



গঙ্গা সাগর স্নানের ন্যায় ও মন্ত্র

গঙ্গাকরে সবচেয়ে পবিত্র নদী হিসাবে বিবেচনা করা হয়। গঙ্গা নদীতে স্নান করলে যে কোনও মানুষের সমস্ত পাপ নাশ হয়। গঙ্গার জল কখনও নষ্ট হয় না। গঙ্গা হেমাবতী, জাহ্নবী, মন্দাকিনী, অলকানন্দা, ত্রপিত্রা ইত্যাদি নামেও পরিচিত।

গঙ্গা নদীতে স্নান করলে কি হয়?

গঙ্গা নদীতে পবিত্র স্নান করলে আত্মা পবিত্র হয় এবং আপনার সমস্ত পাপ ধুয়ে যায়, যা মোক্ষ বা আধ্যাত্মিক জ্ঞান লাভের দিকে পরিচালিত করে। ভক্তরা বিশ্বাস করেন যে পবিত্রতার স্বর্গীয় উপাদান নিয়ে নদীটি স্বর্গ থেকে নেমে এসেছে।

স্বপ্নে গঙ্গা স্নান করলে কি হয়? স্বপ্নে নিজেকে গঙ্গা নদীতে স্নান করতে দেখা শুভতার প্রতীক বলে মনে করা হয়। স্বপ্ন বজ্রাণ অনুসারে, জীবনের সমস্ত কামলো দূর করার পাশাপাশি বিবাহিত জীবনের মধুরতা, ভবিষ্যত পরিকল্পনা, সাফল্য এবং জীবনে অপ্রত্যাশিত কিছু হওয়ার ইঙ্গিত দেয় এই জাতীয় স্বপ্নগুলি।

গঙ্গা স্নানের জন্য সেরা সময়:----

ভোরবেলা, যখন অমাবস্যা তিথি এখনও কার্যকর থাকে, পবিত্র স্নানের জন্য আদর্শ বলে বিবেচিত হয়। কারণ সকালের আচার-অনুষ্ঠানগুলি সর্বাধিক আধ্যাত্মিক

উপকারিতা বহন করে বলে বিশ্বাস করা হয়., কারণ পরবিশেষে শান্ত এবং সাত্ত্বিক থাকে।

গঙ্গা স্নান পূজা কভাবে করতে হয়.? আমাদের "ব্রহ্মমুহুর্তে" (ব্রহ্মার সময়) নদীতে স্নানরে জন্য যাওয়া উচিত এটি সূর্যোদয়ের 96 মিনিট আগে । আমাদের 2 টুকরো কাপড় পরাধান করা উচিত (ধতি এবং উপরের কাপড় ঢেকে রাখার জন্য)। নদী স্নানরে (মহিলা শাড়ি জন্য) পোশাক হিসাবে শুধুমাত্র এই দুটো কাপড় অনুমোদিত।

গঙ্গা সাগর স্নানরে নিয়ম, মন্ত্র এবং গঙ্গা সাগরে স্নান করলে তার ফলাফল কী????

গঙ্গা সাগর স্নানরে নিয়ম, মন্ত্র এবং তার ফলাফল জানতে হলে আগে আমাদের জানতে হবে স্নান কয় প্রকার।

যথা — মান্ত্র ভট্টমং তথাগ্নয়েং বায়ব্যং দ্বিষ্মবে চ। বারুণং মানসঞ্চৈব সপ্তস্নানং প্রকীর্ত্তম্।। আপোহিষ্ঠাদভির্বিম্মন্ত্রং মৃদালন্ত্শ্চ পার্থবিম্। আগ্নয়েং ভস্মনা স্নানং বায়ব্যং রজসা গবাম্।। ১৫ অদ্ভিঃ সাতপবর্জ্জ্যভিঃ স্নানং তদ্দ্বিষ্মবে চ। বারুণং চাবগাহশ্চ মানসং বষ্ণিচুচিন্তনম্।। ১৬

অর্থাৎ মান্ত্র, ভট্টম, আগ্নয়ে, বায়ব্য, দ্বিষ্ম, বারুণ ও মানস এই সপ্তবধি স্নান। এই প্তবধি স্নানরে মধ্য থেকেকে যে কোন প্রকার স্নান করলিহে মানব শুদ্ধিলাভ করিতে পারে কিন্তু বারুণ ও মান্ত্র স্নানই প্রশস্ত।

