अथ तृतीयो न्यासः

atha tṛtīyo nyāsaḥ

The third nyāsa consists of instillation of the divine energy; 1) from feet to the top, 2) Hamsa Gayatri japa, 3) expansion and invocation of the energies in the ten directions, 4) instilling the energy of the ten directions in ten parts of the body, and 5) invoking the divine effulgence as Fire / Rudra in sixteen parts of the body. By doing this rituals the sadhaka is now acquiring the dharma of the Rudra's body.

[FEET]

सद्योजातं प्रपद्यामि सद्योजातायवै नमो नमः । भवेभवेनाति भवे भवस्वमां । भवोद्भवाय नमः ॥ पादाभ्यां नमः ॥

sadyojātaṁ prapadyāmi sadyojātāyavai namo namaḥ। bhavebhavenāti bhave bhavasvamāṁ । bhavodbhavāya namaḥ।। pādābhyāṁ namaḥ।।

[THIGHS]

वामदेवाय नमो ज्येष्ठाय नमः श्रेष्ठाय नमो रुद्राय नमः कालाय नमः कलविकरणाय नमो बलविकरणाय नमो बलाय नमो बलप्रमथनाय नमः सर्वभूतदमनाय नमो मनोन्मनाय नमः ॥ ऊरूभ्यां नमः ॥

vāmadevāya namo jyeṣṭhāya namaḥ śreṣṭhāya namo rudrāya namaḥ kālāya namaḥ kalavikaraṇāya namo balavikaraṇāya namo balāya namo balapramathanāya namaḥ sarvabhūtadamanāya namo manonmanāya namaḥ।। ūrūbhyāṁ namaḥ।।

[HEART]

अघोरेभ्यो अथघोरेभ्यो घोरघोरतरेभ्यः ।सर्वेभ्य-स्सर्वश-र्वेभ्यो नमस्ते अस्तु रुद्ररूपेभ्यः ॥ हृदयाय नमः ॥

aghorebhyo (a)thaghorebhyo ghoraghoratarebhyaḥ ।sarvebhya-ssarvaśa-rvebhyo namaste astu rudrarūpebhyaḥ।। hṛdayāya namaḥ।।

[FACE]

तत्पुरुषाय विद्महे महादेवाय धीमहि । तन्नो रुद्रः प्रचोदयात् ॥ मुखाय नमः ॥

tatpuruṣāya vidmahe mahādevāya dhīmahi । tanno rudraḥ pracodayāt।। mukhāya namaḥ।।

[TOP OF THE FOREHEAD]

ईशानः-सर्व-विद्याना-मीश्वर-स्सर्व-भूतानां ब्रह्मा-धिपति-र्ब्रह्मणो-धिपति-र्ब्रह्मा शिवो मे अस्तु सदाशिवों ॥ मूर्ध्न्यै नमः ॥

īśānaḥ-sarva-vidyānā-mīśvara-ssarva-bhūtānāṁ brahmā-dhipati-rbrahmaṇo-dhipati-rbrahmā śivo me astu sadāśivoṁ|| mūrdhnyai namaḥ||

अस्य श्री हंसगायत्री महामंत्रस्य। आत्मा ऋषिः। परमात्मा देवता। अव्यक्त गायत्री छंदः। हंसगायत्री प्रसाद सिध्ध्यर्धे हंसगायत्री जपे विनिय्पोगः॥

asya śrī haṁsagāyatrī mahāmantrasya| ātmā ṛṣiḥ| paramātmā devatā| avyakta gāyatrī chandaḥ| haṁsagāyatrī prasāda sidhdhyardhe haṁsagāyatrī jape viniypogaḥ||

हंसां अंगुष्ठाभ्यां नमः। हंसीं तर्जनीभ्यां नमः। हंसूं मध्यमाभ्यां नमः। हंसैं अनामिकाभ्यां नमः। हम्सौं कनिष्ठिकाभ्यां नमः। हम्सः करतलकर पृष्ठाभ्यां नमः॥

haṁsām aṅguṣṭhābhyāṁ namaḥ| haṁsīṁ tarjanībhyāṁ namaḥ| haṁsūṁ madhyamābhyāṁ namaḥ| haṁsaim anāmikābhyāṁ namaḥ| hamsauṁ kaniṣṭikābhyāṁ namaḥ| hamsaḥ karatalakara pṛṣṭhābhyāṁ namaḥ||

हंसां हृदयाय नमः। हंसीं शिरसे स्वाहा। हंसूं शिखायैवषट्। हंसैं कवचायहुं। हंसौं नेत्रत्रयायवौषट्। हम्सः अस्त्राय फट्। भूर्भुवस्सुवरोमिति दिग्बंधः॥ ध्यानं॥

haṁsāṁ hṛdayāya namaḥ| haṁsīṁ śirase svāhā| haṁsūṁ śikhāyaivaṣaṭ| haṁsaiṁ kavacāyahuṁ| haṁsauṁ netratrayāyavauṣaṭ| hamsaḥ astrāya phaṭ| bhūrbhuvassuvaromiti digbandhaḥ|| dhyānaṁ||

गमागमस्थं गगनादिशून्यं चिद्रूपदीपं तिमिरापहारं। पश्यामि ते सर्व जनांतरस्थं नमामि हंसं परमात्म रूपम्॥

gamāgamasthaṁ gaganādiśūnyaṁ cidrūpadīpaṁ timirāpahāraṁ| paśyāmi te sarva janāntarasthaṁ namāmi haṁsaṁ paramātma rūpam||

देहो देवालयः प्रोक्तो जीवो देव स्सनातनः। त्यजे दज्ञान निर्माल्यम्। सोहं भावेन पूजयेत्॥

deho devālayaḥ prokto jīvo deva ssanātanaḥ| tyaje dajñāna nirmālyam| sohaṁ bhāvena pūjayet||

हंस हंसः। परमहंस स्सोहंहंस स्सोहंहम्सः॥

haṁsa haṁsaḥ| paramahaṁsa ssohaṁhaṁsa ssohaṁhamsaḥ||

हंस हंसाय विद्महे परमहंसाय धीमहि। तन्नो हम्सः प्रचोदयात्॥

haṁsa haṁsāya vidmahe paramahaṁsāya dhīmahi| tanno hamsaḥ pracodayāt||

हंस हंसेति ये ब्रूयात् हंसोनाम सदाशिवः। एवम् न्यासविधिं कृत्वा तत स्संपुट मारभेत्॥

haṁsa haṁseti ye brūyāt haṁsonāma sadāśivaḥ| evam nyāsavidhiṁ kṛtvā tata ssampuṭa mārabhet||