View animals as sentient beings, not as commodities or property

Use products that have not been tested on animals

If there is no demand for animal derived products, the supply will automatically diminish

Horse racing is big business in which the horse is always the loser

Boycott entertainment that is a result of animal abuse

Eating an animal, or even feeding an animal to another animal, is cruel and unethical

Avoid patronising establishments that serve non-veg foods

Shun elephant ivory and rhino horn products

The absence of a green symbol indicates the presence of animal ingredients

It's human to be humane

Meat and leather are slaughter house products

It is cruel to train and force animals and birds to compete with, or fight, each other

The best time to plant a tree was 25 years ago – the second best time to plant a tree is today

Flying kites with *manja* kills birds

The process of tanning leather is extremely harmful for workers and the environment

Shoot with the camera, not the gun

Wear something that did not kill any living thing

Joy rides are cruel and illegal, not joyous for camels, ponies and elephants

Non-human families matter

Angling is sadistic, akin to hunting wildlife

Do not cage birds

Ethical investment does not result in blood money

Do not visit zoos – they are animal jails

Bone china is made of animal bones

Eat and use non-animal products

Aquariums are underwater prisons

Wool is synonymous with cruelty and death

Leather subsidises meat

Wild elephants and their habitats need safeguarding

No meat, no heat

Silk represents the death of 1500 silk moths for every 100 grams of fabric

Perform symbolic *bali* – the ritualistic sacrifice of bananas, pumpkins or sugarcane

hinsa vs. ahinsa

Corals and pearls have a background of killing and pain

Sixth edition

Beauty Without Cruelty

Adopt a mutt and gain a life-long loyal friend

Do not eat fish because they feel pain just like humans

Go Veg

India's non-vegetarians can help climate change by giving up eating meat at least every Sunday

Do not wait for creatures to be endangered to care for them

Veganism means living with compassion

Animals: dead or alive it is up to you

Condemn the illegal trade and use of wildlife body parts

A catapult injures birds and small animals and can even kill them

"Cruelty-free" products are not necessarily free of animal ingredients

Do not buy peacock feathers

Oppose genetic modification of animals and vegetables

Circuses inflict hunger, torture and fear upon animals and birds

Veganism is good for every one and for the animals saved

Do not view wetlands as wasteland

Tail-docking, ear-cropping, de-barking, filing teeth and removing dewclaws of dogs is cruel

Animals such as rabbits are specially bred to be killed for their fur

Fire crackers harm the elderly, babies, animals, birds and the environment

Greyhounds are taught to race by being made to tear apart "live lures" like cats and rabbits.

Value nature and safeguard all life

Meat = Murder

Human happiness is enhanced by making animals happy

Choona is made from crushed shells for which marine lives are killed

Do not use animal fur or reptile skin

Poultry is egg before birth and flesh after death

Honey is the food bees make for themselves

Respect for animals, birds and fishes is as important as respect for fellow humans

Use synthetic or man-made bristle paint brushes

Organic products can be non-veg

Cruelty to animals in childhood leads to crime in later life

"Herbal" products can also contain animal substances

Wild animals belong to the wild

Do not eat carcasses

Friendship means living in harmony with wildlife too

There is no such thing as a "by-product" of cruelty or killing

Beauty Without Cruelty
is a way of life which causes
no creature of land, sea or air
terror, torture or death

www.bwcindia.org

ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी
एक ऐसी जीवनपद्धति है जो किसी जीव को
चाहे वो भूमि, जल अथवा वायु का हो
भय, पीड़ा अथवा मृत्यु नहीं पहुँचाती

hinsa vs. ahinsa

Thousands of Hinsa vs. Ahinsa emails are sent out every fortnight. Each theme is based on Beauty Without Cruelty's motto and can be viewed at http://www.bwcindia.org/Web/Awareness/HinsaVsAhinsa/HinsaVsAhinsa1.html

For the benefit of those BWC members who prefer printed versions, 25 selected numbers are presented in this sixth print edition commemorating Beauty Without Cruelty's 42nd birthday and the Jain *Paryushan* in September 2016.

Beauty Without Cruelty asks you to follow
a lifestyle of minimum harm in all aspects —
food, clothing, entertainment, etc.
If you are doing it for enjoyment, do no harm.
If you are doing it for survival, do minimum harm.
If you can do with a less harm-causing alternative, adopt it.
If you can't, question it.
Finally apply the golden rule to what you are doing:
put yourself in the place of the victim of your action.
Listen to your conscience — the voice inside.
It is the voice of truth.

The Hinsa vs. Ahinsa production team:
Diana Ratnagar (Conceptualisation & English Editor)
Bharat Kapadia (Hindi Editor)
Shashi Kumar (Designer), Mudra (Printers)

Hinsa vs. Ahinsa is printed on paper free of animal substances.

Special thanks: Khurshid Bhathena, Dinesh Dabholkar, Kant Dabholkar, Nitin Gaikwad, Kalpana Raipure, Kamala Ramchandani, Rahul Shinde, Sachin Swargiya & Madhulika Varma.

Some pictures in this book have been taken from the Internet. It is not BWC's intention to infringe anyone's copyright but, if that has happened inadvertently, we apologize most sincerely, and thank the photographers for helping us promote animal rights.

Donations, big or small, will be greatly appreciated — and are exempted under section 80G of the Income Tax Act, 1961. Please send your contributions in the name of Beauty Without Cruelty payable at Pune.

