सोमवारव्रत एवं उसका माहात्म्य

संसार में भगवान् शिव की पूजा सदा ही स्वर्ग और मोक्ष का हेतु है। यदि प्रदोष आदि गुणों से युक्त सोमवार के दिन यह पूजा की जाय तो उसका विशेष माहात्म्य है। जो केवल सोमवार को भी भगवान् शंकर की पूजा करते हैं, उनके लिये इहलोक एवं परलोक में कोई भी वस्तु दुर्लभ नहीं है। सोमवार को उपवास करके पवित्र हो इन्द्रियों को वश में रखते हुए अपने अधिकार के अनुसार वैदिक अथवा तान्त्रिक या लौकिक मन्त्रों से विधिपूर्वक भगवान् शिव की पूजा करनी चाहिये। ब्रह्मचारी, गृहस्थ, कन्या, सुहागिन स्त्री अथवा विधवा कोई भी क्यों न हो, भगवान् शिव की पूजा करके मनोवांछित वर पाता है। (संक्षिप्त स्कंदपुराणांक, गीताप्रेस, गोरखपुर, पृ. 519)

सोमवारे विशेषेण प्रदोषादिगुणैर्युते। केवलं वाऽपि ये कुर्युः सोमवारे शिवार्चनम्।।
न तेषां विद्यते किञ्चिदिहामुत्र च दुर्लभम्। उपोषितः शुचिर्भूत्वा सोमवारे जितेन्द्रियः।।
वैदिकैर्लौकिकैर्वापि विधिवत् पूजयेच्छिवम्। ब्रह्मचारी गृहस्थो वा कन्या वापि सभर्तृका।।
विभर्तृका वा सम्पूज्य लभते वरमीप्सितम्।। (धर्मसिन्धुः पृ. 46 तथा पृ. 115 की पाद टिप्पणी)

भगवान् शंकर की सन्तुष्टि अथवा कामनाविशेष के लिये सोमवार का व्रत किया जाता है। यह व्रत आमतौर पर चैत्र, वैशाख, श्रावण, कार्तिक और मार्गशीर्ष मास में किया जाता है। परन्तु श्रावण के व्रत का अधिक प्रचार है। इस व्रत को किसी भी महीने में किया जा सकता है। पहले दिन, अर्थात् रविवार को, व्रत का संकल्प लेकर रात्रि में ब्रह्मचर्यपूर्वक रहना चाहिये। सबेरे, अर्थात् सोमवार को, व्रती को प्रातःस्नान करके विधिपूर्वक 'शिव की संतुष्टि के लिये मैं व्रत कर रहा हूँ' अथवा **'मम क्षेमस्थैर्यविजयारोग्यैश्वर्याभिवृद्ध्यर्थं सोमवारव्रतं करिष्ये'** अथवा किसी अन्य कामना के अनुसार संकल्प करना चाहिये। तदनन्तर निम्नलिखित मन्त्रानुसार भगवान् शिव का ध्यान करे–

"ध्यायेन्नित्यं महेशं रजतगिरिनिभं चारुचन्द्रावतंसं रत्नाकल्पोज्ज्वलाङ्गं परशुमृगवराभीतिहस्तं प्रसन्नम्। पद्मासीनं समन्तात्स्तुतममरगणैर्व्याघ्रकृत्तिं वसानं विश्वाद्यं विश्ववन्द्यं निखिलभयहरं पञ्चवक्त्रं त्रिनेत्रम्।।"

फिर **'ॐ नमः शिवाय'** मन्त्र से शिवजी का और **'ॐ नमः शिवायै'** से पार्वतीजी का षोडशोपचार द्वारा पूजन करके (यथासंभव समीप के किसी पुष्पोद्यान में जाकर) एक भुक्त भोजन करे। अर्थात् दिन में केवल एक बार एक अन्न का भोजन करे। नमक का प्रयोग न करे। गोरस, अर्थात् दूध या दही तथा मीठा भी भोजन के साथ ले सकते हैं।

इस प्रकार 14 वर्षतक व्रत करके फिर उद्यापन करे तो इससे पुरुषों को स्त्री–पुत्रादि और स्त्रियों को पति–पुत्रादि का अखण्ड सुख मिलता है।

किसी कामना–विशेष के लिये **अर्थप्रद सोमवारव्रत** किया जाता है। इस व्रत को वर्ष के

