

Shukla Yajurveda

Sandhya vandanam

శుక్ల యజుర్వేద

సంధ్యావందనం

|| గురు ప్రార్థన ||

ఓం వందేఽహం మంగళాత్మానం

భాస్వంతంవేదవిగ్రహం |

యాజ్ఞవల్క్యం మునిశ్రేష్ఠం జిష్ణుం హరిహర ప్రభుం

||

జితేంద్రియం జితక్రోధం సదాధ్యానపరాయణం |

ఆనందనిలయం వందే యోగానంద మునీశ్వరం ||

ఏవం ద్వాదశ నామాని త్రిసంధ్యా యః పఠేన్నరః |

యోగీశ్వర ప్రసాదేన విద్యావాన్ ధనవాన్ భవేత్ ||

ఓం శ్రీ యాజ్ఞవల్క్య గురుభ్యో నమః |

కణ్వకాత్యాయనాది మహర్షిభ్యో నమః ||

గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః గురుర్దేవో మహేశ్వరః |

గురుస్సాక్షాత్ పరబ్రహ్మ తస్మై శ్రీ గురవే నమః ||

గురవే సర్వలోకానాం భిషజే భవరోగిణాం |

నిధయే సర్వవిద్యానాం దక్షిణామూర్తయే నమః ||

|| మానస స్నానం ||

అపవిత్రః పవిత్రో వా సర్వావస్థాం గతోఽపి వా |

యస్మై రేతుండరీకాక్షం స బాహ్యభ్యంతరశ్శుచిః ||

పుండరీకాక్ష పుండరీకాక్ష పుండరీకాక్షాయ నమః

||

గోవిందేతి సదాస్నానం గోవిందేతి సదా జపః |

గోవిందేతి సదా ధ్యానం సదా గోవింద కీర్తనం ||

|| ఆచమనం ||

1. ఓం కేశవాయ స్వాహా

2. ఓం నారాయణాయ స్వాహా

3. ఓం మాధవాయ స్వాహా
4. ఓం గోవిందాయ నమః
5. ఓం విష్ణవే నమః
6. ఓం మధుసూదనాయ నమః
7. ఓం త్రివిక్రమాయ నమః
8. ఓం వామనాయ నమః
9. ఓం శ్రీధరాయ నమః
10. ఓం హృషీకేశాయ నమః
11. ఓం పద్మనాభాయ నమః
12. ఓం దామోదరాయ నమః
13. ఓం సంకర్షణాయ నమః
14. ఓం వాసుదేవాయ నమః
15. ఓం ప్రద్యుంనాయ నమః
16. ఓం అనిరుద్ధాయ నమః
17. ఓం పురుషోత్తమాయ నమః
18. ఓం అధోక్షజాయ నమః

19. ఓం నారసింహాయ నమః

20. ఓం అచ్యుతాయ నమః

21. ఓం జనార్దనాయ నమః

22. ఓం ఉపేంద్రాయ నమః

23. ఓం హరయే నమః

24. ఓం శ్రీ కృష్ణాయ నమః

పృథివీత్యస్య, మేరుప్పృష్ఠ ఋషిః, కూర్మో దేవతా,
సుతలం ఛందః, ఆసనే వినియోగః |

ఓం పృథ్వీ త్వయా ధృతా లోకా దేవి త్వం విష్ణునా
ధృతా |

త్వం చ ధారయ మాం దేవి పవిత్రం కురు చాసనం
|

ప్రణవస్య పరబ్రహ్మ ఋషిః, పరమాత్మా దేవతా, దైవీ
గాయత్రీ ఛందః |

సప్తానాం వ్యాహృతీనాం ప్రజాపతి ఋషిః, అగ్ని-
వాయు-సూర్య-బృహస్పతి-వరుణేంద్ర-విశ్వేదేవా

దేవతాః, గాయత్ర్యుష్టిక్ అనుష్టుప్ బృహతీ పంక్తిః,

త్రిష్టుబ్జగత్యశ్చన్దాంసి |

తత్సవితురిత్యస్య విశ్వామిత్ర ఋషిః, సవితా

దేవతా, గాయత్రీ ఛందః |

శిరోమస్తస్య ప్రజాపతి ఋషిః, బ్రహ్మ-అగ్ని-వాయు-

సూర్యా దేవతాః, యజుశ్చన్దః |

ప్రాణాయామే వినియోగః |

ఓం భూః | ఓం భువః | ఓగ్ం సువః | ఓం మహాః |

ఓం జనః | ఓం తపః | ఓగ్ం సత్యం |

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి |

ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ ||

ఓం ఆపో జ్యోతీ రసోమృతం బ్రహ్మ

భూర్భువస్స్వరోం |

|| సంకల్పం ||

మమ ఉపాత్త సమస్త దురితక్షయ ద్వారా

శ్రీపరమేశ్వరముద్దిశ్య శ్రీపరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం శుభే

శోభనే ముహూర్తే శ్రీ మహావిష్ణోరాజ్ఞయా

ప్రవర్తమానస్య అద్య బ్రహ్మణః ద్వితీయ పరార్థే

శ్వేతవరాహ కల్పే వైవస్వత మన్వంతరే కలియుగే

ప్రథమపాదే జంబూద్వీపే భారతవర్షే భరతఖండే

మేరోర్దక్షిణ దిగ్భాగే శ్రీశైలస్య ప్రదేశే,

నద్యోః మధ్య ప్రదేశే మంగళ గృహే అస్మిన్ వర్తమన

వ్యావహారిక చాంద్రమానేన స్వస్తి శ్రీ (*1)

