

## ॥ प्रातः सन्ध्यावन्दनम् प्राशनम् ॥

सूर्यश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः। पापेभ्यो रक्षन्ताम्। यद्रात्रिया पापमकार्षम्।  
मनसा वाचा हस्ताभ्याम्। पद्भ्यामुदरेण शिश्वा। रात्रिस्तदेवलुम्पतु। 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 प्रतिग्रहं स्वाहा॥

## ॥ सायं सन्ध्यावन्दनम् प्राशनम् ॥

अग्निश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः। पापेभ्यो रक्षन्ताम्। यदह्मा पापमकार्षम्।  
मनसा वाचा हस्ताभ्याम्। पद्भ्यामुदरेण शिश्वा। अहस्तदेवलुम्पतु। यत्किं च दुरितं मयि।  
इदमहं माममृतयोनौ। सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा॥४८॥

## ॥ पुनर्मार्जनम् ॥

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

आपो हि ष्ठा मयो भुवः।  
ता न ऊर्जे दधातन।  
महेरणां चक्षसे।  
यो वः शिवतमो रसः।  
तस्य भाजयतेह नः।  
उशतीरिव मातरः।

तस्मा॒ अरं॑ ग॒माम॑ वः।  
 यस्य॑ क्षया॑य जिन्व॑न्थ।  
 आपो॑ ज॒नय॑था च नः॥

## ॥ प्रणवजपः—प्राणायामः ॥

ओं भूः। ओं भुवः। ओ३ सुवः। ओं महः। ओं जनः। ओं तपः। ओ३ स॒त्यम्॥ ओं  
 त॒थ्स॑वि॒तुर्व॑र॒ण्यं॑ भ॒र्गो दे॒वस्य॑ धीमहि। धियो॒ यो नः॑ प्रचोदया॑त्॥ ओमापो॒ ज्योती॑रसोऽमृतं  
 ब्रह्म॒ भूर्भुवः॑ सुव॒रोम्॥

## ॥ गायत्री-आवाहनम् ॥

आया॑तु वर॑दा दे॒वी अ॒क्षरं॑ ब्रह्म॒सम्मि॑तम्। गा॒य॒त्रीं छ॒न्द॑सां मा॒तेदं॑ ब्रह्म॒ जुष॑स्व नः॥  
 ओजो॑ऽसि॒ सहो॑ऽसि॒ बल॑मसि॒ भ्राजो॑ऽसि दे॒वानां॑ धाम॒ नामा॑सि॒ विश्व॑मसि॒ विश्वा॑युः  
 सर्व॑मसि॒ सर्वा॑युरभिभू॒रो गाय॑त्रीमावा॒हयामि॑ सावित्रीमावा॒हयामि॑ सरस्वतीमावा॒हयामि॑  
 सावि॑त्र्या ऋषिर्वि॒श्वामि॑त्रः। निचृ॒द्गाय॑त्री छन्दः। सवि॒ता दे॒वता॑।

## ॥ गायत्री-जपः ॥

ओं।  
 भूर्भुवः॑ सुवः॑।  
 त॒थ्स॑वि॒तुर्व॑र॒ण्यम्॑।  
 भ॒र्गो दे॒वस्य॑ धीमहि।  
 धियो॒ यो नः॑ प्रचोदया॑त्॥

## ॥ गायत्री-उपस्थानम् ॥

उ॒त्तमे॑ शिख॑रे दे॒वी भूम्यां॑ पर्व॒तमूर्ध॑नि।  
 ब्रा॒ह्मणै॑भ्यो ह्य॒नुज्ञा॑नं ग॒च्छ दे॒वि य॒था सु॑खम्॥

## ॥ प्रातः सन्ध्या सूर्योपस्थानम् ॥

मित्रस्य चर्षणी धृतः श्रवो देवस्य सानसिम्। सत्यं चित्रश्रवस्तमम्॥ मित्रो जनान् यातयति प्रजानन्मित्रो दाधार पृथिवीमुतद्याम्। मित्रः कृष्टीरनिमिषाभिचष्टे सत्याय हव्यं घृतवद्विधेम॥ प्र समित्र मर्तो अस्तु प्रयस्वान् यस्त आदित्य शिक्षति व्रतेन। न हन्यते न जीयते त्वोतो नैनम्॥ हो अश्रोत्यन्तितो न दूरात्॥

