சந்த்யாவந்தனம்

விளக்கம்

‘திராவிடாச்சாரியார்’ ஸ்ரீ இராமகிருஷ்ணன் ஸ்வாமிஜி

உபநயனம் என்பது ஒருவனுக்கு நடக்கும் அல்லது நடக்கவேண்டிய சம்ஸ்காரங்களில் முக்கியமானது. இங்கு சமஸ்காரங்கள் என்பது நம்முடைய வாழ்க்கையை மேம்படுத்த வேதங்களால் விதிக்கப்பட்ட கர்மம். இந்த சம்ஸ்காரம் நம்மை தூய்மைபடுத்துகிறது, இருபிறப்பாளன் (துவிஜன்) எனப்படும் பிராம்மண, க்ஷத்திரிய மற்றும் வைஷ்யர்களுக்கு விதிக்கப்பட்டது. காலகிரமத்தினில் இதனில் பல பிரம்மனர்களே முழுமையாக செய்யாமல் இருக்கும் நிலை இன்று காணப்படுகிறது. அப்படிப்பட்ட 16 சம்ஸ்காரங்களில் 9 வது சம்ஸ்காரமாக ஏற்கப்படுகிறது. பிறப்பினால் அடையப்பட்ட வர்ணத்திற்கு செயப்படும் கர்மங்கள். தாயின் கருவிலிருந்து வருவது என்பது முதல் பிறப்பு ஆகிறது. இரண்டாவது பிறப்பு இந்த பூணூல் அணிவிப்பது மூலம் உண்டாகிறது. பூணல் அன்பது ஒருவனுக்கு வேதத்தை படிக்கவும் அதனில் கூறப்பட்ட கர்மங்களை செய்யவும் தகுதி தருகிறது. நம்முடைய வாழ்க்கைமுறை வேதத்தை தழுவியதாக அமைக்கப்பட்டிருந்தது. வர்ணம் என்பது நம்முடைய பிறப்பினால் நாம் அடையும் தகுதி. ‘வ்ரு வரநே’ (தேர்ந்தெடுப்பதில்) என்ற வேர்சொல் மூலம் உண்டாகும் சொல். இந்த பிறவியில் தேர்ந்தடுப்பது என்ற பொருள் தருவது இயலாது. நாம் செய்த புண்ணிய – பாவங்களால் தேர்ந்தெடுத்தது. நாம் இந்த பிறவியில் செய்யும் புண்ணிய – பாவங்களால் அடுத்த பிறவியை தேர்ந்தெடுப்பது என்று பொருள். இது அல்லாமல் ‘ஜன்மனா ஜாயதே ஷுத்ர சம்ச்காராத் த்விஜ உச்யதே’ – பிறப்பினால் ஒருவன் சூதிரன் ஆகிறான், சம்ஸ்காரத்தினால் இருபிறப்பாளன் என்ற வாக்கியத்தை தவறாக ஏற்றல் இயலாது. இந்த வாகியத்திர்க் இப்படி பொருள் எடுக்க இயலும் என்றால், எல்லாருக்கும் கர்மம் என்ற நிலை உண்டாகும். தந்தைக்கு தகுதி இல்லாததால், முன்னர் இருக்கும் மற்ற சம்ஸ்காரங்கள் இல்லாத காரணத்தால், இந்த ஒன்பதாவது சம்ஸ்காரம் மட்டும் செய்தல் இயலாது.

நம் சாஸ்திரம் நாம் உண்மையை உணரும்வரை பிறப்பிறப்பு உண்டாகும் என்று கூறுகிறது. அவ்வாறு பிராம்மண, க்ஷத்திரிய, வைஷ்ய மற்றும் சூத்ரர்கள் என்ற வர்ணத்திலும்; பிரம்மச்சாரி, கிருகஸ்தன், வானபிரஸ்தன் மற்றும் சந்நியாசி என்ற ஆசிரமத்திலும் முதல் மூன்று நிலையில் உள்ளவர்களுக்கே வேதத்தில் கூறப்பட்ட கர்மங்களில் அதிகாரம் உண்டு. வேத கர்மங்கள் நெருப்பை அடிப்படையாக கொண்டது. அந்த கர்மத்திற்கு அடிப்படையான ஆவஹநீய, கார்ஹச்பத்திய மற்றும் தாக்ஷினாக்னி ஆகியவையும், ஸ்மார்த்த கர்மம் எனப்படும் கர்மமங்கள் செய்யும் நெருப்பையும் மற்றும் உலகத்தில் சமையல் முதலியவைக்கு உபயோகிக்கும் நெருப்பையும் விடுவதே சந்நியாசம்

என்பதால், அந்த சந்நியாசி இருபிறப்பாளன் ஆனாலும் அவருக்கு கர்மத்தில் அதிகாரம் இல்லை.

இந்த சந்நியாசிகள் கர்மத்தை முறைப்படி விட்டார்கள். இருபிறப்பாளர்கள் பொதுவாக சிரத்தியின்மையால் விட்டார்கள். கர்மம் என்பது சாஸ்த்திரங்களில் வேதத்தில் விதிக்கப்பட்ட கர்மத்தையே குறிக்கும். ஈஸ்வர சிரத்தை உள்ளவர்களும் பொய்யான பக்தி என்ற போர்வையை கொண்டு ஈஸ்வர நாமம் சொல்வதே போதும் என்று கூறுகின்றனர்.

ஒன்பதாவது சம்ஸ்காரமான உபநயனம் என்பது, உப (வினை தொக்கு) மற்றும் நயனம் (வினைசொல்) என்ற சொல் மூலம் உண்டாவது. உப என்றால் நெருங்கி, நயனம் என்றால் 'நீ பிராபனே' (கொண்டு செல்லுதல்) அழைத்து செல்லுதல் என்று பொருள். அதாவது நம்மை அருகில் கொண்டுசெல்வது. எதற்கு அருகில்? முதலில் குருவிற்கு அருகில் அதன் மூலம் உண்மைக்கு அருகில் என்று பொருள். நயனம் என்றால் கண் என்றும், உப என்பது கிட்டத்தில் என்றும் பொருள்கொண்டு கிட்டப்பார்வை என்றோ மூக்கு கண்ணாடி (உபநேத்திரம்) என்றோ கூறக்கூடாது.

உபநயனம் ஒவ்வொரு வர்ணத்தினருக்கும் செய்யவேண்டிய காலமும் நேரமும் கூறப்பட்டுள்ளது. காலம் என்பது ஷரத் (இளவேனில்?), கிரீஷ்ம (வெய்யில்) முதலியவை. தவிர்க்க இயலாத நிலையில் மற்ற காலத்தில் செய்தாலும் கூறப்பட்ட காலத்தில் செய்வது மென்மையானது என்று பொருள். நேரம் என்பது சிறுவனுடைய வயது, பிரம்மனனுக்கு எட்டு வயது, க்ஷத்திரியனுக்கு பன்னிரெண்டு மற்றும் வைஷ்யனுக்கு பதினாறு முதலியவை. இந்த காலகட்டத்தில் செயாமல், கல்யாணம் (திருமணம்) செய்யும் முன்னர் செய்வது தவறு. ஒருவனுக்கு குறிப்பட்ட வயத்திற்கு பின் பிராமண பிரப்படைந்திருந்தாலும் அதற்கான தகுதியை இழக்கிறான் என்ற காரணத்தால். இதனால் எட்டு வயதுவரை நாம் செய்யகூடாது என்பதில்லை, தகுதி இருந்தால் அதற்கு முன்னரும் செய்யலாம்.

ஆடம்பராமாக பூணல் கல்யாணத்தை செய்யும் பெற்றோரும், அதன் உபயோகம் உணராமல் முதுகு சொறிவதற்கு என்பதுபோல் நினைப்பது மிகவும் கவலைக்குறியது. கைசட்டை வழியாக வெளியே வருவதும், கழண்டுவிழுவதும், பல சமயங்களில் இடையூறாக இருப்பதுமான இந்த பூணல் இடுவது முன்னர் கூறியது போல, வேதத்தை கற்கவும் அதனில் கூறப்பட்ட கர்மங்களை செய்யவும் தகுதி பெற செய்யவே என்பதை பலரும் அறிவதில்லை. சொல்லித்தர வேண்டிய தந்தையும், பாட்டனும் சந்தியவான்தனம் செய்யாதிருந்தால் இது 'சாய்ஸ்' விதிவிலக்குள்ள கர்மம் என்றே அந்த சிறுவன் நினைப்பான். குறிப்பட்ட வருடம் வரையில் சந்தியாவந்தனம் செயாவிட்டால் பூணல் என்பது வெறும் கயறு ஆகிவிடும், நாம் அந்த பிரமச்சாரி ஆசிரமத்தை இழப்போம். மூன்று தலைமுறை வரை செய்யாது போனால் நாம் அந்த வர்ணத்தை இழப்போம். இந்த நிலை

அடைந்தவரை அநாஷ்ராமி என்று கூறுவர். இந்த பூணல் என்பது உண்மையை அறிய உதவியாக இருப்பது என்பதால், அந்த உண்மையை அறிந்தவருக்கு கர்மத்தின் எந்த அவசியமும் இல்லை. அவர் அதியாஷ்ரமி என்று போற்றபடுவார்.

பூணல் போட்ட பின்னர் சந்தியாவந்தனம் செய்ய கற்றுத்தருவது போல, 'ஸ்வாத்யாயோ அத்யேதவ்ய' – தன்னுடைய வேத பகுதியை படிக்கவேண்டும், என்று கூறப்பட்டதை அனுசரித்து சூக்தங்கள் முதளியவையாவது கற்று தறுவது கடைபிடிக்கவேண்டிய தர்மம் ஆகும்.

சந்தியாவந்தனம் என்றால் சந்தியா + வந்தனம். சந்தி என்றால் இடைப்பட்ட, கூடும் என்று பொருள். இரண்டு காலங்கள் கூடும் நேரம். இரவு மற்றும் பகல் (பிராத), முன்பகல் மற்றும் பிற்பகல் (மாத்யாணிக) மற்றும் பகல் மற்றும் இரவு (சாயம்) பொழுதுகள். முன் இராத்திரி மற்றும் பின் இராத்திரி கூடும் பொழுதும் சந்தி என்றாலும், இராத்திரியில் வைதிக கர்மம் செய்தல்கூடாது என்பதால் அதற்கு விலக்கு. வந்தனம் என்பது வணக்கம். இந்த பொழுதினில் இந்த சந்தியாவந்தன தொழிலை செய்யாமல் சிவ, இராம முதலிய மந்திரம் ஜபித்தாலும் அது தவறு. நாம ஜபத்தை போற்றும் பெரியவர்களும், தகுதியுடையவனுக்கு சந்தியாவந்தனத்திற்கு மாற்றாக அதனை கூறவில்லை. அப்படி கூறுவாரானால், அவர் யாராக இருந்தாலும் போற்ற தகுதியற்றவராக ஆகிறார். சந்தியாவந்தனம் செய்தால் மட்டுமே அவர்கள் நாம ஜபம், தர்ப்பணம், சிரார்த்தம் முதலிய கர்மங்கள் செய்ய தகுதிபெறுகின்றனர். அது இல்லாமல் நல்ல கர்மங்கள் செய்தாலும் அது முழுபலன் தராமல் போகும். 'ஸ அஷுசி அநர்ஹ சர்வகர்மஷு' – தூய்மையற்ற அவர் எல்லா கர்மங்களுக்கும் தகுதியில்லாதவர் ஆவார், என்று கூறப்பட்டுள்ளது. சந்தியாவந்தனம் செய்ய தகுதி இல்லாதவர்களுக்கு இந்த நாம ஜபம் மட்டுமே மேன்மையை அடைய போதுமானது.

பிராத முதலிய வேளைகளை நிர்ணயம் செய்ய **पूर्वां संध्याम् जपांस्तिष्ठेत् सावित्रीम् आर्कदर्शनात्। पश्चिमां तु समासीनः सम्यग् रुक्षविभावनात्॥** 'காணாமல், கோணாமல் மற்றும் கண்டு' என்று கூறுகின்றனர். காணாமல் – சூரிய உதயத்தை காணாமல், அது உதயம் ஆகும்வரையில் செய்தல், கோணாமல் – சூரியன் தலைக்குமேல் நிற்கும் நிலையில் மற்றும் கண்டு – சூரிய அஸ்தமனம் முன்பு, அஸ்தமனத்திற்கு முன்னர் தொடங்கி நக்ஷத்திரம் தோன்றும்வரை. இதன் அடிப்படியிலேயே 'நேக்ஷேத உத்யந்தம் ஆதித்யம் அஸ்தமந்தம் ச' – உதயமாகும் சூரியனை காணாதே, அஸ்தமிக்கும் சூரியனையும், என்று வேதம் விதித்துள்ளது. அந்த அழகை ரசிக்கிறேன் என்று இல்லாமல், சந்தயாவந்தனம் செய்யவேண்டும் என்பதே பொருள்.

இதுவல்லாமல், சூரிய உதயத்திற்கு பின்னர் விழித்து அதன்பின்னர் செய்தல் தவறு. இதற்கு இப்போதுள்ளவர்கள் கூறும் காரணம் பல. அதில் முக்கியமானது, பிராயஸ்சித்தம் செய்ய அர்க்யம் விடவேண்டும், அதனை கூறிய ரிஷிக்கும் மரியாதை செய்ய என்பது கேளிக்கை விஷயம். பிரயஸ்சித்தம் என்பது விதிக்கப்பட்ட கர்மம் இல்லை. செய்யத்தவறிய கர்மத்திற்கு கேட்கும் மன்னிப்பு கோரும் கர்மம் மட்டுமே. தினம்தினம் மன்னிப்பு கேட்டல் சரியானது இல்லை என்பது நாம் பள்ளி காலம் முதலே அறிவோம்.

சந்தயாவந்தனம் என்பதில் முக்கியம் காயத்ரி மந்த்ரம். அதனால் தான், பூர்வபாகம் என்றும் உத்த்ரபாகம் என்றும் கூறுகின்றனர். நேரடியாக மந்திர ஜபம் செய்தல் இயலாது, நம்முடைய உலகவிஷய சிந்தனைகள் அதற்கு இடம் தராது. அதனால், சிறிது நீர் பருகுதல் போல ஆசமனம் செய்து, மனதை ஒருமுகப்படுத்த பிராணாயமத்தை செய்வது முதலிய முறையான கர்மங்கள் விதிக்கப்பட்டது. அதுபோல, ஜபம் செய்து அமைதியான மனது உலக வியவகாரம் செய்ய தகுதி இல்லாதது என்பதால், பின்பாதியில் உலகத்தை பல திசைகலாகவும், உலகை ஆட்டுவிக்கும் தெய்வங்களையும் வணங்கி மனதை உலகுபால் இழுக்கின்றது. இவ்வளவு நேர்த்தியானதாக உள்ளது. சிலருக்கு, 'சைன்டிபிக்' – விஞ்ஞான ரீதியில் என்றால் மட்டுமே புரியும்.

ஆக, காயத்ரி மந்திரம் ஜபிக்க முன்பாகம் மற்றும் பின்பாகம் சந்தியாவந்தனம். சந்தியாவந்தனத்திற்கு உபநயன சம்ஸ்காரம். இந்த தகுதி இல்லாமல் செய்தல், மின்சாரம் குறித்து அறியாமல் மின்சாரபெட்டியை தொடுவது போன்று ஆபத்தானது.

முதலில் சந்தியாவந்தனம் என்பது வேதத்தினால் விதிக்கப்பட்டது என்பதற்கு என்ன பிரமாணம்? 'அஹரஹர் சந்த்யாம் உபாசீத' – தினந்தினம் சந்தியாவந்தனத்தை செய்யவும், என்ற வேத வாக்கியம் இதற்கு பிரமாணம். இதற்கு என்ன பலன்? பலன் இல்லாமல் வேதத்தில் கூறப்பட்ட கர்மமும் ஒருவரையும் ஈர்காது. உதாரணத்திற்கு, 'ஜ்யோதிஷ்டோமேன ஸ்வர்ககாமோ யஜேத' – சுவர்கத்தில் ஆசையுள்ளவன் ஜ்யோதிஷ்டோமம் என்ற யாகத்தினை செய்யவும், என்று கூறியுள்ளது. அதுபோல சந்தியாவந்தனம் செய்தல் ஏதாவது பலன் தருமா? இங்கு இது முக்கியமாக கவனிக்கவேண்டியது, அதாவது 'அகரணே ப்ரத்யவாய' – செய்யாதிருந்தால் பிரத்யவாயம் என்ற தோஷம் உண்டாகும் என்று கூறப்பட்டுள்ளது. சந்தியாவந்தனம் செய்யும் நேரத்தில் அதனைத்தவிர வேறு எந்த கர்மம் செய்தாலும் பிரத்யவாயம் தோஷம் உண்டாகும். ஒரு செயல் செய்வதற்கு பயம் ஒரு முக்கியமான கருவியாக இருந்தாலும், வேதமும் அதனை

கையாள்வது ஏற்கமுடியாது. இதனால், செய்தால் சுவர்க்கம் என்று சிலர், விஷ்வஜித் நியாயம் கொண்டு கூறுவார். 'விஷ்வஜிதோ யஜேத' – விஷ்வஜித் யாகத்தை செய்யவும் என்று வேதத்தில் கூறியுள்ளது. ஆனால், இதற்கு பலனும் கூறவில்லை, செயாதிருந்தால் தோஷமும் கூறவில்லை. இப்படியிருந்தால், இது அனர்த்தமான வாக்கியமாக, பொருளற்றதாக ஆகும். இந்த காரணத்தால், பலன் கூறப்படாத கர்மங்களுக்கு சுவர்கமே பலன் என்று தீர்மானம் செய்யப்பட்டுள்ளது. இந்த தீர்மானம் செய்ய பூர்வமீமசையில் மேற்கொள்ளும் விசாரமே 'நியாயம்' என்று குறிப்பிடப்படுகிறது. தீட்டு காலங்களில், உடல் நலமில்லாத களங்களில், இயலாத பிரயானகாலங்களிலும் கூட ஜலம் முதலியவை உபயோகிக்காது மந்திரத்தை மட்டும் கூறுதல்வேண்டும் என்று சொல்லப்பட்டுள்ளது. வேதத்தினால் விதிக்கப்பட்ட கர்மத்தை விடுவதற்கு எவரும் கூற இயலாது.

சிலர் இந்த சுவர்க்க பலனை காரணம் காட்டி இதனை செய்யாதிருப்பர். அதுவும் தவறு. காமிய கர்மங்கள் செய்யும் போது, அதனிடையில் நமக்கு அங்கு கூறப்பட்ட பலனில் பற்று விடுபட்டால், அந்த கர்மத்தை முழுமையாக செய்த பின்னர் நமக்கு 'சித்தசுத்தி' - மனத்தூய்மை, உண்டாகும். அதுபோல, இங்கு நமக்கு சுவர்க்க பலன்மேல் ஆசை இல்லாதிருந்தால், இங்கும் கூறப்பட்ட மனத்தூயமையே உண்டாகும்.

