श्री गुरुचरणकमलेभ्यो नमः

श्री निखिल विज्ञान धाम

शारदीय नवरात्रि दुर्गा पूजन एवं साधना विधि

२६-०९-२०२२ – ०४-१०-२०२२

नवरात्रि पर्व साधकों के लिए केवल देवी की कृपा प्राप्ति हेतु ही नहीं, अपितु देवी की शक्ति भी प्राप्त कर सकते हैं। साधना द्वारा साधक या शिष्य अपने आध्यात्मिक और भौतिक जीवन को सुस्वरूप देकर संपन्न बना सकते हैं। और यह तभी संभव है जब साधक या शिष्यों पर उनके गुरु की संपूर्ण कृपा हो। क्योंकि किसी भी साधना में पूर्णता केवल गुरु ही दे सकते हैं। इसलिए आवश्यक है की साधक या साधिकाएं दीक्षा संपन्न हो और अपने गुरु के प्रति पूर्ण समर्पित हो ॥

दर्गा पूजन (नित्य विधान):

सामग्री: दुर्गा यंत्र, मूंगा माला / सफेद हकिक माला
समयः दिन / रात

पवित्रीकरण:

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोऽपि वा।
यः स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥
इस मंत्र को पढ़ कर अपने ऊपर तथा पूजन सामग्री पर भी जल छिड़क कर पवित्र कर लें।
अपनी दाहिनी ओर धूप और दीप जला लें। दीपक की कुंकुम और अक्षत से पूजन करें।

संकल्प

दाहिने हाथ में जल लेकर उसमें कुंकुम, अक्षत एवं पुष्प मिला कर निम्न मंत्र बोलें –
ॐ विष्णु र्विष्णु र्विष्णुः श्रीमद् भगवतो महापुरुषस्य ब्रह्मणोऽह्नि द्वितीये परार्द्धे श्वेतवाराह कल्पे जम्बूद्वीपे भारत खण्डे, अमुक तिथौ, अमुक वासरे, अमुक गोत्रोत्पन्नःसकल सिध्दि प्राप्ति निमितं, सुख, सौभाग्य, धन, धान्य प्राप्तये, गणपति पूजनं, दुर्गा पूजनं च अहं करिष्ये। जल भूमि में छोड़ दें।

गणपति पूजन

दोनों हाथ जोड़ कर गणपति का स्मरण करें –
ॐ खर्वं स्थूलतनुं गजेन्द्रवदनं लम्बोदरं सुन्दरं।
प्रस्यन्दन्मद गन्धलुब्ध मधुप व्यालोल गण्डस्थलम्।
दन्ताघात विदारितारिरुधिरैः सिन्दूर शोभाकरं।
वन्दे शैलसुतं गणपतिं सिद्धिप्रदं कामदम्॥
भो गणपते इह आगच्छ इह तिष्ठ स्थिरो भव।
गणपति के लिए एक पुष्प आसन दें।
गं गणपतये नमः स्नानं समर्पयामि, वस्त्रं समर्पयामि नमः।
तिलकं, अक्षतान्, पूष्पाणि समर्पयामि नमः॥ नैवेद्यं निवेदयामि नमः॥
दोनों हाथ जोड़ कर प्रार्थना करें -
ॐ गजाननं भूत गणाधिसेवितं, कपित्थ जम्बू फल चारु भक्षणम्।
उमासुतं शोक विनाशकारकं, नमामि विघ्नेश्वर पाद पंकजम्॥

गुरु पूजन -

गुरु ध्यान करें |
गुरु ब्रह्मा गुरु विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः ।
गुरुः साक्षात् पर ब्रह्म तस्मै श्री गुरवे नमः ।।
गुरु का पंचोपचार से श्रद्धा पूर्वक पूजन सम्पन्न करें ।

कलश स्थापन

इसके बाद एक बाजोट पर दुर्गा चित्र स्थापित कर सामने कुंकुम से रंगे हुए चावलों पर'स्वस्तिक' बना कर, उसके ऊपर एक कलश में जल भर कर स्थापित करें । कलश के चारों ओर तिलक लगाये । ऊपर नारियल रख दें। अक्षत तथा पुष्प कलश के ऊपर चढ़ा दें । फिर दोनों हाथ जोड़ कर वरुण देवता का आवाहन करें-
वरुणः पाशभूत् सौम्यः प्रतीच्यां मकराश्रयः ।
पाशहस्तात्मको देवो जलराश्याधिको महान् ।।
दुर्गा चित्र के सामने दुर्गा यंत्र' को स्थापित करें। यंत्र का कुंकुम, अक्षत तथा पुष्प से पूजन करें ।