प्रत्येक पखवाडे हिंसा बनाम अहिंसा के ई-मेल हज़ारों लोगों को भेजे जाते हैं। ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी के आदर्श-वाक्य पर आधारित प्रत्येक विषय-वस्तु को हमारी वेबसाईट पर देखा जा सकता है। http://www.bwcindia.org/Web/Awareness/HinsaVsAhinsa/HinsaVsAhinsa1.html

मुद्रित सामग्री पाने को इच्छुक बी डब्ल्यू सी के सदस्यों के लिए ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी की ४२ वीं वर्षगांठ के अवसर पर एवं सितम्बर २०१६ के दौरान मनाये जाने वाले जैन पर्युषण पर्व पर प्रकाशित इस छठवे मुद्रित संस्करण में चुनिंदा २५ विषय-वस्तुओं की प्रस्तुति की गई है।

ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी अन्न, वस्त्र और मनोरंजन के मामले में
प्राणियों को कम से कम हानि पहुँचे, ऐसी जीवनशैली अपनाने का आग्रह करती है।
यदि आप सुख-उपभोग के लिए ऐसा करते हैं, तो तनिक भी हानि न पहुँचाएं।
यदि आप अपने अस्तित्व के लिए ऐसा करते हैं, तो कम से कम हानि पहुँचाएं।
यदि आप कम हानिकारी विकल्प से चला सकते हैं, तो उसे अपनाएं।
यदि आप स्वयं नहीं कर पाते, तो उसके बारे में सवाल करें।
अंततः आप जो करते हैं, उसके लिए स्वर्ण-कसौटी लागू करें।
आपके उस कार्य से जिसे हानि पहुँचने वाली है, उस शिकार के स्थान पर स्वयं को रखें।
अपनी अंतरात्मा की — अपने भीतर की आवाज़ को सुनें।
यही सत्य की आवाज़ है।

हिंसा बनाम अहिंसा दल:
डायना रत्नागर (संकल्पना और इंग्लिश संपादक)
भरत कापडीआ (हिंदी संपादक)
शशि कुमार (डिज़ाइनर), मुद्रा (प्रिन्टर्स)

हिंसा बनाम अहिंसा प्राणिज घटक मुक्त कागज़ पर मुद्रित है।

विशेष आभार: खुर्शीद भाथेना, दिनेश दाभोळकर, कान्त दाभोळकर, नितीन गायकवाड, कल्पना रायपुरे, कमला रामचंदानी, राहुल शिंदे, सचीन स्वर्गीय और मधुलिका वर्मा।

पुस्तक में कुछ तस्वीरे इंटरनेट से ली गई हैं। किसी के कॉपीराईट हनन का बी डब्ल्यू सी कतई मंशा नहीं रही है। परन्तु, यदि अनजाने में ऐसा हुआ है, तो उसके लिए हम अंतःकरण से क्षमाप्रार्थी हैं। और उन छायाचित्रकारों को पशु-अधिकार के कार्य को आगे बढ़ाने में सहयोग हेतु हम उनके आभारी हैं।

छोटा या बड़ा प्रत्येक दान कृतज्ञतापूर्वक स्वीकार किया जाता है। जोकि, आयकर की धारा ८०-जी के अंतर्गत कर-मुक्त है। अपना योगदान पुणे में देय चेक/ड्राफ्ट के द्वारा ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी के नाम से भेजें।

hinsa vs. ahinsa

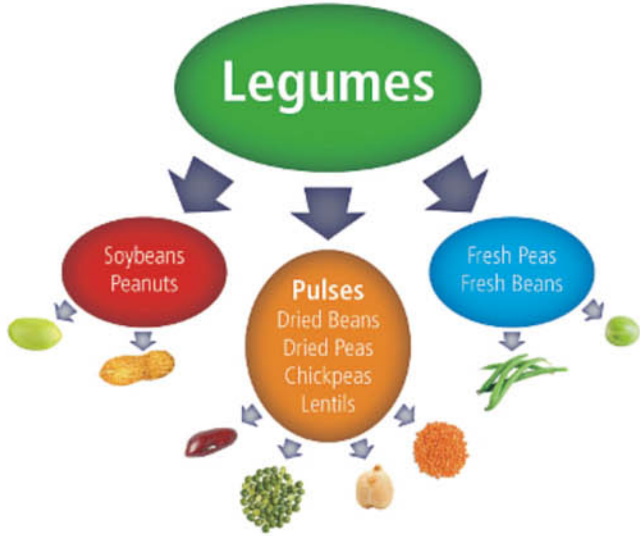
International Year of Pulses
अंतर्राष्ट्रीय दलहन वर्ष

www.bwcindia.org

To heighten public awareness of the nutritional benefits of pulses, the Food & Agriculture Organisation of the UN is promoting 2016 as the International Year of Pulses.

दलहन के पोषण विषयक लाभों के प्रति जन जागरुकता बढाने के लिए संयुक्त राष्ट्र का खाद्य एवं कृषि संगठन २०१६ के वर्ष को अंतर्राष्ट्रीय दलहन वर्ष के रुप में प्रचारित कर रहा है।

Pulses are derived from legumes and are high in protein and fibre, and low in fat. They form a vital part of a healthy diet.



फलीदार पौधों से दलहन पाए जाते हैं।
इनमें प्रोटीन और रेशे उच्च मात्रा में और चर्बी कम मात्रा में होती हैं।
स्वास्थ्यप्रद संतुलित आहार का ये अनिवार्य हिस्सा हैं।

Make a resolution to consume pulses regularly – and stick to it throughout 2016 and beyond.

२०१६ के दौरान आप दलहन का नियमित प्रयोग करने का संकल्प लें - साल के दौरान नहीं, आगे भी उसे निभाएं।

www.bwcindia.org

hinsa vs. ahinsa

Makar Sankranti

14 January

मकर संक्रांति

१४ जनवरी

Kite-strings are coated with colours and powdered glass to make deadly *manja*.

पतंग की डोर रंग एवं कांच के चूरे से बने
घातक मांझे से आवृत्त होती है।

Not all birds entangled in *manja* are lucky enough to be rescued. Many birds as well as humans have been seriously injured by *manja*.

