Open Access

उदयगिरी - बहुभाषिक इतिहास संशोधन पत्रिका

(A Bimonthly, Refereed, & Peer Reviewed Journal of History)

Published by: AAASSHER, Mumbai, (MS) India

Journal homepage: https://udayagiri.aaassher.org/

ISSN (Online): 2583-8423

Volume 1, Issue 4, October 2023; Pages 723 – 727

DOI: 10.5281/zenodo.10279381

Original Research Article

'सत्याचे प्रयोग अथवा आत्मकथा' मधील उपवासाबाबतची तात्त्विक बैठक व गांधीजींचे उपवास

प्रा. डॉ. माधवी महाके,[1]* श्रीमाला गुडदे[2]

[1]इतिहास विभाग, महाराष्ट्र उदयगिरी महाविद्यालय, उदगीर जि.लातूर ४१३५१७ महाराष्ट्र, भारत

[2]संशोधक विद्यार्थी, डेक्कन कॉलेज, पुणे ४११००४ महाराष्ट्र, भारत

**Corresponding author E-mail*: madhavimahake13@gmail.com

Received: 13 October, 2023 | Accepted: 26 October, 2023 | Published: 28 October, 2023

सारांश

उपवास हे शरीरशुद्धी व आत्मशुद्धीचे साधन आहे असे महात्मा गांधीजी यांचे मत होते. उपवास शस्त्राचा प्रयोग म्हणून सुरुवात गांधीजींच्या प्रारंभिक जीवनात इ.स.1921 पूर्वी झाली. हे जीवन त्यांनी 'सत्याचे प्रयोग अथवा आत्मकथा' मध्ये मांडले आहे. उपवासाची तत्त्वप्रणाली तयार झाल्यानंतर वैयक्तिकरित्या व सामुदायिकरित्या उपवासाचा शस्त्रासम वापर गांधीजींनी पुढील आयुष्यात केला.

बीजसंज्ञा : *उपवास, आत्मशुद्धी, शरीरशुद्धी, साधना, शस्त्र प्रयोग*

प्रस्तावना

उपवास हे सर्वश्रेष्ठ औषध आहे. ज्यामुळे शरीराला सुस्त व भारी बनवणाऱ्या आकाश आणि जलतत्तवाचा नाश होवून आकाश, वायू, अग्नी या हलक्या, लघू तत्त्वांची वृद्धी होते. त्यामुळे मन, मस्तिष्कास सात्त्विकता येते. (वाग्भट, आयुर्वेद, 1.23, 24) शरीर व मन शुचितेसाठी बहुतेक सर्वच धर्मात उपवासाचे महत्त्व आहे. म.गांधीजी यांनी त्यांच्या जीवनाच्या प्रारंभिक काळातच हिंदू, बौद्ध, ख्रिश्चन आदि धर्माचे चिंतन केल्याने उपवासाबाबत एक तात्त्विक अधिष्ठान निर्माण झाले होते. म.गांधीजीद्वारा लिखित 'सत्याचे प्रयोग अथवा आत्मकथा' यात गांधीजींच्या प्रारंभीच्या म्हणजे इ.स.1921 पर्यंतच्या जीवनपटाची उकल होते. त्यात गांधीजींनी जे अनेक प्रयोग केले त्यातील एक प्रयोग म्हणजे उपवास होय. मोहनदास ते महात्मा या जटील प्रवासकाळातील ते महत्त्वाचे तात्त्विक शस्त्र होते. उपवासाची ओळख गांधीजींना बालपणी त्यांच्या पालकांकडून झाली होती. गांधीजींच्या जीवनावर प्रभाव टाकणारी महत्त्वाची व्यक्ती म्हणजे पुतळीबाई

होय. ज्या आत्यंतिक भाविक, व्रतस्थ होत्या. ज्या नित्य उपवास करत. बालवयातच या बाबीचा खोल परिणाम मोहनदासवर झाला होता. (गांधी म.क., (मराठी अनु. पटवर्धन सी., सत्याचे प्रयोग, पृ.4) प्रारंभी मोहनदास आई-वडिलांच्या संतुष्टीसाठी अथवा इतरांचे पाहून उपवास करत. मात्र पुढे टॉलस्टॉय आश्रमात उपवास हा आत्मशुद्धीसाठी केला जातो ही शिकवण हिंदू, मुस्लिम, पारसी, ख्रिश्चन आश्रमवासियांना देऊन उपवास करवून घेण्यात म.गांधी यशस्वी झाले. (गांधी म.क., मराठी अनु. पटवर्धन सी., सत्याचे प्रयोग, पृ.317) पुढील संपूर्ण जीवन कालखंडात गांधीजींनी उपवासाला वज्रासम शस्त्र बनवून प्रहार केल्याचे दिसते. प्रस्तुत शोधनिबंधात या अनुषंगाने ऊहापोह केला आहे.

