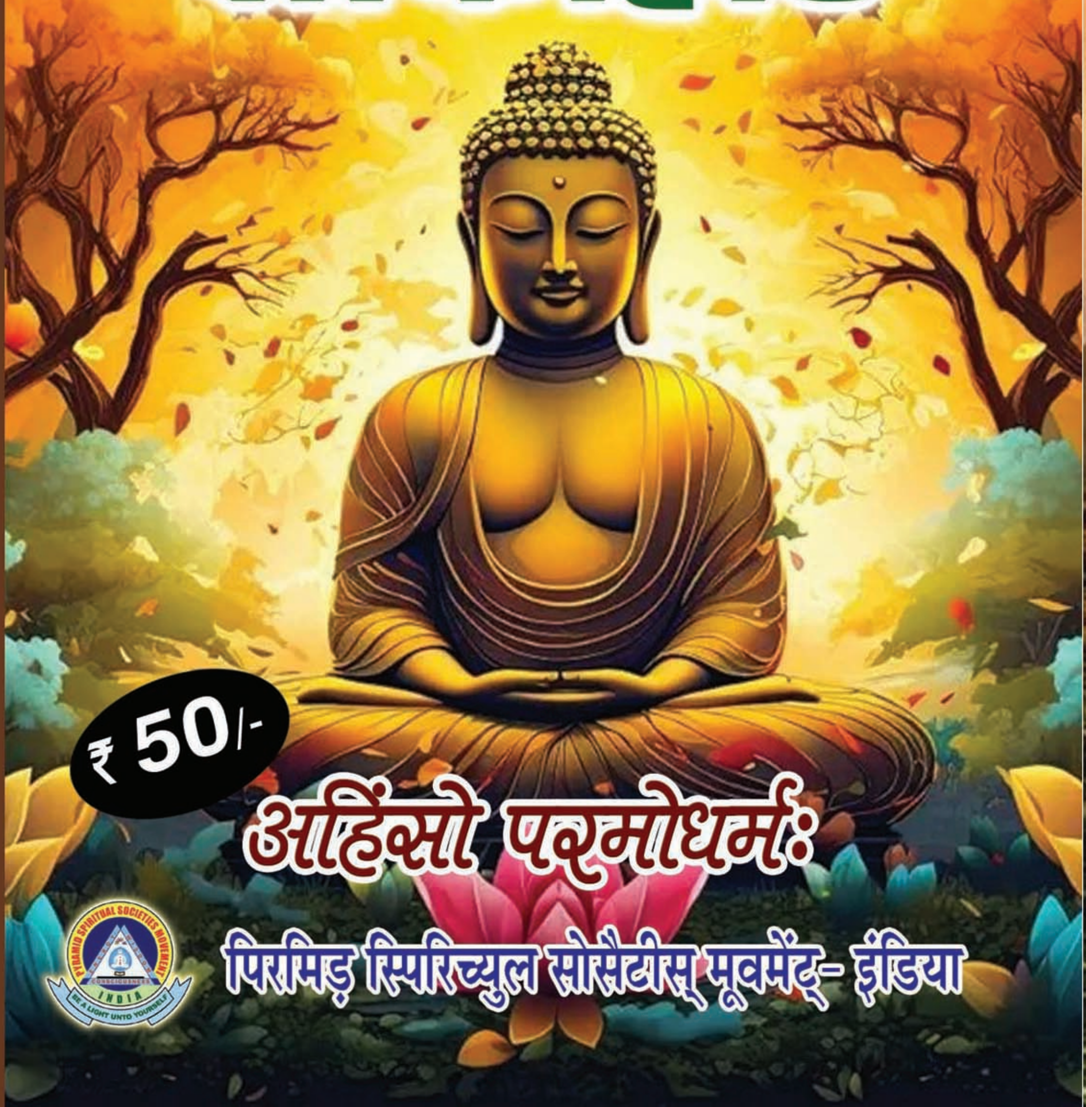
अहिंसा और शाकाहार

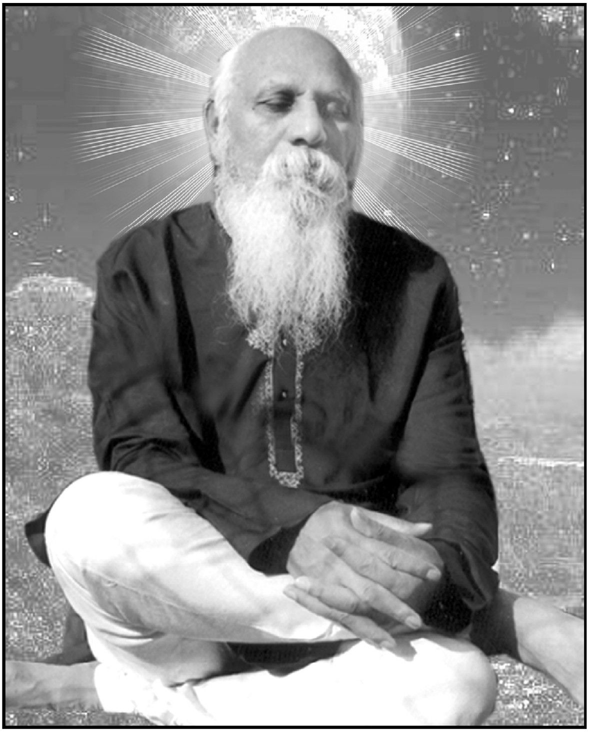


₹ 50/-

अहिंसो परमोधर्मः

पिरमिड़ स्पिरिच्युल सोसैटीस् मूवमेंट्- इंडिया

अहिंसा और शाखाहार



प्रचुरण : ब्रह्मर्षि तटवर्ती वीर राघव राव

हिन्दी अनुवादः श्रीमति तम्मन श्रीलता

For Books Please Contact :

TATAVARTHY VEERA RAGHAVARAO

Tatavarthivari Street, BHIMAVARAM-534201.

W.G.Dist., A.P. Ph: 94403 09812

Rs.50/-

ब्रह्मविध्वरिष्ठ तटवर्ति राज्यलक्ष्मी के हिन्दी किताब

1) एक और जन्म	Rs.160/-
2) साधना में स्थितियाँ	Rs.80/-
3) ज्ञान माला	Rs.70/-
4) श्री दत्तात्रेय जी का 24 गुरूओं ।	Rs.70/-
5) अगर मानव को योगी बनना है तो ?	Rs.60/-
6) गुरु पूर्णिमा का विशिष्टता	Rs.60/-
7) महात्माओं का संदेशों	Rs.50/-
8) मानव के कर्तव्यों	Rs.50/-
9) गुरु पूर्णिमा का विशिष्टता	Rs.50/-
10) शाकाहार ही मानव का आहार है !	Rs.50/-

ध्यान की पद्धति - श्वास पर ध्यान

हर किसी को अपने लिए उपयुक्त सुखासन में आराम से बैठकर.. दोनों हाथों को मिलाकर... आंखों को बंद करके... सहज रूप से होने वाले उच्छ्वास और निश्वास पर गौर करना है !

बीच में कई सारे विचार हमारे मन में आते रहते हैं, उन सबका खंडन करते हुए... वापस हमारे ध्यान को श्वास पर लाना है... ध्यान भटकता रहेगा लेकिन वापस श्वास पर ध्यान लाते रहना है. धीरे-धीरे.. विचार रहित स्थिति प्राप्त होगी... चित्तवृत्ति का निरोध होगा मन शून्य बन जाएगा। मन शांति प्राप्त करेगा। यही ध्यान स्थिति है।

इस विचार रहित स्थिति में प्राप्त होने वाले शारीरिक, तंत्रिका व्यवस्था और आत्मानुभव पर ध्यान देते रहना है। उस स्थिति में असीमित विश्वमय प्राणशक्ति शरीर के अंदर प्रवाहित होकर तंत्रिका व्यवस्था की शुद्धि करती है। इस शक्ति के कारण सारे रोग दूर हो जाते हैं। तंत्रिका व्यवस्था की शुद्धि के कारण सारे कर्म दूर हो जाते हैं।

साधारण रूप से मनुष्य की उम्र जितनी है.. कम से कम उतने मिनट तक.. हर रोज दिन में दो बार... ध्यान करना है।

मांसाहार क्यों छोड़ना चाहिए ?

दुनिया के सभी धर्मों से जुड़े धार्मिक पुरुषों, विज्ञानियों ने हिंसा, द्वेष, क्रूरता को पाप जैसे वर्णित किया है। किसी भी जीव को बिना कारण कष्ट देना, पीड़ा पहुँचाना पाप है, ऐसा उन्होंने एक स्वर में घोषित किया है। जीव हिंसा को निषिद्ध किया। अहिंसा, दया, क्षमा, करुणा, प्रेम को ही धर्म माना गया है।

हर जीव में परमात्मा को देखना ही उनका मुख्य उद्देश्य है। उन्होंने शवों को आहार के जैसे खाना खंडन किया।

ऐसा विषतुल्य और रोगकारक मांस खाने से अनेक ऐसी बीमारियाँ आ रहे हैं, जिनका इलाज नहीं हो पाता। ''तुम जैसे मुझे खा रहे हो, वैसे ही मैं भी तुम्हें खा रहा हूँ,'' यह बिमारी की पीड़ा ऐसा महसूस होता है, जैसे जानवर अपना प्रतिशोध ले रहे हो।

समस्त जीवराशि हमारे जैसे ही परमात्मा से सृष्टि किए गए हैं। वो सृष्टिकर्ता स्वयं उनसे सृष्टि किए गए बच्चों को, अपने ही लोग विवेचना रहितता से मारते हुए देख रहे हो तो क्या वे सहन कर पाएंगे ? कदापि नहीं ! हर एक मनुष्य को किसी न किसी दिन उसका मूल्य अवश्य चुकाना पड़ेगा।

जानवरों को मारने वाले स्वर्ग को नहीं जाते।
- मनुस्मृति

अत्याचार

मुँह से बिना बोल होने वाले हमें पकड़कर, नीम के शाखाओं को बाँधकर, चलो चलो कहते हुए डंडे से पीटते हुए, शूरों की तरह ज़मीन पर पटककर, तेज़ चाकू को हाथ में लेकर, हमारे सिर काटने वाले मानवों से किए गए पाप भगवान के पास हिसाब अवश्य देना होगा!

