महाशिवरात्रि का महत्व एवं उसके ज्योतिषीय आयाम

ज्योतिषाचार्य
तेजस्कर पाण्डेय

इस वर्ष रविवार, 15 फ़रवरी 2026 यानी आज महाशिवरात्रि का पावन पर्व मनाया जाएगा. फाल्गुन मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी तिथि में आने वाली यह रात्रि भारतीय आध्यात्मिक परंपरा, ज्योतिषीय चिंतन, योगशास्त्र और आधुनिक वैज्ञानिक दृष्टिकोण—सभी के समन्वय का अद्भुत अवसर है. रविवार का संयोग इस वर्ष विशेष महत्त्व रखता है, क्योंकि रविवार सूर्य का दिन है और सूर्य आत्मा, जैविक ऊर्जा, जीवनशक्ति तथा चेतन प्रकाश का कारक माना जाता है. जब आत्मतत्त्व (सूर्य) और अंतर्मुख मन (कृष्ण पक्ष का क्षीण चंद्रमा) चतुर्दशी की रात्रि में सूक्ष्म संतुलन बनाते हैं, तब साधना, ध्यान और आत्मचिंतन के लिए एक अत्यंत अनुकूल मनोदैहिक वातावरण निर्मित होता है.

महाशिवरात्रि का आध्यात्मिक अर्थ है—चेतना का अंधकार से प्रकाश की ओर आरोहण. ज्योतिषीय दृष्टि से यह तिथि महत्वपूर्ण है क्योंकि कृष्ण पक्ष में चंद्रमा क्रमशः क्षीण होता जाता है. चंद्रमा मन, भावनाओं और मानसिक तरंगों का कारक है. जब चंद्रमा क्षीण होता है, तब मन की बाह्य सक्रियता कम होती है और अंतर्मुखता बढ़ती है. आधुनिक न्यूरोसाइंस के शोध बताते हैं कि चंद्र चक्र का मानव नींद और भावनात्मक स्थिति पर सूक्ष्म प्रभाव पड़ सकता है. कुछ अध्ययनों में पाया गया है कि अमावस्या या उसके आसपास नींद की अवधि और गुणवत्ता में हल्का परिवर्तन हो सकता है. यद्यपि यह प्रभाव सार्वभौमिक रूप से सिद्ध नहीं है, परंतु यह संकेत देता है कि चंद्र चक्र और मानव जैविक लय के बीच कुछ संबंध संभव है. इसी संदर्भ में कृष्ण चतुर्दशी की रात्रि अंतर्मुख साधना के लिए अनुकूल मानी गई.

ज्योतिष में चतुर्दशी को रुद्र तत्त्व की तिथि कहा गया है. यह तिथि परिवर्तन और आंतरिक शुद्धि का प्रतीक है. मनोविज्ञान की भाषा में कहें तो यह 'इमोशनल रीसेट' का अवसर है. जब व्यक्ति उपवास, ध्यान और जप करता है, तो वह अपने मानसिक पैटर्न को पुनर्गठित करने का प्रयास करता है. आधुनिक मनोविज्ञान और न्यूरोप्लास्टिसिटी के सिद्धांत बताते हैं कि नियमित ध्यान और मंत्रजप से मस्तिष्क की संरचना और कार्यप्रणाली में सकारात्मक परिवर्तन संभव हैं. रूक्ष्ठ आधारित अध्ययनों में पाया गया है कि ध्यान करने वालों में प्रीफ्रंटल कॉर्टेक्स (निर्णय और एकाग्रता से संबंधित भाग) की सक्रियता बढ़ती है और अमिग्डाला (भय और तनाव से संबंधित भाग) की प्रतिक्रियाशीलता कम होती है. इस प्रकार महाशिवरात्रि का जागरण और ध्यान केवल आध्यात्मिक अभ्यास नहीं, बल्कि मानसिक स्वास्थ्य के लिए भी लाभकारी हो सकता है.

