

# पूर्ण आनन्द लहरि



पुष्पः - ३

Nov 2015 – Dec 2015

दलं - ९

न गुरोरधिकं न गुरोरधिकं न गुरोरधिकं न गुरोरधिकं ।  
न गुरोरधिकं न गुरोरधिकं न गुरोरधिकं न गुरोरधिकं ॥



தெளிவு	குருவின்	திருமேனி	காண்டல்
தெளிவு	குருவின்	திருநாமம்	செப்பல்
தெளிவு	குருவின்	திருவார்த்தை	கேட்டல்
தெளிவு	குருவரு	சிந்தித்தல்	தானே!





**bhlmarUpA**

## Table of Contents:

#	Topics	Page
1	Introduction	5
2	Devi AshtAngam	6
3	AsanavidhinirUpaNam	9
4	dlpAvali – its true meaning	16
5	dhyAna shIOka - subhramaNyA	20
6	lakShmi gaNesha – mantra japa kramaH	23
7	lakShmi gaNesha – AvaraNa pUjA kramaH	27
8	bhlmarUpA – Shakti plThA	37
9	sadAvidyA anusaMhatiH	40



॥ शिवादि श्री गुरुभ्यो नमः ॥

## Introduction

In the last issue, we looked at the niyamavidhinirUpaNam from sUta saMhitA. In this issue we bring the Asana vidhinirUpaNam from aShtANgayOga. The beauty of this chapter is that, instead of dealing with numerous AsanAs and demotivating the mumukShu, shri sUtA has prescribed just 9 different AsanAs and has also explained the benefits of the same from a spiritual angle instead of the physical benefits.

To the benefit of the non-tamil readers, English translation of Shri chidAnandanAthAs dIpAvali article (that was published during 1915) is included. This is a small attempt to try to translate His tamil articles for non-Tamil upAsakAs. We hope that readers would find that useful.

Since gangA japA and avaraNA, kubEra japA and AvaraNA, mahAlakSHmi japA and AvaraNA have all been already covered, we have included lakShmi ganEsha japA and AvaraNA in this issue as it also relates well to the dIpAvali festival. In addition, as skanda shaShThi falls this month, we have included the word-by-word meaning of the subhramaNya dhyAna shloka.

We thank Shri yOGAmbA samEta AtmAnandanAthA (Shri Ramesh Kutticad) for authoring the Q&A section and also contributing the dhyAna shloka meaning in this issue.

Lalithai vEdam sarvam.

Surrendering to the holy pAdukAs of Shri Guru,

प्रकाशम्बा समेत प्रकाशानन्दनाथ

## देवी मान अष्टाङ्गम्

श्री आदिगुरोः परशिवस्य आज्ञया प्रवर्तमान देवीमानेन षड्विंशत् तत्वात्मक सकल प्रपञ्च सृष्टि स्थिति संहार तिरोधान अनुग्रह कारिण्याः पराशक्तेः ऊर्ध्व भूविभ्रमे नं घ्राण तत्त्व महाकल्पे दं चक्षुस्तत्त्व कल्पे थं त्वक् तत्त्व महायुगे खं सदाशिव तत्त्व युगे दं चक्षु तत्त्व परिवृतौ **घं सुद्धविद्या** तत्त्व वर्षे – श्री ललितात्रिपुरसुन्दरीपराभट्टारिका प्रसादसिद्ध्यर्थे यथा शक्ति (जप क्रमं) सपर्याक्रमम् निर्वर्तयिष्ये ।

	NOV 10	NOV 11	NOV 12	NOV 13
मासे	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति
तत्त्व दिवसे	गं ईश्वर	घं सुद्धविद्या	ङं माया	चं कला
दिन नित्यायां	लृं कुलसुन्दरि	ऋं त्वरिता	ऋं शिवदूति	ऊं वज्रेश्वरि
वासरे	ज्ञानानन्दनाथ	सत्यानन्दनाथ	पूर्णानन्दनाथ	स्वभावाभानन्दनाथ
घटिकोदये	ए – कार	च – कार	त – कार	य – कार
	NOV 14	NOV 15	NOV 16	NOV 17
मासे	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति
तत्त्व दिवसे	छं अविद्या	जं राग	झं काल	अं नियति
दिन नित्यायां	उं वह्निवासिनि	ईं भेरुण्डा	इं नित्यक्लिन्ना	आं भगमालिनि
वासरे	प्रतिभानन्दनाथ	सुभगानन्दनाथ	प्रकाशानन्दनाथ	विमर्शानन्दनाथ
घटिकोदये	अ – कार	ए – कार	च – कार	त – कार
	NOV 18	NOV 19	NOV 20	NOV 21
मासे	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति
तत्त्व दिवसे	टं पुरुष	ठं पकृति	डं अहंकार	ढं बुद्धि
दिन नित्यायां	अं कामेश्वरी	अं कामेश्वरी	आं भगमालिनि	इं नित्यक्लिन्ना
वासरे	आनन्दानन्दनाथ	ज्ञानानन्दनाथ	सत्यानन्दनाथ	पूर्णानन्दनाथ
घटिकोदये	य – कार	अ – कार	ए – कार	च – कार

