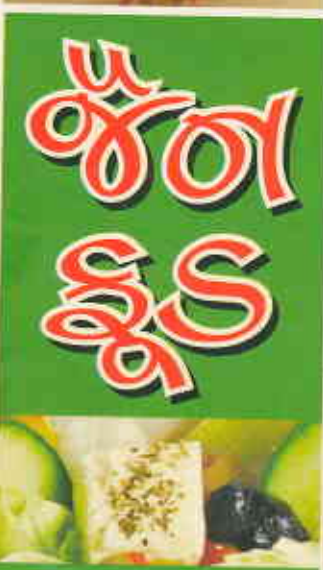




૪૩ તમને ખ્યાલ છે ?

કે કીડીને ભૂલથી ન મારનાર તમે, ધનેડાંના કલેવરોને ટેસથી આરોગી રહ્યા છો ?

જો તમે...

૧. બજારના તૈયાર લોટ, રવો, મેંદો, બેસન વાપરો છો...
૨. બજારના ફરસાણ - ફાફડા - ગાંઠિયા ખાઈ રહ્યા છો... (જેનું અનાજ વીણ્યા વિના જ દળાય છે...)

૪૪ તમને ખબર છે ?

જીવનભર કાંદા-બટેટાને ન અડનાર તમે, તેના કરતા પણ વધુ જીવોની હિંસા કરી રહ્યા છો ? જો તમે...

૧. તમારા ઘરમાં ખાળ, નળ, માટલા, મોરી વિ.માં લીલ થતી હોય તો...
૨. તમારા મકાનના કંપાઉન્ડ-દાદરા વિ.માં લીલ થતી હોય, અને તમે તેના પર ચાલતા હો...
૩. ખાવાની વસ્તુ મીઠાઈ-અથાણાં વિ.માં ફૂગ થઈ હોય, અને તમે તેને સાફ કરતા હો તો...

૫૨ જૈન ફૂડ

રેડી રેકનર

--: સંકલનકાર :-

વર્ધમાન તપોનિધિ પ. પૂ. આ. ભ.

શ્રીમદ્વિજય ભુવનભાનુસૂરીશ્વરજી મ. સા. ના

શિષ્યરત્ન સંયમૈકલક્ષી

પ. પૂ. મુ. શ્રી દેવસુંદરવિજયજી મ. સા. ના

શિષ્યરત્ન શાસન પ્રભાવક, વિપુલ સાહિત્યસર્જક

પ. પૂ. આ. ભ. શ્રીમદ્વિજય રત્નસુંદરસૂરીશ્વરજી

મ. સા. ના શિષ્ય પૂ. મુ. શ્રી ભવ્યસુંદરવિજયજી મ. સા.

૧૩૨૦/૩૨૦૪૪૪

--: પ્રકાશક :-

ૐ શ્રી દાદર આરાધના ભવન શ્રે. મૂ. પૂ. તપા. જૈન સંઘ

૨૮૮, એસ.કે. બોલે રોડ, દાદર (વેસ્ટ), મુંબઈ-૨૮.

--: પ્રાપ્તિસ્થાન :-

કિશોરભાઈ અમૃતલાલ દોશી

૧૪, જિનેશકૃપા, કસ્તુરબા રોડ,

મુલુંડ (વેસ્ટ), મુંબઈ-૪૦૦ ૦૮૦.

ફોન:- ૯૮૬૯૧ ૪૮૦૯૪

પ્રકાશન : સંવત ૨૦૬૭

© શ્રમણ જૈન સંઘ

આવૃત્તિ : દ્વિતીય

કિંમત : રૂ. ૧/-

પ્રસ્તાવના

જીવદયા જૈનોની કુળદેવી છે....
જૈન સંઘની સમૃદ્ધિનું મહત્વનું કારણ છે.
પણ કરોડોના દાન દ્વારા પાંજરાપોળના જીવોને
અભયદાન આપનારા આપણે, ઘરની અંદર જ અનંત/
અસંખ્ય જીવોની હિંસા તો નથી કરી રહ્યા ને?..
એ જાણવા અને એનાથી બચવા માટે
પ્રસ્તુત છે આ પુસ્તિકા....

પ્રાર્થના

જન્મથી જેઓને જૈન ધર્મ પ્રાપ્ત થયો છે,
તેઓ આચાર્યુસ્ત જૈન બને...
અનેક જીવોની રક્ષા થાય...
એ શુભ આશયથી અમે આ પુસ્તિકા
પ્રકાશિત કરી છે...
પૂ. મુ. શ્રી ભવ્યસુંદરવિજયજી મ. સા. એ. પદાર્થોનું
અનેક પુસ્તકો, મહાત્માઓ અને શ્રાવકોની
સહાયથી સંકલન કરી આપ્યું છે;
અને ગીતાર્થ પૂજ્યો પાસે તેનું સંશોધન
પણ કરાવ્યું છે.
છતાં છત્રસ્થતાવશાત્, કોઈ ક્ષતિ રહી ગઈ હોય;
પરમપાવન જિનાજ્ઞા વિરુદ્ધ
કંઈ પણ લખાઈ ગયું હોય,
તો તેની અમે અંતઃકરણ પૂર્વક ક્ષમાયાચના કરીએ છીએ
અને બહુશ્રુત જ્ઞાની મહાત્માઓને તે ભૂલ સુધારવા
માટે પ્રાર્થના કરીએ છીએ...

— પ્રકાશકો...

૧. વાસી પદાર્થો...

જે વસ્તુમાં પાણીનો અંશ રહ્યો હોય,
કડક શેકાઈ કે તળાઈ ન હોય, નરમ કે પોચી હોય,
તેવી વસ્તુમાં બીજે દિવસે અસંખ્ય બેઈન્દ્રિય જીવોની
ઉત્પત્તિ થાય છે. તેને ખાવાથી આ અસંખ્ય જીવોની
હિંસાનો દોષ લાગે છે, માટે તેવી વસ્તુઓ અભક્ષ્ય છે.

બીજે દિવસે વાસી થતી વસ્તુઓ

- કાચો માવો, જે લાલ - કડક ન શેકાયો હોય કે જેમાં
ચાસણી કાચી રહી હોય...
- કાચા માવાની મીઠાઈઓ - બરફી, પેંડા... વિ.
- ત્રણ તારની ચાસણીમાં બનેલ મિઠાઈ જ બીજે દિવસે
બપો એટલે કાચી ચાસણીમાં બનેલ બધી જ મિઠાઈઓ
જેમકે જલેબી, ગુલાબજાંબુ, ઘેબર વિ.
- બુંદી, બુંદીના લાડુ કે ટોપરાપાક પણ કાચી ચાસણીના
- નરમ હોય તો
- દૂધની મલાઈ, પનીર
- બધી જ બંગાળી મિઠાઈઓ
- કાચી ચાસણીમાં બનેલા શરબત
- એસેન્સ અને ઉપર એસેન્સ છાંટ્યું હોય તેવી મિઠાઈઓ.
- શ્રીખંડ ● શેકેલો પાપડ
- નરમ પુરી, વડા
- ચટણી ● ટમેટાનો સોસ
- કાચી ચાસણીના / નરમ અથાણા
- નરમ બિસ્કીટ ● પાંઉ (બ્રેડ)

- દૂધી કે ટોપરાનો હલવો
- કેરીનો રસ
- ઘીમાં નહી શેકેલું ચૂરમું અને તેવા ચૂરમાંનો લાડવો.
- રાતના પલાળેલાં કઠોળ
- રાતે બનાવેલ રસોઈ
- રાતે આથો નાખ્યો હોય તેવા ઈંડલી, ઢોકળા, જલેબી વિ....
- ઠંડા પીણા (કોલ્ડ ડ્રિંક્સ)
- સુધારેલાં ફળ / શાકભાજી
- શેરડીનો રસ બે પ્રહર પછી અભક્ષ્ય છે.
(એક પ્રહર = દિવસનો ચોથો ભાગ)

ધ્યાન રાખો :-

- બજારમાંથી ખરીદાયેલી વસ્તુઓ વાસી હોવાની પૂરે પૂરી શક્યતા છે. જેમ કે કેરીનો રસ, શ્રીખંડ, બંગાળી મિઠાઈ, શરબત, સોસ, પનીર, બ્રેડ, બિસ્કીટ, વિ...
- મોટા જમણવારોમાં રાતે રસોઈ બની હોય, ચણા/વટાણા વિ. કઠોળ રાંતે પલાળ્યા હોય, ઈંડલી વિ. નો આથો રાતે નાખ્યો હોય તેવી પૂરી શક્યતા હોય છે.
- બજારુ બુંદી, લાડુ વિ. કાચી ચાસણીના હોવાની પૂરી શક્યતા છે.
- મિઠાઈ બનાવ્યા પછી ઠારતી વખતે ક્યારેક પાણી/દૂધનો ઉપયોગ ધાબો દેવા માટે કરાતો હોય છે. તે વસ્તુ પણ બીજે દિવસે વાસી થાય છે.

- બજારુ મેવાની મિઠાઈઓ જેમ કે કાજુ કતરી અને ગુલાબજાંબુ, પેંડા, બરફી વિ. માં કાચો માવો - વાસી માવો હોવાની પૂરી શક્યતા છે.
- વધેલી રોટલી તે જ દિવસે શેકી નાખવી જોઈએ. બીજે દિવસે રાખવાથી બેઈન્દ્રિય જીવોની હિંસા થાય છે.
- અજ્ઞાન કે દુર્લક્ષના કારણે સંઘમાં બનતી મીઠાઈઓમાં પણ કાચા માવા અને કાચી ચાસણીનો ઉપયોગ થતો જોવાય છે. વિશેષથી બુંદી, લાડુ વિ. માં...
- ચૂરમાના લાડવા - મૂઠિયા તળી, ચૂરમું કર્યા પછી ઘીમાં શેકીને બનાવ્યા હોય તો જ બીજે દિવસે ભક્ષ્ય છે. જો શેક્યા વિના જ ચૂરમાંમાં ઘી-સાકર ભેળવી દીધા હોય તો બીજે દિવસે વાસી થાય.
- દહીંમાં સાકર નાખીને રાત રાખી મૂકીને બીજે દિવસે શ્રીખંડ બનાવવામાં આવે છે. તે પણ ખપે નહીં...

૧ દિવસથી વધુ ટકતા પદાર્થો

- દૂધમાં મેળવણ નાખ્યા પછી બે રાત વાસી ન થાય... દા.ત. સોમવારે મેળવણ નાખ્યું હોય તો બુધવારના સૂર્યોદય સુધી ખપે. (મંગળવારની રાત્રે ખાવાનું નથી પણ તે બુધવારના સૂર્યોદય સુધી વાસી થતું નથી એ બરાબર સમજવું.)

- પાણી નાખ્યા વિના માત્ર દહીંથી બનાવેલી વસ્તુઓ - થેપલા- વડાં વિ...પણ બે રાત વાસી ન થાય. દા.ત. (ઉપરોક્ત દહીંમાંથી મંગળવારે થેપલા બનાવ્યા હોય તો બુધવારે વાસી ન થાય ગુરુવારે વાસી થાય.)
- કાચી કેરી, લીંબુ થી બનાવેલા ખાટા અથાણાં, જેમાં પાણી, મેથી, લોટ, દાળીયા વિ. ન નાખ્યા હોય તો તે પણ ત્રણ દિવસ ખપે. દા.ત. સોમવારે બનાવેલ તેલું અથાણું બુધવાર સુધી વાસી ન થાય, ગુરુવારે વાસી થાય.
- બજારનાં દહીં, લસી, શ્રીખંડ વિ. બે રાત થી વધુ વાસી હોવાની સંભાવના છે.
- સવારે મેળવેલું દહીં, જામી ગયા પછી વાપરી શકાય છે.
- દહીં/છાસમાં નાખેલા ભાત બીજા દિવસે ખપે છે, પણ (૧) દહીંનો કાળ ન પહોંચ્યો હોય તો અને (૨) ભાતનો દાણો છૂટો-છૂટો થઈ જાય તે રીતે નાખ્યાં હોય તો.

૨ રાત થી વધુ ટકતા પદાર્થો

કડક શેકાયેલી / તળાયેલી વસ્તુઓ - ખાખરા, પૂરી, મીઠાઈ, ફરસાણ વિ.

