

అట్లతద్దె నోము పూజ విధానం

సకల సుగుణాలు గల వరుడు, సంతానం, సౌభాగ్యంను ప్రసాదించే మహిమ గల రోజు అట్లతద్ది. పంచాంగం ప్రకారం, ప్రతి ఏటా నిజ అశ్వియుజ మాసంలో బహుళ తదియ రోజున వచ్చే పండుగ అట్లతద్దెని హిందువులందరూ ఎంతో భక్తి శ్రద్ధలతో జరుపుకుంటారు. విజయదశమి తర్వాత వచ్చే ముఖ్యమైన పండుగ అట్లతద్ది.

ముఖ్య విషయాలు:

- అట్లతద్దికి ముందురోజు కాళ్ళు, చేతులకు గోరింటాకు పెట్టుకుంటారు. గుమ్మాలకు తోరణాలు కడతారు.
- తెల్లవారుజామున నిద్ర లేచి, స్నానపానాదులు ముగించి పాలు పోసి వండిన పొట్లకాయ కూర, ముద్దపప్పు, గోంగూర పచ్చడి, పెరుగులతో అన్నం తింటారు. ఆ తర్వాత సాయంత్రం వరకూ ఏమీ తినరు. ఆఖరికి మంచినీళ్ళు కూడా తాగరు.
- అట్లతద్దినాడు పిల్లలు, స్త్రీలు ఉయ్యాల ఊగుతారు. పరవశంగా ఊయల ఊగుతూ 'అట్లతద్దోయ్.. ఆరట్లోయ్.. ముద్దపప్పోయ్.. మూడట్లోయ్...' లాంటి సరదా పాటలు పాడుకుంటారు.
- గోరీదేవికి కుడుములు, పాలతాలికలు, పులిహోర నైవేద్యంగా సమర్పిస్తారు.
- అట్లతద్ది నోము నోచుకునే ఆడవాళ్ళు 11 మంది ముత్తయిదువలను ఆహ్వానిస్తారు.
- అట్లతద్ది నోము నోచుకునే స్త్రీలతోబాటు వాయనం అందుకునే స్త్రీలు కూడా పగలు ఉపవాసం ఉంటారు.
- పూజలో చేతులకు చేమంతి, తులసిదళం, తమలపాకు మొదలైన పుష్పాలు, పత్రాలతో 11 ముడులు వేసి కట్టిన తోరాలు కట్టుకుంటారు.
- పూజలో కలశం పెడతారు. పసుపుతో గోరీదేవిని, గణపతిని చేసి ఉంచుతారు.
- ఒక పళ్ళెంలో బియ్యం పోసి, మధ్యమధ్యలో డిప్పలు మాదిరిగా చేసిన కుడుములు ఉంచి, అందులో పసుపు కుంకుమలు వేస్తారు. మధ్యలో పుష్పాలతో అలంకరిస్తారు. దాన్ని కైలాసంగా భావిస్తారు.

- పూజలో లలితా సహస్రనామం, గౌరీ అష్టోత్తరం పూర్తయిన తర్వాత అట్లతద్ది కథ చదువుతారు.
- ఒక్కొక్కరికీ 11 అట్లు చొప్పున పెట్టి, పైన గౌరీదేవివద్ద పెట్టిన కుడుముల్లోంచి ఒక్కొక్కరికీ ఒక్కొక్కటి పెట్టి, తాంబూలంతో వాయనం ఇస్తారు.
- అట్లతద్ది నోములో వాయనం అందుకున్న స్త్రీలు, ఆ అట్లను వాళ్ళు లేదా వారి కుటుంబీకులు మాత్రమే తినాలి. వాయనంలో జాకెటు బట్ట ఇస్తారు. శక్తి ఉన్నవారు చీరలు పెడతారు.
- వాయనం ఇచ్చి పుచ్చుకునేటప్పుడు స్త్రీలు తమ కొంగును ముందుకు తెచ్చి, అందులో వాయనం ఉంచి ఇస్తారు. అందుకునే స్త్రీలు కూడా అంతే.

అట్లతద్దె వ్రతానికి కావలసిన వస్తువులు :

పసుపు, కుంకుమ వాయనమునకు అవసరమైన వస్తువులు. ఎర్రటి రవికె గుడ్డ, గంధము, పూలు, పండ్లు, ఆకులు, వక్కలు, తోరములకు దారము, టెంకాయ, పసుపుతాడు , దీపపు సెమ్మెలు -2, ఐదు వత్తులతో హారతి ఇవ్వడానికి అవసరమైన హారతి పళ్ళెం, గోధుమపిండితో గానీ, పూర్ణంతో గానీ చేసిన ఐదు ప్రమిదలు, కర్పూరం , అగరవత్తులు, బియ్యము, అట్లు, కొబ్బరిచిప్ప , శనగలు, దీపారాధనకు నెయ్యి మొదలైనవి.

