नारीलोक

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल का मासिक मुखपत्र

फरवरी, 2024 अंक 307

अध्यक्षीय कार्यालय :
SARITA DAGA
45-46, Gem Enclave, Pradhan Marg,
Malviya Nagar, Jaipur-302017
Mob.: 9413339841
Email: president@abtmm.org

अध्यक्षीय आह्वान

मर्यादा महोत्सव पर हार्दिक शुभकामनाएं

सम्माननीय बहिनों,

सादर जय जिनेन्द्र !

अभी माघ का महीना चल रहा है। मौसम भी अभी सुहावना होने लगा है। आशा करती हूँ कि आप मौसम को अच्छे से Enjoy कर रही होगी। माघ महीना हमारे धर्मसंघ के लिए भी विशेष है। मर्यादा महोत्सव का आयोजन इसी माघ महीने में होता है। विश्व में शायद ही कहीं और मर्यादा को महोत्सव के रूप में मनाया जाता होगा। इस बार का मर्यादा महोत्सव वाशी – नवी मुम्बई में 14-16 फरवरी, 2024 को आयोज्य है।

तेरापंथ धर्मसंघ की मर्यादा और अनुशासन पूरे विश्व के लिए अनुकरणीय है। मर्यादा को सही अर्थों में समझना है तो इसे तेरापंथ धर्मसंघ की रीति-नीति से समझा जा सकता है।

मर्यादा को उच्चस्थ पद पर प्रतिष्ठापित करने का एक और अवसर हाल में ही हमने देखा। अयोध्या में भगवान राम की मूर्ति की प्राण-प्रतिष्ठा हुई है और माहौल पूरी तरह राममय बना हुआ है। बहिनों क्या आप बता सकती है भगवान राम के प्रति सबकी इतनी आस्था का कारण क्या है ? भगवान राम के व्यक्तित्व को अगर एक शब्द में समेटा जा सकता है तो वह शब्द है- मर्यादा। इसीलिये तो राम को मर्यादा पुरुषोत्तम राम कहा जाता है।

मर्यादा- हम महिलाओं की और नारी शक्ति की बहुत बड़ी पहचान और विशेषता है। नारी सर्वत्र पूज्यतेः- नारी की पूजा सब जगह होती है क्योंकि वह मर्यादा का प्रतीक है। नारी ही वह शक्ति है जो स्वयं मर्यादा की परिधि में रहकर परिवार, समाज, देश और विश्व को मर्यादा का पाठ पढ़ाती है, मर्यादा का महत्व समझाती है। मैं तो यहाँ तक कहना चाहूंगी कि मर्यादा ही सृष्टि का आधार है। पृथ्वी की मर्यादा है कि वह अपने नियत पथ पर व नियत गति से सूर्य के चारों ओर परिक्रमा करती है। तभी दिन-रात और ऋतु चक्र अपने नियमित समय पर होते हैं। सागर अपनी मर्यादा में है तब तक हम सब सुरक्षित हैं, अगर सागर अपनी मर्यादा छोड़ दे तो पूरी पृथ्वी को सुनामी की लहरों में डूबने से कौन रोक सकता है, इसीलिये आवश्यक है कि हम पूरी तरह मर्यादा का पालन करें, मर्यादित रहें।

बहिनों, आप सबसे मेरा यही आह्वान है कि हम अपने व्यक्तित्व में, व्यवहार में, संस्थाओं में, परिवार में मर्यादा को समुचित महत्व दें और भावी पीढ़ी में मर्यादा के संस्कारों का बीजारोपण करें। मर्यादा हमारी संस्कृति एवं संस्कारों का आधार बनें क्योंकि मर्यादा त्राण है, प्राण है और जीवन है। धर्मसंघ के महाकुंभ मर्यादा महोत्सव पर मर्यादित जीवन जीने का संकल्प लें, आचार को आचरण में लें। श्रावक निष्ठापत्र को दोहराएं।

अभी कल की सी बात लगती है लेकिन अध्यक्षीय दायित्व ग्रहण किए लगभग चार महीने होने वाले हैं। लगभग इन चार महीनों में मुझे अपनी बहिनों से मिलने का, zoom meeting से सम्पर्क करने का, कई क्षेत्रों की संगठन यात्राएं करने का और विभिन्न कार्यशालाओं और कार्यक्रमों में सम्मिलित होने का अवसर मिला और इस दौरान आप सभी बहिनों के स्नेह, वात्सल्य, विश्वास से मैं इतनी अभिभूत हूं कि शायद आभार शब्द छोटा पड़ेगा। इसी के साथ-साथ मैंने महसूस किया कि हमारी बहिनें और शाखा मंडल कितनी सक्षम, सक्रिय और रचनात्मक है। इसकी झलक मैंने अपनी यात्राओं के दौरान चाहे वह दिल्ली, उदयपुर व बैंगलोर जैसे बड़े क्षेत्र हो या गंगाशहर अथवा चिकमंगलूर जैसे छोटे क्षेत्र, हर जगह देखी। मुझे अपने मंडल और बहिनों पर सात्विक गर्व है। हम अपने कर्त्तव्यबोध की इसी भावना को सदैव बनाये रखे ताकि और अधिक गतिशीलता के साथ नई मंजिलों का आरोहण कर सकें।

उन्मुक्त गगन में खूब उड़े, पर मर्यादा की डोर रहे
मर्यादा जीवन में उतरे, अनुशासन चहुं ओर रहे।

शुभाकांक्षी

Sarita Daga

सरिता डागा

लिखें शक्ति की नई ऋचाएं, अनुशासन के दीप जलाएं

संघीय मर्यादाएं

मर्यादा हमारी संस्कृति है, त्राण है, प्राण और जीवन है। मर्यादा की विस्मृति जीवन की विस्मृति है।

तेरापंथ धर्मसंघ एक मर्यादित धर्मसंघ है। हमें इस संघ की सदस्यता पाने का गौरव प्राप्त हुआ है। **आचार्य भिक्षु** ने मर्यादा की नींव पर इस संघ को प्रतिष्ठित किया। संघ की मौलिकता का आधार है– एक आचार, एक विचार और एक आचार्य। आचार्य भिक्षु ने यह मर्यादा देकर समूचे संघ को निश्चिंत कर दिया। संघ में सैकड़ों साधु–साध्वियाँ हैं। कौन कहाँ रहे, कहाँ जाए, कहाँ चातुर्मास करें– इन सब बातों का निर्णय करने का दायित्व और अधिकार एकमात्र आचार्य का है। व्यक्तिगत हस्तक्षेप करने का किसी अन्य को अधिकार नहीं है। एक दृष्टि से इसे परतंत्रता कहा जा सकता है, पर जहाँ स्वेच्छा से मर्यादाएं स्वीकृत होती हैं, वहाँ परतंत्रता बंधन प्रतीत नहीं होती।

संघ में अनेक सदस्य हैं। जितने सदस्य हैं, उतने ही विचार और चिंतन के प्रकार हो सकते हैं। ऐसी स्थिति में विचारों का टकराव होना भी असंभव नहीं है। चूंकि विचारों की द्वैधता संघीय एकता को खंडित कर सकती है, इसलिए आचार्य भिक्षु ने एक मर्यादा की रेखा खींचते हुए कहा– 'संघ की किसी परम्परा, मर्यादा अथवा शास्त्रीय विधि के संदर्भ में कोई नया प्रश्न उपस्थित हो जाए तो बहुश्रुत साधु के पास उसका समाधान खोजा जाए, उस संदर्भ में चर्चा की जाए। आचार्य जो उत्तर दें, उसे सहर्ष स्वीकार किया जाए। आचार्य का दिया गया समाधान और निर्णय यदि किसी कारणवश किसी के समझ में न आए तो भी वह यह मानकर स्वीकार कर ले कि आचार्य मेरी आस्था के केन्द्र हैं। मेरी बुद्धि स्वल्प है एवं आचार्य बुद्धि के महासागर हैं। उन्होंने जो निर्णय दिया है, वह बिल्कुल ठीक है। इस मर्यादा को मैं संघीय सुरक्षा का कवच मानता हूँ। जब तक इस मर्यादा का अखंड पालन होता रहेगा, संघ की गरिमा कभी खंडित नहीं हो सकेगी।

(तुलसी वाङ्मय– 'मंजिल की ओर' से साभार)