ઋતુ અનુસાર :-

કારતક સુદ ૧૫ થી ફાગણ સુદ ૧૪ - ૩૦ દિવસ ભક્ષ્ય.

ફાગણ સુદ ૧૫ થી અષાઢ સુદ ૧૪ - ૨૦ દિવસ ભક્ષ્ય.
અષાઢ સુદ ૧૫ થી કારતક સુદ ૧૪ - ૧૫ દિવસ ભક્ષ્ય
(જે દિવસે બનાવ્યું હોય તે દિવસ પણ ગણી લેવો.)

ધ્યાન રાખો :-

- લોટ પણ એટલો કાળ જ ભક્ષ્ય છે.
- બતાવેલ કાળ પૂર્વે પણ તેનો સ્વાદ બદલાઈ જાય, વાસ આવે કે ફૂગ લાગી જાય તો અભક્ષ્ય છે.
- બજારના કડક ખાખરા-મીઠાઈ- ફરસાણ પણ કેટલા દિવસ પૂર્વે બનાવ્યા છે, તેનો ખ્યાલ ન હોય તો અભક્ષ્ય ગણાય...
- બજારનાં તૈયાર લોટ-બેસન, મેંદો, રવો વિ..નો કાળ પૂરો થઈ ગયો હોય તેવી પૂરી સંભાવના છે - તેથી અભક્ષ્ય ગણાય.

લાંબો કાળ ટકતા પદાર્થો

- અનાજ, કઠોળ, દાળ, તેલ, ઘી, સાકર, ગોળ, મસાલા વિ..
 - બરાબર સૂકાયેલા પાપડ, ખીચીયા, વડી વિ...
 - પાકી ચાસણીમાં બનાવેલ અથાણાં, ચ્યવનપ્રાશ, ગુલકંદ વિ...
 - કડક સૂકવીને બનેલા અથાણા...
- આ વસ્તુઓ જ્યાં સુધી બગડે નહીં, જીવોત્પત્તિ ન થાય ત્યાં સુધી ભક્ષ્ય છે.

ધ્યાનમાં રાખો :-

- ચોમાસામાં પાપડ પર ન દેખાતી સૂક્ષ્મ નિગોદ/ ફૂગ ઉત્પન્ન થતી હોવાથી અભક્ષ્ય છે.
તે દિવસે બનાવેલા પાપડ તે દિવસે ખપે...
- અનાજ-કઠોળ વિ. માં ધનેડાં ઉત્પન્ન થતાં હોય છે, તેથી ચાળીને વીણીને જ વાપરવા.
- અથાણાંમાં ભેજ લાગવાથી ફૂગ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. તેની કાળજી રાખવી.

અથાણાં

- જેમાં પાણી હોય, મેથી / લોટ નાખ્યો હોય કે કોઈ ખટાશ ન હોય તેવા અથાણાં બીજે દિવસે વાસી થાય.
- કાચી કેરી કે લીંબુની ખટાશવાળા અથાણાં, લોટ/મેથી/ પાણી કંઈ ન નાખ્યું હોય તો ત્રણ દિવસ ખપે.
- કાચી કેરી, મરચા કે ગુંદા વિ. થી બનાવેલ અથાણું, તડકામાં કડક (તોડતા અવાજ આવે તેવું) સૂકવીને પછી તેલ વિ. નાખીને બનાવ્યું હોય તો લાંબો કાળ ભક્ષ્ય છે. બરાબર સૂકવ્યું ન હોય-નરમ કે ભેજવાળું હોય તો વાસી થાય.
- ચૂલાપર કે તડકામાં સૂકવીને કરાયેલા કેરીના ગળ્યાં અથાણાં, છુંદા કે મુરબ્બામાં ચાસણી ત્રણ તારની થાય તો લાંબો કાળ ભક્ષ્ય રહે. ચાસણી કાચી રહે તો અભક્ષ્ય થાય.

૨. ઋતુ અનુસાર અભક્ષ્ય થતી વસ્તુઓ

- ફાગણ સુદ ૧૫ થી કારતક સુદ ૧૪ - આ ૮ મહિના બધી જ ભાજી, કોથમીર, ફૂદીનો, પત્તરવેલના પાન, ખજૂર, ખારેક, ઓસાવ્યા વિનાના તલ, નવું તલનું તેલ અભક્ષ્ય છે.
- આદ્રા નક્ષત્રમાં સૂર્યના પ્રવેશથી (જે પ્રાય: ૨૧/૨૨/૨૩ જૂને થતો હોય છે.) (કાચી કે પાકી) કેરી, રાયણ વિ. અભક્ષ્ય છે, જે લગભગ કારતક સુદ ૧૪ સુધી અભક્ષ્ય રહે છે.

ધ્યાનમાં રાખો :-

- ફાગણ સુદ ૧૪ પૂર્વે તલને ગરમ પાણીમાં ઓસાવ્યા હોય તો બાર મહિના કલ્પે.
- તેમ ફાગણ સુદ ૧૪ પૂર્વે કાઢેલ તલનું તેલ બાર મહિના ખપે.
- અષાઢ સુદ ૧૫ થી કારતક સુદ ૧૪ - આ ચાર મહિના ફોડેલી બદામ, ફોડેલો સૂકો ટોપરાનો ગોળો અને કાજુ, પિસ્તા, અખરોટ, ચારોળી વિ. બધાજ મેવા અભક્ષ્ય છે. તે દિવસે ફોડેલ બદામ તે જ દિવસે ખપે. ફોડ્યા પછી તે જ દિવસે ઘીમાં શેકેલી હોય તો ૧૫ દિ. ખપે.
આખા સૂકા ટોપરાના ગોળાની ફાટમાં પણ નિગોદની ઉત્પત્તિ થવાની શક્યતા છે, તેથી ન વાપરવો ઉચિત છે.
- કેટલાક સમુદાયોની માન્યતા અનુસાર બદામ સિવાયનો મેવો ફાગણ સુદ ૧૫ થી અભક્ષ્ય થાય છે.

