SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

चौघड़िया चक्र: वार और ग्रहों के आधार पर यात्रा एवं व्यवसाय के लिए सर्वोत्तम समय का चयन

(एक विश्लेषणात्मक एवं साक्ष्य-आधारित शोध-पत्र (PRISMA-ScR निर्देशित संरचित समीक्षा)

Parhlad Singh Ahluwalia, Dr. Bhim Rao Ambedkar Law University, Jaipur, Rajasthan

सार (Abstract)

पृष्ठभूमि: *चौघड़िया भारतीय पंचांग-परंपरा की एक लोकप्रिय दैनिक मुहूर्त-पद्धति है। इसमें दिन और रात को आठ-आठ खंडों में बाँटकर प्रत्येक खंड को वार-स्वामी ग्रह के क्रम से उद्वेग, चर, लाभ, अमृत, काल, शुभ और रोग नाम दिए जाते हैं। यात्रा-आरंभ, क्रय-विक्रय, अनुबंध और व्यवसाय-उद्घाटन जैसे निर्णयों में इसका व्यापक उपयोग होता है। फिर भी इसके शास्त्रीय स्रोत, संरचनात्मक तर्क और अनुभवजन्य प्रमाण पर सुव्यवस्थित विश्लेषण बहुत कम उपलब्ध है।*

उद्देश्य: *(क) चौघड़िया की कालगणनात्मक और ग्रह-क्रमिक संरचना का विश्लेषण करना; (ख) कालजैविकी, यात्रा-सुरक्षा, वित्तीय बाज़ार, ज्योतिष-परीक्षण और व्यवहार-मनोविज्ञान के पूर्व-प्रकाशित शोध का तुलनात्मक संश्लेषण करना; (ग) यात्रा एवं व्यवसाय हेतु समय-चयन का साक्ष्य-सम्मत व्यावहारिक ढाँचा प्रस्तुत करना।*

पद्धति: *PRISMA 2020 और PRISMA-ScR के पारदर्शिता-सिद्धांतों पर आधारित संरचित वर्णनात्मक समीक्षा की गई। इसमें 2024 तक प्रकाशित 62 स्रोत सम्मिलित हैं, जिनमें शास्त्रीय ग्रंथ, ऐतिहासिक-खगोलीय अध्ययन, कालजैविकी, दुर्घटना-विज्ञान, वित्त-अर्थशास्त्र और समाजशास्त्रीय साहित्य आते हैं। इसके साथ चौघड़िया की सारणियों का लेखकीय गणितीय विश्लेषण भी किया गया।*

परिणाम: *(1) चौघड़िया-चक्र का ग्रह-क्रम होरा-परंपरा के चाल्डियन क्रम से गणितीय रूप से संगत है, परंतु इसका प्रत्यक्ष शास्त्रीय श्लोक-प्रमाण सीमित है। (2) सप्ताह के सात दिनों के दिवा-खंडों में 24 खंड शुभ-वर्ग (अमृत, शुभ, लाभ), 24 खंड अशुभ-वर्ग (उद्वेग, रोग, काल) और 8 खंड चर के हैं। यह संरचनात्मक संतुलन दर्शाता है कि पद्धति में पूर्वनिर्धारित "सदा श्रेष्ठ" दिन नहीं है। (3) मानव-प्रदर्शन में दिन के समय का प्रभाव, विशेषतः मध्यरात्रि-प्रातः और दोपहर-पश्चात की उनींदी अवधि में, सुदृढ़ रूप से प्रमाणित है। (4) किसी भी प्रकाशित अनुभवजन्य अध्ययन ने चौघड़िया-खंडों के ग्रह-नामित वर्गों और यात्रा या व्यवसायिक परिणामों के बीच कार्य-कारण संबंध का सीधा परीक्षण नहीं किया है। (5) ज्योतिषीय भविष्यवाणियों के नियंत्रित परीक्षणों के परिणाम प्रायः संयोग-स्तर के रहे हैं।*

निष्कर्ष: *चौघड़िया की उपयोगिता को सांस्कृतिक-मनोवैज्ञानिक समन्वय-उपकरण के रूप में समझना अधिक यथार्थवादी है। यात्रा-सुरक्षा और व्यावसायिक जोखिम-प्रबंधन के लिए इसे कालजैविकी-आधारित साक्ष्यों का स्थान नहीं देना चाहिए। पत्र एक परीक्षण-योग्य परिकल्पना और अध्ययन-अभिकल्प भी प्रस्तावित करता है।*

मुख्य शब्द: *चौघड़िया, मुहूर्त, वार, ग्रह, पंचांग, कालजैविकी, यात्रा-सुरक्षा, व्यवसाय-निर्णय, साक्ष्य-आधारित विश्लेषण*

1. प्रस्तावना

भारतीय ज्ञान-परंपरा में काल केवल घड़ी की गणना नहीं है। वह कर्म की सफलता, ऋतु-चक्र, यज्ञ-व्यवस्था और सामाजिक अनुशासन का आधार भी रहा है। वेदाङ्ग ज्योतिष की प्रसिद्ध उक्ति इस दृष्टि को स्पष्ट करती है:

"वेदा हि यज्ञार्थमभिप्रवृत्ताः कालानुपूर्व्या विहिताश्च यज्ञाः।
तस्मादिदं कालविधानशास्त्रं यो ज्योतिषं वेद स वेद यज्ञान्॥" [1]

भावार्थ: वेद यज्ञ के लिए प्रवृत्त हुए हैं और यज्ञ काल के क्रम से विहित हैं। इसलिए यह "काल-विधान का शास्त्र" है, और जो ज्योतिष को जानता है वह यज्ञों को जानता है।

भगवद्गीता में भी काल को विराट सत्ता के रूप में देखा गया है। *"कालः कलयतामहम्"* (गीता 10.30) कहकर गणना करने वालों में "काल" को श्रेष्ठ विभूति कहा गया है [2]। इस प्रकार भारतीय चिंतन में समय का सही उपयोग ज्ञान, कर्म और व्यवस्था तीनों से जुड़ा रहा है।

इसी पृष्ठभूमि में "मुहूर्त" की अवधारणा विकसित हुई। धर्मशास्त्र के इतिहास में पी. वी. काणे ने विवाह, यात्रा, गृह-प्रवेश जैसे संस्कारों और कार्यों के लिए शुभ काल-निर्धारण की परंपरा का विस्तृत सर्वेक्षण किया है [3]। डेविड पिंग्री ने संस्कृत ज्योतिष-साहित्य का

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
VOL. 3, ISSUE 1, JULY 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

वर्गीकरण करते हुए गणित, फलित और संहिता जैसे विभाजनों के बीच मुहूर्त-साहित्य के विकास को रेखांकित किया है [4]। मुहूर्त-परंपरा अतः अचानक उपजी लोक-मान्यता नहीं है। वह एक लंबे ग्रंथ-क्रम और गणितीय व्यवस्था में विकसित हुई है।

आधुनिक भारत में इस परंपरा का सबसे सुलभ रूप चौघड़िया है। मुद्रित पंचांगों, पंचांग-आधारित मोबाइल अनुप्रयोगों, दुकानों की दीवारों और परिवारों की दैनिक बातचीत में "अभी कौन-सा चौघड़िया चल रहा है?" एक सहज प्रश्न बन चुका है। यात्रा पर निकलने से पहले "शुभ" या "अमृत" की प्रतीक्षा करना और नया खाता खोलने के लिए "लाभ" का चयन करना इसके उदाहरण हैं। संस्कार और संस्कृति के समाजशास्त्रीय अध्ययन बताते हैं कि ऐसी प्रथाएँ केवल व्यक्तिगत विश्वास नहीं होतीं। वे सामूहिक स्मृति, भाषा और सामाजिक व्यवहार के माध्यम से पीढ़ी-दर-पीढ़ी हस्तांतरित होने वाली सांस्कृतिक संरचनाएँ भी हैं [5–7]।

दूसरी ओर, यात्रा का प्रश्न आधुनिक सार्वजनिक स्वास्थ्य का भी बड़ा प्रश्न है। भारत सरकार के सड़क परिवहन एवं राजमार्ग मंत्रालय के प्रतिवेदन के अनुसार वर्ष 2022 में देश में लगभग 4.6 लाख सड़क दुर्घटनाएँ दर्ज हुईं और लगभग 1.68 लाख लोगों की मृत्यु हुई [8]। गुरुराज ने भारत में सड़क-दुर्घटनाजन्य मृत्यु, चोट और विकलांगता के बोझ को राष्ट्रीय स्तर की गंभीर स्वास्थ्य-समस्या के रूप में रेखांकित किया है [9]। मोहन एवं सहयोगियों ने भारतीय सड़क-सुरक्षा की चुनौतियों का विस्तृत विश्लेषण प्रस्तुत किया है [10]। जब यात्रा-जोखिम इतना बड़ा हो, तो "कब निकलें?" का उत्तर परंपरा और विज्ञान दोनों के दृष्टिकोण से जाँचा जाना चाहिए।

शोध-अंतराल: चौघड़िया पर उपलब्ध अधिकांश सामग्री पंचांग-आधारित सारणी, लोकप्रिय पुस्तिकाएँ या डिजिटल उपकरण हैं। (क) इसके शास्त्रीय स्रोतों की ग्रंथ-आधारित पड़ताल, (ख) इसकी आंतरिक गणितीय संरचना का विश्लेषण, और (ग) आधुनिक कालजैविकी एवं व्यवहार-विज्ञान के साक्ष्यों से इसकी तुलना को एक साथ प्रस्तुत करने वाला अध्ययन अत्यल्प है। यह पत्र इसी अंतराल को भरने का प्रयास है।

2. शोध-उद्देश्य एवं शोध-प्रश्न

उद्देश्य:

- चौघड़िया-चक्र की कालगणनात्मक, ग्रह-क्रमिक और वार-आधारित संरचना को स्पष्ट करना।
- उसके शास्त्रीय-ऐतिहासिक आधार की सीमा और संभावना का मूल्यांकन करना।
- कालजैविकी, यात्रा-सुरक्षा, वित्तीय बाज़ार, ज्योतिष-परीक्षण और व्यवहार-मनोविज्ञान के प्रकाशित शोध का तुलनात्मक संश्लेषण करना।
- यात्रा एवं व्यवसाय हेतु समय-चयन का संतुलित, साक्ष्य-सम्मत ढाँचा प्रस्तावित करना।

शोध-प्रश्न:

- **RQ1:** चौघड़िया की संरचना में वार और ग्रह-क्रम किस गणितीय तर्क से जुड़े हैं?
- **RQ2:** क्या शास्त्रीय स्रोतों में चौघड़िया का प्रत्यक्ष और सत्यापन-योग्य आधार मिलता है?
- **RQ3:** समय-विशेष के प्रभाव पर उपलब्ध वैज्ञानिक प्रमाण चौघड़िया के दावों से किस सीमा तक मेल खाते हैं?
- **RQ4:** यात्रा और व्यवसाय में निर्णय लेने वाले व्यक्ति के लिए व्यावहारिक रूप से सबसे सुरक्षित दृष्टिकोण क्या है?

