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 IX अंक 3, वर्षा 2017
करुणा-मित्र
ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी – भारत की पत्रिका
प्राणी अधिकारों के लिए अंतर्राष्ट्रीय शैक्षणिक धर्मार्थ ट्रस्ट

सम्पादकीय
जांचें, खरीदें, उपहार दें, प्रयोग करें

क्या कोई शाकाहारी व्यक्ति मांस स्वीकार करेगा? स्वाभाविक है, नहीं करेगा। ना ही कोई मांसाहारी किसी शाकाहारी को मांसाहारी खाद्य देगा।

तथापि, हम देखते हैं कि लोग-बाग बिना सोचे-समझे प्राणिज वस्तुएं शाकाहारी और विगन लोगों को उपहार में देते हैं। इससे भी बुरा यह कि कुछेक ऐसी चीज़ चुपचाप स्वीकार कर लेते हैं, क्योंकि उन्हें लगता है कि यदि वे मना करते हैं तो सामने वाले को बूरा लगेगा।

बी डब्ल्यू सी ऐसे लोगों से मिला हैं, जो रेशम की साडी और चमड़े की हैंड बेग का उपहार के रूप में स्वीकार करते हैं, और फिर विस्मित होते हैं, कि वे उनका क्या करें। बहुधा, वह उपहार किसी और को देकर प्राणिज चीज़ के प्रयोग को बढ़ावा न देने के उद्देश्य से घर में रखे रहते हैं और वह चीज़ अलमारी में पड़ी पड़ी सड़ जाती है।

जितना कोई प्राणियों को न खाने के लिए प्रतिबद्ध है, उतना ही यदि वह प्राणिज चीजों के प्रयोग न करने के लिए भी प्रतिबद्ध हो, तो ऐसे उपहार का अस्वीकार करने में कुछ गलत न होगा।

करुणा-मित्र के इस अंक में राखी के विषय में हमने लिखा है। वे पंख और मोती जैसे प्राणिज पदार्थों से बन सकती है। बहुत अक़सर, लोग केवल उसे देखते हैं, आकर्षक पाते हैं और बिना सोचे-समझे ख़रीद भी लेते हैं। तथापि, उसका ख़रीददार इतना कृतनिश्चय होता है कि वह ऐसी राखी कभी नहीं खरीदेगा क्योंकि, उसके कारण किसी जीवित प्राणी को हानि पहुंची है।

इसी अंक में एक और चीज़ का ज़िक्र है, वह है, मुक्ता। कुछेक को प्रतीति होती है कि घड़ी का चमकीला डायल प्राय: मुक्ता से बना होता है। अधिकाँश घड़ियों में वह तो होता ही है, साथ ही उसमें चमड़े का पट्टा भी होता है। मुक्ता ओयस्टर की भांति सीप को मार कर पाए जाते हैं।

मोमबत्तियों में भी बीज़वेक्स जैसे प्राणिज पदार्थ हो सकते हैं। भारतीय परंपरा के अनुसार विकल्प के रूप में तेल के दिये जलाने चाहिए।

उपहार वस्तुओं पर शाकाहारी-मांसाहारी के लेबल नहीं लगे होते हैं, इस लिए उपभोक्ताओं को ऊपर निर्दिष्ट चीज़ें खरीदते समय अधिक चौकन्ना रहना चाहियें।

चीज़ की कीमत उसके प्राणिज होने, न होने के कारण निर्णित नहीं होनी चाहिये। अत्यंत सस्ती चीज़ हिंसक हो सकती हैं। उदा. फर, पंख की की-चेन और चमड़े के मोबाइल कवर।

भरत कापडीआ
संपर्क: *editorkm@bwcindia.org*

मिठाई पर हिंसक वर्क अब अतीत की कहानी

केन्द्रीय सरकार के आदेश के अनुसार अगस्त से देश भर में केवल मशीन निर्मित वर्क ही उपलब्ध होगा। चुस्त शाकाहारी एवं जैनी लोग अब तक वर्क का प्रयोग नहीं करते हैं, क्योंकि, वर्क की निर्माण प्रक्रिया में बैल की आंत की झिल्ली का प्रयोग होता है। इस विषय में हमने करुणा-मित्र के शिशिर २०११ के अंक में विस्तार से जानकारी दी थी।

