ஸ்ரீ காயத்ரி உபாசனா பத்ததி

காயத்ரீ

நித்ய ஹோம விதியுடன்

ஆசிரியர்

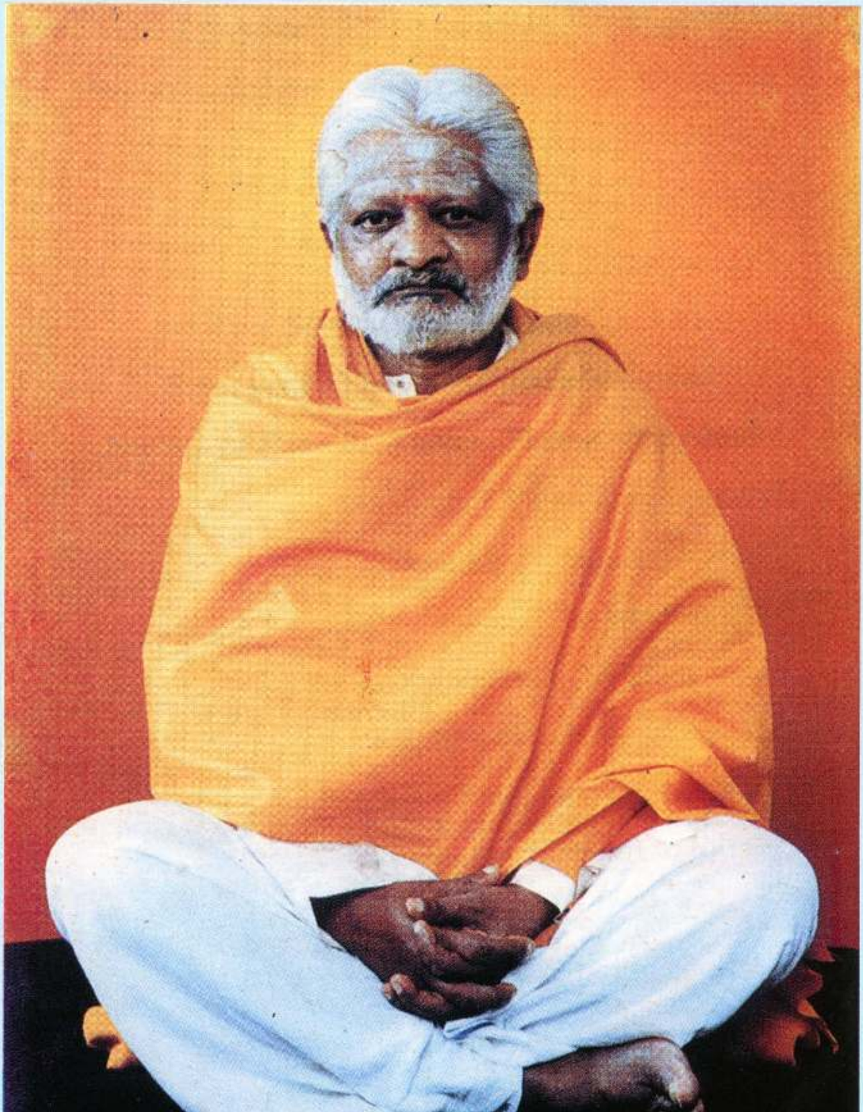
ஸ்ரீ காயத்ரி சித்தர்

முருகேசு சுவாமிகள்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Sri Swami R. K. Murugesu



Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஸ்ரீ காயத்ரி உபாசனா பத்ததி

காயத்ரி

நித்ய ஹோம விதியுடன்

—: 0 :—

ஆசிரியர்

பண்டிட் கண்ணைய யோகி

வெளியிட்டவர்

ஆர். கே. முருகேசு சுவாமிகள்

ஸ்ரீ காயத்ரி பீடம்

'ஸ்ரீ நகர்'

82, லேடி மெக்கலம்ஸ் ட்ரைவ்,

நுவரெலியா.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஓம்

காயத்ரி மந்திரம்

ஓம் பூர் புவ: ஸ்வ:,
தத் ஸ்விதுர் வரேண்யம்
பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி
தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

முன்னுரை

ஒவ்வொரு எழுத்தை உச்சரிக்க ஒவ்வொரு விதமாக குரல்வளைத் தசைகளை இயக்குகின்றோம். இவ்வியக்கம், நரம்புவழி உடலிலுள்ள பல்வேறு சக்தி கிரந்திகளைத் தாக்குகிறது. அக்கிரந்திகள் ஒவ்வொன்றும் விழிப்படைய, ஒவ்வொருவித சக்தியை மனிதன் பெறுகிறான். இதுவே மந்தர சாஸ்த்திரங்களின் மர்மம்.

சிற்சில மந்திர உச்சாரணத்தில் பௌதிக சித்திகளையளிக்கும் சில கிரந்திகள் விழிப்படையும். சிலதால் ஆன்ம சித்திகளை யளிக்கும் கிரந்திகள் விழிப்படையும். காயத்ரிமஹா மந்திரத்தால் இருவகைக் கிரந்திகளும் விழிப்படைகின்றன. இதுவே காயத்ரி மந்திரத்தின் தனிச் சிறப்பு. காயத்ரி மந்திரமொன்றின் சாதனையால் இக, பர சுகங்கள் அனைத்தையும் பெறலாம்.

வசிஷ்டர், விசுவாமித்திரர், யாக்ஞவல்க்யர், பாரத்வாஜர் போன்ற மகரிஷிகள்; ராவணன், சாயணர், மஹீதரர் போன்ற வேத பாஷ்யகாரர்கள்; அரவிந்தர், ராம கிருஷ்ண பரமஹம்சர், ஸ்வாமி விவேகானந்தர், ரமண மகரிஷிகள் போன்ற தற்கால பக்தி யோகிகள்; கார்கீ, மைத்ரேயீ, மதாலஸா, அனுசூயா, அருந்ததி, தேவயானி, அஹல்யா, பிருந்தா, மண்டோதரி, தாரா, தமயந்தீ, லோபாமுத்ரா, சாவித்திரி, சகுந்தலா முலான தபஸ்வினிகள் கற்புக்கரசிகள், முதலானோர் காயத்ரி உபாசனையாலேயே சித்திகள் பெற்றனர்.

