

## ॥ 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 पृता पुनातु माम्। पुनन्तु  
ब्रह्मणस्पतिर्ब्रह्मपृता पुनातु माम्। यदुच्छिष्टमभोज्यं यद्वा  
दुश्चरितं मम। सर्वं पुनन्तु मामापोऽसतां 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 ॥

दधिक्राव्णो अकारिषम्।  
 जिष्णोरश्वस्य वाजिनः।  
 सुरभि नो मुखाकिरत्।  
 प्रण आयूषि तारिषत्॥

आपो हि ष्ठा मयो भुवः।  
 ता न ऊर्जे दधातन।  
 महेरणाय चक्षसे।  
 यो वः शिवतमो रसः।  
 तस्य भाजयतेह नः।  
 उशतीरिव मातरः।  
 तस्मा अरं गमाम वः।  
 यस्य क्षयाय जिन्वथ।  
 आपो जनयथा च नः॥

## ॥ प्रणवजपः—प्राणायामः ॥

ओं भूः। ओं भुवः। ओं सुवः। ओं महः। ओं जनः।  
 ओं तपः। ओं सत्यम्॥ ओं तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य  
 धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्॥ ओमापो ज्योतीरसोऽमृतं

ब्रह्म भूर्भुवः सुवरोम्॥

## ॥ गायत्री-आवाहनम् ॥

आया॑तु वर॑दा दे॒वी अ॒क्षरं॑ ब्रह्म॒सम्मितम्। गा॒य॒त्रीं छन्द॑सां  
मा॒तेदं॑ ब्रह्म जुष॒स्व नः॑॥

ओजो॑ऽसि॒ सहो॑ऽसि॒ बल॑मसि॒ भ्राजो॑ऽसि दे॒वानां॑ धाम्  
नामा॑सि॒ विश्व॑मसि॒ विश्वा॑युः॒ सर्व॑मसि॒ सर्वा॑युरभिभू॒रो  
गाय॑त्रीमावा॑हयामि॒ सावि॑त्रीमावा॑हयामि॒ सर॑स्वतीमावा॑ह-  
यामि॒ सावि॑त्र्या ऋषिर्वि॒श्वामि॑त्रः। निचृ॒द्गाय॑त्री छन्दः।  
सवि॑ता देवता।

## ॥ गायत्री-जपः ॥

ओं।

भूर्भुवः सुवः।

तत्स॑वितुर्वरे॑ण्यम्।

भर्गो॑ दे॒वस्य॑ धीमहि।

धियो॒ यो नः॑ प्रचो॒दया॑त्॥

## ॥ गायत्री-उपस्थानम् ॥

उ॒त्तमे॑ शिख॑रे दे॒वी भू॒म्यां पर्व॑तमूर्ध॑नि।

ब्रा॒ह्मणै॑भ्यो ह्यनु॒ज्ञानं॑ ग॒च्छ दे॑वि य॒था सु॑खम्॥

## ॥ प्रातः सन्ध्या सूर्योपस्थानम् ॥

मित्रस्य॑ चर्षणी॒ धृतः॑ श्रवो॑ देवस्य॑ सान॒सिम्। स॒त्यं  
चित्र॑श्रवस्तमम्॥ मि॒त्रो जनान्॑ यातयति प्रजान॒न्मित्रो॑  
दा॒धार पृथि॒वीमु॒तद्याम्। मि॒त्रः कृ॒ष्टीरनि॑मिषा॒भिच॑ष्टे स॒त्याय॑  
ह॒व्यं घृ॒तव॑द्विधेम॥ प्र समि॑त्र॒ मर्तो॑ अस्तु प्रय॑स्वान् यस्त॑  
आदित्य॑ शिक्ष॑ति व्र॒तेन॑। न ह॑न्यते॒ न जी॑यते॒ त्वोतो॑  
नैन॒म॒हो॑ अश्रो॒त्यन्ति॑तो॒ न दू॒रात्॥

## ॥ माध्याह्निक सूर्योपस्थानम् ॥

आ स॒त्येन॒ रज॑सा॒ वर्त॑मानो निवेशय॑न्नमृतं॒ मर्त्यं॑ च।  
हि॒र॒ण्यये॑न सवि॒ता रथे॑नादेवो या॑ति भुव॑ना वि॒पश्य॑न्। उद्व॑यं  
तम॑स॒स्परि॒ पश्य॑न्तो॒ ज्योति॑रुत्त॑रम्। दे॒वं दे॒वत्रा॑ सूर्य॑मग॒न्म॒  
ज्योति॑रुत्त॑मम्। उदु॒त्यं जा॒तवे॑दसं दे॒वं व॑हन्ति के॒तवः॑।  
दृ॒शे वि॒श्वाय॑ सूर्य॑म्। चि॒त्रं दे॒वाना॑मुद॑गा॒दनी॑कं चक्षु॑र्मित्रस्य॒  
वरु॑णस्या॒ग्नेः। आ प्रा॒ द्यावा॑ पृथि॒वी अ॒न्तरि॑क्ष॒५ सूर्य॑ आ॒त्मा  
जग॑तस्त॒स्थुष॑श्च। तच्चक्षु॑र्दे॒वहि॑तं पु॒रस्ता॑च्छुक्रमुच्च॑रत्॥

