

হিন্দু আচার -আচরণের গুরুত্ব ও তাৎপর্য

হিন্দুধর্ম শুধু একটি ধর্ম নয়, এটি একটি জীবনযাপন পদ্ধতি। হিন্দু ধর্মে, আধ্যাত্মিকতা মানুষের জীবনে আধ্যাত্মিকতা আনতে এবং ভক্তি এবং ধর্মীয়তার অনুভূতি জাগিয়ে তোলার জন্য অনুষ্ঠান করা হয়। ধর্মানুষ্ঠানগুলি শুধুমাত্র জীবনের সময় পালিত হয় না, মৃত্যুর পরেও চলতে থাকে, দাফন এবং শ্মশান পদ্ধতি সহ। হিন্দুদের জন্য, এটি বেদ - বিশ্বের প্রাচীনতম আধ্যাত্মিক ধর্মগ্রন্থ - যা তাদের আচার -অনুষ্ঠানকে রূপ দিয়েছে এবং প্রভাবিত করেছে। বেদ হল স্তোত্র এবং আচারের সংগ্রহ যা হাজার বছর আগের। এই অমূল্য গ্রন্থগুলি মৌখিক বর্ণনার মাধ্যমে কয়েক প্রজন্মের কাছে পৌঁছে দেওয়া হয়েছিল।

এর আগে, অনেক হিন্দু আচার -অনুষ্ঠান জীবনের পর্যায়ের সঙ্গে সংশ্লিষ্ট দায়িত্ব পালনের গুরুত্বের উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করেছিল। জীবনের চারটি ধাপ নিম্নরূপ:

ব্রহ্মচর্য - শিক্ষা অর্জন করা এবং একজনের উন্নত করা
গৃহস্থকে- জাগতিক আনন্দ এবং সাধনা যার মধ্যে বিবাহ এবং কর্মজীবন রয়েছে
ভানপ্রস্থ - আধ্যাত্মিকমনন-অনুষ্ঠান
সন্ন্যাস -জীবনের

অনেক প্রাচীন আচার আছে যা আজকে করা হয় না, যেমন অর্থ এবং অনুশীলন শতাব্দী ধরে পরিবর্তিত হয়েছে। উদাহরণস্বরূপ, বৈদিক সময়ে, যজ্ঞ কর্ম ও ধর্মের সাথে সম্পর্কিত ছিল কিন্তু এখন তারা সামাজিক কর্মকাণ্ডের সাথে যুক্ত।

উ: হিন্দু আচারের গুরুত্বের

হিন্দুদের জন্য, performing আশীর্বাদ প্রাপ্তির প্রধান গুরুত্ব হল অনুষ্ঠান করার সময়। তারা বিশ্বাস করে যখন their শ্রম তাদের ভক্তির দ্বারা সন্তুষ্ট হন, তিনি তাদের উপর তার আশীর্বাদ দান করেন। বেশিরভাগ হিন্দু ধর্মীয় অনুষ্ঠান পবিত্র স্থানে যেমন মন্দির বা প্রকৃতিতে করা হয়, কিন্তু কিছু কিছু বাড়িতেই করা হয়।

গৃহস্থালীর দায়িত্বের অংশ হিসেবে একজন ধর্মপ্রাণ হিন্দুর কাছ থেকে প্রতিদিন কিছু আচার -অনুষ্ঠান করা হবে বলে আশা করা হচ্ছে। সকালের আচারের মধ্যে স্নান বা শারীরিক আত্মশুদ্ধি, সূর্য দেবতার প্রার্থনা করা বা গায়ত্রী মন্ত্র জপ করা অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে। সব হিন্দু পরিবারে প্রচলিত প্রচলিত আচার হল পূজা, ধ্যান, নীরব প্রার্থনা, যোগ, ভগবদ গীতা বা ভজন থেকে ধর্মগ্রন্থ পাঠ, ধর্মীয় বই পড়া, সতসঙ্গে অংশগ্রহণ (প্রার্থনা সভা), দাতব্য কাজ করা, মন্দিরে যাওয়া এবং জপ করা তাদের প্রিয় ঐশ্বরের নাম। এই আচার, প্রার্থনা এবং পবিত্র অনুষ্ঠানের মাধ্যমেই হিন্দুরা .শ্রমের প্রতি তাদের শ্রদ্ধা জানায়।