૩. દ્વિદળ

- કાચા દૂધ /દહીં/છાસ સાથે જેની દાળ બને તેવા કઠોળ મગ, મેથી, ચણા વિ... અને મેથીની ભાજી વિ. નો સંપર્ક થતાં જ અસંખ્ય બેઈન્દ્રિય જીવો ઉત્પન્ન થાય છે. તેને ખાવાથી તે જીવોની હિસાનો મહાદોષ લાગે છે. માટે તે અભક્ષ્ય છે.

ધ્યાનમાં રાખો :-

- દહીંવડા, રાયતું, કઢી, દહીંવાળા શાક (ગઢા વિ.) બનાવતા પૂર્વે જ દહીં કે છાસ ને સખત ગરમ કર્યા ન હોય તો દ્વિદળ થાય. એટલે પૂર્વે જ ગરમ કરવા. કઢીમાં પણ લોટનું અટામણ કરતાં પૂર્વે જ છાસ ગરમ કરવી.
- જમ્યા પછી મોઢું બરાબર ચોખ્ખું કર્યા વિના કાચી છાસ પીવાથી દ્વિદળ થાય.
- ઈંડલી, ઢોંસા. વિ. માં દહીં ગરમ કર્યા વિના આથો નાખવાથી દ્વિદળ થાય.
- બજારુ કેરીના રસમાં કાંચા દૂધનું મિશ્રણ સંભવિત છે. તેની સાથે પણ કઠોળ વપરવાથી દ્વિદળ થાય.
- દહીં, છાસ, શ્રીખંડ, કાચું દૂધ મેળવીને બનાવેલી ચા કે કોફી સાથે પાપડ, ચણાના લોટની કઢી, મેથીની ભાજી, મેથીવાળા અથાણાં, સેવ/ગાંઠિયા વિ... ચણાના લોટના ફરસાણ, અડદદાળના ઢોકળા વિ..., મગ વિ..કઠોળ, વટાણા, ચોળી, દાળિયા, વાલોળ વિ... દ્વિદળ થાય છે.

- ઉપરોક્ત વસ્તુઓના વાસણ એક સાથે ધોવાથી, એક જ નેપકીનથી તેવી વસ્તુવાળા હાથ લૂછવાથી, તેવી વસ્તુવાળા નેપકીન એક સાથે ધોવાથી પણ દ્વિદળ થાય.
- મેથીના થેપલા, મેથીની કઢી વિ. બનાવવામાં દહીં ગરમ કર્યું ન હોય તો દ્વિદળ થાય..

દહીં ગરમ કરવાની રીત

- દહીંને કુકરમાં બાફી નાખવાથી (૩ સીટી વગાડીને) દહીં ફાટતું નથી.
- છાસમાં મીઠું નાખીને ગરમ કરવાથી ફાટતી નથી.
- ગરમ કરેલા દહીં/છાસ; કાળ ન પહોંચ્યો હોય તો બીજે દિવસે ખપે છે, પણ તેને કઠોળ સાથે વાપરતાં પૂર્વે ફરી ગરમ કરવા પડે. નહીં તો દ્વિદળ થાય.
- સવારે પહેલું જ કામ દહીં ગરમ કરવાનું કરવાથી રસોડામાં દ્વિદળની વિરાધનાની સંભાવના જ રહેતી નથી.

મહાભારતમાં કહ્યું છે કે
કાચા ગોરસ (દૂધ/દહીં)
સાથે કઠોળ ખાવાથી
માંસભક્ષણનું પાપ
લાગે છે.

૪. અનંતકાય

જેના સોયની અણી જેટલા પ્રત્યેક કણમાં, અનંત જીવો હોય છે. તેને અનંતકાય કહે છે. તેને ખાવાથી અનંત જીવોની હિંસા થાય છે, જે મહાપાપ હોવાથી અનંતકાય અભક્ષ્ય છે.

- સર્વ પ્રકારના કંદમૂળ બટેટા, કાંદા, લસણ, ગાજર, સૂરણ, આદુ, લીલી હળદર વિ.
- ચોમાસામાં ખાદ્ય પદાર્થો પર થતી સફેદ ફૂગ
- પાણીમાં જામી જતી સેવાળ.
- ભીની જગ્યા / દિવાલો પર થતી લીલ.
- ફણગાવેલાં કઠોળ ● પાલકની ભાજી.

ધ્યાન રાખો :-

- બરફ, એ પાણીનું ઘનરૂપ છે. દશવૈકલિક સૂત્રની ટીકામાં બતાવ્યું છે કે જ્યાં પાણી(સ્થિર) હોય ત્યાં અનંતકાયની ઉત્પત્તિ થાય છે. એટલે બરફની અંદર નિગોદની ઉત્પત્તિ સંભવિત છે.
- બે-ત્રણ કલાકથી વધુ સમય પલાળી રાખેલા કઠોળમાં ફણગા ફૂટવાની સંભાવના છે, જે અનંતકાય છે.
- બજારની ચા કે શેરડીનાં રસ માં આદુ નાખ્યું હોય તેવી સંભાવના છે, જે અનંતકાય છે.
- ચોમાસામાં ભેજના કારણે ખાદ્ય પદાર્થ પર ફૂગ લાગે તો તે ખવાય નહીં, સાફ પણ ન કરાય. નિર્જન સ્થાને છોડી દેવી જોઈએ.
- ચોમાસામાં અથાણા, મિઠાઈ વિ. ખાતાં પહેલાં ફૂગ નથી તેની ખાતરી કરી લેવી જોઈએ. લાડવા તોડીને જોવાથી ઘણીવાર અંદરથી ફૂગ જોવા મળે છે. તેમ પડી રહેલા મેલા કપડાં, ચામડાના ચપ્પલ-બૂટ, નોટના પૂંઠા,

સાબુ વિ... પર પણ ફૂગ લાગે છે.

- પાણી જમા થાય ત્યાં લીલ થાય છે. તેના પર ચલાય નહીં, સાફ પણ ન કરાય. ચોમાસું આવતા પહેલા કમ્પાઉન્ડમાં, અગાસીમાં, દિવાલ પર ડામર કે સફેદ ઓઈલપેંટ લગાડવાથી લીલ નથી થતી.
- માટલું જો બરાબર સાફ ન કરાય તો અંદર નીચેના ભાગમાં અને નળના ભાગમાં લીલ થાય છે. બે દિવસના માટલા વારા ફરતી રાખવાથી-બીજે દિવસે એકદમ કોરું થઈ જવાથી લીલ નથી થતી.
- નળના ખૂણા, બાથરૂમ-વોશ બેસીનના ખાળમાં લીલ થતી હોય છે.
- ઘણીવાર જમણવારમાં ચટણી પાલકની બનાવાય છે, જે અનંતકાય છે.
- નળની કોથળી પણ જો સાફ ન રખાય તો તેમાં લીલ થઈ જતી જોવા મળે છે.

