श्री वाराही देवी लघु पूजा विधान

हिंदी अनुवाद

श्री अरुणाम्बा सहित श्री गुरु करुणामय

Website: http://www.srimeru.org

Email: srimeru999@gmail.com

Phone: +91 8088256632

Facebook: https://www.facebook.com/Soundarya.Lahari

1. गुरु ध्यान (दो बार)

ऐं ह्रीं श्रीं ऐं क्लीं सौः हंसः शिवः सोऽहम्

हसखफ्रें - हसक्षमलवरयूं हसौं

सहक्षमलवरईं सहौः

स्वरूप निरूपण हेतवे स्वगुरवे श्री

अरुणाम्बा सहित श्री करुणामय

श्री गुरु श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः

यदि आपके पास गुरु-मंत्र नहीं है, तो नीचे दिया गया गुरु-मंत्र जपें।

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुः गुरुर्देवो महेश्वरः।
गुरुः साक्षात् परब्रह्म तस्मै श्रीगुरवे नमः॥

2. गणपति ध्यान

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम्।
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोपशान्तये॥

अगजानन पद्मार्कं गजाननमहर्निशम्।
अनेकदन्तं भक्तानामेकदन्तमुपास्महे॥

3. आचमन

दाहिने हाथ में चम्मच से तीन बार जल लें। प्रत्येक बार नीचे दिए मंत्र का उच्चारण करते हुए जल ग्रहण करें।

- ऐं आत्मतत्त्वाय स्वाहा
- क्लीं विद्यातत्त्वाय स्वाहा
- सौः शिवतत्त्वाय स्वाहा

दाहिने हाथ की मध्यमा और अनामिका के बीच से जल को एक पात्र में छोड़ते हुए यह मंत्र बोलें:

ऐं क्लीं सौः सर्वतत्त्वेभ्यः स्वाहा

4. प्राणायाम

गायत्री मंत्र का मन ही मन जप करते हुए श्वास की तीन आवृत्तियाँ करें।

पूरक (श्वास भीतर लेना) - गायत्री मंत्र 1 बार

कुम्भक (श्वास रोकना) - गायत्री मंत्र 2 बार

रेचक (श्वास बाहर छोड़ना) - गायत्री मंत्र 1 बार

बाह्य कुम्भक - गायत्री मंत्र 1 बार

यह एक आवृत्ति है। इसी प्रकार कुल तीन आवृत्तियाँ करें।

5. संकल्प

दाहिने हाथ में अक्षत लें। नीचे दिया संकल्प पढ़कर अक्षत श्री वाराही देवी की प्रतिमा/चित्र/यंत्र पर अर्पित करें।

मम उपात्त समस्त दुरितक्षय द्वारा श्री वाराही देवी प्रीत्यर्थम्, मम सहकुटुम्बस्य श्री वाराही देवी सम्पूर्ण अनुग्रह सिद्ध्यर्थम्, यथाशक्ति श्री वाराही देवी लघुपूजां करिष्ये।

6. मूल मंत्र

ऐं ग्लौं ऐं
नमो भगवति
वार्तालि वार्तालि
वाराहि वाराहि
वराहमुखि वराहमुखि
अन्धे अन्धिनि नमः, रुन्धे रुन्धिनि नमः
जम्भे जम्भिनि नमः
मोहे मोहिनि नमः, स्तम्भे स्तम्भिनि नमः
सर्वदुष्ट प्रदुष्टानां सर्वेषां
सर्ववाक्-चित्त-चक्षुर्मुखगति-जिह्वास्तम्भनं कुरु कुरु शीघ्रं वश्यं
ऐं ग्लौं ठः ठः ठः ठः हुं अस्त्राय फट्॥

यदि आपने गुरुजी से मंत्र-दीक्षा नहीं ली है, तो नीचे दिए मंत्र को वाराही मूल मंत्र के रूप में प्रयोग करें:

ऐं ग्लौं वाराही देवतायै नमः

षोडशोपचार पूजा

ध्यान

मातर्वाराहि जाते तव चरणसरोजार्चनं वा जपं वा
कर्तुं शक्तो न चाहं तदपि च सदये मय्यतस्त्वां हि याचे।
यस्त्वां दंष्ट्रा-शिताग्रां त्रिनयनलसितां चारुभूदारवक्त्रां
मूर्तिं चित्ते विधत्ते तदरिगणविनाशोऽस्तु तस्मिन्क्षण एव॥

