।। हरि ॐ।।

।। नाथसंविध्।।

नवरात्रीतील अंबज्ञ इष्टिका पूजन

२०१७ च्या अश्विन नवरात्रीपासून आपण परमपूज्य सद्गुरुंनी सांगितल्याप्रमाणे 'अंबज्ञ इष्टिके'चे पूजन करण्यास सुरुवात केली.

तेच पूजन आपण आता चैत्र नवरात्रीतही तेवढ्याच श्रद्धेने व प्रेमाने करणार आहोत. खाली दिलेल्या पूजन विधीमध्ये परमपूज्य सद्गुरुंनी सांगितलेले बदल करून ते सर्व श्रद्धावानांपर्यंत पोहचवित आहोत. ह्यापुढे नवरात्रीत (चैत्र व अश्विन) त्याप्रमाणे पूजन करावे.

प्रतिष्ठापना :

१) अश्विन तसेच चैत्र नवरात्रीच्या प्रथम दिवशी एक इष्टिका ओल्या पंचाने, हलक्या हाताने स्वच्छ करून घ्यावी. (रामनाम वहीच्या कागदापासून बनविलेली इष्टिका मिळाल्यास वरील कृती करण्याची आवश्यकता नाही. जर साधी मातीची वीट पूजनासाठी घेतली असेल तर तिला आधी गेरूने लेपन करून ती सुकवून पूजनासाठी तयार ठेवावी.

२) तद्नंतर एका परातीत आवश्यक तेवढी मृत्तिका (माती) घेऊन त्यात थोडेसे पाणी शिंपडावे.

३) ती माती नीट ओली झाल्यावर त्यामध्ये गव्हाचे दाणे पेरावेत व त्यावर परत थोडेसे जल व माती ह्यांचे सिंचन करावे. परातीतील मृत्तिकेत (मातीत) गहू (गोधूम) पेरण्याचा विधी समाविष्ट आहे. ह्या विधीनुसार पेरण्यात येणारे गहू अंबज्ञ इष्टिकेच्या मुखासमोर न पेरता, ते इतर सर्व बाजूंनी पेरावेत, जेणेकरून नवरात्रीच्या काळात गव्हाच्या दाण्यांना फुटलेल्या तृणांनी मोठ्या आईचे मुख झाकले जाणार नाही. (संदर्भासाठी समीरदादांच्या ब्लॉगवरील फोटो पहावा).

४) तद्नंतर एखाद्या पाटावर किंवा टेबलावर किंवा चौरंगावर एखादे सोवळे किंवा हिरव्या रंगाचा खण (चोळीखण) अंथरावा. त्या स्थानाखाली व भोवती किमान रांगोळी असणे आवश्यक आहे.

५) तद्नंतर 'जय जगदंब जय दुर्गे' असा गजर करीत ही परात त्या पूजास्थानावर ठेवावी (पाट/चौरंग/टेबल).

६) तद्नंतर ती इष्टिका, तिचा सपाट भाग आपल्यासमोर येईल अशा रितीने त्या गोधूम (गहू) मिश्रित मृत्तिका (माती) असलेल्या परातीत ठेवावी.

७) तद्नंतर त्या इष्टिकेच्च्या सपाट भागावर काजळाने किंवा बुक्क्याने(अबीर) देवीचे डोळे, नाक व ओठ रेखांकित करावेत.

८) तद्नंतर ह्या इष्टिकेवर आपल्या आवडीच्या रंगाची एक चुनरी, मस्तकावरील पदराप्रमाणे अर्पण करावी. (पूजनविधीमध्ये अर्पण करण्यासाठी चुनरी मिळत नसल्यास किंवा आपल्या आवडीनुसार ही, चोळीचा खण अथवा ब्लाऊज पीसही अर्पण करता येईल).

९) तद्नंतर एक तुलसीपत्र व एक बेलपत्र त्या इष्टिकेच्या दोन्ही बाजूंस मातीत रोवावे - आता ही 'अंबज्ञ इष्टिका' अर्थात 'मातृपाषाण' अर्थात 'आदिमाता दुर्गेचे पूजनप्रतीक तयार झाले आहे'

१०) ज्यांची इच्छा असेल, त्यांनी आपापल्या कुलदेवतेची तसबीर, टाक किंवा मूर्ती ह्या पवित्र परातीच्या मागे किंवा पुढे सोयीनुसार ठेवावी. मोठी तसबीर असल्यास ती शक्यतो मागे लावावी आणि टाक व छोटी मूर्ती परातीसमोर एका छोट्या ताम्हनात कुंकुममिश्रित अक्षतांवर ठेवावी.