மேலும் சிலர் முமுக்ஷுகளுக்கு இது அவசியம் இல்லை என்று கருதுவர். இதுவும் தவறு, காயத்ரி மந்திரமே ஞானத்தை வேண்டுவதாக இருப்பது. அது தவிர, மந்திரத்தின் ஒரு பகுதியில் கூறப்படும் 'அசவ் ஆதித்யோ பிரம்மா பிரம்மைவ அஹமமஸ்மி' – இந்த சூரியனே பிரம்மா, அந்த பிரமமே நான், என்ற தியானம் இரண்டற்ற பரமமாத்மா தத்துவத்தை உணர்த்துகிறது.

சந்தியாவந்தனத்தில் கூறப்படும் காயத்ரி மந்திரம் சூரிய காயத்ரி ஆகும். காயத்ரி என்பது அணி இலக்கணத்தில் ஒரு முக்கியமான அணி. காயத்ரி போன்று, உஷ்ணிக், அனுஷ்டுப், திருஷ்டுப் முதலிய அணிகள் உள்ளது. அதுபோல, சூரிய காயத்ரி தவிர, மற்ற தேவதைகளுக்கும் காயத்ரி மந்திரம் உள்ளது.

காஞ்சி மகாபெரியவர் ஒரு முறை சென்னை விஜயத்தின்போது முன்னர் தன்னிடம் வந்தவர்களிடம் 'சந்தியாவந்தனம் செய்கிறீர்களா' என்று வினவினார். கடந்த வருடம் வந்திருந்தபோது சந்தியாவந்தனத்தின் மேன்மையை குறித்தும் அதனை அனுஷ்டிப்பது எவ்வளவு அவசியம் என்பது குறித்தும் கூறியிருந்தார். அதற்கு வந்திருந்தவர், இன்னும் தொடங்கவில்லை என்று கூறினார். இதற்கு பெரிவாளின் மறுபடி, 'எனக்கு உங்களுக்கு சொல்லி கடைபிடிக்கவைக்க தபஸ்யா போதாது போல இருக்கு' என்றார். இதனை படித்தபின்னர் யாரேனுன் சந்தியாவந்தனத்தை தொடங்காமல் இருந்தால், அவர்களை என்னவென்று சொல்வது.

இந்த சந்த்யாவன்தனம் என்பது நாம் ஒரு உபாசனையாக செய்தால் மிகவும் நல்லது. கர்மம் என்பது அறிவை உபயோகிக்காமல் கூறப்பட்டதை கூறப்பட்டதுபோல செய்வது. உபாசனை என்பது தியானத்தோடு (தியானமாக) செய்வது. 'யதேவ உபாசநயா க்ரியதே தட வீர்யவத்தரம் பவதி' – எதனை நாம உபாசனையாக செய்கின்றோமோ அது அதிக பலன் கொடுப்பதாக ஆகும், என்று வேதத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது.

சந்த்யாவன்தனம் ஒரு துணி மாத்திரம் போட்டுக்கொண்டு செய்யக்கூடாது. அதாவது, ஒரு வேஷ்டி மட்டும் உடுத்திக்கொண்டு. அதன்மேல் ஒரு துண்டையோ அல்லது உத்தரீயதையோ இடுப்பில் கட்டிக்கொள்ளவேண்டும். அல்லது, உத்தரீயத்தை யோகா வஸ்திரம் என்ற வகையில் வலது தோள்பட்டை தெரயுமாறு போர்த்திகொள்ளவேண்டும். கூடுமானவரியில், தையல் தைத்த துணி அணிந்து செய்வதை தவிர்க்கவும்.

आचमनम्

ஆசமனம்

ஆசமனம் என்பது சிறிது நீரை கையில் ஏந்தி அதனை குடிப்பது. இந்த முறை பாரதம் முழுதும் ஒருபோல செய்யப்படுகிறது. செய்யும்போது கூறும் மந்திரம் வேறுபடலாம் அதன் பின்னர் செய்யும் செயல்கள் வேறுபடலாம், ஆனால் ஆசமனம் என்பது முக்கியமானதாக எல்லோராலும் ஏற்கப்படுகிறது. ஆசமனம் என்பது ஒவ்வொரு கர்மத்தின் துவக்கத்திலும் செய்யவேண்டும். உலகாயதமாக, நாம் சிறுநீர் முதளியவைக்கு பின்னர் கை – கால் அலம்பியவுடன் ஆசமனம் செய்தல் வேண்டும். இப்படி ஆசமனம் தூய்மை செய்வதில் முக்கியமானதாக இருக்கின்றது.

கிருஷ்ண யஜுர்வேதத்தில் அச்யுதாய நம, ஆனந்தாய நம மற்றும் கோவிந்தாய நம என்று இருந்தால், வடக்கே சுக்ல யஜுர்வேதத்தில் நாராயணா, நாராயணா, நாராயணா அல்லது கோவிந்த, கோவிந்த, கோவிந்த என்று கூறுகின்றனர், ரிக்வேதத்தில் கேஷவாய நம, நாராயணாய நம, மாதவாய நம என்கின்றனர். வைஷ்ணவர்கள் பதினெட்டு பெயர் கூறுவர்.

இந்த ஆசமன மந்திரத்தை ஸ்ரீ வித்யா மந்திரங்களில் 'நாம த்ரயீ வித்யா' என்கின்றனர். இதனை கூறுவதின் பலன், 'மஹாவ்யாதி ப்ரஷமணி' – பெரிய வியாதிகளை தீர்க்கும் வல்லமை உள்ளது என்று ஏற்கப்படுகிறது.

சந்தியாவந்தனதிற்கு முன்பும் பின்பும் உள்ள வியாதிகளை தீர்க்கும் என்றாலும். ஒவ்வொரு சந்தியாவந்தனத்திலும் இதனை கூறும்படி விதித்ததின் காரணம், உடலில் சோம்பேறித்தனம் என்ற வியாதியும், மனதில் காமம் முதலிய வியாதியும் இந்த கர்மத்தை முழுமையாக செய்ய தடையாக இருக்கின்ற காரணத்தால்.

பிரயோகம்

ஆசமனம் செய்யும் ஆசனம், யோகசாஸ்திரத்தில் கூறப்பட்ட குக்குடாசனம் ஆகும். குந்தவைத்து உட்காருதல். ஆசமனம் செய்யும்போது கைகள் இரண்டு தொடைகளுக்கும் இடையில் இருத்தல் வேண்டும்.

ஆசமனம் செய்ய கட்டை விரலையும் சுட்டு விரலையும் சேர்த்து, மற்ற மூன்று விரல்களையும் நீட்டி, சின்முத்திரை செய்வதுபோல் வைத்து அதனில் நீரை விடவேண்டும். அந்த நீரை குடிக்கும் போது மாடு கழனியில் நீரி குடிப்பது போன்று இல்லாமல், பட்டும் படாமல் குடிக்கவேண்டும்.

நீரை குடிக்கும்போது கூறவேண்டிய மந்திரங்கள் -

अच्युताय नमः அச்யுதாய நம: **अनन्ताय नमः** அனந்தாய நம: **गोविन्दाय नमः** கோவிந்தாய நம:

ச்யுத என்றால் தீண்டப்பட்ட. அச்யுத என்றால் தீண்டபடாத. வழுவாத, நழுவாத என்ற பொருளும் இங்கு ஏற்கலாம்.
அனந்த என்றால் வியாபித்துள்ள.
கோவிந்த என்றால் இந்திரியங்களை (புலன்களை) காப்பவர். ஜீவர்களை காப்பவர் என்று பொருள்.
இங்கு துவக்கமே அந்த பரம்பொருளை தன்னிளிருண்டு வேருபடாதாக பாவனை செய்வதாகவே இருக்கிறது. வழுக்காத அந்த வியாபித்து இருக்கும் பரம்பொருள். அதை அவ்வாறு அறிய இயலாதவருக்கு, ஜீவரை காக்கும் ஈஸ்வரனே அந்த பரம்பொருள் என்று கூறப்படுகிறது.

நீரை பருகியபின் கைகளை அலம்பிகொள்ளவேண்டும். உதடுகளை அறியாமல் தொட்டால் அந்த எச்சல் தோஷத்தை நீக்கிக்கொள்ள.

நீரை பருகுவதை தவிர ஆசமனத்தின் பகுதியாக, ஒவ்வொரு விரல் கொண்டு சில பகுதிகளை தொடுவது வழக்கம். இது கிருஷ்ண யஜுர்வேதத்தில் முக்கியமாக கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது.

இந்தமுறையில் தொடுதலில் ஒரு முறை உள்ளது. அதாவது எந்தெந்த விரல்கள் எந்தெந்த தேவதைக்கு கட்டுப்பட்டதோ அதனை கொண்டு அந்தந்த தேவதை சம்பந்தப்பட்ட புலன்களை தொடுதல் வேண்டும். விரல்களில் எந்த தேவதையின் சம்பந்தம் என்பது கீழே உள்ள சுலோகத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது.

अङ्गुष्ठो अग्निरिति ख्यातः प्रोक्ता वायुः प्रदेशिनी

अनामिका तथा सूर्यः कणिष्ठा मघवा स्मृता

प्रजापतिर्मध्यमा ज्ञेया शुद्धिम् अभीप्सता।

கட்டைவிரல் அக்னி என்பது அறியப்படுகிறது. சுட்டுவிரல் வாயு என்பதும். மோதிரவிரல் சூரியன் என்றும். சுண்டுவிரல் இந்திரன் என்றும். நடுவிரல் பிரஜாபதி என்றும் அறியவேண்டும், தூய்மையை அடைய விரும்புபவர்கள்.

அதனால் வலது கை விரல்கள் கொண்டு சம்பந்தப்பட்ட இடங்களை தொடுதல் வேண்டும்.

1. केशवा கேசவா – கட்டைவிரல் கொண்டு வலது கன்னத்தை தொடவேண்டும்.
2. नारायणा நாராயணா – கட்டைவிரல் கொண்டு இடது கன்னம்.
3. माधवा மாதவா – மோதிரவிரல் கொண்டு வலது கண்.
4. गोविन्दा கோவிந்தா - மோதிரவிரல் கொண்டு இடது கண்.
5. विष्णु விஷ்ணு – சுட்டுவிரல் கொண்டு வலதுபக்க மூக்கு.
6. मधुसूदना மதுசூதனா – சுட்டுவிரல் கொண்டு இடதுபக்க மூக்கு.
7. त्रिविक्रमा திரிவிக்ரமா – சுண்டுவிரல் கொண்டு வலது காது.
8. वामना வாமனா – சுண்டுவிரல் கொண்டு இடது காது.
9. श्रीधरा ஸ்ரீதரா – நடுவிரல் கொண்டு வலது தோள்பட்டை.
10. हृषिकेशा ரிஷிகேஷா – நடுவிரல் கொண்டு இடது தோள்பட்டை.
11. पद्मनाभा பத்மநாபா – வலது கையை குவித்து நெஞ்சை தொடவும்.

12. दामोदरा தாமோதரா - வலது கையை குவித்து தலையை தொடவும்

ரிக்வேதிகள் இந்த பெயர்களோடு மேலும் சில சேர்த்து, நான்காம் வேற்றுமையில் ஓம் மற்றும் நம: சேர்த்து கூறுவார்கள்.

சிலர் செய்வது போல, மூன்று முறை நீரை கையில் ஏந்தி பருகினால் போதுமே? வேதத்தில் ‘தேவோ பூத்வா தேவான் அப்யேதி’ – தேவதையாக மாறி தேவனை வழிபடுகிறான், என்று கூறப்பட்டுள்ளது.அதன் அடிப்படையில், அந்தந்த தேவதைகளை அதன் இருப்பிடத்தில் நிறுத்தி வழிபடுவது சிறப்பு. ‘அதிகஸ்ய அதிகம் பலம்’ – அதிகமாக செய்யும்போது அதிகமான பலன் உண்டாகும். அதனால், இங்கு கூறப்பட்டவை சேர்த்து கூறுதல் சிறப்பு. ரிக்வேதிகள் கூறுவதையும் சேர்த்து கொள்ளலாமே என்றால், நம் முன்னோர்கள் இவ்வாறு இவர் செய்யவேண்டும் என்று வகைப்படுத்தியதால், அதை கடைப்பிடித்தால் போதும்.

गणपति ध्यान

கணபதி தியானம்

அடுத்து வரும் கணபதி தியானம். கணபதியை வணங்காமல் எந்த காரியத்தையும் நாம் துவங்குவது கிடையாது. அவன் ‘விக்னேஸ்வரன்’ விக்னம் – தடை, ஈஸ்வரன் – தலைவன். தடைகளுக்கு தலைவன். இங்கு மத்யமபத-லோப-சமாசம் என்கிற கூட்டு சொல்லால், நீக்க என்ற சொல் இடையில் மறைந்திருக்கிறது. அதாவது, தடைகளை நீக்கும் தலைவன் என்று பொருள்.

பல மந்திரங்களில் இது இந்த தேவதையை குறிக்கின்றது என்ற ஆன்றோர்களின் பிரயோகமே பிரமாணம். உதாரணத்திற்கு, இந்த மந்திரத்தில் சுக்ல அம்பரதரம் என்று வெள்ளை நிற உடையை தரித்தவர் மற்றும் விஷ்ணும் – விஷ்ணுவே என்ற பொருளில் கூறியுள்ளது, கணபதிக்கோ சிகப்பே உகந்ததாக ஏற்கப்படுகின்றது. அதுபோல, ‘ஜாதவேதஸே’ என்ற மந்திரம் தேவியை குறிப்பதாக உள்ளது, ஆனால், ஜாதவேதஸ் என்றால் நெருப்பு. கணபதி மந்திரத்தில் சஷிவர்ணம் என்ற சொல்லும், தேவி மந்திரத்தில் துர்காம் தேவீம் என்ற சொல்லும் முக்கியமான குறியாக ஏற்று இந்த பொருள் கொள்ளப்படுகிறது.

பிரயோகம்

இந்த மந்திரத்தை நாம் கூறும்போது இருகைகளை கொண்டு நெத்திபொட்டின் இருபுறமும் மெதுவாக கொட்டிகொள்ளவேண்டும்.

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम्।

प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोप शान्तये॥

ஶுக்லாம்பரதர் விஷ்ணு் ஶஶிவர்ண் சதுர்புஜம்।

ப்ரஸந்நவதந் த்யாயேத் ஸர்வவிக்நோபஶாந்தயே॥

ஶுக்லாம்பரதர் – வெள்ளை ஆடை இட்டவர். கணபதிக்கு சிகப்பு சிறப்பானதாக இருந்தாலும், இங்கு நாம் சாத்வீகமான கர்மத்தை செய்வதால் வெள்ளை ஆடை என்று கூறப்பட்டுள்ளது. விஷ்ணு் – 'விஸ்ல்ரு வ்யாப்தெள' – வியாபித்துள்ளவர், என்ற வேர்ச்சொல் அடிப்படையில் கணபதி சர்வவியாபி என்று கூறப்பட்டுள்ளது. ஶஶிவர்ண் – சந்திரம் போன்ற பிரகாசமான நிறம். கணபதி சாம்பல் நிறம் உள்ளவர். சதுர்புஜம் – நான்கு கரமுடையவர். ப்ரஸந்நவதந் – சிரித்த முகமுடையவர். அகத்தின் அழகு முகத்தில் என்பதுபோல, ஆனந்த ஸ்வரூபம் என்பதால். த்யாயேத் - த்யாநிப்போமாக. ஸர்வவிக்நோப ஶாந்தயே – ஸர்வவிக்ன உபஶாந்தயே – எல்லா தடைகளும் நீங்க.

ஒவ்வொரு கர்மத்திற்கு முன்பும் கணபதியை தியானிப்பது தடைகள் நீகுவது என்பது மட்டுமல்லாது, அவரை போன்ற ஸ்திரத்தன்மை அடையவும். கணபதிக்கு பெருத்த தொடைகள். அதன் காரணமாக அவர் அமர்ந்தால் அவரை அசைப்பது மிகவும் சிரமம். அந்த வகை ஸ்திரத்தன்மை நாம் அடைய கணபதியை தியானிக்கவேண்டும்.

प्राणायाम

பிராணாயாம

ஒவ்வொரு மந்திரத்திற்கும் ரிஷி, சந்தஸ் மற்றும் தேவதை உள்ளனர். இவைகளை அந்த மந்திரம் செய்யும் முன்னர் நினைவு கூறுதல் அவசியம். இவ்வாறு நினைவு கூறும்போது, ஒவ்வோன்றனையும் த்யானித்து ஒரு இடத்தை தொடவேண்டும். இதனை ரிஷ்யாதி ந்யாசம் என்பர். ரிஷியை நினைவு கூறும்போது கட்டைவிரலை நடு மற்றும் மோதிரவிரல் நடுபாகத்தை தொடுவதுபோல வைத்து, அந்த இருவிரலையும் மேல்நேற்றியில் தொடவேண்டும். அடுத்து, சந்தஸ் கூறும்போது அந்த விரல்களை கீழுதட்டிற்கும் கீழே தொடவேண்டும். தேவதாவை தியானம் செய்யும்போது அந்த விரல்களை மார்பின் நடுவில் தொடவேண்டும்.

ரிஷி, சந்தஸ், மற்றும் தேவதை என்பதே கிரமம்.

பிரயோகம்

ஓ பூ: வில் தொடங்கி, ஓ ஸத்ய் வரையில் மூச்சை வலது மூக்குத்துவாரம் வழியாக உள்ளே இழுக்கவும். ஓ தத்ஸவிதுர் விலிருந்து, ப்ரசோதயாத் வரையில் மூச்சை உள்ளே கும்பகமாக நிறுத்தவும். ஓமாப: விலிருந்து தொடங்கி பூர்புவ:ஸ்ஸுவரோம் வரையில் மூச்சை வெளியே விடவும். அதன்பின்னர் வலது காதை தொடவும்.

ॐ प्रणवस्य परब्रह्मर्षि: देवी गायत्री छन्द: परमात्मा देवता प्राणायामे विनियोग: ॥

ஓ ப்ரணவஸ்ய பரப்ரஹ்மர்ஷி: தேவீ காயத்ரீ சந்த: பரமாத்மா தேவதா ப்ராணாயாமே விநியோக:॥

பிராணாயமம் என்பது மூன்று வகைப்படும் – பூரகம், ரேசகம் மற்றும் கும்பகம். பூரகம் என்பது பிராணனை மூக்கு வழியாக உள்ளே இழுப்பது. ரேசகம் என்பது பிராணனை மூக்கு வழியே வெளியே விடுவது. கும்பகம் என்பது பிராணனை உள்ளேயோ வெளியேயோ நிறுத்தி வைப்பது. உள்ளே நிறுத்திவைத்தால் அந்தக்கும்பகம் என்றும் வெளியே நிறுத்தினால் பாஹ்யகும்பகம் என்றும் பெயர். பிராணாயமம் பலவகை, இங்கு கூறப்பட்டது சுலபமாகவும் தீங்கு இல்லாமலும் எல்லோரும் பழகலாம்.

