



ஸங்கர பக்த ஸபா ட்ரஸ்ட்

வேதபவனம்

யஜுர் உபாகர்மா

SANKARA BHAKTHA SABHA TRUST

Vedabhavan

58-59, Road No.1, Chandragiri Colony, Neredmet, Secunderabad - 56

Ph: 040 - 27227669 / 9963888870 / 9440386363

Website: <https://vedabhavan.org>

Email : vedabhavan@gmail.com

Subscribe to our Social Media Channels for Instant Updates

Youtube : <https://www.youtube.com/c/VedabhavanOrg>

Telegram: <https://t.me/vedabhavan>

Facebook: <http://facebook.com/vedabhavan>

ஸமிதாதானம்

(ப்ரம்ஹசாரிகளுக்கு மட்டும்)

ஸூக்லாம்ப³ரத⁴ரம் விஷ்ணும் ஸஸிவர்ணம் சதுர்பு⁴ஜம் .

ப்ரஸன்னவத³னம்த்⁴யாயேத் ஸர்வவிக்⁴னோபஸாந்தயே ..

ஓம் பூ: ஓம்புவ: ஓகும்ஸுவ: ஓம்மஹ: ஓம்ஜந: ஓம்தப: ஓகும்ஸத்யம் ஓம்
தத்ஸவிதுர்வரேண்யம் பர்கோதேவஸ்ய தீமஹி தியோயோந: ப்ரசோதயாத்
ஓமாப: ஜ்யோதீரஸ: அம்ருதம்ப்ரம்ஹ பூர்ப்புவஸ்ஸுவரோம்.

மமோபாத்த ஸமஸ்த துரித க்ஷயத்வாரா ஸ்ரீ பரமேஸ்வர ப்ரீத்யர்த்தம் ப்ராத:
ஸமிதாதானம் கரிஷ்யே |

(ஸாயங்காலத்தில்) ஸாயம் ஸமிதாதானம் கரிஷ்யே| அப உபஸ்ப்ருஸ்ய |
(பூர்ப்புவஸ்ஸுவரோம் இதி அக்னிம் ப்ரதிஷ்டாப்ய) அக்னியை ஜ்வலிக்கச்
செய்யவும்.

பரித்வாக்னே பரிம்ருஜாமி ஆயுஷாச தனேனச ஸுப்ரஜா: ப்ரஜயா பூயாஸம்
ஸுவீர: வீரே: ஸுவர்சா: வர்சஸா ஸுபோஷ: போஷை: ஸுக்ருஹ:
க்ருஹை: ஸுபதி: பத்யா ஸுமேதா: மேதயா ஸுப்ரஹ்மா

ப்ரஹ்மசாரிபி:| (தேவஸவித: ப்ரஸுவ) என்று அக்னியை ஜலத்தினால் பிரதக்ஷிணமாகச்
சுற்றவும். கீழ்க்கண்ட மந்திரங்களின் கடைசியில் ஸ்வாஹா என்று முடித்த பிறகு ஸமித்தை
ஒவ்வொன்றாக, கிழக்கு நுனியாக அக்னியில் வைக்கவும்

அக்னயே ஸமிதம் ஆஹார்ஷம் ப்ருஹதே ஜாதவேதஸே யதாத்வம் அக்னே
ஸமிதா ஸமித்யஸே ஏவம்மாம் ஆயுஷா வர்சஸா ஸந்யா மேதயா ப்ரஜயா
பஸூபி: ப்ரஹ்மவர்சஸேன அன்னாத்யேந ஸமேதய ஸ்வாஹா |

ஏதோஸி ஏதிஷீமஹி ஸ்வாஹா |

ஸமிதஸி ஸமேதிஷீமஹி ஸ்வாஹா |

தேஜோஸி தேஜோமயிதேஹி ஸ்வாஹா |

அபோஅத்ய அன்வசாரிஷம் ரஸேந ஸமஸ்ருக்ஷ்மஹி பயஸ்வான் அக்னே
ஆகமம் தம்மா ஸகும்ஸ்ருஜவர்சஸா ஸ்வாஹா |

ஸம்மாக்னே வர்சஸாஸ்ருஜ ப்ரஜயாச தனேனச ஸ்வாஹா |

வித்யுந்மே அஸ்ய தேவா: இந்த்ரோவித்யாத் ஸஹ ரிஷிபி: ஸ்வாஹா|
அக்னயே ப்ருஹதே நாகாய ஸ்வாஹா |

த்யாவாப்ருதிவீப்யாம் ஸ்வாஹா |

ஏஷாதே அக்னே ஸமித்தயா வர்த்தஸ்வச ஆப்யாயஸ்வச தயாஹம்
வர்த்தமான: பூயாஸம் ஆப்யாயமானஸ்ச ஸ்வாஹா |

யோமாக்னே பாகினம் ஸந்தம் அதாபாகம் சிகீர்ஷதி அபாகமக்னே தம்குரு
மாமக்னே பாகினம் குரு ஸ்வாஹா |

ஸமிதமாதாய அக்னே ஸர்வவ்ரத: பூயாஸம் ஸ்வாஹா|

(தேவஸவித: ப்ராஸாவீ: என்று அக்னியை ஜலத்தினால் சுற்றவும்) ஸ்வாஹா அக்னே: உபஸ்தானம் கரிஷ்யே.

