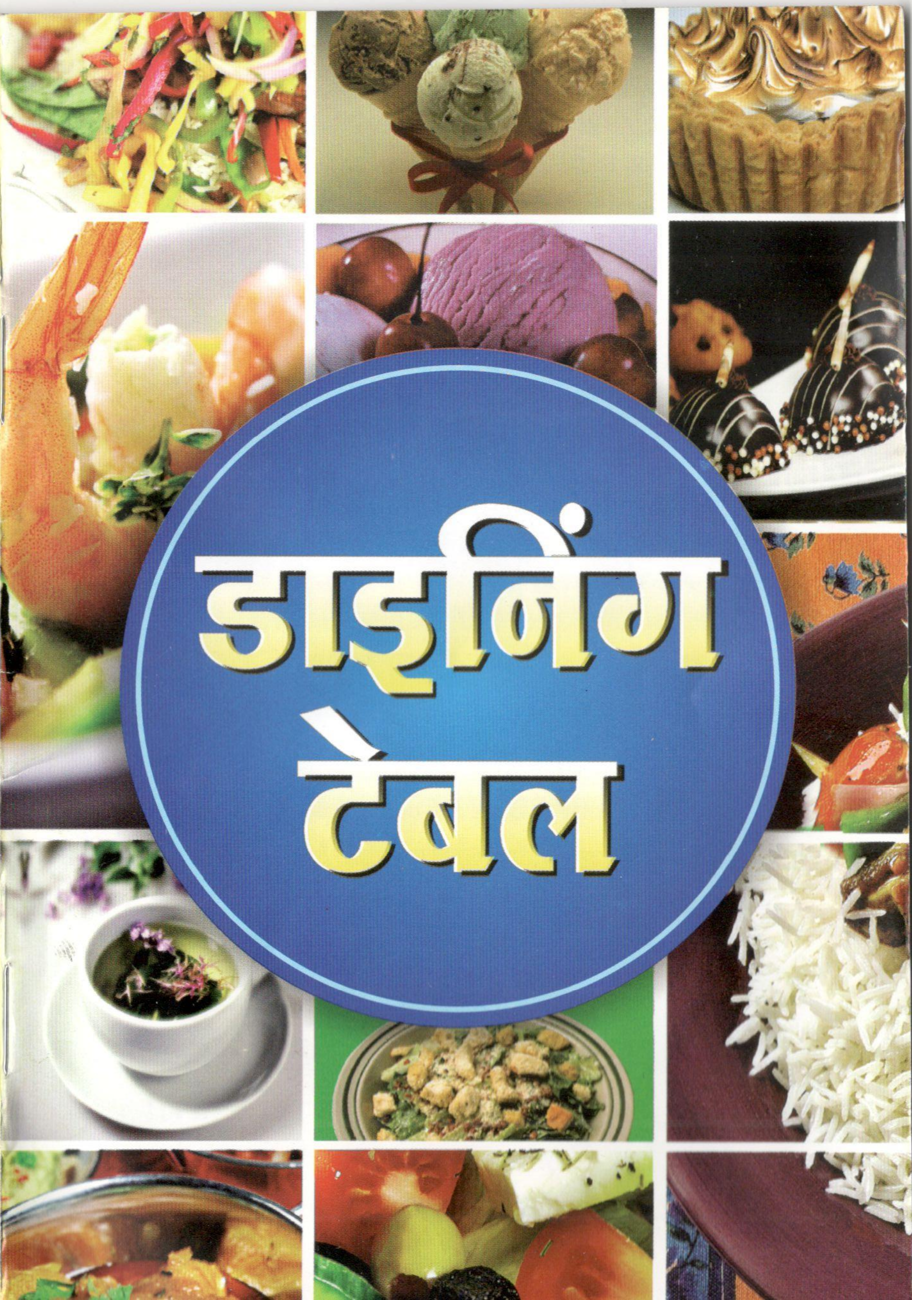
डाइनिंग टेबल



> आपको पता है ? कि

चिंटीया को भूलसे भी न मारनेवाले आप धान्यकीटोंके कलेवरों को खा रहे है ।
यदि आप

१. बाजार का आटा, मैंदा, रवा, बैसन, उपयोग करते हो ।
२. बाजार के नमकीन-सेव-भुजिया आदि खाते है; जिसका धान्य छानबीन किये बिना ही पीसा जाता है ।

> आप जानते है?

जिंदगीमें कभी आलू-प्याज न खानेवाले आप उससे भी ज्यादा जीवों की हिंसा करते है ।
यदि

१. आपके घरके नल, मटके, मोरी में काइ (सेवाल) होती हो ।
२. आपके घरके कम्पाउण्ड दिवार आदि में काइ होती हो और आप उसके उपर चलते हो।
३. मिठाइ-आचार आदि पर फफूंद हुइ हो और आप उसको साफ करते हो ।

डाइनिंग टेबल

: संकलनकार :

राजप्रभावक प. पू. आ. भ.
श्रीमद्विजय रत्नसुंदरसूरीश्वरजी म. सा.
के शिष्यरत्न
प. पू. मुनिराज श्री भव्यसुंदरविजयजी म. सा.

प्रकाशक एवं प्राप्तिस्थान
श्रमणोपासक परिवार
C/o.किशोरभाई अमृतलाल दोशी
३०१/ए, हेरिटेज हॉली, जवाहरलाल नेहरु रोड,
मुलुंड (वेस्ट), मुंबई - ४०० ०८०. मो.: 098691 48094

छठ्ठा संस्करण
वि. सं. २०७४

© श्रमण जैन संघ

किमत : रु. २/-

प्रस्तावना

जीवदया जैनों की विशेषता है।
जैन संघकी समृद्धि का महत्त्वपूर्ण कारण है।
करोडों की लागतसे पिंजरापौलमें जीवोकों
अभयदान देने वालें हम, अज्ञान और उपेक्षा के कारण,
घर के अंदर ही अनंत/असंख्य जीवों की
हिंसा तो नहीं कर रहे हैं ?
यह जानने और उस हिंसा से बचने के लिये
प्रस्तुत है यह पुस्तिका ....

