

5 DAILY VOWS (5 नियम प्रतिदिन)

MONTHLY CHART FOR CHILDREN

Dear Children,

Below is a chart given. You have to follow the mentioned five vows datewise. These vows are quite easy to follow, interesting, entertaining, practical and beneficial for body and soul.

करके देखो अच्छा लगेगा।

Date	Join your hands, Close your eyes & chant 3 times	Today's moral value/activity/task	Don't eat this fast-food item	Don't do this today	Entertaining & Funny vow
1	<ul style="list-style-type: none"> श्री ऋषभ देवाय नमः नवकार मंत्र <input type="checkbox"/> 	Say जय जिनेन्द्र to every family member <input type="checkbox"/>	Burger <input type="checkbox"/>	No Selfie <input type="checkbox"/>	कुत्ते पर पानी नहीं डालना <input type="checkbox"/>
2	<ul style="list-style-type: none"> श्री अजित नाथाय नमः उल्टा नवकार मंत्र <input type="checkbox"/> 	Sing a poem/Bhajan <input type="checkbox"/>	गोल गप्पे <input type="checkbox"/>	No Crying <input type="checkbox"/>	किसी के बालों पर Bubble gum नहीं चिपकानी <input type="checkbox"/>
3	<ul style="list-style-type: none"> श्री संभव नाथाय नमः मैं नेक इंसान बनूंगा <input type="checkbox"/> 	Learn 2 new words (English/Hindi) <input type="checkbox"/>	Ice cream <input type="checkbox"/>	No shopping <input type="checkbox"/>	किसी को झाड़ू से नहीं मारना <input type="checkbox"/>
4	<ul style="list-style-type: none"> श्री अभिनंदन नाथाय नमः मुझे परम आनन्द मिले <input type="checkbox"/> 	Digital Fasting for half an hour (No T.V., mobile etc) <input type="checkbox"/>	Pav bhaji <input type="checkbox"/>	No dancing <input type="checkbox"/>	Cockroach को देख कर चिल्लाना नहीं <input type="checkbox"/>
5	<ul style="list-style-type: none"> श्री सुमति नाथाय नमः सिद्धा सिद्धिं मम दिसंतु <input type="checkbox"/> 	15 मिनट मौन <input type="checkbox"/>	Chowmein <input type="checkbox"/>	No kite flying <input type="checkbox"/>	Cycle की हवा नहीं निकालनी <input type="checkbox"/>
6	<ul style="list-style-type: none"> श्री पद्म प्रभाय नमः णमो जिगाणं जियभयाणं <input type="checkbox"/> 	Read one page of any religious book <input type="checkbox"/>	Maggi <input type="checkbox"/>	Don't take bath more than once today <input type="checkbox"/>	Chair के ऊपर खड़ा नहीं होना <input type="checkbox"/>
7	<ul style="list-style-type: none"> श्री सुपाश्र्व नाथाय नमः तिक्कुत्तो का पाठ <input type="checkbox"/> 	₹10 का दान <input type="checkbox"/>	Noodles <input type="checkbox"/>	No movie <input type="checkbox"/>	Left hand में घड़ी नहीं पहननी <input type="checkbox"/>
8	<ul style="list-style-type: none"> श्री चन्द्र प्रभाय नमः सभी जीव सुखी रहें <input type="checkbox"/> 	15 मिनट बड़ों के पास बैठना <input type="checkbox"/>	Pizza <input type="checkbox"/>	No animal ride <input type="checkbox"/>	अपने से छोटों के बाल नहीं खींचने <input type="checkbox"/>
9	<ul style="list-style-type: none"> श्री सुविधि नाथाय नमः मुझे सद्बुद्धि मिले <input type="checkbox"/> 	Meditate & chant navkar 3 times before sleeping <input type="checkbox"/>	Dosa <input type="checkbox"/>	No prank on teachers <input type="checkbox"/>	किसी को नाखून नहीं चुभाना <input type="checkbox"/>
10	<ul style="list-style-type: none"> श्री शीतल नाथाय नमः जैनं जयति शासनम् <input type="checkbox"/> 	Write जय जिनेन्द्र neatly 5 times <input type="checkbox"/>	Pasta <input type="checkbox"/>	No tea <input type="checkbox"/>	30 seconds तक दोनों हाथ ऊपर उठाकर रखने <input type="checkbox"/>
11	<ul style="list-style-type: none"> श्री श्रेयांस नाथाय नमः मुझे देव-गुरु-धर्म का शरणा मिले <input type="checkbox"/> 	Put your clothes & shoes at proper place <input type="checkbox"/>	Chocolate <input type="checkbox"/>	No web series <input type="checkbox"/>	चार से ज्यादा बार शीशा नहीं देखना <input type="checkbox"/>
12	<ul style="list-style-type: none"> श्री वासुपूज्याय नमः सबका कल्याण हो <input type="checkbox"/> 	Use stairs instead of lift/escalator <input type="checkbox"/>	French fries <input type="checkbox"/>	No swimming <input type="checkbox"/>	5 बार जोर-जोर से हँसना <input type="checkbox"/>
13	<ul style="list-style-type: none"> श्री विमल नाथाय नमः मुझे शांत बनना है <input type="checkbox"/> 	खाने से पहले 'णमो अरिहंताणं' बोलना <input type="checkbox"/>	Cutlet <input type="checkbox"/>	No hair cutting <input type="checkbox"/>	नहाते हुए साबुन नहीं लगाना <input type="checkbox"/>
14	<ul style="list-style-type: none"> श्री अनंत नाथाय नमः मुझे नम्र बनना है <input type="checkbox"/> 	Write/read one good thought <input type="checkbox"/>	छोले भटूरे <input type="checkbox"/>	Water park नहीं जाना <input type="checkbox"/>	Goggles नहीं लगाने <input type="checkbox"/>
15	<ul style="list-style-type: none"> श्री धर्म नाथाय नमः मुझे सरल बनना है <input type="checkbox"/> 	Clean your room yourself <input type="checkbox"/>	समोसा <input type="checkbox"/>	Hotel/restaurant नहीं जाना <input type="checkbox"/>	अलग-2 रंग की socks नहीं पहननी <input type="checkbox"/>
16	<ul style="list-style-type: none"> श्री शांति नाथाय नमः मुझे भक्त बनना है <input type="checkbox"/> 	Send one good message to your friend <input type="checkbox"/>	भेल पूरी <input type="checkbox"/>	Cream-powder नहीं लगाना <input type="checkbox"/>	जानवर की पूछ नहीं पकड़नी <input type="checkbox"/>

