

(C) आहारदान की निम्न आवश्यक पात्रतायें एवं निर्देश-

1. आहारदाता का प्रतिदिन देवदर्शन का नियम, रात्रि भोजन का त्याग, सप्त व्यसनों का त्याग तथा सच्चे देव, शास्त्र, गुरु को मानने का नियम होना चाहिये।
2. जिनका आय का श्रोत हिंसात्मक व अनुचित न हो। (शराब का ठेका, जुआ, सट्टा खिलाना, कीटनाशक दवायें, ब्यूटी पार्लर, नशीली वस्तु का व्यापार, आतिशबाजी आदि)
3. जिनके परिवार में जैनेत्तरों से विवाह संबंध हुआ हो अथवा जिनके परिवार में विधवा विवाह संबंध हुआ हो। वे परिवार पहले संघ प्रमुख से चर्चा करें फिर आहारदान दें।
4. जो अपराध, दिवालिया, पुलिस केस, सामाजिक प्रतिबंध आदि से परे हो (मूर्ख न हो, कंजूस, दरिद्र, निंघ न हो)
5. जो हिंसक प्रसाधनों (लिपिस्टिक, नेलपेंट, चमड़े से बनी वस्तुएँ, लाख की चूड़ी, हाथी दांत व चीनी के आभूषण) रेशम के वस्त्रो, सेंट, पाउडर क्रीम, डियोडरेन्ट आदि का उपयोग न करते हों एवं नाखून बढ़ाये न हों।
6. जो किसी भी प्रकार के जूते, चप्पल आदि का निर्माण या व्यवसाय करते हैं। वे भी आहार देने के पात्र नहीं हैं।
7. जो भ्रूण हत्या, गर्भपात करते हैं, करवाते हैं एवं उसमें प्रत्यक्ष/परोक्ष रूप से सहभागी होते हैं। (संबंधित दवाई आदि बेचने के रूप में) वे भी आहार देने के पात्र नहीं हैं।
8. जो हिंसक खाद्य पदार्थों जैसे कंपनी पैक आइसक्रीम, नमकीन, चिप्स, बिस्कुट, चॉकलेट, नूडल्स, स्नेक्स, कोल्ड ड्रिंक्स, टूथपेस्ट, टूथ पाउडर, जैम, सोस, ब्रेड, च्युंगम आदि का प्रयोग नहीं करते हों।
9. यदि शरीर में घाव हो या खून निकल रहा हो एवं बुखार, सर्दी, खाँसी, कैंसर, टी.बी., सफेद दाग आदि रोगोंके होने पर आहार न देवें।
10. रजस्वला स्त्री छठवें दिन साधु को आहार देने के योग्य शुद्ध होती है। अशुद्ध के दिनों में चौके से संबंधित कोई कार्य नहीं करें और खाद्य सामग्री शोधन भी न करें। बर्तन भी जो स्वयं के प्रयोग में लिये हैं, उन्हें अग्नि के द्वारा शुद्ध करना चाहिए। गर्भवती महिला 5वें महीने तक ही आहार दे सकती हैं।
11. पाद प्रक्षालन के बाद गंधोदक की थाली में हाथ न धोयें तथा सभी लोग गंधोदक अवश्य लें।
12. चौके में पैर धोने के लिये प्रासुक जल ही रखें और सभी लोग पैर (ऐड़ी से) अच्छी तरह धोकर ही प्रवेश करें एवं अन्दर भी अच्छी तरह से हाथ धोवें।
13. पड़गाहन के समय साफ-सुथरी जगह में खड़े होवें। जहाँ नाली का पानी बह रहा हो, मरे जीव जंतु पड़े हो, हरी घास हो, पशुओं का मल हो, ऐसे स्थान से पड़गाहन न करें एवं साधुओं को चौके तक ले जाते समय भी इन सभी बातों का ध्यान रखें, पड़गाहन के बाद वाहन का उपयोग नहीं करें।
14. नीचे देखकर ही साधु की परिक्रमा करें एवं परिक्रमा करते समय साधु की परछाई पर पैर न पड़े, इसका ध्यान रखें।
15. साधु के पड़गाहन के बाद पूरे आहार करायें एवं आवश्यक कार्य से बाहर जाने के लिये साधु से अनुमति लेकर जावें।
16. जब दूसरे के चौके में प्रवेश करते हैं, तो श्रावक एवं साधु की अनुमति लेकर ही प्रवेश करें।
17. नीचे देखकर जीवों को बचाते हुए प्रवेश करें। यदि कोई जीव दिखे तो उसे सावधानी से अलग कर दें।
18. पूजन में द्रव्य एक ही व्यक्ति चढ़ाये, जिससे द्रव्य गिरे नहीं क्योंकि उससे चीटियाँ आती है। उठते समय हाथ जमीन से न टेकें।
19. पाटा पड़गाहन के पूर्व ही व्यवस्थित करना चाहिये एवं ऐसे स्थान पर लगाना चाहिये, जहाँ पर पर्याप्त प्रकाश हो, ताकि साधु को शोधन में असुविधा न हो।
20. सामग्री एक ही व्यक्ति दिखाये जो चौके का हो, और जिसे सभी जानकारी हो। और खाली थाली भी हाथ में रहे।
21. महिलायें एवं पूरुष सिर अवश्य ढांककर रखें। जिससे बाल गिरने की संभावना न रहे। बालों में इलास्टिक की पट्टी लगाकर धोती फंसा लें। क्योंकि आहार सामग्री में बाल गिरने से अधिकांश अंतराय आते है।
22. शुद्धि बोलते समय हाथ जोड़कर शुद्धि बोले। हाथ में आहार सामग्री लेकर शुद्धि न बोले क्योंकि इससे थूंक के कण सामग्री में गिर जाते हैं, आहार के दौरान मौन रहें। बहुत आवश्यक होने पर ही सामग्री ढंककर सीमित बोलें।
23. पात्र में जाली ही बांधे एवं पात्र गहरा, बड़ा रखें जिससे यदि जीव गिरे तो डूबे नहीं, डूबने से जीव की मृत्यु हो सकती है।
24. जो श्रावक आहार देने में असमर्थ है वह आहार दिलाता है जो आहार दान देने के लिए प्रेरणा देने में भी असमर्थ है वह अनुमोदना से पुण्यार्जन करता है, समर्थ श्रावक को अनुमोदना से विशेष पुण्यार्जन नहीं होता। अनुमोदना तो प्रायः परोक्ष में की जाती है किन्तु आहार दान में असमर्थ होने पर प्रत्यक्ष में की जाती है।
25. भोजन सामग्री गरम बनी रहे, इसके लिये कोपर में अधिक तेज जल में सामग्री रखें अथवा बनी हुई भोजन सामग्री को किसी बड़े डिब्बे से ढक देने से भोजन सामग्री गरम बनी रहती है अथवा मिल्टन के बर्तन में रखें।
26. साधु जब अंजली में जल लेते हैं तो अधिकांशः जल ठंडा होता है, तभी साधु हाथ के अंगूठे से इशारा करते हैं, अर्थात् जल को गर्म देवें। यदि आपको दूध या जल गर्म लग रहा है तो पहले थोड़ा सा देवें।

आहार दान से बने महान

-:: आहारदान निर्देशिका ::-

(मैनेजमेंट ऑफ भाव एण्ड द्रव्य आहारदान कोर्स(M.B.A.C.)

(A) पूजन एवं आहारदान संबंधी निर्देश :-

1. पड़गाहन :-

हे स्वामिन । नमोस्तु, नमोस्तु, नमोस्तु, अत्र ...अत्र ... तिष्ठ...तिष्ठ... (मुनिराज के रूकने पर तीन परिक्रमा लगायें))

यदि आर्यिका माता जी हों तो - हे माता जी वंदामि...वंदामि...अत्र ...अत्र ... तिष्ठ...तिष्ठ...

यदि एलक जी, क्षुल्लक जी, क्षुल्लिका जी, हों तो हे स्वामी/हे माताजी इच्छामि, इच्छामि, अत्र...अत्र...तिष्ठ...तिष्ठ...

विधि मिलने पर :- हे स्वामी/हे माता जी ... मम गृह में प्रवेश कीजिए (गृह में प्रवेश के पूर्व कहें)

2 उच्चासन :- चौकी, पाटा पर विराजमान कराने हेतु कहें...हे स्वामी/ हे माता जी उच्चासन पर विराजमान होइये....

उच्चासन के पश्चात्

3. पाद प्रक्षालन :-

मुनिराज के चरण एक थाली में रखवाकर एक कलश में गुन गुना जल लेकर धोयें, चरण धोने के पश्चात् सभी लोग गंधोदक माथे पर लगायें। गंधोदक लगाने के बाद प्रासुक जल से सभी दाता अपने-अपने हाथ धोयें।

1. आहार नवधा भक्तिपूर्वक ही देवें, क्योंकि इस विधिपूर्वक दिया गया आहारदान ही पुण्य बंध का कारण होता है।

नवधा भक्ति :- (1) पड़गाहन (2) उच्चासन (3) पादप्रक्षालन (4) पूजन

(5) नमन (6) मनशुद्धि (7) वचनशुद्धि (8) कायशुद्धि (9) आहार एवं जलशुद्धि

नोट :- यदि साधु का नाम मालूम है तो नाम लेकर पूजन करें नहीं तो बिना नाम के भी पूजन कर सकते हैं। यदि साधु का स्वास्थ्य खराब है या समय नहीं है तो उदक चंदन आदि बोलकर अर्घ्य भी चढ़ा सकते हैं।

पूजन विधि :- पूज्य श्री जी के चरणों में हम, झुका रहे अपना माथा,

जिनके जीवन की हर चर्या, बन पड़ी स्वयं ही नव गाथा।

जैनागम का वह सुधा कलश, जो बिखराते हैं गली-गली।

जिनके दर्शन को पाकर के, खिलती मुरझाई हृदय कली ॥

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्र अत्र अवतर-अवतर संवोषट् आह्वानम् ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्र अत्र तिष्ठ-तिष्ठ ठःठः स्थापनम् ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्र अत्र मम सन्निहितो भव भव वषट् सन्निधिकरणम् ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्राय जन्म जरा मृत्यु विनाशनाय जलं निर्वपामीति स्वाहा ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्राय संसार ताप विनाशनाय चंदनम् निर्वपामीति स्वाहा ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्राय अक्षय पद प्राप्ताये अक्षतं निर्वपामीति स्वाहा ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्राय काम वाण विध्वं सनाय पुष्पम् निर्वपामीति स्वाहा ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्राय क्षुधा रोग विनाशनाय नैवेद्यं निर्वपामीति स्वाहा ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्राय मोहान्धकार विनाशनाय दीपं निर्वपामीति स्वाहा ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्राय अष्टकर्म दहनाय धूपं निर्वपामीति स्वाहा ।

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्राय मोक्ष फल प्राप्तये फलं निर्वपामीति स्वाहा ।

उदक चंदन तंदुल¹ पुष्पकैश्चरू-सुदीप-सुधूप-फलार्धकैः

धवल-मंगल-गान-रवाकुले मम गृहे² मुनिराज महम् यजे ॥

ॐ ह्रीं श्री सागर जी मुनीन्द्राय अनर्घ पद प्राप्तये अर्घ्यं निर्वपामीति स्वाहा ।

पाठान्तर :- 1. तंदुल

2. मम हृदये

पूजन के पश्चात्

5 नमन :-

सभी हाथ जोड़कर नमन करें, हे स्वामी नमोस्तु-3, नमन के पश्चात् सभी दाता हाथ धोकर भोजन की थाली जिसमें आहार सामग्री हो साधु को दिखायें, मुनिराज आहार सामग्री में से जो भी निकालने का इशारा करें उसे निकालकर अलग कर दें, मुनिराज के आहार में न दें।

भोजन की थाली दिखाने के पश्चात् :-

सभी चौके में उपस्थित दाता शुद्धि बोलें - मन शुद्धि, वचन शुद्धि, काय शुद्धि, आहार-जल शुद्धि है, हे स्वामी मुद्रिका छोड़ अंजुली बांध आहार ग्रहण करें।

शुद्धि के पश्चात् :-

एक जग में प्रासुक जल लेकर मुनिराज/आर्यिका के हाथ धुलवाएं। हाथ धोकर मुनिराज/आर्यिका सिद्ध भक्ति पढ़कर अंजुली बांधकर खड़े हों या बैठे हो तब दाता अंजुली में जल दें फिर ग्रास, दूध आदि से आहार, भक्ति श्रद्धापूर्वक सम्पन्न करायें।

सोला - सोलह प्रकार की शुद्धि -

11. **द्रव्य शुद्धि** - (अ) अन्न शुद्धि - खाद्य सामग्री सड़ी, गली, घुनी, एवं अभक्ष्य न हो (ब) जल शुद्धि - जल जीवानी किया हुआ हो, प्रासुक हो, नल का न हो। (स) अग्नि शुद्धि - ईंधन देखकर शोधकर उपयोग किया गया हो (द) कर्त्ता शुद्धि - भोजन बनाने वाला स्वस्थ हो तथा नहा धोकर साफ कपड़े पहने हों, नाखून बड़े न हों, अंगुली बगैरह कट जाने पर खून का स्पर्श खाद्य वस्तु से न हो, गर्मी में पसीना का स्पर्श न हो, या पसीना खाद्य वस्तु में न गिरे।
2. **क्षेत्र शुद्धि** - (अ) प्रकाश शुद्धि - रसोई में समुचित सूर्य का प्रकाश रहता हो (ब) वायु शुद्धि - रसोई में शुद्ध हवा का आना जाना हो (स) स्थान शुद्धि - आवागमन का सार्वजनिक स्थान न हो एवं अधिक अंधेरे वाला स्थान न हो। (द) दुर्गंधता से रहित-हिंसादिक कार्य न होता हो, गंदगी से दूर हो।
3. **काल शुद्धि** - (अ) ग्रहण काल - चन्द्र ग्रहण या सूर्यग्रहण का काल न हो। (ब) शोक काल - शोक, दुःख अथवा मरण का काल न हो। (स) रात्रि काल - रात्रि का समय न हो। (द) प्रभावना काल - धर्म प्रभावना अर्थात् उत्सव का काल न हो।
4. **भाव शुद्धि** - (अ) वात्सल्य भाव - पात्र और धर्म के प्रति वात्सल्य होना। (ब) करुणा का भाव - सब जीवों पर पात्र के ऊपर दया का भाव। (स) विनय का भाव - पात्र के प्रति विनय के भाव का होना। (द) दान का भाव - कषाय रहित, हर्ष सहित ऐसा भोजन हितकारी होता है, दान करने का भाव होना।

भोग भूमि का सोपान - आहारदान :-

1. साधु आहार के लिये निकल रहे हों अथवा आहार कर रहे हों, और शवयात्रा निकल रही हो, तो साधु से निवेदन करें कि आगे रास्ता गड़बड़ है, उनसे दूसरी गली में मुड़ने के लिये निवेदन करें और यदि आहार चल रहे हैं, तो बाजे की आवाज या रोने की आवाज आ रही हो तो थाली बजाना या म्युजिक आदि प्रारंभ करवा सकते हैं, जिससे साधु का अंतराय या अलाभ नहीं होगा।
2. बालक/बालिका आठ वर्ष के उपरांत आहार दे सकते हैं और विवेकशील समझदार नहीं हैं तो 16 वर्ष तक के होने पर भी नहीं दिलाना चाहिये।
3. विवेकी दाता अतिरिक्त सोला के कपड़े भी रखें, क्योंकि पहने हुये वस्त्र यदि अशुद्ध हो गये हों उनका प्रयोग किया जा सकता है, अथवा अन्य श्रावक को आहार देने के इच्छुक हैं, वे भी उन वस्त्रों का प्रयोग कर सकते हैं।
4. आहार देते समय जमीन पर यदि कोई वस्तु गिर जाती है तो विवेकी दाता उसे उठाकर एक ओर कर देता है व पुनः स्वच्छ प्रासुक जल से हाथ धोकर ही आहार देने में प्रवृत्त होता है।
5. चौके में चींटी आदि नहीं आये उसके लिये कर्पूर, हल्दी की चारों ओर बाउन्ड्री बना दें।
6. जिनका हरी का त्याग हो, वह गन्ने का रस नहीं ले सकता है, जिसके मीठे का त्याग हो, वह गन्ने का रस ले सकता है। छह रसों का त्यागी छाछ ले सकता है, क्योंकि छाछ रस में नहीं है, रस की यदि चासनी बन जाती है तो, हरी में नहीं रहेगा।
7. कोई भी पदार्थ कोशिश कर हाथ से नहीं दे चम्मच से दे क्योंकि उस पदार्थ पर हाथ की ऊष्मा का प्रभाव पड़ता है।
8. कभी भी एक हाथ से आहार नहीं दें, दोनों हाथों से दें अथवा दायें हाथ में बायें हाथ को लगा कर दें।
9. चौके में पाटा आदि घसीटे या सरकायें नहीं उठाकर रखें क्योंकि घसीटने से जीव झूहसा हो सकती है।
10. वस्तु खत्म होने पर दूसरी वस्तु चलाना प्रारंभ कर दें यह नहीं कहें कि खत्म हो गई।
11. चौके में मारो, काटो, चूरा-चूरा कर दो, टुकड़े-टुकड़े कर दूँ, पीस लो, गर्म कर लें, गुच्च दो, रगड़ दो, मसल दूंगा, आदि हिंसात्मक एवं अशोभनीय शब्दों का भी प्रयोग न करें, ऐसा बोलने से साधु अंतराय कर सकते हैं।

(D) मौसम के अनुसार स्वास्थ्य वर्धक आहार सामग्री

ग्रीष्म ऋतु में देने योग्य स्वास्थ्य वर्धक पदार्थ :- पेय पदार्थ - आम का पना (कच्चे आम उबालकर उसका रस), नीबू का पानी+पुदीना सूखा अथवा गीला+नमक+मीठा, ग्लूकोज (नमक+मीठा), बेल का रस, संतरे का रस, अनानास का रस, खरबूजे का रस, छाछ पतली (घी निकली हुई), आंवला सूखा, सौंफ का पानी, ठंडाई, गुड़, नीबू का पानी (अमृता)। ठोस पदार्थ-आंवला सूखा, पुदीना की चटनी, मुनक्का की चटनी, अन्य पदार्थ :- सतू (गेहूँ+चना), सिमैया आदि।

नोट-

वर्षा ऋतु में देने योग्य स्वास्थ्य वर्धक पदार्थ - गीला कपड़ा लपेटकर रखने से जूस, ठंडाई बगैरह गर्म नहीं होते हैं। पेय पदार्थ, छाछ, सौंठ डला, उबला पानी, पानी के दोष खत्म कर देता है। नीबू का पानी, नमक + मीठा (ग्लूकोज), घी, कालीमिर्च, हल्दी, सौंठ और पानी की उकाली, ठोस पदार्थ - करेला की सब्जी, खींच, सौंठ भी चला सकते हैं। सावधानी - इस मौसम में जठराग्नि मंद पड़ जाती है, इसलिये ज्यादा गरिष्ठ तथा तला हुआ, आहार नहीं चलाये, हल्का एवं सुपाच्य आहार दें।

शीत ऋतु में देने योग्य स्वास्थ्य वर्धक पदार्थ :- पेय पदार्थ - घी, काली मिर्च, हल्दी, सौंठ और पानी की उकाली। ठोस पदार्थ - मीठे पदार्थ, बाफला, बाटी, चना + गेहूँ की मिक्स रोटी, हरीरा, ज्वार, बाजारा की रोटी आदि।

वस्त्र कैसे होना चाहिये - एक वस्त्र पहनकर, फटा वस्त्र, जीर्ण, बहुत पुराना, छेद सहित, मलिन वस्त्र, काला, ऊन से बना हुआ, जल गया हो, चूहों के द्वारा करता गया, गाय भैंस द्वारा खाया गया, धुयें के वर्ण वाला, अत्यंत छोटा हो आदि इन वस्त्रों को पहिन कर आहार दान नहीं देना चाहिये, धोती दुपट्टे अखण्ड वस्त्र माने जाते हैं उन्हें ही पहिन कर आहार दान दें। (नोट - रेशम, टेरीकॉट, टेरीलीन, वूली, सिलकन, मखमल, ऊनी एवं कोरे वस्त्र (बिना धुले), जालीदार आदि वस्त्रनहीं पहनें और कलावा (धागा) आदि यदि पहने हों तो उन्हें गीला करके ही शुद्ध कपड़े पहने।)

(उमा स्वामी श्रावकाचार 55)

द्विदल क्या है - दो दल वाले अनाज/दाल (मूंग, उड़द, चना, मोंठ, अरहर, मसूर आदि अन्न) जिनकी दो दालें-फाड़ें होती हैं, ऐसे अन्न दही, छाछ (कच्चा, पक्का) के साथ देने से जीभ की लार के माध्यम से त्रस जीव पैदा होते हैं, और नष्ट होते हैं। जिन दालों का आटा बनता है, वे द्विदल होते हैं, जिनका तेल निकलता है, जैसे- मूंगफली, बादाम आदि के साथ द्विदल नहीं होता है।

आहार ही औषधि :-

आहार के बाद जब साधु अंजुलि छोड़ने के बाद कुल्ला करें तो उन्हें लौंग, हल्दी, नमक, माजुफल, शुद्ध सरसों का तेल, शुद्ध मंजन, अमृतधारा, नीबू का रस आदि अवश्य दें।

गेहूँ और चना की बराबर मात्रा वाले आटे की रोटी में अच्छी मात्रा में घी मिलाकर देने से तथा सादा रोटी चोकर सहित देने से स्वास्थ्य के लिये लाभदायक होती है।

एक जग पानी में अजवाइन डालकर उबाला हुआ पानी जब साधु जल लेते हैं, उसकी जगह चलाने से गैस के रोगों में आराम मिलता है।

आहार के अंत में सौंफ, लौंग, अजवाइन और नमक, सौंठ, हल्दी तथा गुड़ की डली, नीबू का रस अवश्य चलायें। सभी वस्तुएं मौसम, ऋतु के अनुसार मर्यादित भी होनी चाहिये। मसाले पूर्ण रूप से पिसे हों, तथा इनमें सकरे हाथ न लगायें, जब ये वस्तुयें चलायें तो चम्मच से पहले खाली प्लेट में शोधन करके चलायें और यदि साधु नहीं लेते हैं तो वापिस उसी में डाल दें भूलकर भी सकरे हाथ न लगायें क्योंकि सकरे हाथ लगा देने से उस पदार्थ की मर्यादा खत्म हो जाती है।

मूंग की दाल छिलके वाली ही बनायें तथा दाल का पानी भी घी मिलाकर देने से लाभदायक होता है।

