## మంగళగౌరీ వ్రతము

మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు, ఆచార వ్యవహారాలు, ఎంతో ఉత్కృష్టమైనవి. ఈ చరాచర సృష్టి సమస్తంలో దైవాన్ని దర్శించగలగడం, పూజించడం మన ప్రత్యేకత! అలాగే మన సంస్కృతిలోని తిథులు, నక్షత్రాలు, వారాలు, మాసాలు వంటివన్నీ, వేటికవి ప్రత్యేకతలు కలిగి ఉన్నాయి.

చాంద్రమానాన్ని పాటించే మన పంచాంగంలోని పన్నెండు నెలలు వేటికవే ప్రత్యేకతను కలిగి ఉన్నప్పటికీ, వాటిలో "శ్రావణమాసం" ఉత్కృష్టమైంది. ముఖ్యంగా శ్రావణమాసం మహిళకు అత్యంత ముఖ్యమైనది. మహిళలు పాటించే వ్రతాల్లో అధికం ఈ మాసంలోనే ఉండడం వల్ల, "వ్రతాల మాసం"గా పేరు పొందడంతో పాటు, మహిళలకు సౌభాగ్యాన్ని ప్రసాదించే మాసంగా కూడా పేర్కొనబడుతోంది.

శ్రావణ మాస వ్రతాలనగానే ప్రధానంగా గుర్తుకు వచ్చేది - "వరలక్ష్మీ వ్రతం".
ఆ తర్వాత శ్రావణ మాసంలో మహిళలు ఆచరించే మరో ప్రధాన వ్రతం - "మంగళగౌరి వ్రతం."

దీనికే "శ్రావణ మంగళవారవ్రతం" అని, "మంగళ గౌరీ నోము" అని పేర్లు. ఈ వ్రతాన్ని ఆచరించడం వల్ల మహిళలకు సౌభాగ్యకరమైన "ఐదువతనం" కలకాలం నిలుస్తుందని ప్రతీతి. ఈ వ్రతాన్ని గురించి స్వయంగా శ్రీకృష్ణుడ ద్రౌపదికి వివరించినట్లు పురాణాలు పేర్కొన్నాయి.

ఒకసారి ద్రౌపది శ్రీకృష్ణుని వద్దకు వెళ్ళి "అన్నా! మహిళలకు వైధవ్యాన్ని కలిగించని వ్రతం ఏదైనా ఉంటే చెప్పు" మని అడగ్గా, శ్రీకృష్ణుడు "మంగళగౌరీ మహాదేవత. ఆ పరాశక్తియే మంగళగౌరిగా ప్రసిద్ధి చెందింది. త్రిపురాసుర సంహార సమయంలో పరమశివుడు మంగళగౌరీ దేవిని పూజించి విజయం సాధించాడు. అంగారకుడు మంగళగౌరీ దేవిని పూజించ గ్రహరాజై, మంగళవారానికి అధిపతై వెలుగొందుతున్నాడు. ఆ మంగళ గౌరిని పూజిస్తూ, శ్రావణ మాస మంగళవారములలో వ్రతాన్ని ఆచరించినట్లయితే వైధవ్యం ప్రాప్తించదు. ఈ వ్రతాన్ని ఆచరించిన వారు సకల సౌభాగ్యాలతో వర్థిల్లుతారు" అని చెప్పాడని పురాణ కథనం. పురాణకాలం నుంచీ ఈ వ్రతం ఆచరణలో ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది.

