

# सबको प्यारे प्राण



प्रकाशक

सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल, जयपुर

# सबको प्यारे प्राण

(अहिंसा, शाकाहार और प्राणी-रक्षा विषयक उपयोगी सामग्री का संकलन)

संकलनकर्ता

रत्नलाल सी. बाफना

संपादक

डॉ. दिलीप धींग



प्रकाशक

सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल

(संरक्षक : अ.भा. श्री जैन रत्न हितैषी श्रावक संघ)

---

पुस्तक	: सबको प्यारे प्राण	अन्य प्राप्ति स्थल :
संकलनकर्ता	: रतनलाल सी. बाफना	<input type="checkbox"/> <b>श्री रथानकवासी जैन स्वाध्याय संघ</b> घोड़े का चौक, जोधपुर-342001 (राजस्थान) फोन : 0291-2624891 मोबाइल : 09414267824
संपादक	: डॉ. दिलीप धींग	
प्रकाशक	: सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल दूकान नं. 182 के ऊपर, बापू बाजार, जयपुर-302003 दूरभाष: 0141-2575997, 2571163 फैक्स : 0141-2570753 E-mail :sgpmandal@yahoo.in	<input type="checkbox"/> <b>Shri Navratan ji Bhansali</b> C/o. Mahesh Electricals, 14/5, B.V.K. Ayangar Road, <b>BANGALURU-560053</b> (Karnataka) Ph. : 080-22265957 Mob. : 09844158943
तृतीय संस्करण	: 2015	<input type="checkbox"/> <b>Shri B. Budhmal ji Bohra</b> 211, Akashganga Apartment, 19 Flowers Road, Kilpauk, <b>CHENNAI-600010</b> (TND) Ph. : 044-26425093 Mob. : 09444235065
प्रतियाँ	: 1500	<input type="checkbox"/> <b>श्रीमती विजयानन्दिनी जी मल्हारा</b> “रत्नसागर”, कलेक्टर बंगला रोड, चर्च के सामने, 491-ए, प्लॉट नं. 4, जलगाँव-425001 (महा.) फोन : 0257-2223223
लेजर टाइप सैटिंग	: सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल	
आवरण	: श्री प्रह्लाद नारायण लखेरा श्री निर्मल जामड़	<input type="checkbox"/> <b>श्री दिनेश जी जैन</b> 1296, कटरा धुलिया, चाँदनी चौक, दिल्ली-110006 फोन : 011-23919370 मो. 09953723403
मूल्य	: 30 (तीस) रु. मात्र	
मुद्रक	: दी डॉयमण्ड प्रिंटिंग प्रेस, जयपुर	

## प्रकाशकीय

# करुणा और शाकाहार

धरती पर हिंसा-हत्या और खून-खच्चर की घटनाएँ बढ़ती जा रही हैं। भय और आतंक से मानवता सहमी हुई है। ऐसे संकटापन्न समय में अहिंसा के उपवन लगाना और शान्ति के फूल खिलाना अत्यावश्यक है। इसके लिए मांसाहार पर अंकुश आवश्यक है। क्योंकि मांसाहार हिंसा, जीव-हत्या का सबसे बड़ा कारण है। मांसाहार के कारण ही प्रतिदिन लाखों मूक प्राणियों को मौत के घाट सुला दिया जाता है। दुःखद आश्चर्य तो तब होता है जब धर्म के नाम पर भी कुछ लोग निरीह प्राणियों का वध करते हैं। जब ऐसा होता है, तब प्रश्न उठता है कि धर्म का स्वरूप क्या है ? कोई चाहे जितने तर्क-वितर्क-कुतर्क करें, लेकिन यह बात दिन के उजाले की तरह स्पष्ट है कि पशु-पक्षियों को मारना धर्म नहीं है। धर्म तो बचाने में, रक्षा करने में ही हो सकता है। इसलिए जहाँ अहिंसा है, वहाँ धर्म है। मानवता और नैतिकता का आधार भी अहिंसा बनती है।

मानवता और दुनिया को बचाने के लिए आज जिस चीज़ की सर्वाधिक जरूरत है, वह है - अहिंसा। अहिंसा के बगैर ढेर सारी सुविधाओं के बीच भी आदमी सुखी नहीं है। कुछ लोग अहिंसा की अवधारणा को सिर्फ मानव की अहिंसा तक सीमित रखना चाहते हैं। लेकिन उनकी यह सोच अधूरी है। मानव की भूख शान्त करने के लिए दूसरे प्राणियों का संहार करना प्रकृति और संस्कृति दोनों के विरुद्ध है। इसीलिए दुनियाभर के महापुरुष सात्त्विक आहार, शाकाहार पर जोर देते रहे हैं। शाकाहार का सम्बन्ध सिर्फ अहिंसा और जीवदया से ही नहीं है। शाकाहार का सम्बन्ध स्वास्थ्य, संस्कार, संस्कृति, पर्यावरण और मानव की आदतों से भी है। शाकाहार मानव को शान्तिप्रिय व अनुशासित बनाता है। वह क्रूरता और तोड़फोड़ का निषेध करता है। इसके विपरीत मांसाहार मानव

को क्रूरता का अभ्यस्त बना देता है, उसे संवेदनहीन बना देता है। हिंसा के ताप से संतप्त मानवता को बचाने के लिए करुणा और संवेदनशीलता का अभ्यास और प्रशिक्षण देना बेहद जरूरी है।

प्रख्यात समाजसेवी श्री रत्नलाल सी. बाफना ने मानवता के कल्याण और प्राणिमात्र के हितार्थ इस बेहद जरूरी कार्य को अपने जीवन का मिशन ही बना लिया। एक व्यस्त और सम्पन्न स्वर्ण-व्यवसायी होने के बावजूद उन्होंने अपना पर्याप्त समय और प्रचुर धन साधना और सेवा के लिए लगा दिया। उनका जीवन व्यवहार, साधना और सेवा का त्रिभुज है। व्यवहार के अन्तर्गत हर व्यक्ति का अपना परिवार और कारोबार होता है। परम पूज्य आचार्य श्री हस्तीमलजी म. सा. के उपदेशों से प्रभावित और अनुप्रेरित होकर श्री बाफनाजी साधना और सेवा के पथ पर अग्रसर हुए तो आगे से आगे बढ़ते ही रहे। सामायिक, स्वाध्याय और धर्म-ध्यान उनकी साधना के आधार हैं। सेवा के अन्तर्गत अहिंसा, शाकाहार, सदाचार, व्यसन-मुक्ति, गोपालन, शिक्षा, चिकित्सा आदि अनेक कार्य उनके माध्यम से प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से किये या करवाये जा रहे हैं। उनके सेवा कार्य वर्तमान और आने वाले समय के लिए मील का पत्थर बन चुके हैं।

श्री बाफनाजी के जीवन में समग्रता है। अपने जीवन को समग्र बनाने के लिए बाफनाजी ने अनेकविध उपक्रम और पराक्रम किये। कभी वे अखिल भारतीय संस्थाओं के शीर्ष पदों को सुशोभित करते हैं तो कभी सामान्य कार्यकर्ता के रूप में अपने मिशन को गति देते हैं। गुरुदेव आचार्य हस्ती के स्वाध्याय के सन्देश को उन्होंने सिर्फ किताब बाँचने तक सीमित नहीं रखा। उन्होंने सत्साहित्य का मनोयोगपूर्वक अध्ययन किया और उसे हृदयंगम किया। स्वाध्याय करते समय जहाँ उन्हें कोई सामग्री महत्वपूर्ण लगी, उस सामग्री को उन्होंने अपनी डायरी में दर्ज कर लिया, ताकि अपने मिशन में उस सामग्री का उपयोग किया जा सके। चूंकि शाकाहार उनके जीवन का एक खास मिशन रहा है, इसलिए जब उनकी डायरियों पर आधारित पुस्तक तैयार करने की बात आई तो सबसे पहले शाकाहार विषयक पुस्तक प्रकाशित करने का मन बनाया। यही पुस्तक आपके हाथों में है।

अहिंसा और शाकाहार के लिए समर्पित साहित्यकार डॉ. दिलीपजी धींग ने डायरियों में बिखरी सामग्री को संयोजित और सम्पादित करके पुस्तकाकार स्वरूप प्रदान किया है। श्री महावीर जैन स्वाध्याय विद्यापीठ, जलगाँव के प्राचार्य श्री प्रकाशचन्द्रजी जैन ने इस पुस्तक का पुनरावलोकन किया। पुस्तक में जिनका भी प्रत्यक्ष या परोक्ष सहयोग रहा, उन सबके प्रति हार्दिक आभार। शाकाहार और सदाचार के प्रचार-प्रसार में यह पुस्तक सहयोगी बनेगी और लोगों को अनुप्रेरित करेगी, ऐसा विश्वास है। पुस्तक की लोकप्रियता एवं माँग को देखते हुए पुस्तक का तृतीय संस्करण पाठकों के समक्ष प्रस्तुत है।

कैलाशमल दुगड़

अध्यक्ष

सम्पत्तराज चौधरी

कार्याध्यक्ष

विनयचन्द डागा

मंत्री

सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल

संकलनकर्ता की ओर से

## जन आनंदोलन बनें शाकाहार

परम पूज्य गुरुदेव आचार्य श्री हस्तीमलजी महाराज के देवलोकगमन के पश्चात् उनकी पुनीत स्मृति में मैंने अहिंसा-प्रचार के कार्य को मिशन के रूप में लिया। अहिंसा और शाकाहार के व्यापक प्रचार-प्रसार के लिए मैंने 20 कलमी कार्यक्रम बनाया। इस क्रम में मैंने करीब 1500 विद्यालयों, 25 महाविद्यालयों तथा 1000 गाँवों/कस्बों में जाकर भाषण दिये तथा शाकाहार विषयक साहित्य वितरित किया। अनेक शाकाहार सम्मेलन आयोजित किये। लोगों द्वारा पूछे गये शाकाहार विषयक अनेक प्रकार के प्रश्नों का पूर्ण समाधान किया। इस प्रकार करीब बारह वर्षों तक मैंने गाँव-गाँव जाकर अहिंसा, शाकाहार और व्यसन-मुक्ति का सघन प्रचार किया। मेरे सुदीर्घ प्रयासों का सुफल मुझे मिला और लाखों व्यक्तियों ने शाकाहार के संकल्प किये। शाकाहार-संकल्प करने वालों में बड़ी संख्या विद्यार्थी वर्ग और युवा वर्ग की रही। मेरा मानना है कि यदि देश की नई पीढ़ी शाकाहार के प्रति पूर्ण निष्ठा रखे और शाकाहार को जन आनंदोलन बनाने का बीड़ा उठाए तो संस्कृति और प्रकृति के हित में बहुत बड़ा कार्य हो सकता है। आहार का हमारे जीवन तथा जगत पर गहरा असर होता है। शाकाहार व्यक्तिगत रूप से जितना लाभदायक है, उतना ही सामाजिक और वैश्विक रूप से भी लाभदायक है।

शरीर पर उम्र का प्रभाव पड़ता ही है। मेरा शरीर भी उससे अप्रभावित नहीं रहा। गाँव-गाँव जाकर शाकाहार प्रचार करने के कार्य में मेरी सक्रियता जब कम होने लगी तो मैंने अहिंसा-तीर्थ का निर्माण किया। यह तीर्थ गोसेवा, जीवदया और पशु-पक्षियों के प्रति प्रेम का जीता-जागता उदाहरण बन गया है। अहिंसा-तीर्थ के अन्तर्गत ही शाकाहार की महिमा बताने वाला ‘यू-टर्न

म्युजियम’ बनाया। इस म्युजियम (संग्रहालय) को देखकर अगणित व्यक्तियों ने मांसाहार का त्याग किया है। शाकाहार म्युजियम के माध्यम से मांसाहार त्याग करने वालों का क्रम निरन्तर जारी है और भविष्य में भी जारी रहेगा।

शाकाहार की उपयोगिता और मांसाहार की वीभत्सता को अनेक उपायों तथा आयामों से प्रस्तुत किया जा सकता है। देश के प्रसिद्ध तीर्थस्थानों और धर्मस्थलों पर अहिंसा, करुणा, जीवदया और शाकाहार के ऐसे संग्रहालय बनाये जाने चाहिये। अलग-अलग जगहों पर अलग-अलग शैली, तकनीक और सामग्री का उपयोग किया जा सकता है, जिससे शाकाहार की महत्ता के विविध आयाम लोगों के समक्ष आ सके। जन-जन में अहिंसा, शान्ति और पर्यावरण का सन्देश पहुँचाने के लिए यह एक प्रभावशाली उपाय हो सकता है।

अब यह अच्छी तरह जान लेना चाहिये कि मांसाहार मानव का आहार नहीं है। मांसाहार की वजह से मानव, मानवता और दुनिया ने तरह-तरह के संकट झेले हैं। हिंसा, आतंक, प्रदूषण आदि विश्वव्यापी समस्याओं के लिए मांसाहार जिम्मेदार है। अपने पेट की अस्थायी तृप्ति के लिए, स्थायी रूप से किसी निष्पाप प्राणी का पेट काट देना! निर्दोष प्राणियों पर इससे बड़ा जुल्म और क्या होगा ? रोज-रोज भारी संख्या में होने वाले इन जुल्मों की घातक तरंगें धरती और धरतीवासियों के लिए किसी-न-किसी रूप में अभिशाप बनी हुई है। हमारी इस धरती को आतंक-मुक्त, प्रदूषण-मुक्त, युद्ध-मुक्त और आपदा-मुक्त बनाने के लिए सर्वत्र अहिंसा और करुणा का वातावरण बनाना बेहद जरूरी है। ऐसे वातावरण के लिए शाकाहारी जीवन शैली अपनाना सर्वाधिक जरूरी है।

प्राणियों के लिए मृत्यु का भय सबसे भयंकर होता है। चलते-फिरते जीवों को जब नियोजित तरीकों से क्रूरतापूर्वक मारा जाता है तो मरने वाले प्राणी और पूरा वातावरण भयाक्रान्त हो जाते हैं। मौत के इस भय को मूक प्राणी भी मानव की भाँति ही महसूस करते हैं तथा वे भी मौत से बचने के लिए हर संभव प्रयास करते हैं। उन्हें मौत के भय से मुक्त करना/कराना अभयदान है। अभयदान (जीवनदान) को सूत्रकृतांग में सर्वश्रेष्ठ दान कहा गया है – दाणण सेड्ड अभयप्पयाण। शाकाहार से स्वास्थ्य-रक्षा के साथ ही प्राणियों को सहज ही

अभयदान मिल जाता है। इसी प्रकार ग्रंथों में अनुकम्पा को सम्यक्त्व का, मनुष्यत्व का लक्षण बताया गया है। मरते-तड़पते प्राणी को देखकर सहृदय व्यक्तियों का हृदय काँप उठता है, उनकी यह मानवीय अनुभूति ही अनुकम्पा है, जो मानव मात्र में प्रेम और करुणा का संचार करती है। शाकाहारी जीवन शैली के प्रति आकर्षण का एक मुख्य कारण अनुकम्पा की भावना भी है।

शाकाहार प्रचार को सुव्यवस्थित गति देने के लिए मैंने सैकड़ों पुस्तकों का अध्ययन किया। जहाँ कहीं उपयोगी सामग्री मिली, उसे मैं मेरी डायरियों में यत्र-तत्र लिखता गया। सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल के अध्यक्ष श्री पी. एस. सुराणा साहब की इच्छा रही कि मेरी डायरियों में संकलित सामग्री पुस्तकाकार रूप में प्रकाशित हो तो जन-जन लाभान्वित हो सकता है। मेरे द्वारा लिखित डायरियों में संकलित शाकाहार विषयक सामग्री को प्रस्तुत पुस्तक में सम्मिलित किया गया है तथा ‘सबको प्यारे प्राण’ नाम दिया गया है। विद्वद्वर्य कवि डॉ. दिलीपजी धींग ने अपने सम्पादन कौशल व परिश्रम से पूरी सामग्री को सुन्दर ढंग से वर्गीकृत करके सुपठनीय तथा संप्रेषणीय बनाया है। सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल ने इसका सहर्ष प्रकाशन किया है। संगृहीत सामग्री को पुस्तकाकार स्वरूप देने तथा प्रकाशन में प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष सहयोग करने वाले सभी जनों के प्रति मैं हृदय से कृतज्ञता व्यक्त करता हूँ।

मेरे द्वारा एकत्रित उपयोगी सामग्री अब जिज्ञासुओं, अहिंसा प्रेमियों तथा शाकाहार प्रचारकों के लिए हमेशा के लिए सहज उपलब्ध हो गई है। शाकाहार-प्रचार का कार्य मानवमात्र को समर्पित और जीवमात्र के लिए हितकारी बहुत ही पुनीत कार्य है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि शाकाहार-प्रचार के पुनीत कार्य को आगे बढ़ाने में यह पुस्तक खूब सहायक बनेगी।

रतनलाल सी. बाफना

नयनतारा, सुभाष चौक, जलगाँव-425001

## अहिंसा का प्रथम चरण - शाकाहार

यह एक सर्वमान्य और सर्वस्वीकार्य तथ्य है कि जैसे हमें अपनी जान प्यारी है, वैसे ही संसार में हर जीव को अपनी जान प्यारी होती है। इसलिए कभी किसी प्राणी का अपने स्वाद, स्वार्थ और शौक के लिए संकल्पपूर्वक वध नहीं करना चाहिये। केवल धर्म-दृष्टि से ही नहीं, अपितु नीति की दृष्टि से भी अहिंसा का यह सिद्धान्त तर्कसंगत, सावर्भौमिक और समाधानकारी है। समय की गति के साथ दुनिया के विभिन्न हिस्सों में, विभिन्न मानव समुदायों में तरह-तरह के परिवर्तन हुए। इन परिवर्तनों में जीवन के मूल्य और मानदण्ड बदल गये। एक ओर मानव जाति ने उन्नति की, दूसरी ओर मानवीय मूल्यों का क्षारण हुआ। कोरी भौतिकवादी विकास की अवधारणा के साथ दुनिया के सामने अनेक समस्याएँ पैदा हो गई। जिनमें प्रदूषण, युद्ध और आतंकवाद जैसी विश्वव्यापी समस्याएँ भी हैं। पहले और दूसरे विश्व युद्धों की विनाशकारी विभीषिका देख चुकी मानव जाति किंकर्तव्यविमूढ़ हो गई। दुनिया के बड़े-बड़े मंचों पर बड़े-बड़े लोग इकट्ठे होने लगे और बड़ी-बड़ी बातें करने लगे कि मानव जाति को बचाया जाना चाहिये। मानव जाति का वर्तमान और भविष्य कैसे सुरक्षित और शान्तिमय हो सकता है। एक ओर शान्ति के सम्मेलनों का आयोजन और दूसरी ओर हथियारों की होड़ाहोड़ी हो रही है। एक ओर मानवाधिकारों की रक्षा के लिए कानून-कायदे बनाए जा रहे हैं, दूसरी ओर धरती की निर्दोष मूक प्रजा की हत्या के लिए यांत्रिक बूचड़खाने खोले जा रहे हैं। इंसान का यह दोगलापन स्थायी शान्ति की राह में रोड़ा बना हुआ है।

यह निर्विवाद है कि शान्ति का स्थायी और निरापद उपाय अहिंसा है। लेकिन अहिंसा की सद्राह पर चलने वालों का अभाव है। अहिंसा एक व्यापक अर्थ वाला शब्द है। दुनिया में समस्त श्रेष्ठताओं की बुनियाद में अहिंसा की भावना कार्य करती है। अहिंसा के अनेक चरण हैं। उनमें प्रथम चरण है – आहार में अहिंसा अथवा अहिंसक आहार। भला जिसके आहार में ही क्रूरता है, उसके जीवन से करुणा की धारा कैसे बहेगी? प्रश्न है वह अहिंसक आहार,

क्रूरतारहित आहार कौनसा है ? इस प्रश्न का सुस्पष्ट, सरल और सर्वमान्य उत्तर है – शाकाहार। शाकाहार मानव सभ्यता और संस्कृति का मंगलाचरण है। शाकाहार सिर्फ आहार ही नहीं, अपितु मानवीय जीवन प्रणाली है। एक ऐसी जीवन प्रणाली, जिसमें मानव–मानव के बीच तथा मानव और पशु–पक्षियों के बीच सह–अस्तित्वपूर्ण सम्बन्धों का सम्मान है।

देश और दुनिया के अनेक समाजों में शाकाहार सामुदायिक जीवन प्रणाली के रूप में सुस्थापित है। अहिंसा की सामूहिक साधना के रूप में शाकाहार चिरकाल से मानव का और मानव समाज का आहार बना हुआ है। मानव के लिए शाकाहार एक सामाजिक आहार ही नहीं, अपितु वैज्ञानिक आहार भी है। इसकी वैज्ञानिकता कई दृष्टियों से सिद्ध है और आधुनिक शोधों व प्रयोगों में भी शाकाहार की उपयोगिता स्थापित हुई है। प्रकृति, पर्यावरण, आत्म–विद्या, शरीर–विज्ञान, आयुर्विज्ञान आदि दृष्टियों से शाकाहार की उपयोगिता सर्वविदित है। शाकाहार मनुष्य के सिर्फ शरीर को ही पोषण नहीं देता है, अपितु वह मन, मस्तिष्क और आत्मा को भी तृप्त करता है।

इसके विपरीत मांसाहार का उद्भव ही हिंसा और हत्या से होता है। मांसाहार की बुराई के साथ अनेक बुराइयाँ जुड़ी हुई हैं। आदमी ने बड़े–बड़े यांत्रिक बूचड़खाने खोलकर उपकारी पशु–पक्षियों के साथ भारी विश्वासघात किया है। प्रतिदिन करोड़ों चीखें, चित्कारें वातावरण में फैलती हैं और संसार में दुःखों का सर्जन करती हैं। विज्ञान और तकनीक के क्षेत्र में आश्चर्यकारी विकास करने वाले मानव को अब यह विचार करना चाहिये कि दूसरे प्राणियों का खून किये बगैर अपनी भूख कैसे मिटाई जा सकती है। भारतीय मनीषा ने यह विचार सदियों पूर्व ही कर लिया था। सोने की चिड़िया और विश्वगुरु कहलाने वाले इस देश का भोजन शाकाहार ही रहा है। लेकिन सोने की चिड़िया कहलाने वाले इस देश को कुछ लोग ‘मांस–मण्डी’ के रूप में बदल देने की कुत्सित कोशिश कर रहे हैं। रत्न–जवाहरात का व्यापारी यह देश ‘कसाई’ बनकर अधिक से अधिक मांस निर्यात करके धन कमाने की योजनाएँ बना रहा है। देश के अहिंसक स्वरूप और सांस्कृतिक ढाँचे को छिन्न–भिन्न करने का घड़यंत्र रचा जा रहा है।

ऐसे चुनौतीभरे माहौल में कुछ जागरूक व्यक्ति अहिंसा की शाश्वत लौको अधिक प्रदीप करने का कार्य कर रहे हैं। कह सकते हैं कि ऐसे अहिंसानिष्ठ महानुभावों के संकल्प, साधना और पुरुषार्थ के प्रभाव से प्रत्यक्ष और अप्रत्यक्ष रूप से शान्ति और सद्भावना का निर्माण होता है। अहिंसा और शाकाहार के लिए समर्पित ऐसे महामनाओं में श्री रत्नलाल सी. बाफना अग्रगण्य हैं। बाफनाजी ने व्यवसाय के साथ अपने सामाजिक उत्तरदायित्व को समझा और अपनी आमदनी का एक बड़ा हिस्सा अहिंसा की प्रतिष्ठा और शाकाहार के प्रचार के लिए नियोजित करना शुरू कर दिया। उनका अभियान निरन्तर गति पकड़ता गया। वे सिर्फ दानवीर बनकर ही नहीं रहे। उन्होंने अहिंसा और शाकाहार से सम्बन्धित साहित्य का अध्ययन, मनन करना भी शुरू किया। अध्ययन के दौरान जो उन्हें अधिक उपयोगी लगता, उसे समय निकालकर अपनी डायरी में लिखना शुरू किया। ताकि एक कार्यकर्ता और प्रचारक के रूप में वे उन विचारों का उपयोग कर सकें। इस क्रम में वे एक श्रेष्ठ और प्रसिद्ध शाकाहार वक्ता और प्रवक्ता बन गये। साहित्य, भाषण आदि के माध्यम से उन्होंने घूम-घूम कर शाकाहार के बारे में व्यापक जागृति फैलाई। शिक्षण संस्थाओं में विद्यार्थी वर्ग को शाकाहार का सन्देश दिया और संकल्प कराया। इस प्रकार बाफनाजी ने लाखों व्यक्तियों को शाकाहारी बनाया।

बाफनाजी स्वयं तो शाकाहार के प्रचारक हैं ही, साथ ही अहिंसा और शाकाहार के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने वालों को प्रोत्साहित, पुरस्कृत भी करते हैं। इतिहास पुरुष आचार्य श्री हस्तीमलजी म. सा. के नाम से उन्होंने ‘आचार्य हस्ती अहिंसा कार्यकर्ता अवार्ड’ शुरू किया। उनका अहिंसा अभियान अनेक रूपों में बिना रुके आगे से आगे बढ़ता रहा। अपनी कर्मभूमि जलगाँव में उन्होंने रत्नलाल सी. बाफना गोसेवा अनुसंधान केन्द्र की स्थापना की, जिसे संक्षिप्त में ‘अहिंसा-तीर्थ’ के नाम से जाना जाता है। सचमुच, आज यह केन्द्र सकारात्मक व सक्रिय अहिंसा का पावन तीर्थ बन चुका है। अहिंसा-तीर्थ में बना यू-टर्न शाकाहार म्युजियम देखकर देखने वाले के हृदय में अहिंसा और करुणा का जन्म होता है। अनेक व्यक्तियों ने यह म्युजियम देखकर मांसाहार का त्याग किया है। यह बाफनाजी के पुरुषार्थ का प्रतिफल है।

बाफनाजी ने अपने अहिंसा अभियान से अनेक व्यक्तियों को अनेक रूपों में जोड़ा है। उनके द्वारा किये गये अहिंसा प्रचार के कार्यों का समाज ने महत्व समझा और मूल्यांकन किया। भगवान महावीर फाउण्डेशन, चेन्नई द्वारा सन् 1997 में 5 लाख रुपये (अब 10 लाख रु.) के भगवान महावीर पुरस्कार से उन्हें नवाजा गया। अहिंसा और शाकाहार के क्षेत्र में दिया जाने वाला यह सबसे बड़ा पुरस्कार है। अहिंसा के ऐसे चमकते रतन ‘अहिंसा-रत्न’ श्री रत्नलाल सी. बाफना की डायरियों में से इस पुस्तक की सामग्री संकलित और सम्पादित की गई है। सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल के यशस्वी अध्यक्ष श्री पी. एस. सुराणा की भावना थी कि श्री आर. सी. बाफना की डायरियों में संकलित सामग्री को विषयवार सम्पादित करके पुस्तक रूप में प्रकाशित किया जाए। यह पुस्तक उन्हीं की भावना का मूर्त रूप है।

बाफनाजी की डायरियों में विभिन्न विषयों की सामग्री लिखी हुई है। शाकाहार विषय पर उन्होंने स्वतन्त्र डायरियाँ भी लिखी और अन्य डायरियों में भी शाकाहार के सम्बन्ध में सामग्री प्राप्त हुई। अलग-अलग वर्षों की अलग-अलग डायरियाँ हैं। एक ही डायरी में अलग-अलग समय पर सामग्री लिखी गई हैं। इसलिए, इसमें वर्णित बूचड़खानों की संख्या, मारे जाने वाले पशु-पक्षियों की संख्या आदि उस समय के आँकड़ों के आधार पर दर्शाई गई है। जहाँ हमें नये तथ्य उपलब्ध हुए, वहाँ नये तथ्य दिये गये हैं।

इस पुस्तक के गद्य भाग में समाविष्ट काफी सामग्री डायरी नम्बर 12 से ली गई है। ‘शाकाहार’ शीर्षक की यह डायरी सितम्बर 1994 में तैयार की गई थी। बाफनाजी ने इस डायरी के पहले पृष्ठ पर दो शीर्षक अंकित किये हैं – ‘मांसाहार बुरा क्यों ?’ तथा ‘सबको प्यारे प्राण’। ‘सबको प्यारे प्राण’ शीर्षक को हमने इस पुस्तक का शीर्षक बनाया है।

डायरियाँ तीन प्रकार से लिखी जाती हैं – स्वयं के विचार लिखना, कहीं से सामग्री संकलित करना और मिश्रित रूप में लिखना। यहाँ यह उल्लेखनीय है कि बाफनाजी की डायरियों में संकलित सामग्री है। संकलनकर्ता ने बहुत ही कम स्थलों पर सामग्री का स्रोत अथवा मूल लेखक या कवि का नाम दिया है। जब सामग्री को पुस्तकाकार रूप में प्रस्तुत करने की बात आई तो सम्पादक को

रचना या विचार के साथ मूल लेखक का नामोल्लेख करना आवश्यक लगा। लेकिन इस आवश्यकता की पूर्ति करना पूरी तरह से संभव नहीं हुआ।

इसके बावजूद भाषा-शैली के आधार पर कहा जा सकता है कि गद्य भाग की काफी सामग्री प्रसिद्ध शाकाहार प्रचारक साहित्यकार डॉ. नेमीचन्द जैन (इन्दौर) के साहित्य तथा उनके सम्पादन में प्रकाशित पत्रिका ‘शाकाहार क्रान्ति’ के अंकों में से संगृहीत है। डॉ. नेमीचन्दजी ने शाकाहार पर शोधपूर्ण और प्रामाणिक लेखन किया था। मौलिकता उनकी पहली शर्त थी। एक ही पथ के पथिक होने से बाफनाजी का नेमीचन्दजी से जीवनपर्यन्त सम्बन्ध रहा। डॉ. नेमीचन्दजी को आचार्य हस्ती अहिंसा अवार्ड भी प्रदान किया गया। बाद में भगवान महावीर फाउण्डेशन ने भी डॉ. नेमीचन्दजी को पुरस्कृत करने की घोषणा की। लेकिन पुरस्कार ग्रहण करने से पूर्व ही डॉ. नेमीचन्दजी का निधन हो गया था। सच पूछा जाए तो नेमीचन्दजी के लेखन को बाफनाजी ने व्यापक धरातल पर कार्यान्वित किया है। उनके लेखन को सार्थक किया है।

पद्य भाग में जो गीत, कविताएँ आदि संकलित हैं, उनमें जहाँ रचनाकार का नाम उपलब्ध हुआ, वहाँ हमने सहर्ष नामोल्लेख किया है। हर दोहाकार या रचनाकार का नाम मालूम नहीं होने से बहुत सारे दोहे, मुक्तक, काव्य-पंक्तियाँ एक ही शीर्षक के अन्तर्गत रखे गये हैं। कुछ दोहे प्रसिद्ध मध्यकालीन कवियों के हैं; जैसे कबीर, तुलसी, रहीम आदि। कहीं-कहीं दोहे में रचनाकार ने अपना नाम भी समाविष्ट कर दिया है। जैसे चन्दनमुनि ने अनेक दोहों में अपना नाम समाविष्ट किया है। इन सबके अलावा कौनसी कविता या काव्यपंक्ति किसकी रचना है, यह हम मालूम नहीं कर सके। जिन ज्ञात-अज्ञात लेखकों, कवियों, सन्तों, शोधकर्ताओं, वैज्ञानिकों और विचारकों की सामग्री को इस पुस्तक में सम्मिलित किया गया है, उन सबके प्रति हम हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त करते हैं।

डॉ. दिलीप धींग

# **अनुक्रमणिका**

## **गद्य भाग**

1.	प्रकाशकीय : करुणा और शाकाहार	
2.	संकलनकर्ता की ओर से : जन आन्दोलन बने शाकाहार	
3.	सम्पादकीय : अहिंसा का प्रथम चरण शाकाहार	
4.	मानव मूलतः शाकाहारी	1
5.	शाकाहार अधिक पौष्टिक व ऊर्जादायी	4
6.	शाकाहारी अधिक बलवान	7
7.	मानवता का अरुणोदय	8
8.	पावन धरा पर रक्त की धारा	10
9.	राक्षसी कत्लखाने	12
10.	यांत्रिक कत्लखानों का अभिशाप	14
11.	कत्लखानों का आधुनिकीकरण	16
12.	पशुओं का कत्ल : अर्थतंत्र का कत्ल	17
13.	कत्लखाना : एक बदकिस्मत जगह	18
14.	कौन सुने करुण पुकार ?	19
15.	बर्बरता की दास्तां	20
16.	खेती-बाड़ी बनाम फार्मिंग	23
17.	इंसान की हैवानियत	24
18.	सी-फूड की योजनाएँ	25
19.	पशु-पक्षी खाने की वस्तु नहीं	26
20.	सबको प्यारे प्राण	28
21.	मृत्यु सबको अप्रिय	30
22.	पाप है मांसाहार	32
23.	मूक प्राणियों की आहें	33
24.	जीवदया	34
25.	कल्याणकारी अहिंसा	36
26.	अहिंसा सर्वोपरि	38
27.	एकमात्र आश्रय अहिंसा	40
28.	इस्लाम में शाकाहार	41

29.	ईसाई धर्म में शाकाहार	43
30.	सिख धर्म में शाकाहार	44
31.	शाकाहार व प्रभुकृपा	45
32.	आपदाओं की जननी अहिंसा	47
33.	प्रकृति के सहचर प्राणी	49
34.	इंजेक्शन से दूध	50
35.	गोबर का आयात	51
36.	मेंढक की टांगों का निर्यात	52
37.	शाकाहार और रोजगार	53
38.	शाकाहार व दिनचर्या	55
39.	निरापद प्राकृतिक चिकित्सा	56
40.	रोगमुक्त आहार : शाकाहार	57
41.	कई प्रजातियाँ लील गया मांसाहार	61
42.	देश में मांसाहारी	62
43.	भारतीय जीवन शैली का आकर्षण	63
44.	जैसा करेगा, वैसा भरेगा	65
45.	शाकाहारी महापुरुष	67
46.	एक-एक व्यक्ति बने शाकाहारी	68
47.	शाकाहार : श्रेष्ठ जीवन शैली	69
48.	शाकाहार : आध्यात्मिक दृष्टि	72
49.	शाकाहार : सामाजिक दृष्टि	74
50.	पश्चिम में शाकाहार	76
51.	अण्डा खाना मांसाहार है	77
52.	अनुकम्पा	79
53.	जनतंत्र व अहिंसा	80
54.	भारतीय मजदूर	81
55.	कैसे जिए ?	81
56.	आबादी व आहार	82

57. मौत व मांसाहार	83
58. अत्याचारी का अन्त बुरा	84
59. धर्मरुचि की दया	86
60. संत रबिया की कहानी	87
61. दूध का चमत्कार	88
62. शराब व संकल्प	89
63. तथ्य व विचार	90
64. सूक्तियाँ	93

### पद्म भाग

1. मनुज प्रकृति से शाकाहारी	97
2. मांस-व्यापार की विडम्बना	100
3. ये अपना हिन्दुस्तान नहीं !	101
4. पहुँचा देना ये स्वर	103
5. गोमांस विरोध	105
6. स्वर्ण-चिड़िया या मांस-मण्डी?	107
7. यह कैसा बाजार हो गया	110
8. मांस-निर्यात बन्द हो	112
9. महावीर के जन्म-दिवस पर	114
10. सुन लो करुण कहानी	117
11. बूचड़खानों का अभिशाप	118
12. फिर भरो अहिंसा प्रकाश	119
13. कविताएँ और मुक्तक	120
14. चतुष्पदियाँ	123
15. आप तो मानव है ?	124
16. दोहे	125
17. मद्यनिषेध पर दोहे	128
18. काव्य-पंक्तियाँ	130
19. नारे	134

### परिशिष्ट

1. आचार्य हस्ती अहिंसा कार्यकर्ता अवार्ड	136
2. अहिंसा तीर्थ : एक परिचय	138

## मानव मूलतः शाकाहारी

**प्रा**

णी दो प्रकार के होते हैं – मांसाहारी व शाकाहारी। मांसाहारी – जैसे शेर, बाघ, भेड़िया, कुत्ता, बिल्ली, इकर, बगुला, सर्प इत्यादि। शाकाहारी – गाय, भैंस, बन्दर, बकरी, खरगोश, हरिण, घोड़ा, गधा, हाथी इत्यादि। प्रकृति ने मनुष्य को शाकाहारी बनाया है। मनुष्य के शरीर की रचना शाकाहारी प्राणियों के जैसी है।

1. मांसाहारी प्राणियों की जीभ खुरदरी होती है, ये जीभ निकालकर पानी पीते हैं। शाकाहारी प्राणियों की जीभ चिकनी होती है, ये प्राणी होंठ से पानी पीते हैं।
2. मांसाहारी प्राणी प्रायः टेढ़ा देखते हैं, उनके आँख का फोकस टेढ़ा होता है। शाकाहारी प्राणी सीधा देखते हैं।
3. मांसाहारी प्राणियों की आँखें गोल होती हैं। शाकाहारी प्राणियों की आँखें लम्बे गोल होती हैं।
4. मांसाहारी प्राणियों में सूँघने की शक्ति बहुत तेज होती है व आँखें अपेक्षाकृत चमकीली होती हैं। मांसाहारी प्राणियों को दिन की अपेक्षा रात को ज्यादा दिखता है। ये शक्तियाँ उनके लिए शिकार करने में सहायक बनती हैं। शाकाहारी प्राणियों को रात की अपेक्षा दिन में ज्यादा दिखता है।
5. मांसाहारी प्राणियों के जबड़े (मुँह) में दो लम्बे दाँत होते हैं। शाकाहारी प्राणियों के दो लम्बे दाँत नहीं होते हैं।
6. मांसाहारी प्राणियों के निचले जबड़े केवल ऊपर-नीचे ही हिलते हैं और वे अपना भोजन प्रायः बगैर चबाये या कम चबाये ही निगलते हैं। शाकाहारी जीवों के निचले जबड़े ऊपर-नीचे, दाँँ-बाँँ सब ओर हिल सकते हैं और ये अपना भोजन चबाने के बाद निगलते हैं।
7. मांसाहारी प्राणियों के नाखून धारदार नुकीले होते हैं। शाकाहारी प्राणियों के नाखून धारदार नुकीले नहीं होते।