जल एवं दूध के आगे पीछे खट्टे पदार्थ, दही, रस आदि भी न चलायें।

(E) निरन्तराय आहार हेतु सावधानियाँ एवं आवश्यक निर्देश :-

1. साधु के निरन्तराय आहार होवें, यह दाता की सबसे बड़ी उपलब्धि है। क्योंकि साधु की संपूर्ण धर्म साधना, चिंतन, पठन, मनन निर्वाध रूप से अविरोध अर्हनिश होती रहे, इस हेतु निरन्तराय आहार आवश्यक है। सावधानी रखना दाता का प्रमुख कर्तव्य है।
2. तरल पदार्थ (जल, दूध, रस आदि) जो भी चलायें, तुरंत छान कर देवें लेकिन प्लास्टिक की छन्नी का प्रयोग न करें और रोटी को पहले पूरी उजाले की ओर दोनों हाथों से पकड़कर धीरे-धीरे तोड़ने से यदि बाल बगैरह हो तो अटक जाता है।
3. पड़गाहन के पूर्व सभी सामग्री का शोधन कर लेवें। तथा चौके में जीव बगैरह न हो, बारीकी से देखें।
4. यदि साधु को आहार लेते समय घबराहट हो रही है, तो नींबू, अमृतधारा या हाथ में थोड़ा सा गीला बेसन लगाकर सुंघा दें।
5. बाहर के लोगों को कोई सामग्री न पकड़ायें, उनसे चम्मच से (तरल पदार्थ गिलास से) चलवायें।
6. सामग्री का शोधन वृद्धों एवं बच्चों से न करायें। इनसे चम्मच से सामग्री दिलवायें।
7. कोई भी वस्तु जल्दबाजी में न दें, कम से कम तीन बार पलटकर देख लें।
8. मुनि, आर्यिका, ऐलक, क्षुल्लक जो भी साधु हैं, उनसे तीन बार तक आग्रह/निवेदन करें। जबरदस्ती सामग्री नहीं दें। बीमार साधु से एक ही बार निवेदन करें।
9. यदि पात्र में मक्खी गिर जाये, तो उसे उठाकर राख में रखने से मरण की संभावना नहीं रहती है।
10. ग्रास यदि एक व्यक्ति ही चलायें, तो उसका उपयोग स्थिर रहता है। जिससे शोधन अच्छे से होता है।
11. एक व्यक्ति एक ही वस्तु पकड़े एक साथ दो नहीं, जिससे शोधन अच्छी तरह हो सके।
12. आहार देते समय भावों में खूब विशुद्धि बढ़ाये, णमोकार मंत्र भी मन में पढ़ सकते हैं।
13. प्रतिदिन माला फेरें कि तीन कम नौ करोड़ मुनिराजों के आहार निरन्तराय हो।
14. शोधन खुली प्लेट में ही करें, जिससे शोधन ठीक तरह से हो
15. सूखी सामग्री का शोधन एक दिन पूर्व ही अच्छी तरह करना चाहिये, जिससे कंकड़, जीव, मल, बीज आदि का शोधन ठीक से हो जाता है।
16. अधिक गर्म जल, दूध बगैरह भी न चलायें, यदि ज्यादा गर्म है, और साधु नहीं ले पा रहे हैं, तो साफ थाली के माध्यम से ठंडा करके देवें, यदि दूध गाय का है, तो ऐसे ही दें। यदि भैंस का है, तो आधे गिलास दूध में आधा जल मिलाकर दें। यदि ऐसा ही लेते हैं, तो बिना जल मिलाये भी दे सकते हैं।
17. आहार देते समय पात्र के हाथ से ग्रास नहीं उठाना चाहिये, क्योंकि इससे अन्तराय हो जाता है।
18. सभी के साथ द्रव्य, क्षेत्र, काल, भावों की शुद्धि, ईधन शुद्धि, बर्तनों की शुद्धि भी आवश्यक है।
19. मुख्य रूप से साधु का लाभान्तराय कर्म एवं दाता का दानान्तराय कर्म का उदय होता है, लेकिन दाता की असावधानियों के कारण भी अधिकांश अन्तराय आते हैं।
20. आहार देते समय दाता का हाथ साधु की अंजलि से स्पर्श नहीं होना चाहिये। यदि अंजलि के बाहर कोई बाल या जीव हटाना है, तो हटा सकते हैं। यदि मुनि, ऐलक, क्षुल्लक है तो पुरुष और आर्यिका, क्षुल्लिका है तो महिलायें आदि हटा सकती हैं।
21. सामग्री देते समय सामग्री गिरना नहीं चाहिये, कभी-कभी ज्यादा सामग्री गिरने के कारण साधु वह वस्तु लेना बंद भी कर सकते हैं।
22. गैसचूल्हा, लाईट आदि पड़गाहन के पूर्व ही बंद कर देवें क्योंकि चौके से साधु लौट सकते हैं।
23. दाता को मंदिर के वस्त्र पहनकर आहार नहीं देना चाहिए आहार में महिलाओं एवं पुरुष को सफेद वस्त्र एवं पूजन में पीले वस्त्र पहिनने चाहिये तथा पुरुषों को वस्त्र बदलते समय गीली तौलिया पहनकर वस्त्र बदलने चाहिये, क्योंकि अशुद्ध वस्त्रों के ऊपर शुद्ध वस्त्र पहन लेने से अशुद्धि बनी रहती है। महिलाओं एवं बच्चों को भी यही बातें ध्यान रखना चाहिये तथा फटे एवं गंदे वस्त्र भी नहीं पहनें तथा चलते समय वस्त्र जमीन में नहीं लगाने चाहिये।
24. शुद्धि के वस्त्र बाथरूम आदि से न बदलें। और न ही शुद्धि के वस्त्र पहनकर शौच अथवा बाथरूम का प्रयोग करें। और यदि करें तो वस्त्रों को पूर्ण रूप से बदल कर अन्य शुद्ध वस्त्र धारण करने के पूर्व शरीर का स्नान आवश्यक है। अन्यथा काय (शरीर) शुद्धि नहीं रहेगी।
25. चौके में कंधा, नेल पॉलिश, बेल्ट, स्वेटर आदि न रखें। एवं चौके में कंधी का प्रयोग भी न करें क्योंकि बाल उड़ते रहते हैं।
26. यदि पात्र मुनि हैं, तो बगल में टेबिल पहले से रख लें। यदि आर्यिका, ऐलक, क्षुल्लक, क्षुल्लिका हो तो बड़ी चौकी रख लें। जिस पर सामग्री रखने में सुविधा रहती है।
27. बर्तनों में वार्निस एवं स्टीकर नहीं लगा होना चाहिए। वह सर्वथा अशुद्ध है।
28. जहाँ चौका लगा हो, उस कमरे में लेटरिन, बाथरूम नहीं होना चाहिए। वह अशुद्ध माना जाता है।

22. जो श्रावक आहार देने में असमर्थ है वह आहार दिलाता है जो आहार दान देने के लिए प्रेरणा देने में भी असमर्थ है वह अनुमोदना से पुण्यार्जन करता है, समर्थ श्रावक को अनुमोदना से विशेष पुण्यार्जन नहीं होता। अनुमोदना तो प्रायः परोक्ष में की जाती है किन्तु आहार दान में असमर्थ होने पर प्रत्यक्ष में की जाती है।

(G) आहार सामग्री की शुद्धि भी आवश्यक:-

- (क) **जल शुद्धि** - 1. कुएँ में जीवानी डालने के लिये कड़े वाली बाल्टी का ही प्रयोग करें, एवं जल जिस कुएँ आदि से भरा है, जीवानी भी उसी कुएँ में धीरे-धीरे छोड़ें। कड़े वाली बाल्टी जब पानी की सतह के करीब पहुँच जावे, तब धीरे से रस्सी को झटक दें ताकि जलगत जीवों को पीड़ा न हो।
2. जब भी चौका में जल छानें, तो एक बर्तन में जीवानी रख लें और जब जल भरने जाएँ तो कुएँ में जीवानी छोड़ दें।
3. पानी छानने का छान्ना 36 इंच लंबा और 24 इंच चौड़ा हो तथा जिसमें सूर्य का प्रकाश न दिख सके और कपड़े का छान्ना सफेद हो तथा गंदा एवं फटा न हो। (हथकरघा का बिना चर्बी का रहता है)
4. जीवानी डालने के बाद छाने को बाहर सूखी जगह में निचोड़ दें, बाल्टी में न निचोड़ें क्योंकि बाल्टी में निचोड़ने से जीवानी के सारे जीव मर जायेंगे।
5. **आहार के योग्य, जल के साधन** - कुएँ का, बहती नदी का, झरने का व्यवस्थित कुण्ड/बावड़ी का, चौड़ी बोरिंग जिसमें जीवानी नीचे तक पहुँच जावे, छत पर वर्षा का जल, हौज में इकट्ठा करके चूना डालने पर भी चौके के लिये उपयोग कर सकते हैं।
- (ख) **दुग्ध शुद्धि** :- स्वच्छ बर्तन में प्रासुक जल से गाय, भैंस के थनों को धोकर, पोंछकर दूध दुहना चाहिये। और दुहने के पश्चात् छाने से छानकर (प्लास्टिक की छन्नी से न छानें) उसे 48 मिनट में गर्म कर लेना चाहिये, अन्यथा जिस गाय, भैंस का दूध रहता है, उसी के आकार के समूच्छन जीवन उत्पन्न हो जाते हैं।
- (ग) **दही शुद्धि** :- उबले दूध को ठंडा करके बादाम, लाल मिर्च, मार्बल का टुकड़ा, मुनक्के, सिक्का या नारियल की नरेटी का एक छोटा टुकड़ा धोकर उसमें डाल दें, जिससे दही जम जाता है (यदि दही गाय के दूध का हो, तो साधु को सुपाच्य रहता है) छाँछ बनाते समय उसमें घी न रहे, ऐसी छाँछ अच्छी मानी जाती है।
- (घ) **घृत शुद्धि** - शुद्ध दही से निकले मक्खन को तत्काल अग्नि पर रखकर गर्म करके घृत तैयार करना चाहिये। इसमें से जलीय अंश पूर्ण निकल जाना चाहिये। यदि घी में जल का अंश रहा, तो चौबीस घंटे के बाद अमर्यादित हो जाता है। मक्खन को तत्काल गर्म कर लेना चाहिये जिससे जीवोत्पत्ति नहीं होती। इसी प्रकार मलाई को भी तुरंत गर्म करके घी निकालना चाहिये, कई लोग तीन-चार दिन की मलाई इकट्ठी हो जाने पर गर्म करके घी निकालते हैं, वह भी अमर्यादित ही माना जावेगा। वह साधु को देने योग्य नहीं है। घी घर पर ही बनावें, बाजार का शोध का घी कदापि उपयोग न करें।
- (ङ) **गुड़ की शुद्धि** - आजकल चौकों में बाजार का गुड़ छानकर उपयोग में लाते हैं, वह अशुद्ध रहता है। इसलिये कई क्षेत्रों जैसे - (म.प्र. के आहार जी, करेली, रहली, पटनागंज, सिलवानी, इंदौर में शुद्ध गुड़ बनता है। वह गुड़ मंगवाकर उपयोग में लेना चाहिये।

गुड़ बनाने में होने वाली अशुद्धियाँ - गन्ना उत्पादन में रासायनिक खाद का प्रयोग होता है और कीट मारने को कीटनाशक दवा डालते हैं। गन्ना काटते समय मजदूर झूठा गन्ना डालते हैं। गन्ना क्रेशर को बगैर फिल्टर के पानी से साफ करते हैं। कढ़ाई की सफाई अन्दर पैर रखकर करते हैं। कढ़ाई में से लोग राद सीरा रोटी से भी निकाल लेते हैं। गुड़ में रंग मिलाते हैं। गुड़ को साफ करके चूना डालते हैं। गुड़ बनाने में केमिकल्स का उपयोग करते हैं।

गुड़ बनाते समय रखने योग्य सावधानियाँ - (1) खाद गोबर का डालें (2) कीटनाशक नहीं डालें (3) आदमी को पहले गन्ना खाने दें (4) कढ़ाई के ऊपर शेड बनायें और मच्छर जाली से कोटेड करें (5) सेड के अंदर जूते नहीं पहनें (6) कढ़ाई में लकड़ी डालकर उस पर बैठकर सफाई करें (7) रंग नहीं डालें (8) भिन्डी के जूस से साफ करें (9) केमिकल्स का उपयोग नहीं करें।

गुड़ बनाने की विधि - गन्नों को छाने जल से धोकर और मशीन को प्रासुक जल से धोकर रस निकलवाकर एक पतीली या कढ़ाई में उबालने रखें उबलने पर एक चम्मच दूध डालकर, ऊपर से मैल निकालकर गुड़ को साफकर लें, इसके बाद उसमें दो चम्मच शुद्ध घी डाल दें। जब गुड़ की चाशनी खूब गाढ़ी हो जाये तब कढ़ाही नीचे उतारकर उसे ठण्डा होने तक चम्मच से चलाते रहे इस तरह शुद्ध गुड़ बन जायेगा।

L) आहार सामग्री शुद्धि की कैसे मिले उसकी जानकारी एवं सम्पर्क सूत्र :-

(क) **शुद्धि का गुड़** :- साधुओं को देने योग्य गुड़ जो कि दिन में ही तैयार होता है एवं एक ब्रती द्वारा वैयावृत्ति एवं आहारदान को ध्यान में रखकर लागत मूल्य पर उपलब्ध कराते हैं, उसका नाम " सन्मति गुड़ " रखा है।

गुड़ मिलने का पता - 1. कृषि पंडित महेन्द्र जैन, पटना बुजुर्ग, रहली जिला सागर (म.प्र.) मो. 9300485882
2. अमर ग्रंथालय, श्री दिगम्बर जैन उदासीन आश्रम, 584, एम.जी. रोड इंदौर-1 फोन - (0731 2545744),
मो. 09425478846

(F) फल, साग की सही प्रासुक विधि एवं सावधानियाँ:-

1. संयमी या ब्रती किसी भी वनस्पति को या तो रस के रूप में, साग के रूप में, शोक (गाढ़ा रस) के रूप में चटनी के रूप में लेते हैं। फल के रूप में जैसे गृहस्थ लेते हैं, वैसे नहीं लेते।
2. फलों को जैसे नाशपाती, सेव, केला, अंगूर, आलूबुखारा, अमरूद को 50 या 100 ग्राम जल (वस्तुमात्रानुसार) में फलों के टुकड़े बनाकर कढ़ाही में डालकर कटोरे आदि से ढंककर 5-10 मिनट उबालने से भाप के द्वारा अंदर बाहर प्रासुक हो जावेंगे।
3. प्रासुक वस्तु का स्पर्श, रस, गंध, वर्ण बदलना चाहिये। एवं लौकी की सब्जी जैसे मुलायम हो जाये तभी सही प्रासुक मानी जाती है, क्योंकि साधु अधपका हुआ नहीं लेते हैं, कारण कि अंगुल के असंख्यातवें भाग के जीव रहते हैं।
4. लौकी, परवल, करेला, गिलकी, टिंडा आदि की साग बनायी जाती है, जो उबालने, तलने से प्रासुक होती है।
5. बीज निकालकर चटनी बनाने से भी प्रासुक हो जाते हैं। लेकिन ज्यादा बड़े-बड़े टुकड़ों नहीं करना चाहिये, यदि उबालकर चटनी बांटते हैं, तो टुकड़े भी प्रासुक रहेंगे। जैसे-टमाटर, कैथा, अमरूद आदि बीज वाली साग।
6. खरबूजा, पपीता, पका आम, चीकू इनका छिलका तथा बीज अलग करके शोक (मिक्सी से फेंटकर) बना लें, लेकिन इसमें कोई टुकड़ा नहीं रहें। यह टुकड़ा अप्रासुक माना जाता है।
7. नींबू, मौसमी के दाने अप्रासुक होते हैं, अतः उन्हें गर्म न करें, बल्कि रस निकालें वही प्रासुक है, अनार, मौसमी, संतरा, अनानास, नारियल, सेव, ककड़ी, लौकी आदि का रस प्रासुक हो ही जाता है। रस निकालते समय हाथ के घर्षण से प्रासुक हो जाता है। सभी रस काँच के बर्तन, शीशी आदि में रखें, नहीं तो करीब 30 मिनट बाद से विकृत (खराब) होने की संभावना रहती है। नारियल पानी, काली मिर्च, नमक आदि डालकर चलाने से प्रासुक होता है।
8. कच्ची मूंगफली, चना, मक्का, ज्वार, मटर आदि जल में उबालकर या सेंककर प्रासुक करें तथा सूखी मूंगफली, उड़द, मूंग, चना आदि को साबुत नहीं बनायें। क्योंकि इनके बीच में त्रस जीव रह सकते हैं।
9. किसी भी फल का बीज प्रासुक नहीं हो पाता है, इसलिये आहार में बीज निकालकर ही सामग्री चलायें। चाहे सब्जी, फल, रस, चटनी आदि कुछ भी हो।
10. आयुर्वेद शास्त्र का भी कहना है कि अग्नि पक्क, जल और साग-सब्जी अधिक जल्दी हजम हो जाती है एवं वात, पित्त, कफ का प्रकोप न होने से शरीर निरोग रहता है।
11. ड्राईफ्रूट जैसे - काजू, बादाम, पिस्ता, मूंगफली के दो भाग करके एवं मुनक्का को बीज रहित करके दें।
12. किशमिश, मुनक्का को जल में गलाने से उनके तत्व निकल जाते हैं, या तो गलायें नहीं यदि गलायें तो उसका जल अवश्य चलायें। मुनक्का गलने के बाद साधु को देने में भी अच्छा महसूस नहीं होता है।
13. घुना अन्न जैसे - चना, बटरा (मटर), मूंग, उड़द आदि तथा बरसात में फफूंदी लगी वस्तु अभक्ष्य होती है।
14. नमक बांटकर जल में उबालने से ही प्रासुक होता है। लेकिन बांटकर गरम कर लेने पर भी प्रासुक मान लेते हैं। साधुओं को दोनों तरह का नमक अलग अलग कटोरी में दिखायें।
15. कच्चे गीले नारियल को घिसकर बुगदा बनने के बाद गर्म करके बांटकर चटनी बनाने से ही प्रासुक होता है।
16. भोजन सामग्री को दूसरी बार गर्म करना, कम पकाना (कच्चा रह जाना), ज्यादा पकाना (जल जाना) यह द्विपक्वाहार कहलाता है। यह साधु के लेने योग्य नहीं होता है तथा आयुर्वेद में भी ऐसे भोजन को विषवर्धक माना गया है। चौकों में रोटी कच्ची रहती है, तो उससे पेट में गैस बनती है, ध्यान रखें।
17. सब्जी बगैरह में अधिक मात्रा में लाल मिर्च का प्रयोग नहीं करें, क्योंकि भोजन में अधिक मिर्च होने पर साधु का पेट में जलन हो सकती है।
18. आहार सामग्री सूर्योदय से दो घड़ी पश्चात तथा सूर्योदय से दो घड़ी पूर्व के बीच दिन में बनायें, अंधेरे में या रात्रि में बनाने से अभक्ष्य हो जायेगी।
19. जो साधु यदि बूरा या गुड़ नहीं लेते हैं तो उनके लिये छुहारे का पाउडर या चटनी सामग्री में मिलाकर भी दे सकते हैं।
20. जीरे आदि मसाले खड़े नहीं डालें अलग से पिसा, सिके ही डालें, साग में पहले से डालने से जल जाते हैं एवं सुपाच्य भी नहीं होते, एवं पेट में गैस बनाते हैं।
21. टमाटर के बीज प्रासुक नहीं होते हैं और शरीर को नुकसान पहुंचाते हैं इसलिये टमाटरों का सॉस बनाकर आहार में दें।

(H) आहार दान की महिमा :-

- ❖ दरिद्र रहना अच्छा है किन्तु दानहीन होकर जीना अच्छा नहीं है क्योंकि धन महामोह का कारण है। दुष्परिणाम युक्त पाप का बीज है नरक का हेतु दुःखों की खान एवं दुर्गति देने में समर्थ है।
- ❖ जिस प्रकार सब रत्नों में श्रेष्ठ वज्र (हीरा) है पर्वतों में श्रेष्ठ सुमेरू पर्वत है, उसी प्रकार सभी दानों में श्रेष्ठ आहार दान जानना चाहिये। (भाव संग्रह देव सेनाचार्य)
- ❖ जो पुरुष कभी न तो जिनेन्द्र भगवान की पूजा करते हैं न सुपात्रों को दान देते हैं वे अत्यन्त दीन दुर्गति के पात्र हो जाते हैं, मांगने पर भी भीख नहीं मिलती। (भाव संग्रह / देवसेनाचार्य)
- ❖ कंजूस का संचित धन धर्म प्रभावना परोपकार व पात्र दान के लिये नहीं होता। जैसे - मधु मक्खियों द्वारा संचित मधु ही उनकी मृत्यु का कारण होती है तथा उसका भोग भी अन्य ही करते हैं। (भाव संग्रह देव सेनाचार्य)
- ❖ अतिथि की पूजा न करने वाला व्यक्ति मृत्यु के समय में पछताएगा कि हाय! मैंने इतना धन संचय किया किन्तु वह कुछ काम नहीं आया। (कुरल काव्य)
- ❖ जो मनुष्य अपनी रोटी दूसरों के साथ बांटकर खाता है, उसे भूख की बीमारी कभी स्पर्श नहीं करती। (आ. तिरुवल्लुवर)
- ❖ भोजन शुद्धि में मर्यादा पर बहुत जोर दिया जाता है क्योंकि इससे साधना व स्वास्थ्य की रक्षा होती है।
- ❖ जो श्रवक जैन व्रत को स्वीकार कर भाव सहित होते हुये पात्रों के लिये आहार, औषध, अभय और ज्ञान (शास्त्र) दान देते हैं वे धर्मात्मा, विद्याधर तथा चक्रवर्ती का पद एवं देवों की लक्ष्मी का उपभोग कर मोक्ष संबंधी अनुपम परमार्थ सुख को प्राप्त करते हैं। (स.श्लोक स.)
- ❖ सत्पात्र को दान देने से मनुष्य धनाढ्य होता है। पुनः धन की अधिकता से पुण्य प्राप्त करता है। पुण्य का अधिकारी मनुष्य स्वर्ग में इन्द्र होता है वहां से आकर पुनः धनाढ्य होता है और पुनः दानी होता है। (स.श्लोक स.)
- ❖ आहार दान से तीनों लोक की संपत्ति सुख आदिक मनुष्य भव, भोग भूमि तथा स्वर्गादिक, संपूर्ण विश्व कीर्ति और देव पूजा (देवों के द्वारा पूज्यता) प्राप्त होती है। (स. श्लोक सं.)
- ❖ अन्न (आहार) दान से भार्या (स्त्री), पुत्र, यश, विद्या, सुख, ज्ञान, सुबुद्धि, लक्ष्मी, आभूषण और वस्त्र प्राप्त होते हैं। (स. श्लोक सं.)
- ❖ जिनके घर में महा पूज्य मुनिश्वर आहार हेतु आते हैं वे गृहस्थ, इन्द्र, चक्रवर्ती आदि द्वारा पूज्यता को प्राप्त हुए वे गृहस्थ ही पुण्यात्मा हैं।
- ❖ जो पूजादि दान से रहित होता हुआ मात्र धन की वृद्धि में लगा हुआ है ऐसे कृपण मनुष्य के जीवन व धन से लोक में क्या प्रयोजन? आगे चलकर उस पापी मनुष्य की बहुत रोग, शोक, संक्लेश आदि दुःखों से सहित कुगति नियम से होने वाली है। (सुभाषित रत्नावली)
- ❖ अतिथि लाभ संभव न होने पर भी यदि मनुष्य भोजन के समय सदा अतिथियों की प्रतीक्षा करके ही भोजन करता है, तो भी वह दाता है, क्योंकि सन्त पुरुषों ने दान देने के लिये किये गये मनुष्यों के प्रयत्न को ही सच्चा दान माना है। (जय धवला छटवीं पुस्तक)
- ❖ दान बिना गृहस्थ के चूल्हा चौका श्मशान के समान है, क्योंकि यत्नाचार करते हुये भी उसमें नित्य छह काय के हजारों जीव जलते हैं। अतएव आहार दान देने से गृहस्थ का चौका सफल है। (श्रावक धर्म संहिता)
- ❖ अपनी दैनिक आय में से चतुर्थ भाग (25 प्रतिशत), छठा भाग (17 प्रतिशत) अथवा दसवें भाग (10 प्रतिशत) का जो सत्पात्र दानादि में सदुपयोग किया जाता है, उसे यथा क्रम से उत्कृष्ट, मध्यम और जघन्य शक्ति जानना चाहिये। (श्री धर्म रत्नाकर पृ. 361)
- ❖ पूजा के पश्चात् अपने घर में आकर निर्दोष, प्रासुक, शुद्ध, मधुर और तृप्ति कारक आहार मुनिराज को देवों शेष आहार को कुटुम्ब के साथ स्वयं करे मुनिराज न होने पर साधर्मीजनों को आहार कराये। (व्रतवैभव)
- ❖ सैकड़ों मनुष्यों में एक मनुष्य वीर होता है, हजारों में एक विद्वान पंडित तथा लाखों में एक वक्ता और दाता करोड़ों में एक मिलता है।
- ❖ दान, भोग, नाश, धन की ये तीन गतियां होती है, जो न भोग करता है, उसकी तीसरी गति होती है, अर्थात् वह नष्ट हो जाता है।
- ❖ आहार देते समय दाता को माँ के समान कहा गया है जैसे माँ बच्चे के हाव भाव देखकर भोजन कराती है, उसी प्रकार साधु के हाव - भाव देखकर दाता आहार करवाये।

