

॥ शिवः ॐ ॥

শৈবধর্ম ও শৈব নীতি



শৈব উপনিষদ

# শ্রী শ্রী রুদ্র উপনিষদ

[ মূল শ্লোক এবং বঙ্গানুবাদ সহ ]



অনুবাদিকা :- শ্রীমতি নমিতা রায় শৈব দেবীজী

<https://issgt100.blogspot.com>

<https://shaivadharmawordpress.com>

প্রকাশনায় :

International Shiva Shakti Gyan Tirtha

(আন্তর্জাতিক শিব শক্তি জ্ঞান তীর্থ)

[ Mobile Friendly Free E-book Version ]

(সম্পূর্ণ বিনামূল্যে)

॥ ॐ পার্বতীপতয়ে নমোহস্ত ॥



• অনুবাদিকা :-

শ্রীমতি নমিতা রায় শৈব দেবীজী  
(মহা পাশুপত অবধূতপরম্পরা অনুসারী) ,  
শৈব-সনাতন ধর্ম প্রচারক,  
সহ পরিচালিকা ISSGT,  
শিলিগুড়ি, দার্জিলিং, পশ্চিমবঙ্গ

• সম্পাদক :-

শ্রী নন্দীনাথ শৈব আচার্য জী  
(মহা পাশুপত অবধূতপরম্পরা) ,  
শৈব-সনাতন ধর্ম প্রচারক,  
শৈব আচার্য, সভাপতি, প্রতিষ্ঠাতা ISSGT,  
বারাসাত, উত্তর ২৪ পরগণা, পশ্চিমবঙ্গ

Email: [issgt108@gmail.com](mailto:issgt108@gmail.com)

পুনঃ সম্পাদনায় :- শ্রী সৌম্যনাথ শৈবজী

To visit Our Blog scan this QR Code

প্রথম সংস্করণ :- নভেম্বর (অগ্রহায়ণ) ২০২৪ (১৪৩১ বঙ্গাব্দ)  
ত্রিপুরোৎসব উপলক্ষ্যে এই উপনিষদ প্রকাশিত হলো।



