ശിവരാത്രിയും വ്രതാനുഷ്ഠാനങ്ങളും

Shri. Sanjeev S Nair

കുംഭ മാസത്തിലെ കൃഷ്ണപക്ഷത്തിലെ പതിമൂന്നാം രാത്രിയും പതിനാലാം പകലുമാണ് ശിവരാത്രി ആഘോഷിക്കുന്നത്. ഫാൽഗുന മാസത്തിലെ കറുത്തപക്ഷ ത്രയോദശിയാണ് നാം ഇപ്രകാരം ആചരിച്ചു പോരുന്നത്.

പ്രദോഷ സമയത്ത് ശിവൻ തന്റെ ആനന്ദനടനമാടുന്നുവെന്നാണ് പഴമക്കാരുടെ സങ്കൽപ്പം. ശിവന്റെ താണ്ഡവനൃത്തം പൂർണ്ണമാകുന്ന ദിനമത്രേ, ശിവരാത്രി. രാത്രി എന്നാൽ പൂർണ്ണതയിലെത്തുന്നത്, അവസാനിക്കുന്നത് എന്നൊക്കെയാണ് അർത്ഥം. അത്യന്തം ഭയങ്കരമായ, ഭീതിജനകമായ ഒരു രാത്രിയ്ക്ക് നാം പൊതുവെ കാളരാത്രി എന്നു പറയാറുണ്ട്. ശരിക്കും ആ വാക്ക് ''കാലരാത്രി'' എന്നു തന്നെയാണ്. കാലം അവസാനിക്കുന്നത്, കാലാവസാനത്തിനു തൊട്ടു മുൻപുള്ള നിമിഷങ്ങൾ എന്നൊക്കെയാണ് അർത്ഥം. അതായത് പ്രളയത്തിന്റെ മുഹൂർത്തം എന്നാണ് കാലരാത്രി എന്ന വാക്കിനർത്ഥം. ഇനി പ്രളയം എന്നാൽ എന്താണ്? പൊതുവെ വെള്ളം പൊങ്ങി സകലതും ഇല്ലാതാകുന്ന അവസ്ഥ എന്നാണ് നാം ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. വാസ്തവത്തിൽ ''പ്രകൃത്യേന ലയതേ ഇതിപ്രളയ'' : പ്രകൃതിയിൽ ലയിക്കുന്ന അവസ്ഥയാണ് പ്രലയം. മൂലപ്രകൃതിയിൽ സകലതും ലയിച്ചു ചേരുന്ന അവസ്ഥയത്രേ മഹാപ്രലയം. ശിവന്റെ നടരാജ വിഗ്രഹം എല്ലാവരും കണ്ടിട്ടുണ്ടാവും. ഒരു കാൽ നിലത്തു ചവിട്ടി, മറുകാൽ നൃത്തഭാവത്തിൽ ഉയർത്തി നിൽക്കുന്ന രീതിയാണ് കാണുന്നത്. വലത്തെ മുകളിലത്തെ കയ്യിൽ കടുന്തുടി അഥവാ ഉടുക്ക്, താഴെയുള്ള വലതു കയ്യിൽ അഭയമുദ്ര, ഇടതു മുകൾ കരത്തിൽ അഗ്നി ഇവ ധരിച്ചിരിക്കുന്നു. ഇടതു താഴ്ന്ന കരം ഉയർത്തിയ കാലിനെ ചൂണ്ടി നിൽക്കുന്നു. അഴിഞ്ഞ മുടിയിൽ കിരീടകുണ്ഡലങ്ങളും ചക്രകലയും ഗംഗാദേവിയെയും കാണാം. ഇവിടെ കടുന്തുടി സൃഷ്ടിയുടെ നാദത്തെയും അഗ്നി അന്തിമ സംഹാരത്തെയും പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നു. ഒരേ സമയം സൃഷ്ടിയുടെ നാദത്തിനും സംഹാരാഗ്നിക്കും മധ്യത്തിലായി ഇതു രണ്ടിന്റെയും ഭാവാവസ്ഥകൾ ബാധിക്കാതെ പ്രശാന്തസുന്ദരമായ മുഖം കാണുമാറാകുന്നു. അഭയമുദ്ര, ആശ്വാസത്തെ നൽകുന്നു. എന്റെ ഉപാസകർക്ക് ''ഭയം വേണ്ട'' എന്ന ഭഗവദ്സന്ദേശമാണ് ആ മുദ്ര. ഉയർത്തിയ പാദത്തിലേക്ക് ചൂണ്ടിയ കയ്യ് പ്രതിനിധാനം ചെയ്യുന്നത് മായാബന്ധനത്തിൽ നിന്നുള്ള മോചനമാണ്. ശിവരൂപം കാണുന്നതാകട്ടെ തിരുവാശി എന്ന ഒരു വൃത്ത വലയത്തിനുള്ളിലാണ്. ഇപ്രകാരമാണ് നടരാജരൂപം കാണപ്പെടുന്നത്. ഇവിടെ തിരുവാശി എന്ന വൃത്തവലയം, വാസ്തവത്തിൽ പരമാണുവിനെ പ്രതിനിധീകരിക്കുന്നു. തിരുവാശിയുള്ളിൽ നൃത്ത ചെയ്യുന്ന ശിവരൂപം, നടരാജരൂപം എന്നത്, ഓരോ പരമാണുവിന്റെയുള്ളിലും കുടികൊണ്ട് അനുസ്യൂതമായ ചലനങ്ങൾക്കു വിധേയമാകുന്ന ഊർജ്ജപ്രവാഹത്തെ

