

૬.૫ જૈન ભોજન કેવું હોય અને ભોજનના નિયમો

વિશ્વશાંતિનું મુળ દેશની સલામતી અને સમૃદ્ધિમાં છે. દેશની સમૃદ્ધિનું મુળ દરેક નાગરિકની જીવનશુદ્ધિમાં રહેલું છે અને તે જીવન શુદ્ધિનું મૂળ સાત્ત્વિક ભોજનમાં રહેલું છે.

એક મોટા જાણકાર વિદ્વાને કહ્યું છે કે, “જેનું ભોજન સારું, તેનું મન (ભજન) સારું, જેનું મન સારું, તેનું જીવન સારું, જેનું જીવન સારું, તેનું મરણ સારું અને જેનું મરણ સારું, તેની ગતિ સારી” અને જો એકવાર પણ સદ્ગતિમાં જીવ જાય છે તે અવશ્ય સિદ્ધિગતિમાં પહોંચે છે.

આજે ભૌતિક ચીજવસ્તુઓને વૈજ્ઞાનિકોનું પ્રબળ, આંધળું સમર્થન મળી જવાથી માનવી પોતાના નુકશાન, લાભ, હિત, અહિતનો સહેજ પણ વિચાર-વિવેક કરવા ઉભો રહેતો નથી. માત્ર અહિત અને આળસ પોષનારી અનુકૂળ સાધન સામગ્રીઓમાં મહાલે છે. અને દરેક પ્રકારના ભોજનની રેડીમેઇડ વાનગીઓથી શરીર બગાડે છે. તેથી કુદરતી જીવન, સહજ આનંદ, શારીરિક તંદુરસ્તી, મન:શાંતિ અને આત્મા પરમાત્મા જેવી હકિકતોને ખૂબ ઝડપથી ગુમાવી ચૂક્યો છે. તેનાં ઘણાં બધાં કારણો પૈકી એક પ્રબળ કારણ સંશોધનો બાદ જણાયું છે કે, ‘સાત્ત્વિક આહાર શુદ્ધિનો સંપૂર્ણ અભાવ અને લાગણી શૂન્યતા’ પરિણામે દેશ અને સમાજમાં એઇડ્સ, ટી.બી., કેન્સર, હાર્ટ એટેક, ડાયાબીટીસ અને બ્લડ પ્રેશર જેવા અસાધ્ય રોગો જાણે આજની જીવન પદ્ધતિની ભેટ બની ગઈ છે.

જીવનની સઘળી તકલીફો કે બિમારીઓનું એક ઝાટકે નિદાન કરવું હોય અથવા ફીઝીકલ હેલ્થ, મેન્ટલ હેલ્થ અને લાઇફ હેલ્થ મેળવવી હોય તો પ્રભુ મહાવીરે ઉત્તરાધ્યયન સૂત્રમાં જણાવતાં કહ્યું છે કે, ‘રસા પગામં ન મિસેવિઅવ્વા’ એટલે કે ટેસ્ટકુલ આહારોનું પણ પુષ્કળ માત્રામાં ક્યારેય ભોજન ન કરવું જોઈએ.

આજનો માનવી વગર ભૂખે અને વગર ઈચ્છાએ પણ પેટને કબ્રસ્તાન બનાવી રહ્યો છે. પેટ એ કાગળની કોથળી, શણની થેલી કે લાકડાની પેટી નથી કે જેમાં ગમે તે વસ્તુ ગમે ત્યારે નાખી શકાય. આહારની બાબતમાં જૈન દર્શન જેવી આચારસંહિતા એક પણ ધર્મ આપી શક્યું નથી અને કદાચ આયુર્વેદ પણ પાછું પડી જાય એવી સુંદર આહાર વ્યવસ્થા જૈન દર્શનકારોએ જગતને આપી છે પણ અફસોસની વાત એ છે આજે ખાવા પીવાની બાબતમાં જૈનો પણ વિવેક ચૂકી ગયા છે.

ભોજનના ત્રણ પ્રકાર બતાવ્યા છે:-

૧) રાક્ષસી ભોજન, ૨) માનુષી ભોજન અને ૩) દૈવી ભોજન.

૧) હાથ પગ ધોયા વિના, ક્રોધથી અંધ બની, દુષ્ટવચનો બોલતાં, દક્ષિણ દિશાની સન્મુખ બેસીને ભોજન કરવું તે રાક્ષસી ભોજન ગણ્યું છે.

૨) શરિરને પવિત્ર કરી સારા સ્થાને બેસી નિષ્કલ આસને બેસી દેવ-ગુરૂ અને વડીલોનું સ્મરણ કર્યા પછી જે ભોજન કરવું તે માનુષી ભોજન કહેવાય છે.

૩) સ્નાન કરી દેવનું પૂજન કરી પોતાના પૂજ્ય ગુરુદેવ, માતા-પિતાદિ ને નમન કરી સુપાત્ર દાન અને અનુકંપાદાન પૂર્વક ભોજન કરવું તે ઉત્તમ દૈવી ભોજન કહેવાય છે. આ સર્વ શ્રેષ્ઠ ભોજન છે.

આહાર શુદ્ધિથી વિચાર શુદ્ધિ, વિચાર શુદ્ધિથી વર્તન શુદ્ધિ આવે છે. જૈન ભોજનનો આહાર કંદમૂળ રહિત હોવો જોઈએ. જૈન ધર્મનો પાયો અહિંસા જ છે. તથા ચાર મહાવિગર્હનો ત્યાગ પણ હોવો ખૂબ જ જરૂરી છે. મધ, માખણ, માંસ અને મદિરા એ શરીરનું સત્ત્વ ચૂસી લેનારા તત્ત્વો છે. ઢાણાભર સારી લાગનારી વસ્તુઓ પરિણામે દુઃખકારક બનતી હોય છે. જૈન ભોજનમાં બોળ, અથાણું, દ્વિદળ, ચલિતરસ, રાત્રી ભોજન, બાવીશ અભક્ષ્ય, ઠંડા પીણા, અજાણ્યા અને તુચ્છ ફળનો ત્યાગ કરવાનું અવશ્ય જણાવ્યું છે. શરીરના આરોગ્યને જાળવવા માટે એવા પદાર્થો નહિં ખાવા કે જે તમારા માનસિક આરોગ્યને પણ હણી નાખે.

આહારની શુદ્ધિ જાળવવાથી આપો આપ દેહની શુદ્ધિ થાય છે. દેહ શુદ્ધ થતાં પાંચેય ઈન્દ્રિયો શુદ્ધ થાય છે અને ઈન્દ્રિયો શુદ્ધ થતા શ્વાસોચ્છવાસ, ભાષા અને મન બધા શુદ્ધ થાય છે.

જૈન ભોજનના નિયમો

- ૧) જમતા પહેલા અને પછી નવકાર મંત્રનું અવશ્ય સ્મરણ કરીને ભોજન ચાલુ કરવું.
- ૨) ભોજન હંમેશા આસન પાથરીને નીચે પાટલો ગોઠવીને કરવું.
- ૩) જમતી વખતે જૂતા ચમ્પલ કાઢીને જ જમવું.
- ૪) ગર્ભહત્યા, બાળ હત્યા આદિ હિંસક પાપો કરનારના હાથે ભોજન ન લેવું.
- ૫) કઠોળમાંથી બનતી કોઈપણ વાનગી કાચા દૂધ, દહિં, છાશ, સાથે મેળવીને કરીને વાપરવી નહિં. એટલે કે કાચા ગોરસ સાથે ક્યારેય કઠોળ વપરાય નહિં.
- ૬) ભૂખ લાગે ત્યારે જ જમવું, યોગ્ય કાળે જમવું, ભાવતું ભોજન પણ લિમિટમાં જ વાપરવું અને પેટમાં જગ્યા હોય તેના કરતા ઓછું વાપરવું.