உபஸ்தானம் :- யத்தே அக்னே தேஜஸ்தேந அஹம் தேஜஸ்வீ பூயாஸம் யத்தே அக்னே வர்சஸ்தேந அஹம் வர்சஸ்வீ பூயாஸம் யத்தே அக்னே ஹரஸ்தேந அஹம் ஹரஸ்வீ பூயாஸம் மயிமேதாம் மயிப்ரஜாம் மயி

அக்னி: தேஜோததாது மயிமேதாம் மயிப்ரஜாம் மயி இந்த்ர இந்த்ரியம் ததாது, மயிமேதாம் மயிப்ரஜாம் மயிஸூர்ய: ப்ராஜோததாது | அக்னயே நம: மந்த்ரஹீனம் க்ரியாஹீனம் பக்திஹீனம் ஹுதாஸந யத்ஹுதந்து மயாதேவ பரிபூர்ணம் ததஸ்துதே| ப்ராயஸ்சித்தாநி அஸேஷானி தப: கர்மாத்மகானிவை யானிதேஷாம் அஸேஷாணாம் ஸ்ரீ க்ருஷ்ணானுஸ்மரணம் பரம் | க்ருஷ்ணாய நம:| க்ருஷ்ண(3)| நமஸ்காரம் செய்யவும்.

ரக்ஷா மந்த்ரம் :- மானஸ்தோகே தனயே மானஆயுஷி மானோ கோஷு மானோ அஷ்வேஷு ரீரிஷ:| வீரான் மான: ருத்ரபாமித: வதீ: ஹவிஷ்மந்த: நமஸா விதேமதே|

(என்று சொல்லி பஸ்மாவைப் பவித்ர விரலால் குழைத்து கீழ்க்கண்ட மந்திரங்களால் ரக்ஷ செளிணிதுக்கொள்ளவும்.)

மேதாவீ பூயாஸம் (நெற்றியில்) தேஜஸ்வீ பூயாஸம் (மார்பில்) வர்சஸ்வீ பூயாஸம் (வலது தோளில்) ப்ரம்ஹவர்சஸீ பூயாஸம் (இடது தோளில்) ஆயுஷ்மான் பூயாஸம் (கழுத்தில்) அன்னாதோ பூயாஸம் (பிடரியில்) ஸ்வஸ்தி பூயாஸம் (தலையில்).

ப்ரார்த்தனை :- ஸ்வஸ்தி ஸ்ரத்தாம் மேதாம் யஸ: ப்ரக்ஞாம் வித்யாம் புத்திம் ஸ்ரியம் பலம்| ஆயுஷ்யம் தேஜ ஆரோக்யம் தேஹிமே ஹவ்ய வாஹந | ஸ்ரீயம் தேஹிமே ஹவ்யவாஹந ஓம் நம இதி | என்று சொல்லி பிரார்த்தித்துக் கொள்ளவும். பிறகு ஆசமனம்.

காமோகார்ஷீதஜ்ஜப ஸங்கல்ப:

உபநயனம் நடந்த முதல் வருஷம் (தலை ஆவணி அவிட்டத்திற்கு) காமோகார்ஷீத் ஜபம் செய்யவேண்டாம்.)

ஆசம்ய, பவித்ரபாணி: | ஸூக்லாம்.. ஸாந்தயே | ஓம் பூ⁴: .. ஸுவரோம்|

மமோபாத்த ப்ரீத்யர்த²ம் | ஸூபே⁴ ஸோப⁴னே முஹூர்தே ஆத்³யப்³ரஹ்மண: த்³விதீய பரார்தே⁴ ஸ்வேத வராஹ கல்பே வைவஸ்வத மன்வந்தரே, அஷ்டாவிம்ஸதிதமே, கலியுகே³, ப்ரத²மே பாதே³ ஜம்பூத்³வீபே பா⁴ரதவர்ஷே ப⁴ரதக²ண்டே³ மேரோ: த்³க்ஷிணே பார்ஸ்வே ஸகாப்³தே³ அஸ்மின் வர்தமானே வ்யாவஹாரிகே ப்ரப⁴வாதி³ ஷஷ்டி² ஸம்வத்ஸராணாம் மத்⁴யே பராப⁴வ நாம ஸம்வத்ஸரே த்³க்ஷிணாயனே வர்ஷருதௌ ஸிம்ஹ மாஸே ஸூக்ல பக்ஷே பௌர்ணமாஸ்யாம் ஸூப⁴திதௌ² கு³ருவாஸர யுக்தாயாம் ஸ்ரவிஷ்டா² நக்ஷத்ர யுக்தாயாம் ஸூப⁴யோக³ ஸூப⁴கரண யுக்தாயாம் ஏவங்கு³ண விசேஷண விஸிஷ்டாயாம் அஸ்யாம் பௌர்ணமாஸ்யாம் ஸூப⁴திதௌ² மமோபாத்த.. ப்ரீத்யர்த²ம் தைஷ்யாம் பௌர்ணமாஸ்யாம் அத்⁴யாயோத்ஸர்ஜன அகரண ப்ராயஸ்சித்தார்த²ம் அஷ்டோத்தர ஸதஸங்க்²யயா காமோகார்ஷீத் மன்யுரகார்ஷீத் இதி மஹாமந்த்ரஜபம்கரிஷ்யே |

என்று ஸங்கல்பம் செய்துகொண்டு காமோகார்ஷீத் மன்யுரகார்ஷீத் நமோ நம: என்று 1008 (அல்லது 108 தடவை) ஜபித்து ப்ராணாயாமம், உபஸ்தானம் செய்யவும் பவித்ரத்தை அவிழ்த்து ஆசமனம் செய்யவும்.

