

शरीर के 7 चक्र क्या हैं और सेहत पर उनका क्या असर पड़ता है?

ऐसा माना जाता है कि अगर ये चक्र सुसूप यानी सो रहे हैं तो आपका जीवन भी नीरस है। इसलिए परम आनंद के साथ मोक्ष प्राप्ति के लिए इनको जागृत करना बहुत जरूरी है। जागृत होने के बाद ये चक्र शरीर के साथ मन और आत्मा को किस तरह प्रभावित करते हैं, इसके बारे में इस लेख में हम विस्तार से बात करते हैं।

क्या है चक्र

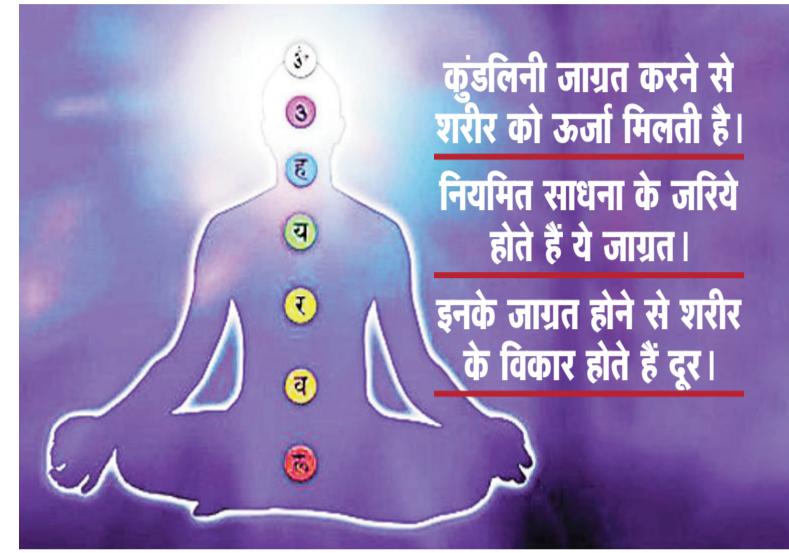
चक्र एक संस्कृत शब्द है, जिसका अर्थ पहिया होता है। ये शरीर के अंदर विद्युत वे चिंपु हैं, जिनसे शरीर को ऊर्जा मिलती है, ये सात प्रकार के होते हैं। ये विभिन्न अंगों तथा मन एवं बुद्धि के कार्यों को सूक्ष्म-ऊर्जा प्रदान करते हैं। ये व्यक्ति की सूक्ष्मदृष्टि से सर्वधित होते हैं। इनको कुंडलिनी चक्र भी कहा जाता है।

मूलाधार चक्र

यह गुदा और लिंग के बीच चार पंखुड़ियों वाला आधार चक्र है। प्राणीयाम कार्के, अपना ध्यान मूलाधार चक्र पर केंद्रित करके मंत्र का उच्चारण करने से यह जागृत होता है। इसका मूल मंत्र 'लं' है। धीरे-धीरे जब यह चक्र जागृत होता है तो व्यक्ति में लालच खत्म हो जाता है और व्यक्ति को आत्मीय ज्ञान प्राप्त होने लगता है। यह लालच को समाप्त करता है।

स्वाधिष्ठान चक्र

मूलाधार चक्र के ऊपर और नाभि के नीचे स्थित होता है, लालाधिष्ठान चक्र, इसका संबंध जल तत्व से होता है। इस चक्र के जागृत हो जाने पर शरीरिक समस्या और विकार, क्रुरता, आलस, अविश्वास आदि दुरुर्गों का नाश होता है। शरीर में कोई भी विकार जल तत्व के ठीक न होने से होता है। इसका मूल मंत्र 'वं' है।



मणिपूर चक्र

यह नाभि से ऊपर होता है। यौगिक क्रियाओं से कुंडलिनी जागृत करने वाले साधक जब ऊर्जा मणिपूर चक्र में जुटा लेते हैं, तो वो कर्मयोगी बन जाते हैं। यह प्रसुप पड़ा रहे तो लालच, ईर्ष्या, चुम्ली, लज्जा, भय से मन प्रभावित होता है। इसके जागृत होने से ये व्यक्तियां समाप्त हो जाती हैं।

अनाहत चक्र

यह चक्र व्यक्ति के सीने में रहता है। इसको जागृत करने हृदय पर ध्यान केंद्रित कर कर मूल मंत्र 'चं' का उच्चारण करना चाहिए। यह जागृत होते ही बहुत सुखिकल काम है। इसके जागृत करना व्यक्ति परमानंद प्राप्त करता है और सुख-दुःख का उस पर असर नहीं होता है।



है, मरिताक अधिक क्रियाशील हो जाता है और सोचने समझने की शक्ति बेहतर हो जाती है।

विशुद्ध चक्र

यह चक्र गले में रहता है। इसे जागृत करने के लिए व्यक्ति को कठ पर ध्यान केंद्रित कर मूल मंत्र 'हं' का उच्चारण करना चाहिए। इसके जागृत होने से व्यक्ति अपनी वाणी को सिद्ध कर सकता है। इस चक्र के जागृत होने से संती विद्या सिद्ध होती है।

विधि

सबसे पहले नॉनस्टिक तवे में बटर डालकर धीमी आंच पर गर्म करें। इसके बाद सेवई डालें और सुनहरा होने तक भूंह लें। सेवई के सुनहरी होने के बाद दूसरे डालकर एक से दो डेबल आने तक पकाएं। इसके बाद खजूर, चिरीज़, इलायची पाउडर और गुलाब जल डालकर 1 से 2 मिनट तक पकाएं। अगर शीर खुरमा ज्यादा गाढ़ा हो जाए तो थोड़ा गर्म पानी मिला लें। तय समय बाद आंच बंद कर लें। तैयार शीर खुरमा को कटोरी में डाल लें। इसमें चुटकीभर इलायची पाउडर और लैकरट/फालसेव डालकर अच्छे से मिलाएं और सर्व करें।



सहस्रार चक्र

सहस्रार चक्र व्यक्ति के मणिक्ष के मध्य भाग में होता है। बहुत कम लोग होते हैं हीं जो इसका जागृत कर पाते हैं, चंकि इसे जागृत करना बहुत मुश्किल काम है। इसके जागृत करना व्यक्ति परमानंद प्राप्त करता है और सुख-दुःख का उस पर असर नहीं होता है।