மிகவும் எளிதான முறையில் பராசத்தியைக் கவர்ந்து, எந்த காரியத்துக்கும் உபயோகப்படுத்த முடியுமானதாயிருந்தால், பாமர மக்கள் இதைக்கொண்டு தீமைகளைப் புரியலாமென்ற கருத்தால் காயத்ரிக்கு பிரம்ம, வசிஷ்ட, விசுவாமித்திரர்கள் சாபம் கொடுத்தனர். சாபம் கொடுத்த அவர்களே சன்மார்க்க சீலர்கள் காயத்ரியால் பலனடைய அதற்கு விமோசனமும் கூறியிருக்கிறார்கள். இந்த விமோசனத்தைத் தகுந்த ஆசார்யன் மூலம் விமோசனம் செய்து கொண்டு, உபாசனா தீக்ஷை பெறும் யாரும் காயத்ரி உபாசனையால் மிக விரைவில், எளிய முறையில் அரிய நன்மைகள் அனுபவமாகப் பெறமுடியும்.

இந்த நோக்குடன் உபாசனை செய்து பயன் பெற விரும்பும் சன்மார்க்க சீலருக்கு உரிய சாபவிமோசனம், தீக்ஷையளித்து உபாசனையைக் கற்பித்து வருகிறது எமது பீடம். இப்பீடத்தில் உபாசனை பெற்றோரும் மற்றோரும் பயனடையும் வண்ணம் நுவரெலியாவில் வாராந்திர காயத்ரி உபாசனா வகுப்பு நடத்தி வருகிறோம். அதில் கையாளப்படும் உபாசனா முறையையே இதில் விளக்கியுள்ளோம்.

சாதரணமாக வீடுகளில் ஆண், பெண்கள் உபாசனை செய்துவர இதில் விளக்கப்பட்டிருக்கும் பத்ததியே போதும். தவறுகள் நேர்ந்தாலும் எவ்வித தீமையும் வராதபடியான அளவில் இவ்வுபாசனா முறை வகுக்கப்பட்டுள்ளது. தீவிர வைராக்கியமாக, விடாமல் தொடர்ந்து, பல

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

லட்ச உருக்கல் ஜெபித்து, ஹவிகொடுத்து, தர்ப்பணமாதிகளைச் செய்ய விரும்புவர்களுக்குத்தான் இதைவிட விரிவான உபாசனா முறை தேவைப்படும். மற்ற அனைவருக்கும் இதில் விளக்கியுள்ள உபாசனா முறையே முற்றும் போதுமானது. இவ்வழியைப் பின் பற்றியே பலர் அரிய பல நன்மைகளைப் பெற்றிருக்கிறார்கள். உபாசனையின் முக்கிய அங்கங்களனைத்தும் இதில் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

எமது உபாசனா வகுப்பில், கிரந்திகளைத் தாக்கி, சூக்ஷ்ம சக்திகளை விழிப்பிக்கச் செய்யும் மந்திரப் பகுதிகளை அப்படியேயும் வெறுமனே அன்பை வெளிப்படுத்தும் சுலோகப் பகுதிகளைத் தமிழிலும் சொல்லி வருகிறோம். ஆனாலும் இப்பத்ததியில் அனைத்தையும் வடமொழியிலேயே எழுதி முடிவில் தமிழ் சலோகங்களைத் தனியாக எழுதியுள்ளோம். அதனால் வடமொழியிலேயே சொல்ல விரும்புவர்களுக்கும், அன்பைத் தாய்மொழித் தமிழிலேயே அம்பிகையிடம் காட்ட விரும்புபவர்களுக்கும் இது பயன்படும்.

வடமொழி உச்சரிப்புக் கூடுமானவரை சரியாக இருக்க, மந்திரங்களில் க,ட,த,ப, முதலான எழுத்துக்களில் சிலதை சாதாரணமாகவும், சிலதைத் தடித்தாகவும் அச்சிட்டிருக்கிறோம். அவைகளின் உச்சரிப்பு விதிகளைக் கீழே தருகிறோம். இந்த அளவு சுத்தமாக மந்திரங்களை உச்சரித்தாற் போதும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

பயம் வேண்டாம்

"காயத்ரி சக்தி வாய்ந்தது. அதில் சிறிது தவறு நேர்ந்தாலும் கஷ்டம் விளையும், பத்ததியில் சிறிது தவறு நேர்ந்தாலும் கஷ்டம் விளையும்" என்றெல்லாம் சொல்வது வீண் மிரட்டல். குழந்தைகளின் மழலைச் சொற்கள் அன்னைக்கு இன்பமே தரும். சகல உயிர்களுக்கும் அன்னையான, ஜகன் மாதாவான தாயிடம் அறியாக் குழந்தைகளான மனிதர்கள் தெரியாமல் செய்யும் எத்தகைய தவறும் அவளுக்கு இன்பமே யன்றி கோபமூட்டாது. எந்த அளவு உபாசித்தாலும், அவளுக்கென எந்த அளவு சடங்கைச் செய்தாலும் அவளின் அருள் தான் கிடைக்குமன்றி தீமையெதுவுமே வராது. ஆகையால் இதை வாசிக்கும் அனைவருக்கும் யாம் உறுதி கூறுகிறோம். வேண்டுமென்று தவறு செய்யாமல் நீங்கள் செய்யும் உபாசனையில் தவறுகள் நேருமோ என்று சிறிதும் ஐயப்படாதீர்கள்; உங்களுக்கு முடியுமான அளவு பக்தியுடன் உபாசனையைச் செய்யுங்கள். அரிய சித்திகளையே பெறுவீர். தாயை வழிபட்ட யாரும் இன்னல் அடைந்ததேயில்லை. நந்தனார், கண்ணப்பர், சபரி முதலானோரை நினைத்துப் பார்த்து, தைரியமாய் உங்கள் சக்திக்குத் தகுந்தபடி காயத்ரி உபாசனை செய்யுங்கள். நன்மையே பெறுவீர்கள்.

ஓம் சுபம்

பண்டிட் கண்ணைய யோகி.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

காயத்ரி உபாசனா பத்ததி

காயத்ரீ நித்திய ஹோமத்துடன்

-: 0 :-

1. ஆசமனம்:- வலது உள்ளங்கையில் மூன்று முறை நீர்விட்டு, கீழ் மந்திரங்களைச் சொல்லி, உறிஞ்சிக் குடிக்கவும். (விரல்களைப்பிரித்து ஆள்காட்டி விரலை உயர்த்தி மற்றதைத் தாழ்த்தி வைக்கவும்).

ஓம் ஸ்ரீ ஜகன் மாத்ரே நம:
ஓம் ஸ்ரீ பராம்பிகாயை நம:
ஓம் ஸ்ரீ பாரஸக்த்யை நம:

2. ந்யாச சங்கல்பம்:- வலது உள்ளங்கையில் நீர் வைத்துக்கொண்டு இம்மந்திரத்தைச் சொல்லி கீழே விடு விடவும்.