സൂചിപ്പിക്കുന്നു. ഈ ഊർജ്ജ മെന്നത്, പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ പരമമായ ബോധം [Cosmic consciounsess] തന്നെയാണ്. പ്രശസ്ത ശാസ്ത്രജ്ഞനായ ഫ്രിജോഫ്കാപ്ര തന്റെ ടാവോ ഓഫ് ഫിസിക്സ് എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ നടരാജനൃത്തമെന്നത് ഇലക്ട്രോണുകളുടെ അനുസ്യൂത പ്രവാഹവും പ്രകൃതിയിലെ അനന്തമായ ചലനവുമായി വർണ്ണിച്ചിരിക്കുന്നു. അങ്ങനെ വിശ്വപ്രപഞ്ചം മുഴുവൻ നിറഞ്ഞുനിൽക്കുന്ന മഹാബോധമണ്ഡലം അതിന്റെ അനുസ്യൂതമായ ചലനതാളത്തെ സമ്പൂർണ്ണതയിലെത്തിക്കുന്ന നിമിഷമാണ് ശിവരാത്രി. അതുതന്നെയാണ് ശിവതാണ്ഡവ സങ്കൽപ്പവും. ശിവരാത്രിയുടെ അനുഷ്ഠാനങ്ങൾ വേണ്ടവിധം ചെയ്യുന്നവർ നാളതു വരെയുള്ള സകല ദുരിതങ്ങളും കാർമ്മിക ദോഷങ്ങളുമകന്ന് പുതുജന്മം നേടിയതുപോലെയായി ത്തീരും. സർവ്വാഭീഷ്ടസിദ്ധിയും സർവൈശ്വര്യപ്രാപ്തിയും ആ വ്യക്തിക്ക് ഉണ്ടാകുന്ന എന്നതാണ് സങ്കൽപ്പം.

പാലാഴിമഥനസമയം ഹലാഹലവിഷം പുറത്തുവന്നപ്പോൾ ലോകനാശകാരകമായ ആ വിഷം പരമശിവൻ പാനം ചെയ്തു. വിഷം അകത്തു പോകാതിരിക്കാൻ പാർവതി ശിവന്റെ കഴുത്തും, പുറത്തേക്കു പോകാതിരിക്കാൻ വിഷ്ണു വായയും അടച്ചുപുടിച്ചു. മറ്റു ദേവന്മാർ പരമശിവനു വേണ്ടി പ്രാർത്ഥിച്ചു. അങ്ങനെ വിഷം പരമശിവന്റെ കണ്ഠത്തിൽ അടിഞ്ഞുകൂടി നീലനിറമായി. (അങ്ങനെയാണ് ശിവന് നീലകണ്ഠൻ എന്ന പേര് ലഭിച്ചത് എന്നാണ് വിശ്വാസം.) അന്ന് പാർവതിദേവി ശിവന് ആപത്തൊന്നും സംഭവിക്കാതിരിക്കാൻ ഉറക്കമൊഴിച്ചു പ്രാർത്ഥിച്ചതിന്റെ ഓർമക്കായാണ് നമ്മൾ ശിവരാത്രി ഉറക്കമൊഴിഞ്ഞ് ആചരിക്കുന്നത്.

ശിവരാത്രി വ്രതം എടുക്കുന്നവർ തലേന്നാൾ അനുഷ്ഠിക്കേണ്ട കർമങ്ങൾ

സർവ്വ പാപങ്ങളും തീർക്കുന്നതാണ് ശിവരാത്രി വ്രതം. ശിവപ്രീതിക്ക് ഏറ്റവും നല്ല ദിവസവും ഇത് തന്നെ. ഗുരുശാപം, സ്ത്രീ ശാപം തുടങ്ങിയ മഹാപാപങ്ങൾ പോലും ശിവരാത്രി വ്രതം മൂലം ഇല്ലാതാവുന്നു എന്നാണ് വിശ്വാസം. പൂർവികരുടെ ബലിപൂജയ്ക്ക് മുടക്കം വന്നാൽ പിതൃപൂജയോടെ ശിവരാത്രി വ്രതം അനുഷ്ഠിച്ച് പിതൃക്കളെ പ്രീതിപ്പെടുത്തണം.