ॐ महिषध्वजायै विद्महे दण्डहस्ताय धीमहि। तन्नो वाराही प्रचोदयात्॥

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः ध्यायामि

(श्री वाराही देवी/यंत्र पर अक्षत अर्पित करें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः आवाहयामि

(श्री वाराही देवी/यंत्र पर अक्षत अथवा पुष्प अर्पित करें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः रत्नसिंहासनार्थं पुष्पम्/अक्षतान् समर्पयामि

(श्री वाराही देवी/यंत्र पर अक्षत अथवा पुष्प अर्पित करें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः पाद्यं समर्पयामि

(पुष्प से श्री वाराही देवी/यंत्र पर थोड़ा जल छिड़कें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः अर्घ्यं समर्पयामि

(अम्मा के चरण धोने का भाव रखते हुए पुष्प से जल छिड़कें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः आचमनीयं समर्पयामि

(चम्मच से श्री वाराही देवी/यंत्र को जल अर्पित करें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः स्नानं स्नापयामि

(मूल मंत्र 16 बार जपते हुए पुष्प से जल छिड़कें। समय हो तो श्रीसूक्त का पाठ करके अभिषेक करें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः वस्त्रार्थे पुष्पम्/अक्षतान् समर्पयामि

(साड़ी, ब्लाउज-वस्त्र, पुष्प अथवा अक्षत अर्पित करें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः आभरणार्थे हरिद्रा-कुङ्कुमं समर्पयामि

(हल्दी और कुमकुम अर्पित करें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः गन्धं धारयामि

(चन्दन अर्पित करें।)

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः पुष्पैः/कुङ्कुमेन पूजयामि

(श्री वाराही देवी के 108 नामों का पाठ करते हुए कुमकुम या पुष्प से पूजा करें।)

श्री वाराही अष्टोत्तरशतनामावली

1. ऐं ग्लौं नमो वराहवदनायै नमः
2. ऐं ग्लौं नमो वाराह्यै नमः
3. ऐं ग्लौं वररूपिण्यै नमः
4. ऐं ग्लौं क्रोधाननायै नमः
5. ऐं ग्लौं कोलमुख्यै नमः
6. ऐं ग्लौं जगदम्बायै नमः
7. ऐं ग्लौं तारुण्यै नमः
8. ऐं ग्लौं विश्वेश्वर्यै नमः
9. ऐं ग्लौं शङ्खिन्यै नमः
10. ऐं ग्लौं चक्रिण्यै नमः
11. ऐं ग्लौं खड्गशूलगदाहस्तायै नमः
12. ऐं ग्लौं मुसलधारिण्यै नमः
13. ऐं ग्लौं हलसकादिसमायुक्तायै नमः
14. ऐं ग्लौं भक्तानामभयप्रदायै नमः
15. ऐं ग्लौं इष्टार्थदायिन्यै नमः
16. ऐं ग्लौं घोरायै नमः
17. ऐं ग्लौं महाघोरायै नमः
18. ऐं ग्लौं महामायायै नमः
19. ऐं ग्लौं वार्ताल्यै नमः
20. ऐं ग्लौं जगदीश्वर्यै नमः
21. ऐं ग्लौं अन्धे अन्धिन्यै नमः
22. ऐं ग्लौं रुन्धे रुन्धिन्यै नमः

23. ऐं ग्लौं जम्भे जम्भिन्यै नमः
24. ऐं ग्लौं मोहे मोहिन्यै नमः
25. ऐं ग्लौं स्तम्भे स्तम्भिन्यै नमः
26. ऐं ग्लौं देवेश्यै नमः
27. ऐं ग्लौं शत्रुनाशिन्यै नमः
28. ऐं ग्लौं अष्टभुजायै नमः
29. ऐं ग्लौं चतुर्हस्तायै नमः
30. ऐं ग्लौं उन्नतभैरवाङ्गस्थायै नमः
31. ऐं ग्लौं कपिललोचनायै नमः
32. ऐं ग्लौं पञ्चम्यै नमः
33. ऐं ग्लौं लोकेश्यै नमः
34. ऐं ग्लौं नीलमणिप्रभायै नमः
35. ऐं ग्लौं अञ्जनाद्रिप्रतीकाशायै नमः
36. ऐं ग्लौं सिंहारूढायै नमः
37. ऐं ग्लौं त्रिलोचनायै नमः
38. ऐं ग्लौं श्यामलायै नमः
39. ऐं ग्लौं परमायै नमः
40. ऐं ग्लौं ईशानायै नमः
41. ऐं ग्लौं नीलायै नमः
42. ऐं ग्लौं इन्दीवरसन्निभायै नमः
43. ऐं ग्लौं घनस्तनसमोपेतायै नमः
44. ऐं ग्लौं कपिलायै नमः
45. ऐं ग्लौं कलात्मिकायै नमः
46. ऐं ग्लौं अम्बिकायै नमः
47. ऐं ग्लौं जगद्धारिण्यै नमः
48. ऐं ग्लौं भक्तोपद्रवनाशिन्यै नमः
49. ऐं ग्लौं सुगुणायै नमः
50. ऐं ग्लौं निष्कलायै नमः
51. ऐं ग्लौं विद्यायै नमः
52. ऐं ग्लौं नित्यायै नमः
53. ऐं ग्लौं विश्वशङ्करायै नमः
54. ऐं ग्लौं महारूपायै नमः
55. ऐं ग्लौं महेश्वर्यै नमः
56. ऐं ग्लौं धूम्रवाराह्यै नमः
57. ऐं ग्लौं विश्वव्यापिन्यै नमः