ஓம்அஸ்ய ஸ்ரீ காயத்ரி மஹா மந்த்ரஸ்ய விஸ்வாமித்ர ரிஷி காயத்ரி சந்த; ஸவிதா தேவதா, ஜபோபாஸனே விநியோக.

3. ரிஷ்யாதி ந்யாஸம்:- வலது கை விரல்களை நீரில் தொட்டு விட்டு, கீழ் மந்திரங்களைச் சொல்லி அதற்கு நேர் கூறியுள்ள அவயவங்களை நடுவிரல், மோதிர விரல்களால் தொடவும்.

ஓம் விஸ்வாமித்ர ரிஷயே நம:- தலையை
ஓம் காயத்ரி சந்தஸே நம:- முகத்தை
ஓம்ஸவிது; தேவதாயை நம:- இதயத்தை
ஓம் ஜபோபாஸ்னே விநியோகாய நம:- தலைமுதல் பாதம் வரை.

4. கரன்யாசம்:- கீழ்வரும் மந்திரங்களைச் சொல்லி அதற்கு நேர் சொல்லியுள்ள படி செய்யவும்.

ஓம் தத்ஸவிதுர் ப்ரஹ்மணே, அங்குஷ்டாப்யாம் நம:- இரு கை ஆள்காட்டி விரல்களையும் பெருவிரல்களினடியில் வைத்து முனைவரை தடவி விடவும்.

ஓம் வரேண்யம் விஷ்ணவே தர்ஜனீப்யாம் நம:- இருகை பெருவிரல் களையும் ஆள்காட்டி விரல்களினடியில் வைத்து, முனைவரை தடவி விடவும்.

ஓம் பர்கோ தேவஸ்ய, ருத்ராய - மத்ய மாப்யாம் நம:- இரு பெருவிரல்களையும் நடு விரல்களினடியில் வைத்து, முனைவரை தடவி விடவும்.

ஓம் தீமஹி ஈஸ்வராய, அநாமிகாப்யாம் நம:- பெருவிரல்களை மோதிர விரல்களடி முதல் முனவரை தடவி விடவும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஓம் தியோ யோந:- ஸதாஸிவாய - கனிஷ்டி காப்யாம் நம:- இரு உள்ளங்கைகளைச் சேர்த்துத் தேய்த்து, பின் இரு புறங்கைகளையும் சேர்த்துத் தேய்க்கவும்.

5. ஷடங்கன்யாசம்:- கீழ்வரும் மந்திரங்களைச் சொல்லி, அதற்கு நேர் சொல்லியுள்ளபடி செய்யவும்.

ஓம் தத் ஸவிதுர், பரஹ்மணே - ஹ்ருதயாய நம:- வலது கைவிரல்களை இருதயத்தைத் தொடவும்.

ஓம் வரரேண்யம், விஷ்ணவே - ஸிரஸே ஸ்வாஹா வலது கைவிரல்களை முட்டி மடக்கி, முட்டியால் முன் தலையைத் தொடவும்.

ஓம் பர்கோதேவஸ்ய, ருத்ராய - ஸிகாயை வஸட் - முட்டி மடக்கியத்தில் பெருவிரலை மட்டும் விரித்து அதனால் உச்சந் தலையைத் தொடவும்.

ஓம் தீமஹி, ஈஸ்வராய, கவசாய ஹும்-வலது கையால் இடது தோளையும், இடது கையால் வலது தோளையும் தொடுக.

ஓம் தியோ யோ ந: ஸதாஸிவாய - நேத்ரத்ரயாய வௌஷட் வலது கை பெருவிரலால் வலது கண்ணையும், நடுவிரலால் இடது கண்ணையும் ஆள் காட்டி விரலால் நெற்றிக்கண்ணையும் தொடுக.

ஓம் ப்ரசோதயாத், ஸர்வாத்மனே - அஸ்த்ராய பட் இரு உள்ளங்கைகளையும் தாளம் போடுவது போல் மூன்று முறை தட்டுக (மூன்று முறை சிட்டிகை போடலாமென்பது சிலர் கருத்து).

(ஒரு முறை எமது உபாசனா வகுப்புக்கு வந்தால் இவைனளை நேராகத் தெரிந்து கொள்ளலாம்.)

6. கும்பகப் பிராணாயாமம்: சில வட்டங்கள் செய்க. இப்போது இது தெரியாதவர்கள், இப்போதைக்கு இதை விட்டு விட்டு மேலே தொடர்ந்து செய்யலாம். ஆனால் விரைவில் கற்றுக்கொண்டு செய்ய முயற்சிக்கவும், தெய்வ சக்தியை நம்முள் எடுத்துச் செல்வது பிராணன் பிராணகாந்தம் ஆகையால் பிராணாயாமம் ஓர் முக்கிய அங்கம்.

7. ஆவாஹனம்: அவரவர்கள் சக்திக்கும், விருப்பத்துக்கும் தக காயத்ரீ பிம்பத்தையோ, யந்திரத்தையோ, படத்தையோ, இவை யாதும் இல்லாதவர்கள் ஒரு விளக்கையோ வைத்து உபாசிக்கலாம். படம் முதலியவை முன்பே பிராணப் பிரிதிஷ்டை செய்யப்பட்டதாயின் மிகவும் நல்லது.

கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் படமாதிகளில் காயத்ரியை அழைப்பதாகப் பாவனை செய்யவும்.

அந்தமும் ஆதியில்லா அருட்பெரும் ஜோதிமாயே, வந்திடாய்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வந்திடாய், நீ வந்தெங்கள் பூஜையேற்பாய்.

8. ஸ்தாபனம்:- அழைத்த காயத்ரீ தேவி, படமாதிகளில் வந்திருப்பதாகப் பாவனை செய்து கொண்டு கீழ் சுலோகத்தைச் சொல்லவும்:

வந்தனை வந்தனை நீ வரதே வான் முகிலேயம்மா, சிந்தனை களித்துயிங்கே சிறப்புடன் வீற்றிருப்பாய்.

9. சந்தணம்:- கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லியபடி சந்தணத்தை (சாக்த அஷ்ட - காந்தம் சிறந்தது), மோதிர விரலால் தொட்டுப் பூசவும்:

பந்தனை அறுத்து எம்மை பவக்கடல் தாண்டச் செய்ய, சந்தணம் ஏற்பாய் தாயே சண்டிகா சந்த்ர ரூபீ.

