హనుమత్ బడబానల స్తోత్ర సహిత హనుమత్ విశేష నాగవల్లీ దళ పూజ

ప్రస్తుత కాలంలో అనేక సమస్యలతో బాధ పడుతూ ఉన్న ప్రజానీకానికి తొందరగా ఉపశమనం కలిగించడానికి కొన్ని దేవతారాధనలు ఉపయోగిస్తాయి. ఇవి గణపతి, హనుమాన్, దుర్గ మరియు శివారాధనలు. ఈ దేవతల ఆరాధన త్వరగా ఫలితాన్ని ఇస్తాయి అని అనుభజ్ఞుల నానుడి.

ఇందులో హనుమంతుల వారికి నాగవల్లీ దళములు అంటే తమలపాకులతో అత్యంత సన్నిహితత్వం ఉన్నట్లు గ్రంథాలలో చదివాము. అందుచేతనే హనుమంతులవారికి ఆకుపూజ చేసినా, సింధూర పూజ చేసినా, అరటి పళ్ల గెలలతో ఆరాధన చేసినా, అత్యంత సంతుష్టుడవుతాడు అని నమ్మకం. ఇకపోతే, విపరీతమైన బాధలలో మునిగి దారి తోచక కొట్టుమిట్టాడుతున్నాడుతున్నవారికి, హనుమత్ బడబానల స్తోత్రము దివ్యౌషధము వంటిది. ఇందులోని శబ్ద ప్రయోగముల ద్వారా ఎటువంటి దుష్ట శక్తులైనా అతి దూరంగా పారిపోతాయి అని అనేక సార్లు నిరూపించబడ్డాయి.

ప్రస్తుత పూజలో హనుమంతుల వారికి పదహారు ఉపచారాల పూజలో ఒక ప్రత్యేకమైన కార్య సాధన మంత్రమైన

అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద, రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

అన్న మంత్రంతో సంపుటీకరణం చేసి, హనుమత్ అష్టోత్తర శతనామాలను పఠిస్తూ, ప్రతి నామానికి, సింధూరము వ్రాసిన ఒక నాగవల్లీ దళాన్ని సమర్పిస్తూ పూజ చేసి, అరటి పళ్ల గెల, మినప గారెలు నైవేద్యంగా సమర్పించి, చివరలో కర్పూర హారతి సమయంలో హనుమత్ బడబానల స్తోత్రాన్ని పఠించాలి. ఇందులో ప్రత్యేకత ఏమిటంటే, హనుమంతులవారికి ప్రీతికరమైన

1. సింధూరము
2. నాగవల్లీ దళము(తమలపాకు)
3. హనుమత్ బడబానల స్తోత్రము
4. అరటిపళ్ల గెల

ఇవన్నీ సమర్పించడం వల్ల అత్యంత శుభ ఫలితాలను అతి త్వరలో ఈ పూజ ఇస్తుందనడంలో సందేహం లేదు.

సంకల్పం

షోడశోపచార పూజ

అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద, రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః ధ్యాయామి

హనుమత్ అష్టోత్తరం

అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద, రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

ఓం ఆంజనేయాయనమః

అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద, రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద, రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

ఓం వాయుపుత్రాయనమః

అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద, రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద, రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

కర్పూర హారతి దగ్గర హనుమత్ బడబానల స్తోత్రము

హనుమత్ బడబానల స్తోత్ర సహిత హనుమత్ విశేష నాగవల్లీ దళ పూజ

1. **గురుధ్యానము**

గురు మంత్ర దీక్ష ఉన్నచో గురుమంత్రాన్ని రెండు సార్లు లేదా క్రింది శ్లోకాన్ని రెండు సార్లు, గురు ముద్రతో గానీ, నమస్కార ముద్రతో గానీ పఠించాలి.

గురుర్బ్రహ్మ, గురుర్విష్ణుః, గురుర్దేవో మహేశ్వరః,
గురుసాక్షాత్ పరబ్రహ్మ, తస్మైఓం శ్రీ గురవే నమః.

