श्रीगणेशाय नमः ॥ अथ तिर्थे गत्वा ॥ हस्तौ प्रक्षाल्याचम्य ॥ श्रोत्र वंदनं सर्वादि
देवतानमस्कारः ॥ ॐ इंद्राय नमः ॥ ॐ अग्नये नमः ॥ ॐ यमाय नमः ॥ ॐ
नैरृत्याय नमः ॥ ॐ वरुणाय नमः ॥ ॐ वायव्ये नमः ॥ ॐ कुबेराय नमः ॥ ॐ
ईशानाय नमः ॥ ॐ ब्रह्मणे नमः ॥ ॐ मुकुंदाय नमः ॥ शिवादिरूपपरिस्थितन
त्वा ॥ तीर्थ दृष्ट्वा प्रयावत्स्नानको लोभवेत् ॥ तावद्गुरुचरणं भुज शिरसि
धारयेत् ततो हृदयकमले मध्ये परं ब्रह्म ध्यात्वा अथ उदके स्नात्वा शुचि
र्भूत्वा प्राणायामान् षडंगं चरेत् ॥ विधिवत्स्नानं समाप्य ॥ संध्यावंदनं कुर्या
त् ॥ ॐ मंडुकाय नमः ॥ ॐ कालाग्निरुद्राय नमः ॥ ॐ कूर्माय नमः ॥ ॐ
अधारशक्तये नमः ॥ ॐ अनंताय नमः ॥ ॐ पृथिवीति आसन
शुद्धिं कृत्वा ॥ ॐ पृथिव्या मेरुपृष्ठ ऋषिः सुतलं छंदः ॥ कूर्मो देवता
र सासने विनियोगः ॥ पृथ्वि त्वया धृता लोका देवि त्वं विष्णुना धृता

हं च धारय मां देवि पवित्रं कुरु चासनं ॥ अथ करन्यासः ॥ ॐ भूः
१ ब्रह्मात्मने तुषारवर्णाय इति अंगुष्ठाभ्यां नमः ॥ ॐ भुवः प्रजापत्यात्म
ने स्फटिकवर्णाय इति तर्जनीभ्यां नमः ॥ ॐ स्वः सूर्यात्मने श्यामव
र्णाय इति मध्यमाभ्यां नमः ॥ ॐ महः ब्रह्मात्मने नीलवर्णाय इ
ति अनामिकाभ्यां नमः ॥ ॐ जनः ब्रह्मात्मने धूम्रवर्णाय इति क
निष्ठिकाभ्यां नमः ॥ ॐ तपः सत्यात्मने रक्तवर्णाय इति करतल
करपृष्ठाभ्यां नमः ॥ अथ हृदयादिन्यासः ॥ ॐ भूः ब्रह्मात्मने तुषा
रवर्णाय इति हृदयाय नमः ॥ ॐ भुवः प्रजापत्यात्मने स्फटिकवर्णाय
इति शिरसे स्वाहा ॥ ॐ स्वः सूर्यात्मने श्याम वर्णाय इति शिखा
यै वषट् ॥ ॐ जनः ब्रह्मात्मने धूम्रवर्णाय इति नेत्रत्रयाय वौ
ॐ महः ब्रह्मात्मने नीलवर्णाय इति कवचाय हुं ॥ ४ १

