



चारों गतियों में खूब खाया



मनुष्य गति

देव गति

तिर्यक् गति

नरक गति



भोजन चालीसा

120 पद्य

शतक विंशति

समाधिमरण में
सहायक है ।

भोजन चालीसा
सुखदायक है ॥



चालीसा

त्रय

रचनाकार

आचार्य श्री १०८ श्रेयसागरजी महाबाज (सचित्र चौका पुराण रचयिता)

शिष्य - समीधिसाठ ८४ लाख मंत्र लेखनकर्ता आचार्य श्री १०८ वासुपूज्यसागरजी म.

भोजन चालीका (शतक विंशति) का पुण्यार्जक परिवार



पिता-स्व. पुष्पराज शाकलीवाल,
पाकुड (झारखण्ड)
पुण्यतिथि- २६ जनवरी २०१९

द्वितीय संस्करण
१००० प्रतिवां



माता - स्व. बाबूबती देवी शाकलीवाल,
पाकुड (झारखण्ड)
पुण्यतिथि - २९ मई २०२३



स्व. मालादेवी शाकलीवाल (धर्मपत्नी महावीरप्रसाद शाकलीवाल)
धनबाद (झारखण्ड)
पुण्यतिथि- १८ मई २०२१



पुत्र/पति महावीरप्रसाद शाकलीवाल

✧ प्रेरणा ✧



पुत्र/प्रपौत्र मयंक, इभु, तर्ष शाकलीवाल

समस्त शाकलीवाल परिवार (पाकुड/धनबाद)
((लालगढ (शाहजहाज) गिवाकी एवं पाकुड/धनबाद प्रतापी)

फर्म - एम. एम. मॅन्युफैक्चरिंग इंडस्ट्रीज
धनबाद (सादरखण्ड)

प.पू. आचार्य १०८ श्री. वारसूय्य महाराजजी के शिष्य
आचार्य १०८ श्री. श्रीयज्ञानन्दी सरांस के आशीर्वाद से

भोजन चालीसा रचना स्थल

प्रारंभ - श्री मांगीतुंगीजी सिद्धक्षेत्र (कोरोना काल २०२०)

निमित्त - इंदौर निवासी मांगीतुंगी प्रवासी श्री ऋषभकुमारजी जैन (ठाकुरिया) का मुनिदीक्षा एवं समाधिभरण (आश्रेयसागरजी द्वारा)

समाप्त - श्री सिद्धक्षेत्र गजपंथाजी - कोरोनाकाल २०२१ एवं श्री तीर्थक्षेत्र अंजनगिरी (नाशिक) चातुर्मास २०२१



द्वितीय
संस्करण

भोजन चालीसा

रचना

आचार्यश्री १०८ श्रेयसागरजी महाराज

(सचित्र चौका पुराण रचयिता)

१०००
प्रतियां

शिष्य - समाधिसम्राट ८४ लाख मंत्र लेखनकर्ता आचार्यश्री १०८ वासुपूज्यसागरजी महाराज

भोजन चालीसा लिखने का भाव अंतरंग में कैसे आया ?

इंदौर निवासी श्रीमान ऋषभकुमारजी जैन (ठाकुरिया) को अपने जीवन के अंतिम पड़ाव में असाध्य रोग ने घेर लिया, डॉक्टरों ने जबाब दे दिया तब ऋषभकुमारजी ने अपनी अन्तर्आत्मा को जागृत करते हुये उत्तम निर्णय लिया कि मुझे दीक्षा लेकर समाधिमरण करना है क्योंकि वे स्वयं ज्ञानी थे दीक्षा लेने के भाव तो पहले से ही थे लेकिन मोह की प्रबलता ने इन उत्कृष्ट भावों को दबाकर रखा था लेकिन ऋषभकुमारजी ने अपने सोये हुये भावों को पुनः जगाया और अपने प्रथम निर्णय पर अडिग रहे, परिवार के सभी सदस्यों के सामने उन्होंने अपनी भावनाएँ व्यक्त की, इस प्रकार समाधिमरण की भावना व्यक्त करने पर हर परिवार के लोग तैयार नहीं होते हैं चाहे व्यक्ति को हॉस्पिटल में मरने दें लेकिन धर्म की शरण में ले जाना उचित नहीं समझेंगे इस विषय में जीव का अपना पूर्वकृत पुण्य भी कुछ काम करता है। ऋषभकुमारजी का भी कुछ पूर्वकृत पुण्य उदय था जिससे की उनके भाई, धर्मपत्नि, बेटे, बहू, बेटियां सभी धर्मात्मा मिले पूरे परिवार ने उनकी अंतिम भावनाओं का ख्याल किया, समाधिमरण करवाने को तैयार हो गये।

ऋषभकुमारजी के पिताजी श्री गणेशलालजी थे, वे मांगीतुंगी जी सिद्धक्षेत्र पर रहकर क्षेत्र की सेवा करते थे उन्होंने आचार्यश्री स्यणसागरजी से दीक्षा लेकर समाधिमरण किया। ऋषभकुमारजी का जन्म भी मांगीतुंगीजी सिद्धक्षेत्र में हुआ था, इंदौर तो उनकी कर्मभूमि थी।

जिस समय की यह घटना है वो सन् २०२० चातुर्मास का एवं कोरोना काल का समय चल रहा था, मेरा चातुर्मास भी ससंघ श्री मांगीतुंगी सिद्धक्षेत्र में पूर्ण हो चुका था विहार करने का था, तभी धर्मात्मा परिवार के सदस्य ऋषभकुमारजी को अस्वस्थ अवस्था में मेरे पास लेकर आये पूरी स्थिती समझाई मैंने सोचा विहार से बढ़कर समाधिमरण करवाना उत्तम है, किसी जीव का कल्याण करना उत्तम है। विहार रोक दिया, ऋषभकुमारजी को संबोधन किया धीरे-धीरे त्याग के मार्ग में मजबूत किया भावनाएँ उत्तरोत्तर वृद्धि को प्राप्त होती गईं।

दिनांक ०१-०१-२०२१ (पौष कृष्ण एकम को उन्हें क्षुल्लक दीक्षा दी नाम क्षुल्लक धर्मध्यानसागरजी रखा, दिनांक १४-०१-२०२१ (पौष शुक्ल तीज मध्यान्ह १२.४५ पर मुनि दीक्षा दी नाम मुनि धर्मध्यानसागरजी रखा। संबोधन करते हुये उसी दिन १४-०१-२०२१ को २.४५ बजे समाधिपूर्वक मरण करवाया।

क्षुल्लक बीक्षा से लेकर मुनिबीक्षा तक का जो क्षण था वो समाधिमरण का क्षण था, धरि धरि शरीर साथ छोड़ता जा रहा था ।

शरीर जब साथ छोड़ता है तब जीव को त्याग के संबंध में मन मजबूत करना पड़ता है । मन मजबूत होगा तो समाधिमरण सुधर जायेगा मन कमजोर रहा तो समाधिमरण बिगड़ जायेगा लेकिन इस संबंध में निर्यापकाचार्य की मुख्य भूमिका होती है । क्षपकराज की स्थिति को देखते हुये समय समय पर तथा त्याग करवाना । भोजन को करते करते आज तक किसी का समाधिमरण नहीं हुआ है भोजन के त्याग करते करते समाधिमरण हुआ है । शरीर साथ नहीं दे रहा था खाने पीने के संबंध में संबोधन करने पर भी त्याग के भाव नहीं बन रहे थे तब मैंने अपने संबोधन का तरीका गध से पद्य में परिवर्तित कर उन्हें मधुरलय के साथ संबोधन करना प्रारंभ किया ।

जैसे- खान पान का लेखा जोखा - नहीं हमारे पास ।

जितना खाया जितना पिया - हुआ सभी का नाश ॥

इस प्रकार एक एक पद्य की रचना करते करते २० पद्य उनके समाधिमरण तक रचे, प्रतिदिन उनको सुनाते रहने से उनके त्याग के भावों में वृद्धि होती रही उन्हें बहुत अच्छा लगता था, वो बार-बार सुनाने को कहते इस प्रकार २० पद्य श्री सिद्ध क्षेत्र मांगीतुंगीजी में रचे विहार करके गजपंथा आये यहाँ पर भी २० पद्य की रचना और कर दी ४० पद्य हो जाने पर नाम दे दिया **भोजन चालीसा** । २०२१ का कोरोना काल चल रहा था आगे मुंबई का विहार स्थगित करना पड़ा । गजपंथा में लगभग चार महिना रुके उस समय ४० पद्य की रचना और हो गई कुल ८० पद्य अर्थात् डबल चालीसा हो गया । चातुर्मास २०२१ का समय निकट आया तीर्थक्षेत्र अंजनगिरी तीर्थ कमेटी के युवाओं की भावना देखते हुये २०२१ का चातुर्मास अंजनगिरी में हुआ (गजपंथा से ३० किमी है) यहाँ आने पर संघस्थ नेहल दीदी ने कहा २० पद्य और बनाकर भोजन शतक नाम दे दो, मैंने वैसा ही किया भोजन शतक बन गया । भोजन शतक बनने के बाद भी अंतरंग में भोजन के संबंध में जो कलियां फूट रही थी उसे मैं नहीं रोक पाया, २० पद्य की रचना और कर दी कुल १२० पद्य हो गये कुल १२० पद्य हो गये अब २० पद्य बढ जाने से शतक नाम तो दे नहीं सकते तब फिर वही नाम रखा **भोजन चालीसा शतक विंशति** । इस प्रकार भोजन चालीसा लिखने का भाव अंतरंग में आया ।

पता नहीं कब क्या लिखने के - भाव हृदय में आते ।

पद्य बनाकर लिख देते - अपने आपस की बातें ॥

- आचार्य श्रेयसागर

भोजन चालीसा

शतक विंशति

लेखन/संपादन

आचार्यश्री १०८ श्रेयसागरजी महाराज

(सचित्र चौका पुराण रचयिता)

शिष्य - समाधिस्तोत्र ८४ लाख मंत्र लेखनकर्ता आचार्यश्री १०८ वासुदेवसागरजी महाराज

व्याकरण सहयोग

बा. ब्र. नेहल (भाग्या) दीदी (संघस्थ)

मुद्रण

द्वितीय संस्करण (१००० प्रतियां)

प्राप्ति स्थान

आचार्यश्री १०८ श्रेयसागरजी महाराज ससंघ

मूल्य

आत्मसात एवं चिंतन

(स्वयं पढ़े औरों को पढ़ायें, त्याग के मार्ग में आगे बढ़ायें ।)

संकलन / डिजाईन / प्रिंटिंग

लेजर हाऊस, नाशिक

(नो. 7588706742)

समाधिसम्राट आचार्यश्री १०८ वासुपूज्यसागरजी महाराज का संघ परिचय

परिचय - समाधि सम्राट बुरुवर आचार्य १०८ श्री वासुपूज्यसागरजी

वचन का नाम	दयाचन्द जैन	दीक्षा गुरु	आ. पारवंसागरजी (कोटला)
जन्म स्थान	महेवा, जिला पन्ना (म.प्र.)	आचार्य पर	सन् 1988 अक्षय तृतीया
जन्म तारीख	13/11/1954		बसगाडे-कोल्हापुर (मझ.)
संका	2011 मर्णाशीवं कृष्ण 3	बिहार	बंगाल, बिहार, उड़ीसा,
माता	श्रीमति रामादेवी (स्व. आर्यिका श्रेणीमती जी)		राजस्थान, कर्नाटक, मध्यप्रदेश
पिता	श्री फालीचरण जी जैन	भाई बहिन	उत्तरप्रदेश, उत्तराखण्ड, गुजरात
शिक्षा	सभी सिद्धान्त न्याय व्याकरण		तीन भाई तीन बहिन
लैंगिक	11 वीं		(तीनों भाईयों ने दीक्षा ली
भाषा	हिंदी, संस्कृत, प्राकृत	ग्रन्थ लेखन	एवं समाधिमरण किया।)
जाति	कन्नड़, मराठी, गुजराती		6 ग्रंथ लिखे
ब्रह्मचर्य व्रत	गोलाकार	समाधि तारीख	(इसी पुस्तक के पृष्ठ VII पर देखें)
पुनः दीक्षा	18 वर्ष में सन् 1973	समाधि समय	समाधि तारीख (पौषसप्तमी) 17 अगस्त 2018
	सगवाडा जिला-डुंगरपुर (राज.)	समाधि स्थल	रात्रि 2.45 बजे
	सन् 1976 मंगशिर शु. 10		श्रवणसेलगोला (कर्नाटक)

परिचय - शिष्य आचार्य श्री १०८ श्रेयसागरजी महाराज का

वचन का नाम	सुगन्ध कुमार जैन	भाई बहिन	तीन भाई तीन बहिन
जन्म स्थान	पाटणा जिला- डुंगरपुर (राज.)		(तीसरे नंबर का भाई
जन्म तारीख	30/12/1973		आ. श्रेयसागर जी महाराज)
माता	स्व. श्रीमती केजरादेवी		(तीसरे नंबर की बहिन
पिता	श्री. जोबायत हीरालालजी		आ. श्रेयमती याताजी)
शिक्षा	10वीं (मन वैराग्य की ओर)		
ब्रह्मचर्य व्रत	अश्विन शु. 14 शिखरजी	दीक्षा दिनांक	16/08/2018
	आ. वासुपूज्यसागरजी महाराज से		(नेमिनाथ भगवान के जन्म व तप
	दिनांक 25/10/1997		कल्पनायक अवधि सुकल वडि को)
सप्तम प्रतिमा	रक्षाबंधन (भागलपुर, बिहार 1998)	दीक्षा स्थल	श्रवणसेलगोला (कर्नाटक)
रुचि	अध्यात्म संगीत, पूजन, विधान		
	भजन, दोहे, मुक्तक आदि रचना	प्रथम आहार	पौष सप्तमी
	नया नया चिंतन	आचार्य पर	27/08/2018
			श्रवणसेलगोला (कर्नाटक)
		संस्कार	आचार्य सुविधीसागर जी द्वारा
		प्रमुख ग्रंथ	एवं आचार्य सर्वमानसागर जी द्वारा
			संविन चौकड पुराण

आर्चिकाश्री श्रेयमतीजी

जन्म नाम	चशवंती
जन्म तारीख	18/09/1971
जन्म स्थान	पाइवा, डुंगरपुर (राज.)
पिता	जोदाचत हीरालालजी जैन
माता	स्व. श्रीमती केशरदेवी जैन
ब्रह्मचर्य व्रत	आ. सन्नितासरजी महाराज
शिक्षा गुरु	आ. चामुपूज्यसागर जी महाराज
शिक्षा स्थान	गांधीनगर (गुजरात)
भाई बहिन	तीन भाई- तीन बहिन

आर्चिकाश्री श्रेयमतीजी

जन्म नाम	गुंजा बहन
जन्म तारीख	08/07/1984
जन्म स्थान	टिकैत नगर (उ.प्र.)
पिता	स्व. राजेशचंद्र जी जैन
माता	श्रीमती मधु जैन
ब्रह्मचर्य व्रत	आ. चामुपूज्यसागरजी महाराज
शिक्षा	भद्रवा, जिला पन्ना (म.प्र.)
शिक्षा दिनांक	19/04/2016
	महावीर जयंती
भाई बहिन	एक भाई - चार बहिन

बा.प्र. नेहल दीदी

जन्म नाम	नेहल
जन्म तारीख	14/06/1973
जन्म स्थान	ईंडर (गुजरात)
पिता	स्व. श्री. चंद्रकांत दोषी
माता	श्रीमती सुसुम जैन दोषी
ब्रह्मचर्य व्रत	02/09/1991
	आ. चामुपूज्यसागर जी महाराज
पंचम प्रतिमा	भद्रवा (म.प्र.) 1995 में
शिक्षा	बी. काम.
भाई बहिन	दो भाई- तीन बहिन

बा.प्र. हरिप्रिया दीदी

जन्म नाम	हरिप्रिया
जन्म तारीख	28/08/1989
जन्म स्थान	पाइवा, जिला-डुंगरपुर (राज.)
पिता	जोदाचत कान्तिरालजी जैन
माता	श्रीमती प्रेमलता जैन
ब्रह्मचर्य व्रत	27/11/2015 (शरद पूर्णिमा)
दो प्रतिमा	क्षयणवेलमोक्ष (बर्नाटक) 2018
	आ. श्रेयसागरजी महाराज से
शिक्षा	एम. ए.
भाई बहिन	दो भाई- एक बहिन

बा.प्र. श्रीधर निधा

जन्म नाम	श्रीधर जैन
जन्म तारीख	20/11/1981
जन्म स्थान	भद्रवा जिला पन्ना (म.प्र.)
पिता	श्रीचंदमी जैन
माता	श्रीमती नेमकुमारी
ब्रह्मचर्य व्रत	27/08/2018 (आजीवन)
शिक्षा	बी.एस.सी.
भाई बहिन	तीन भाई- चार बहिन

आचार्य श्री द्वारा रचित ब्रह्मचर्य अवस्था में

**श्रावक
चालीसा**

शतक विंशति
ऑडियो सी.डी. सुने
समय ३ घंटे

१२० पृष्ठ

५९९ रुपये - जीवत में उपलब्ध

१२ भागों में

समाधि सम्राट

84 लाख मंत्र लेखनकर्ता, अध्यात्मयोगी

बा.ब्र. प.पू. आचार्य 108

श्री वासुपूज्यसागरजी महाराज द्वारा एवं

संघस्थ रचित ग्रंथ

१. आन्तरिक पीड़ा दिग्दर्शन
२. ८४ लाख मंत्र उत्तर गुण विधान
(पद्यानुवाद- आ. चन्द्रमती दक्षमती)
३. गूढ रहस्य चिन्तामणी
४. सुरक्षा चक्र ज्ञानवर्धिनी
प्रश्नोत्तर टीका छहडाला
५. पार्श्वरत्न प्रश्नोत्तरी टीका रयणसार
६. समयसार रहस्य प्रश्नोत्तरी टीका
७. २४ तीर्थंकर निर्वाणभक्ति
रचना- आर्यिका श्रेयमती माताजी
८. भक्ति संगीत भाग १ व २
९. सचित्र चौका पुराण ग्रन्थ
१०. श्रावक चालीसा शतक विंशति
(रचना- बा.ब्र. सुगन्ध भैयाजी
वर्तमान में आचार्य श्रेयसागरजी)
११. श्री सिद्धक्षेत्र मांगीतुंगीजी विधान
(आचार्य श्रेयसागरजी)
१२. आचार्य श्री वासुपूज्यसागर विधान (मुनि चंद्रगुप्तजी)
१३. श्री तीर्थक्षेत्र अन्जनगिरी - पूजन, मुक्तक, भजन, आरती व चालीसा
(चतुर्थ चातुर्मास २०२१ में, रचना- आचार्यश्री श्रेयसागरजी महाराज)
१४. भोजन चालीसा (आचार्य श्रेयसागरजी महाराज)

गोत्र कुल
जाती ना छिपाना
नाम के साथ
जैन लगाना
*
धर्म की रक्षा
करने को,
हरदम आगे
कदम बढाना



भोजन चालीसा प्रारम्भ

(मंगलाचरण)



* दोहा *

नमन करु अरिहंत को - सिद्धन करु प्रणाम
भोजन चालीसा पढ़ूँ मैं - हर सुबह और शाम
खान पान से आकुलित - मन को मिलता आराम
निराकुलता में ही खिलता - स्वर्ग मोक्ष का धाम
मरण समाधि में भोजन , चालीसा आता है काम
श्रेयसागर रचना करे - ले वासुपूज्य का नाम

पद्य को किस लय में पढ़ा जाये यह सबकी अपनी अपनी पराबंद होती है
इस भोजन चालीसा को अनेक लयों में पढ़ सकते हैं
लेकिन यहाँ सभी पाठकों के लिये सामान्य

तर्ज

का चयन किया गया है जो सरलता से सभी पाठक पढ़ सकते हैं ।
(तर्ज- कवि मंगतरायजी कृत बारह भावना की)

कहाँ गये चक्री जिन जीता - भरतखण्ड सारा ।
कहाँ गये वे राम अरु लक्ष्मण - जिन रावण मारा ॥

भोजन चालीसा पढ़ें - खान पान का लेखा जोखा.....

* कण्ठाहार *

खान-पान का लेखा जोखा- नहीं हमारे पास ।
 जितना खाया, जितना पिया- हुआ सभी का नाश ॥१॥
 चारों गतिधों में खूब खाया, भ्रमण किया भव वन में ।
 खाते-खाते जीवन निकला, तृप्त हुआ ना मन में ॥२॥
 माता के उदर में भी, सर्वांग से भोजन पाया ।
 फिर भी ना ये तृप्त हुआ तो, नाभिनाल से खाया ॥३॥
 जन्म समय नादान छोकरा, भूख भूख चिल्लाया ।
 जब से खाते खाते अब तक, तृप्त नहीं हो पाया ॥४॥
 बालपने से खाते खाते- तन जीवन का पाया ।
 जीवन बीता खाते-खाते, अब बुढ़ापा आया ॥५॥
 अब भोजन की नाली रुकी-लार जिह्वा की सूखी ।
 कण्ठ है जकड़ा पेट है अकड़ा, रोग दशा से दुःखी ॥६॥
 प्रातःखाया दोपहर खाया, रातों को ना छोड़ा ।
 अनाविकाल से मानव घोड़ा, खाने को है दौड़ा ॥७॥
 चलते खाया, फिरते खाया-बैठ बैठकर खाया ।
 फिर भी ना ये भूख मिटी, संतोष कभी न पाया ॥८॥
 खट्टा खाया, मीठा खाया - सरस नीरस भी खाया ।
 मिला नहीं मन के अनुकूल तो - तन मन सब अकुलाया ॥९॥
 खान पान का त्याग कर्ह- ये भाव हृदय में आये ।
 त्याग भाव से मरण करे वो- मुक्तिपुरी को जाये ॥१०॥
 ज्ञानामृत का करे जो भोजन- मिले मुक्ति को घाम ।
 हे प्रभु शक्ति मुझ को देना- करता रहुं सुबह शाम ॥११॥
 हलुवा, पूड़ी, घेवर, खाजा-खीर खाण्ड खूब खाया ।
 फिर भी ना मन तृप्त हुआ- संस्कार अनादि पाया ॥१२॥
 तन पिंजरे में शुद्ध माल को - भर भर मैने डाला ।
 शुद्ध माल को कर दुर्गन्धित - तन से बाहर निकाला ॥१३॥
 हे प्रभु अब तो शक्ति भर दो - त्याग भावना जाये ।
 खाने पीने की इच्छायें - मन से मेरे भागे ॥१४॥
 ठखा खाया चिकना खाया - ठण्डा गरम भी खाया ।
 आहार संज्ञा के ही कारण - हर पल दीड लगाया ॥१५॥

भो

ज

न

चा

ली

सा

* कण्ठाहार *

प्रभु की पूजन के समय भी - भोज कथा ना छोड़ी ।
 भोज कथा के कारण - पूजन की मर्यादा तोड़ी ॥३१॥
 मन चंचल वेईमान बडा - इस मन को यज्ञ में कर लूं ।
 ऐसी शक्ति आ जाये बस - पुण्य घड़ा में भर लूं ॥३२॥
 ताजा खाया बासा खाया - सालों पुराना खाया ।
 वे काबू जिह्वा के कारण - मैंने पाप कमाया ॥३३॥
 खाया खाया इतना खाया - तन पे आलस छाया ।
 खाते-खाते इस भोजन ने - पानी पीना भुलाया ॥३४॥
 पिया नहीं पानी भोजन में - तन है अब अकुलाया ।
 जिह्वा की लोलुपता ने - वे सुध बना दी काया ॥३५॥
 ये मौसम का भोजन मैंने - सुखा सुखा के खाया ।
 समय से पहले आहार संज्ञा - करके पाप कमाया ॥३६॥
 भोजन के विकल्पों से - मन आकुलित है होता ।
 सदा विकल्पों में जीता वो - पुण्य है अपना खोता ॥३७॥
 हे प्रभु सर्व विकल्पों से - मुक्ति मुझको मिल जाये ।
 मरण समाधि तेरे दर हो - वही भाव मन आये ॥३८॥
 खान पान से मिले ना मुक्ति - ये आगम की सूक्ति ।
 खान पान में मत लगाओ - अपने मन की युक्ति ॥३९॥
 सरल शुद्ध सात्विक भोजन ही - कहलाता है भुक्ति ।
 इसी शुद्ध भोजन से होती - मोक्ष मार्ग में नियुक्ति ॥४०॥
 खान पान की शक्ति का उपयोग करे सम्यग्दृष्टि ।
 व्यर्थ गवाये उस शक्ति को - वो होता मिथ्यादृष्टि ॥४१॥
 खाने वाला रात दिन - चिंतन खाने का करता ।
 त्याग भावना जमे न उसके - खाते खाते मरता ॥४२॥
 त्याग करे वो सदा त्याग का - चिंतन करता रहता ।
 त्याग से त्याग सदा बढ़ता - वो भोज कथा से डरता ॥४३॥
 ज्यों ज्यों खावे त्यो मन भावे - तृष्णा बढ़ती जाती ।
 खाने पीने की तृष्णा - मन में आकुलता लाती ॥४४॥
 अपना तो खाया सो खाया - औरों का भी खाया ।
 बन करके विवेकहीन - भोजन में की तूने माया ॥४५॥

भो

ज

ठ

चा

ली

सा

* कण्ठाहार *

औरों को अपना बनाये - इस भोजन की महिमा ।
 अपना भी हो गया पराया - की भोजन में सीमा ॥७६॥
 अच्छे-अच्छे तपधारी को - इस भोजन ने गिराया ।
 जिनकी जिह्वा यज्ञ में थी - उन सबको है तिराया ॥७७॥
 काम थोड़े में चल जावे तो - अधिक नहीं तू खाना ।
 खाने के लिये बीमारी का - ना बनाना बहाना ॥७८॥
 अपनी धाली देख जो खाये - स्वाद उसी को आये ।
 औरों की धाली जो देखे - स्वाद है अपना गवाये ॥७९॥
 एक घर योगी खाये - दुबारा भोगी खाये ।
 चलते फिरते बार बार खाये वो रोगी कहाये ॥८०॥
 हिताहित विचार ना कीना - सचित्त भोजन जो खाये ।
 मूलाचार में कहे वटुकर - वो नरकों में जाये ॥८१॥
 पूर्व भोज की याद से जब जब भूख ये मुझको सताये ।
 हे प्रभु शक्ति ऐसी देना - मन उसमें ना जाये ॥८२॥
 खाया पिचा बह जाये - सभी मन में है वे जाने ।
 फिर भी मन इच्छा करता - सुन्दर गरिष्ठ भोज पाने ॥८३॥
 खान पान में अपने भावों - को ना कभी बिगाड़ो ।
 संतोष मंत्र का झाड़ा लेकर - बिगड़े भाव को झाड़ो ॥८४॥
 इवेत बनूला मछली खा के - सरोवर में नहाये ।
 ऐसी मायाचारी भोजन में - मत कर तू भाये ॥८५॥
 बांस लोलुपी बक राजा, भीम के हाथों मारा जाये ।
 ऐसी लोलुपता जीवन में , ना किसी के आये ॥८६॥
 ज्यादा भोजन करता हानि, घिबे ना बीच में पानी ।
 नहीं किया तो करके देखो, कहती है जिनबाणी ॥८७॥
 मोटा ताजा बन जाऊ इस - भाव से भोजन करता ।
 वो इन्सान धर्म ना जाने - खाते खाते मरता ॥८८॥
 दांत गिरे उमर बीती - फिर भी संतोष न पाये ।
 भोजन की लोलुपता ने - ये नकली दांत लगाये ॥८९॥
 बार-बार बिनती प्रभु करता - अपना मुझे बनाओ ।
 छोड़ के भोजन भजन करुं ये, बुद्धि मुझमें लाओ ॥९०॥

भो

ज

न

चा

ली

सा

* कण्ठाहार *

श्वान दृष्टि को छोड़ काक - दृष्टि भोजन में धरना ।

रुखा सूखा जैसा भी हो - बांटके भोजन करना ॥११॥

एक नहीं अनंत बार पुद्गल वर्णगाए भोगी ।

संसार चक्र में खा खा कर में बना हुआ हूँ रोगी ॥१२॥

सोच समझ के कभी ना खाया, बिना सोचे खाया ।

गैस चट्टी क्यों पेट दुखा - ये अब समझ में आया ॥१३॥

मिले नहीं तो फिर क्या होगा - भय है मन में सताये ।

कोठी भर भर संग्रह करके - निष्परिग्रही बताये ॥१४॥

ना जाने कितना खाया - ये गरम गरम उतरता ।

पेट पकड़ के बैठे बाद में, जब तकलीफ वो करता ॥१५॥

गरम गरम उतरता खाकर, आदत अपनी बिगाड़ी ।

साधुचर्या में ये क्रिया, पुण्य में आती आड़ी ॥१६॥

सादा भोजन जो है करता - उसको जाने राम ।

सादा भोजन करने से - तन को मिलता आराम ॥१७॥

होटल बाजारों का भोजन - और रातों में खाये ।

धर्म अहिंसा के अनुयायी - जैनी कैसे कहाये ॥१८॥

खाया पिया बह जाये - क्यों प्रीत अधिक लगाये ।

क्षपक राज भोजन में कब तक - मन अपना ललचाये ॥१९॥

ज्ञानामृत भोजन का चिंतन - मेरे मन में जागे ।

क्षपकराज अब चिंतन करलो - बढ़ जाओगे आगे ॥२०॥

मन भावन पकवानों में - कितने मच्छर मंडराये ।

पकवानों में हिल मिल जाते - फिर भी वो है खाये ॥२०१॥

इस जिव्वा की लोलुपता में - वो कुछ नाही दिखाये ।

घर का भोजन लगे ना अच्छा - बाहर खाने जाये ॥२०२॥

शब्दों में ना अधिक फर्क है - एक भजन दूजा भोजन ।

क्रियाओं में रात दिन का - अन्तर जाने सभी है जन ॥२०३॥

सफर करें जब गाडी में तो - साथ में भोजन रखना ।

घर का भोजन खाना है - बाहर का न तू रखना ॥२०४॥

घर के भोजन से होती - जिन धर्म की जग में ये पहचान ।

बने जहां तक घर और बाहर - रखना है जिन धर्म की ज्ञान ॥२०५॥

भो

ज

ठ

चा

ली

सा

* अनुक्रमणिका *

(१) भोजन चालीसा (शतक विंशति) सविस्तार	१ से १२० तक
(२) भजन	१२१ से १२३ तक
(३) पद्यानुवाद (पंचपरमेष्ठी)	१२४
(४) पद्यानुवाद (३४ अतिशय)	१२५
(५) मुविचार	१२६ से १२७ तक
(६) समाधिमरण भजन	१२८
(७) दोहावली	१२९
(८) समाज का मुखिया कैसा हो ?	१३०
(९) मूल परंपरा को ना भूलें	१३१
(१०) नया जन्म	१३२
(११) समाधिमरण- नारे	१३३
(१२) उत्तम क्या है ?	१३४ से १३७ तक
(१३) किसी ने प्रश्न किया	१३८ से १४१ तक
(१४) मुक्तक	१४२
(१५) सचित्र चौका पुराण ग्रंथ के कुछ बिन्दु	१४३ से १४८ तक
(१६) दुःखद पच्चीसी	१४९ से १५० तक



सविस्तार
भोजन
चालीसा
प्रारम्भ



(कोई लिखा पढी नहीं)

खान-पान का लेखा जोखा- नहीं हमारे पास ।**जितना खाया, जितना पिया- हुआ सभी का नाश ॥**

कदाचित् इंसान के पास कमाने का लेखा जोखा होता है कितना कमाया, कितना पुण्य कार्य में खर्च किया, कितना पाप कार्य में खर्च किया । वस्त्र रखने का वस्त्र पहनने का लेखा जोखा होता है कौन सा वस्त्र किस समय किस पार्टी में जाने पर पहनूंगा आदि-आदि । आभूषण रखने का आभूषण पहनने का लेखा-जोखा होता है, कौन सा आभूषण किस समय किस कार्यक्रम में कितने समय तक पहनकर रखना फिर उसे उतारकर संभालकर कहीं पर रखना आदि सबकुछ लिखा पढी होती है लेकिन

जन्म से लेकर अब तक इस जीव ने कितना खाया, कितना पिया, कितना फेंका, कितना छोड़ा, कितना किसको कब खिलाया, किसके किसके पास जाकर कब कब खाया, कितना घर के अंदर खाया, कितना घर के बाहर खाया इन सब खाये पिये का कोई लेखा-जोखा नहीं है और आज तक जितना भी खाया पिया वो कुछ भी नहीं रहा सब कुछ नाश को प्राप्त हुआ - चिंतन करें ।



(कहाँ-कहाँ पर खाया)

चारों गतियों में खूब खाया, भ्रमण किया भव वन में ।

खाते-खाते जीवन निकला, तृप्त हुआ ना मन में ॥

अनादिकाल से यह जीव चारों गतियों में खाता हुआ आ रहा है, वर्तमान में खा रहा है और भविष्य में खाने की चेष्टा मन में करते हुये इस संसारचक्र में भ्रमण कर रहा है । यह जीव देवगति में गया वहाँ "मानसिकाहार" किया, देवगति में जिस देव की जितने सागर की आयु होती है, उतने हजार वर्ष बाद उस देव को आहार करने की इच्छा होती है । उस समय देव के कण्ठ से अमृत झरता है उसीसे उस देव के आहार की तृप्ती हो जाती है ।

जैसे - सोलहवें स्वर्ग में देवों की आयु २२ सागर की है तो वहाँ पर देवों को २२ हजार वर्ष बाद आहार करने की इच्छा होती है और जितने सागर की आयु होती है उतने ही पक्ष बाद देव श्वासीच्छ्वास क्रिया करते हैं अर्थात् २२ सागर की आयु वाला देव २२ पक्ष अर्थात् ११ महिने बाद श्वास लेता है । यह जीव नरकों में गया वहाँ कर्माहार किया नरकों में इस जीव को कितनी भूख प्यास लगती है पर वहाँ खाने को दाना नहीं पीने को पानी की बूँद नहीं बस जीव नरकों में कर्माहार करते करते भी तृप्त नहीं होता है । यह जीव तिर्यञ्च गति में गया वहाँ कवलाहार किया, मनुष्यगति में गया वहाँ कवलाहार करते करते बहुत खाया पिया । खाते खाते आज तक मन नहीं भरा, आर्यखण्डी मनुष्य, म्लेच्छखण्डी मनुष्य, भोगभूमिया मनुष्य, कुभोगभूमिया मनुष्य, इन सभी प्रकार के मनुष्य की अवस्थाओं में खाया पर खाते खाते इस संसार चक्र में भ्रमण करता हुआ आज तक यह जीव तृप्त नहीं हुआ जितना कुछ खाया सभी नाश को प्राप्त हुआ ।

मनुष्य गति



देव गति



तिर्यञ्च गति



नरक गति



(गर्भ में ही खाना शुरू)

माता के उदर में भी, सर्वांग से भोजन पाया ।**फिर भी ना ये तृप्त हुआ तो, नाभिनाल से खाया ॥**

जीव जब गर्भकाल में आता है तब माता के उदर में ही खाने की प्रक्रिया चालू हो जाती है । गर्भ में जीव की रचना कैसे होती है (पे.२०३) भगवती आराधना ग्रंथ में इसका वर्णन आया है । प्रथम मास में इस जीव की तीन अवस्थायें होती हैं, माता के उदर में वीर्य प्रवेश होने से माता के रज एवं पिता के वीर्य के संयोग से प्रथम १०दिन में जो अवस्था होती है उसे कलल कहेंगे, द्वितीय १० दिन में जो अवस्था होती है उसे कलुष कहेंगे, पुनः तृतीय १० दिन में उस अवस्था में स्थिरता आती है यह प्रथम मास की प्रक्रिया हुई, दूसरे महिने में वीर्य की बुद बुद अवस्था होती है, तृतीय मास में वह बुद बुद अवस्था गट्ट बन जाती है चतुर्थ मास में उस गट्ट अवस्था को मांसपेशी की आकृति प्राप्त होती है, पांचवें महिने में उस मांस पिण्ड के पांच अंकुर फूटते हैं (२पाव, २ हाथ व १ मस्तिष्क) छहवें महिने में आँख, कान, नाक अंगुलियां आदि उपांगों की रचना होती है, सातवें महिने में उन उपांगों पर चर्म, रोम की उत्पत्ति होती है । आठवें महिने में गर्भ में हलन चलन होती है, नवमें महिने में जीवगर्भ से बाहर आता है ।

जैसे लोहे के या पत्थर के गोले पर ऊपर से पानी की बूंद टपकाई जाये, तो वो बूंद चारों ओर फैल जाती है, उसी प्रकार ५ महिने तक यह जीव गर्भ में मांस पिण्ड रूप एक गोला होता है उस गोले के ऊपर माता के द्वारा खाये गये भोजन का जो रस बनता है वह गिरता है यही उस जीव का भोजन है फिर भी तृप्त नहीं होता है तो ५ महिने के बाद नाभिनाल से उस रस रूप भोजन को ग्रहण करता है, फिर भी तृप्त नहीं होता है भूखा का भूखा ही रहता है और जन्म लेता है ।

नारियल खान की इच्छा है तो ऊपर से खोल हटाना पड़ेगा- उसी तरह आत्मा के असली रूप (मोक्ष) को पाना है तो सब तरह से परिग्रह हटाना होगा ।

(भूख भूख चिल्लाया)

**जन्म समय नादान छोकरा, भूख भूख चिल्लाया ।
जब से खाते खाते अब तक, तृप्त नहीं हो पाया ॥**

यह जीव गर्भ अवस्था में खाते खाते तृप्त नहीं हुआ, ऐसी भूखी अवस्था में जन्म लेता है। जन्म लेते ही वो भूख-भूख चिल्लाने लगता है। वो रो-रोकर कहता है, मेरी भूख शांत करो, मेरी भूख शांत करो। उस बालक की पुकार कोई नहीं सुनता है, स्वार्थी संसार तो अपने स्वार्थ के वशीभूत बालक के जन्म होते ही खुशियां मनाता है, हंसता है, नाचता है, उछलता है पर उस बालक के भूख की पुकार कोई समझ नहीं पाता। आखिर माता जब बालक को दूध पिलाती है तब बालक शांत होता है। बचपन में माता का दूध खूब पिया, खूब बोटल का दूध पिया, कुछ बड़ा हुआ माता दूध पिलाते पिलाते थक गई, फिर भी बालक को तृप्ती नहीं हुई। माता ने एक दासी लगा ली, वो बच्चे को दूध पिलाने का कार्य करने लगी। स्वयं ने बच्चे को दूध पिलाना छोड़ दिया, अब सब कार्य दास दासी करने लगे। बच्चे कुछ और बढ़े हुये, बच्चों को नहाना, वस्त्र पहनाना, खाना खिलाना आदि सब कार्य दास दासी के हाथ में सौंप दिये। हम स्वयं प्रमादी बन गये, कुछ भी कार्य अपने हाथों से नहीं करना चाहते। बच्चों में भी संस्कार दास दासी जैसे आ गये। तुमने बच्चे की सेवा स्वयं नहीं की अब बड़ा होने पर बच्चा बुढ़ापे में आपके लिये मौकर चाकर लगा देगा। कहावत है - **दूध का बचला सीज को**। कोशिश करनी चाहिये अपना बुढ़ापा सुखद बनाने के लिये प्रमाद छोड़कर बच्चों की देखभाल स्वयं माता पिता करें। अपने हाथ का भोजन स्वयं करें एवं बच्चों को करवायें। जन्म लेने के बाद इस बालक ने सभी के हाथ का स्वाचा पिया जिसने जैसा दिया वैसा स्वाचा पर खाते खाते अब भी तृप्त नहीं हुआ। आगे खाने के लिये क्रमशः अवस्थाओं को धारण करता है।

**जैसे पाषाण में जल प्रवेश नहीं करता है
उसी प्रकार सद्गुरुओं के उपदेश कठोर
पुरुष के हृदय में प्रवेश नहीं करता ।**

(तीनों अवस्थाओं में खाया)

बालपने से खाते खाते- तन यौवन का पाया ।**यौवन बीता खाते-खाते, अब बुढ़ापा आया ॥**

यह जीव गर्भकाल में खाते-खाते तृप्त नहीं हुआ तो खाने के लिये जन्म लिया । जन्म लेकर बचपन में भी खाते-खाते तृप्त नहीं हुआ । अब खाते-खाते यौवन अवस्था में प्रवेश किया । यौवन अवस्था में भी मन चाहा खूब खाया पिया फिर भी तृप्त नहीं हुआ । कभी त्याग का भाव मन में नहीं लाया जहाँ से जैसा मिला वैसा खाया । खाते ही खाते अब बुढ़ापा आ गया, समझो मरने का वक्त ही आ गया, पर खाते खाते तृप्त नहीं हुआ । बुढ़ापे में भी खाने के प्रति ऐसी आशक्ति है कि किसी के निमंत्रण को अस्विकार नहीं करेगा, चला नहीं जा रहा है, पैर कांप रहे हैं, फिर भी भोजन के काम पर दूर-दूर तक भोजन करने चला जायेगा ।

जब दीपक में धृत नहीं डाला जाता है तो वह अपने आप अन्धकारमय होने लगता है उसी प्रकार धर्म कार्य बंद कर दिया तो अपने आप पाप कार्य में प्रवृत्ति बड़ेगी ।

बालपना



यौवन



बुढ़ापा



(कण्ठ अकड़ा पेट जकड़ा)

**अब भोजन की नाली रुकी-लार जिह्वा की सूखी ।
कण्ठ है जकड़ा पेट है अकड़ा, रोग दशा से दुःखी ॥**

बुढ़ापे में भोजन करते करते स्वयं ने कभी त्याग की इच्छा नहीं की, तो अब कुदरती भोजन का त्याग करना पड़ेगा । कण्ठ जकड़ गया, पेट अकड़ गया, लालसापूर्वक भोजन मुश्किल में रहता लेकिन भोजन चबाने के बाद जिस नली से भोजन उदर में जाता है, वो नली अब काम नहीं कर रही, फिर भी त्याग का भाव नहीं बना । भोजन करने की आकांक्षा बनी रही । समय गुजरता गया । समय कहता है भाई कब तक तू खायेगा, समय के अनुसार कुछ चीजों का तो त्याग कर दे । अब तो तेरी जिह्वा की लार भी सूखने लगी है । लार नहीं बनने का मतलब अब तेरे मरण का समय अत्यंत निकट आ गया है, हे भाई भोजन की नली रुक गई फिर भी मोह के वशीभूत तेरे इस भव के अपने परिवार के सदस्य तुझे जिह्वा देखना चाहते हैं, इस कारण से किसी अन्य उपाय से भोजन को तेरे पेट में पहुंचाने की कोशिश करते हैं । भोजन पेट में पहुंच भी जाता है, लेकिन अब बुढ़ापे में आंते सूख गई, पेट अकड़ गया । पेट में भोजन को ग्रहण करने की शक्ति समाप्त हो चुकी है अर्थात् अब रोग दशा अधिक फैल चुकी है । मानव के शरीर में ५ करोड़ ६८ लाख ९९ हजार ५८४ रोग पाये जाते हैं । एक अंगुल में ९६ रोग होते हैं । अब तो कुछ भोजन के त्याग की और अपना मन बनाले । कुछ चीजों को रखकर शेष सभी खाने की चीजों का त्याग करता हूँ एक मानस बनाले.... जिह्वा का लोलुपी ऐसा मन नहीं बनाता है भोजन पेट में नहीं जा रहा है फिर भी खाने का भाव बनाता ही रहता है यह भाव इस लोलुपी के मरते दम तक बना रहता है.... थिक्कार है ।

रोगदशा से दुःखी



भोजन की आकांक्षा



(कब कब खाया)

**प्रातःखाया दोपहर खाया, रातों को ना छोड़ा ।
अनादिकाल से मानव घोड़ा, खाने को है दौड़ा ॥**

कदाचित् सामान्य घोड़ा तो समय से खानपान करता है लेकिन इस मानव रुपी घोड़े के खान-पान का कोई समय नहीं है । अरे अंतरंग में मरते दम तक खाने की आकांक्षा बनी हुई है । उस खाने की आकांक्षा में भी कोई समय सीमा नहीं, कोई टाइम टेबिल नहीं । प्रातःकाल उठा, आंखें भी ठीक से नहीं खुल पाई, उठते ही बेह टी मंगवा रहा है । स्नान मंदिर की बात तो दूर रही मुंह भी नहीं धोया । जगर चाय नाश्ता आने में थोड़ी सी देर कर दी तो फिर देखो ये मानव घोड़ा कैसा तहलका मचाता है, किस प्रकार बिना बैण्ड के नाचने लगता है । पत्नि पर चिल्लाता है, माँ पर चिल्लाता है, बच्चों पर चिल्लाता है । यह मानव घोड़ा क्रोध करके एक थोड़ी सी देर के लिये मन को शान्त नहीं कर सका । पूरे घर का वातावरण बिगाड़ दिया । ऐसी दयनीय स्थिती को धिक्कार है । यह मानव घोड़ा उठते ही बिस्तर में खाना-पिना चालू कर देता है । दिन भर सुबह, दिन में, शाम को, रात में जब तक बिस्तर के अंदर नहीं घुसता है तब तक इस मानव घोड़े की खाने की यह प्रक्रिया चालू ही रहती है । यहाँ तक कि सोने से पहले भी मुख में कुल खाने की इष्ट चीज को दबाकर सोता है । सोये सोये उसका रस लेता रहता है । खाने के लिये यत्र तत्र दौड़ लगाता रहता है । जहाँ मिला वहाँ खाया फिर भी यह मानव घोड़ा खाते-खाते तृप्त नहीं हुआ, अनादिकाल से खाने को दौड़ रहा है, उसकी यह दौड़ अब भी पूरी नहीं हुई.....

प्रातःकाल

दोपहर

रात्रि



(कैसे कैसे खाया)

चलते खाया, फिरते खाया-बैठ बैठकर खाया ।**फिर भी ना ये भूख मिटी, संतोष कभी न पाया ॥**

इस जीव ने खाने पीने के समय का तो ध्यान नहीं दिया यहाँ तक कि खाने पीने के आसन का भी ध्यान नहीं दिया । भोजन लोलुपी इंसान जब तक उसके पैरों में शक्ति है तब तक चलते फिरते, उठते बैठते, गाघते गाते, हर आसन में भोजन कर लेता है । अरे खाने पीने का ऐसा लोलुपी इंसान तो पशु के समान है । चलते फिरते चाहे जब जिस किसी अवस्था में खा लिया, कदाचित् कभी कभी तो पशु भी एक स्थान पर खड़े होकर या बैठकर भोजन कर लेता है, लेकिन इस जिच्वा लोलुपी मानव घोड़े की तृप्ती एक स्थान पर बैठकर भोजन करने से नहीं होती ।

बफर सिस्टम तो बहुत अच्छा लगता है, बफर खाति बफैलो (भैंस) तो अपना ही झूठा खाती है क्योंकि जब भैंस चारा खाती है तब खाते खाते उसके मुख से कुछ नीचे गिर जाता है, फिर वो खाती है । इस प्रकार भैंस या अन्य पशु तो अपना ही झूठा खाते हैं लेकिन चलते फिरते खाने वाले मानव घोड़े तो दूसरों का झूठा भी खा लेते हैं । पैरों में जूते डाले चलते फिरते उसी हाथ से खा रहे हैं, उसी झूठे हाथ से भोजन सामग्री निकालकर स्वयं ले रहे हैं और औरों को बेते रहते हैं । ऐसा झूठा इंसान अयोग्य भोजन खाते खाते भी यह तृप्त नहीं हुआ । भूख नहीं मिटी खाने के नाम पर असंतोषी ही बना रहा.....

कौरवों की भावना थी - मेरा सो मेरा और तेरा भी मेरा

पाण्डवों की भावना थी - तेरा सो तेरा और मेरा सो मेरा

राम की भावना थी - तेरा सो तेरा पर मेरा भी तेरा

महावीर की भावना थी - न तेरा है न मेरा है, जीवन रैन बसेरा है ।

चलते फिरते भोजन

बैठकर
भोजन

(कैसा कैसा स्वाद लेकर खाया)

खट्टा खाया, मिठा खाया - सरस निरस भी खाया ।**मिला नहीं मन के अनुकूल तो - तन मन सब अकुलाया ॥**

भोजन की इस प्रक्रिया में कभी इस जीव ने खट्टा खाया, कभी मिठा खाया, कभी कड़वा खाया, कभी कषायला खाया और कभी चरपरा खाया । हर समय घट्टरस मिश्रित भोजन किया । कभी कभी धर्म दिल में बैठ गया तो स्वेच्छा से या किसी के कहने से या देखा देखी व्रत को ग्रहण कर लिया तब व्रत विधि से निरस भोजन को भी खाया, मन नहीं माना तो नमक का त्याग करके जवखार खा लिया, इरी छोड़ कर खूब सूखे मेवे खाये, काजू किशमिश, बादाम, अखरोट, पिस्ता निरस तो किया था मन को वश में करने के लिये पर यह डेढ़ इंच की जिप्सा वश में नहीं हुई । एक छोड़ा उसके बदले अनेक चालू कर दिये जैसे बहुत से लोग एक समय का अनाज का त्याग करते हैं और इसके बदले में अनेक चीजें फल मेवा दूध बरफी रबड़ी आदि खा पीकर दूसरे समय की रोटी की पूर्ति कर ली और एकाशन का एकाशन भी हो गया । उनकी दृष्टि से ये वास्तविक एकाशन नहीं है । ये तो चलते फिरते जाने वाली के लिये दू आसन या अनेकासन कहलायेगा ।

जब कभी भोजन मन के अनुकूल नहीं मिला तो तन-मन वषन सब में आकुलता छा जाती है । कभी कभी तो यह आकुलता अंतरंग में ही रह जाती है और कभी कभी तो यह आकुलता चेहरे पर भी झलकने लगती है । भोजन की आकुलता जब चेहरे पर झलकने लगती है तब सामने वाले को भी अपनी भोजन शुद्धता, भोजन लोलुपता का पता लग जाता है । आकुलता करके जीव की पूर्ति करताई, जमकर खाया पिया फिर भी तृप्ती नहीं हुई भूखे ही भूखे रहे क्योंकि अगले दिन फिर वो ही स्थिती बनी रही ऐसी आकुलता को विषकार है... संतोषवृत्ती की इच्छा रखें... प्रभु से प्रार्थना करें ।

खट्टा	मीठा	सरस	नौरस
			

(प्रभु से प्रार्थना)

खान पान का त्याग करुं- ये भाव हृदय में आये ।**त्याग भाव से मरण करे वो- मुक्तिपुरी को जाये ॥**

हे प्रभो! मेरे अंतरंग में वो भाव भर दो जिससे खान पान में विरक्ति आ जाये । खान पान का त्याग करू क्योंकि मुझे समाधिपूर्वक मरण करने की प्रबल इच्छा है । इस जगत में शरण तो बहुत है लेकिन अंतिम शरण तो समाधिमरण ही है और आज तक किसी ने खाते पीते समाधिमरण नहीं किया खाते खाते जो मरण को प्राप्त हुये हैं वे जगले जन्म में पुनः खाने की तैयारी के साथ मरते हैं । उनका यह समाधिमरण नहीं कहलाता है । उनका संसार भ्रमण अभी बहुत बाकी है और जो त्याग भाव से मरण करते हैं वो ही समाधिमरण कहलाता है । उन्हीं का समाधिपूर्वक मरण होता है । वे ही जीव मुक्ति लक्ष्मी के अधिपति होते हैं और शेष भोजन के लोलुपी तो संसार में लौकिक लक्ष्मी के पति होते हैं । न जाने खाने की लीलुपता के कारण चारों ही गतियों में कितनों का पति बना, पति बन रहा हूँ एवं भविष्य में बनने की चेष्टा कर रहा हूँ । हे प्रभु ! अज्ञानता के कारण लौकिक लक्ष्मी का पति बन गया सो बन गया अब तो मुझमें ऐसा ज्ञान भर दो, खान पान का त्याग करुं और मुक्ति रुपी लक्ष्मी का पति बन जाऊँ ।

नदी जब पहाड़ से निकलती है तब उसका रूप छोटा होता है पर जब धीरे-धीरे आगे बढ़ती है तो एक विशाल समुद्र का रूप धारण कर लेती है । अगर छोटे छिद्र को ही बंद कर दिया जाये तब समुद्र होने का तो प्रश्न ही नहीं उठता- उसी प्रकार बच्चा छोटी-छोटी गलतियाँ करता है तो उसे नहीं रोकते हैं तो एक दिन वो महान डाकू बन जायेगा, फिर उसे लाईन पर लाना कठिन हो जाता है इसलिये बचपन में ही बच्चों की गलतियाँ सुधारने का प्रयत्न करना चाहिये, नहीं सुधरा तो माँ-बाप पाप के भागीदार पहले बनेंगे बच्चे बाद में ।

(ज्ञानामृत भोजन)

ज्ञानामृत का करे जो भोजन- मिले मुक्ति को धाम ।**हे प्रभु शक्ति मुझ को देना- करता रहूं सुबह शाम ॥**

हे प्रभु । मुझ मोक्ष अभिलाषी को मोक्ष की प्राप्ति ये पुद्गल पिण्ड रूप भोजन करते करते कभी नहीं हो सकती । हाँ यह पुद्गल पिण्ड रूप भोजन मोक्ष प्राप्ति में सहायक अवश्य है क्योंकि बड़े-बड़े तपस्वियों ने भी आहार ग्रहण किया था उस आहार ग्रहण से जो शक्ति प्राप्त हुई उसी से धीरे धीरे तप किया और मोक्ष गये लेकिन आहार करते करते नहीं गये क्रमशः उस मोक्ष प्राप्ति से सहायक आहार का त्याग कर ज्ञानामृत रूप भोजन को ग्रहण करके मुक्ति धाम को पधारे । क्योंकि पहले ही बता चुके हैं कि पुद्गल पिण्ड रूप भोजन से मुक्ति नहीं है वो तो मुक्ति नगल में सहायक है । मुक्ति तो ज्ञानामृत रूप भोजन से ही होती है क्योंकि बिना केवलज्ञान के आज तक न किसीकी मुक्ति हुई है, न होगी । शरीर को बढाने वाला भोजन तो करते करते मन भर जाता है, लेकिन ज्ञानामृत रूप भोजन जितना किया जाये उतना अच्छा लगता है । शारीरिक भोजन तो पेट में खलबली पैदा करता है लेकिन जिसने सच्चे दिल से निरवार्थ भाव से ज्ञानामृत भोजन किया है उसका मन निर्मल व शांत होता है लेकिन जिसने स्वार्थ भावना से आगम विरुद्ध खोटी परंपरा की भावना लेकर ज्ञान विषरूप भोजन किया है उस इंसान के मन में यह ज्ञान विषरूप भोजन खलबली मचायेगा, मन को अशांत कर देगा वो खोटा ज्ञान विषरूप भोजन संतों को बांट देगा, समाज को बांट देगा, धर्म को हानि पहुंचायेगा । वास्तव में ऐसे स्वार्थ भावना भरे ज्ञान विष रूप भोजन को ज्ञानामृत नहीं कह सकते हैं वो तो ज्ञान विष ही है । निरवार्थ भाव से किया गया ज्ञानामृत रूप भोजन केवल ज्ञान की प्राप्ति कराकर मोक्ष दिलवायेगा, अतः हे प्रभु मुझ में ऐसी शक्ति भर दो जिससे कि मैं सच्चा ज्ञानामृत भोजन सुबह, शाम, रात दिन हर वक्त करके मोक्ष प्राप्त कर सकूँ, यही मेरी उत्कृष्ट अभिलाषा है।

**लक्ष्मी चलायमान है, जीवन जीवन चलायमान है
इस चल और अचल संसार में एक मात्र धर्म ही
निश्चल है अतः धर्म को धारण करना चाहिये ।**

(अब तक क्या क्या खाया)

**हलुवा, पूड़ी, घेवर, खाजा-खीर खाण्ड खूब खाया ।
फिर भी ना मन तृप्त हुआ- संस्कार अनादि पाया ॥**

खाने की इस प्रक्रिया में इस जीव ने अपने जीवन काल के बीते दिनों में मनचाहा भोजन किया- बारीक आटे का हलुवा, मोटे आटे का हलुवा, कम शक्कर का फिका हलुवा, अधिक मीठा हलुवा, कम घी वाला हलुवा, कडाही में तैरते हुये घी वाला हलुवा, सादा हलुवा, काजू, बादाम, किशमिशयुक्त हलुवा, बेसन का, गेहूं का, मूंग की दाल के आटे का, बिना आटे का अकेले बादाम का हलुवा अनेक तरह का हलुवा खाया, अनेक तरह की पूड़ी खाई, घेवर खाया, खाजा खाया, खीर केशर युक्त अनेक तरह के मीठे व नमकीन पदार्थ खाये । इतने अनलिमिटेड पदार्थ खाये फिर भी आज तक यह मन खाते खाते तृप्त नहीं हुआ । अरे पेट भर मिठाई खा लेने के बाद भी किसी ने पूछा कि रसगुल्ले तो चल जायेंगे तब जिव्हा लोलुपी खाने का लोलुपी कहेगा अरे लाओ, चलेगा नहीं दौड़ेगा । ऐसे लोलुपी खाते खाते तृप्त ही नहीं होते, वे सोचते हैं - नरकों में मिला नहीं, देवों में था नहीं, तिर्यञ्चों में दिया नहीं, अब मनुष्य पर्याय में मिला है तो क्यों छोड़ू न जाने फिर ये पर्याय मिलेगी या नहीं मिलेगी, ऐसे पकवान मिलेंगे कि नहीं मिलेंगे ।

यावत् जीवेत् सुखं जिवेत्-ऋणं कृत्वा पृतं पिबेत्

भस्मी भूतस्य देहस्य-पुनरायमनमं कुत :

मिथ्यात्वी भोजन लोलुपी कहता है जब तक जीना है सुख से जियो । पास में खाने को नहीं है तो ऋण लेकर खूब धृत युक्त भोजन करो । यह शरीर चला जायेगा तो क्या पता फिर मिलेगा या नहीं । भविष्य किसने देखा, वर्तमान में खाओ पिओ मौज करो, ऐसी धारणा वाला भोजन लोलुपी कितना भी खा पी ले लेकिन मरते दम तक तृप्त नहीं होता । यहाँ खाने पीने का संस्कार अनादिकाल का है और अभी संसार भ्रमण भी बहुत बाकी है, इसी कारण से उसकी सोच भी वैसी ही हो जाती है । रावण को नरक में जाना था इसलिये उसकी सोच भी वैसी ही हो गई, किसी की बात समझ में नहीं आई, बुद्धि भ्रमित हो गई, सही मार्ग उसकी समझ में नहीं आया, आता भी कैसे क्योंकि कहावत है - **विनाश काले विपरीत बुद्धि ।**

(दुनिया की सबसे खराब फैक्टरी)

तन पिंजरे में शुद्ध माल को - भर भर मैंने डाला ।

शुद्ध माल को कर दुर्गन्धित - तन से बाहर निकाला ॥

हाड़, मांस, मल मूत्र भरे हुये इस तन पिंजरे में मैंने शुद्ध सात्विक सुगन्धित भोजनरूपी माल डाला परंतु इस अपवित्र शरीर की संगति से शुद्ध माल भी अशुद्ध अपवित्र होकर इस तन के मल द्वार से बाहर निकलता है । प्रायः कर सामान्य वस्तुयें बनाने वाली फैक्ट्रीयों में अशुद्ध व कच्चे माल को बहुत सी जगहों से फैक्ट्री में डाला जाता है । वह फैक्ट्री चारों ओर अशुद्ध माल को ग्रहण करके उस माल को सुगन्धित व उपयोगी बनाकर एक द्वार से बाहर निकालती है लेकिन यह मानव तन रूपी फैक्ट्री बड़ी अजीबोगरीब है । यह फैक्ट्री शुद्ध व सुगन्धित माल को एक दरवाजे से ग्रहण करती है और उस माल को अशुद्ध व दुर्गन्धित करके १-१ दरवाजों से बाहर निकालती है । जिन नौ दरवाजों से माल को बाहर निकालती है उसे नव मल द्वार कहते हैं । वे इस प्रकार हैं । (२ आंख, २ नाक के छिद्र, २ कान, १ गुदा, १ मूत्रेन्द्रिय व १ मुख)

नव द्वार बहे गिनकारी अस देह करे किमी यारी ॥

इन नौ दरवाजों से प्रतिसमय घुणायुक्त पदार्थ बहते रहते हैं । हे भाई ऐसी देह से क्यों प्रीति करता है । पूर्वाचार्यों ने पहले ही बता दिया है कि ये इस तन की स्वाभाविक प्रक्रिया है । जो कि माल को बिनाड कर निकालता है । मंगतरायजी कृत बारह भावनाओं में अशुचि भावना में हम पढ़ते भी हैं -

केशर चंदन, पुष्प सुगन्धित, वस्तु देख सारी ।

देह परस ते होय अपावन, निशदिन मल जारी ॥

कैसी भी सुगन्धित वस्तु हो केवल इस तन के स्पर्श मात्र से अपवित्र हो जाती है । रुमाल जब तक पेटी में बंद है तब तक उसे धोने की आवश्यकता नहीं पड़ती लेकिन जैसे ही एक या दो बार इस तन के संपर्क में आ गया तो उस रुमाल को धोने की आवश्यकता पड़ जायेगी । हे भाई ७ धातु (रस, रुधिर, मांस, मेद, हाड़, मज्जा और शुक्र) ७ उपधातु (वात, पित्त, कफ, शिरा, रनायु, चाम और जठाराग्नि) से भरे इस तन को पुष्ट करने की चेष्टा मत कर, आत्मा को पुष्ट व मजबूत करने की चेष्टा कर क्योंकि इस अपवित्र तन को कितना भी खिला पिला दिया जाये पर यह कभी तृप्त नहीं होता है ।