8. मांसाहारी प्राणियों के पंजे पकड़ रखने वाले होते हैं। ताकि उनके चंगुल में आया प्राणी बचकर निकल नहीं सकता। शाकाहारी प्राणियों के पंजे सरल होते हैं।
9. मांसाहारी प्राणियों की शक्त डरावनी होती है। शाकाहारी प्राणियों की शक्त सुहावनी होती है।
10. मांसाहारी प्राणी समूह में रहना पसंद नहीं करते, शाकाहारी प्राणी समूह में रहना पसंद करते हैं। शेर, चीता, बिल्ली, कुत्तों के टोले नहीं होते। गाय, भैंस, बकरी, भेड़ों के टोले होते हैं।
11. मांसाहारी प्राणियों का मुँह प्रायः खुला रहता है। शाकाहारी प्राणियों का मुँह खुला नहीं रहता।
12. मांसाहारी प्राणियों की आँत उनकी गर्दन से छह गुणी लम्बी होती है। शाकाहारी प्राणियों की आँत (अन्न नलिका) उनकी गर्दन से बाहर गुणी लम्बी होती है। मनुष्य की आँत उसकी गर्दन से शाकाहारी प्राणियों की तरह 12 गुणी लंबी होती है। मांसाहार बाहर रहता है तब भी उसमें बहुत जलदी दुर्गम्ध व जीवाणु पैदा हो जाते हैं तथा वह सड़ने लग जाता है। अतः मांस अंदर जाकर भी सात्त्विकता निर्माण नहीं करता। इसलिये प्रकृति ने मांसाहारी प्राणियों की आँत शाकाहारियों की तुलना में छोटी बनाई है।
13. मांसाहारी प्राणियों के यकृत व गुर्दे आनुपातिक रूप से बड़े होते हैं, ताकि वे मांस का व्यर्थ मादा आसानी से बाहर निकाल सकें। शाकाहारी प्राणियों के यकृत व गुर्दे आनुपातिक रूप से छोटे होते हैं।
14. मांसाहारी जीवों के पाचक अंगों में शाकाहारियों जीवों के पाचक अंगों की अपेक्षा दस गुना अधिक हाइड्रोक्लोरिक एसिड होता है।
15. मांसाहारी जीवों की लार अम्लीय होती है। शाकाहारी जीवों की लार क्षारीय होती है। शाकाहारी जीवों की लार में पटायलिन नामक रसायन होता है, जो कार्बोहाइड्रेट्स को पचाने में सहायक होता है।

16. मांसाहारी प्राणी ब्रूर व निर्ददी होते हैं। वे अपने ही जन्म दिये हुए बच्चों को मारकर खाते हैं। कुत्ते-बिल्ली 4-5 पिछ्लों को जन्म देते हैं और 1-2 पिछ्लों को स्वयं मारकर खा जाते हैं। मांसाहारी प्राणियों की संवेदनशीलता इतनी कम हो जाती है कि वे अपने ही बच्चों को मारकर खाने में नहीं हिचकिचाते। परन्तु दुनिया का कोई शाकाहारी प्राणी इस तरह अपने बच्चों को नहीं खाता। आज तक किसी गाय ने बछड़े को नहीं खाया, किसी बकरी ने अपने बच्चे को नहीं खाया। दुनिया में माँ का प्रेम सर्वाधिक होता है। वही माँ मांसाहारी होने की वजह से अपने बच्चों को खा जाती है। सपष्ट है कि मांसाहार संवेदनशीलता नष्ट करता है।
17. मांसाहारी प्राणी शाकाहार करते हैं, कर सकते हैं। परन्तु कोई भी शाकाहारी प्राणी, चाहे भूख से प्राण निकल जाए, मांसाहार नहीं करेगा। एक बार एक बन्दर को भूखा रखा गया। भूख से तड़फ़ने पर जब उसके सामने मांस का टुकड़ा रखा गया तो उसने दो दिन में प्राण त्याग दिये, परन्तु मांस नहीं खाया।
18. मांसाहारी प्राणी प्रायः एक साथ कई बच्चों को जन्म देते हैं। शाकाहारी प्राणी प्रायः एक ही बच्चे को जन्म देते हैं।
19. मांसाहारी प्राणियों का गुदा भाग प्रायः बाहर आया हुआ रहता है। शाकाहारी प्राणियों का गुदा भाग अन्दर ही रहता है।
20. मांसाहारी प्राणियों को पसीना नहीं होता। कुछ शाकाहारी प्राणियों को पसीना होता है।

इस तरह मांसाहारी व शाकाहारी प्राणियों की शरीर रचना में मूलभूत प्राकृतिक फर्क होता है। मनुष्य की संपूर्ण शरीर-रचना शाकाहारी प्राणियों जैसी है। नख से शिख तक उसका एक भी अंग-उपांग मांसाहारियों जैसा नहीं है। अन्दर की आँतें, धमनियाँ, रक्तवाहिनियाँ, लीवर, ढाँचा, सब कुछ शाकाहारी प्राणियों की तरह हैं। प्रकृति ने उसे शाकाहारी पदार्थों को ही सुगमता व सरलता से प्राप्त कर सकने व पचाने की क्षमता दी है। फिर भी मनुष्य अगर मांसाहार करता है तो यह उसका प्राकृतिक आहार नहीं है।

## शाकाहार अधिक पौष्टिक व ऊर्जादायी

**वै**

ज्ञानिक और चिकित्सक यह चेतावनी दे रहे हैं कि मांसाहार केंसर आदि असाध्य रोगों को जन्म देता है, जबकि शाकाहार रोगों से लड़ने की क्षमता प्रदान करता है। यह एक भ्रान्त धारणा है कि शाकाहारी भोजन से पर्याप्त मात्रा में पौष्टिक तत्त्व प्राप्त नहीं होते हैं। आधुनिक खोजों से यह साफ पता चलता है कि शाकाहारी भोजन से न केवल उच्च कोटि के प्रोटीन प्राप्त होते हैं, अपितु अन्य आवश्यक पोषक तत्त्व, विटामिन, खनिज, ऊर्जा आदि भी अधिक प्राप्त होते हैं। यह हम निम्न तालिका से देख सकते हैं।

### भारतीय जीवजन्तु कल्याण बोर्ड द्वारा प्राप्त तालिका

#### शाकाहारी खाद्य 100 ग्राम में

नाम	कार्बोहाइड्रेट्स प्रोटीन	वसा	खनिज	कैल्शियम	लोहा	कैलोरी
मूँग	56.6	24.0	01.3	3.0	0.14	8.4
उड़द	60.3	24.0	01.4	3.4	0.20	9.8
अरहर	57.2	22.30	01.8	3.6	0.14	8.8
मसूर	59.7	25.1	00.7	2.1	0.13	2.0
मटर	63.5	22.9	01.4	2.1	0.03	5.0
चना	58.9	22.5	05.2	2.2	0.06	3.8
लेविया	55.7	24.6	00.7	3.2	0.24	3.8
सोयाबीन	20.9	43.2	19.5	4.6	0.23	11.5
बादाम	10.5	20.8	58.9	2.9	0.05	3.5
काजू	22.3	29.2	46.9	2.4	0.01	5.4
नारियल	13.0	04.5	41.6	1.0	1.44	1.2
तिल	25.2	18.3	43.3	5.2	0.05	10.5
मूँगफली	19.3	31.5	31.8	2.3	0.14	1.6
पिस्ता	16.2	19.8	53.5	2.8	0.10	13.7
अखरोट	11.0	15.6	64.5	1.8	9.08	4.8

जीरा	36.6	18.7	15.5	5.8	1.23	39.0	356
पीपल	10.0	09.4	02.3	4.8	0.16	62.1	390
मेथी	44.1	29.2	05.8	3.0	0.16	14.9	333
पनीर	06.3	24.1	25.1	4.2	0.79	2.1	348
घी	-	-	98.1	-	-	-	900
दूध पाउडर	51.0	38.3	00.1	6.8	1.37	1.04	357

#### मांसाहारी खाद्य प्रत्येक 100 ग्राम

नाम	कार्बोहाइड्रेट्स	प्रोटीन	वसा	खनिज	कैल्शियम	लोहा	कैलोरी
अण्डा	-	13.3	13.3	1.9	0.06	2.1	173
मछली	-	22.6	00.6	0.8	0.02	0.9	091
बकरे का मांस	-	18.5	13.3	1.3	0.15	2.5	194
सुअर का मांस	-	18.7	04.4	1.0	0.03	2.3	114
गाय का मांस	-	22.6	02.6	1.0	0.01	0.8	114

भारत सरकार की स्वास्थ्य बुलेटिन संख्या 23 के आधार पर प्रदत्त इस तालिका से यह विदित होता है कि 100 ग्राम दालों में 350 कैलोरी होती है; जबकि 100 ग्राम अण्डे में 173 कैलोरी, मछली में 91 कैलोरी, मांस में 194 कैलोरी, गोमांस में 114 कैलोरी होती है। सभी प्रकार के शाकाहार में किसी भी प्रकार के मांसाहार से अधिक ऊर्जा (कैलोरी) होती है। किसी भी प्रकार के मांसाहार में कार्बोहाइड्रेट्स और विटामिन सी नहीं होते हैं। अतः यह स्पष्ट है कि मांसाहारी खाद्य पदार्थों की अपेक्षा दालों व अनाज से बहुत कम खर्च में प्रोटीन व ऊर्जा प्राप्त होती है। आहार वैज्ञानिकों ने दोनों आहारों के प्रोटीन, कार्बोज, विटामिन, लवण, कैलोरी आदि के तुलनात्मक आँकड़े देकर घोषित कर दिया है कि शाकाहार अधिक पौष्टिक है। मांसाहार में बेहतर किसी का प्रोटीन है यह तथ्य अब नवीन खोजों ने नकार दिया है। विभिन्न शाकाहारों में भिन्न-भिन्न प्रकार के ये पौष्टिक तत्व प्रचुर मात्रा में पाये जाते हैं।

एक आदमी के लिए जितने उर्जाक (कैलोरी) जरूरी होते हैं, शाकाहार से वे सहज ही मिल जाते हैं। जो लोग सामिषभोजी हैं, उन्हें सब कुछ ‘सेकण्ड हैण्ड’ मिलता है। शाकाहारी को वनस्पतियों से सीधा और स्वस्थ पोषण मिलता है। किन्तु मांसाहारी को उसे टेढ़े रास्ते चल कर पाना होता है। सच यह है कि कोई भी मानव शिशु आरंभ में शाकाहार के अलावा कुछ और पचा ही नहीं सकता। उसका शरीर इतना सुकमा होता है कि वह मांसाहार की मार सहन ही नहीं कर सकता। कोई चिकित्सक किसी नवजात शिशु को मांसाहार देने की सलाह नहीं दे सकता। अतः यह स्वयं सिद्ध है कि शाकाहार एक परिपूर्ण आहार है और मांसाहार अपूर्ण, असंतुलित। शाकाहार पौष्टिकता, बौद्धिकता एवं अन्य सभी दृष्टियों से मांसाहार की तुलना में अधिक शक्तिशाली एवं लाभप्रद आहार है। अतः इसे ही अपनाना चाहिए।



## शाकाहारी अधिक बलवान

**माँ**

साहार करने वाले लोगों की यह धारणा है कि माँस खाने से आदमी हृष्ट-पुष्ट व ताकतवर होता है, परन्तु यह धारणा मिथ्या और भूलभरी है। अधिकतर शाकाहारी प्राणी मांसाहारी प्राणियों की अपेक्षा अधिक ताकतवर, शक्तिशाली व उपर्योगी होते हैं। सर्वाधिक शक्तिशाली, परिश्रमी व अधिक सहनशील पशु जो लगातार कई दिन तक काम कर सकते हैं, जैसे हाथी, घोड़ा, ऊँट, बैल आदि सब शाकाहारी ही हैं। इन्हें में परीक्षण करके देखा गया है कि स्वाभाविक मांसाहारी शिकारी कुत्तों को भी जब शाकाहार पर रख गया तो उनकी बर्दाशत शक्ति व क्षमता में वृद्धि हुई।

हम एक घोड़े का उदाहरण लें। घोड़ा धास, चने, दाने आदि खाता है। वह पचास घण्टे तक अविराम दौड़ सकता है। इसलिये रेस घोड़ों की होती है। घोड़ा न बैठता है, न लेटता है। छत्रपति शिवाजी, महाराणा प्रताप, झाँसी की रानी लक्ष्मीबाई, अमरसिंह राठौड़, इन सबके जीवन में घोड़ों ने महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। घोड़ों के बल पर उन्होंने न केवल अपने आप की रक्षा की, बल्कि पूरे देश की सुरक्षा में घोड़ों का योगदान रहा। इतिहास साक्षी है कि 35 फीट रुध खाई को लांघने वाला चेतक घोड़ा ही था।

विश्व में जितने भी इंजिन, मोर्टें हैं, सबकी शक्ति का प्रमाण अश्वशक्ति (होर्सपावर) से ही गिना जाता है। विश्व के वैज्ञानिकों का यह निर्णय वर्षों से चला आया है। आगर मांसाहार ताकत का कारण होता तो मशीनों में डोगपावर या लॉयनपावर की बात कही जाती। वनस्पति और पत्तियाँ खाने वाले हाथी, ऊँट भी बहुत ही बलिष्ठ होते हैं। धास फूस खाकर अमृत तुल्य दूध देने वाली गाय, भैंस, बकरी मनुष्य जाति के लिये वरदान हैं। बैल बोझ ढोने, हाँकने और जोतने में सर्वोत्कृष्ट है। इसके विपरीत मांसाहारी प्राणी कुत्ते 15 मिनिट भी रेस नहीं कर सकते। शेर आधा घण्टा भी लगातार भाग नहीं सकता। भूख लगती है तब मांसाहारी जानवर शिकार के लिये भागते हैं और खाकर फिर पड़े रहते हैं। स्पष्ट है कि शाकाहारी प्राणी अधिक बलवान, ताकतवर और सहिष्णु होते हैं।

\*\*\*

## मानवता का अरुणोदय

**य**ह सिद्ध हो चुका है कि मनुष्य के शरीर की रचना शुद्ध शाकाहारी वह कन्द, मूल, पत्ती, फल आदि बनस्पतियों पर निर्वाह करने वाला रहा। तत्पश्चात् कृषि सीख लेने और गाय, भैंस आदि दुधारू पशुओं के पालन पर वह अन्न, सब्जी, फल और दूध पर निर्वाह करने वाला बना। यदि आदिकालीन पत्थर युग को सत्य माने तो पशुओं को मारना सहज नहीं था। इसीलिये मानव पशुपालन व कृषि युग में प्रविष्ट हुआ। कुछ लोग कहते हैं कि पत्थरयुगीन मानव कच्चा या पका भुजा मांस खाता था। तब सवाल उठता है कि क्या आज मानव जंगली युग में जी रहा है कि वह मांस खाएं ? शाकाहार, मानव-सभ्यता, संस्कृति और मानवता का अरुणोदय है। कृषि व खेती-बाड़ी के माध्यम से मानव ने शाकाहारी जीवन शैली को व्यवस्थित और सामाजिक रूप-स्वरूप प्रदान किया।

भारतीय सामाजिक, सांस्कृतिक, इतिहास देखें तो यह भारत दूध-घी की नदियों वाला सरसब्ज कृषिप्रधान देश रहा। आज भी भारत एक कृषिप्रधान देश है। पाश्चात्य देशों से तुलना करें तो जब वे निरे जंगली अवस्था में थे, तब यहाँ सभ्यता, संस्कृति, साहित्य, कला, मूर्तिकला, वास्तु आदि चरम अवस्था पर थे। उस स्वर्णिम काल को देखे तो पायेंगे कि वे समुन्नत जातियाँ व प्रजातियाँ मांसाहारी नहीं थीं। उनकी प्रकृति और स्वभाव की खोज करें तो पाते हैं कि वे शान्त, धीर, वीर, गंभीर, दयावान, क्षमावान, करुणावान, बुद्धिमान व विनयवान रहे। आज की वैज्ञानिक शोधों ने निष्कर्ष निकाल दिये हैं कि ऐसे सदुण्ठों का विकास शाकाहारी में ही हो सकता है।

इसके विपरीत जो व्यक्ति मांस खाता है, उसकी वृत्ति और प्रवृत्ति भी जानवरों जैसी हो जाती है। मांस में तामसिकता होती है, फलस्वरूप मांसाहर करने खाने वालों में भी तामसिकता प्रविष्ट हो जाती है। एक बार एक व्यक्ति का हाथ मशीन में आ गया, जिससे उसके एक हाथ का पंजा कट गया। किसी तरह एक दूसरे व्यक्ति के हाथ का पंजा लगाया गया। पहले व्यक्ति का हाथ तो ठीक

हो गया परन्तु जब किसी व्यक्ति के पास वह जाता तो उसका हाथ किसी की जेब की तरफ चला जाता था। यह गलत प्रवृत्ति देख कर इसका शोध किया गया तो पता चला कि जो पंजा उसके हाथ को लगाया गया वह किसी जेब करते का पंजा था। इसी प्रकार मांसाहार करने वालों में पाश्विकता प्रविष्ट हो जाती है। ‘जैसा खावे अन्न, वैसा होवे मन’ तथा ‘जैसा पीवे पाणी, वैसी होवे वाणी’ जैसी कहावतें यह सिद्ध करती है कि आहार का व्यक्ति के मन, वचन और व्यवहार पर गहरा असर होता है।



© Can Stock

## पावन धरा पर रक्त की धारा

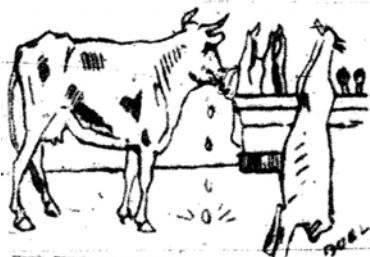
**ज**

हाँ राम, कृष्ण, महावीर, गौतम ने अपने चरण सरोजों से इस भारत में अहिंसा की मशाल जलाई। गांधी ने अहिंसा से स्वराज्य प्राप्त किया। एकनाथ, नामदेव व तुकाराम जैसे संतों ने इस भूमि पर जन्म लिया। सूरदास, तुलसी व मीरा ने अपने काव्यों से भारत की अस्मिता में चार चांद लगाये। इतना ही नहीं, राजा मेघरथ (शिवी) ने एक कबूतर के प्राणों की रक्षा के लिये अपने प्राणों की बाजी लगा दी। यह वह देश है जहाँ एक नारी का अपहरण करने वाले कौरवों का अंश व वंश तक नहीं रखा। उस पवित्र भारत भूमि पर, सास्य श्यामला धरा पर सूर्य भी प्रथम किरण निकलने के पूर्व रोजाना 25 लाख मुर्मों को मौत के घाट उतारा जाता है। 3 लाख बकरों व भेड़ों की हत्या की जाती है। पूज्य माता मानी जाने वाली भोली-भाली गाय को 50000 (पचास हजार) की संख्या में कत्ल किया जाता है। जिस गोमाता की इतनी पवित्रता है कि शाम को गायें जब जंगल से लौटी हैं, उस समय को गोधूलि वेला कहा जाता है। उस समय बिना मुहूर्त काई भी शुभ काम कर लिया जाता है। उस गोमाता के प्रति आज कितनी क्रूरता है?

यांत्रिक कल्त्तखानों में बड़े-बड़े तालाबों में चारों ओर से हीटर लगाये जाते हैं। पानी आग 100 डिग्री गरम होता है तो उसका ढक्कन उड़ जाता है। पानी को 200 डिग्री गरम करके जीवित गाय, बैलों व भैंसों को उसमें डाला जाता है। गरम पानी में जिन्दे जानवरों की चमड़ी फूल जाती है, बहुत मुलायम हो जाती है। उस समय उनकी चमड़ी निकाली जाती है। मूक प्राणी बेहोश हो जाते हैं। फिर गर्दन पर 4 इंच का चाकू मारा जाता है। जिससे खून की धारा बहने लगती है। फार्मास्यूटिकल वाले दवाइयों के लिये खून लेने को तैयार रहते हैं। इसके बाद इन प्राणियों की कटाई शुरू होती है। थोड़ी देर में सब साफ हो जाता है। इनका मांस पेक होकर बाहर आता है। जिसे निर्यात कर विदेशियों की भूख मिटाई जाती है। इस तरह सैकड़ों करोड़ रूपयों का मांस निर्यात किया जाता

है। सरकार विदेशी मुद्रा के लोभ में यांत्रिक कलखानों को लाइसेंस (अनुमति) देती है।

उपभोक्ताओं को, धनिक परिवारों को मुलायम व चिकने जूते मिलें, महिलाओं को आकर्षक पर्स प्राप्त हो, हमें सोफासेट पर सुंदर आरामदायक कवर प्राप्त हो, तरह-तरह की आकर्षक व मनमोहक वस्तुएँ उपभोक्ताओं को लुभा सके, इसके लिये अधिक आय की दृष्टि से इन बेजुबान, बेबस निष्पाप प्राणियों को जिस तरह मौत के घाट उतारा जाता है, उसे देखकर आत्मा काँपती है। क्या बीतती है इन निष्पाप प्राणियों पर। कितनी वेदना है, कितनी व्यथा है, कितना दुख है, विचित्र परेशानी है। मौत का भयंकर मातम है। फिर भी ये कुछ कह नहीं सकते, कर नहीं सकते, क्योंकि प्रकृति ने इन्हें बेजुबान बनाया है। चुपचाप मजबूरी में बेबस खड़े ये प्राणी अपने जातीय बन्धुओं का कल्पेआम अपनी आँखों से देखते हुए अपनी मौत का इंतजार करते रहते हैं।



## राक्षसी कत्लखाने !

**कु**छ साल पूर्व हैदराबाद से 40 किलोमीटर दूर रुद्रारम ग्राम में अलकबीर के घाट उतार दिया जाता है। वहाँ 8 घण्टे में 2500 पशुओं को मौत होड़ा नहीं जाता। इनका मांस अरब देशों में भारी कीमत में बिकता है। यहाँ 30 रु. प्रतिकिलो में पढ़ने वाला मांस वहाँ 400 रु. प्रतिकिलो में बिकता है। भारी नफे के लालच में कड़ा विरोध होने के बावजूद यह कत्लखाना सारे कानूनों को ताक में रखकर भयंकर क्रूरता के साथ खून बहा रहा है। जिस कवि कबीर ने कहा था -

कबीरा सोई पीर है, जो प्राने पर पीर।

जो परपीर न जाणई सो काफिर बेपीर॥

उस दयालु कबीर के नाम पर अलकबीर का कत्लखाना चल रहा है। समाज के लाखों रूपये अदालती कानून की लड़ाई में खर्च हो गये हैं। लेकिन, अभी तक सफलता नहीं मिली है।

1970 में मुम्बई में 64 एकड़ जमीन पर देवनार नामक कत्लखाना स्थापित किया गया। इस कत्लखाने में 1973-74 में 13 लाख जानवरों को काटा गया। 1984-85 में यह संख्या 28.63 लाख तक पहुँच गई। अब तो और भी अधिक पशुओं को प्रतिवर्ष काटा जा रहा है, जिनमें गोवंश भी सम्मिलित है। यहाँ के मास के मध्य पूर्व, साउदी अरब, संयुक्त अरब अमीरात, ओमान, कतार आदि देशों को निर्यात किया जाता है। जर्मनी, अमेरिका, इटली, इंग्लैण्ड आदि देशों को चमड़ा निर्यात किया जाता है। किसी भी प्राणी को बेहोश किये बिना मारना कानूनन अपराध है। पर सभी कानूनों का उल्लंघन कर हत्याकाण्ड चल रहा है। गोवंश की हत्या न हो इसलिये कई वर्षों तक सर्वोदय कार्यकर्ताओं ने अनशन किया। परिणाम शून्य? लगता है शान्तिपूर्ण आंदोलन से सरकार की आँखें नहीं खुलती हैं।

दिल्ली में इदगाह का कत्लखाना है, जहाँ 800 पशुओं के काटने की व्यवस्था है। वहाँ धीरे धीरे सभी कानूनों का उल्लंघन कर 15,000 पशु प्रतिदिन

कटने लगे। खून की धारायें बहकर 13,000 लीटर खून यमुना नदी में जाकर पवित्र पानी को दूषित करने लगा। कोई भी आदमी एक रुपया देकर वहाँ जाकर पशु कटवाने लगा। गलियाँ व परिसर गंदे हो गये। पर्यावरण बिगड़ने लगा। काटने वाले कसाइयों का स्वास्थ्य भी बिगड़ने लगा। पर्यावरण के आधार पर श्रीमती मेनका गांधी ने अदालत में मुकदमा लड़कर इदगाह में होने वाले इतने भयंकर प्राणी संहार को रुकवाया। बाद में वहाँ प्रतिदिन 2500 पशु ही कटने लगे।

देवनार, अलकबीर, इदगाह जैसे राक्षसी कल्लखानों में इन परमात्मा के प्यारे सपूत्रों का खून किया जाता है। शायद इसीलिए प्रकृति कभी सुनामी, कभी भूकम्प, कभी अतिवृष्टि, कभी अनावृष्टि, तो कभी तूफानों व कभी बर्ड फ्लू, स्वाइन फ्लू आदि के रूप में अपना रौद्र रूप दिखाती है।



## यांत्रिक कल्लखानों का अभिशाप

**दु** निया का सबसे बड़ा कसाई मेकडॉनाल्ड भारत में आ गया! माँस की कालाइसेंस सरकार ने उसको दे दिया। यह कम्पनी गोमांस व अन्य मांस से बना फास्टफूड भारतवासियों को खिलाने की व्यवस्था करती है। इस कम्पनी को विदेशों से निकाला जा रहा है। जिस देश में कृष्ण कहैया ने गोपालन को इतना महत्व दिया था, वहाँ गाय का मांस खाने की बात? बुद्धि भ्रष्ट हो रही है। अगर गायें इसी तरह कटती रहीं तो कुछ सालों बाद भारत भूमि पर गाय देखने को नहीं मिलेगी। जब भारत आजाद हुआ तब देश की जनसंख्या 35 करोड़ थी। गायों की संख्या 39 करोड़ थी, अर्थात् एक व्यक्ति के पीछे एक गाय थी। जब जनसंख्या बढ़कर 90 करोड़ हुई, तब गायों की आबादी मात्र 10 करोड़ ही थी। पहले एक आदमी के पीछे एक गाय थी, बाद में यह अनुपात बिगड़ता गया। भारतवासियों ने करोड़ों गायों का संहार कर दिया। अगर गोवंश के कल्ले की यही रफ्तार रही तो शुद्ध घी व शुद्ध दूध मिलना असंभव हो जायेगा। जिस देश में दूध और घी की नदियाँ बहती थीं उस देश के लोगों ने अब गाय के दूध की जगह उसका खून पीना शुरू कर दिया है। इससे ज्यादा दुर्दशा और क्या होगी?

स्वतंत्रता के समय देश में कीब 400 कल्लखाने थे। अब लगभग 4000 बड़े कल्लखाने तथा 40000 छोटे कल्लखाने दिन-रात निष्पाप, बेजुबान प्राणियों का खून बहा रहे हैं। हर शहर व गाँव में कल्लखाने खोलने की सरकार की योजना दिल को दहलाने वाली है। बड़े बड़े यांत्रिक कल्लखाने शुरूकर विदेशी मुद्रा प्राप्त करने का सरकार का प्रयत्न रोगटे खड़े कर रहा है। अगर भारतवासी चुप रहे, कल्लखाने इस तरह बढ़ते रहे, मांस निर्यात बढ़ता रहा तो कुछ ही बरसों में देश का पर्यावरण बिगड़ जायेगा। हमारी पशु सम्पदा समाप्त हो जायेगी। प्राकृतिक संकट बढ़ जायेंगे। इस धरती पर मनुष्य की जितनी आवश्यकता है उतनी ही आवश्यकता पेड़-पौधों व पशु-पक्षियों की है। हम धरती माता के सपूत हैं, पशु पक्षी भी धरती माँ के सपूत हैं। अपने सपूतों का इस तरह संहार धरती माँ को मंजूर नहीं। पशु-पक्षी खाने की वस्तु नहीं है। प्रकृति ने किसी भी

प्राणी को निरर्थक जन्म नहीं दिया। शेर, चीता, सर्प, चूहे, मेंढक, गाय, भैंस, बकरी, मुर्गी इत्यादि जितने भी सृष्टि में प्राणी है, इन सबका पर्यावरण से सम्बन्ध है। हम इन प्राणियों की उपयोगिता नहीं जानते, यह हमारा अज्ञान है।

पहले के कसाई उतने ही प्राणियों को काटते थे, जितनी खाने वालों की आवश्यकता थी। अब ऐसा नहीं है। विविध फैशनेबल वस्तुओं के निर्माण के लिये भी रोजाना लाखों प्राणियों को मारा जाता है। सबसे बड़ा संकट यांत्रिक कल्लखानों ने शुरू कर दिया। गायों का मांस, मेंढकों की टाँगे व बंदरों का निर्यात करके यहाँ पेट्रोलियम पदार्थ मंगवाये जा रहे हैं। मत्स्य व्यापार व मुर्गियों की हत्या करके विदेशी मुद्रा कमाई जा रही है।

जन्मभूमि प्रवासी (10 अक्टूबर 1994) में प्रकाशित खबर के अनुसार केन्द्र सरकार बीस बड़े बड़े भौमिकाय यांत्रिक कल्लखानों को लाइसेंस देने जा रही है। एक तरफ रूद्रारम के एक कल्लखाने को बंद करने के लिये हजारों लोग आन्दोलन कर रहे हैं। दूसरी तरफ सरकार 20 नये कल्लखानों को शुरू करने का लाइसेंस दे रही है। अगर ऐसा हो गया तो ये बहुराष्ट्रीय कल्लखाने हमारे देश के पशुधन व पर्यावरण को पूर्ण तबाह कर देंगे। गाय, भैंस, बछड़े, पाड़े देखने को नहीं मिलेंगे। सरकार विदेश मुद्रा के लोभ में कीमती पशुधन का संहार करने पर तुली है। ‘सुजलाम सुफलाम’ इस भारत भूमि को ऐसे निकृष्ट व्यापार व जीवहत्या के पाप से अभिशप्त किया जा रहा है।



## कलखानों का आधुनिकीकरण

**म**नुष्य अपनी रस लोलूपता के लिए क्या नहीं करता? लाखों प्राणियों की हिंसा केवल भोजन के लिए होती है। आधुनिकतम कलखाने लाखों प्राणियों को मारने के लिए स्थापित किए जाते हैं। उन कारखानों में इतनी पूँजी लगाई जाती है कि वर्ष में एक निश्चित संख्या से कम जानवर मारे जायेंगे तो वह कारखाना हानि में जायेगा। अतः उसको आर्थिक हानि से बचाने के लिये उतने जानवर प्रतिदिन काटने ही होंगे। यह हुआ आधुनिकीकरण।

पुराना कसाई उतने ही जानवर मारता था जितनी माँग थी या उसकी क्षमता थी। अब कारखाना नफे में लाने के लिये न्यूनतम क्षमता तक जानवर मारे जायेंगे और यदि माँग नहीं है तो विज्ञापन के माध्यम से बढ़ावा देकर मांस बेचा जायेगा। पहले खाने वालों के लालच से जानवर कटते थे, अब पैसे वालों के लालच से कटते हैं। जो अब तक मांसाहार नहीं करते थे, उन्हें भी मांस खाने के लिये उकसाया जा रहा है। जानवरों का उत्पादन उनके निश्चित क्रम से होता है, परन्तु हनन तो कारखाने की क्षमता से होता है। यदि क्षमता ज्यादा है तो अल्प समय में जानवरों के समाप्त होने की नौबत आ जाएगी। चीन एक ऐसा देश है, जहाँ गाय, बैल आदि जानवरों की अत्यन्त कमी है और दूध व्यवसाय नाममात्र का है। भारत में परम्परा से गाय को माता मानने का वरदान समझे कि यहाँ गाय व बैलों की संख्या प्रचुर मात्रा में है। बढ़ती जनसंख्या के भोजन के लिये कृषि व शाकाहार ही समाधान है। सामिष भोजन के लिये जानवरों को मारने से कृषि पर बोझ अधिक पड़ता है, क्योंकि जितनी जमीन से शाकाहारी का निर्वाह हो सकता है, उससे तिगुनी जमीन सामिष भोजन वालों के लिये चाहिये।



## पशुओं का कल्प : अर्थतंत्र का कल्प

**दे** श में कल्पखानों की संस्कृति तेजी से पनप रही है। अंग्रेजों के जमाने में कबीर कंपनी तो मांस व्यापार करती ही है, कई और ऐसी कम्पनियाँ हैं, जो यह धननौना काम कर रही हैं। देश के अनेक नगरों व महानगरों में महाकाय कल्पखानों की योजना बड़ी चिन्ता का विषय है।

हिंसा और आर्थिक उदारीकरण के उन्माद में सरकार वह सब करेगी जो देश को चिन्दा चिन्दा करने के लिए जरूरी है। ताज्जुब इस बात का है कि जहाँ एक ओर बृच्छाखाने खोलने की अनुमतियाँ धड़ाधड़ दी जा रही हैं। वहाँ दूसरी ओर कृषिमंत्री पशु ऊर्जा सम्मेलन में कह रहे हैं कि किसानों के लिए 70 प्रतिशत ऊर्जा का स्रोत जानवर ही होता है। 7 करोड़ 40 लाख बैलों और 80 लाख भैंसों से प्रतिवर्ष 10 हजार करोड़ रुपयों की 4 करोड़ हॉर्स पावर ऊर्जा प्राप्त होती है। मरीन यकायक इसका विकल्प नहीं हो सकती। पीड़ादायी यह है कि हमारे देश के कल्पखानों का संपूर्ण विवरण, नियंत्रण और संचालन कृषि मंत्रालय के पास है। पशुवध कृषि के अन्तर्गत वर्गीकृत है। देश का आम आदमी अशिक्षित है, अतः न तो वह आर्थिक धूर्ताओं व बारीकियों से वाकिफ है और न ही उस आगामी कल को देख पा रहा है जो अन्धकारपूर्ण व निराशाजनक है। कल के देश की काली गोदी में कराहती भावी पीढ़ी के दुर्भाग्य की कल्पना भी शायद वह नहीं कर पा रहा है, जो अभिशापों की बोझीली गठरी अपने सिर पर लिये कराह रही होगी।

इस हकीकित से हम यह कह सकते हैं कि यदि इस सूत्र को याद में रखकर कि पशुओं का कल्प भारत के अर्थतंत्र का कल्प है, हमने अगर एक वधशाला विहीन भारत के लिये प्रयत्न नहीं किया तो निश्चित है कि देश की उर्वरता को लकवा मार जाएगा। पशु पक्षियों और हमारे बीच के रिश्ते शत्रुता और क्रूता के नहीं, बल्कि मैत्री और करुणा, प्रीति और विश्वास के हैं। कल्पखाने केवल भारत के ही नहीं, वरन् संपूर्ण धरती के माथे पर कलंक है जो उसके स्वस्थ पर्यावरण और आर्थिक ताने बाने पर कुठाराघात कर रहे हैं।

## कल्लखाना : एक बदकिस्मत जगह

**क**

ल्लखाना वह बदकिस्मत जगह है जहाँ स्वाद के लिए पिशाच बना मनुष्य पालतू शाकाहारी, निरीह पशुओं का वध करता है। सभी संस्कृतियों ने इस क्रूर और बर्बर कृत्य की निन्दा की है, पर्यावरण वैज्ञानिकों का कथन है कि वधशालाएँ प्रकृति के सहज संतुलन को बिगाड़ती हैं और मनुष्य को बर्बरता की ओर धकेलती है। नैतिकता और मनोविज्ञान भी हिंसा के पक्ष में नहीं है। अहिंसा को एक मानवीय गुण और हिंसा को पाशविक वृत्ति निरूपित किया गया है। कल्लखानों ने मनुष्य को इतना क्रूर और बेरहम बना दिया है कि अब उसे हिंसा में रस आने लगा है। कल्लखाना तहजीब ने आदमी को खुदार्ज और निर्मम बना दिया है। किसी भी कल्लखाना परिसर में आपको कुछ लोग बर्तन लिये घूमते फिरते दीख पड़ेंगे ताकि कल्ल से पहले वे भैंसों के दूध का आखिरी कतरा तक दुह सकें।

कल्लखानों के इस रहस्य को बहुत कम लोग जानते हैं कि जब वहाँ के फिसलन भरे फर्श पर कल्ल के लिए ले जाते पशुओं को घसीटा जाता है तब उनके भीतर का तमाम आतंक, त्रास और क्रोध प्रकट हो पड़ता है। आतंक और खौफ की यह पराकाशा पशु रक्त में एक शक्तिशाली जैव रासायनिक कारक ‘एड्रेलिन’ को पूरे शरीर में प्रवाहित कर देती है। उक्त कारक पशु वध के बाद उसके मांस में बचा रहता है और मांस को विषाक्त बना देता है।

कल्लखाने अन्तर्विरोध की एक अबूझ पहेली है। वे ऐसे तमाशे हैं जो दमन और असत्य की नींव पर खड़े हुए हैं। मांस उद्योग में जागरूकता, विवेक, संवेदनशीलता और मानवीयता निषिद्ध शब्द हैं। वहाँ निषुरता, क्रूरता, रक्तपात, बर्बरता, शोषण, असत्य तथा हिंसा स्वीकृत शब्दावली है। राम, कृष्ण, महावीर, बुद्ध, नानक और गांधी के इस पवित्र देश में मांस का इतना व्यापार बढ़ गया है कि इतना तो देश में सोने का व्यापार भी नहीं होता है।



## कौन सुनें करुण पुकार ?

**ह**र सुबह देश के हजारों कल्खानों से लाखों मूर्क-निरीह-निर्देष पशुओं लिये हिन्दुस्तान के लाखों-लाख ग्राम-नगरों से गुजरता है। लेकिन कोई नहीं सुनता उसमें प्रतिध्वनि बेआवाजों की पथर तक को पिघलाने वाली वह गुहार - न राष्ट्रपति, न प्रधानमंत्री, न लोकसभा, न राज्यसभा, न यह पार्टी, न वह पार्टी। 6000 विशिष्ट व्यक्तियों में से इनकी वकालात कोई नहीं करता। सब विदेशी मुद्रा की लुभावनी गिरफ्त में नये यांत्रिक कलखानों की इजाजत दे रहे हैं; सिर्फ इसालिए कि अरब मुल्कों की भोज मेज़ों (डाइनिंग टेबल) पर भारतीय पशुओं का मांस परोसा जा सके।

देश में बूचड़खानों का जाल बिछ रहा है, पशु पक्षी गाजर मूली की तरह काटे जा रहे हैं, पर अहिंसा प्रेमी मौन है। इन्सान की करुणा के स्रोत मूख गये हैं। हम मात्र निश्चित समय साधना की औपचारिकता का निर्वाह कर अपने कर्तव्य की इतिश्री समझ लेते हैं। और तो और कड़े शब्दों में सरकार की घोर हिंसात्मक कार्यवाही के विरोध में प्रतिवेदन पर दस्तखत करते भी कलम कांपती है। स्थिति चिंतनीय है। हमारा मौन अपरोक्ष रूप से घोर हिंसा के प्रति मौन स्वीकृति का आधार बन रहा है। यदि अन्तर्मन का आक्रोश फूट पड़े तो सब कुछ हो सकता है। वक्त की मांग है कि बूचड़खानों का सामूहिक विरोध जीवन-साधना का एक प्रमुख हिस्सा बने।

छापेश्वर  
भ्रष्टाचार

## बर्बरता की दास्तां

**ज** व पशु पक्षी काटे जाते हैं, तब उनकी चित्कार, व्यथा व वेदना से सारा जाया जाता है, उसके पूर्व ही उन्हें कल्ल का आभास हो जाता है। मनुष्य की भावनाओं की जानकारी पशु-पक्षियों को बहुत जलदी हो जाती है। सैकड़ों मील दूरी से जब आदमी उन्हें पैदल या ट्रकों में काटने के लिये ले जाता है, उन्हें उसका अंदाजा पहले से हो जाता है। उनकी आँखों से उसी समय दुःख के आँसू निकलने शुरू हो जाते हैं। वे जुबान होने से क्रूर कसाइयों द्वारा कल्ल के कष को बेबस सहते रहते हैं। आँखों से आँसू की धारा बहती है। अपनी ही आँखों के सामने अपने जातीय बन्धुओं का जिस क्रूरता से कल्ल किया जाता है, लेखनी उसका वर्णन करने में असमर्थ है। बड़े-बड़े पशु एक ही बार में नहीं काटे जाते। हलाल करके काटना क्रूरता की पराकाष्ठा है। गाय, भैंस, बैल, बछड़े व पाड़े लकड़ी की तरह करोते से काटे जाते हैं। पहली करोत दोनों तरफ से दो आदमी चलाते हैं। गरदन चौड़ी होने से थोड़ी थोड़ी देर से 5-6 बार जब करोत चलती है, तब इनकी गरदन कटती है। बुरी तरह तड़कते हैं, अन्दर ही अन्दर कराहते हैं; क्योंकि कसाई इनके पाँव ही नहीं बांधता, मुँह भी कसकर बांधता है। प्राणान्त होने में कफी समय लग जाता है। निकलता हुआ ताजा गरम खून फार्मास्यूटिकल वाले ले जाते हैं।

अनेक नारकीय यातनायें इन मूक प्राणियों को दी जाती हैं। स्वीकृति प्राप्त करने के लिये रात को इनकी टाँगें तोड़ दी जाती हैं, गरदन मोड़ दी जाती है, आँखें फोड़ दी जाती हैं। कई बार तो ये पशु जिन ट्रकों से लाये जाते हैं, उनमें इतनी अधिक संख्या में भरे जाते हैं कि रास्ते में ही अधमरे हो जाते हैं। बांध बांध कर ट्रकों में भरा जाता है, जैसे ट्रकों में सामान भरा जाता है। किसी भी मालट्रक में 5 या 6 जानवरों से अधिक ले जाना कानून के विरुद्ध है। भाड़े के लोभ में 20 से 30 जानवर एक-एक ट्रक में डाले जाते हैं, ऊपर कपड़े से ढँक देते हैं, ताकि किसी को पता न चले। पानी व चारा तो पहले ही बंद हो जाता है। क्योंकि अब खिलाया हुआ चारा मांस वृद्धि में उपयोग नहीं आयेगा। छोटे-छोटे बछड़ों को

50 व 60 की संख्या में ट्रकों में दूस दूस कर डाला जाता है। एक कसाई ने बताया कि ट्रक भर कर जब जानवर आते हैं, उस समय काटने से पूर्व वे इतने भूखे होते हैं कि अगर गटर की रद्दी व कचरा भी सामने दिखा तो वे खाने लगते हैं।

बछड़ों और पाड़ों को तो प्रायः किसान भी कसाइयों के हाथ बेच देते हैं। ट्रेक्टरों ने बैलों की जिन्दगी छीन ली। वे जानते हैं कि इनका क्या उपयोग होगा। कौन चारा खिलायेगा। इनके पालने-पोसने की बजाय जो भी पैसे कसाइयों से मिलते हैं, इन्हें बेच दिया जाता है। डेयरी वाले भी सतते में इन बछड़ों को कसाइयों के हाथ बेच देते हैं। लगता है इन प्राणियों का जन्म ही कल्प होने के लिये हुआ है। किसी जमाने में श्रीकृष्ण ने बड़े प्यार व दुलार से गायों को पाला था। पूरा वृन्दावन और मथुरा, गाय व ग्वालों से सुशोभायमान थे। तीर्थकर महावीर के उपासक आनन्द व कामदेव जैसे श्रावकों की ऋद्धि-सिद्धि व वैभव का वर्णन जब पढ़ते हैं तो उसमें स्पष्ट उल्लेख है कि 10,000 गायों के गोकुल उनके पास थे। वे गायों का पालन करते थे। परिवार में गाय के दूध, दही, घी, मक्खन से अमन-चैन था। बैलों से खेती करते थे। परिवार के सदस्यों की तरह इन मवेशियों का पालन-पोषण किया जाता था।

आज क्या दुर्दशा हो गई हमरी? जिन गाय-रैंस-बकरियों का दूध पीना चाहिये, उनका खून पिया जा रहा है। घी में पशुओं की चरबी मिलाई जा रही है। बाजार में किसी भी खाद्य पदार्थ की विश्वसनीयता पर संदिग्धता की मोहर लग चुकी है। करेडों के धनी कई मिलेंगे। करें हैं, बंगले हैं, एयर कंडीशन हैं, जमीन-जायजाद है, पर गाय नहीं है। आज का धनिक वर्ग अपने पैसे का उपयोग हिंसक वस्तुओं में अधिक करता है। जरूरत नहीं होने पर भी अनेक मोटर गाड़ियाँ रखेंगे, ए.सी. का असीमित उपयोग करेंगे, शराब की फैक्ट्रियाँ लगायेंगे, हिंसक व्यापार करेंगे, ऐसी भौतिक वस्तुओं का उपयोग करेंगे जो निष्पाप प्राणियों के जीवन का नाश कर बनी हैं। चाहे वे सिल्क की साड़ियाँ हों या चिकने चमड़ों के सोफा सेट के कवर हों। ऐसी सैकड़ों वस्तुएँ हैं, जिनका निर्माण ही बेसहारा प्राणियों के नाश से हुआ है। उनके घरों में अधिकतर ऐसी वस्तुओं, कोस्मेटिक्स, सौन्दर्य प्रसाधन, जूते, पर्स इत्यादि अनेकानेक वस्तुओं

का इस्तेमाल किया जाता है। परन्तु उनके घरों में गाय नहीं मिलेगी। जब उन्हें गाय रखने के लिये कहा जाता है, तब हंसकर बात टाल देते हैं। कहते हैं कौन बेगार करेगा? अगर गाय रखोगे नहीं, तो गाय बचेगी कैसे? क्या इन गायों की हत्या के लिये हम जवाबदार नहीं हैं। अगर हर व्यक्ति अपने घर पर गाय नहीं रख सकता तो सामूहिक रूप से गोशाला में तो रख सकता है। हर गाँव-शहर में वधशाला हो सकती है, क्या गोशाला नहीं हो सकती? राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त के शब्दों में –

दाँतों तले तुण दबाकर, हैं दीन गायें कह रही।

हम पशु व तुम मनुज, पर योग्य क्या तुमको यही ?