उपवास का वैज्ञानिक आधार भी उल्लेखनीय है. आधुनिक चिकित्सा विज्ञान 'इंटरमिटेंट फास्टिंग' को मेटाबोलिक स्वास्थ्य के लिए उपयोगी मानता है. शोधों से संकेत मिलता है कि नियंत्रित उपवास से ऑटोफैगी की प्रक्रिया सक्रिय होती है, जिसमें शरीर की कोशिकाएँ स्वयं को शुद्ध करती हैं. इससे प्रतिरक्षा तंत्र सुदृढ़ हो सकता है और सूजन कम हो सकती है. उपवास से इंसुलिन संवेदनशीलता में सुधार और मानसिक स्पष्टता में वृद्धि देखी गई है. महाशिवरात्रि का उपवास इसी वैज्ञानिक सिद्धांत के अनुरूप शरीर को विश्राम और शुद्धि प्रदान करता है. जब शरीर हल्का होता है, तब ध्यान में स्थिरता बढ़ती है—यह अनुभवात्मक सत्य है.

रात्रि-जागरण का भी मनोवैज्ञानिक और न्यूरोलॉजिकल प्रभाव है. सामान्यतः मनुष्य की सर्केडियन रिद्म सूर्य के अनुसार चलती है. परंतु विशेष आध्यात्मिक अवसरों पर जागरण, यदि संयम और ध्यान के साथ किया जाए, तो चेतना की सामान्य दिनचर्या को तोड़कर व्यक्ति को गहरे आत्मचिंतन का अवसर देता है. ध्यान के साथ किया गया जागरण मस्तिष्क की अल्फा और थीटा तरंगों को सक्रिय कर सकता है, जो गहरी एकाग्रता और रचनात्मकता से संबंधित हैं. हालांकि अत्यधिक और असंतुलित जागरण स्वास्थ्य के लिए उचित नहीं, परंतु संयमित और आध्यात्मिक उद्देश्य से किया गया जागरण एक विशिष्ट अनुभव प्रदान कर सकता है.

महामृत्युंजय मंत्र के जप का भी वैज्ञानिक आयाम है. ध्वनि-तरंगें मस्तिष्क की विद्युत गतिविधि को प्रभावित करती हैं. मंत्रोच्चारण से उत्पन्न कंपन श्वास की गति को नियमित करता है, जिससे पैरासिम्पेथेटिक नर्वस सिस्टम सक्रिय होता है. इससे हृदयगति धीमी होती है, रक्तचाप नियंत्रित होता है और तनाव कम होता है. शोधों में पाया गया है कि '?' ध्वनि का उच्चारण मस्तिष्क में सकारात्मक न्यूरोलॉजिकल प्रतिक्रिया उत्पन्न कर सकता है. महाशिवरात्रि की रात्रि में मंत्रजप का अभ्यास मानसिक स्थिरता और भावनात्मक संतुलन प्रदान कर सकता है.

ज्योतिषीय दृष्टि से सूर्य, चंद्र और शनि का संतुलन इस पर्व में विशेष महत्व रखता है. सूर्य आत्मबल का, चंद्र मन का और शनि अनुशासन एवं कर्म का प्रतीक है. आधुनिक मनोविज्ञान में भी व्यक्तित्व के इन तीन आयामों—आत्मविश्वास, भावनात्मक संतुलन और अनुशासन—को सफल जीवन के लिए आवश्यक माना गया है. महाशिवरात्रि की साधना इन तीनों को संतुलित करने का अवसर देती है.

योगशास्त्र में कहा गया है कि इस रात्रि में ऊर्जा का प्रवाह ऊपर की ओर सहज होता है. यद्यपि इसका प्रत्यक्ष वैज्ञानिक प्रमाण उपलब्ध नहीं है, परंतु यह तथ्य स्थापित है कि ध्यान, प्राणायाम और सीधी रीढ़ के साथ बैठना तंत्रिका तंत्र पर सकारात्मक प्रभाव डालता है. रीढ़ की हड्डी के साथ स्थित तंत्रिका मार्ग और मस्तिष्क के बीच समन्वय ध्यान के दौरान अधिक संतुलित होता है. कुंडलिनी की अवधारणा को प्रतीकात्मक रूप से देखें तो यह चेतना के उच्च स्तर की ओर विकास का संकेत है.

