# Sanatan Dharma

---

**দৈনন্দিন জীবনে পূজার্চ্চনার নিয়ম, পদ্ধতি এবং কিছু গুরুত্বপূর্ন প্রণাম মন্ত্রঃ**

সকালে ঘুম থেকে ওঠে বিছানায় বসেঃ
১। মহামন্ত্র
হরে কৃষ্ণ হরে কৃষ্ণ কৃষ্ণ কৃষ্ণ হরে হরে।
হরে রাম হরে রাম রাম রাম হরে হরে।|

২। বসুমতিকে প্রণামঃ
সমুদ্র মেখলে দেবী পর্বত নভমণ্ডলে
বিষ্ণুপত্নী নমস্যমি পাদস্পর্শ ক্ষমস্বমে।।
প্রিয় দত্তায়ৈ ভুমে নমঃ।

৩। সূর্যকে প্রণামঃ আঙ্গিনায় দাড়িয়ে
জবা কুসুম সঙ্কাশং কাশ্যপেয়ং মহাদ্যুতিম।
ধ্বান্তারিং সর্বপাপঘ্ন্যং প্রনতোহস্মি দিবাকরম।।

৪। তুলসীকে প্রণামঃ
বৃন্দায়ৈ তুলসী দেব্যৈ প্রিয়ায়ৈ কেশবস্য চ।
কৃষ্ণভক্তি প্রদেদেবী সত্যবত্যৈ নমো নমঃ।।

৫। স্নান করার মন্ত্রঃ
গঙ্গে চ যমুনাশ্চৈব গোদাবরী সরস্বতী।
নর্মদে সিন্ধু কাবেরী জলে হস্মিন সন্নিধিকুরু।।

৬। সমস্ত তীর্থকে আহবানঃ
নমো কুরুক্ষেত্রং গয়া গঙ্গা প্রভাস পুস্করানিচ।
তীর্থন্যে তানি পুণ্যানি স্নানকালে ভবন্তিহি।।

৭। পবিত্র হওয়ার মন্ত্রঃ
নমো অপবিত্র পবিত্রোবা সর্বাবস্থায় গতোহপিবা।
যদস্মরেত্ পুণ্ডরীকাক্ষং সঃ বাহ্যভ্যন্তর শুচিঃ।।

৮। দেহশুদ্ধির মন্ত্রঃ
পাপোহং পাপকর্স্মহং পাপাত্মা পাপ সম্ভবা।
ত্রাহিমা পুণ্ডরীকাক্ষং সর্ব্বপোপাপো হরো হরি।

৯। তুলসী গাছে জল দিবার মন্ত্রঃ
গোবিন্দ বল্লভাং দেবী ভক্ত চৈতন্য কারিনী।
স্নাপযামি জগদ্ধাত্রীং কৃষ্ণভক্তি প্রদায়িনী।।

১০। আচমন করার মন্ত্রঃ
ওঁ বিষ্ণু ওঁ বিষ্ণু ওঁ বিষ্ণু।
ওঁ তদ্বিষ্ণু পরমং পদং সদাপশ্যান্তি সুরয়। দিবিব চক্ষুরাততম।

১১।তিলক গুলিবার মন্ত্রঃ

নমো কেশবান্ত গোবিন্দ বরাহ পুরুষোত্তম।
পুর্ন্যযাস্যমায়ুরস্য তিলকং মে প্রসাদতু।।

১২। গুরুর প্রণাম মন্ত্রঃ
গুরু ব্রহ্মা গুরু বিষ্ণু গুরুদেবো মহেশ্বরঃ ।
গুরুরেব পরম ব্রহ্ম তস্মৈ শ্রীগুরুবে নমঃ। ।
এরপর
আহ্ণিক /গুরু বীজমন্ত্র
ঐং শ্রী গুরুবে নমঃ।

