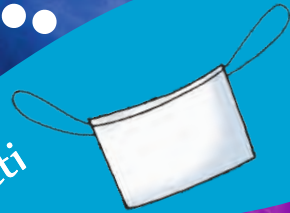


LOOK N LEARN CHILDREN'S JAIN MAGAZINE

25th January 2018 Every Fortnight | English, Hindi & Gujarati

Benefits of...

Muhapatti



Samayik



Supatradaan



Kandmul Tyag



Modesty is the root of Religion and to make us understand the very first word used in Namaskar Mantra is 'Namo'. In this mantra we don't bow to any person but we bow towards virtues.

यह शाश्वत मंत्र है। धर्म का मूल विनय है, यह समझाने के लिए सबसे पहले नमस्कार मंत्र में नमो शब्द है। इस मंत्र में व्यक्ति नहीं पर उनके सद्गुणों को नमस्कार है।

Namaskar Mahamantra

नमस्कार महामंत्र



When we awake.....

सुबह उठते ही...

When we awake & recite, our entire day becomes positive. Our feelings towards everyone becomes pure & positive.

दिन शुभ होता है। भावना की विशुद्धि होती है।



When we recite before meals.....

खाने से पहले...

Our meals become like nectar.
We develop the strength of penance (tap).

आहार अमृत बने और तप के भाव जगे।

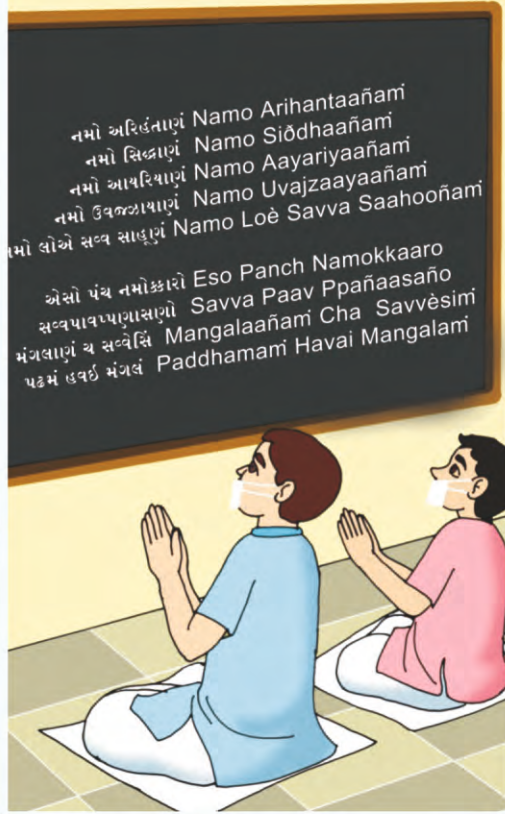


when we recite before leaving our home...

घर के बाहर निकलते समय...

All our work gets accomplished successfully.
It increases Dharma.

कार्य सिद्ध होते हैं। धर्म की वृद्धि होती है।





Muhapatti

मुहपत्ति

It is the main symbol of Jain Dharma. Its white in color. It is 21 fingers long and 16 fingers broad. It is folded 8 times.. and is tied with the help of a thread.

मुहपत्ति जैन धर्म का मुख्य चिन्ह है। यह सफेद रंग की होती है। यह २१ अंगूळ लंबी और १६ अंगूळ चौड़ी होती है। यह ८ पडवाली होती है। यह धागे से मुँह पर बाँधी जाती है।

Benefits of tying Muhapatti

मुहपत्ति बांधने के लाभ

It protects the living organisms (jeev) in air

वायुकाय के जीवों की रक्षा होती है।

It shows etiquette while talking

बात करने में विवेक रहता है।

We follow the orders of Tirthankar Parmatama.

तीर्थंकर परमात्मा की आज्ञा का पालन होता है।

- Gurubhakt Mehta Parivar

वंदना

वंदना का अर्थ है जुकना, गुलमिल जाना, एकरस हो जाना, परमात्मा में - गुरु में लिन हो जाना। वंदना मतलब जहाँ किसी उत्कृष्ट चारित्रधारी को देखा वहाँ स्वयं की आत्मा उनके प्रति विनम्र भाव से जुक जाए और आत्मा के साथ शरीर भी अहोभाव से जुक जाए।



Benefits of doing Vandana

- It develops the virtue of modesty in us.
- Our ego/ pride gets destroyed
- We bind Uchha Gotra karmas.
- We shed Nich Gotra karmas.
- We bind Namaskar Punya karma.
- We bind Aadeya Naam karma, through which whatever we say is always obeyed.