3. शोध-पद्धति

3.1 अभिकल्प

यह अध्ययन संरचित वर्णनात्मक (scoping-type) समीक्षा है। इसकी रिपोर्टिंग में PRISMA 2020 कथन [11] और स्कोपिंग-समीक्षाओं के लिए PRISMA-ScR विस्तार [12] के पारदर्शिता-सिद्धांतों का अनुसरण किया गया है। ये सिद्धांत हैं: स्पष्ट पात्रता-मानदंड, चयन-प्रवाह का अभिलेखन, स्रोत-वर्गीकरण और सीमाओं का खुला उल्लेख।

3.2 पात्रता-मानदंड

सम्मिलन: (क) वर्ष 2024 या उससे पूर्व प्रकाशित स्रोत; (ख) चौघड़िया, मुहूर्त, वार-ग्रह-क्रम, पंचांग-गणना, दिन के समय के मानवीय प्रदर्शन पर प्रभाव, यात्रा-दुर्घटना, कैलेंडर-आधारित बाज़ार-व्यवहार, ज्योतिष के परीक्षण, या अंधविश्वास/अनुष्ठान के मनोविज्ञान से सीधे संबद्ध; (ग) शास्त्रीय ग्रंथ-संस्करण, समकक्ष-समीक्षित शोध-पत्र या प्रतिष्ठित शैक्षणिक प्रकाशक की पुस्तक।

अपवर्जन: (क) 2025 या उसके बाद के और अवर्षित (n.d.) स्रोत; (ख) विषय से असंबद्ध स्रोत; (ग) बिना स्रोत-सत्यापन वाली लोकप्रिय सामग्री।

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
VOL. 3, ISSUE 1, JULY 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

3.3 स्रोत-चयन प्रवाह (PRISMA-ScR आधारित)

इस अध्ययन में उपलब्ध लेखक-संग्रह (citations.docx) की 117 प्रविष्टियों की पहले तिथि और फिर विषय-प्रासंगिकता के आधार पर छँटाई की गई। प्रविष्टियों के साथ कुछ बाह्य स्रोतों का भी वही मानदंड लगाकर चयन हुआ।

तालिका-रूप में प्रवाह-सार (पाठ में):

- **पहचान:** लेखक-संग्रह की 117 प्रविष्टियाँ।
- **तिथि-छँटाई:** 18 प्रविष्टियाँ वर्ष 2024 या उससे पूर्व की पाई गईं। शेष 99 (2025, 2026 तथा अवर्षित) अपवर्जित।
- **प्रासंगिकता-छँटाई:** 18 में से 5 प्रविष्टियाँ चौघड़िया-अध्ययन के संदर्भ में (संस्कार-संस्कृति का समाजशास्त्र, शोध-नैतिकता, मौलिकता) प्रासंगिक थीं और सम्मिलित हुईं [5–7, 13, 14]। शेष 13 (जैसे मान्यता-प्रत्यायन, अस्पताल-संक्रमण, अंतरराष्ट्रीय संबंध संबंधी) विषय-असंबद्ध होने के कारण अपवर्जित।
- **बाह्य स्रोत:** 57 बाह्य स्रोत (ग्रंथ, ऐतिहासिक-खगोलीय अध्ययन और अंतरराष्ट्रीय पत्रिकाओं के शोध) सम्मिलित।
- **अंतिम संश्लेषण:** कुल 62 स्रोत।

डोमेन-वार वितरण: शास्त्रीय/ऐतिहासिक-खगोलीय 18; समाजशास्त्रीय-सांस्कृतिक 3; यात्रा-सुरक्षा 8; पद्धति/नैतिकता 4; कालजैविकी और संज्ञान 9; वित्तीय बाज़ार 6; चंद्र-जैविकी 4; ज्योतिष-परीक्षण 5; व्यवहार-मनोविज्ञान 5।

3.4 साक्ष्य-वर्गीकरण

प्रत्येक स्रोत को चार श्रेणियों में रखा गया: (i) प्राथमिक शास्त्रीय पाठ; (ii) ऐतिहासिक-खगोलीय द्वितीयक अध्ययन; (iii) अनुभवजन्य (प्रयोगात्मक/अवलोकनात्मक/आर्थिक-आँकड़ा-आधारित) अध्ययन; (iv) सैद्धांतिक/समीक्षात्मक विमर्श। निष्कर्षों का वजन उसी क्रम में दिया गया है कि प्रत्यक्ष अनुभवजन्य परीक्षण को परोक्ष विमर्श से अधिक वजन मिले।

3.5 नैतिकता एवं मौलिकता

सामाजिक विज्ञान शोध की नैतिक अपेक्षाओं, जैसे स्रोतों के प्रति ईमानदारी, निष्कर्षों में अतिशयोक्ति से बचाव और विश्वास-परंपराओं के प्रति सम्मान, को मार्गदर्शक सिद्धांत माना गया है [13]। लेखन-मौलिकता सुनिश्चित करने के लिए स्रोतों का पुनर्लेखन अपने शब्दों में किया गया, प्रत्यक्ष उद्धरण केवल संस्कृत मूल श्लोकों तक सीमित रखे गए, और साहित्यिक चोरी-जाँच की स्थापित तकनीकों [14] का प्रयोग प्रकाशन-पूर्व अनिवार्य माना गया।

4. चौघड़िया की कालगणनात्मक एवं शास्त्रीय पृष्ठभूमि

4.1 नामकरण और मूल अवधारणा

"चौघड़िया" शब्द लोक-व्युत्पत्ति में "चार घड़ी" से जोड़ा जाता है। यहाँ "घड़ी" भारतीय कालगणना की इकाई घटी या नाडिका है। चौघड़िया-पद्धति में सूर्योदय से सूर्यास्त तक के दिवा-काल को आठ समान भागों में और सूर्यास्त से अगले सूर्योदय तक के रात्रि-काल को भी आठ समान भागों में बाँटा जाता है। प्रत्येक भाग एक "चौघड़िया" कहलाता है।

4.2 घटी-गणित और "चार घड़ी" की समस्या

सूर्यसिद्धांत में समय की सूक्ष्म इकाइयों का वर्णन मिलता है:

"षड्भिः प्राणैर्विनाडी स्यात्तत्षष्ट्या नाडिका स्मृता।
नाडीषष्ट्या तु नाक्षत्रमहोरात्रं प्रकीर्तितम्॥" (सूर्यसिद्धांत 1.11) [16]

भावार्थ: छह प्राण की एक विनाडी होती है, साठ विनाडी की एक नाडिका (घटी), और साठ नाडिकाओं का एक नाक्षत्र अहोरात्र कहा गया है।

इस गणना में एक घटी लगभग 24 मिनट की होती है, अतः चार घटी का मान लगभग 96 मिनट बैठता है। यहाँ विश्लेषणात्मक समस्या दिखती है। यदि दिन 12 घंटे का हो तो उसका आठवाँ भाग 90 मिनट होगा, 96 मिनट नहीं। वास्तविक चौघड़िया-अवधि दिन की लंबाई पर निर्भर रहती है। "चार घड़ी" नाम इसलिए अनुमानित लोक-नाम है, कोई सटीक मात्रक नहीं।

सूर्योदय-सूर्यास्त की गणना का आधार खगोलीय एल्गोरिदम हैं, जिनका आधुनिक निरूपण मीउस की *Astronomical Algorithms* में मिलता है [21]। भारतीय खगोल-परंपरा के गणितीय आधार के लिए सूर्यसिद्धांत [16] के साथ भारतीय कैलेंडर

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

पद्धति पर सेवेल एवं दीक्षित का क्लासिक कार्य [17] और चटर्जी का *Indian Calendric System* [18] उपयोगी हैं। भारतीय खगोल का सामान्य परिचय राव ने [19] और स्रोत-संकलन सुब्बारायप्पा एवं सरमा ने [20] प्रस्तुत किया है।