১৩। দেব দেবী ও মহাপুরুষের নামঃ (৬৭ জন )
ক) কৃষ্ণায় নমঃ কৃষ্ণায় নমঃ কৃষ্ণায় নমঃ। কার্ত্তবীর্যাজ্জুন শংকরাচার্য মার্কণ্ড মুনি। নমো ভগবতে শিবায় নম। নমো দুর্গায় নমঃ, নমো দুর্গায় নমঃ । ব্রাহ্মণ্যেভ্যো ব্রাহ্মণ্যেভ্যো ব্রাহ্মণ্যেভ্যো। স্বরূপ দামোদর রায় রামানন্দ শিখিমাইতি মাধবীলতা।

খ) কৃষ্ণায় কৃষ্ণভক্তায় তদভক্তায় নমো নমঃ। শ্রীকৃষ্ণ চৈতন্য প্রভু নিত্যানন্দ শ্রীঅদ্বৈত গদাধর শ্রীবাসাদি গৌর ভক্তবৃন্দ। জয়রূপ সনাতন ভট্ট রঘুনাথ। শ্রীজীব গোপাল ভট্ট দাস রঘুনাথ। শ্রীবত্স চিন্তা তাল বেতাল। কর্কটক ঋতুপর্ণ দময়ন্তি নল। আস্তিক মুনি আস্তিক মুনি আস্তিক মুনি।

গ) যুধিষ্ঠির ভীম অর্জুন নকুল সহদেব। ধ্রুব প্রহল্লাদ নারদ ব্যাসদেব শুকদেব পরীহ্মিত মহারাজ অম্বরীষ মহারাজ। ধরা দ্রোণ রুহিদাস যাজ্ঞসেনী খণ্ডবাসী নরহরি অদ্বৈতাচার্য সীতাদেবী উড়িয়া গৌড়িয়া সেন শিবানন্দ রায় ভবানন্দ। তেত্রিশ কোটি দেবদেবী আশীর্বাদ কর শ্রীকৃষ্ণ পদে যেন শুদ্ধাভক্তি হয় এবং প্রভুর লীলা যেন আরোপে দর্শণ করতে পারি।

১৪। গীতার ১৮ টি নাম ৫১ বার
১। গঙ্গাঁ ২। গীতা ৩। সাবিত্রী ৪। সীতা ৫। সত্যা ৬। পতিব্রতা ৭। ব্রহ্মাবলী ৮। ব্রহ্মাবিদ্যা ৯। ত্রিসন্ধ্যা ১০। মুক্তিগেহিনী ১১। অর্ধমাত্রা ১২। চিতা ১৩। নন্দা ১৪। ভবগ্নী ১৫। ভ্রান্তিনাশিনী ১৬। বেদত্রয়ী ১৭। পরানন্দা ১৮।
তত্ত্বার্থজ্ঞানমঞ্ছুরী

১৫। মঘা নহ্মত্র সন্তুষ্টির জন্যঃ
ওঁ শিবায় নমঃ , ওঁ পুলকায় নমঃ, ওঁ নারায়ণ নমঃ

১৬। ১৬ নাম জপঃ
ক। সর্বকাজে শ্রী মাধবায় নমঃ, ওষুধে শ্রী বিষ্ণু, সংকটে শ্রী মধুসূদন, দুঃস্বপ্নে শ্রী গোবিন্দ,
ঘুমানোর সময় শ্রী পদ্মনাভঞ্চ, ভোজনে শ্রী জনার্দন। বিবাহে প্রজাপতি, গমনে বামনদেব

খ। অগ্নি জলসাই, জলে বরাহঞ্চ, কাননে নরসিংহ, প্রবাসে ত্রিবিক্রম, যুদ্ধে চক্রধরদেবং,
মৃত্যুর সময় নারায়ণা, স্ত্রী সহবাসে শ্রীধরায়, পর্বতে প্রভুনন্দন।

