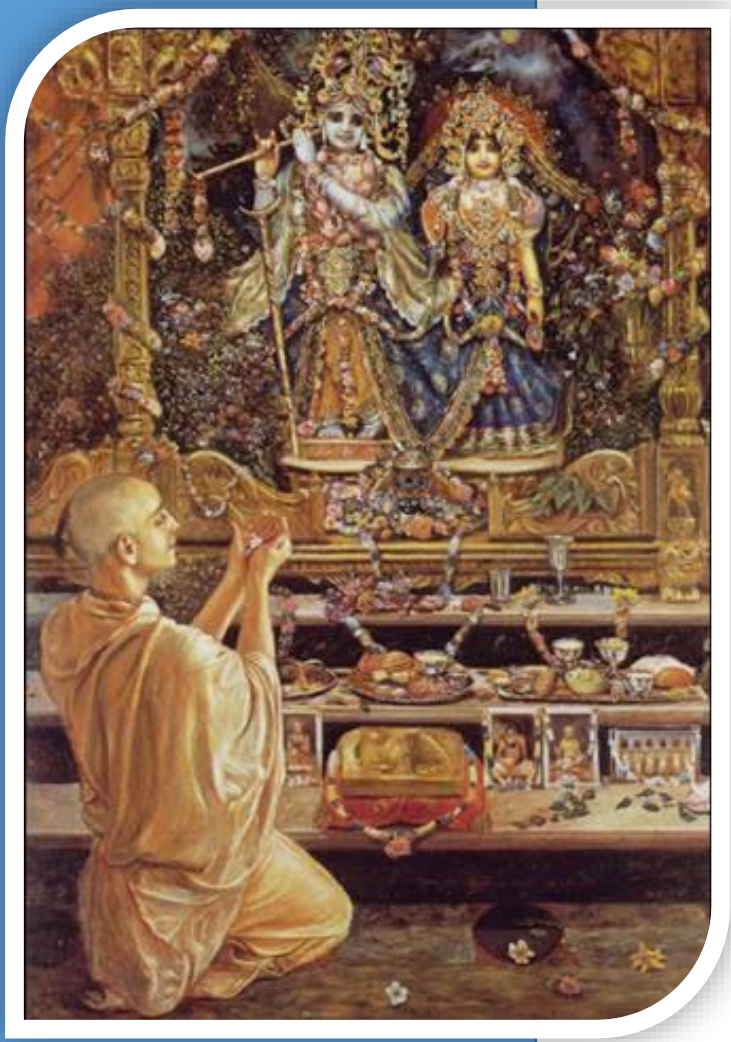
శ్రీకృష్ణ జన్మాష్టమి వ్రత సంపూర్ణ ఆచరణ విధానం



విషయ సూచిక

శ్రీ కృష్ణ జన్మాష్టమి వ్రత ప్రయోజనాలు 3

జన్మాష్టమి వ్రతమును ఏ విధంగా ఆచరించవలెను? 5

A. **ఉదయం చేయవలసిన విధులు (ప్రాతః కృత్య)** 5

B. **మంత్ర ధ్యానం (మహా మంత్రాన్ని జపించడం)** 6

C. **శ్రీకృష్ణుని స్మరించండి (కృష్ణ స్మరణ)** 6

D. **ఉపవాసం:** 7

E. **చరణ చిహ్నములు (శ్రీ కృష్ణుని పాద ముద్రలను గృహంలో చిత్రించుకొనుట)** 8

F. **భోగము /నైవేద్యం తయారీ విధానము:** 9

G. **స్వామి వారి పూజ (శ్రీ విగ్రహ సేవ):** 9

I. **జన్మాష్టమి అభిషేకము (శుద్ధోదక స్నానోత్సవము):** 9

II. **గురు పూజ** 11

III. **అభిషేకము** 11

IV. **శృంగారము (శ్రీ విగ్రహములను అలంకరించుట)** 12

V. **భోగము / నైవేద్యమును సమర్పించుట:** 12

VI. **అర్చన:** 13

VII. **హారతి:** 14

జన్మాష్టమి వ్రతమును ముగించు విధానము 15

అనుబంధము - 1: 16

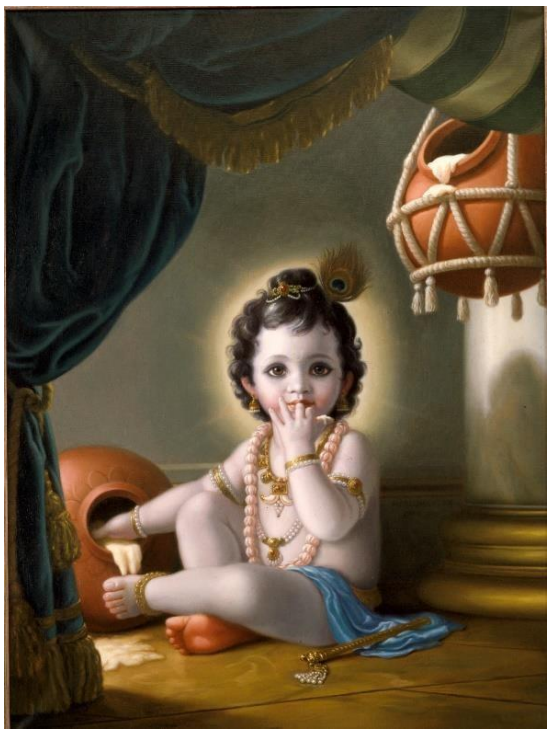
అనుబంధము - 2: 16

అనుబంధము - 3: 17

శ్రీ కృష్ణ జన్మాష్టమి వ్రత ప్రయోజనాలు

1. సిరి సంపదలు, శాంతి సౌభాగ్యాలు సంప్రాప్తించును. అకాల మరణములు నివారించబడును.

