

# 1 Taitriya Upanishad

## 1.1 Shiksha Valli

शं नो मि॒त्रः शं वरु॑णः । शं नो भव॑त्वर्य॒मा ।  
शं न॒ इन्द्रो॑ बृह॒स्पतिः॑ । शं नो वि॒ष्णुरु॑रुक्र॒मः ।  
नमो॑ ब्रह्म॑णे । नम॑स्ते वा॒यो । त्वमे॒व प्र॒त्यक्षं॑ ब्रह्मा॑सि ।  
त्वामे॒व प्र॒त्यक्षं॑ ब्रह्मं॑ वदि॒ष्यामि । ऋ॒तं वंदि॑ष्यामि ।  
स॒त्यं वंदि॑ष्यामि । तन्माम॑वतु । तद्ध॒क्तारं॑मवतु ।  
अव॑तु माम् । अव॑तु व॒क्तारम् ।  
ॐ शान्तिः॒ शान्तिः॒ शान्तिः॑ ॥ 1 ॥

### 1.1.1 Anuvaka 1

ॐ शी॒क्षां व्या॑ख्यास्या॒मः । वर्णः॒ स्वरः॑ । मात्रा॒ बलम् ।  
सामं॑ सन्ता॒नः । इत्यु॑क्तः शी॒क्षाध्या॒यः ॥ 1 ॥

### 1.1.2 Anuvaka 2

स॒ह नो॑ यशः । स॒ह नो॑ ब्रह्मव॒र्चसम् ।  
अथा॑तः स॒हिता॒या, उप॑निषदं व्या॑ख्यास्या॒मः ।  
पञ्च॑स्वधि क॑रणेषु ।  
अधि॑लोक म॒धि ज्यौ॑तिष म॒धिवि॑द् यम॒धिप् प्रजं॑मध् य॒त्मम् ।

ता महा संहिता, इत्या चक्षते । अथाधि लोकम् ।  
पृथिवी पूर्व रूपम् । द्यौ रुत्तर रूपम् ।  
आकाशः सन्धिः ॥ 1 ॥

वायुः सन्धानम् । इत्याधि लोकम् । अथाधि जौतिषम् ।  
अग्निः पूर्वरूपम् । आदित्य उत्तर रूपम् । आपः सन्धिः ।  
वैद्युतः सन्धानम् । इत्याधिज् ज्यौतिषम् ।  
अथाधि विद्यम् । आचार्यः पूर्वरूपम् ॥ 2 ॥

अन्ते वास् युत्तर रूपम् । विद्या सन्धिः ।  
प्रवचनं सन्धानम् । इत्याधि विद्यम् ।  
अथाधिप् प्रजम् । माता पूर्वरूपम् ।  
पितोत्तर रूपम् । प्रजा सन्धिः ।  
प्रज ननं सन्धानम् । इत्याधिप् प्रजम् ॥ 3 ॥

अथाध् यात्मम् । अधरा हनुः पूर्वरूपम् ।  
उत्तरा हनु रुत्तर रूपम् । वाक्सन्धिः । जिह्वा सन्धानम् ।  
इत्याध् यात्मम् । इतीमा महासंहिताः ।  
य एव मेता महा संहिता व्याख्याता वेद ।  
सन्धी यते प्रजया पशुभिः ।  
ब्रह्म वर्चस् सेनान् नाद् येन सुवर्गं येणं लोकेन ॥ 4 ॥

यश् छन्दं सा मृष॒भो वि॒श्वरूपः ।  
छन्दो॒भ्योऽध्य॒मृता॑त्सम्ब॒भूव॑ ।  
स मेन्द्रो॑ मे॒धया॑ स्पृ॒णोतु॑ ।  
अ॒मृत॑स्य देव॒ धार॑णो भूयासम् ।  
शरी॑रं मे विच॑र्षणम् । जिह्॒वा मे मधु॑मत्तमा ।  
कर्णा॑भ्यां भूरि॒विश्रु॑वम् ।  
ब्रह्म॑णः को॒शोऽसि॑ मे॒धया पि॑हितः ।  
श्रु॒तं मे गो॑पाय ।  
आ॒ वह॑न् ती वितन् व॒ना ॥ 1 ॥

कु॒र् व॒णाऽ ची॑रं मा॒त् मनः॑ ।  
वासा॑ऽसि॒ मम॒ गाव॑श्च ।  
अ॒न्नपा॒ने च॑ सर्व॒दा ।  
ततो॑ मे श्रि॒य माव॑ह ।  
लो॒म॒शां प॒शुभिः॑ स॒ह स्वाहा॑ ।  
आमा॑यन्तु ब्रह्मचा॒रिणः॒ स्वाहा॑ ।  
विमा॑ऽऽयन्तु ब्रह्मचा॒रिणः॒ स्वाहा॑ ।  
प्रमा॑ऽऽयन्तु ब्रह्मचा॒रिणः॒ स्वाहा॑ ।  
दमा॑यन्तु ब्रह्मचा॒रिणः॒ स्वाहा॑ ।  
शमा॑यन्तु ब्रह्मचा॒रिणः॒ स्वाहा॑ ॥ 2 ॥

यशो॒ जने॑ऽ सानि॒ स्वाहा॑ ।  
श्रेया॒न् वस्य॑ सोऽ सानि॒ स्वाहा॑ ।  
तं त्वा॑ भग॒ प्रवि॑शानि॒ स्वाहा॑ ।  
स मा॑ भग॒ प्रवि॑शु॒ स्वाहा॑ ।  
तस्मिन् स॒हस्रं॑ शाखे ।  
निभं॑ गाऽहं त्वयि॑ मृजे॒ स्वाहा॑ ।  
यथाऽऽ पः॒ प्रव॑ताऽऽ यन्ति॑ ।  
यथा॒ मासा॑, अहर्ज॒रम् ।  
ए॒वं मां ब्र॑ह्मचा॒रिणः॑ ।  
धातु॒ राय॑न्तु स॒र्वतः॒ स्वाहा॑ ।  
प्र॒ति वेशो॑ऽसि॒ प्रमा॑ भाहि॒ प्रमा॑ पद्यस्व ॥ 3 ॥