प्रार्थना

आहारशुद्धि के द्वारा सभी जैन आचार में शुद्ध बनें
इस शुभ आशय से यह पुस्तिका प्रकाशित की जा रही है।
पू. मु. श्री भव्यसुंदरविजयजी म.सा. ने अनेक ग्रंथ,
महाराज साहब एवं श्रावकों की सहाय से इसका
संकलन किया है, और गीतार्थों के पास संशोधन करवाया है।
फिर भी छद्मस्थता के कारण कोई क्षति रही हो,
जिनाज्ञा के विरुद्ध कुछ भी लिखा गया हो तो
हम अन्तःकरण से क्षमायाचना करते हैं।
एवं बहुश्रुत ज्ञानी भगवंतो से प्रार्थना करते हैं कि
हमें क्षति विदित करें ताकि हम उसे सुधार सकें।

– प्रकाशक

१. बासी पदार्थ

जो चीजमें पानी का अंश रहा है, कडक सेकी / तली नहीं गई, नरम है, उसमें दूसरे दिन असंख्य त्रस जीवों की उत्पत्ति होती है, उसे खाने से उन जीवों की हिंसा होती है, इसलिये ऐसी चीजें अभक्ष्य है।

दूसरे दिन बासी होनेवाले पदार्थ

- कच्चा मावा, जो लाल-कडक सेका नहीं गया, या जिसमें चासनी कच्ची हो।
- कच्चे मावे की मिठाइयां – बर्फी, पेडे इत्यादि।
- तीन तारकी चासनी ही पक्की होती है और ऐसी चासनी में बनी हुई मिठाई ही दूसरे दिन भक्ष्य है। इसलिये कच्ची चासनीमें बनी हुइ सभी मिठाइयाँ, जैसे जलेबी, इम्रती, गुलाबजामुन, घेवर इत्यादि।
- कच्ची चासनी में बनी हुई बुंदी, लड्डु, खोपरे की बर्फी।
- कच्ची चासनी में बने हुए शरबत।
- कच्ची चासनीवाले / नरम आचार।
- सभी बंगाली मिठाइयाँ।
- दूध की मलाइ, पनीर।
- एसेन्स या एसेन्स डाला गया हो, छांट दिया गया हो ऐसी मिठाइयाँ।
- सिकरन (श्रीखंड) – सेका हुआ पापड
- नरम पुरी, वडे – टमाटर सोस
- चटनी – आमरस
- नरम बिस्कीट – पाव
- लौकी (दूधी), खोपरे आदि का हलवा

- रात को भिगोये हुए कठोल
- रात को बनाई हुई रसोई, चावल
- ठंडे पेय (कोल्ड ड्रींक्स)
- काटे हुए फल / सब्जियाँ
- घीमें नहीं सेका हुआ चुरमा
- रातको खमीर (आथा) डाला गया हो ऐसे इडली, ढोसा, चिलडे, (ढोकला), उत्तपा इत्यादि
- गन्ने का रस २ प्रहर (करीब ५।। से ६ घंटे) के बाद अभक्ष्य होता है।

➲ ध्यान में रखे :-

- बाजार की चीजें बासी होने की पूरी संभावना है। जैसे कि आमरस, श्रीखंड, बंगाली मिठाई, शरबत, सोस, पनीर, मावा, ब्रेड, बिस्कीट इत्यादि। इस तरह पनीर या मावे में से बनी हुई बाजार की मिठाई भी अभक्ष्य है।
- भोजन समारंभ में रसोई रात को बनी हो, कठोल रात को भिगोया गया हो, इडली आदि का खमीर (आथा) रात को डाला गया हो, ऐसी पूरी संभावना है।
- बाजार की बुंदी एवं लड्डु कच्ची चासनी के हो, ऐसी पूरी संभावना है।
- अज्ञान और उपेक्षा के कारण, संघमें बनी हुइ मिठाईमें भी कच्चे मावे या कच्ची चासनी का उपयोग देखा जाता है। विशेषरुप से बुंदी और लड्डु में।
- चक्की जैसी मिठाई बनाने के बाद, कभी कभी थाल में ठंडा करते वक्त पानी का हाथ लगाया जाता है। ऐसी मिठाई दूसरे दिन बासी होती है।
- बाजार की मिठाइयाँ जैसे कि काजू कतली, गुलाबजामुन, पेडे, बर्फी

इत्यादि में कच्चा बासी मावा डाला जाता है। कई मिठाइयों में एसेन्स / केसरका पानी छाँट दिया जाता है, वह अभक्ष्य है।

- बची हुई रोटी, उसी दिन सेकनी चाहिए। दूसरे दिन सेकने से त्रस जीवों की हिंसा होती है।
- दही में रात को चीनी (शक्कर) डालकर सुबह बनाया हुआ श्रीखंड खाने योग्य नहीं है।
- चुरमे के लड्डु – चुरमे को घी में सेका गया हो तो ही दूसरे दिन भक्ष्य है। सेके बिना ही चुरमें में घी शक्कर मिलाकर बनाये हुए लड्डु दूसरे दिन बासी होते है।
- चासनी को हाथ के अंगूठे पर लेकर उंगली से तीन बार खींचने पर यदि तार बनता है तो ही वह पक्की चासनी है। यदि बीचमें ही वह टूट गया तो कच्ची है। पक्की चासनी ठंडी होने पर कडक हो जाती है।

१ दिनसे ज्यादा टिकनेवाले पदार्थ

- दूधमें जावन डालने के बाद दो रात तक बासी नहीं होता। उदा. सोमवार को जावन डाला हो तो बुधवार के सूर्योदय के बाद अभक्ष्य हो जाता है। (मंगलवार रात को खाना नहीं है, किंतु बुधवार के सूर्योदय तक बासी नहीं होता, यह बराबर समझना है।)
- पानी नहीं डाला गया हो ऐसी दहीसे बनाई गई चीजें – पराठे, वडे, इत्यादि भी दो रात बासी नहीं होते। उदा. उपर कहे हुए दही में से मंगलवार को पराठे बनाये हो, तो बुधवार को बासी नहीं होते, गुरुवार को बासी होते है।
- कच्चे आम, नींबु आदि के अचार, जिसमें पानी, मैथी, आटा, दालिया आदि धान्य न डाला गया हो तो तीन दिन तक बासी नहीं

होते। उदा. सोमवार को बनाया हुआ ऐसा अचार बुधवार तक बासी नहीं होता, गुरुवार को बासी होता है।

- दही / छाछ में डाले हुए चावल, यदि
  – दही / छाछ बासी न होते हो
  – चावल के दाने अलग अलग हो जाए इस तरह डाले गए हो
  – दही चावल के उपर ४ अंगुल जितना हो तो दूसरे दिन बासी नहीं होते।
- सुबह जमाया हुआ दही जम जाने के बाद उसी दिन भी भक्ष्य है।
- बाजार के दही, छाछ, लस्सी, श्रीखंड इत्यादि दो रात से ज्यादा बासी होने की संभावना होती है।

२ दिनसे ज्यादा टिकनेवाले पदार्थ

कडक सेकी / तली गई चीजें –
खाकरे, पुरी, मिठाइ, नमकीन इत्यादि..

