वर्ष 15 अंक 1
बसंत 2025

करुणा-मित्र

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

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

संपादकीय चीनी राशिचक्र

शेंगसीओ चीनी राशि चक्र है।

चीन, वियतनाम, कोरिया और जापान में मनाया जाने वाला यह राशि चक्र 12 विशेष प्राणियों के प्रति सम्मान दर्शाता है। प्रत्येक वर्ष को एक जानवर के द्वारा दर्शाया जाता है, जो हर 12 साल में दोहराया जाता है।

जानवरों और तत्त्वों के द्वारा शासित वर्ष के दौरान विशिष्ट पशु विलक्षणता प्रदान की जाती हैं।

प्राणी	विशिष्टता	तत्त्व	शासित समयावधि
साँप	ज्ञानपूर्ण	लकड़ी	29 जनवरी 2025 – 16 फरवरी 2026
अश्व	आदर्शवादी	अग्नि	17 फरवरी 2026 – 05 फरवरी 2027
बकरी	शांतिप्रिय	अग्नि	06 फरवरी 2027 – 25 जनवरी 2028
बंदर	साहसी	पृथ्वी	26 जनवरी 2028 – 12 फरवरी 2029
मुर्गा	मेहनती	पृथ्वी	13 फरवरी 2029 – 02 फरवरी 2030
कुत्ता	वफादार	धातु	03 फरवरी 2030 – 22 जनवरी 2031
सूअर	बुद्धिमान	धातु	23 जनवरी 2031 – 10 फरवरी 2032
चूहा	चतुर	जल	11 फरवरी 2032 – 30 जनवरी 2033
बैल	कर्तव्यबद्ध	जल	31 जनवरी 2033 – 18 फरवरी 2034
बाघ	स्वतंत्र	लकड़ी	19 फरवरी 2034 – 07 फरवरी 2035
खरगोश	रचनात्मक	लकड़ी	08 फरवरी 2035 – 27 जनवरी 2036
ड्रैगन	शक्तिशाली	अग्नि	28 जनवरी 2036 – 14 फरवरी 2037

ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी
डाडी स्री डाडी
के प्रति आभारी है
जिन्होने अपनी वसीयत में इस वर्ष
COMPASSIONATE FRIEND और करुणा-मित्र
के एक अंक को प्रकाशित करने के लिए
उदारतापूर्वक दान दिया

प्रत्येक वर्ष के चंद्र माह भी प्राणियों के द्वारा शासित होते हैं:

वसंत	ग्रीष्म	पतझड़	शिशिर
बाघ	साँप	बंदर	सूअर
खरगोश	अश्व	मुर्गा	चूहा
ड्रैगन	बकरी	कुत्ता	बैल

3,000 से अधिक वर्षों से एक मार्गदर्शक के रूप में कार्य करते हुए, चीनी राशि चक्र आज भी चीन और पूर्वी एशिया में उत्सवों से लेकर दैनिक निर्णयों तक सांस्कृतिक परंपराओं को आकार दे रहा है।

प्रत्येक राशि चक्र का जानवर 12 वर्षों के चक्र को दोहराता है, और यह माना जाता है कि प्रत्येक व्यक्ति को उस जानवर के व्यक्तित्व-गुण उस वर्ष के लिए विरासत में मिलते हैं - जिस वर्ष उसका जन्म हुआ था। जैसी कि प्रसिद्ध चीनी कहावत है, *यह वह जानवर है, जो आपके दिल में छिपा है,* इसलिए अपने राशि चक्र जानवर की खोज करें और अपने साझा चरित्र-लक्षणों का पता लगाएं। साँप का वर्ष, जो 29 जनवरी, 2025 को शुरू हुआ और 16 फरवरी, 2026 को समाप्त होता है, माना जाता है कि यह साँपों के गुण को दर्शाते हुए ज्ञान लाता है।

हमें जानवरों की सकारात्मक विशेषताओं का सम्मान करना चाहिए, न कि उनका शोषण करना चाहिए या न ही उन्हें मारना चाहिए। आख़िरकार, चीनी राशि चक्र के अनुसार मनुष्य जानवरों के गुणों का अनुकरण कर रहे हैं।

