दैनिक भास्कर
रविवार, 28 फरवरी 2021 नोएडा

इंद्रधनुषी रंगों का मिलन है जादुई छटा

गीतांजलि सक्सेना

जीवन दर्शन

सोचें, अगर हमारे जीवन में रंग नहीं होते, तो जिन्दगी कितनी बदरंग होती। आज यदि बसंत अपने पूरे शबाब पर ना रहता, तो हम रंगबिरंगे फूलों से सजे बाग आंगन की अलौकिक छटा के मनमोहक दृश्य का लुत्फ कैसे ले पाते। ऐसे ही नहीं हुआ है, आसमान में उड़ती रंगबिरंगे पतंगों का आपसी मिलन, प्रकृति लीला का दृश्य, जो बन जाता है, हर बार एक दर्शनीय क्रिया स्थल स्थान। यही नहीं, हर कोई यानी पशु पक्षी और वनस्पतियों को भी हम रंगों में डूबे हुए देखते हैं। (है ना रंगों की दुनिया निराली)। याद रखें, प्रकृति का आनंद भी रंगों के बीच, उसके करीबी रहने उसके रंग में रंगने से ही प्राप्त किया जा सकता है। इसलिए ऐसा कोई अवसर हाथ से ना जाने दें।

वैसे भी कोरोना ने हम सब की हर खुशियों में सेंध लगा ही रखी है। हर इन्सान की जिन्दगी में ठहराव आ गया है। इस कारण हमें अच्छा महसूस (फील गुड) करने के लिए, हर सम्भव और सरल कोशिशों को अपने जीवन में लाने के लिए लापरवाही जरूर बरतें। लेकिन याद रखें, वर्तमान परिस्थितियों को देखते हुए अपनी सुरक्षा से खिलवाड़ न करें। बस अपने पसंदीदा रंग का मास्क पहने रहें।

रंगों का संसार बड़ा ही विचित्र है। इनके बिना हमारी जिन्दगी अधूरी है। यही वजह है कि रंगों का हमारे जीवन में महत्वपूर्ण स्थान है। हम आज सब चीजों को सफेद और काले रंग होने की कल्पना भी नहीं कर सकते हैं। तकनीकी विकास के कारण हम ब्लैक ऐंड वाइट ऐरा (युग) को पीछे छोड़ आये हैं। इन उपलब्धियों के तहत अनेकों क्षेत्रों में रंगों का प्रयोग कर के उनके समावेश से रंगों से भरी दुनिया का आनंद उठा रहे हैं। फिर भले ही वह बहुचर्चित चित्रपट को देखने से मिल रहा है।

कहने का मतलब है कि अपने जीवन में रंगों का समावेश करना आवश्यक इसलिए है, क्योंकि यह न केवल हमें आंखों को सुकून देते हुए आत्मिक शांति पहुंचाते हैं, बल्कि रंगों को अपनी जीवन शैली में शामिल करने से अनेक सेहतमंद फायदे भी देखे गये हैं।

इन्द्रधनुष एक प्राकृतिक व प्रकाशनीय घटना है, जो कि मूल सात रंगों से बनती है। जब सूरज की किरणें पीछे से वर्षा की बूंदों से टकराती हैं, तभी हम आकाश में रंग-बिरंगे इंद्रधनुष को देख पाते हैं। इस मनमोहक छटा से चारों तरफ खुशी का माहौल बन जाता है। ऐसे में मोर भी अपने को नाचने से नहीं रोक पाता। इसके हर रंग का अपना एक अलग ही महत्व है।

प्रकृति के हर रंग की अपनी एक अलग पहचान होती है, जो हमारी भावनाओं को प्रदर्शित करने में न केवल मदद करते हैं, बल्कि साथ ही हमारे व्यक्तित्व को भी दर्शाता है। अक्सर सुनने में आता है कि वह बड़े रंगीन मिजाज के हैं।

इस उपाधि से उन्हें सिर्फ उनकी रंगीन वेशभूषा के आधार पर नवाजा जाता है।

आज रंगों की दुनिया में झांकने और उनके स्वभाव व उनकी प्रकृति के कई पहलुओं पर प्रकाश डालने का दिल चाह रहा है। अपनी बातों पर ध्यान आकर्षित कराना भी फील गुड थैरेपी के अन्तर्गत आता है। ज्योतिष शास्त्र और वास्तु शास्त्र के अनुसार भी रंगों से हमारा अटूट रिश्ता है। हम सब रंगों का सदुपयोग किसी न किसी रूप में व्यवहार में लाते ही हैं।

प्रत्येक रंग हमारे मन और शरीर को प्रभावित करने की शक्ति और ऊर्जा का संचार करने की क्षमता भी रखते हैं। तभी एक रंग हमें उत्साहित करता है, तो दूसरा क्रोधित करने का कारक भी बन जाता है और कुछ रंग हमें खुशखबरी देने के साधन के रूप में और खुशियां बांटने में मददगार भी सिद्ध होते हैं। सो, शरीर और दिमाग को चुस्त-दुरुस्त रखने के लिए रंगों का सही संतुलन होना जरूरी होता है।