2. గణపతి ధ్యానము

నమస్కార ముద్రతో గణపతి మంత్ర దీక్ష ఉంటే గణపతి మంత్రాన్ని నాలుగు సార్లు, లేదా క్రింది శ్లోకాన్ని ఒకసారి పఠించాలి.

శుక్లాంబరధరం విష్ణుం, శశివర్ణం చతుర్భుజం,
ప్రసన్న వదనం ధ్యాయేత్, సర్వ విఘ్నోపశాంతయే.

3. ఆచమనము

ఒక ఉద్ధరిణితో (స్టీలుది కాకుండా) కుడి చేతిలో నీరు పోసుకుని, క్రింది మంత్రములను ఒక్కొక్కసారి చదువుతూ, ప్రతి సారీ, పై పెదవికి నీరు తగలకుండా, లోనికి స్వీకరించాలి.

ఐం ఆత్మ తత్వాయ స్వాహా
క్లీం విద్యా తత్వాయ స్వాహా
సౌః శివ తత్వాయ స్వాహా

ఇప్పుడు ఈ క్రింది మంత్రాన్ని పఠిస్తూ నీటిని కుడి చేతిలో పోసుకుని, మధ్య వేలు, ఉంగరం వేలు మధ్య నుండి పళ్లెము లోనికి జార విడువ వలెను.(ఇలా చేసేటప్పుడు చేయి విదల్చడము వంటివి చేయకూడదు)

ఐం క్లీం సౌః సర్వ తత్వేభ్యః స్వాహా

4. ప్రాణాయామము

కుడి చేతి ఉంగరం వేలితో ఎడమ నాసికను మూసి, కుడి నాసిక ద్వారా ఊపిరి పీలుస్తూ, గాయత్రీ మంత్రాన్ని ఒకసారి (ఓం భూర్భువస్వః తత్స వితుర్వరేణ్యం, భర్గో దేవస్య ధీమహీ, ధియోయోనః ప్రచోదయాత్) మననము చేసుకోవాలి.

కుడి బొటన వేలితో కుడి నాసికను మూసి, ఊపిరిని బంధించి, గాయత్రీ మంత్రాన్ని రెండు సార్లు మననము చేసుకోవాలి.

ఎడమ నాసికను తెరిచి, దాని ద్వారా ఊపిరిని బయటకు వదులుతూ,గాయత్రీ మంత్రాన్ని ఒకసారి మననం చేసుకోవాలి.

చివరగా, గాలిని పూర్తిగా బయటకు పంపిన తరువాత, ఊపిరిని బంధించి(ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసములు లేకుండా) గాయత్రీ మంత్రాన్ని ఒకసారి మననము చేసుకోవాలి.

ఇదే విధముగా మరలా ఎడమ నాసిక ద్వారా ఊపిరి పీలుస్తూ పై ప్రక్రియను పునరుద్ధరించాలి. ఇది ఒక ప్రాణాయామము. ఇలా మూడు సార్లు చేసినచో, కొన్నాళ్లకు చైతన్యవంతమైన దివ్య శరీరము లభిస్తుందని శాస్త్రములు చెబుతున్నాయి.

5. **సంకల్పము**

కుడి చేతిలో పసుపు కలిపిన అక్షతలు తీసుకుని, గుప్పిట మూసి, ఎడమ అరచేయి మీద, కుడి గుప్పిటను ఉంచి, రెండింటినీ కలిపి కుడి తొడ మీద ఉంచుకొని, ఈ క్రింది సంకల్ప పాఠాన్ని చెప్పాలి.

మమ ఉపాత్త సమస్త దురిత క్షయ ద్వారా, శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామి సంపూర్ణ అనుగ్రహేణ, సకల దోష పరిహార ద్వారా, సుస్థిర సుఖ శాంతి సహిత సర్వతో ముఖ అభివృద్ధి సిద్ధ్యర్థం , శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామి నాగవల్లీ దళార్చనం కరిష్యే.

