Sanatan Dharma

দেহে তিলকের ব্যবহার

তিলক- ভক্তগণ কর্তৃক ললাটাদি অঙ্গ-প্রত্যঙ্গে অঙ্কিত চিহ্নবিশেষ। সম্প্রদায়ভেদে চন্দন, খড়িমাটি জাতীয় গুঁড়া, ভস্ম প্রভৃতি দিয়ে তিলক অঙ্কিত হয়। কবে কোথায় এর প্রথম প্রচলন হয় তা সঠিকভাবে বলা না গেলেও বৈদিক যজ্ঞানুষ্ঠানে ললাটে হোমভস্মের টিকা ধারণ প্রথার সঙ্গে এর একটা সম্পর্ক আছে বলে মনে করা হয়। সপ্তম শতকে রচিত বাণভট্টের কাদম্বরী গ্রন্থে শিবভক্ত দৃঢ়দস্যু এবং জাবালি ঋষির বর্ণনায় ললাটে ভস্ম দ্বারা ত্রিপুন্ড্র অঙ্কনের কথা জানা যায়, যা থেকে পরবর্তীকালে শৈবদের কপালে তিনটি সমান্তরাল রেখার সমন্বয়ে তিলকচিহ্ন অঙ্কনের প্রথা প্রচলিত হয় বলে অনেকের ধারণা। 10ম-11শ শতকে রচিত বিভিন্ন পুরাণ ও উপপুরাণ থেকে জানা যায় যে, ওই সময় থেকে শৈবাদি সম্প্রদায়ের মধ্যে তিলক ধারণ ক্রমশ জনপ্রিয় হয়ে ওঠে। এ সময়ের চর্যাপদেও ‘বাণচিহ্ন’ নামে এ তিলক ব্যবহারের পরিচয় পাওয়া যায়। গবেষকদের অনুমান, তিলক ধারণের প্রথা প্রথমে শৈবদের মধ্যে শুরু হয় এবং তদনুসরণে অন্যান্য সম্প্রদায়ের মধ্যেও তা বিস্তার লাভ করে।তিলক ধারণের প্রথম অনুপ্রেরণা কোথা থেকে এসেছিল তা সঠিকভাবে বলা যায় না। তবে এটা মোটামুটি নিশ্চিত যে, শৈবাদি বিভিন্ন সম্প্রদায় যেসব ভঙ্গিতে তিলক ধারণ করে তার অনুপ্রেরণা এসেছে স্বস্ব ইষ্ট দেবদেবীর মূর্তিতে অঙ্কিত বিভিন্ন চিহ্ন থেকে। যেমন শৈবদের ললাটে অঙ্কিত ত্রিপুন্ড্র চিহ্ন শিবলিঙ্গ বা শিবের কপালে অঙ্কিত চিহ্নের অনুরূপ। আবার দক্ষিণ ভারতের বিষ্ণুমূর্তির ললাটে অঙ্কিত তিনটি উর্ধ্বাধ রেখার সমন্বয়ে অঙ্কিত তিরুনামম্ বা শ্রীনামম্ নামে যে চিহ্ন দেখা যায় তা বৈষ্ণব সম্প্রদায়ের ব্যবহৃত তিলকচিহ্নের অনুরূপ। শক্তিদেবীর ললাটস্থ ত্রিনয়নের নিম্নে যে রক্তবর্ণ বিন্দুচিহ্ন দেখা যায় তার অনুকরণে শাক্তরা কপালে ধারণ করে

লাল বিন্দুচিহ্ন। এসব দৃষ্টান্ত থেকে বলা যায় যে, এ তিলকচিহ্ন অনেকাংশেই সম্প্রদায়গত বিশ্বাস, ভক্তি, চিন্তাভাবনা ও স্বাতন্ত্র্যের ওপর ভিত্তি করে প্রবর্তিত হয়েছে।

