# Sanatan Dharma

**অন্ন গ্রহণ করার আগে মন্ত্র**

পবিত্র বেদে অন্ন গ্রহণ করার আগে যে মন্ত্র পাঠ করতে বলা হয়েছেঃ

ওঁ অন্নপতে অন্নস্য নৌধেক্ষ্যঃ নমীয়স্য মুষ্মিনি প্রদাতারং অতার্শং(অতারষিৎ) নোদেহী দ্বী-পদস্বোং চতুঃস্পদে।। [যর্জুব্বেদে ১১।৮৩]

সরলার্থঃ
ভাষ্যঃহে অন্নপতে পরমাত্নন ! এই অন্ন-ফল-মূল-কন্ দ-ঔষধি বনস্পতি আদি যাহা কিছু আমরা আহারকরি তাহার মালীক কেবল আপনিই একমাত্র আছেন ।যাহার সাহায্যে সমস্ত জড় চেতন জগতেরপ্রাণী মাত্র খাদ্য হইতে রস-রক্ত মাংস-মেধ-অস্থি-ময্যা আদি বল শক্তি পরাক্রম ওজ-তেজোদি যাহা কিছু আছে তাহার সমস্ত কিছুই এইঅন্নদ্বারা উত্পন্ন হইতেছে যাহাতে আপনার কৃপায়এই অন্নের সাহায্যে আমাদের শরীর রাজ্যে সমস্তকিছুর উত্তমরূপে নির্মাণ-রক্ষণ-ব র্দ্ধন-পালনপোষণ হইতে থাকুক ।যেভাবে আমরা শরীরের কল্যাণ কামনা করি,সেইভাবেই যেন যাহাদের দ্বারা এই অন্ন উত্পন্ন করা,পাক করা, দাতা-প্রদাতা আদি উপকার করিবার লোকআছে ; তাহাদেরও যেন আমার মত বল বীর্য্য-পরাক্রমাদি ঐশ্বর্য্যের প্রাপ্ত হইতে থাকে ।আমাদের অন্নের কিছু অংশ, দুই পা এবং চতুষ্পদআদি প্রাণী মাত্রের জন্য প্রদান করা হোক ।যাহাতে কাহারও যেন কষ্ট অনুভব না হয় ।আমরা যেন সকলে এই ভাবনা নিয়ে কর্মেরমাধ্যমে চলিতে পারি ।।

খাওয়া শুরু করার আগে ও পরে যে দুটি বেদমন্ত্র বলতে হয় সেই অসাধারন আদর্শযুক্ত দুটো মন্ত্রঃ---

.

ভোজন প্রারম্ভের মন্ত্রঃ-

.

ওঁ অন্নপতেঃন্নস্য নো দেহ্যনমীবস্য শুষ্মিণঃ।
প্র প্র দাতারং তারিষ ঊর্জং নো ধেহি দ্বিপদে চতুষ্পদে।।
~যজুর্বেদ ১১.৮৩

অনুবাদ- হে প্রাপ্ত অন্নসমূহের দাতা প্রভু, আমরা যেন এ অন্ন গ্রহনে সুস্বাস্থ্য ও বলযুক্ত হই।সকল দীন-দুঃখী ও অভাবগ্রস্থ পীড়িতরাও অন্নপ্রাপ্ত হয়,সকল মানুষ ও চতুষ্পদীসহ সকল প্রানী যেন অন্নপ্রাপ্ত হয়।

.

ভোজন সমাপ্তির মন্ত্রঃ-

ওঁ মোঘমন্নং বিন্দতে অপ্রচেতাঃ সত্যংব্রবীমি বধ ইত্স তস্য।
নার্য়মণং পুষ্যতি নো সখায়ং কেবলাঘো ভবতি কেবলাদী।।
~ঋগ্বেদ ১০.১১৭.৬

অনুবাদ- মূঢ়ব্যক্তিদের অন্নগ্রহন ব্যর্থ।তারা অন্নের ঘাতক।কেননা তারা শুধু নিজে একাই অন্নপ্রাপ্ত হয়েছে, কিন্তু তার দুর্গত প্রতিবেশী বা বন্ধুদের খবর নেয়েনি।বস্তুত এজন্য সে অন্ন নয়, পাপ ভোজন করে।হে প্রভু, সকলেই যেন

পর্যাপ্ত অন্নপ্রাপ্ত হয়ে সুখী হয়।

Published on: Jan, 14 2023 12:58