त्राटक कार्म- आचार्य हरिसिंह रोहिला

माई झु.न्यूज। त्राटक का अर्थ है किसी भी वस्तु पर शारीरिक व मानसिक रूप से एकाग्रचित होना।

ध्यान में प्रवेश करने के लिए त्राटक बहुत ही आवश्यक क्रिया है। इससे चित की चंचलता मिटती है व चित्त एकाग्र हो जाता है अर्थात शरीर में बहने वाली चेतना को एक ही दिशा में लगातार बिना व्यवधान के प्रवाहित करना त्राटक है। हमारे शरीर में पीनियल ग्रन्थि बहुत ही महत्त्वपूर्ण है जो दोनों आगे व पीछे के भाग में स्थित होती है। योग की भाषा में इसे आज्ञा चक्र या दर्शन केन्द्र कहा जाता है। यही शिव का तीसरा नेत्र है। यही आत्मा का निवास स्थान है। ये जो हमारी पीनियल ग्रन्थि आज्ञाचक्र है जन्मो-जन्मों से भूखी पड़ी है। ध्यान व एकाग्रता ही इसका भोजन है चित को एकाग्र करने, व्यवधान को एकाग्र करने व अरूण रंग का ध्यान करने से ये सक्रिय हो जाती है। इसके सक्रिय होने से साधक को परम आनन्दानुभूति होती है। इसलिए दुनिया की तमाम ध्यान की विधियों में इसका समावेश है। इसीलिए हमारे ऋषि महर्षियों ने इसका वर्णन करते हुए कहा है कि जो मनुष्य अपनी चेतना आज्ञाचक्र से नीचे के क्षेत्र में प्रवाहित करता है। उसकी अधोगति होती है जो इससे ऊपर के लोकों में प्रवाहित करता है वह परमगति को प्राप्त होता है।

विधि : त्राटक को करने के लिए साधक कोई एकान्त व हवा रहित स्थान का चयन करें। तत्पश्चात किसी भी ध्यानात्मक आसन में बैठकर नेत्रों के ठीक सामने किसी सूक्ष्म चिन्हित लक्ष्य अर्थात वस्तु को लगाकर उस पर निश्चल अर्थात बिना पलक मारे दृष्टि को टिकाये व इस पर टकटकी लगाकर तब तक देखते रहें जब तक कि आंखों से आसूपात न हो। आसूं आने पर क्रिया को रोक दे फिर आँखों को आराम देकर पुन: क्रिया को दोहराये। दोनों हाथों को आपस में इतना रगड़ें की वे गर्म हो जायें। अब गर्म-गर्म हाथों को कटोरी की भांति बना कर आंखों को विश्रान्ति दें और फिर पुन: क्रिया को दोहराये, इसी को त्राटक कहा गया है। त्राटक के बाद ग्यारह राउण्ड भराम्री प्राणायाम अवश्य करे। त्राटक के लिए कोई भी आलम्बन लिया जा सकता है। जैसे फूल, चन्द्रमां, तारे, बाल सूर्य (उगता हुआ सूर्य) किसी महापुरुष का चित्र, क्रीसटल बोल, दीपक, शक्ति चक्र आदि इनमें शक्तिचक्र, क्रीसटलबोल व दीपक अति उपयोगी माने जाते है।

समय : वैसे तो कभी भी किया जा सकता है पर सुबह ब्रह्ममुहुर्त व रात को सोने से पहले का समय अच्छा रहता है।

लाभ : त्राटक अपने आप में इतना विस्तृत विज्ञान है कि केवल इस पर ही अनेक पुस्तकें लिखी जा सकती है। यह सभी प्रकार के नेत्र रोगों, अतिनिद्र, अनिद्रा, आलस्य आदि सभी परेशानियों को दूर करता है। इससे नेत्र कान्तिमान हो जाते है। यह आंखों की ज्योति बढ़ाने के लिए भी बहुत लाभदायक है अगर इसे विधिपूर्वक किया जाये तो लगभग तीन माह में आंखों के चश्मा उतर जाता है।