প্রকাশনায়:-

*International Shiva Shakti Gyan Tirtha - ISSGT*

*Blog link - <https://issgt100.blogspot.com> 2024. All rights reserved.*

## অনুবাদিকার নিবেদন —

শ্রীগুরু তথা পরমেশ্বর শিবের জয় হোক, মাতা পরাম্বিকা পার্বতী দেবীর জয় হোক, এই জয়োচ্চারণ দ্বারা আমার হৃদয়স্থিত কথার সামান্য অংশ আমি অত্যন্ত আনন্দের সহিত বর্ণনা করছি। আমি অতি সাধারণ একজন জীব, প্রভু শিবের প্রতি অদৃশ্য টান শৈশবকাল হতেই অনুভব করে আসছি, হয়তো একেই আধ্যাত্মিকতার ভাষায় ভক্তি বলে, বর্তমান সমাজে যেভাবে সঠিক বিধি অবগত না হয়েই মানুষেরা প্রভু শিবের পূজার্চনা করে থাকেন, আমিও সেভাবেই শিবার্চনা করতাম, সঠিক শৈব জ্ঞানের অভাব ছিল, কিন্তু মনের মধ্যে ছিল প্রভু পরমেশ্বর শিবকে জানবার প্রবল আকাঙ্ক্ষা, সময়ের ঢেউয়ের স্রোতে একসময় পরমেশ্বর শিবের অনুগ্রহেই International Shiva Shakti Gyan Tirtha - ISSGT -র সাথে যুক্ত হই, শ্রী নন্দীনাথ শৈব আচার্য জীর প্রেরণায় শৈব সনাতন ধর্মের অজানা পরমানন্দদায়ক শিবময় তত্ত্ব অবগত হতে থাকি, শ্রী রোহিত কুমার চৌধুরী শৈবজীর মাধ্যমে বিভিন্ন মতবাদ ও দর্শনসমূহের গভীর জ্ঞান অর্জন করতে থাকি, শ্রীমতি রুদ্রাণীনাথ শৈব দেবীজীর পরম উৎসাহে আমার হৃদয়ে দৃঢ়তা বৃদ্ধি পেতে থাকে শৈব সনাতন ধর্মের জন্য কিছু সেবা করে এ তুচ্ছ মানবজীবনকে সার্থক করবার । বেশকিছুদিন আদি সনাতন শৈবপরম্পরার বিষয়ে অনুশীলন করবার পর একদিন মহামান্য শ্রী নন্দীনাথ শৈব আচার্য জী আমাকে একটি মহান কার্যের দায়িত্ব প্রদান করেন। তিনি পরমপবিত্র **“কালাগ্নিরুদ্র উপনিষদ”** হিন্দি ভাষা থেকে বাংলা ভাষায় অনুবাদ করবার নির্দেশ দেন । আমি সত্যিই নিজেকে আগে কখনো এতটা সৌভাগ্যবতী হতে পারবো তা ভাবতে পারিনি। অথচ, পরমেশ্বর শিবের কি অপার অনুগ্রহ ! আমার হাত থেকে বাংলার তথা বিশ্বে শৈবধর্মের এই পুনঃপ্রতিষ্ঠার মহানযজ্ঞে আমার মতো তুচ্ছ জীব প্রভু শিবের শৈব ধর্মের অন্যতম বৈদিক শাস্ত্র কালাগ্নিরুদ্র উপনিষদের বঙ্গানুবাদ করানোর পরবর্তীতে পুনরায় **“রুদ্র উপনিষদ”** বঙ্গানুবাদ করবার দায়িত্ব দিয়েছেন। আমি নিজের সবটুকু সংযত চিত্তের দ্বারা অতি সন্তপ্নে এই অনুবাদ কার্য করেছি, সম্পাদনায় স্বয়ং মহামান্য শ্রী নন্দীনাথ শৈব আচার্য জী। আমি পুনরায় চিরকৃতজ্ঞ রইলাম। কারণ, এনাদের প্রেরণা ছাড়া এই কার্য সম্ভব নয় । আমার এই ক্ষুদ্র চেষ্টার মাধ্যমে শৈব সনাতনীদেব জ্ঞান বৃদ্ধি হোক, সকলের মঙ্গল হোক, সকলের মধ্যে শিবজ্ঞানের জ্যোতি প্রকাশিত হোক, এই সমগ্র জগৎ শৈবময় হয়ে উঠুক এই প্রার্থনা করি পরমব্রহ্ম পরমেশ্বর শিবের কাছে । পরমেশ্বর শিবের চরণের উদ্দেশ্যে আমি এই উপনিষদ উৎসর্গ করলাম । ॐ শিবাপর্ণমস্তু ॥

— শ্রীমতি নমিতা রায় শৈব দেবীজী

## ১. রুদ্র উপনিষদ মূল আলোচ্য বিষয়ঃ-

॥ শিবঃ ॐ ॥

॥ অথ রুদ্রোপনিষৎ ॥

ॐ গণেশায় নমঃ। শ্রী গুরবে নমঃ। নমঃ শিবায়া।

ॐ পূর্ণমদঃ পূর্ণমিদং পূর্ণাৎ পূর্ণমুদচ্যতে ।

পূর্ণস্য পূর্ণমাদায় পূর্ণমেবাবশিষ্যতে ॥

প্রযতঃ প্রণবো নিত্যং পরমং পুরুষোত্তমম্ ।

ওঙ্কারং পরমাত্মনং তন্মে মনঃ শিবসংকল্পমস্তু ॥

॥ ॐ শান্তিঃ শান্তিঃ শান্তিঃ ॥

## ॥ রুদ্রোপনিষৎ ॥

বিশ্বময়ো ব্রাহ্মণঃ শিবং ব্রজতি । ব্রাহ্মণঃ পঞ্চাক্ষরমনুভবতি । ব্রাহ্মণঃ শিবপূজারতঃ ।