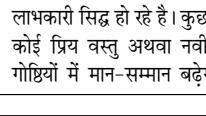
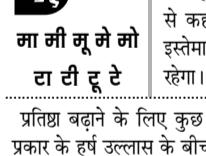
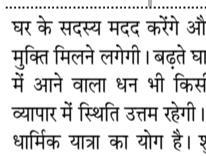
आज्ञा चक्र

आज्ञा चक्र भू मध्य अर्थात् दोनों ऊर्जों के बीच में केंद्रित होता है। इस चक्र को जागृत करने के लिए व्यक्ति को मंत्र 'ॐ' का जाप करना चाहिए। इसके जागृत होने से इंसान को आत्म ज्ञान प्राप्त होता है।

विधि

सबसे पहले पुरीना धनियापत्ति का धोकर बारीक काट लें। एक बर्तन में आटा लेकर प्याज, अजवाइन, हरी मिर्च, हल्दी, नमक और 3-4 चम्परी धी डालकर मिलस करें। इसमें पुरीना-धनियापत्ति, दही और दाल डालकर आटा तैयार करें। तैयार आटे पर तेल लगाकर 10 मिनट रखें। फिर से आटे को गुड़ लें। एक लैटे पर प्रलथन/सुखा आटा रखें। आटे की बराबर लोड़ियां काट लें। एक लैटे लेकर रोटी जैसे बेल लें। इस पर धी लगाएं और सुखा आटा लगाकर आधा मोड़ दें। इस हिस्से पर भी धी और सुखा आटा छिड़कर मोड़ दें। इसे परोटे को बेलकर ढोड़ कर लें। मीडियम आंच पर तवा गर्म करें। इस पर पराठा डालकर दोनों तरफ सेंक लें। तैयार दही पराठा चटनी-अचार के साथ खिलाएं।

आज का दाइशिफल



टाईम पास

लॉफिंग ज़ोन

प्रेमी नेता सभा के पश्चात अपनी प्रेमिका पर बरस पड़े - तुमने मुझे इन्हाँ लंबा भाषण क्यों लिखाकर दिया था? भाषण के बीच कई बार तो बहुत हूँटिंग हुई।

प्रेमिका ने माफी मांगते हुए कहा - भाषण ज्यादा नहीं था, हां... इतनी गलती मुझसे जरूर हो गई कि मैंने भाषण की चारों कापियां तुम्हें थमा दी थीं।

पागलखाने का दौरा करने आये मंत्री जी से पागलों का परिचय कराते हुए निरीक्षक ने कहा - ये हैं उमेश, यह सुरेश और यह हैं बेचारा मुकेश।

मंत्री जी ने बीच में ही टोक कर पृष्ठा - बेचारा मुकेश, तुमने इसे बेचारा क्यों कहा?

निरीक्षक ने मुंह बिचका कर जवाब दिया - दरअसल साहब यह अकेला ऐसा व्यक्ति है जो विवाह से पहले ही पागल हो गया।

प्रेमिका ने आपांकी बीच में बीच की बातों को लड़ाई हो रही थी, तो व्याया तुम्हाँ मौजूद थे?

गवाह - जी हां। वकील - तब इन दोनों पति-पत्नी में लड़ाई हो रही थी, तो व्याया तुम वहाँ मौजूद थे?

गवाह - यही कि मैं कभी शादी नहीं करना चाहता।

वकील - जब इन दोनों पति-पत्नी में लड़ाई हो रही थी, तो व्याया तुम वहाँ मौजूद थे?

गवाह - यही कि मैं कभी शादी नहीं करना चाहता।

वकील - तब इन दोनों पति-पत्नी में लड़ाई हो रही थी, तो व्याया तुम वहाँ मौजूद थे?

गवाह - यही कि मैं कभी शादी नहीं करना चाहता।

वकील - तब इन दोनों पति-पत्नी में लड़ाई हो रही थी, तो व्याया तुम वहाँ मौजूद थे?

गवाह - यही कि मैं कभी शादी नहीं करना चाहता।

वकील - तब इन दोनों पति-पत्नी में लड़ाई हो रही थी, तो व्याया तुम वहाँ मौजूद थे?

गवाह - यही कि मैं कभी शादी नहीं करना चाहता।

वकील - तब इन दोनों पति-पत्नी में लड़ाई हो रही थी, तो व्याया तुम वहाँ मौजूद थे?

गवाह - यही कि मैं कभी शादी नहीं करना चाहता।

वकील - तब इन दोनों पति-पत्नी में लड़ाई हो रही थी, तो व्याया तुम वहाँ मौजूद थे?

गवाह - यही कि मैं कभी शादी नहीं करना चाहता।

वकील - तब इन दोनों पति-पत्नी में लड़ाई हो रही थी, तो व्याया तुम वहाँ मौजूद थे?

गवाह - यही कि मैं कभी शादी नहीं करना च

**भारत में पहली बार वर्ल्ड पैरा एथलेटिक्स
चैम्पियनशिप, झाझारिया बोले- 20 से
अधिक पदक जीतेंगे भारतीय खिलाड़ी**

एजेंसी

नई दिल्ली। भारत पहली बार विश्व के सबसे बड़े पैरा खेल आयोजन मेजबानी करने जा रहा है। इंडियन ऑफियल नई दिल्ली 2025 वर्ल्ड पैरा अंटेटिक्स चैम्पियनशिप 27 सितम्बर से 05 अक्टूबर तक जवाहरलाल ठाकुर स्टेडियम में आयोजित होगी। इस प्रतियोगिता में 104 देशों से 2,200 अधिक पैरा एथलीट्स और सपोर्ट स्टाफ हिस्सा लेंगे। भारत इस तेहासिक आयोजन में अब तक के सबसे बड़े 73 सदस्यीय खिलाड़ी टोल के साथ उत्तर रहा है। पैरा ओलंपिक कमेटी ऑफ इंडिया (पीसीआई) अध्यक्ष और दो बार के पैरा ओलंपिक स्वर्ण पदक विजेता देवेंद्र इश्वरिया ने दावा किया कि भारतीय दल इस बार 20 से अधिक पदक तकर नया इतिहास बनाएगा। उन्होंने कहा, 'पिछली बार कोबे में भारत ने 7 पदक जीते थे। इस बार टीम कहीं ज्यादा मजबूत है और मुझे पूरा श्वास है कि हम 20 से ज्यादा मेडल जीतेंगे।' भारतीय टीम की कमान गर जैवलिन थोअर और मौजूदा वर्ल्ड चैम्पियन सुमित अंतिल संभालेंगे। टीम प्रवीण कुमार, निशाद कुमार, सिमरन शर्मा, प्रति पाल, नवदीप, धरमसिंह नैन और प्रणव सूरमा जैसे अनुभवी खिलाड़ी शामिल हैं। इसके अलावा, इस बार 5 खिलाड़ी पहली बार वर्ल्ड चैम्पियनशिप में हिस्सा ले रहे हैं। इनमें महेंद्र रंगर भी हैं, जिन्होंने हाल ही में स्विट्जरलैंड में नॉटिविल ग्रां प्री के दौरान 42 जैवलिन थो में 61.17 मीटर का विश्व रिकॉर्ड बनाया था।