ப்³ரஹ்மயஜ்ஞம்

ஸூக்லாம்----ஸாந்தயே. மமோபாத்த ஸமஸ்த-----ப்ரீத்யர்த²ம் ப்³ரஹ்மயஜ்ஞம் கரிஷ்யே ப்³ரஹ்மயஜ்ஞேன யக்ஷ்யே.

பிறகு கையை ஜலத்தினால் சுத்தம் செய்து கொள்ளவும்

வித்³யுத்³ஸி வித்³ய மே பாபானம்ருதாத் ஸத்யமுபைமி

என்று ஜலத்தை எடுத்து மணிக்கட்டுவரை கைகளையும் கால்களையும் அலம்பிக்கொண்டு கீழ்க்கண்டபடி ஜபம் செய்யவும்.

ஓம் பூ⁴: தத் ஸவிதுர்வரேண்யம் ஓம் பு⁴வ: ப⁴ர்கோ³ தே³வஸ்ய தீ⁴மஹி ஓகும் ஸுவ: தீ⁴யோ யோ ந: ப்ரசோத³யாத் ஓம் பூ⁴: தத்ஸவிதுர்வரேண்யம் ப⁴ர்கோ³ தே³வஸ்ய தீ⁴மஹி ஓம் பு⁴வ: தீ⁴யோ யோ ந: ப்ரசோத³யாத் ஓகும் ஸுவ: தத் ஸவிதுர்வரேண்யம் ப⁴ர்கோ³ தே³வஸ்ய தீ⁴மஹி தீ⁴யோ யோ ந: ப்ரசோத³யாத்.

ஓம் அக்³னிமீளே புரோஹிதம் யஜ்ஞஸ்ய தே³வம் ருத்விஜம் ஹோதாரம் ரத்னதா⁴தமம் (ருக் வேத³:)

ஓம் இஷே த்வா ஊர்ஜே த்வா வாயவஸ்த² உபாயவஸ்த² தே³வோ வ: ஸவிதா
ப்ரார்பயது ஸ்ரேஷ்ட²தமாய கர்மணே (யஜுர்வேத³:)

ஓம் அக்³ன ஆயாஹி வீதயே க்³ருணானோ ஹவ்ய தா³தயே நி ஹோதா ஸத்ஸி
ப³ர்ஹிஷி (ஸாமவேத³:)

ஓம் ஸன்னோ தே³வீரபி⁴ஷ்டய ஆபோ ப⁴வந்து பீதயே ஸம்யோரபி⁴ஸ்ரவந்து
ந: (அத²ர்வண வேத³:)

பிறகு ஓம் பூர்ப்புவ: ஸுவ: என்று ஜலத்தால் தன் தலையை சுற்றி பரிஷேசனம் செய்யவும்.

ஸத்யம் தப: ஸ்ரத்³தா⁴யாம் ஜுஹோமி (3 தடவை) ஓம் நமோ ப்³ரஹ்மணே
நமோ(அ)ஸ்த்வக்³னயே நம: ப்ருதி²வ்யை நம ஒஷதீ⁴ப்⁴ய: நமோ வாசே
நமோ வாசஸ்பதயே நமோ விஷ்ணவே ப்³ருஹதே கரோமி.

என்று மூன்று தடவை ஜபிக்கவும்.

வ்ருஷ்டிரஸி வ்ருஸ்ச மே பாப்மானம்ருதாத் ஸத்யமுபாகா³ம்

இரு கரங்களையும் ஜலத்தினால் துடைக்க வேண்டும்.

ஸூக்லாம்ப³ரத⁴ரம்----ஸானதயே. மமோபாத்த... ப்ரீத்யர்த²ம் தே³வ ருஷி
பித்ரு தர்பணம் கரிஷ்யே

என்று கூறி நுனிவிரல்களால் கீழ்க்கண்ட தர்ப்பணங்களைப் பூனூலை உபவீதமாகப் போட்டுக்
கொண்டு ஒவ்வொரு முறையாக தர்ப்பணம் செய்யவும்.

தே³வ தர்பணம்

1. ப்³ரஹ்மாத³யோ யோ தே³வா: தான் தே³வான் தர்பயாமி
2. ஸர்வான் தே³வான் தர்பயாமி
3. ஸர்வதே³வக³ணான் தர்பயாமி
4. ஸர்வதே³வபத்னீ: தர்பயாமி
5. ஸர்வதே³வக³ணபத்னீ: தர்பயாமி

ருஷிதர்பணம்

பூனூலை மாலையாக தரித்துக் கொண்டு சுண்டுவிரல் பக்கமாக இரண்டு இரண்டு
முறை தர்ப்பணம் செய்ய வேண்டும்.

1. க்ருஷ்ணத்³வைபாயநாத³ய: யே ருஷய: தான் ருஷீன் தர்பயாமி
2. ஸர்வான் ருஷீன் தர்பயாமி
3. ஸர்வருஷிக³ணான் தர்பயாமி
4. ஸர்வருஷிபத்னீன் தர்பயாமி
5. ஸர்வருஷிக³ணபத்னீன் தர்பயாமி

6. ப்ரஜாபதம் காண்ட³ருஷிம் தர்பயாமி
7. ஸோமம் காண்ட³ருஷிம் தர்பயாமி
8. அக்³னிம் காண்ட³ருஷிம் தர்பயாமி
9. விஸ்வான் தே³வான் காண்ட³ர்ஷீன் தர்பயாமி
10. ஸாம்ஹிதீர்தே³வதா உபநிஷத³: தர்பயாமி
11. யாஜ்ஞிகீர்தே³வதா உபநிஷத³: தர்பயாமி
12. வாருணீர்தே³வதா உபநிஷத³: தர்பயாமி
13. ஹவ்யவாஹம் தர்பயாமி
14. விஸ்வான் தே³வான் காண்ட³ர்ஷீன் தர்பயாமி
15. ப்³ரஹ்மாணம் ஸ்வயம்பு⁴வம் தர்பயாமி

(இந்த மந்திரத்திற்கு மட்டும் ஜலம் உள்ளம் கைகளிலிருந்து முழங்கைகள் வழியாக கீழே விழும்படி விட வேண்டும்.)