ॐ भूः। ॐ भुवः । ॐ सुवः । ॐ महः । ॐ जनः । ॐ तपः । ॐ सत्यं । ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ ओमापो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भू-र्भुव-स्सुवरोम् ॥

ஓ பூ:। ஓ புவ: । ஓ ஸுவ: । ஓ மஹ: । ஓ ஜந: । ஓ தப: । ஓ ஸத்ய் । ஓ தத்ஸவிதுர்வரேண்ய் பர்கோ தேவஸ்ய் தீமஹி । தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத் ॥ ஓமாபோ ஜ்யோதீ ரஸோऽம்ருத் ப்ரஹ்ம பூ-ர்புவ-ஸ்ஸுவரோம் ॥

ஓ பூ:। ஓ புவ: । ஓ ஸுவ: । ஓ மஹ: । ஓ ஜந: । ஓ தப: । ஓ ஸத்ய் – இவை மேலேவிருக்கும் ஏழு உலகங்களின் பெயர்கள். மேலேழு கீழேழு என்று பதினான்கு உலகங்கள். புண்ணியம் அதிகமாக அதிகமாக மேலே நமக்கு செல்ல தகுதி. பாவத்தின் ஆதிக்கமே கீழேயுள்ள உலகங்கள் செல்ல தகுதி. இந்த எழும் இங்கே வ்யாஹ்ருதி என்பர். காயத்ரி மந்திரம் கூறும்போது முதல் மூன்ற வ்யாஹ்ருதிகளே கூறப்படுகின்றது. ஓகாரமானது இந்த உலகங்களுக்கு எல்லாம் ஆதாரமாக இருப்பதால், இங்கு எல்லா உலக பெயருடனும் ஓ சேர்க்கப்பட்டுள்ளது. அதாவது ஓ காரமே பூ லோகம். ஓ காரமே புவ லோகம், என்பதாக. ஸுவ என்பது ஸ்வ என்றும் கூறப்படுகின்றது. இந்த ஏழு உலகங்களும் ஓம்காரமே என்று கூறிய பின்னர். கும்பக மந்திரமாக, காயத்ரி மந்திரமே கூறப்படுகின்றது.

தத்ஸவிதுர: - அந்த சூரிய தேவதை (சவிதா), வரேண்ய் – மேன்மையானவர். பர்கோ - பிரகாஷமயமானவர், உலகத்தில் காணப்படும் பிரகாஷத்திலே மிகவும் அதிகமான பிரகாஷம். தேவஸ்ய – அந்த (சூரிய) தேவதையை. தீமஹி – புத்தியில் வைப்போம், தியானிப்போம். தியோ யோ ந: - எங்களுடைய அறிவை. ப்ரசோதயாத் – பிரகாசிப்பீர்களாக. சூரிய ரூபமாக இருக்கும் அந்த ஓம்கார ஸ்வரூபமான பரமாத்மா இங்கு தியாநிக்கபடுகிறது.

எழு உலகங்களையும் ஓம்காரம் என்று குறித்த பின்னர். சூரியனான நெருப்பும் ஓம்காரமே என்று கூறினார். அதன்பின் –

ஓமாப: - ஓம்காரமே நீர் (ஆப). ஜ்யோதீ – நெருப்பு. ரஸ: - இது ரஜ – நிலம் (அழுக்கு / தூசி) அல்லது அன்னம் என்றும் கூறப்படுகிறது. அந்த அன்னத்தின் சாரமே இங்கு ரசம் என்று கூறப்பட்டுள்ளது. அம்ருத் – வாயுவே இங்கு மரணமற்ற நிலை தரும் அமிருதம்

என்று கூறப்பட்டுள்ளது. ப்ரஹ்ம – ஆகாயம், மரணமற்ற நிலை. வேதம் 'கம் பிரம்மா' – ஆகாயம் பிரம்மம், 'யதா ஏஷ ஆகாஷோ ஆனந்தோ ந ஸ்யாத்' – இந்த ஆகாயம் (பிரம்மம்) ஆனந்தச்வரூபமாக இல்லாதிருந்தால், என்றும் கூறுகின்றது. மரணமற்ற நிலை என்பது பிறப்புள்ளவரை அடைய இயலாது. இந்த பிரபிரப்பை அழிக்கும் ஞானம் அடைந்தால், ஒருவர் பிரம்மமாகவே இருக்கிறார். இதனையே 'பிரம்மவித் பிரமைவ பவதி' என்கிறது வேதமும். இங்கு பஞ்சபூதங்களும் ஓங்காரமே என்று கூறப்பட்டது.

பூர்புவ:ஸ்ஸுவரோம் - ஓம்காரமே பூ, புவ மற்றும் ஸுவ என்று கூறப்படுகிறது. இது முன்னரரே ஒம்காரமாக கூறப்பட்ட நிலையில் மீண்டும் இங்கு கூறுவதி பொருள் என்ன? இங்கு கூறப்படும் பூ என்றால் மனது, புவ என்றால் புத்தி மற்றும் ஸுவ என்றால் சித்தம். ஆகையால் அந்தக்கரணம் என்று அழைக்கப்படும் இவை ஓங்காரமே. அந்தக்கரணம் ஒவ்வொரு செயல் புரியும்போதும் பூ முதலிய ஒரு பெயர் அடைகிறது.

இவ்வாறு பிராணயாமம் செய்யும்போது ஓம்கார தியானமே நடக்கிறது. தியானம் என்பது, யம, நியம, ஆசன மற்றும் பிரானாயமத்திற்கு பின்னர் வருவது என்பதால், ஆசமனத்தில் முன்பகுதி யம மற்றும் பின்பகுதி நியமம், கணபதி தியானம் என்பது ஆசனம், பிராணாயாமத்தில் முன்பகுதி பிராணயாமம் பின்பகுதி தியானம் என்றும் ஏற்கிறோம்.

<u>सङ्कल्पः</u>

<u>சங்கல்பம்</u>

சங்கல்பம் என்பது இங்கு சுருக்கமாக கூறப்படுகிறது. இதனில் இன்றைய திதி, நக்ஷத்திரம், நாள், கிழமை, தேசம் முதலியவை கூடியது. இப்படிப்பட்ட சங்கல்பம் விசேஷ தினங்களில் கூறப்படுகிறது. சிலர் தினமும் நாள் முதலியவை கூடியதாக சங்கல்பம் செய்கின்றனர்.

சந்த்யாவந்தனத்தில் ப்ராத என்பது கலையிலும், மாத்யாநிக என்று மதியமும், சாயம் என்று சாயங்காலமும் கூறப்படவேண்டும்.

<u>பிரயோகம்</u>

இடது கையை வலது தொடையில் மலர்த்திவைத்து, அதன்மேல் வலது கையை வைத்து. இடது கை விரல்களால் வலது கையை பிடித்து, வலது கை விரல்களால் இடது கையை பிடித்துகொண்டு இந்த மந்திரத்தை கூறவேண்டும்.

ममोपात्त समस्त दुरितक्षयद्वारा श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थं प्रात:सन्ध्यामुपासिष्ये॥

மமோபாத்த ஸமஸ்த துரிதக்ஷயத்வாரா ஶ்ரீபரமேஶ்வரப்ரீத்யர்த் ப்ராத:ஸந்த்யாமுபாஸிஷ்யே॥

மமோபாத்த – என்னால் சேர்க்கப்பட்ட. ஸமஸ்த – எல்லா. துரித – பாவம், க்ஷயத்வாரா – நீங்குவது / அழிவது மூலம். ஶ்ரீபரமேஶ்வரப்ரீத்யர்த் – பரமேஸ்வரனின் பிரியத்திற்காக. ப்ராத:ஸந்த்யாமுபாஸிஷ்யே – காலை சந்த்யாவந்தனத்தை நான் செய்கின்றேன் ॥

உபாசனையாக இது இருக்கிறது என்று கூறினோம். ஆனால், இங்கு இது பரமேஸ்வர பிரீத்யர்தம் என்று அபேத புத்தியை தராத கர்மமமாகவே இருக்கின்றது என்று சந்தேகிக்க வேண்டாம். இங்கு பரமேஸ்வர பிரீத்யர்தம் என்று கூறி, கடைசியில் ஶ்ரீமன் நாராயநேதி சமர்பயாமி என்று முடிகின்றதால், அபெதநிலையை தரும் என்பதில் எள்ளளவும் சந்தேகம் இல்லை.

<u>मार्जनम्</u>

<u>மார்ஜனம்</u>

மார்ஜனம் என்பது அடுத்து செய்யவேண்டியது. மார்ஜனம் என்பது ஒன்பது மந்திரத்தை கொண்டு செய்யப்படும் மந்திர ஸ்நானம்.

<u>பிரயோகம்</u>

ஓம் என்று இடது கையில் கொஞ்சம் நீரை (ஜலம்) எடுத்துகொண்டு, அதனில் ஓம் என்று எழுதி. ஶ்ரீ கேஷவாய நம: என்று நெற்றியில் நீரை போட்டுபோல் தொட்டு. ஆபோ ஹிஷ்டா என்பதான மந்திரத்தை கூறி தலையில் தெளித்து கொள்ளவும். அடுத்த மந்திரம்

முதல் யஸ்ய க்ஷாய ஜின்வத வரையில் பாதத்தில் தெளித்துகொள்ளவும். மீண்டும் ஆபோ ஜனயத என்ற ஒன்பதாவது மந்திரம் கொண்டு தலையில் தெளித்துகொள்ளவும். கடைசியில் கொஞ்சம் நீரை வலது கையில் ஏந்தி, ஓம் பூர்புவஸ்ஸுவ என்று கூறி தலையை சுற்றி, தரையில் விடவும். இந்த கடைசி செயலுக்கு ஆத்மா-பரிசேசனம் என்று பெயர். இந்த கர்மம் நம்மை சுற்றி ஒரு மந்திர வட்டத்தை இட்டு, துர்தேவதைகளின் தடங்களிலிருந்து நம்மை காக்கும். இதனால் நாம் தடையின்றி தியானத்தை செய்ய இயலும்.

நதியில் சந்தியாவந்தனம் செய்யும்போது, கரையில் இருந்தபடியே செய்யவேண்டும். தண்ணீரில் நின்றபடி செய்தல் கூடாது. அதுவுமில்லாமல், இந்த மார்ஜனம் செய்யும்போது, நீரை கையில் எடுத்து செய்யவேண்டும். தண்ணீரில் எழுதக்கூடாது!

இந்த மார்ஜனம் எவ்வளவு முக்கியம் என்றால், இது மீண்டும் சில அதிக மந்திரங்களுடன் செய்யப்படுகிறது.

ॐ आपो हिष्ठेति तृचस्य सूक्तस्य सिन्धूद्वीपऋषि: गायत्री छन्द: आपो देवता मार्जने विनियोग:॥

ஓ ஆபோ ஹிஷ்டேதி த்ருசஸ்ய ஸூக்தஸ்ய ஸிந்தூத்வீப ரிஷி: காயத்ரீ சந்த ஆபோ தேவதா: மார்ஜநே விநியோக:॥

ரிஷி, சந்தஸ் மற்றும் தேவதை ந்யாஸம், முன்னர் குறிப்பிட்டபடி செய்தல் வேண்டும்.

ॐ आपो॒हिष्ठा म॑यो॒भुवः॑ । ता न॑ ऊ॒र्जे द॑धातन । म॒हेरणा॑य॒ चक्ष॑से । यो वः॑ शि॒वत॑मो॒ रसः॑ । तस्य॑ भाजयते॒ ह नः॒ । उ॒श॒तीरि॑व मा॒तरः॑ । तस्मा॒ अरं॑ग माम वः । यस्य॒ क्षया॑य॒ जिन्व॑थ । आपो॑ ज॒नय॑था च नः । ओम् भोर्भुवसुवः ॥ (तै. अर. 4-42)

ஓ ஆபோ॒ஹிஷ்டா ம॑யோ॒புவ: । தா ந॑ ஊர்ஜே த॑தாதந । ம॒ஹேரணா॑ய॒ சக்ஷ॑ஸே । யோ வ:॑ ஶிவத்॑மோ॒ ரஸ:॑ । தஸ்ய॑ பாஜயதே॒ ஹ ந:॒ । உ॒ஶ॒தீரி॑வ மா॒தர:॑ । தஸ்மா॒ அர॑ங்க மாம வ: । யஸ்ய॒ க்ஷயா॑ய॒ ஜிந்வ॑த । ஆபோ॑ ஜநய॑தா ச ந: । ஓம் போர்புவஸுவ: ॥ (தை. அர. 4-42)

ஆப: - ஜல தேவதையே. ஷ்டா ஹி – 'ஷ்டா கதிநிவ்ருதௌ' – இருப்பதில். நீங்கள் நிச்சயம் இருகிறீர்கள். எதற்கு? மய: புவ: - மேன்மையான சந்தோஷத்திற்கு, சுகத்திற்கு. நீரே பிராணன் என்பதால். 'நீரின்றி அமையாது உலகு' என்ற வாக்கிற்கு ஏற்ப, நாம் உணவு இல்லாமல் கூட இருந்துவிடலாம், ஆனால், நீர் இல்லாமல் இருத்தல் இயலாது. நீர் இங்கு

அமிருதத்திற்கு ஒப்பாக கருதப்படுகிறது. நீர் உள்தூமைக்கும் வெளிதூயமைக்கும் காரணமாகிறது.

தா – அப்படிப்பட்ட தண்ணீரே. ந: - எங்களுக்கு. ஊர்ஜே – 'ஊர்ஜ ரக்ஷணே' – காப்ற்றுவதில் என்ற வேர்ச்சொல். ததாதந – காப்பாற்றுங்கள். காப்ற்றும் சக்தியினை தாருங்கள். 'தத தாரனே' – தாங்குங்கள் என்ற வேர்சொல்லிளிருந்து, சக்தியினை தந்து தாங்குங்கள் என்றும் பொருள் எடுக்கலாம்.

மஹே - பூஜிக்கதக்க. ரணாய – அழகான. சக்ஷஸே – பார்பதற்கு, 'சக்ஷிங் க்யானே' – அறிவில், என்ற வேர்ச்சொல். ஒரு விஷயத்தை பார்பதால் அறிவு உண்டாகிறது. அழகான அறிவிற்காக. உலக அறிவு வயிற்றுபாட்டிற்கு. ஆனால், ஆத்மஞானம் தரக்கூடிய அறிவு மிகவும் அழானது. 'ஆத்மனஸ்து காமாய சர்வம் பிரியம் பவதி' – ஆத்மாவில் உள்ள பிரியத்தினாலேயே எல்லாம் விரும்பத்தக்கதாக ஆகிறது. அந்த ஆத்மஞாத்திர்காக நீர் தேவதையே தங்களை வேண்டிகொள்கிறேன்.

யோ – எவர். வ: - உங்களிடம். ஶிவதம: - மேன்மையான மங்களமோ, நன்மையோ. தர மற்றும் தம என்று இரண்டு வினை விகுதி எச்சம் உள்ளது. தர என்பது இரண்டில் மேன்மையை குறிக்கும், தம என்பது பலவற்றில் மேன்மையானதை குறிக்கும். ரஸ: - சாரமோ. ஓங்காரமே எலாவற்றிற்கும் சாரம் என்று கூறினோம். ஓங்காரம் என்பது ஆத்மாவே. ஆத்மா பிரம்மமே. தஸ்ய பாஜயத - அதற்கு தகுதியடைய. சரியான பாதிராமாக. அந்த தகுதி வேறங்கும் அடைய விருப்பம் இல்லாமல், இஹ ந: - இங்கேயே எங்களுக்கு, தாருங்கள் என்று பிரார்த்தனை. இங்கு ஆத்மாவை அடைய தகுதியை பிரார்த்திக்கவில்லை. அந்த தகுதி அடையும் தகுதியை பிரார்திக்கபடுகிறது. முதலில் இன்பத்தை அடைய தகுதி, இரண்டாவது அதை அனுபவிக்க தகுதுதிக்கு தகுதி. இந்த இரண்டாவதே இங்கு பிரார்திகப்படுகிறது.

உஶதீ: - அன்பு, காப்பாற்றும். இவ – போல. மாதர: - தாய். அம்மாவின் அன்பை போல. தாய் சேயை காப்பாற்றுவதுபோல. மகன் நல்லவன் அல்லது கேட்டவன் என்று ஆகலாம், ஆனால் தாய் என்றும் நல்லவளே என்று கூறப்பட்டுள்ளது. 'ஷ்ருதி மாதா' என்று, வேதத்தையே தாயை போன்றது என்று இதனால்தான் கூறுகிறோம்.

தஸ்மை – அதை, அந்த ரசத்தை அடைய. அரம் - ஆர்வத்துடன். கமாமவ: - நாங்கள் அடைகிறோம். நாங்கள் முற்கூறப்பட்ட ஆத்மரசத்தை அடைய தங்களை சரணடைகிறோம்.

யஸ்ய க்ஷயாய – எதனை நீக்கும்பொருட்டு. அந்த ரசத்தை அடைய தடையாக இருக்கும் பாவத்தை போக்கிக்கொள்ளும் பொருட்டு. ஜிந்வத – இதனை செய்கிறோம், இந்த கர்மத்தை செய்கிறோம். ஆப: - நீர் தேவதையே. ஜநயதா – உண்டு செய்யும் சாமர்த்தியத்தை. ச ந: - எங்களுக்கு தாருங்கள். புண்ணியத்தின் மூலம் தங்கள் உண்மை நிலையான இன்பஸ்வரூபத்தை அடைய வேண்டுகிறோம்.

प्राशनम्

பிராஷனம்

அகத்தூய்மைக்கு பின்னர் புரத்தூய்மைகாக, பிராஷனம் செய்யபடுகிறது. இந்த மந்திரம் காலையில் சூரியனை வழிபடுவதாகவும் மாலையில் அக்னியை வழிபடுவதாகவும் உள்ளது. சூரியனும், அதுவல்லாத காலத்தில் நீரும், நெருப்பும் நமக்கு பிரத்யக்ஷமான தேவதைகள்.

பிரயோகம்

கையில் சிறிதளவு தண்ணீரை எடுத்துகொண்டு இந்த மந்திரத்தை ஜபித்த பின்னர், அந்த அபிமந்த்ரணம் செய்த (மந்திரிக்கப்பட்ட) நீரை பருகவேண்டும்.

இந்த இடத்தில் பிராஷனம் செய்தபின்னர் மீண்டும் आचमनम् (ஆசமனம்) செய்யவேண்டும்.