నామ సంవత్సరే అయనే(*2) ఋతౌ

(*3) మాసే(*4) పక్షే (*5) తిథౌ (*6)

..... వాసరే (*7) నక్షత్రే (*8) యోగే (*9)

..... కరణ (*10) ఏవం గుణ విశేషణ విశిష్టాయాం

శుభతిథౌ శ్రీమాన్ గోత్రః నామధేయః

(శ్రీమతః గోత్రస్య నామధేయస్య మమ

ధర్మపత్నీ సమేతస్య) శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం మమ

శ్రౌత స్మార్త నిత్య కర్మానుష్ఠాన యోగ్యతా

ఫలసిద్ధ్యర్థం ప్రాతః/మాధ్యాహ్నిక/సాయం సంధ్యాం
ఉపాసిష్యే ||

|| మార్జనము ||

గంగే చ యమునే కృష్ణే గోదావరీ సరస్వతీ |

నర్మదే సింధు కావేరీ జలేఽస్మిన్ సన్నిధిం కురు

||

ఆపోహిష్ఠేతి తిస్యణాం, సింధుద్వీప ఋషిః, ఆపో

దేవతా, గాయత్రీ ఛందః, మార్జనే వినియోగః |

ఓం ఆపో హిష్ఠా మయోభువః | (పాదముల పై)

ఓం తా న ఊర్జే దధాతన | (శిరస్సు పై)

ఓం మహేరణాయ చక్షసే | (హృదయము పై)

ఓం యో వశ్శివతమో రసః | (శిరస్సు పై)

ఓం తస్య భాజయతే హ నః | (హృదయము పై)

ఓం ఉశతీరీవ మాతరః | (పాదముల పై)

ఓం తస్మా అరణ్ణమామవః | (హృదయము పై)

ఓం యస్య క్షయాయ జిన్వథ | (పాదముల పై)

ఓం ఆపో జనయథా చ నః | (శిరస్సు పై)

(ప్రాతః కాలే)

సూర్యశ్చేతి మంత్రస్య, ఉపనిషద్యాజ్ఞవల్క్య ఋషిః,
సూర్యో దేవతా, అనుష్టుప్ ఛందః, ఉదక ప్రాశనే
వినియోగః |

ఓం సూర్యశ్చ మా మన్యశ్చ మన్యపతయశ్చ
మన్యకృతేభ్యః |

పాపేభ్యో రక్షంతాం | యద్రాత్ర్యా పాపమకార్షం |

మనసా వాచా హస్తాభ్యాం | పద్భ్యాముదరేణ

శిశ్నా |

రాత్రిస్తదవలుంపతు | యత్కించ దురితం మయి

|

ఇదమహం మామమృతయోనౌ |

సూర్యే జ్యోతిషి జుహోమి స్వాహా |

(మధ్యాహ్న కాలే)

ఆపః పునంత్యితి మంత్రస్య, నారాయణ ఋషిః,

ఆపో దేవతా, గాయత్రీ ఛందః, ఉదక ప్రాశనే

వినియోగః |

ఆపః పునన్తు పృథ్విం పృథ్వి పూతా పునాతు

మాం |

పునన్తు బ్రహ్మణస్పతిర్బ్రహ్మపూతా పునాతు మాం

||

యదుచ్ఛిష్టమభో”జ్యం చ యద్వా దుశ్చరితం

మమ |

సర్వం పునన్తు మామాపోఽసతాం చ ప్రతిగ్రహాగ్ం

స్వాహా” ||

(సాయం కాలే)

అగ్నిశ్చేతి మంత్రస్య, యాజ్ఞవల్క్య ఉపనిషదృషిః,

అగ్నిర్దేవతా, అనుష్టుప్ ఛందః, ఉదక ప్రాశనే

వినియోగః |

అగ్నిశ్చ మా మన్యశ్చ మన్యపతయశ్చ

మన్యకృతేభ్యః |

పాపేభ్యో రక్షంతాం | యదహ్నా పాపమకార్షం |

మనసా వాచా హస్తాభ్యాం | పద్భ్యాముదరేణ శిశ్నా

|

అహస్తదవలుంపతు | యత్కించ దురితం మయి

|

ఇదమహం మామమృతయోనౌ | సత్యే జ్యోతిషి

జుహోమి స్వాహా |

ఓం భూర్భువస్వః |

తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి |

ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ ||

ఆపో హిష్ఠా మయోభువస్తా న ఊర్జే దధాతన |

మహేరణాయ చక్షసే |

యో వశ్శివతమో రసస్తస్య భాజయతే హ నః |

ఉశతీరివ మాతరః |

తస్మా అరణ్గమామవో యస్య క్షయాయ జిన్వథ |

ఆపో జనయథా చ నః |

|| అఘమర్షణం ||

ద్రుపదా దివేత్యస్య మంత్రస్య, కోకిల రాజపుత్ర

ఋషిః, ఆపో దేవతా, అనుష్టుప్ ఛందః, అఘమర్షణే

వినియోగః |

ఓం ద్రుపదా దివ ముంచతు | ద్రుపదా

దివేన్ముముచానః |

స్విన్నః స్నాత్వ మలాదివ | పూతం

పవిత్రేణేవాజ్యం |

ఆపః శున్ధన్తు మైనసః | (తై.బ్రా.2.6.6.4)

