

లఘు రుద్ర పూజ విధానం

1. గురు ధ్యానం:

- “గురు బ్రహ్మ, గురు విష్ణు, గురు దేవో మహేశ్వర,
గురు సాక్షాత్ పరబ్రహ్మ, తస్మై శ్రీ గురవే నమః”
అని జపించండి. లేకపోతే మీకు తెలిసిన గురు మంత్రాన్ని జపించవచ్చు.

2. గణపతి ధ్యానం:

- గణపతి మూల మంత్రాన్ని నాలుగు సార్లు జపించండి, లేదా
- “సుక్లాంబరధరం విష్ణు, శశివర్ణ, చతుర్భుజ, ప్రసన్న వదన, ధ్యాయేత్ సర్వ
విఘ్నోప శాంతాయే” అని జపించండి.

3. ఆచమనము:

- మొదటి:
 - కుడి చేతిలో ఒక చెంచా స్వచ్ఛమైన నీటిని తీసుకుని, పై పెదం
తగలకుండా తాగుతూ,
“ఐం ఆత్మ తత్వాయ స్వాహా” అని జపించండి.
- రెండవ:
 - అదే విధంగా మరో చెంచా నీటిని తాగుతూ,
“క్లీం విద్య తత్వాయ స్వాహా” అని జపించండి.
- మూడవ:
 - అదే విధంగా ఇంకొక చెంచా నీటిని తాగుతూ,
“సౌః శివ తత్వాయ స్వాహా” అని జపించండి.
- చివరగా:
 - ఈ నీటిని ఒక ప్లేటులో పోయండి, మీ మధ్య-ఉంగరం మధ్య నుండి
నీరు ప్రవహించేలా చేసి,
“ఐం క్లీం సౌః సర్వ తత్వేభ్య స్వాహా” అని జపించండి.

4. ప్రాణాయామము (గాయత్రీ మంత్రం):

○ గాయత్రీ మంత్రం:

"ఓం భూర్భువః స్వః, తత్ సవితుర్వరేణ్యమ్
భర్గో దేవస్య ధీమహి, ధియో యో నః ప్రచోదయాత్"

○ విధానం:

- మీ ఎడమ నాసికను కుడి ఉంగరం తో మూసి, కుడి మూటి ద్వారా శ్వాస తీసుకుంటూ గాయత్రీ మంత్రాన్ని ఒకసారి (మనసులో) జపించండి.
- తరువాత, కుడి నాసికను కుడి అంగుళితో మూసి, శ్వాసను నిలుపుకుని గాయత్రీ మంత్రాన్ని రెండు సార్లు (మనసులో) జపించండి.
- తర్వాత, ఎడమ నాసికను తెరవండి, నెమ్మదిగా ఉచ్ఛ్వాసం ఇవ్వండి, ఒకసారి గాయత్రీ మంత్రాన్ని జపించండి.
- బయట శ్వాసను నిలుపుకుని, ఉచ్ఛ్వాసం ఇవ్వకుండా ఒకసారి గాయత్రీ మంత్రాన్ని జపించండి.
- మళ్ళీ, కుడి నాసికను కుడి అంగుళితో మూసి, ఎడమ నాసిక ద్వారా శ్వాస తీసుకోండి, ఒకసారి గాయత్రీ మంత్రాన్ని జపించండి.

ఇప్పుడు, మీ కుడి వేలితో ఎడమ నాసికను మూసి, శ్వాసను నిలుపుతూ గాయత్రీ మంత్రాన్ని (మనసులో) రెండు సార్లు పఠించండి.

తర్వాత, కుడి నాసికను తెరవండి, నెమ్మదిగా ఉచ్ఛ్వాసం ఇచ్చి, గాయత్రీ మంత్రాన్ని (మనసులో) ఒకసారి పఠించండి.

ఆ తర్వాత, ఉచ్ఛ్వాసం ఇవ్వకుండా బయట శ్వాసను నిలుపుకుని, ఒకసారి గాయత్రీ మంత్రాన్ని (మనసులో) పఠించండి.

5. సంకల్పము:

మీ కుడి చేతిలో అక్షతాలను తీసుకోండి. ఆ తర్వాత, మీ కుడి చేతిని ఎడమ చేతిపై ఉంచి, రెండింటిని మీ కుడి తొడపై పెట్టి ఈ మంత్రాన్ని పఠించండి:

“మమ ఉపాత్త సమస్త దురితక్షయ ద్వారా, రుద్ర పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం, లఘు విధానేన, రుద్రాభిషేక పూజాం కరిష్యే.”

తర్వాత, అక్షతాలను శివలింగంపై ఉంచండి.

6 . శోడషోపచార మూల మంత్రం:

1. “ఓం హ్రీం హౌం, నమః శివాయ”

- ఈ మంత్రాన్ని పఠించి, తర్వాత శివలింగంపై అక్షతాలను ఉంచండి.

