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 X अंक 2, ग्रीष्म 2018
करुणा-मित्र
ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी – भारत की पत्रिका
प्राणी अधिकारों के लिए अंतर्राष्ट्रीय शैक्षणिक धर्मार्थ ट्रस्ट

सम्पादकीय

मनुष्य प्राणियों के विलुप्तिकरण की प्रक्रिया को धीमी कर सकता है

वैज्ञानिकों का कहना है कि विश्व विलुप्तिकरण के छठवें महती दौर से गुज़र रहा है। पूर्व के पाँच दौर की तुलना में विलुप्तिकरण की रफ़्तार १,००० से १०,००० गुना अधिक है। पूर्व की अपेक्षा इस विलुप्तिकरण में कुदरती कारण की तुलना में मनुष्य की भूमिका महत्त्वपूर्ण होती जा रही है।

हम यह भूल जाते हैं कि कुदरत ने हमें सहअस्तित्व के आधार पर पृथ्वी नामक इस ग्रह का उपहार दिया था। हम से अपेक्षा यह थी कि अन्य प्राणियों के साथ हम सामंजस्य बनाते हुए पृथ्वी को साझा करें। लेकिन, अपनी बुद्धि के बलबूते पर हम अन्य जीवों के मालिक बन बैठे हैं। अन्य प्राणियों के साथ हम इतनी क्रूरता से पेश आते हैं कि उनकी जान तक की परवाह न करते हुए, उनके साथ हम अपनी सम्पत्ति सा व्यवहार करते हैं। सदियों से हम उन्हें केवल मनोरंजन, आहार, सेवा लेने का साधन ही मानते आये हैं। हमारे इस अमानवीय व्यवहार के कारण धीरे धीरे कुछेक प्राणी संसार से विलुप्त तक हो गये हैं।

विगत दो दशक में विश्व के पटल से करीब ११ प्रजातियाँ विलुप्त हो गई हैं, जिसके प्रमुख उत्तरदायी हम मनुष्य हैं। आइयें, सूची देखें:

पश्चिम आफ्रीकी काला गैंडा, पायरेनियन आइबेक्स, पैसिंजर कबूतर, क्वागा, केरिबियन मंक सिल, समुद्री मिंक, थाइलेसिन (तस्मानियन बाघ), टेकोपा पपफिश, जावा बाघ, ग्रेट ऑक, और ब्यूबल हार्टबिस्ट।

hinsa vs. ahinsa

विलुप्तप्राय: प्रजाति दिवस

मई का तीसरा शुक्रवार

शिकार, निर्वनीकरण और अतिक्रमण के चलते कुछेक प्रजातियाँ विलुप्तप्राय होने के कगार पर हैं। वन में सैंकड़ो प्राणी, पक्षी और पौधे विनाश के बहुत ही बड़े खतरे का निरंतर सामना कर रहे हैं।

काले हिरण के शिकार की अनदेखी न करते हुए, हमें अपने वनों और उनके वन्य निवासियों की सुरक्षा और परिरक्षा का उत्तरदायित्व लेना चाहिए।

अब और अधिक प्रजातियों को विलुप्तप्राय: न होने देने का संकल्प लें।

यह सिलसिला यहाँ पर थमा नहीं है। अभी भी प्राणियों के उपर मनुष्यों का खतरा बरकरार है। भोजन के लिये हो या मनोरंजन के लिये, औषधि के नाम पर हो या सौन्दर्य प्रसाधन के लिये, सुख सवारी हो या वस्त्र परिधान, दीवारों और कमरों की सजावट के लिये हो या शिकार जैसे क्रूरतापूर्ण खेल, हमारे लिये प्राणियों के शोषण और सितम का कोई ओर-छोर ही नहीं है।

