

जो
कल्याणकारी
वचन कहे या सुने
वही मानव
बाकी पुतले।

- अंतर्ध्वनी



मध्वन

यूथ रूबरू का मासिक विचार पत्र

वर्ष : 06
अंक : 04
माह : फरवरी 2021
मूल्य : निःशुल्क

संपादकीय

मानसिक स्वास्थ्य के लिए जरूरी है स्वाध्याय

जी वन को बेहतर ढंग से जीने के लिए जहां शारीरिक स्वास्थ्य जरूरी है, वहीं मानसिक स्वास्थ्य भी जरूरी है। शारीरिक स्वास्थ्य के लिए गुणवत्तापूर्ण पोषक भोजन जरूरी है और उसी मानसिक स्वास्थ्य के लिए गुणवत्तापूर्ण अच्छी किताबें पढ़ना, स्वाध्याय करना और सत्संग करना जरूरी है।

आज स्वाध्याय की कमी के कारण हम स्वयं अपनी संस्कृति और संस्कारों से अनभिज्ञ हैं। इसका दुष्परिणाम भी हम देख रहे हैं कि आज समाज में आचरण, व्यवहार, भोजन, पहनावे, बोलचाल आदि में जैन संस्कृति का प्रभाव नहीं दिखाई दे रहा है। हम अपने आप को शाकाहारी तो कहते हैं पर क्या आज पूर्ण रूप से शाकाहारी हैं? आज हमारा भोजन भी शुद्ध नहीं रहा तो उसका प्रभाव विचारों पर पड़ा, फिर आचरण पर पड़ा, क्यों कि आज पहले के समान घर-घर, मंदिर-मंदिर स्वाध्याय होना बंद हो गया है।

इसी जरूरत को समझते को हमने मंथन के इस बार के अंक को पढ़ने और स्वाध्याय पर केन्द्रित किया है। अच्छी किताबें पढ़ना और सद्साहित्य का स्वाध्याय करना आपके जीवन को निर्मल बना सकता है। प्रत्येक धार्मिक दर्शन स्वाध्याय पर जोर देता है, इसीलिए हर धर्म की अपनी एक पवित्र धार्मिक पुस्तक है, चाहे वह गीता हो, कुरान, बाइबल हो, गुरु ग्रंथ साहेब हो। जैन दर्शन में तो स्वाध्याय को बहुत बड़ा महत्व दिया गया है और तत्त्वार्थ सूत्र से लेकर ध्वला और श्रावकाचार से लेकर छहदाला तक कई ऐसे शास्त्र हैं जो जैन दर्शन ही नहीं बल्कि जीवन को समझने में बहुत उपयोगी हो सकते हैं।

मंथन के इस अंक के माध्यम से हम पाठकों को अच्छा पढ़ने के महत्व के बारे में कुछ बताना चाहते हैं। इसी के साथ जैन दर्शन में स्वाध्याय के महत्व पर भी कुछ जानकारी देने का प्रयास किया गया है।

एक बात और मैं समाज के लोगों से कहना चाहता हूँ कि फरवरी 2022 में श्रीमहावीरजी में भगवान महावीर का महामस्तकाभिषेक होना तय हुआ है। यह महामस्तकाभिषेक ऐतिहासिक हो इसके लिए क्षेत्र कमेटी अपनी ओर से पूरी तैयार कर रही होगी। लोगों के जीवन में स्वाध्याय को एक बार फिर से प्रतिष्ठित करने के लिए 2022 के महामस्तकाभिषेक के माध्यम से एक ऐसा अभियान चलाया जाए जिससे महावीर की वाणी का अध्ययन समाज में व्यक्तिगत और सामूहिक रूप से पुनः शुरू हो। अगर महामस्तकाभिषेक के निमित्त से कुछ इस तरह का अभियान चला जाए तो निश्चित ही समाज में स्वाध्याय के प्रति जागृति आएगी। समाज में स्वाध्याय के प्रति जागृति आने से देव, शास्त्र और गुरु के प्रति और श्रद्धा, आस्था, विश्वास बढ़ेगा। इस अभियान को अक्षर कलश अभियान नाम भी दे सकते हैं।

तो इसी विचार से मंथन का यह अंक पाठकों को समर्पित है।

मन और विचारों का परिमार्जन करता है स्वाध्याय

आलेख - प्रथम

संदीप जोशी

ह म सब जानते हैं शरीर के पोषण के लिए संतुलित भोजन की आवश्यकता होती है। संतुलित भोजन अर्थात् जिसमें पोषण के सभी आवश्यक तत्व सम्मिलित हो।

इसी प्रकार पौधों के विकास के लिए भी उचित प्रकाश, पानी और खाद की आवश्यकता होती है। इसी से पौधे अपना विकास करते हैं। ठीक इसी प्रकार व्यक्तित्व के विकास के लिए भी विभिन्न तत्व चाहिए होते हैं। इनमें सर्वाधिक महत्वपूर्ण है स्वाध्याय अर्थात् पढ़ने का अभ्यास। धर्म और अध्यात्म के क्षेत्र में स्वाध्याय की बहुत गूढ़ व्याख्याएं हो सकती हैं किंतु सामान्य बोलचाल में, दैनिक जीवन में भी पढ़ने के बहुत सारे लाभ हैं। संभवतः इसीलिए पुस्तकों को मनुष्य का सर्वश्रेष्ठ मित्र बताया गया है। इसमें भी यदि बहुआयामी विषयों को पढ़ने का हमारा स्वभाव बनता है तो यह व्यक्तित्व के विकास में अत्यंत सहायक सिद्ध हो सकता है जैसे खेल, अध्यात्म, विज्ञान, समसामयिक घटनाक्रम, राजनीति इत्यादि।

अच्छी पुस्तक पढ़ना समय का ऐसा निवेश है जो सदैव लाभ ही देता है। अच्छी पुस्तकों एवं स्वाध्याय की तुलना ऐसे साबुन से की जाती है जो शरीर को भीतर से साफ करता है और मन को निर्मल बनाता है।

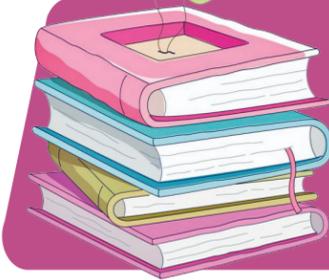
यदि हम प्रतिदिन के अपने साफ-सफाई के क्रियाकलापों को बंद कर दे, तो हम स्वच्छ और स्वस्थ नहीं रह पाएंगे। यदि हमने घर में झाड़ू लगाना बंद कर दिया तो कुछ ही दिनों में सब जगह धूल और मिट्टी ही नजर आएगी। यदि हम एक दिन के लिए भी ना नहाएं तो शरीर बदबू मारने लगता है, इसीलिए हम प्रतिदिन अपनी भौतिक साफ सफाई का ध्यान रखते हैं। इसी प्रकार हमें अपने मन की भी साफ-सफाई भी जरूरी है। यदि गहराई

से विचार किया जाए तो मन के भीतर की गंदगी बाहर की गंदगी से भी ज्यादा हानिकारक है। काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या, द्वेष, कपट, हिंसा, असत्य आदि ऐसी गन्दगी है जो हमारे विचारों तथा संस्कारों को प्रदूषित करती रहती है। जब हम इनकी सफाई नहीं करते तो यही कुविचार हमारे मन की गहराइयों में जमने लगते हैं।