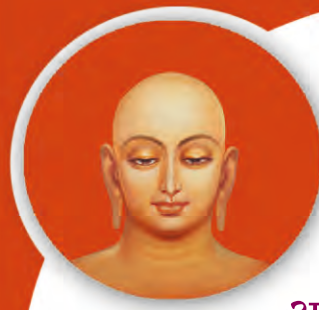
वंदना करने से लाभ...

- विनय गुण की प्राप्ति होती है।
- अहंकार का नाश होता है।
- उच्च गौत्र कर्म का बंध होता है।
- निच गौत्र कर्म क्षय होता है।
- नमस्कार नाम पुण्य का बंध होता है।
- आदेय नाम कर्म का बंध होता है।

Jai jinendra

Jai Jinendra means to praise infinite Jineshwar Bhagavants.

जय जिनेन्द्र का अर्थ है... अनंता जिनेश्वर भगवंतो का जय जयकार हो।



जय जिनेन्द्र बोलने से भद्र पुण्य कर्म का बंध होता है। भद्र पुण्य का अर्थ है - की आनेवाले जन्म में भी जैन धर्म मिलता है।

By saying Jai Jinendra we bind Bhadra punya karmas which means in next birth also we can get Jain dharma.

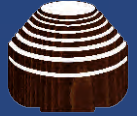
Benefits of saying Jai Jinendra

जय जिनेन्द्र बोलने के फायदे...

- We become fortunate to live as celestial being(devlok) for thousands of years.
- It irredicates vices like ego, anger, greed... And develops virtues like compassion, mercy, friendship...
- We achieve success in every field.



- देवलोक में हजारों साल तक देव बनकर रहने का सौभाग्य प्राप्त होता है।
- अहम, क्रोध, इर्षा जैसे दुर्गुण दुर होते हैं दया, करुणा, मित्रता जैसे सद्गुण प्रगट होता है।
- सभी कार्यों में सफलता मिलती है।



सामायिक Samayik

दो घड़ी साधु जीवन
का अनुभव होता है।

Experience the life
of an ascetic
for 48 minutes.

दो घड़ी शांत और क्षमता भाव में रहकर पाप कर्मों का

त्याग करने को ही सामायिक कहते हैं। सामायिक करने से सद्गुणों

की प्राप्ति होती है और मन पर कंट्रोल बढ़ता है। जो मन को जीत लेता है वह
जगत को जित लेता है।

To remain in peace and endurance for 48 minutes by avoiding all sinful activity is called Samayik. By doing samayik we can attain virtues and can control our mind. The one, who conquers the mind, can conquer the world.

Benefits of Samayik...

सामायिक करने के लाभ...

समभाव की प्राप्ति होती है।

Attains equanimity.

सर्व जीवों को अभयदान मिलता है।

Gives abhaydaan to all living
beings.

कर्मों की निर्जरा होती है।

Sheds bad karmas.



25th January 2018

06

LOOK n LEARN

Kandmool – कंदमूल



Vegetables which are grown underground are known as kandmool.

They consist of innumerable bodies which consists of infinite jeevs.



Benefits of not eating kandmool

कंदमूल के त्याग से लाभ...

- ❖ Having mercy on infinite jeevs.
- ❖ अनंता जीवों की दया करने का पालन होता है।
- ❖ We obtain good gati.
- ❖ सद्गति प्राप्त होती है।
- ❖ We follow the preachings of Arihant Parmatma.
- ❖ अरिहंत परमात्मा की आज्ञा का पालन होता है।
- ❖ Our nature becomes simple and pure.
- ❖ स्वभाव में सरलता व निर्मलता आती है।

Declaration Form "Look n Learn"

Statement about ownership and other particulars about the fortnightly "Look n Learn" to be published in the issue every year after last day of February.

FORM IV (See Rules 8)

1. Place of Publication	: Mumbai
2. Periodicity of its Publication	: Fortnightly
3. Printer's Name	: Arihant Printing
Add.	: Ghatkopar (E), Mumbai
Nationality	: Indian
4. Publisher's Name	: Ashok R. Sheth
Nationality	: Indian
Add.	: 20, Vanik Niwas, Kama Lane, Ghatkopar (W), Mumbai - 86
5. Editor's Name	: Ashok R. Sheth
Nationality	: Indian
Add.	: 20, Vanik Niwas, Kama Lane, Ghatkopar (W), Mumbai - 86
6. Name & Add. of Individuals Who the fortnightly (and partners of share holders holding more than one per cent of total capital).	: Ashok R. Sheth

I Ashok R. Sheth, hereby declare that the particulars given above are true to trust of my knowledge and belief.

