

અથાનન્તરં માતૃકાન્યાસ

અસ્ય શ્રી અંતર્માતૃકાન્યાસ ન્યાસસ્ય બ્રહ્મા ઋષિઃ ગાયત્રી છંદ માતૃકા સરસ્વતી દેવતા હલો બીજાતિ
સ્વરાઃ શક્તયઃ અવ્યક્તે કીલકં પૂજાંગત્વેન ન્યાસે વિનિયોગઃ ।

ઋષિયાદિન્યાસઃ— અસ્ય મંત્રસ્ય

બ્રહ્મણે ઋષયે નમઃ શિરસે ।
ગાયત્રી છંદસે નમઃ મુખે ।
માતૃકા સરસ્વતી દેવતાયે નમઃ હૃદયે ।
હલભ્યો બીજાય નમઃ ગુહ્યે ।
સ્વરેભ્યઃ શક્તિયે નમઃ પાદ્યો ।
અવ્યક્તાય કીલકાય નમઃ નાભૌ ।
પૂજાંગત્વેન ન્યાસે વિનિયોગાય નમઃ સર્વાંગે.....॥
આખી માતૃકા ત્રણ વખત

| | કરન્યાસઃ— | હૃદયાદિન્યાસઃ— |
|---------------------------------------|-------------------------|---------------------|
| અં કં ખં ગં ઘં ઙં આં | અંગુષ્ઠાભ્યાં નમઃ । | હૃદયાય નમઃ । |
| ઈં ચં છં જં ઝં ગાં ઈં | તર્જનીભ્યાં નમઃ । | શિરસે સ્વાહા । |
| ઉં ટં ઠં ડં ઢં ણં ઊં | મધ્યમાભ્યાં નમઃ । | શિખાયૈ વષટ્ । |
| એં તં થં દં ધં નં ઐં | અનામિકાભ્યાં નમઃ । | કવચાય હુમ । |
| ઓં પં ફં ભં ભં મં ઓં | કનિષ્ઠકાભ્યાં નમઃ । | નેત્રત્રયાય વૌષટ્ । |
| અં યં રં લં વં શં ષં સં હં ળં ક્ષં અઃ | કરતલકરપૃષ્ઠાભ્યાં નમઃ । | અસ્ત્રાય ફટ્ । |

ધ્યાનઃ—

આધારે લિંગનાભૌ પ્રકટિત હૃદયે તાલુમૂલે લલાટે ।
દ્વિ પત્રે ષોડશારે દ્વિદશ દશદલે દ્વાદશાર્ધે ચતુષ્કે ।
વાસાંતે બાલમધ્યે ડફકઠસહિતે કંઠદેશે સ્વરાણાં ।
હંક્ષં તન્વાર્થ યુક્તં સકલદલગતં વર્ણરૂપં નમામિ ॥

માનસોપચાર પૂજન

| | | |
|--------------------------------|---|---------------|
| કંઠમાં વિશુદ્ધિ ચક્ર માં | અં આં ઈં ઈં ઉં ઊં ઋં ઋં ઌં ઌં એં ઐં ઓં ઔં અં અઃ | ન્યાસ કરવો. |
| હૃદયમાં અનાહત ચક્ર માં | કં ખં ગં ઘં ઙં ચં છં જં ઝં ગાં ટં ઠં | આ સોળ સ્વરોથી |
| નાભિમાં મણીપુર ચક્ર માં | ડં ઢં ણં તં થં દં ધં નં પં ફં | બાર અક્ષરોથી |
| લિંગમાં સ્વાષ્ઠાન ચક્ર માં | બં ભં મં યં રં લં | દશ અક્ષરોથી |
| ગુદાભાગમાં મૂલાધાર ચક્ર માં | વં શં ષં સં | છ અક્ષરોથી |
| બે ભ્રમરની વચ્ચે આજ્ઞા ચક્રમાં | હં ક્ષં | ચાર અક્ષરોથી |
| | | બે અક્ષરોથી |