(1) कुएँ बन सकते हैं प्रत्येक घर में :-

राजस्थान एवं गुजरात प्रांत में देखा जाता है कि जहाँ कुएँ नहीं हैं, वहाँ श्रावक मंदिर में या अपने घरों में लगभग 8-10 फीट चौड़ा और 20-25 फीट गहरा जमीन के अंदर कुआँ जैसा खोद लेते हैं, जिसे टाँका कहते हैं, उसे भरने से पहले अच्छे ढंग से साफ करके (धो पोंछकर) एक दो बार वर्षा हो जाने पर छत को धोके रात्रि के समय उस छत से वर्षा का पानी पाइप से टाँकी में उतार कर भर देते हैं। पानी भरने से पूर्व एक दो घड़े चूना भरकर रख देते हैं, उस कुएँ (टाँकी) के ऊपर एक कमरा भी बना देते हैं जिससे टाँका पर धूप न पड़े और उसे ऊपर से ढँक भी देते हैं ऐसा पानी कम से कम एक वर्ष तक खराब नहीं होता है। वह पानी सूर्योदय के समय या सूर्यास्त के समय निकालते हैं। पानी छानकर जीवाणी उसी टाँकी में डाल देते हैं। ऐसी व्यवस्था अन्य सभी जगह भी की जा सकती है। ऐसा पानी स्नान, अभिषेक, पूजन एवं आहार बनाने के कार्य में लाया जा सकता है।

(साभार - पूजा विधि विज्ञान)

कुओं में पानी बढ़ता है सोकपिट से -

यदि आप वर्तमान में पानी की समस्या से बचना चाहते हैं तो अपने अपने घरों में सोकपिट बनवायें।

सोकपिट बनाने की सरल विधि -

1. घर के आंगन अथवा उपयुक्त स्थान पर जो आपके घर की छत के नजदीक होगा वहाँ पर जहाँ बरसात का पानी बहकर आ रहा है 5x5x5 (5फुट लम्बा, 5 फुट चौड़ा, 5 फुट गहरा) एक गड्ढा तैयार करवायें।
2. गड्ढे के अंदर चारों ओर ईंट की दीवार बिना मिट्टी या सीमेंट की मदद से तैयार करें।
3. अब इस गड्ढे में एक फुट की ऊँचाई तक रेत भरें।
4. रेत के ऊपर 1 फुट कोयला भरें।
5. कोयले के ऊपर 1 फुट तक मोटी बजरी भरें। गड्ढे के शेष भाग को ईंटों के अर्द्ध रोढ़ से भर दें और फिर उसे चीपों से ढँक दें, लीजिये आपका सोकपिट तैयार है।

नोट - सोकपिट को ऊपर से चीपों को अच्छे से पूरी तरह ढकवायें ताकि उसमें मच्छर न पनप सकें।

सोकपिट का उपयोग -

अब इस गड्ढे में छत या आंगन का बरसाती पानी बहाकर लायें, छत का पानी इस गड्ढे में तीन या चार इंच की मोटी प्लास्टिक पाइप से उतारा जा सकता है, पाईप लाईन को गड्ढे को पक्का किया जा सकता है।

सोकपिट की लागत -

इस कार्य में अधिकतम 1,500/- से लेकर 3000/- रूपये तक का खर्च आता है।

1. प्लास्टिक पाईप लगभग 20/- या 25/- फुट मूल्य वाला उपयोग में लें।
2. दो ठिलिया रेत।
3. दो ठिलिया गिट्टी
4. एक बोरी कोयला।
5. ईंट लगभग 400 एवं मजदूरी

सोकपिट के लाभ -

1. इससे भू-जल स्तर बढ़ने लगता है।
2. आपकी बोरिंग या आसपास खुदे हुये कुओं का जल स्तर अपने आप बढ़ने लगता है।

अपने जीवन में एक सोकपिट अवश्य बनायें -

1. अपने घरों में सार्वजनिक स्थानों पर सोकपिट अवश्य बनवायें। यह कार्य बरसात के पहले करें।
2. जहाँ भी पानी को व्यर्थ बहता देखें तो उसे रोकें या रोकने के लिये प्रेरित करें।
3. आपकी बोरिंग या आसपास खुदे हुये कुओं का जल स्तर अपने आप बढ़ने लगता है।

(साभार - लाला रामस्वरूप नारायण एंड संस कलेण्डर 2008, जबलपुर (म.प्र.)

बोरिंग को कुआँ बनायें :- आज कल 24 इंच, 18 इंच चौड़ी बोरिंग होने लगी है जिसमें पाइप की बाल्टी बनाकर पानी निकाल सकते हैं। एवं उसमें लोहे का वासर लगाकर जीवानी पहुंचा सकते हैं। इस जल को आहारदान, पूजन आदि अभिषेक आदि में प्रयोग कर सकते हैं।

8. कई संघ के साधु या आर्थिकाओं ने आजकल अशुद्ध वस्तुओं को लेना प्रारंभ किया है। जैसे कोई पत्तियों की चटनी लेने लगे हैं, कोई पन्ना गोभी लेने लगे हैं, कोई तरबूज लेते हैं आदि। ऐसे संघों के अपने शहर में आ जाने से श्रावकों का कर्तव्य होता है कि इन वस्तुओं को अपने चौकों में न बनायें। यदि उस संघ के ब्रह्मचारी भाई या बहिने ऐसा कहें कि हमारे महाराज तो लेते हैं, तो उन्हें स्पष्ट समझायें कि ये वस्तुएं अशुद्ध हैं, हम चौकों में नहीं बनायेंगे।
9. बहुत से चौकों में बाजार का पीसा हुआ नमक प्रयोग किया जाता है जो बिल्कुल गलत है। आहार बनाने में सिर्फ सेंधा नमक का ही प्रयोग किया जाना चाहिये और वह भी तुरंत पीसकर प्रयोग किया जाये।
10. आटा व मसालों की मर्यादा का पूर्ण ध्यान रखना चाहिये। मसाले आदि भी बाजार के पिसे हुये कदापि प्रयोग न करें।
11. वस्त्र शुद्धि के मामले में बहुत शिथिलता दिखायी पड़ने लगी है। स्त्री एवं पुरुष ऊपर के वस्त्र तो धुले हुये पहन लेते हैं परंतु अंदर के वस्त्रों को नहीं बदलते, यह बिल्कुल गलत है। शरीर पर पहना हुआ प्रत्येक वस्त्र शुद्ध ही प्रयोग करना चाहिये।
12. साधु को दिया जाने वाला आहार शुद्ध वस्त्र पहनकर महिलाओं को स्वयं अपने हाथों से बनाना चाहिये। बाहर के कार्यों में चाहे अन्य की मदद ली जाये परंतु आहार बनाने में नहीं। अजैन नौकरों से तो आहार कभी नहीं बनवाना चाहिये, उनको शुद्धि अशुद्धि का ज्ञान नहीं होता है।
13. आहार के अंत में दिये जाने वाले सौंफ का चूर्ण आदि वस्तुयें भी मर्यादित होनी चाहिये। नारियल के पानी को भी लौंग या सौंफ आदि डालकर अचित्त करने के पश्चात ही आहार में देना चाहिये।
14. आहार में चीनी या चीनी से बना बूरा अथवा बाजार से गुड़ को गरम करके छना हुआ गुड़ नहीं देना चाहिये, ये सब अशुद्ध होते हैं। इसके लिये आहारजी, सिलवानी, इंदौर आदि स्थानों पर जो शुद्ध गुड़ मिलता है, उसका ही प्रयोग किया जाना चाहिये।
15. साधु संघ के लिये वर्तमान में बहुत सारी वैरायटी बनाने का रिवाज चालू हुआ है। आगम के अनुसार तो आज्ञा यह है कि जो आप स्वयं खाते हैं वही आहार में दें। परंतु लोग क्या कहेंगे, ऐसा सोचकर हम बहुत सारी वैरायटी बनाने लगे हैं जो बिल्कुल उचित नहीं है। आहार दान की परंपरा दक्षिण भारत में सर्वश्रेष्ठ है। वहाँ वे स्वयं जो खाते हैं वही आहार में देते हैं। अधिक वैरायटी बनाने पर अशुद्ध घी आदि का प्रयोग, अधिक समय लगना, अधिक खर्च बैठना आदि विसंगतियां होती हैं।
16. विभिन्न शहरों में देखा जा रहा है कि यदि दो त्यागी होते हैं तो एक या दो ही चौके लगाये जाते हैं, इससे अधिक की मना की जाती है या अधिक चौके लगाने की उपयोगिता नहीं समझी जाती। यह प्रक्रिया एकदम अनुचित है। अपने स्थान पर साधु संघ आने पर हमें उत्साहपूर्वक अत्यंत भक्ति से आहार देने का सौभाग्य प्राप्त करना चाहिये। आचार्यों ने लिखा है जिस घर में साधुओं का आहार न हो वह घर श्मशान तुल्य है।
आशा है उपरोक्त सभी बातों को सभी श्रावकगण अच्छी तरह पढ़ेंगे, समझेंगे और भविष्य में जब भी आहार दान का सुअवसर प्राप्त होगा तब प्रमाद छोड़कर पूरी शुद्धि और भक्ति से आहार दान देकर सातिशय पुण्य का बंध करेंगे।

(साभार - स्मारिका मदनगंज, किशनगढ़, सन् 2007)

सोला -

सोला के संबंध में वर्तमान में भ्रमपूर्ण स्थिति बनी हुई है। आज सोला से तात्पर्य इतना ही समझा जाता है कि वस्त्रों को सुखाकर पहन लेना, मात्र वस्त्र शुद्धि तक ही सोला सिमटकर रह गया है। यदि हम सोला के संबंध में थोड़ा गहराई से विचार करें तो हमें समझ में आयेगा कि हमारा वास्तविक सोला क्या है? सोला को यदि हम सोलह की संख्या से जोड़े तो नवधा भक्ति (पड़गाहन, उच्चासन, पाद प्रक्षालन, पूजन, नमन, मनशुद्धि, वचनशुद्धि, काय शुद्धि, आहार एवं जल शुद्धि) और दाता के सात गुण (श्रद्धा, भक्ति, तृष्टि, विवेक, अलुब्धता, अमात्सर्य, क्षमा) इन्हें जोड़ने पर कुल सोलह होता है। यदि हम नवधा भक्ति और दाता के सात गुणों को ध्यान में रखकर आहारदान देते हैं तो यही हमारा वास्तविक सोला होता है।

विधि कैसे लेते हैं साधु -

आहार के लिये निकलने से पहले मंदिर में साधु जो संकल्प लेते हैं कि आज एक घर आदि तक जाऊंगा, एक ही मुहल्ले में जाऊंगा, एक कलश, एक श्रीफल, एक पुरुष, एक बालक आदि इस रंग के वस्त्र पहने होगा तो ही आहार ग्रहण करूंगा, अथवा चौके के अंदर थाली में ये वस्तु दिखेगी तो आहार करूंगा। यह वृत्ति परिसंस्थान तप कहलाता है। इसी को विधि लेना कहते हैं। इसके करोड़ों भंग बन सकते हैं। लेकिन यह तप साधु को आवश्यक नहीं कि साधु विधि लें, लेकिन साधु गरीब, अमीर आदि के भेद भाव से बचने के लिये यह तप करते हैं।

3. **घी** - शुद्ध घी को प्राप्त करना वर्तमान में एकदम असंभव है। चरित्र चक्रवर्ती ग्रंथ में पूज्य आचार्य शांति सागर जी महाराज से यह प्रश्न किया गया कि घी शुद्ध नहीं मिलता। क्या करना चाहिये तो आचार्य श्री कहते हैं कि घी शुद्ध न मिले तो तेल का इंतजाम करना चाहिये। परंतु न मालूम क्यों हम जैन भाईयों के दिमाग में यह बात अच्छी तरह जमी हुई है कि दक्षिण साधुओं को घी नहीं दिया जायेगा, तो उन्हें संयम साधना करने के लिये शक्ति कैसे प्राप्त होगी? जबकि यह अकाट्य सत्य है कि दक्षिण भारत, गुजरात, महाराष्ट्र, बंगाल आदि प्रदेशों में अधिकांश जनता ने तो घी का स्वाद चखा ही नहीं है, वे तेल पर आधारित हैं, और स्वस्थ एवं दीर्घायु हैं। जहां तक शुद्ध घी का प्रश्न है वह केवल उसी परिवार को प्राप्त हो सकता है, जिसके घर में स्वयं के पशु हों, लेकिन ऐसे घर वर्तमान में देखने में नहीं आते हैं। आजकल जो घी इस्तेमाल होता है, वह कई प्रकार से प्राप्त किया हुआ होता है।

1. श्रावक अपने घर में जिस शुद्ध दूध का प्रयोग करता है, उसकी मलाई एकत्रित करता जाता है। जब मलाई 5-7 दिन की एकत्रित हो जाती है तब उसको गर्म करके घी निकालता है। घी निकालते समय अत्यन्त बदनू भी आती है, जो इस बात का लक्षण है कि मलाई सड़ चुकी है, फिर भी वह मलाई का घी निकालकर अपने को "यह शुद्ध घी महाराज के लिये ठीक है" ऐसा बतलाता हुआ प्रसन्न होता है, जो बिल्कुल गलत है। हाँ यदि शुद्ध दूध लाकर अन्तर्मुहूर्त में गर्म कर लिया गया हो, तो उसकी निकाली गई मलाई की मर्यादा अधिक से अधिक 24 घंटे की है। इसके उपरांत उसमें त्रस जीव उत्पन्न हो जायेंगे। सामान्यतः किसी भी श्रावक के घर में इतनी मलाई नहीं, निकल सकती, जिसका घी बनाया जा सके, अतः इस प्रकार शुद्ध घी बनाना संभव नहीं है।
2. कुछ लोग घी वालों से (हमको शुद्ध घी चाहिये महाराज को आहार देना है) ऐसा कहकर घी खरीद लाते हैं और उसे शुद्ध मानते हैं। उन दाताओं को सोचना चाहिये कि जिन घी वालों से आपने घी लिया है, वे आपकी धार्मिक सीमाओं को नहीं जानते। अतः उससे लाया हुआ घी शुद्ध कैसे हो सकता है? केवल घी वाले यह कह देने से कि घी सोले का शुद्ध है, घी शुद्ध नहीं हुआ करता, वह यह नहीं जानता कि शुद्ध घी किसे कहते हैं, शुद्ध दही कैसे जमता है? अतः ऐसा घी आहार दान के योग्य नहीं होता।
3. कुछ लोग घी वालों से डेरी या ग्लेक्सो आदि कंपनी का घी खरीदकर आहार में देने लगे हैं। उनका कहना है कि अठपहरा घी तो, मिलता नहीं और महाराज को घी देना ही है तो क्या करें? एक स्थान पर तो चातुर्मास समिति वाले डेरी का निकला हुआ घी (अशुद्ध समझते हुए भी) पूरे चार माह तक संघ को आहार में शुद्ध कहकर खिलाते रहे। (यह मैं बिल्कुल सत्य घटना लिख रहा हूँ), जो नितान्त अशुद्ध है।

इस समस्या के तीन समाधान

1. सर्वोत्तम तो यही है कि बजाय घी के शुद्ध तेल अपने सामने किसी एक्सपेलर को धुवलाकर निकलवा लिया जाये, (एक बार निकला हुआ) तेल कई माह तक शुद्ध रहता है) और उसे ही आहार बनाने में प्रयुक्त किया जाये।
2. घी से ज्यादा शक्ति बादाम में बतायी जाती है। बजाय 100 ग्राम घी के यदि साधु को आहार में 5/7 बादाम घिसकर दे दिये जायें तो हर दृष्टि से श्रेष्ठ रहते हैं, तथा अशुद्धि का भी कोई प्रश्न नहीं उठता। ये बादाम दूध में मिलाकर दिये जा सकते हैं।
3. जैन समाज को एक ऐसी दुग्ध सोसायटी बनानी चाहिये जो शुद्ध घी (आगम की मर्यादा के अनुसार) बनाकर श्रावकों को आहार के लिये सप्लाई किया करें।
4. **आटा** - आहार के लिये आटा प्रयुक्त किया जाये उसका गेहूं अच्छी तरह धुला एवं सूखा हुआ होना चाहिये। आजकल श्रावक मर्यादा का तो ध्यान रखते हैं पर गेहूं धोने एवं सुखाने का ध्यान नहीं रखते। आज विज्ञान का युग है। सभी किसान खादों में कीटाणुनाशक दवाइयां का प्रचुरता से प्रयोग करने लगे हैं। बाजार से जो गेहूं आता है उसमें खाद तथा दवाइयों का अंश मौजूद रहता ही है, जो अशुद्ध एवं अभक्ष्य है, एवं वह स्वास्थ्य के लिये हानिकारक भी है, इसलिये सभी डॉ. भी आज यही कहने लगे हैं कि गेहूं धोकर ही काम में लेना चाहिये। लेकिन आज श्रावक इन कामों में बड़ा प्रमादी है, वह गेहूं धोने व सुखाने के पचड़े में नहीं पड़ना चाहता है। यदि कुछ समझदारी भी है तो गेहूं को गीले कपड़े से पोंछ लेता है, जो कि बिल्कुल अनुचित है, ऐसा आटा कदापि योग्य नहीं होता।
5. **मसाले आदि** - भोजन में प्रयोग में लाये जाने वाले मसाले धुले एवं सूखे हुये होने चाहिये और इनकी मर्यादा आटे के बराबर है, इसका भी ध्यान रखना चाहिये। आजकल मसाला धोने का रिवाज बिल्कुल उठ गया है, जो कि अनुचित है। उसकी शुद्धि का पूरा ध्यान दिया जाना चाहिये। आहार के बाद आज जो मंजन किया जाता है वह भी अमर्यादित और अशुद्ध प्रयोग में लिया जाने लगा है, इसकी मर्यादा भी मसालों के बराबर ही है (यदि घर का बना मंजन है तो), बाजार का तो अशुद्ध ही है।

(J) आहार दान ऐसे करें :-

वर्तमान में दिगम्बर जैन साधु एवं आर्यिकाओं की संख्या में अत्याधिक वृद्धि देखने में आ रही है। पूरे देश के हर प्रांत में दिगम्बर जैन साधु एवं आर्यिकाओं का विहार निरंतर होते देखा जा रहा है। प्रत्येक कस्बे या जिले में वर्ष में 2-4 साधु संत पधार ही जाते हैं। उनके पधारने पर उस स्थान के श्रावकों में आहार दान देने की प्रवृत्ति स्वभावतः देखी जाती है। प्रत्येक शहर या कस्बे में उस संघ की संख्या के आधार पर चौके लगाये जाते हैं परंतु अत्यंत विचारणीय विषय यह है कि हम चौका तो लगाते हैं परंतु तत्संबंधी विभिन्न क्रियाओं की समुचित जानकारी के अभाव में उचित रूप से आहार दान नहीं देते हैं। विभिन्न स्थानों पर जब श्रावकों से इस संबंध में चर्चायें की गईं तो देखा गया कि ये चौके तो लगा रहे हैं परंतु प्रमाद के कारण कुछ आवश्यक बातों का ध्यान न रखते हुये पुण्य की जगह पाप का बंध कर रहे हैं। यद्यपि वर्तमान में आहार दान संबंधी बहुत सी पुस्तकें या लेख छपते भी हैं परंतु वे श्रावकगण आलस्यवशात् उनको पढ़ने की अथवा तदनुसार आवश्यक क्रिया करने पर गौर नहीं करते जिसका परिणाम यह देखा जा रहा है कि वर्तमान में आहार दान देने में बहुत सारी विसंगतियां हो गई हैं, उनमें से कुछ पर यहाँ विचार करते हैं-