सूर्यस्य इत्यस्य मन्त्रस्य याज्ञवल्क्यो उपनिषद् ऋषि: प्रकृतीश्छन्द: सूर्यमामन्यु मन्युपतयो रात्रिर्देवता जलापि मन्त्रिणे विनियोग: ॥

ஸூர்யஸ்ய இத்யஸ்ய மந்த்ரஸ்ய யாஜ்ஞுவல்க்யோ உபநிஷத் ரிஷி: ப்ரக்ருதீஸ்சந்த: ஸூர்யமாமந்யு மந்யுபதயோ ராத்ரிர்தேவதா ஜலாபி மந்த்ரிணே விநியோக:॥

ॐ सूर्यश्च, मामन्युश्च, मन्युपतयश्च, मन्युकृतेभ्यः । पापेभ्यो रक्षन्ताम् । यद्रात्र्या पापं मकार्षम् । मनसा वाचा हस्ताभ्याम् । पद्भ्या मुदरेण शिश्ञा । रात्रि स्तदवलुम्पतु । यत्किञ्च दुरितं मयि । इदमहं मा ममृत यो नौ । सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहो ॥ (तै. अर. 10. 24)

ஓ ஸூர்யஶ்ச மா மந்யுஶ்ச மந்யுபதயஶ்ச மந்யுக்ருதேப்ய: । பாபேப்யோ ரக்ஷந்தாம் । யத்ராத்ர்யா பாப மகார்ஷம் । மநஸா வாசா ஹஸ்தாப்யாம் । பத்ப்யா முதரேண ஶிஶ்நா। ராத்ரி ஸ்தத்வலும்பது । யத்கிஞ்ச் துரித் மயி । இதமஹ் மா மாம்ருத யோ நௌ । ஸூர்யே ஜ்யோதிஷி ஜுஹோமி ஸ்வாஹா ॥ (தை. அர. 10. 24)

ஓ ஸூர்யஶ்ச – சூரியனும், மா – என்னை. மா என்பதி அடுத்து வரும் சொல்லுடன் சேர்த்தால் மகா – பெரும் என்ற பொருள்படும், தனியாக ஏற்றால் இல்லை என்ற பொருள்படும். ஆனால் இங்கு மா என்பது மஹ்யம் – எனக்கு என்ற பொருள் தருவதாக உள்ளது. மந்யுஶ்ச – கோபமும், மந்யுபதயஶ்ச - கோபத்தின் தலைவனும். கோபத்தின் தலைவன் என்பது இங்கு அதன் அதிஷ்டான தேவதையை குறிப்பிடுகின்றது. மந்யுக்ருதேப்ய: - கோபத்தினால் செயயப்பட்ட காரியங்களும். । கோபத்தினால் தூண்டப்பட்டு செய்தது நல்ல கர்மமாக இருத்தல் இயலாது. ‘ஆத்திரக்காரனுக்கு புத்தி மட்டு’ என்பதை நினைவு கொள்ளவேண்டும். பாபேப்யோ ரக்ஷந்தாம் – பாபத்திநிளிருந்து காப்பீர்களாக. பாபமே நமக்கு தடையாக வந்து சேருகிறது. இப்படி நாம் செய்த பழைய பாவங்கள் நமக்கு தடைகளாக வந்து, ஞானம் அடைவதை தடுப்பதை நாம் கண்கூடாக அனுபவிக்கிறோம். இந்த நிலையில் இப்போது செய்யும் புது பாவமும் சேர்ந்தாள் நம் கதி என்ன ஆவது. கதி என்றால் நல்ல நிலை அடைதல். எப்போது செய்த பாவம்? யத்ராத்ரியா – எது ராத்திரியில், பாபமகார்ஷம் – செய்யப்பட பாவமோ. எந்த வகையான பாவங்கள்? மநஸா – மனதால். மனதினால் செய்தாலும் பவம் பாவமே. அது ஒரு திடமான சம்ச்காரத்தினை உண்டு செய்யும். வாசா – வாக்கினால். பொய் கூறுவது என்பது மட்டுமல்லாமல், மற்றவரை புண்படுத்தும்படி கூறிய சொற்களும் இங்கு ஏற்கப்படும். ஹஸ்தாப்யா – இரு கைகளினால். அடிப்பது, தவறான நின்திக்கப்பட்டவைகளை கொடுத்தல் – வாங்குதல், திருடுதல் முதலியவை. பத்ப்யா – இரு கால்கள் மூலம். உதிப்பது மட்டுமல்லாமல், தெரியாமல் மிதித்து கொன்றவையும் அடங்கும். உதரேண – வயிறினால். ஶிஶ்நா – மூத்திர இந்திரியம் மூலம். ராத்ரி: - இராத்திரி தேவதை. தத் – அவைகளை. அவலும்பது – நீக்கி காக்கட்டும். இந்த கூறப்பட்ட இந்திரியங்களால் நல்ல கர்மங்களும் செய்யப்படும், அவைகளை நீக்கவேண்டாம். அதனால், யத்கிஞ்ச – எந்தெந்த. சிறிய மற்றும் பெரிய தவறுகள். துரிதம் மயி – பாவம் என்னால் செய்யப்பட்டதோ. இதம் – இந்த கர்மத்தினால், பிரார்த்தனையால். அஹ் – நான். தூய்மைபடுத்தப்பட்ட என்னை. இங்கு மந்திரத்தில் நாம் வைக்க வேண்டிய சிரத்தை காண்பிக்கபடுகிறது. கர்மம் நிச்சயம்

பலன் தரும் என்பது, தூயமைபடுத்தப்பட்ட என்பதால் தெரிகிறது. நாம் செய்த காய, வாக்கு மன்றும் மனிதனால் செய்த எல்லா பாப கர்மங்களும் நீங்குகிறது. மா – என்னை. அம்ருதயோநௌ – மரணமற்றதன்மையில். ஸூர்யே ஜ்யோதிஷி – சூரியனின் பிரகாசத்தில். பரபிரம்மத்தின் பிரகாசத்தில். ஜுஹோமி ஸ்வாஹா – என்னையே நான் அர்ப்பணிக்கிறேன்.

சாயங்காலத்தில்

ओं अग्निश्च इत्यस्य मन्त्रस्य याज्ञवल्क्यो उपनिषदृषिः प्रकृतीश्छन्दः अग्निमामन्यु मन्युपतयो हर्देवता जलापि मन्त्रिणे विनियोगः॥

ஓ॰ அக்நிஸ்ச இத்யஸ்ய மந்த்ரஸ்ய யாஜ்ஞவல்க்யோ உபநிஷத ரிஷி: ப்ரக்ருதீஸ்சந்த: அக்நிமாமந்யு மந்யுபதயோ ஹர்தேவதா ஜலாபி மந்த்ரிணே விநியோக:॥

ॐ अग्निश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः । पापेभ्यो रक्षन्ताम् । यदह्ना पाप मकार्षम् । मनसा वाचा हस्ताभ्याम् । पद्भ्या मुदरेण शिश्ना । अह स्तदवलुम्पतु । यत्किञ्च दुरितं मयि । इद महं मा ममृत योनौ । सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥ (तै. अर. 10. 24)

ஓ அக்நிஸ்ச மா மந்யுஸ்ச மந்யுபதயஸ்ச மந்யுக்ருதேப்ய: । பாபேப்யோ ரக்ஷந்தாம் । யதஹ்நா பாப் மகார்ஷம் । மநஸா வாசா ஹஸ்தாப்யாம் । பத்ப்யா முதரேண ஶிஸ்நா । அஹ ஸ்தத்வலும்பது । யத்கிஞ்ச் துரித் மயி । இத மஹ் மா மம்ருத யோநௌ । ஸத்யே ஜ்யோதிஷி ஜுஹோமி ஸ்வாஹா ॥ (தை. அர. 10. 24)

சாயங்கால மந்திரத்தில் சூரியனுக்கு (சூர்யா) பதில் நெருப்பு (அக்னி) என்றும். இரவு (ராத்ரி) செய்த என்பதிற்கு பதில், பகலில் (அஹனி) செய்தது என்றும் மந்திரம் மாறும். இங்கு பிரார்த்தனை ராத்திரி தேவதைக்கு என்றால் சாங்காலம் அஹர் தேவதைக்கு. அங்கு சூர்யா ஜோதியில் தன்னை அற்பந்த்தால், இங்கு சத்ய ஜோதியில் அற்பணிக்கிறோம்.

மாத்யாநிகத்தில்

ओं आप: पुनन्तु इत्यस्य मन्त्रस्य पूतर्षि: अष्टी छन्द: आपो देवता अपां प्राशने विनियोग:॥

ஓ॰ ஆப: புநந்து இத்யஸ்ய மந்த்ரஸ்ய பூதர்ஷி: அஷ்டீ சந்த: ஆபோ தேவதா அபா் ப்ராஶநே விநியோக:॥

ॐ आपः पुनन्तु पृथिवीं पृथिवी पूता पुनातु माम् । पुनन्तु ब्रह्मणस्पति ब्रह्मा पूता पुनातु माम् । यदुच्छिष्ट मभोज्यं यद्वा दुश्चरितं मम । सर्वं पुनन्तु मा मापोऽसताञ्च प्रतिग्रहग्ग् स्वाहा ॥ (तै. अर. परिशिष्टः 10. 30)

ஆப:ಂ புநந்து ப்ருதிவீ ப்ரருதிவீ பூதா புநாது மாம் । புநந்து ப்ரஹ்ம்ணஸ்பதி ர்ப்ரஹ்மா் பூதா புநாது மாம் । யதுச்சிஷ்ட மபோஜ்ய் யத்வா் துஶ்சரித் மம் । ஸர்வ் புநந்து மா மாபோ்உஸதா ஞ்ச் ப்ரதிக்ரஹக்க் ஸ்வாஹா ॥ (தை. அர. பரிஶிஷ்ட: 10. 30)

ஆப: - நீரினால். ஆப தேவதை. புநந்து – தூய்மையானதாகட்டும். 'பூஞ் பவனே' – தூய்மைபடுத்துவதில் என்ற வேற்சொல்லிருந்து. ப்ருதிவீ – நிலத்தை. ப்ருதிவீ பூதா – தூய்மபடுத்தப்பட்ட நிலம். புநாது - தூயமைபடுத்தட்டும். மாம் – என்னை. புநந்து - தூய்மையானதாக்கட்டும். ப்ரஹ்மணஸ்பதி: - வேதத்தின் தலைவன். பிரம்மம் என்பது வேதம். அதனால், 'பிரம்ம வேத ஜாநாதி இதி பிராமண:' – பிரம்மத்தை, வேதத்தை அறிந்தவர் என்பதால் பிராமணர் என்று அழைக்கபடுகிறார். தலைவன் என்பது குருவோ அல்லது வேத புருஷனோ ஆகலாம். வேத புருஷன் எப்போதும் தூய்மையானவர், அவரை எப்படி தூய்மைபடுத்துவது? புருஷன் என்றால் 'புரே ஷயதி' – உடலில் இருப்பவர், என்பதால் உடல் சம்பந்தமே தூய்மையற்ற நிலை. ப்ரஹ்மபூதா - தூய்மபடுத்தப்பட்ட பிரம்மம், வேதம். புநாது மாம் – என்னை தூய்மையானதாகட்டும். காலையில் செய்த பாவம் சாயம் சந்த்யாவிலும், ராத்திரி செய்த பாவம் ப்ராத சந்த்யாவிலும் நீக்கப்படுவதால், இந்த பிரார்த்தனையில் எதை தூயமைபடுத்துவது? யதுச்சிஷ்ட் – எந்த எச்சிலான உணவு பதார்தாமோ. அடுத்தவர் உண்ட இடத்தில் படுவது, அடுத்தவர் உண்ணும்போது அதிலிருந்து உண்பது, அடுத்தவர் இலை மீது பட்ட உணவு பதார்த்தம் வைத்த பாத்திரமோ அல்லது பரிமாறும் கரண்டியோ படுவது, அல்லது ஒரே பந்தியில் உண்ணும்போது பரிஷேச்சனம் நமக்கு முன்னர் செய்து துவங்கினாலோ முடித்தாலோ இப்படி பலவகை எச்சில் உள்ளது. அபோஜ்ய் – உண்ணக்கூடாததோ. 'பலாண்டும் ந பக்ஷயேத்' – வெங்காயம், வெள்ளைபூண்டு உண்ணக்கூடாது, பூமிக்கு அடியில் விளையும் சில கிழங்குகள், சுரைக்காய் முதலிய. யத்வா துஶ்சரித் – அல்லது, எந்த தவறோ. மம –

என்னுடையது. ஸர்வ் புநந்து – அவை எல்லாம் தூய்மையானதாக்கட்டும். யார்? நீர் தேவதை. மாமாப: - நீரே என்னை. அஸதர் ச – நல்லவர் அல்லாதவரிடம். ப்ரதிக்ரஹ் – எதை அடைதேனோ, ஏற்றேனோ. அவைகளையும் தூய்மையானதாக்கட்டும் . ஸ்வாஹா – என்னையே நான் அர்பணிக்கிறேன்.

पुनर्मार्जनम्

புனர்மர்ஜனம்

புனர்மார்ஜனத்தில் ததிக்ராவன்னோ மந்திரத்தை விடுத்து, மற்றவை மார்ஜனத்தில் உள்ள மந்திரமே ஆகும்.

பிரயோகம்

மார்ஜனம் செய்தது போல இங்கும் செய்யவேண்டும்.

अस्य दधिकावन्नो इति मन्त्रस्य वामदेव हृषिः अनुष्टुभ् च्छन्दः दधिकावा आपो देवता

அஸ்ய ததிக்ராவந்நோ இதி மந்த்ரஸ்ய வாமதேவ ரிஷி: அநுஷ்டுப் சந்த: ததிக்ராவா தேவதா

दधि क्रावण्णों अकारिषम् । जिष्णो रश्वस्य वाजिनः । सुरभिनो मुखांकरत्प्राण आयूगंषि तारिषत् ॥

ததி க்ராவண்ணோர் அகாரிஷம் । ஜிஷ்ணோ ரஶ்வஸ்ய வாஜிந: । ஸுரபிநோ முகர்கரத்ப்ராண ஆயூஷி தாரிஷத் ॥

ததிக்ராவந்நோ அகாரிஶம் – 'தத தாரானே' – தாங்குவதில் என்ற வேர்ச்சொல் ரூபம். । தாங்குவதான இந்த சிருஷ்டியை யார் செய்தாரோ. செய்தார் என்பது செய்வதுபோல் என்று பொருள். தாங்குபவர் என்பது சிருஷ்டி, ஸ்திதி மற்றும் லயம் மூன்றையும் குறிக்கிறது. ஜிஶ்நோ: – 'ஜி ஜயே' – வெற்றியில், என்ற வேற்சொல்லிருந்து. வெற்றி அடையக்கூடியதன்மை. அவரே எல்லாவற்றையும் படைத்தல் முதலியவைகளை செய்தார் என்றால், அவர் வெற்றி அடையும் தகுதியுடையவர் என்பதின் பொருள் என்ன. காரணம், அவர் வைத்ததே சட்டம் என்பதால். என்ற சந்தேகத்திற்கு, அவர் சர்வசக்திசமன்விதர்

என்பதை நிலைநாட்டவே இவ்வாறு கூறப்பட்டது. அஸ்வஸ்ய – குதிரையை போன்று. வாஜிந: - ‘வா கதிகந்தனயோ:’ – செல்வதிலும், வாசனையிலும். வேகமாக செல்பவர். வாஜி என்றால் அன்னம் என்றும் பொருள் உண்டு. பாலை திரித்து அதனில் உண்டாகும் பன்னீருக்கு (திரட்டிப்பால்) வாஜி என்று பெயர். இங்கு அது ஏற்கப்படவில்லை. ஸுரபிநோ - வாசனையுடைய என்றால் நன்மையை தரக்கூடிய. முகாகரத் – என்னுடைய வாகிந்திரியத்தை செய்வாயாக. உலகில் பல போயும் புரட்டும் கூறி பாவமடைந்த என்னுடைய வாக்கை நன்மை தரும் விஷயம் கூறுவதாக ஆக்குவாயாக. ப்ராணாயூம்ஷி தாரிஷத் – பிராணனையும் எங்களுடைய ஆயுளையும் காப்பாற்றுவீராக. தடைகளை நீக்கி காப்பீராக.

மற்ற மந்திரம் முற்கூறியது போல அறியவேண்டும்.

अघर्यम्

அர்க்யபிராதானம்

இந்த அர்க்யம் தேவர்களுக்கு ஆயுதமாக உதவிபுரியும் என்று சான்றோர்கள் கூறுவர். அவர்களுக்கு நாம் அர்கயமான ஆயுத உதவி செய்வதால், அவர்களும் நமக்கு சிறப்பான ஆசீர்வாதம் செய்வார்கள் என்பது அவர்கள் கூறும் கணக்கு.

காயத்ரீ மந்திரம் கொண்டு அர்கியம் செய்யப்படுகிறது. காயத்ரீ மந்திரத்தை முன்னர் பிராணாயாமத்தில் கண்டோம். விளக்கமாக காயத்ரீ மந்திர ஜெபத்தில் காண்போம்.

பிரயோகம்

இங்கு நீரை பாத்திரத்திலிருந்து தாரையாகவோ, உத்திரிநியிளிருந்து ஏந்தி கைவழியாகவோ கீழே விடுவது. இங்கு நீர் உபயோகபடுத்தபட்டாலும் சில இடங்களில் பால் கொண்டோ, சாரு கொண்டோ செய்வர். காலையில் 3 முறை, மதியம் 2 முறை மற்றும் சாயங்காலம் 3 முறை.

ममोपात्त समस्त दुरितक्षयद्वारा श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थं प्रातरघर्यप्रदानं करिष्ये ॥

गायत्र्या गायत्री छन्द: विश्वामित्रऋषि: गायत्री छन्द: सविता देवता प्रात: प्रातरघर्यप्रदाने विनियोग: ॥

மமோபாத்த ஸமஸ்த துரிதக்ஷயத்வாரா ஶ்ரீபரமேஶ்வரப்ரீத்யர்த் ப்ராதரகர்யப்ரதாந் கரிஷ்யே ॥

காயத்ர்யா காயத்ரீ சந்த: விஶ்வாமித்ர ரிஷி: காயத்ரீ சந்த: ஸவிதா தேவதா ப்ராத: ப்ராதரகர்யப்ரதாநே விநியோக: ॥

ॐ भूर्भुवस्सुवः ॥ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

ஓ பூர்புவஸ்ஸுவ: ॥ தத்ஸவிதுர்வரேண்யம் பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி । தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத் ॥

पुनरर्घ्यम्

புனரர்க்யம்

இந்த அர்ஞத்தில் பிராயச்சித்தம் என்ற ஒரு அர்க்கியம் உள்ளது, அதுவே புனரர்க்யம் என்றும் இங்கே கூறப்பட்டுள்ளது. இது சந்த்யாவன்தன காலம் தவறினால் அதற்கு மன்னிப்பு கோருமாறு செய்யும் அர்க்கியம்.