Dt. 25-02-2016

Ashok R. Sheth (Publisher)

Ratri Bhojan

रात्रि भोजन

By avoiding Ratri bhojan we follow the principles of Jain Dharma and preachings of our Parmatma. We also give protection to infinite jeevs.

रात्रि भोजन का त्याग करने से हम जैन धर्म के सिद्धांतों का एवं परमात्मा की आज्ञा का पालन करते हैं। रात्रि भोजन के त्याग से असंख्य जीवों को अभयदान मिलता है।



Disadvantage of having dinner at night.

रात्रि भोजन करने के ग़ैरलाभ...

- It involves violence of killing 6 kay jeevs.
- We get Durgati.
- छ काय जीवों की हिंसा होती है।
- दुर्गति मिलती है।

At night due to darkness minute creatures may fall in the food, hence we hurt them.

रात्रि को सुक्ष्म जीव जंतु भोजन में पड़ने से जीव हिंसा होती है।

**Eating
before sunset
keeps us healthy.**

थाली धोके पीना

थाली धोकर पीने से, थाली में भोजन ग्रहण कर सको ऐसा भव प्राप्त होता है, अन्न का आदर होता है, भोजन व्यर्थ नहीं जाता और अहिंसा धर्म का पालन होता है। यदि हम खाना खाने के बाद थाली धोकर नहीं पीते तो थाली में असंख्य जीवों की उत्पत्ति होती है जिससे जीव हिंसा होती है।

By washing our plate after every meal and consuming that water, we would be blessed with such a birth in which we get food served in a plate, as we show respect towards food and thus the remaining food particles doesn't get washed off, by doing this we follow Ahimsa.

If we avoid cleaning the plate after the meal then innumerable jeevs develop in the plate, which die when we put the washing violence.





खाना खाने से पहले वहोराने की भावना

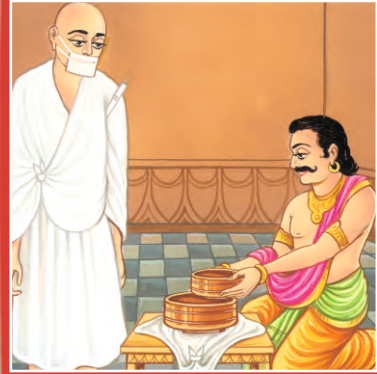
खाना खाने से पहले लोक में बिराजमान समस्त पूज्य साधु साध्वीजी को वहोराने की भावना करनी चाहिए।

ऐसी भावना से संयम धर्म के लिए अहोभाव जागृत होते हैं और आत्मा में सकारात्मक विचार आते हैं।

सुपात्रदान Supatradaan

Offering essentials like food, medicines, clothes etc... to Pujya Sadhu – Sadhviji is called Supatra Daan...

पंचमहाव्रत धारी साधु - साध्वीजी को आहार और अन्य जरूरियात की वस्तुएँ वहोराने को सुपात्रदान कहते हैं।



- शुद्ध भाव से सुपात्र दान करने से तीर्थंकर नाम गोत्र कर्म का बंध होता है।
- कर्मों की निर्जरा होती है और सम्यक्दर्शन की प्राप्ति होती है।
- सुपात्र दान की भावना से भविष्य में कभी हमें माँगने का अवसर नहीं आता।

सुपात्रदान
करने के लाभ...

**Benefits of
Supatra Daan**

- When we give supatra daan with immense feelings we can bind Thirthankar Naam Gotra Karma.
- We can shed karmas and attain Samyak Darshan.
- By giving Supatra Daan we bind such type of Karmas that in future we don't have to spread our hands in front of anyone.



प्रतिक्रमण Pratikraman

In the spiritual journey of every Sadhak, Parmatma Mahavir has shown the importance of Samayik and Pratikraman sutra in the form of Avashyak Sutra.

'It's human tendency to make mistakes'. It's natural that, while doing sadhana, committing mistakes is possible. But accepting the mistakes and apologizing for the same is called Pratikraman.

परमात्मा महावीर ने सिद्धत्व की यात्रा में हर एक साधक आत्मा के लिए आवश्यक सूत्र के रूप में सामायिक सूत्र तथा प्रतिक्रमण सूत्र का महत्व दर्शाया है।

साधक तो भूल का पात्र है।

साधना में भूल होना सहज है लेकिन भूल को भूल मानना और भूल का प्रायश्चित्त करने का प्रयत्न करना इसीको प्रतिक्रमण कहते हैं।

आत्मा की पर की ओर गति को अतिक्रमण कहते हैं और जब आत्मा स्व की तरफ जाने का प्रयास करे तो उसे प्रतिक्रमण कहते हैं।

Benefits of doing Pratikraman...

