अमर उजाला श्रद्धा

वाराणसी | शनिवार | 8 जनवरी 2011

नीति वचन

वेश भूषा बदल कर शरीर के स्तर पर तो सब जोगी हो जाते हैं। मन से कोई बिरला ही जोगी होता है। यदि मन भी जोगी हो गया तो उसे सारी सिद्धियां सहज ही प्राप्त हो जाएंगी।

-कबीर

उत्तरायण

पर्व

सूर्य के प्रकाश का एक कोण बदल जाने से पृथ्वी पर फैले जीवन और विस्तार में भौतिक और आध्यात्मिक बदलाव आने लगते हैं। प्रतिवर्ष बदलने वाले इस कोण का नियत दिन है मकर संक्रांति

आचार्य मीतू गौड़

सूर्य हमारे जीवन का केन्द्र है। सौर मंडल में अनेकानेक तारे, ग्रह, नक्षत्र, और कितने ही क्षुद्र ग्रह हैं, जो अपनी स्थिति, प्रकाश, गति, उष्मा, ऊर्जा और वेग से हमारे जीवन तथा भविष्य को प्रभावित करते हैं। संपूर्ण चराचर को उद्भासित करने वाले सूर्य वास्तव में इस जगत के कारण तथा परिणाम दोनों ही हैं। इस जगत की चर तथा अचर सृष्टि के उद्भव, निर्माण, विकास, रक्षा, संहार तथा संहारेत्तर समापन प्रक्रिया प्रत्यक्षतः इन्हीं से निर्देशित है। जीवन के सभी रूपों यथा देवता, जरायुज, अण्डज, स्वेदज और उद्भिज का आधार इन्हीं सूर्यदेव में है। यही कारण है कि इन्हें जगत की आत्मा कहा गया है। पद्मपुराण में तो उन्हें ईश्वर से भी विशिष्ट बताया गया है। कहा है कि श्रीविष्णु, श्रीशिव के दर्शन सभी मनुष्यों को नहीं होते हैं; ध्यान में ही उनका स्वरूप का साक्षात्कार किया जाता है, किन्तु भगवान सूर्य के दर्शन संसार की अंतिम सीमा तक के संचरण काल में सभी मनुष्यों सहित सम्पूर्ण चर एवं अचर सृष्टि को होते हैं।

खगोल विज्ञान के अनुसार सूर्य एक जाज्वल्यमान ज्योति-स्वरूप तारा है जिसके चारों ओर एक निश्चित माप की पट्टी में बुध, शुक्र, पृथ्वी, मंगल, बृहस्पति तथा शनि आदि ग्रह गोलाकार अथवा अंडाकार होकर इसकी परिक्रमा करते हैं।

पृथ्वी से देखने पर सूर्य घूमता हुआ प्रतीत होता है। वास्तव में ऐसा है नहीं। पृथ्वी और दूसरे ग्रह भी सूर्य के आसपास घूमते हैं। लेकिन इस तथ्य से जीवन और जगत पर सूर्य के होने वाले प्रभाव में कोई अंतर नहीं पड़ता। इसी कथित-भ्रमित भ्रमणशीलता के आधार पर सूर्य नभमंडल के भचक्र में 30 दिन की अवधि पूरी होने पर एक राशि से दूसरी राशि में संक्रमण करते हैं। जिसे खगोलशास्त्री सूर्य संक्रमण-सक्रांति की कहते हैं। विवेचित पट्टी (भचक्र) को मेष, वृष, मिथुन, कर्क, सिंह, कन्या, तुला, वृश्चिक धनु, मकर, कुंभ तथा मीन में विभाजित किया गया है। बारह राशियों में सूर्य का प्रति मास संक्रमण होता है। सूर्य के राशि संक्रमण से प्रति मास संक्रांति होती है। इस संक्रमण में दो बदलाव मुख्य हैं। उत्तरायण अर्थात 'मकर संक्रांति'।

