ಗುರು ಮಂತ್ರ ಹಾಗೂ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಮಂತ್ರ ಜಪಕ್ರಮ

ಶ್ರೀ ಗುರುಭ್ಯೋನಮಃ ! ದ್ವಿರಾಚಮ್ಯ (ಪೂರ್ವ ಅಥವಾ ಉತ್ತರಾಭಿಮುಖವಾಗಿ ಕುಳಿತು ಎರಡು ಸಲ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು).

ಕೇಶವಾಯ ನಮಃ, ನಾರಾಯಣಾಯ ನಮಃ, ಮಾಧವಾಯ ನಮಃ, ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ, ವಿಷ್ಣುವೇ ನಮಃ, ಮಧುಸೂದನಾಯ ನಮಃ, ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ನಮಃ, ವಾಮನಾಯ ನಮಃ, ಶ್ರೀಧರಾಯ ನಮಃ, ಹೃಷಿಕೇಶಾಯ ನಮಃ, ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ನಮಃ, ದಾಮೋದರಾಯ ನಮಃ, ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ನಮಃ, ವಾಸುದೇವಾಯ ನಮಃ, ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ನಮಃ, ಅನಿರುದ್ಧಾಯ ನಮಃ, ಪುರುಷೋತ್ತಮನಾದ ನಮಃ, ಅಧೋಕ್ಷಜಾಯ ನಮಃ, ನಾರಸಿಂಹಾಯ ನಮಃ, ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ, ಜನಾರ್ದನಾಯ ನಮಃ, ಉಪೇಂದ್ರಾಯ ನಮಃ, ಹರಯೇ ನಮಃ, ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ.....(ಎಂದು ಹೇಳಿ ಕೈ ಮುಗಿಯಬೇಕು)

ಶುಭೇ ಶೋಭನೇ ಮುಹೂರ್ತೇ ಆದ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ□ ದ್ವಿತೀಯ ಪರಾರ್ಧೇ, ಶ್ರೀ ಶ್ವೇತ ವರಾಹ ಕಲ್ಪೇ, ವೈವಸ್ವತ ಮನ್ವಂತರೇ ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮ ಚರಣೇ ಗೋದಾವರ್ಯಾಃ ದಕ್ಷಿಣೇ/ಉತ್ತರೇ ತೀರೇ ಶಾಲಿವಾಹನ ಶಕೇ, ಬೌಧ್ಧಾವತಾರೇ, ರಾಮ ಕ್ಷೇತ್ರೇ, ಅಸ್ಮಿನ್ ವರ್ತಮಾನೇ, ಚಾಂದ್ರಮಾನೇನ, ಶ್ರೀ.....ನಾಮ ಸಂವತ್ಸರೇ, ...ಅತನೇ, ...ಋತೌ, ...ಮಾಸೇ, ...ಪಕ್ಷೇ ....ತಿಥೌ,...ವಾಸರೇ, ಶುಭ ನಕ್ಷತ್ರ, ಶುಭ ಯೋಗ, ಶುಭ ಕರಣ, ಏವಂ ಗುಣ ವಿಶೇಷಣ ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ, ಶುಭ ತಿಥೌ ಪತ್ಯಂತರ್ಗತ,ಲಾತವ್ಯಾಂತರ್ಗತ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಬಿಂಬಮೂರ್ತಿ ಪ್ರೇರಣಯಾ,ಬಿಂಬಮೂರ್ತಿ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಗುರುಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ.

ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನಂ -
ಮಮ ಶರೀರಸ್ಯ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಋಷಿಃ ! ಸತ್ಯೋ ದೇವತಾ! ಪ್ರಕೃತಿ ಪುರುಷಶ್ಚಂದಃ! ಸಮಸ್ತ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ!!
ಅಪಸರ್ಪಂತು ಯೇ ಭೂತಾ ಯೇ ಭೂತಾ ಭುವಿ ಸಂಸ್ಥಿತಾಃ! ಯೇ ಭೂತಾ ವಿಘ್ನಕರ್ತಾರಃ ತೇ ನಷ್ಯಂತು ಶಿವಾಜ್ಞಯಾ!!
ಅಪಕ್ರಾಮಂತು ಭೂತಾದ್ಯಾಃ ಕ್ರೂರಾಶ್ಚೈವ ತು ರಾಕ್ಷಸಾಃ! ಯೇ ಚಾತ್ರ ನಿವಸಂತ್ಯತ್ರ ಯೇ ದೇವತಾ ಭುವಿ ಸಂಸ್ಥಿತಾಃ! ತೇಷಾಮಪ್ಯವಿರೋಧೇನ ಬ್ರಹ್ಮ ಕರ್ಮ ಸಮಾರಭೇ!! ಇತಿ ವಾಮಭಾಗೇ ಭೂತೋಚ್ಚಾಟನಂ ಕೃತ್ವಾ!
ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ನಮ್ಮ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿರುವ ರಾಕ್ಷಸರೇ ಮೊದಲಾದವರನ್ನು ಒಂದು ಕೈ ಚಿಟಿಕೆಯಿಂದ ಓಡಿಸಬೇಕು.

