• क्या करें...

भोजन करने से पहले

सनातन धर्म में अन्न को देवता के समान पूजनीय माना गया है। यही कारण है कि भोजन न सिर्फ खाते समय बल्कि बनाते समय भी कुछ जरूरी नियमों का पालन करना अनिवार्य होता है। ऐसी मान्यता है कि जो कोई अन्न का आदर करते हुए उसे अपने यहां पकाता और नियमों के तहत खाता है, उसके यहां दिन दोगुनी-रात चौगुनी बरकत होती है। घर में मां अन्नपूर्णा देवी की कृपा हमेशा बनी रहती है और घर में अन्न का भंडार कभी खाली नहीं रहती है।

▶ भोजन बनाने से पहले लोगों को तन और मन से पवित्र होना बहुत जरूरी है, फिर उसके बाद प्रसन्न मन से भोजन पकाएं। भोजन को हमेशा शुद्ध जगह पर ही बनाना और रखना चाहिए। इससे लोगों पर मां अन्नपूर्णा का आशीर्वाद बना रहता है। शास्त्रों के अनुसार, हिंदू धर्म में खाना खाने से पहले भोजन मंत्र का पाठ करना बहुत ही शुभ माना गया है। भोजन करने से पहले बोले ये मंत्र- *ॐ सह नाववतु, सह नौ भुनक्तु, सह वीर्यं करवावहै। तेजस्वि नावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ॥ ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥*

▶ **भोजन का न करें अपमान**- भोजन करते समय कभी भी अन्न का अपमान नहीं करें और खाना हमेशा दाएं हाथ से ही खाना शुभ

माना जाता है। बाएं हाथ से भोजन करने को बड़ा दोष माना गया है। इससे लोगों को जीवन में कई कष्ट सहने पड़ सकते हैं।

▶ **किस ओर मुख करके खाएं खाना**-हिन्दू परंपरा में किसी भी कार्य को करने के लिए शुभ समय और शुभ दिशा का विशेष महत्व है। भोजन को हमेशा सही समय पर सही दिशा में ही करना अति उत्तम माना गया है। हिंदू मान्यता के अनुसार, पूर्व दिशा को देवताओं की दिशा माना गया है, ऐसे में इसी दिशा में मुख करके भोजन करना शुभ होता है.

▶ **अन्न का करें दान**- यदि आप चाहते हैं कि आपके घर में अन्न और धन का भंडार भरा रहे तो आपको हमेशा दान भी करना चाहिए। इस अन्न का दान महादान के बराबर माना गया है। ऐसे में इसे आम आदमी से लेकर पशु-पक्षियों के लिए प्रतिदिन जरूर निकालें। इससे आपके घर में कभी अन्न और धन की कमी नहीं रहेगी।

▶ **भोजन करने का सही नियम**- हिंदू मान्यता के अनुसार, भोजन हमेशा जमीन पर किसी आसन पर बैठकर ही करना चाहिए. खाना उतना ही लेना चाहिए जितना आप खा सकें। कभी भी थाली में अन्न नहीं छोड़ना चाहिए।

• हनुमान जयंती...

घर लाएं ये चीजें

राम भक्त हनुमान का हिंदू धर्म में खास स्थान माना जाता है, इसी कारण हनुमान जयंती का पर्व बहुत महत्वपूर्ण माना जाता है और भारत में पूर्ण श्रद्धा और जोश के साथ इसे मनाया जाता है। हनुमान जी को संकटमोचन भी कहा जाता है। हनुमान जी की भक्ति करने से सभी प्रकार के भय, रोग, पीड़ा और हर तरह की निगेटिव एनर्जी से मुक्ति मिलती है।

चैत्र महीने के शुक्ल पक्ष की पूर्णिमा तिथि को हनुमान जयंती का पर्व मनाया जाता है। इस साल चैत्र महीने के शुक्ल पक्ष की पूर्णिमा तिथि 23 अप्रैल, दिन मंगलवार को पड़ रही है। मंगलवार के दिन होने के कारण ये हनुमान जयंती बहुत खास है। मान्यता है कि हनुमान जयंती के दिन कुछ खास चीजें घर में लाने से हनुमान जी की कृपा बरसती है और सभी परेशानियों से मुक्ति मिलती है। आइए जानते हैं हनुमान जयंती के दिन घर में क्या लाना शुभ होगा और क्या अशुभ-

▶▶ **हनुमान जी की मूर्ति या तस्वीर**-मान्यता के अनुसार, हनुमान जी की मूर्ति या तस्वीर को हनुमान जयंती के दिन घर में लाना शुभ माना जाता है। हनुमान जी की बैठे हुए या खड़े हुए मुद्रा में मूर्ति या प्रतिमा ला सकते हैं।