चंद्र चक्र और मानव व्यवहार के संबंध पर भी वैज्ञानिक अध्ययन हुए हैं. कुछ शोधों में संकेत मिला है कि पूर्णिमा और अमावस्या के समय भावनात्मक संवेदनशीलता में हल्का परिवर्तन हो सकता है, यद्यपि यह प्रभाव सार्वभौमिक नहीं है. भारतीय ज्योतिष ने चंद्रमा को मन का कारक माना है—यह प्रतीकात्मक सत्य आधुनिक मनोविज्ञान के साथ एक रोचक संवाद प्रस्तुत करता है. कृष्ण चतुर्दशी की रात्रि में चंद्रमा लगभग लुप्तप्राय होता है, जो मन की शून्यता और अंतर्मुखता का प्रतीक है. ध्यान और जप इस अवस्था में मन को स्थिर कर सकते हैं.

राशिफल

दिनांक- 15 से 21 फरवरी 2026 तक

ज्योतिषाचार्य पंडित प्रियंका नारायणशंकर व्यास,
कोतवाली बाजार,
जबलपुर मो.नं.
098266-21998

साप्ताहिक ग्रहस्थिति- इस सप्ताह सूर्य कुम्भ राशि में, मंगल मकर राशि में, बुध कुम्भ राशि में, वक्री गुरू मिथुन राशि में, शुक्र कुम्भ राशि में, शनि मीन राशि में, राहु कुम्भ राशि में, केतु सिंह राशि में और चन्द्रमा मकर कुम्भ मीन और मेष राशि में संचरण करेगा.

ग्रहयोगों का प्रभाव :- ता. 15 को बुध पूर्वाभाद्रपद में आकर सोना, चांदी, लोहा, तांबा एवं अनाजों में मंदी कर सकता है. ता. 17 को कुम्भे चन्द्रमा के प्रभाव से तिल, तेल, सरसों, मूंगफली, घी, नमक, चन्दन में तेजी, चांदी, सोना, रूई, कपास, सूत, वस्त्र में मंदी करता है. ता. 18 को बुधवारी चन्द्रदर्शन के प्रभाव से सोना, चांदी, रूई, सूत, बारदाना, जूट, चीनी में मंदी आती है. ता. 19 को शतभिषायां रवि के प्रभाव से रूई, चांदी, सोना, सूत, कपास, तिल, तेल, तिलहन, गेहूं, एरण्ड, सरसों, गुड, खाण्ड, दाख, जायफल, हींग, छुहारा, हल्दी, सोंठ, घी में तेजी होकर मंदी होगी.

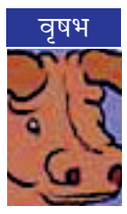
पर्व/व्रत/त्यौहार :

रविवार	15 फरवरी को	महाशिवरात्रि व्रत, शिव चतुर्दशी
मंगलवार	17 फरवरी को	स्नानदान श्राद्ध अमावस्या, भौमवती अमावस्या,
बुधवार	18 फरवरी को	चन्द्रदर्शन,
गुरूवार	19 फरवरी को	फुलरिया दोज,
शनिवार	21 फरवरी को	विनायकी गणेश चतुर्थी व्रत,

मेष

आपको नई नौकरी या नया कारोबार मिल सकता है, व्यापार के सिलसिले में यात्रा का योग बन रहा है, आपको करीबी रिश्तेदारों का सहयोग मिलेगा, बिखरे कार्य समेटने का प्रयास सफल होगा. संपत्ति के कार्यो में खर्च होगा. जानबूझकर की गई गलती की क्षमा मांगने में ही हित रहेगा. सप्ताहान्त में पारिवारिक सुखद योजना पर विचार होगा. वाहन चलाने में चोट लग सकती है.

वृषभ



आपको उतार चढ़ाव का सामना करना पड़ सकता है, कड़ी मेहनत करने पर ही सफलता मिलेगी, आप मानसिक अवसाद में रहेंगे, किसी विवाद के चलते आप के मन में नकारात्मक विचार आते रहेंगे, परिवार में अविश्वासी लोगों की सलाह से बचें, पूज्य व्यक्ति की सलाह एवं अधिनस्थों का सहयोग आपको लाभकारी रहेगा.

