• स्वप्न संसार...

रास्ता खोजना

सपनों की दुनिया बहुत रहस्यमयी मानी जाती है। कभी सपने में हम किसी खूबसूरत जगह पर घूमते दिखाई देते हैं, तो कभी किसी अनजान रास्ते पर पहुंच जाते हैं। कई बार ऐसा भी होता है कि सपने में हम रास्ता खोजते रहते हैं, लेकिन सही मंजिल तक नहीं पहुंच पाते। ऐसे सपने देखने के बाद मन में सवाल उठना स्वाभाविक है कि आखिर इनका क्या मतलब हो सकता है। स्वप्न शास्त्र में सपनों को लेकर कई तरह की मान्यताएं प्रचलित हैं। इनके अनुसार, सपने में रास्ता भटकना जीवन की उलझनों, निर्णय लेने में परेशानी या किसी नई परिस्थिति से जुड़ा संकेत माना जा सकता है। हालांकि, हर सपने का अर्थ एक जैसा नहीं होता। सपने में आप कहां भटक रहे हैं, रास्ता मिल रहा है या नहीं और उस दौरान आपको कैसा महसूस हो रहा है, इन बातों के आधार पर इसके अलग-अलग मतलब बताए गए हैं।

स्वप्न शास्त्र से जुड़ी मान्यताओं के अनुसार, सपने में खुद को रास्ता भटकते देखना जीवन में असमंजस या किसी बात को लेकर उलझन का प्रतीक माना जा सकता है। ऐसा सपना अक्सर उस समय दिखाई देता है जब व्यक्ति अपने भविष्य, करियर, रिश्तों या किसी महत्वपूर्ण फैसले को लेकर परेशान हो। उदाहरण के लिए, अगर आप सपने में किसी अनजान रास्ते पर चल रहे हैं और आपको समझ नहीं आ रहा कि किस दिशा में जाना है, तो इसे जीवन में सही दिशा चुनने की उलझन से जोड़कर देखा जा सकता है।

अगर आप सपने में लगातार रास्ता खोज रहे हैं, लेकिन आपको मंजिल नहीं मिल रही है, तो इसकी मतलब किसी लक्ष्य तक पहुंचने की कोशिश या मन में चल रही बेचैनी से की जा सकती है। हो सकता है कि वास्तविक जीवन में आप किसी काम को लेकर मेहनत कर रहे हों, लेकिन आपको उसका परिणाम समझ नहीं आ रहा हो. ऐसे में रास्ता खोजने का सपना आपकी इसी मानसिक स्थिति से जुड़ा हो सकता है।

अगर आप सपने में रास्ता भटक जाते हैं, लेकिन कुछ समय बाद सही रास्ता मिल जाता है, तो इसे सकारात्मक शुरूआत का प्रतीक माना गया है. पारंपरिक मान्यताओं में इसे उलझन के बाद समाधान मिलने, मुश्किल परिस्थिति से निकलने या सही दिशा पहचानने के प्रतीक के रूप में देखा जाता है। ऐसा सपना यह सोचने का मौका दे सकता है कि किसी समस्या का हल तुरंत न मिलने पर भी धैर्य बनाए रखना जरूरी होता है।

• झारखंड...

मां उग्रतारा का मंदिर

झारखंड के लातेहार जिले के चंदवा प्रखंड के नगर गांव में मां उग्रतारा का करीब एक हजार वर्ष पुराना मंदिर स्थित है। सिद्धपीठ के रूप में प्रसिद्ध इस मंदिर में झारखंड ही नहीं, बल्कि देश के अलग-अलग हिस्सों



से श्रद्धालु पूजा-अर्चना करने पहुंचते हैं। मान्यता है कि मां के दरबार में सच्चे मन से मांगी गई मनोकामना जरूर पूरी होती है। यहां पूजा के दौरान मां के आसन से फूल गिरने को मनोकामना पूरी होने का संकेत माना जाता है।

