Sanatan Dharma

শিবরাত্রি ব্রত কথা

মহাদেব শিব মহাকাল মহাযোগী। তাঁকে পেতে তাই যোগী বা যোগিনীর মতো সাধনা করতে হয়। বেদশাস্ত্রে ‘ব্রত’-কে বলা হয়েছে, ‘কর্ম’। এদিন উপবাস, জাগরণ আর শিবপূজা—এই তিনটিই যোগীর একমাত্র কর্ম বা ব্রত। ‘কঠ উপনিষৎ’ বলছেন, যোগসাধনায় আমাদের পাঁচটি কর্মেন্দ্রিয়(বাক, পাণি, পাদ, পায়ু ও উপস্থ), পাঁচটি জ্ঞানেন্দ্রিয়(চোখ, কান, নাক, জিভ ও ত্বক), চারটি অন্তঃকরণ(মন, অহং, চিত্ত ও বুদ্ধি) সংহত বা সংযত রাখতে হয়, একমাত্র তবেই ভগবান শিবকে পাওয়া যায়। দশ ইন্দ্রিয় আর চার অন্তঃকরণের যোগফল, চোদ্দ। এই চোদ্দের সঙ্গে আছে তিথি চতুর্দশীর যোগ।

লোক সাধারণের কাছে যা ‘রাত’, যোগীর কাছে তাই ‘দিন’। কৃষ্ণপক্ষে চতুর্দশীর নিকষ কালো রাত তাই যোগীর কাছে আলোকময় দিন। অন্যদিকে ‘শিবরাত্রি’-র আরও একটি অর্থ আছে। সেটা এবার বলি :

‘শিব’ কে? যিনি শবের মতো নির্বিকার, যিনি সদা শান্ত, যিনি সমস্ত জীবের আশ্রয়, যিনি সুখস্বরূপ, মঙ্গলময়, তিনিই তো ‘শিব’।

আর ‘রাত্রি’ কি? দিনের শ্রান্তি, অতৃপ্তি দূর করতে মায়ের মতো যিনি নিজের কোলে জীবকে স্থান দেন, সন্তানস্নেহে ঘুম পাড়ান, তিনিই ‘রাত্রি’। যিনি জীবের নিদ্রাকালে আবির্ভূতা হয়ে তাদের কর্মাকর্মের ফল দান করেন, তিনিই ‘রাত্রি’। ঋগ্বেদের ‘রাত্রিসূক্তে’ এঁকেই বলা হয়েছে, ‘চিন্ময়ী ভুবনেশ্বরী’। বলা হয়েছে, ‘দেবী দুর্গা’। বলা হয়েছে, ‘শিবা’। তাই ‘শিবরাত্রি’ একত্রে শিব ও শিবার মিলন। দু'জনে মিলিত হয়ে সমস্ত জগতের কল্যাণ করাই তাঁদের উদ্দেশ্য।

সেজন্যই ‘স্কন্দপুরাণ’-এর ‘নাগর খন্ডে’ স্বয়ং শিব বলছেন যে, কলিযুগে বৎসর শেষের কৃষ্ণাচতুর্দশীর রাত্রে তিনি সমস্ত গণ ও অনুচরদের সঙ্গে পৃথিবীতে অবতরণ করবেন। সারা বছরের পাপ থেকে জীবকে মুক্ত করার জন্য শক্তির আধার হয়ে সমস্ত লিঙ্গ ও মূর্তিতে অধিষ্ঠান করবেন। তাই এই রাতে যারা তাঁর পূজা করবেন, তাঁরা সমস্ত পাপ থেকে মুক্ত হয়ে, শুদ্ধ ও পবিত্র হয়ে উঠবেন; পাবেন মুক্তির স্বাদ।

