

होरस्कोप द्वारा हीलिंग

काउंसलिंग के लिए एक मार्गदर्शिका



ज्योतिषाचार्य
तेजस्कर पाण्डेय

अंततः 'होरस्कोप द्वारा हीलिंग' का सार यह है कि जन्मकुंडली को नियति का कठोर विधान न मानकर संभावनाओं का दर्पण समझा जाए. यह दर्पण व्यक्ति को उसकी शक्तियों और सीमाओं से परिचित कराता है. जब व्यक्ति स्वयं को स्वीकार करता है और जीवन के उतार-चढ़ाव को व्यापक संदर्भ में देखता है, तब वास्तविक उपचार आरंभ होता है. ज्योतिष यदि विवेक, करुणा और नैतिक संवेदनशीलता के साथ प्रयोग किया जाए, तो वह आधुनिक समाज में एक प्रभावी काउंसलिंग मॉडल के रूप में स्थापित हो सकता है.

जन्मकुंडली के माध्यम से उपचार अर्थात् 'होरस्कोप द्वारा हीलिंग' आधुनिक समय में केवल भविष्यकथन की प्रक्रिया नहीं रह गई है, बल्कि यह एक गहन परामर्श-पद्धति के रूप में विकसित हो रही है. मनुष्य का जीवन बाहरी परिस्थितियों जितना ही आंतरिक अनुभवों से भी निर्मित होता है. भय, असुरक्षा, आत्म-संदेह, संबंधों में तनाव, पेशेगत उलझनों और अस्तित्वगत प्रश्न—ये सभी व्यक्ति के मानसिक संतुलन को प्रभावित करते हैं. ऐसे में जन्मकुंडली एक प्रतीकात्मक मानचित्र की भाँति कार्य करती है, जिसके माध्यम से व्यक्ति अपने स्वभाव, प्रवृत्तियों, भवनात्मक प्रतिक्रियाओं और जीवन-चक्रों को समझ सकता है.

जन्मकुंडली समय का चित्र है—उस क्षण का जब व्यक्ति ने जन्म लिया. उस समय ग्रहों की स्थिति को जीवन की संभावित दिशाओं का संकेत माना गया है. यदि इसे कठोर नियतिवाद के रूप में न लेकर प्रतीकात्मक और मनोवैज्ञानिक भाषा के रूप में समझा जाए, तो यह व्यक्ति के आंतरिक संसार को व्यक्त करने का माध्यम बन जाती है. काउंसलिंग की प्रक्रिया में यह विशेष रूप से उपयोगी है, क्योंकि अनेक बार व्यक्ति अपनी समस्या को स्पष्ट शब्दों में व्यक्त नहीं कर पाता, परंतु ग्रह-भाव-राशि के संकेतों के माध्यम से वह स्वयं को समझने लगता है.

परामर्श का प्रथम आधार है—सुनना और समझना. ज्योतिषीय काउंसलिंग में कुंडली एक

संरचना प्रदान करती है, परंतु वास्तविक उपचार संवाद से उत्पन्न होता है. उदाहरणार्थ, यदि चंद्रमा कमजोर या पीड़ित अवस्था में हो, तो इसे केवल दुःख का सूचक न मानकर भावनात्मक संवेदनशीलता, सुरक्षा की आवश्यकता या पारिवारिक प्रभावों के रूप में समझा जा सकता है. इस प्रकार ग्रह व्यक्ति के मनोवैज्ञानिक आयामों को उद्घाटित करने का माध्यम बनते हैं.

हीलिंग का अर्थ यहाँ रोग का उपचार नहीं, बल्कि आत्म-स्वीकार और आत्म-बोध है. जब व्यक्ति यह समझता है कि उसकी कुछ प्रवृत्तियाँ जन्मजात हैं—जैसे अत्यधिक संवेदनशील होना या नेतृत्व की तीव्र आकांक्षा—तो वह स्वयं को दोष देना बंद कर देता है. आत्म-आलोचना के स्थान पर आत्म-समझ विकसित होती है. यही उपचार की दिशा में प्रथम कदम है.

