

## ॥ क्रियायोगः ॥

### श्री-लक्ष्मण उवाच

इदानीं श्रोतुमिच्छामि क्रियामार्गेण राघव।  
भवदाराधनं लोके यथा कुर्वन्ति योगिनः ॥८॥

इदमेव सदा प्राहुर्योगिनो मुक्तिसाधनम्।  
नारदोऽपि तथा व्यासो ब्रह्मा कमलसम्भवः ॥९॥

ब्रह्मक्षत्रादिवर्णानामाश्रमाणां च मोक्षदम्।  
स्त्रीशूद्राणां च राजेन्द्र सुलभं मुक्तिसाधनम्।  
तव भक्ताय मे भ्रात्रे ब्रूहि लोकोपकारकम् ॥१०॥

### श्री-राम उवाच

मम पूजाविधानस्य नान्तोऽस्ति रघुनन्दन।  
तथाऽपि वक्ष्ये सङ्घेपाद्यथावदनुपूर्वशः ॥११॥

स्वगृह्योक्तप्रकारेण द्विजत्वं प्राप्य मानवः।  
सकाशात्सद्गुरोर्मन्त्रं लब्ध्वा मद्भक्तिसंयुतः ॥१२॥

तेन सन्दर्शितविधिर्मामेवाराधयेत्सुधीः।  
हृदये वाऽनले वार्चेत्प्रतिमादौ विभावसौ ॥१३॥

शालग्रामशिलायां वा पूजयेन्मामतन्द्रितः।  
प्रातःस्नानं प्रकुर्वीत प्रथमं देहशुद्धये ॥१४॥

वेदतच्चोदितैर्मन्त्रैर्मूलेपनविधानतः ।  
सन्ध्यादि कर्म यन्नित्यं तत्कुर्याद्विधिना बुधः ॥१५॥

सङ्कल्पमादौ कुर्वीत सिद्धर्थं कर्मणां सुधीः।  
स्वगुरुं पूजयेद्भृत्या मद्भूच्या पूजको मम॥१६॥

शिलायां स्नपनं कुर्यात्प्रतिमासु प्रमार्जनम्।  
प्रसिद्धैर्गन्धपुष्पाद्यैर्मर्त्पूजा सिद्धिदायिका॥१७॥

अमायिकोऽनुवृत्या मां पूजयेन्नियतव्रतः।  
प्रतिमादिष्वलङ्घारः प्रियो मे कुलनन्दन॥१८॥

अग्नौ यजेत हविषा भास्करे स्थणिडले यजेत्।  
भक्तेनोपहृतं प्रीत्यै श्रद्धया मम वार्यपि॥१९॥

किं पुनर्भक्ष्यभोज्यादि गन्धपुष्पाक्षतादिकम्।  
पूजाद्रव्याणि सर्वाणि सम्पाद्यैवं समारभेत्॥२०॥

चैलाजिनकुशैः सम्यगासनं परिकल्पयेत्।  
तत्रोपविश्य देवस्य सम्मुखे शुद्धमानसः॥२१॥

ततो न्यासं प्रकुर्वीत मातृकावहिरान्तरम्।  
केशवादि ततः कुर्यात्तत्त्वन्यासं ततः परम्॥२२॥

मन्मूर्तिपञ्चरन्यासं मन्त्रन्यासं ततो न्यसेत्।  
प्रतिमादावपि तथा कुर्यान्नित्यमतन्द्रितः॥२३॥

कलशं स्वपुरो वामे क्षिपेत्पुष्पादि दक्षिणे।  
अर्ध्यपाद्यप्रदानार्थं मधुपर्कार्थमेव च॥२४॥

तथैवाचमनार्थं तु न्यसेत्पात्रचतुष्टयम्।  
हृत्पद्मे भानुविमले मत्कलां जीवसंज्ञिताम्॥२५॥

ध्यायेत्स्वदेहमखिलं तथा व्याप्तमरिन्दम्।  
तामेवावाहयेन्नित्यं प्रतिमादिषु मत्कलाम्॥ २६॥

पाद्यार्थाचमनीयादैः स्नानवस्त्रविभूषणैः।  
यावच्छक्योपचारैर्वा त्वर्चयेन्माममायया॥ २७॥

विभवे सति कर्पूरकुङ्कुमागरुचन्दनैः।  
अर्चयेन्मन्त्रवन्नित्यं सुगन्ध्यकुसुमैः शुभैः॥ २८॥

दशावरणपूजां वै ह्यागमोक्तां प्रकारयेत्।  
नीराजनैर्धूपदीपैर्नैवद्यैर्बहुविस्तरैः॥ २९॥

श्रद्धयोपहरेन्नित्यं श्रद्धाभुग्हमीश्वरः।  
होमं कुर्यात्प्रयत्नेन विधिना मन्त्रकोविदः॥ ३०॥

अगस्त्येनोक्तमार्गेण कुण्डेनागमवित्तमः।  
जुहुयान्मूलमन्त्रेण पुंसूक्तेनाथवा बुधः॥ ३१॥

अथवौपासनाम्नौ वा चरुणा हविषा तथा।  
तसजाम्बूनदप्रव्यं दिव्याभरणभूषितम्॥ ३२॥

ध्यायेदनलमध्यस्थं होमकाले सदा बुधः।  
पार्षदेभ्यो बलिं दत्त्वा होमशेषं समापयेत्॥ ३३॥

ततो जपं प्रकुर्वीत ध्यायेन्मां यतवाक् स्मरन्।  
मुखवासं च ताम्बूलं दत्त्वा प्रीतिसमन्वितः॥ ३४॥

मदर्थै नृत्यगीतादि स्तुतिपाठादि कारयेत्।  
प्रणमेद्दण्डवद्धूमौ हृदये मां निधाय च॥ ३५॥

शिरस्याधाय मद्दत्तं प्रसादं भावनामयम्।  
पाणिभ्यां मत्पदे मूर्धिं गृहीत्वा भक्तिसंयुतः ॥ ३६ ॥

रक्ष मां घोरसंसारादित्युत्त्वा प्रणमेत्सुधीः ।  
उद्वासयेद्यथापूर्वं प्रत्यगज्योतिषि संस्मरन् ॥ ३७ ॥

एवमुक्तप्रकारेण पूजयेद्विधिवद्यदि ।  
इहामुत्र च संसिद्धिं प्राप्नोति मदनुग्रहात् ॥ ३८ ॥

मद्भक्तो यदि मामेवं पूजां चैव दिने दिने।  
करोति मम सारूप्यं प्राप्नोत्येव न संशयः ॥ ३९ ॥

इदं रहस्यं परमं च पावनं  
मयैव साक्षात्कथितं सनातनम्।  
पठत्यजस्त्रं यदि वा शृणोति यः  
स सर्वपूजाफलभाङ्गं संशयः ॥ ४० ॥

एवं परात्मा श्रीरामः क्रियायोगमनुत्तमम्।  
पृष्ठः प्राह् स्वभक्ताय शोषांशाय महात्मने ॥ ४१ ॥

॥ इति श्रीमद्ध्यात्मरामयणे उमामहेश्वरसंवादे कीष्किन्धाकाण्डे चतुर्थे सर्गे  
तारायै रामस्य तत्त्वोपदेशः ॥

This stotra can be accessed in multiple scripts at:

[http://stotrasamhita.net/wiki/Kriya\\_Yoga](http://stotrasamhita.net/wiki/Kriya_Yoga).

generated on November 23, 2025

Downloaded from  <http://stotrasamhita.github.io> |  [StotraSamhita](#) | [Credits](#)