हमारे शास्त्रों में कहा गया है कि स्वाध्याय में कभी प्रमाद नहीं करना चाहिए। स्वाध्याय से ज्ञानार्जन तो होता ही है साथ ही यह मन की मलिनता को साफ करके आत्मा को परमात्मा के निकट लाता है। अतः प्रत्येक व्यक्ति को प्रतिदिन संकल्पपूर्वक

सकता है।
आध्यात्मिक धार्मिक उद्देश्यों से कुछ पढ़ा जा रहा है तो उसके लिए सुबह स्नानादि कार्यों से निवृत्त हो कर, ध्यानादि करने के बाद का समय स्वाध्याय के लिए निकाल सकते हैं। यदि आप ध्यानादि नहीं भी करते हो तो कोई बात नहीं, क्योंकि कुछ दिन स्वाध्याय करने के बाद आप स्वतः ध्यान करने लगेंगे।

स्वाध्याय हमेशा ध्यानपूर्वक और तन्मयता से करें। थोड़ा किन्तु गहन चिंतन के साथ किया गया स्वाध्याय बहुत लाभकारी होता है। स्वाध्याय के लिए जो भी पुस्तक निर्धारित की जाए, उसे क्रमबद्ध रूप से पढ़ें। स्वाध्याय



अच्छी पुस्तक पढ़ना समय का ऐसा निवेश है जो सदैव लाभ ही देता है। अच्छी पुस्तकों एवं स्वाध्याय की तुलना ऐसे साबुन से की जाती है जो शरीर को भीतर से साफ करता है और मन को निर्मल बनाता है।

अच्छी पुस्तकों का अध्ययन, स्वाध्याय अवश्य करना चाहिए।

कब पढ़ें...जब मन करे तब पढ़ें

जो विद्यार्थी हैं उन्हें तो लगातार पढ़ना ही होता है। उनके लिए सर्वोत्तम समय प्रातः काल ब्रह्म मुहूर्त का समय जब प्रकृति पूर्णतया शांत होती है, चारों ओर का वातावरण शांत होता है, एक अच्छी नींद के बाद मन भी शांत होता है, ऐसे में इस समय का उपयोग पढ़ने के लिए करना, परीक्षा की दृष्टि से तो सर्वोत्तम है। इस समय याद किया हुआ ज्ञान जीवन में आगे भी उपयोगी रहता है। जिनका विद्यार्थी जीवन पूरा हो गया है और किसी न किसी नौकरी व्यवसाय में व्यस्त रहते हैं उनके लिए भी प्रातः काल का समय अथवा रात्रि में सोने से पहले कुछ पढ़ कर सोना अत्यंत लाभदायक हो सकता है। सोने से पहले किसी अच्छी पुस्तक के कुछ पृष्ठ पढ़ना नौकरी और व्यवसाय के दिन भर के तनाव से मुक्त कर

के समय अपने पास एक पेन और डायरी अवश्य रखे तथा जो भी बात आपको उपयोगी लगे उसे नोट कर लें। एकाग्रतापूर्वक स्वाध्याय करने से सभी बातें आपको लम्बे समय तक याद रहने लगेंगी।

कितना पढ़ें

पढ़ने के लिए समय की कोई सीमा नहीं है। यदि विद्यार्थी हैं अथवा आप यदि कुछ नहीं कर रहे हो तो दिनभर पढ़ सकते हैं। विद्यार्थी जीवन में अपने कॉलेज स्कूल अथवा ट्यूशन के समय के बाद कम से कम 3 घंटा तो पढ़ना ही चाहिए। नौकरी अथवा व्यवसाय करने वाले लोगों को भी पढ़ने के लिए कम से कम 30 मिनट का समय अवश्य निकालना चाहिए। और यदि आप पढ़ने के साथ साथ महत्वपूर्ण बातों को डायरी में नोट करते चलते हैं तो यह प्रयोग आपके व्यक्तित्व में जबरदस्त बदलाव लाएगा। आपकी अतिरिक्त अभिव्यक्ति शक्तियां, क्षमताएं विकसित होने लगेंगी।

जैन दर्शन और स्वाध्याय

प्रवचनसार में कहा गया है कि जिन शास्त्र द्वारा प्रत्यक्षादि प्रमाणों से पदार्थों को जानने वाले नियम से मोह समूल क्षय हो जाता है इसलिए शास्त्र का सम्यक्प्रकार से अध्ययन करना चाहिए।

जै न दर्शन में स्वाध्याय का बहुत महत्व है। जैन धर्म में साधु-संत ही नहीं बल्कि श्रावक के लिए भी स्वाध्याय को बहुत महत्वपूर्ण माना गया है। आइए जानते हैं जैन दर्शन में स्वाध्याय के लिए क्या कहा गया है-

स्वाध्याय का शाब्दिक अर्थ है- स्वयं का अध्ययन करना। ऐसा अध्ययन जो आपको ज्ञान, मेधा और मानसिक शांति प्रदान करे। जीवन-निर्माण और जीवन में सुधार संबंधी पुस्तकों का पढ़ना, परमात्मा और मुक्ति की ओर ले जाने वाले ग्रंथों का अध्ययन, श्रवण, मनन, चिंतन आदि करना स्वाध्याय कहलाता है। आत्मचिंतन को भी स्वाध्याय कहा जा सकता है। अपने बारे में जानना और अपने दोषों को देखना भी स्वाध्याय का ही अंग है। शुद्ध, पवित्र और सुखी जीवन जीने के लिए सत्संग और स्वाध्याय दोनों महत्वपूर्ण हैं। स्वाध्याय का जीवन निर्माण में महत्वपूर्ण योगदान है। स्वाध्याय से व्यक्ति का जीवन, व्यवहार, सोच और स्वभाव बदलने लगता है।

सर्वार्थसिद्धि में कहा गया है

ज्ञानभावनालस्यत्याग स्वाध्याय।

अर्थात्

आलस्य त्यागकर ज्ञान की आराधना करना स्वाध्याय तप है।

वहीं चारित्रसार के अनुसार

स्वस्मै हितोऽध्याय स्वाध्याय।

अर्थात्

अपनी आत्मा का हित करने वाला अध्ययन करना स्वाध्याय है।

चारित्रसार के अनुसार ही

स्वाध्यायस्तत्त्वज्ञानस्याध्ययनमध्यापनं स्मरणं च।

अर्थात्

तत्त्वज्ञान को पढ़ना, पढ़ाना, स्मरण करना आदि स्वाध्याय है।

स्वाध्याय में सम्यक्त्व की प्रधानता

योगसार में कहा गया है कि जो विद्वान हैं-शास्त्रों का अक्षराभ्यास तो कर चुके हैं परंतु आत्मध्यान से शून्य हैं उनका संसार शास्त्र है।

