



# जानिए कब है आषाढ़ गुप्त नवरात्रि? कितने दिन हैं ये गुप्त नवरात्रि? क्या करने से होगी माता प्रसन्न, होगी सुख, शांति, समृद्धि

## Gupt Navratri 2024

गुप्त नवरात्रि का महत्व हिंदू धर्म में अत्यधिक है। यह नवरात्रि तंत्र-मंत्र और साधना का विशेष समय होता है और इसे गुप्त रूप से मनाया जाता है। गुप्त नवरात्रि में देवी दुर्गा के नौ रूपों की पूजा की जाती है, लेकिन मुख्य रूप से तंत्र साधनाओं और गुप्त अनुष्ठानों का पालन किया जाता है।

### गुप्त नवरात्रि के महत्व :

1. तांत्रिक साधना: गुप्त नवरात्रि तांत्रिक साधनाओं के लिए विशेष महत्व रखती है। इस समय किए गए तंत्र मंत्र और अनुष्ठान बहुत प्रभावी होते हैं और साधक को विशेष सिद्धियां प्राप्त होती हैं।
2. आध्यात्मिक उन्नति: गुप्त नवरात्रि के दौरान साधक आत्मिक शुद्धि और आध्यात्मिक उन्नति के लिए तप और साधना करते हैं। यह समय आत्मिक शक्ति को बढ़ाने और आंतरिक शांति प्राप्त करने का होता है।
3. नकारात्मक ऊर्जा से मुक्ति: गुप्त नवरात्रि में किए गए अनुष्ठानों से नकारात्मक ऊर्जा और बाधाओं का नाश होता है। यह समय विशेष रूप से नकारात्मक शक्तियों को दूर करने और सकारात्मक ऊर्जा को आकर्षित करने के लिए उपयुक्त होता है।
4. देवी कृपा: इस नवरात्रि में देवी दुर्गा की कृपा प्राप्त करने के लिए विशेष अनुष्ठान किए जाते हैं। देवी की कृपा से साधक को शक्ति, समृद्धि और सुरक्षा की प्राप्ति होती है।
5. व्यक्तिगत विकास: गुप्त नवरात्रि के दौरान साधक अपनी आंतरिक शक्तियों को पहचानते हैं और उनका विकास करते हैं। यह समय आत्मनिरीक्षण और आत्मविश्लेषण के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण होता है।

### गुप्त नवरात्रि के दिन क्या करें:

गुप्त नवरात्रि के दौरान देवी दुर्गा की विशेष पूजा-अर्चना और साधना की जाती है। इस पावन अवसर पर कुछ विशेष उपाय और अनुष्ठान करना शुभ होता है। यहाँ कुछ महत्वपूर्ण कार्य दिए गए हैं जो इस दिन किए जा सकते हैं:

1.

- मां दुर्गा की पूजा:** सुबह-सुबह स्नान करके स्वच्छ वस्त्र पहनें और मां दुर्गा की पूजा के लिए पूजा स्थल को सजाएं। देवी दुर्गा के नौ रूपों की आराधना करें और उन्हें फूल, अक्षत, कुमकुम, फल और मिठाई अर्पित करें।
- तंत्र साधना:** गुप्त नवरात्रि का विशेष महत्व तंत्र साधना में है। इस दिन तंत्र मंत्र का जाप और विशेष तंत्र अनुष्ठान करना शुभ होता है। इसके लिए योग्य गुरु के मार्गदर्शन में तंत्र साधना करें।
- नवरात्रि व्रत:** गुप्त नवरात्रि के दौरान व्रत रखना भी बहुत महत्वपूर्ण है। व्रत रखने से शरीर और मन की शुद्धि होती है और साधना में अधिक शक्ति मिलती है। फलाहार या निराहार व्रत रखें और दिनभर ध्यान एवं साधना में समय व्यतीत करें।
- हवन और अनुष्ठान:** गुप्त नवरात्रि के पहले दिन हवन और विशेष अनुष्ठान करना अत्यंत फलदायी होता है। हवन के लिए गाय के घी, काले तिल, जौ और अन्य हवन सामग्री का उपयोग करें और दुर्गा सप्तशती या अन्य देवी मंत्रों का उच्चारण करें।
- दान-पुण्य:** इस दिन दान करना बहुत शुभ माना जाता है। गरीबों और जरूरतमंदों को अन्न, वस्त्र, धन और अन्य आवश्यक वस्तुएं दान करें। इससे देवी की कृपा प्राप्त होती है और जीवन में समृद्धि आती है।

**आज के दिन भूल से भी ना करे ये काम:**

**1. स्वच्छता बनाए रखें:** गुप्त नवरात्रि के दौरान अपने आसपास की जगह को साफ रखना बहुत जरूरी है। माना जाता है कि गंदगी आपके जीवन में दरिद्रता ला सकती है। यह सुनिश्चित करें कि आपका घर और पूजा का क्षेत्र पूरी तरह से साफ हों।

**2. सात्विक पूजा करें:** आम लोगों के लिए गुप्त नवरात्रि सरल हवन (यज्ञ) और सात्विक पूजा (शुद्ध और सात्विक चीजों से पूजा) करने का समय है। जटिल अनुष्ठानों से बचें और सच्ची श्रद्धा के साथ पूजा करें।

**3. तामसिक भोजन से परहेज करें:** गुप्त नवरात्रि के दौरान तामसिक (अशुद्ध) भोजन न करें। इसमें मांस, शराब, लहसुन और प्याज शामिल हैं। फलों, सब्जियों और दालों जैसे सात्विक भोजन का सेवन करें।

**अतिरिक्त सुझाव:**

- यदि संभव हो तो उपवास करें।
- नियमित रूप से मंत्रों का जाप करें और ध्यान करें।
- दान करें या जरूरतमंदों की मदद करें।
- क्षमा का अभ्यास करें और नकारात्मक विचारों को त्यागें।
- आध्यात्मिक चिंतन और आत्मनिरीक्षण में समय व्यतीत करें।

इन दिशा-निर्देशों का पालन करके, आप गुप्त नवरात्रि के आध्यात्मिक लाभों को बढ़ा सकते हैं और अपने जीवन में सकारात्मक बदलाव ला सकते हैं।

## गुप्त नवरात्रि की पूजा करने से होगा लाभ:

गुप्त नवरात्रि को मनाने से हमें मां दुर्गा की कृपा प्राप्त होती है और हमारे जीवन में अनेक शुभ फल प्राप्त होते हैं। इस अवसर पर भक्ति और आध्यात्मिकता की ऊंचाई तक पहुंचने का मौका मिलता है। गुप्त नवरात्रि के दौरान नियमित ध्यान, पूजा और साधना करने से मन और शरीर की शुद्धि होती है और हमारी आत्मा में शांति आती है।

मां दुर्गा की पूजा-अर्चना करने से हमें उनकी कृपा प्राप्त होती है और हमारे जीवन में सुख-समृद्धि आती है। इस उपासना के द्वारा हम अपने मन को नियंत्रित करने की क्षमता प्राप्त करते हैं और अपने जीवन को संतुलित बनाने का सामर्थ्य प्राप्त करते हैं।

गुप्त नवरात्रि के दौरान व्रत रखने से हम अपनी इंद्रियों को नियंत्रित करते हैं और अपने आत्मानुष्ठान में प्रगट होते हैं। व्रत रखने से हमारा शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य बना रहता है और हमें अध्यात्मिक उन्नति की दिशा में आगे बढ़ने में सहायक होता है।

गुप्त नवरात्रि के पावन पर्व को मनाने से हम अपने घर-परिवार में शांति और समृद्धि का वातावरण बनाते हैं। इस उपासना से हमारी आत्मा में ऊर्जा का संचार होता है और हम जीवन में सकारात्मक बदलाव लाते हैं।

इसलिए, गुप्त नवरात्रि 2024 को ध्यान, पूजा और साधना करके यह सुनिश्चित किया जा सकता है कि हमें मां दुर्गा की आशीर्वाद मिलता है और हमारे जीवन में सुख, समृद्धि और शांति का आगमन होता है।

**Read More religious content on**

**[vedicprayers.com](http://vedicprayers.com)**