

अथेश्वरस्तुतिप्रार्थनोपासनामन्त्राः

अब हम ईश्वर की स्तुति (गुणगान), प्रार्थना (माँगना) और उपासना (ईश्वर के सामीप्य की अनुभूति करना) के लिए निम्न मन्त्रों का जाप करें। इन तीनों में से ईश्वर से माँगना हमें कम से कम करना चाहिए परन्तु उपासना हर समय करनी चाहिए।

ओम् विश्वा॑नि देव सवित॑र्दुरि॒तानि॑ परा॑ सुव ।

यद् भ॒द्रं तन्न॒ऽआ सु॑व ॥१॥

यजुः ३०:३

विश्वा॑नि । देव । सवितः॑ । दुरि॒तानीति॑ दुः॒ऽइतानि॑ । परा॑ । सुव । यत् । भ॒द्रम् । तत् । नः । आ । सुव ॥  
हे (देव) दिव्य गुणों वाले (सवितः॑) सृष्टि के उत्पत्तिकर्ता! (विश्वा॑नि) समस्त विश्व की (दुः) बुराईयों (इतानि॑) आदि को (परा॑) दूर (सुव) कीजिये और (यत्) जो (भ॒द्रम्) कल्याणकारी गुण, स्वभाव व सुख हैं (तत्) वह (नः) हमारे (आ) पास (सुव) लाईये ।

हे सर्वेश! सकल सुखदाता, तू शुद्ध स्वरूप विधाता है। उसके कष्ट नष्ट हो जाते, जो तेरे ढिङ्ग आता है ॥  
विषयवासना के विकार से, हमको नाथ! बचा लीजे। जग के पावन पुण्यपदार्थ, प्रेम सिन्धो! हमको दीजे ॥

ओं हिर॑ण्य॒ग॒र्भः॑ सम॑व॒र्त्तता॑ग्रे भू॒तस्य॑ जा॒तः पति॑रेक॑ आसीत् ।

स दा॑धार पृथि॒वीं द्या॑मु॒तेमां॑ कस्मै॑ दे॒वाय॑ ह॒विषा॑ विधेम ॥२॥

ऋग् १०:१२१:१, यजुः १३:४, यजुः २३:१, यजुः २५:१०

हिर॑ण्य॒ग॒र्भः । इति॑ । हिर॑ण्य॒ऽग॒र्भः । सम् । अ॒व॒र्त्तत॑ । अ॒ग्रे । भू॒तस्य॑ । जा॒तः । पतिः॑ । एकः॑ । आसीत् ।

सः । दा॑धार । पृथि॒वीम् । द्याम् । उ॒त । इ॒माम् । कस्मै॑ । दे॒वाय॑ । ह॒विषा॑ । वि॒धेम ॥

यह (जा॒तः) प्रसिद्ध है कि वह (हिर॑ण्य) स्वर्णिम प्रकाश का (ग॒र्भः) स्रोत, (अ॒ग्रे) सबसे पहले सभी जगह (सम्) समान रूप से (अ॒व॒र्त्तत) मौजूद, ईश्वर ही समस्त (भू॒तस्य) प्राणियों का (एकः॑) एकमात्र (पतिः॑) स्वामी (आसीत्) है । (सः) वह ही (पृथि॒वीम्) पृथ्वी, (द्याम्) सूर्य, चन्द्र (उ॒त इ॒माम्) आदि ग्रहों को (दा॑धार) धारण किए हुए है । (कस्मै॑) उसी (दे॒वाय॑) ईश्वर को हम (वि॒धेम) विधिपूर्वक अपनी (ह॒विषा॑) प्रार्थना और आहुतियाँ आदि अर्पित करते हैं ।

तू ही स्वयं प्रकाश सुचेतन सुख स्वरूप शुभ त्राता है। सूर्य-चन्द्र लोकादिक को तू रचता और टिकाता है ॥  
पहले था अब भी तू ही है घट घट में व्यापक स्वामी। योग भक्ति तप द्वारा तुझ को पाऊँ हे अन्तर्यामी ॥

**ATHESHVARA STUTI PRAARTHAN-OPAASANAA MANTRAH**

We now begin (stuti) glorification of, (prarthanaa) praying to fulfill our legitimate needs, and (upaasanaa) communion with God. Out of these three activities, we should perform the act of prarthanaa i.e. asking for favors the least. The act of upasanaa i.e. being next to and in communion with God should be done all the time, as this reduces our tendency to commit sin.

