ಸಂಧ್ಯಾ ಮಂತ್ರ

ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ತಾತ್ಪರ್ಯ ಸಮೇತ

ಯಜುರ್ವೇದ

(ಬೋಧಾಯನ ಶಾಖೆ)

ಮತ್ತು

ನಿತ್ಯ ಗೌರಿ ಪೂಜಾಕ್ರಮ

ಜ್ಞಾನಾನಂದೇಂದ್ರಸರಸ್ವತೀ ಸ್ವಾಮೀಜಿ

ಮುದ್ರಕರು

ಎ.ವಿ.ವಿ. ಕಂಪ್ಯೂಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್

#176/ಸಿ ಎಸ್.ಎನ್.ಪಂಡಿತ್ ಗಲ್ಲಿ,

ಉತ್ತಾರಾದಿ ಮಠ ರಸ್ತೆ, ಖಿಲ್ಲೆ ಮೊಹಲ್ಲಾ

ಮೈಸೂರು-570004

ಫೋನ್ ನಂ. 9980945259

ಸಂಧ್ಯಾ ಮಂತ್ರ

ಅರ್ಥ ಮತ್ತು ತಾತ್ಪರ್ಯ ಸಮೇತ

ಯಜುರ್ವೇದ

(ಬೋಧಾಯನ ಶಾಖೆ)

ಮತ್ತು

ನಿತ್ಯ ಗೌರಿ ಪೂಜಾಕ್ರಮ

ಜ್ಞಾನಾನಂದೇಂದ್ರಸರಸ್ವತೀ ಸ್ವಾಮೀಜಿ

ಮುದ್ರಕರು

ಎ.ಬಿ.ಬಿ. ಕಂಪ್ಯೂಗ್ರಾಫಿಕ್ಸ್

#176/ಸಿ ಎಸ್.ಎನ್.ಪಂಡಿತ್ ಗಲ್ಲಿ,

ಉತ್ತಾರಾದಿ ಮಠ ರಸ್ತೆ, ಖಿಲ್ಲೆ ಮೊಹಲ್ಲಾ

ಮೈಸೂರು–570004

ಫೋನ್ ನಂ. 9980945259

ಆಧಾರ ಗ್ರಂಥ:
ಮೈಸೂರು ಓರಿಯಂಟಲ್ ಲೈಬ್ರರಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ
ಬೋಧಾಯನ ಧರ್ಮಸೂತ್ರ, ಪುಟ 216

ಈ ಗ್ರಂಥದ ಸಮಸ್ತ ಹಕ್ಕು:
ಶ್ರೀಜ್ಞಾನಾನಂದೇಂದ್ರ ಸರಸ್ವತೀ ಸ್ವಾಮಿಗಳ
ಪೂರ್ವಾಶ್ರಮದ (ವೇ॥ಬ್ರ॥ಶ್ರೀ॥ ಮೈಸೂರಿನ ಎಸ್. ವಿಟ್ಠಲ ಶಾಸ್ತ್ರೀಗಳವರ)
ಮಕ್ಕಳು ಶ್ರೀ ವೈ.ವಿ. ಶಂಕರನಾರಾಯಣರದ್ದಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಥಮ ಮುದ್ರಣ–1981
ದ್ವಿತೀಯ ಮುದ್ರಣ–1999
ತೃತೀಯ ಮುದ್ರಣ–2017
ಬೆಲೆ ರೂ. 25–00

ಪ್ರಕಾಶಕರು
ವೈ.ವಿ. ಶಂಕರನಾರಾಯಣ
38/ಬಿ, 2ನೇ ಕ್ರಾಸ್
ಕಾಳೀದಾಸ ರಸ್ತೆ, ಜಯಲಕ್ಷ್ಮಿಪುರಂ,
ಮೈಸೂರು–570012
ದೂರವಾಣಿ–2514080

ಪೀಠಿಕೆ

ಕೆಲವು ಜನ ಬೋಧಾಯನ ಶಾಖೆಯವರು "ಸಂಧ್ಯಾಮಂತ್ರಗಳ ಅರ್ಥವನ್ನೂ ತಾತ್ಪರ್ಯವನ್ನೂ ಬರೆದು ಅಚ್ಚುಹಾಕಿಸಿದರೆ ನಮಗೆ ತುಂಬ ಉಪಕಾರವಾಗುತ್ತದೆ; ನೀವು ಸಂಧ್ಯಾಮಂತ್ರಗಳ ಅರ್ಥವನ್ನೂ ತಾತ್ಪರ್ಯವನ್ನೂ ಬರೆದು ಅಚ್ಚುಹಾಕಿಸಿ' ಎಂದು ಹೇಳಿದ ಮೇರೆಗೆ ಸಂಧ್ಯಾಮಂತ್ರಗಳನ್ನೂ ಅರ್ಥ, ತಾತ್ಪರ್ಯಗಳನ್ನೂ ಬರೆದು ಅಚ್ಚುಹಾಕಿಸಿರುತ್ತೇನೆ. ಜನರು ಇದನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಅರ್ಥವತ್ತಾಗಿ ಸಂಧ್ಯಾಮಾಡಿದರೆ ನನ್ನ ಶ್ರಮ ಸಾರ್ಥಕವಾಗುತ್ತದೆ.

"ಸಂಧ್ಯೆಯು ಸಹಸ್ರವಿಧ" ಎಂಬ ವಾಕ್ಯವನ್ನು ಕೇಳಿರಬಹುದು. ನಾನು ಬರೆದಿರುವುದು ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಂತ್ಯದಲ್ಲಿ ರೂಢಿಯಲ್ಲಿರುವಂತೆ ಬರೆದಿದ್ದೇನೆ. ಬೇರೆ ಕಡೆಯಲ್ಲಿರುವವರ ಕ್ರಮವು ಬದಲಾಯಿಸಿರಬಹುದು, ವಾಕ್ಯಗಳು ಬದಲಾಯಿಸಿರಬಹುದು. ಮಂತ್ರಗಳು ಮಾತ್ರ ಬದಲಾಯಿಸಿರುವುದಿಲ್ಲ. ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಕ್ರಮದಂತೆ ಬದಲಾಯಿಸಿಕೊಂಡು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

ಕೆಲವು ಹೆಂಗಸರು ನಿತ್ಯಗೌರೀಪೂಜಾಕ್ರಮವನ್ನೂ ಜಪವನ್ನೂ ಬರೆದು ಅಚ್ಚುಹಾಕಿಸಿ ಎಂದು ಕೇಳಿಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನೂ ಬರೆದು ಅಚ್ಚುಹಾಕಿಸಿದ್ದೇನೆ. ಇದನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಪೂಜಾಜಪಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ನಾನು ಬರೆದದ್ದು ಸಾರ್ಥಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೋಧಾಯನಸಂಧ್ಯಾ ಕೈಬರಹದ ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ಆಮೂಲಾಗ್ರವಾಗಿ ನೋಡಿ ಶೋಧಿಸಿ ಪ್ರೂಫನ್ನು ನೋಡಿ ತಿದ್ದಿದ ಅಧ್ಯಾತ್ಮವಿದ್ಯಾಪ್ರವೀಣ ಶ್ರೀ ಕೆ.ಜಿ. ಸುಬ್ರಾಯಶರ್ಮರಿಗೆ ಭಗವಾನ್ ನಾರಾಯಣನು ಶ್ರೇಯಸ್ಸನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಲೆಂದು ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಬೆಂಗಳೂರು
ದುರ್ಮತಿನಾಮ ಸಂವತ್ಸರ
ಚೈತ್ರ ಶುದ್ಧ ಪ್ರತಿಪತ್ ಭಾನುವಾರ
5-4-1981

ಶ್ರೀ ಜ್ಞಾನಾನಂದೇಂದ್ರಸರಸ್ವತೀ
ಸ್ವಾಮೀಜಿ

ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನ ವಿಧಿಃ

ಬುದ್ಧಿವಂತನು ಪೂರ್ವಮುಖನಾಗಿ ನಿಂತು ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ಬೊಗಸೆಯಿಂದ ನೀರನ್ನು ತುಂಬಿಕೊಂಡು ನೀರುನ್ನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹಾಕಬೇಕು. ಮಧ್ಯಾಹ್ನದಲ್ಲಿ ನೆಟ್ಟಗೆ ನಿಂತು ಹಾಕಬೇಕು. ಸಾಯಂಕಾಲದಲ್ಲಿ ಕೂತು ಕೊಂಡು ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಇದು ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಕ್ರಮವು.
ನದೀ, ಕೆರೆ, ಕಟ್ಟೆ ಮೊದಲಾದ ತೀರ್ಥಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ಸ್ನಾನ ಮಾಡದಿದ್ದರೂ ಕೈಕಾಲುಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ನೀರಿನಿಂದ ಅಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಿ ಸುರಭಿಮತಿ ಮಂತ್ರದಿಂದಲೂ, ಅಬ್ಲಿಂಗಗಳ ಮಂತ್ರದಿಂದಲೂ, ವರುಣದೇವತಾಕಮಂತ್ರಗಳಿಂದಲೂ, ಹಿರಣ್ಯವರ್ಣಾ ಎಂಬ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದಲೂ ಪಾವಮಾನೀಃ ಎಂಬ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದಲೂ, ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ ಎಂಬ ವಾಹೃತಿಗಳಿಂದಲೂ ಮತ್ತು ಬೇರೆ ಪವಿತ್ರತೆಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದಲೂ ತನ್ನನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಪರಿಶುದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಸರ್ವರೂ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಯೇ ಸ್ನಾನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆಯನ್ನೂ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳ ಬಹುದು. ಸಮಸ್ತ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವಾಗ ಸಂಧ್ಯೋಪಾಸನ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಮೊದಲೇ ಈ ಪವಿತ್ರ ಸಮೂಹದಿಂದ ತನ್ನನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಪರಿಶುದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾ

ಅಪವಿತ್ರಃ ಪವಿತ್ರೋ ವಾ ಸರ್ವಾವಸ್ಥಾಂ ಗತೋಽಪಿ ವಾ ।
ಯಸ್ಸ್ಮರೇತ್ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷಂ ಸಬಾಹ್ಯಾಭ್ಯಂತರಶ್ಶುಚಿಃ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಯಃ= ಯಾವನು, ಅಪವಿತ್ರಃ= ಅಶುದ್ಧನಾಗಿರಲಿ, ಪವಿತ್ರೋ ವಾ= ಶುದ್ಧನಾಗಿರಲಿ, ಸರ್ವಾವಸ್ಥಾಂಗತೋಽಪಿ ವಾ= ಯಾವ ಅವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದವನಾಗಿರಲಿ, ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷಂ= ಕಮಲಗಳಂತೆ ಕಣ್ಣುಗಳುಳ್ಳ ನಾರಾಯಣನನ್ನು, ಸ್ಮರೇತ್= ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಾನೆಯೋ, ಸಃ= ಅವನು, ಬಾಹ್ಯಾಭ್ಯಂ ತರಃ= ಆತ್ಮನಿಂದ ಹೊರಗಾದ ಶರೀರದಲ್ಲಿಯೂ ಶರೀರದಿಂದ ಒಳಗಾದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೂ, ಶುಚಿಃ= ಶುದ್ಧನಾದವನು ಆಗುತ್ತಾನೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಯಾವನಾದರೂ ಶುದ್ಧನಾಗಿರಲಿ, ಅಶುದ್ಧನಾಗಿರಲಿ, ಯಾವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿಯಾದರೂ ಇರಲಿ, ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುತ್ತಾನೆಯೋ ಅವನು ಶರೀರದಿಂದಲೂ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ ಶುದ್ಧನಾಗುತ್ತಾನೆ.

ನೀರನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡು ಕೆಳಕ್ಕೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಅನಂತರ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಶ್ರೌತಾಚಮನಮ್ ॥

ಓಂ ಭೂಃ । ಓಂ ಭುವಃ । ಓಗ್ ಸುವಃ । ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ ।

ಸವ್ಯಂ ಪಾಣಿಂ, ಪಾದೌ ಪ್ರೋಕ್ಷ್ಯ, ನೇತ್ರಯೋಃ, ನಾಸಿಕಯೋಃ,

ಶ್ರೋತ್ರಯೋಃ, ಬಾಹ್ವೋಃ, ಹೃದಯೇ, ನಾಭೌ, ಮೂರ್ಧನಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಡಗೈಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ಕಾಲುಗಳನ್ನೂ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನೂ ಮೂಗಿನ ಎರಡು ಹೊಳ್ಳೆಗಳನ್ನೂ ಎರಡು ಕಿವಿಗಳನ್ನೂ ಎರಡು ಬಾಹುಗಳನ್ನೂ ಹೃದಯವನ್ನೂ ಹೊಕ್ಕಳನ್ನೂ ತಲೆಯನ್ನೂ ನೀರಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಬಲಗೈಯಿಂದ ಮುಟ್ಟಬೇಕು.

ಅಥವಾ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಶ್ರೌತಮಂತ್ರದಿಂದಲೂ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು.

ಆಪೋ ಹಿ ಷ್ಠಾ ಮಯೋಭುವಸ್ತಾ ನ ಊರ್ಜೇ ದಧಾತನ

ಮಹೇ ರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ ಸ್ವಾಹಾ ।

ಯೋ ವಃ ಶಿವತಮೋ ರಸ ಸ್ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇಹ ನಃ ।

ಉಶತೀರಿವ ಮಾತರಃ ಸ್ವಾಹಾ ।

ತಸ್ಮಾ ಅರಂ ಗಮಾಮ ವೋ ಯಸ್ಯ ಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ ।

ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ಸ್ವಾಹಾ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಆಪಃ ಹಿ=ಜಲಾಭಿಮಾನ ದೇವತೆಗಳೆ, ನಿಜವಾಗಿಯೂ, ಮಯೋಭುವಃ= ಸುಖಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡುವವರು, ಸ್ಥಾ=ಆಗಿದ್ದೀರಿ(ದೀರ್ಘವು ಛಾಂದಸವು),

ತಾಃ=ಅವರು, ನಃ=ನಮ್ಮನ್ನು, ಊರ್ಜೇ=ಅನ್ನಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ಮಹೇ=ಹೆಚ್ಚಾದ, ರಣಾಯ=ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ಚಕ್ಷಸೇ=ಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ದಧಾತನ=ದರಿಸಲಿ, ಯಃ =ಯಾವ, ವಃ =ನಿಮ್ಮ, ಶಿವತಮಃ=ಮಂಗಳಕರವಾದ, ರಸಃ =ಸಾರವಿದೆಯೋ, ತಸ್ಯ=ಅದಕ್ಕೆ, ಇಹ=ಇಲ್ಲಿ, ನಃ=ನಮ್ಮನ್ನು, ಭಾಜಯತ=ಭಾಗಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ, ಯಸ್ಯ =ಯಾವ, ಕ್ಷಯಾಯ =ರಸದಿಂದ (ತೃತೀಯಾ ವಿಭಕ್ತಿಗೆ ಚತುರ್ಥಿಯು ಛಾಂದಸವು), ಜಿನ್ವಥ=ತೃಪ್ತರಾಗಿದ್ದೀರೋ, ತಸ್ಯ=ಆ ರಸಕ್ಕೆ, ಉಶತೀಃರಿವ= ಪುತ್ರಾಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಯಸುವ ತಾಯಿಯರಂತೆ, ನಃ=ನಮ್ಮನ್ನು, ಭಾಜಯತ= ಭಾಗಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ, ತಸ್ಮೈ=ಆ ರಸಕ್ಕಾಗಿ, ವಃ=ನಿಮ್ಮನ್ನು, ಅರಂ=ಬಹಳವಾಗಿ, ಗಮಾಮ=ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ, ಆಪಃ =ಅಬ್ದೇವತೆಗಳೆ, ನಃ=ನಮಗೆ, ಜನಯಥ=ಪ್ರಜನನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಜಲಾಭಿಮಾನ ದೇವತೆಗಳೆ, ನೀವು ಸುಖವನ್ನು ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡುವವರಾಗಿದ್ದೀರಿ. ನೀವು ನಮ್ಮ ಅನ್ನಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ಹೆಚ್ಚಿನ ಸೌಂದರ್ಯಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಇರುವವರಾಗಿ. ಯಾವ ನಿಮ್ಮ ಸುಖಕರವಾದ ರಸವಿದೆಯೋ ಆ ರಸಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಮಕ್ಕಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಯಸುವ ತಾಯಿಯರಂತೆ ಭಾಗಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ. ನೀವು ಆ ರಸವನ್ನು ನಮಗೆ ಕೊಡಿ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮರೆ ಹೊಕ್ಕಿದ್ದೇವೆ. ಎಲೈ ಅಬ್ದೇವ ತೆಗಳೇ, ನಮ್ಮ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸುಪ್ರೀತರಾಗಿರಿ. ನಮಗೆ ಪ್ರಜನನಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡಿ.

ಅಥವಾ ಗಾಯತ್ರಿಯಿಂದಲೂ ಆ ಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು.

ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ।

ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವಸ್ಯ=ಪ್ರಕಾಶಮಾನನಾದ, ಸವಿತುಃ=ಸೂರ್ಯನ ಅಥವಾ ಪರಮಾತ್ಮನ ವರೇಣ್ಯಂ =ನಾವು ವರಿಸುವದಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ, ತತ್=ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ, ಭರ್ಗಃ=ತೇಜಸ್ಸನ್ನು, ಧೀಮಹಿ=ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಯಃ =ಯಾವ ಸೂರ್ಯನು ಅಥವಾ ಪರಮಾತ್ಮನು, ನಃ=ನಮ್ಮ, ಧಿಯಃ=ಬುದ್ಧಿ ವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು, ಪ್ರಚೋದಯಾತ್=(ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಂತೆ) ಪ್ರೇರಿಸಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಯಾವ ಸೂರ್ಯನು ಅಥವಾ ಪರಮಾತ್ಮನು ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಂತೆ ಪ್ರೇರಿಸುತ್ತಾನೆಯೋ ಆ ಪ್ರಕಾಶಮಾನ ನಾದ ಸೂರ್ಯನ ಅಥವಾ ಪರಮಾತ್ಮನ, ವರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ, ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ. ಕೆಲವರು ಪುರಾಣಾಚಮನವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಅದೂ ವಿಹಿತವಾದದ್ದೇ.

ಕೇಶವಾಯಸ್ವಾಹಾ, ನಾರಾಯಣಾಯಸ್ವಾಹಾ, ಮಾಧವಾಯಸ್ವಾಹಾ, ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ, ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ, ಮಧುಸೂದನಾಯ ನಮಃ, ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ನಮಃ, ವಾಮನಾಯ ನಮಃ, ಶ್ರೀಧರಾಯ ನಮಃ, ಹೃಷೀಕೇಶಾಯ ನಮಃ, ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ನಮಃ, ದಾಮೋದರಾಯ ನಮಃ, ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ನಮಃ, ವಾಸುದೇವಾಯ ನಮಃ, ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ನಮಃ, ಅನಿರುದ್ಧಾಯ ನಮಃ, ಪುರುಷೋತ್ತಮಾಯ ನಮಃ, ಅಧೋಕ್ಷಜಾಯ ನಮಃ, ನಾರಸಿಂಹಾಯ ನಮಃ, ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ, ಜನಾರ್ದನಾಯ ನಮಃ, ಉಪೇಂದ್ರಾಯ ನಮಃ, ಹರಯೇ ನಮಃ, ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ ॥

ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದರಿಂದ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ

ಓಂ ಭೂಃ। ಓಂ ಭುವಃ । ಓಗ್ ಸುವಃ । ಓಂ ಮಹಃ । ಓಂ ಜನಃ ।
ಓಂ ತಪಃ । ಓಗ್ ಸತ್ಯಂ ।

ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ।

ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

ಓಮ್ ಆಪೋ ಜ್ಯೋತೀ ರಸೋಽಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಮ್॥

ಭೂಲೋಕ ಭುವೋಲೋಕ ಸುವರ್ಲೋಕ ಮಹೋಲೋಕ ಜನೋಲೋಕ ತಪೋಲೋಕ ಸತ್ಯಲೋಕ=ಏಳು ಲೋಕಗಳು ಪರಮಾತ್ಮನೇ. ನೀರು, ತೇಜಸ್ಸೂ, ಸಾರವೂ, ಅಮೃತವೂ, ಬ್ರಹ್ಮವೂ, ಭೂ ರಾದಿ ಸಪ್ತಲೋಕಗಳೂ ಪರಮಾತ್ಮನೇ,

ಮಮೋಪಾತ್ತದುರಿತಕ್ಷಯದ್ವಾರಾ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ
ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾಮುಪಾಸ್ಯೇ ॥

ಸೂರ್ಯಶ್ಚ ಮಾ ಮನ್ಯುಶ್ಚ ಮನ್ಯು ಪತಯಶ್ಚ

ಮನ್ಯು ಕೃತೇಭ್ಯಃ ಪಾಪೇಭ್ಯೋ ರಕ್ಷನ್ತಾಮ್ ।

ಯದ್ರಾತ್ರಿಯಾ ಪಾಪಮಕಾರ್ಷಂ ಮನಸಾ ವಾಚಾ ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಮ್ ।

ಪದ್ಭ್ಯಾ ಮುದರೇಣ ಶಿಶ್ನಾ । ರಾತ್ರಿಸ್ತದವಲುಂಪತು ।

ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ । ಇದಮಹಂ ಮಾಮಮೃತಯೋನೌ ।

ಸೂರ್ಯೇ ಜ್ಯೋತಿಷಿ ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಸೂರ್ಯಶ್ಚ=ಸೂರ್ಯನೂ, ಮನ್ಯುಶ್ಚ=ಕೋಪದೇವತೆಯೂ, ಮನ್ಯು

