సంక్షిప్త గాయత్రీ హవన - విధి

సంపాదకులు :

బ్రహ్మవర్చస్

ప్రకాశకులు :
యుగ నిర్మాణ యోజనా
మధుర (ఉత్తర ప్రదేశ్)

Samkshiptha Gayathri Havanavidhi

కాపీలు :
మొదటి ముద్రణ :

© ప్రకాశకులవి

మూల్యము రూ. 10/

కాపీలు ప్రాప్తిస్థానము: గాయత్రి చేతన మరియు ధ్యానకేంద్రము
అశ్వనిహౌస్‌దగ్గర, మూసాపేట,
హైదరాబాద్--500018
ఫోన్:040-23700722, 32986922,
09392506888

ముద్రణాలయము: శ్రీదత్తసాయి గ్రాఫిక్స్,
హైదరాబాద్

:

ముందుమాట

గాయత్రి భారతీయ సంస్కృతికి తల్లి. యజ్ఞం భారతీయ ధర్మానికి తండ్రి. ఈ రెండింటి కలయికయే భారతీయ తత్వజ్ఞాన సమగ్ర స్వరూపము. వివేకమునకు, బుద్ధికి ప్రతినిధి అయిన గాయత్రి సద్భావనలకు, ఉన్నతమైన ఆలోచనలకు ప్రేరణనిస్తూ ఉంటుంది. యజ్ఞము ఆత్మ సంయమనాన్ని, ఉదార వ్యవహారాన్నీ ప్రేరేపిస్తూ ఉంటుంది. దీని ద్వారా సత్ప్రవృత్తులు, కర్తృత్వభావన వృద్ధిచెందుతాయి. ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే ఆంతరంగిక, బాహ్య జీవితాలను యజ్ఞపరంపరకు అనుకూలంగా మలచి ఉంచేదే గాయత్రీ యజ్ఞం. యజ్ఞంలో జరిగే కర్మకాండ ద్వారా జన మానసాన్ని మానవత్వం వైపు మళ్లించడానికి సహాయం లభిస్తుంది. భవిష్యత్తులో యజ్ఞ కార్యాన్ని విస్తరింపచేసినట్లైతే నవనిర్మాణానికి మార్గం సులభమౌతుంది.

గాయత్రీ యజ్ఞ పరంపరను ఇంకా ముందుకు తీసికొని పోవాలన్నా, లోకప్రియంగా మలచాలన్నా యజ్ఞంలోని కర్మకాండను సంక్షిప్తం చేసి విధి విధానాల యొక్క వివరణకు ఎక్కువ సమయం కేటాయించి సామాన్యులకు కూడా అవగాహన చేయిస్తే లోక శిక్షణ యొక్క ఉద్దేశ్యం పూర్తి అవుతుంది.

ఈ సంక్షిప్తీకరణ వలన తక్కువ సమయంలో గాయత్రీ యజ్ఞాన్ని పూర్తి చేయగలుగుతాము. మహిళా జాగరణ సాప్తాహిక సత్సంగాలలోనూ, యుగ నిర్మాణ శాఖలలోని సాప్తాహిక సత్సంగాలలోనూ సంక్షిప్త హవనక్రమమే సాధ్యమవుతుంది. యుగ నిర్మాణ శాఖలలో జరిగే సాప్తాహిక గోష్ఠులలో (సత్సంగాలలో) కూడా సంక్షిప్త హవనాన్ని నిర్వర్తించి చైతన్యాన్ని తీసికొని రావచ్చు. ఈ హవన ప్రక్రియ ద్వారా గోష్ఠులలో హవనం తరువాత మిగిలిన సమయాన్ని లోక శిక్షణ నిమిత్తం మరిన్ని ప్రవచనాత్మక కార్యాలకై వినియోగపరచవచ్చు.

శుభకార్యములు జరుపుకునే సమయంలో ప్రజలు గాయత్రీ యజ్ఞాన్ని చేసుకోవాలని కోరుకుంటారు కాని అధిక సమయాన్ని వెచ్చించలేక యజ్ఞ ప్రయత్నం మానుకుంటారు. అటువంటి పరిస్థితులలో ఈ సంక్షిప్తీకరణ అనుకూలంగా ఉంటుందని ఆశ. వ్యాఖ్యానానికి, నిర్వహణకి, వ్యవస్థకీ సంబంధించిన వివరాలు ఈ పుస్తకం ద్వారా పొందవచ్చని ఆశిస్తున్నాము.

- బ్రహ్మవర్చస్

Sandepani Ashrama, Ujjain

భూమిక -Basis-Sriram gotra

Janaka uplifted rishis blood kalash to get Sita

గాయత్రి యజ్ఞం - ఉపయోగాలు, ఆవశ్యకత

Sacrifice(tyaaga)

భారతీయ సంస్కృతికి జన్మస్థానము జ్ఞాన గంగోత్రియైన గాయత్రి. భారతీయ ధర్మమునకు యజ్ఞము పిత. గాయత్రి సద్విచారమునకు, యజ్ఞము సత్కర్మకు ప్రతీకలు. ఈ రెండింటి సమ్మిళిత స్వరూపము గాయత్రీ యజ్ఞము. గాయత్రి సద్భావనలను, సత్ప్రవృత్తులను పెంపుచేసి మానవజాతి కళ్యాణముతోపాటు విశ్వశాంతిని కలుగచేస్తుంది.

యజ్ఞ శబ్దానికి అర్థాలు మూడు. 1. దేవపూజ, 2. దానము, 3. సంగతనము. యజ్ఞము యొక్క ప్రముఖ ఉద్దేశ్యము ధార్మిక ప్రవృత్తి గల జనులను సత్ప్రయోజనాల కోసం సంగఠిత పరచడం. ప్రస్తుత యుగానికి సంఘశక్తి అత్యంతావశ్యకం. పరాజితులైన దేవతలు తిరిగి విజయాన్ని సాధించడం కోసం ప్రజాపతి విడివిడిగా ఉన్న దైవీశక్తులను ఏకీకృతం చేశాడు. సంఘశక్తి రూపమున దుర్గను అవతరింప చేశాడు. దానితో దేవతల దశ మారిపోయింది. అవలీలగా విజయాన్ని సాధించారు. మానవ జాతి సమస్యలు తీరాలన్నా సామూహిక శక్తే కావాలి. ఏకాకులు, తమ గురించే ఆలోచించే వారు, ఒంటరి వ్యక్తులను దుర్బలురు మరియు స్వార్థపరులు అంటారు. నిజానికి గాయత్రి యజ్ఞం యొక్క లాభము సార్వజనికమైనది, జన సహయోగముతోనే సాధించదగినది.

యజ్ఞం అంటే త్యాగం, బలిదానం అని చెప్పవచ్చు. మనకు అత్యంత ప్రియమైన తినుబండారాలను, ఖరీదైన పుష్టికరమైన సుగంధ ద్రవ్యాలను అగ్నిలో వేస్తాము. వాటిని వాయువు, అగ్నిదేవత ద్వార విశ్వకళ్యాణం కొరకు ప్రకృతిలో పంచిపెట్టడం జరుగుతుంది. వాతావరణ కాలుష్యం నివారింపబడుతుంది. ఆ వాయువును పీల్చడం వలన అందరికీ ఆరోగ్యం కుదుటపడుతుంది. హవనం చేయబడిన పౌష్టిక పదార్థాలు వాయువులో కలసిపోతాయి. అటువంటి వాయువు అందరికీ ఆరోగ్యాన్ని ప్రసాదిస్తుంది. యజ్ఞసమయంలో ఉచ్చరింపబడే వేదమంత్రాల పవిత్ర ధ్వని తరంగాలు ఆకాశమంతటా వ్యాపిస్తాయి. వాటిద్వారా ప్రజల అంతరంగాలు సాత్విక భావాలతో నిండిపోతాయి. ఈ విధంగా తక్కువ ఖర్చు, ప్రయత్నంతో యజ్ఞకర్తలు విశ్వానికంతటికీ సేవ చేయగలరు.

వ్యక్తిగత ఉన్నతి కావాలన్నా, సామాజిక ప్రగతి కావాలన్నా త్యాగము, పరోపకారం, సహకారం అనే సత్ప్రవృత్తుల మీదనే ఆధారపడి ఉంటుంది. తన రక్త మాంసాలలో ఒక భాగాన్ని శిశువు నిర్మాణానికి ఇచ్చి, భయంకరమైన ప్రసవవేదనను సహించి, జన్మనిచ్చిన బిడ్డకు రక్తాన్నే పాలధారలుగా మార్చి తల్లి స్తన్యము కుడపకపోయినట్లైతే సృష్టిక్రమమే ఉండదు కదా! అందువల్లనే మానవ జన్మ అనేది యజ్ఞ భావన ద్వారా, యజ్ఞకర్మము ద్వారా మాత్రమే సంభవమని చెప్పబడింది. ఇదే విషయాన్ని గీతాకారుడు చక్కగా స్పష్టం చేశాడు. "ప్రజాపతి యజ్ఞాన్ని, మానవుని కవల పిల్లలుగా పుట్టించాడు. 'యజ్ఞంతోనే మానవుడు, మానవుని ద్వారానే యజ్ఞం' అన్నట్లు చక్కని వ్యవస్థను కలుగచేశాడు".

ఒకవేళ మానవుడు యజ్ఞ భావనను విడిచిపెట్టినట్లైతే దుర్బల శరీరంతో తనదైన అస్తిత్వాన్ని కోల్పోయి పశువులతో పోటీపడేవాడు. యజ్ఞభావనే మనిషి యొక్క ప్రగతికి మూలకారణము. ఇక ముందు సాధించబోయే ప్రగతికి కూడా ఆధారం ఈ యజ్ఞభావమే.

ప్రకృతి యజ్ఞపరంపరకు ప్రతిరూపం. సముద్రం ఉదార భావంతో మేఘాలకు నీటిని సరఫరా చేస్తుంది. మేఘాలు వాటిని మోసుకొనిపోయి అక్కడక్కడ వర్షించే బాధ్యతను నిర్వహిస్తాయి. నదులు, కాలువలు ప్రవహించుకుంటూ వచ్చి భూమిని తడిపి, ప్రాణికోటికి దప్పికను తీరుస్తాయి. వృక్షాలు, మూలికల మొక్కలు తమ తమ శక్తియుక్తులన్నింటినీ ఇతరులకోసమే వినియోగిస్తాయి. పువ్వులు, పండ్లు కూడా ఇతరుల కోసమే జీవిస్తాయి. సూర్యుడు, చంద్రుడు, నక్షత్రాలు, వాయువు మొదలైనవన్నీ సొంత లాభం కోసం కాదు, పరుల కోసమే క్రియాశీలంగా ఉన్నాయి. శరీరంలోని అవయవాలన్నీ కూడా సొంతం కోసం శ్రమపడకుండా పూర్తి శరీరానికే మేలును కలిగిస్తున్నాయి. ఈ విధంగా ఆ పరాత్పరుని సృష్టిలో ఏ చిన్నదానిని పరిశీలించినా కూడా అది యజ్ఞమయమే. ఈ యజ్ఞభావనను ప్రక్కకు పెట్టినట్లైతే అందమైన ఈ సృష్టిసర్వం కురూపిగానూ, ప్రగతి వినాశనంగానూ మారుతుంది. అందుకే ఋషులన్నారు, "ఈ సంసార చక్రానికి యజ్ఞమే ఇరుసుగా పనిచేస్తుంది. ఇరుసు విరిగిన బండి ముందుకు పోజాలదు కదా!"

science of sacrifice

యజ్ఞ విజ్ఞానం

మంత్రాలలో అనేక శక్తుల ప్రవాహం ఇమిడి ఉంటుంది. స్వర సమ్మేళనం ద్వారా అనేక రాగాలు పుట్టుకొచ్చినట్లు మంత్రోచ్చారణ మరియు విశిష్ట ధ్వని తరంగాలు విశ్వవ్యాపకమైన ప్రకృతిని, సూక్ష్మ జగతిని మరియు ప్రాణుల స్థూల సూక్ష్మ శరీరాలన్నింటిని ప్రభావితం చేస్తాయి.

యజ్ఞం ద్వారా పైకి లేచిన ధూమం వాయుమండలములో వ్యాపిస్తుంది. హానికారకమైన అనేక సూక్ష్మక్రిములను నశింపచేస్తుంది. ఈ క్రియ ముందు డి.డి.టి, ఫినాయిలు మొదలైనవన్నీ దిగదుడుపే. యజ్ఞం ద్వారా సామాన్య వ్యాధులనే కాకుండా మహమ్మారిని సైతం దూరం చెయ్యవచ్చు. మందుల ద్వారా కొంతమందిని, కొన్నిచోట్ల మాత్రమే బాగుచేయగలం. కాని యజ్ఞ ధూమం సర్వత్రా వ్యాపించడం వల్ల ప్రయత్నం చేయని అనేక ప్రాణులను కూడా సంరక్షిస్తుంది. కేవలం మానవులనే కాదు పశువులను, పక్షులను, వృక్షజాతిని, సమస్త ప్రాణికోటికీ యజ్ఞం ఆరోగ్యంతో రక్షణనిస్తుంది.

యజ్ఞం నుండి వెలువడిన వేడిమి మానవుని అంతరంగంలో దైవత్వాన్ని ముద్రిస్తుంది. యజ్ఞాలు జరిగిన ప్రదేశము సంస్కారవంతమై, అందులో అడుగుపెట్టిన ప్రతి ఒక్కరిపై చిరకాలం వరకు ప్రభావం చూపుతూండేది. పూర్వకాలంలో ఎక్కువగా యజ్ఞాలు జరిగే స్థలాలనే తీర్థస్థలాలుగా నిర్ణయించేవారు. మహిళలు, చిన్నపిల్లలు, గర్భిణులు ఎవరైనా సరే యజ్ఞస్థలాన్ని దర్శించి, స్పృశించి పునీతులయ్యేవారు. తల్లితోపాటు గర్భంలో ఉన్న బిడ్డ కూడా సంస్కారాన్ని పొందేది. వారు సుసంస్కారయుతులు అగుటకు యజ్ఞీయ వాతావరణము ఎంతగానో తోడ్పడుతుంది.

దుర్బుద్ధి, దుర్విచారము, మరియు దుర్గుణాలతో నిండి ఉన్న హృదయాలు కూడా యజ్ఞంతో సంస్కరింపబడతాయి. అందుకే యజ్ఞాన్ని "పాపనాశిని" అన్నారు. యజ్ఞంవలన సంస్కరించబడిన హృదయాల వల్ల జీవితం ప్రతిక్షణం స్వర్గసౌఖ్యాన్ని అందిస్తుంది. అందువల్లనే యజ్ఞాన్ని స్వర్గాన్ని ప్రసాదించేదిగా చెప్తారు.

యజ్ఞంలో ఉన్న ధర్మ ప్రక్రియ పాల్గొన్న వారి ఆత్మను ఆవరించి ఉన్న మాలిన్యాలన్నిటిని దూరముచేస్తుంది. దాని వలన త్వరితగతిలో ఈశ్వరీయ ప్రకాశం మేల్కొంటుంది. యజ్ఞము వలన ఆత్మలో బ్రాహ్మణ తత్వం, ఋషి

తత్వం మేల్కొని దినదినాభివృద్ధి చెందుతాయి తద్వార ఆత్మ పరమాత్మలో లీనమైపోయే పరమలక్ష్యం సులభంగా నెరవేరుతుంది. రెండు ఇనుప ముక్కలను అతికించాలంటే అగ్ని అవసరమౌతుంది, అలాగే ఆత్మ పరమాత్మలను కలపాలంటే యజ్ఞాగ్ని కావాలి. యజ్ఞం వల్లనే బ్రాహ్మణత్వం లభిస్తుంది. బ్రాహ్మణత్వం పొందాలంటే జీవితంలోని మూడవవంతు సమయమును యజ్ఞకర్మకి అర్పితం చేయాలి. మనుషుల అంతఃకరణాలలో అంత్యజ వృత్తి నశించి, బ్రాహ్మణత్వము పాతుకుపోవాలంటే వాతావరణము యజ్ఞమయము కావలసి ఉన్నది.

విధిపూర్వకంగా యజ్ఞం చేసినట్లైతే మానసిక దుర్గుణాలు, దోషాలు నశించి, సద్భావనలు వృద్ధిపొందుతాయి. అంతఃశత్రువులైన కామ, క్రోధ, లోభ, మోహ, మద, మత్సరములు, ఈర్ష్యా ద్వేషములు, పిరికితనము, కాముకత్వము, సోమరితనము, ఆవేశము, సంశయము మొదలగు మానసిక ఉద్వేగముల చికిత్సకి యజ్ఞమొక విశ్వసనీయమైన పద్ధతి. శరీరంలోని అసాధ్యమైన రోగాలు కూడా యజ్ఞం వలన దూరమౌతాయి.

అగ్నిహోత్రం వలన భౌతిక లాభాలు కూడా కలుగుతాయి. మనం వాయువును మలమూత్రాల ద్వారా, పరిశ్రమలలోని విషపదార్థాల ద్వారా కలుషితం చేస్తూ ఉంటాం. కలుషిత వాయువు వలన రోగాలు విస్తరిస్తాయి. వాయువుని ఎంత కలుషితం చేస్తామో అంతే పరిశుభ్రం చేయాల్సిన బాధ్యత మనకుంది. యజ్ఞాల ద్వారా వాతావరణ కాలుష్యం నివారింపబడుతుంది. ఈ విధంగా 'సార్వజనిక స్వస్థత' అనే ప్రయోజనం నెరవేరుతుంది.

యజ్ఞధూమం ఆకాశంలో వ్యాపించి ఎరువు రూపంలో మేఘాలతో కలిసిపోతుంది. ఆ ఎరువు వర్షపు నీటితో కలసి భూమి మీదకు చేరుకుంటుంది. అటువంటి నీటి వలన పంటలు పుష్కలంగా పండుతాయి. వృక్షాలు, వనమూలికల మొక్కలకు పుష్టి చేకూరుతుంది. మంత్రోచ్చారణ ద్వారా వెలువడిన ధ్వని యజ్ఞాగ్నితో కలిసి చాలా దూరం వరకు వ్యాపించిపోతుంది. ఆ ధ్వని తరంగాలు మానవుని మానసిక సమస్యలను పరిష్కరిస్తాయి. ఈ రకంగా యజ్ఞం శారీరిక, మానసిక చికిత్సలకు ఉపయోగపడుతుంది.

