निरन्तराय आहार हेतु सावधनियाँ एवं आवश्यक निर्देश

निरन्तराय आहार हेतु सावधनियाँ एवं आवश्यक निर्देश

1. साधु आहार के लिये निकाल रहे हो अथवा आहार कर राहे हो, और शवयात्रा निकल रही हो, तो साधु से निवेदन करके कि आगे रास्ता गडबड है, उनसे दुसरी गली मे मुडने के लिये निवेदन कर और यदि आहार चल रहे है, तो बाजे की आवाज या रोने की आवाज आ रही हो तो थाली बजाना या म्युजिक आदि प्रारंभ करवा सकते है, जिससे साधु का अंतराय या अलाभ नही होगा |
2. साधु के निरंतराय आहार होवें, यह दाता की सबसे बडी उपलब्धि है | क्योंकी साधु की संपुर्ण धर्म साधना, चिंतन, पठन, मनन निर्वाध रूप से अविरल अहं निश होती रहे इस हेतु निरंतराय आहार आवश्यक है सावधानी रखना दाता का प्रमुख कर्तव्य है |
3. तरल पदार्थ (जल, दुध, रस आदि) भी चलायें तुरंत छान कर देवें लेकीन प्लास्टिक की छन्नी का प्रयोग न करे और रोटी को पहले पुरी उजाले की और दोनो हाथो से पकडकर धीरे - धीरे तोडने से यदी बाल बगैरह हो तो अटक जाता है |
4. पडगाहन के पुर्व सभी सामग्री को शोधन कर लेवं | तथा चौके मे जीव बगैरह न हो बारीकी से देखें |
5. यदी साधु को आहार लेते समय घबराहट हो रही है, तो नींबू अमृतधारा या हाथ मे थोडा सा गीला बेसन लगाकर सुँधा दे |
6. बाहर के लोगो के कोई सामग्री न पकडायें, उनसे चम्मच से (तरल पदार्थ गिलास से) चलवायें |
7. सामग्री का शोधन वृध्दो एवं बच्चो से न करायें इनसे चम्च से सामग्री दिलवायें |
8. कोई भी वस्तु जल्दबाजी मे न दे कम से कम तीन बार पलटकर देख ले |
9. मुनि आर्यिका, ऐलक, क्षुल्लक, जो भी साधु है उनसे तीन बर तक आग्रह /निवेदन करे | जबरदस्ती सामग्री नही दे | बीमार साधु से एक ही बार निवेदन करे |
10. यदी पात्र मे मक्खी गिर जाये, तो उसे उठाकर राख मे रखने से मरने की संभावना नही रहती है |

11. ग्रास यदी एक व्यक्ति ही चलाये, तो उसका उपयोग स्थिर रहता है जिससे शोधन अच्छे से होता है |
12. एक व्यक्ति एक ही वस्तु पकडे एक साथ दो नही जिससे शोधन अच्छी तरह हो सके |
13. आहार देते समय भावो मे खुब विशुध्दि बढाये णमोकार मंत्र भी मन मे पढ सकते है |
14. प्रतिदिन माला फेरे की तीन कम नौ करोड मनिराजों के आहार निरन्तराय हो |
15. शोधन खुली प्लेट मे ही करे जिससे शोधन ठीक तरह से हो |
16. सुखी सामग्री का शोधन एक दिन पुर्व ही अच्छी तरह करना चाहिए, जिससे कंकड, जीव, मल, बीज आदि का शोधन ठीक से हो जाता है |
17. अधिक गर्म जल, दुध बगैरह भी न चलाये, यदी ज्यादा गर्म ह, और साधु नही ले पा रहे है तो साफ थाली के माध्यम से ठंडा करके देवे | यदी दुध गाय का है ते ऐसे ही दे यदी भैंस का है, तो आधे गिलास दुध मे आधा जल मिलाकर दे | यदी ऐसा है लेते है तो बिना जल मिलाये भी दे सकते है |
18. आहार देते समय पात्र के हाथ से ग्रास नही उठाना चाहिये, क्योंकी इससे अन्तराय हो जाता है |
19. सभी के साथ द्रव्य, क्षेत्र, काल, भावो की शुध्दि, ईंधन शुध्दि, बर्तनो की शुध्दि भी आवश्यक है |
20. मुख्य रूप से साधु का लाभान्तराय कर्म एवं दाता का दानान्तराय कर्म का उदय होता है, लेकिन दाता की असावधानियोंके कारण भी अधिकांश अंतराय आते है |
21. आहार देते समय दाता का हाथ साधु की अंजली से स्पर्श नही होना चाहिए | यदी अंजली के बाहर कोई बाल या जींव हटाना है, तो हटा सकते है | यदी मुनि ऐलक क्षुल्लक है तो पुरूष और आर्यिका, क्षुल्लिका है तो महिलायें आदि हटा सकती है |
22. सामग्री देते समय सामग्री गिरना नही चाहिये, कभी - कभी ज्यादा सामग्री गिरने के कारण साधु वह वस्तु लेना बंद भी कर सकते है |
23. गैसचुल्हा, लाईट आदि पडगाहन के पुर्व ही बंद कर देवें क्योंकी चौक से साधु लौट सकते है |