किसी भी महीने में शुरू किया जा सकता है। आमतौर पर लोग 16 सोमवारों का व्रत करते हैं। जिस दिन व्रत करने की श्रद्धा हो, उस दिन सब सामग्री जुटाकर स्नान करके सफेद वस्त्र(पुरुष) धारण कर काम-क्रोध आदि का त्याग करे और सुगन्धयुक्त श्वेत पुष्प लाकर भगवान् शिव का पूजन उपर्युक्त रीति से संकल्प सहित करे। नैवेद्य में अभीष्ट अन्न के बने हुए पदार्थ अर्पण करे। फिर "**ॐ नमो दशभुजाय त्रिनेत्राय पञ्चवदनाय शूलिने। श्वेतवृषभारूढाय सर्वाभरणभूषिताय। उमादेहार्धस्थाय नमस्ते सर्वमूर्तये।**" - इन मन्त्रों से पूजा करे और इन्हीं से हवन करे। ऐसा करने से सम्पूर्ण कार्य सिद्ध होते हैं। व्रत की संख्या पूरी हो जाने पर इसका उद्यापन करे।

श्रावण मास के सोमवारों में केदारनाथ* जाकर उनका अनेक प्रकार के गन्ध, पुष्प, धूप, दीप और नैवेद्यादि उपचारों से पूजन करे और शक्ति हो तो निराहार उपवास करे। शक्ति न हो तो नक्तव्रत (रात्रि में एक बार भोजन) करे। इससे शिवजी प्रसन्न होते हैं और अपना सायुज्य प्रदान करते हैं।

किसी भी व्रत में आवश्यक होता है कि व्यक्ति बन सके तो मौन रहे। अगर यह सम्भव न हो तो भी यह ध्यान रखना चाहिये कि व्रती रजस्वला स्त्री से, अन्त्यज से, म्लेच्छ से, नास्तिक से और अपने आराध्य की निन्दा करनेवाले से व्रत के दिन बात न करे।

व्रतस्थ को अपना समय जहाँतक हो सके, व्यावहारिक बातों में कम लगाना चाहिये। क्रोध, घृणा, द्वेष, ईर्ष्या, पर-निन्दा-इनसे बचना चाहिये। तभी व्रत का सम्पूर्ण फल प्राप्त होता है।

माहात्म्यकथा

आर्यावर्त में चित्रवर्मा नाम से प्रसिद्ध एक राजा थे। भगवान् शिव एवं विष्णु में उनकी बड़ी भक्ति थी। राजा चित्रवर्मा ने अनेक परम पराक्रमी पुत्रों को पाकर अन्त में एक सुन्दर मुखवाली कन्या प्राप्त की। एक दिन राजा ने जातक के लक्षण जाननेवाले श्रेष्ठ ब्राह्मणों को बुलाकर कन्या की जन्म-कुण्डली के अनुसार भावी फल पूछे। तब उन ब्राह्मणों में से एक बहुज्ञ विद्वान् ने कहा-'महाराज! यह आपकी कन्या सीमन्तिनी नाम से प्रसिद्ध होगी। यह भगवती उमा की भाँति माङ्गल्यमयी, दमयन्ती की भाँति परम सुन्दरी, सरस्वती के समान सब कलाओं को जाननेवाली तथा लक्ष्मी की भाँति अत्यन्त सद्गुणों से सुशोभित होगी। यह दस हजार वर्षोंतक अपने स्वामी के साथ आनंद भोगेगी और आठ पुत्रों को जन्म देकर उत्तम सुख का उपभोग करेगी।' तत्पश्चात् एक दूसरे ब्राह्मण ने कहा-'यह कन्या चौदहवें वर्ष में विधवा हो जायगी।'

यह वज्राघात के समान दारुण वचन सुनकर राजा दो घड़ीतक चिन्ता में डूबे रहे। तदनन्तर सब ब्राह्मणों को विदा करके राजा ने 'सब कुछ भाग्य के अनुसार ही होता है' ऐसा समझकर चिन्ता छोड़ दी। सीमन्तिनी धीरे-धीरे बड़ी हुई। अपनी सखी के मुख से भावी वैधव्य की बात सुनकर उसे