10. குங்குமம்:- கீழே உள்ள மந்திரத்தைச் சொல்லிச் சுண்டு விரலால் குங்குமத்தை நெற்றியில் இடவும்:

அங்கயற்கண்ணி மாயே அடியரைக் காக்க நீயே, குங்குமம் ஏற்பாயம்மா குமரியே அமர வாழ்வே.

11. புஷ்பம்:- கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லி சில புஷ்பங்களை எடுத்துப் போடவும:

அலர்ந்திடக் கொண்டு வந்தோம், அல்லல்கள் தீரவென்று, மலர்களை ஏற்றுயெங்கள், மயக்கமும் தவிர்ப்பாயம்மா.

12. அக்ஷதை:- கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லியபடி சிறிது அக்ஷதையை மேலே போடவும்:

பக்ஷமும் கொண்டு எங்கள், பவவினை பறந்துஓட, அக்ஷதை ஏற்றுக்கொண்டு, அருள்புரி அமரதேவி.

13. தாம்பூலம்:- கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லியபடி வெற்றிலை பாக்கு முன் வைக்கவும்:

வேம்பாகு முலக வாழ்க்கை, வேதனை தீரவென்று, தாம்பூல மேற்று எம்மைத் தயாபரீ அதரிப்பாய்.

14. பழம்:- கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லியபடி உரித்தபழம் அல்லது பழங்களை ஆராதித்துக் கீழே வைக்கவும்.

பனிரவி பட்டதைப்போல் பறந்திடத் துயரமெல்லாம், கனியிதை ஏற்றுக்கொண்டு கடைக்கண்ணால் பார்த்திடாயே.

15. தூபம்:- கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லியபடி நெருப்பில் சாம்பிராணி (தூபக் கலவை) போட்டு இடது கையில் மணியடித்தபடி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஆரத்தி செய்யவும்.
தூபம்:- பாபங்கள் விலக்கிச்சித்தம், பரிசுத்தமாவென்று, தூபமும் ஏற்றுக் கொண்டு, துயர்கெட அருள்வாயம்மா.

16. தூபப் புகை காட்டி தேங்காயை உடைத்து முன்புறம் வைக்க.

17. தீபம்:- ஓர் தட்டில் சிறிய நெய் விளக்கு (நெய் கலவை நெய் நல்லது) ஏற்றிவைத்து, கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லியபடி ஆரத்தி செய்யவும்.

தாபமாம் பிறப்பிறப்பு, தணித்துயர் முக்திமேவ, தீபமும் ஒளிர ஏற்று திகம் பரீ அருள்வாயம்மா.

18. நைவேத்தியம்:- சர்க்கரைப் பொங்கலோ, வேறு இனிப்புப் பட்சணங்களோ, முடியாதபோது கற்கண்டோ, மற்றும் அவரவர்கள் சக்திக்குத் தகுந்த நைவேத்தியத்தைத் தட்டில் இலைபோட்டு வைத்து, மேலே நீர் (தீர்த்தக் கலவை கலந்தது) தெளித்து கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லியபடி ஆராதித்துக் கீழே வைத்து, முன்புறம் நீர் தெளிக்கவும்.

ஐவேதனைப் புலன்கள் அடங்கிடத்தாயே இந்த, நைவேத்ய மேற்றுக் கொள்வாய், நாயகீ லோக மாதா,

19. கர்ப்பூரம்:- கர்ப்பூரத் தட்டில் கர்ப்பூரம் கொழுத்தி, இடது கையில் மணியடித்தபடி, தேவியின் தலைமுதல், பாதம் வரை மூன்று முறை காட்டி, முன் பக்கம் வைத்து, அதன் முன் மூன்று முறை நீர் தெளிக்கவும்.

அற்பமாம் ஜகத்து மாயை, அழிந்தருள் ஞானமேவ கர்ப்பூர ஜோதி ஏற்று, கனிவுடனருள் வாயம்மா.

20. பிரார்த்தனை:- கைகூப்பி காயத்ரீ தேவியின் பிரார்த்தனைகளில் ஏதாவதொன்றைப் பக்தியுடன் சொல்லவும். இப்படி ஒன்றுமில்லாதவர்கள். இதன் முடிவில் கொடுத்துள்ள தமிழ் பிரார்த்தனையைச் செய்யலாம். விரைவில் காயத்ரி பிரார்த்தனைகள் பல தமிழ் அர்த்தத்துடன் வெளியிடப்படும்.

(7 முதல் 20 வரை - தமிழில் சொல்ல சுலோகங்கள் முடிவில் உள்ளன).

21. மாத்ரிகப் பிராணாயாமம்:- சில வட்டங்கள் செய்யவும். இப்போது தெரியாதவர்கள் இதை விட்டு விட்டு மேலே தொடரலாம்.

22. அர்ச்சனை:- குங்குமம், மலர் இவைகளைக் கொண்டு காயத்ரி சகஸ்ரநாமார்ச்சனையை அல்லது அஷ்டோத்தரத்தை அர்ச்சிக்கலாம். சகஸ்ரநாமம் முழுதும் சொல்ல முடியாத போது தினம் 108 வீதமும், முடிவில் இரண்டு முறை 126 வீதமும் செய்து வரலாம்.

23. அர்ச்சித்த குங்குமத்தை:- பக்தியுடன் நெற்றியில் பொட்டு

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

வைத்துக்கொள்க.

24. தியாணம்:- கீழ் வரும் தியாண மந்திரத்தை நிதானமாய், பக்தியுடன் மெல்லிய குரலில் சொல்லவும்.

முக்தா வித்ரும ஹேம நீல தவளச் சாயைர் முகைஸ் த்ரீக்ஷணைர்யுக்தா மிந்து நிபித்த ரத்ன முகுடாம் தத்வார்த வர்ணாத்மிகாம், காயத்ரீம் வரதா பயாங்குஸ கஸா பாஸம் கபாலம் குணம் ஸங்கம் சக்ர மதார விந்தயுகளம் ஹஸ்தைர் வஹந்தீம் பஜே.

25. ஜபம்:- கீழ் வரும் காயத்ரி மந்திரத்தைக் கூடுமான அளவு ஜெபிக்கவும், தினமும் ஒரேயளவாக ஜெபிக்க வேண்டும். முடியுமானால் சம்ஸ்காரம் செய்த துளசி, தாமரை மணி, ஸ்படிகமணி ஜெப மாலையை உருட்டியபடி ஜெபிக்கலாம்.

ஓர் பூர் புவ: ஸ்வ., தத்ஸவிதுர் வரேண்யம், பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத்.