આચાર્યશ્રીભદ્રબાહુસ્વામીજીએ કહ્યું છે કે, “જે મનુષ્ય અલ્પાહાર, મિતાહાર અને પથ્યાહાર કરે છે તેને વૈધો (ડોક્ટરો)ની ચિકિત્સાની પણ જરૂર નથી.”

- ૭) ભોજનની શરૂઆતમાં ક્યારેય પ્રથમ પાણી ન પીવું તેમજ જમ્યા પછી પણ વધારે પાણી ન પીવું. ભોજનની વચમાં પણ મધ્યમ સર પાણી પીવું. તેનાથી ગેસ, કબજીયાત, અજીર્ણ વગેરે પેટની તકલીફો થતી નથી.

- ૮) આજના ૧) પ્રોસ્ટેડ ફુડ, ૨) રીફાઈન્ડ ફુડ, ૩) ટીન ફુડ, ૪) પેશ્ચુરાઈઝ્ડ ફુડ અને ૫) ફાસ્ટ ફુડ એ બધાં ભોજનો હોજરીને, આંતરડાને અને હૃદયને નુક્શાન કરતાં સંશોધનો પછી સાબિત થયા છે.

૯) જમતા જમતા ક્યારેય પણ ખોલવું નહિં, હસવું નહિં અને ટી.વી., વી.સી.આર. વિગેરે સામે બેસીને જમવું નહિં. પરંતુ શાંત ચિત્તે ખદા ટેન્શનોને એકવાર ખાજુ પર રાખીને જમવું જોઈએ.

૧૦) ભોજન સૂર્યોદય પછી ૪૮ મિનિટે અને સૂર્યાસ્ત પહેલા પુરૂ કરવું જોઈએ. “અન્ન તેવું મન, આહાર તેવો ઓડકાર અને ભોજન તેવું ભજન” આપણે ખાસ અનુભવના આધારે કહેવાય છે.

૧૧) ખુલ્લામાં બેસીને ભોજન કહેવું નહિં, એમ.સી. વાળી સ્ત્રીઓએ બનાવેલી રસોઈ જમવી નહિં, જમ્યા પછી એકું મૂકવું નહિં, અતિશય ગરમ, તીખાં, લુપ્ખાં અને ઠંડા ભોજન ક્યારેય જમવા નહિં.

૧૨) ભોજન હંમેશા ઉત્તમ દિશા (પૂર્વ, પશ્ચિમ)માં બેસીને કરવું.

ડૉ. ભમગરા ‘શરીર ખોલે છે’ નામના પુસ્તકમાં વધારે સાકર, મીઠું, મસાલા, ચા, તમાકુ અને મેંદો તથા બજાર ચીજ-વસ્તુઓ ખાવાની સ્પષ્ટ મનાઈ કરે છે. જે શરીર નિરોગી રાખવું હોય તો.

૧૩) સાત્વિક આહાર અનાજ, ફળ, દૂધ, દહિં, ઘી, છાશ અને તાજ શાકભાજી વગેરે પ્રમાણસર ખાવાથી મનની શાંતિ, ચિત્તની પ્રસન્નતા, વિચારોની શુદ્ધિ, દેહનું આરોગ્ય અને આત્માનું ઉદ્ધર્ગમન થાય છે.

‘વી આર વોટ વી ઈટ’ આહારસંહિતાના નિયમો માત્ર હિંસા અને અહિંસાના ઉપર જ નિર્ભર નથી, પરંતુ તેમાં તન-મનનું અને અધ્યાત્મનું આરોગ્ય જોડાયેલું છે. શરીરમાં જે ખોરાક દાખલ થાય છે, તેમાંથી જ શરીરની સાત ધાતુઓ બને છે અને મનના વિચારો તૈયાર થાય છે. તેમાં ઉપર દર્શાવેલા આહારના નિયમો અનિવાર્યપણે ઉપયોગી થાય છે. આજની કોલેજીયન પેઢીને આ બધું સમજાવવું ખૂબ જ જરૂરી છે. કારણ કે તેમને ભક્ષ્ય, અભક્ષ્ય, દ્વિદળ, વાસી ભોજન વગેરેનો ખૂબ જ ઓછો ખ્યાલ હોય છે.

જો તમે જૈન હો, અથવા જૈન બનવા માંગતા હો તો...

- પ્રભુ મહાવીરે ૩૦ વર્ષ સુધી દેશના નો જે ધોધ વહાવ્યો હતો એમાં ભક્ષ્યતાભક્ષ્યની ખૂબ જ સૂક્ષ્મતા બતાવી છે. જે બીજે ક્યાંય જોવા ન મળે.
- તત્કાલીન અમેરિકન પ્રેસીડેન્ટ બિલ ક્લિન્ટનના ડાયટિશિયન ડૉક્ટરે પુસ્તક બહાર પાડ્યું છે, એમાં ‘જૈન ડાયટ’ને યોગ્યમાં યોગ્ય કહ્યું છે. તામસી ખોરાક માણસને તામસી બનાવે છે.
- “પોટેટો (બટેટા)માં ઝેર છે, કેન્સર ને કરે છે” આજે વૈજ્ઞાનિકો કહે છે. જૈન દર્શનમાં પરાપૂર્વકાળથી બટેટાનો નિષેધ કરોલ છે.
- જૈનની ઓળખ તરીકે (૧) રોજ જિન પૂજા (૨) કંદમૂળ ત્યાગ (૩) રાત્રિભોજન ત્યાગ આટલું તો હોવું જ જોઈએ.
- જૈનો જાગો! અભક્ષ્ય સાથે ‘જૈન’ શબ્દ જોડી છેતરપીંડી કરાય છે. જૈન પાંઉ, જૈન પીઝા, જૈન આલેટ, જૈન આઈસ્ક્રિમ આદિ (જૈન આમલેટમાં કાંદા નથી હોતા પણ ઈંડાનો રસ હોય છે. ચેતતા રહેજો...)
- એકવાર પેટ અભડાઈ ગયું, તો જીવન અભડાઈ જવામાં વાર નહિં લાગે.
- જેનું ભોજન ભ્રષ્ટ એનું જીવન ભ્રષ્ટ થતાં વાર નથી લાગતી.
- અન્ન અને મનની હોટ લાઈન છે. જેવું અન્ન તેવું મન. આહાર તેવો ઓડકાર. જૈસા ખાઓગે અન્ન, વૈસા બનેગા મન. જૈસા પીઓગે પાણી, વૈસી નિકલેગી વાણી.
- આપણા દૈનિક ભોજનમાં જૈનોએ ૩ પ્રકારની ડીશ વિચારવી જોઈશે. ૧) મારવાડી ડીશ, ૨) કચ્છી ડીશ, ૩) ગુજરાતી ડીશ. મારવાડીઓ પાપડને, કચ્છીઓ છાસને અને ગુજરાતીઓ અથાણાને ભોજનનું અંગ માને છે. એમાં ભક્ષ્યાક્ષ્યને ખાસ વિચાર કરવાનો છે.

મારવાડી ડીશ...

