से सम्यग् दर्शन की प्राप्ति होती है । इसलिए नवकार की साधना इसी कर्म क्षय के उद्देश्य से करते करते नव तत्त्वों की श्रद्धा जगाकर सम्यग् दर्शन प्राप्त करके मोक्ष मार्ग पर अग्रसर होते हुए मोक्ष प्राप्त करनी की दिशा में आगे बढना है । साधक को सतत-निरंतर नव तत्त्वों का स्मरण रहे इसके हेतु से नव तत्त्वों को केन्द्र में रखकर १०८ नवकार महामंत्र का जाप करने की साधना करें ।

चलिए... पूर्व तैयारी...करीए पूर्व क्रिया - विधि करते हुए सामायिक लेकर सुयोग्य सानुकूल सुखासन में स्थिर होकर बैठीए । सन्मुख नवतत्त्ववाले चित्रपट को सामने रखिए । दृष्टी उस पर स्थिर रखिए । काय योग को आसन में स्थिर कर ाद्या है । जीभ - दांत - होठ मजबूती से बंद करके वचन योग को भी बंद करना उचित है । दोनों योगों के बंद होने से आश्रव - बंध भी नहीं होंगे । मात्र मनोयोग को नवकार का जाप करने में जोडीए ।

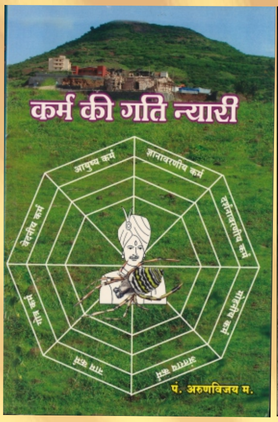
चित्र परिचय स्पष्ट ध्यान में रखिए । प्रथम केन्द्र में जीव तत्त्व है । उसके चारों तरफ मूल दिशा में आश्रव, संवर, निर्जरा और मोक्ष तत्त्व है । तथा विदिशा में पुण्य पाप अजीव और बंध तत्त्व है । इस तरह नौं तत्त्वों की व्यवस्था का आलेखन है । तथा प्रत्येक पंखुडी में 12 - 12 रत्नों की स्थापना भी की गई है । इस तरह 12 x 9 = 108 आसानी से हो जाएंगे ।

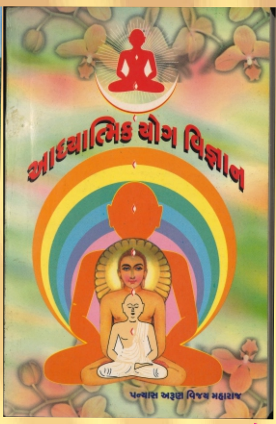
चलिए... पहले केन्द्र की कर्णिका में जीव तत्त्व पर केन्द्रित होना है । जीव को ही आत्मा के अन्य नाम से पहचाना जाता है । आत्म तत्त्व का स्वरूप समझना - स्वीकारना है । आत्मा को मानने से ही सम्यग् दर्शन की प्राप्ति होती है । जीभ होठ हिलाए बिना मौन रूप से मन में क्रमशः १२ नवकार गिनीए । आगे दूसरे अजीव तत्त्व का भी चिंतन करते हुए १२ नवकार का जाप करीए । पुण्य तत्त्व का चिन्तन तीसरे क्रम पर करते हुए पंखुडी में १२ नवकार गिनीए । चौथे क्रम पर पाप तत्त्व का चिन्त करते हुए १२ नवकार गिनीए । पांचवे आश्रव तत्त्व का स्वरूप चिन्तन करते हुए १२ नवकार का जाप करना है । छट्ठे क्रम पर संवर तत्त्व में संवर धर्म का चिंतन करते हुए १२ नवकार मन में जपते जाईए। सातवे निर्जरा तत्त्व में कर्मक्षय कारकता की असरकारकता की का चिन्तन करते हुए १२ नवकार मन में जपते जाइए । आगे आठवे क्रम पर बंध का चिन्तन करीए । निर्जरा द्वारा कर्म क्षय करने के बाद पुनः नए कर्मों का बंध क्यों करना ? बंध से बचना चाहिए । चलो पुनः १२ नवकार मंत्र का जाप करीए । अब आगे अंतिम नौंवा तत्त्व मोक्ष तत्त्व है । चलिए, मानसिक भाव से सिद्धशिला पर लोकान्त भाग में मुक्तात्मा - सिद्धात्मा के दर्शन करीए । बस, चलिए, १०८ नवकार महामंत्र का जाप हो चूका है । दो चार मिनट आंतर्निरीक्षण करीए । फालतु विचार नहीं आए । अच्छी सफलता मिली । संवर निर्जरा का लाभ अच्छा प्राप्त होता है ।बार - बार इस तरह जाप करते रहीए ।

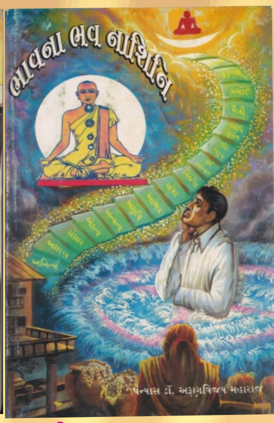
नवतत्त्वाकृति - में नवकार जाप



प्रयोग नं. 27







पं.डॉ.श्री अरूणविजयजी म. सा.