তিলকের ব্যবহার সকলের জন্য বাধ্যতামূলক নয়। সাধারণত নিষ্ঠাবান হিন্দুরা নিত্য, নৈমিত্তিক ও কাম্য এবং পিত্র্যাদি কর্ম অনুষ্ঠানের পূর্বে তিলকচর্চা করে থাকেন। তবে শৈব, শাক্ত, বৈষ্ণব, সৌর এবং গাণপত্য সম্প্রদায়ের ক্ষেত্রে এটি একটি নিয়মিত আচার। এদের মধ্যে আবার বৈষ্ণব সম্প্রদায়ের ক্ষেত্রে এর গুরুত্ব অধিক। স্নানের পর বৈষ্ণবরা বিষ্ণুর দ্বাদশ নাম স্মরণ করে দেহের দ্বাদশ অঙ্গে তিলক ধারণ করেন। এ দ্বাদশ অঙ্গ ও দ্বাদশ নাম হলো: ললাটে কেশব, উদরে নারায়ণ, বক্ষে মাধব, কণ্ঠে গোবিন্দ, দক্ষিণ পার্শ্বে বিষ্ণু, দক্ষিণ বাহুতে মধুসূদন, দক্ষিণ স্কন্ধে ত্রিবিক্রম, বাম পার্শ্বে বামন, বাম বাহুতে শ্রীধর, বাম স্কন্ধে হৃষীকেশ, পৃষ্ঠে পদ্মনাভ এবং কটিতে দামোদর। বৈষ্ণবদের মধ্যে যে বিভিন্ন উপবিভাগ রয়েছে তাদের মধ্যে তিলকচিহ্নেরও রকমফের আছে। যেমন কেউ ইংরেজি ভি-অক্ষর, কেউ ইউ-অক্ষর, কেউবা একরেখ বা অধিকরেখ তিলকচিহ্ন ধারণ করে। এছাড়া অন্যান্য অঙ্গে তারা বিষ্ণুর শঙ্খ, চক্র, গদা ইত্যাদির চিহ্নও ধারণ করে।

শৈবেরা ললাটে যে তিলকচিহ্ন ধারণ করে তার নাম ত্রিপুন্ড্র। এটি তিনটি সমান্তরাল রেখার সমন্বয়ে রচিত হয়; কখনও ঈষৎ বক্র ও খন্ডচন্দ্রের মতোও হয়। ত্রিপুন্ড্রধারণ শৈবদের জন্য অবশ্যকরণীয়। এতে গঙ্গাস্নান ও বিষ্ণু-মহেশ্বরের কোটি নাম জপের পুণ্য অর্জিত হয় বলে তাদের বিশ্বাস। শৈব তিলকচিহ্নের অন্যান্য রূপ হচ্ছে সবিন্দু অর্ধচন্দ্রাকৃতি, বিল্বপত্রাকৃতি, প্রস্তরগুটিকাকৃতি ইত্যাদি।

শাক্ত তিলকচিহ্ন শৈবচিহ্নের প্রায় অনুরূপ। এতে এক বা একাধিক বিন্দুচিহ্নের উপস্থিতি সাধারণ; সে সঙ্গে থাকতে পারে ত্রিপুন্ড্র চিহ্ন, ঈষৎ বক্র একটি রেখা কিংবা অন্য কোনো চিহ্ন। দক্ষিণাচারী, বামাচারী, মহাকালী, শৈব, শাক্ত প্রভৃতি উপসম্প্রদায়ভেদে শাক্ত তিলকচিহ্ন বিভিন্ন প্রকারের হয়ে থাকে।

সৌর ও গাণপত্য তিলকচিহ্নের সংখ্যা ও বৈচিত্র্য অপেক্ষাকৃত কম। সৌর সম্প্রদায়ের চিহ্ন দুটি স্থূল সরলরেখার সমন্বয়ে রচিত হয়। দ্বিতীয়টির দৈর্ঘ্য প্রথমটির এক-চতুর্থাংশের কম এবং এটি দুই ভ্রূর মধ্যস্থলে প্রথমটির নিচে কেন্দ্র বরাবর সংযুক্ত থাকে। গাণপত্যদের তিলকচিহ্ন ইংরেজি ইউ-অক্ষরের মতো এবং তার মধ্যস্থলে প্রদীপশিখার মতো একটি রেখা থাকে। তিলকচিহ্ন রচনার জন্য কাঠ বা ধাতু নির্মিত মুদ্রা অথবা অফুটন্ত গাঁদাফুল ব্যবহৃত হয়।