## వ్రతాన్ని ఎవరు చేయవచ్చు?

మంగళగౌరీ వ్రతాన్ని క్రొత్తగా పెళ్ళయిన ముత్తైదువులు చేయాలి. అంటే వివాహం జరిగిన అనంతరం వచ్చే శ్రావణ మాసంలో ఈ వ్రతాన్ని చేయడం ప్రారంభించాలి. శ్రావణమాసంలో వచ్చే మొదటి మంగళవారం నాడు ఈ వ్రతాన్ని చేయడం ప్రారంభించి, ఆ నెలలో ఎన్ని మంగళవారములు వస్తే, అన్ని వారాలు వ్రతాన్ని చేయాలి. ఒక వేళ ఏవైనా ఆటంకములు ఏర్పడినా ఏదైనా ఒక వారం గానీ, రెండు వారాలు గానీ చేయలేకపోతే, అందుకు ప్రత్యామ్నాయ మార్గాన్ని మన పురాణాలు సూచించాయి. శ్రావణమాసంలో ఎన్ని మంగళవారాలు చేయడానికి వీలుకలుగదో,అన్ని మంగళవారాలు భాద్రపద మాసంలోని శుక్ల పక్షంలో వచ్చే మంగళవారాలలో చేయవచ్చు. అంటే మహాలయ పక్షాలు ప్రారంభం కావడానికి ముందే ఈ వ్రతాన్ని పూర్తి చేయాలి. ఈ విధంగా పెళ్ళయిన సంవత్సరం నుంచి మొత్తం వరుసగా ఐదు సంవత్సరాల పాటూ ఈ వ్రతాన్ని చేసి ఉద్యాపన చేయాలి.

## వ్రత నియమాలు

- తొలిసారిగా నోమును ప్రారంభించేటప్పుడు, వ్రతం చేస్తున్న వారి తల్లి, ప్రక్కనే వుండి వ్రతాన్ని చేయించడం శ్రేష్ఠం. అలాగే తొలి వాయనాన్ని తల్లికే ఇవ్వడం మంచిది. ఒక వేళ తల్లి లేకపోయినట్లయితే, అత్తగానీ, లేదా ఇతర ముత్తైదువుల సహాయంతో గానీ వ్రతాన్ని ఆచరించవచ్చు.
- వ్రతమును చేసే రోజు ఉదయం నిద్రలేస్తూనే, ముందుగా భర్త పాదాలకు, అనంతరం తల్లిదండ్రులు, అత్తమామలు, ఇతర పెద్దలకు పాదాభివందనం చేసి వారి ఆశీర్వాదం పొందాలి. వ్రతం ఆచరించే నాటి ముందు రోజు రాత్రి, ఫలహారం భుజించి ఉపవాసం ఉండడం శ్రేష్ఠం. వ్రతాన్ని ఆచరించే మహిళలు తప్పనిసరిగా కాళ్ళకు పారాణి పెట్టుకోవాలి.
- వ్రతాన్ని పాటించే రోజు రాత్రి ఉపవాసం ఉండాలి.
- వ్రతాన్ని ఆచరించే నాటి ముందు రోజు, వ్రతం రోజూ దాంపత్య సుఖానికి దూరంగా ఉండాలి.
- వ్రతానికి తప్పనిసరిగా ఐదు మంది ముత్తైదువులు పేరంటానికి పిలిచి, వారికి వాయనములను ఇవ్వాలి. అయితే కొన్ని ప్రాంతాలలో మొదటివారం ఐదు మంది, రెండవారం పది మంది, ఈ విధంగా రెట్టింపుతో ముత్తైదువులను ఆహ్వానించి వాయనములు ఇచ్చే ఆచారం ఉంది. ఇది చేసే వారి శక్తిని బట్టి ఉంటుంది.
- ఒకే మంగళగౌరీదేవి విగ్రహాన్ని ఆ నెలలో వచ్చే అన్ని వారాల్లో ఉపయోగించాలి. వారానికొక క్రొత్త విగ్రహాన్ని ఉపయోగించకూడదు. ఆ సంవత్సరం వ్రతం పూర్తయిన తర్వాత, వినాయక చవితి పండుగ పిదప, వినాయకుడి నిమజ్జనంతో పాటూ అమ్మవారినీ నిమజ్జనం చేయాలి.
- పూజకు గరికె, ఉత్తరేణి, తంగేడిపూలు తప్పనిసరిగా వాడవలెను.