#### 1.1.4 Anuvaka 4

भूर्भुवः॒ सुव॒रिति॒ वा, ए॒तास् त्रि॒स् रो व्याह॑तयः ।  
तासा॑ मुह॒स्मै तां च॑तु॒र्थीम् ।  
माहा॑ चमस् यः॒ प्रवे॑ दयते ।  
मह॒ इति॑ । तद्ब्र॒ह्म । स आ॒त्मा । अङ्गान्य॒न्या दे॒वताः॑ ।  
भूरिति॒ वा, अ॒यं लो॒कः ।  
भुव॒ इत्य॒न् तरि॑क्षम् ।  
सुव॒रित्य॒सौ लो॒कः ॥ 1 ॥

मह॒ इत्यां॑ द्वि॒त्यः ।

आ॒दि॒त्येन॒ वाव॑ सर्वे॑ लो॒का म॒हीं य॒न्ते ।

भू॒रि॒ति वा, अ॒ग्निः । भुव॒ इति॑ वा॒युः ।

सुव॒रि॒त्यां द्वि॒त्यः । मह॒ इति॑ च॒न्द्रमाः॑ ।

च॒न्द्र म॑ंसा॒ वाव॑ सर्वा॑णि॒ ज्योती॑ःषि॒ म॒हीं य॒न्ते ।

भू॒रि॒ति वा, ऋचः॑ । भुव॒ इति॑ सा॒मा॒नि ।

सुव॒रि॒ति यजू॑ःषि ॥ 2 ॥

मह॒ इति॑ ब्र॒ह्मं । ब्र॒ह्म॑णा॒ वाव॑ सर्वे॑ वे॒दा म॒हीं य॒न्ते ।

भू॒रि॒ति वै प्रा॒णः । भुव॒ इत्य॑ पा॒नः ।

सुव॒ रि॒तिं व्या॒नः । मह॒ इत्य॑न्न॒मम् ।

अ॒न्नेन॒ वाव॑ सर्वे॑ प्रा॒णा म॒हीं य॒न्ते ।

ता वा, ए॒ताश् च॑त॒स् रश् च॑तुर् धा ।

च॑त॒स् रश् च॑त॒स् रो व्या॑ह॒तयः॑ ।

ता यो वेदं॑ । स वे॑द् ब्र॒ह्मं ।

सर्वे॑ऽस्मै॒दे॒वा ब॒लि॒मा व॑ह॒न्ति ॥ 3 ॥

#### 1.1.5 Anuvaka 5

स य ए॒षोऽन्त॑र् हृद॒य आ॒का॒शः ।

तस्मि॑न् न॒यं पु॒रु॒षो म॒नो म॒यः॑ ।

अमृ॑तो हि॒र॒ण्म॒यः॑ । अ॒न्त॑रेण॒ तालु॑के ।

य ए॒षस्तनं॑ इ॒वा॒ valam bathe व॒लं ब॑न्ते । सें॑न्द्रयो॒निः ।  
यत्रा॒सौ के॑शा॒न्तो वि॒वर्त॑ते । व्य॒पो ह्य॑ शी॒र्ष क॑पा॒ले ।  
भूरि॒त्य॒ग्नौ प्र॑ति॒ तिष्ठ॑ति । भुव॒ इति॑ वा॒यौ ॥ 1 ॥

सुव॒रित्या॑ दि॒त्ये । मह॒ इति॑ ब्रह्म॑णि ।  
आ॒प्रोति॑ स्वा॒रा॑ज्यम् । आ॒प्रोति॑ मन॑स॒स्पति॑म् ।  
वाक् पं॑ति॒श् चक् षु॑ष् पतिः । श्रो॒त्रं पति॑र् वि॒ज्ञानं॑ पतिः ।  
ए॒तत् ततो॑ भवति ।  
आ॒का॒श श॑री॒रं ब्रह्म॑ ।  
स॒त् या॒त्मं प्रा॒णा रा॑मं॒ मन॑ आ॒नन्द॑म् ।  
शान्ति॑ समृ॒द् ध॒म॒ मृ॒तम् ।  
इति॑ प्राची॒न यो॒ग्यो पा॑स्व ॥ 2 ॥

#### 1.1.6 Anuvaka 6

पृ॒थि॒व् यन् तरि॑क्षं द्यौर् दि॒शोऽ वान् तर॑दि॒ शाः ।  
अ॒ग्निर् वा॒युरा॑ दि॒त्यश् च॒न्द्रमा॒ नक्ष॑त्राणि ।  
आप॒ ओषं॑ ध॒यो व॒न॒स्पत॑य आ॒का॒श आ॒त्मा । इत्य॑धि भू॒तम् ।  
अथा॑ध् या॒त्मम् । प्रा॒णो व्या॒नोऽ पा॒न उ॑दानः संमा॒नः ।  
चक्षुः॑ श्रो॒त्रं मनो॑ वाक् त्वक् ।  
चर्म॑ मा॒ꣳ स॒ग्गं ना॒वास्थि॑ म॒ज्जा ।  
ए॒त द॑धि वि॒धाय॑ ऋ॒षि र॒वो च॑त् ।

पाङ्क्तुं वा, इदं सर्वम् ।

पाङ्क्ते नैव पाङ्क्तगं स्पृणोतीति ॥ 1 ॥

#### 1.1.7 Anuvaka 7

ओमिति ब्रह्म । ओमितीदं सर्वम् ।

ओमित्येतदनु कृतिहस्म वा, अप्यो श्रावयेत्याश्रावयन्ति ।

ओमिति सामानि गायन्ति । ॐ शो मिति शस्त्राणि श सन्ति ।

ओमित् यन्ध्वर्युः प्रतिगुरं प्रति गृणाति ।

ओमिति ब्रह्मा प्रसूति । ओमित् यन्नि होत्रमनु जानाति ।

ओमिति ब्राह्मणः प्रवक् ष्यन् नाह ब्रह्मो पाप्मनवानीति ।

ब्रह्मैवोपाप्मनोति ॥ 1 ॥

#### 1.1.8 Anuvaka 8

ऋतं च स्वाध्यायप्रवचने च ।

सत्यं च स्वाध्यायप्रवचने च ।

तपश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।

दमश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।

शमश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।

अग्नयश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।

अग्निहोत्रं च स्वाध्यायप्रवचने च ।

अतिथयश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
मानुषं च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
प्रजा च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
प्रजनश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
प्रजातिश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
सत्यमिति सत्य वचां राथी तरः ।  
तप इति तपो नित्यः पौरु शिष्टिः ।  
स्वाध्याय प्रवचने, एवेति नाको मौद् गुल्यः ।  
तद्धि तपस्तद्धि तपः ॥ 1 ॥