24. दाता को मंदिर के वस्त्र पहनकर आहार नही देना चाहिए तथा पुरूषों को वस्त्र बदलते समय गीली तौलिया पहनकर वस्त्र बदलने चाहिये, क्योंकी अशुध्दि वस्त्रों के ऊपर शुध्द वस्त्र पहन लेने से अशुध्दि बनी रहती है | महिलाओ एवं बच्चो को भी यही बाते ध्यान रखना चाहिये, तथा फटे एवं गंदे वस्त्र भी नही पहने तथा चलते समय वस्त्र जमीन मे नही लगने चाहिये |

25. शुध्दि के वस्त्र बाथरूम आदि से न बदले | और न ही शुध्दि के वस्त्र पहनकर शौच अथवा बाथरूम का प्रयोग करे और यदी करें तो वस्त्रो को पुर्ण रूप से बदल कर अन्य शुध्द वस्त्र धारण करने के पुर्व शरिर का स्नान आवश्यक है, अन्यथा काय (शरिर) शुध्दि नही रहेगी|

26. चौके मे कंघा, नेल पॉलिश, बेल्ट, स्वेटर आदि न रखे एवं चौके मे कंघी का प्रयोग भी न करे क्योंकि बाल उडते रहते है |

27. यदी पात्र मुनि है तो बगल मे टेबिल पहले से रख ले यदी आर्यिका, ऐलक, क्षुल्लक, क्षुल्लिका हो तो बडी चौकी रक ले | जिस पर सामग्री रखने की सुविधा रहती है |

28. बर्तनो मे वार्निस एवं स्टीकर नही लगा होना चाहिए वह सर्वथा अशुध्द है |

29. जहाँ चौका लगा हो, उस कमरे मे लेटरिन, बाथरूम नही होना चाहिए | वह अशुध्द माना जाता है |

30. विवेकी दाता अतिरिक्त सोला के कपडे भी रखे, क्योंकि पहने हुये वस्त्र यदि अशुध्द हो गये हो उनका प्रयोग किया जा सकता है अथवा अन्य श्रावक जो आहार देने के इच्छुक है, वे भी उन वस्त्रो का प्रयोग कर सकते है |

31. आहार देते समय जमीन पर यदि कोई वस्तु गिर जाती है तो विवेकी दाता उसे उठाकर एक ओर एक देता है व पन ः स्वच्छ प्रासुक जल से हाथ धोकर ही आहार देने मे प्रवृत्त होता है |

32. जल से हाथ धोकर ही आहार देने मे प्रवृत्त होता है |

33. चौके मे चीटी आदि नही आये उसके लिये कर्पुर हल्दी की चारो और बाउन्ड्री बना दे |

34. जिनका हरी का त्याग हो, वह गन्ने का रस नही ले सकता है ,जिसे मीठे का त्याग हो वह गन्ने का रस ले सकता है | छह रसो का त्यागी छाछ ले सकता है, क्योंकि छाछ रस मे नही है रस की ख्ही चासनी बन जाती है तो हरी मे नही रहेगा |

35. कोई भी पदार्थ कोशिश कर हाथ से नही दे चम्मच से दे क्योंकि उस पदार्थ पर हाथ की उष्मा का प्रभाव पडता है |

36. कभी भी एक हाथ से आहार नही दे दोनो हाथो से दे, अथवा दाये हाथ से दे अथवा दाये हाथ मे बाये हाथ को लगा कर दे |