उत्तरायण अर्थात सूर्य का उत्तर अयन अधिक शुभ माना जाता है। जब सूर्य धनु राशि में संचार पूरा करके मकर राशि में प्रवेश करता है तब सूर्य का उत्तरायण संचार प्रारम्भ होता है। मकर, कुंभ, मीन, मेष, वृष तथा मिथुन राशियों में संचरण अवधि में पूर्ण होता है। सूर्य जब मिथुन राशि से जब कर्क राशि में प्रवेश करता है तब सूर्य दक्षिण अयन की यात्रा प्रारंभ करता है।

> प्रकृति के जिन किन्हीं भी केंद्रों से ऊर्जा और ऊष्मा मिलती है, उसके प्रति धन्यवाद का भाव व्यक्ति को आंतरिक दृष्टि से समृद्ध बनाता है।

पद्म, मत्स्य आदि पुराण ग्रंथों के अनुसार सूर्य के उत्तरायण होते समय मकर संक्रांति में किए धार्मिक कार्य, यथा सूर्योदय पूर्व तिल-स्नान, तर्पण, दान, देवपूजन, तुलादान, वस्त्रदान, स्वर्ण-मणिमाणिक्य, हव्य-कव्य दान, दीपदान, शय्यादान, पिण्डरहित श्राद्ध, व्रत, जप, तप, होम इत्यादि का मिलना है। इन पुण्य कार्यों के फल अन्य अवसरों पर किए जाने वाले इन्हीं सब धार्मिक कार्यों से प्राप्त फल की तुलना में अपेक्षाकृत अधिक और कल्याण कारी होते हैं। शास्त्रीय संदर्भों के अनुसार हजार, लाख और करोड़ गुना फल मिलते हैं। संक्रांति काल में की गई सूर्य पूजा हेतु अनेक मंत्र हैं, जिनके श्रद्धापूर्वक जप से मनुष्य अपने संपूर्ण अभिष्ट एवं अभिलक्षित पदार्थों, सर्वसिद्धियों तथा स्वर्गादि के भोग प्राप्त करता है।

धर्मसिंधु और पुराण शास्त्रों के अनुसार मकर संक्रांति के पुण्य काल में स्नान-दान करते हुए तीन दिन उपवास के साथ शिवपूजा का विधान है। संक्रांति के पहले दिन उपवास करके संक्रांति दिवस पर तिल का उबटन लगाकर, तिल से स्नान कर तिल से ही तर्पण करके शिव को गाय के घी से मर्दन कर शुद्धजल से नहला कर सुवर्ण-मणिमाणिक इत्यादि अर्पित कर तिल-दीप-सुवर्ण-अक्षत-तिल से पूजन कर घी-कंबल इत्यादि का ब्राह्मणों को भोजन कराना चाहिए। उपयुक्त पात्रों और जरूरतमंदों को दान दक्षिणा देने के पश्चात ही तिलसहित पंचगव्य से व्रत का पारण करें।

मकर संक्रांति दिवस एक अन्य स्वरूप भी लोकाचार में प्रचलित है। बाधित संबंधों, टूटी हुई मित्रताओं एवं पारिवारिक संबंधों को फिर से जोड़ने के प्रयास इस दिन किए जाते हैं। परिवार के अन्य सदस्यों को सम्मान देते और बिगड़े हुए संबंधों को सुधारने के लिए कोशिश करते हैं।

मकर संक्रांति का एक आयाम खेती से जुड़ा भी है। रबी की फसल में बीज पड़ना प्रारम्भ होता है। फसल की पकाई के लिए सूर्य की अच्छी धूप का अपना एक महत्व है। दिन-रात की अवधि इस तिथि के बाद समान होने लगने से कृषि का मिजाज बदलता है। इस दिन से सूर्य की अधिक धूप उपलब्ध होती है जो अन्ततः फसल के पकने में सहायक होती है। धूप में उत्तरोत्तर वृद्धि फसल को उपयुक्त रूप से पकने में मदद करती है।

सूर्य की उर्जा एवं उष्मा से वर्षा है। इसी से नदियों और सरोवरों में जल है। सूर्य के प्रभाव से ही बर्फभी है। यही सब मनुष्य के लिए जीवनदायी अमृत है। इस जल का प्रयोग सुविधाजनक एवं सम्मानपूर्वक करना नितान्त आवश्यक है। इसीलिए श्रद्धालु पवित्र नदियों में स्नान करके अपनी कृतज्ञता सूर्य-पूजा के माध्यम से भगवान सूर्य के प्रति अभिव्यक्त करते हैं।

