Journal of Advance Research in Science and Social Science (JARSSC)
Publisher: Indian Mental Health & Research Centre
ISSN: 2582-2004
Volume 07, Issue 01
DOI: 10.46523/jarssc.07.01.01
Multidisciplinary, Open Access
Impact Factor: 3.612

एकादशी

डा0 सपना सिंह
शोध विषय– प्राचीन भारत में व्रत एवं पर्व
प्राचीन इतिहास, पुरातत्त्व एवं संस्कृति विभाग
तिलकधारी स्नातकोत्तर महाविद्यालय जौनपुर (उ.प्र.)

एकादशी नित्य व्रत की श्रेणी में आता है। नित्यकर्म की भॉति इसे भी करना चाहिए । ज्योतिष विज्ञान के अनुसार शुक्ल पक्ष की एकादशी तिथि को चन्द्रमा की एकादश कथाओ का प्रभाव जीवो पर पडता है तथा कृष्ण पक्ष की एकादशी तिथि को सूर्य मण्डल द्वारा ग्यारह कलाओ का प्रभाव जीवो पर पडता है । चन्द्रमा के प्रभाव से मन की चंचलता स्वभावता बढ जाती है यद्यपि उपवास से मन की चंचलता पर नियन्त्रण होता है। बारह मास में कुल 24 एकादशी तथा अधिमास पडने पर दो अन्य एकादशी अर्थात कुल छब्बीस एकादशी पडती है। जो भिन्न–भिन्न नामो से जानी जाती है।

एकादशी का आरम्भ मार्गशीष (अगहन) मास के कृष्ण पक्ष से किया गया है। यह मास भगवान का विग्रह माना जाता है। मार्गशीष के कृष्ण पद के एकादशी का नाम उत्पन्ना एकादशी है। इसी क्रम में मोक्षदा , पौष मास में सफला , और पुत्रदा , माध मास में षट्तिला और जया , फाल्गुन मास में विजया (कृष्ण) और शुक्ल पक्ष में आमलकी , चैत्र में पाप मोचनी , और कामदा , वैसाख में बरूथनी और मोहिनी , ज्येष्ठ मास में अपरा और भीमसैनी , अषाढ योगनी व हरसैनी एकादशी , श्रवण मास में कामिका और पुत्रदा एकादशी भाद्रपदमास के अजा और पद्मा अश्वीन मास की इन्द्रा और पापांकुशा कार्तिक मास की रमा व प्रबोधनी एकादशी पुरूषोत्तम पास की कमला व कामदा एकादशी। एकादशी व्रत को महान पुण्य फल दायनी माना गया है।

एकादशी के दिन दस इन्द्रियो एक मन पर नियन्त्रण कर संयम नियम धारण कर व्रत को पूर्ण करना चाहिए । पूर्व काल में इच्छवाकु वंशीय राजा अम्बरीष का एका**दशी व्रत का अनुष्ठान प्रसिद्ध है। श्रीमद् भागवत में कहा गया है कि**

आरिराधयिषुः कष्णं महिष्यां तुल्यशीलया ।
युक्तः सावंत्सरं वीरो दधार द्वादशीव्रतम ।। *(श्रीमद भागवत 9 ।4। 29)

Received: 12.02.2024 **Accepted:** 23.03.2024 **Published**: 24.03.2024

This work is licensed and distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any Medium, provided the original work is properly cited.

Journal of Advance Research in Science and Social Science (JARSSC)
Publisher: Indian Mental Health & Research Centre
ISSN: 2582-2004
Volume 07, Issue 01
DOI: 10.46523/jarssc.07.01.01
Multidisciplinary, Open Access
Impact Factor: 3.612

अर्थात कृष्ण को प्रसन्न करने की इच्छा से राजा अम्बरीष ने अपने पत्नि के साथ वर्षपर्यन्त द्वादशी प्रधान एकादशी व्रत किया था।

एकादशी के दिन अन्न ग्रहण करना निषेध किया गया है।

एकादश्यां निराहारः समभ्यर्च्य जनार्दनम् ।

स्नातुं नन्दस्तु कालिन्द्या द्वादश्यां जलमाविशत्।।*(श्रीमद् भागवत पुराण 10।28।1)