स्वाध्याय सर्वोत्तम तप है

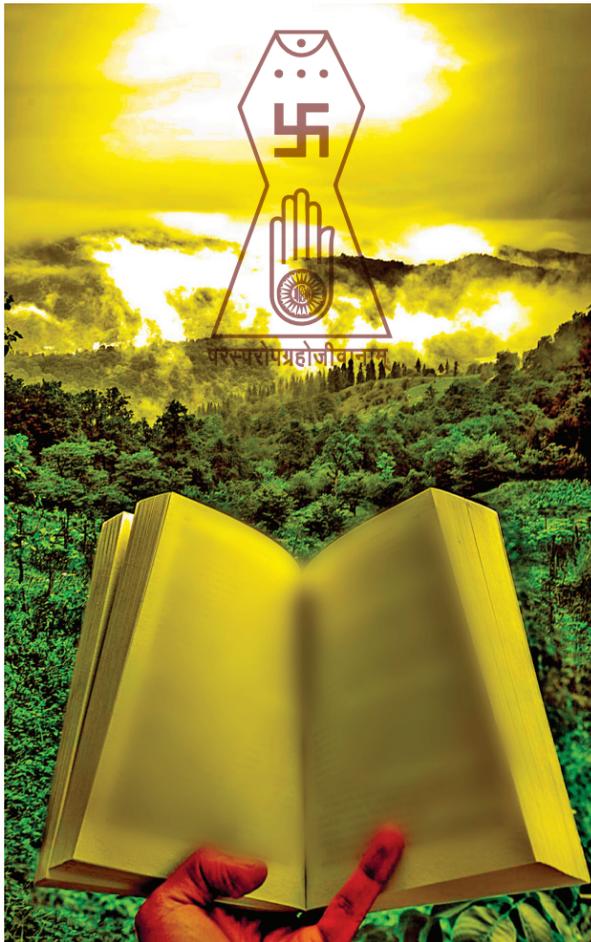
भगवती आराधना में कहा गया है कि सर्वज्ञ देवकर उपदेशे हुए अभ्यंतर और बाह्य भेद सहित बारह प्रकार के तप में से स्वाध्याय तप के समान अन्य कोई न तो है और न होगा।

स्वाध्याय के लौकिक और अलौकिक फल

धवला ग्रंथ में कहा गया है कि जिन्होंने सिद्धांत का उत्तम प्रकार से अभ्यास किया है ऐसे पुरुषों का ज्ञान सूर्य की किरणों के समान निर्मल होता है और जिसने अपने चित्त को स्वाधीन कर लिया है ऐसा चंद्रमा की किरणों के समान निर्मल चरित्र होता है।

स्वाध्याय का फल गुणश्रेणी निर्जरा व संवर

धवला ग्रंथ में कहा गया है कि वृषभसेनादि गणधर देवों द्वारा जिनकी शब्द रचना की गयी है, ऐसे द्रव्य सूत्रों को पढ़ने और मनन करने से जीवों के प्रति समय असंख्यातगुणित श्रेणी से पूर्व संचित कर्मों की निर्जरा होती है।



स्वाध्याय का प्रयोजन व महत्त्व

भगवती आराधना में कहा गया है कि जो साधु स्वाध्याय करता है वह पाँचों इंद्रियों का संवर करता है, मन आदि गुणियों को भी पालने वाला होता है और एकाग्रचित्त हुआ विनयकर संयुक्त होता है।

प्रवचनसार में कहा गया है कि जिन शास्त्र द्वारा प्रत्यक्षादि प्रमाणों से पदार्थों को जानने वाले नियम से मोह समूल क्षय हो जाता है इसलिए शास्त्र का सम्यक्प्रकार से अध्ययन करना चाहिए।

सूत्रपाहुड में कहा गया है कि जो पुरुष सूत्र का जानकार है वह भव का नाश करता है, जैसे सूई डोरे सहित हो तो नष्ट नहीं होती, यदि डोरे से रहित हो तो नष्ट हो जाती है।

सर्वार्थसिद्धि में कहा गया है कि प्रज्ञा में अतिशय लाने के लिए, अध्यवसाय को प्रशस्त करने के लिए, परम संवेग के लिए, तप वृद्धि व अतिचार शुद्धि के लिए आदि के लिए स्वाध्याय तप आवश्यक है।

स्वाध्याय विधि

स्वाध्याय करने की एक निश्चित विधि है और इसका पालन किया जाए तो यह अधिक लाभकारी होता है।

स्वाध्याय के लिए उचित काल व उसका विभाजन

प्रातःकाल का स्वाध्याय सूर्योदय से दो घड़ी पश्चात् प्रारंभ करके मध्याह्न में दो घड़ी बाकी रहने पर समाप्त कर देना चाहिए। अपराह्न का स्वाध्याय मध्याह्न के दो घड़ी पश्चात् से प्रारंभ कर सूर्यास्त से दो घड़ी पूर्व समाप्त कर देना चाहिए। यही क्रम पूर्व रात्रिक व वैरात्रिक स्वाध्याय में अपनाया चाहिए।

स्वाध्याय के लिए उचित काल के कुछ अपवाद भी हैं

भगवती आराधना में कहा गया है कि (सल्लेखना गत साधु) वाचना, पृच्छना, परिवर्तना व धर्मोपदेश को छोड़कर सूत्र और अर्थ का एकाग्रता से स्मरण करते हैं। अथवा दिन का पूर्व, मध्य, अंत तथा अर्धरात्रि ऐसे चार समयों में तीर्थकरों की दिव्यध्वनि खिरती है। ये काल स्वाध्याय के नहीं हैं, परंतु ऐसे समयों में भी वे अनुप्रेक्षात्मक स्वाध्याय करते हैं।

इस समय यह परिस्थितियों में नहीं करना चाहिए स्वाध्याय

धवला ग्रंथ में कहा गया है कि अंग से रक्तस्राव के होने पर, अतिचार के होने पर तथा दाताओं के अशुद्धकाय होते हुए भोजन कर लेने पर स्वाध्याय नहीं करना चाहिए। तिलमोदक, चिवड़ा, लाई और पुआ आदि चिक्कण एवं सुगंधित भोजनों के खाने पर दावानल का धुँआ होने पर अध्ययन नहीं करना चाहिए। एक योजन के घेरे में संन्यासविधि, महोपवास विधि, आवश्यकक्रिया एवं केशों का लोंच होने पर तथा आचार्य का स्वर्गवास होने पर सात दिन तक अध्ययन नहीं करना चाहिए। उक्त घटनाओं के एक योजन मात्र में होने पर तीन दिन तक तथा अत्यंत दूर होने पर एक दिन तक अध्ययन नहीं करना चाहिए। प्राणी के तीव्र दुख से मरणासन्न होने पर या अत्यंत वेदना से तडफड़ाने पर तथा एक निर्वतन (एक बीघा) मात्र में तिर्यचों का संचार होने पर अध्ययन नहीं करना चाहिए।

क्षेत्र की अशुद्धि होने पर, दूर से दुर्गंध आने पर अथवा अत्यंत सड़ी गंध के आने पर, ठीक अर्थ समझ में न आने पर (?) अथवा अपने शरीर के अशुद्ध होने पर व्रती पुरुष को सिद्धांत का अध्ययन नहीं करना चाहिए। पर्वदिनों, नंदीश्वर के श्रेष्ठ महिम दिवसों और सूर्य, चंद्र ग्रहण होने पर अध्ययन नहीं करना चाहिए। अष्टमी में अध्ययन गुरु और शिष्य दोनों का वियोग करने वाला होता है। पूर्णमासी के दिन किया गया अध्ययन कलह और चतुर्दशी के दिन किया गया अध्ययन विघ्न को करता है। साधुजन कृष्ण चतुर्दशी और अमावस्या के दिन अध्ययन करते हैं तो विद्या और उपवास विधि सब विनाशवृत्ति को प्राप्त होते हैं। मध्याह्न काल में किया गया अध्ययन जिन रूप को नष्ट करता है, दोनों संध्या कालों में किया गया अध्ययन व्याधि को करता है, तथा मध्यम रात्रि में किये गये अध्ययन से अनुरक्तजन भी द्वेष को प्राप्त होते हैं। अतिशय तीव्र दुख से युक्त और रोते हुए प्राणियों को देखने या समीप होने पर, मेघों की गर्जना व बिजली के चमकने पर और अतिवृष्टि के साथ उल्कापात होने पर अध्ययन नहीं करना चाहिए।

