

ch જૈન ધર્મ પાળનાર આજે આટલા તેજસ્વી અને આગળ પડેલા જોવા મળે છે. તેનું કારણ તેઓ જિનપૂજા, જીવદયા અને જયણાને પાળે છે. જો કે આપણાં પૂર્વજોએ જે ભાવથી આ તરણેનું જે રીતે જતન કર્યું હતું. તે રીતે આજે આપણે નથી કરી શકતાં, તેમ છતાં એ તરફનો પ્રયાત્ન અવશ્ય રહ્યો છે. અને હા ? જો તેમાં પીછેહઠ થઈ છે તેમાં આપણી અજ્ઞાનતા અને આધુનિકતાની પાછળની આંધળી દોટ જ કારણ ભૂત છે. ખેર ? જાગ્યા ત્યારથી સવાર .

થોડું જાણી લઈએ, શક્ય તેટલું વધુ આચરવાનો યત્ન આજથી જ શરૂ કરી દઈએ. જીવદયા અને જયણા જેટલી વધુ પાળશો તેટલાં રોગો પણ ઓછ થશે. અને પુણ્ય બંધ થશે જ.

આ માટે સૌ પ્રથમ જૈન શાસ્ત્રના " જીવવિચાર " નો બોધ ગુરુ પાસે અવશ્ય મેળવવો જ જોઈએ.

દરેક જીવપ્રત્યે દયા હોવા જે " જીવદયા " છે. અને દરેક જીવના પ્રાણની રક્ષા કાળે કાળજી લેવી તે "જયણા " છે.

સાધુ આ માટે અષ્ટપ્રવચન માતા નું પાલન કરે છે. શ્રાવકે પણ જયણા પાળવાની છે. શ્રાવક માટે જયણા પાલનના મુખ્ય આઠ ઉપકરણો છે. ઉપકરણો - પુણ્ય બંધાવે તે ઉપકરણ, જેવા કે, પૂજણી, ચરવળો, અધિકરણો, પાપ બંધાવે તે અધિકરણ, જેવા કે, ચપ્પુ - તલવાર.

- |     |        |  |
|-----|--------|--|
| (૧) | ગરણું  | - પાણી ગાળવાનું યોગ્ય વસ્ત્ર, તે (સાત છે)  |
| (૨) | સાવરણી | - ઘરમાંથી કચરો કાઢવાનું મુલાયમ સાધન  |
| (૩) | પૂજણી  | - જે સ્થાને અતિ સૂક્ષ્મ જીવોત્પત્તિ કે જીવોને ભરાઈ રહેવાની જગ્યાની સંભાવના છે તેને પૂજવા માટે આસ પ્રકારની શણની પૂજણી કે ઉનની કે મોરપીછી. |

સુક્રોમળ

(૪) ચંદરવો - પરમાત્માએ શ્રાવકના ઘરમાં દસ ચંદરવા કહ્યાં છે. જે ખુલ્લાં આકાશ નીચે કે છત નીચે રસોઈ કરતાં ઉપરથી જતું ન પડે તે માટે ગેસ-ચૂલા વગેરે સ્થાને બાંધવા.

(૫) મોરપીછી - મોરના પીછા બાંધી ને બનાવેલ સાધન જે પુસ્તક તથા દેરાસરમાં વપરાય છે.

(૬) ચારણા - અનાજ, લોટ, મસાલા વિગેરે માટે.

(૭) ચરવળા- માટલા, વાસણ - લાકડાની દાંડી પર ઉગતા દશી બાંધી બનાવાય, જેનો ઉપયોગ કબાટ, વિગેરે પૂજવા માટે.

(૮) ચરવળા- ધર્મદ્વિરયા સામાયિક કરતી વખતે સ્થળ પૂજવા માટે થાય છે.