▶▶ **सिंदूर**-सिंदूर हनुमान जी को बहुत प्रिय माना जाता है। इसलिए, हनुमान जयंती पर घर में सिंदूर लाना बहुत शुभ माना जाता है।

▶▶ **केसर**-केसर भी हनुमान जी को प्रिय मानी जाती है। हनुमान जयंती के दिन केसर घर लाना और उससे हनुमान जी की पूजा करना बहुत शुभ माना जाता है।

▶▶ **ध्वज**-हनुमान जयंती पर घर में हनुमान जी का ध्वज लाना भी बहुत अच्छा माना जाता है। इस ध्वज को घर के मुख्य द्वार पर लगाना चाहिए।

▶▶ **फल और मिठाई**- हनुमान जयंती पर भगवान हनुमान को फल और मिठाई का भोग लगाना शुभ माना जाता है। इसलिए हनुमान जयंती पर की उनके पसंदीदा फल जैसे केला, सेब और संतरा घर लाएं और हनुमान जी का भोग लगाएं।

▶▶ **दीपक और धूप**-हनुमान जयंती पर घर में दीपक और धूपबत्ती जलाना शुभ माना जाता है। इससे घर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है।

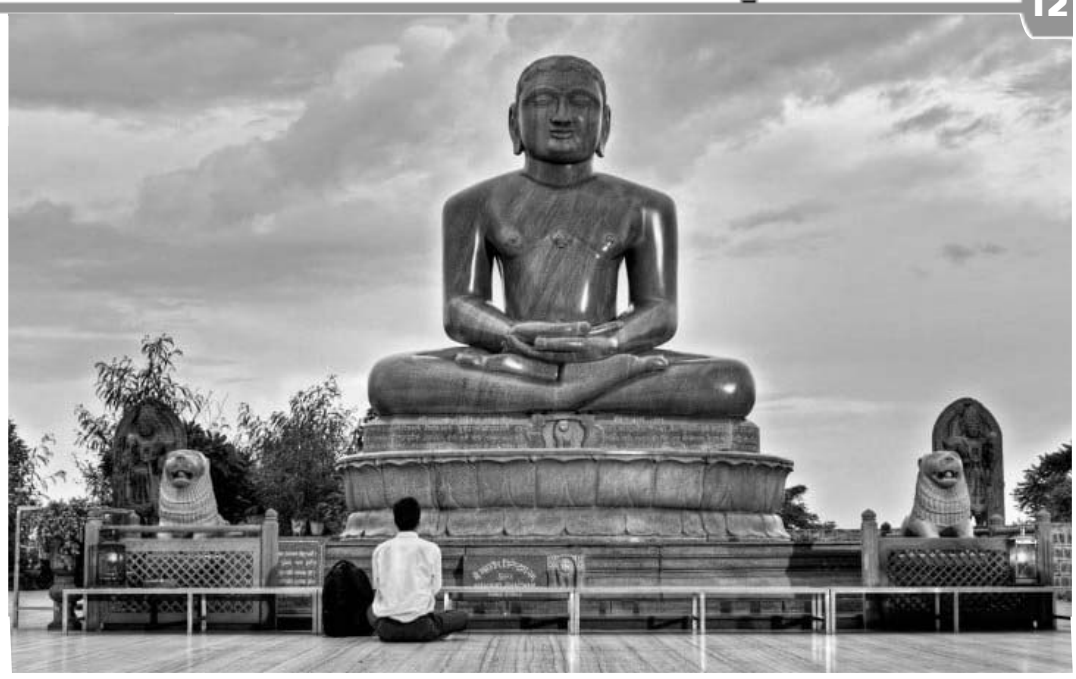
▶▶ **लाल रंग की वस्तुएं**-हनुमान जी को लाल रंग बहुत प्रिय है। इसलिए, हनुमान जयंती के दिन घर में लाल रंग की वस्तुएं लाएं ,जैसे लाल कपड़े या लाल रंग के फूलों को घर लाना चाहिए।

यें चीजें घर लानी मानी जाती हैं अशुभ

▶▶ **मांसाहारी भोजन और मदिरा**-हनुमान जयंती पर मांसाहारी भोजन और मदिरा का सेवन भूलकर भी नहीं करना चाहिए। ऐसा करना बहुत अशुभ माना जाता है।

▶▶ **अश्लील सामग्री**-हनुमान जयंती पर घर में अश्लील सामग्री नहीं लानी चाहिए और ना ही इस दिन इन चीजों मे रुचि रखनी चाहिए।

▶▶ **काले रंग की वस्तुएं**-हनुमान जी का प्रिय रंग लाल माना जाता है, काला रंग उनका प्रिय रंग नहीं माना जाता, इसलिए, हनुमान जयंती पर घर में काले रंग की वस्तुएं नहीं लानी चाहिए।



इस साल महावीर जयंती 21 अप्रैल को पड़ रही है। इस दिन को भगवान महावीर के जन्म उत्सव के रूप में भी मनाया जाता है। हिंदू पंचांग के अनुसार, चैत्र मास के 13वें दिन महावीर स्वामी का जन्म हुआ था।

ऐसा कहा जाता है कि महावीर स्वामी का जन्म करीब 599 ईसा पूर्व बिहार के कुंडग्राम/कुंडलपुर के राज परिवार में हुआ था। इनका बचपन का नाम वर्धमान था...