పై మంత్రం చెప్పిన పిదప అక్షతలను నీటితో పాటు ఒక పళ్లెంలో విడిచి పెట్టాలి.

అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద, రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

<u>షోడశోపచారములు</u>

1. **ధ్యానము**

కుడి చేతిలోనికి అక్షతలు తీసుకుని,

" అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః ధ్యాయామి"

అని చెబుతూ స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము పైన అక్షతలు ఉంచవలెను.

2. **ఆవాహనము**

కుడి చేతిలోనికి అక్షతలు తీసుకుని,

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః ఆవాహయామి"

అని చెబుతూ, స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము పైన అక్షతలు ఉంచవలెను.

3. **ఆసనము**

కుడి చేతిలోనికి అక్షతలు తీసుకుని,

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః నవరత్న ఖచిత సింహాసనం సమర్పయామి"

అని చెబుతూ స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము మీద అక్షతలు ఉంచవలెను.

4. **పాద్యము**

స్వామివారి పాదములు కడుగుతున్నట్లు భావన చేస్తూ,

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః పాద్యం సమర్పయామి"

అని చెబుతూ, స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము పైన, పుష్పముతో నీరు చల్లవలెను.

5. **అర్ఘ్యము**

స్వామివారి హస్తములు కడుగుతున్నట్లు భావన చేస్తూ,

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః అర్ఘ్యం సమర్పయామి"

అని చెబుతూ, స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము పైన పుష్పముతో నీరు చల్లవలెను.

6. ఆచమనము

స్వామివారికి జలము తాగిస్తున్నట్లు భావన చేస్తూ,

“అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః ఆచమనం సమర్పయామి”

అని చెబుతూ, ఉద్ధరిణితో నీటిని స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహమునకు చూపించి, ఆ జలమును మీరు స్వీకరించవలెను.

7. స్నానము

స్వామివారికి స్నానము చేయిస్తున్నట్లు భావన చేస్తూ,

“అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః స్నపయామి”

అని చెబుతూ, స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము పైన, పుష్పముతో, నీరు లేదా పంచామృతమును చల్లుతూ,

“అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద, రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో” అను మంత్రమును 15 సార్లు జపించవలెను.

(పంచామృతము – ఆవు పాలు, ఆవు పెరుగు, ఆవు నెయ్యి, తేనె, మరియు చక్కెరల మిశ్రమము)

8. వస్త్రము

స్వామివారికి వస్త్రము సమర్పిస్తున్నట్లు భావన చేస్తూ, కుడి చేతిలోకి పుష్పము లేదా అక్షతలు తీసుకుని

“అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః వస్త్రం సమర్పయామి . వస్త్రార్థం పుష్పం / అక్షతాన్ సమర్పయామి"

అని చెబుతూ, ఆ పుష్పమును స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము పైన ఉంచవలెను.

9. ఆభరణము

స్వామివారికి ఆభరణములు సమర్పిస్తున్నట్లు భావన చేస్తూ, కుడిచేతిలోనికి పుష్పము లేదా అక్షతలు తీసుకుని,

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః ఆభరణార్థే పుష్పం / అక్షతాన్ సమర్పయామి"

అని చెబుతూ ఆ పుష్పము లేదా అక్షతలను స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము పైన ఉంచవలెను.

10. గంధము

స్వామివారి మెడకు గంధము పూస్తున్నట్లు భావన చేస్తూ, పుష్పముతో గంధము తీసుకుని,

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః గంధం సమర్పయామి"

అని చెబుతూ, స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము పైన గంధము సమర్పించవలెను.

11. కుంకుమ

స్వామివారికి కుంకుమ సమర్పించినట్లు భావన చేస్తూ,

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః సింధూరం సమర్పయామి"

అని చెబుతూ, స్వామివారి చిత్రము / విగ్రహము పైన సింధూరం సమర్పించవలెను.