১৭। ক) সরস্বতী জপ মন্ত্রঃ
পূজা মন্ত্রঃ ঐং সরস্বত্যে নমঃ ১০৮

নারায়ণং নমোষ্কৃত্ত্যং নরাঞ্চৈবং নরোত্তমং দেবিং ।
সরস্বতী ব্যসং তত জয়েত্ মুদিরয়েত্ ।।
মূকং করোতি বাচালং পঙ্গুং লঙ্ঘয়তে গিরিম্ ।
যত্কৃপা তমহং বন্দে পরমানন্দমাধবম্ ।।
সরস্বতী দেবী কী জয়ঃ/ প্রণামঃ
ক) নমো সরস্বতী মহাভাগে বিদ্যে কমল লোচনে।
বিশ্বরূপে বিলালাহ্মী বিদ্যাং দেহি সরস্বতী।।

খ) জয় জয় দেবী চরা চর মাঝে কুচ যুগ শোভিত মুক্তাহারে।
বীণারঞ্জিত পুস্তক হস্তে ভাগবতী ভারতী দেবী নমোহস্ততে।।

১৮। সংক্রান্তির দিনঃ
ওঁ নমো শ্রী বিষ্ণু ৩০ বার জপ

১৯। পবিত্র বন্ধনের জন্যঃ
১। ওঁ বিষ্ণু , ওঁ বিষ্ণু , ওঁ বিষ্ণু
২। ওঁ শিবায় নমঃ, ওঁ শিবায় নমঃ, ওঁ শিবায় নমঃ।

২০। যজ্ঞের তিলক ধারণঃ মধ্যমিকা আঙ্গুল দিয়ে

২১। উন্নতি জপঃ ৫ বার
শ্রী কৃষ্ণায় বাসুদেবায় । হরয়ে পরমাত্বমেঃ প্রণত ক্লেশ নাশায় ।।

মন্দিরে সহজ প্রার্থনাঃ
২২। শ্রীগুরু কী জয়/ প্রণামঃ
গুরু ব্রহ্মা গুরু বিষ্ণু গুরুদেবো মহেশ্বরঃ ।
গুরুরেব পরম ব্রহ্ম তস্মৈ শ্রীগুরুবে নমঃ। ।১
২৩। শ্রী বৈষ্ণব কী জয়/ প্রণামঃ
বাঞ্ছাকল্প তরুভ্যশ্চ কৃপাসিন্ধুভ্য এব চ।
পতিতানাং পাবনেভ্যো বৈষ্ণবেভ্যে নমো নমঃ ।।

২৪। শ্রী গৌরাঙ্গ কী জয়/ প্রণামঃ
নমো মহাবদান্যায় কৃষ্ণপ্রেম প্রদায় তে।
কৃষ্ণায় কৃষ্ণচৈতন্যানাম্নে গৌরত্বিষে নমঃ।।

২৫। শ্রীকৃষ্ণ কী জয়/ প্রণাম
হে কৃষ্ণ করুণাসিন্ধো দীনবন্ধো জগত্পতে।
গোপেশ গোপীকাকান্ত রাধাকান্ত নমোহস্ত তে।।

২৬। শ্রীমতি রাধারাণী কী জয়/ প্রণামঃ
তপ্ত কাঞ্চন গৌরাঙ্গী রাধে বৃন্দাবনেশ্বরি।
বৃষভানুসুতে দেবী প্রণামামী হরিপ্রিয়ে।।

২৭। পঞ্চতত্ত্ব কী জয়/ বন্দনাঃ
জয় শ্রীকৃষ্ণ চৈতন্য প্রভু নিত্যানন্দ
শ্রী অদ্বৈত গদাধর শ্রী বাসাদি গৌর ভক্তবৃন্দ

২৮। মহামন্ত্র কী জয়/
হরে কৃষ্ণ হরে কৃষ্ণ কৃষ্ণ কৃষ্ণ হরে হরে।
হরে রাম হরে রাম রাম রাম হরে হরে।।

২৯। তুলসী দেবী কী জয়/ প্রণামঃ
বৃন্দায়ৈ তুলসী দেব্যৈ প্রিয়ায়ৈ কেশবস্য চ।
কৃষ্ণভক্তিপ্রদে দেবী সত্যবত্যৈ নমো নমঃ।।

