ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी
एक ऐसी जीवनपद्धति है
जो किसी जीव को चाहे वो
भूमि, जल अथवा वायु का हो
भय, पीड़ा अथवा मृत्यु नहीं पहुँचाती

वर्ष VIII अंक 3, वर्षा 2016

करुणा-मित्र

ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी – भारत की पत्रिका
प्राणी अधिकारों के लिए अंतर्राष्ट्रीय शैक्षणिक धर्मार्थ ट्रस्ट

सम्पादकीय

अहिंसा और प्राणी अधिकार

अहिंसा का आचरण जैन धर्म का मूल सार है। जैन शिक्षा हमें सिखाती है कि विश्व जीवन से भरपूर है और बिना किसी अपवाद, प्रत्येक जीव महत्त्वपूर्ण है। किसी भी जीव को दुर्घटनावश भी हानि पहुँचती है, तो समूचे विश्व की व्यवस्था प्रभावित होती है। जैन लोगों को स्वयं के समेत प्रत्येक जीव के प्रति अहिंसक होना चाहिये। और ऐसा आचरण केवल कर्म से नहीं, विचार और वाणी से भी होना चाहिये। जैन लोगों को बिना किसी भेदभाव के कष्ट उठा कर भी सभी जीवों का जतन करते हुए उनके प्रति करुणा रखनी चाहिये, क्योंकि सभी जीवों में दिव्यता, शाश्वत सुख और जन्म-मरण के चक्र से मुक्ति पाने की संभावना होती है, चाहे वह किसी भी रूप में हो। जैन शिक्षा सिखाती है कि कोई जीव हमारा बुरा करने पर आमादा हो, तब भी हमें उसके प्रति प्रेम करना चाहिये और उसकी रक्षा करनी चाहिए। हालाँकि, ऐसे आक्रमण के विरुद्ध उसे अपनी रक्षा करने की अनुमति होती है। जैन सिद्धांतों के अनुसार छोटे से छोटा जंतु तक एक जीव है। प्रत्येक जीव अपनी दैहिक मृत्यु के परे अपना अस्तित्व बनाए रखता है, चाहे वह पौधा हो या प्राणी, जीवों की हानि नहीं करनी चाहिये। बल्कि, उन्हें सुरक्षा प्रदान करनी चाहिये।

पुनश्च, बौद्ध दर्शन की भांति, जैन दर्शन भी सिखाता है कि सभी प्राणी जीना चाहते हैं, सुखी होना चाहते हैं और दु:ख या पीड़ा भोगना नहीं चाहते, न ही कोई मरना चाहता है। क्योंकि, पौधा हो या प्राणी या मनुष्य, सभी में एक ही जीवात्मा है। चाहे वह हाथी के रूप में हो, बकरी, चींटी, मक्खी, मछली या फिर मनुष्य के रूप में।

सर्वत्र जीवन का अस्तित्व है। भूमि पर, जल में, अग्नि में, वायु में और वनस्पति में भी। जीवन की इस सर्वव्यापी प्रचुरता के कारण, जैन दर्शन के अनुयायी काफी सतर्कता बरतते हैं। जैसे कि चलते समय नंगे पैर ही चलेंगे। ताकि, किसी छोटे से छोटे जीव की हानि न हो, इसकी सावधानी बरतते हैं। वे रात्रिभोजन का भी त्याग करते हैं। इससे भी कड़े नियमों का पालन उनके साधु-साध्वी करते हैं। जैनियों को काम, क्रोध, लोभ, मोह, मत्सर, राग, द्वेष, आदि, जोकि आध्यात्मिक विकास के बाधक हैं, से दूर रहने का उपदेश दिया जाता है।

