



### ध्यान-मार्ग दर्शक

त्रैलोक्यपालाय अज्ञानतिमिररवये भूतानां परमगतये  
भक्तकामककल्पतरवे रुपात्मने चीरवाससे अलिप्ताय  
श्रीकराय कामपालाय महीचारिणे समात्मने विराटरूपाय  
नित्यबोधाय बीजाय एकात्मने जगज्जीवनाय अरूपाय  
परमार्थभूताय सर्वविश्वचालकाय त्रिविधतापहराय  
एतानि अमृतनामानि प्रातरुत्थाय यः पठेत् तेन ध्यान-मार्गदर्शनम्  
तथा ध्याननम् भवति नात्र संशयः ॥

ध्यान मार्गासाठी हा मंत्र ध्यानाला बसण्याअगोदर ३ वेळा पठण करणे.

समोर तांब्याचा तांब्या घेऊन त्यात तांब्याची पळी  
ठेवणे व हा जप उत्तराभिमुख बसून ध्यान करणे.