37. चौके मे पाटा आदि घसीटे या सरकाये नही उठाकर रखे क्योंकी घसीटने से जीव हिंसा हो सकती है |

38. वस्तु खत्म होने पर दुसरी वस्तु चलाना प्रारंभ कर दे यह नही कहे की खत्म हो गई |

39. चौके मारो, काटो, चीरो, चुरा चुरा कर दो, टुकडे टुकडे कर दूं, पीस लो ,गर्म कर ले, गुच्च दो , रगड दो, मसल दूंगा, आदि हिंसात्मक एवं अशोभनीय शब्दो का भी प्रयोग न करे, ऐसा बोलने से साधु अंतराय कर सकते है |

40. कमण्डल में जल 24 घंटे की मर्यादा ह्यउबला हुआ ह वाला ही भरे ठंडा या कम मर्यादा वाला नही |

41. जल को तीन बर्तनों में तीन जगह रखना चाहिये जिसकी गर्माहट में थोडा-थोडा अंतर हो जिससे श्रावक साधु की अनुकूलता के अनुसार दे सके |

42. आहार दान यदि दूसरे के चौक में देव तो अपनी आहार सामग्री हाथ में अवश्य ले जाये

43. चक्की से जब भी पीसें या पिसवाये तो वह साफ होना चाहिये क्योंकि उसमें कोई जींव-जंतु भी हो सकते हैं तथा उसमे अमर्यादित आटा भी लगा रहता है | अतःशीत ग्रीष्म वर्षा ऋतु में क्रमशः 7,5,3दिन में चक्की अवश्य साफ करें |

44. हाथ में कई आहार सामग्री लगी हो तो उन हाथों से आहार सामग्री न दें |

45. हरी क्या है जो फल साग आदि वनस्पती जो अभी गिली है तथा धूप में पूर्णता सूख जाने पर हरी नही रहती |जैसे सौंठ हल्दी आदि |

46. अतिथि संविभाग व्रत वैया वृत्त के समान फलदायी है |पडगाहन के लिय व्दार पर प्रतीक्षा अपेक्षा करने से ही संपूर्ण आहार का फल मिलता है | साधु नही आने पर संक्लेश नही करना चाहिये | निरंतराय आहार हो ऐसी भावना भानी चाहिये |

47. परिवार में सूतक-पातक होने पर तथा शवदाह में सम्मिलित होने पर भी आहार दान नही देवें |

48. जब गर्म पानी से धुले हुये वस्त्रों का संपर्क अन्य दूसरे संक्रमित 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 करोडों जीवाणू 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)

49. **सोला की वैज्ञानिकता ः-** वैक्टीरिया , वायरस , क्विंक , शैवाल , फफूंद , खमीर , कृमि , लार्वा जैसे रोगाणु के संक्रमणों को रोकने के लिये वस्त्र उपकरण ,खाद्य सामग्री एवं भोजन शाला की पवित्रता बनाए रखने के लिये जिन विद्यियों या पध्दतियो का प्रयोग किया जाता है, उसे सौला कहा जाता है |

50. **स्पंज की स्लिपर पहनकर भोजनः-** पाक क्रिया को संपन्न करणे वालों को नही मालूम है कि स्पंज एक ऐसा पदार्थ है जिसमें सदैव जिवाणु और रोगाणुओं के रहने का आवास मौजूद रहता है जो एक सेकेन्ड में करोडो की संख्या में संक्रमण करते हैं |

51. उपकरणों में कई ऐसे रंग, छिद्र, कटे -फटे खुर, दुरापन होने से उपकरणों में वैक्टरीया और वायरस आपने आप पैदा होने लगते हैं |बर्तनो की अग्नि या गर्म जल से धोने की प्रक्रिया नही कि जायेगी तो बर्तन रोगाणु निरोधी हो नही हो सकेंगे |

52. सूखे खाद्य पदार्थो में गीले हाथ बर्तन वस्त्र आदि का प्रयोग नही करना जैसे-आटा बेसन मसाले आदि कई निर्मिती पदार्थो में नई का जो संस्कार आता है उस कारण से खमीर वैक्टीरिया खाद्य पदार्थो में उत्पन्न हो जाते हैं |

