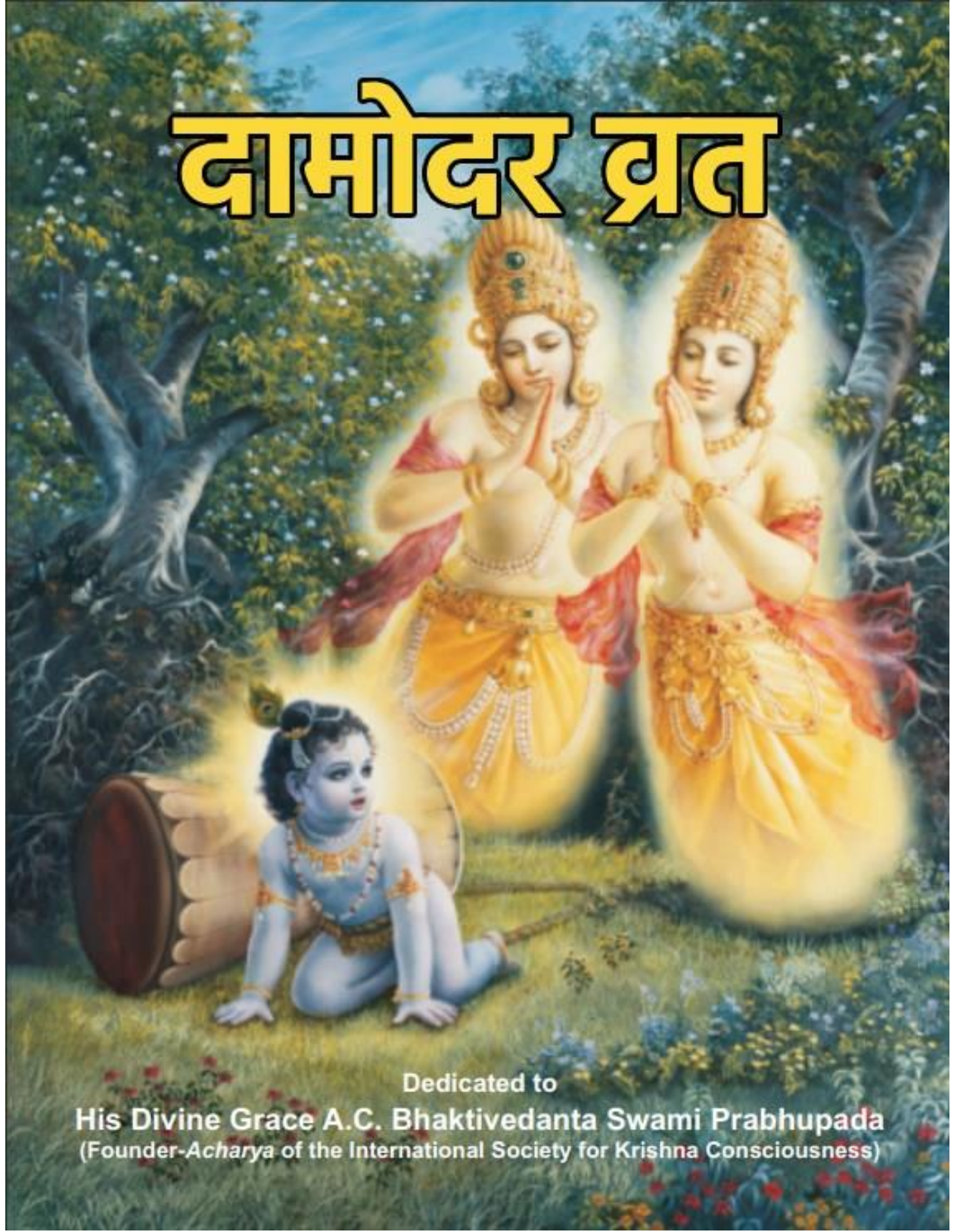


# दामोदर व्रत



Dedicated to  
**His Divine Grace A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada**  
(Founder-Acharya of the International Society for Krishna Consciousness)

## दामोदर व्रत का महत्व

**पद्म पुराण** में कहा गया है कि व्यक्ति को अपनी आर्थिक स्थिति के अनुसार भगवान की प्रसन्नता के लिए अनुष्ठान करना चाहिए। प्रत्येक व्यक्ति को भगवान के विभिन्न अनुष्ठानों और उत्सवों का पालन हर प्रकार से करना चाहिए। इन अनुष्ठानों में से एक सबसे महत्वपूर्ण अनुष्ठान **दामोदर व्रत** है।