ಆಸನ ಶುಧ್ಧಿಃ -

ಪೃಥುವ್ಯಾ ಮೇರು ಪೃಷ್ಠ ಋಷಿಃ ! ಕೂರ್ಮೋ ದೇವತಾ! ಸುತಲಂ ಛಂಧಃ! ಆಸನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ!! ಪೃಥ್ವಿ ತ್ವಯಾ ಧೃತಾ ಲೋಕಾ ದೇವಿ ತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುನಾ ಧೃತಾ! ತ್ವಂಚ ಧಾರೆಯ ಮಾಂ ದೇವಿ ಪವಿತ್ರಂ ಕುರುಚಾಸನಂ!! ಮಾಂ ಚ ಪೂತಂ ಕುರು ಧರೇ ನತಾಸ್ಮಿ ತ್ವಾಂ ಸುರೇಶ್ವರಿ !! ಇತಿ ಪೃಥಿವೀಂ ಪ್ರಾರ್ಥಯಿತ್ವಾ (ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ಭೂದೇವಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು).

ನಿರಸ್ತಃ ಪರಾವಸುಃ! ಇದಮಹಮರ್ವಾವಸೋಸ್ಸದನೇ ಸೀದಾಮಿ! ಆಸನೇ ಸೋಮಮಂಡಲೇ ಕೂರ್ಮಸ್ಕಂಧೇ ಉಪವಿಷ್ಟಾಸ್ಮಿ! (ಎಂದು ಆಸನವನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು) ಶ್ರೀ ಅನಂತಾಸನಾಯ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಮಂಡೂಕಾಯ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಶೇಷಾಯ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಕಾಲಾಗ್ನಿ ರುದ್ರಾಯ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ವಜ್ರಾಯ ನಮಃ!

ದಿಗ್ಬಂಧನಂ -

ಐಂದ್ರಾದಿ ದಿಕ್ಷು ಬದ್ನಾಮಿ ಶ್ರೀ ಸುದರ್ಶನಾಯ ನಮಃ! ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ ಜಪಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆ ಮಾಡುವ ರಾಕ್ಷಸರೇ ಮೊದಲಾದವರು ಬಾರದಂತೆ ತೋರುಬೆರಳನ್ನು (ತರ್ಜನೀಮುದ್ರೆ)ನಾಲ್ಕು ದಿಕ್ಕುಗಳಿಗೂ ತೋರಿಸಬೇಕು.(ಗಂಡಸರು ಚಕ್ರ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ತೋರಿಸಬೇಕು)

ಕರಶುಧ್ಧಿಃ -

ಮಣಿಬಂಧೇ ಪ್ರಕೋಷ್ಟೇ ಚ ಕೂರ್ಪರೇ ಹಸ್ತ ಸಂಧಿಷು! ತತ್ಪೃಷ್ಠ ಪಾರ್ಶ್ವ ಯೋಶ್ಚೈವ ಕರಶುದ್ದಿರುದಾಹೃತಾ! (ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾ) ಶ್ರೀಂ ಯಂ ಶ್ರೀಂ, ಶ್ರೀಂ ರಂ ಶ್ರೀಂ, ಶ್ರೀಂ ವಂ ಶ್ರೀಂ ಎಂದು ಜಪಿಸುತ್ತಾ ಮುಂಗೈ ಮೊದಲ ಬೆಟ್ಟುಗಳಿಂದ ಮೊಣಕೈವರೆವಿಗೂ ಎರಡೂ ಕೈಗಳು ಮೇಲ್ಭಾಗವನ್ನು ಸವರಬೇಕು.

