

# सूक्ष्म हवन की विधि

आप कोई भी एक छोटा, हवन-कुंड, छोटा तसला अथवा चौड़ा फ्राई पैन लीजिए और फिर उसे इसी काम के लिए रख लीजिए। लाल मौली में लिपटी समिधा (लकड़ी) के दस टुकड़ों को उस तसले में आमने-सामने लगाने से पहले उन सभी पर साथ रखे चंदन से लंबा तिलक लगा दीजिए। ये दस टुकड़े दसों दिशाओं और नवग्रह तथा सूर्य भगवान को अर्पित हैं। उन लकड़ियों के बीच में साथ दिया गया सारा कपूर रख दीजिए। साथ में रखी सामग्री, जौं, गाय के गोबर की घूप के टुकड़ों को एक प्लेट में मिला लीजिए। हवन करने से पहल मिट्टी अथवा पीतल के दीए में जोत रखकर तीन बार ऊँ के उच्चारण के साथ उसे चमेली के तेल से भर दीजिए। चमेली का तेल भी किट में प्लास्टिक की एक छोटी-सी शीशी में है।



अब दीए को प्रज्वलित कीजिए और उस दीए की जोत से हवन-कुंड में रखी लकड़ियों के बीच रखे कपूर को जला दीजिए। इसके बाद गायत्री मंत्र, हनुमान चालीसा, श्रीराम स्तुति, कोई मंत्र इत्यादि जिस पर भी आपका मन टिकता हो; उसका नाम लेते हुए 'स्वाहा' के शब्द के साथ सामग्री तथा देसी घी अथवा सरसों के तेल की आहुति दीजिए। हवन संपन्न होने के बाद आरती और अंत में शांति पाठ होना चाहिए। हवन होने के बाद उसके पवित्र धुएँ को घर के हर कोने में घुमाइए। इससे घर में इकट्ठी नकारात्मक ऊर्जा के जोड़ समाप्त हो जाएँगे और वह टूटकर बिखर जाएगी और आपका घर छोड़कर जाने के लिए विवश हो जाएगी। इसके साथ जो अति सूक्ष्म रोगाणुओं और हानिकारक कीट-पतंगों का भी सफाया हो जाएगा। सुबह 4 बजे से 9 बजे तक और शाम को 5 बजे से सात बजे के मध्य का समय उपयुक्त है। यह गुणकारी शुद्धिकरण हवन प्रत्येक पूर्णिमा को तो होना ही चाहिए।

हवन प्राचीन भारत की एक आध्यात्मिक चिकित्सा-पद्धति है; जिसके प्रभाव से तन-मन स्वस्थ रहता है। प्रदूषित पर्यावरण का विषाक्त प्रभाव भी कम हो जाता है। इस हवन को प्रत्येक पूर्णिमा, त्योहारों, परिवार के सदस्यों के जन्मदिवस, विवाह की वर्षगाँठ तथा अन्य शुभ अवसरों पर नियमित रूप से किए जाने के फलस्वरूप हमारा और हमारे घर का आभा-मण्डल समृद्ध होता है। अनेक साधकों ने इस गुणकारी हवन की शक्ति को अनुभव किया है। इस हवन में परिवार के सभी सदस्य उपस्थित होकर अपनी-अपनी हाजरी लगाने के लिए घी अथवा सामग्री की आहुति अग्निदेव को समर्पित करें। इस अवसर पर प्रसाद रूप में फलाहार, मीठे में हलवा, मीठे चावल, खीर इत्यादि बनाया जा सकता है। नमकीन में दही-चावल, खिचड़ी, कढ़ी-चावल इत्यादि सात्विक भोजन उपयुक्त होगा।

मंगलकामनाओं सहित :



ईशान ध्यान मंदिर

EeshaanDhyaniMandir.com