श्री गुरुचरणकमलेभ्यो नमः

अधिक मास साधना

मंत्र: || ॐ ऐं अनंताय ऐं नमः ||

विधान:- साधक या साधिकाये , पीले या धुत वस्त्र धारण कर पूर्व दिशा के ओर बैठे और सामने गुरु चित्र लगाकर पंचोपचार का पूजन कर साधना आरंभ करे | पूरे अधिक मास मे नित्य 5 माला करे और अधिक मास मे हर गुरुवार के दिन 21 माला जप करे |

सामग्री :- स्फटिक माला

या

पूरे अधिक मास मे “श्री पुरूषसूक्तम्” हर दिन 1 बार पाठ करे या 108 बार पारायण कर सकते है |

पुरुष– सूक्त

ॐ सहस्रशीर्षा पुरुषः सहस्राक्षः सहस्रपात्।
स भूमि ँ सर्वत स्पृत्वात्यतिष्ठद्दशाङ्गुलम्।।1।।

उस विराट् पुरुष के सहस्र शिर, नेत्र और हाथ–पैर हैं। वह समस्त भूमि को सब ओर से व्याप्त करके इस ब्रह्माण्ड से दश अंगुल ऊपर उससे परे भी विद्यमान है।

पुरुष एवेद ँ सर्वं यद्भूतं यच्च भाव्यम्।
उतामृतत्वस्येशानो यदन्नेनातिरोहति।।2।।

यह सब जगत् पुरुष ही है। भूत, भविष्य और वर्तमान में वही है। वह अमृतत्व का और अन्न से जीवित रहने वाले समस्त जीवों का ईश–शासक है।

एतावानस्य महिमातो ज्यायाँश्च पूरुषः।
पादोऽस्य विश्वा भूतानि त्रिपादस्यामृतं दिवि।।3।।

इतना भारी विराट् ब्रह्माण्ड उस परम पुरुष की महिमा है। वह अपने विभूति विस्तार से भी महान् हैं। उसकी एक पाद विभूति में ही पंचभूतात्मक विश्व ब्रह्माण्ड है। शेष जो त्रिपाद विभूति हैं उनमें अमृत दिव्यलोक है।

त्रिपादूर्ध्व उदैत्पुरुषः पादोऽस्येहाभवत् पुनः।
ततो विष्वङ् व्यक्रामत्साशनानशने अभि।।4।।

वह प्रभु इस जगत से परे त्रिपाद विभूति में प्रकाशमान है। एक पाद में ही यह सम्पूर्ण विश्व ब्रह्माण्ड प्रकट हो जाता है। वह सम्पूर्ण विश्व को परिव्याप्त किये हुए है। प्राणवान अप्राणवान जड़–चैतन्य–जगत उसी से है।

ततो विराडजायत विराजो अधि पूरुषः।
स जातो अत्यरिच्यत पश्चाद्भूमिमथो पुरः।।5।।

उसी आदि पुरुष महाविष्णु से विराट् हुआ। उस विराट् का अधिपुरुष वही है। वह अधिपुरुष उत्पन्न होकर अत्यन्त दीप्त प्रकाश वाला हुआ। उसने उत्पन्न होने के पश्चात् भूमि तथा शरीरादि उत्पन्न किये।

तस्माद्यज्ञात् सर्वहुतः सम्भृतं पृषदाज्यम्।
पशूँस्ताँश्चक्रे वायव्यानारण्या ग्राम्याश्च ये।।6।।

उस सर्वहुत यज्ञ से प्रशस्त पोषक पदार्थ घृत आदि उत्पन्न हुआ। उस प्रजापति पुरुष ने वायु में उड़ने वाले (पक्षी) ग्राम में रहने वाले, वन में रहने वाले आदि पशुओं को उत्पन्न किया।

तस्माद्यज्ञात् सर्वहुत ऋचः सामानि जज्ञिरे।
छन्दा ँ सि जज्ञिरे तस्माद्यजुस्तस्मादजायत।।7।।