প্রার্থনা বা পূজা হিন্দু ভক্তের জীবনের অবিচ্ছেদ্য অংশ। তারা হিন্দু পুরোহিত বা ব্রাহ্মণদের সাহায্য বা নির্দেশনায় এই প্রার্থনাগুলো করে থাকে। প্রতিটি পূজার পরে, sacred শ্রমকে একটি পবিত্র নৈবেদ্য (বা প্রসাদ) দেওয়া হয়। এই ধরনের নৈবেদ্যগুলি 10 শ্রমের সেবার চিহ্ন হিসাবে পারম্পরিক সুবিধার দাবি না করেই করা হয়। হিন্দুরা বিশ্বাস করে যে এই অনুষ্ঠানগুলি তাদের আধ্যাত্মিক উন্নতিতে সাহায্য করে।

আচার হল কিছু শারীরিক ক্রিয়াকলাপ যা আমাদের শারীরিক বা মানসিকভাবে সাহায্য করে কিন্তু বেশিরভাগই পরোক্ষ উপায়ে। অনেক ভারতীয় traditional তিহ্যবাহী আচার -অনুষ্ঠান আছে যার মধ্যে হিন্দু ধর্মীয় আচার -অনুষ্ঠান বৈজ্ঞানিক কারণে এবং তাদের সাথে জড়িত শৃঙ্খলার পরিমাণের কারণে বেশি গুরুত্ব পায়।

আচার একটি কাঠামো গঠন করে যা জীবনকে সহজ করে তোলে। অনেকেই এর পিছনে বৈজ্ঞানিকভাবে স্বাস্থ্য উপকারিতা প্রমাণ করেছেন। তারা যুগ যুগ ধরে অনুসরণ করে আসছে এবং প্রজন্ম ধরে চলে আসছে। আপনি কোথায় আছেন এবং

আপনার কী করা উচিত সে সম্পর্কে আচারগুলি আপনাকে নির্দেশ করে। বেশিরভাগ আচার অনুষ্ঠান অদৃশ্য ঘড়ির মতো, উদাহরণস্বরূপ, আপনি যদি সূর্য নমস্কার করছেন তাহলে অবশ্যই সূর্যোদয়ের সময় হতে হবে।

হিন্দু ধর্মে, আচারের অর্থ ভক্তি এবং ধর্মীয়তার অনুভূতি জাগানো এবং এর মাধ্যমে Godশ্বর এবং আধ্যাত্মিকতাকে মানুষের জীবনের কেন্দ্রে নিয়ে আসা। তার গৃহকর্তার দায়িত্বের অংশ হিসাবে, একজন ধর্মপ্রাণ হিন্দু প্রতিদিন সকাল থেকে শুরু করে সন্ধ্যা পর্যন্ত নির্দিষ্ট কিছু অনুষ্ঠান পালন করবে বলে আশা করা হচ্ছে।

কিছু লোক বৈদিক ধর্মীয় ক্রিয়াকলাপ বোঝাতে আচার শব্দটি ব্যবহার করতে পছন্দ করে না কারণ আচার শব্দটি নির্দিষ্ট যান্ত্রিক মনোভাব এবং গুরুতর জড়িত থাকার অভাবকে বোঝায়। বৈদিক বলিদান মানুষের জীবনে একীভূত হয় এবং যদিও সেগুলি নির্দিষ্ট নিয়মিততার সাথে সম্পাদন করা হয়, তাদের চূড়ান্ত উদ্দেশ্য নিছক পালন নয় বরং মন এবং দেহের রূপান্তর যাতে ব্যক্তিটি Godশ্বরের অভিপ্রায় এবং উদ্দেশ্য প্রকাশের জন্য উপযুক্ত বাহন হয়ে ওঠে সৃষ্টি

আচার এবং আনুষ্ঠানিকতা প্রধানত দেবতা, জীব, বিদেহী আত্মা, মানুষ এবং অন্যান্য জীবের জন্য নৈবেদ্য অন্তর্ভুক্ত করে। অফারগুলি দৈনিক, সাপ্তাহিক, মাসিক বা বার্ষিক ভিত্তিতে করা হয়। কিছু অফার নির্দিষ্ট অনুষ্ঠানে করা হয় যা জীবনে একবারই আসে। এই ধরনের নৈবেদ্যগুলি Godশ্বরের সেবা এবং তাঁর প্রকাশ হিসাবে পারস্পরিক সুবিধার দাবি না করেই করা হয়।