	NOV 22	NOV 23	NOV 24	NOV 25
मासे	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति
तत्व दिवसे	णं मनस्	तं श्रोत्र	थं त्वक्	दं चक्षुः
दिन नित्यायां	ईं भेरुण्डा	उं वह्निवासिनि	ऊं वज्रेश्वरि	ऋं शिवदूति
वासरे	स्वभावाभानन्दनाथ	प्रतिभानन्दनाथ	सुभगानन्दनाथ	प्रकाशानन्दनाथ
घटिकोदये	त - कार	य - कार	अ - कार	ए - कार
	NOV 26	NOV 27	NOV 28	NOV 29
मासे	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति
तत्व दिवसे	धं जिह्वा	नं घ्राण	पं वाक्	फं पाणि
दिन नित्यायां	ऋं त्वरिता	लृं कुलसुन्दरि	लृं नित्या	एं नीलपताका
वासरे	विमर्शानन्दनाथ	आनन्दानन्दनाथ	ज्ञानानन्दनाथ	सत्यानन्दनाथ
घटिकोदये	च - कार	त - कार	य - कार	अ - कार
	NOV 30	DEC 1	DEC 2	DEC 3
मासे	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति
तत्व दिवसे	बं पाद	भं पायु	मं उपस्थ	यं शब्द
दिन नित्यायां	ऐं विजया	ओं सर्वमङ्गला	ओं ज्वालामालिनि	अं चित्रा
वासरे	पूर्णानन्दनाथ	स्वभावाभानन्दनाथ	प्रतिभानन्दनाथ	सुभगानन्दनाथ
घटिकोदये	ए - कार	च - कार	त - कार	य - कार
	DEC 4	DEC 5	DEC 6	DEC 7
मासे	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति
तत्व दिवसे	रं स्पर्श	लं रूप	वं रस	शं गन्ध
दिन नित्यायां	अं चित्रा	ओं ज्वालामालिनि	ओं सर्वमङ्गला	ऐं विजया
वासरे	प्रकाशानन्दनाथ	विमर्शानन्दनाथ	आनन्दानन्दनाथ	ज्ञानानन्दनाथ
घटिकोदये	अ - कार	ए - कार	च - कार	त - कार
	DEC 8	DEC 9	DEC 10	DEC 11
मासे	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति	लृं कान्ति
तत्व दिवसे	षं आकाश	सं वायु	हं वह्नि	ळं जल
दिन नित्यायां	एं नीलपताका	लृं नित्या	लृं कुलसुन्दरि	ऋं त्वरिता
वासरे	सत्यानन्दनाथ	पूर्णानन्दनाथ	स्वभावाभानन्दनाथ	प्रतिभानन्दनाथ
घटिकोदये	य - कार	अ - कार	ए - कार	च - कार



पर्व दिनेभ्यः		
	America	India
अमावास्या	11 Nov 2015	11 Nov 2015
मास सङ्क्रान्ति	16 Nov 2015	17 Nov 2015
पूर्णिमा	25 Nov 2015	25 Nov 2015
कृष्ण अष्टमि	3 Dec 2015	3 Dec 2015
कृष्ण चतुर्दशि	9 Dec 2015	9 Dec 2015
अमवास्या	10 Dec 2015	11 Dec 2015

अन्य पूजा दिनेभ्यः		
	America	India
शुक्ल चतुर्थि	15 Nov 2015	15 Nov 2015
कृष्ण चतुर्थि	29 Nov 2015	29 Nov 2015

विशेष पर्व दिनेभ्यः		
	America	India
Naraka caturdashi	10 Nov 2015	10 Nov 2015
Skanda ShaSti	17 Nov 2015	17 Nov 2015
Annamalai dIpam	24 Nov 2015	25 Nov 2015
kArthika pUrniMA	25 Nov 2015	25 Nov 2015
kAlabhairava Jayanti	3 Dec 2015	4 Dec 2015
Kartikai navarathri begins	10 Dec 2015	11 Dec 2015

श्री सूत संहिता  
अष्टाङ्गयोगे आसनविधि निरूपणम्

ईश्वर उवाच –

Ishwara says -

आसनानि पृथग्वक्ष्ये शृणु वाचस्पतेऽधुना ।  
स्वस्तिकं गोमुखं पद्मं वीरं सिंहासनं तथा ॥ १

Hey Vacaspati! Listen while I explain the various AsanAs one by one.  
svastikaM, gOmukhaM, padmaM, vIraM, siMhAsanaM

भद्रं मुक्तासनं चैव मयूरासनमेव च ।  
सुखासनसमाख्यं च नवमं मुनिपुङ्गव ॥ २

bhadraM, muktAsanaM, mayUrAsanaM, and sukhAsanaM are the nine types of  
AsanAs.

जानूर्वोरन्तरे विप्र कृत्वा पादतले उभे ।  
समग्रीव शिरस्कस्य स्वस्तिकं परिचक्षते ॥ ३

Fold the knees and keep the foot on each of the thighs (criss-crossed). Sit straight with  
the neck and head in an upright position. This posture is called svastikAsana.



सव्ये दक्षिणगुल्फं तु पृष्ठपार्श्वे निवेशयेत् ।  
दक्षिणेऽपि तथा सव्यं गोमुखं तत्प्रचक्षते ॥ ४

Keep the left heel/ankle on the right buttock and similarly keep the right heel/ankle on the left buttock. This posture is called gOmukhAsanA.



अङ्गुष्ठावपि गृह्णीयाद्धस्ताभ्यां व्युत्क्रमेण तु ।  
ऊर्वोरुपरि विप्रेन्द्र कृत्वा पादतलद्वयम् ॥  
पद्मासनं भवेदेतत्पापरोगभयापहम् ॥ ५

Keep the right foot on the left thigh and the left foot on the right thigh and hold the toes using the hands brought from the back. This posture is called padmAsanA and it is said to get rid of all pApAs, diseases, and fears.





दक्षिणोत्तरपादं तु सव्य ऊरुणि विन्यसेत् ।  
ऋजुकायः सुखासीनो वीरासनमुदाहृतम् ॥ ६

Keeping the right foot on the left thigh and the left foot on the right thigh and sitting straight in a comfortable posture is called Virasana.



गुल्फौ च वृषणस्याद्यः सीवन्याः पार्श्वयोः क्षिपेत् ।  
दक्षिणं सव्यगुल्फेन वामं दक्षिणगुल्फतः ॥ ७

(Fold the knees) and bring the heels/ankles together criss-crossed on both sides of the genital (nerve that splits). The right heel/ankle should touch the left side of the genital and the left heel/ankle should touch the right side of the genital.

हस्तौ च जान्वोः संस्थाप्य स्वाङ्गुलीश्च प्रसार्य च ।  
नासाग्रं च निरीक्षेत भवेत्सिंहासनं हि तत् ॥ ८

The hands should be placed on the knees by spreading out each finger. The focus should be maintained on the tip of the nose and sit straight. This posture is called siMhAsanA.