भरत कापडीआ
संपर्क: editorkm@bwcindia.org

गढ़िमाई मेला

जब तक गढ़िमाई मेले में पशु बलि बंद नहीं होते, तब तक बीडब्ल्यूसी अपने प्रयास नहीं छोड़ेगा, **कहती हैं निर्मल निश्चित**

जब एक नेपाली सामंती जमींदार, भगवान चौधरी को 18 वीं सदी के मध्य में मकवानपुर किले में कैद कर दिया गया था, तब उन्होंने सपना देखा कि अगर वह देवी गढ़िमाई को सम्मान स्वरुप रक्त की बलि चढ़ायेंगे तो उनकी समस्याएं हल हो जाएंगी। अपनी मुक्ति के पश्चात्, उन्होंने गाँव के चिकित्सक से संपर्क किया, जिसके वंशज दुखा काचड़िया ने अपने शरीर के पांच हिस्सों से अपने रक्त की बूंदों के साथ अनुष्ठान शुरू किया।

समय के साथ देवी गढ़िमाई के भक्तों ने यह मान लिया कि बलि चढ़ाए गए जानवरों के खून से देवता प्रसन्न होते हैं, और इस उद्देश्य से हर पांच साल में दक्षिण नेपाल के बारा जिले के बरियापुर में गढ़िमाई मेले का आयोजन करना शुरू किया। इस प्रकार एक ऊंची दीवारों वाले बलि के मैदान में हज़ारों जानवरों के सिर काटने का सिलसिला शुरू हुआ।

गढ़िमाई मंदिर। ***तसवीर सौजन्य:*** **wikipedia.org**

समय के इस सिलसिले के चलते अपने साथ लाए या खरीदे गए लाखों जानवरों की बलि दी जाती है, जिनमें मुख्य रूप से युवा नर भैंस, बकरे, बत्तख, मुर्गे, कबूतर और चूहे शामिल रहते हैं। भयभीत जानवरों और पक्षियों का पीछा करने, उन्हें झुलाने और मारने के लिए तलवारों से लैस वधकर्ताओं को नियुक्त किया जाता है। भैंस के बछड़े जैसे जानवरों की मुख्य रूप से तस्करी की जाती है, या तो आगंतुकों के साथ या वाहनों में भरकर, बिहार के रक्सौल से बरियापुर तक, जो केवल 26 किलोमीटर की दूरी पर हैं, से लाये जाते हैं।

चूंकि मेले में भाग लेने वाले लगभग सभी लोग तराई क्षेत्र में रहने वाले लोगों में से हैं, इस लिए बी डब्ल्यू सी ने हमारी सरकार से भारत–नेपाल सीमा के पार जीवित जानवरों के अवैध आवागमन को रोकने का अनुरोध करके 2009, 2014, 2019 और 2024 में क्रूर बलिदानों को रोकने की कोशिश की। भारत के सर्वोच्च न्यायालय ने भी भारत संघ और चार सीमावर्ती राज्यों बिहार, उत्तराखंड, उत्तर प्रदेश, पश्चिम बंगाल को एक नोटिस जारी किया और उन्हें भारत से नेपाल भेजे जाने वाले जानवरों के आवागमन को प्रतिबंधित करने का निर्देश दिया।

वध के लिये खिंचे जा रहे मासूम, निरीह प्राणी। ***तसवीर सौजन्य:*** **Sneha's care**

जुलाई 2015 में प्राणी अधिकार कार्यकर्ताओं के लिए यह एक आंशिक जीत थी, जब नेपाल के सर्वोच्च न्यायालय के दबाव में नेपाल पशु कल्याण और अनुसंधान केंद्र द्वारा प्राप्त निषेधाज्ञा के अंतर्गत गढ़िमाई मंदिर ट्रस्ट के सचिव ने घोषणा की ''हमने पशुबलि की इस प्रथा को पूरी तरह से बंद करने का फैसला किया है।''

2019 में फिर से नेपाल के सर्वोच्च न्यायालय ने फैसला सुनाया कि क्रूर पशु बलि को चरणबद्ध