గౌరీని ప్రతిష్ఠించుకునే విధం :

వ్రతాన్ని ఆచరించే రోజున ఉదయాన్నే లేచి తల స్నానం చేసి, ఇంటిని శుభ్రంగా కడగాలి. పూజగదిలో గానీ, ఇంట్లో వ్రతం చేయదలుచుకున్న ప్రాంతంలో గానీ, ఒక మండపాన్ని ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. ఈ మండపం పైన బియ్యపు పిండితో అష్టదశ పద్మములను ముగ్గుగా తీర్చిదిద్దాలి. దానిపైన బియ్యాన్ని పోసి బియ్యం పై ఒక కొబ్బరి చిప్పను ఉంచాలి. దానిమీద జాకెట్ బట్ట ఉంచి, తమలపాకులను పెట్టి, ఆ పైన గౌరీని ప్రతిష్ఠించుకోవాలి. గౌరీని సాధారణంగా పసుపుతో చేసుకోవటం మంచిది. లేక గౌరీ దేవి ఫోటో ని కూడా పూజించవచ్చు. పూజా పీఠాన్ని ఎవరి శక్తి కొద్దీ వారు అలంకరించు కోవచ్చు. ఈ విధంగా అమ్మవారిని ప్రతిష్ఠించుకుని వ్రతాన్ని చేసుకోవాలి.

అట్లతద్దె గౌరీ వ్రత విధానం :

ఆచమనం:

ఓం కేశవాయ స్వాహా, ఓం నారాయణాయ స్వాహా, ఓం మాధవాయ స్వాహా (అని మూడుసార్లు ఆచమనం చేయాలి)

ఓం గోవిందాయ నమః (నీళ్ళు వదిలి వెయవలెను)

విష్ణవే నమః మధుసూదనాయ నమః త్రివిక్రమాయ నమః వామనాయ నమః శ్రీధరాయ నమః

ఋషీకేశాయ నమః పద్మనాభాయ నమః దామోదరాయ నమః సంకర్షణాయ నమః

వాసుదేవాయ నమః ప్రద్యుమ్నాయ నమః అనిరుద్ధాయ నమః పురుషోత్తమాయ నమః

అధోక్షజాయ నమః నారసింహాయ నమః అచ్యుతాయ నమః జనార్దనాయ నమః ఉపేంద్రాయ నమః

హరయే నమః శ్రీ కృష్ణాయ నమః

ఉత్తిష్ఠంతు భూతపిశాచా ఏతే భూమిభారకాః

ఏతేషా మవిరోధేనా బ్రహ్మకర్మ సమారభే ||

(ప్రాణాయామం చేసి అక్షతలు వెనుకకు వేసుకొనవలెను.) ఓం భూః ఓం భువః ఓం సువః ఓం

మహాః ఓం జనః ఓం తపః ఓం సత్యం ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః

ప్రచోదయాత్ ఓం అపోజ్యోతి రసోమృతం బ్రహ్మ భూర్భువస్సువరోమ్

(కుడిచేతితో ముక్కుపట్టుకొని యీ మంత్రమును ముమ్మారు చెప్పవలెను)

శుక్లాంబరధరం విష్ణుం శశివర్ణం చతుర్భుజం

ప్రసన్నవదనం ధ్యాయేత్ సర్వ విఘ్నోపశాంతయే

ఓం లక్ష్మీనారాయణభ్యయం నమః శ్రీ ఉమామహేశ్వరాభ్యం నమః

శ్రీ వాణిహిరణ్యగర్భాభ్యం నమః శ్రీ శచిపురంధరాభ్యం నమః

శ్రీ అరుంధతివసిష్టాభ్యం నమః శ్రీ సీతారామాభ్యం నమః

సర్వేభ్యో దేవేభ్యో నమః మాతృభ్యో నమః, పితృభ్యో నమః

ఓం మమోపాత్త దురితక్షయద్వారా శ్రీ మంగళ గౌరీ ప్రీత్యర్థం అద్యబ్రహ్మణః ద్వితీయ పరార్థే శ్వేత
 వరాహకల్పే వైవస్వత మన్వంతరే కలియుగే ప్రథమపాదే జంబూద్వీపే భరతవర్షే, భరతఖండే
 మేరోర్ధక్షిణదిగ్భాగే, శ్రీశైలశ్య ఈశాన్య (మీరు ఉన్న దిక్కును చప్పండి) ప్రదేశే
 కృష్ణ/గంగా/గోదావర్యోర్మధ్యదేశే (మీరు ఉన్న ఊరికి ఉత్తర దక్షిణములలో ఉన్న నదుల పేర్లు
 చెప్పండి) అస్మిన్ వర్తమాన వ్యావహారిక చంద్రమాన (ప్రస్తుత సంవత్సరం) దక్షిణాయనే, శరద్
 ఋతవ్, ఆశ్వయుజ మాసే, బహుళ పక్షే, తృతీయాం వాసరహ శుభ తిథౌ, ___వాసరే,
 శుభనక్షత్రే (ఈరోజు నక్షత్రము) శుభయోగే, శుభకరణే. ఏవంగుణ విశేషణ విషిష్టాయాం, శ్రీమాన్
 (మీ గోత్రము) గోత్రస్య (మీ పూర్తి పేరు) నామధేయస్య ధర్మపత్నీ (పేరు) అహం మమోపాత్త
 దురితక్షయద్వారా యావజ్జీవ సామాంగల్య సిద్ధ్యర్థ పుత్ర, పౌత్ర సంపత్నౌభాగ్య సిద్ధ్యర్థం మమ
 వివాహ ప్రథమ వర్షాది పంచమ వర్ష పర్యంతరం శ్రీ మహా గౌరీ వ్రతం కరిష్యే. అద్య అట్లతద్దే వ్రత
 సమయే శ్రీ మహాగౌరీ దేవతా ముద్దిశ్య శ్రీ మహాగౌరీ దేవతా ప్రీత్యర్థం, సంభవద్భిర్తవైః
 సంభవితానియమేన ధ్యానవాహనాది పాఠోశోపచార పూజాం కరిష్యే.

