షోడశ సోమవార వ్రతం

# షోడశ (16) సోమవారాల వ్రతవిధానం

## పూజకు సూచనలు :

ఆషాడ మాసపు శుక్లపక్షం నుంచి కార్తీక మాసంలోని శుక్లపక్షం వరకు వచ్చే పదహారు సోమవారాలూ ఈ వ్రతాన్ని ఆచరిస్తే మంచిది. ఈ వ్రతమును కుల మత లింగ భేధములు లేకుండా ఎవరైనా ఆచరించవచ్చు ముఖ్యముగా కన్యలు ముత్తైదువలు ఈ వ్రతాన్ని ఆచరించినచో శీఘ్రముగా ఫలప్రాప్తి సిద్ధిస్తుంది.

## పూజా సామాగ్రి:

అర్చన కోసం వెండి గణపతి

- కలశం
- శివ లింగం
- పరిమళ ద్రవ్యాలు
- ఫలతాంబూలాలు
- వాయనం
- దానంకోసం రెండు కొబ్బరి కాయలు, దక్షిణ, తాంబూలం, ఫలపుష్పాలు, ఆకులు, వక్కలు, ఇత్యాదులు.
- నైవేద్యం కోసం గోధుమల పిండి, బెల్లము, అరటిపళ్ళు మొదలైనవి - ఇతర పూజసామాగ్రి.

# అష్టోత్తర శతనామావళి

ఓం శివాయ నమః

ఓం మహేశ్వరాయ నమః

ఓం శంభవే నమః

ఓం పినాకినే నమః

ఓం శశిశేఖరాయ నమః

ఓం వామదేవాయ నమః

ఓం విరూపాక్షాయ నమః

ఓం కపర్దినే నమః

ఓం నీలలోహితాయ నమః

ఓం శంకరాయ నమః ||10||

ఓం శూలపానినే నమః

ఓం ఖట్వాంగినే నమః

ఓం విష్ణువల్లభాయ నమః

ఓం శిపివిష్టాయ నమః

ఓం అంభికానాథాయ నమః

ఓం శ్రీకంఠాయ నమః

ఓం భాక్తవత్సలాయ నమః

ఓం భవాయ నమః

ఓం శర్వాయ నమః

ఓం త్రిలోకేశాయ నమః ||20||

ఓం శితికంఠాయ నమః

ఓం శివాప్రియాయ నమః

ఓం ఉగ్రాయ నమః

ఓం కపాలినే నమః

ఓం కామారినే నమః

ఓం అంధకాసుర సూదనాయ నమః

ఓం గంగాధరాయ నమః

ఓం లలాటాక్షాయ నమః

ఓం కాలకాలాయ నమః ||30||

ఓం కృపానిధయే నమః

# సోమవారవ్రత కథ

**శ్రీ గురుభ్యోనమః**

**మృత్యుంజయాయ రుద్రాయ నీలకంటాయ శంభవే అమృతేశాయ శర్వాయ మహాదేవాయ తే నమః ||**

**నైమిశారణ్యములో జ్ఞాన యజ్ఞ నిరతులైన శౌనకాది మహర్షులు సూతునకు నమస్కరించి ' ఓ మహర్షి ! మీరు మాకు అనేక సత్కథలు చెప్పితిరి. ఏ వ్రతమును ఆచరించుట వలన శీఘ్రముగా ఫలప్రాప్తి కలుగునో అటువంటి ఉత్తమోత్తమైన వ్రతము నొకదాన్ని మాకు ఉపదేశింపు' డని ప్రార్థించిరి. అంతట సూతుడు " ,మహాత్ములైన మహర్షులారా! కొంత కాలము క్రితము పార్వతీ దేవి పరమేశ్వరుని ఇదే ప్రశ్నవేయగా శివుడు ఆమెకొక రహస్యం చెప్పాడు. ఆ రహస్యమునే నేను మీకు చెబుతాను" అని ఇట్లు ప్రారంభించెను. ఒక రోజు కైలాశములో దివ్య రత్న ఖచిత సింహాసనంపై కూర్చొనియున్న పరమేశ్వరుని పార్వతి ఏకాంతంలో ఇట్లా ప్రశ్నించింది. దివ్యమైన ముఖారవిందము పై మందహాసం, చేతులలో వారము అభయపు ముద్రలు పులి చర్మమును ధరించిన భగవంతుడైన సదాశివుని ఆమె అడిగిన ప్రశ్న ఏమంటే - " స్వామీ! నేను మీవడా అనేక శాస్త్రములను ఆగమ విద్యలను నేర్చుకున్నాను. సర్వకాల సర్వావస్థలలోను అల్పప్రయాసతే మహత్తరమైన ఫలమును ప్రసాదించు వ్రతము నొకటి నాకు ఉపదేశించుడు" అది విని మందహాసముతో సదాశివుడు " ప్రియా! నీ ప్రశ్న ఉచితముగాను, లోకోపకారిగాను ఉన్నది. లోకహితము కోరిన నీకు ఒక శ్రేష్టమైన వ్రతమును చెప్పెదను" అంటూ ఇలా చెప్పసాగాడు. నక్షత్రములలో సూర్యుడు, గ్రహములలో చంద్రుడూ నదులన్నింటిలో గంగానది, ఇంద్రియములలో మనస్సు ఏవిధముగా శ్రేష్టమైనదో, వ్రతములన్నింటిలో ఈ సోమవార వ్రతము శ్రేష్ఠమైనది. ఈ వ్రతమునకు " షోడశ సోమవారవ్రతం" అని పేరు. దీని మహిమలను వర్ణించుట అసాధ్యము. భక్తీ పూర్వకముగా దీనిని ఆచరించువారు ఏదేది కోరుకొందురో దానిని వారు శీఘ్రముగా పొందుతారు. దరిద్రులు ధనవంతులు అవుతారు. కన్నియలు యోగ్యులైన వరులను పొందుతారు. ముత్తైదువలు అఖండ సౌభాగ్యమును పొందుతారు. రోగులకు సంపూర్ణారోగ్యము కలుగును, ఎడబాసిన భార్యాభర్తలు ఒకరినొకరు చేరుకొందురు. ఈవిధముగా ఇది పరమ**

**మహిమాన్వితమైన వ్రతము. "అంతట పార్వతి" స్వామీ! దయచేసి ఈ వ్రతమును ఆచరించు విధానమును అనుగ్రహింపుడు" అని ప్రార్థించెను.**

**అందుకు పరమేశ్వరుడు ఇలా అన్నాడు. "ప్రియా! ఇది భక్తి పూర్వకముగా ఆచరించవలసిన వ్రతము. ఈ వ్రతము నాచరించుటకు ఆషాడ మాసపు పౌర్ణమి నుండి కార్తీక మాసపు పౌర్ణమి వరకు వచ్చు నాలుగు నెలలు (చతుర్మాసములు) ప్రాశస్తమైనవి. ఆ రోజులలో వచ్చు పదహారు సోమవారములలో ఈ వ్రతమును స్త్రీలు, ముత్తైదువలు ఆచరించవలెను. సోమవారమునాడు ఉపవాసం ఉండాలి. (ప్రసాదం స్వీకరించుటలో**

**End of Preview.**

**Rest of the book can be read @**

http://kinige.com/book/Shodasha+Somavara+Vratam

* * *