तरीके से समाप्त किया जाना चाहिए, लेकिन पूछताछ करने पर पता चला कि अदालत के आदेश को लागू करने के लिए उत्तरदायी लोगों की व्यक्तिगत मान्यताएं प्रबल रहीं, और बलि को हतोत्साहित या रोका नहीं गया, हालांकि कम किया गया। फेडरेशन ऑफ एनिमल वेलफेयर नेपाल (FAWN) द्वारा चलाए गए ''ब्लडलेस गढ़िमाई'' अभियान ने अपनी छानबीन के पश्चात् निष्कर्ष निकाला कि हज़ारों भैंसों, बकरियों और मुर्गियों जैसे अन्य जानवरों की लगातार 5 घंटों तक बलि दी गई थी।

बचाया गया भैंस का बछड़ा। *तसवीर सौजन्य:* Shaili Shah, Humane Society International

2024 में बी डब्ल्यू सी ट्रस्टी राजीव सेठी ने FAWN के संस्थापक बिकेश श्रेष्ठ से बात की। लेकिन उन्हें बताया गया कि इस बार अदालत ने पशु बलि को रोकने के लिए कुछ नहीं किया है। लेकिन, गढ़िमाई मंदिर के अधिकारियों ने लोगों से जानवरों की बलि देने के बजाय पैसे दान करने का अनुरोध किया है, ताकि वे एक बड़ा और बेहतर मंदिर बना सकें, इस लिए उम्मीद है कि बलि दिए जाने वाले पशुओं की संख्या कम हो जाएगी।

स्पष्ट समाधान और एकमात्र आशा बची थी कि जानवरों को भारत की सीमा पार करने के पहले ही रोका जाए। बी डब्ल्यू सी ने पहले ही भारत के प्रधानमंत्री, गृहमंत्री, सशस्त्र सीमा बल, बिहार, उत्तराखंड उत्तर प्रदेश और पश्चिम बंगाल के मुख्यमंत्रियों और पुलिस महानिदेशकों को पत्र लिखकर यह सुनिश्चित करने के लिए कहा था कि कोई भी जानवर भारत-नेपाल सीमा को पार न करें। इस वर्ष 2024 के मेले के पूर्व अखिल भारत कृषि गो सेवा संघ और श्री वर्धमान परिवार के मुखिया कमलेश शाह ने प्राणियों को भारत की सीमा पर ही रोकने के लिये चुस्त आयोजन किया था। बी डब्ल्यू सी उन्हें और उनकी टीमों को बधाई देती है, जिन्होंने जानवरों की अवैध आवाजाही को रोकने के लिए भारत-नेपाल सीमा पर चौबीसों घंटे काम किया और बचाए गए जानवरों को गौशालाओं में भेजा। उनके प्रयासों से उल्लेखनीय परिणाम मिले 2019 में 22,500 की तुलना में 1/3 से भी कम, अर्थात् 7,000 से कम भैंसें मारी गईं। अगले दिन बकरियों और अन्य जानवरों के भी सिर काट दिए गए, लेकिन उनकी संख्या भी खासी कम हुई थी।

गढ़िमाई मेले के दारौन वध किये गयें पशुओ की दिल दहला देने वाली तसवीर।
***तसवीर सौजन्य:* अज्ञात**

उन्होंने 336 प्राणियों को बचाया और 305 को अपने संरक्षण में ले लिया, जिन्हें ऋषभ फाउन्डेशन द्वारा संचालित बोधगया गौशाला और मोतिहारी के पास वनदेवी गौशाला में स्थानांतरित किया गया। शेष पशुओं को एसएसबी/पुलीस द्वारा अन्य गौशालाओं में पुनर्वासित किया गया। दरअसल, टीम ने कई लोगों को समझाया कि वे जानवरों को सीमा पार गढ़िमाई न ले जाएं, क्योंकि, पशुओं का वध करना वास्तविक बलि नहीं है।

ह्यूमेन सोसाइटी इंडिया और पीपल फॉर एनिमल्स ने एसएसबी के साथ मिलकर 750 से ज्यादा जानवरों को भी बचाया। इनमें से कम से कम 400 भैंसों और बकरियों को वन्यजीव पुनर्वास केंद्र और चिड़ियाघर वनतारा में भेज दिया गया। 328 कबूतरों को वापस जंगल में छोड़ दिया गया और 2 मुर्गियों को गोद लिया गया।

अगला गढ़िमाई मेला 2029 में होगा। बी डब्ल्यू सी तब तक अपने प्रयास नहीं छोड़ेगा जब तक पशु बलि बंद नहीं होते।