- ચૌમાસામાં પાપડ અભક્ષ્ય છે. તે સિવાય ૮ મહિના અભક્ષ્ય નથી.
- શેકેલો પાપડ અને ખિચિયા બીજા દિવસે વાસી બને છે. એમાં રહેલ ધાર વાતાવરણમાંથી ભેજને પકડે છે. તળેલા પાપડ, મિઠાળના કાલે છે.
- **વાસી વાનગીઓ:** જે ભોજન / રસોઈ બનાવવામાં પાણી ભળેલું હોય તે બીજે દિવસે એ તમામ વસ્તુઓ વાસી છે. એમાં અનેક જીવો ઉત્પન્ન થાય છે.
- રોટલી-ભાખરી-ખેડ-પાઉ-પીઝા બીજા દિવસે વાસી કહેવાય છે.
- શીરો-લાપસી તળી દેવાય તો પણ બીજા દિવસે વાસી છે કારણકે એમાં પાણીનો અંશ રહે જ છે. દુધીનો હલવો બીજા દિવસે વાસી થાય છે. ચુરમા માટે મૂઠિયા તળીને ભૂકો કર્યા પછી શેકીને બનાવો તો જ ચાલે નહિંતર વાસી કહેવાય.
- ગુલાબ જંબુન, જલેબી, સૂતરફેણી અને બંગાળી મિઠાઈ વગેરેની ચાસણી કાચી હોય છે માટે બીજા દિવસે અભક્ષ્ય છે.
- માવાના પેંડા-બરફી-માવો જે ઘીમાં સેકાઈ લાલન પડે તો બીજા દિવસે અભક્ષ્ય છે કારણકે એમાં પાણીનો અંશ રહી જાય છે. (બજારની મીઠાઈમાં વજન વધે માટે પ્રાયઃ દરેક પાણી રાખતા હોય છે.)
- દહીં-છાસમાં કરેલ પૂડી-પોતૈયા બીજા દિવસે ચાલી શકે પણ પછી અભક્ષ્ય બને છે.
- રાત્રે વસ્તુ બનાવવી અજયણા છે. સવારે અજવાળું થાય તે પહેલાં વસ્તુ બનાવવાથી અજયણાનો દોષ લાગે છે.
- બુંદીના લાડવામાં પાણીનો હાથ લગાડે, કેસર પલાડી મિઠાઈ ઉપર છાંટે એમાંય પાણીનો અંશ હોય છે.
- દૂધમાં બનાવેલ પૂડી બીજા દિવસે અભક્ષ્ય છે.
- **દહીં:-** બે રાત ઓળંગવું ન જોઈએ. બે રાત પૂરી થાય એની પહેલાં છાસ બનાવી દીધી હોય તો એ પણ બે રાત ઓળંગવી ન જોઈએ. છાશના થેપલા કે વડા બનાવ્યા હોય તો એ બીજા દિવસે ચાલી શકે છે.
- જલેબીમાં આથો લાવવા માટે વપરાંતુ કેમિકલ (હાઈડ્રો) અભક્ષ્ય છે. ખીચિયા, પાપડ વહેલા બનાવવામાં અજયણાનો દોષ છે એ ધ્યાન રાખવું. રાતે બનાવવાથી અંદર જીવો પડે છે. **‘હિલીંગ બાઈ સનલાઈટ’** પુસ્તકમાં લખ્યું છે, **‘ગમે તેડલી પાવરફૂલ લાઈટ હોય તોય કમળના ફૂલને ખિલવવા સૂર્યનો પ્રકાશ જ કામ લાગે છે.’**

કચ્છી ડીશ...

- કચ્છીઓને છાસ ખાસ જોઈએ છે, ખિચડી અને છાસ ખાય, અને એ દ્વિદળ કહેવાય જેમાં અસંખ્ય બેઈન્દ્રિય જીવો મરી જાય છે.
- જેની બે ફાડ થાય અને તેલ ન નીકળે એવું ધાન્ય કઠોળ કહેવાય.
- કઠોળ સાથે કાચું દહીં, કાચું દૂધ, કાચી છાસ ન ચાલે, દ્વિદળ થાય. એમાં અનેક જીવોને ઉત્પત્તિ તરત જ થઈ જાય છે.
- છાસ પણ પાણીની જેમ ઉકાળેલી હોય તો જ કઠોળ સાથે ચાલે.
- છાસ પીવી હોય તો થાળી, વાટકા એકદમ કોરા કરી લીધા પછી જ ચાલે ભક્ષ્ય પણ અભક્ષ્ય કઈ રીતે બને?
- કઠી ભક્ષ્ય છે પણ બનાવવાની રીતમાં ગરબડ થાય તો અભક્ષ્ય થાય. છાસ ઉકાળ્યા વગર તરત જ લોટ નાંખવામાં આવે છે તે અભક્ષ્ય કહેવાય.
- ગમે તે ખાવું નહિં, ગમે ત્યાં ખાવું નહિ, ગમે તેટલીવાર ખાવું નહિ. સૌરાષ્ટ્રના પટેલ ભાઈએ આ ત્રણ નિયમો પાળી જૈન શાસનના એક સાચા શ્રાવક બની સમાધિ મૃત્યુ મેળવ્યું.
- લીલોતરી આઠમ-ચૌદસ ન ખાવય, પણ ખેડનો કોઈ દિવસ ન ખવાય.
- ખેડ વાસી હોય છે. એમાં ટગલાબંધ બેઈન્દ્રિય જીવો ઉત્પન્ન થયેલા હોય છે.
- ખટર (માખણ)તો ૬ મહાવિગાઈમાં આવે છે. એ તો ખવાય જ નહીં છાસથી અલગ પડતાં જ એમાં પાર વગરના સૂક્ષ્મ ત્રસ જીવો ઉત્પન્ન થઈ જાય છે.

- છાસની સાથે રહેલ માખણ અભક્ષ્ય નથી. સેન્ડવીચ-દાખેલી પણ અભક્ષ્ય છે. ઘી બનાવવા માટે પણ માખણમાં છાસ થોડી રાખેલ હોય તો જ ચાલી શકે છે.
- ચીજ Cheese :- તાજા જન્મેલ વાછરડાના આંતરડામાંથી બનેલ Renet નાખીને બનાવવામાં આવે છે. બ્રેડ ઉપર લગાડીને આ આપતા હોય છે. તદ્દન અભક્ષ્ય અને માંસાહાર છે. સાંભળ્યું છે કે બ્રેડ - પીઝા - સેન્ડવીચ-દાખેલી-બટર અને ચીજ આ અભક્ષ્યોનું આજે ધૂમ વેચાણ છે. જે હોંશે હોંશે નવી પેઢી ખાઈને પેટને કબ્રસ્તાન બનાવે છે.
- **બ્યૂટી વિદાઉટ ફુએલીટી** - ડાયના ભાટનાગરે દુધપેસ્ટોનો સર્વે કર્યો છે. પેસ્ટોમાં હાડકાનો પાઉડર ઉમેરવામાં આવે છે. અમર પાઉડર વિગેરે અભક્ષ્ય ન હોય એવા પણ મંજન ઘણા મળતા હોય છે.
- ભાવનગર કોલ્ડસ્ટોરેજમાં આરોગ્ય ખાતાના અધિકારીએ રેડ પાડી. ૧ વર્ષનું શીખંડ અને એમાં લાંબી - ૨ ઈંચળો ખદખદતી હતી. એ ઈંચળો કચડી કેસર સુગંધ નાંખી લગ્નમાં સપ્લાય રાવામાં આવી હતી.
- બહારના ખાવા-પીવાના વધી જવાના કારણે ડૉક્ટરોની કમાણી તગડી થાય છે અને તમારા પૈસાનું દેવું વધતું જાય છે.
- સાંજે ખવાતી નાસ્તા કચોરીમાં દહીં નંખાય માટે અભક્ષ્ય છે. (લોટનો કાળ પણ ખબર નથી હોતો માટે બજારની તમામ વસ્તુઓ ખાવાની પરેજી રાખો)
- **વાસી ભોજન :-** વાસી ખાવું નહીંને ખવડાવવાનું પણ નહીં. ગાય-કૂતરાને પણ વાસી રોટલો ન અપાય.
- ઘણા લોકો રોટલીનો વધેલો લોટનો પીંડો ફ્રીજમાં મુકીને બીજે દીવસે રોટલી બનાવે છે. એવી જ રીતે રાંધેલો ભાત, શાક, અભક્ષ્ય જ બને છે.

દ્વિદળ..