गुल्फौ च वृषणस्याद्यः सीवान्याः पार्श्वयोः क्षिपेत् ॥ ९

If the heels/ankles are NOT criss-crossed and placed in the same side (left heel/ankle on the left side of the genital and the right heel/ankle on the right side of the genital),

पार्श्वपादौ च पाणिभ्यां दृढं बद्ध्वा सुनिश्चलः ।  
भद्रासनं भवेदेतद्विषरोगविनाशनम् ॥ १०

and the feet held tightly with the hands. This posture is called bhadraAsanA. This is said to help rid of diseases and poison.



निपीड्य सीवनीं सूक्ष्मां दक्षिणोत्तरगुल्फतः ।  
वामं याम्येन गुल्फेन मुक्तासनमिदं भवेत् ॥ ११

There are two types of muktAsana.

If the nerve that divides the bIjaM is pressed with both the heels, then that posture is called muktAsana.

मैट्रोपरि विनिक्षिप्य सव्यगुल्फं ततोपरि ।  
गुल्फान्तरं च संक्षिप्य मुक्तासनमिदं भवेत् ॥ १२

If on the genital, press the left heel and on top of it keep the other heel as well and sit straight. This posture is called muktAsana as well.



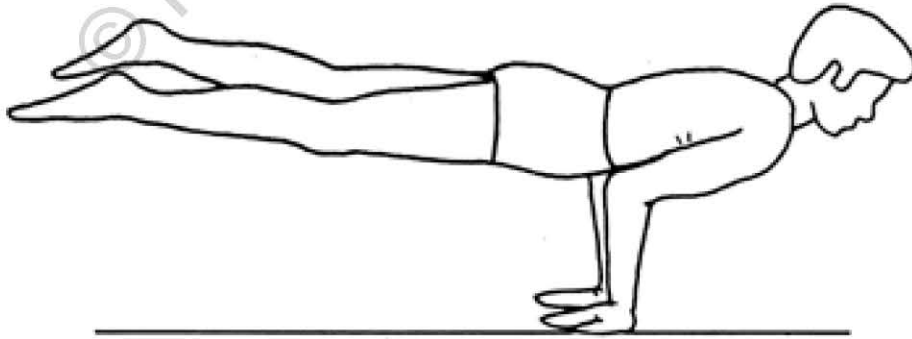


कूर्पराग्रौ मुनिश्रेष्ठ निःक्षिपेन्नाभिपार्श्वयोः ।  
भूम्यां पाणितलद्वंद्वं निःक्षिप्यैकाग्रमानसः ॥ १३

Keep both the elbows together near the nAbhi. On the ground, place the palms flat and with a focused mind,

समुन्नतशिरःपादौ दण्डवद्व्योम्नि संस्थितः ।  
मयूरासनमेतस्यात्सर्वपापप्रणाशनम् ॥ १४

raise the head and legs and stay as a stick floating on the sky. This posture is called mayUrAsanA. This is said to remove all sins.



येन केन प्रकारेण सुखं धैर्यं च जायते ।  
तत्सुखासनमित्युक्तमशक्तस्तत्समाश्रयेत् ॥ १५

Any posture that gives comfort and confidence, that posture is called sukhAsanA. Those who are unable to perform other AsanAs can simply follow their own sukhAsanA.

आसनं विजितं येन जितं तेन जगन्नयम् ।  
आसनं सकलं प्रोक्तं मुने वेदविदां वर ॥ १६

Those who have won over the AsanAs (can focus their mind and stay in a single posture for hours) can win over all the worlds. Thus all types of AsanAs were explained.

अनेन विधिना युक्तः प्राणायामं सदा कुरु ॥

In addition of all rules (yamA, niyamA, and AsanA) that have been prescribed so far, always perform pranayama.

## **dlpAvali – Its true meaning**

**(Shri ChidAnandanAthA wrote an article in the magazine “Hindu Nation” during Diwali, 1915. This article was written in Tamil. We have provided the English translation of the same here)**

The word dlpAvAli is basically derived from the Sanskrit language. It is formed using the words "DlpaM" and "Avali" meaning row of lamps (line of lamps). There is a story regarding dlpAvall in bhAgavatA. That is as follows:

An asura named narakAsurA won the battle with Indra, the Lord of dEvalokA and kept him arrested. He tortured Indra in various ways. Indra, unable to bear these, prayed to Lord KrishnA (using his mind, body, and speech performed dhyAnA and prayers). Pleased by Indras prayers, with the power of Krishna's graceful eyes, sathyabhAmA killed narakAsurA on the early hours of the 14th day of the month of Aipasi. Thus, the difficulties faced by the dEvAs and Indra was removed and Indra regained his state and remained happy.

If we really analyze this story, it would become apparent that it is just an analogy.

1. narakAsurA - mAyA (or) avidyA
2. indrA - jlvA
3. winning the battle - conceling the true svarUpA (sat-chit-AnandA) of AtmA
4. difficulties - life-death-cycle and its related sufferings
5. prayer - sagunOpAsanA
6. krishNA - jlvAnmukta Guru (IshvarA)
7. satyabhAmA - parOkSha Guru
8. month of aipasi - This is the seventh month in the calendar (seventh jnAna bhUmikA)
9. caturdasi - 14 methods (sAdhanAs).
10. regaining the old state - realization of one's true svarupA (sat-chit-ananda)

Thus, AtmA that is sat-chit-ananda svarUpA, gets entangled by the everexisting, indescribable, sat-asat-differentiation less avidyA and assumes the jIva bhAvA. Hence, it goes through the vicious cycle of life and death and due to some good deeds, starts to perform sagunOpAsanA (due to bhakti bhAvA) and becomes fortunate enough to gain the grace of IshvarA and hence attains a parOkSha Guru. Due to the Guru kaTAKshA, learns the fourteen sAdhanAs (methods) to attain the seven jnAna bhUmikAs. The grace of the Guru cuts out the mAyA and helps the jIvA to realize its true state of sat-chit-anandA.

This is the tatvArthA (inner meaning) of the above said story of dIpAvali.

What are the seven jnAna bhUmikAs?

