# अंतस्



हिन्दू पंचांग के अनुसार, महाशिवरात्रि हर साल फाल्गुन माह कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी तिथि को मनाया जाता है। इस वर्ष यह पावन पर्व 15 फरवरी रविवार को है। धार्मिक मान्यता के अनुसार, यह पावन पर्व भगवान शिवजी को समर्पित है। इस दिन भगवान शिव के भक्त उनकी कृपा पाने के लिए उनकी विधि-विधान के साथ पूजा आराधना करते हैं। इस दिन रात्रि पूजन भी किया जाता है, लेकिन इससे महत्वपूर्ण चार पहर की पूजा होती है। मान्यता है कि चार पहर की पूजा करने से व्यक्ति जीवन के पापों से मुक्त हो जाता है तथा धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष की प्राप्ति होती है। महाशिवरात्रि के दिन चार पहर की पूजा संध्या काल से शुरू होकर अगले दिन ब्रह्म मुहूर्त तक की जाती है। सामान्य गृहस्थ को महाशिवरात्रि के दिन शुभ और मनोकामना पूर्ति के लिए सुबह और संध्या काल में शिव की आराधना करनी चाहिए।



पं. मनोज कुमार द्विवेदी
आध्यात्मिक लेखक, ज्योतिषाचार्य

# महाशिवरात्रि

## देवों के देव महादेव की आराधना का पर्व

### समग्रता के प्रतीक शिव

भगवान शिव का व्यक्तित्व एवं स्वरूप समग्रता का प्रतीक है यह उनके जीवन का वह दर्शन प्रदान करता है, जो मनुष्य को उसके व्यक्तित्व के उच्चतम शिखर तक ले जाता है। भगवान शिव का यह चरित्र मानवीय जीवन के उच्चतम आदर्शों की पराकाष्ठा है। महादेव गृहस्थ भी हैं और वीतरागी आदियोगी भी, उनका यह गुण संदेश देता है कि योग के मार्ग पर चलने के लिए ईश्वर की भक्ति के लिए संसार त्याग आवश्यक नहीं है। त्याग तो स्वयं की दुष्प्रवृत्तियों का, आसक्ति व अहंकार का करना चाहिए ताकि अंतःकरण को योग के अनुकूल बनाया जा सके। कैलाशवासी भगवान शिव एक ओर तो परम पवित्र हिमालय में तपस्या में लीन रहते हैं, तो दूसरी ओर भूतगणों के साथ श्मशान में निवास करते भी माने जाते हैं। इसका व्यावहारिक आशय यह है कि पवित्र और श्रेष्ठ के संपर्क में रहना श्रेयकर है, किंतु घृणित और पापी किसी को नहीं समझा जाना चाहिए। सब परमात्मा की ही संतान हैं एवं वे स्वयं सबको बराबर स्नेह करते हैं। शिव यहां सम्यक दृष्टि व मैत्री की शिक्षा देते हैं। पौराणिक कथाओं के अनुसार, महाशिवरात्रि के दिन शिवजी पहली बार प्रकट हुए थे। शिव का प्राकट्य ज्योतिर्लिंग यानी अग्नि के शिवलिंग के रूप में था। ऐसा शिवलिंग जिसका न तो आदि था और न अंत। बताया जाता है कि शिवलिंग का पता लगाने के लिए ब्रह्माजी हंस के रूप में शिवलिंग के सबसे ऊपरी भाग को देखने की कोशिश कर रहे थे, लेकिन वह सफल नहीं हो पाए। वह शिवलिंग के सबसे ऊपरी भाग तक पहुंच ही नहीं पाए। दूसरी ओर भगवान विष्णु भी वराह का रूप लेकर शिवलिंग के आधार ढूंढ रहे थे, लेकिन उन्हें भी आधार नहीं मिला।