భవిష్యోత్తర పురాణం శ్రీకృష్ణ జన్మాష్టమి వేడుకల విశిష్టతను గూర్చి ఈ విధంగా తెలియజేస్తుంది:



న దౌర్భాగ్య న వైధవ్యం న తస్య కలహో గృహే
సంతతేరవియోగశ్చ న పశ్యతి యమాలయమ్

సంపర్కేనాపి యః కుర్యాత్ కృష్ణ జన్మాష్టమి వ్రతం
చిత్తేప్సిత ఫలప్రాప్తిః సప్త జన్మసు జాయతే

యైస్తు భక్త్యా నరైః స్త్రీభిః తిథిరేసా ఉపోసిత
తేషామ్ విష్ణు ప్రసన్నస్యాత్ విష్ణు లోకశ్చ శాశ్వతాః

ఏ గృహమునందైతే కృష్ణ జన్మాష్టమి వేడుకలు జరుపబడునో ఆ గృహము నందు ఎటువంటి కొరతలు కానీ, వైరాలు కానీ, గొడవలు కానీ, జీవిత భాగస్వామి మరణములు కానీ సంభవించవు.

శ్రీ కృష్ణ జన్మాష్టమి తిథిని గూర్చి తెలియకుండానే ఉపవాసమాచరించిన వారి మనోవాంఛలను సైతం శ్రీకృష్ణుడు నెరవేర్చునని ఇందులో చెప్పబడటం విశేషం. ఇక భక్తి శ్రద్ధలతో, శ్రీకృష్ణునిపై ప్రేమతో జన్మాష్టమిని జరుపుకునే వారి గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పనవసరంలేదు. అట్టి భక్తుల పట్ల అత్యంత ప్రసన్నుడై తన నిజధామములోనే వారికి స్థానము కల్పించగలడు.

2. 20 కోట్ల ఏకాదశి వ్రతములను ఆచరించిన ఫలితము కలుగును.

బ్రహ్మ-వైవర్త పురాణంలో ఈ విధంగా చెప్పబడినది,

ఏకాదశీనామ్ విశంత్యః కోటియో యాః పరికీర్తితా తాభి జన్మాష్టమి తుల్యాః

ఒక్క జన్మాష్టమి వ్రతాన్ని ఆచరించడమంటే 20 కోట్ల ఏకాదశి వ్రతములను ఆచరించిన దానితో సమానమని తెలుపబడెను.

3. సకల ప్రయత్నములలో విజయం తప్పక వరించును. మరణ సమయము నందు శ్రీకృష్ణుని స్మరణం తప్పక లభించగలదు.

స్కంద పురాణంలో ఈ విధంగా తెలుపబడినది,

జన్మాష్టమి వ్రతం యే వై ప్రకుర్వన్తి నరోత్తమః కారయన్తి చ విప్రేన్ద్ర లక్ష్మీస్తేషామ్ సదా స్థిర
స్మరణం వాసుదేవస్య మృత్యుకాలే భవేన్మనే సిద్ధ్యన్తి సర్వ కార్యని కృతే కృష్ణాష్టమి వ్రతే

ఎవరైతే తమ బంధుమిత్రులతో కలిసి జన్మాష్టమి వ్రతమును జరుపుకుంటారో వారి ఇంట అదృష్ట దేవతలు, లక్ష్మీదేవి కొలువైయుండును. అటువంటి వారు నాగరిక జీవులలో అత్యుత్తమముగా పరిగణింపబడెదరు.

అంతేగాక, ఎవరైతే జన్మాష్టమి వ్రతం ఆచరించెదరో, వారు అన్ని వేళలా విజయం సాధించెదరని, మరణ సమయము నందు కృష్ణభగవానుని తప్పక స్మరించగలరని కూడా స్కంద పురాణం వాగ్దానం చేస్తోంది.

జన్మాష్టమి వ్రతమును ఏ విధంగా ఆచరించవలెను?

A. ఉదయం చేయవలసిన విధులు (ప్రాతః కృత్య)

1. జన్మాష్టమి రోజున ప్రతి ఒక్కరూ ఉదయాన్నే బ్రహ్మ ముహూర్త (సూర్యోదయమునకు గంటన్నర ముందు) సమయంలో నిద్ర లేవవలెను.
2. నిద్ర నుండి ఉపక్రమిస్తున్న సమయంలో ఆధ్యాత్మిక గురువును స్మరిస్తూ క్రింది శ్లోకములతో ప్రార్థనచేయవలయును

నమః ఓం విష్ణు పాదయ కృష్ణ ప్రేష్టాయ భూతలే
శ్రీమతే భక్తివేదాంతస్వామినితి నామినే

నమస్తే సారస్వతే దేవే గౌరవాణీ ప్రచారిణే
నిర్వి శేష శూన్యవాది పాశ్చాత్య దేశ తారిణే

హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే
హరే రామ హరే రామ రామ రామ హరే హరే

3. ఆ తర్వాత ఆచమనము (పుక్కిలించడం), దంతధావనం (దంతములను శుభ్రపరచుట) మరియు స్నానము ఆచరించవలెను. స్నానము ముగిసిన తర్వాత శరీరాన్ని తిలకముతో అలంకరించు కొనవలెను. శరీరాన్ని తిలకముతో ఏ విధంగా అలంకరించుకోవాలన్నది చివరి పేజీల్లో (అనుబంధము-2) చూడగలరు.

తిలక ధారణ గూర్చి ఈ వీడియోలో చూపబడినది: https://youtu.be/2sA95baglRo

B. మంత్ర ధ్యానం (మహా మంత్రాన్ని జపించడం)

ప్రతి ఒక్కరూ హరేకృష్ణ మహా మంత్రాన్ని వీలైనన్నిసార్లు ఈరోజు జపించవలెను.

హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే
హరే రామ హరే రామ రామ రామ హరే హరే

మీరు ఈ మంత్రాన్ని 108 సార్లు జపించినచో ఒక మాల పూర్తి అయినట్టు అర్థం. ఈ మంత్రాన్ని 108 సార్లు జపించుటకు ఏడు నుండి ఎనిమిది నిమిషముల వరకు సమయం పడుతుంది. ఆధ్యాత్మిక గురువు అయినటువంటి శ్రీల ప్రభుపాదుల వారు ప్రతి ఒక్కరూ ఈ మహామంత్రాన్ని ప్రతిరోజూ కనీసం 16 మాలలు జపించాలని చెప్పారు.