જરા ધ્યાનથી વાંચો :-

- અનંતકાય (નિગોદ)ના દરેક કણમાં અસંખ્ય શરીર હોય છે અને દરેક શરીરમાં અનંત જીવ હોય છે.
- આજ સુધી જેટલા આત્માઓ મોક્ષમાં ગયા છે. જાય છે અને જશે તે અનંત જીવો કરતાં અનંત ગુણા જીવો નિગોદના એક કણમાં હોય છે.
- ચૌદ રાજલોકના નિગોદ સિવાયના સર્વ જીવો (પૃથ્વી, પાણી, અગ્નિ, હવા, પ્રત્યેક વનસ્પતિ, બેઈન્દ્રિય, તેઈન્દ્રિય, ચૌરિન્દ્રિય, પંચેન્દ્રિય, તિર્યચ, નરક, દેવ અને મનુષ્ય)ના સરવાળા કરતાં અનંત ગુણા જીવો નિગોદના એક કણમાં હોય છે.

૫. ઈંડાં / માંસ

- ઈંડાં / માંસ ખાવાથી પંચેન્દ્રિય જીવોની હત્યાનું પાપ લાગે છે. એટલે સર્વ શાકાહારીઓએ એનો અવશ્ય ત્યાગ કરવો જોઈએ.

જી આ ચીજોમાં પ્રાણીજ તત્વો હોવાની સંભાવના છે :-

- આઈસક્રીમ, ટૂથપેસ્ટ
- બજારના બિસ્કીટ, કેક, પિપરમેન્ટ, ચોકલેટ વિ. માં ઈંડાનો રસ, હાડકામાંથી બનેલો જિલેટીન પાવડર હોવાની સંભાવના છે.
- ચાઈનીઝ પદાર્થો, ચીઝ, વિ.માં પણ ઈંડાં / પ્રાણીજ તત્વો હોવાની સંભાવના છે.
- કેલ્શિયમની ગોળી, એલોપથી દવાઓ પ્રાણીજ તત્વોથી બનતી હોવાની સંભાવના છે.
- ફુટ સલાડ માં નખાતો કસ્ટર્ડ પાવડર.
- નાહવાના સાબુ, લિપસ્ટીક વિ. કોસ્મેટિક પદાર્થો.
- કેપ્સ્યુલ જિલેટીન માંથી બને છે, જે પ્રાણીજ હોવાની સંભાવના છે.
- કોલ્ડ ડ્રિંક્સમાં પણ પ્રાણીજ પ્રદાર્થો હોય છે, તેવું અમેરિકન મેગેઝિન ૫ અર્થ આઈલેન્ડ જર્નલ જણાવે છે.

જી તમે જાણો છો ? :-

કે તમે જીવતાં બેઈન્દ્રિય જીવો ચાવી રહ્યા છો ? જો તમે...

૧. બજારની કે જમણવાર વિ. માં વાસી બંગાળી મીઠાઈ ખાવ છો...
૨. કાચા માવાની મીઠાઈ-પેંડા-બરફી-ગુલાબજાંબુ ખાઈ રહ્યા છો...
૩. કાચી ચાસણીની વાસી બુંદી/લાડુ ખાઈ રહ્યા છો...

૬. રાત્રિભોજન

- જ્યાં સૂર્યપ્રકાશ નથી પછી ભલે બલ્બ/ટ્યુબલાઈટ નો પ્રકાશ ગમે તેવો હોય; ત્યાં મચ્છર વિ. જીવોની પ્રચુર ઉત્પત્તિ થાય છે, એ સહુનો અનુભવ છે. રાત્રે ખાવાથી આ જીવોની હિંસા થાય છે. તેથી રાત્રિભોજન અભક્ષ્ય છે. છોડવું જોઈએ.
- દિવસે બનાવી દિવસે ખાવું. - રાત્રે બનાવી રાત્રે ખાવું. દિવસે બનાવી રાત્રે ખાવું. - રાત્રે બનાવી દિવસે ખાવું. આ ચારમાં માત્ર પ્રથમ ભાંગો શુદ્ધ છે. બાકીના ત્રણેમાં દોષ લાગે છે. એટલે રાત્રે કોઈ રસોઈ પણ ન બનાવાવી, રોટલી વિ. પણ સૂર્યાસ્ત પૂર્વે શેકી લેવા જોઈએ. શાક પણ ન સુધારવું જોઈએ.
- અંધારાવાળી જગ્યામાં ખાવાથી પણ રાત્રિભોજનનો દોષ લાગે છે.
- સવારે સૂર્યોદય પૂર્વે રસોઈ ન બનાવવી જોઈએ.

- રાત્રિભોજન નરકનું દ્વાર છે.

- અન્ય શાસ્ત્રોમાં રાતના પાણી પીવાથી લોહી પીવાનું અને રાત્રે ખાવાથી માંસ ખાવાનું પાપ બતાવ્યું છે.