26. காயத்ரி ஹோமம்:- தினசரியோ, வாரமொரு முறையோ, உபாசனையுடன் செய்யக் கூடிய ஹோம விதியைத் தான் இங்கு கூறுகிறோம். பெரிய அளவில் செய்ய மேலும் பல விதிகள் உண்டு.

இந்த ஓமத்துக்கு சுமார் 3 முதல் 4 அங்குல நீளத்தில் உடைத்த வன்னி, மா, அரசு, அத்தி, ஆல், முருக்கஞ் சுள்ளிகளை உபயோகிக்கலாம். ஓமத் திரவியம் எல்லோரும் தயார் செய்வது கடினமாகையால் எம்மிடமிருந்து வாங்கிக் கொள்வது நலம். இத்துடன் நெய்க்கலவையிட்டுக் காய்ச்சிய (சமஸகாரம் செய்த, சிறித) நெய், ஓர் இனிப்புப் பட்சணம் - நைவேத்தியத்தில் சிறிதையே உபயோகிக்கலாம். எதுவும் இல்லாதபோது வாழைப் பழத்தையோ, கற்கண்டையோ உபயோகிக்கலாம்.

ஆசமனம்:- கீழ் மந்திங்களைச் சொல்லி, மூன்று முறை வலது கையில் நீர் விட்டு, உறிஞ்சிக் குடிக்கவும் (மற்றும் குறிப்பு 1-ஐப் பார்க்க).

ஓம் அம்ருதோபஸ் தரணமஸி ஸ்வாஹா
ஓம் அம்ருத்தாபித்தானமஸி ஸ்வாஹா
ஓம் ஸத்யம் யஸ: ஸ்ரீர்மயி ஸ்ரீ: (ஸ்ரயதாம் ஸ்வாஹா)

27. மார்ஜனம்:- கீழ் மந்திரங்களைச் சொல்லி, அதற்கு நேர் சொல்லியுள்ள உறுப்புக்களை நீர் தொட்ட வலது கை விரல்களால் தொடுக.

ஓம் வாங்மே ஆஸ்யே அஸ்து - வாயின் வல, இடப்புறம்

ஓம் நஸோர் மே ப்ராணோsஸ்து - வல இட மூக்கு

ஓம் அக்ஷணோர் மே சக்ஷுரஸ்து - வல, இடக்கண்கள்

ஓம் கர்ணயோர் மே ஸ்ரோத்ரமஸ்து - வல, இடக்காதுகள்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஓம் பாஹுவோர் மே ப்லமஸ்து - வல, இட புஜங்கள்

ஓம் ஊர்வோர் மே ஓஜோ அஸ்து - வல, இடதுடைகள்

ஓம் அரிஷ்டானி மே ऽங்கானி தனூஸ்தன் வாமே ஸஹஸந்து - தலை முதல் பாதம் வரை

28. **அக்கினிஸ்தாபனம்:-** கர்ப்பூரத்தையோ, தேவதாருக் கட்டையையோ கீழே உள்ள மந்திரத்தைச் சொல்லியபடி கொளுத்தவும். முன்பே இதற்கென நெருப்புத் தயார் செய்திருந்தால் இதைச் சொல்லிக்கொண்டு வரவும்.

ஓம் பூர் புவ: ஸ்வ:

29. **ஆதானம்:-** எரியும் நெருப்பைக் கீழே உள்ள மந்திரத்தைச் சொல்லியபடி முன்பே சமிதைகள் அடுக்கியிருக்கும் குண்டத்துள் போடவும்.

ஓம் புர் புவ. ஸ்வர்த்யௌரிவ பூம்னா - ப்ருதி வீவ வரிம்னா தஸ்யாஸ்தே ப்ருதிவீதேவ யஜினி ப்ருஷ்டே அக்னி மன்னாத மன்னாத் யாயாததே.

30. **ப்ரதீபனம்:-** கீழே உள்ள மந்திரத்தைச் சொல்லியபடி விசிறி நன்றாக எரியச் செய்யவும்.

ஓம் உத்புத்யஸ்வர்கனே ப்ரதி ஜாக்ருஹீ த்வமிஷ்டா பூர்தே ஸகும் ஸ்ருஜேதாமயம், அஸ்மின் ஸதஸ்தே அத்யுத்தரஸ்மின் விஸ்வே தேவா யஜமானஸ்ச ஸீதத

31. **சமிதாதானம்:-** மூன்று சமித்துகளை நெய்யில் துவைத்துக் கொண்டு, கீழ்வரும் மூன்று மந்திரங்களைச் சொல்லி, ஒவ்வொன்றாக நெருப்பில் போடவும்:

1. ஓம் அயந்த இத்ம ஆத்மா ஜாதவேதஸ் தேனேத்யஸ்வ வர்தஸ்வ சேத்த வர்த்தய சாஸ்மான் ப்ரஜயா பஸுபிர் ப்ரஹ்ம வர்ச ஸேனான் னாத்யேன ஸமேதய ஸ்வாஹா - போடவும் - பிறகு - இத மக்னயே ஜாத வேதஸே இதன்ன மம சொல்லவும்.
2. ஓம் ஸமிதாக்னிம் துவஸ்யத க்ருதைர் போதய தாதிதிம் அஸ்மின் ஹவ்யா ஜுஹோதன ஸ்வாஹா - போட்டு - இத மக்னயே இதன்னமம சொல்லவும்.
3. ஓம் தன்த்வா ஸமித்பிரஹ்கிரோ க்ருதேன வர்தயாமஸி ப்ருஹச் சோசாய விஷ்டய ஸ்வாஹா - போட்டு - இதமக்னயே அங்கிரஸே இதன்ன மம: சொல்லவும்.

32. **ஜல ப்ரஸேசயனம்:-** கீழே உள்ள மந்திரங்களைச் சொல்லியபடி குண்டததின் அந்தந்தத் திசையில், தரையில் நீர் தெளிக்கவும்.

ஓம் அதிதேனு மன்யஸ்வ - கிழக்கில்
ஓம் அனுமதேऽனு மன்யஸ்வ - மேற்கில்
ஓம் ஸரஸ்வத் யனுமன்யஸ்வ - வடக்கில்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஓம் தேவ ஸவித: ப்ரஸுவயஜ்ஞுபதிம் பகாய
திவ்யோ கந்தர்வ: கேதபூ கேதன்ன: புனாது வாசஸ்பதிர் வாசம்
ந: ஸ்வதது - தெற்கு முதல் சுற்றிலும்.

