

നിത്യ സംധ്യാ വന്ദനം

ശരീര ശുദ്ധി

അപവിത്രഃ പവിത്രോ വാ സര്വാവസ്ഥാം ഗതോഽപിവാ |
യഃ സ്മരേത് പുണ്ഡരീകാക്ഷം സ ബാഹ്യാഭ്യന്തര ശ്ലുചിഃ ||
പുണ്ഡരീകാക്ഷ !പുണ്ഡരീകാക്ഷ !പുണ്ഡരീകാക്ഷായ നമഃ |

ആചമനം

ഓം ആചമ്യ - ഓം കേശവായ സ്വാഹാ, ഓം നാരായണായ സ്വാഹാ, ഓം
മാധവായ സ്വാഹാ, ഓം ഗോവിന്ദായ നമഃ, ഓം വിഷ്ണവേ നമഃ, ഓം
മധുസൂദനായ നമഃ, ഓം ത്രിവിക്രമായ നമഃ, ഓം വാമനായ നമഃ, ഓം
ശ്രീധരായ നമഃ, ഓം ഹൃഷീകേശായ നമഃ, ഓം പദ്മനാഭായ നമഃ, ഓം
ദാമോദരായ നമഃ, ഓം സംകർഷണായ നമഃ, ഓം വാസുദേവായ നമഃ, ഓം
പ്രദ്യുമ്നായ നമഃ, ഓം അനിരുദ്ധായ നമഃ, ഓം പുരുഷോത്തമായ നമഃ, ഓം
അയോക്ഷജായ നമഃ, ഓം നാരസിംഹായ നമഃ, ഓം അച്യുതായ നമഃ, ഓം
ജനാർധനായ നമഃ, ഓം ഉപേന്ദ്രായ നമഃ, ഓം ഹരയേ നമഃ, ഓം
ശ്രീകൃഷ്ണായ നമഃ, ഓം ശ്രീകൃഷ്ണ പരബ്രഹ്മണേ നമോ നമഃ

ഭൂതോച്ചാസന

ഉത്തിഷ്ഠംതു | ഭൂത പിശാചാ | യേ തേ ഭൂമിഭാരകാഃ | യേ തേഷാ
മവീരോധേന | ബ്രഹ്മകർമ്മ സമാരഭേ | ഓം ഭൂർഭൂവസ്സുവഃ |
ദൈവീ ഗായത്രി ചന്ദഃ പ്രാണായാമേ വിനിയോഗഃ

പ്രാണായാമഃ

ഓം ഭൂഃ | ഓം ഭൂവഃ | ഓഗ്മ് സുവഃ | ഓം മഹഃ | ഓം ജനഃ | ഓം തപഃ |
ഓഗ്മ് സത്യമ് |
ഓം തഥ്സ'വിതുരവരേ'ണ്യം ഭർഗോ' ഭേവസ്യ' യീമഹി |
ധിയോ യോ നഃ പ്രചോദയാ'ത് ||
ഓമാപോ ജ്യോതീ രസോഽമൃതം ബ്രഹ്മ ഭൂ-ർഭൂവ-സ്സുവരോമ് ||

സംകല്പഃ

മമോപാന്ത, ദുരിത ക്ഷയദാരാ, ശ്രീ പരമേശ്വര മുദ്രിസ്യ, ശ്രീ പരമേശ്വര
പ്രീത്യർഥം, ശുഭേ, ശോഭനേ, അഭ്യുദയ മുഹൂർത്തേ, ശ്രീ മഹാവിഷ്ണോ
രാജന്യാ, പ്രവർത്ത മാനസ്യ, അദ്യ ബ്രഹ്മണഃ, ദ്വിതീയ പരാർഥേ, ശ്വേതവരാഹ
കല്പേ, വൈവശ്വത മന്വന്തരേ, കലിയുഗേ, പ്രഥമ പാദേ, ഭാരത ദേശഃ - ജംബൂ
ദ്വീപേ, ഭരത വർഷേ, ഭരത ഖന്ഡേ, മേരോഃ ദക്ഷിണ/ഉത്തര ദിഗ്ഭാഗേ;