ಪತಯಶ್ಚ=ಮನ್ಯುದೇವತೆಗಳ ಪತಿಗಳೂ, ಮನ್ಯುಕೃತೇಭ್ಯಃ=ಕೋಪದಿಂದ ಮಾಡಿದ, ಪಾಪೇಭ್ಯಃ= ಪಾಪಗಳಿಂದ, ಮಾ=ನನ್ನನ್ನು, ರಕ್ಷನ್ತಾಂ=ಕಾಪಾಡಲಿ, ರಾತ್ರಿಯಾ=ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ, ಮನಸಾ= ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ, ವಾಚಾ=ವಾಕ್ಕಿನಿಂದಲೂ, ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಂ=ಎರಡು ಕೈಗಳಿಂದಲೂ, ಪದ್ಭ್ಯಾಂ =ಎರಡು ಕಾಲುಗಳಿಂದಲೂ, ಉದರೇಣ= ಉದರದಿಂದಲೂ, ಶಿಶ್ನಾ=ಪ್ರಜನನೇಂದ್ರಿಯದಿಂದಲೂ, ಯತ್‌ಪಾಪಂ=ಯಾವ ಪಾಪವನ್ನು, ಅಕಾರ್ಷಂ=ಮಾಡಿದ್ದೇನೋ, ತತ್=ಅದನ್ನು, ರಾತ್ರಿಃ=ರಾತ್ರಿದೇವತೆಯು, ಅವಲುಂಪತು=ನಾಶಮಾಡಲಿ, ಮಯಿ=ನನ್ನಲ್ಲಿ, ಯತ್ಕಿಂಚ=ಇನ್ನೂ, ಏನಾದರೂ ಸ್ವಲ್ಪ ದುರಿತಂ=ಪಾಪವು (ಇದ್ದರೆ) ಇದಂ=ಇದನ್ನೂ, ಮಾಂ=ನನ್ನನ್ನೂ ಅಹಂ=ನಾನು, ಅಮೃತಯೋನೌ= ಅಮೃತದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ, ಸೂರ್ಯೇಜ್ಯೋತಿಷಿ=ಸೂರ್ಯನೆಂಬ ತೇಜಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ=ಹೋಮ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿದು ಆಚಮನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಸೂರ್ಯನೂ, ಮನ್ಯುದೇವತೆಯೂ, ಮನ್ಯು ದೇವತೆಗಳ ಒಡೆಯರೂ ಕೋಪದಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪಾಪಗಳಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲಿ. ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ, ವಾಕ್ಕಿನಿಂದಲೂ, ಕೈಗಳಿಂದಲೂ, ಕಾಲುಗಳಿಂದಲೂ, ಉದರದಿಂದಲೂ, ಪ್ರಜನೇಂದ್ರಿಯದಿಂದಲೂ ಯಾವ ಪಾಪವನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇನೆಯೋ ಅದನ್ನು ರಾತ್ರಿದೇವತೆಯು ನಾಶಮಾಡಲಿ. ಇನ್ನೂ ಏನಾದರೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಪಾಪ ಉಳಿದಿದ್ದರೆ ಅದನ್ನೂ ನನ್ನನ್ನೂ ಸೂರ್ಯನೆಂಬ ಜ್ಯೋತಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಮವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಮಾರ್ಜನೆ- ನೀರನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು

ದಧಿಕ್ರಾವ್ಣೋ ಅಕಾರಿಷಂ ಜಿಷ್ಣೋರಶ್ವಸ್ಯ ವಾಜಿನಃ ।

ಸುರಭಿ ನೋ ಮುಖಾ ಕರತ್ಪ್ರಣ ಆ ಯೂಗ್ಂಷಿ ತಾರಿಷತ್ ।

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಜಿಷ್ಣೋಃ=ಜಯಶೀಲನಾದ, ಅಶ್ವಸ್ಯ=ಕುದುರೆಯ ರೂಪದವನಾದ,

ವಾಜಿನಃ= ಅನ್ನಾದನಾದ, ದಧಿಕ್ರಾವ್ಣಃ= ಅಗ್ನಿಯ (ಸ್ತೋತ್ರವನ್ನು), ಅಕಾರಿಷಂ= ಮಾಡಿದೆನು, (ಇಕಾರಶ್ಛಾಂದಸಃ) ಸಃ= ಆ ಅಗ್ನಿಯು, ನಃ= ನಮ್ಮ, ಮುಖಾ= ಮುಖಗಳನ್ನು, ಸುರಭಿ= ಸುಗಂಧವುಳ್ಳವನ್ನಾಗಿ, ಕರತ್= ಮಾಡಲಿ, (ಛಾಂದಸಂ) ಪ್ರ= ಮತ್ತು, ಆಯೂಂಷಿ= ಆಯಸ್ಸುಗಳನ್ನು ತಾರಿಷತ್= ಹೆಚ್ಚಿಸಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಜಯಶೀಲನಾದ ಕುದುರೆಯ ರೂಪದ, ಅನ್ನವನ್ನು ತಿನ್ನುವ, ಅಗ್ನಿಯ ಸ್ತೋತ್ರವನ್ನು ಮಾಡಿದೆನು. ಆ ಅಗ್ನಿಯು ನಮ್ಮ ಮುಖಗಳನ್ನು ಸುಗಂಧವುಳ್ಳವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. ನಮ್ಮ ಆಯುಸ್ಸನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿಸಲಿ.

ಆಪೋ ಹಿ ಷ್ಠಾ ಮಯೋಭುವಸ್ತಾ ನ ಊರ್ಜೇ ದಧಾತನ ।
ಮಹೇ ರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ । ಯೋ ವಶ್ಶಿವತಮೋ ರಸ ।
ಸ್ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇಹ ನಃ । ಉಶತೀರಿವಮಾತರಃ
ತಸ್ಮಾ ಅರಂಗಮಾಮ ವೋ ಯಸ್ಯ ಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ ।
ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಆಪಃ = ಜಲಾಭಿಮಾನದೇವತೆಗಳೆ, ಹಿ= ನಿಜವಾಗಿಯೂ ನೀವೇ, ಮಯೋಭುವಃ= ಸುಖವನ್ನು ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡುವವರು, ಸ್ಥಾಃ= ಆಗಿದ್ದೀರಿ, ತಾಃ= ಆ ನೀವು, ನಃ= ನಮ್ಮನ್ನು, ಊರ್ಜೇ= ಅನ್ನಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ಮಹೇ= ಮಹತ್ವಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ರಣಾಯ= ಅಲಂಕಾರಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ಚಕ್ಷಸೇ= ಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿಯೂ ದಧಾತನ= ಸ್ಥಾಪಿಸಿ ಇರಿ, ಯಃ= ಯಾವ, ವಃ= ನಿಮ್ಮ, ಶಿವತಮಃ= ಅತ್ಯಂತ ಮಂಗಳಕರವಾದ, ರಸಃ= ಸಾರವಿದೆಯೋ, ತಸ್ಯ= ಅದಕ್ಕೆ , ನಃ= ನಮ್ಮನ್ನು, ಉಶತೀಃ= ಮಕ್ಕಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಯಸುವ ಮಾತರ, ಇವ= ತಾಯಿಯರಂತೆ, ಭಾಜಯತ= ಭಾಗಿಗಳನ್ನಾಗಿ

ಮಾಡಿ, ಯಸ್ಯ=ಯಾವರಸದ, ಕ್ಷಯಾಯ=ನಿವಾಸದಿಂದ (ಚತುರ್ಥಿ ಛಾಂದಸ) ಜಿನ್ವಥ=ಸುಪ್ರೀತರಾಗಿದ್ದೀರೋ, ತಸ್ಮೈ=ಆ ರಸಕ್ಕಾಗಿ, ಅರಂ=ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಗಮಾಮವಃ=ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ಆಪಃ=ಜಲಾಭಿಮಾನದೇವತೆಗಳೆ, ನಃ=ನಮ್ಮನ್ನು, ಜನಯಥ= ಪ್ರಜೋತ್ಪಾದನ ಸಮರ್ಥರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲೈ ಜಲಾಭಿಮಾನ ದೇವತೆಗಳೇ, ನೀವು ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸುಖವನ್ನು ಸಂಪಾದನೆಮಾಡುವವರಾಗಿದ್ದೀರಿ. ಆ ನೀವು ನಮ್ಮನ್ನು ಅನ್ನಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಮಹತ್ತ್ವಕ್ಕಾಗಿಯೂ, ಅಲಂಕಾರಕ್ಕಾಗಿಯೂ ಸ್ಥಾಪಿಸಿ ಇರಿ. ಯಾವ ನಿಮ್ಮ ಅತ್ಯಂತ ಮಂಗಳಕರವಾದ ರಸವಿದೆಯೋ ಅದಕ್ಕೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಮಕ್ಕಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಬಯಸುವ ತಾಯಿಯರಂತೆ, ಭಾಗಿಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ. ಯಾವ ರಸದಿಂದ ನೀವು ಸುಪ್ರೀತರಾಗಿದ್ದೀರೋ ಆ ರಸಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬಹಳವಾಗಿ ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ. ಎಲೈ ಅಬ್ದೇವತೆಗಳೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಪ್ರಜೋತ್ಪಾದನ ಸಮರ್ಥರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ.

ಯಚ್ಚಿದ್ಧಿ ತೇ ವಿಶೋ ಯಥಾ। ಪ್ರ ದೇವ ವರುಣ ವ್ರತಮ್।
ಮಿನೀಮಸಿ ದ್ಯವಿ ದ್ಯವಿ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವ ವರುಣ=ವರುಣ ದೇವನೆ, ವಿಶೋಯಥಾ=ಅಜ್ಞಾನಿಗಳಂತೆ ದ್ಯವಿ ದ್ಯವಿ=ದಿನದಿನದಲ್ಲಿಯೂ, ತೇ=ನಿನ್ನ, ಯಚ್ಚಿತ್=ಯತ್ಕಿಂಚಿತ್ ವ್ರತಂ= ಕರ್ಮವನ್ನು, ಮಿನೀಮಸಿ=ಮಾಡಿಲ್ಲವೊ (ಅದನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸು)

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲೈ ವರುಣದೇವನೆ, ಅಜ್ಞಾನಿಗಳಂತೆ ದಿನದಿನದಲ್ಲಿಯೂ ನಿನ್ನ ಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡಿಲ್ಲವೋ ಅದನ್ನು ಕ್ಷಮಿಸು.

ಯತ್ಕಿಂಚೇದಂ ವರುಣ ದೈವ್ಯೇ ಜನೇಽಭಿದ್ರೋಹಂ
ಮನುಷ್ಯಾಶ್ಚರಾಮಸಿ । ಅಚಿತ್ತೀ ಯತ್ತವ ಧರ್ಮಾ
ಯುಯೋಪಿಮ । ಮಾನಸ್ತಸ್ಮಾದೇನಸೋ ದೇವ ರೀರಿಷಃ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವ ವರುಣ= ಎಲೈ ವರುಣದೇವನೇ, ದೈವ್ಯೇ ಜನೇ= ದೇವಲೋಕದಲ್ಲಿರುವ ಜನವಾದ (ನಿನ್ನಲ್ಲಿ), ಯತ್ಕಿಂಚ= ಏನಾದರೂ ಸ್ವಲ್ಪ, ಇದಂ ಅಭಿದ್ರೋಹಂ= ಈ ದ್ರೋಹವನ್ನು, ಅಚಿತ್ತೀ= ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ, ಮನುಷ್ಯಾಃ= ಮನುಷ್ಯರಾದ ನಾವು, ಚರಾಮಸಿ= ಮಾಡುತ್ತೇವೆಯೋ, ಕಿಂಚ= ಮತ್ತು, ತವ= ನಿನ್ನ, ಯತ್= ಯಾವ, ಧರ್ಮಾ= ಕರ್ಮವನ್ನು, ಯುಯೋಪಿಮ= ನಾಶಮಾಡುತ್ತೇವೆಯೋ, ದೇವ= ಎಲೈ ವರುಣದೇವನೆ, ತಸ್ಮಾತ್= ಆ, ಏನಸಃ= ಪಾಪದಿಂದ, ನಃ= ನಮ್ಮನ್ನು ಮಾರೀರಿಷಃ= ಹಿಂಸಿಸಬೇಡ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲೈ ವರುಣದೇವನೆ, ದೇವಲೋಕದಲ್ಲಿರುವ ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಏನಾದರೂ ಸ್ವಲ್ಪ ದ್ರೋಹವನ್ನು ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮನುಷ್ಯರಾದ ನಾವು ಮಾಡುತ್ತೇವೆಯೋ, ಮತ್ತು ನಿನ್ನ ಕರ್ಮವನ್ನು ನಾಶ ಮಾಡುತ್ತೇವೆಯೋ ಎಲೈ ದೇವನೆ, ಆ ಪಾಪದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಬೇಡ.

ಕಿತವಾಸೋ ಯದ್ರಿರಿಪುರ್ನ ದೀವಿ ಯದ್ವಾ ಘಾ

ಸತ್ಯಮುತಯನ್ನ ವಿದ್ಮ । ಸರ್ವಾ ತಾ ವಿಷ್ಯ ಶಿಥಿರೇವ
ದೇವಾऽಧಾ ತೇ ಸ್ಯಾಮ ವರುಣ ಪ್ರಿಯಾಸಃ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಕಿತವಾಸಃ= ಧೂರ್ತರಿಗೆ ಸಮಾನರಾದ ಋತ್ವಿಜರು, ಯತ್= ಯಾವ ಕರ್ಮಾಂಗವನ್ನು, ರಿರಿಪುಃ= ನಾಶಮಾಡಿದರೋ, ನದೀವಿ= ಸರಿಯಾಗಿ ವ್ಯವಹಾರದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲವೋ, ಯದ್ವಾ= ಅಥವಾ, ಯತ್= ಯಾವ ಪಾಪವನ್ನು, ಸತ್ಯಂ= ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಬಂದದ್ದರಿಂದ ತಿಳಿಯದೇ ಮಾಡಿದರೋ, ಉತಾಪಿ= ಆ ಧರ್ಮಸ್ವರೂಪವನ್ನು, ನ ವಿದ್ಮ= ತಿಳಿಯುವುದಕ್ಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ತಾಃ= ಆ, ಸರ್ವಾಃ= ಸಮಸ್ತ ದೋಷಗಳನ್ನು, ವಿಷ್ಯ= ನಾಶಮಾಡು. ಶಿಥಿರೇವ= ಸಣ್ಣಪಾಪಗಳನ್ನೂ, ವಿಷ್ಯ= ನಾಶಮಾಡು. ವರುಣ= ಎಲೈ ವರುಣನೇ, ತವ= ನಿನಗೆ, ಪ್ರಿಯಾಸಃ= ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಾದವರು, ಸ್ಯಾಮ= ನಾವು ಆಗಬೇಕು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಧೂರ್ತರಾದ ಋತ್ವಿಜರು ಯಾವ ಕರ್ಮಾಂಗವನ್ನು ನಾಶಮಾಡಿದರೋ ಸರಿಯಾಗಿ ವ್ಯವಹಾರದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲವೋ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಬಂದದ್ದರಿಂದ ಮಾಡಿದರೋ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಧರ್ಮಸ್ವರೂಪವು ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಆ ಸಮಸ್ತ ದೋಷಗಳನ್ನೂ ಇನ್ನೂ ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಪಾಪಗಳನ್ನೂ ನಾಶಮಾಡು. ವರುಣನೇ, ನಿನಗೆ ನಾವು ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರಾಗಬೇಕು.

ಹಿರಣ್ಯವರ್ಣಾಃ ಶುಚಯಃ ಪಾವಕಾ ಯಾಸು
ಜಾತಃ ಕಶ್ಯಪೋ ಯಾಸ್ವಿನ್ದ್ರಃ। ಅಗ್ನಿಂ ಯಾ ಗರ್ಭಂ

ದಧಿರೇ ವಿರೂಪಾಸ್ತಾನ ಆಪಃ ಶ್ಯಗ್‌ಸ್ಯೋನಾ ಭವನ್ತು ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಹಿರಣ್ಯವರ್ಣಾಃ= ಚಿನ್ನದ ಬಣ್ಣದ, ಶುಚಯಃ= ಶುದ್ಧವಾದ, ಪಾವಕಾಃ= ಶುದ್ಧಿಯನ್ನು ಮಾಡುವ, ಆಪಃ= ಜಲಾಭಿಮಾನ ದೇವತೆಗಳು ಇದ್ದಾರೆಯೋ, ಯಾಸು= ಯಾವ ನೀರಿನಲ್ಲಿ, ಕಶ್ಯಪಃ= ಸೂರ್ಯನೂ, ಜಾತಃ= ಹುಟ್ಟಿದನೋ, ಇಂದ್ರಃ= ಇಂದ್ರನೂ, ಜಾತಃ= ಹುಟ್ಟಿದನೋ, ವಿರೂಪಾಃ= ನಾನಾರೂಪವಾದ, ಯಾಃ= ಯಾವ ನೀರುಗಳು, ಅಗ್ನಿಂ= ಬಡಬಾಗ್ನಿಯನ್ನು, ಗರ್ಭಂ= ಗರ್ಭವನ್ನಾಗಿ, ದಧಿರೇ= ದರಿಸಿರುವವ್ರೋ, ತಾಃ= ಆ ಜಲಾಭಿಮಾನಿದೇವತೆಗಳು, ಶಂ= ಸುಖವನ್ನು ಕೊಡುವವರೂ, ಸ್ಯೋನಾಃ= ಅವ್ಯೈಷಿಕ ಸುಖವನ್ನು ಕೊಡುವವರೂ, ಭವನ್ತು= ಆಗಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣದ ಶುದ್ಧವಾದ ಪವಿತ್ರಕರಗಳಾದ ನೀರುಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಸೂರ್ಯನ ಹುಟ್ಟಿದನು. ಇಂದ್ರನೂ ಹುಟ್ಟಿದನು. ಆ ನೀರುಗಳು ಬಡಬಾಗ್ನಿಯನ್ನು ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಧರಿಸಿದವು. ಅಂತಹ ನೀರಿನ ದೇವತೆಗಳು ನಮಗೆ ಸುಖವನ್ನೂ ಅವ್ಯೈಷಿಕ ಸುಖವನ್ನೂ ಕೊಡುವವು ಆಗಲಿ.

ಯಾಸಾಗ್ ರಾಜಾ ವರುಣೋ ಯಾತಿ ಮಧ್ಯೇ ಸತ್ಯಾನೃತೇ
ಅವ ಪಶ್ಯ ಜನಾನಾಮ್ । ಮಧುಶ್ಚುತಶ್ಶುಚಯೋ ಯಾಃ
ಪಾವಕಾಸ್ತಾ ನ ಆಪಶ್ಯಗ್‌ಸ್ಯೋನಾ ಭವನ್ತು ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಯಾಸಾಂ= ಯಾವ ನೀರುಗಳ, ರಾಜಾ= ರಾಜನಾದ, ವರುಣಃ= ವರುಣನು, ಮಧ್ಯೇ= ನೀರಿನ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ, ಜನಾನಾಂ= ಜನರ, ಸತ್ಯಾನೃತೇ= ಪುಣ್ಯಪಾಪಗಳನ್ನು, ಅವಪಶ್ಯನ್= ನೋಡುತ್ತಾ ಇದ್ದಾನೆ. ಮಧುಶ್ಚುತಃ= ಜೇನುತುಪ್ಪವನ್ನು ಸುರಿಸುವ, ಶುಚಯಃ= ಶುದ್ಧವಾದ, ಪಾವಕಾಃ= ಪರಿಶುದ್ಧಿಯನ್ನು ಮಾಡುವ, ಯಾಃ= ಯಾವ ನೀರುಗಳಿವೆಯೋ, ತಾಃ= ಆ ನೀರುಗಳು, ಶಂ= ಸುಖವನ್ನು ಕೊಡುವವೂ, ಸ್ಯೋನಾಃ= ಅವ್ಯೈಷಿಕಸುಖವನ್ನು ಕೊಡುವವೂ, ಭವನ್ತು= ಆಗಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ನೀರುಗಳ ರಾಜನಾದ ವರುಣನು ಜನರ ಪಾಪ ಪುಣ್ಯಗಳನ್ನು ನೋಡುತ್ತಾ ನೀರಿನ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಇದ್ದಾನೆ. ಜೇನುತುಪ್ಪವನ್ನು ಸುರಿಸುವ, ಶುದ್ಧವಾದ, ಶುದ್ಧಿಯನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಆ ನೀರುಗಳು ನಮಗೆ ಸುಖವನ್ನೂ ಮೋಕ್ಷಸುಖವನ್ನೂ ಉಂಟುಮಾಡಲಿ.

ಯಾಸಾಂ ದೇವಾ ದಿವಿ ಕೃಣ್ವನ್ತಿ ಭಕ್ಷಂ ಯಾ
ಅಂತರಿಕ್ಷೇ ಬಹುಧಾ ಭವನ್ತಿ। ಯಾಃ ಪೃಥಿವೀಂ
ಪಯಸೋನ್ದನ್ತಿ ಶುಕ್ರಾಸ್ತಾ ನ ಆಪಶ್ಶಗ್ಂ ಸ್ಯೋನಾ ಭವನ್ತು॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವಾಃ= ದೇವತೆಗಳು, ಯಾಸಾಂ= ಯಾವ ನೀರುಗಳ, ಭಕ್ಷಂ= ಭಕ್ಷಣವನ್ನು, ದಿವಿ= ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ, ಕೃಣ್ವನ್ತಿ= ಮಾಡುತ್ತಾರೆಯೋ, ಯಾಃ= ಯಾವ ನೀರುಗಳು, ಅಂತರಿಕ್ಷೇ= ಅಂತರಿಕ್ಷದಲ್ಲಿ, ಬಹುಧಾ= ಅನೇಕ ಪ್ರಕಾರವಾಗಿ, ಭವನ್ತಿ= ಇವೆಯೋ, ಯಾಃ= ಯಾವ ನೀರುಗಳು,

ಪೃಥಿವೀಂ= ಭೂಮಿಯನ್ನು, ಪಯಸಾ= ಮಳೆಯಿಂದ, ಉಂದಂತಿ= ನೆನೆಸುತ್ತವೆಯೊ ಶುಕ್ರಾಃ= ಶುದ್ಧವಾದಂಥ, ಆಪಃ= ಆ ನೀರುಗಳು, ನಃ= ನಮಗೆ, ಸ್ಯೋನಾಃ= ಮೋಕ್ಷಸುಖವನ್ನು ಕೊಡತಕ್ಕವು, ಭವನ್ತು= ಆಗಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ದೇವತೆಗಳು ಯಾವ ನೀರನ್ನು ಭಕ್ಷಣ ಮಾಡುತ್ತಾರೆಯೋ, ಯಾವ ನೀರುಗಳು ಅಂತರಿಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಬಹು ಪ್ರಕಾರವಾಗಿ ಹರಿಯುತ್ತವೆಯೋ, ಯಾವ ನೀರುಗಳು ಭೂಮಿಯನ್ನು ಮಳೆಯಿಂದ ನೆನೆಸುತ್ತವೆಯೋ ಶುದ್ಧವಾದ ಆ ನೀರುಗಳು ನಮಗೆ ಮೋಕ್ಷಸುಖವನ್ನು ಕೊಡುವವಾಗಲಿ.