महावीर जयंती...

जैन धर्म के लोगों के लिए महावीर जयंती का पर्व बेहद खास होता है। हर साल चैत्र माह के शुक्ल पक्ष की त्रयोदशी तिथि को महावीर जयंती मनाई जाती है। महावीर जयंती पर जैन धर्म समुदाय के लोग प्रभात फेरी, अनुष्ठान और शोभा यात्रा का आयोजन करते हैं। महावीर जयंती का पर्व भगवान महावीर को समर्पित है। महावीर भगवान ने समाज और लोगों के कल्याण के लिए संदेश दिए थे। उन्होंने मनुष्य के लिए मोक्ष प्राप्ति के लिए पांच नियम भी स्थापित किए थे, जिनको पंच सिद्धांत कहा जाता है। आइए जानते हैं इस बार महावीर जयंती कब है और इसका महत्व क्या है।

इस साल महावीर जयंती 21 अप्रैल को पड़ रही है। इस दिन को भगवान महावीर के जन्म उत्सव के रूप में भी मनाया जाता है। हिंदू पंचांग के अनुसार, चैत्र मास के 13वें दिन महावीर स्वामी का जन्म हुआ था। ऐसा कहा जाता है कि महावीर स्वामी का जन्म करीब 599 ईसा पूर्व बिहार के कुंडग्राम/कुंडलपुर के राज परिवार में हुआ था। इनका बचपन का नाम वर्धमान था। 30 साल की उम्र में इन्होंने राजपाट त्यागकर संन्यास धारण कर लिया था और अध्यात्म की राह पर चल दिए थे।

● **कौन हैं भगवान महावीर:** पैराणिक कथाओं के अनुसार महावीर स्वामी को जैन धर्म के 24वें तीर्थंकर के रूप में माना जाता है। ये उन 24 लोगों में से हैं जिन्होंने कठिन तपस्या कर आत्मज्ञान प्राप्त किया था। ऐसा कहा जाता है कि तीर्थंकर वे लोग होते हैं जो इंद्रियों और भावनाओं पर पूरी तरह विजय प्राप्त कर लेते हैं। तो आइए जानें कैसे मनाई जाती है महावीर जयंती।

● साल 2024 में महावीर जयंती 21 अप्रैल 2024 दिन रविवार को पड़ रही है। इस दिन भगवान महावीर का 2622वां जन्मदिवस मनाया जाएगा। चैत्र माह के शुक्ल पक्ष की त्रयोदशी तिथि 20 अप्रैल 2024 को रात 10:41 से शुरू होगी और अगले दिन 22 अप्रैल 2024 को दोपहर 1:11 पर समाप्त होगी। ऐसे में उदया तिथि के अनुसार महावीर जयंती 21 अप्रैल को मनाई जाएगी।

● **महावीर जयंती पर जैन लोग क्या करते हैं:** जैन धर्म की मान्यता है कि 12 साल के कठोर मौन तप-जप के बाद भगवान महावीर ने अपनी इंद्रियों पर पूरी तरह विजय प्राप्त कर ली थी। निडर, सहनशील और अहिंसक होने के कारण उनका नाम महावीर पड़ा। 72 साल की उम्र में उन्हें पावापुरी से मोक्ष प्राप्त हुआ। महावीर जयंती के दिन जैन धर्म के लोग प्रभातफेरी, अनुष्ठान, शोभायात्रा निकालते हैं. फिर महावीर जी की मूर्ति का सोने और चांदी के कलश जलाभिषेक किया जाता है।

● इस दौरान जैन संप्रदाय के गुरु भगवान महावीर के उपदेश बताते हैं और उनपर चलने की सीख दी जाती है। इस दिन देशभर के जैन मंदिरों में पूजा की जाती है। इस दिन जैन समुदाय के लोग स्वामी महावीर के जन्म की खुशियां मनाते हैं और शोभा यात्राएं भी निकाली जाती हैं। इन्होंने दुनिया को सत्य, अहिंसा के कई उपदेश दिए थे।

● राजसी ठाठ छोड़ आध्यात्म की राह अपनाने वाले भगवान महावीर स्वामी ने जीवनभर मानव जाति को अंधकार से प्रकाश की ओर ले जाने के रास्ते बताए. महावीर स्वामी के 5 प्रमुख सिद्धांत बताए थे, जिन्हें पंचशील सिद्धांत भी कहा जाता है.