इन्हीं गणनाओं के आधार पर, उत्तर भारत के मैदानी क्षेत्र (लगभग 28° उत्तरी अक्षांश) के लिए लेखकीय अनुमान लगाया गया। ग्रीष्म-अयनांत के आसपास दिन लगभग 13.8–14 घंटे का और शीत-अयनांत के आसपास लगभग 10.2–10.4 घंटे का होता है। इस प्रकार एक दिवा-चौघड़िया की अवधि मोटे तौर पर 77 मिनट से 105 मिनट के बीच बदलती है। विषुव के निकट यह लगभग 90–91 मिनट रहती है। रात्रि-चौघड़िया में अवधि इसके विपरीत घटती-बढ़ती है। निष्कर्ष यह है कि चौघड़िया की "शुभ घड़ी" का घड़ी-समय पूरे वर्ष में लगभग 28 मिनट तक खिसकता है, इसलिए किसी भी स्थिर घड़ी-समय को स्थायी रूप से "शुभ" मानना त्रुटिपूर्ण होगा।

4.3 शास्त्रीय ढाँचा: ज्योतिष के तीन स्कंध

वराहमिहिर ने बृहत्संहिता में ज्योतिष-शास्त्र की संरचना बताई है:

"ज्योतिःशास्त्रमनेकभेदविषयं स्कन्धत्रयाधिष्ठितं
तत्कात्स्न्योंपनयस्य नाम मुनिभिः संकीर्त्यते संहिता।" (बृहत्संहिता 1.9) [15]

भावार्थ: ज्योतिषशास्त्र अनेक भेदों वाला और तीन स्कंधों पर आधारित है। उसके सम्पूर्ण निरूपण को मुनिजन "संहिता" कहते हैं। इस ढाँचे में गणित (तंत्र/सिद्धांत), होरा और संहिता तीन स्कंध माने जाते हैं। मुहूर्त-निर्णय का आधार पंचांग के पाँच अंग (तिथि, वार, नक्षत्र, योग, करण) और लग्न-होरा आदि हैं। इस शास्त्रीय परिदृश्य में "चौघड़िया" शब्द और उसका सात-नाम वाला चक्र प्रमुख संहिता-ग्रंथों में उतनी स्पष्टता से नहीं मिलता, जितना होरा और लग्न-आधारित मुहूर्त। यह निष्कर्ष इस पत्र की सीमित स्रोत-पड़ताल पर आधारित है। इसे अंतिम नहीं माना जाना चाहिए और विशेषज्ञ पांडुलिपि-अध्ययन से इसकी पुष्टि अपेक्षित है। फिर भी, यह कहा जा सकता है कि चौघड़िया वर्तमान रूप में मुख्यतः पंचांग-परंपरा और लोक-व्यवहार से प्रचलित सरलीकृत पद्धति है। यह होरा-क्रम की गणितीय तार्किकता का उपयोग करती है और प्रयोक्ता को अपेक्षाकृत सरल निर्णय-तालिका देती है।

5. वार, ग्रह और चौघड़िया-क्रम

5.1 वार-व्यवस्था की उत्पत्ति

सात दिन के सप्ताह और उसके ग्रह-नामकरण का इतिहास जटिल है। ज़ेरुबावेल ने सात-दिवसीय चक्र के ऐतिहासिक और सामाजिक अर्थ का व्यापक अध्ययन किया है [22]। पिंग्री के अनुसार भारतीय ज्योतिष में बेबीलोनी-यूनानी स्रोतों से आए ग्रह-फल और होरा-संकल्पना का संक्रमण हुआ [23]। यवनजातक के अध्ययन में उन्होंने इस संचरण की पाठ-आधारित पड़ताल की है [24]। यानो ने भारतीय कैलेंडर, ज्योतिष और खगोल के परस्पर संबंध पर संक्षिप्त किंतु प्रामाणिक सर्वेक्षण दिया है [25]। इन अध्ययनों से यह निष्कर्ष निकलता है कि वार और ग्रह का संबंध शुद्ध देशज नहीं है। वह एक बहु-सांस्कृतिक ऐतिहासिक संश्लेषण है। इस तथ्य से उसकी वैधता कम या अधिक नहीं होती, परंतु इतिहास की सही समझ अवश्य बनती है।

5.2 ग्रहों की प्रकृति

बृहत्पाराशर होराशास्त्र में ग्रहों को नैसर्गिक शुभ-अशुभ वर्गों में रखा गया है। गुरु और शुक्र प्रमुख शुभ ग्रह माने गए हैं, जबकि सूर्य, मंगल और शनि को क्रूर या पाप ग्रह माना जाता है। चंद्र और बुध की प्रकृति स्थिति-सापेक्ष मानी गई है [26]। चौघड़िया का नामकरण इसी ग्रह-प्रकृति के लोक-रूपांतरण जैसा दिखता है।

तालिका 1: चौघड़िया के सात प्रकार, स्वामी ग्रह और प्रचलित उपयोग

चौघड़िया	स्वामी ग्रह	प्रचलित वर्गीकरण	प्रचलित उपयोग-मान्यता
उद्वेग	सूर्य	अशुभ/मिश्रित	सामान्य शुभ कार्य वर्जित; शासकीय/प्रशासनिक कार्य में अपवाद-मान्यता
चर	शुक्र	सामान्य/गतिशील	यात्रा, स्थानांतरण, गतिशील कार्यों हेतु
लाभ	बुध	शुभ	व्यापार, क्रय-विक्रय, खाता-आरंभ
अमृत	चंद्र	अत्यंत शुभ	सभी शुभ कार्य, यात्रा-आरंभ

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

चौघड़िया	स्वामी ग्रह	प्रचलित वर्गीकरण	प्रचलित उपयोग-मान्यता
काल	शनि	अशुभ	नए कार्य और यात्रा वर्जित
शुभ	गुरु	शुभ	मांगलिक, धार्मिक, अनुबंध
रोग	मंगल	अशुभ	नए कार्य, यात्रा, उपचार-आरंभ वर्जित

स्रोत: पंचांग-परंपरा की प्रचलित सारणी का लेखकीय संकलन और वर्गीकरण [15, 26]।

5.3 वारानुसार दिवा-चौघड़िया क्रम

प्रत्येक वार का पहला चौघड़िया उस वार के स्वामी ग्रह के प्रकार का होता है, और आगे क्रम सात-नामों के एक चक्र में चलता है। दिवा-खंड सूर्योदय से आरंभ होते हैं:

- **रविवार:** उद्वेग, चर, लाभ, अमृत, काल, शुभ, रोग, उद्वेग
- **सोमवार:** अमृत, काल, शुभ, रोग, उद्वेग, चर, लाभ, अमृत
- **मंगलवार:** रोग, उद्वेग, चर, लाभ, अमृत, काल, शुभ, रोग
- **बुधवार:** लाभ, अमृत, काल, शुभ, रोग, उद्वेग, चर, लाभ
- **गुरुवार:** शुभ, रोग, उद्वेग, चर, लाभ, अमृत, काल, शुभ
- **शुक्रवार:** चर, लाभ, अमृत, काल, शुभ, रोग, उद्वेग, चर
- **शनिवार:** काल, शुभ, रोग, उद्वेग, चर, लाभ, अमृत, काल

5.4 संरचनात्मक विश्लेषण: लेखकीय गणना

अवलोकन 1: चाल्डियन/होरा-क्रम से संगति। दिवा-चक्र का क्रम उद्वेग (सूर्य) ⟶ चर (शुक्र) ⟶ लाभ (बुध) ⟶ अमृत (चंद्र) ⟶ काल (शनि) ⟶ शुभ (गुरु) ⟶ रोग (मंगल) है। यह वही क्रम है जो होरा-परंपरा में प्रयुक्त चाल्डियन क्रम (शनि, गुरु, मंगल, सूर्य, शुक्र, बुध, चंद्र) में सूर्य से आरंभ करने पर मिलता है [23, 24]। इसलिए गणितीय दृष्टि से चौघड़िया को "होरा-चक्र का अष्टांशी सरलीकरण" कहा जा सकता है।

अवलोकन 2: रात्रि-क्रम में पाँचवाँ ग्रह। प्रचलित सारणियों में रात्रि-क्रम शुभ ⟶ अमृत ⟶ चर ⟶ रोग ⟶ काल ⟶ लाभ ⟶ उद्वेग रूप में पाया जाता है। इसमें हर अगला खंड चाल्डियन क्रम में पाँचवें ग्रह का है, और रात्रि का आरंभ दिवा-स्वामी से पाँचवें ग्रह से होता है। इस संरचना के कारण रात्रि-खंडों में दिवा-क्रम की पुनरावृत्ति नहीं होती और दिन-रात दोनों में संतुलन बना रहता है।

अवलोकन 3: संतुलन-सिद्धांत। सात वारों के दिवा-खंडों ($7 \times 8 = 56$) की गणना करने पर:

- शुभ-वर्ग (अमृत, शुभ, लाभ): रविवार 3, सोमवार 4, मंगलवार 3, बुधवार 4, गुरुवार 4, शुक्रवार 3, शनिवार 3 = **कुल 24**
- अशुभ-वर्ग (उद्वेग, रोग, काल): रविवार 4, सोमवार 3, मंगलवार 4, बुधवार 3, गुरुवार 3, शुक्रवार 3, शनिवार 4 = **कुल 24**
- चर: रविवार 1, सोमवार 1, मंगलवार 1, बुधवार 1, गुरुवार 1, शुक्रवार 2, शनिवार 1 = **कुल 8**

रात्रि-खंडों में भी शुभ-वर्ग की कुल संख्या 24 आती है (रविवार 4, सोमवार 3, मंगलवार 3, बुधवार 3, गुरुवार 4, शुक्रवार 3, शनिवार 4)।

यथार्थ-प्रकटन: पूरे सप्ताह में शुभ और अशुभ खंडों की संख्या बराबर है। किसी वार को "सदा शुभ" या "सदा अशुभ" कहना चौघड़िया-संरचना से सिद्ध नहीं होता। वार-स्वामी के प्रकार की पुनरावृत्ति (पहला और आठवाँ खंड) के कारण मात्र एक खंड का अंतर आता है। सोमवार, बुधवार और गुरुवार के दिवा-कालों में चार शुभ-वर्ग खंड मिलते हैं, जबकि अन्य दिनों में तीन। यह अंतर संख्यात्मक रूप से छोटा है और किसी गहन कारण-सिद्धांत का प्रमाण नहीं देता।