- We give forgive all Jeevs.
- We attain patience.
- We become compassionate and kind
- We repentant on our sins.

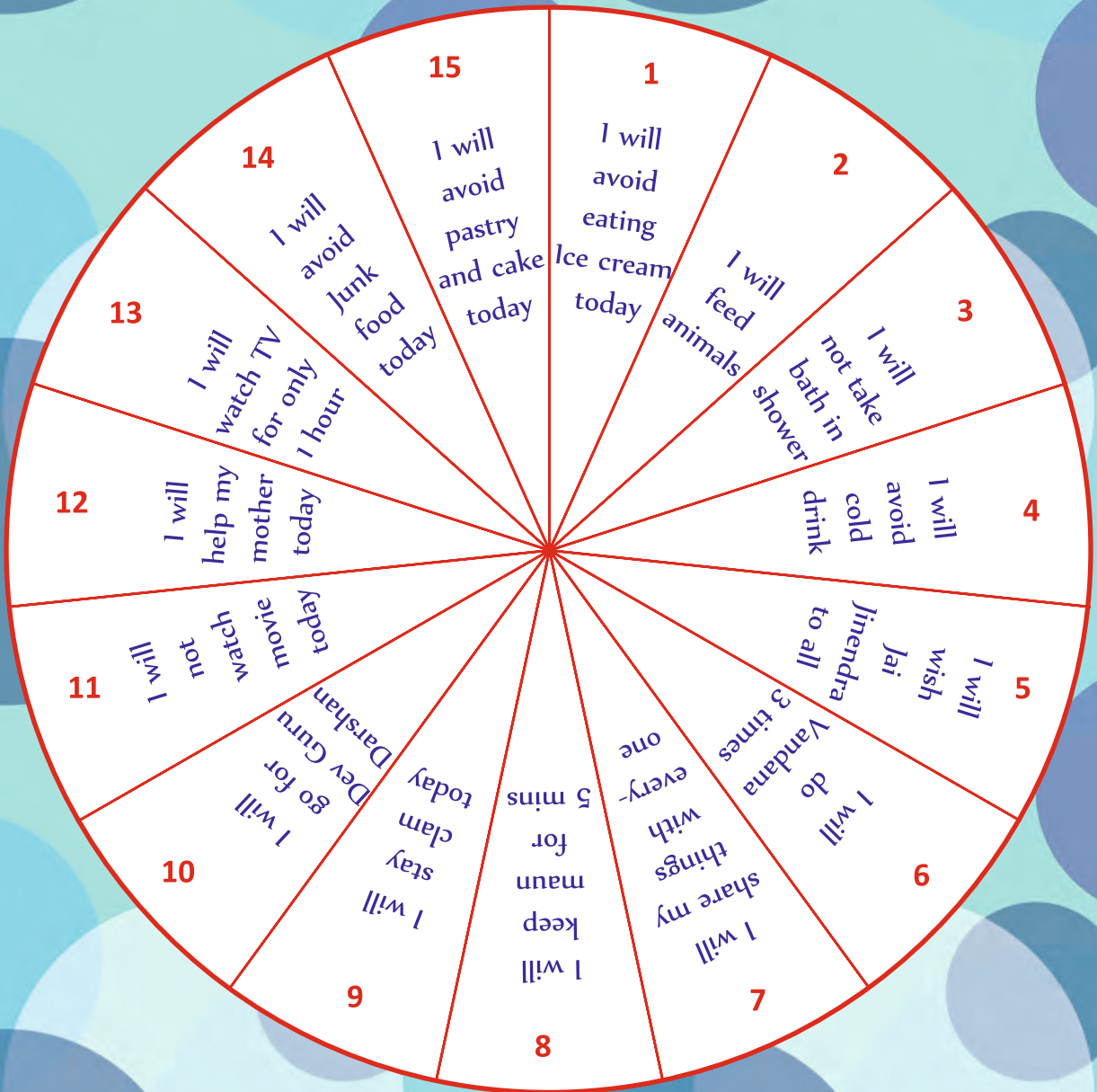
प्रतिक्रमण करने के लाभ...

- सर्व जीवों की आलोचना होती है।
- समभाव की प्राप्ति होती है।
- करुणा और दया जैसे सद्गुण प्रगट होते हैं।
- पापों का प्रायश्चित्त करने का अवसर प्राप्त होता है।



Wishing Wheel

Lets take, "One Pachchakhan per day"



“How will I benefit myself by following this Wishing Wheel”

Kids, you will learn how to decrease attachment towards your possession. You will be also doing Penance by following this Wishing Wheel. Penance leads to Karma Nirjara and Karma Nirjara leads to Moksha.