षट् ॥ ॐ तपः सत्यात्मने रक्तवर्णाय अस्त्राय फट् ॥ प्रणवेन व्या
पकं कृत्वा ॥ अथ प्रणवस्यांतर्यामि ऋषिः ॥ देवी गायत्री छंदः ॥ पर २
मात्मा देवता ॥ प्राणायामे विनियोगः ॥ अतलस्य गोत्र ब्रह्मपुत्रे कः ॥ श्वे
त वर्णः ॥ उदात्त स्वरः ॥ ब्रह्माग्निमुखं अं बीजं ॥ उं शक्तिः ॥ मं कीलकं
मोक्षार्थे जपे विनियोगः ॥ ॐ अकारस्याग्नि ऋषिः ॥ देवी गायत्री
छंदः ब्रह्मा देवता ॥ अं बीजं ॥ क्रियाशक्तिः ॥ जाग्रद वस्था ॥ भूः स्थानं
ऋग्वेद स्वरूपं ॥ गार्हपत्याग्निरजोगुणः ॥ पीतवर्णः प्रातः सवनं ॥ वि
श्वात्मा भूः ॥ पृथिवीतत्वं ॥ इच्छा क्रियार्थे जपे विनियोगः ॥ उंका
रस्य वायु ऋषिः ॥ त्रिष्टुप छंदः ॥ विष्णुर्देवता ॥ श्री बीजं ॥ स्वाहा

२ शक्तिः॥मध्याह्न सवनं॥यजुर्वेद स्वरूपं॥आहवनीयाग्निः॥भुवः स्था
नं अंतरिक्षं तत्वं॥अनुदात्त स्वरः सत्वगुणः॥शुक्लवर्णं॥स्वप्नावस्था
कंठस्थानं॥तेजसात्म स्थिति॥क्रियार्थे जपे विनियोगः॥उं मका
रस्य स्वर्ग ऋषिः॥जगती छंदः॥रुद्रो देवता॥ह्रीं बीजं तामसी श
क्तिः॥अपराह्न सवनेन॥सामवेद स्वरूपं॥दक्षिणाग्नि स्थानं॥स्वः
द्यौस्तत्वं स्वरित स्वरः॥तमोगुणः॥धूम्रवर्णं त्रितीय सवणं॥
प्रज्ञानात्मा॥सुषुप्त्यवस्था॥मूर्द्धि स्थानं॥संहारि क्रियार्थे
जपे विनियोगः॥ॐ अर्द्ध मात्राया वरुण ऋषिः॥विराट् छंदः॥
शुद्धरूपो देवता॥क्लीं बीजं॥सर्वतुरीयावस्था॥ॐ भूर्भुवः स्वः २

सवर्णानि उदात्तानुदात्त स्वरितं स्वराः॥अथर्वण वेद स्वरूपं संवर्तकाग्निः
सर्वे वर्णाः सर्वाणि सवनानि॥सर्वात्मा पृथिव्यंतरिक्षं द्यौस्तत्वं - शब्दस्थि
ति संहारार्थे क्रियात्मा खिलाः कल्पार्थे जपे विनियोगः॥उर्ध्व
नि ब्रह्म ऋषिः॥गायत्री छंदः॥आनंदो देवता॥हंसो बीजं॥
सोहं शक्तिः॥सर्ववर्ण मोक्षार्थे जपे विनियोगः॥ॐ ह्रां ह्रीं ह्रूं
फट् स्वाहा॥पश्चात् जलमध्ये स्वदलपद्मं संचिंत्य तत्र देवं सप
रिवारं स्वहृदयादि सकाशात॥आवाह्य अंगेन सकलीकृत्य पं
चोपचारैश्च कादिमुद्रा मनसोपि ध्यायामृत बीजेन जलममृ
तं रूपं स्मृत्वा मूलमंत्रेणाभिमंत्र्य अष्टोत्तरशतं तर्पयेत्॥अंग

दीन्ये कैकानि संतर्पयेत्॥ एवं संतर्प्य पुनश्च पंचोपचारेण मनसा
पंचोपपश्चात्स परिवारं देवं हृदये उद्वास्य शिरसि संशोध्य त
थैवास्ति मंत्र्य जलं प्राणाचम्यांते प्राणायामं त्रयं कुर्यात्॥ इति सं
ध्या विधिः॥ अथ मानसीक पूजापंचोपचार विधिः॥ ॐ लं पृथि
व्यात्मने परमात्मने गंधतन्मात्रे प्रह्लेसानंदात्मने परमेश्वराय
गंधं परिकल्पयामि नमः॥ इसं गुष्ठेन कनिष्ठिकां स्पर्शं देयात्॥१॥
ॐ हं आकाशात्मने परमात्मने शब्द तन्मात्र प्रह्लेसानंदात्मने परमे
श्वराय पुष्पं परिकल्पयामि नमः॥ [illegible] तर्जन्यंगुष्ठाभ्यां॥२॥
ॐ यं वाय्वात्मने परमात्मने स्पर्श तन्मात्र प्रह्लेसानंदात्मने परमेश्व

