।। জয় মহাবীৰ ।।

সমতা সৰ্ব মঙ্গল

সমতা সৰ্ব মঙ্গল আৰাধনা বিধি।

সমতা হৈছে সৰ্বমঙ্গলৰ এটা ৰূপ, যাক অনুক্ৰমিক ভাবে বিস্তাৰিত বিৱৰন দিয়া হৈছে।

- আমি সকলো বিভাগ ক্ৰমে (I) ৰ পৰা (V) লৈকে থকা আৰাধনা প্ৰতিদিনে সামূহিক ভাৱে কৰাৰ বাবে লক্ষ্য ৰাখিম। যাৰ সময় সৰ্বোচ্চ ১০ মিনিট হব।
- সমতা সৰ্ব মঙ্গলৰ আৰাধনা আমাৰ ব্যৱসায়স্থল, কাৰ্য্যালয়, উদ্যোগ, প্ৰতিষ্ঠান, সংষ্ঠান আদি কৰ্মস্থলীত কৰিব লাগিব। প্ৰতিদিন কাৰ্য্য আৰম্ভ কৰাৰ আগতে নিযুক্ত/মালিকৰ সৈতে কৰ্মচাৰী আৰু সহযোগী সকলক লগত লৈ সামূহিক ভাৱে আৰাধনা কৰিব লাগিব।
- আমি আমাৰ সংস্থানত এটি নিৰ্দিষ্ট স্থান নিৰ্ধাৰিত কৰি এই কিতাপখন সুৰক্ষিত কৰাৰ ব্যৱস্থা কৰিব লাগিব। লগতে মালিক/নিযুক্তকৰ্তা নিজৰ সমস্ত কৰ্মচাৰী, সহযোগীজনক ১০ মিনিটৰ এই আৰাধনা নিজৰ কৰ্মস্থলত কৰিবলৈ প্ৰেৰিত কৰে যেন।

অনুক্ৰমনীকা

ক্ৰ.	বিভাগ	পৃ.সং
	প্ৰস্তাৱনা	4
I	নৱকাৰ মহামন্ত্ৰ	6
II	হওক ধৰ্ম প্ৰচাৰ	7
III	মোৰ ভাৱনা	8
IV	প্ৰতিদিনৰ বাবে সৰু সৰু নিয়ম	11
V	মাংগলিক পাঠ	12
VI	নৱকাৰ মহামন্ত্ৰ ভাৱাৰ্থ	13
VII	মাংগলিক পাঠভাৱাৰ্থ হৈতে	16

প্ৰস্তাৱনা

ভাৰতীয় সংস্কৃতিত মঙ্গলাচৰনৰ মুখ্য ভূমিকা আছে। মঙ্গলাচৰনৰ যোগেদি আমাৰ বিচাৰত পবিত্ৰতা আহে যাৰ দ্বাৰা সকলো কাৰ্য্যত উৎসাহ-উদ্দীপনা আৰু শান্তি কঢ়িয়াই আনে। মঙ্গলাচৰনৰ দ্বাৰা ঈশ্বৰীয়া শক্তিৰ লগত আমাৰ যোগসূত্ৰ স্থাপিত হয়। প্ৰতিদিনে কৰা কাৰ্য্যৰ পূৰ্বে মঙ্গলাচৰন শব্দৰ উচ্চাৰন কৰিলে আমাৰ জীৱনত মঙ্গলদায়ক প্ৰভাৱ সঞ্চাৰ হয়। মঙ্গলাচৰনৰ যোগেদি মনুষ্যৰ আভামণ্ডল তেজস্বি কৰাৰ লগতে আমাৰ চৌপাশৰ পৰিৱেশ আলোকিত হৈ উঠে।