അമേരിക്ക - ക്രൂഘ ദ്വീപേ, രമണക വർഷേ, ഐന്ദ്രിക ഖണ്ഡേ, സപ്ത സമുദ്രാന്തരേ, കപിലാരണ്യേ, ശോഭന ഗൃഹേ, സമസ്ത ദേവതാ ബ്രാഹ്മണ, ഹരിഹര ഗുരുചരണ സന്നിമു, അസ്മിൻ, വർത്തമാന, വ്യാവഹാരിക, ചാന്ദ്രമാന, ... സംവത്സരേ, ... അയനേ, ... ഋതേ, ... മാസേ, ... പക്ഷേ, ... തിമു, ... വാസരേ, ... ശുഭ നക്ഷത്ര, ശുഭ യോഗ, ശുഭ കരണ, ഏവംഗുണ, വിശേഷണ, വിശിഷ്ടായാം, ശുഭ തിമു, ശ്രീമാൻ, ... ഗോത്രം, ... നാമധേയം, ... ഗോത്രസ്യ, ... നാമധേയോഹംഃ പ്രാതഃ/മധ്യാഹ്നിക/സായം സംധ്യാമ് ഉപാസിഷ്യേ ||

മാർജനഃ

ഓം ആപോ ഹിഷ്ഠാ മ'യോഭുവഃ' | താ ന' ഊർജേ ദ'ധാതന | മഹേരണായ ചക്ഷ'സേ | യോ വഃ' ശിവത'മോ രസഃ' | തസ്യ' ഭാജയതേ ഹ നഃ | ഉഷതീരി'വ മാതരഃ' | തസ്മാ അര'ങ്ഗ മാമ വഃ | യസ്യ ക്ഷയാ'യ ജി'ന്വഥ | ആപോ' ജനയ'മാ ച നഃ |

പ്രാതഃ കാല മന്ത്രാചമനഃ

സൂര്യ ശ്വ, മാമന്യു ശ്വ, മന്യുപതയ ശ്വ, മന്യു'ക്യതേഭ്യഃ | പാപേഭ്യോ' രക്ഷന്താമ് | യദ്രാത്ര്യാ പാപ' മകാർഷമ് | മനസാ വാചാ' ഹസ്താഭ്യാമ് | പദ്ഭ്യാ മുദരേ'ണ ശിശ്ഞ്ചാ | രാത്രി സ്മദ'വലുന്വതു | യത്കിഞ്ച' ദുരിതം മയി' | ഇദമഹം മാ മമ്യ'ത യോ നു | സൂര്യേ ജ്യോതിഷി ജുഹോ'മി സ്വാഹാ' ||

മധ്യാഹ്ന കാല മന്ത്രാചമനഃ

ആപഃ' പുനന്തു പുഥിവിം പു'ഥിവി പുതാ പു'നാന്തു മാമ് | പുനന്തു ബ്രഹ്മ'ണസ്പതി ര്ബ്രഹ്മാ' പുതാ പു'നാന്തു മാമ് | യദുച്ഛി'ഷ്ട മഭോ'ജ്യം യദാ' ദുശ്ചരി'തം മമ' | സരവം' പുനന്തു മാ മാപോ' ഉസതാ ഞ' പ്രതിഗ്രഹഗ്ല്യ് സ്വാഹാ' ||

സായംകാല മന്ത്രാചമനഃ

അഗ്നി ശ്വ മാ മന്യു ശ്വ മന്യുപതയ ശ്വ മന്യു'ക്യതേഭ്യഃ | പാപേഭ്യോ' രക്ഷന്താമ് | യദഹ്നാ പാപ' മകാർഷമ് | മനസാ വാചാ' ഹസ്താഭ്യാമ് | പദ്ഭ്യാ മുദരേ'ണ ശിശ്ഞ്ചാ | അഹ സ്മദ'വലുന്വതു | യ ത്കിഞ്ച' ദുരിതം മയി' | ഇദ മഹം മാ മമ്യ'ത യോനു | സത്യേ ജ്യോതിഷി ജുഹോ'മി സ്വാഹാ ||

ആചമ്യ (ഓം കേശവായ സ്വാഹാ, ... ശ്രീ കൃഷ്ണ പരബ്രഹ്മണേ നമോ നമഃ)

ദീതീയ മാർജനഃ

ദധി ക്രാവണ്ണോ' അകാരിഷമ് | ജിഷ്ണോ രശ്വ'സ്യ വാജി'നഃ |

സുരഭിനോ മുഖാ'കരത്പ്രണ ആയാഗ്ഷി താരിഷത് ||

ഓം ആപോ ഹിഷ്ഠാ മ'യോഭുവഃ' | താ ന' ഊർജേ ദ'ധാതന | മഹേരണായ
ചക്ഷ'സേ | യോ വഃ ശിവത'മോ രസഃ' | തസ്യ' ഭാജയതേ ഹ നഃ | ഉഷതീരി'വ
മാതരഃ' | തസ്മാ അര'ങ്ഗ മാമ വഃ | യസ്യ ക്ഷയാ'യ ജി'ന്വഥ | ആപോ'
ജനയ'മാ ച നഃ |