* जो लोग केदारनाथ नहीं जा सकते उन्हें अपने स्थानीय मन्दिर में जाकर पूजन करना चाहिये। इस मास के सोमवारव्रत का विशेष माहात्म्य बताया गया है।

बड़ा खेद हुआ। उसने चिन्तामग्न होकर याज्ञवल्क्य मुनि की पत्नी मैत्रेयी से पूछा–'माताजी! मैं आपके चरणों की शरण में आयी हूँ मुझे सौभाग्य बढ़ानेवाले सत्कर्म का उपदेश दीजिये।' इस प्रकार शरण में आयी हुई राजकन्या से पतिव्रता मैत्रेयी ने कहा–'सुन्दरी! तू शिवसहित पार्वतीजी की शरण में जा और सोमवार को एकाग्रचित्त हो स्नान और उपवासपूर्वक स्वच्छ वस्त्र धारण करके शिव एवं पार्वती का पूजन कर। सोमवार के दिन शिव एवं पार्वती की आराधना करती रह। इससे बड़ी भारी आपत्ति पड़ने पर भी तू उससे मुक्त हो जायगी। घोर–से–घोर एवं भयंकर महाक्लेश में पड़कर भी शिव–पूजा न छोड़ना। उसके प्रभाव से महान् भय से पार हो जाओगी।' राजकुमारी ने उनके कथनानुसार भगवान् शिव का पूजन प्रारंभ किया।

निषध देश में नल की पत्नी दमयन्ती के गर्भ से इन्द्रसेन नामक पुत्र हुआ था। राजा इन्द्रसेन के पुत्र चन्द्रांगद हुए। राजा चित्रवर्मा ने राजकुमार चन्द्रांगद को बुलाकर गुरुजनों की आज्ञा से उन्हीं के साथ अपनी पुत्री सीमन्तिनी का विवाह कर दिया। विवाह के पश्चात् चन्द्रांगद कुछ कालतक ससुराल में ही रहे। एक दिन राजकुमार यमुना के पार जाने के लिये कुछ मित्रों के साथ नाव पर सवार हुए। भाग्यवश नाव यमुना के भँवर में मल्लाहोंसहित डूब गयी। यमुना के दोनों तटों पर बड़ा भारी हाहाकार मच गया। डूबनेवालों में से कुछ तो मर गये और कुछ ग्राहों के पेट में चले गये तथा राजकुमार आदि कुछ लोग उस महाजल में अदृश्य हो गये। यह समाचार सुनकर राजा चित्रवर्मा बड़े व्याकुल हुए और यमुना के किनारे आकर मूर्छित हो गये। सीमन्तिनी ने भी जब यह समाचार सुना तब वह अचेत होकर धरती पर गिर पड़ी। राजा इन्द्रसेन भी अपने पुत्र के डूबने का समाचार पाकर रानियोंसहित बहुत दुःखी हुए और सुध–बुध खोकर गिर पड़े। तदनन्तर बड़े–बूढ़ों के समझाने पर राजा चित्रवर्मा धीरे–धीरे नगर में आये और उन्होंने अपनी पुत्री को धीरज बँधाया।

राजा चित्रवर्मा ने जल में डूबे हुए अपने दामाद का और्ध्वदैहिक कृत्य वहाँ आये हुए उनके बन्धु–बान्धवों से करवाया। पतिव्रता सीमन्तिनी ने चिता में बैठकर पतिलोक में जाने का विचार किया। किन्तु उसके माता–पिता ने स्नेहवश रोक दिया। तब वह विधवा–जीवन व्यतीत करने लगी। मुनिपत्नी मैत्रेयी ने जिस शुभ सोमवारव्रत का उपदेश दिया था, उसे सीमन्तिनी ने विधवा होने पर भी नहीं छोड़ा। इस प्रकार चौदहवें वर्ष की आयु में अत्यन्त दारुण दुःख पाकर वह भगवान् शिव के चरणाविन्दों का चिन्तन करने लगी। शिव की आराधना करते–करते उसके तीन वर्ष बीत गये। उधर पुत्रशोक से उन्मत्त हुए राजा इन्द्रसेन को बलपूर्वक दबाकर उनके भाइयों ने सारा राज्य छीन लिया और उन्हें पत्नीसहित पकड़कर कारागार में डाल दिया।