वेदांता दिल्ली हाफ मैराथन : गुलबीर सिंह, लिली
दास और संजीवनी जाधव करेंगे शानदार मुकाबले

अपोलो टायर्स बना टीम इंडिया का नया स्पॉन्सर

સ્મર્તિ મંધાના આઈસીસી વનડે બલ્લેબાજી ઐકિંગ મેં ફિર બની નંબર વન

एशिया कप 2025 : बांग्लादेश ने अफगानिस्तान को 8 रन से हराया, तंजिद हसन और गेंदबाजों ने दिखाया दम

बैडमिंटन टर्नामेंट : शीर्ष वरीय यपी की मानसी सिंह ने शानदार जीत के साथ अगले दौर में किया प्रवेश

एजेंसी लखनऊ। उत्तर प्रदेश की स्टार शटलर मानसी सेंग ने योनेक्स सनराइज डॉ. अखिलेश दास गुप्ता मेमोरियल ऑल इंडिया सीनियर रैकिंग बैडमिंटन टूर्नामेंट में महिला एकल में क्लालीफायर महाराष्ट्र की मध्यमिता नारायण को आसानी से 21-21-14 से हाराकर अपने अभियान की बेतहरीन शुरुआत की। इसी के साथ आज से टूर्नामेंट में मुख्य ड्रॉ के मुकाबलों की शुरुआत हो गई। भारतीय बैडमिंटन एसोसिएशन (बीएआई) के तत्वावधान में उत्तर प्रदेश बैडमिंटन एसोसिएशन द्वारा बीबीडी यूपी बैडमिंटन अकादमी में आयोजित टूर्नामेंट में दस लाख रुपये की प्राइजमनी रखी गई है। शोर्श वरीय मानसी सिंह अब अगले दौर में करल की पवित्रा नवीन से भिड़ेंगी 13 से पराजित किया। महिला एकल में 13वीं वरीय यूपी की अमोलिका सिंह को क्लालीफायर के खिलाफ जीत दर्ज करने के लिए खासी मशक्कत करनी पड़ी। यूपी की तनीशा सिंह व तरनजीत कौर ने भी अगले दौर में प्रवेश किया। पुरुष एकल में यूपी के राजन यादव व क्लालीफायर अश विशाल गुप्ता भी अगले दौर में पहुंच गए। विधानसभा अध्यक्ष सतीश महाना ने किया उद्घाटनटूर्नामेंट का औपचारिक उद्घाटन उत्तर प्रदेश विधान सभा के अध्यक्ष सतीश महाना ने किया। इस अवसर पर उत्तर प्रदेश बैडमिंटन एसोसिएशन के चेयरमैन विराज सागर दास ने उद्घाटन समारोह की अध्यक्षता करते हुए कहा कि टूर्नामेंट में 27 राज्यों के 1396 खिलाड़ी हिस्सा ले रहे हैं। वह टूर्नामेंट में पूज्य पिता डॉ. अखिलेश दास गुप्ता की स्मृति में वर्ष 2018 से प्रतिवर्ष आयोजित हो रहा है। हमारा प्रयास है कि आने वाले वर्षों में इस टूर्नामेंट को अंतरराष्ट्रीय स्थापित किया जाए। उन्होंने उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ का भी आभार जताया जिन्होंने बैडमिंटन को प्रदेश का खेल घोषित किया। उन्होंने कहा कि मुख्यमंत्री का आशीर्वाद हमें प्रदेश में बैडमिंटन के विकास के लिए निरंतर मार्गदर्शन देता है। इस अवसर पर उत्तर प्रदेश बैडमिंटन एसोसिएशन के सचिव डॉ. सुधार्णा सिंह, उपाध्यक्ष अरुण ककड़, कोषाध्यक्ष अननंद खरे, संयुक्त सचिव राजेश सक्सेना, लखनऊ बैडमिंटन संघ के सचिव अनिल ध्यानी सहित बड़ी संख्या में खेल प्रेमी मौजूद रहे। परिणाम:--पुरुष एकल में शीर्ष वरीय दिल्ली के जिनपाल एस ने कर्नाटक के ध्यान संतोष को 21-12, 21-14 से हराया। यूपी के राजन यादव ने दिल्ली के अद्वितीय भार्गव का 21-19, 21-19 से हराया जोशी को 21-19, 12-21, 21-11 से हराया। --महिला एकल में 13वीं वरीय यूपी की अमोलिका सिंह ने क्लालीफायर से मुख्य ड्रॉ में पहुंची यूपी की ही सिमरन चौधरी को रोमांचक मुकाबले में 21-13, 19-21, 21-14 से शिकस्त दी। यूपी की तरनजीत कौर ने कर्नाटक की दिशा संतोष को 21-18, 21-7 से व तनीशा सिंह ने उत्तराखण्ड की लावण्या कार्की को 21-15, 21-18 से हराया। चौथी वरीय राजस्थान की साक्षी फोगाट ने अपने ही राज्य की सुहानी वर्मा को 25-23, 21-16 से शिकस्त दी। मन्त्रित युगल में कर्नाटक की शीर्ष वरीय असिथ सूर्या व अमृता पी. ने क्लालीफायर यूपी के दिल्ली के अद्वितीय भार्गव का 21-19, 21-19 से