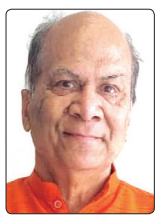
### शिव और शक्ति मिलन

महाशिवरात्रि को पूरी रात शिवभक्त अपने आराध्य के लिए जागरण करते हैं। शिवभक्त इस दिन शिवजी की शादी का उत्सव मनाते हैं। मान्यता है कि महाशिवरात्रि को शिवजी के साथ शक्ति की शादी हुई थी। इसी दिन शिवजी ने वैराग्य जीवन छोड़कर गृहस्थ जीवन में प्रवेश किया था। शिव जो वैरागी थे, वह गृहस्थ बन गए। माना जाता है कि शिवरात्रि के 15 दिन पश्चात होली का त्योहार मनाने के पीछे एक कारण यह भी है। इसलिए महाशिवरात्रि हिंदू धर्म में आस्था रखने वालों एवं भगवान शिव के उपासकों का एक मुख्य त्योहार है। मान्यता यह भी है कि इस दिन भगवान शिव की सेवा में दान-पुण्य करने व शिव उपासना से उपासक को मोक्ष मिलता है। शिवरात्रि के पर्व पर जागरण का विशेष महत्व है। पौराणिक कथा है कि एक बार पार्वतीजी ने भगवान शिवशंकर से पूछा, 'ऐसा कौन-सा श्रेष्ठ तथा सरल व्रत-पूजन है, जिससे मृत्युलोक के प्राणी आपकी कृपा सहज ही प्राप्त कर लेते हैं?' उत्तर में शिवजी ने पार्वती को 'महाशिवरात्रि' के व्रत का उपाय बताया। चतुर्दशी तिथि के स्वामी शिव हैं। अतः ज्योतिष शास्त्रों में इसे परम शुभफलदायी कहा गया है। वैसे तो शिवरात्रि हर महीने में आती है, परंतु फाल्गुन कृष्ण चतुर्दशी को ही महाशिवरात्रि कहा गया है। ज्योतिषीय गणना के अनुसार सूर्य देव भी इस समय तक उत्तरायण में आ चुके होते हैं तथा ऋतु परिवर्तन का यह समय अत्यंत शुभ कहा गया है।

### पूजा से शांत होते हैं कुंडली के दोष

महाशिवरात्रि में शिवलिंग की पूजा करने से जन्मकुंडली के नवग्रह दोष तो शांत होते हैं विशेष करके चंद्रजनित दोष जैसे मानसिक अशान्ति, मां के सुख और स्वास्थ्य में कमी, मित्रों से संबंध, मकान-वाहन के सुख में विलम्ब, हृदयरोग, नेत्र विकार, चर्म-कुष्ट रोग, नजला-जुकाम, स्वांस रोग, कफ-निमोनिया संबंधी रोगों से मुक्ति मिलती है और समाज में मान प्रतिष्ठा बढ़ती है। सुहागिन महिलाओं को इसदिन मां पार्वती को श्रृंगार हेतु मेंहदी चढ़ानी चाहिए और पुरुषों को पंचामृत, दूध, दही, घी, शहद और शक्कर से स्नान कराकर बेलपत्र पर अष्टगंध, कुमकुम अथवा चंदन से राम-राम लिखकर 'ॐ नमः शिवाय करालं महाकाल कालं कृपालं ॐ नमः शिवाय' कहते हुए शिवलिंग पर अर्पित करना चाहिए। साथ ही भांग, धतूरा और मंदार पुष्प तथा गंगाजल भी अर्पित हुए काल हरो हर, कष्ट हरो हर, दुःख हरो, दारिद्रय हरो, नमामि शंकर भजामि शंकर शंकर शंभो तव शरणं। मंत्र से प्रार्थना करनी चाहिए।