1. आहार के लिये कुएँ के पानी का प्रयोग होना चाहिये। हम पानी तो कुएँ से भरवा लेते हैं परंतु उसकी जीवानी को उसी कुएँ में नहीं भेजते जिसके कारण त्रस जीवों की हिंसा का महान पाप लगता है।
2. जिस दिन चौका लगाना होता है उस दिन सूर्य निकलने से पूर्व ही, रात्रि में, आहार बनाने की प्रक्रिया प्रारंभ कर देते हैं। जबकि सूर्योदय से पूर्व बने आहार को देने से रात्रि भोजन का दोष लगता है।
3. आटा पीसने से पूर्व गेहूँ को धोने और सुखाने की पद्धति लगभग समाप्त सी हो गई है जबकि आटा पीसने से पूर्व छने हुए जल से गेहूँ धुलने और सूखने चाहिये।
4. आहार में शुद्ध दूध देने की परंपरा भी लगभग समाप्त हो गई है। कोई मुनिसंघ या आर्यिका संघ जब किसी स्थान पर चातुर्मास आदि करते हैं, तब वहाँ लगने वाले चौकों के लिये दूध लाकर वितरित किया जाता है। इस प्रक्रिया में दूध निकालने से दूध गर्म होने तक कई घंटे लग जाते हैं जिससे दूध में सम्मूर्च्छन त्रस जीवों की उत्पत्ति हो जाती है। इस प्रक्रिया में अवश्य ही सुधार होना चाहिये। इसके लिये यह किया जाये कि जहाँ वितरण के लिये दूध निकाला जा रहा है, वहीं पर गैस का चूल्हा तथा छन्ना, भगौना रख दिया जाये। दूध दोहने के तुरंत बाद उस दूध को आग के ऊपर रखे भगोने में डालकर गर्म कर लेना चाहिये और वह गर्म दूध ही चौकों में वितरित करना चाहिये। यदि आप अपने चौके के लिये दूध लेने जा रहे हैं तो पूरी शुद्धि से दूध लायें और तुरंत ही गर्म कर लें।
5. दही जमाने की प्रक्रिया भी अक्सर दाता लोग नहीं जानते हैं। सही प्रक्रिया यह है कि शुद्ध दूध लेकर उसमें बादाम, नारियल का कड़ा भाग, लाल मिर्च, मार्बल का पत्थर, मुनक्के आदि डालकर शुद्ध दही जमाना चाहिये। इसमें ध्यान यह रखना है कि बादाम या नारियल का खोपरा आदि दूध में डाला जाये वह बिल्कुल सूखा हुआ होना चाहिये। नित्य नई लाल मिर्च या मुनक्के डालना सर्वश्रेष्ठ विधि है। यदि गीले बादाम या मार्बल का टुकड़ा दही में रखा गया तो त्रस जीवों की उत्पत्ति हो जायेगी। यह प्रक्रिया अधिकांश चौकों में ठीक तरह से नहीं की जाती है। जामन से जमाया गया दही तो अशुद्ध ही है।
6. आहार में शुद्ध घी के प्रयोग करने का काम वर्तमान में सबसे ज्यादा जटिल हो गया है जो लोग मलाई से घी बनाते हैं, उनमें दूध की शुद्धि का ध्यान नहीं रखते। दूध शुद्ध हो तो उसकी मलाई को दो, तीन, चार दिन तक इकट्ठा कर उसका घी बनाते हैं। ध्यान रखें मलाई को फ्रिज में रखकर 24 घंटे के अंदर ही उसके बनाये घी को शुद्ध कहा जा सकता है। कुछ लोग तो केवल 'शोध के घी' के नाम पर आये हुये घी को खरीद लेते हैं और उसे शुद्ध मान लेते हैं, यह भी बिल्कुल उचित नहीं है। बड़े दुख की बात है कि बिहार में मुनिसंघ के आहार की व्यवस्था करते समय बाजार के घी का प्रयोग खुल्लम खुल्ला होने लगा है। एक आर्यिका संघ के चातुर्मास अवसर पर जब वहाँ की व्यवस्था समिति से चर्चा की गई तब उन्होंने स्पष्ट बताया कि हम तो बाजार से घी लाते हैं। आजकल अधिकांश जगह यही हो रहा है, जो बिल्कुल गलत है। आहार में ऐसा घी प्रयोग करने से महान् पाप बंध होता है। हमें चाहिये कि शुद्ध दूध मंगाकर उसका विधिवत् दही जमाकर उससे निकाले घी का आहारदान में प्रयोग करें, इस संबंध में किसी पर भी विश्वास करना उचित न होगा।
7. आहार में कुछ फल या ककड़ी खीरा आदि भी दिये जाते हैं। उनको अचित्त करने की विधि अधिकांश श्रावक नहीं समझते। सबसे श्रेष्ठ तो यह है कि हमें जो भी फल आहार में देना हो उसकी सब्जी बना दें, जैसे - सेव, अंगूर, अमरूद आदि को 15 मिनट तक गर्म पानी में रखके उसको अचित्त बनाकर ही आहार में दे। अक्सर लोग ये सोचते हैं कि ऐसा करने से सेव आदि का स्वाद ही बदल जाता है, उनसे निवेदन है कि मुनिराज वस्तु के स्वाद को नहीं देखते, वे तो जीव रहित वस्तु को स्वीकार करते हैं। पपीते या खीरे आदि को केवल गर्म पानी से धो लेने मात्र से वह अचित्त नहीं होता है।

(K) आहार दान की विसंगतियां :-

- पं. महेश जैन, सतना

सुना जाता है कि आज से 200-300 वर्ष पूर्व अपने क्षेत्रों में जैन साधुओं का अभाव था, कहीं दक्षिण भारत में एक-दो साधु देखे जाते थे, उस समय जो भी जैन विद्वान थे वे दिगम्बर साधुओं के दर्शन के लिये तरसते ही रहे गये। समय बीतता गया, इस सदी में एक सिंहवृत्ति के साधु हुए जिनका नाम था आचार्य शान्तिसागर जी महाराज। उनकी अनुकंपा से आज तक वह परम्परा सतत चल रही है। आज हमारे सौभाग्य से वर्तमान में 1400 से अधिक साधु व आर्यिका आदि भारत में यत-तत्र विहार कर रहे हैं तथा धर्म का प्रचार प्रसार प्रचुरता से हो रहा है।

पहले साधुओं का अभाव होने के कारण गांव एवं शहरों में साधुओं के दर्शन नहीं होते थे व हमें आहार विधि आदि का कोई ज्ञान ही था। यही कारण था कि आचार्य शान्तिसागर जी महाराज ने दीक्षा लेने के उपरांत कई वर्षों तक मात्र दूध व चावल ही लिया। जब इस संबंध में उनसे पूछा गया कि पूज्य आचार्य श्री ने बताया कि आहार दाताओं को शुद्धि विषयक ज्ञान ही नहीं है, अन्य वस्तुएं कैसे ग्रहण की जायें? आज भारत के हर 100/50 कि.मी. की दूरी पर कोई न कोई साधु संघ हमें मिल जाते हैं व हमारे शहर, गांव में पधारते रहते हैं।

श्रावक जन अपना कर्तव्य समझकर साधुओं के लिये आहार बनाते हैं, पर ऐसा देखा जाता है कि आहार संबंधी शुद्धि का प्रवचन सुनकर व पुस्तकों को पढ़कर भी, आलस्य से भरा हुआ श्रावक, अपनी सुविधानुसार साधु को आहार देता है, न कि आगम व प्रवचनानुसार क्योंकि मैं कई बार मुनि संघों के दर्शनाथ जाता रहता हूं, व हमारे शहर में भी मुनि संघ आते रहते हैं। मैंने आहार शुद्धि के विषय में श्रावकों के चौंको का निरीक्षण किया व उनकी क्रियाओं को देखा एवं उनसे चर्चा की, मुझे वहां बहुत सी अशुद्धियां देखने, सुनने को मिली, जिससे चित्त में बड़ा संताप हुआ। तब यह लेख लिखने की भावना बनी है, हमें विचार करना है कि साधुओं को दिया जाने वाला आहार कहां तक आगम सम्मत है।

1. **जल** - आहार में जो जल उपयोग में लिया जाता है वह कुंए का या किन्हीं संघों में हैंडपंप का लिया जाता है। (हम इस विषय पर चर्चा नहीं करेंगे कि हैंडपंप का जल उपयोग में लिया जाय या नहीं) श्रावक का कर्तव्य है कि पानी छानकर जिवानी को कुन्डेवाली बाल्टी द्वारा सीधे उसी कुंए में क्षेपण करें जहां से पानी लाया गया हो, लेकिन वर्तमान में ऐसा बिल्कुल भी नहीं हो रहा है। श्रावक जो छान्ना पानी छानने में प्रयोग करता है वह पतला एवं छिरछिरा होता है, उससे पानी छानने की विधि बनती ही नहीं है। यदि छान्ना मोटा भी है और जिवानी यथास्थान क्षेपण नहीं की जाती है। अधिकतर कुंए घर से दूर होते हैं, वहां से पानी लाया जाता है और जिवानी को नाली में बहा दिया जाता है। हैंडपंप के पानी की जिवानी को यथा स्थान पहुंचाने का प्रश्न ही नहीं उठता। अतः त्रस जीवों की रक्षा नहीं हो पाती है व छान्ना पतला होने से साधु को दिये गये भोजन में त्रस हिंसा का दोष लगता है एवं जीवों की घोर हिंसा होती है।
2. **दूध** - आज का श्रावक साधुओं के लिये शुद्ध दूध की व्यवस्था कर ही नहीं पाता है। मैंने कई संघों में जाकर देखा है कि लोग साधुओं को अशुद्ध दूध पिलाते हैं। एक क्षेत्र पर 15/20 साधुओं का संघ रूका हुआ था। वहां के बांटा क्षेत्र प्रबंधक तीन चार किलोमीटर दूर से 25/30 लीटर दूध कढ़वाकर मंगवाते थे और दूध सारे चौकों में बंटवाया जाता है। दूध का कढ़ना प्रातः 5:30 बजे शुरू हो जाता था और श्रावक के यहां पहुंचते-पहुंचते आठ बज जाते थे। ऐसे दूध को कैसे आहार योग्य कहा जा सकता है? कच्चे दूध की मर्यादा मात्र अन्तर्मुहूर्त (48 मिनट) की है। इतने में दूध गर्म हो जाना चाहिये, लेकिन जिस प्रकार दूध मंगाया जाता है उसमें मर्यादा का पालन नहीं होता है। एक स्थान पर यह देखकर अत्यंत दुख हुआ कि श्रावक डेयरी का थैलीवाला दूध ही गर्म करके आहार में दे रहे थे।

मैं समझता हूं कि शुद्ध दूध प्राप्त करने की समस्या सही है, लेकिन यदि हम थोड़ा सा आलस्य छोड़ सकें तो दूध की शुद्धि बन सकती है। सर्वश्रेष्ठ तो यही है कि हर चौकेवाला स्वयं गर्म जल लेकर जाये एवं शुद्ध दूध कढ़वाकर लाये एवं जहां पर पिच्छियां अधिक हों और क्षेत्र पर ठहरी हों और दूध कहीं अन्यत्र से सभी चौकों वालों के लिये लाना पड़ता हो, वहां प्रबंधकों को चाहिये कि वे जहां दूध निकाला जा रहा हो, उसी स्थान पर बड़ा भगौना एवं एक बड़ा गैस चूल्हा रखें, जैसे - जैसे दूध नपता जाए, उसे छानकर वहीं भगौने में गर्म कर लें और फिर श्रावकों को वितरित कर दें, ऐसा करने से दूध शुद्ध प्राप्त किया जा सकता है।

6. **अचित्त फल** - फलों का अचित्त करने का तरीका यह है कि फल पानी में 10 मिनट तक पड़ा रहने दिया जाये, तदुपरान्त उसको निकालकर फिर प्रयुक्त किया जाये, लेकिन यह विधि लोग काम में नहीं लाते। अक्सर श्रावक जन केले, सेव आदि को गर्म पानी से धोकर इस्तेमाल करते हैं, या कुछ लोग फलों का छिलका हटाकर टुकड़े-टुकड़े करके एक दो मिनट आग के ऊपर रखकर शुद्ध मान लेते हैं, जो विधि आगम सम्मत नहीं है। फल 10 मिनट तक गर्म पानी में डालने के बाद ही अचित्त होता है। कुछ लोग कहते हैं कि गर्म पानी में डालने से फल मुलायम पड़ जाते हैं व उसमें स्वाद नहीं रहता, उनसे मेरा निवेदन है कि वे स्वाद को दृष्टि में न रखकर भोजन शुद्धि को दृष्टि में रखें अन्यथा अहिंसा महाव्रत नहीं पल सकेगा।

7. **वस्त्र शुद्धि संबंधी** - आहार के लिये प्रयोग में लाये जाने वाले वस्त्र धुले हुये शुद्ध होने चाहिये। आजकल देखा जाता है कि जितने दान देने वाले हैं, वे अक्सर अपने अपने पहने वस्त्र उतारकर धोती दुपट्टा पहिन लेते हैं जो अनुचित है। हमें शरीर के सारे वस्त्र उतारकर गीले अंगोछे से शरीर पोंछकर फिर शुद्ध कपड़े पहनने चाहिये एवं जिन कपड़ों से हम कभी भी लघुशुंका आदि गये हों उन कपड़ों को पहनकर आहार नहीं देना चाहिये।

एक बात और देखी जाती है, आहार बनाते समय माताएँ बहुत सारे व्यंजन जैसे - गोलगप्पा, रसगुल्ला व विभिन्न प्रकार की मिठाईयां आदि गरिष्ठ भोजन अपने चौकों में बनाने लग जाती हैं, व बनाते समय हड़बड़ी करती हैं, जिससे अशुद्धियां होती हैं, और आहार देते समय साधुओं को अक्सर अन्तराय आ जाता है। भोजन की कच्ची सामग्री की अशुद्धि को भी अनदेखा कर देते हैं, जिससे साधुओं की साधना में साधक सिद्ध न होकर उल्टा बाधक बन जाता है। हम अपने घरों में अपने लिए एक दाल, दो साग और सलाद बनाते हैं, लेकिन साधु को गरिष्ठ आहार कराते हैं व विभिन्न पकवान खिलाते हैं, जिससे कि साधु को आलस्य व प्रमाद घेर लेता है और वह आहार साधु के सामायिक, स्वास्थ्य आदि में बाधक सिद्ध हो जाता है। हमें चाहिये कि हम साधुओं को हल्का-फुलका शुद्ध मर्यादित भोजन करायें, जो कि हमारे पुण्योपार्जन में साधक हो तथा साधु को भी अपनी साधना में साधक हो।

निवेदन - विभिन्न संघों में निरंतर जाते रहने से हमारे मन में भोजन की अशुद्धि को लेकर जो वेदना हुई है, मैंने यहां उसी का वर्णन किया है, मुझे आशा ही नहीं पूर्ण विश्वास है कि श्रावकजन भोजन की शुद्धि का पूर्णरूपेण ध्यान रखने का प्रयास करेंगे। मैंने तो गुरुओं से यह सीखा है कि जो अशुद्ध वस्तु है, उसे न देना अच्छा है। यदि आहार देना है तो कम सामान बनायें, लेकिन शुद्ध बनावें और उपर्युक्त घी आदि वस्तुएं शुद्ध हों तभी दें अन्यथा नहीं।

साभार - जिन भाषित मार्च 2002

आहारदान में विज्ञान :-

1. धातु और नान स्टिक बर्तन भोजन को विषाक्त बनाते हैं इनमें टैफलान होता है, जिसके गर्म होने पर 6 विषैली गैसों निकलती हैं और एल्युमिनियम, धातु व प्लास्टिक की कुछ मात्रा वस्तुओं में धुल मिल जाती है, विशेषकर चटपटे भोजन टमाटर और खट्टे पदार्थ से सबसे अधिक एल्युमिनियम घुलती इससे कभी कभी वह मस्तिष्क के तंतुओं में जमा हो जाती है इसके अतिरिक्त यह गुर्दे, जिगर, पैराथाइराड ग्रंथि और अस्थि मज्जा में जमा हो जाता है।

(संस्कार सागर नवम्बर 2002)

2. स्टील के बर्तन से पाचन शक्ति घटती है, स्टील भी लोहे का मिश्र धातु है, इसमें निकेल क्रोमियल मैंगनीज मिलाया जाता है। यह याददाश्त कमजोर होने वाली बीमारी एल्जाइमर का रोगी बना सकता है। इसके आयन शरीर में पहुँचकर न्यूटोन पर असर डालते हैं।

3. लोहे की कढ़ाई में खाना पकाने से लोहा आयन के रूप में हमारे शरीर में पहुँच जाता है जिससे एनीमिया रोग की संभावना कम रहती है।

4. तांबे के बर्तन का उपयोग करने से भोजन एवं जल में तांबे से तत्व आ जाते हैं जो कीटाणुओं को नष्ट करते हैं और पाचन क्रिया को दुरूस्त रखते हैं।

5. पीतल के बर्तन में पानी रखने से जीवाणु नहीं पनपते हैं क्योंकि पीतल में ताँबा रहता है, जो पानी में घुलकर जैविक व्यवस्था को नष्ट कर देता है तांबे के कण जीवाणुओं की कोशिकाओं की दीवारों और उनके एजाइमों के काम में बाधा डालते हैं।

(दिनकर संदेश)

6. **नींबू का सत (टाटरी) मांसाहारी है :-** नींबू का सत - फूल साइट्रिक एसिड नींबू सत, नींबू से नहीं बनता यह कई रासायनिक प्रक्रियाओं द्वारा प्राप्त होने वाला यह पदार्थ असंख्य जीवों की हिंसा से बनता है, इसके विकल्प में नींबू के रस को धूप में सुखाकर दूसरे दिन उपयोग करें अथवा ताजा रस टमाटर का सिरका, आंवले का रस, खट्टे फलों का रस खट्टे शाक-सब्जी, जड़ी बूटी आदि का उपयोग कर सकते हैं।

चलिस रस की अवधारणा - इजराइल के वैज्ञानिकों ने अपने अनुसंधान के माध्यम से यह पता लगाया है कि फलों में 55 डिग्री

सेल्सियस तापमान पर गर्म पानी में डुबकी लगने से फलों की उम्र एक सप्ताह तक बढ़ जाती है वे फफूंद पेनिसिलियम डिजिटेटम और पीटेलीकम के नष्ट हो जाने से सड़ते नहीं हैं, इन रोगाणु, विषाणु के नष्ट हो जाने के बाद फलों की प्रतिरोधी क्षमता बढ़ जाती है तथा पालिमेर लिगानिन का सात्र रिस करके रक्षा प्रणाली को मजबूत करता है। अब इस वैज्ञानिक अनुसंधान के बाद हमें चिंतन इस बात का करना होगा कि फलों को गर्म करने से उनकी अभक्ष्यता मानना वैज्ञानिक आधार कितना उचित होगा, जबकि चलित रस अभक्ष्य उन दलहन, तिलहन, अन्न, फल आदि पर लागू होता है जो बहुत समय तक रखे रहने के कारण फफूंद पेनिसिलियम और अन्य बैक्टीरिया, विषाणु के पैदा हो जाने से अपना मूल रस / स्वाद बदल देते हैं और उन्हें अभक्ष्य की श्रेणी में अहिंसा की दृष्टि से गर्भित किया जाता है। फलों को गर्म करके अचित्त करना किसी भी प्रकार के रोगाणु, विषाणु, फफूंद आदि को पैदा नहीं कर सकता है। यह धारण गलत है कि फलों को ज्यादा गर्म करने से स्वाद बदल जायेगा।

(संस्कार सागर दिसम्बर 2002)

आहार सामग्री के भक्ष्य, अभक्ष्य की जानकारी एवं आवश्यक निर्देश :-

सभी ऋतुओं में एक समान मर्यादा वाले पदार्थ :-

48 मिनट -	दूध (बिना उबला), छाँछ, (बाद में जल अथवा मीठा मिलाने पर), पिसा नमक आदि (बूरे, मिर्ची, खारक, किशमिश आदि में मिला दही)
6 घंटे -	अधिक जल वाले पदार्थ पिसा नमक (मसाला मिलाने पर), खिचड़ी, रायता, कढ़ी, दाल, सब्जी, चावल आदि
12 घंटे -	(जिसमें पानी का मध्यम अंश हो) छाँछ (विलौते समय जल डालने पर), रोटी, पुड़ी, हवला बड़ा, कचौड़ी, सीरा, बबरा, पानी टिक्की, पराठा, पुआ, पपड़िया, खाजा, लड्डू, घेवर आदि
24 घंटे -	(जिसमें किंचित पानी का अंश रहता है) दूध (उबला), दही (गर्म दूध का), नमक (पिसा गर्म) मौन वाले पकवान, आचार, मुर्ब्बा, पापड़, मंगोड़ी, सेव, बूंदी, बड़ी सेवाइयाँ (घी या तेल में तले पदार्थ) मिठाई, खोवा (मावा), पेड़ा, लड्डू, बरफी आदि।

नोट :- 1. नमक मूलाचार गाथा नं. 1205 में एवं टीका में लोणे लवण भेदाय समुद्रादयः पहाड या समुद्रादि के जल से जमकर होने वाला नमक 36 प्रकार के पृथ्वी के भेद में 6 नं. में नमक आया है। दस वैकालिक सञ्जीखार, संधा नमक, रोमा खार, समुद्री नमक ऊसर भूमि जनित, काला नमक, अपक्व नहीं लेना चाहिये, (आराध्य की आराधना पुस्तक - पृष्ठ क्र.242)

संदर्भ :- दही (गर्म दूध का) 8 प्रहर अथवा 16 प्रहर (अनगार धर्माभृत.) (6184 सागार धर्माभृत 3/11) चारित्र पाहुड टीका 21/43/17 (श्रावकाचार संग्रह 4/165), (जिनैन्द्र सिद्धांत कोष 3/202)

आटा (सभी प्रकार का), रवा, दलिया, मैदा, इलायची, लोंग, सौंफ, अजवायन आदि पिसे मसाले, लाई, काजू कुटे अति गर्म किये हुये मेवे, मगद के लड्डू (जिसमें जल नहीं मिठाई, खोवा, पेड़ा, बर्फी, किंचित पानी का अंश रहता है) तथा मसाला मिला हुआ गुड़ आदि- शीतकाल 7 दिन, ग्रीष्मकाल 5 दिन, वर्षाकाल 3 दिन

बूरा शक्कर का	-	शीतकाल 1 माह, ग्रीष्मकाल 15 दिन, वर्षाकाल 7 दिन
घी, तेल, गुड़	-	1 वर्ष अथवा जब तक स्वाद न बिगड़े
गुड़ मिला हुआ दही/छाँछ	-	सर्वथा अभक्ष्य है, मीठा मिले दूध का जमाया हुआ दही भी अभक्ष्य है।
रस चलित	-	स्वाद बदल गया हो, बदबूदार पदार्थ तथा फटा हुआ दूध आदि त्याज्य है।
अजान फल	-	जिसको हम पहचानते नहीं हैं ऐसे फल, पत्ते आदि संयमी के लिये योग्य नहीं हैं।
अति तुच्छ फल	-	जिसमें बीज नहीं पड़े हो, ऐसे बिल्कुल कच्चे छोटे-छोटे फल भी लेने योग्य नहीं हैं।
अभक्ष्य के भेद	-	त्रस हिंसाकारक, बहुस्थावर, हिंसाकारक, प्रमाद कारक, अनिष्ट और अनुपसेव्य
दूध अभक्ष्य (अशुद्ध)	-	प्रसूति के बाद भैंस का दूध 15 दिन, गाय का 10 दिन, बकरी का दूध 8 दिन तक अभक्ष्य है।

2. (मूल, बीज, अदरक, हल्दी आदि गीली अवस्था में सर्वदा अभक्ष्य है और राई और नमक साथ में अभक्ष्य है।)

3. भोजन की मर्यादा का परिवर्तन शीत, ग्रीष्म, वर्षा में अष्टान्हिका से अष्टान्हिका तक माना जाता है।