**1. Om vishvaani deva savitar-duritaani paraa suva  
yad bhadran tanna'aa suva**

Yajuh 30:3

**O (deva) divine (savitar) source of all creation! Please (suva) take (itaani) everything in this (vishvaani) Universe that is (dur) malevolent (paraa) away and (suva) bring (aa) close to (na) us (yad) whatever (tan) that is (bhadran) benevolent including qualities, tendencies and happiness.**

*he sarvesh! sakal sukhadaataa too shuddh svaroop vidhaataa hai  
usake kas h t nas h t ho jaate jo tere dhiing aataa hai  
vishaya-vaasanaa ke vikaara se hamako naath bachaa leeje  
jag ke paavana punya-padaarth prem sindho hamako deeje*

**2. Om hiranya-garbhah sam-avarttata-agre  
bhootasya jaatah patir-eka aaseet  
sa daadhaara prithiveen dyaam-ut-emaan  
kasmai devaaya haviṣhaa vidhema**

Rig 10:121:1, Yajuh 13:4, Yajuh 23:1, Yajuh 25:10

**It is (jaatah) well known that he is the (garbhah) source of all (hiranya) golden light, (sam) equally (avarttata) present everywhere, (agre) foremost and (aaseet) is the (eka) sole (patir) lord of (bhootasya) all living beings and non-living as well. (sa) He (daadhaara) sustains the (prithiveem) earth (ut) and (emaam) all other (dyaam) celestial bodies in their orbits. We offer our (haviṣhaa) worship (vidhema) with love and devotion unto (kasmai) that (devaaya) divinity.**

*too hee svayam prakaash suchetan sukh svaroop shubh traataa hai  
soorya-chandr lokaadik ko too rachataa aur tikaataa hai  
pahale thaa ab bhee too hee hai ghaṭ ghaṭ men vyaapak svaamee  
yog bhakti tap dvaaraa tujh ko paaoon he antaryaamee*

ओं यऽ आत्मदा बलदा यस्य विश्वेऽ उपासते प्रशिषं यस्य देवाः ।  
यस्य छायाऽमृतं यस्य मृत्युः कस्मै देवाय हविषा विधेम ॥३॥

ऋग् १०:१२१:२, यजुः २५:१३

यः । आत्मदा इति आत्मऽदाः । बलदा इति बलऽदाः । यस्य । विश्वे । उपासते इति उपऽआसते । प्रशिषम् इति प्रऽशिषम् । यस्य । देवाः । यस्य । छाया । अमृतम् । यस्य । मृत्युः । कस्मै । देवाय । हविषा । विधेम ॥ (यः) जो (आत्म) आत्मज्ञान का (दाः) दाता है, जो शारीरिक (बल) बल का (दाः) दाता है, (यस्य) जिसकी समस्त (विश्वे) विश्व (उपऽआसते) उपासना करता है, (देवाः) विद्वान (यस्य) जिसके (प्रऽशिषम्) विधान को मानकर उसका गुणगान करते हैं, (यस्य) जिसकी (छाया) शरण (अमृतम्) अमृत के समान है और (यस्य) जिसका न मानना ही (मृत्युः) मृत्यु के समान है (कस्मै) उसी (देवाय) ईश्वर को हम (विधेम) विधिपूर्वक अपनी (हविषा) प्रार्थना और आहुतियाँ आदि अर्पित करते हैं ।

तू है आत्मज्ञान बलदाता सुयश विज्ञान गाते हैं । तेरी चरण शरण में आकर भवसागर तर जाते हैं ॥  
तुझको ही अपना जीवन है मरण तुझे बिसराने में । मेरी सारी शक्ति लगे प्रभो! तुझसे लगन लगाने में ॥

ओं यः प्राणतो निमिषतो महित्वैकऽ इद्राजा जगतो बभूव ।

यऽ ईशेऽ अस्य द्विपदश्चतुष्पदः कस्मै देवाय हविषा विधेम ॥४॥

ऋग् १०:१२१:३, यजुः २३:३, यजुः २५:११

यः । प्राणतः । निमिषत इति निऽमिषतः । महित्वेति महिऽत्वा । एकः । इत् । राजा । जगतः । बभूव । यः । ईशे । अस्य । द्विपद इति द्विऽपदः । चतुष्पदः चतुःपद इति चतुऽपदः । कस्मै । देवाय । हविषा । विधेम ॥ (यः) जो (त्वा) अपनी (महि) महिमा के कारण (जगतः) जगत में (प्राणतः) प्राणियों व (निऽमिषतः) अप्राणियों का (एकः इत्) एकमात्र (राजा) राजा (बभूव) है, (यः) जो (अस्य) यहाँ (द्वि) दो (पदः) पैर वाले और (चतुः) चार (पदः) पैर वालो का (ईशे) स्वामी है, (कस्मै) उसी (देवाय) ईश्वर को हम (विधेम) विधिपूर्वक अपनी (हविषा) प्रार्थना और आहुतियाँ आदि अर्पित करते हैं ।

तू ने अपनी अनुपम माया से जगत ज्योति जगाई है । मनुज और पशुओं को रचकर निज प्रभुता प्रगटाई है ॥  
अपने हिय सिंहासन पर श्रद्धा से तुझे बिठाते हैं । लेकर सर्व सामग्री विधिवत् तुझ पर नाथ चढाते हैं ॥

3. Om      ya'aatma-daa bala-daa yasya vishva'upaasate  
             prashishañ yasya devaah  
             yasya-ch-chhaayaa' mṛitañ yasya mṛityuh  
             kasmai devaaya haviṣhaa vidhema

Rig 10:121:2, Yajuh 25:13

He, (ya) who is the (daa) provider of the (aatma) spiritual knowledge and the physical (bala) strength, (yasya) who is (upaasate) worshipped by the (vishva) entire Universe, the (devaah) learned scholars (prashishañ) obey (yasya) whose commandments and sing whose praises, (yasya) whose (chhaayaa) refuge (amṛitañ) takes away the fear of death and acting contrary to (yasya) whose commandments (mṛityuh) brings us closer to death, unto (kasmai) that (devaaya) divinity we offer our (haviṣhaa) worship (vidhema) with love and devotion.

*too hai aatmajñaan baladaataa suyash vijñajan gaate hain  
teree charaṇ sharaṇ men aakar bhavasaagar tar jaate hain  
tujhako hee apanaa jeevan hai maraṇ tujhe bisaraane men  
meree saaree shakti lage prabho! tujhase lagan lagaane men*

4. Om      yah praanato nimishato mahi-tva-ika'  
             id-raajaa jagato babhoova  
             ya' eeshe' asya dvi-padash-chatuṣh-padaḥ  
             kasmai devaaya haviṣhaa vidhema

Rig 10:121:3, Yajuh 23:3, Yajuh 25:11

He, (yah) who by virtue of (tva) his (mahi) glory (babhoova) is the (ika id) sole (raajaa) king of all (praanato) living and (nimishato) non-living (jagato) worlds, (ya) who in (asya) this Universe is the (eeshe) lord of all (dvi padash) bipeds and (chatuṣh padaḥ) quadrupeds, unto (kasmai) that (devaaya) divinity we offer our (haviṣhaa) worship (vidhema) with love and devotion.

*too ne apanee anupam maayaa se jagat jyoti jagaaee hai  
manuj aur pashuon ko rachakara nij prabhutaa pragaṭaaee hai  
apane hiy sinhaasana par shraddhaa se tujhe biṭhaate hain  
lekara sarv saamagree vidhivat tujh par naath chaḍhaate hain*

ओं येन द्यौरुग्रा पृथिवी च दृढा येन स्वः स्तुभितं येन नाकः ।  
योऽन्तरिक्षे रजसो विमानः कस्मै देवाय हविषा विधेम ॥५॥

ऋग् १०:१२१:५, यजुः ३२:६

येन । द्यौः । उग्राः । पृथिवी । च । दृढा । येन । स्वरिति । स्वः । स्तुभितम् । येन । नाकः ।  
यः । अन्तरिक्षे । रजसः । विमानः । इति । विमानः । कस्मै । देवाय । हविषा । विधेम ॥  
(येन) जो (उग्राः) ज्वलंत प्रकाशमान (द्यौः) ग्रहों (च) और (पृथिवी) पृथ्वी को अपने पथ पर  
(दृढा) दृढ रखता है, (येन) जो (स्वः) सुखस्वरूप (नाकः) निर्वाण का (स्तुभितम्) कारक है,  
(यः) जो (अन्तरिक्षे) अन्तरिक्ष में सभी (रजसः) ग्रह आदि को (विमानः) चलाता है, (कस्मै)  
उसी (देवाय) ईश्वर को हम (विधेम) विधिपूर्वक अपनी (हविषा) प्रार्थना और आहुतियाँ  
आदि अर्पित करते हैं ।

तारे रवि चन्द्रादिक रचकर निज प्रकाश चमकाया है । धरणी को धारण कर तूने कौशल अलख जगाया है ॥  
तू ही विश्व विधाता पोषक तेरा ही सब ध्यान धरें । भक्ति भाव से भगवन्! तेरे भजनामृत का पान करें ॥