ಗುರು ನಮಸ್ಕಾರ -

ಶ್ರೀ ಗುರುಭ್ಯೋ ನಮಃ! ಪರಮ ಗುರುಭ್ಯೋ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ವಾದಿರಾಜ ಗುರುಭ್ಯೋ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಮದಾನಂದ ತೀರ್ಥ ಭಗವತ್ಪಾದಾಚಾರ್ಯೇಭ್ಯೋ ನಮಃ ! ಶ್ರೀ ವೇದವ್ಯಾಸಾಯ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಭಾರತ್ಯೈ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಸರಸ್ವತ್ಯೈ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಲಾತವ್ಯಾಯ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ವಾಯವೇ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಲಕ್ಷ್ಮ್ಯೈ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ನಾರಾಯಣಾಯ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ಮಂತ್ರದೇವತಾಯೈ ನಮಃ! ಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವಾಯ ನಮಃ! ಶ್ರೀಂ ಹೃತ್ಕಮಲ ಸ್ಥಿತಂ ಪರಮಾತ್ಮನಂ ಸುಷುಮ್ನಾ ಮಾರ್ಗೇಣ ಮೂರ್ದ್ನಿ ವಿನ್ಯಸೇತ್!

ಅನಂತರ ಹೃದಯಕಮಲದಲ್ಲಿರುವ ನಾರಾಯಣ ದೇವರನ್ನು ಸುಷುಮ್ನಾ ಎಂಬ ನಾಡಿ ಮಾರ್ಗವಾಗಿ ಶಿರಸ್ಸಿಗೆ ತಂದು ನಿಲ್ಲಿಸಿದಂತೆ ಭಾವಿಸಬೇಕು.

ಪಾಪ ಪುರುಷ ವಿಸರ್ಜನೆ -

ವಾಮಕುಕ್ಷಿಂ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ (ಅನಂತರ ಎಡಬಗಲಿನ ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಕೊಂಡು) ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾ ಶಿರಸ್ಕಂಚ ಸ್ವರ್ಣಸ್ತೇಯ ಭುಜದ್ವಯಂ! ಸುರಾಪಾನ ಹೃದಾಯುಕ್ತಂ ಗುರುತಲ್ಪ ಕಟಿದ್ವಯಂ!! ತತ್ಸಂಯೋಗ ಪದದ್ವಂಧ್ವಂ ಅಂಗ ಪ್ರತ್ಯಂಗ ಪಾತಕಂ! ಉಪಪಾತಕ ರೋಮಾಣಂ ರಕ್ತಸ್ಮಶ್ರು ವಿಲೋಚನಂ!! ಅಧೋಮುಖಂ ಕೃಷ್ಣವರ್ಣಂ ಅಂಗುಷ್ಠ ಪರಿಮಾಣಕಂ! ಖಡ್ಗ ಚರ್ಮಧರಂ ಕೃಷ್ಣಂ ಕುಕ್ಷೌ

ಪಾಪಂ ವಿಚಿಂತಯೇತ್!! (ಎಂದು ಹೇಳಿ ಎಡಬಗಲಿನ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪಾಪಪುರುಷನಿರುವಂತೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಕು. ಅನಂತರ ಪಾಪ ಪುರುಷನು ಹೊಕ್ಕಳಿಗೆ ಬಂದಂತೆ ಭಾವಿಸಿ ಹೊಕ್ಕಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು).

ನಾಭೌ ಷಟ್ಕೋಣ ಮಂಡಲ ಮಧ್ಯಸ್ಥೋ ನೀಲವರ್ಣೋ ವಾಯುಬೀಜವಾಚ್ಯಃ ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನೋ ಭಗವಾನ್ ಮಚ್ಛರೀರಸ್ಥಂ ಪಾಪಪುರುಷಂ ವಾಯುನಾ ಶೋಷಯತು! ಎಂದು ಹೇಳಿ ""ಶ್ರೀಂ ಯಂ ಶ್ರೀಂ"" ಎಂದು ಆರು ಸಲ ಹೇಳಿ ಆ ಪಾಪ ಪುರುಷನನ್ನು ಒಣಗಿದಂತೆ ಭಾವಿಸಬೇಕು.