म.गांधीजींच्या मते 'उपवास'

विषयासक्त अथवा व्रतीचे उपास काळात विषय शांत होतात मात्र आसक्तीचे पूर्ण दमन होत नाही. ते दमन परमात्म्याच्या साक्षात्कारानेच होते. (भगवतगीता अ. 2.59) ह्या उक्तीप्रमाणे गांधीजींचे मत होते. किंबहुना भगवतगीतेच्या प्रस्तुत श्लोकाचा प्रभावही त्यांच्या जीवनपटात दिसून येतो. आत्मिक उन्नती करून परमात्म्याच्या जवळ जाण्यासाठी उपवास साह्यभूत ठरतो. तसेच उपवासाने व्यक्तीच्या शक्तीची वृद्धी होते. ज्यात सामर्थ्य व पावित्र्य असते असे गांधीजींचे मत होते. उपवासाशिवाय प्रार्थना होवू शकत नाही. उपवास हे प्रार्थनेचे अभिन्न अंग असून उपवास तीव्र आध्यात्मिक प्रयत्न व संघर्ष आहे. तसेच प्रायश्चित व शुद्धीकरण प्रक्रियाही आहे असे गांधीजींचे म्हणणे होते. (गांधी म.क., हरिजन सेवक, मेडलिन शेला यांना लिहिलेले पत्र दि.6 जाने.1933) या मतानुसार आजन्म गांधीजींनी शुद्धीकरण, प्रायश्चित या तंत्राद्वारे तन व मन पवित्र करण्याचा प्रयत्न केला.

राजकीय लढा लढतानाही उपवास शस्त्र असल्याचे ठाम मत गांधीजी मांडत. तत्कालीन अनेकांची याबाबत नाराजी होती. गांधीजींच्या मते, उपवास हे सत्याग्रहाच्या कार्यक्रमाचे महत्त्वाचे अविभाज्य अंग आहे. विशिष्ट परिस्थितीत सत्याग्रहाच्या शस्त्रागारातील हे अत्यंत प्रबळ व परिणामकारक शस्त्र आहे. मात्र योग्य शिक्षणाखेरीज ते वापरण्याची पात्रता सर्वांत येत नाही. (गांधी म.क., हरिजन वृत्तपत्र, दि. 26 जुलै 1942) उपवासाने इंद्रिय दमन, चित्तशुद्धी होते. हे सत्य असले तरी उपवास हे जेवढे संयमाचे साधन आहे तेवढे भोगाचेही साधन होऊ शकते. उपवासकाळात इंद्रियती व्रता, स्वादलोलूपता कमालीची तीव्र होते. त्यांचे दमन करत अंतिम चरणापर्यंत वाटचाल केली तरच उपवासाचे मनोवांछित फल प्राप्त होते. (गांधी म.क., हिंदी अनु. पोहार महावीर प्रसाद, सत्य के प्रयोग अथवा आत्मकथा, पृ.369)

गांधीजींचे महत्त्वाचे उपवास

वर्ष	**कालावधी**	**ठिकाण**	**उपवासाचे कारण व प्रकार**
13 जुलै ते 20 जुलै 1913	7 दिवस	द.आफ्रिका	प्रायश्चित उपवास
फेब्रुवारी 1914	1 दिवस	फिनिक्स द.आफ्रिका	प्रायश्चित उपवास आश्रमातील शिक्षकाचे नियमांचे उल्लंघन
15 ते 18 मार्च 1918	3 दिवस	अहमदाबाद	मील कामगारांच्या संकल्पासाठी
14 ते 17 एप्रिल 1919	72 तास	अहमदाबाद	हिंसाचाराविरुद्ध प्रायश्चित उपवास
19 ते 22 नोव्हेंबर 1921	3 दिवस	मुंबई	प्रिंस ऑफ वेल्सच्या आगमनप्रसंगी झालेल्या हिंसाचारविरोधी
12 ते 17 फेब्रुवारी 1922	5 दिवस	बार्डोली	चौरीचारा हिंसाचार प्रायश्चित
18 सप्टेंबर ते 8 ऑक्टोबर 1924	21 दिवस	दिल्ली	हिंदू-मुस्लिम ऐक्यासाठी
20 ते 26 सप्टेंबर 1932	149 तास	पुणे	अस्पृश्यांसाठी स्वतंत्र मतदारसंघाबाबत
3 ते 4 डिसेंबर 1932	1 दिवस	पुणे	अस्पृश्यतेसंदर्भात
8 मे ते 29 मे 1933	21 दिवस	पुणे	अस्पृश्यांची स्थिती सुधारावी म्हणून
16 ते 23 ऑगस्ट 1933	7 दिवस	पुणे	अस्पृश्यांना विशेषाधिकार मिळावे म्हणून
7 ते 14 ऑगस्ट 1934	7 दिवस	वर्धा	हिंसाचाराचा निषेध म्हणून
3 ते 7 मार्च 1939	99 तास	राजकोट	राजकीय पक्ष स्थापनेबाबत व कैद्यांच्या सुटकेसाठी
10 फेब्रुवारी ते 23 मार्च	21 दिवस	दिल्ली	इंग्रजांच्या जाचक धोरणाविरोधी
1 सप्टेंबर ते 4 सप्टेंबर 1947	73 तास	कलकत्ता	हिंदू-मुस्लिम ऐक्य सांप्रदायिक ऐक्यासाठी
13 जानेवारी ते 18 जानेवारी 1948	123 तास	दिल्ली	सांप्रदायिक अशांतता विरोधात