अब बाघ का ही उदाहरण लें। एक दशक पूर्व समूचे विश्व में इनकी आबादी ४,००० के ऊपर थी और आज बचे हैं केवल १,४११। कुछ संवेदनशील लोग मुहीम चला रहे हैं, 'सेव द टाइगर'। लेकिन यह इक्का दुक्का लोगों की चिंता नहीं होनी चाहिए। हम सभी की यह साझा चिंता होनी चाहिए। हम ऐसा मानते हैं कि हमें छोड़ कर सभी प्राणी हमारे उपभोग के लिये हैं। हमारी इस उपभोग-संस्कृति के चलते कितने प्राणी नामशेष होने के कगार पर हैं। वास्तव में सभी प्राणियों को कुदरत ने इस प्रकार बनाया है कि वे सहअस्तित्व की बुनियाद पर पृथ्वी पर पर्यावरण और सहजीवन का संतुलन बनाये रखें। यदि इस सिद्धांत को हम कार्यान्वित नहीं कर पा रहे हैं और हम उपभोग की इस परंपरा को जारी रखते हैं, तो आने वाले कुछ दशक में और १७ प्रजातियाँ संसार से विलुप्त हो जायेगी।

इन में प्रमुख हैं: काले गैंडे, क्रोस रिवर गोरिला, होक्सबिल कछुआ, जावा गैंडे, लेधरबेक कछुआ, इत्यादि...

अब भी समय है कि हम अपनी मानवीयता को उजागर करें और संसार के अन्य जीवों को अपने संरक्षण में लेकर उन्हें अभय प्रदान करें।

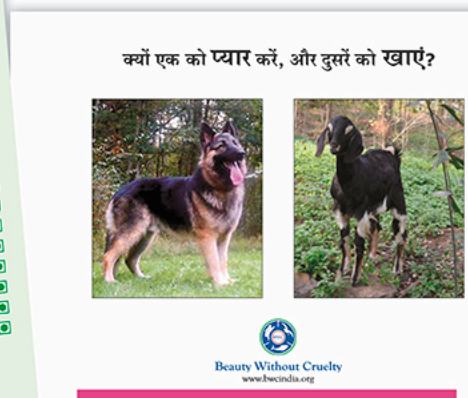
भरत कापडीआ
संपर्क: *editorkm@bwcindia.org*

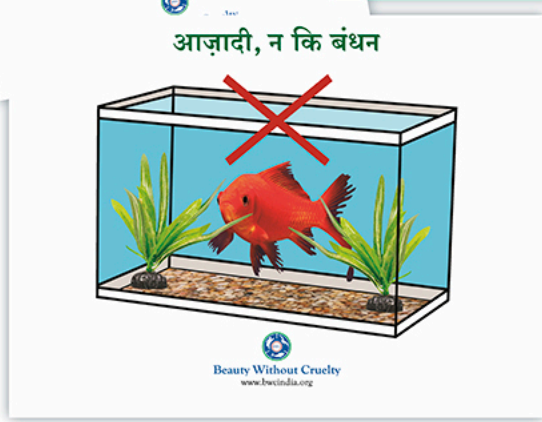
बी डब्ल्यू सी के पोस्टर प्रदर्शित करने में आप हमारी सहायता करेंगे ?

जनजागृति निर्माण करने के उद्देश्य से ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी ने १५ विभिन्न प्रकार के पोस्टर ग्लोसी पेपर पर A४ (८ × ११.५ इंच) माप के मुद्रित करवाए हैं, जोकि नि:शुल्क वितरण के लिए हैं।

पोस्टर के उपर के संदेश हिंदी और अंग्रेज़ी में समान हैं इन्हें किसी भी तरफ से प्रदर्शित किया जा सकता हैं।

पाठकों से हमारा अनुरोध है कि यदि आप इन्हें किसी पुस्तकालय, शैक्षणिक संस्था, क्लब अथवा व्यापारिक संस्थान में विशिष्ट स्थान पर प्रदर्शित करवा सकते हैं, तो नि:संकोच हम से सेट के हिसाब से मंगवायें।





फार्म IV (कृपया नियम ८ देखें)

करुणा-मित्र समाचार पत्र के स्वामित्व सम्बंधित विवरण – प्रत्येक फरवरी माह के अंतिम दिवस के बाद प्रकाशित अंक में प्रकाशन आवश्यक विवरण

प्रकाशन स्थल: ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी (भारत), ४ प्रिन्स ऑफ वेल्स ड्राइव, वानवडी, पुणे ४११ ०४० प्रकाशन अवधि: त्रैमासिक।

मुद्रक का नाम: एस. जे. पटवर्धन। क्या भारत के नागरिक है: हां। पता: मुद्रा, ३८३ नारायण पेठ, पुणे ४११ ०३०