इन्द्रसेन के पुत्र चन्द्रांगद यमुना के जल में डूबने पर नीचे–नीचे गहराई में उतरने लगे। बहुत नीचे जाने पर उन्होंने नागवधुओं को जलक्रीड़ा में निमग्न देखा। राजकुमार को देखकर वे भी विस्मित हुईं और उन्हें पाताललोक में ले गयीं। वहाँ चन्द्रांगद ने तक्षक नाग के अद्‌भुत रमणीय नगर में प्रवेश

किया और इन्द्रभवन के समान मनोहर एक सुन्दर महल देखा। सूर्य के समान तेजस्वी तक्षक नाग को सभाभवन में विराजमान देख बुद्धिमान् राजकुमार ने प्रणाम किया और हाथ जोड़कर खड़े हो गये। नागराज ने राजकुमार को देखकर उन नागिनों से पूछा–'यह कौन है? और कहाँ से आया है?' उन्होंने उत्तर दिया–'हमने इसे यमुनाजल में देखा है और इसके कुल तथा नाम का परिचय न होने के कारण आपके पास ले आयी हैं।' तब तक्षक ने राजकुमार से पूछा–'तुम किसके पुत्र हो, कौन हो, कौन–सा तुम्हारा देश है और यहाँ पर तुम्हारा कैसे आगमन हुआ।'

राजकुमार ने कहा–भूमण्डल में निषध नाम से प्रसिद्ध एक देश है। उसके स्वामी राजा नल हो गये हैं। उनके पुत्र इन्द्रसेन हुए और इन्द्रसेन का पुत्र मैं हुआ। मेरा नाम 'चन्द्रांगद' है। मैं अभी नूतन विवाह करके ससुराल में ही टिका था और यमुनाजी के जल में विहार करता हुआ दैव की प्रेरणा से डूब गया। ये नागपत्नियाँ मुझे आपके पास ले आयी हैं। जन्मान्तर के उपार्जित पुण्यों के प्रभाव से यहाँ मैंने आपके चरणारविन्दों का दर्शन किया है। आज मैं धन्य हूँ, मेरे माता–पिता कृतार्थ हो गये; क्योंकि आपने दया करके मेरी ओर देखा और मुझसे वार्तालाप किया है।

इस प्रकार अत्यन्त मनोहर उदारतापूर्ण वचन सुनकर तक्षक ने कहा–राजकुमार! तुम भय न करो, धैर्य रक्खो और बताओ, तुम सम्पूर्ण देवताओं में किसकी पूजा करते हो?

राजकुमार ने भगवान् शिव के गुणों की चर्चा करते हुए कहा कि मैं उमापति महादेव की पूजा करता हूँ। राजकुमार की बात सुनकर तक्षक का चित्त प्रसन्न हो गया। तदनन्तर वे राजकुमार से बोले–'तुम्हारा कल्याण हो, मैं तुम पर बहुत प्रसन्न हूँ; क्योंकि तुम बालक होकर भी सर्वोत्कृष्ट परात्पर शिवतत्त्व को जानते हो। देखो यह रत्नमय लोक है। ये मनोवांछित कामना पूर्ण करनेवाले कल्प वृक्ष हैं तथा ये अमृतरूपी जल से भरी बावलियाँ हैं। यहाँ मृत्यु का दारुण भय नहीं है। बुढ़ापा और रोग से यहाँ किसी को पीड़ा नहीं होती। तुम इच्छानुसार यहीं विहरो और यथायोग्य सुखभोगों का उपभोग करो।' नागराज के ऐसा कहने पर राजकुमार हाथ जोड़कर बोला–'नागराज! मैंने समय पर विवाह किया है। मेरी पत्नी उत्तम व्रत का पालन करनेवाली और शिवपूजा–परायणा है और मैं अपने माता–पिता का इकलौता पुत्र हूँ। वे सब लोग इस समय मुझे मरा हुआ मानकर महान् शोक से घिर गये होंगे। अतः मुझे किसी प्रकार भी यहाँ अधिक समयतक नहीं ठहरना चाहिये। आप कृपा करके मुझे उसी मनुष्यलोक में पुनः पहुँचा दें।'