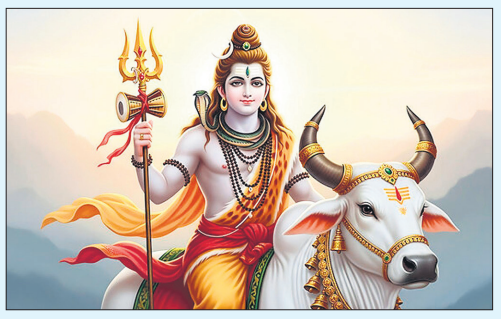
## समस्त सृष्टि के स्वामी शिव





अशोक सूरी
आध्यात्मिक लेखक

देवों के देव महादेव, भूतभावन, व्योमकेष, जीवों का परम कल्याण करने वाले भगवान आषुतोश भोले भंडारी के परम उत्सव पर अपनी लेखनी को पवित्र करने का लेख संवरण नहीं कर पा रहा हूं। शिवरात्रि हिन्दुओं के सबसे पवित्र त्योहारों मे से एक है। शिव ही समस्त सृष्टि के स्वामी हैं। भूतभावन भगवान शंकर ही इस चराचर जगत के समस्त प्राणियों (मनुश्य, पशु, पक्षी, देव, दानव) को इस धरा पर अस्तित्व प्रदान करते हैं। वे ही आदि हैं और वे ही अंत हैं। भूत का तात्पर्य केवल भूत-प्रेत आत्माओं से नहीं है, बल्कि भूत का मूल अर्थ, जो इस धरा पर उत्पन्न हुआ है, अर्थात पंचभूत से बना हर जीव भूत है। भावनः का तात्पर्य है-इनका पालन करने वाला एवं इनका कल्याण करने वाला।





बाबा विश्वनाथ के इस पर्व को मनाने के पीछे कई कथाएं प्रचलित हैं। शिव पुराण में महाशिवरात्रि का विस्तार से वर्णन किया गया है। शिव पुराण के रुद्र संहिता (पार्वती खंड) में भगवान शिव के पार्वती से विवाह उत्सव का वर्णन मिलता है। बसंत पंचमी के बाद आने वाला यह पर्व प्रकृति के अत्यंत सुंदर मनभावन स्वरूप के समय मनाया जाता है। यहां शिव को चेतना एवं शक्ति को ऊर्जा (शक्ति) के योग का उत्सव भी माना जाता है। शिवरात्रि में आध्यात्मिक रूप यदि देखा जाए तो शिव का अर्थ है-कल्याण और रात्रि का अर्थ है विश्राम अथवा अंधकार। महाशिवरात्रि का यह पर्व अज्ञानता के अंधकार को मिटाकर आत्मज्ञान के प्रकाश की ओर बढ़ने के प्रतीक के रूप में भी देखा जाता है।

महाशिवरात्रि को मनाने के पीछे दूसरी पौराणिक गाथा का वर्णन समुद्र मंथन और विशपान से जुड़ा है। समुद्र मंथन के समय जब हलाहल नामक विष समुद्र से निकला, तो उसे ग्रहण करने को सुर-असुरों में से कोई भी तैयार नहीं हुआ, ऐसे समय में भगवान शिव ने इस हलाहल को पीकर अपना नाम नीलकंठ चरितार्थ किया। इसी उपकार के कारण भी आभार स्वरूप भक्त लोग इस व्रत को रखते हैं और शिवरात्रि का पर्व मनाते हैं। महाशिवरात्रि को उपवास रखने का नियम है, जिसका तात्पर्य है, हमें अपनी इन्द्रियों पर संयम रखना चाहिए। रात्रि जागरण करके हम अज्ञान से जागरण की शिक्षा प्राप्त करते हैं। बेल पत्र को शिवलिंग पर अर्पण करने का तात्पर्य त्रिगुणों पर विजय है।

पौराणिक कथा

## विधि का लेख

एक बार भगवान विष्णु गरुड़ पर आरूढ़ होकर कैलाश पर्वत पहुंचे। द्वार पर गरुड़ को छोड़कर वे स्वयं महादेव से मिलने भीतर चले गए। गरुड़ बाहर खड़े कैलाश की अलौकिक प्राकृतिक शोभा को निहार रहे थे। हिमशिखरों की दिव्यता, मंद समीर और दिव्य शांति उन्हें मंत्रमुग्ध कर रही थी। तभी उनकी दृष्टि एक अत्यंत सुंदर, नन्हीं-सी चिड़िया पर पड़ी। वह इतनी कोमल और आकर्षक थी कि गरुड़ का मन अनायास ही उसी में उलझ गया। उसी क्षण यमराज कैलाश पधारे। भीतर जाने से पहले उन्होंने उस चिड़िया को एक गहरी और आश्चर्यपूर्ण दृष्टि से देखा।