പുനഃ മാർജനഃ

ഹിര'ണ്യവർണാ ശ്ലുച'യഃ പാവകാഃ യാ സു'ജാതഃ കശ്യപോ യാ സ്വിന്ദഃ' |
അഗ്നിം യാ ഗർഭ'ന്-ദധിരേ വിരൂ'പാ സ്താന ആപശ്ശഗ്ഗ് സ്വോനാ ഭ'വന്തു |
യാ സാഗ്ം രാജാ വരു'ണോ യാതി മധ്യേ' സത്യാന്യതേ അ'വപശ്യും
ജനാ'നാമ് | മധു ശ്ചുതശ്ശുച'യോ യാഃ പാവകാ സ്താന ആപശ്ശഗ്ഗ് സ്വോനാ
ഭ'വന്തു | യാസാം ദേവാ ദിവി ക്വണ്വന്തി' ഭക്ഷം യാ അന്തരി'ക്ഷേ ബഹുമാ
ഭവ'ന്തി | യാഃ പൃ'ഥിവിം പയ'സോന്ദന്തി' ശ്ലുക്രാസ്താന ആപശ്ശഗ്ഗ് സ്വോനാ
ഭ'വന്തു | യാഃ ശിവേന'മാ ചക്ഷു'ഷാ പശ്യതാപശ്ശി'വയാ' തനു
വോപ'സ്പൃശത തച'മ്മേ | സവാഗ്'മ് അഗ്നിഗ്'മ് ര'പ്സുഷദോ' ഹുവേ
വോ മയി വർ'ചോ ബല മോജോ നിധ'ത്ത ||

പാപവിമോചനം

ദ്രുപദാ ദി'വ മുഞ്ചതു | ദ്രുപദാ ദിവേ നു'മുചാനഃ |
സ്വിന സ്തനാ'തീ മലാ' ദിവഃ | പൂതം പവിത്രേ'ണേ വാജ്യ'മ് ആപ' ശ്ശുന്ദന്തു
മൈന'സഃ ||

ആചമ്യ (ഓം കേശവായ സ്വാഹാ,... ശ്രീ കൃഷ്ണ പരബ്രഹ്മണേ നമോ നമഃ)
പ്രാണായാമമ്യ

ലഘുസംകല്പഃ

പുരോക്ത ഏവംഗുണ വിശേഷണ വിശിഷ്ഠായാം ശുഭതിമൗ മമോപാത്ത
ദുരിത ക്ഷയദാരാ ശ്രീ പരമേശ്വര മുദ്രിസ്യ ശ്രീ പരമേശ്വര പ്രീത്യർഥം
പ്രാതസ്സന്ധ്യാംഗ യഥാ കാലോചിത അർഘ്യപ്രദാനം കരിഷ്യേ ||

പ്രാതഃ കാലാർഘ്യ മന്ത്രം

ഓം ഭൂർഭുവസ്സുവഃ തഥ്സ'വിതുരപരേ'ണ്യം ഭർഗോ' ദേവസ്യ' ധീമഹി |
ധിയോ യോ നഃ' പ്രചോദയാ'ത് || 3 ||

മധ്യാഹ്നാർഘ്യ മന്ത്രം

ഓം ഹഗ്ം സശ്ശു'ചിഷ ദ്വസു'രംതരിക്ഷസ ദോതാ' വേദിഷദതി'ഥി
ർദുരോണസത് | നൃഷ ദ്വ'രസ ദ്യു'തസ ദ്യോ'മ സദബ്ജാ ഗോജാ ളു'തജാ

അദ്വിജാ ഋതമ്-ബൃഹത് ||

സായം കാലാർഘ്യ മന്ത്രം

ഓം ഭൂർഭുവസ്സുവഃ തമ്സ'വിതുരാരേണ്യം ഭർഗോ'ദേവസ്യ'ധീമഹി |
ധിയോ യോ നഃ പ്രചോദയാ'ത് || ഓം ഭൂഃ | ഓം ഭുവഃ | ഓഗ്മ് സുവഃ | ഓം
മഹഃ | ഓം ജനഃ | ഓം തപഃ | ഓഗ്മ് സത്യമ് | ഓം തമ്സ'വിതുരാരേണ്യം
ഭർഗോ'ദേവസ്യ'ധീമഹി | ധിയോ യോ നഃ പ്രചോദയാ'ത് || ഓമാപോ
ജ്യോതീ രസോഽമൃതം ബ്രഹ്മ ഭൂ-ർഭുവ-സ്സുവരോമ് ||