শিবভক্তিবিহীনশ্চেৎ স চণ্ডাল উপচণ্ডালঃ ।

চতুর্বেদজ্ঞোহপি শিবভক্ত্যান্তর্ভবতীতি স এব ব্রাহ্মণঃ ।

অধমশ্চাণ্ডালোহপি শিবভক্তোহপি ব্রাহ্মণাচ্ছেষ্ঠতরঃ । ব্রাহ্মণস্ত্রিপুণ্ড্রধৃতঃ । অত এব ব্রাহ্মণঃ ।

শিবভক্তেরেব ব্রাহ্মণঃ। শিবলিঙ্গার্চনযুতশ্চাণ্ডালোহপি স এব ব্রাহ্মণাধিকো ভবতি ।

অগ্নিহোত্রভসিতাচ্ছিবভক্তচাণ্ডালহস্তবিভূতিঃ শুদ্ধা । কপিশা বা শ্বেতজাপি ধূম্রবর্ণা বা ।

বিরক্তানাং তপস্বিনাং শুদ্ধা । গৃহস্থানাং নির্মলবিভূতিঃ । তপস্বিভিঃ সর্বভস্ম ধার্যম্ ।

যদ্বা শিবভক্তিসংপুষ্ঠং সদাপি তদ্ভসিতং দেবতাধার্যম্ ॥ ১ ॥

অর্থ — বিশ্বময় (বিশ্ববন্ধুত্ব ভাবযুক্ত) ব্রাহ্মণ শিবের (শিবত্ব) নিকট চলে যান। সেই ব্রাহ্মণ পঞ্চাক্ষর (নমঃ শিবায়) এর অনুভূতি করেন। সেই ব্রাহ্মণই শ্রেষ্ঠ যিনি নিরন্তর শিবের পূজায় রত থাকেন। যদি সেই ব্রাহ্মণ শিব ভক্তি বিহীন হয় তবে তাকে চণ্ডাল বা উপচণ্ডাল মনে করা হয়। চার বেদের জ্ঞাতা হয়েও যিনি শিবভক্তি দ্বারা অত্যন্ত অন্তর্মুখী(অন্তরে শিবের অনুভবের) বৃত্তিসম্পন্ন হন, তিনি হলেন প্রকৃত ব্রাহ্মণ। অধম-নীচবৃত্তিসম্পন্ন চণ্ডালও যদি শিবভক্তি করে (সেই অসৎবৃত্তি থেকে নিবৃত্ত) হন তাহলে সেই চণ্ডালও ব্রাহ্মণের চেয়ে শ্রেষ্ঠ হয়ে যান। যে ব্রাহ্মণ কপালে ত্রিপুণ্ড্র ধারণ করেন তিনিই শ্রেষ্ঠ ব্রাহ্মণ, এর মধ্যেই তার ব্রাহ্মণত্ব রয়েছে। প্রকৃত শিবভক্তি যুক্ত হলেই তাকে ব্রাহ্মণ বলা হয়। শিবলিঙ্গ পূজনকারী চণ্ডালও ব্রাহ্মণের থেকে অধিক উৎকৃষ্ট হন।

উদাহরণ হিসেবে, যজ্ঞের থেকে প্রাপ্ত ভস্মের চেয়েও শ্রেষ্ঠ হল একজন শিবভক্ত চণ্ডালের হাতের স্পর্শে থাকা ভস্ম (কারণ শিবভক্তিই সর্বোত্তম)। এই ভস্ম তাম্র বর্ণের, শ্বেত, মৃত্তিকা ধূসর এর সাদৃশ্য তিন প্রকারের হয়। সংসারের থেকে বিরক্ত হওয়া তপস্বীদের জন্য শুদ্ধ, গৃহস্থীদের জন্য স্বচ্ছ ভস্মই সঠিক। তপস্বী দের সকল প্রকারেরই ভস্ম ধারণ করা উচিত