53 . एक बात और देखी जाती है, आहार बनाते समय माताएँ बहुत सारे व्यंजन जैसे - गोलगप्पा, रसगुल्ला व विभिन्न प्रकार की मिठाईया आदि गरिष्ठ भोजन अपने चौकों मे बनाने लग जाती है व बनाते समय हडबडी करती है जिससे अशुध्दियां होती है और आहार देते समय साधुओं को अक्सर अन्तराय आ जाता है | भोजन की कच्ची सामग्री की अशुध्दि को भी अनदेखा कर देते है जिससे साधुओ की साधना मे साधक सिध्द न होकर उल्टा बाधक बन जाता है | हम अपने घरो मे अपने लिए एक दाल दो साग और सलाद बनाते है लेकिन साधु को गरिष्ठ आहार कराते है व विभिन्न पकवान खिलाते है जिससे कि साधु को आलस्य व प्रमाद घेर लेता है और वह आहार साधु के सामायिक स्वास्थ आदि मे बाधक सिध्द हो जाता है | हमे चाहिये कि हम साधुओं को हल्का फुल्का शुध्द मर्यादित भोजन कराये जो कि हमारे पुण्योपार्जन मे साधक हो तथा साधु को भी अपनी साधना मे साधक हो |

54 . धातु और नान स्टिक बर्तन भोजन को विषाक्त बनाते है इनमे टेफलान होता है, जिसके गर्म होने पर 6 विषैली गैसे निकलती है और एल्यमिनियम धातु व प्लास्टिक की कुछ मात्रा वस्तुओं मे धुल मिल जाती है, विशेषकर चटपटे भोजन टमाटर और खट्टे पदार्थ से सबसे अधिक एल्यमिनियम धुलती इससे कभी कभी वह मस्तिष्क के तंतुओ मे जमा हो जाती है इसके अतिरिक्त यह गुर्दे जिगर पैराथाइराइड ग्रंथि और अस्थि मज्जा मे जमा हो जाता है |

55 . स्टील के बर्तन से पाचन शक्ति घटती है स्टील के लोहे का मिश्र धातु है इसमे निकेल क्रोमियम मैग्नीज मिलाया जाता है | यह याद दाश्त कमजोर होने वाली बीमारी एल्माइजर का रोगी बन सकता है . इसके आयन शरि मे पहुँचकर न्यूटोन पर असर डालते है |

56 . लोहे की कढई मे खाना पकाने से लोहा आयन के रूप मे हमारे शरिर मे पहुँच जाता है जिससे एनीमिया रोग की संभावना कम रहती है |

57 . तांबे के बर्तन का उपयोग करने से भोजन एवं जल मे तांबे से तत्व आ जाते है जो किटाणुओं को नष्ट करते है और पाचन क्रिया को दुरूस्त रखते है |

58. पीतल के बर्तन मे पानी रखने से जीवाणु नही पनपते है क्योंकी पीतल मे तांबा रहता है जो पानी मे घुलकर जैविक व्यवस्था को नष्ट कर देता है तांबे के कण जीवाणुओ की कोशिकाओं की दिवारों और उनके एजाइंयो के काम मे बाधा डालते है |

59. बहुत से चौकों में बाजार का पीस हुआ नमक प्रयोग किया जाता है जो बिल्कुल गलत है|आहार बनाने में सिर्फ सैंधा नमक का ही प्रयोग किया जाना चाहिये और वह भी तुरंत पीसकर प्रयोग किया जाये |

60. आटा व मासालों की मर्यादा का पूर्ण ध्यान रखना चाहिये |मसाले आदि भी बाजार के पिसे हुये कदापि प्रयोग न करें |

61. वस्त्र शुध्दि के मामलो में बहुत शिथिलता दिखायी पडने लगी है | स्त्री एंव पुरूष ऊपर के वस्त्र तो धुले हुये पहन लेते हें परंतु अंदर के वस्त्रों को नही बदलते यह बिल्कुल गलत है |शरीर पर पहना हुआ प्रत्येक वस्त्र शुध्द ही पुयोग करना चाहिये |

62. साधु को दिया जाने वाला आहार शुध्द वस्त्र पहनकर महिलाओं को स्वयं अपने हाथों से बनाना चाहिये |बाहर के कार्यो में चाहे अन्य की मदद ली जाये परंतु आहार बनाने में नहीं |अजैन नौकरों से तो आहार कभी नहीं बनवाया चाहिये उनको शुध्दि अशुध्दि का ज्ञान नहीं होता है|

