

ஸந்தியா வந்தனம்

1. விபுதி தாரனம்

த்ரியம்பகம் யஜாமஹே ஸுகந்திம் புஷ்டி வர்த்தனம்/
உர்வருகமிவ பந்தனாத் ம்ருத்யோர் முகூய மாம்ருதாத்//

ம்ருகீ(மான்) முத்திரையில் விபுதியை எடுத்து மேற்கண்ட மந்திரத்தை சொல்லி கையில் குழைத்து ப்ரணவத்தை(ஓம்) எழுதி த்ரிபுண்ட்ரமாக 16 இடங்களில் வைத்துக் கொல்லவும்.

2. விநாயகர் ப்ரார்த்தனை

ஓம் சுக்லாம் பரதரம் விஷ்ணும் சசிவர்னம் சதுர்புஜம்/
ப்ரஸன்ன வதனம் த்யாயேத் ஸர்வ விக்னோப சாந்தயே//

என்று தலையில் 5 முறை குட்டிக் கொண்டு நமஸ்காரம் செய்யவும்.

3. புதோச்சாடனம்

ஓம் உத்திஷ்டந்து பூத பிசாசா யேதே பூமீ பாரகா:/
ஏதேஷாம் அவிரோதேன ப்ரஹ்ம கர்ம ஸமாரபே//

வலது உள்ளங்கையில் ஜலம் எடுத்து மந்திரத்தை சொல்லி பூமியின் மீது ப்ரோக்ஷிக்கவும்.

4. ஆஸன சுத்தி

ப்ருதிவ்யாஹமேரு ப்ருஷ்ட ருஷி : ஆதி கூர்மோ
தேவதா ஸுதலம் சந்த : ஆஸநே விநியோக :

வலது உள்ளங்கையில் ஜலம் எடுத்து மந்திரத்தை சொல்லி ஆஸனத்தின் மீது ப்ரோக்ஷிக்கவும்.

5. சரீர சுத்தி

அபவித்ர பவித்ரோவா ஸர்வாவஸ் தாங்கஸ் தோபிவா/
யஸ்மரேத் விஸ்வகர்மணாம் ஸபாஹ்யா ப்யம் தரச்சுசி//

ருத்ரணியில் ஜலம் எடுத்து இடது கையில் பிடித்துக் கொண்டு வலது மோதிர விரல் நுனியில் சிரஸில் படும்படி மந்திரத்தை சொல்லிக்கொண்டு ப்ரோக்ஷிக்கவும்.

6. ஆசமனம்

ஓம் ஸநாதனாய ஸ்வாஹா

ஓம் மயாய ஸ்வாஹா

ஹ்ரீ ஜகத்குரு விஸ்வகர்ம பரப்ரஹ்மணே நம: //

குக்குடாசனத்தில் அமர்ந்து (குத்துக்கால் போட்டு) இரு கைகளையும் கால்களுக்கு உள்ளே வைத்துக்கொண்டு முதல் மூன்று மந்திரங்களால் வலது கையை கோகர்னம் மாதிரி வைத்து உளுந்து மூழ்கும் அளவு ஜலம் எடுத்து ப்ரும்ம தீர்த்தமாக, அதாவது கையின் அடிபாகத்தில் வருமாறு ஸ்வாஹா எனும் போது சாப்பிட்டு பின் 2 முறை உதட்டை ஜலத்தால் துடைக்கவும். அடுத்த மந்திரத்தை சொல்லி ஜலத்தை கீழே விடவும்.

7. அங்க வந்தனம்

கோவிந்தாய நம: வலது பெருவிரலால் வலது கன்னத்தை தொடவும்

விஷ்ணவே நம: வலது பெருவிரலால் இடது கன்னத்தை தொடவும்

மதுஸுதனாய நம: வலது பெருவிரலால் முகவாய்கட்டையை தொடவும்

த்ரிவிக்ரமாய நம: இடகரமேந்தி வலக்கரத்தை தொடவும்

வாமனாய நம: வலக்கரமேந்தி இடக்கரத்தை தொடவும்
 ஸ்ரீதராய நம: ஐந்து விரல்களாலும் வலது புஜத்தை தொடவும்
 ஹ்ருஷீகேஸாய நம: ஐந்து விரல்களாலும் இடது புஜம்
 பத்மபனாபாய நம: ஐந்து விரல்களாலும் சிரசை தொடவும்
 தாமோதராய நம: ஐந்து விரல்களாலும் வாயை தொடவும்
 ஸங்கர்ஷணாய நம: ஆள்காட்டி, பெரு விரலால் வலது மூக்கை தொடவும்
 வாஸுதேவாய நம: ஆள்காட்டி, பெரு விரலால் இடது மூக்கை தொடவும்
 ப்ரத்யும்னாய நம: பவித்ர விரலால் வலக்கண்ணை தொடவும்
 அனிருத்ராய நம: பவித்ர விரலால் இடக்கண்ணை தொடவும்
 புருஷோத்தமாய நம: சுண்டு விரலால் வலது காதை தொடவும்
 அதோக்ஷஜாய நம: சுண்டு விரலால் இடது காதை தொடவும்
 நரஸிம்ஹாய நம: நடு மூன்று விரலால் இடது முழங்காலை தொடவும்
 அச்சதாய நம: நடு மூன்று விரலால் வலது முழங்காலை தொடவும்
 ஜனார்த்தனாய நம: பெரு, சுண்டு விரலால் நாபியைத் தொடவும்
 உபேந்ராய நம: கையை விரித்து இருதயத்தை தொடவும்
 ஹரே ஸ்ரீ கிருஷ்ணாய நம: நடு மூன்று விரலால் கண்டத்தை தொடவும்
 ஸ்ரீ ஜகத்குரு விஸ்வகர்ம பரப்ரஹ்மணே நம: விரல்களால் தலையை வலமாக
 சுற்றி சுடக்கவும்

8. ப்ராணாயாமம்

ஓம் ப்ரணவஸ்ய இரு கரத்தால் அஞ்சலித்து
 பரப்ரஹ்ம ருஷி : வலக்கையால் சிரசிலும்
 பரமாத்மா தேவதா : வலக்கையால் முகத்திலும்
 தேவி காயத்ரி சந்த : வலக்கையால் வலது செவியிலும்
 ப்ராணாயாமே வினியோக : இரு கைகளாலும் ஹ்ருதயத்தை தொடவும்.

ஓம் பூ : ஓம் புவ : ஓகும் ஸுவ : ஓம் மஹ : ஓம் ஜன: ஓம் தப : ஓகும்
 ஸத்யம், ஓம் தத்ஸ விதுர்வரேண்யம் பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி
 தியோயோன: ப்ரசோதயாத் /

வலது பெரு விரல் நுனியில் வலது நாசியையும் மோதிர விரல் நுனியால் இடது நாசியையும்
 மத்திய விரலை மடக்கி ஆள்காட்டி விரல் நுனியால் நாசி நுனியையும் தொட்டு மேற்கண்ட
 மந்திரத்தை சொல்லும் போது சுவாசத்தை நிறுத்தி கும்பம் செய்த பிறகு

ஓமாபோஜ்யோதி ரஸோம்ருதம் ப்ரஹ்ம பூர்புவஸ்வரோம் //

என்று இரு கைகளாலும் இரு காதுகளை மூடி சொல்லவும்.

9. ஸங்கல்பம்

ஓம் மமோபாக்த்த ஸமஸ்த துரித க்ஷயத்வாரா ஸ்ரீவிராட்விஸ்வகர்ம
 பரப்ரஹ்மண முத்தியஸ்ய ஸ்ரீவிஸ்வகர்மண ப்ரீத்யர்த்தம்
 சுபாப்யாம் சுபே சோபணே முஹூர்த்தே, ஸ்ரீவிஸ்வகர்மண
 ஆக்ருய ப்ரதவர்த்தமானஸ்ய ஆத்ய ப்ரஹ்மண: த்விதிய பரார்த்தே,
 கஸ்யப்ரஹ்ம கல்பே, வைவஸ்வத, மன் வந்தரே, கலியுகே பிரதமபாதே,
 ஜம்புத்விபே பரதவர்த்தே பரத: கண்டே மேரோ தக்ஷண திக்பாகே,
 ஸ்ரீசைலஸ்ய ஆக்னேய ப்ரதேசே, கிருஷ்ணா, காவேர்யோர்
 மத்யப்ரதேசே, ஸ்வக்ருஹே, த்வண்டிரமண்டலே காஞ்சிப்ரதேசே / ஸ்த்ய
 பாஸ்கர க்ஷேத்ரே விஸ்வப்ராஹ்மண சந்நிதௌ, அஸ்மின் வர்த்தமான
 வ்வயகாரிக சாந்த்ர / செளரமானேன ப்ரபவாதி ஷஷ்டி
 ஸம்வத்ஸராணாம் மத்யே.....ஸம்வத்ஸரே.....
 அயனே.....ருதௌ.....மாலே.....பக்ஷே.....திதௌ.....

வாசரேயுத்தாயாம்.....சுபநக்ஷத்ர, ஸுபயோக, ஸுபகரண, ஏவம்சுண, விசேஷண, விஸிஸ்டாயாம் அஸ்யாம் ஸுபதிதௌ, மம.....கோத்ரஸ்ய,நாமதேயஸ்ய

காலையில்

ப்ராத ஸந்த்யாம் உபாஸிஷ்யே

பகலில்

மாத்யாஹ்நிகம் கரிஷ்யே

மாலையில்

ஸாயம் ஸந்த்யாம் உபாஸிஷ்யே

சுகாஸனத்தில் அமர்ந்து வலது தொடைமேல் இடக்கையை வைத்து அதன்மேல் வலக்கை கட்டை விரலால் பூணூலை மாட்டி வைத்துக் கொண்டு சங்கற்ப மந்திரத்தை சொல்லிய பின்னர் வலது மோதிர விரலால் ஜலத்தை தொட்டு நெற்றியில் இட்டுக் கொல்லவும்.

மேலே பார்த்தபடி சங்கல்பம் செய்ய அவகாசம் இல்லாதவர்கள் பின் வரும்படிச் சொன்னால் போதுமானது.

மமோபாக்த்த ஸமஸ்த துரித க்ஷயத்வாரா ஸ்ரீவிஸ்வகர்மண ப்ரீத்யர்த்தம்

காலையில்

ப்ராத ஸந்த்யாம் உபாஸிஷ்யே

பகலில்

மாத்யாஹ்நிகம் கரிஷ்யே

மாலையில்

ஸாயம் ஸந்த்யாம் உபாஸிஷ்யே

10. மார்ஜனம்

ஓம் ஆபோஹிஷ்டா மயோபுவ : ஸ்தான வுர்ஜே ததாதன :/
மஹேரணாய சக்ஷஸே யோவஸ்சி'வதமோரஸ :/ தஸ்ய பாஜயதேஹந :
உச'தீரிவ மாதர :/

ருத்ரணியில் ஜலத்தை எடுத்து இடது கையில் பிடித்துக் கொண்டு வலது மோதிர விரல் நுணியில் சிரஸில் படும்படி ப்ரோக்ஷிக்கவும்.

தஸ்மா அரங்க மாமவோ :/

என்று சொல்லி தலையில் தெளிக்கவும்
யஸ்ய க்ஷயாய ஜிந்வத :/

என்று சொல்லி இரு கால்களில் தெளிக்கவும்

ஆபோ ஜனயதா சன :/

என்று சொல்லி தலையில் ப்ரோக்ஷிக்கவும்.

ஓம் பூர்புவஸ்ஸுவ ://

என்று சொல்லி ஜலம் எடுத்து தலையை வலப்ரதக்ஷிணமாக சுற்றி கீழே விடவும்.

11. ஜல ப்ராஸனம்

காலையில்

ஓம் ஸூர்யச்ச மாமன்யுச்ச மன்யுபதயச்ச மன்யுக்ருதேப்ய :/
பாபேப்யோ ரக்ஷந்தாம்/ யத்ராத்திரியா பாபமகாருஷம்//
மனஸா வாசா ஹஸ்தாப்யாம் பத்ப்யாம் முதரேண சிஸ்னௌ/
ராத்தரிஸ்தது அவலம்பது/ யத்கிஞ்சத் துரிதம் மயி/ இதமஹம்
மாமம்ருத யோனௌ/ ஸூர்யோ ஜ்யோதிஷி ஜுஹோமி ஸ்வாஹா//

பகலில்

ஆப : புனந்து ப்ருதிவீம் ப்ருதிவீ பூதா புனாதுமாம்/
புனந்து ப்ரஹ்மணஸ்பதி : ப்ரஹ்ம பூதா புனாதுமாம்//
யதுச் சி'ஷ்டம் அபோஜ்யம் யத்வா துஸ்சரிதம் மம/
ஸர்வம்புனந்து மமாபோ : அஸதாஞ்ச ப்ரதிக்ரஹக்கு ஸ்வாஹா//

மாலையில்

ஓம் அக்நிச்ச மாமன்யுச்ச மன்யுபதயச்ச மன்யுக்ருதேப்ய :/
பாபேப்யோ ரக்ஷந்தாம்/ யதஹ்நா பாபமகாருஷம்//
மனஸா வாசா ஹஸ்தாப்யாம் பத்ப்யாம் முதரேண சிஸ்னௌ/
அஹஸ்தது அவலம்பது/ யத்கிஞ்சத் துரிதம் மயி/
இதமஹம் மாமம்ருத யோனௌ/ ஸத்யோ ஜ்யோதிஷி ஜுஹோமி
ஸ்வாஹா//

வலது உள்ளங்கையில் ஜலம் எடுத்து மந்திரத்தை சொல்லி உட்கொள்ளவும்.

12. புனர்மார்ஜனம்

ததிக்ரா வின்னோ ஆகாருஷம்/ ஜிஷ்ணோ ரஸ்வஸ்ய வாஜின : ஸுரபி
னோ முகாகரது/ ப்ரண ஆயுகும்ஷி தாரிஷது//
ஓம் ஆபோஹிஷ்டா மயோபுவ : ஸ்தான வுர்ஜே ததாதன :/
மஹேரணாய சக்ஷஸே யோவஸ்சி'வதமோரஸ :/
தஸ்ய பாஜயதேஹந : உச'தீரிவ மாதர :/

ருத்ரணியில் ஜலம் எடுத்து இடது கையில் பிடித்துக் கொண்டு மந்திரத்தை சொல்லிக்கொண்டு வலது மோதிர விரல் நுனியில் சிரஸில் படும்படி ப்ரோக்ஷிக்கவும்.

தஸ்மா அரங்க மாமவ :/

என்று சொல்லி தலையில் தெளிக்கவும்

யஸ்ய க்ஷயாய ஜிந்வத :/

என்று சொல்லி இரு கால்களில் தெளிக்கவும்

ஆபோ ஜநயதா சன :/

என்று சொல்லி தலையில் ப்ரோக்ஷிக்கவும்.

ஓம் பூர்புவஸ்ஸுவ ://

என்று சொல்லி ஜலம் எடுத்து தலையை வலப்ரதக்ஷிணமாக சுற்றி கீழே விடவும்.

ஓம் ஹிரண்யவர்னா ச்சய: பாவகா யாஸுஜாத: கச்யபோயாஸ்விந்தர:
அக்னிம்யாகர்பந்ததிரே விருபாஸ்தான ஆபச்சக்கு ஸ்யோனாபவந்து.

யாஸாகும் ராஜாவருணோ யாதிமத்யே ஸத்யாந்ருதே அவபச்
சஞ்ஜனானாம் மதுஸ்ஸுச சுசயோயா: பாவகா ஸ்தான ஆபச்சக்கு
ஸ்யோனாபவந்து.

யாஸாம் தேவா திவிக்ருண்வந்தி பக்ஷம்யா அந்தரிக்ஷே பஹுதா பவந்தி:
யா: ப்ருதிவீம்பயஸோந்தந்தி சுக்ரஸ்தான ஆபச்சக்கு ஸ்யோனாபவந்து.

ருத்ரணியில் ஜலம் எடுத்து இடது கையில் பிடித்துக் கொண்டு வலது மோதிர விரல் நுனியில் சிரஸில் படும்படி ப்ரோக்ஷிக்கவும்.

13. அகமர்ஷனம்

சிவேநம சக்ஷாஷா பச்யந்தபா பச்சிவயா தன்வோப ஸ்புருஸந்து த்வசம்மே ஸர்வாகும் அக்னீகும் ரப்ஸுஷதோ ஹுவேவோ மயிவர்சோ பலமோஜோ னிதத்தா த்ருபதா தவமுஞ்சது த்ருபதாதிவேன் முமுசான: ஸ்வின்னாஸ்னா த்வீமலாதிவ பூதம் பவித்ரேணேவாஜ்யம் ஆபச்சந்தந்து மைநஸ:

வலது உள்ளங்கையில் ஜலம் எடுத்து மந்திரத்தை சொல்லி கீழே விடவும்.

14. அர்க்யம்

- (1) ஆசமனம்- 6ல் உள்ளபடி செய்க
- (2) அங்க வந்தனம்- 7ல் உள்ளபடி செய்க
- (3) ப்ராணாயாமம்- 8ல் உள்ளபடி செய்க
- (4) ஸங்கல்பம்

அத்ய பூர்வோக்த ஏவங்குணவிசேஷண விசிஷ்டாயாம் ஸுபதிதௌ ஸ்ரீ விராட் விஸ்வகர்மண முத்தியஸ்ய ஸ்ரீவிஸ்வகர்மண ப்ரீத்தியர்த்தம்

காலையில்

ப்ராதஸ் ஸந்யாங்க ஸூர்ய அர்க்ய த்ரியா ப்ரதானம் கரிஷ்யே

பகலில்

மாத்யாஹ்நிக ஸூர்ய அர்க்ய த்ரியா ப்ரதானம் கரிஷ்யே

மாலையில்

ஸாயம் ஸந்யாங்க ஸூர்ய அர்க்ய த்ரியா ப்ரதானம் கரிஷ்யே

என்று ஸங்கல்பித்து விட்டு எழுந்து நின்று இருகைகளையும் ஒன்றாக சேர்த்து கின்னம் போல் வளைத்து (பெருவிரலை நீக்கி) தூய நீரெடுத்து சூரியன் திசையை நோக்கி பின்வரும் காயத்ரி மந்திரத்தால் 3 முறை உயர்த்தி விட வேண்டும். (குதிகால்களை தரையில் படாமல் உயர்த்தவும்.)

காலையிலும், மாலையிலும்

ஓம் பூர்புவஸ்ஸுவ : தத்ஸ விதுர்வரேண்யம் பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி தியோயோந : ப்ரசோதயாத்

பகலில்

ஓம் ஹகும்ச ச்சசிஷ த்வஸுரந்தரிக்ஷ ஸத்தோதா வேதிஷ ததிதிர்துரோணஸத் ந்ருஷத்வரஸத்ருதஸ ஸத்வ்யோமஸ ஸதப்ஜா போஜா ருதஜா அத்ரிஜா ஹ்ரதம்ப்ருஹத்.

என்று ஒரு முறையும் காயத்ரி மந்திரத்தால் 2 முறையும் உயர்த்தி விட வேண்டும். காலையில் நட்சத்திரங்கள் வானில் தெரியும் நேரம் அதாவது சூரிய உதயத்திற்கு முன்பும், நன்பகலில் சூரியன் உச்சியில் உள்ள போதும், மாலையில் சூரியன் அஸ்தமிக்கும் சமயம் கண்ணுக்கு தெரியும் போதுதான் அர்க்யம் விட வேண்டும். எனவே காலம் தவறி செய்யும் போது ப்ராயச்சித்த அர்க்யம் செய்ய வேண்டும்.

15. ப்ராயச்சித்த அர்க்யம்

முக்ய காலாதீக்ரமண தோஷ ப்ராயஸ்சித்தார்த்தம் சதுர்த்தர்க்ய ப்ரதானம் கரிஷ்யே

என்று ஸங்கல்பித்து விட்டு 1 முறை காயத்ரி மந்திரத்தால் உயர்த்தி விட வேண்டும்.

16. ஆத்ம ப்ரதக்ஷிணம்

உத்யந்த மஸ்தம் யந்தமாதித்ய மபித்யாயன் குர்வன் ப்ராஹ்மணோ
வித்வான் ஸகலம் பத்ராமஸ்னு தேஸாவாதித்யோ ப்ரஹ்மேதி
ப்ரஹ்மேவஸன் ப்ரஹ்மர்யேதி-யஏவம் வேத அஸாவாதித்யோ ப்ரும்ஹ

ஐலம் எடுத்து மந்திரத்தை சொல்லி சிரஸை சுற்றி கீழே விடவும்.

17. ஸந்த்யாங்க தர்ப்பணம்

காலையிலும், மாலையிலும்

ஓம் ஸந்யாந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸாவித்ரீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் காயத்ரீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸரஸ்வதீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸத்யோஜாதந் தர்ப்பயாமி
ஓம் வாமதேவந் தர்ப்பயாமி
ஓம் அகோரந் தர்ப்பயாமி
ஓம் தத்புருஷந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஈசானந் தர்ப்பயாமி
ஓம் மனு ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் மய ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் த்வஷ்ட ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் சில்பி ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் விஸ்வக்ஞ ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸாணகரிஷீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸநாதனரிஷீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் அபூனஸரிஷீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ப்ரத்னஸரிஷீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸுபர்னஸரிஷீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸர்வம் ப்ரஹ்மார்ப்பணமஸ்து.

பகலில்

ஓம் ஸந்யாந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸாவித்ரீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ரௌத்ரீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் நிம்ருஜீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸத்யோஜாதந் தர்ப்பயாமி
ஓம் வாமதேவந் தர்ப்பயாமி
ஓம் அகோரந் தர்ப்பயாமி
ஓம் தத்புருஷந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஈசானந் தர்ப்பயாமி
ஓம் மனு ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் மய ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் த்வஷ்ட ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் சில்பி ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் விஸ்வக்ஞ ப்ரம்ஹம் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸாணகரிஷீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸநாதனரிஷீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் அபூனஸரிஷீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ப்ரத்னஸரிஷீந் தர்ப்பயாமி

ஓம் ஸுபர்னஸரிஷீந் தர்ப்பயாமி
ஓம் ஸர்வம் ப்ரஹ்மார்ப்பணமஸ்து.

மந்திரங்களைச் சொல்லி நுனிவிரல்களால் ஜலத்தை கீழே விடவும்.

18. ஜபாஸன சுத்தி

ஆசமனம் - 6ல் உள்ளபடி செய்க

அங்க வந்தனம்- 7ல் உள்ளபடி செய்க

ப்ருத்வித்வயாத்ருதாலோகா: தேவித்வம் விஷ்ணு நாத்ருதா
த்வஞ்சதாரயமாந் தேவி பவித்ரம் குருசாஸனம்

ஜலத்தை கையில் எடுத்து ஜபம் செய்யும் இடத்தை புரோக்ஷித்துக் கொள்ளவும்.

19. காயத்ரி ஆவாஹனம்

ஓமித் யேகாக்ஷரம் ப்ரஹ்மா/ அக்னிர் தேவதா/ ப்ருஹ்மஇத்யாருஷம்/
காயத்ரீம் ச்சந்தம்/ பரமாத்மம் ஸ்வரூபம்/ ஸாயுஜ்யம் வினியோக :/

ஆயாது வரதா தேவீ அக்ஷரம் ப்ரஹ்ம ஸம்ஹிதம்
காயத்ரீம் ச்சந்தஸாம் மாதேதம் ப்ரஹ்மஸ்ய ஜுஷஸ்வமே :

யதந்ஹாத் குருதே பாபம் ததந்ஹாத் ப்ரதிமுச்யதே
யத்ராத்ரியாத் குருதே பாபம் தத்ராத்ரியாத் ப்ரதிமுச்யதே
ஸர்வ வர்ணே மஹாதேவீ ஸந்யா வித்யே ஸரஸ்வதி.

ஓஜோஸி ஸஹோஸி பலமஸி ப்ராஜோஸி தேவானாம் தாம நாமாஸி
விஸ்வமஸி விஸ்வாயு : ஸர்வமஸி ஸர்வாயு : அபிப்ரோம்/
காயத்ரீம் ஆவாஹயாமி /
ஸாவித்ரீம் ஆவாஹயாமி /
ஸரஸ்வதீம் ஆவாஹயாமி /
சந்த ருஷீம் ஆவாஹயாமி /
ஹீயம் ஆவாஹயாமி /
பலம் ஆவாஹயாமி /

சுகாஸனத்தில் அமர்ந்து இரு கைகளையும் கூப்பி மந்திரங்களைச் சொல்லவும்.
"ஆவாஹயாமி" என்று வரும் போது இரு கைகளையும் ஒன்றாக ஹ்ருதயத்திற்கு அருகில் வைத்து வெலியிலிருந்து ஆவாஹனம் (உற்புரமாக சுழற்றவும்) செய்யவும்.

காயத்ரீயாகாய, த்ரீச்சந்தோ, துவஷ்ட ப்ரஹ்ம ருஷி : மனுர்தேவதா
அக்னிர்முகம்-விஸ்வக்ஞ்சிர : சில்பிசிகா : ப்ரஜாபதி ஹ்ருதயம் மய-
யோனி :ப்ராணோபான வ்யானோதான ஸமான ஸதப்ரான :
ஸ்வேதவர்ண ஸானகஸ ஸகோத்ரா காயத்ரீ சதுர் விம்ஸத் யக்ஷர த்ரிபதா
ஷட்குஷி :பஞ்ச சீருஷோபனயநே வினியோக :

ஜலத்தை கையில் எடுத்து மந்திரத்தை சொல்லி கீழே விடவும்.

20. காயத்ரி ஜபம்

- (1) ஆசமனம்- 6ல் உள்ளபடி செய்க
- (2) அங்க வந்தனம்- 7ல் உள்ளபடி செய்க
- (3) ப்ராணாயாமம்- 8ல் உள்ளபடி செய்க

(4) ஸங்கல்பம்

மமோபாக்த ஸமஸ்த துரிதக்ஷயத்வாரா ஸ்ரீ விஸ்வகர்மண ப்ரீத்யர்த்தம்-
அங்கன் யாஸாதி பூர்வகேன

காலையில்

ப்ராதஸ் ஸந்யாங்க காயத்ரி மஹாமந்த்ர ஜபம் கரிஷ்யே

பகலில்

மாத்யாஹ்நிக காயத்ரி மஹாமந்த்ர ஜபம் கரிஷ்யே

மாலையில்

ஸாயம் ஸந்யாங்க காயத்ரி மஹாமந்த்ர ஜபம் கரிஷ்யே

(5) கரன்யாஸம்

ஓம் தத்ஸவிது : மனு ப்ரஹ்மாத்மனே அங்குஷ்டாப்யாந் நம :
வரேண்யம் மய ப்ரஹ்மாத்மனே தர்ஜனீப்யாந் நம :
பர்கோதேவஸ்ய துவஷ்ட ப்ரஹ்மாத்மனே மத்யமாப்யாந் நம :
தீமஹி சில்பி ப்ரஹ்மாத்மனே அநாமிகாப்யாந் நம :
தியோயோன : விஸ்வக்ரு ப்ரஹ்மாத்மனே கனிஷ்டிகாப்யாந் நம :
ப்ரசோதயாத் பஞ்ச ப்ரஹ்மாத்மனே கரதலகர ப்ருஷ்டாப்யாந் நம :

அங்குஷ்டம் என்று வரும் போது ஆள்காட்டி விரலால் கட்டை விரலை உள்ளிருந்து வெளியாக தடவவும். அதேபோல் அடுத்தடுத்த மந்திரங்களுக்கு முரையே கட்டை விரலால் ஆள்காட்டி விரல், நடு விரல், மோதிர விரல், சுண்டு விரல்களை தடவவும். கடைசி வரியில் இடக்கையில் வலக்கையும், வலக்கையில் இடக்கையும் வைத்து பின்பு இரு கைகளின் பின்பக்கத்தையும் தடவி விடவும்.

(6) அங்கந்யாஸம்

ஓம் தத்ஸவிது : மனு ப்ரஹ்மாத்மனே ஹ்ருதயாய நம :
வரேண்யம் மய ப்ரஹ்மாத்மனே சிரஸே ஸ்வாஹா :
பர்கோதேவஸ்ய துவஷ்ட ப்ரஹ்மாத்மனே சிகாயை வஷ்ட
தீமஹி சில்பி ப்ரஹ்மாத்மனே கவசாய ஹும்
தியோயோந : விஸ்வக்ரு ப்ரஹ்மாத்மனே நேத்ரத்ரயாய வெளஷ்ட
ப்ரசோதயாத் பஞ்ச ப்ரஹ்மாத்மனே அஸ்த்ராய பட்

ஓம் பூர்புவஸ்ஸுவரோமிதி திக் பந்த :

"ஹ்ருதயாய நம" என்று வரும் போது வலது கையால் ஹ்ருதயத்தையும், "சிரஸே ஸ்வாஹா" என்று வரும் போது சிரஸையும், "சிகாயை வஷ்ட" என்று வரும் போது பின் சிகையையும், "கவசாய ஹும்" என்று வரும் போது வலது கையால் இடது தோலையும் இடது கையால் வலது தோலையும், "நேத்ரத்ரயாய வெளஷ்ட" என்று வரும் போது நடு மூன்று விரல்களால் முக்கண்களையும், "அஸ்த்ராய பட்" என்று வரும் போது வலது ஆள்காட்டி மற்றும் நடு விரல்களால் இடது உள்ளங்கையில் சத்தம் வரும் படி இரு முறை தட்டவும். "திக் பந்த : " என்று வரும் போது சிரசை வலமாக 10 முறை சிட்டிகை செய்யவும்.

(7)காயத்ரி த்யானம்

முக்தா வித்ரும ஹேம நீல தவளச் சாயைர் குகை ஸ்த்ரீக்ஷணை/
ருக்தா பிந்து நிபத்த ரத்ன மகுடாம் தத்வார்த்த வர்ணாத்மிகாம்//
காயத்ரீம் வரதாபயா அங்குசகசாம் சுப்ரம் கபாலம் கதாம்/
சங்கம் சக்ர கதார விந்தயுகளாம் ஹஸ்தைர் வஹந்தீம் பஜே//

என்று இரு கைகளையும் ஹ்ருதயத்தில் வைத்து சொல்லவும்

(8) காயத்ரி மந்திரம்

ஓம் பூர்புவஸ்ஸுவ : தத்ஸ விதுர்வரேண்யம் பர்கோ தேவஸ்ய தீமஹி
தியோயோந : ப்ரசோதயாத்

காலையில் கிழக்கு முகமாகவும், மத்யானத்தில் வடக்கு முகமாகவும், மாலையில் மேற்கு முகமாகவும் நிமிர்ந்து அமர்ந்து மேல் வஸ்த்திரத்தை யக்ஞோபவீதமாய் அதாவது பிரம்ம வஸ்திரமாய் போட்டுக் கொண்டு ஜபம் செய்யவும். கையை அங்க வஸ்த்திரத்தால் மூடிக்கொண்டு காலையில் நாபிக்கு நேராகவும், மத்யானத்தில் மார்புக்கு நேராகவும், மாலையில் முகத்திற்கு நேராக வைத்துக் கொண்டு 12, 16, 32, 54,108 அல்லது 1008 முறை காயத்ரி மந்திரத்தை ஜபம் செய்யவும்.

21. காயத்ரி உபஸ்தானம்

காலையில்

ஓம் மித்ரஸ்ய சர்ஷணீத்ருத : சர்வோ தேவஸ்ய ஸாநஸிம் /
ஸத்யம் சித்ர ச்'ரவஸ்தமம் // மித்ரோ ஜநாந் யாதயதி ப்ரஜானன் மித்ரோ
தாதார ப்ருதிவீ முதத்யாம் / மித்ர : க்ருஷ்டர நிமிஷாபி சஷ்டே
ஸத்யாய ஹவ்யம் க்ருதவத் விதேம // ப்ரஸமித்ர மர்த்தோ அஸ்து
ப்ரயஸ்வான் யஸ்த ஆதித்ய சிக்ஷிதி வ்ரதேன / நஹந்யதே நஜீயதே
த்வோதோ நைநமகும்ஹோ அச்நோத்யந்திதோந தூராத் //

என்று கிழக்கு முகமாக நின்று இரு கை கூப்பிச் சொல்லிய பின் பவித்ர விரலால் பூமியை தொட்டு நெற்றியிடவும்.

பகலில்

ஓம் ஆஸத்யேன ரஜஸா வர்த்தமானோ நிவேச்யந் அம்ருதம் மர்த்தயஞ்ச
/ ஹிரண்யயேன ஸவிதா ரதேன ஆதேவோ யாதி புவனா விபஸ்யன் //
உத்வயம் தமஸஸ்பரி பச்யந்தோ ஜ்யோதிருத்தரம் / தேவம்
தேவத்ராஸூர்யம் அகந்ம ஜ்யோதிருத்தமம் // உதுத்யம் ஜாதவேதஸம்
தேவம் வஹந்தி கேதவ :/ த்ருசே விச்வாய ஸூர்யம் / சித்ரம் தேவாநாம்
உதகாதநீகம் சக்ஷார்மித்ரஸ்ய வருணஸ்யாக்னே :/
ஆப்ராத்யாவாப்ருதிவீ அந்தரிக்ஷகும் ஸூர்ய ஆத்மா ஜகதஸ்தஸ்துஷ்ச்ச
தச்சக்ஷார் தேவஹிதம் புரஸ்தாத் சுக்ரமுச்சரத் //

என்று வடக்கு முகமாக நின்று இரு கை கூப்பிச் சொல்லவும்

பஸ்யேம ச்'ரத : ச'தம் ஜீவேம ச்'ரத : ச'தம் நந்தாம ச்'ரத : ச'தம்
மோதாம ச்'ரத : ச'தம் பவாம ச்'ரத : சதகும் ச்ருணவாம ச்'ரத : ச'தம்
ப்ரப்ரவாம ச்'ரத : ச'தம் அஜீதாஸ்யாம ச்'ரத : ச'தம் ஜ்யோக்ஷ ஸூர்யம்
ச்ருசே / ய உதகாந்மஹதோர்ணவாத் விப்ராஜமான : ஸூரிரஸ்ய மத்யாத்
ஸமா வ்ருஷபோ லோஹிதாக்ஷஸ் : ஸூர்யோவிபஸ்சிந் மனஸா
புநாது //

என்று காலினீ முத்திரையில் சூர்யனை பார்த்து சொல்லவும்

மாலையில்

இமம்மே வருண ச்ருதீஹவ மத்யாச ம்ருடய / த்வாம வஸ்யுராசகே //
தத்வாயாமி ப்ரஹ்மணா வந்தமாந : ததாசாஸ்தே யஜமானோ ஹவிர்பி :/
அஹோடமானோ வருணேஹபோதி உருச'கும்ஸ மான : ஆயு :
ப்ரமோஷீ :// யச்சித்திதே விசோ யதாப்ரதேவ வருணவ்ரதம் / மிநீமஸி
த்யவித்யவி // யத்கிஞ்சேதம் வருணதைவ்யே ஜனேபித்ரோ ஹம்
மனுஷ்யா ச்'சராமஸி / அசித்தீ யத்தவ தர்மா ய்யோபிம மாநஸ்தஸ்மா
தேனஸோ தேவரீரிஷ :// கிதவாஸோ யத்ரிரிபுர் நதிவி யத்வாகா ஸத்யம்
உதயந்நவித்ம / ஸர்வாதாவிஷ்ய சி'திரேவ தேவ அதாதேஸ்யாம வருண
ப்ரியாஸ ://

என்று மேற்கு முகமாக நின்று இரு கை கூப்பிச் சொல்லவும்

22. திக் தேவதாதி நமஸ்காரம்

எல்லா காலத்திலும்

ஓம் நம : ப்ராச்சயை திசே யாச்ச தேவதா ஏதஸ்யாம் ப்ரதி வஸந்தி

ஏதாப்யச்ச நம : (கிழக்கு முகமாக நின்று இரு கை கூப்பிச் சொல்லவும்)

ஓம் நமோ : தக்ஷிணாயை திசே யாச்ச தேவதா ஏதஸ்யாம் ப்ரதி வஸந்தி

ஏதாப்யச்ச நம : (தெற்கு முகமாக நின்று இரு கை கூப்பிச் சொல்லவும்)

ஓம் நம : ப்ரதீச்சயை திசே யாச்ச தேவதா ஏதஸ்யாம் ப்ரதி வஸந்தி

ஏதாப்யச்ச நம : (மேற்கு முகமாக நின்று இரு கை கூப்பிச் சொல்லவும்)

ஓம் நமோ : உதீச்சயை திசே யாச்ச தேவதா ஏதஸ்யாம் ப்ரதி வஸந்தி

ஏதாப்யச்ச நம : (வடக்கு முகமாக நின்று இரு கை கூப்பிச் சொல்லவும்)

காலையில் கிழக்கு பகலில் வடக்கு மாலையில் மேற்கு

ஓம் நம : ஊர்த்வாயை திசே யாச்ச தேவதா ஏதஸ்யாம் ப்ரதி வஸந்தி

ஏதாப்யச்ச நம : (மேலே பார்த்து இரு கை கூப்பிச் சொல்லவும்)

ஓம் நமோ : அதராயை திசே யாச்ச தேவதா ஏதஸ்யாம் ப்ரதி வஸந்தி

ஏதாப்யச்ச நம : (கீழே பார்த்து இரு கை கூப்பிச் சொல்லவும்)

ஓம் நமோ : அவந்தராயை திசே யாச்ச தேவதா ஏதஸ்யாம் ப்ரதி வஸந்தி

ஏதாப்யச்ச நம : (நடு திசையை பார்த்து இரு கை கூப்பிச் சொல்லவும்)

ருஷி நமஸ்கார : நமோ நமோ கங்கா - யமுனயோர் - மத்யேயே வஸந்தி

தே மே ப்ரஸந்நாத்மன : சிரம் ஜீவிதம் வர்த்தயந்தி, நமோ, கங்கா -

யமுனயோர்- முனிப்யச்ச நமோ, கங்கா - யமுனயோர்- முனிப்யச்ச நம :

ஓம் ஸந்த்யாயை நம :

ஓம் ஸாவித்ரையை நம :

ஓம் காயத்ரையை நம :

ஓம் ஸர்ஸ்வதையை நம :

ஓம் ஸர்வேப்யோ தேவதாப்யோ நமோ நம :

ஓம் தேவேப்யோ நம :

ஓம் ருஷிப்யோ நம :

ஓம் முனிப்யோ நம :

ஓம் குருப்யோ நம :

ஓம் மாத்ருப்யோ நம :

ஓம் பித்ருப்யோ நம :

ஓம் ஆச்சார்யேப்யோ நம :

ஓம் ஸர்வேப்யோ ப்ராஹ்மணேப்யோ நம :

காமேகார்ஷீந் மன்யுரகார்ஷீந் ஓம் நமோ நம :

ப்ருதிவ்யாபஸ்-தேஜோ-வாயு-ராகாசாத், ஓம் நமோ பகவதே

ஸ்ரீ விஸ்வகர்மணே.

எந்த திக்கு நோக்கி ஜபம் செய்யப்பட்டதோ அந்த திக்கில் இருந்து ஆரம்பித்து ஒவ்வொரு மந்திரத்திற்கும் ஒவ்வொரு திக்கில் நமஸ்கரித்து பிரதக்ஷிணமாகசுற்றி ஆரம்பித்த திக்கில் முடிக்கவும்.

யாஹூம் ஸதா ஸர்வபூதானி சராணி ஸ்தாவராணி ச ஸாயம்

ப்ராதர்-நமஸ்யந்தி ஸா மா ஸந்த்யாஅபிரக்ஷது

சிவாய விஷ்ணு ரூபாய : சிவ ரூபாய விஷ்ணவே

சிவஸ்ய ஹ்ருதயம் விஷ்ணுர் விஷ்ணோச்ச ஹ்ருதயம் சிவ : //

யதா சிவ மயோவிஷ்ணுர் ஏவம் விஷ்ணு மயச்சிவ :

யதா ந்தரம் நபஸ்யாமி ததா மே ஸ்வஸ்திராயுஷி //

விஸ்வகர்மா பரபிரம்மா பரமாத்மா பராத்பர :

கேசவாத்யை சிவா த்யைர்வா நாமபி : கீர்த்தயதேஅத்ருஸ ://

நமோ ப்ரஹ்மண்ய தேவாய தேவ பிராம்ஹண ஹிதாய ச :
ஜகத்திதாய ஸ்ரீ விஸ்வ கர்மணே அஸ்மை நமோ நம ://
ஆகாசாத்திதம் தோயம் யதா கச்சதி ஸாகரம்/
ஸர்வ தேவ நமஸ்கார விஸ்வகர்மாண மருச்சதி//

உத்தமே சிகரே ஜாதே பூம்யாம் பர்வத மூர்த்தனி
ப்ராம்ணேப்யோஹ்யனுஜ்ஞாத கச்ச தேவி யதா ஸுகம்
ஸ்துதோ மயா வரதா வேதமாதா ப்ரசோதயந்தீ பவணே
த்விஜாதா ஆயு : ப்ருதிவ்யாம் த்ரவிணம் ப்ரஹ்மவர்ச்சஸம்
மஹ்யம் தத்வா ப்ரஜாதும் ப்ரஹ்மலோகம்

நநோ அத்வனந்தாய ஸஹஸ்ரமூர்த்தயே ஸஹஸ்ர-பாதாக்ஷி சிரோரு-
பாஹவே, ஸஹஸ்ர-நாம்ணே புருஷாய சாச்வதே, ஸஹஸ்ரகோடி-
யுகதாரிணே நம :

இதம் த்யாவா ப்ருதீவீ ஸத்யமஸ்து பிதர்மாத :
யதிஹோபப்ருவேவாம் பூதம் தேவானாம் அவமே அவோபி :
வித்யாமேஷம் வ்ருஜிநம் ஜீர்தானம்.

ஸர்வ வேதேஷாயத் புண்யம் ஸர்வ தீர்த்தேஷு யத்பலம், தத் பலம்
ப்ராப்நோதி புருஷ :// ஸ்துத்வா.

வ்வயா ப்ரமாண்டம் அகிலம் நிர்மிதம் விஸ்வகர்மணா
கர்மணா வ்யக்த தத்வோசி விஸ்வகர்ம நமோஸ்துதே.

என்று இரு கை கூப்பி நமஸ்கரித்துக் கொண்டே சொல்லவும்.

23. அபிவாதனம்

ஸதுஸ்ஸாகர பர்யந்தம் விஸ்வ ப்ராஹ்மணே ப்யோப்ய சுபம்பவது
.....ப்ரவாரன் வித.....கோத்ர.....சூத்ர.....சாகே.....சர்மாநாம்
அஹம்போ அபிவாதயே.

சூர்யன் இருக்கும் திசையை நோக்கி இரு கைகளாலும் காதுகளை மூடி குணிந்து மந்திரத்தைச் சொல்லியபின் பூமியை தொட்டு வணங்கவும்.

24. கூடிமா ப்ரார்த்தனா

காயேன வாசா மநஸேந்ரியைர்வா
புத்யாத்ம நாவா ப்ரக்ருதே ஸ்வபாவாத் /
கரோமி யத்யத் சகலம் பரஸ்மை
விஸ்வகர்மணாயேதி ஸமர்ப்பயாமி //
ஏதத் ஸர்வம் ஸ்ரீ விஸ்வகர்ம பரமேஸ்வரார்ப்பணமஸ்து.

உத்ரணி ஜலத்தை கையில் எடுத்து மந்திரத்தைச் சொல்லி தேவ தீர்த்தமாக விரல்கள் நுனி வழியாக கீழே விட்டு ஜலத்தை மோதிர விரலால் தொட்டு ரக்ஷையாக நெற்றியில் இடவும்.

25. ரக்ஷா

ஆசமனம் - 6ல் உள்ளபடி செய்க

அத்யானோ தேவஸவித : / ப்ரஜாவத்ஸாவீ : ஸௌபகம் /
பரதுஷ்வப்நியகும் ஸுவ / விஸ்வாநி தேவ ஸவித :/ துரிதாநி பராஸுவ /
யத்பத்ரம் தந்ம ஆஸுவ //

உள்ளங்கையில் ஜலம் எடுத்து மந்திரத்தைச் சொல்லி ஆசனத்தின் மீது ப்ரோக்கித்த பின் ஆசனத்தைத் மோதிர விரலால் தொட்டு நெற்றியில் திலகமிடவும்.

/////ஸந்தியாவந்தனம் முடிவுற்றது/////

ஸந்தியாவந்தன காலம்

ப்ரதிதினம் உதயாத்தூர்வம் 4 மணிமுதல் 6 மணிக்குள் ப்ராத:கால ஸந்தியா வந்தனம் செய்யவும்.

மாத்தியாஹ்ன காலமானது பகல் 11 மணிமுதல் 1 மணிக்குள் செய்யவும்.
ஸாயங்காலமானது மாலை 5 மணிமுதல் 7 மணிக்குள் செய்யவும்.

ஸங்கற்பத்தில் அந்தந்த வருஷம், மாதம், அயநம், ருதுபக்ஷம், வாரம், திதி முதலியவற்றை பின்வருவதை பார்த்து தெறிந்துக்கொள்ளவும். ஸங்கற்ப முடிவில் அவரவர் கோத்திரம் மற்றும் நாமதேயம் சேர்த்துக்கொள்ளவும்.

தமிழ்ப் பெயர்களுக்குப் பதிலாக ஸங்கல்பத்தில் சொல்ல வேண்டிய ஸமஸ்க்ருதப் பெயர்கள் கீழே வருமாறு

அயனங்கள்-2

ஆடி மாதம் முதல் மார்கழி மாதம் வரை தக்ஷணாயனம்
தை மாதம் முதல் ஆனி மாதம் வரை உத்தராயணம்

ருதுக்கள் 6

சித்திரை - வைகாசி-----வஸந்தருது
ஆனி - ஆடி-----கர்ஷ்டமருது
ஆவணி - புரட்டாசி-----வர்ஷருது
ஐப்பசி - கார்த்திகை-----ஸரத்ருது
மார்கழி - தை-----ஹேமந்தருது
மாசி - பங்குனி-----ஸிஸிரருது

மாதங்கள் 12

சித்திரை-----சைத்ரம்
வைகாசி-----வைஸாகம்
ஆனி-----ஜேஷ்டம்
ஆடி-----ஆஷாடம்
ஆவணி-----ஸ்ராவணம்
புரட்டாசி-----பாத்ரபதம்
ஐப்பசி-----ஆஸ்வீயஜம்
கார்த்திகை-----கார்த்திகம்
மார்கழி-----மார்க்கஸிரம்
தை-----புஷ்யம்
மாசி-----மாகம்
பங்குனி-----பால்குனம்

பக்ஷம் 2

சுக்ல பக்ஷம்-----அமாவாசைக்கு பிறகு(வளர்பிரை)
கிருஷ்ண பக்ஷம்-----பௌர்ணமிக்கு பிறகு(தேய்பிரை)

வாரங்கள் 7

ஞாயிற்றுக்கிழமை-----பாநுனாஸரம்
திங்கட் கிழமை-----இந்துவாஸரம்
செவ்வாய்க்கிழமை-----பௌமவாஸரம்
புதன்கிழமை-----ஸௌம்யவாஸரம்
வியாழக்கிழமை-----குருவாஸரம்
வெள்ளிக்கிழமை-----ப்ருகுவாஸரம்
சனிக்கிழமை-----ஸ்திரவாஸரம்

நக்ஷத்திரங்கள் 27

அசுவினி-----அஸ்விநீ
பரணி-----அபபரணி
கார்த்திகை-----க்ருத்திகா
ரோகிணி-----ரோஹிணீ
மிருகசிரம்-----ம்ருகஸீர்ஷ
திருவாதிரை-----ஆர்த்ரா
புனர்பூசம்-----புனர்வஸு
பூசம்-----புஷ்யமி
ஆயில்யம்-----ஆஸ்லேஷா

மகம்-----மகா
 பூரம்-----பூர்வபல்குனி
 உத்திரம்-----உத்திரபல்குனி
 ஹஸ்தம்-----ஹஸ்த
 சித்திரை-----சித்ரா
 சுவாதி-----ஸ்வாதீ
 விசாகம்-----விஸாகா
 அனுஷம்-----அநுராதா
 கேட்டை-----ஜ்யேஷ்டா
 மூலம்-----மூலா
 பூராடம்-----பூர்வாஷாடா
 உத்திராடம்-----உத்தராஷாடா
 திருவோணம்-----ஸ்ரவண
 அவிட்டம்-----பூரி அவிஷ்டா
 சதயம்-----ஸதபிஷ
 பூரட்டாதி-----பூர்வப்ரோஷ்டபதா
 உத்திரட்டாதி-----உத்தரப்ரோஷ்டபதா
 ரேவதி-----ரேவதீ

சித்திரை மாதப் பிறப்பு: மேஷ ஸங்க்ரமண புண்யகாலே, மேஷ ஸங்க்ரமண ஸ்ராத்தம் ஹிரண்ய (திலதர்ப்பண) ரூபேண கரிஷ்யே.

தை மாதப் பிறப்பு: மகர ஸங்க்ரமண புண்யகாலே

சந்திர க்ரஹணத்திற்கு: ஸூர்யோபராக புண்யகாலே ஸூர்யோராக ஸ்ராத்தம்..... என்று சொல்லவும்.