जैन साधुओं और श्रावकों के आचार का विद्वत्तापूर्ण ब्यौरा नीचे के उदाहरण में मिलेगा। "क्रोध, मद, छल, लोभ, राग, द्वेष ये सभी हमारे कट्टर शत्रु हैं। हमें इनसे दूर रहना चाहिए। रात्रिभोजन का त्याग करें, जिस भूमि पर चलते हैं, उस पर सावधानी से पैर रखें, ताकि, किसी भी जीव की हानि न हो, जल और अन्य प्रवाही छान कर ही ग्रहण करें। किसी के भी बारे में बूरा न बोलें, झगडे-फसाद से दूर रहें, परस्पर सद्भाव बनाए रखें, कभी भी किसीका बूरा न करें।"

"दु:खी लोगों के दु:ख कम करने की भावना रखें। सभी जीवों के प्रति मैत्रीभाव रखें। यदि आप अन्य जीवों को पीड़ा पहुंचाते हैं तो आपको इसके कटु परिणाम भुगतने पड़ेंगे। अत: यदि आप सुखी होना चाहते हैं, तो अन्यों को भी सुखी करें। अन्यों के प्रति समभाव की वृत्ति विकसित करें। परोपकारी बनें, गरीब और सताए हुए लोगों का उद्धार करें। अपनी सामर्थ्य के अनुसार श्रेष्ठ तपस्या करते हुए ऐसा जीवन जीयें कि शुद्ध, उदात्त विचार प्रतिबिंबित हों।" यही है, जैन धर्म का प्रमुख संदेश। अन्यों की अपेक्षा जैनी अहिंसा और दुसरे प्राणी की रक्षा करने के लिए सैद्धांतिक रूप से बद्ध हैं। इस सिद्धांत को इक्कीसवें तीर्थंकर और प्राणियों के प्रति उनकी करुणा वाली कहानी में स्पष्ट किया गया है।

युवा राजकुमार नेमिनाथ अपने विवाह के लिए बारातियों के साथ राजकुमारी राजुलमति के घर पर जा रहे थे। रास्ते में एक पशुशाला में विवाह की ख़ुशी में कई पशुओं को विवाहोपलक्ष्य भोजन हेतु वध करने के उद्देश्य से बाँधा गया था। अपनी मौत को निकट देख पशु चीत्कार कर रहे थे। इस चीत्कार का कारण पूछने पर राजकुमार को तथ्य का पता चला कि उन्हें विवाह में पधारे अतिथियों के भोज के लिए क़त्ल किया जाना है, अत: वे आर्तनाद कर रहे हैं।

युवा राजकुमार का मन करुणा के मारे पसीज गया। विवाह मंडप में पहुँचने पर उन्होंने राजकुमारी के पिता से बात की और आग्रह किया कि बिना विलंब, बिना कोई शर्त क़त्ल के लिए बांधे गए सभी पशुओं को मुक्त किया जाए। "हम मनुष्यों की भांति प्राणियों की भी आत्मा होती है, चेतना होती है। हमारी ही भांति उन्हें भी जीने की इच्छा होती है। उनकी भी भावनाएं और एहसास

होते हैं; उनमें प्यार और अनुराग होता है; जितना हमें, उतना ही उनको भी मौत से डर लगता है। जीवन के प्रति उनका सहजज्ञान हम से कतई कम नहीं है। जीने का अधिकार जितना मूलभूत हमारा है, उतना ही उनका भी है। यदि प्राणियों को बंदी बनाया गया और क़त्ल किया गया तो मैं विवाह नहीं कर सकता, न ही प्रेम कर सकता हूँ और न ही जीवन का उपभोग।" बिना अधिक बात किये उन्होंने विवाह का आयोजन त्याग दिया, अपनी अंतरात्मा की आवाज़ को सुनते हुए सुविधापूर्ण जीवन का त्याग कर दिया और सोयी हुई प्रजा को जगाने के लिए निकल पड़े।