ಶಿವೇನ ಮಾ ಚಕ್ಷುಷಾ ಪಶ್ಯತಾಪಃ ಶಿವಯಾ
ತನುವೋಪಸ್ಪೃಶತ ತ್ವಚಂ ಮೇ ।
ಸರ್ವಾಗ್ಂ ಅಗ್ನೀಗ್ಂ ರಪ್ಸುಷದೋ ಹುವೇ ವೋ
ಮಯಿ ವರ್ಚೋ ಬಲಮೋಜೋ ನಿಧತ್ತ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಆಪಃ= ಜಲಾಭಿಮಾನ ದೇವತೆಗಳೇ, ಶಿವೇನ= ಮಂಗಳಕರವಾದ, ಚಕ್ಷುಷಾ= ಕಣ್ಣಿನಿಂದ, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಪಶ್ಯತ= ನೋಡಿ. ಶಿವಯಾ= ಮಂಗಳಕರವಾದ, ತನುವಾ=(ನಿಮ್ಮ) ಶರೀರದಿಂದ, ಮೇ= ನನ್ನ, ತ್ವಚಂ= ಚರ್ಮವನ್ನು, ಉಪಸ್ಪೃಶತ= ಮುಟ್ಟಿ. ವಃ= ನಿಮ್ಮ, ಅಪ್ಸುಷದಃ= ನೀರಿನಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ, ಸರ್ವಾನ್= ಎಲ್ಲಾ,

ಅಗ್ನೀನ್= ಅಗ್ನಿಗಳನ್ನು, ಹುವೇ= ಕರೆಯುತ್ತೇನೆ. ಮಯಿ= ನನ್ನಲ್ಲಿ, ವರ್ಚಃ= ವರ್ಚಸ್ಸನ್ನೂ, ಬಲಂ= ಬಲವನ್ನೂ, ಓಜಃ= ತೇಜಸ್ಸನ್ನೂ, ನಿಧತ್ತ= ಸ್ಥಾಪಿಸಿರಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಜಲಾಭಿಮಾನಿದೇವತೇಗಳೇ, ನಿಮ್ಮ ಮಂಗಳಕರವಾದ ಕಣ್ಣಿನಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ನೋಡಿ. ಮಂಗಳಕರವಾದ ಶರೀರದಿಂದ ನನ್ನ ಚರ್ಮವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ. ನಿಮ್ಮ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡುವ ಎಲ್ಲ ಅಗ್ನಿಗಳನ್ನೂ ಕರೆಯುತ್ತೇನೆ, ನನ್ನಲ್ಲಿ ವರ್ಚಸ್ಸನ್ನೂ, ಬಲವನ್ನೂ, ತೇಜಸ್ಸನ್ನೂ ಸ್ಥಾಪಿಸಿರಿ.

ಪವಮಾನಃ ಸುವರ್ಜನಃ । ಪವಿತ್ರೇಣ ವಿಚರ್ಷಣಿಃ ।
ಯಃ ಪೋತಾ ಸ ಪುನಾತು ಮಾ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಯಃ= ಯಾವ, ಪೋತಾ= ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಶುದ್ಧಿಮಾಡುವ ದೇವನಿದ್ದಾನೆಯೋ, ಸಃ= ಆ, ಪವಮಾನಃ= ಶೋಧನ ಕುಶಲನಾದ, ಸುವರ್ಜನಃ= ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ, ವಿಚರ್ಷಣಿಃ= ಶೋಧನ ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನು ತಿಳಿದ ಪವಮಾನ ದೇವನು, ಪವಿತ್ರೇಣ= ಶುದ್ಧಿಸಾಧನವಾದ ಪವಿತ್ರದಿಂದ, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಪುನಾತು= ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಯಾವ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಶುದ್ಧಿಮಾಡುವ ಪವಮಾನನು ಇದ್ದಾನೆಯೋ ಶೋಧನಕುಶಲನಾದ, ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ, ಶೋಧನ ಪ್ರಕಾರಗಳನ್ನೂ ತಿಳಿದ ಆ ಪವಮಾನನು ಶುದ್ಧಿಸಾಧನವಾದ ಪವಿತ್ರದಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ.

ಪುನನ್ತು ಮಾ ದೇವ ಜನಾಃ । ಪುನನ್ತು ಮನವೋ ಧಿಯಾ ।
ಪುನನ್ತು ವಿಶ್ವ ಆಯವಃ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಯೇ= ಯಾವ, ದೇವಜನಾಃ= ದೇವರೂಪರಾದ ಜನರು ಇದ್ದಾರೆಯೊ ಅವರು, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಪುನನ್ತು= ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ, ಮನವಃ= ಮನುಗಳು, ಧಿಯಾ= ಅನುಗ್ರಹಬುದ್ಧಿಯಿಂದ, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಪುನನ್ತು= ಪವಿತ್ರನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ, ವಿಶ್ವೇ= ಎಲ್ಲ, ಆಯವಃ= ಸದಾಚಾರಸಂಪನ್ನರು, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಪುನನ್ತು= ಪವಿತ್ರನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ದೇವರೂಪರಾದ ಜನರೂ, ಮನುಗಳೂ, ಎಲ್ಲಾ ಸದಾಚಾರಸಂಪನ್ನರೂ ಅನುಗ್ರಹ ಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಪವಿತ್ರನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ.

ಜಾತವೇದಃ ಪವಿತ್ರವತ್ । ಪವಿತ್ರೇಣ ಪುನಾಹಿ ಮಾ ।
ಶುಕ್ರೇಣ ದೇವ ದೀದ್ಯತ್ । ಅಗ್ನೇ ಕ್ರತ್ವಾ ಕ್ರತೂಗ್ ರನು ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ:

ಶುಕ್ರೇಣ= ದೀಪ್ತಿಯಿಂದ, ದೀದ್ಯತ್= ಪ್ರಕಾಶಮಾನನಾದ, ಜಾತವೇದಃ ಅಗ್ನೇ, ದೇವ= ಅಗ್ನಿದೇವನೆ, ಕ್ರತೂಅನು= ನನ್ನ ಕರ್ಮಗಳನ್ನನುಸರಿಸಿ, ಪವಿತ್ರೇಣ= ಶುದ್ಧವಾದ ನಿನ್ನ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು ಪುನಾಹಿ= ಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಪ್ರಕಾಶಮಾನನಾದ ಅಗ್ನಿದೇವನೇ, ನನ್ನ ಕರ್ಮವನ್ನನುಸರಿಸಿ ಶುದ್ಧವಾದ ನಿನ್ನ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು.

ಯತ್ತೇ ಪವಿತ್ರಮರ್ಚಿಷಿ । ಅಗ್ನೇವಿ ತತಮಂತರಾ ।
ಬ್ರಹ್ಮ ತೇನ ಪುನೀಮಹೇ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಅಗ್ನೇ=ಅಗ್ನಿದೇವನೇ, ತೇ=ನಿನ್ನ, ಅರ್ಚಿಷಿ=ಜ್ವಾಲೆಯಲ್ಲಿ, ಅನ್ತರಾ=ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ, ವಿತತಂ=ವಿಸ್ತಾರವಾದ, ಪವಿತ್ರಂ=ಶುದ್ಧವಾದ, ಬ್ರಹ್ಮ=ವೇದವು ಇದೆ. ತೇನ=ಅದರಿಂದ, ಪುನೀಮಹೇ=ಪವಿತ್ರರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲೈ ಅಗ್ನಿಯೇ, ನಿನ್ನ ಜ್ವಾಲೆಯ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಶುದ್ಧವಾದ ಮಂತ್ರವಿದೆ. ಅದರಿಂದ ನಾವು ಶುದ್ಧರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಉಭಾಭ್ಯಾಂ ದೇವ ಸವಿತಃ । ಪವಿತ್ರೇಣ ಸವೇನ ಚ ।
ಇದಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಪುನೀಮಹೇ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಸವಿತಃ= ಸೂರ್ಯನೆ, ಪವಿತ್ರೇಣ=ಶುದ್ಧಿಸಾಧನದಿಂದಲೂ, ಸವೇನ ಚ= ಕರ್ಮಪ್ರೇರಣೆಯಿಂದಲೂ, ಉಭಾಭ್ಯಾಂ=ಎರಡರಿಂದಲೂ, ಇದಂ=ಈ ಬ್ರಹ್ಮ=ಕರ್ಮವನ್ನು, ಪುನೀಮಹೇ=ಶುದ್ಧವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲೈ ಸೂರ್ಯನೆ, ನಿನ್ನ ಪವಿತ್ರತೆ ಮತ್ತು ಕರ್ಮಪ್ರೇರಣೆ ಇವೆರಡರಿಂದ ಈ ಕರ್ಮವನ್ನು ಶುದ್ಧವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ವೈಶ್ವದೇವೀ ಪುನತೀ ದೇವ್ಯಾಗಾತ್ । ಯಸ್ಯೈ ಬಹ್ವೀ
ಸ್ತನುವೋ ವೀತಪೃಷ್ಠಾಃ । ತಯಾಮದನ್ತಃ
ಸಧಮಾದ್ಯೇಷು ವಯಗ್ ಸ್ಯಾಮ ಪತಯೋ ರಯೀಣಾಮ್ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಪುನತೀ=ಶೋಧನಕುಶಲಳಾದ ವೈಶ್ವದೇವೀ, ದೇವೀ=ಸರ್ವದೇವ ಸಂಬಂಧಿನಿಯಾದ ದೇವಿಯು, ಆಗಾತ್=ಬಂದಳು, ಯಸ್ಯೈ= ಯಾವದೇವಿಯ, ಬಹ್ವೀಃ=ಬಹಳ, ತನವಃ=ಶರೀರಗಳು, ವೀತಪೃಷ್ಠಾಃ=ಹೊಗಳಲ್ಪಟ್ಟವಾಗಿವೆಯೋ, ತಯಾ=ಆ ದೇವಿಯಿಂದ (ಅನುಗ್ರಹೀತರಾದ ನಾವು), ಸಧಮಾದ್ಯೇಷು=ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ, ಹೃಷ್ಯನ್ತಃ=ಸಂತೋಷಪಡುವವರಾಗಿಯೂ, ರಯೀಣಾಂ = ಧನಗಳ, ಪತಯಃ=ಒಡೆಯರಾಗಿಯೂ, ಸ್ಯಾಮ=ಆಗೋಣ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಶೋಧನಕುಶಲಳಾದ ವೈಶ್ವದೇವಿಯು ಬಂದಳು. ಅವಳ ಶರೀರಗಳು ಹೊಗಳಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಆ ದೇವಿಯಿಂದ ಅನುಗ್ರಹೀತರಾದ ನಾವು, ಆ ದೇವಿಯಿಂದ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷಪಡುವವರೂ ಧನಪತಿಗಳೂ ಆಗೋಣ.

ವೈಶ್ವಾನರೋ ರಶ್ಮಿಭಿ ರ್ಮಾ ಪುನಾತು । ವಾತಃ

ಪ್ರಾಣೇನೇಷಿರೋ ಮಯೋಭೂಃ। ದ್ಯಾವಾ ಪೃಥಿವೀ
ಪಯಸಾ ಪಯೋಭಿಃ ಋತಾವರೀ ಯಜ್ಞಿಯೇ
ಮಾ ಪುನೀತಾಮ್ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ವೈಶ್ವಾನರಃ= ಅಗ್ನಿಯು, ರಶ್ಮಿಭಿಃ= ಜ್ವಾಲೆಗಳಿಂದ ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಪುನಾತು= ಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. ವಾತಃ= ವಾಯುದೇವರು, ಪ್ರಾಣೇನೇಷಿರಃ= ಪ್ರಾಣರೂಪದಿಂದ, ಮಯೋಭೂಃ= ಸುಖವನ್ನು ಕೊಡುವವನು ಆಗಲಿ. ಋತಾವರೀ= ಸತ್ಯರೂಪವಾದ, ದ್ಯಾವಾಪೃಥಿವೀ= ಸ್ವರ್ಗ ಮತ್ತು ಭೂಮಿಯು, ಯಜ್ಞಿಯೇ= ಯಜ್ಞಕ್ಕೆ ಹಿತರಾದವರಾಗಿ, ಪಯಸಾ= ನೀರಿನಿಂದಲೂ, ಪಯೋಭಿಃ= ಹಾಲುಗಳಿಂದಲೂ, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಪುನೀತಾಮ್= ಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ, ಮಾಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಅಗ್ನಿಯು ಜ್ವಾಲೆಗಳಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ. ವಾಯುವು ಪ್ರಾಣರೂಪದಿಂದ ಸುಖದಾತೃವು ಆಗಲಿ. ಸತ್ಯರೂಪವಾದ ಸ್ವರ್ಗಭೂಮಿಗಳು, ಯಜ್ಞಕ್ಕೆ ಹಿತವಾದವುಗಳಾಗಿ, ನೀರಿನಿಂದಲೂ ಹಾಲು ಮುಂತಾದ ರಸಗಳಿಂದಲೂ ನನ್ನನ್ನು ಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ.

ಬೃಹದ್ಭಿಃ ಸವಿತಸ್ತೃಭಿಃ। ವರ್ಷಿಷ್ಠೈರ್ದೇವ ಮನ್ಮಭಿಃ।
ಅಗ್ನೇ ದಕ್ಷೈಃ ಪುನಾಹಿ ಮಾ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಸವಿತಃ= ಸೂರ್ಯನೆ, ಮನ್ಮಭಿಃ= ಅನುಗ್ರಹಮನಸ್ಸಿನಿಂದ,

ಮಾ=ನನ್ನನ್ನು, ಪುನಾಹಿ=ಪವಿತ್ರನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು. ಬೃಹದ್ಭಿಃ=ದೊಡ್ಡದಾದ, ವರ್ಷಿಷ್ಠೈಃ=ಬಹುಕಾಲದಿಂದಿರುವ, ತ್ರಿಭಿಃ=ಪಾಪಗಳನ್ನು ದಾಟಿಸುವ ಸಾಧನಗಳಿಂದ, ಮಾ=ನನ್ನನ್ನು, ಪುನಾಹಿ=ಪವಿತ್ರನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲೈ ಸೂರ್ಯನೇ, ಅನುಗ್ರಹಬುದ್ಧಿಯಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಶುದ್ಧಿಮಾಡು. ದೊಡ್ಡದಾದ, ಬಹುಕಾಲದಿಂದಿರುವ, ಪಾಪನಾಶಕಸಾಧನಗಳಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು.

ಯೇನ ದೇವಾ ಅಪುನತ । ಯೇನಾಪೋ ದಿವ್ಯಂಕಶಃ ।
ತೇನ ದಿವ್ಯೇನ ಬ್ರಹ್ಮಣಾ । ಇದಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಪುನೀಮಹೇ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವಾಃ=ದೇವತೆಗಳು, ಯೇನ=ಯಾವ ಸಾಧನದಿಂದ (ಹಿಂದಿನವರನ್ನು), ಅಪುನತ=ಶುದ್ಧರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದರೋ, ಯೇನ=ಯಾವದರಿಂದ ಆಪಃ=ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು, ದಿವ್ಯಂಕಶಃ=ಸ್ವರ್ಗಗತಿಯನ್ನು, ಅಪುನನ್ತ=ಶುದ್ಧವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದರೋ, ತೇನ=ಆ, ದಿವ್ಯೇನ=ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ, ಬ್ರಹ್ಮಣಾ=ವೇದದಿಂದ, ಇದಂ=ಈ, ಬ್ರಹ್ಮ=ದೊಡ್ಡಕರ್ಮವನ್ನು, ಪುನೀಮಹೇ=ಪವಿತ್ರವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ದೇವತೆಗಳು ಯಾವ ಸಾಧನದಿಂದ ಹಿಂದಿನವರನ್ನು ಶುದ್ಧರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದರೋ, ಜಲಾಭಿಮಾನದೇವತೆಗಳು ಯಾವ ಸಾಧನದಿಂದ

ಸ್ವರ್ಗಗತಿಯನ್ನು ಶುದ್ಧವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದರೋ ಆ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ವೇದದಿಂದ ಈ ದೊಡ್ಡ ಕರ್ಮವನ್ನು ಶುದ್ಧವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಯಃ ಪಾವಮಾನೀರಧ್ಯೇತಿ । ಋಷಿಭಿಸ್ಸಂಭೃತಗ್ಂ ರಸಮ್ ।
ಸರ್ವಗ್ಂ ಸ ಪೂತಮಶ್ನಾತಿ । ಸ್ವದಿತಂ ಮಾತರಿಶ್ವನಾ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಯಃ= ಯಾವನು, ಪಾವಮಾನೀಃ= ಶುದ್ಧಿಮಾಡುವ ಈ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು, ಅಧ್ಯೇತಿ= ಅರ್ಥವತ್ತಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆಯೋ, ಸಃ= ಅವನು, ಋಷಿಭಿಃ= ಋಷಿಗಳಿಂದ, ಸಂಭೃತಂ= ಕೂಡಿಹಾಕಲ್ಪಟ್ಟ ಪೂತಂ= ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ, ಮಾತರಿಶ್ವನಾ= ವಾಯುದೇವನಿಂದ, ಸ್ವದಿತಂ= ರುಚಿಕರವಾದದ್ದಾಗಿ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ, ಸರ್ವಂ= ಎಲ್ಲ, ರಸಂ= ರಸವನ್ನೂ, ಅಶ್ನಾತಿ= ಭೋಗಿಸುತ್ತಾನೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಯಾವನು ಪವಮಾನಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅರ್ಥವತ್ತಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆಯೋ ಅವನು ಋಷಿಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ, ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ, ವಾಯುದೇವರಿಂದ ರುಚಿಕರವಾಗಿ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ಸರ್ವರಸವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಪಾವಮಾನೀರ್ಯೋ ಅಧ್ಯೇತಿ । ಋಷಿಭಿಃ ಸಂಭೃತಗ್ಂ ರಸಮ್ ।
ತಸ್ಮೈ ಸರಸ್ವತೀ ದುಹೇ । ಕ್ಷೀರಗ್ಂ ಸರ್ಪಿರ್ಮಧೂದಕಮ್ ॥

ಯಃ= ಯಾವನು, ಪಾವನೀಃ= ಪವಮಾನ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು, ಅಧ್ಯೇತಿ= ಅರ್ಥವತ್ತಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನಮಾಡುತ್ತಾನೆಯೋ, ತಸ್ಮೈ= ಅವನಿಗೆ,

ಸರಸ್ವತೀ=ಸರಸ್ವತಿಯು, ಋಷಿಭಿಃ=ಋಷಿಗಳಿಂದ, ಸಂಭೃತಂ= ಸಂಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ, ರಸಂ=ರಸವನ್ನೂ ಕ್ಷೀರಂ=ಹಾಲನ್ನೂ, ಸರ್ಪಿಃ= ತುಪ್ಪವನ್ನೂ, ಮಧು=ಜೇನುತುಪ್ಪವನ್ನೂ ಮತ್ತು ಉದಕಂ=ನೀರನ್ನೂ, ದುಹೇ=ಕರೆಯುತ್ತಾಳೆ (ಕೊಡುತ್ತಾಳೆ).

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಯಾವನು ಪವಮಾನಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಅರ್ಥವತ್ತಾಗಿ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾನೆಯೋ ಅವನಿಗೆ ಸರಸ್ವತಿಯು-ಋಷಿಗಳು ಶೇಖರಿಸಿದ್ದ-ರಸವನ್ನೂ, ಹಾಲನ್ನೂ, ತುಪ್ಪವನ್ನೂ, ಜೇನುತ್ತುವನ್ನೂ ನೀರನ್ನೂ ಕೊಡುತ್ತಾಳೆ.

ಪಾವಮಾನೀಃ ಸ್ವಸ್ತ್ಯಯನೀಃ। ಸುದುಘಾ ಹಿ ಪಯಸ್ವತೀಃ।
ಋಷಿಭಿಸ್ಸಂಭೃತೋ ರಸಃ। ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷ್ವಮೃತಗ್ಂ ಹಿತಮ್ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಸ್ವಸ್ತ್ಯಯನೀಃ=ಕ್ಷೇಮಪ್ರದಗಳಾದ, ಪಯಸ್ವತೀಃ=ಬೇಕಾದಷ್ಟು ಹಾಲನ್ನು ಕೊಡುವ, ಪಾವಮಾನೀಃ=ಪವಮಾನಮಂತ್ರಗಳು, ಸುದುಘಾಃ=ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುವು ಆಗಲಿ, ಋಷಿಭಿಃ=ಋಷಿಗಳಿಂದ, ಸಂಭೃತಃ=ಶೇಖರಿಸಿದ, ರಸಃ=ರಸವು, ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷು=ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಲ್ಲಿ ಅಮೃತಂ=ಅವಿನಾಶಿಯಾದ, ಹಿತಂ=ಪರಿಣಾಮದಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯದನ್ನು ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು (ಆಗಲಿ)

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಕ್ಷೇಮವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಪವಮಾನಮಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು

ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಿಂದ ಶೇಖರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿರುವ ರಸಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲಗಳನ್ನೇ ಕೊಡುತ್ತಿರಲಿ.

ಪಾವಮಾನೀರ್ದಿಶನ್ತು ನಃ। ಇಮಂ ಲೋಕಮ್ ಅಥೋ ಅಮುಮ್।
ಕಾಮಾನ್ತ್ಸಮರ್ಧಯನ್ತು ನಃ। ದೇವೀರ್ದೇವೈಃ ಸಮಾಭೃತಾಃ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವೈಃ=ಇಂದ್ರಾದಿದೇವತೆಗಳಿಂದ ಸಮಾಭೃತಾಃ=ಸಂಪಾದಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಪಾವಮಾನೀಃ=ಪವಮಾನದೇವತೆಗಳು, ನಃ=ನಮಗೆ, ಇಮಂ ಲೋಕಂ=ಈ ಲೋಕವನ್ನೂ, ಅಥೋ=ಮತ್ತು, ಅಮುಂ ಲೋಕಂ=ಸ್ವರ್ಗಲೋಕವನ್ನೂ, ದಿಶನ್ತು=ಕೊಡಲಿ. ಕಾಮಾನ್=ಅಲ್ಲಿರುವ ಇಷ್ಟಾರ್ಥಗಳನ್ನೂ ನಃ=ನಮಗೆ, ದಿಶನ್ತು=ಕೊಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಇಂದ್ರಾದಿದೇವತೆಗಳಿಂದ ಸಂಪಾದಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಪವಮಾನದೇವತೆಗಳು ನಮಗೆ ಈ ಲೋಕದ ಮತ್ತು ಸ್ವರ್ಗದ ಸುಖಗಳನ್ನೂ ಇಷ್ಟಾರ್ಥಗಳನ್ನೂ ಕೊಡಲಿ.