ఆచరించ వలసిన సమయము: రోజు మొత్తం

C. శ్రీకృష్ణుని స్మరించండి (కృష్ణ స్మరణ)

నాలుగు ప్రామాణికమైన సంప్రదాయాల్లో ఏదో ఒక సంప్రదాయమునకు చెందినటువంటి ఆధ్యాత్మిక ఆచార్యుల ద్వారా శ్రీ కృష్ణుని వైభవాన్ని గూర్చి వినవలెనని శాస్త్రం బోధిస్తోంది. శ్రీల ప్రభుపాద (బ్రహ్మ దేవుని నుండి పరంపరానుగతమైన మధ్వ-గౌడియ సంప్రదాయానికి సంబంధించిన ఆధ్యాత్మిక గురువు) రచించిన 'కృష్ణ' (భాగవత దశమ స్కంద సారాంశం) అనే పుస్తకంలో సంపూర్ణ కృష్ణ తత్త్వం గూర్చి వివరించబడినది. భక్తులందరూ ఈ పుస్తకమును ఈ రోజు చదవగలరు. అందులో ముఖ్యముగా శ్రీకృష్ణుని అవతరణకు సంబంధించిన అధ్యాయాలను తప్పక చదవవలెను. భక్తులు భగవద్గీతను కూడా పఠించవచ్చును.

శ్రీమద్భాగవతములోని దశమస్కంధము నందు మొదటి మూడు అధ్యాయములు లేదా పైన వివరించిన 'కృష్ణ' పుస్తకాన్ని గానీ తప్పక చదవండి.

ఆచరించ వలసిన సమయము: రోజులో ఎప్పుడైనా చేయవచ్చును

D. ఉపవాసం:

ప్రతి ఒక్కరూ జన్మాష్టమి రోజున ఉపవాసం ఆచరించాలి. జన్మాష్టమి తిథి అర్ధరాత్రి (12:00) వరకు ఉపవాసమాచరించి, ఆ తరువాత ఉపవాస దీక్షను అనుకల్ప ప్రసాదముతో (పాలు, పండ్లు, దుంపలు) విరమించడం మేలు. ధాన్యములు గానీ, నిషేధిత కాయగూరలు గానీ సేవించరాదు.

క్రింద తెలుపబడిన శ్లోకమును పఠించడం ద్వారా మీ ఉపవాస దీక్షను ప్రారంభించండి:-

వసుదేవం సముద్దిశ్య సర్వ -పాప ప్రశాంతయే
ఉపవాసం కరిష్యామి కృష్ణాష్టమియమ్ నభస్యహమ్

"కేవలం ఆ భగవంతుని సంతృప్తికొరకై, భగవంతుని ప్రేమ మరియు కటాక్షం కోసం ప్రార్థేయ పడుతూ సర్వ పాపముల ప్రక్షాళన కొరకు నేను ఈ జన్మాష్టమి నందు ఉపవాసము ఆచరించుచున్నాను."

ఉపవాస విధానంలోని వివిధ ప్రమాణాలు :-

సంఖ్య	ఉపవాస విధానం	వివరణ
1	సంపూర్ణ ఉపవాసం	ఇది పూర్తిగా ఉపవసించే విధానం. ఏ విధమైన ధాన్యాలు, పండ్లు, పాలు మరియు నీరును కూడా సేవించకూడదు.
2	నీరు మాత్రమే	పై ఉపవాస విధానాన్ని అనుసరించలేకపోతే, నీటిని మాత్రమే సేవిస్తూ ఉపవాసాన్ని ఆచరించవచ్చు.
3	పాలు, పండ్లు	పై ఉపవాస విధానాన్ని అనుసరించలేకపోతే, మీరు పండ్లు మరియు పాలను తీసుకుంటూ ఉపవాసాన్ని ఆచరించవచ్చు.

గమనిక: ఉపవాస పారణ (విరమించటం) సమయంలో (అర్ధరాత్రి - 12AM) హారతి ముగిసిన తర్వాత ధాన్యము లేని ప్రసాదమును మాత్రమే తీసుకొనవలెను. కృష్ణ భగవానునికి నైవేద్యంగా సమర్పించిన ప్రసాదం మరుసటి రోజు తీసుకొనవలెను.

ఆచరించ వలసిన సమయము: రోజు మొత్తం.

E. చరణ చిహ్నములు (శ్రీ కృష్ణుని పాద ముద్రలను గృహంలో చిత్రించుకొనుట)

ఓం తద్ విష్ణోఃపరమం పదం సదా

పశ్యంతి సూరయో దివివా చక్షురతతం తద్

విప్రసో విపన్యవో జాగృవంసః సమింధతే

విష్ణోర్ యత్ పరమం పదం

"ఉత్తములైన దేవతలు సైతం శ్రీ కృష్ణుని పాద పద్ముముల దర్శనము కొరకు పరితపించెదరని ఋగ్వేదము నందు తెలుపబడినది." – ఋగ్వేదము (1.22.20)

ముందుగా మీ గృహాము ముఖ ద్వారమునుండి పూజ గది వరకు శ్రీ కృష్ణుని పాద ముద్రలతో అలంకరించండి. ఈ అలంకరణ, సాక్షాత్తూ పరమాత్ముడైన ఆ శ్రీకృష్ణుడే మీ గృహంలోనికి నడచి వచ్చినంతటి హృద్యమైన భావనను కలుగజేస్తుంది.

ఈ పాద ముద్రలను రంగు ముగ్గులతోను, పూవులతోను అలంకరించండి. వెలిగించిన దీపాలు కూడా ఈ ముద్రల ప్రక్కన పెట్టి అలంకరించవచ్చును.