આ ઉપકરણો જીવોની રક્ષા માટે છે પરંતુ જો જીવોત્પત્તિ જ ટાળી શકાય તો અતિ ઉત્તમ છે, જેમ કે, પાણીનો ઉપયોગ શક્ય તેટલો ઓછો કરવાથી ભીનાશ ઓછી રહેશે તો જીવોત્પત્તિ ઓછી જ થશે. એઠાં વાસણ સાફ કરી તે પાણી આળમાં નાંખવાથી તેમાં વધુ જીવોત્પત્તિ થાય છે. તેથી તેને સ્થાને છૂટ ખૂલ્લામાં નાખવાથી સૂકાઈ જાય. ઘરમાં સૂર્યપ્રકાશ વધુ આવે તે રીતે બારી-બારણાં નો ઉપયોગ કરવાથી પણ જીવોત્પત્તિ ઓછી થશે. બરણી વગરના ઢાંકણ ચુસ્ત રીતે બંધ કરવાથી તેમાં જીવોત્પત્તિ અટકાવી શકાય છે. વાસી બોરાકમાં વધુ જીવોત્પત્તિ થાય છે. (બે ઈન્દ્રિયજીવો) તેને ટાળવા તે માટે

બાદ્ય પદાથૌની કાળ મચોદા પછી આપણે જોઈશું. અનાજમાં પારાની થેપલી, દિવેલ, કપડામાં, ડામરની ગોળી, લવીંગ, લીમડો, તમાકુ પાન વિગેરે પુસ્તકોમાં, ઘોડાવજ - ફેસર, કાળા મરી જેવા પદાથૌથી જીવોત્પત્તિ જ અટકાવી શકાય છે. ચોમાસામાં લાદીપર, દિવાલપર, અગાસીમાં, લીલા, કાળા, ભૂરા રંગની સેવાળ થાય છે. તેના પર પગ ન આવે તેની સાવચેતી રાખવી અને કુદરતી રીતે સૂકાઈ જાય પછી રંગ, ચૂનો રેતીનો ઉપયોગ કરવો. વાસી ખોરાક, કાળ મચોદા વટાવી ચૂકેલા મિઠાઈ, બાબરા, આદિ પુસ્તકો, વિગેરે પર પણ ચોમાસામાં જે ફૂગ થાય છે તે પણ અનંત કાય છે. તેથી બાદ્ય પદાથૌનો સમયસર ઉપયોગ કરી લેવો. તેથી ફૂગ થાય જ નહિં આ થઈ અનંતકાય ની રક્ષાની વાત..

પૃથ્વીકાયની રક્ષાની ઃ:- કાળે મીઠું આદિ સચિત્ત ન વાપરવું, રસોઈમાં મીઠું ઓછું પડ્યું હોય તો ઉપરથી લેવું પડે તો કાયુ મીઠું ન લેવું. સોનુ, હીરા, માણેક, પાના વિગેરે રત્નો આદિ પૃથ્વીકાય ન જ બોળિયા (મડદા) છે. માટે ખૂબ રાગ પૂર્વક ઉપયોગ ન કરવો તેનાથી પણ કમં બંધ થાય છે.

અપકાયની રક્ષા ઃ:- માટે પાણીનો બને તેટલો ઓછો ઉપયોગ કરવો નળ વારે ઘડીએ બોલ-બંધ ન કરવા. અપકાયના જીવોને આંચકો લાગતાં પીડા થાય છે. બહુ ઉચેથી પાણી ન ઢોળવા - ફૂવારા વિગેરે, થી ન નવાચ, પીવામાં ઉકાળેલા પાણીનો ઉપયોગ કરવો, પવં તિથિએ ન થાય તો ઢાંકેલું - ગાળેલું પાણી વાપરવું- મીનરલ વોટર, ફુલર વિગેરે પણ અળગણ કહેવાય, ઠડું - ગરમ પાણી ભેગું ન કરવું, પાણીના વાસણ ઢાંકીને રાખવા, નળના પાણી ગાળવાના ગરણા સમયસર બદલતા રહેવાં, કાચા પાણી ને ઉકાળેલા પાણીના ગરણા અલગ જ રાખવાના હોય, ગીઝરમાં અળગણ પાણી સીધું જ ગરમ થાય છે. તેથી લાખો ત્રસજીવો બળીને ભડચું થઈ જાય છે. તેથી ટાળી શકાય તો ગીઝરનો ઉપયોગ અવશ્ય ટાળવો, પાણીની ટાંકી વિગેરે, બંધીયાર પાણીવાળા સ્થાનો વખતો વખત ખાલી કરવા, સાકુ કરવા, જાજરમાં ફલશ પણ અળગણ પાણી પુષ્કળ વહી જાય છે તેથી તેને પણ ટાળી શકાય તો વધુ સારું, ફરીઝ તો અપકાયના જીવોનું જનરેટર છે. અપકાયના જીવોની ઘણી જ હાનિ થાય છે. શક્ય હોય તો ટાળવો.

