भक्ष्याभक्ष्यविवेचन ।

सौ. भारती विजय कोळेकर
प्रो.नन्दा पुरी

प्रस्तावना -

पुरातन भारतीय पारंपारिक संकल्पनांमध्ये मानण्यात आलेल्या धर्म, अर्थ, काम आणि मोक्ष या चार पुरुषार्थांपैकी मोक्ष हे अन्तिम वास्तव आहे आणि तेच सर्वांचे मुख्य ध्येय आहे. हे ध्येय साध्य करण्यात **धर्म** ही प्राथमिक संकल्पना महत्त्वाची भूमिका वठविते. वेद, उपनिषदे, स्मृती - इतिहास - पुराणे यांसारख्या ग्रंथांतून समाजात धर्माचे महत्त्व विशद केलेले आहे. एकंदर पाहता धर्म या शब्दाचा अर्थ व्यापक आहे. धर्म या संकल्पनेतून समाजस्वास्थ्याच्या अनुषंगाने सामाजिकांचे आचार-विचार, धर्म-कर्म, नीति-सदाचार, कर्तव्याकर्तव्यादि विषयांचे प्रतिपादन करण्यात आले आहे. श्रीमद्भगवद्गीतेत म्हटल्याप्रमाणे आपले शरीरव्यवहार सुरळीत सुरू राहाण्यासाठी प्रत्येक मानवाने शास्त्रविहित कर्तव्यकर्मे करत राहिले पाहिजे. कारण, सकल प्राणीमात्रांमध्ये मनुष्यास सर्वश्रेष्ठ प्राणी म्हटलेले आहे. समाजात राहणाऱ्या माणसांनी आपल्या धर्मशास्त्रांत वर्णित विधिनिषेधांना अनुसरून आपले आचरण ठेवणे अत्यन्त आवश्यक आहे. तदनुरूप आपल्या धर्मशास्त्रात जे विधिनिषेध स्पष्ट मांडले आहेत, तद्विषयी विचार करता स्मृतींचा एक आवश्यक विवेच्य भाग म्हणून **भक्ष्याभक्ष्य** हा विषय महत्त्वपूर्ण ठरतो.

प्रत्येक मानवाने आचरलेल्या शास्त्रविहित कर्मामुळे यज्ञ - जो आध्यात्मिक, आधिभौतिक तसेच आधिदैविक अशी त्रिविध संकटे दूर सारणारे व विश्वकल्याणकारक असे सदनुष्ठान आहे, तो घडतो, यज्ञामुळे पाऊस पडतो, पावसामुळे अन्ननिर्मिती होते आणि अन्नापासून सर्व प्राणी उत्पन्न होतात.

अन्नाद्भवन्ति भूतानि पर्जन्यादन्नसम्भवः।
यज्ञाद्भवति पर्जन्यः यज्ञः कर्मसमुद्भवः।। [i]

याअर्थी अन्न हे **कारण** व प्राणी हे **कार्य** मानणे भाग पडते. कारणाचा कार्यावर असावा तसा अन्नाचा शरीरवर आणि पर्यायाने मनावर प्रभाव पडतो. अन्न मनोमय असल्याचे वर्णन उपनिषदात[ii] आढळते, म्हणून अन्नाचा प्रभाव थेट मनावर पडतो, असे म्हणता येणे शक्य आहे. प्राणी जे अन्न सेवन करतात तदनुरूप सन्तती उत्पन्न होते. म्हणून आपल्या संततीच्या निरामय स्वास्थ्यासाठी व आपल्या मनाला रोगमुक्त आणि खंबीर ठेवण्यासाठी मानवाने सात्त्विक आहार सेवन करावा असा उपदेशही भगवद्गीतेतून देण्यात आलेला आहे.

