# శ్రావణ మంగళ గౌరీ వ్రతం

# శ్రావణ మంగళ గౌరీ వ్రతం

## శ్రావణ మంగళ గౌరీ వ్రతం విధానం

శ్రావణ మాసం మందు ఆచరించ వలసిన వ్రతములలో మొదటిది ఈ మంగళగౌరీ వ్రతం ఈ నెలలో వచ్చే నాలుగు మంగళవరాలు మంగళ గౌరీని పూజించాలి. పార్వతి దేవికి మరొక పేరు (గౌరీ ) మంగళ గౌరీ. సాధారణంగా కొత్తగా పెళ్ళయిన ముత్తైదువలు ఈ వ్రతాన్ని చేస్తారు. ఈ వ్రతాన్ని ఆచరించడం వల్ల మహిళలకు సౌభాగ్యకరమైన ఐదవతనం కలకాలం నిలుస్తుందని ప్రతీతి. ఈ వ్రతాన్నిగురించి స్వయంగా శ్రీ కృష్ణుడు ద్రౌపదికి వివరించినట్లు పురాణాలు పేర్కొన్నాయి.

శ్రావణ మంగళ గౌరీ వ్రతం విధానం లేదా మంగళ గౌరీ పూజ ఏవిధంగా జరుపుకోవాలో మంత్ర పూర్వకంగా, వివరణతో క్రింది విధంగా తెలుపబడినది.

**<u>పసుపు గణపతి పూజ:</u>**

శ్లో || శుక్లాంబరధరం విష్ణుం శశివర్ణం చతుర్భుజం
ప్రసన్నవదనం ధ్యాయేత్ సర్వ విఘ్నోపశాంతయే
దీపత్వం బ్రహ్మరూపో సి జ్యోతిషాం ప్రభురవ్యయః
సౌభాగ్యం దేహి పుత్రాంశ్చ సర్వాన్ కామాంశ్చదేహిమే

**(దీపము వెలిగించి దీపపు కుందెకు గంధము,కుంకుమబొట్లు పెట్టవలెను.)**

శ్లో || అగమార్ధం తు దేవానాం గమనార్థం తు రక్షసాం
కురుఘంటారవం తత్ర దేవతాహ్వాన లాంఛనమ్

**(గంటను మ్రోగించవలెను)**

**ఆచమనం**

ఓం కేశవాయ స్వాహా,ఓం నారాయణాయ స్వాహా,ఓం మాధవాయ స్వాహా,

**(అని మూడుసార్లు ఆచమనం చేయాలి)**

- ఓం గోవిందాయ నమః, 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, జనార్ధనాయ నమః,
- ఉపేంద్రాయ నమః, హరయే నమః,
- శ్రీ కృష్ణాయ నమః

యశ్శివో నామరూపాభ్యాం యాదేవీ సర్వమంగళా
తయోః సంస్మరణాత్ పుంసాం సర్వతో జయమంగళమ్ ||
లాభస్తేషాం జయస్తేషాం కుతస్తేషాం పరాభవహః
యేషా మిందీవర శ్యామో హృదయస్థో జనార్ధనః
ఆపదా మపహర్తారం దాతారం సర్వసంపదాం
లోకాభిరామం శ్రీరామం భూయో భూయో నమామ్యహమ్ ||
సర్వమంగళ మాంగళ్యే శివే సర్వార్ధసాధికే
శరణ్యే త్ర్యంబికే దేవి నారాయణి నమోస్తుతే ||

- శ్రీ లక్ష్మీ నారాయణాభ్యాం నమః ఉమామహేశ్వరాభ్యాం నమః
- వాణీ హిరణ్యగర్భాభ్యాం నమః శచీపురందరాభ్యం నమః
- అరుంధతీ వశిష్ఠాభ్యాం నమః శ్రీ సీతారామాభ్యాం నమః
- నమస్సర్వేభ్యో మహాజనేభ్య నమః
- అయం ముహూర్తస్సుముహూర్తస్తు

ఉత్తిష్ఠంతు భూతపిశాచా ఏతే భూమి భారకాః
ఏతేషా మవిరోధేనా బ్రహ్మకర్మ సమారభే ||

**(ప్రాణాయామం చేసి అక్షతలు వెనుకకు వేసుకొనవలెను.)**

**ప్రాణాయామము**

**(కుడిచేతితో ముక్కు పట్టుకొని యీ మంత్రమును ముమ్మారు చెప్పవలెను)**

ఓం భూః ఓం భువః ఓం సువః ఓం మహః ఓం జనః ఓం తపః ఓం సత్యం ఓం
తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్
ఓం అపోజ్యోతి రసోమృతం బ్రహ్మ భూర్భువస్సువరోమ్