అనేక ప్రయోజనాల కొరకై, అనేకమైన పద్ధతులతో అనేక రకాల యజ్ఞాలు చేస్తూ ఉంటాము. దశరథుడు పుత్రకామేష్టి చేసి నలుగురు పుత్రరత్నాలను పొందాడు. అగ్నిపురాణంలోను, ఉపనిషత్తులలోను వర్ణించబడిన పంచాగ్ని విద్యయందు దీని

రహస్యం విస్తారంగా చెప్పబడింది. విశ్వామిత్రుడు మొదలైన ఋషులు ప్రాచీన కాలంలో రాక్షసుల ఆగడాలను నివారించేందుకై పెద్ద పెద్ద యజ్ఞాలు చేశారు. అటువంటి ఒక యజ్ఞాన్ని రక్షించేందుకు రామలక్ష్మణులను వెంటబెట్టుకు వచ్చాడు. లంకా యుద్ధం ముగిసిన తర్వాత శ్రీరాముడు 10 అశ్వమేధ యజ్ఞాలను చేశాడు. మహాభారతంలో కృష్ణుడు కూడా పాండవులచేత మహాయజ్ఞాన్ని నిర్వహింపచేశాడు. వాటి ఉద్దేశ్యము యుద్ధ జనిత వాతావరణములోని అసురతను నివారించడం. ఆకాశంలో ఆసురీ వాతావరణం వ్యాపించినపుడు, యజ్ఞ ఉపచారానికి మించిన సమాధానము లేదు. రెండు ప్రపంచ యుద్ధాలు జరిగినందువల్ల జనంలో స్వార్థం పెరగడం వల్ల వాతావరణంలో మళ్ళీ అటువంటి విక్షోభం ఉత్పన్నమైనది. నేటి పరిస్థితికి పరిష్కారంగా యజ్ఞ ప్రక్రియను పునర్జీవితము చేయవలసిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది.

Invocation of sacrifice

యజ్ఞీయ ప్రేరణలు

యజ్ఞ ప్రక్రియ వెనుక ప్రాపంచిక, లౌకిక, సుఖ సమృద్ధులను పొందడానికి కావలసిన విజ్ఞాన సమ్మత పరంపర సన్నిహితమై ఉన్నది. అందులోనే దైవీ శక్తుల ఆవాహన, పూజనముల మంగళమయ సమావేశమున్నది. లోకశిక్షణకై ప్రచురణలు సిద్ధంగా ఉన్నాయి. చిన్న పిల్లలకు రంగు రంగుల పూసలు కూర్చిన పలకలతో గణితం నేర్పించిన విధంగా యజ్ఞప్రక్రియ ద్వారా మన జీవన నీతి యజ్ఞభావంతోనే ముడివడి ఉండాలి అన్న సత్యాన్ని ప్రజలకు బహుసుందరంగా బోధించడం జరుగుతోంది. యజ్ఞాలు చేస్తూ, పరమార్ధ పరాయణులవుతూ, జీవితాన్ని యజ్ఞ పరంపరలోకి మరల్చుకోవచ్చు. మన జీవితము యజ్ఞముతో సమానమైన పవిత్రత, ప్రఖరత, ప్రకాశముతో నిండి ఉండాలి. గంగాస్నానం చేసినప్పుడు పవిత్రత, శాంతి, శీతలత, ఆర్ద్రత హృదయంగము అగుటకు ప్రేరణ కలిగినట్లే యజ్ఞం వలన తేజము, ప్రఖరత, పరమార్థ పరాయణత, ఉత్కృష్టత పెంచడానికి ప్రశిక్షణ లభిస్తుంది. యజ్ఞప్రక్రియ జీవిత యజ్ఞానికి రిహార్సల్ వంటిది. మనకు లభ్యమయ్యే ఖరీదైన వస్తువులు నెయ్యి, చక్కర, ఓషధులు, బాదాం వంటి ఎండిన ఫలాలు మొదలైన వాటిని పరమార్థం కొరకే హవనం చెయ్యాలి. అదేవిధంగా మన ప్రతిభ, విద్య, బుద్ధి, సమర్థత మొదలైన వాటిని లోక కల్యాణానికే వినియోగించాలి. ఈ పద్ధతిని అనుసరించినవారు కేవలం సమాజ కల్యాణానికేకాక తమ జీవితాలను కూడ ధన్యం చేసుకుంటారు. ప్రపంచంలో ఎంతోమంది మహాపురుషులు ఈ

విధంగానే దైవత్వాన్ని సంతరించుకున్నారు. ఉదారత, త్యాగము, సేవ, పరోపకారం అలవరచుకున్న వారు మాత్రమే జీవితాన్ని సార్థకం చేసుకుని శ్రేయస్సును ఆనందమును పొందగలుగుతారు.

ఋగ్వేదంలో యజ్ఞాగ్నిని 'పురోహితుడు' అని చెప్పారు. ఆయన చెప్పిన మార్గంలోనడుచుకుంటే ఇహపరాలను రెండింటినీ జయించవచ్చును. యజ్ఞపురోహితుడు నేర్పిన సూత్రాలు ఇవి.

1. మనం అతి విలువైన పదార్థాలను అగ్నిలో హవనం చేస్తాం. అగ్నివాటిని దాచి ఉంచుకోదు. అనేకమందికి ఉపయోగించడం కోసం వాయుమండలమంతా వ్యాపింపచేస్తుంది. భగవంతుడు ప్రసాదించిన శక్తులనన్నింటిని ఏ విధంగా సమాజం కొరకే వినియోగించాలో యజ్ఞపురోహితుడు తన ఆచరణ ద్వారా నేర్పుతున్నాడు. మనకున్న విద్యను, సంపదను, ప్రతిభ మొదలైన విభూతులను మనకొరకు కొద్దిగానూ, లోకకళ్యాణానికై ఎక్కువగానూ వినియోగించాలి.
2. అగ్నిలో ఏ పదార్థాన్ని వేసినా అగ్ని దానిని తిరస్కరించదు. ఆప్యాయతగా తనలో లీనం చేసికుంటుంది. అదే విధంగా వెనుక పడిన వ్యక్తి లేక తక్కువస్థాయి వ్యక్తి మన దగ్గరకు వస్తే ఆతనిని కూడ మనతో సమానంగా మార్చగలిగే ఆదర్శాన్ని పెంపొందించుకోవాలి.
3. అగ్ని జ్వాల ఎంత కష్టం వచ్చినప్పటికీ క్రిందికి చూడదు. ఊర్ధ్వముఖంగానే సాగిపోతుంది. అదే విధంగా మనం కూడా ఎన్ని బాధలు కలిగినా, ఎన్ని ప్రలోభాలు ఎదురైనా మన ఆలోచనలను, పనులను హీనస్థితికి దిగజార్చకూడదు. విషమ పరిస్థితులలోనూ మన సంకల్పాన్ని, మనోబలాన్ని కోల్పోకుండా అగ్ని శిఖ లాగా ఉన్నతికి ఎదగాలి.
4. అగ్ని నిలిచి ఉన్నంత కాలం వేడిమిని, ప్రకాశాన్ని కోల్పోదు. అదే విధంగా మనం కూడా మన ప్రవర్తనలోని చురుకుదనాన్ని, ధర్మపరాయణత అనే ప్రకాశాన్ని విడిచి పెట్టకూడదు. కర్తవ్య నిష్ఠను పురుషార్థాన్నీ జీవితాంతం విడవకూడదు.
5. యజ్ఞాగ్ని భస్మాన్ని లలాటం మీద ధరించే సమయంలో మనం ఈ విధంగా భావించాలి. "మానవ జీవితం కూడా అంతమైన తరువాత పిడికెడు భస్మంగా మారిపోక తప్పదు. అందువలన మరణాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని

జీవితాన్ని సదుపయోగం చేసుకోవాలి."

మన దగ్గరున్న కొద్దిపాటి వస్తువులను హవనం చేసి, సూక్ష్మ వాయు రూపాన్నిస్తున్నాము. జడ, చేతన, ప్రాణికోటికే కాక తనవారు - పరాయివారు, మిత్రులు - శత్రువులు అన్న భేదం లేకుండా అందరికీ శ్వాసరూపంలో గుప్తదానం జరుగుతోంది. ఎవరు దానం చేస్తున్నారో కూడా తెలియకుండా అన్ని ప్రాణులు పౌష్టిక తత్వాలను, శ్రేష్ఠమైన బ్రహ్మభోజనాన్ని ప్రతిఫలంగా పొందుతున్నాయి. ఒక్క మాటలో చెప్పాలంటే తక్కువ ఖర్చుతో ఎక్కువ ఫలితాన్ని పొందుతున్నాం.

యజ్ఞం సామూహికతకు ప్రతీక. ఇతర ఉపాసనలు, ధర్మకార్యములు ఒంటరిగానే చేసుకోవచ్చు, చేయించవచ్చు. కాని యజ్ఞం సామూహికంగా చేసుకునే కార్యం. దీనికి అనేక మంది సహకారం అవసరం. యజ్ఞ కార్యము వల్ల సామూహికత, సహకారత, ఐక్యత లాంటి భావనలు వికసిస్తాయి.

ప్రతి ఒక్క శుభకార్యంలోను, ప్రతి ఒక్క పండుగలోను యజ్ఞం చేయాలి. యజ్ఞం భారతీయ సంస్కృతికి తండ్రి. యజ్ఞం భారతదేశంలో ప్రాచీన కాలంనుండి గౌరవింపబడుతున్న వైదిక ఉపాసన. ధార్మిక ఐక్యత, భావనాత్మక ఐక్యత కలుగడానికి సర్వసామాన్య సాధన యొక్క ఆశ్రయము చేసుకోవడం ఎంతో దూరదృష్టితో కూడిన విషయము.

గాయత్రి సద్బుద్ధినిచ్చే దేవత. సత్కార్యాలను చేయించే తండ్రి యజ్ఞమైతే సద్భావాలను, సత్ప్రవృత్తులను కలిగించే తల్లి గాయత్రి. వీరిరువురు ఏ కోణం నుండి చూచినా సమర్థవంతంగా విజాయాలను ప్రసాదిస్తారు. గాయత్రీ యజ్ఞం చేసే విధానం చాలా సులభం. అందరికీ ఆకర్షణీయంగానూ, ఆసక్తికరంగానూ ఉంటుంది. దుర్జనుల మనసుల్లో పరివర్తన తేవడానికి గాయత్రీ మహామంత్రం అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది.

ధర్మప్రయోజనాలను సాధించడం కోసం గ్రామాల్లో, నగరాలలో, ఇతర క్షేత్రాల్లో జన సమీకరణ చేయాలంటే యజ్ఞాల అవసరం ఎంతైనా ఉంది. అయితే యజ్ఞాలు సక్రమంగా విధివిధానం తప్పకుండా చెయ్యాలి. అపక్రమంగా చేసినట్లైతే యజ్ఞం ద్వారా రావాల్సిన శక్తితో పాటు ధనం కూడా వ్యర్థమైపోతుంది. అందువల్ల శ్రద్ధగా, తెలివిగా నర్వహించాలి. అప్పుడే అందరి చేత ఆకర్షించబడుతుంది.

అన్ని కర్మకాండలయందును, ధర్మానుష్ఠానములయందును, సంస్కార పర్వములందును యజ్ఞం తప్పనిసరి. విధివిధానాలు మరియు ప్రయోజనము

యొక్క అవగాహన వల్ల ఆ ధర్మానుష్ఠానాల ఉద్దేశ్యం చాలావరకు నెరవేరుతుంది.

విశ్వకల్యాణాన్ని, జనజాగరణను, వాతావరణ కాలుష్యాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకుని యజ్ఞం తప్పక చేయాల్సి ఉంటుంది. సంస్కారాలు మరియు పండుగలలో కూడా యజ్ఞము ప్రధాన పాత్ర వహిస్తుంది. ప్రతి భారతీయ ధర్మానుయాయి కూడా యజ్ఞప్రక్రియతో పరిచితుడై ఉండాలి. దీని యొక్క వర్ణన క్రింద ఇవ్వబడినది.

యజ్ఞానికి కావలసిన సామగ్రి
(ఒక కుండీయ యజ్ఞానికి)

1. ధాతు పాత్రలు :

1.	హవన సామగ్రి కొరకు చిన్న పళ్లాలు	-	8
2.	నేతికొరకు పెద్ద కప్పు	-	1
3.	చిన్న కప్పు	-	1
4.	నీటి కలశం మూతతో సహా	-	1
5.	దీపారాధన కుంది పూజ కొరకు	-	1
6.	హారతి కోసం ప్రమిద	-	1
7.	పంచపాత్రలు	-	9
8.	చెంచాలు	-	9
9.	హవన సామగ్రిపెట్టుకోవడానికి బక్కెట్టు	-	1
10.	నేతిగిన్నె, పూజాసామగ్రి పెట్టుకోవడానికి పళ్లాలు	-	2
11.	పూజాసామగ్రి పెట్టుకోవడానికి చిన్నపళ్లెం	-	1
12.	అగరుబత్తీలు గుచ్చే స్టాండ్	-	1
13.	నీటి చెంబు	-	1

2. హారతికి సామాను :

1. శంఖము 2. గంట 3. కంచువాయిద్యము 4. గజ్జెలుగల వాద్యవిశేషం.

3. ఇతరములు :

1. రంగువేయబడిన, పెద్దదైన మట్టి కలశం, 2. రవికగుడ్డచుట్టిన కొబ్బరి కాయ, 3. కలశం క్రిందవేయడానికి చదరపు బట్ట, 4. కలశం పెట్టడానికి మామిడి

ఆకులు, 5. కలశపు కంఠానికి చుట్టడానికి తోరపుదారం లేక పూలమాల. 6. విసనకర్ర 7. అగ్గిపెట్టె.

4. కొయ్యపాత్రలు :

1. ప్రణీత, 2. ప్రోక్షణి, 3. స్రువా 4. స్రుచి, 5. స్ఫ్యయ,

5. ఆసనములు :

1. యజ్ఞకర్తల కొరకు - 9
2. కార్యప్రముఖునకు - 1
3. నాలుగు కోళ్లుగల చిన్న టేబుల్- 1
4. దీపాన్ని రక్షించుకోవడానికి గాజుతో కూడియున్న గుండ్రని పెట్టె - 1, దేవతల చిత్రపటాలు
5. దేవతల చిత్రపటాలు (గాజుతో ఫ్రేమ్ కట్టినవి లేదా లామినేషను చేసినవి).
6. టేబుల్ మీద పరవడానికి పసుపు రంగు వస్త్రం.

6. పూజా సామగ్రి :

1. బియ్యము, 2. కుంకుమ, 3. అగరబత్తీలు, 4. ప్రత్తి - వత్తులు, 5. అగ్గిపెట్టె, 6. కర్పూరము, 7. గంధపుచెక్క, సాన, (గంధపుపొడి), 8. పటికబెల్లం 9. తోరాలకు దారం (రక్షాసూత్రాలు), 10. స్విష్టకృతహోమానికి తీపివంటకం, 11. పూర్ణాహుతికొరకు ఎండుకొబ్బరి చెక్క లేక పచ్చివక్క, 12. హారతి కొరకు పిండితో చేసినకుందులు, నెయ్యి, వత్తి (ఐదులేక అంతకంటె ఎక్కువ సంఖ్యలో), 13. వచ్చిన వారి సంఖ్యను బట్టి యజ్ఞోపవీతాలు, 14. ఆవుపాలు, ఆవుపెరుగు, ఆవునెయ్యి, చక్కెర, తులసిదళాలు కలిపిన పంచామృతాలు మొదలైనవి.

దీని క్రమానుసారంగా పెంచుకుంటూ ఎన్ని కుండములతో నైనా చేసికొనవచ్చు.

7. కలశయాత్రకు, స్థాపనకు :

పసుపు పచ్చ, ఎరుపు, ఆకుపచ్చ, నలుపు రంగులతో అలంకరించబడిన కలశాలను స్థానిక అవసరాన్ని బట్టి ఎన్ని కావాలో అన్నింటిని సిద్ధపరచుకొని కలశయాత్రచేయాలి. 2 $^1/_2$ లేక 2 అడుగుల పొడవు వెడల్పుగల చిన్న చిన్న బల్లలు అయిదింటిని సిద్ధపరచుకోవాలి. ఆ బల్లలకు తగిన విధంగా పసుపుపచ్చ బట్టను పరవాలి. ఎర్రబట్ట చుట్టబడిన కొబ్బరి కాయలనుంచిన కలశాలను

అలంకరించిన బల్లలపై స్థాపన చేయాలి.

కుండముల సంఖ్యననుసరించి సామగ్రిని పెంచి తెచ్చుకోవాలి.

సంకేత వివరణము

ఆశ్వ. గృ. సూ.	-	ఆశ్వలాయనగృహ్యసూత్రం
మా. గృ. సూ.	-	మానవ గృహ్య సూత్రం
పా. గృ. సూ.	-	పారస్కర గృహ్య సూత్రం
గో. గృ. సూ.	-	గోభిల గృహ్యసూత్రం
లౌ. స్మృ	-	లౌగాక్షి స్మృతి
బృహ. 3	-	బృహదారణ్యక ఉపనిషత్తు
అథర్వ	-	అథర్వవేదం
గు.గీ.	-	గురుగీత
సం.ప్ర.	-	సంధ్యా ప్రయోగ్
తై.ఆ.	-	తైత్తరీయ ఆరణ్యకం

మంత్రాలకు క్రింద కేవలం అంకెలు వ్రాయబడినవి. అవి అన్నియు యజుర్వేదములోనివే.