फिर भगवती का षोडशोपचार से पूजन करें

ध्यान

दुर्गे स्मृता हरसि भीतिमशेष जन्तोः।
स्वस्थैः स्मृता मति मतीव शुभां ददासि ।।
दारिद्रय दुःख भयहारिणी का त्वदन्या ।
सर्वोपकारकरणाय सदार्द्रचित्ता ।।

प्रथमं शैलपुत्री च द्वितीयं ब्रह्मचारिणी ।
तृतीयं चन्द्रघण्टेति कूष्माण्डेति चतुर्थकम् ।।

पञ्चमं स्कन्दमातेति षष्ठं कात्यायनीति च ।
सप्तमं कालरात्रीति महागौरीति चाष्टमम् ।।
नवमं सिद्धिदात्री च नवदुर्गाः प्रकीर्तिताः ।
उक्तान्येतानि नामानि ब्रह्मणैव महात्मना ।।

आवाहन

एक पुष्प रखें और निम्न सन्दर्भ का उच्चारण करें-
ॐ आगच्छेह महादेवि ! सर्वसम्पत्प्रदायिनि !
यावद्व्रतं समाप्येत तावत्त्वं सन्निधौ भव ।।

आसन

पुष्प का आसन दे कर निम्न मंत्र बोलें –
अनेक रत्न संयुक्तं नानामणिगणान्वितम् ।
कार्तस्वरमयं दिव्यं आसनं प्रतिगृह्यताम् ।।

पाद्य

चरण धोने के लिए दो आचमनी जल चढ़ायें और निम्न मंत्र का उच्चारण करें –
गंगादि सर्व तीर्थेभ्यो मया प्रार्थनयाहृतम् ।
तोयमेतत्सुखस्पर्शं पाद्यार्थं प्रतिगृह्यताम् ।।

अर्घ्य

आचमनी में जल लेकर उसमें अक्षत और पुष्प मिला लें और भगवती को चढ़ाए –
निधीनां सर्व रत्नानां त्वमनर्घ्यगुणान्विता ।
सिंहोपरिस्थिते देवि ! गृहाणार्घ्यं नमोऽस्तुते ।।

आचमन

तीन बार आचमनी से जल चढ़ावें –
कर्पूरेण सुगंधेन सुरभि स्वादु शीतलम् ।
तो यमाचमनीयार्थं देवि ! त्वं प्रतिगृह्यताम् ॥

स्नानं

आचमनी से भगवती पर चल चढ़ावें –
मन्दाकिन्याः समानीतै र्हमां भो रुहवासितैः ।
स्नानं करूष्व देवेशि ! सलिलैश्च सुगन्धिमिः ॥

पञ्चामृत स्नान

दूध, दही, घी, शहद और चीनी मिलाकर स्नान करावें –
पयो दधि घृतं चैव मधु च शर्करान्वितम् ।
पंचामृतं मयानीतं स्नानार्थ प्रतिगृह्यताम् ॥
इसके बाद शुद्ध जल से स्नान कराके वस्त्र से पोंछ दें ।

वस्त्र

दो वस्त्र भगवती पर चढ़ावें –
पट्टकूलयुगं देवि ! कंचुकेन समन्वितम् ।
परिधेहि कृपां कृत्वा दुर्गे ! दुर्गतिनाशिनि ॥

चन्दन

कुंकुम, चन्दन या केशर का तिलक करें-
श्रीखण्डचन्दनंदिव्यं गन्धाढयं सुमनोहरम् ।
विलेपनं च देवेशि ! चन्दनं प्रतिगृह्यताम् ।।

अक्षत

भगवती पर चावल चढ़ावें –
अक्षतान्निर्मलान् शुद्धान् मुक्तामणिसमन्वितान् ।
गृहाणे मान्महादेवि ! देहि मे निर्मलां धियम् ।।

माला

इसके बाद सुन्दर फूलों से बनी हुई माला अर्पित करें –
मंदारपारिजातादि पाटली केतकानि च ।
जाती चंपक पुष्पाणि गृहाणेमानि शोभने ।।