यहां तक कि हर ग्रह का भी अपना-अलग रंग होता है, जो हमारे जीवन को प्रभावित करते हैं। हर व्यक्ति अपने ग्रहों की स्थिति के अनुसार इन्हें धारण करता है। तभी वे हर रंग में उपलब्ध रत्नों के इस्तेमाल से अधिक लाभ प्राप्त कर सकते है। ऐसे भी देखा गया है कि रत्नों पर विश्वास करने वाले अपनी सफलता की कुंजी रत्नों में ही छुपी होती है। यह वे मानते है। हां यह भी सच कि इस ओर झुकाव रखने वाले व्यक्तियों को निस्संदेह उन्हें सकारात्मक पहलुओं से जोड़ती है। यहां भी फील गुड नजरिया उनके लिए स्वास्थ्यवर्धक रहता है।

आप ने सुना होगा कि सप्ताह का हर दिन किसी न किसी रंग से जुड़ा हुआ है। हमारे धर्म में आस्था और विश्वास के साथ हर दिन ईश्वर के नामों से भी जुड़ जाते हैं। यह सोने पर सुहागा का काम करता है। यहां तो फील गुड का स्तर चरम सीमा हो जाता है। चलिए सम्पूर्ण अच्छा लगने के कारण पर प्रकाश डालते हुए इसे समझने की कोशिश करते हैं।

रविवार को भगवान भैरव और सूर्य देव का दिन माना जाता है। कहा जाता है कि इस दिन गुलाबी, सुनहरे, व नारंगी रंग के कपड़े पहनने से सूर्य देव प्रसन्न होते हैं और जीवन में मान प्रतिष्ठा की प्राप्ति होती है। यह रंग ज्ञान, ऊर्जा, शक्ति का प्रतीक होने की वजह से मानसिक क्षमता को बढ़ाता है।

सोमवार भगवान शिव को समर्पित है। यह दिन चंद्र ग्रह से संबंधित होने के कारण इस दिन सफेद या हल्के रंग के कपड़े पहनना शुभ होता है। चंद्रमा की कृपा से कुंडली में चंद्रमा से जुड़ी बाधाएं दूर होने के साथ इस रंग को एकाग्रता और मन और दिमाग की शांति के लिए सर्वोपरि माना जाता है।

मंगलवार हनुमान जी का दिन और स्वामी मंगल होने से लाल, केसरीया सिंदूरी रंग का प्रतिनिधित्व करते है। इस दिन इन रंगों को पहनने से साहस और पराक्रम के स्वामी प्रसन्न होते हैं। लाल रंग प्रेम और सौभाग्य का भी प्रतीक है।

बुधवार सिद्धि विघ्नहरण गणपति का दिन, जिसका स्वामी ग्रह बुध है। हरा रंग सुख, समृद्धि, प्रेम, दया पवित्रता का प्रतीक है। इस रंग को पहनने से बौद्धिक क्षमता बढ़ती है। भगवान विष्णुजी का दिन, स्वामी बृहस्पति है। यह रंग न केवल सुन्दरता और आध्यात्मिक गौरव को बढ़ावा देता है बल्कि कई बीमारियों का उपचार भी करता है। मेटाबॉलिज्म को तेज करता है।

शुक्रवार मां दुर्गा, लक्ष्मी का माना जाता है। लाल रंग ऊर्जा और शक्ति का प्रतीक होता है इसलिए महिलाओं को आकर्षित करता है। इस रंग के कपड़े पहनने से तनाव दूर होता है। इस दिन सुहागिनों के लिए सिन्दूर लगाना व लाल रंग का फूल ईश्वर को चढ़ाना बेहद शुभ होता है। (बरतें कोई हानि नहीं)

शनि को न्याय के देवता कहा जाता है। ग्रह स्वामी शनिदेव को प्रसन्न करने के लिए रंग काला, नीलकंठ व गहरा बैंगनी पहनना शुभ रहता है। सप्ताह के सात दिन सात रंगों को पहनने के लाभ से वंचित न होकर सुखद अनुभूति का अनुभव अवश्य करें।

आज का दिन अच्छा लगने, अच्छा दिखने के नाम, इंद्रधनुष रंगों के साथ,

हर दिन रंगों से करें खिलवाड़, हर अच्छा काम ही, नेकी का फल नेक ही है।

वरिष्ठ लेखिका और स्तम्भकार

याद रखें, प्रकृति का आनंद भी रंगों के बीच, उसके करीब रहने उसके रंग में रंगने से ही प्राप्त किया जा सकता है। इसलिए ऐसा कोई अवसर हाथ से ना जाने दें।