स्वाध्याय प्रतिष्ठापन व निष्ठापन विधि

स्वाध्याय का प्रारंभ दिन और रात्रि के पूर्वाह्न, अपराह्न चारों ही बेलाओं में लघु श्रुत भक्ति, और आचार्य भक्ति का पाठ करके करना चाहिए, नियत समय तक स्वाध्याय करके लघु श्रुतभक्ति पूर्वक निष्ठापना करनी चाहिए।



प्रियंका सेठी
किशनगढ़

जीवन के महत्व को समझिए

यह जीवन हमें हमारे शुभ कर्मों के फल के रूप में मिला है। हम सभी को इसका मूल्य पता होना चाहिए। हम बेहतर जीवन के लिए प्रत्येक दिन खुद को बेहतर बनाने की कोशिश करते हैं, लेकिन याद रखिए कि जीवन यात्रा हमेशा आसान नहीं होती। ऐसे में हमें हमेशा सकारात्मक रहना चाहिए।

जीवन का महत्व

जीवन का अनमोल उपहार है। इसका बहुत ध्यान रखना जरूरी है। हमें धरती पर भेजने और ऐसा सुंदर वातावरण देने के लिए हमें ईश्वर का आभारी होना चाहिए। हमें पूर्ण जीवन देने और शारीरिक व मानसिक रूप से स्वस्थ रखने के लिए हमें ईश्वर का आभारी होना चाहिए। सिर्फ मानव ही नहीं, जानवरों, पक्षियों और पौधों का जीवन भी उतना ही कीमती है, जितना हमारा, इसलिए हमें इनका मूल्य भी पता होना चाहिए।

चुनौतियों से निपटना

हमारे जीवन में कई चुनौतियां आती हैं और हमें इनका सामना करना ही पड़ता है। इन चुनौतियों को पार करने के लिए स्पष्ट दृष्टिकोण और लक्ष्य होना जरूरी है। स्पष्ट दृष्टिकोण और लक्ष्य हमें हर चुनौती और बाधा को पार करने में मदद करते हैं। चुनौतियों से निपटने के लिए हमें अपनी सुविधाओं और

आराम को छोड़ना पड़ता है। मन में साहस और दृढ़ता रखनी होती है और स्पष्टता के साथ आगे बढ़ना होता है।

चुनौतियों से निपटने के कुछ उपाय

चुनौतियों से निपटने के लिए जरूरी है कि हम दृढ़ निश्चयी रहें और परिवार तथा दोस्तों की मदद लें। इनका साथ रहेगा तो हम किसी भी चुनौती को आसानी से पार कर सकते हैं, क्योंकि अकेला व्यक्ति सब कुछ नहीं कर सकता, इसलिए परिवार और मित्रों का साथ बेहद जरूरी है।

जीवन को एक उद्देश्य दें

ईश्वर ने हमें यह जीवन दिया है तो जीवन में लक्ष्य निर्धारित करना जरूरी है। हमें जीवन को सही दिशा में आगे बढ़ाने के लिए अल्पकालिक और दीर्घकालिक लक्ष्य जरूर निर्धारित करने चाहिए और उन लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए हर सम्भव प्रयास व मेहनत करनी चाहिए।

जीवन को बर्बाद मत कीजिए

बहुत लोगों को देखा जाता है कि वे कई व्यसनों जैसे शराब, धूम्रपान, नशीली दवाइयों आदि का सेवन कर या बुरी संगत में पड़ कर अपना जीवन बर्बाद कर लेते हैं। ऐसा करके वे सिर्फ खुद को ही नहीं, अपने परिजनों, मित्रों और उनसे जुड़े सभी लोगों को कष्ट देते हैं। ऐसा नहीं करना चाहिए, बल्कि जो जीवन मिला है, उसका सही उपयोग करते हुए आगे बढ़ाना चाहिए। प्रभु की भक्ति और साधु और गुणिजनों के साथ रहते हुए और उनका ध्यान रखते हुए जीवन को निर्मल बनाना चाहिए। तभी हमारा जीवन सुखी और आनंदमयी हो सकता है।

मुझे यह प्रेरणा मेरे गुरु अंतर्मुखी मुनि पूज्य सागर महाराज से मिली है। वे भी अपने जीवन में बहुत संघर्ष करते हैं और बेहतर जीवन जीने के लिए लोगों को प्रेरित करते रहते हैं तथा उनमें नई सोच का विकास करना चाहते हैं।





लॉक डाउन की अवधि में अनेक प्रकार के प्रयोग आरंभ हुए किंतु किसी एक अभियान को लगातार 100 दिन तक चलाए रखना यह अपने आप में एक बड़ी तपस्या भी है और बड़ी सफलता भी है। लोग घरों में रहकर जहां अपने आपको स्वस्थ रख पाए, वहीं पुस्तकों के पठन से उनके विचारों को दिशा मन को मजबूती प्राप्त हुई।

लॉकडाउन का उपयोग पुस्तकें पढ़ने में

कोरोना काल के दौरान स्वाध्याय के महत्व को देखते हुए जालौर के शिक्षक संदीप जोशी ने “पठेत पुस्तकम्” अभियान शुरू किया, जानिए उनका अनुभव...

पि छले दिनों कोरोना काल में पूरा देश लॉकडाउन के दौरान घरों में रहा। इस अवधि का उपयोग करने की दृष्टि से मैंने अपने मित्रों के साथ एक सार्थक अभियान प्रारम्भ किया और धीरे धीरे उसे व्यापक स्वरूप दिया। लॉक डाउन की लंबी अवधि में हम सभी के पास खूब समय था और इस समय का सार्थक उपयोग करने की दृष्टि से पुस्तक पढ़ने के आग्रह को लेकर यह अभियान “पठेत पुस्तकम्” नाम से शुरू किया।

इस अभियान के तहत पुस्तक पढ़ने के महत्व को स्पष्ट करते हुए सभी लोगों विशेषकर शिक्षक वर्ग से लॉकडाउन की अवधि में पुस्तक पढ़ने का आग्रह किया गया। बड़ी संख्या में लोगों ने इस अभियान से प्रेरित होकर लॉक डाउन अवधि का उपयोग किताबें पढ़ने में किया। कोरोना की इस विश्वव्यापी महामारी के समय में तनावमुक्त रहना, मनोबल को बनाए रखना अत्यंत महत्वपूर्ण है एवं पुस्तक पढ़ना इस कार्य में अत्यंत सहायक सिद्ध हो सकता है, इस चिंतन के आधार पर यह अभियान प्रारम्भ किया। सभी से आग्रह किया कि घर पर ही रहे, सुरक्षित रहें एवं अपनी पसंद की कोई एक पुस्तक अवश्य पढ़ें। साथ ही इस पुस्तक की 10 सबसे बढ़िया बातें निकाल कर सभी के साथ शेयर करें ताकि उस पुस्तक का लाभ सभी को मिल सके। एक साथ बहुत बड़ी संख्या में पुस्तकों की समीक्षा होने के यह एक अद्भुत महायज्ञ जैसा अभियान बन गया। यह अभियान 100 दिन तक चला। लॉक डाउन की अवधि में अनेक प्रकार के प्रयोग आरंभ हुए किंतु किसी एक अभियान को लगातार 100 दिन तक चलाए रखना यह अपने आप में एक बड़ी तपस्या भी है और बड़ी सफलता भी है। लोग घरों में रहकर जहां अपने आपको स्वस्थ रख पाए, वहीं पुस्तकों के पठन से उनके विचारों को दिशा मन को मजबूती प्राप्त हुई।

इस अभियान के दौरान लेखन की किसी भी विधा से जुड़ी हुई पुस्तक पढ़ने का आग्रह किया गया जैसे निबंध, कविता, कहानी, उपन्यास, आत्मकथा, जीवनी, यात्रा वृतांत, प्राचीन भारतीय साहित्य, समकालीन विमर्श, विज्ञान, गणित, इतिहास, महाकाव्य, अर्थशास्त्र, दर्शन इत्यादि किसी भी विषय की पुस्तक।

यह अभियान चार चरण में संचालित हुआ।

पहला चरण

सभी से विशेषरूप शिक्षकों को पुस्तक पढ़ते हुए, पुस्तक के साथ में अपना फोटो भेजना था जिसे फेसबुक एवं व्हाट्सएप स्टेटस पर लगाया गया। बहुत बड़ी संख्या में शिक्षकों ने पुस्तक पढ़ते हुए अपना फोटो भेजे और स्वयं अपनी वॉल पर भी लगाए।

दूसरा चरण

14 अप्रैल से लॉक डाउन - 2 शुरू होने पर प्रारंभ किया। इसमें एक आग्रह और जोड़ा गया जिसमें लोगों को उनके द्वारा पढ़ी हुई पुस्तक में से दस श्रेष्ठ प्रेरणादायक पंक्तियाँ निकाल कर शेयर करनी थी। एक प्रकार से उन पुस्तकों के अमृत वचनों का संग्रह जैसा प्रयास रहा।

तीसरा चरण

तीसरे चरण में लोगो से उनके द्वारा पढ़ी गई पुस्तक की समीक्षा लिखने का आग्रह किया गया। बहुत बड़ी संख्या में समीक्षाएं प्राप्त हुईं। कुछ मित्रों

ने अपने प्रिय पुस्तक के बारे में जानकारी देते हुए छोटे-छोटे वीडियो भी बनाए हैं। इस तीसरे चरण को पुस्तक विनियोग का नाम दिया गया जिसके अंतर्गत सभी से पढ़ी हुई पुस्तक का सारांश एवं लेखक, प्रकाशक की जानकारी भेजने का आग्रह किया गया। यह अभियान क्रमशः जिला राज्य स्तर से होते हुए राष्ट्रीय स्तर तक पहुंचा। राजस्थान, गुजरात, बिहार, उत्तर प्रदेश हरियाणा, पंजाब, मध्यप्रदेश, उत्तराखंड, छत्तीसगढ़ आदि विभिन्न राज्यों से लोग इस अभियान से जुड़े और पुस्तक पढ़कर उनकी समीक्षाएं भेजी। एक पुस्तक समीक्षा तो सागर पार अमेरिका के शिकागो शहर से भी आई।

जो समीक्षाएं प्राप्त हुईं उनमें से श्रेष्ठ पुस्तक समीक्षाओं की एक पुस्तक प्रकाशित करने की शिक्षा संस्कृति उत्थान न्यास, नई दिल्ली की योजना है। अनेक बार युवा यह प्रश्न पूछते हैं कि कौन सी पुस्तक पढ़नी चाहिए, इस सर्व व्यापक प्रश्न के उत्तर भी यह पुस्तक देगी जिसमें 100 से अधिक श्रेष्ठ पुस्तकों की विस्तृत जानकारी एवं समीक्षा को सम्मिलित किया जाएगा।

चौथा चरण

अभियान के चौथे चरण में इसमें एक और विशेष प्रयोग किया गया। इसमें सभी से निवेदन किया कि अपने आसपास जिन लोगों को 14 दिन के लिए होम आइसोलेट किया गया है, क्वारंटाइन किया गया है, उन तक कोई एक अच्छी पुस्तक पढ़ने के लिए पहुंचाइये। जालौर, मेड़ता, सांकरणा समेत विभिन्न स्थानों पर बड़ी संख्या में होम कोरेन्टीन लोगों तक पढ़ने के लिए अच्छी पुस्तकें उपलब्ध करवाई गईं। इसमें लगभग 250 व्यक्तियों तक पुस्तक पहुंचने की सूचना है। संख्या इससे अधिक भी है।

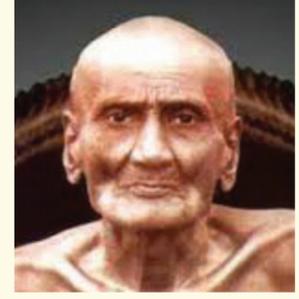
यह अभियान बहुत अच्छी प्रकार से संचालित हुआ। राज्य के हजारों शिक्षकों ने इस लॉक डाउन की अवधि में अध्ययन के द्वारा अपना ज्ञान बढ़ाया। यह बहुत अच्छा अवसर था जब सामूहिक रूप से बड़ी संख्या में शिक्षक स्वयं विद्यार्थी बने और पुस्तकें पढ़ीं। कहा भी गया है कि शिक्षक वही बने जो आजीवन विद्यार्थी रह सके।

पुस्तक पढ़ने के लाभ

- पढ़ने वाले का मन हमेशा प्रसन्नचित और शांत रहता है।
- स्वाध्याय से ज्ञानवर्धन होता है।
- वर्तमान की तनावपूर्ण दिनचर्या और जीवनशैली में पुस्तक पढ़ना, स्वाध्याय करना एक प्रकार से चिकित्सा की तरह है जो डिप्रेशन और माइग्रेन जैसी समस्याओं का भी करने में
- पुस्तक पढ़ना व्यक्ति को क्रिएटिव बनाता है।
- स्वाध्याय से अज्ञान और अविद्या का आवरण हटने लगता है और वेदादि शास्त्रों के दिव्य ज्ञान का प्राकट्य होता है।
- प्रतिदिन स्वाध्याय करने से बुद्धि बहुत तीव्र हो जाती है।
- जो साधक प्रतिदिन स्वाध्याय करते हैं वे कभी भी साधना से भटकते नहीं।
- आध्यात्मिक दृष्टि से देखें तो जो प्रतिदिन स्वाध्याय करता है, उसकी बुद्धि इतनी सूक्ष्म हो जाती है कि वह प्रकृति के रहस्यों को स्वतः जानने लगता है।
- अनेक लोग व्यक्तित्व विकास के लिए विभिन्न क्लासेस ज्वाइन करते हैं, जबकि स्वाध्याय से स्वतः व्यक्तित्व विकास हो जाता है।

धारावाहिक-4

20वीं सदी की चरित्र कथा



आचार्य शांति सागर जी

अपूर्व था सातगौड़ा का पक्षियों के प्रति प्रेम

- 'सारा खेत छोड़ देते थे पक्षियों के खाने के लिए, रखते थे पानी भी
- 'फिर भी सबसे ज्यादा अन्न होता था सातगौड़ा के खेत में
- 'किसी भी जीव मात्र की हत्या को नहीं मानते थे कुलीनों का काम



लेखक
अंतर्मुखी मुनि पूज्य सागर महाराज
(शिष्य आचार्य अनुभव सागर जी महाराज)