તેઉકાય ની રક્ષા ઃ:- કાળે લાઈટનો ઉપયોગ જરૂરિયાત પૂરતો કરવો. વારંવાર ચાલુ બંધ ન કરવી.

તે જ રીતે ગેસનો ચૂલો પણ વારંવાર પેટાવવો નહિં કે બંધ કે ધીમે-ફાસ કરવો નહિં, ઝાટકા વધુ લાગે ત્રસજીવોને ખૂબ પીડા થાય..

વાયુકાય ની રક્ષા ઃ:- કાળે પંખા - ફુલર - એ.સી, વિગેરે ખૂબ ઝડપથી ન ફેરવવા - વારંવાર ધીમા ઝડપ કે ચાલુ બંધ ન કરવા મીણબત્તી આદિ ફૂંક મારીને ન ઓલવાય, ફૂગા આદિના ઉપયોગમાં વાયુકાયના જીવોને ખૂબ પીડા પહોંચે છે. વેક્યુમ કલીનર ન વાપરવું.

વનસ્પતિ કાયની રક્ષા ઃ:- કાળે પવેતિથીએ, બે શાશ્વતો આંચબિલની ઓળી, ત્રણ ચોમાસી અઠાઈઓને, પર્યુષણ અઠાઈમાં અવશ્ય લીલોતરીનો ત્યાગ કરવો, માસમાં ૧૧ તિથિ વર્ષમાં ચોમાસાના ૪ માસ લીલોતરીનો ત્યાગ કરવાથી અભયદાન નો લાભ મળે છે. ઘાસ પર ન ચાલવું - ચાલતા રસ્તામાં ઝાડ - પાનને વગર કારણે અડતાં ચડતાં કે તોડતાં - તોડતાં ન ચાલવું. ફેરી અને રાચણ આદરા પછી ન વપરાય, મેથીની ભાજીના નીચેના બે કે ત્રણ પાન જમીનની અંદર હોય છે તેથી તે અનંતકાય ગણાય છે. તેથી તે ન વાપરવા.

વિકલેન્દ્રિય ઃ:- બે ઈન્દ્રિયથી માંડી ચઉઈન્દ્રિય - ધરનું ફલોરીગ એવું રાખો કે કીડી ખાસ દેખી શકાય, તે જ્યાં ત્યાં જલ્દી ફરતી હોય છે. અને વગર કારણે આપણાથી તેથી હિંસા થતી હોય છે. વધુ કીડી હોય ત્યાં, રાખ, કપૂર, કંકુ, હુળદર વિગેરે ઉપયોગથી ઉપયોગ કરવો. ઉઘઈ ના ઉપદ્રવને અટકાવવા મકાનને વારંવાર ચૂના વિગેરે ધોળાવવું મકાન બંધાવતા પહેલાં ઘણી બધી રેતી નીચે

નંખાવવા, લાદી લગાવતા પહેલાં ડાંગરનું પાતળું પડ પથરાવવું, કપડાં, પુસ્તક, ગાદલા વિગેરે કબાટોમાં, ધોડાવજ, તમાકુની ભૂકી, લીમડાના પાન, ડામરની ગોળી, કપૂરની ગોળી, વિગેરેનો ઉપયોગ કરવો. વળી વખતો વખત તડકો ખવડાવવો, કબાટ વિગેરે ધૂપ આપવો, માંકડ, વાંદા, માખીને, મચ્છરને મારવાની દવાનો ઉપયોગ કર્યો વગર તેની ઉત્પત્તિ સ્થાનોને વખતો વખત સાફ કરો. કેરોસીનનાં પોતા કરો, પોતું મારતાં પહેલાં જાણણ જાળવો, લોટ, મસાલા, કાળ દરમ્યાન વાપરી લો હવાચૂસ્ત ડબ્બામાં ભરો, અનાજ, કઠોળ, ને દિવેલ, પાસાની, થેપલી, રાખ વિગેરે થી અનાજ સડતું અટકાવી શકાય છે.

