

বৈদিক শাস্ত্রে নিন্দাশে ও করণীয়

- ১। কখনো রুঢ় ভাষা প্রয়োগ করবে না।
- ২। অতিরিক্ত ঘুমাবে না বা জগে থাকবে না।
- ৩। দাঁড়িয়ে প্রস্রাব করবে না এবং প্রস্রাব করার পর জল ব্যবহার করবে।
- ৪। পায়খানা করার পর স্নান করবে।
- ৫। কখনো কারো কিছু চুরি করবে না।
- ৬। কাউকে ব্যঙ্গ করবে না।
- ৭। মুখ না ঢেকে হাঁচি বা হাই তুলবে না।
- ৮। বয়োজ্যেষ্ঠ ব্যক্তির সামনে পা ছড়িয়ে বসবে না।
- ৯। কখনো কারো ক্ষতি করবে না বরং উপকার করার চেষ্টা করবে।
- অসং শাস্ত্র পাঠ বা অধ্যয়ন করবে না।
- ১০। অন্ধ, বোকা, পীড়িত, কুৎসিৎ, খোড়া ও পতিত লোককে আঘাত করবে না।
- ১১। কোনো মাথায় আঘাত করবে না।
- ১২। কোলের উপর রেখে কোন কিছু খাবে না।
- ১৩। কটে যদি অপমান করে, তাকে তিরস্কার করবে না বরং বোঝাবে, যদি না বোঝে তবে সেই স্থান ত্যাগ করবে।
- ১৪। খাওয়া বা পান করার জন্য ডান হাত ব্যবহার করবে।
- ১৫। কারো নকিট যাত্রে কোনরূপ অপরাধ না হয় সदैকি লক্ষ্য রাখবে।
- ১৬। ঘুমাত্রে যাওয়ার পূর্বে হাত-পা ভাল করে ধোয়ে নবি।
- ১৭। সকালে ঘুম ভাঙার সঙ্গে শ্রীকৃষ্ণের নাম, মাতা, পতি, গুরুকে প্রণাম করবে।
- ১৮। সকল রকম যৌন বাসনা ত্যাগ করবে।
- ১৯। কাউকে চরন স্পর্শ করে প্রণাম করবে না।
- ২০। মহিলা মাতৃসুলভ আচরণ করবে।
- ২১। প্রতদিন সূর্যোদয়ের দৈে ঘন্টা আগে ঘুম থেকে উঠবে।
- ২২। রাত্রে ছয় ঘন্টার বেশি ঘুমাবে না।
- ২৩। বামদিকে পাশ ফিরে অথবা চি হয়ে শোবে কিন্তু কখনোই উবু হয়ে শোবে না।
- ২৪। ভগবানের সমতুল্য কাউকে মনে করবে না।
- ২৫। অতিমাত্রায় ভোজন করবে না।
- ২৬। আমষি আহার, নশোদ্রব্য, অবধৈ স্ত্রী সঙ্গ, জুয়া খেলা বর্জন করবে।
- ২৭। প্রতদিন মাতা পতি ও আচার্যের সেবা করবে।
- ২৮। সন্ধ্যা বেলায় ভোজন, গমন ও নিন্দ্রা বা শয়ন করবে না।
- ২৯। ভোজনের পর স্নান করবে না।
- ৩০। সত্য কথা বলবে কিন্তু অপ্রিয় সত্য বলবে না।