अहिंसाव्रती जैनियों के लिए समस्त जीवन पवित्र है, तमाम जीवों को जीने का अधिकार है, किसी भी जीव को इनसे भयभीत होने की आवश्यकता नहीं है। जैन दर्शन के अनुसार जीवन की रक्षा करना, जिसे अभयदान कहते हैं, सबसे बड़ा दान है। इसी सिद्धांत को लक्ष में रखते हुए जैन पांजरापोल (त्यजे गए, बीमार और पंगु पशुओं की शरणगाह) स्थित प्राणियों का भी जतन करते हैं। जहाँ सर्वाधिक बीमार, और विकलांग पशु को सुरक्षा और जतन मिलता है।

भारतभर में जैन लोग प्राणियों-पक्षियों की शरणगाह चलाते हैं, दिल्ली में पक्षियों का अस्पताल जैन चलाते हैं। मध्य भारत में बुंदेलखंड में पूरे देश में जगह जगह गौशालायें हैं, जिनमें गायों के अतिरिक्त भैंस, बैल, ऊँट, भेड़-बकरियां और पक्षी तक अच्छे वातावरण में आश्रय पाते हैं। जैन दर्शन सभी जीवों की समानता और प्रत्येक जीवन के प्रति पूर्ण सम्मान देने में विश्वास करता है। वह छोटे से छोटे जीव को, प्राणी कल्याण, शाकाहारी जीवनशैली और पर्यावरण के जतन को महत्त्व देता है।

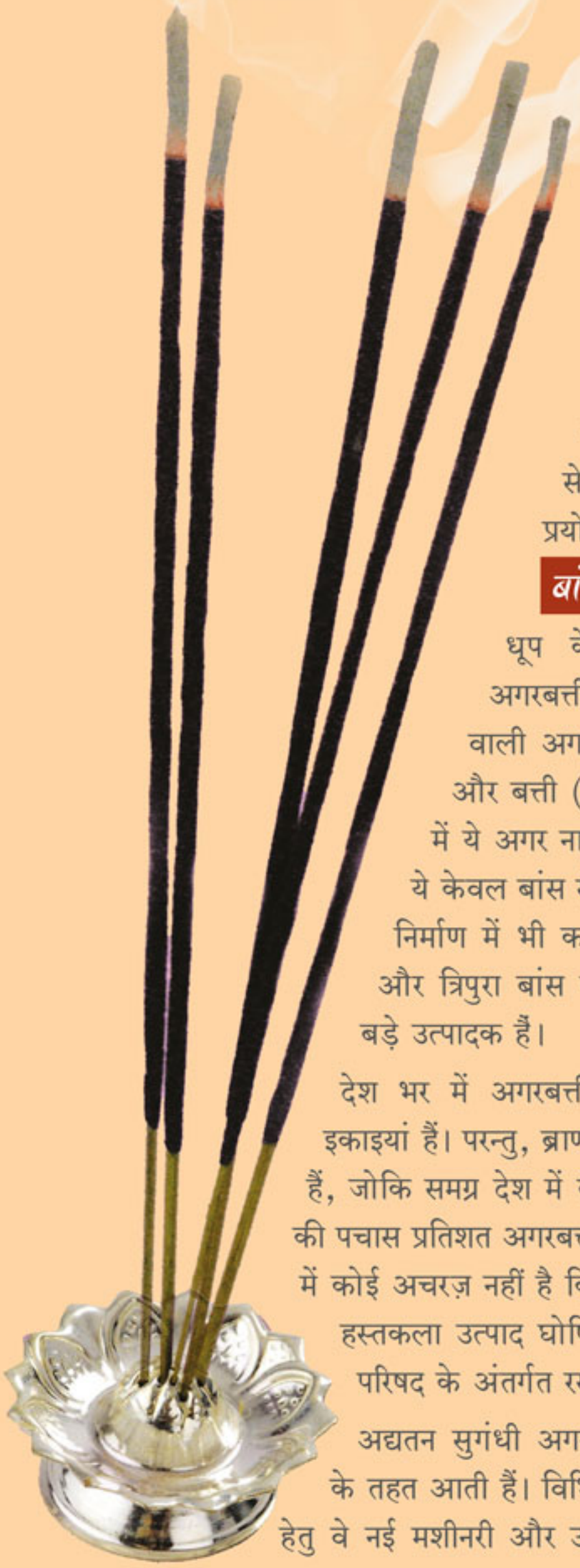
भरत कापडीआ
संपर्क: *editorkm@bwcindia.org*