खाद्यद्रव्यांची विभागणी सात्त्विक, राजसिक आणि तामसिक अशी त्रिधा करण्यात आली आहे. सात्त्विक आहारामुळे विचारप्रवृत्ती सात्त्विक बनते. सात्त्विक विचारप्रवृत्ती तनामनातील दोष समूळ नष्ट करते. प्राणी सात्त्विक, राजसिक आणि तामसिक अशा ज्या कोणत्या प्रकारचे अन्न भक्षण करतो तो त्या अन्नातील गुणांनी युक्त बनतो. सुमधुर, स्निग्ध, सरस अशा सात्त्विक शाकाहाराने मनुष्यास आयुर्बल, निरामयता, सत्त्वशीलता

प्राप्त होते. मसालेदार, झणझणीत, गरमगरम, आंबट-खारट असा आहार राजसिक आणि निरस, शिळा, विशेषगन्धयुक्त, वसा-मांसयुक्त अपवित्र आहार तामसिक असल्याचे मान्यही करण्यात आले आहे. अशुद्ध, तामसिक आहार सेवन केल्याने विकार निर्माण होतात. आहाराचा शरीराशी तसाच मनाशी, बुद्धीशी व भावनांशी देखील विशेष सम्बन्ध आहे. म्हणूनच आपण जे अन्न ग्रहण करतो, त्याबाबत हेतुपुरस्सर जागरूक असावयास हवे.

भक्ष्यान्नात ज्या कारणांनी दोष निर्माण झाल्याने भक्ष्यान्न अभक्ष्य ठरते, त्याविषयी भविष्यपुराणात अपरार्कने उद्धृत केलेल्या -

जातिदुष्टं क्रियादुष्टं कालाश्रयविदूषितम् ।
संसर्गाश्रयदुष्टं च सहृल्लेखं स्वभावतः ।।

या वचनानुसार अन्नातील मूळ गुण, अन्न सिद्धतेची प्रक्रिया, वेळ-कालावधी, संमिश्र घटकांचा अन्नावर होणारा प्रभाव, अन्ननिर्माण होण्याच्या पूर्वापार सार्वकालिक परिस्थितींचा प्रभाव यांचा विचार करता जातिदुष्टं किंवा स्वभावदुष्ट, क्रियादुष्ट, कालाश्रयदुष्ट, संसर्गाश्रयदुष्ट, भावदुष्ट तसेच परिग्रहदुष्ट असेही अन्नदोषाचे प्रकार मानण्यात आले आहेत. स्वभावतःच उग्र-दूषित असणारे लसूण, कांदा इ. जातिदुष्ट; गायीचे दूध, शिळे, ग्रहणात शिजलेले, इ. कालदुष्ट; श्वान - मद्य - लसूण - कीट, कृमी यांनी सम्पृक्त असे संसर्गाने दूषित झालेले ते संसर्गाश्रयदुष्ट; रिक्तहस्त-परिवेषित, पतितचाण्डालादिदृष्ट असे क्रियादुष्ट; अनादराने, क्रुद्ध होऊन, वाईट बुद्धीने सिद्ध कलेले / दिलेले भावदुष्ट; पतिता, व्यभिचारिणी, वांझ आदिंचे अन्न परिग्रहदुष्ट असल्याचे अपरार्क, गौतम व वृद्धहारीत यांचे मानणे आहे.

मनुष्याचे पापकर्म त्याच्या अन्नात भाव, क्रिया, संसर्ग, दृष्टी, आचार, विचार, परिग्रहादींच्या रूपाने वसलेले असते. ज्याचे असे दूषित अन्न आपण खातो त्याचे पापच आपण भक्षण करतो.

कोणी, कोणाकडचे काय खावे किंवा काय खावू नये यांविषयीचे विशेष वर्णन आपल्याला स्मृति, पुराण, इतिहास ग्रन्थातून प्राप्त होते. यात प्रामुख्याने गौतम धर्मसूत्र, आपस्तम्ब धर्मसूत्र, वसिष्ठ धर्मसूत्र, मनुस्मृति, याज्ञवल्क्यस्मृति आहेत. त्याचप्रमाणे महाभारतातील शान्तिपर्व, कूर्मपुराण, पद्मपुराण, पाराशरोपपुराण, स्मृतिचन्द्रिका, गृहस्थरत्नाकर, मदनपारिजात, स्मृतिमुक्ताफल इ. अनेक ग्रन्थांतूनही सविस्तर चर्चा करण्यात आली आहे. या सर्व ग्रन्थांतील भक्ष्याभक्ष्य अन्नविषयक वर्णनाचे तात्पर्य सामान्यपणे सर्वसारखेच आहे. भक्ष्याभक्ष्य अन्नविषयक वर्णनाचा **व्यक्तिनिहाय विचार करायचा झाल्यास -**