## కావలసిన వస్తువులు

పసుపు, కుంకుమ, వాయనమునకు అవసరమైన వస్తువులు, ఎఱ్ఱటి రవికెగుడ్డ, గంధము, పూలు, పండ్లు, ఆకులు, వక్కలు, తోరములకు దారము, టెంకాయ, పసుపు తాడు, కత్తి దీపపు సెమ్మెలు-2, ఐదు వత్తులతో హారతి ఇవ్వడానికి అవసరమైన హారతి సెమ్మెలు (లేదా) గోధుమపిండితో గానీ, పూర్ణంతో గానీ చేసిన ఐదు ప్రమిదలు, దీపారాధనకు నెయ్యి, కర్పూరం, అగరవత్తులు, బియ్యము, కొబ్బరిచిప్ప, శనగలు మొదలైనవి.

## మంగళగౌరిని ప్రతిష్ఠించుకునే విధం

వ్రతాన్ని ఆచరించే రోజున ఉదయాన్నే లేచి తల స్నానం చేసి, ఇంటిని శుభ్రంగా కడగాలి. మట్టి నేలయితే అలకాలి. ఇంటిలోని పూజాగృహంలో గానీ, ఇంటిలో వ్రతం చేయదలచుకున్న ప్రాంతంలో గానీ, ఒక మండపాన్ని ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. ఈ మండంపైన బియ్యపు పిండితో అష్టదళ పద్మములను ముగ్గుగా తీర్చిదిద్దాలి.

దానిపైన బియ్యాన్న పోసి బియ్యం పై ఒక కొబ్బరి చిప్పను ఉంచాలి. ఆ జాకెట్టుపై తమలపాకును పెట్టి, ఆ పైన మంగళగౌరిని ప్రతిష్ఠించుకోవాలి. మంగళగౌరని సాధారణంగా పసుపుతో చేసుకోవటం మంచిది. అయితే ఒక మాసమంతా ఉంచుకోవాలి కాబట్టి, పసుపుకు గోధుమపిండిని కలిపి మంగళగౌరిని తయారు చేసుకోవాలి.

మంగళగౌరిని ఐదు ముఖాలతో తయారు చేసుకోవాలి. అంటే పసుపు, గోధుమపిండి మిశ్రమముతో ఒక పీఠముగా చేసుకుని, దానిపై నాలుగు మూలలా చిన్నస్తంభాలుగా ఉంచాలి. వాటి మధ్యలో ఐదవదాన్ని ఉంచాలి. ఈ విధంగా మంగళగౌరిని ఐదు ముఖాలతో తయారు చేసుకుని పీఠముపై ప్రతిష్ఠించి, కుంకుమ, పూలను అలంకరించాలి.

పైన చెప్పినటువంటివే ప్రస్తుతం "మంగళగౌరి" విగ్రహములు వెండి లేదా బంగారపువి మార్కెట్టులో లభిస్తాయి. కొందరు వాటిని కూడా ఉపయోగిస్తున్నారు. వాటిని ఉపయోగించినా పసుపుతో చేసి ప్రతిష్ఠించుకోవాలి. ఈ మంగళగౌరీ దేవికి వెనుక భాగాన గౌరీదేవి ఫోటోను కూడా ఉంచుకోవచ్చు. పూజా పీఠాన్ని ఎవరి శక్తి కొద్దీ వారు అలంకరించుకోవచ్చు. ఈ విధంగా అమ్మవారిని ప్రతిష్ఠించుకుని వ్రతాన్ని చేసుకోవాలి. గౌరీదేవి ఫోటో దొరకని వారు పార్వతీ దేవి రూపాలకు చెందిన ఫోటోలను పెట్టుకోవచ్చు.