अंग पूजा

प्रत्येक अंग के लिए फूल अर्पित करते हुए पूजन करें –

ॐ दुर्गायै नमः पादौ पूजयामि नमः ।

ॐ महाकाल्यै नमः गुल्फौ पूजयामि नमः।

ॐ मंगलायै नमः जानुद्वयं पूजयामि नमः ।

ॐ कात्यायन्यै नमः जंघे पूजयामि नमः ।

ॐ भद्रकाल्यै नमः कटिं पूजयामि नमः ।

ॐ कमलवासिन्यै नमः नाभिं पूजयामि नमः ।

ॐ शिवायै नमः उदरं पूजयामि नमः ।

ॐ क्षमायै नमः हृदयं पूजयामि नमः ।

ॐ कौमार्यै नमः स्तनौ पूजयामि नमः ।

ॐ उमायै नमः हस्तौ पूजयामि नमः ।

ॐ महागौर्यै नमः दक्षिणं बाहुं पूजयामि नमः ।

ॐ रमायै नमः स्कन्धो पूजयामि नमः ।

ॐ महिष-मर्दिन्यै नमः नेत्रे पूजयामि नमः ।

ॐ सिंह-वाहिन्यै नमः मुखं पूजयामि नमः ।

ॐ माहेश्वर्यै नमः शिरः पूजयामि नमः ।

ॐ कात्यायिन्यै नमः सर्वाङ्ग पूजयामि नमः ।

इत्यङ्ग पूजनम् ॥

धूप

धूप दिखा दें –

वनस्पतिरसोद्भूतो गन्धाढ्यो गन्धमुत्तमम् ।

आघ्रेण सर्वदेवानां धूपोऽयं प्रति गृह्यताम् ॥

दीप

दीप दिखा दें-

त्वं ज्योतिः सर्वदेवानां तेजसां तेज उत्तमम् ।

आत्मज्योतिः परंधाम दीपोयं प्रतिगृह्यताम् ।। दीपं समर्पयामि ।।

नैवेद्य

धूप और दीप दिखा करके नैवेद्य अर्पित करें –

अन्नं चतुर्विधं स्वादु रसैः षड्भिः समन्वितम् ।

नैवेद्यं गृह्यतां देवि ! भक्तिं मे ह्यचलां कुरु ।।

तीन आचमनी जल आचमन के लिए प्रदान करें तथा फल अर्पित करें |

पुनः मुख शुद्धि के लिए आचमन कराएं ।

ताम्बूलं

लौंग और इलायची से युक्त सुस्वाद पान अर्पित करें ।

दक्षिणा

पूजा की पूर्णता के लिए कुछ द्रव्य भगवती को अर्पित करें ।

पूजाफलसमृध्यर्थं तवाग्रे स्वर्णमीश्वरिः !

स्थापिता तेन मे प्रीता पूर्णान्कुरु मनोरथान् ।।

मंत्र

अब निम्न मंत्र का जप करें –

।। ऐं ह्रीं क्लीं चामुण्डायै विच्चै । (१माला)

।। ॐ ह्रीं दुं दुर्गायै नमः ।। (१ माला)

आरती

ॐ जय अम्बे गौरी, मैया जय श्यामा गौरी ।
मैया जय मंगलकरणी, मैया जय आनन्द करणी ॥
तुमको निशिदिन ध्यावत , हरि ब्रह्मा शिवरी ॥ ॐ जय अम्बेगौरी ...

मांग सिन्दूर विराजत , टीको मृगमद को । मैया टीको ०
उज्जवल से दोऊ नैना , चन्द्रवदन नीको॥ ॐ जय अम्बे...

कनक समान कलेवर, रक्ताम्बर राजै । मैया रक्ता ०
रक्त पुष्प गल माला , कण्ठन पर साजै ॥ ॐ जय अम्बे...

केहरि वाहन राजत , खड्ग खप्पर धारी । मैया खड्ग ०
सुर नर मुनि जन सेवत , तिनके दुःखहारी ॥ ॐ जय अम्बे...

कानन कुण्डल शोभित , नासाग्रे मोती । मैया नासा ०
कोटिक चन्द्र दिवाकर , सम राजत ज्योती॥ ॐ जय अम्बे ...

शुम्भ निशुम्भ विदारे , महिषासुर घाती । मैया महिषा ०
धूम्र विलोचन नैना निशिदिन मदमाती ॥ ॐ जय अम्बे ...

चण्ड मुण्ड संहारे, शोणितबीज हरे। मैया शोणित ०
मधु कैटभ दोऊ मारे , सुर भयहीन करे ॥ ॐ जय अम्बे...

ब्रह्माणी रुद्राणी , तुम कमला रानी । मैया तुम ०
आगम निगम बखानी , तुम शिव पटरानी ॥ ॐ जय अम्बे ...

चौसठ योगिनी गावत , नृत्य करत भैरव । मैया नृत्य ०
बाजत ताल मृदंगा , औ बाजत डमरू ॥ ॐ जय अम्बे ...

तुम ही जग की माता , तुम ही हो भरता । मैया तुम ०
भक्तन की दुःख हरता , सुख सम्पत्ति करता ॥ ॐ जय अम्बे...

भुजा चार अति शोभित , वर मुद्रा धारी । मैया वर ०
मनवांछित फल पावत ,सेवत नरनारी ॥ ॐ जय अम्बे...

कंचन थाल विराजत , अगर कपूर बाती । मैया अग ०
श्रीमालकेतु में राजत कोटिरतन ज्योती ॥ ॐ जय अम्बे ...