आ प सभी को आशीर्वाद। इस बार हम बात करेंगे आचार्य श्री शांतिसागर महाराज के गृहस्थ जीवन की, जब वह सातगौड़ा थे। सातगौड़ा प्रकृति प्रेमी थे, वह प्रकृति की दी हुई हर देन को स्वीकार करते थे। सातगौड़ा के जीवन से जुड़े एक पक्षी प्रेम प्रसंग की बात हम करते हैं। भोज ग्राम में सातगौड़ा के खेत के पास एक गणू ज्योति दमाले नाम का मराठा रहता था। उसका खेत सातगौड़ा के खेत के पास ही था। मराठा के खेत में अनाज खाने के लिए हजारों पक्षी आ जाते, वह सभी को उड़ा देता था। पक्षी उड़ कर सातगौड़ा के खेत में चले जाते थे और उनके खेत का अनाज खाते थे। सातगौड़ा ने कभी उन पक्षियों को उड़ाया नहीं, बल्कि इन पक्षियों के लिए किसी बर्तन में पानी भरकर रख देते थे ताकि अनाज खाने के बाद वे पानी भी पी सकें। आप-पास के खेत वाले सातगौड़ा को कहते थे कि सारा अनाज पक्षी खा जाएंगे तो तुम्हारा क्या होगा लेकिन जब खेत का अनाज काटा जाता था, सबसे अधिक अनाज सातगौड़ा के खेत से निकलता था। सब आश्चर्य करते थे, ऐसा कैसे होता है। एक बार इसी मराठा ने एक सांप को खेत में मार डाला तो सातगौड़ा बोले, यह काम कुलीन व्यक्ति का नहीं होता। अब आप सब जान ही गए होंगे कि वह पक्षियों से कितना प्रेम करते थे। अगर आपको भी सातगौड़ा जैसा बनना है और मुनि दीक्षा शताब्दी वर्ष से सीखना है तो आप भी पक्षियों के साथ प्रेम कीजिए।

काव्य मन

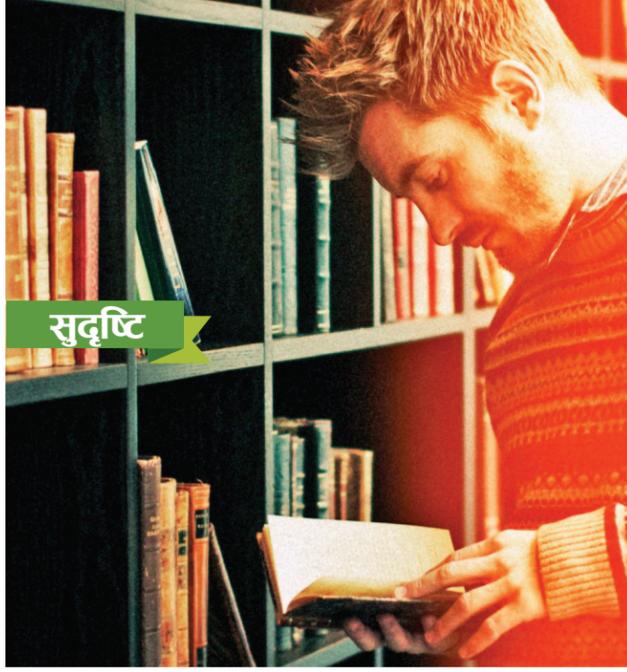
सम्बन्ध उसी का जो....

संजीव शर्मा

सम्बन्ध उसी का जो हृदय से जुड़े
हृदय उसी का जो आत्मा से जुड़े
आत्मा उसी की जो प्रेम से जुड़े
प्रेम उसी का जो मन से जुड़े
मन उसी का जो निष्फलता से जुड़े
निष्फलता उसी का जो निष्ठापूर्वक जुड़े
निष्ठापूर्वक उसी का जो निष्पाप से जुड़े
निष्पाप उसी का जो निर्विरोध से जुड़े
निर्विरोध उसी का जो निष्काम से जुड़े
निष्काम उसी का जो निर्मलता से जुड़े
निर्मलता उसी की जो निर्विकल्प से जुड़े
निर्विकल्प उसी का जो भक्ति से जुड़े
भक्ति उसी की जो श्रद्धा से जुड़े
श्रद्धा उसी की जो रागद्वेषवर्जिताय से जुड़े
रागद्वेषवर्जिताय उसी की जो सत्य से जुड़े
सत्य उसी का जो सूक्ष्म बुद्धि से जुड़े
सूक्ष्म बुद्धि उसी की जो परम आत्मा से जुड़े
परम आत्मा उसी की जो सच्चे प्रेम से जुड़े।

गहराई में जाना है तो किताबें पढ़िए

मनीष गोधा



उसकी दृष्टि और उसके विचारों से जब हम परिचित होते हैं और मस्तिष्क जब उससे एकाकार होने लगता है तो यह मान कर चलिए दिमाग की एक खिड़की और खुल जाती है; किसी भी विषय को समझने की एक दृष्टि हमें और मिल जाती है जो अंततः हमारे विजन को और ज्यादा विस्तृत बना देती है। यही कारण है कि एक पुस्तक आपके जीवन में और आपकी सोच में जो परिवर्तन लाती है, वह स्थाई होता है। किताबें पढ़ कर ना जाने सामान्य लोग, अपने जीवन में बहुत कुछ ऐसा कर गए, जिसकी उन्होंने कल्पना भी नहीं की थी।

इंटरनेट हमें जानकारी तो दे सकता है, लेकिन यह तय मान कर चलिए कि ज्ञान हमें किताबों से ही मिलेगा। दरअसल हमारी सबसे बड़ी भूल यह है कि हमने साधन को साध्य मान लिया है। इंटरनेट सिर्फ एक साधन है जो आपको किसी जानकारी तक पहुंचा तो सकता है, लेकिन जानकारी और ज्ञान में जो अंतर है, वह हमको कोई एक अच्छी किताब पढ़ने पर तुरंत समझ में आ जाता है। जानकारी सिर्फ सूचना मात्र होती है, लेकिन ज्ञान, उस सूचना के पीछे के विचार और विश्लेषण होता है जो हमें किताब ही दे सकती है। इसका सबसे बड़ा कारण यह है कि जिस व्यक्ति ने उस किताब को लिखा है, उस व्यक्ति की भाषा, उसकी सोच और उसका शोध व विश्लेषण, जब यह सब मिलते हैं, तब जाकर एक पुस्तक तैयार होती है। इसे कुछ यूँ भी समझा जा सकता है कि समाचारपत्र हमें किसी भी विषय के बारे में जानकारी या सूचना देते हैं। उस सूचना या जानकारी के बारे में हमें थोड़ा गहराई में जाना हो तो हम उस पर आधारित आलेख या पत्रिकाएं पढ़ते हैं, लेकिन जब हम उस सूचना या जानकारी के बारे में बहुत कुछ जानना चाहते हैं, उसे पूरी तरह समझना चाहते हैं, तो हम उस विषय पर लिखी किसी पुस्तक की खोज करनी पड़ती है।

भाषा की समझ

किताबें हमें सिर्फ मानसिक तौर पर ही मजबूत नहीं हैं, बल्कि हमारे संवाद और हमारे व्यक्तित्व को भी एक नया आयाम देती हैं। इसका कारण यह है कि किताबें हमारी भाषा को समृद्ध बनाती हैं। किसी भी विषय के बारे में जब हम किस से संवाद करते हैं तो हमारी भाषा बहुत महत्वपूर्ण होती है। हम चाहे किसी भी भाषा में संवाद करें, लेकिन संवाद के समय शब्दों का चयन, सही प्रयोग और लयात्मकता बहुत महत्वपूर्ण भूमिका अदा करती है। यदि आपके पास अच्छे शब्द हैं, उनके सही प्रयोग की समझ है तो आप किसी को भी प्रभावित कर सकते हैं। इसके लिए किताबें सबसे ज्यादा उपयोगी होती हैं, क्योंकि जिसने भी किताब लिखी है, उसके बारे में यह तो मान ही सकते हैं कि उसे उस विषय के बारे में ही जानकारी नहीं होगी, बल्कि भाषा के उपयोग के बारे में भी उसकी पर्याप्त समझ होगी, क्योंकि अगर आपके पास अच्छे शब्द नहीं हैं तो आप किताब लिख ही नहीं सकते हैं। समृद्ध भाषा भंडार एक अच्छी किताब लिखने की अनिवार्य शर्त है। यही कारण है कि अच्छी किताब हर बार आपको कुछ ऐसे नए शब्दों से जरूर परिचित कराती है जिनके बारे में या तो आप नहीं जानते थे और जानते भी थे, उसके सही प्रयोग के बारे में अनभिज्ञ थे।

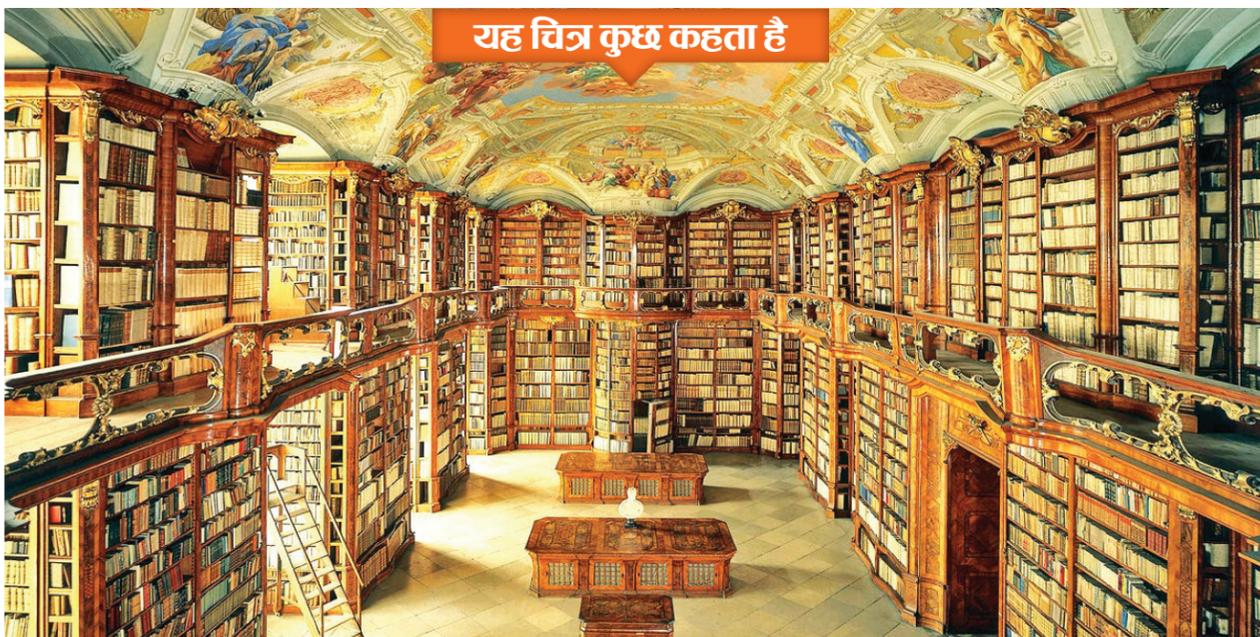
आ ज हमारे स्मार्ट फोन की स्क्रीन पर हमें दुनिया की हर तरह की जानकारी और ज्ञान उपलब्ध है। पढ़ने वालों की अलमारियों में रखे एनसाइक्लोपीडिया का स्थान अब गूगल ने ले लिया है और यह कहा जाना लगा है कि ऐसा कुछ भी नहीं है जो आपका इंटरनेट नहीं जानता। सच भी है कि आज किसी भी तरह की जानकारी के लिए हमें किताबें नहीं टटोलनी पड़ती। बस आपको उस विषय के बारे में इंटरनेट को बताना है और जानकारी का खजाना आपके सामने होगा, हालांकि इसकी विश्वसनीयता और गुणवत्ता पर आज भी सवाल खड़े होते हैं। जिस तरह की जानकारी उपलब्ध कराई जाती है, वो कहां से आ रही है और कितनी सही है, इसके बारे में निश्चित रूप से कुछ नहीं कहा जा सकता, यह कारण है कि काम चलाने के लिए भले ही हम इंटरनेट का सहारा लें, लेकिन ज्ञान की क्षुधा तो छपी हुई किताब, पत्रिका और समाचार पत्र ही बुझा पाते हैं।

अध्ययन बताते हैं कि नई पीढ़ी में पढ़ने की आदत कम होती जा रही है। स्मार्टफोन की वचुंअल दुनिया को ही अपनी दुनिया मानने वाली पीढ़ी किताबों की रोचक दुनिया से दूर होती जा रही है। इंग्लैंड में 2019 में हुआ एक अध्ययन बताता है कि वहां 2019 में 18 वर्ष से कम आयु के सिर्फ 26 प्रतिशत बच्चे ऐसे थे जिन्होंने प्रतिदिन कुछ पढ़ा। वहीं सिर्फ 53 प्रतिशत ऐसे थे, जिन्हें कुछ पढ़ने में मजा आता है या उनकी कोई रूचि है। यह आंकड़ा चिंता पैदा करने वाला है, क्योंकि इंग्लैंड जैसे शिक्षित और विकसित देश में यह स्थिति है तो सोचा जा सकता है कि हमारे देश की क्या स्थिति होगी, जहां पहले तो साक्षरता ही कम है और जो लोग पढ़े लिखे हैं भी उन तक अच्छी किताबों की पहुंच बहुत कम है और फिर स्मार्टफोन पर बढ़ती निर्भरता और इसके तेजी से बढ़ते चलन ने तो उन लोगों को भी किताबों से दूर कर दिया है जो पहले अच्छा पढ़ लेते थे या किताबें जिनकी अच्छी दोस्त हुआ करती थी। आज ये लोग भी किताबों से सोशल मीडिया के वचुंअल दोस्तों को अपना दोस्त बना रहे हैं। सोशल मीडिया पर इतना और इस तरह का ज्ञान परोसा जा रहा है कि आज हर आदमी उसे ही पढ़ रहा है, सच मान रहा है और तुरंत दूसरों को फॉरवर्ड कर यह सोच रहा है कि हमने एक अच्छी जानकारी ज्यादा से ज्यादा लोगों तक पहुंचाई है, हालांकि ना उस जानकारी के स्रोत का पता है, ना विश्वसनीयता के बारे में कुछ कहा जा सकता है। लोगों की इस मानसिकता को गलत फायदा भी भरपूर उठाया जा रहा है।

इस पूरे परिदृश्य को देखें तो लगता है कि पुस्तकें, पत्रिकाएं और समाचार पत्र आज भी सबसे ज्यादा विश्वसनीय हैं और छपे हुए अक्षर या शब्द का महत्व कभी खत्म नहीं हो सकता। पुस्तकों से मिलने वाले ज्ञान और जानकारी की तुलना किसी अन्य माध्यम से नहीं की जा सकती। किसी पुस्तक को पूरी गहराई और तन्मयता से पढ़ने के बाद हमारे मन और मस्तिष्क को अद्भुत पूर्णता का अनुभव होता है और ऐसा लगता है कि हां...हमने कुछ हासिल किया है और जब पुस्तकों दुनिया इतनी रोचक है कि एक बार इसमें अच्छे से प्रवेश हो जाए तो फिर एक पुस्तक से दूसरी, दूसरी से तीसरी और आगे ना जाने कहां तक यह यात्रा चलती ही रहती है। फिर हम रूकना नहीं चाहते। जब तक हर रोज किताब के चार पन्ने ना पलट लें; किताबों से निकलने वाली कागज और स्याही की खुशबू जब तक हमारे दिमाग में नहीं पहुंचती हमें नींद नहीं आती। हर किताब को पढ़ने के अपने अनुभव होते हैं, क्योंकि हर किताब की विषयवस्तु अलग होती है। किसी भी पुस्तक को जब हम पढ़ना शुरू करते हैं तो उसके जरिए हम एक अलग संसार में प्रवेश करते हैं, जहां अक्षर और शब्द भले ही पिछली पुस्तक जैसे हों, लेकिन नई पुस्तक में उनका प्रयोग, उनके अर्थ, उनके मायने बदल जाते हैं और वहीं शब्द हर बार एक नए संसार की रचना करते दिखते हैं। लिखने वाले का अनुभव, किसी भी विषय को देखने और उसका विश्लेषण करने की

सवाल जवाब

- **स्वाध्याय किसे कहते हैं ?**
सत् शास्त्र को पढ़ना, मनन करना या उपदेश देना आदि स्वाध्याय है। इसे परम तप कहा गया है।
- **स्वाध्याय के कितने भेद हैं ?**
स्वाध्याय के दो भेद हैं - निश्चय स्वाध्याय और व्यवहार स्वाध्याय।
- **निश्चय स्वाध्याय किसे कहते हैं ?**
आलस्य त्यागकर ज्ञान की आराधना करना निश्चय स्वाध्याय है।
- **व्यवहार स्वाध्याय किसे कहते हैं ?**
अंग प्रविष्ट और अंग बाह्य आगम की वाचना, पृच्छना, अनुप्रेक्षा, आम्नाय और उपदेश करना व्यवहार स्वाध्याय है। तत्त्वज्ञान को पढ़ना, स्मरण करना आदि व्यवहार स्वाध्याय है।
- **व्यवहार स्वाध्याय के कितने भेद हैं ?**
व्यवहार स्वाध्याय के पाँच भेद हैं
 - **वाचना** : निर्दोष ग्रन्थ (अक्षर) और अर्थ दोनों को वाचना स्वाध्याय है।
 - **पृच्छना** : संशय को दूर करने के लिए पूछना पृच्छना है। पढ़ाने वाले की परीक्षा लेने के लिए या स्वयं का ज्ञान बघारने को पूछना, पृच्छना नहीं है।
 - **अनुप्रेक्षा** : जाने हुए पदार्थ का बार-बार चिंतन करना अनुप्रेक्षा है।
 - **आम्नाय** : शुद्ध उच्चारण पूर्वक पाठ को बार-बार दोहराना आम्नाय स्वाध्याय है। पाठ को याद करना भी आम्नाय है। भक्त्यामर, णमोकार मंत्र आदि के पाठ इसी में गभित हैं।
 - **धर्मोपदेश** : आत्मकल्याण के लिए, मिथ्यामार्ग व संदेह दूर करने के लिए, पदार्थ का स्वरूप, श्रोताओं में रत्नत्रय की प्राप्ति के लिए धर्म का उपदेश देना धर्मोपदेश है।
- **किन गतियों के जीव स्वाध्याय करते हैं ?**
मात्र मनुष्य और देव ही स्वाध्याय करते हैं।
- **किन गतियों के जीव धर्मोपदेश देते हैं ?**
मनुष्य और देवगति के जीव ही धर्मोपदेश देते हैं।
- **किन गतियों के जीव धर्मोपदेश सुनते हैं ?**
चारों गतियों के जीव धर्मोपदेश सुनते हैं।
- **ज्ञान के कितने अंग हैं ?**
ज्ञान के 8 अंग हैं
 - **व्यञ्जनाचार** : व्याकरण के अनुसार अक्षर, पद, मात्रा का शुद्ध पढ़ना, पढ़ाना व्यञ्जनाचार है।
 - **अर्थाचार** : सही-सही अर्थ समझकर पढ़ना-पढ़ाना अर्थाचार है।
 - **उभयाचार** : शुद्ध शब्द और अर्थ सहित आगम को पढ़ना-पढ़ाना उभयाचार है।
 - **कालाचार** : शास्त्र पढ़ने योग्य काल में ही पढ़ना-पढ़ाना कालाचार है। अयोग्य काल में सूत्र ग्रन्थ (सिद्धान्त ग्रन्थ) पढ़ने का निषेध है। जैसे- नंदीश्वर श्रेष्ठ महिम दिवसों में, अष्टमी, चतुर्दशी, अमावस्या, पूर्णिमा तीनों संध्याकालों में, अपर रात्रि में, सूर्यग्रहण, चन्द्रग्रहण, उल्कापात आदि में गणधर देवों द्वारा और ग्यारह अंग, 10 पूर्वधारियों के द्वारा रचित शास्त्र, श्रुतकेवली के द्वारा रचित शास्त्र पढ़ना-पढ़ाना वर्जित है। भावना ग्रन्थ, प्रथमानुयोग, चरणानुयोग, करणानुयोग पढ़ने का निषेध नहीं है।
 - **विनयाचार** : द्रव्य शुद्धि अर्थात् वस्त्र शुद्धि, काय शुद्धि एवं क्षेत्र शुद्धि के साथ विनयपूर्वक पढ़ना पढ़ाना विनयाचार है।
 - **उपधानाचार** : धारणा सहित आराधना करना, स्मरण सहित स्वाध्याय करना अथवा नियम पूर्वक अर्थात् कुछ त्यागकर स्वाध्याय करना।
 - **बहुमानाचार** : ज्ञान का, ग्रन्थ का और पढ़ाने वालों का आदर करना, आगम को उच्चासन पर रख कर मंगलाचरण पूर्वक पढ़ना, समाप्ति पर भी भक्ति (जिनवाणी स्तुति) करना आदि बहुमानाचार है।
 - **अनिहवाचार** : जिस शास्त्र से, या जिन गुरु से आगम का ज्ञान हुआ है, उनके नाम को नहीं छुपाना।
- **स्वाध्याय से क्या लाभ हैं ?**
असंख्यात गुणी कर्मों की निर्जरा होती है। ज्ञान एवं स्मरण शक्ति बढ़ती है। सहनशीलता आती है। अज्ञान का नाश होता है। प्रश्न सुलझ जाते हैं। मन की चंचलता दूर होती है। तत्त्व चिंतन के लिए नए-नए विषय प्राप्त होते हैं।



ये हैं ऑस्ट्रिया की अडमॉन्ट लाइब्रेरी जो आल्प्स पर्वतश्रंखला की तराई में स्थित है। यह दुनिया की दूसरी सबसे बड़ी मोनेस्ट्री लाइब्रेरी है। इसका निर्माण वर्ष 1776 में हुआ। इसका हॉल 230 फीट लंबा है और इसमें दो लाख किताबें हैं। इसकी छत मानव को मिले ज्ञान के विभिन्न चरण बताती है।