ஆசௌச/ஆபத் காலத்தில் ஸந்தியாவந்தனம் செய்யும் முறை

தொகுத்தவர் : எஸ்.ராமகிருஷ்ணன் : +91 88843 34140

1) ஆசமனம்
2) கணபதி தியயானம்
3) ப்ராணாயாமம்
4) ஸங்கல்பம்
5) மார்ஜனம்
6) ப்ராசனம்
7) மறுபடியும் மார்ஜனம்
8) அர்க்யப்பிரதானம்
9) ப்ராயச்சித்த அர்க்யம்
10) காயத்ரீ ஜபம்
11) ஸமர்ப்பணம்
12) ஆசமனம்.

வேதம் நமக்கு கர்மாக்களை விதித்துள்ளது. அதில் ஸந்தியாவந்தனம் பிரதானமாகக் காட்டப்பட்டுள்ளது. ஸந்தியாவந்தனம் செய்யாமல் எந்த காரியமும் செய்ய முடியாது என்பது தெரிந்த விஷயம். இதைப் புராணங்கள் காட்டுகின்றன. **ஸந்தியாவந்தனம் மூன்று வேளையும் எப்போதும் செய்ய வேண்டும் என்பது கட்டாயம்**. ஆனாலும் ஆசௌச/ஆபத் காலத்தில் நமக்கு சில சந்தேகங்கள் ஏற்ப்படுகின்றன. சுத்தமாக இருந்து கொண்டு நித்யம் ஸந்தியாவந்தனம் பண்ண வேண்டும். அப்படி செய்யாவிட்டால் அவனுக்கு எந்த கர்மாவும் செய்ய முடியாத நிலை ஏற்ப்படும். அப்படியே செய்தாலும் அந்தக் கர்மா பலனைக் கொடுக்காது. ஆசௌச காலத்தில் எந்தக் கர்மாவையும் பண்ண வேண்டாம்/பண்ணக்கூடாது என்று தர்ம சாஸ்திரம் சொல்கிறது. ஆசௌச காலத்தில் ஹோமங்கள், பூஜைகள், வேதம் கற்றுக் கொள்வது, கற்றுக் கொடுப்பது, யக்ஞம் பண்ணுவது/பண்ணி வைப்பது, தானம் வாங்குவது/கொடுப்பது ஆகிய கர்மாக்களைச் செய்யக்கூடாது. ஆசௌச காலத்தில் இன்னொருவருடன் கலப்பது கூடாது. அப்படி செய்வதால் அவர்களுக்கு சுத்தி போவதுடன், நமக்கும் தோஷம் உண்டாகும்.

ஆசௌச காலத்தில் ஸந்தியாவந்தனம், இஷ்டி, ஸமிதாதானம், ஔபாஸனம் போன்ற நித்ய கர்மாக்களைச் செய்ய வேண்டும். இதைச் செய்வதற்கு விதிகள் உள்ளன. இதில், இப்போது ஸந்தியாவந்தன விதிகளைப் பார்ப்போம்.

ஜனன/மரண ஸூதகம் (தீட்டு) எதுவாக இருந்தாலும் சரி, இந்த ஆசௌச காலத்தில் நிச்சயம் ஸந்தியாவந்தனம் செய்ய வேண்டும்.

ஆசௌச காலத்தில் மந்திரங்களை வாய்விட்டுச் சொல்லக்கூடாது. மனதில் சொல்ல வேண்டும்.

ப்ராணாயாம மந்திரத்தை மனதாலும் சொல்லக்கூடாது. ப்ராணாயாமத்தை ஒரு கிரியையாக, மூச்சை உள் வாங்கி, நிறுத்தி, வெளியே விட வேண்டும்.

ஆசௌச காலத்தில் காயத்ரீயினால் அர்க்யம் விட்டு, பிரதட்சிணம் செய்து, ஸுர்யதியானம் செய்ய வேண்டும்.

காயத்ரீ அர்க்யம் விடும் போது வாய்விட்டு சொல்ல வேண்டும். மிக சப்தமாக சொல்லக்கூடாது. சாதாரணமாக நாம் காயத்ரீ சொல்வதற்கும் இதற்கும் மாறுபாடு உள்ளது. அஸவாதித்யோ மந்திரத்தைச் சொல்லி விட்டு காயத்ரீயை பத்து தடவை சொல்ல வேண்டும்.

ஆசௌச/ஆபத் காலத்தில் காயத்ரீயை மூன்று வேளையும் நின்று கொண்டு சொல்ல வேண்டும்.

ஆசௌச காலத்தில் காய்ந்த வஸ்திரம் உடுத்திக் கொண்டு ஸந்தியாவந்தனம் செய்யக். கூடாது. ஈர வஸ்திரத்தை ஏழு முறை உதறி ஸீரியனிடம் காட்டிவிட்டு அந்த வஸ்திரத்தை உடுத்திக் கொண்டு செய்ய வேண்டும்.

ஸந்தியாவந்தன காலத்தில் ஆசௌச சுத்தி உள்ளதால், தவறாமல் ஸந்தியாவந்தனம் செய்ய வேண்டும். செய்யாவிட்டால், ஆசௌசம் அதிகமாகும்.

நெற்றிக்கு விபூதி போன்றவற்றை இட்டுக் கொள்ளக்கூடாது. விபூதியை ஜலத்தில் குழைத்து இட்டுக் கொள்ளக்கூடாது. **ஜலத்தையே விபூதியாக இட்டுக் கொள்ள வேண்டும்.**