#### 1.1.9 Anuvaka 9

अ॒हं वृ॒क्षस्य॒ रे॒रि॒वा । की॒र्तिः पृ॒ष्ठं गि॒रेरि॒व ।  
ऊ॒र्ध्व पं॒वि॒त्रो वा॒जिनीं॑ वस् व॒मृतं॑ मस्मि ।  
द्रवि॑णः स॒वर्च॑सम् । सुमे॒धा, अ॑मृतो॒क्षितः॑ ।  
इति॑ त्रि॒शङ्को॑र् वेदा॑नु व॒चनम् ॥ 1 ॥

#### 1.1.10 Anuvaka 10

वेद॑ मनू॒च् या॒चा॒र् यो॒न् ते॒वा सि॒न म॑नु शा॒स्ति ।  
सत्यं॑ वद । ध॒र्मं च॒र । स्वा॒ध्याया॑न्मा प्र॒मदः॑ ।  
आ॒चा॒र्याय॑ प्रि॒यं ध॒नमा॑हृत्य प्र॒जात॑न्तुं मा व्य॑वच् छे॒त्सीः ।



सत्यान्न प्रमंदि त्व्यम् । धर्मान्न प्रमंदित्व्यम् ।  
कुशलान्न प्रमंदित्व्यम् । भूत्यै न प्रमंदित्व्यम् ।  
स्वाध् याय प्रवच नाभ्यां न प्रमंदित्व्यम् ॥ 1 ॥

देव पितृ कार्याभ्यां न प्रमंदित्व्यम् । मातृदेवो भव ।  
पितृदेवो भव । आचार्यं देवो भव । अतिथिं देवो भव ।  
यान्यन वद्यानि कर्माणि । तानि सेविं तव्यानि । नो, इतराणि ।  
यान्यस् माकः सुचरि तानि । तानि त्वयो पास्यानि ॥ 2 ॥

नो इतराणि । ये के चास् मच्छे यांसो ब्राह्मणाः ।  
तेषां त्वयाऽऽ सनेन प्रश् वंसित्व्यम् । श्रद्धया देयम् ।  
अश्रद् धयाऽ देयम् । श्रिया देयम् । ह्रिया देयम् ।  
भिया देयम् । संविंदा देयम् ।  
अथ यदि ते कर्म विचि कित्सा वा वृत्त विचि किंत्सा वा स्यात् ॥ 3 ॥

ये तत्र ब्राह्मणाः संमर्शिनः । युक्ता आयुक्ताः ।  
अलूक्षा धर्मकामाः स्युः । यथा ते तत्र वर्तेरन् ।  
तथा तत्र वर्तेथाः । अथाभ् यांख् यातेषु ।  
ये तत्र ब्राह्मणाः संमर्शिनः । युक्ता आयुक्ताः ।  
अलूक्षा धर्मकामाः स्युः । यथा ते तेषु वर्तेरन् ।  
तथा तेषु वर्तेथाः । एष आदेशः । एष उपदेशः ।  
एषा वेदोपनिषत् । एत दनु शासनम् । एव मुपांसि त्व्यम् ।

एव मुचैतं दुपास्यम् ॥ 4 ॥

#### 1.1.11 Anuvaka 11

शं नो मित्रः शं वरुणः । शं नो भवत्वयमा ।  
शं न इन्द्रो बृहस्पतिः । शं नो विष्णुरुक्रमः ।  
नमो ब्रह्मणे । नमस्ते वायो । त्वमेव प्रत्यक्षं ब्रह्मासि ।  
त्वामेव प्रत्यक्षं ब्रह्मावादिषम् । ऋतमवादिषम् ।  
सत्यमवादिषम् । तन्मामावीत् । तद्वक्तारमावीत् ।  
आवीन्माम् । आवीद्वक्तारम् ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥ 1 ॥

#### 1.2 Brahmananda Valli

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु । सह वीर्यं करवावहै ।  
तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

ब्रह्मविदा॑प्रोति॒ परम् । तद्रेषाऽभ्यु॑क्ता ।  
स॒त्यं ज्ञा॒नम॑न॒न्तं ब्रह्म॑ ।  
यो वे॑द् निहि॑तं गुहा॑यां पर॒मे व्यो॑मन् ।  
सोऽश्रु॑ते सर्वा॒न् कामा॑न्स॒ह । ब्रह्म॑णा विप॒श्चितेति॑ ॥  
तस्मा॒द्वा ए॒तस्मा॑दात्म॒न आका॑शः सम्भू॑तः । आ॒का॒शाद्वा॒युः ।  
वायो॒रग्निः॑ । अ॒ग्नेरा॑पः । अ॒द्भ्यः पृ॑थि॒वी ।  
पृथि॒व्या ओष॑धयः । ओष॑धी॒भ्योन्न॑म् । अन्ना॒त्पुरु॑षः ।  
स वा, एष॑ पुरु॒षोऽन्न॑रस॒मयः॑ । तस्येद॑मेव॒ शिरः॑ ।  
अयं॑ दक्षि॑णः प॒क्षः । अयमुत्त॑रः प॒क्षः ।  
अयमा॑त्मा । इदं॑ पुच्छं॒ प्रति॑ष्ठा ।  
तदप्येष॑ श्लो॒को भ॒वति ॥ 1 ॥

अन्ना॒द्वै प्र॒जाः प्र॒जाय॑न्ते । याः काश्च॑ पृथि॒वीग् श्रि॑ताः ।  
अथो॒ अन्नै॑नै॒व जी॑वन्ति । अथै॒न् दपि॑ यन्त् यन् त॒तः ।  
अन्न॑ः हि भू॒तानां॑ ज्येष्ठ॑म् । तस्मा॑त् सर्वा॑ष॒धमु॑च्यते ।  
सर्वं॑ वै तेऽन्न॑माप्नुवन्ति । येऽन्नं॑ ब्रह्मो॒पास॑न्ते ।  
अन्न॑ः हि भू॒तानां॑ ज्येष्ठ॑म् । तस्मा॑त् सर्वा॑ष॒धमु॑च्यते ।  
अन्ना॑द् भू॒तानि॑ जाय॑न्ते । जाता॒न्यन्नै॑न वर्ध॑न्ते ।

अद् यतेऽत् तिचं भूतानि । तस्मादन्नं तदुच्यंत इति ।  
तस्माद्वा एतस्मादन् नरसमयात् ।  
अन्योऽन्तर आत्मा प्राणमयः ।  
तेनैष पूर्णः । स वा, एष पुरुषविध एव ।  
तस्य पुरुषविधताम् । अन्वयं पुरुषविधः ।  
तस्य प्राणं एव शिरः । व्यानो दक्षिणः पक्षः ।  
अपान उत्तरः पक्षः । आकाश आत्मा ।  
पृथिवी पुच्छं प्रतिष्ठा । तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

### 1.2.3 Anuvaka 3

प्राणं देवा, अनु प्राणन्ति । मनुष्याः पशवंश्च ये ।  
प्राणो हि भूतानामायुः । तस्मात् सर्वा युषमुच्यते ।  
सर्वमेव त आयुर्यन्ति । ये प्राणं ब्रह्मोपासन्ते ।  
प्राणो हि भूतानामायुः । तस्मात् सर्वायुषमुच्यंत इति ।  
तस्यैष एव शरीर आत्मा । यः पूर्वस्य ।  
तस्माद्वा, एतस्मात् प्राणमयात् । अन्योऽन्तर आत्मा मनोमयः ।  
तेनैष पूर्णः । स वा, एष पुरुषविध एव ।  
तस्य पुरुषविधताम् । अन्वयं पुरुषविधः ।  
तस्य यजुरेव शिरः । ऋग्दक्षिणः पक्षः । सामोत्तरः पक्षः ।  
आदेश आत्मा । अथर्वाङ्गिरसः पुच्छं प्रतिष्ठा ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

#### 1.2.4 Anuvaka 4

यतो वाचो निवर्तन्ते । अप्राप्य मनसा सह ।  
आनन्दं ब्रह्मणो विद्वान् । न बिभेति कदा चनेति ।  
तस्यैष एव शरीर आत्मा । यः पूर्वस्य ।  
तस्माद्वा एतस्मान् मनोमयात् । अन्योऽन्तर आत्मा विज्ञानमयः ।  
तेनैष पूर्णः । स वा, एष पुरुषविध एव ।  
तस्य पुरुषविधताम् ।  
अन्वयं पुरुषविधः । तस्य श्रद्धैव शिरः ।  
ऋतं दक्षिणः पक्षः । सत्यमुत्तरः पक्षः ।  
योग आत्मा । महः पुच्छं प्रतिष्ठा ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

#### 1.2.5 Anuvaka 5

विज्ञानं यज्ञं तनुते । कर्माणि तनुतेऽपि च ।  
विज्ञानं देवाः सर्वे ।  
ब्रह्म ज्येष्ठमुपासते । विज्ञानं ब्रह्म चेद्वेद ।  
तस्माच्चैनं प्रमाद्यन्ति । शरीरे पाप्मनो हित्वा ।  
सर्वान्कामान् समश्नुत इति । तस्यैष एव शरीर आत्मा ।  
यः पूर्वस्य । तस्माद्वा एतस्माद् विज्ञानमयात् ।

अन्योऽन्तर आत्माऽऽनन्दमयः । तेनैष पूर्णः ।  
स वा, एष पुरुषविध एव । तस्य पुरुषविधताम् ।  
अन्वयं पुरुषविधः । तस्य प्रियमेव शिरः ।  
मोदो दक्षिणः पक्षः । प्रमोद उत्तरः पक्षः ।  
आनन्द आत्मा । ब्रह्म पुच्छं प्रतिष्ठा ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

#### 1.2.6 Anuvaka 6

असन्नेव सं भवति । असद् ब्रह्मेति वेद चेत् ।  
अस्ति ब्रह्मेति चेद् वेद । सन्तमेनं ततो विदुरिति ।  
तस्यैष एव शरीर आत्मा । यः पूर्वस्य ।  
अथातोऽनुप् रश् नाः । उताविद् वा नमुं लोकं प्रेत्यं ।  
कश्चन गच्छती३ । अऽऽ ।  
आहो विद्वानमुं लोकं प्रेत्यं । कश्चित् समंश् नुता३ उ ।  
सोऽकामयत । बहुस्यां प्रजां ये येति । स तपोऽतप्यत ।  
स तपस् तप्त्वा । इदं सर्वं मसृजत । यदिदं किञ्च ।  
तत् सृष्ट्वा । तदेवानु प्राविशत् । तदनु प्रविश्यं ।  
सच्च त्यच्चा भवत् । निरुक्तं चानिरुक्तं च ।  
निलयनं चानिलयनं च । विज्ञानं चाविज्ञानं च ।  
सत्यं चानृतं च संत्य म् भवत् ।  
यदिदं किञ्च । तत्सत्य मित्या चक्षते ।

तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

#### 1.2.7 Anuvaka 7

असद्वा, इदमग्रं आसीत् । ततो वै सदं जायत ।  
तदात्मानग्ं स्वयंम कुरुत ।  
तस् मात् तत् सुकृत मुच्यत इति ।  
यद्वै तत् सुकृतम् । रंसो वै सः ।  
रसग्ं ह्येवायं लब्ध्वाऽऽनन्दी भवति ।  
को ह्येवान्यात् कः प्राण्यात् ।  
यदेष आकाश आनन्दो न स्यात् । एष ह्येवाऽऽनन्दयाति ।  
यदा ह्येवैष एतस् मिन्न दृश्येऽ नात्म्येऽ  
निरुक्तेऽ निलयनेऽ भयं प्रतिष्ठां विन्दते ।  
अथ सोऽभयं गतो भवति ।  
यदा ह्येवैष एतस् मिन्नु दर मन्तरं कुरुते ।  
अथ तस्य भयं भवति । तत् त्वेव भयं विदुषोऽ मन्वानस्य ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