(प्रार्थना प्रभुवर से)

हे प्रभु अब तो शक्ति भर दो - त्याग भावना जागे ।**खाने पीने की इच्छायें - मन से मेरे भागे ॥**

हे प्रभु मेरी प्रार्थना स्वीकार करो । बार-बार मेरे मन में खाने-पीने की खोटी इच्छायें जागृत होती हैं, उन इच्छाओं से मुझे छुटकारा मिल जाये ऐसी शक्ति मेरे अंदर भर दो । ये खाने-पीने की इच्छायें कुछ तो पूर्व भव से साथ में चली आती हैं क्योंकि पूर्व पर्याय में जो भी पर्याय रही हो वहां खाते खाते मरा वो पूर्व पर्याय का खाने का संस्कार छूटा नहीं इसलिये बार-बार खाने को मन भागता है । खाने-पीने की इच्छायें वर्तमान में जो भोजन पहले कर चुके हैं उस भोजन की याद आने से मन में ये इच्छा जागृत हो जाती है कि वो उस दिन जो भोजन बना था वो फिर से मिल जाये तो अच्छा होगा ऐसी खोटी भावना मन में बार-बार आती रहती, इच्छा होती रहती है । चलते-फिरते भी ये परिणाम अंतरंग में आते रहते हैं । कदाचित् मेरी इच्छा के अनुकूल भोजन मिल भी गया तो भी यह तृप्त नहीं होता । कुछ समय पश्चात् पुनः खाने की इच्छा जैसी की तैसी अपना पाव पसार देनी । अतः हे प्रभुवर मुझे शक्ति प्रदान करे क्योंकि खोटी इच्छाओं की मेटने की शक्ति देने वाले आप ही सबसे बड़े प्रदाता हैं ऐसी सामर्थ्य और किसी के अंदर नहीं है क्योंकि इच्छायें अजर व अमर हैं, इच्छायें जब छूटती हैं, जब आदमी मर जाता है, इसी बात का मुझे डर है कि कहीं मेरी इच्छायें भी मरते दम तक मेरे पीछे न लगी रहे । यदि इच्छायें मेरे पीछे पड़ गईं तो रामझ लो मेरा अंत समय बिगड़ गया और अंत समय आने से पहले ही केवल एक समाधिमरण की इच्छा छोड़कर सभी इच्छायें समाप्त हो जायें तो मेरा डर मिट जायेगा, मेरा अंत सुधर जायेगा । हे प्रभु आप ही ज्ञाता हैं, आप ही दाता हैं, आप ही शक्ति प्रदाता हैं । मेरे अन्तरंग में बैठे हुये डर को भगाने की आप में ही सामर्थ्य है, बस मुझे यही डर है कि ये खाने पीने की इच्छायें अंत समय तक मेरे पीछे न पड़ीं रहे प्रभुवर आपसे प्रार्थना है कि मेरी खान पान की इच्छायें अंत समय आने से पहले ही भाग जायें । हे प्रभुवर आपके द्वारा प्रदान की गई शक्ति एक ही है उस शक्ति का संबंध शुभ मन के साथ हो जाये तो जीव अपने कल्याण का मार्ग प्रशस्त कर लेता है उसी शक्ति का संबंध अशुभ मन के साथ हो गया तो जीव अकल्याण की ओर गमन कर देता है । हे प्रभु मेरी शक्ति का संबंध शुभ मन के साथ हो, यही भावना भाता हूं ।

(भोजन में स्पर्श के भाव)

रुखा खाया चिकना खाया - ठण्डा गरम भी खाया ।**आहार संज्ञा के ही कारण - हर पल दौड लगाया ॥**

संज्ञायें चार होती हैं आहार संज्ञा, भय संज्ञा, मैथुन संज्ञा व परिग्रह संज्ञा । ये संज्ञायें चारों गतियों के जीवों में पाई जाती है । ये पाप रूप ही है । इस आहार संज्ञा के कारण कभी रुखा-सूखा खाने का मन हो गया वो खा भी लिया । कभी चिकना खाने का मन हुआ खा भी लिया । कभी ठण्डा, कभी गरम खाने का मन किया, खा भी लिया । जहाँ पर मिलता है वहीं पर दौड़ लगाता है कोई स्थान नहीं छोड़ा । किस जगह का पेठा प्रसिद्ध है, किस जगह की मिठाई प्रसिद्ध है किस जगह की जलेबी प्रसिद्ध है, किस जगह की नमकीन प्रसिद्ध है, जो सामग्री जहां पर मिलती है, वहां तक दौड़ लगाता है । घर के निकट मंदिर के दर्शन को समय नहीं निकालता लेकिन कितना भी दूर क्यों ना जाना पड़े इस भोजन सामग्री को पाने के लिये समय निकालकर जाता है और लेकर आता है । और मन भर खाता है फिर भी भूखा का भूखा रहा संतुष्टी तृप्ती नहीं हुई । वर्तमान में देखा जाये तो रविवार के दिन इंसान के ऊपर विशेष आहार संज्ञा सवार हो जाती है छह दिन पहले उसकी भूमिका बन जाती है । आने वाले संडे को बच्चों को लेकर अमुक होटल में जायेगे, वहां पर जाकर खूब माल मिष्ठान खा कर छुट्टी का दिन पूरा करेंगे, यही तो पाप क्रिया है, यही तो इंसान को नरक, निर्गोद का रास्ता बताने वाली क्रिया है । अरे किसी ने तुम्हें आकर कहा चलो भाई आज रविवार है मंदिरजी में गुरुजी का प्रवचन है, चलो आज मंदिर में विधान पूजा का आयोजन है, हम नहीं जाते टाल मटोल कर देते हैं क्योंकि हमारी आहार संज्ञा इतनी प्रबल है कि उस आहार संज्ञा के कारण धार्मिक कार्यक्रमों की ओर हमारा ध्यान नहीं जाता जब माता पिता ही पाप कार्य में अपनी प्रवृत्ति बढ़ा रहे हैं तब फिर बच्चों की बात ही क्या करें, माता पिता तो बच्चों के रक्षक हैं । स्वयं रक्षा कवच ही कमजोर है तो फिर इन बच्चों की वास्तविक मार्ग कौन बतायेगा, गुरु के निकट बच्चों को ले जाने से घबराते हैं बच्चों की बात तो दूर रही स्वयं भी जाने से घबराते हैं । कहीं गुरुवर ने कोई खाने-पीने की अभक्ष्य चीज छुड़वा दी तो इसी भय से न जाते हैं और न बच्चों को ले जाते हैं । यहाँ आहार संज्ञा व भय संज्ञा दोनों अपना अपना प्रभाव दिखा रही है ।

(भोजन में रंग)

लाल पिला गोरा काला - भोजन रंगों में पाया ।

कुछ भी ना छोड़ा मैंने - सब बारी बारी से खाया ॥

रंग विरंगा भोजन करना चक्षु इंद्रिय का विषय है चक्षु इंद्रिय के वशीभूत होकर इस जीव ने अनेक रंगों का भोजन किया । जो अच्छा दिखा उसी को खाया कुछ भी नहीं छोड़ा । अगर एक ही जलेबी चार रंगों से बनी है, एक ही मिठाई ५ रंगों में बनी है यह चक्षु इंद्रिय का दास किसी भी जलेबी व मिठाई को नहीं छोड़ेगा । बारी-बारी से सबको खायेगा । अगर नहीं खाता है तो मन में लालसा बनी रहेगी । अरे लाल पीली मिठाई तो खा ली परंतु हरे रंग की नहीं खाई न जाने वो कैसी बनी होगी । अरे सफेद मलाईयुक्त दूध तो पी लिया लेकिन पीले रंग का केशरयुक्त दूध नहीं पिया न जाने वो कितना स्वादिष्ट होना । यह लालसा मन में बनी रहती है, अतः ऐसी लालसा से छुटकारा पाने के लिये यह लोलुपी बफर में या किसी पार्टी में जाता है । वहां अनेक रंगों की १०० चीजें बनी होगी बारी बारी से सबको खायेगा । एक को भी नहीं छोड़ेगा फिर भी तृप्त नहीं होता है । छाया के समान यह खाने की लालसा पीछे लगी रहती है । खाने पीने के संबंध में इस जिद्धा लोलुपी इंसान की हालत उस भंवरे के समान है जो एक फूल का रस पूर्ण रूप से चूस नहीं पाता कि दूसरे फूल पर जाकर बैठ जाता है, दूसरे फूल का रस पूर्ण रूप से चूस नहीं पाता कि तीसरे फूल पर जाकर बैठ जाता है । आचार्य भगवत कहते हैं हे भव्य प्राणियों । इस धरातल पर आये हो तो भंवरा, कीट पतंगा बनकर मत जियो, इंसान बनकर जियो और भोजन के मार्ग में संतुष्टी धारण करो, क्योंकि सब कुछ भोजन ही नहीं है कुछ भजन भी है । भजन रूप भोजन करो, हसी में सार है ।



(अयोग्य भी खाया)

खाने योग्य को खाया - ना था योग्य उसे भी खाया ।**ज्ञान बिना खा-खा करके, संसार चक्र में भ्रमाया ॥**

अज्ञानता के वशीभूत इस मानव ने भेदभाव रहित सबकुछ खाया । ये विचार नहीं किया कि मेरी जन्म, कुल, जाति परंपरा के अनुसार क्या मेरे खाने योग्य है, क्या अयोग्य है कुछ भी विचार किये बिना खाने योग्य तो खाया ही पर जो अभक्ष्य था अयोग्य था उसे भी खाया । मनुष्य पर्याय की हर अवस्था में भोजन किया । आर्यखण्डी मनुष्य बना, म्लेच्छखण्डी मनुष्य बना, भोगभूमिया बना, कुभोगभूमिया बना हर अवस्था में पशुओं के समान तुले भोजन किया । उच्च कुलिन होकर अज्ञानता से नीच कुलियों का भोजन किया । ज्ञान प्राप्त करने की कोशिश नहीं की, ज्ञान प्राप्त न करने का एक कारण यह भी है कि अगर जानकारी प्राप्त कर लेंगे तो वो खानपान छूट जायेगा इस भय से वो जानकारी लेना ही नहीं चाहता । जैसे चाँके का दूध कहां से आया, किसने निकाला, कब निकाला, चाँके में कितने बजे पहुंचा आदि की जानकारी प्राप्त किये बिना ही अभक्ष्य दूध को भी अमृत मानकर ग्रहण कर लेते हैं अगर जानकारी प्राप्त करेंगे तो दूध से वंचित रहना पड़ेगा उसी प्रकार भोजन के संबंध में भक्ष्य अभक्ष्य की जानकारी प्राप्त करेंगे तो मनचाहे भोजन से वंचित रहना पड़ेगा इस भय से जित्हा लोलुपी अनजान बने रहते हैं जिनाभिषेक एवं चाँके के लिये दूध को किस विधि से निकलवाये या स्वयं निकाले इसकी संपूर्ण विधि मेरे द्वारा ब्रम्हचारी सुगन्ध भैया की अवस्था में लिखे गये **सचित्र चाँका पुराण ग्रन्थ** पे.नं. १७ व १८ पर देखकर जानकारी प्राप्त कर लेनी चाहिये । बिना पानी मिला, दूध ४८ मिनट के पहले किस प्रकार घर में आता है । किसी भी जानवर गाय, भैंस, बकरी का दूध हो दूध निकालने के ४८ मिनट पहले उसे गरम कर लेना चाहिये नहीं तो ४८ मिनट बाद उस दूध में उसी जाति के जीव पैदा हो जायेंगे । जैसे भैंस का दूध है तो भैंस की जाति के अतः वैसा दूध अभक्ष्य कहलाता है ऐसा दूध न जिनाभिषेक में लें न आहार में दे ।

हलवाई ने मिठाई रसगुल्ले कब कैसे बनाये अगर इसकी जानकारी लेंगे तो मिठाई व रसगुल्ले त्यागने पड़ेंगे । इस भय से लोलुपी इंसान जैसा भी भक्ष्य अभक्ष्य आता है सब कुछ पेट में डाल देता है डालने के बाद भी तृप्त नहीं हुआ । ज्ञान के बिना खा-खा करके इस संसार चक्रव्यूह में भ्रमण कर रहा है ।

(किसी काल में खाना नहीं छोडा)

उत्सर्पिणी अवसर्पिणी - कालों में भी खाया ।

भूत भविष्यत वर्तमान - तीनों कालों में खाया ॥

जिस काल में जीवों की आयु, ऊंचाई, शक्ति भोगोपभोग की सामग्री सुख सुविधायें बढती जाये उसे उत्सर्पिणी काल कहते हैं और जिस काल में ये सब घटता जाये उसे अवसर्पिणी काल कहते हैं । १० कोड़ाकोड़ी सागर का एक उत्सर्पिणी काल होता है एवं १० कोड़ाकोड़ी सागर का एक अवसर्पिणी काल होता है । दोनों को मिला देने पर २० कोड़ाकोड़ी सागर का एक कल्प काल कहलाता है । काल कोई भी हो लेकिन जीव को खाने पीने में संतुष्टी स्वयं की करनी होती है । इसमें काल का कोई रोल नहीं है । ऐसा नहीं है कि उत्सर्पिणी काल अच्छा है वहां जीव को खाने पीने में तृप्ती अपने आप हो जाती है और अवसर्पिणी काल अच्छा नहीं है तो जीव को खाने पीने की तृप्ती अपने आप नहीं होती, बहुत मेहनत करनी पडती है । ऐसा कुछ नहीं है अगर ऐसा होता तो उत्सर्पिणी काल में सिद्ध होते अवसर्पिणी काल में सिद्ध नहीं होते, क्योंकि सिद्ध बनने से पहले खानपान सब का त्याग करके सिद्ध बने हैं और ये सिद्ध दोनों कालों में बने हैं । १२ प्रकार के सिद्ध होते हैं । क्षेत्र सिद्ध, काल सिद्ध, गति सिद्ध, लिंग सिद्ध, तीर्थ सिद्ध, चरित्र सिद्ध, प्रत्येक बुद्ध बोधित सिद्ध, ज्ञान सिद्ध, अवगाहन सिद्ध, अन्तर सिद्ध, संख्या सिद्ध और अल्पबहुत्व सिद्ध ।

दूसरे नंबर में काल सिद्ध आया है अर्थात् कोई खान पान का त्याग करके संयम धारण कर उत्सर्पिणी काल से सिद्ध हुये कोई खान पान का त्याग कर अवसर्पिणी काल से सिद्ध हुये अर्थात् दोनों कालों में खान पान के त्याग का पुरुषार्थ स्वयं के आश्रित है । भूतकाल में भी खाया, वर्तमान काल में खा रहा है और भविष्यकाल की आश लगाये बैठा है कि कल क्या खाऊंगा इस जीवन में पल का भरोसा नहीं है और हम कल की आश लगाये बैठे हैं ये सब कुछ करवाने के पीछे ३२ पहरेदारों के बीच रहने वाली जिष्ठा चपलेन्द्रिय का काम है । आज का भोजन समाप्त नहीं हुआ और कल परसों नरसों यहां तक कि अगले सण्डे, अगले महिने क्या भोजन बनेगा इसका मेनु तैयार कर सभी कालों में यह जीव खाते आ रहा है, फिर भी तृप्ती के नाम पर जीरो है ।

(भोजन में अनेक प्रकार)

पतला मोटा साबूत पीसा - मन माना में खाया ।**जीते जी तन का ये गद्दा - कभी नहीं भर पाया ॥**

...अरे रे.....ऐसी क्या सब्जी बनाई है, इसमें तो ख़ड़ा मसाला डालते जैसे साबूत धनिया, दालचीनी, कालीमिर्च, बिना पिसी खड़ी लाल मिर्च आदि गरम मसाले डालो फिर देखो कैसा स्वाद आताअगर इसमें राई पीसकर डाली होती तो देखो, थोड़ा छमकारा लगा दिया होता तो क्या टेस्ट आता । खाने का लोलुपी आदि अधर्म भरी बातें करते करते दिन भर भोजन कथा में ही व्यतीत कर देता है, ऐसा तामसी भोजन करने से प्रमाद जागृत होता है पढ़ने में मन नहीं लगता, पढ़ने बैठे तो नींद आने लगती है क्योंकि ऐसा मनमाना भोजन बनवाने में मनमाना भूख से अधिक खा लेता है फिर दिन भर बेचेनी से निकालता है । कभी पतला खाया, कभी मोटा खाया, पतली नमकीन, मोटी नमकीन, गाठीया नमकीन, पपड़ी नमकीन, चौकोर मिठाई, षट्कोण मिठाई, मोटी मिठाई, पतली मिठाई, जालीदार मिठाई, पतला हलुवा, मोटे आटे का हलुवा, बेसन का, गेहूं का, बिना आटे का बादाम घी का हलुवा, पतली खीर, मोटी खीर, सैवेरिया की खीर, पतली रबड़ी, गाढ़ी रबड़ी, गोल पराठा, लच्छेदार पराठा, त्रिकोण पराठा, लंबे चावल, छोट चावल, पतले चावल, मोटे चावल, गोल बाटी, त्रिकोण बाटी, सेकी बाटी, तली बाटी, गोल दाल ढोकली, बेली हुई चौरस ढोकली आदि आदि अनेक आकारों में मैंने भोजन किया । ऐसा मनचाहा भोजन करने पर थोड़ी देर के लिये मन तृप्त हो जाता है पर जैसे ही एक दो बार मल मूत्र क्षेपण करके आ गये पेट का गद्दा खाली होने लगा फिर से खाने की आकांक्षा जागने लगी । कहने का तात्पर्य है कि इंसान के जीतेजी तन का यह गद्दा कभी नहीं भर पाता आकांक्षा सदा बनी रहती है । समझदार समझ लें ऐसा मनचाहा भोजन धर्म कार्य की आवश्यक क्रियाओं में अड़चन पैदा करता है क्योंकि सर्वोपयोगिश्लोक संब्रह्मन्ध में पढ़ने वाले विद्यार्थी को नहीं करने योग्य कार्य इस प्रकार से बताये हैं । क्रोध, काम, लोभ, स्वादिष्ट भोजन, शरीर शृंगार, कौतुक क्रीड़ा, हंसी मजाक, अतिनिद्रा व अति सेवा ये कार्य नहीं करें ।

गरीबों को घृणा से देखें तो वह धर्म नहीं अधर्म है ।

(प्रभु से प्रार्थना)

**अरज करु प्रभु जी तुमसे- मेरे मन दृढता भरना ।
खान पान की रही न इच्छा- मरण समाधि करना ॥**

हे प्रभु। मैं आप से बार बार विनती करता हूँ क्योंकि आप ही भवसागर से नैय्या तिराने वाले है आप ही खेवटिया है। मेरे इस चंचल मन में ऐसी दृढता भर दो ताकि खान पान की इच्छा ही न रहे। जब खान पान की इच्छाओं में कमी आयेगी तब ही समाधिमरण की भावना कर मैं समाधिपूर्वक मरण कर सकूँ क्योंकि समाधिमरण की साधना ही संतों के लिये रत्नत्रय रुपी गहना है। इस रत्नत्रय रुपी गहने को जो धारण कर लेता है वह जीव समाधिपूर्वक मरण करता है, पुनः संसार में लौटकर नहीं आता है।

शिक्षा, दीक्षा, मरण समाधि यही इस मानव भव का सार है। मरण समाधि जो जीव करता है उसे प्रभु का अवतार प्राप्त होता है। मरण समाधि को मूर्ख लोग तन का कष्ट समझते हैं पर यह तन का कष्ट नहीं है। विद्वान बुद्धिमान जन इसे तन की साधना समझते हैं। समाधिमरण को तन की साधना समझकर प्रीतिपूर्वक समाधिमरण को ग्रहण करते हैं। समाधिमरण को जिसने कष्ट माना वो स्वयं भटक जायेगा औरों को भटका देगा। समाधिमरण की ओर अपना कदम कभी बढ़ायेगा ही नहीं और खान पान के त्याग की वो कभी इच्छा नहीं करेगा। खाते खाते ही मरण को प्राप्त हो जायेगा।

हे प्रभु। मेरे अंतरंग में ऐसी दुर्बुद्धि न आये कि खाते-खाते मरना पड़े। मैं यही आपसे प्रार्थना करता हूँ, यही याचना करता हूँ कि मुझमें सद्बुद्धि आ जाये और खाने पीने की इच्छाओं को छोड़कर समाधिपूर्वक मरण करूँ।

अंतिम शरण



समाधि मरण

(भोजन का गुण कब गाया)

अटपटा और चटपटा - चटकारा लेकर खाया ।**भोजन पहुंचा मल गड्ढे में - फिर उसका गुण गाया ॥**

इस जीव ने जिह्वा के अनुसार मसालेदार, जाचकेदार चटपटा भोजन चटकारा ले लेकर खाया, मन ही मन मुक्कराकर खाया, दूसरों को दिखा दिखाकर खाया, ऐसे सुंदर सुस्वादिष्ट भोजन की प्रशंसा जिह्वा की लार से स्पर्श होने के बाद ही करता है । भोजन मल गड्ढे में पहुंच जाता है तभी उस भोजन की प्रशंसा करता है पहले नहीं करता जैसे कीचड़ में कमल प्रशंसा प्राप्त करता है वैसे ही मल गड्ढे रुपी कीचड़ में भोजन प्रशंसा को प्राप्त होता है ।

ये अनादिकालीन प्रक्रिया है इस प्रक्रिया को करते हुये भी भोजन की आकांक्षा नहीं छूटी न तृप्त हुआ । इस भोजन के गुण मन में गाये, घर में गाये, घर के बाहर जाकर घर मित्रों के सामने गाये, जो हमेशा सुंदर बना नहीं रह सकता तन गड्ढे में पहुंचते ही मल के रूप में परिवर्तित हो जाता है, ऐसे भोजन के तू जितने गुण गाता है उतने गुण यदि प्रभु के गाले तो कल्याण हो जाये पर इस जिह्वा लीलुपी की दृष्टि ऐसी होती नहीं है वो सोचता है भगवान के गुण गाने से भगवान भोजन तो देते नहीं । भोजन व भोजन बनाने वाले के गुण गाने से भोजन बनाने वाला प्रशंसा पाने की इच्छा से पुनः सुस्वादिष्ट भोजन बनाकर देगा ।

.....अंतरंग की गहराई में उतरकर चिंतन किया जाये तो तुझे भोजन की प्राप्ति तो भगवान की भक्ति से हो रही है । जो भगवान मुक्ति दे सकता है वो भुक्ति (भोजन) क्यों नहीं दे सकता है । अवश्य भोजन तो प्रभु की भक्ति से ही मिलता है । भोजन बनाने वाले भोजन खिलाने वाले आदि सब तो उस भोजन को आप तक पहुंचाने में निमित्त मात्र हैं ।

कोई गर्व करे और कहे कि मेरी औषधि से यह जीव बच गया, मेरे मंत्र से यह जीव बच गया यह गर्व करना व्यर्थ है क्योंकि जीव का आयु कर्म शेष हो तो औषधि यंत्र मंत्र काम करेंगे और आयु कर्म पूरा होने वाला हो तो यंत्र मंत्र औषधि कुछ भी काम नहीं करेंगे, वास्तव में जीव अपने आयु कर्म से जीता है औषधि, यंत्र, मंत्र आदि तो निमित्त मात्र हैं उसी प्रकार भोजन तो भगवान की भक्ति से ही प्राप्त होता है, भोजन बनाने वाले, भोजन खिलाने वाले ये सभी तो निमित्त मात्र हैं ।

(भोजन में संतोषवृत्ति)

मोक्ष मार्ग में लगने से - पहले घर तृप्ति करना ।**मोक्ष मार्ग में लग गये - संतोष वृत्ति अब धरना ॥**

मोक्षमार्ग कोई साधारण मार्ग नहीं है रत्नत्रय से सुशोभित एक महान व उत्कृष्ट मार्ग है इस मार्ग को वे ही खिरले पुरुष अपना सकते हैं जिन्होंने पूर्व भव में कुछ पुण्य कर्म किया हो । बिना पुण्य के इस मोक्ष मार्ग में चाहते हुये भी नहीं लग सकते । हे बंधु । तेरे कुछ पुण्य के उदय से अगर मन में घर परिवार छोड़कर वैराग्य के भाव जाग्रत हो रहे हो तो सर्वप्रथम घर में ही रहकर खाने पीने की तृप्ति कर लेना फिर वैराग्य में कदम बढ़ाना, खाने पीने के लिये वैराग्य मत धारण करना । अगर घर में पूर्ण खाने पीने की तृप्ति नहीं की घर में खाने पीने में संतोषवृत्ति धारण नहीं की और त्याग के मार्ग में कदम बढ़ा दिया त्यागी व्रती बन गया तो वो ही खाने पीने की लालसा इस त्यागी व्रती अवस्था में भी बनी रहेगी । ऐसी स्थिती में वह त्यागी व्रती इस भोजन लालसा के कारण अनादर का पात्र भी बन सकता है और त्यागी व्रती बनने के बाद भी खाने पीने की लोलुपता कम नहीं की उसी लोलुपता को साथ में लेकर दीक्षा धारण कर ली तो दीक्षा के बाद भी खाने की लोलुपता पीछा नहीं छोड़ेगी साथ में लगी रहेगी । आहार के लिये जायेगे वहां अपनी अंजुली अपनी थाली नहीं दिखेगी दूसरे की थाली व दूसरे की अंजुली दिखेगी कि वो क्या खा रहा है उनको दिया मुझे क्यों नहीं दिया । उस वक्त अपनी अंजुली के भोजन का स्वाद भी नहीं आयेगा । ऐसी स्थिती में श्रावक भी साधु को साधु की दृष्टि से नहीं देखेगा । सुस्वादु की दृष्टि से देखेगा अतः उत्तम मोक्षमार्ग की लाज रखने के लिये सर्वप्रथम घर में ही भोजन लोलुपता के त्याग का अभ्यास करे अगर घर में नहीं कर सके तो त्यागी व्रती बनने के बाद करें अगर त्यागी व्रती बनने के बाद भी नहीं कर सके तो दीक्षा लेने के बाद तो कम से कम इस भोजन लोलुपता के त्याग का अभ्यास करो भोजन में संतोष वृत्ति धरो यही भोजन की संतोषवृत्ति समाधिमरण में सहायक होगी अन्यथा खाते ही खाते मरण को प्राप्त हो जाओगे ।

अन्यायपूर्वक अर्जित किया धन घर में लाया गया तो वह पूर्व में संचित धन को लेकर नष्ट हो जायेगा ।

(भोजन में खींचा तानी)

खानपान की खींचातानी - से भ्रैय्या तू डरना ।**धर्महानि संक्लेश अति हो - ऐसा काम नहीं करना ॥**

जिस भोजन को बनाने से पहले ही उस भोजन के कारण तू-तू मैं-मैं हो जाती है उसी भोजन को खींचातानी का भोजन कहेंगे । बुद्धिजीवियों को ऐसा भोजन दूर से ही छोड़ देना चाहिये क्योंकि ऐसा भोजन करने से परिणामों में भी खींचातानी के संक्लेश के परिणाम बनते रहते हैं । चाहे खींचातानी के कुछ भी कारण रहे ही भोजन बनाने का कारण रहा हो, उस भोजन के लिये कच्ची सामग्री लाने में धन खर्च करने का कारण रहा हो, वह भोजन किस के लिये बनाया जाये । हमारे महाराज के लिये बनाया जाये या तुम्हारे महाराज के लिये । छोटे साधुओं के लिये बनाया जाये या बड़े साधुओं के लिये । इन अनेक कारणों से जिस भोजन में खींचातानी हो जाये... हे भाई ऐसे भोजन से हर समय भयभीत रहना डरकर रहना क्योंकि ऐसी खींचातानी युक्त भोजन संक्लेश परिणामों के कारण पवित्र जिन धर्म को हानि पहुंचाता है । धर्म की हंसी होगी क्योंकि जिस धर्म में भोजन के प्रति त्याग भावना जगाने के लिये कहा है उसी धर्म के अनुयायी उसी भोजन के कारण लड़ भिड़ रहे हैं । जो भोजन चंद्र मिण्टों में माटी उतरकर माटी बन जाता है अर्थात् कण्ठ रूपी माटी को पार करते ही पेट में जाकर मल बन जाता है । जरा सोचो... हम इंसान हैं इन्सानियत से भोजन पान के आदर से भोजन करने पर आदर के पात्र बनेंगे । अनादरपूर्वक खींचातानी युक्त भोजन तो भजन में भी अनादर व खींचातानी करवा देता है । भजन अर्थात् मंदिर में प्रभुवर की पूजन में भी खींचातानी करवा देता है क्योंकि कहावत है **जैसा खाये अन्न वैसा हो मन** जैसा खींचातानी युक्त भोजन किया परिणामों में भी खींचातानी होनी लगी तभी तो आजकल मंदिरों में धर्म के नाम पर लड़ाई झगड़े, पंथवाद, संतवाद आदि सब कुछ फैला हुआ है । परिणाम संभालो धर्म संभलेगा, धर्म संभलेगा हम संभल जायेंगे । हम संभलेंगे हमारा मरण संभलेगा अतः हे प्रभु । मैं खाने पीने से संबंधित ऐसा कोई काम न करूं जिससे कि धर्म की हानि हो, संक्लेश परिणाम हो.....

धर्म कराया नहीं, स्वेच्छा से किया जाता है ।

(भोजनामृत)

प्रेम भाव से मिले जो पानी - वो अमृत कहलाता ।**बिना प्रेम का दिया दूध भी - विष कोटी में आता ॥**

प्रेमभाव से मिला भोजन उत्तम व गुणकारी होता है बिना प्रेम से मिला भोजन हीन व दुर्गुणकारी होता है । प्रेम से मिला भोजन प्रेम पैदा करता है अप्रेम से मिला भोजन द्वेष पैदा करता है ।

एक महात्मा को दो व्यक्तियों ने भोजन का निमंत्रण दिया । भोजन के मीनू में एक स्थान पर घट्टरस मिश्रित पकवानों सहित अनेक प्रकार की भोजन सामग्री बनी थी दूसरे स्थान पर सादी दाल रोटी भात बना था । लेकिन घट्टरस मिश्रित भोजन वाले प्रथम व्यक्ति ने महात्मा को निमंत्रण तो दिया लेकिन वो स्वयं महात्मा को बुलाने नहीं गया नौकर चाकरों को भेज दिया । फिर भी महात्मा भोजन करने के लिये चले गये । जब महात्मा घर पहुंचे तब उस प्रथम व्यक्ति ने उन महात्मा की किसी प्रकार से आवभगत नहीं की । वह तो कुर्सी पर बैठकर चाय पीते हुये न्यूज पेपर पढ़ने में मस्त है । नौकरों ने घट्टरस मिश्रित भोजन थाल सजा दिया । साधु महात्मा के पास थाल लाया गया अगर ऐसी स्थिति में वह भोजन महात्मा कर लेते हैं तो यही भोजन उन महात्मा के लिये विष के समान कहलायेगा क्योंकि इस भोजन में अहंकार का मिर्च मसाला व अप्रेम की चासनी पड़ी है और दूसरा व्यक्ति स्वयं महात्मा को निमंत्रण देने गया और स्वयं भोजन के लिये बुलाने गया । महात्मा जब घर पहुंचे तब उस व्यक्ति ने महात्मा को हाथ पैर धोने के लिये पानी स्वयं अपने हाथ से लाकर दिया और महात्मा के भोजन की थाली जिसमें केवल दाल रोटी सब्जी स्वयं अपने हाथ से लेकर आया । महात्मा को स्वयं जिमाता है । यही भोजन महात्मा के लिये अमृत के समान कहलायेगा । इसलिये विद्वानों ने कहा है कि भोजन में पकवान नहीं प्रेम बरसना चाहिये । प्रेम से मिला हुआ सखा-सुखा भोजन ही अमृततुल्य समझकर करना चाहिये । भोजन में दिया गया वात्सल्य दूर दूर तक नाम रोशन करता है और भोजन में अवात्सल्य से दिया गया पूछी पकवान भी नाम डुबाता है, अतः नाम कमाने वाला कार्य करें नाम गंवाने वाला नहीं ।

धर्महीन मानव पशु के समान कहलाता है ।

(आहार संज्ञा से आकुलता)

आहार संज्ञा के कारण - जब आकुलता छा जाती ।**नमक रोटी खाने वालों की - याद करो दिन राती ॥**

चारों ही नतियों में आहार संज्ञा मौजूद है इसी आहार संज्ञा के कारण कभी कभी जीव को खाने पीने की चीज मन के अनुकूल नहीं मिलती है तो उसके तन, मन, वचन सब में आकुलता छा जाती है । मन के विपरीत चीज सर्वप्रथम थाली में आते ही मन बिगड़ जाता है, फिर तन में विकृति आ जाती है अर्थात् मुंह चेहरा बिगड़ जाता है फिर वचन में विकृति आ जाती है अर्थात् मन के विपरीत भोजन थाली में आते ही मन को नहीं संभाल पाये तो वचन से बोल देना ऐसा कैसा बनाया है, पत्थर खाना बनाया है आदि आदि ऐसे वैसे अपशब्दों से भोजन बनाने वाले पर बरस पड़ेगा ।

ऐसे समय में भोजन करने वाले लोलुपी को उन लोगों की याद करनी चाहिये जो केवल नमक रोटी खाकर दिन भर नेहनत मजदूरी करके जीवन जीते हैं । वे हैं स्वाले लोग, खेत में काम करने वाले मजदूर ये लोग भी तो इंसान हैं । प्रातःकाल घर से निकलते समय अपने साथ रोटी नमक की गठरी बांधकर साथ में ले लेते हैं । दिन भर मजदूरी करते हैं और खाने में वो ही रोटी के साथ नमक खा कर ठण्डा पानी पीकर अपना गुजर बसर करते हैं । नमक रोटी पानी के अलावा खाने में चौथी चीज कुछ भी नहीं होती है फिर भी वे संतोषवृत्ति से भोजन कर लेते हैं और इससे विपरीत यहां पर ४० चीज थाली में होने पर भी अपने पद की गरिमा का रखवाल किये बगैर भोजन बनाने वालों पर गुरसा करते हैं आंख दिखाते हैं ऐसा नहीं बनाया वैसा नहीं बनाया । इसमें ये नहीं डाला, इसके साथ ये चीज डालकर बनता तो अच्छा लगता, अब टेस्ट नहीं आयेगा आदि आदि मन में ऐसे छोटे विचार करते हैं ऐसे छोटे विचार किये बगैर मन को प्रसन्न रखते हुये ये सोचकर मन को संतुष्ट रखना चाहिये कि उन स्वालों व मजदूरों से तो हमारा भोजन लाख गुना अच्छा है । उन बेचारों के पास तो पूड़ी पकवान, दूध, मलाई, काजू किशमिश, फल नमकीन आदि कुछ भी नहीं है फिर भी वे संतुष्ट हैं और दूसरी ओर देखो सब्जी में अगर हल्दी डालना भूल गये तो हम तहलका मचा देंगे । धिक्कार है ऐसी लोलुपता को... एक बार नहीं बार-बार चिंतन करना चाहिये, इसी चिंतन से अपने परिणामों को भोजन के प्रति आसक्ति से विरक्ति की ओर ले जाना चाहिये ।

(प्रार्थना प्रभु से)

हे प्रभु शक्ति मुझमें भरना - रसना वश में कर लूं ।**रसना विजेता बन करके - संतोष वृत्ति में धर लूं ॥**

हे प्रभु । मैंने बहुत खा लिया, बहुत पी लिया, बहुत बर्बाद कर दिया । अब तो मुझमें ऐसी शक्ति भर दो कि मैं ये दो इंच की जिह्वा जिसको की हम रसानेन्द्रिय कहते हैं हर प्रकार के रस का स्वाद लेने में माहिर है । इसे वश में कर लूं क्योंकि इसी जिह्वा के कारण घर में कलह विवाद आपसी फूट बंटवारा आदि हो जाते हैं क्योंकि सभी इंद्रियों का एक एक कार्य है । स्पर्शन का स्पर्श, घ्राण का सूंघना, चक्षु का देखना, कर्ण का सुनना लेकिन ये दो नंबर पर जो रसना इन्द्रिय है उसके दो काम है स्वाद भी लेती है और बोलने में भी सहायक है । अगर अच्छा मीठा बोला तो यह परायों को भी अपना बना लेती है और कड़वा बोल गई तो अपनों को पराया बना देती है ।

जिस प्रकार इष्टोपदेश ग्रन्थ में पूज्यपाद स्वामी ने २० नंबर के श्लोक में बताया -

इतश्चिन्ता मणिर्दिव्य, इतःपिण्याक खण्डकम् ।**ध्यानेन चेदुभे लभ्ये, क्वाद्वियन्तां विवेकिन ॥२०॥**

इसी ध्यान से दिव्य चिन्तामणी रत्न प्राप्त होता है और इसी ध्यान से खली के टुकड़े मिल सकते हैं । जब एक ही ध्यान द्वारा दोनों मिल सकते हैं तब विवेकीजनों को चाहिये कि वे चिन्तामणी रत्न देने वाले शुभ ध्यान में आदर बुद्धि करें । इसी प्रकार यही जिह्वा अमृत बरसाती है और यही जिह्वा सिर में जूते लगवाती है ।

जिह्वा ऐसी बाबरी कह गई स्वर्ग पाताल ।**आपे तो कह भितर गई, जूते खाये कपाल ॥**

जिह्वा उलटा सीधा बोलकर चली जाती है और जूते सिर पर पड़ते हैं ।

सोच समझकर बोल ए प्राणी अपनी प्यारी वाणी ।**इसी वाणी से अमृत बरसे, ना पूछे कोई पाणी ॥**

इसी वाणी के बोलने से अमृत बरसता है और इसी वाणी को सुनकर तुम्हें कोई पानी के लिये भी नहीं पूछता है इसलिये सोच समझकर बोलो । मूर्ख मत बनो, ज्ञानी बनो क्योंकि ज्ञानी सोचकर बोलता है और मूर्ख बोलकर सोचता है ...बस प्रभु मेरी अभिलाषा पूर्ण कर दो...मैं इस रसना इन्द्रिय पर विजय प्राप्त कर संतोषवृत्ति को धारण कर लूं ।

(पेट हुआ बेहाल)

जिब्हा की लोलुपता ने - इस तन का किया न ख्याल ।**खाते तो खा लिया बाद में - पेट हुआ बेहाल ॥**

भोजन की इस प्रक्रिया में इंसान को थोड़ा अपने पराये का भी ध्यान रखना चाहिये । खाने वाला माल दूसरे का है पर पेट तो अपना है । इस जिब्हा की लोलुपता के कारण हमने अपने पेट का भी ख्याल नहीं किया कि मेरे को क्या चीज फायदा करती है क्या नुकसान करती है कितनी मात्रा में खाने से वह फायदा करेगी, कितनी मात्रा में खाने से वह नुकसान करेगी । औषधि एक ही है उस औषधि को लेने के लिये जो मात्रा बताई है उसी मात्रा में औषधि ली तो फायदा करेगी बीमारी दूर करेगी और वही औषधि अगर अधिक मात्रा में खा ली तो शरीर को नुकसान करेगी । बीमारी बढ़ायेगी । बाढ़ल प्रमाण से पानी बरसायेंगे तो किसानों के लिये, आम जगता के लिये सभी के लिये फायदेमंद होगा और वही बाढ़ल अधिक मात्रा में पानी बरसायेंगे तो सबके लिये आफत आ जायेगी । फसलें डूब जायेगी, बाढ़ आ जायेगी, घरों में पानी भर जायेगा, रास्ते बंद हो जायेंगे आदि विपत्तियां आ जायेंगी । इसी प्रकार इस सूत्र को जरा अपने पेट पर घटा कर देखो , प्रमाण से अधिक खाते गये , खाते गये, खाते गये, बहुत अच्छा लगता गया, लगता गया, लगता गया, पर बाद में बैचेनी बढ़ी तो दुःख पाया । उस वक्त मन में ये भाव आयेगा अरे अधिक नहीं खाया होता तो अच्छा होता । ये बुद्धि बाद में आई यही बुद्धि यदि पहले आ जाती तो इस बैचेनी के कारण हॉस्पिटल नहीं जाना पड़ता । बंधुओं **कम खाना व कम खाना ये औषधि है । अधिक खाना व गुस्सा करना ये विष है ।** जिब्हा की लोलुपता के कारण अधिक खाने की आदत धीरे-धीरे कम करना चाहिये । अपना माल है तो कम खाया, दूसरों का है तो अधिक खाया ऐसा छल कपट भी मत करना अन्यथा यह छल कपट स्वयं के लिये घातक है क्योंकि अपना माल कम खाया भूखे रहे शक्ति से अधिक भूखे रहने पर भी बीमारी बढ़ेगी । बैचेनी है शरीर में पचाने की शक्ति से भी अधिक खा लिया तो बीमारियों से बैचेनी बढ़ेगी । अतः अपना माल, पराया माल यह भेद न करके किसी का भी माल हो आवश्यकतानुसार भोजन करो तो पेट का बेहाल नहीं होगा ।

पेट पकड़ के बैठे लाला - मन करे वो काला ।**लोलुपता से बढ़ी बैचेनी - अधिक भोजन क्यों डाला ॥**

(निस्सार भोजन)

सार थोड़ा निस्सार अधिक - ऐसा भोजन भी खाया ।

मिला नहीं वो आसपास तो - दूर से मैं मंगवाया ॥

औषधि को छोड़कर.....

जिस भोजन को तैयार करने में अधिक समय लगे, खाने में कम समय लगे, जिस भोजन को करने से पेट में बैचेनी बढे, अधिक देर तक खाते रहने पर भी पेट नहीं भरे, आस पास नहीं मिला तो बहुत दूर से मंगवाया । जितने की खाने की सामग्री नहीं उससे १-१० गुना खर्च दूर से सामग्री के आने में लग जाये, एक किलो चीज में से १०० ग्राम या २५० ग्राम खाने योग्य बचे शेष फेंकने में जाये, इस तरह की सारी भोजन सामग्री निस्सार ही मानी जायेगी ।

आधे एक घंटे में तैयार किये गये भोजन से भी पेट भर जाता है, उसी पेट को भरने के लिये १-६ घंटे से आहार तैयार कर रहे हैं । यहाँ तक कि कुछ कुछ चीजे ऐसी होती है जिनको बनाने की तैयारी दो दिन पहले से ही चलने लगती है । इस प्रकार से तैयार किया गया सारा भोजन निस्सार ही है । दाता की योग्यता से अधिक कीमती सामग्री मंगवायी वो भी निस्सार भोजन ही है । बिना मन से बनाया हुआ आहार बिना मन से आहार के लिये लाई हुई सामग्री, प्रेशर देकर (अर्थात् ऐसा बनाना ही पड़ेगा) तैयार करवाया हुआ आहार सब निस्सार की श्रेणी में ही आयेगा । शुगर मरीज के लिये मिठाई, नैस के रोगी को दूध, आवश्यकता से अधिक भारी भरकम शरीर वालों के लिये दूध रोटी, कफ खांसी वालों के लिये घी ये सारे आहार निस्सार ही है । चबाते रहे चबाते रहे भोजन में समय भी अधिक लग रहा है और पेट भी नहीं भर रहा है, ऐसा आहार भी निस्सार ही है । कम समय में, कम खर्च से, कम मेहनत से बनाया गया आहार सारभूत कहलाता है । ऐसे सारभूत भोजन को छोड़ पूर्वोक्त बताये गये निस्सार भोजन को खाते खाते अनादिकाल बिता दिया फिर भी यह तृप्त नहीं हुआ अतः तन मन वचन की संतुष्टि के लिये सारयुक्त भोजन लें ।

* कानों की शोभा शास्त्रों के सुनने से होती है, कुण्डल पहनने से नहीं ।

* हाथों की शोभा दान देने से होती है, कंगन पहनने से नहीं ।

* दयाशील पुरुषों का शरीर परोपकार से शोभित होता है, चंदन लेपन से नहीं ।

(सपनों में खाया)

भोजन की लोलुपता ने - ये पठन पाठन छुड़वाया ।**पूर्वयोजना में दिन बीता - सपनों में खूब खाया ॥**

सोने का समय होता है, उठने का समय होता है, स्नान, पूजा पाठ, अध्ययन, खाने-पीने का, कमाने का हर चीज का समय होता है । जो कार्य जिस समय का है उसी समय किया जाये तो सोने पे सुहागा होता है । एक कार्य का समय दूसरे कार्य में लगा दिया तो दूसरा कार्य तो छूट जायेगा सो ठीक नहीं है । वर्तमान में इस भोजन की लोलुपता ने इतना अधिक आक्रमण कर के रखा है, असंतुष्टि कर रखी है । समय पर भोजन पूर्ण हो जाने के बाद भी इसी खाने की चर्चा में दिन गंवा देता है । इस जिव्हा लोलुपता के कारण कभी कभी भोजन बनाने का ऐसा कठिन मैनु तैयार कर लिया जाता है कि उस भोजन को बनाने की सामग्री को जुटाने में दो तीन दिन पहले ही उसकी तैयारी चालू हो जाती है । उसकी तैयारी करने में पूजन पाठ छोड़ दिया, स्वाध्याय पठन पाठ सब कुछ छूट गया क्योंकि भोजन तो बनेगा जब बनेगा लेकिन उस भोजन की पूर्व योजना बड़ी लंबी चौड़ी है । पूर्व योजना ने सारा समय खा लिया अरे भोजन बनेगा तभी खायेगा लेकिन इस पूर्व योजना के कारण व्यक्ति रात के सपने में भी उसे खा लेता है । जरा सोचो विचार करो ऐसा भोजन कितना दोषयुक्त है ऐसे सबोष भोजन से ममत्व का त्याग करना चाहिये और निर्दोष भोजन ग्रहण करना चाहिये । पूजन पाठ, स्वाध्याय, पठन-पाठन आदि दैनिक आवश्यकताओं का पालन करते हुये जो भोजन तैयार किया जाये, वही भोजन निर्दोष है । अरे पूर्व योजना तैयार करनी है तो पुण्य कार्य की योजना तैयार कर, पाप कार्य की नहीं । साधुओं के आहार विहार की, पर्व के दिनों में विधान पूजा आदि की, दान दुःस्त्रियों की सहायता करने की, वृद्ध माता-पिता की सेवा करने की, सच्चे जिनागम से भटकते हुये जीवों को पुनः धर्म के मार्ग में लगाना, मंदिरों के जीर्णोद्धार करने की आदि और भी अनेक पुण्य योजनाओं का पूर्व मैनु तैयार करना चाहिये । यही पुण्य योजनायें जीव के काम आने वाली है । भोजन की पूर्व योजना तो यहीं पर रह जाने वाली है, अतः किस योजना को छोड़ना किस योजना को पकड़ना यह सद्बुद्धि मेरे अंतरंग में जागृत हो जाये, यही प्रार्थना प्रभुवर से करता हूँ ।

(कितना खाया)

कभी गले के ऊपर खाया - कभी गले के नीचे ।**रात दिन भोजन की खेती - मूर्ख प्राणी सिंचे ॥**

कभी-कभी भोजन करने में इतना आनंद आता है कि इंसान खाता ही जाता है क्योंकि उसने जैसा चाहा वैसा भोजन बना मन के अनुकूल भोजन बना तो फिर वो छोड़ता नहीं है । खाते खाते गले के ऊपर तक खा लेता है इकार लेने की जगह भी नहीं छोड़ता बड़ी मुश्किल से इकार लेता है । उस इकार के साथ जब अन्न कण गले की गाटी पार कर मुख में आ जाता है तब बड़ी ग्लानि आती है । उस वक्त सोचता है अरे एक रोटी, एक परांठा कम खाया होता तो अच्छा होता और गले के ऊपर तक खा लेने से दिन भर खट्टी खट्टी इकारों से परेशान हो जाता है अजीब सी बदबू भरी इकारें आती हैं तब मन में बड़ी ग्लानि आती है भोजन के प्रति वैराग्य भाव जागृत हो जाता है ।

कभी कभी भोजन मन के अनुकूल नहीं मिला तो सामने वालों को कहेगा तो नहीं कि भोजन अच्छा नहीं बना अगर ऐसा बोल दिया तो अपनी लम्पटता का पता बाहर वालों को भी लग जाता है । इस डर से बतायेगा तो नहीं लेकिन भोजन जितना करना था उतना न करके गले के नीचे तक ही भोजन करके काम चला लेता है । लेकिन फिर भी देखो, **रात दिन भोजन की खेती मूर्ख प्राणी सिंचे** अर्थात् भोजन अच्छा नहीं बनने की वजह से उसने भोजन कम तो कर लिया लेकिन मन देखो उस भोजन की चर्चा दिन रात सबके सामने करता है । वह मूर्ख प्राणी इस भोजन की चर्चा का सिलसिला तब तक जारी रखेगा जब तक की दुबारा उसके मन का भोजन न मिल जाये । हे भाई । ऐसे भोजन की खेती का सिंचन करने से अच्छे फलदाई फल प्राप्त नहीं होंगे क्योंकि बिना बीज डाले खेती में घासफूस ही उग आती है अर्थात् खान पान से संबंधित अच्छे भावों के बीजों से इस भोजन की खेती का सिंचन करो अच्छे सुखदाई फल प्राप्त होंगे यही संतोष प्रवृत्ति रूप सुखदाई फल तेरे मोक्ष मार्ग को प्रशस्त करेंगे । मूर्ख बनकर भोजन मत कर विद्वान बनकर भोजन कर । मूर्ख बनकर भोजन करेगा तो कभी त्याग भावना जागेगी नहीं, विद्वान बनकर भोजन करेगा तो एक दिन भोजन के प्रति त्याग भावना जागृत हो जायेगी, वही कल्याणकारी है ।

(प्रभु पूजन बीच में भोजन)

प्रभु की पूजन के समय भी - भोज कथा ना छोड़ी ।**भोज कथा के कारण - पूजन की मर्यादा तोड़ी ॥**

मर्यादापूर्वक जीवन जीता है वास्तव में वो ही सच्चा इंसान है क्योंकि हर चीज की मर्यादा होती है । घर की, गली की, गांव की, तहसील की, जिले की, राज्य की, देश की सब अपनी अपनी मर्यादा में रहे तो अच्छा है । बहु घर में रहती हैं तब उसके रहन सहन की मर्यादा अलग होती है, घर से निकलकर गली तक जाती है तब कुछ अलग बदलाव आयेगा, गली से गाँव में जायेगी तब रहन सहन में बदलाव आयेगा । जैसे-जैसे आगे बढ़ते जायेंगे वैसे वैसे जिस क्षेत्र की जैसी मर्यादा है उस अनुरूप रहन सहन में चलेगा वो जितेगा प्रशंसा का पात्र बनेगा इसी प्रकार भोजन से संबंधित वार्तालाप कहां करना कहां नहीं करना इसकी भी मर्यादा है । कभी कभी इतनी अति हो जाती है कि मंदिरजी में पूजन करने बैठे हैं वहीं पर पूजन बीच में रोककर भोजन की चर्चा आरंभ कर देते हैं । हे भाई ऐसा पाप तू क्यों कमाता है प्रभु की पूजन करते करते जो तू पुण्य संघय कर रहा था वो रुक गया । अब ऐसा मौका जिस वक्त तू पूजन कर रहा था प्रभु की भक्ति में लीन था पुण्यास्रव कर रहा था वो वक्त तो चला गया वो फिर हाथ में नहीं आयेगा वो पुण्यास्रव का वक्त तूने बीच में भोजन की चर्चा करके पापास्रव में बदल दिया । अतः मर्यादाओं को न तोड़ते हुये मंदिर में बैठकर मंदिर की मर्यादा का ख्याल करो । मंदिर मंदिर है भोजनशाला नहीं है । मंदिर में भी भोजन कथा करने लग गये तो मंदिर व भोजनशाला में कुछ अंतर नहीं रहेगा । तूने खाने में क्या बनाया है मैंने तो आज ये बनाया है, मुझे तो वो बनाना था पर मिला नहीं । क्या करूं बनाके कोई खाता ही नहीं, आज तो भाईसाब आने वाले है क्या बनाऊँ तुम बताओ । देर हो रही है बच्चों के लिये नाश्ता बनाना है, तूने अपने बच्चों के लिये क्या बनाया ? इस तरह की सारी बातें हमारी माता बहनें प्रभु की पूजन करते करते मंदिर में बैठ कर ही कर लेती हैं । इस मामले में पुरुष भी कम नहीं है मंदिर में ही व्यापार लेन देन की सारी बातें कर डालते हैं । ऐसी कथाओं को करते करते पाप कमाया, दिन गवाया, कुछ हाथ ना आया, मंदिर की मर्यादाओं का ध्यान रखते हुये मंदिर में अभिषेक, पूजन, जप, स्तोत्र, भक्तिपाठ, स्वाध्याय, ध्यान आदि धार्मिक क्रियार्यें करें ।

(प्रभु से प्रार्थना)

मन चंचल बेईमान बड़ा - इस मन को वश में कर लूं ।**ऐसी शक्ति आ जाये बस - पुण्य घड़ा मैं भर लूं ॥**

पाप घड़े को भरने के लिये पापमयी शक्ति की आवश्यकता होती है । पुण्य घड़े को भरने के लिये पुण्यमयी शक्ति की आवश्यकता होगी । यह बेईमान चंचल मन मेरे अंतरंग में पुण्य घड़ा भरने की शक्ति होते हुये भी पुण्य कार्य नहीं करने देता ।

मन लोभी मन लालची, मन चंचल मन चोर ।**मन के मते ना चालिये, पलक पलक मन ओर ॥**

पलक झपकते ही न जाने यह मन कहां से कहां चला जाता है । इस मन के समय की कोई भी सीमा नहीं है ना ही समय है । पता नहीं किस समय यह मन कौन सी सीमा तक पहुंच जाये । अरे पलक को झपकने में तो कदाचित् समय भी लगता है क्योंकि पलकों के झपकने की तो गिनती बताई है आचार्य नेमिचंद्र सिद्धांत चक्रवर्ती विरचित गोम्मत सारजीव काण्ड में आया है पेज नं. ६४४ पर आंख की पलके एक मुहुर्त अर्थात् ४८ मिनट में ५ हजार ११० बार निमेष होते हैं अर्थात् झपकती है ।

न शक्यते वशीकर्तुं - बिना ज्ञानेन मनसं ।**अंकुशेन बिना कुत्र - क्रियते कुम्भरो वशे ।**

जिस प्रकार बिना अंकुश के हाथी वश में नहीं हो सकता उसी प्रकार ज्ञान के बिना इस मन को वश में करने की शक्ति किसी में नहीं है, अतः हे प्रभु ! मेरी प्रार्थना स्वीकार करके मुझमें ऐसी ज्ञान शक्ति भर दो ताकि मैं इस मन रुपी हाथी को ज्ञान का अंकुश लगाकर रोक सकूं । जब मन की चंचलता रुकेगी तभी खाने पीने से संबंधित इच्छायें रुक जायेगी और पुण्य में वृद्धि होगी ।

कब, कितना, कैसे भोजन करना यह बुद्धि अगर भोजन करने वाले के अंदर नहीं है, लेकिन भोजन परोसने वाले के पास यह विवेक हो तो भोजन करने वाला निरोगी रहेगा ।

(ताजा खाया बासा खाया)

ताजा खाया बासा खाया - सालों पुराना खाया ।

बे काबू जिह्वा के कारण - मैंने पाप कमाया ॥

कुछ भोजन ऐसा होता है जो ताजा ताजा अच्छा लगता है कुछ भोजन ऐसा होता है जो बासा होगा तभी अच्छा लगता है स्वादिष्ट लगता है । जैसे अचार, मुरब्बा जैसे पदार्थ तुरंत के अच्छे नहीं लगते हैं । कांच की बरतनी में तेल डालकर उसको धूप में कई दिनों तक रखते हैं तब उसमें स्वाद आता है । अच्छा खट्टा खट्टा...हे जिह्वा लीलुपी भाई । तू क्या खा रहा है ? अहिंसावादी होकर साक्षात् मांस पिण्ड की पुद्गल वर्गणाओं को तू खा रहा है, उस अचार में तो असंख्यात अनंत जीव पैदा हो चुके हैं । वह खट्टा स्वाद भी उन्हीं जीवों का है जिसे की तू चटकारा लेकर खा रहा है । जितना जितना पुराना होता जायेगा उतनी उतनी मात्रा में तुझे स्वाद आयेगा । बड़ा प्रसन्न होकर अचार की बड़ी प्रशंसा करके उसे बड़े चाव से खा रहा है । हे भाई । तू अचार नहीं साक्षात् जीवों का पिण्ड खा रहा है । ऐसा अचार कई दिनों तक तैयार किया जाता है और अज्ञानी मिथ्यादृष्टियों द्वारा कई महिनों तक खाया जाता है । ये तो अचार मुरब्बा जगप्रसिद्ध है इसलिये इसका उदाहरण दिया है वैसे बहुत सी चीजें बांसी अमर्यादित करके लोग खाते हैं । उसी में उन्हें स्वाद आता है । ताजा नर्यादित दिया जाये तो उन्हें अच्छा नहीं लगता । वर्तमान में यह बासा खाने का सिलसिला कुछ त्यागियों में भी चल गया है । एक दिन पापड बनायेगें कई दिनों तक खाते रहेगें । एक दिन नमकीन बनायेगें २४ घंटे के बाद भी उसे खाते रहते हैं जबकि तले पदार्थ जो पानी डालकर तैयार किये जाते हैं वे २४ घंटे के बाद अमर्यादित कहलाते हैं । बेकाबू इस जिह्वा के कारण न जाने हम कितने पाप के घड़े भर रहे हैं । ऐसा पाप युक्त भोजन पहले मैंने किया सो अब ऐसा बासा भोजन नहीं करूं बस ऐसी मेरी प्रबल भावना है और उस भावना के अनुरूप पुण्य क्रिया करता रहूं ।



(पानी पीना भुलाया)

खाया खाया इतना खाया - तन पे आलस छाया ।**खाते-खाते इस भोजन ने - पानी पीना भुलाया ॥**

इस जिव्हा लोलुपी ने इतना खाया इतना खाया की पानी पीने की सुधबुध ही भूल गया । जिसमें जितनी पानी की मात्रा चाहिये उतनी नहीं डाली या अधिक मात्रा में पानी डाल दिया तो खेल बिगड़ जायेगा । जैसे रोटी बनाने के लिये आटे में जितनी मात्रा में पानी डालना है उतना न डालकर कम अधिक डाल दिया तो रोटी नहीं बन पायेगी उसी प्रकार भोजन के समय बीच बीच में जितनी मात्रा में पानी चाहिये उतना नहीं पिया तो बाद में जब पेट बिगड़ेगा तब आकुलता बढ़ जायेगी । तन, मन सब बँचेन हो जायेंगे । ज्ञान तो था मुझे कितना भोजन करना व कितना पानी पीना है फिर भी इस खाने की लोलुपता ने ज्ञानी को अज्ञानी बना दिया, आंख वालों को अंधा बना दिया । पानी पास में रखा है फिर भी वो खाते खाते ऐसा अंधा हो गया उसे पानी दिखा ही नहीं खाना खाके उठ गया पानी पीना ही भूल गया । बाद में जब तन में बँचेनी आलस बढ़ी तब याद आया कि मैं तो आज पानी पीना भूल गया ।

बाप बेटे को लड्डू के भोजन का निमंत्रण मिला बाप ने बेटे से पहले ही कह दिया था कि बेटा जहाँ भोजन के लिये जा रहे हैं वहाँ केवल लड्डू ही खाना । पानी घर में आकर पी लेना अगर बीच में पानी पी लिया तो उस पानी की जगह के लड्डू कम हो जायेंगे । बाप बेटे दोनों गये । रंग बिरंगे अनेक वेराहटी के लड्डूओं से भरा थाल सामने आया । एक तरफ बाप लड्डू खाने लगा एक तरफ बेटा लड्डू खाने लगा । कॉम्पिटिशन चालू हो गया । बेटे ने लड्डू खाते-खाते बीच में पानी पी लिया । बाप सामने ही बैठा था बेटे पर बहुत गुस्सा आया । लेकिन सबके सामने गुस्से को पीकर रह गया, क्योंकि बाप को पानी तो पीना था नहीं, इसलिये गुस्सा पीकर रह गया । लड्डू खाकर बाप बेटे बाहर निकले थोड़ी दूर पहुँचे होंगे कि बाप ने बेटे के गाल पर यह कहते हुये जोर से चाटा मारा कि मेरे मना करने पर भी पानी क्यों पिया । बेटा शांत स्वभावी था, उसने कहा पापाजी अगर पानी नहीं पीता तो १० लड्डू खाने में कम हो जाते । मैंने पूरे खा लिये आपके तो बच गये यह सुनकर बाप ने बेटे के गाल पर दूसरा चांटा मारा यह बात तूने मुझे पहले क्यों नहीं बताई । मैं भी वैसे ही करता । ऐसी लोलुपता को थिक्कार है, फिर भी तृप्ती नहीं हुई ।

(तन की बेहोशी का कारण)

पिया नहीं पानी भोजन में - तन है अब अकुलाया ।**जिव्हा की लोलुपता ने - बे सुध बना दी काया ॥**