ऋतु के अनुसार :–

सर्दी : कार्तिक शुक्ल १५ से फाल्गुन शुक्ल १४ : ३० दिन
गर्मी : फाल्गुन शुक्ल १५ से आषाढ शुक्ल १४ : २० दिन
वर्षा : आषाढ शुक्ल १५ से कार्तिक शुक्ल १४ : १५ दिन
के बाद अभक्ष्य होते है।

➲ ध्यान रखे :–

- आटा भी उतने ही दिन भक्ष्य है।
- इतने दिन पहले ही पदार्थ का स्वाद बदल जाए या उसमें बास आने लगे या फफूंद लग जाये तो वह अभक्ष्य बन जाता है।

- बाजार के खाकरे मिठाई, नमकीन कितने दिन पहले बनाये है उसका खयाल नहीं हो तो अभक्ष्य ही समझने चाहिए।
- बाजार का आटा, मैदा, बेसन इत्यादि का काल पूरा हो गया हो, ऐसी पूरी संभावना है, इसलिये उनको अभक्ष्य ही समझना चाहिए।
- जैन गृह उद्योग के खाकरे इत्यादि भी, आटे का काल का ध्यान रखकर बनाये जाते हो और खाकरे के पैकेट पर जिस दिन बनाया गया हो उसकी तारीख लिखी गयी हो कि जिससे काल पूरा हुआ है या नहीं वह पता चल सकें, तो ही भक्ष्य है।
- बडे रसोडे में बाजार का आटा, मैदा, रवा, बैसन इत्यादि का उपयोग होता है, जो अभक्ष्य है। जैसे कि नमकीन में बैसन, पुरी, समोसे इत्यादि में मैदा, मैदे की तयार पट्टी, चिलडे में आटा, गुलाबजामुन में आटा इत्यादि।

लंबे काल तक टिकनेवाले पदार्थ

- धान्य, कठोल, दाल, तैल, घी, गुड, शक्कर, मसाले इत्यादि।
- बराबर सूखे हुए पापड, खीचे, बडी (मंगोडी)
- पक्की चासनी में बने हुए अचार, च्यवनप्राश, गुलकंद इत्यादि।
- कडक सूखाए हुए अचार
  ऐसी चीजें जहां तक बिगडती नहीं, जीवोत्पत्ति नहीं होती, तब तक अभक्ष्य नहीं होती।

➲ ध्यान में रखे :–

- वर्षाऋतुमें पापड पर सूक्ष्म अदृश्य फफूंद उत्पन्न होती है इसलिये अभक्ष्य है। आज के बनाये हुए पापड आज भक्ष्य है।

- धान्य – कठोल आदि में धान्यकीट उत्पन्न होते है, इसलिये अच्छी तरह छानबीन कर के ही उपयोग करें।
- अचार में यदि नमी लग जाये तो फफूंद उत्पन्न हो जाती है इसका ध्यान रखें।

अचार

- जिसमें पानी है, मैथी / आटा है या कोई खट्टी चीज नहीं है, ऐसा अचार दूसरे दिन बासी होता है।
- कच्चे आम, नींबु जैसी खट्टी चीजों के अचार, जिसमें आटा / मैथी पानी नहीं डाला गया हो, वह तीन दिन तक भक्ष्य है।
- आम, मिर्च, गुंदे आदि को धूपमें कडक सूखाकर (तोडने पर आवाज आये इतना कडक) तैल आदि से बनाया हुआ अचार लंबे काल तक भक्ष्य है। यदि कडक न सूखाया हो, नरम हो – नमी हो तो बासी होता है।
- गैस पर या धूप में बनाये हुए आम के मीठे अचार में चासनी यदि तीन तार की हो तो लंबे काल तक भक्ष्य है। चासनी यदि कच्ची हो तो बासी होते हैं।
- बाजार के अचार प्रायः अभक्ष्य होते हैं।

२. ऋतु के अनुसार अभक्ष्य होनेवाली चीजें

- फाल्गुन शुक्ल १५ से कार्तिक शुक्ल १४ – इन आठ महिनो में सभी प्रकारकी भाजी, धनिया, पोदीना, पत्तरवेल के पत्र, खजूर, छुहारे (खारेक), जरदालु, नहीं ओसाये हुए तिल, नया तिलका तैल अभक्ष्य होते है।
- आर्द्रा नक्षत्र में सूर्य के प्रवेश (जो करीब २१ जून के आसपास होता है) के बाद कच्चा/पक्का आम, रायण इत्यादि अभक्ष्य रहते है।
- आषाढ शुक्ल १५ से कार्तिक शुक्ल १४ – इन चार महिनों में फोडी हुई बादाम, फोडा हुआ सूखा खोपरा और काजू, पिस्ता आदि सभी मेवा अभक्ष्य है।
  आज की फोडी हुई बादाम आज अभक्ष्य नहीं होती। उसको घी में सेकने से / तलने से १५ दिन अभक्ष्य नहीं होती।
  (कई समुदायों की मान्यता के अनुसार सभी मेवा फाल्गुन शुक्ल १५ से कार्तिक शुक्ल १४ तक आठ महिना अभक्ष्य होता है।)

➲ ध्यान में रखें :–

- फाल्गुन शुक्ल १४ से पहले गुनगने गरम पानी में ओसाने से तिल फाल्गुन शुक्ल १४ के बाद भी भक्ष्य रहते हैं।
- फाल्गुन शुक्ल १४ से पहले निकाला हुआ तिलका तैल भी फाल्गुन शुक्ल १४ के बाद भक्ष्य है।
- वर्षाऋतु में सूखे खोपरे में निगोद की उत्पत्ति संभावित होने से उसको न खाना ही उचित है।

३. द्विदल

- कच्चे दूध, दही, छाछ के साथ, जिसकी दाल बनती हो ऐसे कठोल-मूंग, चना, मैथी इत्यादि और मैथी की भाजी इत्यादि संपर्क में आते ही असंख्य त्रस जीवों की उत्पत्ति होती है। उसे खाने से उनकी हिंसा होती है। इसलिये वे अभक्ष्य है।

➲ ध्यान में रखें :-

- दहीवडा, रायता, कढी, गट्टे, पटौल आदि दहीवाली सब्जी बनाने से पहले ही दही/छाछ को तेज गरम न किया हो तो द्विदल होता है।
- खाने के बाद पूरी तरह मुंह साफ किये बिना ही कच्ची छाछ पीने से द्विदल होता है।
- इडली, डोसा आदि के लिये दही गरम किये बिना ही खमीर (आथा) डालने से द्विदल होता है।
- बाजार के आमरस में कच्चा दूध मिलाते है। उसके साथ कठोल खाने से भी द्विदल होता है।
- मैथी के पराठे, कढी इत्यादि में दही/छाछ डालने से पहले ही गरम न किया हो तो द्विदल होता है।
- दही, छाछ, श्रीखंड, कच्चे दूध को कावे में मिलाकर बनाई हुई चाय / कोफी के साथ पापड, बैसन के आटे वाली कढी, मैथी की भाजी, मैथी वाले अचार, मैथीवाली कढी, मैथीवाले पराठे, सेव-भुजिया आदि बैसन के नमकीन, उडददालके चिलडे, इडली इत्यादि, मूंग, दाल आदि कठौल, मटर, चवली (बोडाफली), सेम शिंगी आदि की सब्जी, बैसन-मूंग आदि के लड्डु, दालिया वाली चटनी इत्यादि

खाने से द्विदल होता है।

- उपरोक्त चीजों के बर्तन एक साथ धोने से, उपरोक्त चीजों के खाने के बाद एक ही नैपकीन से हाथ पोंछने से, ऐसी चीजो वाले नैपकीन एक साथ धोने से भी द्विदल होता है।
- बडे रसोड़े में कई बार दही को ठीक तरह से गरम नहीं किया जाता है, इसलिये द्विदल होने की पूरी संभावना रहती है।

दही कैसे गरम करेंगे?