हे ! मांसाहार खाने वाले सहोदरों ! एक बार फिर से जब आप मांस खाने के लिए तैयार होने से पहले, आप कृपया मुर्गी पालन केंद्रों को और पशु–वधशालाओं को दर्शन करके, मूक जीवों के नर्कयातना से होने वाले पीड़ा, भय को उनके चेहरों पर ताँडव करने वाले भयानक दृश्यों को आपके आँखों से देखिए। गौर से देखिए कि उन को किस प्रकार मारा जाता है।

मुर्गियाँ बेचने वाले दुकानों में टोकरियों में, लोहे की जालियों में बहुत तंग जगह पर, एक–दूसरे के ऊपर रख दिया जाता है। उनको आहार, पानी नहीं देते। वे भूख, प्यास से तड़पते रहते हैं। उनके सामने ही एक–एक मुर्गी को काटा जाता है। यह दृश्य देखते हुए शीघ्र ही उनके साथ भी होने वाले नरक के बारे में सोचते हुए, उनमें उत्पन्न होने वाले जो आतंक, भय वर्णनातीत है।

इतना ही नहीं मुर्गियों को एक स्थान से दूसरे स्थान तक ले जाते वक्त देखेंगे तो समझ पायेंगे कि मानव कितना निर्दय व्यवहार कर रहा है।

जिन के ह्रदय में प्रेम, दया न होने वाले पापात्मा ही कसाइयों की तरह व्यवहार करते हैं।

साइकिलों पर मुर्गियों को उल्टा लटकाते हैं। उन मुर्गियों के सिर पहियों में फँसकर कुचले जाने पर वे मूक होकर रोने के सिवाय कुछ भी नहीं कर पाते। कुछ लोग बाज़ार से खरीदी हुई मुर्गियों को एक हाथ में उनके पंखों को मरोड़कर पकड़ते हैं, दूसरे हाथ से सब्ज़ियों की थैली पकड़कर चलते हैं। ये सभी दृश्य अत्यंत करुणा जनक है। इनके हृदय में उनके प्रति दया कब जागेगी।

कसाईखानों में जानवरों के साथ जो व्यवहार किया जाता है, उससे उन्हें पहले ही समझ में आ जाता है कि उनके साथ क्या होने वाला है। बकरियों और भेड़ों को डंडों से मारते हुए अंदर धकेला जाता है। गायों और भैंसों को नुकीली छड़ों से बार-बार चुभाकर, पूँछें मरोड़कर भीतर ले जाते हैं। वैसे धकेले गए जीवों को खून से भरे जमीन पर बांध दिया जाता है। वो अपने ही साथियों का गला काटते देखकर, खुद अपने ऊपर आने वाले नरक की कल्पना करते हुए, अपने अंत्य काल की प्रतीक्षा करते रहते हैं। ऐसे निर्दोष मूक जीवों पर होने वाले अत्याचार को देखकर भी जिसका हृदय नहीं पिघलता, उसका हृदय कुछ और नहीं सचमुच पत्थर का ही है।

वैसे ही सूअर को मारने से पहले रस्सियों से बांध दिया जाता है। दो-तीन लोग उसके ऊपर चढ़कर लंबे भाले को उसके सीने में घोंपते हैं। वो पीड़ा से किये गये भयानक चीखें बहुत दूर तक सुनाई देता है। कभी-कभी भाला सीने में ठीक से नहीं घुसता, तो उसे निकालकर दूसरी जगह घोंपा जाता है। उस प्रकार उसे मरने में तीस मिनट से पैंतालीस मिनट तक लगता है। इस तरह सुअर की चीखें निकालते हुए प्राण छोड़ देता है। कुछ लोग जलती हुई लोहे की छड़ें चुभाकर मारते हैं। कुछ लोग उसके पैर, मुंह रस्सियों से बांधकर आग में डालकर जला कर मारते हैं।

आहार शुद्ध होने पर हमारा अंतरंग भी शुद्ध होता है।

मछलियों को पकड़ने के लिए जीवित केंचुआ को टुकड़े करके कांटे में छुबाते हैं। केंचुआ तड़पता रहता है। मछली की दृष्टि उस पर आकर आकर्षित होती है। उस केंचुआ को तेजी से खाने के लिए आती है। कांटे में फंस जाती है। फिर उसे बाहर निकालकर टोकरी में डाल दिया जाता है या लोहे के तार में पिरो दिया जाता है। वो मछली उस तरह तड़पती रहती है। यह भी एक जीवित प्राणी है, ऐसी भावना उनमें बिल्कुल नहीं होती।

उत्तर प्रदेश में मछलियों को पकड़ने वाले बहुत से लोग मगरमच्छ का मांस भी खाते हैं। वे मगरमच्छ को पकड़कर रस्सियों से बांध कर आवश्यकता के अनुसार उसके पैर, पूंछ काटते हैं। इस तरह मगरमच्छ कई दिनों तक तड़पता रहता है।

यदि लोग जानवरों को इस प्रकार मारते हुए देखेंगे, तो बहुत–से लोग निश्चित रूप से मांस खाना छोड़ देंगे। इसलिए जो मांस खाते हैं, उन्हें इन जानवरों को मारना देखना चाहिए! जीवों की हिंसा बंद होना चाहिए! सभी को मांसाहार छोड़ देना चाहिए!

हम थोड़ा–सा काटने पर भी सहन नहीं कर पाने वाले मानव हमको मरण दंडण दे रहे हैं। लेकिन उन पशुओं को मारकर खाने वाले इन मानवों को क्या दंड दिया जाना चाहिए?

स्वाद के लिए भी विष को खाना खतरनाक है।

असल में छोटी–सी चींटी हो, मच्छर हो काट ले तो सहन नहीं करने वाले मानव पशुओं को मारकर, हिंसा करने का हक कहाँ है? वैसे काटने के वजह से उन को मृत्यु–दंड दे रहा है! तो पशुओं को मारने वाले मानवों को क्या दंड मिलना चाहिए? एक बार सोचिए।

हमारा भोजन हमारे व्यवहार और व्यक्तित्व का प्रतिबिंब होता है। इसलिए हम जो आहार लेते हैं, वो हमारे शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक विकास में उपयोगी होना चाहिए। इतना ही नहीं आवेश से होने वाले मानसिक अस्वस्थता देने वाला नहीं होना चाहिए।

भगवान द्वारा निर्धारित मानवों का आहार

प्रकृति के विरुद्ध व्यवहार करना, परमात्मा के आज्ञा का उल्लंघन करना ही है। ऐसे लोगों को परमात्मा द्वारा निर्धारित दंड का सामना करना पड़ता है। आहार के विषय में भगवान ने किसे कौन–सा आहार निर्धारित किया, यह उसके शरीर की संरचना से जान सकते हैं।

मांस के गंध से नाक बंद कर लेते हैं,
लेकिन फिर भी वही मांस खाते हैं।

उदाहरण के लिए :-

1. मांसाहार जानवरों को नुकीले दाँत, तेज नाखून होते हैं। शाकाहार जानवरों को ये नहीं होते।

2. मांसाहार जानवर बिना चबाए ही निगल लेते हैं। शाकाहार जानवर आहार को अच्छी तरह चबाने के बाद ही निगलते हैं।

3. मांसाहार खाने वाले जानवर जीभ बाहर निकालकर पानी पीते हैं। शाकाहार जानवर पानी पीने के लिए होंठों का उपयोग करते हैं।

4. मांसाहार जानवरों की आँतें छोटे होने के वजह से जो माँसाहार खाया वो मांस सड़ने से पहले ही बाहर विसर्जन करते हैं। शाकाहार जानवरों की आँतें बड़े होने के वजह से उतने जल्दी से खाया आहार को विसर्जन नहीं कर पाते।

5. मांसाहार जानवरों का यकृत (लिवर) और गुरदा बड़े होने के वजह से मांस के व्यर्थ पदार्थों को आसानी से बाहर भेज सकते हैं। जबकि शाकाहारी जानवरों को छोटे होने के वजह उतने आसानी से बाहर नहीं भेज सकते हैं।

6. मांसाहारी जानवरों के पाचन तंत्र में हाइड्रोक्लोरिक अम्ल अधिक होने के वजह से मांस को आसानी से पचा लेते हैं। शाकाहार जानवरों में बहुत कम होने के वजह से मांस को उतनी आसानी से नहीं पचा सकते।

7. मांसाहार जानवरों को बहुत तीव्रता से सूंघने की शक्ति होती है। रात के समय में उनकी आँखें चमकती हैं। और उनकी रात की दृष्टि दिन की दृष्टि के समान होती है। लेकिन शाकाहार जानवरों को सूंघने की क्षमता उतना नहीं होता है। और उन के रात की दृष्टि दिन की दृष्टि जैसे नहीं होता।

8. मांसाहार जानवरों के चिल्लाहट कर्ण कठोर जैसे, डरावनी होते

जीभ के स्वाद के लिए जानवरों की हत्या करना ही धर्म हो तो फिर अधर्म किसे कहते हैं ?

हैं। लेकिन शाकाहार जानवरों के चिल्लाहट उतना कठोरता से नहीं होता।

9. मांसाहार जानवरों के बच्चे जन्म के बाद सात दिनों तक आँखों की दृष्टि लगभग शून्य होता है, लेकिन शाकाहार जानवरों के बच्चे जन्म लेते ही आंखों की साधारण दृष्टि होता है।

मानव शरीर का निर्माण भी शाकाहार जीवों जैसे गाय, घोड़ा, बकरी, ऊँट, हाथी, जिराफ के समान ही है।

मनुष्य को छोड़कर कोई भी अन्य प्राणी प्रकृति के विरुद्ध व्यवहार करना पसंद नहीं करता। सिंह चाहे कितना भूखा होने पर भी घास नहीं खाता। वैसे ही गाय भूख से तड़पने पर भी मांस को छूता नहीं।

मांस खाने वाले जानवर अपने पूरे जीवनकाल में मांस से ही बिताते हैं। कारण है कि वही उनका संपूर्ण आहार है। लेकिन मनुष्य केवल मांसाहार ही खाता रहे तो दो-तीन सप्ताह से अधिक जीवित नहीं रह सकता। लेकिन संपूर्ण शाकाहार भोजन से मनुष्य सुदीर्घकाल आरोग्य से जीवन जी सकता है।

इन विषयों को याद रखते हुए मानवों को भगवान से निर्धारित व्यवस्था के अनुसार शाकाहार लेना चाहिए। शाकाहारी बनना चाहिए। अनेक वैज्ञानिकों ने खोज करके यह जाना कि शाकाहारी लोग केवल अधिक शक्तिशाली ही नहीं होते, बल्कि वे कड़ी मेहनत भी कर सकते हैं, बिना थकान के भारी काम भी कर सकते हैं। ब्रिटेन में आज दस लाख से अधिक लोग पूरे शाकाहारी ही हैं, फिलहाल उनकी संख्या लगातार बढ़ भी रही है। अमेरिका में पाँच करोड़ से अधिक शाकाहारी ही हैं।

ग्वालियर के डॉ. जसराज सिंह और सी. के. दावन नामक दो वैज्ञानिकों ने ग्वालियर जेल के 400 कैदियों पर अध्ययन किया। 250 मांसाहारी कैदियों में 85% दंभ और झगड़ालू स्वभाव के पाए गए, जबकि उनके

**पशुओं को मारने से प्राप्त हुए मांस को खाना,
शव को खाने के समान ही है।**

अध्ययन में शेष 150 शाकाहारी कैदियों में से 90% शांति से और प्रसन्न स्वभाव वाले हैं।

अमेरिका के प्रसिद्ध चिकित्सक डॉ. विलियम सी. रॉबर्ट ने बताया कि हृदय रोग के मरीज शाकाहारियों से अधिक मांसाहारियों में ही अधिक होते हैं।

अमेरिका के चिकित्सकों ने यह भी कहा है कि शाकाहारियों में प्राकृतिक रोग निरोध शक्ति अधिक होता है। मांसाहार खाने वाले सामान्यतः कब्ज से पीड़ित पुणे के वजह से वे खुद स्वयं को अस्वस्थ पहुँचाते हैं।

जानवरों के वधशाला में मृत्यु से पहले, निस्सहाय स्थिति में जानवर अपने रक्षण के लिए पूरी कोशिश करते हुए जीवन के लिए संघर्ष करता है। जब उसका संघर्ष असफल होता तो उसका भयाँदोलन तीव्र स्तर तक पहुँचकर, आँखें क्रोध में लाल होकर मुँह से झाग आने लगता है।

इस स्थिति में जानवर के शरीर में 'आड्रेनालिन' नामक एक पदार्थ

हम अगर मल खायेंगे तो हमें छोड़ देंगे इसलिए मल खा रहे हैं। फिर भी मानव हमें भी बिना छोड़े मारकर हमारे माँस को खा रहे हैं।

कहा जाता है कि भगवान विष्णु ने मत्स्य अवतार लिया था, तो फिर मछलियाँ खाना क्यों नहीं छोड़ते?