পুরাকালের কথা। তখন কৈলাশ পর্বতের শিখর ছিল সর্বরত্নে অলংকৃত। ছিল ছায়াসুনিবীড় ফুলে-ফলে শোভিত বৃক্ষ, লতা ও গুল্ম ঢাকা। পারিজাতসহ অন্যান্য পুষ্পের সুগন্ধে চারদিক থাকত আমোদিত। এখানে সেখানে দল বেঁধে নৃত্য করে বেড়াত অপ্সরারা। ধ্বনিত হত আকাশ গঙ্গার তরঙ্গ-নিনাদ। ব্রহ্মর্ষিদের কন্ঠ থেকে শোনা যেত বেদধ্বনি।

এই কৈলাশশিখরে শিব-পার্বতী বাস করতেন। গন্ধর্ব, সিদ্ধ, চারণ প্রভৃতি তাঁদের সেবা করত। পরম সুখে ছিলেন শিব-পার্বতী। একদা পার্বতী শিবকে প্রশ্ন করলেন,

ভগবান, আপনি ধর্ম, অর্থ, কাম ও মোক্ষ-দাতা। আপনি কোন ব্রত বা তপস্যায় সন্তুষ্ট হন?

দেবী পার্বতীর কথা শুনে শিব বললেন, দেবী, ফাল্গুন মাসের কৃষ্ণপক্ষের চতুর্দশী তিথির রাত্রিকে শিবরাত্রি বলা হয়। এ রাত্রিতে উপবাস করলে আমি অত্যন্ত সন্তুষ্ট হই। স্নান, বস্ত্র, ধূপ, পুষ্প ও অর্চনায় আমি যতটুকু সন্তুষ্ট হই তার চেয়ে বেশি সন্তুষ্ট হই শিবরাত্রির উপবাসে।

তিনি আরও বলেন,
ব্রতপালনকারী ত্রয়োদশীতে স্নান করে সংযম পালন করবে। স্বপক্ব নিরামিষ বা হবিষ্যান্ন ভোজন করবে। স্থণ্ডিলে (ভূমি বা বালু বিছানো যজ্ঞবেদী) অথবা কুশ বিছিয়ে শয়ন করে আমার (অর্থাৎ শিবের) নাম স্মরণ করতে থাকবে। রাত্রি শেষ হলে শয্যা ত্যাগ করে প্রাতঃ ক্রিয়াদি করবে অন্যান্য আবশ্যক কার্যাদি করবে। সন্ধ্যায় যথাবিধি পূজাদি করে বিল্বপত্র সংগ্রহ করবে। তারপর নিত্যক্রিয়াদি করবে। অতঃপর স্থণ্ডিলে (যজ্ঞবেদীতে), সরোবরে, প্রতীকে বা প্রতিমায় বিল্বপত্র দিয়ে আমার পূজা করবে। একটি বিল্বপত্র দ্বারা পূজা করলে আমার যে প্রীতি জন্মে, সকল প্রকার পুষ্প একত্র করে কিংবা মণি, মুক্তা, প্রবাল বা স্বর্ণনির্মিত পুষ্প দিয়ে আমার পূজা করলেও, আমার তার সমান প্রীতি জন্মে না।

প্রহরে প্রহরে বিশেষভাবে স্নান করিয়ে আমার পূজা করবে। পুষ্প, গন্ধ, ধূপাদি দ্বার যথোচিত অর্চনা করবে। প্রথম প্রহরে দুগ্ধ, দ্বিতীয় প্রহরে দধি, তৃতীয় প্রহরে ঘৃত এবং চতুর্থ প্রহরে মধু দিয়ে আমাকে স্নান করাবে এবং পূজা করবে। এছাড়া যথাশক্তি নৃত্যগীতাদি দ্বারা আমার প্রীতি সম্পাদন করবে।

হে দেবী, এই হল আমার প্রীতিকর ব্রত। এ ব্রত করলে অপস্যা ও যজ্ঞের পুণ্য লাভ হয় এবং ষোল কলায় দক্ষতা জন্মে। এ ব্রতের প্রভাবে সিদ্ধি লাভ হয়। অভিলাষী ব্যক্তি সপ্তদীপা পৃথিবীর অধীশ্বর হয়।