(అక్షతలు నీళ్ళతో పళ్ళెములో వదలవలెను.)

తదంగత్వేన కలశారాధనం కరిష్యే

శ్లో : కలశస్యముఖే విష్ణుః కంఠేరుద్ర స్సమాశ్రితః

మూలే తత్రోస్థితోబ్రహ్మ మధ్యేమాతృగణా స్మృతాః

కుక్షౌ తు సాగరా స్సర్వే సప్తద్వీపా వసుందరా

ఋగ్వేదోఢ యజుర్వేద స్సామవేదోహ్యధర్వణః

అంగైశ్చ సహితాస్సర్వే కలశాంబు సమాశ్రితాః

(కలశపాత్రకు గంధము, కుంకుమబొట్లు పెట్టి పుష్పాక్షతలతో అలంకరింపవలెను. కలశపాత్రపై

కుడిఅరచేయినుంచి ఈ క్రిందిమంత్రము చదువవలెను.)

శ్లో : గంగేచ యమునే చైవ గోదావరి సరస్వతి

నర్మదే సింధు కావేరి జలేస్మిన్ సన్నిధిం కురు

ఆయాంతు దేవపూజార్థం - మమ దురితక్షయకారకాః

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః తాంబూలం సమర్పయామి, తాంబూలానంతరం ఆచమనం సమర్పయామి.

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః కర్పూర నీరాజనం సమర్పయామి.

అనేన మాయా చరిత గణపతి అర్చనేన భగవతః సర్వాత్మకః శ్రీ గణపతిర్దేవతా సుప్రీత,
సుప్రసన్న వరాదభవతు ! మమ యిష్టకామ్యార్థ సిద్ధిరస్తు !!

వినాయకునికి నమస్కరించి అక్షతలు తల మీద చల్లుకోవాలి.

ఈ విధంగా మహాగణపతి పూజను ముగించిన అనంతరం అట్లా తద్దె గౌరీ వ్రతాన్ని ప్రారంభించాలి. పూజను ప్రారంభించే ముందు తోరణములను తయారు చేసుకోవాలి.

తోర పూజ :

తెల్లటి దారమును ఐదు పోగులు తీసుకుని దానికి పసుపు రాసుకోవాలి. ఆ దారానికి ఐదు పూలు, ఐదు చోట్ల కట్టి ముడులు వేయాలి. అంటే ఐదు పోగుల దారమును ఉపయోగించి, ఐదు పువ్వులతో ఐదు ముడులతో తోరణములను తయారు చేసుకుని, పీఠం వద్ద ఉంచి, పుష్పములు, పసుపు, కుంకుమ, అక్షతలు వేసి, తోరణములను పూజించి ఉంచుకోవాలి. ఈ విధంగా తోరణములను తయారు చేసుకున్న అనంతరం పూజకు ఉపక్రమించాలి.

అనంతరం మహాగౌరీ గౌరీ పూజ ప్రారంభం - శ్రీ గౌరీ ధ్యానమ్ :

పునః సంకల్పం -

పూర్వోక్త ఏవం గుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ మమ మనోవాంఛాఫల సిద్ధ్యర్థం శ్రీ గౌరీ దేవతాముద్దిశ్య శ్రీ గౌరీ దేవతా ప్రీత్యర్థం యావచ్చక్తి ధ్యానావాహనాది షోడశోపచార పూజాం కరిష్యే |

ప్రాణప్రతిష్ఠ -

ఓం అసునీతే పునరస్మాసు చక్షుః

పునః ప్రాణమిహ నో ధేహి భోగమ్ |

జ్యోక్ష్వశ్యేమ సూర్యముచ్చర" న్న
మనుమతే మ్మడయా" నః స్వస్తి ||
అమృతం వై ప్రాణా అమృతమాపః
ప్రాణానవ యథాస్థానముపహ్వాయతే ||
శ్రీమహాగౌరీం సాంగం సాయుధం సవాహనం సశక్తి పతిపుత్ర పరివార సమేతం శ్రీమహాగౌరీ
దేవతాం ఆవాహయామి స్థాపయామి పూజయామి |
స్థిరో భవ వరదో భవ సుప్రసన్నో భవ స్థిరాసనం కురు |

