

स्व की प्राणप्रतिष्ठाविधि

मन्त्रजप की प्रक्रिया में पहले भूतशुद्धि करना पड़ता है। भूतशुद्धि के बाद स्व की प्राणप्रतिष्ठा करनी होती है। प्राणप्रतिष्ठा के बाद क्रमशः अन्तर्मात्रिका एवं बहिर्मात्रिका न्यास, देवता का कलान्यास (जैसे श्रीकण्ठादिमातृकाकलान्यास), ऋषि, छंद, देवता आदि का न्यास, करन्यास, हृदयादि षडंगन्यास करने के बाद पीठन्यास किया जाता है। यहाँ पर स्व की प्राणप्रतिष्ठा की संक्षिप्त विधि दी जा रही है। पहले प्राणप्रतिष्ठा का विनियोग इस प्रकार करें -

विनियोग

ॐ अस्य प्राणप्रतिष्ठामन्त्रस्य ब्रह्मविष्णुमहेश्वरा* ऋषयः, ऋग्यजुः सामानि छन्दांसि, प्राणशक्तिर्देवता, आं बीजम्, ह्रीं शक्तिः, क्रौं कीलकम् स्वशरीरे प्राणप्रतिष्ठापने विनियोगः।

इसके पश्चात् ऋष्यादिन्यास इस प्रकार करें-

ऋष्यादिन्यास

ॐ ब्रह्मविष्णुमहेश्वरऋषिभ्यो* नमः शिरसि। ॐ ऋग्यजुःसामच्छन्दोभ्यो नमो मुखे। ॐ प्राणशक्त्यै नमः हृदये। ॐ आं बीजाय नमः गुह्ये। ॐ ह्रीं शक्तये नमः पादयोः। ॐ क्रौं कीलकाय नमः सर्वाङ्गो।

ऋष्यादिन्यास के उपरान्त षडंगन्यास निम्न तरीके से करें -

षडंगन्यास

ॐ ङँ कँ खँ घँ गँ नमो वाय्वग्निर्वाभूम्यात्मने हृदयाय नमः। ॐ ञँ चँ छँ झँ जँ शब्दस्पर्शरूपरसगन्धात्मने शिरसे स्वाहा। ॐ णँ टँ ठँ डँ श्रोत्रत्वङ्मनोजिह्वाघ्राणात्मने शिखायै वषट्। ॐ नँ तँ थँ धँ दँ वाक्पाणिपादपायूपस्थात्मने कवचाय हुम्। ॐ मँ पँ फँ भँ बँ वक्तव्यादानगमनविसर्गानन्दात्मने नेत्रत्रयाय वौषट्। ॐ शँ यँ रँ वँ लँ हँ षँ क्षँ सँ लँ बुद्धिमनोऽहंकारचित्तात्मने अस्त्राय फट्।

इस प्रकार षडंगन्यास करके नाभी से पैरोंतक 'ॐ' इस पाशबीज का न्यास करना चाहिये। पुनः हृदय से आरंभ कर नाभी तक 'ह्रीं' इस शक्ति बीज का तथा मस्तक से आरंभ कर हृदयतक 'क्रौं' सृणि (अंकुश) बीज का न्यास करना चाहिये। तदनन्तर हृदय में 'ॐ यँ त्वगात्मने नमः', 'ॐ रँ असृगात्मने नमः', 'ॐ लँ मांसात्मने नमः', 'ॐ वँ मेदात्मने नमः', 'ॐ शँ अस्थ्यात्मने नमः', 'ॐ षँ मज्जात्मने नमः', 'ॐ सँ शुक्रात्मने नमः', 'ॐ हौं ओजात्मने

* मन्त्रमहोदधि: तथा पुरश्चर्याणर्व में 'ब्रह्मविष्णुमहेश्वरा ऋषयः' की जगह 'अजेशपद्मजा ऋषिभ्यो' लिखा है (मन्त्रमहोदधि: 1/35); बाकी बातों में कोई अन्तर नहीं है।

नमः', 'ॐ हँ प्राणात्मने नमः' तथा 'ॐ सँ जीवात्मने नमः' - इन तत्वों का न्यास करें। इसके पश्चात् 'ॐ यँ रँ लँ वँ शँ षँ सँ हँ लँ क्षँ' द्वारा मूर्धा से लेकर पैरोंतक सर्वांग में (अर्थात् व्यापक) न्यास करके¹ प्राणशक्तिरूपी देवी का इस प्रकार ध्यान करें।

पाशं चापासृक्कपाले सृणीषूञ्जूलंहस्तैर्बिभ्रतीं रक्तवर्णाम्।

रक्तोदन्वत्पीतरक्ताम्बुजस्थां देवीं ध्यायेत्प्राणशक्तिं त्रिनेत्राम्॥

ध्यान करने के बाद हृदय पर हाथ रखकर निम्न मन्त्रों को पढ़ें।

ॐ आँ ह्रीं क्रौं यँ रँ लँ वँ शँ षँ सँ हों ॐ क्षँ सँ हँ सः ह्रीं ॐ मम प्राणा इह प्राणाः।

ॐ आँ ह्रीं क्रौं यँ रँ लँ वँ शँ षँ सँ हों ॐ क्षँ सँ हँ सः ह्रीं ॐ मम जीव इह स्थितः।

ॐ आँ ह्रीं क्रौं यँ रँ लँ वँ शँ षँ सँ हों ॐ क्षँ सँ हँ सः ह्रीं ॐ मम सर्वेन्द्रियाणि।

ॐ आँ ह्रीं क्रौं यँ रँ लँ वँ शँ षँ सँ हों ॐ क्षँ सँ हँ सः ह्रीं ॐ मम वाङ्मनश्चक्षुः

श्रोत्रजिह्वाघ्राणप्राणा इहागत्य सुखं तिष्ठन्तु स्वाहा।

उपर्युक्त मन्त्रों की तीन बार आवृत्ति करने के पश्चात् प्रणव अर्थात् ॐकार की 15 आवृत्ति करें। दूसरे शब्दों में 15 बार ॐ, ॐ, ॐ..... जपे। तदनन्तर 'अनेन मम देहस्य पञ्चदश संस्काराः संपद्यन्ताम्' कहकर प्राणायाम करना चाहिये।

प्राण-प्रतिष्ठा की क्रिया प्राणायाम करने के बाद समाप्त हो जाती है। इसके बाद मातृका आदि न्यास करना चाहिये।

(उपर्युक्त लेख अनुष्ठानप्रकाशः पर आधारित है।)



नास्ति चिन्तासमं दुःखं कायशोषणमेव हि।

यश्चिन्तांत्यज्य वर्तेत स सुखेन प्रमोदते॥

(पद्ममहापु. भूमिखण्ड 11/11 तथा पातालखण्ड 87/47)

चिन्ता के समान दूसरा कोई दुःख नहीं है, क्योंकि वह शरीर को सुखा डालती है। जो उसे त्यागकर यथोचित बर्ताव करता है, वह अनायास ही आनंद में मस्त रहता है।

¹ मन्त्रमहोदधि: में यहीं पर प्राणप्रतिष्ठा की विधि समाप्त हो जाती है।