११) तद्नंतर आपापल्या सोयी व इच्छेनुसार दांपत्याने किंवा एकट्या व्यक्तीने श्रद्धावान पेहरावात समोर बसावे किंवा उभे रहावे.

१२) तद्नंतर त्या आदिमातास्वरूप 'अंबज्ञ इष्टिके'स 'ॐ नमश्चण्डिकायै' असे म्हणत हळद व कुंकू लावावे.

१३) नंतर हात जोडून 'ॐ गं गणपतये नम:।' हा जप पाच वेळा करावा.

१४) तद्नंतर नवदुर्गांची 'नाममंत्रमाला' एकदा किंवा तीनदा किंवा पाचदा किंवा नऊ वेळा म्हणत त्या आदिमातेस कुंकुम अक्षता, हरिद्रा (हळद) अक्षता, बिल्वपत्रे, तुलसीपत्रे व पुष्पे अर्पण करावीत. (नवदुर्गा-नाममंत्रमाला म्हटल्याने, पूजनात अजाणतेपणी काही चुका घडल्यास त्यांचे निराकरण होते).

नवदुर्गा-नाममंत्रमाला -

१) ॐ श्रीशैलपुत्र्यै नम:।
२) ॐ श्री ब्रह्मचारिण्यै नम:।
३) ॐ श्री चन्द्रघण्टायै नम:।
४) ॐ श्री कूष्माण्डायै नम:।
५) ॐ श्री स्कन्दमात्रे नम:।
६) ॐ श्री कात्यायन्यै नम:।
७) ॐ श्री कालरात्र्यै नम:।
८) ॐ श्री महागौर्यै नम:।
९) ॐ श्री सिद्धिदात्र्यै नम:।

१५) आदिमातेस वेणी किंवा गजरा दररोज अर्पण करण्यास हरकत नाही.

१६) त्यानंतर झेंडूच्या फुलांची एक माळ त्या परातीभोवती (अंबज्ञ इष्टिकेच्या मांडणीभोवती) अर्पण करावी. (दुसऱ्या दिवसापासून सायंकाळच्या नित्य पूजनामध्ये नवीन माळ अर्पण करते वेळी आदल्या दिवशीची माळ/माळा पूजन मांडणीत तशाच ठेवाव्यात किंवा न ठेवाव्यात हे श्रद्धावान स्वत:च्या आवडीनुसार व सोईनुसार ठरवू शकतात).

१७) तद्नंतर पुरणा-वरणाचा नैवेद्य अर्पण करावा. वरणभात व पुरण ह्यांशिवाय आपापल्या इच्छेनुसार व आवडीनुसार कुठलेही भोजन पदार्थ अर्पण करू शकता. प्रतिष्ठापना पूजन व नित्य पूजनाच्या उपचारांनुसार, मोठ्या आईला दररोज अनुक्रमे सकाळी व सायंकाळी दूध-साखरेचा नैवेद्य अर्पण करणे आवश्यक आहे. त्याचप्रमाणे दुसऱ्या दिवसापासून दररोज सायंकाळी करावयाच्या नित्य पूजनामध्ये पुरणा-वरणाचा व इतर भोजन पदार्थांचा नैवेद्य आपल्या इच्छेनुसार अर्पण करू शकतात. मात्र शाकाहारी व मांसाहारी दोन्ही प्रकारच्या व्यक्तींनी शाकाहारी नैवेद्यच अर्पण करणे श्रेयस्कर. भोजनाच्या अन्य पदार्थांमध्ये कांदा-लसूणाचे पथ्य नाही. मांसाहार शक्यतो टाळावा.

१८) तद्नंतर 'माते गायत्री सिंहारूढ भगवती महिषासुरमर्दिनी....' ही आरती दीप प्रज्वलित करून करावी. ह्यावेळेस इतर कुठलीही आरती घेऊ नये. पहिल्या रात्रीदेखील ही आरती करणे आवश्यक आहे. त्यानंतर दूधसाखरेचा नैवेद्य अर्पण करून तो प्रसाद म्हणून वाटावा.

१९) ह्यानंतर 'ॐ यज्ञेन यज्ञमयजन्त......' ही मंत्रपुष्पांजली म्हणून उपस्थित सर्वांनी पुष्पे, बिल्वपत्रे व तुलसीपत्र अर्पण करावीत.

२०) तद्नंतर आदिमातेस धूप दाखवावा.