33. ஆஜ்யாகுதி:- கீழே உள்ள மந்திரங்களைச் சொல்லி, ஸ்வாஹா எனும்போது சிறிது நெய்யை நெருப்பில் விட்டு வருக; நெய்விட்ட பின் அந்த மந்திரத்தின் பிற்பகுதியைச் சொல்ல வேண்டும்.

ஓம் அக்னயே ஸ்வாஹா - இதமக்னயே இதன்ன மம
ஓம் ஸோமாய ஸ்வாஹா - இதம் ஸோமாய இதன்ன மம.
ஓம் ப்ரஜாபதயே ஸவாஹா - இதம் ப்ரஜாபதயே இதன்ன மம.

34. வைஸ்வானராகுதி:- கீழே உள்ள மந்திரத்தைச் சொல்லி ஒரு முறை நெய்யாகுதி தரவும்:

ஓம் வைஸ்வானர ஜாதவேத இஹாவஹ லோஹீ தாக்ஷ ஸர்வ கர்மாணி ஸாதய ஸ்வாஹா

35. ஸ்விஷடக்ருதாகுதி:- கீழே மந்திரத்தைச் சொல்லி இனிப்புப் பட்சணத்தைக் குண்டத்துள் போடுக:

ஓம் யத்ஸ்ய கர்மெனாऽத்யரிசம் யத்வான் யூன மிஹாகரம் அக்னிஷ்ட ஸ்விஷ்டக்ருத் வித்யாத் ஸர்வம் ஸ்விஷ்டம் ஸுஹுதம் கரோது மே, அக்னயே ஸ்விஷடக்ருதே ஸுஹுதஹுதே ஸர்வப் பிராயச்சித்தாஹு தீனாம் காமானாம் ஸமர்த்த யித்ரே ஸர்வான்ன காமான் ஸமர்தய ஸ்வாஹா-இத மக்னயே ஸ்விஷ்டக்ருதே இதன்ன மம.

36. மந்த்ராகுதிகள்:- கீழே உள்ள மந்திரத்தை எத்தனை முறை முடியுமோ அத்தனை முறை சொல்லி, நெய்யாலும், ஓமத்திரவியத்தாலும் ஆகுதிகள் கொடுக்க, (சிறப்பு வேள்விகளில் வேறு பண்டங்கள் சேர்க்கப்படும்.)

ஓம் பூர் புவ: ஸ்வ:- தத்ஸவிதுர்வரேண்யம், பர்கோ தேவஸ்ய
தீமஹி, தியோ யோ ந: ப்ரசோதயாத் ஸ்வாஹா
இதம் காயத்ர்யை இதன்ன மம

37. பூர்ணாஹுதி:- எழுந்து நின்று கீழே உள்ள மந்திரத்தைச் சொல்லி ஒரு ஆகுதி தரவும்.

ஓம் பூர்ணமத: பூர்ணமிதம் பூர்ணாத் பூர்ணமுதச்யதே, பூர்ணஸ்ய
பூர்ண மாதாய பூர்ண மேவாவஸிஷ்யதே ஸ்வாஹா.

38. கீழே உள்ள மந்திரத்தை மூன்று முறை சொல்லி, மூன்று ஆகுதிகள் தரவும்.

ஓம் ஸர்வம் வை பூர்ணக்வம் ஸ்வாஹா.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

39. கீழே உள்ள மந்திரத்தைச் சொல்லி, மிகுதியான நெய்யைத் தாரையாகக் குண்டத்தில் விடவும்:-

ஓம் வஸோ பவித்ரமஸி ஸததாரம், வஸோ பவித்ரமஸி ஸஹஸ்ர
தாரம், தேவஸ்த்வா ஸவிதா புனாது வஸோ பவித்ரேண
ஸததாரேண ஸூப்வா காம துக்ஷ: ஸ்வாஹா.

40. கீழே உள்ள சுலோகங்களால் தேவியை வணங்கிக்கொள்க:-

40. துதி:-

அருளொடு செல்வம் ஞானம், ஆற்றலும் அன்பும் பண்பும்
பொருள் நலம் பொறுமை ஈகை பொருந்திடச் செய்வாயம்மா;
ஆயுளாரோக்யம் வீரம் அசைந்திடாப் பக்தியன்பு தேயுறா செல்வம்
கீர்த்தி தேவியே அருள் வாயம்மா

தமிழில் துதி செய்ய விரும்புபவர்கள் முடிவில் உள்ள துதி என்பதிலுள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லவும்.

41. அம்பிகை பேரில் ஏதாவது மங்களகரமாகப் பாடலாம். முடிவிலுள்ள மங்களப் பாடலைப் பாடலாம்.

42. உபதேசம்:- ஆசார்யன் இருந்தால் காயத்ரி தத்துவம் பற்றியோ, வேறு தத்துவ விஷயம் பற்றி உபதேசம் செய்யலாம்.

43. சுத்திப் பிராணாயாமம்:- செய்யப்போகும் தியானத்தில் மனம் குவிவதற்காக நாடி நரம்புத் துடிப்புகள் அமைதியடைய உதவும், இப்போது தெரியாதவர்கள் விட்டு விட்டு மேலே தொடரலாம்.

44. தியானம்:- கண்களை மூடி, ஏகாக்ர மனத்துடன், கூடுமான நேரம் அம்பிகையைத் தியானிக்கவும்.

45. க்ஷமார்பணம்:-

அறியாமை இருளில் சிக்கி, ஆடிடும் பேதையோம் யாம்
தெரியாமல் செய்யும் குற்றம், தேவியே பொறுப்பாயம்மா,
மந்திரம் சடங்கு வேள்வி, மதிப்புறு உபசாரங்கள், வந்தனை துதிகள்
ந்யாசம், வழுத்தின ஜபமும் த்யானம்
இத்த வார் செய்தபூஜை, இருந்திடும் பிழைகளெல்லாம்
சிந்தையிற் கொள்ளாதேற்று, சீர்பெற அருள்வாயம்மா.
கனிமலர் தூப தீபம், கர்ப்பூர நைவேத்யங்கள்.
நனியிலாச் சிறிதானாலும், நாயகி நிறை வாய்க் கொள்வாய்

46. விசர்ஜனம்:- தேவியை யாதஸ்தானம் அனுப்பி வைப்பதான கருத்துடன் கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லவும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

நின்றெங்கள் பூஜை யேற்று நினைப்பறிந்தருளும் கூர்ந்தாய்
சென்றுவா தாயே உந்தன், செயலகம் வருகப் பின்னே.