- છાસ બહુ રસ કહીએ તો ફાટી જાય. જાણકારોથી જાણી શકાય છે કે મીઠું - લોટ નાંખીને હલાવતા રહેવાથી એ ફાટે નહીં ને બરાબર ઉકાળ્યા પછી જ વાપરી શકાય. નહીંતર અભક્ષ્ય થાય.
- મોટા જમણવારમાં દહીંવડા ન બનાવવા જોઈએ. દહીં બરાબર ગરમ ન કરી શકે.
- દ્વિદળ ખાવું એ વિરુદ્ધાહાર છે. એનાથી કોલરોગ થાય છે. એવું આયુર્વેદ કહે છે.
- દહીંવડા - મેથીના થેપલા - ખમણ - પનોલી વગેરે તમામમાં છાસ - દહીં ગરમ કર્યા વગર વપરાય તો દ્વિદળનું ભયંકર પાપ લાગે છે.
- કાર્યું દહીં અને કાચા દૂધ સાથે કઠોળનો કણ અડતા દ્વિદળ થાય છે.
- ઘંટીમાં ચણાને દળ્યા બાદ તેના થઈ ઘઉં દળવામાં આવે તો ચણાના લોટમાં કણિયા ભળી જાય તેથી રોટલી, ખાખરા જોડે પણ દહીં ન ખવાય. દહીં કોઈની જોડે પણ ન ખવાય તો સારું.
- બાસ્કેટમાં મગ સેવ હોય છે, ઉપર કાર્યું દહીં ભભરાવે છે. એ દ્વિદળ છે માટે અભક્ષ્ય છે.
- જમણમાં શીખંડ કર્યું. ખમણ ચોખાના, કડી ચોખાની શાક દુધીનું પરંતુ કડીમાં વઘાર હતો મેથીનો થઈ ગયું દ્વિદળ.
- દહીં ભાત જોડે અથાણું ખાય. ખથાણામાં મેથીના કુરિયા હતાં થઈ ગયું દ્વિદળ. હવે દ્વિદળની સૂક્ષ્મતામાં જઈએ. ઉત્પત્તિ અને નિકાલ.
- નિકાલ એટલે કઠોળના વાસણ અને દહીં-છાશના વાસણ સાથે ધોવામાં આવે તો પણ અપાર ત્રસ જીવોની હિંસા થાય છે. માટે દહીંના વાસણ જુદા સાફ કર્યા પછી તે પાણી ધૂળમાં પરઠવી દેવામાં આવે તો આ પાપથી બચી શકાય.

આપણે ધ્યાનમાં રાખવા જેવું છે !

- વૈજ્ઞાનિક જગદીશચંદ્ર બોઝે વનસ્પતિમાં જીવ સિદ્ધ કર્યા પણ ૮ - ૧૪ લીલોતરી છોડી? ડેવિડ એટનબરોએ ફિલ્મ “ધ લિવિંગ પ્લાનેટ”માં માછલી આદિ અનેક જીવજંતુઓની વાતો ભેગી કરી પણ પાપથી વિરામ ન પામ્યો. ચોર ચોરી કરી જાય ને ગોપીચંદ હકે ‘હું જાગું છું’ એ જાગવામાં ધૂળ પડી કહેવાય. ભક્ત્યાભક્ત્ય સમજ્યા પછી અભક્ત્ય ભોજન બંધ કરતા જાઓ પછી જુઓ આરાધનામાં કેવો જોમ જોશ અને જુસ્સો આવે છે.
- બજારની વસ્તુ છે હજાર, પણ અજયણાનું પાપ છે. બેસુમાર.
- મલ્ટીનેશનલની હજારો કંપનીઓ આવી રહી છે, ટી.વી. પર લવલી લવલી લલનાઓ તમને અભક્ત્ય ખાણી-પીણી માટે લલચાવશે. મન ઠેકાણે રાખજો નહિંતર ડાગલી ચસકી જશેને ડુબી જશો.
- શાક અને ચટણીના મસાલાઓમાં પ્રાયઃ લસણ(Gralic) અને આદુ(Jinger) નાંખેલ હોય છે. અનંતજીવોની આમાં હિંસા થાય છે.
- અભક્ત્ય ભોજન કરનારા હજારો, લાખો અને અસંખ્યાતા વર્ષ સુધી નરકની પીડાને પામે છે. પરમાધામી દેવો એમને યાદ અપાવીને ભયંકર ત્રાસ આપે છે. “વાસી ખાધુ હતું? દ્વિદળ ખાધુ હતું? અથાણામાં બેઈન્દ્રિય જીવો હતાં, છતાં સ્વાદવશ બની મજેથી ખાતો હતો, તો લ્યો હવે તારા મોઢામાં ગરમાગરમ સીસું રેડું છું. તારા શરીરના ટૂકડા કરી તને ખવડાવું છું, ભઠ્ઠી-ઓવન પર તને જ શેકી નાખું છું.” મેંદો, સોજી અને ફાઈન બેસનની અનેક વેરાયટીજ પ્રેમથી ખાતો હતો, તો લે અમે કહી કાર્યી સેકંડમાં ભડચું થાય, એવી અગ્નિમાં નાંખે.
- તમામ પાપોની જેમ અભક્ત્ય ખાનપાનના પરિણામો નરકમાં બહુજ ભયંકર આવે છે.

યા વિરુદ્ધ છાસ...

- હજારો વર્ષોથી છાશ પીવાતી હતી પણ વિલાયતી યા જવલ્લેજ વપરાતી. યા થી હોજરી ખલાસ થાય. ભૂખ મરી જાય. વાઘ જેવો માણસ બકરી જેવો બની જાય એ વાઘબકરી!... લાલઘોડા જેવો માણસ કાલો ઘોડો બની જાય એ.- આયુર્વેદમાં કહ્યું છે, છાશ તો દેવો ને પણ દેર્લભ છે. નાશ્તામાં ગોળની રાખ, થૂલી જેવી વસ્તુઓનો વપરાશ હતો, બ્રેડ બટર પાઉં જેવા અભક્ત્ય અને વિરુદ્ધાહાર ન્હોતા.
- ફૂટ સલાટ વિરુદ્ધાહાર છે. એમાં અભક્ત્ય કર્ટર્ડ પાઉડર વપરાય છે.
- ગ્રીન સલાડથી કેન્સર થાય છે, એવું સાંભળવા મળ્યું છે. કાર્યું ખાવાનું જિનશાસનને માન્ય નથી. સ્ટેંડિંગકિચનના કારણે બેનોમાં પગની બિમારિયો વધી છે. જેટલું મોર્ડન બનવા જાય છે માણસ, એટલી જ પછડાટ ખાય છે. મોર્ડન બનવાની ઘેલછા છોડો.

મેંદો, સોજી, રવો, ફાઈનબેસન...

- આજે મેંદાનો વપરાશ ખૂબજ વધી ગયો છે.
- સ્વાસ્થ માટે મેંદો જોખમી:- મેંદામાં ચીકાસ હોવાથી આંતરડામાં ચોંટી જાય છે અને પેટ બધા રોગોનું મ્યુઝીયમ બની જાય છે, “પેટ સબ રોગો કી જડ હૈ.”
- બજારનો મેંદો કેટલા દિવસનો એ ખબર ન પડે! તાજો હોય તોય ઘઉં જેવા વગર દળતાં હોય છે.
- કેપ્ટનૂક્કનો તૈયાર લોટ અભક્ત્ય છે.

ગુજરાતી ડીશ...

- છુંદો અને મુરબ્બો અભક્ત્ય નથી.
- આમળાનો મીઠો મુરબ્બો અભક્ત્ય નથી. બાકી તમામ બોળ અથાણાઓમાં બેઈન્દ્રિય જીવોત્પત્તિ થાય છે. મીઠું નાંખવાથી પાણી છુટે છે, માટે કાપી કેરી, કેર, ગુંદા, લીંબુ, મરચાં, ટિંડોળા આદિ તમામ અથાણાઓ ન ખાવા જોઈએ.

