মালা জপ এর শাস্ত্রীয় পদ্ধতি

প্রথমে কুশাসনে বা কম্বলসনে উত্তর বা পূর্ব দিকে মুখ করে সিদ্ধাসনে বসে মালা জপ করতে হয়।
মালায় ১০৮ টি গুটি থাকে, একদিকে বড়গুটি অন্যদিকে ছোটগুটি থাকে। বড়গুটি এবং ছোটগুটির সংযোগ স্থলে একটি বিটের মতো গুটি থাকে যাকে বলা হয় সাক্ষী বা মেরুগুটি(১০৯ সংখক গুটি)। জপ শুরু করার পূর্বে পঞ্চদেবতার স্মরণ করে তারপর মালা জপ শুরু করবেন এবং প্রতিটি ১০৮ সংখ্যক জপে পঞ্চদেবতার স্মরণ করে তারপর মালা জপ শুরু করবেন...এটাই নিয়ম।
জপ করতে হয়। তারপর তর্জনী অঙ্গুলী (বৃদ্ধাঙ্গুলির পার্শ্বে) স্পর্শ না করে মধ্যমা ও বৃদ্ধাঙ্গুলি দিয়ে দিয়ে বড় দিকের প্রথম গুটিটি ধরে।
সুস্পষ্টভাবে উচ্চারণ করে জপ করতে হয় যাতে নিজের কানে শোনা যায়।
এরপর দ্বিতীয় গুটিটা বৃদ্ধা আঙ্গুল দিয়ে ধরে জপ করতে হয়। মনে রাখবেন একটি গুটিতে যতক্ষণ পুরো মন্ত্র জপ না হচ্ছে ততক্ষণ দ্বিতীয় গুটিতে এগোবেন না।
এই ভাবে জপ করতে করতে আপনি সাক্ষী বা মেরুগুটির পার্শ্বে ছোট গুটির কাছে পৌঁছবেন। তখন আপনার এক মালা জপ হয়ে গেলে অর্থাৎ ১০৮ সংখক জপ হয়ে গেলে। মনে রাখবেন, মেরুগুটি টপকে গেলে হবে না। পুনরায় যখন জপ শুরু করবেন তখনও পঞ্চদেবতার স্মরণ করে তারপর মালাটা ঘুরিয়ে নিয়ে ছোটগুটির দিকটি সামনে আনতে হবে এবং ছোট দিকের প্রথম গুটিটি ধরে পূর্বের মতো মন্ত্র জপ করতে করতে ছোট থেকে সাক্ষী বা মেরুগুটির দিকে এগোবেন ..এটাই মালাজপের নিয়ম। এইভাবে আপনি প্রতিদিন দুই, চার, আট, দশ বা ষোল এই রকম জোড় সংখ্যক মালা জপ করতে পারেন কিন্তু এক তিন পাঁচ এই রকম বিজোড় সংখ্যাক মালা জপ করা যাবে না।
আর জপ করা শেষে হলে তা কে সমর্পণ করবেন।।