

उपासाचा फंडा

“मला शिंगाड्याचं थालीपीठ आणि दाण्याची आमटी हवी!”

शाळकरी निमिषने हट्ट घेतला. चातुर्मास सुरू झाल्यापासून जवळजवळ दिवसाआड आई-बाबांचे उपास होते. त्यांच्यासाठी उपासाचा फराळ आणि मुलांसाठी नेहमीचं जेवण असे. फराळाचे चमचमीत पदार्थ पाहून निमिषला राहवेना.

“मिळेल. पण सोबत भात-पोळी नाही मिळणार. उपासाचं खायचं असलं तर उपासच करायला हवा!” आईने अट घातली.

चातुर्मासात बरेच जण उपास करतात. त्यांच्यातल्या फार थोड्यांपाशी कडकडीत निर्जळ-उपास करायचा निर्धार आणि आत्मबल असतं. इतरांकडे इतका देहदंड सोसायचं मनःसामर्थ्य नसतं. दिवसभर फक्त दूध-फळं खाऊन रहाणं कित्येकांच्या जिभेला आणि खिशालाही परवडणारं नसतं. पण देवाधर्माचं काहीतरी करावं अशी इच्छा अनेकांना असते. आपण देवाकडे ऊठसूट काही ना काही मागत असतो. मग देवासाठी आपणही थोडी तोशीस सोसावी; उपास-तापास, व्रतं वगैरे करावी असं बहुतेकांना वाटत असतं. तेवढं सांभाळलं की थोड्या प्रमाणात का होईना, ऋण फिटल्याचं समाधान त्यांना लाभतं. देवाशी झालेल्या त्या देवाण-घेवाणीने देव अधिक आपलासा, हक्काचा वाटतो; विश्वास वाढतो. त्याशिवाय काहीजणांना केवळ बरोबरचे इतर लोक उपास करतात म्हणून तर काहींना मारून मुटकून उपास करायचा असतो.

धर्म हा साऱ्यांना आचरणात आणायला जमेल असाच असावा लागतो. म्हणून उपासासाठी नेमकं काय खावं याची मर्यादित यादी न देता काय खाऊ नये याची मोठी जंत्री दिलेली असते. त्यावरून ‘जे निषिद्ध नाही ते खाण्यायोग्य असतं’, असाही अर्थ काढता येतो. ती जंत्री जेव्हा तयार केली त्या काळात ती अतिशय निर्बंधकारक झाली असेलही. त्यातूनही चतुर सुगरणींनी वऱ्याचे तांदूळ, राजगिरा, शिंगाडा यांना हाताशी धरून रुचकर रांधप केलं. पण पोर्तुगीजांच्या कृपेने बटाटा, रताळी या सागरापल्याडच्या पळवाटा भारतापर्यंत पोचल्या. ते पदार्थ जुन्या जंत्रीनुसार निषिद्ध नव्हते! गृहिणींच्या पाककौशल्याने ती नवी आव्हानं मजेत झेलली; उपवासाच्या पाकक्रियांचे ग्रंथ लिहिले गेले.

निमिषची आई फराळाचं उत्तम बनवत असे. ते ती रोजच बनवू शकली असती. पण मग उपासालाही तेच खाण्यात काहीच वेगळेपणा राहिला नसता. मग उपासाचं, काहीतरी निर्बंध पाळल्याचं समाधान मिळालं नसतं. म्हणून फराळाचं फक्त उपासाच्याच दिवशी, उपास केला तरच खायचं हा नेम ठेवायला हवा. तसं केलं तरच त्या निमित्ताने त्या दिवसाच्या प्रत्येक घासाला ते धर्म-कारण आठवेल; रोजच्या धवडग्यात विसरायला झालेला देवधर्म मनात जागा होईल.

संसारी, व्यवहारी माणसाकडून किमान तेवढं तरी घडतं. कडकडीत उपास जमला तर बरंच पण वेगळं आणि रुचकर खाल्ल्यानेही जर देवाची आठवण ठेवणं साधत असेल, तर ते सगळ्यांनाच जमेल. खऱ्या धर्माला तेच तर साधायचं असतं.

पोटोबातून जात असला तरी मार्ग शेवटी विठोबापर्यंत पोचतोच!

डॉ. उज्वला दळवी

-ujjwalahd9@gmail.com

('esakal.com' च्या सौजन्याने)