**दामोदर व्रत**, जिसे **ऊर्जा व्रत** भी कहा जाता है, कार्तिक (अक्टूबर-नवंबर) के महीने में मनाया जाता है। विशेष रूप से वृंदावन में भगवान के दामोदर रूप की पूजा के लिए विशेष कार्यक्रम होते हैं। संस्कृत में 'दाम' का अर्थ है रस्सी और 'उदर' का अर्थ है पेट, इसलिए 'दामोदर' का अर्थ है, कृष्ण को उनकी माँ यशोदा द्वारा रस्सी से बाँधना।

ऐसा कहा जाता है कि जिस तरह भगवान दामोदर अपने भक्तों को बहुत प्रिय हैं, उसी तरह कार्तिक, जो दामोदर के नाम से भी जाना जाता है, भगवान को बहुत प्रिय है। भक्त, भगवान को प्रसन्न करने के लिए कार्तिक महीने में व्रत और तपस्या करते हैं।

**पद्म पुराण** में सूत गोस्वामी ने कहा है कि यदि कोई व्यक्ति विधि-पूर्वक दामोदर व्रत का पालन करता है, तो यमदूत भी उससे दूर भागते हैं। वैदिक शास्त्रों में वर्णित सौ महान यज्ञों की तुलना में दामोदर व्रत का पालन करना श्रेष्ठ माना गया है। कार्तिक मास सर्वश्रेष्ठ है और भगवान श्रीकृष्ण को अत्यंत प्रिय है। इस मास की अधिष्ठात्री देवी राधारानी हैं। इस मास में किया गया कोई भी व्रत अत्यधिक फलदायी होता है और इसका प्रभाव सौ जन्मों तक रहता है। कहा जाता है कि सभी तीर्थों में स्नान करने और विभिन्न दान देने से जो पुण्य मिलता है, वह कार्तिक व्रत के पुण्य का एक अंश भी नहीं होता।

जो कोई भी इस महीने में भगवान विष्णु की पूजा करता है, उसे वैकुंठ में निवास मिलता है। जो इस महीने में भगवान हरि से संबंधित कथा सुनता है, वह कई जन्मों के पापों से उत्पन्न कष्टों से मुक्त हो जाता है।

## दामोदर व्रत का पालन कैसे करें?

दामोदर व्रत का पालन करने की विधि नीचे दी गई है:

- सुबह जल्दी उठें और स्नान करें। **पद्म पुराण** में कहा गया है, “जो व्यक्ति कार्तिक के महीने में सुबह जल्दी स्नान करता है, उसे सभी तीर्थों में स्नान करने का पुण्य मिलता है।”
- हरे कृष्ण महा-मंत्र का कम से कम एक माला जप करें।
- आप इस महीने के दौरान उपवास भी करना चाहिए। गौड़ीय वैष्णव पूरे कार्तिक महीने उड़द दाल से उपवास करते हैं।
- **स्कंद पुराण** में, भगवान ब्रह्मा ने महर्षि नारद को यह बताया है कि, “व्यक्ति को कार्तिक व्रत का पालन करना चाहिए और भगवान श्री हरि की कथा सुननी चाहिए।”

श्रील ए. सी. भक्तिवेदांत स्वामी प्रभुपाद द्वारा लिखित पुस्तक **कृष्ण, लीला पुरुषोत्तम भगवान** नौवें और दसवें अध्याय को पढ़ें, जिसमें दामोदर लीला का विस्तार से वर्णन है। इस पुस्तक में लीला का सारांश भी दिया गया है।

विभिन्न प्रकार के शाकाहारी खाद्य पदार्थ अपनी रसोई में पकाएँ और भगवान दामोदर को भोग लगाएँ और दामोदर-आरती करें। आप दामोदर-अष्टक गा सकते हैं और भगवान दामोदर को घी का दीपक अर्पण करना चाहिए। दामोदरष्टकम इस पुस्तिका में उपलब्ध है। आप इसे

[www.iskconbangalore.org/blog/damodara-ashtaka](http://www.iskconbangalore.org/blog/damodara-ashtaka) पर भी सुन सकते हैं।