1. subhEchA - Desire for good.
2. vicAranA - always contemplating on the tatvAs
3. tanumAnasi - the state of mind becoming very subtle
4. satvApatthi - Start thinking of Atma svarUpA by staying away from bodily desires.
5. asamsatthi - Getting rid of the attachment to the body and remain in Atma svarUpA.
6. padArthAbhAvanA - Remaining in a state where there is no knowledge of the world around.
7. turlyA - Just be oneself without any differentiation/discrimination (remain in the state of advaitA)

What are the fourteen methods (sAdhanAs) ?

1. nityAnitya vastu vivEkA - The power of discrimination between the permanent Vs temporary / real Vs unreal / self Vs non-self.
2. ikAmudrArthA phalabhOga virAga - (vairAgya) Dispassion to the enjoyment of the fruits of the actions here and hereafter.
3. samaH - Remain in a tranquil state - which is only possible by training the mind to listen (becoming the master of the mind)
4. damaH - Having control over the senses (indriyAs).



5. uparati - Follow svadharmA and remain in the state of completeness by withdrawal from wordly needs.
6. titIkShA - Endurance of external situations.
7. shraddhA - Faith in the sAdhanA, mArgA, and Guru.
8. samAdhAna - Complete focus by harmonizing and balancing the mind to unwaver from its goal and allow it to walk the inner path with complete faith and endurance.
9. mumukShutvA - An Intense seeking to get oneself free from the janana-marana cycle and attain enlightenment.
10. shravaNam - Listening to the teachings, shrutis, vEdantAs, and most importantly Guru vAkhyA.
11. mananaM - Reflecting on those teachings and Guru vAkhyAs.
12. niddhidhyAsanA - Deep contemplation and meditation
13. savikalpa samAdhi - Reaching the state of samadhi with a support of a focus; an egoless state; but the vikalpa (conceptualization) still exists in the form of the consciousness of the meditative state.
14. nivakalpa samAdhi - Reaching the state of the samadhi where (villnA) merging of all activities happens to such an extent that the distinction of the knower, the act of knowing, and the object known becomes dissolved (jAtru-jnAna-jyEyA abhEda bhAvaNa).

For the existence of jIva bhAvA, mind is the key. Hence mind can be termed as mAyA or avidyA too. Hence the merging of mind is the only way to cut the grip of avidyA. As we can see from the above sAdhanAs (methods), this truly happens only in nirvikalpa samAdhi state. Hence, to remove avidyA all the fourteen methods (starting from vivEkA) is important.

Another key doubt that would naturally arise is, why didn't KrishnA kill narakAsurA? Was he not capable enough to kill him ?

Since krishnA is a jIvan mukhtA, mAyA/avidyA/ajnAna doesn't exist before Him. Hence narakAsurA (representing avidyA/mAyA) doesn't exist for krishnA. Just like there is no darkness for Sun, when there is no narakAsurA for KrishnA, who can He kill? Hence, satyAbhAmA representing the Guru killed narakAsurA paving way for the jIvA to easily reach the turiyA state using the 14 sAdhanAs.

The battle with narakAsurA happened during the month of aipasi, kRishNapakShA, starting from the first day till the fourteenth. Each day, one method was used. On the fourteenth day, the last method, nirvikalpa samAdhi was used and avidyA (narakAsurA) was killed. Immediately, the jlvA remained in the AnandA state. Thus, attainment of the permanent blissful sat-chit-ananda state by the avidyA entangled jlvA is the celebration of dIpAvali.

The brightness from the row of lamps shines constantly everywhere without any breaks. Similarly, the blissful state of AtmA also shines constantly everywhere without any breaks. The celebration is ONLY for those who fought the battle to cut avidhyA and reached the state of nirvikalpa samAdhi.

What we celebrate is nothing but a farce isn't it?



## dhyAna shloka meaning

### SUBHRAMANYA



सिन्दूरारुणमिन्दुपद्मजयिभिः षड्भिः मुखैः भासितं  
कारुण्यामृत पूरित सुन्दरतरैः भान्तं द्विषड्लोचनैः ।  
बिभ्राणं वरमब्जयुगमभयं शक्तिद्वयं कार्मुकं  
खड्गं चर्मपृष्ठकमङ्कुश गदे वल्लीशमीक्षे हृदि ॥

सिन्दूर+अरुणं = Crimson red like rising sun

इन्दु = Moon

पद्म = Lotus

जयिभिः = vanquished

षड्भिः मुखैः भासितं = glowing six faces

कारुण्य+अमृत = nectar of compassion

पूरित = filled

सुन्दर तरैः = very beautiful

भान्तं = With glow

द्विषड्लोचनैः = twice six - twelve eyes.

बिभ्राणं वरं = Having in his hands

अब्जयुगं = Two lotus

अभयं = gesture of dispelling fear

शक्तिद्वयं = two spears (like thunderbolts)

कार्मुकं = Bow

खड्गं = Sword

चर्म = Sheild

पृष्ठकं = Arrow

अङ्कुश = goad

गदे = mace

वल्लीशं = Lord of Devi Valli

ईक्षे = I view (meditate)

हृदि = in my heart centre.





## लक्ष्मी गणेश मन्त्र जप क्रमः

अस्य श्री लक्ष्मी गणेश माहामन्त्रस्य ।  
अन्तर्यामि ऋषिः ।  
निचृत् गायत्री छन्दः।  
लक्ष्मीगणेश देवता ।  
श्री लक्ष्मीगणेश प्रसाद सिद्ध्यर्थे जपे विनियोगः ।  
मूलेन त्रिः व्यापकं कुर्यात् ।

करन्यासं	अङ्गन्यासं
श्रां गां अङ्गुष्ठाभ्यां नमः । श्रीं गीं तर्जनीभ्यां नमः । श्रूं गूं मध्यमाभ्यां नमः । श्रैं गैं अनामिकाभ्यां नमः । श्रौं गौं कनिष्ठिभ्यां नमः । श्रः गः करतलकरपृष्ठाभ्यां नमः ।	श्रां गां हृदयाय नमः । श्रीं गीं शिरसे स्वाहा । श्रूं गूं शिखायै वषट् । श्रैं गैं कवचाय हुं । श्रौं गौं नेत्रत्रयाय वौषट् । श्रः गः अस्त्राय फट् ।