৩০। জগন্নাথ, বলরাম সুভদ্রা দেবী কি জয়। নৃসংহ দেবতা কি জয়

৩১। শিব কী জয়/ প্রণামঃ
নমঃ শিবায় শান্তায় কারণত্রয়হেতবে ।
নিবেদয়ামি চাত্নানং ত্বং গতিঃ পরমেশ্বর ।।

মহাদেবের কাছে ক্ষমা প্রার্থনার মন্ত্রঃ
করচরণকৃতং বাক্কায়জং কম্মজং বা শ্রবণ নয়নজং বা মানসং বাহপরাধম ।
বিহিতনবিহিতং বা সর্ব্বমেতং ক্ষমস্ব জয় জয় করুনাদ্ধে শ্রীমহাদেব শম্ভো ।।

৩২। মা দুর্গা কী জয়/ প্রণামঃ
যা দেবী সর্বভূতেষু মাতৃরূপেণ সংস্থিতা
নমোস্তৈ নমোস্তৈ নমোস্তৈ নমো নমঃ

৩৩। মা কালী কী জয়/ প্রণামঃ
ক) ওঁ সর্ব মঙ্গল মঙ্গল্যে শিবে সর্বার্থ সাধিকে।
শরণ্য ত্রম্বকে গৌরি নারায়াণি নমোস্তুতে।।১

খ) সৃষ্টিস্থিতি বিনাশনম শক্তিভূতে সনাতনী।
গুণাশ্রয়ে গুণাময়ে নারায়াণি নমোস্তুতে।। ২

গ) শরণাগত দীনার্ত পরিত্রাণ পরায়ণে
সর্বস্যার্তিহরে দেবী নারায়াণি নমোস্তুতে।। ৩

৩৪। সিদ্ধিদাতা গণেশ কী জয়ঃ

৩৫। লহ্মী দেবী কী জয়ঃ

৩৬। বাবা কার্তিক কী জয়

৩৭। কুবের ঠাকুর কী জয়/
ওঁ কুবেরায় নমঃ
৩৮। বাবা হনুমান, মা মনসা দেবী কী জয়।

৩৯। বাবা লোকনাথ কী জয়ঃ
জয় বাবা লোকনাথ, জয় মা লোকনাথ, জয় গুরু লোকনাথ, জয় শিব লোকনাথ, জয় ব্রহ্ম লোকনাথ।
হে তেত্রিশ কোটি দেবতা আমাকে আশীর্বাদ করো। সৃষ্টির জীব পরিবারবর্গাবলী বংশাবলী এবং অধমকে কৃপা কর। আমাদের সুখী সমৃদ্ধ দরদী পরিবারে পরিণত কর|
যে কোন সিদ্ধি সাধনের জন্য গীতার শ্লোকঃ

গুরুদেবের নির্দেশে এই ল্লোকগুলো পাঠ করতে হবেঃ (বিদ্রঃ যার যেটা প্রয়োজন সে সেটা পাঠ করবে।)

পাঠবিধিঃ
শুদ্ধভাবে পূর্বমুখী বা উত্তরমুখী হয়ে বসে প্রথমে আচমন এবং আসনাদি শুদ্ধ করবে এরপর গীতা পাঠ করবে।

৪০। যে কোন কাজে সফলতার জন্যঃ শ্রীমদ্ভগবত গীতা ৯ অধ্যায় ২২ নং শ্লোকঃ

অনন্যাশ্চিন্তয়ন্তো মাং যে জনাঃ পর্য্যুপাসতে ।
তেষাং নিত্যাভিযুক্তানাং যোগক্ষেমং বহাম্যহম ।। ৯/২২

অর্থঃ অনন্যচিত্ত হয়ে আমার চিন্তা করিতে করিতে যে ভক্তগণ আমার উপাসনা করেন, আমাতে নিত্যযুক্ত সেই সমস্ত ভক্তের যোগ ও ক্ষেম আমি বহন করে থাকি। (আমাদের প্রয়োজনীয় অলব্ধ বস্তুর সংস্থান এবং লব্ধ বস্তুর রক্ষণ আমি করে থাকি।)

