पुरुषो ऽण्डं विनिर्भिद्य यदादौ स विनिर्गतः ।
आत्मनो ऽयनमन्विच्छन्नपो ऽस्राक्षीच्छुचिः शुचीः ॥ १० ॥
तास्ववात्सीत् स्वसृष्टासु सहस्रपरिवत्सरान् ।
तेन नारायणो नाम यदापः पुरुषोद्भवाः ॥ ११ ॥
द्रव्यं कर्म च कालश्च स्वभावो जीव एव च ।
यदनुग्रहतः सन्ति न सन्ति यदुपेक्षया ॥ १२ ॥
एको नानात्वमन्विच्छन् योगतल्पात् समुत्थितः ।
वीर्यं हिरण्मयं देवो मायया व्यसृजत् त्रिधा ॥ १३ ॥
अधिदैवमथाध्यात्ममधिभूतमिति प्रभुः ।
अथैकं पौरुषं वीर्यं त्रिधाभिद्यत तच्छृणु ॥ १४ ॥
अन्तः शरीर आकाशात् पुरुषस्य विचेष्टतः ।
ओजः सहो बलं जज्ञे ततः प्राणो महानसुः ॥ १५ ॥
अनु प्राणन्ति यं प्राणाः प्राणन्तं सर्वजन्तुषु ।
अपानन्तमपानन्ति नरदेवमिवानुगाः ॥ १६ ॥
प्राणेन क्षिपता क्षुत्तृडन्तराजायते प्रभोः ।
पिपासतो जक्षतश्च प्राङ्मुखं निरभिद्यत ॥ १७ ॥
मुखतस्तालु निर्भिन्नं जिह्वा तत्रोपजायते ।
ततो नानारसो जज्ञे जिह्वया यो ऽधिगम्यते ॥ १८ ॥
विवक्षोर्मुखतो भूम्नो वह्निर्वाग्व्याहृतं तयोः ।
गले वै तस्य सुचिरं निरोधः समजायत ॥ १९ ॥
नासिके निरभिद्येतां दोधूयति नभस्वति ।
तत्र वायुर्गन्धवहो घ्राणो नसि जिघृक्षतः ॥ २० ॥