16. விஸ்வான் தே³வான் காண்ட³ர்ஷீன் தர்பயாமி
17. அருணான் காண்ட³ர்ஷீன் தர்பயாமி
18. ஸத³ஸஸ்பதம் தர்பயாமி
19. ருக³வேத³ம் தர்பயாமி
20. யஜுர்வேத³ம் தர்பயாமி
21. ஸாமவேத³ம் தர்பயாமி
22. அத²ர்வ்வணவேத³ம் தர்பயாமி
23. இதிஹாஸபுராணம் தர்பயாமி
24. கல்பம் தர்பயாமி

பித்ரு தர்பணம்

பூணூலை ப்ராசீனாவீதியாகப் போட்டுக் கொண்டு கட்டை விரலுக்கும் ஆள்காட்டி விரலுக்கும் இடையின் வழியாக மும்மூன்று முறை தர்ப்பணம் செய்ய வேண்டும்.

1. ஸோம: பித்ருமான் யமோ அங்கி³ரஸ்வான் அக்³னி: கவ்யவாஹன:
இத்யாத³ய: யே பிதர: தான் பித்ரு'ன் தர்பயாமி
2. ஸர்வ்வான் பித்ரு'ன்ஸ்தர்பயாமி
3. ஸர்வ்வபித்ருக³ணான் தர்பயாமி
4. ஸர்வ்வபித்ருபத்னீஸ்தர்பயாமி
5. ஸர்வ்வபித்ருக³ண்பத்னீஸ்தர்பயாமி

ஊர்ஜம் வஹந்தீ: அம்ருதம் க்⁴ருதம் பய: கீலாலம் பரிஸ்ருதம் ஸ்வதா⁴ஸ்த²
தர்பயத மே பித்ரு'ன் த்ருப்யத த்ருப்யத த்ருப்யத

உபவீதி ஆசமனம்

மஹாஸங்கல்ப:

மாத்யாஹ்னிகம், ப்ரஹ்மயக்ஞம் இவைகளை முடித்துக்கொண்டு பிறகு ஸங்கல்பம் செய்யவும் (இரண்டு) நுனி தர்பையால் செய்யப்பட்ட பவித்ரத்தை பவித்திர விரலில் போட்டுக் கொண்டு கட்டப் பில்லுகளை மேற்படி விரலில் இடுக்கிக் கொண்டும் உட்காருமிடத்தில் 3 தர்பத்தை ஆஸனமாக போட்டுக் கொண்டு ஸங்கல்பம் செய்யவும்.