2. “ఓం హ్రీం హౌం, నమః శివాయ, ఆవాహయామి”

- శివలింగంపై అక్షతలు లేదా పూలను ఉంచండి.

3. “ఓం హ్రీం హౌం, నమః శివాయ, రత్న సింహాసనార్థం పుష్పం సమర్పయామి”

- పుష్పం లేదా అక్షతాలను శివలింగం దిగువ భాగంలో ఉంచండి.

4. “ఓం హ్రీం హౌం, నమః శివాయ, పాద్యం సమర్పయామి”

- ఒక పువ్వు తో శివలింగంపై నీటిని అప్లై చేసి, దేవుని కాళ్ళను శుభ్రపరస్తున్నట్లు పూహించండి

5. “ఓం హ్రీం హౌం, నమః శివాయ, అర్ఘ్యం సమర్పయామి”

6. అదే విధంగా ఒక పువ్వు తో శివలింగంపై నీటిని అప్లై చేసి, దేవుని చేతులను శుభ్రపరస్తున్నట్లు పూహించండి

7. “ఓం హ్రీం హౌం, నమః శివాయ, ఆచమనీయమ్ సమర్పయామి”

- చెంచా నీటిని తీసుకుని, శివలింగానికి పానీయంగా సమర్పించండి, అదే నీటిని ప్రసాదంగా స్వీకరించండి .

7.

ఓం హ్రీం హౌం నమః శివాయ, స్నానం స్నాపయామి

- శివలింగంపై ఒక పువ్వుతో లేదా పుష్పంతో నీటిని చల్లండి లేదా పోయండి.
- నీటి స్థానంలో పంచామృతం కూడా ఉపయోగించవచ్చు.
- నీటిని చల్లేటప్పుడు "ఓం హ్రీం హౌం నమః శివాయ" అనే మంత్రాన్ని 11 సార్లు జపించండి.
- ఆ తర్వాత, రుద్రనామకం, ఛామకం జపించండి లేదా శ్రీ చల్లకేరి సోదరుల ఆడియోను వినండి, తద్వారా అభిషేకాన్ని ఫలజూస్, పాల, కొబ్బరి నీరు వంటి పదార్థాలతో కొనసాగించండి.

8.

ఓం నమశివాయ వస్తార్థే పుష్పం/అక్షతం సమర్పయామి

- శివలింగంపై రెండు పువ్వులు లేదా అక్షతలను ఉంచండి, ఇది మీరు దేవునికి ధరించడానికి (దుస్తులు సమర్పించుకోవడానికి) సమర్పిస్తున్నట్టు భావించండి.
- (మీ వద్ద కొత్త ధోతి మరియు ఉత్తరేయం ఉంటే వాటిని కూడా సమర్పించవచ్చు.)

9.

ఓం హ్రీం హౌం నమః శివాయ ఆభరణార్థే పుష్పం/అక్షతం సమర్పయామి

- శివలింగంపై పుష్పాలు లేదా అక్షతలను ఉంచండి, ఇది మీరు దేవునికి ఆభరణాలు (ఆభరణాలు సమర్పించుకోవడం) సమర్పిస్తున్నట్టు భావించండి.

10.

ఓం హ్రీం హౌం నమః శివాయ గంధం ధారయామి

- శివలింగంపై చందనం పొడిని అప్లై చేయండి.

11.

ఓం హ్రీం హౌం నమః శివాయ, పుష్పై/కుంకుమం పూజయామి

- "ఓం హ్రీం హౌం నమః శివాయ" అనే మంత్రాన్ని 108 సార్లు జపించండి లేదా శివ
అష్టోత్తరం మంత్రాలను జపించండి.

(ఉదాహరణకు:

ఓం శివాయ నమః

ఓం మహేశ్వరాయ నమః

ఓం శంభవే నమః

ఓం పినాకినే నమః

ఓం శశిశేఖరాయ నమః

ఓం వామదేవాయ నమః

ఓం విరూపాక్షాయ నమః

ఓం కపర్దినే నమః

ఓం నీలలోహితాయ నమః

ఓం శంకరాయ నమః -

- ఓం శూలపాణయే నమః

ఓం ఖట్వాంగినే నమః

ఓం విష్ణువల్లభాయ నమః

ఓం శిపివిష్టాయ నమః

ఓం అంబికానాథాయ నమః

ఓం శ్రీకాంతాయ నమః

ఓం భక్తవత్సలాయ నమః

ఓం భవాయ నమః

ఓం శర్వాయ నమః

ఓం త్రిలోకేశాయ నమః (20)

