षट्कर्म विधान

१ - आचमन

१- स्नान करें और भारतीय परंपरा अनुसार दो वस्त्र पहनकर पूर्व अथवा उत्तर मुख होकर आसन पर बैठें . रुद्राक्ष माला आदि धारण करें.
२- सभी पात्र और सामग्री सामने रखें . (फोटो क्रमांक .....अनुसार)
३- सर्व प्रथम मुख्य लोटा से जल " आचमन पात्र " में डालें और आचमनी से बाएं हाथ से जल दाहिने हाथ में लें और "अपने इष्ट का नाम मन्त्र " बोलकर तीन बार आचमन करें अर्थात मन्त्र बोलकर उस जल को ग्रहण करें , पी लें.
४- जैसे यदि आपके इष्ट भगवान शिव है तो आप तीन नाम मन्त्र बोलेंगे.
ॐ शिवाय नमः --- यह बोलकर आचमनी से जल पीये .
ॐ हराय नमः - यह बोलकर फिर आचमनी से जल पीयें .
ॐ भवाय नमः - यह बोलकर फिर आचमनी से जल पीयें .
ॐ महादेवाय नमः - यह बोलकर सामने की थाली में हाथ धोएं ..

इस प्रकार आप अपने इष्ट देवता अथवा देवी के किसी भी ४ नाम मन्त्रों का उल्लेख कर आचमन कर्म कर सकते है . इष्ट का नाम मन्त्र कौन- सा बोला जाय , इस विषय पर आगे के पृष्ठ पर विशेष जानकारी दी गई है . (पृष्ठ संख्या ....16)

देवी के उपासक को " **श्री ..... देव्यै नमः** " ऐसे बोलना है. जैसे " **श्री दुर्गा देव्यै नमः,** अथवा **" श्री दुर्गायै नमः** " ऐसा भी बोल सकते है .

२ - पवित्रीकरण

पुनः आचमनी से दाहि नें हाथ में जल लें और उस पर बांया हाथ रखें और अपने इष्ट देवता का ध्यान करते हुए " पवित्रीकरण मंत्र " बोले ..

ॐ पुण्डरिकाक्षं पुनातु , ॐ पुण्डरिकाक्षं पुनातु , ॐ पुण्डरिकाक्षं पुनातु !!!

इस प्रकार बोलकर जल को अपने शरीर पर छिडकें.

३ - आसन शुध्दि

१- पुनः आचमनी से दाहिनें हाथ में जल लें और उस पर बांया हाथ रखें और अपने इष्ट देवता का ध्यान करते हुए " आसन शुध्दि " श्लोक बोलकर माँ पृथ्वी देवी से प्रार्थना करें ..
पृथ्वी ! त्वया धृता लोका देवि ! त्वं विष्णुना धृता |

त्वं च धारय मां देवि ! पवित्रं कुरु च आसनम् ||

और श्लोक बोलकर जल को आसन पर छिडकें ...

४ - शिखाबंधन

अपनी सिर की शिखा को एक गाँठ बांधें और सिर पर दाहिना हाथ रखकर निम्न प्रार्थना करें ...

चिद्रुपिनी महामाये दिव्य तेज समन्विते |

तिष्ठ देवी शिखामध्ये तेजो वृध्विम् कुरुष्व में ||

५ - तिलक

अपनी उपासना परम्परा अनुसार दिव्य गंध का आज्ञा केंद्र/माथें पर तिलक करें अथवा भस्म आदि से त्रिपुण्ड बनाएं .

निम्न श्लोक बोलकर तिलक लगाएं :

केशव अनन्त गोविन्द वाराह पुरुषोत्तम |

पुण्यं यशं च आयुष्यं तिलकं मे प्रसीदतु ||

६ - रक्षाकरण

पुनः आचमनी से दाहिनें हाथ में जल लें और उस पर बांया हाथ रखें और भगवान शिव का ध्यान करते हुए " रक्षाकरण " हेतु प्रार्थना बोले ....

अपसर्पन्तु ते भूता ये भूताः भूमि संस्थिता |

ये भूताः विघ्नकर्तारस्ते नश्यन्तु शिवाज्ञया ||

_ यह श्लोक बोलकर ३ बार ताली बजाएं !

-- इस प्रकार यह " षट्कर्म "(संध्या / पूजन के पूर्व ६ कर्म) पूर्ण होते है और उपासक साधना / उपासना के लिए योग्य हो जाता है .

- स्वामी रुपेश्वरानंद आश्रम .