

## ॥ प्रातः सन्ध्यावन्दनम् प्राशनम् ॥

सूर्यश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः। पापेभ्यो  
रक्षन्ताम्। यद्रात्रिया पापमकार्षम्। मनसा वाचा  
हस्ताभ्याम्। पद्भ्यामुदरेण शिश्ना। रात्रिस्तदवलुम्पतु।  
यत्किं च दुरितं मयि। इदमहं माममृतयोनौ। सूर्ये ज्योतिषि  
जुहोमि स्वाहा॥

## ॥ माध्याह्निकम् प्राशनम् ॥

आपः पुनन्तु पृथिवीं पृथिवी पूता पुनातु माम्। पुनन्तु  
ब्रह्मणस्पतिर्ब्रह्मपूता पुनातु माम्। यदुच्छिष्टमभोज्यं यद्वा  
दुश्चरितं मम। सर्वं पुनन्तु मामापोऽसृतां च प्रतिग्रहः  
स्वाहा॥

## ॥ सायं सन्ध्यावन्दनम् प्राशनम् ॥

अग्निश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः। पापेभ्यो  
रक्षन्ताम्। यदह्ना पापमकार्षम्। मनसा वाचा हस्ताभ्याम्।  
पद्भ्यामुदरेण शिश्ना। अहस्तदवलुम्पतु। यत्किं च दुरितं  
मयि। इदमहं माममृतयोनौ। सत्ये ज्योतिषि जुहोमि

स्वाहा॥४८॥

## ॥ पुनर्मार्जनम् ॥

दधि॒क्राव्णो॑ अ॒कारि॑षम्।  
जि॒ष्णो॒रश्व॑स्य वा॒जिनः॑।  
सु॒र॒भि नो॒ मुखा॑क॒रत्।  
प्र॒ण आयू॑र॒षि ता॑रिषत्॥

आपो॑ हि ष्ठा म॒यो भुवः॑।  
ता न॑ ऊ॒र्जे द॑धातन।  
म॒हे॒रणा॑य॒ चक्ष॑से।  
यो वः॑ शि॒वत॑मो॒ रसः॑।  
तस्य॑ भाजयते॒ह नः॑।  
उ॒श॒तीरि॑व मा॒तरः॑।  
तस्मा॑ अरं॑ ग॒माम॑ वः।  
यस्य॑ क्षया॑य॒ जिन्व॑थ।  
आपो॑ ज॒नय॑था च नः॥

## ॥ प्रणवजपः—प्राणायामः ॥

ओं भूः। ओं भुवः। ओ३ सुवः। ओं महः। ओं जनः।  
 ओं तपः। ओ३ स॒त्यम्॥ ओं तथ्स॑वि॒तुर्वरे॑ण्यं॒ भर्गो॑ दे॒वस्य॑  
 धीमहि॑। धियो॒ यो नः॑ प्रचो॒दया॑त्॥ ओमापो॒ ज्योती॒रसो॒ऽमृतं॑  
 ब्रह्म॒ भूर्भुवः॑ सुव॒रोम्॥

## ॥ गायत्री-आवाहनम् ॥

आया॑तु वर॑दा दे॒वी अ॒क्षरं॑ ब्रह्म॒सम्मि॑तम्। गा॒य॒त्रीं छ॒न्दसां॑  
 मा॒तेदं॑ ब्रह्म जुष॒स्व नः॑॥

ओजो॑ऽसि॒ सहो॑ऽसि॒ बल॑मसि॒ भ्राजो॑ऽसि दे॒वानां॑ धाम्  
 नामा॑सि॒ विश्व॑मसि॒ विश्वा॑युः॒ सर्व॑मसि॒ सर्वा॑युरभिभू॒रो  
 गा॒य॒त्रीमावा॑हया॒मि सा॒वित्री॑मावा॑हया॒मि सर॑स्वतीमावा॑ह-  
 या॒मि सा॒वि॒त्र्या ऋषि॑र्वि॒श्वामि॑त्रः। निचृ॒द्गाय॑त्री छ॒न्दः।  
 स॒वि॒ता दे॒वता॑।