- ఓం శితికంఠాయ నమః
 ఓం శివాప్రియాయ నమః
 ఓం ఉగ్రాయ నమః
 ఓం కపాలినే నమః
 ఓం కామారయే నమః
 ఓం అంధకాసుర సూదనాయ నమః
 ఓం గంగాధరాయ నమః
 ఓం లలాటాక్షాయ నమః
 ఓం కాలకాలాయ నమః
 ఓం కృపానిధయే నమః (30)
- ఓం భీమాయ నమః
 ఓం పరశుహస్తాయ నమః
 ఓం మృగపాణయే నమః
 ఓం జటాధరాయ నమః
 ఓం కైలాసవాసినే నమః
 ఓం కవచినే నమః
 ఓం కరోరాయ నమః
 ఓం త్రిపురాంతకాయ నమః
 ఓం వృషాంకాయ నమః
 ఓం వృషభారూఢాయ నమః (40)
- ఓం భస్మోద్ధూళిత విగ్రహాయ నమః
 ఓం సామప్రియాయ నమః
 ఓం స్వరమయాయ నమః
 ఓం త్రయీమూర్తయే నమః
 ఓం అనీశ్వరాయ నమః
 ఓం సర్వజ్ఞాయ నమః

ఓం పరమాత్మనే నమః

ఓం సోమసూర్యాగ్ని లోచనాయ నమః

ఓం హవిశే నమః

ఓం యజ్ఞమయాయ నమః (50)

- ఓం సోమాయ నమః

ఓం పంచవక్తాయ నమః

ఓం సదాశివాయ నమః

ఓం విశ్వేశ్వరాయ నమః

ఓం వీరభద్రాయ నమః

ఓం గణనాథాయ నమః

ఓం ప్రజాపతయే నమః

ఓం హిరణ్యరేతసే నమః

ఓం దుర్ధర్షాయ నమః

ఓం గిరీశాయ నమః (60)

- ఓం గిరిశాయ నమః

ఓం అనఘాయ నమః

ఓం భుజంగ భూషణాయ నమః

- ఓం భర్గాయ నమః

- ఓం గిరిధన్వనే నమః

- ఓం గిరిప్రియాయ నమః

- ఓం కృత్తి వాససే నమః

- ఓం పురారాతయే నమః

- ఓం భగవతే నమః

- ఓం ప్రమథాధిపాయ నమః

- ఓం మృత్యుజ్ఞాయ నమః

- ఓం సూక్ష్మతనవే నమః
- ఓం జగద్వ్యాపినే నమః
- ఓం జగద్గురవే నమః
- ఓం వ్యోమకేశాయ నమః
- ఓం మహాసేన జనకాయ నమః
- ఓం చారువిక్రమాయ నమః
- ఓం రుద్రాయ నమః
- ఓం భూతపతయే నమః
- ఓం స్థాణవే నమః

- ఓం అహిర్బుధ్నాయ నమః
- ఓం దిగంబరాయ నమః
- ఓం అష్టమూర్తయే నమః
- ఓం అనేకాత్మనే నమః
- ఓం సాత్త్వికాయ నమః
- ఓం శుద్ధవిగ్రహాయ నమః
- ఓం శాశ్వతాయ నమః
- ఓం ఖండపరశవే నమః
- ఓం అజాయ నమః
- ఓం పాశవిమోచకాయ నమః

- ఓం మృడాయ నమః
- ఓం పశుపతయే నమః
- ఓం దేవాయ నమః
- ఓం మహాదేవాయ నమః
- ఓం అవ్యయాయ నమః
- ఓం హరయే నమః

- ఓం పుషదంతభిదే నమః
- ఓం అవ్యగ్రాయ నమః
- ఓం దక్షాధ్వరహరాయ నమః
- ఓం హరాయ నమః
- ఓం భగనేత్రభిదే నమః
- ఓం అవ్యక్తాయ నమః
- ఓం సహస్రాక్షాయ నమః
- ఓం సహస్రపాదే నమః
- ఓం అపవర్గప్రదాయ నమః
- ఓం అనంతాయ నమః
- ఓం తారకాయ నమః
- ఓం పరమేశ్వరాయ నమః

2. 12. ఓం హ్రీం హౌం నమః శివాయ, ధూపం ఆఘ్రాపయామి

- అగరువత్తి దీపం తో వెలిగించి , , శివలింగానికి చూపించి, మీ కోపాన్ని తగ్గించుకోవాలని సంకల్పం తీసుకోండి.

3. 13. ఓం హ్రీం హౌం నమః శివాయ, దీపం దర్శయామి

- శివలింగానికి దీపాన్ని చూపించండి.
- దీపం చూపించే సమయంలో, మీరు తెలిసిన శివస్తోత్రం, శ్లోకం లేదా శివ భజనాన్ని పఠించవచ్చు లేదా సులభంగా "ఓం నమః శివాయ" 11 సార్లు పఠించవచ్చు.