जारी रहा क्रम यदि यहाँ, यों ही हमारे नाश का।

तो अस्त समझो सूर्य, भारत भाग्य के आकाश का !

जो तनिक हरियाली बची, वह भी न रहने पायेगी।

यह स्वर्ण भारत भूमि बस, मरघट सम बन जायेगी !



## खेती-बाड़ी बनाम फार्मिंग

**हिं** सा को बढ़ावा देने के लिये कृषि मंत्रालय नई-नई योजनाएँ बना रहा है। नये-नये यांत्रिक कल्खानों की शुरूआत के साथ अब कल्खानों के लिये पशुपालन कर उसे खेती का रूप दिया जा रहा है। 20 साल पहले भारत में एक भी पोलट्रीफार्म नहीं था। विदेशों में देखकर हमने उसकी नकल की। देखदेखी भारत में हजारों की संख्या में पोलट्रीफार्म शुरू हो गये। मुर्गियों को बहुत कम जगह में रखकर गर्मी (हीट) पैदा की जाती है, चोंचें काट ली जाती है, अण्डों के लोभ में दिन-रात रोशनी (लाइट) रखकर खिलाया जाता है, मुर्गियों के चूंजों से ही मुर्गियों का आहार बनाया जाता है। थंडे में कहा जाए तो वे मुर्गी-पालन केन्द्र नहीं है, मुर्गी-हत्या केन्द्र है। निष्पाप प्राणियों के साथ क्रूरता की पराकाष्ठा की जाती है।

पोलट्री फार्म, पिगफार्म, काऊफार्म, गोटफार्म जैसी भ्रामक शब्दावली के साथ सरकार मांस-उत्पादन और मांस-निर्यात को बढ़ावा दे रही है। हमारा कृषि मंत्रालय इन सारे प्राणियों को खेती के अंतर्गत पहले उत्पादन करायेगा फिर यांत्रिक कल्खानों में इन प्राणियों को कल्प करायेगा। क्या इस तरह पशुपालन खेती हो सकता है? कदापि नहीं। अब एक नया फार्मिंग और ध्यान में आया है, खरगोश-पालन का। खरगोश की वंशवृद्धि बहुत तेज गति से होती है। ‘खरगोश-की-खेती’ से सारे भारत की मांसपूर्ति हो सकती है, ऐसा कृषि मंत्रालय का सोचना है। राम, कृष्ण, महावीर और बुद्ध के देश में कैसी-कैसी ऋूर, दिल दहलाने वाली, हिंसात्मक योजनायें आयेगी? बिचारे, भोले-भाले, मासूम खरगोशों को भी अब बकशा नहीं जायेगा? जिस देश में कीड़े-मकोड़ों की रक्षा के लिये मुनि धर्मरुचि ने कड़वे तुम्बे की विषैली सब्जी स्वयं खाकर अपने प्राणों को समर्पित कर दिया, उस देश में सुनियोजित बर्बर तरीकों से पशु-पक्षियों ही हत्या को ‘खेती’ नाम देकर संस्कृति के साथ खिलवाड़ किया जा रहा है।



## इंसान की हैवानियत

**शू** करों को मारने का तरीका भी चौंकावना रहा है। शुक्र आसानी से सलाकाओं को पीछे से इनके पेट में मुसाया जाता है। जब तक ये सलाकाओं अन्दर जाकर इनका प्राणान्त नहीं कर देती, तब तक यह प्रक्रिया चालू रहती है। अकेले मिजोरम में रोजाना 15000 शूकरों को इस तरह मारा जाता है। पूरे विश्व में ये प्राणी कितनी संख्या में मारे जाते होंगे, इनके आँकड़े दिल दहलाने वाले हैं। कई जगह लोग इन्हें उल्टा टाँगकर नीचे से आग लगाकर इन्हें जीवित ही भून डालते हैं, फिर पार्टियों में एक जगह रखकर इनकी दावत करते हैं।

जिन्दे बन्दरों को खाने का धिनौना तरीका ताइवान में शुरू हुआ है। वहाँ बड़े-बड़े पंचतारा होटलों में धनी परिवारों को, मेजों में सिर फँसाकर ऊपर से काटते हुए उन्हें खिलाया जाता है। एक बार के इस तरह के भोजन का बिल हजारों रुपये होता है। मनुष्य जाति के पूर्वज इन बंदरों का इस तरह भोजन के लिये उपयोग कर इंसान ने इन्सानियत को शरमा दिया है।

होंगकोंग में जेम्बो नाम का एक पाँच सितारा (5 स्टार) होटल है, जहाँ एक जगह रंग बिरंगे जिन्दे साँप रखे गये हैं। होटल में खाना खाने वाले ज्यादा शौकीन व्यक्तियों को खाने के लिये ये साँप दिखाये जाते हैं। ग्राहक जिस साँप को पसन्द करता है, उसके मुँह के पास चाकू लगाकर उसको उल्टा टाँग दिया जाता है। मुश्किल से साँप के शरीर से एक कप भर खून निकलता है जो उस ग्राहक को ‘सेक सूप’ के रूप में दिया जाता है। इसके बाद उसे लटकाकर चमड़ी निकाली जाती है। फिर उसके पूरे शरीर को सब्जी की तरह काटा जाता है व ग्राहक को मसाले लगाकर खिलाया जाता है। जिसका बिल हजारों रुपये होता है। ताइवान में ऐसी क्रूरताएँ होती हैं, जहाँ चीटियों का नाश्ता दिया जाता है। जिसकी कीमत भी हजारों रुपये होती है। इस तरह, बर्बरतापूर्वक प्राणियों का संहार कर आदमी उनको भोजन के रूप में खाता है।



## सी-फूड की योजनाएँ

**अ** ब सी-फूड (समुद्री भोजन) के लिये नई योजनाएँ भारत में तैयार हो रही हैं। समुद्रों में, नदियों में पानी में रहे हुए सारे मल को खाकर जीवन बसर करने वाले इन मासूम प्राणियों का अब अधिकतर खाद्य पदार्थों में उपयोग होगा। बाजार में मिलने वाली अनेक पेकबंद खाद्य वस्तुओं में इन जलीय/ समुद्री जीवों का मिश्रण होगा। अहिंसा में आस्था रखने वाले लोगों के लिये इन वस्तुओं का उपयोग करना मुश्किल हो जायेगा। सृष्टि का हर प्राणी पर्यावरण की दृष्टि से उपयोगी है। उसे प्रकृति ने निरर्थक पैदा नहीं किया है। अगर इन प्राणियों का उपयोग खाद्य पदार्थों में किया गया तो इनकी जातियाँ लुप्त हो जायेंगी। दुनिया में सैकड़ों प्रकार की पशु-पक्षियों की तथा जलीय जीवों की जातियाँ- प्रजातियाँ पूर्णतः समाप्त हो चुकी हैं। स्थलीय और जलीय पर्यावरण को बहुत नुकसान हुआ है। अब मानव की क्रूरता रही-सही कई जातियों को समाप्त करने पर तुली हुई है। इससे पर्यावरण, पारिस्थितिकी तथा जैव-विविधता को लेकर पैदा हुआ संकट बढ़ता जायेगा, जिसके बारे में मनुष्य स्वार्थवश नहीं सोच रहा है।



## पशु-पक्षी खाने की वस्तु नहीं

**द** रअसल पशु पक्षी खाने की वस्तु नहीं हैं। वे बेजुबान भले ही होते हैं, बेजान नहीं होते हैं। धरती और पर्यावरण के लिए पशु-पक्षियों की बहुत उपयोगिता है। गाय, भैंस, बकरी आदि पशु दूध देकर मनुष्य की सेवा करते हैं। गोबर व मूत्र से धरती की, खेतों की उर्वरता बढ़ाते हैं। ऊँट, बैल, पाड़े बोझा उठाकर काम आते हैं। जल-प्राणी जलाशयों में, समुद्रों में, नदियों में गंदगी समाप्त कर पानी की शुद्धता बनाये रखते हैं। सर्प वौरह विषैले प्राणी खेती में अन धान्य का नाश करने वाले प्राणियों से खेती की सुरक्षा करते हैं। इस तरह सभी प्राणियों की अपनी अपनी इस विराट् सृष्टि के लिये आवश्यकता है, उपयोगिता है। अगर मनुष्य इन प्राणियों का नाश करता है तो वह प्राकृतिक संकर्टों को जन्म देता है।

माँ हमें एक वर्ष दूध पिलाती है, हम जन्मभर उसका उपकार नहीं भूलते। पशु मानव को जीवनभर अमृत तुल्य दूध पिलाते हैं, लेकिन मानव उनका खून कर रहा है! पशु अपने मलमूत्र द्वारा खेतों में खाद देकर हमारा कृषि उत्पादन बढ़ाते हैं, इंसान उनका गला घोंट रहा है! मरते-मरते भी पशु इन्सान के चच्चपल व बृत के लिये अपनी मुलायम चमड़ी छोड़ जाते हैं! आदमी बेरहमी से उनका कत्ल कर रहा है। क्या यही हमारी संस्कृति है कि अपना पेट भरने के लिये हम इन बेजुबान प्राणियों का पेट काट डालें? अपने जीभ के स्वाद के लिये इन मासूम प्राणियों का संसार समाप्त कर दें? अपने सौंदर्य के लिये इन निष्पाप प्राणियों की जिन्दगी सदा सदा के लिये तबाह कर दें? जिन रोगों को हम स्वयं जन्म देते हैं, उन रोगों को नष्ट करने के लिये इन बेसहारा प्राणियों की हत्या कर दें? अपने आमोद-प्रमोद के लिये इन परमोपकारी प्राणियों की जिन्दगी छीन लें, जिसे हम इन्हें कभी दे नहीं सकते। क्या यही मनुष्यता है?

अगर कोई जानवर आदमी को खाता है तो उसे नरभक्षी आदमखोर कहा जाता है। इतना ही नहीं, उसको मारा जाता है। उसे समाप्त करने का कार्यक्रम बनाया जाता है। मनुष्य इतने प्राणियों को खाता है, फिर भी उसे मनुष्य ही कहा जाता है। क्या यह इन पशु-पक्षियों और प्राणियों के साथ अन्याय नहीं है? जिस

तरह सूर्य में प्रकाश की, धरती में माटी की व नदी में पानी की आवश्यकता है, उसी तरह मनुष्य में मनुष्यत्व की आवश्यकता है। मांसाहार मानवता पर एक कालिमा है, कलंक है। गाय, बकरी, भेड़, मुर्गी क्या खाने की वस्तुएँ हैं? जिसका दूध पीना चाहिए, जो अमृत तुल्य है, मनुष्य उसी का खून पी रहा है!



## सबको प्यारे प्राण

**अ** हिंसा का सच्चा मर्म है, किसी को लेश मात्र भी कष्ट या पीड़ा नहीं पहुँचाना। भारतीय चिन्तन का मूल सार हैं – ‘परस्परोपग्रहो जीवानाम्’ अर्थात् परस्पर उपकार करते हुए जीना। जैन धर्म के प्रतीक चिह्न के साथ इसी आदर्श वाक्य को अंकित किया जाता है। पारस्परिक सहयोग, भावृभाव और सौहार्द ही सच्ची अहिंसा है। जीव को अपना जीवन सबसे प्यारा होता है। अपनी जान के आगे वह किसी की भी परवाह नहीं करता। प्राणों की किमत है। आदमी सब कुछ छीन ले, परन्तु किसी की जान न लें। इसके लिए एक सन्त ने 100 साल पूर्व एक कविता लिखी थी। सन्तकवि ने किसी जीव की जान बचाने के लिए कविता में जान डाल दी है –

प्रथम तो प्रिय धन सब ही को।  
द्रव्य से सुत लाके नीको।  
पुत्र से वल्लभ तन जानो।  
देह में अधिक नयन मानो।  
नयन आदि सब इन्द्रियन में सबसे प्यारे प्राण।  
इण कारण कोई मत करोजी पर प्राणन की हान।  
जगत में बुरी है बेझमानी।  
दया पालो बुधजन प्राणी॥

प्राणों की सर्वाधिक किमत है, इसलिये इनको जानवर कहा जाता है। जान+वर मतलब जान (प्राण) श्रेष्ठ है। अगर शरीर में किसी की आँख चली गई है, तो नई, दूसरे की आँख बैठाइ जा सकती है। किसी की किडनी खराब हो गई है, तो दूसरे की किडनी भी प्रत्यारोपण हो सकती है। अब तो एक व्यक्ति का दिल दूसरे व्यक्ति को बैठाया जा सकता है। शरीर का कोई भी अंग कोशिश करने पर ठीक किया जा सकता है। अंगों का परिवर्तन, प्रत्यारोपण हो सकता है लेकिन प्राणी को प्राण रहित करके फिर से प्राण नहीं दिये जा सकते। अर्थात् प्राणों का प्रत्यारोपण नहीं हो सकता। अनन्त शक्तिमान प्रभु परमात्मा भी किसी निष्प्राण को प्राण नहीं दे सकते। अतः किसी के प्राण लेना सबसे बड़ा पाप है।

एक व्यक्ति झूठ बोलता है, कल उसका मन शान्त हो सकता है, परंचाताप करके झूठ से ग़लानि हो जाए और वह सत्यवादी बन सकता है। मतलब झूठ बोलने वाला अपने पाप को धो सकता है। चोरी के पाप में लिस व्यक्ति की भावना दण्ड से बदल सकती है। झूठ व चोरी के पाप धोये जा सकते हैं, अहंकार का पाप साफ किया जा सकता है; परंजिसका जीवन हरण कर लिया क्या आप उसके प्राणों को लौटा सकते हैं? जीवन से रहित किए किसी प्राणी को फिर से जीवन दान नहीं दिया जा सकता है। मारना आसान है, परन्तु मरे हुए प्राणी को जिन्दा करना असंभव है। मरे हुए प्राणी में दुनिया का कोई वैज्ञानिक या सुशिक्षित प्राण नहीं डाल सकता। फिर जो वस्तु हम दे नहीं सकते, उसे हमें लेने का क्या अधिकार है। प्राणों की कीमत अनमोल है। इसलिए अंहिंसा से बढ़कर कोई धर्म नहीं है।

भूतपूर्व प्रधानमंत्री इन्दिरा गांधी के हत्यारे को भी शीघ्र फाँसी नहीं दी गई। यह सर्वविदित था कि सतवंत सिंह ने इन्दिरा को मारा है। फिर भी अदालत में पाँच साल तक केस चला। उसे स्वरक्षणार्थ केन्द्र सरकार ने बकिल दिया। उच्च व उच्चतम न्यायालय तक लड़ाई चली। करोड़ों का व्यय वहन किया गया। ट्रक भर दस्तावेज तैयार किये गये। इसके पश्चात ही उसे तिहाइ जेल में प्राणदण्ड दिया गया। इनने बड़े देश के प्रधानमंत्री का खून करने वाले हत्यारे को फाँसी देने में कितने बरस लगे? सैकड़ों लोग खून करते हैं। कितने खूनियों को प्राणदण्ड दिया जाता है? कारण एक है। वे दोषी हैं, खूनी हैं, हत्यारे हैं, पापी व अपराधी हैं, तथापि उन्हें प्राणदण्ड देते वक्त न्यायदेवता सौ बार विचार करते हैं। अपराधी निर्दोष घूट गया तो चलेगा, परन्तु किसी निरपराध को सजा न मिले। परन्तु दुःख के साथ कहना पड़ता है मनुष्य कहलाने वाला बुद्धिमान कितने निरपराध, मूक व मासूम प्राणियों का खून करता है। वहाँ वह बेबस प्राणियों के प्राणों की कीमत भूल जाता है।



## मृत्यु सबको अप्पिय

**मृ** त्यु बड़ी भयानक है। इससे बड़ा दुःख और कष्ट अन्य नहीं है। जानवर की पराकाशा का होता है। उन्हें असीम वेदना होती है, वह समय उनके दुःख सागर हिलोर लेता है। ऐसे वक्त में उनकी मौत, उनका कल्प उनके मांस को शुद्ध नहीं रहने देती। करोड़ों बेकरीरिया उस मांस में जन्म लेते हैं। ऐसा मांस खाने वाले को संक्रामक रोग की तरह प्रभावित करता है। जैसे एक माता क्रोधावेश में अपने शिशु को दूध पिलाती है, उस समय पिलाया हुआ दूध अमृत का काम न करके विष का काम करता है। माँ का दूध, वास्तव्य, सेह और ममता की धारा होता है, परन्तु कूर क्रोध से वही दूध विष तुल्य हो जाता है। उसी प्रकार भयंकर मृत्यु की पीड़ा से परेशन इन प्राणियों का मांस अशुद्ध हो जाता है।

एक राजा ने एक प्रसिद्ध व बड़े ज्योतिषी को बुलाया और अपनी प्राणप्रिय पत्नी की आयु के बारे में पूछा। ज्योतिषी खरा था, उसने कुण्डली देख कर कहा कि अगर आप नाराज न हो तो मैं आपको सत्य स्थिति बता सकता हूँ। आपकी पत्नी की उम्र अब सात दिन ही बची है। यह सुनते ही राजा आग बबूला हो गया। यह अशुभ समाचार सुनकर वह बहुत क्रोधित हुआ और यह आदेश दिया कि इस ज्योतिषी को मौत के घाट उतार दिया जाए। परन्तु साथ में रहने वाले मंत्री ने कहा कि उतावले में इसको अभी मर मारो। सात दिन ठहरकर हम देखें तो सही कि ज्योतिषी की बात में क्या सच्चाई है? हुआ यह कि सात दिन होते ही रानी का प्राणान्त हो गया। राजा बहुत दुर्व्वी हुआ, परन्तु ज्योतिषी की भविष्यवाणी पर उसे यकीन हो गया। ज्योतिषी को बुलाकर उसने फिर पूछा कि अब यह बताओ कि मेरी उम्र कितनी है। ज्योतिषी ने बड़ी तत्परता से जवाब दिया - “राजन ! मेरी मृत्यु के तुरन्त बाद आपकी मौत होने वाली है।” यह सुनकर राजा शोक-सागर में झूब गया और ज्योतिषी को जीवनदान दे दिया। आदमी को खुद की जान कितनी प्यारी है। अपनी जान बचाने के लिए ज्योतिषी का मृत्युदण्ड माफ कर दिया। स्वयं का प्राण प्रिय है, दूसरे का नहीं; यह अन्याय समाप्त होना चाहिये।

‘आत्मनः प्रतिकूलानि परेषाम् न समाचरेत्’ जो आचरण हमें प्रतिकूल लगता है, वैसा आचरण दूसरों के प्रति भी नहीं करना चाहिये। कोई भी प्राणी मरना नहीं चाहता। मनुष्य वृद्ध व बीमार होने पर भी मरने की इच्छा नहीं करता। फिर ये अबोध छोटे-छोटे मेमने व बछड़े, जिस समय इन्हें माँ के प्यार व दूध की जरूरत होती है, उस समय मनुष्य निर्देयता से इनकी हत्या कर डालता है। क्या यह मनुष्यता की निशानी है ? भगवान महावीर ने कहा है – “सब्जे जीवावि इच्छांति जीवितं न मरिज्जितं”“ प्रत्येक प्राणी जीना चाहता है, मरना कोई नहीं चाहता। जो मनुष्य जैसा करेगा, उसे वैसा ही भरना पड़ेगा। मनुष्य जन्म पाकर भी अगर पापकर्म ही किये तो उसका दुष्खरिणाम भोगना ही पड़ेगा, यह निश्चित है, परन्तु कब भोगना पड़ेगा इसकी जानकारी नहीं है। जिस समय हमारा आखिरी हिसाब होगा, उस समय क्या जवाब देंगे, कौन मदद करेगा?



## पाप हैं मांसाहार

**स** ता और सम्पत्ति के लिये, धन और धरती के लिये, रूप और रूपये के समय और श्रम खर्च किया है, उसका आत्मा-परमात्मा के लिये क्या उपयोग। सारे जिन्दगी की भौतिक सम्पत्ति, श्वास निकलते ही सब बेकार।

आखिर में जीव अकेला आया है, अकेला ही जायेगा। फक्त पाप और पुण्य ही उसके साथ रहते हैं। पाप किया है तो दुर्गति होगी। पुण्य किया है तो सद्गति होगी। भारत के ऋषि-मुनियों ने अपनी सुदीर्घ साधना के पश्चात् बताया कि मांसाहार और प्राणिवध भयंकर पाप हैं। इसलिए दुर्गति, नरक गति के कारण हैं। निरपराध को मारना पाप है। इसीलिये गणेश चतुर्थी, महावीर जयन्ती, जन्माष्टमी, गणतंत्र दिवस, स्वतंत्रता दिवस, गांधी जयन्ती एवं अन्य महत्वपूर्ण पर्व-तिथियों को देश के कल्लखानों, मांस की दुकानों और मदिरालयों को बन्द रखे जाने का आग्रह किया जाता है। देश के अनेक प्रान्तों और भागों में इन पवित्र दिनों में मद्य-मांस का व्यापार निषिद्ध रहता है। विदेशों में भी अनेक खास दिनों में बूचड़खानों का संचालन निषिद्ध रहता है। श्रावण महीने में लोग मांसाहार कम करते हैं। महिलाएँ पुरुषों की तुलना में कम मांसाहार करती हैं। मांस-भक्षण एक अपवित्र आदत है, जिस पर कई रूपों में अंकुश लगाया जाता है। अगर मांसाहार पाप नहीं होता तो उक्त पर्वों पर कल्लखाने बंद नहीं रखे जाते। साग-सब्जी के बाजार कभी किसी पर्व पर बन्द नहीं रखे जाते।



## मूक प्राणियों की आँहें

**शा**

स्त्रों में कहा गया है कि गौ आदि पशुओं के विनाश से राजा और प्रजा दोनों का विनाश होता है। मरने वाले पशुओं की आह से सर्वनाश हो सकता है। कवि के शब्दों में –

मत सता जालिम किसी को, मत किसी की हाय ले।

दिल के दुःख जाने से जालिम खाक में मिल जायेगा।

मांस-प्राप्ति के लिये पशु-पक्षियों को तड़पा-तड़पा कर मार दिया जाता है। कटते हुए पशुओं की पीड़ा से जो आहें निकलती हैं, वे सारे ब्रह्माण्ड को नकारात्मक ढंग से प्रकटित करती हैं। मरने वाले पशु की आँखें पूछती हैं कि क्या यही मानवता है ? क्या यही इन्साफ है ? क्या निरपराध को मारना जायज है ? यदि एक मानव किसी दूसरे मानव की हत्या करे तो उस पर मुकदमा चलता है और उसे मौत की सजा होती है। परन्तु यदि वही व्यक्ति किसी पशु का वध करे तो उसे कोई सजा नहीं होती। यह कैसा इन्साफ ? सच है – संसार में मानव तो एक सर्वोल्कृष्ट प्राणी है, और बिचारे पशु ठहरे तुच्छ प्राणी। मानव ने सभी कायदे-कानून अपने ही स्वार्थ के लिए बनाए हैं। उसने इन बेजुबानों, गरीबों, असहायों पर तो सदैव महाभयंकर अत्याचार ही किए हैं और कर रहा है। पर याद रखना चाहिये कि इन मूक प्राणियों की आहें और यह ऊँच-नीच का भेदभाव मानव जाति के विनाश का कारण बन रहा है।

हे मांसाहारी बध्युओं, कृपया अगली बार मांसाहार से पूर्व एक बार बूचड़खाने व मुर्गीखाने में जाकर इन मूक प्राणियों पर किये जाने वाले अत्याचार, उनकी वेदना व उन पशुओं के चेहरे के भावों को अपनी आँखों से अवश्य देखें। मांसाहार के समय अपने ही गले को धीरे-धीरे कटते हुए, उसमें से रक्त-धारा को बहते हुए, अपनी ही आँसुओं से भरी आँखों से देखने की कल्पना करें और फिर अपनी अन्तरात्मा से पूछें कि क्या हमारी श्रेष्ठता व मानवता इसी में है कि हम केवल अपने स्वाद के लिये निरपराध प्राणियों का वह जीवन उनसे सदा के लिये छीन लें, जो हम उन्हें दे नहीं सकते।



## जीवदया

**भ** कत परिज्ञा में कहा गया है कि जीव हिंसा अपनी हिंसा है, जीवदया अपनी दया है। मनुष्य जन्म पाकर भी जिसने जीवदया नहीं पाली तथा छः काया के जीवों की विराधना की, उसकी हालत उस अतिथि की तरह है, जो बड़ी आशा लेकर मेजबान के घर जाता है, लेकिन घर में कोई नहीं होने के कारण उसे वापस लौटना पड़ता है। एक जैन कवि ने इस बात को इस प्रकार अभिव्यक्त किया –

जीव दया पाली नहीं, पाली नहीं छह काय।

सूना घर नो पाहुणो, जिम आयो तिम जाय॥

धर्म की जन्मभूमि दया है। दया सदृश न धर्म है, न तप है, न दान है न मित्र है। जिस प्रकार गुणों के बिना रूप की शोभा नहीं, विद्या बिना शरीर की शोभा नहीं, जल बिना झील की शोभा नहीं, उसी प्रकार दया बिना धर्म की शोभा नहीं होती। जीवदया की महिमा बताते हुए कवि कहता है –

जीव दया पाली सही, पाली छे छह काय।

बसता घरनो पाहुणो, भीठा भोजन खाय॥

जिसने बेजुबान प्राणियों पर दया की, छः काय जीवों की रक्षा की, उस व्यक्ति को सदा सदृति प्राप्त होती है। जैसे सुव्यवस्थित भेरपूरे परिवार में अतिथि को मिष्ठान भोजन प्राप्त होता है। दया धर्म रूपी वृक्ष की जड़ है, व्रतों में मुख्य है, सम्पत्तियों का स्थान है और गुणों की भण्डार है, इसलिये विवेकीजन दया का पालन अवश्य करते हैं। ज्ञानीजन कहते हैं कि यदि तेरा मन दया से पूर्ण है तो तू उपवास आदि के द्वारा व्यर्थ ही कष्ट उठाता है। तुझे दयाभाव से ही सिद्धि मिल जायेगी। यदि तेरा मन दया से शून्य है तो तू मुक्ति के लिए व्यर्थ ही क्लेश उठाता है, क्योंकि मात्र कायक्लेश से मुक्ति नहीं मिलती। राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त के शब्दों में –

जो जन अहिंसा धर्म का पालन करेंगे रीति से।

संसार सब गिर जाएगा उनके पागों में प्रीति से॥

अतिक्रूर भी उनके लिये अतिशय सरल हो जाएगा।  
उनके लिए मीठी सुधा के सम गरल हो जाएगा॥  
जो व्यक्ति विधिवत् अहिंसा धर्म का पालन करेगा, सारा संसार उसके चरणों में नतमस्तक हो जायेगा। बहुत निष्ठुर मनुष्य भी उसके लिये अत्यन्त सरल हो जायेगा और विष उसके लिए अमृत हो जायेगा।



## कल्याणकारी अहिंसा

**स** हजीवन, सह-अस्तित्व एवं विश्वशान्ति के लिए अहिंसा को रक्षा का प्रश्न हो या जंगली जानवरों के संरक्षण का सवाल, सब जगह अहिंसा को अपनाना होगा। अहिंसा के अभाव में हमारा जीवन भी संदिग्ध बन जाता है। पर्यावरण की शुद्धि का प्रश्न हो या पृथ्वी को बचाने का सवाल, सर्वत्र अहिंसा भगवती कल्याणकारिणी है। अहिंसा सबको निर्भयता, स्वतन्त्रता एवं जीवन प्रदान करती है। इसीलिये प्रश्नव्याकरण सूत्र में भगवान महावीर ने कहा है - 'अहिंसा तस्थावर सव्वभूय खेमकरी' अहिंसा पाप रहित, पाप निषेधक और निर्दोष प्रवृत्तिरूप होने से स्व व परहित के लिये अवश्य सेवनीय है। क्योंकि संसार में कल्याण कराने वाली, दुःखों से मुक्त कराने वाली, संसार समुद्र से तिराने वाली यदि कोई क्रिया है, तो वह अहिंसा यानि जीवदया ही है। आचारांग सूत्र में भगवान महावीर ने प्ररूपणा की है कि अहिंसा शुद्ध है, नित्य है और शाश्वत है। अहिंसा के सम्यक् आचरण से आराधक श्रमण निर्ग्रन्थ जघन्य उसी भव में और उत्कृष्ट पन्द्रह भवों में निश्चय ही अपने लक्ष्य सिद्धत्व को प्राप्त करते हैं।

प्रश्नव्याकरण सूत्र में शास्त्रकार ने हिंसा के भयंकर कुफल बताये हैं, जो प्रत्येक हिंसार्थी को भोगने ही पड़ेंगे। उसमें कोई रियायत नहीं होगी, चाहे फिर हिंसा करने वाला मनुष्य किसी भी उच्च कुल, उच्च जाति, उच्च धर्म, उच्च राष्ट्र या प्रान्त का ही क्यों न हो। जहर को कोई भी कुलीन व्यक्ति खाए या अकुलीन, जानकर खाए या अनजाने में, उसका दुष्परिणाम मृत्यु के रूप में उसे भोगना ही पड़ता है। इसी प्रकार हिंसा को चाहे कुलीन करें या अकुलीन, जान कर करें या बिना जाने करें, उसका भी दुष्फल उसे नरक और तिर्यच योनि की प्राप्ति के रूप में भोगना ही पड़ेगा। शास्त्रकार स्पष्ट करते हैं कि हिंसा करने वाले, उस पाप के फल को जानते हुओं की तो बात ही क्या, नहीं जानते हुए भी महाभयंकर, अनवरत वेदनापूर्ण और दीर्घकाल तक अनेक दुःखों से व्याप्त नरक और तिर्यच योनियों की अपने लिए वृद्धि करते रहते हैं। वे अशुभ कर्मों की बहुतायत के

कारण आयुष्य क्षीण होने पर मरकर विविध नरकों में उत्पन्न होते हैं। इसके विपरीत जो सर्वविध हिंसा से मुक्त है तथा अतिशय सहनशील है सबके आधारभूत हैं वे स्वर्गगामी होते हैं। संसार रूपी मरुस्थल में अहिंसा ही अमृत का झरना है, अहिंसा भगवती है, अहिंसा जगत की माता है, अहिंसा आनन्द की पद्धति है, अहिंसा ही उत्तम गति है, अहिंसा ही शाश्वत लक्ष्मी है।



## अहिंसा सर्वोपरि

**य**ह एक अटल सत्य है कि सभी प्राणियों में जिजीविषा (जीने की इच्छा) प्रमुख रूप से पाई जाती है। कोई भी प्राणी कष्ट पाना या मरना नहीं चाहता। इसीलिए सभी धर्मों में अहिंसा को प्रधानता दी गई है। भगवान महावीर ने अहिंसा, संयम व तप को उत्कृष्ट धर्म बताया है। उत्तराध्ययन सूत्र में वे कहते हैं – “हे पार्थिव! तुझे अभ्य है। तू भी अभ्यदाता बन। इस क्षणभंगुर संसार में जीवों की हिंसा के लिये तू क्यों आसक्त हो रहा है?” दशवैकालिक सूत्र में वे कहते हैं – “इन जीवों के प्रति सदा अहिंसक वृत्ति से रहना। जो कोई मन, वचन और काया से अहिंसक रहता है, वह आदर्श संयमी है।” महाकवि तुलसीदास ने लिखा –

परहित सरस धर्म नहीं भाई।  
पर पीड़ा सम नहीं अधमाई॥

अर्थात् परहित के समान कोई धर्म नहीं है और पर-पीड़ा के समान कोई निम्न स्तर का कार्य नहीं है। तुलसीदास ने अहिंसा को “परम धर्म श्रुतिविहित अहिंसा” कहकर उसे वेदसम्पत् परम धर्म के रूप में स्वीकार किया है। कवि नरसी मेहता ने कहा कि जो पराई पीड़ा को जानता है, वही सच्चा वैष्णव है। स्मृतियों और उपनिषदों में तो अहिंसा परम धर्म की अनेकानेक प्रशस्तियाँ पद-पद में पायी जाती हैं। ‘‘मा हिस्यात् सर्व भूतानि’’ (किसी भी प्राणी की हिंसा मत करो) यह वेद-वाक्य प्रत्यक्ष रूप से हिंसा विरोधी एवं अहिंसा का प्रबल समर्थक है। दयानन्द सरस्वती ने कहा था कि माँस का प्रचार करने वाले सब राक्षस के समान हैं। वेदों में माँस खाने का कर्हीं उल्लेख नहीं है। पारसियों के धर्मशास्त्र ‘शातनामा’ में फिरदौसी ने लिखा है कि हमारा जरथस्त धर्म ऐसा नेक है कि उसमें पशु-वध, शिकार व मांस-भक्षण करना मना है। इस तरह विश्व के सभी धर्म ग्रंथ अहिंसा की महिमा का गुणगान करते हैं।

सब प्राणी मिलकर जगत् का निर्माण करते हैं। वनस्पति, पानी, पृथ्वी, अग्नि और अन्य सब प्राणी, जलचर, थलचर, खेचर सबके समन्वय व सन्तुलन से संसार बना है। नष्ट करने का अधिकार किसी को नहीं है। संरक्षण व सृजन में

सन्तुलन है और किसी भी एक आयाम के नष्ट होने से पर्यावरण में असन्तुलन बनेगा। जीवन सबको इष्ट है। जीवन जब स्वयं को प्यारा है तो हर प्राणी को प्यारा है। इसी सिद्धान्त को मोटे रूप में धर्म का रूप देकर बड़े-बड़े महात्मा व मनीषियों ने अहिंसा का उपदेश दिया। किसी की हिंसा न कर। जीवन नष्ट न कर। जीवन अमूल्य है, मारना पाप है। परन्तु कालान्तर में आचार और सिद्धान्त में भेद हो गये और व्यवहार में हिंसा का प्रचार हुआ। परन्तु सिद्धान्ततः कोई भी धर्म हिंसा का समर्थक नहीं है।