আপো হিষ্ঠা ইত্যাদি মন্ত্রপাঠপূর্বক মার্জনকে মান্ত্র স্নান, সর্ব্বাঙ্গে মৃত্তিকালপন করলিহে ভট্টম স্নান, হোমাগ্নির বা গোময়ভস্ম অঙ্গে লপন করলে আগ্নয়ে স্নান, গোপদরজঃপ্রবহমান বায়ুতে শরীর শীতল হওয়া পর্যন্ত রক্ষা করলিহে বায়ব্য স্নান স্পল্পবৃষ্টিতে দেহে আরদ্র করলিহে দ্বিষ্ম স্নান, জলে আবগাহন করার নাম বারুণ স্নান এবং বষ্ণিচুচিন্তনদ্বারা মানস স্নান হইয়া থাকে।

স্নানকালে সঙ্কল্প-

নতিয, নৈমিত্তিকি, কাম্য, পট্ট্র এবং দৈবকার্য্য করবার সময় অবশ্যই সঙ্কল্প করিতে হয়; সঙ্কল্প না করলিহে কোন কার্য্যে ফললাভ হয় না।

সাধারণ স্নানকালে সঙ্কল্প বাক্য যথা-

“বষ্ণুঃ ওম্ (১) তৎসদ্য অমুকো মাসি অমুকো পক্ষে অমুকতথিটো অমুকগোত্রঃ শ্রীঅমুকদবেশর্মা শ্রীঅমুকদাসো বা পূর্ব্বাহুকৃত-জ্ঞাতাজ্ঞাতপাপক্ষয়কামঃ অরুণোদয়স্নানমহং করষ্যে।” (প্রথম অমুকস্নানে মাস, দ্বিতীয়াদি অমুকস্থানে কোন পক্ষে, তথিরি নাম, স্নানকর্তার গোত্র এবং নাম উল্লেখ করিতে হইবে)।

পট্ট্রাণকি স্নান-

তাহার পর পুষ্করণী প্রভৃতি অথবা নদীতে স্নান করবার সময় জলে একহস্ত পরমিতি চতুষ্কোণে মণ্ডল অঙ্কতি করিয়া তাহাতে অঙ্কুশ মুদ্রায় তাহা তীর্থজল মনে করিয়া জলশুদ্ধ করবিনে। (২)

মন্ত্র যথা-“ওঁ গঙ্গে চ যমুনো চৈব গোদাবরী সরস্বতী নর্ম্মদে সিন্ধুকাবরী জলৈস্মিন্ সন্নিধি কুরু ।” অনন্তর কৃতাঞ্জলি হইয়া “ওঁ কুরুক্ষত্রেং গয়া-গঙ্গা-প্রভাস-পুষ্করাণি চ। তীর্থান্যতোনি পুণ্যানি প্রাতঃস্নানকালে ভবত্বেহি ।” এই মন্ত্রে তীর্থ আবাহন পূর্ব্বক স্নান করবিনে।

পটৌষমাসে গঙ্গাসাগর সঙ্গমে স্নানরে সঙ্কল্পবাক্য —

“বষ্ণুঃ ওম্ তৎসদদ্য পটৌষে মাসি ধনুরাশিস্থি ভাস্করে অমুক পক্ষে
উত্তরায়ণসংক্রান্ত্যাং অমুকতথিটো অমুকগোত্রঃ শ্রীঅমুকদবেশর্মা দাসো বা
সর্ব্বপাপক্ষয়কামঃ অস্মি গঙ্গাসাগরসঙ্গমে স্নানমহং করষ্যে।”

তলৈস্নানে নষিদ্ধি দবিস- মঙ্গলবারে, দবাবসানে, দ্বাদশীতথিতে, গ্রহণকালে,
অয়নকালে ও বষুবসংক্রান্তিতে তলৈস্নান করবিনে না।

গঙ্গাতীরে উপস্থিতি হয়ে হাত জোর করে মন্ত্র পাঠ করবি। মন্ত্র যথা — ওম্
গঙ্গে দেবি জগন্মাতঃ পাদাভ্যাং সললিং তব। স্পৃশামীত্বপরাধং মে প্রসন্না
ক্ষন্তু ম রহসি।। স্বর্গারোহণসোপানং ত্বদীয় মুদকং শুভে। অতঃ স্পৃশামি
পাদাভ্যাং গঙ্গে দেবিনমোহস্তু তে।।