শিব পার্বতীকে আরও বলেন,
এবার শিবচতুর্দশী তিথির মাহাত্ম্য বলছি, শোন।

একদা সর্বগুণযুক্ত বারাণসী পুরীতে ভয়ঙ্কর এক ব্যাধ বাস করত। বেঁটে-খাটো ছিল তার চেহারা, আর তার গায়ের রং ছিল কালো। চোখ আর চুলের রং ছিল কটা। নিষ্ঠুর ছিল তার আচরণ। ফাঁদ জাল, দড়ির ফাঁস এবং প্রাণী হত্যার নানা রকম হাতিয়ারে পরিপূর্ণ ছিল তার বাড়ি।

একদিন সে বনে গিয়ে অনেক পশু হত্যা করল। তারপর নিহত পশুদের মাংসভার নিয়ে নিজের বাড়ির দিকে রওনা হল। পথে শ্রান্ত হয়ে সে বনের মধ্যে বিশ্রামের জন্য একটি বৃক্ষমূলে শয়ন করলে এবং একটু পরেই নিদ্রিত হল।

সূর্য অস্ত গেলে। এল ভয়ঙ্কর রাত্রি। ব্যাধ জেগে উঠল। ঘোর অন্ধকারে কোন কিছুই কারও দৃষ্টিগোচর হল না। অন্ধকারে হাতড়ে হাতড়ে সে একটি শ্রীফলবৃক্ষ অর্থাৎ বিল্ববৃক্ষ পেলে। সেই বিল্ববৃক্ষে সে লতা দিয়ে তার মাংসভার বেঁধে রাখল। বৃক্ষতলে হিংস্র জন্তুর ভয় আছে। এই ভেবে সে নিজেও ঐ বিল্ববৃক্ষে উঠে পড়ল। শীতে ও ক্ষুধায় তার শরীর কাঁপতে লাগল। এভাবে সে শিশিরে ভিজেই জেগে কাটাল সারা রাত।

দৈববশত সেই বিল্ববৃক্ষমূলে ছিল আমার (অর্থাৎ শিবের) এতটি প্রতীক। তিথিটি

ছিল শিবচতুর্দশী। আর ব্যাধও সেই রাত্রি কাটিয়েছিল উপবাসে। তার শরীর থেকে আমার প্রতীকের ওপর হিম বা শিশির ঝরে পড়েছিল। তার শরীরের ঝাঁকুনিতে বিল্বপত্র পড়েছিল আমার প্রতীকের ওপর। এভাবে উপবাসে বিল্বপত্র প্রদানে এবং শিশিরস্নানে নিজের অজান্তেই ব্যাধ শিবরাত্রিব্রত করে ফেলল।

দেবী, তিথিমাহাত্ম্যে কেবল বিল্বপত্রে আমার যে প্রীতি হয়েছিল, স্নান, পূজা বা নৈবেদ্যদি দিয়েও সে প্রীতি সম্পাদন সম্ভব নয়। তিথি মাহাত্মে ব্যাধ মহাপুণ্য লাভ করেছিল। পরদিন উজ্জল প্রভাতে ব্যাধ নিজের বাড়িতে চলে গেল।

কালক্রমে ব্যাধের আয়ু শেষ হল। যমদূত তার আত্মাকে নিতে এসে তাকে যথারীতি যমপাশে বেঁধে ফেলতে উদ্যত হল। অন্যদিকে আমার প্রেরিত দূত ব্যাধকে শিবলোকে নিয়ে এল। আর আমার দূতের দ্বারা আহত হয়ে যমদূত যমরাজকে নিয়ে আমার পুরদ্বারে উপস্থিত হল। দ্বারে শিবের অনুচর নন্দীকে দেখে যম তাকে সব ঘটনা বললেন।