பிரயோகம்

இங்கு நீரை பாத்திரத்திலிருந்து தாரையாகவோ, உத்திரிநியிளிருந்து ஏந்தி கைவழியாகவோ கீழே ஒருமுறை விடுவது.

कालादिक्रमदोषप्रायश्चित्तार्थं पुनरर्घ्यप्रदानं करिष्ये ॥

காலாதிக்ரமதோஷப்ராயஶ்சித்தார்த் புநரகர்யப்ரதாந் கரிஷ்யே ॥

ॐ भूर्भुवस्सुवः ॥ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

ஓ பூர்புவஸ்ஸுவ: ॥ தத்ஸவிதுர்வரேண்யம் பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி । தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத் ॥

ऐक्यानुसन्धानम्

ஐக்யானுசந்தானம்

இந்த ஐக்யானுசந்தானமே சந்தயாவந்தன கர்மத்தை உபாசநியாக மாற்றுகின்றது. ஆகவே இது ஒரு முக்கியமான அங்கம்.

பிரயோகம்

கைகளை இதயத்தை நோக்கி வைத்து கொண்டு இந்த பிரார்த்தனையை செய்யவேண்டும்.

असावादित्यो ब्रह्म ब्रह्मैवाहमस्मि

அஸாவாதித்யோ ப்ரஹ்ம ப்ரஹ்மைவாஹமஸ்மி

அஸாவாதித்யோ – இந்த சூரியனே. ப்ரஹ்ம – பிரம்மம். ப்ரஹ்ம ஏவ – இந்த பிரம்மமே. அஹமஸ்மி – நான்.

இந்த விஷயமே தைத்திரீய உபநிஷத் முதலியவையில் 'ஸ யஸ்சாயம் புருஷே யஸ் ச அஸௌ ஆதித்யே ஸ ஏக:' என்று கூறப்பட்டது.

नवग्रह तर्पनम्
நவக்ரஹ தர்ப்பணம்

ரிக்வேதிகளுக்கும், ஆந்திரர்களுக்கும் மேலும் சிலருக்கும் இந்த டர்பன பகுதியே இல்லை. ஒவ்வொரு தேவதையை திருப்தி செய்ய இந்த தர்ப்பணம் செய்யப்படுகிறது.

பிரயோகம்

ஜலத்தை உத்திரினியில் எடுத்து குதியங்காளில் நின்று கொண்டு ஒவ்வொரு தேவதையை ச்மரிக்கும்போதும் வலது கை வழியாக நீரை பூமியில் (அல்லது தட்டில்) விடவேண்டும்.

ॐ आदित्यम् तर्पयामि ஓ ஆதித்யம் தர்பயாமி

ॐ सोमम् तर्पयामि ஓ ஸோமம் தர்பயாமி

ॐ अङ्गारकम् तर्पयामि ஓ அங்காரகம் தர்பயாமி

ॐ बुधम् तर्पयामि ஓ புதம் தர்பயாமி

ॐ बृहस्पतिम् तर्पयामि ஓ ப்ருஹஸ்பதிம் தர்பயாமி

ॐ शुक्रम् तर्पयामि ஓ ஶுக்ரம் தர்பயாமி

ॐ शनीश्वरम् तर्पयामि ஓ ஶநீஶ்வரம் தர்பயாமி

ॐ राहुम् तर्पयामि ஓ ராஹும் தர்பயாமி

ॐ केतुम् तर्पयामि ஓ கேதும் தர்பயாமி

देवता तर्पनम्
தேவதா தர்ப்பணம்

ॐ केशवम् तर्पयामि ஓ கேஶவம் தர்பயாமி

ॐ नारायणम् तर्पयामि ஓ நாராயணம் தர்பயாமி

ॐ माधवम् तर्पयामि ஓ மாதவம் தர்பயாமி

ॐ गोविन्दम् तर्पयामि ஓ கோவிந்தம் தர்பயாமி

ॐ विष्णुम् तर्पयामि ஓ விஷ்ணும் தர்பயாமி

ॐ मधुसूदनम् तर्पयामि ஓ மதுஸூதநம் தர்பயாமி

ॐ त्रिविक्रमम् तर्पयामि ஓ த்ரிவிக்ரமம் தர்பயாமி

ॐ वामनम् तर्पयामि ஓ வாமநம் தர்பயாமி

ॐ श्रीधरम् तर्पयामि ஓ ஶ்ரீதரம் தர்பயாமி

ॐ हृषिकेशम् तर्पयामि ஓ ஹ்ரீஷிகேஶம் தர்பயாமி

ॐ पद्मनाभम् तर्पयामि ஓ பத்மநாபம் தர்பயாமி

ॐ दामोदरम् तर्पयामि ஓ தாமோதரம் தர்பயாமி

பூர்வ பாகம் முடிவுற்றது

<u>उत्तर भागम्</u>

<u>உத்தர பாகம்</u>

மீண்டும் ஆசமணம், கணபதி தியானம் மற்றும் பிராணாயாமம் செய்தபின்னர். இங்கு ஜெபத்திற்கு முன்னர் செய்யப்படும் பிராணாயாமம் முக்கியமானது. பிராணாயாமம் மனதை அடக்க மிகவும் முக்கியமானது என்று நாம் அறிவோம். அதனால் இங்கு முன்னர் கூறியபடி ஒருமுறை செய்யாமல் இங்கு ஒன்பது முறை செய்யப்படுகிறது.

<u>प्राणायाम</u>

<u>பிராணாயாம</u>

<u>பிரயோகம்</u>

ஓ பூ: வில் தொடங்கி, ஓ ஸத்ய் வரையில் மூச்சை வலது மூக்குத்துவாரம் வழியாக உள்ளே இழுக்கவும். ஓ தத்ஸவிதுர் விலிருந்து, ப்ரசோதயாத் வரையில் மூச்சை உள்ளே கும்பகமாக நிறுத்தவும். ஓமாப: விலிருந்து தொடங்கி பூர்புவ:ஸ்ஸுவரோம் வரையில் மூச்சை வெளியே விடவும். அதன்பின்னர் வலது காதை தொடவும்.

ॐ प्रणवस्य परब्रह्मर्षि: देवी गायत्री छन्द: परमात्मा देवता प्राणायामे विनियोग:॥

ஓ ப்ரணவஸ்ய பரப்ரஹ்மர்ஷி: தேவீ காயத்ரீ சந்த: பரமாத்மா தேவதா ப்ராணாயாமே விநியோக:॥

भूरादि सप्तव्याहृतीनाम् अत्रि-भृगु-कुत्स-वशिष्ठ-गौतम-काश्यप-अङ्गीरस ऋषयः गायत्री-उष्णिक्-अनुष्टुभ्-बृहती--पङ्क्ती-तृष्तुभ्-जगती च्छन्दांसी अग्नि-वायु--अर्क-वागीश-वरुण-इन्द्र-विश्वेदेवे देवताः

பூராதி ஸப்தவ்யாஹ்ருதீநாம் அத்ரி-ப்ருகு-குத்ஸ-வஶிஷ்ட-கௌதம-காஶ்யப-அங்கீரஸ ரிஷய: காயத்ரீ-உஷ்ணிக்-அநுஷ்டுப்-ப்ருஹதீ--பங்க்தீ-த்ருஷ்டுப்-ஜகதீ ச்சந்தர்ஸீ அக்நி-வாயு--அர்க-வாகீஶ-வருண-இந்த்ர-விஶ்வேதேவே தேவதா:

ॐ भूः। ॐ भुवः । ॐ सुवः । ॐ महः । ॐ जनः । ॐ तपः । ॐ सत्यं । ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ ओमापो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भू-र्भुव-स्सुवरोम् ॥

ஓ பூ:। ஓ புவ: । ஓ ஸுவ: । ஓ மஹ: । ஓ ஜந: । ஓ தப: । ஓ ஸத்ய் । ஓ தத்ஸ்விதுர்வரேண்ய் பர்கோ் தேவஸ்ய் தீமஹி । தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத் ॥ ஓமாபோ ஜ்யோதீ ரஸோऽம்ருத் ப்ரஹ்ம பூ-ர்புவ-ஸ்ஸுவரோம் ॥

முன்னர் கூறிய பொருளை இங்கு நினைவுகொள்ளவும்.

सङ्कल्पः

சங்கல்பம்

மீண்டும் சங்கல்பம் செய்யவேண்டும். முன்னர் செய்த சங்கல்பம் சந்த்யாவன்தனம் செய்வதற்கு இப்போது செய்யும் சங்கல்பம் காயத்ரீ மந்திரம் ஜபிப்பதற்கு.

சந்த்யாவந்தன சங்கல்பத்தில் கூறப்பட்டபடி காயத்ரீ ஜப சங்கல்பத்திலும், ப்ராத என்பது கலையிலும், மாத்யாநிக என்று மதியமும், சாயம் என்று சாயங்காலமும் கூறப்படவேண்டும்.

ममोपात्त समस्त दुरितक्षयद्वारा श्रीपरमेश्वरप्रीत्यर्थं प्रात:सन्ध्या गायत्री महामन्त्रजपमहं करिष्ये ॥

மமோபாத்த ஸமஸ்த துரிதக்ஷயத்வாரா ஸ்ரீபரமேஶ்வரப்ரீத்யர்த் ப்ராத:ஸந்த்யா காயத்ரீ மஹாமந்த்ரஜபமஹ் கரிஷ்யே ॥

மமோபாத்த – என்னால் சேர்க்கப்பட்ட. ஸமஸ்த – எல்லா. துரித – பாவம், க்ஷயத்வாரா – நீங்குவது / அழிவது மூலம். ஸ்ரீபரமேஶ்வரப்ரீத்யர்த் – பரமேஸ்வரனின் பிரியத்திற்காக. ப்ராத:ஸந்த்யா – காலை சந்த்யாவந்தன. காயத்ரீ மஹாமந்த்ரஜபம் - காயத்ரீ மஹாமந்த்ரத்தின் ஜபத்தை. அஹ் கரிஷ்யே - நான் செய்கின்றேன்.

காயத்ரீ மந்திரத்தினை ஜபித்தாலும். இங்கு நாம ஜபிப்பது சாவித்திரி தேவதையின் காயத்ரீ. ஒவ்வொரு தேவதைக்கும் ஒரு காயத்ரீ மந்திரம் இருக்கிறது - லக்ஷ்மீ காயத்ரீ, விஷ்ணு காயத்ரீ, சிவ காயத்ரீ இப்படியாக. காயத்ரீ என்று பொத்தாம்பொதுவாக கூறினால், அது இப்படி எந்த தேவதைக்கும் ஆகலாம் என்றாலும், காயத்ரீ என்பது ரூடியாக சவிதா தேவதையின் காயத்ரீயையே குறிக்கிறது. சூரிய காயத்ரீயாக இருந்தாலும், இங்கு ஆவாஹனம் செய்யப்படுவது காயத்ரீ, சாவித்ரி மற்றும் சரஸ்வதி ரூபமாகவே என்பதால் பெண்ணுருவம் தாங்கியதாக இதனை தியானிக்கிறோம்.

गायत्री आवाहनम्

காயத்ரீ ஆவாஹனம்

காயத்ரீ ஜபத்திற்கு முன்னர் நாம் அந்த தேவியை ஆவாஹனம் செய்யவேண்டும். அதுபோல, ஆவாஹனம் செய்த தேவதையை பின்னர் விஸர்ஜனமும் செய்தல் அவசியம். பொதுவாக ஆவாஹனம் வெளியில் ஒரு சிலையிலோ, யந்திரத்திலோ, அக்னியிலோ அல்லது கலஷத்திலோ செய்வது வழக்கம், அனால் இங்கு மனதில் ஆவாஹனம்

செய்கிறோம். ‘வஹ ப்ராபனே’ – கொண்டு செல்லுதலில், என்ற வேர்சொல்லிருந்து அழைத்து வருவது என்ற பொருளில் இங்கு ஏற்கப்படுகிறது.

आयातु वरदा देवी इन्त्यनुवाकस्य वामदेव ऋषिः अनुष्टुभ् च्छन्दः गायत्री देवता

ஆயாது வரதா தேவீ இந்த்யநுவாகஸ்ய வாமதேவ ரிஷிஃ அநுஷ்டுப் ச்சந்தஃ காயத்ரீ தேவதா

आयातु वरदा देवी अक्षरं ब्रह्मसंमितम् । गायत्रीं छन्दसां मातेदं ब्रह्म जुषस्व नः ।ओजोऽसि सहोऽसि बलमसि भ्राजोऽसि देवानां नाम धामासि विश्वमसि विश्वायु-स्सर्वमसि सर्वायु-रभिभूरोम् । गायत्री-मावाहयामि सावित्री-मावाहयामि सरस्वती-मावाहयामि ।

ஆயாது வரதா தேவீ அக்ஷர் ப்ரஹ்மஸம்மிதம் । காயத்ரீ சந்தஸா மாதேத் ப்ரஹ்ம ஜுஷஸ்வ ந: ।ஓஜோऽஸி ஸஹோऽஸி பலமஸி ப்ராஜோऽஸி தேவாநா நாம தாமாஸி விஶ்வமஸி விஶ்வாயு-ஸ்ஸர்வமஸி ஸர்வாயு-ரபிபூரோம் । காயத்ரீ-மாவாஹயாமி ஸாவித்ரீ-மாவாஹயாமி ஸரஸ்வதீ-மாவாஹயாமி ।

ஆயாது – வருவீர்களாக. வரதா – வரம் தரும். தேவீ - தேவியே. அந்த அழக்கப்படு தேவியின் ஸ்வரூபம் என்ன? அக்ஷர் – ‘ந க்ஷரதீ இதி’ அழிவற்றது. ப்ரஹ்மஸம்மிதம் - வேதத்தினால் காண்பிக்கப்படும், அறியப்படும். நமக்கு வேதமே எல்லாவற்றிற்கும் பிரமாணம். முக்கியமாக ஆத்மஞானத்திற்கு பிரமாணம், அது வேறு எந்த பிரமாணத்திற்கும் விஷயம் அகாததால். சுவர்க்கம், நரகம், ஆத்மா, பிரம்மம் முதலியவைகளுக்கு வேதமே பிரமாணம் ஆகமுடியும். காயத்ரீ – காயத்ரீ தேவியே. சந்தஸா மாதே – எல்லா அணிகளுக்கும் தலைவல். சந்தஸ் என்றால் அணி இலக்கணம் என்று ஏற்றால். அல்லது, சந்தஸ் என்பது வேதம் என்ற பொருள்படும், வேதத்தின் தலைவியே, இத் ப்ரஹ்ம – (இந்த வேதமானது) எந்த மந்திரத்தை கொண்டு இந்த கர்மத்தை செய்யப்போகிறோமோ. ஜுஷஸ்வ – ‘ஜுஷ சேவாயாம்’ – பிரியத்தில் என்ற வேர்சொல்லிருந்து. அருளவேண்டும்.. ந: - (கர்மத்தை செய்யும்) எங்களுக்கு. இங்கு

'எங்களுக்கு' என்பது எங்கள் குடும்பத்திற்கு என்று பொருள் கொள்ளாமல் எனக்கு என்று பொருள் ஏற்கவேண்டும். எதற்கு காயத்ரீ தேவியை நாம் வணங்க வேண்டும் என்றால்? ஓஜோऽஸி – நீயே ஓஜஸ் எனப்படும் உள்ளொளியாக இருக்கிறாய், பிராண சக்தியாக இருப்பவள். ஸஹோऽஸி – உள்ளே இருக்கும் எதிரிகளை வெல்பவளாக இருகிறாய். பலமஸி – நீயே இந்திரியத்திற்கு பலம், புஷ்டி தருபவள். ப்ராஜோऽஸி – வெளி ஒளியாக இருக்கிறாய். நல்வழிப்படுத்துவது. தேவாநர் நாம – தேவர்களுக்கான. தாமாஸி – இருப்பிடம் / நிலைப்பாடு நீ. தேவர்களுடன் எனக்கு சம்பந்தம் உண்டானது எவ்வாறு? விஶ்வமஸி – நீயே இந்த உலகமாகிறாய். நீயே இந்த ஜகத் என்பதால், உன் மூலம் எனக்கு அந்த தேவர்களுடன் தொடர்பு உண்டாகிறது. ஜீவருக்கும் தேவருக்கும் ஆதாரமாக இருப்பவள் என்று பொருள். விஶ்வாயு: - இந்த உலகத்தினை வரையறுக்கும் காலமாகவும். ஸர்வமஸி – எல்லாமாகவும் நீயே இருக்கிறாய். ஸர்வாயு: - இப்படி எல்லாவற்றையும் வரையறுக்கும் காலமாக இருக்கும். தோற்றத்திற்கும் மறைவுக்கும் காரணம் நீயே, அதனால் காப்பதும் நீயே. அபிபூரேர் – முழுமையாக இது எல்லாவற்றிலும் இருத்தலாக நீயே, நிச்சயமாக / ஓம்கார ஸ்வரூபமாக. காயத்ரீமாவாஹயாமி – அந்த காயத்ரீயை வரவேற்கிறேன். ஸாவித்ரீ ஆவாஹயாமி - அந்த சாவித்ரீயை வரவேற்கிறேன். ஸரஸ்வதீ ஆவாஹயாமி - அந்த சரஸ்வதியை வரவேற்கிறேன்.

<u>गायत्रीन्यास:</u>

<u>காயத்ரீ ந்யாசம்</u>

ந்யாசம் என்பது நி + அஸ என்று இருக்கிறது. நி என்றால் நிரந்தரமாக, நிச்சயமாக. அச என்பது 'அஸ புவி' – இருத்தலில் என்ற வேர்சொல்லிளிருந்து. அதாவது, முழுமையாக தேவதையை நிறுத்துவதில். இங்கு, தேவதை மந்திர ஸ்வரூபமாக உள்ளத். அந்த தேவதையை ஒவ்வொரு உடல் பகுதியிலும் நிலை நிறுத்தவேண்டும். முன்னர் கூறியது போல 'தேவோ பூத்வா தேவான் அப்யேதி' என்பதாக, இங்கு மந்திரத்தை (தேவதையை) உடலில் நிலை நிறுத்தவேண்டும்.

பொதுவாக எல்லா மந்திரத்திற்கும் ரிஷி ந்யாசம் உண்டு. ஜபிக்கப்படும் மந்திரத்திற்கு சிறப்பாக கரந்யாசம் மற்றும் அங்கந்யாசம் உண்டு. கையின் பகுதிகளில் மந்திரத்தை நிறுத்துவது என்பது கரந்யாசம் ஆகும். இந்த கரந்யாசம் பொதுவாக ஒரே முறையில்

எல்லோராலும் செய்யப்படுகிறது. உடலின் பகுதிகளில் மந்திரத்தை நிறுத்துவது அங்கந்யாசம் ஆகும். இந்த அங்கந்யாசம் பல தேசாசார நிலை அனுசரித்து வெவ்வேறு வழிகளில் செய்யப்படுகிறது.

ॐ तत्सवितु: - ब्रह्मात्मने - अंगुष्ठाभ्यां नम:

ஓ தத்ஸவிது: - ப்ரஹ்மாத்மநே - அ்குஷ்டாப்யர் நம:

சுட்டு விரலால் கட்டை விரலை தடவவும்.

वरेण्यं - विष्णवात्मने - तर्जनीभ्यां नम:

வரேண்ய் - விஷ்ணவாத்மநே - தர்ஜநீப்யர் நம:

கட்டை விரலால் சுட்டு விரலை கீழிருந்து மேலாக தடவவும்.

भर्गो देवस्य - रुद्रात्मने - मध्यमाभ्यां नम:

பர்கோ தேவஸ்ய - ருத்ராத்மநே - மத்யமாப்யர் நம:

கட்டை விரலால் நடு விரலை கீழிருந்து மேலாக தடவவும்.

धीमहि - ईश्वरात्मने - अनामिकाभ्यां नम:

தீமஹி - ஈஸ்வராத்மநே - அநாமிகாப்யர் நம:

கட்டை விரலால் மோதிர விரலை கீழிருந்து மேலாக தடவவும்.

धियो यो न: - ज्ञानात्मने - कनिष्ठिकाभ्यां नम:

தியோ யோ ந: - ஜ்ஞாநாத்மநே - கநிஷ்டிகாப்யர் நம:

கட்டை விரலால் சுண்டு விரலை கீழிருந்து மேலாக தடவவும்.

प्रचोदयात्   - परमात्मने - करतलकरपृष्ठाभ्यां नम:

ப்ரசோதயாத்   - பரமாத்மநே - கரதலகரப்ருஷ்டாப்யா் நம:

உள்ளங்கையையும், இரண்டு புரங்கைகளையும் கீழிருந்து மேலாக தடவவும்.

ॐ तत्सवितु: - ब्रह्मात्मने   - हृदयाय नम:

ஓ் தத்ஸவிது: - ப்ரஹ்மாத்மநே   - ஹ்ருதயாய நம:

நடு இதயத்தை வலது கை விரல்களால் தொடவும்.

वरेण्यं   - विष्णवात्मने - शिरसे स्वाहा

வரேண்ய்   - விஷ்ணவாத்மநே - ஶிரஸே ஸ்வாஹா

முன்னந்தலையை வலது விரல்களால் தொடவும்.

भर्गो देवस्य - रुद्रात्मने   - शिकायै वषट

பர்கோ தேவஸ்ய - ருத்ராத்மநே   - ஶிகாயை வஷட

பின்னந்தலையை (குடுமியை) வலது விரல்களால் தொடவும்.

धीमहि   - ईश्वरात्मने - कवचाय हुम्

தீமஹி   - ஈஶ்வராத்மநே - கவசாய ஹூம்

இரண்டு கைகளாலும் தோல்பட்டையை தொடவும். வலதால் இடதை இடதால் வலதை.

धियो यो न: - ज्ञानात्मने - नेत्रत्रयाय वौषट्

தியோ யோ ந: - ஜ்ஞாநாத்மநே - நேத்ரத்ரயாய வௌஷட்

வலது கை விரல்களால் இரு கண்களையும், புருவ இடையிலும் தொடவும்.

प्रचोदयात्   - परमात्मने - अस्त्राय फट्

ப்ரசோதயாத்   - பரமாத்மநே - அஸ்த்ராய பட்

வலது கையால் இடது கையை தட்டவும். பின்னர் வலப்புறமாக தலையை சுற்றி சொடுக்கு போடவும்.

ओं भूर्भुवःस्सुवरोम् इति दिग्बन्धः॥

ஓ் பூர்புவ:ஸ்ஸுவரோம் இதி திக்பந்த:॥

கைகூப்பி வணங்கவும்.

முடிக்கும்போது அங்கந்யாசம் மட்டும் மீண்டும் செய்யவேண்டும். இங்கு கூறப்பட்ட ஸ்வாஹா, வஷட், ஹும், வௌஷட், பட் ஆகியவை வைதிக மந்திர பிரயோகம்.

<u>த்யான ஸ்லோகம்</u>

த்யான ஸ்லோகம் கூறும்போது அதனில் குறிப்பிட்டபடி உருவத்தை மனக்கண்ணில் காண முயற்சிக்கவேண்டும்.

मुक्ताविद्रुमहेमनीलधवलच्छायैर्मुखस्त्रीक्षणैः

युक्तामिन्दुनिबद्धरत्नमकुटां तत्वार्थवर्णात्मिकाम्।

गायत्रीं वरदाभयाङ्कुशकशाः शुभ्रं कपालं गुणं

शङ्खं चक्रमथारविन्दयुगलं हस्तैर्वहन्तीं भजे॥

முக்தாவித்ருமஹேமநீலதவலச்சாயைர்முகஸ்த்ரீக்ஷணை:

யுக்தாமிந்துநிபத்தரத்நமகுடா் தத்வார்தவர்ணாத்மிகாம்।

காயத்ரீ வரதாபயாங்குஶகஶா: ஶுப்ர் கபால் குண்

ஶக் சக்ரமதாரவிந்தயுகல் ஹஸ்தைர்வஹந்தீ பஜே॥

முக்தா – முத்து. வித்ரும - மரகதம். ஹேம - தங்கம். நீல – நீளம். தவல – வெள்ளை. ச்சாயைர் – நிறங்கள். முகஸ் – முகத்தில். த்ரீ – மூன்று. ஈக்ஷணை: - கண்கள் உடையவள்.

யுக்தாம் – உடையவள். இந்து – சந்திரன். நிபத்தரத்நமகுடர் – பதிந்த இரத்தின மகுடம். தத்வார்தவர்ணாத்மிகாம் – பரமாத்மா தத்துவத்தை உணர்த்தும் இருபத்திநாலு எழுத்து ஸ்வரூபமானவள். காயத்ரீ – காயத்ரியே. வரதா – வரம் தரும் வரதஹஸ்தம். அபய – பயம் நீக்கும் அபய ஹஸ்தம். அங்குஶ - அங்குசம். கஶா: - சாட்டை. ஶுப்ர் கபால் – வெள்ளை கபாலம். குண் – கதை. ஶக் – சங்கு. சக்ரம் – சக்கிரம். அத – மற்றும். அரவிந்தயுகல் – தாமரை. ஹஸ்தைர்வஹந்தீ – கைகளில் தாங்கி இருப்பவளை. பஜே – போற்றுகிறேன்.

ॐ भूर्भुवस्सुवः॥ तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

1. ஓ 2. பூர்புவஸ்ஸுவ: 3. தத்ஸ்விதுர்வரேண்ய் 4. பர்கோ தேவஸ்ய் தீமஹி 5. தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத்

இது இப்படி ஐந்து பாகமாக பிரித்து ஜபிப்பதற்கு வசதியாக கூறப்படுகிறது. இங்கு கூறப்பட்ட காயத்ரீ த்ரிபாத காயத்ரீ (மூன்று பகுதிகள் உள்ள காயத்ரீ). இதனில் பின்னால் நான்காவது பகுதி ஒன்றை சிலர் பெறுவார்கள். மூன்று பாதமே முழுமையானது என்றாலும், நான்காவது பாகம் இதனை மேன்மை செய்கிறது.

ஓ பூர்புவஸ்ஸுவ: - மூன்று வ்யாஹ்ருதிகள். தத்ஸவிது: - அந்த சூரிய தேவதை (சவிதா), வரேண்ய் – மேன்மையானவர். பர்கோ - பிரகாஷமயமானவர், உலகத்தில் காணப்படும் பிரகாஷத்திலே மிகவும் அதிகமான பிரகாஷம். தேவஸ்ய – அந்த (சூரிய) தேவதையை.

தீமஹி – புத்தியில் வைப்போம், தியானிப்போம். தியோ யோ ந: - எங்களுடைய அறிவை. ப்ரசோதயாத் – பிரகாசிப்பீர்களாக.

ஶ்ரீ மத் வித்யாரண்ய சுவாமிகள் இப்படி பொருள் தருகிறார் -

ஓ பூர்புவஸ்ஸுவ: - மூன்று வ்யாஹ்ருதிகள். தத் – அந்த வாக்கிற்கும் மனதிற்கும் எட்டாத.. ஸவிது: - சூரிய மண்டலத்தில் இருக்கும், தியானிக்க யோகியமான. சிருஷ்டி, ஸ்திதி மற்றும் லயத்திற்கு காரணமான. வரேண்ய் – எல்லோராலும் ஏற்கத்தக்க. பர்கோ - தன்னுடைய அறிவால், நம் அறியாமையை போக்கவல்ல ஸ்வரூபத்தை. தேவஸ்ய – தானே ஒளிர்கின்ற பரமாத்மாவின். தீமஹி – தனக்கு அன்னியமலாத நிலையில் வைத்து தியானிப்போம். தியோ – மனதின் எண்ண அலைகளை. யோ – எந்த பரமாத்மாவானது. ந: - நம் பூர்வ வாசனையின் (சம்ஸ்காரத்தின்) பலத்தால் திடமான பிரிவினை அறிவை. ப்ரசோதயாத் – தூண்டுகிறதோ.

சத், சித், ஆனந்த ஸ்வரூபமான அந்த தேவதையை நாம் பிரார்த்திக்கும்போது நாமும் அந்த ஸ்வரூபத்தை அடைவோம்.

காயத்ரீ மந்திரம் எத்தனை தடவை கூறவேண்டும்? ஒரு முறை !!! முழு தியானத்தோடு ஒரு முறை கூறினாலும் போதும். அது அல்லாத நிலையில்தான் மற்ற விதிகள் வருகிறது. தினமும் 108 முறை செய்வது சிறப்பு. புரஸ்சரணம் செய்யும்போது மூன்று வேலையும் 1008 முறை செய்யவேண்டும். இப்படி தினமும் 108 செய்ய முடியாமல் போனால் 54 முறை செய்யலாம்.

காயத்ரீ மந்திரத்தை ஜபிக்கும் முன்னர் நாம் அவரை மனதில் ஆவாஹனம் செய்தோம். அப்படி ஆவாஹனம் செய்த தேவதையை 'யதாஸ்தானம்' – எங்கிருந்து அழைத்து வந்தோமோ அங்கு, அவர்கள் இருப்பிடத்திற்கு மீண்டும் அனுப்பி வைக்கும் பாவனையினை அவசியம் செய்யவேண்டும். இதற்கு உபஸ்தானம் என்று பெயர்.

உபஸ்தானம் செய்ய மீண்டும் ஆசமனம் மற்றும் பிராணாயமம் செய்த பின்னர்.

<u>उपस्थानम्</u>

<u>உபஸ்தானம்</u>

<u>பிரயோகம்</u>

பிரார்திப்பதுபோல கைகளை குவித்துக்கொண்டு இங்கு தந்துள்ள மந்திரத்தை கூறவேண்டும்.

उत्तमे शिखरे देवी भूम्यां पर्वत मूर्धनि

ब्राह्मनेभ्यो ह्यनुज्ञानं गच्छ देवी यथा सुखम्

உத்தமே ஶிகரே தேவீ பூம்யர் பர்வத மூர்தநி
ப்ராஹ்மநேப்யோ ஹ்யநுஜ்ஞாந் கச்ச தேவீ யதா ஸுகம்

உத்தமே – உத்தமமான, மேன்மையான. ஶிகரே – நிலையில், குடிகொண்டுள்ள. தேவீ – தேவியே. பூம்யர் – இந்த பூமியில். பர்வத மூர்தநி - மலை உச்சியில். ப்ராஹ்மநேப்யோ – பிரம்மனர்களின், பிரம்மத்தை உபாசிக்கும் எங்களுக்கு. ஹ்யநுஜ்ஞாந் – நிச்சயம் அனுமதிபெற்று, நிச்சயம் அனுக்ரஹம் செய்து. கச்ச தேவீ - செல்வாய் தேவியே நீ. யதா ஸுகம் – எங்கிருந்து வந்தாயோ அங்கு சந்தோஷமாக.

<u>सूर्य उपस्थानम्</u>

<u>சூர்ய உபஸ்தானம்</u>

<u>பிரயோகம்</u>

பிரார்திப்பதுபோல கைகளை குவித்துக்கொண்டு இங்கு தந்துள்ள மந்திரத்தை கூறவேண்டும்.

मित्रस्य इति मन्त्रस्य विश्वेदेवा ऋषयः, गायत्रीतृष्टुभौ च्छन्दसौ, मित्रौ देवता सूर्य उपस्थाने विनियोगः
மித்ரஸ்ய் இதி மந்த்ரஸ்ய விஶ்வேதேவா ருஷய:, காயத்ரீத்ருஷ்டுபௌ ச்சந்தஸௌ, மித்ரௌ தேவதா ஸூர்ய உபஸ்தாநே விநியோக:

ॐ मित्रस्य चर्षणी घृत श्रवो देवस्य सान सिम् । सत्यं चित्रश्र वस्तमम् । मित्रो जनान् यातयति प्रजानन्-मित्रो दाधार पृथिवी मुतद्याम् । मित्रः कृष्टी रनिमिषाऽभि चष्टे सत्याय हव्यं घृतवद्विधेम । प्रसमित्र मर्त्यो अस्तु प्रयस्वा न्यस्त आदित्य शिक्षति व्रतेन । न हन्यते न जीयते त्वोतोनैन मगंहो अश्नो त्यन्तितो न दूरात् ॥ (तै. सं. 3.4.11)
ஓம் மித்ரஸ்ய் சர்ஷணீ க்ருத ஶ்ரவோ் தேவஸ்ய் ஸாந ஸிம் । ஸத்ய் சித்ரஶ்ர் வஸ்தமம் । மித்ரோ ஜநாந் யாதயதி ப்ரஜாநந்-மித்ரோ தா்தார ப்ருதிவீ முதத்யாம் । மித்ர: க்ருஷ்டீ ரநிமிஷாऽபி ச்ஷ்டே ஸத்யாய் ஹவ்ய் க்ருதவத்விதேம । ப்ரஸமித்த்ர மா்த்யோ் அஸ்து ப்ரய்ஸ்வா ந்யஸ்த் ஆதித்ய ஶிக்ஷதி வ்ரதேந் । ந ஹந்யதே ந ஜீயதே த்வோதோநைந மக்ஹோ் அஶ்நோ த்யந்திதோ ந தூராத் ॥ (தை. ஸ். 3.4.11)

ஓ மித்ரஸ்ய் – மித்ரனாகிய, சூர்ய தேவதை. சர்ஷணீ – நாங்கள் எல்லோரும். க்ருத - நெய். ஶ்ரவோ் – நீர் போல் ஒழுகி ஓடுவது. தேவஸ்ய் - தேவதைக்கு. ஸாந ஸிம் – வணங்கதக்க. । ஸத்ய் – நித்தியமான. மூன்று காலத்திலும் மாறாது இருப்பது, பிரம்மம். சித்ர – பலவகையான, பல விஷயத்தோடு ஒப்பிடும்போது. ஶ்ர் வஸ்தமம் – கேட்பதற்கு மிகவும் அதிகமாக. மித்ரோ – அந்த மித்ர தேவதை. ஜநாந் - மக்களை, ஜீவர்களை. யாதயதி ப்ரஜாநந் – நன்றாக அறிந்து வழிநடத்துபவர். மித்ரோ – அப்படிப்பட்ட மித்திரன். தா்தார – 'த்ரு தாரநே' – தாங்குவதில், தங்குகின்றார். ப்ருதிவீ – இந்த பிருதிவீயையும். முதத்யாம் – மற்றும் த்யு லோகத்தையும். ஈர்ப்பு சக்தியே சூரியனால் உண்டாவது என்பதை நாம் அறிவோம். மித்ர: - ஹே மித்ரனே. க்ருஷ்டீ: - ஜீவர்களை. அநிமிஷா - கண் இமைக்காமல். அபி ச்ஷ்டே – பார்துகொண்டிருக்கிறாய். ஸத்யாய் – உண்மைக்காக, உண்மையை அடைவதற்காக. ஹவ்ய் – ஹவிர் பாகத்தை (சாதத்தை). க்ருதவத் – நெய் இடப்பட்ட. விதேம – உனக்கு படைக்கிறோம். ப்ரஸமித்த்ர – அந்த மித்திரன். ப்ர என்பது வேறு சொல்லுடன் சேரும். மா்த்யோ் – மரணமடையும் தன்மையுடைய எங்களுக்கு. அஸ்து ப்ரய்ஸ்வாந் – முழுமையான பலன் தரக்கூடியவராக இருக்கட்டும். யஸ் – எவர். த் - தங்களை. ஆதித்ய – ஆதித்யனான. ஶிக்ஷதி – பூஜிகின்றாரோ. வ்ரதேந் – முறையாக. இப்படிப்பட்ட ஒருவருக்கு என்ன பலன் உண்டாகும்? ந ஹந்யதே – அவர்

அழிவடைவதில்லை (துன்பப்படுவதில்லை). ந ஜீயதே – 'ஜி ஜயே' – வெற்றியில், அவர் வெல்லப்படுவதில்லை. த்வோதோ – 'த்வா + உத" – உங்களால் காப்பாற்றப்பட்டதால். நைநமக்ஹோர் – அவரை பாவம் தீண்டுவதில்லை. நைநம் + அக்ஹோர் என்று ஏற்றால், ஏநம் என்பதற்கு இவரை என்றும் பாவம் என்றும் பொருள் உள்ளது, அதனால் இவரை அல்ல மற்றும் பாவம் இல்லை என்றும் பொருள்படும். மற்றும் அக்ஹோ என்பதற்கு பாவம் என்று பொருள் உள்ளதால், நைநம் என்பதற்கு அவரை என்று பொருள் ஏற்பது சிறப்பு. அஶ்நோதி – தீண்டுவதில்லை. எப்போது தீண்டுவதில்லை? அந்திதோ ந தூராத் – நெருக்கமாகவோ அல்லது தூரமாகவோ. எப்போதும் எல்லை என்று பொருள்.