উপর্যুক্ত তিলকচিহ্নসমূহের ব্যবহারে হিন্দুদের অনেক সামাজিক প্রথার প্রতিফলন লক্ষ করা যায়। তার মধ্যে প্রথমেই উল্লেখযোগ্য বর্ণপ্রথা। বর্ণনির্বিশেষে সকল হিন্দুই তিলক ধারণের অধিকারী হলেও বিভিন্ন পুরাণ ও তন্ত্রগ্রন্থে এ ব্যাপারে কিছু বিধান দেওয়া হয়েছে। সেখানে বলা হয়েছে: ব্রাহ্মণরা উর্ধ্বপুন্ড্র, ক্ষত্রিয়রা ত্রিপুন্ড্র, বৈশ্যরা অর্ধচন্দ্রাকৃতি তিলক এবং শূদ্ররা বর্তুলাকার তিলক ধারণ করবে। তবে এ বিধান অপেক্ষাকৃত পরবর্তীকালের এবং বর্তমানে এর তেমন প্রয়োগ নেই। লৌকিক দেবতার পূজার্চনার সঙ্গেও কোনো কোনো তিলকচিহ্নের একটা দূরায়ত সংযোগ লক্ষ করা যায়। যেমন দক্ষিণ ভারতের

গঙ্গম্মা দেবীর পূজায় ঘরের দেয়ালে যে চিহ্ন অঙ্কিত হয় তা শৈব ত্রিপুন্ড্রের প্রায় অনুরূপ। এ থেকে আর্য সংস্কৃতির সঙ্গে অনার্য সংস্কৃতির একটা সংমিশ্রণ লক্ষ করা যায়।

12টি স্থানে তিলক লাগানো হয়। মাথা, ললাট, কণ্ঠ, হৃদয়, দুই বাহু, বাহুমূল, নাভি, পিঠ ইত্যাদি স্থানে তিলক লাগানো হয়ে থাকে।

যে কোনও শুভ কাজে যাওয়ার আগে হিন্দু ধর্মে কপালে তিলক কাটার রীতি প্রচলিত আছে। তিলক কাটা অত্যন্ত শুভ। তবে তিলকেরও রকমফের আছে।.

তিলকের ব্যবহার সকলের জন্য বাধ্যতা মূলক নয়। সাধারণত নিষ্ঠাবান ভক্তরা নিত্য নৈমিত্তিক ও কাম্য এবং পৈত্র্যাদি কর্ম অনুষ্ঠানের পূর্বে তিলকচর্চা করে থাকেন। তবে বৈদিক সভ্যতার পাঁচ সম্প্রদায় শৈব, শাক্ত, বৈষ্ণব, সৌর এবং গাণপত্য সম্প্রদায়ের ক্ষেত্রে এটি একটি নিয়মিত আচার।

.

এদের মধ্যে আবার বৈষ্ণব সম্প্রদায়ের ক্ষেত্রে এর গুরুত্ব অধিক। স্নানের পর বৈষ্ণবরা বিষ্ণুর দ্বাদশ নাম স্মরণ করে দেহের দ্বাদশ অঙ্গে তিলক ধারণ করেন।

এই দ্বাদশ অঙ্গ ও দ্বাদশ নাম হলো:-.

1.ললাটে কেশব,
2.উদরে নারায়ণ,
3.বক্ষে মাধব,
4.কণ্ঠে গোবিন্দ,
5. দক্ষিণ পার্শ্বে বিষ্ণু,
6.দক্ষিণ বাহুতে মধুসূদন,
7. দক্ষিণ স্কন্ধে ত্রিবিক্রম,
8.বাম পার্শ্বে বামন,
9.বাম বাহুতে শ্রীধর,
10.বাম স্কন্ধে হৃষীকেশ,
11.পৃষ্ঠে পদ্মনাভ এবং
12.কটিতে দামোদর।

.