ஸூக்லாம்.....ஸாந்தயே . ஓம் பூ⁴:....பூ⁴ர்பூ⁴வஸ்ஸுவரோம் . மமோபாத்த
ஸமஸ்த து³ரிதக்ஷயத்³வாரா ஸ்ரீ பரமேஸ்வரப்ரீத்யர்த்²ம் ததே³வ
லக்³னம்ஸுதி³னம் ததே³வ தாராப³லம்சந்த்³ரப³லம் ததே³வ . வித்³யாப³லம்
தை³வப³லம் ததே³வ லக்ஷ்மீபதேரங்க்³ரியுக³ம்ஸ்மராமி . ஓம் அபவித்ர:
பவித்ரோ வா ஸர்வாவஸ்தா²ம்க³தோபிவா . யஸ்மரேத்
புண்ட்³ரீகாக்ஷம்ஸபா³ஹ்யாப்யந்தர: ஸூசி: மானஸம் வாசிகம் பாபம்
கர்மணா ஸமுபார்ஜிதம் . ஸ்ரீ ராமஸ்மரணேனைவ வ்யபோஹதி நஸம்ஸய:
ஸ்ரீராம ராமராம . திதி²ர்விஷ்ணு: ததா²வார: நக்ஷத்ரம் விஷ்ணுரேவச
யோக³ஸ்ச கரணஞ்சைவ ஸர்வம் விஷ்ணுமயம் ஜக³த் . ஸ்ரீகோ³விந்த்³
கோ³விந்த்³கோ³விந்த்³ . அத்³ய ஸ்ரீ ப⁴க³வத: ஆதி³விஷ்ணோ:
ஆதி³நாராயணஸ்ய அசிந்த்யயா அபரிமிதயா ஸக்த்யா ப்⁴ரியமாணஸ்ய
மஹாஜலௌக⁴ஸ்ய மத்⁴யே பரிப்⁴ரமதாம் அனேககோடி
ப்³ரஹ்மாண்டா³னாம் ஏகதமே அவ்யக்த மஹத் அஹங்கார
ப்ருதி²வ்யப்தேஜோவாய்வாகாஸாத்³யை: ஆவரணை: ஆவ்ருதே (அ)ஸ்மின்
மஹதி ப்³ரஹ்மாண்ட³கரண்ட³மண்ட³லே ஆதா⁴ர ஸக்தி கூர்ம அனந்தாதி³
அஷ்டதி³க்³கஜோபரி ப்ரதிஷ்டி²தஸ்ய உபரிதலே ஸத்யாதி³ லோகஷட்கஸ்ய
அதோ⁴பா⁴கே³ மஹானாலாயமான ப²ணிராஜ ஸேஷஸ்ய
ஸஹஸ்ரப²ணாமணி மண்ட³லமண்டி³தே லோகாலோக அசலேன
பரிவ்ருதே தி³க்த³ந்தி ஸுண்டா³த³ண்ட³ உத்தம்பி⁴தே லவண இக்ஷு ஸுரா
ஸர்பி த³தி⁴ து³க்த⁴ ஸுத்தா⁴ர்ணவை: பரிவ்ருதே ஜம்பூ ப்லக்ஷ குஸ
க்ரௌஞ்ச ஸாக ஸால்மலி புஷ்கராக்²ய ஸப்தத்³வீபதி³பிதே இந்த்³ர கஸேரு
தாம்ர புந்நாக³ க³ப⁴ஸ்தி ஸௌம்ய க³ந்த⁴ர்வ சாரண பா⁴ரதாதி³
நவக²ண்டா³த்மகே மஹாமேரு கி³ரி கர்ணிகா உபேதே மஹாஸர
உருஹாயமான பஞ்சாஸத்கோடி யோஜன விஸ்தீர்ண பூ⁴மண்ட³லே
ஸுமேரு நிஷத ஹேமகூட ஹிமாசல மால்யவத் பாரியாத்ரக க³ந்த⁴மாத்³ன
கைலாஸ விந்த்⁴யாசலாதி³ மஹாஸைல அதி⁴ஷ்டி²தே லவண ஸமுத்³ர
முத்³ரிதே பா⁴ரத கிம்புருஷ ஹரி இளாவ்ருத ரம்யக ஹிரண்மய குரு
ப⁴த்³ராஸ்வ கேதுமாலாக்²ய நவ வர்ஷ உபஸோபி⁴தே ஜம்பூத்³வீபே
பா⁴ரதவர்ஷே ப⁴ரதக²ண்டே³ மேரோ: த்³க்ஷிணேபார்ஸ்வே கர்மபூ⁴மௌ
ஸ்வாம்யவந்தி குருக்ஷேத்ராதி³ ஸம்பூ⁴மத்⁴யரேகா²யா: பூர்வதி³க்பா⁴கே³
விந்த்⁴யாசலஸ்ய த்³க்ஷிணதி³க்பா⁴கே³, த்³ண்ட³காரண்யே கோ³தா³வர்யா:
த்³க்ஷிணே தீரே ஸைலஜக³த்ஸ்ரஷ்டு: பரார்த்⁴த்³வய ஜீவின: ப்³ரஹ்மண:
ப்ரத²ம்பரார்தே⁴ பஞ்சாஸத³ப்தா³த்மகே அதீதே பஞ்சாஸத³ப்தா³தௌ³

ப்ரத²மேவர்ட்ஷே ப்ரத²மே மாஸே ப்ரத²மே பக்ஷே ப்ரத²மே தி³வஸே அஹ்னி
 த்³விதியே யாமே த்ருதியே மூஹூர்தே ஸ்வாயம்பு⁴வ ஸ்வாரோசிஷ உத்தம
 தாமஸ ரைவத சாக்ஷ ஷாக்²யேஷு ஷட்ஸு மனுஷு வ்யதீதேஷு ஸப்தமே
 வைவஸ்வத மன்வந்தரே அஷ்டாவிம்ஸதிதமே கலியுகே³ ஸாலிவாஹன
 ஸகாப்தே³ ப்ரப⁴வாதீ³னாம்ஷஷ்ட்யா: ஸம்வத்ஸராணாம்மத்⁴யே பராப⁴வ
 நாம ஸம்வத்ஸரே த்³க்ஷிணாயனே வர்ஷருதௌ ஸ்ராவண மாஸே ஸுக்ல
 பக்ஷே பெளர்ணமாஸ்யாம் ஸுப⁴திதௌ² கு³ருவாஸர யுக்தாயாம்
 ஸ்ரவிஷ்டா² நக்ஷத்ர யுக்தாயாம் ஸுப⁴யோக³ ஸுப⁴கரண யுக்தாயாம்
 ஏவங்கு³ண விசேஷண விஸிஷ்டாயாம் அஸ்யாம் பெளர்ணமாஸ்யாம்
 ஸுப⁴திதௌ² மமோபாத்த ஸமஸ்த து³ரித க்ஷயத்வாரா ஸ்ரீ பரமேஸ்வர
 ப்ரீத்யர்த²ம்அநாதி³ அவித்³யாவாஸனயா ப்ரவர்தமானே அஸ்மின் மஹதி
 ஸம்ஸாரசக்ரே விசித்ராபி⁴: கர்மக³திபி⁴: விசித்ராஸு யோநிஷு புன:புன:
 அனேகதா⁴ ஜனித்வா கேனாபி புண்யகர்ம விசேஷேண இதா³னீந்தன
 மானுஷ்யே த்³விஜ ஜன்ம விசேஷம்ப்ராப்தவத: மம இஹஜன்மனி
 பூர்வஜன்மனி ஜன்ம ஜன்மாந்தரேஷு ச பா³ல்யே வயஸி கௌமாரே
 யௌவனே வார்த⁴க்யே ச ஜாக்³ரத் ஸ்வப்ன ஸுஷுப்தி அவஸ்தா²ஸு
 மனோ வாக்காய கர்மேந்த்³ரிய ஜ்ஞானேந்த்³ரிய வ்யாபாரை:
 ஸம்பா⁴விதானாம் உபபாதகானாம் ஸங்கலீகரணானாம் மலினீகரணானாம்
 அபாத்ரீகரணானாம் ஜாதி ப்⁴ரம்ஸகராணாம் ப்ரகீர்ணகானாம் ஏவம்
 நவானாம் நவவிதா⁴னாம் ப்³ஹூனாம் ப்³ஹூவிதா⁴னாம் ஸர்வேஷாம்
 பாபானாம்ஸத்³ய: அபனோத்³னத்³வாரா ஸமஸ்த பாபக்ஷயார்த்²ம் ஸமஸ்த
 ஹரிஹர தே³வதா ஸந்நிதௌ⁴ தை³வப்³ராஹ்மண ஸந்நிதௌ⁴
 ஸ்ராவண்யாம் பெளர்ணமாஸ்யாம் அத்⁴யாயோபாகர்ம கர்மகரிஷ்யே
 தத்³ங்க³ம்மாத்⁴யாஹ்னிக ஸ்னானம்கரிஷ்யே .