धर्म, असंयम, हिंसा, असत्य आदि अमानवीय प्रवृत्तियों की वकालत नहीं करता। योग मनुष्य की इतस्ततः विकीर्ण शक्तियों को केन्द्रीभूत कर आत्मज्ञान और आत्मविकास का पथ प्रशस्त करता है। अहिंसा मनुष्य को उसके मूल धर्म प्राणिमात्र के प्रति प्रेम के प्रति सजग बनाती है। योग खण्ड-खण्ड की खण्डता को अखण्डता में बदल देता है, अहिंसा किसी को खण्डित होने ही नहीं देती। अहिंसा हमारे विकास का अपरिहार्य सुफल है। अतः जब भी हम उसके आँचल की छाया छोड़ेंगे, हमें विकट विपदाओं का सामना करना पड़ेगा। पर्यावरण के प्रदूषित होने की समस्या हिंसा में जुड़ी हुई है। अहिंसा प्रदूषण-मुक्ति का सर्वोत्तम उपाय है। यदि आज का विश्व अहिंसा को पूरी तरह स्वीकार कर ले तो ऐसी कोई समस्या नहीं रहेगी, जिसका हल ढूँढ़ना असंभव हो।



## एकमात्र आश्रय अहिंसा

**हिं** सा से हिंसित प्राणी की जीवन-लीला के समाप्त होने को मात्र आयुष्य कर्म की क्षीणता का परिणाम मानना, हिंसा को बढ़ावा देना है। प्राचीन ग्रंथ ‘स्थानांग सूत्र’ में अकाल मृत्यु के सात कारण बताए गये हैं, जो यह प्रमाणित करते हैं कि प्राणी की निर्धारित आयु के पूर्व भी उसकी मृत्यु हो सकती है। वे सात कारण हैं –

1. राग द्वेष के तीव्र अध्यवसायों से
2. शस्त्र, अस्त्र, विस्फोट, विष आदि के निमित्त से
3. आहार न मिलने अथवा अत्याधिक आहार करने से
4. तीव्र वेदना होने से
5. दूसरों के द्वारा चोट व आघात पहुँचाने से
6. विद्युत धारा के स्पर्श आदि से
7. श्वास-निःश्वास के अवरोध से आयुष्य का भेदन हो सकता है।

तात्पर्य यह है कि निर्धारित आयुष्य के पूर्व भी औदारिक शरीरधारियों की देह छूट सकती है। हिंसा से समस्त संसारी प्राणियों को दुःख का अनुभव होता है। इसलिए हिंसा हर हाल में त्याज्य है। वस्तुतः अहिंसा मानवजाति के उर्ध्वमुखी विराट चिन्तन का सर्वोत्तम विकास बिन्दु है। व्यक्ति के परिवार से समाज, समाज से गाष्ठ और गाष्ठ से विश्वबन्धुत्व का जो विकास हुआ और हो रहा है, उसके मूल में अहिंसा की पवित्र भावना काम कर रही है। यही कारण है कि विश्व के सभी धर्मों ने धूम-फिर कर अन्तोगत्वा अहिंसा का ही आश्रय लिया है। वर्तमान समय में इस बात को विशेष रूप से कहना होगा कि यदि सभी धर्मों को, या कहा जाए कि मानवता को हरा-भरा एवं अमरता प्रदान करना है तो अहिंसा की इस पावन धारा को सागर रूपी इस संसार में निरन्तर बहने देना होगा। अहिंसा वास्तव में परम धर्म है। जीवन में एक बिन्दु भी धर्म उतारना हो तो प्रथम अहिंसा को ही अपनाना पड़ेगा।



## इस्लाम में शाकाहार

**इ**स्लाम धर्म का मुख्य केन्द्र अरब स्थान रहा है। इस धर्म का मन्तव्य है कि खुदा सारे जगत का पिता है और जगत में जितने भी प्राणी हैं, वे सब खुदा के बन्दे और पुत्र हैं। ‘कुरान-शरीफ’ के प्रारंभ में अल्ला-ताला का विशेषण ‘बिस्मिल्लाहिर्रहमानिर्रहीम’ है। जिसका अर्थ है, खुदा दयामय है। खुदा के मन के कण-कण में दया का स्थान है। अहिंसा की श्रेष्ठता बताते हुए ‘कुरान’ में कहा है, “जहाँ रहम है, वहीं रहीम है।” “रहम करने वाले पर रहमान भी रहम करता है। तुम जमीन वालों पर रहम करो, आसमान वाला तुम्हारे ऊपर रहम करेगा। हिदिश में लिखा है कि “कत्ले शिदर” अर्थात् किसी को मत काटो। फारसी बेत में पैगम्बर हजरत मुहम्मद नवी और खलीफा जमात हजरत अली का फरमान है कि तुम अपने पेट को पशु-पक्षियों की कब्र मत बनाओ अर्थात् तुम मांस-भक्षण मत करो। आगे उन्होंने कहा है कि संसार में अनेक भयंकर काम है, किन्तु हिंसा अर्थात् किसी को मारना यह सबसे बड़ा भयंकर काम है। हिंसा के विषय में वे बताते हैं कि “चाहे कुछ भी कर, परन्तु भूलकर भी कभी किसी प्राणी को दुःख मत पहुँचा। उसे उसके प्यारे जीवन से अलग मत कर।”

इस्लाम के पवित्र तीर्थ मक्का स्थित कस्बे के चारों ओर कई किलोमीटर के घेरे में किसी भी पशु पक्षी के कत्ल की मनाही है तथा हज की अवधि में हज करने वाले के लिए मद्य-मांस का सर्वथा त्याग जरूरी है। इस्लाम में आध्यात्मिक साधना के दौरान मांसाहर पूरी तरह वर्जित है। त्याग की इस स्थिति को तर्क हैवानात (जानवर से प्राप्त वस्तु का त्याग) कहा गया है।

चौदहवीं सदी के मुस्लिम संत हजरत रूक्हीन के मकबरे पर इबारत अंकित है कि यदि आपने मांस भक्षण किया है तो कृपया भीतर प्रवेश न करें। यह मकबरा गुलबर्गा से आठ किलोमीटर दूर स्थित है। काश्मीर में 14वीं सदी में एक मुस्लिम सन्त शेख बली हुए, जो पूर्ण रूप से शाकाहारी थे। उनके उस के मौके पर एक सप्ताह तक कोई मांस नहीं खा सकता था। कुरान में उपदेश है कि इफ्तार में शाकाहारी चीजें खाई जाए। उर्दू के सुप्रसिद्ध कवि हाली ने कहा है -

मेहरबानी करो तुम, अहले जर्मी पर।  
खुदा खुश होगा तुम पर अरशेबर्दी पर॥

महाप्रभु ने काजी के द्वारा गोवध बंद कराया और उसे अहिंसा व प्रेम का उपदेश देते हुए कहा, गाय दूध देती है, अतः तुम्हारी माता-तुल्य है और बैल उत्पादन करते हैं, अतः तुम्हारे पिता-तुल्य हैं। माता-पिता का वधकर उनका भक्षण करना अधर्म और निन्दनीय कृत्य है।

सन् 1857 में दिल्ली मात्र चार माह स्वतंत्र रही पर इस अल्पकालीन स्वतंत्रता में क्रान्तिकारियों का नेतृत्व करने वाले अंतिम मुगल सम्राट् बहादुरशाह जफर ने गोवध पर प्रतिबंध लगाकर जो काम अंजाम दिया उसके लिये वह इतिहास में सदैव अमर रहेगा। उसने 28 जुलाई 1857 को गोवध पर प्रतिबंध लगाकर जो शाही फरमान जारी किया वह इस प्रकार था, “खुल्फ खुदा की, मुल्क बादशाह का, हुक्म फौज के बड़े सरदार का। जो कोई इस मौसम बकरीद में या उसके आगे-पीछे गाय या बैल या बछड़ा या बछड़ी लुकाकर या छिपाकर अपने घर में जिबह और कुरबानी करेगा, वह आदमी हुजूर जहाँनाह का दुश्मन समझा जाएगा और उसको सजा-ए-मौत दी जाएगी।”

इतिहास साक्षी है कि 1 अगस्त 1857 को दिल्ली में सम्पन्न बकरीद पर एक भी गौ की हत्या नहीं हुई। हिन्दू-मुसलमान भाइचारे के साथ एक-दूसरे से गले मिल रहे थे। उस दिन सभी ने फिरगियों के खिलाफ साम्रादायिक एकता को मजबूत करने का संकल्प लिया था।

उपर्युक्त तथ्यों से स्पष्ट है कि इस्लाम धर्म में भी अहिंसा को महत्त्व दिया गया है तथा मदिरापान, ईर्ष्या, लालच, असत्य, कृपणता, अभिमान, हिंसा, सुद्ध आदि को त्याज्य बताया है। ये जीवन को विकृत करने वाले दुरुण हैं। कुरान-शरीफ में जहाँ-तहाँ भ्रातृत्व, दान, क्षमा, मैत्री, दया, प्रेम, कृपा, संयम आदि सद्गुणों के ग्रहण करने पर बल दिया गया है। ये सद्गुण जीवन को विकसित करते हैं। इन सद्गुणों को धारण करने से जीवन में अहिंसा का पवित्र आचरण करने की भव्य भावना लहराने लगती है।



## ईसाई धर्म में शाकाहार

**ई** साई धर्म के प्रवर्तक महात्मा ईसा थे। वर्तमान युग में विश्व के विविध अंचलों में यह धर्म फैला हुआ है। ईसा ने कहा – तुम अपनी तलवार म्यान में रख लो, क्योंकि जो लोग तलवार चलाते हैं, वे सभी तलवार से ही नष्ट किए जायेंगे। किसी के साथ दुर्ब्यवहार न करो। तुम्हारे गाल पर कोई तमाचा मारता है, तो दूसरा गाल भी उसके सामने कर दो।

ईसाई धर्म के मुख्य ग्रन्थ बाइबिल में कहा है – Thou shalt not kill अर्थात् हिंसा मत करो। ‘जैसा को तैसा’, ‘आँख के बदले आँख’, ‘दाँत के बदल दाँत’ और ‘सिर के बदले सिर’ लेने के सिद्धान्त से समस्या का सही समाधान नहीं हो सकता। इससे शान्ति प्राप्त नहीं होती। उस पर तुम सेह की वर्षा करो और इस प्रकार की प्रशस्त भावना करो कि उसके विचारों में परिवर्तन आ जाये। ईसा ने ईश्वर को प्रेम के रूप में निरूपित किया।

वस्तुतः प्रेम ही ईश्वर है, वही अहिंसा है। जिसके हृदय में दया का साम्राज्य नहीं है, उसका ज्ञान शुष्क ज्ञान है। ईसा ने प्रेम, करूणा, सेवा आदि सदुण्ठों को जीवन के लिए आवश्यक माना है। इस तरह ईसाई धर्म में अहिंसा की भावनाएँ मानव सेवा और प्रेम के रूप में विकसित हुई हैं।



## ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਮੈਂ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰ

**ਅ**

ਹਿੰਸਾ ਕੇ ਸਿੜਾਨਤ ਕੋ ਮਹਤਵ ਦੇਤੇ ਹੁਏ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਨੇ ਕਹਾ ਕਿ ਜੋ ਸਬਕੀ ਭਲਾਈ ਕਰਤਾ ਹੈ, ਵਹੀ ਮਹਾਨ ਹੈ। ਸਬਕੀ ਭਲਾਈ ਬਿਨਾ ਅਹਿੰਸਾ ਸਿੜਾਨਤ ਕੋ ਅਪਨਾਨਾ ਸਮੱਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਹਿੰਸਾ ਕੀ ਨਿਰਮਲ ਭਾਵਨਾ ਸੇ ਪ੍ਰੇਮ ਭਾਵ ਕੀ ਵੱਡਿਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਹੋਣੀ ਹੈ। ਬਿਨਾ ਪ੍ਰੇਮ ਕੇ ਪ੍ਰਭੁ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਤਾ। ਸਾਹਬ ਕਾ ਕਹਨਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੀ ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਕਾ ਖੂਨ ਏਕ ਹੈ, ਚਾਹੇ ਵਹ ਬਕਰੀ ਹੋ, ਗਾਯ ਹੋ ਯਾ ਅਪਨੀ ਸੰਤਾਨ ਹੋ। ਸਥਾਨ ਕੋ ਏਕ ਨ ਏਕ ਦਿਨ ਮਰਨਾ ਹੈ, ਇਸੀਲਿਧੇ ਅਪਨੇ ਸ਼ਰੀਰ ਕੇ ਪਾਲਨ ਕੇ ਲਿਏ ਜੀਵ ਕੋ ਵਧੇਰੇ ਮਤ ਮਾਰਿਯੇ। ‘ਗੁਰੂ ਗ੍ਰਨਥ ਸਾਹਿਬ’ ਮੈਂ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਨੇ ਫਰਮਾਯਾ -

ਜੇ ਰਤ ਲਗੇ ਕਪਢੇ ਜਾਮਾ ਹੋਤ ਪਲੀਤ।

ਜੇ ਰਤ ਖਾਵੇ ਮਾਣਸਾ ਨਿਰਮਲ ਕੈਂਸੇ ਚਿੱਤ ॥

ਰਤ ਲਗ ਜਾਨੇ ਸੇ ਵਸਤ੍ਰ ਪਰ ਦਾਗ ਲਗ ਜਾਤਾ ਹੈ, ਵੈਂਸੇ ਹੀ ਰਤ ਯੁਕਤ ਮਾਂਸ ਖਾਨੇ ਸੇ ਮਨ ਮੈਲਾ ਹੋ ਜਾਤਾ ਹੈ। ਇਸਲਿਏ ਮਾਂਸ ਗ੍ਰਹਣ ਕਰਨਾ ਦੋ਷ਪੂਰਣ ਹੈ। ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਮੈਂ ਸਾਤਿਕ ਭੋਜਨ ਪਰ ਬਲ ਦਿਯਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਨੇ ਅਨ੍ਯਾਧ ਕੋ ਸਹਨ ਕਰਨਾ ਹਿੰਸਾ ਮਾਨਾ ਹੈ, ਇਸਲਿਏ ਉਸਕੇ ਪ੍ਰਤਿਕਾਰ ਕੇ ਲਿਏ ਵੇ ਸਤਤ ਤੈਤੀਅਰ ਰਹੇ। ਉਨਕੀ ਯੁਦ੍ਧ ਕੀ ਭਾਵਨਾ ਅਨ੍ਯਾਧ ਕੇ ਪ੍ਰਤਿਕਾਰ ਕੇ ਲਿਏ ਥੀ। ਵੇ ਯੁਦ੍ਧ ਕੇ ਲਿਏ ਯੁਦ੍ਧ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹਤੇ ਥੇ।

ਗੁਰੂਦ੍ਵਾਰੇ ਸਿਖਾਂ ਕੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਧਰਮਸਥਲ ਹਨ, ਜਿਨਮੇਂ ਆਧੋਜਿਤ ਲੰਗਰ ਮੌਕੇ ਬਾਗੈ ਕਿਸੀ ਜਾਤਿ, ਸਮਾਜਾਧ, ਵਰਣ ਭੇਟ ਕੇ ਸ਼ੁਦ੍ਧ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਭੋਜਨ ਪਰੋਸਾ ਜਾਤਾ ਹੈ। ਯੇ ਧਰਮਸਥਲ ਜਹਾਂ ਏਕ ਆਰ ਸਾਰੰਭੀਮ ਭਾਤੁਤਵ ਔਰ ਮਮਤਵ ਕਾ ਅਭਿਨਵ ਸੰਦੇਸ਼ ਦੇਤੇ ਹਨ, ਵਹੀਂ ਦੂਸਰੀ ਓਰ ਸ਼ੁਦ੍ਧ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰ ਦੇ ਕਰ ਅਹਿੰਸਾ ਔਰ ਕਰੁਣਾ ਕਾ ਸ਼ਾਂਖਨਾਦ ਕਰਤੇ ਹਨ।



## शाकाहार व प्रभुकृपा

**प्र** कृति ने हमारे शरीर को बहुत ही सुव्यवस्थित और वैज्ञानिक बनाया है। हम उसका दुरुपयोग करते हैं तो उसका नतीजा ठीक नहीं होता। इन्सान भूल जाता है कि प्रकृति/परमात्मा ने उसे जीवन यापन के लिये सब कुछ पर्याप्त रूप से दिया है। अंग्रेजी में कहावत है कि-श्लवक हपअमेण डंद हमजे दक वितहमजेश मनुष्य सब कुछ पाकर भूल जाता है और यही उसके दुःख का कारण होता है। प्राकृतिक वस्तुओं को नष्ट करते समय आदमी को भान नहीं रहता, परन्तु इसका परिणाम किसी न किसी रूप में, कभी न कभी इन्सान को भोगना ही पड़ता है। जिस तरह इन्सान को इस धरती पर जीने का अधिकार है, उसी तरह पृथ्वी के प्रत्येक प्राणी को जीने का अधिकार है। सभी प्राणी धरती माता के सपूत्र हैं। हम इन सपूत्रों को अपने सामान्य स्वार्थ के लिये समाप्त कर दें, क्या यही इन्सान का विवेक है।

पशु-पक्षी प्रकृति के प्रतिकूल अपना आहार विहार नहीं करते। इन्सान को प्रकृति ने सोचने की शक्ति दी है। ज्ञान और विज्ञान दिया है। विवेक व बुद्धि दी है। उसने प्रकृति के इन गुणों का उपयोग कम किया है। दुरुपयोग ही ज्यादा किया है। सदैव अपने स्वार्थ को ही सर्वोपरि सामने रखा है। अपने तुच्छ स्वार्थ के लिये प्रकृति की मूल्यवान व आवश्यक वस्तुओं का मनुष्य ने विनाश किया।

प्रकृति इस प्रतिकूलता का परिचय समय-समय पर देती रहती है। अतिवृष्टि, अनावृष्टि, भूकम्प, तृफान, प्राकृतिक दुर्घटनाएँ, ये सब प्रकृति के प्रकोप के ही परिणाम हैं। जीवन में इन्हें भौतिक सुख साधनों को पाकर भी मनुष्य सुख नहीं पा रहा है। करोड़ों, अरबों की सम्पत्ति पाकर भी वह अशान्त है। सुख की नींद नहीं सो सकता है। सुख की तलाश में दर-दर भटक रहा है। बाहर के दृश्य, सम्पत्ति व साधन दूर से आकर्षक लगते हैं। परन्तु इनके पीछे दुःख भटकता भागता आ रहा है। जैसे मछली को आटा दीखता है, पर आटे के पीछे का कांटा नहीं दीखता, जो जानलेवा होता है। प्रकृति की उपेक्षा मनुष्य के दुःख का कारण बनी। प्रभु परमात्मा व प्रकृति की कृपा के बिना यह विश्व चैन से रह नहीं

सकता। कबीरदास जी ने सांसारिक लोगों के संकटों को देखकर उसका चित्रण इस प्रकार किया –

चलती चक्की देखकर, दिया कबीरा रोय।

दो पाटन के बीच में, साबत बचा न कोय॥

संसार की इस चक्की में कोई सलामत बच नहीं सकता। फक्त वो ही सुखी रहेगा, जो प्रभु परमात्मा के निकट रहेगा –

आसपास जो–जो पिसे, पिस–पिस आटा होय।

कीली से लागा रहे, बाल न बांका होय॥



शाकहार ही सर्वात्मा आहार है।

## आपदाओं की जननी हिंसा

**य**ह कैसी अजीब बात है कि जिन मूँक व बेसहारा प्राणियों को खिलाना चाहिये आदभी उन्हीं को खा रहा है, जिनका पालन करना चाहिए, उन्हें परेशान कर रहा है। जिन्हें साता देनी चाहिए, उन्हें सताया जा रहा है। जिनका निर्माण नहीं कर सकता, उनका नाश कर रहा है। बेचारे बेबस, बेजुबान, बेसहारा प्राणी, जिनका रोम-रोम मनुष्य जाति के लिये समर्पित है, ऐसे परम उपकारी पशु-पक्षियों की हत्या कर मनुष्य ने अपने ही हाथों अपने विनाश को निमंत्रण दिया है। देश में बढ़ती हिंसाएँ, बर्बरताएँ हमारे विनाश का मानसून तैयार कर रही हैं। कल्लखाने, पशुहत्या, मांस-नियात, वृक्षों की कटाई, पक्षियों की तस्करी, फैलता प्रदूषण, बिगड़ता पर्यावरण आदि हमारे जीवन-मरण के प्रश्न हैं। यदि हमने इस बढ़ते पापाचार पर प्रतिबंध नहीं लगाया तो प्रकृति को प्रकुपित होने में देर नहीं लगेगी। पाप का भार धृती पर जब पराकाशा पर पहुँच जाता है तो पृथ्वी, पर्यावरण अपना संतुलन छोड़ देते हैं और अनहोनी घटनाओं का प्रारंभ हो जाता है। यही कारण है प्रकृति इस जुल्म के कारण किसी न किसी रूप में हमें दंडित करती है। प्रकृति का प्रकोप भूकम्प, ज्वालामुखी, अतिवृष्टि, अनावृष्टि, दुर्भिक्ष आदि रूपों में प्रकट होता है।

30 सितम्बर 1993 की सुबह लातूर उस्मानबाद में भयंकर भूकम्प आया, जिसने महाराष्ट्र को ही नहीं, पूरे राष्ट्र को हिला दिया। करीब चालीस हजार लोग रात को अपने अपने घरों में शीतल, मन्द समीर में सुख शैया पर सोये हुए थे। भूमाता के एक मिनट के कंपन ने सबको ढेर कर दिया। सारे घर व गाँव श्मशान बन गये। रात को सोते बक्त की सारी आशा व आकंक्षाओं का किस तरह अन्त हुआ, यह विश्व की अविरल घटना है। कोई घर सही-सलामत नहीं बचा। सब तरफ पत्थर व मिट्टी के ढेर दिखाई दे रहे थे। किसी किसी घर में तो रोने वाला ही नहीं बचा। आठ सदस्य थे, आठ ही काल कवलित हो गये। क्या किल्लारी, क्या होली व क्या सास्वत। इन गाँवों में 50 प्रतिशत लोग भी नहीं बचे। प्रकृति जब मर्यादाओं का उछुंगन करती है तो पल में प्रलय हो जाता है।

लातूर और उस्मानाबाद के अठारह लोग ठाणा में काम के लिये गये थे। वे वहाँ एक कारखाने में काम करते थे। 30 सितम्बर की सुबह जब उन्हें भूकम्प की आपदा का पता चला, तब सभी ने यह निर्णय किया कि उन्हें अपने सो यात्रियों को देखने के लिए वहाँ जाना चाहिए। एक मेटाडोर किराये पर ले वे 18 लोग ठाणा से रवाना हुए। करीब 20 किमी गये कि रास्ते में एक टेंकर और उस मेटाडोर की टक्कर हो गई। सभी 18 जने दुर्घटना में उसी वक्त समाप्त हो गये। कहाँ ठाणा, कहाँ लातूर। इतनी दूरी पर रहते हुए भी पांचों ने उनको नहीं छोड़ा। सामूहिक रूप से जब किसी पाप का बंधन होता है तो उसे सामूहिक रूप से भोगना पड़ता है। यह कर्मवाद का सिद्धान्त है। किये हुए कर्मों का परिणाम भोगे वौं और मुक्ति प्राप्त नहीं होती है।

उस वक्त मुसाफिर बेचारा अपनी किस्मत को रोता है।

जब ढूबने लगती है किश्ती, नजदीक किनारा होता है।

अतः मनुष्य को कोई भी कार्य करने से पूर्व पूर्ण विचार करना चाहिए। करना सरल है, परिणाम हमारे वश का रोग नहीं। बांधना सरल है, भागना भयंकर है। भोजन जो रोजाना करना पड़ता है, उसमें आदमी का कितना अज्ञान है। क्या खाना चाहिए व क्या नहीं खाना चाहिए? इतनी महत्वपूर्ण बात के बारे में मनुष्य सदियों से कितना अनिष्ट रहा है। मनुष्य अपने तनिक स्वार्थ के लिए इन अबोध प्रणियों का जिस बेरहमी से खून कर रहा है, प्रकृति उसे कभी माफ नहीं करेगी। अतः आवश्यकता है एक जनक्रान्ति की, जो दुनिया के हिंसक वातावरण को अहिंसा और करुणा में बदल दे।



## प्रकृति के सहचर प्राणी

**माँ** साहार तामसिक आहार है, उससे आवेश व उत्तेजना आती है। वह मानवीय गुणों का नाश करता है। प्रकृति के अनुसार आहार करने वाले कभी बीमार नहीं होते। लाखों-करोड़ों प्राणी जंगलों में अपना प्राकृतिक आहार करते हुए विचरण करते हैं। परन्तु ये रोगों से ग्रसित नहीं होते। इनके लिये जंगलों में दवाखाने नहीं होते। जंगलों में जाकर चिकित्सक इनका उपचार नहीं करते। प्रायः वे ही पशु-पक्षी बीमार होते हैं, जो मनुष्यों के पास रहते हैं, जिनका दाना-पानी व भोजन मनुष्य के ऊपर निर्भर रहता है।

रातभर वृक्षों पर रहने वाले पक्षी सुबह होते ही एकदम तरोताजा हो जाते हैं। चिड़िया, तोता, कोयल, मुर्गे सुबह होते ही कुहू-कुहू और चुहू-चुहू की आवाज से पूरे वातावरण को संगीतमय बना देते हैं। सूर्योदय के पूर्व मूरा बांग देता है। इंसान को सुबह होने की सूचना देता है। इन्सान इतना हैवान होता है कि जागृत करने वाले इसी प्राणी को काटकर खाता है। प्रातःकाल होते ही ये सुन्दर प्राणी किलों करते हैं, खेलते हैं। कितने उत्साह के साथ उड़ान भरते हैं। मनुष्य प्रातःकाल सुस्त रहता है। किसी सुन्दर ललना के आँखों की तुलना मृगनयनी कह कर की जाती है। सुन्दर सुमधुर संगीत गाने वाली किसी गायिका की तुलना कोकिल-कण्ठी कह कर की जाती है। कितने ही जंगल के पक्षियों को हम देखते हैं, कुदरत ने इनको कितना नयनाभिराम रंग दिया है। जिन जहरीले पौधों को, बनस्पति को, कोई नहीं खाता, उसको बकरी खाती है; चाहे वो आकड़ा हो, धातुरा हो या और कोई विषेली धास हो। ऐसे विष तुल्य पौधों को खाकर, पचाकर ये बकरियाँ मनुष्य को अमृत तुल्य दूध देती हैं। मनुष्य इतना ब्रह्म कि ऐसे परोपकारी प्राणी को सबसे ज्यादा मारकर खाता है। अकेले भारत में 5 लाख से अधिक बकरे-बकरियाँ रोज कत्ल कर दिये जाते हैं। ये जहरीले झाड़ अगर आदमी खाये तो जिन्दा नहीं रह सकता, उसको खाकर ये प्राणी पर्यावरण को संतुलित रखते हैं। प्रकृति ने जितने भी जीव-जन्तु बनाये हैं, वे सब हमारे जीवन में प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से सहायक और उपयोगी हैं। उनको मारकर खा जाना मानवोचित कार्य नहीं है।

## इंजेक्शन से दूध

**दू**ध ज्यादा निकालने के लालच में व्यवसायी बछड़ों को दूध नहीं पीने देते, इंजेक्शन लगाकर दूध निकालते हैं। वह बाजारु दूध आपको क्या लाभ देगा। दूध चाहे माँ का हो या गाय का, वात्सल्य का सूचक होता है। इंजेक्शन देकर निकाला गया दूध क्षुधा तो शांत कर सकता है, परन्तु उसकी पवित्रता नष्ट हो जाती है। माँ हो या गाय, जब वह बच्चे या बछड़े को प्यार से चूमती है तो उसके स्तनों से उस समय श्वेत दूध की धारा प्रस्फुटित होती है। उस दूध में स्नेह व वात्सल्य, प्रेम व पूजा, पावन व पवित्र जीवन के तत्त्व होते हैं। इतिहास में पढ़ा है कि भारत में दूध-धी की नदियाँ बहती थीं, परन्तु अब ऐसा कहना क्या गलत होगा –

जिन्दगी का हाल खस्ता है हमारे देश में।

दूध महँगा खून सस्ता है हमारे देश में।

अब वजीरें, अफसरों या पागलों को छोड़कर।

और खुलकर कौन हँसता है हमारे देश में॥

अमृत तुल्य दूध, दूरी, मक्खन और धी देने वाले इन प्राणियों को कत्ल कर इनका मांस नियात कर विदेशी मुद्रा मंगाई जाती है। क्या इन निर्दोष प्राणियों के खून की विदेशी मुद्रा भारत में शान्ति व सुख होने देगी? गाय, भैंस, बकरी, ऊँटनी आदि प्राणी अगर दूध नहीं भी दें तो भी इनके गोबर, मीठायाँ व मूत्र की इतनी जरूरत है कि वे धरती पर कभी भार रूप नहीं हो सकते। हमें इसका पूरा ज्ञान होना चाहिये।



## ठोबर का आयात!

**र**वतंत्र भारत के इतिहास में ऐसा भी विडम्बनापूर्ण अवसर आया कि हमें करोड़ों रूपये का गोबर आयात पड़ा। खेती के लिये खाद के रूप में उपयोग करने के लिए गोबर का आयात हमारी हिंसक नीतियों का कुफल है। पहले हमने धड़ल्ले से विदेशी खाद मँगवा कर विदेशी मुद्रा को ही समाप्त नहीं किया, बल्कि शास्य श्यामला भारत भूमि की उत्पादन क्षमता, उर्वरता को भी समाप्त किया था।

अब गोबर मँगवाया जा रहा है! इधर, शुद्ध धी और दूध गरीब आदमी की पहुँच से निरन्तर दूर होता जा रहा है। सुना है अब हजार टन मक्खन का आयात किया जायेगा। क्या-क्या आयात करेंगे? गायों, भैंसों, बछड़ों, बैलों का इसी तरह कल्लेआम शुरू रहा, यांत्रिक कल्लखाने व मांस-निर्यात इसी तरह जारी रहा तो वह दिन दूर नहीं जब मांस या पशु आयात करने पड़ेंगे।

मूल में जो भूल सरकार कर रही है, वह इनके ध्यान में नहीं आ रही है। पशु-पक्षियों को काटना, यांत्रिक कल्लखाने, मांस-निर्यात आदि हिंसात्मक धंधे बंद करने से सारी समस्याएँ सुलझ जायेंगी। न खाद की समस्या, न दूध की कमी। न मक्खन के आयात की आवश्यकता न चमड़े के निर्यात की जरूरत। न पर्यावरण को धोखा, न प्रकृति का प्रकोप।



## मेंढक की टाँगों का निर्यात

**कु**छ साल पहले 5 करोड़ मेंढकों को मारकर भारत से उनकी टाँगों को निर्यात किया गया। एक मेंढक की टाँग से 2-2 रूपये कमाये गये। इस तरह 10 करोड़ रूपये की विदेशी मुद्रा प्राप्त की। खेतों में कीड़े खाकर ये मेंढक खेती की रक्षा करते थे। मेंढक नष्ट हो जाने से कीड़े खेती को नुकसान पहुँचाने लगे। इसलिये विदेशों से 10 अरब रूपये का कीटनाशक (पेस्टीसाइड) आयात करना पड़ा। दस करोड़ के लोभ में निरीह प्राणियों को बेरहमी से मारा गया और अरबों का नुकसान भोगना पड़ा। फिर खेती में जहरीली दवाइयाँ वापरने से विपरीत परिणाम यह हुआ कि आने वाला अनाज विष मिश्रित हो गया, जिससे मानव जीवन में केंसर का खतरा बढ़ गया। हिंसा व्यक्ति से लेकर विश्व तक बहुत महंगी पड़ती है। अहिंसा अनमोल होती है।

प्रकृति ने जहाँ मानव आहार के लिये अनेक वनस्पति व स्वादिष्ट पदार्थ उत्पन्न किए, वहीं उसकी सेवा व सहायता के लिये विभिन्न पशु-पक्षियों की मुष्टि की। पशु-पक्षी एक ओर प्राकृतिक संतुलन बनाए रखने में सहायक होते हैं, दूसरी ओर मानव की तनिक भी दया व प्रेम पाकर मनुष्यों से अधिक स्वामीभक्त और वफादार बनकर जी-जान से सेवा करते हैं। ऐसे उपकारी प्राणियों को मारकर खाना कृतधनता है।

छोल्लोंठो



## शाकाहार और शोजगार

**ज**ब हत्या को पाप कहते हैं तो कुछ स्वार्थी लोग कहते हैं कि इन बेचारों जीवन में व्यवसाय परिवर्तन नहीं करता। इतने बड़े देश में जिसकी आबादी सवा सौ करोड़ है, वहाँ सैकड़ों प्रकार के व्यवसाय उपलब्ध हैं। धनोपार्जन के लिए पुरुषार्थ से कोई भी अच्छा व्यवसाय किया जा सकता है। अपनी आजीविका के लिये मूक प्राणियों की हत्या करना न्यायसंगत नहीं है। अपनी रोजी की हम इतनी फिक्र करते हैं। इन निर्दोष प्राणियों की तो जिन्दगी ही नष्ट कर देते हैं। उसकी हमें कोई चिन्ता नहीं!

देश में स्वर्ण-नियंत्रण हुआ, उस समय 25 लाख स्वर्णकार बेकार हुए। क्या वे बेकार ही रहे? सभी ने अपनी-अपनी पसन्द के अनुसार अपना व्यवसाय शुरू किया और वे सब खुशहाल रहे। आवश्यकता आविष्कार की जननी है। पशुओं को मारने-काटने का भी कोई व्यवसाय है। उन्हें जीवित रहने दीजिये उनका पालन पोषण कीजिये। वे जीवित रहे तो लाखों बेकार लोगों को उनके पालने का व्यवसाय प्राप्त होगा। पशुओं का दूध ही नहीं; गोबर, मूत्र आदि भी खेत व खेती के लिये कितने उपयोगी है, यह सब जानते हैं।

प्राणियों के प्राण छीन लिये जाते हैं, उसकी हमें कोई फिक्र नहीं? इसीलिए कि आदमी बोल सकता है और पशु-पक्षी मूक होते हैं। मैं कहता हूँ कि इनकी आजीविका नहीं जायेगी, ये बेकार नहीं होंगे। जानवरों को काटने वाले सभी जानवरों को पालने वाले बन जाए। जानवरों का मांस बेचने वाले जानवरों का दूध बेचना शुरू करें। जब जानवर कटने कम होंगे, तब प्राकृतिक नियमानुसार उनकी संख्या में कुछ वृद्धि होगी। फिर उन्हें संभालने वालों, पालने वालों की जरूरत महसूस होगी। यह सारा काम, दूध, घी और अन्य दुग्ध उत्पाद बेचने का कार्य इन कसाइयों को करना होगा। यह कार्य इन्हें बाल्या से वाल्मीकि बनाने जैसा है। जानवरों को काटकर इनके जीवन में सुख-शान्ति का मार्ग है। अगर मेरे कथनानुसार ये कसाइ अपना व्यवसाय बदल दें तो इनका जीवन स्वर्ग जैसा सुखी हो जायेगा।

भारत में करीब 15 लाख लोग इस निन्दित धर्म से जुड़े हैं। कुछ लोग शाक-सब्जी, फल आदि का व्यवसाय करें। सारी समस्या दूर हो जायेगी। सारे अहिंसक समाज की सहानुभूति इनके साथ हो जायेगी। इस व्यवसाय में लगभग 80 प्रतिशत मुस्लिम व 20 प्रतिशत हिन्दू जुड़े हैं। इस हत्या के कार्य को छोड़ने से जातीय भेदभाव की दीवारें समाप्त हो जायेंगी और उसकी जगह सेह, समन्वय, सौहार्द व भाईचारे की भावना का निर्माण होगा।



## शाकाहार व दिनचर्या

**प्रा** यः देखते हैं कि शाकाहारी लोग भी बहुत ज्यादा खाते हैं, पेट पूरा भरते हैं। सुबह, शाम, दोपहर ही नहीं, बल्कि रात को भी खाते रहते हैं। हवा-पानी के लिये भी पर्याप्त जगह नहीं रखते। ऐसे लोग बीमार पड़ेंगे ही। गरिष्ठ वस्तुओं का खानपान, अति तले हुए पदार्थ, अधिक मिष्ठान, मिर्ची-मसाले युक्त वस्तुओं का अधिक मात्रा में सेवन स्वास्थ्य के लिये हानिकारक है। शरीर समतोल रखने के लिये भोजन भूख से कम करना चाहिये। धोती हो या पेट, पाजामा हो या सलवार उसके आगे पेट का आना देह के लिये बीमारियों का निमंत्रण है। भोजन करते हुए बीच में पानी नहीं पीना चाहिए। भोजन के पश्चात् कम से कम एक घण्टे तक और हो सके तो दो घण्टे तक पानी नहीं पीना चाहिये। सुबह उठते ही चार गिलास पानी पीना बहुत स्वास्थ्यवर्द्धक है। चबा चबाकर खाना खाते हैं और उसके दुष्प्रिणाम से अनजान रहते हैं। चबा चबाकर धीरे-धीरे खाने वालों को अधिक भोजन करने की आवश्यकता नहीं रहती। सुबह धूमना (सूर्योदय के पूर्व) बहुत ही लाभदायक है। सुबह की शीतल मन्द समीर में धूमने से व्यायाम तो होता ही है, शुद्ध प्राणवायु (ऑक्सीजन) मिलने से हम प्रफुल्लित व उत्साही रहते हैं। प्रातःकालीन ध्रमण उत्तम व्यायाम है। दुनिया की प्रत्येक वनस्पति की अपनी-अपनी उपयोगिता है। हम उसकी उपयोगिता नहीं जानते, यह हमारा अज्ञान है। कुछ वनस्पतियाँ खाने के लिये, कुछ औषधि के लिये, कुछ पशु-पक्षियों के आहार-विहार के लिये, कुछ पक्षियों के गत्रि विश्राम के लिये और कुछ शुद्ध हवा-पानी के लिये होती है। पर्यावरण की दृष्टि से प्रत्येक जीवधारी का, चाहे वह वनस्पति हो या वृक्ष, पशु हो या पक्षी, अपना-अपना योगदान होता है। इस प्राकृतिक व्यवस्था से मनुष्य जब छेड़छाड़ करता है, तो ड़ोड़ करता है, नष्ट-भ्रष्ट करता है, तब वह सन्तुलन ही नहीं तोड़ता, बल्कि अपने विकास की जगह विनाश को निमंत्रण देता है।

## निरापद प्राकृतिक चिकित्सा

**H**म अपने कई रोगों को प्राकृतिक इलाज से दूर कर सकते हैं। सारा मेडिकल स्टोर हमारे अपने शरीर के भीतर रहा हुआ है। हम अनजान होने की वजह से व्यथा बाहर भटक रहे हैं। प्रकृति ने प्राकृतिक चिकित्सा द्वारा सारे रोगों को शमन करने की क्षमता हमें दी है। एक्युपेशर, एक्युपंकवर, नेचरोपेथी, प्राकृतिक आबहा, जल चिकित्सा, रंग चिकित्सा, सूर्य किरण, योग, प्राणायाम, व्यायाम इत्यादि कई प्रकार की चिकित्सा-विधियाँ हैं। जिनसे हम सहज सुलभ इलाज कराकर रोगमुक्त हो सकते हैं। जरूरत है केवल आत्मविश्वास की।

