चैत्र नवरात्रि : नौ दिनों में छिपा मानसिक और आध्यात्मिक प्रबंधन

भारतीय संस्कृति में त्योहार केवल उत्सव मनाने का साधन नहीं है, बल्कि वे आत्म-चिंतन और आध्यात्मिक उन्नति के सोपान हैं। इनमें चैत्र नवरात्रि का स्थान अत्यंत विशिष्ट है। जहाँ एक ओर यह हिंदू नववर्ष(नव संवत्सर) के आरंभ का प्रतीक है, वहीं दूसरी ओर यह साधक को अपनी सुषुप्त चेतना को जागृत करने का अवसर प्रदान करता है।

आध्यात्मिक दृष्टिकोण से देखें तो चैत्र नवरात्रि केवल देवी की पूजा का पर्व नहीं, बल्कि 'रज की खोज और शक्ति' के संचय की एक वैज्ञानिक और आध्यात्मिक प्रक्रिया है।

आज की भागदौड़ भरी ज़िंदगी में हम अक्सर स्वयं से दूर हो जाते हैं। नवरात्रि का महापर्व हमें ठहरने, सोचने और अपने आंतरिक विकारों से लड़ने का संदेश देता है। माँ दुर्गा के नौ रूप असल में हमारी ही चेतना के नौ सोपान हैं, जो हमें सिखाते हैं कि कैसे भय पर विजय प्राप्त करनी है और कैसे ज्ञान का दीपक जलाना है। यह उत्सव केवल देवी की मूर्ति की पूजा तक सीमित नहीं है, बल्कि यह अपने भीतर की बुराई पर अच्छाई की जीत का संकल्प है। चलिए जानते हैं कि इस चैत्र नवरात्रि पर हम अपनी आध्यात्मिक ऊर्जा को कैसे नए शिखर पर ले जा सकते हैं...

'नवरात्रि' शब्द दो शब्दों से मिलकर बना है- 'नव' और 'रात्रि'। यहाँ 'नव' का अर्थ नौ की संख्या के साथ-साथ 'नवीनता' भी है, और 'रात्रि' का अर्थ है विश्राम व शरण। जिस प्रकार हम दिन भर के कोलाहल के बाद रात में माँ की गोद में विश्राम पाते हैं, उसी प्रकार नवरात्रि वह समय है जब जीव अपनी भौतिक व्यस्तताओं से विमुख होकर अपनी अंतरात्मा (आदि शक्ति) की शरण में जाता है।

आध्यात्मिक रूप से, 'रात्रि' अज्ञान और अंधकार का प्रतीक भी है। नवरात्रि के नौ दिन अज्ञानता के अंधकार को मिटाकर ज्ञान का प्रकाश प्रज्वलित करने की यात्रा है।

प्रकृति और चेतना का मिलन(संधिकाल)

चैत्र नवरात्रि का समय ऋतु परिवर्तन का समय होता है। इसे 'संधिकाल' कहा जाता है-जब शीत ऋतु जा रही होती है और ग्रीष्म ऋतु का आगमन हो रहा होता है। प्रकृति में पुराने पत्ते झड़ते हैं और नए पल्लव आते हैं। ठीक इसी तरह, यह समय हमारे मन और शरीर के लिए भी नवीनीकरण का है।

इस दौरान किया जाने वाला उपवास(व्रत) केवल भोजन का त्याग नहीं है। 'उपवास' का शाब्दिक अर्थ है- 'उप'(निकट) और 'वास'(रहना), अर्थात् ईश्वर या अपनी आत्मा के निकट रहना। यह शारीरिक विषहरण के साथ-साथ मानसिक शुद्धिकरण की प्रक्रिया है, ताकि हमारा शरीर आध्यात्मिक ऊर्जा को ग्रहण करने के लिए तैयार हो सके।

शक्ति के नौ रूपों का मर्म

नवरात्रि में माँ दुर्गा के नौ रूपों की पूजा की जाती है, जो वास्तव में हमारी चेतना के क्रमिक विकास का प्रतिनिधित्व करते हैं:-

1. प्रथम तीन दिन(तमोगुण का नाश)

पहले तीन दिन माँ काली या दुर्गा के उग्र रूपों की आराधना होती है, जो हमारे भीतर के विकारों(काम, क्रोध, मद, लोभ) का नाश करती है। यह हमारी 'जड़ता' को तोड़ने का चरण है।

2. मध्य तीन दिन(रजोगुण का विकास)

अगले तीन दिन माँ लक्ष्मी के स्वरूप की पूजा होती है, जो सकारात्मक गुणों और दैवीय संपदा (प्रेम, दया, दान) का विकास करती हैं।

3. अंतिम तीन दिन(सत्वगुण की प्राप्ति)

अंतिम तीन दिन माँ सरस्वती के होते हैं। जो ज्ञान और प्रज्ञा का प्रतीक हैं। जब विकार नष्ट होते हैं और गुण आते हैं, तभी सच्चा आत्म-ज्ञान प्राप्त होता है।

शक्ति से राम तक की यात्रा

चैत्र नवरात्रि की पूर्णता 'राम नवमी' के साथ होती है। यह एक गहरा आध्यात्मिक संकेत है। जब एक साधक नौ दिनों तक शक्ति की उपासना कर अपनी आंतरिक ऊर्जा को शुद्ध कर लेता है, तब उसके 'राम' का जन्म होता है। यहाँ 'राम' का अर्थ है-मर्यादा, धर्म और परम सत्य। शक्ति(ऊर्जा) जब नियंत्रित और दिशा-निर्देशित होती है, तभी जीवन में रामत्व (दिव्यता) का उदय होता है।