मांझे में फंसे तमाम पक्षी अपने बचाव के लिए
पर्याप्त सदभागी नहीं होते हैं। बहुत सारे पक्षी एवं मनुष्य
मांझे के कारण गंभीर रुप से चोटग्रस्त होते हैं।

Use un-coated string (instead of *manja*) to fly kites during *Makar Sankranti*.

मकर संक्रांति के पर्व के दौरान पतंग उड़ाने के लिए मांझे के स्थान पर लेपरहित सादे धागे का प्रयोग करें।

World Wetlands Day

2 February

विश्व जलमयभूमि दिवस

२ फरवरी

Wetlands for our Future

Wetlands host a huge variety of life, protect our coastlines, provide natural sponges against river flooding, and store carbon dioxide to regulate climate change.

जलमयभूमि में विशाल जीववैविध्य रहता है, ये हमारे समुद्री तट को सुरक्षित रखते हैं, नदी की बाढ़ के खिलाफ कुदरती स्पंज प्रदान करते हैं और जलवायु परिवर्तन के नियंत्रण के लिए कार्बन डाई ऑक्साइड का संचय करते हैं।

Do not view wetlands as wasteland.

जलमयभूमि को बंजरभूमि के रुप में न देखें।

World Pangolin Day

Third Saturday of February

विश्व पेंगोलिन दिवस

फरवरी का तीसरा शनिवार

hinsa vs. ahinsa

www.bwcindia.org

Thousands of pangolins are trapped and killed for their meat, bile, scales and claws. The carcasses are smuggled out of India to Nepal, Myanmar and China where they are perceived to be of medicinal value.

हज़ारों पेंगोलिन को उनके मांस, पित, स्केल (शरीर पर की धारीदार लकीरें) और नख के लिये फांस कर मारा जाता हैं। उनके शव की तस्करी भारत से नेपाल, म्यंमा और चीन में होती है, जहां उनका औषधीय मूल्य है।

Finger rings, boots and coats are also made of pangolin scales.

अंगूठी, जूते और कोट भी पेंगोलिन की खाल से बनते हैं।

Condemn the illegal trade and use of pangolin body parts.

पेंगोलिन के अंगों के अवैध व्यापार और प्रयोग की भर्त्सना करें।

hinsa vs. ahinsa

World Wildlife Day

3 March

विश्व वन्यजीवन दिवस

३ मार्च

www.bwcindia.org

Elephants are tragically killed by speeding trains, electrocuted, or poached for ivory in forest reserves.

The future of elephants is in our hands.

हाथियों का भविष्य हमारे हाथों में है।

हाथियों को दु:खद रुप से द्रुत गति ट्रेन से, बिजली के झटके से या हाथीदांत के लिए वन की शरण-स्थली में शिकारी के हाथों मौत मिलती है।

Illegally captured from the wild, calves are subjected to torturous training in camps to shift logs. Others are made to perform for temples and circuses, give joy-rides and beg on the streets, or are displayed in zoos.

जंगल से अवैध रुप से पकडे गए हाथी के बच्चों को शिबिरों में लकड़ी के लट्ठे हटाने का यातानापूर्ण प्रशिक्षण दिया जाता है। अन्यों को मंदिर और सर्कस में काम करने, आनंद की सवारी के लिये या चिड़ियाघरों में प्रदर्शन के लिये बाध्य किया जाता हैं।

Wild elephants and their habitats need safeguarding.

जंगली हाथी और उनके प्राकृतिक निवास को सुरक्षा प्रदान करनी चाहिये।

International Day of Happiness

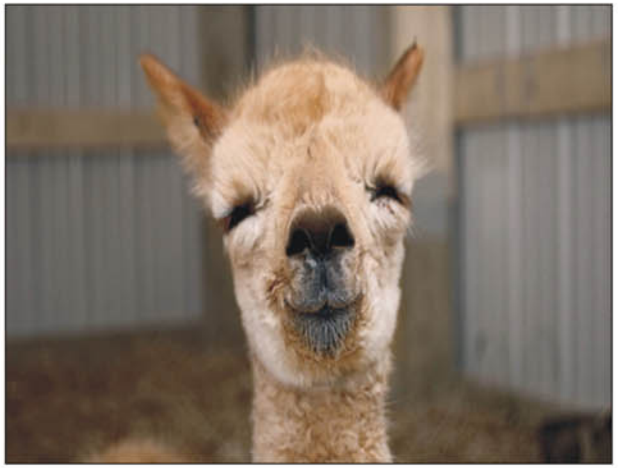
20 March

अंतर्राष्ट्रीय ख़ुशी दिवस

२० मार्च

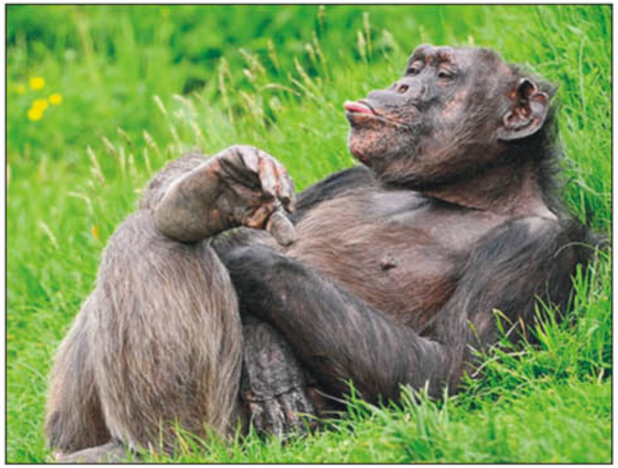
www.bwcindia.org

hinsa vs. ahinsa



To attain global happiness, economic development must be accompanied by social and environmental well-being. Happiness and laughter are not experienced by humans alone. Animals can be happy, joyful, cheerful and contented too.