ब्राह्मणासाठी शूद्राकडचे अन्न अभक्ष्य आहे.
नाद्याच्छूद्रस्य विप्रोऽन्नं मोहाद्वा यदि वान्यतः । [iii]

फासेपारधी, मद्यविक्रेता, अन्य भिन्न-भिन्न वस्तूंची निर्मिती करणारे निम्नस्तरीय मेहेनती कसबी कलाकार, चोर, नोकर, कैदी, रोगी, चिकित्सक, ढोंगी, नास्तिक, देवनिंदक, चाण्डाल, नपुंसक, संन्यासी, दारुडा, रुदन करणारा, विद्धलिंगी, परिवेत्ता - ज्याचा ज्येष्ठ भ्राता अविवाहित आहे असा विवाहित व्यक्ती, रजस्वला स्त्री, व्यभिचारिणी स्त्री, वांझ स्त्री, वेश्या, दोनदा विवाहित स्त्री वा तश्या स्त्रीचा पती, मातापित्याकडून ज्यांचा त्याग केला गेला आहे अशी संतती, वैश्य स्त्रीपासून उत्पन्न शूद्रपुत्र, शत्रू, बुरसा किंवा पारवसा, कंजूष, उष्टावळ खाणारा, शस्त्रजीवी, पातकी, सुवेर वा सूतक असणारी व्यक्ती, व्याज घेणारा या व्यक्तिविशेषांची **मानसिकता** ही त्यांच्या कर्मानुरूप त्यांच्या अन्नात वसते, त्यामुळे यांच्याकडचे अन्न अभक्ष्य असल्याचे सांगण्यात आले आहे.

रीतिनिहाय विचार करायचा झाल्यास -

तिरस्कृत अन्न, ज्या अन्नावर शिंकले आहे असे अन्न, जेवणाच्या पंक्तितून रागाने कोणी उठून गेलेल्या जेवणाच्या पंक्तितले अन्न, एखाद्याच्या तोडीच्या व्यक्तिला किंवा तुच्छ व्यक्तिला ज्यादा मानसम्मान देण्यात येतो त्याठिकाणचे अन्न, ज्या अन्नाविषयी काहीच माहिती नाही असे अन्न, रागाने दिलेले अन्न, संशयास्पद अन्न, गुरूद्वारा दिलेले संस्कारहीन अन्न, केस-कृमीयुक्त अन्न, पुनःसिद्ध अन्न, अयाचित अन्न अशा अन्नाची देव-घेव करणाऱ्यांच्या वागणूकीतील भाव, आचार-कर्मानुरूप त्यांच्या अन्नात वसतो, त्यामुळे असे अन्न अभक्ष्य असल्याचे सांगण्यात आले आहे.

प्राणीविशेषविचार करायचा झाल्यास -

ष्णं त्वैकशफं लघु।ॆबाढम - - - - - - - - - - - - - -

शाखावातहरं साम्ललवणं जडताकरम् ।। [iv]

प्रकृतीने उष्णरक्त व त्वचादितील वातदोषनाशक असले तरी आंबटसर व ,बाहू ,हलके असून पाय , प्राण्यांचे दूध अपेय्य आहे ,जुळ्या बछड्यांना जन्माला घालणारी ,त्याचप्रमाणे थानातून दूध टपकत असलेली . गाभण असूनही दूध देणारी अशा गायीचे दूध, ऊंटणीचे दूध अपेय्य असते .

