Dvādaśamūrti-panjara Nyāsa

Frequently I get a question here - such and such kavacha can be recited only by those with the appropriate dīkṣā, such and such nyāsa can be performed only by those with upadeśa - so what does one without these do for protection simplistically? If one does perform regular sandhyāvandana, there are mechanisms built right there for rakṣā vidhi. That said, Dvādaśamūrti-panjara nyāsa can be used by one and all to acquire the protection of śrīmannārāyaṇa by invoking his twelve mūrtis.

During the first round, one touches a part of the body with the right hand while uttering the corresponding name of the mūrti using the verses below. During the second round, one meditates on the twelve forms as surrounding the self in the said directions sporting a specific āyudha or weapon. By practice of this nyāsa during japa, pūjā etc., one is said to be protected from all kinds of negative afflictions.

केशवः पातु पादौ मे जङ्घे नारायणोऽवतु ।

माधवो मे कटिं पातु गोविन्दो गुह्यमेव च ॥

नाभिं विष्णुश्च मे पातु जठरं मधुसूदनः ।

ऊरू त्रिविक्रमः पातु हृदयं वामनस्तथा ॥

श्रीधरः पातु कण्ठं च हृषीकेशो मुखं मम ।
पद्मनाभः स्तनौ पातु शीर्षं दामोदरोऽवतु ॥

एवं विन्यस्य चाङ्गेषु जपकाले तु साधकः ।
निर्भयो जायते भूतवेतालग्रहराक्षसात् ।
पुनर्न्यसेत् प्रयत्नेन ध्यानं कुर्वन् समाहितः ॥

पुरस्तात्केशवः पातु चक्री जाम्बूनदप्रभः ।
पश्चान्नारायणः शङ्खी नीलजीमूतसन्निभः ॥
ऊर्ध्वमिन्दीवरश्यामो माधवस्तु गदाधरः ।
गोविन्दो दक्षिणे पार्श्वे धन्वी चन्द्रप्रभो महान् ॥
उत्तरे हलधृग्विष्णुः पद्मकिञ्जल्कसन्निभः ।
आग्नेय्यामरविन्दाक्षो मुसली मधुसूदनः ॥
त्रिविक्रमः खड्गपाणिः नैर्ऋत्यां ज्वलनप्रभः ।
वायव्यां वामनो वज्री तरुणादित्यसन्निभः ॥
ऐशान्यां पुण्डरीकाक्षः श्रीधरः पट्टिशायुधः ।
विद्युत्प्रभो हृषीकेशः ऊर्ध्वे पातु समुद्गरः ॥
अधश्च पद्मनाभो मे सहस्रांशुसमप्रभः ।
सर्वायुधः सर्वशक्तिः सर्वाद्यः सर्वतोमुखः ॥
इन्द्रगोपप्रभः पायात् पाशहस्तोऽपराजितः ।
स बाह्याभ्यन्तरे देहमव्याद्दामोदरो हरिः ॥

एवं सर्वत्र निश्छिद्रं नामद्वादशपञ्जरम् ।
प्रविष्टोऽहं न मे किञ्चिद्भयमस्ति कदाचन ।
एवं रक्षां विधायैव दुर्धर्षो जायते नरः ॥

keśavaḥ pātu pādau me jaṅghe nārāyaṇo.avatu |
mādhavo me kaṭiṃ pātu govindo guhyameva ca ||
nābhiṃ viṣṇuśca me pātu jaṭharaṃ madhusūdanaḥ |
ūrū trivikramaḥ pātu hṛdayaṃ vāmanastathā ||
śrīdharaḥ pātu kaṇṭhaṃ ca hṛṣīkeśo mukhaṃ mama |
padmanābhaḥ stanau pātu śīrṣaṃ dāmodaro.avatu ||

evaṃ vinyasya cāṅgeṣu japakāle tu sādhakaḥ |
nirbhayo jāyate bhūtavetālagraharākṣasāt |
punarnyaset prayatnena dhyānaṃ kurvan samāhitaḥ ||

purastātkeśavaḥ pātu cakrī jāmbūnadaprabhaḥ |
paścānnārāyaṇaḥ śaṅkhī nīlajīmūtasannibhaḥ ||
ūrdhvamindīvaraśyāmo mādhavastu gadādharaḥ |
govindo dakṣiṇe pārśve dhanvī candraprabho mahān ||
uttare haladhṛgviṣṇuḥ padmakinjalkasannibhaḥ |
āgneyyāmaravindākṣo musalī madhusūdanaḥ ||
trivikramaḥ khaḍgapāṇiḥ nairṛtyāṃ jvalanaprabhaḥ |
vāyavyāṃ vāmano vajrī taruṇādityasannibhaḥ ||
aiśānyāṃ puṇḍarīkākṣaḥ śrīdharaḥ paṭṭiśāyudhaḥ |
vidyutprabho hṛṣīkeśaḥ ūrdhve pātu samudgaraḥ ||
adhaśca padmanābho me sahasrāṃśusamaprabhaḥ |
sarvāyudhaḥ sarvaśaktiḥ sarvādyaḥ sarvatomukhaḥ ||

indragopaprabhaḥ pāyāt pāśahasto.aparājitaḥ |
sa bāhābhyantare dehamavyāddāmodaro hariḥ ||

evaṃ sarvatra niśchidraṃ nāmadvādaśapanjaram |
praviṣṭo.ahaṃ na me kincidbhayamasti kadācana |
evaṃ rakṣāṃ vidhāyaiva durdharṣo jāyate naraḥ ||

www.kamakotimandali.com