वैश्विक ख़ुशी पाने के लिये, विकास को सामाजिक और
पर्यावरणीय कल्याण के साथ जोड़ना पड़ेगा।
ख़ुशी और हंसी ऐसी चीज़ें नहीं,
जिन्हें केवल मनुष्य अनुभव कर सकता है।
प्राणी भी खुश होते है। आनंदित, संतुष्ट भी हो सकते हैं।



Human happiness is enhanced by making animals happy.

मनुष्य की ख़ुशी प्राणियों को खुशी देकर बढ़ सकती है।

hinsa vs. ahinsa

Prevention of Cruelty to Animals Month

April

प्राणी अत्याचार निवारण माह

अप्रैल

www.bwcindia.org

Prevention of cruelty to animals should not be limited to wildlife, dogs and cats, cows or birds.

प्राणी अत्याचार वन्य-जीवन, कुत्ते और बिल्लियाँ,
गाय अथवा पक्षियों तक ही सीमित नहीं रहना चाहिए।

We should not overlook chickens and goats specially bred to be killed for their meat.

हमें चूज़े और बकरियों की भी अनदेखी नहीं करनी चाहिए,
जिन्हें विशेष कर मांस के लिए क़त्ल करने हेतु पाला जाता है।

Eating an animal, or even feeding an animal to another animal, is cruel and unethical.

किसी पशु को खाना या अन्य पशु को खिलाना क्रूरतापूर्ण एवं अनैतिक है।

www.bwcindia.org

World Health Day

7 April

विश्व आरोग्य दिवस

७ अप्रैल

hinsa vs. ahinsa

Diabetes is a chronic disease that occurs when the pancreas does not produce enough insulin. Despite medication, over time all major organs get seriously affected due to high blood sugar.

डायबिटिज़ एक स्थायी रोग है, जोकि, पाचक-ग्रंथि के द्वारा पर्याप्त इन्सुलिन नहीं बनाने की स्थिति में होता है। दवाई लेने के बावजूद, समय के चलते सभी बड़े अंग उच्च रक्त शर्करा के कारण गंभीर रुप से प्रभावी होते हैं।

DIABETES

Lifestyle changes can prevent or delay diabetes. Turning vegan can even reverse diabetes.

जीवनशैली में परिवर्तन से डायबिटिज़ पर रोक लगती है, या उसमें विलंब होता है। विगन जीवनशैली अपनाने से डायबिटिज़ को वापस मोड़ा जा सकता है।

Veganism is good for every one, whether diabetic or not diabetic, and for the animals saved.

विगन जीवनशैली सभी के लिये अच्छी है, चाहे वह डायबिटिक हो या नहीं, और बचाये गए प्राणियों के लिये।

World Circus Day

Third Saturday of April

विश्व सर्कस दिवस

अप्रैल का तीसरा शनिवार

www.bwcindia.org

Ever since BWC convinced the government to ban bears, monkeys, tigers, panthers and lions in circuses, we have been trying to get them to also ban elephants, camels, horses, ponies, dogs, cats, birds and fish that continue to be subjected to hunger, torture and fear.

बी डब्ल्यू सी के द्वारा भालू, बन्दर, बाघ, तेंदुआ और शेर का खेल सर्कस में प्रतिबंधित करने के लिए सरकार को राजी करने के बाद अब हम उन्हें हाथी, ऊँट, घोड़े, टट्टू, कुत्ते, बिल्ली, पक्षी और मछली, जिन्हें भूख, सितम और भय का शिकार बनना पड़ता है, के खेल के उपर भी प्रतिबंध लगाने के लिए मनाने में हम लगे हैं।

Circuses without animals are becoming exceedingly popular all over the world.

दुनिया भर में बिना प्राणी के सर्कस अधिक से अधिक लोकप्रिय होते जा रहे हैं।

Boycott Circuses with Animals.

प्राणियों वाले सर्कस का बहिष्कार करें।

International Respect for Chickens Day

4 May

अंतर्राष्ट्रीय चूज़ा सम्मान दिवस

४ मई

www.bwcindia.org

hinsa vs. ahinsa

**It matters not which came first,
the chicken that can't appear without an egg,
or the egg that can't appear without a chicken.**

इस बात से कोई फर्क नहीं पड़ता कि कौन पहले आया,
चूज़ा, जो कि अंडे के बिना आ नहीं सकता,
या कि अंडा, जो कि चूज़े के बिना आ नहीं सकता।

**Chicken and egg production is one of
the greatest causes of animal death and suffering.**

चूज़ा और अंडा उत्पादन पशुओं पर अत्याचार और मौत का एक बड़ा कारण है।

Go Veg!

शाकाहारी बने!

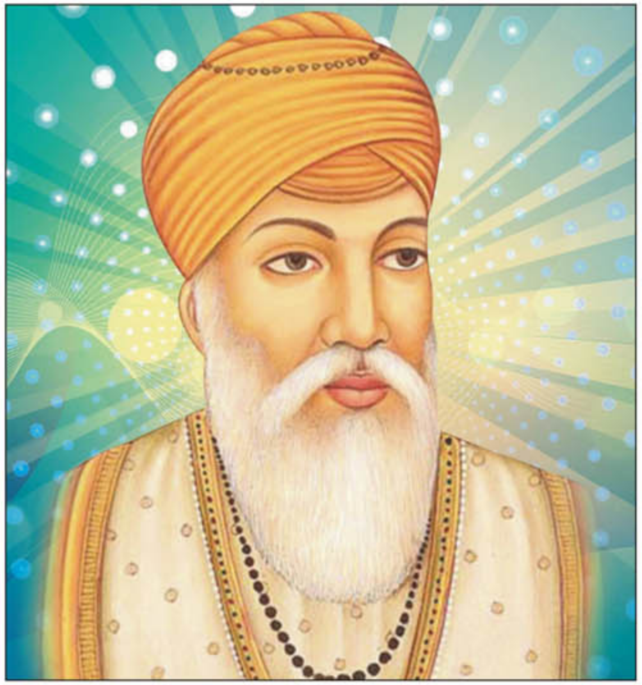
Sant Kabir Jayanti

23 June

संत कबीर जयंती

२३ जून

Sant **Kabir (1440 – 1518),**
a mystic poet whose writings influenced
the *Bhakti* movement declared,
"He who kills an animal or eats animal flesh
is a murderer in God's *darbar*."



