



साधना सामग्री

1. आसन (कुशासन, चटाई, या योगा मैट)
2. जल का पात्र (तांबे या पीतल का लोटा)
3. दीपक (घी या तेल का)
4. रूई या बाती
5. अगरबत्ती / धूप
6. कपूर
7. पुष्प (फूल)
8. माला (रुद्राक्ष / तुलसी / चन्दन)
9. घंटी
10. जलपात्र के नीचे रखने के लिए थाली
11. पूजा वस्त्र (साफ और शुद्ध)
12. मंत्र पुस्तिका या साधना ग्रंथ
13. ध्यान के लिए शांत स्थान
14. इष्टदेव का चित्र या मूर्ति
15. समय का निर्धारण (प्रातः / सायं)