



Hargharpanditji
"PUJA ON YOUR SCREEN, BLESSINGS
AT YOUR DOOR"

॥ राम नवमी व्रत विधि और नियम ॥

FULL DISCLAIMER

This book is for educational, inspirational, and cultural purposes only. The remedies, rituals, affirmations, breathing methods, and spiritual practices described are based on traditional beliefs, historical customs, and personal development principles. They are not guaranteed solutions.

This book does not replace advice from licensed doctors, psychologists, financial advisors, lawyers, or other qualified professionals. If you have medical symptoms, mental health concerns, legal matters, or financial risk, seek professional help.

Use all remedies responsibly, ethically, peacefully, and according to local law. Do not use fire, herbs, fasting, incense, or physical practices in unsafe ways. The author and publisher are not liable for misuse.

Results in life depend on effort, discipline, timing, environment, skill, and many other factors. No spiritual method guarantees money, marriage, success, healing, or protection.

Hargharpanditji

"PUJA ON YOUR SCREEN, BLESSINGS
AT YOUR DOOR"

॥ राम नवमी व्रत विधि और नियम ॥

राम नवमी का व्रत भगवान श्रीराम के जन्मोत्सव के अवसर पर श्रद्धा और भक्ति के साथ रखा जाता है। भक्त इस दिन भगवान श्रीराम का स्मरण, पूजा, राम नाम जाप और धार्मिक पाठ करते हैं। व्रत का उद्देश्य केवल उपवास करना नहीं, बल्कि मन, वचन और कर्म से सात्त्विकता एवं मर्यादा का पालन करना भी माना जाता है।

राम नवमी व्रत विधि

प्रातः स्नान और संकल्प

सुबह जल्दी उठकर स्नान करें और स्वच्छ वस्त्र धारण करें। पूजा स्थान की सफाई करके भगवान श्रीराम का ध्यान करें और व्रत का संकल्प लें।

भगवान श्रीराम का पूजन

भगवान श्रीराम के साथ माता सीता, लक्ष्मण जी और हनुमान जी की पूजा करें। चंदन, अक्षत, फूल, तुलसी दल, धूप और दीप अर्पित करें।

राम नाम का जाप करें

दिनभर श्रद्धापूर्वक “ॐ श्री रामाय नमः” या “श्री राम जय राम जय जय राम” मंत्र का जाप करें।

धार्मिक पाठ करें

रामचरितमानस, सुंदरकांड, राम रक्षा स्तोत्र या श्रीराम की कथा का पाठ करना शुभ माना जाता है।

मध्याह्न में जन्मोत्सव मनाएं

राम नवमी के दिन मध्याह्न काल में भगवान श्रीराम के जन्मोत्सव की पूजा की जाती है। इस समय भगवान को भोग लगाकर आरती करें और प्रसाद वितरित करें।

व्रत का पारण करें

अपनी व्रत-परंपरा के अनुसार उचित समय पर भगवान को भोग अर्पित करने के बाद व्रत का पारण करें। फल, दूध, पंचामृत या सात्विक भोजन से पारण किया जा सकता है।

राम नवमी व्रत के नियम

व्रत के दौरान सात्विक आहार और विचार रखें।

अपनी क्षमता के अनुसार निर्जल, जलाहार या फलाहार व्रत रखा जा सकता है।

मांसाहार, मदिरा और तामसिक भोजन से बचें।

अनावश्यक क्रोध, विवाद, झूठ और नकारात्मक विचारों से दूर रहें।

भगवान श्रीराम के नाम का जाप और धार्मिक ग्रंथों का पाठ करें।

जरूरतमंदों को भोजन, वस्त्र या अन्य उपयोगी सामग्री का दान करें।

पूजा में स्वच्छता और श्रद्धा का विशेष ध्यान रखें।

व्रत के दौरान अपनी शारीरिक क्षमता का ध्यान रखें; स्वास्थ्य संबंधी समस्या होने पर कठोर उपवास न करें।

राम नवमी व्रत का आध्यात्मिक महत्व

राम नवमी का व्रत भक्त को संयम, सत्य, त्याग, कर्तव्य और मर्यादा का पालन करने की प्रेरणा देता है। भगवान श्रीराम के जीवन से प्रेरणा लेकर व्यक्ति अपने व्यवहार में विनम्रता, धैर्य और धर्म के प्रति निष्ठा विकसित करने का प्रयास करता है।