झलक

मकर संक्रांति देश भर में तरह-तरह से मनाई जाती है। इस मौके पर व्यक्त किए जाने वाले उल्लास के विविध रूप और नाम

बिहु – असम मेंमकर संक्रांति को माघ बिहु अथवा भोगाली बिहु का नाम से जाना जाता है। बिहु में असम के लोग नृत्यों की बानगी देखते ही बनती है। समूचा असम क्षेत्र बिहु के रंग में रंग जाता है।

पारंपरिक लोक गीत गाए जाते हैं। बिहु कई स्वरूपों में मनाया जाता है।

लोहड़ी– पंजाब और आसपास के इलाकों में यह पर्व लोहड़ी के रूप में मनाया जाता है। जो संक्रांति के एक दिन पहले संपन्न होती है। अंधेरा होते ही आग जलाकर अग्निपूजा करते हुए तिल, गुड़, चावल और भुने हुए मक्के की आहुति दी जाती है।

पोंगल – तमिलनाडु में यह वहां नए वर्ष का प्रतीक है। पर्व चार दिन तक मनता है। यही वर्ष का नया और पहला दिन भी माना जाता है।

खिचड़ी – उत्तर भारत में चावल दाल से बने खास आहार लेने और दान देने का पर्व है मनाया जाता है।

संकरात – गुजरात और आसपास के इलाकों में पतंग उड़ाने और कबड्डी कुश्ती आदि देसी खेलों के आयोजन का उत्सव मनाया जाता है। दिन भर याचकों को दान देने का रिवाज भी है।

यह सप्ताह

गंगा सागर यात्रा
स्वर्ग से उतरकर गंगा राजा भगीरथ के पीछे-पीछे चलती हुई कपिलमुनि के आश्रम में जाकर मकर संक्रांति के दिन ही सागर में मिली थी।

9 जनवरी – छप्पन भोग गरुड़ गोविंद
13 जनवरी – लोहड़ी
14 जनवरी – मकर संक्रांति पोंगल
14 जनवरी – गंगासागर यात्रा प्रारंभ

साधना - **स्वामी अनूप योगी**

बीज के अंकुरित होने और पल्लव पुष्प खिलने तक एक लंबी प्रक्रिया चलती है। उसके साथ सहयोग ही साधक का धर्म है।

ओंकार का मर्म

तस्य वाचकः प्रणव अर्थात उस ईश्वर काम नाम प्रणव व ओंकार है। महर्षि पातंजलि ने ईश्वर और ओंकार में कोई भेद नहीं समझा। उनके अनुसार ओंकार के जाप से चेतना के चौथे स्तर पर अर्थात समाधि में साधक जल्द ही पहुंच जाता है। चेतना के चार स्तर होते हैं। बैखरी, मध्यमा, पश्चयंती, और परा। ओंकार की वाणी से उच्चारण करना ध्यान की प्रथम अवस्था है। इसमें साधक शब्द ओंकार का उच्चारण करता है और वहीं पर अपना ध्यान केंद्रित करने की कोशिश करता है। मंत्र साधना की यह पद्धति समाज में सामान्य रूप से प्रचलित है। साधना में इसे अत्यंत प्रारंभिक अवस्था कहा जाता है।

इसके बाद की साधना में यह विचार वाणी से हट कर मन पर चल जाता है। अर्थात होंठ हिलना बंद हो जाते हैं। किंतु मन चलता रहता है। इसे मध्यमा इसलिए कहते हैं कि क्योंकि इसमें न हम बोल रहे हैं और न ही चुप होते हैं। इस समय ओंकार का न तो मुख से उच्चारण होता है और न ही मन में ही उसे दोहराते हैं। पश्यंती अवस्था में ध्यान कुछ और गहरा होता है। तब हम सिर्फ देखते हैं। हमें यह एहसास होता है कि हमारे पास विचार नहीं है। विचार न होने पर हमें स्वयं की अनुभूति होती है कि मैं हूं।