Date	Join your hands, Close your eyes & chant 3 times	Today's moral value/activity/task	Don't eat this fast-food item	Don't do this today	Entertaining & Funny vow
17	<ul style="list-style-type: none"> श्री कुंतु नाथाय नमः <input type="checkbox"/> प्रभु! मेरी गलतियाँ माफ़ करो <input type="checkbox"/> 	Help your family member in any task <input type="checkbox"/>	Sandwich <input type="checkbox"/>	झूले नहीं झूलने <input type="checkbox"/>	Doctor के अलावा किसी को आँख नहीं दिखानी <input type="checkbox"/>
18	<ul style="list-style-type: none"> श्री अर नाथाय नमः <input type="checkbox"/> सभी जीव स्वस्थ रहें <input type="checkbox"/> 	बड़ों को 'आप' कहना <input type="checkbox"/>	Pastry <input type="checkbox"/>	घास पर नहीं खेलना <input type="checkbox"/>	Football के अलावा किसी को kick नहीं करना <input type="checkbox"/>
19	<ul style="list-style-type: none"> श्री मल्लि भगवत्यै नमः <input type="checkbox"/> मुझे सम्यग् ज्ञान मिले <input type="checkbox"/> 	Stay peacefully with your siblings <input type="checkbox"/>	Macroni <input type="checkbox"/>	गाने नहीं गाने <input type="checkbox"/>	पेड़ पर नहीं चढ़ना <input type="checkbox"/>
20	<ul style="list-style-type: none"> श्री मुनि सुव्रताय नमः <input type="checkbox"/> मैं श्रद्धावान् बनूँ <input type="checkbox"/> 	5 मिनट के लिए मुंह पट्टी लगानी <input type="checkbox"/>	टिक्की <input type="checkbox"/>	Cinema, circus नहीं जाना <input type="checkbox"/>	बिना कारण किसी के घर की Bell नहीं बजानी <input type="checkbox"/>
21	<ul style="list-style-type: none"> श्री नमि नाथाय नमः <input type="checkbox"/> जैन धर्म की जय <input type="checkbox"/> 	Say 'thank you' if someone helps you <input type="checkbox"/>	मटर कुल्चा <input type="checkbox"/>	फूल-पत्ते नहीं तोड़ने <input type="checkbox"/>	पंडित से भविष्य नहीं पूछना <input type="checkbox"/>
22	<ul style="list-style-type: none"> श्री अरिष्टनेमि नाथाय नमः <input type="checkbox"/> सभी जीव मेरे मित्र हैं <input type="checkbox"/> 	Breakfast जमीन पर बैठ कर करना <input type="checkbox"/>	Chaap <input type="checkbox"/>	मनपसंद खाना नहीं बनवाना <input type="checkbox"/>	किसी से शर्त नहीं लगानी <input type="checkbox"/>
23	<ul style="list-style-type: none"> श्री पार्श्व नाथाय नमः <input type="checkbox"/> मुझे दयालु बनना है <input type="checkbox"/> 	Sit like a statue for 2 minutes <input type="checkbox"/>	Momos <input type="checkbox"/>	Match/horse race नहीं देखने <input type="checkbox"/>	Over weight व्यक्ति को चिड़ाना नहीं <input type="checkbox"/>
24	<ul style="list-style-type: none"> श्री महावीराय नमः <input type="checkbox"/> वन्दे वीरम् <input type="checkbox"/> 	आज जब भी खाना, भूख से कम खाना <input type="checkbox"/>	Bread roll <input type="checkbox"/>	No shouting <input type="checkbox"/>	किसी के खाने में मिर्ची नहीं मिलानी <input type="checkbox"/>
25	<ul style="list-style-type: none"> श्री सुदर्शन गुरवे नमः <input type="checkbox"/> पावन दर्शन—गुरु सुदर्शन <input type="checkbox"/> 	5 मिनट तक आसमान देखना <input type="checkbox"/>	Bread पकौड़ा <input type="checkbox"/>	गाली नहीं देनी <input type="checkbox"/>	चूहे-बिल्ली के पीछे नहीं भागना <input type="checkbox"/>
26	<ul style="list-style-type: none"> श्री गौतम स्वामिने नमः <input type="checkbox"/> प्रथम गणधर की जय हो <input type="checkbox"/> 	एक पांव पर खड़े होकर 3 नवकार पढ़ना <input type="checkbox"/>	Toffees <input type="checkbox"/>	किसी की नकल नहीं उतारनी <input type="checkbox"/>	किसी जानवर में 2 गुण देखने <input type="checkbox"/>
27	<ul style="list-style-type: none"> श्री सुधर्मा स्वामिने नमः <input type="checkbox"/> प्रथम आचार्य की जय हो <input type="checkbox"/> 	मौनपूर्वक भोजन करना <input type="checkbox"/>	Spring roll <input type="checkbox"/>	Real juice नहीं पीना <input type="checkbox"/>	किसी के बालों पर कैंची नहीं चलानी <input type="checkbox"/>
28	<ul style="list-style-type: none"> श्री जम्बू स्वामिने नमः <input type="checkbox"/> अन्तिम केवलज्ञानी की जय हो <input type="checkbox"/> 	अपने धर्म स्थान पर जाना (चाहे संत हों या न हों) <input type="checkbox"/>	दही भल्ले <input type="checkbox"/>	दिन में 30 से ज्यादा food items नहीं खाने <input type="checkbox"/>	एक पैर पर 10 कदम चलना <input type="checkbox"/>
29	<ul style="list-style-type: none"> श्री संघनायक गुरवे नमः <input type="checkbox"/> फूल खिले हैं कदम-कदम जय सुदर्शन जय पद्म <input type="checkbox"/> 	जो बना हो, चुपचाप वही खाना <input type="checkbox"/>	Manchurian <input type="checkbox"/>	दिन में नहीं सोना <input type="checkbox"/>	बाजार में खड़े होकर नहीं खाना <input type="checkbox"/>
30	<ul style="list-style-type: none"> हे प्रभु! ऐसी शक्ति दो— मैं दूसरों का दर्द मिटा सकूँ <input type="checkbox"/> 	Follow every traffic rule <input type="checkbox"/>	पनीर टिक्का <input type="checkbox"/>	किसी पर हाथ नहीं उठाना <input type="checkbox"/>	घर के बड़ों से एक Joke सुनना <input type="checkbox"/>
31	<ul style="list-style-type: none"> संयम सेवा स्वध्याय विनय गुरु सुदर्शन संघ की जय <input type="checkbox"/> 	आनुपूर्वी का कोई भी एक page पढ़ना <input type="checkbox"/>	Hotdog <input type="checkbox"/>	No video games <input type="checkbox"/>	चौंटी का रास्ता नहीं रोकना <input type="checkbox"/>

Day	Jan	Feb	Mar	Apr	May	Jun	Jul	Aug	Sep	Oct	Nov	Dec
23	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Total												
Grand Total	Out of 1825											