ओं प्रजापते न त्वदेतान्यन्यो विश्वा जातानि परि ता बभूव ।

यत्कांमास्ते जुहुमस्तन्नोऽस्तु वयं स्याम पतयो रयीणाम् ॥६॥ ऋग् १०:१२१:१०

प्रजापते । न । त्वत् । एतानि । अन्यः । विश्वा । जातानि । परि । ता । बभूव ।  
यत्कांमाः । ते । जुहुमः । तत् । नः । अस्तु । वयम् । स्याम । पतयः । रयीणाम् ॥  
हे जगत की (प्रजा) प्रजा के (पते) स्वामी! (त्वत्) आपके (अन्यः) अतिरिक्त (एतानि) और  
कोई (न) नहीं जो (विश्वा) समस्त विश्व में (जातानि) उत्पन्न हुए जड चेतन (ता) आदि का  
(परि) सब ओर से (बभूव) पालन करे । (यत्) जिस जिस (कांमाः) इच्छा को लेकर (नः) हम  
(ते) आपकी (जुहुमः) उपासना करते हैं (तत्) वह इच्छा पूर्ण (अस्तु) हो जिससे (वयम्) हम  
(रयीणाम्) उत्तम धनों के (पतयः) स्वामी (स्याम) हो जाएँ ।

तुझ से भिन्न न कोई जग में सब में तू ही समाया है । जड चेतन सब तेरी रचना तुझ में आश्रय पाया है ॥  
हे सर्वोपरि विभो! विश्व का तू ने साज सजाया है । हेतु रहित अनुराग दीजिए यही भक्त को भाया है ॥

5. Om      yena dyaaur-ugraa prithivee cha dr̥iḍhaa  
              yena svaḥ stabhitañ yena naakah  
              yo' antarikṣhe rajaso vimaanah  
              kasmai devaaya haviṣhaa vidhema

R̥ig 10:121:5, Yajuh 32:6

He, (yena) who (dr̥iḍhaa) steadies the (prithivee) earth (cha) and the (ugraa) luminous (dyaaur) stars in their orbit, (yena) who is the (stabhitañ) cause of (svaḥ) happiness and (naakah) bliss, (yo) who is the force behind the (vimaanah) flight (motion) of (rajaso) the celestial bodies (antarikṣhe) in the space, unto (kasmai) that (devaaya) divinity we offer our (haviṣhaa) worship (vidhema) with love and devotion.

*taare ravi chandraadik rachakar nij prakaash chamakaayaa hai  
dharaṇee ko dhaaraṇ kar too ne kaushal alakh jagaayaa hai  
too hee vishv vidhaataa poṣhak teraa hee sab dhyaan dharen  
bhakti bhaav se bhagavan! tere bhajana-amrit kaa paan karen*

6. Om      prajaa-pate! na tvad-etaany-anyo  
              vishvaa jaataani pari taa babhoova  
              yat-kaamaas-te juhumas-tan-no'astu  
              vayan syaama patayo rayeeṇaam

R̥ig 10:121:10

O (pate) Lord of the (prajaa) masses! There is (na) no (etaany) one (anyo) except (tvad) you who can (babhoova) ensure the sustenance from (pari) all direction (taa) of the (vishvaa) entire (jaataani) creation including the living and non-living. (no) Our (kaamaas) benevolent desires, for (yat) which we have submitted our (juhumas) prayers to (te) you, may (tan) they (astu) be fulfilled, so that (vayan) we (syaama) can (patayo) command the (rayeeṇaam) righteous wealth.

*tujh se bhinn na koi jag men sab men too hee samaayaa hai  
jaḍ chetan sab teree rachanaa tujh men aashray paayaa hai  
he sarvopari vibho! vishv kaa toone saaj sajaayaa hai  
hetu rahit anuraag deejie yahee bhakt ko bhaayaa hai*

ओं स' नो बन्धु'र्जनिता स विधा'ता धामा'नि वेद' भुव'नानि विश्वा' ।

यत्र' देवाऽ अमृत'मानशानास्तृतीये धाम'न्ध्यैर'यन्त ॥७॥

यजुः ३२:१०

सः । नः । बन्धुः । जनिता । सः । विधातेति विधाता । धामानि । वेद । भुवनानि । विश्वा ।

यत्र । देवाः । अमृतम् । आनशानाः । तृतीये । धामन् । अध्येरयन्तेति अधिऽऐरयन्त ॥

(सः) वह ईश्वर ही (नः) हमारा (बन्धुः) भ्राता व (जनिता) माता पिता है, (सः) वह ही (विश्वा) समस्त (भुवनानि) लोक लोकान्तरों के (धामानि) सभी स्थानों को (वेद) जानने वाला और सृष्टि को (विधाता) विधिपूर्वक चलाने वाला है । (यत्र) उस, (तृतीये) जड और चेतन के सुख दुःख से परे, (अमृतम्) मोक्ष के (धामन्) आधार, के आश्रय में सुख (आनशानाः) प्राप्त कर (देवाः) विद्वान स्वेच्छा व (अधि) अधिकार से (ऐरयन्त) विचरण करते हैं ।