- બજારના અથાણાઓમાં એસિડ પણ નાખવામાં આવે છે. પેટને ભયંકર નુકશાન થાય છે.
- **મેથીનો મસાલો:-** મેથી ધાન્ય છે, શેકેલા ધાન્યનો કાળ હોય છે માટે મેથીના કુરિયા શેકેલા હોય તો મિઠાઈના કાલે જ ચાલે. શેક્યા વગરની મેથીનો કોઈ કાળ નથી. ૧ વરસ પણ ચાલી શકે છે.
- શેકેલ ચણાનો પણ કાળ હોય છે માટે એની ચટણી ચૌમાસામાં ૧૫ દિવસ, શિયાળામાં ૧ મહિનો, ઉનાળામાં ૨૦ દિવસથી વધુ ન ચાલે. આયંબિલ ખાતામાં પણ ચણા-મમરા-ધાણીનો કાળ ધ્યાન રાખવો. પૂછીને જ લેવા.
- સીંગદાણાની ચટણીનો કાળ નથી.
- ૨૨ અભક્ષ્યમાં કાચું મીઠું આવે છે. શ્રાવકોએ કાચું મીઠું ઉપરથી લેવું ન જોઈએ.
- નીતિશાસ્ત્ર પ્રમાણે જમતી વખતે ન બોલવું જોઈએ. શાંત મનથી ખાધેલું પચે છે, નહિંતર ગેસ બને છે પગ પર પગ ચઢાવવા નહીં. બેસવા માટે આસન જમીન પર રાખવું જોઈએ.
- **નીતિવાક્ય:-** ૫ વાગે ઉઠવું, ૧૦ વાગે જમવું, ૫ વાગે જમવું, ૧૦ વાગે સૂવું
- પનીર જે દિવસે બનાવે એ દિવસે જ ચાલે. આઈસ્ક્રીમમાં કર્ટર્ડ પાઉડર અને જુલેટિન આવે છે. બરફમાં અપાર જીવોત્પત્તિ છે. પેપ્સી વિગેરે ઠંડા પીણાઓમાં કેન્સર કરે તેવા પદાર્થો હોય છે.
- બિસલરી આદિ અળગણ પાણી છે. સરકારે પણ હવે પ્રતિબંધ મૂકી દીધો છે. એના કરતાં ઉકાળેલું પાણી પીવાથી દ્રવ્ય-ભાવ બેચ આરોગ્ય સચવાય. બજારના ફરસાણ પશુઓની ચરખીમાં તળાય છે. એવું મુંબઈમાં જાહેર થયું છે.
- ખસખસ અભક્ષ્ય છે.
- દાડમ, જામફળના બીજ કડક હોય છે માટે અચિત્ત થાય નહિ, સચિત્ત ના ત્યાગવાળાને ન ખવાય.
- લીંબુ, કાચા-પાકા કેળા, કેરી,લીલોતરી જ કહેવાય માટે આઠમ, ચૌદશ,પાંચમ,ના દિવસે ન ખવાય. પજુસણ, ઓળીમાં પણ ન વપરાય.
- ટમાટર સોસ અભક્ષ્ય છે. જેન સોસમાં લસણ ન નાંખે, પરંતુ વાસી તો હોય જ છે.
- ફલાવરમાં પ્રસ જીવોની ભણી હિંસા છે. કેન્સર કરે છે માટે ન વાપરવું.
- કેરી આદ્રાં નક્ષત્ર પછી ન વાપરવી. ટીન પેક રસ અભક્ષ્ય છે.
- અજાણ્યા ફળ,તુચ્છ ફળ, ચલી, બોર, પીલુ, ગુંદી, જાંબુ ન વાપરવા.

રાત્રિભોજન...

- રાત્રિભોજન એ ભયંકર પાપ છે, નરકનું પહેલું દ્વાર છે.
- ૯૬ ભવકોઈ માછીમાર સતત માછલી મારે એટલું પાપ માત્ર ૧ સરોવર સૂકવવાથી થાય છે.
- ૧૦૦ ભવ સરોવર સૂકવવાથી વધુ પાપ ૧ વાર જંગલમાં દાવાનળ સળગાવવાથી થાય છે.
- ૧૦૮ ભવ દાવાનળ સળગાવો એથી વધુ પાપ ૧ વાર કુવાણિજય (અનીતિના ધંધા)થી થાય છે.
- ૧૪૪ ભવ કુવાણિજયથી વધુ પાપ ૧ વખત આળ ચઢાવવાથી થાય છે.
- ૧૫૧ ભવ સતત આળ આપવી એથી વધુ પાપ ૧ વખત પરસ્ત્રીગમનથી થાય છે.
- ૧૯૯ ભવ સુધી સતત પરસ્ત્રીગમનથી વધુ પાપ માત્ર ૧ વખતના રાત્રિભોજનથી થાય છે! ઓહ રાત્રિભોજનમાં કેટલું પાપ ?
- રાત્રિભોજનથી અનેક બિમારીઓ થાય છે જેમ એસીડીટી, અલસર આદિ.
- **યોગશાસ્ત્રના અનુસારે:-** રાતના ખાવાવાળો, શિંગડા -પૂંછ વગરનો પશુ છે. રાત્રિમાં ભૂત - પ્રેત આદિ અણને એહું કરુ છે. માટે સૂર્યાસ્ત થઈ ન ખાવું જોઈએ.
- **રાત્રિભોજનથી તાત્કાલિક નુકશાન:-** જૂં આવે તો જલોદર થાય, કીડીથી બુદ્ધિ મંદ થાય, માખીથી ઉલ્ટી થાય, કરોળિયાથી કોટ થાય, વીંછીથી તાલ વિંધાય, ઝેરી જંતુથી મરી જવાય.
- ઉત્તમ પશુ પક્ષી પણ રાતના ખાતા નથી. કબુતર, ચકલી, કાગ, પોપટ, ગાય, ભેંસ આદિ.
- રાત્રિભોજનના ત્યાગથી ૧૫ ઉપવાસનો લાભ મળે છે. સૂર્યના પ્રકાશમાં સૂક્ષ્મ જીવાણું થતાં નથી. વિદેશમાં મોટા-મોટા ડૉક્ટરો મેજર ઓપરેશન દિવસે જ કરે છે. ભોજન પચાવવાં માટે જરૂરી ઓક્સીજન સૂર્યની ઉપસ્થિતિમાં મળે છે.

- **સ્કન્ધ પુરાણના અનુસારે :-** હે સૂર્ય દેવ! આપના અસ્ત થયા પછી પાણી પીવું સ્કન્ધના (લોહીના) ખરાબર છે, સૂર્યાસ્ત પહેલા ભોજન કરવાવાળાને ઘેર બેઠા તીર્થયાત્રાનો લાભ મળે છે.
- આમ રાત્રિભોજનના ત્યાગમાં આત્મિક, શારીરિક, માનસિક, ઔદ્ધિક અને આર્થિક લાભો સમાયેલા છે. માટે ગુરુ ચરણે જઈ રાત્રિભોજનની ખાધા વહેલામાં વહેલી તકે સ્વીકારી લો.

શ્રાવક માટે ભક્ષ્યાભક્ષ્ય...