ధ్యానం -

ఓంకారపంజరశుకీం ఉపనిషదుద్యానకేలి కలకంఠీమ్ |
ఆగమ విపిన మయూరీం ఆర్యాం అంతర్విభావయేద్గౌరీమ్ ||
నమో దేవ్యై మహాదేవ్యై శివాయై సతతం నమః |
నమః ప్రకృత్యై భద్రాయై నియతాః ప్రణతాః స్మృతామ్ ||
గౌరీ పద్మా శచీ మేధా సావిత్రీ విజయా జయా |
దేవసేనా స్వధా స్వాహా మాతరో లోకమాతరః |
ధృతిః పుష్టిస్తథా తుష్టిరాత్మనః కులదేవతా |
బ్రాహ్మీ మాహేశ్వరీ చైవ కౌమారీ వైష్ణవీ తథా |
వారాహీ చైవ చేంద్రాణి చాముండా సప్తమాతరః ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః ధ్యాయామి |

ఆవాహనం -

హేమాద్రితనయాం దేవీం వరదాం శంకరప్రియామ్ |
లంబోదరస్య జననీం గౌరీమావాహయామ్యహమ్ ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః ఆవాహయామి |

ఆసనం -

భవాని త్వం మహాదేవి సర్వసౌభాగ్యదాయినీ |
అనేకరత్న సంయుక్తమాసనం ప్రతిగృహ్యతామ్ ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః నవరత్న ఖచిత స్వర్ణసింహాసనం సమర్పయామి |

పాద్యం -
సుచారుశీతలం దివ్యం నానాగంధసువాసితమ్ |
పాద్యం గృహాణ దేవేశి మహాగౌరీ నమోఽస్తు తే ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః పాదయోః పాద్యం సమర్పయామి |

అర్ఘ్యం -
శ్రీపార్వతి మహాభాగే శంకరప్రియవాదిని |
అర్ఘ్యం గృహాణ కళ్యాణి భర్తాసహపత్రివ్రతే ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః హస్తయోః అర్ఘ్యం సమర్పయామి |

ఆచమనం -
గంగాతోయం సమానీతం సువర్ణకలశే స్థితమ్ |
ఆచమ్యతాం మహాభాగే రుద్రేణ సహితేఽనమే ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః ముఖే ఆచమనీయం సమర్పయామి |

మధుపర్కం -
కాంస్యే కాంస్యేన పిహితో దధిమద్వాజ్యసంయుతః |
మధుపర్కో మయానీతః పూజార్థం ప్రతిగృహ్యతామ్ |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః మధుపర్కం సమర్పయామి |

పంచామృతస్నానం -
పంచామృతం మయానీతం పయోదధిఘృతం మధు |

శర్కరయా సమాయుక్తం స్నానార్థం ప్రతిగృహ్యతామ్ |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః పంచామృతస్నానం సమర్పయామి |

శుద్ధోదక స్నానం -
గంగా సరస్వతీ రేవా కావేరీ నర్మదా జలైః |
స్నాపితాసి మయా దేవి తథా శాంతం కురుష్య మే |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః స్నానం సమర్పయామి |
స్నానానంతరం శుద్ధాచమనీయం సమర్పయామి |

వస్త్రం -
పట్టయుగ్మం మయా దత్తం కంచుకేన సమన్వితమ్ |
పరిధేహి కృపాం కృత్వా మాతర్దుర్గార్తినాశినీ |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః వస్త్రయుగ్మం సమర్పయామి |

సౌభాగ్య సూత్రం -
సౌభాగ్య సూత్రం వరదే సువర్ణమణిసంయుతమ్ |
కంఠే బద్ధామి దేవేశి సౌభాగ్యం దేహి మే సదా |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః సౌభాగ్య సూత్రం సమర్పయామి |

గంధం -
శ్రీఖండం చందనం దివ్యం గంధాఢ్యం సుమనోహరమ్ |
విలేపనం సురశ్రేష్ఠి చందనం ప్రతిగృహ్యతామ్ |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః శ్రీగంధం సమర్పయామి |

అక్షతాన్ -
అక్షతాన్ ధవళాకారాన్ శాలీయాన్ తండులాన్ శుభాన్ |

అక్షతాని మయా దత్తం ప్రీత్యర్థం ప్రతిగృహ్యతామ్ |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః అక్షతాన్ సమర్పయామి |

హరిద్రాచూర్ణం -

హరిద్రారంజితే దేవి సుఖసౌభాగ్యదాయని |
తస్మాత్ త్వాం పూజయామ్యత్ర సుఖం శాంతిం ప్రయచ్ఛ మే |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః హరిద్రా చూర్ణం సమర్పయామి |

కుంకుమ విలేపనం -

కుంకుమం కామదం దివ్యం కామినీకామసంభవమ్ |
కుంకుమేనార్చితా దేవీ కుంకుమం ప్రతిగృహ్యతామ్ |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః కుంకుమ విలేపనం సమర్పయామి |

సిందూరం -

సిందూరమరుణాభాసం జపాకుసుమసన్నిభమ్ |
అర్చితం తే మయా భక్త్యా ప్రసీద పరమేశ్వరి |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః సిందూరం సమర్పయామి |