एशिया कप 2025: यूएई मुकाबले से पहले पाकिस्तान ने रद्द की प्रेस कॉन्फ्रेंस

एंजेसी दुबई। एशिया कप 2025 में संयुक्त अरब अमीरात (यूईई) के खिलाफ होने वाले अहम मुकाबले से पहले पाकिस्तान ने अपनी प्रैं-मैच प्रेस कॉर्झर्स रद्द कर दी। हालांकि टीम ने अभ्यास सत्र जारी रखा, जो इंटरनेशनल क्रिकेट कार्डिनल (आईसीसी) अकादमी के ऊपर परिसर में हुआ जहां भारतीय टीम भी प्रैक्टिस कर रही थी। यह सब हाल ही में हुए हैंडरेक विवाद के बाद के तानावपूर्ण माहौल में हुआ। पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड (पीसीबी) ने आईसीसी से मैच रेफरी एंडी पाइक्रॉफ्ट को हटाने की अपील की थी, लेकिन इसे खारिज कर दिया गया। पाइक्रॉफ्ट ने भारत-पाक मैच से पहले पाकिस्तान कसान सलामन अली आगा को सूचित किया था कि टॉस के समय उनके भारतीय

के खिलाफ मुकाबले से हट भी सकता है। हालांकि, फिलहाल पाइक्रॉफ्ट ही इस मैच में रेफरी की भूमिका निभाने वाला है। यह मुकाबला पाकिस्तान और पहले ही लगातार दो जीत दर्ज कर सुपर फॉर में पहुंच चुका है। भारतीय टीम ने शाम 6 बजे से तीन घंटे तक भीषण गर्मी में अभ्यास किया। दूसरी ओर

यूईई दोनों के लिए करो या मरो की स्थिति वाला है, क्योंकि विजेता टीम सुपर फॉर में जगह बनाएगी। वहीं भारत पाकिस्तान ने रात 8 बजे से लगभग 20 मिनट तक हल्के-फुल्के अंदाज में फूटबॉल वॉर्म-अप किया। भारत की ओर से संजू सैमसन, अश्वर पटेल और हार्दिक पांड्या ने सबसे पहले नेट्स में बल्लेबाजी की, उसके बाद शुभमन गिल और सूर्यकुमार यादव ने पिच पर हाथ आजमाया। इस दौरान हार्पिंग रणा ने कुछ जोरदार शॉट खेले, जिनमें से एक छक्का पाकिस्तान टीम के अभ्यास स्थल की ओर चला गया। भारतीय गेंदबाजों ने अपेक्षाकृत हल्का अभ्यास किया क्योंकि वे पिछले दो मैचों में लंबा समय मैदान पर बिता चुके हैं। वहीं, गरम और उमस भरे मौसम को देखते हुए उमीद है कि तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह को शुक्रवार को होने वाले ओमान के खिलाफ मुकाबले में आराम दिया जा सकता है।

पाकिस्तान ने रात 8 बजे से लगभग 20 मिनट तक हल्के-फुल्के अंदाज में फूटबॉल वॉर्म-अप किया। भारत की ओर से संजू सैमसन, अश्वर पटेल और हार्दिक पांड्या ने सबसे पहले नेट्स में बल्लेबाजी की, उसके बाद शुभमन गिल और सूर्यकुमार यादव ने पिच पर हाथ आजमाया। इस दौरान हार्पिंग रणा ने कुछ जोरदार शॉट खेले, जिनमें से एक छक्का पाकिस्तान टीम के अभ्यास स्थल की ओर चला गया। भारतीय गेंदबाजों ने अपेक्षाकृत हल्का अभ्यास किया क्योंकि वे पिछले दो मैचों में लंबा समय मैदान पर बिता चुके हैं। वहीं, गरम और उमस भरे मौसम को देखते हुए उमीद है कि तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह को शुक्रवार को होने वाले ओमान के खिलाफ मुकाबले में आराम दिया जा सकता है।

एंजेसी क्रार्टर फाइनल में पहुंची थीं। सबालेंका ने आयोजकों द्वारा दिए गए एक बयान में कहा, यूएस ओपन के बाद लगी एक छोटी सी छोट के कारण मुझे इस साल चाइना ओपन से हटने की घोषणा करते हुए दुख हो रहा है। आयोजकों ने उक्त जानकारी दी। इस महीने की शुरुआत में अमांडा अनिसिमोवा को हराकर लगातार दसरी बार यूएस ओपन और चौथा ग्रैंड स्लैम खिताब जीतने वाली बेलारूसी खिलाड़ी पिछले साल बींजिंग में डब्ल्यूटीए 1000 इवेंट के टेनिस संघर में आयोजित होगा।

ਮੇਜ਼ਾਰ ਲੀਗ ਸਾਂਕਦ : ਇੰਟਰ ਮਿਯਾਮੀ ਨੇ ਸਿਏਟਲ ਸਾਊਂਡਰਜ਼ ਕੋ 3-1 ਦੇ ਹਵਾਇਆ

भोपाल की बड़ी झील में राजा भोज मल्टी क्लास सेलिंग
चैम्पियनशिप का आगाज, मंत्री सारंग ने किया शुभारंभ