శత్రుక్షయార్థ మార్జనం ||

సుమిత్రాన ఇత్యస్య మంత్రస్య, ప్రజాపతి ఋషిః,

ఆపో దేవతా, అనుష్టుప్ ఛందః, శత్రుక్షయార్థే

వినియోగః |

ఓం సుమిత్రా న ఆప ఓషధయః సన్తు |

దుర్మిత్రాస్తస్మై భుయాసుః |

యో"ఽస్మాన్వేష్టి | యం చ వయం ద్విష్టుః |

(తై.బ్రా.2.6.6.3)

పాపక్షయార్థ మార్జనం ||

ఇదమాప ఇత్యస్య మంత్రస్య, ఉచక్ష్య ఋషిః, ఆపో
దేవతా, అనుష్టుప్ ఛందః, దురితక్షయార్థ మార్జనే
వినియోగః |

ఓం ఇదమాపః ప్రవహత యత్కిం చ దురితం
మయి |

యద్వాహమభిదుద్రోహా యద్వా శేప ఉతాన్వతం ||

ఆచంయ (చే.) ||

ప్రాణానాయంయ (చే.) ||

పూర్వోక్త ఏవం గుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ

(కాలాతిక్రమణదోష నివృత్త్యర్థం ప్రాయశ్చిత్తార్థ్య

పూర్వక) ప్రాతః/మాధ్యాహ్నక/సాయం సంధ్యాంగ

అర్ఘ్యప్రదానం కరిష్యే ||

భూర్భువస్స్వరితి మహావ్యాహృతీనాం, పరమేష్ఠీ
ప్రజాపతి ఋషిః, అగ్ని-వాయు-సూర్యా దేవతాః,
గాయత్ర్యష్టిక్ అనుష్టుప్చందాంసి |

తత్సవితురిత్యస్య, విశ్వామిత్ర ఋషిః, సవితా
దేవతా, గాయత్రీ ఛందః, అర్ఘ్యప్రదానే వినియోగః |
ఓం భూర్భువస్స్వః | ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం |
భర్గో దేవస్య ధీమహి | ధియో యో నః
ప్రచోదయాత్ ||

శ్రీ పద్మినీ ఉషా సౌజ్ఞా ఛాయా సమేత శ్రీ
సూర్యనారాయణ పరబ్రహ్మణే నమః | ఇదమర్ఘ్యం
సమర్పయామి |

(ప్రాతః కాలే)

ఉషస్త ఇత్యస్య మంత్రస్య, గౌతమ ఋషిః, ఉషో
దేవతా, ఉష్ణిచ్ఛందః, ప్రాయశ్చిత్తార్ఘ్య ప్రదానే
వినియోగః |

ఓం ఉషస్తచ్చిత్తమాభరాస్మభ్యం వాజనీవతి

యేనతోకం చ తనయం చ ధామహే ||

శ్రీ పద్మినీ ఉషా సౌజ్ఞా ఛాయా సమేత శ్రీ

సూర్యనారాయణ పరబ్రహ్మణే నమః | ఇదమర్ఘ్యం

సమర్పయామి |

ఓం భూః | ఓం భువః | ఓగ్ం సువః | ఓం

తత్సవితుర్వరేణ్యం | భర్గో దేవస్య ధీమహి |

ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ || [3]

(మధ్యాహ్న కాలే)

ఆకృష్టేనేత్యస్య మంత్రస్య, హిరణ్య స్తూప ఋషిః,

సూర్యో దేవతా, త్రిష్టుప్చందః, ప్రాయశ్చిత్తార్ఘ్య ప్రదానే

వినియోగః ||

ఓం ఆకృష్టేన రజసా వర్తమానో నివేశయన్నమృతం

మర్త్యజ్ఞా |

హిరణ్యయేన సవితా రథేనాఽఽదేవో

యాతిభువనాని పశ్యన్ ||

శ్రీ పద్మినీ ఉషా సౌజ్ఞా ఛాయా సమేత శ్రీ

సూర్యనారాయణ పరబ్రహ్మణే నమః | ఇదమర్ఘ్యం

సమర్పయామి |

ఓం భూః | ఓం భువః | ఓగ్ం సువః | ఓం

తత్సవితుర్వరేణ్యం | భర్గో దేవస్య ధీమహి |

ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ || [1]

(సాయం కాలే)

ఆరాత్రీత్యస్య మంత్రస్య, కశిపా భరద్వాజ దుహితా

ఋషిః, రాత్రిర్దేవతా, పథ్యా బృహతీ ఛందః,

ప్రాయశ్చితార్ఘ్య ప్రదానే వినియోగః |

ఓం ఆరాత్రి పార్ధివగ్ం రజః పితుర ప్రాయి ధామభిః

| దివః సదాగ్గ్సి బృహతీ వితిష్ఠస ఆత్వేషం వర్తతే

తమః ||

శ్రీ పద్మినీ ఉషా సౌజ్ఞా ఛాయా సమేత శ్రీ

సూర్యనారాయణ పరబ్రహ్మణే నమః | ఇదమర్ఘ్యం

సమర్పయామి |

ఓం భూః | ఓం భువః | ఓగ్ం సువః | ఓం
తత్స॑వితు॒ర్వరే॑ణ్యం | భ॒ర్గో దే॒వస్య॑ దీ॒మహి॑ |
ధి॒యో యో॒నః ప్ర॒చోద॑యాత్ || [3]