आध्यात्मिक लाभ : त्राटक रोगों के उपचार के साथ-साथ साधक को दिव्य दृष्टि प्रदान करता है। त्राटक के अभ्यासी को शीघ्र ही तीनों कालों का ज्ञान प्राप्त हो कर दिव्य दृष्टि व दिव्य शरीर की प्राप्ति होती है। त्राटक का अभ्यासी किसी भी व्यक्ति को सम्मोहित करके उसे कृत्रिम निद्रा दे सकता है। यूरोप, अमेरिका आदि देशों में आज इस क्रिया के द्वारा डाक्टर शल्य चिकित्सा भी कर रहे है।

आचार्य हरिसिंह रोहिल्ला-योग
प्रा.चिकित्सा
अग्रसेन भवन झुंझुनूं मो. 09828486899

ब्राह्मण समाज द्वारा स्व. नथमल जी जोशी को श्रद्धांजलि

माई झु.न्यूज। राजस्थान ब्राह्मण महासभा की ओर से मंगलवार को जोशियों के गट्टे पर बैठक आयोजित कर स्व. वैद्य नथमल जोशी को श्रद्धा सुमन अर्पित किए।

इस अवसर पर डॉ. दयाशकर बावलिया, राधावल्लभ शुक्ला, शंकरलाल शुक्ला, भवानीशंकर, एडवोकेट सुशील जोशी, पवन पुजारी, महेश बसावतिया, रामगोपाल महमिया, अशोक शर्मा, कमलकांत शर्मा, श्रीकांत मिश्रा, उमाशंकर महमिया, झाबरमल पुजारी, संतकुमार पुरोहित, रामनारायण मिश्रा, अम्बिका प्रसाद पुरोहित, नरेश जोशी, विनोद पुरोहित, ललित जोशी, विनोद बियाला, लीलाधर पुरोहित, संजय पारीक,उमेश शर्मा, रामधारी चौमाल, जगदीश चौमाल सहित अन्यजन उपस्थित थे।

मानवाधिकार एवं राष्ट्रीय हित पर सेठ मोतीलाल विधि महाविद्यालय में सेमीनार सम्पन्न

माई झु.न्यूज। सेठ मोतीलाल विधि महाविद्यालय झुंझुनूं के तत्वावधान में मानवाधिकार एवं राष्ट्रीय हित विषय पर एक राज्य स्तरीय सेमीनार का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य अतिथि राज्य मानवाधिकार आयोग के अध्यक्ष एन.के. जैन थे एवं अध्यक्षता संस्था निदेशक एवं सचिव गुलझारीलाल शर्मा ने की।

कार्यक्रम का संचालन प्रो. अतुल भटनागर द्वारा किया गया। कार्यक्रम में विधि छात्राओं ने सरस्वती वंदना एवं स्वागतगान प्रस्तुत किया। कार्यक्रम का शुभारम्भ मुख्य अतिथि द्वारा सरस्वती का माल्यार्पण एवं दीप प्रज्जवलन कर किया गया। समारोह में महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. अब्दुल हमीद ने मानवाधिकार पर अपना वाचन किया एवं मुख्य अतिथि ने मानवाधिकार का औचित्य एवं आयोग के कार्यक्रमों पर प्रकाश डाला। अध्यक्ष

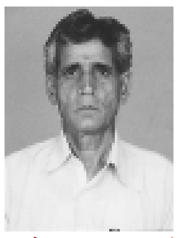
गुलझारीलाल शर्मा ने सेमीनार की सराहना की एवं मानवाधिकार के कार्यक्रमों का क्रियात्मक रूप देने पर जोर दिया। इस सेमीनार में मीता पारीक, मुकेश अग्रवाल, विमल मिश्रा, विक्रम सिंह, रामअवतार शर्मा शौकीन, विजय चौधरी, भूपेन्द्र सिंह आदि ने पत्रवाचन किया। कार्यक्रम की व्यवस्था में कमलेश शर्मा, रीता और दारासिंह ने सहयोग दिया। कार्यक्रम के अन्त में धन्यवाद ज्ञापन प्रो. दिनेश गौतम ने प्रस्तुत किया। इस अवसर पर विधि विद्यालय के समस्त विद्यार्थी एवं कर्मचारीगण उपस्थित थे।