कर्ज, मर्ज व फर्ज के बारे में व्यक्ति को पूर्ण सतर्क रहना चाहिये। कर्ज बढ़ता गया तो मूलधन चुकाना मुश्किल हो जायेगा। कर्ज में ब्याज का मीटर 24 घण्टे चलता रहेगा। इसलिये या तो कर्ज लिया न जाए या ले लिया तो इसे चुकता करने में विलम्ब न किया जाए। इसी प्रकार फर्ज या कर्तव्य को कभी भूलना नहीं चाहिये। मर्ज यानि रोग चाहे वह किसी प्रकार का हो, उसका उपचार शीघ्र करना चाहिये और उसे बढ़ने का मौका नहीं देना चाहिये। रोग बढ़ने पर उसका इलाज भारी हो जाता है। अगर कोई किरायेदार मकान किराये से लेता है और उसे 11 महीने तक नहीं खाली करवाया तो उस किरायेदार के मालिक बन जाने का डर है। मालिक नहीं बना तब भी उससे मकान खाली करवाना आसान काम नहीं है। यही बात रोग के विषय में जाननी चाहिये।

कुछ वर्षों पूर्व प्राकृतिक चिकित्सकों को इजराइल में अधिकृत चिकित्सक नहीं माना जाता था। लेकिन जब प्राकृतिक चिकित्सकों ने न्यायालय में यह सिद्ध कर दिया कि प्राकृतिक चिकित्सा के द्वारा गंभीर रोगों को बिना दवाइयों के ठीक किया जा सकता है, तब वहाँ की सरकार ने संसद में बिल पेश करके प्राकृतिक चिकित्सा पद्धति को कानूनी मान्यता दी। अहिंसा और शाकाहार प्राकृतिक चिकित्सा की बुनियाद हैं।



## रोगमुक्त आहुतः : शाकाहार

**द**िनिया के आहार विशेषज्ञों और शरीर विज्ञानियों द्वारा यह सिद्ध किया जा चुका है कि मांसाहार कई रोगों का कारण है तथा स्वास्थ्य की दृष्टि से अनुपयुक्त है। इसीलिये मांसाहारी व्यक्तियों को रोगों से बचने एवं सन्तुलित आहार के लिये निरन्तर डाक्टरी सलाह लेनी पड़ती है। क्योंकि मनुष्य के शरीर की रचना शाकाहारी प्राणियों की तरह है। अन्दर आँते, धमनियाँ, लीवर, पेशियाँ, रक्त वाहिनियाँ सभी शाकाहारी भोजन को व्यवस्थित पचाने की क्षमता रखती है। मांसाहार मनुष्य का नैसर्गिक आहार नहीं है। हमारे दाँत व आँते भी मांसाहार के लिये अनुकूल नहीं हैं। फिर भी हम आग मांसाहार करें तो उससे हमारे स्वास्थ्य पर प्रतिकूल असर हुए बिना नहीं रहता। करीब 80 प्रतिशत मांसाहारी लोगों का पेट साफ नहीं रहता। उन्हें कब्ज की शिकायत रहती है। जीवन के लिये आहार जितना आवश्यक है, निहार (विसर्जन) उससे भी ज्यादा जरूरी है। निहार के बिना मन मलिन रहता है। जिन्हें कब्ज की शिकायत है, उन्हें पाइल्स (मस्ते) के रोग से ग्रसित रहना पड़ता है। अगर लम्बे समय तक पेट साफ न रहा, पाइल्स की समस्या का हल नहीं हुआ तो उससे नासूर जैसे भयंकर रोग का शिकार होना पड़ता है।

‘कौसेल्स टू डाइट एण्ड फुड’ पुस्तक में पृष्ठ संख्या 388 पर लिखा है कि – “मांस खाने से अधिकांशतः अर्बुद, कैंसर और सब तरह के प्रदाहक रोग होते हैं।” मांसाहार से क्षय कैंसर तथा अन्य घातक रोग भी होते हैं। अधिकांश जानवर रोगग्रस्त होते हैं, अतः उनका मांस खाकर मानव अपने शरीर के ऊतक (टिस्यूज) और रक्त में रोगों के बीज बोता है। ‘जर्नल ऑफ द नेशनल कैंसर इस्टीट्यूट’ (अमेरिका) के अध्ययन का निष्कर्ष है कि “जिन क्षेत्रों में अधिक मांस की खपत, वहाँ आँत के कैंसर का ओँकड़ा ऊँचा? आस्ट्रेलिया में सबसे ज्यादा मांस की खपत है। आँत के कैंसर का प्रकोप सबसे ज्यादा वर्ही है।”

महिलाओं में स्तन-कैंसर का मुख्य कारण भी मांसाहार है। नेशनल कैंसर इस्टीट्यूट, टोकियो ने 1.22 लाख व्यक्तियों का कई दशकों तक अध्ययन कर पाया कि शाकाहारी की तुलना में मांसाहारी, अण्डाहारी को कैंसर का खतरा

चार गुना अधिक रहता है। स्टेट युनिवर्सिटी ऑफ न्यूयार्क की खोज में बताया गया है कि ‘प्रतिवर्ष 47000 ऐसे बच्चे जन्म ले रहे हैं, जिनके मांसाहारी माता-पिता के कारण उन्हें जन्म से ही कई रोग धेर लेते हैं और बड़े होने पर भी वे स्वस्थ जीवन नहीं जी पाते हैं।’ माँस में एक विशेष कीड़ा ‘बाट्लीनम्’ होता है, जिससे बटलिविज्म रोग हो जाता है। इस रोग से व्यक्ति की मौत भी हो जाती है।

किसी भी जीव के मरते ही उसके शरीर में सदांध पैदा होने लगती है। मांस चाहे मुर्गी का हो या बकरे का; भैंस, गाय, बैल, सुअर या मछली का ही क्यों न हो; उसकी अप्राकृतिक मृत्यु होने से उसके मरते ही उसके कलेवर से लाखों, करोड़ों कृमि कीटाणु स्वयं ही पैदा होने लगते हैं। ऐसे कलेवर से आसपास के व्यक्ति या खाद्य पदार्थ फल-फूल, शाक-सब्जी भी रोगग्रस्त हो जाते हैं। अतः मांसभक्षी को अधिक रोग होने की संभावना होती है। नेशनल फेडरेशन ऑफ मीट ट्रेडर्स (इंलैण्ड) के शोध अधिकारियों ने निष्कर्ष दिए कि जब तक पशु जीवित रहता है, उसका मांस जीवाणुहित होता है। जैसे ही उसे कत्ल हेतु ले जाते हैं, वह कत्ल से भयभीत हो जाता है। तब उस पशु के मस्तिष्क में एक खास किस्म के बेक्टीरिया निर्मित होते हैं और वे सारे मांस में प्रवेश कर जाते हैं। ‘द हायजिनिस्ट’ के संपादक आर. डब्ल्यू. पारकर लिखते हैं, कत्लघर कैसा भी हो, चाहे कितनी ही स्वच्छता बरती जाए, वहाँ रोगाण्यों का जखीरा मिलेगा ही। जहाँ पशुवध गृह होता है, वह पूरा क्षेत्र गन्दगी व दुर्गन्ध से दूषित हो जाता है। वहाँ से गुजरते वक्त नाक, आँखें व मैं सिकुड़े लगती हैं।

मांसाहार जिन असाध्य रोगों को जन्म देता है उनमें कैंसर के अलावा हृदय रोग, उच्च रक्तचाप, गुर्दे की बीमारियाँ, आँतों का सडना, त्वचा के रोग आदि प्रमुख हैं। काम करने में मांसाहारी व्यक्ति शाकाहारी व्यक्ति की तुलना में जल्दी हाँफ जाता है। शाकाहार युरोपीय देशों में बहुत ही तेजी से फैल रहा है और इंलैण्ड व जर्मनी में तो विशेष रूप से फैल रहा है। इसलिये ज्यादातर पाश्चात्य देशों में मांसाहारी अपना भोजन संतुलित करने के लिये अधिक मात्रा में दूध का उपयोग करते हैं। आस्ट्रेलिया में 205, अमेरिका में 176, ब्रिटेन में 167, पश्चिम जर्मनी में 121 और फ्रांस में 110 लीटर औसतन प्रतिव्यक्ति

प्रतिवर्ष दूध का उपयोग किया जा रहा है। इससे सिद्ध होता है कि अण्डा, मांस या मछली पूर्ण आहार नहीं है।

जर्मन चिकित्सक डॉ. गेरीसन इस निष्कर्ष पर पहुँचे हैं कि सिर्फ नमक रहित शाकाहारी भोजन क्षय रोग या कैंसर के रोगी को ठीक कर सकता है। उन्हें इसके आश्चर्यजनक परिणाम मिले हैं। उनका घर कई हजार रोगियों के लिये धर्मस्थान जैसा बन गया है। जिन पशुओं का मांस खाया जाता है, यदि हम उनके आहार की तरफ ध्यान दें तो पायेंगे कि वे विकृत हुआ खाना खाते हैं। क्योंकि कीड़े-मकोड़े व अन्य कीटाणुओं को मारने के लिये सैकड़ों रसायनों का निर्माण हो चुका है। ये कीटाणुनाशक रसायन आजकल खेतों-खलियानों, घरों-गलियों में बहुतायत से छिटके जाते हैं, जो कि खने के साथ पशुओं के शरीर में जाते हैं। दूषित जल व दूषित भोजन खाने वाले पशु क्या स्वास्थ्यप्रद मांस प्रदान कर सकते हैं ? स्पष्टतः नहीं। उदाहरण के लिये आदमी डूकर (शूकर) का मांस खाता है। डूकर क्या खाता है। वह उन्हीं चीजों को खाता है जो मनुष्य के लिये हेय है। कूड़ा-कचरा, मल, नालियों का गंदा पानी आदि जो भी वह सेवन करता है, उनमें सभी तरह की दवाइयाँ, रासायनिक व विषेश पदार्थ होते हैं। इन गन्दे पदार्थों से प्राणियों का मांस दूषित हो जाता है, जो मनुष्य के स्वास्थ्य के लिये घातक होता है। फिर तथ्य यह है कि किसी भी प्रकार का मांस दूषित ही होता है और वह मानव के तन-मन पर विपरीत प्रभाव डालता है।

पशुओं को मारने के पूर्व उनके शरीर में पल रहे रोगों की उचित जाँच नहीं की जाती और उनके शरीर में पल रहे रोग मांस खाने वाले के शरीर में प्रवेश कर जाते हैं, फिर जिस त्रास व यंत्रणापूर्ण वातावरण में इनकी हत्या की जाती है, उस वातावरण से उत्पन्न हुआ तनाव, भय, छपटाहट, क्रोध आदि पशुओं के मांस को जहरीला बना देता है। वह जहरीला, रोगग्रस्त मांस, मांसाहारी के उदर में जाकर उसे असाध्य रोगों का शिकायत बनाता है और मानो दम तोड़ते हुए पशु का यह प्रण पूरा करता है कि जैसे तुम मुझे खाओगे, मैं भी तुम्हें खाऊँगा।

पशुओं में रहे हुए रोगों के कारण, मांस स्वयं में रोगाणुओं का पिण्ड होने के कारण उस पर वातावरणीय दुष्प्रभाव शीघ्र पड़ने के कारण मांसाहार से मनुष्य को सैकड़ों तरह के रोग होते हैं, यह आहार वैज्ञानिकों तथा चिकित्सकों ने सिद्ध

कर दिया है। इस तुलना में शाकाहार तो उपचार है। प्राकृतिक सहज सरल चिकित्सा है। किसी पेथी में जाने के स्थान पर, कोई व्यय किए बिना शाकाहार, फलाहार, रसाहार पर आ जाने से सहज उपचार हो जाता है। अर्थात् शाकाहार स्वास्थ्यवर्धक है, स्वास्थ्यरक्षक है और साथ ही स्वयं सहज सस्ती चिकित्सा है।

मानव अगर प्राकृतिक नियमानुसार आहार करें तो शाकाहार संजीवनी है। आदमी जितना प्राकृतिक आहार करेगा, वीमारी उतनी ही कम होगी। आहार के बारे में आदमी को अपने दिमाग का सही उपयोग करना चाहिये। जानवरों में दिमाग नहीं है पर वे प्राकृतिक आहार पर हैं, अतः उन्हें बीमारियाँ कम होती हैं। वे आदमी की तुलना में बहुत कम पागल होते हैं। वे आत्महत्या कभी नहीं करते। प्रकृति ने कई अमृत तुल्य पदार्थ पैदा किये हैं। प्रकृति ने विश्व में कोई भी वस्तु निरर्थक निर्माण नहीं की। ऊँचला, मेथी, मूंग इत्यादि वस्तुएँ ऐसी हैं, जिनके यथेष्ट प्रयोग से आदमी निरोग ही नहीं रहेगा, बल्कि आये हुए सैकड़ों जटिल रोगों से भी मुक्त हो सकता है। अगर तुलनात्मक दृष्टि से देखें तो मांस का कोई रंग या सुंदरता नहीं होती, कोई खुशबू उसमें नहीं होती। साग, सब्जी, फल, फूल आदि में अलग अलग किस्म के सुन्दर सुहावने रंग होते हैं। इनमें मनमोहक खुशबू होती है, जो बड़ी चित्ताकर्षक होती है। शाकाहार आहार ही नहीं, एक स्वास्थ्यवर्धक औषधि (टॉनिक) भी है। प्राकृतिक नियमों के अनुसार शाकाहार का सेवन किया जाए तो वीमार पड़ने का मौका ही नहीं आयेगा।



## कई प्रजातियाँ लौल गया मांसाहार

**भौ**

तिक साधनों के आविष्कार में हमने पृथ्वी, पानी, हवा, अग्नि, पक्षियों को भी नहीं किया, बल्कि पाँच इन्द्रियों वाले पशु-पक्षियों को भी नहीं छोड़ा। प्रकृति ने इन सभी प्राणियों को विश्व-पर्यावरण की जरूरतों के लिये जन्म दिया है, परन्तु मनुष्य ने इनको मारकर समाप्त कर उपयोग करना शुरू किया। वह यह समझने लग गया जैसे कि ये जीव-जन्तु और पशु-पक्षी बेजान हैं। वह इनको मारकर खाने में, सौन्दर्य प्रसाधनों में, दवाइयों में, भौतिक साधनों में काम में लेकर बड़ी क्रूरता से इन्हें समाप्त करने पर उतारू हो गया। पर्यावरण की दृष्टि से सभी जानवरों का अस्तित्व आवश्यक है। मनुष्य जाति ने इनके अस्तित्व की रक्षा के लिए प्रयत्न नहीं किया, बल्कि इनका अपने निजी स्वार्थ के लिये विनाश किया। पशु-पक्षियों की कई जातियाँ और प्रजातियाँ आज इसी कारण से पूर्णतः लुप्त हो गई हैं।

भौतिक साधनों के लिये मानव ने इन पशु-पक्षियों और जीव-जन्तुओं का अन्त किया और अनेक दुःखों को जन्म दिया। मरेरिया, टाइफाइड, प्लेग, दमा, टी.बी., चेचक आदि बीमारियों पर विज्ञान ने काफी नियंत्रण कर लिया; परन्तु हृदय रोग, कैंसर, किडनी, माइग्रेन आदि कई व असाध्य बीमारियों को जन्म दिया है। इस भौतिक दौड़ में अनेक नई मानसिक बीमारियों ने भी प्रवेश कर लिया है। अतः अधिकांश लोग अशान्ति व अतृप्ति से परेशान हैं।

## देश में मांसाहारी

अ

पुष्ट जानकारी के अनुसार भारत में 65 प्रतिशत लोग मांसाहारी हैं। 5 प्रतिशत लोग रोजाना मांसाहार करते हैं। 25 प्रतिशत लोग हफ्ते में एक बार मांसाहार करते हैं। 25 प्रतिशत लोग महिने में एक बार मांसाहार करते हैं। 10 प्रतिशत लोग कभी कभार होटलों व रेस्टोरेंट में मांस खाते हैं। राजस्थान में 20 प्रतिशत, मध्यप्रदेश में 25 प्रतिशत, गुजरात में 30 प्रतिशत, महाराष्ट्र में 65 प्रतिशत, तमिलनाडु में 85 प्रतिशत, उत्तर प्रदेश में 35 प्रतिशत, बिहार में 40 प्रतिशत लोग मांसाहारी हैं। ज्ञातव्य है कि अधिकांश मांसाहारी लोग नियमित मांसाहारी नहीं होते हैं और वे शुद्ध मांसाहारी भी नहीं होते हैं।

तथ्य यह है कि कोई भी मनुष्य केवल मांसाहार पर दो-तीन सप्ताह से अधिक जीवित नहीं रह सकता। क्योंकि केवल मांस का आहार इतने अधिक तेजाब व विष उत्पन्न कर देगा कि उसके शरीर की संचालन क्रिया ही बिगड़ जायेगी। क्योंकि मनुष्य के लिये मांसाहार अपूर्ण व आयु क्षीण करने वाला आहार है। एस्किमो जो परिस्थितिवश प्रायः मांसाहार पर ही रहते हैं, उनकी औसत आयु सिर्फ 30 वर्ष ही है। जबकि केवल शाकाहार पर मनुष्य पूरी व लम्बी उम्र सरलता से जी सकता है, जीता है।



## भारतीय जीवन शैली का आकर्षण

**दु** निया में अनेक जगहों पर लोग जैन जीवन शैली अथवा शाकाहारी लगे हैं कि केवल शारीरिक सुख नितान्त अपर्याप्त है। विदेशों में 80 प्रतिशत बीमारियाँ मन की होती हैं। चिन्ता व तनाव इतने बढ़ गये हैं कि आम आदमी तनाव की बीमारी से ग्रसित है। विश्व में 15 प्रतिशत लोग मधुमेह (डायबीटीज) से पीड़ित हैं। 50 प्रतिशत परिवार विवाह-विच्छेद (तलाक) से परेशान है। क्लेश व द्वेष से पूरा पारिवारिक जीवन बोझ बन गया है। आत्महत्या करके जीवन का अन्त करना आम बात बन गई है। जीवन में सुख शान्ति लेश मात्र भी नहीं है। नींद की गोलियाँ खाकर सोना पड़ता है। करोड़ों की सम्पदा व भौतिक साधनों ने उनकी नींद ही हराम नहीं की, बल्कि जीना भी हराम कर दिया है। जीवन श्रमविहीन हो गया है। पैदल चलने का काम ही नहीं रहा। अपने घर से नीचे वे लिफ्ट में आते हैं। नीचे आते ही कार से आफिस में जाते हैं, आफिस में फिर ऊपर लिफ्ट से जाते हैं। उनकी कार के, स्कूटर के टायर अवश्य घिस जाते हैं, परन्तु बूट व चप्पल नहीं घिसते। श्रम की पूर्ण कमी है। व्यायाम, कसरत, योग, प्राणायाम, प्रातः ध्रमण का जीवन में पूर्ण अभाव है। ऐसी परिस्थितियों में शारीरिक अंग उपांगों को ऊर्जा प्राप्त नहीं होती। अगर दुःख व कष्ट हैं तो आँसुओं से बहकर निकलने चाहिये। परन्तु दुःख आँसुओं से न निकलकर शरीर के अंगों से रोगों के रूप में बहकर निकलता है।

बताया जाता है कि विश्व के करीब 80 प्रतिशत लोग किसी न किसी रूप में मांसाहार करते हैं। मांस मनुष्य का स्वाभाविक आहार नहीं है, अर्थात् तीन चौथाई से अधिक लोगों का खानपान अप्राकृतिक अर्थात् अशुद्ध है। मांस के लिए होने वाली तरह-तरह की बर्बरताओं और क्रूरताओं, हिंसा, हत्या और अबोल प्राणियों पर ढाये जाने वाले जुल्मों से सारा वायुमण्डल दूषित होता है। फिर यह



आहार अधिकांशतः खाने वालें को सुख-शांति नहीं देता। जिस चीज का निर्माण दूसरों की हिंसा व हत्या से हुआ है, उससे सुख-शांति की अपेक्षा करना मृगतृष्णा है। जीवन एक प्रतिघटनि है। जो दोगे, वही लौटकर आयेगा। जो किया है, वही पाओगे। मनुष्य का वास्तविक गुण/स्वभाव करुणा है, उसकी जगह ब्रह्मता उसके जीवन में हावी हो जाने से संसार अनेक समस्याओं से ग्रसित/ पीड़ित है।



## जैसा करेगा, वैसा भरेगा

### शा

स्त्रों के अनुसार नरकों में नारकियों को तीव्र यातना दी जाती हैं। उन यातनाओं के कारण नारकी छटपटाते और प्रतिक्रिया करते हैं। नरकपालों द्वारा उनकी पुकार के बदले में उनके पूर्व कुकर्मों की याद दिलाई जाती है। नरकपालों द्वारा भयंकर पीड़ाएँ देने के विविध तरीकों, विविध शम्खों और उनके प्रहरों के विविध ढंग एवं नरक में वैक्रियजन्य विविध हिन्दू पशु-पक्षियों द्वारा नारकियों के शरीर को क्षत-विक्षत करने आदि का स्पष्ट वर्णन शास्त्रकार ने किया है। इन नरक-यातनाओं को पढ़ने-सुनने वाले के भी रोंगटे खड़े हो जाते हैं। तो फिर जिन्हें इन यातनाओं का प्रत्यक्ष अनुभव हुआ है, इस दुनिया में भी मनुष्य और तिर्यच योनि पाए हुए जीवों की विविध दुःख यातनाओं का दर्शन हुआ है, वे स्वयं अनुमान लगा सकते हैं कि नरक के दुःख कितने भयंकर हैं? हिंसा करने वाले व्यक्ति यहाँ चाहे समाज, राष्ट्र या सरकार की नजरों से बच जायें, यहाँ चाहे वे सरकार की आँखों में धूल झोंककर अपने को निर्दोष साबित कर दें अथवा समाज या सरकार पर दबाव डालकर पशु-पक्षियों की हत्या का खुलासा परवाना पा लें, किन्तु अपने दुष्कर्मों की आँखों से बच नहीं सकते। कुदरती हिसाब में कोई गड़बड़ हो नहीं सकती। किये कर्मों का फल भोगना अवश्यम्भावी हैं। मनुष्य न चाहे तो भी दुष्कर्म बलात् उसे नरक या तिर्यच योनि में धकेल देते हैं या खींच ले जाते हैं। दुष्कर्म किसी के लिये रियायत नहीं करते। चाहे वह राजा हो, सेठ हो, ब्राह्मण हो, अनपढ़ हो या पढ़ा-लिखा हो, मंत्री हो या अध्यक्ष हो, अगर वह हिंसा जैसा दुष्कर्म करता है तो उसका दुष्परिणाम उसे भोगना ही पड़ता है।

हम पूरे संसार की चिन्ता भले ही न करें, परन्तु अपने आप की चिन्ता हमें अवश्य करनी चाहिये। हम स्वयं किस तरह मनुष्य जीवन को सफल बनायें इसका चिन्तन आवश्यक है। जब शहर का पावर हाउस बन्द हो जाता है, तो पूरे शहर का प्रकाश बन्द हो जाता है। परन्तु हमारे पास अगर बैटरी है, तो हम उस बैटरी के प्रकाश से अपने लक्ष्य पर पहुँच सकते हैं। शहर में पूरा अन्धकार होने पर भी हमें परेशानी नहीं होगी। अतः हम अपने आपके बारे में चिंतन करें। दुःख

इस बात का है कि आदमी सबकी चिन्ता करता है, दूसरों के बारे में सोचता है, चर्चा करता है, परन्तु अपने आप के बारे में, अपनी आत्मा के विषय में, जो हमारे सबसे नजदीक है, उसके बारे में बिल्कुल बेपरवाह है।



## १०. शाकाहारी महापुरुष

**वि** श्व के महान माने जाने वाले बुद्धिजीवी लियोनार्डो, अरस्ट, प्लेटो, सुकरात, शोक्सपीयर, पी.एस. हक्सले, वैज्ञानिक आइंस्टीन, साहित्यकार जॉर्ज बर्नार्ड शॉ, लियो टॉलस्टाय, एच.जी. वेल्स, एनी बेसेंट, शेली, रूसो, एमर्सन, एडीसन आदि सभी शाकाहारी थे। गजा विक्रमादित्य, सप्त्राट अशोक, सत्य व अहिंसा के पुजारी महात्मा गांधी, सरलता के प्रतीक विधिशास्त्री प्रथम राष्ट्रपति बाबू राजेन्द्र प्रसाद, लोह पुरुष सरदार वल्लभ भाई पटेल, लाल बहादुर शास्त्री आदि शुद्ध शाकाहारी थे। शाकाहारी कमज़ोर नहीं होते हैं। प्रसिद्ध पहलवान प्रो. राममूर्ति एवं महाबली मरहठे मांस नहीं खाते थे।

भारतीय ऋषि-मुनि एवं मनवी शुद्ध शाकाहारी ही होते थे। भगवान राम, कृष्ण, महावीर स्वामी, गौतम बुद्ध, हनुमान, गुरु नानक देव, आदि शंकराचार्य, स्वामी दयानंद सरस्वती, स्वामी विवेकानंद आदि शुद्ध शाकाहारी तो थे ही, शाकाहारी जीवन पद्धति के प्रवर्तक और पोषक भी थे। महाकवि सूर, तुलसी, मीरा, टैगोर, अञ्जेय आदि शुद्ध शाकाहारी थे। क्या इनकी शक्ति, बुद्धि और ज्ञान कम था? ये महान शक्तिशाली और परम ज्ञानी थे। वर्तमान में भी सभी क्षत्रियों में शाकाहारी व्यक्ति सफलता के शिखर पर हैं।

महात्मा गांधी ने कहा था – ‘मैं मर जाना पसन्द करूँगा, किन्तु मांस कभी नहीं खाऊँगा। मांस खाना घोर नैतिक पतन है। चाहे जो हो, धर्म हमें अण्डे, मांस, मछली आदि खाने की इजाजत नहीं देता।’ नोबेल पुरस्कार विजेता जार्ज बर्नार्ड शॉ ने एक कविता में लिखा है – मांस खाने वाले चलती-फिरती कब्रें हैं, जिनमें वध किये हुये जानवरों की लाशें दफन की गई हैं, जिन्हें आदमी के स्वाद व शौक के लिये मारा गया है।

महात्मा गांधी बकरी पालते थे, उसी का दूध पीते थे। आज उनके अनुयायी बकरी को काटकर खाते हैं, मदिरा की बोतल पास में रखते हैं और गांधी टोपी लगाते हैं। गांधीजी दूध के लिये बकरी पालते थे; आज लोग बकरी काटकर खाने के लिये बकरी रखते हैं।



## एक-एक व्यक्ति बने शाकाहारी

### लो

गों को बैठाने के लिये पूरे ग्राउण्ड को साफ करना है, उसके लिये दो रोज लगेंगे। परन्तु हर आदमी अपने नीचे की जमीन साफ करले तो दो मिनट लगेंगे और बिना किसी खर्च के सारा काम आसान बन जायेगा। सारे भारत को शाकाहारी बनाने के लिये बरसों बीत जायेंगे, जमाने बीत जायेंगे। अगर एक शाकाहारी व्यक्ति एक मांसाहारी को शाकाहारी बना दे तो पूरा देश एक साथ कुछ समय में ही शाकाहारी बन जायेगा।

इस सम्बन्ध में आचार्य विद्यानन्द का कहना है कि शाकाहारी व्यक्ति एक या अधिक मांसाहारी व्यक्ति या व्यक्तियों को शाकाहारी बनाने की पूरी कोशिश करे। उनके कथन के अनुसार प्रत्येक शाकाहारी व्यक्ति कम से कम एक मांसाहारी व्यक्ति को शाकाहारी बनाने की पूरी कोशिश करे तो इस प्रयास से शाकाहारियों की संख्या दुगुनी हो जाएगी। ये दुगुने शाकाहारी व्यक्ति फिर एक या एक से अधिक मांसाहारी व्यक्तियों को शाकाहारी बनाने की कोशिश करेंगे तो विश्व की बहुसंख्य आबादी शाकाहारी हो जाएगी। इसी प्रकार यह प्रयास जारी रहा तो समूचा विश्व शाकाहारी हो सकेगा। हर व्यक्ति को अपने-अपने स्तर पर इस पुनीत अभियान को जारी रखना चाहिये।



## शाकाहार : श्रेष्ठ जीवन शैली

**मा** नव एक बुद्धिमान, अन्य प्राणियों की अपेक्षा विकसित व श्रेष्ठ प्राणी है। उसके पास सोचने-समझने के लिए मन और बुद्धि है। वह अपने बुद्धि-बल से अपने भविष्य के हित-अहित में विचार कर सकता है। किसी भी कार्य का प्रारम्भ करने के बाद उसके परिणाम की गहराई तक पहुँचने की शक्ति मानव बुद्धि में ही रही हूँड़ है। वह चाहे तो आहार के क्षेत्र में भी अपने विवेक-चक्षु का उपयोग कर सकता है। मानव-मुख कोई कचरा-पेटी नहीं है कि इसमें कुछ भी, कभी भी और कितना भी डाल दिया जाए। शाकाहार आत्मानुशासन का दूसरा नाम है। वह मात्र आहार नहीं है, इन्द्रिय-संयम भी है। उसके द्वारा हम पूरे मन पर नियन्त्रण कर सकते हैं, अपनी कामनाओं और वासनाओं का नियमन भी कर सकते हैं।

शाकाहार पृथ्वी के सौन्दर्योंकरण की एक सुन्दर धारावाहिक प्रक्रिया है, जिसके द्वारा न तो हम प्रकृति को कोई क्षति पहुँचाते हैं, और न ही स्वयं को किसी ऐसे रास्ते पर ले जाते हैं, जो विकृतियों और क्रूताओं का रास्ता है। शाकाहार न सिर्फ स्वयं में अहिंसक है, बल्कि वह अहिंसा के लिये सर्जनात्मक चेतना को जगाने वाला तत्त्व भी है।

शाकाहार की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि वह प्रकृति के प्रति मन में एक गहन आस्था और आत्मीयता पैदा करता है। वहाँ लोक और व्यक्ति के बीच कोई विच्छ-बाधा नहीं रह पाती। हम पूरी अनौपचारिकता में उसके साथ खुले संवाद में आ जाते हैं। हम न तो किसी को मारना चाहते हैं और न ही कोई हमें मारना चाहता है। हम एक व्यापक सह-अस्तित्व की भावना से ओतप्रोत स्वयं को निष्काम चित्त से लोकार्थ अर्पित कर देते हैं। ये जो युद्ध हो रहे हैं, इन सबका एक ही समाधान है, शाकाहार के लिए जागरूकता।

पूरे विश्व को निरस्त्रीकरण की ओर अग्रसर होने के लिए आवश्यक है, सबमें पहले आदमी के भीतर बैठी तामसिकता के निरस्त्रीकृत करने की। हथियारों के जखीरों को नष्ट करने से या कम करने से यह बात नहीं बनेगी, बल्कि हमारा मकसद तभी हल होगा, जब मनुष्य इसके लिए भीतर से तैयार हो। यह तभी

संभव है, जब मनुष्य अपने खानपान और रहन-सहन में हर पहलू पर अहिंसक बने, शाकाहार को सूक्ष्मतापूर्वक अपनायें।

शाकाहार मात्र आहार नहीं है वरन् एक सुनिश्चित सुसिद्ध जीवन-शैली है, एक ऐसी जीवन-पद्धति जो अहिंसा, प्रेम, सहास्तित्व, सहिष्णुता, परस्पर सम्मान और सद्भाव की नींव पर खड़ी है। एक ऐसी जीवन-शैली, जिसमें शोषण, दमन, धार्मिक कट्टरता, अन्धविश्वास, सामाजिक भेदभाव, क्रत्रिमता, औपचारिकता, अराजकता, असम्मान आदि के लिए कोई स्थान नहीं है। जहाँ अन्धी रुढ़ियों और व्यर्थ के विवादों का दरवाजा खटखटाने की अनुमति नहीं है। उस जीवन-शैली का नाम है शाकाहार।

शाकाहार श्रम और उदात्त जीवन-मूल्यों पर आस्था रखने वाला आहार है। श्रम की महत्ता और उसकी गरिमा की प्राण-प्रतिष्ठा में उसका विश्वास है। ऐसा श्रम जिसमें बिचौलिये न हों। श्रमिक को जिसमें से न्यायोचित मिला हो। शाकाहार कोई काल्पनिक स्वर्ग नहीं है। वरन् यह एक अत्यन्त व्यावहारिक और ठोस परिकल्पना है। शताब्दियों से मनुष्य क्रूरता, बर्बरता के विरुद्ध युद्ध जू़ता रहा है। उसके भीतर गहरे कहीं यह बात है कि मात्र शरीर (उदर) ही अन्तिम नहीं है, बल्कि ऐसा कुछ और भी है जो शरीर के पार है। शाकाहार का सम्बन्ध अध्यात्म से भी है और उन सारे प्राणियों के प्रति सम्मान की भावना से भी, जो इसके ईर्द-गिर्द अथवा साथ सदियों से रह रहे हैं। अहिंसा, सत्य, अपरिग्रह, ब्रह्मचर्य, करुणा, संयम, अनुशासन आदि ऐसे जीवन मूल्य हैं, जिनका शाकाहारी जीवन-पद्धति से अत्यन्त निकट का सम्बन्ध है।

एक संतुलित व्यक्तित्व के लिए जरूरी है कि तन और मन, देह और दिमाग को स्वस्थ और संतुलित खुराक दी जाए। शरीर की खुराक आहार है, जिसमें हम विभिन्न वस्तुओं की मात्राएँ निर्धारित कर उसे संतुलित कर सकते हैं। यदि आहार में एक चीज अधिक और एक कम होगी तो पूरे शरीर का संतुलन डगमगा जाएगा। तन को ऐसी खुराक चाहिए जो उसके दिमाग को स्वस्थ व सक्रिय रख सके। ताकि देश की उन संस्थाओं को जीवन्त और स्वस्थ रखा जा सके, जिन्हें हम शिक्षा, न्याय, धर्म, संस्कृति आदि शीर्षकों से जानते हैं। यह कथन बिलकुल सही है कि ‘यू आर व्हॉट यू इंट’ (आप वही होते हैं, जो खाते हैं)।

हमें यह बार-बार महसूस करना चाहिए कि शाकाहार मात्र आहार नहीं है, बल्कि एक सशक्त जीवन-शैली है। जिसका तकाजा है कि हम अपने सामाजिक सम्बन्ध-शास्त्र का पुनः परीक्षण करें और उसमें अपदस्थ करुणा को उपयुक्त स्थान दें। क्रूरता ने आज हमें इतना बदहवास और बदशक्ति कर दिया है कि हम महावीर, बुद्ध, ईसा और महात्मा गांधी के वंशज हैं, वह पहचानना मुश्किल है। हमारे चेहरे पर जो खून के दाग हैं, यदि हम चाहें तो अभी भी इन्हें करुणा और सर्वेदनशीलता के पवित्र और अचूक जल से धो सकते हैं – किन्तु प्रश्न संकल्प का है, एक जीवन-शैली को दृढ़ता से अपनाने का है।

देश-तुनिया में शाकाहार के लिए अब एक सक्षम जागरूकता ने जन्म ले लिया है और आहार विशेषज्ञ उन तथ्यों को सामने लाने लगे हैं, जो उहें गहन खोजबीन के बाद प्राप्त हुए हैं। विशेषज्ञों के एक दल ने स्पष्ट कहा है कि मांसाहारियों में मृत्युर अधिक है और शाकाहारियों में काफी कम। इस जागरूकता ने हमारे भीतर स्वतंत्र चिंतन की एक रचनात्मक लहर ने जन्म लिया है। अब हम सिर्फ विश्वास ही नहीं कर रहे हैं, बल्कि अपनी खुद की आँखों से देख रहे हैं कि अहिंसक शक्तियाँ सक्रिय हैं और शाकाहार एक स्थापित जीवन-पद्धति के रूप में प्रकट हो रहा है। हम न सिर्फ आहार को लेकर चिंतित हुए हैं, वरन् अपने देश की अस्मिता को सुरक्षित रखने की चिंता भी हमें हुई है।

जीवन की दो पद्धतियाँ हैं। पहली जीवन पद्धति का नाम शाकाहार है और दूसरी का मांसाहार। प्रथम अहिंसामूलक है, द्वितीय हिंसामूलक है। पहली स्वास्थ्य की ओर कदम उठाये हैं। दूसरी अस्वास्थ्य की ओर। पहली मानवीय, सौन्दर्यपरक है; दूसरी आसुरी, विकृतिपरक। पहली सात्त्विक है, दूसरी तामसिक। यह हम पर है कि हम जीवन को चुनते हैं, या मृत्यु को; अंधेरे को चुनते हैं या रोशनी को।

शाकाहार मात्र आहार नहीं है, अपितु उसके साथ जीवन का सौन्दर्य उसकी गौरव गरिमा आबद्ध है। सहअस्तित्व के लिए जिस निर्मल जीवन पद्धति की आवश्यकता है, उस पद्धति का नाम है शाकाहार। शाकाहार एक सफल और अनुभूत जीवन पद्धति है, जिसका उद्देश्य सिर्फ पेट भरना नहीं है, बल्कि जिसका हमारे चिन्तन और हमारे संस्कारों से भी घनिष्ठ सम्बन्ध है। ☺

## शाकाहार : आध्यात्मिक दृष्टि

**जो**

आदमी शराब पीता है, मांस खाता है, उसे ब्रह्मज्ञान होने का प्रश्न ही पैदा नहीं होता। उसका मन-मस्तिष्क सदा तामसिक वातावरण से दूषित रहता है। जीवन की शाम होने के पहले भीतर की आँखों की रोशनी से अपने आप को उजलवल बना लेना चाहिये। परम पिता की कृपा से जो सुन्दर मनुष्य तन प्राप्त हुआ है, उसको म्युनिसिपल की गटर नहीं बनना है, उसे तो स्वर्ग का सोपान बनाना चाहिये। इसके अतिरिक्त इस शरीर को दगाबाज कहा जाता है। यह हमारा साथ कब छोड़ देगा इसका भी पता नहीं। फिर इस शरीर के लिए इतने निष्पाप प्राणियों को मारना कहाँ तक उचित है?