## ॥ गायत्री-जपः ॥

ओं।  
 भूर्भुवः॑ सुवः॑।

तथ्संवितुर्वरेण्यम्।

भर्गो देवस्य धीमहि।

धियो यो नः प्रचोदयात्॥

## ॥ गायत्री-उपस्थानम् ॥

उत्तमे शिखरे देवी भूम्यां पर्वतमूर्धनि।

ब्राह्मणैभ्यो ह्यनुज्ञानं गच्छ देवि यथा सुखम्॥

## ॥ प्रातः सन्ध्या सूर्योपस्थानम् ॥

मित्रस्य चर्षणी धृतः श्रवो देवस्य सानुसिम्। सत्यं  
चित्रश्रवस्तमम्॥ मित्रो जनान् यातयति प्रजानन्मित्रो  
दाधार पृथिवीमुतद्याम्। मित्रः कृष्टीरनिमिषाभिचष्टे सत्यायं  
हव्यं घृतवद्विधेम॥ प्र समित्रं मर्तो अस्तु प्रयस्वान् यस्तं  
आदित्यं शिक्षति व्रतेन। न हन्यते न जीयते त्वोतो  
नैनमहो अश्रोत्यन्तितो न दूरात्॥

## ॥ माध्याह्निक सूर्योपस्थानम् ॥

आ स॒त्येन॒ रज॑सा॒ वर्त॑मानो निवेशय॑न्नमृतं॒ मर्त्यं॑ च।  
 हि॒र॒ण्यये॑न सवि॒ता रथे॑नादेवो या॑ति॒ भुव॑ना वि॒पश्यन्। उ॒द्वयं॑  
 तम॑स॒स्परि॒ पश्य॑न्तो॒ ज्योति॑रुत्तरम्। दे॒वं दे॒वत्रा॑ सूर्य॒मग॑न्म  
 ज्योति॑रुत्त॒मम्। उ॒दुत्यं॑ जा॒तवे॑दसं दे॒वं वह॑न्ति के॒तवः॑।  
 दृ॒शे वि॒श्वाय॑ सूर्य॒म्। चि॒त्रं दे॒वाना॑मुद॒गाद॑नी॒कं चक्षु॑र्मि॒त्रस्य॑  
 वरु॑णस्या॒ग्नेः। आ प्रा॒ द्यावा॑ पृथि॒वी अ॒न्तरि॑क्ष॒ꣳ सूर्य॑ आ॒त्मा  
 जग॑तस्त॒स्थुष॑श्च। तच्चक्षु॑र्दे॒वहि॑तं पु॒रस्ता॑च्छु॒क्रमु॑च्चरत्॥

पश्ये॑म श॒रदः॑ श॒तं जीवे॑म श॒रदः॑ श॒तं नन्दा॑म श॒रदः॑ श॒तं  
 मोदा॑म श॒रदः॑ श॒तं भवा॑म श॒रदः॑ श॒तꣳ शृ॑णवा॑म श॒रदः॑ श॒तं  
 प्रब्र॑वाम श॒रदः॑ श॒तम॑जी॒ताः स्या॑म श॒रदः॑ श॒तं ज्यो॑क्च॒ सूर्य॑  
 दृ॒शे। य उ॒द॑गान्मह॒तोर्णवा॑द्विभ्राज॑मानः सरि॒रस्य॑ म॒ध्या॒थ्स  
 मा वृष॑भो लो॒हिता॒क्षः सूर्यो॑ वि॒पश्चि॑न्मन॑सा पु॒नातु॑॥

## ॥ सायं सन्ध्या सूर्योपस्थानम् ॥

इ॒मं मे॑ वरु॒ण श्रु॑धी॒ हव॑म॒द्या च॑ मृ॒डय॑। त्वा॒मव॑स्युराच॑के॥  
 तत्त्वा॑ या॒मि ब्र॒ह्म॑णा॒ वन्द॑मान॒स्तदाशा॑स्ते॒ यज॑मानो