- કોકાકોલા, પેપ્સી આદિ તમામ ઠંડા પીણાઓ અભક્ષ્ય છે. તેમાં અળગણ અને વાસી પાણી હોય છે. કેન્સરજન્ય કેમીકલો અને કેફી દ્રવ્યો ઉમેરવામાં આવે છે. હમણાં જન્તુનાશકના પુરાવા મળતાં સરકારે તત્કાલ પ્રતિબંધ મૂક્યો છે, તેવા સમાચાર છે.
- **કોલ્ડ ડ્રીન્ક્સમાં જલદ એસિડ:** દાંતને આગ બાળી શકે નહીં, જમીન ગાળી શકે નહીં, પણ પેપ્સી, કોકાકોલાના પીણામાં દાંતને દસ દિવસ રાખો, દાંતનું નામો નિશાન મટી જશે! હવે વિચારો પેટની કોમળ પેશીઓની શું હાલત થતી હશે? અમેરિકામાં “**ધી અર્થ આઈલેન્ડ જનરલ**” નામના સામાયિકે સંશોધન કરી જાહેર કર્યું છે કે પ્રત્યેક કોકાકોલા-પેપ્સીના બોટલમાં ૪૦ થી ૭૨ મિ. ગ્રામ સુધીના નશીલા તત્ત્વો જેવા કે આલ્કોહોલ, ઈસ્ટરગમ અને પશુઓમાંથી મળતાં ગ્લિસરૉલ મળે છે.
- **પ્રસંગ :-** દિલ્હીમાં ઠંડા પીણા કોન્ટેસ્ટમાં ૮ બોટલ પીનાર એક વીધાર્થીનું ત્યાં જ મૃત્યુ થયું. ત્યારબાદ ત્યાંના પૂરા એરિયામાં ઠંડા પીણાઓ પર પ્રતિબંધ મૂકાયો છે. માટે ઠંડાપીણાનો આજથી જ ત્યાગ કરો.
- **કોલગેટ :-** કોલગેટમાં ભૂંડ, ભેંસ, બકરા આદિના હાડકાનો પાવડર ઉમેરવામાં આવે છે. વિદેશમાં તો “**આ ઝેર છે**” તેવી વોર્નિંગ લખેલી હોય છે. બાળકોને અડવા દેવું નહીં એવું પણ લખેલું હોય છે.
- **સાબુદાણા :-** સેલમના નામના કંદમૂળને સડાવી હજારો ઈયળોને છુંદી સાબુદાણા બને છે માટે અધક્ષ્ય છે.
- **મેગી :-** બે મિનિટ માં તૈયાર થતી નુડલ્સ સેવમાં કૂકડાનો રસ હોઈ શકે છે.
- **બ્રેડ :-** ઈંડાનો રસ હોઈ શકે છે.
- **આઈસ્ક્રીમ :-** આઈસ્ક્રીમમાં કર્ટર્ડ પાઉડર અને જુલેટિન આવે છે માટે તે અભક્ષ્ય છે. મેનકા ગાંધીએ સાબિત કર્યું છે કે કતલખાનામાં ફર્શ પર પડેલ પૂંછડી આદિ ભાગોના પાઉડર બનાવી આઈસ્ક્રીમમાં ઉમેરવામાં આવે છે.
- **હોટલ અથવા લારીનું ખાવું બોખમી છે.** સ્વાસ્થ્ય અને આત્મા બેય માટે હાનિકારક છે. ગટરના પાણીથી આથો લાવવો, કપડા ધોવાના જલદ સોડાથી ખમણ બનાવવા, ઈયળોથી ખદખદતાં લોટનો ઉપયોગ આદિના કારણે ભયંકર હિંસા અને સ્વાસ્થ્ય માટે હાનિકારક છે.
- આ બધું વાંચ્યા - જાણ્યાં પછયી તરત મનમાં એવા વિચારો આવશે કે તો પછી શું કશું બહારનું ખાવું જ નહિં? આખી દુનિયા ખાય છે. કોઈને કશું થવું નથી, તો અમને એકલાંને થવાનું છે?
- બીજો વિચાર આવશે કે બધામાં પાપ જ છે, તો કેટલાં પાપથી બચવું? અને પાપ-પાપ કર્યા કરીએ તો જમાય જ નહીં. જીવાય જ નહિં.
- ત્રીજો વિચાર એ આવે કે માત્ર એટલો જ કે પૂર્વના સત્ત્વશાળી માનવોના શરીર સત્ત્વશાળી ખોરાકથી બનતાં હતાં, બીજું આજે તામસી ખોરાકની બોલબાલા વધવાથી મન ટુંકા, તુચ્છ અને સ્વચ્છંદી થયાં છે. ત્રીજું ભરની તાજી-મધ્ય અને સ્વાસ્થ્યપ્રદ ભોજન સામગ્રીથી પૈસાનો ખચાવ, આરોગ્યનો અને જીવનનો ખચાવ થાય છે.

ખાદ્યપદાર્થોમાં વપરાતા કેટલાક પદાર્થો અને તે શામાંથી મેળવાય છે તેની માહિતી

ક્રમ	ખાદ્ય પદાર્થોના નામ	વપરાતા પદાર્થો	શામાંથી મેળવાય છે?
૧.	આઈસ્ક્રીમ	ઇંડા, જિલેટીન, કસ્ટર્ડ પાઉડર.	પક્ષી અને પ્રાણી
૨.	આઈસક્રેન્ડી	જિલેટીન હોઈ શકે.	પ્રાણી
૩.	એકસ્ટ્રા સ્ટ્રોંગ (પીપરમીટ)	જિલેટીન હોઈ શકે.	પ્રાણી
૪.	ઇંડા (અહિંસક?)	જિલેટીન હોઈ શકે.	મરઘી, માછલાંનો ભૂકો વગેરે ખાવા આપવામા આવે છે.
૫.	કસ્ટર્ડ પાઉડર	દૂધ અને ઇંડાનું મિશ્રણ કરીને બનાવાય છે.	પક્ષી
૬.	કાજુ (તળેલાં)	પ્રાણિજ, ચરબીમા તળેલાં હોઈ શકે	પ્રાણી
૭.	કેક	ઇંડા	પક્ષી
૮.	ખાદ્ય તેલો	વિટામીન એ અને ડી ભેળવેલા હોય તો...	પ્રાણી
૯.	ખારી બિસ્કીટ	પ્રાણિજ ચરબીમાં તળેલી હોઈ શકે	પ્રાણી
૧૦.	ઘી (શુદ્ધ અથવા વનસ્પતિ)	એકમાર્ક કે ખાતરીનું ન હોય, તથા ખુલ્લું વેચાંતુ હોય તો ચરબીની ભેળસેળ હોઈ શકે.	પ્રાણી
૧૧.	ચીઝ (તાજું પનીર નહિ)	રેનીન, રેનેટ પેપ્સીન	ક્તલ કરેલા ડુક્કરની હોજરીનો રસ ક્તલ કરેલા તુરત જન્મેલા વાછરડાની હોજરીનો રસ
૧૨.	ચોકલેટ અને ટોફી (અમુક પ્રકારની)	જિલેટીન, ઇંડા, મટન ટેલો અને બીફ ટેલો	પક્ષી અને પ્રાણી
૧૩.	ચ્યઇંગ ગમ (પીપરમીટ)	જિલેટીન	ક્તલ કરેલાં જનાવરોના હાડકાં, ચામડી વગેરેમાંથી નીકળતો રસ
૧૪.	ક્રેન્ડી નટ્સ (પીપરમીટ)	જિલેટીન	ક્તલ કરેલાં જનાવરોના હાડકાં, ચામડી વગેરેમાંથી નીકળતો રસ.
૧૫.	જેલી	જિલેટીન	પ્રાણી

ક્રમ	ખાદ્ય પદાર્થોના નામ	વપરાતા પદાર્થો	શામાંથી મેળવાય છે?
૧૬.	તમાકુ (સુગંધિત)	અંબર, કસ્તુરી અર્ક વગેરે હોઈ શકે	પ્રાણી, માછલી
૧૭	પુડિંગ	જિલેટીન કે ઇંડાં હોઈ શકે	પ્રાણી, પક્ષી
૧૮.	બિસ્કીટ (કેટલીક જાતો)	ઇંડાં કે વિટામીન એ અને ડી ભેળવેલા હોઈ શકે	પક્ષી અને પ્રાણી
૧૯.	બેબી ફૂડ	પ્રોટીન, કેલ્શિયમ	પ્રાણિજ હોઈ શકે.
૨૦.	બ્રેડ (ભારે જાતની)	ઇંડાં હોઈ શકે	પક્ષી
૨૧.	મધ (જંગલી)	માખીઓ	
૨૨.	મીઠાઈ	ક્યારેક ઘીને બદલે ચરબી વાપરેલી હોઈ શકે	પ્રાણી
૨૩.	સિગારેટ (સુગંધિત)	પ્રાણિજ સુગંધી હોઈ શકે	પ્રાણી
૨૪.	વેજીટેબલ ઘી	વિટામીન એ અને ડી ભેળવેલા હોય તો...	માછલી
૨૫.	વેફર (તળેલી)	પ્રાણિજ ચરબીમાં તળેલી હોઈ શકે.	પ્રાણી
૨૬.	સોપારી (સુગંધિત)	પ્રાણિજ ચરબીમાં તળેલી હોઈ શકે.	પ્રાણી
૨૭.	સોસ-જેલી	જિલેટીન	પ્રાણી