4. कई लोग पान में 36 हरी मानते हैं ऐसा कहीं ग्रंथों में देखने में नहीं आया पान खाने से 36 हरी के बराबर दोष लगता है वैसे पान तो शौकिया तौर पर खाया जाता है गृहस्थ पान नहीं खाये जो सबसे उत्तम रहेगा।

आहार दान और विज्ञान :-

- ❖ जब गर्म पानी से धुले हुये वस्त्रों का संपर्क अन्य दूसरे संक्रमित वस्त्रों से होता है तो कुछ ही सेकेन्डों में रोगाणुओं का संक्रमण हो जाता है। यह संक्रमण बहुत तीव्र गति से होता है। (1 सेकेन्ड में करोड़ों जीवाणु की उत्पत्ति या संक्रमण होता है) वस्त्र के रंध्रों एवं तंतुओं के बीच में जीवाणुओं का फैलाव तथा उनका गुण सूत्री उत्पादन संक्रमण की दर को बहुत अधिक विस्तार दे देता है। (संस्कार सागर नवम्बर 2007)
- ❖ सोला की वैज्ञानिकता - वैक्टीरिया, वायरस, क्विक, शैवाल, फफूंद, खमीर, कृमि, लार्वा जैसे रोगाणु के संक्रमणों को रोकने केलिये वस्त्र उपकरण, खाद्य सामग्री एवं भोजन शाला की पवित्रता बनाए रखने के लिये जिन विधियों या पद्धतियों का प्रयोग किया जाता है, उसे सोला कहा जाता है।
- ❖ स्पंज की स्लिपर पहनकर भोजन - पाक क्रिया को संपन्न करने वालों को नहीं मालूम है कि स्पंज एक ऐसा पदार्थ है जिसमें सदैव जीवाणु और रोगाणुओं के रहने का आवास मौजूद रहता है, जो एक सेकेन्ड में करोड़ों की संख्या में संक्रमण करते हैं।
- ❖ उपकरणों में कई ऐसे रंग, छिद्र, कटे-फटे, खुर दुरापन होने से उपकरणों में वैक्टीरिया और वायरस अपने आप पैदा होने लगते हैं। बर्तनों को अग्नि या गर्म जल से धोने की प्रक्रिया नहीं की जाएगी तो बर्तन रोगाणु निरोधी नहीं हो सकेंगे।
- ❖ सूखे खाद्य पदार्थों में गीले हाथ, बर्तन, वस्त्र आदि का प्रयोग नहीं करना, जैसे - आटा, बेसन, मसाले आदि कई निर्मित पदार्थों में नई का जो संस्कार आता है उस कारण से खमीर वैक्टीरिया खाद्य पदार्थों में उत्पन्न हो जाते हैं।

(संस्कार सागर, सितम्बर 1999)

अमृतधारा बनाने की विधि :- एक काँच की धुली शीशी में कपूर, पिपरमेंट, अजवायन का फूल तीनों को बराबर मात्रा में शीशी में कुछ देर रखने के बाद पानी बन जाता है। यही अमृतधारा कहलाती है। इसे दो पांच बूंद देने से कालरा, दस्त मंदाग्नि, पेट का दर्द, वमन तथा इसमें रूई भिगोकर दाँत, दाढ़ के दर्द की जगह रखने से आराम होता है। पेट दर्द, गैस व अपच में 5-7 बूंदे सौफ के अर्क अथवा जल के साथ कै (उल्टी) व मतली में अनार के रस के साथ दस्त (हैजा) एवं पेचिस में 5-7 बूंदे जल के साथ।

निर्देश :-

1. कमण्डल में जल 24 घंटे की मर्यादा (उबला हुआ) वाला ही भरें ठंडा या कम मर्यादा वाला नहीं।
2. जल को तीन बर्तनों में तीन जगह रखना चाहिये, जिसकी गर्माहट में थोड़ा-थोड़ा अंतर हो, जिससे श्रावक साधु की अनुकूलता के अनुसार दे सके।
3. आहार दान यदि दूसरे के चौके में दें, तो अपनी आहार सामग्री हाथ में अवश्य ले जावें।
4. चक्की से जब भी पीसें या पिसवाये तो वह साफ होना चाहिये, क्योंकि उसमें कोई जीव-जंतु भी हो सकते हैं तथा उसमें अमर्यादित आटा भी लगा रहता है। अतः शीत, ग्रीष्म, वर्षा ऋतु में क्रमशः 7, 5, 3 दिन में चक्की अवश्य साफ करें।
5. हाथ में कोई आहार सामग्री लगी हो तो उन हाथों से आहार सामग्री न दें।
6. हरी क्या है ? जो फल, साग आदि वनस्पति जो अभी गीली है, हरी कहलाती है तथा धूप में पूर्णतः सूख जाने पर हरी नहीं रहती। जैसे सौंठ, हल्दी आदि।
7. अतिथि संविभाग व्रत वैया वृत के समान फलदायी है। पड़गाहन के लिये द्वार पर प्रतीक्षा/अपेक्षा करने से ही संपूर्ण आहार का फल मिलता है। साधु नहीं आने पर संक्लेश नहीं करना चाहिए। निरंतराय आहार हो ऐसी भावना भानी चाहिये।
8. परिवार में सूतक-पातक होने पर तथा शवदाह में सम्मिलित होने पर भी आहार दान नहीं दें।
9. आहार के समय जब सधु निकलते हैं तब नवयुवक आगे चलकर देखें कोई मृत जीव जंतु (मेढ़क, चूहा आदि) रहते हैं तो कपड़ा या अखबार डाल दें क्योंकि साधु मुद्रा छोड़ सकते हैं, अलाभ हो सकता है।

विशेष बिंदु :-

हींग शुद्ध कौन सी मानें :- हींग दो प्रकार की अफगानिस्तान से आती है।

1. **हींग दाना :-** यह पेड़ का दूध होता है। यह अफगानिस्तान से बोरे पैकिंग में आता है यह बिल्कुल शुद्ध होता है यह साधुओं को आहार में दे सकते हैं।

2. हींग तालाब जो अशुद्ध है श्रावक के लेने योग्य भी नहीं है।

अधिकांश जब दूसरे के चौके में जाये तो :- खाली हाथ नहीं जाए जल, सौंफ, सौठ, अजवायन, लौंग, किशमिश, बादाम कॉमन वस्तुयें ले जाए जो सभी साधुओं को चल सके और कहीं भी ले जा सके क्योंकि खाली हाथ जाने से पुण्य बंध अल्प होता है क्योंकि दान अपना ही कहा है दूसरों का नहीं। क्योंकि नीति वाक्य है देव और गुरु के पास खाली हाथ नहीं जाना चाहिए।

ड्राईफ्रूट कैसे रखें :- गर्मी के समय में उन्हें गीले कपड़े से पोंछकर धूप में सुखा लें और साधु को मसालदानी वाले डिब्बा में रखकर दिखायें यदि साधु लेते हैं तो ठीक और नहीं लेते हैं तो कई दिन तक उपयोग उपयोग कर सकते हैं क्योंकि ड्राईफ्रूट मँहगे रहते हैं इस बात का विशेष ध्यान रखना चाहिये यह श्रावक का विवेक है।

मसाले भी रखें मसाल दानी में :- लौंग, सौंफ, अजवाइन, सौठ, इलाईची, हल्दी आदि मसाले मसाल दानी में रखने से साधु को दिखा सकते हैं। और जो लेना होगा तो ले सकते हैं। पूछने की अपेक्षा सामने मसाल दानी दिखाये तो अच्छा रहता है।

वर्षाकाल में रखें सावधानी :- (1) सर्व प्रथम हल्दी, फिटकरी, सौठ आदि के जल से आहार देने वाले सभी व्यक्ति अच्छी तरह हाथ धोये।

(2) यदि साधु को बुखार हैं।, सर्दी हैं। तो तुलसी का काढा, चिरायता का काढा, खिचडी, खाखरा, मुनक्का, मखने, लौकी की सब्जी आदि अनुकूल रहती है। (महासुदर्शन चूर्ण आदि)

(3) वर्षा का जल जो जमीन से स्पर्श नहीं हुआ हो इकट्ठा करके शुद्ध जगह से प्रासुक करके 50 मिनट तक जब तक की सफेद पदार्थ नहीं दिखने लग जाये यह जल बीमारियों में लाभदायक होता हैं। (कल्याकारकम ग्रंथ में वर्णन हैं।)

उपवास के दिन आहार दान कैसे करें :- किसी गांव या नगर में जैसे- दो घर हैं तो यदि साधु आ जाते हैं तो किसी व्रती या साधुर्मी या सप्त व्यसनत्यागी सात्विक व्यक्ति का निमंत्रण कर लें और साधु के आहार के पश्चात उस व्यक्ति को भोजन करायें जिससे मुनिराज को भी उद्विष्ट का दोष नहीं लगेगा और आपका आहार दान भी हो जायेगा यदि चौके पर्याप्त है तो फिर स्थितियाँ, परिस्थितियाँ देखकर करें अथवा ऐसी सामग्री जिसमें आरंभ न हो वह आहारदान में दे सकते हैं। वैसे लोग अन्य कार्य तो करते रहते हैं। लेकिन आहार दान के समय कहते हैं कि आज हमारा उपवास हैं।

आहारदान में सावधान :- दिगम्बर जैन धर्म में आहारदान की महिमा बतायी गयी है लेकिन द्रव्य, क्षेत्र, काल और भाव की अपेक्षा बतायी गयी विवेक पूर्वक देने को कहा गया है और दिगम्बर साधु को नवधा भक्ति पूर्वक ही दान देने को कहा गया है। अपना भोजन सोले की शुद्धि पूर्वक बनाकर फिर पड़गाहन करके देने में ही पूर्ण पुण्य का बंध होता है। किसी रिश्तेदार, पड़ोसी, परिचित के यहाँ भी जाते हैं तो पहले चौके सहयोग करें, पड़गाहर करें दूसरे के चौके जाते हैं और खाली हाथ जाते हैं तो किराये जैसा होता है वह दान नहीं कहलाता है जैसे आप अपने ही धन का दान करते हैं द्रव्य में या गुल्लक में करते हैं किसी अन्य का नहीं ऐसे ही साधुओं की अनुकूलता देखना चाहिये जैसे आप बाहर से आते हैं तो शांति के साथ भोजन करना चाहते हैं ऐसे ही आचार्य महाराज को सभी आहार देना चाहते हैं देने नहीं मिलता तो उत्पात मचाते हैं इसमें पुण्य नहीं पाप का अर्जन होता है। शुद्धि भी नहीं रह पाती भावना रखें कि आचार्य महाराज का पड़गाहन हो लेकिन जो साधु आते हैं उसी भावना के साथ आहारदान दे उससे भी वही पुण्य अर्जन होता है क्योंकि ज्यादा भीड़ होने से अंतराय की भी संभावना रहती है और 24 घंटे में एक बार आहार होता है व्यवस्थित आहार नहीं होने के कारण स्वास्थ्य भी खराब हो जाता है तो श्रावक को दोष लगता है। दिगम्बर जैन समाज के सभी पुरुषों, महिलाओं, युवा, युवतियों, आदि को जब भी साधुओं के, आचार्य महाराज के आहारदान का प्रसंग आये भीड़ नहीं करें और कई बार कार्यकर्ताओं को व्यवस्था बनाने में कड़क होना पड़ता है तो उनको बुरा लगता है जो महीने-2 महीने चौका लगाते हैं मेहनत करते हैं और कई लोग वी.आई.पी. बनकर आते हैं और एक ग्रास देना चाहते हैं जबरदस्ती तो यह ठीक नहीं है। इससे हमारी दिगम्बर जैन धर्म की परंपरा 18500 वर्ष तक कैसे चलेगी। इस प्रकार का असहयोग न करें क्योंकि साधुओं को फिर कड़क होना पड़ता है तो जिनको बीच में आहारदान का सौभाग्य मिलता है वह नहीं मिलता है तो आपको अंतराय कर्म का बंध होगा जिससे आपको विभिन्न रोग होंगे परेशानियाँ होंगी आप सावधान हो जाइये, नहीं तो आँसू बहाना पड़ेंगे।

(साधुओं के स्वास्थ्य के लिये पढ़ें) लौकी औषधि भी है :-

चिकित्सक भी अनेक रोगों में पथ्य के रूप में लौकी का सेवन का परामर्श विशेष रूप में देते हैं। इसका ताजा रस माँ के दूध के समान ही पोषण प्रदान करता है। मीठी लौकी रोग रूपी महासागर से पार उतारती है। यह मानसिक, शारीरिक, तथा स्नायु दुर्बलता के रोगियों के लिये उत्तम पथ्य है। यह बुखार, खाँसी, फेफड़े व हृदय के विकार के लिये लाभदायक है। यह शीघ्र पचने वाली तथा नाडी मंडल को आरोग्य एवं शांति प्रदान करता है। इसकी तासीर ठण्डी है। इससे मस्तिष्क में तरावट आती है। इससे आँतों को बल मिलता है। कब्ज की शिकायत दूर होती है। यह हृदय को भी बल देती है। यह पित्त नाशक, रूचिकारक, पुष्टिकारक है। यह विष नाशक भी होती है। यह कृमियों को नाश करने वाली तथा सूजन को दूर करने वाली होती है। यह रक्त शोधक, कफ निःतारक तथा ज्वरघन है। दंत कृमि में इसका रस लाभदायक होता है। ज्वर में इसका सेवन निर्भयता पूर्वक किया जा सकता है। क्षय रोग (टी.बी.) के रोगी को लौकी के रस देने से उसकी खाँसी में आराम मिलता है। और रोगी का वजन भी बढ़ता है। यह शरीर की दाह, गले की जलन, रक्त विकार, शीत पित्त आदि में लाभदायक होता है। यह दस्त में पानी की कमी को पूरा करता है।

सही प्रकार से हाथ धोएं :-

रोगाणु कई माध्यमों के जरिये से फैल सकते हैं, उनमें से एक आपके हाथ भी हो सकते हैं, आप दिन भर में कई प्रकार की चीजों को छूते हैं साथ ही भारतीय होने के नाते हम में से कई लोग भोजन भी हाथ से ही करते हैं, इन्हीं हाथों से हम अपने मुँह को भी छूते हैं इसलिये यह भी संक्रमण के लिए सबसे आसान तरीका बन जाता है, एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलने का यदि आप संक्रमण को रोकना चाहते हैं तो यहाँ पर कुछ सामान्य हाथ धोने के नियम दिये जा रहे हैं, जिन्हें आप अपना सकते हैं।

हाथों को कब धोएं :-

हाथों को स्वच्छ रखना बहुत ही महत्वपूर्ण है लेकिन पहला सवाल यह उठता है कि वह कौन सा समय है कि आप हाथ धोने के लिए कौन सा समय चुने जिससे कि रोगाणु का खतरा ना हो, सबसे पहले तो आपको हाथ धोने की आदत बना लेनी चाहिये, आपको यह नहीं भूलना चाहिए कि भोजन के पहले और भोजन के बाद अपने हाथों को धोना है, साथ ही भोजन पकाने से पहले और सर्व करने से पहले इस नियम को अनिवार्य कर लें।

इसी प्रकार से कुछ अन्य शर्तों के अनुसार भी आपको हाथ धोना चाहिए, जैसे किसी चोट को छूने के पहले और बाद में, जानवरों को छूने के बाद नाक और मुँह पोंछने के बाद, कूड़ा छूने के बाद, वॉशरूम जाने के बाद, दवाई खाने के पहले, सफाई करने के बाद आदि, इन स्थितियों में हाथ धोना बहुत ही जरूरी है, इससे आप कीटाणुओं से सुरक्षित रहेंगे।

किस प्रकार हाथ धोएं :-

केवल हाथ धोना ही काफी नहीं होता, आपको अपने हाथों को ठीक प्रकार से धोना चाहिये, जब हाथ धुल जाएं तब उन्हें तौलिये से पोंछें, हाथ धोते समय हल्दी, फिटकरी का प्रयोग करने से कीटाणु नहीं रहते, हाथ रगड़कर धोना चाहिये।

नाखूनों की सफाई :-

आपको इस बात का भी पूरा-पूरा ख्याल रखना होगा कि आपके नाखून भी साफ और कटे हुए हों, इंफेक्शन का खतरा गंदे नाखूनों की वजह से ज्यादा फैलता है।

(साभार - नवभारत 01/09/2012)

आहारदान से बनें महान

आज श्रावक साधु को आहारदान के निमित्त पड़गाहन करता है और साधु नहीं आते हैं तो वह संक्लेश करने लगता है और कहता है कि दूसरे के यहाँ हो गये हैं हमारे यहाँ नहीं हुए तो शास्त्रकार कहते हैं कि यह मात्वर्य भाव कहलाता है। जो दोष है जैसे आपपूजन करते हैं भगवान की ओर अच्छी-अच्छी द्रव्य चढ़ाते हैं तो वह द्रव्य माली को मिलती है लेकिन पुण्य पूजन करने वाले को मिलता है ऐसा ही चौका लगाने पर होता है। जय धवला छटवीं पुस्तक में लिखा है कि - अतिथि लाभ (साधु के आहारदान का लाभ) संभव न होने पर भी यदि मनुष्य भोजन के समय सदा अतिथियों की प्रतीक्षा करके ही भोजन करता है तो वह दाता है, क्योंकि सन्त पुरुषों ने दान देने के किये गये मनुष्यों के प्रयत्न को ही सच्चा दान माना है। और चतुर्थ काल में भी आदिनाथ जी को छः (6) महीने तक आहार नहीं मिला तो दाता और पात्र दोनों के कर्मों का उदय था। ऐसे ही भरत चक्रवर्ती को जब साधु के आहार दान का सौभाग्य नहीं मिलाता था तो आँखों में आँसू आ जाते थे। इसलिए जब साधु के आहार दान का सौभाग्य नहीं मिले तो माला फेरकर विशुद्धि बढ़ाये और साधु से कभी शिकायत या निमंत्रण जैसा नहीं करें, संकेत के रूप इस प्रकार कहें - मेरे पाप कर्म का उदय है किसी साधु को आहारदान का लाभ नहीं मिला है। मेरे कर्मों के क्षय के लिये अतिथि (साधु /को आहारदान का सौभाग्य मिले।) इसी विषय के संबंध में आगे आचार्य श्री विद्यासागर जी महाराज के द्वारा पंचकल्याणकों में दिये गये प्रवचनों के अंशों पर ध्यान दें।

आहार-दान प्रवचन

(आचार्य श्री विद्यासागर जी महाराज)

1. हमारे यहाँ आहार हो जायें उनके यहाँ नहीं हो ऐसा नहीं सोचना चाहिये।
(आ. श्री 20/04/2008 विदिशा)
2. दाने-दाने पर लिखा रहता है दाता का नाम।
3. पड़गाहन की विधि भी अपने आप में कर्मों की निर्जरा कराने में कारण है।
(आ. श्री 06/05/2009/ भाग्योदय-सागर)
4. दान के संस्कार भव-भवान्तर तक काम आतें हैं।
(आ. श्री 06/05/2009/ भाग्योदय-सागर)
5. अन्य दाताओं के प्रति मात्वर्य भाव नहीं रखें।
(आ. श्री 08/12/2008- नागपुर)
6. देने की इच्छा है और सोर-सूतक लग जाता है तो यह दान अंतराय कर्म के उदय के कारण होता है।
(आ. श्री 08/12/2008- नागपुर)
7. माला फेरे विशुद्धि बढ़ाओं तभी कर्म ढीले पड़ेंगे।(आहारदान आदि का लाभ मिलेगा।)
(आ. श्री 08/12/2008- नागपुर)
8. साधु के आहार दान से गृहस्थों को संतुष्टि होती है उससे उस गृहस्थ की असंख्यात् गुणी कर्मों की निर्जरा होती है उसका वह ध्यान केन्द्र है सुबह से छः (6) घंटे धर्मध्यान होता है। शुद्धोपयोग में वह गृहस्थ आहार के द्वारा सहायक बनता है।
9. जो-जो गृहस्थ अपने घर पर मुनि को खिला न पाये थे वे दौड़ते-दौड़ते (भावों से विशुद्धिपूर्वक) यहाँ आए और मुनि जी की हथेली पर कोर रखकर कृतज्ञता का अनुभव करने लगे।(दान चिंतामणि पृष्ठ सं. 28)
10. यदि गृहस्थ के चौके में साधु नहीं आते हैं तो अपने घर के 3 चौके दायें के एवं 3 चौके बायें में कच्ची सामग्री एवं अन्य चौकों में सूखी सामग्री आदि ले जायें। तो 90 प्रतिशत पुण्य मिल जाता है।(अन्य प्रवचन से)

पड़गाहन कहाँ से करें :- पड़गाहन अपने चौके के सामने करें। यह उत्कृष्ट विधि है यदि घर दूर है तो अपने घर के नजदीक चौराहे पर खड़े रहें जहाँ सभी लोग खड़े रहते हो या जहाँ मुनिराज आसानी से देख सकें वहाँ खड़े हों लेकिन पड़गाहन के बाद किसी दूसरे चौके वाले के सामने से निकलना अच्छा नहीं माना जाता है अन्य चौके वाले के परिणाम कलुषित हो जाते हैं। इसमें स्थितियाँ और परिस्थितियाँ भी देखी जाती है।

अतिथि नहीं आने पर - जब साधु नहीं आते हैं चौके में यह नहीं बोलना चाहिए कि खाली गया यह बोलना चाहिये कि तीन कम नौ करोड़ मुनिराजों के आहार भाव से हुये हैं। आज द्रव्य से नहीं हुये खाली बोलना निगेटिव एनर्जी देता है। णमोकार मंत्र की जाप देने से अंतराय कर्म नष्ट हो जाते हैं 100 प्रतिशत सफलता मिलती है।

4. पड़गाहन करते समय ठूँठ जैसे खड़े नहीं रहें। झुककर नम्रता पूर्वक पड़गावें।
5. मुख्य-मुख्य साधु का पड़गाहन करके सामान्य साधु को नहीं पड़गाया, ऐसा नहीं करें यदि पड़गाहन करना है तो सभी का पड़गाहन करें नहीं तो फिर किसी का भी नहीं करें। यदि मुख्य साधु (आचार्यश्री आदि) का बस पड़गाहन किया, सभी का नहीं तो पुण्य में भी कमी आयेगी और साधुओं को भी विकल्प हो सकता है।
6. यदि क्रोध आ रहा है कोई तनाव जैसी मनोदशा है, लड़ाई-झगड़ा हो गया है तो पड़गाहन नहीं करें। पहले मनः स्थिति प्रसन्न कर लें, फिर पड़गाहन करें।
7. पड़गाहन करने वाले कलश में पानी डाला है तो उसे प्रतिदिन खाली करें, सुखाएँ अथवा हल्दी, सुपारी, बादाम आदि सूखी सामग्री डाल लें। खाली कलश से कभी न पड़गाहें।
8. खोटे श्रीफल से कभी भी नहीं पड़गाहें। इसके स्थान पर तो धातु का कृत्रिम श्रीफल ले आवें। अथवा हाथ जोड़कर ही पड़गाहन करें।
9. यदि नौकरी पर जाना है, दुकान खोलना है, बच्चों को कहीं छोड़ने जाना है या लेने जाना है, अथवा कहीं आवश्यक कार्य से बाहर जाना है तो पड़गाहन नहीं करें। आहार देकर ही चले जावें। (साधु के बोलकर जा सकते हैं)
10. पड़गाहन करके ले जाते समय साधु को पीठ नहीं दिखावें। कुछ लोग पीछे और कुछ लोग आगे चलें। आगे चलने वाले जल्दी-जल्दी न चले इससे साधु को पता ही नहीं चले कि कहाँ जाना है।
11. पड़गाहन के लिए जाने से पहले गैस, चूल्हा, सिगड़ी आदि को ढक दें।
12. झाड़ू, मिक्सी, चक्की, पानी के भरे बर्तन, जूते, बेल्ट आदि छुपाकर रखें।