केन्द्रीय सहकारी बैंक ने 21.57 लाख रुपये का शुद्ध मुनाफा कमाया

झुंझुनू, 31 जनवरी: झुंझुनू केन्द्रीय सहकारी बैंक ने वर्ष 2006-07 के दौरान 21 लाख 57 हजार 384 रूपये का शुद्ध मुनाफा अर्जित किया है। यह जानकारी बुधवार को यहां सम्पन्न बैंक की 19 वीं वार्षिक साधारण सभा में दी गई। यह सभा बैंक के प्रशासक एवं जिला कलेक्टर दिनेश कुमार की अध्यक्षता में आयोजित हुई। जिला कलेक्टर ने बैंक का वर्ष 2006-07 का वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत किया। इस साधारण सभा में वर्ष 2006-07 की अंकेक्षित बेलेन्स शीट व लाभ-हानि खातों का अनुमोदन किया गया तथा वर्ष 2007-08 के लिए अधिकतम साख सीमा 19276 लाख रूपये स्वीकृत की गई। साधारण सभा में वर्ष 2006-07 के लिए चार प्रतिशत की दर से लाभांश वितरण करने का भी निर्णय लिया गया। इस अवसर पर उत्कृष्ठ सेवाएं देने वाले सात समिति व्यवस्थापकों सहित कुल ग्यारह व्यक्तियों को प्रशस्ति पत्र प्रदान किये गये जिनमें बैंक कर्मी भी शामिल थे। जिला कलेक्टर ने अपने अध्यक्षीय उद्बोधन में स्वयं सहायता समूहों को वित्त पोषित करने, बैंक की अमानत वृद्धि में सहयोग करने तथा अधिकाधिक ऋण वसूली करने की बात कही। बैंक के प्रबन्ध निदेशक नेतराम यादव ने बिन्दुवार साधारण सभा की कार्यवाही का संचालन किया।

फाल्गुन मास के व्रत पर्वोत्सव
पं. महावीर प्रसाद शर्मा

माई झु.न्यूज। फाग्लुन मास वसन्त मास है। फाल्गुन माह में विवाह-गृह प्रवेश आदि अत्यन्त प्रशस्त है। साथ ही व्रतोत्सवों के लिये भी प्रसिद्ध है। इस माह में प्रमुख व्रतोत्सव महाशविरात्रि महोत्व है। तथा दूसरा प्रमुख उत्सव होलिकोत्सव है। दोनों के संबंध में आख्यान निम्न प्रकार से है।



शिव रात्रि का अर्थ है वह रात्रि जिसका शिवतत्व के साथ घनिष्ठ संबंध है। भगवान शिवजी की अति प्रिय रात्रि को शिवरात्रि कहा गया है। शिवार्चन एवं जागरण ही इस व्रत की विशेषता है। इसमें रात्रिभर जागरण एवं शिवा भिषेक का विधान है। ईशान संहिता में बताया गया है कि फाल्गुन कृष्ण चतुर्दशी की रात्रि को आदि देव भगवान श्री शिव करोड़ों सूर्यो के समान प्रभा वाले लिंगरूप में प्रकट हुए। फाल्गुन कृष्ण चतुर्दश्यामादि देवो महानिशि।

शिव लिङ्गतयोद्भूत: कोटि सूर्य सम प्रभ:। ज्योतिषशास्त्तानुसार भी फाल्गुन कृष्ण चतुर्दशी तिथि में चन्द्रमा सूर्य के समीप होता है। अत: वही समय जीवन रूपी चन्द्रमा का शिवरूपी सूर्य के साथ योग मिलन होता है। अत: इस चतुर्दशी को शिवपूजा जीवन में अभीष्टतम फल प्रदान करती है। यही शिवरात्रि का रहस्य है। इसमें परमात्मा शिव के दिव्य अवतरण का मंगल संयोग है। उनके निराकार से साकार रूप से अवतरण की रात्रि ही महाशिवरात्रि कहलाती है।

शिवरात्रि में चार प्रहर की चार बार पूजा का विधान है। इसमें शिवजी को पञ्चामृत से स्नान कराकर चन्दन, पुष्प, अक्षत वस्त्रादि से श्रृंगार कर आरती करनी चाहिए। रात्रि भर जागरण और पञ्चाक्षर मंत्र 'नम: शिवाय' का जाप करना चाहिए। रूद्राभिषेक, रूद्राष्टाध्यायी तथा रूद्रीपाठ का भी विधान है। इस बार महाशिवरात्रि व्रत 6 मार्च बृहस्पतिवार को है।