न चमत्कार की आशा करें न ही सफलता के लिए अधीर हों।

ओंकार के जाप में चौथा स्तर परा स्तर कहलाता है। इस स्तर पर समस्त विचारों के समाप्त होने पर सिर्फ आनंद की अनुभूति होती है। इस समय विचार के न होने का आभास नहीं होता है। बल्कि विचार के न होने पर आनंद की अनुभूति होती है। यह तुरीया अवस्था होती है। यही समाधि है। जो साधक के जीवन का परम लक्ष्य है। ततः प्रत्यक चेतनाधिगमाअत्यंतरा.भआवश्च अर्थात उपयुक्त ओंकार साधना से अंतरिक चेतन स्वरूप का ज्ञान होता है। और साथ-साथ विघ्नों का निवारण भी होता है। इस जीवन में भौतिक विघ्नों से जितना ।

चेतना के इन स्तरों को सफलतापूर्वक पाने और पार होने के लिए मंत्र साधना के दौरान पांच सावधानियां रखनी चाहिए। एक-मंत्रोच्चारण में भावना का महत्व अधिक होता है। मंत्र के मूल को आत्मसात करने का प्रयत्न करें। दो- मंत्र के चमत्कारिक सिद्दि की आशा न करें । मंत्र सिद्धि का मूल अर्थ तूरीय अवस्था में स्थित हो जाना है। तीन- मंत्र का मात्र शब्दोच्चारण को शांत करने की बजाय उसमें और भटकाव पैदा करता है। चार-मन शांत होता है मंत्र के भाव से न कि शब्दों के बार-बार रटने से। पांच-मंत्र के भावार्थ का व्यावहारिक जीवन में प्रयोग उसकी सिद्धि में अधिक उपयोगी होता है।

यज्ञ विधान ही नहीं विज्ञान भी

यज्ञ अग्निहोत्र यों देखने में एक वेदी पर समिधा (लकड़ियां) सजाने और उनमें अग्नि जलाकर आहुतियां देने का उपक्रम लगता है। लेकिन वेदशास्त्रों से लेकर कर्मकांड तक यह उपक्रम सिर्फ दिखाई देने वाली क्रिया ही नहीं है। केरल के नंबूदिरी विद्वानों की माने तो यह अपने आप में यह विज्ञान है। इसे विधि-विधान के अनुसार किया जाए तो उसके परिणाम निश्चित रूप से सामने आते हैं। वे परिणाम जिनके लिए यह आयोजन किया जाता है। केलिफोर्निया विश्वविद्यालय में दर्शन शास्त्र और दक्षिण पूर्व की परंपराओं के प्राध्यापक भारत विद् प्रो. फ्रिट्स स्टाल ने करीब पैंतीस साल पहले यज्ञ अग्निहोत्र एक खास विधा का अध्ययन कर उसके वैज्ञानिक आधारों का विवेचन किया था। अतिरात्रम नामक इस यज्ञ विधि के बारे में उन्होंने लिखा कि दुनिया में पिरामिड, मंदिर, कैथेड्रल और कई प्राचीन स्थापनाएं और प्रविधियां बनी बिगड़ी लेकिन वेद और उसकी प्रवर्तित यह विधा ज्यों की त्यों बनी रही।

अग्निरात्रम के विधि विधान को लिपिबद्ध नहीं किया गया। सिर्फ वाचिक परंपरा से यह विद्या पीढ़ी-दर-पीढ़ी सीखी सिखाई जाती रही है। करीब चार हजार साल से जैसे तैसे जीवित इस यज्ञ विधान को करीब पैंतीस साल पहले केरल के पंजल स्थान में व्यवस्थित ढंग से किया गया। अमेरिका के हार्वड और बर्कले तथा फिनलैंड के हैलसिंकी विश्वविद्यालय के सहयोग से इस आयोजन में अग्निरात्रम के जरिए शांति एकता और सद्भावना के विस्तार की संभावना देखी गई। कोच्चि के पास त्रिचूर से करीब पैंतीस किमी दूर प्रकृति की गोद में हुए इस आयोजन को अब भी हर साल किया जाता है। इसी साल अप्रैल में इसे बड़े पैमाने पर आयोजित करने की योजना है।