47. பலஸ்மரணம்:- உண்மையாகத் தன் பாபங்கள் அழிந்து, புண்ணியம் கிடைத்ததாக நினைத்துக் கீழே உள்ள சுலோகத்தைச் சொல்லவும்.

ஒழிந்தன துன்பமெல்லாம், ஓடின பகைமையெல்லாம்.
கழிந்தன வினைகளெல்லாம், காய்ந்தன பாபமெல்லாம்!
இன்பமும் சுகமும் பேறும் இருந்திடும் பாக்கியங்கள்,
நன்மையும் செல்வம் கீர்த்தி, நல்கிடும் அருளும் ஞானம்
நாடிய பொருள் கைகூடும்,
நலிவெலா மகன்று ஓடும்
தேடிய தவத்தின் சித்தி தெரிந்திடும் வாழ்க்கை மீதில்.
ஓம் சாந்தி சாந்தி சாந்தி

50. யாக பஸ்மத்தை நெற்றியிலணிந்து, நைவேத்தியத்தை உண்டு, மற்றவர்க்கும் விநியோகிக்கவும்.

ஓம் தத் ஸத்

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

41 அம்பிகைபேரில் மங்களப் பாடல்

(சகல தேவிகள் உபாசனையிலும் பாடலாம்)

ஜெய ஜெய ஓம் சக்தி, ஓம் ஜெய ஜெய ஓம் சக்தி

ஜெய ஜெய லலிதே, ஜெய ஜெய வரதே,
ஜெய ஜெய காயத்ரி — ஓம் ஜெய...

புவனேஸ்வரி உமை கௌரி மனோன்மணி,
புரந்தரி நிரந்தரியே — அம்மம்மா-புரந்

பவதாரணி நாரணி பரிபூரணி
பத்மினி பகவதினி — ஓம் ஜெய...

கமலாசனி காமாட்சி மீனாட்சி,
காமேஸ்வரி காளீ அம்மமா — காமேஸ்...

அமலே விமலே ராஜேஸ்வரி சசி,
ஆதிபரா சக்தி — ஓம் ஜெய...

பிரம்ம விஷ்ணு சிவ சக்தியின் வடிவே,
பிந்து நாதரூபீ-அம்ம்மா — பிந்து...

கர்ம வினைகளைப் போக்கி யெமக்கு,
கருணை புரிந்திடுவாய் — ஓம் ஜெய...

துர்க்கா லக்ஷ்மி சரஸ்வதி நீயே,
துணை புரிவாய் தாயே அம்மம்மா — துணை

சொர்க்காதிகளும் உன்னருளாலே,
சொந்த மதாகிடுமே — ஓம் ஜெய...

அண்ட சராசர புவனமனைத்தும்.
ஆக்கிய மைத்தழிப்பாய் அம்மம்மா — ஆக்கி

கண்டவர் விண்டவர்யாருணை யெங்கள்
கருத்தினிலுறைபவளே — ஓம் ஜெய...

அன்னையும் தந்தையும் பந்துவும் நீயே
ஆருயிர்க்குறு துணைநீ, அம்மம்மா — ஆருவிர்...

உன்னையே யன்றி யெமக்கிவ்வுலகில்,
ஒருகதி வேறுண்டோ. — ஓம் ஜெய...

மாயமலத்தால் மனது மயங்கி,
மதிகெட வாழுமெமை அம்மம்மா — மதி கெட

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

தாயவளே நீ தயவு புரிந்தே
தந்திடு ஞானமதை ஓம் ஜெய...

அங்கும் இங்கும் எங்கும் விங்கும்,ஸ
ஆனந்த வரிதியே அம்மம்மா-ஆனந்த

மங்களம் மங்களம் மங்களத் தாயே,
மங்கள மருள்வாயே ஓம் ஜெய...

சுபம்

காயத்ரீ உபாசனா தீக்ஷை

முறையாக காயத்ரி உபாசனை செய்து, பயன்பெற விரும்பும் சன்மார்க்க சீலர்களுக்கு சாபமோசனம் செய்வித்து, காயத்ரி தீக்ஷை அளிக்கப்படும்.

சாதாரணமாக வேறு எப்படியும் தெரிந்து கொள்ள முடியாத இரகஸ்யங்கள் பாடங்களில் அடங்கியிருக்கும். தெய்வ இரகசியங்களை நவீன விஞ்ஞான விளக்கங்களுடன் தெரிந்துகொள்ள இது அரிய வாய்ப்பு. பலவகை சாதனைகள் படிப்படியாய்க் கற்பிக்கப்படும்.

ஸ்ரீ காயத்ரி பீடம்

ஸ்ரீ நகர்,
82, லேடி மெக்கலம் டிரைவ்,
நுவரெலியா.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

முடிவுரை

முன்பே வேறு தெய்வ உபாசனைகளைச் செய்பவர்கள் அதனுடன் கூடவே காயத்ரி உபாசனையைச் செய்து வரலாம்.

எங்கள் பீடத்தின் வாராந்திர உபாசனை வகுப்பிலும், உப்ந்யாச வகுப்பிலும், காயத்ரி தத்துவம், அக்ஷரார்த்தம்; சுப்தார்த்தம்; பாதார்த்தம்; காயத்ரி சாதனையால் சகல கார்ய சித்திகளைப் பெறும் முறைகள்; காயத்ரி சாதனையால் இராஜ, ஹட, குண்டலினி, தப, ஷட்சக்ர பேதன யோக சித்திகளைப் பெறும் முறைகளும், வஸ்ய ஆகர்ஷண, உச்சாடன, மோகன, வித்வேஷண, மாரணம் முதலிய கிரிகைகளைச் சாதிக்கும் முறைகள்; பஞ்சமுக, சதுர்முக, த்ரிமுக, ஏகமுக காயத்ரி, வைஷ்ணவீ, ப்ரஹ்மாணி, சரஸ்வதி, லக்ஷ்மி, துர்க்கா முதலான பராசக்தியின் பல்வேறு உருவங்களின் இரகஸ்யார்த்தங்கள்; காயத்ரி கீதை, காயத்ரி ஸ்மருதி, காயத்ரி சம்ஹிதை, காயத்ரி ஸ்தவம், காயத்ரி உபநிஷத் காயத்ரி ராமாயணம், காயத்ரி ஹ்ருதயம், காயத்ரி லஹரீ, காயத்ரி கவசம், காயத்ரி சகஸ்ர நாமம் முதலான பல்வேறு சாஸ்திரங்களின் இரகஸ்யார்த்தங்கள்; இராவணன் மஹீதரர், சாயணர், யாக்ஞவல்க்யர், பாரத்வாஜர், சங்கரர், ராமனுஜர், வரதராஜர் முதலானோரின் காயத்ரீ பாஷ்யங்களுக்கு விளக்கங்கள் முதலான பல்வேறு தத்துவங்கள் விஞ்ஞான விளக்கத்துடன் உபதேசித்து வரப்படுகின்றன.