ज्योतिषीय काउंसलिंग जीवन-चक्रों को समझ भी प्रदान करती है. दशा, गोचर और समय के चरणों



का विश्लेषण व्यक्ति को यह सिखाता है कि कठिन समय स्थायी नहीं होते. यदि किसी अविधि में संघर्ष का संकेत हो, तो उसे आत्म-विकास और धैर्य का काल बताया जा सकता है. इससे व्यक्ति के भीतर आशा और संतुलन

का विश्लेषण व्यक्ति को यह सिखाता है कि कठिन समय स्थायी नहीं होते. यदि किसी अविधि में संघर्ष का संकेत हो, तो उसे आत्म-विकास और धैर्य का काल बताया जा सकता है. इससे व्यक्ति के भीतर आशा और संतुलन

का विश्लेषण व्यक्ति को यह सिखाता है कि कठिन समय स्थायी नहीं होते. यदि किसी अविधि में संघर्ष का संकेत हो, तो उसे आत्म-विकास और धैर्य का काल बताया जा सकता है. इससे व्यक्ति के भीतर आशा और संतुलन

का विश्लेषण व्यक्ति को यह सिखाता है कि कठिन समय स्थायी नहीं होते. यदि किसी अविधि में संघर्ष का संकेत हो, तो उसे आत्म-विकास और धैर्य का काल बताया जा सकता है. इससे व्यक्ति के भीतर आशा और संतुलन

वैवाहिक जीवन में समन्वय की आवश्यकता समझाई जा सकती है. इसी प्रकार भावनात्मक निर्भरता की स्थिति में आत्मनिर्भरता की दिशा सुझाई जा सकती है. इस प्रकार कुंडली संबंध-सुधार का साधन बन सकती है.

करियर और पहचान भी आधुनिक समाज में महत्वपूर्ण प्रश्न हैं. दशम भाव और संबंधित ग्रह व्यक्ति की कर्म-दिशा को इंगित करते हैं. यदि कोई व्यक्ति बार-बार असंतोष अनुभव कर रहा हो, तो ज्योतिषीय काउंसलिंग उसे उसकी मूल प्रवृत्तियों से परिचित करा सकती है—बया वह नेतृत्व में सफल होगा, क्या वह रचनात्मक कार्यों में संतोष पाएगा, अथवा सेवा-क्षेत्र में उसकी ऊर्जा फलित होगी. इस प्रकार परामर्श आत्म-संगति की दिशा प्रदान करता है.

आध्यात्मिक स्तर पर भी होरस्कोप उपचार का माध्यम बन सकता है. नवम और द्वादश भाव, गुरु और केतु जैसे संकेत व्यक्ति को जीवन के गहरे अर्थ पर विचार करने के लिए प्रेरित करते हैं. जब व्यक्ति अपने अनुभवों को व्यापक समय-चक्र का भाग मानता है, तो उसके भीतर स्वीकार्यता और संतुलन विकसित होता है.

यह आवश्यक है कि ज्योतिषीय काउंसलिंग व्यक्ति को स्वतंत्र निर्णय लेने के लिए प्रेरित करे. ग्रह संकेत देते हैं, परंतु अंतिम फैसला व्यक्ति का होता है. उपचार का उद्देश्य निर्भरता नहीं, बल्कि सशक्तिकरण होना चाहिए.

होलिका दहन की रात करें ये पारंपरिक उपाय

फाल्गुन पूर्णिमा पर शास्त्रों में बताए विशेष अनुष्ठान

होली केवल रंगों का उत्सव नहीं, बल्कि बुराई पर अच्छाई की जीत और नकारात्मकता के दहन का प्रतीक पर्व है. फाल्गुन पूर्णिमा की रात होने वाला होलिका दहन आध्यात्मिक दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण माना गया है. मान्यता है कि इस पावन अग्नि के समक्ष किए गए जप, दान और पारंपरिक उपाय जीवन की बाधाओं को दूर करते हैं तथा मनोकामनाओं की पूर्ति का मार्ग प्रशस्त करते हैं.



वर्ष 2026 में 2 मार्च को होलिका दहन किया जाएगा. शास्त्रों में इस रात्रि को विशेष सिद्धिदायक बताया गया है. धार्मिक आस्था के अनुसार इस समय की गई प्रार्थना और साधना का फल शीघ्र प्राप्त होता है. आइए जानते हैं ऐसे 5 प्रमुख पारंपरिक उपाय, जिन्हें होलिका दहन की रात करने से सुख-शांति, आर्थिक स्थिरता और मानसिक संतुलन की प्राप्ति होती है.