এই ব্যাধ সারা জীবন ধরে কুকর্ম করেছে। জানালেন যম।তার কথা শুনে নন্দী বললেন, ধর্মরাজ, এতে কোন সন্দেহই নেই যে ঐ ব্যাধ দুরাত্মা। সে সারা জীবন অবশ্যই পাপ করেছে। কিন্তু শিবরাত্রি ব্রতের মাহাত্মে সে পাপমুক্ত হয়েছে এবং সর্বেশ্বর শিবের কৃপা লাভ করে শিবলোকে এসেছে।

নন্দীর কথা শুনে বিস্মিত হলেন ধর্মরাজ। তিনি শিবের মাহাত্মের কথা ভাবতে ভাবতে যমপুরীতে চলে গেল।

শিব পার্বতীকে আরও বললেন, এই হল শিবরাত্রিব্রতের মাহাত্ম।

শিবের কথা শুনে শিবজায়া হিমালয় কন্যা পার্বতী বিস্মিত হলেন। তিথি শিবরাত্রিব্রতের মাহাত্ম্য নিকটজনের কাছে বর্ণনা করলেন। তাঁরা আবার তা ভক্তি ভরে জানালেন পৃথিবীর বিভিন্ন রাজাকে। এ ভাবে শিবরাত্রিব্রত পৃথিবীতে প্রচলিত হল।

মহাশিবরাত্রি পূজা বিধি
=================

শিবকে বলা হয় আশুতোষ। অর্থাৎ আশু বা খুব তাড়াতাড়ি অল্পেই তুষ্ট হন যিনি! ফলে, সব পুরাণ মতে তাঁকে তুষ্ট করার জন্য পঞ্চাক্ষর বীজমন্ত্র 'নমঃ শিবায়'-ই যথেষ্ট! নিষ্ঠা সহকারে, ভক্তি ভরে নমঃ শিবায়-এর উচ্চারণেই তাই সাঙ্গ হয় শিবপূজার যাবতীয় বিধি।

কিন্তু মহাশিবরাত্রির পূজা অন্য দিনের শিবপূজার চেয়ে একটা দিক থেকে আলাদা। এটি ব্রত অর্থাৎ, এটি বিশেষ পূজার দিন। যে কোনও ব্রত পালনের কিছু বিশেষ নিয়ম থাকেই। মহাশিবরাত্রিরও রয়েছে। যেহেতু সারা বছরব্যাপী শিবপূজার মধ্যে এটিই সর্বশ্রেষ্ঠ, তাই এই ব্রত পালন শুরু হয় মহাশিবরাত্রির আগের দিন থেকে। শেষ হয় পরের দিন। অতএব, সেই ব্রত পালনের জন্য তৈরি হওয়া যাক আজ থেকেই!

=> ফাল্গুন মাসের কৃষ্ণপক্ষের চতুর্দশী তিথি-ই শিবপুরাণ মতে মহাশিবরাত্রি। তাই ত্রয়োদশী তিথি থেকেই নিজেকে প্রস্তুত করতে হবে এই বিশেষ পূজার জন্য। শিবপুরাণ মতে এবং মহাশিবরাত্রি ব্রতপালন বিধি অনুসারে ত্রয়োদশীতে এক বেলা নিরামিষ আহার খেয়ে থাকতে হয়। যাতে চতুর্দশীতে উদরে আহারের কণামাত্রও না থাকে!