ಪಾವಮಾನೀಃ ಸ್ವಸ್ತ್ಯಯನೀಃ। ಸುದುಘಾ ಹಿ ಘೃತಶ್ಚುತಃ।
ಋಷಿಭಿಸ್ಸಂಭೃತೋ ರಸಃ। ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷ್ವಮೃತಗ್ಂ ಹಿತಮ್॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಸ್ವಸ್ತ್ಯಯನೀಃ=ಮಂಗಳಪ್ರದವಾದ, ಘೃತಶ್ಚುತಃ=ತುಪ್ಪವನ್ನು

ಸುರಿಸುವ, ಪಾವಮಾನೀಃ=ಪವಮಾನದೇವತೆಗಳು, ಸುದುಘಾಹಿ=(ನಿಶ್ಚಯವಾಗಿಯೂ) ನಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲಗಳನ್ನು ಕೊಡುವುವು ಆಗಲಿ. ಋಷಿಭಿಃ=ಋಷಿಗಳಿಂದ, ಸಂಭೃತಃ=ಸಂಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ, ರಸಃ=ರಸವು, ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಷು=ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಲ್ಲಿ, ಅಮೃತಂ=ಶಾಶ್ವತವಾದದ್ದೂ, ಹಿತಮ್=ಪರಿಣಾಮದಲ್ಲಿ ಸುಖಕರವಾದದ್ದೂ ಆಗಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಮಂಗಳಪ್ರದವಾದ ಪವಮಾನದೇವತೆಗಳು ನಮಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲಗಳನ್ನು ಕೊಡಲಿ. ಋಷಿಗಳಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ರಸವು ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಲ್ಲಿ ಸುಖವನ್ನುಂಟುಮಾಡಲಿ.

ಯೇನ ದೇವಾಃ ಪವಿತ್ರೇಣ । ಆತ್ಮಾನಂ ಪುನತೇ ಸದಾ ।
ತೇನ ಸಹಸ್ರಧಾರೇಣ । ಪಾವಮಾನ್ಯಃ ಪುನನ್ತು ಮಾ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವಾಃ=ಇಂದ್ರಾದಿದೇವತೆಗಳು, ಯೇನ ಪವಿತ್ರೇಣ=ಯಾವ ಪವಿತ್ರದಿಂದ, ಆತ್ಮಾನಂ=ಶರೀರವನ್ನು, ಸದಾ=ಯಾವಾಗಲೂ, ಪುನತೇ=ಶೋಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಯೋ, ಸಹಸ್ರಧಾರೇಣ=ನಾನಾ ಪ್ರಕಾರವಾದ, ತೇನ=ಆ ಪವಿತ್ರದಿಂದ, ಪಾವಮಾನ್ಯಃ= ಪವಮಾನಋಕ್ಕುಗಳು, ಮಾ=ನನ್ನನ್ನು, ಪುನನ್ತು=ಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಇಂದ್ರಾದಿದೇವತೆಗಳು ಯಾವ ಪವಿತ್ರದಿಂದ ಶರೀರವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಶೋಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಯೋ ಆ ನಾನಾ ಪ್ರಕಾರವಾದ

ಪವಿತ್ರದಿಂದ ಪವಮಾನಋಕ್ಕುಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ.

ಪ್ರಾಜಾಪತ್ಯಂ ಪವಿತ್ರಮ್ । ಶತೋದ್ಯಾಮಗ್ ಹಿರಣ್ಮಯಮ್ ।
ತೇನ ಬ್ರಹ್ಮವಿದೋ ವಯಮ್ । ಪೂತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಪುನೀಮಹೇ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಪ್ರಾಜಾಪತ್ಯಂ= ಪ್ರಜಾಪತಿದೇವತಾಕವಾದ, ಶತೋದ್ಯಾಮಂ= ನಾನಾದರ್ಭೆಗಳಿಂದ ಮಾಡಿದ, ಹಿರಣ್ಮಯಂ= ಸುವರ್ಣವಿಕಾರವಾದ, ಪವಿತ್ರಂ= ಯಾವ ಪವಿತ್ರವು (ಇದೆಯೋ), ತೇನ = ಆ ಪವಿತ್ರದಿಂದ, ಬ್ರಹ್ಮವಿದಃ= ವೇದಾರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿದ, ವಯಂ= ನಾವು, ಪೂತಂ= ಶುದ್ಧವಾದ, ಬ್ರಹ್ಮ= ಕರ್ಮವನ್ನು, ಪುನೀಮಹೇ= ಇನ್ನೂ ಶುದ್ಧವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಪ್ರಜಾಪತಿದೇವತಾಕವಾದ, ದರ್ಭೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ಅಥವಾ ಚಿನ್ನದಿಂದ ಮಾಡಿದ ಯಾವ ಪವಿತ್ರವು ಇದೆಯೊ ಅದರಿಂದ ವೇದಾರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿದ ನಾವು ಶುದ್ಧವಾದ ಕರ್ಮವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ಶುದ್ಧವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಇಂದ್ರಸ್ಸುನೀತೀ ಸಹ ಮಾ ಪುನಾತು । ಸೋಮಃ ಸ್ವಸ್ತ್ಯಾ
ವರುಣಃ ಸಮೀಚ್ಯಾ । ಯಮೋ ರಾಜಾ ಪ್ರಮೃಣಾಭಿಃ
ಪುನಾತು ಮಾ । ಜಾತವೇದಾ ಮೋರ್ಜಯನ್ತ್ಯಾ ಪುನಾತು ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ:

ಇಂದ್ರಃ= ಇಂದ್ರನು, ಸುನೀತೀಸಹ= ಸುನೀತಿಯೊಡನೆಯೂ, ಸೋಮಃ= ಚಂದ್ರನು, ಸ್ವಸ್ತ್ಯಾಸಹ= ಸ್ವಸ್ತಿದೇವಿಯೊಡನೆಯೂ, ವರುಣಃ= ವರುಣನು, ಸಮೀಚ್ಯಾ= ಸಮೀಚೀದೇವಿಯೊಡನೆಯೂ, ರಾಜಾ ಯಮಃ= ಯಮರಾಜನು, ಪ್ರಮೃಣಾಭೀಃ= ಮಾರಿಕಾದೇವಿಯೊಡನೆಯೂ, ಅಗ್ನಿಃ= ಅಗ್ನಿಯು ಮೋರ್ಜಯನ್ತ್ಯಾ= ಹಾಲು ಮೊದಲಾದದ್ದನ್ನು ಕೊಡುವ ಮೋರ್ಜಯನ್ತೀ ದೇವಿಯೊಡನೆಯೂ, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಪುನಾತು= ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿಮಾಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಇಂದ್ರನು ಸುನೀತಿಯೊಡನೆಯೂ, ಚಂದ್ರನು ಸ್ವಸ್ತಿದೇವಿಯೊಡನೆಯೂ, ವರುಣನು ಸಮೀಚಿದೇವಿಯೊಡನೆಯೂ, ಯಮರಾಜನು ಮಾರಿಕಾದೇವಿಯೊಡನೆಯೂ, ಅಗ್ನಿಯು ಮೋರ್ಜಯನ್ತೀದೇವಿ ಯೊಡನೆಯೂ ನನ್ನನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ.

ವಿ.ಸೂ. - ಮಾರ್ಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಉದ್ಧರಣೆಯ ನೀರನ್ನು ಮೂಸಿ ನೋಡಿ ಕೆಳಗೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಪುನಃ ಮಾರ್ಜನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ

ಆಪೋ ಅಸ್ಮಾನ್ಮಾತರಶ್ಶುಂಧನ್ತು। ಘೃತೇನ ನೋ ಘೃತಪುವಃ ಪುನನ್ತು

ವಿಶ್ವಮಸ್ಮತ್ಪ್ರವಹನ್ತು। ರಿಪ್ರಮದಾಭ್ಯಃ ಶುಚಿರಾ

ಪೂತ ಏಮಿ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಮಾತರಃ=ತಾಯಿಯರಾದ, ಅಪಃ=ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು, ಅಸ್ಮಾನ್=ನಮ್ಮನ್ನು, ಶುಂಧಂತು=ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ, ಘೃತಪುವಃ=ತುಪ್ಪದಿಂದ ಶುದ್ಧವಾದ ದೇವತೆಗಳು, ಘೃತೇನ=ತುಪ್ಪದಿಂದ, ಅಸ್ಮಾನ್=ನಮ್ಮನ್ನು, ಪುನನ್ತು ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ, ವಿಶ್ವಂ=ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚದ ಸುತ್ತಲೂ, ಪ್ರವಹನ್ತು=ತುಪ್ಪವು ಸುತ್ತಲೂ ಹರಿಯಲಿ, ರಿಪ್ರಮಾದಾಭ್ಯಃ=ಪ್ರಮಾದದಿಂದ ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪುಗಳಿಂದ, ಶುಚಿರಾ ಪೂತಏಮಿ=ಶುದ್ಧರಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ತಾಯಿಯರಾದ ಜಲಾಭಿಮಾನದೇವತೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ. ತುಪ್ಪದಿಂದ ಶುದ್ಧರಾದ ದೇವತೆಗಳು ತುಪ್ಪದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಶುದ್ಧರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. ತುಪ್ಪವು ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚದ ಸುತ್ತಲೂ ಹರಿಯಲಿ. ಪ್ರಮಾದದಿಂದ ಮಾಡಿದ ತಪ್ಪುಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಶುದ್ಧರಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲಿ.

ಕಯಾ ನಶ್ಚಿತ್ರಾ ಆಭುವದೂತೀ ಸದಾ ವೃಧಸ್ಸಖಾ ।
ಕಯಾ ಶಚಿಷ್ಠಯಾ ವೃತಾ

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಚಿತ್ರಾ=ಚಿತ್ರ ಬಣ್ಣವುಳ್ಳ ಊತೀ=ಪವಿತ್ರದೇವಿಯು, ಸದಾ=ಯಾವಾಗಲೂ, ವೃಧಸ್ಸಖಾ=ಹೆಚ್ಚಿನ ಸ್ನೇಹಿತೆಯಾಗಿರಲಿ, ಕಯಾ=ಯಾವಳೋ ಒಬ್ಬ, ಶಚಿಷ್ಟಯಾ=ಶಚಿಷ್ಟೆಯೆಂಬುವಳಿಂದ, ವೃತಾ=ಕೂಡಿದವಳಾಗಿರಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಚಿತ್ರ ಬಣ್ಣವುಳ್ಳ ಪವಿತ್ರದೇವಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನ

ಸ್ನೇಹಿತಳಾಗಿರಲಿ. ಶಚಿಷ್ಠೆಯಿಂದ ಕೂಡಿದವಳಾಗಿರಲಿ.

ಶಂ ನೋ ದೇವೀರಭಿಷ್ಟ್ಯಯೇ। ಆಪೋ ಭವನ್ತು ಪೀತಯೇ।
ಶಂ ಯೋರಭಿಸ್ರವಂತು ನಃ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವೀಃ= ಅಬ್ದೇವತೆಗಳನ್ನು, ಅಭಿಷ್ಟ್ಯಯೇ=ಸ್ತೋತ್ರಮಾಡುತ್ತೇನೆ, ಆಪಃ= ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು, ಪೀತಯೇ=ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿಗಾಗಿ, ಭವನ್ತು= ಇರಲಿ, ಯೇ=(ಛಾಂದಸ) ಯಾವ ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು, ನಃ= ನಮಗೆ, ಶಂ=ಸುಖವನ್ನು, ಅಭಿಸ್ರವನ್ತು=ಸುತ್ತಲೂ ಪ್ರವಹಿಸಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ನಮ್ಮಿಂದ ಸ್ತೋತ್ರಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು ಕುಡಿಯುವ ನೀರಿಗಾಗಿ ಇರಲಿ ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಸುಖವನ್ನುಂಟುಮಾಡಲಿ.

ದ್ರುಪದಾದಿವೇನ್ಮುಮುಚಾನಃ। ಸ್ವಿನ್ನಃ ಸ್ನಾತ್ವೀ ಮಲಾದಿವ।
ಪೂತಂ ಪವಿತ್ರೇಣೆವಾಜ್ಯಮ್ । ಆಪಶ್ಶುನ್ಧನ್ತು ಮೈನಸಃ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದ್ರುಪದಾತ್= ಪಾದಬಂಧನದಿಂದ, ಮುಮುಚಾನ ಇವ= ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದುವವನಂತೆಯೂ, ಸ್ವಿನ್ನಃ= ಬೆವರಿದವನು, ಸ್ನಾತ್ವೀ= ಸ್ನಾನಮಾಡಿದವನಾಗಿ, ಮಲಾತ್ = ಬೆವರಿನಿಂದ, ಮುಮುಚಾನ ಇವ= ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದುವವನಂತೆಯೂ, ಪವಿತ್ರೇಣ= ಪವಿತ್ರದಿಂದ, ಪೂತಂ= ಶುದ್ಧವಾದ, ಅಜ್ಯಮಿವ= ತುಪ್ಪದಂತೆಯೂ, ಮಾಂ= ನನ್ನನ್ನು,

ಏನಸಃ=ಪಾಪದಿಂದ, ಆಪಃ= ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು, ಶುಂಧಂತು= ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಸಂಕೋಲೆಯಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದುವವನಂತೆಯೂ, ಬೆವರಿದವನು ಸ್ನಾನಮಾಡಿದವನಾಗಿ ಬೆವರಿನಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವವನಂತೆಯೂ ಪವಿತ್ರದಿಂದ ಶುದ್ಧವಾದ ತುಪ್ಪದಂತೆಯೂ, ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು ನನ್ನನ್ನು ಪಾಪದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಿ. (ಕೈಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಹೇಳಿ ನೀರನ್ನು ಕೆಳಗೆ ಹಾಕುವುದು ಮತ್ತೆ ನೀರನ್ನು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಹೇಳಬೇಕು.)

ದಿವಿ ಜಾತಾ ಅಪ್ಸು ಜಾತಾ ಯಾ ಜಾತಾ ಓಷಧೀಭ್ಯಃ।
ಅಥೋ ಯಾ ಅಗ್ನಿಜಾ ಆಪಃ। ತಾ ನಃ ಶುಂಧಂತು ಶುಂಧನೀಃ।
ಯದಾಪೋ ನಕ್ತಂ ದುರಿತಂ ಚರಾಮ ಯದ್ವಾ ದಿವಾ
ನೂತನಂ ಯತ್ಪುರಾಣಂ ಹಿರಣ್ಯ ವರ್ಣಾಸ್ತತ ಉತ್ಪುನೀತು ನಃ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದಿವಿ=ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ, ಜಾತಾಃ=ಹುಟ್ಟಿದ, ಅಪ್ಸು=ನೀರಿನಲ್ಲಿ, ಜಾತಾಃ=ಹುಟ್ಟಿದ, ಓಷದೀಭ್ಯಃ=ಓಷದಿಗಳಿಂದ, ಜಾತಾಃ=ಹುಟ್ಟಿದ, ಅಥೋ=ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿಜಾಃ=ಅಗ್ನಿಯಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ, ಯಾಃ=ಯಾವ, ಶುಂಧನೀಃ=ಶುದ್ಧಿಮಾಡುವ ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು ಇದ್ದಾರೆಯೋ, ತಾಃ=ಅವರು, ನಃ=ನಮ್ಮನ್ನು, ಶುಂಧಂತು=ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ, ಹಿರಣ್ಯವರ್ಣಾಃ=ಚಿನ್ನದ ಬಣ್ಣವುಳ್ಳ, ಆಪಃ=ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು, ಯತ್‌ದುರಿತಂ=ಯಾವಪಾಪವನ್ನು ನಕ್ತಂ=ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ, ಚರಾಮ=ಮಾಡಿದ್ದೇವೆಯೋ ವಾ = ಅಥವಾ, ದಿವಾ =. ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ, ಯತ್‌ದುರಿತಂ = ಯಾವಪಾಪವನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದೇವೆಯೇ ,

ನೂತನಂ= ಹೊಸದದ್ದಾಗಲೀ, ಪುರಾಣಂ=ಹಳೆಯದದ್ದಾಗಲೀ, ತತಃ=ಅವುಗಳಿಂದ, ನಃ=ನಮ್ಮನ್ನು, ಉತ್ಪುನೀತು=ಶುದ್ಧಿಮಾಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಸ್ವರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ, ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ, ಓಷಧಿಗಳಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿಯಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ ಶುದ್ಧಿಕರರಾದ ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ಶುದ್ಧಿ ಮಾಡಲಿ. ಚಿನ್ನದ ಬಣ್ಣವುಳ್ಳ ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು ನಾವು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಅಥವಾ ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಹೊಸದಾದ ಮತ್ತು ಹಳೆಯದಾದ ಎಲ್ಲಾ ಪಾಪಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ.
(ನೀರನ್ನು ಮೂಸಿನೋಡಿ ಕೆಳಗೆ ಹಾಕಬೇಕು. ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಿ.)

ಪ್ರಾಣಾನಾಯಮ್ಯ-ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡಿ.

ಓಂ ಭೂಃ। ಓಂ ಭುವಃ। ಓಗ್ ಸುವಃ । ಓಂ ಮಹಃ। ಓಂ ಜನಃ।

ಓಂ ತಪಃ। ಓಗ್ ಸತ್ಯಂ। ಓಂ ತತ್ಸ........ಪ್ರಚೋದಯಾತ್।

ಮಮೋಪಾತ್ತದುರಿತಕ್ಷಯದ್ವಾರಾ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ

ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರಾತಃಸಂಧ್ಯಾರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ

ಓಂ ತತ್ಸ ವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಮ್ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ।

ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್॥

ಪರೋ ರಜಸಿ ಸಾವದೋಮ್। ಆಪೋ ಜ್ಯೋತೀರಸೋಽ

ಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಮ್॥

ಹೀಗೆಯೇ ಮೂರಾವೃತ್ತಿ ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಯಃ= ಯಾವ ಪರಮಾತ್ಮನು ಅಥವಾ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನು, ನಃ= ನಮ್ಮ, ಧಿಯಃ= ಬುದ್ಧಿ ವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು, ಪ್ರಚೋದಯಾತ್=ಸನ್ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರೇರಿಸುತ್ತಾನೆಯೋ, ಸವಿತುಃ= ಆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಅಥವಾ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನ, ತತ್= ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ, ವರೇಣ್ಯಂ= ನಮ್ಮಿಂದ ವರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ, ಭರ್ಗಃ= ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ಅಥವಾ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು, ಧೀಮಹಿ= ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಯಾವ ಪರಮಾತ್ಮನು ಅಥವಾ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನು ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿ ವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಸನ್ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಹೋಗುವಂತೆ ಪ್ರೇರಿಸುತ್ತಾನೆಯೋ, ಆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಅಥವಾ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ, ವರಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ಪರೋರಜಸಿಸಾವದೋಮ್ ।

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಅಸೌ= ಈ, ಓಮ್= ಪರಮಾತ್ಮನು, ರಜಸಿ= ರಜೋಗುಣಕ್ಕಿಂತ, ಪರಃ= ಮೇಲಿನವನು, ಆಪಃ= ನೀರು, ಜ್ಯೋತಿಃ= ತೇಜಸ್ಸು, ರಸಃ= ರಸವು, ಅಮೃತಂ= ಅಮೃತವು, ಬ್ರಹ್ಮ= ವೇದವು, ಭೂಃ= ಭೂಲೋಕವು, ಭುವಃ= ಭುವರ್ಲೋಕವು, ಸುವಃ= ಸುವರ್ಲೋಕವು, ಬ್ರಹ್ಮ= ಬ್ರಹ್ಮವೇ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಈ ಪರಮಾತ್ಮನು ರಜೋಗುಣವನ್ನು ಮೀರಿದವನು. ನೀರೂ, ತೇಜಸ್ಸೂ, ರಸವೂ, ಅಮೃತವೂ, ವೇದವೂ, ಭೂರಾದಿ ಲೋಕಗಳೂ ಬ್ರಹ್ಮವೇ.

(ಮೂರು ಸಲ ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಅನಂತರ ಇದನ್ನೂ ಮೂರು ಸಲವೂ ಹೇಳಬೇಕು.)

ಉತ್ತಿಷ್ಠ ದೇವಿ ಗಂತವ್ಯಂ

ಪುನರಾಗಮನಾಯ ಚ ।

ಸಾವಿತ್ರದೇವಿ ತುಷ್ಟ್ಯರ್ಥಂ ।

ಪ್ರವಿಶ ಹೃದಯಂ ಮಮ ।

ಭೋಃ ಗಾಯತ್ರಿ ಮಮ ಹೃದಯೇ ಪುನರಾವಾಹಯಾಮಿ ।

ಅಸಾವಾದಿತ್ಯೋಃ ಬ್ರಹ್ಮ ॥

(ಒಂದು ಪ್ರದಕ್ಷಿಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.)

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವಿ ಗಾಯತ್ರಿ, ದೇವಿಯೆ, ಪುನರಾಗಮನಾಯಚ= ಮತ್ತೆ ವಾಪಸ್ಸು ಬರುವುದಕ್ಕಾಗಿ, ಉತ್ತಿಷ್ಠ= ಮೇಲಕ್ಕೆ ಏಳು, ಸಾವಿತ್ರದೇವಿ= ಸಾವಿತ್ರಿ ದೇವಿಯೇ ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ನನ್ನ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಗಾಯತ್ರಿದೇವಿಯೇ ಮತ್ತೆ ವಾಪಸು ಬರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಏಳು. ಸಾವಿತ್ರಿದೇವಿಯೇ, ತೃಪ್ತಿಗಾಗಿ ನನ್ನ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸು.