অথবা শিবভক্তির দ্বারা ওতপ্রোতভাবে অর্থাৎ যে ভস্মতে শিবভক্তির দ্বারা জ্ঞানস্বরূপের দৃষ্টিতে উক্ত ভস্মকে 'জ্ঞানাত্মক' ভাবনা করা হয়ে থাকে, সেই ভস্ম ধারণ করা উচিত। সেই ভস্ম দেবতাদের (উদ্দেশ্যে প্রদান করলে তা তাদের) জন্যও গ্রহণীয় ॥ ১

ॐ অগ্নিরিতি ভস্ম। বায়ুরিতি ভস্ম। স্থলমিতি ভস্ম। জলমিতি ভস্ম।

ব্যোমেতি ভস্ম ইত্যাদ্যুপনিষৎকারণাৎ তৎ কার্যম্।

অন্যত্র 'বিশ্বতশ্চক্ষুরত বিশ্বতোমুখো বিশ্বতোহস্ত উত বিশ্বতস্পাৎ।

সং বাহুভ্যাং নমতি সং পতত্রৈদ্যাবাপৃথিবী জনয়ন্ দেব একঃ।'

তস্মাৎপ্রাণলিঙ্গী শিবঃ। শিব এব প্রাণলিঙ্গী। জটাতস্মধারোহপি প্রাণলিঙ্গী হি শ্রেষ্ঠঃ।

প্রাণলিঙ্গী শিবরূপঃ। শিবরূপঃ প্রাণলিঙ্গী। জঙ্গমরূপঃ শিবঃ। শিব এব জঙ্গমরূপঃ।

প্রাণলিঙ্গিনাং শুদ্ধসিদ্ধির্ন ভবতি।

প্রাণলিঙ্গিনাং জঙ্গমপূজ্যানাং পূজ্যতপস্বিনামধিকশ্চণ্ডালোহপি প্রাণলিঙ্গী।

তস্মাৎপ্রাণলিঙ্গী বিশেষ ইত্যাহ। য এবং বেদ স শিবঃ।

শিব এব রুদ্রঃ প্রাণলিঙ্গী নান্যো ভবতি ॥ ২ ॥

অর্থ — অগ্নি, বায়ু, স্থল, জল এবং আকাশ আদি সকল তত্ত্বই হলো ভস্মের রূপ, এভাবে মনে করে ভস্ম ধারণ করা উচিত। অন্যত্র বলা হয়েছে যে, সেই ঈশ্বর(শিব)-এর সকল কিছুর চারিদিকে চোখ, মুখ, হাত ও পা রয়েছে। তিনিই একমাত্র দেবতা(পরমাত্মা) যিনি পৃথিবী- আকাশ হাত দ্বারা প্রকাশ করেন। তিনি সবার দ্বারা প্রণাম করার যোগ্য। সমস্ত (জল, স্থল এবং আকাশে গমনকারী) প্রাণী তাকে প্রণাম করেন। এইজন্য প্রাণলিঙ্গী (প্রাণতত্ত্ব দ্বারা পরিচিত হন যিনি) একমাত্র শিব। শিবই প্রাণলিঙ্গী।

জটাত এবং ভস্ম ধারণকারী প্রাণলিঙ্গীই সর্বশ্রেষ্ঠ। প্রাণলিঙ্গীই শিবস্বরূপ এবং শিবস্বরূপই প্রাণলিঙ্গী হন। জঙ্গমরূপ শিব হন এবং শিবই জঙ্গমরূপ হন। প্রাণলিঙ্গীদের বিশুদ্ধ সিদ্ধিলাভের প্রয়োজন হয়না। প্রাণলিঙ্গীদের মধ্যে শ্রেষ্ঠ পূজ্য হলো জঙ্গম, তপস্বীদের মধ্যে শিবভক্ত চণ্ডালও শ্রেষ্ঠ প্রাণলিঙ্গী। এই কারণে প্রাণলিঙ্গীদের সর্বশ্রেষ্ঠ বলা হয়। যে মনুষ্য এই