पद्मपुराण में एकादशी के दिन नैमित्तिक श्राद्ध का वर्णन है । इसी प्रकार ब्राम्हण पुराण में बताया गया है कि जो व्यक्ति एकादशी के दिन सम्यमित होकर विविध उपचारो से भगवान श्री हरिका पूजन बन्दन तथा रात्रि जागरण करता है , वह व्यक्ति भगवान का प्रिय पात्र बन जाता है।

➢ **विजया एकादशी** – फाल्गुन मास के कृष्ण पक्ष में दशमी के रात्रि के पश्चात विजया नामक एकादशी व्रत होता है। यह व्रत बहुत ही प्राचीन पवित्र और पाप नाशक है। यह एकादशी राजाओ को विजय प्रदान करने वाली है। पद्मपुराण में वर्णन है कि – प्राचीन काल की बात है जब भगवान राम अपनी भार्या सीता एवं भ्राता लक्ष्मण के साथ पंचवटी में निवास कर रहे थे रावण ने सीता का हरण कर लिया उसके बाद व्याकुल होकर श्रीराम बन में सीता को खोजने लगे । इसी क्रम में उनका सुग्रीव से मिलन हुआ और लंका को प्रस्थान हुआ। समुद्र के किनारे श्री राम ने लक्ष्मण से कहा – सुमित्रा नन्दन किस पुण्य से इस समुद्र को पार किया जा सकता है। मुझे ऐसा कोई उपाय समझ में नही आ रहा है। लक्ष्मण ने सुझाव दिया कि हे पुरोषोत्तम आपसे कुछ भी छिपा नही है। यहॉ द्वीप के अन्दर बकदालभ्य नामक मुनि श्रैष्ठ निवास करते है। हे रघुनन्दन उन्ही मुनिश्वर से आप उपाय पुछे ऐसा सुन कर श्री राम बकदालभ्य से मिलने उनके आश्रम पहुचे तथा नतमसतक होकर प्रणाम किया मु नि ने उनको पहचान जिया और बोले हे पुरूषोत्तम श्री राम है। राम ने मुनि से पुछा हे मुनिश्वर लंका पर विजय प्राप्त करने का मुझे उपाय बताये । मुनि श्रेष्ठ ने कहा हे राम आप कृष्ण पक्ष की विजया नामक एकादशी व्रत विधि पूर्वक पालन करे। इस दिन कलश स्थापित करे। वह सोने चॉदी मिट्टी व ताम्वे का भी हो सकता है। उस कलया को जल से भर कर आम का पल्लव डाले । माला चन्दन सुपारी नारियल आदि द्वारा उसका विशेष रूप से पूजन करे। और जौ रखे । गंन्ध धुप दीप और भॉति – भॉति के नैवैद्य से पूजन करे। रात्रि में जागरण करे। घृत का दीपक जलाये । फिर द्वादशी के दिन कलश को किसी जलाशय के समीप नदी झरने व पोखरे में जाकर प्रवाहित करे। कलश के साथ ही दान करे। इससे आपकी विजय सुनिश्चत हो जायेगी । श्री

Received: 12.02.2024 **Accepted:** 23.03.2024 **Published**: 24.03.2024

This work is licensed and distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any Medium, provided the original work is properly cited.

Journal of Advance Research in Science and Social Science (JARSSC)
Publisher: Indian Mental Health & Research Centre
ISSN: 2582-2004
Volume 07, Issue 01
DOI: 10.46523/jarssc.07.01.01
Multidisciplinary, Open Access
Impact Factor: 3.612

राम ने मुनिश्वर के अनुसार फाल्गुन मास के कृष्ण पक्ष के विजया एकादशी को विधि पूर्वक व्रत का पालन किया । फल स्वरूप लंका विजय प्राप्त की और उनका परलोक अक्षय बना रहा ।