ধর্মপ্রাণ হিন্দুরা দৈনন্দিন অনুষ্ঠান করে এবং দিনের বিভিন্ন সময়ে বিভিন্ন দেবদেবীর উদ্দেশ্যে জল বা নৈবেদ্য প্রদান করে। সকালের বলিদানের মধ্যে রয়েছে স্নান বা শারীরিক আত্মশুদ্ধি, সূর্যকে প্রার্থনা করা, গায়ত্রী মন্ত্র জপ করা, শরীরে নির্দিষ্ট কিছু ধর্মীয় চিহ্ন লাগানো ইত্যাদি। তার বর্ণ ও গোষ্ঠীভিত্তিকতার উপর নির্ভর করে এই চিহ্ন ব্যক্তিভেদে ভিন্ন হতে পারে। উপরন্তু, ভক্তরা এমন আচার -অনুষ্ঠানও পালন করতে পারেন যা তারা যে শিক্ষকের traditionsতিহ্য অনুসরণ করে তাদের জন্য নির্দিষ্ট। এই জাতীয় দৈনন্দিন অনুষ্ঠান বিশেষত গৃহকর্তাদের জন্য। হিন্দু তপস্বীরা (সন্ন্যাসীরা) কিছু দৈনন্দিন অনুষ্ঠান অনুসরণ করতে পারেন এবং দেবতাদের বা তাদের শিক্ষকদের পূজা করতে পারেন, কিন্তু তারা গৃহকর্তাদের থেকে আলাদা।

যদিও এটা সত্য যে এই অনুশীলনগুলির অধিকাংশই উচ্চবর্ণের জন্য বাধ্যতামূলক এবং অনেকে এখনও তাদের অনুসরণ করে, হিন্দুরা তাদের বিশ্বাস, সামাজিক অবস্থা, সময়ের প্রাপ্যতা, পারিবারিক traditionsতিহ্য এবং অন্যান্য বিষয় অনুযায়ী বিভিন্ন আচার -অনুষ্ঠান অনুসরণ করে। অনেক প্রাচীন আচার -অনুষ্ঠান এবং অনুশীলন, যা একসময় বাধ্যতামূলক ছিল এখন বিভিন্ন কারণে বাতিল করা হয়েছে। কিছু কিছু আজকে করা যায় না কারণ মানুষ শহরে বাস করে এবং শর্তাবলী তাদের শাস্ত্রের নির্দেশিত শৃঙ্খলা মেনে চলার অনুমতি দেয় না।

বর্তমানে অনেক হিন্দু পরিবারে প্রচলিত দৈনন্দিন আচারের মধ্যে সবচেয়ে জনপ্রিয় হল পূজা, ধ্যান, নীরব প্রার্থনা, যোগব্যায়াম, ভগবদ্গীতা বা ভজন যেমন ধর্মগ্রন্থ পাঠ, ধর্মীয় বই পড়া, "সতসঙ্গে" অংশ নেওয়া বা কোম্পানিতে যাওয়া পবিত্র লোকদের, কিছু দাতব্য কাজ করা, মন্দির এবং পবিত্র স্থান পরিদর্শন করা, অথবা কিছু মন্ত্র বা একটি নির্দিষ্ট ofশ্বরের নাম জপ করা।

B. হিন্দু আচারের কিছু রূপ

1. পবিত্র স্থানে

আচার অনুষ্ঠান করা হিন্দু ধর্মগ্রন্থ এবং পবিত্র ধর্মগ্রন্থ হিন্দু ধর্মাবলম্বীদের সারা জীবন পালন করতে হবে এমন বিভিন্ন আচার -অনুষ্ঠান করেছে। হিন্দু আচার -অনুষ্ঠানের ক্ষেত্রে পবিত্র স্থানগুলি খুবই গুরুত্বপূর্ণ কারণ এই স্থানগুলিকে God'sশ্বরের আবাস হিসেবে বিবেচনা করা হয়। পবিত্র ধর্মগ্রন্থে পবিত্র স্থানগুলির পবিত্রতা সম্পর্কে বিশদভাবে উল্লেখ করা

হয়েছে যেখানে ব্রাহ্মণরা আচার অনুষ্ঠান করে থাকে। হিন্দুরাও এই পবিত্র স্থানে তাদের পূর্বপুরুষদের প্রতি শ্রদ্ধা জানায়। দীর্ঘস্থায়ী শান্তি প্রদানের জন্য এবং তাদের theশ্বরিক শক্তির সাথে একত্রিত হতে সাহায্য করার জন্য প্রার্থনা করা হয়।