तू गुरु है प्रजेश भी तू है पाप पुण्य फल दाता है । तू ही सखा बन्धु मम तू ही तुझसे ही सब नाता है॥

भक्तों को उस भव बन्धन से तू ही मुक्त कराता है । तू है अज अद्वैत महाप्रभु सर्वकाल का ज्ञाता है॥

ओम् अग्ने नय' सुपथा' रायेऽ अस्मान् विश्वा'नि देव वयु'नानि विद्वान् ।

युयो'ध्यस्मज्जु'हुराणमेनो भूयि'ष्ठान्ते नम'ऽउक्तिं विधेम ॥८॥

यजुः ४०:१६

अग्ने । नय' । सुपथेति । सुपथा' । राये । अस्मान् । विश्वानि । देव । वयुनानि । विद्वान् ।

युयोधि । अस्मत् । जुहुराणम् । एनः । भूयिष्ठाम् । ते । नमऽउक्तिमिति नमऽउक्तिम् । विधेम ॥

हे (देव) दिव्य (अग्ने) प्रकाशस्वरूप जगदीश्वर! हम (विधेम) विधिपूर्वक (उक्तिम्) प्रशंसाओं द्वारा (ते) आपको (भूयिष्ठाम्) बार-बार (नमः) नमन करते हैं। (विद्वान्) सब कुछ जानने वाले प्रभु (अस्मत्) हम लोगों से (जुहुराणम्) कुटिलतारूप (एनः) पापाचरण को (युयोधि) पृथक् कीजिए। (अस्मान्) हमें (सुपथा') धर्मानुकूल मार्ग से (विश्वानि) समस्त (वयुनानि) ज्ञान और (राये) धन (नय') प्राप्त कराइये।

तू है ज्ञान रूप परमेश्वर सब का सृजनहार तुही । मेरी रसना रटे तुम्हीं को मन में बसना सदा तुही ॥

अघ अनर्थ से हमें बचाते रहना हरदम दयानिधान । भक्त भवानी को हे भगवन् दीजे यही विशद वरदान ॥

॥ इतीश्वरस्तुतिप्रार्थनोपासनाप्रकरणम् ॥



**7. Om sa no bandhur-janita sa vidhaataa  
dhaamaani veda bhuvanaani vishvaa  
yatra devaa' amṛitam-aanashaanaas  
triteeye dhaamann-adhy-airayanta**

Yajuh 32:10

(sa) He is (no) our (janita) mother, father, (bandhur) brother, sister and friend.  
(sa) He alone (veda) knows (dhaamaani) all of the regions and places in this  
(vishvaa) entire (bhuvanaani) universe. He is the (vidhaataa) creator of the laws  
that govern the functioning of this cosmos. He is (triteeye) aloof from the  
happiness and sorrows experienced by living and non-living. (yatra) He is the  
(amṛitam) indestructible (devaa) divinity under whose (dhaamann) refuge the  
learned (adhy) freely (airayanta) meditate and (aanashaanaas) attain bliss.

**8. Om agne naya supathaa raaye'asmaan  
vishvaani deva vayunaani vidvaan  
yuyodhy-asmaj-juhuraanam-eno  
bhooyiṣṭhaan te nama'uktim vidhema**

Yajuh 40:16

O (deva) Divine (agne) source of all illumination! We (bhooyiṣṭhaan) repeatedly  
(vidhema) with devotion (uktim) sing (te) your praises and (nama) bow to you. O  
(vidvaan) Omniscient God! Please (yuyodhy) take away (asmaj) from us the  
(juhuraanam) tendencies (eno) to transgress your laws. Guide us on (supathaa)  
the righteous path so that (asmaan) we can (naya) attain (vishvaani) all of  
(vayunaani) the knowledge and (raaye) wealth.

*too hai jñaan roop parameshvar sab kaa srijanahaar tuhee  
meree rasanaa raṭe tumheen ko man men basanaa sadaa tuhee  
agh anarth se hamen bachaate rahanaa haradam dayaanidhaan  
bhakt bhavaanee ko he bhagavan deeje yahee vishad varadaan*

*Iteeshvara Stuti Praarthano-paasanaa Prakaraṇam*

*Here Comes To An End The Eeshvara Stuti Praarthanaa Upaasanaa Chant*