ப்ரார்த்²னா -

அதிக்ரூர மஹாகாய கல்பாந்த த்³ஹனோபம .

பை⁴ரவாய நமஸ்துப்⁴யம்அனுஜ்ஞாம்தா³துமர்ஹஸி .

து³ர்போ⁴ஜன து³ராலாப து³ஷ்ப்ரதிக்³ரஹ ஸம்ப⁴வம் .

பாபம்ஹர மம க்ஷிப்ரம்ஸஹ்யகன்யே நமோஸ்துதே .

த்ரிராத்ரம்ஜாஹ்னவீதீரே பாஞ்சராத்ரந்து யாமுனே .

ஸத்³ய: புனாதி காவேரீ பாபம்ஆமரணந்திகம் .

க³ங்கா³ க³ங்கே³தி யோப்³ருயாத் யோஜனானாம்ஸதையி .

முச்யதே ஸர்வபாபேப்⁴யோ விஷ்ணுலோகம்ஸ க³ச்ச²தி .

யஜ்ஞோபவீத தா⁴ரண மந்த்ரம்

ஸூக்லாம்-- ஸாந்தயே மமோபாத்த ஸமஸ்த----- ப்ரீத்யர்த்²ம் ஸ்ரௌத ஸ்மார்த்த விஹித ஸதா³சார நித்யகர்ம அனுஷ்டான யோக்³யதா ஸித்³த⁴யர்த்²ம் ப்ரஹ்மதேஜோ அபி⁴வ்ருத்³த⁴யர்த்²ம் யஜ்ஞோபவீத தா⁴ரணம் கரிஷ்யே..

யஜ்ஞோபவீத தா⁴ரண மஹாமந்த்ரஸ்ய பரப்³ரஹ்ம ருஷி த்ரிஷ்டுப் ச்சந்த³: பரமாத்மா தே³வதா யஜ்ஞோபவீததா⁴ரணே விநியோக³: (நூதன யஜ்ஞோபவீத தா⁴ரண மந்த்ர:

யஜ்ஞோபவீதம் பரமம் பவித்ரம் ப்ரஜாபதே: யத் ஸஹஜம் புரஸ்தாத் ஆயுஷ்யம் அக்³ரியம் ப்ரதிமுஞ்ச ஸுப்⁴ரம் யஜ்ஞோபவீதம் ப³லம் அஸ்து தேஜ:

புதிய பூணூலை போட்டுக்கொள்ளவும் மேற்கொண்டு 2,3 பூணல் போட்டுக் கொள்பவர்கள் ஓம் என்று சொல்லிவிட்டு மேலே உள்ள பூரா மந்திரத்தையும் சொல்லி போட்டுக்கொள்ளவும்)

ஓம் பூ⁴: பு⁴வ: ஸுவ:

(ஜீர்ண யஜ்ஞோபவீத நிரஸன மந்த்ர:)

உபவீதம் பி⁴ன்னதந்தும் ஜீர்ணம் கஸ்மல தூ³ஷிதம் விஸ்ருஜாமி நஹி ப்ரஹ்ம வர்ச: தீ³ர்கா⁴யுரஸ்து மே..

(பழைய பூணூலைக் கழற்றிவிட்டு ஆசமனம் செய்யவும்).

ஆசம்ய.. ப்ரஹ்மசாரிணஸ்து மௌஞ்ஜீம் அஜினம்த³ண்ட³ம்ச மந்த்ரேண தா⁴ரயேரன் ..

காண்ட³ருஷி தர்பணம்

ஆசம்ய ஸூக்லாம்ப்³ரத⁴ரம்---ஸாந்தயே ஓம் பூ⁴:--- ஸுவரோம்

ஓம் அத்³ய பூர்வோக்த ஏவம்கு³ண விசேஷண விஸிஷ்டாயாம் அஸ்யாம் பெளர்ணமாஸ்யாம் ஸுப்⁴திதௌ² மமோபாத்த ஸமஸ்த து³ரிதக்ஷயத்³வாரா ஸ்ரீ பரமேஸ்வர ப்ரீத்த்யர்த்²ம் ஸ்ராவண்யாம் பெளர்ணமாஸ்யாம் அத்³த⁴யாயோபகர்மாங்க³ம் ப்ராஜாபத்யாதி³ காண்ட³ருஷி தர்பணம் கரிஷ்யே

(பூணூலை மாலையாக போட்டுக்கொண்டு கீழ்க்கண்ட 9 தர்ப்பணங்களை அக்ஷதையும் எள்ளும் சேர்த்துக்கொண்டு மூன்று தடவை உள்ளங்கை இடதுபக்கம் வழியாகச்செய்யவும்).