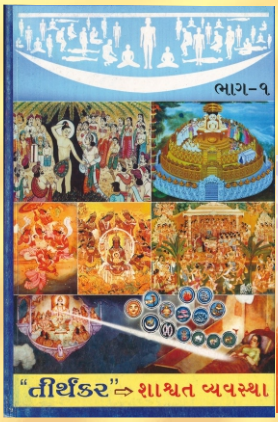
सिद्धहस्त लेखक
सचित्र शैली की पुस्तकों के लेखक
तात्त्विक कलम के लेखक
तात्त्विक साहित्य के सर्जक

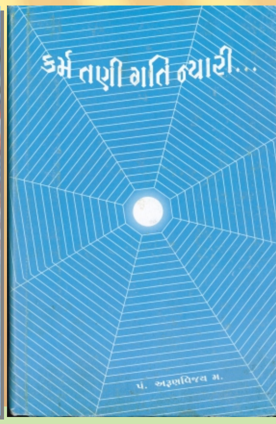
५२ वर्ष दीक्षा पर्यायवाले...
हिन्दी शास्त्री B.A., साहित्याचार्य M.A.,
न्याय दर्शनाचार्य M.A., डबल
M.A.Ph.D सुप्रसिद्ध विद्वान

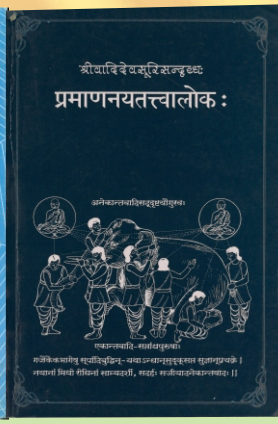
ब्लैक बोर्ड पर अनेक
चित्रों द्वारा समझाते हुए
सचित्र शैली के प्रवचनकार
चिन्तन मननकर्ता, तत्त्वचिंतक

द्रव्यानुयोग – दर्शन न्याय
शास्त्र तर्क शास्त्र तथा तत्त्वज्ञान का
अभ्यास कराने, सीखाने, पढाने वाले

घर घर बसाने योग्य, खास पढने योग्य, अभ्यास करने योग्य साहित्य
प्रभावना, पुरस्कार, ईनाम, भेंट देने–वहोराने योग्य उत्तम साहित्य







जैन श्रमण संघ के डबल M.A.Ph.D. विद्वान पं.डॉ.श्री अरूणविजयजी म. सा. की तात्त्विक कलम से
लिखित एवं संपादित साहित्य – प्राप्ति का स्थान :– वीरालयम् जैन तीर्थ – पुना मो.नं. 866 872 5009
एन.एच. 48 (पुराना 4) कात्रज बायपास, जांभुलवाडी, आंबेगांव (खूर्द) ता. हवेली पुना – 41
SHRI MAHAVEER RESEARCH FOUNDTION का प्रकाशन खरीदिए, पढीए, भेट दिजीए,घर घर में बसाइए

श्री वीरालयम् जैन तीर्थ N.H. 48 कात्रज बायपास, आंबेगांव (खूर्द),पो.जांभूळवाडी,ता.हवेली – पुणे 411046 MO.No. 866 872 5009 E-mail -mahaveeralayam@gmail.com

श्री वीरालयम् जैन तीर्थ - पुना

N.H. 48 पर मुंबई से सिर्फ 2-3 घंटे के अंतर पर...पुना शहर के सीमावर्ती कात्रज घाट परिसर में...सह्याद्रि पर्वतमाला की कात्रज घाट की पहाडी पर.. निसर्ग रम्य...नैसर्गिक सौंदर्य से सुशोभित...मनोहर प्राकृतिक सुंदरता वाली प्रकृति की गोद में... शहरी धमाल और अशान्ति से सर्वथा दूर खुशनुमा शान्त वातावरण में... स्वास्थ्य वर्धक शुद्ध हवा–पानीवाले MINI HILL STATION गिरिमथक स्वरूप – **वीरालयम् जैन तीर्थ** की यात्रार्थ पधारिए।

दुनिया में कहीं नहीं है ऐसा...20 शिखरबद्ध 20 देरीयों – समवसरण युक्त विश्व का सर्व प्रथम – वीशस्थानक यंत्रमय महाप्रसाद नवनिर्मित हुआ है । स्फटिकादि उपरत्नमय वीशस्थानक पदानुसारी विविध रंगबिरंगी प्रतिमाजी प्रतिष्ठित है ।

धर्मशाला – अतिथि गृह, विशाल भोजनशाला, आयंबिलशाला, श्रमणी विहारादि की आधुनिक सुविधा उपलब्ध है।

SHRI MAHAVEER RESEARCH FOUNDATION – ट्रस्ट द्वारा निर्मित 30000 पुस्तकों –ग्रन्थों का वीरालयम् जैन ज्ञानालयम् (LYBRARY) उपलब्ध है।

श्री वीरालयम् जैन अहिंसा तीर्थ – ट्रस्ट संचालित – गौशाला–पांजरापोल–पक्षीगृहादि प्राणी रक्षा केन्द्र में जीवदया का पुण्य कार्य प्रतिदिन चलता है।

श्री महावीर जैन साधर्मिक नगर 10 दूकानों तथा 28 घरों युक्त बना हुआ है।

यात्रार्थ पधारिए।