विष्णु सहस्रनाम या नारायण कवच का पाठ

होलिका दहन की रात्रि भगवान विष्णु की आराधना के लिए श्रेष्ठ माना गई है. जीवन में बार-बार बाधाएं आ रही हों या मानसिक अशांति बनी रहती हो,

प्रणामोचक मंगल स्तोत्र का पाठ

यदि कर्ज या आर्थिक संकट से मुक्ति नहीं मिल रही हो, तो होलिका दहन की रात हनुमान जी की उपासना करें. शुद्ध घी का दीपक जलाकर ऋणोचक मंगल स्तोत्र का पाठ करें. शास्त्रों

में इसे आर्थिक बंधनों से मुक्ति दिलाने वाला प्रभावी स्तोत्र माना गया है. यह उपाय आत्मविश्वास बढ़ाने और आर्थिक स्थिरता प्राप्त करने में सहायक माना जाता है.

पीली सरसों और नमक से नजर दोष निवारण

घर में किसी पर बुरी नजर या नकारात्मक प्रभाव का संदेह हो, तो एक मुट्ठी पीली सरसों और थोड़ा नमक लेकर संबंधित व्यक्ति के ऊपर से उल्टी दिशा में सात बार उतारें. फिर इसे कामाज में लपेटकर होलिका की अग्नि में समर्पित कर दें. मान्यता है कि इससे नजर दोष दूर होता है और सकारात्मक ऊर्जा का प्रवाह

गोबर की माला (गुलरिया) और लकड़ी अर्पित करना

होलिका दहन में गाय के गोबर के उपलों से बनी माला चढ़ाना शुभ माना गया है. परिवार के प्रत्येक सदस्य के नाम से एक-एक उपला अग्नि में अर्पित किया जाता है. दहन के बाद परिक्रमा कर राख का तिलक लगाने की परंपरा है, जिसे स्वास्थ्य और समृद्धि का प्रतीक माना गया है. होलिका दहन की यह रात्रि आत्मशुद्धि और नई शुरुआत का संदेश देती है. श्रद्धा और सकारात्मक भाव से किए गए ये उपाय जीवन में आशा और ऊर्जा का संचार कर सकते हैं.

चंद्र देव को दूध से अर्घ्य

चंद्रमा को मन का कारक माना गया है. यदि मानसिक तनाव, अनिद्रा या चिंता की समस्या हो, तो पूर्णिमा की रात चंद्र दर्शन कर मिश्री मिले दूध से अर्घ्य दें. धार्मिक मान्यता के अनुसार इससे मन को शांति मिलती है और चंद्र दोष शांत होता है.



होलिका दहन से धुलेंडी तक चंद्र ग्रहण का साया

साल 2026 की होली कई मायनों में विशेष मानी जा रही है. इस बार रंगों के पर्व के बीच खगोलीय संयोग ऐसा बन रहा है, जो आस्था और विज्ञान—दोनों के दृष्टिकोण से चर्चा का विषय है. 2 मार्च को होलिका दहन, 3 मार्च को फाल्गुन पूर्णिमा पर पूर्ण चंद्र ग्रहण और 4 मार्च को धुलेंडी—इन तिथियों के कारण पर्व का क्रम सामान्य वर्षों से अलग रहेगा.

परंपरा के अनुसार भद्रा काल में होलिका दहन वर्जित माना जाता है, वहीं चंद्र ग्रहण के दौरान सूतक का प्रभाव शुभ कार्यों पर पड़ता है. ऐसे में श्रद्धालुओं के मन में स्वाभाविक रूप से सवाल उठ रहे हैं—होलिका दहन कब करें? ग्रहण का सूतक कब से लगेगा? रंगों की होली किस दिन खेली जाएगी? ज्योतिषीय गणनाओं के अनुसार इस वर्ष समय और मुहूर्त का विशेष ध्यान रखना आवश्यक है. हिंदू पंचांग के अनुसार 2 मार्च 2026, सोमवार की शाम 5-18