2. যজ্ঞ

এগুলি হিন্দু ধর্মে পূজার বাহ্যিক রূপ, প্রাচীন অতীতের বৈদিক ধর্মের সাথে এর সরাসরি সংযোগের স্মারক। যজ্ঞ সম্পাদনের সময়, যোগ্য দেব-যাজকদের দ্বারা প্রার্থনা করার জন্য বিভিন্ন দেবতাদের একটি নির্ধারিত এবং পদ্ধতিগত উপায়ে নৈবেদ্য দেওয়া হয়, যাতে তারা উপাসককে জীবনে নির্দিষ্ট ফলাফল অর্জনে সহায়তা করে।

বলিদান করার সময় মন্ত্র জপ করলে নির্দিষ্ট আকাঙ্ক্ষা, একজন ব্যক্তির, একটি গোষ্ঠী বা সমগ্র সমাজের সার্বিক কল্যাণ নিশ্চিত করা যায়।

যজ্ঞের সহজতম রূপ হল গৃহকর্তা কর্তৃক গৃহীত ঘরোয়া অনুষ্ঠান, যিনি তাঁর ঘরে প্রস্থলিত পবিত্র আগুনে সাধারণ উৎসর্গ করবেন। আরও জটিল সংস্করণে তিন থেকে পাঁচটি আগুন জ্বালানো এবং তাদের মধ্যে নৈবেদ্য suchে দেওয়া যেমন খাদ্যশস্য, ঘি বা মাখন এবং অন্যান্য সবজি পদার্থ নির্বাচিত ও যোগ্য পুরোহিতদের দ্বারা, একই সাথে মন্ত্র জপ করা, বিভিন্ন দেবতা বিশেষ করে অগ্নি, ইন্দ্র, বরুণ ইত্যাদি।

কিছু Yajnas, সমগ্র সম্প্রদায়ের সাধারণের মঙ্গলের জন্য একটি বড় স্কেল উপর সঞ্চালিত হয়, মাটির উর্বরতা বৃদ্ধি বৃষ্টি আমন্ত্রণ জানাতে, স্বাগতম শান্তি এবং সম্পদ ইত্যাদি জটিলতা ডিগ্রী উপর ভিত্তি করে করতে, এই Yajnas কয়েক ঘন্টার থেকে স্থায়ী হতে পারে কয়েক দিন পর্যন্ত। অনুষ্ঠানটিতে অংশগ্রহণকারী এবং পরিচালনা করা পুরোহিতদের সংখ্যা নির্ভর করে প্রকৃতি এবং উদ্দেশ্য যার জন্য এটি করা হয়।

এটা একটা সত্য যে, আধুনিক হিন্দু ধর্মে যজ্ঞ ও অন্যান্য ধরনের বলিদানের ঘটনা ধীরে ধীরে নেমে আসছে, প্রধানত পশ্চিমা শিক্ষার প্রভাবের কারণে, তাদের সম্পাদনে জড়িত জটিলতা এবং যাজক সম্পাদন করতে পারে এমন যোগ্য যাজকদের সংখ্যা হ্রাস পাওয়ায় কার্যকরভাবে সম্পূর্ণ বৈদিক আদেশ অনুযায়ী।

যজ্ঞ করার সময়, পুরোহিতদের সহায়তায় বিভিন্ন দেবতাদের উদ্দেশ্যে নৈবেদ্য দেওয়া হয়। একটি ছোট পবিত্র অগ্নি প্রস্থলিত হয় এবং খাদ্য শস্য, ঘি এবং উদ্ভিজ্জ পদার্থের মতো নৈবেদ্য উপস্থিত থাকে। অগ্নি, ইন্দ্র এবং বরুণের মতো দেবতাদের আহ্বান জানাতে একই সাথে মন্ত্র জপ করা হয়। এগুলি সাধারণত পরিবারের কল্যাণের জন্য, বৃষ্টিকে আমন্ত্রণ জানাতে এবং শান্তি ও সমৃদ্ধিকে স্বাগত জানাতে করা হয়। কিছু যজ্ঞ কয়েক ঘন্টার জন্য সঞ্চালিত হয় অন্যরা কয়েক সপ্তাহ ধরে চলে।

3. জাপা - জপা মানে God'sশ্বরের নাম আবৃত্তি, হয় চুপচাপ বা শ্রবণযোগ্যভাবে। এই আচারের মধ্যে রয়েছে মনকে শুদ্ধ করার জন্য এবং নিজের চেতনাকে আধ্যাত্মিক শক্তিতে পরিপূর্ণ করার জন্য God'sশ্বরের নাম অবিরত পাঠ করা। এই নিয়মিত জপ মন ও শরীরে কম্পন সৃষ্টি করতে পারে এবং আধ্যাত্মিক রূপান্তর ঘটাতে পারে। জাপ করা উচিত God'sশ্বরের প্রতি নিখাদ ভালবাসার মাধ্যমে এবং বিনিময়ে কিছু পাওয়ার প্রত্যাশা নিয়ে নয়।