गत वर्ष केंद्र सरकार ने गजट अधिसूचना दि. १५ जुलाई २०१६ के द्वारा यह निर्देश दिये थे, कि दि. १ अगस्त २०१७ से प्रभावी हो ऐसे खाद्य सुरक्षा और मानक विनियम, २०११ के विनियम २.११ के उपनियम २.११.४ में निम्नानुसार संशोधन होंगे।

सिल्वरलीफ (चाँदी का वर्क) की खाद्य श्रेणी-

१. एक समान मोटाई की मोड़ों रहित परतों के रूप में होगा।
२. २.८ ग्रा./वर्ग मीटर तक सिल्वर फॉयल के वज़न वाला होगा।
३. न्यूनतम ९९९/१००० शुद्धता की चाँदी अंतर्वस्तु वाला होगा।
४. किसी भी चरण में किसी भी प्राणिज सामग्री का उपयोग करके विनिर्मित न होगा।
५. खाद्य सुरक्षा और मानक विनियम (संदूषक, आविष और अवशिष्ट), २०११ तथा खाद्य सुरक्षा और मानक विनियम, २०११ (पैकेजिंग और लेबलिंग) के उपबंधों के अनुसार होगा।

अतएव, अब हम यह विश्वास कर सकते हैं कि यदि कोई नई बाधा पैदा नहीं होती है, तो १ अगस्त २०१७ से वर्क वाली मिठाई खाने में शाकाहारी लोगों को कोई आपत्ति न होगी।

हिंसक उपहार से सावधानी

अधिकाँश राखी की फूलों वाली डिज़ाइन में प्राणिज पदार्थ प्रयुक्त होते हैं, मुक्ता, मोती की भांति कौड़ी है, जोकि, जीवित सीप और दुर्भाग्यवश, मोमबत्ती निर्माता उनके घटकों का खुलासा नहीं करते, **कहती हैं निर्मल निश्चित।**

राखी

समग्र भारतवर्ष में श्रावण माह की पूर्णिमा को विभिन्न त्यौहार मनाये जाते हैं। रक्षा बंधन, नारियल पूर्णिमा, ग्रहम पूर्णिमा, कजरी पूर्णिमा, पवित्रोपन्न, जन्योपुण्यो और बलराम जयंती इन में से रक्षा बंधन अथवा नारियल पूर्णिमा के नाम से जाना जाने वाला पर्व हिन्दुओं का सर्वाधिक सामान्य पर्व है, जिसमें बहन भाई को पवित्र रंगीन सुशोभित धागे बांधती हैं। फलत: बहन-भाई का प्रेम पुष्ट होता है।

इस पर्व पर बहन भाई के हाथ में राखी बांधती है और दोनों एकदूसरे का मुंह मीठा कराते हैं। अकसर चचेरे-ममेरे भाई और मुंहबोले भाई को भी राखी बाँधी जाती है और फलत: वे राखी-भाई का दर्ज़ा पाते हैं।

हाथ पर बाँधी जाने वाली राखी बहन के भाई के प्रति प्रेम और सद्भावना का प्रतीक है। बदले में भाई उसे नगद और संभवतः वस्त्र भी उपहार स्वरुप प्रदान करता है। साथ ही जीवन भर उसके संकट के समय में सहायता का वचन भी देता है।

सर्वत्र वाणिज्यीकरण हो जाने का असर राखियों के प्रकार और शैली के उपर भी पड़ा है। अधिकाँश राखी की फूलों वाली डिज़ाइन में प्राणिज पदार्थ, जैसे कि रेशम के धागे, रेशम ज़री, छोटे मोती, समुद्री जीवों के छोटे कवच, लाख से लेपित मनके, मयूरपंख, चमड़े की डोरी, सुगंधी द्रव्य मिश्रित चीज़ें प्रयुक्त होती हैं। दुर्भाग्यवश, राखी खरीदते समय कट्टर शाकाहारी तक भी इन बातों पर शायद ही गौर करते हैं। रेशम के धागे और रेशमी ज़री अब पारंपरिक सूती धागे के स्थान पर आम तौर से प्रयुक्त होती हैं। रेशमी धागों का प्रयोग भी हिंसक है, ऐसे में लोग चमड़े की डोरी का प्रयोग करने पर उतर आये हैं। उस पर लगने वाला इत्र भी प्राणिज पदार्थ से बना होता है।