=> মহাশিবরাত্রির দিন একেবারে সকালেই ঘুম থেকে উঠে পড়া নিয়ম। ঘুম থেকে

উঠেই স্নান করে নিতে হয়। কালো তিল ভেজা জলে স্নান করাই বিধেয়। শিবপুরাণ মতে, তাতে শরীর শুদ্ধ হবে।
=> স্নান শেষ হয়ে গেলে সঙ্কল্পের পালা। কেন না, এই পূজা এবং ব্রত পালন করতে হয় নিজেকে সংযত রেখে। মনে মনে সঙ্কল্প করুন --- চতুর্দশীর সারা দিন এবং রাত আপনি শুদ্ধ শরীরে এবং মনে থাকবেন। থাকবেন উপবাসে। সঙ্কল্প হয়ে গেলে "নমঃ শিবায়" বীজমন্ত্রে প্রণাম জানান শিবকে। তাঁর আশীর্বাদ কামনা করুন। যাতে আপনার সঙ্কল্প রক্ষা হয়।
=> অনেকে আজকাল দুপুরের মধ্যেই শিবপূজা সেরে নেন। কিন্তু যখন বলছি মহাশিবরাত্রি, তখনই স্পষ্ট- এই পূজার আদর্শ সময় রাত। সারা রাত ধরে চলে মহাশিবরাত্রির ব্রত। তাই সন্ধেবেলাতেও একবার স্নান করে শুদ্ধ হয়ে পূজার জোগাড় করুন। হাতের কাছে গুছিয়ে রাখুন জল, দুধ, দই, ঘি, মধু, ফুল, বেলপাতা, গোলাপ জল, চন্দন বাটা, কুঙ্কুম বা সিঁদুর, ধূপ, ঘিয়ের প্রদীপ, পাঁচটি ফল, মিষ্টি।
=> মহাশিবরাত্রিকে ভাগ করা হয় চারটি প্রহরে। এক একটি প্রহরে গঙ্গামাটি দিয়ে তৈরি করতে হয় একটি করে শিবলিঙ্গ। খেয়াল রাখুন, এক প্রহরের লিঙ্গের পূজা অন্য প্রহরে করা যায় না। কেন না, প্রহর ভেদে শিবের চারটি রূপের পূজা করা হয় এই রাতে। তবে, গঙ্গামাটি না পেলে বা শিবলিঙ্গ বানাতে না জানলে কালো পাথরের একটিই লিঙ্গ বা বাণলিঙ্গ, নর্মদালিঙ্গ, রত্নলিঙ্গ ইত্যাদি বিহিত আধারে পূজা করা যায়।
=> মহাশিবরাত্রির পূজার প্রথম ধাপ অভিষেক। অর্থাৎ, লিঙ্গকে স্নান করানো। প্রথম প্রহরে ‘ হৌঁ ঈশাণায় নমঃ' মন্ত্রে দুধ দিয়ে, দ্বিতীয় প্রহরে ‘ হৌঁ অঘোরায় নমঃ' মন্ত্রে দই দিয়ে, তৃতীয় প্রহরে ‘ হৌঁ বামদেবায় নমঃ' মন্ত্রে ঘি দিয়ে এবং চতুর্থ প্রহরে ‘ হৌঁ সদ্যোজাতায় নমঃ' মন্ত্রে মধু দিয়ে স্নান করিয়ে পুজো করতে হয়। এই সময় প্রার্থনা করা হয়, হে শিব, তোমাকে নমস্কার। তুমি সৌভাগ্য, আরোগ্য, বিদ্যা, অর্থ, স্বর্গ, অপবর্গ দিয়ে থাকো। তাই এগুলো তোমার কাছে প্রার্থনা করছি। হে গৌরীপতি, তুমি আমাদের ধর্ম, জ্ঞান, সৌভাগ্য, কাম, সন্তান, আয়ু ও অপবর্গ দাও।
=> অভিষেকের পরে শিবলিঙ্গে চারপ্রহরে চারটি অর্ঘ্য দেওয়া নিয়ম। তার পর, ফুলে সাজিয়ে দিন শিবলিঙ্গ। ফুল এবং মালা দেওয়ার সময়ে উচ্চারণ করুন নমঃ শিবায়।
> তার পরে চন্দন বাটার প্রলেপ দিন শিবলিঙ্গে। চন্দনের পরে কুঙ্কুম বা সিঁদুরের আলেপন দিন।
> এর পর ধূপ এবং ঘিয়ের প্রদীপ নিয়ে "নমঃ শিবায়ঃ" মন্ত্রে আরতি করুন।
> আরতির পর ফল এবং মিষ্টি নিবেদন করুন শিবকে।
> সবার শেষে সম্ভব হলে পাঠ করুন শিবের অষ্টোত্তর শতনাম।
> প্রত্যেক প্রহরেই এভাবে পুজো করুন শিবকে। উপবাস ভঙ্গ করুন পরের দিনে।
> খেয়াল রাখবেন, মহাশিবরাত্রির পরের দিন সূর্যোদয়ের আগেই স্নান করে, চতুর্দশী তিথি থাকতে থাকতে উপবাস ভঙ্গ করতে হয়। কোনও ব্রাহ্মণের কাছে শিবরাত্রির ব্রতকথা শুনে, তাঁকে দক্ষিণা দিয়ে উপবাস ভঙ্গ করুন। নমঃ শিবায়ঃ!