मध्याह्न सूर्योपस्थानं

மத்யாஹ்ந ஸூர்யோபஸ்தாந்

आदित्येन उद्वयम् अदुत्यम् चित्रम् तचक्षु इति मन्त्रानाम् हिरण्यस्थूप ऋषिः, द्वौतृष्टुभौ गायत्री जगती उश्नीह च्छन्दांसि , आदित्यो देवता आदित्य उपस्थाने विनियोगः

ஆதித்யேந உத்வயம் அதுத்யம் சித்ரம் தச்சக்ஷு இதி மந்த்ராநாம் ஹிரண்யஸ்தூப ருஷி:, த்வௌத்ருஷ்டுபௌ காயத்ரீ ஜகதீ உஶ்நீஹ ச்சந்தர்ஸி , ஆதித்யோ தேவதா ஆதித்ய உபஸ்தாநே விநியோக:

ॐ आ सत्येन रजसा वर्तमानो निवेशय न्नमृतं मर्त्यञ्च । हिरण्ययेन सविता रथेनाऽदेवो याति भुवना निपश्यन् ॥
ஓ ஆ ஸத்யேந ரஜஸா வர்த்மாநோ நிவேஶய ந்நம்ருத் மர்த்யஞ்ச । ஹிரண்யயேந ஸவிதா ரதேநாऽதேவோ யாதி புவநா நிபஶ்யந் ॥

ஆ ஸத்யேந – அஸத்ய என்று இல்லை. அஸத்திய என்றால் உண்மையற்ற. ஆ என்பது 'आङ् मर्यादाभिविध्योः' "ஆங் மர்யாதா அபிவித்யோ:" – ஆங் (ஆ) என்பது வரையில் என்பதாக உபயோகிக்கப்படும். மர்யாதா என்றால் 5 வரையில் என்பதில் 5 இல்லாமல், அபிவிதி 5 வரையில் என்பதில் 5 தும் சேர்ப்பது. இதனால் இங்கு நமக்கு கிடைக்கும் பொருள், முழுமையாக சத்தியத்துடன் (உண்மை) கூடியதாக அதாவது பாகுபாடில்லாமல். பகவான் நமக்கு வரும் கர்மபலனை தடுப்பது இயலாது, நமக்கு வரும் துயரின் தாக்கத்தை தணிக்கவே முடியும். உதாரணமாக, கீழே விழுவது நமது கர்மம், தரையில் இல்லாமல்

பஞ்சு மெத்தையில் என்பதை நமது புண்ணிய கர்மத்தினால் பகவான் மாற்ற இயலும். அல்லது தறியில் விழுந்தாலும், நமக்கு அதிகம் காயம்படாமல் இருக்க செய்யமுடியும். ரஜ்ஸா – பார்பதால். வர்த்மாநோ – இருப்பவராக. நிவேஶயந் – ஈடுபடுத்துவதாக. எதனில்? செயலில். யாரை? அம்ருத் – மரணமற்ற (தேவர்கள்) மர்த்ய்ஞ்ச – மற்றும் மரணமடையகூடியவர் (மனிதர்கள்). ஹிரண்யயேந – தங்கமயமான. ஸவிதா – சூரிய தேவன். ரதேநா - ரத்தத்தினால். ஆதேவோ – அந்த (சூரிய) தேவதை. ஆ என்பது யாதியுடன் சேர்ந்துவரும். யர்தி – செல்கிறார். புவ்நாநி இந்த உலகங்களை. பஶ்யந் – பார்த்துகொண்டு.

उद्वय न्तमस स्परि पश्यन्तो ज्योति रुत्तरम् । देवन्-देवत्रा सूर्य मगन्म ज्योति रुत्तमम् ॥ उदुत्यं जातवेदसं देवं वहन्ति केतवः । दृशे विश्वा य सूर्यम् ॥
உத்வய ந்தம்ஸ ஸ்பரி பஶ்யந்தோ ஜ்யோதி ருத்த்ரம் । தேவந்-தேவ்த்ரா ஸூர்ய மக்ந்ம ஜ்யோதி ருத்தமம் ॥ உதுத்ய் ஜாதவேத்ஸ் தேவ் வ்ஹந்தி கேதவ꞉ । த்ருஶே விஶ்வா ய ஸூர்யம் ॥

உத்வயந் – வயம் என்பது நாங்கள். உத் என்பத பின்னால் சேர்க்கப்படுகிறது. தம்ஸஸ் – இருளுக்கும். பரி – மேலே. முதல் சொல்லில் உள்ள உத் சேர்ந்து, மேலேழும்பியதாக. பஶ்யந்தோ – நன்றாக காணும் நாங்கள். எதனை காண்கிறோம்? ஜ்யோதி ருத்த்ரம் – மேன்மையான ஜோதியை (ஒளியை). யாருடைய ஒளியை? தேவந் – சூரிய தேவனுடைய. எப்படிபட்ட தேவன்? தேவ்த்ரா – தேவர்களை த்ரானனம் செய்பவன், காப்பவன். மீண்டும் அவர் யார்? ஸூர்யும் – சூரிய தேவன். அக்ந்ம – அடைவோம். ஜ்யோதி ருத்தமம் - மேன்மையான ஜோதியை (ஒளியை). உதுத்ய் – உதயமாகும். ஜாதவேத்ஸ் தேவ் – அக்னி தேவனை. வ்ஹந்தி – கொண்டுசெல்லப்படுகிறார். கேதவ꞉ – சூரிய கிரணங்கள் என்ற குதிரைகளால். த்ருஶே - காண்பதற்கு. விஶ்வா ய – இந்த உலகங்களை. ஸூர்யம் – சூரியனை.

चित्रं देवाना मुदगा दनीकं चक्षुर्-मित्रस्य वरुण स्याग्नेः । आप्रा द्यावा पृथिवी अन्तरिक्षग्ं सूर्य आत्मा जगत स्तस्थुषश्च ॥

तच्चक्षुर्-देवहितं पुरस्तोच्चुक्र मुच्चरत् ।

சித்ர் தேவாநா முத்கா தநீக் சக்ஷுர்-மித்ரஸ்ய வருண ஸ்யாக்நே: । ஆப்ரா த்யாவா ப்ருதிவீ அந்தரிக்ஷக் ஸூர்ய ஆத்மா ஜகத ஸ்தஸ்துஷ்ஶ்ச ॥ தச்சக்ஷுர்-தேவஹித் புரஸ்தாச்சுக்ர முச்சரத் ।

சித்ர் – விசித்திரமான. தேவாநாம் – சூரிய தேவன். உத்காத் – மேல்நோக்கி செல்கிறார். அநீக் – நெருங்கி அதாவது பலவகை ரூபத்தை அடைந்து. சக்ஷுர் – கண் போன்று. மித்ரஸ்ய – சூரிய தேவதைக்கு. வருணஸ்ய – வருண தேவதைக்கு. அக்நே: - அக்னி தேவதைக்கு. ஆப்ரா – முழுவதுமாக. த்யாவா ப்ருதிவீ அந்தரிக்ஷக் – த்யு லோகம், இந்த பருத்திவீ லோகம் மற்றும் இடையில் இருக்கும் அந்தரிக்ஷ லோகத்தையும். ஸூர்ய – சூரியனான. ஆத்மா – ஆத்மா. ஜகதஸ் – எல்லாவற்றியும். தஸ்துஷ்ஶ்ச – பிரகாசிக்கின்றார். தச்சக்ஷுர் – அந்த கண்கள். தேவஹித் – தேவர்களுக்கு நன்மை பயப்பது. புரஸ்தாச் – கிழக்கு திசையில். சுக்ர முச்சரத் – தூய்மையாக உதிக்கின்றது.

पश्येम शरदश्शतं जीवेम शरदश्शतं नन्दाम शरदश्शतं मोदाम शरदश्शतं भवाम शरदश्शतग्ं शृणवाम शरदश्शतं पब्रवाम शरदश्शतमजीतास्याम शरदश्शतं जोक्च सूर्यं दृषे ॥

பஶ்யேம ஶரத்ஶ்ஶத் ஜீவேம ஶரத்ஶ்ஶத் நந்தாம ஶரத்ஶ்ஶத் மோதாம ஶரத்ஶ்ஶத் பவாம ஶரத்ஶ்ஶதக் ஶ்ருணவாம ஶரத்ஶ்ஶத் பப்ர்வாம ஶரத்ஶ்ஶதமஜீதாஸ்யாம ஶரத்ஶ்ஶத் ஜோக்ச ஸூர்ய் தருஷே ॥

பஶ்யேம – பார்த்து கொண்டிருப்போமாக. ஶரத்ஶ்ஶத் – நூறு வயதுவரை. நூறு என்பது இங்கு முழுமையான ஆயுளை குறிக்கின்றது. பார்த்தால் மட்டும் போதுமா? ஜீவேம – வாழ்வோம். ஶரத்ஶ்ஶத் - நூறு வயதுவரை. வாழ்ந்தால் மட்டும் போதுமா? கண்கள் விழித்திருந்து கோமா முதலிய நிலையில் இருந்தால் என்ன பயன்? அதனால், நந்தாம – ஆனந்தமாக இருப்போமாக. ஶரத்ஶ்ஶத் - நூறு வயதுவரை. ஆனந்தம் இருந்தால் மட்டும் போதுமா ஆனந்தத்தை அனுபவிக்க வேண்டாமா. மோதாம – அனுபவிப்போமாக.

ஶரத்ஶஶத் - நூறு வயதுவரை. பவா்ம – இருத்தல் உடையவனாக இருப்போமாக. ஶரத்ஶஶதக் - நூறு வயதுவரை. அப்படி இருக்கையில், ஶ்ருணவா்ம – சாஸ்திரத்தை கேட்டுக்கொண்டிருப்போமாக. ஶரத்ஶஶத் - நூறு வயதுவரை. பப்ர்வாம – 'ப்ருய் வ்யக்தாயம் வாசி' – பேசுதலில், பெசிக்கொண்டிருப்போமாக. ஶரத்ஶஶதம் - நூறு வயதுவரை. அஜீதாஸ்யாம – வெற்றி அடைபவராக இருப்போமாக. ஶரத்ஶஶத் - நூறு வயதுவரை. ஜோக்ச ஸூர்ய் தருஷே – இப்படிப்பட்ட காணும் நிலையை சூரியன் எனக்கு தருவாராக.

य उद्गान्महतोऽर्णवोद्विभ्राजमान स्सरिरस्य मध्यात्समा वृषभो लोहिताक्षसूर्यो विपश्चिन्मनसा पुनातु ॥
ய உத்காந்மஹதோऽர்ணவா த்விப்ராஜ்மாந ஸ்ஸரிரஸ்ய மத்யாத்ஸமா் வ்ருஷபோ லோ்ஹிதாக்ஷஸூர்யோ் விபஶ்சிந்மந்ஸா புநாது ॥

ய உத்காந் – எவர் உதித்துகொண்டிருகின்றாரோ. மஹதோऽர்ணவாத் – பெரிய காட்டிலிருந்து / சமுதிரத்திலிருந்து. விப்ராஜ்மாநஸ் – பிரகாசமயமாக இருக்கும். ஸரிரஸ்ய மத்யாத் – நீருக்கு இடையிலிருந்து. 'रलयोरभेधात्' ரலயோரபேதாத் – ர மற்றும் ல் விற்கு வேறுபாடில்லை, என்பதால் சலிலம் என்பது சரிரம் என்றானது. ஸமா் வ்ருஷபோ – மேன்மையான பிரகாசமானது. லோ்ஹிதாக்ஷ – சிவந்த கண்களுடையவர். ஸூர்யோ் – சூரியனானவர். விபஶ்சிந் – எல்லாவற்றையும் பிராகாசிக்கின்றார். எல்லாவற்றையும் பிரகாசிப்பதால் எல்லாவற்றையும் உணா்ந்தவர், எல்லாவற்றையும் உணா்ந்ததால் எலாவற்றையும் பிரகாசிக்கிறார். மந்ஸா – முழு மனதினால். புநாது – 'பூஞ் பவனே' – தூய்மை படுத்துவதில், தூய்மைபடுத்துவாராக.

सायङ्काल सूर्योपस्थानं

ஸாயங்கால ஸூர்யோபஸ்தாந்

इमम् मे इत्यादि मन्त्रानाम् शुनक्षेप अत्रि वशिष्ट ऋषिः, गायत्री तृष्टुभादि च्छन्दांसि, वरुणो देवता उपस्थाने विनियोगः

இமம் மே இத்யாதி மந்த்ராநாம் ஶுநக்ஷேப அத்ரி வஶிஷ்ட ருஷய:, காயத்ரீ த்ருஷ்டுபாதி ச்சந்தா்ஸி, வருணோ தேவதா உபஸ்தாநே விநியோக:

ॐ इमम्मे वरुण श्रुधी हवं मद्या च मृडय । त्वा मवस्यु राचके ॥ तत्वा यामि ब्रह्मणा वन्दमान स्त दाशोस्ते यजमानो हविर्भिः।

ஓ இமம்மே வருண ஶ்ருதீ ஹவ் மத்யா ச் ம்ருடய । த்வா ம்வஸ்யு ராச்கே ॥ தத்வா் யாமி ப்ரஹ்ம்ணா வந்த்மாந ஸ்த தாஶாஸ்தே யஜ்மாநோ ஹவிர்பி: ।

ஓ இமம் – இது. மே் – என்னுடையது. வருண – வருணனே. ஶ்ருதீ - தயவு செய்து கேளுங்கள். ஹவ்ம த்யா ச் – இந்த ஹவிஸை சாப்பிட்டுவிட்டு. ம்ருடய – ஆனந்தமடையுங்கள். எங்களையும் ஆனந்தமடைவியுங்கள். த்வா ம்வஸ்யு: – உன்னை, என்னை காப்பாற்ற. ஆச்கே - வேண்டுகிறேன். தத்வா் – அப்படிப்பட்ட தங்களை. யாமி – அடைகிறேன். ப்ரஹ்ம்ணா – வேதத்தால் அல்லது பிராம்மணர்களால். வந்த்மாநஸ் – வணங்கப்படுபவர். தத் – இதனை ஏற்று. ஆஶாஸ்தே – முழுமையாக காப்பாற்றுங்கள். யாரை? யஜ்மாநோ – எஜமானனை. ஹவிர்பி: - தரப்படும் ஹவுஸ்ஸினால்.

अहेडमानो वरुणेह बोध्युरुशगं समान आयुः प्रमोषीः ॥

அஹேடமாநோ வருணேஹ போத்யுருஶக் ஸமா்ந ஆயு: ப்ரமோர்ஷீ: ॥

அப்படிப்பட்ட வருணனே. அஹேடமாநோ – என்னை திரஸ்காரம் செய்யாமல். வருணேஹ – வருணனே இங்கு. போத்யுர:– எனக்கு அறிவை தருவாயாக. உஶக்ஸ மா்ந ஆயு: - எங்களுடைய ஆயுளை. ப்ரமோர்ஷீ: - குறையாமல் பார்த்துக்கொள்வீர்களாக.

यच्चिद्धिते विशोयथा प्रदेव वरुणव्रतम् । मिनीमसिद्य विद्यवि ।

யச்சித்திதே விஶோயதா ப்ரதேவ வருணவ்ரதம் । மிநீமஸித்ய வித்யவி ।

யச்சித்திதே – மனம் போன போக்கில். விஶோ – தெளிவின்மையால் (சந்தேகத்தால்). யதா ப்ரதேவ - எப்படிப்பட்ட முறையில் தங்களுக்கு நான் கொடுத்தேனோ. வருணவ்ரதம் – ஹி வருணனே தங்களுக்கான விரதத்தை. மிநீமஸித்ய வித்யவி – ஒவ்வொரு நாளும், ஒவ்வொரு நிமிடமும் செய்யாமல் விட்டேனோ அதனிலிருந்து காப்பாற்றுங்கள்.

यत्किञ्चेदं वरुणदैव्ये जनेऽभिद्रोह म्मनुष्याश्चरामसि । अचित्ते यत्तव धर्मायुयोपि ममान स्तस्मा देनसो देवरीरिषः ।

யத்கிஞ்சேத் வருணதைவ்யே ஜநே⁵பித்ரோஹ ம்மநுஷ்யாஶ்சராமஸி । அசித்தே யத்தவ தர்மாயுயோபி மமாந ஸ்தஸ்மா தேநஸோ தேவரீரிஷ: ।

யத்கிஞ்சேத் – எப்படிப்பட்டதான. வருண – வருணனே. தைவ்யே – தேவர்களுக்கும். ஜநே⁵பித்ரோஹ ம் – மற்றவர்களுக்கும் செய்யப்பட துரோகம். மநுஷ்யாஶ்சராமஸி – மனிதர்களான நாங்கள் இழைக்கிறோமோ. அசித்தே – அறிவின்மையால். யத்தவ – எந்த தங்கள். தர்மா – தர்மத்தில். யுயோபிம – முழுமையாக செய்யவில்லையோ. மாநஸ் தஸ்மாத் ஏநஸோ - – அப்படிப்பட்ட பாவங்கள் எங்களை தீண்டாமல். தேவரீரிஷ: - வருண தேவனே காப்பாற்றுங்கள்.

कितवासो यद्रिरिपुर्नदीवि यद्वाघा सत्यमुतयन्न विद्म । सर्वाताविष्य शिधिरेवदेवा थातेस्याम वरुण प्रियासः ॥ (तै. सं. 1.1.1)
கிதவாஸோ யத்ரிரிபுர்நதீவி யத்வாகா ஸத்யமுதயந்ந வித்ம । ஸர்வாதாவிஷ்ய ஶிதிரேவதேவா தாதேஸ்யாம வருண ப்ரியாஸ: ॥ (தை. ஸ். 1.1.1)

கிதவாஸோ – தவறு செய்பவர்கள் (திருடர்கள், சூதாடுபவர் முதலியவை). யத்ரிரிபுர் – எந்த குற்றம் சுமத்தப்பட்டதோ. நதீவி – பகல் காலத்தில் செய்ய இயலாத, யாருக்கும் தெரியாமல் செய்த. யத்வாகா – அல்லது எந்த பாவமோ. ஸத்ய முதயந்ந வித்ம – உண்மையா இல்லையா என்பது தெரியாமல் செய்தது. தெரிந்து செய்தாலும் தெரியாமல் செய்தாலும் பவம் பாவமே. ஸர்வாதா – அவை எல்லாற்றவையும். விஷ்ய – நீக்குங்கள். ஶிதிரேவ – கஷ்டமில்லாமல். தேவ அத – தேவதை இனி. தேஸ்யாம – இந்த ஹவிஸ் உங்களுக்கு ஆகட்டும். வருண – வருணனே. ப்ரியாஸ: - எங்கள் மேல் ப்ரீதியடையுங்கள் / திருப்தி அடையுங்கள்.

देवता नमस्कारः

தேவதா நமஸ்காரம்

பிரயோகம்

கைகளை கூப்பிக்கொண்டு இந்த மந்திரங்களை கூறவேண்டும்.

सन्ध्यायै नमः । सावित्र्यै नमः । गायत्र्यै नमः । सरस्वत्यै नमः ।
ஸந்த்யர்யை நம: । ஸாவித்ர்யை நம:। காய்த்ர்யை நம: । ஸர்ஸ்வத்யை நம: ।

ஸந்த்யா்யை நம: । ஸாவித்ர்யை நம:। காய்த்ர்யை நம: । ஸர்ஸ்வத்யை நம: ।
ஸந்த்யா் முதலிய தேவதைக்கு நமஸ்காரம். இங்கு ஸந்த்யா்யை என்பது பெண்பால், ஸந்த்யா்ய என்றிருந்தால் ஆண்பால். இந்த தேவதைகளை நாம் ஆவாஹனம் செய்தோம், இப்போது விசர்ஜனம் செய்யும் நேரத்தில் மீண்டும் நம் நமஸ்காரத்தை கூறுகிறோம்.