नागराज तक्षक ने कहा–राजकुमार! तुम जब–जब मेरी याद करोगे, तब–तब तुम्हारे सामने प्रकट हो जाऊँगा। ऐसा कहकर उन्होंने राजकुमार को एक सुन्दर अश्व भेट किया, जो इच्छा के अनुसार चलने वाला था। अनेक प्रकार के द्वीपों, समुद्रों और लोकों में उसकी अप्रतिहत गति थी। इसके सिवा उसे रत्नमय आभूषण, दिव्य वस्त्र एवं अलंकार भेट किया। उसकी सहायता के लिये भारी व्यवस्था करने के पश्चात् तक्षक ने 'जाओ' कहकर प्रेमपूर्वक उसे विदा किया। चन्द्रांगद उस घोड़े पर सवार

हो निकले और थोड़ी ही देर में यमुना के जल से बाहर आकर उस दिव्य अश्व पर चढ़े हुए ही नदी के रमणीय तट पर घूमने लगे। इसी समय पतिव्रता सीमन्तिनी अपनी सखियों से घिरी हुई वहाँ स्नान करने के लिये आयी। उसने यमुना के तट पर मनुष्यरूपधारी नागकुमार के साथ भ्रमण करते हुए राजकुमार चन्द्रांगद को देखा। दिव्य अश्व पर आरूढ़ हुए अपूर्व आकारवाले उन राजकुमार को देखकर वह उन्हीं की ओर दृष्टि लगाये खड़ी हो गयी। उसे देखकर चन्द्रांगद ने भी मन-ही-मन विचार किया-जान पड़ता है इसे मैंने पहले कभी देखा है। तत्पश्चात् वे घोड़े से उतर कर नदी के किनारे आ बैठे और उस सुन्दरी को बुलाकर उसका परिचय पूछा। सीमन्तिनी की सखी ने परिचय देते हुए कहा-'इसका नाम सीमन्तिनी है। यह निषधराज इन्द्रसेन की पुत्र-वधू, युवराज चन्द्रांगद की रानी तथा महाराज चित्रवर्मा की पुत्री है। दुर्भाग्यवश इसके पति इस महाजल में डूब गये। इससे वैधव्य का दुःख प्राप्त करके यह बाला शोक से सूखती जा रही है। अत्यन्त प्रबल शोक में ही इसने तीन वर्ष व्यतीत किये हैं। आज सोमवार है, इसलिये यहाँ यमुनाजी में स्नान करने के लिये आयी है। इसके श्वसुर का राज्य भी शत्रुओं ने छीन लिया है और महाराज अपनी पत्नी के साथ उनकी कैद में पड़े हैं। यह सब होने पर भी यह राजकुमारी प्रति सोमवार को भक्तिभाव के साथ पार्वतीसहित महादेवजी की पूजा करती है।'

अपनी प्रियतमा के शोक का कारण सुनकर चन्द्रांगद भी शोक से व्याकुल हो दो घड़ीतक चुपचाप बैठे रहे। तदनन्तर राजकुमार ने कहा-'भद्रे! मैं तुम्हारे पति के शोक सन्तप्त माता-पिता को यह समाचार बतलाने के लिये जा रहा हूँ कि तुम्हारे पति तुमसे शीघ्र ही मिलेंगे।'

यों कहकर राजकुमार घोड़े पर सवार हुए और अपने दोनों सहायकों के साथ शीघ्र ही अपने राज्य में जा पहुँचे। वहाँ नगरोद्यान के समीप स्थित होकर उन्होंने नागराज के पुत्र को राजसिंहासन पर अधिकार जमाये बैठे हुए बन्धुओं के समीप भेजा। नागकुमार ने शीघ्र जाकर उन सबसे कहा-'तुम सब लोग महाराज इन्द्रसेन को अविलम्ब कारागृह से मुक्त करो और सिंहासन छोड़कर हट जाओ। महाराज के पुत्र चन्द्रांगद पाताललोक से लौटकर यहाँ आये हैं। तुम आनाकानी न करो, नहीं तो चन्द्रांगद के बाण तुम्हारे प्राण हर लेंगे। वे यमुनाजी के जल में डूबकर नागराज तक्षक के घर जा पहुँचे थे। वहाँ से उनकी सहायता पाकर पुनः इस लोक में लौटे हैं।'