દરેક વસ્તુ વાપરતાં પહેલાં ફરી ચાળો, તૈયાર ભોજન, લોટ વિગેરે આ કારણથી ન ખપે લીલા શાકભાજીમાં થતી ઈયળ પણ વિકલેન્દ્રિય છે. કાચા શાક ફળ આખા ન ખવાય બે કટકા અવશ્ય કરવા બને તો ઘટ મિનિટ પછી ઉપયોગ કરો. ભાજીના પાન ચૂંટી ચારણાથી ચાળી પછી સુધારવી - ભીડાની ઉભી ચીરી કર્યો પછી સુધારો, કોબીજ ના દરેક પાન છૂટા પાડી સુધારો, સુધારતાં ઈયળ નીકળે તો જેમાંથી નીકળી હોય તેવાં શાકમાં જ મૂકી દિવાલની ઝાડ પાસે મૂકી દો, કોઈના પગ નીચે મરી ન જાય.

અગાઉ જોઈ ગયા તે દરેક જીવોની હિંસા કરતાં પણ સંમૂચિત્ત, પંચેન્દ્રિય જીવોની હિંસામાં વધુ પાપ લાગે છે. આપણા મળ - મૂત્ર - શૂંક - પરસેવો - લોહી - માંસ - પર - લીટ - ગળકો - લાળ - આદિ તમામ અશુચિ પદાર્થો આપણા શરીરથી છૂટા પડે ને પછી ઘટ મિનિટમાં તે સૂકાઈ ન જાય તો તેમાં સંમૂચિત્ત, પંચેન્દ્રિય જીવોની ઉત્પત્તિ ચાલુ થઈ જાય છે. અને જ્યાં સુધી સુકાય નહિ ત્યાં સુધી ચાલુ જ રહે છે. આ જીવોનું આયુષ્ય વધુમાં વધુ ઘટ મિનિટનું હોય છે. તેના જન્મ - મરણ અટકતાં જ નથી, જ્યાં સુધી અશુચિ સૂકાય નહિ, અતિ સુક્ષ્મ જીવ હોવાથી દેખી શકાતા નથી. માટે શક્ય તેટલો ગટરનો ઉપયોગ ટાળવો, થાળીમાં એંદુ ન છોડવું, થાળી ઘોઈને પીવી ને સ્વદેહ કપડાથી કોરી કરવી તેવી રીતે પાણીના ગ્લાસ વધુ પડતા પરસેવા વાળા કપડા દોરી પર સૂકવ્યા, સૂકાયા પછી ઘોવાં કે વાપરવાં, શૂંકયા પછી તેની ઉપર રાખ કે માટી રેતી નાખો.

હવે, પંચેન્દ્રિય માટે વિચારીએ, ગભેપાત કરાવવો એ મહાપાપ છે. તેમાં સીધી જ પંચેન્દ્રિય મનુષ્યની હત્યા છે. ઘરની આસપાસ ફરતાં, કૂતરા - બિલાડાં - ગાય આદિ જીવો ની રક્ષા કાળે ફેંકી દીધેલો કોઈ ઝેરી પદાર્થથી મરી ન જાય માટે આવા ઝેરી પદાર્થો ખાડો કરી દાટી દેવાં. પ્લાસ્ટિકની કોથળીમાં આપણા વધેલાં ખાદ્ય પદાર્થો ન ફેંકો તેથી ગાય - પશુના પ્રાણને હાની પહોંચવાની સંભાવના છે.