व्यक्ति के स्वयं के विकास की दृष्टि से भी शाकाहार का महत्व है। मनुष्य के विकास में संयम की एक उद्घेष्यनीय भूमिका रही है। भारतीय जीवन में संयम को प्रगति का पिता कहा गया है। ये दोनों साथ चलते हैं। अनुशासन संयम का ही अन्य नाम है। व्यक्ति के कुछ ऐसे सांस्कृतिक, चारित्रिक गुण हैं, जो उसे समाज में साखा और प्रतिष्ठा, आदर और सम्मान प्रदान करते हैं। ये हैं – स्नेह, विश्वास, सहानुभूति, सहयोग, दया, ममत्व, अस्वाद, स्वाध्याय आदि। ये सारे गुण शाकाहार से सम्बन्धित हैं। मांसाहार से इनका कोई सरोकार नहीं है।

मांसाहार मानव की संवेदनशीलता को कम करता है। मांसाहार से संवेदनशीलता की सूक्ष्मता छिन जाती है। मनुष्य के भीतर से जितना शुद्ध संगीत पैदा हो सकता है, नहीं हो सकेगा। उसने अपनी वीणा में बड़े मोटे और खुरदरे तार लगा दिये हैं। संगीत तो होगा, गीत भी पैदा होंगे, लेकिन मोटे और खुरदरे होंगे। जबकि मानव के पास महीन, अभिजात व सूक्ष्म तार उपलब्ध थे। उसने अपनी वीणा के साथ दुर्व्यवहार किया है। मांसाहार करके उसने संवेदन-शृन्यता दिखलायी। उसके भीतर हार्दिकता नहीं है। वह पथरीला है। वह कोमल नहीं खिलेगा या अधरिखिला रहेगा या एकाध पाँख अनाखिली रह जायेगी। परमाचित्त की अवस्था में मांसाहार असंभव है।

शाकाहार एक ऐसी जीवन-शैली है जो रचनात्मक है और मनुष्य के भीतर सोयी पड़ी अनगिनत संभावनाओं को जगाती है। उसका सम्बन्ध रक्तपात से न हो कर मैत्री और मोद से होता है। जब हम आध्यात्मिक दृष्टि से शाकाहार पर विचार करते हैं, तब हमारा ध्यान उस सूक्ष्मि पर जाता है, जिसमें कहा गया है कि दुनिया के सारे जीवधारी आत्मवत हैं – आत्मवत सर्वभूतेषु। जो लोग इस तथ्य में भरोसा रखते हैं कि संसार के समस्त प्राणियों में आत्मा अवस्थित है, वे यह भी मानते हैं कि उनके जीवने के अधिकार का सम्पादन किया जाना चाहिए। यदि पुनर्जन्म कहीं है तो निश्चय ही यह संभव है कि जिसे मांसाहार के लिए मारा जा रहा है, वह जीव हमारा ही कोई पुरखा कभी रहा हो। इस तरह मांसाहार अध्यात्मवादियों के लिए बुनियाद में ही वर्जित आहार है।



## शाकाहार : सामाजिक दृष्टि

**ज**ब हम शाकाहार पर सामाजिक दृष्टि से सोचते हैं, तब देखते हैं कि उसके द्वारा उन जीवन मूल्यों का प्रवर्तन हुआ है, जो मनुष्य को सादगी, सरलता और सौहार्द की ओर ले जाते हैं। क्या यह संभव है कि हम मनुष्य के साथ तो अच्छा व्यवहार करें और सृष्टि के अन्य अस्तित्वों के साथ बदसलूकी करें? क्या ऐसा करने में हमारे चरित्र का दोगलापन प्रकट नहीं होगा? क्या जब हम पशु-पक्षियों के साथ हिंसा का बर्ताव करेंगे, तब यह आशंका बढ़ नहीं जाएगी कि हम अपने साथियों के साथ भी हिंसा का बर्ताव करेंगे। इस तरह तब हम आहिस्ता आहिस्ता वैसा ही क्रूर और बर्बर व्यवहार करने के अध्यस्त हो जाएँ। वस्तुतः मांसाहारी का मन उतना संवेदनशील नहीं रह जाता, जितना एक शाकाहारी का बना रहता है और उत्तरोत्तर बनता जाता है। शाकाहार के साथ ढलित जीवन मूल्यों का समाज से जितना घनिष्ठ संबंध है, उतना किसी आहार के साथ नहीं है। इसलिए सामाजिक दृष्टि से भी यह आवश्यक है कि संपूर्ण समाज ऐसे आहार की अनुशंसा करे, जिससे समाज पर हिंसा का दबाव कम हो और भाईचारे की संभावना निरंतर समृद्ध हो। शाकाहार का सीधा और स्वच्छ मतलब है चारों ओर घेह और विश्वास का वातावरण बनाना और प्रकृति के हर अस्तित्व को भयमुक्त रखना। शाकाहार का दूसरा नाम अभय और शान्ति है। एक संतुलित सामाजिक प्रगति के लिए शाकाहारी की अपरिहार्यता को अस्वीकार करना संभव नहीं है। शाकाहार ही एक ऐसा आहार है, जो मनुष्य को बेहतर मनुष्य बनने में सहयोग कर सकता है।

शाकाहार व्यक्ति को न सिर्फ सदाचार और सामाजिकता की ओर ले जाता है, बल्कि उसे इतना उदार और सहनशील बनाता है कि वह स्वयं के समानान्तर पूरी दुनिया और पूरे ‘यूनिवर्स’ के बारे में सोचने लगता है। एक शाकाहारी का जीवन मात्र उस तक सीमित नहीं रहता, वह लोकार्पित होता है। पूरे लोक, विश्व, राष्ट्र और समाज के लिए एक शाकाहारी अपने व्यवसाय, अपने लक्ष्यों और अपने उद्देश्यों में बहुजन हिताय (बहुतों की भलाई के लिए) नहीं, सर्वजनहिताय (सबके कल्याण के लिए) और सर्वोदय (सब के प्राणी

मात्र के उदय के लिए) की दृष्टि से काम करता है। वह यदि पते को भी छूता है, तो पूरा वृक्ष उसकी मंगल कामनाओं में नहा उठता है। वह एक धूलिकण का भी स्पर्श करता है, तो पूरी धरती से जुड़ जाता है। वह किसी प्राणी को सहलाता है, तो संपूर्ण विश्व में अभ्य और अहिंसा की तरंगें उमड़ पड़ती हैं।

स्पष्ट है कि शाकाहार मात्र एक थाली नहीं है, वरन् उसमें सदाचार, सदविचार और सदव्यवहार भी सम्मिलित हैं। जिनसे हम निश्चय ही व्यक्ति और समाज को एक नयी और सही रोशनी दे सकते हैं।



## पश्चिम में शाकाहार

**प**श्चिमी देशों में शाकाहार क्रान्ति ? बस क्रान्ति हो रही है। भारत में धी-दूध की नदियों से नहीं, सैकड़ों बूचड़खानों में रक्त की नदियों बह रही हैं। पश्चिम खानपान, रहन-सहन, सभ्यता, कला, साहित्य, सुख व आध्यात्मिक आनन्द के लिये भारत की ओर दौड़ रहा है और भारतीय? पश्चिम के त्याज्य आहार-विहार-निहार पद्धति को ग्रहण कर रहे हैं। वे भौतिकता से तंग आकर संतोषी सुखी जीवन जीने की कला भारत से सीखना चाहते हैं, अध्यात्म में गोते खाकर आत्मिक आनन्द लेना चाहते हैं और भारतीय भौतिक सुख की चक्राचौंध में चौंधिया कर, नैतिक अथःपतन करके आध्यात्मिक मूल्यों को नष्ट करने पर तुले हैं! अफसोस!

विश्व स्वास्थ्य संगठन ने शाकाहार को श्रेष्ठ आहार, स्तनपान को श्रेष्ठतम शिशु आहार, नीम दातुन को श्रेष्ठतम ब्रश घोषित किया है। यही वजह है कि पश्चिमी देशों में सैकड़ों शाकाहार क्लब बन गये हैं, जिनके शाकाहारी सदस्यों की संख्या लाखों में हैं और निरन्तर बढ़ती जा रही हैं। संगठन, संस्था और समूह के स्तर पर शाकाहारिता को आगे बढ़ाना समय की मांग है।



## अण्डा खाना मांसाहार है

**क** इलोग अण्डे को शाकाहार मानकर खाने लगे हैं। अण्डा विक्रेता संघ और उसके सदस्य धन के लोभ में भ्रामक प्रचार करके अण्डे को शाकाहार कहकर भोली धर्मप्राण जनता को मूर्ख बना रहे हैं। अण्डे को शाकाहार कहना छलावा है, भ्रम है। कोई भी अण्डा शाकाहारी नहीं होता है। अण्डज पंचेन्द्रिय जीव के पेट में प्रजनित अण्डा जीव-विज्ञान के सिद्धान्त के आधार पर एक पंचेन्द्रिय जीव ही होता है। उसका निर्माण मादा पक्षी के गर्भाशय में प्रजनन-प्रक्रिया के तहत होता है। मुर्गी को मुर्गे के वीर्यकण मिश्रित आहार दिया जाता है। इस कारण से मुर्गे के प्रत्यक्ष संरसा के बाहर भी मुर्गी अण्डा देती है। माँ होने के नाते मुर्गी अण्डे को सेना चाहती है, पर बड़ी बेरहमी से अण्डा उससे छीन लिया जाता है। वह तड़फ़ड़ाती रहती है। पूर्व केन्द्रीय मंत्री मेनका गांधी के शब्दों में “अण्डा मुर्गियों के मासिक धर्म का रक्त होता है। अण्डे वाला मासिक धर्म का रक्त मुर्गी के शरीर द्वारा उसी प्रकार निकालकर फेंक दिया जाता है, जिस प्रकार महिलाएँ अपने प्रजनन न हो सकने वाले रक्त को प्रत्येक माह निकाल कर फेंक देती है।” इस प्रकार किसी भी प्रकार के अण्डे (निषेचित या अनिषेचित) को शाकाहार कहना न सिर्फ़ झूठ अपितु अवैज्ञानिक भी है। सरकार ने भी अण्डाहार को मांसाहार ही माना है। किसी खाद्य पदार्थ के निर्माण में यदि अण्डा या अण्डे का अंश भी डाला जाता है तो उसकी पैकिंग पर उसके मांसाहारी होने का लाल निशान अंकित करना कानून अनिवार्य है।

अक्टूबर 2005 में छत्तीसगढ़ उच्च न्यायालय ने अण्डों को मांसाहारी भोजन मानते हुए इसकी सार्वजनिक और खुले आम बिक्री पर भी रोक लगा दी थी। उच्च न्यायालय की खण्डपीठ ने रायपुर के मनोहर जेठानी की याचिका पर फैसला देते हुए रायपुर के नगर निगम आयुक्त को अण्डा बिक्री के लिए लाइसेंस जारी करने तथा चिकन-मटन की तरह अण्डा व्यवसाय के लिए भी वैधानिक आधार पर नियम बनाने के आदेश दिये हैं। खण्डपीठ ने कहा कि नगर पालिका अधिनियम, 1956 के प्रावधान अण्डों पर भी लागू करके इनकी बिक्री का स्थान तय किया जाना चाहिये। याचिकाकर्ता की ओर से अधिवक्ता योगेशचन्द्र

शर्मा और वीरिन्द्र शर्मा ने कहा था कि राजधानी के अनेक बाड़ों तथा प्रमुख सड़कों के किनारे खुले आम मटन, चिकन के साथ ही अण्डों की बिक्री भी की जाती है। अण्डों को शाकाहारी मानने का कोई विधिक औचित्य नहीं है। यह जीवित मुर्गी का उत्पाद है। खेतों में बीज बोकर यह प्राप्त नहीं होता। स्पष्ट है कि अण्डा खाना शत प्रतिशत मांसाहार है।

आण्डे खाने से अनेक प्रकार के रोग भी होते हैं। अण्डों में कोलेस्ट्रोल की मात्रा बहुत अधिक है, जिसके जमाव से धमनियों का लचीलापन कम हो जाता है और रक्तचाप (ब्लडप्रेशर) बढ़ने से हमेरेज का खतरा मंडराने लगता है। अतः हमें सावधान रहना है। आचार-विचार शुद्धि के लिये शुद्ध सात्त्विक शाकाहार पर ही जीवन निर्वाह कर शारीरिक और आध्यात्मिक जीवन का आनंद लेना है।



## अनुकम्पा

**अ** नुकम्पा में प्राणिमात्र के साथ आत्मीयता व सहानुभूति होती है। इससे अनुकम्पाशील व्यक्ति का अन्तःकरण दूसरों के प्रति एकरस और समझावी बन जाता है। अनुकम्पा धारण करने वाले व्यक्ति की आत्मा करुणा से इतनी स्थिर्य या आद्र्द्व हो जाती है कि वह किसी भी मनुष्य या प्राणी को कष्ट, संकट या दुःख में पड़ा देखकर चुपचाप नहीं रह सकता। उसके हृदय में दुःखी को देख कर सहसा यह भावना उठती है कि “जैसे मैं दुःख आ पड़ने पर उससे मुक्त होकर सुखी होना चाहता हूँ, वैसे यह जीव भी दुःख-मुक्त होकर सुखी होना चाहता है। दुःख जैसा मुझे कष्ट देता है, वैसा इसे भी देता होगा।”

इस प्रकार दूसरे प्राणी या मानव को दुःखित या पीड़ित देखकर अनुकम्पाशील सम्यग्दृष्टि के हृदय में उसके अनुकूल अनुभूति जाग जाती है। वह दूसरे के दुःख और कष्ट को अपना ही कष्ट या दुःख समझने लगता है। अनुकम्पा का शाकाहार से अन्योन्याश्रित सम्बन्ध है।



## जनतंत्र व अहिंसा

**ए** क विचारक का कथन है कि 'हिंसा असमर्थ आदमी का अन्तिम आश्रय अर्थवत्ता समाप्त कर देता है। आज की जनतांत्रिक पद्धति की मूलभूत आवश्यकता हिंसाविहीन शासनतन्त्र से ही सम्भव है। महात्मा गांधी के अनुसार अहिंसा का विज्ञान ही सच्चे प्रजातन्त्र की स्थापना का साधन है (यंग इंडिया – मार्च 16, 1622)। हिंसा सामाजिक दुराग्रह है, अहिंसा सत्याग्रह।

वर्तमान समय में जनता का विरोध व्यक्ति और सम्पत्ति के विरुद्ध हिंसापरक बन जाता है। ऐसा विरोध सामाजिक परिवर्तन का उपकरण कभी नहीं बन सकता। वह तो अव्यवस्था, तनाव और निराशा को पनपाकर और अधिक हिंसात्मक कार्यवाही का निमित्त बनता है। स्पष्ट है कि शाकाहार जनतंत्र का सहायक भोजन है। शाकाहारी जीवन शैली में वे सारी खूबियाँ हैं, जो जनतंत्र की मजबूती और विकास के लिए आवश्यक हैं।



## भारतीय मजदूर

**वि**

श्वकवि रवीन्द्रनाथ टैगोर सारी दुनिया को एक मानने वाले व्यक्ति थे। उन्होंने संकुचित वृत्ति के व्यक्ति नहीं थे। उन्होंने हिन्दुस्तान और यूरोप के मजदूरों की तुलना करते हुए कहा है कि दिन भर की थकान मिटाने के लिए यूरोप का मजदूर रात को शराब पीता है और भारत का मजदूर थकान मिटाने के लिए रात को भजन करता है। मैं अध्यात्म के ख्याल से नहीं, विज्ञान की दृष्टि से पूछता हूँ कि रात को परमात्मा के सुन्दर भजन गा कर सोना ज्यादा वैज्ञानिक है या शराब पी कर सोना?

मेरी विज्ञान पर इतनी श्रद्धा है कि वह जो भी जबाब देगा वह मुझे मंजूर होगा। रात की नींद यानि इन्सान की उस दिन की मौत है। मौत के समय जो विचार बलवान होंगे, उसके मुताबिक आगे गति मिलेगी, ऐसा शास्त्र भी कहता है। तो रात को क्या करना ज्यादा वैज्ञानिक है? ❁

## कैसे जिएँ ?

**प्र**

त्येक कार्य यतना और विवेकपूर्वक करने से पाप कर्म का बंध नहीं होता है। करुणा व यतना होने से हिंसाजन्य अशुभ बंध से बचा जा सकता है। गृहस्थ जीवन में सम्पूर्ण अहिंसा का पालन यद्यपि सम्भव नहीं है, तथापि वह यतना और विवेकपूर्वक सभी कार्य करे तो अधिकांश हिंसा से सहज बच सकता है। एक बार एक जिज्ञासु ने एक विद्वान से पूछा - “हम कैसे जिएँ? क्योंकि हर कार्य में किसी-न-किसी प्रकार की हिंसा होती है।” तब विद्वान बन्धु ने श्रेष्ठ समाधान देते हुए कहा - शज्जपसपदह सर्मेज सपअपदह इमेज अर्थात् कम से कम जीवों का हनन हो, ऐसा जीवन सर्वोत्तम जीवन है और वह अहिंसा प्रधान होगा। वस्तुतः प्रकृति ने जितने भी जीव-जन्तु बनाए हैं, वे सब हमारे जीवन में प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से सहायक और उपयोगी हैं। उन्हें सताना और मास्ना प्रकृति के विरुद्ध है। शाकाहारिता कम-से-कम पाप में श्रेष्ठ जीवन जीने की कला का नाम है। ❁

## आबादी व आहार

**क**

ई लोगों का कहना है कि अगर जानवरों को नहीं मारा गया, नहीं खाया गया तो उनकी संख्या बहुत बढ़ जायेगी। जानवरों की संख्या बढ़ रही है, इसकी हमें फिक्र हो रही है और इसलिये इन प्राणियों को खाकर हम समाप्त कर रहे हैं। भारत जब आजाद हुआ तब देश की जनसंख्या 35 करोड़ थी और यह जनसंख्या आज करीब सवा सौ करोड़ तक पहुँच गई है। हमारी आबादी इतनी बढ़ी। बेचारे जानवरों को मनुष्य की आबादी बढ़ने की कोई तकलीफ नहीं है। क्या हमें भी समाप्त करने का उपाय किया जाय?

प्रकृति सारी व्यवस्था करती है। प्रकृति निर्माण करती है, प्रकृति पालन करती है, प्रकृति ही विनाश करती है। कौए को कोई खाता नहीं है, फिर भी कौओं की संख्या में कहीं वृद्धि नहीं हुई है, जितनी आवश्यकता है उतनी पूर्ति प्रकृति किया करती है। कुतक्के व झूठी दलीलों के आधार पर हिंसा और मांसाहार का समर्थन उचित नहीं है।



## मौत व मांसाहार

**प**रिवार में किसी सदस्य की कुदरती मौत हो जाने से हम कितने दुःखी हो जाते हैं और परमात्मा को दोष देते हैं कि भगवान ने बहुत खोटा काम किया, काल की गति विचित्र है। इस मृत्यु को देखने वाले, सहने वाले स्वयं इन मासूम प्राणियों की बेमौत हत्या करते हैं, असमय में उनको मौत के घाट उतार देते हैं। छोटे-छोटे मेमनों, पिल्लों को जब माँ का दूध पीने की आवश्यकता होती है, तब उनकी माँ के सामने ही उनकी गर्दन काट दी जाती है। यह मनुष्य की झूरता, बर्बरता व पाप की पराकाष्ठा है। मनुष्य ने अपने ही दुःख को समझा है। परिवारिक जन की मृत्यु पर कितना रोना-धोना होता है। एक मृत्यु के प्रसंग पर सारे खुरी के प्रसंग रद्द हो जाते हैं। किसी किसी मृत्यु पर परिवार में महीने भर मातम छाया रहता है। एक व्यक्ति की मृत्यु हजारों लोगों को शोक के सागर में डूबा देती है। मनुष्य का विवेक इतना नष्ट हो गया है कि वह, यह जानते हुए भी कि मृत्यु का कष्ट सबसे भयंकर है; इन मासूम, बेजुबान, निष्पाप प्राणियों को लाखों की संख्या में निर्दयता से कल्प कर खा रहा है। ये भयग्रस्त प्राणी कल्प के समय इन्हें कष्ट से काँपते हैं कि निर्दयी मनुष्य की राक्षसी आँखें प्राणियों की शोक संताप पीड़ा को परख नहीं पाती है।

जब मनुष्य की स्वाभाविक मौत से इतना दुःख होता है, तब किसी इन्सान की अकाल व असमय की मौत का दुःख तो बहुत भयंकर होता है। उसका परिवार ही नहीं, बल्कि उसकी अकाल मृत्यु से पूरा समाज शोकग्रस्त हो जाता है। फिर क्यों इन बेसहारा जानवरों को इन्सान दिन दहाढ़े मार-काट रहा रहा है? मौत सबके लिए अप्रिय और अशुभ होती है। इसलिए मौत का यह ताण्डव बन्द होना चाहिये।



## अत्याचारी का अन्त बुरा

### हिं

सा से सारा विश्व भयाक्रान्त है। आतंकवाद से प्रत्येक मनुष्य काँप रहा है। कोई अपने आप को सुरक्षित नहीं पा रहा है। जेड सुरक्षा वाले भी भयभीत हैं। हवाई यात्रा वाले भी आतंकवादियों के कारनामों से पीड़ित हैं। सबसे ज्यादा सुरक्षित संसद भवन को भी आतंकवादियों ने नहीं बरछा। आत्मघाती बम के द्वारा लोगों के प्राण लेना हिंसा की पराकाष्ठा है। 120 मंजिली इमारत में रहने वाले भी हवाई हमलों से मारे जाते हैं। अमेरिका जैसा बलशाली राष्ट्र भी आतंकवाद से पराजित है। प्रतिवर्ष हिंसा से विश्व में लाखों मनुष्यों का संहार हो रहा है। अमेरिका ने जब इराक पर हमला किया तब कितने सैनिक, कितने निर्दोष नागरिक मौत के घाट उतार दिये गये। आतंकवादियों की क्रूरता ने कश्मीरी पंडितों की इहलीला समाप्त कर दी। परस्पर वैमनस्य की भावना ने कितने अबोध बालकों व नर-नारियों के प्राण नष्ट कर दिये। रोजाना समाचार पत्रों के मुख पृष्ठों पर पढ़ते हैं कि चुनाव के लिये, जमीन के लिये, धन-दौलत के लिये, वासना शान्त करने लिये, ईर्ष्या व द्वेष के कारण असंख्य लोगों को प्राण गँवाने पड़ रहे हैं। कई बादशाहों, शहंशाहों, राजाओं या उच्च पदस्थ व्यक्तियों ने अपनी क्रूरता से विश्व को कंपाने वाले कुकृत्य कर, हिंसा का ताण्डव नृत्य करके लाखों निर्दोष लोगों की हत्या की है। रानी मेरी ने 3000 कैथोलिकों को बाड़ में बंद कर आग लगाकर मार डाला। इसके लिये इतिहास उठें कभी माफ नहीं करेगा। चाहे वो हिटलर, मुसोलिनी, चंगेजखां हों या वर्तमान के बुश, ओसामा बिन लादेन जैसे नए संहारक हो। इनमें से कइयों ने धर्म के नाम पर हत्याएँ की हैं। धर्म कभी हिंसा करने की इजाजत नहीं देता।

सद्गम ने कितने लोगों को कितनी क्रूरता से मारा। कहते हैं जो कोई उसके विरुद्ध बात करता वह उसे जिन्दा नहीं छोड़ता। तलवार, रिवाल्वर या अन्य कई क्रूर साधनों से उसके प्राण लिये बिना नहीं रहता। उसके महलों में यातनागृह था, जहाँ तरह-तरह की यातनाएँ देकर लोगों को मौत के घाट उतारा जाता था। किसी का पुत्र, किसी का पिता, किसी का पति, किसी की पत्नी, इस तरह लाखों के प्राणहनन कर उसने अपनी सल्तनत टिकाई। यहाँ तक कि अपनी प्राण

प्यारी पुत्रियों के पतियों को भी गोली का निशाना बनाया। परन्तु समय किसी को माफ नहीं करता।

संसार में किसका समय है एक-सा रहता सदा।

है निशि दिवा-सी घूमती सर्वत्र विपदा सम्पदा।

जो आज एक अनाथ है, नरनाथ कल होता वही।

जो आज उत्सवमग्न है, कल शोक से रोता वही।

ये पापकर्म किसी को नहीं छोड़ते। क्रूर कर्मों ने इसी जन्म में जो बदला लिया तो ऐसा लिया कि संसार को धुजाने वाला शेर जेल की जंजीरों में इस तरह तड़फता रहा कि बुश ने आखिर उसे फाँसी देकर ही शांति की सांस ली। याद रखना मानव! ये क्रूर कर्म किसी को नहीं छोड़ते चाहे राजा हो या रंक। वीरपन ने हजारों हाथियों को मौत के घाट उतारा, आखिर बुरी तरह मारा गया। हिटलर को आखिर आत्महत्या करके मरना पड़ा। कोई हत्यारा, आतंकवादी, चोर, डाकू, खूनी सुख से नहीं मरा।

यह सोच लीजे जिस दिन आखिर हिसाब होगा।

अपने किये का तुमको देना जवाब होगा॥



## धर्मरुचि की दया

**मु**नि धर्मरुचि भिक्षा लेने नागश्री ब्राह्मणी के घर पर पहुँच गये। संयोग से सब्जी खाकर कोई जीवित नहीं रह सकता। ‘अब क्या करूँ ? सासू डटेगी।’ इसी चिन्ता में वह उदास थी, उसी समय धर्मरुचि अणगार (मुनि) भिक्षा लेने पद्धरे। नागश्री ने सोचा, यह अच्छा मौका है। आगे—पीछे का विचार न करते हुए सारी सब्जी धर्मरुचि के पात्र में डाल दी। साधुजी ने अपने नियमों के अनुसार सारी आई हुई भिक्षा अपने गुरु को दिखाइ। तुम्हे की कड़वी भाजी की गंध महसूस करते ही गुरु ने शिथ से कहा, यह तो विष है। इसे खाया नहीं जा सकता। जाओ, जहाँ कोई जीव—जन्तु न हों, ऐसे निरवद्य स्थान पर परठकर आओ। धर्मरुचि पात्र में भरी सब्जी लेकर उसे परठने गये। जंगल में जहाँ सुनसान व निर्जन स्थान था, वहाँ उहोंने पात्र निकाला और सब्जी की कुछ बूंदें डालीं। इतने में तो कई चींटियाँ पास आईं और वहीं उनका प्राणान्त हो गया। यह देख धर्मरुचि का दिल दहल उठा। वे करुणा से द्रवित हो गये। सोचा, क्या करूँ, कहाँ डालूँ, जहाँ कोई प्राणी न आए। परन्तु उहों ऐसा कोई स्थान नजर नहीं आया, जहाँ कोई जीव—जन्तु या कीड़े—मकोड़े न आएं। चिन्तन करते—करते उहों एक बात ध्यान में आई। उन्होंने सोचा, मेरा पेट एक ऐसी जगह है, जहाँ कोई प्राणी नहीं पहुँच सकता। बस क्या था, सारी सब्जी स्वयं ही खा गये और स्थानक में जाकर गुरुजी से निवेदन किया। प्रभो! मेरे पेट के अतिरिक्त कोई निरवद्य स्थान नहीं मिला। गुरु ने कहा, धर्मरुचि! यह क्या किया ? इनमें में देखते ही देखते विष ने अपना प्रभाव दिखाया और धर्मरुचि के प्राण पँखेरु उड़ गये। कीड़े—मकोड़े की रक्षा के लिये धर्मरुचि ने अपने प्राणों की बाजी लगा दी। यह है जीवरक्षा की जीवन्त घटना। ऐसी कई मिसालों से भारत का इतिहास भरा पड़ा है। हम कौन थे, अब क्या हो गये हैं। मैथिली शरण गुप्त ने हमारी दुर्दशा का वर्णन निम्न पंक्तियों में किया है –

हम कौन थे क्या हो गये हैं और क्या होंगे अभी।  
आओ विचारें आज मिलकर ये समस्यायें सर्थी।  
यद्यपि हमें इतिहास अपना प्राप्त पूरा है नहीं।  
हम कौन थे इस ज्ञान से फिर भी अधूरे हैं नहीं॥

## संत राबिया की कहानी

**ए** क महान मुस्लिम संत हुई है – राबिया। एक बार वह एक जंगल में घूमने गई। वह बड़े प्रेम से इधर-उधर उड़ने वाले पक्षियों और घूमने वाले जंगली पशुओं को देखने लगी। इतने में बहुत से जानवर उसके आसपास आकर इकट्ठे हो गये। कुछ तो उसके बदन पर ही बैठ गये। यह देख राबिया को बड़ा सुख मिला।

तभी कहीं से एक दूसरे संत हसन बसरी उधर आ निकले। उन्होंने दूर से ही यह दृश्य देखा तो आश्चर्य चकित हो गये। उनकी खुशी का ठिकाना न रहा। लेकिन जैसे ही वे राबिया के निकट पहुंचे, सारे जानवर भाग गये और पक्षी इधर-उधर उड़ गये। हसन बसरी को यह देख बुरा लगा। उन्होंने दुखी मन से राबिया से इसका कारण जानना चाहा। वे बोले, राबिया! यह क्या बात है कि इतने जानवर और परिन्दे तुम्हारे पास जमा हो गये थे और बड़ी मुहब्बत से तुम्हें धेरे हुए थे, पर मेरे आते ही सब ऐसे भाग छूटे जैसे मैं कोई खूंखार आदमी होऊँ ?”

राबिया ने पूछा – “तुम क्या खाते हो?”

हसन बसरी बोले – “उससे तुहें क्या काम है?”

राबिया बोली – “काम है तभी तो पूछा है।”

हसन बसरी ने जवाब दिया – “मैं गोशत खाता हूँ।”

राबिया ने कहा – “गोशत खाते हो और चाहते हो कि जानवर और परिन्दे तुम्हारे पास आए। यह कैसे हो सकता है कि जिन्हें तुम मारते हो, खाते हो, वे तुमसे डरे नहीं और भागे नहीं। जल्लाद से किसे डर नहीं लगता? किसे अपनी जान प्यारी नहीं होती।” यह सुन हसन बसरी की आँखें खुल गईं।



## दूध का चमत्कार

**प्र**थम प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू अंडे का सेवन करते थे। प्रथम राष्ट्रपति बाबू राजेन्द्र प्रसाद गाय के दूध का सेवन करते थे। राष्ट्रपति ने प्रधानमंत्री को गाय के दूध का सेवन करने के लिये बहुत समझाया, परन्तु नेहरूजी नहीं माने। एक बार नेहरूजी को पटना अधिवेशन में जाना था। मामला बड़ा पेचीदा था। विरोधी पक्ष वाले बहुत जोर में थे, अतः प्रधानमंत्री ने राष्ट्रपति को प्रत्युत्तर तैयार करने के लिये निवेदन किया। राष्ट्रपति ने सुंदर व प्रभावशाली प्रत्युत्तर तैयार करके दिया। पटना पहुँचने पर प्रधानमंत्री को वह कागज नहीं मिला। उन्होंने न जाने कहीं पत्र रखा दिया और भूल गये। नेहरूजी ने राजेन्द्र प्रसादजी को सूचित किया कि आपका लिखा पत्र वे कहीं रखकर भूल गये हैं, अतः कृपा कर नया प्रत्युत्तर तैयार करके भेजें। राष्ट्रपति ने नया पत्रक तैयार करके भेज दिया। हुआ यह कि जब नया पत्र पहुँचा, तब तक उन्हें पुराना पत्र मिल चुका था। नये पत्र में व पुराने पत्र में क्या अन्तर है, यह जानने की जिज्ञासा होने से नेहरूजी ने दोनों पत्र सामने रखकर मिलान किया। नेहरूजी के आश्चर्य का कोई पारावार नहीं रहा, जब उन्होंने देखा कि दोनों पत्रों में लिखित सामग्री में रंचमात्र भी अन्तर नहीं है।

नेहरूजी ने राजेन्द्र प्रसादजी को फोन पर धन्यवाद देते हुए कहा कि यह कार्य चमत्कार जैसा हुआ है। तब राजेन्द्र प्रसादजी ने नेहरूजी को कहा कि प्रधानमंत्रीजी! यह अंडे का चमत्कार नहीं, दूध का चमत्कार है। नेहरूजी इस उत्तर से शर्मिन्दा हो गये।



## शराब व संकल्प

**ए** क बार कपूर परिवार की ओर से फ़िल्म महोत्सव था। राजकपूर ने मुख्य अतिथि को बुलाया। मुख्य अतिथि शराब नहीं पीते थे। शराब की बोतल को खोला गया। उसमें चम्मच डालकर बाहर निकाला गया। मुश्किल से 2-3 बूंद मात्र चम्मच को लगी थीं। उसी चम्मच को उन्होंने थम्सअप की बोतल में डाला और मुख्य अतिथि से पीने का आग्रह किया। मुख्य अतिथि ने पीने से साफ इनकार कर दिया। सभी बड़े कलाकारों ने कहा, समझाया कि अगर आप इसका सेवन नहीं करेंगे तो सारा उत्सवी माहौल खराब हो जायेगा। आखिर जब वे नहीं माने तब स्वयं राजकपूर आकर दृढ़ता से, विनय से मनाते हुए बोले, “आपको पृथ्वीराज कपूर की कसम है, आपको पीना ही होगा।”

तब मुख्य अतिथि बोले, “मैंने शराब नहीं पीने के लिये सात पीढ़ी की कसम खाई है। अब आप ही बताओ, क्या करूँ ?” ऐसी होती है संकल्प व सौगन्ध के प्रति निष्ठा।



## तथ्य एवं विचार

1. दुनिया को अहिंसा का महान सन्देश देने वालों में भगवान महावीर अग्रगण्य हैं। अगर विश्व भगवान महावीर की अहिंसा को अपनाए तो सारे वैर-विरोध समाप्त होकर सर्वत्र शांति का साम्राज्य स्थापित हो जाए।
2. खुबिंश में वर्णन आता है कि पार्वती को एक बिल्कुल के बच्चे के प्रति इतनी आत्मीयता थी कि उसके मुँह पर किसी ने नोंच लिया था, उसके निशान पार्वती के मुँह पर हो गये थे।
3. भगवान अरिष्टनेमि ने जिन्दे जानवरों की करुणा भरी चित्कार सुनकर अपना विवाह राजुल से न कर मुक्ति-वधु से नाता जोड़ लिया। उन्होंने पशु-पक्षियों को ही मुक्त नहीं किया, अपने आप को भी सदा-सदा के लिये बन्धनों से मुक्त कर दिया।
4. आचार्य हेमचन्द्र और सप्तरात्मक कुमारपाल के समय में समस्त गुर्जर प्रदेश में एक भी बूचाड़खाना नहीं था। कुमारपाल के अधीनस्थ 18 देशों में 14 वर्षों तक अमारि प्रवर्तन लागू रहा।
5. रामकृष्ण परमहंस जब किसी की पीड़ा देखते तो उन्हें स्वयं पीड़ा होनी शुरू हो जाती थी। एक बार एक आदमी ने एक बूढ़े बेल को बेत से बहुत मारा। रामकृष्ण को इतना दुःख हुआ कि स्वयं उनकी पीठ पर बेत के निशान उभर आये।
6. दयानन्द सरस्वती ने स्वयं को मारने वाले को माफ कर दिया। खुद हत्या करने वाले हत्यारे को भी जीवनदान देने वाले लोग जिस देश में हुए हैं, उस भारत भूमि को निरपराध प्राणियों के खून से सर्चांचा जा रहा है। यह स्थिति अत्यन्त चिन्ताजनक है।
7. सप्तरात्मक, सप्तरात्मक अकबर तथा अन्य अनेक राजाओं ने हिंसा, पशु-पक्षी वध, शिकार आदि पर समय-समय पर रोक लगाई।
8. जीनेसिस (1:29) में परमात्मा ने कहा है कि ‘देखो, मैंने पृथ्वी पर तुम्हें ऐसी शाक सब्जियाँ दी हैं, जो बीज धारण करती हैं। प्रत्येक वृक्ष, बीज उत्पन्न करने वाले वृक्ष की परिणति है। यही मनुष्य का आहार है।’

9. ‘द कंसेप्ट ऑफ वेजिटरियनिज्म’ (गोस्पेल, ओ.ओ. ओक) में कहा गया है कि ऐसा कभी नहीं हुआ कि परमात्मा ने मनुष्यों को पक्षियों, पशुओं अथवा टिड्डों को माने और खाने का निर्देश दिया है।
10. यूनानी दार्शनिक और गणितज्ञ पायथोगारस (592–500 ई.पू.) के शिष्य रोमन कवि जब शाकाहारी बने तब उन्हें सुखद और आश्चर्यजनक तजुर्बा यह हुआ कि उनका मन पहले से अधिक स्वस्थ, शान्त, सावधान और समर्थ हो गया।
11. महान वैज्ञानिक अल्बर्ट आइन्सटाइन (1979–1955) विशुद्ध शाकाहारी थे। वे कहा करते थे कि शाकाहार का हमारी प्रकृति (फितरत) पर गहरा प्रभाव पड़ता है। यदि पूरी दुनिया शाकाहार को अपना ले तो मनुष्य का भाय पलट सकता है।
12. जॉर्ज बर्नाड शॉ (1949–1950) एक बार बहुत बीमार पड़ गये। चिकित्सकों ने सलाह दी कि वे अण्डा खायें और मांस का शोब्बा पियें, अन्यथा वे जल्दी ही मर जाएँगे। शॉ पूरी तरह शाकाहारी थे। उन्होंने राय मानने से इन्कार कर दिया। वे स्वस्थ हो गये और लम्बी उम्र जिये।
13. कर्ड कर्कन्नाइड ने अपनी बहुचर्चित पुस्तक ‘हमारा भोजन और विश्वशांति’ में लिखा है कि शाकाहारी पशु-पक्षी स्वभाव से ही जीवन के कल्याणकारी पक्ष की ओर प्रवृत्त पाये जाते हैं। क्षमा, सहिष्णुता, परदुःखमोचन आदि गुण उनमें अनायास ही विकसित होते हैं।
14. ‘फूड फॉर लाइफ’ के प्रसिद्ध लेखक डॉ. नील बर्नाड का कथन है मोटापे के स्थायी और अचूक नियन्त्रण के लिए सस्ता, सहज और सादा उपाय शाकाहार ही है।
15. शाकाहार एक अहिंसामूलक, क्रूरता-मुक्त जीवन पद्धति है। क्रूरता-मुक्त होने का मतलब है ऐसे खाद्य-पेय पदार्थ तथा व्यवसाय की खोज जिनमें स्वाद, फैशन, अनुसन्धान या अन्य कार्यों में पशु एवं जीवधारियों का शोषण नहीं हो, उनके साथ क्रूर व्यवहार नहीं हो तथा उन्हें किसी भी कारण किसी तरह की यातना नहीं दी जाती हो।

16. सन्तान नहीं चाहने वाले जन्म के पूर्व ही अपनी सन्तान की भूणहत्या कर भारी पाप कर्मों का बद्ध करते हैं। इसके अलावा भूणहत्या से प्राकृतिक और सामाजिक संतुलन भी बिगड़ता है।
17. हम बड़े भाष्यशाली हैं जो हमें मनुष्य जन्म प्राप्त हुआ है। अगर पशु-पक्षी, बकरे व मुर्गे के रूप में कभी जन्म हो जाता तो मांसाहारी लोगों ने हमें अभी तक कब का खाकर समाप्त कर दिया होता। काटने वालों ने हमारी निर्मम हत्या कर कब का खून बहा दिया होता? आज हमारा अस्तित्व ही सामने नहीं रहता।
18. हम दूध पीते हैं, खून बढ़ाने के लिये। दूध पिया, उसका खून बना। अस्वस्थता से वो खून नाक से निकल पड़ा। क्या उस दूध से निर्मित अपने खून को जो हमारा है, हम पी सकते हैं? तो फिर दूसरे प्राणियों के खून को हम कैसे पी सकते हैं? मांसाहार किसी भी रूप में असेवनीय है।
19. मांस न वृक्ष से उत्पन्न होता है, न पृथ्वीतल को भेदकर निकलता है, न कमल की तरह पानी से निकलता है, न औषधि के समान किन्हीं उत्तम द्रव्यों से उत्पन्न होता है। किन्तु जिन्हें अपना जीवन प्रिय है ऐसे पक्षी, मत्स्य, मृग आदि दीन-हीन प्राणियों को मारकर मांस प्राप्त किया जाता है, इसलिये दयालु मनुष्य उसे कभी नहीं खाते।
20. तमाम सूफी सन्त शाकाहारी थे। वे धूम धूम कर शाकाहार का प्रचार-प्रसार करते थे।
21. मेतार्थ मुनि ने अपने प्राणों को त्याग कर मुर्गे की जान बचाई।
22. एक मांसाहारी व्यक्ति अपनी पूरी जिंदगी में औसतन 250 पशु पक्षियों को खा जाता है।
23. विश्व में अस्त्र-शस्त्र पर प्रति सैकण्ड तीस हजार डॉलर से अधिक खर्च हो रहा है।
24. राजस्थान में दो हरिणों का शिकार करने वाले सिने अभिनेताओं को दण्ड दिया गया।



## सूक्तियाँ

- ✿ सभी जीवों को आयुष्य प्रिय है। सभी जीव सुख चाहते हैं, दुःख सबको प्रतिकूल व अप्रिय लगता है।
  - महावीर स्वामी
- ✿ मांस खाने से कोढ़ जैसे अनेक भयंकर रोग फूट पड़ते हैं। शरीर में खतरनाक कीड़े और जन्तु पैदा हो जाते हैं, अतः मांस खाना छोड़ें।
  - गौतम बुद्ध
- ✿ अनुमोदन करने वाला, काटने वाला, मारने वाला, मांस को खरीदने वाला, बेचने वाला, पकाने वाला, परोसने वाला और खाने वाला; ये आठों ही घातक हिंसक माने गये हैं।
  - मनुस्मृति
- ✿ तृण से, काष्ठ से अथवा पत्थर से मांस पैदा नहीं होता वह जीव की हत्या करने पर ही उपलब्ध होता है। अतः मांस खाने में महान दोष है।
  - महाभारत (अनुशासन पर्व)
- ✿ अठारह पुराणों का सार इन दो बारों में समाया है – परोपकार करना पुण्य है और किसी प्राणी को पीड़ा देना पाप है।
  - महर्षि व्यास
- ✿ इन्द्रियों के निग्रह से, राग-द्रेष की विजय करने से और प्राणिमात्र के प्रति अहिंसक रहने से साधक अमरत्व प्राप्त करता है।
  - मनुस्मृति
- ✿ जो अहिंसक (निर्दोष) प्राणियों का वध अपने सुख की कामना से करता है – उसको जीते जी और मरने के बाद कहीं सुख नहीं मिलता।
  - मनुस्मृति
- ✿ प्राणियों की हिंसा किये बिना मांस उपलब्ध नहीं हो सकता और प्राणों का वध करना सुखदायक नहीं, अतः मांस त्याज्य है।
  - मनुस्मृति

- ✿ सभी जीव जीना चाहते हैं, मरना नहीं; इसलिए प्राणी-वध नहीं करना चाहिये।
  - भगवान महावीर
- ✿ ज्ञानी होने का सार यही है कि किसी जीव की हिंसा नहीं की जाए।
  - भगवान महावीर
- ✿ जीवों के प्रति सदा अहिंसक वृत्ति से रहना चाहिये। जो मन, वचन और काया से अहिंसक रहता है, वह आदर्श संघमी है।
  - दशवैकालिक सूत्र
- ✿ दीर्घायु, परमरूप, नीरोगता एवं प्रशंसा ये सब अहिंसा के ही फल हैं। वस्तुतः अहिंसा सभी मनोरथों को सिद्ध करने वाली कामधेनु है।
  - योगशास्त्र
- ✿ यह निश्चित जानें कि चारों गति के जीव जितने भी दुःख भोगते हैं, वे सब हिंसा के ही फल हैं।
  - भक्त परिज्ञा
- ✿ गोसेवा के बारे में अपने दिल की बात कहूँ तो आप रोने लग जाए और मैं रोने लग जाऊँ, इतना दर्द मेरे दिल में भरा हुआ है।
  - महात्मा गांधी
- ✿ अहिंसा की शक्ति अमाप है, वैसी ही अहिंसक की है। अहिंसक स्वयं कुछ नहीं करता, उसका प्रेरक ईश्वर होता है।
  - महात्मा गांधी
- ✿ जहाँ मन, वचन और काया से तथाकथित विरोधी को हानि पहुँचाने का इरादा है, वहाँ हिंसा है।
  - महात्मा गांधी
- ✿ जिसका प्राण लिया है, उसे प्राण देना ही पड़ेगा। जीवन एक प्रतिध्वनि है। जो दोगे वो ही लौट कर आयेगा। जो बोया है, वो ही पाओगे।
  - संत तुकाराम
- ✿ अनेकों को जो एक रखती है, भेदों में से अभेद दृढ़ती है, वही अहिंसा है।
  - विनोबा भावे

- ✿ तुम्हारी बनाई हुई गणेशजी की मूर्ति को तुम मोदक यानि लड्डू खिलाते हो, प्रभु की बनाई हुई मूर्ति को मटन खिलाते हो, तुम कितने अज्ञानी हो।
- ✿ जो अहिंसक है और ज्ञान-विज्ञान से तुम है, वही ब्रह्मा के आसन पर बैठें का अधिकारी होता है।
- ✿ पर स्त्रियों को माता के समान, पराये धन को मिट्टी के ढेले के समान और सब प्राणियों को अपने समान जो समझता है, वही देखता है, और तो अन्धे या अज्ञानी हैं।
- ✿ अगर हम चाहते हैं कि यह पृथ्वी स्वर्ग बन जाए तो हमें किसी निरपराध की हत्या नहीं करनी चाहिए। पशु-पक्षी निरपराध व बेजुबान प्राणी हैं। यह संसार रहम की दौलत से सुरक्षित है।
- ✿ तुम्हारे पाँव के नीचे दबकर चींटी का वही हाल होता है जो हाथी के नीचे दबकर तुम्हारा हाल होता है।
- ✿ पेट में हत्या किया हुआ भोजन डालते हैं तो बुद्धि हत्या करने की ही होती है। आहार का भावनाओं से गहरा सम्बन्ध है।
- ✿ उह ! पिन चुभ गया, जान निकल गई ! सोचिये। पशु-पक्षियों पर छुरी चलती है, तो उनको कितनी पीड़ा होती होगी।
- ✿ मांस खाने वाले, शराब पीने वाले, मूर्ख और निरक्षर – ये दरअसल मनुष्य के रूप में पशु ही है, जिनके भार से पृथ्वी आक्रान्त रहती है।
- ✿ मांस, मछली, अण्डा, शराब, बीड़ी, सिगरेट छोड़िए और अपने जीवन को व्यसन-मुक्त बनाइये।
- ✿ नशा नाश का, विनाश का प्रतीक है। नशा निश्चित मौत है। आज स्वयं की, कल परिवार की, परसों राष्ट्र की!
- ✿ शाकाहार न सिर्फ मनुष्य के बाह्य ढाँचे को, अपितु इसके भीतरी तथा सामाजिक ढाँचे को भी नियन्त्रित और परिवर्तन करता है।

- ✿ मनुष्य जैसा खाता है कि ठीक वैसा ही उसका व्यवहार होता है। तामसिक आहार तामसिकता को और सात्त्विक आहार सात्त्विकता को जन्म देता है। इस तथ्य से मुँह मोड़ना कठिन है।
- ✿ मनुष्य अपना भाग्य विधाता स्वयं है। मांसाहार से वह अपने दुर्भाग्य को और शाकाहार से अपने सौभाग्य को न्योता देता है।
- ✿ जैसे सुख तुझे इष्ट है वैसे ही दूसरों को भी इष्ट है। सबको जीवन प्रिय है अतः भय और वैर से उपरत पुरुष जीवों के प्राणों का घात न करे।
- ✿ जो व्यक्ति प्राणियों का स्वयं घात करता, करवाता है व उसकी अनुमोदना करता है, वह मारे जाने वाले जीवों के साथ में वैर बढ़ाता है।
- ✿ हम शरीर पर जरा सी खरोंच बर्दाशत नहीं कर सकते, तो उन मासूम प्राणियों पर क्या बीतती होगी, जिनका हम बेरहमी से सर कलम करते हैं।
- ✿ जीवन में शांति, मरण में समाधि व परभव में सद्गति चाहिए तो प्राणिमात्र को बचाने का प्रयत्न करें।
- ✿ गोमाता की सेवा मनुष्य की प्रगति व संवर्द्धन में सहायक होती है।
- ✿ गोमाता हमारी संस्कृति की अनमोल धरोहर है।
- ✿ अगर रहम नहीं कर सकते तो कम से कम बेरहमी तो मत करो।
- ✿ कितने कठोर होंगे वे लोग जो पशु-पक्षियों को खाये चले जाते हैं।
- ✿ लोग मुर्दे को छूने पर नहाते हैं, पर पशु को मारकर खाते हैं।
- ✿ जो निराधार व असहाय पशुओं की सेवा करता है, वह प्रभु की सेवा करता है।



## पद्म भाग

### मनुज प्रकृति से शाकाहारी

मनुज प्रकृति से शाकाहारी, मांस उसे अनुकूल नहीं है।  
पशु भी मानव जैसे प्राणी, वे मेवा फलफूल नहीं हैं॥ध्रुव॥

ये जीते हैं अपने श्रम पर, होती उनके नहीं दुकानें।  
मोती देते उन्हें न सागर, हीरे देती उन्हें न खाने॥  
नहीं उन्हें हैं आय कहीं से, और न उनके कोष कहीं है।  
नहीं कहीं के वे खुद बैंकर, नहीं कलर्क खरगोश कहीं है।  
स्वर्णाभरण न मिलते उनको, मिलते उन्हें कर्णफूल नहीं है।  
अतः दुखी को और सताना, मानव के अनुकूल नहीं है॥11॥

कभी दिवाली होली में भी, मिलती उनको खीर नहीं है।  
कभी ईद और क्रिसमस में भी, मिलता उहें पनीर नहीं है।  
महज तृण से क्षुधा शान्त कर वे संतोषी खेल रहे हैं।  
नंगे तन पर धूप जेठ की, ठण्ड पौष की झेल रहे हैं।  
इतने पर भी चले कभी वे मानव के प्रतिकूल नहीं हैं।  
अतः स्वाद हित उन्हें निगलना, मानव के अनुकूल नहीं है॥12॥

नदियों का मल खाकर खारा, पानी पी जी रही मछलियाँ।  
कभी मनुज के खेतों में घुस, चरती वे न मटर की फलियाँ।  
अतः निहत्थी जल कुमारियों के घर आकर जाल बिछाना।  
छल से उहें बलात् पकडना, नंगे तन पर छुरी चलाना।  
दुराचार है, अनाचार है, यह छोटी-सी भूल नहीं है।  
अबलाओं पर दृष्टिपात भी, सज्जन के अनुकूल नहीं है॥13॥

भोले मृग ये कभी स्वप्न में भी न मनुज को देते गाली।  
 पहुँच मनुज की भोजनशाला में न छीनते व्यंजन थाली।  
 किन्तु मनुज धुस उनके घर में, सहसा गोली मार गिराता।  
 खा जाता है भून कलेवर, आँगन में मृग चर्म बिछाता।  
 मेरु-सा अपराध गुरुतर, बन सकता यह तूल नहीं है।  
 पशु भी मानव जैसे प्राणी, वे मेवाफल फूल नहीं है॥14॥

कभी प्रसव के लिये न चिड़िया, खोजा करती है सतखण्डे।  
 किसी वृक्ष पर बना घोंसला से लेती हैं अपने अण्डे।  
 धूल भरे उन हीरों को नर, देता तो सौगत नहीं है।  
 और उन्हें कर लेता भक्षण, क्या यह अनुचित बात नहीं है।  
 अण्डे उनके नन्हे मुन्ने, वंश वृक्ष के मूल वही हैं।  
 वे ही उनके राजा बेटा, वे मेवा फल फूल नहीं है॥15॥

मनुजों को भी कभी पकड़ने, को फिरते लंगूर नहीं है।  
 पाकर पास मनुज की आहट, भग जाते वे दूर कहीं है।  
 पर अब इहें पकड़ने को भी, मानव वन-वन धूम रहा है।  
 इन्हें तड़फते-मरते रखकर, वह अमरीका धूम रहा है।  
 वानर नर से कहीं बड़ा है, वह संजीवनी मूल नहीं है।  
 अतः मारकर मर्कट जीना, मानव के अनुकूल नहीं है॥16॥

क्योंकि मनुज को खेत कुटाते, गेहूँ मक्का धान चने हैं।  
 विविध फलों के लिए वृक्ष के, दानी से उद्यान तने हैं।  
 अतः बना पकवान चखो तुम, फल खाकर सानन्द जियो तुम।  
 मेवो से लो सभी विटामिन, बल वृद्धिक घी-दूध पियो तुम।  
 तुम्हें पालने में असमर्थ यह धरती माँ की धूल नहीं है।  
 अतः अन्न फल मेवे रहते, माँस तुम्हें अनुकूल नहीं है॥17॥

मित्र! माँस को तजकर उसका, उत्पादन तुम आज घटाओ।  
बनो निरामिष अन्न उगाने में तुम अपना हाथ बढ़ाओ।  
तजो शिकारी ये बन्दूकें, नदियों में अब जाल न डालो।  
और चला हल खेतों में तुम, अब गेहूँ की बाल निकालो॥  
शाकाहारी और अहिंसक बनो धर्म का मूल यही है।  
पशु भी मानव जैसे प्राणी वे मेवा फल फूल नहीं है॥८॥



## मांस-व्यापार की विडम्बना

क्या विडम्बना राम, कृष्ण और महावीर के देश में।  
कतल करें हम पशुधन अपना बेचें मांस विदेश में॥धृत्र॥

दूध की नदियों लोप हो गई, धरा खून से लाल है।  
लाखों पशु बूचड़खानों में, होते रोज हलाल हैं।  
गाय कृष्ण की नहीं बची, शंकर का नंदी कटा पड़ा।  
रक्त मांस हड्डी से देखो बूचड़खाना अटा पड़ा।  
मानवता अब धूम रही है, दानवता के वेश में।  
क्या विडम्बना राम कृष्ण और महावीर के देश में॥1॥

गांधीजी का भारत लगता, पशुओं का हत्यारा है।  
मांस बेचकर नोट कमाना, अब व्यापार हमारा है।  
नये नये बूचड़खाने नित, खोल रही हैं सरकारें।  
दिन प्रतिदिन बढ़ती जाती हैं, मूक पशु की चिन्कारें।  
पशुओं का उपयोग हो रहा, खानपान और ड्रेस में।  
क्या विडम्बना राम कृष्ण और महावीर के देश में॥2॥

इसी तरह यदि पशु कटे तो, अन्न कौन उपजायेगा।  
खत्म हो गये सारे पशु तो, साँस कहाँ से आयेगा।  
क्या कल बूचड़खानों में इन्सान को काटा जायेगा ?  
पशु-गोश्त खाने वाला क्या इन्सानों को खायेगा ?  
वक्त है अब भी रुका न दौड़ो शाकाहारी वेश में।  
क्या विडम्बना राम कृष्ण और महावीर के देश में॥3॥



## ये अपना हिंदुस्तान नहीं!

जिन्हें पूजता है सदियों से, महावीर गौतम का देश।  
उन्हें मारकर मांस बेचता, सात समंदर पार विदेश।  
नदियों में गोरस बहता था, जिसकी चर्चा करे दिनेश।  
जहाँ विराजित हैं पर्वत पर, नंदी गणी उमा महेश।  
हाहाकार मचा है क्यों कर, सुख का नाम निशान नहीं।  
पशु मांस निर्यात करे ये अपना हिंदुस्तान नहीं॥1॥

गोशालाएँ यहाँ होनी थीं, लेकिन यहाँ पर वधशाला है।  
स्वीडन से गोबर आता, यह बुद्धि का दीवाला है।  
सत्य अहिंसा वाला दर्शन, तार-तार कर डाला है।  
जो भी कुर्सी पर बैठे हैं, क्या सबका दिल काला है ?  
लिये कटोरा देश खड़ा है, विश्वगुरु सम्मान नहीं।  
पशु मांस निर्यात करे ये अपना हिंदुस्तान नहीं॥2॥

पुरखें जिनकी कसमें खाते, हम उनके हत्यारे हैं।  
वधिकों की राहों के कांटे, अपने हाथ बुहारे हैं।  
देख सको तो सने खून से, संसद के गलियारे हैं।  
गांधीजी के तीनों बन्दर, हमने ही तो मारे हैं।  
कोल्हू में पिलता है वो ही, जिसके पास जुबान नहीं।  
पशुमांस निर्यात करे ये अपना हिन्दुस्तान नहीं॥3॥

उनके बछड़ों की कीमत पर, अपने बच्चे पाले हैं।  
चीर के सीना देखो मेरे मुँह में कितने छाले हैं।  
उनकी आँखों में लालच है, हाथ सुरा के प्याले हैं।  
आज पशु कल मानव तक का मांस बेचने वाले हैं।

तानों मुट्ठी करो घोषणा, यह सच्चा इन्सान नहीं।  
पशु मांस निर्यात करें ये अपना हिन्दुस्तान नहीं॥१४॥

सिसक रही गीता ताले में, गंगा दूषित कर डाली।  
कृष्ण कन्हैया की गैया की, बोटी बोटी कर डाली।  
तुम्हीं बताओ भारत भू पर कैसे आये खुशहाली।  
और भला क्या बोलूँ यारों होठों पर आती गाली।  
देखो भारत माता के चेहरे पर भी मुस्कान नहीं।  
पशु मांस निर्यात करें ये अपना हिन्दुस्तान नहीं॥१५॥

अलकबीर से बुचड़खाने भारत भू पर चलते हैं।  
और अहिंसावादी केवल अपने करतल करते हैं।  
जिनका पीकर दूध खड़े हैं, उन पर खंजर चलते हैं।  
मानव या पश्चर के बुत हैं, बिल्कुल नहीं पिघलते हैं।  
तीर हजारों पास हमारे, लेकिन पास कमान नहीं।  
पशु मांस निर्यात करें ये अपना हिन्दुस्तान नहीं॥१६॥



## पहुँचा देना ये स्वर

पहुँचा देना ये स्वर कोई दिल्ली की सरकार तक।  
लोकसभा में जाने वाले नेताओं की कार तक॥

बछड़ों को यदि तुम न खिलाओ चाकलेट और गोलियाँ।  
और न गायों को ला देते गाउन साड़ी तैलिया।  
तो कम से कम चरने तो दो उनको सूखी धास पर।  
और नीर पी लेने तो दो तुम उनको अपनी प्यास भर।  
क्या न तुम्हारे संविधान में उनको यह अधिकार तक ॥1॥

तुम्हें पर्स दिखलाई देते, उनके चिकने चाम से।  
पर सोचो तो चाम तुम्हारा आयेगा किस काम में।  
जिसके बल पर मिलती तुमको दूध मलाई चाय है।  
सोचो कैसे वध्य हुई अब वह उपकारी गाय है।  
मत अपकार करो यदि मानो मत उसका उपकार तक ॥2॥

बैलों का श्रम झलक रहा है, रोटी पर और दाल पर।  
गौओं की निधि नाच रही है, बच्चों के हर गाल पर।  
अतः जिन्हें हम कहते हैं पशु वही हमारे देवता।  
मनुज कहाकर देते हैं हम पशुता को ही नेवता।  
इतना तो संहार न करते असुरों के अवतार तक ॥3॥

सोचो ले अवतार कन्हैया ने इस भारत देश में।  
गोकुल में रह गायें चराई ग्वालों जैसे वेश में।  
यदि विश्वास नहीं हो तो पूछो बृज की धूल से।  
पूछो वंशीवट से पूछो कालिदी के कूल से।  
यह तो तुमको बतला देगी यमुना की जलधार तक ॥4॥

अब भी सच्चे मानव का यदि हृदय तुम्हारे पास है।  
और तुम्हें यदि अपने अपने ईश्वर पर विश्वास है।  
तो तुमको सौंगंध दशहरा और दीवाली फाग की।  
भारत की इस मिठ्ठी की और पानी की और आग की।  
कभी न करना पशुओं से तुम पशुता का व्यवहार तक॥15॥

झोली फैला मांग रहा कवि केवल इतनी भीख दो।  
पशुवध गेह बनाने वालों को करुणा की सीख दो।  
करो न भक्षक जैसी करनी रक्षक के इस वेश में।  
खुलने मत दो बूचड़खाने वीर बुद्ध के देश में।  
स्वर ये पूँको लाल किले तक और कुतुबमीनार तक॥16॥

बचा लिया यदि तुमने प्रियवर भारत को अभिशाप से।  
और न दिल्ली हुई कलंकित इस हत्यारे पाप से।  
तो फिर तुम्हें करोड़ों पशु देंगे मौन आशीष भी।  
गौरव गाथा गायेंगे तब निश्चय ही वागीश भी।  
शंखनाद ये गुंजा दो अब संसद के ही द्वार तक॥17॥

आज जयन्ती आई प्यारी सबको याद दिलाने को।  
उठो जैनियों होश संभालो, कौमी नाद गुंजाने को।  
जियो और जीने का आदर्श गुंजाना है घर-घर।  
महावीर के उपदेशों को फैलाना हर ग्राम-नगर।  
हिंसा का धब्बा न लगेगा भारत के इस भाल पर॥18॥



## गोमांस विरोध

कल्युग में पुण्यों की सूचक प्रेम कहाती गोमाता।  
धरणी धरती धर्म देश का भार उठाती गोमाता।  
सुरनर मुनिजन को वेरतणी पार कराती गोमाता।  
जीवनदायी अमृत रस का पान कराती गोमाता।  
प्रीति और परोपकार का बोध कराती गोमाता।  
आज उसी का मांस बेचकर देश चलाया जाता है।  
आजादी की आन बान पर दग लगाया जाता है॥1॥

दूध दही और मक्खन देकर मानव पर उपकार किया।  
जूती बनकर पड़ी पाँव में प्रकट नहीं उद्धार किया।  
बछड़े जोते खींचें गाड़ी, फिर भी सबसे प्यार किया।  
खाद से खेत में स्वर्ण उगाया जीवन का उद्धार किया।  
कण-कण अर्पण किया खुशी से कभी नहीं इनकार किया।  
अलकबीर में आज उसी को रोज कटाया जाता है।  
और कपूत बेटों के द्वारा पाप कमाया जाता है॥2॥

देखो शंकर! तेरा नन्दी भारत में बेहाल हुआ।  
ओ कन्हैया! गौरक्त से सारा भारत लाल हुआ।  
कोटि कोटि देवों की माता का जीवन बेहाल हुआ।  
गांधी तेरी बकरी का भी जीना आज मुहाल हुआ।  
नेता नमक हराम हुए और देश का बंटाढाल हुआ।  
देखो डालर के लालच में पाप कमाया जाता है।  
राजनीति के अंधों द्वारा देश डुबाया जाता है॥3॥

इनकी चरबी के साबुन से माताएँ मुँह धोती हैं।  
 मुने के मुँह में भी टोफी चरबी वाली होती है।  
 लाल लिपस्टिक क्रीम की रंगत सुंदरताएँ बोती है।  
 गोचर्म के पर्स लिये देखो ललनाएँ इठलाती हैं।  
 खूनी फैशन झूठी खुशियाँ, फूली नहीं समाती हैं।  
 पावन धरती पर अब अत्याचार दुहराया जाता है।  
 कहाँ शिखड़ी नेताओं यह क्यों कराया जाता है॥14॥

गोहत्या यदि चली देश में आजादी का अर्थ नहीं।  
 अपमानित गो गंगा गीता क्या हममें सामर्थ्य नहीं।  
 इसकी रक्षा हित वीरों का रक्त बहा था व्यर्थ नहीं।  
 धन के लालच में पुत्रों का क्या यह कृत्य अनर्थ नहीं।  
 तो उठो आर्य युवों! तुम जागो करुणा व्यर्थ नहीं।  
 सिंहपुरुष यह देश जगा दे, तुझे जगाया जाता है।  
 अलकबीर में आग लगे, सदेश सुनाया जाता है॥15॥



## स्वर्ण-चिंडिया या मांस-मंडी ?

महावीर की धरती पर अब बेहद खून खराबा है।  
सत्य अहिंसा आदर्शों का गला काट ही डाला है।  
वही अहिंसा जिसके दम पर बापू ने आजादी दिला दी।  
वही अहिंसा जिसके खातिर अंग्रेजों की नस्ल भगादी।

उसी अहिंसा का लोगों ने राजघाट पर खून किया।  
गांधी की बकरी मारी उनके बन्दर का खून किया।  
मानव के चेहरों में दानव पहुँच गये सरकारों में।  
जिनने पाट दिया दुनिया को हिंसा के बाजारों में।

इस उपलब्धि पर गर्व करें हम मांस के व्यापारी हैं!  
मांस बेचने वालों की मण्डी पर धाक हमारी है!  
इस उपलब्धि पर गर्व करें हमने पशुओं को मार दिया।  
अच्छे धंधे छोड़ दिये और मांस का व्यापार किया।

देश अरे आजाद हुआ तो बूचड़खाने खुलने दो!  
सत्य अहिंसा आदर्शों को तिल-तिल करके मरने दो!  
बूचड़खानों की संख्या में करली भारी वृद्धि है!  
साठ साल की आजादी की यह अद्भुत उपलब्धि है!

यह देश जहाँ पशुरक्षा का कोई बना विधान नहीं।  
सबका जीवन रहे सुरक्षित ऐसा संविधान नहीं!  
यह देश जहाँ के पुरुषों ने रत्नों का व्यापार किया।  
दुनिया भरके देशों को सुख-शान्ति का उपहार दिया।

यह देश जहाँ प्रताप के चेतक की अमर कहानी हो।  
स्वर्ग से आकर गंगा माता की अमर निशानी हो।  
उसी देश के सरकारों की मति गई कितनी मारी।  
हम रत्नों के सौदामर थे बन गये मांस के व्यापारी।

ऐसे भी दिन देखेंगे यह सोच के हम शर्मिदा है।  
स्वर्ण देश की सरकारें अब मांस बेचकर जिंदा है।  
सत्य-अहिंसा की धरती पर यह कहना मजबूरी है।  
बूचड़खानों के खिलाफ अब अन्तिम युद्ध जरूरी है।

पशुरक्षा के खातिर हम और कुछ भी कर सकते हैं।  
सरकारों की बात है क्या यमराज से भी लड़ सकते हैं।  
सागर की गहराई न नापें होकर खड़े किनारों पे।  
कफन बांधकर निकले हैं हम कह देना सरकारों से।

मैं कबीर का वंशज यारों सबसे हमने यारी की।  
देश के ऊपर मर मिट्ठे की हमने फिर तैयारी की।  
कलम से करना समझौता हमको कोई स्वीकार नहीं।  
चंद्रसेन को रोक सके ऐसी कोई सरकार नहीं।

पशुओं की रक्षा की खातिर कुर्बान जवानी कर देंगे।  
भारत भू से कल्लखानों की खत्म कहानी कर देंगे।  
गुरुवर ने आशीष दिया तो मुझको यारों डर क्या है।  
गुरुकृपा यदि नहीं रही तो जीने का मतलब क्या है।

मनुपुत्रों मैं चन्द्रसेन यह लो शपथ उठाता हूँ।  
गुरुवर के चरणों की रज अपने माथ लगाता हूँ।  
हमसे मत टकराना, हम चट्टानों से टकराते हैं।  
हमें नहीं धमकाना तुम हम तूफानों को धमकाते हैं।

कसम तुम्हें है मेरी यारों अपने हाथ उठा देना।  
कसम तुम्हें हैं मेरी यारों बात मेरी दोहरा देना।  
आओ हम संकल्प उठालें प्राणी मात्र की रक्षा का।  
आओ हम संकल्प उठालें जीवन की सुरक्षा का।

आओ हम प्रयास करें भोले पशुओं की घात नहीं हो।  
संतों की पावन माटी से मांस का अब निर्यात नहीं हो।  
मांस व्यापार रुकेगा, रुक जायेगा दुनिया का क्रन्दन।  
और कहीं मत जाना मित्रों यहीं मिलेंगे त्रिशलानंदन॥

– कवि चन्द्रसेन



## यहूं कैसा बाजार हो गया !

महावीर तेरी धरती पर, यह कैसा बाजार हो गया।

पवित्र भूमि भारत में, यह कैसा अत्याचार हो गया।

त्रिशलानंदन पाप निकंदन, यह कैसा संसार हो गया।

देखो आकर इस धरती पर, कैसा यह व्यापार हो गया।

खून यहाँ पर सस्ता मिलता, सबसे महंगा प्यार हो गया।

देखो आकर इस धरती पर, कैसा अजब तमाशा है।

इन्सानों के सीने में, केवल नफरत की भाषा है।

संतों की पावन माटी पर, बूचड़खाने खोल रहे हैं।

गंगा के निर्मल पानी में, केवल नफरत घोल रहे हैं।

देश की इज्जत के रखवाले, बियर बार में बैठे हैं।

उन्हें देश की खबर कहाँ है, उनको प्यारे पैसे हैं।

कहाँ गया वो देश जिसे हम, विश्वविजेता कहते थे।

कहाँ गया वो देश जहाँ पर देवी-देवता रहते थे।

जिओं और जीने दो सबको, ऐसा सबको दिया दर्शन।

सत्य अहिंसा आदर्शों से, किया सबका पथ प्रदर्शन।

कभी तुम्हरे आदर्शों से, पल-पल जिसका महका हो।

सत्य अहिंसा के नारों से, धरती अम्बर चहका हो॥

इस धरती पर आकर तुमने, ज्ञान की ज्योति जलाई।

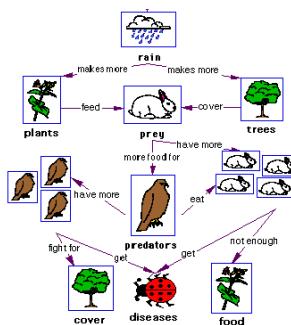
जिस धरती पर आकर तुमने, मानवता सिखलाई

अब भाई-भाई से लड़ा रही है, उसी देश की सरकारें।

पशुओं की गर्दन कटा रही है, उसी देश की सरकारें।

टी.वी. पर गदे विज्ञापन, दिखा रही हैं सरकारें।  
 पावन महान संस्कृति को, पिटा रही हैं सरकारें।  
 मदिरालय में डोल रही हैं, इस देश की सरकारें।  
 बूचड़खाने खोल रही हैं, इस देश की सरकारें।

हे भगवान हम बस्ती वाले, सबके सब शर्मिन्दा है।  
 मानवता मर गई देश में, बस बूचड़खाने जिन्दा है।  
 यह देश जहाँ की नदियों में स्वर्ण-रेत तक बहती हो।  
 गंगा माँ की लहर-लहर, जहाँ अमर कहानी कहती हो।  
 ऐसा कभी नहीं सोचा था, ऐसे भी दिन देखेंगे।  
 स्वर्ण देश के रहने वाले, पशु मारकर बेचेंगे।



## मांस निर्गत बन्द हो

हो विरोध ऐसा कि धरती हिल जाये।  
इन पशुओं का जीवन इनको फिर से मिल जाये।

गांधी का यह देश नहीं, बस हत्यारों की मण्डी है!  
राजनीति की चौपड़ में, हर कर्णधार पाखण्डी है।  
बूढ़ा पशुधन नहीं काम का, यह सोच तुम्हारी है गंदी।  
कुछ पैसों के लालच में, सरकार हो गई देखो अंधी।

गांधी तेरे तीनों बंदर, कतल कर दिये हत्यारों ने।  
तेरी बकरी मार के खा ली, देख ले तेरे ही प्यारों ने।  
महावीर की है यह धरती, गौतम ने यहाँ जन्म लिया।  
गांधी ने सच्चा धर्म जिया, भावे ने सत्कर्म किया।

इस धरती पर खेले कूदे, बड़े हुए रघुराई।  
इस धरती पर कृष्ण ने आकर अपनी बंशी बजाई।  
राम कृष्ण महावीर की धरती, गांधी और गौतम की धरती।  
मीरा सूर् कबीर की धरती, संतों पीर फकीर की धरती।

पवनपुत्र हनुमान की धरती, ऋषभदेव भगवान की धरती।  
उस धरती पर बूचड़खाना, और डूब यारों मर जाना।  
हम गांधी की जय बोलते हैं, और बूचड़खाने खोलते हैं।  
कहाँ गये तुम बंशीवाले, पशु थे तुम्हें प्राण से प्यारे।

सुन लो इन पशुओं का क्रङ्दन, कहाँ छिपे देवकीनंदन।  
गोकुल में गोवंश नहीं है, मानवता का अंश नहीं है।

ये बूचड़खाने खोलते हैं, और गांधी की जय बोलते हैं।  
घर का पशुधन मार कटाया, स्वीडन से गोबर मँगवाया।  
सुनते चक्र सुदर्शन धारी, करले प्रलय की तैयारी।  
और सुनो भोले भण्डारी, कत्ल हो गई तेरी सवारी।

अब तो तांडव नृत्य दिखा दे, अपना डमरू आज बजा दे।  
मक्कारों को धमक सुना दे, हत्यारों को सबक सिखा दे।  
बूचड़खाने खोलने वालों, अमृत में विष घोलने वालों।  
चित्कार सुनकर पशुओं की, धरती माँ जब हिल जायेगी।  
जहाँ से दुनिया शुरू हुई थी, वहीं पे जाके मिल जायेगी।

ब्रह्मा का आसन डोल उठे, दिल्ली शासन डोल उठे।  
चंद्रसेन है नाम मेरा, हम धूल झड़ा के रख देंगे।  
इन बूचड़खानी सरकारों की, चूल हिलाकर रख देंगे।  
शासन और प्रशासन सुनके, चाहे हमें दिवाल में चुनके।

हम मृत्यु से डरे नहीं हैं, जीवित हैं हम मरे नहीं हैं।  
महावीर के अनुयायी हम, जान नहीं ले सकते हैं।  
पर धर्म और राष्ट्र के खातिर, जान तो हम दे सकते हैं।

भारत की इस पुण्यधरा पर इतना मन में ठान लो यारों।  
बूचड़खानों के विरोध में सर पर कफन बांध लो यारों।  
हो विरोध ऐसा कि धरती हिल जाये।  
पशुओं का जीवन इनको फिर से मिल जाये।

- कवि चन्द्रसेन





## महावीर के जन्म दिवस पर

बन्द करो पशुओं की हत्या, बन्द करो माँस निर्यात।  
महावीर के जन्म दिवस पर, दे दो बस इतनी सौगात।

महावीर की वाणी से जीवन में उजियारा कर लो।  
मानवता के लिये समर्पित, करुणा से आँखें नम कर लो।  
पशुधन की रक्षा करना इक जीवन का उद्देश्य बने।  
भीष्म पिता का, माँ गंगा का चिरजीवी यह देश बने।  
स्वाभिमान से जिये हिमालय, उन्मुक्त बहे गंगा-धारा।  
महावीर वाणीमय हो, किर से हिन्दुस्तान हमारा॥

महावीर को धर्म-जाति की सीमाओं से मत बाँटो।  
महावीर-से महामानव को इतना कम कर मत आँको।  
जीवन के मरुस्थल में करुणा के सागर महावीर।  
मानवता की बंजर भू पर अमृत के बादल महावीर॥  
सृष्टि के संवर्धन का प्रथम चरण है महावीर।  
दुनिया को जीवित रखने का समीकरण है महावीर॥

सारी दुनिया सिमट रही है एटम बम के घेरे में।  
बदचलन हवाएँ लिपट रही हैं, बादलों के घेरे में।  
लूटमार चहुँ ओर मची है, घमासान जारी है।  
अधियारों के घर गिरवी फिर सूरज की लाली है।  
आज समय की करतूतों का हर चेहरा बदसूरत है।  
ओ त्रिशला के महावीर अब तेरी बहुत जरूरत है॥

बारूदों के ढेर पर बैठी, इस दुनिया को समझाओ।  
नफरत की चिनारी भर दे, ऐसे गीत नहीं गाओ।  
ऐसा न हो दिन का सूरज, इब जाये अंधियारे में।  
और हमारी नैया टूटे, आकर कहीं किनारे में।  
टूट जाये न कहीं धराँदा, बिखर जाये न तिनका-तिनका।  
इसीलिये प्रयास करो कि विश्वधर्म बन जाये अहिंसा॥

अगर चाहते हो प्यारे कि जीवन सुखमय कट जाये।  
घरद्वारे और भाग्य हमारे, सब खुशियों से भर जाये।  
ममता का ताना-बाना हो, फिर रिश्तों की चादर में।  
रहे सुरक्षित प्रभु की कृपा, सबके जीवन गागर में।  
स्वस्थ रहे हो निरोगी काया, दूर सदा बदहाली हो।  
उसकी पहली शर्त यही कि भोजन शाकाहारी हो॥

चौदह बरस राम ने वन में कंद मूल फल खाये।  
मक्खन, दूध, दही के पीछे मुरलीधर दौड़े आये।  
शिवशंकर के सुत गणेश ने, मेवाफल स्वीकार किये।  
ये अनाज फल-फूल सभी हमें प्रकृति ने उपहार दिये।  
गीता, वेद, कुरान पढ़ागे तभी समझ में आयेगी।  
बेजुबान पशुओं पर उठती ये तलवारें झुक जायेंगी॥

सब कुछ होते हुए भी मित्रों आज आदमी दूटा है।  
एक तरफ भूकम्प आ रहा एक तरफ ये सूखा है।  
शनैः शनैः बढ़ती जाती है ये प्रकृति की विपदाएँ।  
इसका सीधा गणित यही है ये पशुओं की हत्याएँ।  
कोई किसी को मार के खाये, किसी को अधिकार नहीं है।  
जिओ और जीने दो सबको, सब धर्मों का सार यही है॥

सरकारें खर्च चलायेगी यदि पशुओं की हत्याओं से।  
तो देश कैसे बच पायेगा इन सारी विपदाओं से ?  
सबका जीवन रहे सलामत तो करुणा से अनुबंध करो।  
आज हमारी मांग यही है निर्यात मांस का बंद करो।  
महावीर के जन्म दिवस पर, दे दो बस इतनी सौगात।  
बन्द करो पशुओं की हत्या, बन्द करो मांस निर्यात॥

आओ हम सब करें प्रार्थना महावीर भगवान से।  
आओ हम सब करें प्रार्थना कौशल्या के राम से।  
आओ हम सब करें प्रार्थना मुरलीधर घनश्याम से।  
आओ हम सब करें प्रार्थना जीसस और रहमान से।  
आओ हम सब करें प्रार्थना मलयागिर की हवाओं से।  
आओ हम सब करें प्रार्थना संसद-विधानसभाओं से।

आओ हम सब करें प्रार्थना भोले पशुओं का घात नहीं हो।  
महावीर की इस धरती से माँस का अब निर्यात नहीं हो॥

- कवि चंद्रसेन



## सुन लो करुण कहानी

ऐ हिन्द देश के लोगों, मेरी सुन लो करुण कहानी।  
क्यों दया धर्म ढुकराया, क्यों दुनिया हुई दीवानी॥

मैं सबको दूध पिलाती, मैं गोमाता कहलाती।  
क्या है अपराध हमारा जो काटे आज कसाई  
बस भीख प्राण की दे दो, मैं द्वार तुम्हारे आई।  
मैं सबसे निर्मल प्राणी, मत करो आज मनमानी॥1॥

जब जाऊँ कसाई खाने चाबुक से पीटी जाती।  
उस उबले जल को तन पर, मैं सहन नहीं कर पाती।  
जब यंत्र मौत का आता, मैं हाय-हाय चिल्लाती।  
मेरा कोई साथ न देता, यहाँ सबकी प्रीत पहचानी॥2॥

उस समदर्शी ईश्वर ने, क्यों हमको मूक बनाया।  
न हाथ दिये लड़ने को, हिन्दू भी हुआ पराया।  
कोई मोहन बन जाओ, जिसने मोहे कण्ठ लगाया।  
मैं फर्ज निभाऊँ माँ का, पर जग ने प्रीत न जानी॥3॥

मैं माँ बन दूध पिलाती, तुम माँ का मांस निकालते।  
क्यों जननी के चमड़े से, तुम तुम पैसे आज कमाते।  
मेरे बछड़े अन्न उपजाते, पर तुम सब दया न लाते।  
गोहत्या बंद करो रे, रहने दो देश निशानी॥4॥



## बूचड़खानों का अभिशाप

अरे प्रताङ्गि इन पशुओं का,  
अभिशाप अगर लग जायेगा।  
मनुषों की इस भूमि पर,  
महाप्रलय मच जायेगा॥

प्राणी रक्षा की खातिर,  
इतना मन में ठान लो यारों।  
बूचड़खानों के विरोध में,  
सिर पर कफन बांध लो यारों।

राम कृष्ण महावीर की धरती।  
गांधी और गौतम की धरती।  
उस धरती पर बूचड़खाना।  
अरे डूब यारों मर जाना॥

भागवत गीता का जन्म हुआ।  
रामायण का प्रादुर्भाव हुआ।  
उस धरती पर बूचड़खाना।  
अरे डूब यारों मर जाना॥

अरे सोच लो कुछ तो यारों।  
पशुओं को मत खाओ प्यारों।  
इनकी दीन दशा पर यारों  
कुछ तो रहम करो तुम प्यारों।

अरे निष्पाप इन पशुओं का,  
अभिशाप अगर लग जायेगा।  
वेला विनाश की देर नहीं,  
भारत गारत हो जायेगा॥



## फिर भरो अहिंसा-प्रकाश

ऋषियों मुनियों की धरती पर,  
नरमेघ नित्य अब होते हैं!  
कर रहे हिंसा पशु अद्वाहास,  
गीता कुरान सब रोते हैं।  
हिंसा के भोषण ताण्डव से,  
भयग्रस्त हुआ सूरज युग का।  
हे महावीर! तुम दो प्रकाश।  
रोको विनाश, रोको विनाश॥1॥

सत्ता विलास का लोभ बढ़ा,  
जीवन के मूल्य विलीन हुए।  
छल दम्भ और पाखण्ड ओढ़,  
मानव, पशु से भी हीन हुए।  
घिर रही चतुर्दिक् मृत्यु घटा,  
अंगार झरे अन्यायों के।  
हे महावीर! जीवन रण में,  
फिर भरो अहिंसा का प्रकाश॥2॥

सब में ममता, सब की समता,  
जन हृदय प्रेम का सागर हो।  
विद्वेष वैर प्रतिशोध भाव,  
सब मिटें, प्रेममय हर नर हो।  
हे महावीर! हो उदय सत्य,  
सब करें क्षमा में नित्य वास।  
दो नई आशा, रोको विनाश।  
फिर भरो अहिंसा का प्रकाश॥3॥



## कविताएँ और मुक्तक

क्यों मार दिया उसे खाने के वास्ते।  
क्या बाकी नहीं है और जीने के रास्ते।  
क्या कुछ नहीं बचा है, ढकने के वास्ते।  
क्यों खींचते हो खाल, पहनने के वास्ते।  
मरने के बाद जब चलोगे जन्मत के वास्ते।  
तुमको दबोच लेंगे जहन्म के रास्ते।  
जीना है चैन से तो तजो हिंसा के रास्ते।  
मरना है चैन से तो चुनो अहिंसा के रास्ते।

सब वेद पुराण कुराण पढ़यो और पिंगल भी सब देख लियो है।  
सूत्र सिद्धान्त अनेक पढ़यो और जोड़ कला में प्रवीण भयो है।  
बोल कला में बहुत विचक्षण ज्योतिष ज्ञान अभ्यास कियो है।  
रूपचंद कहे अनेक पढ़यो पिन जीवदया बिन मूढ़ रहयो है॥

है भूमि बंधा हो रही, वृष जाति दिन-दिन घट रही।  
घी दूध दुर्लभ हो रहा, बलवीर्य की जड़ कट रही।  
गोवंश के उपकार की सब ओर आज पुकार है।  
तो भी यहाँ उनका निरन्तर हो रहा संहार है।



जीव मार मिनखा जनम तू ही चावे फेर।  
साहिब रे दरबार में इतरो कठे अंधेर।  
इतरो कठे अंधेर अरे आयानी प्राणी।  
बदलो लेसी जीव अकल थारी मैं जाणी।

आदमी की शक्ति से अब डर रहा है आदमी।  
आदमी को लूटकर घर भर रहा है आदमी।  
आदमी ही मारता है, मर रहा है आदमी।  
समझ कुछ आता नहीं क्या कर रहा है आदमी।

आदमी अब जानवर की सरल परिभाषा बना है।  
ध्वंस करने विश्व को वह आज दुर्वासा बना है।  
क्या जसरत राक्षसों की खून पीने आदमी का,  
आदमी ही आदमी के खून का प्यासा बना है।

आदमी निर्मम महा बेदर्द बनता जा रहा है।  
दर्द देता दूसरों को और खुद दुख पा रहा है।  
प्राणियों के प्राणहर्ता मांस खाने के लिये,  
आदमी का पेट मानो कब्र बनता जा रहा है॥

बोतल के इस पानी ने मानव का पानी मारा।  
बोतल की मादकता ने, मानव का मान बिगाड़ा॥  
इसकी कड़वी धूटों ने, छीना वैभव सुख सारा।  
विक्षिप बने हैं कितने, इस बोतल के ही द्वारा॥

हिंसा बढ़ी ऐसी कि मानव दानवों से बढ़ गया।  
भू से न भार सहा गया, अविचार ऊपर चढ़ गया।

सहसा हमारा यह पतन प्रभु से नहीं देखा गया।  
तब वीर प्रभु के रूप में प्रगटी दयामय की दया।

देश में हिंसा का दवानल जल रहा है।  
पुण्य के नाम पर पाप पल रहा है।  
हिंसा, भ्रष्टाचार और अनीति में भी।  
भगवान जाने यह देश कैसे चल रहा है॥  
खूनियों के पंजों में उलझ गया देश।  
गोलियों की गर्मी में झुल्स गया देश।  
फिर भी मुझे जीतना है बोट चाहिये।  
मुझ को मेरा देश नहीं कुर्सी चाहिये।

वतन की जो हालत बताने लगेंगे।  
तो पत्थर भी आँखू बहाने लगेंगे॥  
कहीं भीड़ में खो गई आदमियत।  
जिसे ढूँढ़ने में जमाने लगेंगे॥।



## चतुष्पदियाँ

### 1. हिंसा

फिशरीज हैचरीज बूचड़खाने,  
फैलाते हिंसा के विकरण।  
इसीलिए इस अवनितल पर,  
हो रहे बबंर ब्रूर आचरण।

### 2. कष्ट

दया से वह श्रेष्ठ है।  
विनय से ही ज्येष्ठ है।  
क्रूरता अभिमान दोनों,  
आदमी के कष्ट है।

### 3. धर्म

मनुज मात्र का धर्म अहिंसा,  
प्राणिमात्र इसके अधिकारी।  
प्रेम, सेवा, त्याग आदि,  
निष्पत्तियाँ इसकी उपकारी।

### 4. विश्व शान्ति

विश्व शांति की भव्य कल्पना,  
तब ही हो सकती साकार।  
जीवन में अपनाएँ जन-जन,  
सदाचार और शाकाहार॥

डॉ. दिलीप धींग

छुरुछुरुछुरु

## आप तो मानव हैं ?

मैं बिल्कुल से नहीं कहता  
कि वे चूहे खाना छोड़ दें,  
बगुलों से भी नहीं कहता  
कि वे मछलियाँ खाना छोड़ दें,  
न ही गोदड़े और भेड़ियों से  
ऐसा कुछ कहता हूँ;  
भला जानवरों से क्या कहना ?  
लेकिन आप तो मानव हैं न !

मांस तो मानव का  
आहार ही नहीं है।

मांसाहार –  
अप्राकृतिक है,  
असात्त्विक है,  
अमानवीय है,  
असांख्यिक है,  
असामाजिक है,  
अधारिक है,  
अनैतिक है,  
अवैज्ञानिक है,  
असंवैधानिक है,  
अस्वास्थ्यकर है,  
ऋताधूर्ण इसलिए वर्ज्य है;  
अतः हे मनु-पुत्रों !  
मांसाहार छोड़ो,  
अपने आपको  
पवित्रता व  
मनुजता से जोड़ो। ☺

डॉ. दिलीप धींग

## दोहे

है भला तेरा इसी में, मांस खाना छोड़ दे।  
इस मुबारक पेट को, कबरे बनाना छोड़ दे॥

दिन भर रोजा रखत है, साँझ हनत है गाय।  
यहाँ खून वहाँ बंदगी, कैसे खुशी खुदाय॥

खुश खाना है खिचड़ी, मांही टुक इक जान।  
माँस पराया खाकर, गला कटावै कौन॥

मांस अहारि मानवी, प्रत्यक्ष राक्षस जानि।  
ताकि संगत मति मिलो, होय भगति में हानि॥

मांस मांस सब एक है, क्या बकरी क्या भेड़।  
दास कबीरा यूं कहे, मांस खाय सो ढेढ़॥

यह कूकर को भक्ष्य है, मनुज देह क्यों खाय।  
मुख में आमिष मेलकर, नरक परन्ते जाय॥

तिल भर मछली खाय कर, कोटि गउ दे दान।  
काशी करवत ले मेरे, तो भी नरक निदान॥

मुरगी मुढ़ा से कहे, जिबह करत हो मोय।  
मालिक लेखा माँगसी, संकट परिहे तोय॥

कहता हूँ कई जात है, कहाजू मान हमार।  
जाका गल तुम काटि हो, सो काटई तुम्हार॥

चार वेद छः शास्त्रार्थ, बात मिली है दोय।  
दुःख दीन्हे दुःख होत है, सुख दीन्हे सुख होय॥

जीव मार जोहर करे, खातां करे बखाण।  
मनवा प्रत्यक्ष देख ले, थारे थाली माहिं मसाण॥

जीव हिंसा करता थकां, लगे मिला अज्ञान।  
ज्ञानी इम जाए सही, विष मिलियो पकवान॥

जहाँ दया तहाँ धर्म है, जहाँ लोभ तहाँ पाप।  
जहाँ क्रोध तहाँ काल है, जहाँ क्षमा तहाँ आप॥

दया धर्म का मूल है, पाप मूल अभिमान।  
तुलसी दया न छोड़िये, जब लग घट में प्राण॥

मांस मछरियाँ खात हैं, सुरापान से हेत।  
वे नर नरकहि जायेंगे, माता-पिता समेत॥

बकरी पाति खात है, ताकी काढ़ी खाल।  
जो नर बकरी खात है, ताको कौन हवाल?

चार वेद मुख से पढ़ा, समझ लिया सब झूठ।  
जीवदया पाली नहीं, तो सब माथा कूट।

किया नहीं जिसने यहाँ, दया शील से प्यार।  
वह नर खायेगा न क्यों, यमदूतों से मार॥

मांसाहारी मानवा, पतरख राक्षस अंग।  
तिनकी संगति मत करो, परत भजन में भंग।

मन वच काया से कभी, नहीं किसी को मार।  
प्राणी मात्र को है यहाँ, जीने का अधिकार॥

गला जो काटे और का, अपना रहे कटाय।  
साँई के दरबार में, बदला कहीं न जाय॥



## मद्यनिषेध पर दोहे

नहीं आप जो चाहते, अपना नक्क निवास।  
अण्डे मदिरा मांस के, फिर क्यों जाते पास॥

नक्क नगर का आपको, जो दिलवाती पास।  
सपने में भी जाइये, मदिरा के नहि पास॥

जिसको पीता पुरुष है, प्रथम प्रथम हष्टय।  
चंदन उसको फिर वही, मदिरा ही पी जाय॥

छलनी बनते फेफड़े, लगते कितने रोग।  
पता न मदिरापान क्यों, करते फिर भी लोग॥

दरिद्रता, बीमारियाँ, बुद्धि-विफलता, मार।  
चंदन मदिरापान के, पुरस्कार है चार॥

अरे अभागे मद्य का, बन करके अभ्यस्त।  
यश सुख को धन धर्म को, क्यों करता तू ध्वस्त॥

जो सिखलाते हैं तुझे, मूरख मदिरापान।  
पहले नंबर का उसे, अपना बैरी जान॥

श्रेष्ठ कुलों के लोग भी, पीने लगे शराब।  
चंदन उनका आ गया, समझो समय खराब॥

जो मुनि चंदन लाल है, करता मदिरापान।  
समय पूर्व ही मृत्यु का, बन जाता महमान॥

तन, धन, जीवन, स्वस्थता, जो चाहे सम्मान।  
करें कभी ना भूलकर, मानव मदिरापान॥

मूरख! मदिरापान का, क्यों करते हैं पाप।  
निकलेंगे ये प्राण जब, होगा पश्चाताप।

सूंधो, खायो या पिओ, तम्बाखू विष जान।  
कैसर लेकर क्यों जिओ, तन मन धन का हान॥



## काव्य पंक्तियाँ

दर्दनाक दारु की घटना, यादवकुल की याद करो।  
झूठ मूठ पी घूट जहर की, क्यों जीवन बरबाद करो॥

व्यसन मात्र हैं बुरे अरे, क्या तम्बाकू में धरा पड़ा।  
श्वास खांस कैंसर तक होते, और फेफड़ा सड़ा पड़ा॥

चलते चलते हाय फैकते बीड़ी बेपरवाही।  
कहीं कहीं तो आगी लगती, होती बड़ी तबाही॥

बड़े बड़े गजा महाराजा, शाह मिले मिट्टी में।  
खाक हुए जल जलकर, इस दारु की भट्टी में॥

सदा यहाँ रहना नहीं, जाना विश्वावीश।  
चोरी माँस शराब तज, तज शिकार भज ईश॥

जो सताता औरें को, जाता सताया वह कभी।  
जो रूलाता औरें को, वह स्वयं रोता है कभी॥

क्या बकरी क्या गाय है, क्या अपना पर जाया।  
सबको लोहू एक है, साहिब ने फरमाया॥

पीर पैगंबर औलियो, सब मरने आया।  
नाहक जीव न मारिये, पोपन को काया॥

जो दूबे इस शराबी में, न उभेरे जिंदगानी में।  
हजारों दूब गये यारों, बंद बोतल के पानी में॥

मत सता जालिम किसी को, मत किसी की हाय ले।  
दिल के दुःख जाने से जालिम, सब खाक में मिल जायेगा॥

पाप न करियो पापी मानव आखिर में पछताएगा।  
जग में दया धरम का झण्डा, आखिर में लहराएगा॥

खुद तो तालिब रहम का है, खुद ही जालिम और पर।  
किस तरह मंजूर होगा, कुछ तो दिल में गौर कर॥

अगर आगराम चाहते हो, नसीहत यह हमारी है।  
किसी का मत दुखाओ दिल, सभी को जान प्यारी है॥

उस वक्त मुसाफिर बेचारा अपनी किस्मत को रोता है।  
जब दूबने लगती है किश्ती नजदीक किनारा होता है॥

मत सता जालिम किसी को, मत किसी की हाय ले।  
दिल के दुःख जाने से जालिम, सब खाक में मिल जायेगा॥

सताते हैं जो औरों को, सताएँ वे भी जायेंगे।  
बचाते हैं जो औरों को, बचाएँ वे भी जायेंगे॥

जैसा किया है तूने वैसा ही तू भरेगा।  
नेकी बदी का बदला, आखिर में तो मिलेगा॥

धर्म का रथ न जाने कहाँ जा रहा है।  
अहिंसावादी मानव आज अण्डा खा रहा है॥

भलाई कर भला होगा, बुराई कर बुरा होगा।  
कोई देखें या न देखें, खुदा तो देखता होगा॥

यह सोच लीजे जिस दिन रोजे हिसाब होगा  
अपने किये का तुमको देना जवाब होगा

जाएगा जब यहाँ से, कुछ भी न पास होगा।  
दो ग़ज़ कफन का टुकड़ा, तेरा लिबास होगा॥

तुम निर्माण नहीं कर सकते, फिर क्यों नाश करोगे।  
जीने देकर कियों, मारकर क्या तुम नहीं मरोगे॥

निर्दोषों का खून बहाना, मानवता का मान नहीं।  
हिन्दू मुस्लिम याद तुम्हें क्या गीता और कुरान नहीं॥

जिस दिन दुनिया से शाकाहार निकल जाएगा।  
उस दिन देखना आदमी को आदमी निगल जाएगा।

दाँत मिले हैं जो मानव को वे हैं शाकाहार के।  
धर्म अहिंसा को सब धारो, बन के एक विचार के॥

पेट भर सकती है जब तेरा दो गोटियाँ।  
क्यूँ ढूँढता फिरता है बेजुबां की बोटियाँ।

जुल्म की टहनी कभी फलती नहीं।  
नाव कागज की कभी चलती नहीं॥

अगर तेरे दिल में दया ही नहीं।  
समझ ले तुझे दिल मिला ही नहीं॥

ये न पिघले हैं, न पिघलेंगे कभी।  
पत्थरों से दिल की बात क्या कहें॥



## नाटे

अण्डे, मछली, माँस, शराब।  
धूम्रपान से स्वास्थ्य खराब।

मदिरापान मांसाहार।  
बर्बादी और अंधकार।

वेद कुरान बाइबिल सार।  
जीवदया को दिल में धार।

सब जीवों को जो सुखकार।  
उत्तम जीवदया हितकार।

सब धर्मों का क्या है सार।  
जीवदया से तू कर प्यार।

सब जीवों की यही पुकार।  
हमें भी है जीवन अधिकार।

मित्रों त्यागो मांसाहार।  
यह भीषण रोगों का द्वार।

सुख शांति सुस्वास्थ्य आधार।  
उत्तम भोजन शाकाहार।

जीवन का जो करे विनाश।  
वो है मदिरा अण्डे मांस।

तन-मन-धन को करे खराब।  
मछली, अण्डा और शराब।

सन्चे मानव की पहचान।  
प्राणी मात्र पर दयावान।

बंद करो हिंसक प्रचार।  
टी.वी. रेडियो पर सरकार।

अनाथ, अपंग, दुखी, बेसहारा।  
जीवदया है सबका सहारा।

मानवता का करते नाश।  
अपडे मछली मदिरा माँस।

सब धर्मों का है यह सार।  
जीवों का मत कर संहार।

सब मजहब की एक पुकार।  
कभी किसी को तू मत मार।

महापुरुषों का क्या संदेश।  
शाकाहार हरेगा क्लेश।

देश धर्म का नाता है।  
गाय हमारी माता है।

कटती गौएँ करें पुकार।  
बन्द करो यह अत्याचार।



## आचार्य हस्ती अहिंसा कार्यकर्ता अवार्ड

अहिंसा तीर्थ के संस्थापक श्री रतनलाल चुनीलाल बाफना के धर्मगुरु महान् जैनाचार्य श्री हस्तीमलजी महाराज ने 21 अप्रैल, 1991 को तेरह दिवसीय तप-संथारे के साथ निमाज (पाली-राजस्थान) में नश्वर देह का त्याग किया। गुरुदेव के महाप्रयाण के बाद बाफनाजी ने करुणा के सागर आचार्य हस्ती के नाम पर ‘आचार्य हस्ती अहिंसा कार्यकर्ता अवार्ड’ शुरू किया। अहिंसा, शाकाहार, जीवदया और प्राणी रक्षा के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने वाले व्यक्तियों/संस्थाओं को यह प्रतिष्ठित पुरस्कार प्रतिवर्ष समारोह पूर्वक प्रदान किया जाता है। आचार्य हस्ती अहिंसा अवार्ड से अब तक सम्मानित व्यक्तियों और संस्थाओं की नामावली इस प्रकार है : -

1. श्री अच्युत काका देशपाण्डे, मुम्बई
2. श्री भरतभाई कोठारी, डीसा (गुजरात)
3. श्री नितेश नागोता, भवानीमण्डी (राजस्थान)
4. श्री इन्दल चब्बाहन, तळेगाँव (चालीस गाँव)
5. जयपुर निवासी विदेशी महिला (नाम अनुपलब्ध)
6. श्री ओमप्रकाश गुप्ता, अलवर (राजस्थान)
7. श्री पारसमल जैन, सर्वार्घाथेपुर (राजस्थान)
8. श्री प्रवीणकुमार जैन, मेरठ (उत्तरप्रदेश)
9. श्री चुनीलाल ललवाणी, जयपुर (राजस्थान)
10. श्री मानेन्द्र ओस्तवाल, जोधपुर (राजस्थान)
11. श्री नरेन्द्र दुबे, इन्दौर (मध्यप्रदेश)
12. डॉ. उदयलाल जारोली, नीमच (सम्प्रति श्री उदयमुनि)
13. डॉ. नेमीचन्द जैन, इन्दौर (मध्यप्रदेश)

14. श्रीमती रजिया अहमद, नोएडा (उत्तरप्रदेश)
15. श्रीमती डॉ. नीलम जैन, शहरांगपुर
16. डॉ. चंचलमल चोराड़िया, जोधपुर (राजस्थान)
17. श्री विनेश मामनिया, मुम्बई (महाराष्ट्र)
18. श्री हुकमचन्द साँवला, इन्दौर (मध्यप्रदेश)
19. डॉ. कल्याणमल गंगवाल, पुणे (महाराष्ट्र)
20. श्री सुनील मानसिंगका, नागपुर (महाराष्ट्र)
21. श्री केसरीचन्द मेहता, मालेगाँव (महाराष्ट्र)
22. पद्मश्री मुजफ़ हुसैन, मुम्बई (महाराष्ट्र)
23. श्री महेश नाहटा, नगरी-धमतरी (छत्तीसगढ़)
24. श्री सुभाषचन्द मालू, मालेगाँव (महाराष्ट्र)
25. श्री निर्मलकुमार जैन, सतना (महाराष्ट्र)
26. डॉ. चिरंजीलाल बगड़ा, कोलकाता (पश्चिम बंगाल)
27. गीताबेन रांभिया स्मृति अहिंसा ट्रस्ट, अहमदाबाद (ગुजरात)
28. डॉ. रत्ना शेल्टर टू सफारिंग ट्रस्ट, जोधपुर (राजस्थान)
29. विनियोग परिवार, मुम्बई (महाराष्ट्र)
30. सिंधुताई सकपाल, मंजरी (झूना, महाराष्ट्र)
31. डॉ. दिलीप धींग, बम्बोरा, उदयपुर (सम्प्रति चेन्नई)
32. अखिल राजस्थान अहिंसा प्रचारक जैन संघ, चित्तौड़गढ़ (राजस्थान)
33. श्री महेन्द्र मुणोत, बैंगलुरु (कर्नाटक)



## रत्नलाल सी. बाफणा गोमेवा अनुसंधान केन्द्र

(अहिंसा तीर्थ : एक परिचय)

**र** वतंत्रा प्राप्ति से लेकर अब तक गोहत्या पर प्रतिबंध लगाने के लिए अनेक मंचों और संस्थाओं के माध्यम से अनेक प्रकार के आन्दोलन, धरने, प्रदर्शन, आयोजन आदि होते रहे हैं। देश की राजनैतिक पार्टियों के द्वारा चुनावों के समय गोरक्षा के बारे में अनेक प्रकार के वादे किये जाते हैं, लेकिन सत्ता में आने के बाद इस विषय पर किसी के द्वारा ध्यान नहीं दिया जाता है। इन स्थितियों में गाय की रक्षा के लिए गोशालाओं की योजना शुरू हुई। गाय पर प्रतिदिन किया जाने वाला खर्च अधिक होने से एवं दानदाताओं की उदासीनता के कारण यह योजना भी गाय को बचाने के लिए पूर्ण कारण सिद्ध नहीं हो सकी। हमारी जानकारी के अनुसार देश में करीब दस हजार गोशालाएँ हैं, जिनमें से अधिकांश ऑक्सीजन पर चल रही हैं। संचालक मण्डल की जो अहम भूमिका होनी चाहिये, वह दीखाई नहीं पड़ती है। केवल 'सहयोग दीजिये' इस अपील के सिवाय कुछ खास नजर नहीं आता है। सभी गोशालाएँ केवल मदद की मोहताज बनी हुई हैं, देने वाले कहाँ तक देंगे ? एक बार भी दुष्काल पड़ जाता है तो स्थिति बड़ी भयानक व दयनीय बन जाती है। ऐसी समस्याओं के बीच 'गाय को कैसे बचाया जाए ?' यह प्रश्न गंभीर बन जाता है।

निरन्तर चिन्तन के बाद यह विचार ध्यान में आया कि गाय सभी द्रुष्टियों से उपयोगी प्राणी है, यदि वह दूध न भी दे तो भी उसके गोबर व मूत्र से इतनी आमदनी हो सकती है जिससे उसका पालन-पोषण किया जा सके। इस तथ्य

को सिद्ध करके लोगों तक कैसे पहुँचाया जाए ? इन सारे प्रश्नों का सकारात्मक और प्रायोगिक उत्तर है – रत्नलाल सी. बाफणा गोसेवा अनुसंधान केन्द्र, कुसुम्बा (जलगाँव-महाराष्ट्र)। राष्ट्रसन्त मुनि तरुणसागर ने इस केन्द्र को निहारकर इसे ‘अहिंसा-तीर्थ’ नाम दिया। यह एक ऐसा केन्द्र है, जहाँ से देश की 15 करोड़ गायों को बचाने एवं आत्मनिर्भर बनाने की योजना का मार्गदर्शन किया जायेगा। हमें यह बताते हुए अपार हर्ष और आनन्द का अनुभव हो रहा है कि इस केन्द्र में गायों के गोबर से तैयार खाद की बाजार में बहुत अच्छी मांग है। केन्द्र का अनुभव है कि यदि गाय के गोबर से सही तरीके से खाद बनाने की प्रक्रिया चालू रहे तो भी गोशाला आत्मनिर्भर बन सकती है। इससे गाय किसी पर भारभूत नहीं होकर, हमारा रक्षण करने वाली सिद्ध हो जाती है। यहाँ दूध तथा अनेक प्रकार के दुग्ध उत्पाद तैयार किये जाते हैं। गोमूत्र से भी अनेक प्रकार की औषधियाँ बनाइ जाती हैं। वर्तमान में यहाँ 3250 गायें हैं। गोशाला के अलावा इस सुरम्य व शान्त परिसर में अनेक दर्शनीय स्थल आगन्तुकों को विविध सत्रेणाएँ और जानकारियाँ देते हैं।

केन्द्र के संस्थापक श्री रत्नलाल सी. बाफणा अहिंसा के उपासक तथा शाकाहार के प्रचारक रहे हैं। वे चाहते हैं कि यहाँ अने बालों को अहिंसा, करुणा, शाकाहार, जीवदया और पर्यावरण रक्षा का पुनीत सन्देश अवश्य दिया जाए। फलतः यह केन्द्र महज साधारण गोशाला नहीं होकर, भारत की महान अहिंसा संस्कृति का पावन तीर्थस्थल है। इस तीर्थ में यू-टर्न शाकाहार म्युजियम, राजा मेघरथ कबूतर गृह, सप्त गोमाता प्रदक्षिणा मन्दिर, महापुरुषों की मूर्तियाँ, प्रेरक ऐतिहासिक घटनाओं की झाँकियाँ आदि अनेक चीजें सबको आकर्षित व प्रेरित करती हैं।

### यू-टर्न शाकाहार म्युजियम :

अपने तरीके का यह देश का एकमात्र म्युजियम है जहाँ “शाकाहार परिपूर्ण, वैज्ञानिक और सर्वोत्तम आहार है” इस तथ्य को विभिन्न शोध-निष्कर्षों, तुलनात्मक अध्ययनों, चित्रों और प्रामाणिक जानकारियों के माध्यम

से सिद्ध किया गया है। मांसाहार के दुष्परिणाम, कल्लखानों में जीवों को बेरहमी से मारने की यांत्रिक प्रक्रिया आदि के बारे में जानकर दिल दहल उठता है। मरने वाले प्राणियों की कातर युकारों और वीभत्स चिक्कारों से पूरा वातावरण दूषित, दुष्प्रभावित हो जाता है। पूरे म्युजियम को समझते हुए ध्यानपूर्वक देखने में लगभग दो घण्टे का वक्त लगता है। एक बार भी कोई व्यक्ति यदि इस म्युजियम को सही ढंग से देखे तो वह मांसाहार जैसा अनुपयोगी व क्रूरतापूर्ण आहार कभी नहीं करेगा, ऐसा हमारा विश्वास है।

### राजा मेघरथ कबूतर गृह :

भारतीय ग्रंथों में मेघरथ नामक एक राजा हुए, जो एक कबूतर को बचाने के लिए अपना सर्वस्व समर्पित करने के लिए तैयार हो जाते हैं। वही महान राजा मेघरथ अपने अगले जन्म में जैन धर्म के सोलहवें तीर्थঙ्कर भगवान शान्तिनाथ बनते हैं। कहीं-कहीं इस राजा का नाम शिवि भी मिलता है। उस दशालु राजा की करुणा की मिसाल को विश्व में विशाल बनाने के लिए इस अति सुन्दर व आकर्षक कबूतर गृह का निर्माण किया गया है। लाखों के खर्च से निर्मित इस कबूतर गृह में प्रतिदिन हजारों कबूतर दाना—पानी ग्रहण करके विश्राम करते हैं। आचार्य श्री हीराचन्द्रजी म. सा. के जलगाँव चातुर्मास में बाफना परिवार में सम्पन्न हुई 4 मासखण्ण की तपस्याओं के उपलक्ष्य में इस कबूतर गृह में चार दर्शनीय मीनारों का निर्माण किया गया। इन मीनारों में कबूतरों के बैठने, विश्राम करने, अण्डे देने, अण्डे सेने और कबूतर के बच्चों की परवरिश करने के लिए उपयुक्त स्थान बने हुए हैं।

### सप्त गोमाता प्रदक्षिणा मन्दिर :

पञ्चपुराण नामक प्राचीन ग्रंथ में उल्लेख मिलता है कि यदि कोई गर्भवती महिला सप्त गोमाता प्रदक्षिणा मन्दिर की प्रतिदिन परिक्रमा करती है, उन गायों को घास खिलाती है, तो उसका प्रसव सामान्य होता है, शल्य-प्रसव (सिजेरियन)

की जरूरत नहीं पड़ती है। साथ ही बच्चा स्वस्थ, सुन्दर व सुसंस्कारी होता है। ग्रंथ की मान्यतानुसार इस मन्दिर का निर्माण किया गया है। यहाँ प्रतिदिन गर्भवती माताएँ आकर परिक्रमा करती हैं। भावनानुसार गाय को घास आदि खिलाती है, जिससे बच्चे पर अच्छे संस्कार पड़ते हैं।

### अनुसंधान भवन :

जैसा कि बताया गया, गाय सभी दृष्टियों से उपयोगी प्राणी है। उससे प्राप्त होने वाला दूध बहुत गुणकारी होता है। दुग्ध उत्पाद स्वास्थ्यवर्द्धक होते हैं। गोबर और मूत्र का उपयोग उर्वरकों और औषधियों में किया जाता है। इन सब चीजों की उपयोगिता यहाँ विज्ञान और प्रयोग के स्तर पर जाँची-परखी जाती है। अनुसंधान भवन में तैयार उत्पादों को बिक्री केन्द्र के माध्यम से लोगों तक पहुँचाया जाता है।

### बहुलाभदायी धी :

गोदुध से प्राप्त धी बहुत गुणकारी होता है तथा उसमें कोलेस्ट्रोल नहीं होता है। कहते हैं कि वह सैकड़ों वर्षों तक खराब नहीं होता है। आयुर्वेदिक दवाइयों में इसके विभिन्न उपयोग बताये गये हैं। अहंसा तीर्थ में पुरानी पद्धति से बिनौला करके धी निकाला जाता है। औसतन 28 लीटर दूध में से एक किलोग्राम धी प्राप्त होता है। गर्म करने पर यह धी स्वर्णिम रंग वाला (पीला) हो जाता है। इस केन्द्र पर निर्मित धी के लिए केवल देशी गायों के दूध का ही उपयोग किया जाता है।

### सेन्द्रीय खाद :

गाय का गोबर भी बहुत उपयोगी होता है। अनुसंधानकर्ताओं का मानना है कि जो स्थान गोबर से लीपा हुआ होता है, वहाँ बिजली नहीं गिरती है। गाय के गोबर के खाद से इस केन्द्र में सैकड़ों वृक्ष लगाये गये हैं, जिनमें कदम्ब के पेड़

अधिक हैं; जिनकी छाँव में बैठना गाय को सुहाता है। गोबर से खाद तैयार करने के लिए बड़े-बड़े शेड व कुण्ड बने हुए हैं। यहाँ तैयार प्राकृतिक खाद खेत की उर्वरा शक्ति को बढ़ाती है, फसलों को दुगुना करती है, कीड़ों की उत्पत्ति रोकती है तथा उपज को स्वादिष्ट व स्वास्थ्यवर्धक बनाती है। इस खाद की बाजार में अच्छी माँग है।

### ऊर्जा उत्पादन :

गाय के गोबर से इस केन्द्र में बिजली और गैस का उत्पादन किया जाता है। लोड शेडिंग के समय अनुसंधान केन्द्र जैसे अत्यवश्यक कार्यों में बिजली तथा वहाँ रहने वाले गोसेवक परिवारों को गैस की आपूर्ति की जाती है। गोबर से बिजली-उत्पादन वैज्ञानिक पद्धति से किया जाता है।

### कल्याणी दवाइयाँ :

गाय के मूत्र से अनेक प्रकार की औषधियाँ, चूर्ण, मल्हम, पंचगव्य, केशतेल, दन्तमंजन, देव धूपबत्ती, मच्छर भगाओ अगरबत्ती, कीट नियंत्रक आदि अनेक उत्पाद तैयार किये जाते हैं, जिन्हें ‘कल्याणी’ ब्राण्ड नाम दिया गया है। कई प्रकार की औषधियाँ इस ब्राण्ड से बेची जाती हैं। गुणकारी होने से ये औषधियाँ लोगों के द्वारा अच्छी मात्रा में खरीदी जाती हैं। खेती में लगने वाले कीटों के लिए गोमूत्र से तैयार फसल-रक्षक बहुत असरदार सिद्ध होता है। कीट पैदा नहीं होते हैं।

### केन्द्र की अप्रतिम विशेषताएँ :

1. केन्द्र को आकर्षक बनाने के लिए बाग-बगीचे व बाल-वाटिका का निर्माण किया गया है। घने और छायादार वृक्षों की पंक्तियाँ दर्शकों को अपनी ओर आकर्षित किये बैगर नहीं रहती।

2. पूरे परिसर में स्थान-स्थान पर प्रेरणादायी नारे (स्लोगन्स) लिखे हुए हैं, जो आगन्तुकों में नई प्रेरणा का संचार करते हैं।
3. शुभ प्रसंग, यथा – जन्म-दिवस, विवाह, परीक्षा में सफलता, धनतेरस, दीपावली आदि पर्वों पर किसानों से खरीदकर और कसाइयों से छुड़वाकर गायें लाई जाती हैं। मात्र 5 गायों से शुरू हुई संख्या आज 3250 तक पहुँच गई है।
4. केवल कल्लखानों वाली गायें ही नहीं, दुधारू गायें भी यहाँ रखी जाती हैं। दुध निकालते समय बछड़ों की संख्या पुकारी जाती है, जिससे उस नम्बर का बछड़ा अपनी माँ के पास आ जाता है।
5. केन्द्र के मुख्य प्रवेश द्वार के पास गोपाल श्रीकृष्ण की प्रतिमा के साथ गायें की एक कुटिया बनाई हुई है, जिसमें वृत्रिम गायें रखी हुई हैं, जो ऐसी दिखाई देती हैं मानो जीवित गायें वहाँ बैठी हों।
6. सुशील सभागृह : बाफणा ट्रस्ट की ओर से जो-जो भी सेवाकार्य चल रहे हैं, उनका आयोजन इसी सुन्दर सुशील सभागृह में किया जाता है। मांसाहार के दुष्परिणाम बताने वाली सीढ़ी को प्रोजेक्टर से यहाँ दिखाया जाता है।
7. केन्द्र पर आने वाले दर्शकों के अल्पाहार के लिए केटीन की व्यवस्था है।
8. अतिथियों के ठहरने के लिए यहाँ दो सुविधायुक्त अतिथि गृह (गेस्ट हाउस) हैं। दो मंजिले अतिथि गृहों में एक साथ डेढ़ सौ व्यक्तियों के ठहरने की सुन्दर (वी.आई.पी.) व्यवस्था इन अतिथि गृहों में उपलब्ध है।
9. केन्द्र के सुव्यवस्थित संचालन के लिए कम्पूटरीकृत कार्यालय, समृद्ध ग्रंथालय, दक्ष व्यवस्थापक, निष्ठावान कर्मचारी तथा सम्पूर्ण प्रकल्प की देखभाल करने वाला संचालक-मण्डल निरन्तर कार्यशील है।

- केन्द्र के संस्थापक श्री रतनलालजी सी. बाफना एवं श्री सुशीलकुमारजी बाफना प्रतिदिन दो घण्टे का समय यहाँ व्यतीत करते हैं। वे स्वयं निर्माणाधीन कार्यों की निगरानी, नये कार्यों की योजना आदि पर विचार-विमर्श करते हैं। व्यक्तिगत ध्यान देने से कर्मचारियों में जागरूकता बनी रहती है।
- केन्द्र में जल-संग्रहण हेतु दो बड़े तालाब तथा चारे के भण्डारण के लिए बड़े-बड़े गोदाम बनाये गये हैं।
- सुरक्ष्य प्राकृतिक वातावरण में स्थित केन्द्र का पूरा परिसर दर्शकों को आकर्षित एवं प्रेरित करता है। सचमुच, यह केन्द्र भारतीय संस्कृति और अहिंसा का एक जीवन्त तीर्थ बन गया है।

### **मनोहर नारायण पाटील**

**पता :-**

**रतनलाल सी. बाफना गोसेवा अनुसंधान केन्द्र  
 ‘अहिंसा तीर्थ’, कुसुमबा, अजन्ता रोड  
 जलगाँव (महाराष्ट्र)  
 दूरभाष : 0275-2270125, 2220212**

**मनोहर नारायण पाटील**

# सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल के विविध सेवा सोपान

जिनवाणी हिन्दी मासिक पत्रिका का प्रकाशन

जैन इतिहास, आगम एवं अन्य सत्साहित्य का प्रकाशन

आचार्य हस्ती आध्यात्मिक शिक्षण संस्थान

वीतराग ध्यान साधना केन्द्र का संचालन

अखिल भारतीय जैन विद्वत् परिषद का संचालन

उक्त प्रवृत्तियों में दानी एवं प्रबुद्ध चिन्तकों के  
रचनात्मक सक्रिय सहयोग की अपेक्षा है।

सम्पर्क सूत्र

मंत्री- सम्यग्ज्ञान प्रचारक मण्डल

दुकान नं. 182 के ऊपर, बापू बाजार,

जयपुर-302003 (राजस्थान)

दूरभाष : 0141-2575997, 2571163

फैक्स : 0141-2570753

Email : sgpmandal@yahoo.in