

শবিরাত্রি ব্রত কথা

মহাদেবে শবি মহাকাল মহাযোগী। তাঁকে পতে তাই যোগী বা যোগিনীর মতো সাধনা করত হই। বদেশাস্ত্রে ‘ব্রত’-কে বলা হয়ছে, ‘কর্ম’। এদনি উপবাস, জাগরণ আর শবিপূজা। এই তিনটিই যোগীর একমাত্র কর্ম বা ব্রত। ‘কঠ উপনিষৎ’ বলছেন, যোগসাধনায় আমাদের পাঁচটি কর্মেন্দ্রিয়(বাক, পাণি, পাদ, পায়ু ও উপস্থ), পাঁচটি জ্ঞানেন্দ্রিয়(চোখ, কান, নাক, জিহ্বা ও ত্বক), চারটি অন্তঃকরণ(মন, অহং, চিত্ত ও বুদ্ধি) সংহত বা সংযত রাখতে হয়, একমাত্র তবই ভগবান শবিকে পাওয়া যায়। দশ ইন্দ্রিয় আর চার অন্তঃকরণের যোগফল, চোদ্দ। এই চোদ্দের সঙ্গে আছে তথি চতুর্দশীর যোগ।

লোক সাধারণের কাছে যা ‘রাত’, যোগীর কাছে তাই ‘দিন’। কৃষ্ণপক্ষে চতুর্দশীর নকিষ কালো রাত তাই যোগীর কাছে আলোকময় দিন। অন্যদিকে ‘শবিরাত্রি’-র আরও একটি অর্থ আছে। সটো এবার বলি :

‘শবি’ ক? যিনি শবের মতো নরিকার, যিনি সদা শান্ত, যিনি সমস্ত জীবের আশ্রয়, যিনি সুখস্বরূপ, মঙ্গলময়, তিনিই তো ‘শবি’।

আর ‘রাত্রি’ ক? দিনের শ্রান্তি, অত্প্রতিদূর করত মায়ের মতো যিনি নিজের কোলে জীবকে স্থান দেন, সন্তানস্নেহে ঘুম পাড়ান, তিনিই ‘রাত্রি’। যিনি জীবের নদ্রিকালে আবর্তিত হয়ে তাদের কর্মাকর্মে ফল দান করেন, তিনিই ‘রাত্রি’। ঋগ্বেদের ‘রাত্রিসুক্তে’ ঐকই বলা হয়ছে, ‘চন্ময়ী ভুবনেশ্বরী’। বলা হয়ছে, ‘দেবী দুর্গা’। বলা হয়ছে, ‘শবি’। তাই ‘শবিরাত্রি’ একত্রে শবি ও শবির মলিন। দু’জনে মলিতি হয়ে সমস্ত জগতের কল্যাণ করাই তাঁদের উদ্দেশ্য।

সজেন্যই ‘স্কন্দপুরাণ’-এর ‘নাগর খন্ডে’ স্বয়ং শবি বলছেন যে, কলয়ুগে বৎসর শেষের কৃষ্ণাচতুর্দশীর রাত্রিতে তিনি সমস্ত গণ ও অনুচরদের সঙ্গে পৃথিবীতে অবতরণ করবেন। সারা বছরের পাপ থেকে জীবকে মুক্ত করার জন্য শক্তির আধার হয়ে সমস্ত লঙ্গ ও মূর্তিতে অধিষ্ঠান করবেন। তাই এই রাত্রে যারা তাঁর পূজা করবেন, তাঁরা সমস্ত পাপ থেকে মুক্ত হয়ে, শুদ্ধ ও পবিত্র হয়ে উঠবেন; পাবেন মুক্তির স্বাদ।