पश्ये॑म श॒रदः॑ श॒तं जीवे॑म श॒रदः॑ श॒तं नन्दा॑म श॒रदः॑ श॒तं  
मोदा॑म श॒रदः॑ श॒तं भवा॑म श॒रदः॑ श॒त५ शृ॒णवा॑म श॒रदः॑ श॒तं  
प्रब्र॑वाम श॒रदः॑ श॒तमजी॑ताः स्याम श॒रदः॑ श॒तं ज्यो॑क्त्र सूर्य॑  
दृ॒शे। य उद॑गान्मह॒तोर्णवा॑द्विभ्राज॑मानः सरि॒रस्य॑ मध्या॒त्स

मां वृषभो लोहिताक्षः सूर्यो विपश्चिन्मनसा पुनातु॥

## ॥ सायं सन्ध्या सूर्योपस्थानम् ॥

इ॒मं मे॑ वरु॒ण श्रु॒धी ह॒वम॒द्या च॑ मृ॒डय। त्वा॒मव॑स्युराच॑के॥  
 तत्त्वा॑ या॒मि ब्र॒ह्मणा॑ व॒न्दमा॑नस्तदाशा॑स्ते यज॑मानो  
 ह॒विर्भिः॑। अहे॑डमानो वरु॒णेह बो॑ध्युरु॒शः स॒ मा न॒ आयुः॑  
 प्रमो॑षीः॥ यच्चि॑द्धि॒ते वि॒शो यथा॑ प्रदे॒व वरु॑ण व्र॒तम्।  
 मि॒नीम॑सि॒ द्यवि॑द्यवि॥ यत्किं चे॒दं वरु॑ण दै॒व्ये जने॑भिद्रो॒हं  
 मनु॑ष्या॑श्चरा॑मसि। अचि॑त्ती॒यत्तव॑ ध॒र्मा यु॒योपि॑म मा  
 न॒स्तस्मा॑दे॒नसो॑ दे॒व री॑रिषः॥ कि॒त॒वासो॑ यद्रि॒रिपु॑र्नदी॒वि  
 यद्वा॑ घा स॒त्यमु॑त यं न वि॒द्म। सर्वा॑ताविष्य॑ शिथि॒रेव  
 दे॒वाथा॑ ते स्या॒म वरु॑ण प्रि॒यासः॑॥

## ॥ हरिहर-वन्दनम् ॥

ऋ॒तं स॒त्यं परं॑ ब्र॒ह्म पु॒रुषं॑ कृ॒ष्णपि॒ङ्गल॑म्।  
 ऊ॒र्ध्वरे॑तं वि॒रूपा॒क्षं वि॒श्वरू॑पाय॒ वै नमो॑ नमः॥

## ॥ रक्षा ॥

अ॒द्या नो॑ दे॒व स॒वितः॑ प्र॒जाव॑त्सा॒वीः सौ॒भ॒गम्।  
 परा॑ दुःष्व॒प्रियं॑ सु॒व।  
 वि॒श्वानि॑ दे॒व स॒वित॑र्दुरि॒तानि॑ परा॑ सु॒व।  
 यद्भ॒द्रं तन्म॑ आ सु॒व।

## ॥ ब्रह्मयज्ञः ॥

विद्युदसि विद्य मे पापमानमृतात् सत्यमुपैमि।

ॐ भूः । तत् सवितुर्वरेण्यम्। ॐ भुवः। भर्गो देवस्य धीमहि।

ओ३ सुवः। धियो यो नः प्रचोदयात्।

ॐ भूः तत् सवितुर्वरेण्यम्। भर्गो देवस्य धीमहि।

ॐ भुवः। धियो यो नः प्रचोदयात्।

ओ३ सुवः। तत् सवितुर्वरेण्यम्। भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्।

## ॥ वेदादयः ॥

हरिः ॐ। अग्निमीळे पुरोहितं यज्ञस्य देवमृत्विजम्। होतारं रत्नधातमम्॥ हरिः ॐ॥

हरिः ॐ। इषे त्वोर्जे त्वा वायवः स्थोपायवः स्थ देवो वः सविता प्रार्पयतु श्रेष्ठतमाय कर्मणे॥ हरिः ॐ॥

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

हरिः॑ ॐ॑। शन्नो॑ दे॒वीर॒भिष्ट॑य॒ आपो॑ भवन्तु पी॒तये॑। शं  
यो॒र॒भि॒स्र॑वन्तु नः॥ हरिः॑ ॐ॑॥

ॐ॑ भूर्भुवः॑ सुवः॑।

सत्यं॑ तपः॑ श्रद्धायां॑ जुहोमि॥

## ॥ परिधानीया ॥

ॐ॑॥ नमो॑ ब्रह्म॑णे॒ नमो॑ अस्त्व॒ग्नये॒ नमः॑ पृथि॒व्यै नम॑  
ओष॑धीभ्यः। नमो॑ वा॒चे नमो॑ वा॒चस्प॑तये॒ नमो॑ विष्ण॑वे बृ॒हते॑  
करोमि॥

वृष्टि॑रसि॒ वृश्च॑मे पा॒प्मान॑मृ॒तात्स॒त्यमु॑पा॒गाम्॥