आचार्य तुलसी

एकाकी साधना पद्धति में व्यवस्थागत मर्यादाओं की अपेक्षा नहीं रहती, क्योंकि यहाँ साधक अकेला ही होता है, वह अपनी इच्छानुसार साधना कर सकता है। इससे किसी को कोई तकलीफ नहीं होती। संघीय साधना में साधनागत और व्यवस्थागत– दोनों प्रकार की मर्यादाएं आवश्यक होती है। इन मर्यादाओं का पालन करना दोनों साधना पद्धतियों में समान रूप से अनिवार्य है। आचार्य भिक्षु एक क्रांतिकारी आचार्य हुए हैं। उन्होंने तत्कालीन परिस्थितियों में अनुभव किया कि साधुत्व को निर्मल रखने के लिए कुछ नवीन संघीय मर्यादाओं का निर्माण आवश्यक है।

–आचार्यश्री महाश्रमण

तेरापंथ धर्मसंघ एक प्राणवान धर्मसंघ है। इसकी प्राणवत्ता का आधार है एक नेतृत्व। सौभाग्य से इस धर्मसंघ को सक्षम और समर्थ आचार्यों की परम्परा प्राप्त हुई है। इसके आद्य प्रवर्तक हैं 'आचार्य भिक्षु' उन्होंने धर्मसंघ की एकता, अखण्डता और पवित्रता को बनाए रखने के लिए मर्यादाएं बनाई और वे समूचे संघ की भाग्य–रेखाएं बन गई। वि.स. 1832 में प्रथम बार उन्होंने एक मर्यादा पत्र लिखा। उसके पश्चात समय–समय पर अनेक मर्यादाओं का निर्माण होता रहा। वि.स.1859 माघ शुक्ल सप्तमी को अंतिम मर्यादा पत्र लिखा। वह पत्र आज हमारे धर्मसंघ का छत्र बना हुआ है।

आचार्य भिक्षु ने अपने अनुभवों की स्याही और पौरुष की लेखनी से जिन मौलिक मर्यादाओं को संघ के फलक पर उकेरा, आज भी उनका यथावत अनुपालन हो रहा है।

मर्यादा महोत्सव का पवित्र पर्व संघ के प्रत्येक सदस्य में आज्ञानिष्ठा, अनुशासननिष्ठा और मर्यादानिष्ठा के संस्कारों को पुष्ट करता रहे।

Cancer Awareness Programme के संदर्भ में

वर्तमान युग की कुछ असाध्य एवं जटिल बीमारियों में एक नाम है कैंसर। यद्यपि प्रारम्भिक अवस्था में कैंसर का उपचार प्रायः सफल रहता है फिर भी एक बार तो इस बीमारी का नाम सुनते ही आँखों के आगे अंधेरा सा छा जाता है। प्रतिवर्ष 4 फरवरी के दिन विश्व कैंसर दिवस मनाया जाता है। इस अवसर पर अनेक संगठनों के द्वारा अलग–अलग उपक्रम चलाए जाते हैं। अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के द्वारा भी कैंसर के विषय में जागरूकता का अभियान चलाया जा रहा है। इसके माध्यम से कैंसर के कारणों एवं रोकथाम के उपायों की जानकारी दी जा रही है। इस तरह के उपक्रमों से निःसंदेह जागरूकता बढ़ती है।

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के द्वारा समय–समय पर आध्यात्मिक दृष्टि से जो भी कार्य किए जाते हैं, उनकी उपयोगिता बढ़ती रहे, यही अपेक्षा है।

3.2.2024, नेरोल (मुम्बई)

–साध्वी प्रमुखाश्री विश्रुतविभा

रिश्ते
अनमोल धरोहर

तेरापंथ महिला मंडल
माह फरवरी : करणीय कार्य
Relationship Skills

स्वस्थ परिवार
स्वस्थ समाज

नाजुक सा रिश्ता : ननद-भाभी का

हंसी-ठिठोली से भरा ननद-भाभी का रिश्ता है नाजुक
फिर भी हर खुशी, हर गम रहना है संग-संग
"Some time sweet, some time salty but always tasty"

परिवारों में संस्कारों की जड़ों को मजबूत बनाते हैं हमारे रिश्ते, उनसे जुड़ा हमारा व्यवहार और हमारे संस्कार। जीवन का हर रिश्ता कुछ-कुछ कहता है जो बहुत महनीय होता है। Relationship Skills में गत माह हमारा कार्यक्रम **अनमोल :रिश्ता सास-बहू का** से संबंधित था। ननद-भाभी के रिश्ते की डोर बहुत नाजुक होती है जहाँ एक तरफ प्यार और दूसरी तरफ तकरार भी होती है। इस माह हम बात करेंगे ननद-भाभी के रिश्ते की।

- जब नववधू का ससुराल में आगमन होता है तब हर रिश्ता नववधू के लिए अनजान सा होता है और ससुराल को अपनाने और समझने में ननद उसकी मदद करती है। वहाँ से प्रारम्भ होता है ननद-भाभी का रिश्ता। भाभी अपने मन की बात ननद से खुलकर कर सकती है और ननद भी भाभी से बहुत कुछ सीखती और share करती है। इस रिश्ते में कैसे आये और अधिक मजबूती जिससे परिवार बने और अधिक खुशहाल। आओ मिलकर करें एक प्रयास, इस रिश्ते में रहे हमेशा सकारात्मक सोच, वात्सल्यपूर्ण व्यवहार, सेवा की भावना, एक दूजे के राज में रहे हमेशा हमराज, दे एक दूजे को नेक सलाह, ना करे कभी तकरार।
- ननद-भाभी का रिश्ता दोस्ती का रिश्ता होता है, करें अपने मन की बात अपनों के साथ।
- तीज-त्यौंहारों में होती है रौनक, जब आती है घर पर ननद, मगर अनावश्यक आवाजाही पर कसें थोड़ी डोर।
- परिवार की मुखिया, घर की धूरी होती है सास। सास का नजरिया रहे हमेशा बराबर, चाहे बहू हो या बेटी।
- ननद-भाभी के रिश्ते में ना आये कभी खटास, रहे आपस में प्यार और मिठास।

उपरोक्त बिन्दुओं के आधार पर आप चर्चा-परिचर्चा आयोजित करे। ननद-भाभी के जोड़े को विशेष रूप से आमंत्रित करे। सम्भव हो तो परिवार की सभी महिला सदस्यों को आमंत्रित करें। ननद-भाभी की Bonding कैसे और अधिक मजबूत बने, इस हेतु उनके संस्मरणों को सुनें। किसी puzzle और game के माध्यम से भी रिश्ते की मजबूती को समझाएं।

कार्यक्रम के प्रारम्भ में उपस्थित सम्भागियों को 5 मिनट की मैत्री अनुप्रेक्षा अवश्य करवाएं।

आराधना आराध्य की
स्वरचित काव्य रचना : अभिवंदना के स्वर

प्रिय बहिनों,

विश्व गुरु भारत की स्वतंत्रता का अमृत महोत्सव पूरे देश ने मनाया। इसके साथ हम भी अणुव्रत अमृत महोत्सव एवं भारतीय ऋषि परम्परा के सक्षम संवाहक, युगप्रधान आचार्य प्रवरश्री महाश्रमणजी की दीक्षा स्वर्ण जयंती 'आचार्य महाश्रमण दीक्षा कल्याण महोत्सव' के रूप में मना रहे हैं। आचार्य श्री महाश्रमण नवयुग के प्रवर्तक हैं। आपकी अनुशासना में तेरापंथ समाज बहुआयामी विकास की अछूती ऊंचाइयों को छू रहा है। अ.भा.ते. महिला मंडल पूज्यवर की आध्यात्मिक ऊर्जा और आशीर्वाद से कदम-दर-कदम आगे बढ़ रहा है।

इस अनन्त गुरु कृपा के प्रति आंतरिक कृतज्ञता कैसे ज्ञापित करें? बस, हम तो अपनी स्वरचित काव्य पंक्तियों के माध्यम से ही वंदना-अभिवंदना के दो शब्द श्री चरणों में समर्पित कर सकती हैं। तो बहिनों! उठाइए अपनी कलम और शब्द संयोजना से कलात्मक प्रस्तुति प्रेषित करें।

उजाला बांटता चले पग-पग, यह रोशनी का सफर।
युग-युग तक बहता रहे, यह ज्योतिर्मय निर्झर॥

निर्देशित बिन्दु :

- स्थानीय स्तर पर स्वरचित अधिकतम 12 पंक्तियों में काव्य रचना (कविताएं) आमंत्रित करें।
- काव्य रचना आचार्य महाश्रमणजी को समर्पित होनी चाहिए।
- स्थानीय स्तर पर श्रेष्ठ 2 रचनाओं को संयोजिका को प्रेषित करें।
- चयनित श्रेष्ठ काव्य रचना संयोजिका के पास भेजने की अंतिम तिथि 15 मार्च, 2024 है।

आचार्यश्री महाश्रमणजी के दीक्षा कल्याण महोत्सव (मई माह) के अवसर पर चयनित काव्य रचनाओं को प्रकाशित किए जाने का प्रावधान है।

संयोजिका : श्रीमती कुमुद कच्छारा, 9833237907.