ह॒विर्भिः॑। अहे॑ड॒मानो वरु॑णेह बो॒ध्युरु॑श॒स॒ मा न॒ आयुः॑  
 प्रमो॑षीः॥ यच्चि॒द्धिते॒ विशो॑ यथा॒ प्रदे॑व वरुण व्र॒तम्।  
 मि॒नीम॒सि द्यवि॑द्यवि॥ यत्किं चे॒दं वरु॑ण दै॒व्ये जने॑भिद्रो॒हं  
 मनु॑ष्या॑श्चरा॑मसि। अचि॑त्ती॒यत्तव॒ धर्मा॑ युयोपि॒म मा  
 न॒स्तस्मा॑देन॑सो देव रीरिषः॥ कि॒त॒वासो॒ यद्रि॑रि॒पुर्नदी॑वि  
 यद्वा॑ घा स॒त्यमु॑त यं न वि॒द्म। सर्वा॑ताविष्य॑ शिथि॒रेव  
 देवा॑था॒ ते स्याम॑ वरुण प्रि॒यासः॑॥

## ॥ हरिहर-वन्दनम् ॥

ऋ॒त॑ स॒त्यं परं॑ ब्र॒ह्म पु॒रुषं॑ कृष्ण॒पिङ्ग॑लम्।  
 ऊ॒र्ध्वरे॑तं वि॒रूपा॒क्षं वि॒श्वरू॑पाय॒ वै नमो॑ नमः॑॥

## ॥ रक्षा ॥

अ॒द्या नो॑ देव स॒वितः॒ प्र॒जाव॑त्सा॒वीः सौभ॑गम्।  
 परा॑ दुःष्वप्रि॒यं सु॒व।  
 विश्वा॑नि देव स॒वितर्दु॑रि॒तानि॒ परा॑ सु॒व।  
 यद्भ॒द्रं तन्म॒ आ सु॒व।

## ॥ ब्रह्मयज्ञः ॥

विद्युदसि॑ विद्यं॑ मे पा॒पमान॑मृतात् स॒त्यमु॑पैमि।

ॐ भूः । तत् स॑वि॒तुर्व॑र॒ण्यम् । ॐ भुवः॑ । भर्गो॑ दे॒वस्य॑  
धीमहि॑।

ओ३ सुवः॑ । धियो॒ यो नः॑ प्रचोदया॑त्।

ॐ भूः तत् स॑वि॒तुर्व॑र॒ण्यम् । भर्गो॑ दे॒वस्य॑ धीमहि॑।

ॐ भुवः॑ । धियो॒ यो नः॑ प्रचोदया॑त्।

ओ३ सुवः॑ । तत् स॑वि॒तुर्व॑र॒ण्यम् । भर्गो॑ दे॒वस्य॑ धीमहि॑ । धियो॒  
यो नः॑ प्रचोदया॑त्।

## ॥ वेदादयः ॥

हरिः॑ ॐ । अ॒ग्निमी॑ळे पु॒रोहि॑तं य॒ज्ञस्य॑ दे॒वमृ॑त्विजम् । होता॑रं  
रत्न॒-धात॑मम् ॥ हरिः॑ ॐ ॥

हरिः॑ ॐ । इ॒षेत्वो॑र्जे त्वां वा॒यवः॑ स्थो पा॒यवः॑ स्थ दे॒वो वः॑  
सवि॒ता प्रा॑र्पयतु श्रेष्ठ॑तमाय॒ कर्म॑णे ॥ हरिः॑ ॐ ॥

हरिः ॐ। अग्र आयाहि वीतये गृणानो हव्यदातये। नि  
होता सत्सि बर्हिषि॥ हरिः ॐ॥

हरिः ॐ। शन्नो देवीरभिष्टय आपो भवन्तु पीतये। शं  
योरभिस्रवन्तु नः॥ हरिः ॐ॥

ॐ भूर्भुवः सुवः।

सत्यं तपः श्रद्धायां जुहोमि॥

## ॥ परिधानीया ॥

ॐ॥ नमो ब्रह्मणे नमो अस्त्वग्नये नमः पृथिव्यै नम  
ओषधीभ्यः। नमो वाचे नमो वाचस्पतये नमो विष्णवे बृहते  
करोमि॥

वृष्टिरसि वृश्चमे पाप्मानमृतात्सत्यमुपांगाम्॥