ശിവരാത്രിയുടെ തലേന്നാൾ രാവിലെ കുളിച്ച് ശിവക്ഷേത്ര ദർശനം നടത്തണം. വീട്ടുമുറ്റത്ത് ചാണകം മെഴുകി വൃത്തിയാക്കിയ സ്ഥലത്ത് നിലവിളക്ക് കൊളുത്തിവയ്ക്കണം. അതിനു മുമ്പിൽ ഒരു നാക്കില വയ്ക്കണം. പൂവ്, അക്ഷതം (മഞ്ഞളും ഉണക്കലരിയും ചേർന്നത്), ചന്ദനം എന്നിവ കൈയിൽ തൊഴുതുപിടിച്ച് 'ഓം പിതൃഭ്യോ നമഃ' എന്ന് എട്ട് പ്രാവശ്യം ജപിച്ച് ഇലയിൽ സമർപ്പിക്കണം. ഇത് ഏഴ്

തവണ ആവർത്തിക്കുക. പിന്നെ വിളക്കിനെ മൂന്ന് പ്രദക്ഷിണം ചെയ്ത് മൂന്ന് പ്രാവശ്യം നമസ്കരിച്ച് ഇലയും അക്ഷതവും ഒഴുക്കുള്ള ജലാശയത്തിൽ കളയുക. പിന്നീടേ അന്ന പാനീയങ്ങൾ പാടുള്ളു എന്നാണ് പഴമക്കാർ അനുശാസിക്കുന്നത്. ഉച്ചയ്ക്ക് മുമ്പായി ‘ഓം നീലകണ്ഠായ നമഃ’ എന്ന് 212 പ്രാവശ്യം ജപിക്കുക. നാലു മണിയാവുമ്പോൾ കുളിച്ച് ‘ഓം ശശിശേഖരായ നമഃ’ എന്ന് 336 തവണ ജപിക്കുക. ‘ഓം ശംഭുവേ നമഃ’ എന്ന് 212 പ്രാവശ്യവും ജപിക്കുക. ഇത് രണ്ടും വടക്കോട്ട് നോക്കി സൂര്യാസ്തമയത്തിനു മുമ്പ് ജപിക്കണം. സന്ധ്യ കഴിഞ്ഞാൽ ‘ഓം പാർവ്വതി പ്രിയായേ ത്രൈലോക്യനാഥായ ഹംഹം നമഃശിവായ ഹ്രീം ശിവായൈ നമഃ’ എന്ന് 108 പ്രാവശ്യവും ജപിക്കുക. (പടിഞ്ഞാറോട്ട് തിരിഞ്ഞു വേണം ജപം.) പിന്നീട് പഞ്ചാക്ഷര മന്ത്രം ജപിച്ച് ശരീരത്തിൽ ഭസ്മം ധരിക്കുക. (ഓം നമ: ശിവായ:) പിറ്റേ ദിവസം (ശിവരാത്രി ദിവസം) ഉപവാസമായി ശിവരാത്രി വ്രതം അനുഷ്ഠിക്കുക. പിറ്റേന്ന് വിളക്കു വച്ച് ആദ്യ ദിവസത്തേതു പോലെ പ്രാർത്ഥിക്കുക. ’വ്രതപുണ്യം സമർപ്പയാമി’ എന്ന് ജപിച്ച് പൂക്കൾ സമർപ്പിക്കുക. പാൽ മൂന്ന് തവണ ഇലയിലേക്കൊഴിക്കുക. പിന്നീട് ഇലയെടുത്ത് ഒഴുക്കുള്ള ജലാശയത്തിൽ സമർപ്പിക്കുക.

ശിവരാത്രി വ്രതം

ശിവരാത്രിക്ക് വ്രതമാണ് പ്രധാനം. വ്രതത്തോട് കൂടി ഉപവാസവും ജാഗരണവും വേണം . ആഹരിക്കാതിരിക്കൽ ആണ് വ്രതം എന്ന് സാമാന്യലക്ഷണം. വായിലൂടെ ആഹരിക്കൽ മാത്രമല്ല വിവക്ഷ .... കണ്ണ് , മൂക്ക്, നാക്ക്, ത്വക്ക് ,ചെവി എന്നീ പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളിലൂടെയും ഉള്ള അനശനം എന്ന് അർത്ഥം എടുക്കണം. തീരെ ആഹാരം വർജിക്കാൻ നിവൃത്തിയില്ലെങ്കിൽ ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾ വിവേചിച്ചു ഇഷ്ടങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുകയെന്കിലും വേണം.