ॐ भूर्भुवसुवरो इति दिग्बन्धः ।

### ध्यानम्

हेमाभः पीतवस्त्रः करतलकमलैः संदधच्चक्रशङ्खौ  
दन्ताभीति च नासाधृतकनकघट पद्मसंस्थस्त्रिनेत्रः ।  
वामाङ्गाविष्टलक्ष्म्या विधृतकमलया प्रोल्लसद्दक्षदोष्णा  
श्लिष्टः सौवर्णकान्त्या गणप इह महाश्रीकरो वः श्रियेऽस्तु ॥



## पञ्चपूजा

लं पृथ्व्यात्मने गन्धं कल्पयामि ।  
हं आकाशात्मने पुष्पाणि कल्पयामि ।  
यं वाय्वात्मने धूपं कल्पयामि  
रं अग्न्यात्मने दीपं कल्पयामि ।  
वं अमृतात्मने अमृतं महानैवेद्यं कल्पयामि ।  
सं सर्वात्मने ताम्बूलादि सर्वोपचारान् कल्पयामि ।

## मूलं

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा ।

## षडङ्ग न्यासः

श्रां गां हृदयाय नमः ।  
श्रीं गीं शिरसे स्वाहा ।  
श्रूं गूं शिखायै वषट् ।  
श्रैं गैं कवचाय हुं ।  
श्रौं गौं नेत्रत्रयाय वौषट् ।  
श्रः गः अस्त्राय फट् ।

ॐ भूर्भुवसुवरो इति दिग्विमोगः ।

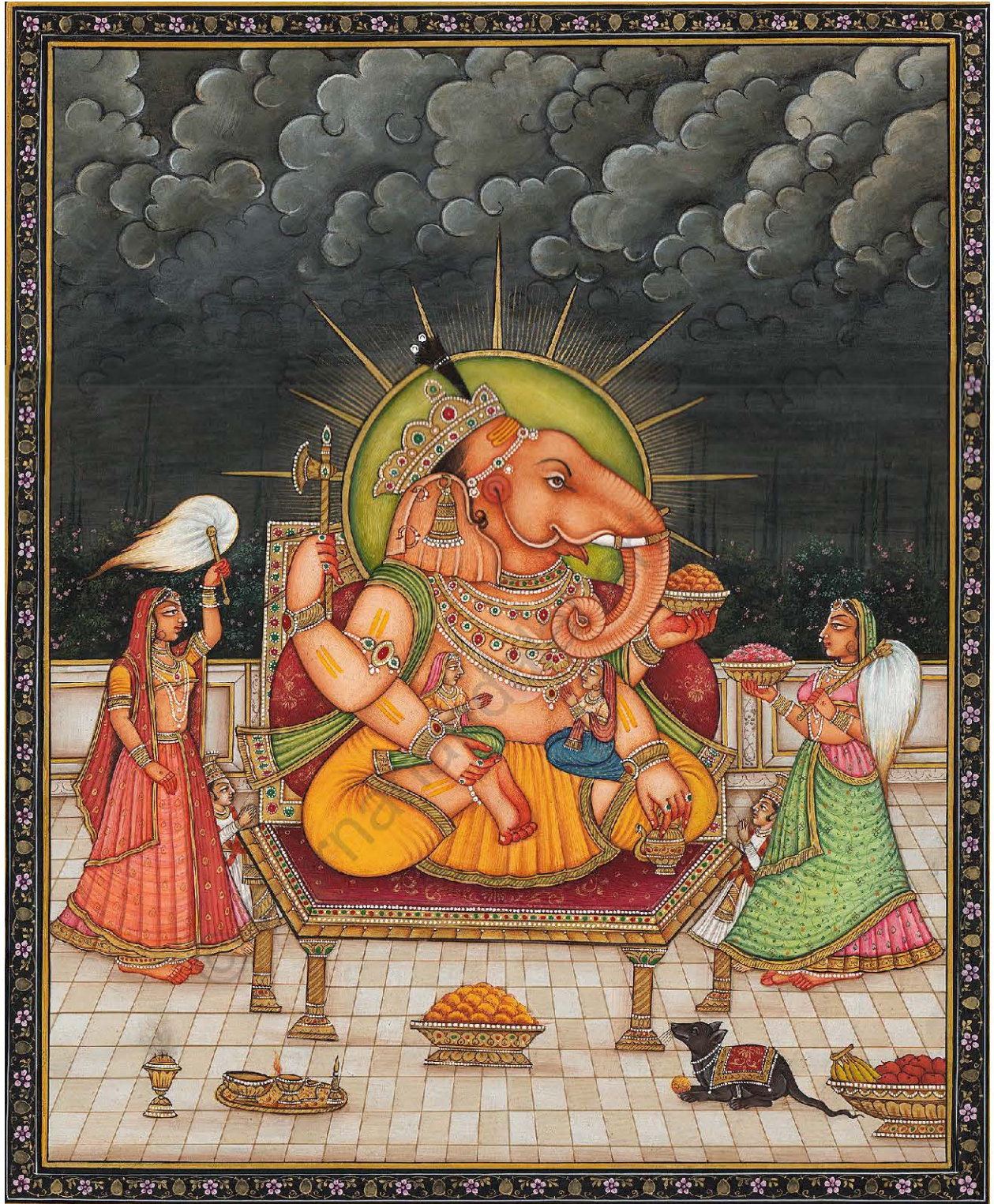
## ध्यानम्

हेमाभः पीतवस्त्रः करतलकमलैः संदधच्चक्रशङ्खौ  
दन्ताभीति च नासाधृतकनकघट पद्मसंस्थस्त्रिनेत्रः ।  
वामाङ्गाविष्टलक्ष्म्या विधृतकमलया प्रोल्लसद्दक्षदोष्णा  
श्लिष्टः सौवर्णकान्त्या गणप इह महाश्रीकरो वः श्रियेऽस्तु ॥

## पञ्चपूजा

लं पृथ्व्यात्मने गन्धं कल्पयामि ।  
हं आकाशात्मने पुष्पाणि कल्पयामि ।  
यं वाय्वात्मने धूपं कल्पयामि  
रं अग्न्यात्मने दीपं कल्पयामि ।  
वं अमृतात्मने अमृतं महानैवेद्यं कल्पयामि ।  
सं सर्वात्मने ताम्बूलादि सर्वोपचारान् कल्पयामि ।