ఆచరించ వలసిన సమయము: రోజులోని ఏ సమయములోనైనా ఈ అలంకరణ చేయవచ్చును.

F. భోగము /నైవేద్యం తయారీ విధానము*:*

"భోగ / నైవేద్యముల తయారీలో వాడబడెడి వస్తువులన్నీ శ్రేష్ఠమైనవి అయివుండవలెను. మొదటి రకం నాణ్యత గల బియ్యం, పప్పు, పళ్లు, పరమాన్నం, కాయగూరలు, మరియు వివిధ రకాల ఆహార పదార్థాలు – నములుటకు, త్రాగుటకు, చప్పరించుటకు మరియు జుర్రుటకు వీలుగా చేయబడివుండవలెను" – అని శ్రీల ప్రభుపాదులవారు పేర్కొన్నారు.

శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు భగవద్గీత 9వ అధ్యాయములో ఈ క్రింది విధంగా ఉపదేశించారు –

పత్రం పుష్పం ఫలం తోయం యో మే భక్త్యా ప్రయచ్ఛతి
తద్ అహం భక్తి – ఉపహృతం అస్నామి ప్రయతాత్మనః

"ఎవరైనా శ్రద్ధా భక్తులతో నాకు పత్రము గానీ, పుష్పము గానీ, ఫలము గానీ, నీరు గానీ సమర్పించినా నేను వాటిని స్వీకరించెదను".

సాత్వికమైన ఆహారము (ఉల్లి , వెల్లుల్లి వాడకుండా) మీకు వీలైనట్లుగా వండి జన్మాష్టమి నాడు శ్రీ కృష్ణునికి సమర్పించవచ్చును.

ఆచరించ వలసిన సమయము: రోజులో ఏ సమయములోనైనా (వీలైతే అభిషేకమునకు ముందు).

గమనిక : మేము సూచిస్తున్నవి – పాడిగా వుండెడి రసరహిత మిఠాయిలు, కారాలు మొదలైనవి

G. స్వామి వారి పూజ *(*శ్రీ విగ్రహ సేవ*):*

మీ గృహమునందు బాల గోపాల్ లేక లడ్డూ గోపాల్ లేక సాలగ్రామ శిల లేక శ్రీ రాధాకృష్ణ విగ్రహాలు వున్నచో వాటికి ఈ జన్మాష్టమి నాడు పూజ జరుపవచ్చును.

అభిషేకము (విగ్రహ స్నానోత్సవము), శృంగారము (వస్త్ర, పుష్ప, ఆభరణాలతో విగ్రహాలంకరణము), భోగము (వివిధ రకాల ఆహార నివేదనము) మరియు హారతి సేవలను జరుపవచ్చును. ఈ సేవలతో పాటుగా స్వామి వారిని మంత్ర జపము మరియు హరేకృష్ణ కీర్తనలతో స్తుతించుతూ సేవింపవలెను.

I. జన్మాష్టమి అభిషేకము *(*శుద్ధోదక స్నానోత్సవము*):*

నంద మహారాజు, యశోదామాత కృష్ణుని మొదటి జన్మదిన వేడుకలను వైభవముగా జరిపిన విధానము శ్రీమద్భాగవతములో వివరించబడినది. గోకులములోని స్త్రీ, పురుషులందరూ ఈ ఉత్సవములో విశేషముగా పాల్గొనుటకు ఆహ్వానింపబడిరి. చక్కటి మేళ తాళ వాయిద్యాల నడుమ జనులు ఈ వేడుకనుగాంచి మహదానందమునందిరి. ఆహ్వానితులైన ద్విజులు వేదమంత్ర పఠనాలతో శ్రీకృష్ణుని

కొనియాడిరి. ఈ వేదపఠనాలు, మంగళ వాద్య శబ్ద తరంగాల నడుమ యశోదా మాత కృష్ణునికి స్నానమాచరించినది.

ఈ జన్మాష్టమి పర్వదినాన మీరున్నూ మీ ఇంట ఈ అభిషేక వేడుకను జరిపించదలచితే, మీ బంధుమిత్రులను, ఇరుగు పొరుగు వారిని ఈ వేడుకలో పాల్గొనవలసినదిగా ఆహ్వానించగలరు. అదే విధముగా హరేకృష్ణ కీర్తన, మహామంత్ర జపములకునూ ఏర్పాటు చేయవలసినది.

అభిషేక ఏర్పాట్లు :

అభిషేకము చేయబోవు స్థలమును మొదటగా గోమూత్రము, గోవు పేడతో శుద్ధపరచవలసినది. గోమూత్రము, పేడ లభ్యము కానియెడల మంచినీటితో స్థలమును శుభ్రపరుచవచ్చును.

కలశములనన్నింటినీ కడిగి ఈ స్థలములో అమర్చుకొనవలయును. ఈ కలశములను అభిషేకమునందు ఉపయోగించు వివిధ పదార్థములతో ఈ క్రింద తెలిపిన విధముగా నింపి ఏర్పాటు చేసుకొనవలయును:

- 2 కలశముల నీరు, 1 కలశము పాలు
- 1 కలశము పెరుగు, 1 కలశము తేనె
- 1 కలశము బెల్లము లేక చక్కెర కలిపిన నీరు
- 1 కలశము గోరు వెచ్చని నీరు
- 1 కలశము పసుపు కలిపిన నీరు
- ఒక చిన్న గిన్నెడు నెయ్యి

ప్రతి కలశమునందు ఒక తులసి ఆకును వేసి సిద్ధము చేయవలెను. విగ్రహాల వస్త్రములు మార్చి అభిషేకమునకు తగు వస్త్రధారణ జరుపవలెను. (కృష్ణునికి పసుపు రంగు, బలరామునికి నీలము, రాధారాణికి ఎరుపు రంగు వస్త్రములను ధరింపజేయవలెను.) పిదప వీరిని అభిషేకపు పళ్ళెమునందుంచవలెను. శ్రీల ప్రభుపాదుల చిత్రపటము / విగ్రహమును పళ్ళెము ప్రక్కన వుంచవలెను.