- Nysha Doshi

Activity

Name and colour the flag

Jain Flag



**The 5 colours of Jain flag symbolizes
Panch Parmesthi**

- | | |
|------------|--------------------|
| Red | - Siddha Bhagwan |
| yellow | - Acharya Bhagwan |
| White | - Arihant Bhagwan |
| Blue/Black | - Sadhu -Sadhviji |
| Green | - Upadhyay Bhagwan |

Swastik represents the Gatis.

Three dots - Right Knowledge, Right vision, Right character

Siddhashila - Siddha Bhagwan resides there



Twinkle, Twinkle Little Star
See our flag flying from far,

First comes Red, and then Yellow,
They look so pretty from below.

Then come White It's is such a
peaceful sight!

Then there is green It has such a
lovely sheen!

Then Black shines so high
As the flag waves in the sky!



“The fable of porcupine”

It was the coldest winter ever. Many animals died because of the cold.



The porcupine, realized the situation and decided to group together and stay close to each other in order to stay warm.



This way they covered and protected themselves, but the quills of each one wounded their closest companions.



After a while, they decided to apart as the wounds were not tolerable. As a result due to extreme cold they began to freeze and die. Many of the porcupines died. The remaining of them decided to make a choice either they had to unite and stay together or die.





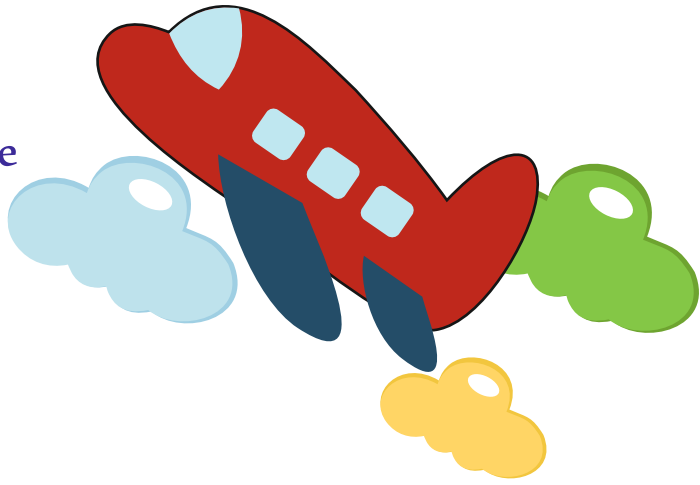
Either accept the pain from the quills of their companions or disappear from the Earth. Wisely, they decided to go back to being together

They learned that to live with each other with little wounds is better than to live alone and die!
This way they were able to survive.

The best group is not the one that brings together perfect people, but when each individual learns to live with the imperfections of other and can admire the other person's good qualities. - The best group's are formed.

Never give up!

When everything goes
against you, always
remember that an
Aeroplane always flies in the
opposite direction of wind,
not along the wind!



So always accept the
circumstances and try to
flow with them instead of
flowing against them.



भक्तामर गाथा

किं शर्वरीषु शशिनाऽहि विवस्वता वा, युष्मन्मुखेन्दु-दलितेषु तमस्सु नाथ।
निष्मन्न शालिवनशालिनि जीव लोके, कार्यं कियज्जलधरैर्-जलभार नम्रैः॥१९॥

अर्थ

हे स्वामिन्! जब अंधकार आपके मुख रूपी चन्द्रमा के द्वारा नष्ट हो जाता है तो रात्रि में चन्द्रमा से एवं दिन में सूर्य से क्या प्रयोजन? पके हुए धान्य के खेतों से शोभायमान धरती तल पर पानी के भार से झुके हुए मेघों से फिर क्या प्रयोजन।

शब्दार्थ



किं	: क्या प्रयोजन	नाथ	: हे स्वामिन्!
शर्वरीषु	: रात्रि में	निष्मन्न-	
शशिना	: चन्द्रमा	शालिवनशालिनि	: पके हुए धान्य के खेतों से
हिन	: दिन में	जीव लोक	: संसार में
विवस्वता	: सूर्य से	कार्य	: काम
वा	: एवं	कियज्	: कितना
युष्मन्मुखेन्दु	: आपके मुख रूपी चन्द्रमा के द्वारा	जलधरैर्	: मेघों से
दलितेषु	: नष्ट हो जाता है	जलभार-नम्रैः	: पानी के भार से झुके हुए
तमस्सु	: अंधकार		

पर विद्या छेदक काव्य