



नौ दिन की साधना

शैलपुत्री

पर्वतराज हिमालय के घर पुत्री रूप में उत्पन्न होने के कारण इनका नाम शैलपुत्री पड़ा। नवरात्र पूजन में पहले दिन इन्हीं की पूजा और उपासना की जाती है। पहले दिन की उपासना में योगी अपने मन को मूलाधार चक्र में स्थित करते हैं। यहीं से उनकी योग साधना की शुरुआत होती है।

ब्रह्मचारिणी

दूसरे दिन मां ब्रह्मचारिणी की पूजा की जाती है। साधक इस दिन मन को मां के चरणों में लगाते हैं। ब्रह्म का अर्थ है तपस्या और चारिणी यानी आचरण करने वाली। इस प्रकार ब्रह्मचारिणी का अर्थ हुआ- तप का आचरण करने वाली। इस दिन साधक का मन सवाधिष्ठान चक्र में स्थित होता है। इस चक्र में अवस्थित मन वाला योगी कृपा और भक्ति प्राप्त करता है।

चंद्रघंटा

मां दुर्गा की तीसरी शक्ति का नाम चंद्रघंटा है। इस दिन इन्हीं के विग्रह का पूजन किया जाता है। साधक का मन मणिपुर चक्र में प्रविष्ट होता है। मां चंद्रघंटा की कृपा से उसे अलौकिक वस्तुओं के दर्शन होते हैं। दिव्य सुगंधियों का अनुभव होता है और विविध प्रकार की ध्वनियां सुनाई देती हैं। इनकी उपासना से साधक के समस्त पाप और बाधाएं नष्ट हो जाती हैं।

कूष्मांडा

चौथे दिन कूष्मांडा देवी की उपासना की जाती है। साधक का मन अदाहत चक्र में स्थित होता है। मां साधना में रत साधकों को तेज प्रदान करती है।

स्कंदमाता

नवरात्रि का पांचवां दिन स्कंदमाता की उपासना का दिन होता है। मोक्ष के द्वार खोलने वाली माता परम सुखदायी हैं। मां अपने भक्तों की समस्त इच्छाओं को पूर्ति करती हैं और साधक के हृदय को परम शांति प्रदान करती हैं।

कात्यायनी

मां दुर्गा के छठे स्वरूप का नाम कात्यायनी है। उस दिन साधक का मन आज्ञा चक्र में स्थित होता है। योग साधना में इस आज्ञा चक्र का अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान है। मां कात्यायनी साधक को दैवीय शक्तियों से पूर्ण करती हैं।

कालरात्रि

मां दुर्गा की सातवीं शक्ति कालरात्रि हैं। दुर्गा पूजा के सातवें दिन मां कालरात्रि की उपासना का विधान है। इस दिन साधक का मन सहसार चक्र में स्थित रहता है और उसके लिए ब्रह्मांड की समस्त सिद्धियों का द्वार खुलने लगता है।

महागौरी

मां दुर्गा की आठवीं शक्ति का नाम महागौरी है। आठवें दिन महागौरी की उपासना का विधान है। इनकी शक्ति अमोघ और पुण्य फलदायिनी है। इनकी उपासना से भक्तों के सभी पाप धुल जाते हैं और पूर्वसंचित पाप भी नष्ट हो जाते हैं।

सिद्धिदात्री

मां दुर्गा की नौवीं शक्ति का नाम सिद्धिदात्री है। मां सिद्धिदात्री सभी प्रकार की सिद्धियों को देने वाली हैं। नवरात्र पूजन के नौवें दिन इनकी उपासना की जाती है। इस दिन शास्त्रीय विधि-विधान और पूर्ण निष्ठा के साथ साधना करने वाले साधक को सभी सिद्धियों की प्राप्ति होती है।

मां दुर्गा के पहले स्वरूप का नाम शैलपुत्री है। दूसरे दिन ब्रह्मचारिणी, तीसरे दिन मां चंद्रघंटा, चौथे दिन मां कूष्मांडा, पांचवें दिन स्कंदमाता, छठे दिन मां कात्यायनी, सातवें दिन कालरात्रि, आठवें दिन महागौरी और नवें दिन सिद्धिदात्री देवी की उपासना की जाती है।

उपासना रोग, शोक और महामारीरूपी दानव का अंत करने में सक्षम है। इस नवरात्रि भक्तिपूर्वक पूजा-पाठ, उपासना, हवन-अनुष्ठान ही वैश्विक संकट से रक्षा करेंगे।

भगवती से मांगें सबका कल्याण

शास्त्रों में 'सर्वे भवंतु सुखिनः' की भावना को दुख निवृत्ति का सरलतम उपाय बताया गया है। समष्टि उपासना भारतीय संस्कृति की विशेषता है। ईश्वरीय सिद्धांत को समझकर जब हम पूजा, पाठ, प्रार्थना, उपवास करते हैं तो हमारा कल्याण शीघ्र होता है। शास्त्र कहते हैं कि जब व्यक्ति अपने लिए कुछ मांगता है, तो वह याचक हो जाता है और जब उसके अंदर सबके कल्याण की कामना उत्पन्न होती है तो उसका यह भाव सबसे पहले उसका ही कल्याण करता है और फिर प्रार्थना में परिवर्तित होकर सर्वकल्याण करता है।

रोगों का शमन करते हैं देवी के नौ स्वरूप

धर्मशास्त्र के अनुसार, मां शैलपुत्री जहां भय दूर करती हैं, वहीं मां ब्रह्मचारिणी की पूजा स्मरण शक्ति को बढ़ाती है। इसी प्रकार देवी चंद्रघंटा का पूजन हृदय विकारों से मुक्ति दिलाता है। रक्त विकार को ठीक करती हैं कूष्माण्डा, कफ रोगों का नाश करती हैं स्कंदमाता, कंठ रोग का शमन करती हैं कात्यायनी, मस्तिष्क विकारों को हरती हैं कालरात्रि, रक्तशोधक होती हैं महागौरी और तन-मन को पुष्ट करती हैं मां सिद्धिदात्री।

कायाकल्प करता है नवरात्रि व्रत

प्राचीन ग्रंथों के अनुसार, नवदुर्गा के नौ रूप दिव्य औषधियों के रूप में भी मनुष्य को