जैन व्हीगन व्यंजन

इस स्तंभ के अंतर्गत जैन व्हीगन व्यंजन बनाने की विधि प्रस्तुत है। यदि आप भी कोई रेसिपी भेजना चाहते हैं, तो पत्र/ई-मेल के द्वारा भेजें। व्हीगन 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। निम्नदर्शित व्यंजन आपकी प्रतिरक्षा (इम्यूनिटी) सिस्टम को न केवल बढ़ावा देती है, आरोग्यप्रद और स्वादिष्ट भी है।

टमाटर (कच्चे, हरे)

इसमें पके लाल टमाटर के समान पोषक तत्त्व होते हैं। लेकिन ये विशेष रूप से आंखों के स्वास्थ्य में सुधार करते हैं, क्योंकि वे बीटा कैरोटीन से भरपूर होते हैं। साथ ही, एक मध्यम हरे टमाटर में 90 माइक्रोग्राम विटामिन-K होता है, जो हड्डियों को मजबूत और स्वस्थ रखने में मदद करता है। और चूंकि इनमें विटामिन-C की मात्रा अधिक होती है, इसलिए इसका सेवन समय से पहले बुढ़ापा और झुर्रियों को रोकता है, साथ ही रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। इनमें उच्च स्तर में पोटेशियम होता है, जो रक्तचाप को कम करने में मदद करता है और हृदय की समस्याओं के जोखिम को कम करता है, दो कच्चे टमाटर या एक तिहाई कप जूस में 7 मिलीग्राम लाइकोपीन होता है, यह सुझाई गई मात्रा हृदयरोगियों के द्वारा प्रतिदिन ली जा सकती है, ताकि, समय के साथ हृदय की रक्त-वाहिकाओं के ऊतकों की कार्यप्रणाली स्वस्थ व्यक्तियों की तरह अच्छी हो जाए। कैलोरी में कम और फाइबर एवं अन्य पोषक तत्त्वों में उच्च, हरे टमाटर पाचन में सहायता करते हैं और कब्ज को रोकते हैं, और इन्हें कच्चा या पकाकर खाया जा सकता है।

कच्चे टमाटर की खट्टी-मीठी सब्ज़ी

सामग्री

6 कच्चे टमाटर
2-3 चम्मच तेल
1 चम्मच सरसों के दाने
1/2 चम्मच जीरा
1/2 चम्मच साबूत धनिया
चुटकी भर हिंग
1 चम्मच धनिया-जीरा पाउडर
1/2 छोटा चम्मच हल्दी पाउडर
2-3 हरी मिर्च
पानी
नमक स्वाद अनुसार
2 छोटे चम्मच सौंफ (भुनकर पीसी हुई)
1/2 छोटा चम्मच गर्म मसाला
2 छोटे चम्मच शक्कर
धनिया-पत्ती सजावट के लिए

बनाने की विधि

सभी टमाटर को अच्छे से धोकर उनके छोटे छोटे टुकड़े करके रख लें।

एक कडाही में तेल, सरसों, जीरा, साबूत धनिया, हिंग, धनिया-जीरा पाउडर, और हल्दी पाउडर डालकर ठीक से मिश्रण करें।

हरी मिर्च के टुकड़े करके उसमें डालें। पूरे मिश्रण को गर्म करें। चुटकी भर नमक डालें।

3 चम्मच पानी डालकर पूरे मिश्रण को धीमी आंच पर गर्म होने दें। समग्र मसाले से तेल अलग हो जाने तक उबालते रहें।

अब इसमें टमाटर के टुकड़े डालकर मिक्स करें। आवश्यकतानुसार थोड़ा सा पानी और नमक डालकर हिलाएं, मिश्रण को ढककर पकने दें। 2-3 मिनट के बाद जांचें और फिर से ढककर 4-5 मिनट तक पकने दें।

टमाटर के पक जाने पर सौंफ पाउडर, गर्म मसाला और शक्कर डालकर मिश्रण को हिलाएं। शक्कर के पिघलने पर धनिया-पत्ती से सजाकर परोसे।

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: 181 शुक्रवार पेठ, पुणे 411 002

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
+91 74101 26541 admin@bwcindia.org bwcindia.org

Scan me

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