

नवरात्रि: नौ रातें, नौ नव-संकल्प और नवजीवन की ओर एक कदम

भारात की संस्कृति में एवं केवल उत्सव मनाने के अवसर नहीं है, बल्कि वे जीवन को नई दिशा देने वाले आध्यात्मिक पड़ाव भी हैं। नवरात्रि ऐसा ही एक पर्व है, जिससे हम हर वर्ष स्वस्थ, उमंग और उत्साह के साथ मनते हैं। 'नवरात्रि' को यदि आध्यात्मिक भाव से देखें तो 'नव' अर्थात् नया और 'रात्रि' अर्थात् अंधकार- तो यह पर्व हमें अपने भीतर के अंधकार से बाहर निकलकर जीवन में नवीन प्रकाश का स्वागत करने का संदेश देता है। प्रश्न यह है कि क्या नवरात्रि केवल नौ दिनों की पूजा है, या हमारे जीवन को पुनर्जीवित करने, पुनर्ने संस्कार और पुनर्ने विचारों में नवाचार लाने का अवसर भी है?

नवरात्रि - पुनर्ने से नए की ओर यात्रा
हमारा जीवन अक्सर एक निश्चित दिनचर्या में चलता रहता है। वही सोच, वही प्रतिक्रियाएं, वही आदतें और वही व्यवहार। कई बार हम जानते हुए भी पुराने संस्कारों को दोहराते हैं। नवरात्रि हमें ठहरकर स्वयं से पूछने का अवसर देती है- क्या मैं वही पुराना जीवन जी रहा हूँ, या अपने भीतर कुछ नया निर्माण कर रहा हूँ? 'नव' का वास्तविक अर्थ केवल नया वस्त्र, नया घर या नई वस्तु नहीं, बल्कि नई सोच, नया संकल्प, नई दृष्टि और नया संस्कार है। यदि नौ दिनों में हम अपने जीवन की एक-एक कमजोरी पर विजय का संकल्प लें, तो नवरात्रि वास्तव में आत्म-परिवर्तन का पर्व बन सकती है।

रात्रि अर्थात् अंधकार से प्रकाश की ओर
आध्यात्मिक अर्थ में 'रात्रि' को अज्ञान, कमजोरी, भय, चिंता, मोह, क्रोध और नकारात्मकता के

अंधकार का प्रतीक मान सकते हैं। जब आत्मा अपने वास्तविक स्वरूप और परमात्म-संबंध को भूल जाती है, तब जीवन में अंधकार बढ़ने लगता है।

नवरात्रि का संदेश है- अंधकार को कोसना नहीं, अपने भीतर प्रकाश जगाना है। राजयोग मैडिटेशन के माध्यम से जब हम स्वयं को एक शांत, पवित्र और शक्तिशाली आत्मा के रूप में अनुभव करते हैं तथा परमात्मा को याद करते हैं, तब भीतर की चेतना में नया प्रकाश जागृत होता है।

नौ देवियां - नौ शक्तियों का जागरण : नवरात्रि में नौ देवियों की पूजा की जाती है। आध्यात्मिक दृष्टि से इन देवियों को हमारे भीतर छिपी नौ शक्तियों और गुणों के जागरण का प्रतीक मान सकते हैं।

हम संकल्प करें- पहले दिन पवित्रता, दूसरे दिन शांति, तीसरे दिन शक्ति, चौथे दिन प्रेम, पांचवें दिन धैर्य, छठे दिन साहस, सातवें दिन सत्यता, आठवें दिन करुणा और नौवें दिन आत्मविश्वास को जीवन में धारण करेंगे। इस प्रकार देवी की पूजा केवल मंदिर में दीप जलाने तक सीमित न रहकर अपने भीतर की शक्ति को जगाने की साधना बन सकती है।

उपवास - केवल भोजन से नहीं, विकारों से

नवरात्रि में अनेक लोग उपवास रखते हैं। 'उपवास' का सुंदर आध्यात्मिक अर्थ है- उप अर्थात् समीप और वास अर्थात् रहना। अर्थात् परमात्मा के समीप रहना। इस दृष्टि से उपवास केवल भोजन का त्याग नहीं, बल्कि नकारात्मक विचारों,

नवरात्रि के बाद क्या?

सबसे महत्वपूर्ण प्रश्न की है- नौ दिन पूजा करने के बाद क्या हम फिर वही पुनर्ने बन जाएं?

यदि नवरात्रि समाप्त होते ही हमारे संकल्प भी समाप्त हो जाएं, तो उत्सव केवल कैलेंडर की तारीख बनकर रह जाएगा। लेकिन यदि नवरात्रि के नौ दिनों हमारे भीतर नौ नए संस्कारों का प्रकाश जग जाए, तो वही पर्व हमारे जीवन को दिशा बदल सकता है।

नवरात्रि के बाद दीपजल आती है। पहले भीतर की शक्तियों को जगाएं और फिर उस जागृति का दीप अपने जीवन में जलाएं-यही दीपजल की सच्ची टेकनीक है।

अइसे, इस नवरात्रि केवल देवी की प्रतिमा के सामने सिर न झुकाएं, बल्कि अपने भीतर की शक्ति के सामने भी जगें। पुराने विकारों को नया रूप दें, पुराने संकल्पों को श्रेष्ठ में बदलें और जीवन में नए संकल्पों का प्रकाश करें।

नवरात्रि केवल नौ रातों का उत्सव नहीं, बल्कि नौ अवसर हैं- अपने भीतर के अंधकार से निकलकर नवोदय, नवऊर्जा और नवजीवन की ओर बढ़ने का।

