

ষোলো সোমবার ব্রত

ষোলো সোমবার ব্রত

দুধ-জল-বলে পাতা নয়, সব বপিদ থেকে রক্ষা পতে 'ষোলো সোমবার' পালন করুন।
বাড়িতে বা মন্দিরিতে শবিরে মাথায় দুধ-বলে পাতা দলিহে শবিপূজা হয় না।
নষ্টিভরে শবিরে আরাধনা করতে হলে প্রতটি সোমবার নয়িম মনে এই ব্রত পালন করা
উচতি।

সপ্তাহরে প্রতটি দিনি কোনও না কোনও ঈশ্বর বা দেবীর উদ্দেশ্যে উৎসর্গ করা হয়।
সোমবার মহাদেবেরে পূজা করার দিনি। প্রতি সোমবার তাঁর পূজার পাশাপাশি ভক্তরা
শবিকে তুষ্ট করতে উপবাসও করেনে। অনেকেই বশ্বাস করেনে, এইদিনি মহাদেবেরে আশীর্বাদ
ও স্টাভাগ্য বর্ষণ করেনে ও ভক্তরে কষ্ট দূর করেনে। সনাতন ধর্মরে শাস্ত্রসমূহে তিনি
পরমসত্ত্বা রূপে ঘোষতি। শবি সৃষ্টি-স্থিতি-প্রলয়রূপ তিনি কারণরে কারণ। সর্বোচ্চ
স্তরে শবিকে সর্বোৎকর্ষ, অপরবিত্তনশীল পরম ব্রহ্ম মনে করা হয়। জ্যোতিষশাস্ত্ররে
(Astrology) দেবাদেবকে খুশি করার কষ্টি প্রতকার রয়েছেে। সব বপিদ থেকে রক্ষা
পতে ও গৃহে সুখ, সমৃদ্ধি ও শান্তিতে জীবনযাপন করতে প্রতি সোমবার 'ষোলো
সোমবার' পালন করুন।

ষোলো সোমবার ব্রত সাধারণত শ্রাবণ, কার্তিক বা ফাল্গুন মাসরে প্রথম সোমবার
থেকেই শুরু করার নয়িম। বাড়িতে বা মন্দিরিতে শবিরে মাথায় দুধ-বলে পাতা দলিহে
শবিপূজা হয় না। নষ্টিভরে শবিরে আরাধনা করতে হলে প্রতটি সোমবার নয়িম মনে এই
ব্রত পালন করা উচতি। পর পর ১৬টি সোমবার পালন করতে হয় এই ব্রত। তবে আপনি
চাইলে যে কোনও মাসে, যে কোনও শুভ সোমবার থেকে এই ব্রত শুরু করতে পারনে। আপনি
যদি এই ব্রত পালন করেনে, তবে ধারাবাহিকভাবে ১৬টি সোমবার আপনাকে এই ব্রত পালন
করতে হবে। মাঝে একটি সোমবারও যনে বাদ না যায়। শ্রাবণ মাসে যে সোমবার পালন
করি, তা প্রকৃতপক্ষে ষোলো সোমবার ব্রত নামেই পরিচিতি।

পূজার সময় সোমবাররে ব্রতকথা পাঠরে ন্যায়। "ওঁ নমঃ শবিায়।" মন্ত্র পাঠ করতে হবে।
মহাদেবেরে আরাধনার সময় পূজার খালায় উপকরণ হিসাবে বলেপাতা, চাল, ফুল, ধুতুরো,
প্রদীপ, ধূপ, চন্দন, দুধ, কর্পূর রাখবেনে। যভোবে শ্রাবণ মাসরে সোমবারগুলোতে
মহাদেবেরে আরাধনা করেনে, ঠকি সেইভাবে ১৬ সোমবাররে ব্রতও করতে হবে।

ব্রতরে উদ্দেশ্য

এই ব্রত মন দিয়ে পালন করলে মনস্কামনা পূরণ হয়। কোনও অভিশাপ থেকে মুক্তি পতে
বা গ্রহরে দোষ-ত্রুটি থেকে মুক্তি পতে সোমবাররে ব্রত খুবই ফলপ্রদ।

ষোলো সোমবার ব্রত পালন করার কষ্টি নয়িম, যা নষ্টির সঙ্গে পালন করলে তা সমস্ত
বপিদ-আপদ থেকে রক্ষা পাওয়া যায়।

সোমবার ব্রত পালনরে পাশাপাশি শবিকে চন্দন, ধানরে অক্ষত, কাঁচা দুধ, ধুতুরা,
গঞ্জাজল, বলে পাতা নবিদেন করুন। এতে শবি খুব খুশি হোন।

সোমবার শবিকে ঘি, চনি ও গমরে আটার প্রসাদ নবিদেন করুন। নবৈদ্য শেষে আরতি
করুন। অনেকেই বশ্বাস করেনে, এতে গৃহে সুখ ও সমৃদ্ধি বয়ে নিয়ে আসে।