૭. અન્ય અભક્ષ્ય પદાર્થો

- અનેક જીવોની હિંસાથી બનતું મધ અભક્ષ્ય છે.
- છાસથી જુદા પડેલા માખણમાં તે જ ક્ષણે અસંખ્ય ત્રસ જીવોની ઉત્પત્તિ થતી હોવાથી તે અભક્ષ્ય છે. ઘી બનાવવા માટે માખણને છાસમાં રાખીને જ ગરમ કરવું.
- મિઠાઈની ઉપર નખાતી ખસખસ બહુબીજ હોવાથી અભક્ષ્ય છે.
- રીંગણાં-તામસી હોવાથી અભક્ષ્ય છે.
- કોબી/ફલાવર ના પાંદડામાં અનેક સૂક્ષ્મ ત્રસ જીવોની સંભાવના હોવાથી ત્યાગ કરવા યોગ્ય છે. કેટલાક જયણાવંત શ્રાવકો કોબીના એક એક પાંદડાને અલગ કરીને, જીવોની જયણા કરીને સુધારે છે.
- જેમાં ખાવાનું ઓછું, ફેંકવાનું વધારે હોય એવી તુચ્છ વસ્તુઓ બોર, સીતાફળ વિ. ત્યાજ્ય છે.
- મૂળાના (ભાજી સહિત) પાંચેય અંગ અભક્ષ્ય છે.
- લીંબુના ફૂલ હિંસક રીતે બનતાં હોવાથી ત્યાજ્ય છે.
- જેમાં એકબીજાને અડેલા ઘણાં બી હોય તે બહુબીજ કહેવાય છે. તે પણ અભક્ષ્ય છે, જેમકે અંજીર.
- સાબુદાણા બનાવવાની પ્રક્રિયા અતિહિંસક હોવાથી ત્યાજ્ય છે.
- અજાણ્યા ફળ, મદિરા (દારૂ), માટી, ઝેર પણ અભક્ષ્ય છે.

૮. આ વસ્તુઓના ઉપયોગમાં ધ્યાન રાખો

- વટાણા, ભીંડા જેવા શાકમાં ઈયળો ઘણી હોય છે. તેને સુધારવા/છોલવામાં ઉપયોગ રાખવો જોઈએ. કેટરરના માણસો જીવદયાના પરિણામ રહિત હોવાથી એ જીવોને મારી નાખે છે. એટલે જમણવારમાં શ્રાવકોએ જ તેને જયણાપૂર્વક સુધારવા જોઈએ.
- મેથીની ભાજીમાં તે જ રંગની જીવાત હોય છે. બરાબર ચાખ્યા વિના ન વાપરવી.
- કેસરમાં ચોમાસામાં તે જ રંગની જીવાત ઉત્પન્ન થાય છે. અટલે 'આઈ ગ્લાસથી' જોઈને જ વાપરવું જોઈએ.
- પોંઆમાં પણ જીવોત્પત્તિ થાય છે. તેથી ચાળીને જ વાપરવા જોઈએ.
- બધા જ લોટ ઉપયોગમાં લેતા પૂર્વે ચાળવા જોઈએ.
- સાકરમાં કીડી થાય છે. જોયા વિના દૂધ/ચા વિ. માં નાખીએ તો મરી જાય છે. તેથી પહેલા ખુલ્લા વાસણમાં કાઢી, જોઈને વાપરવી.
- ગોળની અંદર મંકોડા હોય છે. આખો મોટો ટૂકડો જ દાળ વિ..માં ન નાખતાં ભાંગીને જોઈને નાખવો જોઈએ.
- અનાજમાં ધનેડા થાય છે. તેથી દળતા પૂર્વે ચાળવા-વીણવા જોઈએ. બજારમાં મળતા લોટમાં આવી જયણા ન હોવાથી તે જીવો ભેગા દળાય છે.
- ગેસનું બર્નર સળગાવતા પૂર્વે પૂંજણીથી કોમળતાપૂર્વક સાફ કરવું જોઈએ. ઘણીવાર તેના પર કીડીઓ થાય છે. સાંજે તેને કપડાથી બાંધી કે વાટકાથી ફીટ ઢાંકી દેવો જોઈએ. તો કાણાંમાં જીવ પ્રવેશ ન કરે.

૬. જયણા

- કીડી - હળદર, કંકુ, કેરોસીન, બામ, કપૂર, ડામરની ગોળીની વાસથી દૂર ભાગે છે, મરતી નથી.
- અથાણાંની શીશી પર દિવેલ લગાવવાથી કીડીઓ નથી આવતી.
- મંકોડા - કપૂરથી દૂર થાય છે.
- મચ્છરથી બચવા માટે મચ્છરદાની વાપરી શકાય. તેની 'મેટ'થી ક્યારેક મચ્છરો મરી પણ જાય છે.
- પુસ્તકો વિ.માં ડામરની ગોળી, ઘોડાવજ વિ. રાખવાથી ઊધઈ થતી નથી.
- ઉંદરો લાલ મરચાના પાઉડરથી દૂર ભાગે છે.
- ગરોળી મોરપીંછથી દૂર રહે છે.
- કપડા ધોતાં પહેલાં ખિસ્સા વિ. બરાબર જોઈ લેવા જોઈએ. ઘણીવાર તેમાં માંકડ હોય છે.
- એંઠા ખોરાક, પાણી માં ૪૮ મિનિટ પછી અસંખ્ય સંમૂર્ણમ મનુષ્યોની ઉત્પત્તિ થાય છે. એટલે એંઠું ન મૂકવું. થાળી ધોઈને પી લેવી. ત્યાર પછી કપડાથી લૂછીને કપડું સૂકવી દેવું જોઈએ. પાણી પીધા પછી ગ્લાસ લૂછીને મૂકવો જોઈએ. કંઈ એંઠું (કોકમ વિ.) નાખી દેવું પડે તો માટીમાં ચોળી નાખવું જોઈએ.
- એ જ રીતે શરીરનો મેલ, પસીનો, લોહી, મળ, મૂત્ર આદિ બધામાં બે ઘડી પછી અસંખ્ય સંમૂર્ણમ મનુષ્યોની ઉત્પત્તિ થાય છે. એની વિરાધનાથી બચવા ગુરુ ભગવંતનું માર્ગદર્શન લેવું.
- મકાનમાં લોન/ વનસ્પતિ ઉગાડવાથી અનેક જીવોની હિંસા થાય છે. દરેક વનસ્પતિની કૂંપળો અનંતકાય હોય છે. વળી છોડના ફૂંડા, ઘાસની નીચે લીલ ઉત્પન્ન થાય છે. એટલે અતિશય વિરાધક એવી આ પ્રવૃત્તિ ન કરવી.