#### 1.2.8 Anuvaka 8

भीषाऽस् माद् वातः पवते । भीषो देति सूर्यः ।  
भीषाऽस् मादग्ं निश्चेन् द्रश्च । मृत्युर् धावति पञ्चम इति ।

सैषाऽऽ नन्दस्य मीमांसा भवति ।

युवा स्यात्सा धुर्युवाऽध् यायकः ।

आशिष्ठो दृढिष्ठो बलिष्ठः ।

तस्येयं पृथिवी सर्वा वित्तस्य पूर्णा स्यात् ।

स एको मानुषं आनन्दः । ते ये शतं मानुषां आनन्दाः ॥ 1 ॥

स एको मनुष्य गन्धर्वा णामा नन्दः । श्रोत्रियस्य चाका महत्स्य ।

ते ये शतं मनुष्य गन्धर्वा णामा नन्दाः ।

स एको देव गन्धर्वा णामा नन्दः । श्रोत्रियस्य चाकामहत्स्य ।

ते ये शतं देव गन्धर्वा णामा नन्दाः ।

स एकः पितॄणां चिर लोक लोका नामा नन्दः ।

श्रोत्रियस्य चाकामहत्स्य ।

ते ये शतं पितॄणां चिर लोक लोका नामा नन्दाः ।

स एक आज्ञा नजानां देवा नामा नन्दः ॥ 2 ॥

श्रोत्रियस्य चाकामहत्स्य ।

ते ये शत माज्ञान जानां देवा नामा नन्दाः ।

स एकः कर्म देवानां देवा नामा नन्दः ।

ये कर्मणा देवा नपि युन्ति । श्रोत्रियस्य चाका महत्स्य ।

ते ये शतं कर्म देवानां देवा नामा नन्दाः ।

स एको देवा नामा नन्दः । श्रोत्रियस्य चाकामहत्स्य ।

ते ये शतं देवा नामा नन्दाः । स एक इन्द्रस्याऽऽ नन्दः ॥ 3 ॥



श्रोत्रियस्य चाकामंहतस्य । ते ये शत मिन्द्रस्याऽऽ नुन्दाः ।  
स एको बृहस्पतेरानुन्दः । श्रोत्रियस्य चाका मंहतस्य ।  
ते ये शतं बृहस्पतेरानुन्दाः । स एकः प्रजापतेरानुन्दः ।  
श्रोत्रियस्य चाका मंहतस्य । ते ये शतं प्रजापतेरानुन्दाः ।  
स एको ब्रह्मणो आनुन्दः । श्रोत्रियस्य चाका मंहतस्य ॥ 4 ॥

स यश्चायं पुरुषे । यश्चा सांवा दित्ये । स एकः ।  
स यं एवंवित् । अस्माल् लोकात् प्रेत्य ।  
एत मन्त्र मयमात्मान मुपं सङ्क्रामति ।  
एतं प्राण मयमात्मान मुपं सङ्क्रामति ।  
एतं मनो मयमात्मान मुपंसङ्क्रामति ।  
एतं विज्ञान मयमात्मान मुपंसङ्क्रामति ।  
एत मानन्द मयमात्मान मुपंसङ्क्रामति ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 5 ॥

#### 1.2.9 Anuvaka 9

यतो वाचो निर्वर्तन्ते । अप्राप्य मनसा सह ।  
आनन्दं ब्रह्मणो विद्वान् ।  
न बिभेति कुतश्चेति । एतह वाव न तपति ।  
किमहसाधुं नाकुरवम् । किमहं पाप मकरं वमिति ।

स य एवं विद् वानेते, आत्मानग् स्पृणुते ।  
उभे ह्येवैष एते, आत्मानग् स्पृणुते ।  
य एवं वेद । इत्युपनिषत् ॥ 1 ॥

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु । सह वीर्यं करवावहै ।  
तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

### 1.3 Brihu Valli

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु । सह वीर्यं करवावहै ।  
तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

#### 1.3.1 Anuvaka 1

भृगुर्वै वारुणिः । वरुणं पितरं मुपस सार ।  
अधीहि भगवो ब्रह्मेति । तस्मां, एतत् प्रोवाच ।  
अन्नं प्राणं चक्षुः श्रोत्रं मनो वाचमिति ।  
तस्मैवाच । यतो वा, इमानि भूतानि जायन्ते ।  
येन जातानि जीवन्ति ।  
यत् प्रयन्तं यभि संवि शन्ति । तद् विजिं ज्ञासस्व ।

तद्ब्रह्मेति । स तपोऽतप्यत । स तपस् तृप्त्वा ॥ 1 ॥

### 1.3.2 Anuvaka 2

अन्नं ब्रह्मे त्रिव्यं जानात् ।  
अन्नाद् ध्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
अन्नेन जातानि जीवन्ति ।  
अन्नं प्रयन्त्यभि संविं शन्तीति । तद्विज्ञायं ।  
पुनरेव वरुणं पितरं मुपससार ।  
अधीहि भगवो ब्रह्मेति । तःहोवाच ।  
तपसा ब्रह्म विजिं ज्ञासस्व । तपो ब्रह्मेति ।  
स तपोऽतप्यत । स तपस्तृप्त्वा ॥ 1 ॥

### 1.3.3 Anuvaka 3

प्राणो ब्रह्मे त्रिव्यं जानात् ।  
प्राणाद् ध्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
प्राणेन जातानि जीवन्ति ।  
प्राणं प्रयन्त्यभि संविं शन्तीति । तद्विज्ञायं ।  
पुनरेव वरुणं पितरं मुपससार ।  
अधीहि भगवो ब्रह्मेति । तःहोवाच ।  
तपसा ब्रह्म विजिं ज्ञासस्व । तपो ब्रह्मेति ।