उत्पन्न होकर, रक्तचाप बढ़ कर रक्त कलुषित हो जाता है। ऐसे मांस को जब मनुष्य खाएगा तो वो 'आड्रेनालिन' मनुष्य के शरीर में भी प्रवेश करके उसे अनेक प्राणघातक बिमारियाँ आते हैं। जानवर के मृत्यु होने के अगले ही क्षण शरीर की सभी जीव रक्षक क्रियाएँ बंद होकर, बैक्टीरिया, वायरस सहित संक्रामक बिमारियाँ पूरे शरीर में फैलने लगते हैं।

यह जब मनुष्य के शरीर में प्रवेश करता है, तो कितनी ही प्राणघातक बीमारियों को प्रेरित करता है कि वे मांसाहार खाने वालों को अंतिम दशा तक नहीं छोड़ता। यह जानना चाहिए कि "आज जो लोग मांस खा रहे हैं, किसी न किसी दिन वही उससे ही वे खाये जायेंगे।" जो कोई भी हर जीव की पीड़ा को देखकर विचलित होने वाला मांस खाने के बारे में सोच भी नहीं सकता।

यदि एक बच्चे को बचपन से ही जानवरों को मारना, मांस खाना सिखाया जाए तो वह स्वाभाविकता से स्वार्थ व्यवहार से औरों को पीड़ा देना, अपने मनोरंजन के लिए अन्य जीवों को मारना सीखता है। नफरत करना, यातना देना, हिंसा करना और हत्या करना मानो कोई गलत ही नहीं है ऐसा व्यवहार करता है। ऐसे व्यक्ति के हृदय में अहिंसा, दया, सदाचार जैसे श्रेष्ठ गुण अंकुरित होने की संभावना नहीं होती है।

जीवों के प्रति प्रेम न होने वाला माता-पिता से कैसे प्रेम करेगा ? यह विषय माता-पिता को बुढ़ापा आने तक समझ मे नही आता ।

आज दुनिया में हिंसा, द्वेष और विश्वासघात की भावनाएँ बढ़ने का मूल कारण माँसाहार खाना ही है। मांस खाने से इच्छाएँ और वासनाएँ अंकुरित होकर अग्नि ज्वाला की तरह भड़कता है। जितना अधिक उन्हें संतुष्ट किया जाता है, वे उतनी ही बढ़ते जाते हैं। उन इच्छाओं को पूरा करने में यदि कोई अवरोध आने पर क्रोध अत्यधिक स्थर तक बढ़ जाता है। यह अच्छे-बुरे ज्ञान

जो भगवान के मार्ग पर चलना चाहते हैं,
उनके लिए मछलियाँ और माँस निषिद्ध माने जाते हैं।

को पहचानने की शक्ति को नाश करके अमानवीय कृत्यों को करने के लिए प्रेरित करता है।

जीवों के साथ व्यापार

जीवों को मारकर या उन्हें मारने के लिए प्रोत्साहित करना या जीवों के द्वारा कमाकर इकट्ठा किया गया धन कभी भी स्वास्थ्य दायक नहीं होता, ऐसे लोग मन शांति से जीवन जी नहीं सकते।

गृहस्थ जीवन में संबंध ठीक न रहने का यह भी एक मुख्य कारण है। इसलिए यह जानना चाहिए कि निम्नलिखित विषय धर्मसम्मत नहीं हैं।

1. धन कमाने के लिए मछलियों, पक्षियों और जानवरों को पालना और मारना।

2. दावतों के लिए मछलियों, पक्षियों और जानवरों की हत्या करना।

3. मनोरंजन के लिए मुर्गों में, भेड़ों में और बैलों में लड़ाई करवाना, बाजी रखना और प्रोत्साह करना।

4. जीवों को मारकर उनके खाल (चमड़ा), चर्बी, तेल और पंखों से वस्तु सामग्रियाँ बनाना।

5. पक्षियों को पकड़कर पिंजरों में बंद करना, मछलियों को टंकियों में पालना और उन्हें बेचकर धन कमाना।

आपके आनंद के लिए हमारी स्वतंत्रता छीन लेना न्याय है क्या ?

जो हाथ कर्म करता है, वही हाथ उसके फल को भी भुगतता है।

अंडे़ स्वास्थ्यदायक आहार है क्या ?

अंडे स्वास्थ्यदायक आहार नहीं है। इसका कारण यह है कि अंडे खाने से आने वाले बीमारियों के बारे में हाल ही अनुसंधान में सामने आये कई अंशों को जानेंगे।

अमेरिका के डॉ॰ ई.बी. एमारी और इंग्लैंड के डॉ॰ इन्हा ने अंडों को मनुष्यों के लिए विष के समान बताते हुए, ''पोषण'' और ''रोगियों के स्वभाव ''पर हाल ही खोज में आए विषय'' नामक पुस्तक में इसे स्पष्टता से स्वीकार किया है।

इंग्लैंड के डॉ॰ आर.जे. विलियम ने निर्धारण किया कि प्रारंभ में अंडे खाने वालों को अधिक शक्ति मिलने का अनुभव हो सकता है, लेकिन बाद में वे हृदय के बिमारियाँ, त्वचा के बिमारियाँ, पक्षाघात आदि भयानक बीमारियों का शिकार हो सकते हैं।

''अंडे कितने समय सुरक्षित रहते हैं ?''

प्रयोगों से यह सूचना दिया गया कि यदि अंडों को 12 घंटे से अधिक समय तक 8 डिग्री सेल्सियस से अधिक तापमान में रखा जाए, तो उनके अंदर सड़ने की प्रक्रिया शुरू हो जाती है। इस तरह की परिस्थितियों में भारत जैसे अधिक गर्म देश में अंडों को पोल्ट्री फार्म से बिक्री केंद्र तक पहुँचने में लगभग 24 घंटे लग जाते हैं। इसलिए अंडों को एकत्र करते ही तुरंत रेफ्रिजरेटर में रखकर बेचना संभव नहीं होता। इसलिए दूषित होने और

जिन जीवों को हम मारकर खाते हैं, उनके कारण हमारे शरीर से एक विशेष तरह की दुर्गंध आने लगती है। वे जानवर हमें देखते ही भयभीत होकर हमसे दूर भागने लगते हैं।

सड़ने की प्रक्रिया पहले ही शुरू हो जाती है। इसके बाद अंडे के अंदर का द्रव पदार्थ उसके छिलके के माध्यम से धीरे–धीरे वाष्प होने लगता है। फिर रोग उत्पन्न करने वाले सूक्ष्म जीव उसमें प्रवेश करते हैं, जिससे अंडे का बाहरी भाग भी खराब होकर पूरी तरह सड़ जाता है। ऐसे मिनटों में खराब हुए अंडों को ठीक प्रकार से जाँच किए बिना उन्हें खाने से अनेक बीमारियाँ आने का खतरा होता है।

''कोलेस्ट्रॉल का मूल आधार अंड़ें हैं ''

हृदय समस्यायें और उच्च रक्तचाप का मुख्य कारण आंतों के अंदर दीवारों की रक्त नालों में कोलेस्ट्रॉल का जमा होना है। कोलेस्ट्रॉल का मूल आधार अंडें हैं, उसके बाद मांस और वसा युक्त पदार्थ हैं। यदि हर दिन 100 ग्राम अंडे खाएंगे तो शरीर की आवश्यकता से लगभग ढाई गुना अधिक कोलेस्ट्रॉल शरीर में इकट्ठा होता है।

इसके अतिरिक्त मांस और अंडे खाने से शरीर के विषैले पदार्थों से लड़ने की क्षमता रक्तप्रवाह में कम हो जाती है। ऐसी स्थिति आता है कि छोटे–छोटे बीमारियों से भी रक्षा नहीं कर पाते। अमेरिका और ब्रिटेन के कुछ डॉक्टरों ने अंडों को मानवों के लिए विष के समान वर्णन किया है।

कोई भी अंडा शाकाहार नहीं है।

अंडे दो प्रकार के होते हैं, एक वो जिन को सेने से बच्चे निकलते हैं, और दूसरे वो जिन को सेने से बच्चे निकलने की संभावना नहीं होती। मुर्गियाँ बिना मुर्गे के संपर्क में आए बिना युवावस्था में अंडे दे सकती हैं। इन अंडों की तुलना स्त्रियों में होने वाले मासिक धर्म चक्र से की जा सकती है। जिस प्रकार स्त्री हर महीने शरीर के व्यर्थ पदार्थों को बाहर निकालती है, उसी

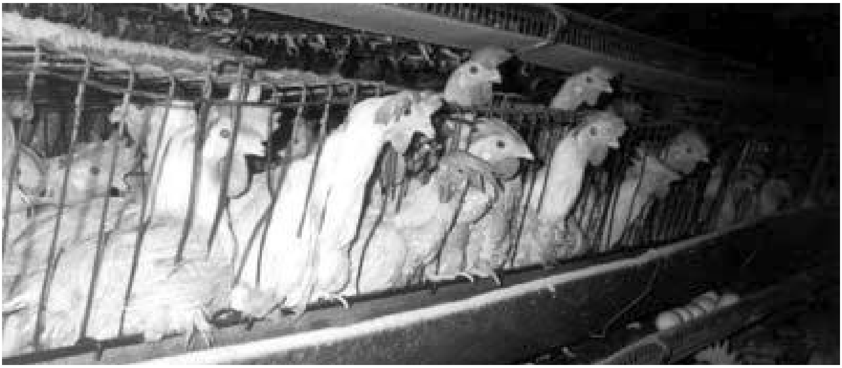
जो लोग जीवों को बलपूर्वक मारकर खाते हैं,
उन्हें भगवान के सामने अपने कर्मों का हिसाब देना पड़ता है।