উক্ত মন্ত্র পাঠ করিয়া গঙ্গাকে প্রণাম করতঃ জলে অবতরণ করিয়া অবগাহন স্নান
করবিনে। তাহার পর জল হইতে উঠিয়া সামান্য গঙ্গা মৃত্তিকা লইয়া নিজ গাত্রেরে উহা
লপেন করবিনে।

অবগাহন-স্নান-পদ্ধতি

নাভসিম জলে স্রোতরে দকি মুখ করিয়া, আর স্রোতহীনজলে সূর্য্যের দকি মুখ
করিয়া, হস্তদ্বারা চক্ষুকর্ণাদি আচ্ছাদন করতঃ ডুব দিয়া নম্নিলখিত মন্ত্রাদি
পাঠপূর্ব্বক পুনরায় ডুব দবি।

অন্যরে উৎসর্গ করা জলাশয়ে স্নান করিতে-হইলে নম্নিনোক্ত মন্ত্র পাঠ করিয়া
তনি বা পাঁচ তাল মাটি তুলিয়া তীরে নিক্ষেপ করবি।

মন্ত্র যথা- ওঁ উত্তষ্টিতোত্তষ্টি পঙ্ক ত্বং ত্যজ পুণ্যং পরস্য চ। পাপানি বলিয়ং
যাও শান্তিং দেহি সদা মম।।

স্নান-মন্ত্র- আচমন করিয়া হাতজোড় করিয়া পাঠ করবি,- ওঁ কুরুক্ষত্রেণ গয়া
গঙ্গা প্রভাস পুষ্করাণি চ। তীর্থান্যতোনি পুণ্যানি স্নানকালে ভবত্ববি।।

অনন্তর নম্নিলখিত মন্ত্রে সঙ্কল্প করবি,-

বষ্ণুরোম্ তৎসদস্য অমুক মাসি অমুক পক্ষে অমুকতথিটো অমুকগোত্রঃ
শ্রীঅমুকদবেশর্মা (স্ত্রীলোক হইলে গোত্রা ও দেবী, শূদ্র হইলে দাসঃ ও দাসী)
শ্রীবষ্ণু- প্রীতকামঃ অস্মি জলে স্নানমহং করষ্যে।

“ওঁ গঙ্গে চ যমুন”-ইত্যাদি মন্ত্রে সেই জলে অঙ্গুশমুদ্রাদ্বারা তীর্থ আবাহন
করিয়া কৃতাঞ্জলি হইয়া পাঠ করবি,-

ওঁ বষ্ণুপাদপ্রসূতাসি বৈষ্ণবী বষ্ণুপূজিতা। পাহি নত্বনেসস্তস্মাদাজন্ম-
মরণান্তিকাং। তসিঃ কট্যোহবদ্ধকোটি চ তীর্থানাং বায়ুরব্রহীৎ। দবি
ভুবন্তরীক্ষে চ তানি তে সন্তু জাহনবী। নন্দনীত্যবে তে নাম দেবেষে নলনীতে চ।
বৃন্দা পৃথ্বী চ সুভগা বিশ্বকাসা শবাম্বুতা।

বদিষাধরী সুপ্রসন্না তথা লোকপ্রসাধিনী। ক্ষমো চ জাহনবী চৈব শান্তা
শান্তপ্রদায়িনী। এতানি পূণানামানি স্নানকালে চ যঃ পঠেৎ। ভবেৎ সন্নহিতা তত্র
গঙ্গা এপথগামিনী।। ওম্ ভাগীরথি ভোগবতি জাহনবিত্রিশশ্বেরি তুয়ি স্নানং
করোমাদ্য পাপং মে হর জাহনবী।।

“অনন্তর “ও নারায়ণায় নমঃ” এই মন্ত্রে তনিবার অঞ্জলি জল মস্তকে দিয়া

নমিনোক্ত মন্ত্রে মৃত্তিকা উদ্ধৃত করিয়া সর্ব্বাঙ্গে লপেন করবিনে।

মন্ত্র যথা- ওম্ অশ্বক্ৰান্তে রথক্ৰান্তে বষ্ণুক্ৰান্তে বসুন্ধরে। মৃত্তিকি হর
মে পাপং যন্ময়া দুষ্কৃতং কৃতম্। উদ্ধতাসি বরাহণে কৃষ্ণণে শতবাহুনা। আরুহ্য মম
গাত্রাণি সর্ব্বং পাপং প্রমোচয়।।