- कुकर में दही को बाफने से फटता नहीं।
- छाछ में नमक डालकर गरम करने से फटती नहीं।
- गरम किया हुआ दही-छाछ, काल पूरा न होता हो तो दूसरे दिन भक्ष्य है, परंतु कठोल के साथ खाने से पहले फिर से गरम करना चाहिए, नहीं तो द्विदल होगा।
- सुबह सब से पहले दही गरम करने से रसोडे में द्विदल होने की संभावना ही नहीं रहती।

महाभारतमें कहा है कि कच्चे गोरस (दूध, दही, छाछ) के साथ कठोल खाने से मांस खाने का पाप लगता है।

आधुनिक वैज्ञानिक परीक्षणों से भी यह सिद्ध हुआ है कि कच्चे गोरस और कठोल के संमिश्रण से कईं जीव उत्पन्न होते है।

४. अनंतकाय

जिसके सूई के अग्रभाग जितने छोटे प्रत्येक कणमें अनंत जीव होते है, उसे अनंतकाय (निगोद) कहते है । उनको खाने से अनंत जीवों की हिंसा होती है, जो महापाप है ।

- सभी जमीकंद – आलू, प्याज, लहसून, गाजर, सूरण, अदरख, हरी हलदी इत्यादि ।
- वर्षाऋतुमें खाने की चीजों पर होती हुई फफूंद ।
- पानी में होती हुई काइ / सेवाल ।
- कठोल को भिगोने से निकलते हुए अंकुर ।
- पालख की भाजी ।

➲ ध्यान में रखे : –

- बर्फ पानी का घनरुप है, दशवैकालिक सूत्र की टीका में बताया है कि जहां पानी (स्थिर) होता है, वहां अनंतकाय की उत्पत्ति होती है । इसलिये बर्फ के अंदर अनंतकाय होने की पूरी संभावना है ।
- दो–तीन घंटे से ज्यादा भिगोये हुए कठोल में अंकुर निकल जाते है, जो अनंतकाय है । इसलिये कठोल को ज्यादा नहीं भिगोना चाहिए ।
- बाजार की चाय / गन्ने के रस में अदरख डाला हो ऐसी संभावना है ।
- वर्षाऋतुमें किसी भी चीज पर फफूंद लग जाये तो उसको खाना भी नहीं चाहिए, साफ भी नहीं करना चाहिए, निर्जन स्थान पर छोड देनी चाहिए ।
- अचार, मिठाइयों को खाने से पहले देख लेना चाहिए कि उसमें फफूंद न हो । लड्डु को तोडकर देखने से कई बार फफूंद देखने को मिलती है ।
- मैले कपडे, साबून, चमडे के जूते, पट्टे, पर्स नोट के पूठे इत्यादि में भी फफूंद हो जाती है ।

- जहां निरंतर पानी रहता हो वहाँ काई होती है । उसको साफ नहीं करना चाहिए । उसके उपर चलना भी नहीं चाहिए । वर्षाऋतु के पहले बिल्डींग के कम्पाउन्ड, टैरेस, दिवार आदि पर ओइल पेइन्ट / डामर लगाने से काइ होने की संभावना कम होती है ।
- पानी के मटके को बराबर साफ न किया जाता हो तो अंदर / बाहर, नल के स्थान पर काइ हो जाती है । दो दिन के मटके अलग रखने से और बारी बारी से उपयोग करने से काइ नहीं होती ।
- नल के खांचो में, बाथरुम – वाश बैसीन की मोरी में भी निगोद हो जाती है ।
- नल की थैली भी अच्छी तरह साफ न की जाती हो तो उसमें निगोद हो जाती है ।
- भोजन समारंभ में कई बार चटनी पालख की होती है, जो अनंतकाय है ।
- बाजार के गरम मसाले में लहसून (Garlic) और चाय के मसाले में अदरख (Ginger) होने की संभावना है ।
- बाहर के पापड में भी लहसून आदि अभक्ष्य पदार्थ होते है ।
- स्टार्च, ग्लुकोझ, बिस्कीट, कैक, आइसक्रीम में जिसका उपयोग होता है वह टेपिओका जमीकंद – अनंतकाय है ।

➲ ध्यान से पढिए : –

- अनंतकाय के हर कण में असंख्य शरीर होते हैं और हर शरीर में अनंत जीव होते है ।
- आज तक जितनी आत्माओं का मोक्ष हो चुका है और होगा उन अनंत आत्माओं से अनंत गुने जीव निगोद के एक शरीर में होते है ।
- चौदह राजलोक के सभी पृथ्वी, पानी, अग्नि, वायु, प्रत्येक वनस्पति, बेइन्द्रिय, तेइन्द्रिय, चउरिन्द्रिय, पंचेन्द्रिय तिर्यंच, मनुष्य, नरक, देवों की कुल संख्या से अनंत गुने जीव निगोद के एक शरीरमें होते है, ऐसी निगोद की विराधना, पापसे डरता हुआ कौन जैन करेगा ?

५. अण्डे / मांस

- अण्डे / मांस खाने से पंचेन्द्रिय जीवों की हत्या का महापाप लगता है। उसका अवश्य त्याग करना चाहिए।

इन चीजों में प्राणीज तत्व होने की संभावना है :–

- आइसक्रीम, टूथपेस्ट
- बाजार के बिस्कीट, कैक, पिपरमिन्ट, चौकलट इत्यादि में अण्डे का रस, हड्डी से बना जिलेटीन होने की संभावना है।
- चाइनीझ फूड, चीज इत्यादि में अण्डे / प्राणीज पदार्थ होने की संभावना है।
- कैल्शियम की गोलियां, एलोपथी दवाइयों में प्राणीज पदार्थ होने की संभावना है।
- कैप्स्युल जिलेटीन से बनती है, जो प्राणीज है
- फ्रुट सलाड में डालने का कस्टर्ड पावडर।
- नहाने के साबुन, लिपस्टीक जैसे कोस्मेटीक पदार्थ।
- कोल्ड ड्रींक्स में प्राणीज पदार्थ होते है, ऐसा अमरिकन मैगेझीन 'दि अर्थ आइलेण्ड' में बताया है।
- बाजार के नमकीनों में कभी कभी चरबीवाला तैल इस्तमाल किया जाता है।
- शाकाहारी होटलों में परोसी जाती नान, कुलचा और रुमालरोटी में अण्डे के रसवाला तयार आटा इस्तमाल किया जाता है।

- रबर जैसी पिपरमेन्ट (जाजब्स), एक्स्ट्रा स्ट्राँग सफेद पिपरमेन्ट, जेली क्रिस्टल, तिरंगी जेली इन–सबमें जिलेटीन होने की संभावना है।
- च्युइंगगम में मटन टैलो और हड्डी का पावडर होने की संभावना है।
- नुडल्स, सूप पावडर / क्युब्स में चिकन फ्लेवर होने की संभावना है।
- नुडल्स में अंडे भी आते है।
- टूथपेस्ट में प्राणीज ग्लिसरीन होने की संभावना है।
- टूथपेस्ट में आता हुआ फ्लोराइड जानलेवा हो सकता है।
- पशु और पक्षी के आकार के पिपरमेन्ट–बिस्कीट खाने से मांसाहार का पाप लगता है।
- चाइनीझ फूड में आजी का मोटा का उपयोग किया जाता है। जिसमें प्राणीज तत्वों का मिश्रण होने की संभावना है।
- पैकेज्ड फूडके उपर उसमें आती हुई चीजो का लीस्ट होता है। उसको देखे बिना खाने से अंडेवाली नुडल्स या प्याज वाली पेपी खा लेने का अनुभव कई लोगों को हुआ है।

