

মালা জপ এর শাস্ত্রীয় পদ্ধতি

প্রথমতঃ কুশাসনে বা কাম্বলসনে উত্তর বা পূর্ব দিকে মুখ করে সন্ধ্যাসনে বসে মালা জপ করতে হয়। মালায় ১০৮ টি গুটি থাকবে, একদিকে বড়গুটি অন্যদিকে ছোটগুটি থাকবে। বড়গুটি এবং ছোটগুটির সংযোগ স্থলে একটি বিটরে মতো গুটি থাকবে যাকে বলা হয় সাক্ষী বা মনোগুটি (১০৯ সংখক গুটি)। জপ শুরু করার পূর্বে পঞ্চদশবেতার স্মরণ করে তারপর মালা জপ শুরু করবেন এবং প্রতিটি ১০৮ সংখক জপে পঞ্চদশবেতার স্মরণ করে তারপর মালা জপ শুরু করবেন...এটাই নিয়ম।

জপ করতে হয়। তারপর তর্জনী অঙুলী (বৃদ্ধাঙুলির পার্শ্ব) স্পর্শ না করে মধ্যমা ও বৃদ্ধাঙুলি দিয়ে দ্বিগুণে বড় দিকের প্রথম গুটি ধরে।

সুষ্পষ্টভাবে উচ্চারণ করে জপ করতে হয় যাতে নিজের কানে শোনা যায়।

এরপর দ্বিতীয় গুটি বৃদ্ধাঙুলি দিয়ে ধরে জপ করতে হয়। মনে রাখবেন একটি গুটিতে যতক্ষণ পুরো মন্ত্র জপ না হচ্ছে ততক্ষণ দ্বিতীয় গুটিতে এগোবেন না।

এই ভাবে জপ করতে করতে আপনি সাক্ষী বা মনোগুটির পার্শ্ব ছোট গুটির কাছে পৌঁছবেন। তখন আপনার এক মালা জপ হয়ে গেলে অর্থাৎ ১০৮ সংখক জপ হয়ে গেলে। মনে রাখবেন, মনোগুটি টিপকে গেলে হবে না। পুনরায় যখন জপ শুরু করবেন তখনও পঞ্চদশবেতার স্মরণ করে তারপর মালাটা ঘুরিয়ে নিয়ে ছোটগুটির দিকটি সামনে আনতে হবে এবং ছোট দিকের প্রথম গুটি ধরে পূর্বের মতো মন্ত্র জপ করতে করতে ছোট থেকে সাক্ষী বা মনোগুটির দিকে এগোবেন...এটাই মালাজপের নিয়ম। এইভাবে আপনি প্রতিদিন দুই, চার, আট, দশ বা ষোল এই রকম জোড় সংখক মালা জপ করতে পারেন কিন্তু এক তিন পাঁচ এই রকম বিজড় সংখক মালা জপ করা যাবে না।

আর জপ করা শেষ হলে তা কে সরমপণ করবেন ॥