भोजन के बीच में पानी नहीं पिया अब शरीर में बैचेनी बढ़ती जा रही है । पेट पकड़कर बैठे हैं पहले खाते समय पानी का गिलास पकड़कर बैठे होते तो अब पेट नहीं पकड़ना पड़ता । अब कुछ भी नहीं सूझ रहा है, घायल सी अवस्था हो रही है । माला फेरने बैठे तो मन नहीं लगे, स्वाध्याय में नींद आने लगे, ध्यान लगाने बैठे तो बार बार वो खाने का दृश्य सामने नृत्य करने लगता है कि देखो मैंने कैसे खाया कितना साया खाया पर पानी का गिलास बगल में ही पड़ा रह गया । अब बार-बार इसी का ध्यान लग रहा है प्रभु के ध्यान में मन नहीं लग रहा है । अपने आप को कोस रहा है धिक्कार है ऐसी लोलुपता को । अंतरंग में पछतावा कर रहा है मन ही मन प्रभु से प्रार्थना कर रहा है, हे प्रभु ! ऐसी दुर्बुद्धि मुझको दी सो दी और किसी को मत देना । हे भाई ! बिना सोचे समझे खा लिया, पिया नहीं बैचेनी लगी तो अब प्रभु को क्यों कोस रहा है । प्रभु ने न तो किसी को बुद्धि दी न किसी की बुद्धि घटाई सब अपने अपने पूर्व कृत कर्मों से सुबुद्धि दुर्बुद्धि का उपयोग कर रहे हैं । खाते समय भगवान की याद नहीं आई क्योंकि उस समय भोजन के सुख का अनुभव कर रहा था लेकिन खाने के बाद जब पेट में बैचेनी हुई तब भगवान की याद आयी क्योंकि अब दुःख का अनुभव कर रहा है ।

दुःख में सुमिरन सब करें - सुख में करे न कोई ।**जो सुख में सुमिरन करे - दुःख काहे को होय ॥**

खाने से पहले ही प्रभु को याद कर लिया होता और इतना हटकर नहीं खाया होता तो ऐसी दुःखद स्थिति नहीं बनती । चलो अज्ञानियों के लिये प्रभु को याद करने का यही एक माध्यम है दुःख का आगमन । दुःख नहीं आये तो वो कभी भगवान को याद ही नहीं करे । हे भाई हो गया सो हो गया । अब आगे ऐसी लोलुपता मत करना जिससे की जग हंसी हो इन पंक्तियों को याद रखो ।

आधा भोजन दूना पानी - कहती है जिनवाणी ।**इसी सूत्र को अपनाते हैं - जो होते हैं ज्ञानी ॥**

(समय से पहले पाप)

बे मौसम का भोजन मैंने - सुखा सुखा के खाया ।**समय से पहले आहार संज्ञा - करके पाप कमाया ॥**

प्रायः करके जो भोजन सामग्री अनाज, सब्जी, फल, मेवा आदि जो जिस मौसम में पैदा होती है वो उसी मौसम में रसयुक्त व अच्छी लगती है। वो ही सामग्री कोल्ड स्टोरेज में रखने के बाद जब बिना मौसम के बाजार में आती है तो निरस व बुरी जाग पड़ती है। इंसान तो खाने का लोभी है ही वो सोचता है ये फल सब्जी तो ३ या ४ महिने तक ही मिलेगा इसके बाद ८ महिना मिलेगा नहीं तो क्या खायेंगे सामग्री समाप्त हो जायेगी तो क्या होगा ? इस भोजन सामग्री में कुछ चीजें ऐसी हैं जो संग्रह किये बिना गृहस्थी की गाड़ी नहीं चल सकती जीवन नहीं चल सकेगा जैसे- गेहूँ, चावल, औषधी आदि और भी कई चीजें हैं। और कुछ चीजें ऐसी हैं जो मौसम में खा पीकर ७, ६, ७, ८ महिने के लिये त्याग कर सकते हैं कि अब फिर अगले मौसम में खायेंगे। त्याग करने से मर नहीं जायेंगे फिर भी लोलुपी प्राणी वो सामग्री मिलेगी नहीं। इस लोभ से सुखा सुखाकर रख देता है कि ये ४ महिने बाद खायेंगे, ये ७ महिने बाद खायेंगे ऐसी भावना करके इंसान समय से पहले ही पाप कमा लेता है। अरे वो सामग्री तू खायेगा, जब खायेगा पर भावना तो आज से ही कर ली। तेरा पाप तो आज से ही खाते में डलना शुरू हो गया। औषधि समझकर रखा है, तो कोई पाप नहीं है लेकिन तूने इस जिक्हा की लोलुपता के कारण रखा है तो पाप ही है। अरे भाई! मौसम का भोजन फल सब्जी आदि चार छह महिने तक भी खाते खाते तृप्त नहीं हुआ, आने वाले छह महिने के लिये जुगाड़ बनाकर रख लिया थोड़ी तो संतोष वृत्ति को धरले, ६ माह के लिये त्याग कर दे, संकल्प कर ले कि अब मैं इस चीज का त्याग कर रहा हूँ, अगले मौसम में नई (ताजी) आयेगी तब ही ग्रहण करूँगा। इसके पहले त्याग, ऐसा करने से ६ महिने का पुण्य तेरी झोली में पड़ गया, इसलिये समय पर समय समय का भोजन करो वो ही भोजन अच्छा लगता है। अगर प्रतिदिन रसगुल्ले खायेंगे तो खाते खाते मन भर जायेगा और अच्छा भी नहीं लगेगा लेकिन कभी कभी रसगुल्ला खाये तो अच्छा लगेगा। उसी प्रकार बेमौसम की चीज १२ महिने अच्छी नहीं लगती, निरस जाग पड़ेगी, अतः लोलुपता छोड़कर समय से पहले पाप मत कमाओ, समय से पहले वो त्याग करके पुण्य कमा लो।

(विकल्प भोजन का)

भोजन के विकल्पों से - मन आकुलित है होता ।**सदा विकल्पों में जीता वो - पुण्य है अपना खोता ॥**

जहाँ कल्प है वहाँ स्वर्ग है क्योंकि स्वर्ग को कल्प कहते हैं और जहाँ विकल्प है वहाँ स्वर्ग नहीं है, अतः जब जब भोजन का विकल्प मन में उठ जाया करता है तब तब तू भोजन का त्याग कर दे । विकल्प मन से भोजन किया तो सरस भोजन भी निरस मालूम पड़ेगा और जब जब निर्विकल्प अवस्था है तब तब भोजन कर (निर+कल्प) समझो ये निर्विकल्प अवस्था स्वर्ग के समान सुख देने वाली है । इस अवस्था में किया गया निरस भोजन भी षट्सयुक्त जान पड़ता है । जरा आगे और समझते है कि यह विकल्प और निर्विकल्प अवस्थाएँ है क्या किस प्रकार भोजन के समय मन में सवार होती है । भोजन में विकल्प - भोजन कैसे मिलेगा, कहाँ मिलेगा, कब मिलेगा, किसके हाथों से मिलेगा, मैं जैसा चाहता हूँ वैसा मिलेगा या नहीं, मर्यादित होगा या नहीं, छने पानी का मिलेगा या नहीं । पानी कैसे छाना होगा, दूध कहां से कैसे आया होगा आदि विकल्प जब मन में आते हैं तब मन में आकुलता छा जाती है । ऐसे वक्त में मन नहीं माने तो भोजन का त्याग कर दो क्योंकि विकल्प सहित भोजन पुण्य को खोता है, अतः निर्विकल्प अवस्था में भोजन करें, पुण्य कमाये । हे प्रभु ! मुझे भी ऐसी शक्ति प्रदान करें, भोजन के विकल्पों से मन डरे, शांति से पेट भरे ।

(मोही की दशा)

एक शराबी नशे में बेहोश हो जा रहा था, उसने अपनी लालटेन उठाई और घर की ओर चल दिया । रास्ते में उसने लालटेन को इधर उधर घुमाया किन्तु वह रोशनी नहीं दे रही थी । उसने गुस्से में आकर जमीन पर पटक दिया । इतने में शराब की दुकान से एक आदमी आया और उससे कहने लगा भाई तुमने अच्छा तमाशा बनाया, अपनी लालटेन छोड़ आये और हमारा पिंजड़ा उठा लाये - मोही प्राणियों की यही दशा होती है ।

(प्रार्थना प्रभु से)

हे प्रभु सर्व विकल्पों से - मुक्ति मुझको मिल जाये ।

मरण समाधि तेरे दर हो - यही भाव मन आये ॥

खाने के विकल्प, पहनने के विकल्प, उठना, बैठना, सोना, घूमना, हंसना, रोना आदि किसी भी प्रकार का विकल्प अगर हमारे जीवन में रहेना तो यह विकल्प समाधिमरण में बाधक होगा । हे प्रभु मेरी यही प्रार्थना है कि मैं सर्व विकल्पों से दूर हो जाऊं और समाधिपूर्वक मरण कर आत्मकल्याण करूं । अंत समय मेरा मन धर्मध्यान में लगा रहे, धर्मध्यान से शुक्लध्यान, शुक्लध्यान से अंतध्यान में प्रवेश कर मुक्ति लक्ष्मी का वरण करूं । अंत समय मुझमें ऐसी शक्ति देना कि मैं सबसे क्षमा याचना करता रहूं । अंत समय जीने मरने की इच्छा मेरे मन में न आये, राग-द्वेष, नद, मोह से मेरा ध्यान हमेशा घटता रहे । अंत समय खाने पीने की इच्छायें मेरी घटती रहे, त्याग भावना मेरी धीरे-धीरे बढ़ती रहे यही भावना है ।

ढोलक और बाँसुरी

एक संगीतज्ञ के यहाँ ढोलक और बाँसुरी टंगी थी । एक बच्चा आया, बाँसुरी उठाई प्रेम से अथरों पर रखकर फूंक मारी मधुर ध्वनि बज उठी यथास्थान रखकर बालक ने चलते चलते ढोलक को थपकी मारी कमरा गूँज उठा । बालक कक्ष से निकल गया । ढोलक ने दुःखी होकर बाँसुरी से कहा- बहिन जो भी आता है मुझे तो थप्पड़ मारता है और तुझे होंठों पर रखकर प्यार करता है मेरा जीवन पिटते-पिटते गया, ऐसा क्यों ? बाँसुरी बोली- बुरा न मानना मैं और तुम दोनों ही खोखले हैं पर तुमने अपने खोखलेपन को चमड़े से ढंक रखा है और मैंने सात छिद्रों के द्वारा खोलकर सत्य उजागर कर दिया है । इसी तरह जो ढोंगी है, वह पिटता है बस अपने पापों को छिपाता है वह पीटा जाता है जो पापों को उजागर कर प्रायश्चित लेता है वह प्रेम पाता है ।

(खानपान से मुक्ति नहीं)

खान पान से मिले ना मुक्ति - ये आगम की सूक्ति ।**खान पान में मत लगाओ - अपने मन की युक्ति ॥**

हमें अपने मन की युक्ति वहां लगानी चाहिये जहां हमें कुछ लाभ हो । मन की युक्ति आत्मकल्याण के मार्ग में लगानी चाहिये । हमारे तीर्थंकर मोक्षगामी हुये उन्होंने भी राजपाठ किया, भोग सामग्री का उपयोग किया लेकिन समय पर आत्मकल्याण की ओर कदम बढ़ाया, मुक्ति की ओर कदम बढ़ाया । उन्होंने जो-जो कार्य किया वो कार्य करने में भी अपने मन की युक्ति लगाई, उसी में कल्याण है । आज तक किसी भी जीव की खानपान से मुक्ति नहीं हुई है । हाँ ये अवश्य है कि खान पान मुक्ति में सहायक जरूर है क्योंकि खान पान से जो वीर्य शक्ति बनी उसी से जप, तप, व्रत, संयम का पालन हुआ, बिना शक्ति के इनका पालन नहीं हो सकता लेकिन मुक्ति पाने के लिये तो जो छोड़ने योग्य है जो संज्ञामय है, जो पापमय है, जो मल बनने योग्य है, जो राग द्वेष का कारण है, इसका त्याग अवश्य करना होता है । इसी भोजन के कारण अंतरंग में राग द्वेष के परिणाम बन जाते हैं अगर भोजन अच्छा है तो उसके प्रति राग उत्पन्न हो जाता है । बृद्धतापूर्वक, लम्पटापूर्वक उस भोजन पर टूट पड़ेगा और भोजन अच्छा नहीं है तो घृणा करेगा, द्वेष पैदा करेगा, उपेक्षा की दृष्टि से देखेगा, वास्तव में देखा जाये तो भोजन अच्छा बुरा नहीं होता पर जो उस भोजन का भोग करते हैं उनके परिणाम अच्छे बुरे हैं । भोजन एक ही है पर वही भोजन एक को अच्छा लग रहा है दूसरे को बुरा लग रहा है । तेज मिर्च खाने वाले को फिका भोजन जहर सा प्रतीत होगा वहीं कम मिर्च वाला भोजन कम मिर्च खाने वालों के लिये अमृत के समान है । ऐसे आत्म अकल्याणक खान पान में अपने मन की युक्ति नहीं लगानी चाहिये । भोजन बनाने वाले ने जैसा शुद्ध सात्विक बनाके दिया है, प्रेम से भोजन कर लेना चाहिये । अपनी युक्ति के अनुसार अपने स्वाद के अनुसार उन्हें सलाह नहीं देनी चाहिये । सलाह उस कार्य में देनी चाहिये जो कार्य मुक्ति मार्ग में सहायक हो, आत्मकल्याण का मार्ग प्रशस्त करता हो, शेष कार्यों में माध्यस्थभाव धारण करें, अनादिकाल से खान पान में युक्तियां लगाई फिर भी यह जीव अतृप्त ही रहा, खाते खाते संतुष्ट नहीं हुआ ।

जिस समय पर जो करना उचित है वही करो ।

(सात्विक भोजन)

**सरल शुद्ध सात्विक भोजन ही - कहलाता है भुक्ति ।
इसी शुद्ध भोजन से होती - मोक्ष मार्ग में नियुक्ति ॥**

व्यक्ति सर्वप्रथम अपना मार्ग चयन करता है कि मुझे आगे किस मार्ग में कदम रखना है । डॉक्टर बनना है, मास्टर बनना है, वकील बनना है, प्रोफेसर बनना है, सी.ए. बनना है, साधु बनना है या गृहस्थी ही बसाना है । जिस मार्ग में जाने के लिये अपने विचारों का चयन करेगा उसी मार्ग के अनुसार फिर वो कार्य भी करने लग जाता है । उसी की पुस्तकें लाता है, उसी की पढाई करता है । जो भी मिलता है तो उसी के बारे में पूछता है तभी जाकर वह जिस पद को पाना चाहता है वह पद उसे मिल जाता है । वैसे ही भोजन के बारे में सोचना चाहिये कि कौन सा भोजन भुक्ति अर्थात् खाने योग्य है और कौन सा भोजन मोक्षमार्ग में बाधक है । वास्तव में शुद्ध सात्विक भोजन ही इंसान को मोक्षमार्ग में नियुक्त करता है । अधिक गरिष्ठ तामसी भोजन तो इंसान को मोक्षमार्ग से च्युत कर देगा, इसलिये मोक्षमार्गियों के लिये खान पान में सुधार की बहुत आवश्यकता है । जिष्ठा लोलुपियों को अपने पूर्वाचार्यों की जीवनगाथा पढ़नी चाहिये । आचार्यश्री १०८ आदिसागरजी, आचार्य शांतिसागरजी किस प्रकार से आहारचर्या करते थे किस प्रकार से शुद्ध भोजन करते थे । वास्तव में सरल तरीके से शुद्ध रीति से तैयार किया गया भोजन ही भुक्ति कहलाता है खाने योग्य कहलाता है । मोक्ष मार्ग में नियुक्त करता है । हमने अपना चयन मोक्ष की प्राप्ति करने के लिये किया है, हमें मोक्ष जाना है तब हमारा भोजन भी मोक्ष मार्ग के अनुरूप ही होना चाहिये । जिस भोजन के करने से मन विचलित हो जाता है मन चलायमान हो जाता है, बुद्धिमानों को ऐसा अशुद्ध व असात्विक भोजन को दूर से ही त्याग कर देना चाहिये । **विधि,** **द्रव्य, वातु, पात्र** यहां दूसरे नंबर पर कहा गया है कि द्रव्य शुद्धि भोजन के द्रव्य की शुद्धि अवश्य होनी चाहिये चाहे श्रावक वह भोजन स्वयं करे अथवा साधुओं को आहार दान में दे, पूर्वाचार्यों की वाणी कहती है अपने मन के परिणामों का उठना व गिरना ये भोजन पर ही आधारित है । किसी इंसान के परिणाम धर्ममय उत्कृष्ट है तो समझना चाहिये इस व्यक्ति का खानपान शुद्ध व सात्विक है इसके विपरीत किसी इंसान के परिणाम अधर्ममय एवं कुटिल हैं तो समझना चाहिये इस व्यक्ति का खानपान भी अशुद्ध व असात्विक है ।

(सम्यक दृष्टि व मिथ्यादृष्टि)

**खान पान की शक्ति का उपयोग करे सम्यग्दृष्टि ।
व्यर्थ गवाये उस शक्ति को - वो होता मिथ्यादृष्टि ॥**

रंग एक ही है चाहे तो उस रंग से सुंदर मनमोहक चित्र की रचना कर दो चाहे उस रंग को किसी के ऊपर डालकर किसी के कपड़े खराब कर दो । अगर उस रंग से सुंदर चित्र बनाया है तो तू प्रशंसा का पात्र बनेगा, चित्र तो बाद में प्रशंसा पायेगा पहले पूछेगा किसने बनाया है, जिसने बनाया वो प्रशंसा का पात्र बनेगा विद्वानों की श्रेणी में गिना जायेगा और उसी रंग से किसी के वस्त्र खराब कर दिये तो तू अप्रशंसा का पात्र बनेगा मूर्खों की लाइन में आ जायेगा । दूध एक ही है चाहे तो उस दूध से जिनेन्द्र भगवान का अभिषेक करके पुण्य कमाले चाहे उस दूध को पीकर मल मूत्र मार्ग से बाहर निकालकर पुण्य कमाने से वंचित रहो ।

उसी प्रकार हम जो भी सात्विक भोजन कर रहे हैं उस भोजन से जो शक्ति बनती है, उस शक्ति का उपयोग किसमें करना यह निर्णय इंसान स्वयं अपनी बुद्धि से करता है । बुद्धिमान सम्यग्दृष्टि उस शक्ति का उपयोग धर्मकार्य में करेगा । व्रत संयम जप तप दूसरों को कष्ट से बचाने आदि परोपकार के कामों में करेगा और मिथ्यादृष्टि उस शक्ति को व्यर्थ कलह, वाद-विवाद, लड़ाई-झगड़े में गवा देगा । इसलिये नीतिकारों ने कहा है -

विद्या विवादाय धनं मदाय - शक्ति परेशां परिपिडनाय ।

खलन्यसाधो विपरीत भेद - ज्ञानाय, दानाय च रक्षणाय ॥

खलन्य अर्थात् मूर्ख पुरुष विद्या को विवाद में, धन को घमंड में, शक्ति को दूसरों को परेशान करने में गंवा देता है और ज्ञानी पुरुष इसके विपरीत अर्थात् विद्या दूसरों को पढाने में, धन को दान देने में, शक्ति को दूसरों की रक्षा करने में लगाता है, यही मूर्ख व विद्वान का लक्षण है अतः हमें मूर्ख नहीं विद्वान बनकर अपनी खान पान से जो शक्ति बनी उस शक्ति का उपयोग व्रत, संयम, जप, तप, स्वाध्याय आदि में लगाकर अपने मोक्षमार्ग को, कल्याण के मार्ग को प्रशस्त करें ।

वाणी का घाव तलवार के घाव से ज्यादा तीखा और तेज होता है ।

(भोजन का चिंतन)

खाने वाला रात दिन - चिंतन खाने का करता ।**त्याग भावना जगे न उसके - खाते खाते मरता ॥**

दुनिया में अनेक तरह के व्यापारी होते हैं- किराना, बर्तन, कपड़ा, सोना चांदी आदि चीजों का भरपूर व्यापार करने वाले व्यापारी होते हैं । सभी अपने अपने व्यापार का चिंतन करते हैं। कपड़े का व्यापार वाला सोने चांदी का चिंतन नहीं करेगा, वो तो यही चिंतन करेगा कि कौन सा कपड़ा कहाँ पर मिलता है, कहाँ सस्ता मिलता है, कहाँ मंहगा मिलता है । होलसेल वाला होल सेल का चिंतन करेगा, परचूनी वाला परचूनी का चिंतन करेगा ।

अज्ञानो पास्तिरज्ञानं, ज्ञानं ज्ञानिसमाश्रयः ।**ददाति यत्तु यस्यास्ति, सुप्रसिद्धमिदं वचः ॥**

इष्टोपदेश ग्रंथ में आचार्य पूज्यपाद कहते हैं कि अज्ञानी की उपासना करने से अज्ञानता प्राप्त होती है । ज्ञानी की उपासना करने से ज्ञान की प्राप्ति होती है । यह जग प्रसिद्ध है । उसी प्रकार हम खाने का चिंतन करेंगे तो हमें हर वरक उठते, बैठते, सोते, जागते खाना ही खाना दिखेगा । यह आइटम कैसे बनती है वो आइटम कैसे बनती है, किससे पछुं आदि चिंतन मन में खाने के ही चलते रहते हैं । वर्तमान में खाने के लोलुपी मोबाईल में से देख देखकर अनेक तरह की नई नई चीजें बनाना सीख लेते हैं । एक बार नहीं बार बार खाने की लोलुपता बढ़ती है तो बार बार देखते हैं दिन भर उसी भोजन कथा के चिंतन में लगे रहते हैं । जिसके अंतरंग में भोजन के प्रति त्याग के भाव पैदा नहीं होते ३६५ दिन खाता ही खाता रहता है । कभी एक एकासन या उपवास करने का नाम भी नहीं लेता, कभी किसी भी रस के त्याग का भाव मन में नहीं आता । प्रतिदिन घट्टरस मिश्रित भोजन करता है- इस इंसाज ने हमेशा भोजन करने वालों की कथार्ये पढी, खाने का ही चिंतन किया । किसने, कब, क्या, कितना खाया उसके खाने से कितना फायदा हुआ, क्या खाने से वो तंबुरुस्त हुआ, क्या खाने से शरीर अच्छा हुआ, मुझे भी खा पीकर उसके जैसा ही शरीर बनाना है दिन भर अपना शरीर देखता रहता है । दिन भर इस प्रकार के चिंतन से भोजन के प्रति त्याग के भाव पैदा नहीं होयें, किसने कितने व्रत किये, कितने उपवास किये, किसने कितने दिनों तक क्या-क्या रस छोड़कर भोजन किया, इस प्रकार का चिंतन मन में लायेंगे, त्याग करने वालों की जीवन गाथा पढ़ेंगे तो हमारे भी भाव त्याग के बनेंगे और खाने वालों की जीवनगाथा पढ़ेंगे तो हमारे भाव भी खाने के ही होंगे ।

(भोजन त्याग का चिंतन)

त्याग करे वो सदा त्याग का - चिंतन करता रहता ।**त्याग से त्याग सदा बढ़ता - वो भोजन कथा से डरता ॥**

योगी सावधानीपूर्वक एकांत स्थान में अपने आत्मस्वरूप के ध्यान का चिंतन करता है । धीरे-धीरे उस चिंतन को बढ़ाता है । एक बार आत्म चिंतन बढ़ाने का अभ्यास बन गया तब फिर वह योगी उस अभ्यास की ओर बढ़ने का प्रयास करता है फिर उस योगी को विषय भोगरूप सामग्री विषय के समान जान पड़ती है । वे विषय भी उस आत्म ध्यानी योगी को अच्छे नहीं लगते, दूर हटने की कोशिश करता है । जब वह विषय भोग, एक बार छूट गये तब फिर उसका आत्म ध्यान और गहराई में चला जाता है । फिर तो उसे ऐसा लगेगा कि विषय भोग सामग्री तो कभी जीवन में थी ही नहीं अब तो उस योगी को सारा जगत इन्द्रजाल के समान जान पड़ता । हर वक्त अपने आत्म लाभ के ही चिंतन में लगा रहता है । किसी कारणवश अन्य कार्य में उलझ जाता है तो वह योगी पश्चाताप करता है । हर समय मनुष्यों से रहित एकांत स्थान में ध्यान लगाने की इच्छा रखने वाला योगी अपने कार्यवश कुछ बोलना भी पड़ा तो वह उसे शीघ्र भूल जाता है और अपने आत्मध्यान में लीन हो जाता है ।

इसी प्रकार जो इंसान समय समय पर व्रत, उपवास, एकाशन (असली) करता रहता है षट्‌रसों में से भी किसी किसी रस का त्याग करता है उसका मन उस आत्मध्यानी योगी के ध्यान की तरह है । इस त्यागी का चिंतन त्याग में बढ़ता जायेगा । बुनिया में खाने की अनेक चीजें है जितनी चीजों से अपना काम चल जाये, इतनी रखकर शेष चीजों का त्याग यम व नियमपूर्वक करता है । यम हमेशा के लिये त्याग करना, नियम समय सीमा बांधकर त्याग करना । एक बार त्याग में प्रवृत्ति बढ़ी तो फिर आपके भाव त्याग में ही बढ़ते जायेंगे । जैसे उस आत्मध्यानी की रुचि भोगों के प्रति कम हो गई छूट गई उसी प्रकार एक बार त्याग में कदम बढ़ाने से भोजन सामग्री के प्रति आपकी अरुची पैदा हो जायेगी । अब आपको वो ही शक्ति त्याग करने से प्राप्त होगी जो पहले भोजन करने से मिलती थी । भोगभूमि में १०८ प्रकार का स्वाद्य व ३६३ प्रकार का स्वाद्य पदार्थ, ६३ प्रकार के रस, १६ प्रकार के आहार होते हैं और भी अनेक चीजें वहां पाई जाती हैं, इसलिये तो भोगभूमि से मोक्ष नहीं है क्योंकि उनके संयम के त्याग के परिणाम बनते ही नहीं । यह तो कर्मभूमि है, यहां संयम धारण करें, त्याग के परिणामों से जीव मोक्ष को प्राप्त होता है- त्याग से अपना चिंतन बढ़ायें ।

(भोजन की तृष्णा)

ज्यों ज्यों खावे त्यों मन भावे - तृष्णा बढ़ती जाती ।**खाने पीने की तृष्णा - मन में आकुलता लाती ॥**

ध्यान की गहराई में जैसे जैसे उतरते जायेंगे वैसे वैसे ध्यान में रुची बढ़ती जाती है । इसी प्रकार ज्यों ज्यों हम खाने में रुची बढ़ाते जायेंगे त्यों त्यों भोजन की तृष्णा छाया के समान पीछा नहीं छोड़ती । यह मन है सभी जानते है मन चंचल है हर कार्य में यह मन उथल पुथल करता है । जब कभी आहार संज्ञा की तीव्रता से मन में कोई चीज खाने के भाव पैदा हो गये तो फिर वो भाव वचन में भी आ जायेंगे वचन में आने पर हम किसी से स्पष्ट शब्दों में कहकर या संकेत करके वह चीज भोजन में बनवायेंगे । मन माफिक उसे खायेंगे । हम आपसे पूछते है क्या आपकी तृप्ती हुई ? नहीं, तृप्ती तो होती ही नहीं यह तो भूख तृष्णा है । मन करेगा दो चार दिन बाद फिर यह चीज कोई बग के दे देगा तो अच्छा होगा और अगर नहीं बनी तो मन में उस खाद्य सामग्री के प्रति आकुलता बनी रहेगी और धीरे धीरे यह आकुलता इतनी अधिक बढ़ जायेगी उस रावण की तरह सैकड़ों हजारों रागियां होते हुये भी रावण का मन तो सीता में ही लग गया था, किचक का मन द्रोपदी में लग गया था । धवल सेठ का मन रथनमंजुषा में लग गया था उसी प्रकार आपकी भोजन की थाली में ५० चीजें होगी तो भी आप का मन जिस चीज के लिये लालाशित है वो चीज थाली में नहीं है तो थाली की सभी ५० चीजें फीकी मालूम पड़ेगी उसका स्वाद ही नहीं आयेगा, यही तो तृष्णा है । हे भाई । धीरे-धीरे अभ्यास करके ऐसी तृष्णा को कम करो ऐसी भोजन की आसक्ति से वैराग्य भाव धारण करो तभी तो जीवन सुखमय होगा अन्यथा खाने की आसक्ति कम नहीं की और वो ही आसक्ति बनी रही । कदाचित् इसी बीच आपकी आयु पूर्ण हो गई तो आप उस आसक्ति से मरण कर कुर्गति के पात्र बनेंगे । जिस चीज की आसक्ति थी उसी में पैदा होंगे । अगर किसी प्रकार के फल खाने की आसक्ति थी तो उसी फल में कीड़े बनोगे । किसी पकवान में आसक्ति थी तो भूत व्यंतर बनकर रसोई में आओगे । स्वयं तो परेशान होंगे ही साथ ही औरों को भी परेशान करोगे । ऐसी तृष्णा को धिक्कार है, संतोषवृत्ति धारण करें, यही मोक्षमार्ग है । आसक्ति को छोड़ो (आ-सक्ती) त्याग करने की शक्ति को निकट बुलाओ, तभी भोजनरूपी तृष्णा हाकिनी पीछा छोड़ेगी ।

(अपना खाया - औरों का भी खाया)

अपना तो खाया सो खाया - औरों का भी खाया ।**बन करके विवेकहीन - भोजन में की तूने माया ॥**

यह इंसान जगह जगह मायाचारी करके अपना जीवन निर्वाह करता है । माया १ प्रकार की है (१) निकृति- मनुष्य को फंसाने का चातुर्य होता है । २) उपधि- धर्म के निमित्त चोरी करना । (३) साति प्रयोग - प्रशंसा करना अथवा किसी की धरोहर का कुछ भाग हरण करके झूठ बोलना । (४) प्रणिधि - हीनाधिक कीमत की वस्तु मिलाकर देना । (५) प्रति कुंचन - आलोचना करते हुये दोषों को छिपाना । इन मायाओं के साथ इंसान भोजन में भी मायाचारी करने में पीछे नहीं हटता । **राम नाम जपना पराया माल अपना** । इस नीति के लोग भी दुनिया में बहुत हैं । अपने हिस्से का भोजन तो कर ही लेते हैं लेकिन बंदर की तरह औरों के हिस्से का भोजन भी खा पीकर कहेँगे हमने तो नहीं खाया । पार्टी में खाने को जाता है खाता तो है लेकिन शाम के लिये या कल के लिये साथ में भरकर भी ले जाता है । एक पति पत्नि भोजन करने को गये, वहाँ पर खिचड़ी का भोजन था । सभी लोग भोजन करने को बैठे तो उस व्यक्ति की पत्नि में मायाचार का भाव जागृत हुआ वो भोजन करने को नहीं बैठी बोली पहले पतिदेव को खिलायेगें बाद में हम भोजन कर लेंगे । अब उस पत्नि ने परोसने का काम हाथ में लिया खिचड़ी में घी तो लगता है उसने घी का बर्तन उठारा क्रम से थोड़ा थोड़ा घी सबकी खिचड़ी में डालती गई जब अपने पतिदेव के पास में आई तो जानबूझकर घी का पूरा बर्तन उसकी थाली में गिरा दिया । पास में बैठे मित्रों ने कहा कोई बात नहीं घी-घी अलग कर दो, खिचड़ी खा लो लेकिन एक तरफ पत्नि अपने संकेतों से पति को कह रही थी कि पूरा घी खिचड़ी में खा लो ढबे गाल फूल जायेंगे चेहरा टमाटर सा लाल हो जायेगा । अब क्या करे बेचारा पत्नि की बात मानकर पूरा घी पी लिया । थोड़ी देर में स्वास्थ्य खराब हुआ, डॉक्टर आया मृत घोषित कर दिया । पत्नि ने सुना तो उसे भी अटक आ गया । मायाचारी से दोनों के प्राण गये । पति घी का सहयोग सहन न कर सका और पत्नि पति का वियोग सहन न कर सकी । पत्नि दूसरों के हिस्से का घी भी पति को खिलाना चाहती थी । मायाचारी इंसान कुत्ते के समान अपना तो खाता ही है पर दूसरों का भी खाने की कोशिश करता है । कभी कभी ऐसी कोशिश में कुत्ते के समान अपनी रोटी भी गवा देता है । इस पत्नि के समान जिसने अपने पति को गंवा दिया । ऐसी मायाचारी की धिक्कार है, चोरी चोरी से खाता है, छुप छुपकर के खाता है, ऐसा इंसान विवेकहीन बनकर अपनी इज्जत गवाता है ।

(शुगर रोगी - शक्कर खाये)

करे दवाई सदा शुगर की - शक्कर ना वो छोड़े ।**खाता रहे पकवान सदा - भोजन मर्यादा तोड़े ॥**

समुद्र जब मर्यादा तोड़ देता है तो सुनामी आ जाती है । नदी जब मर्यादा तोड़ देती है तो बाढ़ आ जाती है । वायु जब मर्यादा तोड़ देती है तो तूफान आ जाता है । उसी प्रकार भोजन करने वाला मर्यादा तोड़ देता है तो बीमारी आ जाती है । उस बीमारी से पहले ही परेशान था लेकिन अब और परेशानी बढ़ गई जब उसने मर्यादा तोड़कर भोजन किया तो ।

वैद्य ने राजा से कहा कि राजन आपको जो बीमारी है उसके लिये उत्तम औषधि है आम त्याग । राजन ने आम खाना बंद कर दिया । धीरे-धीरे बीमारी में सुधार होता गया । एक दिन ऐसा आया राजा बिल्कुल स्वस्थ हो गया । एक बार राजा अपने मंत्री को साथ में लेकर घूमने निकला । घूमते-घूमते एक आम के बगीचे की ओर चला गया । मंत्री के मना करने पर भी राजा नहीं माना और बोला आम खाने का त्याग है बगीचे में जाने का त्याग तो नहीं है । आखिर राजहट के कारण वह चला ही गया । जैसे ही आम के पेड़ के नीचे राजा पहुंचा एक पका आम गिरा बहुत अच्छी खुश्बू आ रही थी । राजा ने आम उठाया मंत्री ने कहा- राजन आम छोड़ दीजिये आम आपके लिये यमदूत है । राजन बोला खाने का त्याग है हाथ में पकड़ने का तो त्याग नहीं है । आखिर चंचल चपल जिक्का ने राजा के इस मन का पार्टनरशिप किया और राजा पर आक्रमण बोल दिया अर्थात् राजा ने स्वास्थ्य के विरुद्ध आमरूपी विष खा लिया । ख़ाया तब बहुत अच्छा लगा पर धोड़ी ही देर बाद राजा का स्वास्थ्य बिगड़ा संभल नहीं सका । राजा इस लोलुपता के कारण हमेशा हमेशा के लिये प्रभु को प्यारा हो गया । कैसा लोलुपी इंसान है एक तरफ शुगर की गोली खा रहा है और दूसरी तरफ चासनी भरी जलेबी खा रहा है । एक ओर खासी कम करने के लिये काढ़ा पी रहा है और दूसरी ओर खासी बढ़ाने वाला विषरूप घी शक्कर खा रहा है । एक ओर बैस न बने इसके लिये चूरण खा रहा है, दूसरी ओर केला, मूंगफली, मटर खा रहा है । एक ओर मोटापा कम करने के लिये दौड़ लगाता है व्यायाम करता है दूसरी ओर मोटापा बढ़ाने वाला भोजन करता है । धिक्कार है ऐसी लोलुपता की । ऐसी लोलुपता करने के बाद भी यह मन असंतुष्ट ही रहा, लालसा कम न हुई । मरघट में जाने के बाद अवश्य यह लोलुपता छूट जायेगी ।

(अधिक भोजन)

बन करके विवेकहीन - भोजन अधिक वो कर लेता ।**उसे पचाने घूम घूम कर - प्राण जीवों के हर लेता ॥**

लोलुपी इंसान जब भोजन करने बैठता है तब विवेक विचार सोच समझ सब कुछ खो बैठता है और आवश्यकता से अधिक भोजन इस तन रुपी टैंकर में डाल देता है यानि पेट के क्षैत्रफल का १०% भी खाली नहीं रखता । हो सकता है १०% ऊपर तक भर देगा । अरे सामान्य पानी, तेल, दूध, गैस आदि के टैंकर भी अपनी कैपिसिटी से अंदर माल भरते हैं । लोभ से यदि अधिक भर दिया तो विस्फोट होने का डर रहता है पर इस जिन्हा लोलुपी को तो अपने पेट रुपी टैंकर में विस्फोट होने का डर ही नहीं है और अधिक भोजन डाल देगा । जब थोड़ी देर बाद पेट में खलबली मचती है तब खोई हुई बुद्धि, विवेक विचार सबकुछ जागृत हो जाता है । अब पेट को ठीक करने के लिये व्यायाम करता है दौड़ लगाता है अब पुनः विवेकहीन हो कर पाप कमाता है । दौड़ लगाने में क्या इर्या समिति का पालन हो रहा है ? अरे रात के अंधेरे में, घास में, जूते पहनके दौड़ रहा । वहां कुछ भी जीव की विराधना नहीं दिख रही वहां तो बस पेट को कम करने की बात ही दिख रही है । जीव मरे चाहे न मरे लेकिन बिना देखे चलने पर जीव विराधना का पाप तो लग ही गया । अगर देखकर चल रहे हैं अचानक आपके पैर के नीचे कोई जीव आकर मर गया आप पाप के भागी नहीं है । इसलिये समितिपूर्वक नीचे देखकर चलना चाहिये पर ऐसीआराम से जिंदगी जीने वालों के लिये इन सब जीव विराधना से कोई मतलब नहीं । इस तन की कितनी चिंता है इसको संभालने के पीछे पूरा समय निकालता है जल्दी उठ जाता है एक दो घंटे गवाकर जा जाता है पर अगर मंदिर जाने को भगवान की परिक्रमा लगाने को कहेगें तो एक ही जबाव मिलेगा समय नहीं । यानि पुण्य कार्य करने का समय नहीं, पाप कार्य के लिये समय ही समय । शरीर बिगड़ने का डर है इस डर से जिसने जो कुछ कहा किया पर पाप से डर नहीं है इसलिये मंदिर की वेदी की परिक्रमा से इंकार कर दिया समय नहीं

पहले तो इस प्रकार की लोलुपता से भोजन ही मत करो कि जिसे पचाने के लिये पाप कमाना पड़े । अज्ञानता से कर भी लिया तो उसे पचाने में पुण्य का सहारा लो । अर्थात् अंधेरे में हरी घास में, जूते पहनकर घूमने की अपेक्षा नीचे देखकर मंदिर में भगवान की परिक्रमा लगाओ पुण्य भी होगा और पेट भी कम होगा ।

(प्रमाद से हिंसा)

मरे चाहे ना मरे जीव - बिन देखे जो है चलता ।**धर्म अहिंसा अणु महाव्रत - कभी न उसके पलता ॥**

पहले के पद्य के अर्थ में ही बता चुके हैं (प्रवचनसार पे.५१२)

मरतु व जियतु व जीवो, अयदाचारस्स णिच्छिदा हिंसा**पयदस्स पत्थिबन्धो, हिंसा मत्तेण समिदस्स**

बिना देखे चलने पर जीव मरे चाहे न मरे पाप लगेगा लेकिन यही सावधानीपूर्वक चल रहे हैं फिर भी कोई जीव पैर के नीचे आकर मर जाये तो पाप नहीं । अतः इर्या समिति से चलना चाहिये । इर्या समिति से चलने पर श्रावक के लिये अहिंसा अणुव्रत का पालन होगा व साधु के लिये महाव्रतों का पालन होगा । एक मिथ्यादृष्टि कहता है समितियों का पालन करना तो साधुओं के लिये है हमारे लिये नहीं है । आप की बात सत्य है यह इर्या समिति साधुओं के लिये है । ऐसा करके आप बिना देखे दिन में रात में ऊपर नजर उठाकर चल रहे हैं । जीवों की विराधना कर रहे हैं । ऐसी स्थिति में आपके अहिंसा अणुव्रत का पालन कैसे होगा । नहीं हो सकता, अतः आप श्रावक की श्रेणी में भी नहीं आ सकते क्योंकि प्रथम अणुव्रत का ही पालन नहीं हो रहा तब फिर आप महाव्रती कैसे बन पायेंगे । अभ्यास तो छोटे से ही होता है अगर श्रावक अवस्था में अपने अणुव्रतों का पालन नहीं किया और महाव्रती बन गये और जब व्रतों का पालन कठिन लगा तब फिर परिणामों से गिरने लगे । एक दिन ऐसा भी आयेगा कि आप पद से भी गिर जायेंगे । जगत सारा आपकी करनी पर हंसेगा । जग तो हंसेगा, कर्मों में फंसेगा, नरकों में जाकर बसेगा । ऐसा कार्य मत कर और इर्या समिति से चलकर अहिंसा अणुव्रतों का पालन श्रावक करें और महाव्रतों का पालन साधु करें ।

निरख निरख पग धरत रहो- जीव जंतु बच जाये ।**धर्म अहिंसा हो पालन - अतुल पुण्य कमाये ॥**

लोक में प्रचलित है - गंगा पाप नाशक है, चंद्र ताप नाशक है,
कल्पवृक्ष दीनता का नाशक है पर साधु समागम मिलने से
पाप, ताप और दीनता तीनों का नाश एक साथ हो जाता है ।

(भोजन कथा छोड़ो भोजन चालीसा पढ़ो)

भोज कथा ना पढ़ो सुनो - वो पाप का कारण होती है ।

भोजन चालीसा पढ़ ले - जीवन बन जाता मोती है ॥

पाप को बढ़ाने वाली चार विकथार्यें हैं । राज कथा, चोर कथा, स्त्री कथा और भोज कथा । इन चारों विकथाओं को सुनने पढ़ने से दूर रहना चाहिये । राज कथा सुनने पढ़ने से अंतरंग राजनीति करने के भाव पैदा हो जायेंगे जो पाप के कारण है । हम धर्म नीति पर चल रहे हैं । ठीक है लोग कहते हैं कि राजनीति में अगर धर्मनीति घुस गई तो गाँव, जिला, राज्य व देश का हित होगा क्योंकि वो नेता धर्मात्मा होगा । लोगों के सुख-दुःख की बातों को सुनेगा उनकी समस्याओं को दूर करेगा । लेकिन अगर धर्मनीति में राजनीति घुस गई तो धर्म टूट जायेगा, समाज बंट जायेगा । समाजसेवी हट जायेंगे । धर्मात्मा घट जायेंगे, मन आपस में फट जायेंगे, साधु मठ से जायेगा पाप बढ़ जायेगा इसलिये ऐसी राज कथाओं को नहीं पढ़ना चाहिये । चोर कथा पढ़ने सुनने से चोरी के भाव पैदा होने । एक होती है काली चोरी जो रात में चोर लोगों के घरों में घुसकर धन दौलत चोरी कर लेता है , वह काली चोरी है । दूसरी है सफेद चोरी दिन दहाड़े छलकपटपूर्वक किसी की धरोहर हड़प लेना ऐसे चातुर्य पूर्वक हड़पता है कि सामने वाले को अपनी हानि का पता ही नहीं चलता ये है सफेद चोरी । स्त्री कथा पढ़ने सुनने से मन कमजोर हो तो स्त्रियों के प्रति दुर्भावनायें पैदा हो जायेगी, मन चलायमान हो जायेगा । इसलिये बच के रहे और अब अंतिम भोजन कथा । भोजन कथा पढ़ने सुनने से आहार संज्ञा जागृत होती है वो संज्ञा पाप का कारण होती है । बार-बार खाने खाने के ही भाव पैदा हो जायेंगे लेकिन इससे इसके विपरीत भोजन चालीसा पढ़ेंगे सुनेंगे तो भोजन के प्रति वैराग्य के भाव जागृत होंगे । यही भोजन त्याग के भाव समाधिमरण में सहायक होंगे और जब त्यागपूर्वक समाधिमरण हो गया तो समझो यह हमारा जीव पानी की बूँद से मोती बन जायेगा इसलिये पाप को घटाने व पुण्य को बढ़ाने के लिये मन, वचन, काय से देव, शास्त्र, गुरु की साक्षीपूर्वक भोजनकथा को छोड़कर भोजन चालीसा पढ़ने का अभ्यास दिन बूना रात चौगुना बढ़ाना चाहिये ।

**जीवन में क्या पढ़ना क्या नहीं पढ़ना इतना ज्ञान
अगर हो जाये तो जीव अपना कल्याण कर लेगा ।**

(चिंतन बढ़ाओ)

भोजन चालीसा पद सुनकर - चिंतन मन में बढ़ाओ ।**जीवन में परिवर्तन करके - स्वर्ग मोक्ष पद पाओ ॥**

जिस प्रकार खाते खाते खाने का चिंतन बढ़ाते जाते हैं पापमय प्रवृत्ति में प्रवेश करते जाते हैं, व्यापार करते करते व्यापार का चिंतन बढ़ाते जाते हैं, गीत भजन गाते गाते गीत भजन का चिंतन बढ़ाते जाते हैं वैसे ही भोजन चालीसा पढ़ते पढ़ते गहराईयों में उतरकर अपना चिंतन बढ़ाओ । भोजन चालीसा पढ़ने और सुनने के बाद जितना बन सके जीवन में परिवर्तन लाने की कोशिश करो जीवन में आनंद छा जायेगा । खाने पीने की लालसा में संतोषवृत्ति धारण कर जीवन में बदलाव लाओ । मैं क्या खा रहा हूँ कितना खा रहा हूँ जो खा पी रहा हूँ वह योग्य है या अयोग्य । अगर अयोग्य चीज खा रहा हूँ तो किसकी संगति से खा रहा हूँ क्योंकि जीवन में संगति का बहुत प्रभाव पड़ता है ।

दुर्लभ है निगोद से स्थावर अरु त्रस गति पानी ।**नर काया को सुरपति तरसे सी दुर्लभ प्राणी ।**

निगोद से स्थावर पर्याय बड़ी कठिनता से प्राप्त होती है । स्थावर पर्याय से त्रस पर्याय प्राप्त होना दुर्लभ है । त्रस पर्याय में मनुष्य पर्याय मिलना कठिन है । इस मनुष्य पर्याय को पाने के लिये देवता भी तरसते हैं । उत्तम देश सुसंगति दुर्लभ श्रावक कुल पाना । मनुष्य पर्याय भी मिल गई लेकिन उसमें भी उत्तम देश मिलना कठिन है, उत्तम देश भी मिल गया पर उससे भी कठिन है सुसंगति मिलना, सुसंगति से भी ज्यादा दुर्लभ है श्रावक बनना इसलिये अच्छी संगति करके सच्चे श्रावक बनना चाहिये । भोजन चालीसा पढ़कर अपना यही चिंतन बढ़ाओ कि मेरा खान पान किसकी संगति से बिगडा है उसकी संगति मुझे छोड़ देनी चाहिये तभी मैं सच्चे श्रावक के पद को पा सकूँगा अन्यथा खोटी संगति मेरे इस दुर्लभ जीवन को व्यर्थ में बर्बाद कर देगी, ऐसा चिंतन करना चाहिये । बहुत से लोग त्याग में कदम रखना चाहते हैं पर मैं त्याग कर दूँगा तो दूसरे क्या कहेंगे, इस भय से त्याग के मार्ग में ढीले पड़ जाते हैं । उन्हें अपनी चिंता नहीं है मेरी आत्मा का कितना बिगाड़ हो रहा है उन्हें दूसरों की चिंता है । आत्म कल्याण तो स्वयं की चिंता करने में है ।

उत्तमा स्वात्म चिंता स्यात्, देह चिंता च मध्यमा ।**अधमा काम चिंता स्यात्, पर चिंताऽधमाधमा ॥**

अपनी आत्मा की चिंता करना उत्तम है, देह की चिंता करना मध्यम है, काम भोगों की चिंता करना अधम है और अधम से भी अधम है दूसरों की चिंता करना ।

(मन को नहीं तन को देखो)

मन के मते ना भोजन करना - थोड़ा तन को देखो ।**मन चंचल बेईमान बड़ा है - गुरुजी कहे अनेको ॥**

हे भाई अगर तुम्हें स्वस्थ बने रहना है, त्याग में प्रवृत्ति बनाये रखना है तो धर्म को दिल में धरना हो तो मन के अनुसार भोजन मत करना तन को देखकर तन के अनुसार भोजन करना । मन तो चंचल है इसे स्थिर करने के लिये धर्म रुपी जहाज की मस्तूल पर बैठा दो ।जैसे समुद्र में एक जहाज के मस्तूल पर एक पक्षी बैठ गया अब जहाज बीच समुद्र में चला गया अब वह पक्षी उड़कर जायेगा तो कहां जायेगा वापस जहाज पर ही बैठेगा । उसी प्रकार इस मन रुपी पक्षी को इस संसार सागर में धर्म रुपी जहाज पर आरुढ़ कर दो फिर यह मन कुछ समय के लिये अगर भटक भी जायेगा तो कहां जायेगा वापस धर्म में ही लगेगा इसलिये हमें चाहिये मन को संभाले । भोजन करते करते तन तो भर जाता है पर यह मन नहीं भरता है । मन सोचता है पेट क्यों भर गया, अभी थोड़ा और खा लूं तो अच्छा रहेगा । वो तो खाना ही बाकी रह गया, तन में पचाने की शक्ति नहीं है लिवर खराब है फिर भी यह मन बाटी दूध की रबड़ी, बादाम का हलुवा मंगवा रहा है । अब आप ही सोचे आपने तन को नहीं देखा मन के अनुसार भोजन कर लिया अब आपके तन का क्या होगा ? अब बैचेनी बढ़ी मन में यही सोच रहा है ये चीजें मैंने नहीं खाई होती तो अच्छा होता । मूंग की दाल व बलिया खाया होता तो अच्छा होता । ये पहले सोचना था वैसे भी हमारी पुरानी आदत है हम गुरुवर के उपदेश को एकाएक ग्रहण नहीं करते । गुरुजी ने कहा था पार्टी में जा रहे हो तो सोच समझकर खाना । पेट जो मांजे वो खाना क्योंकि वहां तो सैकड़ों चीजें बनी होगी मन तो तेरा करेगा कि मैं सब कुछ खा लूं पर बेटा अपने स्वास्थ्य के अनुकूल खाना । मैंने गुरुजी की बात पर ध्यान नहीं दिया तन से विपरीत बाटी रबड़ी, बादाम का हलुवा खा लिया । मूंग की दाल की खिचड़ी छोड़ दी अब मुझे गुरुजी की बात याद आ रही है । एक नहीं अनेक गुरुओं के उपदेश सुने पर मानी किसी की नहीं । मनमानी चेष्टायें की अगर सच्चे दिल से आर्षमार्गी किसी एक भी गुरु की वाणी दिल में धरली होती तो आत्मा का कल्याण हो जाता मैं इतना दुःख ना पाता ।

पहले मकान कच्चे थे पर रिश्ते सच्चे थे और आज....

(शक्ति का साधन)

पढ़े सुने भोजन चालीसा - मन शान्ति को पाये ।**अनादिकाल से खाने का - संस्कार ढीला हो जाये ॥**

वैसे तो यह मन शान्ति का साधन है पर कभी कभी बाह्य कारणों से यह मन अशांति को प्राप्त हो जाता है । मंदिर शांति का प्रतीक है । जब घर का वातावरण खराब हो जाता है । सास बहू की, देवरानी जेठानी की, भाई भाई की, पिता पुत्र की आपस में खींचातानी हो जाती है तब यह मन अशांत हो जाता है । बिना कारण के खींचातानी नहीं होती है उसके पीछे कुछ न कुछ कारण होता है जैसे सास बहू में खींचातानी का कारण अहंकार मेरे को बिना पूछे ये कैसे कर दिया, मेरे को बताये बिना ही चली गई, मेरे को पूछ के करती । ये अहंकार सास का होगा । मैं छोटी थोड़ी हूं मैं बड़े घर की हूं, मैं पढी लिखी हूं, मुझे सब कुछ आता है, मैं क्यों पूछूं ये अहंकार बहू का होता है । इसी प्रकार सभी में कुछ न कुछ अहं भाव के कारण, खटापटी हो जाती है, मन अशांत हो जाता है तब शांति पाने के लिये इंसान प्रभु के दरबार में चला जाता है लेकिन इस (इगो) अहंकार के कारण मंदिर में भी प्रभु के पुजारी आपस में भिड जाते हैं । जहाँ शांति चाहिये धी वहीँ क्रांति हो गई । मेरे द्वारा ब्रह्मचर्य अवस्था में स्वरचित गाया गया भजन एक बार अवश्य सुनना व देखना चाहिये www.vasupujyasagarji.com इंटरनेट पर भी है भजन के बोल हैं (तर्ज- मोक्ष के प्रेमी हमने कर्मों से लड़ते...)