সোমবার সকালে উঠে নয়িম মনে ভগবান শবিরে পূজা করা উচতি।

ধর্মীয় বশ্বাস অনুসারে, ভগবান শবিরে আশীর্বাদ পতে সোমবার ১০৮ বার

মহামৃত্যুঞ্জয় মন্ত্র জপ করা উচতি। এমনটা করলে অমীমাংসতি কাজ সম্পন্ন হয়।

সোমবার স্নান করার পর সাদা কাপড় পরধান করা উচতি। দরদিরকে সাদা রঙের কাপড়

দান করুন। এর জেরে জন্ম-নক্ষত্র অনুযায়ী চাঁদরে অবস্থান শক্তিশালী হয়।

শ্রাবণ ব্রতের নিয়ম

এই পবিত্র মাসে শিবের উপাসনা করা হয়। মনে করা হয় যে, শাওয়ান মাসে শিবি-পার্বতী, উভয়েই মর্ত্যে নেমে এসে পৃথিবী ভ্রমণ করেন ও ভক্তদের প্রার্থনায় সাড়া দিয়ে আর্শীবাদ করেন। প্রতি সোমবার শিবিভক্তরা উপবাস রাখেন ও বিশ্বাস করেন, জীবনের যাবতীয় সমস্যার কাণ্ডারি ও সুখ-সমৃদ্ধি অর্জনে সহায়তা করবেন মহাদেব। বিবাহিত জীবনে সমস্যায় জেরবার ভক্তরাও সোমবার উপবাস করে শিবের পূজা করে সমাধানের আশায় অপেক্ষা করেন।

শ্রাবণের সোমবার শিবের অত্যন্ত পূজা। মনে করা হয়, সোমবারের উপবাস করলে সমস্ত মনস্কামনা পূরণ হয়। শ্রাবণের সোমবার বিশেষ কিছু উপায় করলে শিবের কাছ থেকে পছন্দমতো আর্শীবাদ পতে পারেন। পুরাণ মতে, শ্রাবণ মাস হিন্দুদের কাছে অত্যন্ত পবিত্র একটি মাস, যা জ্যোতিষচর্চা, আধ্যাত্মিক সব দিক থেকেই সমান মাহাত্ম্য রয়ছে। এই মাসে বেশ কিছু নিয়ম আচার রয়ছে, হিন্দুদের বিশ্বাস অনুযায়ী তা করলে যাবতীয় মনস্কামনা পূরণ হয়। হিন্দু মতে, এই মাসটি শিবকে উৎসর্গ করা হয়। শ্রাবণ মাসের প্রতি সোমবার শিবের পূজা করা জন্ম অধীর আগ্রহ করে থাকেন। এই মাসে শিবের মন্দিরগুলিতে দলবদ্ধ হয় বা বাড়তিই শিবের পূজা করে পুণ্য লাভ করার জন্ম অপেক্ষা করেন ভক্তরা।

সোমবার একটি ব্রত পালন করুন। আপনাকে মঙ্গলবারও উপবাস করতে পারেন।

তাড়াতাড়ি ঘুম থেকে উঠুন (ব্রহ্ম মুহুর্তের সময়) – সূর্যোদয়ের ঠিক দুই ঘন্টা আগে। স্নান করে পরশ্কার কাপড় পরুন।

পূজার ঘরে বা নরিলি জায়গায় ধ্যান করুন। এর পরে সংকল্প করুন।

অটল বিশ্বাসে ভগবান শিবের পূজা করুন।

আপনি যখন উপবাস করবেন তখন ব্রহ্মচর্য বজায় রাখুন।

শ্রাবণ সোমবার ব্রত পালন করলে অ্যালকোহল এবং তামাক সবেন কঠোরভাবে নিষিদ্ধ। গম, চাল, ডাল এড়িয়ে চলুন। কিন্তু যারা সূর্যোদয় থেকে সূর্যাস্ত পর্যন্ত উপবাস রাখবেন, তাঁরা রাত্রে সম্পূর্ণ খাবার খেতে পারেন। তবুও, খাদ্যশস্য এড়িয়ে চললে সবচেয়ে ভাল হবে।

বাড়তি বা মন্দিরে শিবি পূজা এবং রুদ্রাভ্যিক করুন, ভগবান শিবের কাছে মন্ত্র উচ্চারণ করুন এবং কোনও কিছু দান করুন।

অভ্যিক করার সময়, হলুদ এবং সর্দির ব্যবহার করবেন না। পরবর্ত্তে, চন্দন ব্যবহার করুন।

পূজার জন্ম গঞ্জাজল বা জল, বলিবপত্র, ধাতুরা ফল ও ফুল, কাঁচা দুধ, অক্ষত, চন্দন, বিভিন্ন নিবেদন করুন।

দেবী পার্বতী এবং নন্দী পূজা করুন।

শ্রাবণ সোমবার ব্রত কথা পড়ুন।

শিবি আরতি করে ব্রত শেষ করুন।

কোনও তথ্য অনুশীলন করার আগে একজন বিশেষজ্ঞের সঙ্গে পরামর্শ করুন।