होलिकोत्सव एक वैदिक सोमयज्ञ-हास परिहास व्यंग्य विनोद मौजमस्ती और सामाजिक मेलजोल का प्रतीक लोकप्रिय पर्व होली वास्तव में एक वैदिक सोमयज्ञ है जिसका मूल स्वरूप आज विस्मृत हो गया है।

वैदिक यज्ञों में सोमयज्ञ सर्वोपरि है वैदिक काल में प्रचुरता से उपलब्ध सोमलता का रस निचोड़कर उससे जो यज्ञ सम्पन्न किये जाते थे वे सोमयज्ञ कहे गये हैं। यह सोमलता कालान्तर में लुप्त हो गई इसके अन्य विकल्प पूतीक एवं अर्जुन वृक्ष है। अर्जुन वृक्ष को हृदय के लिये अत्यन्त शक्तिप्रद माना गया है। यही सोमयज्ञ वर्ष भर चलते थे। अत: महाव्रत सोमयज्ञानुष्ठान में व्यस्त क्लान्तऋत्विग्गण अपना मनोविनोद करते थे तथा कुछ ऐसे आमोद प्रमोद पूर्ण कृत्य भी किये जाते थे जिनका प्रयोजन उल्लासमय वातावरण की सृष्टि करना है। होलिकोत्सव इसी महाव्रत की परम्परा का संवाहक है होली में जलायी जाने वाली आग यज्ञवेदी में निहित अग्नि का प्रतीक है। यज्ञवेदी के समीप एक गूलर की टहनी गाड़ी जाती थी क्योंकि गूलर का फल माधुर्य गुण की दृष्टि से सर्वोपरि माना जाता है। इसी प्रकार यह नव श्यस्येष्टि (नयी फसल के अनाज का सेवन करने के लिये किया गया) यज्ञानुष्ठान तथा मदनोत्सव अथवा वसन्तोत्सव का भी समावेश इसी क्रम में आगे हो गया।

होलिकोत्सव के रूप में हिन्दू समाज ने मनोरंजन को जीवन में स्थान देने के लिये तृतीय पुरूषार्थ काम के लोकोपयोगी स्वरूप को धर्माधिष्ठित मान्यता प्रदान की है जैसा कि गीता में भगवान कृष्ण ने कहा है-

धर्माविरूद्धो भूतेषु कामोऽस्मि भरतर्षभ:

हे अर्जुन मैं प्राणियों में धर्मानुकूल काम-प्रवृत्ति हूँ, होलिकोत्सव इसी धर्मानुकूल काम प्रवृत्ति का संस्कारित पर्व है।

पंडित महावीर प्रसाद पारीक,
शास्त्री एम ए, संस्कृत, बीदासर- बिसाऊ
मोबाईल- 9460513758

झुंझुनूं जिला सहकारी उपभोक्ता होलसेल भण्डार, झुंझुनूं

द्वारा

उपहार
सुपर मार्केट

राजस्थान उपभोक्ता संघ
co op
जिला सहकारी उपभोक्ता भण्डार झुंझुनूं

का शीघ्र शुभारम्भ

- रसोई का सामान (ग्रोसरी), साबुन, शैम्पू आदि (टायलेट्री), खाने का सामान (रेडी टू ईट), कन्फेक्शनरी, हेयर केयर, हेल्थ ड्रीक एवं अन्य सभी आवश्यक सामान एक छत के नीचे।
- पूरे देश में प्रसिद्ध 'उपहार मसाले' (एगमार्का) भी उपलब्ध।
- सभी सामान पैकिंग में उपलब्ध।
- उचित कीमत, शुद्धता की गारन्टी।
- स्टोर के शुभारम्भ पर भारी छुट, आकर्षक प्रस्ताव व उपहार।

स्थान : ट्रेफिक थाना के सामने, गांधी चौक, झुंझुनूं

फोन : 01592-232311

शुद्धता विश्वसनीयता गुणवत्ता

नेतराम यादव
प्रशासक

मनोहरलाल शर्मा
जनरल मैनेजर