**<u>సంకల్పం:</u>**

ఓం మమోపాత్త దురితక్షయ ద్వారా శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం శుభే, శోభ్నే, ముహూర్తే, శ్రీ మహావిష్ణో రాజ్ఞాయా ప్రవర్తమానస్య అద్యబ్రహ్మణః ద్వితీయ పరార్ధే, శ్వేత వరాహకల్పే వైవస్వత మన్వంతరే కలియుగే ప్రథమపాదే జంబూద్వీపే భరతవర్షే, భరతఖండే మేరోర్దక్షిణదిగ్భాగే, శ్రీశైలశ్య ఈశాన్య (మీరు ఉన్న దిక్కును చెప్పండి) ప్రదేశే కృష్ణ/గంగా/గోదావర్యోర్మధ్యదేశే (మీరు ఉన్న ఊరికి ఉత్తర దక్షిణములలో ఉన్న నదుల పేర్లు చెప్పండి) అస్మిన్ వర్తమాన వ్యావహారిక చంద్రమాన (ప్రస్తుత సంవత్సరం) సంవత్సరే (ఉత్తర/దక్షిణ) ఆయనే (ప్రస్తుత ఋతువు) ఋతౌ (ప్రస్తుత మాసము) మాసే (ప్రస్తుత పక్షము) పక్షే (ఈరోజు తిథి) తిథౌ (ఈరోజు వారము) వాసరే (ఈ రోజు నక్షత్రము) శుభ నక్షత్రే (ప్రస్తుత యోగము) శుభయోగే, శుభకరణే. ఏవం గుణ విశేషణ విషిష్ఠాయాం, శుభతిథౌ,శ్రీమాన్ (మీ గోత్రము) గోత్రస్య (మీ పూర్తి పేరు) నామధేయస్య, ధర్మపత్నీ సమేతస్య అస్మాకం సహకుటుంబానాం క్షేమ, స్థైర్య, ధైర్య, విజయ, అభయ,ఆయురారోగ్య ఐశ్వర్యాభివృద్యర్థం, ధర్మార్ధ, కామమోక్ష చతుర్విధ ఫల,పురుషార్ధ సిద్ధ్యర్థం, ధన,కనక,వస్తు వాహనాది మృద్ధ్యర్థం, పుత్రపౌత్రాభివృద్ధ్యర్థం, సర్వాపదా నివారణార్థం, సకల కార్యవిఘ్ననివారణార్ధం,సత్సంతాన సిధ్యర్థం, పుత్రపుత్రికానాం సర్వతో ముఖాభివృద్యర్థం, ఇష్టకామ్యార్థ సిద్ధ్యర్థం, శ్రీమత్ క్షీరాబ్ధిశయన దేవతా ముద్ధిశ్య శ్రీ క్షీరాబ్ధిశయన దేవతా ప్రీత్యర్థం యావదృక్తి ధ్యాన,వాహనాది షోడశోపచార పూజాం కరిష్యే

**(అక్షతలు నీళ్ళతో పళ్ళెములో వదలవలెను.)**

తదంగత్వేన కలశారాధనం కరిష్యే

**<u>కలశారాధనం:</u>**

శ్లో || కలశస్యముఖే విష్ణుః కంఠేరుద్ర స్సమాశ్రితః
మూలే తత్రోస్థితోబ్రహ్మ మధ్యేమాతృగణా స్మృతాః
కుక్షౌ తు సాగరా స్సర్వే సప్తద్వీపా వసుంధరా
ఋగ్వేదోథ యజుర్వేద స్సామవేదోహ్యథర్వణః
అంగైశ్చ సహితాస్సర్వే కలశాంబు సమాశ్రితాః

**(కలశపాత్రకు గంధము,కుంకుమబొట్లు పెట్టి పుష్పాక్షతలతో అలంకరింపవలెను.కలశపాత్రపై కుడి అరచేయినుంచి ఈ క్రింది మంత్రము చదువవలెను.)**

శ్లో || గంగేచ యమునే చైవ గోదావరి సరస్వతి
నర్మదే సింధు కావేరి జలేస్మిన్ సన్నిధిం కురు

ఆయాంతు దేవపూజార్థం – మమ దురితక్షయకారకాః
కలశోదకేన పూజా ద్రవ్యాణి దైవమాత్మానంచ సంప్రోక్ష్య

**(కలశములోని జలమును పుష్పముతో దేవునిపైనా పూజాద్రవ్యములపైన,తమపైన జల్లుకొనవలెను.తదుపరి పసుపు వినాయకునిపై జలము జల్లుతూ ఈ క్రింది మంత్రము చదువవలెను.)**

మం || ఓం గణానాంత్వ గణపతి హవామహే కవింకవీనాముపమశ్రస్తవం
జ్యేష్ఠరాజం బ్రహ్మణాం బ్రహ్మణస్పత అనశ్శృణ్వన్నూతిభి సీస్దసాదనమ్

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః ధ్యాయామి,ఆవాహయామి,నవరత్న ఖచిత సింహాసనం సమర్పయామి

**(అక్షతలు వేయవలెను)**

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః పాదయోః పాద్యం సమర్పయామి

**(నీళ్ళు చల్లవలెను)**

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః హస్తయోః ఆర్ఘ్యం సమర్పయామి

**(నీళ్ళు చల్లవలెను)**

ముఖే శుద్ధాచమనీయం సమర్పయామి శుద్ధోదకస్నానం సమర్పయామి

**(నీళ్ళు చల్లవలెను)**

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః వస్త్రయుగ్మం సమర్పయామి

**(అక్షతలు చల్లవలెను)**

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః దివ్య శ్రీ చందనం సమర్పయామి

**(గంధం చల్లవలెను)**

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః అక్షతాన్ సమర్పయామి

**(అక్షతలు చల్లవలెను)**

ఓం సుముఖాయ నమః,ఏకదంతాయ నమః,కపిలాయ నమః,గజకర్ణికాయ నమః,లంబోదరాయ నమః,వికటాయ నమః,విఘ్నరాజాయ నమః,గణాధిపాయ నమః,ధూమకేతవే నమః,గణాధ్యక్షాయ నమః, ఫాలచంద్రాయ నమః, గజాననాయ నమః, వక్రతుండాయ నమః,శూర్పకర్ణాయ నమః, హేరంబాయ నమః, స్కందపూర్వజాయ నమః,

ఓం సర్వసిద్ధి ప్రదాయకాయ నమః,మహాగణాదిపతియే నమః నానావిధ పరిమళ పత్ర పుష్పపూజాం సమర్పయామి.
మహాగణాధిపత్యేనమః ధూపమాఘ్రాపయామి

**(అగరవత్తుల ధుపం చూపించవలెను.)**

ఓం భూర్భువస్సువః ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్,సత్యంత్వర్తేన పరిషించామి అమృతమస్తు అమృతోపస్తరణమసి శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః గుడోపహారం నివేదయామి.