অনন্তর প্রথমে অঙ্গুলি দ্বারা চক্ষুদ্বয়, কর্ণদ্বয়, নাসিকাদ্বয় এবং মুখমণ্ডল
আচ্ছাদন করতঃ পূর্ব্বদিকে মুখ করিয়া তনিবার ডুব দবিনে। এবং নমিনলখিতিমন্ত্র
পাঠ করবিনে।

গঙ্গা স্নানে বিশেষ মন্ত্র যথা-

ওঁ ত্বং দবে সরতিং নাম ত্বং দবে সিরতিং বরো। উভয়োঃ সঙ্গমে স্নাত্বা
মুঞ্চামি দুরতানি বৈ। ওঁ বষ্ণুপাদার্য্যসস্তুতং গঙ্গে ত্রপিথগামিনি।
ধ্বম্‌দ্রবীতি বখ্‌যাতো পাপং মে হর জাহ্নবী ॥ শ্রদ্ধয়া ভক্তসিম্পন্নে
শ্রীমাতর্দবে জাহ্নবী অমৃতনোম্বুনা দবে ভাগীরথি পুনীহি মাম্ ॥

অনুবাদ।- হে বষ্ণুপাদার্য্যসস্তুতং! ত্রপিথগামিনি! গঙ্গে! আপনি ধ্বম্‌দ্রবী
নামে বখ্‌যাতা। হে জাহ্নবী! আমার পাপ হরণ করুন। হে মাতঃ! দবে! জাহ্নবী! আমি
(আপনাতো) শ্রদ্ধাভক্তি-সম্পন্ন, হে ভাগীরথি! অমৃতসলিল অর্পণ করিয়া তদ্বারা
আমাকে পবিত্র করুন।

স্নানান্তে পাঠ্য মন্ত্র- ওঁ গঙ্গা গঙ্গতে যি ক্রয়াদ যোজনানাং শতরৈপি
মুচ্যতে সর্ব্বপাপভেযো বষ্ণুলোকং স গচ্ছতি ॥ পাপোহহং পাপকৰ্ম্মাহং
পাপাত্মা পাপসম্ভবঃ। ত্রাহি মাং পুণ্ডরীকাক্ষ সর্ব্বপাপহরো হরঃ ॥

তারপর গঙ্গার প্রণাম মন্ত্র পাঠ করবিনে। এবং শেষে গঙ্গা স্তোত্রম পাঠ
করবিনে।

গঙ্গা মন্ত্রোচ্চারণ ফল

গঙ্গামন্ত্রং সমুচ্চার্য্য ক্ষেত্রে নদ্যান্ত পার্শ্বতঃ স্নাপয়দে যন্ত্র পাপাত্মা
সর্ব্বপাপটঃ প্রমুচ্যতে।।

অনুবাদ।- হে পার্শ্বতঃ! যে পাপাত্মা গঙ্গাক্ষেত্রে ও গঙ্গানদীতে গঙ্গামন্ত্র
সমুচ্চারণ পূর্ব্বক স্নান করে, সে সর্ব্ববধি পাপ হইতে মুক্তলিভ করে।

প্রয়াগরাজ কুম্ভ স্নানরে সঙ্কল্প মন্ত্র:- "□ বষ্ণুঃ বষ্ণুঃ বষ্ণুঃ অদ্য
ব্রহ্মণোহি দ্বিতীয়পরার্ধে শ্রী শ্বতে-বরাহ কল্পে, বৈবস্বত মন্বন্তরে,
অষ্টবংশতিম্‌ কলয়ুগে, কলরি প্রথম চরণে, ভূর্লোকে জম্বুদ্বীপে ভারত খন্ডে,
আর্যাবর্তকে দশোত্তরগতে উত্তরপ্রদেশে প্রয়াগ নগরীর ত্রিবিণী-সঙ্গম-তে
(অথবা আপনার স্থানরে নাম ননি) ষষ্টি সংবৎসরণম্.... মাসে,.... কাল (শীত, বসন্ত
ঋতু),..... মাসে,.... দিনে,.... তথিটো, (সকাল/বকিলে/সন্ধ্যা) কালে,....