प्रकार मुर्गियाँ भी नियमित समय पर अंडे देती हैं। ये अंडे भी मुर्गियों के गर्भाशय से निकलने वाले व्यर्थ पदार्थ ही हैं।

इन अंडों के माध्यम से अत्यधिक धन कमाने के उद्देश्य से व्यापारी उन्हें "शाकाहारी अंडे", "अहिंसा अंडे" आदि भ्रम में डालने वाले गलत नामों से वर्णन कर रहे हैं। दोनों प्रकार के अंडे मुर्गी से रखे हुए ही हैं, उनके रासायनिक मिश्रण भी एक ही हैं। यदि उनका वर्गीकरण करना हो तो ऐसे अंडों को अपरिपक्व, मृत अथवा जन्म लेते ही मृत हो चुके रूप में कहा जा सकता है। किसी भी प्रकार से देखने पर दोनों तरह के अंडों में हानिकारक गुण ही होते हैं।

व्यावसायिकता से शीघ्र लाभ कमाने के लिए अधिक संख्या में अंडे प्राप्त करने के लिए मुर्गियों को बहुत भयानक हिंसा दिया जा रहा है, यह बहुत लोगों को पता नहीं। मुर्गी पालन के व्यापार में अधिक लाभ कमाने के लिए उन मुर्गियों को कितनी दयनीय परिस्थितियों में रखा जा रहा है, कितने क्रूर पद्धतियाँ अपनाये जाते हैं, यह केवल देखने वालों को ही समझ में आता

**परमात्मा सबमें विद्यमान कहते हुए,
जानवरों की हत्या कैसे कर सकते हैं ?**



है। मुर्गियों से अंडे प्राप्त करने के लिए अपनाये जाने वाले इन नरक जैसी प्रक्रियाओं के कारण भय और पीड़ा का प्रभाव उन अंडों में समाहित होकर उन अंड़े खाने वालों के पाचन तंत्र में ही नहीं बल्कि रक्त में भी प्रवेश करता है।

मुर्गियों द्वारा स्वाभाविकता से दिए गए अंडे नहीं होते, वैसे ही मुर्गियाँ न ही वे अंड़े उनकी अपनी इच्छा से दिए गए होते हैं। लगातार अंडे देने के लिए उन्हें अंडा-निर्माण से संबंधित हार्मोन और इंजेक्शन दिए जाते हैं। अंडे बाहर आते ही उन्हें "इन्क्यूबेटर" (अंडे रखने का उपकरण) में रख दिया जाता है, ताकि प्राकृतिक रूप से 21 दिनों में निकलने वाले चूजे 18 दिनों के भीतर ही बाहर आ जाएँ।

अंडे से चूज़ा बाहर आते ही मर्द और मादा चूज़ों को अलग कर दिया जाता है। मादा चूज़ों को जल्दी बढ़ाने के लिए विशेष प्रकार के वातावरण में पाला जाता है। उन मादा चूज़ों को दिन-रात कृत्रिम रूप से तेज विद्युत दीपों के प्रकाश में जागते रहने के लिए रखा जाता है, ताकि वे अधिक से अधिक खाएँ और जितनी जल्दी हो सके अंडे देना शुरू कर दें।

अब उन्हें प्राकृतिक धरती पर नहीं, बल्कि छोटे-छोटे पिंजरों में

जैसा बीज बोते हैं, वैसी ही फसल काटते हैं।
यदि हिंसा करेंगे तो हिंसा को ही प्राप्त करेंगे।

रखा जाता है। उन पिंजरों में उन्हें अपने पंख फैलाने तक की जगह नहीं मिलती। वे एक दूसरे को चोंच मारकर घायल करते हुए, क्रोधित होकर, अनेक तरह के हिंसा से, पीड़ा से तड़पते रहते हैं।

जैसे ही वे अंडे देती हैं, वे ढाल जैसे जाली में लुढ़क जाते हैं, जिससे अंडों को सेने की स्वाभाविक और प्रबल इच्छा पूरी नहीं हो पाती। ऐसा इसलिए किया जाता है क्योंकि मुर्गी अंडों पर बैठ न सके, क्योंकि यदि वह अंडों पर न बैठे तो जल्दी फिर से अंडा देगी। इसी उद्देश्य से उन्हें जीवनभर पिंजरों में कैद रखा जाता है। शारीरिक व्यायाम की कमी के कारण उनके अंग चैतन्य रहित हो जाते हैं। प्रकृति द्वारा निर्धारित सीमा से अधिक अंडे प्राप्त करने के लिए उन्हें सूखी मछलियों से मिश्रित विशेष आहार खिलाया जाता है। जब उनकी अंडे देने की क्षमता घट जाती है, तब उन्हें जंतु वधशाला में भेज दिया जाता है। इस प्रकार एकत्र किए गए अंडों को शाकाहारी कैसे कहा जा सकता है ?

अथर्वणवेद (8.6.23) में मांस और अंडे से उत्पन्न जीव को खाना निषिद्ध बताते हुए इस प्रकार शब्दों के रूप में कहा गया है।

‘ये अम्माम मांस मदन्ति पौरुषेयं चे ये कवी गौर्हन् खदान्ति केश्वस्तंलो नाव्यांसि’

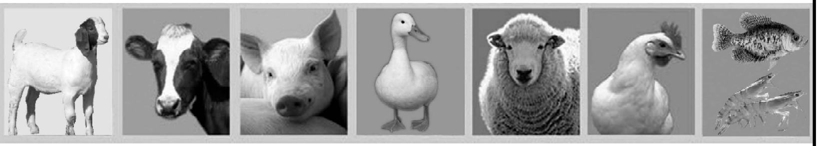
अर्थात जो लोग कच्चा या पकाया हुआ मांस खाते हैं, और जो लोग अंडे के भीतर स्थित जीव को नष्ट करते हैं, वे स्वयं भी विनाश को प्राप्त करते हैं।

अच्छा करोगे तो बुरा नहीं मिलेगा।
बुरा करोगे तो अच्छा नहीं मिलेगा।

विभिन्न धर्मों ने मांसाहार भोजन को निषेद्ध किया

दुनिया के सभी ग्रंथों में यह उपदेश दिया है कि हर जीव में भगवान का स्वरूप देखना चाहिए, अहिंसा ही परमोत्तम है। सभी धर्मों ने निर्दोष जीवों को हानि पहुँचाना और उनकी हत्या करने का निषेध किया है। कुछ लोग

हमें मत खाइए! हमसे प्रेम कीजिए!!



भगवान के लिए सभी प्राणी समान मूल्य के ही हैं।

अपनी स्वाद-इच्छा को संतुष्ट करने के लिए, अपने स्वार्थपूर्ण इच्छाओं के लिए यह कहने का प्रयास करते हैं कि उनका धर्म मांस खाने का निषेध नहीं किया। लेकिन यह असत्य है।

ग्राम देवता का उत्सव कहते हैं! हमारी हत्या करना ही उत्सव कहते हैं! अंत में बिमारियों का शिकार होते हैं!

"जो लोग प्रसन्नता से रहना चाहते हैं, वे दूसरों को, अन्य जीवों को भी प्रसन्नता से रहने देना सीखना चाहिए।" अन्यथा प्रकृति अपने विचित्र ढंग से दंड देगी।

रक्तपात से जुड़ा होने के कारण मांस खाना निषिद्ध है।

''हिन्दू धर्म''

श्लोः आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति योऽर्जुन।
सुखं वा यदि वा दुःखं स योगी परमो मतः ।।
(भ.गी. 6-32)

ताः हे अर्जुन ! जो सभी प्राणियों के सुख दुःख को अपने सुख दुःख के समान देखता है, वह मुझे सबसे अधिक प्रिय है। यही मेरा निश्चित अभिप्राय है।

समस्त हिन्दू धार्मिक ग्रंथ में हर जीव भगवान का अंश है, अहिंसा, करुणा, प्रेम और क्षमा जैसे सद्गुणों की आवश्यकता को निर्देश करते हैं। मांसाहार को पापपूर्ण के जैसे वर्णन किया गया और आत्मा के पतन की अवस्था तक पहुँचाने का वर्णन किया गया।

श्रीमद्भगवद्गीता में तीन प्रकार के आहारों का निर्देश किया

1) सात्त्विक आहार : फल, सब्जियाँ, अनाज, दालें, मेवे, दूध, मक्खन आदि सात्त्विक आहार हैं। ये जीवन के काल को, विवेक को और शक्ति को बढ़ाने में सहायक होते हैं। साथ ही आनंद, मानसिक शांति, करुणा, अहिंसा और मनोबल प्रदान करके, शरीर को, हृदय को और मन को सभी प्रकार के कलुषितों से बचाते हैं।

2) राजसिक आहार : अधिक गरम, खट्टे, तीखे, मसालेदार और सूखे पदार्थों को राजसिक आहार कहते हैं। इस तरह का आहार लेने के वजह से दुष्ट भावनायें, दुःख, पीड़ा और चिंतायें होने लगते हैं।

3) तामसिक आहार : बासी, रसहीन, आधापका, बिना पका हुआ, दुर्गंधयुक्त, सड़ा और कलुषित आहारों को तामसिक आहार कहते हैं। इसके अतिरिक्त नशीले पदार्थ और मांस आदि भी तामसिक आहार हैं। ये मनुष्य को दुष्कृत्यों

मनुष्यों का व्यवहार बहुत विचित्र होता है। एक ओर वे मुख से धर्मग्रंथों का पाठ करते हैं। दूसरी ओर उसी मुख से जीवों का रक्त, मांस खाते हैं।

की ओर प्रेरित करते हैं, विवेक शक्ति को नाश करके अनेक बिमारियों का शिकार होते हैं। आलस्य और दुष्ट व्यवहारों को प्रेरित करता है।

ग्रंथों में वर्णित पुनर्जन्म सिद्धांत के अनुसार 84 लाख अन्य जन्मों के बाद एक जीव मानव जन्म प्राप्त करता है। अर्थात "किसी जीव का मांस खाना, अपने ही बंधु वर्ग में किसी एक का मांस खाने के समान है।"

भीष्माचार्य

महाभारत में भीष्म पितामह ने कहा है कि मांस खाने वाले, मांस बेचने वाले और मांस के लिए जीवों की हत्या करने वालों को पापात्मा के जैसे वर्णन किया। जो लोग मांस खाकर अपने शरीर का मांस बढ़ाना चाहते हैं, वे कभी भी शांति से जीवन नहीं जी सकते।