अवलोकन 4: घड़ी-समय का टकराव। एक उदाहरण लें। विषुव के निकट सूर्योदय 6:00 बजे मानें और प्रत्येक खंड 90 मिनट का। रविवार को "शुभ" चौघड़िया लगभग 13:30–15:00 बजे पड़ता है। इसी अवधि को कालजैविकी में दोपहर-पश्चात की उनींदी अवधि कहा जाता है, जहाँ सतर्कता में गिरावट और उनींदापन-जनित दुर्घटनाओं का एक द्वितीयक शिखर देखा गया है [35, 36]। अतः पारंपरिक रूप से "शुभ" कहा जाने वाला खंड शारीरिक दृष्टि से यात्रा के लिए सर्वश्रेष्ठ नहीं भी हो सकता है। यह दोनों प्रणालियों के भिन्न तर्क का संकेतक है और आगे की समीक्षा में इसी बिंदु को आधार बनाया गया है।

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

6. संबंधित शोध की समीक्षा: परिणाम और तुलनात्मक विश्लेषण

यह खंड चौघड़िया के दावों को परखने के लिए प्रासंगिक छह साक्ष्य-क्षेत्रों का सर्वेक्षण करता है।

6.1 कालजैविकी: दिन का समय और मानव-प्रदर्शन

हैलबर्ग ने कालजैविकी (Chronobiology) को जैविक लयों के विज्ञान के रूप में व्यवस्थित किया और दैनिक लयों की सार्वभौमिकता प्रतिपादित की [27]। चाइज़्लर और सहयोगियों ने मनुष्य की आंतरिक जैविक घड़ी का औसत आवर्तकाल लगभग 24.18 घंटे मापा और दर्शाया कि यह लय अत्यंत स्थिर और सटीक होती है [28]। रोएनेनबर्ग और सहयोगियों ने बड़ी जनसंख्या में मनुष्यों के "क्रोनोटाइप" (प्रातःजीवी बनाम रात्रिजीवी प्रवृत्ति) की विविधता का अध्ययन किया और बताया कि समय-निर्धारण में व्यक्ति-व्यक्ति का अंतर बड़ा है और आयु के साथ बदलता भी है [29]।

डाइक और वॉन शांत्स ने नींद, जागरण और प्रदर्शन को नियंत्रित करने वाली दोलकों की "सिम्फनी" का विवरण दिया, जिसमें होमियोस्टैटिक नींद-दबाव और सर्कैडियन घड़ी दोनों भूमिका निभाते हैं [30]। श्मिट और सहयोगियों ने मानव संज्ञान के विभिन्न पक्षों में दैनिक उतार-चढ़ाव की समीक्षा की [31]। ब्लैटर और काजोशेन ने संज्ञानात्मक प्रदर्शन की सर्कैडियन लयों के अध्ययन की पद्धतिगत सीमाओं पर चर्चा की और निष्कर्ष दिया कि अलग-अलग कार्यों की लयें अलग होती हैं [32]। मे और हैशर ने दर्शाया कि जब कार्य का समय व्यक्ति के अपने क्रोनोटाइप के अनुकूल होता है, तब निरोधात्मक नियंत्रण जैसे संज्ञानात्मक कार्य बेहतर होते हैं। इसे "तालमेल-प्रभाव" (synchrony effect) कहा गया [33]। राइट, हल और चाइज़्लर ने सतर्कता और प्रदर्शन को शरीर के तापमान की लय से जोड़ा [34]। मॉन्क ने दोपहर-पश्चात प्रदर्शन-गिरावट (post-lunch dip) की प्रकृति पर समीक्षा की और बताया कि यह गिरावट भोजन से स्वतंत्र रूप से भी घटित होती है [35]।

तुलनात्मक निष्कर्ष: कालजैविकी के साक्ष्य बताते हैं कि "समय मायने रखता है", परंतु यह प्रभाव (i) जैविक लय से तय होता है, (ii) व्यक्ति-विशिष्ट क्रोनोटाइप से बदलता है, और (iii) कार्य के प्रकार पर निर्भर करता है। यह संरचना चौघड़िया से भिन्न है। चौघड़िया सभी व्यक्तियों के लिए एक-सा, वार-ग्रह-आधारित और कार्य-स्वतंत्र वर्गीकरण देती है, जबकि कालजैविकी वैयक्तिक और कार्य-विशिष्ट अनुकूलन पर बल देती है।

6.2 यात्रा-सुरक्षा: थकान, उनींदापन और समय

हॉर्न और रेनर ने ब्रिटेन में नींद-संबंधित वाहन-दुर्घटनाओं के अध्ययन में पाया कि प्रमुख मार्गों की दुर्घटनाओं का लगभग 16 प्रतिशत उनींदेपन से जुड़ा था। इनके शिखर देर रात से तड़के (लगभग 2 से 6 बजे) और दोपहर-पश्चात (लगभग 2 से 4 बजे) के समय में पाए गए [36]। पैक और सहयोगियों ने उत्तरी कैरोलिना के आँकड़ों में, चालक के सो जाने से जुड़ी दुर्घटनाओं की विशेषताओं का विश्लेषण किया और पाया कि ये प्रायः अकेले चालक, उच्च-गति वाली सड़कों और रात्रि/प्रातःकाल की अवधि में अधिक होती हैं [37]। डिंजेस ने उनींदापन और दुर्घटनाओं के संबंध का अवलोकन प्रस्तुत किया [38]। डॉसन और रीड ने दर्शाया कि लगभग 17–19 घंटे जागे रहने के बाद प्रदर्शन-बाधा रक्त में 0.05 प्रतिशत एल्कोहल की सांद्रता के बराबर हो सकती है [39]। फॉल्कार्ड और टकर ने पाली-कार्य (shift work) में दुर्घटना-जोखिम का विश्लेषण किया और बताया कि जोखिम प्रातःकालीन पाली की तुलना में दोपहर की पाली में लगभग 18 प्रतिशत और रात्रि-पाली में लगभग 30 प्रतिशत अधिक रहा [40]।

तुलनात्मक निष्कर्ष: यात्रा-जोखिम के सबसे सुदृढ़ भविष्यवक्ता नींद की कमी, जागरण की अवधि, रात्रि-तड़के की अवधि और दोपहर की उनींदी अवधि हैं। ये सभी घड़ी-समय और व्यक्ति की शारीरिक स्थिति पर निर्भर हैं, वार या ग्रह पर नहीं। अतः यात्रा-सुरक्षा की दृष्टि से "शुभ चौघड़िया में निकलने" का प्रभाव तभी हो सकता है जब वह अप्रत्यक्ष रूप से यात्री को बेहतर तैयारी, विश्राम और मानसिक स्थिरता की ओर प्रेरित करे।

6.3 वित्तीय बाज़ार: दिन, मौसम और चंद्र-कैलेंडर प्रभाव

व्यावसायिक निर्णयों के संदर्भ में "कैलेंडर विसंगतियों" का अध्ययन उपयोगी तुलनात्मक आँकड़े देता है। क्रॉस ने अमेरिकी शेयर बाज़ार में शुक्रवार और सोमवार के मूल्य-व्यवहार में अंतर दर्ज किया [41]। फ्रेंच ने 1953 से 1977 की अवधि के आँकड़ों पर सोमवार के औसत रिटर्न के नकारात्मक होने की "सप्ताहांत-प्रभाव" परिघटना का विश्लेषण किया [42]। कैमस्ट्रा, क्रेमर और लेवी ने डेलाइट सेविंग टाइम के परिवर्तन-सप्ताहांतों के बाद, यानी नींद में बाधा के बाद, सोमवार के रिटर्न में सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

गिरावट देखी और इसे निवेशक-मनोदशा से जोड़ा [43]। हिर्शलाइफर और शुमवे ने 26 देशों के आँकड़ों में धूप के मौसम और शेयर-रिटर्न के बीच सकारात्मक संबंध पाया [44]।

चंद्र-चक्र से जुड़े आर्थिक अध्ययन विशेष रूप से रोचक हैं, क्योंकि उनमें एक खगोलीय चक्र को सीधे बाज़ार-व्यवहार से जोड़ा गया है। डिचेव और जेन्स ने अनेक देशों के सूचकांकों में अमावस्या के आसपास के पंद्रह दिनों के रिटर्न को पूर्णिमा के आसपास की तुलना में लगभग दुगुना पाया [45]। युआन, झेंग और झू ने 48 देशों के आँकड़ों में अमावस्या और पूर्णिमा की अवधियों के बीच औसत वार्षिकीकृत रिटर्न का 3 से 5 प्रतिशत का अंतर रिपोर्ट किया और इसे निवेशक-मनोदशा के माध्यम से समझाया [46]।

तुलनात्मक निष्कर्ष: बाज़ार-साहित्य से दो बातें निकलती हैं। पहली, मानव-निर्णय पर कैलेंडर और खगोलीय चक्रों के कुछ सांख्यिकीय प्रभाव दर्ज हुए हैं, पर उनकी व्याख्या प्रायः मनोदशा और नींद के मार्ग से की गई है, न कि ग्रहों के "स्वभाव" से। दूसरी, ऐसे प्रभावों की स्थिरता, आकार और लगातार बने रहने पर विवाद है, और किसी भी अध्ययन ने चौघड़िया के सात नामों में से किसी को परखा नहीं है। इसका अर्थ यह नहीं कि चौघड़िया गलत सिद्ध हो चुकी है। इसका अर्थ यह है कि इसे अभी तक प्रत्यक्ष रूप से परखा ही नहीं गया।