అసా॒వాది॑త ఇత్య॒స్య మం॑త్రస్య, బ్రహ్మా॑ ఋషిః,
ఆది॒త్యో దే॒వతా॑, అను॒ష్టుప్ చం॑దః, భూ ప్ర॒దక్షి॑ణే
వినియోగ |

(ప్రాతః కాలే)

గాయ॒త్ర్యా, వ్యా॒స ఋషిః, బ్రహ్మా॑ దే॒వతా, గాయ॑త్రీ
చం॑దః, ప్రాతః సంధ్యా తర్పణే వినియోగః |

ఓం భూః పురుషస్തുప్యతాం

ఓం ఋగ్వేదస్തുప్యతాం

ఓం మండలస్തുప్యతాం

ఓం హిరణ్యగర్భరూపీ తృప్యతాం

ఓం ఆత్మా తృప్యతాం

ఓం గాయత్రీ తృప్యతాం

ఓం వేదమాతా తృప్యతాం

ఓం సాంకృతీ తృప్యతాం

ఓం సంధ్యా తృప్యతాం

ఓం కుమారీ తృప్యతాం

ఓం బ్రాహ్మీ తృప్యతాం

ఓం ఉషస్తృప్యతాం

ఓం నిర్మజీ తృప్యతాం

ఓం సర్వార్థసిద్ధికరీ తృప్యతాం

ఓం సర్వమంత్రాధిపతిస్తృప్యతాం

ఓం భూర్భవస్స్వః పురుషస్తృప్యతాం

(మధ్యాహ్న కాలే)

సావిత్రియ, కశ్యప ఋషిః, రుద్రో దేవతా, త్రిష్టుప్

ఛందః, మాధ్యాహ్నాక సంధ్యా తర్పణే వినియోగః |

ఓం భువః పురుషస్తృప్యతాం

ఓం యజుర్వేదస్తృప్యతాం

ఓం మండలస్తృప్యతాం

ఓం రుద్రరూపీ తృప్యతాం

ఓం అనంతరాత్మా తృప్యతాం

ఓం సావిత్రీ తృప్యతాం

ఓం వేదమాతా తృప్యతాం

ఓం సాంకృతీ తృప్యతాం

ఓం సంధ్యా తృప్యతాం

ఓం యువతీ తృప్యతాం

ఓం రౌద్రీ తృప్యతాం

ఓం ఉషస్తృప్యతాం

ఓం నిర్మజీ తృప్యతాం

ఓం సర్వర్థసిద్ధికరీ తృప్యతాం

ఓం సర్వమంత్రాధిపతిస్తృప్యతాం

ఓం భూర్భువస్స్వః పురుషస్తృప్యతాం

(సాయంత్ర కాలే)

సరస్వత్యా, వశిష్ఠ ఋషిః, విష్ణుర్దేవతా జగతీ ఛందః,

సాయం సంధ్యా తర్పణే వినియోగః |

ఓం స్వః పురుషస్తృప్యతాం

ఓం సామవేదస్తుప్యతాం

ఓం మండలస్తుప్యతాం

ఓం విష్ణురూపీ తృప్యతాం

ఓం పరమాత్మా తృప్యతాం

ఓం సరస్వతీ తృప్యతాం

ఓం వేదమాతా తృప్యతాం

ఓం సాంకృతీ తృప్యతాం

ఓం సంధ్యా తృప్యతాం

ఓం వృద్ధా తృప్యతాం

ఓం వైష్ణవీ తృప్యతాం

ఓం ఉషస్తుప్యతాం

ఓం నిర్మజీ తృప్యతాం

ఓం సర్వార్థసిద్ధికరీ తృప్యతాం

ఓం సర్వమంత్రాధిపతిస్తుప్యతాం

ఓం భూర్భువస్స్వః పురుష స్తుప్యతాం

ఉదుత్య మిత్యస్యాః, ప్రస్కన్వబుషిః, సవితా దేవతా,
గాయత్రీ చందః |

చిత్రం దేవానామిత్యస్యాః, కుత్స బుషిః, సూర్యో
దేవతా, త్రిష్టుప్చందః, సూర్యోపస్థానే వినియోగః ||

ఓం ఉదుత్యం జాతవేదసం దేవం వహన్తి కేతవః |

ద్భుశే విశ్వా¹య² సూర్య³ం ||

ఓం చిత్రం దేవానా¹ముద²గా³దనీ⁴కం⁵ చక్షు⁶ర్మిత్రస్య⁷

వరు⁸ణస్యా⁹గ్నేః | ఆప్రా¹⁰ద్యా¹¹వా¹² పృథి¹³వీ¹⁴ అ¹⁵న్తరి¹⁶క్ష¹⁷గ్

సూర్య¹⁸ ఆ¹⁹త్మా²⁰ జగ²¹దస్త²²స్థు²³ష²⁴శ్చ ||

(ప్రాతః కాలే)