గురు ఈశవందనా

మొట్టమొదట మనం గురుసత్తాకు నమస్కరించి ఆయన నిర్దేశాలను-అనుశాసనాలను అర్థంచేసికొని ఆచరించడానికి తగిన నేర్పును, ఓర్పును ప్రసాదించమని ప్రార్థిస్తాము. సరస్వతీమాత మనయొక్క వాణిని అదుపులోనుంచి సంస్కరిస్తుంది. శబ్దమును అంతఃకరణను ప్రభావితం చేయడానికై ప్రాణంతో నింపుతుంది. భగవానుడైన వేదవ్యాసుడు బాధ్యతను నిర్వహింప గల సామర్థ్యాన్ని కలుగచేస్తాడు. సాధకులు, యాజకులు చేతులు జోడించి కూర్చోవాలి.

గురు : **ఓం బ్రహ్మానందం పరమసుఖదం, కేవలం జ్ఞానమూర్తిం,**
ద్వంద్వాతీతం గగనసదృశం, తత్త్వమస్యాది - లక్ష్యమ్ ॥ 1 ॥
ఏకం నిత్యం విమలమచలం, సర్వధీసాక్షిభూతం,
భావాతీతం త్రిగుణరహితం, సద్గురుం తం నమామి ॥ 2 ॥

అఖండానందబోధాయ, శిష్యసంతాపహారిణే,
సచ్చిదానందరూపాయ, తస్మైశ్రీ గురవే నమః॥ ॥3॥(గురు.గీ.67)

సరస్వతి: లక్ష్మీర్మేధా ధరాపుష్టిః, గౌరీ తుష్టిః ప్రభా ధృతిః।
ఏతాభిః పాహి తనుభిః, అష్టాభిర్మాం సరస్వతి॥ 1 ॥
సరస్వత్యై నమో నిత్యం, భద్రకాల్యై నమో నమః।
వేద వేదాన్తవేదాంగ, విద్యాస్థానేభ్య ఏవ చ ॥2॥
మాతస్త్వదీయ- పదపంకజ - భక్తియుక్తా,
యే త్వాం భజన్తి నిఖిలా - నపరాన్విహాయ।
తే నిర్జరత్వమిహ యాన్తి కలేవరేణ,
భూవహ్నివాయు - గగనాంబు - వినిర్మితేన ॥3॥

వ్యాసుడు: వ్యాసాయ విష్ణురూపాయ, వ్యాసరూపాయ విష్ణవే।
నమో వై బ్రహ్మనిధయే, వాసిష్ఠాయ నమో నమః ॥1 ॥
నమో2స్తు తే వ్యాస విశాలబుద్ధే, ఫుల్లారవిందాయతపత్రనేత్ర।
యేన త్వయా భారతతైలపూర్ణః ప్రజ్వాలితో జ్ఞానమయః ప్రదీపః।
- బ్ర.పు.245/7/11

సాధనాది పవిత్రీకరణమ్

ఉన్నత ఫలితాలనాశించి చేసే సత్కర్మలు యథాశక్తి పవిత్రంగా నిర్వహింపబడాలి. దానికుపయోగించే సాధన సామగ్రి కూడా పవిత్రంగా ఉండాలి. యజ్ఞం, సంస్కారాలు మొదలైన పనులలో ఏయే ఉపకరణాలను వాడుతుంటామో వాటిలో కూడా దైవత్వాన్ని ఆపాదింప చేయాలి. ఒక ప్రతినిధి నీటిపాత్రను చేత బట్టినిలబడాలి. సాధన సామగ్రి మీద మంత్రం చదువుతూ నీటిని చల్లాలి. పూర్తిగా సామగ్రి పవిత్రమైనట్లుగా భావించాలి.

ఓంపునాతి తే పరిస్రుత్ గ్వం, సోమ గ్వం సూర్యస్య దుహితా,
వారేణ శాశ్వతా తనా। 19.4

ఓం పునన్తు మా దేవజనాః, పునన్తు మనసా ధియః।
పునన్తు విశ్వా భూతాని, జాతవేదః పునీహి మా। 19.39
ఓం యత్తే పవిత్రమర్చిషి, అగ్నే వితతమన్తరా।
బ్రహ్మ తేన పునాతు మా ॥ 19.42
ఓం పవమానః సో అద్య నః, పవిత్రేణ విచర్షణిః।
యః పోతా స పునాతు మా। - 19.42
ఓం ఉభాభ్యాం దేవ సవితః, పవిత్రేణ సవేన చ।
మాం పునీహి విశ్వతః ॥ - 19.43

మంగళాచరణం

ప్రధాన యాజకుడు అక్షతలు, పూలు తీసికొని నిలబడాలి. అందరిమీద మంత్రంతోపాటు పుష్పాక్షతలను చల్లాలి. దేవతలు ఆశీర్వాద వర్షాన్ని కురిపిస్తున్నట్లు అందరూ భావించాలి. దేవత్వాన్ని ధరించినందువల్ల నిర్వాహక శక్తి పెరుగుతున్నట్లు భావించాలి.

ఓం భద్రం కర్ణేభిః శృణుయామ దేవా,
భద్రం పశ్యేమాక్షభిర్యజత్రాః।
స్థిరైరంగైసుష్టు వాగ్ంం సస్తనూభిః,
వ్యశేమహి దేవ హితం యదాయుః॥ - 25.21

పవిత్రీకరణం

దేవ శక్తులన్నీ పవిత్రతనే కోరుకుంటాయి. శరీరం, మనస్సు ఆచరణ, ప్రవర్తన పవిత్రంగా ఉన్నవారినే దేవతలు ఇష్టపడతారు. అందువలన యజ్ఞం లాంటి కార్యాలలో లగ్నం అయినప్పుడు మన శరీరాన్ని మనసును పవిత్రం చేయాలి. ఎడమచేతిలో నీటిని తీసుకొని, కుడిచేతితో మూసి పెట్టి మంత్రం చదువుకోవాలి. ఆ మంత్రించిన జలాన్ని శరీరమంతటా చిలకరించుకోవాలి. మనం పవిత్రం అవుతున్నట్టు భావించాలి.

ఓం అపవిత్రః పవిత్రో వా, సర్వావస్థాం గతోపి వా।

యః స్మరేత్పుండరీకాక్షం సబాహ్యాభ్యంతరః శుచిః।

ఓం పునాతు పుండరీకాక్షః, పునాతు పుండరీకాక్షః, పునాతు ॥

ఆచమనం Agni - Swaha

వాక్కు, మనస్సు, అంతఃకరణము శుద్ధి కావడానికి మూడు సార్లు ఆచమనం చేయాలి. మంత్రపూతజలంతో మూడింటికి భావస్నానం చేయించబడుతుంది. ప్రతి మంత్రంతో పాటు ఒక ఆచమనం చేయాలి.

ఓం అమృతోపస్తరణమసి స్వాహా ॥1॥

ఓం అమృతాపిధానమసి స్వాహా ॥2॥

ఓం సత్యం యశః శ్రీర్మయి, శ్రీః శ్రయతాం స్వాహా ॥3॥

(- అశ్వ. గృ.సూ. 1.24. మా. గృ.సూ.1.9)

శిఖావందనం Pineal gland

మస్తిష్కం మంచి ఆలోచనలకు కేంద్రం. ఇందులోకి దైవీ భావనలు ప్రవేశించాలి. ఎడమచేతిలోనికి నీటిని తీసికొని కుడిచేతి అయిదు వ్రేళ్ళను తడిపి మంత్రం చదువుతూ శిఖాస్థానాన్ని స్పృశించాలి. మస్తిష్కంలోనికి దైవీభావనలు, మేధాశక్తి, తేజస్సు ప్రవేశిస్తున్నట్లు భావించాలి.

ఓం చిద్రూపిణి మహామాయే, దివ్యతేజః సమన్వితే।

తిష్ఠ దేవి శిఖామధ్యే, తేజోవృద్ధిం కురుష్వ మే॥

Ida-Pingala ప్రాణాయామః

రెండు చేతులను ఒడిలో పెట్టుకోవాలి. రెండు ముక్కు రంధ్రాల నుండి శ్వాసను పీల్చుకోవాలి. కొద్దిసేపు పీల్చిన శ్వాసను నిలిపి ఉంచాలి. మెల్లగా బయటకు వదలాలి. శ్వాసను పీల్చేటప్పుడు భూమిపైన వ్యాపించి యున్న ప్రాణశక్తి, శ్రేష్ఠతత్వాలు శ్వాసతోపాటు మనం పీలుస్తున్నట్లుగా, భావించాలి. శ్వాసను నిలిపినప్పుడు ఆ ప్రాణ శక్తి, దివ్యశక్తి మరియు శ్రేష్ఠత్వం మన రోమ రోమములకు

ప్రవేశించిందని భావించాలి.శ్వాసను వదిలేటప్పుడు శ్వాసతోపాటు మనలోని దుర్గుణాలను బయటకు పంపివేస్తున్నట్లు భావించాలి. మంత్రంతోపాటు శ్వాసక్రియను నడపాలి.

ఓంః భూః, ఓంభువః, ఓం స్వః, ఓం మహః, ఓం జనః,

ఓం తపః, ఓం సత్యమ్। ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం

భర్గో దేవస్య ధీమహి। ధియో యో నః ప్రచోదయాత్।

ఓం ఆపోజ్యోతీరసోఽమృతం బ్రహ్మ భూర్భువః స్వః ఓం।

- తై. ఆ. 10.27

న్యాసః Purification

శరీరమునందలి అతి మహత్వపూర్ణమైన అంగాలలో పవిత్రత అనే భావనను నింపాలి. వాటిలో ఉన్న దివ్య చైతన్యాన్ని జాగృత పరచడమే న్యాసం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యము. ఎడమచేతిలోనికి నీరుతీసికొని, కుడిచేతి ఐదువ్రేళ్ళను తడిపి క్రింద చెప్పిన అంగాలను ఎడమనుండి కుడికి స్పృశించాలి. అన్ని అంగాలలోను దైవత్వం యొక్క స్థాపన జరుగుతున్నట్టు భావించాలి.

ఓం వాఙ్మే ఆస్యేఽస్తు (రెండు పెదవులు)

ఓం నసోర్మే ప్రాణోఽస్తు (రెండు నాసికారంధ్రములు)

ఓం అక్ష్ణోర్మే చక్షురస్తు (రెండు నేత్రములు)

ఓం కర్ణయోర్మే శ్రోత్రమస్తు (రెండు చెవులు)

ఓం బాహ్వోర్మే బలమస్తు (రెండు భుజములు)

ఓం ఊర్వోర్మే ఓజోస్తు (రెండు తొడలు)

ఓం అరిష్టాని మేఽఙ్గాని, తనూస్తన్వా మే సహ సంతు ॥

(సమస్త శరీరము)- పా.గృ.సూ. 1.3.25

పృథ్వీ పూజనమ్ Planet Earth

మనకు అన్నం, నీరు, వస్త్రం, జ్ఞానం మొదలైన అనేక విధాలైన సౌకర్యాలన్నీ భూమినుండే లభిస్తున్నాయి. అటువంటి మాతృభూమి మనకు అన్నింటికంటే ఆరాధ్యమైనది. తల్లి మీద ఎంత ప్రేమ ఉంటుందో మాతృభూమి మీదకూడా అంతే శ్రద్ధ, భక్తి ఉండాలి. మాతృ ఋణాన్ని తీర్చుకోటానికి అవకాశాన్ని వెతుక్కోవాలి. ఆ తల్లికి బిడ్డలమైనందున ఆమె గుణములు ఓర్పు, సహనశీలత, ఔదార్యం వంటి దివ్యసంస్కారాలు మనకు లభిస్తునట్లు భావించాలి. పై గుణములన్నీ మనలో ఉన్నట్లు భావిస్తూ అక్షతలు, పుష్పాలు, నీరు తీసుకుని పూజించాలి లేక చేతితో స్పర్శించి నమస్కరించాలి

ఓం పృథ్వి! త్వయా ధృతా లోకా, దేవి! త్వం విష్ణునా ధృతా।

త్వం చ ధారయ మాం దేవి! పవిత్రం కురు చాసనమ్॥

--సం.ప్రం.

fixed determination సంకల్పః

అందరు అక్షతలు పువ్వులు తీసికోవాలి. కుడిచేతిని ఎడమచేతిలో పెట్టుకోవాలి. మీమీ లక్ష్యాలను, ఉద్దేశ్యాలను స్థిరపరచుకోవాలి. వాటిని బయటకు చెప్పాలి. మంచి పనులను చెప్పి చేయడమే మంచిది. సంకల్పము వలన మనోబలం పెరుగుతుంది. మానసిక బలహీనత వల్ల చేసే చెడుపనులు అణచివేయబడతాయి. పైకి చెప్పడం వలన దైవీ శక్తులు మరియు సత్పురుషుల సహాయ సహకారాలు లభిస్తాయి. దైవసహకారం లభిస్తుంది. నడుమును నిటారుగా ఉంచుకోవాలి. కన్నులు మూసుకోవాలి. సందర్భానుసారంగా చెప్పిన చోట మనం కూడా మంత్రాన్ని వల్లించాలి.

ఓం విష్ణుర్విష్ణుర్విష్ణుః శ్రీమద్భగవతో మహాపురుషస్య విష్ణోరాజ్ఞయా ప్రవర్తమానస్య, అద్య శ్రీబ్రహ్మణో ద్వితీయే పరార్ధే శ్రీశ్వేతవారాహకల్పే, వైవస్వతమన్వంతరే, భూర్లోకే, జంబూద్వీపే, భారతవర్షే, భరతఖండే ఆర్యావర్తైకదేశాంతర్గతే, ... క్షేత్రే,............ స్థలే .... విక్రమాబ్దే ....సంవత్సరే మాసానాం మాసోత్తమేమాసే ....మాసే ......పక్షే

..........తిథౌ......... వాసరే........... గోత్రోత్పన్నః .... నామాఽహం సత్ప్రవృత్తి - సంవర్ధనాయ, దుష్ప్రవృత్తి - ఉన్మూలనాయ, లోకకల్యాణాయ, ఆత్మకల్యాణాయ, వాతావరణ-పరిష్కారాయ, ఉజ్జ్వలభవిష్య కామనాపూర్తయే చ ప్రబలపురుషార్థం కరిష్యే, అస్మై ప్రయోజనాయ చ కలశాది- ఆవాహితదేవతా - పూజనపూర్వకమ్ - కర్మ సంపాదనార్థం సంకల్పం అహం కరిష్యే। Changing yagnopaveeta

॥ యజ్ఞోపవీత పరివర్తనమ్ ॥

యజ్ఞోపవీతాన్ని "వ్రతబంధము" అని కూడ అంటారు. ఇది వ్రతబంధ జీవనానికి బాధ్యతను గుర్తు చేస్తుంది. ఇది ఒక పుణ్య ప్రతీక. యజ్ఞోపవీతాన్ని రెండు అరచేతులలోనికి తీసికోవాలి. నీటిని చల్లుతూ గాయత్రీ మంత్రాన్ని చదవాలి. ఈ విధంగా చేయడంవల్ల దానిలోని మలినాలు నశించిపోతున్నట్లు భావించాలి.

॥ యజ్ఞోపవీత ధారణమ్ ॥ Wearing

కొత్త యజ్ఞోపవీతాన్ని ధరించే సమయంలో గాయత్రి రూపాన్ని ధరిస్తున్నట్లుగా భావించాలి.

ఓం యజ్ఞోపవీతం పరమం పవిత్రం,ప్రజాపతేర్యత్సహజం పురస్తాత్

ఆయుష్యమగ్ర్యం ప్రతిముఞ్చ శుభ్రం,।యజ్ఞోపవీతం బలమస్తు తేజః

పార.గృ.సూ.2.2. ॥

॥ జీర్ణోపవీత విసర్జనమ్ ॥

పాతబడిన యజ్ఞోపవీతాన్ని తీసివేయాలి.

ఓం ఏతావద్దినపర్యంతం, బ్రహ్మ త్వం ధారితం మయా ।

జీర్ణత్వాత్తే పరిత్యాగో, గచ్ఛ సూత్ర యథా సుఖమ్ ॥

Sandawood Paste
చందన ధారణం

అందరికీ గంధం అందించాలి. ప్రతి ఒక్కరు కుడిచేతి ఉంగరపు వ్రేలితో గంధం తీసికోవాలి. మస్తిష్కాన్ని ప్రశాంతంగాను, చల్లగాను, సుగంధ భరితంగాను ఉంచవలసిన అవసరాన్ని గంధం గుర్తుచేస్తూ ఉంటుంది. సద్భావనతో నిండి ఉన్న అంతఃకరణ సుగంధం వల్ల మనకి సంతోషం, ఇతరులకు ఆనందం లభిస్తుంది.

గంధం యొక్క ప్రయోజనాన్ని స్మరిస్తూ, మంత్రం చదువుతూ ఒకరికొకరు బొట్టు పెట్టుకోవాలి. గంధానికి చల్లదనాన్ని - సుగంధాన్ని ప్రసాదించిన మహాశక్తి యొక్క కృపవలన దాని తత్వములు మనకు లభిస్తున్నట్లుగా భావించాలి. చందనానికి ఈశ్వర సాన్నిధ్యం యొక్క అధికారం ఉన్నట్లే మనకు కూడా ప్రాప్తించాలి.

ఓం చందనస్య మహత్పుణ్యం, పవిత్రం పాపనాశనం।
ఆపదాం హరతే నిత్యం, లక్ష్మీస్తిష్ఠతి సర్వదా॥

రక్షా సూత్రం Formulas Prodection

తోరపు దారాలను, అందరకీ అందించాలి. ఇది ఎన్నుకోబడే సూత్రం. దీనిని పురుషులు, పెండ్లికాని కన్యలు కుడిచేతికి కట్టించుకోవాలి. స్త్రీలు ఎడమచేతికి కట్టించుకోవాలి. రక్ష కట్టించుకునే చేతి పిడికిలి బిగించాలి. రెండవ చేతిని తలపై శిఖస్థానంలో ఉంచాలి. వ్రతశీలురుగా జీవించడానికిది సంకేతం. స్వీకరించిన బాధ్యతను పూర్తిగా నిర్వహిస్తానని అర్థము.