**(బెల్లం ముక్కను నివేదన చేయాలి)**

ఓం ప్రాణాయస్వాహా, ఓం అపానాయస్వాహా, ఓం వ్యానాయ స్వాహా,ఓం ఉదానాయ స్వాహా, ఓం సమానాయ స్వాహా ,మధ్యే మధ్యే పానీయం సమర్పయామి.

**(నీరు వదలాలి.)**

తాంబూలం సమర్పయామి, నీరాజనం దర్శయామి.

**(తాంబూలము నిచ్చి కర్పూరమును వెలిగించి చూపవలెను)**

ఓం గణానాంత్వ గణపతిగ్ హవామహే కవింకవీనాముపమశ్రవస్తవం,జ్యేష్ఠరాజం బ్రహ్మణాం బ్రహ్మణస్పత అనశ్శృణ్వన్నూతిభి సీదసాదనమ్,శ్రీ మహాగణాదిపతయే నమః సువర్ణ మంత్రపుష్పం సమర్పయామి
ప్రదక్షిణ నమస్కారాన్ సమర్పయామి
అనయా మయా కృత యధాశక్తి పూజాయచ శ్రీ మహాగణాధిపతిః సుప్రీతః సుప్రసన్నో వరదో భవతు

**(అనుకొని నమస్కరించుకొని, దేవుని వద్ద గల అక్షతలు ,పుష్పములు శిరస్సున ధరించవలసినది.)**

తదుపరి పసుపు గణపతిని కొద్దిగా కదిలించవలెను.

శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః యధాస్థానం ముద్వాసయామి.

**<u>(శ్రీ మహాగణపతి పూజ సమాప్తం.)</u>**

## శ్రావణ మంగళ గౌరీ వ్రతం విధానం:

### తోరమును ఏర్పాటు చేసుకొనుట:

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 తోరములను తయారు చేసుకుని, పీఠం వద్ద ఉంచి, పుష్పములు, పసుపు, కుంకుమ, అక్షతలు వేసి, తోరములను పూజించి ఉంచుకోవాలి. ఈ విధంగా తోరములను తయారు చేసుకున్న అనంతరం పూజకు ఉపక్రమించాలి.

**ధ్యానం:**

శ్లో: సకుంకుమ విలేపనామలిక చుంబిక కస్తూరికాం
సమందహాసితేక్షణాం సశర చాపాశాంకుశాం
అశేష జనమోహిని అరుణమాల్యాభూషాంభరాం
జపాకుసుమభాసురాం జపవిధౌస్మరేదంబికాం.

శ్లో: దేవీం షోడశావర్షీ యాం శశ్వత్ సుస్థిర యౌవనాం
బిమ్బోష్ఠీం సుదతీం శుద్ధాం శరత్పద్మ నిభాననాం
శ్వేతా చంపకవర్ణాభాం సునీలోత్పల లోచనం

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః ధ్యానం సమర్పయామి.

**ఆసనం :**

శ్లో: కల్లోలోల్ల సితామ్రుతాబ్ధి లహరీ మధ్యే విరాజన్మని
ద్వీపే కల్పకవాతికా పరివృతే కాదంబ వాత్యుజ్వలె
రత్న స్థంభ సహస్ర నిర్మిత సభామద్యే విమానోత్తమే
చింతారత్న వినిర్మితం జననితే సింహాసనం భావయే.

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః నవరత్న ఖచిత సింహాసనం సమర్పయామి.

**ఆవాహనం :**
శ్లో: ఏణాంకానల భానుమందల సచ్చ్రిచక్రమ మధ్యేస్తితాం
బాలార్క ద్యుతి భాసురాం కరతలై పాశాన్కుశౌ బిభ్రతీం
చాపం బానమపి ప్రసన్న వదనం కౌస్తుమ్భ వస్త్రాన్వితాం
తాంత్వాచంద్ర కలావటం సమకుతాం చారుష్మితాం భావయే

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః ఆవాహనం సమర్పయామి.

**పాద్యం:**
శ్లో: ఈశానాదిపదం శివైక ఫలదం దత్వాసనం తే శుభం
పాద్యం కుంకుం చందనాది భరితం చార్ఘ్యం సరత్నాక్షత్రై
శుద్దై రాచమనీయం తవ జలైర్బాక్తై మయా కల్పితం
కారుణ్య మ్రుతవారిదే తధఖిలం సంతుష్టయే కల్పతాం.

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః పాదయో పాద్యం సమర్పయామి.

**అర్ఘ్యం :**

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః హస్తయో అర్ఘ్యం సమర్పయామి.

**ఆచమనీయం :**

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః ముఖే ఆచమనీయం సమర్పయామి.

**శుద్ధోదక స్నానం :**

శ్లో: లక్ష్మే యోగిజనన్య రక్షిత జగజ్జాలే విశాలేక్షేన
ప్రాలేయామ్బు పటీర కుంకుమ లసత్కర్పూరమి శ్రోదకై
గోక్షేరై రాపి నారికేళ సలిలై శుద్ధోదకై ర్మంత్రితై
స్నానం దేవిదియా మయైతదఖీలం సంతుష్టయే కల్పతాం.

