

पर्युषण पर्व : नवाह्निक कार्यक्रम

१० सितम्बर	खाद्य संयम दिवस	१५ सितम्बर	जप दिवस
११ सितम्बर	स्वाध्याय दिवस	१६ सितम्बर	ध्यान दिवस
१२ सितम्बर	सामायिक दिवस	१७ सितम्बर	संवत्सरी महापर्व
१३ सितम्बर	वाणी संयम दिवस	१८ सितम्बर	क्षमापना दिवस
१४ सितम्बर	अणुव्रत चेतना दिवस		

पर्युषण आराधना

१. प्रतिदिन तीन सामायिक
२. प्रतिदिन दो घंटा मौन
३. प्रतिदिन एक घंटा स्वाध्याय
४. प्रतिदिन नौ द्रव्यों से अधिक खाने का त्याग
५. सचित्त और जमीकन्द का त्याग
६. ब्रह्मचर्य का पालन
७. जप व ध्यान आधा घंटा
८. रात्रिभोजन परिहार
९. सिनेमा, फिल्म आदि का परिहार