मिथुन

प्रतिस्पर्धा के दौर में किस्मत और मेहनत आपको भरपूर लाभ देगी, आपकी मनोकामना पूरी होगी, जीवनसाथी के स्वास्थ्य का ध्यान रखें. दाम्पत्य जीवन में तनाव की संभावना है. भाईयों के बीच जमकर जायजाद का बटवारा हो सकता है, वाद विवाद से दूर रहें. अटके कार्य पूरे होंगे. व्यापारिक यात्रा के अच्छे परिणाम मिलेंगे. भावनात्मक संबंधों की मजबूती आपको आंतरिक खुशी देगी.

कर्क

आप खुशी के समाचार सुनेंगे, परिवार की सुख सुविधाओं का ध्यान रखें, आयात निर्यात के बड़े व्यवसाय में लाभ होगा. बेरोजगारों को रोजगार मिलेंगे. प्रापर्टी संबंधी विवाद हल होगा. सप्ताह के अन्त में आपके निकटस्थ विरोधी नई मुसीबतें खड़ी कर सकते हैं, शीघ्र समाधान होगा, कामकाजी महिलाओं को परेशानी हो सकती है. कारोबारी यात्रा हो सकती है.

सिंह

आपकी महत्वाकांक्षा चरमसीमा पर रहेगी, अनहोनी का भय रहेगा. आप भविष्य की योजना बनायेंगे. अचानक लाभ का योग है. यात्रायें आशाजनक रहेंगी, किन्तु उठाईगीरों से सावधानी रखें. रोगी के कार्यो में खर्च होगा. कानूनी मामलों में सफलता मिलेगी. पारिवारिक जीवन में वक्त देकर खुशी मिलेगी, दूसरों की सलाह पर ध्यान दें.

कन्या

आप अत्याधिक खर्च से चिंतित रह सकते हैं, इसके बाद भी आप अपने प्रत्येक क्षेत्र में क्रियाशील बने रहेंगे. आपको अधिनस्थ की उपेक्षा का शिकार होना पड़ेगा. दाम्पत्य जीवन में प्रसन्नता रहेगी. नये लोगों से मेलजोल बढ़ेगा. भूमि, भवन, प्रापर्टी में खर्च होगा. नये कार्यो पर विचार होगा. इसके लिये किसी का सहयोग या बैंक से लोन लेना पड़ सकता है.

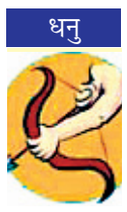
तुला

आपकी जान पहचान और परिचय का दायरा बढ़ेगा. अच्छा हो आप सामाजिक कार्यो की उपयोगिता को ध्यान में रखकर कार्य करें, पैतृक संपत्ति को बेचकर अपना हिस्सा ले सकते हैं. आप अपने निकट परिजनों के साथ दूर दराज की यात्रा का विचार करेंगे, जोखिम के कार्यो में रूचि रहेगीं आप वित्तीय मामलों में किसी का सहयोग लेंगे, जो उल्लेखनीय रहेगा.

वृश्चिक

हंसी खुशी का वातावरण रहेगा. आपकी नौकरी की तलाश खत्म हो सकती है. पेशेवर लोगों को वरिष्ठ लोगों का सहयोग मिलेगा, कारोबारी यात्राओं की अधिकता रहेगी. जल्द ही किसी बड़ी योजना को हाथ में ले सकते हैं. अपने व्यवहार और लगन का प्रयोग कर कार्यक्षेत्र में विस्तार कर सकते है. बीती बातों को याद करने से निजी संबंधों में कटुता आयेगी.

धनु



इस सप्ताह पुराना अटका धन मिलने के आसार हैं, अपने कार्यो के प्रति आप आशावादी बने रहेंगे. कई उतार चढ़ाव आयेंगे. व्यवसायिक फैसला लेने से पहले आप हर पहलू पर विचार करेंगे. घर परिवार में सुख शांति मिलेगी. पारिवारिक कार्यक्रमों में धन खर्च अधिक होगा. संबंधों के विस्तार पर ध्यान जा सकता है, और लोग प्रसन्न होकर आपसे मिलेंगे.