संत कबीर (१४४०-१५१८),
रहस्यवादी कवि, जिनके वचनों ने भक्ति आंदोलन को
प्रभावित किया, ने घोषणा की,
"वह जो पशु को मारता है अथवा पशु का मांस खाता है,
वह भगवान के दरबार में कातिल है।"

Meat = Murder

मांस = हत्या

www.bwcindia.org

hinsa vs. ahinsa

Van Mahotsav Week

1-7 July

वन महोत्सव सप्ताह

१-७ जुलाई

Van Mahotsav Week **is an annual tree-planting festival of India initiated in 1950.**

वन महोत्सव सप्ताह वार्षिक वृक्षारोपण पर्व है, जिसका प्रारंभ १९५० मे हुआ था।

Actual picture

Planting trees serves many purposes like food and shelter for animals and birds.

वृक्षारोपण से प्राणियों और पक्षियों के लिये आश्रय स्थान जैसे कई उद्देश्यों की पूर्ति होती है।

How about planting a sapling today?

आज ही एक पौधा बोने के बारे में आपका क्या खयाल है?

hinsa vs. ahinsa

Mutt Day

31 July

दोगला कुत्ता (मठ) दिवस

३१ जुलाई

www.bwcindia.org

A mutt is a unique, one-of-a-kind, mixed-breed dog that has inherited the good qualities of at least two breeds and is therefore smarter, healthier and lives longer than pure bred dogs.

मठ (दोगला कुत्ता) अर्थात् एक लाजवाब किस्म का मिश्र नस्ल का कुत्ता, जिसमें कम से कम दो नस्ल के गुण होते हैं, अतः वे अधिक बुद्धिमान, अधिक तंदुरुस्त होते हैं और शुद्ध नस्ल के कुत्तों की अपेक्षा इनकी आयु लंबी होती है।

Adopt a mutt and gain a life-long loyal friend.

दोगला कुत्ता गोद लें व जीवन भर के लिये वफादार दोस्त पायें।

www.bwcindia.org

hinsa vs. ahinsa

International Friendship Day

First Sunday of August

अंतर्राष्ट्रीय मैत्री दिवस

अगस्त का प्रथम रविवार

Humans have encroached on forest land. Wildlife does not know the new forest boundaries. They therefore stray into human occupied areas and fields, resulting in man-animal conflicts.

मनुष्यों ने वन्य भूमि पर अतिक्रमण किया है। वन्यजीवों को नई सिकुड़ी हुई सीमा पता नहीं है। इसी कारण से वे मनुष्यों के द्वारा अधिगृहित क्षेत्रों और खेत भूमि में घूमते रहते हैं, फलतः मनुष्यों और प्राणियों में संघर्ष होता रहता है।

Capturing wildlife, usually with live bait, and relocating is no solution. Declaring nilgai, wild boar, porcupine, deer, hare, monkey, parrots and other wildlife as vermin and shooting them, is as bad.

जीवित चारे के द्वारा वन्य प्राणी को पकड़ना और बाद में अन्यत्र स्थानांतरित करना कोई हल नहीं हैं। नीलगाय, जंगली सूअर, साही, हिरन, खरगोश, बंदर, तोते और अन्य वन्य जीवों को हानिकारी जीव घोषित कर मार डालना गलत है।

The answer is to adapt by understanding that if animals are left undisturbed, they do not harm.

यदि प्राणियों को छेड़ा न जाएँ, तो वे भी कोई हानि नहीं पहुंचाते, इस समज़दारी से उनके साथ अनुकूलन साधना ही इसका सही हल है।

Friendship means living in harmony with wildlife too.

मैत्री का अर्थ वन्यजीवों के साथ भी संवादिता के साथ रहना।

Dog Day

26 August

श्वान दिवस

२६ अगस्त

Sadistic people enjoy bloody dog-fights. Illegal breeding of pit bulls to fight each other to death is spreading in India. Training involves chasing and killing smaller dogs, cats and chickens, so quite often they attack children too.

परपीड़क लोग रक्तरंजित श्वान-युद्ध का आनंद लेते हैं। पिट बुल कुत्तों को मरते दम तक परस्पर लड़ाने के लिये अवैध रुप से पालने का प्रचलन भारत में ज़ोरों पर है। प्रशिक्षण में छोटे कुत्तों, बिल्लियों और चूज़ों के पीछे भागना और मार डालना सम्मिलित हैं। इस आदत के चलते वे अक्सर छोटे बच्चों के ऊपर भी आक्रमण कर बैठते हैं।

No dog deserves this... both winners and losers suffer gouged eyes, ripped ears, bitten-off tongues, ruptured windpipes and other ghastly injuries.

किसी भी कुत्ते के साथ ऐसा व्यवहार सर्वथा अनुचित है... विजेता और पराजित दोनों कुत्ते फूटी आँख, कटे हुए कान, कटी हुई जीभ, टूटी हुई श्वासनली और भयावह चोट से पीड़ित होते हैं।

This is no way to treat man's best friend.

मनुष्य के श्रेष्ठ मित्र के साथ इस तरह व्यवहार नहीं करना चाहिए।

www.bwcindia.org

hinsa vs. ahinsa

National Nutrition Week

1-7 September

राष्ट्रीय पोषण आहार दिवस

१-७ सितम्बर

The best nutrition is healthy food.