ఆచరించ వలసిన సమయము: అభిషేకమునకు ముందు.

II. గురు పూజ

శ్రీ గురుదేవుని పూజతో అభిషేక కార్యక్రమమును ప్రారంభించవలయును. మొట్టమొదట అగరబత్తులతో ధూపమును (3 లేక 5 బత్తీలు), తర్వాత హారతిని, తర్వాత సుగంధ పుష్పములను సమర్పించవలెను. శ్రీ గురుదేవుని పూజించు సమయంలో ఈ క్రింది మంత్రములతో కీర్తించవలెను.

ఓం అజ్ఞాన తిమిరాంధస్య జ్ఞానాంజన శలాకయా
చక్షురున్మీలితం యేన తస్మై శ్రీ గురవే నమః

నమః ఓం విష్ణు పదయ కృష్ణ ప్రేష్టాయ భూతలే
శ్రీమతే భక్తివేదాంతస్వామినితి నామినే
నమస్తే సారస్వతే దేవే గౌరవాణీ ప్రచారిణే
నిర్వి శేష శూన్యవాది పాశ్చాత్య దేశ తారిణే

హరే కృష్ణ హరే కృష్ణ కృష్ణ కృష్ణ హరే హరే
హరే రామ హరే రామ రామ రామ హరే హరే

శ్రీ గురు పూజానంతరం శ్రీల ప్రభుపాదుల వారి చిత్రపటమును గాని, విగ్రహమును గాని ఆసనము పైన చక్కని వస్త్రమును పరచి అనువైన స్థలములో ఉంచవలయును.

ఆచరించ వలసిన సమయము: రోజులో ఎప్పుడైనా చేయవచ్చు. (అభిషేకమునకు ముందు)

III. అభిషేకము

క్రింద తెలిపిన వరుసక్రమంలో వస్తువులను అర్పించవలయును:

- శుద్ధోదక స్నానము – ఒక పాత్ర నీరు
- పంచామృత స్నానము – ఒక పాత్ర పాలు, ఒక పాత్ర పెరుగు, ఒక పాత్ర తేనె మరియు ఒక పాత్ర బెల్లం కలిపిన నీరు
- ఫలోదక స్నానము – పంచామృత స్నానము వలె భగవానునికి అభిషేకము కొరకు తయారు చేసిన వివిధ రకాల పండ్ల రసాలు
- ఉష్ణోదక స్నానము – ఒక పాత్ర గోరువెచ్చని నీరు

- చూర్ణ స్నానము – ఒక పాత్ర పసుపు కలిపిన నీరు (శ్రీ విగ్రహమునకు పసుపు పాడిని కూడ రాయవలెను)
- కర్పూర హారతి – భగవానునికి ఇవ్వవలయును
- శుద్ధోదక స్నానము – ఒక పాత్రలో నీరు
- పుష్ప వృష్టి – వివిధ రకములైన సుందర సుగంధ పుష్పములు శ్రీ విగ్రహముపై చల్లుట (ఇష్ట ప్రకారము)

  చామరము మరియు నెమలి ఈకల వింజామరతో విసరాలి (ఇష్ట ప్రకారము)

  నిమ్మకాయతో శ్రీవిగ్రహములను చక్కగా రుద్ది, పవిత్ర జలముతో కడిగి శుభ్రం చేయవలెను. తరువాత శ్రీవిగ్రహములను పరిశుభ్రమైన వస్త్రములతో చక్కగా తుడిచి, మరల వారిని పూజామందిరములోని పీఠముపై ఉంచవలయును.

ఆచరించ వలసిన సమయము: రోజులో ఎప్పుడైనా చేయవచ్చు. (అయితే అర్ధరాత్రి హారతి ఇచ్చే ముందు చేస్తే మంచిది)

IV. శృంగారము (శ్రీ విగ్రహములను అలంకరించుట)

శ్రీ రాధా గోవింద విగ్రహములకు గాని లేక చిత్రపటమునకు గాని సుందర సుగంధిత పుష్పములతోను, పూలమాలలతోను, తులసీమాలలతోను, అందమైన ఆభరణములతోను, వస్త్రములతోను చక్కగా అలంకరించవలయును.

ఆచరించ వలసిన సమయము: అభిషేకము తర్వాత

V. భోగము / నైవేద్యమును సమర్పించుట:

వివిధ రకములైన నైవేద్యములను శ్రీ విగ్రహము లేక చిత్రపటం ముందు ఉంచవలయును. ప్రతి పదార్థంపై తులసీ దళమును పెట్టవలయును.

ఎడమచేతితో గంటను మ్రోగించుచు, క్రింద తెలిపిన మంత్రములను ఒక్కొక్కటి మూడుసార్లు పఠించవలయును.

నమః ఓం విష్ణు పాదయ కృష్ణ ప్రేష్టాయ భూతలే
శ్రీమతే భక్తివేదాంతస్వామినితి నామినే

నమస్తే సారస్వతే దేవే గౌరవాణీ ప్రచారిణే
నిర్వి శేష శూన్యవాది పాశ్చాత్య దేశ తారిణే

నమో మహా వదన్యాయ కృష్ణ ప్రేమ ప్రదాయతే
కృష్ణాయ కృష్ణ చైతన్య నామ్నే గౌరత్విషే నమః

నమో బ్రహ్మణ్య దేవాయ గో బ్రాహ్మణ హితాయ చ
జగద్ధితాయ కృష్ణాయ గోవిందాయ నమో నమః

భగవానుని ముందు 10-15 నిమిషముల వరకు భోగమును అలాగే ఉంచవలయును. పూజా మందిరం నుండి బయటకు రావలెను. పదిహేను నిమిషముల తర్వాత చేతులతో చప్పట్లు కొట్టి మందిరములోనికి వెళ్ళవలెను. గంటను వాయించి, నైవేద్యము పెట్టిన పాత్రలను తీయవలయును.