मकर

आप मुश्किलों का डटकर मुकाबला करेंगे, नौकरी पेशा लोग अपने पद और आमदानी से संतुष्ट रहेंगे, यदि आप रचनात्मक क्षेत्र में हैं, तो और धन की प्राप्ति होगी. जीवनसाथी के साथ आप धार्मिक यात्रा में जा सकते है. जमकर जायजाद से जुड़े मुकदमें में फैसला आपके पक्ष में होगा. अति आत्म विश्वास से कोई फैसला न लें, कार्यस्थल पर समस्या सुलझ सकती है.

कुम्भ

आप जीवन के नये आयाम छुयेंगे, अपनी मेहनत और लगन के बल पर आप अपनी स्थिति में सुधार करने में सफल रहेंगे, कार्यक्षेत्र में क्रियाशील रहेंगे. खुले मन मस्तिष्क से समस्या का हल निकालेंगे. आप किसी नये अनुबंध में शामिल हो सकते हैं, जिससे मान सम्मान में प्रगति होगी, आप जिस पर अधिक भरोसा करते हैं, वही आपकी जड़ खोदने का प्रयास करेगा.

मीन

स्वास्थ्य में कुछ सुधार होने की आशा है, उधार लेनदेन से बचने का प्रयास करें, जल्दबाजी में लिये गये निर्णय बदलने पड़ सकते हैं, आयात निर्यात का प्रस्ताव मिलेगा, कामकाजी महिलाओं को परेशानी होगी, साझेदारी में संदेह आ जाने के कारण चल रहा कार्य बीच में ही छोड़ना पड़ सकता है. सावधानी बांछनीय है, बिना मांगे सलाह देना नुकसानदायक हो सकता है.

तुलसी के नीचे सिक्का रखें, बढ़ेगा धन लाभ?

हिंदू धर्म में तुलसी को बेहद पवित्र और पूजनीय माना जाता है. वास्तु शास्त्र और वैदिक मान्यताओं के अनुसार तुलसी का पौधा घर में सकारात्मक ऊर्जा लाता है और नकारात्मकता को दूर करता है. कहा जाता है कि तुलसी के नीचे एक रुपये का सिक्का रखने से धन लाभ, वास्तु दोष निवारण और ग्रहों के अशुभ प्रभाव में कमी आती है. हिंदू परंपरा में तुलसी को देवी लक्ष्मी का स्वरूप और भगवान विष्णु की प्रिय मानी जाती है. यही कारण है कि अधिकांश हिंदू घरों में तुलसी का पौधा आंगन या बालकनी में स्थापित किया जाता है. धार्मिक आस्था के साथ-साथ वास्तु शास्त्र में भी तुलसी को अत्यंत शुभ और सकारात्मक ऊर्जा का स्रोत बताया गया है.

मान्यता है कि तुलसी का पौधा घर की नकारात्मक ऊर्जा को सोखकर वातावरण को शुद्ध करता है और सुख-समृद्धि को आकर्षित करता है. वास्तु शास्त्र के अनुसार तुलसी से जुड़ा एक विशेष उपाय काफी प्रभावी माना जाता है—तुलसी के पौधे के नीचे एक रुपये का सिक्का दबाना. मान्यता है कि यह छोटा सा उपाय धन प्रवाह को बढ़ाने और आर्थिक स्थिरता लाने में सहायक होता है. कुछ लोग तांबे या चांदी का सिक्का भी मिट्टी में दबाते हैं, जिसे अधिक शुभ माना जाता है. ऐसा करने से घर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार बढ़ता है और वास्तु दोष कम होते हैं. ज्योतिषीय मान्यताओं के अनुसार यह उपाय शनि और राहु के अशुभ प्रभाव को भी कम करने में सहायक हो सकता है. विशेषकर यदि यह उपाय एकादशी या पूर्णिमा के दिन स्नान-पूजन के बाद श्रद्धा भाव से किया जाए, तो इसका फल अधिक शुभ माना जाता है. सिक्का दबाने के बाद तुलसी की नियमित देखभाल करना और प्रतिदिन जल अर्पित करना भी आवश्यक बताया गया है. तुलसी पूजा का महत्व केवल वास्तु तक सीमित नहीं है. भगवान विष्णु और श्रीकृष्ण को तुलसी दल अर्पित करने से मनोकामनाएं पूर्ण होने की मान्यता है.

22 फरवरी से चमकेगी इन राशियों की किस्मत

शुक्र की चाल बदली, किस्मत देगी साथ!