प्रभु के पुजारी हमने पूजन को करते देखे**कभी कभी तो हमने मंदिर में लड़ते देखे**

मंदिर में लड़ाई का कारण मेरे आने से पहले तुमने नहवन कैसे कर लिया । तुमने ज्यादा सामग्री क्यों चढ़ा दी, मेरे बिना मिटिंग में प्रस्ताव पास क्यों हुआ । आदि इन अहं के कारणों से मंदिर भी लड़ाई झगड़े का घर बन गया है । घर में शांति नहीं, मंदिर में शांति नहीं अब कहाँ जाये अब तो एक ही उपाय है आत्म ध्यान करो और जिन जिन कारणों से अशांति फैल रही है उन कारणों को मिटाने का प्रयास करो । भक्त ने गुरु उपदेश से वैसा ही प्रयत्न किया तो अब चारों ओर शांति ही शांति छा गई । बस उसी प्रकार जब कभी भोजन के कारण मन में अशांति छाने लगे आकुलता छाने लगे तब उस आकुलता को मिटाने का एक मात्र कारण है भोजन चालीसा पढ़ना सुनना । इससे भोजन की आकुलता मिटेगी, मन संतुष्ट होगा और जो अनादिकालीन खाने का संस्कार है खाऊँ खाऊँ उस संस्कार से मन ढीला होगा ।

(समाधिमरण में सहायक)

मरण समाधि में होता - भोजन चालीसा सहायक ।

जिव्हा लोलुपी के लिये - बड़ा ही है दुःखदायक ॥

सम्यक श्रद्धाधारी पुनी सेवहु सम्यक् ज्ञान ।

स्वपर अर्थ बहु धर्म युत ज्यों प्रकटावन भान ॥

सम्यग्दर्शन को धारण करके फिर सम्यग्ज्ञान को धारण करना चाहिये । क्यों यह ज्ञान अनेक धर्मों से सहित स्व और पर पदार्थों को प्रकट करने में सूर्य के समान है । यह सम्यग्ज्ञान स्व क्या है पर क्या है इसका ज्ञान कराता है । ज्ञान के बिना यह जीव पर पदार्थ को स्व अपना मानता है और जो अपना है उसे पर मानता है । जिस प्रकार कुत्ता हड्डी का टुकड़ा चबाने जाता है तब उस कुत्ते की जीभ कट जाती है, गुंह से खून आने लगता है वह कुत्ता उस हड्डी मिश्रित खून को घाटकर बड़ा प्रसन्न होता है । उसे ये ज्ञान नहीं है कि वह खून किसका है वह उस खून को हड्डी से निकला हुआ समझकर प्रसन्न होता है और स्वयं के खून को पर का खून समझ रहा है और आनंदित हो रहा है पर जब हड्डी को छोड़ देगा फिर भी खून निकलता रहेगा । जब कष्ट का अनुभव करेगा तभी मालूम पड़ेगा मैं जिसे पर का खून समझ रहा था वह तो मेरा ही खून था । उसी प्रकार जिस भोजन को लोलुपतापूर्वक खाते हैं और जिसे शरीर के लिये सुखदायक मानते हैं वह शरीर के लिये बड़ा ही दुःखदायक है । जिस प्रकार चोर के लिये उजाला, कंजूस के लिये दान, शीत प्रकृति वालों के लिये ठण्ड, उष्ण प्रकृति के लिये गर्मी, कुंभकार के लिये बारिश, किसान के लिये अकाल (सूखा) होटल वालों के लिये दसलक्षण पर्व, आतंकवादी के लिये सैनिक इस प्रकार और भी कई चीजें एक दूसरे के लिये दुःखदाई होती हैं । उसी प्रकार जिव्हा लोलुपी के लिये यह भोजन चालीसा दुःखदाई सिद्ध हो सकता है क्योंकि इसमें सारी रामायण भोजन के त्याग से संबंधित गाई है और जिव्हा लोलुपी इसे त्याग करना चाहता नहीं लेकिन यह भोजन चालीसा समाधिमरण करने वालों के लिये बड़ा ही सुखदायक है क्योंकि जब समाधि लेली पर खाने की इच्छायें कम नहीं हो रही है उस समय यह भोजन चालीसा उस श्रावक के लिये धीरे-धीरे समयानुसार स्थिति को देखकर भोजन त्याग करवाने में अवश्य सहायक होगा ।

(बार बार पढ़े)

**एक बार पढ़ने से भाई - कभी ना मन भर पाये ।
बार बार जो पढ़े चालीसा - मन पुलकित हो जाये ॥**

उस गाय के बछड़े को राजा ने एक बार उठाकर छोड़ दिया । बार बार नहीं उठाया, राजा हार गया....। कथानक इस प्रकार से है एक बार हंसी हंसी में राजा ने रानी से पूछा अपने दोनों में से ताकत किसकी ज्यादा है तब रानी ने कहा इस बात का निर्णय तो प्रेवटीकल करने पर ही होगा । अब ये निर्णय लिया गया कि अपने यहां एक गाय का बछड़ा है उसे उठाते हैं देखते हैं कौन उठा पाता है प्रथम राजा गया और उसने एक ही बार में गाय के बछड़े को अपने हाथों में उठा लिया । राजा की जय जयकार हो गई । राजा सोच रहा है रानी अवश्य हार जायेगी क्योंकि है तो आखिर स्त्री । स्त्रियों में ताकत कहां होती है वैसे ही स्त्रियां कमजोर होती हैं हाँ लड़ाई झगड़े में न जाने कहां से गुरसे के मारे ताकत आ जाती है । पता नहीं जो काम आधे घंटे में होना है वा पंद्रह मिनिट में हो जायेगा । जो बर्तन एक साल तक चलना है वो छः महिने में ही फेंकने के योग्य हो जायेगा । पानी से भरे हुये जिस मिट्टी के मटके को दो लोग मिलकर उठाते थे आज गुरसे के मारे अकेले ही उठा लिया । हाँ इतना अवश्य है कि वो मटका अब कल काम में नहीं आ सकता । ये हैं जिस बच्चे को खिलाने के लिये मम्मी को पीछे पीछे भागना पड़ता था आज मम्मी के तेवर देखकर स्वयं सामने से खाने को आ गया ये है स्त्रियों में गुरसे वाली ताकत....रानी गई बछड़े को उठाने की कोशिश कर रही है पर सफलता नहीं मिल रही है । राजा मंद मंद मुस्कुरा रहा है लेकिन आखिर रानी ने भी बछड़े को उठा ही लिया । अब दोनों की ताकत बराबर कहलाई । कुछ दिनों बाद फिर ताकत की परीक्षा करने के लिये उसी गाय के बछड़े को चुना गया । अब तो वह बछड़ा बड़ा हो गया था बैल बन गया था । राजा गया पर वो बछड़े को न उठा सका । अब राजा सोचता है रानी भी नहीं उठा पायेगी पर रानी ने उस बैल को झटके में उठा लिया । राजा का चेहरा नीचे हो गया । ऐसा क्यों हुआ क्योंकि राजा ने अभ्यास नहीं किया उसी दिन बछड़े को उठाया था कि आज फिर उठाने आया सो हार गया । रानी ने उस दिन के बाद वह जितनी बार गौधाला में जाती थी उतनी बार उस बछड़े को एक बार उठाकर छोड़ देती थी । इस बार-बार के अभ्यास के कारण रानी जीत गई । इसी प्रकार इस भोजन चालीसा को बार-बार पढ़ने से मन में संतुष्टि होगी मन पुलकित होगा और त्याग भाव जागृत होंगे । यही त्याग भाव समाधि में सहायक होंगे ।

(खान पान में हो सुधार)

खान पान में हो सुधार - ये है तन का आधार ।**इसी तन से तप होता - ले जाये मोक्ष के द्वार ॥**

मकान तैयार करने के लिये नींव आधार होती है । नींव की मजबूती के बिना मकान कभी भी ढह सकता है, मिट्टी का ढेर बन सकता है । लौकिक मकान की नींव मजबूत करने के लिये चूना, पत्थर, सीमेंट, बालू, लोहा सब कुछ ए ब्रेड का लिया जाता है तभी उसके ऊपर खड़ा मकान टिक पायेगा और मोक्ष महल की नींव मजबूत करने के लिये व्रत, जप, तप, संयम, त्याग, स्वाध्याय रुपी माल डालकर नींव मजबूत की जायेगी तभी मोक्ष महल तैयार हो सकता है यह एक आधार है बच्चों को सुसंस्कारित करने में माता-पिता पहले गुरु हैं वे ही आधार हैं । दूसरे गुरु लौकिक शिक्षा देने वाले, तीसरे गुरु धर्माचार्य , बालक को माता पिता धर्माचार्य के पास सबसे कम समय के लिये भेजते हैं । यहां तक कुछ अधर्मात्मा माता पिता स्वयं भी नहीं जाते है और न ही बच्चों को जाने देते हैं । कुछ धर्मात्मा माता-पिता जाते भी है तो बच्चे को बहुत कम समय के लिये साथ में लेकर आते हैं । साथ में लेकर आते हैं क्योंकि उनके मन में भय है कहीं अकेला छोड़ दिया और गुरु का उपदेश दिल में घर कर गया तो वैरागी बन जायेगा । ऐसी भावना अंदर में रखते हैं लेकिन ध्यान रखना आपका भय आपकी स्वार्थ भावना आपको ही खा जायेगी । बच्चा बड़ा हो गया धार्मिक संस्कार नहीं है तो वो आपको बुढ़ापे में लात मार कर निकाल देगा पर बचपन में गुरुओं से जिस बालक ने धार्मिक शिक्षा ग्रहण की है वो बुढ़ापे में माता पिता का सहारा बनेगा लेकिन सबसे कम समय के लिये इन धार्मिक गुरुओं से मिलता है धार्मिक गुरुओं से कुछ अधिक समय लौकिक गुरुओं को मिलता है बच्चों को संस्कारित करने के लिये लेकिन सबसे अधिक समय माता-पिता को मिलता है इसलिये माता पिता ही बच्चों को संस्कारित करने में सर्वप्रथम आधार माने गये हैं । उसी प्रकार इस मोक्षप्राप्ति के लिये तन ही आधार है । बिना तन मिले मोक्ष नहीं हो सकता है । सभी तन मोक्ष के आधार नहीं है । जिस तन से तप होता है वो ही तन मोक्ष का आधार है और हमारे खान पान के सुधारने पर ही यह तन भी तप करने में सहायक होता है । खान पान को नहीं सुधारा, जाप सामायिक के लिये बैठे तन में बैचेनी बढ़ी बीच सामायिक छोड़कर भागना पड़ेगा । धर्म गुरु रुपी वैद्य की बात स्वीकार करके आवश्यक क्रियाओं में बाधा डालने वाले भोजन पान को मन, वचन काय से त्याग करे । सुधार करे, यही मोक्ष का आधार है ।

(घर का भोजन लगे न अच्छा)

स्वाद नहीं आये भोजन में - माता घर में बनाये ।

ऐसा वैसा बनाया कैसे - नखरे बड़े दिखाये ॥

घर का भोजन लगे ना अच्छा, कहता आज का बच्चा ।

होटल और बाजारों में खाके आता, सब कुछ कच्चा ॥

जिन्हा लोलुपियों की हालत बड़ी दयनीय एवं बड़ी करुणाजनक होती है । घर में माता बहनों द्वारा बनाया गया शुद्ध मर्यादित भोजन उन्हें अच्छा नहीं लगता । बनता तो अच्छा है पर संस्कारवश अब वो अच्छा नहीं लगता । बचपन से ही बाहर के गुलगुले, कुरकुरे, गोलगप्पा, आईस्क्रीम, मटका कुल्फी, आलु बंडे, समोसे और भी अनेक आइटम खाने की आदत डाल दी, पहले हमने प्रमादवश ये आदतें डाली । बच्चा रो रहा है तो कौन घर में बनाये ? दो, चार, पांच रुपया दिया बच्चा खा के आ गया, काम गिपट गया, हम भी प्रसन्न और बच्चा भी प्रसन्न, लेकिन यह खोटी प्रसन्नता अब हमारे गले में ही पड़ी । अब बड़े हो गये पर वो जो होटल बाजारों के खाने का चस्का पड़ा वो पीछा कर रहा है । अब तुमने कितना भी स्वादिष्ट टेस्टी भोजन बनाया है पर उसे तो अमुक होटल की नमकीन ही पसंद है । चाहे वो नमकीन रात को बनी हो, कढ़ाही में गिरे मछरों वाले तेल में तली हो वो ही नमकीन अच्छी लगेगी । तुम्हारे घर की शुद्ध तेल की नमकीन अच्छी नहीं लगेगी । आपने स्वयं देखा होगा होटल बाजारों में प्रायः करके बड़े बड़े कड़ाहे तेल से भरे हुये खुले पड़े रहते हैं ऊपर बल्ब जल रहा है । कीट पतंगे गिर रहे हैं । उसी तेल में तला हुआ पकवान खाकर आ जाते हैं । जानते हुये भी अंधे बनते हैं । बाहर खाने के लिये किसी न किसी तरह का बहाना बनाकर चले जायेंगे । ये तो बच्चों की बात है । आजकल के माता पिता अपनी बच्चियों को खाना बनाना नहीं सिखाते अगर भोजन बनाना आता भी होगा तो अपनी मजबूरी बताकर बाहर से टिफिन मंगवाकर भोजन करेंगे । पति पत्नि दोनों गौकरी वाले १० बजे झूटी पर जाना है रात में १, २ बजे सोना है सुबह ९ बजे उठना है र्नाग किया चले गये झूटी पर । अब बताओ इनको भोजन बनाना आता है फिर भी टाइम टेबल की अव्यवस्थाओं के कारण बाहर का भोजन करना पड़ रहा है । थोडा प्रमाद छोडकर रात में १० बजे सो जाये प्रातः ४ या ६ बजे उठ जाये, र्नाग, देवदर्शन आदि क्रियायें करके ८ बजे तक भोजन बनाकर ९ बजे प्रातःकाल का भोजन करके शाम का टिफिन साथ में लेकर जा सकते हैं । आराम से घर का शुद्ध सात्विक भोजन कर सकते हैं । प्रमाद छोड़े तब कर सकते हैं ।

(पसीना युक्त स्वादिष्ट भोजन)

जिद्दा लोभी घर को छोड़ - भोजन को बाहर जाये ।**गिरे पसीना टप टप उसमें - बड़े स्वाद से खाये ॥**

ओ हो ! मैं घर से टिफिन ले जाकर बाहर ऑफिस में जा कर खाऊँ, मेरी क्रेडिट खराब नहीं होगी, क्या ? सभी लोग मुझे क्या कहेंगे । लोगों के कहने की चिंता से पाप भरा, जीवों से भरा, टप टप टपकते हुये पसीने से भरा हुआ होटल बाजारों का भोजन खाता है ।

भजन के बोल- हे होटल के खाने वाले

गर्मी के मौसम में आटा पूड़ी बनाने सनता है टप टप टप शुद्ध पसीना उस आटे में गिरता है - इस का पूरा वीडियो दिखाया गया है मेरे द्वारा स्वरचित स्वरस्वर में गाया गया यह भजन एक बार अवश्य देखें व सुने । (www.vasupujyasagarji.com इंटरनेट पर उपलब्ध है ।) सज्जन व धर्मात्मा कोई एक प्रतिशत होटल वाला हो तो ऐसा घृणित कार्य नहीं करेगा । बाकी तो ९९% होटल बाजारों में ऐसा ही अशुद्ध भोजन मिलता है । डिब्बा भर तेल में अगर कोई पचेन्द्रिय चूहा आदि गिर जाये तो क्या वो डिब्बे का तेल फेंक देगा ? बाहर का खाने वालों जरा सोचो, चिंतन करो, अरे वो जीव को निकालकर फेंक देगा और उसी तेल में आपको गरमागरम समोसा बनाकर खिला देगा आपको पता भी नहीं चलेगा । आंखों से अंधे होकर खा लोगे । गर्मी के मौसम में वहां पर माल तैयार किया जाता है । बड़ी बड़ी परातों में आटा मांड़ा जाता है । मांड़ने वाले का पसीना भी उसी आटे में गिर रहा है उसी आटे की पूड़ी, लच्छेदार पराठा....अरे क्या टेस्टी था उसी परीने का स्वाद था इसी कारण अधिक टेस्टी लगा । कहावत है **जनती लुगाई व बनती मिठाई** को अगर देख लें तो विषय भोग एवं मिठाई खाने दोनों से वैराग्य हो जायेगा । बच्चे को पैदा करने वाली स्त्री का व बच्चे का कष्ट यदि एक बार दिख जाये तो संसार शरीर व भोगों से विरक्ति हो जायेगी । उसी प्रकार होटल बाजारों की मिठाई बनते हुये यदि दिख जाये तो उस मिठाई के प्रति घृणा हो जायेगी लेकिन यतों में बनते समय गिरे हुये कीट पतंगों से युक्त मिठाई जब दुल्हन की तरह सज धजकर काँच की पेटी रुपी मंडप में बैठती है तब हर एक का मन लुभावना हो जाता है । बंधुओं ऐसा भोजन आपका धर्म और धन दोनों नष्ट करता है । उतने ही रुपयों से लाई हुई सामग्री का भोजन घर में करेंगे तो पूरा परिवार खायेगा और बाहर खायेंगे तो इतने ही रुपये से अकेले का पेट भरेगा। लोलुपता छोड़े व घर का भोजन करें ।

(भोजन में अपना पराया पन)

कभी कभी तो ये भोजन भी - अपना पराया करावे ।**अपनो को वे अधिक माल - कुछ भी ना खाया गुण गावे ॥**

नगर, राज्य, देश व भाइयों के बंटवारे के तीन कारण है । जर- रुपया, पैसा, सोना, चांदी चल संपत्ति, जोरु- रत्री (गारी) व जमीन -अचल संपत्ति ये तीन आपसी प्रेम में फूट डाल देते हैं । राज्य का बंटवारा करवा देते हैं लेकिन इस भोजन के बारे में बहुत कम लोग जानते है कि यह भोजन भी मतभेद, मन भेद, लड़ाई, बंटवारा करवा देता है । बड़ा भाई अपने बच्चे के लिये व छोटे भाई के बच्चे के लिये दोनों हाथों में दो आईसक्रीम लेकर आया लेकिन एक हाथ में छोटी और एक हाथ में बड़ी आईसक्रीम थी । जब बड़ा भाई आईसक्रीम लेकर घर के सामने आया तब दोनों बच्चे दौड़े जिस हाथ में बड़ी आईसक्रीम थी उस हाथ की तरफ छोटे भाई का बच्चा दौड़ कर आ रहा था और जिस हाथ में छोटी थी उस ओर स्वयं का बच्चा दौड़ा आ रहा था तभी बड़े भाई ने हाथ की आईसक्रीम पलट ली अपने बच्चे को बड़ी व भाई के बच्चे को छोटी आईसक्रीम पकड़ा ली । यह सारा दृश्य छोटा भाई मकान की छत पर बैठे बैठे देख रहा था छोटे भाई के मन में तुरंत मन मुटाव आ गया । आखिर धीरे धीरे भाइयों का प्रेम टूटा, बंटवारा हो गया । इस आईसक्रीम ने अपना पराया करवाया । अपना बेटा, पराया बेटा ये तो हमारे महाराज हैं अच्छा अच्छा बनाओ, ये महाराज हमारे नहीं है सादा आहार तैयार कर दो । इस भोजन ने साधुओं को भी नहीं छोड़ा । अपनों को भर भर खिला पिलाकर कहेगा कुछ भी नहीं खाया । ये स्वार्थ भावना है ऐसे लोग संघ, समाज, घर सब जगह फूट डाल देंगे । जो भोजन में अपना पराया करते हैं ऐसे लोगों से सावधान रहना चाहिये । बने जहाँ तक ऐसे लोगों को रसोईघर में प्रवेश ही नहीं देना चाहिये । जो पुद्गल पिण्ड क्षण भर में मल के रूप में परिवर्तित होने वाला है । घाटी उतरा मारी

ऐसे भोजन के लिये क्या अपना पराया करना सबको एक समान समझकर भोजन करवाना चाहिये । आपकी वाह वाही होगी, लोगों की दृष्टि आपके प्रति अच्छी होगी इसलिये कहा है -

अपना पराया मत करो - सब हो एक समान ।**स्वार्थ भावना छोड़ दे - वो ही जग में महान ॥**

**भोजन में अपने पराये का भेद नहीं करना चाहिये
क्योंकि समय निकल जाता है, बात रह जाती है ।**

(भोजन के बहाने से मिलन)

कभी कभी तो ये भोजन भी - मायाचारी कराता ।**करके बहाना भोजन का - अपनो को मिलकर आता ॥**

अपनों को मिलने के कई कारण है उनमें से एक कारण है भोजन का बहाना । उससे भी बढ़कर एक और कारण है तीर्थ यात्रा का बहाना । आज कल लड़के लड़की की सगाई हो जाती है अब शादी से पहले ही तीर्थ यात्रा के बहाने मिलन समारोह कर लेते हैं । वर्तमान की तीर्थ यात्रा क्या है एक तरह से पिकनिक ही है क्योंकि कदाचित् घर में रहेगा तो रात में, होटल बाजार में खाने को नहीं जायेगा, जमीकंद को नहीं खायेगा लेकिन यह छलीकपटी प्राणी तीर्थयात्रा में जाता है वहां कुछ भी नहीं छोड़ता । रात में होटल बाजार जमीकंद सब कुछ खा लेता है तो इसे हम तीर्थ यात्रा कैसे कहेंगे ? ये तो पिकनिक है पिकनिक में पाप कमाया जाता है और तीर्थयात्रा में पुण्य कमाया जाता है । **हरि भजन को आवे थे ओटन लगे कपास** यही हाल आज के तीर्थ यात्रियों का है । पुण्य कमाने को तीर्थ यात्रा करने को निकले पर अपनी खोटी करतूतों से पुण्य पाप में परिवर्तित हो गया । किसी अपनों को मिलना है तो यात्रा के बहाने क्षेत्रों पर मिलन हो जाता है लेकिन वहाँ पर मुख्य उद्देश्य से पाप पुण्य को जोड़े । हमारा मुख्य उद्देश्य तीर्थयात्रा का हो और उसमें किसी अपनों का मिलन हो गया तो पुण्य है लेकिन हमारा मुख्य उद्देश्य मिलन का है और बहाना तीर्थयात्रा का है, तो यहाँ पाप है इसी प्रकार किसी को मिलना है पर सबके सामने जाहिर नहीं कर सकते तब भोजन का बहाना ढूँढते हैं या तो स्वयं उसके घर का निमंत्रण स्वीकार कर लेंगे या जिससे मिलना है उसे अपने घर पर भोजन का निमंत्रण करके बुला लेंगे । भोजन को मायाचारी का अंग बनाना ठीक नहीं है । भोजन तो वैसे भी संज्ञा है जो पाप रूप है । आपने उसमें और मायाचारी की तो ये महापाप हो गया । भोजन के माध्यम से ऐसे महापाप से बचकर जिससे मिलना है सीधे-सीधे मिलकर आ जाये । पाप कम होना लेकिन बहाना बनाने में पाप अधिक होगा ।

एक माँ-बाप सात बच्चों का पालन कर सकते हैं लेकिन दुर्भाग्य है कि सात बच्चे एक माँ-बाप को नहीं संभाल सकते हैं ।

(भोजन में पानी की मात्रा)

एक भाग भोजन से भरना - पानी दुना पीना ।

बिन पैसे की चही औषधि - साल सवा सौ जीना ॥

मूर्ख इंसान रुपया पैसा खर्च करके भी अपनी दवाई ठीक से नहीं कर पाता । पैसा भी खर्च हो रहा है और कुछ फायदा नहीं हो रहा है । बीमार का बीमार बना रहा और बुद्धिमान इंसान अपनी बुद्धि के बल से बिना पैसे की औषधि से ठीक हो जाता है । अपनी अपनी बुद्धिबल है । किसी में बुद्धि अधिक होती है किसी में कम । वैद्यराज जब कुछ दवाई बताते हैं तो जो कम बुद्धि वाले इंसान होते हैं उन्हें वह दवाई रियेक्शन कर जाती है और वही दवाई बुद्धिमानों को फायदा कर जाती है । एक किसान की गाय बीमार पड़ गई । पशु चिकित्सक ने गाय की स्थिति को देखकर बताया कि गाय को पाव भर घी में ५०ग्राम काली मिर्च पिला दो बस मूर्ख किसान ने काली मिर्च तो पिला दी पर घी नहीं पिलाया । अब गाय ज्यादा बीमार पड़ गई, किसान घबराया । वैद्य ने पूछा तुमने गाय को दवाई में क्या दिया । किसान बोला आपने कहा था २५० ग्राम घी के साथ ५० ग्राम कालीमिर्च, मैंने दे दिया । पास में खड़ी किसान की पत्नी बोली घी तो नहीं पिलाया केवल काली मिर्च पिलाई । तब किसान बोला मेरी गाय प्रतिदिन दूध देती है उस दूध का २५० ग्राम ही घी बनता है, मैंने आज दूध निकाला नहीं तो घी पिलाने की आवश्यकता ही नहीं पड़ी क्योंकि घी तो गाय के अंदर ही रह गया ऊपर से काली मिर्च पिला दी । यह सुनकर वह वैद्य हक्का बक्का रह गया कि तुमने गाय का दूध नहीं निकाला तो घी पिलाया नहीं काली मिर्च पिला दी, तो गाय की नमी और बढ़ गई और ज्यादा बीमार पड़ गई । ये ज्ञान तो अवश्य होना चाहिये कि किस चीज के साथ कितनी मात्रा में क्या मिलाने पर फायदा करेगा । मकान बनाते समय सीमेंट, बालू के गारे में कितना पानी मिलाना इस बात का ज्ञान नहीं होगा तो ईंट आपस में जुड़ ही नहीं सकती, समय से पहले ही मकान गिर जायेगा । छत डालते हैं कितनी रेत में कितनी सीमेंट मिलानी चाहिये इस बात का ज्ञान नहीं होगा तो छत टपकने लगेगी । इसी प्रकार स्वस्थ बने रहें इसके लिये भोजन के साथ पानी की मात्रा कितनी होनी चाहिये इसका ज्ञान नहीं है तो वैद्य की दवाई भी काम नहीं करेगी । विद्वानों ने कहा है कि बिना पैसे की दवाई करनी है, वैद्य के पास नहीं जाना है तो एक भाग भोजन दो भाग पानी, एक भाग खाली रखें । स्वरासोच्छ्वास लेने के लिये खाने की लोलुपता छोड़कर प्रमाण का ध्यान रखें, स्वस्थ रहें ।

(भोजन लोलुपी प्राण गवाये)

कांटे में मछली फंसती - भोजन के कारण भाई ।**लोभ छोड़ बच करके रहना - बात है अच्छी बताई ॥**

खाने की लोलुपता भी कभी कभी प्राणों का हरण कर लेती है । मछली का उदाहरण जानते ही हो । आटे की गोली खाने के लोभ में कांटा गले में फंस जाता है और प्राण गवा देती है । चूहा खाने के लोभ में पिंजरे के अंदर चला जाता है, पकड़ा जाता है । दो व्यक्ति घूमने के लिये निकले उनमें से एक था भोजन का लोभी, दूसरा भोजन का संतोषी । कहीं से दो तोते उड़ते हुये आये और उन दोनों के हाथ पड़ गये । एक एक तोता लेकर दोनों अपने अपने घर चले गये । एक तोता लोभी के घर पलने लगा, दूसरा संतोषी के घर पलने लगा । भोजन लोभी के घर में जो तोता था वह प्रतिदिन उस भोजन लोभी की हरकतें देखता था जब वो भोजन करने बैठता तब चिल्लाता खाने को ये नहीं बनाया, वो नहीं बनाया, बताओ वो चीज कहां रखी है, खाते खाते स्वयं उठकर अपनी थाली में भर देता था, फिर भी संतोष नहीं होता था तो मौका पाकर दूसरे के हिस्से का रखा हुआ भोजन भी चोरी से निकालकर खा लेता था। ये सारी दिनचर्या तोता देखता था उसकी भी खाने के प्रति लोभवृत्ति हो गई । दूसरा संतोषी के घर पला, भोजन का संतोषी, जब भोजन को बैठता तब उसके मुंह से यही निकलता था अब बस करो, अब नहीं चाहिये, ये इतना सारा मुझे ही क्यों दे दिया, और लोभ क्या खार्येने, थोड़ा कम कर दो, ये उनको खिला देना, ये उनको पिला देना, मेरे लिये इतना बहुत है । ऐसी बातें संतोषी के घर वाला तोता सुनता रहा । अब तोते की भी खाने के प्रति संतोषवृत्ति आदत पड़ गई । एक बार दोनों तोते जंगल में गये वहां एक शिकारी ने जाल के अंदर जाल के ऊपर जाल से कुछ दूर तक दाने डाल रखे थे । संतोषी तोता जाल से कुछ दूर दाने पड़े थे उतने ही खाकर संतुष्ट हो गया । आगे जालके पास तक नहीं गया । दूसरा लोभी तोता खाते खाते जाल के अंदर का अन्न खाने के लिये जाल के ऊपर बैठ गया उसका पैर फंस गया । शिकारी ने पकड़ लिया । भंवरा रस घूसने के लोभ में फूल के अंदर तक चला जाता है, कमल का फूल बंद हो जाता है वह भंवरा उसी में अपने प्राण गंवा देता है । अतः अधिक भोजन की लोलुपता दुःखदाई है जैसा प्रेम से मिला उसे खाने में संतुष्टी करो, भोजन के कारण प्राण मत गवाओ ।

(भोजन के भाव बिगाड़े)

तन्दुल मछली खाने के - भावों से नरक में जाये ।**भोजन में भावों को बिगाड़े - अपना पतन कराये ॥**

छह काय के जीवों की विराधना नहीं करने से वे मुनिराज द्रव्य हिंसा के त्यागी कहलाये और राग द्वेष आदि भावों के नहीं होने से भाव हिंसा भी नहीं होती, दोनों प्रकार की हिंसा का त्याग हो जाने से वे मुनिराज पूर्ण अहिंसा महाव्रती कहलाये । इसी प्रकार भोजन को खाने के लिये जो तन से ढीढ़ नहीं लगाता और भावों से भी ढीढ़ नहीं लगाता है, उसे पूर्ण रूप से भोजन संतोषी कहेंगे । बदनामी के डर से तन तो भोजन की तरफ नहीं माना लेकिन मन तेरा भाग गया तो यह मन (भाव) तेरा पतन करायेगा । अरे भाव पूजा भाव वंदना तो कल्याणकारी है पर भाव खाना, भाव पीना अकल्याणकारी है । भोजन करने पर तो आहार संज्ञा के कारण पापाश्रय होता ही है पर भोजन करने से पहले उस भोजन के प्रति खोटी भावना करने से स्वयं दुर्गति का पात्र बनेगा । जैसे तन्दुल मत्स्य का उदाहरण आपके सामने है । मध्यलोक में असंख्यात द्वीप व समुद्र हैं । उसमें से प्रथम जम्बुद्वीप के बाद लवण समुद्र आता है । उसमें रहने वाले मत्स्य प्रारंभ में ९ योजन लंबे व मध्य में १८ योजन लंबे होते हैं । इसके बाद धातकी खंड के बाद दूसरा समुद्र कालोदधि समुद्र इसमें रहने वाले मत्स्य समुद्र के प्रारंभ किनारे में १८ योजन लंबे व बीच समुद्र में ३६ योजन लंबे होते हैं । इसके बाद असंख्यात द्वीप व समुद्र है उनमें से प्रारंभ के १६ द्वीप व समुद्र के नाम व अंतिम १६ द्वीप व समुद्र के नाम शास्त्रों में आये हैं । बीच के असंख्यात द्वीप व समुद्रों के नाम प्राप्त नहीं है तो अंतिम स्वयम्भू रमण समुद्र है उसमें रहने वाले मत्स्य समुद्र के प्रारंभिक किनारे के ५०० योजन लंबे होते हैं और समुद्र के बीच में १००० योजन के लंबे मत्स्य होते हैं । स्वयम्भू रमण समुद्र का मत्स्य जब मुंह खोलकर सोता है तब उसके मुंह में अनेक जलधर जीव अंदर जाते हैं बाहर निकलते हैं उस समय उस महामत्स्य के कान में रहने वाला तन्दुल मत्स्य जब कभी कान के बाहर आता है तो ये सब देखकर सोचता है ये महामत्स्य कितना मूर्ख है हाथ में आये शिकार को छोड़ रहा है । उस जगह में होता तो एक को भी नहीं छोड़ता इन्हीं खोटे भोजन के भावों से वह तन्दुल मत्स्य नरक में जाता है । अरे तुमने तो कुछ नहीं खाया मैं होता तो सब कुछ चट करके आ जाता ऐसा भाव भी कर्मबंध करता है अर्थात् भोजन में सामान्य भाव धारण करो भाव मत बिगाड़ो- भावना भव नाशिनी । भोजन के प्रति खोटी लोलुपता का त्याग करो। कल वहां जाऊंगा तो ऐसा खाऊंगा परसों वहां ऐसा खाऊंगा ऐसा पिऊंगा, कल परसों वहां जाऊंगा ऐसा बनबाऊंगा, ऐसा सोचा तभी से कर्मबंध घालू हो गया । पल का भरोसा नहीं और कल की बातें करते हैं ।

* दीक्षा १६ अगस्त २०१८ श्रवणबेलगोला *

बा. ब्र.
सुगन्ध
भैर्याजी
की



दीक्षा
के

सुनहरे



पल

* दीक्षा १६ अगस्त २०१८ श्रवणबेलगोला *

बा. ब्र.
सुगन्ध
भैर्याजी
की



दीक्षा
का

आ गया



योग

* दीक्षा १६ अगस्त २०१८ श्रवणबेलगोला *

बा. ब्र.
सुगन्ध
भैर्याजी
की



दीक्षा
में

आनंद



महोत्सव

* दीक्षा १६ अगस्त २०१८ श्रवणबेलगोला *

बा. ब्र.
सुगन्ध
भैर्याजी
की



दीक्षा
में

मिला
गुरु का
वात्सल्य



दीक्षा पूर्व
क्षमा
याचना

* दीक्षा १६ अगस्त २०१८ श्रवणबेलगोला *

बा. ब्र.
सुगन्ध
भैर्याजी
की



गुरु
भक्ति
का

गुरुवर
के
हाथों



मिला
दीक्षा
प्रसाद

* गुरु समाधि के क्षण १७ अगस्त २०१८ श्रवणबेलगोला *

आचार्य गुरु
वासुपूज्य
सागरजी
महाराज की



समाधि
के

समय



संत
सानिध्य

* गुरु समाधि के क्षण १७ अगस्त २०१८ श्रवणबेलगोला *

आचार्य गुरु
वासुपूज्य
सागरजी
महाराज का



आत्म
पंछी

तन
पिंजड़ा
छोड़



उड़
चला

* आचार्य पदारोहण के सुनहरे पल, श्रवणबेलगोला *

२७/०८/२०१८

मिला



गुरु
का
पद

मुझ
को



ना
कोई
मद

(पशु से शिक्षा लें)

रात समझ के पिया ना पानी - वो शृंगाल महाज्ञानी ।

क्या तुम उनसे गये बीते - रातों में पीते पानी ॥

जैन धर्म में रात्रि में भोजन करना मांस खाने के बराबर बताया है और रात्रि में पानी पीना खून पीने के बराबर बताया है । जैन कुल में पैदा होकर रात्रि में भोजन एवं पानी पीने वाले आपको एक तिर्यञ्च प्राणी शृंगाल से शिक्षा लेनी चाहिये । उस शृंगाल ने मुनिराज से रात्रि भोजन के त्याग का नियम लिया था भोजन में चारों आते हैं खाद्य, स्वाद्य, लेय व पेय । उस शृंगाल को एक दिन प्यास लगी । समय संध्याकाल का था पर वह जब बावड़ी में पानी पीने के लिये उतरा तो गहराई होने के कारण बावड़ी के अंदर अंधेरा था । शृंगाल रात्रि समझकर वापस ऊपर आ गया । ऊपर आकर देखा तो दिन फिर नीचे उतरा फिर रात दिखी यह क्रम कई बार चलता रहा आखिर शृंगाल अपने नियम में अड़िग रहा पानी नहीं पिया । गर्मी का मौसम था जिसके कारण उस शृंगाल के प्राण परखेर उड़ गये । नियम पालन करने के कारण मरकर उत्तम गति स्वर्ग में गया । क्या हम उस पशु से भी गये बीते हैं जो रातों में खाना पीना करते हैं ? जरा शिक्षा लें कुल पर कलंक लगाने का कार्य न करें । देन में सफर कर रहे हैं एक ही सीट पर एक अन्धधर्मी बैठा है उसका आपसे परिचय हो गया उसने जान लिया कि ये जैन साब है । जैन धर्म में रात्रि भोजन का निषेध बताया है । सूर्यास्त होने से पहले उसने आपसे कहा आपके तो भोजन का समय हो गया होगा क्योंकि रात होने वाली है । मैं उधर बैठ जाता हूं आप भोजन कर लीजिये । उस वक्त हम बेशर्म होकर कहते हैं **आजकल तो सब कुछ चलता है** । जैन कुल पे कलंक लगाने के लिये इससे और क्या बड़ी बात हो सकती है ? जैसे क्रोध करना इंसान का स्वभाव नहीं है विभाव है । अगर स्वभाव होता तो दिन भर क्रोध करके देखो । कर सकते हैं कि नहीं कर सकते, थोड़ी ही देर में शांत हो जायेंगे क्योंकि शांत रहना ठुमारा स्वभाव है । दिन भर शांत रहने के लिये कहा जाये तो दिन भर शांत रह जायेंगे । उसी प्रकार रात्रि में भोजन करना इंसान के विभाव है । स्वभाव तो दिन में भोजन करना है । आपसे कहा जाये कि रात्रि भोजन का त्याग नहीं कर सकते तो दिन के भोजन का त्याग कर दो । क्या कर सकते हो ? नहीं कर सकते क्योंकि दिन में खाये बिना काम नहीं चल सकता । अगर रात्रि में भोजन का त्याग करेंगे तो काम चल जायेगा क्योंकि रात्रि में भोजन करना विभाव है । अतः हे भाई । विभाव छोड़कर स्वभाव में जियो, धर्म पे कलंक मत लगाओ, उस पशु से शिक्षा लो ।

(सच्चा रात्रि भोजन त्यागी)

सूरज के डूबने से अंतर्मुहूर्त पहले छोड़ो ।**निशी भोजन के त्यागी में - अपना भी नाम है जोड़ो ॥**

४८ मिनिट को एक मुहूर्त कहते हैं असंख्यात समयों की एक आवली होती है अर्थात् आवली एवं मुहूर्त के बीच के समय को अंतर्मुहूर्त कहते हैं । ४८ मिनिट में एक समय भी कम है तो वो अन्तर्मुहूर्त में कहलायेगा, आवली के ऊपर एक समय भी अधिक है तो वो अन्तर्मुहूर्त कहलायेगा । रात्रि भोजन का त्याग किया है पर जब तक हाथ की रेखायें दिखना बंद नहीं होती तब तक भोजन करते रहते हैं । ये नकली त्यागी कहलायेंगे । रात्रि भोजन का असली त्यागी सूर्यास्त के ४८ मिनिट पहले ही अपना भोजनपानी बंद कर देता है । रात में बना भोजन रात में नहीं करता, दिन में बना भोजन रात में नहीं करता व रात में बना भोजन दिन में नहीं करता वो सच्चा रात्रि भोजन का त्यागी कहलायेगा । सूर्योदय के ४८ मिनिट बाद भोजन ले सकता है । रात में बना भोजन कितने कीट पतंगों से युक्त होता है । सूक्ष्म जीव राशि दिखती नहीं उसी में मिल जाती है और रात के रंग में रंग मिल जाता है पता भी नहीं लगता है कि ये लौंग है या मक्खी । वास्तव में एक बार ये भजन सुनना व देखना चाहिये जो मेरे द्वारा ब्रह्मचर्य अवस्था में लिखा व गाया गया है । इन्टरनेट पर भी उपलब्ध है www.vasupujyasagarji.com यूट्यूब पर क्लिक करें । भजन के बोल हैं - रात्रि भोजन छोड़ो भजन की एक अंतरा

जब रात में खाना खाये, जैनी तू कैसे कहाये ।**गिरी दाल में मक्खी, तू लौंग समझ के खाये ।**

रात्रि में भोजन करने वाला कभी शाकाहारी नहीं कहला सकता । हम व्रत एकासना करके रातों में फलाहारी दूध मेवा लेते हैं । ये तो एकासना के नाम पर मायाचारी है । आपने प्रारंभिक अवस्था एक समय के भोजन करने का अभ्यास नहीं होने से दूसरे समय में या रात में दूध, फल, मेवा खाया था सो कोई बात नहीं लेकिन आपने तो एकासन में दूध, फल, मेवा को हमेशा हमेशा के लिये एकासन का एक अंग बना दिया । वो भी रातों में, धीरे धीरे अभ्यास करके इस खोटी पद्धति का त्याग करना चाहिये । एकासन- एक आसन पर बैठकर एक समय भोजन करने का नाम ही एकासन है, पर हमने तो एकासन में शाम को अन्न के भोजन करने का एक आसन छोड़ा और फलाहारी के चलते फिरते कई आसन चालू कर दिये । ये आत्मा के साथ धोखा है । असली एकासन करें । असली रात्रि भोजन के त्यागी बने, इसी में कल्याण है ।

(भोजन में सामने देख कर करो)

भोजन करते करते ना तुम - इधर उधर ही देखो ।

खाये मक्खि लींग समझ के - ऐसे देखे अनेकों ॥

वर्तमान में क्या छोटे क्या बड़े सभी के खाने पीने का तरीका बदल गया है ।

आगे टीबी पीछे बीबी, बीच में भोजन की थाली ।

बिना देखे ही धीरे धीरे खाके, थाली कर दी खाली । ।

भोजन करने बैठते हैं नजर मोबाईल में है हाथ में भोजन का ब्रास है उस ब्रास को बिना देखे ही मुंह में डाल देते हैं अगर ब्रास को देखने जायेंगे तो मोबाईल या टी.वी. में जो कुछ सीरियल आ रहा है वो छूट जायेगा । बहुत से लोग बीबी का मुंह देखकर भोजन करते हैं । अपनी थाली में नहीं देखते अरे भाई भोजन के समय तो बीबी को देखना छोड़ अपनी थाली में देखकर खा लो । अगर बिना देखे खाया तो न जाने पेट में क्या चीज चली जाये रोग पैदा हो जाये । अगर पेट में चीटी चली गई तो बुद्धि गष्ट हो जायेगी, जू चली गई तो जलोदर हो जायेगा । मक्खी चली गई तो वमन हो जायेगा, मकड़ी चली गई तो कुष्ठ रोग हो जायेगा और भी कई प्रकार के कष्ट पैदा हो सकते हैं । बिना देखे भोजन करने वाला कभी अहिंसा व्रत का पालन नहीं कर सकता है क्योंकि तत्त्वार्थ सूत्र अध्याय ७ सूत्र ४ में अहिसाव्रत की पांच भावनायें बताई हैं उसमें से ७ नंबर की भावना है आलोकित पान भोजनानि भोजन पान को देख शोध कर ग्रहण करना । खाने में कई बार छोटी छोटी बारीक चीजों में पता नहीं लगता । जैसे साबूत जीरा जल जाये तो बारीकी से देखने पर भी पता नहीं लगता कि यह जीरा है या गेहूं में रहने वाला जीव है । जब बारीकी से देखने पर भी संदेह हो जाता है तब फिर मोबाईल आदि देखते हुये बिना देखे भोजन करने पर न जाने किसके भरोसे क्या पेट में चला जाये कुछ पता नहीं लगता और कौन कब कैसा रोग पैदा हो जाये, कब हॉस्पिटल में जाकर भर्ती हो जाना पड़े, घर में घोर न घुसे इससे पहले ही घर की सुरक्षा का इंतजाम करके रखते हैं, बारिश के पानी में कहीं भीम न जाये इस कारण पहले ही छाने का इंतजाम करके रखते हैं । दुधारु गाय दूध निकालते समय लात न मार दे इससे पहले ही उसके पाव बांधकर रखते हैं । उसी प्रकार शरीर में किसी प्रकार की बीमारी न लगे इसका एक ही इलाज है । अच्छी तरह से अपनी थाली में देख शोध का भोजन करो यही औषधि है ।

(भजन रुपी भोजन)

भोजन तो करते उब जाये - भजन करे मन भाये ।**भजन रुप भोजन खाये - वो ज्ञानी पुरुष कहलाये ॥**

भोजन करने का सबका अपना अपना समय होता है । कोई १० मिनट में भोजन करके उठ जाता है, कोई २० मिनट कोई आधा घंटा कोई एक घंटा में साधुओं के लिये भी आहार करने का समय उत्तम, मध्यम, जघन्य तीन तरह से बांटा गया है । उत्कृष्ट आहार का समय ४८ मिनट अर्थात् एक मुहुर्त में साधु आहार कर ले । मध्यम है ९६ मिनट अर्थात् ९६ मिनट अर्थात् दो मुहुर्त । जघन्य है १४४ मिनट अर्थात् तीन मुहुर्त बताये हैं । वास्तव में तो स्वस्थ मुनि ४८ मिनट या उससे पहले ही आहार कर लेते हैं लेकिन ये १४४ मिनट अर्थात् सवा दो घंटे के लगभग समय है ये अस्वस्थ साधु के लिये हो सकता है । तो बात चल रही थी सामान्य इंसान के भोजन की मन के अनुकूल भोजन नहीं है तो जल्दी उठ जायेगा, मन के अनुकूल है तो चटकारा ले लेकर खायेगा और अधिक समय लगायेगा पर आखिर कितना चटकारा लेकर खायेगा । मन तो खाते खाते उब ही जायेगा । पेट भरने से पहले वो ही भोजन अमृत के समान मालूम पड़ता है पेट भर जाने के बाद वो ही भोजन करते करते मन उब जायेगा और भोजन विष के समान लगने लगेगा लेकिन ज्ञानामृत रुप भोजन एक ऐसा भोजन है जिसे जितना किया जाये उतना आनंद आता जाता है । पुद्गल पिण्ड रुप भोजन से अगर पेट भर जाये और कोई तुरंत कहे कि भोजन कर लो हम मना कर देने क्योंकि पेट में जगह नहीं है लेकिन ज्ञानामृत रुप भोजन कोई करके उठा है उसे कहा जाये थोड़ा भोजन और कर लो, वह कर लेगा फिर भी ज्ञानामृत भोजन करते करते मन नहीं भरता है क्योंकि यह ज्ञानामृत भोजन अपने पास में रहता है केवलज्ञान में सहायक बनकर मोक्ष गमन करवाता है । तभी तो छहबाला में कहा है कि जो पहले मोक्ष में गये हैं भविष्य में जायेंगे ये सब महिमा ज्ञान की ही है । पुद्गल पिण्ड रुप भोजन तो मलद्वार से बाहर निकल जाता है । किसी का भला नहीं करता उलटा दुर्गंध फैलाता है लेकिन ज्ञानामृत भोजन तो अपने पास में रहता है अगर यह ज्ञानामृत भोजन किसी का उपकार करने के लिये बाहर भी निकलता है तो सुगंध फैलाता है अर्थात् ज्ञानी पुरुष वही है जो भोजन रुप पुद्गल पिण्ड को छोड़कर भजन रुप भोजन को खाये जो कभी समाप्त नहीं होता ।

(खींचातानी का भोजन न करें)

बड़े कट से बने जो भोजन - जिसमें खींचा तानी ।**कभी ना करना ऐसा भोजन - पी लेना बस पानी ॥**

वर्तमान में देखा जाये तो श्रावक इतना प्रमादी हो गया है कि नगर में साधु आते है तो चौका लगाने के लिये पीछे हट जाता है किसी प्रकार से जोर जबरन लगा भी दिया तो सोचता है गुरुजी अभी और कितने दिन रुकेने विहार कब हो रहा है ये चौका लगाया नहीं लगाना पडा कहलायेगा । चौका लगाया और लगाना पडा दोनों में रात दिन का अंतर है । चौका लगाया इसमें श्रद्धा भक्ती है लगाना पडा इसमें खींचातानी है । ऐसी जगह पर साधु को नहीं रुकना चाहिये । **वस्य माता गृहे नास्ति, भार्या च प्रियवादिनी - अरण्यं तेन गन्तव्यं, यथारण्यं तथा गृहम्** । जिस प्रकार जिसके घर में माता नहीं है, पत्नि कट्टु बोलने वाली है उसे घर छोडकर जंगल में चले जाना चाहिये क्योंकि उसके लिये जैसा घर है, वैसा ही जंगल है । उसी प्रकार **वस्य ग्रामे भक्ति नास्ति, तत्र साधु न वसतव्यम् - क्षेत्रे तेन गन्तव्यं - यथा क्षेत्रे तथा ग्रामम्** । जिस गांव में साधु के प्रति भक्ति नहीं है वहां साधु को नहीं रहना चाहिये । क्षेत्र पर चले जाना चाहिये क्योंकि उस साधु के लिये जैसा क्षेत्र वैसा गांव । वर्तमान में क्षेत्रों पर साधु रुक कर तप साधना करना चाहते है पर क्षेत्रों पर भक्ति की कमी को देखते हुये गांव की ओर विहार कर देते हैं पर गांव में भी साधुओं के प्रति भक्ति नहीं है तो गांव व क्षेत्र बराबर कहलाये । जिस भोजन को तैयार करने में एक दूसरे पर काम थोपा जाता हो कि तू बना ले तू बना ले बना भी लिया तो बडी मुश्किल से चार लोगों ने खून पसीना एक करके बनाया वह भोजन बनाने में अधिक तकलीफ हुई, वह भोजन तैयार करने के लिये कच्चा सामान लाने के लिये बहुतों को हाथ जोडने पडते हों, खर्च भी अधिक होने से कोई लाना नहीं चाहता हो अगर दबाव से, शरम से ले भी आया तो बिना मन के लाया ऐसा तमाम भोजन त्याग करने योग्य है क्योंकि ऐसा भोजन साधु करे चाहे श्रावक किसी के पेट में लगने वाला नहीं है । ऐसा कष्टदायक कश्मीरी केशर से युक्त जायकेदार दूध पीने की अपेक्षा सादा पानी पी लेना अच्छा है, गुणकारी है । खींचातानी से बने रसगुल्ले की अपेक्षा प्रेमपूर्वक बनाई गई खिचड़ी उत्तम है । रसगुल्ला पेट खराब करेगा, खिचड़ी फायदा करेगी, अतः बिना खींचातानी के भोजन की ही खोज करनी चाहिये ।

(भोजन बर्बाद न करें)

मिले नहीं ये भोजन फिर - इस लोभ से थाली भराये ।**खाते खाते पेट भरा - बाकी सारा फिकवाये ॥**

इस दुनिया में अनेक प्रकार के लोग होते हैं । कुछ लोगों का स्वभाव कुत्ते जैसा होता है । भोजन मिले तो अकेले ले जाकर छिपकर खाता है । कुछ लोगों का स्वभाव कौए जैसा होता है जैसे कौए को कोई भोजन सामग्री मिलती है तो वो कांव कांव कर अपने साथियों को बुलाकर साथ मिलकर बांटकर खाता है । कुछ लोगों का स्वभाव बंदर जैसा होता है बंदर को भोजन सामग्री मिलती है तो वह तुरंत तो पूरी खा नहीं पाता लेकिन बाद में समाप्त हो जायेगी इस लोभ से पूरा गला भोजन से भर देता है लेकिन बंदर और बंदर के स्वभाव वाले इंसानों में बहुत अंतर है । बंदर तो फिर से नहीं मिलने के लोभ में गले में भरी हुई सामग्री खा लेता है अगर स्वयं नहीं खा पाता है तो अपने बच्चों अपने साथियों को खिला देगा पर फेंकना नहीं, बर्बाद नहीं करेगा लेकिन इस जिक्हा लोलुपी इंसान ने देखा ओ हो । ऐसा माल मिष्ठान पकवान जो कभी जीवन में नहीं देखा आज मौका है खाने का, दुबारा समाप्त हो जायेगा मिलेगा नहीं । इस लोभ से पूरी थाली भरवा ली अब भोजन करने बैठा पेट भर गया यहां तक भर गया कि डकार लेने की भी जगह न छोड़ी फिर भी थाली का भोजन बच गया अब क्या करे या तो किसी को झूठा खिलाये या फेंके इसके अलावा तीसरा उपाय कोई नहीं है ऐसे लोलुपियों को चाहिये कि थोड़ी संतोषवृत्ति से भोजन करे, अन्न का अपमान न करे । जो अपनी थाली में अधिक लेकर झूठा छोड़ते हैं वे पाप के भागी हैं । उन्होंने अनाज का अपमान किया ऐसे लोगों को आने वाले समय में भूखे रहना पड़ेगा । अन्न के एक-एक दाने के लिये तरसना पड़ेगा । चिड़िया घोंसला बनाती है उसे कहीं पर तिनके का ढेर मिल जाये तो चिड़िया के मन में यही भाव आता है कि ये तिनके कोई और ले जायेगा इस वजह से मैं ये सारे तिनके एक ही बार में ले जाऊं, नहीं चिड़ियों में ऐसी लोभी प्रवृत्ति नहीं होती वो एक एक तिनका ले जाकर घोंसला तैयार करती है । इसी बीच उसी तिनकों के ढेर में से दूसरी चिड़िया भी तिनके ले जाकर अपना घोंसला बनाती है । इन चिड़ियाओं से शिक्षा लेनी चाहिये कि दूसरे का भी ख्याल करें । अकेला मैं ही सारा खाना खा लूं ऐसी बंदर की प्रवृत्ति छोड़ दें, कुछ मायने में बंदर की प्रवृत्ति आपसे ठीक है क्योंकि बंदर ने खाना फेंका नहीं पर आपने तो पेट भरने के बाद जूठन में डाल दिया ।

(अपना पेट देखकर खाये)

मना करुं तो वो रुठ जाये - इसी लोभ से खाये ।**देखे ना जो पेट है अपना - भूख प्राणी कहाये ॥**

वो रुठ जायेगा इसकी चिंता है लेकिन पेट रुठ जायेगा इसकी चिंता नहीं है भोजन करने वालों में एक वे लोग होते हैं जो प्रेमपूर्वक जितना अपना पेट मांगे इतना भोजन कर लेते हैं अगर परोसने वालों का ध्यान उस ओर नहीं गया और उसे अभी और भूख है तो मंगवाकर भोजन पूरा कर लेते हैं, इन्हें भोजन में शरम नहीं लगती, दूसरे शर्मालु लोग होते हैं जो भोजन करने बैठे अभी और भूख है पर परोसने वाले का ध्यान नहीं गया तो वे आधे भूखे ही रह जाते हैं । ऐसी शर्मालु प्रवृत्ति वाले कभी कभी अपना अहित कर बैठते हैं । दामाद ससुराल गये, साले सालियों जादि सभी के साथ भोजन करने बैठे पर सबके साथ भोजन करने में शरम लगी आधा ही पेट भोजन करके उठ गये । रात में भूख लगी दामादजी ने कमरे में इधर उधर देखा खाट के नीचे चावल रखे थे उन्होंने चावल मुंह में डाले वैसे ही पत्निजी का आगमन हुआ अब पति के मुंह में चावल मुंह फुला का फुला रह गया। पत्नि ने पूछा क्या ही गया है आपका मुंह कैसे फूल गया अब पति बोले कैसे बोले तो पोल खुल जाये । बेटी ने अपनी मां को बुलाया । हो हल्ला हो गया कि लगता है दामादजी को कोई असाध्य बीमारी हो गई है । वैद्य को बुलाया वैद्य अनुभवी था उसने मां बेटी से कहा एक कटोरा लेकर आओ और मां बेटी बाहर जाओ । मैं इनके रोग को दूर करता हूं । बस क्या था वैद्य ने दामाद के मुंह में एक नाखून की चिकुटी से थोड़ा खून निकाला और दामाद को चावल थूकने को कहा । चावल कटोरे में थूके गये । वैद्य ने दामाद को डांटते हुये कहा मैंने तुम्हारी इज्जत बचाई अब प्रतिज्ञा करो ऐसा घृणित कार्य आगे कभी नहीं करुंगा दामाद ने कान पकड़े । अब मां बेटी को बुलाकर वैद्य ने कहा- ये कटोरे के कीड़े फेंक दो इन्हें तण्डुलिया रोग हो गया था सो अब स्वस्थ है, चिंता न करें । फीस नहीं चाहिये । तो ऐसे शर्मालु लोगों का यही हाल होता है । तीसरे वे लोग होते हैं जो मनुहार करवाते है, इच्छा तो है खाने की पर ऊपर से मना करते जायेंगे । एक बार मना करने पर परोसने वाला चला गया तो ऐसे लोग भूखे ही रह जाते हैं उनके हाल भी उस दामाद जैसे ही हो जायेंगे । चौथे वे लोग हैं जो भरपेट भोजन कर लेने के बाद भी कोई मनुहार करेगा तो वो और ले लेंगे और दबा दबा के खा लेंगे । उनके मन में ये है कि ये बड़े आदमी है इनके हाथ का नहीं लूंगा तो वो रुठ जायेंगे । पर इन्हे ये नहीं पता कि वो तो रुठ जायेंगे तो थोड़ी देर में ठीक हो जायेंगे । अगर पेट रुठ गया तो अस्पताल जाना पड़ेगा ।

(बिना दांत का खाना)

दांत करे ना काम फिर भी - मन ये ना है माने ।

कूटा कूटा के कब तक खायेगा - भगवान ही जाने ॥

सुना है बुढ़ापे में भोजन की लोलुपता अधिक बढ़ती जाती है इसलिये बूढ़ा आदमी कई बार मन का खाना नहीं मिलने से बाल बच्चों से लड़ भिड़ लेता है लेकिन ऐसी स्थिति में बेटे बहुओं को भी ध्यान रखकर उनकी इच्छाओं की पूर्ति करनी चाहिये । जवान बेटे बहुओं को सोचना चाहिये आज हम मां बाप का ख्याल रखेंगे तो कल हमारा भी बुढ़ापा आयेगा तब हमारे बहु बेटा भी हमारा ख्याल रखेंगे । बेचारे बूढ़े हैं क्या करें हाथ से बना नहीं सकते । जिस प्रकार हम छोटे बच्चों की इच्छापूर्ति करते हैं वैसे ही बूढ़े मां बाप को छोटे बच्चे के समान समझकर इच्छापूर्ति करनी चाहिये क्योंकि बालक भी पराश्रित होता है और बूढ़ा भी पराश्रित हो जाता है इसलिये बालक बूढ़ा एक समान कहा गया है । बस अंतर इतना ही है कि बालक के पैर व दांत आते हुये है और बूढ़े के पैर व दांत जाते हुये हैं । इसलिये दोनों पराश्रित हैं । जवानों को चाहिये कि बुढ़ापा आने के पहले ही भोजन पान पर विजय पाने की चेष्टा करें ताकि बुढ़ापे में त्याग की भावना जागे । भोजन की लोलुपता ने तो हड़ कर बी बचपन में जेबों में भर भर खाया, जवानी में मजबूत दांतों से खूब खाया, मनचाहा खाया, चलते फिरते उठते बैठते खाया । अब उम्र बीत गई है ३०, ६०, ७०, ८० वर्ष के हो गये फिर भी त्याग की भावना नहीं जाग रही है । भोजन की आकांक्षा दिन दूनी रात चौगुनी बढ़ती जा रही है । पेट में आत नहीं, मुंह में दांत नहीं है फिर भी कहता है मुझे तो चना खाने की इच्छा है, कूट कूट कर दो, भगवान जाने ८० के हो गये कब तक कूट-कूटकर खायेंगे । अरे भाई ! उम्र का ख्याल कर खाने पीने की लालसा का त्याग कर । चना मूंगफली न कूटा के जिन कर्मों के कारण इतने बुढ़ापे में ऐसी चीजों के भाव हो रहे हैं उन कर्मों को कूटो । चना कूटोगे तो चना बार-बार खाने के भाव पैदा होंगे लेकिन अगर कर्मों को कूटोगे तो कर्म भाग जायेंगे । तुम्हारे खाने की इच्छायें समाप्त हो जायेंगी । मन को संभालो, प्रभु से प्रार्थना करो प्रभु खाते खाते अब तक तृप्ति नहीं हुई जिस कमी के कारण तृप्ति नहीं हुई प्रभो मेरी उस कमी को पूरी करे, यही भावना करता हूं ।

शिष्य बने बिना गुरु बनना एवं भक्त बने बिना भगवान बनना
दोनों क्रियायें इंसान के अहंकार को पुष्ट करती है ।

(सच्चा दानी)

भूखे को भोजन करवाये - प्यासे को दे पानी ।**इस दुनिया में वो ही कहाता - सबसे सच्चा दानी ॥**

श्रावकों के घट आवश्यकों में एक दान भी आता है । दान मन, वचन, काय से दिया जाता है । आहारदान, औषधदान, ज्ञान दान एवं आवास (अभय) दान । एक व्यक्ति जंगल में जा रहा है उसे भय लग रहा है उस जंगल में एक बाबा ने उस व्यक्ति से कहा- जाओ रात हो रही है, मेरी कुटिया में विश्राम कर लो । उसने कुटिया में विश्राम कर लिया । उस व्यक्ति के अंदर जो भय था वो मिट गया, अतः अभय हो गया अभय हुआ कैसे आवास मिलने से अतः दोनों सत्य है । अभय व आवास साधुओं को आहारदान ब्राम्हण, क्षत्रिय, वैश्य, शूद्र चारों वर्ण वाले दे सकते हैं । किसी ने शंका की शूद्र के हाथ का तो पानी भी नहीं पीते आहार कैसे दे सकता है, समाधान यह है कि शूद्र मन एवं वचन से आहार दे सकता है काय से नहीं, अतः जो लोग उत्तम जैन कुल में पैदा होने के बाद भी सामार्थ्य होते हुये भी तन से आहारदान नहीं देते उन्हें शूद्र ही मानना चाहिये । आहार देने की इच्छा तो होती है पर त्याग करना नहीं चाहते, एक साथ नहीं थोड़ा थोड़ा त्याग करके आहार देना चाहिये । भगवान बोलते नहीं, जिनवाणी पढ़ते नहीं, गुरु ही बचे आपको मार्ग में लगाने वाले, अगर वो त्याग नहीं करवायेंगे तो आपकी त्याग का संस्कार कैसे पड़ेगा । जमींदार, रात्रिभोजन, होटल बाजारों में खाते खाते ही मर जाओगे । समय सीमा बांधकर अभक्ष्य चीजों का त्याग कर आहार देना चाहिये क्योंकि दाता मरण करके भोगभूमि में पैदा होता है । भोगभूमि का जीव नियम से स्वर्ग में पैदा होता है । स्वर्ग से जीव कर्म भूमि का मनुष्य बनकर मोक्ष प्राप्त करता है । दान जो अपनी आय का चौथा हिस्सा दान देता है अर्थात् १०० में से २५ रुपये वह उत्तम दाता है । वह उत्तम भोग भूमि में पैदा होगा । अपनी आय का छठा हिस्सा अर्थात् १०० में से लगभग १६.५ रुपये वह मध्यम दाता है मध्यम भोगभूमि में पैदा होगा । जो १० वां हिस्सा दान देता है अर्थात् १०० में से १० रुपये वह जघन्य दाता है । वह जघन्य भोगभूमि में पैदा होता है । असहाय, दुःखी, भूखे की सेवा करना भी करुणा दान में आता है । माता पिता घर में भूखे बैठे हैं और नाम कमाने के लिये नगर का भोजन करवा रहे हो ये सच्चा दान नहीं कहलायेगा । जो भूख से तड़प रहे हैं उन्हें भोजन करवायें जो प्यास से छटपटा रहे हैं उन्हें पानी पिलायें वो ही सच्चा दानी कहलाता है । नाम कमाने के भाव से दान मत करो । ब्रह्मा भावों से दान दो । किसान खेत में बीज डालकर मिट्टी नहीं झालता है तो चिड़िया चुन जायेगी, फसल नहीं आयेगी, बीज बोकर मिट्टी से ढंक देने तो समय पर फसल पैदा होगी उसी प्रकार दान देकर ठिंडोरा पीटा तो फलदायी नहीं होगा, दान देकर मिट्टी से ढंके हुये बीज के समान गुप्त रखा तो फलदायी होगा क्योंकि कहते हैं गुप्तदान महादान, दुःखियों की सहायता करके सच्चे दानी बनो ।

(दाता की आवाज)

बारह योजन तक मेघों के - शब्द है देते सुनाई ।**भोजन के दाता की महिमा - तीनों लोक में समाई ॥**

सुखरजी ने चारों बहूओं को बुलाकर पूछा सबसे अधिक दूरी तक आवाज किसकी जाती है तब सबसे बड़ी बहू ने कहा शेर जब बहाड़ता है तब उसकी आवाज सबसे तेज आती है, दूसरे नंबर की बहू ने कहा हाथी जब चिंघाड़ता है तब उसकी आवाज दूर तक जाती है । तीसरी बहू बोली कौआ जब कांव-कांव करता उसकी आवाज दूर तक सुनाई देती है । चौथी सबसे छोटी बहू ने कहा दाता की आवाज सबसे दूर तक जाती है । आज हमने किसी को भोजन का दान दिया तो वो तुम्हारे गुण जहां भी जायेगा वहां गायेगा । बड़ा भला व्यक्ति था स्वयं ने पास में बैठकर आदरपूर्वक भोजन करवाया । कोई आपके घर पर आता है उसे हमने भोजन तो ठीक है पानी पीने को भी नहीं पूछा वह बाहर जायेगा वहाँ आपके अवगुणों की गाथा गायेगा । घर में मेहमानों के आते ही छोटी बहू ने आदरपूर्वक हाथ पैर धोने का पानी दिया । पानी पिलाया समय से भोजन करवाया, बड़ी बहू ऐसे ही बड़े पद के घमण्ड में अकड़ कर बैठी रही, हिली तक नहीं अपने काम में मस्त रही । अब आप ही बताये दूर आवाज किसकी जायेगी । राजा श्रेयांस को सब कोई जानता है अगर आदिलाश मुनिराज को आहारदान नहीं देता तो आज उसे कौन जानता ? कहां उसका नाम आता ? ये सब दान की ही महिमा है । मेरी के शब्द एक योजन तक सुनाई देते हैं । मेघों के शब्द बारह योजन तक सुनाई देते हैं । और दान देने वाले दाता के शब्द तीनों लोकों में सुनाई पड़ते हैं । रत्नकरण श्रावकाचार में आया है कि भूमि में बोया गया एक छोटा सा बीज समय आने पर वटवृक्ष के रूप में छाया प्रदान करनेवाला उसी प्रकार योग्य समय में पात्र को दिया गया दान विशाल ऐश्वर्य संपत्ति और भोगोपभोग फलों को देता है । जिस प्रकार जल खून को धो देता है उसी प्रकार गृह त्यागी (अतिथि मुनि) जनों को यथायोग्य चारों प्रकार का दान देने से गृहस्थी के कार्यों में संचित कठिन पाप भी नष्ट हो जाते हैं । दाता को सात गुणों सहित श्रावक के द्वारा पंच सूना पाप और आरंभ रहित मुनि को नवधा भक्तिपूर्वक आहार देना दान देना चाहिये । यहां मुनि कहने से आर्यिका को भी साथ में ग्रहण कर लेना चाहिये । जैसे रत्नकरण श्रावकाचार में श्रावक श्राविका सबका वर्णन आता है । श्राविकाओं के लिये कोई श्राविकाचार ग्रंथ नहीं लिखा गया, यह मकान चन्दुलाल सेठ का है तो क्या सेठानी का नहीं है, लव कुश राम के पुत्र हैं तो क्या सीता के नहीं है- अवश्य हैं अतः सीता को भी ग्रहण कर लेना चाहिये । उसी प्रकार मुनिराज की नवधा भक्ति पूर्वक (नव पुण्य) आहार देने की बात लिखी है साथ में आर्यिका को भी ग्रहण कर लेना चाहिये । समय पर दान देकर पुण्यार्जन करें ।

(सुखदाई व दुःखदाई)

बेटी जो भोजन ना बनाना, जाने वो दुःखदाई ।**बना के भोजन सबको खिलाये, वो जग में सुखदाई ॥**