गरुड़ यह संकेत समझ गए। उन्हें आभास हो गया कि उस चिड़िया की मृत्यु निकट है और यमराज कैलाश से लौटते समय उसे अपने साथ ले जाएंगे। करुणा से भरकर गरुड़ का हृदय द्रवित हो उठा। वे इतनी छोटी और सुंदर चिड़िया को मरते हुए नहीं देख सके। उन्होंने उसे अपने पंजों में सहेजा और कैलाश से हजारों कोस दूर एक निर्जन वन में, एक ऊंची चट्टान पर सुरक्षित छोड़ दिया। इसके बाद वे पुनः कैलाश लौट आए। जब यमराज बाहर आए, तो गरुड़ ने विनम्रतापूर्वक पूछा-"प्रभु, आपने उस छोटी-सी चिड़िया को इतनी आश्चर्य भरी दृष्टि से क्यों देखा था?"

यमराज बोले- "गरुड़, जब मैंने उस चिड़िया को देखा, तब मुझे ज्ञात हुआ कि कुछ ही क्षणों बाद वह यहां से हजारों कोस दूर एक नाग द्वारा निगल ली जाएगी। मैं इसी बात पर विचार कर रहा था कि वह इतनी अल्प अवधि में इतनी दूर कैसे पहुंचेगी? पर अब वह यहां नहीं है, तो निश्चय ही उसका अंत हो चुका होगा।" यह सुनकर गरुड़ को सत्य का बोध हो गया। वे समझ गए कि मृत्यु को टाला नहीं जा सकता, चाहे कितनी ही चतुराई क्यों न कर ली जाए। इसीलिए परमात्मा कहते हैं-"तू करता वही है, जो तू चाहता है, पर होता वही है, जो मैं चाहता हूं। तू वही कर, जो मैं चाहता हूं- फिर होगा वही, जो तू चाहेगा।"

## सोमनाथ और घटता-बढ़ता चंद्रमा

चंद्रमा बहुत सुंदर था। उसकी सुंदरता के चर्चे सर्वत्र होते थे। चंद्रमा की सुंदरता पर मोहित होकर दक्ष प्रजापति की सत्ताइस पुत्रियों ने उससे विवाह कर लिया था। कुछ दिन हंसी-खुशी में व्यतीत हुए फिर चन्द्रमा रोहिणी को छोड़कर शेष पत्नियों से नाराज रहने लगा। एक दिन तो उसने हद ही कर दी। रोहिणी को छोड़कर शेष पत्नियों को उसने महल से निकाल दिया। अपमानित दक्ष पुत्रियों ने मायके जाकर अपने पिता दक्ष प्रजापति से रो-रोकर अपनी व्यथा सुनाई। दक्ष ने चन्द्रमा को बुलाकर समझाया पर चन्द्रमा नहीं माना। उसने दक्ष प्रजापति को उल्टे बहुत भला-बुरा कहा। इस पर दक्ष प्रजापति को गुस्सा आ गया। उन्होंने चन्द्रमा को शाप दे दिया- 'तुम्हें अपने रूप-सौंदर्य का बड़ा गर्व है, जा तुझे क्षय रोग हो जाएगा। तू- कांतिहीन हो जाएगा। दक्ष के शाप से छुटकारे के लिए चन्द्रमा ने भोले शंकर भगवान शिव की कठोर तपस्या की। शिव प्रसन्न हुए और चन्द्रमा से वर मांगने को कहा। चन्द्रमा ने शिव को सारी घटना बताई और श्राप से मुक्त होने का वर मांगा। शिव बोले- वत्स, मैं दक्ष के श्राप को समाप्त तो नहीं करूंगा, पर उसे कम करके लगभग निष्प्रभावी कर दूंगा। अब महीने के पहले पन्द्रह दिन तुम दक्ष के श्राप से क्षय रोग से ग्रसित रहोगे, प्रतिदिन घटते रहोगे। पर शेष 15 दिन तुम दक्ष के श्राप से मुक्त होकर तुम कांतिवान होकर बढ़ते रहोगे। दक्ष के श्राप से तुम अमावस्या को क्षय रोग से पूर्णतः ग्रसित होगे, जबकि पूर्णिमा को पूर्ण रूप से मुक्त होकर तुम विश्व को मोहित करोगे। तुम्हारी 27 पत्नियों के नाम अब तुम्हारे साथ जुड़कर अमर हो जाएंगे। ये सभी नक्षत्र मंडल में होंगी।