अम्बेजी की आरति , जो कोई नर गावै । मैया जो ०
कहत शिवानन्द स्वामी सुख सम्पति पावै। ॐ जय अम्बे गौरी ॥

१) <u>नव दुर्गा साधना विधान:</u>

नवरात्री के प्रत्येक दिवस के दुर्गा के विशेष स्वरूप के लिए मंत्र दीये गये हैं । यथाशक्ति या यथासंभव यह सारी साधनाए सम्पन्न करें । यथासंभव प्रति दिन, ऊपर दिये गये दुर्गा पूजन विधान सम्पन्न कर, नवदुर्गा स्वरूप मंत्र के २१ माला-मूंगा या सफ़ेद हकीक माला से जप करें ।

१. प्रथम दिवस

ध्यानः वन्दे वांछितलाभाय चन्द्रार्धकृतशेखराम् ।
वृषारूढां शूलधरां मातरं च यशस्विनीं ।।

मंत्र:।। ॐ शं शैलपुत्र्यै फट् ॥

वस्त्र: पीला वस्त्र

२. द्वितीय दिवस

ध्यान: दधाना करापद्माभ्यामक्षमालां कमण्डलुम् ।
देवी प्रसीदतु मयि ब्रहमचारिण्यनुत्तमा ॥

मंत्र:।। ॐ ब्रं ब्रह्मचारिण्यै नमः।

वस्त्र: हरा / सफ़ेद वस्त्र

३. तृतीय दिवस

ध्यानः अखण्डजप्रवरारूढ़ा चण्डकोपार्भटीयुता ।
प्रसादं तनुतां मह्यं चन्द्रघण्टेति विश्रुता ॥

मंत्र: ।। ॐ चं चं चं चन्द्रघण्टायै हुं ॥

वस्त्र: भूरा वस्त्र

४. चतुर्थ दिवस

ध्यानः सुरासम्पूर्णकलशं रूधिरप्लुतमेव च ।
दधाना हस्तपद्माभ्यां कूष्माण्डेति नमो नमः ॥

मंत्र: ॥ ॐ क्रीं कूष्माण्डायै क्रीं ॐ ॥

वस्त्र: नारंगी / लाल वस्त्र

५. पंचम दिवस

ध्यान: सिंहासनगता नित्यं वदनमाचितकरद्वया ।
शुभदास्तु सदा देवी स्कन्दमाता यशस्विनी ।|

मंत्र:॥ ॐ स्कन्दायै दैव्यै ॐ ॥

वस्त्र: सफ़ेद वस्त्र

६. षष्ठम दिवस

ध्यानः चंद्रहासोज्ज्वलकरा शार्दूलवरवाहना ।
कात्यायनी शुभं दद्यात् देवी दानवघातिनी ॥

मंत्र:॥ ॐ क्रौं क्रौं कात्यायन्यै क्रौं क्रौं फट् ॥

वस्त्र: लाल वस्त्र

७. सप्तम दिवस

ध्यान: करालरूपा कालाब्जा समानाकृतिविग्रहा ।
कालरात्रि शुभं दधाद् देवी चण्डाट्टहासिनी ॥

मंत्र:॥ ल्रीं क्रीं हुं ।

वस्त्र: नीला वस्त्र

८. अष्टम दिवस

ध्यान: श्वेतहस्तिसमारूढा श्वेताम्बरधरा शुचिः ।
महागौरी शुभं दद्यान्महादेव प्रमोददा ॥

मंत्र: ॥ ॐ श्रीं महागौर्यै ॐ ॥

वस्त्र: गुलाबी / हरा वस्त्र

९.नवम दिवस

ध्यानः सिध्द गंधर्व यक्षाद्यैः असुरैरमरैरपि ।

साध्यमाना सदाभूयात् सिद्धिद्वा सिद्धिदायिनी ।।

मंत्र:।। ॐ शं सिद्धिप्रदायै शं ॐ।।

वस्त्र: बैंगनी वस्त्र

२) **<u>शुलिनी दुर्गा साधना</u> :**(प्रत्यक्ष दर्शन हेतु) रात्री कालीन साधना : ९ दिन की साधना

मंत्र: || ॐ ऐं श्रीं क्लीं ह्रीं क्ष्मूं दुं दुर्गायै नमः||

विधान:- साधक या साधिकाये , लाल वस्त्र धारण कर पूर्व दिशा के ओर बैठे और सामने गुरु चित्र लगाकर ८ तेल के दीपक लगाए पंचोपचार का पूजन कर साधना आरंभ करे | साधना से पूर्व ४ माला गुरु मंत्र अवश्य करे | दीपक पर त्राटक करते हुआ करे | यथा संभव पद्मासन मे बैठे | बेसन के लड्डू का भोग या लाल फल का भोग लगाए |

सामग्री :- हकीक माला

जप संख्या: ५१ / दिन माला जप करे

****