## लक्ष्मी गणेश आवरण पूजा क्रमः

पीठ पूजा

ॐ ऐं ह्रीं श्रीं मण्डूकादि परतत्त्वान्त पीठ देवताभ्यो नमः ।

लक्ष्मीगणेश आवाहनम् -

हेमाभः पीतवस्त्रः करतलकमलैः संदधच्चक्रशङ्खौ  
दन्ताभीति च नासाधृतकनकघट पद्मसंस्थस्त्रिनेत्रः ।  
वामाङ्गाविष्टलक्ष्म्या विधृतकमलया प्रोल्लसद्दक्षदोष्णा  
श्लिष्टः सौवर्णकान्त्या गणप इह महाश्रीकरो वः श्रियेऽस्तु ॥

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । श्री लक्ष्मीगणेशाय  
नमः - आवाहितो भव । - आवहन मुद्रां प्रदर्शय

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । श्री लक्ष्मीगणेशाय  
नमः - स्थापितो भव । - स्थापण मुद्रां प्रदर्शय

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । श्री लक्ष्मीगणेशाय  
नमः - संस्थितो भव । - संस्थितो मुद्रां प्रदर्शय

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । श्री लक्ष्मीगणेशाय  
नमः - सन्निरुधो भव । - सन्निरुध मुद्रां प्रदर्शय

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । श्री लक्ष्मीगणेशाय  
नमः - सम्मुखी भव । - सम्मुखी मुद्रां प्रदर्शय

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । श्री लक्ष्मीगणेशाय  
नमः – अवकुण्ठितो भव । – अवकुण्डनमुद्रां प्रदर्शय

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । श्री लक्ष्मीगणेश  
श्री पादुकां पूजयामि नमः ॥ – वन्दन देनु योनि मुद्रांश्च प्रदर्शय

यथा शक्ति षोडश उपचार पूजा पञ्चोपचार पूजा वा कुरुत । चतुर्विंशति मुद्रां  
प्रदर्शय।

(Do Shodasa upacara puja or panchopacara depending on the time and convenience)

**षडङ्ग तर्पणम् –**

श्रां गां हृदयाय नमः । हृदय शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रीं गीं शिरसे स्वाहा । शिरो शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रूं गूं शिखायै वषट् । शिखा शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रैं गैं कवचाय हुं । कवच शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रौं गौं नेत्रत्रयाय वौषट् । नेत्र शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रः गः अस्त्राय फट् । अस्त्र शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

**लयाङ्ग तर्पणम् –**

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । लक्ष्मीगणेश श्री  
पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः । (दश वारं)

## प्रथमावरणम् बिन्दौ

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । लक्ष्मीगणेश श्री  
पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः । (३ वारं)

एताः प्रथमावरण देवताः साङ्गाः सायुधाः सशक्तिकाः सर्वोपचारैः सम्पूजिताः  
सन्तर्पिताः सन्तुष्टाः सन्तु नमः ।

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । लक्ष्मीगणेश श्री  
पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः । (३ वारं)

अभीष्टसिद्धिं मे देहि शरणागत वत्सल ।  
भक्त्या समर्पये तुभ्यं प्रथमावरणार्चनम् ॥

अनेन प्रथमावरणार्चनेन श्री लक्ष्मीगणेश प्रीयथाम् ।

## द्वितीयावरणम् षट्कोणे

श्रां गां हृदयाय नमः । हृदय शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रीं गीं शिरसे स्वाहा । शिरो शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रूं गूं शिखायै वषट् । शिखा शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रैं गैं कवचाय हुं । कवच शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रौं गौं नेत्रत्रयाय वौषट् । नेत्र शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
श्रः गः अस्त्राय फट् । अस्त्र शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।



एताः द्वितीयावरण देवताः साङ्गाः सायुधाः सशक्तिकाः सर्वोपचारैः सम्पूजिताः  
सन्तर्पिताः सन्तुष्टाः सन्तु नमः ।

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । लक्ष्मीगणेश श्री  
पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः । (३ वारं)

अभीष्टसिद्धिं मे देहि शरणागत वत्सल ।  
भक्त्या समर्पये तुभ्यं द्वितीयावरणार्चनम् ॥

अनेन द्वितीयावरणार्चनेन श्री लक्ष्मीगणेश प्रीयथाम् ।

तृतीयावरणम्  
प्रथम अष्टदळे

ॐ श्रीं वक्रतुण्डाय नमः । वक्रतुण्ड श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं एकदंष्ट्राय नमः । एकदंष्ट्र श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं महोदराय नमः । महोदर श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं गजाननाय नमः । गजानन श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं लम्बोदराय नमः । लम्बोदर श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं विकटाय नमः । विकट श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं विघ्नराजाय नमः । विघ्नराज श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं धूम्रवर्णाय नमः । धूम्रवर्ण श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

एताः तृतीयावरण देवताः साङ्गाः सायुधाः सशक्तिकाः सर्वोपचारैः सम्पूजिताः  
सन्तर्पिताः सन्तुष्टाः सन्तु नमः ।

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । लक्ष्मीगणेश श्री  
पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः । (३ वारं)

अभीष्टसिद्धिं मे देहि शरणागत वत्सल ।  
भक्त्या समर्पये तुभ्यं तृतीयावरणार्चनम् ॥

अनेन तृतीयावरणार्चनेन श्री लक्ष्मीगणेश प्रीयथाम् ।

तुरियावरणम्  
द्वितीय अष्टदले

ॐ श्रीं अणीमा सिद्ध्यै नमः । अणीमा सिद्धी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं महिमा सिद्ध्यै नमः । महिमा सिद्धी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं लघिमा सिद्ध्यै नमः । लघिमा सिद्धी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं गरिमा सिद्ध्यै नमः । गरिमा सिद्धी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं ईशित्व सिद्ध्यै नमः । ईशित्व सिद्धी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं वशित्व सिद्ध्यै नमः । वशित्व सिद्धी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं प्राकाम्य सिद्ध्यै नमः । प्राकाम्य सिद्धी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं प्राप्ति सिद्ध्यै नमः । प्राप्ति सिद्धी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