राशिफल

साप्ताहिक ग्रहस्थिति- इस सप्ताह सूर्य कुम्भ राशि में, मंगल कुम्भ राशि में, वक्रौ बुध कुम्भ राशि में, वक्रौ गुरु मिथुन राशि में, शुक्र कुम्भ राशि में ता. 01 को 11/46 रात से मीन राशि में, शनि मीन राशि में, राहु कुम्भ राशि में, केतु सिंह राशि में और चन्द्रमा कर्क सिंह कन्या और तुला राशि में संवर्ण करेगा. ग्रहयोगों का प्रभाव:- कुम्भ राशि में राहु, मंगल, सूर्य का योग प्राकृतिक प्रकोप, भूकम्प, अग्निकाण्ड आदि से किसी प्रदेश में परेशानी का कारण बनेगा. ता. 3 को मंगल शतभिषा नक्षत्र में आयेगा. गुरु की दृष्टि मंगल पर है, अनाज, सोना, चांदी रूई में मदी आकर तेजी बन सकती है. ता. 4 को पूर्वाभाद्रपदा राति के प्रभाव से रूई, कपास, सूत, सोना, चांदी, गेहूँ, चना, सरसों, तिल, तेल, गुड़, खाण्ड, घी, चावल, ज्वार, बाजरा, मूंगल, शम में तेजी आयेगी.

पर्व-व्रत-त्यौहार :

विवाह	01 मार्च को	प्रदोष व्रत,
सोमवार	02 मार्च को	व्रत पूर्णिमा, होलाकठ समाज, होलिका दहन,
मंगलवार	03 मार्च को	स्नानदान पूर्णिमा,
बुधवार	04 मार्च को	होली, धुरेडी, रंगोत्सव, फ़ाआ, बसन्तोत्सव, आभ्रकुसुम प्रासन,
गुरुवार	05 मार्च को	भाईदोज, त्रिविगम पूजा,
शुक्रवार	06 मार्च को	संकीर्ण गणेश चतुर्थी व्रत,

मेघ आपका यह सप्ताह प्रगति व सफलता लेकर आ रहा है, जो सपने आप देख रहे हैं उन्हें पूरा करने की राह बनेगी, अपनी वरिष्ठता और सामर्थ्य से ज्यादा जिम्मेदारी आने से आपका तनाव बढ़ सकता है, समाज में महत्वपूर्ण स्थान बनाने में सफल रहेंगे, दूसरों की मदद कर अपने मन को खुशी देंगे, कार्यस्थल पर अनिश्चय का माहौल बना रहेगा, संबंधों की फिर से समीक्षा करनी होगी, और दोस्त

वृषभ इस सप्ताह निजी संबंधों पर ध्यान देने का भरपूर समय मिलेगा, पुराने दोस्तों से मुलाकातों का दौर चलेगा, किसी भी योजना को आप इस तरह से अंजाम देंगे कि लोग आपको तारीफ़ करेंगे, खर्च की अधिकता रहेगी, आपको आय के नये स्रोत तलाशना पड़ेंगे, घूमने का कार्यक्रम बन सकता है, दूसरों की मर्यादा का ध्यान रहें.

मिथुन आपको अपनी अभिरूचियों व खुशियों पर ध्यान देने का अवसर मिलेगा, आप जो चाहते हैं, उसके अनुसार अपने कार्य बनाते चले जायेंगे, भाग्य भी आपको मदद करेगा, हिम्मत और विश्वास में वृद्धि होगी, कैरियर में पहले से अच्छे प्रस्ताव मिलेंगे, आध्यात्मिक व धार्मिक कार्यों में आपकी रुचि बढ़ेगी, तरकी की उंचाइयों पर पहुँचेंगे, लेकिन व्यक्तित्व संबंधों को भी पूरा महत्व देंगे,

कर्क आपको अपने प्रयासों और मेहनत को बदौलत अच्छी सफलता मिलेगी, आपका मौलिक चिंतन आगे बढ़ने में आपको मदद करेगा, कार्यक्षेत्र में आपको निरंतर सफलता मिलेगी, पारिवारिक व निजी जीवन में खुशियों का अनुभव होगा, जो लोग आपके कार्य में अड़चने खड़ी कर रहे हैं, वे सभी सहयोग करेंगे, मेहनत से लाभ प्राप्त करेंगे, बड़े निवेश के लिये सभी की राय जरूरी है.