६. पैकेज्ड फूड, बिस्कीट, चौकलेट

- हरे बिन्दु वाले पैक में रही हुई चीज मांसाहारी न होने का हम मान लेते हैं, किन्तु वास्तविकता ऐसी नहीं है। सरकार के गैझेट के अनुसार पशु-पक्षी के बाल, नाखून, पंख, चरबी और अंडे के रस का समावेश मांस में नही होता है, इसलिये इन चीजों में से बनी हुई चीज के पैकिंग के उपर हरा बिन्दु लगाया जा सकता है। इसका अर्थ ये हुआ कि हरे बिन्दुवाली चीज भी मांसाहारी हो सकती है।
- कई पैकेज्ड फूड, जैसे कि हर कंपनी के बिस्कीट, चौकलेट, आइसक्रिम इत्यादि में एडिटिव्झ के रुपमे E-४७१ जैसे पदार्थो का इस्तेमाल किया गया होता है। इन्टरनेट (www.veggiegolbal.com) परसे मिली हुई सूचना के अनुसार E ४४१, ५४२, १२०, ६३१, ६३५ निश्चितरुप से मांसाहारी है और E १५३ जैसे बहुत से अन्य एडिटिव्झ मांसाहारी होने की संभावना है। उसे छुपाने के लिए ही उसके वास्तविक नाम के बजाय E ४७१ जैसे नंबर लिखे जाते है।

इसलिए बिस्कीट-चौकलेट खाने से पहले यह सोच लें कि उसमें मांस हो सकता है।

वैसे भी कई दिनों के पहले बनाये हुए बिस्कीट का काल पूरा हो जाने के कारण अभक्ष्य है ही।

७. अन्य अभक्ष्य पदार्थ

- अनेक जीवों की हिंसा से बनता मधु (शहद) अभक्ष्य है।
- छाछसे अलग होते ही मक्खन में असंख्य त्रस जीवों की उत्पत्ति होती है, इसलिये अभक्ष्य है। घी बनाने के लिये मक्खन को छाछ में रखकर ही गरम करना चाहिए।
- बैंगन - तामसी होने के कारण अभक्ष्य है।
- फूलगोभी / पत्तागोभी में अनेक सूक्ष्म त्रस जीव होते है, इसलिये नहीं खाना चाहिए। जयणा का उपयोग रखनेवाले श्रावक पत्तागोभी के पत्तों को अलग-अलग करके उसकी जयणा करते हैं।
- जिसमें खाने का कम, फैकने का ज्यादा है ऐसे बोर, सीताफल (शरीफा) त्याज्य है।
- मूली के पाँचो अंग (पत्ती भी) अभक्ष्य है।
- टाटरी (नींबु के फूल) और साबुदाने बनाने की रीत अति हिंसक होने से त्याज्य है।
- जिसमें एक दूसरे से चिपके हुए बीज बडी संख्यामें होते हैं उसे बहुबीज कहते है। वह अभक्ष्य है, जैसे कि अंजीर, खसखस (जो मिठाई के उपर डाली जाती है।)
- अनजाने फल, दारु, मिट्टी, जहर, कच्चा नमक अभक्ष्य है।
- बंगाली मिठाई बनाने के लिये दूध को नींबु के फूल से फाडा जाता है, जो त्याज्य है।
- यीस्ट प्रायः अभक्ष्य है।
- चाइनीज फूड में और दूध को फाडने के लिये विनेगर का उपयोग होता है, जो त्याज्य और आरोग्य के लिए हानिकारक है।
- शिंगोडा हिंसक होने से त्याज्य है।

८. पाव (ब्रेड)

गरम फूलका रोटी जैसे शुद्ध सात्विक आहार का स्थान पाव ने लिया है, यह नये जमाने की प्रगति (?) है।

पाव कैसे अभक्ष्य है ?

पाव मैदे से बनता है। मैदा गेहूँ में से बनता है। फ्लोरमील में स्टोरेज किये हुए २-४ महिने पुरानी गेहूँ की गोनी खोलने से पता चलेगा कि उसमें अनगिनत धान्यकीट होते हैं। ऐसे गेहूँ को गरम पानी में भिगोने या चक्की में पीसने से धान्यकीट मर जाते है **यह पहली हिंसा।**

भिगे गेहूँ को सूखाकर, पीसकर, मैदा गोनीओमें पेक होता है। कई दिनों तक पड़े रहने से मैदा खानेलायक नहीं रहता। अनेक जीव उत्पन्न होते हैं। ऐसा मैदा बेकरीवाले लेते हैं। उसमें खट्टा पदार्थ मिलाने पर अनेक जीव मर जाते हैं। **यह दूसरी हिंसा।**

आथा डालने से उसमें फफूंद भी होती है और त्रस जीव उत्पन्न होते हैं। उसको ओवन में पकाने से वह सब मरते हैं। **यह तीसरी हिंसा।**

थोडा गीला ही पाव ओवन से बाहर निकाल लेते हैं। रात रहने से वह बासी होता है, जिसमें फिरसे त्रस जीवों की उत्पत्ति होती है, ऐसे पाव खाने से **चौथी हिंसा।**

ऐसे जीवजंतु वाले पाव खाने से बीमारी का भोग बनते हैं और एलोपथिक दवाइयाँ से पेटमें रहे जन्तुओंको मारना पडता है यह **पाँचवी हिंसा।**

ऐसी हिंसाकी परंपरासे बचना हो तो ब्रेड (पाव) को जीवनभर छोड़ देना चाहिए।

९. रात्रिभोजन

- जहां सूर्यप्रकाश नहीं है, भले ही कृत्रिम प्रकाश कितना भी हो, वहां मच्छर जैसे अनेक जीवो की उत्पत्ति होती है, यह हमारा सबका अनुभव है। रात को खाने से इन जीवों की हिंसा होती है। इसलिये रात्रिभोजन अभक्ष्य है।
- १. दिन को बनाकर दिनको खाना।
  २. दिन को बनाकर रातको खाना।
  ३. रात को बनाकर दिनको खाना।
  ४. रात को बनाकर रातको खाना।
  इन चार भंग में प्रथम भंग शुद्ध है। बाकी तीनों में दोष लगता है।
- रातको / सुबह सूर्योदय से पहले रसोई नहीं बनानी चाहिए, सब्जी नहीं सुधारनी चाहिए। रात को रोटी नहीं सेकनी चाहिए।
- जहाँ प्रकाश कम है, अंधेरा है, ऐसी जगह पर खाने से भी रात्रिभोजन का दोष लगता है। इसलिये थियेटर, ऑडिटोरियम आदि में अंधेरे में नहीं खाना चाहिए।