➢ **<u>आमलकी एकादशी</u>** – फालगुन मास के शुक्ल पक्ष में पडने वाली एकादशी का नाम आमलकी एकादशी है। इस व्रत के प्रभाव से विष्णु लोक की प्रापित होती है। पद्मपुराण में उल्लेख है कि आमलकी (आवला) एक महान वृक्ष है। जो सभी पाप पुन्जो का नाश करने वाला है। आमलकी वृक्ष की उत्पत्ति एक बार श्री हरि के थुकेने से चन्द्रमा के समान कान्तियुक्त जो बिन्दू पृथ्वी पर गिरा उसी से आमलकी वृक्ष उत्पन्न हुआ । इसे वक्षो का आदि भूत कहा जाता है। देवता एवं ऋषि उस स्थान पर आये जहॉ पर आमलकी वृक्ष था। देवताओ को इसे देख कर बडा आश्चर्य हुआ उन्हे इस प्रकार चिन्तित देखकर आकाशवाणी हुई कि हे महर्षियो यह सर्वश्रेष्ठ आमलकी वृक्ष है। जो विष्णु को प्रिय है। विष्णु भक्त मनुष्यो के लिए यह परमपूज्य है। पद्मपुराण में कथा है कि –फाल्गुन पक्ष में शुक्ल पक्ष में यदि पुष्य नक्षत्र से युक्त द्वादशी युक्त आमलकी एकादशी पूर्य दायनी एवं पातको का नाश करने वाली होती है। आमलकी एकादशी व्रत में आवले के वृक्ष के पास जाकर वहा पर रात्रि में जागरण करना चाहिए इससे मनुष्य सभी पापो से मुक्त हो जाता है। यह व्रतो में सर्वोत्तम व्रत है। व्रत की उत्तम विधि नित्य दैनिक कार्य को करके स्नान करे। स्नान से पूर्व शरीर पर मिट्टी का लेप करे और कहे हे वसुन्धरे हमारे पापो को हर लो और सम्पूर्ण दिन निराहार रहे । निराहार रहकर व्रत का पालन करे । आमलकी वृक्ष के नीचे गाय के गोबर से लेपन करे कलश की स्थापना करे। स्वेत चन्दन अर्पित करे पुष्प माला धुप सुगन्ध तथा दीपक जलाये पूजा के लिए नवीन छाता , जूता, वस्त्र भी प्रदान करे । फिर स्वर्णमय परशुराम जी की प्रतिमा स्थापित करे। तत्पश्चात की विविशोकाय नमः कहकर उनके चरणो की विश्वरूपिणे नमः से दोनो घुटनो की उग्राय नमः से जांघो की दामोदराय नमः से कटिभागकी पद्मनाभाय नमः से उदर की श्रीवत्सधारिणे नमः से वक्ष स्थल की चक्रिणे नमः से वायी वांह गदिने नमः से दाहिने वॉह की बैकुण्ठाय नमः से मुख की विशसोकनिधये नमः नासिका वासुदेवायस से नेत्रो की वामनाय नमः से ललाट की , सर्वात्मने नमः से सम्पूर्ण अंगो तथा मस्तक की पूजा करे। वे ही पूजा के मंत्र है। पद्नुसार भक्ति युक्त चित्त से शुद्ध फल के द्वारा परशुराम जो को अर्घ प्रदान करे। तत्पश्चात रात्रि जागरण करे , आमलकी वृक्ष की परिक्रमा करे तथा श्री हरि की आरती करे। ऐसा करने से जो पूण्य प्राप्त होता है वह सम्पूर्ण तिर्थो के सेवन

Received: 12.02.2024 **Accepted:** 23.03.2024 **Published**: 24.03.2024

This work is licensed and distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any Medium, provided the original work is properly cited.

Journal of Advance Research in Science and Social Science (JARSSC)
Publisher: Indian Mental Health & Research Centre
ISSN: 2582-2004
Volume 07, Issue 01
DOI: 10.46523/jarssc.07.01.01
Multidisciplinary, Open Access
Impact Factor: 3.612

करने से जों पूर्ण्य प्राप्त होता है। तथा सब प्रकार के दान (गोदन) देने से जो फल प्राप्त होता है तथा यज्ञ की अपेक्षा इस व्रत को करने से वह फल प्राप्त होता है।