स तपोऽ तप्यत । स तपस् तृप्त्वा ॥ 1 ॥

#### 1.3.4 Anuvaka 4

मनो ब्रह्मे त्रिव्यं जानात् ।  
मनसो ह्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
मनसा जातानि जीवन्ति ।  
मनः प्रयन्त्यभि संविं शन्तीति । तद्विज्ञायं ।  
पुनरेव वरुणं पितरं मुपससार ।  
अधीहि भगवो ब्रह्मेति । तः होवाच ।  
तपसा ब्रह्म विजिं ज्ञासस्व । तपो ब्रह्मेति ।  
स तपोऽ तप्यत । स तपस् तृप्त्वा ॥ 1 ॥

#### 1.3.5 Anuvaka 5

विज्ञानं ब्रह्मे त्रिव्यं जानात् ।  
विज्ञानाद् ध्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
विज्ञानेन जातानि जीवन्ति ।  
विज्ञानं प्रयन्त्यभि संविं शन्तीति । तद्विज्ञायं ।  
पुनरेव वरुणं पितरं मुपससार ।  
अधीहि भगवो ब्रह्मेति । तः होवाच ।  
तपसा ब्रह्म विजिज्ञासस्व । तपो ब्रह्मेति ।

स तपोऽ तप्यत । स तपस् तृप्त्वा ॥ 1 ॥

#### 1.3.6 Anuvaka 6

आनन्दो ब्रह्मे तिव्यं जानात् ।  
आनन्दाध्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
आनन्देन जातानि जीवन्ति ।  
आनन्दं प्रयन्त्युभि संविं शन्तीति ।  
सैषा भार्गवी वारुणी विद्या । पुरमे व्योमन् प्रतिष्ठिता ।  
य एव वेद प्रतिष्ठति । अन्नवानन् नादो भवति ।  
महान्भवति प्रजयां पशुभिर् ब्रह्म वर्चसेन । महान् कीर्त्या ॥ 1 ॥

#### 1.3.7 Anuvaka 7

अन्नं न निन् द्यात् । तद्व्रतम् । प्राणो वा, अन्नम् ।  
शरीर मन्नादम् । प्राणे शरीरं प्रतिष्ठितम् ।  
शरीरे प्राणः प्रतिष्ठितः । तदे तदन्न मन्ने प्रतिष्ठितम् ।  
स य एत दन्न मन्ने प्रतिष्ठितं वेद प्रति तिष्ठति ।  
अन्नं वा नन्नादो भवति । महान्भवति प्रजयां पशुभिर्ब्रह्मवर्चसेन ।  
महान् कीर्त्या ॥ 1 ॥

### 1.3.8 Anuvaka 8

अन्नं न परिं चक्षीत । तद्ब्रतम् । आपो वा, अन्नम् ।  
ज्योतिं रन्नादम् । अप्सु ज्योतिः प्रतिष्ठितम् ।  
ज्योतिष्यापः प्रतिष्ठिताः । तदे तदन्न मन्ने प्रतिष्ठितम् ।  
स य एत दन्न मन्ने प्रतिष्ठितं वेद प्रति तिष्ठति ।  
अन्नं वा नन्नादो भवति । महान्भवति प्रजयां पशुभिर्ब्रह्मवर्चसेन ।  
महान् कीर्त्या ॥ 1 ॥

### 1.3.9 Anuvaka 9

अन्नं बहु कुर्वीत । तद्ब्रतम् । पृथिवी वा, अन्नम् ।  
आकाशोऽन्नादः । पृथिव्या माकाशः प्रतिष्ठितः ।  
आकाशे पृथिवी प्रतिष्ठिता ।  
तदे तदन्न मन्ने प्रतिष्ठितम् ।  
स य एत दन्न मन्ने प्रतिष्ठितं वेद प्रति तिष्ठति ।  
अन्नं वा नन्नादो भवति ।  
महान्भवति प्रजयां पशुभिर्ब्रह्मवर्चसेन ।  
महान् कीर्त्या ॥ 1 ॥

न कञ्चन वसतौ प्रत्यां चक्षीत । तद्ब्रतम् ।  
 तस्माद्यया कया च विधया बह्वन्नं प्राप्नुयात् ।  
 अराध्यस्मा, अन्नमित्या चक्षते ।  
 एतद्वै मुखतोऽन्नं राद्धम् ।  
 मुखतोऽस्मा, अन्नं राध्यते ।  
 एतद्वै मध्यतोऽन्नं राद्धम् ।  
 मध्यतोऽस्मा, अन्नं राध्यते ।  
 एतद्वै अन्ततोऽन्नं राद्धम् ।  
 अन्ततोऽस्मा अन्नं राध्यते ॥ 1 ॥

य एवं वेद । क्षेम इति वाचि ।  
 योगक्षेम इति प्राणापानयोः ।  
 कर्मेति हस्तयोः । गतिरिति पादयोः । विमुक्तिरिति पायौ ।  
 इति मानुषीः समाज्ञाः । अथ दैवीः । तृप्तिरिति वृष्टौ ।  
 बलमिति विद्युति ॥ 2 ॥

यश इति पशुषु । ज्योतिरिति नक्षत्रेषु ।  
 प्रजाति रमृत मानन्द इत्यु पस्थे । सर्व मित्याकाशे ।  
 तत् प्रतिष्ठेत् युंपासीत । प्रतिष्ठावान् भवति ।  
 तन्मह इत्युंपासीत । महान्भवति । तन्मन इत्युंपासीत ।  
 मानवान्भवति ॥ 3 ॥

तन्नम इत्युपासीत । नम्यन्तेऽस्मै कामाः ।  
तद् ब्रह्मेत् युपासीत । ब्रह्मवान्भुवति ।  
तद् ब्रह्मणः परिमर इत्युपासीत ।  
पर्येणं म्रियन्तेद् विषन् तः सपुत् नाः ।  
परि येऽप्रियां भ्रातृव्याः ।  
स यश्चायं पुरुषे । यश्चासांवादित्ये । स एकः ॥ 4 ॥