આ સર્વેનો ઉપરી રાજા રાત્રી ભોજન છે. નસ્કમાં લઈ જનાર છે. રાત્રિભોજન તો જયણાનું સદંતર વિરોધી છે. " લાઈટમાં જીવાત દેખાય તેથી વાંધો નહિ ? પહેલાં તો દીવાના પ્રકાશમાં જમતાં હતાં " તેવા બહાના હેઠળ રાત્રિભોજન ની છૂટ લેવી બિલકુલ ગેરવ્યાજબી છે. સૂર્યની હાજરીમાં જ અન્નનો આહાર કરવાનું આયુર્વેદ શાસ્ત્ર પણ કહે છે. અને તેથી રાત્રિભોજન ત્યાગ સમાન છે.

હાજરી સૂર્યની હાજરીમાં જ ખૂલે અને પાચક રસો તેમજ અન્ય શારીરિક અવયવો પણ સૂર્યની હાજરીમાં જ સુંદર કામ કરે છે. ઉત્તમ પશુ - પંખીઓ પણ રાત્રે ખાતા નથી રાત્રે તો રાક્ષસ ખાય અને જે માણસ રાત્રે ખાય છે તે પરલોકમાં તેવા જ રાત્રિભોજન કરનારા એવા ધુવડ, કાગડા, બિલાડા, સાપ હિંસક પશુઓ આદિના ભવને પામે છે. વૈજ્ઞાનિકો પણ આ વાત સ્વીકારે છે. આપણે તો સર્વજ્ઞના કપનને શરદ્ધાપૂર્વેક સ્વીકારી રાત્રિભોજનને અવશ્ય ટાળવું, આનાથી ઘણા ફાયદા થાય છે. જેવાં કે, આ ભવમાં આરોગ્ય, સારું રહેશે. પરભવના ગતિ સુધરશે. સારી મળશે. " યોગશાસ્ત્ર " નામના ગ્રંથમાં

પૂ. હેમચંદ્રસયાચંજી એ સ્પષ્ટ પણે જણાવ્યું કે દિવસનો ૧૨ થી ૧૫ કલાકનો સમય ભોજન કરવા મળે છે. છતાં રાત્રિના સમયે ખાઈને મનુષ્ય મહા મૂર્ખાઈનું કાર્ય કરે છે. અન્ય દર્શનમાં સૂર્ય આથમી ગયા પછી કરેલો આહાર માંસ ખાવા સમાન ને પીધેલુ પાણી લોહી પીવા સમાન ગણાવ્યું છે.

આપણા શાસ્ત્રમાં જણાવેલા કાળ, દિરઘ અને વાસી ખોરાકની વિશિષ્ટ સમજ પણ જોઈ લઈએ.

આજના સમયે બીજું પ્રાણી જ પદાર્થોનો પણ વધુ પડતો ઉપયોગ થવા લાગ્યો છે. ઈંડા જેવી અભક્ષ્ય વસ્તુમાંથી બનેલા કેટલાય પદાર્થોનો ઉપભોગ એટલો બધો વધી ગયો છે. કે, હુવે તેને અટકાવવાની વાત કરવી પણ જાણે ભેંસ આગળ ભાગવત બની ગઈ છે. ખેર ! જાણીતો લઈએ , જે કે આવા પદાર્થો કયા હોઈ શકે છે, ખાસ કરીને બેકરી આઈટમો, બર્ડ, બિસ્કીટ, કેક, આઈસ્ક્રીમ, ચોકલેટ, કેડબરી, જેમ્સ, પોલો વિગેરે ગોળીઓ જેવી આદિ પદાર્થો અભક્ષ્ય છે. માટે ન વાપરવા, કેટલીક હેલોપેથી દવાએ યુનાનિ ને હોમિયોપેથી કે આયુર્વેદક દવાઓમાં પણ પ્રાણી જ પદાર્થોનો ઉપયોગ થયો હોય છે. તે તેની બનાવટમાં વપરાયેલાં પદાર્થો જાણ્યા પછી જ દવા વાપરવી..