शुक्ल यजुर्वेद और सामवेद के मंत्रोंच्चार से गूंजते हुए वातावरण में 1990 और 2006 में भी कुंडूर तथा सुखपुरम में भी अतिरात्रम के आयोजन हुए थे। 64 गांवों में फैली आबादी के बीच हुए इन आयोजनों से लोगों का विश्वास है कि क्षेत्र में सुख समृद्धि व्याप गई थी। इस इलाके को कहते हैं कि भगवान विष्णु के छठें अवतार परशुराम ने बसाया था। इसके बाद क्षेत्र में यज्ञ विज्ञान के नए नए आयामों के प्रयोग और अध्ययन की प्रक्रिया शुरू हुई।

इस आयोजन के व्यवस्था कर रहे वर्तते ट्रस्ट के प्रबंध न्यासी के कृष्ण कुमार के अनुसार इस आयोजन में जातीय, धर्म, नस्ल, रंग और लिंग भेद की दीवारें टूटने की संभावना देखी गई है।

– **बलवंत शास्त्री**

राशिफल

कल का पंचांग

व्रत त्योहार : छप्पन भोग गरुड़ गोविन्द, शिशिर ऋत, सूर्य उत्तरायणे, दक्षिण गोले। राहुकाल : सांय 04.30 से 06.00 तक। पंचांगः विक्रमी (शोभन) संवत् 2067, 19 पौष मास शक 1932, पौष मास 25 प्रविष्टे, 04 सफर हिज़री 1432, पौष शुक्ल पक्ष पंचमी 22.49 तक उपरांत षष्ठी, शतभिषा नक्षत्र 12.33 तक उपरांत पूर्वाभाद्रपदा नक्षत्र, व्यतिपात योग 16.19 तक उपरांत वरियान योग, बव करण 09.36 तक उपरांत बालव करण चन्द्रमा कुंभ राशि में दिन रात।

आज जिनका जन्मदिन है

इस वर्ष कार्यों में सफलता से उत्साहित रहेंगे। चली आ रही समस्याओं से मुक्ति मिलेगी। सामाजिक मान प्रतिष्ठा बढ़ेगी। उच्चस्तरीय परीक्षाओं में सफलता मिलेगी। सरकारी क्षेत्र में सेवारत जातकों को प्रमोशन का लाभ मिलेगा। स्वर्णाभूषण, औषधि, मशीनरी आदि व्यवसायों में धन लाभ होगा।

आज के व्रत त्योहार

पौष शुक्ल पक्ष चतुर्थी

मेष 20 मार्च - 18 अप्रैल
आज मन प्रसन्न रहेगा। सुख साधनों में वृद्धि होगी। कार्य विशेष में सफलता मिलेगी। आय के साधनों में वृद्धि होगी।

वृषभ 19 अप्रैल - 19 मई
आज कार्य क्षेत्र में अनुकूलता रहेगी। शुभ समाचार मिलेगा। मन में आशा का संचार होगा। व्यवसाय में लाभ से खुशी होगी।

मिथुन 20 मई - 20 जून
आज निर्णय क्षमता प्रभावित रहेगी। प्रयासों में अल्प सफलता मिलेगी। नौकरी में परेशानी संभव है। व्यवसाय में अल्प लाभ होगा।

कर्क 21 जून - 21 जुला.
आज अनावश्यक भाग-दौड़ रहेगी। इष्ट मित्रों का सहयोग मिलेगा। वाहन से परेशानी संभव है। व्यवसाय में लाभ होगा।

सिंह 22 जुलाई - 21 अग.
लंबित पड़े कार्य में अनायास सफलता मिलेगी। आय में वृद्धि होगी। व्यवसाय के विस्तार, धन-लाभ से खुशी होगी।

कन्या 22 अग. - 21 सित.
कार्यों में इच्छित सफलता मिलेगी। पूर्व नियोजित योजनाएं पूर्ण होंगी। व्यवसाय में अचानक लाभ के संकेत हैं।