निर्माणः बढ़ते कदम विकास की ओर (विद्यालय संरक्षण)

परम पूज्य आचार्य प्रवर के दीक्षा पर्याय के 50वें वर्ष को पूरा समाज दीक्षा कल्याण महोत्सव के रूप में मना रहा है। इस अवसर पर अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के आराधना आराध्य की कार्यक्रम के अंतर्गत **महाश्रमणोस्तु मंगलम** के नाम से कुछ कार्य हाथ में लिए हैं जिनमें एक है– सरकारी कन्या विद्यालयों को व्यवस्थाओं की दृष्टि से संरक्षण प्रदान करना। विद्यालयों को संरक्षण प्रदान करने के उपक्रम में निम्न बिन्दुओं पर प्राथमिकता से ध्यान देना है।

- विशेष ध्यान दें कि कन्या विद्यालयों को ही प्राथमिकता मिले।
- विद्यालय के साथ में संरक्षण की दृष्टि से एक MOU बनाएं या इस संदर्भ में स्कूल और संस्था के मध्य पत्राचार अपेक्षित है।
- देखा गया है कि सरकारी स्कूलों में अच्छे शौचालयों (Toilet) की व्यवस्था नहीं होती है या फिर बहुत सीमित संख्या में होते हैं, जिससे सबसे बड़ी असुविधा कन्याओं को होती है, हमें प्रयास करना है कि कन्याओं के लिए सुव्यवस्थित शौचालय की व्यवस्था हो। इसमें नया निर्माण, पानी की उपलब्धता एवं साफ सफाई की व्यवस्था पर विशेष रूप से ध्यान देना अपेक्षित है।
- ऐसा अनुभव किया गया है कि सरकारी स्कूलों में पीने के पानी की व्यवस्था तो रहती है पर स्वच्छ पानी की व्यवस्था का अभाव सा नजर आता है, हमें स्कूलों में शुद्ध पानी की व्यवस्था के लिए RO, Water Purifier, Kent मशीनों जैसी मशीनें उपलब्ध करवाकर समुचित व्यवस्था की ओर ध्यान देना है।
- आज के आधुनिक परिवेश को देखते हुए स्कूलों में शैक्षणिक अध्ययन के साथ–साथ बच्चों का व्यक्तिगत विकास भी होना आवश्यक है, ताकि बच्चों की mental health के साथ–साथ ही उनकी Physical Health भी Healthy रहे। उसी के अंतर्गत स्कूलों में sports (Cricket, Football, Basketball, Badminton) इत्यादि के उपकरण, संगीत के उपकरण एवं अन्य उपकरण भी उपलब्ध कराये जा सकते हैं ताकि समय–समय पर सभी कक्षाएं इसका लाभ ले पाये।
- अपेक्षा अनुसार पंखे, बैंच, फर्नीचर, ब्लैक बोर्ड आदि की व्यवस्था भी की जा सकती है।
- संरक्षण लेने से पहले क्या स्थिति थी और मंडल के जुड़ने के बाद में कौन–कौन सी व्यवस्थाएं किस तरह से सुव्यवस्थित हुई। (संरक्षण से पहले और बाद में) का अधिकतम 4 मिनट का वीडियो बनाकर संयोजिका के पास अवश्य भेजे।

सभी शाखा मंडलों को निर्देशित किया जाता है कि वे अपने क्षेत्र में सरकारी विद्यालयों में सम्पर्क करे, उन विद्यालयों को मुख्य रूप से उपरोक्त बिन्दुओं के आधार पर संरक्षण प्रदान करे।

संयोजिका– श्रीमती वीणा बैद, 9448063260.

अभातेमम द्वारा ZOOM पर कैंसर जागरूकता अभियान कार्यक्रम

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मण्डल अपनी स्थाई योजनाओं के साथ–साथ समय–समय पर कई सामयिक विषयों पर भी कार्यक्रम आयोजित करती है। इसी कड़ी में एक महत्वपूर्ण कार्यक्रम कैंसर जागरूकता अभियान के रूप में अपने हाथ में लिया है। कैंसर जागरूकता अभियान का यह कार्यक्रम लगभग एक वर्ष तक कैंसर के विभिन्न प्रकारों के बारे में आयोजित किया जाएगा। इस अभियान का आगाज 23 जनवरी को zoom मीटिंग के माध्यम से किया गया। प्रधान न्यासी **श्रीमती पुष्पा बैंगानी** ने नमस्कार महामंत्र के उच्चारण के साथ कार्यक्रम का शुभारम्भ करते हुए कहा कि आज कैंसर जैसी जटिल बीमारी के संदर्भ में जागरूकता अभियान के रूप में कार्यक्रम हाथ में लेना महत्वपूर्ण कार्य है। अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल की राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** ने दोनों मुख्य वक्ता **डॉक्टर हर्षा सिंह** एवं **डॉक्टर रिजुता अफाले** के साथ–साथ उपस्थित बहिनों का स्वागत करते हुए कहा कि आज कैंसर के लक्षणों को पहचानना अति कठिन हो गया है। पीड़ित व्यक्ति जब तक इसके बारे में जान पाता है तब तक इसका फैलाव बहुत बढ़ चुका होता है और पीड़ित व्यक्ति निराश्रित होजाता है। ऐसे में कैंसर जागरूकता अभियान जैसा कार्यक्रम महनीय हो जाता है।

महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल** ने दोनों डॉक्टर्स का परिचय देते हुए बताया कि हम लगभग वर्ष पर्यन्त प्रतिमाह zoom मीटिंग से जानकारी देते हुए सभी शाखा मंडलों को भी कार्यक्रम आयोजित करने के लिए निर्देशित करेंगे। **डॉ. रिजुता अफाले** जो AIIMS दिल्ली में ब्रेस्ट कैंसर एवं endocronic सर्जन के रूप में जुड़ी हुई है, ने अपने वक्तव्य में कैंसर के कारण,लक्षण एवं उपचार के बिंदुओं पर प्रकाश डाला। **डॉ. हर्षा सिंह,** जो कोवाई मेडिकल सेंटर, कोयंबटूर में comperhensive cancer center में सलाहकार के रूप में जुड़ी हुई है, ने अपने महत्वपूर्ण वक्तव्य में बताया कि समय–समय पर जाँचों एवं उपचार लेने से कैंसर जैसी भयंकर बीमारी से भी निजात मिल जाती है।

वक्तव्य के पश्चात उपस्थित बहिनों की जिज्ञासाओं का समाधान भी दोनों विशेषज्ञ डॉक्टर ने दिया। कार्यक्रम का कुशल संचालन करते हुए इस अभियान की संयोजिका रा.का.स. **श्रीमती अनिता बरड़िया** ने पूरी रूपरेखा प्रस्तुत की। **श्रीमती नीतू बैद** ने आभार ज्ञापन किया। Zoom पर आयोजित इस कार्यक्रम में लगभग **750 बहिनों** की सहभागिता ने इसको सार्थक एवं सफल बनाया।

शाखा मंडल फरवरी माह में Cancer Awareness Camp आयोजित कर कार्यक्रम की रिपोर्ट Google Form में भरकर भिजवाएं– https://forms.gle/5VX2whWguzJzyoew5

तेरापंथ कन्या मंडल
हमारी कन्याएं : हमारी धरोहर

माह– फरवरी, करणीय कार्य

स्नेहिल कन्याओं,
जय जिनेन्द्र!

यह सर्वविदित है कि सम्पूर्ण भारतवर्ष में माघ का महीना बासंती बहार के माध्यम से प्रसन्नता, प्रफुल्लता और प्रवर्धमानता का संदेश देता है तो तेरापंथ धर्मसंघ का अनूठा पर्व 'मर्यादा–महोत्सव' के अमर गीत भी गाता है। आधारशिला संगठन की, **आचार्य भिक्षु** का लिखत पत्र, **श्री जयाचार्य** की सूझबूझ, बन गया पत्र यह संघछत्र।
हर अक्षर दीपक सा चसता, कन्याएं पढ़े–जाने और अपनाएं,
बन अनुशासित–मर्यादित, गुरुभक्त–संघसमर्पिता कहलाएं॥

160वां मर्यादा–महोत्सव हमारी जीवनशैली के लिए प्रेरणास्त्रोत बनें, इन्हीं शुभकामनाओं के साथ !