জাপা আধুনিক হিন্দু ধর্মে উপাসনার একটি খুব জনপ্রিয় রূপ হয়ে উঠেছে। বিশেষ করে ভক্তি আন্দোলনের উত্থান এবং অনেক যোগী এবং বাবার জনপ্রিয়তার সাথে জাপা অনেক ধর্মপ্রাণ এবং আধ্যাত্মিকভাবে হিন্দুদের হৃদয় ও মনের মধ্যে প্রবেশ করেছে। জাপা মানে God'sশ্বরের নাম একটানা আবৃত্তি করা হয় মনের মধ্যে চুপচাপ অথবা জোরে জোরে। God'sশ্বরের নাম ক্রমাগত আবৃত্তি করলে ভক্তের মন শুদ্ধ হবে এবং তার চেতনা divineশী চিন্তা এবং প্রাণবন্ত আধ্যাত্মিক শক্তিতে পূর্ণ হবে বলে আশা করা হচ্ছে। নিয়মিত জপ করলে শরীর ও মনে কিছু কম্পন সৃষ্টি হবে যা সাধারণ মানুষের আত্মিক পরিবর্তনকে সহজতর করবে।

হিন্দু ধর্মে, আদিকাল থেকে, বৈদিক মন্ত্র এবং শ্লোকের যথাযথ আবৃত্তির উপর জোর দেওয়া হয়েছে। আজও বৈদিক শুল্লগুলিতে, ছাত্ররা সংস্কৃত উচ্চারণের সূক্ষ্ম সূক্ষ্মতা বোঝার চেষ্টা করে ঘন্টা, দিন এবং বছর কাটাত। জাপাতে, আমরা এইরকম কোনো অনমনীয়তার মুখোমুখি হই না। ব্যক্তির নিজের সুবিধা এবং অভ্যন্তরীণ অনুরোধ অনুসারে এটি অনুশীলনের যথেষ্ট স্বাধীনতা রয়েছে। জাপ অনুশীলন তাই এই অতি প্রাচীন traditionতিহ্যের সাথে সঙ্গতিপূর্ণ, কিন্তু বৈদিক মন্ত্রগুলি জপ করার জন্য প্রচলিত প্যাডেন্টিক পদ্ধতির বাইরে।

তবে কিছু নিয়ম আছে। একজনের নিজের কল্যাণ বা অন্যের কল্যাণের জন্য জাপ অনুশীলন করা উচিত, কিন্তু কখনও অন্যের ক্ষতি বা আঘাত করার জন্য নয়। এটা যদি কোন স্বার্থপর উদ্দেশ্যে না করে Godশ্বরের প্রতি নিখাদ ভালবাসা থেকে করা হয় তবে ভাল। তৃতীয়ত, কার্যকর হওয়ার জন্য, জপ পবিত্র অক্ষর "AUM" দিয়ে শুরু করা উচিত।

4. সন্ধ্যা বন্দনাম

একটি দ্বিজের জন্য সুপারিশ করা একটি বাধ্যতামূলক অনুষ্ঠান হল সন্ধ্যা বন্দনাম যেখানে সূর্য-দেবতাকে একটি প্রবাহিত উৎস থেকে জল দেওয়া হয় যেমন একটি নদী, সকালে এবং সন্ধ্যার সময়। এই সময়ে যখন সূর্যের কোমল রশ্মি এবং প্রবাহিত জল 4-5 মিনিটের জন্য শ্লোক পড়ে এই কাজটি সম্পাদনকারীকে প্রচুর পরিমাণে শক্তি স্থানান্তর করে।

5. সূর্য নমস্কার

সূর্য নমস্কার হল একটি শারীরিক ব্যায়াম যা ভোরে খোলা আকাশের নিচে সূর্যোদয়ের সময় করা হয়। এটি পর্যাপ্ত পরিমাণে ভিটামিন ডি সহ ব্যক্তির স্বাস্থ্য বাড়ায় এবং স্নায়ুতন্ত্রকে উদ্দীপিত করে, আমাদের দেহের সমস্ত গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গগুলির কার্যকারিতা উন্নত করে এবং ব্যক্তির শারীরিক ও মানসিক অবস্থা পুনরুজ্জীবিত করে।