ఆచరించ వలసిన సమయము: రోజులో ఏ సమయంలోనైనా చేయవచ్చును. (అభిషేకం తరువాత చేయుట మంచిది)

భగవానునికి నైవేద్యమును ఎలా సమర్పించవలెనో ఈ వీడియోలో చూడవచ్చును - https://youtu.be/3iEpZpaWDy4

వివిధ రకముల నైవేద్యములను, మధుర పదార్థములను తయారు చేయుటకు ఈ వీడియోను చూడవచ్చును - https://youtu.be/46fW4XRDy6Q

VI. **అర్చన:**

భగవానుని పూజించే సమయములో మన శరీరమును పూర్తిగా భగవానుని సేవలో వినియోగించవలయును. అదే విధముగా మన మనస్సును భగవానుని దివ్యమైన లీలలను స్మరించుట, శ్రవణము చేయుట, శ్రీహరి నామములను కీర్తించుట మొదలగు వాటి యందు పూర్తిగా లగ్నము చేయవలెను.

తులసీ దళం మాత్రేణ జలస్య చులుకేన వా
విక్రీణీతే స్వమాత్మానమ్ భక్తేభ్యో భక్తవత్సలః

"ఎవరు శ్రీ కృష్ణ భగవానునకు ప్రేమ, భక్తి, శ్రద్ధలతో కేవలము ఒక్క తులసీ పత్రముగాని, కొద్ది జలమును (అరచేతిలో పట్టు జలము) గాని సమర్పించెదరో, అట్టి శుద్ధ భక్తునకు భక్తవత్సలుడైన భగవానుడు తనకు తానే అమ్ముడుపోవును."

కావలసిన వస్తువులు: 108 తులసీ పత్రములు మరియు పుష్పములు

శ్రీకృష్ణ అష్టోత్తర శతనామావళి నుండి భగవానుని నామములను కీర్తించుచు, పుష్పములతో సహా తులసీ దళములను భగవానుని దివ్య పాదపద్మములకు అర్పించ వలయును. (అనుబంధము – 3)

ఆచరించ వలసిన సమయము: రోజులో ఏ సమయంలోనైనా చేయవచ్చును.

శ్రీకృష్ణ అష్టోత్తర శతనామావళి కొరకు ఈ వీడియోను చూడవలెను: https://youtu.be/K3oE-h8Lgxk

VII. హారతి:

కావలసిన వస్తువులు: గంట, పంచహారతి ప్రదీపము, అగరుబత్తీలు, నేతి వత్తులు, అగ్గిపెట్టె, అర్ఘ్యమునివ్వడానికి శంఖము, శంఖము యొక్క స్టాండు, వస్త్రము, పుష్పములు ఉంచుటకు చిన్న పళ్లెము, సువాసన పుష్పములు, ఆచమనము చేయు గిన్నె, చామరము, నెమలి ఈకల వింజామర, పైన తెలిపిన వస్తువులను ఉంచుటకు ఒక పెద్ద పళ్లెము.

క్రింద తెలిపిన వరుసక్రమములో హారతిని ఇవ్వవలయును:

- ధూపము (అగరబత్తీలు) – 7 సార్లు
- దీపము (నేతి దీపము) – 7 సార్లు
- అర్ఘ్యము (శంఖములోని నీటితో) – 7 సార్లు
- వస్త్రము – 7 సార్లు
- పుష్పములు – 7 సార్లు శ్రీ విగ్రహము చుట్టూ త్రిప్తి ఆ పుష్పములను భగవానుని పాద పద్మముల చెంత ఉంచవలయును.
- చామరము (చమరీ మృగము తోక వెంట్రుకలు నుండి తయారుచేసిన వింజామర)
- నెమలి ఈకల వింజామర – వింజామర విసురుటకు నిర్ణీత సంఖ్య లేదు. హారతి పూర్తియగువరకు విసరాలి.

- ప్రణామము చేయుట – భగవానునకు ప్రణామము చేసి సేవ చేయు సమయంలో తెలియక చేసిన అపరాధములను క్షమించవలయునని భగవానుని ప్రార్థించవలయును.

ఆచరించ వలసిన సమయము: ఉదయం మరియు అర్ధరాత్రి

జన్మాష్టమి వ్రతమును ముగించు విధానము

జాగరణ:

అర్ధరాత్రి 12 గంటల వరకు భక్తులు మేల్కొన వలయునని సూచించడమైనది.

జాగరణ చేయుచూ అర్ధరాత్రి 12 గంటల వరకు క్రింద తెలిపిన సేవలలో ఒకటి గాని, అంతకంటే ఎక్కువగానీ సేవలలో భక్తి శ్రద్ధలతో పాల్గొన వలయునని ఖచ్చితముగా సూచించడమైనది.

1. విష్ణు సహస్రనామ పారాయణము
2. శ్రీ కృష్ణ అష్టోత్తర శతనామావళి పారాయణము
3. శ్రీమద్భాగవత పఠన, పాఠనములు
4. శ్రీమద్భగవద్గీత పఠనము, పాఠనము
5. శ్రీమద్భాగవత ప్రవచనములను భక్తిశ్రద్ధలతో వినుట
6. శ్రీ కృష్ణ భక్తి గీతములను ప్రేమ పారవశ్యముతో కీర్తించుట, భజన చేయుట.
7. "దేవాది దేవుడు కృష్ణ భగవానుడు" అను పరమ పవిత్ర గ్రంథమును చదువుట

భగవానుడు అవతరించిన అర్ధరాత్రి సమయంలో శ్రీకృష్ణుని ఆహ్వానించుచు మహాహారతిని ఇవ్వవలయును.