उस सर्वहुत यज्ञ पुरुष से ऋग्वेद तथा सामवेद उत्पन्न हुए। उसी से छन्द उत्पन्न हुई, उसी से यजुर्वेद प्रकट हुआ।

तस्मादश्वा अजायन्त ये के चोभयादतः।
गावो ह जज्ञिरे तस्मात्तस्माज्जाता अजावयः।।8।।

उसी यज्ञ पुरुष द्वारा घोड़े उत्पन्न हुए। जिनके ऊपर–नीचे दोनों ओर दांत हैं, ऐसे (गर्दभ आदि) पशु भी उत्पन्न हुए। उसी से गौएं तथा भेड़–बकरियाँ भी उत्पन्न हुईं।

तं यज्ञं बर्हिषि प्रौक्षन् पुरुषं जातमग्रतः।
तेन देवा अयजन्त साध्या ऋषयश्च ये।।9।।

सृष्टि के पूर्व प्रकट हुए उस यज्ञ साधनभूत पुरुष को कुशाओं द्वारा प्रोक्षण करके उसी पुरुष के द्वारा देवता, साध्यगण तथा ऋषिगण आदि ने उस मानस यज्ञ का यजन किया।

यत्पुरुषं व्यदधुः कतिधा व्यकल्पयन्।
मुखं किमस्यासीत् किं बाहू किमूरू पादा उच्येते।।10।।

उस प्रजापति विराट् पुरुष को नाना रूप से प्रकट करने पर उनकी कितने प्रकार से कल्पना की। इस पुरुष का मुख क्या है ? इसकी दोनों बाहुएँ क्या हैं ? इसकी जंघाएं क्या हैं ? इसके पैर कौन कहे जाते हैं ?

ब्राह्मणोऽस्य मुखमासीद्बाहू राजन्यः कृतः।
ऊरू तदस्य यद्वैश्यः पद्भ्या ँ शूद्रो अजायत।।11।।

इस पुरुष के मुख से ब्राह्मण हुए, बाहुओं से क्षत्रिय हुए। इस पुरुष के जो दोनों उरु हैं उनसे वैश्य और पैरों से शूद्र प्रकट हुए।

चन्द्रमा मनसो जातश्चक्षोः सूर्यो अजायत।
श्रोत्राद्वायुश्च प्राणश्च मुखादग्निरजायत।।12।।

उनके मन से चन्द्रमा हुए, चक्षु से सूर्य हुए, कानों से वायु तथा प्राण हुए और मुख से अग्निदेव हुए।

नाभ्या आसीदन्तरिक्ष ँ शीर्ष्णो द्यौः समवर्तत।
पद्भ्यां भूमिर्दिशः श्रोत्रात्तथा लोकाँ२ अकल्पयन्।।13।।

उस यज्ञ पुरुष की नाभि से अन्तरिक्ष लोक उत्पन्न हुआ, शिर से स्वर्ग प्रकट हुआ,

पैरों से पृथ्वी और कानों से दिशाएं उत्पन्न हुईं। इसी प्रकार उस पुरुष में ही ये सब लोक कल्पित हुए।

यत्पुरुषेण हविषा देवा यज्ञमतन्वत।
वसन्तोऽस्यासीदाज्यं ग्रीष्म इध्मः शरद्धविः।।14।।

उस पुरुष के शरीर में ही देवताओं ने हविष्य की भावना करके यज्ञ का विस्तार किया। उस यज्ञ में बसंत ऋतु घृत, ग्रीष्म ऋतु ईंधन और शरद ऋतु हवि हुई।

सप्तास्यासन् परिधयस्त्रिः सप्त समिधः कृताः।
देवा यद्यज्ञं तन्वाना अबध्नन् पुरुषं पशुम्।।15।।

जिस पुरुष पशु का यज्ञ में बंधन करके देवताओं ने यज्ञ किया, उस यज्ञ में सात (छंद) इसकी परिधियां मान लीं और इक्कीस (12 महीने, पाँच ऋतुएं, एक आदित्य तथा तीन लोक या तीन अग्नि) समिधाएं बनीं।

