

## ✘ Sanatan Dharma

---

প্ৰভাতৰে কৰ্ম পাঠ্য মন্ত্ৰ

যে কৰ্ম না কৰিলে প্ৰত্যবায় অৰ্থাৎ পাপ হয় তাহাকে নতি্যকৰ্ম বলে।

দনিমানকে তিনি ভাগে ভাগ কৰিলে প্ৰথম ভাগকে পূৰ্বাহ্ন, দ্বিতীয় ভাগকে মধ্যাহ্ন এবং তৃতীয় ভাগকে অপরাহ্ন বলা হয়। প্ৰাতঃকৃত্য এই পূৰ্বাহ্নৰে অন্তৰ্গত।

ব্ৰাহ্ম মুহূৰ্ত অৰ্থাৎ রাত্ৰি চাৰদিন্ড বকি থাকতিবে রোগৰিা ভিন্ৰ সকলে শয্যাৰ উপৰ উত্তৰমুখ অথবা পূৰ্বমুখ হইয়া বসিয়া নমিনোক্ৰ মন্ত্ৰগুলী পাঠ কৰিবনে।

প্ৰভাতৰে পাঠ্য মন্ত্ৰ :

ওঁ প্ৰভাতে যঃ স্মরনে নতি্যং দুৰ্গা-দুৰ্গাক্ষৰদ্বয়ম।

আপাদস্তস্য নশ্যান্তি তমঃ সূৰ্যদয়ে যথা।। ১

ব্ৰহ্মা মুরারীস্ৰপুৰান্ৰকারী ভানুঃ শশী ভূমসিতো বুধশ্চ । গুরুশ্চ শুক্ৰঃ শনি-রাহু-কতে কুৰ্ব্বন্তু পৰ্বে মম সুপ্ৰভাতম্।। ২

ভৃগুৰ্বশষ্টিঃ ক্ৰতুৰ্গুগ্ৰিাশ্চ মনুঃ পুলস্তঃ পুলহশ্চ গটাতমঃ।

রভৈয মরীচশ্চিবনশ্চ দক্ষঃ কুৰ্ব্বন্তু পৰ্বে মম সুপ্ৰভাতম্ ।। ৩

লোকশে চতৈন্যমযাধদিবে শ্ৰীকান্ৰ বষ্টিগো ভবদাজ্ৰবৈ।

প্ৰাতঃ সমুত্থায় তব প্ৰযিাৰ্থং সংসারযাত্ৰামনুবৰ্ত্যষ্টিযে।। ৪

জানামি ধৰ্মং না চ মৈ প্ৰবৃত্তজিানাম্য ধৰ্মং না চ মৈ নবিত্তিঃ।

ত্বয়া হৃষকিশে হৃদসিথতিনে যথা নযিক্তহস্মি তথা কৰোমি।। ৫

প্ৰাতঃ প্ৰভৃতি সাযান্ৰতং সযাদি-প্ৰাতৰন্ৰতঃ।

যৎকরোমি জগত্‌যর্থতে তদস্তু তবো পুজনম্ ॥ ৬

কর্কোটকস্য নাগস্য দময়ন্তা নলস্য চ।

ঋতুপর্ণস্য রাজর্ষেঃ কীর্ত্তনং কলনিশনম্ ॥ ৭

কার্ত্তবীর্য্যার্জুনো নাম রাজা বাহুসহস্রভৃৎ।

যনে সাগরপর্য্যন্তা ধনুষা নর্জিতি মহী ॥ ৮

যস্তস্য সংকীর্ত্তযনে নাম কল্যমুত্থায় মানবঃ।

না তস্য বর্ত্তিনাশঃ স্যান্নষ্টঞ্চ লভতে পুনঃ ॥ ৯

পুণ্যশ্লোকো নলো রাজা পুণ্যশ্লোকো যুধিষ্ঠিরি।

পুণ্যশ্লোকো চ বদৈহী পুণ্যশ্লোকো জনার্দদনঃ ॥ ১০

কালী তারা মহাবদিয়া ষোড়শী ভুবনশ্বেবরী।

ভরৈবী ছিন্নমস্তা চ বদিয়া ধুমাবতী তথা ॥ ১১

বগলা সদিধবদিয়া চ মাতঙ্গী কমলাত্মকি।

এতা দশমহাবদিয়া সদিধবদিয়া চ প্রকীর্ত্তীতাঃ ॥ ১২

অহোল্যা দ্রৌপদী কুন্তী তারা মন্দোদরী তথা।

পঞ্চকন্যা স্মরনেত্যং মহাপাতকনাশনম্ ॥ ১৩

তারপর গুরুর ধ্যান এবং প্রনাম করবিনে যথা —

গুরুর ধ্যান মন্ত্র :

ওঁ প্রাতঃ শলিপি শুক্লাব্জৈ দ্বনিতৈরং দ্বভিজং গুরুম্।

প্রসননং বদনং শান্তং স্মরণে তন্নাম পূর্ব্বকম্ ॥

গুরুর প্রনাম মন্ত্র :

ওঁ অখন্ডমন্ডলাকারং ব্যপ্তং যনে চরাচরম্।

তৎপদং দর্শতিং যনে তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ।। ১

অজ্ঞানতমিরিন্ধস্য জ্ঞানাজন শলাকয়া।

চক্ষুরুন্মীলতিং যনে তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ।। ২

গুরুবহমা গুরুবষ্ণুর্গুরুদবে মহেশ্বরঃ।

গুরু সাক্ষাৎ পরংব্রহ্ম তস্মৈ শ্রীগুরবে নমঃ।। ৩

তারপর দীক্ষতি ব্যাক্তরি যারা দীক্ষা নিয়েছেন তারা গুরুর ইষ্ট মন্ত্র (দীক্ষা মন্ত্র) দশবার জপ করবিনে। তারপর সম্ভব হলে স্তব, কবচ, এবং নানা দেবদেবীর প্রনাম মন্ত্র পাঠ করতি পারনে।

তারপর শয্যা ত্যাগ করিয়া “ওঁ প্রযিদত্‌তায়ৈ ডুবো নমঃ” বলিয়া পৃথিবীকে প্রনাম করিয়া পুরুষ দক্ষিণ-পদ (ডান পা) এবং নারী বাম-পদ (বাম পা) ভূমতি প্রথম স্থাপন করবিনে।