ఓం మిత్రస్యే¹త్యా²ది³ చతు⁴ర్ణాం, విశ్వా⁵మిత్ర⁶ బుషిః,

లింగో⁷క్తా⁸ దేవతాః, గాయత్రీ⁹ బృహ¹⁰త్య¹¹ను¹²ష్టు¹³ప్

ధృత¹⁴య¹⁵శ్చ¹⁶ందా¹⁷ంసి, సూర్యో¹⁸ప¹⁹స్థా²⁰నే²¹ వినియోగః |

ఓం మిత్ర¹స్య² చ³ర్ష⁴ణీ⁵ దృ⁶తో⁷వో⁸ దే⁹వ¹⁰స్య¹¹సా¹²న¹³సి

ద్భ్య¹⁴ం¹⁵నం¹⁶ చిత్ర¹⁷ స¹⁸వ¹⁹స్త²⁰మం ||

ఓం దే॒వస్తా॑ స॒వితో॑ద్వ॒పతు॑ సు॒పా॒ణి॒స్స్వ॑జ్గ॒రి॒స్సు
బా॒హు॒రు॒త॒శక్త్యా॑ | అ॒వ్య॑థ॒మానా॑ పృ॒థి॒వ్యా
మా॒శా॒ది॒శ ఆ॒పృ॑ణ ||

ఓం ఉ॒త్థా॒య బృ॒హతీ॑ భ॒వో దు॑త్తి॒ష్ఠధ్ను॒వాత్వం॑ |
మి॒త్రైతా॑ంత ఉ॒ఖాం ప॑రి॒దదా॑ం॒యభి॑త్యా ఏ॒షా
మా॒భేది॑ ||

ఓం వ॒స॒వస్తా॑ చృ॒న్ద॒న్తు గా॒య॒త్రేణ॑ చ॒న్ద॒సా॒జ్గి॒ర॒స్వ
దు॒ద్రా॒స్తా చృ॒న్ద॒న్తు త్రై॒ష్ఠు॑భే॒న చ॒న్ద॒సా॒జ్గి॒ర॒స్వత్ |
ఆ॒ది॒త్యా॒స్తా చృ॒న్ద॒న్తు జా॑గ॒తే॒న చ॒న్ద॒సా॒జ్గి॒ర॒స్వ
ద్వి॒శ్వే॑త్వా దే॒వా॒వై॒శ్వా॒న॒రా ఆ॒చృ॑న్ద॒న్త్వా ను॑ష్ఠు॒భే॒న
చ॒న్ద॒సా॒జ్గి॒ర॒స్వత్ ||

(మధ్యాహ్న కాలే)

ఉద్వయముదిత్యమితిద్వయో, ప్రస్కణ్య ఋషిః,
సవితా దేవతా, ప్రథమస్యానుష్ఠుచ్ఛందః, ద్వితీయస్య
గాయత్రీ ఛందః,

చిత్రం దేవానామిత్యస్య, కుత్స ఋషిః, సవితా
దేవతా, త్రిష్టుప్చందః, తచ్ఛక్తురిత్యస్య,
దధ్యజ్ఞాధర్వణ ఋషిః, సూర్యో దేవతా, పంక్తిశ్చందః,
సూర్యోపస్థానే వినియోగః ||

ఓం ఉద్వయం తమసస్పరిస్వః పశ్యంత ఉత్తరం |
దేవం దేవత్రా సూర్య మగన్మ జ్యోతిరుత్తమం ||
ఓం ఉదుత్యం జాతవేదసం దేవం వహన్తి కేతవః |
ద్భశే విశ్వాయ సూర్యం ||

ఓం చిత్రం దేవానాముదగాదనీకం చక్షుర్మిత్రస్య
వరుణస్యాగ్నేః |

ఆప్రాద్యావా పృథివీ అంతరిక్షగ్ సూర్య ఆత్మా
జగదస్తస్థుషశ్చ ||

ఓం తచ్ఛక్తుర్దేవహితం పురస్తాఽచ్చక్ర ముచ్చరత్
|
పశ్యేమ శరదశ్శతం జీవేమ శరదశ్శతగ్
శృణుయామ శరదశ్శతం ||

(సాయం కాలే)

ఇమం మే వరుణ తత్వాయామీత్యనయోశ్శునశ్శేఘ
ఋషిః, వరుణో దేవతా, గాయత్రీ త్రిష్టుభౌ ఛందసి,
సూర్యోపస్థానే వినియోగః ||

ఓం ఇమం మే వరుణ శ్రుధీహవమద్యా చ
మృళయ | త్వామవస్యరాచకే ||

ఓం తత్వాయామి బ్రహ్మణా వందమానస్తదాశాస్తే
యజమానో హవిర్భిః |

అహేళమానో వరుణే హబ్ధ్యురుశగ్ం స మా న
ఆయుః ప్రమోషీః ||

ఆచంయ (చే.) ||

ప్రాణానాయంయ (చే.) ||

ఉగ్రభూతపిశాచాస్తే ఇత్యేతే భూమి భారకాః |

భూతానామవిరోధేన బ్రహ్మ కర్మ సమారభే ||

పూర్వోక్త ఏవం గుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ
యథా శక్తి ప్రాతః/మధ్యాహ్నాక/సాయం సంధ్యాంగ
గాయత్రీ మంత్ర జపం కరిష్యే ||