यज्ञेन यज्ञमयजन्त देवास्तानि धर्माणि प्रथमान्यासन्।
ते ह नाकं महिमानः सचन्त यत्र पूर्वे साध्याः सन्ति देवाः।।16।।

देवगण यज्ञ के द्वारा उस यज्ञ पुरुष का यजन करते हैं। इन धर्मों का अस्तित्व प्रथम कल्पों में भी था। जिस स्वर्ग में पूर्व के साध्यगण देवगण रहते थे, उसी में उनके उपासक भी पहुंचते हैं।

अद्भ्यः सम्भृतं पृथिव्यै रसाच्च विश्वकर्मणः समवर्त्तताग्रे।
तस्य त्वष्टा विदधद् रूपमेति तन्मर्त्यस्य देवत्वमाजानमग्रे।।17।।

आगे जल, भूमि और काल से रस उत्पन्न हुआ। उस रस रूप तद्रूप को ग्रहण करते हुए रवि प्रतिदिन उदित होते हैं। मनुष्यों की सृष्टि से भी आगे देवताओं को रचा। एक शुभ करके देवता होते हैं, एक सृष्टि के आदि में उत्पन्न आजान (प्रधान) देवता होते हैं।

वेदाहमेतं पुरुषं महान्तमादित्यवर्णन्तमसः परस्तात्।
तमेव विदित्वातिमृत्युमेति नान्यः पन्था विद्यतेऽयनाय।।18।।

मैं इस महान् पुरुष को जानता हूं जो आदित्य मण्डलस्थ है और जो तम से परे है। पुरुष उसी को जानकर मृत्यु को लांघ जाता है। इसके अतिरिक्त कोई अन्य मार्ग नहीं है।

प्रजापतिश्चरति गर्भे अन्तरजायमानो बहुधा विजायते।

तस्य यो निम्परिपश्यन्ति धीरास्तस्मिन् हतस्थुर्भुवना नि विश्वा।।19।।

वह जो प्रजापति है वह अन्तर हृदय में स्थित होकर गभ्र में प्रविष्ट होता है और (राम कृष्णादि) अनेक रूपों में उत्पन्न होता है। धीर पुरुष उसके स्थान रूप को भली भाँति देखते हैं। यह सम्पूर्ण विश्व त्रिभुवन उसी में स्थित है।

यो देवेभ्य आतपति यो देवानां पुरोहितः।
पूर्वो यो देवेभ्यो जातो नमो रुचाय ब्राह्मये।।20।।

जो प्रजापति देवताओं को तेजयुक्त बनाता है, जो देवताओं का पुरोहित है, जो देवताओं के पूर्व प्रकट होता है, उस ब्रह्मी दीप्ति वाले देव को नमस्कार है।

रुचम्ब्राह्मण जनयन्तो देवा अग्रे तदब्रु बन्।
यस्त्वैवं ब्राह्मणो विद्यात्तस्य देवा असन्वशे।।21।।

ब्रह्म से जायमान देदीप्यमान ज्योति स्वरूप आदित्य को प्रकट करते हुए देवता ने पहिले कहा था– जो ब्राह्मण तुम्हें जानेंगे, उनके देवता वश में होंगे।

श्रीश्चते लक्ष्मीश्च पत्न्यावहोरात्रे पार्श्वे नक्षत्राणि रूपमश्विनौव्यात्तम्।
इष्णन्निषाणामुं म इषाण। सर्वलोकं म इषाण।।22।।

हे प्रभो! श्री देवी और लक्ष्मी देवी ये आपकी पत्नियाँ हैं। दिन और रात्रि आपके पार्श्व हैं। नक्षत्र आपके रूप हैं। पृथ्वी, स्वर्ग, मुख, विकास हैं। हमें आप प्यार करते हैं। इसलिए हमारा अभ्युदय चाहेंगे। मैं सर्वलोकात्मक हो जाऊं, ऐसी प्रार्थना है।