सर्वा॑भ्यो दे॒वता॑भ्यो॒ नमो नमः॑ । कामोऽकार्षी॑ मन्यु रकार्षी॒ र्नमो॒ नमः । (तै. अर. 2.18.52)
ஸர்வா்ப்யோ தேவதா்ப்யோ॒ நமோ நம: । காமோऽகார்ஷீ மந்யு ரகார்ஷீர்நமோ॒ நம:।

ஸர்வா்ப்யோ தேவதா்ப்யோ॒ நமோ நம: - மற்றெல்லா தேவதைக்கும் மீண்டும் மீண்டும் என்னுடைய நமஸ்காரம். காமோऽகார்ஷீ மந்யு ரகார்ஷீர்நமோ॒ நம: - காமம் செய்தது கோவம் செய்தது, அதற்கு நமஸ்காரம். இந்த மந்திரம் ஒரு பெரிய மந்திரத்தின் ஒரு பகுதி.

अभिवादः (प्रवर)

அபிவாத: (ப்ரவர)

பிரயோகம்

அபிவாதய என்று கூறும்போது அந்தந்த பக்க காதுகளை அந்த பக்க கையால் மூடி, பின்னர் அஹம் அஸ்மி போ எனும்போது குய்ந்தபடி தரையை தொடவேண்டும்.

अभिवादये … प्रवरान्वित … गोत्रः … सूत्रः … शाखाध्यायी … अहं अस्मि भो ॥
அபிவாதயே … ப்ரவராந்வித … கோத்ர: … ஸூத்ர: … ஶாகாத்யாயீ … அஹ் அஸ்மி போ ॥

அபிவாதயே – நான் உங்களை நமஸ்கரிக்கிறேன். நான் யார், என்ற அறிமுகம், ப்ரவராந்வித – இப்படிப்பட்ட பரம்பரையில் வந்தவன். இது நம் முன்னோரான ரிஷிகளின் பெயர்கள். மூன்று, ஐந்து மற்றும் ஏழு என்று இவை மாறுபடும். கோத்ர: - நம்முடைய கோத்திரம் என்ன என்பதின் அறிமுகம். ஒரே கோத்திரத்தில் பெண் எடுத்தல் கூடாது. இதனாலேயே ‘கோத்திரம் அறிந்து பெண்ணை கொடு’ என்பர். தன பரம்பரையினை அறியாமல், இன்று பலர் சிவன் கோவிலில் சிவா கோத்திரம் என்றும், விஷ்ணு கோவிலில் விஷ்ணு கோத்திரம் என்றும் கூறுவது வேடிக்கையாக உள்ளது. ஸூத்ர: - அந்த கோத்திரத்தில் நாம் எந்த கிருஹ்ய சூத்திரத்தை கடைபிடிப்பவர்கள் என்பதின் அறிமுகம். ஶாகாத்யாயீ – எந்த வேத பாகத்தை படிப்பவர்கள் என்பதின் அறிமுகம். அஹ் அஸ்மி - இப்படிப்பட்டவன் நான். போ – பெரியாவரே / மரியாதைக்குரியவரே.

दिग्देवता नमस्कारः

திக்தேவதா நமஸ்கார:

<u>பிரயோகம்</u>

கைகளை கூப்பிக்கொண்டு இந்த மந்திரங்களை கூறவேண்டும்.

प्राच्यै दिशे नमः । दक्षिणायै दिशे नमः । प्रतीच्यै दिशे नमः । उदीच्यै दिशे नमः । ऊर्ध्वायै नमः । अधरायै नमः । अन्तरिक्षाय नमः । भूम्यै नमः । ब्रह्मणे नमः । विष्णवे नमः । मृत्यवे नमः । यमाय नमः ।

ப்ராச்யை திஶே நம: । தக்ஷிணாயை திஶே நம: । ப்ரதீச்யை திஶே நம: । உதீச்யை திஶே நம: । ஊர்த்வாயை நம: । அத்ராயை நம: । அந்தரிக்ஷாய நம: । பூம்யை நம: । ப்ரஹ்மணே நம: । விஷ்ணவே நம: । ம்ருத்யவே நம: । யமாய நம:।

ப்ராச்யை திஶே நம: - கிழக்கு திசைக்கு நமஸ்காரம். தக்ஷிணாயை திஶே நம: - தெற்கு திசைக்கு நமஸ்காரம். ப்ரதீச்யை திஶே நம: - மேற்கு திசைக்கு நமஸ்காரம். உதீச்யை திஶே நம: - வடக்கு திசைக்கு நமஸ்காரம். ஊர்த்வாயை நம: - மேல் திசைக்கு நமஸ்காரம். அத்ராயை நம: - கீழ் திசைக்கு நமஸ்காரம். அந்தரிக்ஷாய நம: - அந்தரிக்ஷத்திற்கு நமஸ்காரம். பூம்யை நம: - பூமிக்கு நமஸ்காரம். ப்ரஹ்மணே நம: - பிரம்மனுக்கு நமஸ்காரம். விஷ்ணவே நம: - விஷ்ணுவிற்கு நமஸ்காரம். ம்ருத்யவே நம: - ம்ருத்யுவிற்கு நமஸ்காரம். யமாய நம: - யமனுக்கு நமஸ்காரம்.

यम वन्दनम्

யம வந்தநம்

<u>பிரயோகம்</u>

தென் திசையை நோக்கி கைகளை கூப்பிக்கொண்டு இந்த மந்திரங்களை கூறவேண்டும். தெற்கு யமனுக்கு உரிய திசை. அதனால், இந்த மரணத்தை அழிக்க தட்சிணாமூர்த்தி அந்த திசையை நோக்கி வீற்றிறுகிறார்.

यमाय धर्मराजाय मृत्यवे च अन्तकाय च वैवस्वताय कालाय सर्व भूत क्षयाय च औदुम्भराय दध्नाय नीलाय परमेष्टिने वृकोधराय चित्राय चित्रगुप्ताय वै नमः चित्रगुप्ताय वै नमः ॐ नमः इति ।

யமாய தர்மராஜாய ம்ருத்யவே ச அந்தகாய ச வைவஸ்வதாய காலாய ஸர்வ பூத க்ஷயாய ச ஔதும்பராய தக்நாய நீலாய பரமேஷ்டிநே வ்ருகோதராய சித்ராய சித்ரகுப்தாய வை நம: சித்ரகுப்தாய வை நம: ஓ நம: இதி ।

யமாய – யமனுக்கு. தர்மராஜாய – தர்மத்தின் தலைவனுக்கு. தர்மத்தை மீறாமல், அதை கடைபிடிப்பவர். ம்ருத்யவே ச – ம்ருத்யுவிற்கும். அந்தகாய ச – அந்தகன் என்றால் முடிப்பவன் என்று பொருள்; அந்தம் – முடிவு, கன் – தருபவர். முடிப்பவருக்கும். வைவஸ்வதாய – விவச்வானின் மகனுக்கு. காலாய – காலனுக்கு. ஸர்வ பூத க்ஷயாய ச – எல்லா பூதத்திற்கும் அழிவு தருபவருக்கு. ஔதும்பராய – உதும்பரம் – அத்தி, பலமுடையவனுக்கு. தக்நாய – எரிப்பவர் (தத்னாய – தாங்குபவர்). நீலாய – கருமை நிறம் உடையவருக்கு. பரமேஷ்டிநே – எல்லோருலும் போற்றபடுபவருக்கு. வ்ருகோதராய – பானை (பெரிய) வயறு படைத்தவருக்கு. சித்ராய – பல நிறங்கள் உடையவர். பல வழிகளில் செயல் புரிபவருக்கு. சித்ரகுப்தாய – விசித்திரமான வழிகளில் காப்பவன். வை நம: - நிச்சயம் நமஸ்காரம். சித்ரகுப்தாய வை நம: - இரகசியத்தை காப்பவரான உனக்கு நமஸ்காரம். ஓ நம: இதி – ஓம் நாம என்று.

हरिहर वन्दनम्

ஹரிஹர வந்தநம்

பிரயோகம்

கைகளை கூப்பிக்கொண்டு இந்த மந்திரங்களை கூறவேண்டும்.

ऋतगं सत्यम् पर ब्रह्म पुरुषम् कृष्ण पिङ्गळम् ऊर्ध्वरेतम् विरूपाक्षम् विश्वरूपाय वै नमः विश्व रूपाय वै नमः ॐ नम इति ॥
ருதகம் ஸத்யம் பர ப்ரஹ்ம புருஷம் க்ருஷ்ண பிங்களம் ஊர்த்வரேதம் விரூபாக்ஷம் விஶ்வரூபாய வை நம: விஶ்வ ரூபாய வை நம: ஓ நம இதி ।

ஹரியும் சிவனும் வேறல்ல என்ற அபேதத்தை போதிக்கும் மந்திரம். ருதகம் – உண்மை. ஸத்யம் – உண்மை. ருதம் மற்றும் சத்யதிற்கு வேறுபாடு, ருதம் லோகத்தினால் அறியப்படும் உண்மை, சத்யம் என்றால் சாஸ்த்ரீயமாக அறியப்படும் உண்மை. இந்த உண்மை என்ன? பர ப்ரஹ்ம – பரமாத்மா. புருஷம் – ஜீவனாக இருப்பவர். 'तत्सृष्ट्वा तदेवा अनुप्राविशत्' தத்ஸ்ருஷ்ட்வா ததேவா அநுப்ராவிஶத் – அது சிருஷ்ட்டிது அதனில் தானே

பிரவேசித்தது. இந்த காரணத்தால் ஆத்மாவிற்கும் புருஷன் என்ற பெயர் உண்டாகிறது-. க்ருஷ்ண – கருப்பாகவும் (விஷ்ணு). பிங்களம் – வெள்ளையாகவும் (சிவன்). ஊர்த்வரேதம் – மேன்மையான நிலை அடைந்தவர். விரூபாக்ஷம் – விசேஷ ரூபத்தை காணும் கண்கள். விஶ்வரூபாய – எல்லா உருவத்தையும் தாங்கி இருப்பவருக்கு. வை நம: - என்னுடைய நமஸ்காரம். விஶ்வ ரூபாய வை நம: - தன்னில் எல்லாவற்றையும் தாங்கி இருப்பவருக்கு என்னுடைய நமஸ்காரம். ஓ நம இதி – ஓம் நாம என்று உரித்தாகுக.

सूर्य नारायण वन्दनम्

ஸூர்ய நாராயண வந்தநம்

<u>பிரயோகம்</u>

கைகளை கூப்பிக்கொண்டு இந்த மந்திரங்களை கூறவேண்டும்.

नमः सावित्रे जगदेकचक्षुषे जगत्प्रसूतिस्थितिनाश हेतवे त्रयीमयाय त्रिगुणात्मा धारिणे विरिञ्चि नारायण शङ्करात्मने ध्येयः सदा सवितृमण्डल मध्यवर्ती नारायणः सरसिजासनसन्निविष्टः केयूरवान् मकर कुण्डलवान् किरीटिहारि हिरण्मयवपुः दृत शङ्खचक्रः ॥

शङ्खचक्र गदापाणे द्वारकानिलयाच्युत गोविन्द पुण्डरीकाक्ष रक्षमाम् शरणागतम्।

நம: ஸாவித்ரே ஜகதேகசக்ஷுஷே ஜகத்ப்ரஸூதிஸ்திதிநாஶ ஹேதவே த்ரயீமயாய த்ரிகுணாத்மா தாரிணே விரிஞ்சி நாராயண ஶங்கராத்மநே த்யேய: ஸதா ஸவித்ருமண்டல மத்யவர்தீ நாராயண: ஸரஸிஜாஸநஸந்நிவிஷ்ட: கேயூரவாந் மகர குண்டலவாந் கிரீடிஹாரி ஹிரண்மயவபு: த்ருத ஶங்கசக்ர: ॥
ஶங்கசக்ர கதாபாணே த்வாரகாநிலயாச்யுத கோவிந்த புண்டரீகாக்ஷ ரக்ஷமாம் ஶரணாகதம்।

நம: ஸாவித்ரே – சூரியனே நமஸ்காரம். ஜகதேகசக்ஷுஷே – உலகத்திற்கு கண்ணாக விளங்குபவனே. இங்கு ‘ஏக’ – ஒரு என்பது, சந்திரனை இரண்டாவது கண்ணாக ஏற்று கூறியதால். ஜகத்ப்ரஸூதிஸ்திதிநாஶ - இந்த ஜகத்தின் சிருஷ்டி, ஸ்திதி மற்றும் நாசத்திற்கு. ஹேதவே - காரணமானவனே. த்ரயீமயாய – முப்ப்டிகலாக இருப்பவன். த்ரிகுணாத்மா தாரிணே – மூன்று உருவத்தை தாங்கி இருப்பவனே. எந்த மூன்று உருவங்கள்? விரிஞ்சி – பிரம்மா. நாராயண – விஷ்ணு. ஶங்கராத்மநே – சிவன் என்பதான உருவங்கள். த்யேய: ஸதா – தியானிக்க வேண்டும் எப்பொழுதும். ஸவித்ருமண்டல –

சூரிய மண்டலத்தின். மத்யவர்தீ – நடுவில் இருப்பவரே. நாராயண: - நாராயணனே. ஸரஸிஜாஸந – பத்ம ஆசனத்தில் இருப்பவர், சரஸ் – நீர். ஜ – தோன்றிய. ஸந்நிவிஷ்ட: - அமர்ந்து இருப்பவர். கேயூரவாந் - தோள்களில் ஆபரணம். மகர குண்டலவாந் – காதுகளில் குண்டலம் உடையவர். கிரீடி – முகுடம். ஹாரி – மாலை தாங்கியவர். ஹிரண்மயவபு: - தங்கமயமான உடல் உடையவர். த்ருத ஶங்கசக்ர: - சங்கு, சக்கிரம் தாங்கியவர்.

ஶங்கசக்ர கதாபாணே – சங்கு, சக்கிரம், கதை கையில் தாங்கி இருப்பவனே. த்வாரகாநிலயாச்யுத – துவாரகையில் நிலைகொண்ட அச்யுதனே. கோவிந்த – கோவிந்தனே. புண்டரீகாக்ஷ – தாமரை கண்ணனே. ரக்ஷமாம் – என்னை காப்பீராக. ஶரணாகதம் – உன்னை சரணடைந்த.

आकाशात्-पतितं तोयं यथा गच्छति सागरम् । सर्वदेव नमस्कारः केशवं प्रतिगच्छति ॥ श्री केशवं प्रतिगच्छत्योन्नम इति ।

ஆகாஶாத்-பதித் தோய் யதா கச்சதி ஸாகரம் । ஸர்வதேவ நமஸ்கார: கேஶவ் ப்ரதிகச்சதி ॥ ஶ்ரீ கேஶவ் ப்ரதிகச்சத்யோந்நம இதி ।

ஆகாஶாத் – ஆகாயத்திலிருந்து. பதித் – கீழே விழுந்த. தோய் – நீர். யதா – எவ்வாறு. கச்சதி – சென்றடைகிறதோ. ஸாகரம் - கடலை. ஸர்வதேவ – எல்லா தேவதைக்கும் செய்யப்பட்ட. நமஸ்கார: - நமஸ்காரம். கேஶவ் – கேசவனை. ப்ரதிகச்சதி – அடைகிறது. ஶ்ரீ கேஶவ் ப்ரதிகச்சத்யோந்நம இதி – ஶ்ரீ கேசவனை அடைகின்றது. ஓம் நம என்பதாக.

மீண்டும் அபிவாதனம் மற்றும் ஆசமனம் செய்த பின்னர்.

समर्पणं

சமர்பண்

பிரயோகம்

கையை கூப்பியபடி செய்யவேண்டும்.

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा । बुद्ध्याऽत्मना वा प्रकृते स्स्वभावात् । करोमि यद्यत्-सकलं परस्मै श्रीमन्नारायणायेति समर्पयामि ॥

காயேந வாசா மநஸேந்த்ரியைர்வா । புத்த்யாऽத்மநா வா ப்ரக்ருதே ஸ்ஸ்வபாவாத் । கரோமி யத்யத்-ஸகல் பரஸ்மை ஸ்ரீமந்நாராயணாயேதி ஸமர்பயாமி ॥ காயேந – உடலால். வாசா – வாக்கினால். மநஸா – மனிதனால். இந்த்ரியைர்வா – புலன்கலாலோ. புத்த்யா ஆத்மநா வா – புத்தியினால். இங்கு அறிவு புலன்களை குறிக்கிறது. ப்ரக்ருதே ஸ்ஸ்வபாவாத் – அல்லது இயற்கையின் நியதிப்படியோ. கரோமி யத்யத் – எதையெல்லாம் செய்கிறேனோ. ஸகல் – அவை எல்லாவையும். பரஸ்மை ஸ்ரீமந்நாராயணாயேதி – பரமாத்மாவான நாராயணன் என்று. ஸமர்பயாமி – சமர்பிக்கிறேன்.

प्रोक्षणम् (रक्षणम्)

ப்ரோக்ஷணம் (ரக்ஷணம்)

பிரயோகம்

சிறிது நீரை கையில் ஏந்தி மந்திரத்தி கூறியபின்னர் அதனை நம் முன்னே இட்டு, மோதிரவிரலால் கீழே விட்ட நீரை தொட்டு பொட்டு வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

अद्या नो देव सवितः प्रजावत् सावीः सौभगम्। परा दुष्वप्रियगुम् सुव। विश्वानि देव सवितः दुरितानि परासुव। यद् भद्रम् तन्म आसुव॥

அத்யா நோ தேவ ஸவித: ப்ரஜாவத் ஸாவீ: ஸௌபகம்। பரா துஷ்வப்ரியகும் ஸுவ। விஶ்வாநி தேவ ஸவித: துரிதாநி பராஸுவ । யத் பத்ரம் தந்ம ஆஸுவ॥

அத்யா – இன்றைக்கு. நோ – நான். தேவ ஸவித: - சூரிய தேவனே. ப்ரஜாவத் – முழுமையான பிரஜைகளுடன். ஸாவீ: ஸௌபகம் – மங்களத்தை தரவேண்டும். பரா துஷ்வப்ரியகும் ஸுவ – கெட்ட கனவும் அதன் பலனையும் மாற்றி தரவேண்டும். விஶ்வாநி – மற்றெல்லா. தேவ ஸவித: - சூரிய தேவனே. துரிதாநி – பாவங்களையும். பராஸுவ – நீக்கி அருளவும். யத் பத்ரம் – எது மங்கலமானதோ. தந்ம ஆஸுவ – அது எங்களை அடையவும் அருளவேண்டும்.

ஓம் தத் சத்