ॐ

महामृत्युंजय मंत्र

Mahamrityunjaya Mantra

ऋग्वेद (7.59.12) से · मृत्यु को जीतने वाला महामंत्र
भगवान शिव को समर्पित त्र्यंबकम् मंत्र

ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्धनम्।
उर्वारुकमिव बन्धनान् मृत्योर्मुक्षीय माऽमृतात्॥

Om Tryambakam Yajaamahe Sugandhim Pushtivardhanam.
Urvaarukamiva Bandhanaan Mrityor-Mukshiya Maamritaat.

अर्थ (भावार्थ)

हम त्रिनेत्रधारी भगवान शिव की आराधना करते हैं, जो सुगंधित हैं और समस्त जगत का पोषण एवं वृद्धि करते हैं। जिस प्रकार पका हुआ खरबूजा (ककड़ी) अपनी बेल के बंधन से सहज ही अलग हो जाता है, उसी प्रकार वे हमें मृत्यु के बंधन से मुक्त करें — परंतु अमरत्व (मोक्ष) से नहीं। अर्थात् हमें मृत्यु के भय से मुक्ति और अमृतत्व की प्राप्ति हो।

शब्दार्थ (Word by Word)

शब्द	अर्थ
ॐ	प्रणव — परब्रह्म का मूल नाद।
त्र्यम्बकं	तीन नेत्रों वाले (भगवान शिव)।
यजामहे	हम पूजा / आराधना करते हैं।
सुगन्धिं	सुगंधित; दिव्य सुवास वाले।
पुष्टिवर्धनम्	पोषण और वृद्धि प्रदान करने वाले।
उर्वारुकम् इव	ककड़ी / खरबूजे के समान।
बन्धनान्	बंधन से।
मृत्योः	मृत्यु से।
मुक्षीय	हमें मुक्त करें।
मा अमृतात्	अमरत्व (मोक्ष) से नहीं।

लाभ (पारंपरिक मान्यताएँ)

- आरोग्य और दीर्घायु प्रदान करने वाला माना जाता है।
- मृत्यु के भय एवं रोगों से रक्षा करता है।
- मन को शांति, ऊर्जा और आत्मबल देता है।
- नकारात्मक ऊर्जा और संकटों से सुरक्षा का कवच माना जाता है।

जप विधि

> इस मंत्र का जप सोमवार को अथवा प्रातःकाल स्नान के पश्चात करना श्रेष्ठ माना जाता है। रुद्राक्ष की माला से 108 बार शुद्ध उच्चारण के साथ जप करें। रोग या संकट के समय, अथवा किसी के स्वास्थ्य-कल्याण की कामना से इसका पाठ विशेष फलदायी माना गया है। शिवलिंग के समक्ष बैठकर एकाग्र मन से जप करने पर इसका प्रभाव और अधिक बढ़ता है।

॥ ॐ नमः शिवाय · हर हर महादेव ॥