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః స్నానం సమర్పయామి.

**అక్షతలు:**

శ్లో: హ్రీంకారఅంకిత మంత్రక్షితలతోనో హేమాచాలాత్స చిన్నై
రత్నైరుజ్వల ముత్తరీయసహితం కౌస్తుమ్బ వర్ణాంకుశాం

**వస్త్రయుగ్మం:**

శ్లో: కల్హారోత్పలమల్లికా మ్రునకై సౌవర్ణ పంకేరుహై
జాతీ చంపక మాలతీ వకులకై మందారకుందాదిభి
ముక్తానంతతి యగ్న సూత్ర మమలం సౌవర్ణ తంతూద్భవం
దత్తం దేవిదియా మయి మయైతద ఖిలం సంతుష్టయే కల్పతాం.

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః కంచుక సహిత కౌసుంద వస్త్రయుగ్మం సమర్పయామి.

**యజ్ఞోపవీతం:**

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః స్వర్ణ యజ్ఞోపవీతం సమర్పయామి.

**ఆభరణం:**

శ్లో: హంసి రాస్యతిలో భానీయగామనే హారావాలీ ముజ్వలాం
హిందోళ ద్యుతి హేమపూరిత తారేహేమాన్గాడే కనకనే
మంజీరౌ మనికున్దలౌ ముక్తమవ్యే ర్దేండు చూదామనిం
నాసామొక్కి_క మంగులీయ కతకౌ కాన్చీమపి స్వీకురు

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః నవరత్న మయా భారనాని సమర్పయామి.

**గంధం:**

శ్లో: సర్వాంగే ఘనసారకుముక్కమ ఘన శ్రీ గంధనం కామ్కితం
కస్తూరి తిలకం చ ఫాలఫలకే గోరోచనా పత్రకం
గండా దర్శన మండలే నాయన యోర్ది వ్యంజనం తెర్పితం
కన్తాబ్జే మ్రుగానాభిపంకమమలం త్వత్రీ్పతయే కల్పతాం

శ్రీ మంగళగౌరి దేవతాయై నమః దివ్య శ్రీ చందనం సమర్పయామి.

**అధాంగ పూజ:**

- వుమాయై నమః పాదౌ పూజయామి
- గౌర్యై నమః జన్ఘి పూజయామి
- పార్వత్యైనమః జానునీ పూజయామి
- జగన్మాత్రేనమః ఊరూ పూజయామి
- జగత్ ప్రతిష్టాయై నమః కటిం పూజయామి
- మూల ప్రక్రుత్యైనమః నాభిం పూజయామి
- అమ్బికాయై నమః ఉదరం పూజయామి
- అన్నపూర్నాయై నమః స్థ నౌ పూజయామి
- శివ సుందర్యై నమః వక్షస్థలం పూజయామి
- మహాబలాయై నమః బాహూన్ పూజయామి
- వరప్రదాయై నమః హస్తాన్ పూజయామి
- కంభు కంట్యై నమః కంటం పూజయామి

- బ్రహ్మ విద్యాయై నమః జిహ్వాం పూజయామి
- శాంకర్యై నమః ముఖం పూజయామి
- శివాయై నమః నేత్రే పూజయామి
- రుద్రాన్యై నమః కర్ణౌ పూజయామి
- సర్వంగ్నాలాయై నమః లలాటం పూజయామి
- సర్వేశ్వర్యై నమః శిరః పూజయామి
- మంగళ గౌర్యై నమః సర్వాణ్యంగాని పూజయామి

**మంగలగౌర్యై నమః అష్టో_త్తర శతనామావళి**

- ఓం గౌర్యై నమః
- ఓం గిరిజాతనుభావాయై నమః
- ఓం జగన్మాత్రే నమః
- ఓం వీరభద్ర ప్రసువే నమః
- ఓం విశ్వరూపిన్యై నమః
- ఓం కష్ట దారిద్రషమన్యై నమః
- ఓం శామ్భావ్యై నమః
- ఓం బాలాయై నమః
- ఓం భాద్రదాయిన్యై నమః
- ఓం సర్వ మంగలాయై నమః
- ఓం మహేశ్వర్యై నమః
- ఓం మంత్రారాధ్యై నమః
- ఓం హేమాద్రిజాయై నమః
- ఓం పార్వత్యై నమః
- ఓం నారాయణంశాజాయై నమః
- ఓం నిరీశాయై నమః

- ఓం అమ్బికాయై నమః
- ఓం ముని సంసేవ్యాయై నమః
- ఓం మేనకాత్మజాయై నమః
- ఓం కన్యకాయై నమః
- ఓం కలిదోష నివారిన్యై నమః
- ఓం గణేశ జనన్యై నమః
- ఓం గుహామ్బికాయై నమః
- ఓం గంగాధర కుతుమ్బిన్యై నమః
- ఓం విశ్వా వ్యాపిన్యై నమః
- ఓం అష్టమూర్తాత్మికాయై నమః
- ఓం శివాయై నమః
- ఓం శాంకర్యై నమః
- ఓం భావాన్యై నమః
- ఓం మాంగల్య దాయిన్యై నమః
- ఓం మంజు భాశిన్యై నమః
- మహా మాయాయై నమః
- ఓం మహా బలాయై నమః
- ఓం హేమవత్యై నమః
- ఓం పాప నాశిన్యై నమః
- ఓం నిత్యాయై నమః
- ఓం నిర్మలాయై నమః
- ఓం మ్రుదాన్యై నమః
- ఓం మానిన్యై నమః
- ఓం కుమార్యై నమః