पैर धोते समय :-

1. पैर धोए बिना चौके में प्रवेश नहीं करें। भले ही दो-चार बार चौके से बाहर गए हैं तो भी पैर धोकर ही जावें।
2. पैर रगड़कर धोएँ। मात्र 2-3 लोटा पानी पैरों पर डाल देना ही पैर धोना नहीं समझें।
3. पैर धोने के लिए पत्थर रखा है तो उसे अच्छा जमा लें ताकि उस पर पैर रखते ही वह हिले नहीं।
4. पैर धोने का पानी प्रासुक ही रखें क्योंकि जब तक आहार पूरा होगा तब तक पानी बिना छना हो जायेगा।
5. पानी को ढँककर उसके ऊपर एक गिलास रख दें, ताकि पैर धोने में परेशानी नहीं हो।
6. जहाँ पैर धो रहे हैं वहाँ काई, कीचड़, हरी घास अथवा चींटी आदि नहीं हो ध्यान रखें।
7. कितने लोग चौके में हैं और कितने लोगों के आने की संभावना है अनुमान से उतना पानी रखें।

पादप्रक्षालन करते समय

1. उच्चासन पर विराजमान करके एक थाली एवं गिलास में पानी लेकर साधु के पादप्रक्षालन करवाने का निवेदन करें।
2. पानी ज्यादा गरम भी न हो, ज्यादा ठण्डा भी न हो मौसम के अनुसार रखें।
3. यदि सर्दी अधिक हो तो पादप्रक्षालन करके तौलिए से पोंछ दें। यदि साधु पोंछने के लिए मना करें तो हठ नहीं करें।
4. गंधोदक को सिर पर लगावें और शेष बचे तो किसी लोटे आदि में भरकर रख लें। यदि 2-4 साधु का पादप्रक्षालन करना है तो गंधोदक को लोटे में भरते जावें। आहार के बाद उसका ऐसे स्थान पर विसर्जन करें जहाँ किसी के पैर नहीं लगते हों।
5. पाद प्रक्षालन में ज्यादा पानी भी नहीं डालें और बहुत कम भी नहीं डालें।
6. गंधोदक को ऐसे स्थान पर रखें कि वह जूठे बर्तनों में या पैर धोने में या नाली आदि में नहीं जावे। अन्यथा पाप लगेगा।
7. पैर धुलाते समय विवेक रखें पानी थाली के बाहर नहीं गिरावें, जमीन गीली होने से गंदा-सा लगेगा।

पूजा करते समय :-

1. अचानक साधु का पड़गाहन किया है तो चढ़ा हुआ द्रव्य नहीं चढ़ावें। भले ही चावल में ही अष्ट द्रव्य की स्थापना करके चढ़ा दें।
2. पूरे अष्टक में छन्द नहीं बोले। मात्र स्थापना में अर्घ में छन्द याद है तो बोल सकते हैं।
3. द्रव्य पूरा नहीं चढ़ावें ताकि अन्य साधु आ जाए तो इधर-उधर दौड़ भाग नहीं करना पड़ेगा।

थाली दिखाते समय :-

1. जिन वस्तुओं में ठण्डे गरम का विकल्प नहीं हो, वे वस्तुएँ एक थाली में रखें।
2. फलों की थाली अलग रखें।

भोजन तैयार करते समय :-

1. मसाला, गेहूँ आदि को अच्छी तरह धोकर सुखा लें, क्योंकि इनमें कीटनाशक औषधि के अंश भी रहते हैं।
2. हाथ पोंछने के, साधु का मुँह आदि पोंछने के, पौछा लगाने के, बर्तनादि पकड़ने, पोंछने के, वस्त्र अलग-अलग रखें एवं साफ धोकर शुद्धि में (सोला में) ही रखें।
3. शुद्ध वस्त्र पहनने के पहले दाल, मसाला, नमक आदि जो भी आवश्यक वस्तुएँ हैं, जो डिब्बे आदि में से निकालनी हैं, उन्हें निकाल लें।
4. काजू, बादाम, पिस्ता आदि के दो-दो टुकड़े करके रख लें। मुनक्का के बीज निकालते समय मुनक्का को अच्छी तरह से सुधारकर रख लें, क्योंकि मुनक्का में 2-3बीज भी हो सकते हैं। काली किशमिस, बड़ी किशमिस को भी इसी तरह सुव्यवस्थित रखें।
5. काजू, मुनक्का आदि सूखे मेवा खरीदते समय देखकर खरीदें। ऐसे मेवा जल्दी खराब होते हैं। इनमें जीव होने की भी संभावना रहती है।
6. तैयारी करने की बातें भूलकर भी साधु के सामने नहीं कहें ताकि आपके आहार दान का पुण्य कम नहीं हो।
7. कुएँ का पानी रात में नहीं लावें और न ही रात (अंधेरे) में गर्म करना प्रारंभ करें।
8. पहने हुए, बिछाए हुए, ओढ़े हुए वस्त्रों को चौके के काम में नहीं लें।
9. कुएँ से पानी लाते समय ढककर लावें। छूने को छूने पानी से धोकर जिवानी उसी कुएँ में पहुँचावें।
10. जहाँ भोजन बनाना है और आहार करवाना है वहाँ की छत अवश्य देख लें। जाले, छिपकली आदि न हों।
11. यदि टीन/चद्दर, खप्पर, लकड़ी की कच्ची छत है तो चँदोबा अवश्य बाँधें।
12. साधु की परम्परानुसार चँदोबा, सिगड़ी, गैस, प्लास्टिक की वस्तुएँ कुकर आदि का ध्यान रखकर तैयारी करें।
13. चूल्हा, सिगड़ी पर भोजन बनाना है तो ईंधन को अच्छी तरह शोधकर धूप में डाल दें और जलाते समय भी देखकर जलावें।
14. नए बर्तनों को थोड़ा सा गरम करके उनकी चिटें निकाल दें।
15. गुमने के भय से बर्तन में निशान बाहर लगावें अंदर नहीं ताकि उसका अंश भोजन में नहीं मिले।
16. फल-सब्जी आदि को पॉलीथिन से निकालकर फट्टी, बाँस की टोकरी आदि में बाहर ही रखें, ताकि वे सड़े नहीं। व्यर्थ में खराब नहीं हों।

वस्त्र बदलते समय :-

1. अंदर के पूरे वस्त्र भी बदलें।
2. अंदर से कमरा बंद करके सभी वस्त्र अलग करके अथवा गीला तौलिया आदि पहनकर कपड़े बदलें।
3. वस्त्रों को गीला करके सुखा लें, कभी गीले कपड़े पहनकर आहार नहीं दें।
4. जिन कपड़ों को पहनकर बिस्तर में सोए हैं। (ब्रह्मचर्य का पालन नहीं किया है) उन वस्त्रों को पहनकर चाहें वे शुद्धि में हों तो भी आहार नहीं दें।
5. हो सके तो आहार देने के वस्त्र अलग ही रखें। उनको अन्य समय में नहीं पहनें, ताकि उनकी शुद्धि बनी रहे।
6. ऊनी, रेशम आदि के वस्त्र एवं ऊन, रेशम से बनी या लगी हुई वस्तुओं को पहनकर आहार न दें।
7. किसी से छूकर/छू जाने पर पानी के छीटें डालकर मन को समझाकर शुद्धि नहीं मानें।
8. यदि छूने का ध्यान नहीं रहता है अथवा बच्चों को सोला / शुद्धि के वस्त्र पहना रहे हैं तो पड़गाहन के 5-10 मिनट पहले ही वस्त्र बदलें अथवा चौके से बाहर नहीं निकलें।
9. शुद्धि के वस्त्र पहनकर (चाहे पूजा, विधान आदि भी हो) लघुशंका जावें तो अच्छी तरह शुद्धि करके आयें ताकि लघुशंका के छींटे वस्त्र में नहीं लग पायें। (वस्त्र बदलकर ही जावें या परिवर्तित करें)
10. एक जोड़ी वस्त्र कमरे में ही सुखाएँ ताकि धूप में छत से शुद्ध वस्त्र उठाने में तकलीफ नहीं पड़े। सभ्यता भी बनी रहे।
11. अशुद्ध वस्त्र पहनकर ही दूर से शुद्ध वस्त्र नहीं उठावें और न ही लकड़ी आदि से उठावें। ऐसे वस्त्र पहनकर आहार देने पर आपकी तीनों शुद्धि भी व्यर्थ हो जायेंगी।
12. पहनने के वस्त्र हल्के रंग के रखें, ताकि स्वयं और दूसरे को भी समझ में आवे कि मैंने / इन्होंने शुद्ध वस्त्र पहने हैं।
13. शुद्धि के वस्त्र न अति चुस्त, न अति ढीले, न अति पतले, न अति छोटे हों। सभ्यता पूर्ण पोशाक हो।

14. भारतीय संस्कृति के अनुसार वस्त्र पहनकर आहार दें। ऐसे वस्त्र नहीं पहने कि साधु को भी शरम आ जाए।
15. शुद्ध वस्त्र पहनते समय हाथ, गले, कमर में पहने हुए धागा चोटी में लगा रिबिन आदि निकाल दें
16. शुद्ध वस्त्र उसी समय पहने जब भोजन का समय हो। सुबह से शाम तक शुद्ध वस्त्र पहने रहने से पूरे दिन छू-छू लगी रहती है। जिससे भाव हिंसा होती है।
17. भगवान की या गुरुजी की पूजा में जाना हो तो 2 मिनट में वस्त्र बदलकर ही जावें अन्यथा पूजा में मन नहीं लगेगा।
18. जैसे हाथ आदि में अनावश्यक धागा नहीं बाँधे रखें। कार्यक्रम पूरा होते ही उनको खोलकर विसर्जन कर दें, ताकि जब कभी भूल जाने से अशुद्धि में धार्मिक कार्य कर लेने पर पाप का बंध नहीं हो। (उसमें जीव उत्पन्न हो सकते हैं सब्जी आदि में डूबता भी है धागा)

आहार बनाते समय :-

1. बर्तनों को कपड़े से पोंछकर सुखा लें फिर काम में लें।
2. पानी भरने के बर्तन भी पहले बिना छने या नल के पानी से नहीं धोयें। सीधे कुएँ के छने हुए जल से ही धोयें, ताकि अशुद्ध, अनछने पानी का अंश उसमें नहीं रहे। भोजन बनाने/रखने के बर्तन कुएँ के प्रासुक जल से धोकर ही काम में लें।
3. बहुत चीजें/वस्तुएँ बनाने की अपेक्षा कम चीजें बनावें लेकिन ढंग की बनावें।
4. कोई भी वस्तु चाहे 2-4 घंटे पहले भी अच्छी तरह शोधन करके रखी है तो भी बनाते समय एक बार पुनः देख लें। इतनी देर में कोई जीव चढ़ सकता है।
5. पूरी तैयारी करके भोजन बनाना आरंभ करें, ताकि गैस चूल्हा सिगड़ी व्यर्थ में भी नहीं जले और बार-बार उसे बंद-चालू भी नहीं करना पड़े। भोजन बनाने के बाद सिगड़ी को ऐसा ही कमरे आदि में रख दें, व्यवस्थित करके रखें ताकि आग से होने वाली हानि नहीं हो।
6. दूध, छाछ, रस आदि छानने का कपड़ा/छन्नी अलग-अलग रखें। जिस जाली, कपड़े से रस छाना है, उससे दूध-छाछ नहीं छानें।
7. पहले दिन की (मर्यादा से रहित) तली हुए वस्तुएँ पापड़, खींचला, पपड़ी, नमकीन आदि तथा मिठाईयाँ भी दूसरे दिन नहीं दें।
8. कल के बने पापड़ आदि भी आज तलकर नहीं दें।
9. कम से कम 5-10 रोटी तो बनाते समय गरम-गरम ही घी से चुपड़कर रखें, ताकि वे नरम भी रहें और सुंदर भी दिखें।
10. धना, जीरा, मिर्च आदि का बघार बनाकर अलग रख लें, नमक नहीं डालें ताकि सभी साधुओं को दिया जा सके।
11. बघार अति पतला (पानी जैसा) भी नहीं बनावें और एकदम सूखा भी नहीं बनावें। इसी प्रकार दाल बनाते समय ध्यान रखें।
12. हरी सब्जियाँ ज्यादा पानी डालकर नहीं बनावें, उनमें से पानी सहज ही निकल आता है।
13. कच्चे या पके केले आदि की सब्जी पानी डालकर रस वाली बनावे ताकि खाते समय गले में नहीं फँसे।
14. सब्जी, खिचड़ी, बाफला, केले की टिकिया/खिचड़ी आदि बनाते समय मामूली हल्दी डालें जिससे उसका रंग एवं स्वाद दोनों सुहावने लगे क्योंकि कोई मसाला नहीं डालने पर हल्दी दिखती है जो आँखों को भी नहीं भाती है और स्वास्थ्य पर भी प्रभाव डालती है।
15. साधु संघ की परम्पराओं एवं रूचि का ध्यान रखते हुए फल प्रासुक करें। साधु के आने के बाद फल नहीं सुधारें। भले ही साधु लेते हों पाप आपको ही लगेगा, क्योंकि साधु तो शुद्धि बुलवाकर ही आहार लेते हैं।
16. पानी कम से कम दो प्रकार का रखें। एक अच्छा गरम एवं एक मध्यम गरम। यदि किसी साधु को बीमारी की अपेक्षा ठण्डे पानी की आवश्यकता हो तो बर्तन के कपड़ा/फट्टी आदि लगाकर ठण्डा करके रखें।
17. भोजन गरम रखने के लिए दो बड़े डिब्बों में अच्छा उबलता पानी भरकर सब्जी आदि के बर्तन रख लें। रखते समय जो वस्तुएँ पहले काम में आनी वाली हैं उन्हें ऊपर रखें। अथवा 2-4 ईंटें गैस के पास रखकर गरम कर लें उन्हें अच्छी जमाकर सब्जी आदि उन पर रख लें ताकि वे देर तक गरम बनी रहें।
18. बादाम, किसमिस आदि मात्रा का ध्यान रखें। बादाम 10-12, पिस्ता 20-25, काजू 10-12 ही निकाले। यदि 2-4 साधु के आहार होना है तो उस अनुपात से अर्थात् 40-50 बादाम आदि गलावें। किसमिस, मुनक्का आदि पहले से न गलावें

तुरंत धोये क्योंकि इसका सार पानी में चला जाता है अनुमान से गलावें बहुत कम भी नहीं और बहुत अधिक भी नहीं गलावें। किसमिस, मुनक्का का पानी फेंके नहीं अंजुलि में दे दें।

19. भोजन की कोई भी सामग्री जमीन पर नहीं रखें, जग में पानी भरते समय भी नीचे रखकर नहीं भरें। थाली भी नीचे रखकर ही लगाएं।
20. बादाम आदि को गलाने के पहले अच्छी तरह मसलकर धोएं।
21. भोजन बनाना चालू करने से पहले ही जहाँ से बिजली चालू होती है वह बटन (मेन स्विच) बंद करवा दें। इनवर्टर भी बंद कर दें। इन्डेशन का प्रयोग भी न करें, स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है।
22. रोड से गरम किया हुआ पानी आहार में नहीं दे। स्वास्थ्य के लिए बहुत हानिकारक है।

पाटा लगाते समय :-

1. इतना छोटा पाटा नहीं लगावें कि साधु उस पर अच्छी तरह बैठ भी नहीं पावे। भले ही खड़े होकर आहार करना हो बैठना तो होगा ही।
2. खिड़की के आगे पाटा नहीं लगावें। इससे स्वयं की छाया पड़ने से साधु को अंधेरा लगेगा, विकल्प होगा इसलिए खिड़की की दाहिनी तरफ करके पाटा लगावें।
3. जहाँ तक बने पाटा इस तरीके से लगावें कि पूर्व या उत्तर दिशा में मुँह रहे। (स्थिति परिस्थिति देखकर)
4. पाटा लगाकर एक-एक कोने को अलग-अलग दबाकर देखें। ताकि समझ में आ जावे कि कहाँ से हिल रहा है।
5. जहाँ से हिल रहा हो वहाँ चम्मच या कपड़ा लगाकर देख लें। यदि पाटा हिलता रहेगा सही नहीं जमा तो साधु चौके से लौट जायेंगे।
6. दो-तीन साधु के आहार होना है तो बहुत पास-पास पाटा नहीं लगावें ताकि आहार देने वाले अच्छी तरह बैठकर/खड़े होकर आहार दे सकें।
7. अक्षर लिखे हुए (चाहे हिन्दी या अंग्रेजी के) पाटा बैठने के लिए नहीं लगावें।
8. सनमाइका लगे पाटा का चौके में प्रयोग नहीं करें।
9. पाटा लगाने से पहले उसमें जाले, जीव-जंतु आदि देख लें।
10. धूप में रखा हुआ गरम, पानी से गीला, फफूंद वाला, जाले वाला पाटा नहीं लगावें।
11. पाटा के आसपास कोई जीव-जंतु या बाल नहीं होना चाहिए, इससे भी साधु लौट सकते हैं।
12. पाटा के पास ही एक पात्र रख दें। मुनिराज हो तो बाल्टी रखें एवं आर्यिका, क्षुल्लक आदि हो तो भगोना आदि रखें।

शुद्धि का पानी ले जाते समय :-

1. सर्दी का मौसम है तो अच्छा गरम पानी ले जावें और गर्मी का मौसम है तो गुनगुना पानी ले जावें लेकिन प्रासुक ही ले जावें।
2. बारिश के मौसम में विशेष ध्यान रखें कि बारिश के पानी की एक बूँद भी उसमें नहीं गिरे।
3. कमण्डलु में पानी डालने से पहले उसको हाथ डालकर देख लें यदि गीला हो तो पहले सुखा ले फिर पानी डालें।
4. पानी अनुपात से डालें ताकि श्रावक का घर दूर हो तो साधु को उठाने में तकलीफ न हो।
5. साधु एवं पानी लाने वाले के अनुपात से पानी ले जावें। बहुत कम भी नहीं और बहुत अधिक भी नहीं ले जावें।
6. मंदिर में बिछी हुई चटाई, दरी, पलाशन (अछार) आदि को न छुएँ।
7. रास्ते में देखते हुए चलें ताकि गंदगी पर या वस्त्र के टुकड़ों पर पैर नहीं पड़े।
8. मंदिर में एवं रास्ते में किसी से नहीं छुएँ। उस समय मंदिर में बहुत लोग आपस में चर्चा करते हुए खड़े रहते हैं। वहाँ छूने का पूरा ध्यान रखें अर्थात् किसी को नहीं छुएँ। (उसी समय बिना सोले वाले दर्शन करने आते हैं यह ध्यान रखें वाहन पर बैठकर शुद्धि के वस्त्र पहनकर शुद्धि का जल नहीं लाये और आहार भी नहीं दें)

पड़गाहन के समय :-

1. यदि 2-3 साधु का पड़गाहन करने की भावना है तो दो-चार, दो-चार का समूह बनाकर खड़े हों ताकि साधु को यह विकल्प नहीं हो कि इन्होंने पड़गाहन किया और छोड़कर दूसरे को पड़गाहन करने चले गए।
2. आपने जिसको पड़गाया है उनके जिम्मेदारी से पूरा आहार करवायें। औषधि आदि देने कहीं जाना है तो अनुमति लेकर जावें। यदि साधु को जाना पसंद नहीं हो तो पूछे ही नहीं उन्हीं के आहार पूरे करवायें।
3. यदि सभी साधुओं को आहार देने का विकल्प हो तो पड़गाहन नहीं करें ताकि कहीं भी जाने में विकल्प नहीं हो।

3. सूखे मेवा 2-3 ही हैं तो मसाले के साथ रख लें। (मसालदानी में रखें)
4. तरल वस्तुएँ दूध, रस, ठण्डाई, मुनक्का का पानी आदि एक ही थाली में रखें।
5. जो वस्तुएँ दूसरे दिन तक मर्यादा वाली हैं, उन्हें एक थाली में रखें। जैसे मगध, गुड़ आदि के लड्डू, बिना पानी का मैसूर पाक, तिलपट्टी, काजू कतली आदि।
6. भोजन की थाली में मुख्य चीजें दाल-रोटी-सब्जी आदि कटोरी भर-भरकर दिखावें, जो वस्तुएँ साधु ने रखी हैं उनके अलावा शेष को वापस उसी बर्तन में डाल दें।
7. दिखाई हुई थाली को ढककर रखें ताकि सामग्री ठण्डी न हो।
8. सर्वप्रथम थाली में चार रोटी के ग्रास अवश्य रखें।
9. सबसे पहले दाल-रोटी-सब्जी की थाली दिखावें।
10. हो सके तो सभी चीजें दिखाएँ, नहीं तो दाल-रोटी आदि मुख्य वस्तुएँ एवं नमक-बूरा अवश्य दिखावें।
11. जिस वस्तु में छुहारा, मुनक्का, पिण्ड खजूर, बूरा, नमक, गुड़ आदि डाले हैं, उन्हें स्पष्ट कह दें।
12. पकोड़ी, नमकीन, सब्जी आदि तेल, घी जिससे बनी हैं नाम लेकर बता दें।
13. कढ़ी में आँवला, अमचूर, नींबू जो भी डाला है स्पष्ट बता दें।
14. मोहनभोग (केक) (केक नहीं बोलना चाहिये इसका मतलब पिता का कलेजा होता है) बिस्किट, हण्डोवा, खमण आदि में सोड़ा, टाटरी, खार, नींबू आदि जो भी डाला है, उन्हें नाम लेकर बता दें ताकि त्यागी वस्तु खाने में नहीं आवे।
15. थाली में पहले देख लें कहीं जीवित या मरा हुआ जीव या बाल हो तो पहले उसे अलग कर दें फिर थाली दिखावें।