পুরাকালের কথা। তখন কলৌশ পর্বতের শখির ছিল সর্ববর্তনে অলংকৃত। ছিল ছায়াসুনবীড় ফুলে-ফুলে শোভিত বৃক্ষ, লতা ও গুল্ম ঢাকা। পারজিতসহ অন্যান্য পুষ্পের সুগন্ধে চারদিক থাকত আমোদিত। এখানে সেখানে দল বঁধে নৃত্য করে বেড়াত অস্পরার। ধ্বনিত হত আকাশ গুগার তরুগ-ননাদ। ব্রহ্মরষদীরে কন্ঠ থেকে শোনা যেত বদেধ্বনি।

এই কলৌশশখিরে শবি-পার্বতী বাস করতেন। গন্ধর্ব, সন্ধি, চারণ প্রভৃতি তাঁদের সো করত। পরম সুখে ছিলেন শবি-পার্বতী। একদা পার্বতী শবিকে প্রশ্ন করলেন,

ভগবান, আপনি ধর্ম, অর্থ, কাম ও মোক্ষ-দাতা। আপনি কোন ব্রত বা তপস্যায় সন্তুষ্ট হন?

দেবী পার্বতীর কথা শুনতে শবি বললেন, দেবী, ফাল্গুন মাসের কৃষ্ণপক্ষে চতুর্দশী তথীর রাত্রিকে শবিরাত্রি বলা হয়। এ রাত্রিতে উপবাস করলে আমি অত্যন্ত সন্তুষ্ট হই। স্নান, বস্ত্র, ধূপ, পুষ্প ও অর্চনায় আমি যতটুকু সন্তুষ্ট হই তার চেয়ে বেশি সন্তুষ্ট হই শবিরাত্রির উপবাসে।

তিনি আরও বলেন,

ব্রতপালনকারী ত্রয়োদশীতে স্নান করে সংযম পালন করবে। স্বপক্ব নরীমষি বা হবিষ্যান্ন ভোজন করবে। স্থণ্ডলি (ভূমি বা বালু বহিনো যজ্ঞবদী) অথবা কুশ বছিয়ে শয়ন করে আমার (অর্থাৎ শবিরে) নাম স্মরণ করতে থাকবে। রাত্রি শেষে হলে শয্যা ত্যাগ করে প্রাতঃ ক্রিয়াদি করবে অন্যান্য আবশ্যিক কার্যাদি করবে।

সন্ধ্যায় যথাবধি পূজাদি করে বলিবপত্র সংগ্রহ করবে। তারপর নতিযক্রিয়াদি করবে। অতঃপর স্থণ্ডলি (যজ্ঞবদীতে), সরোবরে, প্রতীকে বা প্রতমিয়ায় বলিবপত্র দিয়ে আমার পূজা করবে। একটি বলিবপত্র দ্বারা পূজা করলে আমার যে প্রীতি জন্মে, সকল প্রকার পুষ্প একত্র করে কংিবা মণি, মুক্তা, প্রবাল বা স্বর্ণনির্মিত পুষ্প দিয়ে আমার পূজা করলেও, আমার তার সমান প্রীতি জন্মে না।

প্রহরে প্রহরে বিশেষভাবে স্নান করিয়ে আমার পূজা করবে। পুষ্প, গন্ধ, ধূপাদি দ্বারা যথোচিত অর্চনা করবে। প্রথম প্রহরে দুগ্ধ, দ্বিতীয় প্রহরে দধি, তৃতীয় প্রহরে ঘৃত এবং চতুর্থ প্রহরে মধু দিয়ে আমাকে স্নান করাবে এবং পূজা করবে। এছাড়া যথাশক্তি নৃত্যগীতা দ্বারা আমার প্রীতি সম্পাদন করবে।

হে দেবী, এই হল আমার প্রীতিকর ব্রত। এ ব্রত করলে অপস্যা ও যজ্ঞের পুণ্য লাভ হয় এবং ষোল কলায় দক্ষতা জন্মে। এ ব্রতের প্রভাবে সিদ্ধি লাভ হয়। অভিলষী ব্যক্তি সপ্তদীপা পৃথিবীর অধীশ্বর হয়।

