चौका शुद्धि

Presentation Created by:

श्रीमति सारिका छाबड़ा

चौका शुद्धि क्यों करना?

- पुण्य बंध का कारण
- अहिंसा के पालन के लिए
- स्वास्थ्य रक्षा से
  - धर्म साधन
  - धन की बचत
- मन पर नियंत्रण
- मन की पवित्रता के लिए
- चतुर्विध संघ को आहार की सुविधा के लिए
  - पात्रदान का लाभ
  - स्वंय व्रत पालन के योग्य
  - अन्य व्रताभिलाषियों को संबल
  - व्रतियों के आहार सम्बन्धी अतिचारों से रक्षा
- स्वच्छता के लिए
- सत्संगति के लिए

चौका - चार प्रकार की शुद्धि

द्रव्य	• खाद्य सामग्री, बर्तन, वस्त्रादि
क्षेत्र	• रसोईघर
काल	• भोजन बनाने और करने, कराने का समय
भाव	• बनाने वाले और भोजन करने वाले के परिणाम

द्रव्य शुद्धि

- बिनी हुई सामग्री
- अच्छी तरह धुली हुई सामग्री
- Season में खरीदी हुई सामग्री का भंडारण करें

प्रासुक पानी और मर्यादा

- पानी छानने का कपड़ा दो वर्ता करके पानी छानें
- वह बर्तन के मुख से तीन गुना बड़ा होना चाहिए
- पानी छानने का उद्देश्य पानी के त्रस जीवों की रक्षा करना है
- छन्ना जब तक नहीं सूखता है तब तक वह पुनः पानी छानने योग्य नहीं है

छाने हुए पानी की मर्यादा	साधारण गरम पानी या लौंग, सौंफ आदि डालने पर मर्यादा	उबले पानी की मर्यादा
• =४८ मिनट	• = ६ घंटे	• = २४ घंटे

❁गलने में से सूर्य की किरणे पार ना हो ऐसा होना चाहिए
❁गलने में छेद न हो, पुराना गला हुआ ना हो
❁कम से कम २ गलने रखे

मर्यादा अर्थात क्या?

- वह काल जिसके बाद उस पदार्थ में जीवोत्पत्ति हो जाती है, वह उस पदार्थ की मर्यादा कहलाती है
- इस मर्यादा के बाद वह पदार्थ भक्ष्य नहीं होता
- जैसे - Expiry date

मसालों की मर्यादा

	ठण्ड	गर्मी	बारिश
सभी प्रकार के मसाले	७ दिन	५ दिन	३ दिन
सभी प्रकार का पिसा हुआ आटा	७ दिन	५ दिन	३ दिन
पिसा हुआ नमक	४८ मिनट	४८ मिनट	४८ मिनट
तुरंत पिसे नमक में मसाला मिलाने पर, गर्म करने पर	**६ घंटे**	**६ घंटे**	**६ घंटे**
बुरा	१ महीना	१५ दिन	७ दिन
गरम मसाले, थुली (पोंछी हुई)	१५ दिन	१५ दिन	१५ दिन
गरम मसाला जिसमे काली मिर्च की मात्रा अधिक हो	१ महीना	१ महीना	१ महीना
घी, तेल	जब तक स्वाद ना बिगड़ जाए		

खाद्य सामग्री की मर्यादा

	ठण्ड	गर्मी	बारिश
दूध दुहने के बाद	४८ मिनट	४८ मिनट	४८ मिनट
उबले दूध का दही (नरेटी डालने के बाद)	२४ घंटे	२४ घंटे	२४ घंटे
बिलोई छाछ में गर्म पानी डालने पर	६ घंटे	६ घंटे	६ घंटे
बिलोई छाछ में ठंडा पानी डालने पर	**४८ मिनट**	**४८ मिनट**	**४८ मिनट**
अधिक जल वाले पदार्थ रोटी, पापड़, दाल,सब्जी	६ घंटे	६ घंटे	६ घंटे
तले हुए पदार्थ सेंव, पुड़ी, हलुवा,बड़ी	२४ घंटे	२४ घंटे	२४ घंटे

खाद्य सामग्री की मर्यादा

	ठण्ड	गर्मी	बारिश
बिना पानी के पकवान बेसन के लडडू आदि	७ दिन	५ दिन	३ दिन
मक्खन	४८ मिनट	४८ मिनट	४८ मिनट
मर्यादित दही के चक्के में शक्कर मिलाने के बाद(श्रीखंड)	४८ मिनट	४८ मिनट	४८ मिनट
जिसमें नमक डला हो एसे आचार आदि	२४ घंटे	२४ घंटे	२४ घंटे

प्रसूति के बाद निर्धारित समय के बाद ही भक्ष्य

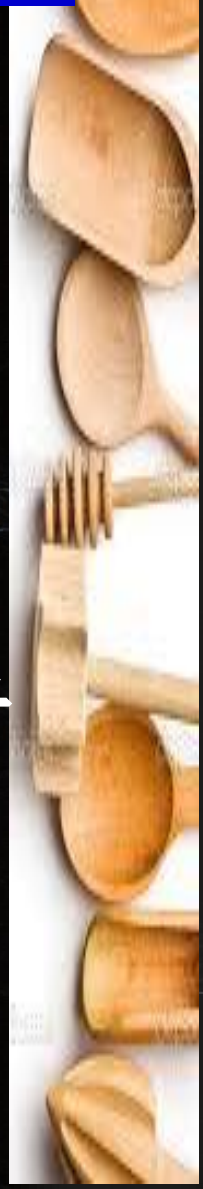
बकरी का दूध	८ दिन
गाय का दूध	१० दिन
भैंस का दूध	१२ दिन

