लखनऊ से प्रकाशित राष्ट्रीय हिन्दी साप्ताहिक
website: www.pawanprawah.com

पवन प्रवाह

सत्य का प्रवाह सतत् प्रवाह

डाक पंजीयन संख्या GPO LW/NP-106/2015-17

वर्ष 03 अंक 04 लखनऊ। सोमवार 17 से 23 अक्टूबर-2016
e-mail-pawanprawah@gmail.com
मूल्य : तीन रुपये पृष्ठ-16

शरद पूर्णिमा का वैज्ञानिक पक्ष

हिन्दू शास्त्रों में कुछ बाते ऋतुओं के परिवर्तन व फसल के तैयार होने से भी जोड़ी गयी हैं जिससे जीवन में उत्साह बना रहे। शरद पूर्णिमा भी उसमें से एक ऐसा ही त्यौहार है जब वर्षा ऋतु का समापन माह सितम्बर व अक्टूबर में होता है और चन्द्रमा पूर्ण प्रकाश बिखेरती है, तो जीवन में नए उत्साह पैदा होते हैं। ऋतु के इसी परिवर्तन के समय पर खरीफ की फसले जिसमें धान, बाजरा व मक्का आदि भी तैयार हो जाते हैं।

इस परिवर्तन का एक पहलू और दिखता है कि वर्षा ऋतु में तमाम रोग, जो शरीर व त्वचा पर बैक्टीरिया से तरह-तरह के उत्पन्न हो जाते हैं। यह बैक्टीरिया पर्यावरण में उत्पन्न गैसों की मात्रा के कारण निरंतर पहुचती रहती हैं और आसमान में भी मौजूद रहती हैं, बारिस कि बूंदों के साथ जमीन पर आ जाती हैं और रोग उत्पन्न करती है। हाल ही में, पूरे विश्व में जलवायु परिवर्तन के कारण व अधिक से अधिक ग्रीन गैसों के उत्सर्जन से, बारिस में चिकन गुनिया व डेंगू का प्रकोप बढ़ गया और इस वर्ष लोगों की मृतु दर में बढ़ोत्तरी हो गयी। लोगों के जान-माल के साथ-साथ उनका आर्थिक नुकसान भी हुआ।

कुछ वैज्ञानिक पहलू

स्कूल ऑफ मैनेजमेंट साइंसेज के सलाहकार-तकनीकी डॉ. भरत राज सिंह ने अपना वैज्ञानिक पक्ष निम्नवत रखा-

1-शरद ऋतु परिवर्तन काल जिस दिन पूर्ण चन्द्र दिवस अथवा शरद पूर्णिमा होती हैं चन्द्रमा का पृथ्वी के सबसे नजदीक आने व पूर्ण चन्द्र होने से, सूर्य की परावर्तित किरणों के कारण, तमाम रोगों के दूर होने की प्रक्रिया व बैक्टीरिया समाप्त होने से वातावरण शुद्ध हो जाता है। ऐसे में महिलायें शरद ऋतु में खीर आदि तैयार कर चन्द्रमा के रोशनी में रखती हैं और सुबह प्रसाद के रूप में परिवार के सभी लोगों के साथ खाती हैं। इस प्रकार निरोग होने के लक्षण को भी वैज्ञानिक पहलू से ही जोडा जा सकता है।

2-शरद ऋतु परिवर्तन से शरीर में बारिश के समय जो ज्वलन रहती थी, मौसम सुहाना प्रतीत होता हैं और नर-नारी व जानवरों में भी एक दूसरे के प्रति स्नेह उत्पन्न होता हैं। इसका जिक्र शरद पूर्णिमा के रात्रि काल में, श्रीमद भागवत पुराण में श्रीकृष्ण, राधा व गोपियों में रास-लीला करने से भी मिलता है।

3-शरद पूर्णिमा के दिन के पश्चात शीत कालीन ऋतु का प्रवेश हो जाता है और धीरे-धीरे ठंडक बढ़ने लगती है।

4-शरद पूर्णिमा के रात्रि में महिलाओं द्वारा लक्ष्मी का विशेष पूजन किया जाता है और ऐसा माना जाता है कि आज कि रात्रि में लक्ष्मी घर में प्रवेश करती हैं। इसको हम समझते हैं कि नयी फसल होने व शरीर निरोगी होने के कारण धन का संचयन होने लगता है जिसे हम लक्ष्मी के आने के रूप में देखते हैं।

5-शरद पूर्णिमा की रात्रि के पश्चात सुबह स्नान आदि के पश्चात महिलायें और लड़कियां नए वस्त्र पहन कर सूर्य को खीर व मीठे भोजन को चदाती हैं और दिन भर व्रत रहती हैं। इससे इनके शरीर में एक तरफ विटामिन-डी जहां मिलता है वही दूसरी तरफ व्रत से शरीर में स्फूर्ति व शक्ति भी निरोगी होने व अच्छे विचारों से आ जाती है।

6-मां लक्ष्मी का दिन भर पूजन व आरती गाने व करने से भी शारीरिक ऊर्जा एकत्रित होने से लगती है।

व्रत की विधि

- पूजा व व्रत अश्वनी माह में पूर्णिमा जब पूर्ण चन्द्र होता है, के दिन मान्य होता है।
- स्नान करने के उपरान्त शोधसोचार पूजा परिवार के साथ की जाती है।
- दिन भर व्रत रखकर महालक्ष्मी का पूजन व पूर्णिमा व्रत कथा का पाठ किया जाता है।
- शाम को लक्ष्मी आरती उपरान्त खीर तैयार कर चन्द्रमा जहां पूर्ण रूप से प्रकाशित हो रखा जाता है।
- सुबह खीर को स्नान आदि के पश्चात प्रसाद रूप में खाया जाता है जिसके कारण शरीर निरोगी होता है।