

कृष्णायजुर्वेद-
सन्ध्यावन्दनम्

अनुक्रमणिका

प्रातः सन्ध्यावन्दनम्

आचमनम्	2
विघ्नेश्वर-ध्यानम्	3
प्राणायामः	3
सङ्कल्पः	3
मार्जनम्	3
प्राशनम्	4
पुनर्मार्जनम्	4
अर्ध्यप्रदानम्	5
प्रायश्चित्तार्ध्यम्	6
ऐक्यानुसन्ध्यानम्	6
देवतर्पणम्	6
जप-सङ्कल्पः	8
प्रणवजपः—प्राणायामः	8
गायत्री-आवाहनम्	9
गायत्री-जपः	9
गायत्री-उपस्थानम्	10
प्रातः सन्ध्या सूर्योपस्थानम्	10
समष्ट्यभिवादनम्	11

दिग्देवता-वन्दनम्	11
यम-वन्दनम्	12
सर्प-रक्षा	12
हरिहर-वन्दनम्	13
सूर्यनारायण-वन्दनम्	13
समर्पणम्	15
रक्षा	15

माध्याहिकम् 15

आचमनम्	15
विद्वेश्वर-ध्यानम्	16
प्राणायामः	17
सङ्कल्पः	17
मार्जनम्	17
प्राशनम्	18
पुनर्मार्जनम्	18
अध्यप्रदानम्	19
प्रायश्चित्ताध्यम्	19
ऐक्यानुसन्धानम्	20
देवतर्पणम्	20
जप-सङ्कल्पः	21

प्रणवजपः—प्राणायामः	22
गायत्री-आवाहनम्	22
गायत्री-जपः	23
गायत्री-उपस्थानम्	24
माध्याहिक सूर्योपस्थानम्	24
समष्टभिवादनम्	25
दिग्देवता-वन्दनम्	25
यम-वन्दनम्	26
सर्प-रक्षा	26
हरिहर-वन्दनम्	27
सूर्यनारायण-वन्दनम्	27
समर्पणम्	28
रक्षा	29
सायं सन्ध्यावन्दनम्	29
आचमनम्	29
विघ्नेश्वर-ध्यानम्	30
प्राणायामः	30
सङ्कल्पः	31
मार्जनम्	31
प्राशनम्	32

पुनर्मार्जनम्	32
अध्य॑प्रदानम्	33
प्रायश्चित्ताध्यम्	33
ऐक्यानुसन्धानम्	34
देवतर्पणम्	34
जप-सङ्कल्पः	35
प्रणवजपः—प्राणायामः	36
गायत्री-आवाहनम्	36
गायत्री-जपः	37
गायत्री-उपस्थानम्	38
सायं सन्ध्या सूर्योपस्थानम्	38
समष्टभिवादनम्	39
दिग्देवता-वन्दनम्	39
यम-वन्दनम्	40
सर्प-रक्षा	40
हरिहर-वन्दनम्	41
सूर्यनारायण-वन्दनम्	41
समर्पणम्	42
रक्षा	43

॥ प्रातः सन्ध्यावन्दनम् ॥

॥ आचमनम् ॥

(कुक्कुटासने)

अच्युताय नमः। अनन्ताय नमः। गोविन्दाय नमः।

द्विः परिमृज्य।

॥ अङ्गवन्दनम् ॥

१. केशव (touch right cheek with right thumb)
२. नारायण (touch left cheek with right thumb)
३. माधव (touch right eye with right ring finger)
४. गोविन्द (touch left eye with right ring finger)
५. विष्णो (touch right nostril with right index finger)
६. मधुसूदन (touch left nostril with right index finger)
७. त्रिविक्रम (touch right ear with right little finger)
८. वामन (touch left ear with right little finger)
९. श्रीधर (touch right shoulder with right middle finger)
१०. हृषीकेश (touch left shoulder with right middle finger)
११. पद्मनाभ (touch navel with right four fingers)
१२. दामोदर (touch the centre of the head with all five fingers)

॥ विघ्नेश्वर-ध्यानम् ॥

भृगुः—अङ्गुलीपृष्ठभागाभ्यां कुट्टणं पञ्चवारकम्।

(strike gently on the temples five times with the back side of the fingers)