- **रात्रिभोजन नर्क का दरवाजा है।**
- **अन्य शास्त्रों में रात को पानी पीने से खून पीने का और रातको खाने से मांस खाने का पाप बताया है।**

१०. होटल / भोजन समारंभ

- होटल या भोजन समारंभो में जैन दिखती / कहलाती चीजें भी प्रायः अभक्ष्य होती है। उनके लिए जैन याने प्याज-आलू नहीं। बाकी के अभक्ष्यों का ज्ञान जैनों को भी नहीं है, तो रसोई बनानेवाले को कैसे होगा? इसलिये इन सब चीजों का भी त्याग ही करना चाहिए।
- कौन सी चीजों में कौनसा अभक्ष्य पदार्थ होता है, उसका छोटा-सा लिस्ट इस तरह है,

टमाटर सूप	–	मक्खन
रशियन सूप	–	मक्खन
कोर्न (मकाई) सूप	–	अजीनोमोटो
चाइनीज फूड	–	अजीनोमोटो (जिसमें हड्डी का पावडर होने की संभावना है।)
व्हाइट वेजिटेबल सूप	–	पाँव, गाजर
पंजाबी समोसा	–	जमीकंद, बासी मैदा
सेन्डवीच भुजिया	–	पाँव
ग्रीन पुलाव	–	फूलगोभी
टमटम	–	आलू
नान	–	बासी मैदा, मक्खन, अंडे का रस
ब्रेड पुलाव	–	पाँव
फ्रेन्की	–	पाँव, चीझ
स्पेनीश राइस	–	चीझ
दही कचोरी/पेटीस	–	द्विदल

नवरतन कुरमा	–	पनीर, गाजर, आलू
कोफ्ता	–	पनीर, पालख, आलू
स्पेगेटी	–	बासी सोस
टाकॉस	–	बासी सोस
पीझा	–	मैदेकी बासी रोटी
चाइनीझ फ्राइड राइस	–	गाजर, अजीनोमोटो

कृत्रिम (सिन्थेटिक) दूध

डिटरजन्ट पावडर, कोस्टिक सोडा, युरिया इत्यादि को मिलाकर कृत्रिम दूध बनाकर दूधमें मिलाया जाता है, जो आरोग्यके लिए अत्यंत हानिकारक है।

बाहर का मावा, मावे की मिठाइयाँ ऐसे मिले हुए दूधसे बनाए गए हो, ऐसी पूरी संभावना है।

११. धार्मिक प्रसंगो में भोजन समारंभ

श्री संघ या अन्य स्थानों पर किये जाते धार्मिक प्रसंगो के भोजनों में तो सभी भक्ष्य ही होता है ऐसा माना जाता है, किन्तु वास्तविकता कुछ अलग ही है।

कैटरर्स को सोंप दिए गए भोजनो में तो प्रायः सबकुछ ही अभक्ष्य होता है। कार्यकर्ताओं की उपेक्षा के कारण भी कई अभक्ष्य चीजें बनती है, इसका छोटा-सा लिस्ट यहाँ दिया है।

पुरी, रोटी, पराठे	-	तैयार आटा, मैदा, रवा
सब्जी	-	तैयार ग्रीन मटर भींडी, मटर आदि सब्जियाँ, जिसमें लट होती है। बासी पनीर।
कठोल	-	रातको भिगोया हो
गट्टे आदि दहीवाली सब्जी, कढी, रायता, दहीवडा, दहीपुरी, खास्ता कचोरी	-	दही ठीक तरह से गरम न करने से द्विदल
नमकीन (सेव, भुजिया, खमण इ.)	-	तैयार बेसन, तैयार गरम मसाला (लहसून)
कटलेस	-	रवा
समोसा, कचोरी, पीझा	-	मैदे की तैयार बासी पट्टी
चिलडे, इडली, उत्तपा	-	तैयार आटा, रात को डाला हुआ खमीर
बंगाली मिठाई	-	बासी, बासी पनीर
बासुंदी-रबड़ी	-	बासी, बासी पनीर

श्रीखंड	-	बासी, रात को दही में शक्कर मिलाकर बनाया हो।
जलेबी	-	रात को डाला हुआ खमीर
बुंदी लड्डु	-	कच्ची चासनी, बासी
खाजा	-	मैदा
बर्फी, पेडे	-	तयार बासी मावा
चक्की, कलाकंद, गुलाबजामुन, काजूकतली	-	तयार बासी मावा, आटा
चूरमे के लड्डु	-	नहीं सेका हुआ चूरमा
चक्की	-	कच्चा दूध
चटनी	-	पालख
पानीपुरी	-	रवा
कढी, दाल, चटनी, नमकीन	-	फाल्गुन शुक्ल १४ के बाद धनिया
आमरस	-	बासी, कच्चा दूध

ऐसे भोजनों के कार्यकर्ता यदि जानबुझकर या उपेक्षा से अभक्ष्य बनाते हैं, तो हजारों लोगों को अभक्ष्य खिलाने का, हजारों जीवों को मारने का पाप उनको और दाताओं को लगता है। मिलता कुछ नहीं और पाप लगता है। इसलिये कार्यकर्ताओं को जयणा का पालन करना चाहिए।

लोगों को खुश करने के लक्ष्य से किये गये धार्मिक प्रसंगो से भी ज्यादा लाभ नहीं होता। भगवान की आज्ञा का पालन करने के लक्ष्य और पुरुषार्थ से ही ज्यादा से ज्यादा पुण्यबंध और कर्मनिजरा होते हैं।

१२. जयणा

- चींटियाँ – हल्दी, कुंकु, केरोसीन, बाम, कपूर, डामर की गोलियों की बास से चली जाती है और मरती नहीं।
- अचार की शीशी के उपर एरंड का तैल लगाने से चिंटिया नहीं आती।
- मकोडे कपूर से दूर होते है।
- मच्छर से बचने के लिये मच्छरदानी का प्रयोग करे। मैट से कभी कभी मच्छर मर जाते है।
- किताबोमें डामर की गोली, घोडावज आदि रखने से दीमक नहीं होती।
- चूहे लाल मिर्च के पावडर से दूर जाते है।
- छिपकली मोरपंखसे दूर रहती है।
- कपड़े धोने से पहले देख लेना चाहिए। कइ बार अंदर खटमल होते है।
- रसोडे में गैस के उपर लाइट न रखें। लाइट के आसपास जीव होते है, जो गैस के उपर गिरकर मर जाते है।
- प्लास्टिक की थैली को जहां – तहां फैंकने से पशुओं के पेटमें जाकर उनके मौतकी कारण बनती है, इसलिए प्लास्टिक थैलीओं का उपयोग ही नहीं, करना चाहिए। करना ही पडे तो जहाँ-तहाँ फेंकनी नहीं चाहिए।
- झूठे खोराक / पानी में ४८ मिनट के बाद असंख्य संमूर्च्छिम मनुष्यो की उत्पत्ति होती है। इसलिये झूठा न छोडे। थाली धोकर पी लेनी चाहिए और कपडे से पोंछकर कपडा सूखा देना चाहिए। खुराक में कुछ झूठा छोडना ही पडे तो मिट्टी में मिला देना चाहिए। पानी पीने के बाद गिलास पोंछकर रखें।
- पसीने, खून, मल, मूत्र आदि में ४८ मिनट के बाद संमूर्च्छिम मनुष्यों की उत्पत्ति होती है। उससे बचने के लिये गुरु भगवंत का मार्गदर्शन लें।