বৈষ্ণবদের মধ্যে যে বিভিন্ন উপবিভাগ রয়েছে, তাদের মধ্যে তিলক চিহ্নেরও রকমফের আছে। এছাড়া অন্যান্য অঙ্গে তারা বিষ্ণুর শঙ্খ, চক্র, গদা ইত্যাদির চিহ্নও ধারণ করেন। শৈবরা ললাটে যে তিলকচিহ্ন ধারণ করে, তার নাম ত্রিপুন্ড্র। এটি তিনটি সমান্তরাল রেখার সমন্বয়ে রচিত হয়; কখনও ঈষৎ বক্র ও খন্ড চন্দ্রের মতোও হয়। ত্রিপুন্ড্রধারণ শৈবদের জন্য অবশ্যকরণীয়। এতে গঙ্গাস্নান ও বিষ্ণু-মহেশ্বরের কোটি নাম জপের পুণ্য অর্জিত হয়। শৈব তিলক চিহ্নের অন্যান্য রূপ হচ্ছে সবিন্দু অর্ধচন্দ্রাকৃতি, বিল্ব পত্রাকৃতি,প্রস্তরগুটিকাকৃতি ইত্যাদি।

তিলক ধারনের প্রয়োজনীয়তা:-

বৈষ্ণবের তিলকে অঙ্গ ভূষিত করা প্রয়োজন মন্ত্র উচচারণের মধ্য দিয়ে. যারা তিলক ধারন করেন শ্রীকৃষ্ণ তাদের রক্ষা করেন। শ্রীচৈতন্য মহাপ্রভু বলে গেছেন, "বৈষ্ণব হচ্ছেন তিনি, যাকে দেখো মাত্রই শ্রীকৃষ্ণের কথা মনে পড়ে।" তাই মানুষকে শ্রীকৃষ্ণের কথা মনে করিয়ে দিতে বৈষ্ণবের তিলক ধারন করা আবশ্যক।

স্কন্ধ পুরানে বলা হয়েছে:-

1.'যিনি তিলক অথবা গোপীচন্দন দ্বারা বিভূষিত হয়ে সমস্ত শরীর ধারন করেন, যমদূত সেই বৈষ্ণবদের কাছে ও আসতে পারেনা।

পদ্মপুরানে বর্নিত হয়েছে:-.

1. তিলক ধারন না করে যজ্ঞ, দান, তপ, হোম, বেদপাঠ, পিতৃ তর্পনাদি যা কিছু ধর্ম কার্য করা হয় সে সমস্ত বিফল হয়।.

2. তিলক ধারন না করে সন্ধ্যা বন্দনা সর্বকর্মাচরন নিত্য রাক্ষসের নিমিত্ত হয়, পরিনামে নরক গমন হয় ।

.

তিলক ধারন কতোটা গুরুত্ব পূর্ণ বোঝা যায়। এই তিলক মাটির অভাবে অনেকে শুধু জল দিয়েও দ্বাদশ অঙ্গে মন্ত্র সহকারে তিলক ফোটা দিয়ে থাকেন।

তিলক মাটির কথা

আমাদের অনেকেরেই মনে প্রশ্ন জাগে, তিলকের উৎপত্তি কিভাবে, তিলকে কে কোথায় বাস করেন, শ্রীকৃষ্ণ কেনো তিলক ধারন করতেন, শ্রীমতি রাধারাণী কেনো তিলক পরেন না, তিলক ছাড়া সন্ধ্যা-বন্দনা হবে না কেনো, যমরাজ কেনো তিলক ধারী বৈষ্ণবকে দেখে পালায় ইত্যাদি সম্পর্কে।

"যজ্ঞো দানং তপো হোমঃ স্বাধ্যায়ঃ পিতৃতর্পণম্।
ব্যর্থং ভব তত্ সর্বমূর্দ্ধপূন্ড্রং বিনাকৃতং।।"...(পদ্ম পুরাণ)
অর্থাৎ, তিলক ব্যতিরেকে যজ্ঞ, দান, তপস্যা, হোম, বেদ শাস্ত্রাদি পাঠ,
পিতৃতর্পণাদি ও
শুভ কর্ম যা কিছু করা হয়, সে সমুদয় বৃথা হইয়া থাকে।