२१) मग लोटांगण घालावे.

२२) मातीवर रोज पाणे शिंपडणे.

नित्यपूजन :

दुसऱ्या दिवशी पासूनचे पूजन घरातील अन्य कोणताही सदस्य करू शकतो. तसेच रोज घरातील वेगवेगळा सदस्यही पूजन करू शकतो. १४ वर्षांवरील कोणीही हे पूजन करू शकतो.

२३) पहिल्या दिवशी हे पूजन सकाळी करावे. त्यानंतर '११' क्रमांकापासूनचे सर्व उपचार करून रोज सायंकाळी पूजन करावे.नित्यपूजन स्नान करून श्रद्धावान वेषात करावे.

२४) मात्र पुढील दिवशी पूजन करताना आधीची चुनरी तशीच ठेवून, त्यावर दररोज एक-एक वेगवेगळ्या रंगाची चुनरी आरतीच्या आधी अर्पण करावी. (सर्व चुनऱ्या एकाच रंगाच्या असल्या तरी चालेल).

२५) इतर दिवशी जेव्हा सायंकाळी पूजन होणार तेव्हा रोज सकाळी दूध-साखरेचा नैवेद्य जरूर अर्पण करावा.

२६) कधी कधी नवरात्र तिथी फक्त आठ दिवसांमध्ये येतात तेव्हा अश्विन नवरात्रीमध्ये विजयादशमीच्या आदल्या दिवशी व चैत्र नवरात्रीमध्ये रामनवमीच्या आदल्या दिवशी दोन चुनऱ्या अर्पण कराव्यात. एखाद्या वर्षी नवरात्र तिथी नऊ ऐवजी दहा दिवस आल्या तर वाढत्या क्रमाने चुनरी अर्पण कराव्यात. (एकूण १० चुनऱ्या अर्पण केल्या जातील).

२७) सायंकाळी आरती करताना विविध आरती घेण्यास हरकत नाही. ह्या वेळी कुठल्याही क्रमाने आरती करू शकतो.

पुनर्मिलाप :

२८) अश्विन नवरात्रीमध्ये विजयादशमीच्या व चैत्र नवरात्रीमध्ये रामनवमीच्या दुसऱ्या दिवशी सकाळी आदिमातेस हळदीकुंकू अर्पण करून दूध-साखर व फक्त 'पुरण' एवढाच नैवेद्य अर्पण करावा.
(चैत्र नवरात्रीत श्रद्धावान त्यांना हवे असल्यास पुनर्मिलाप हनुमान पौर्णिमेच्या दिवशीही करू शकतात).

२९) आणि मग दोन्ही हात जोडून पुढील मंत्र म्हणावा -

आवाहनं न जानामि न जानामि तवार्चनम्। पूजां चैव न जानामि क्षमस्व परमेश्वरि।।

३०) मग स्वत:भोवती तीन प्रदक्षिणा घालताना पुढील मंत्र म्हणावा -

यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च। तानि तानि विनश्यन्ति प्रदक्षिण्यां पदे पदे।।

३१) त्यानंतर आपल्या तीन स्व-प्रदक्षिणा झाल्यानंतर, परातीमध्ये उगवलेल्या रोपांवर दुधाचे फुलाने सिंचन करावे व आदिमातेच्या मस्तकावर कुंकुम अक्षता अर्पण करताना 'गुरुक्षेत्रम् मंत्र' म्हणावा व परात थोडीशी सरकवावी.

३२) ह्यानंतर आपण स्वेच्छेनुसार व सोयीनुसार त्या अंबज्ञ इष्टिकेचा जलात पुनर्मिलाप करावा व त्या परातीतील थोडीशी माती तुळशीच्या रोपास अर्पण करावी आणि परातीत आलेल्या रोपांतील एक रोप तुळशीच्या कुंडीत लावावे. बाकी सर्व विसर्जन करावे. (पुनर्मिलाप पूजनानंतर अश्विन नवरात्रीमध्ये विजयादशमीचा दिवस व चैत्र नवरात्रीमध्ये रामनवमीचा दिवस किंवा त्या पुढील तीन दिवसांत कधीही अंबज्ञ इष्टिकेचा जलात पुनर्मिलाप करावा. मात्र पुनर्मिलाप होईपर्यंत रोज सकाळ-संध्याकाळ दूध साखरेचा नैवेद्य अर्पण करावा.

इतर माहिती :

✽ घरामध्ये सोयर–सूतक असतानाही हे पूजन करू शकतो.