உபாசனா, உபதேச வகுப்புகளில் கலந்து கொள்ளப் பீடத்தின் உறுப்பினராகச் சேர வேண்டும்.

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

காயத்ரி சித்தரின்

ஆத்ம யோக ஞான பயிற்சிப் பாடம்

1. நீ யார்?
2. மனிதனின் அமைப்பு
3. ஆன்ம சுதந்திரம்
4. சூக்ஷ்மம் தான் உண்மை மனிதன்
5. சூக்ஷ்ம உடல்
6. சூக்ஷ்மமும், ஸ்துலமும்
7. சூக்ஷ்ம சாதனையின் தொடக்கம்
8. மனக்கண் செயல் பயிற்சி
9. கர்மாவும், வாழ்க்கையும்
10. கர்மாவை வெல்லும் வழி
11. நல்ல அறிவும் கெட்ட அறிவும்
12. அறிவின் துணை பெறல்
13. முக்காலமறிதல்
14. கால ஞானமும் சூக்ஷ்ம திருஷ்டியும்
15. சூக்ஷ்ம திருஷ்டி பயிற்சிகள்
16. வாழ்வின் குறிக்கோள்
17. விலங்குகளின் பரிணாமம்
18. வாழ்க்கைப் பட்டியல்
19. பாவனா சக்தி

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

காயத்ரி சித்தரின்

காயத்ரி பாடங்கள்

காயத்ரி பாடத்தால் கற்றுத் தரப்படும் பாடங்கள்

1. உபதேசம்
2. உபதேசம்
3. உபதேசம்
4. பிரபஞ்சம் காயத்ரிமயம்
5. தெய்வ வஸியம்
6. தெய்வ வஸியம்
7. காயத்ரியின் தெய்வ சக்திகள்
8. காயத்ரியின் அருள் விலாசம்
9. காயத்ரியும் உடல் மனத் தூய்மையும்
10. காயத்ரி சக்தி சோதனைகள்
11. காயத்ரியின் அட்சர தெய்வங்களும், பயன்களும்
12. தெய்வ காயத்ரிகள்
13. பெண்களும், பயன்களும்
14. காயத்ரி சுய சிகிச்சை
15. காயத்ரியும் - ஆறாதார விழ்ப்பும்
16. சாதனையும்-பக்குவமும்
17. இல்லற வேள்வி
18. காயத்ரியும் - பஞ்சகோமும்
19. உபவாச நிபந்தனை
20. உணவுகட்டுப்பாடு
21. பிராணமய கோச சாதனை
22. மனோமய கோச சாதனை திராடகம்
23. மனோமய-சப்த சாதனை
24. ரச சாதனை
25. சந்த-ஸ்பர்ச சாதனைகள்
26. விஞ்ஞான மய சாதனை ஞானமும் - விஞ்ஞானமும்
27. விஞ்ஞான மய கோச சாதனை
28. ஆனந்த மய கோசம்
29. பஞ்ச பூத தத்துவம்
30. பஞ்ச பூத சாதனை
31. மூன்றவைத்தைகள்
32. தனித்த ஆன்மாவின் செயல்
33. தூரியாவஸ்தை
34. காயத்ரி மய வாழ்வு
35. துரிய சாதனை
36. பயிற்சியின் குறிக்கோள்
37. தன்னறிவு

ஸ்ரீ காயத்ரி பீடம்
ஸ்ரீ நகர், 82 லேடி மெக்கலம்ஸ் ட்ரைவ்
நுவரெலியா இலங்கை போன் 052 - 22609

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

காயத்ரி சித்தரின்
ஆன்மீக படைப்புகள்

1. ஸ்ரீ காயத்ரி மந்திர மகிமை
2. ஞான குரு
3. மனித காந்தம்
4. எளிய முறை யோக பயிற்சி
5. சகல தெய்வ உபாசனா பத்ததி
6. காயத்ரி உபாசனா பத்ததி (சகஸ்ரநாம் அர்ச்சனையுடன்)
7. காயத்ரி ராமாயணம்
8. காயத்ரி கீதை
9. காயத்ரி மூலம் குண்டலின் விழிப்பு
10. பிரபஞ்சம் இன்பமயம் (அச்சில்)
11. மனித உடலில் தெய்வ ஞானம்

ENGLISH

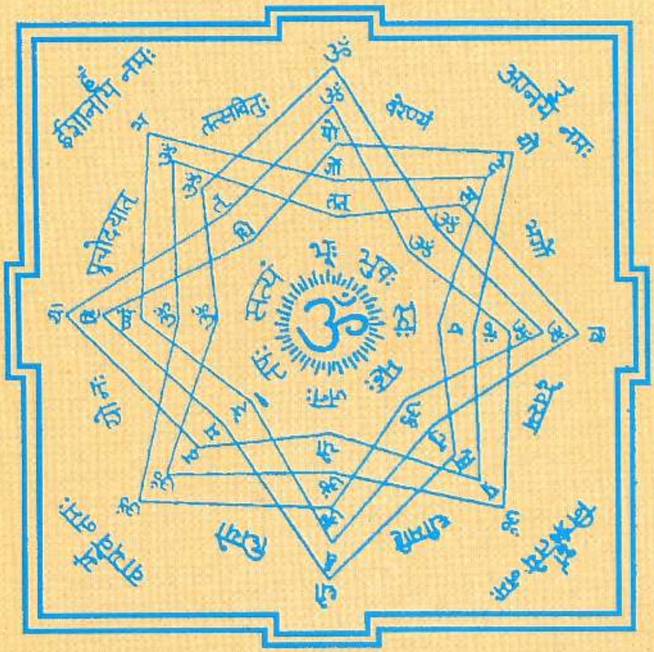
Spiritual Teaching
The Great Science and Power of **GAYATHRI**
Spiritual Tenets of Sri Gayathri Peetam
Cosmo Mystic Meditation.

Sri Gayathri Peetam
"Sri Nagar"
82, Lady Mc Callums Drive
Nuwara Eliya
SRI LANKA

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org

ஸ்ரீ காயத்ரி யந்திரம்



Digitized by Noolaham Foundation.
noolaham.org | aavanaham.org