शोधन करते समय :-

1. इतना शोधन भी नहीं करें कि साधु की अंजुलि देर तक खाली रहे और देने वाले को बार-बार माँगना पड़े।
2. इतना शोधन भी नहीं करें कि सब्जी बहुत ठण्डी हो जावे और सब्जी (चम्मच से हिलाते समय) चटनी बन जावे और बर्फी चूरमा बन जावे।
3. सब्जी को चौड़े बर्तन में डालकर शोधन करें। शोधन करके कटोरी में भरकर रख दें ताकि ठण्डी भी नहीं हो और चम्मच में भरकर दी जा सकें।
4. दलिया, चावल आदि भी चौड़े बर्तन में शोधन करके कटोरे में भरकर दें।

आहार देते समय :-

1. नियम लेते समय छल नहीं करें, स्पष्ट रूप से कहकर नियम लें ताकि पुण्य से ज्यादा पाप का बंध नहीं हों।
2. यदि जमीन में या कपड़ों से हाथ लग गये हों, हाथ से किसी का सहारा लेकर खड़े/बैठे हो तो हाथ धोकर ही आहार दें।
3. तरल वस्तुएँ दाल, सब्जी, दलिया, खीर, लौंजी आदि जो हाथ में चिपकती हैं उन्हें चम्मच से ही दें, ताकि लेने वाले को आपके हाथ देखकर ग्लानि नहीं आवे।
4. आहार देने वाली थाली में बहुत सारी वस्तुएँ नहीं भर लें जिन्हें देखकर लगे कि कहीं दुकान ही तो नहीं खोल ली है।
5. यदि साधु ने नमक रखा है तो सब्जी-दाल आदि में चम्मच से अनुपात से डालें। बहुत ज्यादा भी नहीं डालें और कहीं खारा न हो जाए इस डर से बहुत कम भी न डालें।
6. दूध, मिठाई आदि में बूरा, छुहारा, मुनक्का, पिण्डखजूर आदि जो भी डाला है वह स्पष्ट बता दें।
7. सब्जी, पपड़ी, पूरी आदि में नमक डाला है तो उसे भी बता दें।
8. कोई भी चीज देने से पहले ध्यान दें कि साधु क्या लेना चाहते हैं और क्या नहीं। उनकी अंजुलि एवं मुद्रा को देखकर अनुमान लगाकर आहार दें।
9. किस चीज के साथ क्या चीज अनुकूल रहती है, इसका ध्यान रखें। जैसे छाछ, दूध के साथ अनाज आदि फलों का रस देने से तकलीफ होती है।
10. मनुहार करें, प्रार्थना करें, लेकिन अति नहीं करें और न ही छिपाकर दें। (निवेदन करें जबरदस्ती नहीं)
11. द्विदल आदि अभक्ष्य में आता है, इसलिए साधु की अंजुलि में क्या है और आप क्या दे रहे हैं। इस बात का ध्यान रखें।
12. एक बार में इतना ज्यादा भी नहीं दें कि असभ्यता नजर आवे एवं इतना कम भी नहीं दें कि कृपणता नजर आवे और साधु का पेट ही नहीं भर पावे।
13. तरल पदार्थ देते समय (जैसू- दूध-पानी) अंजुलि पूरी भरें। ताकि धार बन सके। नीचे नहीं गिरे।

14. दूध आदि को किनारी वाले लोटा आदि से दें ताकि धार बन जावे। यदि एक तरफ से धार नहीं बने तो दूसरी तरफ से घुमाकर देवें।
15. गिलास आदि को अच्छे से झुका लें ताकि दूध आदि नीचे नहीं गिरे।
16. आहार देते समय ज्यादा नहीं बोलें, आवश्यकता पड़ने पर ही बोलें, संकेत से काम करें अन्यथा थूंक के छींटे उछलकर भोजन में मिल जाने से आपको जूठा भोजन कराने का दोष लगेगा।
17. किसी भी चीज को ठण्डी करने के लिए मुँह से नहीं फूँकें।
18. कोई भी चीज इतनी गरम भी नहीं दें कि हाथ ही जल जायें और इतनी ठण्डी भी नहीं दें कि साधु को ऐसा लगे कि कहीं कल की तो नहीं है।
19. साधु के आने के बाद अग्नि नहीं जलावें इसका अर्थ यह नहीं है कि पहले से गैस आदि जलाकर रखें अर्थात् साधु के सामने आरंभ नहीं करें। यदि आप पहले से ही गैस जलाकर रखेंगे तो साधु देखकर लौट जायेंगे।
20. नमक को छोड़कर जीरा, धना, मिर्च आदि मसाला हाथ से नहीं डालें। चम्मच से ही डालें ताकि दूसरे दिन भी उसकी मर्यादा समाप्त नहीं हों। (सौंफ, लौंग, अजवाइन, इलायची आदि भी प्लेट में निकालकर चम्मच से दें)
21. दूध, छाछ, रस, ठण्डाई आदि को देने से पहले हिला लें। दूध आदि को भगोनी से गिलास में भरना है तो भगोनी में भी चम्मच डालकर हिला लें ताकि कोई जीव गिरकर नीचे बैठ गया हो तो समझ में आ जावे।
22. भोजन वहीं बनावे जहाँ आहार करवाना है। शयनकक्ष में भूलकर भी आहार नहीं करवायें। बैठक में करवायें तो सोफा आदि अलग कर लें ताकि आहार करने वाले को ऐसा नहीं लगे कि बैठक में ही आहार कर रहा हूँ।
23. रसोई छोटी है उससे 2-4 कदम दूर आहार करवाना है तो वहाँ भी पौँछा आदि लगाकर शुद्धि कर लें।
24. आहार कराने का स्थान बहुत बड़ा है तो चॉक आदि से लकीर खींच लें, ताकि आहार देखने वाले को ध्यान रहे कि इस लकीर के अंदर शुद्ध स्थान है। हमें इसके आगे नहीं जाना है।
25. यदि 2-3 साधु के एक साथ आहार हो रहे हैं तो एक स्थान का भोजन दूसरी तरफ नहीं ले जावें। यदि ले जावें तो ध्यान रखें कि कहीं दूसरे साधु के नमक, मीठा आदि का त्याग तो नहीं है।
26. चावल, दलिया, मिठाई आदि को एक साथ इतना नहीं निकालें कि भद्दा सा लगे। थोड़ी-थोड़ी 2-3 बार निकालने से ठण्डी भी नहीं होगी और सभ्यता भी रहेगी।
27. गले हुए किसमिस आदि क पानी पहले गिलास आदि में निकाल लें, ताकि शोधन भी अच्छा हो और पानी का भी उपयोग हो जावे।

आहार देने जाते समय :-

1. रोटी, दाल, बाटी, बाफला आदि ऐसी वस्तुएँ लेकर नहीं जावें। जो लोक में विरुद्ध माने जाते हैं। (तीर्थ क्षेत्र, साधु की बीमारी को छोड़कर)
2. खाली हाथ आहार देने कभी नहीं जावें। चाहे पानी सौंफ, मूंगफली आदि ही ले जावें।
3. नीचे देखकर मध्यम चाल से चलते हुए जावें।
4. गाड़ी, स्कूटर आदि पर बैठकर नहीं जावें।
5. चप्पल, मोजा, स्वेटर आदि पहनकर नहीं जावें।
6. जिसके यहाँ जा रहे हैं, उसका मन देख करके जावें।
7. जिनको आहार देने जा रहे हैं, उन साधु से (यदि सभी आहार देने नहीं जा रहे हैं) पूछकर जावें।
8. जो चीज ले गए हैं, उसे नाम बताते हुए कह करके देवें ताकि त्याग की हुई चीज दे देने से अंतराय नहीं आवे।
9. यदि कई लोग छू-छूकर आहार दे रहे हैं तो मुझे देने में क्या? ऐसा नहीं करें, जो अशुद्ध वस्त्र पहनकर भी शुद्धि बोलेगा तो उसे पाप ही लगेगा।

आहार के पश्चात्:-

1. साधु का आहार पूरा होने पर अच्छे गरम पानी से कुल्ला करवायें ताकि हाथ एवं मुँह की चिकनाई खतम हो जावे।
2. यदि साधु बेसन, नमक या आटा आदि से हाथ धोते हों तो दिखाकर देवें।
3. जब आहार पूरा होने लगे अर्थात् अंत का पानी लेने लगे तब सौंफ, इलायची, लौंग आदि अवश्य दें।
4. कुल्ला करने के उपरांत पात्र को अलग ढककर रख दें एवं हाथ धोलें।

5. आहार के बाद कमण्डलु में प्रासुक पानी भरें। यदि पूरा खाली करके सुखाकर भरें तो आवश्यकतानुसार उबला हुआ पानी भरें।
6. कुल्ला करने के बाद स्वच्छ कोमल तौलिए से साधु का मुँह, हाथ, पैर आदि पोंछ दें।
7. साधु के साथ भैया, दीदी आदि आहार करवाने या देने आए हैं तो उन्हें भोजन के अवश्य कहें।
8. साधु को ससतिका तक छोड़ने अवश्य कहें।
9. यदि आहार देने में कोई गलती हो गई है तो साधु से जानने की प्रार्थना करें।
10. यदि साधु को आहार में असंतुष्टि लग रही हो तो क्षमा अवश्य मांगें।
11. कुल्ला करते समय नींबू, नमक, पाउडर (मंजन), हल्दी आदि जो साधु लेवें देने का ध्यान रखें।
12. आहार के बाद वैराग्यप्रद भजन, स्तुति आदि गावें।
13. वसतिका में पहुँचने के बाद अपने आपको बड़भागी मानते हुए आहारदान देने का जो अवसर दिया उसकी कृतज्ञता अर्थात् प्रशंसा अवश्य करें।
14. यदि उल्टी जैसा लग रहा हो तो गर्दन से कंधे की तरफ के प्वाइंट दबा दें।
15. साधु को छोड़ने जाते समय उनसे 2 से 3 फुट की दूरी चारों दिशा में बनाकर चलें। ताकि उनकी ईर्या समिति का पालन अच्छे से हो सके व पैर से पैर ना टकरायें, गिरने की संभावना व अविनय भी होती है। (विशेष आचार्य श्री जी एवं मुख्य साधु के साथ)

भोजन की मर्यादा/शुद्धि:-

1. अशुद्धि वाली महिला से मुनक्का के बीज निकलवाना, दाल-चावल आदि साफ करवाना, निकलवाना, चौके में झाड़ू लगाना, गीले बर्तन साफ करवाना, पोंछा लगवाना आदि काम नहीं करवाएँ।
2. चौथे दिन से वे वस्तुएँ साफ कर सकती हैं, छू सकती हैं जिनको धोकर काम में लिया जा सकता है।
3. जब तक शुद्धि न हो तब तक उन वस्तुओं को नहीं छुएँ जिनको धोया नहीं जा सकता है। जैसे गुड़ के लड्डू, बूरा आदि
4. बिना पानी की मिठाईयाँ, नमकीन आदि दिखाने के लिए थोड़े-थोड़े निकालें, देते समय भी पूरा डिब्बा नहीं रखें, ताकि सकरे हाथ लगकर उनकी मर्यादा समाप्त न हो।
5. आज का गरम किया हुआ पानी कल नहीं दें अथवा उसे वापस गरम करके भी नहीं दें।
6. मीठे दूध का (चाहे वह मुनक्का, छुहारा से मीठा हो) दही नहीं बनावे। दही में बूरा डाला है तो एक अंतर्मुहुर्त के अंदर (48 मिनट के) खतम कर दें और उसके बर्तन भी धोकर रखें।
7. आज की भीगी बादाम, किसमिस, पिस्ता आदि दूसरे दिन नहीं रखें।

वनस्पति (हरी) जो आहारदान में दे सकते हैं :-

अनार, अमरूद, अनानास, अंगूर, आम, आलू बुखारा, अंगीठा, आँवला, अचार बीजी, कच्चा नारियल, कच्ची मूंगफली कच्ची बादाम, खरबूजा, चीकू, नारियल, नाशपाती, पपीता, बेल, मौसंबी, लीची, सीताफल, संतरा।

सब्जियाँ जो आहार दान में दे सकते हैं :-

कैथा/कैथ, करेला, कुंदरू, ककड़ी, गवारपाठा, गमारफली, गिलकी, खीरा, चना, चतुरफली, टिण्डा, टमाटर, तुरई, नींबू, परवल, फर्सास, बरबटी, भुट्टा, मुनगा की फली, मिर्ची (हरी), इमास की फली, लौकी, शिमला मिर्च, सेंगरे/सोगरी, सोयाबीन।

पत्तियाँ जो आहारदान में दे सकते हैं :-

चने की भाजी, धनिया की पत्ती, तुलसी, नीम, पुदीना, मैथी (यदि साधु लेते हैं तो)

विशेष :- केले के बाद इलायची देने से वह केला सारा का सारा पानी के रूप में परिवर्तित हो जाता है। अतः सामान्य से केले के साथ इलायची नहीं देना चाहिये बल्कि अधिक केला से अजीर्ण होने के कारण इलायची अवश्य ही चलाये।

कौन से पदार्थ के साथ कौन सा पदार्थ अहितकारी है :-

1. दूध के साथ - दही, नमक, गुड़, खटाई, तेल, तिल से बने पदार्थ, बरे आदि।
2. दही के साथ - दूध, पनीर, केला, खरबूजा, बेल आदि।
3. शीतल जल के साथ - मूंगफली, घी, तेल, अमरूद, गर्म दूध, गर्म पदार्थ आदि।
4. प्रातः काल वर्जित फल - केला, चिरौंजी, नारियल, तिल से बने पदार्थ।

5. भोजन के अंत में वर्जित पदार्थ - केला, ककड़ी
6. गन्ने से बने पदार्थ भोजन से पहले सेवन करना चाहिये ।

कौन से पदार्थ के साथ कौन सा पदार्थ ठीक रहता है :-

आम के साथ - दूध, खरबूज के साथ-बूरा, खजूर के साथ - दूध, चावल के साथ-दही, इमली के साथ-गुड़,
मक्का के साथ - छाछ, अमरूद के बाद - सौंफ, चावल के बाद - नारियल, भोजन के बाद - अनार

दान का लक्षण :-

जो स्वयं का और पर के उपकार के लिये छोड़ा (दिया) जाता है उसे दान कहते हैं। (तत्वार्थ सूत्र.2/38)

स्वोपकार - साधुओं को दान देने से दाता के पुण्य का संचय होता है, वह स्वोपकार हैं। (राजवर्तिक 7/38/1) अथवा दान देने से विशेष पुण्य बंध होता है तथा इससे जो यश फैलता है वह अपना उपकार कहलाता है।

(शांतिपुराण 11/38)

परोपकार - शुद्ध आहारादि का ग्रहण करने से साधुओं के ज्ञान-ध्यान की वृद्धि होती है व परोपकार (राजवर्तिक 7/38/1) अथवा जिस दान से पात्र के प्राणों की रक्षा होती है, फलस्वरूप वह पात्र धर्मध्यान, व्युत्सर्ग, षट् आवश्यक, तप एवं व्रत का पालन करता है, जिससे उसका चित्त स्थिर रहता है, उसकी क्षुधा का भी नाश होता है उसे आरोग्य सुख पहुँचता है एवं शास्त्रों का पठन-पाठन करने में समर्थ होता है वह परोपकार है। (शांतिपुराण 11/89-90)

आहार दान का महात्म्य:-

सूनोर्मूतेरपिदिनं न सुतस्तथास्याद बाधाकरं वत यथा मुनिदानशून्यम् ।

दुर्वार दृष्टि विधिना न कृते हाकार्ये पुंसा कृते तु मनुते मातिमम निष्हाम । (दानशासन)

अर्थात् सम्यक्दृष्टि के घर में संतान भी मरण को प्राप्त हो जाये तब भी उसे वह दिन उतना अनिष्टकारी प्रतीत नहीं होता। किंतु जिस दिन वह मुनि को आहार नहीं दें पाता वह दिन उसका सबसे अनिष्टकारी और दुर्भाग्यपूर्ण होता है। हम विचार करें कि श्रावक के जीवन में आहारदान कितना महत्वपूर्ण और आवश्यक है। करने योग्य कार्य को आवश्यक कहते हैं (मूलाचार प्रदीप2) इसलिये आचार्य भगवन् कुन्द-कुन्द देव के 'रयणसार नामक' ग्रंथ में श्रावक के लिये पूजा और दान ये दो आवश्यक प्रतिदिन करने को कहा। आचार्य भगवन् लिखते हैं, कि दान और पूजा ये दोनों आवश्यक श्रावक के प्रमुख कर्तव्य हैं। यदि वह इन्हें नहीं करता है तो वह श्रावक कहलाने योग्य नहीं है। छहढाला में कहा है, "मुनि को भोजन देय, फिर निजकरहिं अहारै"। श्रावक पहले मुनि को आहार करावे, फिर बाद में स्वयं भोजन करें। जो श्रावक आहार दान नहीं करता, उसके घर में साधु के चरण कभी नहीं पढ़ते। कवि कहते हैं कि

“जा घर साधू न पूजिये, अतिथि सेवा नाही
ता घर श्मसान समान है, भूत वसें तिन माही”

अर्थ - जिस घर में साधु नहीं पूजे जाते, अतिथि की सेवा नहीं होती, वह घर श्मशान के समान हैं। जिसमें एक मात्र भूत ही रहते हैं। "सर्वार्थसिद्धि ग्रंथ" में लिखा है जिसकी आने व जाने की कोई तिथि निश्चित नहीं होती, उसे अतिथि कहते हैं। ऐसे अतिथि एकमात्र जैन संत ही होते हैं। "सम्यक्त्व कौमदीग्रंथ" में लिखा है।

तुरंगशत सहस्रं, गोकुलं भूमिदानं, सुरन्युवति समानं कोटि-कन्याप्रदानम् ।

सुवर्णरजत पात्रं, मेदिनी सागरान्ता, न हि भवति समानत्वन्नदानात्प्रधानात् ॥

अर्थ - एक लाख घोड़े, अनेको गाय, भूमि, देवों की अपसराओं के समान करोड़ो कन्यायें, नदी भरा सुवर्ण और सागर भरी चांदी का दान भी अन्न दान के समान नहीं है अतः अन्नदान ही प्रधान है।

केवल ज्ञानतो ज्ञानं निर्वाण सुखतः सुखं ।

आहार-दानतो दानं नोत्तमं विद्यते परम् ॥ (अमितगति श्रावकाचार11/25)

अर्थ - केवलज्ञान के समानज्ञान, निर्वाण सुख के समान सुख तथा आहारदान के समान दान जैसी (लोक में) उत्तम दूसरी वस्तु नहीं है।

भोयण दाणे दिण्णे, तिण्णि वि दाणाणि होति दिण्णाणि ।

मुक्ख-तिसाए वाही दिणे-दिणे होति देहीणं ॥ (कार्तिकेयानुप्रेक्षा)

अर्थ - भोजन आहार दान में तीनों दान का फल प्राप्त होता है क्योंकि प्राणियों को भूख-प्यास रूपी व्याधि प्रतिदिन होती है।

भोयण बलेण साहू सत्थं से विदिरन्ति दिवसंपि ।

भोयण दाणे दिण्णे पाणा वि य रक्खिया होंति ॥ (कार्तिकेयानु प्रेक्षा)

अर्थ :- आहार दान के बल से ज्ञानीसाधु अभीक्षण ज्ञान उपार्जन करते है। भूख से व्याकुल चित्तवाले का मन स्वाध्याय में स्थिर नहीं होता। अतः आहार दान देने वाला ज्ञानदान भी प्रदान करता है।

क्षेत्रादिसर्वस्तूनां संस्कारं कुर्वते जनाः ।

तत्तदर्थं न कुर्वन्ति तत्फलप्राप्तहेतवे ॥

अर्थ :- क्षेत्र शुद्धि और चौका की समस्त सामग्री की शुद्धि गृहस्थ स्वयमेव ही अपने लिये करते हैं। वे पात्र के लिये कुछ भी नहीं करते हैं क्योंकि शुद्धतापूर्वक भोजन करना यह गृहस्थ का मुख्य धर्म है और उसी से उसको पात्र और सद्धर्म की प्राप्ति होती है।

आहार देने वाला दाता साधु के निमित्त आहार तैयार नहीं करता बल्कि स्वयं के लिये तैयार किये शुद्ध भोजन में से साधु को आहार देकर फिर भोजन करता है यह आचार्य देव कहते है।

अतिथि का लक्षण -

जो संयम का नाश न करते हुए बिहार करें, उन्हें अतिथि कहते हैं अथवा जिनकी कोई तिथि नियत न हो अर्थात् अनियमित समय में गमन करते हों उन्हें अतिथि कहते हैं। (चारित्रसार 60) पाँचों इन्द्रियों का अपने-अपने विषयों में लगाना ही पाँच तिथियाँ हैं। यतः इन्द्रियों का अपने-अपने विषय में प्रवृत्ति करना संसार का कारण है। जो उनसे मुक्त हो गया है, उसे अतिथि कहते हैं। (यशश तिलक चम्पू 8/421) जो संयम की वृद्धि के लिए निरन्तर भ्रमण करता रहता है वह अतिथि है। (हरिवंश पुराण 58/158)

दाता के लक्षण

भक्तिमान् सरलोज्ञानी सुदृष्टिर्विनयान्वितः ।

मद्यमांसमधुत्यागी पंचोदुम्बरवर्जितः ॥

अर्थ- 1. दाता भक्तिमान होना चाहिए। भक्ति के बिना दाता के समस्त कर्म विफल हो जाते हैं। भक्ति के बिना दाता विरूपकता को प्राप्त होता है। 2. दाता सरल हृदयवाला, निष्कपट और मायाचार से रहित हो। 3. ज्ञानी हो ज्ञान के बिना दान की विधि और श्रेष्ठदान की पद्धति को नहीं जानने से विपरीत आचरण करने लगता है। 4. दाता सम्यक्दृष्टि हो। अर्थात् सच्चे देव, शास्त्र और गुरु को ही मानता हो अन्य कुदेव आदि को किसी के भयवशात् अथवा पुत्र, पत्नि मातादि के स्नेहवशात् और धनादि के प्राप्ति के रूप लोभ के वशीभूत हो कदापि नहीं मानता, नमस्कार नहीं करता है। 5. विनयवान हो। 6. मूल गुणधारक मद्य, मांस, मधु और पाँच उदम्बर फल का त्यागी हो।

1. उत्कृष्ट दातार :- साधु को आया सुनकर दान देने में बुद्धि करने वाला पुरुष उत्तम दाता कहा जाता है।
2. मध्यम दातार :- साधु को देखकर दान देने वाला पुरुष मध्यम दाता कहलाता है।
3. जघन्य दातार :- जो सुनकर, देखकर पीछे दान देता है वह जघन्य दाता कहलाता है।
4. अदाता :- जो ताड़न, पीड़न, चोरी करके, रोष करके, तृष्णादि दोषों को करके या भयभीत होकर दान देता है उसे जिनेन्द्र देव ने दाता नहीं (अदाता) कहा है। (अमित गति श्रावकाचार 11/15-22)
5. यदि आहार देने वाला दाता विवेक गुण सम्पन्न है तो वह साधुओं के बड़े से बड़े रोगों को आहार के माध्यम से ठीक कर सकता है।