সমতা সৰ্ব মঙ্গল এই উপকৰ্মত এনে শব্দৰ সমাহাৰ আছে যিয়ে সৰ্বত্ৰ নিৰন্তৰ সমতাময়, মঙ্গলময় সুখৰ প্ৰচাৰ কৰে। নৱকাৰ মহামন্ত্ৰ উচ্চাৰনৰ দ্বাৰা সমাজৰ সকলো জাতি, ধৰ্ম, বৰ্নৰ লগত জড়িত যিকোনো ব্যক্তিৰ মানৱীয় গুন-গৰিমা কৰ্ষনত শক্তি প্ৰদান কৰে। যিয়ে মানৱ জীৱন সুখময়, শান্তিময় কৰাৰ লগতে বহুৰিয়া সুৰক্ষা প্ৰদান কৰে।

হওঁক ধৰ্ম প্ৰচাৰ আৰু মোৰ ভাৱনা (চেতনা) যিয়ে আমাৰ নৈতিকতা, সহিষ্ণুতা, সমতা আদি সদগুন বিকশিত কৰে। প্ৰতিদিন গ্ৰহন কৰা এটা সৎদৃঢ সংকল্পই আমাৰ অন্তৰাত্মাত আত্মবিশ্বাস জগাই আৰু আন্ত নিয়ন্ত্ৰন কৰা শক্তিক বৃদ্ধি কৰে।

মঙ্গল পাঠ আমাৰ মঙ্গলময় সৰ্বোত্তম আত্মাৰ সৈতে মিলন ঘটায় আৰু সকলো মহাপুৰুষৰ আদৰ্শৰ দ্বাৰা সুৰক্ষিত, আনন্দময়ী আৰু সুখৰ সন্ধান দিয়ে।

সমতা-সৰ্ব-মঙ্গল - এই মঙ্গলাচৰনৰ সাৰ কথাৰ সৎজ্ঞান মালিকৰ পৰা চৌকীদাৰ, ৰজাৰ পৰা প্ৰজালৈ, সাধাৰন শ্ৰেনীৰ মানুহৰ পৰা উদ্যোগপতিলৈ, অনুষ্ঠান-প্ৰতিষ্ঠান, দোকান, পোহাৰ, সকলোতে এই মঙ্গলাগচৰন উচ্চাৰিত হওঁক যাতে আমাৰ সমাজৰ পৰিৱেশ মঙ্গলময় হয়, শান্তিময় হয়।

মহামন্ত্ৰ নমস্কাৰ, কাব্যম সৎগুনবৰ্ধকম।
প্ৰতিজ্ঞা মঙ্গল পাঠ, সমতা সৰ্ব মঙ্গলম্।।

I - নৱকাৰ মহামন্ত্ৰ

নমো অৰিহন্তানম	নমো অৰিহন্তানম	নমো অৰিহন্তানম	নমো অৰিহন্তানম	নমো অৰিহন্তানম
নমো সিদ্ধানম	নমো সিদ্ধানম	নমো সিদ্ধানম	নমো সিদ্ধানম	নমো সিদ্ধানম
নমো আয়ৰীয়ানম	নমো আয়ৰীয়ানম	নমো আয়ৰীয়ানম	নমো আয়ৰীয়ানম	নমো আয়ৰীয়ানম
নমো উৱঝায়ানাম	নমো উৱঝায়ানাম	নমো উৱঝায়ানাম	নমো উৱঝায়ানাম	নমো উৱঝায়ানাম
নমো লয়ে সবসাহোনম	নমো লয়ে সবসাহোনম	নমো লয়ে সবসাহোনম	নমো লয়ে সবসাহোনম	নমো লয়ে সবসাহোনম

এছ পঞ্চনমকাৰ, সৱপাৱপন্নাশ্ন ।
মংলাংনম চ সৱেসিং, পঢ়মম্ হবই মঙ্গলম্।।

II – হওক ধৰ্ম প্ৰচাৰ

হওক ধৰ্মপ্ৰচাৰ,
মৰমৰ ভাৰতবৰ্ষত।
হয় ধর্ম প্রচার,
মৰমৰ ভাৰতবৰ্ষত।।

(১) নিন্দা মিথ্যা অপমানক এৰি,
সাৱটি ধৰোঁ সকলো ভাই-ভাই।
প্ৰেমৰ ধাৰা বৈ যাওক, মৰমৰ ভাৰতবৰ্ষত।।