तब से चन्द्रमा क्षय रोग से ग्रसित हो गया। दक्ष के श्राप के कारण वह प्रत्येक मास पहले पक्ष में पहले क्षय रोग के कारण धीरे-धीरे घटता रहता है और अमावस्या को लोप हो जाता है। इसे कृष्ण पक्ष कहते हैं। शिव के वरदान के कारण अमावस्या के बाद चन्द्रमा क्षय रोग से धीरे-धीरे मुक्त होता रहता है और पूर्णिमा को पूर्ण मुक्त हो जाता है। इसे शुक्ल पक्ष कहते हैं। पूर्णिमा के चांद की सुंदरता की तुलना सदियों से मनुष्यों द्वारा की जाती रही है। कहते हैं कि गुजरात के प्रभाष पाटन क्षेत्र में जहां चन्द्रमा ने भगवान शिव की पूजा की थी, वहां उसने महादेव शिव का भव्य मंदिर बनवाया था, जो सोमनाथ मंदिर के नाम से प्रसिद्ध हुआ। आज भी प्रभाष क्षेत्र (गुजरात) में सोमनाथ का मंदिर हैं, जहां लाखों लोग भगवान शिव के दर्शन को जाते हैं। यहां पर पिंड दान भी किया जाता है और महाशिवरात्रि, भादौ, कार्तिक तथा चैत्र के महीने में मेला भी लगता है।



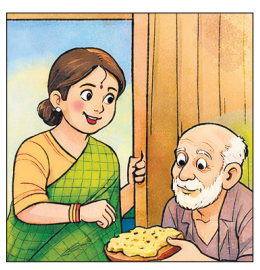
शिवचरण चौहान
लेखक

बोधकथा

## विवेक और उदारता

विनीता संस्कारों की छाया में पली-बढ़ी एक सुलझी हुई बेटी थी। उसका स्वभाव उतना ही विनम्र था जितना उसका नाम। बड़ों का आदर, सेवा-भाव और अनुशासित जीवन उसकी दिनचर्या का हिस्सा थे। पढ़ाई के साथ-साथ वह दूसरों के काम आने को भी अपना कर्तव्य मानती थी। इसी सहजता और सरलता के कारण वह जहां जाती, लोगों के मन में जगह बना लेती। भाग्य ने उसे ऐसे परिवार की बहू बना दिया, जहां धन तो बहुत था, पर दान और करुणा का अभाव था। उस घर में संपत्ति को केवल भोगने और बढ़ाने की सोच थी, बांटने की नहीं। धर्म और पुण्य की बातें वहां केवल शब्द बनकर रह गई थीं। एक दिन घर के द्वार पर एक वृद्ध आया, कमज़ोर, भूखा और बेसहारा। विनीता ने उसे देखा और जो घर में उपलब्ध था, वही उसे दे दिया, सूखी, बासी रोटी। वृद्ध ने उसे हाथ में लेकर कहा- "बेटी, यह मुझसे नहीं खाई जाएगी।" विनीता ने बिना किसी कटुता के उत्तर दिया- "बाबा, इस घर में ऐसा ही भोजन होता है।"