ఓం వ్రతేన దీక్షామాప్నోతి, దీక్షయాఽఽప్నోతి దక్షిణామ్।
దక్షిణా శ్రద్ధామాప్నోతి, శ్రద్ధయా సత్యమాప్యతే॥ -11.30

కలశపూజనం Vessel worship

కలశం బ్రహ్మాండానికి, విరాట్ బ్రహ్మకు, భూగోళానికి ప్రతీక. ఇది శాంతికి, సృష్టికి సందేశవాహకము. కలశరూపంలో ఉన్న బ్రాహ్మాండమునందు సమస్తదేవతలు సమిష్టిగా ఉంటారు. ఒక ప్రతినిధి అక్షతలు, పూలు తీసికొని కలశపూజ చేయాలి.

మిగిలిన వారందరూ భావనా పూర్వకంగా చేతులు జోడించి నమస్కరిస్తూ ఉండాలి.

ఓం తత్వాయామి బ్రహ్మణా వందమానః, తదాశాస్తే యజమానో హవిర్భిః।
అహేడమానో వరుణెహ బోధ్యురుశ గ్వం, సమానఽఆయుః ప్రమోషీః।

-18.49

ఓం మనోజూతిర్జుషతామాజ్యస్య, బృహస్పతిర్యజ్ఞమిమం తనోత్వరిష్టం,
యజ్ఞగ్వం సమిమం దధాతు।విశ్వేదేవాసఽ
ఇహ మాదయంతామోఽంప్రతిష్ఠ॥
ఓం వరుణాయనమః। ఆవాహయామి, స్థాపయామి, ధ్యాయామి। -2.13
గంధాక్షతం పుష్పాణి, ధూపం దీపం నైవేద్యం సమర్పయామి।
ఓం కలశస్థ దేవతాభ్యో నమః।

కలశ ప్రార్థనా Prayer for vessel

చేతులు జోడించి కలశంలో ప్రతిష్ఠింపబడిన దేవతలను ప్రార్థించాలి.

ఓం కలశస్య ముఖే విష్ణుః, కంఠేరుద్రః సమాశ్రితః।
మూలే త్వస్య స్థితో బ్రహ్మ, మధ్యే మాతృగణాః స్మృతాః ॥1॥
కుక్షౌ తు సాగరాః సర్వే, సప్తద్వీపా వసుంధరా।
ఋగ్వేదోఽథ యజుర్వేదః, సామవేదో హ్యథర్వణః ॥2॥
అంగైశ్చ సహితాః సర్వే, కలశన్తు సమాశ్రితాః।
అత్ర గాయత్రీ సావిత్రీ, శాంతి పుష్టికరీ సదా ॥3॥
త్వయి తిష్ఠన్తి భూతాని, త్వయి ప్రాణాః ప్రతిష్ఠితాః।
శివః స్వయం త్వమేవాసి, విష్ణుస్త్వంచ ప్రజాపతిః ॥4 ॥
ఆదిత్యా వసవో రుద్రా, విశ్వేదేవాః సపైతృకాః।
త్వయి తిష్ఠంతి సర్వేపి యతః కామఫలప్రదా: ॥5 ॥

త్వత్ప్రసాదాదిమం యజ్ఞం, కర్తుమీహే జలోద్భవ।
సాన్నిధ్యం కురు మే దేవ। ప్రసన్నో భవ సర్వదా॥6 ॥

దీపపూజనమ్ Worship lamp

దీపం సర్వవ్యాపకమైన చైతన్యానికి ప్రతీక. ఆ జ్యోతి రూపమైన మహాచేతనం, పరమ ప్రకాశం యొక్క పూజ, ఆరాధన దీపం మాధ్యమం గా చేస్తాము.

ఓం అగ్నిర్జ్యోతిర్జ్యోతిరగ్నిః స్వాహా।
సూర్యో జ్యోతిర్జ్యోతిః సూర్యః స్వాహా।
అగ్నిర్వర్చో జ్యోతిర్వర్చః స్వాహా।
సూర్యో వర్చో జ్యోతిర్వర్చః స్వాహా
।జ్యోతిః సూర్యః సూర్యో జ్యోతిః స్వాహా॥ - 3.9

దేవావాహనం Divine Invocation

దైవీశక్తులు, ఆదిశక్తి, పరబ్రహ్మయొక్క విభిన్న ధారలు. సృష్టియొక్క సంతులిత వ్యవస్థ కొరకు ఈ విరాట్ సత్తా యొక్క విభిన్న చైతన్య ధారలు విభిన్న బాధ్యతలను నిర్వహిస్తూ ఉంటాయి. వీటన్నింటినీ కలిపి దైవశక్తులు అంటారు.

మొట్టమొదట గురు సత్తాను ఆవాహన చేయాలి. పరమాత్ముని దివ్యచేతనలో ఒక అంశము సాధకులకు మార్గదర్శనము మరియు సహయోగము చేయడానికి ఉంటుంది. కనుక అటువంటి గురుసత్తాను భావపూర్వకంగా ఆహ్వానించాలి.

ఓం గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః, గురురేవ మహేశ్వరః।
గురురేవ పరబ్రహ్మా, తస్మై శ్రీ గురవే నమః ॥1॥
అఖండమండలాకారం, వ్యాప్తం యేన చరాచరమ్।
తత్పదం దర్శితం యెన, తస్మై శ్రీ గురవే నమః ॥2॥

గు.గీ.43.45

మాతృవత్ లాలయిత్రీ చ, పితృవత్ మార్గదర్శికా।

నమోస్తు గురుసత్తాయై, శ్రద్ధా-ప్రజ్ఞాయుతా చ యా ॥3॥
ఓం శ్రీ గురవే నమః। ఆవాహయామి, స్థాపయామి, ధ్యాయామి,

।

గాయత్రీ పూజనమ్ Worship of Soham

వేదమాత, దేవమాత, విశ్వమాత, సద్జ్ఞానము సద్భావములకు అధిష్ఠాత్రి, సృష్టికి అధికారిణి, గాయత్రీమాతను భావనతో ఆహ్వానించాలి.

ఓం ఆయాతు వరదె దేవి! త్ర్యక్షరే బ్రహ్మవాదిని।
గాయత్రిచ్ఛందసాం మాతః, బ్రహ్మయోనే నమోఽస్తు తే ॥4॥ సం. ప్ర.
ఓం శ్రీ గాయత్ర్యై నమః। ఆవాహయామి, స్థాపయామి, ధ్యాయామి।
తతో నమస్కారం కరోమి।
ఓం స్తుతా మయా వరదా వేదమాతా, ప్రచోదయంతాం పావమానీ
ద్విజానాం। ఆయుః ప్రాణం ప్రజాం పశుం, కీర్తిం, ద్రవిణం
బ్రహ్మవర్చసం। మహ్యం దత్వా వ్రజత బ్రహ్మలోకమ్।

అథర్వ. 19.71.1

ఇప్పుడు విభిన్న దైవశక్తులను ఆహ్వానించాలి. మంత్రంతో వర్ణించబడిన దేవశక్తులకు భావపూర్వకంగా నమస్కరించాలి.

గణపతి- ఓం అభీప్సితార్థసిద్ధ్యర్థం పూజితో యః సురాసురైః।
సర్వవిఘ్నహరస్తస్మై గణాధిపతియే నమః ॥5॥
గౌరి- సర్వమంగళమాంగల్యే, శివే సర్వార్థ సాధికే।
శరణ్యే త్ర్యంబకే గౌరి, నారాయణి ! నమోస్తు తే ॥6॥
హరిః- శుక్లాంబరధరం దేవం, శశివర్ణం చతుర్భుజమ్।
ప్రసన్నవదనం ధ్యాయేత్, సర్వవిఘ్నోపశాంతయే ॥7॥
సర్వదా సర్వకార్యేషు, నాస్తి తేషామ మంగలమ్।
యేషాం హృదిస్థో భగవాన్, మంగలాయతనో హరిః ॥8॥

సప్తదేవతలు-వినాయకం గురుం భానుం, బ్రహ్మావిష్ణు మహేశ్వరాన్।
సరస్వతీం ప్రణౌమ్యాదౌ శాంతి కార్యార్థసిద్ధయే ॥9॥
పుండరీకాక్షుడు-మంగళం భగవాన్, విష్ణుః మంగలం గరుడధ్వజః।
మంగళం పుండరీకాక్షో, మంగలాయతనో హరిః 10॥

బ్రహ్మా : -
త్వం వై చతుర్ముఖో బ్రహ్మా, సత్యలోకపితామహః।
ఆగచ్ఛ మండలే చాస్మిన్, మమ సర్వార్థసిద్ధయే ॥11॥

విష్ణు :-
శాంతాకారం భుజగశయనం, పద్మనాభం సురేశం,
విశ్వాధారం గగనసదృశం, మేఘవర్ణం శుభాంగమ్।
లక్ష్మీకాంతం కమలనయనం యోగి భిర్ధ్యానగమ్యం,
వందే విష్ణుం భవభయహరం, సర్వలోకైకనాథం ॥12॥

శివుడు :-
వందే దేవముమాపతిం సురగురుం, వన్దే జగత్కారణం,
వందే పన్నగభూషణం మృగధరం, వందేపశూనాంపతిమ్।
వందే సూర్యశశాంకవహ్నినయనం, వందే ముకుందప్రియమ్,
వందే భక్తజనాశ్రయం చ వరదం, వందే శివం శంకరమ్ ॥13॥

త్ర్యంబకుడు : -
ఓం త్ర్యంబకం యజామహే,
సుగన్ధింపుష్టివర్ధనం। ఉర్వారుకమివ బంధనాన్,
మృత్యోర్ముక్షీయ మా2మృతాత్ ॥14॥

- 3.60

దుర్గా :- దుర్గే స్మృతా హరసి భీతిమశేషజంతోః,
స్వస్థై స్మృతా మతిమతీవ శుభాం దదాసి।
దారిద్ర్యదుఃఖభయహారిణి కా త్వదన్యా,

సర్వోపకారకరణాయ, సదార్ద్రచిత్తా ॥15॥

సరస్వతి :-
శుక్లాం బ్రహ్మవిచారసారపరమాం, ఆద్యాం జగద్వ్యాపినీం,
వీణాపుస్తకధారిణీమభయదాం, జాడ్యాంధకారాపహామ్।
హస్తే స్ఫాటికమాలికాం విదధతీం, పద్మాసనే సంస్థితామ్,
వందే తాం పరమేశ్వరీం భగవతీం, బుద్ధిప్రదాం శారదామ్ ॥16॥

లక్ష్మీ :-
ఆర్ద్రాం యః కరణీం యష్టిం, సువర్ణాం హేమమాలినీమ్।
సూర్యాం హిరణ్మయీం లక్ష్మీం, జాతవేదో మఆవహ ॥17॥

కాళి :-
కాలికాం తు కలాతీతాం, కల్యాణహృదయాం శివామ్।
కల్యాణజననీం నిత్యం, కల్యాణీం పూజయామ్యహం ॥18॥

గంగ :-
విష్ణుపాదాబ్జసంభూతే, గంగే త్రిపథగామిని।
ధర్మద్రవేతి విఖ్యాతే, పాపం మే హర జాహ్నవి ॥19॥

తీర్థములు :-
పుష్కరాదీని తీర్థాని, గంగాద్యాః సరితస్తథా।
ఆగచ్ఛంతు పవిత్రాణి, పూజాకాలే సదా మమ ॥20॥

నవగ్రహాలు :-
బ్రహ్మమురారిస్త్రిపురాంతకారీ, భానుః శశీభూమిసుతో బుధశ్చ
గురుశ్చశుక్రః శనిరాహుకేతవః, సర్వేగ్రహాః
శాంతి కరా భవంతు ॥21॥

షోడశమాతృకలు :-
గౌరీ పద్మా శచీ మేధా, సావిత్రీ విజయా జయా।
దేవసేనా స్వధా స్వాహా, మాతరో లోకమాతరః ॥22॥

ధృతిః పుష్టిస్తథా తుష్టిః, ఆత్మనః కులదేవతా।
గణేశేనాధికా హ్యేతా వృద్ధౌ పూజ్యాశ్చ షోడశ ॥23॥

సప్తమాతృకలు :-
కీర్తి ర్లక్ష్మీ ధృతిర్మేధా, సిద్ధిః ప్రజ్ఞా సరస్వతీ।
మాంగల్యేషు ప్రపూజ్యాశ్చ, సప్తైతా దివ్యమాతరః ॥24॥

వాస్తుదేవుడు :-
నాగపృష్ఠ సమారూఢం, శూలహస్తం మహాబలమ్।
పాతాలనాయకం దేవం, వాస్తుదేవం నమామ్యహమ్ ॥25॥

క్షేత్రపాలుడు :-
క్షేత్రపాలాన్నమస్యామి, సర్వారిష్టనివారకాన్।
అస్య యాగస్య సిద్ధ్యర్థం, పూజయారాధితాన్ మయా ॥26॥

All Divine సర్వదేవనమస్కారః Salute

దైవీశక్తుల మీద మనకున్న గౌరవాన్ని భక్తి శ్రద్ధలను ప్రకటిస్తూ మనస్సును వారిపై లగ్నంచేయడానికి చేసే ప్రక్రియ నమస్కారం. మన మనస్సు, అభిరుచులు దైవత్వానికి ప్రణమిల్లాలి. రెండు చేతులను జోడించి శిరస్సు వంచి నమస్కారం చేయాలి.

ఓం సిద్ధి బుద్ధి సహితాయ శ్రీమన్మహాగణాధిపతయే నమః।
ఓం లక్ష్మీ నారాయణాభ్యాం నమః।
ఓం ఉమామహేశ్వరాభ్యాం నమః।
ఓం వాణీహిరణ్యగర్భాభ్యాం నమః।
ఓం శచీ పురందరాభ్యాం నమః।
ఓం మాతాపితృచరణ కమలేభ్యో నమః।
ఓం కులదేవతాభ్యో నమః।
ఓం ఇష్టదేవతాభ్యో నమః।

ఓం గ్రామదేవతాభ్యో నమః।
ఓం స్థాన దేవతాభ్యో నమః।
ఓం వాస్తుదేవతాభ్యో నమః।
ఓం సర్వేభ్యో దేవేభ్యో నమః।
ఓం సర్వేభ్యో బ్రాహ్మణేభ్యో నమః।
ఓం సర్వేభ్య స్తీర్థేభ్యో నమః।
ఓం ఏతత్కర్మ - ప్రధాన - శ్రీగాయత్రీ దేవ్యై నమః॥
ఓం పుణ్యం పుణ్యాహం దీర్ఘమాయురస్తు॥

షోడశోపచార పూజనం 16 Thithis

దేవతలకు పదార్థాల అవసరం లేదు. పదార్థ సమర్పణ వల్ల మనలో వచ్చిన సమర్పణ భావన, శ్రద్ధతో దేవతలు సంతుష్టులవుతారు. అందువలన మిక్కిలి శ్రద్ధాభక్తులను చూపించాలి. దైవీశక్తులను వస్తుపదార్థాలతో సంపాదించలేము. ఒక ప్రతినిధి పూజ చేస్తూ ఉంటే మిగిలినవారు చేతులు జోడించి భక్తి శ్రద్ధలతో తాముకూడ చేస్తున్నట్లు భావించాలి.

ఓం సర్వేభ్యో దేవేభ్యో నమః।ఆవాహయామి। స్థాపయామి ॥1॥ ఆసనం సమర్పయామి॥2॥పాద్యం సమర్పయామి ॥3॥ అర్ఘ్యం సమర్పయామి ॥4॥ ఆచమనం సమర్పయామి ॥5॥ స్నానం సమర్పయామి ॥6॥ వస్త్రం సమర్పయామి ॥7॥ యజ్ఞోపవీతం సమర్పయామి ॥8॥ గంధం విలేపయామి ॥9॥ అక్షతాన్ సమర్పయామి ॥10॥ పుష్పాణి సమర్పయామి ॥11॥ ధూపం ఆఘ్రాపయామి ॥12॥ దీపం దర్శయామి ॥13॥ నైవేద్యం నివేదయామి ॥14॥ తాంబూలపూగీఫలాని సమర్పయామి ॥15॥ దక్షిణాం సమర్పయామి ॥16॥ సర్వాభావే అక్షతాన్ సమర్పయామి॥

తతో నమస్కారం కరోమి.

ఓం నమోస్త్వనంతాయ సహస్రమూర్తయే, సహస్రపాదాక్షిశిరోరు బాహవే।
సహస్రనామ్నే పురుషాయ శాశ్వతే, సహస్రకోటీయుగధారిణే నమః॥

స్వస్తివాచనమ్ Swastik

యాజకులందరికీ అక్షతలు - పుష్పాలు చేర్చాలి. అందరూ కుడి చేతిలోనికి తీసికోవాలి. కొద్దిగా నీటిని వేసి కుడి చేతిని పైన, ఎడమ చేతిని క్రింద పెట్టుకోవాలి. లోక హితకరమైన, మంగళకరమైన విషయాలను మంత్రాల ద్వారా ప్రకటిస్తూ ఉండాలి. వాక్కుతో, ఉపకరణాలతో స్థూల జగత్తులో కావలసిన సద్భావాలను, మంచి కోర్కెలను వెల్లడిస్తూ ఉండడంవల్ల అనుకూల వాతావరణం ఏర్పడుతుంది. ఈ అనుకూలత అనేది రెండు విధాలుగా ఉంటుంది. 1. అవాంఛనీయమైన వాటినుండి రక్షింపబడడం 2. వాంఛనీయ పరిస్థితిని కల్పించడం. నడుమును నిటారుగా ఉంచి కన్నులు మూసుకోవాలి. శ్రద్ధగా మంత్ర పఠనం, శ్రవణం జరగాలి.