✽ मासिक पाळीच्या काळात स्त्रिया दर्शन घेऊ शकतात व नमस्कार करू शकतात.

✽ नवरात्रिच्या काळात स्वत:च्या राहत्या घराशिवाय अन्य स्थळी निवास असल्यास त्या ठिकाणी ही श्रद्धावान हे पूजन करू शकतात.

✽ नवरात्रिच्या काळात घरातील किंवा नात्यातील व्यक्ती स्वर्गवासी झाल्यास नवरात्री पूजन सुरू ठेवायचे

अथवा नाही ह्याबाबत श्रद्धावानांना स्वातंत्र्य आहे; परंतु मध्येच पुनर्मिलाप करायचा असल्यास **'आदिमाता शुभंकरा स्तवनम्'** ११ वेळा म्हणून, मग अक्षता वाहून, तद्नंतर पुनर्मिलाप करावा.

✽ एखाद्याने आपल्या घरात एका वर्षी हे नवरात्री पूजन नव्याने सुरू केले, तर दरवर्षी हे पूजन करणे बंधनकारक नाही. पण ज्यांच्या घरात अगोदरपासून वंश परंपरेने नवरात्री पूजन सुरू असेल, त्यांनी दरवर्षी पूजन करणे आवश्यक आहे.

✽ एखाद्या घरात जर अगोदरपासून सातत्याने नवरात्री पूजन सुरू असेल तर पुढील पिढीतल्यांनी हे पूजन सुरू ठेवणे आवश्यक आहे.

✽ एखाद्या व्यक्तीने नव्याने हे पूजन करण्यास सुरुवात केली, तर त्याने नव्याने पूजनास सुरुवात करताना असा संकल्प करावा की 'पूजन पुढे सुरू ठेवायचे आहे किंवा नाही हे पुढील प्रत्येक पीढी ठरवेल'.

✽ घरातील अन्य मंगल, शुभ प्रसंगी असे पूजन एका दिवसासाठी करू शकतो. अशा एक दिवसीय पूजनाच्या वेळी परातीत गहू घेऊन त्यावर अंबज्ञ इष्टिका ठेवून पूजन करावे व नंतर ते गहू गरजूस दान करावे.

✽ श्रद्धावानांनी त्यांच्या जुन्या पद्धतीनुसार पूजन करण्यास काहीच हरकत नाही. परंतु वरील पद्धतीने पूजन केल्यास नवरात्री पूजनातील त्रुटी व चुका वा व्यक्तिगत दोष ह्यांचा परिणाम होत नाही.

✱ परमपूज्य सद्गुरुंनी विशेष पद्धतीने सांगितल्याप्रमाणे व त्यानुसार समीरदादांच्या ब्लॉगवर दिल्याप्रमाणे नवरात्रि पूजन करण्याची शुद्ध, सात्विक, सोपी व तरीही श्रेष्ठतम् पवित्र पद्धती सर्व श्रद्धावानांसाठी गेल्या अश्विन नवरात्री पासून उपलब्ध करून देण्यात आली आहे. त्यातील विधीविधान कशा पद्धतीने असेल याची संपूर्ण माहिती समीरदादांच्या ब्लॉगवर आधीच देण्यात आली आहे. या विधिविधानात शेवटच्या (क्रमांक ३२) मुद्यामध्ये सांगितल्याप्रमाणे श्रद्धावानांनी जुन्या पद्धतीनुसार पूजन करण्यास काहीच हरकत नाही, परंतु शुद्ध, सात्विक, सोप्या व तरीही श्रेष्ठतम् अशा पवित्र पद्धतीने पूजन केल्यास नवरात्री पूजनातील त्रुटी व चूका वा व्यक्तिगत दोष यांचा परिणाम होत नाही.
काही श्रद्धावान यापूर्वी वेगवेगळ्या पद्धतीने पूजन करीत आले आहेत. परंतु तरीही सद्गुरुंच्या शब्दाप्रमाणे पूजन करावे, की इतर पद्धतीने पूजन करावे हा निर्णय श्रद्धावान वैयक्तिकरित्या घेऊ शकतात.

✱ २०१७ च्या अश्विन नवरात्रौत्सवामध्ये सुरू झालेल्या परमपूज्य सद्गुरुंनी दिलेल्या नवरात्री पूजनाच्या विशेष पद्धतीचा अनेक श्रद्धावान लाभ घेत आहेत.

सुनिलसिंह मंत्री
मुख्य कार्यकारी अधिकारी