నిత్య పూజ

\*జపోజల్పశ్శిల్పం సకలమపి ముద్రా విరచనా\*

\*గతిః ప్రాదక్షిణ్య క్రమణ మశనాద్యాహుతివిధిః l\*

\*ప్రణామః సంవేశ స్సుఖ మఖిలమాత్మార్పణ దృశా\*

\*సపర్యాపర్యాయ స్తవ భవతు యన్మే విలసితమ్\*

ఓ ఈశ్వరీ ! నా మాటలన్నీ నీ జపమగు గాక! నా కార్యకలాపమంతయూ నీకు అర్పించే ముద్రలగుగాక! నా గమనము అంతయూ నీ ప్రదక్షిణమవుగాక! నేను తినెడి దంతయూ నీకు ఆహుతి అగుగాక! పరుండుట నీకు నమస్కారమగుగాక! శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధాది సుఖములు ఏవైతే ఉన్నాయో అవి ఆత్మార్పణ బుద్దితో చేసే నీ పూజలగుగాక! నే చేసే ప్రతిపని నీ యందు సపర్యగా పర్యవసించుగాక!

అస్య శ్రీవాగ్వాదినీ మహామం త్రస్య దక్షిణామూర్తి ఋషిః | పంక్తిశ్ఛందః శ్రీమద్వాగ్వ దివ్యంబా దేవతా ఐం బీజం సౌః శక్తిః | క్లీం కీలకం జపే వినియోగః

ఐo : అంగుష్ఠాభ్యాన్నమః

క్లీo : తర్జనీభ్యం నమః

సౌః మధ్యమాభ్యం నమః

సౌః అనామికాభ్యాం నమః

క్లీం : కనిష్ఠకాభ్యాం నమః

ఐo: కరతల పృష్ఠాభ్యాం నమః

ఐo : హృదయాయ నమః బొటన+ఉంగర+మధ్యవేలు

Syd

క్లీo : శిరసే స్వాహా.

సౌః శిఖాయై వషట్ నాలుగు వేళ్ళు

సౌః కవచాయ హుమ్

క్లీం : నేత్రత్రయాయ ఔషట్

నుదిటి మీద మధ్య+చూపుడు+ ఉంగరం వేలు

ఐo: అస్త్రాయ ఫట్

కుడి చూపుడు+మధ్య వేలు మెడ మీదుగా

భూర్భువస్సువరో మితి దిగ్బంథః

ధాన్యమ్

॥ బాలయా వ్యాసః ॥

పుస్తక జపవటి హస్తే వరదాభయ చిహ్నచారు బాహులతే |

కర్పూరామలదేహి వాగీశ్వరి శోభయాశు మమ చేతః ॥

మనుః|| ఐం క్లీం సౌః వద వద వాగ్వాదిని స్వాహా ॥

\*\*\*\*\*\*

నిత్యపూజ యందు ప్రాణాయామము చేయు విధానము

మొదటి పూరకమునందు

ఓం భూహు ఓం భువః ఓం సువః ఓం మహః ఓం జనాః ఓం తపః ఓం సత్యం

కుంభకం నందు

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్‌

భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్‌

రేచకము నందు

ఓం అపోజ్యోతి రాసోమృతం బ్రహ్మ భూర్భవసురోమ్

ఇలా మూడు సార్లు చేయాలి.

\*\*\*\*

ఓం నమః శంభవే ఛ మయోభవే చ నమః శంకరాయ చ మయస్కరాయ చ నమః శివాయ చ శివతరాయ చ|| ఓం ||

ఇది యజుర్వేదంలో మధ్యభాగమైన శ్రీరుద్రంలో వచ్చే మంత్రం. వేదాలలో ‘జీవరత్నం’గా శ్లాఘింపబడుతున్నా ‘నమః శివాయ’ అనే పంచాక్షరీ మంత్రం యీ భాగంలోనే పొందుపరచబడి ఉంది. దైనందిన ఆరాధనలో తప్పక చేర్చుకోవలసిన మంత్ర మిది.

ఓం నమః శంభవే ఛ మయోభవే చ నమః శంకరాయ చ మయస్కరాయ చ నమః శివాయ చ శివతరాయ చ|| ఓం ||

శంభవే చ=ప్రపంచ ఆనందంగాను; మయోభవే చ=మోక్ష ఆనందంగాను; శంకరాయ చ=ప్రాపంచిక ఆనందాన్ని ఇచ్చేవాడూ; మయస్కరాయచ=మోక్ష ఆనందాన్ని ఇచ్చేవాడూ; శివాయ చ=మంగళ స్వరూపుడూ; శివతరాయ చ=శివమయం గావించేవాడూ; నమః=నమస్కారము.

ప్రాపంచిక ఆనందంగాను, మోక్షానందంగాను ఉంటున్నవాడూ; ప్రాపంచిక ఆనందాన్ని మోక్షానందాన్ని ఇచ్చేవాడూ, మంగళస్వరూపుడూ, తనను పొందిన వారిని శివమయంగా గావించేవాడూ అయిన పరమ శివునికి నమస్కారం