1. ப்ரஜாபதிம் காண்ட³ருஷிம் தர்பயாமி
2. ஸோமம் காண்ட³ருஷிம் தர்பயாமி
3. அக்³னிம் காண்ட³ருஷிம் தர்பயாமி

4. விஸ்வான் தே³வான் காண்ட³ருஷீன் தர்பயாமி
5. ஸாம்ஹிதீர் தே³வதா: உபநிஷத³: தர்பயாமி
6. யஜ்ஞிகீர் தே³வதா: உபநிஷத³: தர்பயாமி
7. வாருணீர் தே³வதா: உபநிஷத³: தர்பயாமி
8. ப்³ரஹ்மாணம் ஸ்வயம்பு⁴வம் தர்பயாமி
(தூக்கிய உள்ளங்கை கீழ்மத்தி வழியாக விடவும்)
9. ஸத³ஸஸ்பதிம் தர்பயாமி

உபவீதி ஆசமனம்

வேதா³ரம்ப⁴:

ஸூக்லாம்...ஸாந்தயே...ஓம்...பூ⁴:...பு⁴ர்பு⁴வஸுவரோம் அத்³ய பூர்வோக்த
ஏவங்கு³ண விசேஷண விஸிஷ்டாயாம் பௌர்ணமாஸ்யாம் ஸூப⁴திதௌ²
மமோபாத்த ஸமஸ்த து³ரிதக்ஷயத்³வாரா ஸ்ரீ பரமேஸ்வர ப்ரீத்யர்த²ம்
ஸ்ராவண்யாம் பௌர்ணமாஸ்யாம் அத்⁴யாயோபாகர்மாங்க³ம் வேத
அத்⁴யயனாரம்ப⁴ம் கரிஷ்யே (அபஉபஸ்ப்ருஸ்ய)

ஓம் ஸ்ரீ கு³ருப்⁴யோ நம: ஹரி ஓம்

க³ணானாந்த்வா க³ணபதிம்ஹவாமஹே கவிம்கவீனாம் உபமஸ்ரவஸ்தமம் .
ஜ்யேஷ்ட²ராஜம்ப்³ரஹ்மணாம்ப்³ரஹ்மணஸ்பதே ஆந: ஸ்ர்ருண்வன்நூதிபி⁴:
ஸீத³ஸாத³னம் .

ஹரி: ஓம்இஷேத்வா ஊர்ஜேத்வா வாயவஸ்த² உபாயவஸ்த² தே³வோ
வ:ஸவிதா ப்ரார்பயது ஸ்ரேஷ்ட²தமாய கர்மணே ஆப்யாயத்⁴வம் அக்⁴னியா:
தே³வபா⁴க³ம் ஊர்ஜஸ்வதீ: பயஸ்வதீ: ப்ரஜாவதீ: அனமீவா: அயக்ஷமா
மாவ: ஸ்தேன ஈஸத மாக⁴ஸம்''ஸோ ருத்³ரஸ்யஹேதி: பரிவோவ்ருணக்து
த்⁴ருவா: அஸ்மின் கோ³பதௌஸ்யாதப³ஹ்வீ: யஜமானஸ்ய பஸூன்பாஹி.

ஹரி: ஓம் . ஹரி: ஓம் ப்³ரஹ்ம ஸந்த⁴த்தம்தன்மே ஜின்வதம்ஹரி: ஓம் .

ப⁴த்³ரம்கர்ணேபி⁴: ஸ்ர்ருணுயாமதே³வா:த³தா⁴து ஹரி: ஓம்.

ஹரி: ஓம் ஸஞ்ஜ்ஞானம் விஜ்ஞானம் ப்ரஜ்ஞானம் ஜானத் அபி⁴ ஜானத்
ஸங்கல்பமானம் ப்ரகல்பமானம் உபகல்பமானம் உபக்லுப்தம் க்லுப்தம்
ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் ப்ரஸூக்³மந்தா தி⁴யஸானஸ்ய ஸக்ஷணி வரேபி⁴: வரான்
அபி⁴ஸூப்ரஸீத³த .

அஸ்மாகம்இந்த்³ர: உப⁴யம்ஜுஜோஷதி யத்ஸௌம்யஸ்ய அந்த⁴ஸ:
பு³போ³த⁴தி ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அக்³னிமீளே புரோஹிதம்யஜ்ஞஸ்ய தே³வம்ருத்விஜம் .
ஹோதாரம்ரத்ன தா⁴தமம் ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அக்³ன ஆயாஹி வீதயே க்³ருணான: ஹவ்யதா³தயே . நிஹோதா
ஸத்ஸி ப³ர்ஹிஷி ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் ஸன்நோ தே³வீ: அபி⁴ஷ்டயே ஆபோப⁴வந்து பீதயே ஸம்யோ:
அபி⁴ஸ்ரவந்துன: ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அதா²த: த்³ர்ஸபூர்ணமாஸௌ வ்யாக்²யாஸ்யாம: ப்ராத:
அக்³னிஹோத்ரம்ஹுத்வா அன்யம்

ஆஹவனீயம்ப்ரணீய அக்³னீன் அன்வாத்³தா⁴தி ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அத²கர்மாணி ஆசாராத்³யானி க்³ருஹ்ரந்தே . உத³க்யன
பூர்வபக்ஷாஹ: புண்யாஹேஷு கார்யாணி . யஜ்ஞோபவீதினா
ப்ரதக்ஷிணம்ஹரி: ஓம் . ஹரி: ஓம் அத²ஸிக்ஷாம்ப்ரவக்ஷ்யாமி ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அதா²த: ஸாமயாசாரிகான் த்⁴ர்மான் வ்யாக்²யாஸ்யாம: .