लोककथा के अनुसार, टोरी परगना के अंतिम राजा दिग्विजय नाथ शाही के पूर्वज आखेट के दौरान लातेहार के मनकरी नामक स्थान पर पहुंचे थे। रात में विश्राम करने के दौरान देवी ने राजा को स्वप्न में दर्शन दिया और कहा, 'सुबह स्नान करने तालाब में जाना, वहां तुम्हें मैं मिलूंगी।'

अगली सुबह राजा तालाब में स्नान करने पहुंचे, तो उन्हें वहां अंगुष्ठ प्रमाण यानी अंगूठे के आकार की देवी की प्रतिमा मिली। राजा प्रतिमा को लेकर नगर गांव पहुंचे और अपने राज्य के गढ़ के बीचों-बीच स्थापित कर दिया। तभी से यहां मां उग्रतारा की पूजा-अर्चना की परंपरा चली आ रही है। बाद में देव मारकंडेय (वर्तमान बिहार के रोहतास क्षेत्र) के निवासी पंचानन मिश्र अपने परिवार के साथ भिक्षाटन करते हुए नगर गांव पहुंचे। राजा ने उन्हें मां की पूजा की जिम्मेदारी सौंपी और अलौदिया गांव की जमींदारी भी दी। वर्ष 1804 में अंतिम राजा दिग्विजय नाथ शाही का नि:संतान निधन हो गया। इसके बाद से आज तक पंचानन मिश्र के वंशज ही मंदिर की व्यवस्था और पूजा-पाठ की जिम्मेदारी निभाते आ रहे हैं।

टुडामू स्थित मिश्र परिवार के घर में देवी की कृपा से एक अद्भुत पोथी रखी हुई है। इसी पोथी के आधार पर ऐतिहासिक नगर मंदिर में दशहरा पूजा संपन्न कराई जाती है. उन्होंने बताया कि इस पुस्तक में कई पुराणों का सार है। इसे मिश्र परिवार के पूर्वजों ने कैथी लिपि में लिखा था। परिवार इस पोथी को साल भर देवी के समान श्रद्धा के साथ अपने घर में रखता है। साल में 16 दिवसीय शारदीय नवरात्र के दौरान ही इसे बाहर निकाला जाता है। मंदिर में विशेष पूजा इसी पोथी के आधार पर संपन्न होती है।

नगर गांव स्थित मां उग्रतारा नगर भगवती मंदिर में 16 दिवसीय शारदीय पूजा की विशेष परंपरा है। झारखंड समेत कई राज्यों में आस्था के प्रमुख केंद्र के रूप में प्रसिद्ध इस मंदिर में रविवार, 4 अक्टूबर से शारदीय पूजन शुरू हुआ. जिउतिया व्रत के पारण के बाद वैदिक मंत्रोच्चार के बीच मां अष्टादशभुजा की कलश स्थापना की गई।

मां उग्रतारा के दरबार में मनोकामना पूरी होने की आस लेकर श्रद्धालु पहुंचते हैं। यहां मन्नत मांगने के लिए मां के आसन पर फूल चढ़ाने की परंपरा है। स्थानीय मान्यता के अनुसार, पूजा के दौरान यदि मां के आसन से फूल गिरता है, तो इसे भक्त की मनोकामना पूरी होने का संकेत माना जाता है। इसी आस्था के कारण दूर-दूर से श्रद्धालु मां के दर्शन और पूजा-अर्चना करने नगर गांव पहुंचते हैं।



करवा चौथ का पर्व

पंचांग के अनुसार, साल 2026 में कार्तिक मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्थी तिथि 29 अक्तूबर को पड़ रही है। इस तिथि का आरंभ 29 अक्तूबर की रात 1 बजकर 6 मिनट पर होगा और इसका समापन उसी दिन रात 10 बजकर 9 मिनट पर होगा। ऐसे में उदयातिथि के आधार पर करवा चौथ का व्रत गुरुवार, 29 अक्तूबर 2026 को रखा जाएगा। करवा चौथ के दिन सरगी का विशेष महत्व होता है। इस पर्व में महिलाएं सूर्योदय से पहले सरगी ग्रहण करके व्रत की शुरुआत करती हैं...