अगरबत्ती

***हरे चिह्न वाली अगरबत्ती का ही प्रयोग करें, कहती हैं,* निर्मल निश्चित।**

शुद्ध धूप रेज़िन-राल अथवा काटे गये और टुकड़े किये गये पेड़ की सूखी छाल के सख्त गोंद है। जब चिंगारी पर इसे छिड़का जाता है, तब सुगंधी धुआं छूटता है, उदाहरण लोबान, गंधरस, गुग्गुल।

धूप लकड़ी, छाल, तने, डालियाँ, बीज, फल, जड़ें, कंद, जड़ी बूटी, कलियों, फूलों, पत्तों और घांस से पाया जाता है।



शुद्धीकरण अनुष्ठान, साधनाविधि और गंधचिकित्सा, आदि धार्मिक समारोह में तेज सुगंध फैलाने हेतु परोक्ष रूप से धूप जलाई जाती है अथवा प्रत्यक्ष रूप से अगरबत्ती महकाई जाती है। अचरज की बात है कि अगरबत्ती को चिपकाए रखने के लिए नखला (मछली का गलफड़ा), कस्तूरी, बिलाव कस्तूरी और अम्बर (स्पर्मव्हेल मछली की आंत से पाया जाने वाला सुगंधी पदार्थ) का प्रयोग होता है।

बांस, न कि अगर-काष्ट की छड़ी

धूप के लिए अगरबत्ती अथवा जोस अगरबत्ती (चीनी बुत के सामने जलाई जाने वाली अगरबत्ती) का उद्भव अगर (लकड़ी) और बत्ती (प्रकाश) के संयोग से हुआ है। पूर्व में ये अगर नामक लकड़ी से बनती थीं। पर, अब ये केवल बांस से निर्मित होती है। इसके घटक और निर्माण में भी काफी वैविध्य पाया जाता है। असम और त्रिपुरा बांस की छड़ी फोरागरबत्ती के सर्वाधिक बड़े उत्पादक हैं।

देश भर में अगरबत्ती निर्माण की तकरीबन १०,००० इकाइयां हैं। परन्तु, ब्राण्डनेम वाली केवल ५० के करीब ही हैं, जोकि समग्र देश में बेची जाती हैं। समूचे विश्व की मांग की पचास प्रतिशत अगरबत्ती हमारे देश से निर्यात होती है। इस में कोई अचरज़ नहीं है कि २००९ में सरकार ने अगरबत्तीको हस्तकला उत्पाद घोषित कर उसे हस्तकला निर्यात वृद्धि परिषद के अंतर्गत रखा।

अद्यतन सुगंधी अगरबत्ती कम्पनियां लघु कुटीर उद्योग के तहत आती हैं। विभिन्न प्रकार की अगरबत्ती के उत्पादन हेतु वे नई मशीनरी और उपकरण का प्रयोग करते हैं। उत्पाद

प्रक्रिया और निर्माण में प्रयुक्त सामग्री के अनुसार ये अगरबत्ती कुछेक मिनट से लेकर घंटों तक जलती रहती हैं।

चूंकि प्रत्येक भारतीय परिवार दिन में कम से कम एक अगरबत्ती जलाता ही है, यह निरंतर वृद्धिशील उद्योग बन गया है और इसकी नई नई किस्म आती रहती हैं। इसकी लोकप्रिय सुगंधी 'सन्दल' और 'फ्लोरल' हैं।