अतः चैत्र नवरात्रि हमें यह संदेश देती है कि ईश्वर कहीं बाहर नहीं, हमारे भीतर ही विद्यमान हैं। यह पर्व हमें बाहरी दुनिया के शोर से हटकर अंतर्मुखी होने का आह्वान करता है। इन नौ दिनों में किया गया जप, तप और ध्यान हमें वर्ष भर के लिए मानसिक शांति और आत्मिक बल प्रदान करता है। यह अपनी आत्मा को विकार मुक्त कर, उसे परमात्मा की शक्ति से जोड़ने का एक दिव्य अनुष्ठान है।

हांसी-हरियाणा। गणतंत्रता दिवस के उपलक्ष्य पर राजकीय महाविद्यालय में आयोजित कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारीज़ हांसी सबज़ोन एवं सोनीपत रिट्रीट सेंटर की डायरेक्टर राजयोगिनी ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी को उनकी उत्कृष्ट सामाजिक सेवाओं के लिए प्रशिस्त पत्र प्रदान कर सम्मानित करते हुए विद्युत, आवास व शहरी विकास मंत्री मनोहर लाल खट्टर। मौके पर लेफ्टिनेंट जनरल डीपी वत्स,पूर्व सांसद, विनोद भयाना,विधायक, राहुल नरवाल,उपायुक्त, अमित यशवर्धन,एसपी, राजेश खोथ,एसडीएम, अशोक सैनी,बीजेपी अध्यक्ष तथा अन्य गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे।

रांची-झारखंड। ब्रह्मा बाबा के स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए ब्र.कु. प्रदीप, वैश्नियार वैश्य समाज के महासचिव गिरधर लाल, व्यवसायी मुकेश काबरा, राज्य सभा सांसद दीपक प्रकाश, ब्र.कु. निर्मला, मारवाड़ी सहायक समिति के उपाध्यक्ष रमन बोड़ा, राजकीय उच्च विद्यालय,हटिया के प्राचार्य हीरकान्त झा, राय विश्वविद्यालय के प्राध्यापक रोबिन कुमार एवं एसबीआई शाखा प्रबन्धक निखिल कुमार।

भरतपुर-राज.। प्रजापिता ब्रह्मा बाबा की पुण्य तिथि के अवसर पर जिला कलेक्टर कमर-उल-जमान चौधरी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कविता एवं ब्र.कु. प्रवीणा। साथ हैं विश्व हिन्दू परिषद जिला अध्यक्ष विष्णु सैनी एवं ब्र.कु. जुगल किशोर।

मथुरा रिफाइनरी नगर-उ.प्र.। रिफाइनरी कर्मचारी क्लब में कर्मचारियों के लिए 'हर हाल में खुशहाल' विषय पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन से शुभारंभ करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ के अंतर्राष्ट्रीय प्रेरक वक्ता ब्र.कु. भारत भूषण,पानीपत, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कृष्णा, सीजीएम एच एस रूखैयार, जीएम,ट्रेनिंग,डीसी वर्मा, जीएम,एच आर के गोपीनाथ, जीएम,ईएस कौशलेंद्र कुमार, जीएम,पीएसएम अभिनव गोस्वामी तथा अन्य।

समस्तीपुर-बिहार। एसपी अरविंद प्रताप सिंह को फूलों का गुलदस्ता भेंट कर नव वर्ष की शुभकामनाएं देते हुए ब्र.कु. सविता एवं ब्र.कु. कृष्णा।

गुमला-झारखंड। 'वीर बिरसा मुंडा साइक्लोथोन' कार्यक्रम के अंतर्गत समूह चित्र में लेफ्टिनेंट कर्नल बीपी शर्मा, कॉलेज प्रिंसिपल डॉक्टर अमिताभ भारती, डीएवी प्रिंसिपल डॉ. रमाकांत साहू, उर्सुलिन कॉन्वेंट प्रिंसिपल मीना एक्का, ब्र.कु. शान्ति, ब्र.कु. ममता तथा अन्य।

राजगीर-नालंदा(बिहार)। एडीजी रविदीप सिंह साही व डीआईजी निखिल रस्तोगी को शिव परमात्मा का परिचय देते हुए ब्र.कु. ज्योति।

FOR ONLINE TRANSFER

Pay Directly to: osmorerf@indianbk

BANK NAME:- INDIAN BANK
BRANCH:- Shantivan,Talhati
ACCOUNT :- OM SHANTI MEDIA OF RERF
ACCOUNT NO:- 7552337300,
IFSC - CODE:- IDIB000S319

Note:- AfterTransfer send detail on

E-Mail - omshantimedia.acct@bkivv.org
E-Mail - omshantimedia@bkivv.org

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

सम्पादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़,शान्तिवन,तलहटी,
पोस्ट बॉक्स न-5,आबू रोड, राज. 307510

संपर्क- M- 9414006096, 9414154344, 9414172087

Email-omshantimedia@bkivv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक - ₹-240, तीन वर्ष - ₹- 720

Website: www.omshantimedia.org