नागकुमार की कही हुई ये सारी बातें सुनकर शत्रुओं ने भी 'बहुत अच्छा', 'बहुत अच्छा' कहकर उनकी आज्ञा स्वीकार की और महाराज इन्द्रसेन को उनके खोये हुए पुत्र के पुनः लौट आने का समाचार बताकर उनका सिंहासन उन्हें लौटा दिया। महाराज को प्रसन्न करके भी वे लोग भयभीत बने रहे।

मेरा पुत्र आ रहा है, यह बात सुनकर राजा और रानी आनन्द में डूब गये। तदनन्तर सब नागरिक, वृद्ध मन्त्री और पुरोहित आगे जाकर चन्द्रांगद से मिले और उन्हें हृदय से लगाकर महाराज के समीप ले आये। अपने भवन में प्रवेश करके राजकुमार अपने माता-पिता को प्रणाम कर पुरवासियों

से मिले। पुनः सबके साथ राजसभा में बैठकर अपना सब वृत्तान्त पिता से निवेदन किया और नागराज तक्षक से मित्रता होने की भी बात बतलायी। राजकुमार का चरित्र देख और सुनकर राजा इन्द्रसेन हर्ष से विह्वल हो गये। उन्होंने अपने मन में यही माना कि मेरी पुत्रवधू ने भगवान् महेश्वर की आराधना करके इस अनुपम सौभाग्य का अर्जन किया है। निषधराज ने यह मंगलमयी वार्ता दूतों के द्वारा महाराज चित्रवर्मा को भी कहला दी। यह अमृतमयी वार्ता सुनकर महाराज चित्रवर्मा आनंद से विह्वल हो गये और बड़े वेग से उठकर उन्होंने सन्देशवाहकों को उपहार में बहुत धन दिया। फिर अपनी पुत्री को बुलाकर उन्होंने उससे वैधव्य के चिन्हों का परित्याग करवाया और उसे नाना प्रकार के आभूषणों से विभूषित किया। तत्पश्चात् समूचे राष्ट्र के गाँव और नगर आदि में बड़ा भारी उत्सव हुआ और सब लोगों ने राजकुमारी सीमन्तिनी के सदाचार की बड़ी प्रशंसा की। चित्रवर्मा ने इन्द्रसेन के पुत्र चित्रांगद को बुलाकर सीमन्तिनी को उनके साथ विदा कर दिया। चन्द्रांगद ने तक्षक के घर से लाये हुए रत्न आदि आभूषणों के द्वारा, जो मानवमात्र के लिये अत्यन्त दुर्लभ हैं, अपनी पत्नी को अलंकृत किया। उसे दिव्य सुगंधयुक्त अंगराग तथा कल्पवृक्ष के पुष्पों की माला से भी विभूषित किया। इस प्रकार शुभ मुर्हूत में अपनी पत्नी को साथ लेकर चन्द्रांगद अपनी नगरी में आये। चन्द्रांगद अपनी धर्मपत्नी के साथ दस हजार वर्षोंतक विषयों का उपभोग करते हुए आठ पुत्र एवं एक कन्या को जन्म दिया। इस प्रकार सोमवारव्रत के प्रभाव से अपना खोया हुआ सौभाग्य सीमन्तिनी ने प्राप्त कर लिया।

(उपर्युक्त लेख पं. हनूमान शर्मा द्वारा लिखित एवं गीताप्रेस, गोरखपुर द्वारा प्रकाशित व्रत-परिचय के पाँचवें संस्करण तथा 'कल्याण' के संक्षिप्त स्कंदपुराणांक के ब्राह्मखण्ड-ब्राह्मोत्तरखण्ड के अध्याय 8-9 पर आधारित है।)

❀❀❀❀❀❀

अहिंसा की श्रेष्ठता

अहिंसा के समान न कोई दान है, न कोई तपस्या। जैसे हाथी के पदचिन्ह में अन्य सभी प्राणियों के पदचिन्ह समा जाते हैं, उसी प्रकार अहिंसा के द्वारा सभी धर्म प्राप्त हो जाते हैं।

नास्त्यहिंसासमं दानं नास्त्यहिंसासमं तपः।।
यथा हस्तिपदे ह्यन्यत्पदं सर्वं प्रलीयते।
सर्वे धर्मास्तथा व्याघ्र प्रतीयन्ते ह्यहिंसया।।

(पद्ममहापु. सृष्टिखण्ड 18/440-441)