उष्ट्रीक्षीरमृगीक्षीरसन्धिनीक्षीरयमसूक्षीराणीति । [v]

ईषद्रूक्षोष्णलवणमौष्ट्रकं दीपनं लघु ।। [vi] - उंटणीचे दूध रूक्षत्वयुक्त, प्रकृतीने उष्ण, लवणरसयुक्त, अग्निदीपक व हलके असते जे सामान्यतः आढळणाऱ्या गायीच्या दूधाचे गुण त्यात नसल्याने मानवास अनुपयुक्त आहे.

धेनोश्चाऽनिर्दशायाः । [vii] - ज्या गायीचे वासरु मेले आहे तिचे दूध, त्याचप्रमाणे जंगली मादापशुचे दूध अपेय्य असल्याचे सांगण्यात आले आहे.

डुक्कर, ससा, सुसर, घोरपड, कासव, वानर वगळून पाच नखे असलेले प्राणी, जबड्यात वर-खाली दात असणारे घोडा इ. पशु, केसाळ पशु, अकेशी सर्पादि प्राणी; रोगीट पशु-पक्षी, कावळा, कंक, गिधाड, ससाणा, पाणपक्षी, लाल पाय व लाल चोच असलेले, पाळीव कोंबडा, बगळा, सारस, पाणकोंबडी, टिटवी, वटवाघुळ, घुबड, सुतारपक्षी, शकटविल, हंस, चक्रवाक हे पक्षी अभक्ष्य असल्याचे म्हटले आहे.

निचुदारुबकबलाकाशुकमद्गुटिट्टिभमास्थालनक्तंचराः अभक्ष्याः।। [viii]

भक्ष्याः प्रतुदविष्किरजालपादाः । [ix] - चोच व पाय या अवयवांचा वापर करून आपले भक्ष्य तोडून खाणारे व जाळीप्रमाणे पाय असलेले पक्षी,

मत्स्याश्चाविकृताः । [x] - अविकृताकृती असलेले मासे खाण्यास योग्य असल्याचेही सांगण्यात आले आहे.

क्रूरता, बीभत्सता, पशुत्व असे स्वाभाविक गुण ज्यांच्या अंगी आहेत त्या पशु-पक्ष्यांना अन्न म्हणून भक्षण केले तर त्यांच्या अंगची क्रूरता, बीभत्सता, पशुता मानवाच्या अंगी येईल आणि मानवसमाजही पशुवत् आचरण करेल.

परिस्थिती-स्थल-काल-विशेष विचार करायचा झाल्यास -

हिंस्र प्राण्याकडून मारला गेलेला पशु वा पक्षी जर त्यात दोष नसेल व ब्राह्मणवचनानुसार भोज्य असेल तर धुवून खाण्यास योग्य असल्याचे गौतमधर्मसूत्रात सांगण्यात आले आहे.

हवन करून झाल्यानंतर उरलेले अन्न भक्षण करण्यास योग्य असते. त्याचप्रमाणे पृथ्वी, पाणी, वृक्ष यांतून उत्पन्न झालेली भाजी, मूळे, फुले, फळे आणि त्या फळांपासून उत्पन्न झालेले तेल, वेळेवर तयार झालेली फुले, फळे व रताळ्यासारखे कंद सेवन करण्यास योग्य असल्याचे मनुस्मृतित सांगण्यात आले आहे.

त्याचप्रमाणे दारु, मांस, भूछत्र, लसूण, कांदा, अळींबे, बेहडादि सेवन करण्यास अयोग्य असल्याचेही मनुस्मृतित सांगण्यात आले आहे.

अनर्चितं वृथामांसं केशकीटसमन्वितम् ।

शुक्तं पर्युषितोच्छिष्टं श्वस्पृष्टं पतितेक्षितम् ।।

उदक्यास्पृष्टसङ्घुष्टं पर्यायान्नं च वर्जयेत् ।

गोघ्रातं शकुनोच्छिष्टं पदा स्पृष्टं च कामतः ।। [xi] सांगण्यात आले आहे कि, बेकार मांस, केस-कृमीयुक्त अन्न, अपमान करून दिलेले, स्वतःसाठी शिजवलेले, श्वानस्पृष्ट, गायीने वास घेतलेले, कोण्या एकासाठी बनवून दुसऱ्याला दिलेले, पक्ष्याने उष्टवलेले, जाणूनबुजून पायाने स्पर्श केलेले अन्न अभक्ष्य आहे.