- नाखून काटकर चूने में मिलाकर मिट्टी में मिला देने से संमूर्च्छिम मनुष्यों की हिंसा नहीं होती।
- घी, तैल, आदि के बर्तन, गरम पानी खुला रखने से मच्छर, मक्खी जैसे जीव उसमें गिरकर मर जाते हैं।
- जहां अच्छी तरह सफाई नहीं होती वहाँ कुंथु उत्पन्न होते है।
- दरवाजे, खिड़की को स्टोपर न हो तो हवासे जोरसे बंध होने पर अनेक जीव मर जाते है।
- बिना देखे कार / स्कूटर शुरु करने पर उसके नीचे कुत्ता / बिल्ली कुचल जाते है।
- पटाखें फोडने में अनेक जीवो की हिंसा होती है।
- घास पर चलने से घासके जीवों को भयंकर पीडा होती है। और उसके नीचे निगोद होने की पूरी संभावना होती है, इसलिए घासके उपर न चले। अपने घर के कम्पाउण्ड में घास न उगायें।
- अपने मकान में लोन / वनस्पति उगाने से अनेक जीवों की हिंसा होती है, हर वनस्पति के नीचे कोमल पत्र अनंतकाय होते है। घास और वनस्पति (कूंडे) के नीचे काई होती है।
- डिस्पोसेबल प्लेट / ग्लास का उपयोग करके जहाँ तहाँ फैंकने से चींटियाँ इ. जीवों की विराधना और ज्ञान की आशातना होती है।
- बीजली से चलते साधनों से तेउकाय की विराधना होती है एवं पंखे जैसे घूमते साधनों से वाउकाय की विराधना होती है।

आप मानेंगे ? कि आप बेइन्द्रिय जीवों को खा रहे है ? यदि आप

- **भोजन समारंभमें या बाजार की बंगाली मिठाई खा रहे हैं।**
- **कच्चे मावे की बासी मिठाई – पेडे, बर्फी, गुलाबजामुन खा रहे हैं।**
- **कच्ची चासनी के बासी लड्डु, बुंदी खा रहे हैं।**

१३. पानी

पानी स्वयं अप्काय – एकेन्द्रिय जीव है। रात रहने से उसमें असंख्य त्रस जीव उत्पन्न होते है। वैज्ञानिकोंने भी सूक्ष्मदर्शक यंत्र से पानी के १ बुंद में ३६००० जीव देखे है।

ऐसे पानी को बिना छाने वापरने से इन जीवों की हिंसा होती है। इसलिये पानी को छानकर ही उपयोग में ले। पिछले दिन छाना हुआ पानी भी दूसरे दिन फिरसे छानना चाहिए।

➲ ध्यान रखें :–

- मिनरल वोटर – अनछना होता है। उसका उपयोग न करें।
- होटल / प्याउ के पानी को छाना नहीं जाता।
- गीजर / शावर बाथ में पानी अनछना ही जाता है। उसका उपयोग न करें।
- पानी में चलने – भीगने – स्विमिंग पुल में तैरने – नदी में नहाने से पानी और त्रस जीवों की हिंसा होती है।
- होटल के शरबत, ज्युस, चाय, लस्सी, छाछ आदि सभी चीजों में पानी अनछना ही होता है।
- छाने हुए पानी का उपयोग भी कमसे कम और कोमलता से करना चाहिए। पानी का जरुरत से ज्यादा उपयोग, नलमें से पानी का धोध गिराने में खूब विराधना होती है।

पांच पर्वतिथि – सुदि पंचमी, दो अष्टमी और दो चतुर्दशी, पर्युषण, चैत्र और आसोज की ओली के दिनों में हरी सब्जी, फल, हरी मिर्च, नींबू, नीमपत्ती, कच्चा–पक्का केला, हरा धनिया आदि का त्याग करना चाहिए।

पानी किस तरह छानेंगे ?

- कॉटन (सूत) के मोटे कपडे के टुकडे से पानी को छानना चाहिए। कपडे में जो जीव रह जाते है, उसे संखारा कहते है। उसे सूखाना नहीं चाहिए। छाना हुआ पानी उसके उपर धीरे से डालकर संखारे को पानी के मूल स्थान (पुराने जमाने में कुंआ या नदी, आज टंकी) में डाल देना चाहिए।
- नल की थैली का उपयोग उचित नहीं है क्योंकि वह सूखने पर संखारे के जीव बिना पानी के मर जाते है, और कोइ विकल्प न होने पर उसका उपयोग किया जाए, तो भी संखारे के जीवों की जयणा अवश्य करनी चाहिए।

- **अनछने पानी के एक बूँद के उपयोग से पूरे नगर को जलाने की हिंसा का पाप लगता है, ऐसा लौकिक शास्त्रो में कहा है।**
- **यदि पानी का प्रत्येक जीव का शरीर सरसों जितना हो जाए तो एक बिंदु में रहे जीव पूरे जंबूद्वीप (जो एक लाख योजन – ३२ करोड मील लंबा है) में समाविष्ट नहीं हो सकते।**
- **पानी छानकर वापरने से, और संखारे के जीवों को बचाने से राज्य की प्राप्ति हुई ऐसा दृष्टांत शास्त्रों में है।**

१४. इन चीजों के उपयोग में ध्यान रखें

- मटर (बटला), भींडी जैसी सब्जियों में लट-पिलु (ढोला) भारी संख्या में होते है। उसको सुधारते / छिलते वक्त उपयोग रखें। कैटरर के आदमी या नौकर, जीवदया का परिणाम न होने के कारण उसे काट डालते है। इसलिये भोजन समारंभ में भी श्रावकों को ही उसे जयणा के साथ सुधारना चाहिए।
- मैथी की पत्ती में उसी वर्ण के जीव होते है। अच्छी तरह छाने बिना उपयोग न करें।
- केसरमें वर्षाऋतुमें उसी वर्ण के जीव उत्पन्न होते है। आय ग्लास से देखकर ही उपयोग करें।
- पोहे में भी जीवोत्पत्ति होती है। छानकर ही उपयोग करें।
- आटे को उपयोग में लेने से पहले छानना जरुरी है।
- शक्कर में चींटियाँ हो जाती है। बिना देखे दूध/चाय आदि में डालने से मर जाती है। पहले खुले बर्तन में निकालकर देखकर ही उपयोग करें।
- गुड में मकोड़े होते हैं। उसके बडे टुकड़ो को तोड़कर अच्छी तरह देखे बिना उपयोग न करें।
- धान्य में धान्यकीट होते है। पीसने से पहले छानबीन करनी चाहिए। बाजार के आटे में ऐसी जयणा न होने के कारण ऐसे जीवों की भी पीसाइ हो जाती है।
- गैस स्टोव जलाने से पहले पूंजनी से साफ करना चाहिए, कई बार चींटियाँ होती है। शामको कपडे से बांधकर या वाटी से फीट ढक देना चाहिए, जिससे उसमें जीव प्रवेश न करें।

