

## Sanatan Dharma

---

আসন শুদ্ধি

আসন শুদ্ধি:--

আসনের নচি ভূমতি ত্রিকোণ মন্ডল আঁকিয়া পরে একটি ফুল নযিবে বলবি :---

মন্ত্র:--- ওঁ হরীং আধার শক্তয়ে কমলাসনায়. নমঃ

পরে আসনে একটি গন্ধ পুষ্প দিয়া বলবি :---

মন্ত্র:--- 'ওঁ আসন মন্ত্রস্য মরু পৃষ্ঠ ঋষিঃ সূতলং ছন্দঃ

কুৰ্ম্মো দবেতা আসনোপবেশনে বনিযিগোঃ।'

'ওঁ পৃথ্বি ত্বয়া ধৃতা লোকাঃ দবেতি ত্বং বষ্ণুনা ধৃতা।

ত্বঞ্চ ধারয়. মাং নতিয়ং পবত্রিং কুরু চাসনম ॥'

পরে হাত জোড়ে বামদিকে ঝুকবে বলবি :---

মন্ত্র:--- ওঁ গুরুভ্যো নমঃ ওঁ পরম গুরুভ্যো নমঃ

ওঁ পরাপর গুরুভ্যো নমঃ ওঁ সশক্তি গুরুভ্যো নমঃ

ওঁ পরমেষ্টি গুরুভ্যো নমঃ

দক্ষিণ দিকে ঝুকবে বল:--- ওঁ গনেশায়. নমঃ

মাথার ওপরে :--- ও ব্রহ্মণে নমঃ

নচিরে দিকে :--- ওঁ অন্তায়. নমঃ

বুকরে কাছে:--- ও নারায়ণায়. নমঃ ওঁ সত্য নারায়ণায়. নমঃ