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!...

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!

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 दाहिने 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 छिडके!

३ – आसन शुद्धि

पुनः दाहिने हाथ में जल लें और उस पर बांया हाथ रखें और अपने इष्ट देवता का ध्यान करते हुए " आसन शुद्धि" श्लोक बोलकर माँ पृथ्वी देवी से प्राथना करें ..

पृथ्वी! त्वया धृता लोका देवी! त्वम् विष्णुना धृता ।

त्वम् च धारय मां देवी! 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 प्राथना करें ...

चिद्रूपिणि महामाये दिव्यतेजः समन्विते |

तिष्ठ देवि शिखामध्ये तेजोवृद्धि कुरुष्व मे ||

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 अनंत गोविंद वाराह पुरुषोत्तम |

पुण्यं यशं च आयुष्यं तिलकं मे प्रसीदतु ||

६ - रक्षाकरण

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

अपसर्पन्तु ते भूता: ये भूता: भूमि संस्थिता: ।

ये भूता: 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

द्वारा,

स्वामी रुपेश्वरानंद आश्रम,

बलुआघाट, जिला - चंदौली - वाराणसी (उत्तर प्रदेश) - 232109

Mo. No.: +91 -7607 233 230 ; Email : swamirupeshwar@gmail.com