6. এটি একটি ndingধর্মমুখী এবং অবরোহী নোট দিয়ে উচ্চস্বরে AUM শব্দটি বলা একটি traditionতিহ্য যা ছোটবেলা থেকে অধিকাংশ হিন্দুদের শেখানো হয়। এই পবিত্র অক্ষর চেতনাকে রূপান্তরিত করার ক্ষমতা রাখে।

AUM আবৃত্তি ঘনত্ব উন্নত, স্ট্রেস এবং উদ্বেগ কমাতে বিশাল সুবিধা রয়েছে। এটি শরীরের ডিটক্সিফিকেশন প্রক্রিয়ায় সাহায্য করে যখন শরীরের সমস্ত অঙ্গের কার্যকারিতা উন্নত করে এবং হরমোনের কাজকে উদ্দীপিত করে। এটি বিশেষ করে আশাবাদকে উন্নত করে এবং একজন ব্যক্তিকে আবেগগতভাবে স্থিতিশীল করে নেতিবাচকতা হ্রাস করে।

AUM একটি অত্যন্ত পবিত্র শব্দ বলে মনে করা হয়। এটি হল সাবদা ব্রাহ্মণ, ব্রহ্ম নিজেই একটি শব্দের আকারে। এটি যা কিছু স্পর্শ করে তাতে দেবত্ব প্রদান করে। সুতরাং যখন এটি উপসর্গ হিসাবে অন্য শব্দের সাথে যুক্ত হয়, শব্দটি divineশ্বরিক হয়ে ওঠে এবং যখন এটি উচ্চারণ করা হয় তখন এটি নির্দিষ্ট কম্পন সৃষ্টি করে যা চেতনাকে রূপান্তরিত করার ক্ষমতা রাখে। অতএব হিন্দু ধর্মে সমস্ত জপ এই পবিত্র অক্ষর "AUM" ব্যবহার করার আগে হয়।

7. পূজা

স্নান করার পর করা পূজা বা দীপা আরাধনা আপনাকে সারাদিন নিরাপদ এবং আশাবাদী অনুভূতিতে ভরাট করে সারাদিন বেঁচে থাকার জন্য প্রয়োজনীয় মানসিক শান্তি এবং সম্প্রীতি দেয়।

হিন্দু ধর্মে এমন অনেক traditionalতিহ্যবাহী কাজ রয়েছে যা জীবনযাপনের পদ্ধতি উন্নত করে কারণ এটি প্রাচীন ধর্ম যা বোঝায় যে মানুষের জীবন ও প্রকৃতি জড়িয়ে আছে এবং পারস্পরিক পুষ্টিতে উৎসাহিত করে।

8. কিছু দৈনিক পালন

হিন্দু ধর্মে, সপ্তাহের প্রতিটি দিন এক বা একাধিক বিশ্বাসের দেবতাদের জন্য উৎসর্গ করা হয়। এই দেব-দেবীদের সম্মান জানাতে প্রার্থনা ও উপবাস সহ বিশেষ আচার-অনুষ্ঠান করা হয়। প্রতিটি দিন বৈদিক জ্যোতিষশাস্ত্র থেকে একটি স্বর্গীয় দেহের সাথে যুক্ত এবং এর সাথে সংশ্লিষ্ট রত্ন পাথর এবং রঙ রয়েছে।

হিন্দু ধর্মে দুটি ভিন্ন ধরনের উপবাস রয়েছে। উপবাস হল একটি ব্রত পূরণের জন্য করা উপবাস, যখন ব্রত হচ্ছে ধর্মীয় আচার পালনের জন্য তৈরি উপবাস। ভক্তরা তাদের আধ্যাত্মিক অভিপ্রায়ের উপর নির্ভর করে সপ্তাহে যেকোনো ধরনের উপবাসে অংশ নিতে পারেন।

প্রাচীন হিন্দু ঋষিরা বিভিন্ন দেবতাদের সচেতনতা ছড়িয়ে দিতে ধর্মীয় উপবাসের মতো অনুষ্ঠান পালন করতেন। তারা বিশ্বাস করত যে খাদ্য ও পানীয় থেকে বিরত থাকা ভক্তদের Godশ্বরকে উপলব্ধি করার জন্য divineশ্বরিক পথকে সুগম করবে, যা মানুষের অস্তিত্বের একমাত্র উদ্দেশ্য বলে মনে করা হয়।

হিন্দু ক্যালেন্ডারে, দিনের নামকরণ করা হয়েছে প্রাচীন সৌরজগতের সাতটি স্বর্গীয় বস্তুর নাম: সূর্য, চন্দ্র, বুধ, শুক্র, মঙ্গল, বৃহস্পতি এবং শনি।