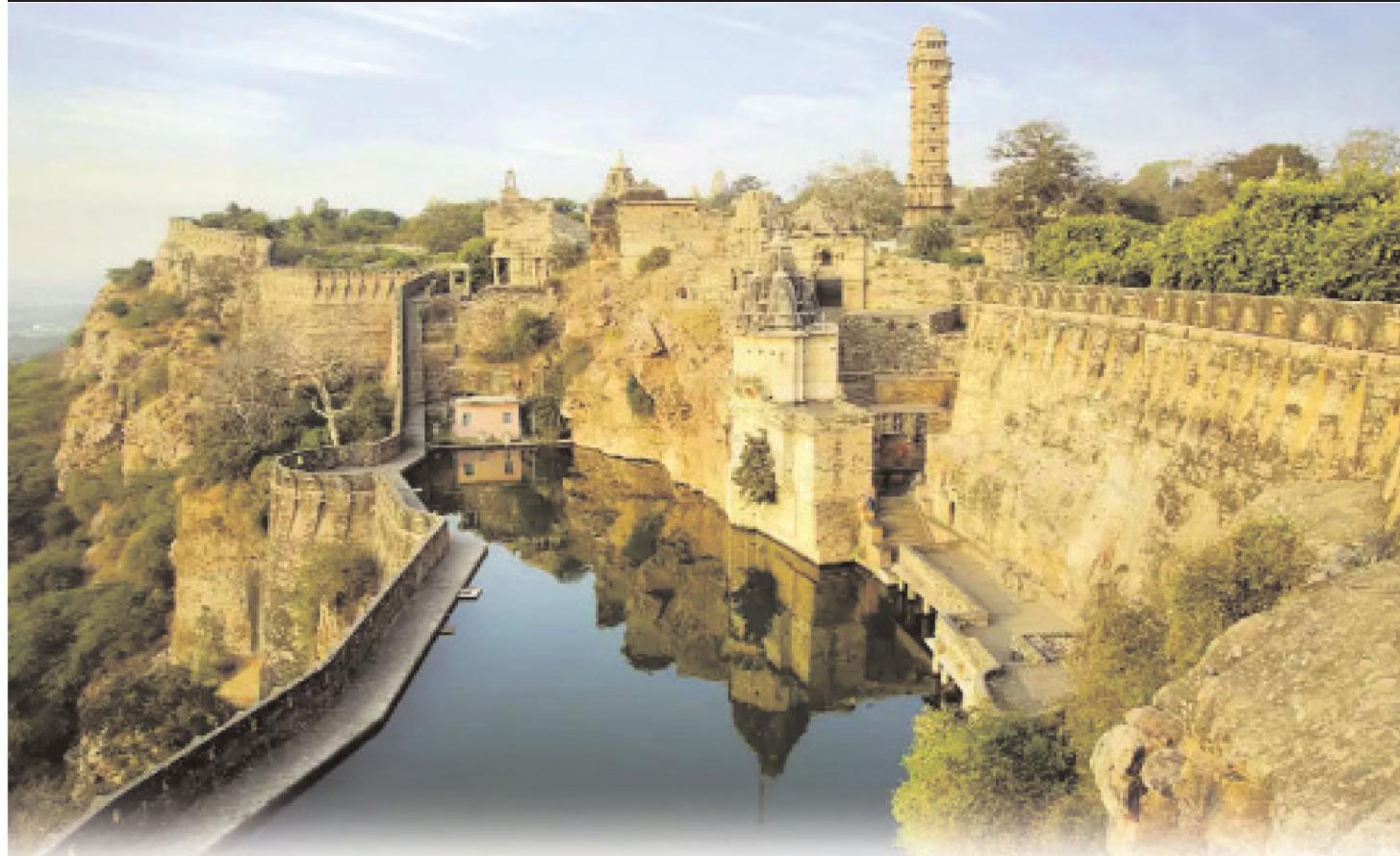
पीकेएल-12 तमिल थलाइवाज ने बुल्स की जीत का सिलसिला तोड़ा

बैडमिंटन टर्नामेंट : शीर्ष वरीय यपी की मानसी सिंह ने शानदार जीत के साथ अगले दौर में किया प्रवेश

यूएस ओपन विजेता आर्यना सबालेंका चोट के कारण चाइना ओपन से हटीं



एजेंसी
नई दिल्ली। बेलारूस की दिग्मज महिला टेनिस खिलाड़ी और यूएस ओपन चैम्पियन आर्थना सुबालेंका ने चोट के कारण चाइना ओपन से अपना नाम वापस ले लिया है। आयोजकों ने उक्त जानकारी दी। इस महीने की शुरुआत में अमांडा अनिसिमोवा को हराकर लगातार दूसरी बार यूएस ओपन और चौथा ग्रैंड स्लैम खिताब जीतने वाली बेलारूसी खिलाड़ी पिछले साल बींजिंग में डब्ल्यूटीए 1000 इवेंट के



बलिदानियों की धरती पितौड़गढ़

बलिदान की उन सैकड़ों कहानियों
का गवाह रहा हूं, जिन पर वर्तमान
को मुझपर अभिमान है। कभी लहू
देकर मेरा सरमान किया गया। तो
कभी उन जलती पिता को देखकर
मैंने आंसू बहाए। जो मेरी बेटी थी। जो
मेरा बेटा था। मेरी धरती पर उन बेटों
ने जन्म लिया है। उन बेटियों ने
जन्म लिया है, जिनपर आज भी
मुझे गर्व है। आज मैं अपनी
कहानी सुना रहा हूं मैं पितौड़गढ़
हूं। आज मैं अपने इतिहास।
वीरतापूर्ण लड़ाइयों। राजपूत शूराता,
महिलाओं के अद्वितीय साहस की
कई और कहानियां सुना रहा हूं
दुनिया में वीरता, बलिदान, त्याग,
साहस के न जाने कितने किरदार
आपने देखे होंगे और सुने होंगे। पर
मुझे नाज है कि हिंदुस्तान की
सरजनी पर इतने साए नायकों से
मरी धरा कोई नहीं है।

मेरा इतिहास मेरी जुबानी

वित्तोड़ की इस पावन धरा ने तो अन्याय
और अत्याचार के खिलाफ ही लड़ना
जाना हमें क्या पता थे सियासत क्या
होती है। हिंदू-मुसलमान के नाम पर हमें
मत बांटो। हमने अपने बेटों को कभी धर्म
और संप्रदाय की आंखों से नहीं देखा।
जब मुगल बाबर ने हमें आंखें दिखाई थीं
तो खन्वा के युद्ध में मेरे बेटे राणा सांगा
का साथ देने के लिए हसन खान विश्वी
और महमूद लोदी ही तो आए थे। जब
अत्याचारी अहमद शाह हमें लूटने पहुंचा
तो हमारी राजमाता कार्णीवती ने रक्षा के
लिए अपने मुगल भाई हुमायूं को ही तो
राखी भेजी थी। जब मेरे प्रतापी बेटे
महाराणा प्रताप के खिलाफ सभी सगे
संबंधी मुगल अकबर के साथ हो गए, तो
प्रताप का सेनापति बनकर पठान योद्धा
हाकम खान सूर ने ही युद्ध में बलिदान
दिया। मुझे किसी करणी सेना के नाम पर
किसी जाति में मत बांधो। जब खुद के
एक मेरे नालायक बेटे बनबीर ने मेरे
ऊपर अत्याचार किए, तो मेरे वारिस
उदय सिंह को बचाने के लिए गुर्जर जाति
की पन्नाधाय ने अपने बेटे चंदन का
बलिदान कर मेरे वारिस को बचाया था।
जब महरणा प्रताप की मदद किसी ने
नहीं की, तो एक वैश्य ने सबकुछ बेकप
मेरी 12,000 सेनाओं का खर्च उठाया।
जब राजपृथ राजा हमारे लिए लड़ रहे
प्रताप के खिलाफ अकबर से जा मिले,
तो प्रताप की सेना में लड़ने के लिए घूम्ते
आदिवासी गड़रिया लुहार ही साथ आए
थे। जब अकबर ने हमला किया तो किसी
रानी ने नहीं बल्कि फूलकंघर के नेतृत्व
में मेरे गोद में वित्तोड़ की सभी महिलाओं
ने आखिरी जौहर किया था।