కజ్జలం -

చక్షుర్భ్యాం కజ్జలం రమ్యం సుభగే శాంతికారకమ్ |
కర్పూరజ్యోతిసముత్పన్నం గృహాణ జగదంబికే |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః నేత్రాయోః కజ్జలం సమర్పయామి |

ఆభూషణం -

హారకంకణకేయూరమేఖలాకుండలాదిభిః |
రత్నాఢ్యం హీరకోపేతం భూషణం ప్రతిగృహ్యతామ్ |

శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః నానావిధ ఆభూషణాని సమర్పయామి |

పుష్పాణి -

మాల్యాది చ సుగంధీని మాలత్యాదీని చాంబికే |
మయాహృతాని పుష్పాణి ప్రతిగృహ్ణీష్వాప్స శాంకరీ |

మహా గౌరీ అష్టోత్తరం:

ఓం గౌర్వై నమః

ఓం గణేశజనన్యై నమః

ఓం గుహాంబికాయై నమః

ఓం జగన్నేత్రై నమః

ఓం గిరితనూభవాయై నమః

ఓం వీరభద్రప్రసవే నమః

ఓం విశ్వవ్యాపిణ్యై నమః

ఓం విశ్వరూపిణ్యై నమః

ఓం అష్టమూర్త్యాత్మికాయై నమః

ఓం అష్టదారిద్ర్యశమన్యై నమః 10

ఓం శివాయై నమః

ఓం శాంభవ్యై నమః

ఓం శాంకర్యై నమః

ఓం బాలాయై నమః

ఓం భవాన్యై నమః

ఓం హేమవత్త్యై నమః

ఓం పార్వత్యై నమః

ఓం కాత్యాయన్యై నమః

ఓం మాంగల్యధాయిన్వై నమః
ఓం సర్వమంగళాయై నమః 20
ఓం మంజుభాషిణ్యై నమః
ఓం మహేశ్వర్యై నమః
ఓం మహామాయాయై నమః
ఓం మంత్రారాధ్యాయై నమః
ఓం మహాబలాయై నమః
ఓం సత్యై నమః
ఓం సర్వమయై నమః
ఓం సౌభాగ్యదాయై నమః
ఓం కామకలనాయై నమః
ఓం కాంక్షితార్థప్రదాయై నమః 30
ఓం చంద్రార్కయుత తాటంకాయై నమః
ఓం చిదంబరశరీరిణ్యై నమః
ఓం శ్రీ చక్రవాసిన్యై నమః
ఓం దేవ్యై నమః
ఓం కామేశ్వరపత్న్యై నమః
ఓం పాపనాశిన్యై నమః
ఓం నరాయణాంశజాయై నమః
ఓం నిత్యాయై నమః
ఓం నిర్మలాయై నమః
ఓం అంబికాయై నమః 40
ఓం హిమాద్రిజాయై నమః
ఓం వేదాంతలక్షణాయై నమః
ఓం కర్మబ్రహ్మయై నమః
ఓం గంగాధరకుటుంబిన్యై నమః

ఓం మృడాయై నమః
ఓం మునిసంసేవ్యాయై నమః
ఓం మాళిన్యై నమః
ఓం మేనకాత్మజాయై నమః
ఓం కుమార్త్యై నమః
ఓం కన్యకాయై నమః 50
ఓం దుర్గాయై నమః
ఓం కలిదోషవిఘ్నాతిన్యై నమః
ఓం కమలాయై నమః
ఓం మురారిప్రియార్థాంగ్యై నమః
ఓం పుత్రపౌత్రవరప్రదాయై నమః
ఓం పుణ్యాయై నమః
ఓం కృపాపూర్ణాయై నమః
ఓం కల్యాణ్యై నమః
ఓం కమలాయై నమః
ఓం అచింత్యాయై నమః 60
ఓం త్రిపురాయై నమః
ఓం త్రిగుణాంబికాయై నమః
ఓం పురుషార్థప్రదాయై నమః
ఓం సత్యధర్మరతాయై నమః
ఓం సర్వరక్షిణ్యై నమః
ఓం శశాంకరూపిణ్యై నమః
ఓం సరస్వత్యై నమః
ఓం విరజాయై నమః
ఓం స్వాహాయ్యై నమః
ఓం స్వధాయై నమః 70

ఓం ప్రత్యంగిరాంబికాయై నమః
ఓం ఆర్యాయై నమః
ఓం దాక్షాయై నమః
ఓం దీక్షాయై నమః
ఓం సర్వవస్తూత్తమోత్తమాయై నమః
ఓం శివాభినామధేయాయై నమః
ఓం శ్రీవిద్యాయై నమః
ఓం ప్రణవార్ధస్వరూపిణ్యై నమః
ఓం హ్రీంకార్త్యై నమః
ఓం నాదరూపాయై నమః 80
ఓం సుందర్యై నమః
ఓం షోడాశాక్షరదీపికాయై నమః
ఓం మహాగౌర్యై నమః
ఓం శ్యామలాయై నమః
ఓం చండ్యై నమః
ఓం భగమాళిన్యై నమః
ఓం భగళాయై నమః
ఓం మాతృకాయై నమః
ఓం శూలిన్యై నమః
ఓం అమలాయై నమః 90
ఓం అన్నపూర్ణాయై నమః
ఓం అఖిలాగమసంస్తుతాయై నమః
ఓం అంబాయై నమః
ఓం భానుకోటిసముద్యతాయై నమః
ఓం వరాయై నమః
ఓం శీతాంశుకృతశేఖరాయై నమః