शुद्ध घी (अठपहरा घी)

- मर्यादित दूध की मलाई से २४ घंटे के भीतर ही घी बनाया हुआ
- मर्यादित दूध की क्रीम निकालकर ४८ मिनट में घी बनाना

ध्यान रखने योग्य बातें

- रसोईघर में प्रवेश करने के बाद हाथ अवश्य धोवें
- आटा, दाल हमेशा छानकर उपयोग करें
- सब्जी आदि प्रासुक जल से धोवें
- ड्रायफ्रूट आदि को तोड़कर देखने के बाद धोएं
- सभी भोजन सामग्री को नीचे न रखकर स्टेंड पर रखें
- बैलन, चिमटा, रसोई का कपड़ा आदि नीचे जमीन पर ना रखें
- भोजन बनाने के बाद सभी खाद्य सामग्री को ढककर रखें
- गरम पानी, गरम बर्तन सीधे वाश-बेसिन / सिंक में ना डालें



ध्यान रखने योग्य बातें

- कोई भी सब्जी, फल बिना सुधारे cooker आदि में ना उबालें जैसे कच्चे केले, आवले, टमाटर, सेब आदि
- एक दिन पहले की सुधारी सब्जी आदि चौके में ना उपयोग करे
- भोजन बनाने के लिये थोड़ा प्रासुक जल तपेले वगैरह में अलग से निकाल ले
- जितना घी लगे रोज का उतना छोटी कटोरी आदि में निकाल ले , पूरे घी, तेल के डिब्बे को सकरा ना करे

ध्यान रखने योग्य बातें

- एक वस्तु की चम्मच दूसरे पदार्थ में ना मिलायें
- भोजन परोसते समय जमीन पर हाथ न रखें
- बर्तन व हाथ धोती आदि पहने हुए वस्त्रों से न पोंछे, छन्ने का उपयोग करें
- चाकू, ढक्कनादि पोंछने के छानने भी जमीन पर ना रखें

सकरा अर्थात्

- पके हुए भोजन, गिला आटा, भात, आदि
- जहां भी इसके हाथ लगते हैं वहां त्रस जीवों की उत्पत्ति हो जाती हैं

ध्यान रखने योग्य बातें

- सकरा हाथों से रसोई में मसाले, शक्कर, आटे का डिब्बा, पीने के पानी के बर्तन आदि में हाथ ना लगायें
- दो लोग एक ही थाली में भोजन ना करे
- दो हाथ से भोजन ना करे, यदि करते हैं तो अन्य खाद्य सामग्री को हाथ ना लगाए
- बिस्तर, सोफा, hospital, नाई, दुकानों, शौच आदि के वस्त्र अशुद्ध होते हैं

ध्यान रखने योग्य बातें

- गोबर के कंडे आदि का उपयोग कर भोजन ना बनावें
- यदि कोयले आदि का उपयोग करते हैं तो वह धोवें
- भोजन बनाते समय और परोसते समय बालों को अच्छी तरह से बांधे
- झूठे बर्तन अगले दिन के लिए ना रखें, उसी दिन धो लेवें
- मंजे हुए बर्तन को अच्छी तरह सूखे कपड़े से सुखा लेवें

ध्यान रखने योग्य बातें

- अंगूठी आदि पहनकर भोजन बनाना, आहार दान न करें
- नेल पालिश आदि और बड़े नाखूनों से भोजन न बनाए
- मासिक धर्म के समय में सब्जी सुधारने, अनाज बीनने आदि के कार्य भी ना करें
- धोबी के प्रेस किये हुए वस्त्रों से रसोई में काम ना करें
- धुले हुए वस्त्रों को स्नान से पहले हाथों से छूकर स्नानगृह में न रखें

अभक्ष्य पदार्थ

- बाजार का खाना
- अमर्यादित भोजन
- द्विदल – दही के साथ इनका संयोग
  - दो फाड़ वाले अनाज
  - बीज वाली सब्जियाँ
  - २ फाड़ वाले सूखे मेवे
- नीचे गिरे हुए पदार्थ

क्षेत्र शुद्धि

- रसोई घर में पर्याप्त प्राकतिक रोशनी, हवा होना चाहिए
- सूर्योदय के बाद कपडे आदि से गैस चुल्हा जीव रक्षा के उद्देश्य से झाड़े
- रसोई घर स्नानघर और शौचालय के पास नहीं होने चाहिये
- मासिक धर्म के ३ दिन में रसोईघर में प्रवेश ना करे तथा घर के अन्य सामानों को भी ना छुएं

क्षेत्र शुद्धि

- कोई भी सामग्री गिरी हुई हो तो तुरंत साफ करें नहीं तो चींटी आदि जीव आ जायेंगे और फिर उन्हें हटाने में निश्चित रूप से हिंसा होगी ही
- जन्म के सूतक और मरण के पातक आदि में रसोई घर की शुद्धि की जानी चाहिए

काल शुद्धि

- रात्रि भोजन त्यागी रात में बना हुआ भोजन भी नहीं करता
- रात्रि अर्थात् सूर्योदय के पुर्व और सूर्योस्त के बाद

भाव शुद्धि

- सबसे पहले भगवान के दर्शन – पूजन कर फिर भोजन बनाना
- मन में उत्साह पूर्वक प्रसन्नता से भोजन बनाए, कराये औ करे
- रसोई घर में बैठ कर ही भोजन करे, टीवी देखते हुए, पेपर पढ़ते हुए भोजन ना करे
- भोजन बनाने में जो पाप लगता हैं आहार दान के भाव से बनाने पर वह पाप भी धुल जाता है (रत्नकरंड श्रावकाचार)