पहले जमाने में माता पिता अपने बेटे बेटियों को गृहस्थी के अवश्य करने योग्य कार्यों को घर में ही सिखा दिया करते थे ताकि कुल परंपरा का निर्वाह होता रहे किसी के बिना किसी का काम नहीं अटकता था । पिता अपने पुत्र को व्यापार में कुशल कर देता था । माता अपनी पुत्री को भोजन आदि कार्यों में पारंगत कर देती थी । वर्तमान में इस कलीकाल में न माँ बाप सिखाना चाहते हैं और न बेटा बेटी सीखना चाहते हैं । माता पिता से हटकर अपना स्वतंत्र काम करना चाहते हैं ताकि कोई रोक टोक न करे ऐसी स्थिति में अगर काम में अहचन आ गई तो माता पिता भी उसमें सहायता नहीं कर सकते फिर व्यापार में घाटा पड़ जाता है, बिवाला निकाल देते हैं, हाथ खड़े कर देते हैं ऐसे लोग सबकी नजरों में गिर जाते हैं क्योंकि पिता की बात नहीं मानी इसी कारण ऐसी स्थिति बनी अगर पिता की बात मानी होती तो ऐसी घाटे की नौबत न आती । बड़ों की बात माननी चाहिये पर आजकल की संतानें बड़ों की बात टाल देते हैं । फिर मुरीबत आती है तब बड़ों की याद आती है । कहावत है - **जो ना माने बड़ों की सीख, से खपरिया मांगे भीख ।** वर्तमान में इस कलिकाल में बेटियों को भोजन बनाना नहीं सिखाया जाता, छांस, संगीत, पी.एच.डी., कटे फटे कपड़ों को पहनना, अंगों का प्रदर्शन करना, शौक मृगार करना ये सब सिखाया जाता है ऐसे माता पिता अपने हाथों से अपने पैरों में कुल्हाड़ी मारने का काम करते हैं । कलीकाल में जैसे की तैसा मिलता है । रामने वाले/वर पक्ष वाले भी आजकल भोजन बनाने के संबंध में नहीं पूछते बस पढाई की डिग्री, नृत्य, गान में तत्पर है कि नहीं ये जानकारी लेकर संबंध तय करते हैं । पी.एच.डी. की डिग्री प्राप्त हुई बहु रसोई घर में जाकर क्या किया रोटी बनाये तो दाल जलाये, दाल बनाये तो रोटी जल जाये । एक काम ही सही नहीं होता है ऐसे में बहु को ताने सुनने पड़ते हैं । माँ बाप का नाम खराब होता है क्योंकि बात जाकर माँ बाप तक पहुंच जाती है । वर्तमान में भोजन बनाना नहीं सिखाने का कारण है कि आज कल सब कुछ रेडीमेड है या तो स्वयं बाजार में खाकर आर्येगे या घर में लेकर आर्येगे या भोजन बनाने वाले दास दासी रख लेंगे । स्वयं प्रमादी बन नये जो बेटी घर में मसालों को आटा आदि को तैयार करके पूरे परिवार को खिलाये उसकी वाह वाही होती है वैसे बेटियां पीहर व ससुराल दोनों का नाम रोशन करती हैं । बाजार का आटा मसाला न जाने कब का पिसा रखा है जीव लट्टे बगैरह पडे होते हैं इसलिये साबूत मसाला लाकर घर में मिक्सी आदि से पीस ले बड़ी शुद्धि है । लेकिन यह कार्य प्रमाद छोड़ने तब होगा, प्रमादी नहीं कर सकता । जो बहु समय से सोये समय से उठे समय से स्नान करे समय से मंदिर के दर्शन करे वह बहु समय से पूरे परिवार को भोजन बनाकर करा सकती है । आठ नौ बजे उठने वाली बहु तो देवी के समान होती है अगर उसे कुछ बोला तो बोलने वालों पर ही बरस पड़ेगी ।

(पहले ही बोल देते)

खिला पिला के मत मारो तुम - किसी को मीठा चाटा ।**इससे अच्छा पहले ही कह देते - नहीं है आटा ॥**

परिवारिक स्थितियां सबकी अपनी अपनी अलग अलग होती है । कोई परिवार सामूहिक होता है जिसमें चार बेटे, चार बहूयें बाल बच्चे माता पिता जब कभी किसी एक को बाहर जाना पड़ा तो उसका कार्य दूसरे ने कर दिया, काम अटकेगा नहीं । आपसी वात्सल्य व प्रेम से ही ये संभव हो सकता है किसी परिवार में आपसी प्रेम नहीं है तो बंटवारा हो जाता है । तीन भाई तीन बहूयें तीनों अलग अलग रहते हैं यहां तक कि माता पिता भी अलग किराये के मकान में रहते हैं । माता पिता की सेवा का मौका तो पुण्य वालों को ही मिलता है पर वर्तमान में इंसान का पुण्य इतना प्रबल नहीं है कि गिरिवार्ध भाव से माता पिता की सेवा कर सके । एक पंचायत के विवाद में उल्टी गंगा बह रही थी झगड़ा ये था चारों भाई कह रहे थे कि बूढ़ी मां को मैं रखूंगा मैं सेवा करूंगा दूसरा, तीसरा, चौथा सभी मां की सेवा करना चाहते थे पर मां तो एक ही है इसलिये विवाद बढ़ गया । विवाद पंचायत में गया फिर राजा के पास गया । राजा की समझ में भी कुछ नहीं आया । यहां तो उल्टी गंगा बह रही है । आजकल तो लोग मां बाप को तू रख ले तू रख ले ऐसा करके लड़ते हैं पर यहां पर मैं रखूं मैं रखूं इस पर विवाद छिड़ा । आखिर राजा की पिता दूर करते हुये मंत्री बोला आप आइया करें तो मैं एक मिनिट में विवाद समाप्त कर दूं । राजा की आज्ञा पाकर मंत्री ने चारों बेटो से कहा सर्वप्रथम ८७ साल की मां ने जो एक किलो सोने के जेवर पहन रखे हैं उसका बंटवारा कर दो फिर जिसे मां की सेवा करनी है वो करे । यह सुनते ही सबकी बोलती बंद हो गई । एक दूसरे के सामने देखने लगे । यह लड़ाई सेवा की नहीं स्वार्थ की थी । मां साल दो साल जीवित रही न रही जो सेवा करता उसी को तो एक किलो सोना मिलता तो बात चल रही थी कि अप्रेम से घर के बंटवारे हो जाते है । तीनों भाई अलग अलग रहने लगे । एक समय छोटे भाई की पत्नि पीहर गई तो भाभी ने देवर से कहा जब तक बहु नहीं आती है तब तक आप मेरे यहां भोजन कर लिया करना । दो दिन चार दिन सात दिन भाभी को १७ दिन हो गये देवर जी को खिलाते खिलाते । अब तक देवरानी आई नहीं अब धीरे धीरे भोजन करवाने के प्रेम में भी कमी आने लगी । एक दिन की बात है देवर जी भोजन करके घर से बाहर निकल गये लेकिन घप्पल भूल गये सो बापरा बड़े भाई के आंगन में पड़े जूते पहनने लगे तब घर के अंदर से कुछ आवाज सुनाई दी, बड़ी भाभी अपने बड़े भाई से कह रही थी वो तो पीहर जाकर बैठ गई चिंता ही नहीं है अपने पति की । पराया कब तक खिलाता रहेगा, हमारा भी तो परिवार है, सबको देखना पड़ता है । बस देवर ने यह बात सुनी पर चुपचाप चला गया । अगले दिन बहाना बनाकर भोजन करने नहीं आया, आखिर भाभी को मालूम पड गया कि देवरजी ने तो आज खिचड़ी बनाकर खा ली । दूसरे दिन भाई बुलाने गया तब छोटे भाई ने बड़े भाई से कहा भाई क्षमा करना भाभी से कह देना हम तो पराये हैं, कब तक खिलाती रहेगी अपना परिवार चलाओ । बड़े भाई को हकीकत मालूम पड गई - इसी को कहते हैं मीठा चाटा मारना ।

(क्रोध रहित भोजन करो)

खटापटी का क्रोध कभी, ना तुम भोजन पे निकालो ।**आगे न बढ़ पाये झगड़ा - दोनों साथ में खा लो ॥**

जब चार बर्तन एक साथ रहते हैं तो खटकते हैं इसमें कोई संदेह की बात नहीं, उसी प्रकार घर में भी सामूहिक रूप से सब रहते हैं तो किसी न किसी कारण से कभी आपस में खटापटी हो जाती है। जब खटापटी होती है तो गुस्सा आ जाता है। उस गुस्से के मारे इंसान खाना पीना ही छोड़ देता है। अरे भाई भोजन ने क्या बिगाड़ा है जो भोजन पर गुस्सा कर रहा है। जिसने कुछ कहा हो उस पर गुस्सा कर, गुस्सा किस कारण से आया उस कारण को ढूँढने का प्रयत्न करो। अरे भोजन तो हमारा उपकार करता है उस उपकारक पर क्रोध करने से स्वयं को ही हानि होगी। न जाने क्रोध क्या से क्या करता है। क्रोध भयंकर है बुरा समझो इसको आप मिगटों में झट मारता गिनेना मों अरु बाप क्रोध को चाण्डाल की उपमा दी गई है। एक पंडितजी प्रवचन कर रहे थे क्रोध तो चाण्डाल है पंडितजी मंदिर से बाहर निकले चाण्डालिनी झाड़ू निकाल रही थी, पंडितजी बोले रुक जा मुझे निकलने दो फिर भी रुना नहीं। पंडितजी को क्रोध आया जैसे ही पंडितजी को क्रोध आया चाण्डालिनी ने पंडितजी के पैर पकड़ लिये चिल्लाने लगी ये मेरे पति हैं। ये मेरे पति हैं। लोग इकट्ठे हो गये सभी आश्चर्य में पड़ गये ये जोरत पागल तो नहीं हो गई लोनों ने चाण्डालिनी से पंडितजी को छोड़ने कहा तब उसने कहा पंडितजी प्रवचन में बोल रहे थे कि क्रोध चाण्डाल है। अब पंडितजी ने कान पकड़ लिये गलती स्वीकार की तब चाण्डालिनी ने छोड़ा। इंसान की कथनी करनी एक होनी चाहिये। ... खटापटी के लिये जगत में प्रसिद्ध है - सारा बहू की, पति पत्नि की, पिता पुत्र की, भाई भाई की, देवराणी जेठानी की, ननंद भोजाई की। बंधुओं। जब कभी खटापटी के कारण क्रोध आये तो भोजन करना मत छोड़ना। भोजन नहीं करने से गर्मी और बढ़ेगी फिर क्रोध की तीव्रता और अधिक हो जायेगी। न जाने इंसान क्या का क्या कर बैठे, क्रोध आने पर भी आप भोजन कर लेते हैं तो शरीर में ठण्डा पानी जादि पेय पदार्थ जाने से क्रोध शांत हो जायेगा। झगड़ा आने न बढ़ पायेगा। कभी पति पत्नि की तू तू मैं मैं हो जाये तो स्वभाविक है एक दूसरों को गुस्सा आयेगा उस गुस्से को शांत करने की दवाई है पति पत्नि एक साथ भोजन करने के लिये बैठे पत्नि को क्षमा मांगते हुये हाथ पकड़ कर अपने पति को भोजन कराना चाहिये। क्रोध झगड़ा वहीं समाप्त हो जाता है। क्रोध सर्वप्रथम मस्तिष्क में आता है मध्ये में रेखायें पड़ जाती हैं फिर आंखों में आता है आंखें लाल हो जाती हैं फिर मुंह में आता है मुंह से अंड संड बकने लगता है, फिर भुजाओं में आता है लड़ाई करने के लिये भुजाओं को टोकता है फिर पेट में उतरता है वहाँ पर अगर आपने गुस्से को पचा दिया तो ठीक है शांत हो जायेगा। नहीं पचा तो फिर पावों में उतरकर ढीङ्गे लगेगा। जब गुस्सा ढीङ्गता है तो कितना कष्ट देता है। आराधना कथा कोश में उस तुकारा की कथा को पढ़कर जान लेना चाहिये।

(भोजन के गुण)

औरों को अपना बनाये - इस भोजन की महिमा ।**अपना भी हो गया पराया - की भोजन में सीमा ॥**

भोजन में सीमा कौन करता है कंजूस प्राणी । वो कंजूस कहेगा इतना बनाना, इतना खाना, इतना देना । ऐसे व्यवहार से उस कंजूस के पास कोई रहना नहीं चाहेगा । ऐसे में उस कंजूस के सामने अपने भी पराये हो जायेंगे । घर में सेठ सेठानी अकेले थे बाल बच्चे भी नहीं थे । सेठ ने घर में ये नियम बनाया चार रोटी बनेगी दो तुम खाना दो मैं खाऊंगा इतने में ही गुजारा हो जायेगा । पत्नि ने स्वीकार कर लिया । सेठ खाने बैठे दो रोटी खाली और भूख मिटी नहीं तो पत्नि से कहा मुझे एक रोटी और दे दो । पत्नि ने कहा भूख है तो दोनों रोटी ले लो मैं और बना लूंगी । सेठ बोला नहीं नहीं और नहीं बनाया रोटी तो चार ही बनेगी मुझे तो बस तुम्हारे वाली एक ही रोटी दे दो तुम एक ही रोटी खाकर काम चला लेना । वैसे भी स्त्रियां कम ही खाती हैं । जबराज स्त्री की रोटी छिन ली, भूख तो नहीं मिटी पर काम चल गया । अब प्रतिदिन ऐसा ही होता रहा । पत्नि एक रोटी खाती वो तीन । भूख के मारे एक दिन ऐसा आया कि पत्नि के प्राण पखेरु उड़ गये । आखिर सेठ शा पैसे वाला था दूसरी शादी कर ली उसके साथ भी वैसा ही हुआ । भूख के मारे दूसरी भी मर गई, तीसरी आई वो भी मर गई । अब चौथी शादी कर ली । पैसे वालों के आगे लोग अंधे हो जाते हैं उनका व्यवहार नहीं देखते पैसे देखकर कन्या को काल के मुंह में धकेल देते हैं । चौथी पत्नि के साथ भी वैसा ही बर्ताव करने के लिये तैयार हुआ पर पत्नि बोली अपने हक की दो रोटी खा लो मैं अपनी रोटी नहीं दूंगी । यानि अब चौथी पत्नि को मालूम चल गया था कि सेठ की पत्नियां एक के बाद एक क्यों मर रही हैं । सेठ जिव पर सेठानी भी जिव पर मैं नहीं दूंगी या तो मुझे और रोटी बनाने की आज्ञा दो । सेठ बोला नहीं रोटी तो चार ही बनेगी तू अपनी एक रोटी अपनी दे दे । मैं नहीं दूंगी । सेठ ने धमकी दिखाई मैं मर जाऊंगा सेठानी ने कहा कल मरते हो आज मर जाओ । सेठ ने डामा किया श्वास रोक ली जमीन पर गिर गया । सेठानीजी ने हल्ला मचा दिया सेठजी मर गये तैयारी होने लगी श्मशान पर ले जाने की । सेठानी ने सेठ से कहा अब भी मान जाओ मैं स्थिती संभाल लूंगी लेकिन सेठ नहीं माना, बांधकर ले गये चिता जलने वाली थी इतने में हलज चलज हुई सबने खोला तो सेठ उठ खड़ा हुआ पिछाने लगा दो को खाऊंगा । सब जान बचाकर भागने लगे लगता है यह तो भूत बनकर आया है न जाने किन दो को खायेगा । घर गये तो सेठानी ने चार रोटी वाली सारी रोटी घटनाक्रम लोगों को समझा दिया । ऐसी कंजूसी करने पर अपने भी पराये हो जाते हैं । प्रेम से अगर नौकर को भी भोजन कराया दिया जाये तो वो तुम्हारा गुण नायेगा । ये सेठजी हमारे हैं हमारा बहुत ख्याल रखते हैं । अपने सुख दुःख में नौकर भी सहायक बनें और भोजन में कमी की ठीक से नहीं दिया तो नौकर भी नौकरी छोड़कर चला जायेगा, दूसरी दुकान पर नौकरी करने लग जायेगा यानि एक भोजन के कारण अपना नौकर भी पराया हो गया, ये है भोजन की महिमा ।

(भोजन से तपधारी गिरे)

अच्छे-अच्छे तपधारी को - इस भोजन ने गिराया ।**जिनकी जिह्वा वश में थी - उन सबको है तिराया ॥**

गाय एक ही है चाहे शुद्धि पूर्व दूध स्वयं निकाले या अपने सामने निकलवाकर आहार में देकर या जिनाभिषेक करके पुण्य कमा ले । चाहे उसी गाय का दूध गीले बर्तन में ग्वाले के हाथ से पहले से निकालकर रखा गया अशुद्ध दूध लेकर आहार में देकर या जिनाभिषेक कर पाप कमा लो, फल एक ही है चाहे खा कर आहार संज्ञा की पूर्ति कर लो चाहे भगवान की पूजा में चढ़ाकर पुण्य कमा लो । उसी प्रकार भोजन एक ही है इसी भोजन के करने से प्राप्त शक्ति से तप किया जाता है जिस प्रकार जल मछली को गमन करवाने में सहायक है उसी प्रकार यही भोजन (भुक्ति) मुक्ति में सहायक होता है । बस भोजन करने की बुद्धि होनी चाहिये । कब कितानी मात्रा में भोजन करना, भोजन में क्या लेना जो लेने से मेरे तप साधना में सहायक बन सके, तब तपधारी इसी भोजन से तप करके पुण्य कमा लेता है । ये बुद्धि उन्हीं तपधारियों की आयेगी जिनकी जिह्वा इन्द्रिय वश में है इसके विपरीत जिन तपधारियों में बुद्धि तो है पर इस जिह्वा इन्द्रिय की लोलुपता के कारण बुद्धिहीन बनकर जो जैसा आया जहां से आया, जिसने दिया, कब का बना, कैसा बना, सब कुछ इस पेटरूपी टैंकर में डाल दिया । जब सामायिक का समय आया ध्यान का समय आया, स्वाध्याय का समय आया उस समय पेट में बैचेनी ऊपर से प्रमाद छाया नींद का आना सबकुछ फल सामने गजर आने लगा यही भोजन अब तपसी को गिराने का काम कर रहा है । अच्छे अच्छे घोर तपधारी महिने महिने का उपवास करते हैं पुण्य कमाते हैं लेकिन पारणे के दिन सारा पुण्य धो देते हैं । मालूम होते हुये भी अशुद्धि का आहार ग्रहण कर लेते हैं क्योंकि उन्हें चाहिये चींके में १०० जोड़े, ये १०० जोड़े आहार देने वाले कहां से आये, कैसे आये, वस्त्र कहां से पहने आदि सब जानकारी होते हुये भी अशुद्ध आहार ग्रहण कर लेते हैं तब यही आहार पाप बढ़ायेगा साधु को तप से गिरायेगा लेकिन दूसरी ओर देखो एक साधु तप नहीं कर रहा पर शुद्धिपूर्वक आहार ग्रहण कर रहा है तो इस अल्प तपधारी साधु को यह आहार ऊपर उठायेगा, मूलाधार प्रदीप में आचार्य सकलकीर्ति विरचित पे. १०१ में लिखा है मुनि को १६ दिन या महिने का उपवास करके पारणा के दिन सदोष आहार करने की अपेक्षा प्रतिदिन निर्दोष आहार करना उत्तम है । पे. नं. ९० पे लिखा है यदि मुनि मन, वचन, काय से शुद्ध होकर आलस छोड़कर शुद्ध आहार को दूँडता है तो फिर वही अधाकर्म से तैयार आहार साधु ग्रहण करता है तो भी साधु शुद्ध है कर्मबंध नहीं होगा लेकिन वर्तमान में तो जानते हुये भी भीड़ जोड़ने के चक्कर में अशुद्ध आहार में सुधार नहीं है । सब कुछ चल रहा है इसी कारण ऐसा आहार तप से गिराता है ।

(भोजन में बहाना)

काम थोड़े में चल जाये तो - अधिक नहीं तू खाना ।**खाने के लिये बीमारी का - ना बनाना बहाना ॥**

बहाना एक तरह से मायाचारी ही है छलकपट ही है इंसान व्यापार में लेन देन में मायाचार करता है पर भोजन में भी मायाचार नहीं छोड़ता । घर के एक या दो सदस्यों को निमंत्रण दिया पर वह पूरी क्रिकेट टीम उठाकर ले आया । निमंत्रण देने वाला सज्जन इंसान हो तो इस मायाचार को पी लेना लेकिन निमंत्रण देने वाला भी तुम्हारे जैसा ही होना तो लोगों के सामने तुम्हें बेइज्जत कर देगा, अरे खाते तो हैं ही पर शाम सबेरे के लिये साथ में बांधकर भी ले जाते हैं ये ही तो मायाचार है । हे भाई । ऐसी मायाचारी न करके तिर्यञ्च प्राणियों से भी शिक्षा ले ले । वे तिर्यञ्च प्राणी चाहे कितनी भी भोजन सामग्री सामने हो पर जितना थोड़ा बहुत खाने से काम चल जाता है तो वे अधिक खाने की चेष्टा नहीं करते पर तेरा पेट तो न जाने कैसा है थोड़ा तो दिखता ही नहीं अधिक ही अधिक नजर आता है और अधिक खाने के बाद भी नहीं भरता है । किसी ने कहा भाई साहब बहुत दिनों बाद मिले हो चलो घर पर कुछ नाश्ता पानी कर लो, हम मना नहीं करते चले जाते हैं और नाश्ता पानी करके आ जाते हैं । ऊपर पद्य में तो लिखा है **काम थोड़े से चल जाये तो अधिक नहीं तू खाना**, पर ऐसे भोजन लोलुपियों के लिये लिखना होगा-

काम अधिक से चल जाये तो - थोड़ा ना तू खाना ।**वैद्यराज ने मुझे बताया - खाना कानू मखाना ॥**

कई लोग दुनिया में ऐसे होते हैं कि अगर उनके मन की इच्छापूर्ति नहीं हो रही उन्हें अमुक चीज खानी है पर कहे कैसे, कहेंगे तो सबके सामने इज्जत खराब होती है जिष्का लोलुपता का प्रदर्शन हो जायेगा ऐसा करके वे खाने का बहाना ढूँढते हैं और कहते हैं वैद्य ने मेरे पेट के दर्द को मिटाने के लिये ये ये खाने को कहा है । ये सामान ऐसे तैयार कर देना फार्मूला भी स्वयं ही बता देंगे । देखिये यहां तो डबल मायाचारी चल रही है । एक तो खाने की दूसरी पेट के दर्द की और कोई बीमारी बुखार आदि बताते तो चेक हो जाता लेकिन पेट में दर्द है या नहीं इसका कोई थर्मामीटर नहीं है इसलिये पेट के दर्द का बहाना बनाया है । भाई ऐसी मायाचारी करके कहां जाना है बस एक ही स्थान है तिर्यञ्चगति । ऐसी मायाचारी किये बिना सीधे सीधे जो खाना हो सो बता दो कम से कम पापबंध होगा कर्म कम बंधेंगे, ऐसी मायाचारी करने से जो बीमारी आपको नहीं है उसी का बहाना बनाया जिससे कर्म बंधा तो वो कर्म उदय में आया और वही बीमारी आपको लग गई । अब रोने पर भी ठीक नहीं होगी, अब आगे क्या होगा, बस यही होगा कि जिस बीमारी के बहाने से मन चाहा खाया था उसी बीमारी के कारण अब खाना छोड़ना पड़ेगा अतः ऐसी मायाचारी से बचें ।

(स्वयं की थाली देखे)

अपनी थाली देख जो खाये - स्वाद उसी को आये ।**औरों की थाली जो देखे - स्वाद है अपना गवाये ॥****आत्म तत्व जाने नहीं पर मे वो है निपुण - मिथ्या दृष्टि जीव का ये पहला गुण ।**

इस कलिकाल में लोग स्वयं को नहीं देखते मेरी आत्मा कितने पानी में जा रही स्वयं के आत्म तत्व को नहीं जानता लेकिन दूसरों को देखता है - पर मैं वो है निपुण-ऐसे जीव मिथ्यादृष्टि की श्रेणी में आयेगे । उस कुत्ते को देखो मुंह में हड्डी का टुकड़ा लिये जा रहा है मार्ग में हाथी मिला हाथी के मुंह में लम्बा गन्ना था उस मूर्ख कुत्ते ने सोचा मेरे पास तो छोटी सी हड्डी है और इस हाथी के पास बड़ी हड्डी है अवश्य इससे छुड़ाना चाहिये । मूर्ख कुत्ते ने गन्ने को हड्डी समझा और भौंकने लगा तब हाथी ने गन्ने को मुंह में अच्छी तरह दबाकर चिंघाड़ मारी कुत्ता घबराया उस घबराहट में कुत्ते के मुंह का हड्डी का टुकड़ा भी पास बहने वाली नाली में गिर गया । अपना नहीं देखकर दूसरों का देखेंगे उनका यही कुत्ते वाला हाल होगा । वर्तमान में श्रावक अपने मूलगुण नहीं देखता कि मैं कितने मूलगुणों का पालन कर रहा हूं । यहां तक कि अपने मूलगुणों के नाम भी पता नहीं होंगे लेकिन साधु के मूलगुण जरूर याद रखेगा । साधु कितना पालन कर रहे है साधु की आवश्यक क्रियायें पल रही है या नहीं आदि साधुओं की कमियां निकालेगा । अपने आवश्यक व मूलगुणों की ओर उसका ध्यान नहीं है । अरे भाई ! साधु तो हाथी के समान है मत देख उनके मूलगुण । उनकी दिनचर्या कदाचित् किसी कारणवश मूलगुणों में आवश्यकों में दोष लग रहे होंगे तो साधु तो हाथी की चिंघाड़ के समान तप और प्रायश्चित्त के द्वारा उन्हें दूर कर देगा पर हे निंदा करने वाले ! तेरा क्या होगा ? तेरा हाल तो उस कुत्ते के समान होगा जो ना समझी में गन्ने को हड्डी समझ बैठा और उस बड़ी हड्डी (गन्ने) को देखने के चक्कर में अपनी हड्डी गवा बैठा वैसे ही तू भी साधुओं के मूलगुण दिनचर्या देखने के चक्कर में अपने मूलगुण व आवश्यकों के पालन से हाथ धो बैठेगा अतः अपना देखो अपने कर्तव्यों का पालन करने से अपनी आत्मानुभूति का स्वाद आयेगा । वैसे ही अपनी थाली को देखकर जो भोजन करेगा उसे ही स्वाद आयेगा, दूसरों की थाली में देखकर विचार किया कि मुझे वो चीज क्यों नहीं दी, मेरे पास थोड़ा है, उसके पास तो ज्यादा है ऐसी खोटी भावनायें मन में लायेगा उसे उस कुत्ते की तरह अपनी हड्डी का स्वाद नहीं आया वैसे ही अपनी थाली के भोजन का स्वाद नहीं आयेगा ।

(रोगी न बने)

एक बार योगी खाये - दुबारा भोगी खाये ।**चलते फिरते बार बार खाये वो रोगी कहाये ॥**

योगी तपस्वी महात्माओं का भोजन सामान्यतया दिन में एक ही बार होता है । विशेष तप साधना के दिनों में योगीजग प्रतिदिन भोजन न करके एक दिन बाद, दो दिन बाद, सात दिन, पंद्रह दिन, महिने भर बाद करते हैं । ये साधु ऋद्धिधारी भी होते हैं ये उपवास करना तप ऋद्धि में आता है । तप ऋद्धि ७ प्रकार की है (१) घोर तप- उपवास करके सिंह व्याघ्र आदि से युक्त भयानक गिरिकन्दराओं में हमसान में जाकर तप करना (२) महातप - पक्ष, मास, छह मास और एक वर्ष तक उपवास करना एक वर्ष के बाद पारणा होता है यदि पारणा नहीं हुआ तो उस तप से केवल ज्ञान भी हो सकता है क्योंकि तप का काल एक वर्ष बताया है एक वर्ष से अधिक उपवास नहीं हो सकता । (३) उग्र तप - पञ्चमी, अष्टमी और चतुर्दशी को उपवास करना । (४) दीप्त तप - उपवास के प्रभाव से शरीर से बारह सूर्यों का तेज निकलता है । (५) तप्त तप - तपे हुये लोहपिण्ड पर गिरी हुई जल की बूंद की तरह आहार ग्रहण करते ही आहार का पता न लगता, आहार का पच जाना, आहार होना पर गिहार नहीं होना ही तप्त तप है । (६) घोर गुण ब्रह्मचारिता - सिंह व्याघ्र आदि कुर प्राणियों से सहित तप करना । (७) घोर पराक्रमता - जिन मुनियों के तप प्रभाव से भूत, प्रेत, वेताल, राक्षस, शाकिनी आदि भयभीत हो जाते हैं । इस बात को हम अच्छी तरह से जानते हैं कि २६५ दिन खाते रहने से मोक्षमार्ग प्रशस्त नहीं होता । बीच बीच में अपनी शक्ति के अनुसार व्रत, उपवास करते रहने से मोक्षमार्ग प्रशस्त होता है अगर कभी उपवास करने के भाव नहीं हो तो ऐसे ऋद्धि तपधारी साधुओं के पराक्रम के जीवन की गाथा पढ़ें आपके भी भाव तप करने को हो जायेंगे । कुछ कुछ लोग खाने से नहीं उपवास करने से डरते हैं । उपवास करने से अगर कभी कभी कोई कमजोरी सिरदर्द, पेट दर्द, गैस, पित्त आदि हो जाये तो उपवास करना छोड़ देंगे । नहीं नहीं मेरे से उपवास नहीं होता । मैं तो उपवास करू तो ऐसा वैसा हो जाता है । बहाना करके २६५ दिन खाता रहता है लेकिन अगर भोजन करने से पेट में दर्द, गैस, सिर घकराना आदि बीमारी हो जाये तो क्या भोजन करना छोड़ देगा, नहीं छोड़ेगा खूब खायेगा बार बार खायेगा प्रतिदिन खायेगा इसी का नाम तो रोगी है अतः रोगी न बनकर योगी बनो रोज रोज बार बार खाकर रोगी मत बनो पहले दो बार भोजन करने का अभ्यास करके गृहरथ बनो फिर एक बार भोजन करके योगी बनो फिर उपवास की साधना बढ़ाकर तपस्वी बनो । उपवास से मत डरो खाने से डरो । प्रेक्टिकल में आपने देखा होगा उपवास के दिन कोई परेशानी नहीं होती, पारणा वाले दिन परेशानी होती है । भोजन पेट में जाता है खलबली मचाता है ।

(सचित्त भोजन न करे)

हिताहित विचार ना कीना - सचित्त भोजन जो खाये ।

मूलाचार में कहे वट्टेकर - वो नरकों में जाये ॥

चित्त कहते हैं जीव को "स" का मतलब सहित जो जीव सहित है उसे सचित्त कहते हैं । सचित्त त्याग नामक पांचवीं प्रतिमा है जो व्यक्ति अपक्व जो पूरी तरह से पके नहीं है ऐसे कच्चे, गीले, सचित्त अंकुरोत्पत्तिकारक जड़, फल, शाक, डाली, कोपल जमीकंद फूल बीज बगैरह नहीं खाता पानी भी गरम करके पीता है वह सचित्त त्याग प्रतिमाधारी कहलाता है । पानी छानने के बाद गरम किये बिना या उसमें लौंग इलायची आदि नहीं डालेंगे तो ४८ मिनट पहले यह छाना पानी पुनः सचित्त जीव सहित हो जायेगा उसे गरम कर लिया अथवा लौंग इलायची आदि डाल दिया तो वह ६ घंटे की मर्यादा का हो जायेगा, कच्चा पानी छानने के बाद लौंग इलायची डाल देने से ६ घंटे की मर्यादा हो जाती है लेकिन वह ६ घंटे के बाद किसी त्यागी व्रती के पीने के लायक नहीं रहेगा अभक्ष्य कहलायेगा । इसे बाद में तेज गरम करने पर भी २४ घंटे की मर्यादा का नहीं हो सकता । कच्चा पानी छानकर उसे ४८ मिनट के पहले पहले हल्का गरम किया तो ६ घंटे, बुलबुले उठने लगे ऐसा मध्यम गरम करने पर १२ घंटे व तेज उबालने पर २४ घंटे की मर्यादा का हो जाता है । गुन गुना किया पानी ६ घंटे की मर्यादा वाला जिसमें सौंफ, इलायची नहीं डाली ऐसे पानी की ६ घंटे के पहले तेज उबाल कर मर्यादा १२ घंटे या २४ घंटे की की जा सकती है । सचित्त - बीज सहित ककड़ी नहीं खानी चाहिये बीज सहित फलादि में पुनः जीव पैदा करने की शक्ति होती है जो सचित्त भोजन करता है वह भोगोपभोग परिमाण शिक्षाव्रत के तीन अतिचारों से दूषित होगा । (१) सचित्ताहार - जीव सहित हरे फल भक्षण करना (२) सचित्त संबंधाहार - सचित्त पदार्थ से संबंध को प्राप्त हुई चीज का आहार करना । (३) सचित्त सन्निव्राहार - सचित्त पदार्थ से मिले हुये पदार्थ का आहार करना (त.सू. अध्याय ७ सूत्र ३५) जो सचित्त भोजन करता है वह अतिथि संविभाग शिक्षाव्रत के दो अतिचारों से दूषित होता है । (१) सचित्त निक्षेप- सचित्त पात्र आदि में भोजन रखकर देना । (२) सचित्तपिधान - सचित्त पात्र आदि में ढके हुये भोजन आदि का दान करना । (त.सू. अध्याय ७ सूत्र ३६) अगर हम प्रतिमाधारी नहीं है तो भी हमें सचित्त आहार ककड़ी के बीज, बर्फ का पानी पीना, अंकुर सहित चना, बीज सहित टमाटर फूल आदि नहीं खाना चाहिये ऐसा करने से हम श्रावक नहीं कहलायेंगे क्योंकि ऐसा खाने से हमारा अहिंसा धर्म नहीं पलेगा, मांस खाने का दोष लगेगा । आठ मूलगुण में मांस त्याग भी मूलगुण है ।

(प्रभु से प्रार्थना भोजन को भूलूँ)

पूर्व भोज की याद से जब जब भूख वे मुझको सताये ।**हे प्रभु शक्ति ऐसी देना - मन उसमें ना जाये ॥**

मैंने बचपन में चलते फिरते उठते बैठते दौड़ते हंसते खेलते मम्मी को रुलाते, मम्मी को हंसाते, अकेले में, साथी बच्चों के साथ जो जो कुछ भी खाया हो उसकी याद मुझे न आये, मैंने जवानी में घर में, बाहर में, स्कूल में, चार मित्रों के साथ, मेहमानदारी में, पर्व के दिनों में, त्यौहार के दिनों में, सोते, उठते, बैठते, चलते फिर रुपया पैसा देकर, उधार लेकर जब कभी जिस किसी भी अवस्था में खाया हो उसकी याद मुझे न आये । हे प्रभु ! पूर्व की जिस किसी भी अवस्था में मैंने भोजन किया ही, रुखा चिकना, ठंडा, गरम, हरा, लाल, पीला, काला, सफेद, कठोर, नरम, कषायला, कड़वा, चरपरा, खट्टा, मीठा उन सबकी अब मुझे याद न आये ऐसी शक्ति मुझे देना अगर उस पूर्व भोजन की याद आ गई तो मेरा समाधिमरण बिगड़ जायेगा क्योंकि ये समाधि सुधारने का समय है समाधि बिगाड़ने में इस भोजन का महत्वपूर्ण रोल होता है । पूर्व में खाया हुआ कभी कभी सपनों में भी आ जाता है । सुपने मदिदोष लगायो अगर सपने में भी खा लिया तो मुझे दोष लग जायेगा । हे प्रभु ! मैं आपसे बार बार अरजी करता हूँ -

अंत समय खाने पीने की, इच्छायेँ मेरी घटती रहे ।**त्याग भावना धीरे धीरे हर पल मेरी बढ़ती रहे ॥**

हो मरण समाधिमरण मेरा प्रभु, हो मरण समाधि मेरा प्रभु इस भजन को एक बार अवश्य देखते व सुने । मेरे द्वारा ब्रह्मचर्य अवस्था में रचा गया व गाया गया । भजन के बोल हैं - **हो मरण समाधि मेरा प्रभु**

www.vasupujyasagarji.com इंटरनेट पर देखते । हे प्रभु । मेरा मन इधर उधर ना भाने सब कुछ खानपान को भूलूँ बस याद रहे तो एक तेरी ही याद रहे क्योंकि प्रभु आप ही तारणहारि हैं । आप ही भवसिंधु में डूबते हुये की निकालकर पार कराने में समर्थ हैं ऐसी सामर्थ्य आपके अलावा और किसी में नहीं है । हे प्रभु मेरा अंत समय आपके हाथ में है । मेरे मन वचन काय सब धर्मध्यान में प्रवेश कर जाये । धर्मध्यान की छोड़ शुक्लध्यान में प्रवेश कर जाये अन्न से मुक्ति रुपी लक्ष्मी की प्राप्ति हो जाये ।

भूलना है तो मन को अशांत करने वाली बात को भूल जाईये ।

(खाया खोया सब बह गया)

खाया पिचा बह जाये - सभी मन में है ये जाने ।

फिर भी मन इच्छा करता - सुन्दर गरिष्ठ भोज पाने ॥

चला लक्ष्मी, चला प्राणा, चलं जीवन यौवनम्

चला चले च संसारे धर्म एको ही निश्चल

इस चल व अचल संसार में इस जीव के साथ में रहने वाला एक धर्म ही है शेष लक्ष्मी, प्राण, जीवन, यौवन सब कुछ चला जाने वाला है ।

खाया पिचा बह गया, सब चला चो पूं ही जायेगा ।

उपकार किया जीवन में, काम चो ही आयेगा ।

एक सेठजी मंदिर की पूजापाठ करके घर पर आये नाशता पानी बगने में थोड़ी देरी थी तो सेठजी ने सोचा रात की नींद पूरी नहीं हुई है नाशता बगता है तब तक थोड़ा सो लू बस सेठजी सो गये । सोते सोते सपना देखने लगे मेरा भरा पूरा परिवार है, फैक्ट्री है, बड़ा कारोबार है, सात बेटे हैं कारोबार खूब अच्छा चल रहा है लेकिन एक एक्सीडेंट में सातों बेटे काल के मुंह में समा गये । इतने में नींद खुली तो देखा यहां तो सब कुछ अच्छा है न फैक्ट्री है न बेटे मरे हैं ऐसा मन विचार ही कर रहा था कि गौकर दौड़ा दौड़ा आया सेठजी दुकान में छोटे लड़के को साप ने डंस लिया हालत खराब हो रही है सेठ दुकान पर जाता है तब तक लड़का मर गया था लेकिन सेठ के चेहरे पर तिल मात्र भी चिंता के निशान नहीं थे तब सेठानी ने रोते हुये सेठजी को टोका बेटा मर गया है कम से कम झूठ मूठ तो आंसू बहा जो आपके चेहरे पर बिल्कुल दुःख नहीं है । लोग क्या कहेंगे थोड़ा लोक व्यवहार भी तो कर लिया करो सेठ बोला मैं किस किसका रोऊं अभी अभी सपने में ७ बेटे मर गये हैं उनका रोना रोऊं या इस एक का रोना रोऊं । ये सारा संसार एक सपना है खुली आंखों का सपना । आंख बंद होते ही मिट जाता है और दूसरा बंद आंखों का सपना आंख खुलते ही मिट जाता है । उसी प्रकार खाया पिचा सब कुछ इस सपने की तरह मिट जाने वाला है । मलमार्ग से बह जाने वाला है कुछ भी नहीं रहने वाला है । बस जीवन में जो हमने किसी का उपकार किया है वही याद रहेगा वही काम में आयेगा तो भाई इस क्षणभंगुर भोजन के लिये इतना लालायित क्यों हो रहा है अच्छा अच्छा सुंदर गरिष्ठ मनोनुकूल भोजन करने की इच्छा क्यों करता है । सादा सरल भोजन करेगा तो भी मल बनेगा, लड़ भिड़कर गरिष्ठ भोजन करेगा तो भी मल बनेगा । इसे तो नष्ट ही होगा है कुछ काम आने वाला नहीं है । बस जो कुछ काम में आयेगा वह है धर्म एवं परोपकार शेष सभी शून्य है ।

(भोजन में भाव सुधारो)

खान पान में अपने भावों - को ना कभी बिगाड़ो ।**संतोष मंत्र का झाड़ा लेकर - बिगड़े भाव को झाड़ो ॥**

इंसान के भाव बिगड़ने के कई कारण होते हैं एक कारण है वस्त्र । यदि वस्त्र उसके अनुकूल नहीं मिले तो भाव बिगड़ जाते हैं । एक दुकान पर बाप बेटे गंदे बेटे से पूछा कौन सा पैंट परसंद है बेटे ने इशारा किया कि मुझे तो ये पैंट परसंद है लेकिन पिता को परसंद नहीं आया । उसने बेटे से कहा बेटा ये पैंट तो फटी है दूसरी कोई परसंद कर लो । बेटा बोला - पापा यह तो डिजाईन है फटा नहीं है । पापा पुराने जमाने के थे उन्होंने बेटे से कहा - बेटा यह डिजाईन सभी लोग समझ नहीं पायेंगे क्योंकि गांव में पुराने लोग है वो तो यही कहेंगे कि अनुक भाई का लड़का फटा पैंट पहनकर घूम रहा है । तुम तो बॉम्बे घूम कर आये तुम्हें इस फैशन का मालूम है पर यहां तो लोग फटा पैंट की कहेंगे । पिता ने वो पैंट नहीं खरीदा सादा पैंट खरीदा तब बेटे ने कहा पापा मैं बॉम्बे से एक पैंट लाया हूं उसका क्या होगा । पिता बोले वो बॉम्बे में ही पहनना । अब पिता की आज्ञा का पालन तो हुआ पर बेटा जब तक गांव में रहा सावे कपड़े पहने तब तक उसके भाव बिगड़े रहे । दूसरा कारण बेटे के व्यापार में यदि पिता अड़चन करते हैं उसे स्वतंत्रता नहीं देते है बात बात पर टोकते हैं तब बेटे के भाव बिगड़ते हैं और पिता का कहना बेटा नहीं माने तो पिता के भाव बिगड़ जाते हैं । आजकल की पढ़ी लिखी बेटियों के लिये अंग प्रदर्शन करने वाले कपड़े पहनने को न मिले तो भाव बिगड़ते हैं मुझे मम्मी ने ये कपड़े पहनने नहीं दिये, कोई बात नहीं मम्मी के कहने पर अंग प्रदर्शन के कपड़े पहनने को नहीं मिले तो बेटे के भाव बिगड़े लेकिन सुंदर भयादित वस्त्र पहनने से उस बेटे को देखकर औरों के भाव नहीं बिगड़े । वर्तमान में बेटियों का सुधार बिगाड मां के हाथ में है अगर माँ थोडा ध्यान दे कि मेरी बेटे क्या खा पी रही है किसके साथ उठ बैठ रही है ये गंदे अंग प्रदर्शन के वस्त्र कहां से लाई इन बातों का बचपन से ही ध्यान दिया जाये तो बेटे बिगड़ने से बच सकती है पर हमने छोटी अवस्था में ध्यान नहीं दिया अब बड़े होने पर उन्हें टोकने लगे तो भी उसने बात नहीं मानी तो हमने उसे कहना छोड़ दिया । अब तो बेटे का रास्ता साफ हो गया अब मनचाही चेष्टायें करने लगी, माता पिता का नाम खराब हो रहा है कुल पे कलंक लग रहा है उसे कोई चिंता नहीं इन सब कार्यों के साथ भाव बिगड़ने का एक मुख्य कारण भोजन भी है । भोजन मन के अनुकूल नहीं मिला तो भाव पहले मस्तक में आयेंगे नाथे में झुर्रिया पड़ेगी फिर वह भाव चेहरे पर आयेगा चेहरा बिगड़ेगा, फिर वह भाव मुख के अंदर आयेगा तो कुछ कुछ बड़बड़ाने लगेगा । ऐसा बनाया वैसा बनाया, बनाना नहीं आता आदि आदि । जब तक भाव मुंह में नहीं आया था तब तक तो अप्रकट था पर मुंह में आते ही प्रकट हो गया । बंधुओं । भावों को प्रकट कर अपनी लोलुपता की जागकारी सबके सामने प्रदर्शित न करके संतोषरूपी मंत्र से झाड़ा लगाकर भावों को संभालो ।

(भोजन में माया)

श्वेत बगुला मछली खा के - सरोवर में नहाये ।**ऐसी मायाचारी भोजन में - मत कर तू भाये ॥**

बगुला जब तालाब में एक पैर से खड़ा रहता है तब ऐसा प्रतीत होता है कि ओ हो इसके समान तो दुनिया में कोई ध्यानी है ही नहीं क्या ध्यान लगाये खड़ा है बिल्कुल भी नहीं हिल रहा और जब मछली तैरते तैरते पानी के ऊपर आ जाती है तो झट से झपट कर घुटक लेता है और फिर ध्यानी बन जाता है ऐसी प्रवृत्ति कुछ लोगों की भोजन से संबंधित हो जाती है । बहुत से लोग ऐसे देखे गये हैं जो कहते हैं हम शुद्ध भोजन करने वाले हैं बाहर का हॉटल, बाजारों का भोजन नहीं करते हमारे लिये शुद्ध भोजन की व्यवस्था कर देना । हम पानी भी गरम पीते हैं । शुद्ध सोले के भोजन की व्यवस्था हो गई अच्छे शुद्ध सफेद वस्त्र धोती दुपट्टा पहनकर आये या बहनें हो तो शुद्ध सोले की साड़ी वगैरह पहनकर आये । बढ़िया सोले का भोजन किया आराम किया चौके वालों को या शुद्ध भोजन करवाने वालों को धन्यवाद दिया अच्छा हुआ आपके यहां हमारे भोजन की व्यवस्था हो गई नहीं तो हम भूखे रह जाते । चौके वाले शुद्ध भोजन करवाने वालों ने भी अपनी भावनाओं के अनुसार कहा कोई बात नहीं हमारे भी अतिथिसंविभाग व्रत का पालन हो गया । धर्मात्माओं का कर्तव्य होता है धर्मात्माओं का ध्यान रखना क्योंकि धर्मात्माओं के बिना धर्म नहीं ठहर सकता है । अब आगे क्या खेल होता है वे ही यात्री तीर्थयात्रा वंदना करके लौटे शाम को भोजन की व्यवस्था नहीं दिखी अब भूखे रह नहीं सकते ना ही पास में कोई भोजन व्यवस्था है तो भूख प्यास के मारे सामूहिक भोजनशाला में भोजन करते उन्हें ही पाया जिन्होंने प्रातः सोले में भोजन किया था अर्थात् प्रातःकाल को एक पैर पर ध्यान लगाये बगुले के समान कहलाये शुद्ध भोजन खाया और शाम को मछली पर झपटा मारते हुये ढोंगी बगुले के समान कहलाये जो भोजनशाला में जाकर भोजन पर झपटे । कहावत है **गंगाजी गये गंगादास जमनाजी गये जमनादास** । जो अपनी प्रतिष्ठा पर दृढ़ नहीं है वे मायाचारी करने वाले लोग इन्हीं मायाचारी भावनाओं से जीते हैं । मिल गया तो शुद्ध भोजन कर लेंगे नहीं मिला तो अशुद्ध भी चल जायेगा ऐसा छल कपट भोजन में नहीं करना चाहिये । ऐसा करने से कभी कभी सबके सामने नीचे देखना पड़ सकता है । इज्जत खराब होगी । जैसा हमारा नियम है वैसा बता देना चाहिये अंतरंग में छल कपट नहीं रखना चाहिये । ऐसा नहीं करना कि पानी सोले का गरम पीया, बाहर जाकर आईस्क्रीम खाई ऐसी मायाचारी से तिर्यज्य मति के अलावा कहीं ठिकाना नहीं है ।

(बकासुर की चेष्टायें त्यागो)

मांस लोलुपी बक राजा, भीम के हाथों मारा जाये ।**ऐसी लोलुपता जीवन में ,ना किसी के आये ॥**

राजा बक मांस लोलुपी था प्रतिदिन उसका रसोईया जंगल में जाता व शिकार करके लाता उसे मांस खिलाता । एक दिन रसोईया जंगल में गया वहां पर कोई शिकार नहीं मिला । निराश मन से वह वापस लौट रहा था और मन में सोच रहा था आज राजा को क्या खिलाऊंगा राजा नाराज हो जायेगा । ऐसा मन में उधेड़बुन चल ही रहा था तब रास्ते में उसने देखा कुछ लोग एक बच्चे को लेकर आये । एक गढ़ा कर रहे थे रसोईये को देखने का कौतुक हुआ वो जाते जाते रुक गया और दूर खड़े खड़े ही सब कुछ देखने लगा । बच्चे को गढ़े में गाड़ दिया और ऊपर से मिट्टी ढक दी । सभी लोग घर चले गये , रसोईये ने इसे अच्छा मौका समझा सोने पे सुहागा अवसर समझ कर वो उस गढ़े के पास गया गढ़े की मिट्टी हटाई तो देखा एक मनुष्य का मृत बच्चा है तब उसने सोचा आज जानवर का मांस मिला नहीं तो कोई बात नहीं इस बच्चे का मांस खिला दूंगा । राजा को क्या पता लगेगा ऐसा सोचकर उसने बच्चे को उठाया और घर ले जाकर उसका मांस पकाकर राजा बक को खिला दिया । राजा ने जैसे ही खाया उसे प्रतिदिन की अपेक्षा आज मांस अधिक स्वादिष्ट लगा । रसोईया से जानकारी लेने पर पता चला कि यह मनुष्य का मांस है अब तो राजा ने कहा प्रतिदिन मनुष्य का मांस बनाया करो । रसोईया के सामने समस्या पैदा हो गई । प्रतिदिन कहां से मनुष्य का मांस लाये । अब वह अपनी युक्ति से कुछ बच्चों को पकड़कर लाने लगा । गांव में बच्चे कम होने लगे । राजा के मांसभक्षी होने का लोगों को पता लगा तो सबने मिलकर राजा को निकाल दिया । अब राजा जंगल में रहने लगा राजा के आक्रमण के भय से सभी ने अपने निर्णयानुसार प्रतिदिन एक मनुष्य राजा के लिये भेजना स्वीकार किया, उन्ही दिनों पांडव विहार करते हुये उसी गांव में आये । एक बुढ़िया के घर रुके उस दिन राजा की भेट उस बुढ़िया का लड़का चढ़ने वाला था अतः वह रो रही थी । भीम ने कारण जाना बुढ़िया के लड़के की जगह भीम गया उस बक राजा का भोजन बनने के लिये । मुठभेड हुई भीम ने उस मांसलोलुपी बक राजा को मार दिया । बुढ़िया और पूरे गांव वालों का दुःख दूर किया । पांचों पांडव संकट में सहायक बने । लोलुपता के कारण होटल बाजारों में खाने वाले भी मांसभक्षी ही कहे जायेमें क्योंकि वहां शाकाहार मांसाहार एक साथ बनते है चम्मचे एक दूसरे में मिल जाती उसी हाथ से मांसाहार पकड़ा, उसी हाथ में शाकाहार पकड़ा बताओ ऐसे भोजन करने वाले मांसाहार के त्यागी कैसे कहला सकते हैं ?

(भोजन के बीच में पानी पिया करो)

ज्यादा भोजन करता हानि, पिये ना बीच में पानी ।

नहीं किया तो करके देखो, कहती है जिनवाणी ॥

एक महात्मा चिल्ला रहा था बुरा करने वालों का बुरा होता है भला करने वालों का भला होता है । एक सेठ साधु से बोला क्यों सुबह सुबह नकवास करते हो कहीं ऐसा होता होगा मैं तो रात दिन अन्याय का धन कमाता हूँ सुख छांति से जीता हूँ । साधु ने कहा- जब तक तेरे पुण्य का बीता नहीं करार, तब तक तेरे माफ हूँ अवगुन करो हजार । साधु ने सेठ से कहा परीक्षा करके देख लो, सेठ ने साधु से कहा अब बहुत हो गया जाओ अपना काम करो । एक दिन उस सेठ ने उस साधु को भिक्षा में चार लड्डू दे दिये परीक्षा करने के लिये साधु अपनी कुटिया में चला गया उसी रात्रि में सेठ का लड्डूका बाहर से आया रेल्वे स्टेशन पर उतरा ट्रेन लेट थी उस समय वो साधु भी उसी स्टेशन पर बैठा था कहीं जाने के लिये । उस साधु की ट्रेन केन्सल हो गई तो साधु ने सोचा बहुत तेज बारिश हो रही है घर न जाकर यहीं स्टेशन पर रात्रि गिवालोंने । उस सेठ के लड्डूके ने भी वही सोचा बारिश तेज है घर स्टेशन से १-६ किमी दूर है प्रातः चला जाऊंगा । स्टेशन पर सन्नाटा था सेठ के लड्डूके के अंदर भय था इतने में एक कोने में बैठे साधु की ओर नजर पड़ी एकाएक साधु की नजर भी उस युवक पर पड़ी दोनों एक दूसरे के लिये अनजान थे । साधु ने कहा तुम डरो नहीं मैं तुम्हें अपनी कुटिया में आश्रय देता हूँ । बस सेठ पुत्र रुक जाता है उसे भूख लग रही थी तो साधु के पास तो चार लड्डू ही बचे थे क्योंकि कई इंसानों की आदत होती है रुखा सूखा थाली में पहले ही खा लेते हैं अच्छा माल बाद में खावेंगे । कुछ इंसानों की आदत होती है अच्छा अच्छा माल पहले घट कर जाते हैं और रुखे सूखे पर दृष्टि बाद में जाती है । साधु ने पहले सब रुखी सूखी रोटी खा ली थी और लड्डू कल खा लेंगे सोचकर बचा रखे थे । साधु ने सोचा चार लड्डू हैं मैं दो से काम चला लूंगा ऐसा विचार कर दो लड्डू मुखे सेठ के पुत्र को खिला दिये । दोनों सो गये प्रातः देखा तो सेठ पुत्र के प्राण पखेर उठ चुके थे । साधु धबराया स्वयं पुलिस को बुलाकर लाया । प्रातःकाल सूदज चढ़ते चढ़ते शोर मच गया कोई अनजान आवामी मर गया सभी लोग देखने आये वह सेठ भी आया जैसे सेठ ने अपने पुत्र को पहचाना मूर्छा खाकर जमीन पर गिर गया । लोगों ने शीतोपचार से सेठ की मूर्छा दूर की । अब सेठ चिल्लाने लगा इस साधु ने ही मेरे पुत्र को मारा है । साधु ने कहा मैंने तो कुछ भी नहीं किया । मैंने तो रात में इसे भय लग रहा था तो आश्रय दिया । भूख लग रही थी तब सेठजी आपके द्वारा दिये गये चार में से २ लड्डू खाने को दिये और दोनों सो गये । सेठ ने जैसे ही चार लड्डूओं की बात सुनी उसके पैर के नीचे से धरती खिसकने लगी वह अपने आंसू पीछले हुये साधु को एकान्त में ले जाकर यह बात किसी से न कहने की प्रतिष्ठा करवाई । साधु से कहा वो दो लड्डू फेंक देना उसमें जहर मिला है मैंने तुम्हारी परीक्षा के लिये जहर मिले लड्डू दिये थे इसी प्रकार भोजन करते करते बीच में पानी की मात्रा भोजन के अनुसार लेनी चाहिये । जूस जूस का काम करता है पानी पानी का काम करता है । पानी की जगह जूस की मात्रा बढ़ाने में भी हानिकारक होगा अगर विश्वास नहीं हो तो उस सेठ की तरह आप भी परीक्षा करके देख ली, प्रेक्टिकल में ।

(भोजन और मोटापा)

मोटा ताजा बन जाऊ इस - भाव से भोजन करता ।**वो इन्सान धर्म ना जाने - खाते खाते मरता ॥**

छयालीस दोष बिना - १६ उद्गम, १६ उत्पादन, १० एषणा, संयोजन अप्रमाण, अंगार व धूम ये ४६ दोषों को टालकर मुनिराज आहार लेते हैं, संयोजन दोष मिश्रण ठंडा गरम मिलाकर प्रकृति के विरुद्ध देना, अप्रमाण- आवश्यकता से अधिक भोजन कर लेना, अंगार दोष- जिप्था इन्द्रिय की लम्पटता से घटकारा लेकर खाना, धूम दोष - खाते भी जा रहे हैं और इशारे के माध्यम से या फुस फुस करके श्रावक की निंदा भी करते जा रहे हैं। कैसा बनाया है, बनाना भी नहीं आता आदि आदि। सुकुल - उत्तम कुलवाले- सद्जाती, सद्गृहस्थ, पारिव्राज्य, नरेन्द्र पद, सुरेन्द्र पद, अर्हत पद व निर्वाण पद। **श्रावक वनै घर** - श्रावक के घर में। **ले तप बढ़ावन हेतु** - तप बढ़ाने के लिये। **बहितन पोषते** - तन को पुष्ट करने के लिये नहीं लेते। **तजि रसन को** - घटसों का त्याग करके या कोई कोई एक दो या तीन शक्ति के अनुसार रसों का त्याग करके मुनिराज आहार ग्रहण करते हैं तन को पुष्ट करने के लिये जो आहार लेते हैं में अच्छा दिखूना, मैं ज्यादा ज्यादा खाऊंगा तो मेरा चेहरा अच्छा लगेगा लोग मेरे पीछे-पीछे भागेंगे। इस दृष्टि से जो जो साधु आहार लेता है वह साधु आगम से दूषित है हाँ एक बात अवश्य है सात्विक शुद्ध आहार करते करते आपका चेहरा सुंदर बन जाये तो कोई दूषित नहीं है। वास्तव में साधु का चेहरा सुंदर होना भी चाहिये। कुछ कुछ साधु सुंदरता का बुरूपयोन कर लेते हैं इण्ड भोगते हैं धर्म को बदनाम करते हैं ये गलत है पर हमारे तीर्थंकर समचतुस्त्र संस्थान वाले थे हम उन तीर्थंकरों के मार्ग पर चल रहे हैं तो समचतुस्त्र संस्थान का कुछ अंश तो आना चाहिये अतः साधु आहार करके प्राणाणिक शरीर वाला सुंदर बन जाये तो कोई बात नहीं लेकिन सुंदर मोटे ताजे बनने के लिये ऐसी भावना से आहार ग्रहण करना दूषित है। वह जिनात्म के मार्ग से विमुख है। वास्तव में निर्दोष साधु वो ही है जो तप बढ़ाने के लिये आहार लेता है हमें भी चाहिये कि हम श्रावक हैं उन्हीं निर्दोष साधुओं के पदचिह्नों पर चले, खा पी कर मोटा, ताजा, पहलवान बन जाऊंगा जब पहोसी से लड़ाई होगी तो उसे पछाड़ दूंगा ऐसी खोटी भावना से आहार न करें अगर ऐसी भावना लेकर आहार ज्यादा ज्यादा किया तो मोटे बनने के चक्कर में पतले बन जाओगे क्योंकि लीवर कमजोर है खाना पचेगा नहीं जितना ज्यादा खाया सब दस्त लगकर निकल जायेगा। जीवन खराब हो जायेगा फिर भी मोटे बनने की आकांक्षा समाप्त नहीं होती है दवाईयों करवाता जाता है भोजन खाता जाता है फिर भी मोटा नहीं होता और मोटा होने के चक्कर में अपने शरीर की मांस के विपरीत खाता जाता है और मोटा तो हो नहीं पाता और खाते खाते ही मर जाता है। बंधुओ। अधिक मोटापा भी हानिकारक है। जो मोटा है उससे पूछो मोटा पतला होने की दवाई करता है पतला मोटा होने की दवाई करता इसी प्रकार पंचपरार्थत करते रहता है।

(नकली दांत)

दांत गिरे उमर बीती - फिर भी संतोष न पाये ।**भोजन की लोलुपता ने - ये नकली दांत लगाये ॥**

जीवन तो असली है लेकिन दांत नकली । जिस प्रकार राजमहल में कौआ शोभा को प्राप्त नहीं होता गरुड ही शोभा को प्राप्त होता है । बगुले के मुंह में मोती शोभा को प्राप्त नहीं होता मोती तो हंस के मुंह में ही शोभा को प्राप्त होता है । वैसे ही असली जीवन में नकली दांत शोभा को प्राप्त नहीं होते असली जीवन में असली दांत ही शोभा को प्राप्त होते हैं क्योंकि यह मनुष्य पर्याय पाकर जीव श्रावक व्रतों का पालनकर मुनिव्रतों का पालन कर समाधिपूर्वक मरण कर मोक्ष को जाता है इसलिये यह मानव जीवन उत्तम कुल असली है इस असली जीवन में नकली दांत मोक्ष प्राप्ति में बाधक बनेंगे । ये नकली दांत तुझे त्याग की प्रवृत्ति से रोकने नकली दांत लगवाने वाला सोचता है कि इन नकली दांतों से काम चल जाता है फिर उम्र से क्या मतलब ? ८० साल के हो गये चाहे ९० साल के हूँ तो भोजन चबाकर उदर में पहुंचाना है सो नकली दांत से काम चल जाता है तो त्याग क्यों करना पड़े ऐसे खाने की भावना वाला व्यक्ति कभी त्याग में प्रवृत्ति नहीं बढ़ाता उसने तो इस असली जीवन को नकली दांत लगाकर नकली बना दिया क्योंकि मानव पर्याय का महत्व नहीं समझा त्याग में प्रवृत्ति नहीं हुई तो श्रावक व्रतों का पालन नहीं कर पायेगा जब श्रावक व्रतों का पालन नहीं कर पायेगा तो मुनि धर्म से भी हाथ धो बैठेगा । इस जीवन को इसने नकली बना दिया । नकली दांत लगाकर खाते खाते भी संतोष नहीं पाता । थिक्कार है बहुत से लोग ये सोचकर नकली दांत लगवाते हैं कि अब दांत गिर गये हैं चेहरा अच्छा नहीं दिखेगा, नकली दांत लगाने से चेहरा सुंदर दिखेगा । ये भावना लेकर नकली दांत लगवाते हैं पर उन्हें ये नहीं पता है कि जो सुंदर है वो दिखता नहीं और जो दिखता है वो लाख उपाय से भी सुन्दर नहीं हो सकता ये दांतों से दिखने वाली सुंदरता भी तो नकली ही है । **रुप तुम्हारा सबसे न्यारा भेद ज्ञान करना ।** हम बारह भावना में पड़ते हैं - हे भाई । तेरी आत्मा का स्वरूप सबसे सुंदर है इसके अलावा कोई सुंदर नहीं है । ये दांतों से दिखने वाली सुंदरता तो एक दिन जलकर राख हो जाने वाली है । **जो खे पोथण थके न तौलो उद्यम सों चरना ।** जब तक तुम्हारा पुरुषार्थ नहीं थकता है अर्थात् बुढ़ापा नहीं आता तब तक अपना हित करने के लिये आगे कदम बढ़ा लो, पुरुषार्थ से इस सुंदर आत्म स्वरूप को घमकाना सुंदर बनाना यही असली है । नकली तो बस दांत ही है क्योंकि आत्मा कहती है मेरी मृत्यु नहीं है, मुझे व्याधि नहीं, न मैं बालक हूं, न बूढ़ी हूं न जवान हूं इसलिये मुझे किसी बात का भय नहीं है, भय है तो बस शरीर को है कि मुझ पे लगे हुये दांत कहीं टूट न जाये - इसलिये शरीर सदा भयभीत रहता है आत्मा निर्भय रहती है । निर्भय होना ही मोक्षमार्ग है । नकली दांतों की पिता छोड़ असली जीवन की चिन्ता करो ।