ఓం ఓజోఽసి సహోఽసి బలమసి భ్రాజోఽసి
దేవానాం ధామనామాసి విశ్వమసి విశ్వాయుః
సర్వమసి సర్వాయురభిభూరోం |

గాయత్రీమావాహయామి | సావిత్రీమావాహయామి
| సరస్వతీమావాహయామి | ఛన్దర్వీనావాహయామి
| శ్రియమావాహయామి ||

గాయత్ర్యా గాయత్రీ ఛందో విశ్వామిత్ర ఋషిః సవితా
దేవతా అగ్నిర్ముఖం బ్రహ్మశిరః విష్ణుర్హృదయగ్ం
రుద్రశ్శిఖా పృథివీ యోనిః ప్రాణాపానవ్యానోదాన
సమానాస్సప్రాణాః శ్వేతవర్ణా సాంఖ్యాయన సగోత్రా
గాయత్రీ చతుర్విగ్ంశత్యక్షరా త్రిపదా షట్కుక్షిః
పంచశ్శీర్షోపనయనే వినియోగః ||

ఆయాత్విత్యనువాకస్య, వామదేవ ఋషిః, గాయత్రీ
దేవతా, అనుష్టుప్ ఛందః, గాయత్ర్యావాహనే
వినియోగః ||

ఓం ఆయాతు వరదా దేవీ అక్షరం బ్రహ్మ సంమితం

|
గాయత్రీం చన్దసాం మాతేదం బ్రహ్మ జుషస్వ నః |

తేజోఽసీత్యస్య మంత్రస్య, ప్రజాపతి ఋషిః, సౌవర్ణం
నిష్కం దేవతా, అనుష్టుప్ ఛందః, గాయత్ర్యావాహనే

వినియోగః ||

ఓం తేజోఽసి శుక్రమమృతమాయుష్యా

ఆయుర్మేపాహి |

దేవస్యత్వా సవితుః ప్రసవేఽశ్వినోర్బాహుభ్యాం

పూష్ణో హస్తాభ్యామాదధే ||

గాయత్ర్యస్యేకపదీ ద్విపదీ త్రిపదీ చతుష్పద్య పదసి

న హి పద్యసే |

నమస్తే తురీయాయ దర్శితాయ పదాయ

పరోరజసేసావదో మా ప్రాపత్ |

(ప్రాతః కాలే)

ప్రాతః సంధ్యా, గాయత్రీ నామా, రక్తవర్ణా,

హంసవాహనా, బ్రహ్మహృదయా, బాల రూపా,

ఆవహనీయాన్ని రూపస్థానా, భూరాయతనా,

జాగ్రద్వద్ధృతిః, ప్రాతస్సవనే ఋగ్వేదే వినియోగః |

(మధ్యాహ్న కాలే)

మాధ్యాహ్నక సంధ్యా, సావిత్రీ నామా, శ్వేతవర్ణా,

వృషభ వాహనా, రుద్రహృదయా, యవ్వన రూపా,

గార్హపత్యాన్ని రూపస్థానా, అంతరిక్షాయతనా,

స్వప్న వద్ధృతిః, మాధ్యాహ్నక సవనే యజుర్వేదే

వినియోగః |

(సాయం కాలే)

సాయం సంధ్యా, సరస్వతీ నామా, కృష్ణవర్ణా, గరుడ

వాహనా, విష్ణు హృదయా, వృద్ధరూపా,

దక్షిణాగ్నిరూపస్థానా, ద్యౌరాయతనా,
సుషుప్తివద్ధృతిః, సాయంసవనే సామవేదే
వినియోగః |

(త్రికాలే)

ఆగచ్ఛ వరదే దేవి జపే మే సన్నిధౌ భవ |
గాయంత్రం త్రాయసే యస్మాద్గాయత్రీ
త్వముదాహృతా ||