58. ऐं ग्लौं देव्यै नमः
59. ऐं ग्लौं पशूनां भयकारिण्यै नमः
60. ऐं ग्लौं कालिकायै नमः
61. ऐं ग्लौं भवदायै नमः
62. ऐं ग्लौं बलिमांसमहाप्रियायै नमः
63. ऐं ग्लौं जयभैरव्यै नमः
64. ऐं ग्लौं कृष्णाङ्गायै नमः
65. ऐं ग्लौं परमेश्वरवल्लभायै नमः
66. ऐं ग्लौं सुधायै नमः
67. ऐं ग्लौं स्तुत्यै नमः
68. ऐं ग्लौं सुरेशान्यै नमः
69. ऐं ग्लौं ब्रह्मादिवरदायै नमः
70. ऐं ग्लौं स्वरूपिण्यै नमः
71. ऐं ग्लौं सुराणामभयप्रदायै नमः
72. ऐं ग्लौं वराहदेहसम्भूतायै नमः
73. ऐं ग्लौं श्रोणिवारालसे नमः
74. ऐं ग्लौं क्रोधिन्यै नमः
75. ऐं ग्लौं नीलान्यै नमः
76. ऐं ग्लौं शुभप्रदायै नमः
77. ऐं ग्लौं अशुभवारिण्यै नमः
78. ऐं ग्लौं शत्रूणां वाक्स्तम्भनकारिण्यै नमः
79. ऐं ग्लौं शत्रूणां गतिस्तम्भनकारिण्यै नमः
80. ऐं ग्लौं शत्रूणां मतिस्तम्भनकारिण्यै नमः
81. ऐं ग्लौं शत्रूणां साक्षीस्तम्भनकारिण्यै नमः
82. ऐं ग्लौं शत्रूणां मूकस्तम्भिन्यै नमः
83. ऐं ग्लौं शत्रूणां जिह्वास्तम्भिन्यै नमः
84. ऐं ग्लौं दुष्टानां निग्रहकारिण्यै नमः
85. ऐं ग्लौं शिष्टानुग्रहकारिण्यै नमः
86. ऐं ग्लौं सर्वशत्रुक्षयकरायै नमः
87. ऐं ग्लौं शत्रुसाधनकारिण्यै नमः
88. ऐं ग्लौं शत्रुविद्वेषणकारिण्यै नमः
89. ऐं ग्लौं भैरवीप्रियायै नमः
90. ऐं ग्लौं मन्त्रात्मिकायै नमः
91. ऐं ग्लौं यन्त्ररूपिण्यै नमः
92. ऐं ग्लौं तन्त्ररूपिण्यै नमः