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम्।
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोपशान्तये॥

॥ प्राणायामः ॥

ओं भूः। ओं भुवः। ओं सुवः। ओं महः। ओं जनः। ओं तपः।
ओं सूत्यम्॥ ओं तथस्वितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो
नः प्रचोदयात्॥ ओमापो ज्योतीरसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः सुवरोम्॥

॥ सङ्कल्पः ॥

ममोपात्त-समस्त-दुरितक्षयद्वारा श्री-परमेश्वर-प्रीत्यर्थ प्रातः
सन्ध्यामुपासिष्ये।

॥ मार्जनम् ॥

ॐ श्री-केशवाय नमः।

आपो हि ष्ठा मयो भुवः।
ता ने ऊर्जे दधातन।

महेरणांय चक्षसे।
 यो वः शिवतमो रसः।
 तस्य भाजयते ह नः।
 उश्तीरिव मातरः।
 तस्मा अरं गमाम वः।
 यस्य क्षयांय जिन्वथा।
 आपो जनयथा च नः॥

ओं भूर्भुवः सुवः॥ (आत्म-परिषेचनम्)

॥ प्राशनम् ॥

सूर्यश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः। पापेभ्यो रक्षन्ताम्।
 यद्रात्रिया पापंकाराषम्। मनसा वाचा हस्ताभ्याम्। पञ्चामुदरेण
 शिश्वा। रात्रिस्तदेवलुम्पतु। यत्किं च दुरितं मयि। इदमहं
 माममृतयोनौ। सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा॥

॥ पुनर्मार्जनम् ॥

आचमनम्।
 दधिक्राव्यो अकारिषम्।
 जिष्णोरश्वस्य वजिनः।

सुरभि नो मुखांकरत्।
प्रण आयूषि तारिषत्॥

आपो हि ष्ठा मयो भुवः।
ता ने ऊर्जे दंधातन।
महेरणाय चक्षसे।
यो वः शिवतमो रसः।
तस्य भाजयते ह नः।
उशतीरिव मातरः।
तस्मा अरं गमाम वः।
यस्य क्षयाय जिन्वथ।
आपो जनयथा च नः॥

ओं भूर्भुवः सुवः॥ (आत्म-परिषेचनम्)

॥ अर्धप्रदानम् ॥

ओं भूर्भुवः सुवः। तथ्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो
नः प्रचोदयात्॥

(एवं त्रिः)

॥ प्रायश्चित्तार्घ्यम् ॥

प्राणायामः॥

(ममोपात्त-समस्त-दुरितक्षयद्वारा श्री-परमेश्वर-प्रीत्यर्थं प्रातः सन्ध्या) कालातीतप्रायश्चित्तार्थम् अर्घ्यप्रदानम् करिष्ये॥

ओं भूर्भुवः सुवः। तथस्वितुर्वर्णेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो नः प्रचोदयात्॥

(आत्मप्रदक्षिणं परिषेचनं च)

॥ एक्यानुसन्धानम् ॥

असावादित्यो ब्रह्म। ब्रह्मैवाहमस्मि॥

ध्यानम्॥

आचमनम्।

॥ देवतर्पणम् ॥

॥ नवग्रहदेवता-तर्पणम् ॥

१. आदित्यं तर्पयामि।
२. सोमं तर्पयामि।
३. अङ्गारकं तर्पयामि।

४. बुधं तर्पयामि।
५. बृहस्पतिं तर्पयामि।
६. शुक्रं तर्पयामि।
७. शनैश्चरं तर्पयामि।
८. राहुं तर्पयामि।
९. केतुं तर्पयामि।

॥केशवादि-तर्पणम्॥

१. केशवं तर्पयामि।
२. नारायणं तर्पयामि।
३. माधवं तर्पयामि।
४. गोविन्दं तर्पयामि।
५. विष्णुं तर्पयामि।
६. मधुसूदनं तर्पयामि।
७. त्रिविक्रमं तर्पयामि।
८. वामनं तर्पयामि।
९. श्रीधरं तर्पयामि।
१०. हृषीकेशं तर्पयामि।
११. पद्मनाभं तर्पयामि।
१२. दामोदरं तर्पयामि।