63. आहार के अंत में दिये जाने वाले सौंफ का चूर्ण आदि वस्तुयें भी मर्यादित होनी चाहिये |नारियल के पानी को भी लौंग या सौंप आदि डालकर अचित्त करने के पश्चात ही आहार में देना चाहिये |

64. आहार में चीनी या चीनी से बना बूरा अथवा बाजार के गुड को गरम करके छना हुआ गुड नहीं देना चाहिये ये सब अशुध्द होते हैं| इसके लिये आहारजी सिलवानी इंदोर आदि स्थानों पर जो शुध्द गुड मिलता है उसका ही प्रयोग किया जाना चाहिये|

65. पाद प्रक्षालन के बाद गंधोदक की थाली मे हाथ न धोयें तथा सभी लोग गंधोदक अवश्य ले |

66. चौके मे पैर धोने के लिये प्रासुक जल ही रखे और सभी लोग पैर (ऐडी से) अच्छी तरह धोकर ही प्रवेश करे एवं अन्दर भी अच्छी तरह से हाथ धोवें |

67. पडगाहन के समय साफ - सुथरी जगह मे खडे होवें | जहाँ नाली का पानी बह रहा हो, मरे जीव जंतु पडे हो, हरी घाँस हो, पशुओं का मल हो ऐसे स्थान से पडगाहन न करे एवं साधुओं को चौके तक ले जाते समय भी इन सभी बातो का ध्यान रखें,पडगाहन के बाद वाहन का उपयोग नही करे |

68. नीचे देखकर ही साधु की परिक्रमा करे एवं परिक्रमा करते समय साधु की परछाई पर पैर न पडे, इसका ध्यान रखे |

69. साधु के पडगाहन के बाद पुरे आहार कराये एवं आवश्यक कार्य से बाहर जाने के लिये साधु से अनुमति लेकर जावे |

70. जब दुसरे के चौके मे प्रवेश करते है तो श्रावक एवं साधु की अनुमति लेकर ही प्रवेश करे|

71. नीचे देखकर जीवो को बचाते हुए प्रवेश करे यदी कोई जीव दिखे तो उसे सावधानी से अलग कर दे |

72. पुजन मे द्रव्य एक ही व्यक्ति चढाये, जिससे द्रव्य गिरे नही क्योंकी उससे चीटीयाँ आती हैं उठते समय हाथ जमीन से न टेकें |

73. पाटा पडगाहन के पुर्व ही व्यवस्थित करना चाहिये, एवं ऐसे स्थान पर लगाना चाहिये जहाँ पर पर्याप्त प्रकाश हो ताकी साधु को शोधन मे असुविधा न हो |

74. सामग्री एक ही व्यक्ति दिखाये जो चौके का हो ,और जिसे सभी जानकारी हो |और एक खाली थाली मी हाथ मे रहे |

75. महिलाये एवं पुरूष सिर अवश्य ढांकर रखे |जिससे बाल गिरने की संभावना न रहे |बालो मे इलास्टिक पट्टी लगाकर धोती फंसा ले | क्योंकी आहार सामग्री मे बाल गिरने से अधिकांश अंतराय आते है |

76. शुध्दी बोलते समय हाथ जोडकर शुध्दि बोले | हाथ मे आहार सामग्री लेकर शुध्दि न बोले क्योंकी इससे थुंक के कण सामग्री मे गिर जाते है, आहार के दौरान मौन रहे | बहुत आवश्यक होन पर सामग्री ढंककर सीमित बोलें |

77. पात्र मे जाली ही बांधे एवं पात्र गहरा, बडा रखे जिससे यदि जीव गिरे तो डुबे नही डुबने से जीव की मृत्यु हो सकती है |

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

79. भोजन सामग्री गरम बनी रहे, इसके लिये कोपर मे अधिक जल मे सामग्री रखे अथवा बनी हुई भोजन सामग्री को किसी बडे डिब्बे से ढक देने से भोजन सामग्री गरम बनी रहती है अथवा मिल्तन के बर्तन मे रखे |

80. साधु जब अंजली मे जल लेते है तो अधिकांसः जल ठंडा होता है, तभी साधु हाथ के अंगुठे से इशारा करते है, अर्थात जल को गर्म देवे | यदि आपको दुध या ज्ल गर्म लग राहा है तो पहले थोडा सा देवे |