सत्य, अहिंसा, अस्तेय यानी चोरी न करना, अपरिग्रह यानी विषय व वस्तुओं के प्रति लगाव न होना, ब्रह्मचर्य का पालन करना

धार्मिक मान्यता है कि भगवान महावीर के इन पांच सिद्धांतों का पालन करने से मोक्ष की प्राप्ति होती है।

● **महावीर जयंती से जुड़े तथ्य**

महावीर जयंती जो भगवान महावीर का जन्मदिवस भी है, मुख्य रूप से जैन समुदाय के बीच, राजस्थान और गुजरात के कुछ हिस्सों में भी मनाई जाती है।

● जिस स्थान पर महावीर का जन्म हुआ उसे अहल्या भूमि भी कहा जाता है। महावीर की ज्ञान साधना 12 वर्ष तक चली थी।

● महावीर स्वामी ने 30 साल की उम्र में अपना परिवार और राज्य छोड़ दिया था और अध्यात्म की राह पर चल दिए थे।

● महावीर का जन्मस्थान बिहार में इस शुभ दिन को भव्य तरीके से मनाया जाता है। इस अवसर को वैशाली महोत्सव के नाम से भी जाना जाता है।

● महावीर जयंती की सुबह में विभिन्न भव्य जुलूस का आयोजन किया जाता है। इस दिन आप भगवान महावीर की छवियों वाले भव्य रथ देख सकते हैं।

● इस दिन जैन मंदिरों को खूबसूरत तरीके से सजाया जाता है और इनमें सभी तीर्थंकरों की छवियां शामिल होती हैं।

● भारत के कुछ प्रसिद्ध जैन तीर्थ स्थल जहां महावीर जयंती भव्य तरीके से मनाई जाती है, जो कि पालीताना, रणकपुर, श्रवणबेलगोला, दिलवाड़ा मंदिर, खंडगिरि गुफाएं और उदयगिरि गुफाएं आदि हैं।

• घर पर...

शादी की तस्वीरें

वास्तु शास्त्र के अनुसार, शादी की तस्वीरें घर में लगाने के लिए कुछ दिशाएं शुभ मानी जाती हैं, जिनके पालन से वैवाहिक जीवन में सुख-समृद्धि और खुशहाली आती है। शादी के समय फोटोग्राफी एक महत्वपूर्ण अंग होता है जो यादगार पलों को बनाए रखता है। वास्तु के अनुसार, फोटोग्राफी को लेकर कुछ महत्वपूर्ण बातों का ध्यान रखना चाहिए। वास्तुशास्त्र में फोटो का महत्व विशेष रूप से उत्तम दिशा, शुभता, और सुख-शांति को बढ़ावा देने में होता है। यह वास्तुकला का एक महत्वपूर्ण अंग है जो घर और कार्यालय की स्थापना में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। उत्तर-पश्चिम दिशा देवी लक्ष्मी और भगवान कुबेर को समर्पित है, जो धन-दौलत और समृद्धि के देवी-देवता हैं। इस दिशा में शादी की तस्वीरें लगाने से वैवाहिक जीवन में धन-संपत्ति की प्राप्ति होती है और आर्थिक स्थिति मजबूत होती है।

• देवी मां...

हिंदू धर्म में नदियों को देवी मां का रूप माना जाता है। नंगे पैर स्नान करना, श्रद्धा और सम्मान व्यक्त करने का एक तरीका है। ऐसा माना जाता है कि नदी के जल में स्नान करने से पाप धुल जाते हैं और आत्मा शुद्ध होती है। नंगे पैर जमीन से सीधा संपर्क होने से धरती की ऊर्जा ग्रहण होती है, जिससे शरीर और मन में सकारात्मकता आती है। माना जाता है कि पैरों में कुछ महत्वपूर्ण चक्र होते हैं, जो नदी के जल में स्पर्श करने से संतुलित होते हैं।

स्वामी/प्रकाशक/मुद्रक/संपादकः अनल पत्रवाल द्वारा गांव व डाकघर-रजियाणा, तहसील-नगरोटा बगवां, जिला-कांगड़ा-176056, हिमाचल प्रदेश से प्रकाशित एवं एजीएस पब्लिकेशन्स, डी-67, सेक्टर-6, नोएडा-201301, गौतम बुद्ध नगर, उत्तर प्रदेश से मुद्रित