

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 শবিপুজো হয় না।
নষ্টিষ্ঠাভরে 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 মহাদেবিরে পুজো করার দিনি। প্রতটি সোমবার তাঁর পুজোর পাশাপাশি ভক্তরা শবিকে তুষ্ট করতে উপবাসও করেন। অনেকেই বশ্বাস করেন, এইদিনি মহাদেবিরে আশীর্বাদ ও স্টাভাগ্য বর্ষণ করেন ও ভক্তরে কষ্ট দূর করেন। সনাতন ধর্মরে শাস্ত্রসমূহে তিনি পরমসত্ত্বা রূপে ঘোষতি। শবি সৃষ্টি-স্থিতি-প্রলয়রূপ তিনি কারণরে কারণ। সর্বোচ্চ স্তরে শবিকে সর্বোৎকর্ষ, অপরবর্তনশীল পরম ব্রহ্ম মনে করা হয়। জ্যোতিষশাস্ত্রে (Astrology) দেবাদেবিকে খুশি করার কিছু প্রতিকার রয়েছে। সব বপিদ থেকে রক্ষা পতে ও গৃহে সুখ, সমৃদ্ধি ও শান্তিতে জীবনযাপন করতে প্রতটি 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 শবিপুজো হয় না। নষ্টিষ্ঠাভরে 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 পারেন। আপনি যদি এই ব্রত পালন করেন, তবে ধারাবাহিকভাবে ১৬টি সোমবার আপনাকে এই ব্রত পালন করতে হবে। মাঝে একটি সোমবারও যেন বাদ না যায়। শ্রাবণ মাসে যে সোমবার পালন করি, তা প্রকৃতপক্ষে ষোলো সোমবার ব্রত নামেই পরিচিতি।

পুজোর সময়, সোমবাররে ব্রতকথা পাঠরে ন্যায়, "ওঁ নমঃ শবিায়," মন্ত্র পাঠ করতে হবে। মহাদেবিরে আরাধনার সময়, পুজোর খালায়, উপকরণ হিসাবে বলেপাতা, চাল, ফুল, ধূতরো, প্রদীপ, ধূপ, চন্দন, দুধ, কর্পূর রাখবেন। যভাবে শ্রাবণ মাসরে সোমবারগুলোতে মহাদেবিরে আরাধনা করেন, ঠিকি 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 কিছু নয়িম, যা নষ্টিষ্ঠার সঙ্গে পালন করলে তা সমস্ত বপিদ-আপদ থেকে রক্ষা পাওয়া যায়।

সোমবার ব্রত পালনরে পাশাপাশি শবিকে চন্দন, ধানরে অক্ষত, কাঁচা দুধ, ধূতুরা, গুঁগাজল, 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 করেন, এতে গৃহে সুখ ও সমৃদ্ধি বয়ে নিয়ে আসে।

সোমবার সকালে উঠে নয়িম মনে ভগবান শবিরে পুজো 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। দরদ্রিকে সাদা রঙের কাপড়

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

শ্রাবণ ব্রতের ন্যয়িম

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

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

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

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

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

অটল বিশ্বাসে ভগবান শবিরে পূজা করুন।

আপনি যখন উপবাস করবেন তখন ব্রহ্মচর্য বজায় রাখুন।

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

বাড়তি বা মন্দিরে শবি পূজা এবং রুদ্রাভ্যিকে করুন, ভগবান শবিরে কাছে মন্ত্র উচ্চারণ করুন এবং কোনও কিছু দান করুন।

অভ্যিকে করার সময়, হলুদ এবং সাদির ব্যবহার করবেন না। পরবর্ত্তে, চন্দন ব্যবহার করুন।

পূজার জন্য গুগাজল বা জল, বলিবপত্র, ধাতুরা ফল ও ফুল, কাঁচা দুধ, অক্ষত, চন্দন, বিভিন্ন নিবিদেন করুন।

দেবী পার্বতী এবং নন্দী পূজা করুন।

শ্রাবণ সোমবার ব্রত কথা পড়ুন।

শবি আরতি করে ব্রত শেষ করুন।

কোনও তথ্য অনুশীলন করার আগে একজন বিশেষজ্ঞের সঙ্গে পরামর্শ করুন।