(प्रभुवर से प्रार्थना)

बार-बार विनती प्रभु करता - अपना मुझे बनाओ ।

छोड़ के भोजन भजन करुं ये, बुद्धि मुझमें लाओ ॥

कर्म कर्म हिताबन्धि, जीवो जीव हितस्पृहः ।

स्व स्व प्रभाव भूवस्त्वे, स्वार्थं को वान वाञ्छति ॥१९॥ (इष्टोपदेश)

कर्म कर्म का हित चाहता है । जीव जीव का हित चाहता है । सो ठीक ही है अपने अपने प्रभाव के बढ़ने पर कौन अपने स्वार्थ को नहीं चाहता अर्थात् सब अपना अपना प्रभाव बढ़ाते ही रहते हैं ।

सभी अपने अपने प्रभाव को बढ़ाना चाहते है उसी प्रकार हे प्रभु । आपसे मैं प्रार्थना करता हूं आप भी मुझे जैसे भोजन लोलुपी की, लोलुपता फुड़वाकर अपना बना लीजिये ताकि अपना व धर्म का प्रभाव बढ़ता जायेगा । जब तक आप मुझे अपना नहीं बनाओगे मैं तब तक आपका ध्यान मुझ पर नहीं जायेगा और जबतक ध्यान नहीं जायेगा तबतक मेरी बुद्धि भोजन की लोलुपता मे ही बनी रहेगी । जबतक भोजन लोलुपता से बुद्धि हटेगी नहीं तबतक मेरा कल्याण नहीं होगा । वर्तमान में गुरुजन भक्तों को अपना बनाते है ये मेरा भक्त आ गया सब बाहर हो जाओ उनसे बंद कमरे में घंटों वार्तालाप करेंगे । सामान्य जन के लिये समय नहीं देते, जबकि आज तक हम तो सच्चे साधु की परिभाषा यही पढ़ते आये हैं ।

अरिमित्र महल मसान कंचन, कांच निंदन धुति करन ।

अर्थावतारण असि प्रहारन में सदा समता धरन ॥ (छहवाला)

वे मुनिराज शत्रु - मित्र, मकान-श्मसान, कंचन सोना-कांच कोई निंदा करे या स्तुति करे, कोई अर्घ उतारे चाहे तलवार से प्रहार करे सबमें समता भाव धारण करते हैं उसी प्रकार सेठ आये चाहे गरीब आये सबको समान आशीर्वाद दे । जबतक साधु ने अपने भक्त नहीं बनाये तबतक तो सबको समान आशीर्वाद मिलता रहेगा, पर जहां भक्त बनना शुरु हो गये वहां आशीर्वाद में भी फर्क आ जायेगा । हे प्रभु । मुझे पूर्ण विश्वास है कि आप भेदभाव रहित मुझे अपना बनाकर मेरे पुद्गल पिंड रुपी भोजन जो मैंने अनेकों बार उद्दष्टि खाया, बार बार खाया, हर परिस्थिती में खाया जो धूमिल मार्ग से बाहर निकला ऐसे भोजन को फुड़ाकर भजन रुपी भोजन करुं ऐसी बुद्धि आप मेरे अंदर भर देंगे क्योंकि आप ही कल्पवृक्ष के समान है, आप ही कामधेनु के समान है, आप ही दिव्य चिंतामणी रत्न के समान है, तिर्यन्वगति व नरकगति के दुःखों से फुड़ाकर मनुष्य पर्याय में सद्बुद्धि देकर उत्तम मुनिपद धारण करने की बुद्धि देकर स्वर्ग धरा में प्रवेश कराते हैं, अतः मेरी आशा पूरी हो प्रभु यही आपसे प्रार्थना है ।

(भोजन में काक दृष्टि)

श्वान दृष्टि को छोड़ काक - दृष्टि भोजन में धरना ।**रुखा सूखा जैसा भी हो - बांटके भोजन करना ॥**

एक श्रीमान ने अपनी पत्नि से हलुवा बनवाया । हलुवा नमकीन ऐसी चीज है जिसकी खुशबू दूर-दूर तक चली जाती है इसलिये घर के दरवाजे बंद करके हलुवा बनवाया ताकि खुशबू बाहर न जाये नहीं तो हलुवे में हिस्सा बांट हो जायेगा । घर में हलुवा तैयार हो रहा था खुशबू घर के अंदर ही है बाहर नहीं जा रही । इतने में क्या होता है, लाईट चली जाती है घर में घोर अंधेरा हो जाता है मेन स्विच घर के बाहर था तो क्वाइड खोला लाईट चालू की पर हलुवे की खुशबू पड़ोस में पहुंच गई । पड़ोस में से साला घर से निकला क्योंकि गाँव में ही शादी की थी । साले को देखकर पत्नि से कहा जल्दी से हलुवे को ढांक दो तुम्हारा भाई आ रहा है वो हिस्सा करवायेगा, मैं सो जाऊंगा तुम बुझार का बहाना बनाकर उसे वापिस भेज देना । जब वो चला जायेगा तब अपन दोगी मिलकर हलुवा खायेंगे । साला जैसे घर में पहुंचा उसे पूर्व नियोजित बहाना बनाकर घर से बाहर कर दिया । साला जीजा की आदत को जानता था उसने मन में सोचा माल बना है पर ये अकेले खाना चाहते है लेकिन मैं आज तो ये खाकर ही जाऊंगा ऐसा सोचकर साला घर के आंगन में एक कोठरी थी उसमें छिप गया । ऊपर से सूखी घास ढांक दी । बहिन और जीजा को लना कि वो चला गया है अब जीजा उठे मन प्रसन्न करके पत्नि से कहा आज अपन हलुवा विशेष तरीके से खायेंगे । तुम मेरी आंखों में पट्टी बांधो मैं तुम्हारी आंखों में पट्टी बांधता हूँ । तुम हलुवा मेरे मुँह में डालो मैं हलुवा तुम्हारे मुँह में डालूँ । साला घास के छिद्रों में से सब कुछ देख सुन रहा था । दोनों आंगन का मुख्य दरवाजा बंद करके आंगन में बैठ गये पट्टी बांध गई धरि से साला पास में जाकर बैठ गया । अब जीजा बहिन के मुँह में हलुवा डालने लगे साले ने बीच में अपना मुँह खोल दिया जब बहिन जीजा के मुँह में हलुवा डालने लगी तब भी साले ने मुँह बीच में खोल दिया यह प्रक्रिया चलती रही । पति समझ रहा है हलुवा पत्नि के पेट में जा रहा है पत्नि समझ रही है कि हलुवा पति के पेट में जा रहा है । साले ने जोर से डकार खाई दोनों चौंक गये पट्टी खोलकर देखा तो चालाक साला निकला । साले ने हाथ जोड़ते हुये कहा जीजाजी क्षमा कर दीजिये अपने जैन धर्म में लिखा है कि देखकर भोजन करना चाहिये नहीं तो पाप लगेगा, अतः मैंने आपका पाप से बचाया । आपका हलुवा मैंने देखकर खाय़ा अकेले खाने की कुत्ते की दृष्टि रखने वाले अपने ही पैरों में कुल्हाड़ी मारते हैं ऐसी दृष्टि रखने वाले इंसान स्वयं का नुकसान करते हैं । हर वक्त भोजन के मामले में काक दृष्टि रखनी चाहिये । कौए को कुछ मिलता है तो कांव कांव कर चिल्लाकर सबको बुलाता है । मिलबांटकर खाता है । कुत्ते को रोटी मिलती है तो अकेले उस जीजा की तरह कोने में ले जाकर खाता है । रुखा सूखा मिले तो बांटकर खाना और माल मिले तो अकेले खाना ऐसी दृष्टि भी नहीं रखना चाहिये ।

(अनंतो बार उसी उसी को खाया)

एक नहीं अनंत बार पुद्गल वर्गणाए भोगी ।

संसार चक्र में खा खा कर मैं बना हुआ हूं रोगी ॥

भुक्तोज्जिता मुहुर्मोहान्मया सर्वेपि पुद्गलाः ॥

उच्छिष्टेष्विव तेष्वद्य, मम विज्ञस्य का स्पृहा ॥३०॥ (इष्टोपदेश)

मैंने मोह से समस्त पुद्गल वर्गणाओं को भोगा और छोड़ा । भोग भोगकर छोड़ दिया । अब जूठन के लिये उन पदार्थों में मेरी क्या चाहना हो सकती है ? अर्थात् उन भोगों के प्रति मेरी चाहना इच्छा ही नहीं है । एक बार जो भोगा जाय उसे भोग कहते हैं जैसे- भोजन, द्रव्य आदि बार बार काम में आये उसे उपभोग कहते हैं जैसे- वस्त्र, मकान, जेवर आदि इसी प्रकार से अनन्तोंबार यह भोजन सामग्री खाई कुछ को एक बार खाया कुछ को बार बार खाया फिर भी तृप्त नहीं हुआ । मैं समझ रहा हूँ यह बार-बार वही वही सामग्री परिवर्तित होकर आ रही है फिर भी मैं मोह के वशीभूत उसे खाये जा रहा हूँ । यह भोग बुरे है भोग सामग्री बुरी है संसाररूपी रोग को बढ़ाने वाले हैं, इस जीव के लिये बुरी है । जब भोग भोगते हैं तब अच्छे लगते हैं पर जब उसका फल मिलता है तब बुरा मालूम पड़ता है । उसी प्रकार जब भोजन करते हैं तब खाते जाते हैं खाते जाते हैं पर बाद में जब उसका रियेक्शन पेट में होता है तब बहुत बुरा मालूम पड़ता है अंगर उलटी हो जाती है तो घृणा भर जाती है उस उलटी को कोई पुनः खाता नहीं है पर इस भोजन के प्रति ऐसी कौन सी प्रीति मुझे उत्पन्न हो गई है जो उलटी के समान है ऐसा मैं जान रहा हूँ फिर भी इसको छोड़ता नहीं हूँ फिर भी तृप्त नहीं हो रहा हूँ । खा खाकर इस कोयले के समान, प्याज के समान, डामर के समान संसार के चक्रव्यूह में रोगी बना हूँ क्योंकि बार-बार खाने वाले को रोगी कहा है दो बार खाने वाले को भोगी बताया है और एक बार जो खाता है उसे योगी बताया है । कोयले को घिसते जाओ घिसते जाओ कुछ भी हाथ आने वाला नहीं है । प्याज के छिलके उतारते जाओ उतारते जाओ कुछ भी हाथ आने वाला नहीं है, ऐसा यह संसार है डामर को जितना तपाया जाये उतना काला काला होता जाता है, वैसे ही संसार में जितना नहराई तक उतरते जाते हैं वैसे वैसे अधिक फंसते जाते हैं, ऐसे संसार चक्रव्यूह में मुझे खानपान से छुटकारा मिले मैं निरोगी बनूँ यही मेरी आशा है बाकी सबकुछ निराशा है ।

अधिक भोजन रोगों का घर - क्यों न रुग्णता तुझको डर ।

(भोजन में गैस)

सोच समझ के कभी ना खाया, बिना सोचे खाया ।**गैस चढ़ी क्यों पेट दुःखा - ये अब समझ में आया ॥**

गैस कहते हैं वायु को । वायु दो प्रकार की होती है एक वायु हमारे शरीर में रहने वाली होती है उसके ५ भेद है दूसरी वायु शरीर के बाहर घूमती है उसके ७ व अनेक भेद है । (१) सामान्य वायु को - वात कहते हैं । (२) ऊपर को चलने वाली वायु को उदभद्र कहते हैं । (३) गोलकाकार घूमने वाली वायु को उत्कलीक या माण्डलीक कहते हैं । (४) पृथ्वी को लगकर चलने वाली वायु को गुंजावात कहते हैं । (५) वृक्षादि को तोड़ने वाली वायु को महावात कहते हैं । (६) जल सृष्टि सहित वायु को झंझावात कहते हैं । (७) घनोदयि, घन व तनु ये तीन लोक संबंधित वात है और भी अनेक प्रकार की वायु होती है । अब शरीर के अंदर ५ प्रकार की वायु (१) प्राण वायु- यह हृदय में शक्ति बढ़ाती है । (२) अपाण वायु - यह मलाशय व पक्वाशय में रहती है । (३) समान वायु - यह जठराग्नि में रहती है भोजन पचाती है । (४) उदान वायु - यह कण्ठ में रहती है वाणी उत्पन्न करती है । (५) व्यानवायु - पूरे शरीर में रस उत्पन्न करके पसीना आदि को बाहर करती है ।

इस प्रकार वायु के भेद हुए । इनमें से कुछ वायु जीव के हितकर है कुछ अहित कारण है । जिस प्रकार विद्वान सोचकर बोलता है मूर्ख बोलकर सोचता है । यही विद्वान और मूर्ख में अंतर है । जो सोचकर बोलते हैं वे कभी अपना पतन नहीं करेंगे । जो बोलकर सोचते हैं वे अपना अहित करते है । उसी प्रकार विद्वान सोचकर खाता है आनंद पाता है मूर्ख खाकर सोचता है दुःख पाता है । गैस बगने वाला भोजन कर लिया अब पेट पकड़ कर बैठा तो गैस अगर अधोमार्ग से पास हो जाये तब तो ठीक है यदि यह अधोमार्ग से पास नहीं हुई तो जब सिर में चढ़ने लगे तब बँचेनी बढ़ जायेगी । उस समय सोचने कि अच्छा होता कि हम विद्वानों की तरह सोचकर खाते ।

सोच समझ के बोल ए प्राणी अपनी प्यारी वाणी ।**इसी वाणी से अमृत बरसे पूछे ना कोई पाणी ॥**

सोच समझ के बोलने से सभी को अपने प्रति प्रेम उत्पन्न होता है और बिना सोचे समझे बोल दिया तो कोई पाणी को भी नहीं पूछेगा । उसी प्रकार सोच समझ के खाया तो पेट परेशान नहीं करेगा । बिना सोचे खाया तो दिन भर पेट परेशान करेगा- जब पेट परेशान करेगा तब सारा भोजन का नक्शा सामने आवेगा कि मैंने क्या क्या खाया था ।

(भोजन में संग्रह)

मिले नहीं तो फिर क्या होगा - भय है मन में सताये ।**कोठी भर भर संग्रह करके - निष्परिग्रही बताये ॥**

केवल अपनी नहीं दुनिया की भी सोचो गरीब लोग भूखे मर रहे हैं । और हमने कोठियां भर भर संग्रह करके रखा है और फिर ऊपर से निष्परिग्रही बताते हैं ऐसे में आपके अणुव्रतों का पालन नहीं हो सकता । परिग्रह परिमाण अणुव्रत यह श्रावकों का पांचवा अणुव्रत है । इसके ५ अतिचार हैं । (१) खेत तथा रहने के घरों के प्रमाण का उल्लंघन करना हमने नियम लिया दो मकान से ज्यादा मकान नहीं बनाऊंगा फिर प्रतिज्ञा भूलकर चार मकान खरीद लेना । (२) सोने चांदी के प्रमाण का उल्लंघन करना । (३) गाय भैंस आदि पशु व गेहूं, चना आदि के प्रमाण का उल्लंघन करना । अरे आने वाले समय में मिलेगा नहीं तो क्या खाद्येंगे भूखे रह जायेंगे । दंगा होने वाला है कर्पूरू लगने वाला है ऐसा भय मन में करके अपने प्रमाण से अधिक संग्रह करके अनाज आदि खाद्य सामग्री रख लेना । (४) नौकर नौकरानियों के प्रमाण का उल्लंघन करना । (५) वस्त्र बर्तन आदि के प्रमाण का उल्लंघन करना । किसी ने २५ साड़ी से अधिक नहीं रखूंगी ऐसा नियम लिया लेकिन मार्केट में कोई नई साड़ी दिखी तो उसे भी खरीद लिया यह अतिचार है । इस अतिचार से बचने के लिये २५ में से एक साड़ी पहले किसी गरीब को दे देते फिर खरीदते है तो अतिचार नहीं लगता लेकिन हम बेने के नाम पर जीरो हैं संग्रह करने के नाम पर हीरो हैं ।

संग्रह कर खुशियां मनायें ये तेरी नादानी ।**दस मटकों से भरा, फिर भी कहता नहीं है पानी ॥**

संग्रह करने वाले झूठ बोलने में भी पीछे नहीं हटते हैं । पानी के १० मटके भरे हैं फिर भी किसी प्यासे को पानी नहीं दे रहा है । पानी किल्लत से ५ दिन का पानी संग्रह किया है पर कोई प्यास से मर रहा है उसे मरने दिया तो तेरी इंसानियत कहां गई तू रौद्र ध्यान करके ही मरेगा क्योंकि संग्रह करके आनंद मनाया परिग्रहानन्दी रौद्रध्यान कहलाता है । आर्तध्यान व रौद्रध्यान दोनों खोटे ध्यान हैं दुर्गति में भी ले जाते हैं । दुर्गति में जाने से बचने के लिये परिग्रह का त्याग करो परिग्रह त्याग व्रत की ५ भावनाओं को अपनाओ । ५ इन्द्रियों के इष्ट व अनिष्ट आदि विषयों में क्रम से राग द्वेष का त्याग करो यही ५ भावनार्य हैं । इष्ट वस्तु है तो संग्रह करके रखली ऐसा करने से ये भावनार्य दूषित होती हैं । नहीं मिलेगा तो क्या होगा ऐसा मन में भय मत करो ।

(गरमागरम भोजन)

ना जाने कितना खाया - ये गरम गरम उतरता ।**पेट पकड़ के बैठे बाद में, जब तकलीफ वो करता ॥**

आदत सबकी अपनी अपनी है । रुचि है सबकी अपनी अपनी । किसी को खट्टा रुचिकर होना है किसी को मीठा, किसी को गमकीन तो किसी को घरपरा, किसी को घी अच्छा लगता है तो किसी को तेल, किसी को शक्कर अच्छी लगती है तो किसी को गुड़, किसी को रोटी अच्छी लगती है तो किसी को पूड़ी पर ध्यान रखना रोटी शरीर के लिये हल्की होती है पूड़ी भारी होती है । तला हुआ पदार्थ पेट खराब करता है लेकिन फिर भी अपनी अपनी रुचि है खाने की । पूड़ी हो चाहे रोटी जब गरम गरम उतरता उतरता मिलता है तो वो खाते ही जाता है खाते ही जाता है । पेट की सीमा से ज्यादा खा लेता है पर जब बाद में पेट में तकलीफ करता है तो दिन भर पेट पकड़ के बैठेगा । पढ़ना, लिखना, व्यापार करना, घूमना, फिरना सारा सब कुछ बंद हो जायेगा कुछ भी नहीं दिखेगा । वैसे तो एक मिश्रित दुकान बंद नहीं कर सकता था नगर में गुरुवर का आगमन हुआ प्रवचन होना है सबने प्रस्ताव पास किया अपनी अपनी दुकान एक घंटे के लिये बंद रखे और गुरुजी का प्रवचन सुनने को जाये । ऐसे पुण्य कमाने के मौके पर भी लोभी इंसानों को गुरुजी नहीं दिखेगे उन्हें तो अपनी दुकान ही दिखेगी वे दुकान बंद नहीं कर सकते ऐसे लोगों के लिये दुकान मंदिर है और ग्राहक देवता है । बस दुकान व ग्राहक ही दिखते हैं लेकिन जब गरम गरम पूड़ी खाने से पेट पूड़ी के समान फूल जाये पेट में दर्द बढ़ जाये बंचेनी बढ़ जाये उठते बैठते बजता नहीं ऐसी स्थिती में इन गरमा गरम उतरता उतरता खाने के लोलुपियों को पेट ही दिखेगा । दुकान ग्राहक सब नहीं दिखेगा । अब तो मन में एक ही पितल चालू है कैसे भी करके पेट ठीक हो जाये । गरम भोजन शरीर में पानी सुखाता है गरम भोजन के साथ पानी का भी ध्यान रखना चाहिये । भोजन गरम गरम किया पानी ठण्डे भोजन जितना पिया तो बाद में तकलीफ करेगा, अतः यह तकलीफ देने वाली मैरी खोटी आदत मिट जाये

गरम खाया गरम न आया ।**न जाने पेट में कितना भराया ॥**

(गरम भोजन से आदत बिगाड़ी)

गरम गरम उतरता खाकर, आदत अपनी बिगाड़ी ।**साधुचर्या में ये क्रिया , पुण्य में आती आड़ी ॥**

जिस प्रकार तरुण की काम की चिंता होती है मध्यम अवस्था वाले को धन की चिंता होती है । वृद्ध को मरने की चिंता होती है और दरिद्र मनुष्य को अनेक चिंतार्यें सताती है । उसी प्रकार जिसने भोजन पान से अपनी आदत बिगाड़ के रखी उस साधु को भी गरम भोजन की चिंता रहती है । किस चौंके में गरम भोजन मिलेगा वह साधु उसी की खोज करता है । जो पाप का कारण है जबकि साधु को शुद्ध भोजन की अवसण (खोजने) को कहा गया है । गरम गरम उतरता उतरता खाने की आदत एक बार पड़ जाती है तो वो आदत मिटाना मुश्किल हो जाता है । फिर जब कभी किसी चौंके में गरमगरम भोजन नहीं मिला तो सबके सामने चेहरा बिगड़ेगा अपनी लोलुपता का पता सबको लग जायेगा । गरम खाने की आदत है फिर ठंडा मिला तो पेट भी नहीं भरेगा इसलिये अपनी आदत ऐसी बना लेनी चाहिये जैसा रुखा, सूखा, ठंडा, गरम मिले वैसा ही खा लेना चाहिये अगर ऐसे ही गरम खाने की लालसा बनी रही तो आरम्भ परिग्रह का दोष लगेगा । हमारे सामने आरम्भ का कार्य हो रहा है इस दोष के भागी हम ही कहलार्येंगे । संयम मार्गणा का पालन नहीं हो पायेगा । संयम मार्गणा में बताया है । (१) व्रतों को धारण करना । (२) समिति का पालन करना । (३) कषायों का निग्रह करना । (४) भोग का त्याग । (५) इन्द्रिय पर विजय प्राप्त करना । यदि हमारे सामने आरम्भ का कार्य हो रहा है हम देख रहे हैं फिर भी श्रावक को ढील दे रखी है तो श्रावक का प्रमाद तो और बढ़ेगा । आज तो एक चीज सामने बना रहा है धीरे धीरे सारा चौंका ही आपके सामने ताजा ताजा बनने लग जायेगा । हमारी संयम मार्गणा दूषित हो जायेगी । हमारा प्रथम अहिंसा महाव्रत ही नहीं पलेगा । एषणा समिति का पालन नहीं हो पायेगा । छयालीस दोषों से रहित आहार नहीं हो पायेगा । कषायों का निग्रह नहीं हो पायेगा क्योंकि लोभ कषाय है गरम गरम खाने का शौक था उसकी लालसा अब तक भी बनी हुई है अतः शौक का त्याग नहीं कर पाये । जिह्वा इन्द्रिय की लोलुपता से गरम गरम खाने की इच्छा होने से इन्द्रिय पर विजय नहीं प्राप्त हुई, अतः इन्द्रिय विजय मार्गणा दूषित कहलाई । सामने गरम गरम उतरता हुआ आहार करना मूलाधार की दृष्टि से भी दूषित है । यह गरम भोजन करने की आदत साधुचर्या में बाधक है, पुण्य की जगह पाप का आस्रव होगा ।

(तन को आराम)

सादा भोजन जो हैं करता - उसको जाने राम ।**सादा भोजन करने से - तन को मिलता आराम ॥**

सादा जीवन उच्च विचार इस सिद्धांत से मानव का जीव ऊपर उठता है जीवन में विचार धारणों दो प्रकार की होती है एक उच्च विचारधारा, जो सबके लिये हित की बात सोचती है । जीव को उच्चगति प्रदान करती है, उच्च विचारधारा वालों का सब सम्मान करते हैं यह सिद्धांत गांधीजी का था । गांधीजी का सम्मान देश कथा विदेशों में भी होता था इसी विचारधारा से देश को स्वतंत्रता दिलवाई थी । दूसरी विचारधारा निम्न अर्थात् खोटी विचारधारा । इस विचारधारा वालों का कोई सम्मान नहीं करता है । खोटी विचारधारा नीचगति प्रदान करती है । विचारधाराओं दो होती है उसी प्रकार भोजन भी दो प्रकार का होता है एक सादा भोजन और एक तामसी भोजन । सादा भोजन करने से परिणामों में शरलता आती है । परिणाम शांत होते हैं और तामसी भोजन से परिणामों में कुटिलता आती है परिणाम अशांत होते हैं । मरते समय जीव की जो लेश्या परिणाम होना उसी लेश्या के परिणाम वाले स्थान में जन्म लेता है जैसे मरते समय किसी की कृष्ण लेश्या के परिणाम हैं तो कृष्ण लेश्या जिस गति में होनी वहीं पर यह जीव जन्म लेता है इसी प्रकार तामसी भोजन से परिणामों में कुटिलता आती है मन अशांत होता है अगर तामसी भोजन का त्याग नहीं किया और मरते समय वही परिणाम बने रहें तो वह कुटिल परिणाम जिस गति में होंगे वहीं पर यह जीव जन्म लेना । प्रायः कर कुटिल नीच परिणाम गरक गति में अधिक होते हैं, अतः सद्गति प्राप्त करने के लिये सादा भोजन करो । अनेक प्रकार के तेज गरम मसालों से युक्त भोजन मस्तिष्क में अर्मी पैदा करता है ऐसा भोजन स्वाद में अच्छा लगता है पर शरीर पर बुरा प्रभाव पड़ता है और इस बुरी आदत को बिल्ली के गले में घंटी के समान सदा साथ में रखा तो भोजन करवाने वाले भी आप से भयभीत होंगे जैसे बिल्ली के गले में घंटी की आवाज सुनते ही चूहे भयभीत हो जाते हैं । भोजन करवाने वाला आपके आगमन से पहले ही मन से तन से परेशान हो जायेगा वो सोचेगा इस व्यक्ति को तो ऐसा ही भोजन चाहिये इसके बिना वो खाना खा ही नहीं सकता ऐसी स्थिति में भोजन बनाते वक्त वो चीज नहीं है तो भी उस भोजन बनाने वाले को उस चीज की पूर्ति कहीं से भी लाकर करनी पड़ेगी लेकिन सादा भोजन करने वालों के प्रति भोजन करवाने वालों के परिणाम भयभीत नहीं होंगे। वो जानते हैं ये सज्जन व्यक्ति हैं जैसा मिलता है वैसा भोजन कर लेता है, यह व्यक्ति भोजन में नखरे नहीं करता ऐसा सादा भोजन करने वालों की इज्जत घर परिवार सब जगह होती है । सादा भोजन करने से तन को भी आराम मिलता है और मन को भी और तेज तराट भोजन करने की आदत है तो तन को तो आराम नहीं मिलेगा इससे पहले मन भी अशांत हो जायेगा । मन से सोचेगा क्या पता ऐसा वैसा मिलेगा की नहीं आवि सोच में पड़ जायेगा ।

(जैन धर्म की लाज रखे)

होटल बाजारों का भोजन - और रातों में खाये ।**धर्म अहिंसा के अनुयायी - जैनी कैसे कहाये ॥**

अपने धर्म और कुल परंपरा का ख्याल हर इंसान को रखना चाहिये । हमारे धर्म में क्या कब खाने पीने को कहा है क्या त्याग करने को कहा है इन सब बातों का ध्यान घर बाहर सब जगह रखना चाहिये । अपनी खोटी करनी से धर्म बदनाम न हो जाये । जैसे आप ट्रेन में सफर कर रहे हैं सीट पर बैठे पड़ोसी (अजैन) ने कहा - जैन साब भोजन का समय हो गया है आप भोजन कर लीजिये मैं थोड़ी देर के लिये बगल वाली सीट पर बैठ जाता हूँ क्योंकि सूर्यास्त होने वाला है तब वह नाम मात्र का अधर्मी जैन कहता है कि नहीं आजकल सब चलता है । ऐसा कहना धर्म का नाम दुबाना है । एक विधर्मी भी जानता है कि जैन धर्म में रात्रि भोजन का निषेध है लेकिन हम कह रहे हैं सब कुछ चलता है इससे बढ़कर घटिया बात और क्या हो सकती है ? बुरुवर के साथ पैदल विहार में चल रहे हैं अहिंसा परमो धर्म के गारे लगा रहे हैं और प्यास लगी तो हैण्ड पंप पर या गल पर जाकर पशु के जैसे जगछणा पानी पीने लग गये, कहां है तुम्हारा अहिंसा धर्म ? अरांख्यात जीवों को पी लिया और अहिंसा परमो धर्म का जयकारा लगा रहे हैं ।

जैसी बोली मुख से बोले वैसी तन पे लाय ।**कथनी करनी एक हो तो बो ही धर्म कहाय ॥**

धर्म बोलने का नाम नहीं है धर्म नाम है धारण करने का । धारण करे सो धरम है वरना कोरी बात । सूरज निकले तब दिन वरना कोरी रात । जैसा हम मुंह से बोलते हैं वैसा ही आचरण में लाना धर्म है । **मुंह में राम बगल में छुरी** ऐसा काम नहीं करना चाहिये । वर्तमान में मांसाहार का प्रचार है होटल में मांसाहार शाकाहार एक साथ बगता है एक साथ रखते हैं देने वाला व्यक्ति भी एक ही है उसी हाथ से मांस का टुकड़ा निकाल रहा है उसी हाथ से बाटी परोस रहा है आप मांस भक्षण के त्यागी कैसे कहलायेगें, नहीं कहला सकते । एक श्रीमान दुकान से आये पत्नि ने खाना परोसा रात का समय था मंद मंद झीपक जल रहा था खाते खाते वह व्यक्ति पत्नि पर चिह्लागे लगा देखती नहीं हो डण्टल सहित सब्जी बना दी । श्रीमती बोली नहीं जी सब डण्टल अलग किये देखो ये पड़े हैं । तो फिर ये मेरे मुंह में कड़क कड़क क्या आया टार्च लाकर बड़ी गौर से देखा तो पूछे की पूछ निकली । रात्रि के समय भोजन बनाते वक्त रसोई के पास की खिड़की से पूछ कटकर सीधी सब्जी की कड़ाही में गिर गई थी **धर्म रत्नाकर ग्रंथ** में आया है विवस के पूर्व भाग में - देव और गंधर्व भोजन करते हैं मध्यान्ह में सभी देवता भोजन करते हैं अपराह्न काल में - पितरों का भोजन होता है (दोपहर के बाद) रात में - भूतों का भोजन होता है (पे. नं. २८६) रात्रि भोजी को निराचर भी कहते हैं । रात्रि भोजन करने वालों होटल बाजारों में खाने वाला कभी अहिंसावादी नहीं हो सकता ।

(क्षपक को सम्बोधन)

खाया पिया बह जाये - क्यों प्रित अधिक लगाये ।**क्षपक राज भोजन में कब तक - मन अपना ललचाये ॥**

हे क्षपकराज चिंतन कर, मगन कर, महल चिंतन, मगन से गहराई में उतरकर जरा सोच भोजन की प्रीति मुक्ति दिलायेगी या भोजन से विरक्ति मुक्ति दिलायेगी । हे क्षपकराज, अब तक कितना खाया कितना पिया जितना कुछ तन के लिये खाया पिया यू ही बह गया। जो शरीर का उपकार करता है वह आत्मा का अपकार करता है जो आत्मा का उपकार करता है वह शरीर का अपकार करता है । भोजन पान के त्याग से शरीर तो क्षीण होगा पर आत्मा को पुष्टि मिलेगी यह समाधिमरण का उत्तम अवसर है ऐसे अवसर में अगर खाने में ही प्रीति बनी रही तो समाधिमरण बिगड़ जायेगा । हे क्षपकराज अनादिकाल से पंच परावर्तन करते हुये हर अवस्था में हर क्षण में खूब खाया द्रव्य परिवर्तन में तुले कर्म और गौ कर्म स्वरूप पुद्गल वर्णणाओं को ग्रहण किया और छोड़ा, क्षेत्र परिवर्तन में- सर्व आकाश प्रवेशों में खाते पीते जन्म मरण किया । काल परिवर्तन- खाते पीते उत्सर्पिणी और अवसर्पिणी के सर्व समयों में जन्म मरण कर काल परिवर्तन में खाया । भाव परिवर्तन- जघन्य, मह्यम व उत्कृष्ट बंध रूप में खाते खाते परिवर्तन किया । भव परिवर्तन- संपूर्ण आयु के विकल्पों में जन्म मरण ग्रहण कर खाते ही खाते भव परिवर्तन किया । हे क्षपकराज अब तो प्रभु से प्रार्थना करो इन परिवर्तनों को करते हुये बड़ा कष्ट हुआ । ये संसार के परिवर्तन बड़े दुःखदाई है अब मैं आपकी शरण में हूँ । अब मेरा ऐसा परिवर्तन कर दो फिर कोई परिवर्तन बाकी न रहे, अतः मुझे आपके समान बना दो मेरा परिवर्तन सिद्धों में हो जाये फिर कोई परिवर्तन बाकी न रहे ऐसी भावना करो । हे क्षपकराज ! इस मन को नहीं समझाया तो यह अंत समय तक ज्ञानपान के त्याग में जी पुरायेगा । इस तन पिंजड़े के मुख दरवाजे ले काम करना बंद कर दिया है अब तो संभल जाओ त्याग के भाव जगालो, आत्मकल्याण के लिये कवन बढ़ा लो, यह मन बड़ा चंचल है । जबतक जिस मनपसंद चीज का त्याग नहीं करेगा तबतक मन वो चीज खाने को ललचायेगा और त्याग कर दिया तो मन उसमें जायेगा ही नहीं । हे क्षपक ! चिंतन बढ़ा ले मैंने बगवा बगवा कर खाया बता बता के खाया मन के अनुकूल खाया, घट्टस मिश्रित खाया, खाने में कुछ कसर बाकी ना छोड़ी फिर भी यह तन गड्ढा खाली का खाली रहा । अब मैं कब तक खाता रहूँ अब तो मुझे ज्ञानामृत भोजन में रुचि बढ़ानी चाहिये । पूर्व में खाया पिया सब गव मल द्वारों में बह गया । अब ज्ञानामृत रूप जो भोजन कठंगा । वही केवलज्ञान में सहायक हो कर मुक्ति दिलवायेगा । मैं भोजन में त्याग भाव जगाऊंगा, जिसमें मेरा उत्कृष्ट तप होगा । उस तप से आते हुये कर्म भी रुक जायेंगे अर्थात् संवर होगा और मोक्ष भी मिल जायेगा, क्योंकि यह सवर मुक्ति रुपी रानी की सहेली है ।

(ज्ञानामृत भोजन जाग उठे)

ज्ञानामृत भोजन का चिंतन - मेरे मन में जागे ।**क्षपकराज अब चिंतन करलो - बड़ जाओगे आगे ॥**

यह ज्ञानामृत रूप भोजन भी अनेक प्रकार का है जिस प्रकार सामान्य भोजन में भेद होते हैं वैसे इस ज्ञानामृत भोजन में भी भेद हैं । सामान्य भोजन तन को खराब करने वाला भी होता है और तन को पुष्ट करने वाला भी होता है उसी प्रकार ज्ञानामृत भोजन भी इस आत्मा को ऊपर उठाने वाला भी होता है और आत्मा को गिराने वाला भी होता है । जो खोटा ज्ञान है जिसे कुज्ञान रूप भोजन कहेंगे इस आत्मा का पतन करता है और अच्छा ज्ञान जिसे सुज्ञान या सम्यग्ज्ञान कहेंगे यह ज्ञान आत्मा को ऊपर उठाने वाला होता है । यह सम्यग्ज्ञान रूप भोजन अनेक धर्मों से युक्त स्व और पर पदार्थों को प्रकाशित करने में सूर्य के समान है । स्व क्या है ? पर क्या है ? जबतक इस बात की जानकारी नहीं होगी तबतक संसार भ्रमण नहीं छूट सकेगा । पुद्गल पिंड रूप भोजन पर है, ज्ञानामृत रूप भोजन स्व है इस बात की जानकारी भी यह सम्यग्ज्ञान ही देता है । उस सम्यग्ज्ञान के दो भेद हैं - परोक्ष व प्रत्यक्ष । जो इन्द्रिय और मन की सहायता से उत्पन्न होता है वह परोक्ष ज्ञान है । मति व श्रुत ये दो ज्ञान परोक्ष ज्ञान है । अवधिज्ञान व मनःपर्याय ज्ञान यह देश प्रत्यक्ष है । द्रव्य क्षेत्र काल भाव की मर्यादा सहित रुपी पदार्थों को स्पष्ट जाने वह अवधिज्ञान है और द्रव्य क्षेत्र काल भाव की अपेक्षा से दूसरे के मन में स्थित सरल व जटिल पदार्थों को जाने वह मनःपर्याय ज्ञान है । जो सरल पदार्थों को जाने उसे ऋजुमति मनःपर्याय ज्ञान कहते हैं और जो कुटिल पदार्थों को जाने उसे विपुलमति मनःपर्याय ज्ञान कहते हैं । जो संपूर्ण द्रव्यों के अनंत गुण और अनंत पर्यायों को एक साथ जाने वह केवलज्ञान है केवली भगवान ही इस बात को जान सकते हैं । इस जनत में इस ज्ञान के समान कोई सुख देने वाला नहीं है यह ज्ञान ही परम अमृत है । जो जन्म जरा और मृत्यु के रोग का निवारण करने वाला है अज्ञानी जीव के सम्यग्ज्ञान के बिना करोड़ों भवों तक तपश्चरण करने पर जितने कर्म नष्ट होते हैं उतने कर्म ज्ञानी जीव के मन वचन काय की प्रवृत्ति के रोकने से क्षण भर में सरलता से नष्ट हो जाते हैं । यह जीव व्रतों को धारण कर अनेक बार नव श्लेथक तक उत्पन्न हुआ परंतु आत्मज्ञान के बिना लेश मात्र भी सुख प्राप्त नहीं किया । हे प्रभु । मैं भी पुद्गल पिण्ड रूप भोजन को छोड़कर ज्ञानामृत भोजन करके सुख प्राप्त करूं ऐसी विव्य शक्ति भर वे क्योंकि जो जो पहले मोक्ष गये हैं आगे जायेंगे वो सारी महिमा ज्ञान की ही है । इसी ज्ञान की सहायता से मोक्ष गये । विषयों की चाह रुपी जंगल की आग को यह ज्ञान रुपी मेघ ही बुझा सकते हैं । इस आग को बुझाने का अन्य कोई उपाय नहीं है । क्षपकराज इस प्रकार के चिंतन से आगे बढ़े । अब समाधिमरण करना है पीछे नहीं हटना है ।

(मनभावन पकवान)

मन भावन पकवानों में - कितने मच्छर मंडराये ।

पकवानों में हिल मिल जाते - फिर भी वो है खाये ॥

घर हो चाहे बाहर, होटल हो चाहे बाजार इस बात को हम अच्छी तरह से जानते हैं कि मीठे पकवानों में जीव जल्दी से आकर्षित हो जाता है और उस बनते हुये पकवान के अंदर जाकर गिर जाता है जब भी कभी मीठा पदार्थ बनाये सावधानी रखने की आवश्यकता होती है । जब पकवान बन रहा हो उस समय इधर उधर नहीं देखना चाहिये । मक्खी मच्छर उड़ाते रहना चाहिये । बर्तनों में मीठा धोल पड़ा है उन्हें खुला नहीं छोड़ना चाहिये । यदि खुला छोड़ा गया तो जीव गिर गया रंग में रंग मिल गया हमें पता ही नहीं चलेगा कि कब जीव गिरा और कब वो पकवान के साथ तैयार होकर रजधज कर हलवाई के कांच की कैबिन में बैठ गया जब खाने वाला खायेगा और उसके मुंह में कड़क कड़क चीज पकवान के साथ आयेगी जब वो थूकेगा तब पता चलेगा कि मिठाई के अंदर कांक्रोफ का छोटा कलेवर निकला, लड्डू में मधुमक्खी चिपकी निकली । जलेबी में चींटा चिपका निकला जब शिकायत आयेगी तब आपको मालूम पड़ेगा, अतः पाप से बचने के लिये सावधानी रखें जब पकवान बनाने के लिये चासनी बनाते हैं वो चासनी शक्कर की बनती है । शक्कर में पानी डालने से पहले उसे धाली में डालकर अच्छी तरह से शोधन कर लेना चाहिये शोधन नहीं किया तो उस शक्कर में कई बार मरे हुये चींटा चींटी भी उबल जाते हैं और जब उस चासनी का पकवान बन जाता है तब तक तो उस चींटा चींटी का पुर्जा पुर्जा बिखर जाता है छोटा छोटा काला काला दिखने लगता है तब उस पकवान में मिले हुये उस जीव के कलेवर को इलायची आदि अन्य मसाला समझकर खा लेते हैं । अगर शक्कर को कपड़े से छानकर चासनी तैयार करते हैं तो वो जीव उस कपड़े में आ जाते हैं तो हमें पकवान बनाने से पहले ही पता लग जाता है कि यह चासनी पकवान बनाने योग्य नहीं है इसे अलग कर दे, लेकिन आजकल शक्कर की चासनी कोई छानता नहीं और सीधे पकवान बना देते हैं । यहां तक कि वर्तमान में कोई कोई त्यागी व्रतियों के लिये चीका तैयार करते हैं उसमें भी बूरा बनाने के लिये शक्कर या तो छानेंगे ही नहीं, छान भी ली तो छन्नी से छानी या फिर सीधी शक्कर को मिक्सी में पीसकर बूरा बना लिया । यह गलत है शक्कर कपड़े से ही छानना चाहिये । मेरे द्वारा ब्रह्मचर्य अवस्था में लिखे गये **सचित्र चीका पुराण ग्रंथ** से जाने बूरा कैसे बनाये । पे. नं. १३ पर है चित्रों के द्वारा बताया गया है । चासनी चढ़ाकर इधर उधर नहीं जाना चाहिये । हम मीठा पदार्थ बना रहे हैं कुछ नीचे गिर गया तो उसे तुरंत साफ कर लें नहीं तो चींटी चींटा आदि जीव वहां इकट्ठे हो जायेंगे, हमने अपने हाथ में कोई मीठा पदार्थ पकड़ा है तो हाथ धोकर फिर कपड़े से पोछे ऐसा नहीं किया और सीधा मीठा हाथ कपड़े से पोंछ दिया अब या तो वो कपड़ा एक पानी के बर्तन में डालो ऐसा नहीं किया और उस मीठे कपड़े को ऐसे ही जमीन पर रखा दिया तो उस कपड़े में जीव चींटी वगैरह चिपक सकते हैं अतः मीठा बनाते समय सावधानी रखें ।

(घर का भोजन)

इस जिब्हा की लोलुपता में - वो कुछ नाही दिखाये ।**घर का भोजन लगे ना अच्छा - बाहर खाने जाये ॥**

सलाह लेना भाई की चाहे वर हो - भोजन करना माँ से चाहे जहर हो । आये दिन गांव में घोसियां होने लगीं चोर पकड़ में नहीं आ रहा था । राजा ने सिपाही को बुलाकर कहा सात दिन के अंदर चोर को नहीं पकड़ा तो तुम्हें फांसी पर चढ़ा दिया जायेगा । बस सिपाही के पैरों तले जमीन खिसकने लगी । एक दिन दो दिन पूरे सात दिन बीत गये खोज करने पर भी चोर का पता नहीं लगा । आखिर सिपाही को फांसी पर लटकाने की तैयारी की जाने लगी । पूरे नगर में हो हल्ला मच गया एक निर्दोष मारा जा रहा है । ऐसे अन्यायी राजा को धिक्कार है सिपाही के भाई की सिपाही से अनबन थी कभी एक दूसरे के घर नहीं जाते थे लेकिन जब सिपाही के भाई को मालूम चला कि उसका भाई संकट में है उसका खून जाना । सिपाही के भाई को मालूम था कि चोर कौन है तुरंत चो गया गांव के बाहर एक कुटिया में रहने वाले साधु को पकड़ लाया और राजा के सामने पेश किया । यही चोर है मेरे भाई को छोड़ दो राजा ने पूछा क्या प्रमाण है कि ये चोर है तब सिपाही के भाई ने कहा राजन स्वयं चोर ही बतायेगा प्रमाण । तब चोर से पूछा गया चोर बोला- महाराज मुझे क्षमा करें मुझे जीवनदान दे । मैं अपनी घटना बताता हूँ मैं और मेरा मित्र यह कोतवाल हम बचपन में पढ़ते थे तब मेरे मित्र ने कोतवाल शास्त्र और मैंने चौरशास्त्र का अध्ययन किया । हम दोनों में एक शर्त हुई थी कि वह यह है कि मैंने कहा था तुम जहाँ कोतवाली करोगे वहीं मैं चोरी करूंगा । तुम अपना पराक्रम दिखाना बस इसी परीक्षा के लिये मैं रात में चोरी करता था दिन में साधु का वेश में रहता था । चोरी का सारा माल मेरी कुटिया में रखा है आप राजमहल में मंगवा लीजिये । चोर का पता चला भाई की वजह से सिपाही की फांसी टल गई । राजा ने सारा चोरी का माल मंगवाकर सिपाही के भाई को दे दिया क्योंकि उसने भाई की जान बचाई इसलिये कहते हैं कि जिस प्रकार दूसरे के आंगन के फलवान वृक्ष की अपेक्षा अपने आंगन में लगा गिरफल वृक्ष भी अच्छा है । कम से कम छाया तो देता है उसी प्रकार दूसरों के गुणी भाई की अपेक्षा अपना निर्गुणी भाई अच्छा होता है मौके पर काम तो आता है इसलिये कहा है **सलाह लेना भाई की चाहे वर हो, भोजन करना माँ से चाहे जहर हो** । माँ का भोजन घर में मिलता है पर हमें घर का भोजन अच्छा नहीं लगता बाहर बाजारों का कीट, पतंगों से युक्त भोजन बेमर्यादित लटे पड़े हुये आटे व मसाले से युक्त भोजन को जिब्हा की लोलुपता से बाहर करके आ जाते हैं लेकिन शुद्ध तरीके से माता बहिनों द्वारा घर में तैयार किया गया भोजन अच्छा नहीं लगता । चाहे जहर हो पर माँ के हाथ का भोजन अच्छा है उसी प्रकार चाहे कैसा भी नीरस भोजन हो लेकिन घर का ही भोजन अच्छा होता है बाहर के भोजन में चमक दमक अच्छी होती है लेकिन घटिया होता है । शारीरिक बल को कमजोर करने वाला होता है ।

(भोजन व भजन)

शब्दों में ना अधिक फर्क है - एक भजन दूजा भोजन ।**क्रियाओं में रात दिन का - अन्तर जाने सभी है जन ॥**

जिस प्रकार कुत्ता व कुंती में एक तिर्यञ्च प्राणी है एक मनुष्य प्राणी है । जिस प्रकार चिता व चिंता में एक मुर्दे को जलाती है दूसरी जिन्दे को जलाती है । जिस प्रकार घंटी व घटी में एक हाथ हिलाकर बजाई जाती है और एक शरीर हिलाकर चलाई जाती है । जिस प्रकार हर्षा व वर्षा में एक लडकी का नाम है एक मौसम का नाम है जिस प्रकार अंधेरा व अंधेरी, एक रात का दृश्य है और एक मुंबई नगरी का एक मोहल्ला जिस प्रकार हाथ व हाथी, एक शरीर का अंग है और तिर्यञ्च प्राणी । जिस प्रकार भूल व शूल, एक अस्मरण दूसरा है कांटा जिस प्रकार अण्टी व आण्टी एक कांच की गोली और दूसरी चाची । जिस प्रकार बैल और बिल, एक घंटी और दूसरा पशुधन है । जिस प्रकार खीर व खीरा, एक दूध का पकवान दूसरा वनरपति सब्जी ।

उपरोक्त सभी शब्दों में विशेष अंतर नहीं है लेकिन काम में बहुत अंतर है । उसी प्रकार भजन व भोजन शब्दों में अंतर कम है लेकिन काम में रात दिन का अंतर है । कोई कहेगा आपसे चलो भजन करने अर्थात् पूजा पाठ करने, प्रवचन आदि धार्मिक कार्यक्रम में आप टाल मटोल कर देंगे । आप कहेंगे आप ही चले जाओ मैं नहीं आ रहा या अनेक बहाने पर बहाना बना देंगे लेकिन कोई आपसे कहे कि चलो भोजन के लिये तब आप बिना किसी रुकावट के तैयार हो जायेंगे अगर शर्म के मारे भजन के नाम पर कदाचित् तैयार हो भी गये तो मन प्रसन्न नहीं होगा लेकिन भोजन के नाम पर मन प्रसन्न हो जायेगा । भजन के नाम पर कहेंगे मंदिर दूर है, रोज रोज नहीं जा सकते और भोजन के लिये कितना भी दूर जाना पड़े वह पास में ही नजर आयेगा । भोजन शरीर को पुष्ट करता है भजन आत्मा को पुष्ट करती है । भोजन करते करते थक जाते हैं पेट भर जाता है भोजन करना बंद कर देते हैं लेकिन भजन करते करते थकते नहीं जितना किया जाये उतना कम पड़ जाता है । भोजन इंसान में स्वार्थ भावना पैदा करवा देता है भजन प्रेम पैदा करता है । यह जानकर भोजन से प्रीत छोड़कर भजन में प्रीति करनी चाहिये ।

प्रीत करे जो भजन से - एक दिन भव तर जाये ।**ऐसे आत्म ज्ञानी को - भोजन नहीं सुहाये ॥**

(सफर में भोजन)

सफर करें जब गाड़ी में तो - साथ में भोजन रखना ।**घर का भोजन खाना है - बाहर का न तू चखना ॥**

जैन धर्म में हमारे पूर्वाचार्य, जिनवाणी मां आदि तो पहले से ही कहते आ रहे हैं कि सात्विक शुद्ध घर का भोजन करना चाहिये । पर हम उनकी बात को अजसुनी कर देते हैं मानते नहीं है जैसे जीव के अनन्तानुबंधी कषाय का उदय होता है तब तक गुरुवर कितना समझाये पर वह सन्यग्दर्शन धारण नहीं कर सकता है अप्रत्याख्यानावरण कषाय का उदय चल रहा हो तो ब्रती नहीं बन सकता है, प्रत्याख्यानावरण कषाय का उदय चल रहा हो तो मुनि नहीं बन सकता है । चाहे घर में बेटों के हंडे खायेगा, बहुओं के ताने सुनेगा, घर में कष्ट पायेगा । गुरुवर कहते हैं घर बार छोड़कर आत्मकल्याण कर ले लेकिन उस जीव के प्रत्याख्यानावरणी कषाय के उदय से कुछ असर नहीं पड़ता है । जैसे पालतू कुत्ता डंडा खाता है फिर भी वापस घर में ही घुसता है घर नहीं छोड़ता है । जैसे रात के समय बल्ब के चारों तरफ कीड़े मंड़राते रहते हैं उन्हें कमरे से बाहर कर दिया जाये तो भी पुनः पुनः उस बल्ब के पास मंड़राने लगते हैं । कमरे की दीवारों से टकरा टकरा कर मर जाते हैं और जिस जीव के संज्जवलन कषाय का उदय चल रहा हो वह जीव मुनि बन जाता है पर श्रेणी आरोहण नहीं कर सकता है उसी प्रकार जिस जीव के पाप कर्म का तीव्र उदय चल रहा है खोटी नति में जाने का बंध कर दिया है उसके चित्त में गुरु की बात का माँ जिनवाणी की बात का कुछ भी असर नहीं पड़ेगा । बाहर का भोजन मत करो घर का भोजन करो पर तीव्र पाप के उदय से वह भोजन के लिये बाहर जाकर अशुद्ध ही खायेगा । हाँ यह बात अवश्य है कि अगर मरने का भय मन में बैठ जाये तो बाहर का खाना छेह सकता है इस महामारी कोरोना ने कहा घर के बाहर का भोजन मत करो, किया तो बीमार हो जाओगे बिना मौत के मर जाओगे तुरंत बात मान ली क्योंकि मरने का भय घुस गया और ६ महिने तक खाने को होटल बाजारों में नहीं गये लेकिन गुरु कहे हे भाई । २ महिने के लिये होटल बाजारों का भोजन त्याग करके आहार दे बी तो नहीं करेंगे क्योंकि पाप से भय नहीं है । हे भाई । पाप के भय से जो कुछ त्याग किया जाता है, वह फलदाई है और मरने के भय से अगर त्याग किया जाता है तो वह फलदाई नहीं है । जब कभी सफर में जाओ तो अपने साथ में घर का भोजन बनाकर ले जाना, किसी के हाथ का बाहर का खाना न खाये । यह कलीकाल है कई घटनायें सुनने में आती है उस यात्री को ट्रेन में चाय के साथ जहर पिला दिया घायल हो गये सारा पैसा लूट लिया बाहर का खाना पीना करने से धन व धर्म दोनों लुट गये तो कदाचित् धन वापस मिल सकता है पर धर्म वापस नहीं मिल सकता है । अतः धर्म की रक्षा करो ।

(रखना है जिनधर्म की शान)

घर के भोजन से होती - जिन धर्म की जग में ये पहचान ।

बने जहां तक घर और बाहर - रखना है जिन धर्म की शान ॥

कौआ कौयल एक सरीखा, भेद न जाने कौय ।

अपनी अपनी बोली से, पहचान दोनों की होय ॥

एक समय की घटना है एक कौआ अपना देश छोड़कर दूसरे देश में जा रहा था मार्ग में एक मैना पक्षी से मुलाकात हुई मैना ने कौए से पूछा मैय्या इतनी ठंड का मौसम चल रहा है तुम कहाँ जा रहे हो, ठंड की ठिटुरन से मर जाओगे । सभी पक्षी अपनी जान बचाने के लिये अपने अपने घरों में दुबके हैं और तुम जा रहे हो । कौआ बोला क्या करूं मुझे कोई चाहता नहीं सभी मेरे से ईर्ष्या भाव करते हैं । न जाने क्या कारण है इसलिये मैं जगह परिवर्तन कर रहा हूं । दूसरी जगह जाकर रहूंगा । मैना बोली मैय्या सुनो जगह परिवर्तन से कुछ नहीं होगा अपनी बोली बदलो । बोली में मिठास लाओ मीठा बोलने वाला सभी की आँखों का तारा होता है । कौयल मीठा बोलती है उसे सभी चाहते हैं दिखने में कौयल भी तुम्हारे जैसी ही है । कौए की समझ में आ गया- अपनी अपनी बोली से कौआ कौयल दोनों की पहचान बोली से होती है उसी प्रकार जैन धर्म की पहचान अपने आचरणों से होती है अगर आप पानी छानकर पानी पी रहे हैं सामने वाला कहेगा ये जैन साहब हैं अगर आप जूते उतारकर भोजन कर रहे हैं तो कहेगा ये जैन साहब हैं, अगर आप देख देखकर जीवों को बचाकर चल रहे हैं तो आपकी पहचान जैन में होगी, अगर आप सूर्यास्त के पहले भोजन कर रहे हैं तो आपकी पहचान जैन से होगी, आप जिनेन्द्र भगवान के दर्शन के बाद भोजन कर रहे हैं तो आपकी पहचान जैन में होगी, दिगंबर मुनिराज को नमोस्तु कर रहे हैं तो आपकी पहचान जैन में होगी यह पहचान घर बाहर सब जगह रखनी चाहिये इसी से जैन धर्म की शान रहेगी । पहचान में दिखावा मत करना कोई देख रहा है पानी छान कर पी रहे हैं नहीं देख रहा है तो पानी घटघट अलछना पानी पी रहे हैं । एक के होठों पर लिपिस्टिक लग रही है एक के लिपिस्टिक नहीं है, बिना लिपिस्टिक वाली जैनी है, यह क्रिया घर बाहर सब जगह अपनी पहचान बनाती है इन्हीं क्रियाओं से जीव पुण्य बढ़ाता है धर्म की शान बढ़ती है । जब धर्म की शान बढ़ेगी तो अपनी पहचान बढ़ेगी । कहां बढ़ेगी सिद्धों के दरबार में बढ़ेगी । भोजन को खाना पीना अपने हाथ में है उसी प्रकार धर्म को घटाना बढ़ाना भी अपने हाथ में है ।

(निकट को दूर - दूर को निकट)

मंदिर हो निकट में तो भी - उसको दूर बताये ।

भोजन के कारण ना जाने - कितनी दूर वो जाये ॥

श्रावक के घट आवश्यक कर्तव्य बताये हैं- देव पूजा, गुरु उपासना, स्वाध्याय, संयम, तप व दान । इसके बिना व्यक्ति श्रावक की कोटी में नहीं आयेगा । देव दर्शन के बिना भोजन नहीं करने के दो कारण है एक तो व्यक्ति प्रमाद के वश नहीं जाता कौन जल्दी उठे, कौन स्नान करे, कौन मंदिर जाये लेकिन यह कौन ही तुझे कौन सी गति में ले जायेगा मालूम है कुर्मति में ले जायेगा यह कौन ही प्रमाद है । मिथ्यात्व ५, अविरति १२, कषाय २५, योग १५ ये ५७ आस्रव के दरवाजे हैं इसी कर्मों के आस्रव अशुभ कर्मों का बंध होता है । यह ५७ प्रकार का आस्रव प्रमाद से ही होता है इसलिये तो कहा है **मिथ्याअविरतिअरुकषाय प्रमाद सहित उपयोगा** घर में चोर घुस गया प्रमादी कहता है मैं जानता हूँ अरे चोर माल चुरा रहा है प्रमादी कहता है मैं देखता हूँ, चोर माल लेकर घर से निकल गया मैं उसे अभी पकड़ता हूँ । प्रमाद के कारण बैठा रहा, जानता हूँ, देखता हूँ, पकड़ता हूँ ऐसा बोलता रहा लेकिन उठकर चोर के सामने नहीं गया इसी प्रमाद से माल की चोरी हो गई उसी प्रकार प्रमाद रुपी लुटेरे के कारण जो मंदिर के दर्शन नहीं करते वे अपना जिनधर्म रुपी माल लुटा रहे हैं । दूसरा मंदिर नहीं जाने के कारण मंदिर बहुत दूर है कभी कभी चले जाते हैं रोज रोज जाने का नहीं होता । रोज तो ऐसे ही बिना दर्शन के खाना खा लेते हैं भोजन तो रोज करते हैं पर मंदिर कभी कभी जाते हैं । दूर है ऐसा करके अगर कोई तुम्हें भोजन के लिये निमंत्रित करे वह स्थान तुम्हारे घर से मंदिर दूर है उससे भी ज्यादा दूर है फिर भी वहां जायेंगे भोजन करके आयेंगे तो दूर नहीं दियोगे । लेकिन मंदिर पास में होते हुये भी दूर दिखता यही तो कर्म बंध का कारण है । देव पूजा प्रथम कर्तव्य श्रावक के लिये बताया है उसे छोड़कर पेटपूजा में रात दिन लग रहे हैं फिर भी तृप्ती नहीं हो रही यह भजन अवश्य सुनना व देखना चाहिये जो मेरे द्वारा ब्रह्मचर्य अवस्था में लिखा व गाया गया भजन के बोल हैं - **ना लौट के आयेगा समय जो बीत चुका है वो ।**

www.vasupujyasagarji.com इंटरनेट पर देखें । भजन की एक लाईन है - पापों के कार्मों में रात दिवस तू व्यर्थ समय है बिताता, काम धर्म का आये तो भैया तू गित बहाने बनाता । यह बहाना ही तेरे आत्महित के लिये हानिकारक है, अतः किसी भी प्रकार से व्यवस्था बनाकर मंदिर में दर्शन प्रतिदिन करना चाहिये । गृहरथी को चलाने के लिये किसी भी तरह हम व्यवस्था बनाते है चाहे रात दिन एक क्यों न करना पड जाये सब करते हैं । चाहे कितना दूर क्यों न जाना पडे, जाते हैं । वैसे ही सोच देवदर्शन, गुरु उपासना, स्वाध्याय, संयम, तप व दान में भी व्यवस्था बना लो कल्याण हो जायेगा ।

(बहुत लोग ऐसे भी होते हैं)