(Gandhi Heritage Portal, 6 Chronology : Event Detail)

ऊहापोह

मानवी मनाची जडणघडण ही वैचारिक अधिष्ठानाच्या बलावर होत असते. योग्य तत्त्व, विचार हे मनशुद्धी करतात व त्याद्वारे शारीरिक आचरण घडत असते. उपवासाने मन:शांती मिळते. त्यासोबतच आत्मिक उन्नतीही होते. शिवाय उपवासाने शरीरतृप्ती होऊन शुद्धता निर्माण होत असल्याने आयुर्वेदातही उपवासाचे महत्त्व आहे. प्रारंभी केवळ धार्मिक दृष्टीने उपवास इतरांचे पाहून करणारे गांधीजी पुढील आयुष्यात उपवासाच्या माध्यमातून सामाजिक, राजकीय व आध्यात्मिक उत्थान करताना दिसतात.

गांधीजींच्या उपवास तंत्राला सत्याग्रहाच्या तत्त्वज्ञानात महत्त्वाचे स्थान आहे. त्यांच्या जीवनातील 18 वेळा केलेले उपवास अत्यंत महत्त्वाचे आहेत. सर्वाधिक म्हणजे 21 दिवसांचा उपवास त्यांनी तीन वेळा केला होता. त्यांच्या उपवासकाळात काहीवेळा डॉक्टरांची मदतही घेतली गेली आहे. डॉ.सुशीला नायर यांनी स्वत: 'बापू की कारावास कहानी' मध्ये गांधीजींच्या उपवासकाष्ठातील शरीरस्वास्थ्याबाबत माहिती दिली आहे.

गांधीजींचे उपवास हे खचितच तात्त्विक, अध्यात्मिक अधिष्ठान असलेले समाजपोषक शस्त्र, तंत्र होते हे नाकारता येत नाही.

संदर्भ सूची

संस्कृत ग्रंथ

१. आयुर्वेदसुत्रम (संपा.शास्त्री एस.आर.), गव्हर्नमेंट ब्रँच प्रेस, म्हेसूर, 1922
२. आयुर्वेद-वाग्भट, गीता प्रेस, गोरखपूर
३. सुश्रुतसंहिता (संपा.अंबिकादत्तशास्त्री चौखम्बा), संस्कृत सिरीज, वाराणसी
४. श्रीमद्भगवतगीताभाष्यार्थ-बापटशास्त्री विष्णू सदाशिव पेठ, पुणे, 1921

हिंदी ग्रंथ

१. गांधी म.क., सत्य के प्रयोग अथवा आत्मकथा (हिंदी अनु.पोहार महावीरप्रसाद), सस्ता साहित्य मंडल, दिल्ली, 1960
२. म.गांधी-हरिजन, नवजीवन ट्रस्ट, वाराणसी, 1948
३. नायर सुशीला, बापू की कारावास कहानी, सस्ता साहित्य मंडल, दिली, 1950

इंग्रजी ग्रंथ

१. Gandhik M.K., My experiment with Truth Gandhi : An Autobiography, Vayu Education of India, 2020

मराठी ग्रंथ

१. गांधी म.क., सत्याचे प्रयोग अथवा आत्मकथा, मराठी अनु. पटवर्धन सी.

२. रामनाथ सुमत (अनु.शशीशेखर केसरीनाथ वदक), गांधी तत्त्वज्ञान, महाराष्ट्र गौरव ग्रंथ, मुंबई 1947

वर्तमानपत्र, पोर्टल व गांधीजींची पत्रे

१. हरिजनसेवक मधील 6 जाने. 1933 चे मेडलिन रोला यांना लिहिलेले पत्र

२. हरिजन सेवक (संपा.प्यारेलाल), 10 जाने. 1946

३. Gandhi Heritage Portal (gandhiheritageportal.org)