ജാഗരണം... ഉണർന്നിരിക്കൽ എന്നാണ് സാമാന്യമായ അർത്ഥം. വ്രതം, ഉപവാസം തുടങ്ങിയവയുമായി മുന്നോട്ടു പോകുമ്പോൾ ആലസ്യം, നിദ്ര തുടങ്ങിയവ ഉണ്ടാകാൻ ഇടയുണ്ട്. ഇവയെ അതിജീവിച്ചു ഏക കേന്ദ്രീകൃതമായ ഉണർവോടെ ഇരിക്കൽ ആണ് ജാഗരണം .

ഭഗവത് സേവ

വ്രതം കൊണ്ട് പാപം അകന്നവരായി തീർന്നാലും വാസന നിലനിൽക്കുന്നിടത്തോളം കാലം നമ്മൾ വീണ്ടും പഴയ പ്രവർത്തികളിൽ വീണ്ടും പ്രവേശിക്കുകയും ചെയ്യും. ഇത് ഗജസ്നാനം പോലെയാണ്. ആറ്റിലോ തോട്ടിലോ ഉള്ള നല്ല ശുദ്ധജലത്തിൽ ആന വെടുപ്പായി കുളിച്ചു വന്നാലും കരയ്ക്ക് കയറിയാൽ ഉടൻ വാസനാവശാൽ പൊടിമണ്ണ് വാരി സ്വന്തം ശരീരത്തിൽ ഇടുന്നത് പോലെ. ഇതിനു പരിഹാരം ഭഗവാനെ

ഭക്തിപുരസ്സരം എന്നും സേവിക്കുക എന്നുള്ളത് മാത്രമാണ്. ആ ഭഗവത് സേവ വാസനയും പാപത്തെയും ഒരു പോലെ ഇല്ലാതാക്കും.

ശിവഭജനവും ശിവധ്യാനവുമാണ് പ്രധാന അനുഷ്ഠാനങ്ങൾ. അത്യന്തം ഏകാഗ്രതയിൽ ശിവകവചം, ശിവാഷ്ടകം, പഞ്ചാക്ഷരീമന്ത്രം ഇവ നിത്യ പാരായണം പോലെ ചൊല്ലുക. സന്ധ്യയ്ക്ക് രാവണൻ രചിച്ച ശിവതാണ്ഡവ സ്തോത്രം ചൊല്ലുന്നത് അതിവിശിഷ്ടം. ശിവരാത്രി നാളിൽ പൂർണ്ണ ഉപവാസമോ, ഒരിക്കൽ വ്രതമോ എടുക്കുന്നത് ഉത്തമം. ജപകീർത്തനാദികൾ ഭക്തിപൂർവ്വം ചെയ്യുന്നതാണ് ഏറ്റവും പ്രധാനം. സ്വയം, വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തോടെ ജപധാന്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതിനു പ്രയാസമുള്ളവർ വിവിധ പൂജാകർമ്മങ്ങൾ താന്ത്രികസാധകരെക്കൊണ്ട് നടത്തിക്കുന്നത് ഉത്തമം.

പ്രധാന പൂജകൾ

1. വിഘ്നേശ്വരബലി, സഞ്ജീവനിപൂജ ഇവ നടത്തിക്കുന്നത് സർവ്വരോഗശാന്തി നൽകുന്നു. 2. വിഘ്നേശ്വരബലി, അഘോരബലി ഇവ നടത്തിയാൽ കഠിനദോഷ ദുരിതങ്ങൾ, ശത്രുതാ ദോഷങ്ങൾ ഇവ മാറുന്നതാണ്. 3. സിദ്ധിവിനായകബലി, ചിന്താമണി പൂജ ഇവ നടത്തിയാൽ സകലാഭീഷ്ടസിദ്ധി ഫലം. 4. മനസ്സിന്റെ ആഗ്രഹപ്രാപ്തി, വിവാഹ-ദാമ്പത്യ ഉന്നതി ഇവയ്ക്കായി ഉമാമഹേശ്വര പൂജ നടത്തുക. 5. സകലവിധ സാമ്പത്തിക ഉയർച്ചയ്ക്കുമായി ചിദംബരപൂജ നടത്തുക.

സമഗ്രമായി ശിവരാത്രി അനുഷ്ഠാനം ചെയ്യുന്നവർക്ക് സർവ്വതോന്മുഖമായ ഐശ്വര്യാഭിവൃദ്ധി തന്നെ കൈവരുന്നതാണ്.