শবি পার্বতীকে আরও বলেন,

এবার শবিচতুর্দশী তথিরি মাহাত্ম্য বলছি, শোন।

একদা সর্বগুণযুক্ত বারাগসী পুরীতে ভয়ঙ্কর এক ব্যাধ বাস করত। বট্টে-খাটো ছিল তার চহোরা, আর তার গায়ের রং ছিল কালো। চোখ আর চুলের রং ছিল কটা। নষ্টুর ছিল তার আচরণ। ফাঁদ জাল, দড়ি ফাঁস এবং প্রাণী হত্যার নানা রকম হাতিয়ারে পরিপূর্ণ ছিল তার বাড়ি।

একদিন সে বনে গিয়ে অনেকে পশু হত্যা করল। তারপর নহিত পশুদের মাংসভার নিয়ে নজিরে বাড়ির দিকে রওনা হল। পথে শ্রান্ত হয়ে সে বনের মধ্যে বিশ্রামের জন্য একটি বৃক্ষমূলে শয়ন করলে এবং একটু পরেই নদ্রিতি হল।

সূর্য অস্ত গলে। এল ভয়ঙ্কর রাত্রি ব্যাধ জেগে উঠল। ঘোর অন্ধকারে কোন কিছুই কারও দৃষ্টিগোচর হল না। অন্ধকারে হাতড়ে হাতড়ে সে একটি শ্রীফলবৃক্ষ অর্থাৎ বলিবৃক্ষ পেল। সেই বলিবৃক্ষে সে লতা দিয়ে তার মাংসভার বঁধে রাখল। বৃক্ষতলে হংসর জন্তুর ভয় আছে। এই ভবে সে নজিও ঐ বলিবৃক্ষে উঠে পড়ল। শীতে ও ক্খুধায় তার শরীর কাপতে লাগল। এভাবে সে শশিরিে ভজিইে জেগে কাটাল সারা রাত।

দৈববশত সেই বলিবৃক্ষমূলে ছিল আমার (অর্থাৎ শবিরে) এতটি প্রতীক। তথিটি

ছিল শবিচতুর্দশী। আর ব্যাধও সেই রাত্রি কাটিয়েছিল উপবাসে। তার শরীর থেকে আমার প্রতীকরে ওপর আমি বা শশিরি ঝরে পড়ছিল। তার শরীরের ঝাঁকুনতি বন্দিপত্র পড়ছিল আমার প্রতীকরে ওপর। এভাবে উপবাসে বন্দিপত্র প্রদানে এবং শশিরিস্নানে নিজেরে অজান্তেই ব্যাধ শবিরাত্রিব্রত করে ফেলল।

দেবী, তথিমাহাত্ম্যে কেবল বন্দিপত্রে আমার যে প্রীতি হয়েছিল, স্নান, পূজা বা নৈবেদ্যদি দিয়েও সে প্রীতি সম্পাদন সম্ভব নয়। তথি মাহাত্ম্যে ব্যাধ মহাপুণ্য লাভ করছিল। পরদিন উজ্জল প্রভাতে ব্যাধ নিজেরে বাড়িতে চলে গেল।

কালক্রমে ব্যাধেরে আয়ু শেষ হল। যমদূত তার আত্মকে নতি এসে তাকে যথারীতি যমপাশে বঁধে ফেলেতে উদ্যত হল। অন্যদিকে আমার প্রেরতি দূত ব্যাধকে শবিলোকে নিয়ে এল। আর আমার দূতেরে দ্বারা আহত হয়ে যমদূত যমরাজকে নিয়ে আমার পুরদ্বারে উপস্থিতি হল। দ্বারে শবিরে অনুচর নন্দীকে দেখে যম তাকে সব ঘটনা বললেন।

এই ব্যাধ সারা জীবন ধরে কুকর্ম করেছে। জানালেন যম। তার কথা শুনলে নন্দী বললেন, ধর্মরাজ, এতে কোন সন্দেহই নেই যে ঐ ব্যাধ দুরাত্ম। সে সারা জীবন অবশ্যই পাপ করেছে। কিন্তু শবিরাত্রি ব্রতেরে মাহাত্ম্যে সে পাপমুক্ত হয়েছে এবং সর্বশেষের শবিরে কৃপা লাভ করে শবিলোকে এসেছে।