ઈન્સ્ટન્ટ ફૂટ પેકેટમાં ખાસ કરીને વપરાતા પ્રીઝર્વેટીવ પણ આરોગ્યની દૃષ્ટિએ નુકશાન કારક છે. તેથી ટાળવા જ બરફ પણ અભક્ષ્ય છે. રાત્રે આથો પલાળવો નહિ, કઠોળ ન પલાળવા.,

વિશેષમાં લારી - ગલ્લાથી માંડીને ઈન્ટરનેશનલ ફ્લાઈટમાં હુવે જૈન કુડ મળતા - પીરસાતા થઈ ગયા છે. ખાણી - પીણીના શોખીન જૈન વણિક પ્રજાને છેતરવાનો આ અનોખો પ્રયોગ છે. જયણાનો સહજ પણ વિચાર કયો વિના જ, કાળમયોદા પાળ્યા

વિના જ, તેમજ અન્ય અભક્ષ્ય પદાર્થોની સાથે જ પકાવાતા આ ભોજન શક્ય હોય ત્યાં સુધી ટાળવા જ અને અશક્ય હોય તો જ વાપરવા અને અંતે ભૂલ્યા વિના આલોચના કરવી આવશ્યક બને છે.

જો આપણે જ જૈન ભોજન મંગાવતા બંધ થઈશું તો જ આ ભેળ સેળિયા ખોરાક બંધ થશે નહિ તો એ વેપારી સંસ્થાઓ તો માત્ર પોતાના નફા - નામ કમાવા પૂરતું આ બધું ચાલુ જ રાખશે. અને તેમાં વધુ ને વધુ છૂટછાટો લઈ આગળ જ વધારશે. પૂર્વે અહિંસા પાળી છે માટે જ આ ભવમાં દીર્ઘ આયુષ્ય, રૂપ, આરોગ્ય, કીર્તિ આદિ મળ્યા છે. અને આ ભવમાં વધુ પાળશું તો ભવ પરંપરામાં વધુ ઉત્કૃષ્ટ મળશે.

તીર્થના સ્થાનોમાં આચરાતી ખોરાક સંબંધી આશાતના પણ ટાળવા જાગૃત બનવાની જરૂર છે. શાશ્વતા તીર્થ, કલ્યાણક ભૂમિ જેવા તીર્થ, પ્રાચીન તીર્થોમાં - મોજ- મજા, હુસી - મજાક - ફરવા જઈ અને પછી ભેગા મળીને જેટલાં વધુ પાપ કરશું એટલા વધુ ખરાબ રીતે ભેગા મળીને ભોગવવાનો વારો આવશે. ત્યારે લાચાર બની જઈશું. આ જાગૃતિ આપણે શ્રાવકોએ જ લાવવાની છે. વેપાર - ધંધા માટે અન્યતો તમને સગવડ આપવા દ્વારા આકર્ષવાનો જ યત્ન કરશે પરંતુ જયણા અને જીવદયાના લક્ષ્યને મુખ્ય કરશું તો તેઓ આપોઆપ બંધ થઈ જશે અને આપણે આપણા આત્માને ઉન્નતિના પંથે આગળ વધારી શકીશું. તેમાં કોઈ શક નથી. વેપારીઓને જીલમપૂર્વક દૂર કરવાથી, બંધ કરવાથી તેઓના દરેશોનો આપણે ભોગ બનીએ, પરંતુ આ રીતે બંધ કરાવવાથી આપણે જરૂરથી બચી જઈશું.

રીસેપ્શનના નામે પાર્ટી પ્લોટ બાડે રાખી, રાત્રી ભોજન, વનસ્પતિકાચની હિંસા આદિનું સામૂહિક પાપ આપણે ન જ કરાવવા - આધુનિકતાની આંધળી દોટમાં આ બધું એટલું બધું આગળ વધી ગયું છે કે, તે પણ સહજ બની ગયું છે.

ધેર ધેર અભક્ષ્ય પ્રવેશી ચૂક્યા છે અને તે પણ વિના સંકોચે તેમજ કોઈપણ ડર વિના, સહજ રીતે ખુલ્લેઆમ આવવા લાગ્યું છે. રસોડાની રાણીએ આજ બધી જયણા ને ઓળખીને પાળવાની શરૂઆત કરવાની છે. ખાણી - પીણીની સાચી રીતભાત જાણીને રસોડાની રાણી જ ધરના અન્ય સભ્યોને બચાવી શકશે. તારી શકશે, ઉંચે સુધી પહોંચાડી શકશે..