ఆచరించ వలసిన సమయము: సాయంకాల సంధ్య వేళ నుండి అర్ధరాత్రి వరకు

అనుబంధము - 1: అభిషేకమునకు కావలసిన వస్తువుల జాబితాను సరిచూచుట

రెండు పాత్రల నీరు (అభిషేక సమయంలో వాయించు గంట)
ఒక పాత్ర పాలు, ఒక నిమ్మకాయ (విత్తనములు తీసివేయాలి)
ఒక పాత్ర పెరుగు, శ్రీ విగ్రహములకు అభిషేక వస్త్రములు
ఒక పాత్ర తేనె, అభిషేక పళ్లెము, బెల్లము/ చక్కెర కలిపిన నీరున్న పాత్ర, అగరబత్తీలు, ఒక పాత్ర గోరువెచ్చని నీరు, వివిధ రకాల పుష్పాలు, ఒక పాత్ర పసుపు కలిపిన నీరు, చామరము, నెమలి ఈకల వింజామరలు, చిన్న పాత్రలో నెయ్యి
గురు పూజ కొరకు ఒక వత్తి వున్న హారతి దీపము
నివేదన పదార్థములపై వేయుటకు తులసీ పత్రములు
భగవానుని కొరకు ఒకటికంటే ఎక్కువ వత్తులు ఉన్న హారతి దీపము, కర్పూరము.

అనుబంధము - 2: తిలకముతో మన శరీరమును ఎలా అలంకరించుకోవాలి?

తిలక ధారణ చేయు సమయములో 12 విష్ణు నామాలను జపించుట ద్వారా మన శరీరమునకు రక్షణ కలుగజేయుదుము

ద్వాదశ తిలక మంత్రము

ఏయి ద్వాదశనామ ఆచమనే
ఏయి నామే స్పర్షి తత్ తత్ స్థాన

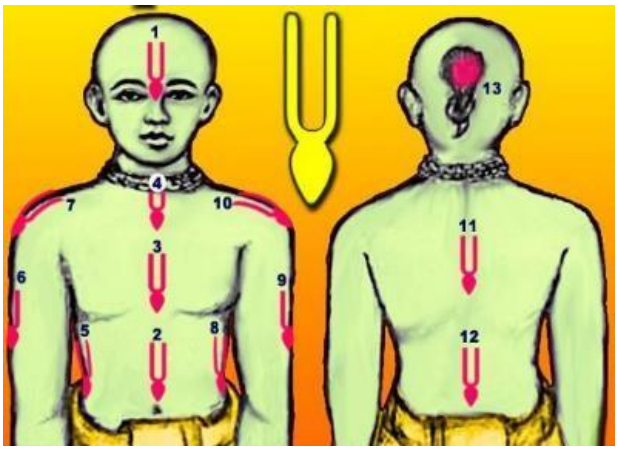
మన శరీరముపై 12 స్థానములలో 12 తిలకము గుర్తులను పెట్టునప్పుడు, ఆయా స్థానమునకు సంబంధించిన 12 విష్ణు నామములను పలకవలయును.
ప్రతిరోజు పూజానంతరము ఎప్పుడైనా మనము శరీర భాగాలను నీటితో తడిపితే శరీర భాగాలన్నింటిని తాకుతూ ఈ నామములను ఉచ్చరించాలి.
శరీరముపై తిలక చిహ్నములను (గుర్తులను) ధరించునప్పుడు మనము విష్ణుభగవానునకు సంబంధించిన 12 నామాలను పఠించవలయును.

లలాటే కేశవం ధ్యాయేన్ నారాయణం అథోదరే
వక్షస్థలే మాధవంతు గోవిందం కంఠ కూపకే
విష్ణుంచ దక్షిణే కుక్షౌ బాహౌచ మధుసూదనం
త్రివిక్రమం కంధరేతు వామనం వామ పార్శ్వకే

శ్రీధరం వామ బాహౌతు హృషీకేశంతు కంధరే

పృష్టేచ పద్మనాభం చ కట్యామ్ దామోదరం న్యసేత్

లలాటముపై తిలకధారణ చేయునప్పుడు కేశవుని మనసులో స్మరించవలెను. నాభిపైన (పొట్ట కింద) తిలకధారణ చేయునప్పుడు నారాయణుని, వక్షస్థలంపై తిలకధారణ చేయునప్పుడు మాధవుని, కంఠము పై తిలకము పెట్టుకొనునప్పుడు గోవిందుని, పొట్టకు కుడివైపున ధరించునప్పుడు విష్ణువును, కుడి చేతి పై (మోచేతిపై) తిలకము పెట్టునప్పుడు మధుసూదనుని, కుడి భుజం పైన తిలకము పెట్టునప్పుడు వామనుని, ఎడమ మోచేతి పైన తిలకము ధరించునప్పుడు శ్రీధరుని, ఎడమ భుజముపై తిలకమును ధరించునప్పుడు హృషీకేశుడిని, పృష్ట భాగములో పైన తిలకము పెట్టునప్పుడు పద్మనాభుని, పృష్ట భాగము క్రింద (వెన్నెముక కింద) తిలకము పెట్టునప్పుడు దామోదరుని స్మరించవలెను.



1. ఓం కేశవాయ నమః (నుదుట)
2. ఓం నారాయణాయ నమః (ఉదరము)
3. ఓం మాధవాయ నమః (ఛాతి)
4. ఓం గోవిందాయ నమః (కంఠము)
5. ఓం విష్ణవే నమః (కుడి నడుము భాగము)
6. ఓం మధుసూధనాయ నమః (కుడి మోచేయి)
7. ఓం త్రివిక్రమాయ నమః (కుడి భుజము)
8. ఓం వామనాయ నమః (ఎడమ నడుము భాగము)
9. ఓం శ్రీధరాయ నమః (ఎడమ మోచేయి)
10. ఓం హృషీకేశాయ నమః (ఎడమ భుజము)
11. ఓం పద్మనాభాయ నమః (పై పృష్ట భాగము)
12. ఓం దామోదరాయ నమః (క్రింది పృష్ట భాగము)

అనుబంధము - 3: శ్రీకృష్ణ అష్టోత్తర శతనామావళి

1. ఓం కృష్ణాయ నమః
2. ఓం కమలానాథాయ నమః
3. ఓం వాసుదేవాయ నమః
4. ఓం సనాతనాయ నమః
5. ఓం వసుదేవాత్మజాయ నమః