राय धूपं परिकल्पयामि नमः॥ इसं गुष्ठतर्जनीभ्यां॥३॥ ॐ रं तेज
सात्मने परमात्मने रूपतन्मात्र प्रह्लेसानंदात्मने परमेश्वराय
दीपं परिकल्पयामि नमः॥ इसं गुष्ठ मध्यमाभ्यां॥४॥ ॐ वं अबा
त्मने परमात्मने रसतन्मात्र प्रह्लेसानंदात्मने परमेश्वराय नैवे
द्यं परिकल्पयामि नमः॥ इसं गुष्ठानामिकाभ्यां॥५॥ ॐ शं शात्मा
त्मने परमेश्वराय तांबूलं परिकल्पयामि नमः॥ इति करसंपु
टाभ्यां॥ योनि मुद्रेति शालकः॥ लंहं यं रं वं सं सर्वात्मक मिति के
चिद्वदंति॥ इति मानस पूजनं संपूर्णं॥ अथ मन विश्रामोपनि
षद्ध्यानं॥ ॐ पूर्वदले श्वेतवर्णे यदा विश्राम्यते मनः तदा धै

४ पंडितदारं च धर्मकीर्ति मतिर्भवेत् ॥१॥ ॐ अग्निदले रक्तवर्णं यदा
विश्रामते मनः ॥ तदा तु निद्रालस्यं च मंदबुद्धिर्मतिर्भवेत् ॥२॥ द
क्षिणदले कृष्णवर्णं यदा विश्रामते मनः ॥ तदा कामश्च क्रोधश्च
लोभश्च मत्सरो भवेत् ॥३॥ नैरृत्यदले नीलवर्णं यदा विश्राम
ते मनः ॥ तदा क्रोधश्च दुष्टमनो मायाभिन्नमतिर्भवेत् ॥४॥ प
श्चिमदले कपिलवर्णं यदा विश्रामते मनः ॥ तदा हास्यविनो
दं च उत्साहं च मतिर्भवेत् ॥५॥ वायव्यदले श्यामवर्णं यदा विश्रा
मते मनः ॥ तदा चिंता च उच्चाटं वैराग्यं च मतिर्भवेत् ॥६॥ उत्तरदले
पीतवर्णं यदा विश्रामते मनः ॥ तदा भोगं च शृंगारं कल्पना च ४

मतिर्भवेत् ॥७॥ ईशान्यदले गौरवर्णं यदा विश्रामते मनः तदा रूपा
श्रीमाज्ञानं विज्ञानं च मतिर्भवेत् ॥८॥ संधिसंधि मिश्रितवर्णं यदावि
श्रामते मनः ॥ तदा देहगेहजाड्यं त्रिदोषं च मतिर्भवेत् ॥९॥ मध्यद
ले स्फटिकवर्णं यदा विश्रामते मनः ॥ तदा सर्वगुणज्ञानं चैतन्यं
च मतिर्भवेत् ॥१०॥ इति वेदांतसार विश्रामोपनिषत्संपूर्णं ॥ अथ शि
खाछेदनमंत्रः ॥ ॐ मृत्यु कोहं जहंदुं हं सः इति शिखाछेदनमं
त्रः ॥ ॐ ब्रह्मसूत्र एवं कर्ममोचनायनारायणाय स्वाहा ॥ इति ब्रह्म
सूत्र मंत्रः ॥ ॐ तत्सदिति श्रीशंकराचार्यविरचितं सत्यसूत्रदीक्षा
दी वैदउपनिषत्संपूर्णं ॥ छ ॥ ॥ छ ॥ ॥ छ ॥