- ઘાસ પર ચાલવાથી ઘાસના જીવોને ભયંકર પીડા થાય છે. ગર્ભવતી સ્ત્રીના પેટ પર ચાલવાથી ગર્ભનાં જીવને જેવી પીડા થાય, તેવી પીડા વનસ્પતિના જીવને થાય છે. એટલે ઘાસ પર ચાલવું નહીં. લોન ઉગાડવી નહીં...
- વીજળીથી ચાલતા સાધનો માં તેઉકાયની વિરાધના પુષ્કળ થાય છે. તેથી તેના ઉપયોગમાં પણ નિયંત્રણ કરવું જોઈએ. પંખા જેવા ફરતા સાધનોથી અસંખ્ય વાઉકાયની વિરાધના થાય છે. તેથી તેની પણ જયણા રાખવી જોઈએ.
- પ્લાસ્ટિકની થેલીને જ્યાં ત્યાં ફેંકવાથી પશુઓના પેટમાં જઈને તેમના મોતનું કારણ બને છે. એટલે પ્લાસ્ટિક થેલીનો ઉપયોગ જ ન કરવો. કરવો પડે તો જ્યાં ત્યાં ન ફેંકવી.
- ઘી, તેલ વિ. ના વાસણ કે ગરમ પાણી ખુલ્લું રાખવાથી તેમાં મચ્છર, માખી વિ. ઊડતાં જીવો પડીને મરી જાય છે.
- સાફસફાઈ ન થતી હોય ત્યાં કુંથુઆ ઉત્પન્ન થાય છે.
- બારી-બારણા વિ. ને સ્ટોપર ન હોય, હવાથી ફડાફડ થાય તો અનેક જીવો ચગદાઈને મરી જાય છે.
- જોયા વિના સ્કૂટર/ગાડી ચાલુ કરવાથી બિલાડી/ગલૂડિયાં મરી જવાની સંભાવના રહેલી છે.
- જોયા વિના સાફસફાઈ કરવાથી ઈંડાં ફૂટી જવાની સંભાવના રહેલી છે.

જીવોની જયણા માટે ખાસ વાંચો :

જયણાપોથી

પ્રકાશક : સમકિત યુવક મંડળ, નિરવ ડી. શાહ,
૧૨, શમાસદન, રોડ નં. ૮, દોલતનગર, બોરીવલી(ઈસ્ટ),
મુંબઈ-૪૦૦૦૬૬. ફો. ૨૮૯૩૧૯૩૮

૧૦. પાણી

પાણી સ્વયં અપ્કાય - એકેન્દ્રિય જીવ છે. ઉપરાંત રાત રહેલા પાણીમાં અસંખ્ય ત્રસ જીવો ઉત્પન્ન થાય છે. વૈજ્ઞાનિકોએ પણ પાણીના ૧ ટીપામાં ૩૬,૦૦૦ ત્રસ જીવો જોયા છે. એવા પાણીને ગાળ્યા વિના વાપરવાથી આ બધા જીવોની હિંસા થાય છે. એટલે પાણી હંમેશા ગાળીને જ વાપરવું. આગલે દિવસે ગાળેલું પાણી પણ બીજે દિવસે ગાળીને ફરી વાપરવું.

ધ્યાન રાખો :-

- મિનરલ વોટર અળગણ હોય છે. તેથી ન વાપરવું જોઈએ.
- હોટલ કે પરબ વિ. ના પાણી અળગણ હોવાની પૂરી શક્યતા છે.
- પાણી ગરમ કરવાના ગીઝર, શાવર માં અળગણ પાણી જાય છે. તેથી અસંખ્ય ત્રસ જીવોની વિરાધના થાય છે.
- પાણી પર ચાલવું - ભીંજવું - નદીમાં ન્હાવું - સ્વિમિંગ પૂલમાં તરવું આ બધાથી પાણીની અને ત્રસ જીવોની પ્રચુર હિંસા થાય છે.
- હોટલ વિ.ના શરબત, જ્યુસ, ચા વિ.માં અળગણ પાણી વપરાતું હોય તેવી પૂરી શક્યતા છે.
- ગાળેલા પાણીનો વપરાશ પણ માપસર અને કોમળતાપૂર્વક કરવો જોઈએ. પાણીનો વેડફાટ, બેફામ વપરાશ, ખુલ્લા નળમાંથી ધોધ પાડવા વિ. માં ખૂબ વિરાધના થાય છે.

પાણી શી રીતે ગાળશો ? :-

- જાડા સુતરાઉ કાપડથી ગાળવું જોઈએ. કપડામાં જે જીવો રહી જાય તેને સંખારો કહેવાય. તેને સૂકવવો નહીં- તેના પર ધીરેથી ગાળેલા પાણીની ધાર કરી, તેને પાણીના મૂળ સ્થાનમાં જ ધીરેથી નાખી દેવો જોઈએ.
- નળની કોથળીનો ઉપયોગ ઉચિત નથી. કારણ કે તે સૂકાઈ જતાં સંખારાના જીવો પાણી વિના મરી જાય છે, છતાં તે સિવાય કોઈ વિકલ્પ ન જ હોય તો સંખારાની યોગ્ય જયણા કરવી જોઈએ.

- પાણીના દરેક જીવનું શરીર જો સરસવ જેટલું થાય તો એક ટીપાના જીવો, એક લાખ યોજન (૩૨ કરોડ માઈલ) પહોળા જંબૂદ્વીપમાં સમાઈ ન શકે, એટલા જીવો હોય છે. -સંબોધ સિત્તરી
- અળગણ પાણીનું એક ટીપું વાપરવાથી, નગરને બાળવાનું પાપ લાગે તેવું લૌકિક શાસ્ત્રોમાં કહ્યું છે.
- પાણીમાં રહેલા જીવોને ગાળીને બચાવવાથી, મરીને દેવ થયેલા તે જીવોએ બચાવનારને રાજા બનાવ્યો, તેવું દૈષ્ટાંત શાસ્ત્રોમાં છે.

૧૨,૧૦ કે છેવટે
પાંચ પર્વતિથિ

(સુદ પાંચમ, બે આઠમ, બે ચૌદશ)
પર્યુષણ, ચૈત્ર અને આસોની
શાશ્વતી ઓળી આ પર્વ દિવસોમાં સર્વ
પ્રકારની લીલોતરી શાકભાજી, ફળ, લીલાં
મરચાં,
લીંબુ, કોથમીર લીમડો,
કાચાં-પાકાં કેળા વિ. નો
ત્યાગ કરવો જોઈએ.

૧૧. સચિત / અચિત

- પાણી (૩ ઉકાળા પૂર્વક) ઉકાળવાથી અચિત થાય છે. અને શિયાળામાં ૪, ઉનાળામાં ૫ અને ચોમાસામાં ૩ પ્રહર અચિત રહે છે. ત્યારબાદ ફરી સચિત થાય છે. (૧ પ્રહર=દિવસનો ચોથો ભાગ)
પૂરું નહીં ઉકળેલું પાણી મિશ્ર હોય છે.
- પાણીમાં લીંબુ / સાકર વિ. નાખવાથી પણ તે ૪૮ મિનિટ પછી અચિત થાય છે. અને ઉપરની જેમ ૪-૫-૩ પ્રહર અચિત રહે છે.
- ફળ સુધાર્યા, છાલ ઉતાર્યા, બી કાઢ્યા બાદ ૪૮ મિનિટ પછી અચિત ગણાય છે.
- ફળના, શાકભાજીના રસ કે જ્યુસ વિ.માં બી ન હોય તો તે પણ બે ઘડી પછી અચિત ગણાય છે.
- શાકભાજી માત્ર સુધારવાથી અચિત નથી થતા. તેને વધારવા / ચડાવવા આવશ્યક છે.
- દાડમના બી સચિત હોય છે. તેથી ઉપરથી નાખ્યા હોય તેવી કોઈપણ વસ્તુ પણ સચિત થાય.
- જમરૂખના બી કડક હોવાથી શાક બનાવવા છતાં પ્રાયઃ ચડતાં ન હોવાથી અચિત નથી થતા.
- કાકડી વિ. શાક, કાચી કેરીનું અથાણું પણ બરાબર ચડાવ્યું ન હોય, કાચું હોય તો સચિત રહે છે.
- મીઠું ભઠ્ઠીમાં શેકેલું હોય તો જ્યાં સુધી ભેજ ન લાગે ત્યાં સુધી અચિત રહે છે.
તાવડીમાં શેકેલું હોય તો...
ચોમાસામાં - ૭ દિવસ
શિયાળામાં - ૧૫ દિવસ
ઉનાળામાં - ૧ મહિનો અચિત રહે છે.

૧૨. વ્રત નિયમ

હજારો અભ્યક્ષ્ય વસ્તુઓમાંથી ઘણી તો તમે ખાતાં જ નથી અને આ પુસ્તક વાંચ્યા પછી ઘણું છોડવાનો નિર્ણય કર્યો હશે.

પણ જો તમે તેનો નિયમ ન લો, તો તે પાપ ન કરવા છતાં, તેનું આંશિક પાપ લાગ્યા જ કરે છે, કારણકે તેની શક્યતા પડી છે.

એટલે, જેનો ત્યાગ કરવો છે. તેનો નિયમ ગુરુ ભગવંત પાસે તરત જ લઈ લેવો. ગુરુ ભગવંતનો સંયોગ ન જ હોય તો જાતે પણ આ સૂત્રથી પર્યક્ષપણ લઈ લેવું.

ધારણા અમિત્રહ પર્યક્ષખામિ,
અત્રત્થણાભોગેણં, સહસાગારેણં, મહત્તરાગારેણં,
સત્ત્વસમાહિવત્તિયાગારેણં વોસિરામિ.

ભૂલથી નિયમનો ભંગ થાય, તે પાપ નાનું છે. નિયમ જ ન લેવો, તે પાપ મોટું છે. આવશ્યકતા હોય તો નિયમમાં છૂટ રાખી શકાય છે.

- જે પાપ ન કરીએ તેનું પણ જો પર્યક્ષપણ ન હોય તો અવિરતિના કારણે પાપ લાગ્યા જ કરે છે...
- ૧૨ વ્રત અને ૧૪ નિયમ લેવાથી આવા ઘણા નિર્રર્થક પાપોથી બચી જવાય છે.

અભ્યર્થના...

જો તમને...

આ પુસ્તિકામાં કશુંક નવું જાણવા મળ્યું હોય..

આ પુસ્તિકા ઉપયોગી જણાતી હોય;

તો તેનો સ્વજનો-મિત્રોમાં પ્રચાર અને પ્રસાર કરશો.

કોઈકને તેનાથી સમ્યગ્જ્ઞાન મળશે.

કોઈકનું જીવન - પરિવર્તન થશે અને અનેક જીવોને બચાવવામાં

નિમિત્ત બનાવાનો લાભ તમને પણ મળશે.



આ વિષયની વિસ્તૃત જાણકારી માટે વાંચો...

રિસર્ચ ઓફ ડાઈનિંગ ટેબલ

પ્રકાશક :

અર્હદ્ધ ધર્મ પ્રભાવક ટ્રસ્ટ,

૧૭, ઈલોરા પાર્ક, નારણપુરા ચાર રસ્તા, અમદાવાદ - ૩૮૦૦૧૩.

આ પુસ્તિકા ભેટ મોકલવા માટે માત્ર ૧ રૂ. ની સ્ટેમ્પ લગાડીને
પોસ્ટ કરવું. સાથે

'Printed Books only' Posted under clause

121 & 114(7) of P&T guide એમ લખવું.

એક જીવની હિંસાથી આપણા ઓછામાં
ઓછા ૧૦ મોત નક્કી થાય છે.

- ઉપદેશમાળા, પૂ. ધર્મદાસગણિ

અહિંસાની અંદર
સર્વ ધર્મો આવી મળે છે.

- સંબોધ સિતરિ, રત્નશેખરસૂરિ મ. સા.

જયણા જ ધર્મની જનક છે,
પાલક છે, વર્ધક છે.

- પૂ. હરિભદ્રભૂરિ મ. સા.

ષડ્જીવનિકાયની શ્રદ્ધા

એ જ સમ્યગ્દર્શન

ષડ્જીવનિકાયની રક્ષા

એ જ સમ્યક્ ચારિત્ર

- દશાવેકાલિક સૂત્ર ટીકા, હરિભદ્રસૂરિ મ. સા.

હિંસાના વિચારો જ તંદુલિયા
મત્સ્યને સાતમી નરકમાં રવાના કરે છે.

-ધર્મખિંદુ ટીકા, મુનિચંદ્રસૂરિ મ. સા.