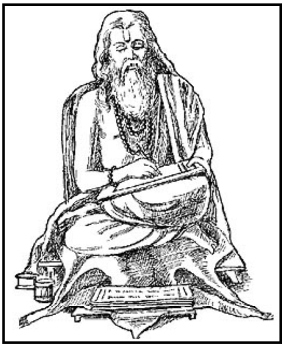
वीरब्रह्मेन्द्र स्वामी

वीरब्रह्मेन्द्र स्वामी ने तेलुगू में इस तरह कहा:

"जीवों को मारकर और एक जीव को डालने पर जीव-दोषों में फँस जाते हैं; जीव हिंसा करने से मोक्ष कैसे मिलेगा! कालिकाँब! हंस! कालिकाँब"

ता: एक प्राणी को मारकर और एक प्राणी को परोसने वाले पाप में फँस जाते हैं। इस प्रकार जीवों (जानवरों, पक्षियों, मछलियों) को हिंसा करके उनका भक्षण करने वालों को मोक्ष अर्थात मुक्ति (बीमारियों से, मुसीबतों से, पीड़ाओं से, पारिवारिक समस्याओं से और आर्थिक समस्याओं से मुक्ति) मिलेगा क्या? ऐसा वीरब्रह्मेन्द्र स्वामी बता रहे हैं।

यदि मांस ही महाप्रसाद होता तो मंदिरों में उसका भोग जरूर चढ़ाया जाता।



स्वामी निर्मलानंदगिरि

मानवों को आध्यात्मिकता में उन्नत लोकों तक पहुँचना हो तो अहिंसा का पालन करना आवश्यक है।

मानव मांस खाने वाले जानवरों को क्रूर जानवर कहता है। लेकिन कोई भी क्रूर जानवर मांस खाने वाले मानव से अधिक क्रूर नहीं होता।

यदि वो जानवर केवल मानव के लिए ही सृष्टि किया गया हो तो उन्हें मारने के लिए मानव हथियारों को क्यों उपयोग कर रहा है ? परंतु बहुत से जानवर बिना किसी हथियार के मानव को मार सकते हैं। तब यह क्यों न माना जाए कि मनुष्य ही जानवरों के लिए सृष्टि किया गया है ?

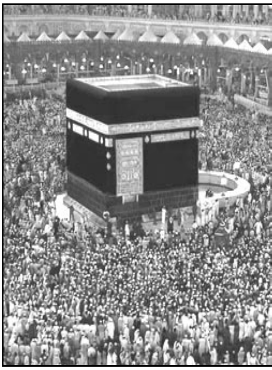
To subscribe to Tatavarthy's YouTube channel:

When you click the YouTube link sent in the WhatsApp group, it will open the Tatavarthy Veera Raghava Rao channel. Once open, you will see the "Subscribe" button-click on it to subscribe. By clicking the bell icon next to it, you can receive notifications of new videos everyday.

Otherwise, visit www.tst.org.in/videos/ Click on "Tatavarthy Veera Raghava Rao" in Section I, or on the names in sections II & III. This will open the respective channels. Once open, click the "Subscribe" button, and by pressing the bell icon next to it, you can get daily video updates.

अन्य जीवों पर दया न दिखाने वालों पर परमेश्वर भी दया नहीं दिखाता।

''इस्लाम धर्म''



''लन-यना-लल्लाह् - लुहू मुहा वला - दिमा - उहा - वलाकिन - यना - लु - हुत् - तख् वा मिन् कुम् कज़ालिक - सख्खरहा - लकुम् - लितु कब्बिरुल्लाह - अलमा - हदा - कुम् - व - बश् परिल - मुह्-सिनीन्।''

ता: न तो जानवरों का मांस और न ही उनका रक्त भगवान को पहुँचता है (स्वीकार नहीं करता यानी पसंद नहीं करता)

बल्कि उनके प्रति आपकी भक्ति ही पहुँचता है (स्वीकार करता है यानी चाहता है)

(सूरेयेहज - 22. आयत - 37)

इस्लाम के समस्त सूफी भक्त शिखामणियों ने, सद्गुणों से जीवन जीने, त्याग और करुणा के साथ रहना, साधारण भोजन खाना और मांस को छोड़ने पर मुख्यत: कहा है। उन्होंने खुद मांस को छोड़ दिया। शेख इस्माइल, ख्वाजा मोइनुद्दीन चिस्ती, हज़रत निज़ामुद्दीन जौलिया, बू अली कलंदर, शा इनायत, मीर् दाद्, शा अब्दुल करीम आदि सूफी भक्त शिखामणियों ने धर्मनिष्ठा से जीवन जीना, सभी लोगों के प्रति प्रेम और सम्मान तथा शाकाहार के बारे में कहा है।

उन्होंने कहा कि ''त बयाबिन् ड़र बहिप्ते अदेन् जा, शफ्कते बनुमयेब खल के ख़ुदा''। अर्थात आने वाले सर्व कालों में स्वर्ग में निवास रहना चाहते हो तो भगवान से सृष्टि किए गए समस्त जीव राशियों के प्रति दया स्वरूप के जैसे, सहानुभूतिपूर्ण व्यवहार करना ही इसका सारांश है।

सुप्रसिद्ध भक्त शिखामणि मीर दादा जी:

''जो कोई किसी भी जीव राशि के मांस खायेगा तो उसे उसके बदले में अपने मांस को देना पड़ेगा।'' ''जो किसी और जीव की हड्डियाँ

जो औरों को दु:ख पहुँचाता है, वह स्वयं भी सुखी नहीं रह सकता।

तोड़ता है, तो उसकी हड्डियाँ भी टूटती हैं।'' ''किसी और जीव से बहाए गए खून की हर बूंद का हिसाब अपने खून के बूंद से चुकाना पड़ता है।'' क्योंकि उन्होंने कहा कि यह एक अटल ''न्याय सूत्र'' है।

कबीर ने मुसलमानों को उद्देश्य में रखकर भाषण देते हुए।

उन्होंने स्पष्ट से कहा कि जो ''उपासक (रोज़ा) का पालन करने वाला मांस का स्वाद लेने के लिए जीवों की हत्या करेगा तो उसका उपवास निष्फल हो जायेगा।'' अल्लाह इस प्रकार के व्यवहार को स्वीकार नहीं करता।

लंढ़न मस्जिद के इमाम अल-हफ़िज़ बी.ए. मास्त्रिः

अपने पुस्तक में 'जानवरों पर इस्लाम का चिंतन' में धर्म के नाम पर जानवरों पर होने वाले अत्याचार के बारे में दुःख को व्यक्त किया। पवित्र क़ुरान मजीद और पवित्र प्रवक्त महम्मद के कथनों का उल्लेख करते हुए

आनंद से जीवन जीने का हक आपको ही नहीं भगवान ने हमें भी दिया है।

उन्होंने वर्णन किया कि जानवरों को यातना देने वाले सभी कामों और पक्षियों को पिंजरों में बंद करना भी पाप ही है। उनके अभिप्राय के अनुसार पेड़ों को

मांस खाने से मनुष्य कठोर चित्त वाला होकर
वह दुराचार कामों को करता है, करवाता है।

काटना भी इस्लाम में निषेद्ध किया है।

उन्होंने इमाम साहेब की पुस्तक में 18वें पृष्ठ में पवित्र प्रवक्त मुहम्मद के उपदेशों को इस तरह से दोहराया।

जो स्वयं को योग्य होने वाले भी किसी चिड़िया या किसी छोटे से जीव को नहीं मारने वाला कोई नहीं होता। लेकिन भगवान उससे उसके बारे में प्रश्न करते हैं।

जो चिड़िया पर सहानुभूति दिखाकर उसे मारता नहीं, फैसला देने के दिन अल्लाह उस पर दया दिखाता है।

इमाम मास्री स्वयं शाकाहारी के जैसे रहकर हर एक को शाकाहारी बनने का सलाह दिया।

मुसलमानों को संबोधित करते हुए कुछ महात्माओं के अभिप्रायें :

गरीब दास जी

मुल्ला! क्यों इतना चिल्लाते हुए 'बांग' देते हो? अल्लाह बहरा नहीं हैं। तीस दिन रोज़ा (उपवास) रखकर फिर जीवों को मारकर मांस खाते हो। फिर तुम्हें खुदा का दर्शन कैसे होगा? असल को भुलाकर घोर पापों का गठरी बाँध रहे हो। इस प्रकार तुम भवसागर में डूब जाओगे।

वाज़िद् जी

गाय, बकरी, मुर्गी, मछली सभी में रक्त एक जैसा ही होता है। प्राण सभी को प्रिय होता है। परमात्मा के दरबार में न्याय के लिए एक बकरी की शिकायत का वर्णन इस प्रकार किया गया है।

''हे प्रभु! काज़ी ने मेरा सिर काट दिया। उसका सिर भी काट दीजिए। गरीबों को, अमीरों को एक ही तरह से न्याय कीजिए।'' इस तरह बकरी परमात्मा से विनती करती है।

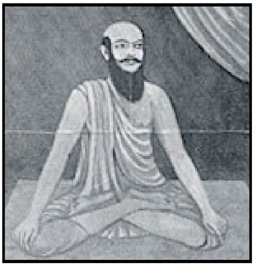
आज की बकरी कल कसाई हो सकता है,
आज का कसाई कल बकरी हो सकता है।

पलटू साहेब

इस्लाम धर्म के वास्तविक संदेशों को गौर से देखने पर पता चलता है कि सभी जीवों में एक ही प्रकार का प्राण है, उन सबमें वही एक परमात्मा ही दिखाई दे रहा है, उसके अतिरिक्त और कोई नहीं है।

हे मौल्वी! तुम्हें जिह्वा-लालसा शोभा नहीं देता, क्योंकि जानवरों के मांस में उनका रक्त भी मिला होता है। तुम जीवों के आत्माओं को दुःख पहुँचाने वाले पापों को क्यों करते हो? याद रखिए कि सभी में उसी एक परमात्मा का प्रकाश विद्यमान है। तुम हज़रत मुहम्मद साहब के आज्ञा के अनुसार से व्यवहार नहीं कर रहे हो। ''निर्दयी ही असली धर्मभ्रष्ट, नास्तिक और नीच है।''

दरिया साहेब



जीव हत्या करने वाला चाहे पूरे कुरान शरीफ़ को रटने पर भी खुद को विद्वान कहने पर भी असल में उनका हृदय जीवों के मांस को खाने से मलिन हो गया है।

परमात्मा के दरबार में पंडितों, मौल्वियों, शुष्क ज्ञान को नहीं देखा जाता। वहाँ तो 'जैसी करनी वैसी भरनी' यानी जैसे कर्म वैसे परिणामों का विधान होता है। खून बदले खून यानी खून के बदले में खून का नियम होता है।

रात-दिन मुसलमान कुरान का पाठ, हिंदू गीता का पाठ करने पर भी यदि उनके भीतर जीवों के प्रति नाममात्र की दया न हो तो वे परमात्मा के सच्चे भक्त नहीं हैं। मांस, मछली खाते हुए नशीले पदार्थों का सेवन करने वाले चंडाल अपने कर्मों का फल भोगते हुए नरक का अनुभव करते हैं।

जिस का हृदय में दया और सहानुभूति नहीं है,
वह दूसरों के दुःख को कैसे समझ सकता है।

कबीर साहेब

मुर्गी मुल्ला से कहती है, ''तुम मुझे निर्दयता से मार रहे हो। जब खुदा तुमसे इसका हिसाब पूछेंगे, तब तुम संकट में पड़ जाओगे। दिन में रोज़ा (उपवास) रखते हो और रात में गाय को मारते हो। ये भक्ति और वो हत्या 'ऐसा करने से परमात्मा कैसे प्रसन्न होगा?