(২) মুখেদি যেন নকওঁ কোনো অপশব্দ,
সন্মান সহহাৰে মাত দিওঁ সদায়।।
মধুৰ আৰু ৰসময়, মৰমৰ ভাৰতবৰ্ষত।।

III – মোৰ ভাবনা

নিদিওঁ কষ্ট কোনো জীৱক,
নকওঁ কেতিয়াও মিছা।
নকৰো কেতিয়াও ধন-সম্পত্তিৰ লোভ,
সন্তোষ অমৃত পান কৰোঁ।।

অহংকাৰ ভাৱ নাৰাখোঁ,
নকৰোঁ কাকো খং।
দেখি লোকৰ উন্নতি
কেতিয়াও জ্বলনৰ ভাৱ নধৰোঁ।।

থাকক এনেকুৱা ভাৱনা মোৰ,
সৰল-সত্য ব্যবহাৰ কৰিম।
হব পাৰে যিমান এই জীৱনত,
বেলেগৰ উপকাৰ কৰিম।।

বন্ধুত্বভাৱ থাকক জগতত মোৰ,
সকলো জীৱত সদায় থাকে।
দীন-দুখী জীৱৰ ওপৰত মোৰ,
মনৰ পৰা কৰুনা ধাৰ বৈ যায়।।

দুৰ্জন-ক্ৰুৰ-কুমাৰ্গীয়ৰ স্পৰত,
ক্ষুব নাই মোৰ অলপো।
সাম্যভাৱ ৰাখোঁ মই সিহঁতৰ ওপৰত,
এনে পৰিনীতি হয় যায়।।

গুনিজনক দেখি হৃদয়ত,
মোৰ প্ৰেম জাগি উঠে।
যিমানে পাৰো তেওঁৰ সেবা কৰি,
মন মোৰ সুখ পায়।।

নহওঁ কেতিয়াও কৃতঘ্ন মই,
বেয়া ভাৱ নাহে মনত মোৰ।
গুন-গ্ৰহনৰ ভাৱ থাকে মনত,
চকু নাযায় দোষত।।

কোনোবাই বেয়া কওক বা ভাল,
লক্ষ্মী আহে বা যায়।
লাখ বছৰলৈ থাকোঁ,
বা মৃত্যু আজিয়ে আহি যায়।

অথবা কোনোবাই যেনেকুৰাই,
ভয় বা লোভ দেখুৱাব খোজে।
তেতিয়াও ন্যায় মাৰ্গৰ পৰা মোৰ,
ভৰি পিছোৱাব নোৱাৰে।।

হৈ সুখত মগ্ন,
দুখত নহওঁ ব্যাকুল।
পৰ্বত-নদী-শ্মশান ভয়ানক,
কোনো বাধাতে ভয় নাখাও।।

থাকক অটল-অকম্প নিৰন্তৰ,
এই মন দৃঢ় তৰ হৈ যায়।
ইষ্টবিয়োগ অনিষ্ঠবিয়োগত,
সহনশীলতা দেখাই।।

সুখী থাকক সকলো জীৱ জগতত,
কেতিয়াও যেন নহয় ব্যাকুল।
অহংকাৰ-পাপ জগতৰ বাদ দি,
সদায় মঙ্গলৰ গীত গায়।।

ঘৰে ঘৰে চৰ্চা থাকক ধৰ্মৰ,
দুষ্কৃতিৰ দুষ্কৰ হয় যাওক।।
জ্ঞান-চৰিত্ৰৰ উন্নতি কৰি নিজৰ,
মানৱ জন্মৰ ফল সকলোৱে পাওঁক।।