वहीं खड़े उसके श्वसुर यह सुनकर चौंक पड़े। वे बहू के व्यवहार से सदा प्रसन्न रहते थे। उन्होंने पूछा- "बेटी, तुम ऐसा क्यों कह रही हो?" विनीता ने शांत स्वर में कहा- "पिताजी, मैंने इस घर में यही देखा है कि जो धन पूर्व पुण्य से मिला है, उसे केवल संजोया और भोगा जाता है। दान, सेवा और धर्म का आचरण यहां दिखाई नहीं देता।" उसके शब्दों ने श्वसुर के मन को झकझोर दिया।





उन्हें पहली बार अपनी भूल स्पष्ट रूप से दिखाई दी। उसी क्षण उन्होंने बहू को उचित कार्य करने की अनुमति दी। विनीता ने तुरंत उस वृद्ध को सम्मानपूर्वक अच्छा भोजन कराया, उससे स्नेह से बातें कीं और उसके जीवन के बारे में जाना। उसे सच्चरित्र पाकर घर के पास ही रहने की व्यवस्था कर दी। कुछ समय बाद वृद्ध बीमार पड़ा। अल्प समय में ही, ईश्वर का स्मरण करते हुए, आत्मा की शुद्धता का चिंतन करते हुए, सबके प्रति क्षमाभाव रखकर वह शांतिपूर्वक इस संसार से विदा हो गया। उसका जीवन एक मौन संदेश छोड़ गया- धन की कमी मनुष्य को केवल परेशान करती है, पर धन की अधिकता यदि विवेक से रहित हो जाए, तो वही धन मनुष्य को अहंकार, विलास और निर्दयता की ओर ले जाकर उसके पतन का कारण बन जाता है।

## आधुनिक युग में माता सीता की प्रासंगिकता और नारी सम्मान

भारतीय संस्कृति और हिंदू धर्म की समृद्ध आध्यात्मिक चेतना में माता सीता केवल एक पौराणिक चरित्र नहीं, बल्कि त्याग, समर्पण, धैर्य, करुणा, असीम पवित्रता और नारी मर्यादा की ऐसी जीवंत प्रतिमूर्ति हैं, जो युगों-युगों से नारी शक्ति को परिभाषित करती आई हैं। उनका जीवन हमें यह सिखाता है कि परिस्थितियां चाहे कितनी ही कठिन क्यों न हों, यदि मन में धर्म, संयम और आत्मविश्वास अडिग हो, तो जीवन की हर अग्निपरीक्षा सार्थक बन जाती है। माता सीता का व्यक्तित्व स्त्री चेतना का वह स्वरूप प्रस्तुत करता है, जिसमें सौम्यता के साथ अडिग शक्ति का संतुलन दिखाई देता है।

श्वेता गोयल
लेखिका

माता सीता के प्राकट्य की कथा भारतीय परंपरा की सबसे दिव्य और अर्थपूर्ण कथाओं में से एक है। रामायण के अनुसार मिथिला में एक समय भयंकर अकाल पड़ा था। ऋषियों के परामर्श पर मिथिला के राजा जनक ने स्वयं हल चलाने का संकल्प लिया, जिससे धरती माता प्रसन्न हों और वर्षा हो। जब राजा जनक खेत जोत रहे थे, तब हल का अग्र भाग, जिसे 'सीत' कहा जाता है, धरती में गड़े एक स्वर्ण कलश से टकराया। उस कलश से एक दिव्य, तेजस्वी और अनुपम सौंदर्य से युक्त कन्या प्रकट हुई। निःसंतान राजा जनक ने उसे ईश्वर का प्रसाद मानकर स्वीकार किया। हल के अग्र भाग से उत्पन्न होने के कारण उनका नाम सीता पड़ा, राजा जनक की पुत्री होने के कारण वे जानकी कहलाईं और धरती से जन्म लेने के कारण भूमिजा। इस प्रकार माता सीता का जन्म स्वयं प्रकृति और धर्म के पवित्र मिलन का प्रतीक बन गया।