ತತಸ್ತಂ ಹೃದಯದೇಶಮಾನೀಯ. ಹೃದಯೇ ತ್ರಿಕೋಣ ಮಂಡಲ ಮಧ್ಯಸ್ಥೋ ರಕ್ತವರ್ಣೋ ಅಗ್ನಿಸ್ಥಃ ಅಗ್ನಿಬೀಜವಾಚ್ಯಃ ಸಂಕರ್ಷಣೋ ಭಗವಾನ್ ಮಚ್ಛರೀರಸ್ಥಂ ಪಾಪಪುರುಷಂ ಅಗ್ನಿನಾ ನಿರ್ದಹತು! ಎಂದು ಹೇಳಿ "ಶ್ರೀಂ ರಂ ಶ್ರೀಂ" ಎಂದು ಹನ್ನೆರಡು ಸಲ ಜಪಿಸಿ ಅಂದರೆ ಪಾಪ ಪುರುಷನನ್ನು ಸುಟ್ಟುಹೋದಂತೆ ಭಾವಿಸಿ ಎಡದ ಮೂಗಿನಿಂದ ಶ್ವಾಸವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಆ ಬೂದಿಯನ್ನು ಹೊರಗೆ ಹೋದಂತೆ ಭಾವಿಸಬೇಕು.

ಅನಂತರ ಶಿರಸ್ಸನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ - ಶಿರಸಿ ವರ್ತುಲ ಮಂಡಲ ಮಧ್ಯಸ್ಥೋ ಶ್ವೇತವರ್ಣೋ ವರುಣಸ್ಥೋ ವರುಣಬೀಜವಾಚ್ಯಃ ಶ್ರೀ ವಾಸುದೇವೋ ಭಗವಾನ್ ಮಚ್ಛರೀರಂ ಆಪಾದಮಸ್ತಕಂ ಅಮೃತ ವೃಷ್ಟ್ಯಾ ಆಪ್ಲಾವಯತು! ಎಂದು ಹೇಳಿ "ಶ್ರೀಂ ವಂ ಶ್ರೀಂ" ಎಂದು ಇಪ್ಪತ್ತು ನಾಲ್ಕು ಸಲ ಜಪಿಸಬೇಕು. ಆನಂತರ ಶಿರಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿದ್ದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬಂದಂತೆ ಭಾವಿಸಬೇಕು.

ಅಥ ಪುಣ್ಯಪುರುಷ ಧ್ಯಾನಂ-

ದಕ್ಷಿಣ ಕುಕ್ಷಿಂ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ (ಹೊಟ್ಟೆಯ ಬಲಭಾಗವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ) " ಅಶ್ವಮೇಧ ಶಿರಸ್ಕಂಚ ಮಹಾದಾನ ಭುಜದ್ವಯಂ! ಸೋಮಪಾನ ಹೃದಾಯುಕ್ತಂ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ ಕಟಿದ್ವಯಂ!! ತತ್ಸಂಯೋಗ ಪದದ್ವಂದ್ವಂ ಸಾಂಗೋಪಾಂಗ ಶುಭತ್ರಯಂ! ಸರ್ವ ವ್ರತಾಂಗ ರೋಮಾಣಂ ಗುರುಸೇವಾದಿ ಲೋಚನಂ!! ಸಿಂಹಾಸನೇ ಸಮಾಸೀನಂ ಸ್ವರ್ಣವರ್ಣಂ ಕಿರೀಟಿನಂ! ಗೀರ್ವಾಣನುತ ಪಾದಾಬ್ಜಂ ಪುಣ್ಯಂ ಹೃದಿ ವಿಭಾವಯೇ"!! ಎಂದು ಪುಣ್ಯಪುರುಷನನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸಬೇಕು.

ಯಸ್ಯಸ್ಮೃತ್ಯಾಚ ನಾಮೋಕ್ತ್ಯಾ ತಪೋಜಪ ಕ್ರಿಯಾದಿಷು! ನ್ಯೂನಂ ಸಂಪೂರ್ಣತಾಂ ಯಾತಿ ಸದ್ಯೋ ವಂದೇ ತಮಚ್ಯುತಂ!! ಮಂತ್ರ ಹೀನಾ ಕ್ರಿಯಾ ಹೀನಾ ಭಕ್ತಿ ಹೀನಾ ರಮಾಪತೇ! ಯತ್ಕೃತಂತು ಮಯಾದೇವ ಪರಿಪೂರ್ಣಂ ತದಸ್ತುಮೇ!!