IV

প্ৰতিদিনৰ বাবে সৰু সৰু নিয়ম

সাত দিনৰ বাবে, যি পালন কৰিবলৈ সফল আৰু সহজ।

1	সোমবাৰ	কাৰো প্ৰতি বেয়া ভাৱ নাৰাখোঁ।
2	মঙ্গলবাৰ	বাহন চলাওঁতে মোবাইলৰ প্ৰয়োগ নকৰোঁ।
3	বুধবাৰ	ভৰিৰে কোনো বস্তু গতিয়াই নিদিওঁ।
4	বৃহস্পতিবাৰ	আনক লৈ ঠাট্টা নকৰোঁ।
5	শুক্ৰবাৰ	খোৱাৰ আগে ভগৱানক স্মৰন কৰিম।
6	শনিবাৰ	মোবাইলত নেখেলোঁ।
7	দেওবাৰ	থালিত জুঠা নেৰোঁ।

V – মাঙ্গলিক পাঠ

পূজ্য গুৰুদেৱৰ অনুজ্ঞা লৈ -

চত্তাৰি মঙ্গলম, অৰিহন্তা মঙ্গলম, সিদ্ধা মঙ্গলম
শাহু মঙ্গলম, কেৱলী পন্নত ধম্ম মঙ্গলম।
চত্তাৰী লগুত্তমা, অৰিহন্তা লগুত্তমা,
সিদ্ধা লগুত্তমা, শাহু লগুত্তমা,
কেৱলী পন্নত, ধম্ম লগুত্তম ।
চত্তাৰি শৰনম পৱজ্জামি, অৰিহন্ত শৰনম পৱজ্জামি,
সিদ্ধে শৰনম পৱজ্জামি, শাহু শৰনম পৱজ্জামি,
কেৱলী পন্নত, ধম্ম শৰনম পৱজ্জামি ।
অৰিহন্ত কা শৰন্না, সিদ্ধ কা শৰন্না, সাধু কা শৰন্না
কেৱলী-প্ৰৰোপিত ধৰ্ম কা শৰন্না।
চাৰ শৰন্না, দুখ হৰনা, অৰ না শৰনা কই।
জে ভৱি প্ৰানী আদৰে, অক্ষয় অমৰ পদ হয়।

ইতি সমতা সৰ্ব মঙ্গল

VI - নৱকাৰ মহামন্ত্ৰ ভাৱাৰ্থ

নমো অৰিহন্তানম

মই বিনিত ভাৱে আৰু আন্তৰিকভাৱে শ্ৰদ্ধেয় মহাপুৰুষৰ উপাসনা কৰোঁ যি জনে ৰাগ, অহংকাৰ, চলনা, লোভ আদি পাপক জয় কৰিছে।

I humbly and solemnly worship the revered human beings who have conquered anger, ego, deceit, greed and othe

নমো সিদ্ধানম

মই বিনিত ভাৱে আৰু আন্তৰিকভাৱে শ্ৰদ্ধেয় আত্মাৰ উপাসনা কৰোঁ যি বিশুদ্ধতাৰ প্ৰতীক আছে আৰু যত সকলো ধৰনৰ সংযুক্তিৰ পৰা নিজক মুক্ত কৰিছে।

I humbly and solemnly worship the revered souls who are epitome of purity and who have liberated themselves from all kinds of attachments.

নমো আয়ৰিয়ানম

মই বিনিত ভাৱে আৰু আন্তৰিকভাৱে শ্ৰদ্ধেয় আধ্যাত্মিক গুৰুদেৱক উপাসনা কৰোঁ যিয়ে সঠিক আচৰন নিজেও পালন কৰে আৰু সকলোক অনুশীলন কৰিবলৈ সঠিক পৰামৰ্শ দিয়ে।

I humbly and solemnly worship the revered Spiritual Gurus who practice Right Conduct in all its manifestations and mentor others to practice the Right Conduct.