## ॥ माध्याह्निक सूर्योपस्थानम् ॥

आ सत्येन रजसा वर्तमानो निवेशयन्नमृतं मर्त्यं च। हिरण्ययेन सविता रथेनादेवो याति भुवना विपश्यन्। उद्वयं तमसस्परि पश्यन्तो ज्योतिरुत्तरम्। देवं देवत्रा सूर्यमगन्म ज्योतिरुत्तमम्। उदुत्यं जातवेदसं देवं वहन्ति केतवः। दृशे विश्वाय सूर्यम्। चित्रं देवानामुदङ्गादनीकं चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः। आ प्रा द्यावा पृथिवी अन्तरिक्षं सूर्य आत्मा जगत्स्तस्थुषश्च। तच्चक्षुर्देवहितं पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत्॥

पश्येम शरदः शतं जीवेम शरदः शतं नन्दांम शरदः शतं मोदांम शरदः शतं भवांम शरदः शतं शृणवांम शरदः शतं प्रब्रवाम शरदः शतमजीताः स्याम शरदः शतं ज्योक्त्र सूर्य दृशे। य उदङ्गान्महतोर्णवा द्विभ्राजमानः सरिरस्य मध्याह्नस मा वृषभो लोहिताक्षः सूर्यो विपश्चिन्मनसा पुनातु॥

## ॥ सायं सन्ध्या सूर्योपस्थानम् ॥

इमं मे वरुण श्रुधी हवमद्या च मृडया त्वामवस्युराचके॥ तत्त्वां यामि ब्रह्मणा वन्दमानस्तदाशास्ते यजमानो हविर्भिः। अहेडमानो वरुणेह बोध्युरुशंस मा न आयुः प्रमोषीः॥ यच्चिद्धिते विशो यथा प्रदेव वरुण व्रतम्। मिनीमसि द्यविद्यवि॥ यत्किं चेदं वरुण देव्ये जनैभिद्रोहं मनुष्याश्चरामसि। अचित्तीयत्तव धर्मा युयोपिम मा नस्तस्मादेनसो देव रीरिषः॥ कितवासो यद्रिरेपुर्नदीवि यद्वा घा सत्यमुत यं न विद्म। सर्वाताविष्यं शिथिरेव देवाथा ते स्याम वरुण प्रियासः॥

## ॥ हरिहर-वन्दनम् ॥

ऋत॑ स॒त्यं परं॑ ब्र॒ह्म पु॒रुषं॑ कृ॒ष्णपिङ्ग॑लम्।  
ऊ॒र्ध्वरे॑तं वि॒रूपाक्षं॑ वि॒श्वरू॑पाय॒ वै नमो॑ नमः॥

## ॥ रक्षा ॥

अ॒द्या नो॑ दे॒व स॒वितः॑ प्र॒जाव॑त्सा॒वीः सौभ॑गम्।  
परा॑ दुः॒ष्वप्रि॑य॒ सुव॑।  
विश्वा॑नि दे॒व स॒वितर्दु॑रि॒तानि॑ परा॑ सुव॑।  
यद्भ॒द्रं तन्म॑ आ सु॒व।

## ॥ ब्रह्मयज्ञः ॥

विद्यु॑दसि॒ विद्यं॑ मे पा॒पमा॑न॒मृतात् स॒त्यमु॑पैमि।  
ॐ भूः । तत् स॑वि॒तुर्व॑र॒ण्यम्। ॐ भुवः॑। भर्गो॑ दे॒वस्य॑ धीमहि॑।  
ओ॒५ सुवः॑। धियो॒ यो नः॑ प्रचो॒दया॑त्।  
ॐ भूः तत् स॑वि॒तुर्व॑र॒ण्यम्। भर्गो॑ दे॒वस्य॑ धीमहि॑।  
ॐ भुवः॑। धियो॒ यो नः॑ प्रचो॒दया॑त्।  
ओ॒५ सुवः॑। तत् स॑वि॒तुर्व॑र॒ण्यम्। भर्गो॑ दे॒वस्य॑ धीमहि॑। धियो॒ यो नः॑ प्रचो॒दया॑त्।

## ॥ वेदादयः ॥

हरिः॑ ॐ। अ॒ग्निमी॑ळे पु॒रोहि॑तं य॒ज्ञस्य॑ दे॒वमृ॑त्विजम्। होता॑रं रत्न॒धात॑मम्॥ हरिः॑ ॐ॥

हरिः॑ ॐ। इ॒षे त्वो॒र्जे त्वां वा॒यवः॑ स्थोपा॒यवः॑ स्थ दे॒वो वः॑ सवि॒ता प्रा॑र्पयतु श्रेष्ठ॑तमाय॒ कर्म॑णे॥ हरिः॑ ॐ॥

हरिः॑ ॐ। अ॒ग्न आया॑हि वी॒तये॑ गृणा॒नो ह॒व्यदा॑तये। नि होता॑ स॒त्सि ब॒र्हिषि॑॥ हरिः॑ ॐ॥

हरिः ॐ। शन्नो देवीरभिष्टय आपो भवन्तु पीतयै। 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॥