**पद्म पुराण** में कहा गया है, “जो कोई कार्तिक महीने में भगवान दामोदर को घी का दीपक अर्पित करता है, वह सभी पापों से मुक्त हो जाता है और भगवान हरि के धाम में जाता है।” घी के दीपक की महिमा अगले भाग में विस्तार से वर्णित है। आप तुलसी देवी को भी घी का दीपक अर्पित करना चाहिए और राधा और कृष्ण के चरणों में अनंत सेवा के लिए प्रार्थना करना चाहिए। अपने पड़ोसियों, रिश्तेदारों और दोस्तों को इस पवित्र दामोदर आरती में भाग लेने के लिए आमंत्रित करें और उन्हें भगवान दामोदर को दीपक अर्पित करने और प्रसाद ग्रहण करने का अवसर प्रदान करें।

## इस्कॉन में दीपोत्सव समारोह

कार्तिक मास में सभी इस्कॉन केंद्रों में दीपोत्सव मनाया जाता है। भक्त भगवान दामोदर को घी के दीपक अर्पण करते हैं और दामोदरष्टकम गाते हैं। उत्सव में भाग लेने के लिए अपने निकटतम इस्कॉन केंद्र पर जाएं।

**कार्तिक मास** में घी का दीपक अर्पित करने की महिमा **स्कंद पुराण** में भगवान ब्रह्मा और ऋषि नारद के बीच हुए संवाद में वर्णित है:

“यदि कोई कार्तिक मास में भगवान दामोदर को घी का दीपक अर्पित करता है, तो उसके हजारों और लाखों जन्मों के पाप नष्ट हो जाते हैं। भले ही कोई मंत्र न जपा जाए, कोई पवित्र कार्य न किया जाए, और न ही कोई पवित्रता बरती जाए, लेकिन कार्तिक मास में दीप अर्पित करने से सब कुछ सही हो जाता है। कार्तिक मास में भगवान केशव को दीप अर्पित करना सभी यज्ञों और सभी पवित्र नदियों में स्नान करने के बराबर है। जब कोई कार्तिक मास में दीप अर्पित कर भगवान केशव को प्रसन्न करता है, तो उसकी कृपा से परिवार के सभी पूर्वजों को मुक्ति मिल जाती है। जो व्यक्ति इस मास में घर या मंदिर में दीपदान करता है, उसे भगवान वासुदेव महान फल प्रदान करते हैं। जो व्यक्ति कार्तिक में भगवान दामोदर को दीपदान करता है, वह अत्यधिक यशस्वी और सौभाग्यशाली हो जाता है। तीनों लोकों में ऐसा कोई पाप नहीं है, जो कार्तिक में भगवान केशव को दीपदान करने से शुद्ध न हो जाए। जो व्यक्ति कार्तिक में भगवान दामोदर को दीपदान करता है, वह शाश्वत आध्यात्मिक लोक को प्राप्त करता है, जहाँ कोई दुःख नहीं है।”

## दामोदर लीला

एक बार जब माता यशोदा अपने पुत्र कृष्ण को भोजन करा रही थीं, तो उन्होंने देखा कि चूल्हे पर रखा दूध उफन रहा है। इसलिए उन्होंने कृष्ण को नीचे बिठाया और दूध को बचाने के लिए दौड़ीं। अपनी माँ द्वारा अकेले छोड़े जाने पर, कृष्ण बहुत क्रोधित हो गए और वहाँ मथने के लिए रखे गए माखन के बर्तन को तोड़

दिया। उन्होंने उसमें से माखन निकाला और आँखों में झूठे आंसू भरकर एकांत स्थान में जाकर माखन खाने लगे।

माता यशोदा ने कृष्ण को हर जगह ढूँढा। उन्होंने अपने पुत्र को एक बड़े लकड़ी के ओखली पर बैठा हुआ पाया। अपनी माँ को हाथ में लाठी लिए देखकर कृष्ण डर के मारे भागने लगे। माँ यशोदा ने उनका हर कोने में पीछा किया, और भगवान को पकड़ने का प्रयास किया। परमात्मा कृष्ण जो की बड़े-बड़े महान संतों के चिंतन में जल्दी नहीं आते, वे भगवान माँ यशोदा के डर से भाग रहे थे।