তিলকের মহিমা:- যা জানতে পারি:---

তিলক না থাকে তবে কপাল শ্মশাণ।
সর্বকার্যে তিলক করে শুভ শক্তিদান।।
শুভ কার্যে কপালে যদি থাকে তিলক।
সর্বলোকে গুন গায় গতি উর্ধ্ব-লোক।।
তিলক বিনে গুরু-কৃষ্ণ, সেবা বিফলে গেলে ভাই।।"

1.অনামিকা আঙুল দিয়ে তিলক করলে মন ও মস্তিষ্ক শান্তি লাভ করে।

2.মধ্যমার সাহায্যে তিলক করলে আয়ু বৃদ্ধি হয় আবার বৃদ্ধাঙ্গুষ্ঠ দিয়ে করা তিলক

Published on: Feb, 11 2023 16:09

পুষ্টিবর্ধক।

3.তর্জনী দিয়ে তিলক করলে মোক্ষ লাভ করা যায়।

1. অনামিকা আঙুল দিয়ে তিলক করলে মন ও মস্তিষ্ক শান্তি লাভ করে। মধ্যমার সাহায্যে তিলক করলে আয়ু বৃদ্ধি হয় আবার বৃদ্ধাঙ্গুষ্ঠ দিয়ে করা তিলক পুষ্টিবর্ধক। তর্জনী দিয়ে তিলক করলে মোক্ষ লাভ করা যায়। বিষ্ণু সংহিতা অনুযায়ী, দেব কাজে অনামিকা, পিতৃ কাজে মধ্যমা, ঋষি কাজে কনিষ্ঠা ও তান্ত্রিক কাজে প্রথমা আঙুল ব্যবহার করা হয়।

2. নানা দ্রব্য দিয়ে তৈরি তিলকের উপযোগিতা ও গুরুত্ব পৃথক পৃথক। কুমকুমের তিলক তেজস্বীতা প্রদান করে। জাফরানের তিলক লাগালে সাত্বিক গুণ এবং সদাচারের ভাবনা বৃদ্ধি পায়। এর ফলে বৃহস্পতি শক্তিশালী হয় এবং ভাগ্যবৃদ্ধি ঘটে। হলুদের তিলক ত্বক শুদ্ধ করে। পাপ নাশের জন্য চন্দনের তিলক লাগানো হয়। আতরের তিলক লাগালে শুক্র শক্তিশালী হয় এবং ব্যক্তির মন-মস্তিষ্কে শান্তি ও প্রসন্নতা থাকে। গোরচনের তিলক আধ্যাত্মিক উন্নতি ঘটায়। গ্রহ দোষ দূর ও লক্ষ্মীকে প্রসন্ন করার জন্য অষ্টগন্ধের তিলক করা উচিত। বিশুদ্ধ মাটির তিলকে বুদ্ধি ও পুণ্যফল লাভ করা যায়। দই বা জলের তিলকে চন্দ্রবলে বৃদ্ধি হয় এবং মন-মস্তিষ্ক শীতল থাকে।

3. ললাটে তিলক লাগালে মস্তিষ্ক শান্ত ও শীতল হয়। এ ছাড়াও বিটাএন্ডোর্ফিন এবং সেরোটোনিন নামক রসায়নের ক্ষরণে ভারসাম্য থাকে। এই রসায়নের অভাবে উদাসীনতা ও হতাশা জন্মাতে শুরু করে। তিলক উদাসীনতা ও হতাশা থেকে মুক্তি দিতে সহায়ক। এর ফলে মাথা ব্যথাও কম হয়।

4. যে স্থানে তিলক লাগানো হয় সেখানেই আত্মার অবস্থান। এটি আমাদের আত্মসম্মানের প্রতীক। ললাটে ভ্রুযুগলের মাঝে, যেখানে তিলক করে থাকি, সেটিকে অগ্নি চক্র বলা হয়। এখান থেকেই পুরো শরীরে শক্তি সঞ্চার হয়।

5. ললাটে ভ্রুযুগলের মাঝে নাকের শুরুর স্থানে তিলক করা হয়। এটি আমাদের চিন্তন ও মননের স্থান। এর ফলে চিন্তত ও মনন বৃদ্ধি পায়। এতে স্মরণ শক্তি, সিদ্ধান্ত নেওয়ার ক্ষমতা, বৌদ্ধিকতা, তার্কিকতা, সাহস ও শক্তি বৃদ্ধি হয়।

[এই 5 জিনিস খোলা রাখলে দুর্ভাগ্য তাড়া করবে চিরকাল!]