ઈતિ અંતર્માતૃકાન્યાસ

શ્રી બાલાત્રિપુરસુંદરીનુ ધ્યાન

અરુણ કિરણજાલૈ રંજિતા સાવકાશા,
વિદ્યુતજપવટીકા પુસ્તકાભિતી હસ્તા ।
ઈતરકરવરાઢયા ફુલ્લકલ્હાર સંસ્થા,
નિવસતુ હૃદિ બાલા નિત્ય કલ્યાણ શીલા ॥

| | | | | | | | | |
|----|---------|----------|----|--------|-------------|-----|---------------|-------------|
| 1 | अं नमः | | 37 | पं नमः | | 73 | ठं नमः | |
| 2 | आं नमः | | 38 | ईं नमः | | 74 | टं नमः | |
| 3 | ईं नमः | | 39 | भं नमः | | 75 | गं नमः | यक्र |
| 4 | ईं नमः | | 40 | भं नमः | यक्र | 76 | जं नमः | अनाडत |
| 5 | ऊं नमः | यक्र | 41 | मं नमः | स्वाष्टिान | 77 | ञं नमः | |
| 6 | ऊं नमः | विशुद्धि | 42 | यं नमः | | 78 | छं नमः | |
| 7 | ऋं नमः | | 43 | रं नमः | स्वाष्टिाने | 79 | यं नमः | |
| 8 | ऋं नमः | | 44 | लं नमः | | 80 | डं नमः | हृदये |
| 9 | लं नमः | | 45 | वं नमः | यक्र | 81 | धं नमः | |
| 10 | लृं नमः | कंठे | 46 | शं नमः | मूलाधार | 82 | गं नमः | |
| 11 | ओं नमः | | 47 | पं नमः | | 83 | भं नमः | |
| 12 | ओं नमः | | 48 | सं नमः | मूलाधारे | 84 | कं नमः | |
| 13 | ओं नमः | | 49 | हं नमः | आज्ञायक्र | 85 | अः नमः | |
| 14 | ओं नमः | | 50 | णं नमः | ललाटे | 86 | अं नमः | |
| 15 | अं नमः | | 51 | णं नमः | आज्ञायक्र | 87 | औं नमः | यक्र |
| 16 | अः नमः | | 52 | हं नमः | ललाटे | 88 | ओं नमः | विशुद्धि |
| 17 | कं नमः | | 53 | सं नमः | यक्र | 89 | औं नमः | |
| 18 | भं नमः | यक्र | 54 | पं नमः | मूलाधार | 90 | अं नमः | |
| 19 | गं नमः | अनाडत | 55 | शं नमः | | 91 | लृं नमः | |
| 20 | घं नमः | | 56 | वं नमः | मूलाधारे | 92 | लं नमः | कंठे |
| 21 | ङं नमः | | 57 | लं नमः | | 93 | ऋं नमः | |
| 22 | यं नमः | | 58 | रं नमः | यक्र | 94 | ऋं नमः | |
| 23 | छं नमः | हृदये | 59 | यं नमः | स्वाष्टिान | 95 | ऊं नमः | |
| 24 | जं नमः | | 60 | मं नमः | | 96 | ऊं नमः | |
| 25 | जं नमः | | 61 | भं नमः | स्वाष्टिाने | 97 | ईं नमः | |
| 26 | गं नमः | | 62 | भं नमः | | 98 | ईं नमः | |
| 27 | टं नमः | | 63 | ईं नमः | यक्र | 99 | आं नमः | |
| 28 | ठं नमः | | 64 | पं नमः | मण्डीपुर | 100 | अं नमः | |
| 29 | डं नमः | | 65 | नं नमः | | 101 | अं नमः अं | मस्तके |
| 30 | ढं नमः | | 66 | धं नमः | | 102 | कं नमः कं | ललाटे |
| 31 | णं नमः | | 67 | दं नमः | नाभि | 103 | यं नमः यं | भूमध्ये |
| 32 | तं नमः | यक्र | 68 | थं नमः | | 104 | टं नमः टं | कंठे |
| 33 | थं नमः | मण्डीपुर | 69 | तं नमः | | 105 | तं नमः तं | हृदये |
| 34 | दं नमः | | 70 | णं नमः | | 106 | पं नमः पं | नाभि |
| 35 | धं नमः | | 71 | ढं नमः | | 107 | यं नमः यं | स्वाष्टिाने |
| 36 | नं नमः | नाभि | 72 | डं नमः | | 108 | शं नमः शं | मूलाधारे |
| | | | | | | | क्षं नमः क्षं | हृदये |