आपकी दीदी
अदिति सेखानी

अनुभूति : भाषा, समृद्धि, संवाद

ओ मर्यादा पत्र तुम्हारा अभिनन्दन।
तुम पाथेय बने हो तेरापंथ पथिक के॥

अभिव्यक्त करें मर्यादा पत्र के मूल दृष्टिकोण को एक लघुनाटिका द्वारा। इनमें से किसी एक बिन्दु को अपनी लघुनाटिका का विषय बनाते हुए प्रस्तुति दें :

- आ. भिक्षु की मर्यादाओं में क्या जीवन–विकास के सूत्र छुपे हैं?
- आ. भिक्षु की मर्यादाएं क्या हमें जीवन–प्रबंधन के आधारभूत गुर सिखाते हैं?
- आ. भिक्षु की मर्यादाओं में क्या व्यवस्थित, संतुलित और आनंदित जीवनशैली के गहरे रहस्य हैं?
- आ. भिक्षु की मर्यादाओं में क्या स्वस्थ व्यक्ति, परिवार, समाज, संघ, संस्था और राष्ट्र निर्माण की पृष्ठभूमि का नक्शा है?
- जहाँ तक संभव हो चारित्रात्माओं की सन्निधि में इसकी आयोजना करें।
- इनमें से किसी भी एक बिन्दु को अपनी लघुनाटिका का विषय बनाते हुए 3 मिनट में मौलिकता एवं रोचकता के साथ गणवेश में प्रस्तुति दें।
- हर क्षेत्र से एक–एक वीडियो बनाकर दिए गए मेल– abtkmofficial12@gmail.com पर submit करें।

वीडियो भेजने की अंतिम तिथि 25 फरवरी, 2024 है। प्रथम, द्वितीय एवं तृतीय वीडियो को पुरस्कृत किया जाएगा।

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें:
संयोजिका– सुश्री सौम्या मनोत, +977 9808624862.

"कला स्पर्श" सृजनात्मक लेखन व रेखांकन प्रतियोगिता

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के तत्वावधान में तेरापंथ कन्या मंडल ने दिसम्बर माह के करणीय कार्य– **'कला स्पर्श : सृजनात्मक लेखन व रेखांकन प्रतियोगिता'** के अंतर्गत **'पारिवारिक रोल मॉडल'** विषय को सफलतापूर्वक पूर्ण किया। इस संदर्भ में **19 जनवरी, 2024 को Virtual Zoom meeting** आयोजित हुई। मीटिंग का शुभारम्भ अभातेमम ट्रस्टी **श्रीमती ज्योति जैन** द्वारा नवकार मंत्र के उच्चारण से हुआ। राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** ने सभी का स्वागत करते हुए कहा कि 'प्यारी बेटियों, आपको घर परिवार से ही जुड़कर ही कार्य करना है। यदि परिवार में आप अपनी जगह बनाते हैं तो आपको हर क्षेत्र में सफलता मिल जाएगी। कन्या मंडल प्रभारी **श्रीमती अदिति सेखानी** ने तेरापंथ महिला मंडल के रूप, स्वरूप और प्रारूप से दर्शकों को वीडियो प्रेजेंटेशन द्वारा संबोधित करते हुए, प्रतियोगिता का एक संक्षिप्त सारांश प्रस्तुत किया। जिसमें इसके उद्देश्यों, नियमों और प्रस्तुतिकरण के मानदंडों की रूपरेखा दी गई।

इस प्रतियोगिता में 88 क्षेत्रों से कुल 176 प्रविष्टियाँ प्राप्त हुई जिन्हें भाषा के आधार पर अंग्रेजी व हिन्दी दो श्रेणियों में विभक्त किया गया। सभी प्रविष्टियों को वीडियो प्रजेंटेशन के माध्यम से प्रस्तुति देकर श्रेष्ठ प्रतियोगियों का चयन किया गया, जिसका परिणाम इस प्रकार रहा–

श्रेणी – अंग्रेजी	श्रेणी – हिंदी	श्रेणी 'जरा हटके '
1st – **वंशिका डाकलिया**, पीलीबंगा	1st – **नेहा मादरेचा**, राजनगर	**दीक्षा लोढ़ा**, नोएड़ा
2nd – **माही दूगड़**, कटक	2nd – **भूमि दूगड़**, कटक, **कशिश लोढ़ा**, मुम्बई	**किंजल सोलंकी**,मुम्बई
3rd – **आर्ची मांडोत**, सफाले	3rd – **चारू बोथरा**, भुवनेश्वर, **आयुषी हिंगड़**, आमेट	

निर्णायक की भूमिका निभाई **श्रीमती काजल लूंकड़** (Artpreneur/Happiness/Coach/Podcaster) Bhilai व **श्रीमती बबिता रायसोनी** (National Trainer– J.C.I. India, Vice President– JITO Ladies wing), Bangalore साथ ही कन्या मंडल सह प्रभारी **श्रीमती सोनम बागरेचा** ने Special Category– 'जरा हटके' के विजेताओं की घोषणा करते हुए आभार ज्ञापन किया। संयोजन रायपुर से **सुश्री श्रद्धा लुंकड़** ने किया। मीटिंग में लगभग 200 लोगों की उपस्थिति थी।

अभातेमम- केन्द्रीय टीम की संगठन सम्पर्क यात्रा

नोखा। अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा**, महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल**, उपाध्यक्ष **श्रीमती सुमन नाहटा**, उपाध्यक्ष **श्रीमती विजयलक्ष्मी भूरा** अपनी कार्यसमिति की टीम के साथ नोखा पहुँची। नोखा में विराजित **बहुश्रुत शासन गौरव साध्वीश्री राजीमतीजी** के दर्शन किए। तेरापंथ महिला मंडल, नोखा द्वारा राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं टीम का स्वागत अभिनन्दन किया गया। इस अवसर पर **शासनगौरव साध्वीश्री राजीमतीजी** ने फरमाया कि संघ सेवा करना सबसे हितकर होता है। राष्ट्रीय अध्यक्ष को सम्बोधित करते हुए आपने फरमाया कि आपकी पूरी टीम आध्यात्मिक एवं धर्म के प्रति हमेशा जागरूक रहे व जुड़े रहे। शक्ति, भक्ति एवं विरक्ति के साथ काम करें। **राष्ट्रीय अध्यक्ष** ने अपने वक्तव्य में **शासनगौरव साध्वीश्रीजी** के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करते हुए कहा कि तेरापंथ महिला मंडल के संगठन से मेरा जुड़ाव साध्वीश्रीजी की प्रेरणा से हुआ, साध्वीश्रीजी की कृपा दृष्टि एवं समय-समय पर आप द्वारा दी गई शिक्षाएं मेरे जीवन की निधि है। केन्द्रीय मंडल की योजनाओं एवं इस सत्र के कार्यक्रमों के बारे में भी राष्ट्रीय अध्यक्ष ने जानकारी प्रदान की। तेमम, नोखा की अध्यक्ष **श्रीमती सुमन मरोठी** ने सभी का स्वागत किया एवं महिला मंडल की बहिनों द्वारा मंगलाचरण प्रस्तुत किया गया। इस अवसर पर तेरापंथी सभा अध्यक्ष **श्री इन्दरचंद बैद कवि**, उपाध्यक्ष **श्री सुनील बैद**, उपासक **श्री अनुराग बैद**, तेयुप अध्यक्ष **श्री गजेन्द्र पारख**, अणुव्रत समिति अध्यक्ष **श्री मनोज धीया** व **श्री सौरभ मरोठी** भी विशेष रूप से उपस्थित थे। आभार ज्ञापन तेमम, नोखा मंत्री **श्रीमती प्रीति मरोठी** ने किया। केन्द्रीय टीम में रा.का.स. **श्रीमती प्रीति घोषल, श्रीमती ममता रांका, श्रीमती अलका बैद** एवं **श्रीमती नीरू पुगलिया** की भी सहभागिता रही।