1. সোমবার (সোমভার)

সোমবার ভগবান শিব এবং তার সহধর্মিণী দেবী পার্বতীকে উৎসর্গ করা হয়। পূজার শুরুতে তাদের পুত্র ভগবান গণেশকে শ্রদ্ধা করা হয়। ভক্তরা এই দিনে শিব ভজন নামে ভক্তিমূলক গানও শোনেন। শিব চন্দ্র, চন্দ্রের সাথে যুক্ত। সাদা তার রঙ এবং মুক্তা তার রত্ন।

সোমভার ব্রত বা সোমবার রোজা সূর্যোদয় থেকে সূর্যাস্ত পর্যন্ত পালন করা হয়, সন্ধ্যার নামাজের পর ভেঙে যায়। হিন্দুরা বিশ্বাস করে যে, উপবাসের মাধ্যমে, তারা ভগবান শিবের দ্বারা প্রজ্ঞা লাভ করবেন যারা তাদের সমস্ত ইচ্ছা পূরণ করবে। কিছু জায়গায় অবিবাহিত মহিলারা তাদের আদর্শ স্বামীকে আকৃষ্ট করার জন্য রোজা রাখে।

2. মঙ্গলবার (মঙ্গলভার)

মঙ্গলবার দেবতা হনুমান এবং মঙ্গল গ্রহ মঙ্গলকে উৎসর্গ করা হয়। দক্ষিণ ভারতে দিনটি দেবতা স্কন্দকে উৎসর্গ করা হয়। ভক্তরা এই দিনে হনুমান চালিসা, সিমিয়ান দেবতার উদ্দেশ্যে উত্সর্গীকৃত গানও শোনেন। হিন্দু ধর্মাবলম্বীরা হনুমানকে সম্মান জানাতে এবং মন্দ থেকে রক্ষা পেতে এবং তাদের পথে বাধা অতিক্রম করতে তাঁর সাহায্য চান।

যে দম্পতির পুত্র সন্তান চান তাদের দ্বারাও রোজা পালন করা হয়। সূর্যাস্তের পর, সাধারণত গম এবং গুড় (কেস সুগার) নিয়ে খাবারের মাধ্যমে রোজা ভেঙে যায়। মানুষ মঙ্গলবার লাল রঙের পোশাক পরে এবং ভগবান হনুমানকে লাল ফুল দেয়। মুঙ্গা (লাল প্রবাল) হল আজকের পছন্দের রত্ন।

3. বুধবার (বুধবার)বিঠালের

বুধবার শ্রীকৃষ্ণ এবং কৃষ্ণের অবতার ভগবানপ্রতি উৎসর্গীকৃত। দিনটি বুধ গ্রহের সাথে যুক্ত। কিছু কিছু জায়গায় ভগবান বিষ্ণুরও পূজা করা হয়। ভক্তরা এই দিনে কৃষ্ণ ভজন (গান) শোনেন। সবুজ হল পছন্দের রং এবং গোমেদ এবং পান্না পছন্দের রত্ন।

হিন্দু ধর্মাবলম্বীরা যারা বুধবার রোজা রাখে তারা বিকেলে একক খাবার খায়। বুধবার উপবাস (বুধবারের রোজা) traditionতিহ্যগতভাবে একটি শান্তিপূর্ণ পারিবারিক জীবন এবং একাডেমিক সাফল্য চান এমন শিক্ষার্থীদের দ্বারা পালন করা হয়। বুধবার বুধ বা বুধ গ্রহ নতুন প্রকল্পের উল্লেখ ঘটায় বলে মানুষ নতুন ব্যবসা বা এন্টারপ্রাইজ শুরু করে।

4. বৃহস্পতিবার (গুরুভার বা)

বৃহস্পতিবারবৃহস্পতিবার ভগবান বিষ্ণু এবং দেবতাদের গুরু ভগবান বৃহস্পতিকে উৎসর্গ করা হয়। বিষ্ণুর গ্রহ বৃহস্পতি। ভক্তরা "ওম জয় জগদীশ হরে" এর মতো ভক্তিমূলক গান শোনে এবং ধন, সাফল্য, খ্যাতি এবং সুখ পেতে উপাসনা করেন।

হলুদ হল বিষ্ণুর traditionalতিহ্যবাহী রঙ। সূর্যাস্তের পরে যখন রোজা ভেঙে যায়, তখন traditionতিহ্যগতভাবে খাবার হলুদ খাবার যেমন ছানা ডাল (বেঙ্গল গ্রাম) এবং ঘি (স্পষ্ট মাখন)। হিন্দুরাও হলুদ পোশাক পরিধান করে এবং বিষ্ণুকে হলুদ ফুল এবং কলা প্রদান করে।

5. শুক্রবার (শুক্রাবর)মাতৃদেবী শক্তিকে

শুক্রবার শুক্র গ্রহের সাথে যুক্তউৎসর্গ করা হয়; দেবী দুর্গা ও কালীরও পূজা করা হয়। ভক্তরা এই দিনে দুর্গা আরতি, কালী আরতি এবং সন্তোষী মাতার আরতির অনুষ্ঠান করেন। হিন্দুরা শক্তিকে সম্মান করার জন্য বৈশ্বিক সম্পদ এবং সুখ কামনা করে, সূর্যাস্তের পরে কেবল একটি খাবার খায়।

যেহেতু সাদা হল শক্তির সাথে সবচেয়ে ঘনিষ্ঠভাবে সম্পর্কিত রঙ, তাই সন্ধ্যার খাবারে সাধারণত সাদা খাবার যেমন খির বা পয়সাম, দুধ এবং ভাত দিয়ে তৈরি একটি মিষ্টি থাকে। দেবীকে আবেদন করার জন্য ছানা (বাংলার ছোলা) এবং গুড় (গুড় বা কঠিন গুড়) দেওয়া হয় এবং টক জাতীয় খাবার এড়িয়ে চলতে হয়।

শক্তির সাথে যুক্ত অন্যান্য রঙের মধ্যে রয়েছে কমলা, বেগুনি, বেগুনি এবং বারগান্ডি এবং তার রক্ত পাথর হীরা।

6. শনিবার (শনিভার)শনিকে

শনিবার শনি গ্রহের সাথে সম্পর্কিত ভীত দেবতাউৎসর্গ করা হয়। হিন্দু পৌরাণিক কাহিনীতে শনি একজন শিকারী যিনি দুর্ভাগ্য বয়ে আনে। ভক্তরা সূর্যোদয় থেকে সূর্যাস্ত পর্যন্ত উপবাস করে, শনির অসুস্থতা, অসুস্থতা এবং অন্যান্য দুর্ভাগ্য থেকে সুরক্ষা চায়। সূর্যাস্তের পরে, হিন্দুরা কালো তিলের তেল বা কালো ছোলা (মটরশুটি) ব্যবহার করে তৈরি খাবার খেয়ে রোজা ভঙ্গ করে এবং লবণ ছাড়াই রান্না করে।

রোজা পালনকারী ভক্তরা সাধারণত শনি মন্দিরে যান এবং কালো রঙের জিনিস যেমন তিলের তেল, কালো কাপড় এবং কালো মটরশুটি প্রদান করেন। কেউ কেউ পিপালের (পবিত্র ভারতীয় ডুমুর) পূজা করে এবং এর ছালের চারপাশে একটি সুতো বেঁধে, অথবা শনিদেবের ক্রোধ থেকে রক্ষা পেতে ভগবান হনুমানের কাছে প্রার্থনা করে। নীল এবং কালো শনির রং। নীল রক্ত, যেমন নীল নীলকান্তমণি, এবং ঘন ঘোড়ার তৈরি কালো লোহার রিংগুলি প্রায়শই শনিকে রক্ষা করার জন্য পরা হয়।

7. রবিবার (রবিবার)সূর্যনারায়ণকে

রবিবার সূর্য দেবতা সূর্য বাউৎসর্গ করা হয়। ভক্তরা তাদের ইচ্ছা পূরণের এবং চর্মরোগ নিরাময়ে দ্রুত তাঁর সাহায্য কামনা করে। হিন্দুরা একটি আনুষ্ঠানিক স্নান এবং একটি সম্পূর্ণ ঘর পরিষ্কারের মাধ্যমে দিন শুরু করে। তারা সারা দিন রোজা রাখে, শুধুমাত্র সূর্যাস্তের পর খায় এবং লবণ, তেল এবং ভাজা খাবার এড়িয়ে যায়। সেদিন ভিক্ষাও দেওয়া হয়।

সূর্যকে মানিক এবং লাল এবং গোলাপী রঙ দ্বারা প্রতিনিধিত্ব করা হয়। এই দেবতাকে সম্মান জানাতে হিন্দুরা লাল পরিধান করবে, তাদের কপালে লাল চন্দনের পেস্টের একটি বিন্দু লাগাবে এবং সূর্য দেবতার মূর্তি এবং আইকনগুলিতে লাল ফুল দেবে।