സജല പ്രദക്ഷിണം

ഓം ഉദ്യന്ത'മസ്തം യന്ത'മാദിത്യ മ'ഭിമ്യായ ന്കുരന്-ബ്രാ'ഹ്മണോ വിദാന്
ത്സകല'മ്-ഭദ്രമ'ശ്നുതേ അസാവാ'ദിത്യോ ബ്രഹ്മേതി || ബ്രഹ്മൈവ സന്-
ബ്രഹ്മാപ്യേതി യ ഏവം വേദ || അസാവാദിത്യോ ബ്രഹ്മ ||

ആചമ്യ (ഓം കേശവായ സ്വാഹാ, ... ശ്രീ കൃഷ്ണ പരബ്രഹ്മണേ നമോ നമഃ)

സംധ്യാംഗ തർപ്പണം

പ്രാതഃകാല തർപ്പണം

സംധ്യാം തർപ്പയാമി, ഗായത്രിം തർപ്പയാമി, ബ്രാഹ്മീം തർപ്പയാമി, നിമുജീം
തർപ്പയാമി ||

മധ്യാഹ്ന തർപ്പണം

സംധ്യാം തർപ്പയാമി, സാവിത്രിം തർപ്പയാമി, രൗദ്രീം തർപ്പയാമി, നിമുജീം
തർപ്പയാമി ||

സായംകാല തർപ്പണം

സംധ്യാം തർപ്പയാമി, സരസ്വതീം തർപ്പയാമി, വൈഷ്ണവീം തർപ്പയാമി,
നിമുജീം തർപ്പയാമി ||

ഗായത്രി അവാഹന

ഓമിത്യേകാക്ഷരം ബ്രഹ്മ | അഗ്നിർദേവതാ ബ്രഹ്മ' ഇത്യാർഷമ് | ഗായത്രം
ഛന്ദഃ പരമാത്മം സർവ്വമ് | സായുജ്യം വി'നിയോഗമ് ||

ആയാ'തു വര'ദാ ദേവി അക്ഷരം' ബ്രഹ്മസംമിതമ് | ഗായത്രിം' ഛന്ദഃസാം
മാതേദം ബ്രഹ്മ ജുഷസ്വ'മേ | യദഹ്നാ'ത്-കുരു'തേ പാപം തദഹ്നാ'ത്-
പ്രതിമുച്യ'തേ | യദ്രാത്രിയാ'ത്-കുരു'തേ പാപം തദ്രാത്രിയാ'ത്-പ്രതിമുച്യ'തേ
| സർവ' വർണ്ണേ മ'ഹാദേവി സംധ്യാവി'ദ്യേ സരസ്വ'തി ||

ഓജോ'ഉസി സഹോ'ഉസി ബല'മസി ഭ്രാജോ'ഉസി ദേവാനാം ധാമനാമാ'സി
 വിശ്വ'മസി വിശ്വായു-സ്സുര'മസി സുരായു-രഭിഭൂരോമ് | ഗായത്രി-
 മാവാ'ഹയാമി സാവിത്രി-മാവാ'ഹയാമി സരസ്വതീ-മാവാ'ഹയാമി
 ഛന്ദര'ഷീ-നാവാ'ഹയാമി ശ്രിയ-മാവാഹ'യാമി ഗായത്രിയാ ഗായത്രി ച്ഛന്ദോ
 വിശ്വാമിത്രേഷി സ്സവിതാ ദേവതാഉഗ്നിർ-മുഖം ബ്രഹ്മാ ശിരോ വിഷ്ണുർ-
 ഹൃദയഗ്മ് രുദ്ര-ശ്ശിവാ പൃഥിവി യോനിഃ പ്രാണാപാന വ്യാനോദാന
 സമാനാ സപ്രാണാ ശ്വേതവർണാ സാംഖ്യായന സഗോത്രാ ഗായത്രി
 ചതുരപിഗ്മ് ശത്യക്ഷരാ ത്രിപദാ' ഷട്-കൃക്ഷിഃ പഞ്ച-ശീർഷോപനയനേ
 വി'ന്നിയോഗഃ | ഓം ഭൂഃ | ഓം ഭുവഃ | ഓഗ്മ് സുവഃ | ഓം മഹഃ | ഓം ജനഃ |
 ഓം തപഃ | ഓഗ്മ് സത്യമ് | ഓം തഥ്സ'വിതുരവരേ'ണ്യം ഭർഗോ' ദേവസ്യ'
 യീമഹി | ധിയോ യോ നഃ' പ്രചോദയാ'ത് || ഓമാപോ ജ്യോതീ രസോഉമൃതം
 ബ്രഹ്മ ഭൂ-ർഭുവ-സ്സുവരോമ് ||