ಅನೇನ ಗುರುಮಂತ್ರ ಜಪೇನ ಅಸ್ಮತ್ ಪತ್ಯಂತರ್ಗತ/ ಗುರುವಂತರ್ಗತ, ವಾದಿರಾಜ ಗುರುವಂತರ್ಗತ ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ಗೋಪಾಲಕೃಷ್ಣಾತ್ಮಕ ಬಿಂಬಮೂರ್ತಿಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ ಪ್ರೀತೋ ವರದೋ ಭವತು!!

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು!! (ಎಂದು ಕೈಯ್ಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬಿಡಬೇಕು.)

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಷಡಕ್ಷರ ಮಂತ್ರ

ಶ್ರೀಂ ಕ್ಲೀಂ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ! (ಎಂದು ಮೂರು ಬಾರಿ ಹೇಳಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು).

ಷಡಂಗನ್ಯಾಸ -

ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನಾತ್ಮನೇ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ! (ಎದೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು)
ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣೈಶ್ವರ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶಿರಸೇ ನಮಃ! (ತಲೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು)
ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಭಾತ್ಮನೇ ಶಿಖಾಯೈ ನಮಃ! (ತುರುಬನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು)
ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣಾನಂದಾತ್ಮನೇ ಕವಚಾಯ ನಮಃ!(ಒಂದೇ ಸಲ ಎಡಗೈಯಿಂದ ಬಲಭುಜವನ್ನು ಬಲಗೈಯಿಂದ ಎಡಭುಜವನ್ನೂ ಮುಟ್ಟಬೇಕು)
ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣ ತೇಜಾತ್ಮನೇ ನೇತ್ರಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ! (ಎರಡೂ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮಧ್ಯ, ತರ್ಜನೀ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಮುಟ್ಟಬೇಕು)
ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣ ಶಕ್ತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ನಮಃ!
ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ!! (ಎಂದು ಕೈಗಳಿಂದ ಚಪ್ಪಾಳೆಯನ್ನು ತಟ್ಟಬೇಕು).

ಆಸ್ಯ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಷಡಕ್ಷರ ಮಹಾ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಾ ಋಷಿಃ(ಶಿರಸಿ)! ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ (ಮುಖೇ)! ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣೋ ದೇವತಾ (ಹೃದಯೇ)! ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥೇ ಜಪೇ ವಿನಿಯೋಗಃ!!
ಅಥ ಧ್ಯಾನಂ -

ಧ್ಯಾಯೇತ್ ಹರಿನ್ಮಣಿನಿಭಂ ಜಗದೇಕ ವಂದ್ಯಂ! ಸೌಂದರ್ಯ ಸಾರಮರಿ ಶಂಖ ವರಾಭಯಾನಿ!!
ದೋರ್ಭಿರ್ದಧಾನ ಮಜಿತಂ ಸರಸಂ ಚ ಭೈಷ್ಮೀ ಸತ್ಯಾ ಸಮೇತ ಮಖಿಲ ಪ್ರದಮಿಂದಿರೇಶಂ!!

ಅಥ ಜಪಃ -

ಅಸ್ಮತ್ಪತ್ಯಂತರ್ಗತ,ಗುರುವಂತರ್ಗತ, ವಾದಿರಾಜ ಗುರುವಂತರ್ಗತ, ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಶ್ರೀ ಗೋಪಾಲ ಕೃಷ್ಣಾಭಿನ್ನ ಬಿಂಬಮೂರ್ತಿ ಪ್ರೇರಣೆಯಾ ಬಿಂಬಮೂರ್ತಿ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಷಡಕ್ಷರ ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪತರ್ಪಣಂ ಕರಿಷ್ಯೇ!!
(ಉಧ್ಧರಣೆಯಿಂದ ಕೈಯಲ್ಲಿ ನೀರು ಬಿಟ್ಟು ಸಂಕಲ್ಪಿಸ ಬೇಕು).
"ಶ್ರೀಂ ಕ್ಲೀಂ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ಶ್ರೀಂ" !! (ಎಂದು ೧೦೮ ಸಲವಾದರೂ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು).
ಜಪವಾದಿ ಮೇಲೆ ಪುನಃ ಷಡಂಗನ್ಯಾಸಃ

ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನಾತ್ಮನೇ ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ! (ಎದೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು)
ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣೈಶ್ವರ್ಯಾತ್ಮನೇ ಶಿರಸೇ ನಮಃ! (ತಲೆಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು)
ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಭಾತ್ಮನೇ ಶಿಖಾಯೈ ನಮಃ! (ತುರುಬನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು)

ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣಾನಂದಾತ್ಮನೇ ಕವಚಾಯ ನಮಃ!(ಒಂದೇ ಸಲ ಎಡಗೈಯಿಂದ ಬಲಭುಜವನ್ನು ಬಲಗೈಯಿಂದ ಎಡಭುಜವನ್ನೂ ಮುಟ್ಟಬೇಕು)
ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣ ತೇಜಾತ್ಮನೇ ನೇತ್ರಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ ! (ಎರಡೂ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮಧ್ಯದ ತರ್ಜನೀ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಮುಟ್ಟಬೇಕು)
ಶ್ರೀ ಪೂರ್ಣ ಶಕ್ತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ನಮಃ!
ಇತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ!!
ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಷಡಕ್ಷರ ಮಹಾಮಂತ್ರಸ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಃ (ಶಿರಸಿ) ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ (ಮುಖೇ) ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣೋ ದೇವತಾ (ಹೃದಯವೇ)! ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥೇ ಜಪೋಪಸಂಹಾರೇ ವಿನಿಯೋಗಃ!
ಅಥ ಧ್ಯಾನಂ :

ಧ್ಯಾಯೇತ್ ಹರಿನ್ಮಣಿನಿಭಂ ಜಗದೇಕ ವಂದ್ಯಂ! ಸೌಂದರ್ಯ ಸಾರಮರಿ ಶಂಖ ವರಾಭಯಾನಿ!!
ದೋರ್ಭಿರ್ದಧಾನ ಮಜಿತಂ ಸರಸಂ ಚ ಭೈಷ್ಮೀ ಸತ್ಯಾ ಸಮೇತ ಮಖಿಲ ಪ್ರದಮಿಂದಿರೇಶಂ

ಅರ್ಘ್ಯಂ -
" ಶ್ರೀಂ ಕ್ಲೀಂ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ಶ್ರೀಂ" ಇತಿ ಅರ್ಘ್ಯಂ
(ಹತ್ತು ಜಪಕ್ಕೆ ಒಂದು ಅರ್ಘ್ಯದಂತೆ ಜಪದ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನನುಸರಿಸಿ ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು)

ಅನೇನ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಷಡಕ್ಷರ ಮಹಾಮಂತ್ರೇಣ ಅಸ್ಮತ್ ಪತ್ಯಂತರ್ಗತ ಗುರುವಂತರ್ಗತ, ವಾದಿರಾಜ ಗುರುವಂತರ್ಗತ, ಭಾರತೀರಮಣ ಮುಖ್ಯಪ್ರಾಣಾಂತರ್ಗತ ಗೋಪಾಲಕೃಷ್ಣಾತ್ಮಕ ಬಿಂಬಮೂರ್ತಿಃ ಪ್ರೀಯತಾಂ! (ಎಂದು ಕೈಯ್ಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬಿಡಬೇಕು).

!! ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಷಡಕ್ಷರ ಮಂತ್ರವು ಸಮಾಪ್ತವು!!
!! ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು. !!

ಗಮನಕ್ಕೆ ತರತಕ್ಕದ್ದು :- ಗುರು ಮಂತ್ರ, ಕೃಷ್ಣ ಮಂತ್ರ ಇವುಗಳನ್ನು ಒದ್ದೆಬಟ್ಟೆಯಿಂದ ನೀರೊಳಗೆ ಕುಳಿತುಕೊಂಡು ಅಥವಾ ಹೊರಗಾಗಲೀ ಒದ್ದೆ ವಸ್ತ್ರದಿಂದ ಮಾಡಲೇಬಾರದು."ಅನಾರ್ದ್ರ ವಾಸಾಃ" ಎಂಬ ಪ್ರಮಾಣದಂತೆ ಒಣಗಿದ ವಸ್ತ್ರವನ್ನು ಉಟ್ಟೇ ಮಾಡಬೇಕು".