নমো উৱঝায়ানম

মই বিনিত ভাৱে আৰু আন্তৰিকভাৱে গভীৰ শাস্ত্ৰীয় জ্ঞান থকা শ্ৰদ্ধেয় সাধুৰ উপাসনা কৰোঁ যি জনে আনকো সঠিক জ্ঞান অৰ্জন কৰায়।

I humbly and solemnly worship the revered saints having profound wisdom and scriptural knowledge and who mentor others to gain the Right Knowledge.

নমো লয়ে সব্বসাহোনম

মই বিনিত ভাৱে আৰু আন্তৰিকভাৱে সকলো শ্ৰদ্ধেয় সাধুৰ উপাসনা কৰোঁ যি জনে সঠিক আচৰন পালন কৰে।

I humbly and solemnly worship the revered Saints who practice Right Conduct in all its manifestations.

**এছ পঞ্চনমোকাৰো, সবপাৱপন্নাশ্ন
মংলানম চ সবেসিং, পঢ়মম্ হবাই মঙ্গলম্ ।।**

বিনিত ভাৱে আৰু আন্তৰিকভাৱে পঞ্চমুক্তি দাতা ৰূপী মহান আত্মাক উপাসনা কৰিলে সকলো পাপৰ অন্ত ঘটে। এনে আৰাধনা জগতৰ সকলো মঙ্গলৰ প্ৰথম-প্ৰধান-সৰ্বশ্ৰেষ্ঠ মঙ্গল আছে।

Humbly and solemnly worshiping the above five liberates us from our sins. Among all that is considered auspicious, such a worship is the most auspicious.

VII - মাংগলীক-পাঠ-ভাবাৰ্থ সহ

চত্তাৰি মঙ্গলম

অৰ্থাৎ লোকত চাৰিটা মঙ্গল আছে।

১. অৰিহন্তা মঙ্গলম ২. সিদ্ধা মঙ্গলম

৩. শাহু মঙ্গলম ৪. কেৱলী পন্নত ধমম মঙ্গলম।

অৰ্থাৎ

১. অৰিহঁত ভগৱান মঙ্গল আছে। ২. সিদ্ধ ভগৱান মঙ্গল আছে।

৩. লোকত থকা সকলো সাধু মুনিৰাজ মঙ্গল আছে।

৪. কেৱলী ভগৱানৰ দ্বাৰা বুজাই দিয়া ধৰ্ম মঙ্গল আছে।

চত্তাৰি লগুত্তমা

অৰ্থাৎ লোকত চাৰিটা উত্তম আছে।

১. অৰিহঁতা লগুত্তমা ২. সিদ্ধা লগুত্তমা

৩. শাহু লগুত্তমা ৪. কেৱলী পন্নত ধমম লগুত্তমা।

অৰ্থাৎ

১. অৰিহঁত ভগৱান উত্তম আছে। ২. সিদ্ধ ভগৱান উত্তম আছে।

৩. লোকত থকা সকলো সাধু মুনিৰাজ উত্তম আছে।
৪. কেৱলী ভগৱানৰ দ্বাৰা বুজাই দিয়া ধৰ্ম উত্তম আছে।

চত্তাৰি সৰনম পৱজ্জামি

অৰ্থাত মই চাৰিটা শৰন গ্ৰহন কৰোঁ।

১. অৰিহঁতা শৰনম পৱজামি
২. সিদ্ধে শৰনম পৱজ্জামি ৩. শাহু শৰনম পৱজামি
৪. কেৱলীপন্নত ধমম শৰনম পৱজামি।

অৰ্থাৎ

১. অৰিহঁত ভগৱান। ২. সিদ্ধ ভগৱান ।
৩. লোকত থকা সকলো সাধু মুনিৰাজ।
৪. কেৱলী ভগৱানৰ দ্বাৰা বুজাই দিয়া ধৰ্মৰ শৰন গ্ৰহন কৰোঁ।