- ఓం దుర్గాయై నమః
- ఓం కాత్యాయిన్యై నమః
- ఓం కలార్చితాయై నమః
- ఓం క్రుపాపూర్ణాయై నమః
- ఓం సర్వమయి నమః
- ఓం సరస్వత్యై నమః
- ఓం అమర సంసేవ్యాయై నమః
- ఓం అమ్రుతెశ్వర్యై నమః
- ఓం సుఖచ్చిత్సుదారాయై నమః
- ఓం బాల్యారాదిత భూతదాయై నమః
- ఓం హిరణ్మయై నమః
- ఓం సూక్ష్మాయై నమః
- ఓం హరిద్రా కుంకుమా రాధ్యాయై నమః
- ఓం సర్వ భోగాప్రదాయై నమః
- ఓం సామ శిఖరాయై నమః
- ఓం కర్మ బ్రహ్మ్యై నమః
- ఓం ఓం వాంచితార్ధ యై నమః
- ఓం చిదంబర శరీరిన్యై నమః
- ఓం దేవ్యై నమః
- ఓం కమలాయై నమః
- ఓం మార్కండేయవర ప్రదాయి నమః
- ఓం పున్యాయై నమః
- ఓం సత్యధర్మరతాయై నమః
- ఓం శశాంక రూపిన్యై నమః

- ఓం భాగాలాయై నమః
- ఓం మాత్రుకాయై నమః
- ఓం శూలిన్యై నమః
- ఓం సత్యై నమః
- ఓం కల్యాన్యై నమః
- ఓం సౌభాగ్యదాయిన్యై నమః
- ఓం అమలాయై నమః
- ఓం అన్నపూర్ణాయై నమః
- ఓం అఖిలాగమ సంస్తుతాయై నమః
- ఓం అమ్బాయై నమః
- ఓం భానుకోటి సముద్యతాయై నమః
- ఓం పరాయి నమః
- ఓం శీతాంశు కృత శేఖరాయై నమః
- ఓం సర్వ కాల సుమంగళ్యై నమః
- ఓం సామ శిఖరాయై నమః
- ఓం వేదాంగ లక్షణా యై నమః
- ఓం కామ కలనాయై నమః
- ఓం చంద్రార్క యుత తాటంకాయై నమః
- ఓం శ్రీ చక్ర వాసిన్యై నమః
- ఓం కామేశ్వర పత్న్యై నమః
- ఓం మురారి ప్రియార్ధాన్గై నమః
- ఓం పుత్ర పౌత్ర వర ప్రదాయి నమః
- ఓం పురుషార్ధ ప్రదాయి నమః
- ఓం సర్వ సాక్షిన్యై నమః

- ఓం శ్యామలాయై నమః
- ఓం చంద్ర్యై నమః
- ఓం భాగామాలిన్యై నమః
- ఓం విరజాయై నమః
- ఓం స్వాహాయై నమః
- ఓం ప్రత్యంగి రామ్బికాయై నమః
- ఓం దాక్షాయిన్యై నమః
- ఓం సూర్య వస్తూత్తమాయై నమః
- ఓం శ్రీ విద్యాయై నమః
- ఓం ప్రనవాద్యై నమః
- ఓం త్రిపురాయై నమః
- ఓం షోడశాక్షర దేవతాయై నమః
- ఓం స్వధాయై నమః
- ఓం ఆర్యాయై నమః
- ఓం దీక్షాయై నమః
- ఓం శివాభిదానాయై నమః
- ఓం ప్రణ వార్థ స్వరూపిన్యై నమః
- ఓం నాద రూపాయి నమః
- ఓం త్రిగునామ్బికాయై నమః
- ఓం శ్రీ మహాగౌర్యై నమః
- ఓం శ్రీ మంగళ గౌరీ దేవ్యై నమః

నానావిధ పరిమళ పత్ర పుష్పాణి పూజయామి.



www.paripurnananda.com

**ధూపం:**

శ్లో: హన్తారం మదనస్య నందయసియై రంగై రాసంగోజ్వలై
రైబ్రుంఘ్యా వలినీల కుంతలా భర్త్యై ర్భ్నాసి తస్యాశయం
తానీ మాని తవాంబ కొమలతరాన్యా మొదలీలాగ్రుహ
న్యామోదాయదశాంగగ్గుల ఘ్రుపై ర్ధూపై రహన్దూపాయే .

ఓం శ్రీ మంగళ గౌరీ దేవ్యై నమః దూపమాగ్రాపయామి

**దీపం :**

శ్లో: లక్ష్మీముజ్జ్వలయామి రత్నవివహైర్భాస్య త్తరు మందిరే
మాలారత్న నిడంబిపై ర్మనిమయ స్తంభేషు సంభావియై
చిత్రైర్హాతకపు త్రికాకరధ్రుపై ర్ఘవై ఘ్రుత్తై ర్వర్ధిపై
ర్దివ్యైర్దిపగానైర్త్యై గిరిసుతే త్వత్ప్రీతయే కల్పతాం.