ఇక్కడ పువ్వులు లేదా అక్షతలతో స్వామివారికి పూజ చేయవలెను. పూజలో భాగంగా,సంపుటీకృత శ్రీ సువర్చలా సమేత శ్రీ హనుమద్ అష్టోత్తర శతనామావళిని చదువవలెను. ఒక్కొక్క నామమునకు ఒక్కొక్క నాగవల్లీ దళము అనగా తమలపాకును (సింధూరము పూసి ముందుగా సిద్ధం చేసికొన్నవి) స్వామి వారికి సమర్పించవలెను.

(సంపుటీకృత అష్టోత్తరము కొరకు క్రింది లింకు ను సందర్శించండి.....)

12. ధూపము

అగరువత్తి వెలిగించి, జ్వాల ఆపివేసి,

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః ధూపమాఘ్రాపయామి"

అని చెబుతూ, స్వామివారికి ధూపం చూపించవలెను.

13. దీపము

దీపమును చేతిలోనికి తీసుకుని, హృదయ స్థానము కంటే పైకి ఉండేటట్లుగా పట్టుకుని,

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః దీపం సమర్పయామి"

అని చెబుతూ, స్వామివారికి దీపం చూపించవలెను.

14. నైవేద్యము

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః నైవేద్యం సమర్పయామి"

ఒక పళ్లెములో తేనెలో ముంచిన గారెలు లేదా పసుపు గుమ్మడి కాయ కూర లేదా చక్ర పొంగలి లేదా ఎరుపు రంగు పళ్లు నైవేద్యముగా ఉంచి, ఆ పళ్లెము చుట్టూ ప్రదక్షిణంగా (ఎడమ వైపు నుండి కుడివైపుకు) నీరు చల్లుతూ, క్రింద ఇవ్వబడిన మంత్రమును చెప్పవలెను.

ఓం భూర్భువస్సువః తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్

ఓం ఆపోజ్యోతి రసోమృతం బ్రహ్మ భూర్భువస్సువరోం

తరువాత, **అమృతమస్తు** అని చెబుతూ, నైవేద్యంపైన ఒక చుక్క నీటిని చల్లవలెను.

తరువాత నైవేద్యం చుట్టూ నీటిని చల్లుతూ క్రింది మంత్రమును చెప్పవలెను

అమృతో పస్తరణమసి, సత్యంత వర్తేన పరిషించామి (పగటి పూట నైవేద్యం పెట్టేటప్పుడు)

అమృతో పస్తరణమసి, ఋతంతాత్వర్తేన పరిషించామి (రాత్రి పూట నైవేద్యం పెట్టేటప్పుడు)

అని చెప్పి, తరువాత క్రింది మంత్రములను చదువుతూ, ఆరు సార్లు స్వామివారికి నైవేద్యమును సమర్పించవలెను.

ఓం ప్రాణాయ స్వాహా

ఓం అపానాయ స్వాహా

ఓం వ్యానాయ స్వాహా

ఓం ఉదానాయ స్వాహా

ఓం సమానాయ స్వాహా

ఓం బ్రహ్మణే స్వాహా

ఇలా నైవేద్యం సమర్పించిన తరువాత, స్వామివారికి నీరు త్రాగటానికి ఇస్తున్నట్లు భావన చేస్తూ, ఒక ఉద్ధరిణితో నీటిని తీసుకుని,

మధ్యే మధ్యే పానీయం సమర్పయామి అని చెబుతూ, ఉద్ధరిణ లోని నీటిని స్వామివారికి చూపించి , ఆ జలమును మీరు స్వీకరించవలెను.