১. অৰিহঁতৰ শৰনা
২. সিদ্ধৰ শৰনা ৩. সাধুৰ শৰনা
৪. কেৱলী প্ৰৰোপিত ধৰ্মৰ শৰনা

অৰ্থাৎ

১. মই অৰিহঁত ভগৱানৰ শৰন স্বীকাৰ কৰোঁ।
২. সিদ্ধ ভগৱানৰ শৰন স্বীকাৰ কৰোঁ

৩. লোকত থকা সকলো সাধু মুনিৰাজৰ শৰন স্বীকাৰ কৰোঁ।

৪. অৰিহঁত ভগৱানৰ দ্বাৰা বুজাই দিয়া ধৰ্মৰ শৰন স্বীকাৰ কৰোঁ।

চাৰি শৰণ, দুখ হৰণ,
আৰু নাই কোনো শৰন।
জি ভব্য প্ৰানী আদৰ কৰে,
অক্ষয় অমৰ পদ পায়।

অৰ্থাৎ

এই চাৰিটা শৰন প্ৰানীৰ দুখ হৰন কৰিব।
যি ভব্য প্ৰানিয়ে ইয়াক আদৰ সহ পালন কৰে,
তেওঁৰেই অক্ষয় পদ প্ৰাপ্ত কৰি অমৰ পদ
প্ৰাপ্ত কৰা জন হয় যায়।
এই চাৰিটা শৰনত থাকি
সিদ্ধ পদ প্ৰাপ্ত কৰি লয়।

সমতা সৰ্ব মঙ্গলৰ ভাৱযুক্ত যাত্ৰা

ৰাতিপুৱা কাৰ্য্য আৰম্ভ কৰাৰ পূৰ্বে সমতা সৰ্ব মঙ্গল সামূহিক ৰূপত কৰিলে নিজে নিজে অদ্ভুত উৰ্জাৰ সঞ্চাৰ হোৱাৰ লগতে আমাৰ কাৰ্যকলাপত সন্তোষজনক বাতাবৰন স্থাপিত হয়।

হয় সৰু কিন্তু মহৎ আৰম্ভনি আমাৰ জীৱনত অলৌকিক মাৰ্গ প্ৰশস্ত কৰে। সমতা সৰ্ব মঙ্গলৰ আৰাধনা কৰা সকলোৰ বিকাশ যাত্ৰা উন্নত হওক, মঙ্গলময় হওক।

।। মঙ্গলম মঙ্গলম মঙ্গলম ।।

- সকলো ব্যক্তিয়ে সুখ বিচাৰে, কুটিপতি মালিকে হওক বা কোনো সংস্থানত কাম কৰা কৰ্মচাৰীয়ে হওক।
- সমতা সৰ্ব মঙ্গল সকলোৰ সুখ ৰূপী ইচ্ছাক সমান ভাবে চায় আৰু সকলোৰ জীৱনত মঙ্গলৰ সঞ্চাৰ সুনিশ্চিত কৰে।
- ব্যক্তিৰ জীৱন অধিকাধিক ধন উপাৰ্জন কাৰ্য্যত ব্যয় হয় আৰু যিকোনো কাৰ্য্য আৰম্ভ কৰাৰ পূৰ্বে সমতা সৰ্ব মঙ্গল কৰিলে সম্পূৰ্ন বাতাবৰনত ভব্য মঙ্গলৰ সংৰচনা হয় আৰু সম্পূৰ্ন সৃষ্টিত অপূৰ্ব সুখৰ প্ৰচাৰ হয়।

প্ৰেষক

সৰ্ব মঙ্গল ফাউণ্ডেশন

(A unit of SABSJS)

সমতা ভৱন, আচাৰ্য্য শ্ৰী নানেশ মাৰ্গ
শ্ৰী জৈন পী.জী. কলেজৰ সন্মুখত
নখা ৰোড, গংগাশহৰ, বীকানেৰ - ৩৩৪৪০১ (ৰাজ.)
দুৰভাষ ০১৫১-২২৭০২৬১