



ஸ்ரீ:

19.08.2024, திங்கட்கிழமை யஜுர் உபாகர்மா

நித்ய கர்மாக்களை முடித்து விட்டு ப்ரஹ்மசாரிகள் இன்று ஸயிதாதானம் செய்யவும்.
கை கால்களை அலம்பி ஆசமனம், கிழக்கு முகமாக உட்கார்ந்து கொண்டு இரண்டுபுல் பவித்ரம்
போட்டுக் கொண்டு, இரண்டு தர்ப்பம் ஆஸனம், இரண்டு தர்ப்பத்தைப் பவித்ரத்தோடு சேர்த்து
இடுக்கிக் கொண்டு, ப்ராணாயாமம் பண்ணவும்.
முதல் உபாகர்மாவானால் காமோகார்ஷீத் ஜபம் கிடையாது.

(1) காமோகார்ஷீத் ஜபம் (காலையில்)

ஸங்கல்பம்:

ஓம் அஸ்மத் குருப்யோ நம:

* யஸ்யாபவத் பக்தஜன ஹார்திஹந்து: பித்ருத்வம் அந்யேஷு அவிசார்ய தூர்ணம் |

ஸ்தம்பே அவதார: தம் அநந்ய லப்யம் லக்ஷ்மீந்ருஸிம்ஹம் சரணம் ப்ரபத்யே ||

** ஸ்ரீமான் வேங்கடநாதார்ய: கவிதார்க்கிக கேஸரீ |

வேதாந்தாசார்ய வர்யோ மே ஸந்நிதத்தாம் ஸதா ஹருதி ||

குருப்ய: தத்குருப்யஸ்ச நமோவாகம் அதீமஹே |

வ்ருணீமஹே ச தத்ராத்யெள தம்பதீ ஜகதாம்பதீ ||

ஸ்வசேஷ பூதேந மயா ஸ்வீயை: ஸர்வ பரிச்சதை:

விதாதும் ப்ரீதமாத்தமானம் தேவ: ப்ரக்ரமதே ஸ்வயம்

*** சுக்லாம்பரதரம் விஷ்ணும் சசிவந்ணம் சதுர்புஜம் |

ப்ரஸன்னவதனம் த்யாயேத் ஸர்வ விக்ன உபசாந்தயே ||

யஸ்ய த்விரத வக்த்ராத்தயா: பாரீஷத்யா: பரச்சதம் |

விக்னம் நீக்னந்தி ஸததம் விஷ்வக்ஸேனம் தமாச்ச்ரயே ||

ஹாரீரோந்தத் ஸ்ரீ கோவிந்த கோவிந்த கோவிந்த அஸ்ய ஸ்ரீ பகவத: மஹாபுருஷஸ்ய விஷ்ணோ: ஆக்ஞயா
ப்ரவர்த்தமானஸ்ய அத்ய ப்ரஹ்மண: த்வீதீயபரார்த்தே ஸ்ரீ ஸ்வேதாவராஹகல்பே வைவஸ்வத மன்வந்தரே
கௌளயுகே ப்ரதமே பாதே ஜம்பூத்வீபே பாரத வர்ஷே, பரத கண்டே ஸாகாப்தே, மேரே: தக்ஷிணே பார்ஸுவே அஸ்யின்
வர்த்தமானே வ்யாவஹாரிகே ப்ரபவாதி ஷஷ்ட்யா: ஸம்வத்ஸராணாம் மத்யே க்ரோதி நாம ஸம்வத்ஸரே
தக்ஷிணாயனே வருஷ ருதிௌ ஸிம்ஹ மானே ஸாக்ல பக்ஷே பௌர்ணமாஸ்யாம் ஸூபதிௌ இந்து வாஸர ஸ்ரவண
(கால 9.00 மணிவரை) ஸ்ரவிஷ்டா நக்ஷத்ர யுக்தாயாம் ஸ்ரீ விஷ்ணு யோக ஸ்ரீ விஷ்ணுகரண ஸூபயோக ஸூபகரண
ஏவங்குண விசேஷண விசிஷ்டாயாம் அஸ்யாம் பௌர்ணமாஸ்யாம் ஸூபதிௌ

ஸ்ரீ பகவதாக்ஞயா ஸ்ரீமந் நாராயண ப்ரீத்யார்த்தம் | பகவத் கைங்கர்ய ரூபம்.

தைஷ்யாம் பௌர்ணமாஸ்யாம் அத்யாயோத்ஸர்ஜன அகரண ப்ராயச்சித்தார்த்தம்
அஷ்டோத்தர சத (108) அல்லது அஷ்டோத்தர ஸஹஸ்ர (1008) ஸங்க்யா காமோகார்ஷீத்
மந்யுரகார்ஷீத் மந்த்ர ஜபம் கரிஷ்யே என்று ஸங்கல்பம் செய்து கொள்ளவேண்டும்.

ஸாத்விக த்யாகம்:

பகவானேவ ஸ்வநீயாய்ஸ ஸ்வரூப ஸ்திதி ப்ரவர்த்தி ஸ்வேஷத: ஏகரஸேனா அநேந ஆத்மாந கர்த்ரா
ஸ்வகியச்ச உபகரணை: ஸ்வாராதநைக ப்ரயோஜனாய பரமபுருஷ: ஸர்வஸேஷி ஸ்ரீய: பதி: ஸர்வேஸ்வர:
ஸ்வஸேஷ பூதமிதம் காமோகார்ஷீத் மந்யுரகார்ஷீத் மந்த்ர ஜபாக்யம் கர்ம ஸ்வஸ்மை ஸ்வப்ரிதயே
ஸ்வயமேவ காரயதி.

காமோகார்ஷீத் மந்யுரகார்ஷீத் (இந்த மந்த்ரத்தை 108 அல்லது 1008 தடவை ஜபிக்கவும்).

ஜபத்தை முடித்தவுடன் 2 தடவை ஆசமனம் செய்யவேண்டும்.

ஸாத்விக த்யாகம்:

பகவானேவ ஸ்வநீயாய்ஸ ஸ்வரூப ஸ்திதி ப்ரவர்த்தி ஸ்வேஷத: ஏகரஸேனா அநேந ஆத்மாந கர்த்ரா
ஸ்வகியச்ச உபகரணை: ஸ்வாராதநைக ப்ரயோஜனாய பரமபுருஷ: ஸர்வஸேஷி ஸ்ரீய: பதி: ஸர்வேஸ்வர:
ஸ்வஸேஷ பூதமிதம் காமோகார்ஷீத் மந்யுரகார்ஷீத் மந்த்ர ஜபாக்யம் கர்ம ஸ்வஸ்மை ஸ்வயமேவ
காரிதவான்,

பிறகு ப்ரஹ்மசாரிகள் மட்டும் கௌளம் செய்து கொண்டு ஸ்நானம் செய்யவும்.