14. ఓం హ్రీం హౌం నమః శివాయ నైవేద్యం నివేదయామి

ఒక ఫ్లేట్‌లో పండ్లు, వండిన ఆహారం లేదా కొత్తగా చేసిన స్వీట్లు పెట్టి, కింద పేర్కొన్న మంత్రాన్ని జపిస్తూ ఫ్లేట్ చుట్టూ ప్రదక్షిణంగా నీటిని చల్లాలి.

మంత్రం:

ఓం భూర్భువఃసువః తత్ సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్
ఓం ఆపోజ్యోతి రసోఽమృతం బ్రహ్మ భూర్భువసువరోం

ఆ తర్వాత, నైవేద్యంపై ఒక నీటి బొట్టు వేసి, "అమృతమస్తు, అమృతోపస్తరణ మసి" అని జపించాలి.

మళ్ళీ, నైవేద్య చుట్టూ ప్రదక్షిణంగా నీటిని చల్లి, కింది మంత్రాన్ని ఉచ్చరించాలి.

- పగటి వేళ అయితే: "సత్యంత్వర్తేన పరిషింఛామి"
- రాత్రి వేళ అయితే: "ఋతంత్యా త్వర్తేన పరిషింఛామి"

దేవికి నైవేద్యం సమర్పించాలి కావలసినంత ముద్రలతో కింది మంత్రాలను జపించాలి:

- ❖ ఓం ప్రాణాయ స్వాహా
- ❖ ఓం అపానాయ స్వాహా
- ❖ ఓం వ్యానాయ స్వాహా
- ❖ ఓం ఉదానాయ స్వాహా
- ❖ ఓం సమానాయ స్వాహా
- ❖ ఓం బ్రహ్మణే స్వాహా

నైవేద్యం అనంతరం:

- ఒక చెంచా నీటిని శివలింగంపై సమర్పించి, దేవుడికి త్రాగేందుకు నీరు అందిస్తున్నాం అని భావించాలి.

మంత్రం:

"మధ్యే మధ్యే పానీయం సమర్పయామి"

- ఫ్లేట్ చుట్టూ అప్రదక్షిణంగా నీటిని చల్లి కింది మంత్రాన్ని ఉచ్చరించాలి:
"అమృతమస్తు, అమృతాపిధానం ఆసి, ఉత్తరౌపోసనం సమర్పయామి"
- "హస్తా ప్రక్షాళ యామి" (దేవుడి చేతులను కడుగుతున్నామనే భావనతో పుష్పంతో శివలింగంపై నీటిని చల్లి)
- "పాదౌ ప్రక్షాళ యామి" (దేవుడి పాదాలను కడుగుతున్నామనే భావనతో పుష్పంతో శివలింగంపై నీటిని చల్లి)
- "శుద్ధ ఆచమనీయం సమర్పయామి" (మళ్ళీ చెంచా నీటిని సమర్పించి, స్వయంగా కూడా ఆ నీటిని తీసుకోవాలి)

15. మంత్ర పుష్పం సమర్పణ:

॥ ఓం హ్రీం హౌం నమఃశివాయ మంత్ర పుష్పం సమర్పయామి

- అక్షతాలను శివలింగంపై ఉంచి, కింది మంత్రాన్ని జపించాలి:
"ఓం తత్పురుషాయ విద్యమహే మహాదేవాయ ధీమహి తన్నో రుద్రః ప్రచోదయాత్"

16. ఆనంద కర్పూర నీరాజనం:

॥ ఓం హ్రీం హౌం నమఃశివాయ ఆనంద కర్పూర నీరాజనం దర్శయామి

- కర్పూరాన్ని వెలిగించి, శివలింగానికి చూపించి, మూల మంత్రాన్ని 5 సార్లు జపించాలి.
- తరువాత, చెంచా నీటిని ఫ్లేట్‌లో వేసి, రెండు చేతులను కర్పూర దీపం నుండి వచ్చిన ఉష్ణతని స్వీకరించేందుకు పైకి తిప్పి, కళ్ళకు స్పర్శించుకోవాలి.
- మంత్రం: "రక్షాం ధారయామి"

అక్షత సమర్పణ:

- కుడి చేతిలో అక్షతలు తీసుకొని, మధ్యవేళ్ళ మధ్య నీటిని చిన్నజారుగా పోయిస్తూ
కింది మంత్రాన్ని జపించాలి:

"మంత్ర హీనం క్రియా హీనం భక్తి హీనం శ్రద్ధా హీనం ద్రవ్య హీనం పరమేశ్వరా యత్
పూజితం మయా దేవా పరిపూర్ణం తదస్తుతే"

"మయా కృత ఏతత్ పూజా సర్వం రుద్ర పరమేశ్వర దేవతార్పణమస్తు"

॥ "ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్ పూర్ణముదచ్యతే పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ
పూర్ణమేవావశిష్యతే"

శుభం