ఓం సర్వకాలసుమంగళ్యై నమః
ఓం సోమశేఖర్యై నమః
ఓం సుఖసచ్చిత్పూధారసాయై నమః
ఓం బాలారాధిత భూతిదాయై నమః 100
ఓం హిరణ్యాయై నమః
ఓం హరిద్రాకుంకుమారాధ్యాయై నమః
ఓం సర్వభోగప్రదాయై నమః
ఓం మార్కండేయవర ప్రదాయై నమః
ఓం అమరసంసేవ్యాయై నమః
ఓం అమరైశ్వర్యై నమః
ఓం సూక్ష్మాయై నమః
ఓం భద్రదాయిన్యై నమః 108

శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః నానావిధ పరిమళ పత్రపుష్పాణి సమర్పయామి |

ధూపం -

వనస్పతిరసోద్భూతో గంధాఢ్యో గంధ ఉత్తమః |
ఆప్లేయః సర్వదేవానాం ధూపోఽయం ప్రతిగృహ్యతామ్ |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః ధూపమాఘ్రూపయామి |

దీపం -

శ్వేతార్థవర్తి సంయుక్తం గోఘృతేన సమన్వితమ్ |
దీపం గృహాణ శర్వాణి భక్తానాం జ్ఞానదాయినీ |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః దీపం దర్శయామి |
ధూపదీపానంతరం శుద్ధాచమనీయం సమర్పయామి |

నైవేద్యం -

అన్నం చతుర్విధం స్వాదు రసైః షడ్భిః సమన్వితమ్ |
మయా నివేదితం తుభ్యం నైవేద్యం ప్రతిగృహ్యతామ్ |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః నైవేద్యం సమర్పయామి |
ఓం భూర్భువస్సువః | తత్సవితుర్వరేణ్యమ్ |
భర్గో దేవస్య ధీమహి |
ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ ||

సత్యం త్వా ఋతేన పరిషించామి

(సాయంకాలే - ఋతం త్వా సత్యేన పరిషించామి)

అమృతమస్తు | అమృతోపస్తరణమసి |
ఓం ప్రాణాయ స్వాహా" | ఓం అపానాయ స్వాహా" |
ఓం వ్యానాయ స్వాహా" | ఓం ఉదానాయ స్వాహా" |
ఓం సమానాయ స్వాహా" |
మధ్యే మధ్యే పానీయం సమర్పయామి |
అమృతాపిధానమసి | ఉత్తరాపోశనం సమర్పయామి |
హస్తా ప్రక్షాళయామి | పాదౌ ప్రక్షాళయామి |
శుద్ధాచమనీయం సమర్పయామి |

ఋతుఫలం -

ఇదం ఫలం మయా దేవి స్థాపితం పురతస్తవ |
తేన మే సఫలావాప్తిర్భవేజ్జన్మని జన్మని |
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః ఋతుఫలాని సమర్పయామి |

తాంబూలం -

పూగీఫలం మహాద్ధివ్యం నాగవల్లీదళైర్యతమ్ |
ఏలాలవంగసంయుక్తం తాంబూలం ప్రతిగృహ్యతామ్ |

శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః తాంబూలం సమర్పయామి |

దక్షిణా -

హిరణ్యగర్భ గర్భస్థం హేమబీజం విభావసోః |

అనంతపుణ్యఫలదమతశ్శాంతిం ప్రయచ్ఛ మే |

శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః సువర్ణపుష్ప దక్షిణాదీన్ సమర్పయామి |

నీరాజనం -

కదళీగర్భసంభూతం కర్పూరం తు ప్రదీపితమ్ |

ఆరార్తికమహం కుర్వే పశ్యమాం వరదా భవ |

శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః దివ్యకర్పూర మంగళ నీరాజనం సమర్పయామి |

ఆచమనీయం సమర్పయామి | నమస్కరోమి |

మంత్రపుష్పం -

పుష్పాంజలి గృహాణేదమిష్టసౌభాగ్యదాయినీ |

శృతి స్మృతిపురాణాది సర్వవిద్యా స్వరూపిణి |

శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః మంత్రపుష్పాంజలిం సమర్పయామి |

ప్రదక్షిణా -

యాని కాని చ పాపాని జన్మాంతరకృతాని చ |

తాని తాని వినశ్యంతి ప్రదక్షిణ పదే పదే ||

పాపోఽహం పాపకర్మాఽహం పాపాత్మా పాపసంభవః |

త్రాహి మాం కృపయా దేవి శరణాగతవత్సలే ||

అన్యథా శరణం నాసి త్వమేవ శరణం మమ |

తస్మాత్కారుణ్యభావేన రక్ష రక్ష మహేశ్వరీ ||

శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః ఆత్మప్రదక్షిణ త్రయం సమర్పయామి |