निर्माण

हालाँकि, कुछेक कारखाने (छोटे से सायबान के समान) हैं, जहाँ अगरबत्ती का निर्माण छोटे से पैमाने पर होता है। थोक में निर्माण के लिये झोंपड़पट्टीमें रहने वाली औरतों और बच्चों (जिनकी आयु ६ से ६० वर्ष तक की होती है) को ठेके पर प्रयुक्त किया जाता है।

अगरबत्ती बनाने के मसाले में मुख्यतया चन्दन, उद (अगरकाष्ट), पचौली (झाड़ीदार जड़ीबूटी), वेटिवेर (घांस), चक्र फूल और लौंगपानी और शोरे (खनिज पोटेशियम नाइट्रेट) के साथ मिलाया जाता है, इस मसाले को ६ से १२ इंच लंबी छड़ी पर लगाया जाता है।

बांस की छड़ी के तीन चौथाई या अधिक भाग पर यह सुगंधी मसाला लगाया जाता है। उसकी सुगंधी के अनुसार उस पर विशिष्ट रंग लगाया जाता है।

टाइप के आधार पर निर्माण में दो प्रक्रियाएं अपनाई जाती हैं, घुमावदार और डुबोई जाने वाली।

घुमावदार निर्माण प्रक्रिया में चिकने मिश्रण को फेंटा जाता है। निर्माण सामग्री प्रत्येक निर्माता की पसंद के अनुसार परिवर्तित होती रहती है। कुछेक में कोयला पाउडर(जोकि लकड़ी को जला कर प्राप्त किया जाता है), लकड़ी का बुरादा, सुगंधी लकड़ी पाउडर (विशेषत: चन्दन), मैदा, तेल और पानी होता है।

परन्तु, जिगट पाउडर जोकि नैसर्गिक गोंद है, पानी में घुलनशील गोंद के रूप में यह मसाला आवश्यक सामग्री है। यह एक विशेष पेड़ की छाल का चूर्ण है, जिसे पत्ता, मक्को और बमी पाउडर भी कहते हैं।

यह चिकना मसाला बांस की छड़ियों के उपर लपेटा जाता है और इसके ऊपर एक भाग सुगंधी और दो भाग तेल का मिश्रण छिड़का जाता है। तत्पश्चात् इसे सोखने के लिए रखा जाता है। निर्माण की यह आखरी प्रक्रिया कारखाने में ही की जाती है। इसके बाद सुखाई गई छड़ियाँ जिलेटिन या वेक्स पेपर में लपेट कर प्लास्टिक बैग में सिल की जाती है और अब ये बिक्री के लिए तैयार हैं।

सस्ती, निम्न गुणवत्ता की अगरबत्ती बिना सुगंध की घटिया छड़ियों को इत्र और गंध तेल के मिश्रण में डुबोया जाता हैं। यह मैचीलस की लकड़ी के अवशोषक बुरादे से बनी पेस्ट से अगरबत्ती निर्मित की जाती है। यह सुगंध को लंबे समय तक बनाये रखता है। इसके निर्माण में कोयले का भी प्रयोग होता है।

दरबार और चंपा जैसी मसाला अगरबत्ती जिगट पाउडर के समेत काफी सुगंधी इत्र मिला कर निर्मित होती हैं और बांस की छड़ियों पर लगाई जाती है।

धूप भी इसी प्रकार बनती है। परन्तु, इसमें बांस की छड़ी का प्रयोग नहीं होता है और इसमें चन्दन की लकड़ी की मात्रा अत्यधिक होती है। अगरबत्ती की कुछ निश्चित किस्म में शहद प्रयुक्त होता है।

अगरबत्ती के निर्माण में प्राणिज घटक

अगरबत्ती के निर्माण में प्रयुक्त सुगंधी में समाविष्ट चिपकाया जाने वाला पदार्थ प्राणिज हो सकता है। यह आम तौर से अनजान तथ्य है, इसे निर्माता भी स्वीकार नहीं करते हैं कि ओपरकलम/नखला नामक चिपकाया जाने वाला पदार्थ समुद्री उद्रम/मछली के गलफड़े/सींग वाले घोंघे की सीप का प्रयोग अगरबत्ती/धूप निर्माता करते हैं। मछली की गंध दूर करने के बाद नखला को पीस कर पाउडर बना कर घटक के रूप में प्रयुक्त किया जाता है।

ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी ने विकास आयुक्त (हस्तशिल्प), जिनके तहत यह उद्योग आता है, का संपर्क कर निवेदन किया कि वे सभी अगरबत्ती निर्माताओं को निर्देश दें कि वे अपने उत्पाद पर शाकाहारी/मांसाहारी का चिह्न लगाएं। तब हमें उक्त उद्योग के प्रतिनिधि मंडल अखिल भारतीय अगरबत्ती निर्माता संघ का प्रत्युत्तर मिला कि उनकी बेहतरीन जानकारी के अनुसार कोई भी अगरबत्ती निर्माता प्राणिज घटक का प्रयोग नहीं करते हैं। इसके कारण के रूप में उन्होंने श्रेष्ठ सिंथेटिक एवज उपलब्ध होना और प्राणिज घटक नहीं मिलना बताया। बी.डब्ल्यू.सी. इसे सटीक प्रत्युत्तर नहीं मानता है।

इसी वजह से हमने पुन: विकास आयुक्त (हस्तशिल्प) से लिख कर प्रार्थना की कि अगरबत्ती निर्माताओं को अगरबत्ती और धूप के अन्य उत्पाद पर शाकाहारी/मांसाहारी का चिह्न लगाये जाने विषयक मार्गदर्शिका जारी की जाए, क्योंकि अधिकांश भारतीय धर्म पूजा के दौरान शाकाहारवाद की शुद्धि बनाए रखना चाहते हैं।

बी.डब्ल्यू.सी. अपने पाठकों से आग्रह करता है, कि हरे चिह्न वाली अगरबत्ती का ही प्रयोग करें।

जैन विगन व्यंजन

इस स्तंभ के अंतर्गत जैन विगन व्यंजन बनाने की विधि प्रस्तुत है। यदि आप भी कोई रेसिपी भेजना चाहते हैं, तो पत्र/ई-मेल के द्वारा भेजें। विगन से हमारा तात्पर्य यह है कि शाकाहारी लोगों की ऐसी श्रेणी, जोकि खाने-पीने में प्राणिज पदार्थ से बनी किसी भी वस्तु के प्रयोग से दूर रहते हैं।

कड़ी पत्ता (मीठा नीम)

मीठा नीम दक्षिण भारतीय व्यंजनों में आम तौर से प्रयुक्त होता है। तमिल में इसे करूवेप्पिलाई और कन्नड़ में कडिबेलू कहते हैं। ये पत्ते खाद्य अथवा निम्बूपानी का स्वाद बढ़ाने के लिये ही नहीं प्रयुक्त होते हैं। पर, इनसे व्यंजन भी बनता है, जिसे करूवेप्पिलाईथुवायल कहते हैं, जो कि गाढे लेप सा होता है और चावल समेत किसी भी चीज़ के साथ खाया जाता है। उसका स्वाद मीठा, कटु और तीखा होता और पाचन में सहायक है।

जो लोग नियमित रूप से मीठे नीम का सेवन करते हैं, उनके बाल घने और काले होते हैं और यदि वे सर पर नारियल तेल मलते हो, जिस में मीठे नीम के पत्ते, काली मिर्च, जीरा और थोड़े से चावल भिगोते हों, तो यह सुनिश्चित हो जाता है।