ఓం గణానాం త్వా గణపతిగ్ం హవామహే, ప్రియాణాం త్వా
ప్రియపతి గ్ం హవామహే, నిధీనాం త్వా నిధి పతిగ్ం హవామహే,
వసోమమ। ఆహమజాని గర్భధమా త్వమజాసి గర్భధమ్॥23.29

ఓం స్వస్తిన ఇంద్రో వృద్ధశ్రవాః, స్వస్తి నః పూషా విశ్వవేదాః।
స్వస్తి నస్తార్క్ష్యోఅరిష్టనేమిః, స్వస్తి నో బృహస్పతిర్దధాతు। 25.29

ఓం పయః పృథివ్యాం పయఓషధీషు, పయో దివ్యంతరిక్షే పయోధాః।
పయస్వతీః ప్రదిశః సన్తు మహ్యం॥

ఓం విష్ణో రరాటమసి విష్ణోః, శ్నప్త్రే స్థో విష్ణోః, స్యూరసి విష్ణోర్ధ్రువోసి,
వైష్ణవమసి విష్ణవే త్వా॥
- 5.21

ఓం అగ్నిర్దేవతా వాతో దేవతా, సూర్యో దేవతా - చంద్రమా దేవతా, వసవో
దేవతా రుద్రా దేవతా, ఆదిత్యా దేవతా మరుతో దేవతా, విశ్వేదేవా
దేవతా, బృహస్పతిర్దేవతేంద్రో దేవతా వరుణో దేవతా॥ - 14.20

ఓం ద్యౌః శాంతిరంతరిక్ష గ్ం శాంతిః, పృథివీ శాంతిరాపః,

శాంతిరోషధయః
శాంతిః వనస్పతయః శాంతిర్విశ్వేదేవాః, శాంతిర్బ్రహ్మ
శాంతిః సర్వ గ్ం శాంతిః, శాంతిరేవ శాంతిః, సా మా శాంతిరేధి॥
- 36.37

ఓం విశ్వాని దేవ సవితర్దురితాని పరాసువ। యద్భద్రం తన్నఆ సువ।
ఓం శాంతిః శాంతిః, శాంతిః॥ సర్వారిష్టసుశాంతిర్భవతు 30.3

అక్షతలు, పూలు నుదుటికి తాకించాలి. మంత్రం పూర్తి అయిన తర్వాత పుష్పాక్షతలను అందరినుండి చిన్న పళ్లెంలోనికి తీసికోవాలి. ఆ పళ్లాన్ని పూజావేదిక మీదకు సమర్పించాలి. Protection sheids

రక్షావిధానమ్

ముఖ్య యజమాని ఎడమ చేతిలోనికి అక్షతలు తీసికొని లేచినిలబడాలి. విఘ్నకారక తత్వాలు 10 దిశలయందు ఉండవచ్చు. వాటిని తొలగించడానికి సంసిద్ధతను తెలుపుతున్నట్లుగా మంత్రపూతమైన అక్షతలను పది దిక్కులయందు చల్లాలి. దుష్టశక్తులను అడ్డుకునే శక్తియుక్తులను ప్రసాదించుమని భగవంతుని కోరుకోవడం కూడా ఈ ప్రక్రియలో మిళితమై ఉంటుంది. ఏ దిక్కును గురించి మంత్రం చెపుతుంటే ఆదిక్కుకు అక్షతలను వేయాలి.

ఓం పూర్వే రక్షతు వారాహః, ఆగ్నేయ్యాం గరుడధ్వజః।
దక్షిణే పద్మనాభస్తు, నైఋత్యాం మధుసూదనః ॥1॥
పశ్చిమే చైవ గోవిందో, వాయవ్యాం తు జనార్దనః।
ఉత్తరే శ్రీపతీ రక్షేద్, ఐశాన్యాం హి మహేశ్వరః ॥2॥
ఊర్ధ్వం రక్షతు ధాతా వో, హ్యధోఽనన్తశ్చ రక్షతు।
అనుక్తమపి యత్ స్థానం రక్షత్వీశో మమాద్రిధృక్ ॥3॥
అపసర్పన్తు తే భూతా, యే భూతా భూమిసంస్థితాః॥
యే భూతా విఘ్నకర్తారః, తేగచ్ఛన్తు శివాజ్ఞయా ॥4॥
అపక్రామన్తు భూతాని, పిశాచాః సర్వతో దిశమ్।
సర్వేషామవిరోధేన, యజ్ఞకర్మ సమారభే ॥5॥

అగ్నిస్థాపనమ్

సమిధలను చక్కగా అమర్చుకోవాలి. కర్పూరం కాని లేక నేతిలో తడిపిన పెద్ద వత్తిగాని మధ్యలో ఉంచాలి. మంత్రంతోపాటు అగ్ని స్థాపించాలి. యజ్ఞాగ్నిని బ్రహ్మకు ప్రతినిధిగా భావించి వేదికపైన ప్రాణప్రతిష్ఠ చేయాలి. అదే భావనతో అగ్ని స్థాపనాకార్యక్రమాన్ని నిర్వహించాలి. కుండంలో మొదట అగ్నిజ్వాల కనిపించగానే అందరూ చేతులు జోడించి నమస్కరించాలి. ప్రతినిధి గంధాక్షతలతో అగ్నిని పూజించాలి.

ఓం భూర్భువః స్వర్ద్యౌరివ భూమ్నా, పృథివీవ వరిమ్ణా। తస్యాస్తే పృథివి
దేవయజని, పృష్ఠేఽగ్నిమన్నాదమన్నాద్యాయాదధే। అగ్నిం దూతం
పురోదధే హవ్యవాహముపబ్రువే। దేవాంఽ ఆసాదయాదిహ।
- 3.5.22,17

ఓం అగ్నయే నమః। ఆవాహయామి, స్థాపయామి, ధ్యాయామి।
గంధాక్షతమ్, పుష్పాణి, ధూపం, దీపం, నైవేద్యమ్ సమర్పయామి।

గాయత్రీస్తవనమ్ Praise to Ego

ఈ స్తవనంలో గాయత్రీ మంత్రానికి అధిష్ఠాతయైన సవితాదేవత ప్రార్థన ఉన్నది. దీనిని అగ్నికి అభివందనం గాను, అభినందనం గాను చెపుతారు. అందరూ చేతులు జోడించి స్తవనంలోని మూల భావాన్ని హృదయంగమము చేసుకోవాలి. ప్రతి చరణం లోనూ "సవితాదేవత మనలను పవిత్రం చేయుగాక" అని చెప్పబడింది. దివ్యత్వము-పవిత్రతా సంచాలన యొక్క అనుభవముతో మనము పులకించాలి.

యన్మండలం దీప్తికరం విశాలం, రత్నప్రభం తీవ్రమనాది రూపం।
దారిద్ర్య-దుఃఖక్షయకారణం చ పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యం॥1॥
శుభ్ జ్యోతి కే పుంజ్, అనాది, అనుపమ్, బ్రహ్మాండ్ వ్యాపీ ఆలోక్ కర్తా,
దారిద్ర్య, దుఃఖ భయ సే ముక్త కర్ దో, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥1॥
యన్మండలం దేవగణైః సుపూజితం, విప్రైః స్తుతం మానవముక్తికోవిదమ్।

తం దేవదేవం ప్రణమామి భర్గం, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యం॥2॥
ఋషి దేవతాఓం సే నిత్య పూజిత్, హే భర్గ్! భవ బంధన్ ముక్తి కర్తా,
స్వీకార్ కర్ లో వందన్ హమారా, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥2॥
యన్మండలం జ్ఞానఘనం త్వగమ్యం, త్రైలోక్యపూజ్యం త్రిగుణాత్మరూపం।
సమస్త తేజోమయ-దివ్యరూపం, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్॥3॥
హే జ్ఞాన్ కే ఘన్, త్రైలోక్య పూజిత, పావన్ గుణోంకే విస్తార్ కర్తా,
సమస్త ప్రతిభా కే ఆది కారణ్, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥3॥
యన్మండలం గూఢమతిప్రబోధం, ధర్మస్య వృద్ధిం కురుతే జనానామ్।
యత్ సర్వపాపక్షయకారణం చ, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్॥4॥
హే గూఢ్ అంతఃకరణ మే విరాజిత్, తుమ్ దోష్-పాపాది సంహార కర్తా,
శుభ్ ధర్మ కా బోధ్ హమకో కరా దో, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥4॥
యన్మండలం వ్యాధి వినాశదక్షం, యదృగ్ - యజుః సామసు సంప్రగీతమ్।
ప్రకాశితం యేన చ భూర్భువః స్వః, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్॥5॥
హే వ్యాధి-నాశక్, హే పుష్టి దాతా, ఋగ్ సామ్ యజుర్వేద సంచార కర్తా,
హే భూర్భువః స్వః మే స్వ ప్రకాశిత్, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥5॥
యన్మండలం వేదవిదో వదన్తి, గాయన్తి యచ్చారణ - సిద్ధసంఘాః।
యద్యోగినో యోగజుషాం చ సంఘాః, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్॥6॥
సబ్ వేదవిద్, చారణ్, సిద్ధ యోగీ, జిస్‌కే సదా సే హై గాన కర్తా,
హే సిద్ధ సంతో కే లక్ష్య శాశ్వత్, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥6॥
యన్మండలం సర్వజనేషు పూజితం, జ్యోతిశ్చ కుర్యాదిహ మర్త్యలోకే।
యత్కాల-కాలాదిమనాదిరూపమ్, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్॥7॥
హే విశ్వ మానవ్ సే ఆది పూజిత్, నశ్వర్ జగత్ మే శుభ్ జ్యోతి కర్తా,
హే కాల్ కే కాల్-అనాది ఈశ్వర్, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥7॥
యన్మండలం విష్ణుచతుర్ముఖాస్యం, యదక్షరం పాపహరం జనానామ్।
యత్కాలకల్పక్షయకారణం చ, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్ ॥8॥

హే విష్ణు బ్రహ్మాది ద్వారా ప్రచారిత్, హే భక్త్ పాలక్, హే పాప్ హర్తా,
హే కాల్-కల్పాది కే ఆది స్వామీ, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥8॥

యన్మండలం విశ్వసృజాం ప్రసిద్ధం, ఉత్పత్తి- రక్షా ప్రళయప్రగల్భమ్।
యస్మిన్ జగత్సంహరతేఽఖిలం చ, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్॥9॥

హే విశ్వ మండల్ కే ఆది కారణ్, ఉత్పత్తి-పాలన్-సంహార్ కర్తా,
హోతా తుమ్హీమే లయ్ యహ్ జగత్‌సబ్, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥9॥

యన్మండలం సర్వగతస్య విష్ణోః, ఆత్మా పరంధామ విశుద్ధతత్వమ్।
సూక్ష్మాన్త గైర్యోగ పథానుగమ్యం, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్॥10॥

హే సర్వవ్యాపీ, ప్రేరక్ నియంతా, విశుద్ధ్ ఆత్మా, కళ్యాణ కర్తా,
శుభ్ యోగ్ పథ్ పర్ హమకో చలావో, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥10॥

యన్మండలం బ్రహ్మవిదో వదన్తి, గాయన్తి యచ్చారణ- సిద్ధసంఘాః।
యన్మండలం వేదవిదః స్మరన్తి, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యం॥11॥

హే బ్రహ్మనిష్ఠో సే ఆది పూజిత్, వేదజ్ఞ జిసకే గుణగాన్ కర్తా
సద్భావనా హమ్ సబమే జగా దో, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా।11॥

యన్మండలం వేద-విదోపగీతం, యద్యోగినాం యోగపథానుగమ్యమ్।
తత్సర్వవేదం ప్రణమామి దివ్యం, పునాతు మాం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్॥12॥

హే యోగియో కే శుభ్ మార్గదర్శక్, సద్జ్ఞాన్ కే ఆది సంచారకర్తా,
ప్రణిపాత్ స్వీకార్ లో హమ్ సభీ కా, పావన్ బనాదో హే దేవ్ సవితా॥12॥

Develop అగ్ని ప్రదీపనమ్ Kundalini

ప్రజ్వలించుచున్న అగ్నియందే ఆహుతులను ఇవ్వవలసి ఉంటుంది. అందువలన ముందుగా అగ్నిని జ్వలింపచేయాలి. విసనకర్రతో విసురుతూ సమిధలను కదలిస్తూ అగ్నిని ప్రజ్వలింప చేయాలి. పొగ వచ్చేటప్పుడు, మంట లేనప్పుడు ఆహుతులు వేయకూడదు. జీవితము దీప్తివంతము, జ్వలనశీలము, ప్రచండము, ప్రఖరము, ప్రకాశమానము కావాలి అని భావన చేయాలి.

ఓం ఉద్బుధ్యస్వాగ్నే ప్రతి జాగృహి, త్వమిష్టా పూర్తే స గ్ం సృజేథామయం చ।
అస్మిన్సధస్థే అధ్యుత్తరస్మిన్, విశ్వేదేవా యజమానశ్చ సీదత॥

- 15.54,18.61

Four antahkaranas are given as oblations.

సమిధా ధానమ్

జీవన సాధనకు నాలుగు పాదాలున్నాయి. 1. ఉపాసన 2. స్వాధ్యాయము 3. సంయమము 4. సేవ. వీటి ద్వారానే జీవితానికి ఉన్నతి లభ్యమవుతుంది. నాలుగు సమిధలను సమర్పించేటప్పుడు పైన తెలిపిన నాలుగు పాదాలను జీవితంలో ఆచరిస్తున్నట్లుగా భావన చేయాలి. ఒక్కొక్క సమిధను మధ్య వ్రేలు, ఉంగరపు వ్రేలు సాయంతో బొటనవ్రేలు పెట్టి పట్టుకోవాలి. సమిధయొక్క రెండు చివరలను నేతిలో ముంచి తీయాలి. స్వాహా చెప్పినప్పుడు అగ్నిలో వేయాలి.

1. **ఓం అయన్త ఇధ్మ ఆత్మా, జాతవేదస్తేనేధ్యస్వ వర్ధస్వ।చేద్ధ వర్ధయ చాస్మాన్ ప్రజయా, పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేన, నాన్నాద్యేన సమేధయ స్వాహా। ఇదం అగ్నయే జాతవేదసే ఇదం నమమ॥**

   - అశ్వ.గృ.సూ. 1.10

2. **ఓం సమిధాఽగ్నిం దువస్యత, ఘృతైర్బోధయతాతిథిమ్। అస్మిన్ హవ్యా జుహోతన స్వాహా। ఇదం అగ్నయే ఇదం నమమ॥**
3. **ఓం సుసమిద్ధాయ శోచిషే, ఘృతం తీవ్రం జుహోతన । అగ్నయే జాతవేదసే స్వాహా। ఇదం అగ్నయే జాతవేదసే ఇదం న మమ.**
4. **ఓం తం త్వా సమిద్భిరంగిరో, ఘృతేన వర్ధయామసి। బృహచ్ఛోచా యవిష్ఠ్య స్వాహా। ఇదం అగ్నయే అంగిరసే ఇదం న మమ॥**

   - 3.1.3

ఆజ్యాహుతి కొరకు కప్పులో ఉన్న నేతిని కరిగించాలి.

జల ప్రసేచనమ్ Water, Air, Surya

ప్రోక్షణీ పాత్రలో నీటిని తీసికొని మంత్రములో చెప్పబడిన విధంగా

५१. गायत्री यज्ञ को जन-जन तक पहुँचाने वाले, विश्वामित्र को नमस्कार।
५२. युग निर्माण योजना के संस्थापक को नमस्कार।
५३. युग निर्माण योजना सम्मेलनों को सर्वव्यापक बनाने वाले, सर्वव्यापी की नमस्कार।
५४. व्यक्तिगत, पारिवारिक और सामाजिक जीवन में जन्म जन्मान्तर के सम्बन्ध को पहचानने वाले, सर्वविदित को नमस्कार।
१०५. जाति लिंग वर्ण ऐश्वर्य पर आधारित मानवजाति के विभाजन को रोककर, एक धर्म का मार्ग प्रशस्त करने वाले, सकल-स्वीय-समानत को नमस्कार।
१०६. प्रच्छन्न नास्किकों पर उँगुली उठाने वाले, ब्रह्मज को नमस्कार।
१०७. सुव्यवस्थित, सुनियोजित रीति में कुतूहल, कौतुक और विचित्रता, विलक्षणता के बिना निष्ठापूर्वक आध्यात्मिकता का प्रचार करने वाले, महाबुद्धि को नमस्कार।
१०८. जन्म-जन्मों से चले आ रहे अनन्य आत्मीय सम्बन्धी परिजनों को अपने जीवन को ही वसीयत और विरासत के रूप में समर्पित करनेवाले, महाकाल को नमस्कार।

కుండమునకు బయటవైపుకి నాలుగు వైపులా పోయాలి. అగ్నికి నాలుగు వైపులా శీతలవలయం వచ్చి చేరినట్లు భావించాలి. దాని వలన యజ్ఞ ఫలితం శాంతిదాయకమని గ్రహించాలి.

ఓం అదితేఽనుమన్యస్వ॥ ఇతి పూర్వే॥ (తూర్పుదిక్కున)
ఓం అనుమతేఽనుమన్యస్వ ॥ ఇతి పశ్చిమే॥ (పడమరన)
ఓం సరస్వత్యను మన్యస్వ॥ ఇతి ఉత్తరే ॥(ఉత్తరమున)
ఓం దేవ సవితః ప్రసువయజ్ఞం,ప్రసువ యజ్ఞపతింభగాయ।
దివ్యోగంధర్వః కేతపూః, కేతంనః పునాతు,
వాచస్పతిర్వాచం నః స్వదతు ॥ (ఇతి చతుర్దిక్షు) 11.7

ఆజ్యాహుతిః

నేతికి రెండవ అర్థం స్నేహము. స్నేహమనగా ప్రేమ, సానుభూతి, సేవ, సంవేదన, దయ, క్షమ, మమత, ఆత్మీయత, కరుణ, ఉదారత, వాత్సల్యము మొదలైన సద్గుణాలు. నిస్వార్థభావంతో ఉన్నతమైన ఆదర్శాలను జోడించి సాధన చేసినట్లైతే దివ్య ప్రేమ అనిపించుకుంటుంది. అటువంటి దివ్య ప్రేమను, స్నేహమనే నెయ్యితో కనక యజ్ఞవరమార్గానికి జోడించినట్లైతే దేవతలను సంతృప్తిపరిచేదవుతుంది. స్రువాను నేతిలో ముంచి తీయాలి. స్వాహా చెప్పినప్పుడు అగ్నిలో నేతిని వేయాలి. వెంటనే స్రువాలో మిగిలిన నేతిని నీటితో నిండిన ప్రణీత పాత్రలో చిలకరించాలి.

1. ఓం ప్రజాపతయే స్వాహా। ఇదం ప్రజాపతయే ఇదం న మమ। 18-22
2. ఓం ఇంద్రాయ స్వాహా। ఇదం ఇంద్రాయ ఇదం న మమ।
3. ఓం అగ్నయే స్వాహా। ఇదం అగ్నయే ఇదం న మమ।
4. ఓం సోమాయ స్వాహా। ఇదం సోమాయ ఇదం న మమ। 22-27
5. ఓం భూః స్వాహా। ఇదం అగ్నయే ఇదం న మమ।

6. ఓం భువః స్వాహా। ఇదం వాయవే ఇదం న మమ।
7. ఓం స్వః స్వాహా। ఇదం సూర్యాయ ఇదం న మమ। 18-25

గాయత్రీ మంత్రాహుతిః

అతిథిదేవునికి గౌరవ పూర్వకంగా, ప్రేమ పూర్వకంగా వడ్డించిన విధంగా శ్రద్ధ, భక్తి మరియు గౌరవ భావనలతో అగ్నిదేవునికి ఆహుతులు అందించాలి. ఉంగరపు వ్రేలు, మధ్యవ్రేలు, బొటనవ్రేలు ఆధారంగా చేసుకుని హవన సామగ్రిని కొద్దిగా తీసికోవాలి. అరచేతిని పైకి వచ్చే విధంగా పట్టుకొని సిద్ధంగా ఉండాలి. అందరు కలసి ఏకకంఠంతో పెద్దగా గాయత్రీ మంత్రాన్ని చదువుతూ స్వాహా అనగానే అగ్నికుండం మధ్యలో ఒకేసారి వేయాలి.

ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం, భర్గోదేవస్య ధీమహి, ధియో యో నః ప్రచోదయాత్, స్వాహా। ఇదం గాయత్ర్యై ఇదం న మమ॥

36.3.

నోట్ : అవసరాన్ని బట్టి (జన్మదినం, వివాహదినం మొదలైన సంస్కారాలకు దీర్ఘాయుష్షు, ఉజ్వల భవిష్యత్తును కోరుకుంటూ 3 లేక 5 సార్లు మహా మృత్యుంజయ మంత్రంతో పాటు ప్రత్యేక ఆహుతులు సమర్పించాలి.

మహా మృత్యుంజయ మంత్రాహుతిః

ఓం త్ర్యంబకం యజామహే, సుగంధిం పుష్టివర్ధనమ్।
ఉర్వారుకమివ బంధనాన్, మృత్యోర్ముక్షీయ మాఽమృతాత్, స్వాహా।
ఇదం మహామృత్యుంజయాయ ఇదం న మమ॥

స్విష్టకృత్‌హోమః

దీనినే ప్రాయశ్చిత్త ఆహుతి అని కూడ అంటారు. ఆహుతులు వేసే సమయంలో ఏమైనా పొరపాట్లు జరిగినా, లోపం జరిగినా దానిని పూర్తిచేసే నిమిత్తం

ఈ ఆహుతిని వేయడం జరుగుతుంది. ఇదే యజ్ఞాగ్నికి నైవేద్యం కూడా అవుతుంది. ఒక ప్రతినిధి స్రుచి పాత్రలో తీసి పదార్థాన్ని పెట్టి స్వాహా చెప్పినప్పుడు తన స్థానంలోనే కూర్చుని ఆహుతివేయాలి.

ఓం యదస్య కర్మణోకత్యరీరిచం, యద్వాన్యూనమిహాకరమ్।అగ్నిష్టత్ స్విష్టకృద్ విద్యాత్సర్వం స్విష్టం సుహుతం కరోతు మే। అగ్నయే స్విష్టకృతే సుహుతహుతే, సర్వప్రాయశ్చిత్తాహుతీనాం కామానాం, సమర్ధయిత్రే సర్వాన్నః కామాస్సమర్ధయ స్వాహా। ఇదం అగ్నయే స్విష్టకృతే ఇదం న మమ॥

- అశ్వ. గృ.సూ. 1.10

దేవదక్షిణా - పూర్ణాహుతిః

యజ్ఞం వలన జనించిన శక్తి, యజ్ఞ భగవానుని ఆశీర్వచనం, దుష్ప్రవృత్తులను పారద్రోలడానికి ఉపయోగపడుతుంది. ఈ సమయంలో మనలోని ఒక దుర్గుణాన్ని వదలి వేయడానికి ఒక సద్గుణాన్ని స్వీకరించడానికి మనస్సులో గట్టి సంకల్పం తీసుకోవాలి. అందరు లేచి నిలబడాలి. ఒక్కొక్కరు చిటికెడు హవనపొడిని పట్టుకుని నిలబడాలి. ప్రతినిధి మాత్రం స్రుచిపాత్రలో పచ్చివక్కను గాని, ఎండుకొబ్బరి చిప్పనుగాని పెట్టుకొని పట్టుకోవాలి. స్వాహా చెప్పినప్పుడు అందరు అగ్నిలో ఆహుతి వేయాలి.

ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం, పూర్ణాత్ పూర్ణముదచ్యతే।
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ, పూర్ణమేవావశిష్యతే। బృహ. 3.5.1.1.
ఓం పూర్ణాదర్వి పరాపత, సుపూర్ణా పునరాపత।
వస్నేవ విక్రీణా వహా, ఇషమూర్జ గ్ం శతక్రతో స్వాహా॥
ఓం సర్వం వై పూర్ణ గ్ం స్వాహా॥ 3.41

వసోధారా

శుభకార్యాలలో సహజంగా ప్రారంభంలో చూపిన ఉత్సాహం చివరిదాకా ఉండదు. అలసట చెంది కొంత నిరుత్సాహం చూపిస్తారు. ఎవరో కొద్దిమంది మాత్రమే చివరిదాక ఉత్సాహంగా ఉంటారు. పురుషోత్తముల సంగతి వేరు. ధర్మమార్గంలో అడుగు పెడుతూనే వారు ప్రతి అడుగులో అమితవేగం ప్రదర్శిస్తారు. స్రుచిలో నేతిని నింపి మంత్ర సహితంగా యజ్ఞకుండంలో ధారగా పోయాలి. యజ్ఞభగవానుడు సత్కార్యాలలో అవిరళ స్నేహధారను కురిపించే ప్రవృత్తి మరియు సామర్ధ్యాన్ని ప్రసాదించినట్లు భావన చేయాలి.

ఓం వసోః పవిత్రమసి శతధారం, వసోః పవిత్రమసి సహస్రధారం।
దేవస్త్వా సవితా పునాతు వసోః, పవిత్రేణ శతధారేణ సుప్వా,
కామధుక్షః స్వాహా। - 1.3

నీరాజనమ్ - ఆరతీ

పూలతో అలంకరించిన పళ్లెంలో హారతిని వెలిగించాలి. మూడు సార్లు నీటిని త్రిప్పి యజ్ఞభగవానునికి, దేవతా ప్రతిమలకు హారతిని త్రిప్పాలి. హారతిని త్రిప్పడంలో కూడ ఒక పరమార్ధం ఉంది. భగవానుని గౌరవించడం, పరమాత్మజ్ఞాన ప్రకాశాన్ని దశదిశలకు వ్యాపింపచేయడం గా భావించాలి. శంఖము, ఘంటానాదం విని ధర్మప్రేమికులు ఈ ప్రయోజనానికి లేచి నిలబడాలి. అందరూ నిల్చుని దేవశక్తులకు హారతివ్వాలి.

ఓం యంబ్రహ్మావేదాన్తవిదో వదన్ని, పరం ప్రధానం పురుషం తథాన్యే
విశ్వోద్గతేః కారణమీశ్వరం వా, తస్మై నమో విఘ్నవినాశనాయ॥
ఓం యం బ్రహ్మ వరుణేంద్రరుద్రమరుతః, స్తున్వన్తి దివ్యైః స్తవైః
వేదైః సాంగపదక్రమోపనిషదైః, గాయన్తి యం సామగాః।

ధ్యానావస్థిత - తద్గతేన మనసా, పశ్యన్తి యం యోగినో,
యస్యాన్తం న విదుః సురాసురగణాః, దేవాయ తస్మై నమః॥

ఘృతావఘ్రాణమ్

ఆజ్యాహుతులు వేసిన తర్వాత చిలకరించబడిన నెయ్యి నీటితో ఉన్న ప్రణీత పాత్రలో ఉంటుంది. దానిని యాజకులందరికీ అందించాలి. యాజకులు కుడిచేతి వ్రేళ్ళ చివరలను ముంచి నీటితో కలిసిన నేతిని తీసికోవాలి. దానిని రెండు అరచేతులకు రాసుకుని అగ్నికి ఎదురుగా వేడి తాకునట్లు పెట్టాలి. మంత్రం పూర్తి అయిన తరువాత గాయత్రీ మంత్రం చదువుతూ వాసన చూడాలి. తరువాత ముఖమునకు, చేతులకు రుద్దుకోవాలి. యజ్ఞం ద్వారా లభించిన శక్తిని స్వీకరించినట్లు భావన చేయాలి.

ఓం తనూపా అగ్నేకసి, తన్వం మే పాహి।
ఓం ఆయుర్దా అగ్నేకసి ఆయుర్మే దేహి॥
ఓం వర్చోదా అగ్నేకసి వర్చో మే దేహి ।
ఓం అగ్నే యన్మే తన్వాక, ఊనన్తన్మక ఆపృణ॥
ఓం మేధాం మే దేవః, సవితా ఆదధాతు।
ఓం మేధాం మే దేవీ, సరస్వతీ ఆదధాతు॥
ఓం మేధాం మే అశ్వినౌ, దేవావాధత్తాం పుష్కరస్రజౌ।- పా.గృ.సూ. 2.4.7-8

భస్మధారణమ్

"మృత్యువు ఎప్పుడైనా రాక తప్పదు. చూస్తూ చూస్తూ ఈ సుందరమైన శరీరం బూడిదకాక తప్పదు" ఈ విషయాన్ని ప్రతిక్షణం గుర్తుపెట్టుకోవాలి. అందుకోసం యజ్ఞ భస్మాన్ని ధరించాల్సి ఉంటుంది. స్రువ చివరను నీటిలో

తడిపి, దానితో భస్మాన్ని తీయాలి. ఆ భస్మాన్ని ఉంగరపు వ్రేలితో తీసికోవాలి. మంత్రంలో చెప్పిన విధంగా ఆయా స్థానాలలో బొట్టు లాగా పెట్టుకోవాలి.

ఓం త్ర్యాయుషం జమదగ్నేః, ఇతి లలాటే। (నుదుటిపైన)
ఓం కశ్యపస్య త్ర్యాయుషం, ఇతి గ్రీవాయాం॥ (కంఠంపైన)
ఓం యద్దేవేషు త్ర్యాయుషం, ఇతి దక్షిణబాహుమూలే। (కుడిభుజంపైన)
ఓం తన్నో అస్తు త్ర్యాయుషం, ఇతి హృది। (హృదయంపైన)

క్షమా ప్రార్థనా

యజ్ఞకార్యంలో ఏదైనా పొరపాటు జరిగి ఉండవచ్చు. క్రియలో ఏదైనా లోటు జరిగి ఉండవచ్చు. ఎవరితోనైనా అనుచితంగా ప్రవర్తించి ఉండవచ్చు. అందువలన దేవశక్తులను, మనుషులను క్షమాపణ కోరడం చక్కని సంప్రదాయం. క్షమాపణ కోరడం వలన మనస్సు తేలిక పడుతుంది, అవతలివారి అలక కూడా తీరుతుంది. రెండుచేతులను జోడించి క్షమాప్రార్ధన చేయాలి.

ఓం ఆవాహనం న జానామి, నైవ జానామి పూజనమ్।
విసర్జనం న జానామి, క్షమస్వ పరమేశ్వర ! ॥1॥
మంత్రహీనం క్రియాహీనం, భక్తిహీనం సురేశ్వర।
యత్పూజితం మయా దేవ! పరిపూర్ణం తదస్తు మే ॥2॥
యదక్షరపదభ్రష్టం, మాత్రాహీనం చ యద్ భవేత్।
తత్సర్వం క్షమ్యతాం దేవ! ప్రసీద పరమేశ్వర! ॥3॥
యస్య స్మృత్యా చ నామోక్త్యా, తపోయజ్ఞక్రియాదిషు।
న్యూనం సంపూర్ణతాం యాతి, సద్యో వన్దే తమచ్యుతమ్ ॥4॥
ప్రమాదాత్కుర్వతాం కర్మ, ప్రచ్యవేతాధ్వరేషు యత్।

స్మరణాదేవ తద్విష్ణోః సంపూర్ణం స్యాదితిశృతిః ॥5॥

సాష్టాంగ నమస్కారః

సర్వవ్యాపియైన విరాట్ బ్రహ్మను, విశ్వ బ్రహ్మాండాన్ని భగవంతుని యొక్క దృశ్యరూపంగా తలచి నమస్కరించాలి.

ఓం నమోస్త్వనన్తాయ సహస్రమూర్తయే, సహస్రపాదాక్షిశిరోరుబాహవే।
సహస్రనామ్నే పురుషాయ శాశ్వతే, సహస్రకోటీయుగధారిణే నమః॥

శుభకామనా

అందరి శుభంలోనే మనయొక్క శుభం కూడా ఇమిడి ఉంటుంది. పరమార్థంతోనే స్వార్థం కూడ ముడివడి ఉంటుంది. దానిని గుర్తించి లోక కల్యాణం కొరకు పరమాత్మని వేడుకోవాలి. యాజకులందరు రెండు చేతులను చాచి మంత్రపూర్వకంగా ఈ భావాలతో మనస్సుని నింపుకుని రెండు చేతులను యాచక ముద్రలో ఉంచి వేడుకోవాలి.

ఓం స్వస్తి ప్రజాభ్యః పరిపాలయన్తాం,
న్యాయ్యేన మార్గేణ మహీం మహీశాః।
గోబ్రాహ్మణేభ్యః శుభమస్తు నిత్యం,
లోకాః సమస్తాః సుఖినో భవన్తు ॥1॥
సర్వే భవన్తు సుఖినః సర్వే సన్తు నిరామయాః।
సర్వే భద్రాణి పశ్యన్తు, మాకశ్చిద్ దుఃఖ మాప్నుయాత్ ॥2॥
శ్రద్ధాం మేధాం యశః ప్రజ్ఞాం, విద్యాం, పుష్టిం శ్రియం బలమ్।
తేజ ఆయుష్యమారోగ్యం, దేహి మే హవ్యవాహన ॥3॥ - లౌగా. స్మృ

పుష్పాంజలిః

ఇది వీడ్కోలు సత్కారం. దేవతలు వచ్చినప్పుడు అతిథ్యం ఇచ్చి, స్వాగత సత్కారాలు చేశాము. వీడ్కోలు సమయంలో మంత్ర పుష్పాంజలి సమర్పిస్తాం. యాజకులందరు అక్షతలను, పువ్వులను కుడి చేతిలోనికి తీసికోవాలి. మంత్రం చదివిన తరువాత వేదికపైనున్న దేవతలకు సమర్పించాలి.

ఓం యజ్ఞేన యజ్ఞమయజన్త దేవాః, తాని ధర్మాణి ప్రథమాన్యాసన్।
తేహ నాకం మహిమానః సచన్త, యత్ర పూర్వే సాధ్యాః సన్తి దేవాః।
ఓం మంత్రపుష్పాంజలిం సమర్పయామి॥ 31.16

శాంతిఅభిషించనమ్

యజ్ఞశాలలో వేదికపై ఉంచబడిన దివ్యకలశములోని నీరు దివ్యశక్తులను నింపుకొని ఉంటుంది. ఆనీటిని ధరించుట వలన మానవునికి శారీరిక ఆరోగ్యము, మానసిక శాంతి, ఆత్మిక గరిమ మొదలైనవి అభివృద్ధి చెందుతాయి. కలశములోని పుష్పంతో నీటిని మంత్రంతో అందరిపై చిలకరించాలి. దేవతలు ఆశీస్సులను వర్షించినట్లుగా భావన చేయాలి.

ఓం ద్యౌః శాంతిరన్తరిక్ష గ్ం శాంతిః, పృథివీ శాంతిరాపః ,శాంతిరోషధయః శాంతిః । వనస్పతయః శాంతిర్విశ్వేదేవాః, శాంతిర్బ్రహ్మాశాంతిః, సర్వగ్ం శాంతిః, శాంతిరేవశాంతిః, సామా శాంతిరేధి॥ ఓం శాంతిః, శాంతిః, శాంతిః । సర్వారిష్ట - సుశాంతిర్భవతు।

సూర్యార్ఘ్యదానమ్

మనయొక్క హీన ప్రవృత్తులు సూర్యభగవానుని వేడికి ఆవిరై ఊర్ధ్వగమనం

పొంది విరాట్ స్వరూపంలో వ్యాపించాలనీ, పరిమితమైన, అశాశ్వతమైన జీవితం నిశ్చల నిస్సీమ బ్రహ్మ తత్వంలో కలిసిపోవాలనే భావనతో సూర్యునికి అర్ఘ్యం ఇవ్వాలి.

క్రియ : సూర్యుని వైపు చూస్తూ జలకలశంలోని నీటిని మంత్రంతో ధారగా పవిత్రమైన స్థలంలోకాని, తులసి చెట్టులోకాని పడేట్లు వదలాలి.

ఓం సూర్యదేవ! సహస్రాంశో, తేజోరాశే జగత్పతే।
అనుకంపయ మాం భక్త్యా గృహాణార్ఘ్యం దివాకర॥
ఓం సూర్యాయ నమః ఆదిత్యాయ నమః భాస్కరాయ నమః।

ప్రదక్షిణా

యాజకులందరు నిలబడిన స్థానమునుండి కుడివైపుకు తిరుగుతూ ప్రదక్షిణం చేయాలి. శ్రేష్ఠమార్గంలో నడుస్తున్నట్లుగా భావన చేయాలి. లోభము, మోహము, భయాల కారణంగా ఈ మార్గాన్ని వదలము. సమయానుసారంగా యజ్ఞశాల, మందిరము యొక్క ప్రదక్షిణలు చేస్తూ యజ్ఞమహిమ, గాయత్రి స్తుతి, గురువందన చేయవచ్చు.