સૌંદર્ય પ્રસાધનોમાં વપરાતા કેટલાક પદાર્થો અને તે શામાંથી મેળવાય છે તેની માહિતી

ક્રમ	સૌંદર્ય પ્રસાધનોના નામ	વપરાતા પદાર્થો	શામાંથી મેળવાય છે?
૧.	અગરબત્તીઓ (કેટલીક)	પ્રાણિજ સુગંધ	પ્રાણીઓ
૨.	અત્તરો (કેટલાક)	કેટલાક પ્રાણિજ હોઈ શકે	પ્રાણીઓ
૩.	અફ્ટર શેવ લોશન	પ્રાણિજ સુગંધ હોઈ શકે	કસ્તુરી મૃગ, સિવેટ વ્હેલ બીવર (કેસ્ટોરિયમ માટે)
૪.	કેશતેલો, મસાજ માટેના તેલો	પ્રાણિજ સુગંધ હોઈ શકે	
૫.	કોલન વોટર	પ્રાણિજ સુગંધ હોઈ શકે	
૬.	ક્રીમ સ્નો	સ્ટીયરેટ, એસ્ટ્રોજન, પ્રાણિજ સુગંધની વપરાશનો સંભવ	પ્રાણીઓ, મટન ટેલો
૭.	કાજળ (આંજણ)		પ્રાણીઓ, મટન ટેલો
૮.	ટૂથપેસ્ટો	ગ્લિસરીન, પ્રાણિજ સુગંધી, હાડકાંની ભૂકી વગેરે હોઈ શકે	પ્રાણીઓ
૯.	નખ રંગવાની પોલીશ	માછલીનાં ભીંગડાં	માછલી
૧૦.	પ્રીક્લી હીટ પાઉડર	પ્રાણિજ સુગંધ	પ્રાણીઓ
૧૧.	ફેસ અને ટેલ્કમ પાઉડર	પ્રાણિજ સુગંધ	પ્રાણીઓ
૧૨.	લિપસ્ટિક	સ્ટીયરેટ, મધમાખીનું મીણ	પ્રાણી અને માખીઓ
૧૩.	શેમ્પૂ	ઈંડાં, પ્રાણિજ સુગંધી કે ગ્લિસરીન પણ હોઈ શકે	ગ્લિસરીન પ્રાણિજ હોઈ શકે
૧૪.	સાબુ ન્હાવાના તથા ધોવાના	મટન ટેલો, પ્રાણિજ સુગંધ, પ્રાણિજ ચરબી હોઈ શકે	ગ્લિસરીન પ્રાણિજ હોઈ શકે
૧૫.	હેર ટોનિક	પ્રાણિજ વિટામીન અને પ્રોટીન હોઈ શકે	પ્રાણીઓ
૧૬.	હેર ડાઈ	સ્ટીયરેટ, ઓલિયેક, પ્રાણિજ સુગંધ	પ્રાણીઓ
૧૭.	હેર રીમુવર	પ્રાણિજ સુગંધ	પ્રાણીઓ
૧૮.	હેર સ્ક્રે	પ્રાણિજ સુગંધ	પ્રાણીઓ

દવાઓમાં વપરાતા કેટલાક પદાર્થો અને તે શામાંથી મેળવાય છે તેની માહિતી

ક્રમ	દવાઓનો નામ	વપરાતા પદાર્થો	શામાંથી મેળવાય છે?
૧.	એસ્ટ્રોજન (હોર્મોન)	દવા અને સૌંદર્ય પ્રસાધનમાં વપરાય છે.	ગર્મિણી ઘોડીમાંથી
૨.	કેસ્ટોરિયમ	દવા અને સૌંદર્ય પ્રસાધનમાં વપરાય છે.	બીવને મારીને
૩.	કેપ્સુલ (દવાઓ ભરવાની)	જિલેટીન	હાડકાં, ચામડાં વગેરેમાંથી
૪.	કેલ્શિયમવાળી દવાઓ	પ્રાણિજ હોઈ શકે. ભેળવેલા હોય તો	હાડકાં, છીપ
૫.	ગ્લિસરીન	ભેળવેલા હોય તો દવા, ટૂથપેસ્ટ, સૌંદર્ય પ્રસાધનો	સાબુ બનાવવા, વપરાતા મટન ટેલો અને પ્રાણિજ ચરબીમાંથી (વનસ્પતિ ગ્લિસરીન પણ હોઈ શકે)
૬.	ડાયાબિટીસવાળાઓ માટે	ઈન્સ્યુલીન	કતલ કરેલાં બકરાં વગેરે પશુના પેન્ક્રિયાસમાંથી
૭.	થાઈરોઈડ ગ્રંથિની બિમારીઓ વાળા માટે	થાઈરોઈડ	કતલ કરેલાં પશુઓની થાઈરોઈડ ગ્રંથિમાંથી
૮.	દમની દવા	એડ્રેનેલિન	કતલ કરેલાં પશુઓની ગ્રંથિમાંથી
૯.	પ્રોટીનવાળી દવાઓ, ટોનીકો	પ્રાણિજ હોઈ શકે	પ્રાણીઓ
૧૦.	એક્ઝેક્ટવાળી દવાઓ	પ્રાણિજ	પ્રાણીઓના લીવરમાંથી
૧૧.	વિટામીન એ અને ડી વાળી બનાવટો	પ્રાણિજ	વહેલ, કોડ, હેલીબટાદિ જળચરોમાંથી

ક્રમ	અન્ય વસ્તુઓના નામ	વપરાતા પદાર્થો	શામાંથી મેળવાય છે?
૧.	પશુઓને અપાતા ખાવામાં	હાડકાંનો ભૂકો	પ્રાણીઓ
૨.	મરઘાં ઉછેર કેન્દ્રમાં મરઘાંઓને અપાતાં ખાવામાં	માછલીનો ભૂકો	માછલીઓ
૩.	ગુંદર, બુકબાઈન્ડિંગ માટે વપરાતો સરેસ, પોસ્ટલ સ્ટેમ્પની પાછળનો ગુંદર, રેગ્ગીન, લાકડાં વગેરેમાં વપરાતો ગુલુ	પ્રાણીજ હોઈ શકે	કતલ કરેલાં પશુઓના હાડકાં
૪.	રાસાયણિક ખાતર	પ્રાણિજ હોઈ શકે	પ્રાણીઓ

મોજશોખની વસ્તુઓ...

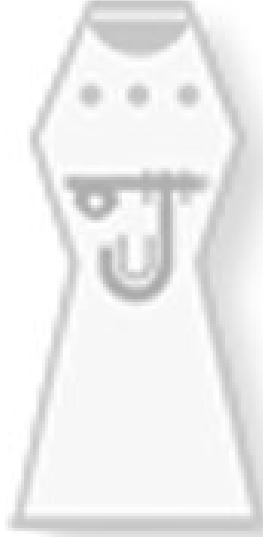
- વિવિધ ચામડાની વસ્તુઓ :** સુટકેસ, બ્રીફકેસ, હેન્ડબેગ, દૂરબીન, કેમેરા રાખવાની ડબીઓ વગેરે.
- જાતજાતનાં બ્રશ :** હજામતનાં, બૂટપાલીશનાં, દીવાલ રંગવાના, ચિત્રકારોનાં, સફાઈ માટેનાં બ્રશ વગેરે કતલ કરેલાં પશુઓના, મારેલા નોળીયાનાં, સેલમનાં, ઊંટના અથવા જીવતાં ડુક્કરનાં ખેંચી કાઢેલા વાળમાંથી બને છે.