ఓం శ్రీ మంగళ గౌరీ దేవ్యై నమః దీపం దర్శయామి

**నైవేద్యం:**

శ్లో: హ్రీమ్కారేశ్వరి తప్త హాటక కృతి స్తాలీసహశ్రై ఘ్రుతం
దివ్యాన్నం ఘ్రుతసూపశక భరితం చ్ఛాన్నభేదం తదా
దుగ్ధాన్నం మధుశార్కరాధది యుతం మానిక్యపాత్రేస్తితం
మాశాపూశాసః శ్రమంబ సఫలం నైవేద్య మావేదాయే

ఓం శ్రీ మంగళ గౌరీ దేవ్యై నమః మహా నైవేద్యం సమర్పయామి

**తాంబూలం :**

శ్లో: సచ్చాచ్ఛయై ర్వరకేతకీదలరుచా తాంబూల వల్లి దలై
పూగీ ర్భూరి గుణి స్సుగంది కర్పూర ధన్దోజ్జలై
ముక్తాచూర్ణ విరాజియై గృహవిధ్యై ర్వక్త్రాంభుజా మోదకై
పూర్ణా రత్న కలాచికా తమ మదేన్యస్త పురస్తాడుమే

ఓం శ్రీ మంగళ గౌరీ దేవ్యై నమః తాంబూలం సమర్పయామి.

**నీరాజనం:**

శ్లో: కన్యాభి కమనీయ కాంతిభి రాలంకారామలారారిక్త
పాత్రే పౌక్తిక చిత్ర పంజ్క్తి విలసత్కర్పూర దీపాలిభి

తత్తత్తాల మ్రుదంగగీత సహితం నృత్య పదాంభోరుహం
మంత్రారాధన పూర్వకం సువిహితం నీరాజయం గృహ్యతాం

ఓం శ్రీ మంగళ గౌరీ దేవ్యై నమః ఆనంద కర్పూర నీరాజనం సమర్పయామి.

శ్లో: పరాంకుషౌ పాశామభీతి ముద్రం
కరైర్వహన్తీం కమలాసనస్తాం
బాలార్కకోటి ప్రతిభాం త్రినేత్రం
భజేహ మంబాం జగదీశ్వరీం తాం.

**మంత్రపుష్పం :**

శ్లో: సర్వ మంగళ మాంగళ్యే శివే సర్వార్థ సాధికే
శరణ్యే త్రయంబకే దేవి నారాయణి నమోస్తుతే.

ఓం శ్రీ మంగళ గౌరీ దేవ్యై నమః మంత్రపుష్పం సమర్పయామి.

**ప్రదక్షిణ నమస్కారాన్ :**

శ్లో: హ్రీంకార త్రయపుటేన మనునోపాస్యే త్రయీ మౌలిభి
వాక్యై రల్క్ష్యతనో తవ స్తుతివిదౌ కో వాక్షమేతాంబికే
సల్లాప స్తుతిః ప్రదక్షిణ శతం సంచార ఏ వాస్తుమే
సంవేశో నమసహస్ర మఖిలం సంతుష్టయే కల్పతాం.

ఓం శ్రీ మంగళ గౌరీ దేవ్యై నమః ఆత్మ ప్రదక్షిణ నమస్కారం సమర్పయామి.

**శ్రావణ మంగళ గౌరీ వ్రత కథ:**

పూర్వం కృతయుగంలో దేవతలు రాక్షసులు కలిసి అమృతం కోసం క్షీరసాగరమధనం చేసే సమయాన అమృతానికి ముందు అగ్నిజ్వాలలు కక్కుతూ కాలకూట విషయం పుట్టుకొచ్చింది. దానిని చూసి భయకంపితులైన దేవదానవులు పరమేశ్వరుని శరణుజొచ్చారు. ఆ సమయాన పరమేశ్వరుడు మందహాసముతో చిరునవ్వు నవ్వి.. ఇప్పుడు నేనేమి చెయ్యను? అన్నట్లు పార్వతి వైపు చూచాడు. ఆ సర్వమంగళ స్వరూపిణియై జగన్మాత, భర్తచూపులోని ఆంతర్యమేమిటో గ్రహించింది. దేవతులైనా, దానవులైనా, మానవులైనా, మనభక్తులే కదా! మన బిడ్డలకు ఆపద కలిగినప్పుడు మనము కాక వేరెవరు రక్షిస్తారు? అని భావించి నిరంతరం స్త్రీల సౌభాగ్య సంపదను కాపాడే ఆ సర్వమంగళ స్వరూపిణి తన మాంగల్య సౌభాగ్యముపై ప్రగాఢ విశ్వాసముంచి, లోకవినాశానికి కారణభూతమైన ఆ భయంకర కాలకూట విషాన్ని తన భర్త మింగేందుకు అనుమతి ఇచ్చిందని పురాణాలు చెబుతున్నాయి. అట్టి కరుణాంతరమూర్తి పార్వతీదేవి. అట్టి సర్వమంగళ స్వరపిణి అయిన భవానీ మాతను కొత్తగా పెళ్లైన స్త్రీలు

శ్రావణమాసం తొలి మంగళవారంతో మంగళగౌరీ వ్రతాన్ని విధిగా ప్రారంభించి ఐదు సంవత్సరాలు దీక్షగా ఆచరించాలి. అలా ఈ వ్రతాన్ని చేపట్టిన స్త్రీలపై శ్రీ మంగళగౌరి కటాక్షముతో వైధవ్యబాధలు లేకుండా వారీ జీవితాంతం సర్వసౌఖ్యములతో గడుపుతారు.

పార్వతిదేవికి మరో పేరు మంగళ గౌరి. శ్రావణ మాసంలో వచ్చే నాలుగు మంగళవారాలు మంగళగౌరి అయిన పార్వతీదేవిని పూజించాలి. మంగళ గౌరీ ఎక్కడ ఉంటుందో తెలుసా ... పసువు, కుంకుమ, పూలు, సుగంధాది మంగళ ద్రవ్యాలలోను, ఆవు నేతితో ప్రకాశించే జ్యోతిలోనూ కొలువై ఉంటుంది.