माता सीता का संपूर्ण जीवन त्याग, सहनशीलता और आत्मबल की जीवंत मिसाल है। राजमहल की सुख-सुविधाओं को छोड़कर वनवास स्वीकार करना, अपहरण, अकेलापन, लोकापवाद और कठोर परीक्षाओं को सहन करना-इन सबके बावजूद उन्होंने अपने चरित्र, आत्मसम्मान और धर्म से कभी समझौता नहीं किया। वे केवल भगवान राम की अर्धांगिनी नहीं थीं, बल्कि उनके धर्मपथ की सहचरी और नैतिक शक्ति भी थीं। उनका जीवन यह दर्शाता है कि नारी शक्ति मौन सहनशीलता नहीं, बल्कि मूल्यों के प्रति अडिग प्रतिबद्धता है।

माता सीता को आदर्श पत्नी, पुत्री और स्त्री के रूप में देखा जाता है, लेकिन उनकी भूमिका इन पारंपरिक सीमाओं से कहीं आगे जाती है। वे संबंधों में समर्पण के साथ आत्मसम्मान का संतुलन स्थापित करती हैं। उनका आचरण यह सिखाता है कि प्रेम में भी स्वाभिमान आवश्यक है और त्याग का अर्थ आत्मविस्मरण नहीं होता। यही कारण है कि माता सीता आज भी पारिवारिक जीवन, सामाजिक संरचना और नैतिक मूल्यों की आधारशिला मानी जाती हैं।

भारतीय परंपरा में माता सीता को लक्ष्मी स्वरूप भी माना गया है-सुख, समृद्धि और स्थायित्व का प्रतीक। उनके व्यक्तित्व में बाहरी वैभव से अधिक आंतरिक समृद्धि का महत्व दिखाई देता है। यही संदेश आज के उपभोक्तावादी और भौतिकतावादी समाज के लिए अत्यंत प्रासंगिक है। स्त्री को केवल सहनशील या त्यागमूर्ति के रूप में नहीं, बल्कि सृजन, संतुलन और सामाजिक शक्ति के केंद्र के रूप में देखने की दृष्टि माता सीता के जीवन से ही विकसित होती है।

आधुनिक जीवन की भागदौड़, मानसिक तनाव और रिश्तों में बढ़ती जटिलताओं के बीच माता सीता का जीवन आत्मचिंतन की प्रेरणा देता है। वे सिखाती हैं कि धैर्य कमजोरी नहीं, बल्कि सबसे बड़ी शक्ति है। जब मन स्थिर होता है, तो निर्णय स्पष्ट होते हैं और रिश्तों में मधुरता स्वतः विकसित होती है। यही कारण है कि आज भी ग्रामीण समाज से लेकर महानगरों तक, माता सीता का नाम पारिवारिक शांति और सामाजिक संतुलन से जुड़ा हुआ है।

माता सीता की आराधना केवल बाह्य पूजा तक सीमित नहीं है, बल्कि उनके गुणों-संयम, करुणा, आत्मबल और सत्यनिष्ठा-को जीवन में उतारने का संकल्प है। यदि हम उनके आदर्शों को अपने जीवन में अपनाएं, चाहे वह परिवार हो, समाज हो या व्यक्तिगत संघर्ष, तो जीवन की कठिन से कठिन राह भी सहज और अर्थपूर्ण बन सकती है। जिस प्रकार उन्होंने अशोक वाटिका में रहते हुए भी अपने आत्मसम्मान और धैर्य को अडिग रखा, वह हर युग के लिए एक प्रेरणास्रोत है। आज के समय में, जब नारी सम्मान, मानसिक संतुलन और संवेदनशील रिश्तों की आवश्यकता पहले से कहीं अधिक है, माता सीता का जीवन हमें सच्ची शक्ति का अर्थ समझाता है-वह शक्ति जो भीतर से आती है और पूरे समाज को दिशा देती है।