प्रकाशक का नाम: डायना रत्नागर, अध्यक्षा, ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी (भारत)। क्या भारत के नागरिक है: हां। पता: ४ प्रिन्स ऑफ वेल्स ड्राइव, वानवडी, पुणे ४११ ०४०

संपादक का नाम: भरत कापडीआ। क्या भारत के नागरिक है: हां। पता: ४ प्रिन्स ऑफ वेल्स ड्राइव, वानवडी, पुणे ४११ ०४०

उन व्यक्तियों के नाम व पते जो समाचार पत्र के स्वामी हों तथा जो समस्त पूंजी के एक प्रतिशत से अधिक से साझेदार या हिस्सेदार हो:

अध्यक्षा, ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी (भारत), ४ प्रिन्स ऑफ वेल्स ड्राइव, वानवडी, पुणे ४११ ०४०

मैं, डायना रत्नागर, एतद् द्वारा घोषित करती हूं कि मेरी अधिकतम जानकारी एवं विश्वास के अनुसार ऊपर दिया गया विवरण सत्य है।

हस्ताक्षरित

डायना रत्नागर, (प्रकाशक) दिनांक: १ मार्च २०१८

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।

काबुली चना

चने का एक प्रकार काबुली चना है, जो हल्के दुधिया रंग के होते हैं, जबकि, देसी चने छोटे और गाढे रंग के होते हैं। भारत विश्वभर में वार्षिक ८८ लाख से भी अधिक मेट्रिक टन उत्पादन के साथ सर्वोच्च स्थान पर है।

समूचे विश्व में सर्वाधिक उपभोग होने वाली फली होने का केवल यही कारण नहीं है कि वे स्वादिष्ट हैं, परंतु, इनमें प्रोटीन की उच्च मात्रा होना भी एक कारण है। साथ ही वे पौष्टिक भी हैं। उनके उपभोग से रक्तचाप के स्तर को नियंत्रित रखने में, पाचक आरोग्य को बढाने में, हृदय की स्थिति में सुधार लाने में, कैंसर की रोकथाम करने में, झुर्रियों को कम करने में, बालों के झड़ने को रोकने में, आँखों की रौशनी के सुधार में, हड्डियों को मजबूत बनाने में सहायता मिलती है और दाह कम करने में सहायता मिलती है।

पंजाबी छोले (४ व्यक्तियों के लिये)

सामग्री

१-१/२ कप	काबुली चना (रात भर भिगो कर रखे हुए)
३ नग	सूखे आंवले
स्वाद अनुसार	नमक
१ चुटकी	चाय पत्ती
४ मध्यम कद के	टमाटर
२ छोटे चम्मच	जीरा
२ छोटे चम्मच	तेल
२ कटी हुई	हरी मिर्च
२ छोटे चम्मच	धनिया पाउडर
२ छोटे चम्मच	जीरा पाउडर
१ छोटा चम्मच	लाल मिर्च पाउडर
१ बड़ा चम्मच	अनारदाना पाउडर
२ बड़े चम्मच	ताज़ा धनिया पत्ती

बनाने की विधि

काबुली चने में ३ कप पानी मिलाएं, मलमलके कपड़े की थैली में सूखे आँवले, नमक और चाय पत्ती डाल कर बांध के प्रेशर कुकर में डाले।

४ या ५ सिटी होने दे फिर ठंडा होने के बाद मलमल की थैली निकाल लें।

३ टमाटर का गाढ़ा गूदा बनाएं और शेष को एक इंच के टुकड़ों में काटें।

कढ़ाई में तेल डाल कर २ चम्मच जीरा डालें उसमें हरी मिर्च तलें।

टमाटर का गूदा डाल कर जब तक वह अलग न हो जाये, तलते रहें।

धनिया पाउडर, जीरा पाउडर, लाल मिर्च पाउडर और अनारदाना पाउडर डाल कर अलग होने तक तलते रहें।

पानी बहाकर रखे चने में नमक डाल कर ५ से १० मिनट तक पकने के बाद कढ़ाई से उतार लें। दूसरे कढ़ाई में बचा हुआ तेल गर्म करने को रखें।

टमाटर के कटे टुकड़े तलें। चने के मिश्रण में इसे डालें और पांच मिनट तक ढक कर रखें। धनिया पत्ती से सजा कर गर्म परोसें।

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 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।

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।

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

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