यही हो हमारा संकल्प- "इस नवरात्रि कुछ नया केवल जीवन में नहीं, अपने भीतर लाएंगे, और इस नवता को वर्षभर अपने कर्मों में जीवित रखेंगे।"

क्रोध, ईर्ष्या, अहंकार और व्यर्थ चिंतन से दूरी बनाने का अभ्यास भी है।

नौ दिनों का संकल्प हो- "मैं अपने मन को व्यर्थ बातों का आहार नहीं दूंगा, मैं उसे ज्ञान, शांति और शुभ संकल्पों का भोजन दूंगा।"

रात - जीवन में उमंग और संतुलन

नवरात्रि में रास और गरबा का विशेष आकर्षण होता है। वृत्ताकार घूमता हुआ रास हमें जीवन की एक सुंदर शिक्षा दे सकता है- जीवन में गति हो, लेकिन केंद्र से संबंध न टूटे।

हमारा जीवन भी परिस्थितियों के चारों ओर घूमता रहता है, लेकिन यदि हमारी चेतना का केंद्र परमात्म-स्मृति और आत्मिक मूल्यों में स्थिर है, तो बाहरी परिस्थितियां हमें विचलित नहीं कर सकती।

इसलिए रास केवल नृत्य नहीं, बल्कि उमंग, संतुलन और सामूहिक ऊर्जा का उत्सव बन सकता है।

ताप-स्वयं को बदलने का संकल्प

नवरात्रि में तपस्या को भावना भी जुड़ी है। आध्यात्मिक तप का अर्थ स्वयं को काट देना नहीं, बल्कि अपने पुराने संस्कारों को परिवर्तन की आग्नि में तपाना है।

हम एक संकल्प चुन सकते हैं- क्रोध पर नियंत्रण, मीठी वाणी, समय का सदुपयोग, मोबाइल पर संयम, निश्चित ध्यान, या किसी एक नकारात्मक आदत से मुक्ति।

एक नवरात्रि-एक नया संस्कार। यदि नौ दिनों में एक भी श्रेष्ठ संस्कार स्थायी हो जाए, तो हमारा जीवन सचमुच बदलने लगता है।



नई दिल्ली। हरिवंश नारायण सिंह, डेप्युटी चेयरपर्सन, राज्य सभा को रक्षासूत्र बांधने से पूर्व रक्षाबंधन का आध्यात्मिक रहस्य बताते हुए ओआरसी निदेशिका राजयोगिनी ब.कु. आशा दीदी। साथ है अन्य ब्रह्माकुमारी बहनें।



सुरत-अहमदनगर(गुज.)। विधानसभा के डेप्युटी स्पीकर पूर्णेश मोदी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब.कु. हेतल, ब.कु. लक्ष्मी तथा अन्य।



जावरा-म.प्र.। डॉ. दिलीप शाकलिया, पूर्व जिला उपाध्यक्ष बीजेपी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब.कु. सावित्री। साथ है उनकी धर्मपत्नी नमिता शाकलिया, पूर्व जनपद अध्यक्ष तथा अन्य ब्रह्माकुमारी बहनें।



नरसिंहपुर-गोटेगांव(म.प्र.)। विधायक महेंद्र नागेश को रक्षासूत्र बांधने व ईश्वरीय प्रसाद घंट करने के पश्चात् समूह चित्र में ब.कु. वंदना, ब.कु. विधि, ब.कु. नीलमणि एवं ब.कु. मुकेश।



बिजलपुर-इंदौर(म.प्र.)। रक्षाबंधन पर्व व 10 करोड़ नशा मुक्ति प्रतिज्ञा अभियान के अंतर्गत राजेंद्र नगर पुलिस स्टेशन में आयोजित कार्यक्रम के दौरान टीआई बाना प्रभारी यशवंत बहोले सहित सभी सदस्यों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् नशा मुक्ति की प्रतिज्ञा करते हुए ब.कु. यशवानी तथा अन्य ब्रह्माकुमारी बहनें।



न्यू फलामिया-इंदौर(म.प्र.)। श्रीमती मधु राजेश तिवारी, कमांडेंट होमगार्ड, अविनाश जी, इम्पेक्टर होमगार्ड व अन्य सुरक्षा गार्ड अधिकारी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में साथ हैं राजयोगी ब.कु. नारायण, ब.कु. संगीता तथा अन्य।



रवि-सुरत(गुज.)। पूर्व मुख्य प्रशिक्षिका राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि को 19वीं पुण्यवर्ष के निमित्त रक्तदान केंद्र के सहयोग से रक्तदान महाअभियान के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में स्थानीय सेवानेन्द्र संचालिका ब.कु. लीला तथा अन्य।



नौगांव-म.प्र.। वरिष्ठ पत्रकार संतोष गंगेले व पत्रकार रमेश पाठक को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में स्थानीय सेवानेन्द्र संचालिका ब.कु. नंदा तथा अन्य अभिगण।



जबलपुर-रायपुर(म.प्र.)। रक्षाबंधन पर्व व 10 करोड़ नशा मुक्ति प्रतिज्ञा महाअभियान के अंतर्गत 6वीं बटालियन एसएफ पुलिस ट्रेनिंग स्कूल में आयोजित कार्यक्रम में ट्रेनिंग स्कूल के अधिकारीगण, स्टाफ एवं सभी कर्मियों को नशा मुक्ति की प्रतिज्ञा करते हुए स्थानीय सेवानेन्द्र संचालिका ब.कु. गीता, ब.कु. वर्षा, ब.कु. योगिणी, ब.कु. संतोष एवं ब.कु. आलीका।