## వ్రత విధానం

శుక్లాంబరధరం విష్ణుం శశివర్ణం చతుర్భుజమ్
ప్రసన్నవదనం ధ్యాయేత్సర్వ విఘ్నోపశాంతయే.
(అని ముందుగా గణపతిని ధ్యానించి, తదుపరి ఆచమనం చేయాలి)
ఓం కేశవాయ స్వాహా: ( చేతిలో నీరు తీసుకుని స్వీకరించాలి)
ఓం నారాయణ స్వాహా:
ఓం మాధవాయ స్వాహా:
ఓం గోవిందాయనమః (చేతులు కడుక్కోవాలి)
ఓం విష్ణవేనమః (కళ్ళు తుడుచుకోవాలి)
ఓం మధుసూదనాయ నమః
ఓం త్రివిక్రమాయ నమః
ఓం వామనాయ నమః
ఓం శ్రీధరాయ నమః
ఓం హృషీకేశాయ నమః
ఓం పద్మనాభాయ నమః
ఓం సంకర్షణాయ నమః
ఓం వాసుదేవాయ నమః
ఓం ప్రద్యుమ్నాయ నమః
ఓం అనిరుద్ధాయ నమః
ఓం పురుషోత్తమాయ నమః
ఓం అదోక్షజాయ నమః
ఓం నారసింహాయ నమః

ఓం అచ్యుతాయ నమః
ఓం జనార్థనాయ నమః
ఓం ఉపేంద్రాయ నమః
ఓం హరయే నమః
ఓం శ్రీకృష్ణాయ నమః
(కొంచెం నీళ్ళను చేతిలోకి తీసుకుని నేలపై చిలకరిస్తూ....)
"ఉత్తిష్టంతు భూచపిశాచాఃయేతే భుమి భారకాః
యేతేషామ విరోథేన బ్రహ్మకర సమారభే॥"
(అనే శ్లోకాన్ని పఠించాలి)

"ఓం భూః ఓం భువః ఓం సువః ఓం మహః
ఓం జనః ఓం తపః ఓం సత్యం ఓం తత్
సవితుర్వరేణ్యుం, భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియోయోనః
ప్రచోదయాత్, ఓం మపోజ్యోతి ఈరసోమృతం బ్రహ్మ భుర్భవస్సురోమ్...."
మమ ఉపాత్త సమస్త దురితక్షయ ద్వారా శ్రీపరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం శుభే శోభన ముహూర్తే అద్యబ్రాహ్మణః ద్వితీయ పరార్థే శ్వేత వరాహకల్పే, వైవస్వత మన్వంతరే కలియుగ ప్రథమ పాదే జంబూ ద్వీపే భరత వర్షే, భరతఖండే, మేరోః దక్షిణ దిగ్భాగే శ్రీశైలస్య..... (శ్రీశైలానికి, వ్రతం చేసే వారి ఊరు ఏ దిక్కులో ఉందో, ఆ దిక్కుని చెప్పాలి) ప్రదేశే, కృష్ణా, కావేరీ మధ్య ప్రదేశే ( ఏ నదుల మధ్య ప్రాంతంలో వుంటే ఆ నదుల పేర్లు చెప్పవలెను)
స్వ/శోభన గృహే, సమస్త దేవతా, బ్రాహ్మణ, హరిహర సన్నిథౌ, వర్తమాన వ్యావహారిక చాంద్రమానేన శ్రీపార్థివ నామ సంవత్సరే దక్షిణాయనే వర్ష ఋతౌ శ్రావణ మాసే శుక్ల కృష్ణ పక్షే.. తిథౌ (తిథిపేరు) ..... వాసరే (వారంపేరు).... శుభనక్షత్రే శుభయోగే శుభకరణే ఏవం గుణ విశేషణ విశిష్టాయం శుభతిథౌ, శ్రీమత్యాః....... గోత్రస్య... శర్మణః ధర్మపత్నీ శ్రీమతీ... గోత్రవతీ (గోత్రం పేరు)..... నామధేయవతి (పేరు) అహం మమోపాత్త దురితక్షయద్వారా యావజ్జీవ సామాంగల్య సిద్ధ్యర్థ పుత్ర, పౌత్ర సంపత్సౌభాగ్య సిద్ధ్యర్థం మమ వివాహ ప్రథమ వర్షాది పంచమ వర్ష పర్యంతం శ్రీమంగళగౌరీ వ్రతం కరిష్యే. అద్య శ్రీ మంగళ గౌరీ దేవతా ముద్దిశ్య శ్రీ మంగళగౌరీ దేవతా ప్రీత్యర్థం, సంభవద్భిర్ద్రవ్యైః సంభవితానియమేన ధ్యానవాహనాది షోడోశోపచార పూజాం కరిష్యే.... (నీటిని విడవాలి).
ఈ విధంగా సంకల్పం చెప్పుకొన్న తర్వాత కలశపూజ చేయాలి.