ఓం యాని కాని చ పాపాని, జ్ఞాతాజ్ఞాతకృతాని చ।
తాని సర్వాణి నశ్యంతి, ప్రదిక్షణ పదే -పదే॥

విసర్జనమ్

ఆవాహనం చేయబడిన యజ్ఞ పురుషునికి, గాయత్రీ మాతకు దేవపరివారానికి భావపూర్తిగా వీడ్కోలు తెలుపుతూ పూజావేదికపై పుష్పవృష్టిని కురిపించాలి. కోరినప్పుడు దైవానుగ్రహం మరల మరల తిరిగి పొందాలని విసర్జన సమయంలో అగ్నిదేవుని వేడుకోవాలి.

ఓం గచ్ఛ త్వం భగవన్నగ్నే, స్వస్థానే కుండమధ్యతః।
హుతమాదాయ దేవేభ్యః, శీఘ్రం దేహి ప్రసీద మే॥

గచ్ఛ గచ్ఛ సురశ్రేష్ఠ, స్వస్థానే పరమేశ్వర!।
యత్ర బ్రహ్మాదయో దేవాః తత్ర గచ్ఛ హుతాశన!॥
యాన్తు దేవగణాః సర్వే, పూజామాదాయ మామకీమ్।
ఇష్టకామసమృద్ధ్యర్థం, పునరాగమనాయ చ॥

గాయత్రీ ఆరతీ

జయతి జయ గాయత్రీ మాతా, జయతి జయ గాయత్రీ మాతా
సత మారగ్ పర్ హమే చలావో, జో హై సుఖ దాతా ॥జయతి॥
ఆది శక్తి తుమ అలఖ్- నిరంజన, జగ పాలన కర్త్రీ
దుఃఖ-శోక-భయ-క్లేశ-కలహ, దారిద్ర్య దైన్యహర్త్రీ ॥జయతి॥
బ్రహ్మరూపిణీ, ప్రణత పాలినీ, జగత్ ధాత్రీ అంబే।
భవభయహారీ, జన-హితకారీ, సుఖదా జగదంబే ॥జయతి॥
భయ-హారిణి భవ-తారిణి అనఘే, అజ ఆనంద రాశీ।
అవికారీ అఘహరీ అవిచలిత, అమలే అవినాశీ ॥జయతి॥
కామధేను సత్- చిత్ ఆనందా, జయ గంగా గీతా।
సవితా కీ శాశ్వతీ శక్తి తుమ్, సావిత్రీ సీతా ॥జయతి॥
ఋగ్, యజు, సామ, అథర్వ ప్రణయినీ, ప్రణవ మహామహిమే।
కుండలినీ సహస్రార సుషుమ్నా, శోభా గుణ-గరిమే ॥జయతి॥
స్వాహా స్వధా శచీ బ్రహ్మాణీ, రాధా రుద్రాణీ।
జయ సతరూపా వాణీ, విద్యా, కమలా,కల్యాణీ ॥జయతి॥
జననీ హమ్ హై। దీన-హీన, దుఃఖ దారిద్ కే ఘేరే।
యదపి కుటిల కపటీ కపూత, తవు బాలక్ హై తేరే ॥జయతి॥
స్నేహ సనీ కరుణామయి మాతా। చరణ్ శరణ్ దీజై।

బిలఖ రోహే హమ్ శిశు సుత తేరే, దయాదృష్టి కీజై ॥జయతి॥
కామ - క్రోధ మద - లోభ - దంభ- దుర్భావ-ద్వేషహరియే।
శుద్ధ బుద్ధి నిష్పాప హృదయ, మన కో పవిత్ర కరియే ॥జయతి॥
తుమ్ సమర్థ సబ్ భ్రాంతి తారిణీ, తుష్టి - పుష్టి త్రాతా।
సత్ మారగ్ పర్ హమే చలావో, జో హై సుఖ దాతా ॥జయతి॥
జయతి జయ గాయత్రీ మాతా, జయతి జయ గాయత్రీ మాతా।

యజ్ఞమహిమా

యజ్ఞమహిమనుగానం చేస్తూ కుండముల చుట్టూ ప్రదక్షిణ చేయాలి.

యజ్ఞ రూప ప్రభో హమారే, భావ ఉజ్జ్వల కీజియే।
ఛోడ దేవేం ఛల కపట కో, మానసిక బల దీజియే॥
వేద కీ బోలే ఋచాయేం, సత్య కో ధారణ కరే।
హర్ష మే హో మగ్న సారే, శోక సాగర సే తరే॥
అశ్వమేధాదిక రచాయేం, యజ్ఞపర ఉపకారకో।
ధర్మ మర్యాదా చలాకర్, లాభ దే సంసార్ కో॥
నిత్య శ్రద్ధా - భక్తిసే, యజ్ఞాది హమ్ కరతేరహే।
రోగ పీడిత విశ్వకే సంతాప్ సబ్ హరతే రహే॥
కామనా మిట్ జాయ మన సే, పాప అత్యాచార్ కీ।
భావనా యేం శుద్ధ్ హోవే, యజ్ఞ సే నర - నారి కీ ॥
లాభకారీ హోహవన్, హర్ జీవధారీ కే లియే ।
వాయు - జల సర్వత్ర హో, శుభ గంధ్ కో ధారణ కియే ॥
స్వార్థ భావ మిటే హమారా, ప్రేమ పథ విస్తార్ హో ।
'ఇదం న మమ' కా సార్థక్, ప్రత్యేక మే వ్యవహార్ హో ॥

హాథ్ జోడ ఝుకాయ మస్తక్, వందనా హమ్ కర్‌రహే ।
నాథ్ కరుణారూప కరుణా, ఆప్‌కీ సబ్ పర్‌రహే ॥
యజ్ఞ రూవ ప్రభో హమారే భావ ఉజ్జ్వల కీజియే ।
ఛోడ దేవే ఛల కపట కో, మానసిక బల దీజియే ॥

గురువందనా

నీవే ఆధారమూ సద్గురూ - నీవే ఆధారమూ
నీవే ఆధారమూ సద్గురూ - నీవే ఆధారమూ ॥నీవే॥
నా జీవితమున నీవు దొరకకనే, మనసున దొరకదుగా ప్రశాంతి,
లోకములే వెదికాను సద్గురూ ॥నీవే॥
నీ ఆదరణే దొరుకును మాకని, ఎదురీదాము ఏదోవిధముగా,
ఒడ్డుకు చేర్పించవా సద్గురూ ॥నీవే॥
ఓ ప్రభూ నీవే అన్ని రూపముల, కాపాడితివే భవసాగరమున,
ధార్మికుడన నీవే సద్గురూ ఉదారుడన నీవే ॥నీవే॥
నీముంగిటికే వచ్చిన మమ్మూ దుఃఖరహితముగా ఉద్ధరింపుమా
దాసుల మొర వినుమా సద్గురూ ॥నీవే॥
అంధకారమే అలిమిన జగతిన కాంతి ప్రకాశమే పొందగల్గితిమి
నీవాకిట చేరాము సద్గురూ ॥నీవే॥

యుగనిర్మాణ సత్సంకల్పాలు

1. మేము ఈశ్వరుని సర్వవ్యాపకునిగాను, న్యాయనిర్ణేతగాను భావించి ఆయన ఆజ్ఞలను మా జీవితాలలో తీర్చిదిద్దుకుంటాము.
2. శరీరాన్ని దైవమందిరంగా భావించి, ఆత్మ సంయమనం మరియు నియమ పాలన ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని రక్షించుకుంటాము.

3. మనస్సును దురాలోచనలు, దుర్వ్యసనాల నుండి రక్షించుకొనుటకై స్వాధ్యాయ - సత్సంగాలను ఏర్పాటు చేసుకుంటాము.
4. ఇంద్రియ సంయమం, అర్థసంయమం, సమయసంయమం మరియు ఆలోచనా సంయమాలను నిరంతరమూ అభ్యసిస్తుంటాము.
5. మమ్మి మేము సమాజము యొక్క అభిన్న అంగాలుగా గుర్తించుకుని, అందరి హితములోనూ మా హితాన్ని చూసుకొంటాము.
6. విధులను నిర్వర్తిస్తాము, చేయకూడని పనులు చేయము. పౌర బాధ్యతలను పాటిస్తాము. సమాజం యెడల నిష్ఠ కలిగి ఉంటాము.
7. వివేకము, నిజాయతీ, బాధ్యత, పరాక్రమం జీవితంలో అవిచ్ఛిన్నమైన ఒక అంగంగా గుర్తిస్తాము.
8. నలుదిక్కులా మధురమైన, స్వచ్ఛమైన, నిరాడంబరమైన సహృదయ వాతావరణాన్ని నిర్మిస్తాము.
9. అవినీతితో పొందిన సాఫల్యం కంటే, నీతితో పొందిన ఓటమినే శిరసావహిస్తాము.
10. వ్యక్తివిలువకు గీటురాయి వ్యక్తి సాఫల్యము, యోగ్యత, అంతస్తులు గాక, అతని సద్భావనలు, సత్కర్మలని గుర్తిస్తాము.
11. ఇతరులు మాయెడల ఏ విధంగా ప్రవర్తించాలని కోరుకుంటామో, మేము ఇతరుల యెడ ఆ విధంగానే ప్రవర్తిస్తాము.
12. స్త్రీ పురుషులము పరస్పరము పవిత్ర దృష్టిని కలిగి ఉంటాము.
13. ప్రపంచములో సత్ప్రవృత్తుల పుణ్య ప్రచారానికై మా సమయం, పలుకుబడి, జ్ఞానం, పురుషార్థం, సంపత్తిలో కొంత భాగాన్ని

నియమిత ప్రకారం వినియోగిస్తుంటాము.
14. సాంప్రదాయాల కంటే వివేకానికి ప్రాముఖ్యతనిస్తాము.
15. సజ్జనులను సంఘటిత పరుచుటలో, అవినీతి యెడల కాఠిన్యత కలిగి ఉండుటలో సృజనాత్మక కార్యకలాపాలలో పూర్తి ఆసక్తిని కలిగి ఉంటాము.
16. దేశ ఐకమత్యము, సమానతల యెడ శ్రద్ధ చూపుతాము. జాతి, లింగ, భాష, ప్రాంత, సంప్రదాయాల కారణంగా, పరస్పరం ఎలాంటి భేదభావాలను కలిగి ఉండము.
17. మానవుడు తన భాగ్యానికి తానే నిర్మాత! ఈ విశ్వాసము ఆధారంగా మేము ఉత్కృష్టులమై, ఇతరులను శ్రేష్టులుగా చేస్తే, యుగం తప్పక మారుతుందని మా విశ్వాసం.
18. "మేము మారుతాం - యుగం మారుతుంది. మేము చక్కబడతాము- యుగం చక్కపడుతుంది" ఈ తథ్యముపై సంపూర్ణ విశ్వాసము ఉన్నది.

జయఘోష

1. గాయత్రీమాతాకీ	- జై
2. యజ్ఞభగవాన్‌కీ	- జై
3. వేదభగవాన్‌కీ	- జై
4. భారతీయ సంస్కృతికీ	- జై
5. భారతమాతాకీ	- జై
6. ఏకమౌతాం	- వివేకులమౌతాం
7. మేము మారుతాం	- యుగం మారుతుంది

8. మేము బాగుబడతాం - యుగం బాగుపడుతుంది
9. జ్ఞానయజ్ఞపు ఎర్రకాగడా - నిరంతరం వెలుగుతుంది
10. జ్ఞానయజ్ఞపు జ్యోతి వెలిగించడానికై- మేం ఇంటింటికి వెళతాం
11. నూతనసమాజం నిర్మిస్తాం - కొత్త రోజులు తెస్తాం
12. జన్మఎక్కడ - మనం పొందామో
13. అన్నమెక్కడ - మనం తిన్నామో
14. వస్త్రమెక్కడ - మనం కట్టామో
15. జ్ఞానమెక్కడ - మనం పొందామో
16. ఆదేశమే - మనకెంతో ఇష్టం
17. దేశరక్షణ ఎవరుచేస్తారు - మేం చేస్తాం మేంచేస్తాం
18. ధర్మరక్షణ ఎవరు చేస్తారు - మేం చేస్తాం మేంచేస్తాం
19. యుగనిర్మాణం ఎలా అవుతుంది - వ్యక్తి నిర్మాణంతో
20. తల్లి శిరస్సు ఉన్నతమౌతుంది - త్యాగం బలిదానంతో
21. నిత్యం సూర్యుని ధ్యానిస్తాం - మాప్రతిభను పెంపొందిస్తాం
22. మానవులంతా - సమానమే
23. జాతి - వంశములు - సమానమే
24. స్త్రీ - పురుషులు - సమానమే
25. స్త్రీకి గౌరవం ఎక్కడో - సంస్కృతి ప్రగతి అక్కడే
26. మేల్కొన్నది సోదరా! మేల్కొన్నది - నారీ శక్తి మేల్కొన్నది!
27. విచార క్రాంతి అభియానము - సఫలమగు గాక (3మార్లు)
28. మన యుగ నిర్మాణయోజన - సఫలమగు గాక (3మార్లు)
29. యుగనిర్మాణ సత్సంకల్పాలు - నెరవేరు గాక (3 మార్లు)

30. ఇరవై ఒకటవ శతాబ్ది - ఉజ్జ్వల భవిష్యత్
31. వందే - వేద మాతరమ్
32. వందే - దేవ మాతరమ్
33. వందే - విశ్వ మాతరమ్

దేవ-దక్షిణ-శ్రద్ధాంజలి

త్యజించవలసిన దుష్ప్రవృత్తులు

1. దొంగిలించుట, మోసగించుట, అవినీతి, అధికలాభాపేక్ష, సోమరితనము, శ్రమపడకుండా గ్రహించుట, లంచం మొదలైన అనైతిక పనులనుండి దూరంగా ఉండుట, అవినీతివలన వచ్చిన సొమ్మును ఉపయోగించుట మొదలగునవి.
2. మాంసాహారం, వధించబడిన జంతువుల చర్మమును ఉపయోగించుట.
3. పశువులను బలిఇచ్చుట, మన లాభమునకై ఇతరులకు కష్టమును కలిగించుట.
4. వివాహాల సమయంలో వరకట్నము గురించి వరుని పక్షమువారు, నగల గురించి వధువు పక్షమువారు పంతాలకు పోవుట.
5. వివాహములో ఆడంబరము, దుబారా చేయకుండుట. బాల్య వివాహాలు, మాంస భక్షణము చేయుట.
6. పొగాకు, గంజాయి, సారా మొదలైన మత్తుపదార్థాలకు బానిసలు అగుట.
7. ఇతరులను నిందించుట, కఠినముగా మాట్లాడుట, తిట్టుట.
8. ఫ్యాషన్లు, అధికముగా అలంకరించుకొనుట, నగలకోసమై ఆరాటపడుట.

9. భోజన సమయంలో పదార్థములను విడిచిపెట్టుట, అన్నమును పారవేయుట. సాత్విక ఆహారము సేవించకుండుట.
10. జాతి-కులముల పేరుతో వ్యత్యాసములు పాటించుట.
11. స్త్రీలకు ఘోషాపద్ధతిని విధించుట, స్త్రీలు ముసుగులు ధరించుట
12. బాలబాలికలయందు, స్త్రీ-పురుషులయందు పక్షపాతమును చూపుట.
13. అశ్లీలములైన పుస్తకములను, పాటలను చదువుట - వినుట - పాడుట, అశ్లీలములైన సినిమాలను చూచుట, తీయుట.
14. జూదములాడుట, లాటరీ, విలాస జీవితమునకై ప్రాకులాడుట.

అనుసరించదగిన సత్ప్రవృత్తులు

1. ప్రతిరోజు కనీసం 10నిమిషాల గాయత్రి ఉపాసన.
2. ఇంటిలో మన కన్న పెద్దవారికి నియమంగా నమస్కరించుట
3. మనకన్న చిన్నవారిని ప్రేమతో ఆదరించుట.
4. మనకర్తవ్యములను గ్రహించుట, పాటించుట
5. ఏ పనినీ చిన్నదిగా భావించకుండుట, నిత్యము శ్రమ చేయుట.
6. మంచిని బోధించే పుస్తకాలను రోజు కనీసం అరగంట స్వాధ్యాయము చేయుట లేక వినుట.
7. మన సంస్కృతికి చిహ్నములైన శిఖను, యజ్ఞోపవీతమును ధరించుట, ఇతరులను కూడ ప్రోత్సాహపరచుట.
8. నిరాడంబరముగ జీవించుట, సగటు భారతీయ జీవిత విధానమును ఆచరించుటలోనే గర్వించుట.
9. జ్ఞాన యజ్ఞమును, మంచి విషయాలను ప్రచారం చేయడానికి గాను కనీసం ఒక్కరూపాయిని, ఒక్క గంట సమయాన్ని ప్రతిరోజు

వినియోగించుట.

10. కుటుంబంలో అందరుకలసి - ఉపాసన - హారతి మొదలైన కార్యాలలో పాల్గొనే అలవాటు చేసికొనుట.

24. గాయత్రీ మంత్రములు

గాయత్రీ మంత్రమునందలి 24 శక్తులను వ్యక్తముచేస్తూ ఇవ్వబడిన ఉపమంత్రములను మన అవసరమును బట్టి ఎంపిక చేసికొని ఉపాసన చేయవచ్చును.