एताः तुरियावरण देवताः साङ्गाः सायुधाः सशक्तिकाः सर्वोपचारैः सम्पूजिताः  
सन्तर्पिताः सन्तुष्टाः सन्तु नमः ।

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । लक्ष्मीगणेश श्री  
पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः । (३ वारं)

अभीष्टसिद्धिं मे देहि शरणागत वत्सल ।  
भक्त्या समर्पये तुभ्यं तुरियावरणार्चनम् ॥

अनेन तुरियावरणार्चनेन श्री लक्ष्मीगणेश प्रीयथाम् ।

पञ्चमावरणम्  
द्वितीय अष्टदलाग्रे

ब्राह्मी स्वर्णसमा ध्येया मृगचर्मविभूषिता ।  
अक्षमालाभये दण्डकुण्डिके दधती करैः ॥

ॐ श्रीं आं ब्राह्म्यै नमः । ब्राह्मी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

त्रिशिखं परशुं हस्तैर्दमरुं नृकपालकम् ।  
बिभ्राणां चन्द्रगौराङ्गीं माहेशीं भावयेच्छुभाम् ॥

ॐ श्रीं ईं माहेश्वर्यै नमः । माहेश्वरी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

गुणखट्वाङ्गदण्डाङ्कुशान् वहन्तीं कराम्बुजैः ।  
इन्द्रगोपारुणां ध्यायेत् कौमारी करुणालयाम् ॥

ॐ श्रीं ऊं कौमार्यै नमः । कौमारी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

अरिशङ्खकपालानि घण्टां च करपङ्कजैः ।  
बिभ्राणां वैष्णवीं ध्यायेन्नीलमेघसमप्रभाम् ॥

ॐ श्रीं ऋं वैष्णव्यै नमः । वैष्णवी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

हलं च मुसलं दोभिर्दधानां खड्गखेटकौ ।  
वाराहीं भावयेच्छक्तिमञ्जनाद्रिसमप्रभाम् ॥



ॐ श्रीं लृं वाराह्यै नमः । वाराही श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

तौमराङ्कुशवज्राहविद्युत्तकराम्बुजाम् ।  
इन्द्राणीं भावयेन्मन्त्री नीलवर्णां सुभूषणाम् ॥

ॐ श्रीं ऐं इन्द्राण्यै नमः । इन्द्राणी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

धारयन्तीं शूलखड्गौ कपालं नृशिरः करैः ।  
चामुण्डां शोणवर्णां च मुण्डमालायुतां स्मरेत् ॥

ॐ श्रीं औं चामूण्डायै नमः । चामुण्डा श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

स्वर्णाभामक्षमालां च बीजपूरकपालके ।  
पद्मं च दधतीं हस्तैर्महालक्ष्मीं स्मरेत् सुधीः ॥

ॐ श्रीं अः महालक्ष्म्यै नमः । महालक्ष्मी श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

एताः पञ्चमावरण देवताः साङ्गाः सायुधाः सशक्तिकाः सर्वोपचारैः सम्पूजिताः  
सन्तर्पिताः सन्तुष्टाः सन्तु नमः ।

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । लक्ष्मीगणेश श्री  
पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः । (३ वारं)

अभीष्टसिद्धिं मे देहि शरणागत वत्सल ।  
भक्त्या समर्पये तुभ्यं पञ्चमावरणार्चनम् ॥

अनेन पञ्चमावरणार्चनेन श्री लक्ष्मीगणेश प्रीयथाम् ।

## षष्ठावरणम् भूपुरे

ॐ श्रीं लं इन्द्राय वज्र हस्ताय पीत वर्णाय ऐरावत वाहनाय सुराधिपतये नमः । इन्द्र  
श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं रं अग्नये शक्ति हस्ताय रक्त वर्णाय अज वाहनाय तेजोधिपतये नमः । अग्नि  
श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं टं यमाय दण्ड हस्ताय कृष्ण वर्णाय महिष वाहनाय प्रेताधिपतये नमः । यम  
श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं क्षं निऋतये खड्ग हस्ताय धूम्र वर्णाय नर वाहनाय रक्षोधिपतये नमः । निऋति  
श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं वं वरुणाय पाश हस्ताय शुभ्र वर्णाय मकर वाहनाय जलाधिपतये नमः ।  
वरुण श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं यं वायवे अङ्कुश हस्ताय धूम्र वर्णाय रुरु वाहनाय प्राणाधिपतये नमः । वायु  
श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं कुं कुबेराय गद हस्ताय मुक्ता वर्णाय गज वाहनाय यक्षाधिपतये नमः । कुबेर  
श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं हां ईशानाय त्रिशूल हस्ताय स्वच्छ वर्णाय ऋषभ वाहनाय विद्याधिपतये नमः  
। ईशान श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं आं ब्रह्माय पद्म हस्ताय रक्त वर्णाय हंस वाहनाय लोकाधिपतये नमः । ब्रह्म  
श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं ह्रीं अनन्ताय चक्र हस्ताय गौर वर्णाय गरुड वाहनाय नागाधिपतये नमः ।  
अनन्त श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

एताः षष्ठावरण देवताः साङ्गाः सायुधाः सशक्तिकाः सर्वोपचारैः सम्पूजिताः सन्तर्पिताः  
सन्तुष्टाः सन्तु नमः ।

श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । लक्ष्मीगणेश श्री  
पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः । (३ वारं)

अभीष्टसिद्धिं मे देहि शरणागत वत्सल ।  
भक्त्या समर्पये तुभ्यं षष्ठावरणार्चनम् ॥

अनेन षष्ठावरणार्चनेन श्री लक्ष्मीगणेश प्रीयथाम् ।

सप्तमावरणम्  
भूपुरे

ॐ श्रीं वं वज्राय पीत वर्णाय नमः । वज्र श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं शं शक्तये सित वर्णाय नमः । शक्ति श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं दं दण्डाय कृष्ण वर्णाय नमः । दण्ड श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं खं खड्गाय आकाश वर्णाय नमः । खड्ग श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं पां पाशाय विद्युत् वर्णाय नमः । पाश श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं अं अङ्कुशाय रक्त वर्णाय नमः । अङ्कुश श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं गं गदायै शुक्ल वर्णायै नमः । गदा श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं त्रिं त्रिशूलाय नीलवर्णाय नमः । त्रिशूल श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं पं पद्माय रक्त वर्णाय नमः । पद्म श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।  
ॐ श्रीं चं चक्राय रक्त वर्णाय नमः । चक्र श्री पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः ।