তথ্য জেনে যান, তিনিও শিবস্বরূপ বলেই জানা উচিত। পরমেশ্বর শিবই রুদ্র বলে কথিত হন, তিনিই প্রাণলিঙ্গী, দ্বিতীয় অন্য কেউ হন না। ২।

ॐ আত্মা পরশিবদ্বয়ো গুরুঃ শিবঃ। গুরুণাং সবিশ্বমিদং বিশ্বমন্ত্ৰেণ ধার্যম্ ।

দৈবধীনং জগদিদম্।

তদৈবং তন্মন্ত্ৰাং তনুতে। তন্মে দৈবং গুরুরিতি।

গুরুণাং সৰ্বজ্ঞানিনাং গুরুণা দত্তমেতৎ অন্নং পরব্রহ্ম। ব্রহ্ম স্থানুভূতিঃ। গুরুঃ শিবো দেবঃ।

গুরুঃ শিব এব লিঙ্গম্ । উভয়োর্মিশ্রপ্রকাশত্বাৎ ।

প্রাণবত্ত্বাৎ মহেশ্বরত্বাচ্চ শিবন্তদৈব গুরুঃ ।

যত্র গুরুস্তত্র শিবঃ। শিবগুরুস্বরূপো মহেশ্বরঃ।

ভ্রমরকীটকার্ষেণ দীক্ষিতাঃ শিবযোগিনঃ শিবপূজাপথে গুরুপূজাবিধৌ চ মহেশ্বরপূজনানুত্তমাঃ।

লিঙ্গাভিষেকং নির্মাল্যং গুরোরভিষেকতীর্থং মহেশ্বরপাদোদকং জন্মমালিন্যং ক্ষালয়ন্তি ।

তেষাং প্রীতিঃ শিবপ্রীতিঃ। তেষাং তৃপ্তিঃ শিবতৃপ্তিঃ।

তেশ্চ পাবনো বাসঃ। তেষাং নিরসনং শিবনিরসনম্। আনন্দপারায়ণঃ।

তস্মাৎ শিবং ব্রজন্তু। গুরুং ব্রজন্তু। ইত্যেব পাবনম্ ॥ ৩ ॥

অর্থ — ॐ-কার বাচক এই আত্মা ‘পরমশিব’ দুইরূপে প্রকাশিত, একটি গুরুরূপে পরিচিত আবার সাকার শিবরূপ(সদাশিবরূপে)। (মনুষ্যদেহধারী) গুরুর উচিত সর্বদাই তিনি যেন সম্পূর্ণ বিশ্বকে বিশ্বমন্ত্ৰের দ্বারা ধারণ করা ( অর্থাৎ শাস্ত্রীয় মন্ত্ৰের মননের দ্বারা বিশ্বের স্থিতি স্থিতিশীল রাখা) । এই সমগ্র জগত দেবতার অধীন আর সেই দেবতা সেই মন্ত্ৰের মধ্যে হতেই বিশেষভাবে বিস্তার লাভ করে । সৰ্বজ্ঞ(শিবজ্ঞানসম্পন্ন) গুরু দ্বারা প্রদত্ত অন্ন পরমব্রহ্মময়(শিবময়) হয়ে থাকে । সেই পরম ব্রহ্মকে নিজের উপলব্ধি দ্বারা অনুভব করে উপলব্ধি জ্ঞাত করতে হয়।