న్యాసం ||

ఓం భూరితి పాదయోః |

ఓం భువరితి జంఘయోః |

ఓంగ్గం స్వరితి జాన్వోః |

ఓం మహా ఇతి జఠరే |

ఓం జన ఇతి కంఠే |

ఓం తప ఇతి ముఖే |

ఓంగ్గం సత్యమితి శిరసి |

ఓం భూః అంగుష్ఠాభ్యాం నమః |

ఓం భువః తర్జనీభ్యాం నమః |

ఓగ్ం స్వః మధ్యమాభ్యాం నమః |

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం అనామికాభ్యాం నమః |

ఓం భర్గో దేవస్య ధీమహి కనిష్ఠికాభ్యాం నమః |

ఓం ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ కరతల

కరపృష్ఠాభ్యాం నమః |

ఓం భూః హృదయాయ నమః |

ఓం భువః శిరసే స్వాహా |

ఓగ్ం స్వః శిఖాయై వషట్ |

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం కవచాయ హుం |

ఓం భర్గో దేవస్య ధీమహి నేత్రత్రయాయ వౌషట్ |

ఓం ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ అస్త్రాయ ఫట్ |

ఓం భూర్భువస్స్వరోమితి దిగ్బంధః |

గాయత్రీ ధ్యానం ||

ముక్తావిద్రుమహేమనీలధవళ-చ్ఛాయైర్ముఖైస్తీక్షణైః

|

యుక్తామిన్దునిబద్ధరత్న మకుటాం తత్త్వార్థ

వర్ణాత్మికాం ||

గాయత్రీం వరదాఽభయాఽఙ్కశ కశాశ్శుభ్రం

కపాలం గదాం |

శంఖం చక్రమథాఽరవిన్దయుగళం హస్తైర్వహన్తీం

భజే ||

లమిత్యాది పంచపూజా ||

లం పృథివీతత్త్వాత్మికాయై గాయత్రీ దేవతాయై

నమః |

గంధం పరికల్పయామి ||

హం ఆకాశతత్త్వాత్మికాయై గాయత్రీ దేవతాయై

నమః |

పుష్పం పరికల్పయామి ||

యం వాయుతత్త్వాత్మికాయై గాయత్రీ దేవతాయై

నమః |

ధూపం పరికల్పయామి ||

రం వహ్నితత్త్వాత్మికాయై గాయత్రీ దేవతాయై నమః

|

దీపం పరికల్పయామి ||

వం అమృతతత్త్వాత్మికాయై గాయత్రీ దేవతాయై

నమః |

నైవేద్యం పరికల్పయామి ||

సం సర్వతత్త్వాత్మికాయై గాయత్రీ దేవతాయై నమః |

సర్వోపచారాన్ పరికల్పయామి ||

ప్రణవస్య పరబ్రహ్మ ఋషిః, పరమాత్మా దేవతా, దైవీ

గాయత్రీ ఛందః |

భూర్భువస్స్వరితి మహావ్యాహృతీనాం పరమేష్ఠీ

ప్రజాపతి ఋషిః, అగ్ని-వాయు-సూర్యా దేవతాః,

గాయత్ర్యష్టిగనుష్టుప్ ఛందాంసి |

గాయత్ర్యా విశ్వామిత్ర ఋషిః, సవితా దేవతా,

గాయత్రీ ఛందః |

సుముఖం సంపుటం చైవ వితతం విస్తృతం తథా |

ద్విముఖం త్రిముఖం చైవ చతుః పంచముఖం తథా

||

షణ్ముఖోఽధోముఖం చైవ వ్యాపికాజ్ఞాలికం తథా |

శకటం యమపాశం చ గ్రథితం సంముఖోన్ముఖం

||

ప్రలంబం ముష్టికం చైవ మత్స్యః కూర్మో వరాహకం

|

సింహాక్రాంతం మహాక్రాంతం ముద్గరం పల్లవం తథా ||

గాయత్రీ మంత్రం ||

ఓం భూర్భువస్వః | తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో

దేవస్య ధీమహి |

ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ ||

పూర్వోక్త ఏవం గుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభ

తిథౌ గాయత్రీ జపోపసంహారం కరిష్యే |

అస్య శ్రీ గాయత్రీ మహామంత్రస్య, విశ్వామిత్ర ఋషిః,

సవితా దేవతా, గాయత్రీ ఛందః, మమ

జపోపసంహారే వినియోగః |

ఓం భూరితి పాదయోః |

ఓం భువరితి జంఘయోః |

ఓగ్గ్ం స్వరితి జాన్వోః |

ఓం మహ ఇతి జఠరే |

ఓం జన ఇతి కంఠే |

ఓం తప ఇతి ముఖే |

ఓగ్గ్ం సత్యమితి శిరసి |

ఓం భూః అంగుష్ఠాభ్యాం నమః |

ఓం భువః తర్జనీభ్యాం నమః |

ఓగ్ం స్వః మధ్యమాభ్యాం నమః |

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం అనామికాభ్యాం నమః |

ఓం భర్గో దేవస్య ధీమహి కనిష్ఠికాభ్యాం నమః |

ఓం ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ కరతల

కరపృష్ఠాభ్యాం నమః |

ఓం భూః హృదయాయ నమః |

ఓం భువః శిరసే స్వాహా |

ఓగ్ం స్వః శిఖాయై వషట్ |

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం కవచాయ హుం |