भगवान माता यशोदा जैसे महान भक्त के लिए एक छोटे बच्चे की तरह खेल रहे थे। अंततः माता यशोदा ने कृष्ण को पकड़ लिया। कृष्ण लगभग रोने ही वाले थे तथा भय से उनकी आँखें बेचैन हो उठीं। अपने पुत्र को भयभीत देखकर माता यशोदा ने छड़ी फेंक दी। उन्होंने कृष्ण को दण्ड देने के लिए रस्सी से बाँधने का विचार किया। वे यह नहीं जानती थीं कि वास्तव में भगवान को बाँधना उनके लिए असम्भव है। जब उन्होंने उन्हें बाँधने का प्रयत्न किया तो रस्सी हमेशा दो इंच छोटी पड़ जाती। उन्होंने घर से और रस्सियाँ इकट्ठी कीं और उन्हें जोड़ा, परन्तु फिर भी वही कमी रह गई।

अपने पुत्र को बाँधने के प्रयास में वे थक गईं। तब भगवान् कृष्ण ने अपनी माता के कठिन परिश्रम को देखा और उन पर दया करके रस्सियों से बाँधने के लिए सहमत हो गए। माता यशोदा के घर में सामान्य बालक के रूप में खेल रहे भगवान कृष्ण अपनी लीलाएँ कर रहे थे। निस्संदेह, कोई भी भगवान के व्यक्तित्व को अपने अधीन नहीं कर सकता। परन्तु वे अपने शुद्ध भक्तों द्वारा अधीन होने के लिए सहमत हो जाते हैं।

श्रील विश्वनाथ चक्रवर्ती ठाकुर कहते हैं कि कृष्ण द्वारा दही का बर्तन तोड़ने और माता यशोदा द्वारा बाँधे जाने की यह घटना दीपावली के दिन हुई थी। इस लीला का विस्तृत वर्णन **श्रीमद्भागवत** के दसवें स्कंध के नवें अध्याय में किया गया है।

---

## श्री दामोदरष्टकम्

नमामीश्वरं सच्-चिद्-आनन्द-रूपं  
लसत्-कुण्डलं गोकुले भ्राजमानम्  
यशोदा-भियोलूखलाद् धावमानं  
परामृष्टम् अत्यन्ततो द्रुत्य गोप्या ॥ १ ॥

वह भगवान् जिनका रूप सत्, चित और आनन्द से परिपूर्ण है, जिनके मकरो के आकार के कुण्डल इधर उधर हिल रहे हैं, जो गोकुल नामक अपने धाम में नित्य शोभायमान हैं, जो (दूध और दही से भरी मटकी फोड़ देने के बाद) मैय्या यशोदा की डर से ओखल से कूदकर अत्यंत तेजीसे दौड़ रहे हैं और जिन्हें यशोदा मैय्या ने उनसे भी तेज दौड़कर पीछे से पकड़ लिया है ऐसे श्री भगवान् को मैं नमन करता हूँ ।

रुदन्तं मुहुर् नेत्र-युग्मं मृजन्तम्  
कराम्भोज-युग्मेन सातङ्क-नेत्रम्  
मुहुः श्वास-कम्प-त्रिरेखाङ्क-कण्ठ  
स्थित-ग्रैवं दामोदरं भक्ति-बद्धम् ॥ २ ॥

(अपने माता के हाथ में छड़ी देखकर) वो रो रहे हैं और अपने कमल जैसे कोमल हाथों से दोनों नेत्रों को मसल रहे हैं, उनकी आँखें भय से भरी हुयी हैं और उनके गले का मोतियों का हार, जो शंख के भाति त्रिरेखा से युक्त है, रोते हुए जल्दी जल्दी श्वास लेने के कारण इधर उधर हिल-डुल रहा है, ऐसे उन श्री भगवान् को जो रस्सी से नहीं बल्कि अपने माता के प्रेम से बंधे हुए हैं मैं नमन करता हूँ ।

इतीदृक् स्व-लीलाभिर् आनन्द-कुण्डे  
स्व-घोषं निमज्जन्तम् आख्यापयन्तम्  
तदीयेषित-ज्ञेषु भक्तैर् जितत्वं  
पुनः प्रेमतस् तं शतावृत्ति वन्दे ॥ ३ ॥

ऐसी बाल्यकाल की लीलाओ के कारण वे गोकुल के रहिवासीओ को आध्यात्मिक प्रेम के आनंद कुंड में डुबो रहे हैं, और जो अपने ऐश्वर्य सम्पूर्ण और ज्ञानी भक्तों को ये बतला रहे हैं की "मैं अपने ऐश्वर्य हिन और प्रेमी भक्तों द्वारा जीत लिया गया हु", ऐसे उन दामोदर भगवान को मैं शत शत नमन करता हु ।