हे मानवों! मैं बार-बार कह रहा हूँ, सुनिए जिसका गला तुम काट रहे हो, वही तुम्हारे गले को काटेगा। हिंदुओं को दया नहीं है। तुर्कों (मुसलमानों) में करुणा नहीं है। दोनों ही चौरासी लाख योनियों के चक्र में घूमते रहते हैं।

मुसलमान यह मानते हैं कि जीव-हत्या करते समय कलमा पढ़ने से मांस 'हलाल' (खाने योग्य) हो जाता है। जब किसी जानवर को मारते समय उसकी चेतनात्मा शरीर को छोड़कर चले जाती है। तब केवल मिट्टी से बना शरीर रह जाता है। आत्म रहित मृत शरीर 'हलाल', अर्थात खाने योग्य कैसे हो सकता है? ऐसे कपटी बाहर से धर्मात्मा के जैसे अभिनय करते हुए हर दिन मस्जिदों में सिर झुका कर मन्नत माँगने पर भी, बार-बार मक्का को, हज यात्रा करने पर भी, उनकी नीच प्रवृत्ति नाश नहीं होता। ऐसे मलिन आत्माओं को कभी भी सत्यज्ञान प्राप्त नहीं होता। ऐसे हिंसा करने वाले, कपट करने वाले और अज्ञान में होने वाले स्वर्ग का मार्ग खोकर नरक को जाते हैं।

कबीर साहेब ने कहा कि जीवों की हत्या करके उनके रूप को 'हलाल' (खाने योग्य) ऐसे कहने वालों को परमात्मा के दरबार में उनसे किये गये कर्मों का हिसाब पूछने पर खुद के मूर्खता के बारे में जान सकेंगे।

हिंसा कभी भी दया को अपने निकट नहीं आने देती।

ईसाई धर्म

"And the flesh of slain beasts in his body will become his own tomb. For I tell you truly, he who kills, kills himself, and who so eats the flesh of slain beasts, eats the body of death."

- Jesus Christ

''मारे गए पशुओं का मांस यदि शरीर में होगा तो वो शरीर एक कब्र के समान होता है। जो किसी की हत्या करता है, वह वास्तव में स्वयं को ही हत्या कर रहा है। मारे गए पशुओं का मांस खाने वाले मृत शरीरों को ही खा रहे हैं।'' – जीसस् क्रैस्ट

ईसा मसीह को आध्यात्मिक ज्ञान ''जॉन द बापिस्ट्'' से प्राप्त हुआ था। वे माँस खाने के विरोध करने वाले एस्सीन (Essene) शाखा से संबंधित थे। जॉन द बापिस्ट भी मांसाहार के प्रबल विरोधी हैं।

ईसा मसीह के बोधों में दो प्रमुख विषय हैं

1.'' तुम हत्या मत करना।''

2.''अपने आप से जैसे प्रेम करते हो वैसे ही पड़ोसी से प्रेम करो।''

इन के बारे में बहुत विचार करेंगे तो क्या यह मान सकते हैं कि ईसा मसीह ने मांस खाने की अनुमति दी थी ?

इसके अलावा डेड सी स्क्राल्स के आधुनिक परिशोधों में तथा अरामाइक भाषा या स्लाव भाषाओं में, उस समय में ईसा मसीह से दिये गये मूल बोधों के अनुवाद द्वारा यह स्पष्ट से जान सकते हैं कि ईसा मसीह मांसाहार के कितने विरोधी हैं। एडमंड जकै द्वारा प्रकाशित पुस्तक "The

जानवरों के प्रति क्रूरता परमात्मा का अपमान करना ही है।

Gospel of Peace of Jesus Christ" में ईसा मसीह के वचनों को इस प्रकार लिखा गया है।

''मैं तुमसे सत्य कह रहा हूँ, औरों की हत्या करने वाला वह स्वयं अपनी ही हत्या करता है। जो वध किए गए जानवरों का मांस खाता है, वह मृत्यु को खाता है, क्योंकि उसके शरीर में उस जानवरों के खून का हर एक बूंद विष के जैसे बन जाता है। उसकी श्वास में मृत पशुओं के श्वास की दुर्गंध होता है, उसका खून मृत पशुओं के खून जैसे उबलता है... और पशुओं की मृत्यु ही उसकी मृत्यु हो जाता है।''

कहा जाता है कि यह बाइबिल प्रभु ईसा मसीह के 'अरामैक' भाषा में कहे गए मूल वचनों का वास्तविक अनुवाद है। यह भी कहा जाता है कि यह प्राचीन हस्तलिखित दस्तावेज़ वाटिकन पुस्तकालय में है। उसमें लिखा गया विषय इस प्रकार है।

कुछ जिज्ञासुओं ने प्रभु ईसा मसीह से प्रश्न किया कि ''हे दैवदूत! आपके पास अमर जीवन का रहस्य है। कृपया हमें बताइए कि हमें किन पापों को करने में सावधानी होना चाहिए, ताकि हमें फिर कभी दु:खों का सामना न करना पड़े?''

इस पर प्रभु ईसा मसीह ने कहा कि ''वास्तविक विषय क्या है कि जो किसी की हत्या करता है, वह वास्तव में स्वयं अपनी ही हत्या कर रहा है। जो वध किए गए जानवरों का मांस खाते हैं, वह वास्तव में अपने ही मृत शरीर का मांस खा रहा है। जानवरों की मृत्यु ही उसकी अपनी मृत्यु है, क्योंकि इस पाप का परिणाम (दंड) मृत्यु से कम नहीं हो सकता।''

''मूक जीवों की हत्या मत करो। वैसे ही मारे गए उन मासूम जीवों का मांस मत खाओ। अन्यथा तुम शैतान के दास बन जाओगे। क्योंकि यह

खाने में,पीने में, सोने में,
सुखों में डूबकर परमात्मा को भूल गए हो।

दु:ख से भरा मार्ग है। वो मृत्यु की ओर ले जाता है। परमात्मा के आज्ञा में जीवन बिताओ, यदि तुम ऐसा करोगे तो उनके दूत जीवन के मार्ग में तुम्हारी सहायता करेंगे। इसलिए परमात्मा की इस आदेश का पालन करो। देखो मैंने तुम्हें पृथ्वी पर अनेक तरह के फलों को, अनाजों को दिया है। मैंने तुम्हें ऐसे अनेक फल उगने वाले वृक्ष दिए हैं। ये सब तुम्हें मांस के स्थान पर दिए गए हैं। रक्त, मांस से युक्त किसी को कभी मत खाओ।'' (The Gospel of Peace of Jesus, p. 48–49)

उन्होंने फिर इस तरह कहा। शाकाहार तुम्हें जीवन और शक्ति को प्रदान करता है। लेकिन यदि ''तुम मृत आहार (मांस) खाओगे तो तुम्हारा आहार ही तुम्हें मारेगा''। क्योंकि ''जीवन हमेशा जीवन को ही देता है'' और ''मृत्यु सदैव मृत्यु को ही देता है।''

ईसा मसीह के निकटतम शिष्यों में से सेयंट मैथ्यू मांसाहार को आध्यात्मिक पतन का संकेत जैसे भाव करते थे। वे मांस नहीं खाते थे। वे आहार में अनाज, फल और सब्जियों को लेते थे।

सेयंट मैथ्यू और सेयंट पॉल का भावना था कि मांस खाना धर्म को नीच स्तर पर ले जाना ही है। ईसाई धर्म में एक वर्ग वाले (Methodists) और सातवे दिन आगम- अनागमाल पर आधारित होने वाले (Seventh-day Adventists) माँस को खाना और नशीला पेय जल को पीना स्पष्ट रूप से निषेध किया। टाल्स्टाय और डुखोबार् (Dukhobar) रूसी के ईसाई प्रामाणिक परंपरा वाले (Orthodox Russian Christian) का अभिप्राय था कि माँस खाना ईसाई धर्म सिद्धांतों के विरुद्ध है। प्रारंभ में अनेक ईसाई फादरों ने माँस खाने का विरोध करते थे, क्योंकि ईसाई धर्म हर जीव के प्रति दया दिखाना का उपदेश देता है। (The Essene Gospel of Peace, पृष्ठ 44-46 के अनुसार)

जो परमात्मा से अपने ऊपर दया दिखाने की प्रार्थना करता है, उसे निर्दोष जीवों पर भी दया दिखानी चाहिए।

ईसाई धर्म के कुछ उपदेश

"चाकू उठाने वाले सभी उसी चाकु से ही नाश हो जायेंगे।"

(सेयंट माथ्यू 26:52)

"हे मेरे पुत्र! तुम सुन कर जानकर बुद्धिमान बनो। अपने हृदय को सीधे मार्ग पर लगाओ। मदिरा पीने वालों से, दुराशा से मांस खाने वालों की संगति मत करो, क्योंकि पियक्कड़ और पेटू दरिद्र हो जाते हैं।"

(नीतिवचन 23:19-21)

"हे लोगों! बैलों को, भेड़ों को, बकरियों को मारना मुझे पसंद नहीं है। अब झूठे चढ़ावे मत लाइए! ऐसे लोगों की प्रार्थना मैं नहीं सुनूँगा। आपके हाथ खून से भरे हुए हैं। अपने आपको धोकर शुद्ध करिए। दुष्कर्मों को, बुराई को करना छोड़ दीजिए। मेरी बात सुनोगे तो पृथ्वी के उत्तम पदार्थों का अनुभव करोगे। यदि नहीं मानोगे और विद्रोह करोगे, तो आप तलवार का शिकार बनोगे।" (यसयाह अ: 1:10-30)

"कोई बिना किसी कारण के किसी जानवर की हत्या करेगा यानी वह जानवर उन पर हमला नहीं कर रहा हो तब भी, शिकार के मनोरंजन के लिए तब भी, या उसके मांस को खाने के लिए तब भी, या उसके खाल के लिए तब भी या उसके दाँतों के लिए तब भी उसे मारता है, तो वो काम पाप से भरा हुआ है। उसका अंत भी उसी जानवर के अंत के समान होगा।"

(Essene Gospel of Peace पृ. 44–46)

"मृत भोजन तुम्हारे शरीर को भी मृत बना देता है। तुम्हारे शरीर को मारने वाले पदार्थ तुम्हारे आत्मा को भी मारेंगे। तुम्हारे भोजन के अनुसार तुम्हारा शरीर भी होगा। वैसे ही तुम्हारे विचारों के अनुसार तुम्हारा आत्मा होगा।" (The Vegetable Fashion, पृ. 64)

जब शव जलता है, तो उससे दुर्गंध आती है। इसी कारण उसे गाँव या नगर से बाहर श्मशान में जलाया जाता है। जब मरा हुआ जीव के मांस को भुना जाता है, तो उससे भी वैसी ही दुर्गंध आती है ना?