৪১। শাস্ত্র বিষয়ে বিজ্ঞ এবং অন্তিম মুহূর্তে সঠিক সিদ্ধান্তের জন্য

শ্রীমদ্ভগবত গীতা ১৮ তম অধ্যায় ৭৮ নং শ্লোকঃ

যত্র যোগেশ্বরঃ কৃষ্ণো যত্র পার্থো ধনুর্দ্ধরঃ ।
তত্র শ্রীর্বিজয়ো ভূতির্ধ্রুবা নীতির্মতির্মম ।। ১৮/৭৮

অর্থঃ যে পক্ষে যোগেশ্বর কৃষ্ণ এবং যে স্থলে ধনুর্দ্ধর পার্থ সেই স্থানে বিজয়, রাজলক্ষ্মী উত্তরোত্তর ঐশ্বয্যবৃদ্ধি ও অখণ্ডিত রাজনীতি আছে ইহাই আমার মত। যুক্তি ও শক্তি মিলিত হইলেই কার্যসফলতা সম্ভবপর। শুধু মাত্র শক্তি ও বুদ্ধি দ্বারা কৃতকার্য হওয়া যায় না।

৪২। ক) সর্বত্র ভগবত প্রাপ্তির জন্য ভগবানকে পাওয়ার জন্য

শ্রীমদ্ভগবত গীতা ৭ম অধ্যায় ৭ নং শ্লোকঃ

মত্তঃ পরতরং নান্যত্ কিঞ্চিদস্তি ধনঞ্জয়।
ময়ি সর্ব্বমিদং প্রোতং সূত্রে মণিগণা ইব।। ৭/৭

অর্থঃ হে ধনঞ্জয়, আমা অপেক্ষা শ্রেষ্ঠ পরমার্থ তত্ত্ব অন্য কিছুই নাই। সূত্রে মণি সমূহের ন্যায় সর্ব্বভূতের অধিষ্ঠানস্বরূপ আমাতে এই সমস্ত জগত্ রয়েছে।

৪২। খ) শ্রীমদ্ভগবত গীতা ৭ম অধ্যায় ১৯ নং শ্লোকঃ

বহূনাং জন্মনামন্তে জ্ঞানবান্মাং প্রপদ্যতে।
বাসুদেবঃ সর্ব্বমিতি স মহাত্মা সুদুর্লভঃ।। ৭/১৯

অর্থঃ জ্ঞানী ভক্ত অনেক জন্মের সাধানাফলে “বাসুদেব সমস্ত ” এইরূপ জ্ঞান লাভ করে আমাকে প্রাপ্ত হন। এইরূপ মহাত্মা অতি দুর্লভ।

৪৩। ক) ভগবত ভক্তির জন্য ঃ শ্রীমদ্ভগবত গীতা ৯ম অধ্যায় ৩৪ নং শ্লোকঃ
মন্মনা ভব মদ্ভক্তো মদযাজী মাং নমস্কুরু।
মামেবৈষ্যসি যুক্ত্বৈবমাত্মানং মত্পরায়ণঃ ।। ৯/৩৪

অর্থঃ তুমি সর্ব্বদা মনকে আমার চিন্তায় নিযুক্ত কর, আমাতে ভক্তিমান হও আমার পূজা কর আমাকেই নমস্কার কর এইরূপে মত্পয়ায়ণ হয়ে আমাতে মন সমাহিত করতে পারলে আমাকেই প্রাপ্ত হবে।

৪৩। খ) শ্রীমদ্ভগবত গীতা ১১ তম অধ্যায় ৫৪ নং শ্লোকঃ

ভক্ত্যা ত্বনন্যয়া শক্য অহমেবংবিধোহর্জ্জুন।
জ্ঞাতুং দ্রষ্টুঞ্চ তত্ত্বেনে প্রবেষ্টুঞ্চ পরন্তপ।। ১১/৫৪
অর্থঃ হে পরন্তপ হে অর্জুন কেবল অনন্যা ভক্তি দ্বারাই ঈদৃশ আমাকে স্বরূপতঃ