ವಿಷ್ಣು ಶಕ್ತಿಸಮೋಪೇತೇ । ಸರ್ವವರ್ಣೇ ಮಹೀತಲೇ ।
ಅನೇಕರತ್ನಸಂಭೂತೇ । ಭೂಮಿ ದೇವಿ ನಮೋऽಸ್ತು ತೇ ॥
ಅಪಸರ್ಪನ್ತು ಯೇ ಭೂತಾ ಯೇ ಭೂತಾ ಭೂಮಿಸಂಸ್ಥಿತಾ ಃ ।
ಯೇ ಭೂತಾ ವಿಘ್ನಕರ್ತಾರಸ್ತೇ ನಶ್ಯನ್ತು ಶಿವಾಜ್ಞಯಾ ॥
ಅಪಕ್ರಾಮತ ಭೂತಪ್ರೇತಪಿಶಾಚಾದ್ಯಾಸ್ಸಹಚರಾಃ ।
ಸರ್ವೇ ತೇ ಭೂಮಿಭಾರಕಾಃ ॥
ಸರ್ವೇಷಾಮವಿರೋಧೇನ ಬ್ರಹ್ಮಕರ್ಮ ಸಮಾರಭೇ ॥
ಉತ್ಪತನ್ತ್ವಿಹ ಭೂತಾನಿ ಪೃಥಿವ್ಯನ್ತರವಾಸಿನಿ ।
ಪೃಥ್ವಿ ತ್ವಯಾ ಧೃತಾ ಲೋಕಾ ದೇವಿ ತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುನಾ ಧೃತಾ ।
ತ್ವಂ ಚ ಧಾರಯ ಮಾಂ ದೇವಿ ಪವಿತ್ರಂ ಕುರು ಚಾಸನಮ್ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ವಿಷ್ಣುಶಕ್ತಿಸಮೋಪೇತೇ= ವಿಷ್ಣುಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವ, ಸರ್ವವರ್ಣೇ=ಸಮಸ್ತ ಬಣ್ಣವುಳ್ಳ, ಮಹೀತಲೇ= ಭೂರೂಪಳಾದ, ಅನೇಕ ರತ್ನಸಂಭೂತೇ= ಅನೇಕ ರತ್ನಗಳಿಗೆ ಉತ್ಪತ್ತಿಸ್ಥಾನಳಾದ, ಭೂಮಿದೇವಿ= ಭೂದೇವಿಯೇ, ತೇ= ನಿನಗೆ, ನಮಃ= ನಮಸ್ಕಾರವು, ಅಸ್ತು= ಇರಲಿ, ವಿಘ್ನಕರ್ತಾರಃ= ವಿಘ್ನವನ್ನು ಮಾಡುವ, ಯೇ ಭೂತಾಃ= ಯಾವ ಭೂತಗಳಿವೆಯೋ, ಭೂಮಿಸಂಸ್ಥಿತಾಃ= ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿರುವ, ಯೇ ಭೂತಾಃ= ಯಾವ ಭೂತಗಳಿವೆಯೋ, ತೇ= ಅವುಗಳು, ಶಿವಾಜ್ಞಯಾ= ಪರಮೇಶ್ವರನ ಅಪ್ಪಣೆಯಿಂದ, ನಶ್ಯನ್ತು= ನಾಶವಾಗಲಿ, ಭೂಮಿಭಾರಕಾಃ= ಭೂಮಿಗೆ ಭಾರರಾದ, ಸಹಚರಾಃ= ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ ಕೂಡಿದ, ಭೂತಪ್ರೇತಪಿಶಾಚಾದ್ಯಾಃ= ಭೂತಪ್ರೇತಪಿಶಾಚಾದಿಗಳು, ಅಪಕ್ರಾಮತ= ಇಲ್ಲಿಂದ ಹೊರಟುಹೋಗಲಿ ಸರ್ವೇಷಾಂ= ಎಲ್ಲರಿಗೂ, ಅವಿರೋಧೇನ= ವಿರೋಧವಿಲ್ಲದಂತೆ, ಬ್ರಹ್ಮ ಕರ್ಮ= ವೇದೋಕ್ತಕರ್ಮವನ್ನು, ಸಮಾರಭೇ= ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಪೃಥಿವ್ಯನ್ತರವಾಸಿನಿ(ಛಾಂದಸ) = ಭೂಮಿಯೊಳಗೆ ಇರುವ, ಇಹಭೂತಾನಿ= ಇಲ್ಲಿರುವ ಭೂತಗಳು, ಉತ್ಪತನ್ತು= ಹಾರಿಹೋಗಲಿ, ಪೃಥ್ವಿ= ಭೂದೇವಿಯೆ, ತ್ವಯಾ= ನಿನ್ನಿಂದ, ಲೋಕಾಃ= ಲೋಕಗಳು, ಧೃತಾಃ= ಧರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ, ದೇವಿ= ಭೂದೇವಿಯೇ, ತ್ವಂ= ನೀನು, ವಿಷ್ಣುನಾ= ವಿಷ್ಣುವಿನಿಂದ, ಧೃತಾ= ಧರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದಿ, ದೇವಿ= ಎಲೈ ಭೂದೇವಿಯೆ, ತ್ವಂಚ= ನೀನು, ಮಾಂ= ನನ್ನನ್ನು, ಧಾರಯ= ಧರಿಸು, ಆಸನಂ= ಆಸನವನ್ನು, ಪವಿತ್ರಂ=ಪರಿಶುದ್ಧವಾದದ್ದನ್ನಾಗಿ, ಕುರು= ಮಾಡು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ವಿಷ್ಣುವಿನ ಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವ, ಸಮಸ್ತ ವರ್ಣವುಳ್ಳ, ಪೃಥಿವೀ ರೂಪಳಾದ, ಅನೇಕ ರತ್ನಗಳಿಗೆ ಆಕರಳಾದ ಎಲೈ ಭೂದೇವಿಯೇ, ನಿನಗೆ ನಮಸ್ಕಾರವು ಇರಲಿ. ಯಾವ ಭೂತಗಳಿವೆಯೋ, ಯಾವ ಭೂತಗಳು ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿವೆಯೋ, ಯಾವ ಭೂತಗಳು ವಿಘ್ನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತವೆಯೋ, ಅವು ಪರಮೇಶ್ವರನ ಅಪ್ಪಣೆಯಿಂದ ನಾಶವಾಗಲಿ.

ಭೂಮಿಗೆ ಭಾರರೂಪರಾದ, ಸಹಚರರಿಂದ ಕೂಡಿದ, ಭೂತಪ್ರೇತ ಪಿಶಾಚಾದಿಗಳು ಇಲ್ಲಿಂದ ದೂರಹೋಗಲಿ.

ಎಲ್ಲರಿಗೂ ವಿರೋಧವಿಲ್ಲದಂತೆ ಬ್ರಹ್ಮಕರ್ಮವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತೇನೆ. ಭೂಮಿಯೊಳಗಿರುವ ಭೂತಗಳೂ ಹಾರಿಹೋಗಲಿ.

ಭೂದೇವಿಯೆ, ನಿನ್ನಿಂದ ಲೋಕಗಳು ಧರಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ.

ಎಲೈ ಭೂದೇವಿಯೆ, ನಿನ್ನನ್ನು ವಿಷ್ಣುವು ಧರಿಸಿದ್ದಾನೆ. ನೀನು ನನ್ನನ್ನು ಧರಿಸು. ಆಸನವನ್ನು ಪವಿತ್ರವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು.

ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯೈನಮಃ ಆಸನಂ ಕಲ್ಪಯಾಮಿ
ವಿಮಲಾಸನಾಯನಮಃ
ಕಮಲಾಸನಾಯನಮಃ
ಯೋಗಾಸನಾಯನಮಃ
ಕೂರ್ಮಾಸನಾಯನಮಃ
ಮಧ್ಯಾಸನಾಯನಮಃ
ಮಧ್ಯೇಪರಮಸುಖಾಸನಾಯನಮಃ
ಸ್ವಶಿರಸಿ ಗುಂಗುರುಭ್ಯೋನಮಃ
ಗಂಗಣಪತಯೇನಮಃ
ಕ್ಷಂ ಕ್ಷೇತ್ರಪಾಲಾಯನಮಃ
ಸಂಸರಸ್ವತ್ಯೈನಮಃ
ಅಂ ಆತ್ಮನೇನಮಃ
ಪಂಪರಮಾತ್ಮನೇನಮಃ
ಓಂಹ್ರೀಂಜ್ಞಾನಾತ್ಮನೇನಮಃ
ಸ್ವಶಿರಸಿ ಸಹಸ್ರದಳ ಕಮಲಕರ್ಣಿಕಾಮಧ್ಯಗತಂ ಸ್ವಗುರುಂ ಧ್ಯಾತ್ವಾ
ಗುರುರ್ಬ್ರಹ್ಮಾ ಗುರುರ್ವಿಷ್ಣುಃ ಗುರುರೇವ ಮಹೇಶ್ವರಃ
ಗುರುಸ್ಸಾಕ್ಷಾತ್ ಪರಂಬ್ರಹ್ಮ ತಸ್ಮೈ ಶ್ರೀ ಗುರವೇನಮಃ
ಬ್ರಹ್ಮಾದಿಯಾವತ್ಸ್ವಗುರುಪಾದಾರವಿಂದಂ ತಾವತ್ ಪ್ರಣತೋಸ್ಮಿ
ಪ್ರಣವಸ್ಯ ಪರಬ್ರಹ್ಮ ಋಷಿಃ। ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ।
ದೇವೀಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ ಆಸನಪ್ರಾಣಾಯಾಮೇ ವಿನಿಯೋಗಃ
ಓಂ ಭೂ.... ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಮ್
ಮಮೋಪಾತ್ತ ದುರಿತಕ್ಷಯದ್ವಾರಾ ಶ್ರೀ ಪರಮೇಶ್ವರ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ
ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾ ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಗಾಯತ್ರೀಮಂತ್ರಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ।

ಆಯಾತು ವರದಾ ದೇವೀ ಅಕ್ಷರಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಸಂಮಿತಮ್।

ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಸಾಂ ಮಾತೇದಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಜುಷಸ್ವ ಮೇ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ:

ವರದಾ=ವರವನ್ನು ಕೊಡುವ, ದೇವೀ=ಗಾಯತ್ರೀದೇವಿಯು, ಆಯಾತು=ಬರಲಿ, ಅಕ್ಷರಂ=ನಾಶರಹಿತವಾದ, ಸಂಮಿತಂ=ಪ್ರಮಾಣದಿಂದ ನಿಶ್ಚಿತವಾದ, ಬ್ರಹ್ಮ=ಬ್ರಹ್ಮವು ಆಗಿದ್ದಾಳೆ, ಛಂದಸಾಂ=ವೇದಗಳ, ಮಾತಾ=ಉತ್ಪತ್ತಿಗೆ ಕಾರಣಳಾದ, ಗಾಯತ್ರೀ=ಗಾಯತ್ರಿಯು, ಇದಂ=ಈ, ಮೇ=ನನ್ನ, ಬಹ್ಮ=ವೇದಸ್ತೋತ್ರವನ್ನು, ಜುಷಸ್ವ=ಕೇಳಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ವರವನ್ನು ಕೊಡುವ ಗಾಯಿತ್ರೀ ದೇವಿಯು ಬರಲಿ. ನಾಶರಹಿತವಾದ, ಪ್ರಮಾಣದಿಂದ ನಿಶ್ಚಿತವಾದ ಬ್ರಹ್ಮವು ಆಗಿದ್ದಾಳೆ. ವೇದಗಳ ಉತ್ಪತ್ತಿಗೆ ಕಾರಣಳಾದ ಗಾಯತ್ರಿಯು ಈ ನನ್ನ ವೇದಸ್ತೋತ್ರವನ್ನು ಕೇಳಲಿ.

ಯದಹ್ನಾತ್ ಕುರುತೇ ಪಾಪಂ ತದಹ್ನಾತ್ ಪ್ರತಿಮುಚ್ಯತೇ
ಯದ್ರಾತ್ರಿಯಾತ್ ಕುರುತೇ ಪಾಪಂ ತದ್ರಾತ್ರಿಯಾತ್ ಪ್ರತಿಮುಚ್ಯತೇ
ಸರ್ವವರ್ಣೇ ಮಹಾದೇವಿ ಸಂಧ್ಯಾವಿದ್ಯೇ ಸರಸ್ವತಿ ।

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಯದಹ್ನಾತ್=ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ, ಕುರುತೇ=ಮಾಡಿದ, ಪಾಪಂ=ಪಾಪವು, ತದಹ್ನಾತ್=ಹಗಲಿನಲ್ಲಿಯೇ, ಪ್ರತಿಮುಚ್ಯತೇ=ಹೋಗಲಿ, ಯದ್ರಾತ್ರಿ ಯಾತ್=ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ, ಕುರುತೇ=ಮಾಡಿದ, ಪಾಪಂ=ಪಾಪವು, ತದ್ರಾತ್ರಿ ಯಾತ್=ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿಯೇ, ಪ್ರತಿಮುಚ್ಯತೇ=ಹೋಗಲಿ, ಸರ್ವವರ್ಣೇ=

ಎಲ್ಲಾಬಣ್ಣದ, ಮಹಾದೇವಿ=ಮಹಾದೇವಿಯಾದ, ಸಂಧ್ಯಾವಿದ್ಯೇ=ಸಂಧ್ಯೆಯ ವಿದ್ಯೆಯಾದ, ಸರಸ್ವತಿ=ಸರಸ್ವತಿಯೇ -

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಪಾಪವು ಹಗಲಿನಲ್ಲಿಯೇ ಹೋಗಲಿ. ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಪಾಪವು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿಯೇ ಹೋಗಲಿ. ಎಲ್ಲ ವರ್ಣದ ಮಹಾದೇವಿಯಾದ, ಸಂಧ್ಯಾವಿದ್ಯೆಯಾದ ಸರಸ್ವತಿಯೇ -

ಓ ಜೋಽಸಿ ಸಹೋಽಸಿ ಬಲಮಸಿ ಭ್ರಾಜೋಽಸಿ
ದೇವಾನಾಂ ಧಾಮ ನಾಮಾಸಿ ವಿಶ್ವಮಸಿ ವಿಶ್ವಾಯುಃ
ಸರ್ವಮಸಿ ಸರ್ವಾಯುಃ ಅಭಿಭೂರೋಮ್
ಗಾಯತ್ರೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ ಸಾವಿತ್ರೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ
ಸರಸ್ವತೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ ಛಂದಋಷೀನ್ ಆವಾಹಯಾಮಿ
ಶ್ರಿಯಮಾವಾಹಯಾಮಿ
ಗಾಯತ್ರ್ಯಾ ಗಾಯತ್ರೀಛಂದಃ,
ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರಋಷಿಃ,
ಸವಿತಾ ದೇವತಾ, ಅಗ್ನಿರ್ಮುಖಂ,
ಬ್ರಹ್ಮಾಶಿರಃ ವಿಷ್ಣುರ್ಹೃದಯಂ,
ರುದ್ರೋಲಲಾಟಃ, ತ್ರಯಶ್ಶಿಖಾ
ತ್ರೈಲೋಕ್ಯಂ ಚರಣಮ್ ಪೃಥಿವೀ ಕುಕ್ಷಿಃ
ಶುಕ್ಲೋವರ್ಣಃ ಸೂರ್ಯಃ ಕವಚಃ ಸೋಮೋ ನೇತ್ರೇ
ಸಾಂಖ್ಯಾಯನಸಗೋತ್ರಮ್ ಉದಾತ್ತಸ್ವರಂ ಪರಂಜ್ಯೋತಿ
ಸ್ಸ್ವರೂಪಂ ಯಥಾಸಂಭವಗಾಯತ್ರೀಮಂತ್ರಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

(ಪ್ರಾಣಾಪಾನವ್ಯಾನೋದಾನಸಮಾನಾ ಸಪ್ರಾಣಾ ಶ್ವೇತವರ್ಣಾ ಸಾಂಖ್ಯಾಯನಸಗೋತ್ರಾ ಗಾಯತ್ರೀ ಚತುರ್ವಿಂಶತ್ಯಕ್ಷರಾ ತ್ರಿಪದಾ ಷಟ್ಕುಕ್ಷಿಃ ಪಂಚಶೀರ್ಷೋಪನಯನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ||) ಇದನ್ನು ಕೆಲವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲೈ ಗಾಯತ್ರಿಯೆ, ನೀನು ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದೀಯೆ. ಶತ್ರುಗಳನ್ನು ನಾಶಮಾಡುವಶಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದೀಯೆ. ಶಾರೀರಿಕಶಕ್ತಿಯಾಗಿದ್ದಿ. ಪ್ರಕಾಶರೂಪಳಾಗಿದ್ದಿ. ದೇವತೆಗಳ ವಾಸಸ್ಥಾನಳಾಗಿದ್ದಿ. ಜಗತ್ತು ನೀನೆ ಆಗಿದ್ದಿ. ಪೂರ್ಣಾಯುಸ್ಸ್ವರೂಪಳಾಗಿದ್ದಿ. ಸರ್ವವೂ ಆಗಿದ್ದಿ. ಸರ್ವಪ್ರಾಣಿಗಳ ಆಯುಸ್ಸು ಆಗಿದ್ದಿ. ಸಮಸ್ತಪಾಪಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವವಳಾಗಿದ್ದಿ. ಓಂಕಾರಪ್ರತಿಪಾದ್ಯಪರಮಾತ್ಮಳಾಗಿದ್ದಿ. ನಿನ್ನನ್ನು ನನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಆವಾಹನೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಸಾವಿತ್ರೀರೂಪಳಾದ, ಸರಸ್ವತೀ ರೂಪಳಾದ ಛಂದೋರೂಪಳಾದ ನಿನ್ನನ್ನು ನನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಆವಾಹನೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಋಷಿಗಳನ್ನು ಆವಾಹಿಸುತ್ತೇನೆ. ಗಾಯತ್ರೀಮಂತ್ರವು ಗಾಯತ್ರೀಛಂದಸ್ಸಿನಲ್ಲಿದೆ. ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದವರು ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಋಷಿಗಳು. ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನು ಅಥವಾ ಪರಮಾತ್ಮನು ಈ ಮಂತ್ರದ ದೇವತೆ. ಈ ದೇವತೆಗೆ ಅಗ್ನಿಯೇ ಮುಖವು. ಚತುರ್ಮುಖಬ್ರಹ್ಮನೇ ಶಿರಸ್ಸು (ತಲೆ) ವಿಷ್ಣುವು ಹೃದಯವು. ಈಶ್ವರನು ಹಣೆಯು. ವೇದಗಳೇ ಜುಟ್ಟು. ಮೂರು ಲೋಕಗಳು ಪಾದವು. ಭೂಮಿಯು ಹೊಕ್ಕಳು. ಬಿಳಿಯ ಬಣ್ಣವು. ಸೂರ್ಯನು ಕವಚವು. ಚಂದ್ರನು ಎರಡು ಕಣ್ಣುಗಳು. ಸಾಂಖ್ಯಾಯನಸವೆಂಬ ಗೋತ್ರವು. ಉದಾತ್ತ ಸ್ವರವು ಪರಂಜ್ಯೋತಿಯೇ ಇವಳ ಸ್ವರೂಪವು. ಇಂತಹ ಗಾಯತ್ರಿಯ ಮಂತ್ರಜಪವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ತತ್ಸವಿತುಃ ಬ್ರಹ್ಮಾತ್ಮನೇ = ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ

ವರೇಣ್ಯಂ ವಿಷ್ಣ್ವಾತ್ಮನೇ = ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ರುದ್ರಾತ್ಮನೇ = ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ಧೀಮಹಿ ಈಶ್ವರಾತ್ಮನೇ = ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಸದಾಶಿವಾತ್ಮನೇ = ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ಸತ್ಯಾತ್ಮನೇ = ಕರತಲಕರಪೃಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ತತ್ಸವಿತುಃ ಬ್ರಹ್ಮಾತ್ಮನೇ = ಹೃದಯಾಯ ನಮಃ
ವರೇಣ್ಯಂ ವಿಷ್ಣ್ವಾತ್ಮನೇ = ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ
ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ರುದ್ರಾತ್ಮನೇ = ಶಿಖಾಯೈವಷಟ್
ಧೀಮಹಿ ಈಶ್ವರಾತ್ಮಾನೇ = ಕವಚಾಯ ಹುಮ್
ಧಿಯೋ ಯೋ ನಸ್ಸದಾಶಿವಾತ್ಮನೇ = ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯ ವೌಷಟ್
ಪ್ರಚೋದಯಾತ್‌ಸತ್ಯಾತ್ಮನೇ = ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್
ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಮಿತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ ॥

ಅಥ ಧ್ಯಾನಮ್

ಈ ಧ್ಯಾನಶ್ಲೋಕವು ಸೂತ್ರದಲ್ಲಿಲ್ಲ.

ಮುಕ್ತಾವಿದ್ರುಮಹೇಮನೀಲಧವಳಚ್ಛಾಯೈರ್ಮುಖೈಸ್ತ್ರೀಕ್ಷಣೈ
ಯುಕ್ತಾಮಿಂದುನಿಬದ್ಧರತ್ನಮಕುಟಾಂ ತತ್ತ್ವಾರ್ಥವರ್ಣಾತ್ಮಿಕಾಮ್ ।
ಗಾಯತ್ರೀಂ ವರದಾಭಯಾಂಕುಶಕಶಾಂ ಶುಭ್ರಂ ಕಪಾಲಂ ಗುಣಮ್ ।
ಶಂಖಂ ಚಕ್ರಗದಾರವಿನ್ದ ಯುಗಳಂ ಹಸ್ತೈರ್ವಹನ್ತೀಂ ಭಜೇ ॥

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಮುತ್ತು, ಹವಳ, ಚಿನ್ನ, ನೀಲ, ಬಿಳುಪು, ಇವುಗಳ ಛಾಯೆಯುಳ್ಳ ಮೂರುಕಣ್ಣುಳ್ಳ ಮುಖಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ, ಚಂದ್ರನನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿದ ರತ್ನ ಮಯವಾದ ಕಿರೀಟವುಳ್ಳ, ತತ್ತ್ವಾರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಸುವ (ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ತಿಳಿಸುವ) ಓಂಕಾರಸ್ವರೂಪಳಾದ, ವರ, ಅಭಯ, ಅಂಕುಶ, ಛಾಟೀ,

ಬಿಳಿಯ ಕಪಾಲ, ಹಗ್ಗ, ಶಂಖ, ಚಕ್ರ, ಗದೆ, ಎರಡು ಕಮಲ-ಇವುಗಳನ್ನು ಕೈಗಳಿಂದ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡಿರುವ ಗಾಯತ್ರಿಯನ್ನು ಭಜಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯಾತ್ಮನೇ ಗಂಧಂ ಕಲ್ಪಯಾಮಿ
ಅಂ ಆಕಾಶಾತ್ಮನೇ ಪುಷ್ಪಂ ಕಲ್ಪಯಾಮಿ
ಯಂ ವಾಯ್ವಾತ್ಮನೇ ಧೂಪಂ ಕಲ್ಪಯಾಮಿ
ರಂ ಅಗ್ನ್ಯಾತ್ಮನೇ ದೀಪಂ ದರ್ಶಯಾಮಿ
ಅಂ ಅಮೃತಾತ್ಮನೇ ಅಮೃತೋಪಹಾರನೇವೇದ್ಯಂ ನಿವೇದಯಾಮಿ
ಸಂ ಸರ್ವಾತ್ಮನೇ ಸರ್ವೋಪಚಾರಪೂಜಾಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಪೃಥಿವ್ಯಾಕಾಶವಾಯು ಅಗ್ನಿ ಅಮೃತಸ್ವರೂಪನೂ ಸರ್ವಾತ್ಮನೂ ಆದ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಧೂಪ ದೀಪ ನೇವೇದ್ಯಾದಿ ಸರ್ವೋಪಚಾರಗಳನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ ಅಥವಾ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನಿಗೆ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ. ಪರಮಾತ್ಮನೆಂದರೆ ನಿರ್ಗುಣ ಬ್ರಹ್ಮ. ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನೆಂದರೆ ಸಗುಣ ಬ್ರಹ್ಮ ಇಬ್ಬರೂ ಬೇರೆಯಲ್ಲ.