গোত্র,..... আনন্দনাথ (অথবা, নজি নাম/.....দবেশর্মণঃ), শ্রী ভগবান প্রতিযর্থ
তপঃ, ত্রিবিণী সঙ্গম স্নান অহং করষ্যে।" এর পরে, আপনার সংকল্পরে জন্য
আপনার হাতে জল ঢেলে, প্রথমে আপনার (নজি) গুরু (সম্ভব হলে পঞ্চগুরু) এবং,
ইষ্টদেবতার নামে তিনটি (অথবা, সাতটি) ডুব দিন এবং, আপনার শরীর ও মনের জন্য
সম্পূর্ণ রূপে স্নান করুন বা ডুব দিন। স্নানরে পরে ত্রিবিণীর তীরে বসে শ্রীগুরুর
নকিট হইতে প্রাপ্ত বীজমন্ত্র এবং, মাতা গঙ্গা-যমুনা-সরস্বতী ও ধর্মরাজ
যুধিষ্ঠির ও ব্রহ্মার মন্ত্র এবং, স্তোত্র পাঠ করুন। শ্রীগুরুকে সম্মুখে রেখে

অথবা, শ্রীগুরু-স্মরণ করতে হবে, তা না করলে কোনোরূপ পুণ্য লাভ হবেই না।

গঙ্গা প্রণাম মন্ত্র:--

আমরা সকলেই জানি চারটি যুগের কথা। সত্য যুগ, ত্র্যম্বক যুগ, দ্বাপর যুগ ও কলি যুগ।

মহাভারতে বলা হয়েছে, সত্য যুগে সব সকল স্থানই তীর্থ স্থান। আর ত্র্যম্বক যুগে পুষ্কর এর শ্রেষ্টত্ব, দ্বাপর যুগে শ্রেষ্ট তীর্থ হল কুরুক্ষেত্র এবং আজকের এই কলি যুগে শ্রেষ্ট তীর্থ হল গঙ্গা। গঙ্গাই এই কলি যুগের পরমতীর্থ।

প্রমাণ —

সর্বং কৃতযুগে পুণ্যং, ত্র্যম্বকে পুষ্করং স্মৃতম
দ্বাপরে তু কুরুক্ষেত্রং গঙ্গা কলিযুগে স্মৃতা।

স্নান করে উঠে সেই গঙ্গাকে প্রতিদিন প্রণাম করা আমাদের কর্তব্য।

গঙ্গা প্রণাম মন্ত্র —

ওঁ সদ্যপাতক-সংহন্ত্রী সদ্যদুঃখ বিনাশিনী।
সুখদে মোক্ষদে গঙ্গা গঙ্গৈ পরমাং গতিং॥

স্নান করার পরে অথবা সূর্য নমস্কারের (যোগ বা ধ্যান এর সময়) সময় ভগবান শ্রী সূর্য নারায়ণ কে প্রণাম করতে হয়। যেকোনো পূজা বা শ্রাদ্ধকালে ভগবান শ্রী সূর্য নারায়ণ কে অর্ঘ্য প্রদান করে প্রণাম মন্ত্র পাঠ করতে হয়। সূর্যের প্রণাম মন্ত্র — ওঁ জবাকুসুমসঙ্কাশং কাশ্যপয়েং মহাদ্যুতম্। ধান্তারং সর্ব্বপাপঘ্নং প্রণতোহস্মি দিবাকরম্॥

বিশ্বুর প্রণাম মন্ত্র ও বিশ্বুর প্রার্থনা মন্ত্র আসুন আজকে আমরা জানব ভগবান শ্রী বিশ্ব বা নারায়ণের প্রণাম মন্ত্র ও প্রার্থনা মন্ত্র। ভগবান শ্রী বিশ্বুর প্রণাম মন্ত্র — ওঁ নমো ব্রহ্মণ্যদবোয, গোব্রাহ্মণ হিতায়, চ। জগদ্ধিতায়, শ্রী কৃণায়, গোবিন্দায়, নমো নমঃ॥ ভগবান শ্রী বিশ্বুর প্রার্থনা মন্ত্র — ওঁ পাপহং পাপকর্ম্মহং পাপাত্মা পাপসম্ভব। ত্রাহ্মি পুন্ডরিকাক্ষ সর্ব্বপাপ হরী। নমঃ কমলনত্রেয়ায়, হরয়ে পরমাত্মনো অশেষ ক্লেশনাশায়, লক্ষ্মীকান্ত নমোহস্তুতো। হরে মুরারে মধুকটভারে গোপাল গোবিন্দ মুকুন্দ শট্টারে। যজ্ঞেশ নারায়ণ কৃষ্ণ বিশ্বো নরাশ্রয়, মাং জগদশি রক্ষা॥