Hargharpanditji

"PUJA ON YOUR SCREEN, BLESSINGS AT YOUR DOOR"

॥ हरतालिका तीज व्रत के नियम ॥

॥ ॐ नमः शिवाय ॥

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"

॥ संकल्प और उपवास के नियम ॥

हरतालिका तीज में शिव-पार्वती की आराधना के साथ उपवास रखा जाता है। व्रत का रूप क्षेत्र, परिवार, आयु और स्वास्थ्य के अनुसार बदल सकता है। पहले से अपना संकल्प तय करें और घर की परंपरा का क्रम जान लें।

निर्जला व्रत की प्रचलित रीति

कई परिवारों में प्रातः से अगले दिन के पारण तक अन्न और जल ग्रहण न करने का निर्जला व्रत प्रचलित है। इसे हर व्यक्ति के लिए अनिवार्य नियम न समझें। जो निर्जला व्रत न कर सकें, वे अपनी परिस्थिति के अनुसार जल या फल लेकर पूजा कर सकते हैं।

पूजा और कथा

स्वच्छता का ध्यान रखें, शिव-पार्वती का पूजन करें और व्रत कथा पढ़ें या सुनें। धूप-दीप, पुष्प, नैवेद्य और अन्य अर्पण अपनी सामर्थ्य से करें। पूजा सुबह, संध्या या निर्धारित मुहूर्त में कब करनी है, यह परिवार की रीति और स्थानीय पंचांग से जानें।

रात्रि का स्मरण

कुछ परंपराओं में रात को भजन, जागरण और पुनः पूजा होती है। शांत मन से प्रार्थना और शिव-नाम का जप भी किया जा सकता है। थकान या अस्वस्थता होने पर आराम करें; नींद छोड़ना सभी के लिए उपयुक्त नहीं है।

॥ पारण, आचरण और सावधानियाँ ॥

अगले दिन पारण

अधिकांश प्रचलित विधियों में अगले दिन प्रातः पूजा के बाद व्रत खोला जाता है। पारण के समय और पहले ग्रहण किए जाने वाले जल या प्रसाद के बारे में अपनी पारिवारिक परंपरा से मार्गदर्शन लें। निर्जला उपवास के बाद धीरे-धीरे पानी पीएँ और सहज भोजन करें।

सम्मान और सद्भाव

पूजा के दिन क्रोध, कटु वाणी और अनावश्यक विवाद से बचें। अपने जीवनसाथी, परिवार और सखियों के प्रति सम्मान रखें। विवाह की स्थिति के आधार पर किसी पर व्रत रखने का दबाव न डालें। इस पर्व के केंद्र में श्रद्धा और आपसी मंगलकामना का भाव है।

स्वास्थ्य को प्राथमिकता दें

गर्भावस्था, मधुमेह, नियमित दवा, कमजोरी या किसी बीमारी में लंबे निर्जला उपवास से पहले चिकित्सकीय सलाह लें। चक्कर, बेहोशी या तेज कमजोरी हो तो तुरंत व्रत खोलें और जरूरत पड़ने पर चिकित्सा सहायता लें। दवाएँ स्वयं बंद न करें।

समय और मनाही संबंधी दावे

पूजा का समय हर वर्ष और शहर में अलग होता है। “एक बार शुरू करने पर कभी न छोड़ें” या “त्रुटि से अनिष्ट होगा” जैसे कठोर दावे सभी परंपराओं पर लागू न मानें। व्रत न रख पाने पर भी शिव-पार्वती का स्मरण और पूजा श्रद्धा से की जा सकती है।

उपवास आध्यात्मिक आस्था है। स्वास्थ्य संबंधी निर्णय अपनी चिकित्सा-स्थिति के अनुसार लें।

॥ ॐ नमः शिवाय ॥