## కలశ పూజ

పూజకు మాత్రమే ఉపయోగించే ఒక గ్లాసును గానీ, పంచపాత్రను గానీ తీసుకుని, అందులో నీరు పోసి, అందులో అక్షతలను, పువ్వులు, తమలపాకులను ఉంచాలి. దానికి బయట మూడు వైపులా గంధాన్ని రాసి, కుంకుమను పెట్టాలి. ఈ విధంగా చేసి, దానిపై కుడి చేయి నుంచి క్రింది శ్లోకాన్ని పఠించాలి.
కలశస్య ముఖే విష్ణు కంఠే ఋద్రసమాశ్రితః
మూలేతత్ర స్థితో బ్రహ్మ మధ్యే మాతృగణఃస్థితాః
కుక్షౌ తుస్సాగరస్సర్వే సప్తద్వీపా వసుంధరా
ఋగ్వేదోధ యజుర్వేదో స్సామ వేదో హ్యాధర్వణః
అంగైశ్చ స్సహితా స్సర్వే కలశాంబు సమాశ్రితాః
అయాంతు గణపతి పూజార్థం దురితక్షయ కారకాః
గంగేచ యమునేచైవ గోదావర సరస్వతి
నర్మదే సింధూ కావేర జలేస్మిన్ సన్నిథిం కురు॥
అంటూ శ్లోకాన్ని చదివి కలశంలోని నీటిని పుష్పముతో ముంచ భగవంతునిపైన, పూజాద్రవ్యములపైన, పూజ చేయువారు తలపైన చల్లుకోవాలి.
(గమనిక: పూజలో అవసరమైన సమయంలో ఈ కలశంలోని నీటినే ఉపయోగించాలి. ఆచమనం చేసేందుకు ఉపయోగించే జలాన్ని పూజకు ఉపయోగించరాదు. అలాగే కలశంలోని నీటిని ఆచమనమునకు ఉపయోగించరాదు. ఏ వ్రతంలోనైనా, పూజలోనైనా ఇది తప్పనిసరిగా
పాటించవలసిన నియమం.)
కలశపూజ అనంతరం పసుపుతో గణపతిని చేసుకుని, మండపంలో తమలపాకు పై నుంచి, వ్రతం నిర్విఘ్నంగా జరగాలని ముందుగా గణపతిని పూజించాలి.

అదౌ నిర్విఘ్నేన వ్రత పరిసమాప్త్యర్థం గణపతి పూజాం కరిష్యే.