నమస్కారం -

యా దేవీ సర్వభూతేషు మాతృరూపేణ సంస్థితా |
నమస్తస్యై నమస్తస్యై నమస్తస్యై నమో నమః ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః నమస్కారాన్ సమర్పయామి |

క్షమా యాచనా -

ఆవాహనం న జానామి న జానామి విసర్జనమ్ |
పూజావిధిం న జానామి క్షమస్వ పరమేశ్వరి ||
సాధువాఽసాధువా కర్మ యద్యదాచరితం మయా |
తత్సర్వం కృపయా దేవి గృహాణారాధనం మమ ||
జ్ఞానతోఽజ్ఞానతో వాఽపి యన్మయాఽఽచరితం శివే |
తవ కృత్యమితి జ్ఞాత్వా క్షమస్వ పరమేశ్వరి ||
అపరాధసహస్రాణి క్రియంతేఽహర్నిశం మయా |
దనోఽయమితి మాం మత్వా క్షమస్వ పరమేశ్వరి ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః క్షమాయాచనాం సమర్పయామి |

ప్రసన్నార్ఘ్యం -

హిమవద్భూధరసుతే గౌరి చంద్రవరాననే |
గృహాణార్ఘ్యం మయాదత్తం సంపద్గౌరి నమోఽస్తు తే ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః కుంకుమపుష్పాక్షత సహిత ప్రసన్నార్ఘ్యం సమర్పయామి |

ప్రార్థనా -

సర్వమంగళ మాంగళ్యే శివే సర్వార్థసాధికే |
శరణ్యే త్ర్యంబకే గౌరి నారాయణి నమోఽస్తు తే ||
పుత్రాన్ దేహి ధనం దేహి సౌభాగ్యం దేహి సువ్రతే |

అన్యాంశ్చ సర్వకామాంశ్చ దేహీ దేవి నమోఽస్తు తే ||
ప్రాతః ప్రభృతి సాయాంతం సాయాది ప్రాతరం తతః |
యత్యరోమి జగద్యోనే తదస్తు తవపూజనమ్ ||
శ్రీ మహాగౌరీ దేవతాయై నమః ప్రార్థనం సమర్పయామి |

తోరగ్రంథి పూజ:

కమలాయై నమః | ప్రథమ గ్రంథిం పూజయామి |
రమాయై నమః | ద్వితీయ గ్రంథిం పూజయామి |
లోకమాత్రే నమః | తృతీయ గ్రంథిం పూజయామి |
విశ్వజనన్యై నమః | చతుర్థ గ్రంథిం పూజయామి |
మహాలక్ష్మ్యై నమః | పంచమ గ్రంథిం పూజయామి |
క్షీరాబ్ధితనయాయై నమః | షష్ఠ గ్రంథిం పూజయామి |
విశ్వసాక్షిణ్యై నమః | సప్తమ గ్రంథిం పూజయామి |
చంద్రసోదర్యై నమః | అష్టమ గ్రంథిం పూజయామి |
హరివల్లభాయై నమః | నవమ గ్రంథిం పూజయామి |

తోరబంధన మంత్రం:

బద్నామి దక్షిణోహస్తే నవసూత్రం శుభప్రదం |
పుత్ర పౌత్రాభి వృద్ధిం చ సౌభాగ్యం దేహి మే రమే ||

అట్లతద్ది కథ:

అనగనగా సునామా అని ఒక రాజకుమార్తె ఉండేది. అట్లతద్ది నోము నోచుకుంటే
ఆరోగ్యవంతుడైన పడుచు మొగుడు వస్తాడు అని పెద్దవాళ్ళు చెప్పగా విని, ఆమె కూడా తన
ఈడు పిల్లలతో కలిసి అట్లతద్ది నోము పట్టింది. పగలంతా పచ్చి మంచినీళ్లు అయినా
ముట్టకుండా ఉపవాసం ఉంది. కానీ సునామ అత్యంత సుకుమారి అయిన రాచ పిల్ల కదా,
అందువల్ల పగలు నాలుగో ఝాముకే నీరసించి పడిపోయింది. అది చూసి ఆమె అన్న గార్లంతా