तुला 22 सित. - 22 अक्तू.
किसी हितैषी की सलाह लाभप्रद रहेगी। संतान पक्ष से शुभ समाचार मिलेगा। कार्य की प्रगति को लेकर चिंता रहेगी।

वृश्चिक 23 अक्तू. - 20 नवं.
आज व्यर्थ के कार्यों में उलझे रहेंगे। कार्य क्षेत्र में श्रम की अधिकता रहेगी। व्यवसाय में सामान्य लाभ होगा।

धनु 21 नव. - 20 दिस.
आज विकास के कार्यों में सफलता मिलेगी। किसी नए कार्य का विचार बनेगा। मान प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी।

मकर 21 दिस. - 19 जन.
आज कुछ पारिवारिक समस्याएं उत्पन्न होंगी। कार्य क्षेत्र में मन नहीं लगेगा। इष्ट मित्र का सहयोग मिलेगा।

कुंभ 20 जन. - 18 फर.
आज आनंद की अनुभूति होगी। रोजगार प्राप्ति के प्रयास सार्थक होंगे। परिवार में आनन्द रहेगा। व्यवसाय में लाभ होगा।

मीन 19 फर. - 19 मार्च
आज स्वास्थ्य नरम रहेगा। अजनबी से हानि की आशंका रहेगी। स्वजनों का अपेक्षित सहयोग नहीं मिलेगा।

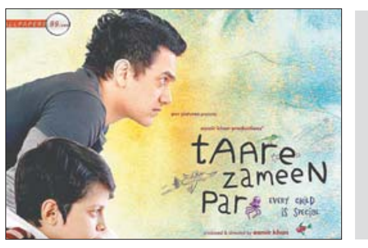
सुडोकू-1880

	4	1			8	2		
			2	9				5
					7			
	7		9			3		1
		6	1		5	8		
1		2			6		7	
			7					
8				1	3			
		3	6			1	4	

सुडोकू 81 वर्गों का ग्रिड है, जो 9 वर्गों के ब्लॉक में बंटा हुआ होता है। कुछ वर्गों में अंक लिखे हैं और खाली वर्गों में 1 से लेकर 9 तक के अंक लिखने होते हैं। कोई नंबर एक पंक्ति, कॉलम या 9 वर्ग वाले छोटे ब्लॉक में दोबारा नहीं आ सकता है। **उत्तर कल के अंक में**

सुडोकू 1879 का हल

5	9	7	2	3	1	8	6	4
4	8	1	7	9	6	5	2	3
6	3	2	5	4	8	7	9	1
8	2	5	4	1	9	3	7	6
3	7	4	6	8	5	9	1	2
9	1	6	3	7	2	4	8	5
2	4	3	8	6	7	1	5	9
1	6	8	9	5	3	2	4	7
7	5	9	1	2	4	6	3	8



आज देखें

तारे जमीं पर

जी सिनेमा
8.00 बजे

फिल्म चैनल

स्टार गोल्ड

1.00	मेला
5.30	भूल भुलैया
9.00	वीर

जी सिनेमा

8.00	जोधा
12.00	ऐतराज

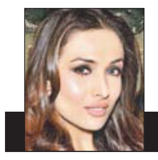
4.00	आतिश
8.00	तारे जमीं पर

सैट मैक्स

8.30	सत्ते पर सत्ता
12.00	नमक हलाल
4.00	सनम बेवफा
8.00	मेरी जंग

पहचानो तो जानें

ऊपर दिए गए चित्र में छिपे सेलिब्रिटी को आपको पहचानना है।



कल का जवाब – मलाइका अरोड़ा खान

आज का लतीफा

एक बार रमन मंदिर से प्रवचन सुनकर घर आया और अपनी पत्नी को गोद में उठा कर गोल-गोल घूमने लगा। **पत्नी बोली**- क्या गुरु महाराज जी ने तुम्हें रोमांस करने के लिए कहा है? **रमन**- अरे नहीं पगली...! उन्होंने तो कहा है कि अपने दु:ख खुद ही उठाओ।