आया बुलावा भोजन का तो - झट से वो स्वीकारें ।

एक दिन पहले से भूखा - रहे काम छोड़ सारे ॥

इंतजार दो तरह का होता है एक पुण्य कार्य का दूसरा पाप कार्य का । कहीं से पूजा पाठ करने का, गुरु के प्रवचन सुनने का, किसी के परोपकार करने का बुलावा आ जाये ऐसा इंतजार नहीं करते यह पुण्य कार्य का इंतजार है लेकिन कहीं से भोजन का बुलावा आ जाये घर में खाना नहीं बनाना पड़े बाहर से टिफिन आता है उसका पैसा बच जायेगा ऐसा सोचकर ऐसे भोजन के बुलावे का इंतजार करते रहना यह पाप का इंतजार है । बहुत से लोगों की आदत होती है उन्हें कहीं से भोजन का निमंत्रण मिल जाये तो वे झट से स्वीकार कर लेते हैं मग्न बिल्कुल नहीं करते ऐसे लोलुपियों की आदत यह भी होती है कि शाम का निमंत्रण हो तो वे सुबह से ही अपने घर का खाना नहीं खायेंगे भूखे रह जायेंगे । उनकी सोच है कि घर का खाना क्यों बिगाड़े सुबह खाना नहीं खायेंगे तो शाम को तेज भूख लगेगी । दोनों टाईम का एक साथ खा लेंगे । अपने घर के खाने की बचत हो जायेगी लेकिन ऐसे अल्प बुद्धियों की सोच गलत है । भूख तो समय पर ही लगती है कुएं से पानी नहीं निकालेंगे तो क्या कुएं का पानी बढ़ जायेगा अगर निकाला तो घट जायेगा ? नहीं घटेगा पानी की झिरे कुएं में जहां तक है वहां तक पानी हमेशा रहेगा । न तो पानी निकालने से घटेगा न तो पानी नहीं निकालने से बढ़ेगा । उसी प्रकार यदि आपने सुबह से खाना नहीं खाया है तो भूख शाम को डबल हो जायेगी ऐसी सोच गलत है । भूख तो उस कुएं के पानी की तरह जितनी रहनी है उतनी ही रहेगी । उल्टी कभी कभी ज्यादा खाने के चक्कर में भूख मर सकती है, पेट खराब हो सकता है, पेट में गैस बन सकती है ऐसा नहीं है कि आज उपवास है तो कल दो दिन का एक साथ खा लेंगे । भोजन तो जितना पेट मांसे उतना ही खाया जायेगा । निमंत्रण मिलने पर या पहले से ही भूखे रहने की आदत खोटी है ऐसी लोलुपता न करें अन्यथा स्वास्थ्य खराब कर बैठेंगे । भोजन में समता भावी को धारण करो और निमंत्रण का इंतजार मत करो यदि किया तो पापासव बढ़ेगा और भजन में ममता भाव धारण करके इंतजार करो कि कहीं से प्रभु की पूजा पाठ का बुलावा आ जाये, कहीं से गुरु के प्रवचन का बुलावा आ जाये, कहीं से दीन दुखियों की सेवा करने का बुलावा आ जाये, कहीं से भूखों को भोजन करवाने का बुलावा आ जाये ये सब इंतजार पुण्यासव का कारण होता है शुभ पुण्य शुभोपयोग से पुण्यासव होता है, अशुभोपयोग से पापासव होता है अतः मन वचन काय त्रियोग को शुभ से जोड़ो अशुभ से घटाओ और अपना चिंतन मनन, भावनायें धर्मनय हो, ऐसी भावना करो ।

(शोर मचावे)

पचे नहीं भोजन फिर भी - वो उलटा सीधा खावे ।**गुड गुड करती गैस पेट में - दिन भर शोर मचावे ॥**

बुद्धिबल से किया गया हर कठिन से कठिन कार्य भी सरल हो जाता है । बिना बुद्धिबल से किया गया हर सरल कार्य भी कठिन हो जाता है । बुद्धि हर कार्य में चाहिये, व्यापार में, उठने, बैठने, सोने में, चलने में, पढ़ने में, तप करने में, खाने में पीने में और भी सभी कार्यों में अगर बुद्धि नहीं होगी तो भारी हालि हो सकती है जिस प्रकार व्यापारी व्यापार करता है वह कितना व्यापार संभाल सकता है उतना ही काम फैलाता है, वह बुद्धिमान है पर व्यापार को संभालने वाले नहीं है फिर भी व्यापार को बहुत अधिक बढ़ा देता है फिर संभलता नहीं है तो नौकरों के भरोसे छोड़ देता है घाटा हो जाता है । वह व्यापारी बुद्धिमान नहीं है मूर्ख है । जितनी चादर उतने ही पैर फैलाये जाये तो अच्छा है । उसी प्रकार जितनी व्यापार को संभालने की ताकत है उतना ही व्यापार फैलाया जाये तो मुनाफा भी अधिक होता है क्योंकि नौकरों के भरोसे नहीं रहना पड़ता । **नजर ना रखी भुत्थ पे काम करे तमाम- छिलका खावे स्वामी को आपे खावे आम ।** नौकर पर यदि नजर नहीं रखी तो स्वामी को आम का छिलका खाने को मिलेगा और नौकर स्वयं आम का रस खावेगा, अतः व्यापार में अपना हाथ जगल्लाह ऐसी बुद्धि से जो व्यापार करेगा वह बुद्धिमान व्यापारी है । पढ़ाई करने में बुद्धि नहीं है तो फैल हो जायेगा, उठने, बैठने, सोने में बुद्धि नहीं है तो सबके हंसी का पात्र बनेगा उसी प्रकार भोजन करने की जिसमें बुद्धि नहीं है वह अपने पेट को बिगाड़ता है बीमारी पैदा करता है वह जानता है कि मेरा लीवर कमजोर है फिर भी भारी भरकम गरिष्ठ भोजन करेगा तो दर्द लग जायेगा । सारा ख़ाया पिया निकल जायेगा । वो जानता है कि मेरे पेट में गैस बगाने वाले पदार्थ अनुकूल नहीं पड़ते हैं फिर भी स्वाद के लिये इन्हीं पदार्थों को ख़ायेगा जिससे गैस बनती है । अब गैस पेट में गुड गुड करती है अब गैस जब बाहर निकलती है शोर मचाती है लोगों के बीच हंसी करवाती है दिन भर शोर मचायेगा तो यही सब कुछ होगा । लोग भी उसके लिये कहेंगे खाने पीने का ध्यान नहीं देता और दिनभर बम पटाखे फोड़ता रहता है । उस समय हमें सोचना चाहिये अब आने वाले समय में मुझे अपने खाने में सुधार करना चाहिये, जिक्का की लोलुपता कम करनी चाहिये, लेकिन जब सुबुद्धि आयेगी तब ऐसा सोचेगा । बुद्धि वाला इंसान तो पेट का फायदा नहीं देखता स्वाद देखता है, वो तो स्वाद देखता है टेस्ट देखता है क्योंकि टेस्ट तत्काल मिलता है उसका परिणाम तो बाद में मिलता है अतः मूर्ख प्राणी सोचता है बाद में देखा जायेगा अभी तो मनचाहा अटपटा चटपटा बनवाकर खालो । ऐसा खाने का मौका बार-बार कहाँ मिलता है ।

मिला है मौका चूको ना भाया - पेट न मांगे वो भी खाया ।**पेट का हाल बेहाल कहाया - शर्चालय का चक्कर लगाया ॥**

(भोजन से वैराग्य)

पचे नहीं भोजन तो खाने से वैराग्य है आता ।**हुआ थोड़ा सा ठीक तो देखो- फिर वैसा ही खाता ॥**

उल्टा सीधा खाना खा लिया अब भोजन पचता नहीं तब उसे भोजन के प्रति मसानिया वैराग्य हो जायेगा । जब पेट में, सिर में, हाथ पैर में, कमर में, श्वास लेने में अधिक बीचेनी बढ़ जायेगी तब सीधेना वो सामान नहीं खाया होता तो अच्छा होता, अब तो मैं कभी नहीं खाऊंगा । थाली में लेने की बात तो दूर रही उसे देखूंगा भी नहीं । इस प्रकार मन में उस भोजन के प्रति मसानिया वैराग्य उत्पन्न हो जाता है जब लोग किसी को जलाने के लिये श्मसानघाट पर जाते हैं बड़े वैराग्य की बात करते हैं । संसार असार है जीव जैसा जाता है वैसा ही चला जाता है, कोई किसी का नहीं है सब स्वार्थी हैं । देखो जीवन भर सबको कमा कमा के खिलाया पाप किया अब जाने के वक्त सभी खाने वाले दूर हो गये बेचारा अकेला जा रहा है यही हालत हमारे सबके एक न एक दिन होगी ऐसे संसार में फंसना धिक्कार है, त्याग कर देना चाहिये । इस प्रकार श्मसान घाट पर बैठकर बातें करते हैं और पिता को जलाकर घर जाते हैं फिर वो ही वापिस जैसे करते थे वैसे सब काम करने लग जाते हैं । यही हालत भोजन लोलुपी की होती है जब पेट में बीचेनी होती है तब भोजन से वैराग्य पैदा हो जाता है फिर उपचार करने पर थोड़ा ठीक हो जाता है फिर जैसा का तैसा खाने लग जाता है । जैसे हठी चबाने से कुत्ते की जीभ कट गई किसी अन्य वन्यप्राणी ने कहा हे श्वान । तेरी जीभ हठी चबाने से कटी है तब कुत्ते ने कहा अब मैं हठी कभी नहीं चबाऊंगा फिर कुछ ठीक हो गया फिर हठी चबाने लग जाता है । यही हाल भोजन लोलुपी का होता है जो भोजन नुकसान करता है वह मन वचन काय से छोड़ देना चाहिये । जो भोजन हानिकारक है वही अभक्ष्य है वही अनुपसेव्य है वही गरिष्ठ है । कम शुगर वालों के लिये वही मिठाई फायदा करेगी अधिक शुगर वाले के लिये वही मिठाई घातक सिद्ध होगी । बरसता हुआ वही बादल का टुकड़ा किसान को खुश करेगा, कुंभकार को रुलायेगा, अतः जो चीज हमारे लिये अयोग्य है उसे थोड़ा ठीक होने पर खाने लग गये तो रोग जीवन से कभी भी मिट नहीं सकता । जड़ से रोग निकल भी नहीं पाता कि फिर से खाने का विचार करते हैं, यदि वो चीज हमेशा के लिये त्याग कर देंगे तो क्या मर जायेंगे जरा सोचो । खाते खाते आधे से अधिक उम्र बीत गई है अब त्याग नहीं करोगे तो क्या मरने के बाद त्याग करोगे, कुदरत छुड़वाये इससे पहले स्वयं छोड़ दें ।

(प्रभु से प्रार्थना)

हे प्रभु मैं तो खान पान से - वैरागी बन जाऊं ।**तेरे जैसा बन जाऊं - ये भाव सदा मैं भाऊं ॥**

हे प्रभु । खान पान से वैरागी बनने से पहले मुझे सर्वप्रथम तेरा स्मरण करना पड़ेगा । जबतक तेरा स्मरण नहीं कटंगना तबतक खानपान का त्याग नहीं कर पाऊंगा क्योंकि जो जिसका चिंतन करता है उसे उसी के गुणों की प्राप्ति होती है । आपने त्याग करके मोक्षमार्ग को प्रशस्त किया, अतः अब मुझे भी त्याग के मार्ग में दृढ़ता लानी है मोक्षमार्ग प्रशस्त करना है, अतः मुझे आपके आश्रय की ही आवश्यकता है । आपके आश्रय से मैं खानपान का त्याग करूं ऐसी शक्ति मुझमें भर दो मैं आपके समान बन जाऊं । ये भाव मेरे हृदय में हमेशा बना रहे । ये हमेशा रहने वाले भाव विचलित होकर कहीं संसार नार्गियों भोगियों की ओर आकर्षित न हो जाये नहीं तो मेरा मोक्षमार्ग अप्रशस्त हो जायेगा क्योंकि ये भोगी तो खाते ही खाते रहते हैं इनके त्याग के भाव होते ही नहीं तब फिर उनके स्मरण से मैं भी त्याग नहीं कर पाऊंगा अतः हे प्रभु । उन भोगियों रोगियों की संगति से मुझे दूर रखना । भोग बुरे हैं, भव रोग बढ़ाने वाले हैं इस जीव के वैरी हैं । मैंने तो आज तक यही समझा था कि सास बहू की वैरी है, भाई भाई का वैरी है, पिता पुत्र का वैरी है, ननंद भाभी की वैरी है, जेठानी देवरानी की वैरी है, आतंकी सैनिक का वैरी है, सोत सोत की वैरी है, बिल्ली चूहे की वैरी है, सांप नेढक का वैरी है, मयूर सांप का वैरी है, कुत्ता बिल्ली का वैरी है । चीटी हाथी की वैरी है, सिंह हिरण का वैरी है पर अब समझ में आ गया कि यह भोग इस जीव के वैरी हैं । लौकिक वैर वाले जीवों का तो कदाचित् आपस में समझौता हो सकता है मिलजुल कर रह सकते हैं साथ साथ में भी रहने पर एक दूसरे का विश्वासघात नहीं करते हानि नहीं पहुंचाते लेकिन यह भोग तो समझौता करने के लिये तैयार नहीं है । जब तक भोग जीव के साथ लगे रहेंगे तबतक कष्ट पहुंचाया करेंगे जब इन भोगों का पूर्ण रूप से त्याग कर देगा तभी यह जीव कष्टों से छुटकारा पायेगा, अतः हे प्रभु । मुझमें ऐसी धारण शक्ति भर दो इन खानपान रूपी भोगों को छोड़कर खान पान से वैरागी बन कर तुझे जो कार्य किया वो कार्य मैं भी करके आपके सामान बन जाऊं । कर्म फल देते समय बेरस जान पड़ने वाले भोगों से पीछा छूटे और सरस जान पड़ने वाले मोक्ष मार्ग का पीछा करता रहूँ यही भावना भाता हूँ ।

(नमक का त्याग - शेष सबसे राग)

रविवार को नमक ना खाये - मन संतोष न पाये ।**एक चीज का त्याग करे - बदले में भर भर खाये ॥**

जिसके जीवन में त्याग नहीं है उसके जीवन में राग है और यह राग तो एक आग के समान है जो सारे संसार रुपी दावानल को जलाती है इसलिये लंबे समय से भोग रहे विषय कषाय को त्याग कर अब तो अपने आत्मस्वरूप को प्राप्त कर ले, त्याग करने से ही आत्म स्वरूप की प्राप्ति होती है । एक बार त्याग की प्रवृत्ति बन जाती है तो बार-बार मन त्याग में ही जाता है । आज के भोजन में ये त्यागू कल वो त्यागू आदि आदि त्याग में प्रवृत्ति बढ़ती रहती है और भोजन में राग की प्रवृत्ति बढ़ती गई तो फिर वो पीछा नहीं छोड़ेगा । २४ घंटा खाना ही खाना बिखरेगा आज वो बनवाके खाऊंगा कल वो बनवाके खाऊंगा ऐसा बनाऊंगा वैसा बनवाऊंगा आदि खाने में ही प्रवृत्ति बढ़ती रहती है । त्याग के संबंध में प्रायः करके लोग रविवार के दिन नमक का त्याग करके भोजन करते हैं ताकि ऊनोदर तप का पालन हो जाये और रस परित्याग तप का भी पालन हो जाये मन निर्मल हो जाये । इन्द्रियों की चंचलता वश में हो जाये इसलिये रसों का त्याग करके दूध, दही, घी, तेल, मीठा, नमक ये घट्टरस हैं इनमें से यथाशक्ति रसों का त्याग करके भोजन करना चाहिये, त्याग सच्चा होना चाहिये, दिल से होना चाहिये । लोमड़ी वाला त्याग नहीं करना चाहिये । अंगूर बहुत ऊंचे लग रहे थे तो लोमड़ी ने कौशिक की कि किसी तरह अंगूर मिल जाये पर सारे प्रयास फल हो गये तब लोमड़ी बोली ये अंगूर खट्टे हैं मुझे नहीं खाने है, ऐसे ही चीज नहीं मिलती है इसलिये त्याग करता हूं ये ज्यादा लाभप्रद नहीं है अधिक लाभदायक तो वो है कि चीज सामने होते हुये त्याग में प्रवृत्ति बनाये, विधवा होने पर ब्रह्मचर्य व्रत धारण करें अच्छी बात है उत्तम है पर पति के होते हुये पति के समझौते से ब्रह्मचर्य व्रत धारण करे वो अति उत्तम है । नमक का त्याग जिसने सच्चे दिल से नहीं किया वो भोजन की गृहता के कारण नमक के बदले जवखार खा लेंगे । स्वाद तो कम हुआ नहीं भोजन नमक युक्त ही लगा नमक त्याग के बदले और अनेक चीजें खा लेंगे भर पेट भोजन कर लेते हैं । नमक त्याग किया था ऊनोदर के लिये लेकिन एक नमक का त्याग करके अनेक चीजें झूयफ्रूट, फल, मेवा, मिष्ठान खा लिये ऊनोदर की जगह डूनोदर कर लिया । ४ रुपये के नमक का त्याग किया और इसके बदले दस गुना अर्थात् ४० रुपये का अन्य महंगा महंगा सामान खा लिया यह वास्तव में त्याग नहीं दिखावे की श्रेणी में आयोगा । जिस लक्ष्य या इन्द्रिय पर विजय प्राप्त करने का उसी के लिये त्याग किया था पर त्याग के बाद भी इन्द्रियों की लालसा खाने में बनी रही ।

(धर्म पालन में बाधक)

किया नहीं जिह्वा को वश - वो त्याग है कैसा भाये ।**इस जिह्वा के कारण धर्म पालन में बाधा आये ॥**

वैराग्य तो धारण कर लिया, घर बार छोड़ दिया पर इन्द्रियों की दासता स्वीकार करना नहीं छोड़ा जिस इंद्रिय ने जो कहा वो काम तुमने किया उस पर कंट्रोल नहीं किया । स्पर्श इंद्रिय ने कहा रे मूर्ख । क्या रखा है इस त्याग में स्पर्श के आठों विषयों को भरपूर भोग ले- ठंडा-गरम, हल्का-भारी, रुखा-चिकना, कठोर-मुलायम हमने वैसा ही किया तन से नहीं किया तो मन से किया पर छोड़ा नहीं । कुछ स्पर्श को तन से किया जैसे मुलायम गद्दे पर शयन किया, वर्तमान के यंत्रों से ठंडी, गरम आदि हवा लेना आदि । रसना इंद्रिय की दासता स्वीकारते हुये मनचाहा पांचों रसों का आस्वादन किया । खट्टा, मीठा, कड़वा, चरपरा, कषायला । घ्राण इंद्रिय की दासता स्वीकारते हुये सुगंध व दुर्गंध इनमें प्रवृत्ति की सुगंधित फूल मिल जाये तो मन प्रसन्न हो गया, किसी ने अपान वायु छोड़ी तो दुर्गन्ध के कारण मन में ग्लानि पैदा हो गई । चक्षु इंद्रिय की दासता से १ वर्ष में प्रवृत्ति बढ़ी लाल, पीला, हरा, नीला, काला व सफेद । वाह । क्या कितनी अच्छी कलर युक्त मिठाई बनी है, इरा रंग की चीज मुझे बहुत पसंद है आदि आदि कर्ण इंद्रिय की दासता स्वीकारते हुये ७ विषयों में प्रवृत्ति की, सा-**षड्ज** यह गरुड का शब्द होता है, रे-**ऋषभ** यह गाय का शब्द है, ग-**गन्धार** यह बकरी का शब्द होता है, म-**मध्यम** यह कौंच पक्षी का शब्द होता है, प-**पंचम** यह कौयल का शब्द होता है, ध-**धैवत** यह घोड़े का शब्द होता है, नि-**निषाद** यह हाथी का शब्द होता है । ये पांचों इंद्रियों के २७ विषय हैं इन विषयों में मन प्रधान कारण होने से मन की ओर जोड़ देने से २८ विषय हो जाते हैं। तो बात चल रही थी त्यागी ब्रती बन गये पर इंद्रियों को वश में नहीं किया तो वह अंतरंग से त्याग नहीं कहलायेगा द्विखावा कहलायेगा उसी प्रकार भोजन में रसों का त्याग तो किया पर जिह्वा को वश नहीं किया जिह्वा इसके बदले वो, उसके बदले ये दे दो ऐसे मांगती रही तो यह त्याग अंतरंग से नहीं कहलाया और जो त्याग अंतरंग से नहीं किया जाता वह बीच में टूट सकता है मन विचलित रहता है और ऐसे त्याग का ढोंग धर्म पालन में बाधक होता है जिह्वा को वश में नहीं किया तो यह जिह्वा भी धर्म पालन में बाधक बनेगी क्योंकि जो मन में खाने का भाव हुये वो चीज जबतक खाने में नहीं मिलेगी तबतक हर समय चलते फिरते उठते बैठते ध्यान करते, स्वाध्याय करते, व्यापार करते वो ही चीज याद आयेगी । यहां तक की सपने में भी आ जायेगी इसलिये ऐसी लोलुपता धर्मपालन में बाधक है ।

(पेट छोटा - मन मोटा)

पेट है छोटा मन है मोटा - तरह तरह बनवाये ।**देखो तो ये गड्डा कितना - है आरंभ कराये ॥****मन लोभी, मन लालची, मन चंचल, मन चोर- मन के मते न चालिये पलक पलक मन**

ओर - तब का गड्डा छोटा है मन का गड्डा मोटा है । तब तो भर सकता है पर मन नहीं भरता, खाने के लिये तरह-तरह के आइटम बनवाता है खाता है फिर खाली हो जाता है । जीवन के लिये भोजन आवश्यक है बिना भोजन के चल नहीं सकता लेकिन कोशिश ये होनी चाहिये कि जितने कम से कम आरंभ में पेट भर जाये हम एक सब्जी वाल खायेंगे तो भी पेट भर जाता है हम ५ सब्जी चार बाल खायेंगे तो भी पेट भर जाता है आरंभ किराने में अधिक ५ सब्जी व ३ बाल में आरंभ अधिक ऐसा भोजन उत्तम नहीं है । एक पक्वान्न खायेंगे तो भी पेट खाली हो जायेगा पांच प्रकार का मीठा खायेंगे तो भी पेट में रहेगा नहीं । जब जानते हैं ये रहने वाला नहीं है फिर क्यों अधिक आरंभ का भोजन बनवाया पड़े । कोई कहता है हम बनवाते नहीं वो बनाते है ऐसी बात नहीं है बात ये है कि हम लेते हैं इसलिये ये बनाते हैं । जनता अगर जूता पहनने का त्याग कर दे तो कंपनी अपने आप बनाना छोड़ देगी । यही बात भोजन में घटा ले अधिक कहने की आवश्यकता नहीं है भोजन में कुछ ऐसा मेनु तैयार कर दिया जाता है कि बेचारा बनाने वाला थक जाता है चार घंटे से बना रहा है पर अभी तक पूरा नहीं हुआ । अरे आधे घंटे में तैयार किये गये भोजन से भी पेट भरता है । चार घंटे से तैयार किये गये भोजन से भी पेट भरता है तब फिर आधे घंटे वाला ही भोजन क्यों न ग्रहण करे, उसे ही करना चाहिये लेकिन यह जिम्मा कहती है चार घंटे वाला खाना ज्यादा टैटी है वो ही कर ले जिम्मा बाद में कहती है पहले मन जिम्मा को प्रेरित करता है अधिक बोधी तो मन है । १०० रुपये के खर्च से भी पेट भरता है ५०० रुपये के खर्च से भी पेट भरता है तो क्यों न ऐसा मेनु तैयार करे जिससे कम से कम खर्च हो पर यह मन कहता है १०० रुपये वाला भोजन तो कभी कही भी मिल जायेगा पर आज तो १०० वाला कर ले । कोई बात नहीं मन नहीं माला कर लिया लेकिन फिर हमेशा के लिये ५०० वाला ही भोजन चाहिये तो यह गलत है लोलुपता है यदि हम ५०० वाला भोजन त्याग करेंगे तो १०० वाला ही बनेगा पर ५०० वाला खाते रहेंगे तो बनाने वाला मन से बेमन से कहीं से भी जुगाड़ करके आपको प्रसन्न रखने के लिये आपको १०० वाला भोजन करवायेगा क्योंकि आप उसके लिये उस १०० रुपयों से भी अधिक पूज्य है पर याद रखो शक्ति से अधिक त्याग करवाना भी बोधयुक्त भोजन है । औषधि को छोड़कर भोजन में लगने वाली अधिक मंहमी चीजों का अगर हमेशा के लिये त्याग किया जाये तो अच्छा है यदि मन नहीं मालता है तो समय सीमा बांधकर त्याग करना चाहिये । इस चीज का एक महिना, दो महिना, चार महिना त्याग करता है ऐसा करते रहने से त्याग की प्रवृत्ति बढ़ती रहेगी और सरस्ता माल खाने की आदत भी नहीं छूटेगी, यदि सरस्ता माल खाने की आदत छूट गई तो भोजन बनाने वाला रोज रोज मंहंगा माल बनाने के लिये किसके आने हाथ पसारेंगा । भोजन में सुधार करें । सादा भोजन उच्च विचार अपनायें ।

(तन, मन, सब अकुलाया)

बोल बोल मन के अनुकूल - भोजन मैंने बनवाया ।**कारण पाकर बना नहीं तो - तन मन सब अकुलाया ॥**

भोजन वो ही उत्तम है जो हमारी बिना जानकारी के भोजन के समय हमारे सामने जाये लेकिन इस मन व जिह्वा की लोलुपता के कारण मैंने अपने पद की गरिमा का ख्याल किये बगैर भोजन बनाने वालों से अपने मन के अनुकूल भोजन बनाने का संकेत किया लेकिन कभी कभी मन के अनुकूल बात बन जाती है तो सपना साकार हो जाता है । कभी कभी बात नहीं बनी तो वो सपना ही बनकर रह जायेगा । हो सकता है जिस बात की पूर्ति नहीं हुई वह रात के सपने में आ जाये, हमने भोजन बनाने का संकेत किया किसी कारणवश हमारे कहे अनुसार भोजन नहीं बन पाया तो तन मन में आकुलता छा जाती है फिर वह आकुलता वचन से निकलती है और भोजन बनाने वालों पर बरस पड़ती है । ऐसा कहा था और ऐसा बनाया क्या समझ में नहीं आया था बस आपके इतना कहते ही भोजन बनाने वालों को कितना दुःख होगा अरे किसी कारण से नहीं बन पाया तो संतोषवृत्ति धारण कर लो, दाता के दानान्तराय कर्म का उदय था व हमारे लाभान्तराय कर्म का उदय था ऐसा समझकर संतोष धारण कर लेना चाहिये। अरे भाई ! ऐसे भोजन में गृह्यता क्यों करता है, किसी का दिल क्यों दुखाता है दानान्तराय कर्म का उदय होने से सामने भोज्य सामग्री रखी हुई है फिर भी वो ऐसी ही धरी की धरी रह जायेगी । भोजन में नहीं दे पायेगा और भोजन करने वाले का लाभान्तराय कर्म का उदय हो तो मनचाहा भोजन मुंह के पास आकर भी नहीं खा पाओगे इसलिये भोजन में संतोष वृत्ति धरो मन का प्रदर्शन सबके सामने मत करो । यह प्रदर्शन सच्चा जिन दर्शन पाने से विमुख कर देगा, अगर सच्चा जिन दर्शन पाना है तो भोजन के प्रदर्शन पर लगाम लगायी होगी, बिना लगाम के जैसे घोड़ा उछलता है वैसे भोजन की अनुकूलता नहीं होने पर यह मानव घोड़ा उछलता है, अगर बीमार है स्वारथ्य अनुकूल नहीं चल रहा है तो कुछ संकेतों द्वारा भोजन का मेनू तैयार करवाया है तो कुछ अंश में ठीक है यह भी अपवाद मार्ग है राजमार्ग नहीं है, लेकिन आप हट्टे कट्टे फिर भी आप जिह्वा इंद्रिय के वशीभूत प्रतिदिन भोजन का मेनू स्वयं तैयार करके देते हैं यह गलत है । भोजन को तो भोजन बनाने वालों पर छोड़ देना चाहिये । अपने को अनुकूल ही उसे ग्रहण कर शेष छोड़ दें । लेकिन खाते वक्त मुंह गा मोड़ें ऐसा काम न करें कितना भी खाले पर यह मन तृप्त नहीं होता खाली का खाली रहता है ।

(भोजन में अनछना पानी)

बिना छने पानी से भोजन - बना है उसको खाये ।

पता नहीं कितनी जीव राशि इस उदर में भराये ॥

छान के पानी पियो जिनबाणी बतलाये - छान के पानी पिये वो जैनी कहलाये। छानकर पानी पियो, जैनी बनकर जियो-छानकर....मेरे द्वारा ब्रह्मचर्य अवस्था में लिखा व गाया गया यह भजन इंटरनेट पर देखे अनछने पानी की एक बूंद में इतने जीव बताये है कि वे जीव पक्षी बनकर उड़ जाये तो आकाश में नहीं समायेंगे । अनछना पानी पीकर न जाने कितने जीव इस उदर में भराये है । घर में हो चाहे बाहर विधिवत् पानी छान कर ही भोजन बनाना चाहिये । पूर्वाचार्यों ने अनछने पानी की एक बूंद में अरांख्यात जीव बताये है, वैज्ञानिको ने ३६४५० जीव बताये हैं पानी छानने की जानकारी नहीं हो तो न जाने कितने भक्त अनछने पानी से ग्रीजी का अभिषेक कर लेते हैं । अनछने पानी से बने भोजन से न जाने कितने जीवों को खा लेते हैं इस अज्ञानता से कितना पाप कमाते हैं । बिरलरी का पानी तो विष ही है । एक बार पानी छानकर रख लिया दिन भर पीते गये वह पानी अनछना ही कहलाता है । छना पानी ४८ मिनट के पहले गुनगुना करने पर ६ घंटे, मध्यम गर्म करने पर १२ घंटे व तेज उबालने पर २४ घंटे की मर्यादा का हो जाता है । नल की टौटी पर कपड़ा बांधकर पानी छाना आजू बाजू से अनछना पानी निरता है, अतः वह पानी छना नहीं कहलायेगा । बर्तन के ऊपर ही छन्ना लगाकर पानी छाने पानी छानने के बाद हण्डे को बाहर से पकड़ना चाहिये अंदर हाथ डालकर नहीं उठाना चाहिये । पानी छानने के बाद बहुत से अज्ञानी जीव उस छन्ने को ऐसे ही जीवानी सहित निषेध देते हैं ऐसा नहीं करें । तो कैसे करना एक बर्तन में अलग से पानी छानकर रखें उसी छने पानी से छन्ने के ऊपर पानी डालकर जीवानी करें । सोले का पानी रखने की व्यवस्था हो तो सोले का बिना छना पानी एक दिन पूर्व भी भर कर रख सकते हैं। सुबह पानी छानने के लिये जितने अनछने पानी के बर्तन भरे है उतने ही खाली बर्तन भी चाहिये । यदि बर्तन कम हो तो जिसमें अनछना पानी था वो बर्तन खाली होने पर छने पानी से धोकर सोले के कपड़े से पोंछकर अच्छी तरह से देखकर पूरा सूखा हुआ है कि नहीं फिर पुनः उसे छने पानी से धोकर उसमें पानी छान सकते हैं । अनछने पानी का बर्तन खाली होने पर छने पानी से धो लिया पर कपड़े से सूखा नहीं किया और उसी गीले बर्तन में पानी छान लिया तो वह पानी अनछना ही कहलायेगा । पानी विधिवत् कैसे छाने, जीवानी कैसे करें, पानी कैसे भरे, सोले में कैसे रखें, कहां रखें सारी विधि मेरे द्वारा ब्रह्मचर्य अवस्था में लिखे गये **सचित्र चौका पुराण ग्रन्थ** से जाने प्रधान संस्करण पेज नं. ३१ व द्वितीय संस्करण पेज नं. १६ से १०० तक १२ चित्रों द्वारा बताया गया है ।



(मानव की दीनता)

खाते खाते सोचा उठकर के फिर मुखड़ा चलाया ।**कैसी दीनता तन पे छाये - बिना नहाये खाया ॥**

जीवन में हर चीज का कोई न कोई टाईम टेबिल होना चाहिये । बिना टाईम टेबिल से जीवन जीना सम्झो अपनी स्वातंत्रता को अपने कर्तव्य पालन को गंवाना है । हमारे अपने जीवन में यदि कोई नियम नहीं है टाईम टेबिल नहीं है तो हमें दूसरों के नियमों के टाईम टेबिल के अनुसार चलना होना तब जीव परतंत्र हो जायेगा । साधु के लिये सामायिक का एक ऐसा समय है इस समय में साधु आत्म चिंतन मनन, ध्यान के द्वारा अपने आत्मस्वरूप का चिंतन कर सकता है पर यदि साधु स्वयं प्रमादी होकर सामायिक के समय से विमुख हो कर इधर-उधर के ध्यान में अपने मन को लगाये, सामायिक के समय बोलता नजर आये तब साधु की इस प्रक्रिया को श्रावक देखता है तब स्वयं साधु के निकट में जाकर बैठ जाता है । सामायिक के समय वार्तालाप में लगा देता है । श्रावकों में साधु को वार्तालाप में क्यों लगाया क्योंकि साधु का अपना कोई नियम टाईम टेबिल नहीं है इसलिये यदि साधु सामायिक के समय ध्यान लगाये तो यह ध्यान क्रिया देखकर श्रावक भी उस ध्यान क्रिया में शामिल हो जाता है । यदि समय नहीं है तो शांति से दर्शन करके चला जाता है । साधु के ध्यान में सामायिक में बाधा नहीं डालता । श्रावक के इस कर्तव्य से साधु की सामायिक का कुछ अंश फल अवश्य मिलता है । जैसे जिस राज्य का आश्रय पाकर साधु तप करता है साधु के उस तप के फल का कुछ अंश वहां के राजा के हिस्से में भी जाता है अतः इंसान के जीवन में टाईम टेबिल अवश्य होना चाहिये । वर्तमान में इस मानव ने कितनी दीनता छाई है कि कोई टाईम टेबिल नहीं, खाना, पीना, उठना, बैठना जब चाहे तब कर लेता है । टी.वी. मोबाइल पिवचर आदि देखते देखते रात में बेसी से खाना खाता है बेसी से सोता है प्रातः बेसी से उठता है उठते ही बेड़ टी नाश्ता पानी चालू । खाते खाते सोते उठते ही वो खाने पशु से भी गई बीती जिंदगी वो गवाये, ये इन अधर्मी इंसान की जिंदगी बन गयी है । धर्म कर्म से कोई लेना देना नहीं है पशु से भी मर्या बीता जीवन जी रहे है कदाचित् पशु भी समय से खाता पीता है पर इन नर पिशाचों का कोई समय नहीं जब मिला जैसा मिला जहां मिला जिस किसी के हाथ का मिला खा लिया, मिथ्यात्वी इंसान कहता है क्या हुआ उसके हाथ का खा लिया तो वो भी तो इंसान है, सबका खून लाल है । अरे कुलिन इंसान । ऐसा बोलकर स्वयं अधर्म की प्रवृत्ति कर रहा है औरों को अधर्म में मत लगा और इस खोटी प्रवृत्ति में सुधार कर । एक बार तो पशु भी चारा देने वाले की पहचान करके खाना खाता है कभी कभी देखते हैं पशु पक्षी आदि जानवर जब कोई चारा रोटी आदि उनके पास लेकर आता है तो यदि बिना पहचान का है तो नहीं खानेगा छोड़ देगा । ये इन पशुओं की बुद्धिमानी है चाहे जिसके हाथ का खाना नहीं खाते पर हम मानव मानव एक हैं इस अधर्मी मान्यता से ऊंच नीच का भेद किये बिना सबके हाथ का भोजन इस टैंक में डाल देते हैं । फिर संस्कार भी वैसा ही पड़ता है । बिना स्नान किये ही खाने की भावना बन जाती है । उस जाती के संस्कार तुम्हारे अंदर आ जायेंगे जितने आपको भोजन कराया अतः खाने पीने का टाईम टेबिल बनाये मानव बनकर जीवन जियें ।

(नकली एकाशन)

एक बार का अन्न छोड़ - उसको एकाशन कहता ।**दूध फल मेवा खा-खा करके - रात दिन वो रहता ॥**

एक बार एक बच्चे ने अपने घर में शाम के समय अपने चाचा को भोजन करते हुये देखा बच्चा भी पास में जाकर बैठ गया । चाचा ने थोड़ा थोड़ा उस बच्चे को भी दिया आज तो बच्चे को खाने में ऐसा आनंद आया वैसे पहले कभी नहीं आया । ऐसा खाना तो कभी नन्मी ने भी नहीं खिलाया जो आज मिला । बच्चे ने चाचा से पूछा चाचाजी ऐसा खाना मैंने आज तक नहीं खाया क्या आप रोज ऐसा ही खाना खाते है । चाचा ने कहा- नहीं ऐसा भोजन करने के लिये एकाशन करना पड़ता है । बच्चे ने पूछा एकाशन क्या होता है । चाचा बोले एक समय अन्न का भोजन करना और दूसरे समय अनाज का त्याग करना । अनाज के बदले आज तुमने मेरी थाली में जो भोजन किया वो सब मिलेगा । काजू, किशमिस, बादाम, पिस्ता, अखरोट, फल, दूध, खड़ी, मखाने बिना अन्न का भोजन वो एकाशन कहलाता है । देखिये हम बच्चों में कैसा संस्कार डाल रहे हैं अरे तुम अपनी जिह्वा की लोलुपता से एकाशन में ये सब चीजें खाकर अपने मन की तृप्ती कर रहे हो पर इसे एकाशन तो मत कहो । बच्चों को तो सही पाठ पढ़ाओ कि एकाशन दो तरह के होते हैं एक असली और दूसरा नकली । जब उस बच्चे को दोनों एकाशन की परिभाषा समझाओ आप जानते हो पर उस परिभाषा को अपनी इन्द्रिय लम्पटता से हम जैसा करते है उसीको असली एकाशन कह देते हैं । नहीं आप बच्चे को समझाओ देखो बेटा एक समय पर एक स्थान पर बैठकर भोजन पानी जो कुछ लेना है वो लेकर दूसरे दिन भोजन की बेला तक चारों प्रकार के आहार का त्याग करना उसे असली एकाशन कहते हैं । इससे पुण्याश्रव होता है और आज जो तुमने मुझे दूसरे समय मन भावन फल मेवा मिष्ठानों के साथ भोजन करते देखा वो नकली एकाशन है ये पापाश्रव का कारण है । अपने आप से अपने को लगना है । कौन कहता है आपको एकाशन करने को, क्या पार्श्वनाथ भगवान कहते हैं कि आज रविवार है बिना नमक का एक समय भोजन करले और फिर दिन भर अन्न छोड़कर गाय, मँस की तरह अन्य चीजें खाते रहो, बेटा रात में दूध भी पीकर सोना क्योंकि उसमें अनाज नहीं है क्या ऐसा पार्श्वनाथ कहते है या भगवान के नाम पर आप स्वयं बोंग कर रहे हैं । एक समय के लिये २० रुपये की रोटी नमक का त्याग किया उसके बदले २०० रुपये के अन्य सामान पेट में डाल दिया, खालो खूब खालो फिर मिलेना नहीं यह मनुष्य पर्याय है यह सब यहाँ पर मिलेना और किसी गति में मिलने वाला नहीं है पर इसे आप एकाशन मत कहो ये कहो कि आज हमको एक समय ही अन्न खाना है बाकी दिन भर में जितने समय होते हैं जिस समय जो मन किया वो खाने पीने का व्रत है बन्धुओं ये जीवन असली है असली खाना खाओ । असली भावना करो, असली व्रत करो, असली जीवन से असली मुक्ति है । एकाशन- (एक+आसन) एक ही बार में जो खाया पिया, उसे कहते हैं-एकाशन ।

(त्याग कब पूरा हो - इंतजार)

पर्व दिनों में घोर तप, उपवास है दस वो धरता ।**होटल में जा कन्दमूल खा, पारणा वो है करता ॥**

एक होटल वाले ने अपने बेटे से पूछा बेटा क्या बात है दो तीन दिन से ब्राह्मक कम आ रहे है बेटे ने कहा पापा आपको मालूम नहीं है जैन धर्म के पवित्र पर्युषण आ गया आज तीसरा दिन है अब पापा की समझ में आ गया बेटा तब तो इस दिन के लिये समोसे, आलूबंड़ा, कचौरी ये सब कम बनाना क्योंकि इन बस दिनों में जैनी भाई व्रत उपवास करते हैं और अभक्ष्य चीजों का त्याग कर देते हैं । ये बात अलग है कि इन १० दिनों की पूर्ति अगले १० दिन में हो जायेगी । इसका इंतजार हमको भी रहता है और उन व्रतधारी जैनी भाईयों को भी रहता है क्योंकि पर्व के दिनों में प्रायः करके बनगुला भक्ति भी हो जाती है कुछ लोग तो रुचि से एकाशन उपवास करते हैं लेकिन कुछ लोग ऐसे भी होते हैं जो देखा देखी करते हैं, नाम कमाने के लिये करते हैं, कोई बात नहीं देखा देखी किया नामकरण के लिये किया कुछ तो पुण्य मिला लेकिन बाद में गज स्नान करना गलती है । गजराना तो मत करो- हाथी पवित्र होने के लिये स्नान करने को तालाब में जाता है स्नान करता है फिर जब बाहर निकलता है तो सूँढ़ से अपने पूरे शरीर पर फिर कीचड़ डाल देता है, कुंभकार गधे को अच्छी तरह से रगड़ रगड़ के स्नान कराता है स्नान कराने के बाद कुंभकार जैसे ही घर के अंदर प्रवेश करता है तब गधा घर के आंगन में रखी राख में लौटपोट हो जाता है जिस प्रकार गधा इंतजार कर रहा था कि कब कुंभकार घर में जाये और कब मैं राख में लौट पोट हो जाऊँ उसी प्रकार पर्युषण पर्व में व्रत उपवास करके अपनी आत्मा को पवित्र करने वाले कुछ कुछ भक्त उस गधे की तरह इंतजार करते है कि कब पर्व के दिन पूरे हो और कब हम होटल बाजार में खाने को जाये । उनकी गिनती चालू रहती है बस अब कुछ दिन बचे अब ८ दिन अब चार दिन अब अंतिम दिन बचा । कल वो उस गधे वाली प्रक्रिया चालू हो जायेगी, अरे आपका तप चालू है और जिस दिन से आपके मन में ये भाव आये कि कब व्रत के दिन पूरे होंगे और कब जमीकंद का भक्षण करूँ कब होटल बाजार का खाना खाऊँ । तभी से आपके व्रत करने का पुण्य पाप में बदल गया । बहुत लोग १० उपवास करते हैं पारणा होटल में जाकर आलूबंड़ा व समोसा खाकर करते हैं । आपका तप पत में चला गया । अरे भाई । व्रत करने के बाद अपने मन को संभालो, दिन घर्षा में परिवर्तन लाओ । व्रत के पहले महिने में ३० दिन जमीकंद, रात्रिभोजन, होटल बाजार का भक्षण करते हो अब व्रत पूर्ण होने के बाद उसमें कमी लानी चाहिये और धीरे धीरे मन को कंट्रोल करना चाहिये तभी व्रत, तप, जप करना सार्थक है अन्यथा निरर्थक है । **संवर सहित करो तप प्राणी मिले मुक्ति रानी ।** उपवास किया मन में ये भाव मत लाओ कि कब दिन पूरा हो कब पारणा हो इससे कर्मों का आस्त्रव होगा, यदि ऐसे भाव नहीं लायेंगे तो कर्मों का आसव रुक जायेगा । आस्त्रव के रुकने को ही संवर कहते है ऐसा तप ही फलदायी है ।

(तीर्थ जप तप सब व्यर्थ है)

मद्य मांस रात्रि भोजन और कन्दमूल जो खाता ।**तीर्थ जप तप कितना कर लो सभी व्यर्थ है जाता ॥**

मूलाचार गाथा ३५३, ३५४ में आचार्य वट्टेकर कहते हैं-मक्खन, मद्य, मांस व मद्य ये चार महा विकृतियां हैं । ये चार विकृतियां क्रमशः मक्खन से विषयों की महान् अभिलाषा उत्पन्न होती हैं । मद्य- वैश्या या व्याभिचारिणी स्त्री का सहवास कराता है । मांस- अभिमान को पैदा करता है और मद्य- हिंसा में प्रवृत्त कराता है । सैकड़ों मधुमक्खियों को निचोड़कर मारकर उस मद्य को इकट्ठा किया जाता है । आज्ञापालन करने के इच्छुक जिन्हें पापों का भय है तप व समाधि की इच्छा करने वाले ने पहले ही इनका जीवन भर के लिये त्याग कर दिया है यहाँ पर जिस प्रकार अली, पतंग, मृग, मीन, नज पांचों एक ही आंच - भैव्या वाकी क्या गति, जिसके पीछे पांच भंवरा घ्राण इन्द्रिय के वश, पतंगा चक्षु इन्द्रिय के वश, मृग कर्ण इन्द्रिय के वश, मछली रसना इन्द्रिय के वश, हाथी स्पर्शन इन्द्रिय के वश । अर्थात् एक-एक इन्द्रिय के वश होकर ये प्राणी अपने प्राण गंवा देते हैं तब फिर मनुष्य पांचों इन्द्रियों के वशीभूत है उसका क्या होगा ? वो तो अतिशीघ्र पतन के मार्ग पर जायेगा उसी प्रकार मूलाचार में आचार्य वट्टेकर गाथा ३५४ में कहते हैं उपरोक्त मक्खन, मद्य, मांस, मद्य ये एक-एक विकृति पैदा करती है । एक-एक गुण इच्छुक को एक-एक के त्याग करने का उपदेश दिया है । वैसे ही एक-एक गुण के इच्छुक को चारों का त्याग कर देना चाहिये अथवा चारों गुणों के इच्छुक को चारों वस्तुओं का त्याग कर देना चाहिये । इन चार महाविकृतियों में रात्रि भोजन व कंदमूल का नाम नहीं आया है पर ये दोनों भी ब्राह्मण के अष्ट मूलगुण पालन करने में महाविकृतियों से कम नहीं हैं । अष्ट मूलगुणों में एक रात्रि भोजन त्याग भी आया है और एक जीवदया करना भी आया है । कंदमूल का भक्षण करेंगे तो जीवदया का पालन नहीं हो सकता । कंदमूल तो जीवों का पिण्ड है जैन धर्म में तो इनके खाने का निषेध किया ही है पर सनातन धर्म में भी कहा गया है -

मद्य, मांसाशनं, रात्रो भोजन, कंदभक्षणं । ये कुर्वन्ति वृथा तेषां, तीर्थ यात्रा, जपस्सपः ॥

जो जीव मद्य (शराब) का, मांस का, रात्रि में भोजन व कंदमूल का सेवन करते हैं वे कितनी भी तीर्थयात्रा कर लें, जप तप, द्रत कर लें सब कुछ व्यर्थ ही जाता है, कुछ भी फल प्राप्त नहीं होता है । इंसान को इंसान के खाने योग्य पदार्थ इस धरातल में अनगिनत है उनका ही सेवन करना चाहिये । मांसाहारी पशुओं के भोजन का सेवन नहीं करना चाहिये । विकृत भोजन करने से मन, वचन व काय में विकृति पैदा होगी । सर्वप्रथम विकृति मन में पैदा होगी, मन है वो वचन को प्रेरित करेगा और वचन है वो काय का प्रेरित करेगा अर्थात् वह शरीर से खोटा कार्य करने लग जायेगा, अतः जिनेन्द्र भगवान की आज्ञा का पालन कर ऐसे विकृति रूप भोजन का त्याग कर सात्विक भोजन करें ।

(आहार बेला के बाद भोजन)

मुनिराज की भोजन बेला से पहले ना खाऊं ।**हे प्रभु शक्ति मुझको देना, ऐसे भाव मन लाऊं ॥**

छहदाला में हम पढ़ते हैं मुनि को भोजन देही फिर निज कर ही आहारें । ये केवल पहले का विषय नहीं है इसे जीवन में भी उतारें लेकिन वर्तमान परिस्थिति तो ऐसी हो गई है मुनि को आहार देने की बात तो बुर रही नगर में आये हुये साधुओं के आहार देखने की भी फुरत नहीं है लेकिन इसे सर्वथा एकाग्रतावाद में नहीं ले सकते क्योंकि धर्मात्मा जीव पंचमकाल के अंत तक रहेना अर्थात् वर्तमान में भी कुछ श्रावक श्रविकायें हैं जो नगर में आये हुये मुनिराज साधियों को आहार देकर ही भोजन करते हैं । यदि किसी कारणवश आहार देने की परिस्थिती में नहीं है तो आहार जरूर देखकर भोजन करेंगे । अभी भी ऐसे धर्मात्मा हैं । अरे भगवान आदिनाथ का जीव वज्रजंघ की पर्याय में मुनिराज को आहार दे रहा था तब उस आहारदान को चार तिर्यज्व प्राणी आहार दे तो नहीं सकते थे लेकिन उस आहारदान को देखकर अनुमोदना कर रहे थे, सिंह, सूकर, वानर व नेवला आदि पुराण मान एक पैज नं. १८१ से १८६ पर देखें । चारों की जीव मरण कर उत्तम गति को प्राप्त हुये । आगे समाधिपूर्वक मरण कर मुक्तिप्राप्ति लिया । हमें भी उन तिर्यज्व प्राणियों से शिक्षा लेनी चाहिये कि आहार देकर या देखकर ही भोजन करें । वर्तमान में भी बहुत से धर्मात्मा श्रावक ऐसे भी हैं कि अगर नगर में कोई साधु नहीं है फिर भी साधु की आहार बेला टाल कर भोजन करते हैं । ऐसे श्रावक महान पुण्य का अर्जन करते हैं । पुण्यार्जन ही इस जीव को भव से तिराने में सहायक है क्योंकि यदि जीवन में पुण्य नहीं कमाया तो उस कमल के कन्ध की तरह जड़मूल से उखाड़कर फेंक दिये जाओगे । तालाब में कमल पानी के ऊपर रहता है कमल की गाल पानी के अंदर रहती है और कमल का कन्ध पानी के नीचे कीचड़ में रहता है । जबतक तालाब में पानी है तबतक तो कमल खिलते रहेंगे लेकिन जब तालाब का पानी सूख जाता है तब लोग उस कन्ध (बीज) को उखाड़कर फेंक देते हैं फिर कमल कभी नहीं खिल सकता उसी प्रकार इस संसार रुपी तालाब में मोक्षरुपी कमल को खिलाना है तो पुण्यरुपी जल को मत सूखने दीजिये । अगर मोक्षरुपी कमल को खिलाना है तो पुण्यरुपी जल सूख गया तो कर्म रुपी लुटेरे मोक्ष रुपी कमल को खिलाने वाले व्रत, संयम, शील त्याग रुपी बीज को गष्ट कर देने फिर हमारा मोक्ष रुपी कमल कभी नहीं खिल सकता अतः इस जीव को हर समय पुण्य कमाने का उद्यम करते रहना चाहिये चापि पुण्य छोड़े बिना मुक्ति नहीं है लेकिन ऐसी बातें सुनकर मूर्खता मत करना, पुण्य कमाना मत छोड़ देना पुण्य भी छोड़ने योग्य है । ऐसा करके पुण्य कमाने का उद्यम ही नहीं करेंगे हाथ पर हाथ धरकर बैठे रहेंगे तो ये अपनी मूर्खता है ये पतन का कारण है । अरे कोई सोचे कि भोजन तो मलद्धार से बाहर निकालने योग्य है तो फिर भोजन करने से क्या फायदा ? ऐसा लमझकर वो मूर्ख भोजन करना छोड़ दे तो वो बेमौत मर जायेगा । उसी प्रकार पुण्य छोड़ने योग्य है ऐसा करके पुण्य कमाने के साधन देव पूजा, मुरु उपासना, आदि घट आवश्यक क्रियायें मूलगुण का पालन आदि छोड़ देना मूर्खता है पतन का मार्ग है अतः हे प्रभु । मुझे ऐसी शक्ति प्रदान करें मेरे मन में ये भाव आये मैं मुनिराज को आहार देकर या देखकर भोजन करूं और पुण्य कमाऊं ।

सुने

ऐ होटल के खाने वालों भजन

देखें

इंटरनेट पर वीडियो देखे यू ट्यूब पर क्लिक करें
www.vasupujyasagarji.com

(धुन- स्व निर्मित)

(आचार्य श्रेयसागरजी महाराज द्वारा ब्रह्मधर्म अवस्था में रचित एवं गाया गया)

ऐ होटल के खाने वालों बात ध्यान से सुनना रे
बात मेरी तू सुन गुन करके अपने भाव बदलना रे
त्याग करो - त्याग करो - त्याग करो.....२

(अन्तरा)

कौन है माता तेरी वहां पर, जिसने पानी छाना था
जा करके तू चाय घटाघट - पीने में मस्ताना था
त्याग करो - ३.....ऐ होटल के.....

बिरे तेल में घूहे रामजी - पूंछ पकड़ के निकाला था
उरी तेल में तले समोसे - तू खाने मतवाला था
त्याग करो - ३.....ऐ होटल के.....

भंड भंड करते देखो कितने - भवरें ये मण्डराते हैं
मन भावन पकवानों में - सारे ये हिल मिल जाते हैं
त्याग करो - ३.....ऐ होटल के.....

गर्मी के मौसम में आटा पूड़ी बनाने सनता है
टप टप टप टप शुद्ध पसीना उस आटे में गिरता है
त्याग करो - ३.....ऐ होटल के.....

घर में ना बासा खाता, होटल में बासा खाता है
बचे आज के माल को ध्यारे, सुबह नाश्ते में पाता है
त्याग करो - ३.....ऐ होटल के.....

एक प्रतिशत छोड़कर ९९% होटलों में ऐसे ही होता है ।

स्वार्थ अपनी की पराया बना देता है - प्रेम परायों की अपना बना देता है ।

खुली आँख का सपना भजन

(तर्ज- देख तेरे संसार की हालत....)

खुली आँख का सपना आँख बंद होते ही मिट जाये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२
बंद आँख का सपना आँख खुलते ही ये मिट जाये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

(अन्तरा)

रात दिन तूने दौड़ लगाया - चैन कभी नहीं तूने पाया
समय पे ना भोजन कर पाया - धन जोडा अम्बार लगाया
ऐसा धन किस काम का भैया, जो न साध आये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

तन का गद्दा तो भर जाता है - मन का गद्दा कभी ना भरता
मन गद्दा भरने से पहले - श्वास रुक जाये वो मरता
तृष्णा नागिन जिसको डसती - धरम ना वो कर पाये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

सपने में तू महल बनाये - धन दौलत परिवार बसाये
मन में कितना आनंद पाये - पलके झपकी सब मिट जाये
सपना वो किस काम का भैया - आँख खुले मिट जाये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

धन के कारण धरम गवाचा - मंदिर का कभी ख्याल न आया
गुरुवाणी को ग्रहण करे ना - जिनवाणी को समझ न पाया
सोच समझ कुछ धरम करले - काम यही आये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

बडे बडे जरमान लगाता - अपने गुण को आप ही गाता
एक दिन जाना हमको यहां से - ध्यान नहीं इस बात का आता
ज्ञान बिना हितकारी प्रभु का - ध्यान नहीं आये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

बंद आँख का सपना

तन की सेवा करते करते - सारा जीवन यू ही गवाये
फिर भी तन ये साथ न आये - आत्म पंछी अकेला जाये
तन सेवा में आत्म हित का - खयाल नहीं आये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

अनादिकाल से भटक रहा है - भव वन में तू अटक रहा है
भार बना इस धरती पर तू - धर्म किये बिन खटक रहा है
ऐसा जीने से क्या भैय्या - लक्ष्य व्यर्थ जाये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

नहीं भरोसा है एक पल का - क्यों विश्वास करे तू कल का
किसने देखा कल क्या होगा - आज करले अच्छा मौका
कल कल कर जीवन बीत जाये, धरम नहीं कर पाये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

लेने को तूने हाथ बढ़ाया, देने का नहीं भाव जगाया
किया नहीं उपकार किसी का - बुनिया भर की जोड़ी माया
ऐसा धन किस काम का भैय्या, जो न दान कर पाये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

जीवन में बस इतना करना - पापों से हरदम तू हरना
याद है बस इतना रख भैय्या - मरघट मेरी अंतिम शैय्या
अपनी अपनी बारी से - नंबर सबका आये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये....२

धन दौलत का बना दीवाना - धन जोड़ किया नन माना
वासुपूज्य के शिष्य श्रेयसागर - के पास तू जल्दी आना
हितकारी कुछ बात सुन - कल्याण तेरा हो जाये
कमाया यहीं पड़ा रह जाये

(इति भजन)

जिनकी दृष्टि बंध में नहीं उतराको कु मार्ग पर जाना ही पड़ता है ।

दुनिया की सबसे खराब फैन्डी मागव का अपना शरीर है, जो इत माल को बिगाड कर बाहर निकालता है ।

पद्यानुवाद पंच परमेष्ठी

(तर्ज- अनादिकाल से जन में...)

अरिहंतों के अतिशय होते जन्म दस, दस केवलज्ञान,
देवकृत चौदह अतिशय हैं, सब मिल चौतीस होते जान ।
प्रातिहार्य अठ अरिहंतों के, चतुष्टय अनन्त चार,
छयालीस मूलगुण सब मिलकर, मैं अर्घ चढाऊं मन में धार ॥

सिद्ध ८

ज्ञान, दर्श, सुख वीर्य है - सिद्ध प्रभु के अनन्त ।
अगुरु लघु, अवगाह सूक्ष्म अव्याबाध है अन्त ॥

आचार्य ३६

दस धर्मों का पालन करते, बारह तप धरते,
षट् आवश्यक पंचाचार - तीन गुप्ति का पालन करते ।
ऐसे इन आचार्य गुरु को - शत शत नमन करें,
अर्घ चढाके इन गुरुवर को - पुण्य की गगरी भरें ॥

उपाध्याय २५

चौदह पूर्व के ज्ञानी होते, उपाध्याय गुरुवर ।
ग्यारह अंग सब मिलकर के २५ गुण होते है वर ॥

साधु २८

पंच महाव्रत, पंच समिति - का वे पालन करते हैं,
पंच इन्द्रियों के विषयों का - सदा निरोध वे करते हैं ।
करे वन्दना रस्तुति प्रतिक्रम - समता पठन हो कायोत्सर्ग,
शेष सात गुणों का वर्णन - करके इनको चढायें अर्घ ॥

शेष ७ गुण

करे नहीं स्नान कभी वो - वन्त नहीं चमकाते है,
तन पे ना ये कपड़ा धारें - भूमि को शयन बनाते हैं ।
एक बार भोजन करते वे - खड़े खड़े निज हाथों में,
केशों का वे लौंच है करते - व्यर्थ ना बोले रातों में ॥

पद्यानुवाद ३४ अतिशय

(तर्ज- अनादिकाल से जग में...)