చాలాకాలము క్రితము జయపాలుడనే రాజు మహిష్మతీ నగరాన్ని పాలించేవాడు. భోగభాగ్యాలు ఎన్ని ఉంటేనేం ఆయనకు సంతానము కలుగలేదు. ఆ దంపతులకు అదే దిగులు.. ఎన్ని నోములు నోచినా, ఎన్ని దానాలు చేసినా ఫలితం శూన్యము.. చివరికి పరమేశ్వరునికి ఆ మహారాజు దంపతుల పై కరుణ కలిగినది ... పరమేశ్వరుడు ఓ సన్యాసి రూపములో జయపాలుని నగరానికి వచ్చి అంత:పురము బయట ద్వారము వద్ద నిలబడి "భవతీ భిక్షాందేహి" అనేసి అక్కడనుండి వెళ్ళిపోయాడు. జయపాలుని భార్య పళ్లెం లో సంబరాలు సమకూర్చుకుని భిక్ష వేసేందుకు వచ్చేలోపలే ఆ సన్యాసి వెళ్లిపోయాడు. ఇలా మూడు రోజులు జరిగింది. జరిగినదంతా భర్తకు వివరించింది. రేపు ఆ సన్యాసి వచ్చేముందే నీవు సిద్ధంగా ఉండమని భార్యతో చెప్పాడా రాజు.

మరుసటిరోజు సన్యాసి రావడం మహారాణి బంగారు పళ్ళెంతో సహా భిక్ష వేయబోయింది. ఆ సన్యాసి ఆ భిక్షను స్వీకరించక... సంతానము లేని నీ చేతిభిక్ష నేను స్వీకరించనని పలికేసరికి ... అయితే మహాత్మా! సంతానము కలిగే మార్గాన్ని ఉపదేశించండి అని వేడుకోగా.. ఆ సన్యాసి రూపము లో ఉన్న ఈశ్వరుడు అమ్మా నేను చెప్పబోయేది నీ భర్త కు తెలియజేయి నీలం రంగు వస్త్రాలను ధరించి, నీలం రంగు అశ్వాన్ని అధిరోహించి, ఒంటరిగా నీ భర్తను నగరం తూర్పు దిక్కుకు వెళ్ళమను. అక్కడ అరణ్యంలో అతని నీలాశ్వం ఎక్కడ అలసట తో క్రిందపడుతుందో అక్కడ దిగి త్రవ్వమను. ఆ త్రవ్వకము నుండి ఒక స్వర్ణదేవాలయం బయట పడుతుంది. ఆ స్వర్ణదేవాలయం లో ఉండె అమ్మవారిని భక్తి, శ్రద్ధలతో పూజిస్తే ఆమె మీకు సంతానాన్ని ఇస్తుంది. అని చెప్పి వెళ్ళిపోయాడు సన్యాసి రూపియైన శివుడు. ఈ విషయంతా భర్తకు చెప్పి ఆవిధంగా చేయసాగేరు. స్వర్ణదేవాలయం లో ఉన్న అమ్మవారిని జయపాలుడు ప్రార్థించాడు. జయపాలుని భక్తికి మెచ్చి ధనాన్నిస్తాను కోరుకోమంది అమ్మవారు. నాకు ధనము వద్దు సంతానము కావాలని అన్నాడు జయపాలుడు. అప్పుడు అమ్మవారు దీర్ఘాయువు, వైధవ్యము గల కన్య కావలెనా? అల్పాయుష్కుడు, సజ్జనుడు అయిన కుమారుడు కావాలా? కోరుకోమని అడిగింది అమ్మవారు. అప్పుడు రాజు పిత్రుదేవతలను ఉద్ధరించేందుకు కుమారుడే కావాలని కోరుకున్నాడు. అప్పుడాదేవి ఆ రాజుని తన పార్శ్వమున ఉన్న గణపతి నాభియందడుగు వైచి, చెంతనే ఉన్న చూతవృక్షఫలాన్ని నీ

భార్యకు ఇవ్వు అని అంతర్ధానమయ్యేను. జయపాలుడు ఆ వృక్షానికున్న పండ్లన్నీకోసేసరికి గణపతికి కోపము వచ్చింది. ఇందుకు ఫలితంగా నీకు జన్మించే కుమారుడు పదహారవ ఏట సర్పం బారినపడి మరణిస్తాడని శపిస్తాడు .