१५. सचित्त / अचित्त

- पानी तीन उबाले तक उबालने से अचित्त होता है, और सर्दी में ४ प्रहर, गर्मी में ५ प्रहर, वर्षा में ३ प्रहर अचित्त रहता है। (एक प्रहर = दिन का चौथा भाग) सर्दी में सूर्योदय के बाद उबाला हुआ पानी ही सूर्यास्त तक अचित्त रहेगा।
- पानी में नींबू / शक्कर आदि डालने पर भी ४८ मिनट के बाद अचित्त होता है और उपर की तरह ४-५-३ प्रहर अचित्त रहता है।
- फल सुधारने, छिलका उतारने और बीज निकालने के बाद ४८ मिनट के बाद अचित्त माने जाते है।
- फल / सब्जी के रस निकालने के बाद, उसमें बीज न हो तो ४८ मिनट के बाद अचित्त माने जाते है।
- सब्जी सुधारने से अचित्त नहीं होती, बघारना / गरम करना आवश्यक है।
- अनार के बीज सचित्त है। उपर से अनार के बीज डाले गये हो ऐसी चीज भी सचित्त ही मानी जायेगी।
- अमरुद के बीज बघारने पर भी कडक ही रहते हैं इसलिये अचित्त नहीं माने जाते।
- ककडी की सब्जी, कच्चे आम के तीखे अचार आदि भी कच्चे रहे हो तो सचित्त है।
- भट्ठी में सेका हुआ नमक नमी न लगने तक अचित्त रहता है। तवे पर सेका हुआ नमक

सर्दीमें	-	१५ दिन,
गर्मी में	-	१ महिना,
वर्षा में	-	७ दिन अचित्त रहता है।

१६. राग

जिसमें जीवहिंसा है ऐसे अभक्ष्य पदार्थ हमने देखें। पर यह भी समझना है कि भक्ष्य पदार्थों को भी स्वाद की लोलुपतासे आसक्ति के साथ खाना भी पाप है। अठारह पापस्थानों में 'राग' भी एक पापस्थान है, इतना ही नहीं, एक अपेक्षा से सभी पापस्थानों में सबसे भयानक राग है। वही हमारे संसार परिभ्रमण का मूल कारण है, बाकी के हिंसादि पापों को पाप बनानेवाला भी राग है राग-द्वेष के बिना, जयणा के साथ परमात्मा की भक्ति-साधर्मिक भक्तिमें होती हुई हिंसा में पाप नहीं लगता।

राग, कम भयानक नहीं है। कंडरिक मुनिवर राग के कारण सातवीं नरकमें गये। मंगु आचार्य व्यंतर बनें। आषाढाभूतिने साधुवेष छोड दिया।

इसलिए सावधान! भक्ष्य पदार्थ भी राग के बिना ही खाने चाहिए। इस लिये

- जिसमें तीव्र राग होता है, ऐसी चीजों का त्याग ही कर देना चाहिए।
- उपरसे मसाले इ. स्वाद के लिये नहीं डालने चाहिए।
- स्वादिष्ट चीज की प्रशंसा न करें। अन्य की निंदा न करें।
- मुँह में कवल डालने के बाद एक ही बाजुसे चबाकर उतार दिया जाये, जीभ के उपर न लाया जाय, दूसरी ओर न लाया जाए तो रागसे बचा जा सकता है।

१७. व्रत - नियम

हजारो अभक्ष्य चीजों में से कई चीजें आप खाते ही नहीं, और इस पुस्तिका पढकर और कई चीजों को त्याग करने का निश्चय किया होगा।

किन्तु यदि इसका नियम (पच्चक्खाण) नहीं लेते हैं तो उसका आंशिक पाप लगता ही है, क्योंकि उसकी संभावना है।

इसलिये जिसका भी त्याग करना हो, उसका नियम गुरुदेव के पास तुरंत ले लें। गुरुदेव का संयोग न हो तो अपने आप नियम की धारणा करके इस सूत्र से पच्चक्खाण ले लें।

धारणा अभिग्रह पच्चक्खामि

अन्नत्थणाभोगेणं, सहसागारेणं,

महत्तरागारेणं, सव्वसमाहिवत्तियागारेणं वोसिरामि।

भूलसे नियम टूट जाने पर पाप कम लगता है, नियम ही न लेने पर पाप ज्यादा लगता है। आवश्यकता के अनुसार नियम में छूट भी रख सकते है।

१२ व्रत और १४ नियम लेने से कुछ भी किये बिना अनंतानंत पापों से मुक्ति मिलती है।

अभ्यर्थना

यदि आपको इस पुस्तिका में कुछ नया ही जानने को मिला हो, यह पुस्तिका उपयोगी लगी हो, तो स्वजन – मित्रवर्ग में प्रचार और प्रसार करें।

किसी को उससे सम्यग्ज्ञान मिलेगा,

किसी का जीवन परिवर्तन होगा और अनेक जीवों को बचाने में निमित्त बनने का लाभ आपको मिलेगा।

इस विषय की विस्तृत जानकारी के लिये पढे...

रिसर्च ओफ डाइनिंग टेबल (गुजराती/हिन्दी)

लेखक : प.पू.आ.भ. श्रीमद्विजयहेमरत्नसूरीश्वरजी म.सा.

प्रकाशक : अर्हद् धर्म प्रभावक ट्रस्ट, १७, इलोरा पार्क, नारणपुरा चार रस्ता, अमदाबाद – ३८००१३.

जीवों की जयणा के लिये पढें

जयणापोथी (गुजराती)

प्रकाशक : समकित युवक मंडल

निरव डी. शाह, १२, शमा सदन, रोड नं. ८, दौलतनगर, बोरीवली (ईस्ट), मुंबई–४०० ०६६. फोन : २८९३१९३२

एक जीव की हिंसा से अपनी कमसे कम १० मौत निश्चित होती है।

– उपदेशमाला पू. धर्मदासगणि

अहिंसा में सभी धर्मों का समावेश होता है।

– संबोधसित्तरि, पू.रत्नशेखरसूरि म.

जयणा ही धर्म की जनक है, पालक है, वर्धक है।

– पंचाशक, पू. हरिभद्रसूरि म.

षड्जीवनिकाय की श्रद्धा = सम्यग्दर्शन

षड्जीवनिकाय की रक्षा = सम्यक् चारित्र

– दशवैकालिक टीका पू.हरिभद्रसूरि म.

हिंसा के विचार से ही तंदुलिया मत्स्य सातवीं नरकमें जाता है।

– धर्मबिंदु टीका, पू. मुनिचन्द्रसूरि म.