ആചമ്യ (ഓം കേശവായ സ്വാഹാ,... ശ്രീ കൃഷ്ണ പരബ്രഹ്മണേ നമോ നമഃ)

ജപസംകല്പഃ

പുരോക്ത ഏവംഗുണ വിശേഷണ വിശിഷ്ഠായാം ശുഭതിമൗ മമോപാത്ത
 ദുരിത ക്ഷയദാരാ ശ്രീ പരമേശ്വര മുദ്ദിസ്യ ശ്രീ പരമേശ്വര പ്രീത്യർഥം
 സംധ്യാംഗ യഥാശക്തി ഗായത്രി മഹാമന്ത്ര ജപം കരിഷ്യേ ||

കരന്യാസഃ

ഓം തഥ്സ'വിതുഃ ബ്രഹ്മാത്മനേ അംഗുഷ്ടാഭ്യാം നമഃ |
 വരേ'ണ്യം വിഷ്ണവാത്മനേ തർജ്ജനീഭ്യാം നമഃ |
 ഭർഗോ' ദേവസ്യ' രുദ്രാത്മനേ മധ്യമാഭ്യാം നമഃ |
 യീമഹി സത്യാത്മനേ അനാമികാഭ്യാം നമഃ |
 ധിയോ യോ നഃ' ജ്ഞാനാത്മനേ കനിഷ്ഠികാഭ്യാം നമഃ |
 പ്രചോദയാ'ത് സരാത്മനേ കരതല കരപൃഷ്ടാഭ്യാം നമഃ |

അംഗന്യാസഃ

ഓം തഥ്സ'വിതുഃ ബ്രഹ്മാത്മനേ ഹൃദയായ നമഃ |
 വരേ'ണ്യം വിഷ്ണവാത്മനേ ശിരസേ സ്വാഹാ |
 ഭർഗോ' ദേവസ്യ' രുദ്രാത്മനേ ശിഖായൈ വഷട് |
 യീമഹി സത്യാത്മനേ കവചായ ഹൂമ് |
 ധിയോ യോ നഃ' ജ്ഞാനാത്മനേ നേത്രത്രയായ വൗഷട് |
 പ്രചോദയാ'ത് സരാത്മനേ അസ്ത്രായഹട് |
 ഓം ഭൂർഭുവസ്സുവരോമിതി ദിഗ്ഭസഃ |

ധ്യാനമ്

മുക്താവിദ്വേദം ഹേമനീല ധവളച്ചായൈർ-മുഖൈ സ്ത്രീക്ഷണൈഃ ।
യുക്താമിന്ദുനി ബദ്ധ രത്ന മകുടാം തത്പാർഥ വർണാത്മികാമ് ।
ഗായത്രിം വരദാഭയാങ്കുശ കശാശ്ശുഭ്രകപാലങ്ഗദാമ് ।
ശബ്ദബ്രഹ്മ മധാരവിന്ദ യുഗളം ഹസ്തൈരവഹന്തി ഭജേ ॥

ചതുരപിംശതി മുദ്രാ പ്രദർശനം

സുമുഖം സംപൂടിംചൈവ വിതതം വിസ്തൃതം തഥാ ।
ദിമുഖം ത്രിമുഖംചൈവ ചതുഃ പഞ്ച മുഖം തഥാ ।
ഷണ്മുഖോഽഥോ മുഖം ചൈവ വ്യാപകാഞ്ജലികം തഥാ ।
ശകടം യമപാശം ച ഗ്രഥിതം സമ്മുഖോന്മുഖമ് ।
പ്രലംബം മുഷ്ടികം ചൈവ മത്സ്യഃ കൂർമോ വരാഹകമ് ।
സിംഹാക്രാന്തം മഹാക്രാന്തം മുദ്ഗരം പല്ലവം തഥാ ।

ചതുരപിംശതി മുദ്രാ വൈ ഗായത്ര്യാം സുപ്രതിഷ്ഠിതാഃ ।
ഇതിമുദ്രാ ന ജാനാതി ഗായത്രി നിഷ്ഫലാ ഭവേത് ॥