ಯಥಾಶಕ್ತಿಗಾಯತ್ರೀಮಂತ್ರಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ
ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ। ತತ್ಸವಿತುಃ........ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ॥

ಜಪವನ್ನು 32ಕ್ಕೆ ಕಮ್ಮಿಯಿಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು.
ಪುನಃ ಹೃದಯಾದಿನ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ತತ್ಸವಿತುಃ ಬ್ರಹ್ಮಾತ್ಮನೇ-ಹೃದಯಾಯನಮಃ
ವರೇಣ್ಯಂ ವಿಷ್ಣ್ವಾತ್ಮನೇ - ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ
ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ರುದ್ರಾತ್ಮನೇ - ಶಿಖಾಯೈವಷಟ್
ಧೀಮಹಿ ಈಶ್ವರಾತ್ಮನೇ - ಕವಚಾಯ ಹುಮ್

ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಸದಾಶಿವಾತ್ಮನೇ ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯವೌಷಟ್
ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ಸತ್ಯಾತ್ಮನೇ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್
ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಮಿತಿ ದಿಗ್ವಿಮೋಕಃ ।

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಬ್ರಹ್ಮಾ, ವಿಷ್ಣು, ರುದ್ರ, ಈಶ್ವರ, ಸದಾಶಿವ ಮತ್ತು ಸತ್ಯ ಈ ಎಲ್ಲ ಸ್ವರೂಪನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಅಥವಾ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನೇ ಗಾಯತ್ರಿ ದೇವತಾ. ಈ ದೇವತೆಗೆ ಅಂಗುಷ್ಠ ತರ್ಜನೀ ಮೊದಲಾದ ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ನಮಸ್ಕಾರವು. ಈ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನೇ ಅಥವಾ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನನ್ನೇ ಹೃದಯಾದಿಗಳಿಂದ ಗೌರವಿಸಬೇಕು.

ಅಥಧ್ಯಾನಂ

ಮುಕ್ತಾವಿದ್ರುಮ .... ಭಜೇ ॥
ಲಂ ಪೃಥಿವ್ಯಾತ್ಮನೇ ಇತ್ಯಾದಿ.

ಉಪಸ್ಥಾನಮ್

ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಚರ್ಷಣೀಧೃತಃ ಶ್ರವೋ ದೇವಸ್ಯ ಸಾನಸಿಮ್ ।
ಸತ್ಯಂ ಚಿತ್ರಶ್ರವಸ್ತಮಮ್ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಚರ್ಷಣೀಧೃತಃ= ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿರುವ, ದೇವಸ್ಯ= ಪ್ರಕಾಶಮಾನನಾದ, ಮಿತ್ರಸ್ಯ= ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನ ಅಥವಾ ಪರಮಾತ್ಮನ, ಸತ್ಯಂ= ಯಥಾರ್ಥವಾದ, ಚಿತ್ರಶ್ರವಸ್ತಮಮ್= ಕೇಳುವವರಿಗೆ

ಸುಖಕರವಾದ, ಸಾನಸಿಂ= ಭಜಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ, ಶ್ರವಃ= ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು (ಹೊಗಳುತ್ತೇನೆ)

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಪ್ರಜೆಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ, ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನ ಅಥವಾ ಪರಮಾತ್ಮನ ಯಥಾರ್ಥವಾದ, ಭಜಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಗಳುತ್ತೇನೆ.

||

ಮಿತ್ರೋ ಜನಾನ್ಯಾತಯತಿ ಪ್ರಜಾನನ್ ।
ಮಿತ್ರೋ ದಾಧಾರ ಪೃಥಿವೀಮುತ ದ್ಯಾಮ್ ।
ಮಿತ್ರಃ ಕೃಷ್ಟೀರನಿಮಿಷಾಭಿಚಷ್ಟೇ ।
ಸತ್ಯಾಯ ಹವ್ಯಂ ಘೃತವದ್ವಿಧೇಮ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಮಿತ್ರಃ= ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನು, ಪ್ರಜಾನನ್= ತಿಳಿದವನಾಗಿ, ಜನಾರ್= ಜನರನ್ನು, ಯಾತಯತಿ= ಅವರವರ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ ಅವರವರನ್ನು ನಿಯೋಜಿಸುತ್ತಾನೆ. ಮಿತ್ರಃ= ಸೂರ್ಯನು, ಪೃಥಿವೀಂ= ಭೂಮಿಯನ್ನೂ, ಉತ= ಮತ್ತು, ದ್ಯಾಂ= ಸ್ವರ್ಗಲೋಕವನ್ನೂ, ದಾಧಾರ= ಧರಿಸಿದ್ದಾನೆ. (ಭೂತಕಾಲ ಛಾಂದಸ ಪ್ರಯೋಗ) ಮತ್ತು ಮಿತ್ರಃ= ಸೂರ್ಯನು, ಕೃಷ್ಟೀಃ= ಮನುಷ್ಯರನ್ನೂ, ಅನಿಮಿಷಾ= ದೇವತೆಗಳನ್ನೂ, ಅಭಿಚಷ್ಟೇ= ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಸತ್ಯಾಯ= ಸತ್ಯಾತ್ಮನಾದ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನಿಗೆ ಘೃತವತ್= ತುಪ್ಪದಿಂದ ಕೂಡಿದ, ಹವ್ಯಂ= ಹವಿಸ್ಸನ್ನು, ವಿಧೇಮ= ಮಾಡುತ್ತೇವೆ(ಕೊಡುತ್ತೇವೆ).

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ತಿಳಿದ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನು ಜನರನ್ನು ಅವರವರು ಅವರವರ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಂತೆ ನಿಯೋಜಿಸುತ್ತಾನೆ. ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನು ಭೂಲೋಕವನ್ನೂ, ದ್ಯುಲೋಕವನ್ನೂ ಧರಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಸೂರ್ಯನು ಮನುಷ್ಯರನ್ನೂ, ದೇವತೆಗಳನ್ನೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಾನೆ. ಸತ್ಯಾತ್ಮನಾದ ಆತನಿಗೆ ತುಪ್ಪದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಹವಿಸ್ಸನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರ ಸ ಮಿತ್ರ ಮರ್ತೋ ಅಸ್ತು ಪ್ರಯಸ್ವಾನ್ಯಸ್ತ

ಆದಿತ್ಯ ಶಿಕ್ಷತಿ ವ್ರತೇನ । ನ ಹನ್ಯತೇ ನ ಜೀಯತೇ

ತ್ವೋತೋ ನೈನಮಗ್ಂಹೋ ಅಶ್ನೋತ್ಯನ್ತಿ ತೋ ನ ದೂರಾತ್ ॥

ಮಂತಾರ್ಥ :

ಮಿತ್ರ=ಎಲೈ ಸೂರ್ಯನೆ, ಯಃ=ಯಾವನು, ತೇ=ನಿನ್ನ, ವ್ರತೇನ=ನಿಯಮದಿಂದ ಕೂಡಿದ ಕರ್ಮದಿಂದ, ಶಿಕ್ಷತಿ=ಅನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಶಕ್ತನಾಗಬೇಕೆಂದು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತಾನೆಯೋ ಭೋ ಮಿತ್ರ=ಎಲೈ ಸೂರ್ಯನೆ, ಸ ಮರ್ತಃ=ಆ ಮನುಷ್ಯನು, ಪಯಸ್ವಾನ್=ಹಾಲು ಮೊದಲಾದ ದ್ರವ್ಯವುಳ್ಳವನು, ಅಸ್ತು=ಆಗಲಿ. ತ್ವೋತಃ=ನಿನ್ನಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಟ್ಟವನು, ನಹನ್ಯತೇ=ಕೊಲ್ಲಲ್ಪಡುವುದಿಲ್ಲ ನಜೀಯತೇ=ಶತ್ರುಗಳಿಂದ ಜಯಿಸಲ್ಪಡುವುದೂ ಇಲ್ಲ ಮತ್ತು ಇವನನ್ನು, ಅಗ್ಂಹಃ=ಪಾಪವು, ಅಂತಿತಃ=ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಾಗಲೀ ದೂರಾತ್=ದೂರದಲ್ಲಾಗಲೀ, ನಾಪ್ನೋತಿ=ಹೊಂದುವುದಿಲ್ಲ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲೈ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನೆ, ಯಾವನು ನಿನ್ನ ವ್ರತದಿಂದ ಅನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಶಕ್ತನಾಗಬೇಕೆಂದು ಇಚ್ಛಿಸುತ್ತಾನೆಯೋ, ಸೂರ್ಯನೇ, ಆ ಮನುಷ್ಯನು ಹಾಲು ಮೊದಲಾದ ದ್ರವ್ಯವುಳ್ಳವನಾಗಲಿ. ನೀನು ರಕ್ಷಿಸಿದವನು ಯಾರಿಂದಲೂ ಕೊಲ್ಲಲ್ಪಡುವುದಿಲ್ಲ. ಯಾರೂ ಇವನನ್ನು ಜಯಿಸಲಾರರು. ಪಾಪವು ಇವನ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರದಿಂದಲೂ ಬರುವುದಿಲ್ಲ, ದೂರದಿಂದಲೂ ಇವನ ಹತ್ತಿರಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

ಓಮ್ ॥ ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ನಮೋಽಸ್ತ್ವಗ್ನಯೇ
ನಮಃ ಪೃಥಿವ್ಯೈ ನಮ ಓಷಧೀಭ್ಯಃ ॥
ನಮೋ ವಾಚೇ ನಮೋ ವಾಚಸ್ಪತಯೇ
ನಮೋ ವಿಷ್ಣವೇ ಬೃಹತೇ ಕರೋಮಿ ॥
ಓಂ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ಶಾಂತಿಃ ॥
ಚತುಸ್ಸಾಗರ ಪರ್ಯನ್ತಂ
ಗೋಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯಃ ಶುಭಂ ಭವತು

ಪ್ರವರವನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ:

ಬ್ರಹ್ಮನಿಗೂ, ಅಗ್ನಿಗೂ, ಭೂಮಿಗೂ, ಓಷಧಿಗಳಿಗೂ ವಾಕ್ಕಿಗೂ, ವಾಗಧಿಪತಿಗೂ, ವಿಷ್ಣುವಿಗೂ ಮತ್ತೂ ಬ್ರಹ್ಮಕ್ಕೂ ನಮಸ್ಕಾರಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಎಂಟು ದಿಕ್ಕುಗಳಿಗೂ ಕೈಮುಗಿಯಬೇಕು. ಅಥವಾ ಮುಂದಿನ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಕೈಮುಗಿಯಬೇಕು.

ನಮಃ ಪ್ರಾಚ್ಯೈ ದಿಶೇ ಯಾಶ್ಚ ದೇವತಾ ಏತಸ್ಯಾಂ

ಪ್ರತಿವಸನ್ತ್ಯೇತಾಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋ ನಮೋ ದಕ್ಷಿಣಾಯೈ ದಿಶೇ
ಯಾಶ್ಚ ದೇವತಾ ಏತಸ್ಯಾಂ ಪ್ರತಿವಸನ್ತ್ಯೇತಾಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋ ನಮಃ
ಪ್ರತೀಚ್ಯೈ ದಿಶೇ ಯಾಶ್ಚ ದೇವತಾ ಏತಸ್ಯಾಂ ಪ್ರತಿವಸನ್ತ್ಯೇತಾಭ್ಯಶ್ಚ
ನಮೋ ನಮ ಉದೀಚ್ಯೈ ದಿಶೇ ಯಾಶ್ಚ ದೇವತಾ ಏತಸ್ಯಾಂ
ಪ್ರತಿವಸನ್ತ್ಯೇತಾಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋ ನಮ ಊರ್ಧ್ವಾಯೈ ದಿಶೇ
ಯಾಶ್ಚ ದೇವತಾ ಏತಸ್ಯಾಂ ಪ್ರತಿವಸನ್ತ್ಯೇತಾಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋ ನಮೋ
ನಮೋಽಧರಾಯೈ ದಿಶೇ ಯಾಶ್ಚ ದೇವತಾ ಏತಸ್ಯಾಂ
ಪ್ರತಿವಸನ್ತ್ಯೇತಾಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋ ನಮೋಽವಾನ್ತರಾಯೈ ದಿಶೇ
ಯಾಶ್ಚ ದೇವತಾ ಏತಸ್ಯಾಂ ಪ್ರತಿಸನ್ತ್ಯೇ ತಾಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋ ನಮೋ
ಗಙ್ಗಾಯಮುನಯೋರ್ಮಧ್ಯೇಯೇ ವಸನ್ತಿ
ತೇ ಮೇ ಪ್ರಸನ್ನಾತ್ಮಾನಶ್ಚಿರಂಜೀವಿತಂ ವರ್ಧಯನ್ತಿ
ನಮೋ ಗಙ್ಗಾಯಮುನಯೋರ್ಮುನಿಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋ ನಮೋ
ಗಙ್ಗಾಯಮುನಯೋರ್ಮುನಿಭ್ಯಶ್ಚ ನಮಃ ॥

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಪೂರ್ವ, ದಕ್ಷಿಣ, ಪಶ್ಚಿಮ, ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕುಗಳಿಗೂ ಆ ದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ದೇವತೆಗಳು ವಾಸಮಾಡುತ್ತಾರೆಯೋ ಅವರಿಗೂ ಮತ್ತು ಮೇಲೆ ಇರುವ ದಿಕ್ಕಿಗೂ; ಕೆಳಗೆ ಇರುವ ದಿಕ್ಕಿಗೂ, ಎರಡು ದಿಕ್ಕುಗಳ ಮಧ್ಯದ ದಿಕ್ಕಿಗೂ, ಗಂಗಾಯಮುನಾಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಯಾರು ವಾಸಮಾಡಿಕೊಂಡು

ಪ್ರಸನ್ನಾತ್ಮರಾಗಿ ಜೀವಿತವನ್ನು ಬಹುಕಾಲ ಇರುವುದನ್ನಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆಯೋ ಆ ಗಂಗಾಯಮುನೆಗಳಿಗೂ ಅಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡುವ ಮುನಿಗಳಿಗೂ ನಮಸ್ಕಾರವು. ಗಂಗಾಯಮುನಾ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಮುನಿಗಳಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರವು.

ಚತುಸ್ಸಾಗರಪರ್ಯನ್ತಂ ಗೋಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯಃ ಶುಭಂ ಭವತು ॥

(ಅವರವರ ಪ್ರವರಗಳನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಂಡು ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು.)

ಪುನರಾಚಮನಮ್ ॥

ಅನೇನ ಮಯಾ ಕೃತೇನ ಪ್ರಾತಸ್ಸನ್ಧ್ಯಾವನ್ದನೇನ ಭಗವಾನ್ ಸರ್ವಾತ್ಮಕಃ ಸರ್ವಂ ಶ್ರೀವಾಸುದೇವಃ ಪ್ರೀಣಾತು ॥

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ನಾನು ಮಾಡಿದ ಬೆಳಗಿನ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಿಂದ ಸರ್ವಾತ್ಮನೂ, ಭಗವಂತನೂ ಆದ ವಾಸುದೇವನು ಸುಪ್ರೀತನಾಗಲಿ.

ಮಧ್ಯೇ ಮಂತ್ರತಂತ್ರಸ್ವರವರ್ಣನ್ಯೂನಾತಿರಿಕ್ತ ಲೋಪದೋಷ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಥಂ ನಾಮತ್ರಯಮಂತ್ರಜಪಂಕರಿಷ್ಯೇ

ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ ಅನಂತಾಯ ನಮಃ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ
ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ ಅನಂತಾಯ ನಮಃ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ
ಅಚ್ಯುತಾನಂತಗೋವಿಂದೇಭ್ಯೋ ನಮಃ

(ಈ ನಾಮಗಳಿಂದ ಮಧ್ಯದ ಮೂರು ಬೆರಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು)

ಆಗಚ್ಛ ದೇವಿ ಶೀಘ್ರಂ ತ್ವಂ ಗಾಯತ್ರಿ ಬ್ರಹ್ಮರೂಪಿಣಿ।
ಜಪದಾಸ್ಥಾನ ಸಿದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರವಿಶ ಹೃದಯಂ ಮಮ॥

ಬ್ರಹ್ಮ ಸ್ವರೂಪಳಾದ ಗಾಯತ್ರಿಯೇ, ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಿದ ಸ್ಥಾನದ ಸಿದ್ಧಿಗಾಗಿ, ಜಾಗ್ರತೆಯಾಗಿ ನನ್ನ ಹೃದಯವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸು.

(ಮಣೆಯನ್ನು ತೆಗೆದು ಭೂಮಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ಹೃದಯವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು)

ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯೆಯು ಮುಗಿಯಿತು.

ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕಸಂಧ್ಯಾ

(ಬೆಳಗ್ಗೆ ಸೂರ್ಯಶ್ಚ ಎಂಬ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳುವ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು)

ಆಪೋವಾ ಇದಗ್ ಸರ್ವಂ ವಿಶ್ವಾ ಭೂತಾನ್ಯಾಪಃ।
ಪ್ರಾಣೋವಾ ಆಪಃ ಪಶವ ಆಪೋಽನ್ನಮಾಪೋಽಮೃತಮಾಪಃ।
ಸಮ್ರಾಡಾಪೊ ವಿರಾಡಾಪಃ ಸ್ವರಾಡಾಪಶ್ಛನ್ದಾಗ್ ಷ್ಯಾಪೋ
ಜ್ಯೋತೀಗ್ ಷ್ಯಾಪೋಯಜೂಗ್‌ಷ್ಯಾಪಃ ಸತ್ಯಮಾಪಃ
ಸರ್ವಾ ದೇವತಾ ಆಪೋ ಭೂರ್ಭುವಃ ಸುವರಾಪ ಓಮ್ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಇದಗ್ಂ ಸರ್ವಂ= ಈ ಜಗತ್ತೆಲವೂ, ಆಪೋ ವಾ= ನೀರೇ (ಹಿರಣ್ಯ ಗರ್ಭನು ಎಂದೂ ಅರ್ಥವಿದೆ), ವಿಶ್ವಾ ಭೂತಾನಿ= ಎಲ್ಲ ಭೂತಗಳೂ, ಆಪಃ= ನೀರು. ಪ್ರಾಣೋ ವಾ= ಪ್ರಾಣವಾಯುವೂ, ಆಪಃ= ನೀರೇ, ಪಶವಃ= ಗೋವು ಮೊದಲಾದ ಪ್ರಾಣಿಗಳೂ, ಆಪಃ= ನೀರು, ಅನ್ನಂ= ಅನ್ನವೂ, ಆಪಃ= ನೀರು, ಅಮೃತಂ= ಅಮೃತವೂ, ಆಪಃ= ನೀರು, ಸಂಮ್ರಾಟ್= ಸೂತ್ರಾತ್ಮನೂ, ಆಪಃ= ನೀರು ವಿರಾಟ್= ವಿರಾಟ್ಪುರುಷನೂ, ಆಪಃ= ನೀರು, ಸ್ವರಾಟ್ = ಅವ್ಯಾಕೃತಾತ್ಮನೂ, ಆಪಃ= ನೀರು, ಛಂದಾಗ್ ಷಿ= ಛಂದಸ್ಸುಗಳೂ, ಆಪಃ= ನೀರು, ಜ್ಯೋತೀಂಗ್ ಷಿ= ಪ್ರಕಾಶ ಸ್ವರೂಪಗಳೂ, ಆಪಃ= ನೀರು, ಯಜೂಂಗ್ ಷಿ= ಯಜುರ್ಮಂತ್ರಗಳೂ, ಆಪಃ= ನೀರು, ಸತ್ಯಂ= ಸತ್ಯವೂ , ಆಪಃ= ನೀರು ಸರ್ವಾಃ= ಎಲ್ಲ, ದೇವತಾಃ= ದೇವತೆಗಳೂ, ಆಪಃ= ನೀರು ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ= ಭೂಲೋಕ ಭುವರ್ಲೋಕ ಸುವರ್ಲೋಕಗಳೂ, ಆಪಃ= ನೀರು ಆಪಃ= ನೀರು ,

ಓಮ್=ಪರಮಾತ್ಮನು ಅಥವಾ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭನು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ:

ಈ ಜಗತ್ತೆಲ್ಲವೂ, ಸಮಸ್ತಭೂತಗಳೂ, ಪ್ರಾಣವೂ, ಪಶುಗಳೂ, ಅನ್ನವೂ, ಅಮೃತವೂ, ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭನೂ, ವಿರಾಟ್ಪುರುಷನೂ, ಅವ್ಯಕ್ತಾತ್ಮನೂ, ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಗಳೂ, ಸೂರ್ಯಾದಿಬೆಳಕುಗಳೂ, ಯಜುರ್ಮಂತ್ರಗಳೂ, ಸತ್ಯವೂ, ಸರ್ವದೇವತೆಗಳೂ, ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರಾದಿಲೋಕಗಳೂ ಎಲ್ಲವೂ ನೀರೇ. ಈ ನೀರು ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಅಥವಾ ಹಿರಣ್ಯಗರ್ಭನೇ.