ఓం భర్గో దేవస్య ధీమహి నేత్రత్రయాయ వౌషట్ |

ఓం ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ అస్త్రాయ ఫట్ |

భూర్భువస్స్వరోమితి దిగ్విమోకః |

ఉత్తర ముద్రలు ||

సురభిః జ్ఞాన చక్రే చ యోనిః కూర్మోఽథ పంకజం |

లింగం నిర్యాణ ముద్రా చేత్యష్టముద్రాః ప్రకీర్తితాః |

|| గాయత్రీ తర్పణం ||

పూర్వోక్త ఏవం గుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభ

తిథౌ సవితృప్రీతి యోగాయ గాయత్రీ తర్పణమహం

కరిష్యే |

ఋషిర్వ్యాసః సముద్దిష్టో బ్రహ్మదైవ తముచ్యతే |

ఛందో గాయత్రకం చైవ వినియోగస్తు తర్పణే ||

ఓం భూః పురుష ఋగ్వేదస్తుప్యతాం

ఓం భువః పురుష యజుర్వేదస్తుప్యతాం

ఓగ్గం స్వః పురుష సామవేదస్తుప్యతాం

ఓం మహాః పురుష అథర్వణవేదస్తుప్యతాం

ఓం జనః పురుష ఇతిహాసపురాణస్తుప్యతాం

ఓం తపః పురుష సర్వాగమస్తుప్యతాం

ఓం సత్యం పురుష సత్యలోకస్తుప్యతాం

ఓం భూర్భువః స్వః పురుష

మండలాంతర్గతస్తుప్యతాం

ఓం భూరేకపదా గాయత్రీ తృప్యతాం

ఓం భువః ద్విపదా గాయత్రీ తృప్యతాం

ఓగ్గం స్వః త్రిపదా గాయత్రీ తృప్యతాం

ఓం భూర్భువస్స్వః చతుష్పదా గాయత్రీ తృప్యతాం

ఓం ఉషస్తుప్యతాం

ఓం గాయత్రీ తృప్యతాం

ఓం సావిత్రీ తృప్యతాం

ఓం సరస్వతీ తృప్యతాం

ఓం వేదమాతా తృప్యతాం

ఓం పృథివీ తృప్యతాం

ఓం జయా తృప్యతాం

ఓం కౌశికి తృప్యతాం

ఓం సాంకృతి తృప్యతాం

ఓం సర్వాపరాజితా తృప్యతాం

ఓం సహస్రమూర్తిస్తుప్యతాం

ఓం ఆనందమూర్తిస్తుప్యతాం |

ఓం ప్రాచ్యై దిశే నమః | ఇంద్రాయ నమః |

ఓం ఆగ్నేయై దిశే నమః | అగ్నయే నమః |

ఓం దక్షిణాయై దిశే నమః | యమాయ నమః |

ఓం నైర్వృత్యై దిశే నమః | నిర్వృతయే నమః |

ఓం ప్రతీచ్యై దిశే నమః | వరుణాయ నమః |

ఓం వాయువ్యై దిశే నమః | వాయవే నమః |

ఓం ఉదీచ్యై దిశే నమః | కుబేరాయ నమః |

ఓం ఈశాన్యై దిశే నమః | ఈశ్వరాయ నమః |

ఓం ఊర్ధ్వాయై దిశే నమః | బ్రహ్మణే నమః |

ఓం అధరాయై దిశే నమః | అనంతాయ నమః |

ఓం సంధ్యాయై నమః

ఓం గాయత్ర్యై నమః

ఓం సావిత్ర్యై నమః

ఓం సరస్వత్యై నమః

ఓం సర్వభ్యో దేవతాభ్యో నమః

ఓం దేవేభ్యో నమః |

ఓం ఋషిభ్యో నమః

ఓం మునిభ్యో నమః

ఓం గురుభ్యో నమః

ఓం పితృభ్యో నమః

ఓం మాతృభ్యో నమః

ఓం నమో నమః ఇతి |

ఉత్తమేత్యనువాకస్య, వామదేవ ఋషిః, గాయత్రీ

దేవతా, అనుష్టుప్ ఛందః, ఉద్వాసనే వినియోగః ||

ఓం ఉత్తమే శిఖరే దేవీ భూంయాం పర్వతమూర్ధని

|

బ్రాహ్మణేభ్యోఽభ్యనుజ్ఞాతా గచ్ఛ దేవి యథా సుఖం

||

దేవా గాతు విద ఇత్యస్య మంత్రస్య, మనసస్పత

ఋషిః, వాతో దేవతా, విరాట్ ఛందః, జపనివేదనే

వినియోగః||

ఓం దేవాగాతు విదోగాతు మిత్యాగాతు మిత |

మనసస్పత ఇమం దేవ యజ్ఞగ్న్ స్వాహా వాతేథాః

||

(ప్రాతః కాలే)

ప్రాతస్సంధ్యాంగ భూతేన గాయత్ర్యాస్తు జపేన చ |

సాఽష్టేన శత సంఖ్యేన బ్రహ్మ మే ప్రియతాం రవిః

||

(మధ్యాహ్న కాలే)

మధ్యాహ్న సంధ్యాంగత్వేన గాయత్ర్యా జపితేన చ |

యథా సంఖ్యేన జపేన రుద్రో మే ప్రియతాం రవిః ||

(సాయం కాలే)

సాయం సంధ్యాంగ భూతేన గాయత్ర్యాస్తు జపేన చ

|

సాఽష్టిన శత సంఖ్యేన బ్రహ్మ మే ప్రీయతాం రవిః

||

చతుస్సాగర పర్యంతం గోబ్రాహ్మణేభ్యః శుభం

భవతు | ప్రవరాన్విత గోత్రః శుక్ల

యజుర్వేదాంతర్గత కాణ్వ శాఖాధ్యాయీ కాత్యాయన

సూత్రః శర్మాఽహం భో అభివాదయే ||

సమర్పణం |

ఆసత్యలోకాత్పాలాలా-దాలోకాలోకపర్వతాత్ |

యే సంతి బ్రాహ్మణాదేవాస్తేభ్యో నిత్యం నమో నమః

||

విష్ణుపత్నీసముద్భూతే శంఖవర్ణే మహీతలే |

అనేకరత్న సంపన్నే భూమిదేవి నమోఽస్తు తే ||

సముద్రవసనే దేవి పర్వతస్తనమండలే |

విష్ణుపత్నీ నమస్తుభ్యం పాదస్పర్శం క్షమస్వ మే

||