जोरावरपुरा- अभातेमम की अध्यक्ष का टीम के साथ आगमन

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल की राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** अपनी टीम के साथ संगठन सम्पर्क यात्रा के क्रम में जोरावरपुरा पहुँची, जहाँ तेमम, जोरावरपुरा के पदाधिकारियों ने अभातेमम अध्यक्ष व टीम का भावभीना स्वागत किया। तेमम, जोरावरपुरा की मंत्री **श्रीमती मोनिका बुच्चा** ने सम्पूर्ण टीम का स्वागत करते हुए तेरापंथ महिला मंडल द्वारा किए गए कार्यों की जानकारी दी। राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** ने अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल की गतिविधियों के बारे में विस्तार से बताया और बहिनों को तत्वज्ञान एवं ज्ञान चेतना प्रश्नोत्तरी से जुड़ने की प्रेरणा दी। सभी सदस्यों को सजग करते हुए आपने कहा कि तेरापंथ के मूल सिद्धांतों के बारे में हम सबको जानकारी होनी चाहिए। मंडल का संचालन कैसे हो, रजिस्टर किस प्रकार रखे जाएं, समाज के प्रति हमारा क्या कर्त्तव्य होना चाहिए, केन्द्र द्वारा निर्देशित कार्यों को कैसे पूरा करें व नई योजनाओं आदि के बारे में विस्तार से बताया। कार्यक्रम में महिला मंडल की बहिनों ने उत्साह से भाग लिया। केन्द्रीय टीम में राष्ट्रीय अध्यक्ष के साथ उपाध्यक्ष **श्रीमती विजयलक्ष्मी भूरा**, रा.का.स. **श्रीमती अलका बैद** एवं **श्रीमती नीरू पुगलिया** भी उपस्थित थीं। मंत्री **श्रीमती मोनिका बुच्चा** ने आभार व्यक्त किया। राष्ट्रीय अध्यक्ष की उपस्थिति से सभी बहिनों में नये उत्साह का सृजन हुआ।

तेमम, लाडनूं : श्री अमृतम भवन भूमि पूजन समारोह

श्री जैन श्वेतांबर तेरापंथ महिला मंडल, लाडनूं द्वारा श्री अमृतम ट्रस्ट, भवन निर्माण का **सफल भूमि पूजन** जैन संस्कार विधि से हुआ। इस अवसर पर अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल की राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** ने महिला मंडल के इस कार्य को एक विकासशील कदम बताया तथा इस भवन का निर्माण महिला श्रम शक्ति का परिचायक बताया। आपने कहा कि मंडल का भवन बन जाने से मंडल की गतिविधियाँ सुव्यवस्थित रूप से सक्रियता के साथ संचालित होगी, ऐसा विश्वास है। भूमि पूजन समारोह में जैन विश्व भारती के सम्माननीय अध्यक्ष **श्री अमरचंद लूंकड** और लाडनूं खंड के तहसीलदार **श्रीमान सुरेन्द्र भास्कर** की गरिमामय उपस्थिति रही।

तेरापंथ महिला मंडल, लाडनूं की अध्यक्ष **श्रीमती सुमन गोलछा** ने राष्ट्रीय अध्यक्ष, गणमान्य अतिथियों एवं इस भवन के ट्रस्टीगण **श्रीमती प्रीति घोसल** (ट्रस्ट संयोजिका), **श्रीमती शोभा दुगड** (ट्रस्ट सह संयोजिका) **श्रीमती पुष्पा बैद** (भूतपूर्व अध्यक्ष, अभातेमम), **श्रीमती सुशीला बोकड़िया** आदि ट्रस्टीगण व सभी गणमान्य अतिथियों का स्वागत अभिनन्दन किया। रा.का.स. **श्रीमती नीलिमा बैद, डॉ. सुशीला बाफना**, श्राविका गौरव **डॉ. सुश्री मानक कोठारी, सुश्री कमला कठोतिया** एवं सभी सभा संस्थाओं के पदाधिकारियों की उपस्थिति रही। मंत्री **श्रीमती राज कोचर** ने सभी के प्रति आभार व्यक्त किया।

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के तत्वावधान में तेरापंथ महिला मंडल, गंगाशहर द्वारा बीकानेर संभाग स्तरीय मेरा परिवार - मेरी जिम्मेदारी कार्यशाला का आयोजन

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के तत्वावधान में तेरापंथ महिला मंडल, गंगाशहर द्वारा **'मेरा परिवार मेरी जिम्मेदारी'** विषय पर बीकानेर संभाग स्तरीय कार्यशाला का आयोजन **शासनश्री साध्वीश्री शशिरेखाजी** एवं **साध्वीश्री ललितकलाजी** के सान्निध्य में आयोजित हुआ। तेरापंथ महिला मंडल, गंगाशहर की अध्यक्ष **श्रीमती संजू लालानी** ने सभी बहिनों का अभिनन्दन किया। इस अवसर पर **शासनश्री साध्वीश्री शशिरेखाजी** ने अपने उद्बोधन में कहा कि महिला मंडल भी अपने आप में एक परिवार है, हमें वहां भी आपसी प्रेम व सामंजस्य रखना चाहिए तथा संगठित रहना चाहिए। हर कार्य में जागरूकता रखनी चाहिए। **साध्वीश्री ललितकलाजी** ने अपने वक्तव्य में एक कहानी के माध्यम से परिवार में नारी की जिम्मेदारी बताते हुए प्रेरणा प्रदान की। आपने फरमाया कि बहिनों को कलहकारी बनने के बजाय कल्याणकारी बनना चाहिए। **साध्वीश्री कांतप्रभाजी** ने गीतिका के माध्यम से महिलाओं को आगे बढ़ने की प्रेरणा दी।

राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** ने कार्यशाला की अध्यक्षता करते हुए कहा कि इस तरह की कार्यशाला संस्कार निर्माण का कार्य करती है। कार्य को निष्ठापूर्वक करें एवं अच्छी निष्पत्ति के लिए हमें धैर्य, प्रेम और सामंजस्य रखना चाहिए। हम प्रमोद भावना का विकास करें। राष्ट्रीय अध्यक्ष ने मंडल की योजनाओं एवं इस सत्र के कार्यक्रमों के बारे में भी जानकारी दी। महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल** ने कहा कि नारी अच्छी पत्नी, दोस्त, बहन, बहू सब रोल निभा लेती है लेकिन स्वयं को भूल जाती है। हमें जहाँ खुशी मिले, उसे पकड़ना है, भविष्य के लिए प्रतिक्षा नहीं करते हुए वर्तमान में जी कर हमें अपनी जिम्मेदारी निभानी चाहिए। उपाध्यक्ष **श्रीमती सुमन नाहटा** ने अपने वक्तव्य में कहा कि बहिनों को सतर्क रहकर बेटियों को समझदारी से हर कार्य में निपुण बनने की प्रेरणा देनी चाहिए। रा.का.स. सदस्य **श्रीमती ममता रांका** ने **साध्वीप्रमुखाश्री विश्रुतविभाजी** के संदेश का वाचन किया।

इस अवसर पर **'मेरा परिवार मेरी जिम्मेदारी'** कार्यशाला के Logo का अनावरण किया गया। कार्यक्रम में उपाध्यक्ष **श्रीमती विजयलक्ष्मी भूरा**, रा.का.स. **श्रीमती प्रीति घोषल**, **श्रीमती ममता रांका**, **श्रीमती अलका बैद** एवं **श्रीमती नीरू पुगलिया** की भी उपस्थिति रही। **श्रीमती गुलाबी मेहनोत** ने स्वागत गीत का संगान किया एवं प्रेरणा गीत का संगान **रा.का. सदस्यों** द्वारा किया गया। गंगाशहर महिला मंडल ने मंगलाचरण की प्रस्तुति की एवं हास्य परिसंवाद द्वारा सास-बहू में सामंजस्य एवं बेटा-बेटी की समानता को दर्शाया गया। तेरापंथ कन्या मंडल, गंगाशहर द्वारा परिसंवाद के माध्यम से पारिवारिक दायित्वबोध की जानकारी दी। आपकी अदालत कार्यक्रम के माध्यम से परिवार की बहू कैसे अपने परिवार को संयुक्त रखने के लिए कोर्ट तक पहुँचती है और अपने परिवार को टूटने से बचाती है, दर्शाया गया। कार्यशाला में विभिन्न क्षेत्रों से आई हुई बहिनों ने परिवार की गरिमा के संदर्भ में प्रस्तुतियाँ देकर सबको आकर्षित किया। उपस्थित सभी शाखा मंडलों को **प्रशस्ति पत्र** एवं गंगाशहर मंडल को **प्रतीक चिन्ह** देकर सम्मानित किया गया। आभार ज्ञापन तेमम गंगाशहर की मंत्री **श्रीमती मीनाक्षी आंचलिया** द्वारा किया गया। इस कार्यशाला में बीकानेर संभाग के **12 क्षेत्रों** से लगभग **450** बहिनों की गरिमामय उपस्थिति रही एवं विभिन्न संस्थाओं के पदाधिकारी तथा गणमान्य व्यक्तियों की भी उपस्थिति रही। उपस्थित संभागी बहिनों की जिज्ञासाओं का समाधान राष्ट्रीय अध्यक्ष एवं महामंत्री द्वारा दिया गया। कार्यक्रम के सत्रों का संचालन **श्रीमती रेखा चौरड़िया** व **श्रीमती मीनाक्षी आंचलिया** ने किया। कार्यशाला की व्यवस्थाओं में तेरापंथ महिला मंडल, गंगाशहर की टीम एवं रा.का.स. **श्रीमती ममता रांका** का सराहनीय श्रम रहा।

