माँ तारा सोलह गुरुवार साधना

माँ तारा की प्रसन्नता के लिए की गई इस साधना से आपके कर्म पुनः-व्यवस्थित हो सकते हैं तथा आपके जीवन में समृद्धि व आर्थिक स्थिति में सुधार ला सकती है

यूट्यूब वीडियो: Ma Tara Sadhana for Prosperity and Well Being

साधना का समय

यह साधना किसी भी गुरुवार से प्रारंभ की जा सकती है। साधना को कुल 16 लगातार गुरुवारों तक करना चाहिए। सर्वोत्तम परिणामों के लिए गुरुवार के दिन सूर्यास्त तक उपवास करना चाहिए। सूर्यास्त के बाद भोजन किया जा सकता है।

पूजा करने का उत्तम समय दोपहर से पहले का है। यदि यह संभव न हो, तो सूर्यास्त से पहले किसी भी समय पूजा की जा सकती है।

जप मंत्र

प्रत्येक गुरुवार निम्नलिखित मंत्र का 16 माला जप करें:

ॐ ह्रीं उग्रतारायै नीलसरस्वत्यै नमः	oṁ hreeṁ ugratārāyai nīlasarasvatyai namaḥ

उच्चारण के संदर्भ के लिए आप इस वीडियो का उपयोग कर सकते हैं: Ma Tara Mantra Meditation | Rajarshi Nandy

जप माला

जप के लिए आप रुद्राक्ष, स्फटिक, रक्त-चंदन या लाल हक़ीक की माला का प्रयोग कर सकते हैं। माला में 108 मनके होने चाहिए तथा एक गुरु मनका होना चाहिए।

चढ़ावा

माँ तारा को चढ़ावे में या तो पाँच फल, या पाँच फूल या पाँच मिठाई चढ़ा सकते हैं। फल, फूल या मिठाई एक ही प्रकार की हो सकती है, परंतु संख्या में पाँच होने चाहिए। इस साधना में कमल का फूल चढ़ाना अति प्रभावशाली हो सकता है। यदि आप पाँच फूल चढ़ा रहे हैं, तो अलग से भोग भी चढ़ायें।
पूजा के पश्चात, माँ तारा को चढ़ाया हुआ भोग आप प्रसाद में ग्रहण कर सकते हैं, और अन्य लोगों में बाँट भी सकते हैं।

साधना विधि

1. पूजा स्थल में तारापीठ वासिनी माँ तारा की एक फोटो रखें।
2. शुद्ध पानी से आचमन करें ।
3. तेल (सरसों या तिल का तेल) या घी का दीपक जलायें । अगरबत्ती या धूप जलायें
4. माँ तारा को चढ़ावे में या तो पाँच फल, या पाँच फूल या पाँच मिठाई चढ़ायें। यदि आप पाँच फूल चढ़ा रहे हैं, तो अलग से भोग भी चढ़ायें। कल्पना करें कि अर्पित की गई सभी सामग्री माँ तारा के चरणों में समर्पित हो रही है।
    a. यदि उपलब्ध हों, तो लाल फूल अर्पित करना श्रेष्ठतर है। कमल का फूल अर्पित करना अत्यंत शुभ होता है।
    b. फल, फूल या मिठाई एक ही प्रकार की हो सकती है, परंतु संख्या में पाँच होने चाहिए।
5. ध्यान और श्रद्धा के साथ माँ के मंत्र का 16 माला जप करें।

ॐ ह्रीं उग्रतारायै नीलसरस्वत्यै नमः	oṁ hreeṁ ugratārāyai nīlasarasvatyai namaḥ

6. माँ तारा से प्रार्थना करें की वो आपको समृद्धि, स्वास्थ्य प्रदान करें, आपका कल्याण करें व आप जिन भी परिस्थितियों से पीड़ित हों, उनसे उबरने मैं आपकी सहायता करें।
7. जप पूरा होने के पश्चात इस मंत्रा से समर्पण करें ।

गुह्याति-गुह्य-गोप्त्री-त्वं गृहाणास्मितकृतं जपम्। सिद्धिर्भवतु मे देवी त्वत्प्रसादान्मयि स्थिरा ।।	guhyāti-guhya-goptri-tvaṁ gṛhāṇāsmitakṛtam japam। siddhirbhavatu me devi tvatprasādānmayi sthirā ॥

पारण विधि (सोलहवें गुरुवार के पश्चात)

ये साधना 16 गुरुवार तक करने के बाद, पश्चिम बंगाल में तारापीठ मंदिर में जाकर पूजा करें। यदि स्वयं जा सकते हैं तो बहुत उत्तम नहीं तो वहाँ के किसी पंडित के माध्यम से, या किसी online संस्था के मध्यम से वहाँ पूजा करवा सकते हैं।

Kamakhya Bhairava Upasaka Foundation

प्रश्नोत्तरी

1. किस प्रकार का उपवास करना चाहिए? निर्जल या फलाहार?

जो आपके लिए संभव हो उसके आधार पर तय करें। हालांकि, जितनी कठिन उपवास होगा, परिणाम उतने ही बेहतर होंगे।

2. यदि मैं स्वास्थ्य के कारण उपवास नहीं कर सकता हूँ , तो मेरे पास क्या उपाय है?

फलाहार उपवास का प्रयास करें। पूजा करने के बाद फल खा सकते हैं।

3. सूर्यास्त के बाद, उपवास का पारण करने के बाद, क्या खा सकते हैं?

सूर्यास्त के बाद साधारण खाना खा सकते हैं।

4. यदि मेरा मासिक धर्म गुरुवार को पड़ जाये, तो क्या कर सकते हैं? क्या इसे साधना का खंडन माना जाएगा?

यदि आपका मासिक धर्म गुरुवार को पड़ जाये, तो आप उस दिन मानसिक जप कर सकते हैं, लेकिन उस गुरुवार को 16 में नहीं गिना जाएगा। इसे खंडन नहीं माना जाएगा लेकिन आपकी साधना में अधिक गुरुवार जुड़ जाएँगे।

5. यदि परिवार में जन्म या मृत्यु के कारण सूतक पड़ जाए, तो क्या करना चाहिए?

आपके कुल/परिवार में जो भी नियम माने जाते हैं, उनका पालन करें। वैसे इस साधना को सूतक में करने से कोई हानि नहीं होगी, लेकिन यदि आपको असुविधा हो तो आप अशौच काल (सूतक) पूरा होने के बाद पुनः प्रारंभ कर सकते हैं।

6. क्या मैं स्वयं जप करने के बजाय - राजर्षि जी के मंत्र जप वाले वीडियो को देखकर पूजा पूरी कर सकता हूँ?

मंत्र उच्चारण सुनना स्वयं जप करने का विकल्प नहीं है।

Kamakhya Bhairava Upasaka Foundation

प्रकाशन तिथि: जनवरी 19, 2026