মূলত সেই দেবতা(ঈশ্বর)ই আমাদের সকলের প্রকৃত গুরু । সেই দেবতা বলতে প্রকৃতপক্ষে পরমেশ্বর শিব কেই বোঝানো হয়। অর্থাৎ স্বয়ং শিবই গুরু আর সেই গুরু শিবই স্বয়ং লিঙ্গস্বরূপ। ( মনুষ্যরূপী গুরু ও শিব) এই দুই স্বরূপে (জ্ঞানরূপের) প্রকাশমান হবার জন্য (মনুষ্যরূপী গুরুর মধ্যে) প্রাণস্বরূপে মহেশ্বর স্থিত হবার কারণে একমাত্র শিবই পরমগুরু। যেখানে গুরু সেখানেই শিব স্থিত বলে জানা উচিত। সাকার শিব এবং গুরুরূপ উভয়ই মহেশ্বর(পরমশিবের স্বরূপ)। ভ্রমর কীট যেমন গুঞ্জনরত থাকে সর্বদা, সেই ভ্রমর কীটের মতোই সর্বদা শিবের ধ্যান চিন্তনকারী শিবযোগী ব্যক্তি শিবপূজার মার্গে চলতে থাকার এবং ক্রমাগত গুরুদেবের পূজাতে নিরন্তর একাগ্র চিত্তসম্পন্ন হবার কারণে মহেশ্বরের পূজার মাধ্যমেই (শিবস্বরূপ হয়ে) মুক্ত হয়ে যায়। শিবলিঙ্গ অভিষেক করলে সম্পূর্ণ পাপের বিনষ্ট হয়ে যায়। গুরুকে অভিষেক তথা মহেশ্বর এর চরণামৃত দ্বারা জন্ম জন্মান্তরের সমস্ত পাপ ধুয়ে যায়। এই সবার প্রতি প্রীতি হওয়াকেই শিবপ্রীতি বলে। এগুলোর দ্বারা তৃপ্তি পাওয়াকেই শিবতৃপ্তি বলে। এসবের সংস্পর্শে থাকাই পরম পবিত্র কার্য বলে জানা উচিত। এসব থেকে নিরসন (দূরত্ব বৃদ্ধি) করাকে শিবনিরসন (শিব থেকে দূর হয়ে যাওয়া) বলে জানবে। এইরকম জ্ঞানসম্পন্ন ব্যক্তি সর্বদা আনন্দের সাথে যুক্ত থাকে। এই কারণে পরমেশ্বর শিবের শরণাপন্ন হয়ে শিবের কাছে শরণ প্রাপ্ত করবার চেষ্টা করা উচিত। গুরুদেবের শরণাপন্ন হয়ে তার কাছে শরণ প্রাপ্ত করে আশ্রয় নেওয়া উচিত। এটিই পরমপবিত্র বলে জেনো ॥ ৩

॥ রুদ্র উপনিষদ সম্পূর্ণ ॥



॥ শিবঃ ॐ ॥

॥ অথ রুদ্রোপনিষৎ ॥

ॐ গণেশায় নমঃ। শ্রী গুরবে নমঃ। নমঃ শিবায়া।

ॐ পূৰ্ণমদঃ পূৰ্ণমিদং পূৰ্ণাং পূৰ্ণমুদচ্যতে ।

পূৰ্ণস্য পূৰ্ণমাদায় পূৰ্ণমেবাবশিষ্যতে ॥

প্রযতঃ প্রণবো নিত্যং পরমং পুরুষোত্তমম্ ।

ওঙ্কারং পরমাত্মনং তন্মে মনঃ শিবসংকল্পমস্তু ॥

॥ ॐ শান্তিঃ শান্তিঃ শান্তিঃ ॥

-ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ-

॥ शिवः ॐ ॥

To Visit Our Blog Scan This QR Code



Visit Our Page - INTERNATIONAL SHIVA SHAKTI GYAN TIRTHA

Visit Our Blog- <https://issgt100.blogspot.com>  
<https://shaivadharmawordpress.wordpress.com>

শৈব সনাতন ধর্ম সदा বিজয়তে

হর হর মহাদেব