एकादशी व्रत की पूजन विधि –

दशमी की रात्रि को सात्विक आहार ग्रहण कर व्रती को प्रातः वेला में उठकर नियम संयम व एकाग्रचित होकर एकादशी व्रत का पालन करना चाहिए । इस व्रत में भगवान विष्णु के विग्रह को स्थापित कर पंचामृत से स्नान कराकर कुमकुम , हल्दी, अरगजा , चन्दन ,धूप , दीप , पुष्प , पुष्पहार , नैवैद्य अर्पित करना चाहिए । फिर भगवान को वस्त्र , छत्र , चरण पादुका अर्पित करना चाहिए । तत्पश्चात कलश की स्थापना , कलश पर विराजमान श्रीहरि का विग्रह की पूजा करबद्ध होकर करनी चाहिए। चरणो की वन्दना पदमनाभाय नमः , घुटनो की – विश्वमूर्तये नमः दोनो जॉघो की ज्ञानगम्ययाय नमः कठिभाग की ज्ञान प्रदाय नमः , उदर की विश्व नाथाय नमः हृदय की श्रीधराय नमः , कण्ठ की कौस्तुभ कण्ठाय नमः दोनेा बाहो की क्षत्राप्तकारिणे नमः ललाट की व्योमयून्ध्र नमः सिर की पूजा सर्व रूपिणे नमः नाम मंत्र द्वारा पूजन बन्दन करना चाहिए अतं में दिव्यरूपिणे नमः कहकर श्रीहरि के सभी अंगो की पूजा करती चाहिए । इस प्रकार सविधि भगवान विष्णु की पूजा व्रती मनुष्य द्वारा सम्पन्न करना चाहिए और भगवान केश अ0दान करना चाहिए और भगवान केशव से प्रार्थना करनी चाहिए कि हे प्रभु मै इस संसार सागर में डूब रहा हूॅ । हे भगवान पदमनाथ हमे अपनी आतुल भक्ति प्रदान करे और भगवान को कपूर , ताम्बूल , निवेदित करना चाहिए । घुत का दीपक जलाकर भगवान जनार्दन के समक्ष रखना चाहिए ।

एकादशी व्रत में जागरण का माहात्म्य –

एकादशी व्रत में रात्रि जागरण का अत्यन्त महत्व है। व्रती द्वारा जागरण करने से श्री हरि को अत्यन्त प्रसननता प्राप्त होती है। साधक को वैष्णव भक्तो के साि मिलकर नृत्य ,कीर्तन , भजन , नाम जप , द्वारा रात्रि जागरण करना चाहिए । क्यो कि रात्रि जागरण के समय कृष्ण का ध्यान , नाम जपने से व्रत का चौगुना फल प्राप्त होता है। पद्मपुराण में वर्णन है कि जो मनुष्य श्री हरि विष्णु के लिए एकादशी व्रत में नृत्य , गीत भजन , कीर्तन करता है उस व्रती के लिए ब्रम्हलोक , कैलाश , वैकुण्ठ लोक के द्वार स्वतः ही सुलभ हो जाते है। और जन्मजन्मान्तर के पापो का शमन होता है।

Received: 12.02.2024 **Accepted:** 23.03.2024 **Published**: 24.03.2024

This work is licensed and distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any Medium, provided the original work is properly cited.

Journal of Advance Research in Science and Social Science (JARSSC)
Publisher: Indian Mental Health & Research Centre
ISSN: 2582-2004
Volume 07, Issue 01
DOI: 10.46523/jarssc.07.01.01
Multidisciplinary, Open Access
Impact Factor: 3.612

अतः व्रती को प्रत्येक एकादशी व्रत की रात्रि में भगवान विष्णु का प्रतिमा स्थापित कर मन्दिर स्वरूप उसे निर्मित करके संयमित व इन्द्रिय नियन्त्रण करके जागरण करना चाहिए

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

ग्रन्थ सूची

- शतपथ ब्राह्मण –सम्पा 0ए0 वेवर 1924
- पद्मपुराण' वेंकटेश्वरप्रेस बम्बई 1895
- मत्स्य पुराण –गुरू मण्डल ग्रन्थमाला कलकत्ता 1954
- विष्णु धर्मसूत्र – गीताप्रेस गोरखपुर
- गरूणपुराण – गीता प्रेस गोरखपुर

सहायक ग्रंथ

- प्राचीन भारत में सामाजिक परिवर्तन– राघवेन्द्र पांथरी
- अभिज्ञान सकुनतलम– कालीदास सं0 सरदार गंजरे प्रकासक सिटी बुक सोसायटी कलकत्ता
- अग्निपुराण– अनुवाद मन्मन्थनाथ उत्तर कोलकत्ता1901
- व्रतराज –श्री विश्वनाथ शर्मा श्री वेकटेश्वर प्रेस मुम्बई 1975
- व्रतोद्योपनकौमुदी – चौखम्भा विश्व भारती प्रकाशक वारणसी
- व्रतोत्सव चंद्रिका – पी0 गणेशन वाराणसी 1980
- व्रत एवं त्योहार – एस0 जैन
- हमारे तीज त्योहार और मेले –डा0 जयनारायण कौशिक

Received: 12.02.2024 **Accepted:** 23.03.2024 **Published**: 24.03.2024

This work is licensed and distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any Medium, provided the original work is properly cited.