জানতে পারা যায় সাহ্মাত্ দেখেতিে পারা যায় এবং আমাতে প্রবেশে করতে পারা যায়।

৪৩। গ) শ্রীমদ্ভগবত গীতা ১১ তম অধ্যায় ৫৫ নং শ্লোকেঃ
মত্কর্ম্মকৃন্মত্পরমো মদ্ভক্ত সঙ্গবর্জ্জতিঃ।
নরি্ব্বৈরঃ সর্বভূতষেু যঃ স মামতে পিাণ্ডব ।। ৫৫

অর্থঃ হে পাণ্ডব যে ব্যক্ত িআমারই কর্মবোধে সমুদয় কর্ম করনে আম িযার একমাত্র গত িযনি িসর্বপ্রকারে আমাকে ভজনা করনে যনি িসমস্ত বষিয়ে আসক্তশিূন্য যার কার উপর শত্রুভাব নাই তনিইি আমাকে প্রাপ্ত হন।

এছাড়া ভগবত ভক্তরি জন্য
নম্নি বর্ণতি আরো শ্লোক পাঠ করা যার ১২ তম ৮ নং শ্লোক, ১৮ তম ৬৬ নং শ্লোক

ভক্ত িপ্রমে রসঃ চতুর্থ পর্বঃ

৪৪। কোন সমস্যা সমাধানরে জন্য

শ্রীমদ্ভগবত গীতা ২য় অধ্যায় ৭ নং শ্লোকেঃ

কার্পণ্যদোষোপহতস্বভাবঃ
পৃচ্ছাম িত্বাং ধর্ম্মসংমূঢচতোঃ ।
যচ্ছ্রয়েঃ স্যান্নশ্চিতিং ব্রূহ িতন্মে
শশি্যস্তহেহং শাধ িমাং ত্বাং প্রপন্নম্ ।। ২/৭

অর্থঃ আম িকর্তব্য স্থরি করতে পারছ িনা। আম িতোমার শষি্য ও তোমার শরণাপণ্ণ। আমাকে উপদশে দাও।

৪৫। কোন কথায় সমস্যা সমাধানরে জন্য
শ্রীমদ্ভগবত গীতা ৩য় অধ্যায় ২ নং শ্লোকেঃ

ব্যামশ্রিণেবে বাক্যে ন বুদ্ধিং মোহয়সীব মে ।
তদকেং বদ নশ্চিত্যি যনে শ্রয়োেহহমাপ্নুয়াম্ ।। ৩/২

অর্থঃ যা করলি আমার মঙ্গল হব,ে আমাকে সইে বষিয়ইে উপদশে দাও।

৪৬। ভুত প্রতে থকে মুক্তরি জন্য

শ্রীমদ্ভগবত গীতা ১১ তম অধ্যায় ৩৬ নং শ্লোকেঃ

স্থানে হৃষীকশে তব প্রকীর্ত্ত্যা
জগত্ প্রহৃষ্যত্যনুরজ্যতে চ
রাহ্মাংস িভীতান িদশিো র্দ্রবন্ত ি
সর্ব্বে নমস্যন্ত িচ সদ্ধিসঙ্ঘাঃ ।।

অর্থঃ অর্জুন বলেলিনে হে হৃষীকশে, তোমার মাহাত্ম কীর্ত্তনে সমস্ত জগত্ যে হৃষ্ট হয়, তোমার প্রত িঅনুরক্ত হয় তা যুক্তযিুক্ত। রাহ্মসরো যে তোমার ভয়ে ভীত হয়ে

*************************************************************
****************

নিত্যকর্মের মন্ত্র সমূহঃ

"ওঁ নমো ভগবতে বাসুদেবায়"