भोजनं तृणकेशादिजुष्टमुष्णीकृतं पुनः ।

शाकावरान्नभूयिष्ठमत्युष्णलवणं त्यजेत् ।। [xii] - कसु, केस, माशी पडलेले, पुन्हा पुन्हा गरम केलेले, ज्यात पाला विपुल प्रमाणात वापरण्यात आल आहे असे, ज्यात जास्त लवण आहे अश्या अन्नाचा परित्याग करावा.

देवतार्थं हविः शिग्रुं लोहितान्व्रश्चनांस्तथा ।

अनुपाकृतमांसानि विड्जानि कवकानि च ।। [xiii] देवतांसाठी राखून ठेवलेले, हवनसाहित्य, वृक्ष कापल्यानंतर त्यातून निघणारा चीक, यज्ञात आहूत पशूंचे मांस, विष्ठेच्या ठिकाणी उगवलेले या प्रकारचे अन्न अभक्ष्य असल्याचे सांगण्यात आले आहे.

शवमांस खाणारे लांडगा, गिधाडादि पशु-पक्षी, चोचीने भक्ष्याचे लचके तोडून खाणारे घार, गरूडादि पक्षी, सारस, हंस, डोमकावळा व ग्रामीण पक्षी अभक्ष्य असल्याचे सांगण्यात आले आहे. ज्या घरी सुवेर किंवा सूतक असते अशा घरचे अन्न आणि पाणी ग्रहण करण्यायोग्य नसते.

गहू, जवस, दूध इ. युक्तपदार्थ तसेच तूपादि स्निग्धपदार्थयुक्त खाद्यपदार्थ काही दिवसांच्या कालावधीनंतरही खाण्यायोग्य असल्याचे सांगण्यात आले आहे.

अभक्ष्याः ब्राह्मणैर्मत्स्याः शल्कैर्ये वै विवर्जिताः ।

चतुष्पात् कच्छपादन्यो मण्डूका जलजाश्च ये ।। [xiv] काटारहित मासा, कासव, बेडूक यांना वगळता चार पाय असलेले पशु अभक्ष्य असल्याचे सांगण्यात आले आहे.

वाग्भटलिखित **अष्टाङ्गहृदय** या ग्रन्थात हितभुक्, मितभुक् आणि ऋतभुक् म्हणजेच शरीरस्वास्थ्याच्या दृष्टिने हितकारक ठरणारे, योग्य प्रमाणयुक्त असे आणि त्या त्या ऋतुंमध्ये उपलब्ध होणारे अनुरूप अन्न जो भक्षण करतो तो निरोगी राहतो असे सांगीतले गेले आहे.

निष्कर्ष - प्राचीन काळापासूनच योग्य आहारास जीवनाचे अविभाज्य आणि महत्त्वपूर्ण अंग मानण्यात आले आहे. आपल्या धर्मशास्त्रांतून विवेचन करण्यात आलेल्या विविध विषयांवरील अनेक मुद्यांपैकी - जरी ते कालबाह्य गणले गेले असले तरी - भक्ष्याभक्ष्य या मुद्द्याकडे आपण सकारात्मक दृष्टीने पाहिले पाहिजे. अभक्ष्य म्हणून शास्त्रोल्लेखित ज्या अन्नाचे सेवन केल्याने सद्यकालीन दुष्प्रभाव अवघे विश्व अनुभवत आहे, त्यावरून यापुढे सर्वांनी सावधानता बाळगली पाहिजे. कोणत्याही गोष्टीची शहानिशा करणे आवश्यक असते असे मानले तरी काही गोष्टी दुसऱ्याच्या अनुभवांचा आधार घेऊन करणे कैकवेळा हितावह ठरते.