लियोनार्दो–दा–विंसी पिंजरों में बंद पक्षियों को देखकर उन्हें स्वेच्छ से छोड़ देते थे। वे कहते थे कि जब मानव स्वतंत्र होना चाहता है, तो वह पक्षियों को, जानवरों को पिंजरों में कैद रखना क्यों ?

संसार के इतिहास पर दृष्टि डालें तो समस्त संसार के शिक्षाविदों, तत्त्ववेत्ताओं, वैज्ञानिकों, कलाकारों, कवियों, लेखकों और धार्मिक नेताओं ने जैसे पैथागरस, प्लूटार्क, न्यूटन, लियोनार्ड़ो–डा– विंसी, डॉ. एनीबिसेंट, अल्बर्ट आइंस्टीन, रेवरेण्ड डॉ. वॉल्टर वॉल्श, जॉर्ज बर्नार्ड शॉ, टॉलस्टॉय, तथा कवि मिल्टन्, पोप, शेल्ली, ग्रीक यूनानी तत्ववेत्ता होने वाले सोक्रेटीस् और अरिस्टाटिल हम जान सकते हैं कि ये सभी शुद्ध शाकाहार हैं। शाकाहार के द्वारा उन्होंने अपने मन को विकसित करना ही नहीं बल्कि सहनशीलता, दया, प्रेम और अहिंसा जैसे गर्व करने लायक स्वभावों को भी वे प्राप्त कर पाए।

जैन धर्म

''जियो – जीने दो''

जैन धर्म के पाँच महाव्रतों में पहला अत्यंत महत्वपूर्ण महाव्रत 'अहिंसा' है। किसी भी जीव को किसी प्रकार का दुःख या कष्ट न पहुँचाना, सभी प्राणियों के प्रति दया, करुणा और प्रेम दिखाना एक महान व्रत के जैसे माना जाता है। वे इसी को महाव्रत कहते हैं।

जैन धर्म के अनुसार जानवरों को बाँधकर रखना, उन्हें दुःख देना, मारना, उन पर अधिक भार लादना भी महापाप माना जाता है।

– वर्धमान महावीर

बौद्ध धर्म

अहिंसा परमो धर्मः

(अहिंसा सभी धर्मों में सर्वोत्तम धर्म है)

बुद्ध के जीवन से अहिंसा से संबंधित एक प्रसिद्ध कथा।

राजा होने वाले बिंबिसार मुक्ति प्राप्त करने के लिए एक हजार पशुओं की बलि देने वाले थे। उनकी आज्ञा के अनुसार पशुपालक अनेक पशुओं को नगर की ओर हाँककर ला रहे थे। भीषण गर्मी में मार खाते हुए वे पशु भयभीत होकर भाग रहे थे।

पशुओं की यह पीड़ादायक दृश्य देखकर भगवान बुद्ध का कोमल हृदय द्रवित हो गया। उन्होंने उनसे पूछा, ''भाइयों! इन पशुओं को कहाँ ले जा रहे हो?''

पशुपालकों ने संक्षेप में उत्तर दिया कि ''महाराज बिंबिसार के यज्ञशाला में इनकी बलि दी जाएगी।''

भगवान बुद्ध की आँखों में आँसू भर आए। वे भी उन पशुओं के साथ-साथ चलते हुए यज्ञशाला पहुँचे। यज्ञ आरंभ हुआ। एक पशु की गर्दन पर तलवार रखकर मंत्रोच्चार किया जा रहा था, ''हे देवताओं! आप सभी पधारें और इस पशु को स्वीकार करिए। यह राजा बिंबिसार के लिए बलि दिया जा रहा है।''

यह सुनकर भगवान बुद्ध का हृदय पिघल गया। उन्होंने कहा ''राजा! थोड़ा सोचिए, प्राण तो कोई भी निकाल सकता है, लेकिन क्या कोई प्राण दे

सकता है ? चाहे कोई कितना ही निम्न जाति का हो, अधम जाति का हो, निरर्थक जाति वालों को भी प्राण प्रिय होता है। कोई भी अपने प्राणों को अर्पण करने के लिए तैयार नहीं होता।

हमारे मन में दया का भाव हो, तभी यह जीवन अमूल्य है। लोग स्वयं निर्दयी होकर, देवताओं से दया की मिन्नत माँगते हैं। देवताओं के लिए मनुष्य और पशु दोनों समान हैं। वास्तव में सभी जीव समान हैं। जिस को यह ज्ञान होता है कि समस्त प्राणी समान हैं, वही श्रेष्ठ मानव कहलाता है।

भगवान बुद्ध ने और इस तरह कहा ''देखिए जो पशु मानवों पर आधारित होकर, उन पर विश्वास करके जीवन बिताते हैं, जो घास-चारा खाकर अमृततुल्य दूध देते हैं, लोग उन्हीं के गले पर छुरी चलाने में भी हिचकिचाते नहीं। पशुओं की हत्या करना घोर पाप है...इस तरह करने से यानी रक्तपात के द्वारा, हत्याओं के द्वारा देवता कभी प्रसन्न नहीं होते। जो अत्याचार करने वालों को, जीवों की हत्या करने वालों को उसके परिणाम भुगतने के लिए तैयार रहना चाहिए।''

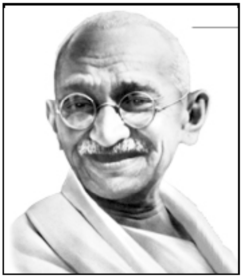
भगवान बुद्ध के दया, प्रेम से भरे इस उपदेश को सुनकर राजा बिंबिसार ने पशुओं की बलि देना छोड़ दिया। इतना ही नहीं उन्होंने बुद्ध के संदेश को अपने सारी प्रजा को घोषित कराया।

इसलिए जानिए कि जानवरों के प्रति दया और करुणा होना चाहिए। जो लोग जानवरों को, पक्षियों को मारते हैं, वे निर्दयी, चंडाल होते हैं।

महात्माओं के अभिप्राय

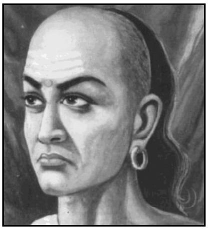
उन्होंने कहा कि ''मांस को खाने से एक व्यक्ति के स्वभाव को हिंसात्मक बना देता है। मांस खाने वाले, मादक द्रव्यों को पीने वालों का शरीर और वीर्य कण भी कलुषित हो जाता है।''

– स्वामी दयानन्द सरस्वती



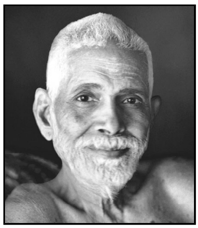
जब महात्मा गांधी जी के पुत्र तीव्र अस्वस्थ होने पर डॉक्टरों ने उनसे कहा कि यदि बच्चे को मांस का सूप न दिया गया, तो बच्चा जीवित रहना असंभव होगा। गांधी जी ने उनकी सलाह स्वीकार नहीं किया। फिर भी उनके पुत्र ने बिना मांस का सूप लिए ही स्वस्थ हो गया।

– महात्मा गांधी



जो मांस खाते हैं या मादक द्रव्यों का सेवन करते हैं, वे मानव के रूप में होने वाले जानवर हैं; वे इस पृथ्वी पर बोझ हैं।

– आचार्य चाणक्य

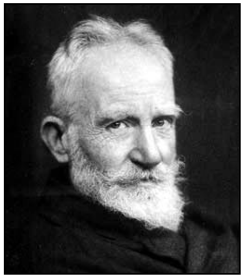


''अहिंसा ही परमोत्तम धर्म है।'' फल, दूध, हरी सब्जियाँ, अनाज आदि सात्त्विक आहारों को उचित मात्रा में लेना चाहिए।

– रमण महर्षि

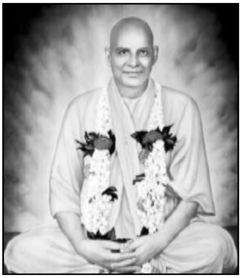
जो जीवों की हत्या करके अपना जीवन जीते हैं, वे अंततः बिमारियों से, दरिद्रता से ही नहीं, बल्कि अपमानों को भी झेलना पड़ता है।

– तिरुवल्लुवार



''जब तक मानव जीवों को हिंसा करते रहेंगे, जीवों की हत्या करते रहेंगे, तब तक युद्ध भी होते रहेंगे।''

– जॉर्ज बेर्नार्ड शॉ



''अहिंसा शुद्ध प्रेम है।'' जहाँ प्रेम होता है, वहाँ अहिंसा भी होता है।

अहिंसा हमें भय रहित बनाती है। जिस प्रकार हाथी के पदचिज़्न में सभी जानवरों के पदचिज़्न समा जाते हैं, उसी प्रकार महान अहिंसा में ही सभी धर्म समाहित हैं।

– स्वामी शिवानन्द

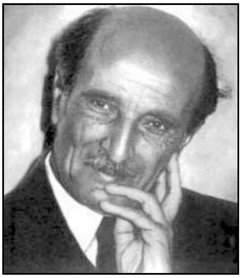
मांस खाने के वजह से उच्च लोक में रहने वाले हम को जो संदेश देना चाहते हैं, उन को ग्रहण नहीं कर पाते।

''मनुष्य हमारे मांस को भोजन के रूप में उपयोग कर लें तो हमें उससे आपत्ति नहीं है, लेकिन उसके लिए वे हमारे साथ जिस प्रकार का व्यवहार

करते हैं, वही हम को अत्यंत पीड़ादायक है।''

सोचिए कि जानवर मानवों से कितना प्रेम करते हैं, मानवों के आनंद के लिए कितना परिश्रम करते हैं, अंतत: अपने प्राणों तक बलिदान दे देते हैं। इसलिए उन्हें हिंसा मत पहुँचाइए, उनसे प्रेम कीजिए।