కంగారు పడ్డారు. ఆమె ఉపవాసం సంగతి తెలుసుకున్నారు. చంద్రోదయం చూసేదాకా ఎంగిలి పడకూడదనే నియమాన్ని విన్నారు. అయినా చెల్లెలి మీద ప్రేమ వలన చెరువులో ఉన్న చింతచెట్టు కు అద్దాన్ని కట్టి, దానికి ఎదురుగా వేటు దూరంలో అరికే కుప్పని తగలబెట్టి చెల్లెల్ని తట్టి లేపి, కూర్చోబెట్టి అద్దంలో కనిపించే అరికే కుప్ప మంటను చూపించి అదే చంద్రుడిని భ్రమింప చేశారు. చంద్రోదయమైందన్న అన్నల మాటలను నమ్మి, చంద్ర దర్శనం చేశానని తృప్తిపడి సునామ ఎంగిలి పడింది. కాలం గడుస్తోంది, సునామ ఈడేరింది. పెద్దవాళ్లంతా కలిసి ఆమెకు ఆమె తోటి పిల్లలకు పెళ్లి సంబంధాలు చూడ సాగారు. అందరి పిల్లలకి పడుచు భర్త లభించారు. కానీ సునామ మాత్రం ఎన్ని సంబంధాలు చూసిన ముసలి పెళ్లి కొడుకు తప్ప పడుచు వాళ్ళు కుదరటం లేదు . అందుకు సునామా దుఃఖించి ఇంకోన్నాలాగితే ముసలి ముతక అని చూడకుండా పెద్దవాళ్లు తనని ఎవరో ఒకళ్ళకి కట్టబెట్టేస్తారనే భయంతో ఒకరోజు ఎవరికీ చెప్పకుండా ఊరి చివరలో అడవిలోకి పారిపోయింది. అదృష్టవశాన ఆ రాత్రి లోకసంచారార్థం అటుగా వచ్చిన పార్వతీ పరమేశ్వరులు ఆమెను చూసి పలకరించి విషయం తెలుసుకుని, అమ్మాయి అట్లతద్దీ నోము పట్టి ఉపవాసం ఉండలేక నువ్వు స్పృహ తప్పావు, అప్పుడు నీ అన్నయ్యలు నీ మీద ప్రేమతో అరికే కుప్పను నిప్పు పెట్టి ఆ మంటని అద్దంలో చూపించి అదే చంద్ర బింబమని నిన్ను నమ్మించారు. అది నమ్మి నువ్వు చంద్రోదయ పూర్వమే ఎంగిలిపడ్డావు. అది నోముకు ఉల్లంఘన అయినది. అందువల్లనే నోము సరిగా నోచిన నీ మిత్రురాళ్లకు పడుచు మొగుళ్ళు లభించి. నీకు మాత్రం ముసలి సంబంధాలే వస్తున్నాయి. ఇప్పుడు ఇంటికి వెళ్లి మరల ఆ నోము పట్టి సరిగ్గా నోచుకుంటే తప్పనిసరిగా నీకు తగిన యువకుడితో పెళ్లి జరుగుతుంది అని చెప్పారు. అందుకు ఆనందించిన సునామా ఇంటికి మరల వచ్చి ఈసారి అతి శ్రద్ధగా అట్లతద్దీ నోము నోచుకుంది. ఫలితంగా ఆమెకు అందగాడు ఆరోగ్యవంతుడైన పడుచు వరునితో పరిణయం అయింది. సునామా భర్తతో సుఖంగా కాపురం చేసింది.

పై కథ స్త్రీల వ్రత కథలు అనే పుస్తకంలో 18వ పేజీ నుంచి సంగ్రహించినది.

వాయన విధి: |

ఏవం సంపూజ్య కళ్యాణీం మహా గౌరీమ్ స్వశక్తతః |
దాతవ్యం ద్వాదశాపూపం వాయనం హి ద్విజాతయే ||

వాయనం ఇస్తున్నప్పుడు చెప్పవలసిన మాటలు:

‘ఇస్తినమ్మ వాయనం’

‘పుచ్చుకుంటినమ్మ వాయనం’

‘ముమ్మాటికీ ఇస్తినమ్మ వాయనం’

‘ముమ్మాటికీ పుచ్చుకుంటినమ్మ వాయనం’

‘నా చేతి వాయనం తీసుకుంటున్నది ఎవరు’

‘నేను గౌరి పార్వతి’

‘అడిగితినమ్మ వరం’

‘ఇస్తినమ్మ వరం’

వాయనదానమంత్రం |

ఇందిరా ప్రతిగృహ్లాతు ఇందిరాయై దదాతి చ |

ఇందిరా తారకోభాభ్యాం ఇందిరాయై నమో నమః ||

పునః పూజా -

చత్రం ఆచ్ఛాదయామి | చామరైర్వీజయామి |

దర్పణం దర్శయామి | గీతం శ్రావయామి |

నృత్యం దర్శయామి | వాద్యం ఘోషయామి |

ఆందోళికామారోపయామి | అశ్వానారోపయామి |

గజానారోపయామి |

సమస్త రాజోపచార దేవోపచార భక్త్యుపచార శక్త్యుపచార పూజాం సమర్పయామి |

సమర్పణం -

మంత్రహీనం క్రియాహీనం భక్తిహీనం సురేశ్వరి |
యత్పూజితం మయా దేవి పరిపూర్ణం తదస్తు మే ||
అనయా ధ్యానావహనాది షోడశోపచార పూజయా భగవతీ సర్వదేవాత్మికా శ్రీమహాగౌరీ సుప్రీతా
సుప్రసన్నా వరదా భవతు ||

ఉద్వాసనం -

యాంతుదేవగణాః సర్వే పూజామాదాయ మామకీమ్ |

ఇష్టకామసమృద్ధ్యర్థం పునరాగమనాయ చ ||

శ్రీమహాగౌరీం యథాస్థానముద్వాసయామి |

శోభనార్థం పునరాగమనాయ చ ||

సర్వం శ్రీమహాగౌరీ దేవతా చరణారవిందార్పణమస్తు |

Poojalu.com