स यं एवंवित् । अस्माल्लोकात्प्रेत्य ।  
एत मन्न मयमात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
एतं प्राण मयमात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
एतं मनो मयमात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
एतं विज्ञानमय मात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
एतमा नन्दमय मात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
इमाँल् लोकान् कामान्नी काम रूप्यं नुसञ्चरन् ।  
एतत् साम गायन्नास्ते । हा ३ वु हा ३ वु हा ३ वु ॥ 5 ॥

अह मन्न म॒ह मन्न म॒ह मन्नम् ।  
अह मन्नादोऽ३ ओहमन्नादोऽ३ ओहमन्नादः ।  
अहग् श्लोक॑ कृद्हग् श्लोक॑ कृद्हग् श्लोक॑ कृत् ।  
अहमस्मि प्रथमजा, ऋता३ स्या ।  
पूर्वं देवेभ्यो अमृतस्य ना३ भा॒इ ।



यो मा ददाति स इदेव मा३ स्वाः ।  
अ॒ह म॒न्न म॒न्नं म॒दन्त॒ मा३ द्धि ।  
अ॒हं वि॒श्वं भुव॑न॒मभ्य॑भ॒वा३म् ।  
सुव॒र्न ज्योतीः॑ । य ए॒वं वेद॑ । इत्यु॑प॒निषत् ॥ 6 ॥

ॐ स॒ह ना॑ववतु । स॒ह नौ॑ भुनक्तु । स॒ह वी॒र्यं॑ करवावहै ।  
ते॒ज॒स्विना॒वधी॑तमस्तु मा वि॑द्विषा॒वहै॑ ।  
ॐ शान्तिः॒ शान्तिः॒ शान्तिः॑ ॥

## 2 Narayanana Upanishad

ॐ स॒ह ना॑ववतु । स॒ह नौ॑ भुनक्तु ।  
स॒ह वी॒र्यं॑ करवावहै ।  
ते॒ज॒स्विना॒वधी॑तमस्तु मा वि॑द्विषा॒वहै॑ ॥  
ॐ शान्तिः॒ शान्तिः॒ शान्तिः॑ ॥

ॐ अथ पुरुषो ह वै नारायणोऽकामयत प्रजाः सृजेयेति ।  
ना॒रा॒य॒णात्प्रा॑णो जा॒यते । मनः॑ सर्वेन्द्रि॒याणि॑ च ।  
खं-वाँयुर् ज्योति रापः पृथिवी विश्वस्य धा॒रिणी॑ ।  
ना॒रा॒य॒णाद्ब्र॑ह्मा जा॒यते ।  
ना॒रा॒य॒णाद्द्रु॑द्रो जा॒यते ।

नारायणादिन्द्रो जायते ।  
नारायणात्प्रजापतयः प्रजायन्ते ।  
नारायणाद् द्वाद शादित्या रुद्रा  
वसवस् सर्वाणिच छन्दागुंसि ।  
नारायणादेव समुत् पद् यन्ते ।  
नारायणे प्रवर्तन्ते ।  
नारायणे प्रलीयन्ते ॥

ओम् । अथ नित्यो नारायणः । ब्रह्मा नारायणः ।  
शिवश्च नारायणः । शक्रश्च नारायणः ।  
द्यावा पृथिव्यौ च नारायणः । कालश्च नारायणः ।  
दिशश्च नारायणः । ऊर्ध्वश्च नारायणः ।  
अधश्च नारायणः । अन्तर्बहिश्च नारायणः ।  
नारायण एवेदं सर्वम् ।  
यद्भूतं-यच्च भव्यम् ।  
निष्कलो निरञ्जनो निर्विकल्पो  
निराख्यातः शुद्धो देव एको नारायणः ।  
न द्वितीयोस्ति कश्चित् । य एवं-वेद ।  
स विष्णुरेव भवति स विष्णुरेव भवति ॥

ओमित्यंग्रे व्याहरेत् । नम इति पश्चात् ।  
नारायणा येत् युं परिष्ठात् ।

ओमित्ये काक्षरम् । नम इति द्वे अक्षरे ।  
नारायणा येति पञ्चाक्षराणि ।  
एतद्वै नारायणस् याष्टाक्षरं पदम् ।  
यो ह वै नारायणस् याष्टाक्षरं पदमध्येति ।  
अनपब्रवस् सर्वमायुरेति ।  
विन्दते प्राजा पत्यगं रायस् पोषं गौ पत्यम् ।  
ततोऽमृतत्वमश्नुते ततोऽमृतत्वमश्नुत इति ।  
य एवं-वेद ॥

प्रत्यगानन्दं ब्रह्म पुरुषं प्रण वस्व रूपम् ।  
अकार उकार मकार इति ।  
तानेकधा समभरत्तदे तदो मिति ।  
यमुक्त्वा मुच्यन्ते योगी जन्म संसार बन्धनात् ।  
ॐ नमो नारायणा येति मन्त्रोपासकः ।  
वैकुण्ठभुवनलोकं गमिष्यति ।  
तदिदं परं पुण्डरीकं-विज्ञा नृधनम् ।  
तस्मात् तदिदा वन्मात्रम् ।  
ब्रह्मण्यो देवकी पुत्रो ब्रह्मण्यो मधुसूदनोम् ।  
सर्वभूतस्थमेकं नारायणम् ।  
कारण रूप मकार परं ब्रह्मोम् ।  
एतद थर्व शिरोयोऽधीते प्रातरंधी यानो रात्रिकृतं पापं नाशयति ।  
साय मंधीयानो दिवसकृतं पापं नाशयति ।

माध् यन् दिन मादित्या भिमुखोऽधीयानः  
पञ्च पातको पपातकोत् प्रमुच्यते ।  
सर्व वेद पारायण पुण्यं-लुभते ।  
नारायण सायुज्य मवाप्नोति नारायण सायुज्यमवाप्नोति ।  
य एवं-वेद । इत्युपनिषत् ॥

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु । सह वीर्यं करवावहै ।  
तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ॥  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

### 3 Maha narayana upanishad

#### 3.1 Sandyavandana Mantraha

##### 3.1.1 सर्वा देवता आपः (4.27)

आपो वा, इदं सर्वं-विंश्वा  
भूतान्यापः प्राणा वा आपः पशव  
आपो-ऽन्नमापो -ऽमृतमापः सम्राडापो विराडापः स्वराडापः  
छन्दागस्यापो ज्योतीगृष्यापो यजूगृष्यापः सत्यमाप-स्सर्वा  
देवता आपो भूर्भुवस्सुवराप ओम् ॥