"వక్రతుండ మహాకాయ కోటి సూర్య సమప్రభ

నిర్విఘ్నం కురుమేదేవో సర్వ కార్యేషు సర్వదా॥"

ఆగచ్ఛ వరసిద్ధ వినాయక, అంబికా ప్రియనందన

పూజాగృహాణ సుముఖ, నమస్తే గణానాయక"

ఓం సుముఖాయ నమః

ఓం ఏకదంతాయ నమః

ఓం కపిలాయ నమః

ఓం గజకర్ణికాయ నమః

ఓం లంబోదరాయ నమః

ఓం వికటాయ నమః

ఓం విఘ్న రాజా రాయనమః

ఓం గణాథిపాయ నమః

ఓం ధూమకేతవే నమః

ఓం వక్రతుండాయ నమః

ఓం గణాథ్యక్షాయ నమః

ఓం ఫాలచంద్రాయ నమః

ఓం జగాననాయ నమః

ఓం శూర్పకర్ణాయ నమః

ఓం హేరంబాయ నమః

ఓం స్కంద పూర్వజాయ నమః

ఓం శ్రీ మహాగణాథిపతయే నమః నానావిథ పరిమళపత్ర పుష్పాణి సమర్పయామి)

ఓం శ్రీ మహాగణాథిపతయే నమః ధూపం ఆఘ్రూపయామి

ఓం శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః దీపం దర్శయామి.

(అనంతరం స్వామి వారి ముందు పండ్లుగాని బెల్లాన్ని గాని, నైవేద్యంగా ఉంచాలి).

ఓం భూర్భువస్సువః తత్సవితుర్వరేణ్యం, భర్గోదేవస్య ధీమహి థియోయోనః, ప్రచోదయాత్... (నీరు నివేదన చుట్టూ చల్లుతూ.)

సత్యం త్వ ర్తేన పరిషించామి, అమృతమస్తు అమృతో పస్తరణమసి... ఓం ప్రాణాయ స్వాహా, ఓం అపానాయ స్వాహో, ఓం వ్యానాయ స్వాహో, ఓం ఉదానాయ స్వాహా, ఓం సమానాయ స్వాహో, ఓం బ్రహ్మణ్యే స్వాహో గూడ సహితఫల నివేదనం సమర్పయామి, మధ్యే మధ్యే పానీయం సమర్పయామి ( నీటిని వదలాలి.).

ఓం శ్రీ మహాగణాధిపతయే నమః తాంబూలం సమర్పయామి, తాంబూలానంతరం ఆచమనం సమర్పయామి.

(కర్పూరం వెలిగించి నీరాజనం ఇవ్వాలి)

ఓం శ్రీ మహాగణాథిపతయే నమః కర్పూర నీరాజనం సమర్పయామి నీరాజనానంతరం, ఆచమనీయం సమర్పయామి!

అనేన మాయా చరిత గణపతి అర్చనేన భగవతః సర్వాత్మకః శ్రీ గణపతిర్దేవతా సుప్రీత, సుప్రసన్న వరదాభవతు! మమ యిష్టకామ్యార్థ సిద్ధిరస్తు!!

వినాయకునికి నమస్కరించి అక్షతలు తల మీద చల్లుకోవాలి. ఈ విధంగా మహాగణపతి పూజను ముగించిన అనంతరం మంగళగౌరీ వ్రతాన్ని ప్రారంభించాలి. పూజను ప్రారంభించే ముందు తోరణములను తయారు చేసుకోవాలి.

## తోర పూజ

తెల్లటి దారమును ఐదు పోగులు తీసుకుని దానికి పసుపు రాసుకోవాలి. ఆ దారమునకు ఐదు పూలు, ఐదు చోట్ల కట్టి ముడులు వేయాలి. అంటే ఐదు పోగుల దారమును ఉపయోగించి, ఐదు పువ్వులతో ఐదు ముడులతో తోరములను తయారు చేసుకుని, పీఠం వద్ద ఉంచి, పుష్పములు, పసుపు, కుంకుమ, అక్షతలు వేసి, తోరములను పూజించి ఉంచుకొనవలెను. ఈ విధంగా తోరములను తయారు చేసుకున్న అనంతరం పూజకు ఉపక్రమించాలి.