मनुष्याच्या क्रिया, संसर्ग, दृष्टी, भाव, आचारादींच्या रूपाने दूषित अन्नात त्या मनुष्याचे पापकर्म वसलेले असते. हे अन्न खाणे म्हणजे पापभक्षण करणेच होय. अश्या सदोष अन्नग्रहणाने मानवाची मानसिकता मलीन होते. मलीन किंवा कलुषित मानसिकता धारण करणाऱ्यास धर्म जाचक वाटतो आणि तो धर्माला अधर्म व अधर्माला धर्म मानून तदनुरूप आचरतो. अधर्मयुक्ताचरण म्हणजेच धर्माचरण मानणाऱ्या व्यक्तिंमध्ये ब्रह्म, ब्रह्मविद्यादि आध्यात्मिक विषयांत आसक्ती असल्याचे जाणवत नाही. अन्नातील दोषामुळेच भगवंतावर तसेच यज्ञ - दान - तप - कर्म यांवर त्यांना श्रद्धा नसते. म्हणून निषिद्ध अन्न सर्वथा परिवर्जित करावे. खाण्यायोग्य अन्न खाल्ल्याने चित्तशुद्धी होते म्हणून चित्तशुद्धी करणारे सात्त्विक अन्न भक्षण करावे.

सन्दर्भग्रन्थसूची

१. **अष्टाङ्गहृदयम्**,दिल्ली ,चौखम्बा संस्कृत प्रतिष्ठान ,ब्रह्मानन्द त्रिपाठी .डॉ , २०१४.
२. **छान्दोग्योपनिषद्**, रायबहादुर बाबू जालिमसिंह, नवलकिशोर प्रेस, लखनऊ, १९२९.
३. **संस्कृत साहित्य का इतिहास**, वाचस्पति गैरोला,
चौखम्बा विद्याभवन वाराणसी - १, १९६०.
४. **संस्कृत साहित्य**, शारदानगर, काशी, १९४८.
५. **गौतमधर्मसूत्राणि**, डॉ. उमेशचन्द्र पाण्डेय,
चौखंबा संस्कृत सिरीज ऑफिस, वाराणसी - १, १९६६.
६. **याज्ञवल्क्यस्मृतिः**, डॉ. उमेशचन्द्र पाण्डेय,
चौखंबा संस्कृत संस्थान, वाराणसी, १९९४.
७. **श्रीमद्भगवद्गीता**, गीताप्रेस गोरखपुर, २०१९.
८. **आपस्तम्ब धर्मसूत्र**, हरदत्त मिश्रा,
चौखंबा संस्कृत सिरीज ऑफिस, वाराणसी - १, १९३२.
९. **मनुस्मृतिः**, पं. गिरिजाप्रसाद द्विवेदी, नवलकिशोर प्रेस, लखनऊ, १९१७.
१०. **A Sanskrit - English Dictionary**, Sir Monier Monier-Williams, Oxford, 1956
११. **कूर्मपुराण**।
१२. **महाभारत -शान्तिपर्व**।

मेदिनीकोशः।

---

i श्रीमद्भगवद्गीता। (३.१४)

ii अ□न्नमयं हि सोम्य मनः। (छा.उ. ६.५.४)

iii कूर्मपुराण। (उत्तरभाग अ. १७.१)

iv अष्टाङ्गहृदयम् (१.५.२७)

v आपस्तम्बधर्मसूत्र। (प्रश्न१-पटल५-कण्डिका१७-२३)

vi अष्टाङ्गहृदयम् (१.५.२५)

vii आपस्तम्बधर्मसूत्र। (प्रश्न१-पटल५-कण्डिका१७-२४)

viii गौतमधर्मसूत्र। (२.८.३४)

ix गौतमधर्मसूत्र। (२.८.३५)

x गौतमधर्मसूत्र। (२.८.३६)

xi याज्ञवल्क्यस्मृतिः। (अ. १ - १६७, १६८)

xii अष्टाङ्गहृदयम्। (१.८.३९)

xiii याज्ञवल्क्यस्मृतिः। (अ. १ - १७१)

xiv महाभारत - शान्तिपर्व। (अ. ३६.२२)

****