യോ ദേവ സ്തുവിതാമസ്മാകം ധിയോ ധർമാദിഗോചരാഃ ।
പ്രേരയേത്തസ്യ യദ്ഭർഗസ്ത ദ്വരേണ്യ മുപാസ്മഹേ ॥

ഗായത്രി മന്ത്രം

ഓം ഭൂർഭുവസ്സുവഃ തഥ്സ'വിതുരവരേ'ണ്യം ഭർഗോ' ദേവസ്യ' ധീമഹി ।
ധിയോ യോ നഃ' പ്രചോദയാ'ത് ॥

അഷ്ടമുദ്രാ പ്രദർശനം

സുരഭീർ-ജ്ഞാന ചക്രേ ച യോനിഃ കൂർമോഽഥ പങ്കജമ് ।
ലിങ്ഗം നിര്യാണ മുദ്രാ ചേത്യഷ്ട മുദ്രാഃ പ്രകീർത്തിതാഃ ॥
ഓം തത്സദ്-ബ്രഹ്മാർപണമസ്തു ।

ആചമ്യ (ഓം കേശവായ സ്വാഹാ,...ശ്രീ കൃഷ്ണ പരബ്രഹ്മണേ നമോ നമഃ)

ദിഃ പരിമുജ്യ ।
സക്യദുപ സ്തപ്യശ്യ ।
യത്സവ്യം പാണിമ് ।
പാദമ് ।
പ്രോക്ഷതി ശിരഃ ।
ചക്ഷുഷീ ।
നാസികേ ।
ശ്രോത്രേ ।

ഹൃദയമാലഭ്യ |

പ്രാതഃകാല സൂര്യോപസ്ഥാനം

ഓം മിത്രസ്യ' ചർഷണീ ധൃത ശ്രവോ' ദേവസ്യ' സാന സിമ് | സത്യം ചിത്രശ്ര' വസ്തമമ് | മിത്രോ ജനാൻ' യാതയതി പ്രജാനൻ-മിത്രോ ദാ'ധാര പൃഥ്വിവീ മുതദ്യാമ് | മിത്രഃ കൃഷ്ണീ രനി'മിഷാഉഭി ച'ഷ്ടേ സത്യായ' ഹവ്യം ഘൃതവ'ദ്രിയേമ | പ്രസമി'ത്രേ മർത്യോ' അസ്തു പ്രയ'സ്യാ നൃസ്മത' ആദിത്യ ശിക്ഷ'തി വ്രതേന' | ന ഹ'ന്യത്രേ ന ജീ'യത്രേ തോതോ'നൈന മഗ്ംഹോ' അശ്നോ തൃന്തി'തോ ന ഭൂരാത് ||

മധ്യാഹ്ന സൂര്യോപസ്ഥാനം

ഓം ആ സത്യേന രജ'സാ വർത'മാനോ നിവേശ'യ ന്നമൃതം മർത്യ'ഞ്ച | ഹിരണ്യയേ'ന സവിതാ രഥേനാഉദേവോ യാ'തി ഭുവ'നാ നിപശ്യൻ' ||

ഉദയ നമ'സ സ്പരി പശ്യ'ന്തോ ജ്യോതി രുത്ത'രമ് | ദേവൻ-ദേ'വത്രാ സൂര്യ മഗ'ന്മ ജ്യോതി' രുത്തമം ||

ഉദൃത്യം ജാതവേ'ദസം ദേവം വ'ഹന്തി കേതവഃ' | ദൃശേ വിശ്വാ' യ സൂര്യ'മ് || ചിത്രം ദേവാനാ മുദ'ഗാ ദനീ'കം ചക്ഷു'ർ-മിത്രസ്യ വരു'ണ സ്പാശേഃ | അപ്രാ ദ്യാവാ' പൃഥ്വിവീ അന്തരി'ക്ഷഗ്മ് സൂര്യ' ആത്മാ ജഗ'ത സ്തസ്മുഷ'ശ്ച ||

തച്ചക്ഷു'ർ-ദേവഹി'തം പുരസ്താ'ച്ചുക മുച്ചര'ത് | പശ്യേ'മ ശരദ'ശ്ശതം ജീവേ'മ ശരദ'ശ്ശതം നന്ദാ'മ ശരദ'ശ്ശതം മോദാ'മ ശരദ'ശ്ശതം ഭവാ'മ ശരദ'ശ്ശതഗ്മ് ശൂണവാ'മ ശരദ'ശ്ശതം പബ്ര'വാമ ശരദ'ശ്ശതമജീ'താസ്യാമ ശരദ'ശ്ശതം ജോക്ച സൂര്യം' ദൃഷേ || യ ഉദ'ഗാന്മഹതോ'ഉർണവാ' ദ്വിഭ്രാജ'മാന സ്തരിരസ്യ മധ്യാ'മ്സമാ' വൃഷഭോ ലോ'ഹിതാക്ഷസൂര്യോ' വിപശ്ചിന്മന'സാ പുനാതു ||