93. ऐं ग्लौं पीठात्मिकायै नमः

94. ऐं ग्लौं देवदेव्यै नमः

95. ऐं ग्लौं श्रेयस्करिण्यै नमः

96. ऐं ग्लौं चिन्तितार्थप्रदायिन्यै नमः

97. ऐं ग्लौं भक्तालक्ष्मीविनाशिन्यै नमः

98. ऐं ग्लौं सम्पत्प्रदायिन्यै नमः

99. ऐं ग्लौं सौख्यकारिण्यै नमः

100. ऐं ग्लौं लघुवाराह्यै नमः

101. ऐं ग्लौं स्वप्नवाराह्यै नमः

102. ऐं ग्लौं नमो भगवत्यै नमः

103. ऐं ग्लौं ईश्वर्यै नमः

104. ऐं ग्लौं सर्वाराध्यायै नमः

105. ऐं ग्लौं सर्वमयायै नमः

106. ऐं ग्लौं सर्वलोकात्मिकायै नमः

107. ऐं ग्लौं महिषासीनायै नमः

108. ऐं ग्लौं बृहद्वाराह्यै नमः

इति श्री वाराही अष्टोत्तरशतनामावलिः समाप्तम्।

12. धूप

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः धूपमाघ्रापयामि।

अगरबत्ती जलाकर श्री वाराही देवी/यंत्र को दिखाएँ।

13. दीप

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः दीपं दर्शयामि।

दीप दिखाते समय नीचे दिया मंत्र पढ़ें:

लक्ष्मीं क्षीरसमुद्रराजतनयां श्रीरङ्गधामेश्वरीम्।
दासीभूतसमस्तदेववनितां लोकैकदीपाङ्कुराम्॥
श्रीमन्मन्दकटाक्षलब्धविभवां ब्रह्मेन्द्रगङ्गाधराम्।
त्वां त्रैलोक्यकुटुम्बिनीं सरसिजां वन्दे मुकुन्दप्रियाम्॥

14. नैवेद्य

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः नैवेद्यं निवेदयामि।

लाल रंग के फल अथवा मीठा पोंगल नैवेद्य के रूप में अर्पित करें। नैवेद्य-पात्र के चारों ओर दक्षिणावर्त दिशा में जल छिड़कते हुए नीचे दिए मंत्र पढ़ें।

ॐ भूर्भुवः सुवः। तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्॥
ॐ आपो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः सुवरोम्॥

सत्यं त्वर्तेन परिषिञ्चामि। (दिन में)

ऋतं त्वा सत्येन परिषिञ्चामि। (रात्रि में)

अमृतमस्तु।
अमृतोपस्तरणमसि।

नीचे दिए मंत्रों का उच्चारण करते हुए अम्मा को थोड़ा-थोड़ा नैवेद्य अर्पित करें।

ॐ प्राणाय स्वाहा। ॐ अपानाय स्वाहा।
ॐ व्यानाय स्वाहा। ॐ उदानाय स्वाहा।
ॐ समानाय स्वाहा। ॐ ब्रह्मणे स्वाहा।

चम्मच से जल अर्पित करके पात्र में छोड़ें:

मध्ये मध्ये अमृतपानीयं समर्पयामि।

अब नैवेद्य-पात्र के चारों ओर वामावर्त दिशा में जल छिड़कते हुए पढ़ें:

अमृतापिधानमसि। उत्तरापोशनं समर्पयामि।

प्रत्येक मंत्र के साथ चम्मच से जल अर्पित करके पात्र में छोड़ें:

हस्तौ प्रक्षालयामि।
पादौ प्रक्षालयामि।
शुद्धाचमनीयं समर्पयामि।

श्री वाराही देवी प्रीत्यर्थं मधुरनैवेद्यं निवेदयामि। श्री परमेश्वरी अर्पणमस्तु॥

15. मंत्रपुष्प

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः मन्त्रपुष्पं समर्पयामि।

नीचे दिए वाराही गायत्री मंत्र का पाठ करते हुए श्री वाराही देवी/यंत्र पर अक्षत अर्पित करें।

ॐ महिषध्वजायै विद्महे दण्डहस्ताय धीमहि। तन्नो वाराही प्रचोदयात्॥
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः॥

16. आनन्द कर्पूर नीराजन

मूल मंत्र + श्री वाराही परदेवतायै नमः आनन्दकर्पूरनीराजनं दर्शयामि।

कपूर जलाकर श्री वाराही देवी/यंत्र को आरती दिखाएँ। फिर आरती-पात्र में जल की एक बूँद डालें।

रक्षां धारयामि।

दोनों हाथ आरती के ऊपर दिखाकर दोनों आँखों से स्पर्श करें। अब दाहिने हाथ में कुछ अक्षत लें। नीचे दिए मंत्र का पाठ करते हुए अक्षत पर जल डालें और उन्हें पात्र में छोड़ दें।

मन्त्रहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं श्रद्धाहीनं द्रव्यहीनं परमेश्वरि।
यत्पूजितं मया देवि परिपूर्णं तदस्तु ते॥
मया कृतमेतत्पूजासर्वं श्री वाराही देवतार्पणमस्तु॥

नीचे दिए मंत्र से पूजा सम्पन्न करें।

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते।
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते॥
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः॥