

कृति : सुबह की किताब

कृतिकार : मुनि प्रज्ञासागर जी

प्रकाशक : जैन धर्म संवर्धन, अहमदाबाद

प्राप्ति स्थल : जैन धर्म संवर्धन संस्थान द्वारा

प्रोफेसर डॉ. शैलेश भाई ए.

'शाह 1/1, गोकुल अपार्टमेन्ट, सोला हाउसिंग बोर्ड कॉलोनी, अहमदाबाद –

380063 फोन : 079-27438207

मूल्य : 10/- रुपये मात्र

1. सांसारिक जीवन जीते हुए गृहस्थों को सुखी जीवन के लिए प्रतिदिन कुछ न कुछ जरूर करना चाहिए ?
2. अब प्रश्न उठता है क्या करना चाहिए ?
3. इस प्रश्न के समाधान के लिए ही मैंने "सुबह की किताब" नामक छोटी सी कृति तैयार की है।
4. कृति छोटी जरूर है परन्तु महत्वपूर्ण विषयों से समाहित है।
5. यदि आप प्रतिदिन इतना कर सकें तो बहुत है।
6. और इतना करने का भी समय नहीं तो चिन्ता की कोई बात नहीं।
7. मैं आपकी चिन्ता को भी निर्मूल कर देता हूँ।
8. आप कहेंगे कैसे ? तो मेरी बातों पर ध्यान दें।
9. सुबह उठकर कम से कम प्रभाव को सुप्रभात बनाने तक की क्रिया अवश्य करें।
10. शारीरिक शुद्धि करते समय कम से कम स्नानाष्टक का एक श्लोक अवश्य पढ़ें।
11. स्नान करने से पश्चात व्यायाम, प्राणायाम एवं ध्यान करें। यदि व्यायाम या प्राणायाम करने का समय न हो तो कम से कम ध्यान अवश्य करें।
12. मन्दिर जाते हैं तो मन्दिर सम्बन्धी क्रियाएँ करें।
13. यदि मन्दिर नहीं जाते हैं तो "घर में ही गुणगान करें" नामक शीर्षक से पाठ करें। यदि समय की कमी हो तो कम से कम महामंत्र, जैन रक्षा मंत्रद्व मेरी भावना पढ़कर एक माला फेरे।
14. यदि इतना भी कर सके तो सुप्रभातं दिने दिने का सूत्र सार्थक हो सकेगा। तो आओ सुबह की किताब के साथ जीवन

.....