एताः सप्तमावरण देवताः साङ्गाः सायुधाः सशक्तिकाः सर्वोपचारैः सम्पूजिताः  
सन्तर्पिताः सन्तुष्टाः सन्तु नमः ।



श्रीं गं सौम्याय महागणपतये वरवरद सर्वजनं मे वशमानय स्वाहा । लक्ष्मीगणेश श्री  
पादुकां पूजयामि तर्पयामि नमः । (३ वारं)

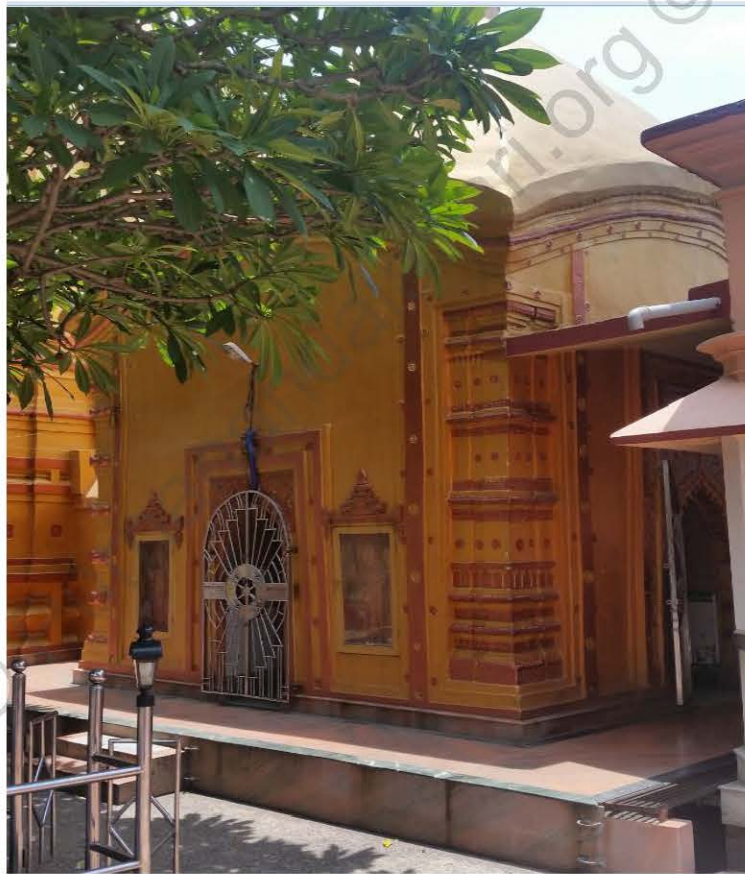
अभीष्टसिद्धिं मे देहि शरणागत वत्सल ।  
भक्त्या समर्पये तुभ्यं सप्तमावरणार्चनम् ॥

अनेन सप्तमावरणार्चनेन श्री लक्ष्मीगणेश प्रीयथाम् ।

© Purnanandalahari.org ©

## **bhlmarUpA, tumluk**

bhlmarUpA is the name of the goddess at the vibhAsha shakti plth located at tumluk, West Bengal. There are numerous shakti plths in West Bengal and we will be covering these in the forthcoming issues. Sati's left ankle fell at this place. This place is about 100 kms from Kolkatta and takes about 2 hrs to reach. The temple is located on the banks of the river Roop Narayan. The local name for the dEvi is bhargobhlmA. The dEvi is also called as kapAlini and the bhairava is sharvAnanda.



Side view of the temple



Temple mandapam



Sthala vRukShA





Temple Side View



rUpnArAyaN river bank from the temple

## सदा विद्याऽनुसंहतिः

### **1. What is the bhavana when we take the vishesharghya? Is it just drinking?**

We find one of the most finest and intense bhavana for meditation is, while we take the consecrated vishesharghya, in practice it is seen as drinking the liquid. We have to meditate a fire with flames arising from the mUladhAra up to the mouth and that tongue is a part of fire – it is one of the fire's tongue , i.e. a flame and then offer the vishesharghya into that flame as a havan – fire sacrificial offering. This is the main reason that place of saparya is called a yAga mandira- Sacrificial Place. Always have an intense feeling of the fire in you and it is kindled by offering this vishesharghya, during and after saparya (pooja timing) also, this kindling will result in reflection of tattvas – tattva vicAra.

### **2. Is it necessary to have a right handed conch for the samanyarghya pAtra?**

Samanyargya pAtra can be a conch of any type, it can also be a vessel in round or square shaped made of oyster, coconut shell, copper, silver or gold. It need not be a right handed conch, no harm if you have it, it is not a must.

### **3. You have said that there are thirty six parayanas; can you please list them out?**

The list of thirty six parayanas are seen in the saubhagya tantra, they are- siddhida, nAtha, Cakreshvari, ghatika, nAma, mantra, tattva, dina nityA, mAtruka, laghumAsa, paksha, tithi nityA, amRta, rAshi, Kheta, bhUti, hamsa, vashinyashtaka , yuganAtha, mudra, cakra, rashmi, (Shat parva pArayaNA) pushpini, mohini, vimalA, jayini, shreekari, kumari, somapAna, sarvamangalA, sUryoparAga, citra, ramA, bhuvaneshee, kameshee and AmnAyA

எண்ணா யிரத்தாண்டு யோகம் இருக்கினும்  
கண்ணார் அமுதினைக் கண்டறி வாரில்லை  
உண்ணாடிக் குள்ளே ஒளியுற நோக்கினால்  
கண்ணடி போலக் கலந்துநின் றானே

- திருமந்திரம் 603



Eight thousand years of yOgA dear  
Might not take you to Her near  
Light you seek within you clear  
Right like mirror you merge full gear