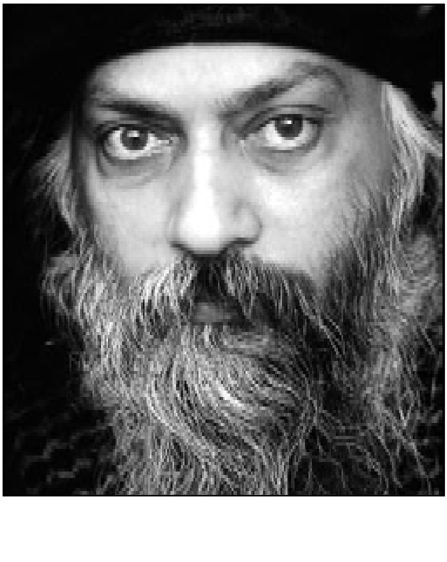
– डोरिन् वर्च्यू



''जो जीवों के मांस को चीरता है, उसका मांस भी चीरा जाएगा। जो उनकी हड्डियाँ तोड़ता है, उसकी हड्डियाँ भी तोड़ी जाएँगी। खून की हर एक बूंद को अपने खून की बूंद से हिसाब चुकाना पड़ेगा।'' यह अटल न्याय सूत्र है। – मैखल नेमी

''ओशो''

जानवर हमारे सहोदर हैं। आपके भोजन के लिए एक जानवर की हत्या करने का विचार ही अमानवीय है। कोई भी जानवर की हत्या नहीं होनी चाहिए। पृथ्वी पर जिस प्राणी की आवश्यकता है, वह जीवित रहेगा।



वैसे ही कोई जानवर पृथ्वी पर आवश्यक नहीं हो तो चाहे उसे मारें या न मारें पृथ्वी पर वह जानवर अदृश्य हो जाता है।

– – – –

पृथ्वी पर खाने के लिए इतना अधिक शाकाहार होने पर,

केवल भोजन के लिए जानवर की हत्या करना ही प्रश्न का विषय है। यदि शाकाहार न हो, तो बात अलग है। लेकिन जब भरपूर शाकाहार है, तो फिर हत्या क्यों करते हो? एक शरीर को क्यों नाश करते हो?

तो फिर नर माँस भक्ष बन सकता है ना। मनुष्य को मारने में क्या गलती है? मनुष्य का मांस तो और भी स्वादिष्ट होता है ना। मनुष्य का मांस खाना भी शुरू किया जा सकता है ना?

– – – –

जानवर मानवों के भाई–बहन, सगे हैं, क्योंकि उन्हीं से मानव आया है। वो हमारा परिवार है। मानव को मारना यानी विकसित जानवर को मारना है, जानवर को मारना यानी विकसित होने वाले मानव को मारना है। दोनों समान है। कारण यह है कि एक समय के जानवर ही विकसित होकर मनुष्य के रूप में परिवर्तित हो रहे हैं।

पहली कक्षा में पढ़ने वाले एक बालक को मारा जाए या विश्वविद्यालय में उच्चतम शिक्षा प्राप्त करने वाले युवक को मारा जाए तो कोई बड़ा अंतर नहीं है।

तुम्हारे पत्नी को मारकर खा सकते हैं ना? पत्नी तो बहुत सुंदर, मधुर होती है ना। आपके माँ को क्यों नहीं खा सकते? तुम्हारे पति को, बच्चों को भी खा सकते हैं। वे बहुत स्वादिष्ट होते हैं।

यह समस्या धार्मिक नहीं है। मैं आपको फिर याद कराना चाहता हूँ कि यह सौंदर्योपासना का विषय है।

कहा जाता है कि सेयंट फ्रान्सिस् के कंधों पर पक्षियाँ आकर बैठते थे। ऐसी कथाएँ भी हैं कि मछलियाँ उन्हें देखने के लिए नदी से ऊपर उछल आती थी। जानवरों के जाति से उनका इतना गहरा संबंध था। वे पौधों को

अपनी बहन, पक्षियों को अपने भाई कहकर संबोध करते थे।

वे ही नहीं, बल्कि भारत के समस्त महान भक्तों, प्रवक्त होने वाले कपिल, व्यास, पाणिनि, पतंजलि, शंकराचार्य, आर्यभट्ट आदि तथा इस्लाम के सभी महान सूफ़ी भक्त शिखा मणियों ने और "अहिंसो परमो धर्मः" इस तरह अहिंसा पाठ को बोध करने वाले गौतम बुद्ध, जीसस्, महावीर, गुरु नानक और महात्मा गांधी – इन सभी ने बताया है कि मांसाहार सद्मार्ग के चिंतन और धर्म के पालन में अवरोध है। अंत में यह जान लीजिए कि "शाकाहार ही श्रेष्ठ है और मांसाहार पापाहार है।" मांसाहार को छोड़ दीजिए, शाकाहारी बनिए, ध्यान करिए।

Programs by the Tatavarthy's that will be broadcasted on YouTube:

a) Channel name: **Tatavarthy Veera Raghava Rao**

This channel has 2,000+ videos featuring messages from Mr and Mrs Tatavarthy.

b) PMC has also launched a YouTube channel for Brahmarshi Tatavarthy Veera Raghava Rao.

Channel name: **Brahmarshi Tatavarthy Veera Raghava Rao.**

c) For messages from trainees who have trained under Mr. and Mrs. Tatavarthy, watch the Tatavarthy Spiritual Trainees YouTube channel.

d) You can also go directly to the YouTube app, type Tatavarthy Veera Raghava Rao in the search bar, and watch all the Mr. and Mrs.Tatavarthy videos.

शाखाहार
पिरमिड
वसा, मिठाइयाँ
कम इस्तेमाल करें
(तरल तेल चुनें)
फोर्टिफाइड डेयरी विकल्प
1 - 2 कप
बीन्स, बीज
1 - 2 कप
नट्स: 1-2 औंस
संपूर्ण अनाज
3 - 5½ कप
सब्जियाँ
2 - 4 कप
फल
1½ - 2½ कप
मिठाइयाँ
नमक
काजू दूध
Almond Milk
Soymilk
सोया दूध
वनस्पति तेल
नाक
मकई
जई
जाई
चावल
पास्ता
पीनट बटर
बादाम बटर
मिलेट
कोल्ट
जैतून का तेल
पानी: 8 कप (सक्रिय होने पर अधिक), सभी सर्विंग दैनिक हैं।
Grok

श्री तटवर्ती वीर राघवराव के हिन्दी किताब

1. आत्म शास्त्र ।..Rs.200/-
2. ध्यान विद्या ।..Rs.160/-
3. भगवद् गीता का सार ।..Rs.160/-
4. सत्य मार्ग ।..Rs.160/-
5. मरने से पहले मरना है।..Rs.130/-
6. गाईडिंग ध्यान क्यों नहीं ?..Rs.120/-
7. भगवान कौन है।..Rs.120/-
8. कर्म सिद्धांत ।..Rs.120/-
9. विज्ञान का अर्थ - निहितार्थ ।..Rs.120/-
10. ब्रह्म ज्ञान ।..Rs.100/-
11. यह जीवन क्यों है ?..Rs.100/-
12. मेहर बाबा का संदेश ।..Rs.100/-
13. कौन सा ध्यान सही है ?..Rs.100/-
14. इच्छाओं के कारण होने वाली हानियाँ..Rs.100/-
15. शंकराचार्य जी का ज्ञान संदेश..Rs.100/-
16. कठोपनिषद्..Rs.100/-
17. उपमान ज्ञान संदेश..Rs.100/-
18. शिरडी साई के संदेशों..Rs.100/-
19. मरने के बाद, साथ में आने वाले विषयों ।..Rs.80/-
20. भगवत के दृश्यों का अर्थ ।..Rs.80/-
21. आत्म हंतक कौन होता है ।..Rs.70/-
22. स्त्री जन्मों में सीखने वाले विषयों, पुरुष जन्मों में सीखने वाले विषयों।..Rs.70/-
23. दुख निवारण का मार्ग..Rs.75/-
24. उत्तम पुरूष..Rs.60/-
25. आर्थिक स्थिति बढाना है तो ?..Rs.60/-
26. निर्वाण मार्ग..Rs.60/-
27. बुद्धि विकसित होने वालों का व्यवहार।..Rs.60/-
28. विदुर के संदेशों..Rs.50/-
29. ''जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए ?''..Rs.50/-
30. सत्य..Rs.50/-
31. क्या हम इस लोक के वासी हैं या परलोक के वासी हैं ?..Rs.50/-
32. गुरू को पहचानना कैसे ?..Rs.50/-
33. विद्यार्थियों के विकास के लिए ध्यान विद्या..Rs.50/-
34. शाकाहार ही मानव का आहार है!..Rs.50/-
35. ब्रह्मं क्या है ?..Rs.50/-
36. शंकराचार्य जी का जाग्रत पंचक..Rs.50/-
37. शंकराचार्य जी का निर्वाण शट्कम..Rs.50/-
38. चैंपियन बनना हो तो ?..Rs.50/-
39. तीन प्रकार के जीवन..Rs.50/-
40. अहिंसा और शखाहार..Rs.50/-
41. संकल्प अर्थात ?..Rs.40/-

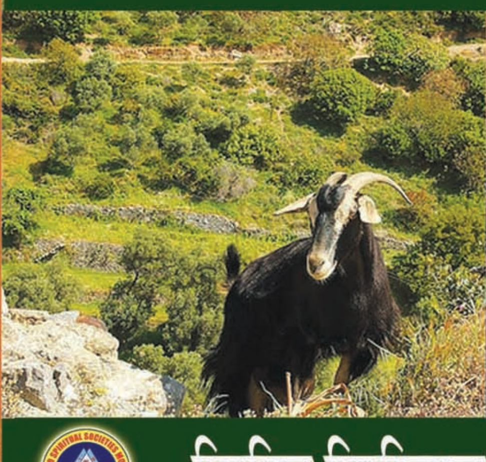
प्रेम से पालना... क्या क्रूरता से मारने के लिए ?

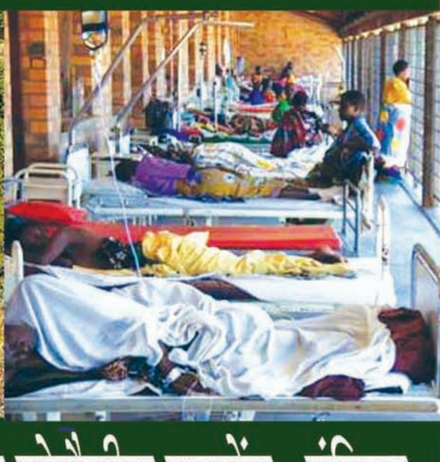
हम मानव हैं - प्रेम ही हमारा धर्म है!

Please visit our website "www.tst.org.in"

पत्तियाँ खाने वाली बकरियाँ पहाड़ों पर चढ़ रही हैं...

बकरियों को खाने वाले मानव बिस्तरों पर चढ़ रहे हैं।





पिरमिड़ स्पिरिच्युल सोसैटीस् मूवमेंट्- इंडिया