जाऊकरा जाहूर किया था। पांचवीं सदी में मीथैयंश के शासक चित्ररांगन मोरी ने जब 7 मील यानी 13 किमी की लंबाई, 180 मी. ऊँचाई और 692 एकड़ में फैले इस पहाड़ी पर मुझे बसाया था, तब किसी को कहा गया था कि दुनिया का सबसे बुर्जुग गढ़ मैं, यानी चितौड़गढ़, हिंदुस्तान की माटी का तिलक बन जाउगा। मोरी वंश के अंतिम शासक मान सिंह मोरी के बाद मेरे पास 728 ईसवीं में गोहिल वंश के शासक आए। गोहिलों के शासन के बाद रावल वंश का शमन चला। कहते हैं गोहिलों ने दहेज में राजकुमारी को ये किला भेंट किया। रानी, राजकुमारी से रावल वंश के वंशज बप्पा रावल की शादी हुई थी। सातवीं से 13वीं सदी तक मेरे वैभव का काल था। जब हमारी सुविधा, वैभव और पराक्रम की कहानियां दूर-दूर तक कही जाने लगी, तो किन चौदहवीं सदी से लेकर 16 वीं सदी तक हमने सबसे बुरा दौर देखा। जाने किसकी नजर हमार चितौड़गढ़ पर लग गई और रावल वंश के शासक रत्न सिंह के शासन के दौरान 1303 में अलाउद्दीन खिलजी ने मेरे उपर हमला कर दिया। हिंदुस्तान के सबसे सुरक्षित माना जाने वाला अभेद्य दुर्ग सबसे कठमजोर भी हो सकता है ये खिलजी की यदुनीति ने पहली बार

मैदान में डेरा डाल देते थे। और किले के अंदर खाने की सप्लाई रोक देते थे। नतीजा किले के दरवाजों को खोलने के लिए राजाओं को विवश होना पड़ता था। और शत्रुओं की विशाल सेना होने की वजह से उन्हें हार का मुह देखना पड़ता था।

रानी कर्णावती
रामी पदमावती की कहानी तो आपने
सुनी लेकिन राणा सांगा की पत्नी
कर्णावती का भी बलिदान भी हमारे गर्भ
में छिपा है। जब गुजरात के शासक
अहमद शाह ने 1535 ईंटी में चित्तौड़ पर
हमला किया, तब बाबर के साथ खानवा
के युद्ध में घायल राणा सांगा की मौत हो
चुकी थी। राणा सांगा के पुत्र विक्रमादित्य
के व्यवहार से परेशान किसी राजा ने
हमारी मदद नहीं की। तो कर्णावती ने
हूमायूं को राखी भेजते हुए लूटेरे अहमद
शाह के खिलाफ मदद मारी। हूमायूं को
कर्णावती का संदेशा देर से मिला और
मदद करने वां नहीं आ पाया। दो साल की
लड़ाई के बाद अहमद शाह की जीत हुई
तो 1537 ईंटी में हजारों रानियों के साथ
एक बार फिर कर्णावती ने मेरे अंदर दुर्गा
में जौहर किया।

रानी मीरा

राणा सांगा के बेटे भोजराज के साथ मेड़ता की राजकुमारी की शादी हुई। लेकिन मीरा का मन कभी रानीवासा में नहीं लगा, वो तो गोपाल नंदलाल यानी कृष्ण के मंदिर में ही बैठी रहती है। राणा कंभा ने बाद में मीरा का मंदिर ही बना दिया जो आज भी चित्तौड़गढ़ में मौजूद है।

पन्ना धाय

राणा विक्रम सिंह की हत्या कर उनके चाचा का लड़का बनवीर चित्तौड़ की गद्दी पर बैठना चाहता था। तब चित्तौड़ के वारिस उदय सिंह पालना में थे। रानी कर्णातकी की दाई पन्नाधाय उनकी देखभाल करती थी। जब पन्नाधाय को पता चला कि बनवीर तलवार लेकर उदय सिंह को मारने आ रहा है, तो पन्नाधाय ने चित्तौड़ के वारिस उदय सिंह को कुंभलगढ़ रवाना कर अपने बेटे चंदन को उदय सिंह के सामने सुला दिया और बनवीर ने मां पन्नाधाय के सामने ही उनके पुत्र चंदन को अपनी तलवार से दो टुकड़े कर दिए।

मुझ नहीं पा लेंगे वो किले में प्रवेश नहीं करेगे। भारत आजाद हुआ तो खुद देश के प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने गडरिया लुहारों को लेकर 1955 में मेरे अंदर यानी किले में प्रवेश किया। 1905 में अंग्रेजों के समय से अबतक हम दिल्ली की सरकार के अधीन रहे। मगर तब से हमारी सार संभाल ही हो रही है। न जाने कितने कवि, लेखक और इतिहासकारों ने विभिन्न कालखंडों में मेरे बारे में और मुझ पर राज करनेवालों के बारे में क्या-क्या लिखा। मगर 2017 में इसे फिर से लिखा जा रहा है। इस बार कोई हमलावर चित्तौड़ नहीं आया है और न ही मेरे बहादुर चित्तौड़ के सैनिक इस लडाई को लड़ रहे हैं। मुझे इस लडाई से क्या हासिल होंगा मुझे पता नहीं है। मैंने दुनिया के खुखार से खुखार आक्रांताओं और हमलावरों की खुन की होली देखी है। मैं सब जानता हूं। मुझे मेरी हिफाजत करनी आती है। मैं बूढ़ा नहीं हुआ हूं मैं चित्तौड़ हूं।