फरवरी के आखिर में शुक्र ग्रह नक्षत्र परिवर्तन करने जा रहे हैं. 22 फरवरी 2026 को शुक्र शतभिषा से निकलकर पूर्वभाद्रपद नक्षत्र में प्रवेश करेंगे. ज्योतिष में शुक्र को प्रेम, धन, सुख-सुविधा और रिश्तों का कारक ग्रह माना जाता है. इस बदलाव का असर सभी राशियों पर पड़ेगा, लेकिन पांच राशियों के लिए यह समय विशेष रूप से शुभ संकेत लेकर आ सकता है. ज्योतिषीय दृष्टि से फरवरी का अंतिम सप्ताह महत्वपूर्ण रहने वाला है, क्योंकि 22 फरवरी 2026 को शुक्र ग्रह शतभिषा नक्षत्र से निकलकर पूर्वभाद्रपद नक्षत्र में प्रवेश करेंगे. ज्योतिष में शुक्र को प्रेम, वैभव, कला, भौतिक सुख-सुविधा और दांपत्य जीवन का कारक ग्रह माना जाता है. ऐसे में शुक्र का यह नक्षत्र परिवर्तन कई राशियों के जीवन में सकारात्मक बदलाव ला सकता है.

हालांकि इसका प्रभाव सभी 12 राशियों पर पड़ेगा, लेकिन पांच राशियों के लिए यह समय विशेष लाभकारी साबित हो सकता है.

मेष राशि के लिए यह बदलाव राहत लेकर आ सकता है. लंबे समय से चल रही गलतफहमियां दूर होंगी और रिश्तों में सुधार के संकेत मिलेंगे. करियर और आर्थिक मामलों में धीरे-धीरे स्थिरता आएगी.

मिथुन राशि वालों को करियर में नए अवसर मिल सकते हैं. रुके हुए कार्य आगे बढ़ेंगे और वरिष्ठ अधिकारियों का सहयोग प्राप्त हो सकता है. रचनात्मक क्षेत्रों से जुड़े लोगों को विशेष पहचान मिलने की संभावना है.

सिंह राशि के जातकों के लिए साझेदारी और दांपत्य जीवन में संतुलन लौटेगा. अटके हुए कार्य पूरे हो सकते हैं और निवेश से जुड़े फैसलों में लाभ के संकेत हैं. हालांकि जल्दबाजी से बचना जरूरी होगा.

तुला राशि, जिनके स्वामी स्वयं शुक्र हैं, उनके लिए यह परिवर्तन खास माना जा रहा है. मानसिक तनाव में कमी आएगी, कार्यक्षेत्र में नई जिम्मेदारियां मिल सकती हैं और आत्मविश्वास में वृद्धि होगी.

मकर राशि के लिए यह समय आर्थिक संतुलन और पारिवारिक सामंजस्य को मजबूत करने वाला साबित हो सकता है. अचानक होने वाले खर्चों पर नियंत्रण होगा और नई योजनाओं पर विचार करने का अवसर मिलेगा. ज्योतिषीय गणनाओं के अनुसार शुक्र का यह गोचर रिश्तों में स्पष्टता, आर्थिक मामलों में सुधार और मानसिक स्थिरता के संकेत दे रहा है. हालांकि किसी भी बड़े निर्णय से पहले सोच-विचार करना आवश्यक है.

शिवरात्रि पर ऐसे करें रुद्राभिषेक पाएं कृपा

महाशिवरात्रि 2026 इस वर्ष 15 फरवरी, रविवार को मनाई जाएगी. फाल्गुन मास की कृष्ण पक्ष चतुर्दशी को पड़ने वाला यह पावन पर्व भगवान शिव की आराधना का सबसे विशेष अवसर माना जाता है. श्रद्धालु इस दिन व्रत रखते हैं, रुद्राभिषेक करते हैं और निशीथ काल में विशेष पूजा कर शिव कृपा की कामना करते हैं. सही विधि और शुभ मुहूर्त में की गई पूजा अत्यंत फलदायी मानी गई है.