29.1 (तै. अर. 6.29.1)

आपः पुनन्तु पृथिवी-म्पृथिवी पूता पुनातु माम् ।  
पुनन्तु ब्रह्मणस्पति-ब्रह्म पूता पुनातु माम् ।  
यदुच्छिष्ट-मभोज्यं-यद्वा दुश्चरित-म्ममं ।  
सर्वम्पुनन्तु मामापोऽसृताञ्च प्रतिग्रहगु स्वाहा ॥  
30.2 (तै. अर. 6.30.1)

अग्निश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः ।  
पापेभ्यो रक्षन्ताम् । यदह्ना पापमकारुषम् ।  
मनसा वाचा हस्ताभ्याम् । पद्भ्या-मुदरेण शिश्रा ।  
अहस्तदवलुपन्तु । यत्किञ्च दुरित-म्मयि ।  
इदमह-माममृत योनौ । सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥  
31.1 (तै. अर. 6.31.1)

सूर्यश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः ।  
पापेभ्यो रक्षन्ताम् । यद्रात्रिया पापमकारुषम् ।  
मनसा वाचा हस्ताभ्याम् । पद्भ्या-मुदरेण शिश्रा ।  
रात्रि-स्तदवलुपन्तु । यत्किञ्च दुरित-म्मयि ।  
इदमह-माममृत योनौ । सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥  
32.1 (तै. अर. 6.32.1)

ओमित्येकाक्षर-म्ब्रह्म । अग्निर्देवता ब्रह्म इत्यार्षम् ।  
गायत्र-ज्छन्द-म्परमात्मं सरूपम् । सायुज्यं-विनियोगम् ॥  
33.1 (तै. अर. 6.33.1)

आयांतु वरंदा देवी अक्षरं-म्ब्रह्म सम्मितम् ।  
गायत्री-ज्छन्दसा-म्मातेद-म्ब्रह्म जुषस्वं मे ।  
यदह्ना-त्कुरुते पाप-न्तदह्ना-त्प्रतिमुच्यते ।  
य-द्रात्रिया-त्कुरुते पाप-न्त-द्रात्रिया-त्प्रतिमुच्यते ।  
सर्वं वर्णं महादेवि सन्ध्या विद्ये सरस्वन्ति ॥  
34.2 (तै. अर. 6.34.1)

ओजो-ऽसि सहो-ऽसि बलमसि भ्राजो-ऽसि  
देवाना-न्धामनामा-ऽसि विश्वमसि विश्वायु-स्सर्वमसि  
सर्वायु-रभिभूरो-गायत्री-मावाहयामि सावित्री-मावाहयामि  
सरस्वती-मावाहयामि छन्दर्षी-नावाहयामि श्रिय-मावाहयामि  
गायत्रिया गायत्री छन्दो विश्वामित्र ऋषि-स्सविता  
देवता-ऽग्निर्मुख-म्ब्रह्मा शिरो विष्णुर्हृदयगं रुद्र-श्शिखा  
पृथिवीयोनिः प्राणापान-व्यानोदान-समाना सप्राणा श्वेतवर्णा

साङ्ख्यायन-सगोत्रा गायत्री चतुर्विंशत्यक्षरा त्रिपदा  
षट्कुक्षिः पञ्च शीर्षोपनयने विनियोगः-  
ओ-म्भूः । ओ-म्भुवः । ओगं सुवः । ओ-म्महः ।  
ओ-ज्जनः । ओ-न्तपः । ओगं सत्यम् ।  
ओ-न्त-त्संवितुर्वरेण्य-म्भर्गो देवस्य धीमहि ।  
धियो यो नः प्रचोदयात् ।  
ओमापो ज्योती रसो-ऽमृत-म्ब्रह्म भूर्भुवस्सुवरोम् ॥  
35.2 (तै. अर. 6.35.1)

#### 3.1.5 गायत्री उपस्थान मन्त्राः (4.31)

उत्तमे शिखरे जाते भूम्या-म्पर्वत मूर्धनि ।  
ब्राह्मणेभ्यो-ऽभ्यनुज्ञाता गच्छ देवि यथासुखम् ।  
स्तुतो मया वरदा वेदमाता प्रचोदयन्ती पवने द्विजाता ।  
आयुः पृथिव्यां-द्रविण-म्ब्रह्मवर्चस-म्मह्य-न्दत्वा प्रजातु-म्ब्रह्मलोकम् ॥  
36.2 (तै. अर. 6.36.1)

#### 3.1.6 कामो-ऽकार्षीत् - मन्युरकार्षीत् मन्त्रः (4.41)

कामो-ऽकार्षी-न्नमो नमः ।  
कामो-ऽकार्षी-त्कामः करोति  
नाह-ङ्करोमि कामः कर्ता नाह-ङ्कर्ता कामः

कारयिता नाहं-ङ्कारयिता एष ते काम कामाय स्वाहा ॥  
61.1 (तै. अर. 6.61.1)

मन्युरकार्षीं-न्नमो नमः ।  
मन्युरकार्षी-न्मन्युः करोति  
नाह-ङ्करोमि मन्युः कर्ता नाह-ङ्कर्ता मन्युः  
कारयिता नाहं-ङ्कारयिता एष ते मन्यो मन्यवे स्वाहा ॥  
62.1 (तै. अर. 6.62.1)

### 3.1.7 दधिक्राव्.ण्णो अकारिषं

दधिक्राव्.ण्णो अकारिषं । जिष्णोरश्वस्य वाजिनः ।  
सुरभि नो मुखां करत् प्र ण आयूँषि तारिषत् ।  
आपो हि ष्ठा मयोभुवस्ता न ऊर्जे दधातन । महे रणाय चक्षसे ।  
यो वं शिवतमो रसस्तस्य भाजयतेह नः ।  
उशतीरिव मातरः । तस्मा अरङ्गमाम वो यस्य क्षयाय जिन्वथ ।  
आपो जूनयथा च नः ॥