स्वास्थ्यदायी आहार सर्वोत्तम पोषण है।

Healthy food contains no flesh.

स्वास्थ्यदायी आहार में मांस नहीं होता है।

Do not eat Animals.

प्राणियों को न खाएं।

hinsa vs. ahinsa

World Tourism Day
27 September

विश्व प्रवासन दिवस

२७ सितंबर

World Rivers Day
Last Sunday of September

विश्व नदी दिवस

सितंबर का अंतिम रविवार

www.bwcindia.org

**Tourism is harming our rivers.
Anglers are lured to India to
fish for fun in our sacred rivers.**

प्रवासन के कारण हमारी नदियों को हानि पहुँचती हैं।
मच्छी पकड़ने वालों को हमारी पवित्र नदियों में आनंद-प्रमोद के लिये
मच्छी पकड़ने के लिये भारत में आने के लिये ललचाये जाते हैं।

**Since killing *mahseer* is illegal, it is caught, weighed, photographed,
and released back into the river after being subjected to
irreversible damage following a long ordeal
of stress, pain, fear, struggle and torture.**

जबसे महासिर मछली को मारना अवैध है,
इसे पकड़ा जाता है, तोला जाता है, तसवीर खींची जाती है,
और उस पर तनाव, पीड़ा, डर, संघर्ष और यातना की लंबी त्रासदी के
अपरिवर्तनीय नुकसान के बाद में उसे नदी में वापस छोड़ दिया जाता है।

Angling is sadistic, akin to hunting wildlife, and can never be considered a holiday.

मच्छी पकड़ना पीड़ादायी, प्राणियों का शिकार करने के समान है, इसे छुट्टी का मनोरंजन कतई नहीं माना जा सकता है।

www.bwcindia.org

hinsa vs. ahinsa

Reverence for Life Month

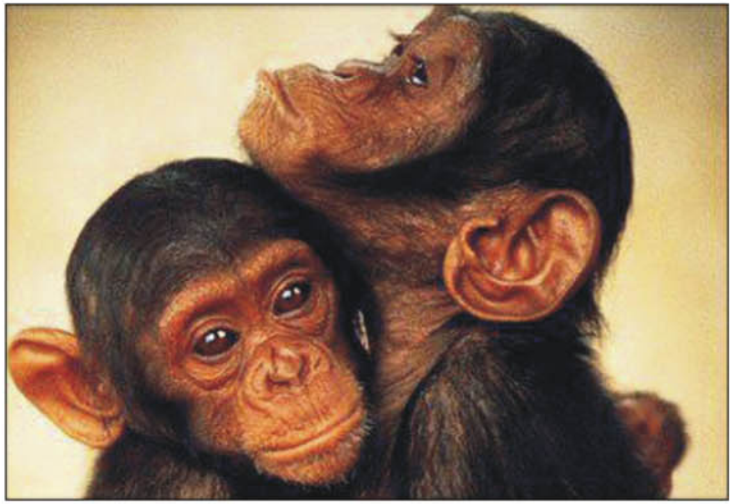
October

जीवन के प्रति सम्मान का माह

अक्टूबर

I believe animals should be respected as citizens of this earth. They should have the right to their own freedom, their own families, and their own life.
— John Feldmann, Goldfinger

मैं मानता हूँ कि प्राणियों का इस पृथ्वी के नागरिक के रुप में आदर किया जाना चाहिए। उन्हें अपनी आज़ादी का, अपने परिवार का और स्वयं के जीवन का अधिकार होना चाहिए।
— जोन फेल्डमन, गोल्डफिंगर



We owe all creation the same care and respect that we wish for ourselves. Destroying, harming or hindering any life form is against the philosophy of reverence for life.

सभी जीवों को अधिकार है कि हम अपने लिए जैसे जतन और सम्मान की अपेक्षा करते हैं, ठीक वही सम्मान हमसे उन्हें मिले। किसी भी प्रकार के जीव को नष्ट करना, हानि पहुँचाना या बाधा पहुँचाना जीवन के प्रति सम्मान के सिद्धांत के विरुद्ध है।

Do to others what you would have them do to you, and you just can't go wrong.

अन्यों के प्रति वही करें, जैसा अन्य आपके प्रति करें ऐसी अपेक्षा हो, और आप कभी भी गलत नहीं होंगे।

Dussehra

11 October 2016

दशहरा

११ अक्टूबर २०१६

Animal sacrifice is a cruel religious ritual. Animals are also sacrificed for ridiculous things like naming a child or laying a foundation stone.

प्राणियों की बलि क्रूर धार्मिक कर्मकाण्ड है। बच्चे का नामकरण अथवा शिलान्यास जैसी बेतुकी बातों के लिये भी पशुओं की बलि चढ़ाई जाती है।

Rituals and offerings without bloodshed are pure and guilt-free.

बिना रक्तपात का क्रियाकांड और चढ़ावा शुद्ध एंव दोषरहित है।

Celebrate *Dussehra* without *bali* or animal sacrifice.

बलि या पशु की कुर्बानी के बिना दशहरा मनाएं।

www.bwcindia.org

hinsa vs. ahinsa

Vikram Year 2073

31 October 2016

विक्रम संवत २०७३

३१ अक्टूबर २०१६

If you eat no meat, use no leather. Make this your new year resolution.

यदि आप मांसाहार नहीं करते हैं, तो चमड़े का प्रयोग भी न करें। इसे नव वर्ष का संकल्प बनाएं।

Resolutions are made to be kept forever!

संकल्प का दृढ पालन सदैव किया जाना चाहिए!

hinsa vs. ahinsa

World Vegan Day

1 November

विश्व विगन दिवस

१ नवम्बर

www.bwcindia.org

Oxytocin injections are only meant for inducing labour. But twice a day, before milking, cows and buffaloes are given these injections to make their milk flow out faster. It is unbearably painful for them.