নন্দীর কথা শুনলে বিস্মিতি হলেন ধর্মরাজ। তিনি শবিরে মাহাত্ম্যের কথা ভাবতে ভাবতে যমপুরীতে চলে গেল।

শবি পার্বতীকে আরও বললেন, এই হল শবিরাত্রিব্রতেরে মাহাত্ম্য।

শবিরে কথা শুনলে শবিজায়া হিমালয় কন্যা পার্বতী বিস্মিতি হলেন। তথি শবিরাত্রিব্রতেরে মাহাত্ম্য নকিটজনরে কাছে বর্ণনা করলেন। তাঁরা আবার তা ভক্তি ভরে জানালেন পৃথিবীর বিভিন্ন রাজাকে। এ ভাবে শবিরাত্রিব্রত পৃথিবীতে প্রচলিত হল।

মহাশবিরাত্রি পূজা বধি

=====

শবিকে বলা হয় আশুতোষ। অর্থাৎ আশু বা খুব তাড়াতাড়ি অল্পেই তুষ্ট হন যিনি ফলে, সব পুরাণ মতে তাঁকে তুষ্ট করার জন্য পঞ্চাঙ্কর বীজমন্ত্র 'নমঃ শবায়'-ই যথেষ্ট! নষিষ্ঠা সহকারে, ভক্তি ভরে নমঃ শবায়-এর উচ্চারণেই তাই সাঙ্গ হয় শবিপূজার যাবতীয় বধি।

কিন্তু মহাশবিরাত্রির পূজা অন্য দিনেরে শবিপূজার চেয়ে একটা দিক থেকে আলাদা। এটি ব্রত অর্থাৎ, এটি বিশেষ পূজার দিন। যে কোনও ব্রত পালনেরে কিছু বিশেষ নিয়ম থাকেই। মহাশবিরাত্রিও রয়েছে। যহেতু সারা বছরব্যাপী শবিপূজার মধ্যে এটিই সর্বশ্রেষ্ট, তাই এই ব্রত পালন শুরু হয় মহাশবিরাত্রির আগের দিন থেকে। শেষ হয় পরের দিন। অতএব, সেই ব্রত পালনেরে জন্য তৈরি হওয়া যাক আজ থেকেই! => ফাল্গুন মাসেরে কৃষ্ণপক্ষে চতুর্দশী তথি-ই শবিপুরাণ মতে মহাশবিরাত্রি। তাই ত্রয়োদশী তথি থেকেই নিজেকে প্রস্তুত করতে হবে এই বিশেষ পূজার জন্য। শবিপুরাণ মতে এবং মহাশবিরাত্রি ব্রতপালন বধি অনুসারে ত্রয়োদশীতে এক বেলো নরামষি আহার খেয়ে থাকতে হয়। যাত্রে চতুর্দশীতে উদরে আহারেরে কণামাত্রও না থাকে!

=> মহাশবিরাত্রির দিন একবোরেরে সকালেই ঘুম থেকে উঠে পড়া নিয়ম। ঘুম থেকে

উঠেই স্নান করে নতিনে হয়। কালো তলি ভজো জলে স্নান করাই বধিয়ে। শব্দপুরাণ মতে, তাতে শরীর শুদ্ধ হবে।

=> স্নান শেষে হয়ে গেলে সঙ্কল্পের পালা। কেনে না, এই পূজা এবং ব্রত পালন করতে হয় নিজেকে সংযত রেখে। মনে মনে সঙ্কল্প করুন --- চতুর্দশীর সারা দিন এবং রাত আপন শিদ্ধ শরীরে এবং মনে থাকবেন। থাকবেন উপবাসে। সঙ্কল্প হয়ে গেলে "নমঃ শিবায়" বীজমন্ত্রে প্রণাম জানান শবিকে। তাঁর আশীর্বাদ কামনা করুন। যাত্রে আপনার সঙ্কল্প রক্ষা হয়।