करवा चौथ का पर्व सुहागिन महिलाओं के लिए बेहद खास माना जाता है। इस दिन महिलाएं अपने पति की लंबी आयु, अच्छे स्वास्थ्य और वैवाहिक जीवन में सुख-समृद्धि की कामना के साथ निर्जला व्रत रखती हैं। यह पर्व कार्तिक मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्थी तिथि को मनाया जाता है। करवा चौथ पर महिलाएं सोलह शृंगार करके करवा माता की पूजा करती हैं और शाम को चंद्रमा के दर्शन करने के बाद व्रत का पारण करती हैं। इस व्रत की शुरुआत सुबह सरगी खाने से होती है, जिसके बाद महिलाएं पूरे दिन बिना अन्न-जल ग्रहण किए उपवास रखती हैं। ऐसे में साल 2026 में यह व्रत कब रखा जाएगा और इस दिन किन बातों का ध्यान रखना चाहिए, आइए जानते हैं।

पंचांग के अनुसार, साल 2026 में कार्तिक मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्थी तिथि 29 अक्तूबर को पड़ रही है। इस तिथि का आरंभ 29 अक्तूबर की रात 1 बजकर 6 मिनट पर होगा और इसका समापन उसी दिन रात 10 बजकर 9 मिनट पर होगा। ऐसे में उदयातिथि के आधार पर करवा चौथ का व्रत गुरुवार, 29 अक्तूबर 2026 को रखा जाएगा।

करवा चौथ पर सरगी खाने का समय

करवा चौथ के दिन सरगी का विशेष महत्व होता है। इस पर्व में महिलाएं सूर्योदय से पहले सरगी ग्रहण करके व्रत की शुरुआत करती हैं। साल 2026 में सरगी खाने के लिए सुबह 3:30 बजे से 5:30 बजे के बीच का समय रखा जा सकता है।

करवा चौथ पर इन बातों का रखें ध्यान

- करवा चौथ पर सोलह शृंगार करने की परंपरा है। मान्यता है कि इस दिन सुहागिन महिलाओं का शृंगार करना सुख-सौभाग्य और वैवाहिक जीवन की खुशहाली का प्रतीक होता है।
- करवा चौथ के दिन परिवार में प्रेम और सद्भाव बनाए रखने का प्रयास करें। छोटी-छोटी बातों पर विवाद करने से बचें और अपने करीबियों के साथ अच्छा समय बिताएं।
- कई धार्मिक मान्यताओं में करवा चौथ पर काले रंग के वस्त्र पहनने से बचने की सलाह दी जाती है। इस दिन आप लाल, गुलाबी या अन्य शुभ माने जाने वाले रंगों के वस्त्र पहन सकती हैं।
- करवा चौथ पर जरूरतमंदों को अन्न, वस्त्र या अन्य उपयोगी चीजों का दान करना शुभ माना जाता है। धार्मिक मान्यता है कि दान-पुण्य करने से जीवन में सकारात्मकता आती है।

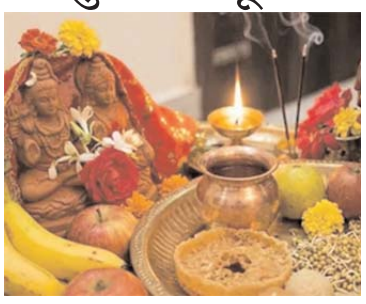
व्रत में डिहाइड्रेशन से कैसे बचें?