ओक्सिटोसिन इंजेक्शन प्रसूति सरल करने के लिए होते हैं। परन्तु, दिन में दो बार गायों और भैंसों को दूध निकालने के पूर्व दूध तेज़ गति से बाहर लाने के लिए ये दिये जाते हैं। उनके लिए ये असहनीय रुप से पीड़ादायी होते हैं।

The rampant, illegal use of the oxytocin hormone on dairy cows that is poisoning milk is a good enough reason to give up the consumption of milk and milk products.

दुधारु गायों पर ऑक्सिटॉक्सिन हॉर्मोन का बेतहाशा, अवैध प्रयोग दूध को विषाक्त करता है।
यही एक पर्याप्त कारण है कि हमें दूध एवं दूध के उत्पादों का प्रयोग छोड़ देना चाहिए।

www.bwcindia.org

hinsa vs. ahinsa

Guru Nanak *Jayanti*

14 November 2016

गुरु नानक जयंती

१४ नवम्बर २०१६

The Sikh *langar* or free kitchen attached to *gurdwaras* was started by Guru Nanak.

The food prepared and served at *Guru-da-langars* is always pure vegetarian. Its purpose is to promote equality between people who partake of it.

गुरुद्वारा से जुड़ी सिक्खों की परम्परा लंगर अथवा निःशुल्क रसोई का प्रारम्भ गुरु नानक के द्वारा किया गया था।

गुरु-दा-लंगर में तैयार किया जाने वाला आहार हमेशा शुद्ध शाकाहारी होता है। इसका उद्देश्य यह कि इसे ग्रहण करने वाले सभी लोगों में समानता की भावना का विकास हो।

Go Veg!

शाकाहारी बनें!

hinsa vs. ahinsa

International Monkey Day

14 December

अंतर्राष्ट्रीय वानर दिवस

१४ दिसम्बर

www.bwcindia.org

In 1977, in response to Beauty Without Cruelty's **personal request to the then Prime Minister, India banned the export of Rhesus monkeys for biomedical research.**

१९७७ में ब्यूटी विदाउट क्रुएल्टी के निजी निवेदन पर भारत के तत्कालीन प्रधानमंत्री ने बायोमेडिकल रिसर्च के लिए रहेसस बंदरों के निर्यात पर प्रतिबंध लगाया था।

However, about 300 Rhesus monkeys, procured from the wild, are used in all 6 biomedical research institutions of India.

इसके बावजूद, भारत की तमाम ६ बायोमेडिकल रिसर्च संस्थाओं में जंगल से पकडे गए करीब ३०० रहेसस बंदरों का प्रयोग होता है।

Monkeys do not deserve to be tortured anywhere.

वानर कहीं पर भी सितम बरसाने के पात्र नहीं होते है।

BWC
www.bwcindia.org

Sundays without Meat for Climate Change
जलवायु परिवर्तन हेतु मांसरहित रविवार

hinsa vs. ahinsa

Shifting the world's reliance on fossil fuels to renewable energy sources is important.

विश्व की खनिज ईंधन पर निर्भरता को अक्षय ऊर्जा में परिवर्तित करना महत्तवपूर्ण है।

But, according to a 2015 report in *World Watch* magazine, the world's best chance for achieving timely, disaster-averting climate change will actually be by eating less meat.

परन्तु, वर्ल्ड वोच मेगज़िन की २०१५ रपट के अनुसार समय पर विपदा टालने हेतु
सर्वोत्तम अवसर जलवायु परिवर्तन करने के लिए मांसाहार कम करना होगा।

Please urge India's non-vegetarians to help climate change by giving up eating meat every Sunday.

जलवायु परिवर्तन के लिए हर रविवार को मांसाहार त्याग के लिए भारत के मांसाहारियों को गुहार करें।

Christmas
25 December

क्रिसमस

२५ दिसम्बर

***"All things bright and beautiful, All creatures great and small,
All things wise and wonderful: The Lord God made them all.
Each little flower that opens, Each little bird that sings,
He made their glowing colours, He made their tiny wings."***

"सभी चीज़ें चमकीली और खूबसूरत, सभी जीव बड़े और छोटे,
सभी चीज़ें ज्ञानी और अत्युत्तम परमपिता परमेश्वर ने बनाया सभी को।
हर छोटा फूल, जो खिलता है, हर छोटा पक्षी, जो गाता है,
उसीने बनाये उनके उत्साही रंगों को, उसीने बनाया उनके नन्हे पंखों को।"

**Let the robin sing and the turkey live...
they are both birds.**

रोबिन को गाने दो और टर्की को जीने दो...
ये दोनों ही पक्षी हैं।

Merry Christmas and a Happy New Year!

क्रिसमस और नववर्ष की शुभ कामनाएं!

प्राणियों को सजीव अस्तित्व के रुप में देखें,
न कि वस्तु अथवा सम्पत्ति के रुप में

बॉन चाइना प्राणियों की
हड्डी से बनता है

मानवीय और प्राणी अधिकार
एक ही सिक्के के दो पहलु हैं

कैमरे से शूट करें,
न कि बंदूक से

मांस और चमड़ा
कसाईखाने के उत्पाद हैं

गाय की पूजा और चमड़े का उपयोग,
नैतिक रुप से अंतर्विरोधी है

पर्यावरणप्रेमी बनें –
वृक्ष बोने से शुरुआत करें

प्रण लें कि साँप, छिपकली
या मगर की खाल के
उपभोग से हमेशा दूर रहेंगे

मूंगा-चट्टानें छोटे छोटे
लाखों समुद्री जीवों के निवास हैं

पक्षियों को पिंजरे में
कैद न करें

प्राणियों का भक्षण न करके
फीट-स्वस्थ एवं
तंदुरुस्त रहें

चिड़ियाघरों में ना जायें –
वे पशुओं के कारागार हैं

पशु के केश से निर्मित
ब्रश का प्रयोग न करें

शहद मधुमक्खियों का आहार है,
जिसे हम चुरा लेते हैं

प्राणी-युद्ध और पक्षी-युद्ध
जितने अवैध हैं, उतने ही
क्रूर और अनावश्यक हैं

किसी भी वस्तु पर
हरे रंग का निशान
न होने का अर्थ है कि उसमें
प्राणिज पदार्थ मौजूद है