1. విఘ్నములను తొలగించుటకు గణేశ గాయత్రి
ఓం ఏకదంష్ట్రాయ విద్మహే, వక్రతుండాయ ధీమహి
తన్నో బుద్ధిః ప్రచోదయాత్.
2. పరాక్రమ వృద్ధికి నృసింహగాయత్రి
ఓం ఉగ్రసింహాయ విద్మహే, వజ్ర నఖాయ ధీమహి
తన్నో నృసింహః ప్రచోదయాత్.
3. పరిపాలనా దక్షతకు విష్ణు గాయత్రి
ఓం నారాయణాయ విద్మహే, వాసుదేవాయ ధీమహి
తన్నో విష్ణుః ప్రచోదయాత్.
4. శుభముల కొరకు శివ గాయత్రి
ఓం పంచవక్త్రాయ విద్మహే, మహాదేవాయ ధీమహి
తన్నో రుద్రః ప్రచోదయాత్.
5. ఆకర్షణ శక్తికి కృష్ణ గాయత్రి
ఓం దేవకీ నందనాయ విద్మహే, వాసుదేవాయ ధీమహి
తన్నో కృష్ణః ప్రచోదయాత్.
6. ప్రేమతత్వమునకు రాధా గాయత్రి :
ఓం వృషభానుజాయై విద్మహే, కృష్ణ ప్రియాయై ధీమహి

తన్నో రాధా ప్రచోదయాత్.

7. సంపద సమృద్ధి కొరకు లక్ష్మీ గాయత్రి :
ఓం మహాలక్ష్మైచ విద్మహే, విష్ణు ప్రియాయై ధీమహి
తన్నో లక్ష్మీ ప్రచోదయాత్.

8. సంకల్ప శక్తికి అగ్నిగాయత్రి:
ఓం మహా జ్వాలాయ విద్మహే, అగ్నిదేవాయ ధీమహి
తన్నో అగ్నిః ప్రచోదయాత్.

9. మనోనిగ్రహమునకు ఇంద్ర గాయత్రి :
ఓం సహస్రనేత్రాయ విద్మహే, వజ్రహస్తాయ ధీమహి
తన్నో ఇంద్రః ప్రచోదయాత్

10. విద్యకు సరస్వతీ గాయత్రి :
ఓం సరస్వత్యైచ విద్మహే, బ్రహ్మ పత్న్యైచ ధీమహి
తన్నో దేవీ ప్రచోదయాత్.

11.సంరక్షణకు, భద్రతకు దుర్గాగాయత్రి :
ఓం గిరిజాయై విద్మహే, శివప్రియాయై ధీమహి
తన్నో దుర్గా ప్రచోదయాత్.

12. సేవా తత్పరతకు హనుమాన్ గాయత్రి :
ఓం అంజనీ సుతాయ విద్మహే, వాయు పుత్రాయ ధీమహి
తన్నో మారుతిః ప్రచోదయాత్.

13. క్షమకు పృథ్వీగాయత్రి :
ఓం పృథ్వీ దేవ్యైచ విద్మహే, సహస్ర మూర్త్యైచ ధీమహి
తన్నో పృథ్వీ ప్రచోదయాత్.

14. తేజో వృద్ధికి సూర్య గాయత్రి :
ఓం భాస్కరాయ విద్మహే, దివాకరాయ ధీమహి
తన్నో సూర్యః ప్రచోదయాత్.

15. సత్యవాక్కు పరిపాలనకు రామ గాయత్రి:

ఓం దాశరథాయ విద్మహే, సీతావల్లభాయ ధీమహి
తన్నో రామః ప్రచోదయాత్.

16. సహనానికి సీతా గాయత్రి :
ఓం జనక నందిన్యైచ విద్మహే, భూమిజాయైచ ధీమహి
తన్నో సీతా ప్రచోదయాత్.

17. చల్లదనానికి చంద్ర గాయత్రి
ఓం క్షీర పుత్రాయ విద్మహే, అమృత తత్వాయ ధీమహి
తన్నో చంద్రః ప్రచోదయాత్.

18. క్రమశిక్షణకు యమ గాయత్రి
ఓం సూర్య పుత్రాయ విద్మహే, మహాకాలాయ ధీమహి
తన్నోయమః ప్రచోదయాత్.

19. సృజనాత్మక శక్తికి బ్రహ్మ గాయత్రి :
ఓం చతుర్ముఖాయ విద్మహే, హంసారూఢాయ ధీమహి
తన్నో బ్రహ్మః ప్రచోదయాత్.

20. పవిత్రతకు వరుణ గాయత్రి :
ఓం జలబింబాయ విద్మహే, నీల పురుషాయ ధీమహి
తన్నో వరుణః ప్రచోదయాత్ .

21. రోగ నివారణకు నారాయణ గాయత్రి :
ఓం నారాయణాయ విద్మహే, వాసుదేవాయ ధీమహి
తన్నో నారాయణః ప్రచోదయాత్.

22. ప్రజ్ఞకు హయగ్రీవ గాయత్రి :
ఓం వాణీశ్వరాయ విద్మహే, హయగ్రీవాయ ధీమహి, తన్నో హయగ్రీవః ప్రచోదయాత్.

23. జీవిత పరమార్థమును తెలిసికొనుటకు హంస గాయత్రి : **ఓం పరమహంసాయ విద్మహే,మహాహంసాయ ధీమహి, తన్నో హంసః ప్రచోదయాత్.**

24. రోగనిరోధమునకు తులసీ గాయత్రి :**ఓం శ్రీతులస్యై విద్మహే, విష్ణు ప్రియాయై ధీమహి, తన్నో వృందా ప్రచోదయాత్.**

గాయత్రీ చాలీసా

హ్రీం, శ్రీం, క్లీం, మేధాప్రభా, జీవనజ్యోతి ప్రచండ।
శాంతి క్రాంతి జాగృతి ప్రగతి, రచనా శక్తి అఖండ॥
జగత్ జనని మంగలకరని, గాయత్రీ సుఖదామ్।
ప్రణవోం సావిత్రీ స్వధా, స్వాహా పూరనకామ్॥
భూర్భువః స్వః ఓంయుతజననీ । గాయత్రీనిత కలిమల దహనీ॥
అక్షర చౌబిస్ పరమపునీతా । ఇన్‌మే బసే శాస్త్ర శృతిగీతా॥
శాశ్వత సతోగుణీశతరూపా । సత్యసనాతన సుధా అనూపా॥
హంసారూఢ సితంబరధారీ । స్వర్ణ కాంతి శుచిగగనవిహారీ॥
పుస్తక పుష్పకమండలు మాలా । శుభ్రవర్ణతనునయన విశాలా ॥
ధ్యానధరత పులకితహియహోఈ । సుఖ ఉపజత, దుఃఖదురమతి ఖోఈ॥
కామధేను తుమ్ సురతరుఛాయా । నిరాకార్‌కీ అద్భుత్ మాయా॥
తుమ్హారీ శరణ్ గహైఁజోకోయీ । తరై సకల సంకటసోంసో ఈ॥
సరస్వతీ లక్ష్మీ తుమ్‌కాలీ । దిపై తుమ్హారీ జ్యోతినిరాలీ ॥
తుమ్హారీ మహిమా పారనపావై । జోశారద శతముఖ గుణగావై ॥
చార్‌వేద్‌కీ మాతపునీతా । తుమ్ బ్రహ్మణీగౌరీ సీతా॥
మహామంత్రజితనే జగమాహీ । కోఊ గాయత్రీ సమనాహీ ॥
సుమిరత హియమేఁ జ్ఞానప్రకాసై । ఆలసపాప అవిద్యా నాసై ॥
సృష్టిబీజ జగజనని భవానీ । కాలరాత్రి వరదా కల్యాణీ ॥
బ్రహ్మ విష్ణురుద్రసురజేతే । తుమ్ సోఁ పావేసురతా తేతే ॥
తుమ్ భక్తన్ కీ భక్త తుమ్హారే । జననిహి పుత్ర ప్రాణతే ప్యారే॥
మహిమా అపరంపార తుహ్మారీ । జయజయజయ త్రిపదా భయహారీ॥
పూరిత సకల జ్ఞానవిజ్ఞానా । తుమ్ సమ అధికన జగమే ఆనా॥
తుమహి జానికఛురహై నశేషా । తుమహిఁ పాయ్ కఛురహైనక్లేశా॥

జానతతుమహిఁ తుమహిఁ హైజాఈ । పారస పరసి కుధాతుసుహోఈ॥
తుమ్హారీ శక్తిదిపై సబఠాఈ । మాతాతుమ్ సబఠౌర్ సమాయీ ॥
గ్రహ నక్షత్ర బ్రహ్మండ ఘనేరే । సబ్ గతివాన్‌తుమ్హారే ప్రేరే ॥
సకలసృష్టికీ ప్రాణవిధాతా । పాలకపోషక నాశక త్రాతా ॥
మాతేశ్వరీ దయావ్రతధారీ । తుమ్ సన్ తరే పాతకీభారీ ॥
జాపర కృపా తుమ్హారీహోయీ । తాపరకృపాకరేసబ్‌కోయీ ॥
మందబుద్ధితే బుధిబలపావేఁ । రోగీరోగ రహితహైజావే ॥
దారిదమిటై కటై సబ్ పీరా । నాసై దుఃఖ హరై భవభీరా ॥
గృహక్లేశ చిత చింతా భారీ । నాసై గాయత్రీ భయహారీ ॥
సంతతి హీనసుసంతతి పావేఁ । సుఖసంపతియుతమోదమనావేఁ ॥
భూతపిశాచసబై భయఖావే । యమకే దూత్ నికట నహిఁ ఆవేఁ॥
జో సథవా సుమిరే చితలాయీ । అథత్‌సుహాగ్ సదాసుఖదాయీ ॥
ఘరవర సుఖప్రదలహైఁ కుమారీ । విధవారహేఁ సత్యవ్రతధారీ ॥
జయతిజయతి జగదంబ భవానీ । తుమ్ సమఔర్ దయాలునదానీ ॥
జోసద్గురుసోం దీక్షాపావే । సోసాధన్‌కో సఫల్ బనావే ॥
సుమిరనకరే సురుచి బడ్‌భాగీ । లహై మనోరథ గృహీ విరాగీ ॥
అష్టసిద్ధి నవనిధికీ దాతా । సబ్‌సమర్థ గాయత్రీ మాతా ॥
ఋషి మునియతీ తపస్వీ యోగీ । ఆరత, అర్థీ, చింతిత భోగీ ॥
జోజో శరణ్ తుమ్హారీ ఆవై । సోసో మన్‌వాంఛిత ఫలపావై ॥
బల బుధి విద్యాశీల స్వభావూ । ధన, వైభవ, యశ, తేజ ఉఛావూ ॥
సకల బఢేఁ ఉపజే సుఖనానా । జోయహ్ పాఠకరే ధరిధ్యానా ॥
యహ్ చాలీసా భక్తియుత పాఠ్‌కరే జోకోయి ।
తాపర్‌కృపా ప్రసన్నతా, గాయత్రీకీ హోయ్ ॥

ఓం భూర్భువః స్వః తత్సవితుర్వరేణ్యం
భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ ॥

యజ్ఞ మహాత్మ్యం

యజ్ఞోఽయం సర్వకామధుక్। - అంగిరా

యజ్ఞము సకల కోర్కెలను పూర్తిచేస్తుంది.

అగ్నిహోత్రంతు గాయత్రీ మంత్రేణ విధివత్కృతమ్।
సర్వేష్వ వసరేష్వేవ శుభమేవమతం బుధైః

గాయత్రీ సంధ్యా

గాయత్రీ మంత్రం ద్వార విధి పూర్వకంగా చేయబడిన అగ్నిహోత్రము అన్నివేళలా శుభదాయకమని విద్వాంసులు చెప్పియున్నారు.

యజ్ఞార్థాత్కర్మణోఽన్యత్ర లోకోఽయం కర్మబంధనః।

గీత. 3.9

యజ్ఞ కర్మలను విడిచిపెట్టి ఇతర కర్మలు చేసిన మానవుడు కర్మబంధంలో చిక్కుకొని ఉంటాడు.

అసురాశ్చ సురాశ్చైవ పుణ్యహేతోర్మఖ క్రియామ్।

- మహాభారతం

దేవతలు, రాక్షసులు కూడ పుణ్యం కోసం యజ్ఞ కర్మలలోనే నిమగ్నమౌతుంటారు.

కరిహహిం విప్రహోమమఖసేవా।
తేహి ప్రసంగ సహజహి బసదేవా॥

- శ్రీరామచరితమానస్

బ్రాహ్మణులు హవనము, యజ్ఞములతోపాటు సేవాకార్యక్రమాలు చేస్తుంటారు. అందువలన దేవతా గణములు సహజంగానే వారివశంలో ఉంటారు.

యజ్ఞ మహాత్మ్యం

హోమజగ ఉరబ తపపూజా। కోటి తీర్థ్ ఇసనాన కరీజా॥- సిక్కు ధర్మం

పవిత్రమైన హవనము, యజ్ఞము, తపము, పూజ, తీర్థస్నానాలు మొదలైన శుభకర్మలను మానవుడు చేస్తూ ఉండాలి.

ప్రాఞ్చంయజ్ఞం ప్రణయతాసఖాయః। - ఋగ్వేదం 10/101/2

ఏ శుభకార్యమైనా యజ్ఞంతోనే ప్రారంభించాలి

భద్రోనో అగ్నిరాహుతః। - యజుర్వేదం 15/38

యజ్ఞంలో ఇవ్వబడిన ఆహుతులు శుభకరమైనవి

ఆయజ్ఞి యోహతవర్చా భవతి। - అథర్వవేదం 12/2/37

యజ్ఞము చేయనివారు తేజస్సును కోల్పోతారు.

మహాయజ్ఞైశ్చ యజ్ఞైశ్చ బ్రాహ్మీయం క్రియతేతనుః।-మనస్మృతి 2.28

యజ్ఞము, మహాయజ్ఞముల ద్వార ఈ శరీరంలో బ్రాహ్మణత్వం మేల్కొంటుంది.

నాగ్నిహోత్రాత్పరోధర్మః - కూర్మపురాణం

అగ్నిహోత్రమును మించిన ధర్మకార్యము లేదు

యజ్ఞాః కల్యాణ హేతవః। - విష్ణుపురాణం

యజ్ఞమువలన అందరకు శుభం జరుగుతుంది.

సర్వబాధానివృత్యర్థం సర్వాన్ దేవాన్ యజేత్ బుధః। - శివపురాణం

తెలివిగల మానవులు సకల బాధలను తొలగించు కోవాలంటే దేవతలను తృప్తిపరచే యజ్ఞం చేయాలి.

అనాహూతోఽ ధ్వరం గచ్ఛేత్ 7 - యాజ్ఞవల్క్య స్మృతి.

యజ్ఞం జరుగుతుంటే పిలవకపోయినా వెళ్లి పాల్గొనాలి.

యుగ నిర్మాణ సంస్థ సంక్షిప్త పరిచయం

ఉద్దేశ్యము : మానవునిలో దైవత్వాన్ని పెంపొందించడం, పృథ్విపై స్వర్గావతరణ. వ్యక్తినిర్మాణము, కుటుంబనిర్మాణము, సమాజ నిర్మాణము. నైతిక క్రాంతి, బౌద్ధిక క్రాంతి, సామాజిక క్రాంతి ద్వారా ప్రజలలో భావనాత్మకమైన మార్పును తేవడం.

సంగఠనము : నవయుగ నిర్మాణంలో తత్పరులై నిత్యము ఒక గంట సమయదానము, ఒక్కరూపాయి అంశదానమును చేసేటటువంటి లక్షలాది వ్యక్తుల సమీకరణ. ప్రచారాత్మక, రచనాత్మక, సంస్కరణాత్మక కార్యక్రమాల ద్వారా మానవీయ గరిమను పెంపొందించే గతివిధులలో లగ్నమైన సముదాయము.

ఆధారం : పరమాత్మ సత్తా యొక్క ప్రణాళిక మరియు శక్తి, ఋషి సత్తా యొక్క సంరక్షణ మరియు మార్గదర్శనం, యుగసాధకుల పురుషార్థం మరియు సహకారము.

ముఖ్యమైన సంస్థానములు : 1. గాయత్రీతపోభూమి - మథుర, 2. అఖండజ్యోతి కార్యాలయం - మథుర, 3. గాయత్రీ శక్తి పీఠం - అవల్‌ఖేడా, ఆగ్రా, 4. శాంతికుంజ్ - హరిద్వార్, 5. బ్రహ్మవర్చస్ - హరిద్వార్, భారతదేశంలోను, విదేశాలలోనుకలసి మొత్తం దాదాపు 4,000 శక్తిపీఠాలు, ప్రజ్ఞా పీఠాలు, గాయత్రీపరివార్ యొక్క శాఖలద్వార నడుపబడుతున్నాయి.

పత్రికలు : 1.యుగనిర్మాణ యోజన మాస పత్రిక: హిందీ,2. అఖండ జ్యోతి మాస పత్రిక : హిందీ, ఆంగ్లము,3. ప్రజ్ఞా అభియాన్ పాక్షికం : హిందీ,4. యుగశక్తి గాయత్రి మాస పత్రిక : తెలుగు (చందా రూ.90).

ముఖ్య పుస్తకములు: 1. ఆత్మకథ. 2.మాతాజీ జీవిత చరిత్ర. 3.గాయత్రి మహా విజ్ఞాన్ (3భాగాలు), 4.ఏకాంత సహచరులు, 5.అమృత కలశం, 6. ధైర్యం విడువకండి, 7.ప్రజ్ఞా పురాణ కథలు, 8.కర్మకాండ భాస్కరము

ప్రచార పద్ధతులు : ధర్మతంత్రంతో లోకశిక్షణ, యజ్ఞసాక్షిగా దుర్గుణాలను విడచుట, సద్గుణాలను స్వీకరించుట మొదలైన సంకల్పములు. యుగనిర్మాణ విద్యాలయము - మథుర, తొమ్మిది రోజుల సాధనా శిబిరాలు, ఒక్కనెల యుగ శిల్పి శిబిరాలు, పరివ్రాజక శిబిరాలు, నిర్మాణాత్మక శిబిరాలు శాంతికుంజ్-హరిద్వార్ లో నిర్వహింపబడుతున్నాయి. దేశవిదేశాలలో కార్యకర్తల ద్వారా సంస్థయొక్క ప్రచారం జరుగుతున్నది. భారతదేశము మరియు విశ్వమంతా దీనికి కార్యక్షేత్రం.