जन्म के १० अतिशय

प्रिय वचन सुगन्धित तन है - श्वेत रक्त रूप सुंदर है,
वज्रवृषभ नाराय संहसन - बल अतुल आपके अंदर है ।
समचतुरस्र संस्थान के धारी - लक्षण सहस्र अष्ट भारी,
स्वेद नहीं, मलमूत्र नहीं - जन्मत अतिशय के हो धारी ॥

केवल ज्ञान के १० अतिशय

सौ योजन सुभिक्ष पड़े, आकाश गमन दया भाव बढ़े,
चऊदिशा में मुखड़ा दिखे - तन की छाया नहीं पड़े ।
बढ़े नहीं नख केश प्रभु के, टिम टिम पलके ना करती,
ना उपसर्ग ना कवलाहारी, प्रभु में विद्या की भरती ॥

देवकृत १४ अतिशय

रवं निर्मल, रवं जयकारा - भाषा समझे वृष्टि बरसे,
इति भिति ना कंटक भूमि - सर्ष मैत्री भाव हर्षे ।
ऋतुफल उपजे समतल भूमि - वायुसुगन्धि भी सरसे,
अष्ट है मंगल कमल, चक्र, धन धान्य से भूमि भी हर्षे ॥

मोक्ष की गाड़ी (तर्ज - देव, धारत्र, गुरु पूजा)

जिन दीक्षा एक गाड़ी है और तीन गुप्ति उसके पहिये,
ज्ञान धुरा उस गाड़ी की और, बैल समिति सब कहिये ।
महाव्रतों का माल भरा है, साधु संग व्यापारी है,
गमन करे वो मुक्ति नगर को, महिमा इसकी भारी है ॥
इस गाड़ी की टिकिट कराले, भूल कभी ना तू करना,
इस गाड़ी में बैठके भैर्या, मरण समाधि से मरना ।
जैन कुल स्टेशन पर ये गाड़ी हरपल मिलती है,
इस गाड़ी में बैठे उसकी, मोक्ष की कलिया खिलती है ।
कभी नहीं वे लौट के आयेंगे, इस धरती पर सुनले,
करना है क्या तुझको भैर्या, मार्ग है अपना तू चुनले ॥

भक्ति के बिना विनाय, स्नेह के बिना रोना और वैराग्य के बिना त्याग ये सब विडम्बना मात्र है ।

* सूचिवाच *

जब लोहा एक गोले के रूप में होता है तब वह पानी में डूब जायेगा उसे संस्कारित कर नाव बनाई जाती है तब वह गोला समुद्र पार हो जाता है उसी प्रकार हमारे जीवन को सुसंस्कारों से संस्कारित नहीं किया तो लोहे के गोले की भांति संसार सागर में डूब जायेगा यदि जीवन संस्कारित कर दिया जाये तो वो संसार सागर से पार हो जायेगा ।

हमने देखा कुँआ चलकर भी प्यासे तक आता है
पर भाव्यहीन वो होगा जो फिर भी प्यासा रह जाता है ।

धाल भरके हीरे हो और एक बूढ़ मांस होगा तो कौवे की दृष्टि मांस पर ही जायेगी और जौहरी की दृष्टि हीरे पर ही जायेगी । उसी तरह मिथ्या दृष्टियों की नजर हमेशा दूसरों के अवगुणों पर ही जाती है और सम्यग्दृष्टि की नजर सद्गुणों पर जाती है ।

जैसे पाषाण में जल प्रवेश नहीं करता उसी प्रकार सद्गुरुओं का उपदेश कठोर पुरुष के हृदय में प्रवेश नहीं करता ।

जिस खेत में अच्छे बीज नहीं डाले जाते हैं कूड़ा कचरा अपने आप उग आता है, उसी तरह अपने जीवन में अच्छे संस्कार नहीं डालोमे तो बुरी आदतें अपने आप पैदा हो जायेगी ।

दगा किसी का सगा नहीं - नहीं किया तो करके देखो
जिस जिसने भी दगा किया - उसके घर जाकर देखो ।

दीपक में धूत डालना बंद कर दिया जाता है तो अपने आप अंधकार फैलाने लगता है, उसी प्रकार धर्म कार्य करना बंद कर दिया जाये तो अपने आप पाप प्रवृत्ति बढ़ जाती है ।

धन ही सब कुछ नहीं है, धर्म को भी जानो पहचानो ।

पडे पडे पालंग पर करे चाय का ध्यान - होम करे सिगरेट का कैसे हो कल्याण ।

* सुचिदार *

रयणसार ग्रंथ में आचार्य कुंदकुंद कहते हैं जो मुनि के आहार के पश्चात् बचे भोजन को खाता है वह संसार के सुखों को भोगकर और क्रमशः मोक्ष के सुखों को भोगता है, लेकिन वर्तमान में

जिह्वालोलुपी इंसान

साधुओं की थाली का शेष बचा हुआ भोजन खाने से जो मन मलिन करते हैं, नहीं खाते क्योंकि उनके मन के अनुकूल नहीं है ऐसे अधर्मी इन्द्रियवासियों को धिक्कार है। कुंदकुंद की आज्ञा का उल्लंघन किया ऐसे लोगों को बार बार यह **भोजन चालीसा** पढ़ना चाहिये।

* ढाँचे *

जैन धर्म की क्या पहचान	- सत्य अहिंसा दया प्रधान
त्रिशला नंदन वीर की	- जय बोलो महावीर की
न राग में न द्वेष में	- विश्वास दिगंबर भेष में
माया मोह धोखा है	- त्याग कर लो मौका है
नील गगन में एक सितारा	- जैन संत को नमन हमारा
दीन पशुओं की करुण पुकार	- शाकाहार करो स्वीकार
मोह माया छोड़ दो	- प्रभु से नाता जोड़ दो

आमद कम खर्चा ज्यादा - मिटने की बही निशानी है।

ताकत कम गुस्सा ज्यादा - पिटने की बही निशानी है।।

एक पुत्र के साथ सिंहनी निर्भयता से सोती है,
 वैन से निंदिया लेती है - उसका जीवन तो मोती है।
 दस पुत्रों को जनने वाली - बधी भार ही ढोती है,
 ढो ढो करके भार जीवन में - सदा ही रोती रहती है।।

सिंहनी
 जीवन में
 एक ही
 संतान पैदा
 करती है

संख्या का अभिमान करे जो - वो धोखे में रहता है
 नील गगन में चंदा देखो- उन तारों से कहता है
 लाखों करोड़ों दीपक मिलकर - सूरज से ना चमक सकते
 संख्या के अभिमानी देखो - पतन है अपना कर सकते
 पाँच थे पाण्डव सौ थे कौरव - हुई लड़ाई आर है पार
 संख्या के अभिमानी कौरव - गये पाण्डवों से वो हार

भजन

सुने

* समाधि मरण *

देखें

कंचूरा का गढ़ा हुआ धान धरती से तभी बाहर निकलता है जब वह स्वयं धरती में गढ़ जाता है ।

इन्टरनेट पर वीडियो देखे यू ट्यूब क्लिक करें

www.vasupujyasagarji.com

(आचार्य श्रेयसागरजी महाराज द्वारा ब्रह्मचर्य अवस्था में रचित एवं गाया गया)

हो मरण समाधि मेरा प्रभु - हो मरण समाधि मेरा प्रभु
आयेगा समाधि मरण मेरा, मन धर्म ध्यान में लगा रहे
हो मरण समाधि.....

आयेगा अंत समय मेरा जब - सहज शक्ति मेरी बढ़ती रहे
अंत समय जीने मरने की - मन में इच्छा घटती रहे
हो मरण समाधि.....

राग द्वेष मद मोह से मेरा - ध्यान सदा ही घटता रहे
शत्रु मित्र परिवार हो सबसे - क्षमा भाव मन करता रहे
हो मरण समाधि.....

अंत समय खाने पीने की - इच्छायें मेरी घटती रहे
त्याग भावना धीरे धीरे - हरपल मेरी बढ़ती रहे
हो मरण समाधि.....

भोग जो भोगे पहले मैंने - यादें मन से हटती रहे
पंच परम परमेष्ठी प्रभु की - हर पल यादें आती रहे
हो मरण समाधि.....

अंत समय परिवार मित्र बंधु जन मुझसे दूर रहें
धर्माभूत का पान कराने वाले गुरुवर निकट रहें
हो मरण समाधि.....

अंत समय स्वाध्याय शास्त्र का कोई मुझको सुनाता रहे
शोक, लोभ, मद, मोह छोड़ मन - शास्त्र सुने प्रसन्न रहे
हो मरण समाधि.....

आर्त रौद्र को छोड़ के मन मेरा - धर्मध्यान में लगा रहे
धर्मध्यान को छोड़ शुक्ल पा मुक्ति पथ को लहे
हो मरण समाधि.....

* दोहावली *

धर्मोपदेश वो कहलाता है - जो आपस में मिलवाता है,
मिथ्योपदेश वो कहलाता है - जो आपस में लड़वाता है ।

वैर परस्पर हो जहां - रही ना भाई तुम वहां,
भारी हानि हो सकती है - झानी पुरुषों ने कहा ।

दातारों की मजा इसी में है - खाने और खिलाने में,
कंजुसों की मजा इसी में है - जोड़ जोड़ मर जाने में ।

भूख लगे भोजन करे - प्यास लगे पानी पिये,
करे काम समय पे जो जन - वो सवा सौ बरस जिये ।

बुरे वक्त में दूर हो जाते - मिलने वाले यार,
किसको अपना कहता है - ये झूठा संसार ।

गुण जिसके तुम्हें चाहिये - उनके दर तू जाईये,
छल कपट को छोड़ के - चरणों में रिस लगाईये ।

कौआ कोयल एक सरीखा - भेद न जाने कोय,
अपनी अपनी बोली से - पहचान दोनों की होय ।

खाया खोया बह गया - सब चला धो सूं ही जायेगा,
उपकार किया जीवन में - याद वो ही तो आयेगा ।

नजर न राखी मृत्यु पर - काम करे तमाम,
छिलका खवावे स्वामी को - आपे खाय आम ।

कब क्या होता किसने देखा - पता नहीं लग पाता है,
हंसता हंसता आता है वो - रोता रोता जाता है ।

विद्वान बोलने से पहले सोचता है, मूर्ख बोलने के बाद सोचता है ।

संसार के सभी प्राणी सुखी रहे एवं निरोगी बने ऐसी भावना हर वक्त करनी चाहिये ।

* समाज का मुखिया कैसा हो ? *

**एक साधु आये तो पीछे पीछे भागे
दूसरा साधु आये तो जगाये ना जागे**

मुखिया का पद धरने से पहले उसका पैसा नहीं उसका व्यवहार देखें ।

इस प्रकार की नीति वाले अध्यक्ष, मंत्री व दूरीगण नहीं होने चाहिये सभी का आदर सत्कार एक समान करना चाहिये ।

देव, शास्त्र, गुरु के प्रति श्रद्धा भक्ति वाला

अध्यक्ष समाज को चुनना चाहिये

नगर या क्षेत्रों पर साधु त्यागी व्रती आते है दस दिन, बीस दिन,

महिना, दो महिना रुकने के बाद जाने का समय आये तब तक

अध्यक्ष का पता नहीं लगता है कि कौन अध्यक्ष है क्योंकि जिन

साधुओं की विशेष प्रभावना नहीं है उनके सामने आते ही नहीं,

सारी व्यवस्थायें कर्मचारियों के भरोसे छोड देते हैं या अन्य

श्रद्धा भक्ति वाले श्रावणगण साधु त्यागियों के सुख दुःख में

सहायक होते है, अतः अश्रद्धानियों को अध्यक्ष, मंत्री पद पर न चुने

इसी में समाज का हित है ।

ससुरजी ने चारों बहूओं में से किसको घर का व्यवस्थापक बनाया जाये उसकी परीक्षा के हिसाब से प्रश्न पूछे कि सबसे दूर आवाज किसकी जाती है एक ने बताया मुर्गे की, एक ने बताया कुत्ते की, एक ने बताया शंख की पर सबसे छोटी बहू ने बताया कि घर पर आये हुये अतिथि का सत्कार करने वाले की आवाज दूर-दूर तक जाती है ।

(मूल परम्परा को न भूले । संसार के झूले में न झूले ।)

वर्तमान में हम मूल परंपरा जो कि भगवान आदिनाथ से लेकर भगवान महावीर तक की है उसे भूलकर, पूर्वाचार्यों के नाम पर लड़ने भिड़ने लगे हैं। जैन धर्म को हानि पहुंचा रहे हैं, समाज में अशांति फैला रहे हैं। परंपराओं के नाम पर एक दूसरे की टांग खींचकर

धर्म की अप्रभावना कर रहे हैं

हमारे पूर्वाचार्य तो धर्म की प्रभावना कर जैनधर्म का डंका बजाकर उत्तम गति को प्राप्त हो गये और हम ऐसे सपूत पैदा हुये जो कि उन्हीं आचार्यों के नाम पर लड़ भिड़ कर अशुभ कर्मों को बांधकर जैन धर्म की अप्रभावना करके खोटी गति में जाने की तैयारी कर रहे हैं जैन समाज के लिये यह अच्छा नहीं हो रहा है

अपनी परंपरा के साधुओं की तो आवभगत करते हैं और जो अपनी परंपरा के नहीं हैं तो पीछे हट जाते हैं। यह श्रावक का धर्म नहीं है। श्रावक का धर्म यही है कि वो साधुओं को समान दृष्टि से देखे एवं साधुओं का धर्म यही है कि वो सभी श्रावकों को समान दृष्टि से देखे - भ. आदिनाथ से भ. महावीर तक की जो मूल परंपरा है उन्हें न भूलें और सभी का आदर सत्कार करें।

आदिनाथ की परंपरा - हम महावीर के अनुयायी ।
जैन दिगम्बर संतों की - महिमा सारे जग ने गाई ॥

भारत में कुछ नगर ऐसे भी हैं, जहाँ पर हर परम्परा के दिगम्बर साधुओं की आगवानी नहीं होती, आर्षमार्गी साधु बिहार से पहले आगे के नगरों का लोकेशन समझ लें, सावधान रहें ।

*** तथा जन्म ? ***

एक बार किसी ने पूछा कि धर्म की प्राप्ति के लिये क्या करना चाहिये ? उत्तर मिला- तुम्हें दूसरा जन्म लेना पड़ेगा, बस इस उत्तर को सुनकर हैरान हो गया । घबराकर पूछा- दूसरे जन्म का मतलब क्या होता है ? क्या अभी मेरा जन्म नहीं हुआ ? उससे कहा गया नहीं हुआ है । अभी माँ के पेट से जन्म हुआ है यह प्रथम जन्म है और इसे देह का जन्म कहते हैं, दूसरा जन्म गुरु के माध्यम से होता है उसे संस्कारों का जन्म कहते हैं । दूसरा जन्म गुरु के माध्यम से स्वयं की साधना व पुरुषार्थ से होता है ।

दम्पति का परस्पर में अनुकूल रहने से ही गृहस्थ जीवन का कल्याण है ।

जिसके जीवन में गुरु नहीं, उसका जीवन शुरु नहीं

पानी पीना छानकर - गुरु करना जानकार
 पुण्य कमाना दानकर - मोक्ष जाना ध्यान कर
 पंचमकाल है इस कलिकाल में गुरु बनाने से पहले एक बार नहीं सौ बार जानकारी प्राप्त कर ले कि जिसे हम गुरु बनाना चाहते हैं वो अंधकार से उजाले की ओर जा रहे है या उजाले से अंधकार की ओर - पहले सोचे बाद में नहीं.

*** सोचो ***

(पान मसाला गुटखा खाओ प्रतियोगिता)

- | | |
|----------------------|------------------|
| प्रथम पुरस्कार | - मौत |
| द्वितीय पुरस्कार | - कैंसर रोग |
| तृतीय पुरस्कार | - नपुंसकता |
| सांत्वना पुरस्कार | - भूख न लगना |
| नामांकन स्थान | - पान की दुकान |
| नामांकन समय | - सुबह से रात तक |
| पुरस्कार वितरण कर्ता | - यमराज |
| पुरस्कार वितरण स्थान | - श्मशान घाट |

इस योजना का अतिशीघ्र लाभ उठावें
नोट- हर गुटखे के साथ कमजोरी मुफ्त

* अंतिम शरण - समाधि मरण *

समाधिमरण आत्महत्या नहीं है, तन की साधना है
अगर आत्महत्या मानेंगे तो
भारत के समस्त समाधिस्थलों पर लिख देना चाहिये

आत्महत्या रथल

आत्महत्या भक्षक है समाधिमरण रक्षक है ।	आत्महत्या कायरता है समाधिमरण वीरता है ।	आत्महत्या विराधना है समाधिमरण साधना है ।	आत्महत्या क्रूर भाव है समाधिमरण क्षमाभाव है ।	आत्महत्या अधर्म है समाधिमरण धर्म है ।
---	--	---	--	--

* तारे *



१,२,३,४	- समाधि पर करो विचार
५,६,७,८	- समाधि में ठाठ पाठ
९,१०,११,१२	- समाधि ने पार उतारा
१३,१४,१५,१६	- समाधिमरण है अनमोला
१७,१८,१९,२०	- समाधि की न कोई फीस
२१,२२,२३,२४	- समाधि को नमाओ शीघ्र



जील गबन में एक सितारा	- समाधिमरण धर्म हमारा
उपवास हमारा नाश्ता है	- समाधिमरण में आस्था है
समाधिमरण प्यारा है	- ऋषि मुनियों का नारा है
महावीर की प्यारी वाणी	- समाधिमरण करे हर प्राणी
अन्तिम शरण समाधिमरण	- मोक्षधाम की मिले शरण
समाधिमरण संतों का गहना है	- धर्म प्रेमियों का यही कहना है
मृत्यु महोत्सव भारी है	- संस्कृति ये हमारी है
तीर्थकर चौबीस हमारे	- समाधि कर गये ये सारे
समाधि आत्मघात नहीं है	- सदियों पुरानी बात कही है

अरजी हमारी

*** उत्तम क्या है ***

सरजी आपकी

तिर्वाण लड्डू



हलवाई से बनवाया गया ५० किलो के लड्डू की अपेक्षा श्रावक के द्वारा घर में शुद्धि से बनाया गया १ किलो का लड्डू घड़ाना **उत्तम है** ।

फूल



बिना शोधे व बिना धुले बाजार से मंगवाये गये ५०० बासी फूल व माला चढ़ाने की अपेक्षा अपने हाथों से शोधन किये हुये धुले हुये ताजे ५ फूल प्रभु चरणों में चढ़ाना **उत्तम है** ।

दीपक



५० खुले दीपक जलाने की अपेक्षा जाली से ढके हुये ५ दीपक जलाना **उत्तम है** । जिस मौसम में कीट पतंगे आते हों उस मौसम में, दीपक में उतना ही घी, तेल डाले ताकि आरती के बाद दीपक जलता न रहे । जीव सुरक्षा का पूर्ण इंतजाम नहीं हो तो ऐसे मौसम में अखण्ड ज्योति भी न जलाये ।

दूध



शुद्ध दूध

देखें चौका पुराण
पे. नं. १७

पानी मिला हुआ, पहले से निकला हुआ अमर्यादित ५, ५० व १०० लीटर दूध से अभिषेक करने की अपेक्षा चौका पुराण की शुद्धि पूर्वक अपने सामने अपने बर्तन में निकलवाया गया पानी रहित १ लीटर दूध **उत्तम है** । दो किलो का पैसा लेकर एक किलो दूध लेने से ग्वाले शुद्धिपूर्वक दूध निकालकर देने को तैयार हो जाते हैं ।

*** धन तो गचा लेकिन धरम बच गया ***

किरी ने लिखा है

जाने न देना धरम को - ना लोभ कर धन धान का ।
अगर धरम तेरा जा रहा तो - धन तेरे किस काम का ॥

अरजी हमारी

*** उत्तम क्या है ***

मरजी आपकी



आगम से विपरीत वाणी बोलकर समाज में आपसी फूट डलवाने की अपेक्षा मौनपूर्वक साधना करना **उत्तम** है।

(जोड़ना नहीं आता हो तो तोड़ना मत सीखो)



सच्चे रात्रि भोजन के त्यागी को हाथ की रेखायें देखने की अपेक्षा सूर्यास्त के ४८ मिनट पहले खाने पीने का त्याग कर देना **उत्तम** है।



तीर्थयात्रा में होटल बाजारों का एवं रात्रि में भोजन करने की अपेक्षा घर में रहकर रोज देवदर्शन करके दिन में घर का शुद्ध बना हुआ भोजन करना **उत्तम** है।



भेदभाव रहित सभी श्रावकों के लिये एक समान आशीर्वाद देने वाला साधु एवं स्वार्थ भावना से रहित सभी साधुओं की एक समान दृष्टि से वंदना भक्ति करने वाला श्रावक दोनों **उत्तम** है।



अच्छे स्वास्थ्य के लिये भूख से एक रोटी अधिक खाने की अपेक्षा भूख से एक रोटी कम खाना **उत्तम** है।

(गले के ऊपर तक नहीं, गले के नीचे तक भोजन करें।)

अरजी हमारी

* उत्तम क्या है *

मरजी आपकी



गुरुओं का गुरु बनने की अपेक्षा
विद्वान का शिष्य बनना **उत्तम** है ।



गुरु बनाकर उन्हें छोड़ने या गुरु बदलने की अपेक्षा
गुरु बनाने से पहले सौ बार सोचकर गुरु बनाना
उत्तम है ।



बेला, तैला, सात दिन, पन्द्रह दिन, महिना भर के
उपवास करके पारणा वाले दिन भीड़ जुटाकर अशुद्ध
आहार करने की अपेक्षा प्रतिदिन शुद्ध आहार करना
उत्तम है ।



सामायिक का संकल्प करके बीच सामायिक में भक्तों से
वार्तालाप करने की अपेक्षा सामायिक का संकल्प नहीं
करना **उत्तम** है ।



गुरु के चौके में परीक्षा प्रधानी बनकर आहार देकर निंदा
करने की अपेक्षा गुरु को आहार नहीं देना **उत्तम** है ।

(बहुत से लोग श्रद्धा भक्ति से नहीं केवल देखने की
दृष्टि से चौके में पहुंचते हैं ।)

अरजी हमारी

* उत्तम क्या है *

गरजी आपकी

नारियल



शुद्ध दूध नहीं मिलने पर आगम का लोप मत कर देना, कच्चा पानी वाला नारियल घिसकर उसे गिचोड़ दें सफेद नारियल दूध तैयार हो गया, बादाम पीसकर बादाम दूध का भी अभिषेक कर सकते हैं -

बादाम



भर भर नहीं थोड़ा करो पर अवश्य करो ।

जिनागम का लोप मत करो, हां सफाई का विशेष ध्यान दें ।

दही



पुराना जामन डालकर जमाये गये दही को न तो आहार में दें न अभिषेक करें, दही जमाने की विधि सचित्र चौका पुराण पृष्ठ नं. १९ पर देखे । अगर शुद्ध दही नहीं है तो दूध में नींबू गिचोड़कर तुरंत श्री जी का अभिषेक कर सकते हैं ।

फल

कटे हुये फल पूजन में न चढ़ायें ।



मिठाई



मिठाई आदि पकवान घर के हो बाजार के नहीं । पूजन के लिये बाजार से खोवा लाकर घर में मिठाई न बनाये, शुद्ध दूध से घर में खोवा बनाये, फिर मिठाई आदि बनाये ।

जल



यदि कुआँ नहीं हो तो टैंकर से लाये गये पानी से आहार बनाना एवं अभिषेक करने की अपेक्षा, शुद्धिपूर्वक भरे गये बोरिंग के पानी से आहार बनाना व अभिषेक करना **उत्तम है** । यह भी राजमार्ग नहीं है अपवाद मार्ग है ।

पूजा



पूजन में पंचायती सामग्री भर-भर चढ़ाने की अपेक्षा अपने घर से लाई हुई चुटकी भर सामग्री चढ़ाना **उत्तम है** । कलह करके अधिक सामग्री चढ़ाने की अपेक्षा शांति व प्रेम से थोड़ी सामग्री चढ़ाना **उत्तम है** ।

* किसी ने प्रश्न किया *

वर्तमान में आगमोक्त क्रियाओं का लोप करने वालों की संख्या बढ़ती जा रही है और आगमानुसार चलने वालों की संख्या घटती जा रही है, ऐसा क्यों ?
जबब - ऐसा तो होना ही है, क्योंकि आने वाला काल चौथा नहीं है, छद्म काल आयेगा इस पंचम काल में इस धरातल पर धर्म (आगम) को हानि पहुंचाने वाले जीवों की उत्पत्ती होगी तभी तो धीरे-धीरे पंचमकाल के अंत तक धर्म (आगमानुसार) चलने वालों की संख्या घटती घटती एक दिन समाप्त हो जायेगी और छद्म काल लग जायेगा अगर ऐसा नहीं हुआ तो (सोलह सपने) जिनवाणी की बात झूठी पड़ जायेगी ।

www.vasupujyasagarji.com इंटरनेट पर भजन सुने
ज्ञानी गुरुवर जो कह गये - यही तो हो रहा ।
माँ जिनवाणी जो कह गयी - यही तो हो रहा ॥

प्रश्न - किस कर्म के उदय से जीव आगमोक्त क्रियाओं का अनादर करता है ?
उत्तर - चारित्र मोहनीय कर्म के उदय से ऐसे परिणाम बनता है । आचार्य उमास्वामी ने तत्त्वार्थ सूत्र के छठे अध्याय के चौदहवे नंबर के सूत्र में लिखा है ।

सूत्र - कषायोदयार्तित्र परिणामश्चारित्र मोहस्य ॥१४॥

कषायों के उदय से होने वाले तीव्र परिणामों से चारित्र मोहनीय कर्म का आस्रव होता है । पे. नं. ३९ तत्त्वार्थ सूत्र के छठे अध्याय के चौथे नं. के सूत्र में लिखा है कि -

सूत्र - सकषायकषाययोः साम्प्रथिकेर्यापथयो : ॥४॥

कषाय सहित जीव के साम्प्रदाइक आस्रव होता है
जो संसार को बढ़ाने में कारण है ।

कषायरहित जीवों के द्वर्यापथास्रव होता है
जो संसार घटाने में कारण है ।

संसार बढ़ाने वाले साम्प्रदायिक आस्रव के ३९ दरवाजे हैं

(५ इन्द्रिय + ४ कषाय + ५ पाप + २५ क्रियायें इनमें प्रवृत्ति करना)

सभी जानते हैं कि ५ इन्द्रिय विषय, ४ कषाय, ५ पाप इनमें प्रवृत्ति करने पर संसार बढ़ता है लेकिन २५ क्रियाओं के बारे में बहुत कम लोग जानते हैं कि इन क्रियाओं से संसार कैसे बढ़ता है।

२५ क्रियाओं की जानकारी के लिये त.सू.अ. ६ सूत्र ५ देखें
में २५ में से २ क्रियाओं का वर्णन कर रहा हूँ।

चारित्र मोह से
श्रावक भी इरित है

जिन दो क्रियाओं के कारण
वर्तमान में

वर्तमान में चारित्र मोह
से तपु भी इरित है

मेरा जैन धर्म फट गया - मेरा जैन समाज बट गया

प्रथम १९ वे नंबर की क्रिया का नाम है **आज्ञाव्यापादिकी**

इस क्रिया के वशीभूत जीव चारित्र माहनीय कर्म के उदय से आगमोक्त क्रियाओं को करने में असमर्थ हो कर अव्यथा गिरुपण करता है।

दूसरी २० वे नंबर की क्रिया का नाम है **अनाकांक्षा क्रिया**

इस क्रिया के वशीभूत जीव प्रमादी व अज्ञानी बनकर आगमोक्त क्रियाओं का अनादर करता है जैसे पंचामृत अभिषेक का, जिनायतन देवी देवताओं का **माता बहिनों द्वारा जिनाभिषेक क्रिया का**, पूजन में फल, फूल, नैवेद्य (मिठाई) चढ़ाने का, दीपक जलाने का, हवन करने का, इन सारी क्रियाओं का वर्णन आगम में लिखा है। विद्वान पढ़ते भी हैं समझते भी हैं पढ़ने समझने के बाद भी जिनके दिल व दिमाग में आगमोक्त क्रियायें नहीं उतर रही हैं उनके चारित्र मोहनीय कर्म का उदय समझना चाहिये जो संसार को बढ़ाने वाला है।

हिरि के व्यापारी कम होते हैं, काँच के व्यापारी अधिक होते हैं

सोने के व्यापारी कम होते हैं, पीतल के व्यापारी अधिक होते हैं

इसी प्रकार

आगम के अनुसार विधि, विधान, पूजन, अभिषेक आदि क्रियाओं को करने वालों की संख्या कम होती जा रही है, अतः ये हिरि व सोने के व्यापारी हैं आगम से विपरीत चलने वालों की संख्या अधिक होती जा रही है,

अतः इन्हें काँच व पीतल के व्यापारी समझें।

यह कलिकाल है- हीरा व सोना कम बिकता है, काँच व पीतल ज्यादा बिकता है।

चारित्र मोहनीय कर्म से प्रसित इन्सान पर

संसार के कारणभूत सांपराधिक आस्रव में ५ इन्द्रिय-विषय

किस प्रकार अपना प्रभाव दिखाते जो जीव को संसार में भ्रमण कराते है ।

१. स्पर्शन इंद्रिय - चारित्र मोहनीय के वशीभूत जीव जिस स्थान पर आगमोक्त क्रियायें चल रही हो उस स्थान पर जाता ही नहीं, दूर से ही किनारा कर देगा, लोकलाज से चला भी गया तो अतिशीघ्र वहाँ से छूटने का बहाना ढूँढेगा अर्थात् स्थान की स्पर्श नहीं किया ।
२. रसना इंद्रिय - यह इंद्रिय स्वाद चखने व बोलने इन दोनों में सहायक है । जब आगम से विपरीत बात बोली जाती है तब रसना इंद्रिय की सहायता हुई अर्थात् रसना इंद्रिय में प्रवृत्ति कहलाई ।
३. घ्राण इंद्रिय - आगमोक्त कथन की शुशुबु उन सहधर्मियों को नहीं सुहाती अर्थात् आगमोक्त कथानक सुनकर नाक सिकुड़ लेते हैं यह घ्राण इंद्रिय में प्रवृत्ति हुई ।
४. चक्षु इंद्रिय - आगमोक्त क्रियायें देखना नहीं चाहते जैसे पंचामृत अभिषेक, माता बहिर्णों द्वारा जिनाभिषेक, जिनायतन सम्मान इन क्रियाओं को नहीं देखना चक्षु इंद्रिय से प्रवृत्ति है ।
५. कर्ण इंद्रिय - आगमोक्त कथन जहाँ चलता है वहाँ कानों से सुजना भी नहीं चाहते अर्थात् कर्ण इंद्रिय की प्रवृत्ति हुई ।

चार कषायों में प्रवृत्ति

१. क्रोध कषाय - आगम विरोधियों की बात काटने पर मंदिर में ही क्रोधित हो जाना ।
२. मान कषाय - मेरी चल गई, मैंने यह कार्य नहीं होने दिया, मेरा कहना कैसे नहीं मानेंगे आदि ।
३. माया कषाय - भोले आर्ष मार्गियों को अपने वाक् जाल में फंसाकर मायारूप प्रवृत्ति से चलायमान कर देना, बहाना बनाकर आर्षमार्गियों से मिलते नहीं है यह माया प्रवृत्ति है ।
४. लोभ कषाय - अंतरंग में लोभ प्रवृत्ति से अधिक खर्च वाली वस्तु चढ़ाने के बदले कम खर्च में ही काम चला लेना, चीटियों का बहाना कर मिठाई, फल-फूल आदि न चढ़ाना, इन्हें खाने में तो दोष नहीं लगता किंतु चढ़ाने में दोष लगता है यह लोभ कषाय में प्रवृत्ति कहलाई ।

पापों में प्रवृत्ति

१. **हिंसा पाप** - आर्षमार्गियों के प्रति हर समय भाव बिगड़े रहते हैं, यह भाव हिंसा है। कभी-कभी द्रव्य हिंसा का प्रसंग भी देखने में आता है, यह हिंसा पाप में प्रवृत्ति कहलाई।
२. **झूठा पाप** - शास्त्र में लिखी बात को अपने मतानुसार बोल देना, सत्य को छिपाने के लिये शास्त्र व आचार्य को अप्रामाणिक सिद्ध कर देना यह झूठ पाप में प्रवृत्ति कहलाई।
३. **चोरी पाप** - पूर्वाचार्यों की बात को मैंने कहा है ऐसा कहना अर्थात् आगम चोरी है।
४. **कुशील पाप** - शील यानि सच्चा मार्ग, कुशील माने खोटा मार्ग, सच्चा मार्ग छोड़ खोटा मार्ग अपनाना कुशील पाप है, यह कुशील पाप में प्रवृत्ति कहलाई।
५. **परिव्रह पाप** - सच्चे आर्षमार्गी ग्रंथों को अलग कर अपने मत की संख्या को बढ़ाना। संसार को बढ़ाने वाले सांप्रदायिक आस्रव के ये १४ दरवाजे हैं + २ दरवाजे क्रियाओं के बताये। त.सू.अ.६ सू. नं. ५ से क्रियाओं के २२ दरवाजे जाने एवं संसार को घटाने का प्रयास करें।

निज को पहचानो आगम को जानो - पूर्वाचार्यों की बात को श्रद्धापूर्वक मानो।

पूर्वाचार्यों को प्रामाणिक ना माने जो नर।
नरकों में जाने से उसको, ना ही कोई डर ॥

आगम की वाणी में - मीठा जहर मत घोल।
जैसा पदा लिखा सुना - वैसा का वैसा बोल ॥

एक अक्षर भी हिन बोले, लिखा आगम प्रमाण।
घोर मिथ्यादृष्टि वो मरणकण्डिका जान ॥

जिनागम में लिखी हुई बात को एक अक्षर भी घटाकर बोलता है, वो घोर मिथ्यादृष्टि है ऐसा मरणकण्डिका ग्रंथ में आया है। वर्तमान में आचार्य प्रणीत पूरे शास्त्र को गलत बताकर अपने आप सम्यग्दृष्टि बन रहे हैं, ये कलिकाल की महिना है।

एक बार पानी छानने के बाद रखे हुये गीले छन्ने से बार-बार पानी छानना
अनछना पानी पीना व पिलाना ही है

छने जल की मर्यादा ४८ मिनट की है, ४८ मिनट के बाद गीला छन्ना दोनों तरफ से अनछना हो जाता है अतः ४८ मिनट के बाद पानी सूखे छन्ने से ही छानें (विशेष जानकारी के लिये - सच्चिन्न चौका पुराण ग्रंथ पढ़ें।)

*** मुक्तक ***

संसार के सभी प्राणी सुखी रहें एवं निरोगी बनें

नहीं खाकर आया कोई - हमेशा के लिये अमरफल ।
मरना सबको एक दिन किसी को आज तो किसीको कल ॥

क्यों लड़ते हो क्यों भिड़ते हो - हो रहा है धर्म बदनाम ।

मोक्ष के पथिक मत भूलो - करना तुम अच्छे काम ॥

जिनका तन गंगा है - उनमें वात्सल्य की गंगा है ।

गंगा हो कर वात्सल्य तोड़े - वो धर्म से अपंगा है ॥

समाज बटती जब दो भागों में - दिल सभी का रोता है ।

बटती समाज को एक करे - वो सच्चा संत होता है ॥

जिन धर्म की रक्षा करने - सबको कदम बढ़ाना है ।

वात्सल्य अंग से हो प्रभावना - यही पाठ पढ़ाना है ॥

धर्म बटे ना भेद पड़े - अपनी ही बुद्धि लगाना है ।

वक्ताओं के वक्तव्यों को - सोच समझ अपनाना है ॥

कुछ समय को आया धरा पे - क्यों झगड़ों में पड़ता है ।

पथवाद और संतवाद के - कारण क्यों तू लड़ता है ॥

मत पूछो तुम किसी संत से - कौन तुम्हारा पंथ है ।

मुक्ति की राहों में होता - इन पंथों का अंत है ॥

पिच्छे कमण्डल हाथ में जिनके - उनका ना कोई पंथ है ।

तन पे ना कोई कपड़ा पहने - ये दिगंबर संत है ॥

संत मिलते हैं आपस में - मन पुलकित होता है ।

यही दृश्य श्रावकों में - वात्सल्य का बीज बोता है ॥

धर्म नीति में राजनीति - अगर घुसकर आ जाती है ।

धर्म और धर्मात्माओं को - जिंदा ही खा जाती है ॥

प्राणी मात्र पर दया करो - ये सब धर्मों का कहना है ।

आपस में सब गले मिलाके - प्रेमभाव से रहना है ॥



सचित्र चौका पुराण ग्रंथ के कुछ बिन्दु

पुण्य की वृद्धि के लिये शुद्धियों का विशेष ध्यान दें ।

साधु के चरण पड़े घर घर ।

पुण्य कमाले झोली भर भर ॥

बच्चों बूढ़े जवान सभी पढ़ें

१. चौके का स्थान एक दिन पूर्व ही साफ सुथरा सूक्ष्म जीवों के आवागमन से रहित बना लें, चंदोवा सहित चंदोवा इतना ऊँचा हो कि सोले वालों का हाथ ऊपर करने पर छुए नहीं, चंदोवे की रखी नीचे लटकती न रखें । बरवाजे पर लगे हुये तौरण द्वार एवं शुद्धि से आने जाने के मार्ग पर लगे घर के पर्दे निकाल दें, पायदान बूर करें ।

२. चौके में लगने वाली सूखी सामग्री, मसाले, आटे, दाल आदि एक दिन पूर्व ही टेबल आदि ऊंचे स्थान पर रख दें, चौके में बनने वाली तैयार सामग्री भी ऊँचे स्थान पर ही रखनी चाहिये, नीचे पाटे पर रखने से कपड़ा आदि ढकने से चीर्टी आदि जीव कपड़े के सहारे सामग्री में चढ़ सकते हैं (सामग्री मर्यादित हो) घी, तेल सोले का हो, बाजार का डिब्बा पैक न हो ।

३. पानी भरने के एवं चौके में लगने वाले बर्तन एक दिन पूर्व ही मांज, धोकर, कपड़े से पौछकर चौके में व्यवस्थित कर लें, वैसे तो चौके के बर्तन अलग ही होने चाहिये, अगर व्यवस्था नहीं हो तो प्रतिदिन घर में लगने वाले बर्तन भी काम में ले सकते हैं पर वे बर्तन किसी नासिक धर्म वाले के एवं अन्धमती यार दोस्तों को खाने पीने में न लगे हो, अगर ऐसे बर्तन हो तो उन्हें मांज, धोकर अग्नि में तपाकर काम में लें । बर्तन पौछने का कपड़ा हो चाहे चौके के छन्ने हो किसी के पहने हुये कपड़ों के नहीं हो, नये साफ कपड़े के हो । गेहूँ पीसने से

सोले के वस्त्र खुले में सुखाने की अपेक्षा बंद कमरे में सुखाना उत्तम है ।

पहले चक्की को अच्छी तरह साफ कर लें, पहले का आटा न लगा हो, सूखा मसाला पीसने से पहले मिक्सी देखें ।

४. जिस स्थान से चौके का पानी भरना है वो स्थान शुद्ध वस्त्र पहनने के पहले साफ कर लें, टोंटी पर छन्ना न लगाये । बर्तन पर छन्ना लगाकर पानी छाने, एक बार पानी छानने के बाद रखे हुये गीले छन्ने से पानी न छाने क्योंकि ४८ मिनिट बाद गीला छन्ना स्वयं अमर्यादित हो जायेगा जैसे तो चौके का पानी एक ही बार भरकर ४८ मिनिट के अंदर प्रासुक, तेज गरम आदि कर लें फिर चौका शुरु करें, बार-बार पानी न भरें । अगर दुबारा तिबारा पानी भरना है तो बर्तन व छन्ना दोनों सूखे होने चाहिये, टोटी वाले बर्तन नहीं ले । पानी छानने का छन्ना दोहरा करने पर चौरस हो जाना चाहिये बर्तन के मुंह से कुछ बड़ा हो जमीन तक ना लटके पानी छानते समय हमारे हाथों में अनछना पानी नहीं लगना चाहिये, अगर लग जाये तो सोले के कपड़े से पौछते रहे ।

५. सोले में पानी रखने की व्यवस्था हो तो सोले का बिना छाना पानी एक दिन पूर्व भी भर कर रख सकते हैं । सुबह पानी छानने के लिये जितने बर्तन अनछने पानी के हैं, उतने बर्तन खाली भी चाहिये, अगर बर्तन कम हो तो जिसमें अनछना पानी रखा था, वो बर्तन खाली होने पर छने पानी से धोकर सोले के कपड़े से पौछकर पुनः एक बार छने पानी से धोकर काम में ले सकते हैं, छने पानी से धोकर सूखा नहीं किया तो अनछना पानी पीने व पिलाने का दोष लगेगा ।
(पानी कैसे छानें- देखें सचित्र चौका पुराण ग्रंथ पे.नं. १६ से १०० तक)

६. कुआँ नहीं है तो बोरिंग आदि से पानी भरें, पानी की जिवानी घर में बने पानी के टैंक में पहुंचा दे अगर टैंक नहीं है तो जहाँ से पानी भरा है, वहीं पर बहते पानी में बहा दें । यह अपवाद मार्ग है राजमार्ग तो यथास्थान जीवानी पहुंचाना है, पानी छानने के बाद जीवानी छने पानी से ही करें छन्ने के ऊपर छना पानी ही डालें ।

७. गैस सिलेण्डर को मांजकर काम में ले एवं उस पे लगा ढक्कन व धागा चौके से बाहर अलग रख दें क्योंकि वो सिलेण्डर शराबी, मांसाहारी सभी के घरों में घूमकर हाथ लगकर आया हुआ है इसलिये मांजे । चौके में अशुद्धियां करते हुये अधिक आईटम बनाने की अपेक्षा शुद्धिपूर्वक कम सामान बनाना उत्तम है ।

पुण्य बढ़ता है शुद्धि से

ये कार्य होता है बुद्धि से ।

८. अंगूठी पहनकर चौका तैयार करने एवं आहार देने पर अमक्षय खिलाने का दोष लगेगा। जिन पदार्थों में पानी पड़ा है ऐसे तले हुए पकवान दूसरे दिन आहार में नहीं दे जैसे- मिठाई, बुंदियां, पापड़, नमकीन आदि। पहले दिन का तला हुआ घी, तेल दूसरे दिन चौके के काम में न लें। काम करके सिलबट्टा सुखाने से पहले ही धो लें।

९. माता बहिनें सोले के वस्त्र बदलने से पहले ही चोटी में लगी कपड़े की रिंग निकालकर लोहे की क्लिप, पिण आदि लगा लें एवं सोले की धोती में मोबाईल, रुपया आदि न रखें, घड़ी भी बाहर खोलकर आर्यें। गले में पहनी हुई माला में अगर धागा हो तो माला भी सोला पहनने से पहले ही निकाल दें, धागा अंदर से गीला नहीं होता। बिंदी सिंदूर की लगायें।

१०. (चौके) सोले के वस्त्र सुखाने का स्थान एकांत हो सभी के आवागमन से रहित हो कपड़े सुखाने का तार या रस्सी का कनेक्शन सोले के वस्त्रों तक ही सीमित रहे अगर तार या रस्सी का कनेक्शन आगे बिना सोले की सीमा तक जा रहा है तो उसे कट कर दें। सूत की रस्सी पर सोले के कपड़े न सुखायें।

११. सोले के वस्त्र एक साथ एक ही बार में सुखाने के लिये डालने चाहिये, थोड़े वस्त्र पहले सुखा दिये हैं उसी स्थान पर थोड़ी देर बाद में और वस्त्र सुखाने ही तो सोले में होकर ही सुखायें, बिना सोले में जाकर सुखाये तो, पहले डाले हुए वस्त्र सुखाना शुरु हो जाने से सभी वस्त्र अशुद्ध कहलायेंगे, पानी छानने का छन्ना एवं चौके में लगने वाले छोटे छन्ने भी सोले के वस्त्रों के साथ ही सुखा देना चाहिये, जमीन पौछने का पौछा भी सोले में ही सुखाये जो अलग डिजाइन का हो। सोले वाले, असोले वालों को हाथों हाथ कोई चीज न दें और न ही लें। ऊपर से दें या पाटे पर रखकर दें या लें। चौके में दूध व पानी एक स्थान पर न रखें क्योंकि पानी निकालते समय दूध में पानी के छिटि गिर सकते हैं।

१२. चौके में हाथ व बर्तन पौछने के छन्ने पर्याप्त होने चाहिये अन्यथा चौका तैयार करने वाले भक्त जिससे नाक व परीजा पौछा था ऐसी अपनी धोती अथवा साड़ी से ही अपना हाथ व बर्तन पौछेंगे -पड़नाहन के समय नीचे देखकर परिक्रमा लगायें।

पानी छानकर पीना है

इन्सान बनकर जीना है।

१३. किसी पदार्थ से हाथ मीठे हुये हो तो उन्हें पानी से धोकर कपड़े से पोंछे, बिना धोये मीठे हाथ कपड़े से पोंछने पर वो मीठा कपड़ा जहाँ रखोगे वही मक्खियां या चींटियां आ सकती हैं। **चौके को हलवाई घर न बनायें, साफ सुधरा रखें, फल आदि के छिलके चौके में जमीन पर न डालें, बर्तन में रखें।**

१४. सावधानी हटी दुर्घटना घटी क्योंकि मूलाचार में लिखा है कि मांसाहारी, शराबी, रोगी, सूतक, पातक वाले, मल मूत्र कर आया हो आदि ऐसे व्यक्ति आहार देने के अयोग्य हैं। अगर हम असावधानी रखते हुये चलेंगे अपनी साड़ी के पल्लू एवं दुपट्टा उड़ाते हुये तो ऐसे में किसी भी असोले वाले से छुआछूत हो गई तो हम उपरोक्त दोष से दूषित कहलायेंगे क्योंकि सामने वाला व्यक्ति क्या दोष करके आया है हमें मालूम नहीं है उसको छूने से हम भी आहार देने के अयोग्य हो जायेंगे अतः सोला पहनने के बाद सावधानीपूर्वक अप्रमाद से चलें।

१५. चौके में लगने वाला फल सब्जी एक दिन पूर्व लाकर बाहर के छने पानी से धो, पोंछकर डलिया, टोकरी आदि में रख दें, दूसरे दिन प्रातः चौके के काम में ले, तुरंत बाजार से लाया हुआ फल, सब्जी, सीधा चौके में पहुंचाने से अशुद्धि होगी क्योंकि फल सब्जी पर बाहर का अशुद्ध व अगच्छना पानी लगा रहने से चौके में अशुद्धि होगी। फ्रिज में रखा हुआ फल सब्जी बाहर निकालने के बाद, जब तक वो पानी छोड़ना बंद न करे, तब तक चौके में न दें अन्यथा फ्रिज का ठंडा व अशुद्ध पानी एवं चौके का गरम व शुद्ध पानी मिल जाने से सचित संबंध दोष लगेगा, अतः चौके में काम लगने वाला फल सब्जी शाम को या प्रातः जल्दी निकालकर पानी रहित व्यवस्थित करें। पानी छोड़ना बंद हो जाना चाहिये। अगर को एक के दो पीस करके मशीन में दबाकर जूस नहीं निकालें। अगर के दाने निकाल के शोधन करके मशीन या कपड़े से ज्यूस निकालें। पीस दबाने से खराब दाने दिखते नहीं।

१६. ड्रायफ्रूट्स एक के दो पीस कर शोधन कर काम में लेंवें- ना साबूत (अख्खा) भिगोये ना आहार में दें। बाजार का चाकू लगा, कटा हुआ फल सब्जी चौके के लिये व घर के लिये भी ना लायें। (मांसाहार से बचें।)

१७. चौके में फल, ज्यूस आदि तैयार करने का कार्य बर्तन को पाटे पर रख कर ही करें एवं बनाने के बाद फल ज्यूस आदि तुरंत ढक्कन से ढांके अन्यथा छोटे-छोटे जीव उस पर बैठकर चिपक सकते हैं।

१८. लिक्विड पदार्थ जैसे- दूध, ज्यूस आदि को चम्मच से चलाने के बाद साफ पानी से धो पोंछकर गिलास के ऊपर रखें। चम्मच अंदर डली रहने से चम्मच छोटी हो तो ज्यूस दूध आदि डेते समय साधु के हाथ में चली जाने से अन्तराय होगी एवं चम्मच बड़ी हो तो साइड से प्लेट खुली रहने से सूक्ष्म जीव गिलास, लोटा, जन आदि में गिर सकते हैं उसी प्रकार ढाल, कढ़ी आदि लिक्विड में चम्मच डालकर न रखें, सामान निकालने के बाद प्लेट पूरी ढाँके व चम्मच ऊपर रखकर उस पर कटोरी ढाँककर रखें। ढाल, कढ़ी मीठे आदि की चम्मच बिना ढाँके रखने से सूक्ष्म जीव उस पर चिपक कर मर सकते हैं।

१९. दूध चौंके के लिये या अभिषेक के लिये बिना पानी मिला हुआ होना चाहिये। गाय, भैंस के थन धोएं, अपने हाथ धोएं, कपड़े से पोंछे, फिर पहले से रखे हुये सूखे बर्तन में दूध ढोहे। जिस बर्तन में थन व हाथ धोने का पानी ले गये थे उसी बर्तन में दूध नहीं ढोहना चाहिये, क्योंकि बर्तन गीला होने से पोंछने पर भी उस में पानी का अंश रह जाता है, ज्वाइंट व किनारी में पानी रह जाता है। उपरोक्त विधि से दूध स्वयं निकाले या सदाधारी ग्वाले के सामने खड़े होकर निकलवायें। उपरोक्त विधि से निकलवाया दूध उसके मापिये से नहीं नपवायें क्योंकि ये लोग कई बार मापिये से पानी पीना, लघुशंका, दीर्घशंका आदि कार्य कर लेते हैं, कुछ पैसा अधिक देकर अंदाजा कर ही दूध ले आयें।

आँखों देखी घटना - गाय भैंस के थन रुखे होने से उन्हें गीला या चिकना करने के लिये पानी की बाल्टी में बार-बार हाथ डालकर दूध ढोहते जाते हैं, ऐसा दूध तो पानी का अंश मिलने से अशुद्ध ही कहलाया ऐसा दूध अभिषेक व चौंके में साधुओं के अयोग्य है। थन को सामान्य पानी या तेल आदि से गीला न करके दूध ढोहते समय निकलने वाले दूध से ही गीला करते जायें तो आसानी से शुद्ध दूध बिना पानी मिला निकाल सकते हैं। अगर गाय, भैंस को पूरा नहला दिया हो तो पूरी भैंस या गाय को पूंछ सहित कपड़े से पोंछे फिर दूध ढोहे। गाय भैंस आदि के थन धोते समय जिन सूखे बर्तनों में दूध निकालना है, वे बर्तन गाय भैंस के पास में न रखें अन्यथा थन धोते समय उन बर्तनों में पानी गिर सकता है। दूध निकालने के ४८ मिनिट के अंदर गरम कर लेना चाहिये, दूध साफ कपड़े से छानें।

२०. बूरा, चीनी पीसकर तैयार न करें, विधिवत चीनी का शोधन कर गलाकर कपड़े से छानकर बूरा तैयार करें, बूरा बनाते समय अगर नीचे कुछ मीठा गिरा हो

तो तुरंत साफ करें चींटी आदि न आये । दाल सब्जी आदि की चम्मचें अलग रखें । पकड़ धी पोंछकर दूसरी चीज उतारें । मसाला हाथ से न हारें, चम्मच से डालें । नमक, मिर्च, हल्दी आदि मसालों की चम्मचें अलग-अलग रखें ।

११. चींके के शुद्ध वस्त्रों से दूध, घाय, नाशता आदि न करें, वस्त्र बदलकर करें एवं दीर्घशंका व लघुशंका जाना ही तो वस्त्र बदलकर जाये, पुनः शुद्धि कर सोले के वस्त्र पहनें ।

१२. चौका शुरु होने के बाद चींके के अंदर घाय, दूध आदि बनाकर न पियें, न ही बाहर की चीज चींके में गरम करें - बाहर के काम के लिये अलग से नैस चा छूल्हा लगा देना चाहिये ।

१३. वस्त्र बदलने वाले अपने उतारे हुये बिना सोले के वस्त्रों को हर जगह इधर उधर घौंलाकर न रखें । बिना सोले के वस्त्रों को रखने का स्थान एवं सोले के वस्त्र रखने का स्थान नियत होना चाहिये । प्रतिदिन वस्त्र धोकर सुखाने चाहिये पहले के रखे बासे कपड़े न पहनें । सोले में पहले से रखे हुये बासे वस्त्र क्यों नहीं पहनना चाहिये जानकारी के लिये पढ़ें । (सचित्र चौका पुराण ग्रंथ पे.नं. ९७)

१४. श्रावक/श्राविकार्य वस्त्र बदलने से पहले हाथ, पैर, गले के धाने व जमेऊ आदि पर्याप्त मात्रा में पानी लेकर गीला कर लें, सूखा न रहे । अगर धाने ज्यादा मोटे हैं जो अंदर तक गीले न हो सके उन्हें निकालकर अलग कर दें ।

१५. वस्त्र बदलने को कमरा नहीं हो तो श्रावक वर्ग टावेल (तौलिया) तुरंत गीली करके पहनकर वस्त्र बदलें । टावेल आधी गीली, आधी सूखी न हो । पहले से ही गीली कर रखी हुई टावेल के धाने सूख जाते हैं अतः जब वस्त्र बदलना हो तब तुरंत गीली करें । बालों का शरीर का व हाथ का पानी पोंछकर जाये अन्यथा अशुद्ध पानी चींके में गिर सकता है ।

१६. वैसे तो गीले वस्त्र नहीं पहनना चाहिये, लेकिन विशेष प्रसंग पर शुद्ध वस्त्रों की व्यवस्था नहीं हो रही हो तो ऐसे समय में छने पानी से कपड़े मशीन में धुय कर तुरंत पहनकर चींके में जायें, हाथ धोने के बाद वस्त्रों को बार-बार हाथ न लगायें ।

ये राजमार्ग नहीं है अपवाद मार्ग है ।

जहर जानकर खाओ या अनजाने में खाओ, मृत्यु दोनों अवस्थाओं में आपेनी ही इसी प्रकार अशुद्धि अनजाने में करो या जानकर करो दोनों अवस्थाओं में दोष लगेगा
अतः सचित्र चौका पुराण पढ़कर कुछ जानकारियां प्राप्त कर लें ।

सोला पहनकर आगे, पीछे, दायें बायें, नीचे देखकर चलना चाहिये ।

दुःखद - पच्चीसी

रचना- आचार्य श्रेयसागरजी

जब अन्ननगिरी तीर्थ क्षेत्र में बीमार पड़ गया, कलड ३.८ रह गया था, उस बीमारी की अवस्था में लिखी गई यह दुःखद पच्चीसी है।

तर्ज - (मंगतरायजी कृत बारह भावना) कहा गये चक्री...

समय समय की बलिहारी है, समय बड़ा बलवान है।

कब क्या होगा, किसने देखा, ये जाने भगवान है ॥१॥

कल जो चेहरे हंस हंस खिल खिल, देखो सामने थे आये।

कर्म उदय से आज वे चेहरे, दुःखड़ा अपना चाये ॥२॥

सुख दुःख दोनों ही घड़िया, धूप छाया जैसे रहती है।

चैन कभी ना मिले जगत में, दुनिया सबसे कहती है ॥३॥

कल जो दीड़-दीड़ चढ़ते थे, तीर्थ क्षेत्र के पहाड़ों को।

आज वे रोगी बनके बैठे, पकड़ के अपने हाड़ों को ॥४॥

भोजन में रुचि आती थी, ना जाने वो कहां चली।

जैसे तैरो भोजन करते, लगे ना कोई चीज भली ॥५॥

कहां गये वे बेसन रोटी, बड़े चाव से खाते थे।

कहां गये वे चूरमा बाटी, जिसके गुण हम गाते थे ॥६॥

कर्म उदय से रोग दशा ने, आज है मुझको आ घेरा।

पठन, पाठन, तप ध्यान किसी में, लगे ना ये मन मेरा ॥७॥

जिस भोजन को देख मन मेरा, खुशियों से भरता था।

मिलता रहे हर दम वो भोजन, ऐसा भाव में करता था ॥८॥

वहीं रहा अब भाव वो मेरा, तन का रोग सताये।

जिस भोजन से मन भरता था, वो ही अब ना भाये ॥९॥

बार-बार मन पीड़ा चिंतन, में ही दीड़ लगाता।

चैन नहीं पड़ता मन में, सबको में दुःखड़ा बताता ॥१०॥

कहां गये वो खमण डोकला, छैने के रसगुल्ले बड़े।

कुछ भी ना स्वीकार करे तन, रोग दशा में हम है पड़े ॥११॥

कहां गये बेसन के भुजिये, अब तो पकोड़ी भी छोड़ी।

भर भर के खाने वाले अब, खा न सके रबड़ी धोड़ी ॥१२॥

सामायिक करने वैदु जब, ध्यान है रोगों पर जाता ।

रोगों की बीचेनी से तन, स्थिरता को ना पाता ॥१३॥

छोटा सा भी दर्द सताये, तन विघलित हो जाये ।

बड़ा दर्द सहन में कर लूं, ऐसी शक्ति आ जाये ॥१४॥

कहां गये केले के समोसे, मटर मसाला डाले ।

गये दिन वो खाने के अब, केवल भावना भाले ॥१५॥

कहां गया वो बड़ा कटोरा, भरके सब्जी खाता ।

रोग दशा के कारण अब तो, देख पेट भर जाता ॥१६॥

कहां गई वो लंबी दीर्घ, सबसे आगे चलते थे ।

देखने वाले चाल देख, आपस में हाथ वो मलते थे ॥१७॥

दिन भर पढ़ने वाले, देखो अब सोते रहते हैं ।

जीव जगत के बने निरोन्मी, मन में भावना करते हैं ॥१८॥

बड़े-बड़े अरमान लगा के, रात दिन दीहा करता ।

बन जाते अरमान है सपने, सपनों में वो मर जाता ॥१९॥

मानव जो जो सोचा करता, भाग्य करे वो होता है ।

जाना चाहे पूरब को, पश्चिम में जाके सोता है ॥२०॥

हे प्रभु वीह लगे कब फिर से, कब मैं फिर उपवास करूं ।

शक्ति मुझमें ऐसी भरना, व्रत करने से मैं ना डरूं ॥२१॥

जीव जगत के सुखी रहे ये, भावना में तो भाऊं ।

हे प्रभु तेरे दर पे अरजी, लेकर हर पल आऊं ॥२२॥

भोजन भी अब लगे औषधि, चुन चुन के हम खाते ।

मटर पनीर मिले पुलाव भी, हमको अब नहीं भाते ॥२३॥

घट्टरस मिश्रित भोजन देखो, कितना खुदबू भरा है ।

कुछ भी ना अच्छा लगता, सब मेरे सामने धरा है ॥२४॥

खुशी भरे वो बीते दिन, फिर लौटके कब आयेंगे ।

जप, तप, व्रत, उपवास है करके, कब प्रभु के गुण गायेंगे ॥२५॥

* रोगी के लिये राहत *

(इति दुःखद पच्चीसी)

आचार्य श्रेयसागर जी महाराज द्वारा उनकी
वा.ब्र. सुगंध मैय्याजी की अवस्था में रचित व गाये गये
भजनों की वीडियो एवं ऑडियो सी.डी.
क्रमांक 1 से 15 तक के नाम समस्त भजन

www.vasupujyasagarji.com

* इंटरनेट पर देखें यू ट्यूब क्लिक करें *

सी.डी. नं. 1



सी.डी. नं. 4



सी.डी. नं. 7



सी.डी. नं. 10



सी.डी. नं. 13



सी.डी. नं. 2



सी.डी. नं. 5



सी.डी. नं. 8



सी.डी. नं. 11



सी.डी. नं. 14



सी.डी. नं. 3



सी.डी. नं. 6



सी.डी. नं. 9



सी.डी. नं. 12



सी.डी. नं. 15



हर धार्मिक कार्य पुण्य कमाने के लिये करते है



समाधि सम्राट आचार्यश्री
१०८ वासुपूज्यसागरजी महाराज

चौका लगाये चाहे
मंदिरजी में
अभिषेक पूजन
करें



आचार्यश्री १०८
श्रेयसागरजी महाराज

शुद्धि पूर्वक किया गया हर कार्य पुण्य को बढ़ाता है
अशुद्धि पूर्वक किया गया हर कार्य पुण्य को घटाता है
तो पुण्य बढ़ाने के लिये पढ़े

सचित्र चौका पुराण ग्रन्थ

शुद्धि के बचेंगे
जभी प्राण
हर श्रावक पढ़े
चौका पुराण

बच्चे जवान
बूढ़े



जीवन है हर इवास में
कल्याण है विश्वास में
निर्दोष आहारधर्मा के लिये
चौका पुराण हो पास में

सभी पढ़े



पढ़े सुने चौका पुराण और शुद्धि को अपनायेगा
सौ में एक सुधर जाये तो- आनन्द हमको आयेगा



हमारी वेबसाइट है - www.vasupujyasagarji.com

यह चौका पुराण ग्रन्थ आचार्यश्री १०८ श्रेयसागरजी महाराज द्वारा
वा.त्र. सुगन्ध भैया की अवस्था में लिखा गया सन् २०१६
जिला- पन्ना (म.प्र.) में

श्री विमलसागराय नमः

श्री पार्श्वसागराय नमः

बाल ब्रह्म सुगन्ध कौ, श्रेयसागर ब्रताके क्रिया भला ।
गुरुवर का ये आतमपंछी, असमय में उड़ चला ॥

गुरु समाधि

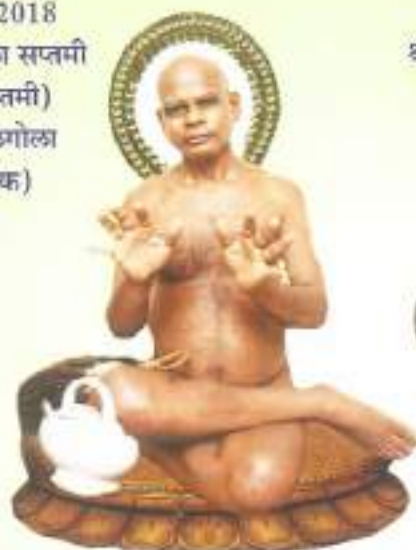
17/08/2018

श्रावण शुक्ला सप्तमी

(मोक्ष सप्तमी)

श्रावण बेलगोला

(कर्नाटक)



समाधिसम्राट 84 लाख मंत्र लेखनकर्ता
कोटी मंत्र जप तपस्वी
आचार्यश्री 108 वासुपूज्यसागरजी गुरुदेव

शिष्य दीक्षा

16/08/2018

श्रावण शुक्ला षष्ठी

श्रावण बेलगोला

(कर्नाटक)



आचार्यश्री 108
श्रेयसागरजी गुरुदेव

हार्थों की मेंहकी ना छूटी, गुरुवर का साथ छूट गया ।
गुरुवर ने कहा अलविदा, तो मेरा दिल टूट गया ॥

अन्नमोल निधि दे चल बसे - वासुपूज्य महाराज ।
मम हृदय में वास करो - मेरे गुरु महाराज ॥

अगर एक दिन की चूक हो जाती - नहीं जलता बीया और बाली ।
गुरु के बिना कौन देता पिच्छि कमण्डल - जीवन हो जाता अंधेरी राती ॥

हमारी बेबसाईट है - www.vasupujyasagarji.com

बा.ब्र. सुगन्ध भैय्या बने
आचार्यश्री श्रेयसागरजी महाराज

दीक्षा

16/08/2018

श्रावण शुक्ल षष्टि

गोमटेश्वर

बाहुबली

श्रवणबेलगोला

गुरु समाधि

17/08/2018

श्रावण शुक्ल सप्तमी

(मोक्ष सप्तमी)

गोमटेश्वर

बाहुबली

श्रवणबेलगोला

आचार्य पदार्शोहण

27/08/2018

भाद्रपद कृष्ण एकम्

गोमटेश्वर

बाहुबली

श्रवणबेलगोला



आचार्यश्री वामुपुत्र्यसागरजी म. अपने हाथों से दीक्षा संस्कार करते हुये



मोक्ष सप्तमी की शुभ बेला - आत्म पंछी चला अकेला



125 विचित्रकारियों के स्तंभिय में आचार्यश्री 108 मुविधिसंगरती म. आचार्य पद का संस्कार करते हुये साथ में आचार्यश्री 108 वर्षमानसागरजी म.