महाराणा प्रताप

जब अकबर ने एकबार फिर 1567 ईंवी में मेरे ऊपर हमला किया, तो उड़ई सिंह मेरे ऊपर राज करते थे। अकबर ने पूरी तरह से किले को बर्बाद कर दिया। एक बार फिर फूलकंवर के नेतृत्व में मेरे अंदर जौहर हुआ। तब हमारे राजा उदय सिंह ने 1568 में अकबर के संधि के अनुसार मुझे छोड़कर उदयपुर का अपनी राजधानी बना लिया। तब तय हुआ कि चित्तौड़ यानी मैं हमेशा के लिए वीरान रहूंगा और यहां कोई निर्माण नहीं होगा। दरअसल दिल्ली के सुलतानों और मुगलों को हमेशा डर सताता था कि अगर चित्तौड़ आजाद और आबाद रहा, तो कभी दक्षिण नहीं जीत पाएंगे। मुगलों के साथ बारूद भारत में युद्ध में प्रयोग होने लगा तब तो हम बिल्कुल असुरक्षित हो गए थे। मगर मेरी गोद वीर पुत्रों से खाली नहीं थी। 16 साल तक मेरी गोद में खेले महराणा प्रताप को सरदारों ने चित्तौड़ का शासक घोषित कर दिया। मैंने आखिरी हमला दिल्ली की गद्दी पर बैठे अकबर का देखा और फिर हमेशा-हमेशा के लिए इतिहास बन गया। उदय सिंह की हार हुई और मृगल की संधि के अनुसार इस किले को सिसोदिया वश को छाड़ना पड़ा। उदय सिंह ने अपनी राजधानी उदयपुर बना ली। मगर उनके जेठ पुत्र महराणा प्रताप इसे भूला नहीं पाए। वो इसी किले की तलहटी से अकबर से दो-दो युद्ध लड़े। और आखिरी बार हल्दीघाटी की लडाई हुई।

ये युद्ध हिंदुस्तान के सबसे मजबूत शासक और मुट्ठी भर लड़ाकों के साहस की लड़ाई थी। जिसे दुनिया प्रताप की वीरता के लिए याद रखती है। प्रताप और उनके हथियार बनाने वाले गढ़रिया लुहारों ने ये प्रतीज्ञा ली थी कि जबतक मुझे नहीं पा लेंगे वो किले में प्रवेश नहीं करेंगे। भारत आजाद हुआ तो खुद देश के प्रधानमंत्री जवाहरलाल नेहरू ने गढ़रिया लुहारों को लेकर 1955 में मेरे अंदर यानी किले में प्रवेश किया। 1905 में अंग्रेजों के समय से अबतक हम दिल्ली की सरकार के अधीन रहे। मगर तब से हमारी सार संभाल ही हो रही है। न जाने कितने कवि, लेखक और इतिहासकारों ने विभिन्न कालखंडों में मेरे बारे में और मुझे पर राज करनेवालों के बारे में क्या-क्या लिखा। मगर 2017 में इसे फिर से लिखा जा रहा है। इस बार कोई हमलावर चित्तौड़ नहीं आया है और न ही मेरे बहादुर चित्तौड़ के सैनिक इस लड़ाई को लड़ रहे हैं। मुझे इस लड़ाई से क्या हासिल होगा मुझे पता नहीं है। मैंने दुनिया के खुंखार से खुंखार आक्राताओं और हमलावरों की खून की होली देखी है। मैं सब जानता हूं, मुझे मेरी फिफाजत करनी आती है। मैं बूढ़ा नहीं हुआ हूं मैं चित्तौड़ हूं।

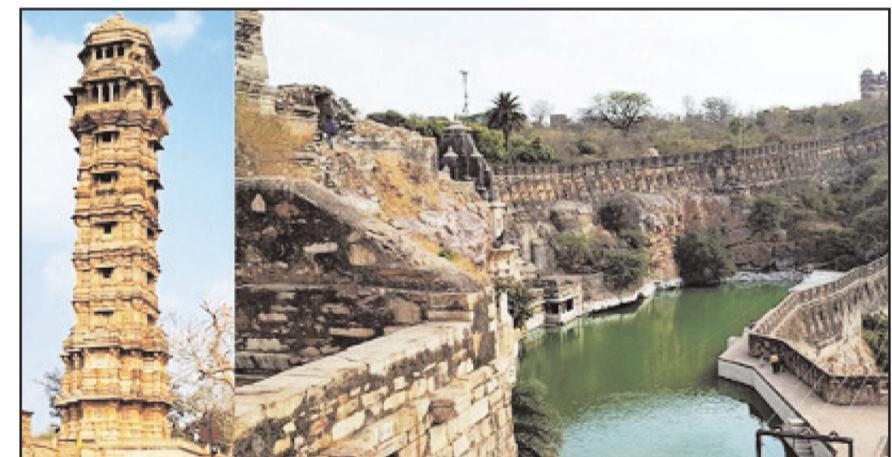


निर्दयी राजा

माधो जंगल में लकड़ियाँ बीन रहा था। अचानक अपने गांव से आग की लपटें उठती देखकर वह घबरा उठा। पड़ोसी राजा के अपने किले में काम कराने के लिए गुलामों की आवश्यकता थी। उस समय उसके सैनिक ही गांव वालों को गुलाम बनाकर ले आधो जान बचाने के लिए धने जग्या। दिन बीतने पर माधो गांव वहाँ कोई नहीं था। उसके माता-निर्दयी सैनिक पकड़कर ले गए से उबल पड़ा। वह राजा के किले दिया। वह किसी तरह गांव वालों चाहता था। किसी तरह छिपता के अंदर पहुंचगया। गांव वालों की माता-पिता तपती धूप में राजा बैठकर रहे थे। पानी मागने पर सिर कोडे बरसाते थे। तभी पास खड़ी बुढ़िया ने माधो से पूछा, तुम्हें क्या में राजा की मालिन हूँ। माधो ने उसे सारी बात बताई। माधो की कूरता से बहुत दुखी थी। वह घर ले गई। उसे माला गूथना रिएक दिन उसे राजा से भी मिल माधो की बनाई माला देखकर हुआ। वह माधो को महल दिखाने पूछा, महाराज, कोई शत्रु तो भुस आए तो?

राजा उसे दीवार में लगी एक मुटिया दिखाकर बोला, अगर ऐसा हुआ, तो हम यह मुटिया धुमा देंगे। किले के सारे पानी में बेहोशी की दवा घुल जाएगी। पानी पीने वाले बेहोश हो जाएंगे। थके-मांदे शत्रु के सैनिक आते ही पानी तो पिएंगे ही। फिर राजा ने माधो को एक बड़ी सी चाबी दिखाई और बोला, यह चाबी देखो, इससे हम किले का दरवाजा बंद कर देंगे। होश में आने पर फिर कोई बाहर नहीं निकल सकता। मालिन ने माधो को नागर्यंध की एक माला बनाकर दी। उसे पहनते ही राजा और रानी गहरी नींद में सो गए। माधो ने जलदी ही वह मुटिया धुमा दी। फिर राजा की जेब से किले की चाबी निकालकर महल से बाहर आ गया। पानी पीते ही राजा के सैनिक बेहोश होकर पिरने लगे। गांव वाले पानी पीने दौड़े, तो माधो ने उन्हें पानी नहीं पीने दिया और फौरन किले से बाहर निकल जाने के लिए कहा। सब बाहर आ गए, तो माधो ने चाबी से फाटक को बंद कर दिया। निर्दीयी राजा अपने सिपाहियों के साथ अपने ही किले में बंद हो गया। गांव वाले उसके अत्याचार से मुक्त हो गए थे।

इस किले के परिसर में हैं
65 से अधिक ऐतिहासिक
महल, मंदिर व जलाशय



- वितौड़गढ़ किला जिसे वितोर दुर्ग के नाम से भी जाना जाता है भारत के प्राचीनतम किलो में से एक है, यह किला भारत ही नहीं अपितु विश्व भर में प्रसिद्ध है, वर्ल्ड हेरिटेज साइट में थुमार इस किलो देखने हए साल हजारों विदेशी सैलानी भारत आते हैं।
 - वितौड़गढ़ किला जिसे मेवाड़ की राजधानी के नाम से भी जाना जाता है उदाहरण के तोर पर यह किला प्राचीन समय में 834 सालों तक मेवाड़ की राजधानी रह चुका था, इसकी स्थापना 734 इक्के में मेवाड़ के सिसोदिया वंश के शासक बाप्पा रावल ने की थी।
 - वितौड़गढ़ किला भारत का सबसे बड़ा किला माना जाता है, इसकी लम्बाई 3 किलोमीटर, त्रिज्या 13 किलोमीटर और यह किला लगभग 700 एकड़ जमीन पर फैला हुआ है।
 - प्राचीन इतिहास के अनुसार ऐसा माना जाता है कि वितौड़गढ़ किले की सातवीं सदी में मीर्याँ सासकों द्वारा बनवाया गया था और इस किले का नाम मीर्या शासक वित्रांगदा मीरी के नाम पर रखा गया था।
 - आपको जानकर हैरानी होगी इस किले के परिसर में लगभग 65 ऐतिहासिक निर्मित संरचनाएं जैसे मंदिर, महल, जलाशय, स्मारक इत्यादि बनाएं गए थे।
 - वितौड़गढ़ किले में कुल साथ द्वार बनाएं गए थे जो प्राचीन समय में रात्रि के समय बंद कर दिए जाते थे, इन द्वारा पर लगे विशाल किंवाड़ (दरवाजे) आज भी इस किले की मजबूती की गवाई देते हैं।
 - प्राचीन समय में इन दरवाजों का नाम मुख्यता प्रथम पड़नपोल, दूसरा भैरव पोल, तीसरा हनुमान पोल, चतुर्थ गणेश पोल, पंचम जोरता पोल, छठा लक्ष्मण पोल व सातवें दरवाजे को राम पोल के नाम से जाना जाता था।
 - इन दरवाजों के संर्दह में कहाँ जाता है की प्राचीन समय में प्रत्येक दरवाजे पर द्वारपाल व पहरेदार 24 घंटे दरवाजों की निगरानी करते थे एवं प्रत्येक दरवाजे पर बड़े बड़े घंटे टॉंगे गए थे जिन्हे बजा कर दरवाजों को खोला और बंद किया जाता था।
 - इस किले में कई मंदिर स्थापित हैं जैसे कलिका मंदिर, जैन मंदिर, गणेश मंदिर, समिद्देश्वरा मंदिर, नीलकंठ महादेव मंदिर और कुंभश्याम मंदिर आदि।
 - इस किले के परिसर में बनाया गया पदिमीनी महल एक छोटे सरोवर के निकट स्थित बहुत ही खूबसूरत महल है, इस महल के अंदर सीसे कि नकाशी कि गई है जो दिखने में बेहद खूबसूरत लगती है।
 - आपको जानकर हैरानी होगी वितौड़गढ़ किले में आज भी 22 जलनिकाय मौजूद हैं, इन जल निकायों में पानी का श्रोत्र प्राकृतिक भूमिगत जल और वर्षा से प्राप्त जल के द्वारा होता है।
 - वितौड़गढ़ किले में बनाया गया भीमला जल भंडार भारत के प्राचीन इतिहास को समेटे हुए है, ऐसा माना जाता है पांडुओं में भीम ने जर्मीन पर अपने हाथ के बारे से पानी निकाल दिया था और भूमि के जिस हिस्से से पानी निकला उसे भीमला के नाम से जाना जाता है।
 - वितौड़गढ़ किले के खम्बों पर की गई खूबसूरत चित्रकारी प्राचीन कलाकारी का उत्कृष्ण नमूना है, ऐसा कहा जाता है इस चित्रकारी की बनाने में 10 वर्षों का समय लगा था।
 - आपको जानकर हैरानी होगी इस किले में आज भी लोग निवास करते हैं, उदाहरण के तोर पर वितौड़गढ़ किले में लगभग 20000 लोग रहते हैं।
 - यह किला राजस्थान के शासक राजपूतों, उनके साहस, बड़प्पन, शौर्य और त्याग का प्रतीक है।
 - राजस्थान में मनाया जाने वाला जोहर मेला इसी किले में मनाया जाता है।
 - वितौड़गढ़ का किला अपनी स्थापत्य कला, निर्माण शैली व पर्यटक स्थलों जैसे महल, जलाशय, स्तंभ, इत्यादि के लिए विश्व भर में प्रसिद्ध है, हर साल देश-विदेश सैलानी इस किले को देखने राजस्थान आते हैं।
 - राजस्थान के पर्यटन विभाग द्वारा वितौड़गढ़ किले में बेहद खूबसूरत लाइटिंग की गई है जो रात के समय इस किले की खूबसूरती में चार चाँद लगा देती है।
 - वितौड़गढ़ किले को यूनेस्को द्वारा साल 2013 में वर्ल्ड हेरिटेज साइट में शामिल किया गया था।