=> অনেকে আজকাল দুপুরের মধ্যাহ্নে শব্দপূজা সরে নেন। কিন্তু যখন বলছি মহাশিবরাত্রি, তখনই স্পষ্ট- এই পূজার আদর্শ সময় রাত। সারা রাত ধরে চলে মহাশিবরাত্রির ব্রত। তাই সন্ধ্যাবেলাতেও একবার স্নান করে শুদ্ধ হয়ে পূজার জোগাড় করুন। হাতের কাছে গুছিয়ে রাখুন জল, দুধ, দই, ঘি, মধু, ফুল, বেলপাতা, গোলাপ জল, চন্দন বাটা, কুঙ্কুম বা সঁদুর, ধূপ, ঘিয়ে প্রদীপ, পাঁচটি ফল, মশিটি। => মহাশিবরাত্রিকে ভাগ করা হয় চারটি প্রহরে। এক একটি প্রহরে গঙ্গামাটি দিয়ে তৈরি করতে হয় একটি করে শবিলিঙ্গ। খয়োল রাখুন, এক প্রহরের লিঙ্গের পূজা অন্য প্রহরে করা যায় না। কেনে না, প্রহর ভেদে শবিরে চারটি রূপের পূজা করা হয় এই রাত্রে। তবে, গঙ্গামাটিনা পলে বা শবিলিঙ্গ বানাতো না জানলে কালো পাথরের একটিই লিঙ্গ বা বাণলিঙ্গ, নর্মদালিঙ্গ, রত্নলিঙ্গ ইত্যাদি বহিতি আধারে পূজা করা যায়।

=> মহাশিবরাত্রির পূজার প্রথম ধাপ অভিষেক। অর্থাৎ, লিঙ্গকে স্নান করানো। প্রথম প্রহরে 'হট্ট ঈশাণায় নমঃ' মন্ত্রে দুধ দিয়ে, দ্বিতীয় প্রহরে 'হট্ট অঘোরায়ে নমঃ' মন্ত্রে দই দিয়ে, তৃতীয় প্রহরে 'হট্ট বামদেবোয়ে নমঃ' মন্ত্রে ঘি দিয়ে এবং চতুর্থ প্রহরে 'হট্ট সদ্যোজাতায় নমঃ' মন্ত্রে মধু দিয়ে স্নান করিয়ে পূজা করতে হয়। এই সময় প্রার্থনা করা হয়, হে শবি, তুমাকে নমস্কার। তুমি সৌভাগ্য, আরোগ্য, বদ্বি, অর্থ, স্বর্গ, অপবর্গ দিয়ে থাকো। তাই এগুলো তোমার কাছে প্রার্থনা করছি। হে গৌরীপতি, তুমি আমাদের ধর্ম, জ্ঞান, সৌভাগ্য, কাম, সন্তান, আয়ু ও অপবর্গ দাও।

=> অভিষেকের পরে শবিলিঙ্গে চারপ্রহরে চারটি অর্ঘ্য দেওয়া নিয়ম। তার পর, ফুলে সাজিয়ে দিন শবিলিঙ্গ। ফুল এবং মালা দেওয়ার সময়ে উচ্চারণ করুন নমঃ শিবায়।

> তার পরে চন্দন বাটার প্রলপে দিন শবিলিঙ্গে। চন্দনের পরে কুঙ্কুম বা সঁদুরের আলপেন দিন।