த்⁴ர்மஜ்ஞஸமய: ப்ரமாணம்வேதா³ஸ்ச சத்வாரோ வர்ணா: ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அத² வர்ணஸமாம்நாய: . அத² நவாதி³த: ஸமானாக்ஷராணி . த்³வே
த்³வே ஸவர்ணே ஹ்யஸ்வதீ³ர்கே⁴ . நப்லுதபூர்வன் . ஷோட³ஸாதி³த: ஸ்வரா:
. ஸேஷ: வ்யாஞ்ஜனானி ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அஇ²உண் . ருல்ருக் . ஏஓங் . ஐஒளச் . ஹயவரட் . லண் . ருமங்ணனம்
. ஜ²ப⁴ஞ் . க⁴ட⁴த⁴ஷ் . ஜவக³ ட³ த்³ஷ் . க² ப² ச² ட² த்² சடதவ் . கபய் . ஸஷஸர் .
ஹல்

இதி மாஹேஸ்வராணி ஸூத்ராணி அணாதி³ஸஞ்ஜ்ஞார்தா²னி .
வ்ருத்³தி⁴ராதை³ச் . அதே³ங்கு³ண: ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் கீ³ர்ணஸ்ரேய: . தே⁴னவ: ஸ்ரீ: . ருத்³ரஸ்து நம்ய: . ப⁴கோ³ஹி யாஜ்யா
.

த்⁴ன்யோயம்நாரீ . த்⁴னவான் புத்ர: ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அதா²த: ச்²ந்த்³ஸாம்விவ்ருத்திம்வ்யாக்²யாஸ்யாம: ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அதா²த: த்⁴ர்மஜிஜ்ஞாஸா ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் அதா²த: ப்³ரஹ்மஜிஜ்ஞாஸா ஹரி: ஓம் .

ஹரி: ஓம் ஆபீ⁴ர்கீ³ர்பி⁴: யத்³தோன ஊனம்ஆப்யாயய ஹரிவ: வர்த்⁴மான:

யதா³ ஸ்தோத்ருப⁴ய: மஹிகோ³த்ரா ருஜாஸி பூ⁴யிஷ்ட²பா⁴ஜ: அத⁴தேஸ்யாம
 . ப்³ராம்ஹ ப்ராவாதி³ஷ்ம தன்னோ மாஹாஸீத் . ஓம் ஸாந்தி ஸாந்தி: ஸாந்தி:
 . ஹரி: ஓம் .

கா³யத்ரீ ஜப ஸங்கல்ப:

ஆசம்ய, பவித்ரபாணி: ஸாக்லாம் ஸாந்தயே ப்ர் ஓம் பூ⁴: ஸுவரோம்
 மமோபாத்த ப்ரீத்யர்த²ம் ஸுபே⁴ ஸோப⁴னே முஹூர்தே
 ஆத்³யப்³ராஹ்ருண: த்³விதீய பரார்தே⁴ ஸ்வேத வராஹ கல்பே வைவஸ்வத
 மன்வந்தரே அஷ்டாவிம்ஸதிதமே கலியுகே³ ப்ரத²மே பாதே³ ஜம்பூ³த்³வீபே
 பா⁴ரத வர்ஷே ப்⁴ரதக்²ண்டே³ மேரோ: த்³க்ஷிணே பார்ஸ்வே ஸகாப்³தே³
 அஸ்மின் வர்தமானே வ்யாவஹாரிகே ப்ரப⁴வாதி³ ஷஷ்டி
 ஸம்வத்ஸராணாம்மத்⁴யே பராப⁴வ நாம ஸம்வத்ஸரே த்³க்ஷிணாயனே
 வர்ஷருதௌ ஸிம்ஹ மாஸே க்ருஷ்ண பக்ஷே ப்ரத²மாயாம் ஸுப⁴திதௌ²
 ப்⁴ருகு³வாஸர யுக்தாயாம் ஸதபி⁴ஷக் நக்ஷத்ர யுக்தாயாம் ஸுப⁴யோக³
 ஸுப⁴கரண யுக்தாயாம் ஏவங்கு³ண விசேஷண விஸிஷ்டாயாம் அஸ்யாம்
 ப்ரத²மாயாம் ஸுப⁴திதௌ² மித்²யாதீ⁴த ப்ராயஸ்சித்தார்த²ம் தோ³ஷவத்ஸு
 அபதனீய ப்ரயாஸ்சித்தார்த²ம் ஸம்வத்ஸர ப்ராயஸ்சித்தார்த²ஞ்ச
 அஷ்டோத்தர ஸஹஸ்ர ஸங்க்²யயா கா³யத்ரீ மஹாமந்த்ரஜபம் கரிஷ்யே .

(பிறகு ப்ரணவஸ்ய முதல் ஆயாத்விதி.....ஸவிதா தேவதா முடிய செய்து 1008 தடவை காயத்ரீயை
 ஜபித்து ப்ராணாயாமம், உபஸ்தானம் செய்யவும்) பவித்ரத்தை பிரித்துவிட்டு ஆசமனம் செய்யவும்.