ॐ

# गायत्री मंत्र

## Gayatri Mantra

ऋग्वेद (3.62.10) से · महर्षि विश्वामित्र द्वारा प्रकट
बुद्धि और ज्ञान के लिए सबसे पूजनीय वैदिक प्रार्थना

**ॐ भूर्भुवः स्वः**
**तत्सवितुर्वरेण्यं**
**भर्गो देवस्य धीमहि**
**धियो यो नः प्रचोदयात्॥**

*Om Bhur Bhuvah Svah*
*Tat Savitur Varenyam*
*Bhargo Devasya Dheemahi*
*Dhiyo Yo Nah Prachodayat*

### अर्थ (भावार्थ)

उस प्राणस्वरूप, दुःखनाशक, सुखस्वरूप, श्रेष्ठ, तेजस्वी, पापनाशक और देवस्वरूप परमात्मा (सविता देव) के दिव्य तेज का हम ध्यान करते हैं। वह परमात्मा हमारी बुद्धि को सन्मार्ग की ओर प्रेरित करे।

गायत्री मंत्र किसी भौतिक कामना की प्रार्थना नहीं, बल्कि बुद्धि और विवेक के जागरण की प्रार्थना है। यह उस दिव्य प्रकाश से — जो समस्त सृष्टि का आधार है — यही याचना करता है कि वह हमारी समझ को शुद्ध कर, हमें सत्य की ओर प्रेरित करे।

## शब्दार्थ (Word by Word)

| शब्द | अर्थ |
|---|---|
| **ॐ** | प्रणव — परब्रह्म का मूल नाद। |
| **भूः** | भूलोक; प्राणस्वरूप। |
| **भुवः** | अन्तरिक्ष लोक; दुःखनाशक। |
| **स्वः** | स्वर्गलोक; सुखस्वरूप। |
| **तत्** | उस (परमात्मा) का। |
| **सवितुः** | सविता देव — सूर्य, समस्त जीवन का स्रोत। |
| **वरेण्यं** | वरण करने योग्य; सर्वश्रेष्ठ। |
| **भर्गो** | तेज; पापनाशक दिव्य प्रकाश। |
| **देवस्य** | देव का; दिव्य स्वरूप का। |
| **धीमहि** | हम ध्यान करते हैं। |
| **धियो** | बुद्धि; विचार। |
| **यो** | जो। |
| **नः** | हमारी। |
| **प्रचोदयात्** | प्रेरित करे; सन्मार्ग की ओर ले जाए। |

## लाभ (पारंपरिक मान्यताएँ)

- बुद्धि और एकाग्रता को तीव्र करता है।

- मन को स्पष्टता और विवेक प्रदान करने वाला माना जाता है।
- सकारात्मक ऊर्जा और आत्मबल का संचार करता है।
- अध्ययन और ज्ञान की प्राप्ति में सहायक माना जाता है।

## जप विधि

> इस मंत्र का जप प्रातःकाल ब्रह्म मुहूर्त में, उगते सूर्य की ओर मुख करके करना श्रेष्ठ माना जाता है। सीधी रीढ़ के साथ बैठकर, माला से 3, 11, 27 अथवा 108 बार शुद्ध उच्चारण के साथ जप करें। पारंपरिक रूप से इसे तीनों संध्याओं — प्रातः, मध्याह्न और सायं — में पढ़ा जाता है। धीरे-धीरे, अर्थ को हृदय में अनुभव करते हुए जप करें।

*॥ ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥*