

गायत्री मंत्र एक हिंदू आध्यात्मिक मंत्र है जिसे विशेष रूप से शक्तिशाली माना जाता है और इसे अक्सर भक्ति के रूप में पढ़ा जाता है। ऐसा माना जाता है कि यह परमात्मा से प्रार्थना है, जो ज्ञान के मार्ग पर मार्गदर्शन और सुरक्षा मांगती है। मंत्र इस प्रकार है:

"ओम भूर्भुवः स्वाः
तत् सवितुर्वरेण्यम्
भर्गो देवस्य धीमहि
धियो यो न प्रचोदयात्"

मंत्र आमतौर पर सुबह और शाम को पढ़ा जाता है। ऐसा माना जाता है कि यह आध्यात्मिक अंतर्दृष्टि और स्पष्टता लाता है, साथ ही मन और शरीर को शुद्ध करता है। बहुत से लोग गायत्री मंत्र को ध्यान के रूप में भी पढ़ते हैं, शब्दों के अर्थ और भक्ति की भावना पर ध्यान केंद्रित करते हैं।

गायत्री मंत्र वेदों में समृद्ध एक सार्वभौमिक प्रार्थना है। गायत्री मंत्र को सावित्री मंत्र के रूप में भी जाना जाता है, जिसने आसन्न और पारलौकिक दिव्य "सविता" को संबोधित किया, जिसका अर्थ है कि यह सब पैदा हुआ है।

ब्रह्मर्षि विश्वामित्र थे, जिन्होंने गायत्री मंत्र का प्रसार किया था। उन्होंने गायत्री मंत्र जप के लाभों के बारे में भी बताया।

गायत्री मंत्र जप के लाभ Gayatri Mantra Benefits

गायत्री मंत्र के जप के कई फायदे हैं। इस प्रकार, गायत्री मंत्र के जप के कुछ सकारात्मक प्रभाव यहां दिए गए हैं।

- यह सीखने की शक्ति को बढ़ाता है।
- यह एकाग्रता बढ़ाता है।
- यह समृद्धि लाता है।
- यह लोगों को शाश्वत शक्ति देता है।
- यह शांति के लिए बहुत उपयोगी है।
- आध्यात्मिक पथ पर जाने के लिए यह पहला कदम है।
- इसका संबंध ईश्वर से है।
- यह दिमाग को मजबूत करता है और स्वास्थ्य की स्थिति में सुधार करता है।
- यह सांस लेने के लयबद्ध पैटर्न में सुधार करता है।
- यह हमारे दिल को स्वस्थ रखता है।
- यह भक्त को सभी खतरों से बचाता है और अंतर्ज्ञान द्वारा ईश्वर की ओर मार्गदर्शन करता है।
- यह हमारे पारिवारिक जीवन को बेहतर बनाता है।

हिंदी में गायत्री मंत्र

ॐ भूर् भुवः स्वः
तत् सवितुर्वरेण्यं
भर्गो देवस्य धीमहि
धियो यो नः प्रचोदयात्

गायत्री मंत्र का अर्थ:

हम अपने प्रभु से बिनंती करते हैं, जो पूजनीय है, जो दुखों का नाश करने वाले है, जो सुख के भंडार है , जो ज्ञान का भंडार है, अज्ञान को दूर करने वाला हैं-

जो कर्मों का उद्धार करने वाले है। ऐसे प्रभु से नीबेधन है वह हमें आत्म चिंतन करने की शक्ति दे ताकि हम सत्य पथ पर चले ।"

गायत्री मंत्र के हर शब्द का अर्थ **Gayatri Mantra Meaning**

ॐ = प्रणव

भूर = मनुष्य को प्राण प्रदान करने वाला

भुवः = दुखों का नाश करने वाला

स्वः = सुख प्रदान करने वाला

तत = वह

सवितुर = सूर्य की भांति उज्ज्वल

वरेण- ्यं = सबसे उत्तम

भर्गो = कर्मों का उद्धार करने वाला

देवस्य = प्रभु

धीमहि = आत्म चिंतन के योग्य (ध्यान)

धियो = बुद्धि

यो = जो

नः = हमारी

प्रचो- दयात् = हमें शक्ति दें (प्रार्थना)

गायत्री मंत्र का जप करने से अनेकों लाभ होते हैं। हालांकि इनके जप की एक निश्चित प्रक्रिया होती है। इस प्रकार, यह अत्यधिक सलाह दी जाती है कि गायत्री मंत्र का जाप करते समय लोगों को विशिष्ट नियमों का पालन करना चाहिए।

गायत्री मंत्र का जाप करते समय हमेशा अपनी आंखें बंद कर लेनी चाहिए और हर शब्द पर ध्यान केंद्रित करने और उसके अर्थ को समझने की कोशिश करनी चाहिए। प्रत्येक शब्द या ध्वनि को सही ढंग से उच्चारित किया जाना चाहिए, जैसा कि होना चाहिए। यद्यपि इसका जाप दिन में किसी भी समय किया जा सकता है, लेकिन यह सुझाव दिया जाता है कि मंत्र का जाप सुबह जल्दी और रात को सोने से पहले करना बेहतर होता है।

आखिरकार, मंत्र जीवन देने वाले सूर्य और दैवीय दोनों के प्रति कृतज्ञता की अभिव्यक्ति है। इसने भक्तों को मंत्र के प्रति हृदय-केंद्रित दृष्टिकोण अपनाने के लिए प्रोत्साहित किया। यह जो संवेदना जगाता है वह शाब्दिक अर्थ से अधिक महत्वपूर्ण है। यह एक भेंट है, अनुग्रह की ओर खुलने का, स्वयं को प्रेरित करने का एक तरीका है।