Sanatan Dharma

আচমন

আচমন :-

প্রথমে মুখে জলের ছিটা দিয়ে ও মুখে হাত দিয়ে মুছে আচমন করিবে।
তারপর তর্জনী, মধ্যমা ও বৃদ্ধাঙ্গুলি মিলিত করে মুখ স্পর্শ করিবে।
বৃদ্ধাঙ্গুলি ও তর্জনী দ্বারা নাসিকা স্পর্শ করিবে।
বৃদ্ধাঙ্গুলি ও অনামিকা দ্বারা চক্ষুদ্বয় ও পরে কর্ণদ্বয় স্পর্শ করিবে।
বৃদ্ধাঙ্গুলি ও কনিষ্ঠা দ্বারা নাভিদেশে স্পর্শ করিবে।
হস্তদল দ্বারা হৃদয় স্পর্শ করিবে।
সমস্ত অঙ্গুলীর দ্বারা মস্তক স্পর্শ করিবে।
অঙ্গুলীর অগ্রভাগ দ্বারা বাহুদ্বয় স্পর্শ করিবে।
এবং শুচি হইবে ।

[উপরোক্ত সমস্ত কাজটি বিষ্ণুস্মরণ করিতে করিতে করতে হবে]

বিষ্ণুস্মরণ মন্ত্র :-----
ওঁ বিষ্ণুঃ ওঁ বিষ্ণুঃ ওঁ বিষ্ণুঃ
ওঁ তদবিষ্ণু পরমং পদম্ সদা পশ্যন্তি সুরয়ঃ দিবীব চক্ষুরাততম্ ।।

পরে হাত জোড় করে :-----
ওঁ শঙ্খ চক্র ধরং বিষ্ণু দ্বিভূজং পীত বাসসম্। ।
নমঃ অপবিত্র পবিত্রো বা সর্বাবস্থাং গতোহপি বা ।
যঃ স্মরেৎ পুণ্ডরীকাক্ষং স বাহ্য অভ্যন্তরঃ শুচিঃ।।
নমঃ সর্বমঙ্গল মঙ্গল্যং বরেণ্যং বরদং শুভম্ ।
নারায়ণং নমস্কৃত্য সর্বকর্মাণী কারয়ে ।।
নমোঃ মাধবো মাধবো বাচি মাধবো মাধবো হৃদি।
স্মরন্তি সাধবঃ সর্ব সর্বকার্যেষু মাধবঃ নমঃ শ্রী মাধবঃ॥