6. ললাটের এই অংশ চেতন ও অবচেতন অবস্থাতেও জাগৃত ও সক্রিয় থাকে, একে আজ্ঞা চক্রও বলা হয়। এই দুইয়ের সঙ্গম বিন্দুতে স্থিত চক্রকে নির্মল, বিবেকশীল, অবসাদ মুক্ত রাখার জন্য তিলক লাগানো হয়।

7. এই বিন্দুতে সৌভাগ্যসূচক দ্রব্য যেমন- চন্দন, জাফরান, কুমকুম ইত্যাদির তিলক লাগালে ব্যক্তি সাত্ত্বিক ও তেজস্বী হয় এবং তাঁর আত্মবিশ্বাসে অভূতপূর্ব বৃদ্ধি হয়। পাশাপাশি মনে নির্মলতা, শান্তি এবং ধৈর্য বৃদ্ধি পায়।

8. ললাটে নিয়মিত তিলক লাগালে মস্তিষ্ক শান্ত থাকে এবং স্বস্তি অনুভূত হয়। পাশাপাশি একাধিক মানসিক রোগেও ঠিক হয়।

9. শাস্ত্রে শ্বেত চন্দন, লাল চন্দন, কুমকুম, ভস্ম ইত্যাদির তিলক লাগানো শুভ।

10. তিলক বিজয়, পরাক্রম, সম্মান, শ্রেষ্ঠতা ও আধিপত্যের প্রতীক। বোনের দ্বারা

তিলক লাগালে তাঁর সুরক্ষার জন্য এই সমস্ত গুণের বিকাশ হয়।

গোপীচন্দন শুদ্ধি এবং মৃত্তিকা শুদ্ধি

ওঁ অশ্বক্রান্তে রথক্রান্তে বিষ্ণুক্রান্তে বসুন্ধরে।
মৃত্তিকা হরমে পাপং যন্ময়া দুস্কৃতং কৃতম।।
নমোঃ মাধবো মাধবো বাচি মাধবো মাধবো হৃদি।
স্মরন্তি সাধবঃ সর্ব সর্বকার্যেষু মাধবঃ নমঃ শ্রী মাধবঃ॥
ওঁ বিষ্ণু ওঁ বিষ্ণু ওঁ বিষ্ণু

এই তিলক ধারণের কিছু নিয়ম কানুন :----

তিলক গুলিবার মন্ত্র:-

"ওঁ নমো কেশবানন্ত গোবিন্দ বরাহ পুরুষোত্তম।
পূণর্যশাস্যামায়ুস্যং তিলকং মে প্রসীদতু।।"

তিলক ধারণ মন্ত্র:- দ্বাদশ অঙ্গে তিলক ধারণের মন্ত্র:-

.

1.ললাটে "শ্রী কেশবায় নমঃ।".
2. উদরে"শ্রী নারায়নায় নমঃ।"
3.বক্ষে--"শ্রী মাধবায় নমঃ।".
4. কণ্ঠে--"শ্রী গোবিন্দায় নমঃ।"
5.ডানকুক্ষিতে------"শ্রী বিষ্ণবে নমঃ।".
6. ডানহাতে-----"শ্রী মধুমৃদনায় নমঃ।".
7.ডানস্কন্ধে--------"শ্রী ত্রিবিক্রমায় নমঃ।".
8.বামকুক্ষিতে------"শ্রী বামনায় নমঃ।".
9.বামহাতে------"শ্রী শ্রীধরায় নমঃ।".
10.মস্তকে--------"শ্রী ঋষীকেশায় নমঃ।".
11.পৃষ্ঠে-------"শ্রী পদ্মনাভায় নমঃ।" .
12.কোটিতে--------"শ্রী দামোদরায় নমঃ।"

.

অতঃপর হস্ত ধৌত জল,

“ওঁ নমো ভগবতে বাসুদেবায়ঃ।” বলে হস্ত ধৌত জল স্বীয় মস্তকে ধারণ করবে।