6. ఓం పుణ్యాయ నమః
7. ఓం లీలామానుష విగ్రహాయ నమః
8. ఓం శ్రీవత్స కౌస్తుభధరాయ నమః
9. ఓం యశోదావత్సలాయ నమః
10. ఓం హరయే నమః
11. ఓం చతుర్భుజాత్త చక్రాసిగదా నమః
12. ఓం శంఖాద్యుదాయుధాయ నమః
13. ఓం శ్రీశాయ నమః
14. ఓం నందగోప ప్రియాత్మజాయ నమః
15. ఓం యమునా వేగసంహారిణే నమః
16. ఓం బలభద్ర ప్రియానుజాయ నమః
17. ఓం పూతనా జీవితహరాయ నమః
18. ఓం శకటాసుర భంజనాయ నమః
19. ఓం నందవ్రజ జనానందినే నమః
20.ఓం సచ్చిదానంద విగ్రహాయ నమః
21. ఓం నవనీత విలిప్తాంగాయ నమః
22. ఓం నవనీత నటాయ నమః
23. ఓం అనఘాయ నమః
24. ఓం నవనీత నవాహారాయ నమః
25. ఓం ముచికుంద ప్రసాదకాయ నమః
26. ఓం షోడశస్త్రీ సహస్రేశాయ నమః
27. ఓం త్రిభంగినే నమః
28. ఓం మధురాకృతయే నమః
29. ఓం శుకవాగ మృతాబ్ధీందవే నమః
30. ఓం గోవిందాయ నమః
31. ఓం యోగినాం పతయే నమః
32. ఓం వత్సవాటచరాయ నమః
33. ఓం అనంతాయ నమః
34. ఓం ధేనుకాసురభంజనాయ నమః

35. ఓం తృణీకృత తృణావర్తాయ నమః

36. ఓం యమళార్జున భంజనాయ నమః

37. ఓం ఉత్తాలతాల భేత్రే నమః

38.ఓం గోపగోపీశ్వరాయ నమః

39. ఓం యోగినే నమః

40. ఓం కోటిసూర్య సమప్రభాయ నమః

41. ఓం ఇలాపతయే నమః

42. ఓం పరంజ్యోతిషే నమః

43. ఓం యాదవేంద్రాయ నమః

44. ఓం యదూద్వహాయ నమః

45. ఓం వనమాలినే నమః

46. ఓం పీతవాససే నమః

47. ఓం పారిజాతాపహారకాయ నమః

48. ఓం గోవర్ధనాచలోద్ధర్త్రే నమః

49. ఓం గోపాలాయ నమః

50. ఓం సర్వపాలకాయ నమః

51. ఓం అజాయ నమః

52. ఓం నిరంజనాయ నమః

53. ఓం కామజనకాయ నమః

54. ఓం కంజలోచనాయ నమః

55. ఓం మధుఘ్నే నమః

56. ఓం మధురానాథాయ నమః

57. ఓం ద్వారకానాయకాయ నమః

58. ఓం బలినే నమః

59. ఓం బృందావనాంత సంచారిణే నమః

60.ఓం తులసీదామ భూషణాయ నమః

61. ఓం శ్యమంతక మణేర్హర్త్రే నమః

62. ఓం నరనారాయణాత్మకాయ నమః

63. ఓం కుబ్జాకృష్ణాంబరధరాయ నమః

64. ఓం మాయినే నమః

65. ఓం పరమపురుషాయ నమః

66. ఓం ముష్టికాసుర చాణూర మల్లయుద్ధ విశారదాయ నమః

67. ఓం సంసారవైరిణే నమః

68. ఓం కంసారయే నమః

69. ఓం మురారయే నమః

70. ఓం నరాకాంతకాయ నమః

71. ఓం అనాది బ్రహ్మచారిణే నమః

72. ఓం కృష్ణావ్యసన కర్శనాయ నమః

73. ఓం శిశుపాలశిరచ్ఛేత్రే నమః

74. ఓం దుర్యోధనకులాంతకాయ నమః

75. ఓం విదురాక్రూర వరదాయ నమః

76. ఓం విశ్వరూపప్రదర్శకాయ నమః

77. ఓం సత్యవాచే నమః

78. ఓం సత్య సంకల్పాయ నమః

79. ఓం సత్యభామారతాయ నమః

80. ఓం జయినే నమః

81. ఓం సుభద్రా పూర్వజాయ నమః

82. ఓం విష్ణవే నమః

83. ఓం భీష్ముక్తి ప్రదాయకాయ నమః

84. ఓం జగద్గురవే నమః

85. ఓం జగన్నాథాయ నమః

86. ఓం వేణునాద విశారదాయ నమః

87. ఓం వృషభాసుర విధ్వంసినే నమః

88. ఓం బాణాసుర కరాంతకాయ నమః

89. ఓం యుధిష్ఠిర ప్రతిష్ఠాత్రే నమః

90. ఓం బర్హిబర్హావతంసకాయ నమః

91. ఓం పార్థసారథయే నమః

92. ఓం అవ్యక్తాయ నమః

93. ఓం గీతామృత మహోదధయే నమః
94. ఓం కాళీయ ఫణిమాణిక్య రంజిత
95. ఓం దామోదరాయ నమః
96. ఓం యజ్ఞభోక్త్రే నమః
97. ఓం దానవేంద్ర వినాశకాయ నమః
98. ఓం నారాయణాయ నమః
99. ఓం పరబ్రహ్మణే నమః
100. ఓం పన్నగాశన వాహనాయ నమః
101. ఓం జలక్రీడాసమాసక్త
102. ఓం పుణ్యశ్లోకాయ నమః
103. ఓం తీర్థపాదాయ నమః
104. ఓం వేదవేద్యాయ నమః
105. ఓం దయానిధయే నమః
106. ఓం సర్వతీర్థాత్మకాయ నమః
107. ఓం సర్వగ్రహరూపిణే నమః
108. ఓం పరాత్పరాయ నమః