सिंह परिवार की खुशियों पर बड़ा खर्च होगा, जिसे आप पसंद करते हैं, उसके साथ कुछ समय गुजारकर खुशी मिलेगी, पारिवारिक उत्सवों में प्रसन्नता मिलेगी, उच्च अध्ययन में सफलता के आसार हैं, नौकरी की तलाश कर रहे लोगों को सफलता मिलेगी, विरोधी आपकी गतिविधियों पर नजर रखेगा, कामकाज में सावधानी रखें, अपने बिखरे हुये कार्यों को समेटने में सफलता मिलेगी.

कन्या जिद में आकर गलत फैसला लेने से बचें, उच्च अध्ययन में सफलता मिलेगी, जिस योजना को लेकर काफी समय से प्रयास कर रहे थे, उसे अंजाम तक पहुँचाने में सफलता का योग है. नौकरी में स्थान बदलने का मौका मिल सकता है, घूमने फिरने के बहाने रिश्तेदारी में जा सकते हैं, उन्नति की संभावना है, वैवाहिक चर्चाओं में सफलता मिलेगी.

तुला आपका पूरा ध्यान अपने कैरियर व भविष्य की योजनाओं की ओर रहेगा, नई योजनाओं को पूरा करने में सभी का सहयोग रहेगा, लोगों को अपनी बात समझाने में सफल रहेंगे, राह में आ रही मुश्किलों का सामना करने पर कामयाबी मिलेगी, कार्य स्थल पर नई शुरुआत का अनुभव होगा. व्यस्तता के कारण परिवार को वक्त देना मुश्किल होगा.

वृश्चिक पुरुष परेशानी से छुटकारा मिलेगा, सामाजिक और पारिवारिक कार्यक्रमों में आपकी भागीदारी बढ़ेगी, पार्टियों का दौर जारी रहेगा, दायरा बढ़ाने की कोशिश में रहेंगे. मौजमस्ती छोड़कर कुछ काम करने का मन बनेगा, संपत्ति संबंधी मामले सुलझे, दूसरों की मदद कर मन को खुशी देंगे, सप्ताहान्त में विरोधियों से सजग रहकर कार्य करें, बुजुर्ग की सलाह पर ध्यान दें.

धनु अभी तक की गई मेहनत का लाभ मिलेगा. पारिवारिक व सामाजिक जीवन में अपने संबंधों को फिर से घनिष्ठ बनाने में मदद मिलेगी, मानसिक संतोष हेतु कुछ दिन के लिये घर से दूर जा सकते हैं, पारिवारिक सुख हेतु निवेश करेंगे, समाज में महत्वपूर्ण स्थान बनाने में सफल रहेंगे, कार्यक्षेत्र में अधिकारियों से मेलजोल बढ़ायें, यह आपके लिये फायदेमंद होगा.

मकर भाग्य अनुकूल बना रहने से मुश्किल कार्य भी आसानी से बनेगा, अपनी मंजिल तक पहुँचने के लिये आपने जितनी मेहनत की है, उसका लाभ मिलेगा, वैभव विलासिता पर खर्च होगा, जो लोग आपको नकारा समझते हैं, वे भी आपकी काबलियत की तारीफ़ करेंगे, सरकारी मामलों में कुछ विलंब हो सकता है, सौदे का मामला सुलझेगा.

कुम्भ इस सप्ताह आर्थिक मामलों से निपटना होगा, पुराने कर्जों से छुटकारा पाने के लिये आपको योजनाबद्ध तरीके से आगे बढ़ना पड़ेगा. पारिवारिक आयोजनों में आप बढ़ चढ़कर हिस्सा लेंगे, बच्चों के कैरियर को लेकर चिन्ता रह सकती है, मानसिक तनाव की स्थिति से छुटकारा मिलेगा, जिस पर विश्वास कर रहे हैं, वे लोग आपको साथ छोड़ सकते हैं.

मीन नये संपर्क और नये व्यक्ति लाभदायक रहेंगे, आप सिर्फ लाभ पर ही ध्यान नहीं देंगे, अपितु रिश्ते बनाने का भी प्रयास करेंगे. आर्थिक स्थिति में सुधार के कारण दूसरों के कार्य में ध्यान देंगे, किसी कार्य के लिये की गई यात्रा लाभदायक सिद्ध होगी, अपने लगाव व नज़रिये में बदलाव का अवसर मिलेगा, व्यक्तित्व जीवन में कार्य में सामंजस्य से आप कामयाब रहेंगे.