आचमनम्।

॥इति प्रातः सन्ध्यावन्दन-पूर्वभागः॥

प्रणवजपः—प्राणायामः (प्रातः सन्ध्या)

॥ सन्ध्यावन्दन-उत्तरभागः ॥

॥ जप-सङ्कल्पः ॥

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम्।
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोपशान्तये॥

प्राणायामः।

ममोपात्त-समस्त-दुरितक्षयद्वारा श्री-परमेश्वर-प्रीत्यर्थं प्रातः
सन्ध्या-गायत्री-महामत्र-जपं करिष्ये।

॥ प्रणवजपः—प्राणायामः ॥

प्रणवस्य ऋषिर्ब्रह्मा। देवी गायत्री छन्दः। परमात्मा देवता।
भूरादि-सप्त-व्याहृतीनाम् अत्रि-भृगु-कुत्स-वसिष्ठ-गौतम-काश्यप-
अङ्गिरस ऋषयः।

गायत्री-उष्णिक-अनुष्टुप्-बृहती-पङ्कि-त्रिष्टुप्-जगत्यः छन्दांसि।

अग्नि-वायु-अर्क-वागीश-वरुण-इन्द्र-विश्वदेवा देवताः।

प्राणायामे विनियोगः॥

ओं भूः। ओं भुवः। ओं सुवः। ओं महः। ओं जनः। ओं तपः।
ओं सूत्यम्॥ ओं तथस्वितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि। धियो यो
नः प्रचोदयात्॥ ओमापो ज्योतीरसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः सुवरोम्॥

॥ गायत्री-आवाहनम् ॥

आयात्वित्यनुवाकस्य वामदेव ऋषिः। अनुष्टुप् छन्दः। गायत्री देवता।

आयांतु वरंदा देवी अक्षरं ब्रह्मसम्मितम्। गायत्रीं छन्दसां मातेदं ब्रह्म जुषस्वं नः॥

ओजौऽसि सहोऽसि बलमसि भ्राजौऽसि देवानां धाम् नामासि विश्वमसि विश्वायुः सर्वमसि सर्वायुरभिभूरों गायत्रीमावांहयामि सावित्रीमावांहयामि सरस्वतीमावांहयामि सावित्र्या ऋषिर्विश्वामित्रः। निचूद्गायत्री छन्दः। सविता देवता।

गायत्री-जपे विनियोगः॥

॥ गायत्री-जपः ॥

॥ ध्यानम् ॥

मुक्ता-विद्रुम-हेम-नील-धवळच्छायैर्मुखैस्त्रीक्षणैः

युक्तामिन्दु-निबद्ध-रत्न-मकुटां तत्त्वार्थ-वर्णात्मिकाम्।

गायत्रीं वरदाभयाङ्कशकशाः शुभ्रं कपालं गदाम्

शङ्खं चक्रमथारविन्दयुगलं हस्तैर्वहन्तीं भजे॥

प्रातः सन्ध्या सूर्योपस्थानम् (प्रातः सन्ध्या)

यो देवः सविताऽस्माकं धियो धर्मादि-गोचरे।
प्रेरयेत् तस्य यद्भर्गस्तद्वरेण्यमुपास्महे॥

ओं।

भूर्भुवः सुवः।

तथ्मवितुवरेण्यम्।

भर्गो देवस्य धीमहि।

धियो यो नः प्रचोदयात्॥

प्राणायामः।

॥ गायत्री-उपस्थानम् ॥

प्रातः सन्ध्या गायत्री उपस्थानं करिष्ये।

उत्तमे शिखरे देवी भूम्यां पर्वतमूर्धनि।

ब्राह्मणैःयो ह्यनुज्ञानं गच्छ देवि यथा सुखम्॥

॥ प्रातः सन्ध्या सूर्योपस्थानम् ॥

मित्रस्य चर्षणी धृतः श्रवो देवस्य सानुसिम्। सत्यं
चित्रश्रवस्तमम्॥ मित्रो जनान् यातयति प्रजानन्मित्रो दाधार
पृथिवीमुतद्याम्। मित्रः कृष्णरनिमिषाभिचंष्टे सत्यायं हुव्यं
धृतवद्विधेम॥ प्र समित्र मर्तो अस्तु प्रयस्वान् यस्त आदित्य-