**वरं देव मोक्षं न मोक्षावधिं वा  
न चन्यं वृणे 'हं वरेषाद् अपीह  
इदं ते वपुर् नाथ गोपाल-बालं  
सदा मे मनस्य् आविरास्तां किम् अन्यैः ॥ ४ ॥**

हे भगवन, आप सभी प्रकार के वर देने में सक्षम होने पर भी मैं आप से ना ही मोक्ष की कामना करता हु, ना ही मोक्षका सर्वोत्तम स्वरूप श्री वैकुण्ठ की इच्छा रखता हु, और ना ही नौ प्रकार की भक्ति से प्राप्त किये जाने वाले कोई भी वरदान की कामना करता हु । मैं तो आपसे बस यही प्रार्थना करता हु की आपका ये बालस्वरूप मेरे हृदय में सर्वदा स्थित रहे, इससे अन्य और कोई वस्तु का मुझे क्या लाभ ?

**इदं ते मुखाम्भोजम् अत्यन्त-नीलैर्  
वृतं कुन्तलैः स्निग्ध-रक्तैश् च गोप्या  
मुहुश् चुम्बितं बिम्ब-रक्ताधरं मे  
मनस्य् आविरास्ताम् अलं लक्ष-लाभैः ॥ ५ ॥**

हे प्रभु, आपका श्याम रंग का मुखकमल जो कुछ घुंघराले लाल बालों से आच्छादित है, मैय्या यशोदा द्वारा बार बार चुम्बन किया जा रहा है, और आपके ओठ बिम्बफल जैसे लाल हैं, आपका ये अत्यंत सुन्दर कमलरूपी मुख मेरे हृदय में विराजीत रहे । (इससे अन्य) सहस्रों वरदानों का मुझे कोई उपयोग नहीं है ।

**नमो देव दामोदरानन्त विष्णो  
प्रसीद प्रभो दुःख-जालाब्धि-मग्नम्  
कृपा-दृष्टि-वृष्ट्याति-दीनं बतानु  
गृहाणेष माम् अज्ञम् एध्य् अक्षि-दृश्यः ॥ ६ ॥**



हे प्रभु, मेरा आपको नमन है । हे दामोदर, हे अनंत, हे विष्णु, आप मुझपर प्रसन्न होवे (क्योंकि) मैं संसाररूपी दुःख के समुन्दर में डूबा जा रहा हू । मुझे दिन हिन पर आप अपनी अमृतमय कृपा की वृष्टि कीजिये और कृपया मुझे दर्शन दीजिये ।

**कुवेरात्मजौ बद्ध-मूर्त्यैव यद्वत्  
त्वया मोचितौ भक्ति-भाजौ कृतौ च  
तथा प्रेम-भक्तिं स्वकां मे प्रयच्छ  
न मोक्षे ग्रहो मे 'स्ति दामोदरेह ॥ ७ ॥**

हे दामोदर (जिनके पेट से रस्सी बंधी हुयी है वो), आपने माता यशोदा द्वारा ओखल में बंधे होने के बाद भी कुबेर के पुत्रो (मणिग्रिव तथा नलकुबेर) जो नारदजी के श्राप के कारण वृक्ष के रूप में मूर्ति की तरह स्थित थे, उनका उद्धार किया और उनको भक्ति का वरदान दिया, आप उसी प्रकार से मुझे भी प्रेमभक्ति प्रदान कीजिये, यही मेरा एकमात्र आग्रह है, किसी और प्रकार की कोई भी मोक्ष के लिए मेरी कोई कामना नहीं है ।

**नमस् ते 'स्तु दाम्ने स्फुरद्-दीप्ति-धाम्ने  
त्वदीयोदरायाथ विश्वस्य धाम्ने  
नमो राधिकायै त्वदीय-प्रियायै  
नमो 'नन्त-लीलाय देवाय तुभ्यम् ॥ ८ ॥**

हे दामोदर, आपके उदर से बंधी हुयी महान रज्जू (रस्सी) को प्रणाम है, और आपके उदर, जो निखिल ब्रह्म तेज का आश्रय है, और जो सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड का धाम है, को भी प्रणाम है । श्रीमती राधिका जो आपको अत्यंत प्रिय है उन्हें भी प्रणाम है, और हे अनंत लीलाएं करने वाले भगवन, आपको प्रणाम है ।