शुकरहस्योपनिषदि महावाक्यजपविधिः

‘अहं ब्रह्मास्मि’ इत्यस्य श्रीमहावाक्यमहामंत्रस्य हंस ऋषिः, अव्यक्तगायत्री छन्दः, परमहंसो देवता, हं बीजम्, सः शक्तिः, सोऽहं कीलकम्, मम परमहंसप्रीत्यर्थे महावाक्यजपे विनियोगः।

अथ ऋष्यादिन्यासः:- **‘अहं ब्रह्मास्मि’ इत्यस्य श्रीमहावाक्यमहामंत्रस्य हंसर्षये नमः** – शिरसि, **अव्यक्तगायत्रीछन्दसे नमः** – मुखे, **परमहंसदेवतायै नमः** – हृदि, **हं बीजाय नमः** – गुह्ये, **सः शक्तये नमः** – पादयोः, **सोऽहं कीलकाय नमः** – नाभौ, **मम परमहंसप्रीत्यर्थे महावाक्यजपे विनियोगाय नमः** – सर्वांगे।

अथ करादिषडंगन्यासः :-

अथ मन्त्राः	अथ करन्यासः	अथ हृदयादिन्यासः
ॐ सत्यं ज्ञानमनन्तं ब्रह्मेति	**अंगुष्ठाभ्यां नमः**	**हृदयाय नमः**
ॐ नित्यानन्दो ब्रह्मेति	**तर्जनीभ्यां स्वाहा**	**शिरसे स्वाहा**
ॐ नित्यानन्दमय ब्रह्मेति	**मध्यमाभ्यां वषट्**	**शिखायै वषट्**
ॐ यो वै भूमेति	**अनामिकाभ्यां हुम्**	**कवचाय हुम्**
ॐ यो वै भूमाधिपतिरिति	**कनिष्ठिकाभ्यां वौषट्**	**नेत्रत्रयाय वौषट्**
ॐ एकमेवाद्विितीयं ब्रह्मेति	**करतलकरपृष्ठाभ्यां फट्**	**अस्त्राय फट्**

। ॐभूर्भुवःसुवरोमिति दिग्बन्धः।

अथ ध्यानम्: **नित्यानन्दं परमसुखदं केवलं ज्ञानमूर्तिं, विश्वातीतं गगनसदृशं तत्त्वमस्यादिलक्ष्यम्।**
एकं नित्यं विमलमचलं सर्वधीसाक्षिभूतं, भावातीतं त्रिगुणरहितं सद्गुरुं तं नमामि।।

ततः यथाशक्ति महावाक्यस्य जपं कुर्यात्। ततः **तेजोबिन्दूपनिषत्स्थमिदं स्तोत्रं पठेत्** :-

अहं ब्रह्मास्मि मंत्रोऽयं दृश्यपापं विनाशयेत्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयमन्यमंत्रं विनाशयेत्।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं देहदोषं विनाशयेत्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं जन्मपापं विनाशयेत्।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं मृत्युपाशं विनाशयेत्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं द्वैतदुःखं विनाशयेत्।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं भेदबुद्धिं विनाशयेत्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं चिंतादुःखं विनाशयेत्।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं बुद्धिव्याधिं विनाशयेत्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं चित्तबंधं विनाशयेत्।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं कामादीन्नशयेत्क्षणात्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं सर्वशोकं विनाशयेत्।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं सर्वव्याधीन्विनाशयेत्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं क्रोधशक्तिं विनाशयेत्।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं चित्तवृत्तिं विनाशयेत्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं संकल्पादीन्विनाशयेत्।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं कोटिदोषं विनाशयेत्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं सर्वतंत्रं विनाशयेत्।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयमात्माज्ञानं विनाशयेत्। अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं सर्वांस्तान्मोक्षयिष्यति ।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयमप्रतर्क्यसुखप्रदः । अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयमात्मलोकजयप्रदः।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयं ज्ञानानन्दं प्रयच्छति । अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयमजडत्वं प्रयच्छति ।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयमनात्माख्यासुरान्हरेत् । अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयमनात्माख्यगिरीन्हरेत् ।।
अहं ब्रह्मास्मि मन्त्रोऽयमनात्मासुरमर्दनः । सप्तकोटिमहामंत्रं जन्मकोटिशतप्रदं ।।
सर्वमंत्रान्समुत्सृज्य एतं मंत्रं समभ्यसेत् । सद्यो मोक्षमवाप्नोति नात्र संदेहमण्वपि ।।

Created by demo-version of Universal Document Converter. Full version doesn't add this stamp.
WWW.PRINT-DRIVER.COM

अन्ते चेत्थं समर्पयेत् :- **ज्ञानवैराग्यसिद्धिपूर्वकं मुक्त्यर्थं ब्रह्मार्पणमस्तु। हरिः ॐ तत्सत्।।**

Created by demo-version of Universal Document Converter. Full version doesn't add this stamp.
WWW.PRINT-DRIVER.COM