एक हिंसक राखी। तसवीर सौजन्य: rakhiz.com

प्राणिज पदार्थों के बिना निर्मित राखी का चयन आसानी से किया जा सकता है। अत: ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी का आपसे अनुरोध है कि सोच विचार कर राखी का चयन करें और सुनिश्चित करें कि आपके द्वारा खरीदी जाने वाली, उपहार में दी जाने वाली या स्वीकार की जाने वाली राखी अहिंसक हो, यह भी अनुरोध है कि आपके द्वारा दिये जाने वाले वापसी उपहार का भी विचारपूर्वक चयन करें, उदा. रेशमी साडी, कभी नहीं।

मोमबत्ती

मोमबत्तियां कई क़िस्म की होती हैं। कुछेक दीये की भांति (एक ही बार जलाई जाने वाली, छोटी अल्युमिनियम/प्लास्टिक के कप में) आने वाली, तैरने वाली (इतनी हल्की होती है कि पानी के उपर रखने पर तैरती है), प्रार्थना या मन्नत के लिए प्रयुक्त (विशेष रूप से२ इंच की ऊँचाई वाली, सफ़ेद समूह में मोमबत्ती के स्टैण्ड पर रखी जाने वाली, खुशबू लगी), पतली अथवा भोजन मोमबत्ती (लंबी, पतली और मनोहर, चिरागदान में सज़ा कर रखी जाने वाली), स्तम्भ (ठोस, स्वयं खड़ी रहने वाली, विशाल, विभिन्न ऊँचाई वाली, कभी-कभार एकाधिक बाती वाली), डिब्बे, बरतन में भरी मोमबत्तियां (कांच और मिटटी जैसे अज्वलनशील और गर्मी प्रतिरोधक द्रव्य से बने बरतन में रखी गई), लुमिनारिया/आउटडोर मोमबत्ती (विशेष कर बाहर प्रयुक्त की जाने वाली, रेत में रखी जाने वाली), नवीन/विलक्षण मोमबत्ती (सजावटी और पक्षी, आदि के अनन्य आकार में आने वाली मोमबत्ती) सामान्य उपयोग में लाई जाने वाली (सादी, नहीं कि सजावटी), जन्मदिन के केक पर लगने वाली मोमबत्ती (छोटी और रंगबिरंगी, जीवन के प्रत्येक वर्ष के लिए केक के उपर एक एक मोमबत्ती जलाई जाती है, जिन्हें जन्मदिन की मुबारकबाद देते समय बुझाया जाता है), मालिश मोमबत्ती (सुगंधी मोमबत्ती, जो मालिश के तेल को प्रवाही बनाने के काम आती है) और जेल मोमबत्ती (मोम के विभिन्न आकारों में ढाली गई पारदर्शी मोमबत्ती) जेल खनिज तेल से अथवा जेल सिंथेटिक हाइड्रोकार्बन से बनाई जाती है।

विभिन्न प्रकार, आकृति और आकार के मोमबत्तियाँ। तसवीर सौजन्य: millenniumcandles.com

भारत में मोमबत्तियां अकसर पैराफिन वेक्स से (पेट्रोलियम मूल के ब्लाक, सिलिंडर अथवा पपड़ी में उपलब्ध), पूर्णतया मधुमोम से (ब्लाक और चद्दर में उपलब्ध) अथवा दोनों के संमिश्रण से बनता है। मानक वाणिज्यिक मोमबत्ती में ६०% पैराफिन, १०% मधुमोम और ३०% स्टीयरीन (वसा) या स्टियरिक एसिड (प्राणिज या वनस्पतिजन्य कुछ भी हो सकता है) समाविष्ट है मोमबत्ती निर्माण में यह आवश्यक योगज/एडिटिव है, क्योंकि, यह मोम को गाढ़ा करके, रंगों को चमका कर उसे मुलायम, चमकीला फिनिश देकर उसके ढाँचे को मुक्त करता है।

स्केलवेक्स (कीट से प्राप्त–जोकि, डिब्बा मोम के लिए ही प्रयुक्त होता है) या अन्य मोम अथवा उनका संमिश्रण, जो पतली मोमबत्ती के लिये अथवा टपकनरहित मोमबत्ती के लिये भी प्रयुक्त होती है। छोटी सी मात्रा में केंडलीला (इसी नाम के छोटे पेड़ से निकाला गया मोम) अथवा कार्नोबा पामवैक्स (ताड़ का मोम) में बेबेरी के फलों से प्राप्त बेबेरी मोम अथवा बेबेरी की झाड़ियों से प्राप्त मोम मेहंदी (जिसकी महेक विशिष्ट होती है) प्रयुक्त होता है।