ఈ విదంబుగా కొన్నాళ్ళకు జయపాలుని భార్య ఒక కుమారుని కన్నది. ఆ కుర్రవాడికి వయసొచ్చింది. వివాహము జరిగితే కుమారుడికి ఆయుస్సు పెరుగుతుందేమోనని భావించి కుమారుడికి వివాహము చేద్దాం అని భర్త తో అన్నది. కాశీ విశ్వేశ్వరున్ని దర్శించి వచ్చాక వివాహము చేద్దాం అని చెప్పి తన కుమారుణ్ణి అతని మేనమామ తో కాశీకి పంపించారు. త్రోవలో వారు ప్రతిష్ఠానపురం చేరారు. అక్కడ వారిద్దరూ ఓ సత్రం లోకి ప్రవేశించారు. అక్కడ కొందరు కన్యలు ఆడుకొంటున్నారు. వారిలో సుశీల అనే కన్య మరొక కన్యతో గొడవపడగా ఆ కన్య సుశీలను ముండ, రండ అంటూ కోపం తో దుర్భాషలాడింది. అప్పుడు సుశీల మా అమ్మగారు మంగళగౌరీ వ్రతము చేస్తుంది కాబట్టి మాకుటుంబము లో ఎవరూ ముండలు, రండలు ఉండరు అంది కోపం తో. జయపాలుని కుమారుడు శివుడు, అతని మేనమామ ఇదంతా జరిగేటప్పుడు అక్కడే ఉన్నారు. తన మేనల్లుడు అల్పాయుష్కుడు అన్న సంగతి అతనికి తెలుసు. మా ఇంట్లో ముండలు, రండలు ఎవరు ఉండరు. మా అమ్మ శ్రావణ మంగళ గౌరీవ్రతం చేస్తుంటుంది. అన్న సుశీల మాట వినేసరికి శివుడి మేనమామకు ఓ ఉపాయము తోస్తుంది. సుశీలను శివుడి కిచ్చి వివాహము జరిపిస్తే అతనికి తప్పకుండా మంగళ గౌరీదేవి అనుగ్రహం లభించి పరిపూర్ణ ఆయుష్కుడు అవుతాడని భావిస్తాడు. మేనల్లుడు శివునితో సహా శివుని మేనమామ, ధ్యానము లో ఉన్న సుశీల తల్లిదండ్రుల వద్దకు చేరి శివుడనే బాలుడు నీకూతురుకి తగిన భర్త అని దేవుని వాక్యముగా వారిని నమ్మిస్తాడు. దాంతో సుశీల .. శివుడుల వివాహము జరిగిపోతుంది.

పెళ్ళయిన ఆ కొత్త దంపతులు ఆ రాత్రి బ్రహ్మచర్య వ్రతాన్ని పాటిస్తారు. మంగళగౌరీదేవి ముత్తైదువు రూపములో సుశీలకు కలలో కనబడి నీ భర్త అల్పాయుష్కుడు ఈ రాత్రితో అతని ఆయువు చెల్లింది. ఈ దోషమునకు మార్గము చెపుతాను విను అని ఈ విధంగా చెప్పింది. కొద్ది సేపట్లో ఒక కృష్ణ సర్పము నీ భర్తను కరవడానికి వస్తుంది. వెంటనే నీవు నిండా పాలు ఉన్న ఓ కుండను దాని ముందు ఉంచు ... అప్పుడ పాము ఆ ఘటం లోకి ప్రవేశించాక వస్త్రము తో ఆకుండ మూతిని గట్టిగా కట్టి ఉదయాన్నే దాన్ని నీ తల్లికి వాయనమివ్వు. దాంతో నీ భర్తకా గండము తప్పిపోతుంది అని అంతర్ధానమవుతుంది. శివుడు తన మేనమామతో కాశీ యాత్ర పూర్తిచేసుకొని తిరుగు ప్రయాణములో భార్య సుశీలను తన ఇంటికి తీసుకొని వెళ్తాడు. విషయము తెలుసుకొందామని శివుడు .. సుశీలను తన ఆయువు ఎలా పెరిగినదని అడుగగా అంతా శ్రావణ మంగళ గౌరీ వ్రతం ప్రభావమని చెప్పినది. ఈ విధముగా కృష్ణుడు ఈ కథను ద్రౌపదికి చెప్పాడు.

**పూజావిధానం :**

ఒక శుభ్రమైన పీటను పసుపు కుంకుములతో అలంకరించి, దాని పైన ఒక ఎండు కొబ్బరి చిప్పలో పసుపుతో చేసిన గౌరీదేవిని అలంకరించాలి. పసుపు వినాయకుడిని కూడా అలంకరించాలి. ముందుగా వినాయక పూజ చేయాలి. కలశం ప్రతిష్ఠించే సంప్రదాయం ఉన్నవారు కలశాన్ని పెట్టి, కలశ పూజగావించాలి. ముందుగా వినాయకుడికి నైవేద్యం సమర్పించాక, మంగళ గౌరి లేక ఫణి గౌరి దేవి అష్టోత్తరం చదివి, అమ్మవారి ముందు 5 ముడులు, 5 పొరలు కలిగిన, 5 తోరాలు, 5 పిండి దీపారాధనలు (బియ్యం పిండి, బెల్లం మిశ్రమంతో చేసిన దీపాలు) పెట్టి పూజించాలి. పూజ పూర్తయిన తర్వాత అమ్మవారికి నైవేద్యం పెట్టి, హారతి ఇచ్చి, అమ్మవారి దగ్గర పూజ లో పెట్టిన ఒక తోరం చేతికి కట్టుకోవాలి. పిండి దీపారాధనలు కూడా....ఒకటి అమ్మవారికి, ఒకటి మనకి (పూజ చేసినవారు), మిగిలిన 3 ముత్తయిదువలకు తాంబూలంతో పాటు ఇవ్వాలి. వ్రతం చేసుకున్న మరు నాడు కూడా అమ్మవారికి హారతి ఇచ్చి, నైవేద్యం పెట్టి యధాస్థానం ప్రవేశయామి, పూజార్థం పునరాగమ నాయచః అని అమ్మవారికి ఉద్వాసన చెప్పాలి. అంటే అమ్మా నీ స్వస్థానానికి వెళ్లి, మళ్లీ పూజకి మమ్మల్ని అను గ్రహించు అని అర్థం. అంతటితో ఒక వారం వ్రతం సంపూర్ణం అవుతుంది. పసుపు కుంకుమల సౌభాగ్యం కోసం, సత్సంతానం కోసం, అన్యోన్యదాంపత్యం కోసం మంగళ గౌరీ వ్రతాన్ని చేస్తారు.