अ.भा.ते.म.मं. की एक मुलाकात विशिष्ठजनों के साथ

बीकानेर विधायक श्री जेठानंद व्यास के साथ

बीकानेर (East) विधायक सिद्धी कुमारी के साथ

महापौर, बीकानेर श्रीमती सुशीला कंवर के साथ

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के प्रतिनिधि मंडल ने राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** के नेतृत्व में विभिन्न स्थानों पर विशिष्ठजनों से मुलाकात की। राष्ट्रीय अध्यक्ष ने सम्माननीय महानुभावों को अपनी चार स्थाई योजनाएं, स्वस्थ परिवार – स्वस्थ समाज, समृद्ध राष्ट्र, आचार्य तुलसी शिक्षा परियोजना एवं कन्या सुरक्षा योजना के बारे में अवगत करवाया, साथ ही साथ मंडल द्वारा आयोजित अन्य गतिविधियों की भी जानकारी दी गई।

युग प्रधान आचार्य श्री महाश्रमण जी के अणुव्रत यात्रा के संदर्भ में भी विशिष्ठजनों को अवगत करवाया गया। भारत सरकार द्वारा संचालित स्वच्छ भारत अभियान में भी मंडल की राष्ट्रव्यापी सहभागिता के बारे में भी जानकारी दी गई। सभी विशिष्ठजनों ने मंडल द्वारा संचालित गतिविधियों एवं अणुव्रत यात्रा पर प्रसन्नता व्यक्त की। इस प्रतिनिधि मंडल में अ.भा.ते.म.मं. की राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** के साथ महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल**, उपाध्यक्ष द्वय **श्रीमती सुमन नाहटा** एवं **श्रीमती विजयलक्ष्मी भूरा**, रा.का.स. **श्रीमती प्रीति घोषल, श्रीमती ममता रांका, श्रीमती अलका बैद, श्रीमती नीरू पुगलिया** भी सहभागी रही।

राजसमंद विधायक श्रीमती दीप्ति माहेश्वरी के साथ

आचार्य श्रीमहाश्रमण कन्या सुरक्षा सर्कल पर ध्वजारोहण

कन्या सुरक्षा सर्कल, विद्याधरनगर, जयपुर पर ध्वजारोहण

75वें गणतंत्र दिवस पर तेरापंथ महिला मंडल, सी–स्कीम, जयपुर द्वारा निर्मित आचार्य महाश्रमण कन्या सुरक्षा सर्कल पर अभातेमम राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** ने ध्वजारोहण किया। राष्ट्रीय अध्यक्ष ने अपने वक्तव्य में गणतंत्र दिवस की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि कन्या सुरक्षा सर्कल और स्तम्भ केवल स्थापित करना ही नहीं बल्कि इसका योगक्षेम करना भी हमारा दायित्व है। देश के विभिन्न क्षेत्रों में गणतंत्र दिवस पर सभी कन्या सुरक्षा सर्कल और स्तम्भ पर तेरापंथ महिला मंडल द्वारा ध्वजारोहण का कार्यक्रम आयोजित है। इस अवसर पर राष्ट्रीय अध्यक्ष के साथ रा.का.स. **श्रीमती नीरू पुगलिया, श्रीमती अलका बैद**, तेमम सी–स्कीम की अध्यक्ष **श्रीमती प्रज्ञा सुराणा**, महिला मंडल एवं कन्या मंडल की बहिनों तथा विभिन्न संस्थाओं के पदाधिकारियों के साथ–साथ अनेक गणमान्य व्यक्ति भी उपस्थित रहे।

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के तत्वावधान में तेरापंथ महिला मंडल, गांधी नगर, बैंगलूरू द्वारा कर्नाटक स्तरीय मेरा परिवार - मेरी जिम्मेदारी कार्यशाला का आयोजन

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के तत्वावधान में तेरापंथ महिला मंडल, गांधी नगर (बैंगलूरू) द्वारा 'मेरा परिवार मेरी जिम्मेदारी' विषय पर कर्नाटक स्तरीय आंचलिक कार्यशाला का आयोजन तेरापंथ भवन, गांधी नगर में आयोजित हुआ।

अभातेमम की राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** ने कार्यशाला की अध्यक्षता करते हुए कहा कि परिवार के प्रति हर व्यक्ति की अपनी जिम्मेदारी होती है और परिवार का हर सदस्य भी महत्वपूर्ण होता है। परिवार में आपसी सौहार्द, समन्वय, एक दूसरे के प्रति प्रमोद भावना के साथ-साथ संस्कारों के प्रति भी जागरूक रहना आवश्यक है। परिवार में स्वस्थ वातावरण जरूरी है। सक्षम हाथों में नेतृत्व रहेगा तो घर-परिवार स्वस्थ रहेगा। स्वयं को परिवार के प्रति समर्पित करने से परिवार में सामंजस्य रहेगा और पूरा परिवार खुशहाल होगा। तेरापंथ महिला मंडल गांधीनगर की अध्यक्ष **श्रीमती रिजु डूंगरवाल** ने राष्ट्रीय टीम के सदस्यों सहित आये हुए सभी मंडलों का स्वागत किया। रा.का.स. **श्रीमती शशिकला नाहर** ने **साध्वी प्रमुखाश्री विश्रुतविभाजी** के संदेश का वाचन किया। कार्यशाला की मुख्य वक्ता अभातेमम की पूर्व महामंत्री **श्रीमती वीणा बैद** ने कार्यशाला को संबोधित करते हुए कहा कि परिवार से ही समाज, समाज से राष्ट्र एवं राष्ट्र से विश्व बनता है। बदलते परिवेश में हमें महिलाओं की योग्यता व उनकी शैक्षणिक क्षमता का सम्मान भी करना है। महिलाओं की प्रतिभाओं को निखरने का भरपूर अवसर देना चाहिए। परिवार के सदस्यों में आपसी तालमेल जरूरी है।तेमम, गांधीनगर की बहिनों ने गीत की प्रस्तुति दी।

राष्ट्रीय महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल** ने एक कहानी के माध्यम से कार्यशाला के विषय को प्रतिपादित किया एवं कहा कि शब्द में इतनी ताकत है, वह तलवार का काम कर सकती है। परिवार को तोड़ना और जोड़ना भी शब्द का ही रूप है। वाणी का इस्तेमाल सोच-समझकर करें और बहिनें खुद की ऊर्जा का सम्पोषण करते हुए अपने परिवार को भी ऊर्जावान बनाएं। रा.का.स. **श्रीमती संतोष वेदमूथा** ने संकल्प पत्र का वाचन करवाया। कार्यशाला के विषय से संबंधित एक टॉक शो की प्रस्तुति पक्ष-विपक्ष में चर्चा-परिचर्चा द्वारा संभागी मंडलों द्वारा की गई। कार्यक्रम में तेरापंथ सभा के अध्यक्ष **श्री कमल दूगड़** एवं पारमार्थिक शिक्षण संस्था के अध्यक्ष **श्री बजरंग जैन** ने भी विचार व्यक्त किए।