मांस का उपभोग नहीं:
मांस का उत्पादन नहीं

मांजायुक्त पतंग उड़ाना
पक्षियों के लिए घातक है

शाकाहारी बनें

मोती, घोंघा की सालों की
पीड़ादायी यातना एवं
मौत से होनेवाला उत्पाद है

विगन आहार धरती माता का
सम्मान करता है,
क्योंकि यह पर्यावरण
के प्रति मैत्रीपूर्ण है

स्वयं उदाहरण प्रस्थापित करें:
प्राणियों के प्रति दयालुता सद्‌गुण है

पटाखे कभी
न फोड़ने का प्रण लें

मछलीघर जल के
भीतर का कारागार हैं

पेंगोलिन के अंगों के अवैध व्यापार
और प्रयोग की भर्त्सना करें

सर्कस पशु-पक्षियों पर
भूख, सितम और भय की
त्रासदी बरसाते हैं

चमड़ा = हत्या

मुर्गी जन्म के पूर्व अंडा
और मृत्यु के पश्चात् मांस

विगन जीवनशैली सभी के लिये अच्छी है,
चाहे वह डायबिटिक हो या नहीं,
और बचाये गए प्राणियों के लिये भी

प्राणी जिंदा या मुर्दा:
यह आपके हाथ में है

सुनिश्चित करें कि आप जो राखी खरीदें,
उपहार के रुप में प्रदान करें या स्वीकार करें,
वह अहिंसक हो

मांस नहीं तो
मनुष्य की भूखमरी नहीं
और संबंधित कुपोषण भी नहीं

प्राणियों और सब्जियों में
"जेनेटिक मोडिफिकेशन" का विरोध करें

जलमयभूमि को
बंजरभूमि के रुप में न देखें

प्राणी अधिकार के
समर्थक प्राणियों
को नहीं खाते हैं

जलवायु परिवर्तन के लिए
हर रविवार को मांसाहार
त्याग के लिए भारत के
मांसाहारियों को गुहार करें

सामाजिक न्याय सभी
प्रजातियों का अधिकार है –
केवल मनुष्यों का नहीं

मैत्री का अर्थ वन्य जीवों के साथ
भी संवादिता के साथ रहना

प्रवासी पक्षी हमारे
अतिथि हैं

मांसाहारी पदार्थ परोंसने वाले
प्रतिष्ठान को प्रोत्साहित न करें

चमड़ा, बॉन चाइना और जिलेटिन
कैप्सूल्स का प्रयोग न करें

मछली को मनुष्यों की
भांति दर्द होता है

कुत्ते की पूंछ काटना, कान काटना,
भौंकना बंद कराना, दाँत भोंथरे करना
और अंगूठा निकाल लेना क्रूरता है

प्राणिज ऊन का
प्रयोग न करें

बच्चों का शोषण रेशम,
चमड़ा, ऊन और पटाखों का
बहिष्कार करके कम किया जा सकता है

किसी पशु को खाना
या अन्य पशु को खिलाना
क्रूरतापूर्ण एवं अनैतिक है

किसी भी जीव का
अस्तित्व जोखिम में आने या
प्रजाति विलुप्त होने की
कगार पर आने तक उनकी
चिंता करने की प्रतीक्षा न करें

नाग पंचमी मनाने के लिये
सापों की मूर्तियों का प्रयोग करें

खरगोश पालन
का अंत खरगोश की
क़त्ल में होता है

पशु-पक्षियों को एकदूसरे का मुकाबला करने
अथवा एक दूसरे के विरुद्ध लड़ाने के लिए
प्रशिक्षण देना या बाध्य करना क्रूरता है

चूना कुचले हुए कवच से
निर्मित होता है, जिसके लिए
समुद्री जीवों को मारा जाता हैं

ग्रेहाउन्ड कुत्तों को बिल्ली और खरगोश
जैसे "जीवित चारे" का पीछा कर फाड़
डालना सिखाया जाता है

यदि प्राणिज उत्पादों की मांग नहीं होगी,
तो उनकी आपूर्ति में स्वतः
कमी आएगी

ऐसी ही चीज़ धारण करें
जिसके निर्माण में प्राणी-हत्या न हुई हो

चर्मविहीन गैंदों से
क्रिकेट खेलें

अगरबत्ती हरे शाकाहारी चिहन के बिना
धार्मिक प्रयोग के लिए अनुपयुक्त हो सकती है

गाय का दूध उसके
बछड़े के लिए ही है

चर्म-शोषण की प्रक्रिया कामगारों
और पर्यावरण के लिए अत्यंत हानिकारक है

मोरपिच्छ न ख़रीदे

चांदी के वर्करहित
मिठाई की मांग करें

"ऑर्गेनिक" उत्पाद
मांसाहारी हो सकते हैं

अहिंसा परमो धर्म

मांस = हत्या

मैत्री कभी मांसभक्षी
नहीं हो सकती है

रेशम प्रत्येक १०० ग्राम
कपडे के लिए १५०० रेशम के
कीड़ों की मृत्यु को इंगित करता है

सुख सवारी क्रूर और अवैध हैं
ऊँट, टट्टू और हाथी के लिए आनंददायी नहीं है

BWC

www.bwcindia.org

Beauty Without Cruelty - India

An International Educational Charitable Trust for Animal Rights since 1974

4 Prince of Wales Drive, Wanowrie, Pune 411 040. Email: admin@bwcindia.org