Sanatan Dharma

ষোলো সোমবার ব্রত

ষোলো সোমবার ব্রত

দুধ-জল-বেল পাতা নয়, সব বিপদ থেকে রক্ষা পেতে 'ষোলো সোমবার' পালন করুন ।
বাড়িতে বা মন্দিরে শিবের মাথায় দুধ-বেল পাতা দিলেই শিবপুজো হয় না।
নিষ্ঠাভরে শিবের আরাধনা করতে হলে প্রতিটি সোমবার নিয়ম মেনে এই ব্রত পালন করা উচিত।
সপ্তাহের প্রতিটি দিন কোনও না কোনও ঈশ্বর বা দেবীর উদ্দেশ্যে উৎসর্গ করা হয়। সোমবার মহাদেবের পুজো করার দিন। প্রতি সোমবার তাঁর পুজোর পাশাপাশি ভক্তরা শিবকে তুষ্ট করতে উপবাসও করেন। অনেকেই বিশ্বাস করেন, এইদিন মহাদেবের আশীর্বাদ ও সৌভাগ্য বর্ষণ করেন ও ভক্তের কষ্ট দূর করেন। সনাতন ধর্মের শাস্ত্রসমূহে তিনি পরমসত্ত্বা রূপে ঘোষিত। শিব সৃষ্টি-স্থিতি-প্রলয়রূপ তিনি কারণের কারণ। সর্বোচ্চ স্তরে শিবকে সর্বোৎকর্ষ, অপরিবর্তনশীল পরম ব্রহ্ম মনে করা হয়। জ্যোতিষশাস্ত্রে (Astrology) দেবাদিদেবকে খুশি করার কিছু প্রতিকার রয়েছে। সব বিপদ থেকে রক্ষা পেতে ও গৃহে সুখ, সমৃদ্ধি ও শান্তিতে জীবনযাপন করতে প্রতি সোমবার 'ষোলো সোমবার' পালন করুন।
ষোলো সোমবার ব্রত সাধারণত শ্রাবণ, কার্তিক বা ফাল্গুন মাসের প্রথম সোমবার থেকেই শুরু করার নিয়ম। বাড়িতে বা মন্দিরে শিবের মাথায় দুধ-বেল পাতা দিলেই শিবপুজো হয় না। নিষ্ঠাভরে শিবের আরাধনা করতে হলে প্রতিটি সোমবার নিয়ম মেনে এই ব্রত পালন করা উচিত। পর পর ১৬টি সোমবার পালন করতে হয় এই ব্রত। তবে আপনি চাইলে যে কোনও মাসে, যে কোনও শুভ সোমবার থেকে এই ব্রত শুরু করতে পারেন। আপনি যদি এই ব্রত পালন করেন, তবে ধারাবাহিকভাবে ১৬টি সোমবার আপনাকে এই ব্রত পালন করতে হবে। মাঝে একটি সোমবারও যেন বাদ না যায়। শ্রাবণ মাসে যে সোমবার পালন করি, তা প্রকৃতপক্ষে ষোলো সোমবার ব্রত নামেই পরিচিত।
পুজোর সময় সোমবারের ব্রতকথা পাঠের ন্যায় "ওঁ নমঃ শিবায়" মন্ত্র পাঠ করতে হবে। মহাদেবের আরাধনার সময় পুজোর থালায় উপকরণ হিসাবে বেলপাতা, চাল, ফুল, ধুতরো, প্রদীপ, ধূপ, চন্দন, দুধ, কর্পূর রাখবেন। যেভাবে শ্রাবণ মাসের সোমবারগুলোতে মহাদেবের আরাধনা করেন, ঠিক সেইভাবে ১৬ সোমবারের ব্রতও করতে হবে।
ব্রতের উদ্দেশ্য
এই ব্রত মন দিয়ে পালন করলে মনস্কামনা পূরণ হয়। কোনও অভিশাপ থেকে মুক্তি পেতে বা গ্রহের দোষ-ত্রুটি থেকে মুক্তি পেতে সোমবারের ব্রত খুবই ফলপ্রদ।
ষোলো সোমবার ব্রত পালন করার কিছু নিয়ম, যা নিষ্ঠার সঙ্গে পালন করলে তা সমস্ত বিপদ-আপদ থেকে রক্ষা পাওয়া যায়।
সোমবার ব্রত পালনের পাশাপাশি শিবকে চন্দন, ধানের অক্ষত, কাঁচা দুধ, ধুতুরা, গঙ্গাজল, বেল পাতা নিবেদন করুন। এতে শিব খুব খুশি হোন।
সোমবার শিবকে ঘি, চিনি ও গমের আটার প্রসাদ নিবেদন করুন। নৈবেদ্য শেষে আরতি করুন। অনেকেই বিশ্বাস করেন, এতে গৃহে সুখ ও সমৃদ্ধি বয়ে নিয়ে আসে।
সোমবার সকালে উঠে নিয়ম মেনে ভগবান শিবের পুজো করা উচিত।
ধর্মীয় বিশ্বাস অনুসারে, ভগবান শিবের আশীর্বাদ পেতে সোমবার ১০৮ বার মহামৃত্যুঞ্জয় মন্ত্র জপ করা উচিত। এমনটা করলে অমীমাংসিত কাজ সম্পন্ন হয়।
সোমবার স্নান করার পর সাদা কাপড় পরিধান করা উচিত। দরিদ্রকে সাদা রঙের কাপড়