वास्तु शास्त्र: जाँब इंटरव्यू के लिए 4 पावरफुल टिप्स

एंजाइटी दूर कर बढ़ाएं कॉन्फिडेंस और सफलता

वास्तु में सकारात्मक ऊर्जा को सफलता की कुंजी माना गया है. दिशा, रंग, वस्तुओं की प्लेसमेंट और मंत्र-जाप जैसे उपाय मानसिक स्थिरता बनाए रखने में सहायक बताए गए हैं.

जाँब इंटरव्यू का नाम सुनते ही कई लोगों की धड़कन तेज हो जाती है. पूरी तैयारी के बावजूद घबराहट और आत्मविश्वास की कमी कई बार प्रदर्शन पर असर डाल देती है. वास्तु शास्त्र के अनुसार हमारे आसपास की ऊर्जा, दिशा और रंग हमारे मानसिक संतुलन व आत्मबल को प्रभावित करते हैं. यदि इंटरव्यू से पहले सही दिशा में तैयारी की जाए और कुछ छोटे-छोटे उपाय अपनाए जाएं, तो मन शांत और आत्मविश्वास मजबूत रह सकता है.

वास्तु में सकारात्मक ऊर्जा को सफलता की कुंजी माना गया है. दिशा, रंग, वस्तुओं की प्लेसमेंट और मंत्र-जाप जैसे उपाय मानसिक स्थिरता बनाए रखने में सहायक बताए गए हैं. आइए जानते हैं 4 ऐसे वास्तु टिप्स, जो जाँब इंटरव्यू से पहले आपको एंजाइटी कम कर सकते हैं और सफलता की संभावनाएं बढ़ा सकते हैं.

हरे रंग का करें उपयोग

वास्तु शास्त्र में हरे रंग को बुध ग्रह से जोड़ा जाता है, जो बुद्धि, वाणी और कम्युनिकेशन का कारक माना जाता है. इंटरव्यू में स्पष्ट संवाद और तेज सोच बेहद जरूरी होती है. ऐसे में आप हरे रंग के कपड़े पहन सकते हैं या रूमाल, फाइल या कोई छोटी वस्तु साथ रख सकते हैं. इंटरव्यू की तैयारी करते समय कमरे में हरा पौधा रखना भी सकारात्मक ऊर्जा बढ़ाने वाला माना जाता है. यह मानसिक शांति और आत्मविश्वास बनाए रखने में सहायक हो सकता है.

ईशान कोण में करें तैयारी

वास्तु के अनुसार उत्तर-पूर्व दिशा, जिसे ईशान कोण कहा जाता है, ज्ञान और सकारात्मक ऊर्जा का



केंद्र मानी जाती है. इंटरव्यू की तैयारी करते समय कोशिश करें कि आपकी स्टडी टेबल पूर्व या उत्तर दिशा की ओर हो. ईशान कोण में बैठकर पढ़ाई या रिवीजन करने से एकाग्रता बढ़ती है और मन स्थिर रहता है.

बैग में रवों से शुभ वस्तुएं

इंटरव्यू के लिए जाते समय बैग में छोटी हनुमान चालीसा रखना शुभ माना जाता है. इसके अलावा तुलसी का पत्ता या स्फटिक की माला रखने से मन शांत और संतुलित रहने की मान्यता है. जब मन शांत होता है, तो घबराहट कम होती है और व्यक्ति अपने विचार बेहतर ढंग से व्यक्त कर पाता है.

गणपति मंत्र का जाप

यदि इंटरव्यू से पहले अत्यधिक घबराहट हो रही हो, तो ऊँ गणपतये नमः मंत्र का कुछ मिनट जाप करें. वास्तु मान्यताओं के अनुसार यह मंत्र सकारात्मक ऊर्जा देता है और बाधाओं को दूर करने में सहायक माना जाता है. मंत्र-जाप से मानसिक स्थिरता और आत्मविश्वास में वृद्धि हो सकती है. वास्तु शास्त्र के ये उपाय मानसिक संतुलन और सकारात्मक सोच को बढ़ावा देने के उद्देश्य से बताए जाते हैं. हालांकि सफलता के लिए तैयारी, कोशल और आत्मविश्वास सबसे महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं.