

अहिंसा यात्रा प्रेस विज्ञप्ति

संयम और विवेकपूर्ण आहार का करें सेवन: शांतिदूत महाश्रमण

-आचार्यश्री ने श्रद्धालुओं को मांसाहार से बचने की दी पावन प्रेरणा

-मंगल प्रवचन श्रवण हेतु निरंतर पहुंच रहे श्रद्धालु

16.02.2019 ए.के.एस. नगर, कोयम्बतूर (तमिलनाडु): जीवन को चलाने के लिए अनेक आवश्यकताएं होती हैं। आदमी जीवन चलाने के लिए हवा की आवश्यकता होती है। जीवन जीने के लिए पानी की भी आवश्यकता होती है तो साथ ही भोजन की भी आवश्यकता होती है। आदमी के जीवन का एक अनिवार्य तत्त्व भोजन होता है। साधु को भी अपने जीवन को चलाने के लिए भोजन की आवश्यकता होती है। भले कोई साधु दिन में एक बार आहार ग्रहण करे, शरीर चलाने के लिए आहार लेना तो आवश्यक होता है। आहार तो प्रत्येक प्राणी को लेना होता है। आदमी को आहार लेने में संयम और विवेक रखने का प्रयास करना चाहिए। उक्त आहार संयम से युक्त प्रेरणादायक पाथेय जैन श्वेताम्बर तेरापंथ धर्मसंघ के ग्यारहवें अनुशास्ता, अहिंसा यात्रा के प्रणेता, भगवान महावीर के प्रतिनिधि, शांतिदूत आचार्यश्री महाश्रमणजी ने गांधी पार्क में बने प्रवचन पंडाल में उपस्थित श्रद्धालुओं को प्रदान किया। आचार्यश्री की अमृतवाणी का रसपान कर कोयम्बतूरवासी तृप्ति का अनुभव कर रहे थे।

मर्यादा महोत्सव की सम्पन्नता के पश्चात नगर के मध्य स्थित तेरापंथ भवन में विराजमान आचार्यश्री कोयम्बतूरवासियों को अपने नियमित प्रवचन से पावन पाथेय प्रदान कर रहे हैं। अपने आराध्य की ऐसी कृपा पाकर मानों कोयम्बतूर का जन-जन आह्लादित है। आचार्यश्री की आशीष रूपी बरसती कृपा और मंगल अमृतवाणी का रसपान कर लोग धन्यता की अनुभूति कर रहे हैं। पहली बार प्राप्त इस सुअवसर का पूर्ण लाभ उठाने के लिए कोयम्बतूरवासी निरंतर आचार्यश्री की सेवा-उपासना में ही दिखाई दे रहे हैं। आचार्यश्री के मंगल प्रवचनों के प्रभाव से यह अद्यौगिक नगरी का वातावरण अध्यात्ममय बना हुआ है। समूचे वातावरण में आध्यात्मिकता छाई हुई-सी प्रतीत हो रही है।

शनिवार को प्रातः गांधी पार्क में बने प्रवचन पंडाल में उपस्थित श्रद्धालुओं को आचार्यश्री ने पावन प्रेरणा प्रदान करते हुए कहा कि जीवन को चलाने के लिए भोजन की आवश्यकता होती है। आदमी को भोजन में संयम रखने का प्रयास करना चाहिए। साधु के तो आहार का नियम होता है। उनके तो शाकाहारी भोजन में अचित्त-सचित्त की बात होती है। आदमी को भी यह ध्यान देना चाहिए कि भोजन में कहीं भी मांसाहार का प्रयोग न हो। चाहे आदमी होटल में हो अथवा हाॅस्टल में, हाॅस्पिटल में हो और कहीं, जहां मांसाहार का उपयोग भी हो तो वहां जाने से बचने का प्रयास करना चाहिए। आदमी को मांसाहार के सेवन से बचने का प्रयास करना चाहिए। सिद्धांतों के विरुद्ध मनुहार का परिहार रखने का प्रयास करना चाहिए। उत्सव आदि में भी शराब आदि नशीले पदार्थों के प्रयोग से बचने का प्रयास करना चाहिए। आदमी का भोजन शाकाहारयुक्त और संयम से युक्त होना चाहिए। अति मात्रा में भोजन करना भी कठिनाई का कारण बन सकता है। आदमी को यथासंभव तपस्या आदि भी करते रहने का प्रयास करना चाहिए। भोजन में ऊनोदरी को एक बहुत अच्छी चीज होती है। आवश्यकता से कम खाना बहुत अच्छा होता है। आदमी को धीरे-धीरे खाना चाहिए और चबा-चबाकर खाना चाहिए। आदमी को भोजन की निंदा नहीं करनी चाहिए और न ही प्रशंसा करनी चाहिए। भोजन की निंदा-आलोचना आदि से बचने का प्रयास करना चाहिए। जमीकंद आदि का वर्जन करना, रात्रिभोजन का त्याग रखना से भोजन में संयम की बात हो सकती है।

मंगल प्रवचन के उपरान्त तेरापंथी सभा-कोयम्बतूर के मंत्री श्री प्रेमचंद सुराणा ने अपनी भावाभिव्यक्ति दी। श्रीमती रूपकला भण्डारी, श्रीमती रेखा मरोठी व श्रीमती बबीता गुनेचा ने संयुक्त रूप से गीत का संगान किया। कन्यामण्डल की कन्याओं ने अपनी प्रस्तुति के माध्यम से श्रीचरणों में अपनी अभ्यर्थना अर्पित की।

---