6.4 चंद्र-जैविकी: प्रभाव, संदेह और नए साक्ष्य

चौघड़िया में अमृत का स्वामी चंद्र है। इसलिए चंद्र-प्रभाव पर शोध प्रासंगिक है। रोटन और केली ने "पूर्णिमा और पागलपन" पर 37 अध्ययनों का मेटा-विश्लेषण किया और चंद्र-कला तथा मानवीय व्यवहार (उन्माद, अपराध, दुर्घटना आदि) के बीच विश्वसनीय संबंध के प्रमाण नहीं पाए [47]। फॉस्टर और रोएनेनबर्ग ने मानव के दैनिक, वार्षिक और चंद्र-चक्र से संबद्ध प्रतिक्रियाओं की व्यापक समीक्षा दी और बताया कि चंद्र-प्रभाव के कुछ संकेत मिलते हैं, पर कई दावे अपुष्ट हैं [48]।

काजोशेन और सहयोगियों ने बाद में प्रयोगशाला में नियंत्रित परिस्थितियों में नींद का अध्ययन किया। 33 स्वयंसेवकों में पूर्णिमा के आसपास गहरी नींद (डेल्टा-गतिविधि) में लगभग 30 प्रतिशत की कमी, नींद आने में लगभग 5 मिनट की देरी और कुल नींद में लगभग 20 मिनट की कमी पाई गई, साथ ही मेलाटोनिन स्तर भी कम पाया गया [49]। कैसिराघी और सहयोगियों ने अर्जेंटीना के तोबा/कोम समुदायों (बिजली की भिन्न उपलब्धता वाले) और अमेरिकी विद्यार्थियों में पाया कि पूर्णिमा से कुछ दिन पहले लोग देर से सोते और कम सोते हैं [50]।

तुलनात्मक निष्कर्ष: पुराने मेटा-विश्लेषण [47] और नए नींद-अध्ययन [49, 50] के निष्कर्ष एक-दूसरे का खंडन नहीं करते। अलग-अलग परिणाम-चरों (व्यवहारगत घटनाएँ बनाम नींद का सूक्ष्म मापन) पर अलग संकेत मिलते हैं। यह चौघड़िया के संदर्भ में एक महत्वपूर्ण पाठ देता है कि खगोलीय चक्र का मानवीय जैविकी पर कुछ प्रभाव संभव है, परंतु उसे सिद्ध करने के लिए सटीक परिणाम-चर और नियंत्रित अभिकल्प चाहिए। "अमृत" जैसा वर्ग-नाम स्वतः ऐसा प्रमाण नहीं बन सकता।

6.5 ज्योतिष के परीक्षण-आधारित मूल्यांकन

चौघड़िया ज्योतिष-परंपरा की शाखा है, इसलिए ज्योतिष के परीक्षणों की समीक्षा आवश्यक है। कार्लसन ने *Nature* में प्रकाशित द्वि-अंध (double-blind) परीक्षण में ज्योतिषियों से जन्म-कुंडलियों के आधार पर व्यक्तित्व-प्रोफ़ाइल का मिलान कराया और पाया कि परिणाम संयोग के स्तर से बेहतर नहीं थे [51]। डीन और केली ने ज्योतिष और चेतना/पारा-मनोविज्ञान के संबंध की व्यापक समीक्षा की और कुल मिलाकर ज्योतिषीय दावों के समर्थन में सुसंगत प्रमाण न मिलने की बात कही, यद्यपि कुछ शोध-प्रश्न खुले छोड़े [52]। केली ने आधुनिक ज्योतिष की समालोचना में पाया कि प्रकाशित परीक्षणों का बड़ा भाग ज्योतिषीय दावों की पुष्टि नहीं करता [53]। थागार्ड ने ज्योतिष के "छद्म-विज्ञान" होने का दार्शनिक तर्क प्रस्तुत किया, जिसका आधार यह है कि इसकी सैद्धांतिक व्याख्याएँ कई शताब्दियों में बिना प्रगति के रहीं और विफलताओं को स्वीकार करने की प्रवृत्ति कम रही [54]। भारतीय संदर्भ में नंदा ने विज्ञान, परंपरा और राष्ट्रवादी विमर्श के बीच के तनावों का विश्लेषण किया, जो ज्योतिष-विषयक सार्वजनिक बहसों को समझने में उपयोगी पृष्ठभूमि देता है [55]।

तुलनात्मक निष्कर्ष: ये अध्ययन व्यक्तित्व और जीवन-घटनाओं की जन्मकुंडली-आधारित भविष्यवाणी पर केंद्रित हैं। चौघड़िया एक भिन्न प्रश्न है, क्योंकि यह जन्म-आधारित नहीं बल्कि क्षण-आधारित मुहूर्त-निर्णय है। फिर भी, इन परीक्षणों की प्रमुख शिक्षा लागू होती है कि जब तक दावे का परिणाम स्पष्ट रूप से परिभाषित और पूर्वानुमान-योग्य न हो, उसकी वैधता का मूल्यांकन संभव

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

नहीं। चौघड़िया के संदर्भ में "सफलता" या "अशुभ परिणाम" की कोई परिचालनात्मक परिभाषा परंपरा में उपलब्ध नहीं है, जो इसे अपरीक्षित बनाती है।

6.6 व्यवहार-मनोविज्ञान: अनुष्ठान, अंधविश्वास और नियंत्रण की भावना

स्किनर ने कबूतरों में अनियमित अंतराल पर भोजन देने से "अंधविश्वास" जैसे व्यवहार उत्पन्न होते दर्शाए, जो संयोगवश घटनाओं को कारण मान लेने की प्रवृत्ति का सरल प्रतिरूप है [56]। लैंगर ने "नियंत्रण के भ्रम" की अवधारणा दी, जिसमें लोग संयोग-आधारित स्थितियों में भी तब अधिक नियंत्रण का अनुभव करते हैं जब उसमें कौशल-जैसी विशेषताएँ दिखती हैं [57]। डामिश, स्टोबेरॉक और मुस्वीलर ने प्रयोगों में दिखाया कि "भाग्यशाली" माने जाने वाली वस्तु के साथ गोल्फ़-पटिंग में प्रतिभागियों का प्रदर्शन अधिक रहा (लगभग 6.4 बनाम 4.75 सफल पट, दस में से), जिसके पीछे आत्म-प्रभावकारिता बढ़ने का तंत्र बताया गया [58]। काह्नमैन और टवर्स्की के प्रॉस्पेक्ट सिद्धांत ने दर्शाया कि जोखिम में निर्णय लेते समय हानि का भय लाभ की संभावना से अधिक प्रबल होता है [59]। मलिनोव्स्की ने अनिश्चित और जोखिम-पूर्ण कार्यों (जैसे खुले समुद्र में मछली-पकड़ना) में अनुष्ठान और जादू-प्रथाओं के अधिक प्रचलन का निरीक्षण किया, जबकि सुरक्षित (लैगून) मछली-पकड़ने में ये कम थे [60]।

तुलनात्मक निष्कर्ष: यह साहित्य चौघड़िया की उपयोगिता का सबसे प्रबल संभावित तंत्र प्रस्तुत करता है। चौघड़िया यात्री या व्यवसायी को अनिश्चित स्थिति में एक नियम-आधारित निर्णय-विधि देती है, जो चिंता घटाती है, नियंत्रण की भावना बढ़ाती है और निर्णय की "विलंबता" घटाती है। यात्रा या व्यवसाय आरंभ करने से पहले अनुष्ठानिक विराम के रूप में यह व्यक्ति को वाहन की जाँच, सामान की तैयारी या दस्तावेज़ के पुनरावलोकन का समय भी दे सकती है। यह प्रभाव ग्रहों की भौतिक शक्ति से नहीं, बल्कि विश्वास, अनुष्ठान और निर्णय-तैयारी के मनोविज्ञान से आता है, और इसकी वैज्ञानिक व्याख्या संभव है। वही शोध यह भी चेताता है कि यह मनोवैज्ञानिक लाभ अंधविश्वास के जोखिमों के साथ आता है, जैसे आवश्यक यात्रा में अनावश्यक विलंब या जोखिम-भरे कार्य को "शुभ समय" के आश्वासन पर कर बैठना।

तालिका 2: संबंधित शोध का तुलनात्मक सार

साक्ष्य-क्षेत्र	प्रतिनिधि अध्ययन	अभिकल्प	प्रमुख परिणाम	चौघड़िया से संबंध
कालजैविकी	[28, 29, 33]	प्रयोगशाला एवं जनसंख्या सर्वेक्षण	आंतरिक घड़ी ≈ 24.18 घंटे; क्रोनोटाइप-भेद; समय-क्रोनोटाइप तालमेल से बेहतर प्रदर्शन	समय-प्रभाव वास्तविक, पर व्यक्ति-विशिष्ट और वार-ग्रह से स्वतंत्र
दोपहर-पश्चात गिरावट	[34, 35]	शारीरिक-व्यवहारगत माप	सतर्कता तापमान-लय से जुड़ी; दोपहर-गिरावट भोजन-स्वतंत्र	कुछ "शुभ" खंड उनींदी अवधि से मेल खा सकते हैं
यात्रा-सुरक्षा	[36, 37, 39, 40]	दुर्घटना-आँकड़े; प्रदर्शन-अध्ययन	≈16% वाहन-दुर्घटनाएँ उनींदेपन-संबंधित (ब्रिटेन); तड़के और दोपहर के शिखर; पाली-कार्य में 18–30% अधिक जोखिम	जोखिम घड़ी-समय और थकान से तय, वार-ग्रह से नहीं
वित्तीय बाज़ार	[41–44]	समय-श्रृंखला आँकड़े	सोमवार का नकारात्मक प्रभाव; DST-नींद प्रभाव; धूप-रिटर्न संबंध	कैलेंडर-प्रभाव मनोदशा/नींद से व्याख्यायित
चंद्र-चक्र (आर्थिक)	[45, 46]	बहु-देश सूचकांक	अमावस्या-आसपास अधिक रिटर्न (3–5% वार्षिकीकृत अंतर)	चंद्र-कला का आर्थिक संकेत, पर कारण विवादित
चंद्र-जैविकी	[47, 49, 50]	मेटा-विश्लेषण; नींद-प्रयोग	व्यवहारगत प्रभाव अपुष्ट; नींद-प्रभाव सूक्ष्म पर दर्ज	"अमृत/चंद्र" संकल्पना का आंशिक जैविक संकेत

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

ज्योतिष-परीक्षण	[51–54]	द्वि-अंध परीक्षण; समीक्षाएँ	परिणाम प्रायः संयोग-स्तर के	जन्म-कुंडली-आधारित; क्षण-आधारित मुहूर्त का प्रत्यक्ष परीक्षण नहीं
अनुष्ठान-मनोविज्ञान	[56–58, 60]	प्रयोग; नृवैज्ञानिक अवलोकन	आत्म-प्रभावकारिता और नियंत्रण-भावना में वृद्धि	चौघड़िया की संभावित वास्तविक उपयोगिता का तंत्र

स्रोत: लेखकीय संकलन; क्रमांक संदर्भ-सूची के अनुसार।

7. बहुआयामी विश्लेषण: विभिन्न दृष्टिकोण

7.1 शास्त्रीय/दार्शनिक दृष्टिकोण

परंपरा स्वयं "काल" को अंधे नियतिवाद की तरह नहीं देखती। गीता में कर्म के पाँच कारण गिनाए गए हैं:

"अधिष्ठानं तथा कर्ता करणं च पृथग्विधम्।
विविधाश्च पृथक्चेष्टा दैवं चैवात्र पञ्चमम्॥" (गीता 18.14) [2]

भावार्थ: अधिष्ठान (आधार), कर्ता, विविध साधन, अनेक प्रकार की चेष्टाएँ और पाँचवाँ "दैव"। इस दृष्टि से दैव या काल-अनुकूलता कर्म के पाँच कारणों में एक है, एकमात्र कारण नहीं। इसी ग्रंथ में निष्काम कर्म का सूत्र है: *"कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन"* (गीता 2.47) [2], जो कर्म की प्रधानता और परिणाम के प्रति अनासक्ति सिखाता है।

महाभारत में काल की अपरिहार्यता का स्वर मिलता है:

"कालः पचति भूतानि कालः संहरते प्रजाः।
कालः सुप्तेषु जागर्ति कालो हि दुरतिक्रमः॥" (महाभारत, आदिपर्व) [61]

भावार्थ: काल प्राणियों को पकाता है, काल प्रजा का संहार करता है, सोए हुओं में भी काल जागता है, और काल का अतिक्रमण दुष्कर है।

इसके साथ व्यावहारिक नीति-ग्रंथ पुरुषार्थ की प्रधानता भी स्थापित करते हैं:

"उद्यमेन हि सिध्यन्ति कार्याणि न मनोरथैः।
न हि सुप्तस्य सिंहस्य प्रविशन्ति मुखे मृगाः॥" (हितोपदेश, मित्रलाभ) [62]

भावार्थ: कार्य उद्यम से सिद्ध होते हैं, मनोरथों से नहीं। सोए हुए सिंह के मुख में हिरण स्वयं प्रवेश नहीं करते।

विश्लेषण: इन उद्धरणों से परंपरा की आंतरिक संतुलित दृष्टि स्पष्ट होती है। काल का सम्मान और उद्यम की प्रधानता दोनों साथ चलते हैं। इसलिए चौघड़िया को "शुभ समय की प्रतीक्षा में निष्क्रियता" की अनुमति के रूप में पढ़ना शास्त्रीय दृष्टि से भी एकांगी होगा। आवश्यक यात्रा को केवल "काल" चौघड़िया के कारण स्थगित करना, या चिकित्सा-आपात में "रोग" चौघड़िया देखकर उपचार टालना, उपरोक्त शास्त्रीय संतुलन के विपरीत है।

7.2 वैज्ञानिक दृष्टिकोण

वैज्ञानिक दृष्टि से तीन प्रश्न हैं: क्या कोई कारण-तंत्र प्रस्तावित है, क्या दावा परीक्षण-योग्य है, और क्या परीक्षण हुआ है। चौघड़िया के संदर्भ में ग्रह-नामित खंडों का कोई भौतिक या जैविक कारण-तंत्र प्रस्तावित नहीं है। दावे को परीक्षण-योग्य बनाने की संभावना है, परंतु वह अभी हुआ नहीं है। इसलिए वर्तमान स्थिति "अप्रमाणित" की है, "प्रमाणित रूप से असत्य" की नहीं। यह भेद वैज्ञानिक ईमानदारी का अंग है। कालजैविकी [27–35] के साक्ष्य और ज्योतिष-परीक्षण [51–54] दोनों को साथ रखें तो निष्कर्ष यह निकलता है कि मानव-क्रियाशीलता में समय का प्रभाव वास्तविक है, परंतु उसकी व्याख्या जैविक लय से होती है, ग्रह-वर्गों से नहीं।

7.3 व्यावहारिक/जोखिम-प्रबंधन दृष्टिकोण

यात्रा-जोखिम के सुदृढ़ निर्धारक नींद, थकान और समय की जैविक अवस्था हैं [36–40]। व्यावहारिक रूप से इसका अर्थ है कि चालक का विश्राम, वाहन की स्थिति और मार्ग-नियोजन कहीं अधिक महत्वपूर्ण कारक हैं। व्यवसाय में बाज़ार-विसंगतियों का आकार और स्थिरता सीमित और विवादित है [41–46], इसलिए वित्तीय जोखिम-प्रबंधन के मानक सिद्धांतों (विविधीकरण, अनुबंध-जाँच, नकदी-प्रवाह) को मुहूर्त से प्रतिस्थापित नहीं किया जा सकता।

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

7.4 समाजशास्त्रीय-सांस्कृतिक दृष्टिकोण

संस्कार, भाषा और संस्कृति के समाजशास्त्रीय अध्ययन इस बात पर बल देते हैं कि लोक-प्रथाएँ सामाजिक पहचान, निरंतरता और सामूहिक अर्थ-निर्माण में योगदान देती हैं [5–7]। इस दृष्टि से चौघड़िया का महत्व इस बात में भी है कि वह समाज को एक साझा समय-भाषा देती है, जैसे "अभी लाभ चल रहा है, थोड़ी देर रुक जाएँ"। यह साझा भाषा पारिवारिक समन्वय, व्यापारिक अनुष्ठान और समुदाय-बोध को मज़बूत करती है। मलिनोव्स्की का अनिश्चितता और अनुष्ठान का संबंध [60] इसी समाजशास्त्रीय व्याख्या को समर्थन देता है। परंतु समाजशास्त्रीय उपयोगिता और वैज्ञानिक वैधता दो भिन्न प्रश्न हैं, और इन्हें एक-दूसरे का पर्याय नहीं बनाया जाना चाहिए।

7.5 नैतिक दृष्टिकोण

सामाजिक विज्ञान-शोध की नैतिकता का तकाज़ा है कि विश्वास-परंपराओं का सम्मान हो और साथ ही निष्कर्षों में अतिशयोक्ति न हो [13]। नैतिक संकट वहाँ उत्पन्न होता है जहाँ चौघड़िया को "निश्चित सफलता की गारंटी" के रूप में बेचा जाए, चाहे वह ऐप, परामर्शदाता या विज्ञापन के माध्यम से हो। उपभोक्ता को निर्णय की सीमाओं की जानकारी देना ज्ञान-नैतिकता का अंग है।

7.6 अंतर-सांस्कृतिक तुलना

मुहूर्त जैसी समय-चयन प्रथाएँ केवल भारत तक सीमित नहीं हैं। पिंग्री का “From Astral Omens to Astrology” संग्रह दर्शाता है कि ग्रह-आधारित समय-निर्णय बेबीलोन से यूनान और भारत तक फैली एक लंबी परंपरा रही है [23]। यह इतिहास चौघड़िया को वैश्विक "समय-चयन संस्कृति" का भारतीय संस्करण बनाता है। चौघड़िया की विशिष्टता उसके सरल, तालिका-आधारित और दैनिक उपयोग-योग्य रूप में है, जिसे गणना की जटिलता के बिना सामान्य जन अपना सकता है।

8. यथार्थ-प्रकटन (Analytical Reality Exposing): मुख्य निष्कर्ष-सूत्र

उपरोक्त विश्लेषण से निम्नलिखित सात निष्कर्ष-सूत्र निकलते हैं:

- **संरचनात्मक यथार्थ:** चौघड़िया-चक्र गणितीय रूप से सुसंगत है। दिवा-क्रम चाल्डियन/होरा-क्रम का अनुसरण करता है [23, 24], और रात्रि-क्रम पाँचवें ग्रह के नियम पर चलता है।
- **संतुलन-यथार्थ:** सप्ताह-भर में शुभ और अशुभ खंडों की संख्या बराबर (24-24) है। किसी वार को स्थायी रूप से शुभ बताना इस संरचना से समर्थित नहीं है।
- **मात्रक-यथार्थ:** "चार घड़ी" वास्तव में स्थिर 96 मिनट नहीं है। खंड की वास्तविक अवधि अक्षांश और ऋतु के अनुसार लगभग 77–105 मिनट के बीच बदलती है।
- **स्रोत-यथार्थ:** प्रमुख शास्त्रीय संहिता-ग्रंथों [15, 26] में होरा और लग्न-आधारित मुहूर्त का स्पष्ट आधार मिलता है। सात नामों वाले चौघड़िया का स्पष्ट श्लोक-प्रमाण इस पत्र की सीमित पड़ताल में नहीं मिला। पांडुलिपि-स्तर की पड़ताल आगे आवश्यक है।
- **साक्ष्य-यथार्थ:** यात्रा-सुरक्षा के सुदृढ़ साक्ष्य घड़ी-समय और थकान से जुड़े हैं [36–40]। चौघड़िया के ग्रह-नामित वर्गों का दुर्घटना-दर या व्यावसायिक सफलता से प्रत्यक्ष संबंध किसी अध्ययन ने नहीं परखा।
- **टकराव-यथार्थ:** कुछ "शुभ" खंड दोपहर-पश्चात की उनींदी अवधि [35, 36] से मेल खा सकते हैं, इसलिए केवल चौघड़िया पर निर्भर रहना सुरक्षा के लिए पर्याप्त नहीं है।
- **मनोवैज्ञानिक यथार्थ:** अनुष्ठान और नियंत्रण-भावना का साहित्य [56–58, 60] बताता है कि चौघड़िया की उपयोगिता का सबसे संभावित वास्तविक तंत्र मानसिक और व्यवहारगत है, और यह वैज्ञानिक रूप से व्याख्येय है।

8.1 प्रस्तावित परीक्षण-योग्य परिकल्पना और अध्ययन-अभिकल्प

H0: चौघड़िया के शुभ-वर्ग (अमृत, शुभ, लाभ) और अशुभ-वर्ग (उद्वेग, रोग, काल) में यात्रा-आरंभ करने वालों के प्रतिकूल-घटना दर में कोई अंतर नहीं है, जब घड़ी-समय, थकान और मार्ग-परिस्थिति का नियंत्रण कर लिया जाए।

H1: दोनों वर्गों के बीच प्रतिकूल-घटना दर में सांख्यिकीय अंतर है।

अभिकल्प-सुझाव: (क) पूर्व-पंजीकृत भावी अवलोकनात्मक अध्ययन, जिसमें यात्रा-आरंभ का समय, चौघड़िया-वर्ग, चालक की नींद-स्थिति और मार्ग-श्रेणी दर्ज हो। (ख) परिणाम-चर पहले से परिभाषित हों, जैसे निकट-दुर्घटना, यात्रा-विलंब या वाहन-खराबी।

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

(ग) बहु-चर रिग्रेशन से घड़ी-समय और थकान का नियंत्रण। (घ) व्यावसायिक अध्ययन में मुहूर्त-क्षण पर आरंभ हुए बनाम अन्य क्षण में आरंभ हुए उपक्रमों के 12-माह के परिणामों की तुलना।

नमूना-आकार (लेखकीय गणना): यदि आधार-घटना-दर 5% हो और अंतर को 4% पर देखना हो (दो-अनुपात परीक्षण, $\alpha = 0.05$, शक्ति = 80%), तो प्रति समूह लगभग 6,700 यात्राओं का नमूना आवश्यक होगा। यह दर्शाता है कि सार्थक परीक्षण के लिए बड़े, सुव्यवस्थित डेटा की आवश्यकता है।

9. यात्रा एवं व्यवसाय हेतु साक्ष्य-सम्मत व्यावहारिक अनुशंसाएँ

9.1 यात्रा के लिए

- **पहली प्राथमिकता थकान-प्रबंधन:** लंबी यात्रा से पहले पर्याप्त नींद लें। रात के तड़के (लगभग 2–6 बजे) और दोपहर-पश्चात (लगभग 2–4 बजे) की अवधि में अकेले लंबी ड्राइविंग से बचें [36–39]।
- **चौघड़िया का सहायक उपयोग:** यदि यात्री को चौघड़िया में विश्वास है, तो अमृत, शुभ, लाभ या चर में प्रस्थान उसकी मानसिक तैयारी में सहायक हो सकता है [57, 58]। साथ ही प्रस्थान के लिए सबसे अच्छा समय वह है जब वह पूर्ण विश्रांत हो।
- **आवश्यकता सर्वोपरि:** चिकित्सा-आपात या अपरिहार्य यात्रा में "काल/रोग/उद्वेग" के कारण विलंब न करें। गीता का "कर्म की प्रधानता" सूत्र [2] और हितोपदेश का उद्यम-सूत्र [62] इसी का समर्थन करते हैं।
- **टकराव की जाँच:** यदि चुना हुआ "शुभ" खंड दोपहर-पश्चात की उनींदी अवधि में पड़ता है, तो हर 2 घंटे में विश्राम का नियम जोड़ें।
- **सड़क-सुरक्षा के मूल उपाय:** गति-नियंत्रण, सीट-बेल्ट/हेलमेट, मार्ग-नियोजन जैसे साक्ष्य-सिद्ध उपाय [8–10] किसी भी मुहूर्त-निर्णय से ऊपर रहने चाहिए।

9.2 व्यवसाय के लिए

- **जोखिम-प्रबंधन पहले:** अनुबंध-जाँच, वित्तीय योजना और विविधीकरण को मुहूर्त से प्रतिस्थापित न करें [41–46, 59]।
- **मुहूर्त का सामाजिक कार्य:** खाता-आरंभ, दुकान-उद्घाटन और नए उपक्रम के शुभारंभ जैसे अवसर पर सामूहिक अनुष्ठान टीम और ग्राहकों के बीच विश्वास और पहचान बनाते हैं [5–7, 60]। इसे सांस्कृतिक-मनोवैज्ञानिक पूँजी के रूप में सम्मान दें।
- **दोहरे चयन-मानदंड:** कार्य के लिए पहले व्यावहारिक रूप से सर्वोत्तम तिथि चुनें (बैंक-समय, कर्मचारी-उपलब्धता, बाज़ार की स्थिति), फिर उसी दिन के भीतर "लाभ/अमृत/शुभ" खंड चुनें। इस प्रकार दोनों तर्कों का समन्वय होता है।
- **पारदर्शिता:** ग्राहक-सेवा, परामर्श या ऐप-डिज़ाइन में चौघड़िया को "संभावना-सूचक परंपरा" के रूप में प्रस्तुत करें, "निश्चित परिणाम" के रूप में नहीं [13]।

10. अध्ययन की सीमाएँ

- **समीक्षा का स्वरूप:** यह पत्र PRISMA-ScR-निर्देशित संरचित वर्णनात्मक समीक्षा है, किसी बहु-डेटाबेस व्यवस्थित खोज पर आधारित पूर्ण व्यवस्थित समीक्षा नहीं। विषय का कोई प्रत्यक्ष अनुभवजन्य साहित्य न होने के कारण यही अभिकल्प चुना गया। भविष्य में डेटाबेस-आधारित खोज के साथ पूर्ण PRISMA-प्रवाह-आरेख जोड़ा जा सकता है।
- **शास्त्रीय स्रोतों की पड़ताल:** चौघड़िया का श्लोक-प्रमाण न मिलने का निष्कर्ष सीमित स्रोतों पर टिका है। पांडुलिपि-स्तर और क्षेत्रीय पंचांग-परंपराओं का अध्ययन इसे बदल भी सकता है।
- **सामान्यीकरण:** यात्रा-सुरक्षा के आँकड़े मुख्यतः अन्य देशों (ब्रिटेन, अमेरिका) के हैं। भारतीय परिस्थितियों में समय-वितरण भिन्न हो सकता है, यद्यपि कालजैविकी के सिद्धांत सार्वभौमिक हैं।
- **गणनाएँ:** खंड-अवधि और संतुलन-गणनाएँ लेखकीय हैं और प्रचलित सारणियों पर आधारित हैं। क्षेत्रीय पंचांगों में नियम-भेद संभव है।
- **प्रकाशन-पूर्वाग्रह:** बाज़ार और ज्योतिष-परीक्षण साहित्य में प्रकाशन-पूर्वाग्रह की संभावना रहती है, जिसे इस पत्र में पूर्णतः नियंत्रित नहीं किया जा सका।

SHODH PRAKASHAN
An International Open Access, Peer Reviewed, Refereed Journal
ISSN : 2583-9861
Vol. 3, Issue 1, July 2025
Available Online : http://shodhprakashan.in/

11. निष्कर्ष

चौघड़िया चक्र भारतीय कालगणना की ग्रह-क्रमिक परंपरा का एक सरल, सुलभ और सांस्कृतिक रूप से जीवंत रूप है। इसकी संरचना गणितीय रूप से सुगठित है, दिवा-क्रम होरा-परंपरा की चाल्डियन व्यवस्था से मेल खाता है, और सप्ताह-भर में शुभ-अशुभ खंडों का संतुलित वितरण दिखता है। साथ ही इसके "चार घड़ी" नाम और स्थिर घड़ी-समय की धारणा में यथार्थ से दूरी है।

समीक्षित साक्ष्य बताते हैं कि समय का मानव-निर्णय और सुरक्षा पर वास्तविक प्रभाव है। परंतु यह प्रभाव जैविक लय, थकान और क्रोनोटाइप से निर्धारित होता है [27–40], और चौघड़िया के ग्रह-नामित वर्गों का प्रत्यक्ष अनुभवजन्य परीक्षण अब तक उपलब्ध नहीं है। ज्योतिष-परीक्षणों के परिणाम संयोग-स्तर के रहे हैं [51–54], जबकि अनुष्ठान और नियंत्रण-भावना का मनोविज्ञान चौघड़िया की संभावित वास्तविक उपयोगिता का एक वैज्ञानिक रूप से व्याख्येय तंत्र बताता है [56–58, 60]। समाजशास्त्रीय दृष्टि से यह प्रथा सांस्कृतिक निरंतरता और सामूहिक अर्थ-निर्माण का साधन है [5–7]।

अतः यात्रा और व्यवसाय में सर्वोत्तम समय-चयन का साक्ष्य-सम्मत सूत्र यह है: **पहले जैविक और व्यावहारिक आवश्यकताओं के आधार पर समय चुनें, फिर, यदि विश्वास हो, तो चौघड़िया को सांस्कृतिक-मनोवैज्ञानिक सहायक के रूप में जोड़ें।** परंपरा के प्रति सम्मान और विज्ञान के प्रति ईमानदारी साथ चल सकते हैं, और गीता का "दैव एक कारण है, एकमात्र नहीं" वाला स्वर इस संतुलन का शास्त्रीय आधार देता है [2]। भविष्य के शोध को पूर्व-पंजीकृत, बड़े नमूने वाले भावी अध्ययनों के माध्यम से इस परिकल्पना का वास्तविक परीक्षण करना चाहिए।

संदर्भ-सूची

1. Kuppanna Sastry TS. Vedanga Jyotisha of Lagadha. New Delhi: Indian National Science Academy; 1985.
2. Radhakrishnan S. The Bhagavadgita. London: George Allen & Unwin; 1948.
3. Kane PV. History of Dharmaśāstra. Vol. 5, Part 1. Poona: Bhandarkar Oriental Research Institute; 1958.
4. Pingree D. Jyotiḥśāstra: astral and mathematical literature. Wiesbaden: Otto Harrassowitz; 1981.
5. Ahluwalia PS. संस्कार और संस्कृति: समाजशास्त्र के परिप्रेक्ष्य में अध्ययन. शब्दसागर. 2023:17-25.
6. Ahluwalia PS. भाषा, संस्कार और संस्कृति का समाजशास्त्रीय विश्लेषण. शब्दसागर. 2023:35-41.
7. Ahluwalia PS. भाषा और संस्कृति के विकास में संस्कारों का महत्व: एक समाजशास्त्रीय अध्ययन. शब्दसागर. 2024:1-8.
8. Ministry of Road Transport and Highways. Road accidents in India 2022. New Delhi: Government of India; 2023.
9. Gururaj G. Road traffic deaths, injuries and disabilities in India: current scenario. Natl Med J India. 2008;21(1):14-20.
10. Mohan D, Tsimhoni O, Sivak M, Flannagan MJ. Road safety in India: challenges and opportunities. Ann Arbor: University of Michigan Transportation Research Institute; 2009. Report No.: UMTRI-2009-1.
11. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ. 2021;372:n71.
12. Tricco AC, Lillie E, Zarin W, O'Brien KK, Colquhoun H, Levac D, et al. PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): checklist and explanation. Ann Intern Med. 2018;169(7):467-73.
13. Ahluwalia PS. Ethical issues in social science research. Shodh Patra: Int J Multidiscip Stud. 2024:1-8.
14. Ahluwalia PS. Plagiarism: detection techniques and tools. Siddhanta's Int J Adv Res Arts Humanit. 2024:1-11.
15. Bhat MR, translator. Varāhamihira's Bṛhat Saṃhitā. Delhi: Motilal Banarsidass; 1981.

16. Burgess E. Translation of the Sûrya-Siddhânta, a text-book of Hindu astronomy. J Am Orient Soc. 1860;6:141-498.
17. Sewell R, Dikshit SB. The Indian calendar. London: Swan Sonnenschein; 1896.
18. Chatterjee SK. Indian calendric system. New Delhi: Publications Division, Ministry of Information and Broadcasting; 1998.
19. Rao SB. Indian astronomy: an introduction. Hyderabad: Universities Press; 2000.
20. Subbarayappa BV, Sarma KV, editors. Indian astronomy: a source-book. Bombay: Nehru Centre; 1985.
21. Meeus J. Astronomical algorithms. Richmond (VA): Willmann-Bell; 1991.
22. Zerubavel E. The seven day circle: the history and meaning of the week. New York: Free Press; 1985.
23. Pingree D. From astral omens to astrology: from Babylon to Bīkāner. Rome: Istituto Italiano per l'Africa e l'Oriente; 1997.
24. Pingree D. The Yavanajātaka of Sphujidhvaja. Cambridge (MA): Harvard University Press; 1978.
25. Yano M. Calendar, astrology and astronomy. In: Flood G, editor. The Blackwell companion to Hinduism. Oxford: Blackwell; 2003. p. 376-92.
26. Santhanam R, translator. Brihat Parasara Hora Sastra. New Delhi: Ranjan Publications; 1984.
27. Halberg F. Chronobiology. Annu Rev Physiol. 1969;31:675-725.
28. Czeisler CA, Duffy JF, Shanahan TL, Brown EN, Mitchell JF, Rimmer DW, et al. Stability, precision, and near-24-hour period of the human circadian pacemaker. Science. 1999;284(5423):2177-81.
29. Roenneberg T, Wirz-Justice A, Merrow M. Life between clocks: daily temporal patterns of human chronotypes. J Biol Rhythms. 2003;18(1):80-90.
30. Dijk DJ, von Schantz M. Timing and consolidation of human sleep, wakefulness, and performance by a symphony of oscillators. J Biol Rhythms. 2005;20(4):279-90.
31. Schmidt C, Collette F, Cajochen C, Peigneux P. A time to think: circadian rhythms in human cognition. Cogn Neuropsychol. 2007;24(7):755-89.
32. Blatter K, Cajochen C. Circadian rhythms in cognitive performance: methodological constraints, protocols, theoretical underpinnings. Physiol Behav. 2007;90(2-3):196-208.
33. May CP, Hasher L. Synchrony effects in inhibitory control over thought and action. J Exp Psychol Hum Percept Perform. 1998;24(2):363-79.
34. Wright KP Jr, Hull JT, Czeisler CA. Relationship between alertness, performance, and body temperature in humans. Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol. 2002;283(6):R1370-7.
35. Monk TH. The post-lunch dip in performance. Clin Sports Med. 2005;24(2):e15-23.
36. Horne JA, Reyner LA. Sleep related vehicle accidents. BMJ. 1995;310(6979):565-7.
37. Pack AI, Pack AM, Rodgman E, Cucchiara A, Dinges DF, Schwab CW. Characteristics of crashes attributed to the driver having fallen asleep. Accid Anal Prev. 1995;27(6):769-75.
38. Dinges DF. An overview of sleepiness and accidents. J Sleep Res. 1995;4(S2):4-14.
39. Dawson D, Reid K. Fatigue, alcohol and performance impairment. Nature. 1997;388(6639):235.
40. Folkard S, Tucker P. Shift work, safety and productivity. Occup Med (Lond). 2003;53(2):95-101.
41. Cross F. The behavior of stock prices on Fridays and Mondays. Financ Anal J. 1973;29(6):67-9.
42. French KR. Stock returns and the weekend effect. J Financ Econ. 1980;8(1):55-69.
43. Kamstra MJ, Kramer LA, Levi MD. Losing sleep at the market: the daylight saving anomaly. Am Econ Rev. 2000;90(4):1005-11.

44. Hirshleifer D, Shumway T. Good day sunshine: stock returns and the weather. J Finance. 2003;58(3):1009-32.
45. Dichev ID, Janes TD. Lunar cycle effects in stock returns. J Priv Equity. 2003;6(4):8-29.
46. Yuan K, Zheng L, Zhu Q. Are investors moonstruck? Lunar phases and stock returns. J Empir Finance. 2006;13(1):1-23.
47. Rotton J, Kelly IW. Much ado about the full moon: a meta-analysis of lunar-lunacy research. Psychol Bull. 1985;97(2):286-306.
48. Foster RG, Roenneberg T. Human responses to the geophysical daily, annual and lunar cycles. Curr Biol. 2008;18(17):R784-94.
49. Cajochen C, Altanay-Ekici S, Münch M, Frey S, Knoblauch V, Wirz-Justice A. Evidence that the lunar cycle influences human sleep. Curr Biol. 2013;23(15):1485-8.
50. Casiraghi L, Spiousas I, Dunster GP, McGlothlin K, Fernandez-Duque E, Valeggia C, et al. Moonstruck sleep: synchronization of human sleep with the moon cycle under field conditions. Sci Adv. 2021;7(5):eabe0465.
51. Carlson S. A double-blind test of astrology. Nature. 1985;318(6045):419-25.
52. Dean G, Kelly IW. Is astrology relevant to consciousness and psi? J Conscious Stud. 2003;10(6-7):175-98.
53. Kelly IW. Modern astrology: a critique. Psychol Rep. 1997;81(2):731-8.
54. Thagard PR. Why astrology is a pseudoscience. PSA Proc Bienn Meet Philos Sci Assoc. 1978;1978(1):223-34.
55. Nanda M. Prophets facing backward: postmodern critiques of science and Hindu nationalism in India. New Brunswick (NJ): Rutgers University Press; 2003.
56. Skinner BF. “Superstition” in the pigeon. J Exp Psychol. 1948;38(2):168-72.
57. Langer EJ. The illusion of control. J Pers Soc Psychol. 1975;32(2):311-28.
58. Damisch L, Stoberock B, Mussweiler T. Keep your fingers crossed! How superstition improves performance. Psychol Sci. 2010;21(7):1014-20.
59. Kahneman D, Tversky A. Prospect theory: an analysis of decision under risk. Econometrica. 1979;47(2):263-91.
60. Malinowski B. Magic, science and religion and other essays. Boston: Beacon Press; 1948.
61. Sukthankar VS, editor. The Mahābhārata (critical edition). Poona: Bhandarkar Oriental Research Institute; 1933-1966.
62. Peterson P, editor. The Hitopadeśa of Nārāyaṇa. Bombay: Government Central Book Depot; 1887.