



# Ancient Vedic Mantras and Rituals





## Paush Purnima: महत्व, व्रत विधि, पूजा नियम और धार्मिक लाभ |PDF

### पौष पूर्णिमा का धार्मिक महत्व

हिंदू धर्म में पौष पूर्णिमा का विशेष स्थान है। यह तिथि पौष मास की पूर्णिमा को आती है और इसे अत्यंत पवित्र माना जाता है। पौष पूर्णिमा के दिन से ही माघ स्नान का आरंभ होता है, इसलिए इस तिथि का धार्मिक महत्व और भी बढ़ जाता है। शास्त्रों के अनुसार इस दिन पवित्र नदियों में स्नान, दान और जप करने से व्यक्ति के पाप नष्ट होते हैं और पुण्य की प्राप्ति होती है।

पौष पूर्णिमा को भगवान विष्णु और सूर्य देव की पूजा विशेष रूप से फलदायी मानी जाती है। इस दिन किया गया धर्मकर्म आने वाले पूरे माघ मास के पुण्य का आधार बनता है।

### पौष पूर्णिमा 2026 की तिथि और समय

वर्ष 2026 में पावन पर्व पौष पूर्णिमा शनिवार, 3 जनवरी 2026 को मनाया जाएगा। पूर्णिमा तिथि प्रारंभ: 2 जनवरी 2026, शाम 6:53 बजे पूर्णिमा तिथि समाप्त: 3 जनवरी 2026, दोपहर 3:32 बजे



## पौष पूर्णिमा का व्रत और महत्व

पौष पूर्णिमा का व्रत श्रद्धा और नियमपूर्वक किया जाता है। इस व्रत को करने से मनुष्य को मानसिक शांति, रोगों से मुक्ति और सौभाग्य की प्राप्ति होती है। मान्यता है कि पौष पूर्णिमा का व्रत करने से जीवन में आने वाली बाधाएँ दूर होती हैं और भगवान विष्णु की विशेष कृपा प्राप्त होती है। ग्रंथों में उल्लेख है कि पौष पूर्णिमा के दिन किया गया दान और स्नान कई यज्ञों के समान फल प्रदान करता है।

## पौष पूर्णिमा की पूजा विधि

पौष पूर्णिमा के दिन प्रातः ब्रह्म मुहूर्त में उठकर स्नान करना चाहिए। यदि संभव हो तो गंगा, यमुना या किसी अन्य पवित्र नदी में स्नान करें। स्नान के बाद स्वच्छ वस्त्र धारण कर पूजा स्थल को शुद्ध करें। भगवान विष्णु की मूर्ति या चित्र के समक्ष दीप प्रज्वलित करें और पुष्प, तुलसी दल, अक्षत तथा नैवेद्य अर्पित करें। इसके बाद विष्णु सहस्रनाम, श्रीहरि स्तोत्र या सूर्य मंत्रों का जप करना अत्यंत शुभ माना जाता है।

## पौष पूर्णिमा पर स्नान और दान का महत्व

पौष पूर्णिमा के दिन स्नान और दान का विशेष महत्व है। इस दिन किया गया दान अक्षय फल प्रदान करता है। अन्न, वस्त्र, तिल, गुड़, घी, कंबल और गर्म वस्तुओं का दान विशेष रूप से पुण्यदायी माना गया है। गरीबों, ब्राह्मणों और जरूरतमंद लोगों को दान देने से जीवन में सुख, समृद्धि और सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है।



## पौष पूर्णिमा का पौराणिक महत्व

पुराणों में पौष पूर्णिमा की महिमा का विस्तृत वर्णन मिलता है। मान्यता है कि इस दिन देवता पृथ्वी पर आकर पवित्र नदियों में स्नान करते हैं। इसी कारण पौष पूर्णिमा पर किया गया स्नान और पूजा अत्यंत फलदायी मानी जाती है। पौष पूर्णिमा से माघ मास की आध्यात्मिक साधना का आरंभ होता है, जिसे आत्मशुद्धि और मोक्ष प्राप्ति का श्रेष्ठ अवसर माना गया है।

## पौष पूर्णिमा के धार्मिक लाभ

पौष पूर्णिमा के दिन धार्मिक कार्य करने से अनेक लाभ प्राप्त होते हैं। यह दिन पापों के नाश और पुण्य संचय का श्रेष्ठ अवसर माना गया है। इस तिथि पर स्नान, व्रत और दान करने से मनुष्य के जीवन में सुख, शांति और संतुलन बना रहता है।

पौष पूर्णिमा आत्मिक उन्नति और ईश्वर भक्ति को प्रबल करने वाली तिथि है।

पौष पूर्णिमा केवल एक तिथि नहीं, बल्कि धार्मिक आस्था, पुण्य और आध्यात्मिक उन्नति का महत्वपूर्ण पर्व है। इस दिन स्नान, व्रत, पूजा और दान करने से व्यक्ति के जीवन में सकारात्मक परिवर्तन आते हैं और आने वाले माघ मास की साधना सफल होती है।



## Related Article



स्नान-दान की पूर्णिमा



शरद पूर्णिमा



# THANKS FOR READING



READ MORE RELIGIOUS  
CONTENT ON



[vedicprayers.com](https://vedicprayers.com)