दाता के सात गुण :-

श्रद्धा भक्तिरलोभत्वं दया शक्तिः क्षमा परा ।

विज्ञानं चेति सप्तैते गुणा दातुः प्रकीर्तिताः ॥

भावार्थ :- 1. श्रद्धा 2. भक्ति 3. अलोभत्व 4. दया 5. शक्ति 6. क्षमा 7. विज्ञान

अलुब्धता गुण

यावद्गोहलसंपदस्ति विमलं, क्षेत्र फलत्यद्भुतं,

भूरि ग्रासवती च गौः क्षरति सुक्षीरं घटापूरितं ।

वर्षं तृप्तिकरं रसेष्टबसुधो, यप्पात्र साहित्यकृत,

यद्दानं सफलं स एव सफलो दाता ह्यलुब्धो महान् ॥

भावार्थ :- जब तक गृह में कुछ भी संपत्ति है और जब तक मेरे क्षेत्र में अद्भुत धान्यादि संपत्ति उत्पन्न होती है। जब तक बहुत

ग्रास करने वाली गायें घड़ा भर कर उत्तम दूध देती हैं। जब तक इन्द्रियों को तृप्त करने वाले समस्त रस मेरे पास हैं जिनसे पात्र का यथोचित वैयावृत दान हो सकता है तब तक मैं अपनी समग्र सामग्री और धनादिक विभूति से पात्र को दान देकर सफल जीवन करूँगा। ऐसे दाता के परिणाम का होना सो अलुब्धता का गुण है।

सौधर्मादिकः कल्पेशु भुञ्जन्ते स्वेप्सितं सुख।

मानवाः पात्रदानेन मनोवाक्कायशुद्धतः ॥

संपदस्तीर्थकतृणां चक्रिणाब्द्धं चक्रिणां।

भुञ्जन्ते दानिनः सर्वाः त्रिशुद्धया भक्तिभावतः ॥

भावार्थ :- मन, वचन, काय की शुद्धि से ही दान प्रदाता सौधर्मादिक स्वर्गों के उत्तम सुख को पात्र दान द्वारा प्राप्त होता है। मन वचन काय की शुद्धि से भाव भक्ति पूर्वक पात्र को दान प्रदान करने वाला दाता श्री तीर्थकर भगवान की संपत्ति चक्रवर्ती और अब्द्ध चक्रवर्ती की लक्ष्मी को प्राप्त होता है।

“प्रेशर कुकर का भोजन जहर है।”

प्रेशर कुकर में बने भोजन में न तो सूर्य का प्रकाश जा सकता है, ना ही पवन का स्पर्श होता है। प्रेशर कुकर से हवा बाहर तो आ सकती है किन्तु बाहर की हवा अंदर नहीं जा सकती। हमारे देश में सी.डी.आर.आई. नाम की लेबोर्ट्री में दो वैज्ञानिकों ने बताया कि ये प्रेशर कुकर 99 प्रतिशत या ज्यादा से ज्यादा एल्युमीनियम की बनी होती है। भोजन रखने या खाने की सबसे निम्न और खराब चीज है एल्युमीनियम। उन दोनों वैज्ञानिकों का 18 साल का रिसर्च बताता है कि यदि आप लगातार प्रेशर कुकर का भोजन करते रहे तो डायबिटीज होना तो निश्चित है और दमा (त्रोनकाररिस) घुटनों का दर्द अर्थराइटिस आदि भी संभव है।

लखनऊ के इन दोनों वैज्ञानिकों ने पता किया कि ये एल्युमीनियम भारत में कब और किस उद्देश्य से आया, तो रिसर्च करने पर पता चला कि ये 100 साल पहले अंग्रेजों की सरकार द्वारा जेल स्थित भारतीय क्रांतिकारी जवान भगतसिंह, सुखदेव आदि कैदियों को कमजोर शरीर और कमजोर बुद्धि वाला बनाने के उद्देश्य से एल्युमीनियम लाया गया था, क्योंकि इन भारतीय जवानों के शरीर इतने बुलंद थे कि अंग्रेजों के छक्के छुड़ा देते। क्योंकि वे सब कैलिशियम आदि 18 शक्ति प्रदाता तत्वों को देने वाली मिट्टी के बर्तनों में बने भोजन किया करते थे। किंतु दुर्भाग्य है कि आज अंग्रेज तो चले गये किंतु फिर भी आज हमारी जेलों में उन्हीं एल्युमीनियम के बर्तनों में कैदियों के लिये भोजन पकाया व खिलाया जाता है। और तो और वही एल्युमीनियम आज हमारे घरों में भी आ धमका है। कारण कि हल्का, सस्ता और दिखने अच्छा लगता है।

महिलाओं से पूछे कि आप इन हानिकारक प्रेशर कुकर एवं ओवन में भोजन क्यों बनाती हैं, तो यहीं कहेगी कि इनमें भोजन जल्दी बन जाता है और हमारा समय बच जाता है। पर वो यह नहीं जानती कि ऐसे हानिकारक भोजन से जब हमारा और हमारे परिवार का स्वास्थ्य बिगड़ जायेगा तो अस्पतालों में महीनों-महीनों पड़े रहना पड़ेगा। फिर क्या करेंगे? इसलिये ऐसा भोजन करने से भला है कि हम अन्य मिट्टी आदि के बर्तनों में थोड़ा समय लगाकर अच्छा स्वस्थ वर्धक भोजन बनाकर खाये और खिलाये।

“हमारी मूर्खता और कमजोरी का कारण प्रेशर कुकर”

मार्डन साइंस ने भी कुछ कारण दिये हैं प्रेशर कुकर का भोजन क्यों न करे। आधुनिक टेक्नालाजी का कहना है कि यह प्रेशर कुकर हमारे भोजन को जल्दी पकाता है इसका कारण है कि इसमें पकाने के लिये रखी गई दाल और उसमें डाले गए पानी पर ये अतिरिक्त दबाव डालता है अधिक दबाव डालना ही इसकी विशेषता है और कुछ भी नहीं, ये दबाव आता कहाँ से है, कुकर में दाल, पानी व मसाला डालकर और कुकर बंद कर दिया। कुकर के ऊपर जो सीटी लगी है यही है सबसे खतरनाक। ये न लगाये तो बहुत अच्छा होगा। ये लगायेंगे अंदर पानी गर्म होगा और गर्म होने से वाष्पीकरण होगा। वह इकट्ठी होगी और फिर वही दाल पर दबाव के कारण वह दाल फट जाती है। मतलब दरकना चालू हो जाता है, अर्थात् उसे अणु जो एक दूसरे को जकड़े थे वो बिखर जाते हैं और दाल शीघ्र उबल जाती है पकती नहीं है।

पकने और उबलने में बहुत अंतर है। हम समझते हैं, नर्म होने से वह पक गई। पकने के कुछ सिद्धांत हैं ऐसा आयुर्वेदिक ग्रंथ बताते हैं, जिस अनाज को खेत में पकने में जितना अधिक समय लगता है। जैसे-अरहर की दाल - 7-8 माह में पकती है क्यों? क्योंकि अरहर की दाल में जो कैलिशियम आदि तत्व पाये आये हैं उन्हें मिट्टी से प्राप्त करने में उसे 7-8 माह लगते हैं। मिट्टी पोषक तत्वों का खजाना है। प्रेशर कुकर, ओवन के अलावा एक और वस्तु है 'फ्रिज'। जिसमें रखे भोजन आदि में सूर्य प्रकाश व पवन का स्पर्श नहीं होता।

फ्रिज ठंडे देशों की उपज है भारत की नहीं। जब ठंडे देशों में बर्फ अधिक गिरता है तो उस बर्फसे घर ढक जाते हैं, जिसके कारण लोग घर से बाहर नहीं निकलते। ऐसी स्थिति में वो खाने-पीने की वस्तुएँ कहाँ से लायें। इसलिये वे ऐसी स्थिति बनने से पहले ही खाने-पीने की वस्तुओं को अधिकाधिक मात्रा में रख लेते हैं। और वे सबसे अधिक दवाईयों को एकत्रित करके रखते हैं। उस ठंडे वातावरण के घटते-बढ़ते रहने के कारण, मौसम का टेम्पेचर असंतुलित रहता है जिसके कारण ये दवाईयाँ खराब हो जाती हैं क्योंकि दवाईयों को एक संतुलित वातावरण चाहिए। इस संतुलित वातावरण को बनाने के लिये ही इस फ्रिज का निर्माण किया गया। उस फ्रिज में इन दवाईयों को रखा जाता है। कारण वो उस वासे भोजन को खाकर हमेशा अस्वस्थ बने रहते हैं और दवाई खाकर जीते रहते हैं। इस फ्रिज में 12 प्रकार की हानिकारक गैसें पाई जाती हैं जैसे कार्बनडाइ-ऑक्साइड जो कि जहर है।

क्या अखाद्य ?

इन सबकी जानकारी देना जरूरी हो गया है दाता और पात्र अक्सर अपने आहार की सामग्री, क्या खाद्य या क्या अखाद्य है, भूल रहे हैं इस प्रकार से कभी चर्चा का भी विषय बन जाता है कि कुछ ऐसी वस्तुएँ हैं जो पूर्व में हम लोग नहीं खाते थे, लेकिन साधु आर्थिकाओं को लेते देखा सो हम भी लेने लगे। मुझे फिर कहना पड़ता है। ऐसा क्यों किया ? विवेक रखना चाहिये था क्योंकि दाता को हमेशा विवेकवान कहा है। श्रावकाचार पढ़कर के विवेक में निपुण होना चाहिए। जो अखाद्य है, उनका परहेज करना चाहिए, जो खाद्य है उसका प्रयोग करना चाहिए।

किसी भी प्रकार की साधारण सब्जियाँ चौके में नहीं रखना चाहिए और जो भी वस्तु प्रासुक करना हो अग्नि पक्व ही करना चाहिए। गर्म जल में डालकर कभी भी प्रासुक नहीं करना चाहिए।

खाद्य - अखाद्य पदार्थ। जो भी हैं वे देश-देश की प्रथा के अनुसार, मान्य नहीं माने जायेंगे, जो आगम में आचार्यों के द्वारा साधारण एवं प्रत्येक के बारे में वर्णित किया गया है, उसके अनुसार मान्य समझे जायेंगे। जो व्रती/महाव्रती आचार्यों की वाणी पर आस्था करेगा, वह कभी भी अपने आहार में ऐसी वस्तुओं का प्रयोग नहीं कर सकेगा।

यदि स्वास्थ्य के लिये, औषधि रूप में, ऐसी वस्तुओं को व्रती/महाव्रती सेवन करता है तो बाद में वह प्रायश्चित्त लेता है, लेकिन जिसको अस्वास्थ्य संबंधी कोई बात नहीं है, सिर्फ स्वाद के लिये होता है तो वह अभी आचार्यों की वाणी पर आस्था नहीं रख रहा है ऐसा समझना चाहिए।

लाई मुरमुरा - यह धान को फोड़कर बनायी जाती है। सोचिये इसकी मर्यादा कितनी होगी ? यह सकरे की कोटि में भी आयेगी। साथ ही यहां यह ध्यान दीजिये कि ये कब, कहां, कैसे तैयार की गई ? यह व्रती, महाव्रती के खाद्य कैसी होगी यदि घर में तैयार नहीं है। इसके कभी भूलकर नहीं करना चाहिए।

अण्ड पीता, केला पोस्त इन सबको कर त्याग उदोत

जिन बहुबीजों के घर नाहिं वे ही बहु बीजों कहलाहिं।

करोंदा - यह क्षीर फल है, इसमें दूध निकलता है। इसे सूक्ष्म जीवों का घर ही समझना चाहिये।

सीताफल - यह अल्पफल दल है, जिसमें बहुजीवों का घात होता है। इनके प्रत्येक कंगूरों में एवं डण्डल में सूक्ष्म जीवों का निवास होता है। यदि विवेक की आँख से देखेंगे तो प्रत्यक्ष में दिखाई देंगे। बहुत बड़े सीताफल में थोड़ा सा दल यह व्रती / महाव्रती के खाद्य नहीं है।

बरबटी - जिसकी दो पलक नहीं हो सकती, जिसका शोधन सही तरीके से नहीं हो पाता, ऐसी फल्ली व्रती/महाव्रती के खाद्य योग्य नहीं होती, क्योंकि उसमें सूक्ष्म जीवराशि रहती है, जिससे वह दृष्टिगोचर नहीं होती कभी कभार त्रस जीव दृष्टिगोचर नहीं होती कभी कभार त्रस जीव दृष्टिगोचर हो जाते हैं। इसलिए इस प्रकार की सामग्री चौके में नहीं रखनी चाहिए।

काल शुद्धि :-

गर्म ऋतु में यदि गर्म पदार्थों का दान दिया जाय तो विपरीत फल को प्रकट करता है। इसी प्रकार शीत समय अति ठंडा पदार्थ दान दिया जाय तो भी विपरीत फल को प्रकट करेगा। इसलिये दाता को कालशुद्धि का विवेक रखकर दान देना चाहिये।

कालसंकुद्ध देशोत्थरोगोपशमकारणम्।

कालदोषहराहारो देयस्तत्कालवेदिभिः ॥

भावार्थ :- काल से दोष कुपित होने वाले पित्त, कफ आदि दोषों का विचार कर दोषशमन करने वाले पदार्थों का आहार दान देना चाहिए।

यः सर्वदेशकालेषु यद्यदाश्रित्य वर्तनं। वर्तते तदनुक्रम्य हेयं हित्वात्र सर्वदा।

हातुं न शक्यं यत्कर्म न वर्ज्यं योगदोषवत्। सद्भक्तिरकषायः स्यात्सुकृतिर्नैवदोषभाक् ॥

भावार्थ :- जो जो व्यवहार देश काल की प्रवृत्ति को लेकर जिस देश और जिस काल में होता है वही व्यवहार दान क्रिया में करना चाहिये। दोषोत्पादक अयोग्य पदार्थों का त्याग कर देना चाहिये, जिनका त्याग करना अशक्य है, उनके त्याग करने की आवश्यकता नहीं है क्योंकि सद्भक्ति कषायरहित होती है। दाता अशक्यानुष्ठान में कभी दोष का भागी नहीं होता है।

सूर्यादिग्रहण, संक्रांति, भूकम्प, धूम्रावगाढ़, मेघाच्छन्न, सामायिक काल अनिष्टकाल, विद्रोहकाल, अकाल, उपद्रवकाल, सूतककाल, निद्यकाल आदि काल व अयोग्य समय को विचार कर दान देना चाहिये। असमय में दान देना आगम विरुद्ध है।

कोई देश अधिक उष्ण (गर्म) होने से सदैव पित्त को कुपित करने वाला होता है। कोई देश अधिक वात प्रधान होता है ऐसे भिन्न देशों की प्रवृत्ति से होने वाले दोष और ज्वरादि उपद्रवों को उपशमन हेतु आहार आदि देना सो देश शुद्धि है।

कभी-कभी देश की प्रवृत्ति से भिन्न-भिन्न प्रकार के उपद्रव हो जाते हैं उनका उपशम बाह्य उपचार से (मालिस, मर्दन, शीत आदि निराकरण) करना पड़ता है। इसलिये दान की प्रवृत्ति करने वाले भव्यात्मा पुरुषों को देशशुद्धि का अवश्य रखना चाहिए।

काल शुद्धि के चार भेद होते हैं -

1. **रात्रिकाल :-** जो चौका लगाने वाला योग्य सुधिश्वावक है, वह इतना तो निश्चित ही जानता है कि जैनों के घर रात में कोई खाद्य सामग्री की तैयारी तो दूर रात में भोजन की बात भी नहीं होती। फिर वह सुधिश्वावक साधु के आहार को रात्रिकाल में कैसे बना सकता है। अतः यहाँ रात्रिकाल से हमें यह आशय समझना चाहिए कि प्रातःकाल में भी हम अतिशीघ्र आहार बनाना प्रारंभ न करें। सूर्योदय के 48 मिनट बाद से आहार बनाना प्रारंभ करना ही काल शुद्धि है। कभी-कभी गृहस्थ लोग रात्रि 4-5 बजे उठकर दाल-चावल का कुकर लगाकर रख देते हैं अथवा दाल बीनकर, सब्जी काटकर, मुनक्का, किसमिस आदि साफ करके रख लेते हैं जो कि सर्वथा अनुचित हैं। सारे कार्य हम सूर्योदय में ही प्रारंभ करें। यही कालशुद्धि है।
2. **ग्रहण काल :-** सूर्यग्रहण, चंद्रग्रहण के समय चौका कार्य न करके धर्म ध्यान करना चाहिए। पश्चात् सूर्यग्रहण, चंद्रग्रहण हटने पर ही गृह कार्य प्रारंभ करें।
3. **शोक काल :-** शोक अर्थात् दुखद काल हमारे अथवा हमारे सन्निकट के पड़ोसी के घर किसी का निधन/मरण हो गया हो अथवा भयंकर लड़ाई हुई हो, जिसके कारण मनः स्थिति विचलित हो गई हो। अथवा कोई कीमती चीज गुम जाने से या किसी इष्ट के वियोग या बीमार होने से मन स्थिर न रहकर दुखमय हो ऐसी और भी परिस्थितियाँ उत्पन्न होने पर चौका नहीं लगाना चाहिए।
4. **प्रभावना काल :-** हमारी आत्मा को प्रकृष्ट भावना से प्रभावित करने वाले काल को प्रभावना काल कहते हैं। जैसे- हमारे नगर में विमान उत्सव या पंचकल्याणक महोत्सव में कोई विशेष जुलूस आदि निकलना हो। ऐसे समय में चौके के कार्य नहीं करना चाहिए, क्योंकि ऐसे समय में हमारा मन चंचल रहता है। हमारा मन उन जुलूस आदि में सम्मिलित होने के उत्साह में, गृह कार्य में जल्दबाजी करता है। जिससे अनेक अशुद्धियाँ आहार में होने की संभावना होती है। शुद्धि का विशेष ध्यान नहीं रहता है। अतः इस प्रकार जल्दबाजी में चौके के कार्य न करना ही उचित है।

भाव शुद्धि :- परिणामों की शुद्धि को भाव शुद्धि कहते हैं। यह शुद्धि सर्वोपरि है। यदि भोजन कितना भी स्वादिष्ट हो और यदि परिणाम विचलित हो तो वह भोजन ही अरुचिकर लगता है और दूसरी बात भोजन बनाने वाले भले ही कितना ही स्वादिष्ट भोजन बनाये किंतु यदि उनके परिणाम शुद्ध न हो, तो वह भोजन स्वास्थ्य और हमारे आत्मपरिणामों को निर्मलता प्रदान नहीं कर सकता और यदि भोजन भले ही रूखा-सूखा हो। किंतु भोजन बनाने वाला और खिलाने वाला यदि अच्छे भाव रखता है तो वह रूखा-सूखा भोजन भी अमृत तुल्य प्रतीत होता है। जैसे लोक में प्रसिद्ध है कि चन्दन वाला ने भगवान महावीर स्वामी को आहार में रूखे-सूखे नीरस उड़द खिलाये, रामचंद्र को सबरी ने जूठे बेर खिलाये और सुदामा ने कृष्ण को सूखे चावल खिलाये। वे नीरस उड़द, जूठे बेर और कच्चे चावल भी निर्मल परिणामों के कारण अमृत तुल्य प्रतीत हुआ। ये सब भाव शुद्धि का खेल है।

भजन

गुरुदेव अपना जलवा

तर्ज :- आये हो मेरी

आँखों में बस रहे हो, मन में समा रहे हो।
शिष्यों को दर्श देकर, सबको लुभा रहे हो।
गुरुदेव अपना जलवा, सबको दिखा रहें हो। 111 ॥ गुरुदेव

सुखकारी छवि प्यारी, मन में बसी तुम्हारी।
मुखड़ा मुझे दिखा दो, देरी लगा रहे हो 112 ॥ गुरुदेव

जन-जन को तुमने तारा, अब मैंने भी पुकारा।
है आसरा तुम्हारा, तुम क्यों भुला रहे हो 113 ॥ गुरुदेव

तारण तरण तुम्ही हो, भव दुःख हरण तुम्ही हो।
कुछ तो तरस करो तुम, मुझ को भुला रहे हो 114 ॥ गुरुदेव

शिव मार्ग को बता दो, आवा गमन मिटा दो।
इस “भाव सिंधु” को क्यों, इतना रूला रहे हों 115 ॥ गुरुदेव

नोट :- यह “आहारदान निर्देशिका” आचार्य श्री 108 विद्यासागर जी महाराज के शिष्य मुनि श्री 108 भाव सागर जी महाराज के उपदेश एवं अनेक पुस्तकों से पढ़कर, साधुओं के उपदेशों को सुनकर एवं वैयावृत्ति को ध्यान में रखकर तैयार की गयी है। प्रासुक विधि की अधिक जानकारी के लिये सचित्त विचार, सचित्त विवेचन पुस्तक से देख सकते हैं। यह लेख उसी के आधार पर लिखा गया है। इस प्रासुक विधि का उपयोग आप स्वयं करें। एवं दूसरे लोगों को बताकर करवायें। इस लेख की तभी पूर्ण सार्थकता हो सकती है। इसकी अशुद्धियों पर ध्यान न दें। कमियों को सूचित करें, जिससे और सुधार किया जा सके।

(इस लेख में कोई भी परिवर्तन हेल्पलाईन टीम से चर्चा के बिना नहीं करें।)

प्राप्ति स्थल / हेल्प लाइन :-

1. विवेक जैन (सिंगापुर/मलेशिया) मो. 0060125272471
2. नरेश जैन, “गोपाल एग्रो इण्डस्ट्रीज”, राजनांदगांव (छ.ग.) मो. 09425238271
3. शुलभ मोदी, पुणे, मो. 09158882198
4. इंजी. संजीव नायक, देवरी, मो. 09893991244
5. अंकुर जैन (गुरुवर ट्रेडर्स) (सागर) मो. 09424427336
6. अनिल(तिवरी) नागपुर मो. 09422114180
7. आदीश्वर जैन, बैंगलोर मो. 09341217288
8. प्रदीप पाटनी, जयपुर मो. 09829015819
9. सजल जैन, गोल्डी मैनिंग सेंटर, जबलपुर मो. 09424311370
10. सौभाग्य सोधिया प्रिंटर्स, पनागर, जबलपुर मो. 09179040110

: संकलनकर्ता :
पं. राजकुमार जैन, शास्त्री
(बैंक अधिकारी) सागर (म.प्र.)
(मो.) 08120226691

: पुण्यार्जक :
नरेश जैन
गोपाल एग्रो इण्डस्ट्रीज, राजनांदगांव (छ.ग.)
(मो.) 09425238271

Website : (1) www.jindharm.com (2) www.vidyasagar.net (3) www.vidhyasagarsant.com
App :- (1) jindharm(2) vidhyasagarsant

विशेष नोट :- इसे पढ़कर धर्मशाला, मंदिर, रसोईघर, कार्यालय, सार्वजनिक स्थानों पर लगा दें एवं इसे पढ़कर इसकी फोटोकॉपी अथवा प्रिंट करवाकर वितरण करके आहार दान की अनुमोदना करें।