বিধি অনুযায়ী পূজা রাত্রির চার প্রহরে চার বার ---দুধ, দই, ঘি ও মধু দিয়ে শিব স্নান কর্তব্য।
-
প্রথমে ---

সঙ্কল্প -- ওঁ শিবরাত্রি ব্রতং হ্যেতৎ করিষ্যে দৃহং মহাফলং।
------- নির্বিঘ্নমস্তু মে দেব তৎপ্রাদাজ্জগৎপতে।।
-
এইবার বিধিসম্মত পূজা করে নীচে দেওয়া হল।

আসনে বসে রুদ্রাক্ষমালা, ভস্মত্রিপুণ্ড্র ধারণ করে পঞ্চবিধি শুদ্ধি, সূর্যার্ঘ্য, গুরু, ইষ্ট এবং পঞ্চদেবতার পূজা করতে হবে। বিশেষ স্নান ও অর্ঘ্য মন্ত্রে রাত্রির চার প্রহরে শিবপূজা কর্ত্তব্য।
-
প্রথম প্রহর
========
'ওঁ হৌঁ ঈশানায় নমঃ' ----মন্ত্রে দুধ দিয়ে স্নান করিয়ে পরে জলে স্নান করাতে হবে ---
অর্ঘ্য মন্ত্র --
ওঁ শিবরাত্রি ব্রতং দেব পূজাজপপরায়ণঃ।
করোমি বিধিবত্তং গৃহাণার্ঘ্যং মহেশ্বরঃ।।

দ্বিতীয় প্রহর
========
'ওঁ হৌঁ অঘোরায় নমঃ' ----মন্ত্রে দই দিয়ে স্নান করিয়ে পরে জলে স্নান করাতে হবে ---
অর্ঘ্য মন্ত্র --
ওঁ নমঃ শিবায় শান্তায় সর্ব্বপাপহরায় চ।
শিবরাত্রৌ দদামর্ঘ্যং প্রসীদ উময়া সহ।।

তৃতীয় প্রহর
========
'ওঁ হৌঁ বামদেবায় নমঃ' ----মন্ত্রে ঘি দিয়ে স্নান করিয়ে পরে জলে স্নান করাতে হবে ---
অর্ঘ্য মন্ত্র --
ওঁ দুঃখদারিদ্রশোকেন দগ্ধোঽহং পার্বতীশ্বর।
শিবরাত্রৌ দদামর্ঘ্যং উমাকান্তং প্রসীদ মে।।

চতুর্থ প্রহর
========
'ওঁ হৌঁ সদ্যোজাতায় নমঃ' ----মন্ত্রে মধু দিয়ে স্নান করিয়ে পরে জলে স্নান করাতে হবে ---
অর্ঘ্য মন্ত্র --
ওঁ মমকৃত্যান্যনেকানি পাপানি হর শঙ্কর।
শিবরাত্রৌ দদামর্ঘ্যং উমাকান্তং গৃহাণ্ মে।।

প্রতিবার পূজার শেষে অষ্টমূর্তি, গৌরী, স্কন্দ, গণপতি, নন্দীশ্বরাদি শিবগণদের পূজা কর্তব্য। পূজার শেষে শিবনির্মাল্য দ্বারা চণ্ডেশ্বরের পূজা করনীয়.

শ্রী উমা-মহেশ্বরায়. নমঃ।।