मीठे नीम में विटामिन A उच्च मात्रा में होता है, इस कारण वे आँखों के लिए लाभप्रद हैं। इन में दूध से अधिक मात्रा में केल्शियम होता है। लौह अयस्क अधिक मात्रा में होने से यह अनिद्रा का कुदरती उपचार बनता है। आयुर्वेदिक दवाइयों में इनका प्रयोग सदैव होता है। अब विश्व भर के संशोधनकर्ता इनमें कई औषधीय गुण समाविष्ट होना पाते हैं। किंग्स कोलेज, लंदन के फार्मसी विभाग ने मधुमेह रोग के नियंत्रण में मीठे नीम के पत्तों के प्रयोग को वैकल्पिक औषधि के रूप में न्यायोचित ठहराया है। मेजियो विश्वविद्यालय के औषधीय रसायनशास्त्र विभाग ने दावा किया है कि मीठे नीम के पत्तों में केंसर से लड़ने का गुण है।

भारत में आंध्रप्रदेश गृहविज्ञान विभाग, भिलाई महिला महाविद्यालय, रायपुर, जी. बी. पंत यूनिवर्सिटी ऑफ़ रिसर्च एण्ड टेक्नोलोजी, पंतनगर और कोलेज ऑफ़ टेक्नोलोजी, पंतनगर के डिपार्टमेन्ट ऑफ़ प्रोसेस एंड फूड इंजीनियरिंग ने संशोधनों के पश्चात् पाया है कि मीठे नीम पत्ते एन्टी-डायबिटिक, कोलेस्ट्रल में कमी करने वाले, एन्टी-माइक्रोबिअल, एन्टी-ओक्सिडेटिव, सायटोटोक्सिक, एन्टी-डायरिया और फोगोसायटिक हैं।

करूवेप्पिलाईथुवायल (४ व्यक्तियों के लिये)

सामग्री

१ कप	कसकर पैक किये बिना डंठल के नीम पत्ते
२ बड़े चम्मच	सफ़ेद तिल
१ छोटा चम्मच	लाल मिर्च के बीज (वैकल्पिक)
२ बड़े	चम्मच गुड़
२ बड़े	चम्मच इमली
४ बड़े चम्मच	पिसा हुआ नारियल
	नमक स्वाद अनुसार

बनाने की विधि

मीठे नीम पत्तों को धोकर एक ओर रख लें।

तिल और मिर्च के बीज को सूखा भुनें।

धुले मीठे नीम पत्ते, गुड़, इमली और नारियल के साथ मिलाएं।

थोड़े से पानी के साथ मिक्सर में ग्राइंड करते हुए स्मूथ पेस्ट बनाएं।

पापड़ के ऊपर या अन्य किसी के भी ऊपर स्प्रेड के रूप में परोंसे।

बी.डब्ल्यू.सी. द्वारा जांचे-परखे व आस्वाद किये गए स्वादिष्ट व्यंजनों की विधि का संकलन देखने के लिए कृपया *www.bwcindia.org/Web/Recipes/Recipesindex.html* की मुलाकात लें।

प्रकाशक: डायना रत्नागर, अध्यक्षा,
ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी - भारत

सम्पादक: भरत कापडीआ

डिझाईन: दिनेश दाभोळकर

मुद्रण स्थल: मुद्रा,
383 नारायण पेठ, पुणे 411 030

करुणा-मित्र प्राणिज पदार्थ-रहित कागज़ पर मुद्रित किया जाता है,
और प्रत्येक बसंत (फरवरी), ग्रीष्म (मई),
वर्षा (अगस्त) एवं शिशिर (नवम्बर) में
प्रकाशित किया जाता है।

© करुणा-मित्र का प्रकाशनाधिकार
ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी के पास सुरक्षित है।
प्रकाशक की लिखित पूर्वानुमति के बिना
किसी भी प्रकार से किसी भी मुद्रित सामग्री की
अनधिकृत प्रतिकृति करना प्रतिबंधित है।

निजी प्रचलन हेतु Reg. No. 022203/30/86/AL/TC

ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी - भारत
4 प्रिन्स ऑफ वेल्स ड्राइव, वानवडी, पुणे 411 040
टेलिफोन: +91 20 2686 1166 फैक्स: +91 20 2686 1420
ई-मेल: admin@bwcindia.org वेबसाईट: www.bwcindia.org