സായംകാല സൂര്യോപസ്ഥാനം

ഓം ഇമമ്മേ' വരുണ ശ്യധീ ഹവ'മദ്യാ ച' മൃധയ | ത്വാ മ'വസ്യു രാച'കേ || തത്വാ' യാമി ബ്രഹ്മ'ണാ വന്ദ'മാന സ്മത ദാശാ'സ്മതേ യജ'മാനോ ഹവിർഭിഃ' | അഹേ'ഡമാനോ വരുണേഹ ബോധ്യുരു'ശഗ്ം സമാ'ന ആയുഃ പ്രമോ'ഷിഃ ||

യച്ചിദ്ധിതേ വിശോയമാ പ്രദേവ വരുണവ്രതമ് | മിനീമസിദ്യ വിദ്യവി | യത്കിഞ്ചേദം വരുണദൈവ്യേ ജനേഭിദ്രോഹ മനുഷ്യാശ്ചരാമസി | അചിത്തേ യത്തവ ധർമായുയോപി മമാന സ്മതസ്മാ ദേനസോ ദേവരീരിഷഃ

। കിതവാസോ യദ്രിപൂർന്നദീവി യദാഘാ സത്യമുതയന്ന വിദ്മ ।
സവാതാവിഷ്യ ശിധിരേവദേവാ മാതേസ്യാമ വരുണ പ്രിയാസഃ ॥

ദീഗ്ദേവതാ നമസ്കാരഃ

ഓം നമഃ പ്രാചൈ്യ ദിശേ യാശ്ച ദേവതാ ഏതസ്യാഃ പ്രതിവസന്ത്യേ
താഭ്യശ്ച നമഃ ।

ഓം നമഃ ദക്ഷിണായൈ ദിശേ യാശ്ച ദേവതാ ഏതസ്യാഃ പ്രതിവസന്ത്യേ
താഭ്യശ്ച നമഃ ।

ഓം നമഃ പ്രതീചൈ്യ ദിശേ യാശ്ച ദേവതാ ഏതസ്യാഃ പ്രതിവസന്ത്യേ
താഭ്യശ്ച നമഃ ।

ഓം നമഃ ഉദീചൈ്യ ദിശേ യാശ്ച ദേവതാ ഏതസ്യാഃ പ്രതിവസന്ത്യേ
താഭ്യശ്ച നമഃ ।

ഓം നമഃ ഊർധ്വായൈ ദിശേ യാശ്ച ദേവതാ ഏതസ്യാഃ പ്രതിവസന്ത്യേ
താഭ്യശ്ച നമഃ ।

ഓം നമോഽധരാായൈ ദിശേ യാശ്ച ദേവതാ ഏതസ്യാഃ പ്രതിവസന്ത്യേ
താഭ്യശ്ച നമഃ ।

ഓം നമോഽവാന്തരാായൈ ദിശേ യാശ്ച ദേവതാ ഏതസ്യാഃ പ്രതിവസന്ത്യേ
താഭ്യശ്ച നമഃ ।

മുനി നമസ്കാരഃ

നമോ ഗന്ധാ യമുനയോർ-മധ്യേ യേ വസന്തി തേ മേ പ്രസന്നാത്മാന
ശിരഞ്ജീവിതം വർധയന്തി നമോ ഗന്ധാ യമുനയോർ-മുനിഭ്യശ്ച നമോ
നമോ ഗന്ധാ യമുനയോർ-മുനിഭ്യശ്ച നമഃ ॥