> এর পর ধূপ এবং ঘিয়ে প্রদীপ নিয়ে "নমঃ শিবায়ঃ" মন্ত্রে আরতি করুন।

> আরতির পর ফল এবং মশিটিনিবেদন করুন শবিকে।

> সবার শেষে সম্ভব হলে পাঠ করুন শবিরে অষ্টোত্তর শতনাম।

> প্রত্যেকে প্রহরেই এভাবে পূজা করুন শবিকে। উপবাস ভঙ্গ করুন পরের দিনে।

> খয়োল রাখবেন, মহাশিবরাত্রির পরের দিন সূর্যোদয়ের আগেই স্নান করে, চতুর্দশী তিথি থাকতে থাকতে উপবাস ভঙ্গ করতে হয়। কোনও ব্রাহ্মণের কাছে শিবরাত্রির ব্রতকথা শুনতে, তাঁকে দক্ষিণা দিয়ে উপবাস ভঙ্গ করুন। নমঃ শিবায়ঃ!

বধি অনুযায়ী পূজা রাত্রির চার প্রহরে চার বার --- দুধ, দই, ঘি ও মধু দিয়ে শবি স্নান কর্তব্য।

-

প্রথমে ---

সঙ্কল্প -- ওঁ শবিরাত্রি ব্রতং হৃষতেৎ করষ্মিযে দৃহং মহাফলং।

----- নর্বিঘ্নিমস্তু মং দেবে তৎপ্রাদাজ্জগৎপতে।।

-

এইবার বধিসিদ্ধমত পূজা করে নীচে দেওয়া হল।

আসনে বসে রুদ্রাক্ষমালা, ভস্মত্রপিণ্ড্র ধারণ করে পঞ্চবধি শুদ্ধি, সূর্যার্ঘ্য, গুরু, ইষ্ট এবং পঞ্চদেবতার পূজা করতঃ হবো। বিশেষে স্নান ও অর্ঘ্য মন্ত্রে রাত্রির চার প্রহরে শবিপূজা কর্তব্য।

-

প্রথম প্রহর

=====

'ওঁ হটৌ ঈশানায় নমঃ' ----মন্ত্রে দুধ দিয়ে স্নান করিয়ে পরে জলে স্নান করাতঃ হবো ---

অর্ঘ্য মন্ত্র --

ওঁ শবিরাত্রি ব্রতং দেবে পূজাজপপরায়ণঃ।

করোমি বধিবিত্তং গৃহাণার্ঘ্যং মহেশ্বরঃ।।

দ্বিতীয় প্রহর

=====

'ওঁ হটৌ অঘোরায়া নমঃ' ----মন্ত্রে দুই দিয়ে স্নান করিয়ে পরে জলে স্নান করাতঃ হবো ---

অর্ঘ্য মন্ত্র --

ওঁ নমঃ শবায় শান্তায় সর্ব্বপাপহরায় চ।

শবিরাত্রৌ দদামর্ঘ্যং প্রসীদ উময়া সহ।।

তৃতীয় প্রহর

=====

'ওঁ হটৌ বামদেবায় নমঃ' ----মন্ত্রে ঘি দিয়ে স্নান করিয়ে পরে জলে স্নান করাতঃ হবো ---

অর্ঘ্য মন্ত্র --

ওঁ দুঃখদারদ্রিশোকেনে দগ্ধোহং পার্বতীশ্বর।

শবিরাত্রৌ দদামর্ঘ্যং উমাকান্তং প্রসীদ মে।।

চতুর্থ প্রহর

=====

'ওঁ হটৌ সদ্যোজাতায় নমঃ' ----মন্ত্রে মধু দিয়ে স্নান করিয়ে পরে জলে স্নান করাতঃ হবো ---

অর্ঘ্য মন্ত্র --

ওঁ মমকৃত্যান্যনকোনি পাপানি হর শঙ্কর।

শবিরাত্রৌ দদামর্ঘ্যং উমাকান্তং গৃহাণ্ মে।।

প্রতাবার পূজার শেষে অষ্টমূর্তি, গৌরী, স্কন্দ, গণপতি, নন্দীশ্বরাদি শবিগণদের পূজা কর্তব্য। পূজার শেষে শবিনির্মাল্য দ্বারা চণ্ডেশ্বরের পূজা করণীয়।

শ্রী উমা-মহেশ্বরায়. নমঃ।।