Published on: Feb, 18 2023 10:20

দান করুন। এর জেরে জন্ম-নক্ষত্র অনুযায়ী চাঁদের অবস্থান শক্তিশালী হয়।

শ্রাবণ ব্রতের নিয়ম

এই পবিত্র মাসে শিবের উপাসনা করা হয়। মনে করা হয় যে, শাওয়ান মাসে শিব-পার্বতী , উভয়েই মর্ত্যে নেমে এসে পৃথিবী ভ্রমণ করেন ও ভক্তদের প্রার্থনায় সাড়া দিয়ে আর্শীবাদ করেন। প্রতি সোমবার শিবভক্তরা উপবাস রাখেন ও বিশ্বাস করেন, জীবনের যাবতীয় সমস্যার কাণ্ডারি ও সুখ-সমৃদ্ধি অর্জনে সহায়তা করবেন মহাদেব। বিবাহিত জীবনে সমস্যায় জেরবার ভক্তরাও সোমবার উপবাস করে শিবের পুজো করে সমাধানের আশায় অপেক্ষা করেন।

শ্রাবণের সোমবার শিবের অত্যন্ত প্রিয়। মনে করা হয় সোমবারের উপবাস করলে সমস্ত মনস্কামনা পূরণ হয়। শ্রাবণের সোমবার বিশেষ কিছু উপায় করলে শিবের কাছ থেকে পছন্দমতো আশীর্বাদ পেতে পারেন। পুরাণ মতে, শ্রাবণ মাস হিন্দুদের কাছে অত্যন্ত পবিত্র একটি মাস, যা জ্যোতিষচর্চা, আধ্যাত্মিক সব দিক থেকেই সমান মাহাত্ম্য রয়েছে। এই মাসে বেশ কিছু নিয়ম আচার রয়েছে, হিন্দুদের বিশ্বাস অনুযায়ী তা করলে যাবতীয় মনস্কামনা পূরণ হয়। হিন্দু মতে, এই মাসটি শিবকে উত্সর্গ করা হয়। শ্রাবণ মাসের প্রতি সোমবার শিবের পুজো করা জন্য অধীর আগ্রহ করে থাকেন। এই মাসে শিবের মন্দিরগুলিতে দলবদ্ধ হয় বা বাড়িতেই শিবের পুজো করে পুণ্য লাভ করার জন্য অপেক্ষা করেন ভক্তরা।

সোমবার একটি ব্রত পালন করুন। আপনি মঙ্গলবারও উপবাস করতে পারেন।

তাড়াতাড়ি ঘুম থেকে উঠুন (ব্রহ্ম মুহুর্তের সময় – সূর্যোদয়ের ঠিক দুই ঘন্টা আগে)।

স্নান করে পরিষ্কার কাপড় পরুন।

পুজোর ঘরে বা নিরিবিলি জায়গায় ধ্যান করুন। এর পরে সংকল্প করুন।

অটল বিশ্বাসে ভগবান শিবের পূজা করুন।

আপনি যখন উপবাস করবেন তখন ব্রহ্মচর্য বজায় রাখুন।

শ্রাবণ সোমবার ব্রত পালন করলে অ্যালকোহল এবং তামাক সেবন কঠোরভাবে নিষিদ্ধ।

গম, চাল, ডাল এড়িয়ে চলুন। কিন্তু যারা সূর্যোদয় থেকে সূর্যাস্ত পর্যন্ত উপবাস রাখবেন, তাঁরা রাতে সম্পূর্ণ খাবার খেতে পারেন। তবুও, খাদ্যশস্য এড়িয়ে চললে সবচেয়ে ভাল হবে।

বাড়িতে বা মন্দিরে শিব পূজা এবং রুদ্রাভিষেক করুন, ভগবান শিবের কাছে মন্ত্র উচ্চারণ করুন এবং কোনও কিছু দান করুন।

অভিষেক করার সময়, হলুদ এবং সিঁদুর ব্যবহার করবেন না। পরিবর্তে, চন্দন ব্যবহার করুন।

পূজার জন্য গঙ্গাজল বা জল, বিল্বপত্র, ধাতুরা ফল ও ফুল, কাঁচা দুধ, অক্ষত, চন্দন, বিভূতি নিবেদন করুন।

দেবী পার্বতী এবং নন্দী পূজা করুন।

শ্রাবণ সোমবার ব্রত কথা পড়ুন।

শিব আরতি করে ব্রত শেষ করুন।

কোনও তথ্য অনুশীলন করার আগে একজন বিশেষজ্ঞের সঙ্গে পরামর্শ করুন।

Published on: Feb, 18 2023 10:20