કેટલીક પ્રાણિય પેદાશોની વપરાશ વિશેની જાણકારી...

- **એસ્ટ્રોજન :** ગર્ભિણી ઘોડીઓના મૂત્રમાંથી મેળવાય છે. એને મેળવવા માટે ઘોડીઓને બાંધેલી દશામાં સતત ગર્ભિણી રાખવામાં આવે છે. કતલ કરેલાં જનાવરોની ગ્રંથિઓમાંથી પણ મળે છે. એનો દવાઓ અને સૌંદર્ય પ્રસાધનોમાં ખૂબ ઉપયોગ થાય છે.
- **ઓલિયેટ્સ :** કતલ કરેલાં પશુઓમાંથી મેળવાય છે. એનો સૌંદર્ય પ્રસાધનોનાં ક્રીમોમાં ખૂબ ઉપયોગ થાય છે.
- **ઈર્સીંગલાસ :** માછલીમાંથી મળતો જિલેટીન જેવો પદાર્થ. સૌંદર્ય પ્રસાધનોમાં, જેલી, સરેસ તથા આલ્કોહોલિક પાણી બનાવવામાં એનો ઉપયોગ થાય છે.
- **કસ્ટર્ડ પાઉડર :** કેટલાક કસ્ટર્ડ પાઉડરમાં ઈંડા વપરાયાં હોય છે. પુડિંગ, આઈસ્ક્રીમ, ફૂટસલાડ વગેરેમાં ઉપયોગ કરાયેલો હોય છે.
- **કેસ્ટોરિયમ :** પશ્ચિમના દેશોમાં નવ બીવર નામના પ્રાણીને મારીને તેની ગ્રંથિઓમાંથી કાઢવામાં આવે છે. એનો ઉપયોગ સૌંદર્યપ્રસાધનો અને હાર્મોનની સારવારોમાં થાય છે.
- **કોચિનિયેલ :** મેક્સિકોમાં થતી એક જાતની જીવાતની માદાના શરીરની સુકવણી કરીને બને છે. આનો ઉપયોગ કેટલાક ખાદ્ય પદાર્થોમાં તથા સૌંદર્ય પ્રસાધનોમાં લાલ રંગ તરીકે થાય છે.
- **ગ્લિસરીન :** ગ્લાઈસેરોલ-સાબુ બનાવવામાં જો પ્રાણિય ચરબી વપરાઈ હોય તો તે સાબુની ઉપ-પેદાશ એટલે પ્રાણિય ગ્લિસરીન. વનસ્પતિ તેલ વપરાયું હોય તો વનસ્પતિ ગ્લિસરીન. મોટો ભાગ પ્રાણિય ગ્લિસરીનનો હોય છે. તેનો ઉપયોગ દવા, ટૂથપેસ્ટ, ક્રીમ, કાજલ, શેમ્પૂ, મલમ, રબર, સ્ટેમ્પપેડની શાહી, કેટલાક પ્રકારની ટોફી વગેરેમાં ટકાઉપણું તથા મુલાયમતા લાવવા માટે થાય છે.
- **ચરબી :** કતલ કરેલાં કોઈપણ પ્રકારના જનાવરમાંથી મેળવાય છે. એનો ઉપયોગ બજારની હલકા પ્રકારની મીઠાઈઓમાં, સસ્તા પ્રકારની રાંધેલી વસ્તુઓમાં, સસ્તી ખારી બિસ્કિટ કે આવી બીજી વસ્તુઓને ઘી કે તેલની બદલીમાં તળાવમાં, શુદ્ધ અથવા વનસ્પતિ ઘીમાં ભેળસેળ કરવામાં, સાબુમાં તથા ઘણી વાનગીઓમાં બહોળો ઉપયોગ થાય છે.
- **જિલેટીન :** કતલ કરેલાં જાનવરોનાં હાડકાં અને ચામડાંમાંથી મેળવાય છે તેનો ઉપયોગ જેલી, પુડિંગ, આઈસક્રેન્ડી, કેટલાક પ્રકારની એકસ્ટ્રા સ્ટ્રોંગ પીપરમીટ, ચ્યુઇંગ-ગમ, ચોકલેટ અને ટોફીઓ, દવાઓ, ચલણની નોટો, અમુક રંગો, છાપવાની શાહી વગેરેમાં થાય છે.
- **પ્લેસેન્ટા :** કતલ કરેલાં ઢોરનાં બચ્ચાંમાંથી મેળવાય છે. તેનો ઉપયોગ સૌંદર્ય પ્રસાધનો અને હોર્મોનની સારવારમાં થાય છે.
- **પેપ્સીન :** કતલ કરેલાં ડુક્કરના પેટનો રસ છે. તેનો ઉપયોગ ચીઝ બનાવતી વખતે મેળવણ તરીકે થાય છે.
- **મટર અને બીફ ટેલો :** કતલ કરેલાં ઘેટા-બકરાંમાંથી મેળવાયું હોય તો મટર ટેલો અને ગાય-બળદમાંથી મેળવાયું હોય તો બીફ ટેલો કહેવાય છે. તેનો ઉપયોગ ચરબીના ઉપયોગ સમાન જ થાય છે. સાથે સાથે ચોકલેટ બનાવવામાં પણ હોઈ શકે છે.
- **મીણ :** પાળેલી મધમાખીનું મીણ પ્રમાણમાં ઓછું મળે છે. મીણની વધુ પેદાશ જંગલમાં મધપૂડા તોડીને થાય છે. દરેક મધપૂડો તોડતી વખતે ૧૦ થી ૩૦ હજાર મધમાખી, તેની ઈયળ, ઈંડાં વગેરેનો નાશ થાય છે. મધપૂડો નીચોવીને મધ કાઢી લીધા પછી જે વધે તેને તપાવી, ઓગાળી, ગાળીને ઠરાવાય તે મીણ. એનો ઉપયોગ મીણબત્તી, બાટિક-કળા, પોલિશ, મોચીનો દોરો, લિપસ્ટિક વગેરેમાં થાય છે.
- **રેનિન-કેરેનેટ :** જન્મ્યા પછી બે-ત્રણ દિવસની અંદર કતલ કરેલાં વાછરડાના પેટનો રસ. એનો ઉપયોગ

પેપ્સીનની જેમ ચીઝ બનાવતી વખતે મેળવણ તરીકે થાય છે.

- લેસીથીન : ઇંડાંમાંથી મેળવેલું હોઈ શકે. સોયાબીનમાંથી અથવા સિનથેટિક પણ હોઈ શકે. એનો ઉપયોગ સૌંદર્ય પ્રસાધનોમાં તથા પરદેશી ચોકલેટોમાં થાય છે.
- લાઈ : કતલ કરેલા ડુક્કરની ચરબી. તેનો ઉપયોગ સૌંદર્ય પ્રસાધનોમાં થાય છે.
- સિવેટ : બિલાડી જેવા સિવેટ નામના નર જનાવરના પેટની ગ્રંથિમાંથી દર ૮-૧૦ દિવસે નીચોવીને કઢાતો પદાર્થ. તેનો ઉપયોગ સૌંદર્ય પ્રસાધનોમાં સુગંધ તરીકે થાય છે.
- સ્ટીયરેટ : મટન ટેલોમાંથી મળે છે. એનો ઉપયોગ ક્રીમ, લિપસ્ટિકાદિમાં થાય છે.
- હોમોન : કતલ કરેલાં જનાવરોમાં મેળવાય છે. એનો ઉપયોગ ઔષધ, ક્રીમ વગેરેમાં ઘણો થાય છે.



jainuniversity.org