सुगंधित सोया मोमबत्ती अरोमाथेरपी में प्रयुक्त की जाती है क्योंकि, वह चिपचिपा काजल नहीं छोडती। अन्य योगज छींटेदार तेल (पेट्रोलियम गौण–उत्पाद) अथवा खनिज तेल, इत्र (इसमें प्राणिज चिपकाए जाने वाले पदार्थ हो सकते हैं), प्लास्टिक कलर कड़ा करने वाला योगज (मोम अद्राव्य पोलिमर, या को–पोलिमर), जिससे कुछ विशेष मोमबत्तियां बनती हैं।

कारीगरों का सुझाव है कि अण्डों के छिलकों का सांचे के रूप में प्रयोग किया जा सकता है, क्योंकि, मोमबत्ती ढल जाने के बाद इन्हें आसानी से छिला जा सकता हैं।

पर्यावरण–अनुकूल दुकानें मधु–मोम से बनी मोमबत्तियां रखती हैं, जिनमें, सजावटी और सुगंधित घटक, जैसे कि फूल की पंखुड़ियाँ, पत्ते, रेशम के धागे, इत्र, गंधतेल, रंग डाले गये होते हैं।

विदेश में बनने वाली कुछ मोमबत्तियाँ स्पर्मव्हेल मछली से पाए गये स्पर्मासेती से बनती हैं। कुछेक में सोया और ताड़ का तेल घटक के रूप में डाला जाता है। टपकनरहित पतली मोमबत्तियां जिसमें से काजल नहीं निकलता, अकसर काफी महँगी होती हैं।

दुर्भाग्यवश, मोमबत्ती निर्माता उनके घटकों का खुलासा नहीं करते हैं। अत: जो लोग खुद के द्वारा प्रयोग में ली जाने वाली मोमबत्ती के घटकों के बारे में जानना चाहते हैं, वे सम्बंधित उत्पाद के निर्माता से पूछताछ कर सकते हैं।

मुक्ता

मुक्ता, मोती की भांति कौड़ी है, जोकि, जीवित सीप (शुक्ति और एबालोन) से बनती है, यह वास्तव में उनका अंदरूनी कवच है और हत्या का ही परिणमन है।

मुक्ता का प्रयोग अब पहले की भांति बहुतायत में नहीं किया जाता है। हालांकि, इसका प्रयोग बहुधा घड़ी के डायल में, अलंकार, जड़ाऊ काम (लकड़ी और संगमरमर में), कपड़ों के बटन में, सहाय्यक सामग्री में, कटलरी हैंडिल में, लाईटशेड, टाइल्स और संगीत के वाद्यों में एवं संगीत के साधनों में होता है। अत: हर किसीको खरीदारी करते समय अत्यधिक सावधान रहना होता है।

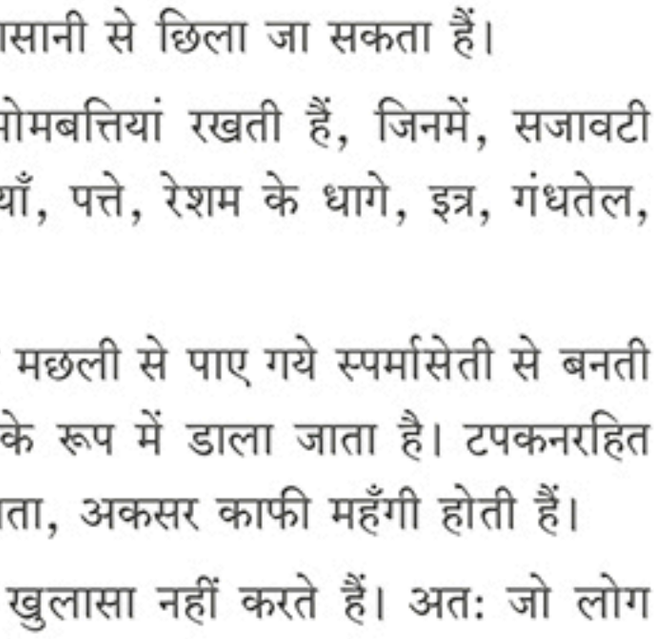
कलाई घड़ी मुक्ता डायल और फैन्सी पट्टे के साथ। तसवीर सौजन्य: tatacliq.com

भारत में नैसर्गिक, जगमगाहट, चमकते मोती की परत का आयात एवं निर्यात करने की छूट देता है, जबकि, अन्य देशों में प्रतिबंधित है। दुर्भाग्यवश, नदी के जल का कवच भी भारत में प्रयुक्त होता है।

