

## शाकाहार आणि सदाचार (भाग - २)

काही मांसाहारी मंडळी असे म्हणतात की, मांसाहारासाठी पशुंची हत्या करणे जर पाप आहे तर मग काही धर्मातून मांस भक्षण करायला मान्यता दिली आहे ? त्याला पुष्टी देताना ते असे म्हणतात की, दयेचा अवतार मानला गेलेला यशू ख्रिस्तदेखील मांस खात असे, परंतु हे त्यांचे म्हणणे अगदी चुकीचे आहे. यशू ख्रिस्त नव्हे तर त्याचे निकटवर्ती पीटर, जेम्स, मॅथ्यु, डॅनियल आदीदेखील मांसाहार करीत नव्हते. ते संपूर्ण शाकाहारी होते. तसा उल्लेख 'न्यू टेस्टामेंट' मध्ये आहे. तसेच 'एसेन गॉस्पेल ऑफ पीस' या पुस्तकात लिहिलेले आहे की, यशू ख्रिस्ताला त्याच्या शिष्यांनी एकदा विचारले, "कोणत्या पापापासून दूर राहिले असता माणसाची रोगापासून मुक्तता होते ?" यावर यशू ख्रिस्त म्हणाला की, तुम्ही दिव्य परमपित्याच्या आज्ञांचे पालन करा. त्याने निर्माण केलेल्या प्राण्यांची हत्या करू नका. दुसऱ्याला मारणे स्वतःलाच मारण्यासारखे आहे. पशूंचा वध करून त्यांचे मांस भक्षण करणारा माणूस जणू मृत्यूलाच आव्हान करीत असतो. तेव्हा असा उपदेश करणारी व्यक्ती स्वतः कशी बरे मांसाहा करीत असेल ?

बॅनार्ड शा शाकाहारी होते. ते एकदा खूप आजारी पडले असता डॉक्टर मंडळींनी त्यांना सांगितले की, तुम्हाला जर अधिक काळ जगायचे असेल, तर काही दिवस तुम्हाला मांसाहार करणे आवश्यक आहे. तेव्हा ते उतरले की, "आपण एक प्रयोग करून पाहू या !" "मांसाहार न करता मी जर अधिक काळ जगलो, तर तुम्हीदेखील माझ्यासारखेच शाकाहारी बना." आणि आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे शॉ त्यानंतर चाळीस वर्षे जगले.

म. गांधी शाकाहाराचे भोक्ते हाते. त्यांचा मुलगा एकदा खूप आजारी पडला. तेव्हा डॉक्टरांनी गांधीजींना सांगितले की, तुमच्या मुलाला मांसाचे सूप दिले तरच तो वाचेल, मुलगा लहान होता. निर्णय गांधीजींनाच घ्यावयाचा होता. मुलाचा जीवना-मरणाचा प्रश्न होता, दुसऱ्या बाजूला सिद्धांत. अशा कैचीत ते सापडले होते. शेवटी त्यांनी निर्णय घेतला की, काही झाले तरी मुलाला सूप द्यायचे नाही. परमेश्वरावरील अढळ श्रद्धेमुळे त्यांचा मुलगा बरा झाला.

खरं म्हणजे मांसाहार मनुष्याच्या आरोग्यालाही हानिकारक आहे. मांसाहार केल्याने रक्तातील कोलेस्टेरॉलचे प्रमाण वाढते. त्यामुळे हृदयरोग होण्याची शक्यता अधिक आहे. सर्वेक्षणानंतर असे आढळून आले की, पोट्याचे रोग असणाऱ्या व्यक्तींपैकी सुमारे ऐंशी टक्के लोक मांसाहारी होते. शाकाहार-मांसाहाराशी तुलना करता कितीतरी पटीने अधिक आरोग्यवर्धक आहे. परंतु जिभेच्या आहारी गेलेल्या, बुद्धी भ्रष्ट झालेल्या माणसाच्या लक्षात येत नाही. आपल्या सर्व शास्त्रातून मांसाहाराला 'अभक्ष्य' म्हटले आहे. आध्यात्मिक मार्गावर वाट चालणाऱ्या कोणत्याही साधकाला मांसाहार निषिद्ध आहे हे निर्विवाद सत्य आहे. देवी-देवतांना छत्तीस प्रकारचा भोग (नैवेद्य) दाखवितात परंतु त्यात मांसाहार वर्ज्य आहे.

'अभक्ष्य' भक्षणाचा मनावर किती अनिष्ट परिणाम होतो याचा पुरावा म्हणजे समाजातील वाढता अनाचार, हिंसाचार आणि भ्रष्टाचार होय. मांसाहाराने मनुष्य निर्दय, हिंसक आणि स्वार्थी बनतो. गीतेतील सतराव्या अध्यायात म्हटले आहे -

यात यामं गतरसं, पूर्ति पर्युषितं च यत ।

उच्छिष्टमपि चामेध्यं भोजनं तामसप्रियम ॥१०॥

अर्थ :- अवेळी घेतलेले, रसहीन, शिळे जे उष्टे आणि अपवित्र आहे असे भोजन तामसी लोकांना आवडते.

यावरून स्पष्ट होते की, अपवित्र मांसाहार केल्याने वृत्ती तामसी होते. आहाराचा परिणाम आपल्या आरोग्यावर, बुद्धीवर, मनावर अप्रत्यक्षपणे अध्यात्मिक जीवनावर होतो. म्हणून आपल्या खाद्य पदार्थांची निवड काळजीपूर्वक केली पाहिजे. “जसे अन्न तसे मन” मनाच्या शुद्धीसाठी अन्न शुद्धीकडे लक्ष्य देणे आवश्यक आहे. मन जर शुद्ध असेल तर आचार आणि विचार दोन्हीही श्रेष्ठ आणि सात्विक बनतील. सदाचाराचा पाया सात्विक आहार आहे. सात्विक आहारामुळे माणसाला दीर्घायुष्य, आरोग्य, उत्साह, सहनशक्ती, सुख-समाधान प्राप्त होते. म्हणून शिव परमात्म्याने स्थापन केलेल्या ज्ञान-यज्ञात पवित्र अशा (ब्रह्मा) भोजनाचे अनन्यसाधारण महत्त्व आहे. सात्विक, शुद्ध आणि शाकाहारी भोजन शिव परमात्म्याच्या स्मृतीत तयार करून त्याचा नवैद्य दाखवून नंतर ते ग्रहण करणारे लाखो ब्रह्मावत्स आहेत. हे ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारी आपले जीवन सदाचाराच्या श्रेष्ठ मार्गाने व्यतीत करून सद्भाग्याचा बहुमोल ठेवा जोडत आहेत, व जीवनात सुख-शांतीचा व समाधानाचा ठेवा प्राप्त करीत आणि अनुभवीत आहेत.

- ब्रह्माकुमारीज् वार्ता फिचर्स

[www.bkvarta.com](http://www.bkvarta.com)