ಆಪಃ ಪುನನ್ತು ಪೃಥಿವೀಂ ಪೃಥಿವೀ ಪೂತಾ ಪುನಾತು ಮಾಮ್ ।
ಪುನನ್ತು ಬ್ರಹ್ಮಣಸ್ಪತಿಃ । ಬ್ರಹ್ಮಪೂತಾ ಪುನಾತು ಮಾಮ್ ।
ಯದುಚ್ಛಿಷ್ಟಮಭೋಜ್ಯಂ ಯದ್ವಾ ದುಶ್ಚರಿತಂ ಮಮ ।
ಸರ್ವಂ ಪುನನ್ತು ಮಾಮಾಪೋಽಸತಾಂ ಚ ಪ್ರತಿ ಗ್ರಹಗ್ಂ ಸ್ವಾಹಾ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಆಪಃ=ಜಲಾಭಿಮಾನ ದೇವತೆಗಳು, ಪೃಥಿವೀಂ= ಭೂಮಿದೇವಿಯನ್ನು, ಪುನನ್ತು=ಪರಿಶುದ್ಧಳಾದವಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. ಪೂತಾ=ಪರಿಶುದ್ಧಳಾದ, ಪೃಥಿವೀ=ಭೂದೇವಿಯು, ಮಾಂ=ನನ್ನನ್ನು, ಪುನಾತು=ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. ಬ್ರಹ್ಮಣಃ=ವೇದದ, ಪತಿಃ=ಒಡೆಯನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನು ಮಾಂ=ನನ್ನನ್ನು ಪುನನ್ತು= ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. (ಬಹುವಚನ ಛಾಂದಸವೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು.) ಪೂತಾಃ=ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ, ಬ್ರಹ್ಮ=ಬ್ರಹ್ಮವು (ಬಹುವಚನವು ಛಾಂದಸವು) ಮಾಂ=ನನ್ನನ್ನು, ಪುನಾತು=ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ

ಮಾಡಲಿ, ಆಪಃ= ಜಲಾಭಿಮಾನದೇವತೆಗಳು, ಯತ್ ಉಚ್ಛಿಷ್ಟಂ= ಎಂಜಲು ತಿಂದಿದ್ದನ್ನೂ, ಅಭೋಜ್ಯಂ= ನಿಷಿದ್ಧಪದಾರ್ಥವನ್ನು ಊಟಮಾಡಿದನ್ನೂ, ಯದ್ವಾ= ಅಥವಾ, ಮಮ= ನನ್ನ, ದುಶ್ಚರಿತಂ= ದುರ್ನಡತೆಯನ್ನು, ಅಸತಾಂ= ಅಯೋಗ್ಯರ, ಪ್ರತಿಗ್ರಹಂ= ದಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡದ್ದನ್ನೂ, ಸರ್ವಂ= ಎಲ್ಲವನ್ನೂ, ಪುನನ್ತು= ಶುದ್ಧವಾದವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. ಸ್ವಾಹಾ= ದೋಷಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಹೋಮಮಾಡಿದ್ದೇನೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಅಬ್ದೇವತೆಯು ಪೃಥಿವೀದೇವಿಯನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧಳಾದ ಭೂದೇವಿಯು ನನ್ನನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ ವೇದದ ಒಡೆಯನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನು (ಎಲ್ಲರನ್ನೂ) ಪರಿಶುದ್ಧರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಬ್ರಹ್ಮವು ನನ್ನನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. ಅಬ್ದೇವತೆಗಳು ಎಂಜಲು ತಿಂದದ್ದನ್ನೂ ತಿನ್ನಬಾರದ್ದನ್ನು ತಿಂದದ್ದನ್ನೂ ಅಥವಾ ನನ್ನ ದುರ್ನಡತೆಯನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದವರಿಂದ ದಾನವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡದ್ದನ್ನೂ, ಎಲ್ಲ ದೊಷಗಳನ್ನೂ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದವುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ. ದೋಷಗಳನ್ನು ಹೋಮಮಾಡಿದ್ದೇನೆ.

(ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು)
(ಮಿಕ್ಕದ್ದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಬೆಳಗಿನ ಸಂಧ್ಯೆಯಂತೆಯೇ ಮಾಡಬೇಕು)

ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕದ ಉಪಸ್ಥಾನ ಮಂತ್ರವನ್ನು **ಮಿತ್ರಸ್ಯ ....** ಎಂಬ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ಹೇಳಬೇಕು..

ಉದ್ವಯಂ ತಮಸಸ್ಪರಿ ಪಶ್ಯನ್ತೋ
ಜ್ಯೋತಿರುತ್ತರಮ್ । ದೇವಂ ದೇವತ್ರಾ

ಸೂರ್ಯಮಗನ್ಮ ಜ್ಯೋತಿರುತ್ತಮಮ್ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ವಯಂ= ನಾವು, ತಮಸಸ್ಪರಿ= ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲೆ ಇರುವ, ಉತ್ತರಂ ಜ್ಯೋತಿ= ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾದ, ಪ್ರಕಾಶಸ್ವರೂಪನಾದ, ಸೂರ್ಯನನ್ನು, ಉತ್= ಕತ್ತೆತ್ತಿ ನೋಡುವವರಾಗಿ, ದೇವಂ ದೇವತ್ರಾ= ದೇವತೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಉತ್ತಮಂ= ಉತ್ತಮನಾದ, ಜ್ಯೋತಿಃ= ಪ್ರಕಾಶಮಾನನಾದ, ದೇವಂ= ಸೂರ್ಯಂ= ಸೂರ್ಯದೇವನನ್ನು, ಆಗನ್ಮ= (ಶ್ರೇಯಸ್ಸಿಗಾಗಿ) ಹೊಂದಿದೆವು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ನಾವು ಪ್ರಪಂಚದ ಮೇಲಿರುವ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಕಾಶನಾದ ಸೂರ್ಯನನ್ನು ಕತ್ತೆತ್ತಿ ನೋಡುವವರಾಗಿ ದೇವತೆಗಳೊಳಗಿರುವ ಉತ್ತಮಪ್ರಕಾಶನಾದ ಸೂರ್ಯದೇವನನ್ನು ಶ್ರೇಯಸ್ಸಿಗಾಗಿ ಹೊಂದಿದೆವು.

ಉದುತ್ಯಂ ಜಾತವೇದಸಂ ದೇವಂ ವಹನ್ತಿ ಕೇತವಃ ।
ದೃಶೇ ವಿಶ್ವಾಯ ಸೂರ್ಯಮ್ ।

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಉದುತ್ಯಮ್= ಈ, ದೇವಂ= ದೇವನಾದ, ಜಾತವೇದಸಂ= ಅಗ್ನಿಯನ್ನು, ಕೇತವಃ= ರಶ್ಮಿಗಳು, ದೃಶೇ ವಿಶ್ವಾಯ= ಎಲ್ಲರಿಗೂ ದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ ಉತ್ ವಹನ್ತಿ= ಮೇಲಕ್ಕೆ ಏಳಿಸುತ್ತವೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಈ ದೇವನಾದ ಅಗ್ನಿಯನ್ನು ರಶ್ಮಿಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ

ಎಬ್ಬಿಸುತ್ತವೆ.

ಚಿತ್ರಂ ದೇವಾನಾಮುದಗಾದನೀಕಂ
ಚಕ್ಷುರ್ಮಿತ್ರಸ್ಯ ವರುಣಸ್ಯಾಗ್ನೇಃ।
ಆಪ್ರಾ ದ್ಯಾವಾಪೃಥಿವೀ ಅಂತರಿಕ್ಷಗ್ಂ
ಸೂರ್ಯ ಆತ್ಮಾ ಜಗತಸ್ತಸ್ಥುಷಶ್ಚ

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ದೇವಾನಾಂ ದೇವತೆಗಳ, ಚಿತ್ರಂ= ಆಶ್ಚರ್ಯಕರವಾದ, ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಹಗಲಿನ ದೇವತೆಯಾದ ಸೂರ್ಯನ, ವರುಣಸ್ಯ= ರಾತ್ರ್ಯಭಿಮಾನಿ ದೇವತೆಯಾದ ಅಗ್ನೇಃ= ಅಗ್ನಿಯ ಚಕ್ಷುಃ ಕಣ್ಣಾಗಿರುವ, ಅನೀಕ= ಸೈನ್ಯವಾದ ಸೂರ್ಯನು, ಉದಗಾತ್= ಉದಯಿಸಿದನು. (ಸಃ= ಅವನು), ದ್ಯಾವಾಪೃಥೀವೀ ಅಂತರಿಕ್ಷಂ= ದ್ಯುಲೋಕ, ಪೃಥಿವೀ ಅಂತರಿಕ್ಷಲೋಕವೆಂಬ ಮೂರುಲೋಕಗಳನ್ನು ಆಪ್ರಾಃ= ವ್ಯಾಪಿಸಿದನು. ಜಗತಃ= ಜಂಗಮನಾದ ಅಂದರೆ ಓಡಾಡುವ, ತಸ್ಥುಷಶ್ಚ= ಒಂದೇ ಕಡೇ ಇರುವ ಅಂದರೆ ಸ್ಥಾವರವಾದ, ಸ್ಥಾವರ ಜಂಗಮವಾದ, ಜಗತಃ= ಜಗತ್ತಿನ, ಆತ್ಮಾ= ಆತ್ಮನಾಗಿದ್ದಾನೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ದೇವತೆಗಳ ವಿಚಿತ್ರನಾದ ಸೂರ್ಯನ, ವರುಣನ, ಅಗ್ನಿಯ ಕಣ್ಣಾಗಿರುವ ಸೈನ್ಯನಾದ ಸೂರ್ಯನು ಉದಯಿಸಿದನು. ಇವನು ಚರಾಚರತ್ಮಕವಾದ ಜಗತ್ತಿನ ಆತ್ಮನಾಗಿದ್ದಾನೆ.

ತಚ್ಚಕ್ಷುರ್ದೇವಹಿತಂ ಪುರಸ್ತಾಚ್ಛುಕ್ರಮುಚ್ಚರತ್ ।

ಪಶ್ಯೇಮ ಶರದಃ ಶತಮ್ ಜೀವೇಮ ಶರದಃ ಶತಮ್ ।
ನಂದಾಮ ಶರದಃ ಶತಮ್ । ಮೋದಾಮ ಶರದಃ ಶತಮ್ ।
ಭವಾಮ ಶರದಃ ಶತಮ್ । ಶೃಣವಾಮ ಶರದಃ ಶತಮ್ ।
ಪ್ರಬ್ರವಾಮ ಶರದಃ ಶತಮ್ । ಅಜೀತಾಃ ಸ್ಯಾಮ ಶರದಃ ಶತಮ್ ।
ಜ್ಯೋಕ್ಚ ಸೂರ್ಯಂ ದೃಶೇ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ತತ್= ಆ, ಶುದ್ಧಂ=ಶುದ್ಧವಾದ, ದೇವಾನಾಂ=ದೇವತೆಗಳಿಗೆ, ಹಿತಂ= ಹಿತವಾದ, ಚಕ್ಷುಃ= ಜಗತ್ತಿನ ಕಣ್ಣಾದ ಸೂರ್ಯನು, ಪುರಸ್ತಾತ್=ಪೂರ್ವದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ, ಉಚ್ಚರತ್= ಉದಯಿಸಿದನು. ಶರದಃ ಶತಂ=ನೂರು ವರ್ಷಗಳು, ಪಶ್ಯೇಮ=ನೋಡೋಣ. ಶರದಃ ಶತಂ= ನೂರುವರ್ಷಗಳು ಜೀವೇಮ=ಬದುಕಿರೋಣ ಶರದಃ ಶತಂ= ನೂರುವರ್ಷಗಳು, ನಂದಾಮ= ಸಂತೋಷಪಡೋಣ. ಶರದಃ ಶತಂ=ನೂರುವರ್ಷಗಳು, ಮೋದಾಮ=ಹೆಚ್ಚು ಸಂತೋಷಪಡೋಣ. ಶರದಃ ಶತಂ=ನೂರು ವರ್ಷಗಳು ಭವಾಮ=ಇರೋಣ, ಶೃಣವಾಮ= (ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾತುಗಳನ್ನು) ಕೇಳೋಣ ಶರದಃ ಶತಂ=ನೂರುವರ್ಷಗಳು, ಪ್ರಬ್ರವಾಮ=ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವವರು ಆಗೋಣ. ಅಜೀತಾಃಸ್ಯಾಮ= ಯಾರಿಂದಲೂ ಜಯಿಸಲ್ಪಡದವರು ಆಗೋಣ ಜ್ಯೋಕ್ಚ= ಪ್ರಕಾಶಮಾನವಾದ, ಸೂರ್ಯಂ=ಸೂರ್ಯನನ್ನು, ದೃಶೇ= ನೋಡೋಣ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಶುದ್ಧವಾದ ದೇವತೆಗಳಿಗೆ ಹಿತವಾದ ಕಣ್ಣಾದ ಸೂರ್ಯನು ಪೂರ್ವದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಉದಯಿಸಿದನು. (ನಾವು) ನೂರಾರು ವರ್ಷಗಳು

ಅವನನ್ನು ನೋಡೋಣ. ನೂರಾರು ವರ್ಷಗಳು ಬದುಕಿರೋಣ. ನೂರಾರು ವರ್ಷಗಳು ಸಂತೋಷಪಡೋಣ. ನೂರಾರು ವರ್ಷಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಸಂತೋಷ ಪಡೋಣ ನೂರಾರು ವರ್ಷಗಳು ಇರೋಣ. ನೂರಾರು ವರ್ಷಗಳು ಒಳ್ಳೆಯ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಕೇಳೋಣ, ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವವರು ಆಗೋಣ. ಯಾರಿಂದಲೂ ಜಯಿಸಲ್ಪಡದವರಾಗೋಣ. ಪ್ರಕಾಶಮಾನನಾದ ಸೂರ್ಯನನ್ನು ನೋಡೋಣ

ಯ ಉದಗಾನ್ಮ ಹತೋಽರ್ಣವಾ ದ್ವಿಭ್ರಾಜಮಾನಃ
ಸರಿರಸ್ಯ ಮಧ್ಯಾತ್ಸಮಾವೃಷಭೋ ಲೋಹಿತಾಕ್ಷಃ
ಸೂರ್ಯೋ ವಿಪಶ್ಚಿನ್ಮನಸಾ ಪುನಾತು

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಯಃ= ಯಾವನು, ಮಹತಃ ಅರ್ಣವಾತ್= ಮಹಾಸಮುದ್ರದ ಮೇಲೆ ಉದಗಾತ್= ಉದಯಿಸಿದವನಾಗಿರುವ, ಸರಿರಸ್ಯ= ನೀರಿನ, ಮಧ್ಯಾತ್= ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ, ವಿಭ್ರಾಜಮಾನಃ= ಪ್ರಕಾಶಿಸುವವನಾದ, ವಿಪಶ್ಚಿತ್= ವಿದ್ವಾನ್ ಆದ, ವೃಷಭಃ= ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದ, ಲೋಹಿತಾಕ್ಷಃ= ಕೆಂಪುಕಣ್ಣುಳ್ಳ, ಸಃ= ಆ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನು, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಮನಸಾ= ಒಳ್ಳೆಯ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಪುನಾತು= ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಮಹಾಸಮುದ್ರದ ಮೇಲಿನಿಂದ ಉದಯಿಸಿದವನಾಗಿರುವ, ನೀರಿನ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ವಾಂಸನಾದ, ಶ್ರೇಷ್ಠನಾದ ಮತ್ತು ಕೆಂಪು ಕಣ್ಣುಳ್ಳ ಸೂರ್ಯನಾರಾಯಣನು ನನ್ನನ್ನು ಒಳ್ಳೆಯ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ

ಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ

(ಓಂ ನಮೋ ಬಹ್ಮಣೇ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಪ್ರಾತಸಂಧ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದಂತೆಯೇ ಹೇಳಿ ಎಂಟುದಿಕ್ಕುಗಳಿಗೂ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ ಕೈ ಮುಗಿಯುಬೇಕು)

ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾ

(ಸೂರ್ಯಶ್ಚ ಎಂಬುವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಹೇಳುವ ಮಂತ್ರ)

ಅಗ್ನಿಶ್ಚ ಮಾ ಮನ್ಯುಶ್ಚ ಮನ್ಯುಪತಯಶ್ಚ ಮನ್ಯುಕೃತೇಭ್ಯಃ। ಪಾಪೇಭ್ಯೋ ರಕ್ಷನ್ತಾಮ್। ಯದಹ್ನಾ ಪಾಪಮಕಾರ್ಷಮ್। ಮನಸಾ ವಾಚಾ ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಮ್। ಪದ್ಭ್ಯಾಮುದರೇಣ ಶಿಶ್ನಾ। ಅಹಸ್ತದವಲುಂಪತು। ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ। ಇದಮಹಂ ಮಾಮಮೃತಯೋನೌ ಸತ್ಯೇ ಜ್ಯೋತಿಷಿ ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಅಗ್ನಿಶ್ಚ= ಅಗ್ನಿಯೂ, ಮನ್ಯುಶ್ಚ= ಕ್ರೋಧದೇವತೆಯೂ, ಮನ್ಯುಪತಯಶ್ಚ= ಕ್ರೋಧದೇವತಾಧಿಪತಿಗಳೂ, ಮಾ= ನನ್ನನ್ನು, ಮನ್ಯುಕೃತೇಭ್ಯಃ= ಕೋಪದಿಂದಮಾಡಿದ, ಪಾಪೇಭ್ಯಃ= ಪಾಪಗಳಿಂದ, ರಕ್ಷನ್ತಾಮ್= ಕಾಪಾಡಲಿ. ಅಹ್ನಾ= ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ, ಯತ್= ಯಾವಪಾಪವನ್ನು, ಮನಸಾ= ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ, ವಾಚಾ= ವಾಕ್ಕಿನಿಂದಲೂ, ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಂ= ಎರಡು ಕೈಗಳಿಂದಲೂ, ಪದ್ಭ್ಯಾಂ= ಎರಡು ಕಾಲುಗಳಿಂದಲೂ, ಉದರೇಣ= ಉದರದಿಂದಲೂ, ಶಿಶ್ನಾ= ಪ್ರಜನನೇಂದ್ರಿಯದಿಂದಲೂ, ಅಕಾರ್ಷಮ್= ಮಾಡಿದ್ದೆನೊ, ತತ್= ಅದನ್ನು, ಅಹಃ= ಅಹರಭಿಮಾನ ದೇವತೆಯು, ಅವಲುಮ್ಪತು= ನಾಶವಾಡಲಿ. ಮಯಿ= ನನ್ನಲ್ಲಿ, ಯತ್ಕಿಂಚ= ಇನ್ನೂ ಯಾವದಾದರೂ ಸ್ವಲ್ಪ, ದುರಿತಂ= ಪಾಪವು(ಇದ್ದರೆ), ಅಹಂ= ನಾನು, ಇದಂ= ಈ ಪಾಪವನ್ನೂ, ಮಾಂ= ನನ್ನನ್ನೂ, ಅಮೃತಯೋನೌ= ಅಮೃತದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ, ಸತ್ಯೇ= ಆದಿತ್ಯನೆಂಬ, ಜ್ಯೋತಿಷಿ= ಜ್ಯೋತಿಸ್ ಎಂಬ ಬೆಂಕಿಯಲ್ಲಿ, ಜುಹೋಮಿ=

ಹೋಮಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :
ಅಗ್ನಿಯೂ, ಕ್ರೋಧದೇವತೆಯೂ ಮತ್ತು ಕ್ರೋಧದೇವತಾಧಿಪತಿಗಳೂ ಕೋಪದಿಂದ ಮಾಡಿದ ಪಾಪಗಳಿಂದ ನನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಲಿ. ಹಗಲಿನಲ್ಲಿ ಯಾವ ಪಾಪವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ, ವಾಕ್ಕಿನಿಂದಲೂ ಮತ್ತೂ ಕೈಗಳಿಂದಲೂ , ಕಾಲುಗಳಿಂದಲೂ, ಉದರದಿಂದಲೂ ಮತ್ತು ಪ್ರಜನನೇಂದ್ರಿಯ ದಿಂದಲೂ ಮಾಡಿದ್ದೇನೋ ಅದನ್ನು ಹಗಲಿನ ಅಭಿಮಾನದೇವತೆಯು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ ಕಾಪಾಡಲಿ. ಇನ್ನೂ ಏನಾದರೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಪಾಪವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನೂ ನನ್ನನ್ನೂ ಅಮೃತಯೋನಿಯಾದ ಆದಿತ್ಯನೆಂಬ ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಮವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

(ಕೈಯಲ್ಲಿದ್ದ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿದು ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು ಉಳಿದಿದ್ದೆಲ್ಲ ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯೆಯಂತೆಯೇ)

ಸಾಯಂಕಾಲದ ಉಪಸ್ಥಾನಮಂತ್ರ

ಇಮಂ ಮೇ ವರುಣ ಶ್ರುಧೀ ಹವಮದ್ಯಾ ಚ ಮೃಡಯ ।
ತ್ವಾಮವಸ್ಯುರಾಚಕೇ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :
ವರುಣ= ಸೂರ್ಯನೆ, ಮೇ= ನನ್ನ, ಇಮಂ= ಈ, ಹವಂ= ಕರೆಯುವಿಕೆಯನ್ನು, ಶ್ರುಧೀ= ಕೇಳು. ಅದ್ಯ= ಈಗ, ಮೃಡಯ= ನನ್ನನ್ನು ಸುಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು. ತ್ವಾಂ= ನಿನ್ನನ್ನು, ಅವಸ್ಯುಃ= ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು

ಬಯಸುವವನಾಗಿ, ಆಚಕೇ=ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ,

ಎರಡು ವರುಣ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಆದಿತ್ಯನನ್ನು ಸ್ತುತಿಸಬೇಕು-ಎಂದು ವಿಧಿ ಇದೆ.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಎಲೈ ಸೂರ್ಯನೆ, ನನ್ನ ಈ ಆಹ್ವಾನವನ್ನು ಕೇಳು. ಈಗ ನನ್ನನ್ನು ಸುಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು. ನಿನ್ನನ್ನು ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಬಯಸುವವನಾಗಿ ಕೇಳಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ತತ್ತ್ವಾ ಯಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಣಾ ವನ್ದಮಾನಃ
ತದಾಶಾಸ್ತೇ ಯಜಮಾನೋ ಹವಿರ್ಭಿಃ ।
ಅಹೇಡಮಾನೋ ವರುಣೇಹ ಬೋಧ್ಯುರು
ಶಗ್ಂ ಸ ಮಾ ನ ಆಯುಃ ಪ್ರಮೋಷೀಃ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಬ್ರಹ್ಮಣಾ=ವೇದಮಂತ್ರದಿಂದ, ವಂದಮಾನಃ=ನಮಸ್ಕರಿಸುವವನಾಗಿ, ತ್ವಾ=ನಿನ್ನನ್ನು,, ತತ್=ಅದಕ್ಕಾಗಿ (ಆಯುರ್ದಾನಕ್ಕಾಗಿ) (ಚತುರ್ಥೀ ಲೋಪವು ಛಾಂದಸವು), ಯಾಮಿ=ಶರಣು ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ. ಯಜಮಾನಃ =ಯಜಮಾನನೂ, ಹವಿರ್ಭಿಃ=ತುಪ್ಪ ಮೊದಲಾದ ಹೋಮದ್ರವ್ಯಗಳಿಂದ, ತತ್=ಅದನ್ನೇ, ಆಶಾಸ್ತೇ=ಕೋರುತ್ತಾನೆ. ವರುಣ=ಸೂರ್ಯನೆ, ಅಹೇಡಮಾನಃ=ಅನಾದರವನ್ನು ಮಾಡದವನಾಗಿ, ಇಹ=ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿ, ಬೋಧಿ=ನನ್ನ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳು. ಉರುಶಗ್ಂಸ=ಬಹಳ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಹೊಗಲ್ಪಟ್ಟ ಸೂರ್ಯನೆ, ನಃ=ನಮ್ಮ,

ಆಯುಃ=ಆಯುಸ್ಸನ್ನು ಮಾ ಪ್ರಮೋಷೀಃ=ನಾಶಮಾಡಬೇಡ, ವೇದೋಕ್ತಾಯುಸ್ಸನ್ನು ಕೊಡು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ವೇದಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ನಮಸ್ಕರಿಸುವವನಾಗಿ ನಿನ್ನನ್ನು ಆಯುರ್ದಾನಕ್ಕಾಗಿ ಶರಣು ಹೊಂದಿದ್ದೇನೆ. ತುಪ್ಪಗಳಿಂದ ಹೋಮಮಾಡುವ ಯಜಮಾನನೂ ಇದನ್ನೇ ಕೋರುತ್ತಾನೆ. ಸೂರ್ಯನೇ, ಅನಾದರವನ್ನು ಮಾಡದವನಾಗಿ ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಮಾತನ್ನು ಕೇಳು. ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಹೊಗಳಲ್ಪಟ್ಟ ಸೂರ್ಯನೆ, ನಮ್ಮ ಆಯಸ್ಸನ್ನು ಕಳೆಯಬೇಡ. ವೇದೋಕ್ತವಾದ ಆಯುಸ್ಸನ್ನು ಕೊಡು.