कृत्रिम मुक्ता एक्रेलिक के हो सकते हैं। उसमें आरागोनाईट (केल्शियम कार्बोनाईट से प्राप्त ख़निज) या सांचे में ढ़ाला गया रेशेदार रेशमी जेल हो सकता है। अत: याद रखें, कि कृत्रिम मुक्ता सर्वथा अप्राणिज नहीं हो सकता।

कवच के मोती, जैसा कि नाम में इंगित है, कवच से निर्मित होता है। मुक्ता के टुकड़े, घोंघा कवच के टुकड़े, घोंघा कवच, मूंगा अथवा शंख कवच गोलीय अथवा गोलाकार होते हैं, मोती–भस्म की परतों से रंगे होते हैं वे एसें सडी ओरिएंट (द्रावण, जिसमें, रुखी मछली की धारी होती है), कांच के मनके जैसे होते हैं, जोकि, कांच के मनके की भांति होते हैं, जो नकली मोती की भांति होते हैं।

पारदर्शी घोंघा कवच, जिनकी चमक–दमक मुक्ता के समान ही होती है, फिलिपिन्स में पाए जाते हैं और मनके के अलंकार, ब्रेसलेट, और इयररिंग्स जैसे अलंकारों में प्रयुक्त होते हैं। सजावटी दस्तकारी वस्तुएं भी उन्हीं में से बनती हैं।



संगमरमर ट्रिंकेट बॉक्स आगरा से अर्ध कीमती पत्थरों और मुक्ता में पचकारी जड़ना के साथ। तसवीर सौजन्य: rightupshop.com

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।

लाल कद्दू

कद्दू/कोहड़ा/लाल भोपला कम केलरी वाले होने के बावजूद अत्यंत पोषक है। पोटेशियम में समृद्ध होने के कारण रक्तचाप में सकारात्मक प्रभावकारी है। उसका नारंगी रंग बीटाकेरटिन, एक महत्त्वपूर्ण एन्टी-ओक्सिडंट की उपस्थिति का संकेतक है, जिससे आँखों को अपकर्षक हानि की रोकथाम होती है।

भारत में कद्दू की आधा दर्जन वरायटी उगाई जाती है। जब पके हुए कद्दू सिकुड़ना शुरू होते हैं, बेल से काटते वक्त चार इंच के डंठल रख कर उन्हें कुछ दिनों के लिए धूप में सुखाया जाता है, फलत: वे ३ महिने तक रखे जा सकते हैं।

कद्दू के बीज हृदय के लिए उत्तम हैं, रोगप्रतिकारक शक्ति में सुधार करते हैं, प्रोस्टेट का आरोग्य बनाये रखते हैं, मधुमेह का खतरा कम करते हैं और निद्रा को नियमित करते हैं।

डीपफ्राई किये लाल कद्दू की पुड़ी महाराष्ट्र में लोकप्रिय हैं। ये लाल कद्दू के एक भाग को भाप में पका कर, आधा भाग गुड़ डाल कर, और एक समान भाग गेहूं के आटे में अजवाइन की एक चुटकी डाल कर सख्त लोई गूंध कर सरलतापूर्वक बनाई जा सकती हैं।

कोरुनुडोरु (४ व्यक्तियों के लिये)

सामग्री

१/२ किलोग्राम	लाल कद्दू
१ से २ बड़े चम्मच	तेल
१/२ छोटा चम्मच	मिर्ची पाउड़र
१/२ छोटा चम्मच	धनिया-जीरा पाउड़र
१/२ छोटा चम्मच	हल्दी
१ से ३	हरी मिर्ची की चीर
१ बड़ा चम्मच	विनेगर
१/२ छोटा चम्मच	शक्कर
१ बड़ा चम्मच	हरा धनिया, सजावट के लिये

बनाने की विधि

कद्दू को छोटे छोटे टुकड़ों में काटें।
पानी और नमक डालें।
५ मिनट तक प्रेशर कूक करें।
अलग से रख लें।

तेल को गर्म करें। मिर्ची पाउड़र, धनिया-जीरा पाउड़र, हल्दी और हरी मिर्ची मिलाएं। पका कद्दू और थोड़ा सा पानी मिलाएं, धीमी आँच से पकाएं।

आँच से उतारने के पूर्व विनेगर और शक्कर मिलाएं।
काटे हुए बारीक हरे धनिये से सजाएं।

फुल्के के साथ परोंसें।

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