इस अवसर पर अभातेमम के Cancer Awareness Camp के बैनर का **अनावरण** राष्ट्रीय टीम द्वारा किया गया। राष्ट्रीय पदाधिकारियों का परिचय क्रमशः उपाध्यक्ष **श्रीमती लता गादिया, श्रीमती अनीता गांधी** एवं कन्या मंडल प्रभारी **श्रीमती हर्षा सेठिया** ने दिया। 'रिश्ते पहचानो' के नाम से एक ज्ञानवर्धक खेल का आयोजन भी किया गया। राष्ट्रीय परामर्शिका **श्रीमती लता जैन** ने अनुप्रेक्षा का प्रयोग करवाया। संभागी बहिनों की जिज्ञासाओं का समाधान राष्ट्रीय अध्यक्ष द्वारा किया गया। उपस्थित सभी शाखा मंडलों को **प्रशस्ति पत्र** एवं तेमम, गांधीनगर को **प्रतीक चिन्ह** से सम्मानित किया गया। इस कार्यशाला में कर्नाटक अंचल के 22 **क्षेत्रों** की लगभग 225 महिलाओं के साथ-साथ अन्य जैन समाज की महिलाओं ने भी भाग लिया। कार्यक्रम के सत्रों का संचालन मंत्री **श्रीमती ज्योति संचेती** व **श्रीमती संतोष सोलंकी** ने किया एवं आभार ज्ञापन **श्रीमती कांता लोढ़ा** व **श्रीमती संगीता आंचलिया** ने किया।

कन्या सुरक्षा योजना के अंतर्गत कार्यक्रम कन्या सुरक्षा सर्कल एवं बैंच का लोकार्पण

चिक्कमंगलूर, 28 जनवरी, 2024। तेरापंथ महिला मंडल, चिक्कमंगलूर द्वारा निर्मित आचार्य महाश्रमण कन्या सुरक्षा सर्कल का अनावरण एवं बैंच का लोकार्पण **अभातेमम** की राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा**, महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल**, रा.का.स. **श्रीमती संतोष वेदमूथा, श्रीमती शशिकला नाहर** एवं स्थानीय शासक **तम्मया** की धर्मपत्नी **मंगला जी**, म्युनिसिपल अध्यक्ष **श्री वेणुगोपाल**, जिला अस्पताल के **डॉ. चन्द्रशेखर**, कॉरपोरेटर **श्री विपुल छाजेड़**, तेरापंथ सभा के अध्यक्ष **श्री ताराचंद** एवं तेमम की अध्यक्ष **श्रीमती गुणवंती नाहर** द्वारा किया गया। स्थानीय अध्यक्ष श्रीमती गुणवंती नाहर ने सभी अतिथियों का स्वागत एवं अभिनन्दन किया। इस अवसर पर राष्ट्रीय अध्यक्ष ने कहा कि **आचार्यश्री महाश्रमणजी** एवं **साध्वीप्रमुखाश्री विश्रुतविभाजी** के मार्गदर्शन में राष्ट्रीय स्तर पर अभातेमम द्वारा कन्या सुरक्षा योजना का कार्य चल रहा है। इस योजना के अंतर्गत कन्या सुरक्षा सर्कल का निर्माण एक महत्वपूर्ण आयाम है जो भ्रूण हत्या रोकने के लिए एक संकल्प है। यह सर्कल कन्याओं एवं नारी शक्ति के विकास का प्रतीक है। राष्ट्रीय अध्यक्ष ने कहा कि चिक्कमंगलूर वैसे छोटा क्षेत्र है पर कार्यों की दृष्टि से एवं तत्वज्ञान की दृष्टि से बहुत सक्रिय क्षेत्र है। राष्ट्रीय महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल** ने कहा कि कन्या सुरक्षा सर्कल राहगीरों को विकराल समस्या के निदान का विशेष संदेश देता है। कार्यक्रम में **डॉ. चन्द्रशेखर** एवं नगरपालिका अध्यक्ष **श्री वेणुगोपाल** ने भी अपने विचार व्यक्त किए। राष्ट्रीय स्तर पर जैन विद्या में विशिष्ट स्थान प्राप्त करने वाली **रिंकु गादिया, शिल्पा गादिया, अनीता गादिया** का सम्मान किया गया। तेरापंथ महिला मंडल, चिक्कमंगलूर ने मंगलाचरण किया। तेरापंथ महिला मंडल एवं कन्या मंडल सदस्यों तथा ज्ञानशाला के ज्ञानार्थियों द्वारा भी प्रस्तुति दी गई। कार्यक्रम का संचालन तेरापंथ सभा के पूर्व अध्यक्ष **श्री मदन गादिया** ने किया एवं आभार ज्ञापन स्थानीय मंत्री **नरीता गादिया** द्वारा किया गया।

यशवंतपुर, बैंगलूरू महिला मंडल द्वारा कन्या सुरक्षा बैंच व लाइब्रेरी का उद्घाटन

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के निर्देशानुसार तेरापंथ महिला मंडल, यशवंतपुर द्वारा गवर्नमेंट स्कूल में कन्या सुरक्षा योजना के तहत 10 बैंच लगवाए गए। निर्माण योजना के अंतर्गत पुस्तकालय का निर्माण किया गया। नमस्कार महामंत्र से मंचीय कार्यक्रम की शुरुआत हुई। मंडल की बहिनों द्वारा प्रेरणा गीत का संगान किया गया। स्थानीय अध्यक्ष **श्रीमती मीना दक** ने आगंतुकों का स्वागत करते हुए कहा कि राष्ट्रीय टीम के आने से स्थानीय मंडल का उत्साह दुगुना गया है। राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** ने मंडल के आयामों की जानकारी दी एवं स्कूल विभाग एवं बच्चों को संबोधित करते हुए कहा कि मंडल बच्चों की शिक्षा एवं उनमें नैतिकता तथा चरित्र निष्ठा बनाए रखने के लिए कटिबद्ध है। महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल** ने बच्चों को संबोधित करते हुए कहा कि ये ही भावी नागरिक हैं, इसलिए इन्हें संस्कारित बनाने में हमें भी सहयोग करना चाहिए। **श्री सुनील बाबेल, श्री चंदन चावत** व **श्री भंवर बोलिया** का मंडल द्वारा सम्मान किया गया। बैंच का अनावरण एवं लाइब्रेरी का उद्घाटन राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** एवं महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल** द्वारा हुआ। कार्यक्रम में अभातेमम रा.का.स. **श्रीमती वीणा बैद, श्रीमती शशिकला नाहर, श्रीमती संतोष वेदमूथा** तथा स्थानीय ते. सभा अध्यक्ष **श्री गौतम मूथा** विशेष रूप से उपस्थित थे। **जैन समय** पत्र के **श्री अशोक नागौरी** ने राष्ट्रीय अध्यक्ष व महामंत्री से साक्षात्कार लिया। मंडल के पदाधिकारी बहिनों ने टीका लगाकर एवं दुपट्टा ओढ़ाकर स्वागत किया। कार्यक्रम का संचालन **श्रीमती लाडली मूथा** ने किया। **श्रीमती नीतू बाबेल** ने आभार प्रकट किया। मंडल की बहिनों का व्यवस्था को संपादित करने में बहुत सहयोग रहा। स्कूल प्रशिक्षक ने भी अपने भाव से आभार व्यक्त किया।

विजयनगर, बैंगलूरू महिला मंडल द्वारा 'बढ़ते कदम विकास की ओर' कार्यक्रम का आगाज

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के निर्देशन में संचालित समृद्ध राष्ट्र योजना के अंतर्गत तेरापंथ महिला मंडल, विजयनगर द्वारा दिनांक 27 जनवरी, 2024 को राष्ट्रीय अध्यक्ष **श्रीमती सरिता डागा** की अध्यक्षता में गवर्नमेंट प्राइमरी स्कूल, मालगाला, नागरभावी में 'बढ़ते कदम विकास की ओर' कार्यक्रम का आगाज किया गया। स्थानीय अध्यक्ष **श्रीमती मंजू गादिया** ने स्वागत भाषण किया। **राष्ट्रीय अध्यक्ष** ने अपने अध्यक्षीय वक्तव्य में अभातेमम की मुख्य योजनाओं की जानकारी देते हुए कहा कि हमारा मुख्य उद्देश्य है संस्कार निर्माण। विजयनगर मंडल ने स्कूल को गोद लेने का अच्छा कार्य किया है। हम आशा करते हैं कि स्कूल विकास करें एवं बच्चों को अच्छी शिक्षा प्राप्त हो, उनमें सद्संस्कारों का बीजारोपण हो, ऐसा प्रयास किया जाए। हमें आशा एवं विश्वास है कि मंडल इसी तरह आगे भी बढ़–चढ़कर कार्य करता रहेगा। समृद्ध राष्ट्र योजना की संयोजिका **श्रीमती वीणा बैद** ने योजना के प्रारूप एवं उद्देश्यों की विस्तृत जानकारी दी। महामंत्री **श्रीमती नीतू ओस्तवाल** ने कहा कि जिस ऊर्जा के साथ आपने इस प्रोजेक्ट को प्रारम्भ किया है, उसी ऊर्जा से कार्य करते हुए एक आइडियल और मॉडल स्कूल बनानाहै। स्कूल प्रिंसिपल, स्थानीय ते. सभा अध्यक्ष **श्री प्रकाश गांधी** ने भी अपने विचार व्यक्त किए। कार्यक्रम में राष्ट्रीय परामर्शक **श्रीमती लता जैन**, रा.का.स. **श्रीमती शशिकला नाहर** एवं स्थानीय तेयुप अध्यक्ष **श्री राकेश पोकरणा** की गरिमामय उपस्थिति रही। कार्यक्रम का कुशल संचालन उपाध्यक्ष **श्रीमती बरखा पुगलिया** ने किया एवं निवर्तमान अध्यक्ष **श्री प्रेम भंसाली** ने आभार ज्ञापन किया। कार्यक्रम में स्थानीय संयोजिका **श्रीमती विपुला गोखरू** एवं संगठन मंत्री **श्रीमती सरिता छाजेड़** का विशेष सहयोग रहा।