हिंदू धर्म के प्रमुख त्योहारों में से एक महाशिवरात्रि इस वर्ष 15 फरवरी, रविवार को श्रद्धा और भक्ति के साथ मनाई जाएगी. फाल्गुन मास की कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी तिथि को पड़ने वाला यह पर्व भगवान शिव की आराधना का सर्वोत्तम दिन माना जाता है. धार्मिक मान्यताओं के अनुसार इसी पावन रात्रि में भगवान शिव ने शिवलिंग रूप में प्रकट होकर सृष्टि को अपने दिव्य प्रकाश से आलोकित किया था. इसे शिव-पार्वती विवाह की पावन तिथि के रूप में भी याद किया जाता है. पंचांग के अनुसार चतुर्दशी तिथि 15 फरवरी 2026 को शाम 05:04 बजे प्रारंभ होकर 16 फरवरी 2026 को शाम 05:34 बजे समाप्त होगी.

महाशिवरात्रि की पूजा पूरे दिन और रात्रि में चार प्रहरों में की जाती है, लेकिन 'निशीथ काल' को सबसे शुभ माना जाता है. इस वर्ष निशीथ काल 16 फरवरी की मध्यरात्रि 12:09 बजे से 01:01 बजे तक रहेगा, जो रुद्राभिषेक और विशेष शिव पूजा के लिए अत्यंत फलदायी समय माना गया है. महाशिवरात्रि पर प्रातः स्नान कर स्वच्छ वस्त्र धारण किए जाते हैं. घर या मंदिर में शिवलिंग को गंगाजल से शुद्ध कर पंचामृत—दूध, दही, घी, शहद और जल—से अभिषेक किया जाता है. बेलपत्र, धतूरा, आक के पुष्प और चंदन अर्पित कर ओम शिवाय मंत्र का 108 या 1008 बार जाप करने की परंपरा है. रात्रि जागरण, भजन-कीर्तन और शिव कथा श्रवण का भी विशेष महत्व बताया गया है.

रुद्राभिषेक को महाशिवरात्रि का प्रमुख अनुष्ठान माना जाता है. वेद मंत्रों के उच्चारण के साथ किया गया अभिषेक मानसिक शांति, सकारात्मक ऊर्जा और आध्यात्मिक उन्नति प्रदान करता है. श्रद्धालु इस दिन उपवास रखते हैं—कुछ लोग निर्जल व्रत करते हैं तो कुछ फलाहार ग्रहण करते हैं. व्रत के दौरान संयम, सादगी और सत्संकल्प बनाए रखना आवश्यक माना गया है. धार्मिक मान्यता है कि सच्चे मन से की गई पूजा जीवन के कष्टों को कम करती है, भय और तनाव दूर करती है तथा सुख-समृद्धि का मार्ग प्रशस्त करती है. महाशिवरात्रि केवल एक पर्व नहीं, बल्कि आत्मशुद्धि, अनुशासन और भक्ति का महाअवसर है.

जयकारा लगाते समय हाथ ऊपर क्यों उठाते हैं?

मंदिरों, भजन-कीर्तन और धार्मिक आयोजनों में जब भक्त जय श्री राम या हर हर महादेव का जयकारा लगाते हैं, तो अक्सर हाथ ऊपर उठा लेते हैं. यह केवल उत्साह की अभिव्यक्ति नहीं, बल्कि इसके पीछे गहरा आध्यात्मिक, प्रतीकात्मक और मनोवैज्ञानिक महत्व जुड़ा है. प्राचीन शास्त्रों और योग परंपरा में इस मुद्रा को विशेष स्थान दिया गया है. हिंदू धार्मिक परंपराओं में भक्ति केवल शब्दों तक सीमित नहीं होती, बल्कि शरीर, मन और भाव—तीनों का समन्वय होती है. जब भक्त जय श्री राम या हर हर महादेव का जयकारा लगाते हुए दोनों हाथ ऊपर उठाते हैं, तो यह दृश्य केवल उत्साह का नहीं, बल्कि गहरे आध्यात्मिक भाव का प्रतीक होता है. यह परंपरा सदियों से चली आ रही है और इसके पीछे धार्मिक, योगिक तथा मनोवैज्ञानिक आधार बताए जाते हैं. प्रतीकात्मक रूप से ऊपर उठे हाथ पूर्ण समर्पण का संकेत माने जाते हैं.