- करवा चौथ के दौरान पानी नहीं पीने से शरीर में तरल पदार्थों की कमी हो सकती है। इसे डिहाइड्रेशन कहा जाता है। इसके कारण मुंह सूखना, सिरदर्द, थकान, चक्कर आना और पेशाब कम होना जैसे लक्षण दिखाई दे सकते हैं। अधिक गर्मी में रहने या ज्यादा पसीना आने से यह जोखिम बढ़ सकता है।
- व्रत से पहले सरगी और उसके आसपास के समय में अपनी जरूरत के अनुसार पर्याप्त पानी पिएं। एक साथ बहुत अधिक पानी पीने के बजाय समय-समय पर पानी लेना बेहतर है। खीरा, तरबूज और अन्य पानी से भरपूर फल सरगी में शामिल किए जा सकते हैं। हालांकि, कोई भी भोजन पूरे दिन पानी न पीने की कमी को पूरी तरह दूर नहीं कर सकता।
- व्रत के दौरान धूप में ज्यादा देर रहने, भारी काम करने और कठिन व्यायाम से बचें। यदि बहुत ज्यादा चक्कर आएं, बेहोशी महसूस हो, भ्रम की स्थिति बने या अत्यधिक कमजोरी हो, तो व्रत जारी रखने के बजाय तुरंत स्वास्थ्य को प्राथमिकता दें और जरूरत पड़ने पर चिकित्सा सहायता लें।
- सरगी करवा चौथ के व्रत की एक महत्वपूर्ण परंपरा है। इसमें ऐसा भोजन चुनना उपयोगी हो सकता है, जो शरीर को ऊर्जा दे और कुछ समय तक पेट भरा रखने में मदद करे। केवल मिठाई या बहुत ज्यादा तला-भुना खाना खाने के बजाय संतुलित भोजन को प्राथमिकता दें।
- सरगी में रोटी या ओट्स जैसे साबुत अनाज, दही या दूध, फल, थोड़े मेवे और प्रोटीन वाले खाद्य पदार्थ शामिल किए जा सकते हैं। फाइबर, प्रोटीन और हेल्दी फैट का संतुलित मेल ऊर्जा बनाए रखने में मदद कर सकता है। बहुत ज्यादा नमकीन, तला हुआ या अत्यधिक मीठा भोजन प्यास और असहजता बढ़ा सकता है।
- अगर आपको डायबिटीज है, गर्भावस्था है या कोई ऐसी स्वास्थ्य समस्या है जिसमें नियमित भोजन जरूरी है, तो सरगी और पूरे व्रत की योजना डॉक्टर से चर्चा करके बनाएं। केवल ज्यादा खाना खाने से पूरे दिन बिना भोजन और पानी के रहने के प्रभावों से बचाव की गारंटी नहीं मिलती।

■ पं. नित्यानंद

• सुख-समृद्धि...

सुबह की पूजा



दिन की शुरुआत पूजा के साथ होती है तो पूरे दिन में सकारात्मकता बनी रहती है और जीवन में सुख-समृद्धि आती है। सनातन धर्म में हमेशा से सुबह-सुबह स्नान और पूजा-पाठ की प्राचीन परंपरा रही है। भगवान को हमेशा साफ-सुथरे और अच्छे वस्त्र ही पहनाना चाहिए। पूजा के दौरान दीपक जलाने का विशेष महत्व बताया गया है। इसलिए दीपक को हमेशा किसी साफ थाली या चौकी पर रखकर जलाना चाहिए। मान्यता है कि दीपक को सीधे जमीन पर रखना शुभ नहीं माना जाता है। सुबह की पूजा में अक्षत यानी चावल चढ़ाने का विशेष महत्व है। भगवान को हमेशा बिना टूटे हुए चावल ही चढ़ाने चाहिए। देवी-देवताओं को हमेशा ताजे फूल ही चढ़ाने चाहिए। मुरझाए या बासी फूल चढ़ाना शुभ नहीं माना जाता है। पूजा के दौरान व्यक्ति का मुंह पूर्व या उत्तर दिशा की ओर होना अच्छा माना जाता है। पूजा हमेशा शांत मन से करनी चाहिए। इस दौरान जल्दबाजी करने से बचना चाहिए।

• नमक...



वास्तु के अनुसार, नमक का सही इस्तेमाल घर से नकारात्मक ऊर्जा दूर करने और सकारात्मक ऊर्जा बनाए रखने में मदद कर सकता है। नमक रखने के लिए उत्तर-पूर्व दिशा को शुभ माना जाता है। मान्यता है कि इस दिशा में नमक रखने से घर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। नमक को हमेशा ढककर रखना चाहिए। नमक का जमीन पर गिरना अशुभ माना जाता है। कहा जाता है कि इससे धन संबंधी समस्याएं उत्पन्न हो सकती 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, गौत्तम बुद्ध नगर, उत्तर प्रदेश से मुद्रित