സംധ്യാദേവതാ നമസ്കാരഃ

സന്ധ്യായൈ നമഃ । സാവിത്രൈത്യേ നമഃ । ഗായത്രൈത്യേ നമഃ । സരസ്വതൈത്യേ നമഃ ।

സവാഭ്യോ ദേവതാഭ്യോ നമഃ । ദേവേഭ്യോ നമഃ । ഋഷിഭ്യോ നമഃ ।

മുനിഭ്യോ നമഃ । ഗുരുഭ്യോ നമഃ । പിതൃഭ്യോ നമഃ । കാമോഽകാർഷീർന്നമോ

നമഃ । മന്യു രകാർഷീർന്നമോ നമഃ । പൃഥ്വിയാപസ്തേജോ വായുരാകാശാത്

നമഃ । ഓം നമോ ഭഗവതേ വാസുദേവായ । യാഗ്മീ സദാ സർവഭൂതാനി

ചരാണി സ്ഥാവരാണി ച । സായം പ്രാത ര്നമസ്യന്തി സാ മാ

സന്ധ്യാഽഭിരക്ഷതു ॥

ശിവായ വിഷ്ണുരൂപായ ശിവരൂപായ വിഷ്ണവേ ।

ശിവസ്യ ഹൃദയം വിഷ്ണുരപിഷ്ണോശ്ച ഹൃദയം ശിവഃ ॥

യഥാ ശിവമയോ വിഷ്ണുരേവം വിഷ്ണുമയഃ ശിവഃ ।

യഥാഽന്തരം ന പശ്യാമി തഥാ മേ സ്വസ്തിരായുഷി ॥

നമോ ബ്രഹ്മണ്യ ദേവായ ഗോ ബ്രഹ്മണ ഹിതായ ച ।

ജഗദ്ധിതായ കൃഷ്ണായ ഗോവിന്ദായ നമോ നമഃ ॥

ഗായത്രി ഉദ്യാസന (പ്രസ്ഥാനം)

ഉത്തമേ ശിവ'രേ ജാതേ ഭൂമ്യാം പ'രമമൂർ'മ'നി । ബ്രാഹ്മണേ'ഭ്യോഽഭ്യ'നു
ജ്ഞാതാ ഗ'ച്ഛദേ'വി യഥാസു'ഖമ് । സ്തുതോ മയാ വരദാ വേ'ദമാതാ
പ്രചോദയന്തീ പവനേ' ദിജാതാ । ആയുഃ പൃഥിവ്യാം ദ്രവിണം
ബ്ര'ഹ്മവർ'ചസം മഹ്യാം ദത്വാ പ്രജാതും ബ്ര'ഹ്മലോകമ് ॥

നമോഽസ്ത്വനന്തായ സഹസ്രമൂർത്തയേ സഹസ്ര പാദാക്ഷി ശിരോരു
ബാഹവേ ।

സഹസ്ര നാമ്നേ പുരുഷായ ശാശ്വതേ സഹസ്രകോടീ യുഗ ധാരിണേ നമഃ ॥

ഇദം ദ്യാ'വാ പൃഥിവീ സത്യമ'സ്തു । പിതർ-മാതര്യദി ഹോപ' ബൃവേവാ'മ്
।

ഭൂതം ദേവാനാ' മവമേ അവോ'ഭിഃ । വിദ്യാ മേഷം വൃജിനം' ജീരദാ'നുമ് ॥

ആകാശാത്-പതിതം തോയം യഥാ ഗച്ഛതി സാഗരമ് ।

സരവദേവ നമസ്കാരഃ കേശവം പ്രതിഗച്ഛതി ॥

ശ്രീ കേശവം പ്രതിഗച്ഛത്യോന്നമ ഇതി ।

സരവദേവേഷു യത്പുണ്യമ് । സരതീർമേഷു യത്ഫലമ് ।

തത്ഫലം പുരുഷ ആപ്നോതി സ്തുതാദേവം ജനാർധനമ് ॥

സ്തുതാദേവം ജനാർധന ഓം നമ ഇതി ॥

വാസനാദ്-വാസുദേവസ്യ വാസിതം തേ ജയത്രയമ് ।

സരഭൂത നിവാസോഽസി ശ്രീവാസുദേവ നമോഽസ്തുതേ ॥

ശ്രീ വാസുദേവ നമോഽസ്തുതേ ഓം നമ ഇതി ।

അഭിവാദഃ (പ്രവര)

ചതുസ്സാഗര പര്യന്തം ഗോ ബ്രാഹ്മണേഭ്യഃ ശുഭം ഭവതു । ...പ്രവരാനിത ...

ഗോത്രഃ ... സൂത്രഃ ... വേദ ശാഖാധ്യായീ ... അഹം ഭോ അഭിവാദയേ ॥

ഈശ്വരാർപണം

കായേന വാചാ മനസേംദ്രിയൈരപാ । ബുദ്ധ്യാഽഽത്മനാ വാ പ്രകൃതേ
സ്സഭാവാത് ।

കരോമി യദ്യത്-സകലം പരസ്മൈ ശ്രീമന്നാരായണായേതി സമർപയാമി ॥

ഹരിഃ ഓം തത്സത് । തത്സരവം ശ്രീ പരമേശ്വരാർപണമസ്തു ।