- తరువాత, పళ్లెం చుట్టూ అప్రదక్షిణంగా (కుడి వైపు నుండి ఎడమ వైపుకు) నీటిని చల్లుతూ, **అమృతాపిధానమసి ఉత్తరాపోశనం సమర్పయామి** అని చెప్పవలెను.
- స్వామివారి చేతులు కడుగుతున్నట్లు భావిస్తూ, **హస్తౌ ప్రక్షాళయామి** అని చెబుతూ, ఉద్ధరిణితో నీటిని స్వామివారికి చూపించి, పళ్లెములో విడువవలెను.
- స్వామివారి కాళ్లు కడుగుతున్నట్లు భావిస్తూ, **పాదౌ ప్రక్షాళయామి** అని చెబుతూ, ఉద్ధరిణితో నీటిని స్వామివారికి చూపించి, పళ్లెములో విడువవలెను.
- స్వామివారికి త్రాగటానికి నీరు ఇస్తున్నట్లుగా భావిస్తూ, **ఆచమనీయం సమర్పయామి** అని చెబుతూ, ఉద్ధరిణితో నీటిని స్వామివారికి చూపించి, పళ్లెములో విడువవలెను.

15. మంత్ర పుష్పము

పుష్పములు లేదా అక్షతలు చేతిలోనికి తీసుకుని,

ఓం ఆంజనేయాయ విద్మహే వాయుపుత్రాయ ధీమహి, తన్నో హనుమః ప్రచోదయాత్

ఓం రామదూతాయ విద్మహే కపిరాజాయ ధీమహి, తన్నో మారుతిః ప్రచోదయాత్

ఓం అంజనీసుతాయ విద్మహే మహాబలాయ ధీమహి, తన్నో మారుతిః ప్రచోదయాత్

"అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః మంత్రపుష్పం సమర్పయామి"

అని చెప్పి తరువాత ఆ పుష్పములు లేదా అక్షతలను స్వామి వారి చిత్రము / విగ్రహముపైన ఉంచవలెను.

16. నీరాజనము

హారతి కర్పూరం వెలిగించి స్వామివారికి చూపిస్తూ క్రింది మంత్రములను చెప్పవలెను.

“అసాధ్య సాధక స్వామిన్, అసాధ్యం తవకిం వద,

రామదూత కృపాసింధో మత్కార్యం సాధయ ప్రభో

శ్రీ సువర్చలా సహిత హనుమత్ స్వామినే నమః నీరాజనం సమర్పయామి”

- ఇక్కడ శ్రీ హనుమత్ బడబానల స్తోత్రము చదువవలెను.
(శ్రీ హనుమత్ బడబానల స్తోత్రము కొఱకు క్రింది లింకును సందర్శించండి.......)

- తరువాత పళ్లెములో ఒక చుక్క నీటిని విడువ వలెను.
- హారతి యొక్క ఉష్ణాన్ని (వేడిని) రెండు చేతులతోటి కళ్లకు అద్దుకుంటూ, **“రక్షాం ధారయామి”** అని చెప్పవలెను.
- చివరిగా, కుడి చేతిలోనికి అక్షతలు తీసుకుని, ఆ అక్షతల పైనుండి సన్నని ధార వలె నీటిని పోయాలి. నీరు మరియు అక్షతలు – మధ్య వేలు మరియు ఉంగరం వేళ్ల మధ్య మార్గం ద్వారా ఒక పళ్లెం లోకి ప్రవహించాలి. ఇలా చేస్తూ క్రింది మంత్రం చెప్పాలి.
“మంత్ర హీనం, క్రియా హీనం, భక్తి హీనం, శ్రద్ధా హీనం, ద్రవ్య హీనం పరమేశ్వరా, యత్ పూజితం మయా దేవ పరిపూర్ణం తదస్తుతే. మయా కృత శ్రీ సువర్చలా సమేత శ్రీ హనుమత్ నిత్య పూజా ఫలం సర్వం శ్రీ సువర్చలా సమేత శ్రీ హనుమత్ దేవతా అర్పణమస్తు.”
- **ఓం పూర్ణమథః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్ పూర్ణముదచ్యతే, పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవా అవశిష్యతే**
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః