

గాయత్రీ జపం

శ్రీలక్ష్మీనృసింహ పరబ్రహ్మణేనమః
శ్రీ పద్మావతీ సమేత శ్రీవేంకటేశాయ నమః
శ్రీవిష్ణవే పరమాత్మనే నమః
శ్రీమతే రామానుజాయ నమః
శ్రీనిగమాస్త మహా దేశికాయ నమః
శ్రీ సాయిరాం

[Please click here](#)

to find the tidhi, vaara, nakshatra for saN^kalpa.

1. సజ్కల్పం

స్నానము చేసి, శుభ్రమైన వస్త్రములు ధరించి
తూర్పుదిక్కు తిరిగి

ఆచమనం

అచ్యుతాయ నమః
అనన్తాయ నమః ఆచమనం చేసి,
ప్రాణాయామ ఆసనములో కూర్చొని

ప్రాణాయామం

ఓంభూః
ఓంభువః
ప్రాణాయామము చేసి, చేతులు నమస్కార ముద్రలో జోడించి

గురు ఇష్టదైవ ప్రార్థన

అస్మద్గురుభ్యో నమః |
అస్మాత్ పరమ గురుభ్యో నమః |
అస్మాత్ సర్వ గురుభ్యో నమః |

శ్రీమతే శ్రీ ఆదివణ్ శఠకోప యతీస్త్రి మహాదేశికాయ నమః |

యస్యాభవద్భక్త జనార్తిహస్తః పితృత్వమన్యేష్యవిచార్య తూర్ణమ్ |
స్తంభేఽవతారస్తమనన్యలభ్యం లక్ష్మీనృసింహం శరణం ప్రపద్యే ||

శ్రీమాణ్వేఙ్కటనాథార్యః కవితార్కిక కేసరీ |
వేదాంతాచార్య వర్యోమే సన్నిధత్తాం సదాహృది ||

గురుభ్యస్తద్గురుభ్యశ్చ నమోవాకమధీమహే |
వృణీమహే చ తత్రాద్యో దంపతీ జగతాంపతీ ||

శ్రీమన్నభీష్ట వరద |
త్వామస్మి శరణం గతః ||

స్వశేష భూతేన మయా స్వియైః సర్వ పరిచ్ఛదైః |
విధాతుం ప్రీతమాత్మానం దేవః ప్రక్రమతే స్వయం ||

శుక్లామ్బరధరంవిష్ణుం శశివర్ణం చతుర్భుజమ్ |
ప్రసన్నవదనం ధ్యాయేత్ సర్వవిఘ్నోపశాంతయే ||

యస్యద్విరద వక్త్రాద్యాః పారిషద్యాః పరశ్శతమ్ |
విఘ్నం నిఘ్నన్తి సతతం విష్వక్సేనం తమాశ్రయే ||

చేతులను సఙ్కల్ప ముద్రలో ఉంచి - (సఙ్కల్పం)

హరిః ఓం తత్ సత్ శ్రీ గోవింద గోవింద గోవింద

అస్య శ్రీ భగవతో మహా పురుషస్య

విష్ణోరాజ్యయా

ప్రవర్తమానస్య ఆద్య బ్రహ్మణః (బ్రహ్మణో)

ద్వితీయ పరార్థే

శ్రీ శ్వేతవరాహకల్పే

వైవస్వత మన్వంతరే

కలియుగే

ప్రథమ పాదే

~~(జంబూద్వీపే భారత వర్షే భరత ఖండే శకాబ్దే మేరోర్దక్షిణే పార్శ్వే)~~

అస్మిన్ వర్తమానానాం వ్యావహారికాణాం

ప్రభవాదీనాం షష్ట్యాః సంవత్సరాణాం మధ్యే

saN^kalpa	
-----	నామ సంవత్సరే
దక్షిణాయనే	
-----	ఋతౌ
-----	మాసే
-----	పక్షే
-----	శుభ తిథౌ
-----	వాసర
-----	నక్షత్ర యుక్తాయాం
శ్రీవిష్ణుయోగ విష్ణుకరణ శుభయోగ శుభకరణ	
ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం అస్యాం	
-----	శుభ తిథౌ

శ్రీ భగవదాజ్ఞయా శ్రీమన్నారాయణ ప్రీత్యర్థం
 మిథ్యాధీత ప్రాయశ్చిత్తార్థం
 అష్టోత్తర సహస్ర సంఖ్యయా
 గాయత్రీ మహామంత్రజపం కరిష్యే |

2. సాత్వికత్యాగం

Fold the palms together in praNaamam (Namaste) posture -

ఓం భగవానేవ స్వనియామ్య స్వరూపస్థితి ప్రవృత్తి
 స్వశేషతైకరసేన అనేన ఆత్మనా కర్తా
 స్వకీయైశ్చోపకరణైః స్వారాధనైక ప్రయోజనాయ
 పరమపురుషః సర్వశేషీ శ్రియఃపతిః స్వశేష భూతమిదం
 మిథ్యాధీత ప్రాయశ్చిత్తార్థ గాయత్రీ మహామంత్ర జపం
 భగవాన్ స్వస్మై స్వప్రీతయే స్వయమేవ కారయతి ||

3. గాయత్రీ ఆవాహనం -

ఆయాతు ఇత్యనువాకస్య వామదేవ ఋషిః (శిరస్సు స్పర్శం)
 అనుష్టుప్ ఛందః (నాసాగ్ర స్పర్శం)
 గాయత్రీ దేవతా (హృదయం / నాభి స్పర్శం)
 గాయత్రీ ఆవాహనే వినియోగః (ఆత్మ ఆవాహనం)

Fold the palms together in praNaamam (Namaste) posture -

ఆయాతు వరదా దేవీ అక్షరం బ్రహ్మ సమీతం |

గాయత్రీం ఛన్దసాం మాతేదం బ్రహ్మ జషస్వనః ||

ఓజోఽసి సహోసి బలమసి భ్రాజోఽసి దేవానాం ధామనామాసి

విశ్వమసి విశ్వాయుః సర్వమసి సర్వాయుః అభిబూరోం

గాయత్రీం ఆవాహయామి (ఆత్మ ఆవాహనం)

సావిత్రీం ఆవాహయామి (ఆత్మ ఆవాహనం)

సరస్వతీం ఆవాహయామి (ఆత్మ ఆవాహనం)

సావిత్ర్యా ఋషిః విశ్వామిత్రః (శిరస్సు స్పర్శం)

దేవీ గాయత్రీ ఛందః (నాసాగ్ర స్పర్శం)

సవితా దేవతా (హృదయం / నాభి స్పర్శం)

Fold the palms together in praNaamam (Namaste) posture -

యోదేవో సవితాస్మాకం ధియో ధర్మాది గోచరాః |

ప్రేరయేత్ తస్య యద్భర్గః తద్వరేణ్యముపాస్మహే ||

ఆదిత్య మండలే ధ్యాయేత్ పరమాత్మానమవ్యయం |

విష్ణుం చతుర్భుజం రత్న కున్డలైర్మణ్డితాఙ్గనం ||

సర్వరత్న సమాయుక్త సర్వాభరణ భూషితాం |

ఏవం ధ్యాత్వా జపేన్నిత్యం మంత్రమష్టోత్తరం శతం ||

4. జపం

ఓం | భూర్భువస్సువః |

తత్సవితుర్వరేణీయం |

భర్గో దేవస్య ధీమహి |

ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ ||

ఓం | భూర్భువస్సువః |

Perform the Japam 1008 times

పునః ప్రాణాయామం

ఓం భూః | ఓం భువః |

perform ప్రాణాయామం

సజ్కల్పం (చేతులు సజ్కల్ప ముద్రలో)

శ్రీ భగవదాజ్ఞయా శ్రీమన్నారాయణ ప్రీత్యర్థం
గాయత్రీ ఉపస్థానం కరిష్యే ||

5. గాయత్రీ ఉపస్థానం

ఉత్తమ ఇత్యనువాకస్య వామదేవ ఋషిః (శిరస్సు స్పర్శం)
అనుష్టుప్ ఛందః (నాసాగ్ర స్పర్శం)
గాయత్రీ దేవతా (హృదయం / నాభి స్పర్శం)
గాయత్రీ ఉద్వాసనే వినియోగః (ఆత్మ ఉద్వాసనం)

4. దేవతా, దిక్ వందనం

Get up from aasanam and perform abhivaadanam; fill in the appropriate R^ishhi pravaram and other details in the blanks below.

అభివాదయే (.....) (.....) (.....)

(.....) ఋషేయ ప్రవరాన్విత

(.....) గోత్రః

(.....) సూత్రః

(.....) శ్వాఖాధ్యాయీ

శ్రీ (.....) శర్మానామాహం అస్మిభోః ||

Fold the palms together in praNaamam (Namaste) posture

ఓం ప్రాచ్యై దిశే నమః - facing East

ఓం దక్షిణాయై దిశే నమః - facing South

ఓం ప్రదీచ్యై దిశే నమః - facing West

ఓం ఉదీచ్యై దిశే నమః - facing North

After doing namaskaaram in the four directions
Face East in the same posture -

show the folded palms up and -

ఓం ఊర్ధ్వాయై నమః

show the folded palms towards the ground and -

ఓం అధరాయై నమః

again show the folded palms up and -

ఓం అన్తరిక్షాయై నమః

again show the folded palms towards the ground and -

ఓం భూమ్యై నమః

Face straight (vaikuntam) and -

ఓం విష్ణవే నమః

ధ్యేయస్సదా సవితృమండల మధ్య వర్తి
నారాయణస్సరసిజాసన సన్నివిష్టః |
కేయూరవాన్, మకర కుండలవాన్, కిరీటీ, హారీ,
హిరణ్య (ణ్ణ)య వపుః, ధృత శంఖ చక్రః ||

శంఖ చక్ర గదా పాణే ద్వారకా నిలయాచ్యుత |
గోవిన్ద పుండరీకాక్ష రక్షమాం శరణాగతమ్ ||

నమో బ్రహ్మణ్య దేవాయ గోబ్రాహ్మణ హితాయచ |
జగద్ధితాయ కృష్ణాయ శ్రీ గోవిన్దాయ నమో నమః ||

ప్రణమ్య (సాష్టాఙ్గ నమస్కారము చేసి),

అభివాద్య (అభివాదనము చేసి)

Fill in the appropriate R^ishhi pravaram and other details
in the blanks below.

అభివాదయే (.....) (.....) (.....)

(.....) ఋషేయ ప్రవరాన్విత

(.....) గోత్రః

(.....) సూత్రః

(.....) శ్వాఖాధ్యాయీ

శ్రీ (.....) శర్మానామాహం అస్మిభోః ||

5. జపం

శ్రీ కృష్ణాయ నమః, శ్రీ కృష్ణాయ నమః,

repeat and do japam ten times - then

perform ఆచమనం

అచ్యుతాయ నమః |

అనన్తాయ నమః |

6. సాత్వికత్యాగం

Fold the palms together in praNaamam (Namaste) posture

ఓం భగవానేవ గాయత్రీ మహా మంత్ర జపం కర్మ
భగవాన్ స్వస్మై స్వప్రీతయే స్వయమేవ కారితవాన్ -

శ్రీరంగమఙ్గళనిధిం కరుణానివాసం

శ్రీవేంకటాద్రి శిఖరాలయ కాళమేఘం |

శ్రీ హస్తశైల శిఖరోజ్వల పారిజాతం

శ్రీశం నమామి శిరసా యదుశైల దీపం ||

కాయేన వాచా మనసేన్ద్రియైర్వా

బుద్ధ్యాఽతమనా వా ప్రకృతేః స్వభావాత్ |

కరోమి యద్యత్ సకలం పరస్మై

శ్రీమన్నారాయణాయేతి సమర్పయామి ||

After the above saatvika tyagam, sprinkle water on the spot
where japam was done

సర్వం శ్రీ కృష్ణార్పణ మస్తు

* * * * *

[HOME](#)

[STOTRA LIST](#)

[PREVIOUS ARCHIVE](#)

[NEXT ARCHIVE](#)