जागृति लोक प्रश्नोत्तरी

ज्ञान चेतना प्रश्नोत्तरी

फरवरी 2024

सन्दर्भ पुस्तक : 3 बातें ज्ञान की (पृष्ठ संख्या 46 से 67) अध्याय : 11 से 16

3 बातें ज्ञान की
आचार्य महाश्रमण

रिक्त स्थान की पूर्ति करें

1. एकमात्र मनुष्य ही ऐसा प्राणी है जिसको यह सौभाग्य प्राप्त है कि उस जन्म के ठीक बाद ..... को प्राप्त कर सकता है।
2. प्रजा की सुख-शान्ति के लिए ..... की आवश्यकता होती है।
3. तपस्या के बारह प्रकारों में दूसरा प्रकार है ....., जिसे ऊनोदरी भी कहा जाता है।
4. निदान अध्यात्म की साधना में एक ..... है।
5. देव गति में पुरुष देवता भी होते हैं और ..... देवता भी होते हैं।
6. जीवन में ..... का महत्व है।
7. सामान्यतया श्रावक की गति तो ..... देवलोक तक की है।
8. झूठ और माया का मार्ग बड़ा टेढ़ा-मेढ़ा संकड़ी ..... वाला होता है।
9. ..... से अपने आप स्वयं की आत्मा की रक्षा हो गई।
10. इसलिए संघ उपयोगी है, संघ सबकी ..... है।

वर्ण 'त' से प्रारम्भ

प्रत्येक प्रश्न के उत्तर का पहला वर्ण 'त' होना अनिवार्य है।

11. तीन कारणों से देव ..... होता है।
12. बाहरी जगत के नुकसान के साथ-साथ गुस्सा एक ऐसा तत्व है जो आन्तरिक जगत को भी बहुत ..... करता है।
13. अकरणीय कार्य से प्रवृत्त व्यक्ति को धार्मिक प्रेरणा से ..... करने वाला।
14. ऋद्धि, रस, गौरव आदि से ..... होकर साधुपन में दोष लगा लिया।
15. हित और मित यानी हमें हितकारिणी भाषा, ... और यथार्थ भाषा का प्रयोग करने का प्रयास करना चाहिये।
16. कुछ परिवारों में यदि संतान में वैराग्य भाव होता है तो उसे वैराग्य की भावना से ..... करने का प्रयास किया जाता है।
17. भोज्य पदार्थों में कुछ पदार्थ ऐसे भी हैं जिन्हें संपूर्णतया ..... रखना चाहिए।
18. ज्ञानी व्यक्तियों का उद्बोधन सुनने से और उससे अच्छी..... ग्रहण करने से व्यक्ति का जीवन अच्छा बन सकता है।
19. हमारे जीवन में .....का, ज्ञान का बड़ा महत्व होता है।
20. जब मौका लगे तो प्रेरणा दो, समझाओं, सामने वाले को पाप से ..... करो और बोलने में लाभ न लगे तो मौन रहो, बोलो मत।

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें : संयोजिका : श्रीमती इन्दिरा लुणिया, कटक

Mob.: 9438368264, E-mail: luniaindira@gmail.com

प्रविष्टि भेजने की अन्तिम तिथि : 20 फरवरी, 2024

Google Form Link : https://forms.gle/nUbMGHyKGdLsQ1Ht9

जनवरी, 2024 प्रश्नोत्तरी के सही उत्तर

1. प्रायश्चित	2. अभिधान चिन्तामणि	3. तीर्थंकर	4. मोहनीय कर्म	5. आठ
6. आश्रव	7. वन्दना	8. एकाग्रता	9. गुलाबांजी	10. वृद्धावस्था
11. मकान	12. महापुरुषों	13. मनोबल	14. मनुष्य	15. मंत्र
16. मजबूत	17. महाप्रज्ञजी	18. मनुष्य	19. मतलब	20. मध्यम

जनवरी, 2024 प्रश्नोत्तरी के भाग्यशाली विजेता

1. सपना जैन, कांटाबांजी	2. प्रियंका छाजेड़, अंकलेश्वर	3. स्वाति दफ्तरी, किशनगंज
4. भारती नाहटा, सरदारशहर	5. रेणु सेठिया, पर्वत पाटिया	6. सरोज पारख, लुधियाना
7. विमला चोपड़ा, कांकरिया	8. सरिता श्यामसुखा, रतनगढ़	9. मंजू कुण्डलिया, सिलीगुड़ी
	10. सुनीता चोरड़िया, इचलकरंजी	

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल को प्राप्त अनुदान

अनुदान सूची एवं प्रेरणा दाता

1.	तेरापंथ महिला मंडल, गंगाशहर (भावना सेवा)	1,25,000
2.	श्रीमती सरोज देवी, श्रीमान जय कुमार जी, श्रीमान विनीत जी सामसुखा (गंगाशहर–बरपेटा) (भावना सेवा)	1,00,000
3.	रसरसना परिवार, बीकानेर (भावना सेवा)	1,00,000
4.	श्रीमती सूरज देवी, श्रीमती ममता, श्रीमान महावीर जी रांका, गंगाशहर (भावना सेवा)	1,00,000
5.	श्रीमती संगीता, श्रीमान सुरेन्द्र जी सामसुखा, गंगाशहर–कोलकाता (भावना सेवा)	51,000
6.	श्रीमान मोहनलाल जी, श्रीमती सरला देवी चौपड़ा, नोखा (भावना सेवा)	51,000
7.	श्रीमती जयश्री, श्रीमान आसकरण जी बोथरा (गंगाशहर–बैंगलौर) (भावना सेवा)	31,000
8.	तेरापंथ महिला मंडल, बीकानेर (भावना सेवा)	21,000
9.	तेरापंथ महिला मंडल, भीनासर (भावना सेवा)	21,000
10.	श्रीमान सुशील जी, श्रीमती रेखा, श्रीमान रोशन जी रांका (गंगाशहर) (भावना सेवा)	21,000
11.	श्रीमती शांति देवी सेठिया (गंगाशहर) (भावना सेवा)	11,000
12.	तेरापंथ महिला मंडल, लूणकरणसर (भावना सेवा)	11,000
13.	तेरापंथ महिला मंडल, मोमासर (भावना सेवा)	11,000
14.	तेरापंथ महिला मंडल, जोरावरपुर (भावना सेवा)	11,000
15.	तेरापंथ महिला मंडल, कालू (भावना सेवा)	5,100
16.	तेरापंथ महिला मंडल, देशनोक (भावना सेवा)	5,100

सभी अनुदानदाताओं के प्रति हार्दिक आभार !

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल

पंजीकृत कार्यालय : 'रोहिणी' जैन विश्व भारती, लाडनूं 341 306 (जिला– नागौर, राजस्थान)

श्री नारी लोक

देखने हेतु
Touch to open
www.abtmm.org
Touch to open
www.facebook.com/abtmmjain/
Touch to open
https://bit.ly/abtmmyoutube

महामंत्री कार्यालय
महामंत्री
नीतू ओस्तवाल
5-0-1&2, आर.सी. व्यास कॉलोनी,
सूर्यांश, मदर टैरेसा स्कूल के पास,
भीलवाड़ा-311001 (राज.)
मो.: 9257011205
secretary@abtmm.org

कोषाध्यक्ष कार्यालय
कोषाध्यक्ष
तरुणा बोहरा
203, 204, सांघवी एक्जोटिका,
मराठा कॉलोनी, दहिसर वेस्ट,
मुम्बई-400068
मो.: 8976601717
tarunajain365@gmail.com