১। ঘুম থেকে উঠার মন্ত্রঃ ব্রহ্মামুরারী ত্রিপুরান্তকারি ভানুশশী ভুমিসুতো বুধশ্চ
গুরুশ্চ শুক্র শনি বাহু কেতু কুর্বন্তে সর্বে মম সুপ্রভাতম।
২।শয্যত্যাগ করিয়া মাটি স্পর্শ করে মন্ত্রঃ ওঁ প্রিয়দত্তায়ৈ ভূমিভ্যৈ নমঃ।
৩।সূর্য্যমূখী হইয়া বলার মন্ত্রঃ ওঁ নমো ভগবতে শ্রী সূর্য্যায় নমঃ
৪।মল-মূত্র ত্যাগ করার মন্ত্রঃ ওঁ আজ্ঞা কুরু বসুন্ধরা।
৫। স্নানের মন্ত্রঃ ওঁ শ্রী বরুণ দেবভ্যৈ নমঃ।
৬। আহারের মন্ত্রঃ ওঁ শ্রী বিষ্ণুবে নমঃ।
৭। পবিত্র হওয়ার মন্ত্রঃ ওঁ অপবিত্র পবিত্রবো সর্ববস্থাং গতোহপিবাযস্মরেৎ
পুন্ডরীকাক্ষং সবাহ্যাভ্যন্তরঃ শুচিঃ হরি ওঁ তৎসৎ(৩ বার)
৮।কোথাও যাত্রা করলেঃ ওঁ শ্রী বামনায় নমঃ।
৯। কাজ আরম্ভ করার মন্ত্রঃ ওঁ শ্রী বিশ্বকর্ম্মায় নমঃ
১০।ধর্মীয় অনুষ্ঠান আরম্ভ করার মন্ত্রঃ ওঁ অয়ম্ আরম্ভ শুভায় ভবতুঃ।
১১। বিপদে পরিলেঃ ওঁ শ্রী মধুসূদনায় নমঃ।
১২। দুঃস্বপ্ন দেখলেঃ ওঁ শ্রীগোবিন্দায় নমঃ।
১৩। গুরু প্রনামঃ ওঁ শ্রী গুরুবে নমঃ।
১৪। পিতৃ প্রণামঃ
ওঁ পিতা স্বর্গ পিতা ধর্ম পিতাহি পরমং তপঃ
পিতরি প্রীতিমাপন্নে প্রিয়ন্তে সর্বদেবতা"
১৫। মাতৃ প্রণামঃ ওঁ জননী জম্মভূমিশ্চ স্বর্গাদপী গরিয়সী।
১৬।গীতা পাঠ না করলেঃ ওঁ শ্রীমদ্ভগবদগীতা মহাগ্রন্থাভ্যৈ নমঃ"
১৭। জম্ম সংবাদ শুনলেঃ ওঁ আয়ুস্মান ভব"(৩বার)
১৮।মৃত্যু সংবাদ শুনলেঃ ওঁ দিব্যান্ লোকান স্বগশ্চতুঃ
১৯। দুঃসংবাদ শুনলেঃ ওঁ আপাদং অবাদং অপবাদশ্চ অপসরঃ।
২০। ঘুমাবার মন্ত্রঃ ওঁ শ্রীপদ্মনাভায় নমঃ।
২১।গৃহে প্রবেশে মন্ত্রঃ ওঁ শ্রী বাস্তুপুরুষায় নমঃ।
২২। শ্মশানে চন্দন কাঠ দেওয়ার মন্ত্রঃ ওঁ ক্রব্যাদায়ঃ নমস্তব্যং ক্রব্যাদায়ঃ নমো
নমঃ।
২৩। ঘরের দরজা খোলার মন্ত্রঃ ওঁ দূর্গা, ওঁ দূর্গা, ওঁ দূর্গা।
২৪।কৃষ্ণ প্রণামঃ হে কৃষ্ণকরুণা সিন্ধু দীনবন্ধু জগতপতে
গোপেশে গোপিকাকান্ত রাথাকান্ত নমহস্তুতে।
২৫। তুলশী প্রণামঃ
ওঁ বিন্দায় তুলসী দেব্যায় প্রিয়ায় কেশবস্যচ
কৃষ্ণভক্তি পদে দেবি সত্যবর্তায় নমো নমঃ।