(ಓಂ ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣೇ ಮುಂತಾದ್ದನ್ನು ಹೇಳಿ ಎಂಟು ದಿಕ್ಕಿಗೂ ಕೈಮುಗಿದು ಪ್ರವರವನ್ನು ಹೇಳಿ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ, ಅನೇನ ಮಯಾಕೃತೇನ .... ಬೆಳಗಿನಂತೆಯೇ ಪೂರ್ತಿಮಾಡಬೇಕು.)

ಪರಿಶಿಷ್ಟ

ಕೆಲವರು ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕ ಸಂಧ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಘ್ಯಕ್ಕೆ ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಶಾಸ್ತ್ರವೂ ಒಪ್ಪಿರುತ್ತದೆ.

ಹಗ್ಂಸಃ ಶುಚಿಷದ್ವಸುರನ್ತರಿಕ್ಷಸದ್ಧೋತಾ ವೇದಿಷತ್ ।
ಅತಿಥಿರ್ದುರೋಣಸತ್ । ನೃಷದ್ವರಸದೃತಸತ್
ವ್ಯೋಮಸದಬ್ಜಾ ಗೋಜಾ ಋತಜಾ ಅದ್ರಿಜಾ ಋತಂ ಬೃಹತ್ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಹಗ್ಂಸಃ=ಪರಮಾತ್ಮನು, ಶುಚಿಷತ್=ಕಾಶಿ ಮೊದಲಾದ ಶುದ್ಧ

ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿರತಕ್ಕವನು. ವಸುಃ= ಜಗತ್ರಯಕ್ಕೂ ಆಧಾರನು, ಅಂತರಿಕ್ಷ ಸತ್= ಅಂತರಿಕ್ಷದಲ್ಲಿರುವವನು. ಹೋತಾ= ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಕರೆಯುವವನು. ವೇದಿಷತ್= ಮಂತ್ರರೂಪವಾದ ವೇದಿಯಲ್ಲಿರುವವನು. ಅತಿಥಿಃ= ಅತಿಥಿಗೆ ಸಮಾನನು. ದುರೋಣಸತ್= ಗೃಹಪತಿಯು, ನೃಷತ್= ವೈಶ್ವಾನರ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವವನು. ವರಸತ್= ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ತೀರ್ಥಸ್ಥಳದಲ್ಲಿರುವವನು. ಋತಸತ್= ಯಜ್ಞದಲ್ಲಿರುವವನು. ವ್ಯೋಮಸತ್= ಅಂತರಿಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯ ರೂಪದಿಂದಿರುವವನು, ಅಬ್ಜಾ= ನೀರಿನಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದವನು, ಗೋಜಾ= ಗೋವಿನಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದವನು. ಋತಜಾ= ಯಜ್ಞಭೋಕ್ತೃತ್ವೇನ ಇರುವವನು, ಅದ್ರಿಜಾ= ಪರ್ವತದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದವನು. ಇಂತಹ ಪರಮಾತ್ಮನು ಅಧಿಕವಾಗಿ, ಋತಂ= ಯಜ್ಞವನ್ನು (ಆಗುಮಾಡಿಸಲಿ).

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಕಾಶೀ ಮೊದಲಾದ ಶುಚಿಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿರುವ, ಜಗತ್ರಯಕ್ಕೂ ಆಧಾರನಾದ, ಅಂತರಿಕ್ಷದಲ್ಲಿರುವ, ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಕರೆಯುವ, ಯಜ್ಞವೇದಿಗಳಲ್ಲಿರುವ, ಅಥಿತಿಗೆ ಸಮಾನನಾದ, ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡವೆಂಬ ಗೃಹಕ್ಕೆ ಪತಿಯಾದ, ವೈಶ್ವಾನರನಾದ, ಶ್ರೇಷ್ಠಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿರುವ, ಯಜ್ಞದಲ್ಲಿರುವ, ಸೂರ್ಯರೂಪದಿಂದರುವ ನೀರಿನಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ, ಯಜ್ಞಭೋಕ್ತೃವಾಗಿರುವ, ಪರ್ವತದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ ಪರಮಾತ್ಮನು ಅಧಿಕವಾಗಿ ಯಜ್ಞವನ್ನು ಆಗಮಾಡಿಸಲಿ.

ಕೆಲವರು ನಮಸ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಯಾಗ್ಂಸದಾ ಸರ್ವಭೂತಾನಿ ಸ್ಥಾವರಾಣಿ ಚರಾಣಿ ಚ ।
ಸಾಯಂ ಪ್ರಾತರ್ನಮಸ್ಯನ್ತಿ ಸಾ ಮಾ ಸಂಧ್ಯಾಭಿರಕ್ಷತ್ವೋಂ ನಮಃ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಸ್ಥಾವರಾಣಿ= ಓಡಾಡದ, ಚರಾಣಿ= ಓಡಾಡುವ, ಸರ್ವಭೂತಾನಿ=

ಸರ್ವಪ್ರಾಣಿಗಳೂ, ಯಾಂ=ಯಾವ ಸಂಧ್ಯಾದೇವಿಯನ್ನು, ಸಾಯಂ ಪ್ರಾತಃ=ಸಾಯಂಕಾಲವೂ - ಬೆಳಿಗ್ಗೆಯೂ, ನಮಸ್ಯನ್ತಿ=ನಮಸ್ಕರಿಸುತ್ತಾರೆಯೋ, ಸಾ=ಆ ಸಂಧ್ಯಾದೇವಿಯು, ಮಾ=ನನ್ನನ್ನು, ಅಭಿರಕ್ಷತು= ಕಾಪಾಡಲಿ, ನಮಃ=ಸಂಧ್ಯಾದೇವಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರವು. ಓಂ=ಪರಮಾತ್ಮನು.

ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಸರ್ಜನೆಗೆ ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಉತ್ತಮೇ ಶಿಖರೇ ಜಾತೇ ಭೂಮ್ಯಾಂ ಪರ್ವತಮೂರ್ಧನಿ ।
ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯೋಽಭ್ಯನುಜ್ಞಾತಾ ಗಚ್ಛ ದೇವಿ ಯಥಾಸುಖಮ್ ॥

ಮಂತ್ರಾರ್ಥ :

ಭೂಮ್ಯಾಂ= ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿರುವ, ಪರ್ವತಮೂರ್ಧನಿ= ಮೇರುಪರ್ವತದ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ, ಜಾತೇ=ಹುಟ್ಟಿದ ಸಂಧ್ಯೆಯೆ, ಉತ್ತಮೇ ಶಿಖರೇ=ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಶಿಖರದಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡಲು, ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯಃ= (ಯಾವಾಗಲೂ ನಿನ್ನನ್ನು ಉಪಾಸನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ) ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಿಂದ ಅಭ್ಯನುಜ್ಞಾತಾ= ಅನುಜ್ಞೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದವಳಾಗಿ, ದೇವಿ= ಎಲೈ ಸಂಧ್ಯಾದೇವಿಯೆ, ಯಥಾಸುಖಂ=ಸುಖವಾಗಿ, ಗಚ್ಛ= ಹೋಗು.

ತಾತ್ಪರ್ಯ :

ಮೇರುಪರ್ವತದ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಸಂಧ್ಯಾದೇವಿಯೆ, ಉತ್ತಮ ಶಿಖರದಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡಲು (ಯಾವಾಗಲೂ ನಿನ್ನನ್ನು ಉಪಾಸನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ) ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಿಂದ ಅನುಜ್ಞೆಯನ್ನು ಪಡೆದವಳಾಗಿ ಸುಖವಾಗಿ ಹೋಗು.

ನಿತ್ಯಗೌರೀಪೂಜಾಜಪಕ್ರಮಃ

ಕುಂಕುಮಂ ಮಂಗಲಂ ಗೌರಿ ಸರ್ವಾರಿಷ್ಟವಿನಾಶಕಮ್ ।
ಧಾರಯಾಮಿ ಮಹಾದೇವಿ ಸೌಮಂಗಲ್ಯಾಭಿವೃದ್ಧಯೇ ॥
(ಹಣೆಗೆ ಕುಂಕುಮವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು)

ಕೇಶವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ
ನಾರಾಯಣಾಯ ಸ್ವಾಹಾ
ಮಾಧವಾಯ ಸ್ವಾಹಾ
ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ
ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ
ಮಧುಸೂದನಾಯ ನಮಃ
ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ನಮಃ
ವಾಮನಾಯ ನಮಃ
ಶ್ರೀಧರಾಯ ನಮಃ
ಹೃಷೀಕೇಶಾಯ ನಮಃ
ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ನಮಃ
ದಾಮೋದರಾಯ ನಮಃ
ಸಂಕರ್ಷಣಾಯ ನಮಃ
ವಾಸುದೇವಾಯ ನಮಃ
ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನಾಯ ನಮಃ
ಅನಿರುದ್ಧಾಯ ನಮಃ
ಪುರುಷೋತ್ತಮಾಯ ನಮಃ
ಅಧೋಕ್ಷಜಾಯ ನಮಃ
ನಾರಸಿಂಹಾಯ ನಮಃ
ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ

ಜನಾರ್ಧನಾಯ ನಮಃ
ಉಪೇಂದ್ರಾಯ ನಮಃ
ಹರಯೇ ನಮಃ
ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ।

ಸಂಕಲ್ಪ :

ಶುಭತಿಥೌ ಶೋಭನೇ ಮುಹೂರ್ತೇ ಅದ್ಯಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯ ಪ್ರಹರಾರ್ಧೇ ಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತಮನ್ವಂತರೇ ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮಪಾದೇ ಭರತವರ್ಷೇ ಭರತಖಂಡೇ ಜಂಬೂದ್ವೀಪೇ ದಂಡಕಾರಣ್ಯೇ ಗೋದಾವರ್ಯಾಃ ದಕ್ಷಿಣೇ ತೀರೇ ಶಾಲಿವಾಹನಶಕೇ ಬೌದ್ಧಾವತಾರೇ ರಾಮಕ್ಷೇತ್ರೇ ಅಸ್ಮಿನ್ವರ್ತಮಾನೇ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕೇ ಚಾಂದ್ರಮಾನೇನ ಪ್ರಭವಾದಿಷಷ್ಟಿ ಸಂವತ್ಸರಾಣಾಂ ಮಧ್ಯೇ .... ಸಂವತ್ಸರೇ .... ಅಯನೇ .... ಋತೌ .... ಮಾಸೇ .... ಪಕ್ಷೇ ....ಶುಭತಿಥೌ ....ವಾಸರಯುಕ್ತಾಯಾಂ ಶುಭನಕ್ಷತ್ರ ಶುಭಯೋಗ ಶುಭಕರಣ ಏವಂಗುಣವಿಶೇಷಣ ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ ಮಮೋಪಾತ್ತದುರಿತಕ್ಷಯದ್ವಾರಾ ಶ್ರೀನಿತ್ಯಗೌರೀಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ದೀರ್ಘಸೌಮಂಗಲ್ಯಾಭಿವೃದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ನಿತ್ಯಗೌರೀಪೂಜಾ ಜಪಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥
ತದಂಗತ್ವೇನ ಕಲಶಾರ್ಚನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥
ಕಲಶಂ ಗಂಧಾಕ್ಷತಪತ್ರಪುಷ್ಪೈರಭ್ಯರ್ಚ್ಯ, ಕಲಶಂ ಸ್ಪೃಷ್ಟ್ವಾ
ಕಲಶಸ್ಯ ಮುಖೇ ವಿಷ್ಣುಃ ಕಂಠೇ ರುದ್ರಸ್ಸಮಾಶ್ರಿತಃ।
ಮೂಲೇ ತತ್ರ ಸ್ಥಿತೋ ಬ್ರಹ್ಮಾ ಮಧ್ಯೇ ಮಾತೃಗಣಾಸ್ಸ್ಮೃತಾಃ ॥
ಕುಕ್ಷೌತು ಸಾಗರಾಸ್ಸರ್ವೇ ಸಪ್ತದ್ವೀಪಾ ವಸುಂಧರಾ
ಋಗ್ವೇದೋऽಥ ಯಜುರ್ವೇದಸ್ಸಾಮವೇದೋ ಹ್ಯಥರ್ವಣಃ
ಅಂಗೈಶ್ಚ ಸಹಿತಾಸ್ಸರ್ವೇ ಕಲಶಂ ತು ಸಮಾಶ್ರಿತಾಃ ॥

ಆಯಾಂತು ದೇವೀ ಪೂಜಾರ್ಥಂ ದುರಿತಕ್ಷಯಕಾರಕಾಃ
ಗಂಗೇ ಚ ಯಮುನೇ ಚೈವ ಗೋದಾವರಿ ಸರಸ್ವತಿ ।
ನರ್ಮದೇ ಸಿಂಧು ಕಾವೇರಿ ಜಲೇಽಸ್ಮಿನ್ಸನ್ನಿಧಿಂ ಕುರು ॥

ಶಂಖಂ ಪ್ರಕ್ಷಾಳ್ಯ ಜಲೇನ ಪೂರಯಿತ್ವಾ
ಶಂಖಂ ಗಂಧಾಕ್ಷತಪತ್ರಪುಷ್ಪೈ ರಭ್ಯರ್ಚ್ಯ,

ಶಂಖಂ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿತಂ ತೋಯಂ ಬ್ರಾಮ್ಹಿತಂ ಕೇಶವೋಪರಿ ।
ಅಂಗಲಗ್ನಂ ಮನುಷ್ಯಾಣಾಂ ಬ್ರಹ್ಮಹತ್ಯಾಯುತಂ ದಹೇತ್ ॥

ತೇನೋದಕೇನ ಯಾಗಮಂಟಪಪೂಜೋಪಕರಣಾನಿ
ದ್ರವ್ಯಾಣಿ ಸಂಪ್ರೋಕ್ಷ್ಯ ಕಿಂಚಿತ್ಕಲಶೇ ನಿಕ್ಷಿಪ್ಯ, ದೇವ್ಯಾಶ್ಚ
ಮೂರ್ಧ್ನಿ ತ್ರಿರಭಿಷಿಚ್ಯ, ಆತ್ಮಾನಂ ಸಂಪ್ರೋಕ್ಷ್ಯ,
ತಚ್ಛೇಷಂ ವಿಸೃಜ್ಯ ಪುನಃ ಪೂರಯಿತ್ವಾ

ಆರಾಧಯಾಮಿ ವರದಾಂ ಶುಭದಾಂ ಚ ಗೌರೀಂ
ಮಾಯಾಪುರೀಹೃದಯಪಂಕಜಸಂನಿವಿಷ್ಟಾಮ್ ।
ಶ್ರದ್ಧಾನದ್ಯೈರ್ವಿಮಲಚಿತ್ತಜಲಾಭಿಷೇಕೈ
ರ್ನಿತ್ಯಂ ಸಮಾಧಿಕುಸುಮೈರಪುನರ್ಭವಾಯ ॥

ಗೌರೀಂ ಧ್ಯಾಯಾಮಿ - ಧ್ಯಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಆವಾಹಯಾಮಿ - ಆವಾಹನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಆಸನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಪಾದಾರವಿಂದಯೋಃ ಪಾದ್ಯಂ ಪಾದ್ಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಹಸ್ತಯೋಃ ಅರ್ಘ್ಯಮರ್ಘ್ಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಮುಖೇ ಆಚಮನೀಯಂ ಆಚಮನೀಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಅಂಬಾಯೈ ನಮಃ ಮಧುಪರ್ಕಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಜಗನ್ಮಾತ್ರೇ ನಮಃ ಕ್ಷೀರಸ್ನಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,

ವರದಾಯೈ ನಮಃ ದಧಿಸ್ನಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಶ್ರೀಮಾತ್ರೇ ನಮಃ ಆಜ್ಯಸ್ನಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಭವಾನ್ಯೈ ನಮಃ ಮಧುಸ್ನಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಮೃಡಾಣ್ಯೈ ನಮಃ ಶರ್ಕರಾಸ್ನಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಸರ್ವಪಾಪಹರಾಯೈ ನಮಃ ಫಲೋದಕಸ್ನಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಪೂತಾಯೈ ನಮಃ ಶುದ್ಧೋದಕಸ್ನಾನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಸರ್ವಾಭರಣಭೂಷಿತಾಯೈ ನಮಃ ವಸ್ತ್ರಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಮನೋಹರಾಯೈ ನಮಃ ಕಂಚುಕಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಸುಮಂಗಲ್ಯೈ ನಮಃ ಹರಿದ್ರಾಚೂರ್ಣಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಸರ್ವಮಂಗಲಾಯೈ ನಮಃ ಕುಂಕುಮಚೂರ್ಣಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ,
ಸುವಾಸಿನ್ಯೈ ನಮಃ ಗಂಧಂ ಧಾರಯಾಮಿ
ಸುಖದಾಯೈ ನಮಃ ಅಕ್ಷತಾನ್ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ
ಸುರೂಪಾಯೈ ನಮಃ ಪುಷ್ಪಾಣಿ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ

ಅಥಾಂಗಪೂಜಾಂ ಕರಿಷ್ಯೇ

ಉಮಾಯೈ ನಮಃ ಪಾದೌ ಪೂಜಯಾಮಿ
ಕಾತ್ಯಾಯಿನ್ಯೈ ನಮಃ ಜಂಘೇ ”
ಗೌರ್ಯೈ ನಮಃ ಜಾನುನೀ ”
ಮನೋಹರಾಯೈ ನಮಃ ಊರೂ ”
ಹೈಮವತ್ಯೈ ನಮಃ ಕಟಿಂ ”
ಈಶ್ವರ್ಯೈ ನಮಃ ಉದರಂ ”
ಭವಾನ್ಯೈ ನಮಃ ಸ್ತನೌ ”
ಶರ್ವಾಣ್ಯೈ ನಮಃ ಕಂಠಂ ”
ರುದ್ರಾಣ್ಯೈ ನಮಃ ಭುಜೌ ”
ಇಂದುಮುಖ್ಯೈ ನಮಃ ಮುಖಂ ”

ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮ್ಯೈ ನಮಃ ನೇತ್ರೇ ,,
ಇಷ್ಟಾರ್ಥಪ್ರದಾಯಿನ್ಯೈ ನಮಃ ಲಲಾಟಂ ಪೂಜಯಾಮಿ
ಚಂದ್ರಚೂಡಾಯೈ ನಮಃ ಶಿರಃ ,,
ಶ್ರೀನಿತ್ಯಗೌರ್ಯೈ ನಮಃ ಸರ್ವಾಂಗಾನಿ ,,

ಸದಾಶಿವಾಯೈ ನಮಃ ಧೂಪಮ್ ಆಘ್ರಾಪಯಾಮಿ
ಗಿರಿಜಾಯೈ ನಮಃ ದೀಪಂ ದರ್ಶಯಾಮಿ
ಮಹಾದೇವ್ಯೈ ನಮಃ ನೈವೇದ್ಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ
ಅಂಬಿಕಾಯೈ ನಮಃ ಪೂಗೀಫಲತಾಂಬೂಲಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ
ಇಂದಿರಾಯೈ ನಮಃ ಬಲಿಹರಣಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ
ವರದಾಯೈ ನಮಃ ನೀರಾಜನಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ
ವೇದರೂಪಾಯೈ ನಮಃ ಮಂತ್ರಪುಷ್ಪಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ
ತ್ರಿಪುರಾಂತಕಾಯೈ ನಮಃ ನಮಸ್ಕಾರಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ

ನಮೋ ದೇವ್ಯೈ ಮಹಾದೇವ್ಯೈ ಶಿವಾಯೈ ಸತತಂ ನಮಃ ।
ನಮಸ್ತ್ರೈಲೋಕ್ಯನಾಥಾಯೈ ಶಿವಾಯೈ ತೇ ನಮೋ ನಮಃ ॥
ಇತಿ ನಮಸ್ಕಾರಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ

ಕಲ್ಯಾಣ್ಯೈ ನಮಃ ಅರ್ಘ್ಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ

ಪ್ರಾರ್ಥನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ

ಪುತ್ರಾನ್ ದೇಹಿ ಯಶೋ ದೇಹಿ ಸರ್ವಸೌಭಾಗ್ಯಸಂಪದಃ ।
ಯಾವಜ್ಜನ್ಮಸುಮಂಗಲ್ಯಂ ದೇಹಿ ಮೇ ಪರಮೇಶ್ವರಿ ॥
ಅದ್ಯ ಮೇ ಸಫಲಂ ಜನ್ಮ ಮಂಗಲೇ ಭಕ್ತವತ್ಸಲೇ ।
ತ್ವದ್ಭಕ್ತಿಮತುಲಾಂ ದೇಹಿ ಶರಣಾಗತವತ್ಸಲೇ ॥
ಸರ್ವಮಂಗಳಮಾಂಗಲ್ಯೇ ಶಿವೇ ಸರ್ವಾರ್ಥಸಾಧಿಕೇ ।

ಶರಣ್ಯೇ ತ್ರ್ಯಂಬಕೇ ಗೌರಿ ನಾರಾಯಣಿ ನಮೋಽಸ್ತು ತೇ ॥

ಇತಿ ಪ್ರಾರ್ಥನಾಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ

ಪುನಃ ಪೂಜಾಂ ಕರಿಷ್ಯೇ । ಛತ್ರಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ಚಾಮರಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ನೃತ್ಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ಗೀತಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ವಾದ್ಯಂ ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ । ಅಶ್ವಮಾರೋಹಯಾಮಿ । ಗಜಮಾರೋಹಯಾಮಿ । ಆಂದೋಳನಮಾರೋಹಯಾಮಿ । ಸಮಸ್ತರಾಜೋಪಚಾರ ದೇವೋಪಚಾರ ಮನುಷ್ಯೋಪಚಾರ

ಪೂಜಾಸ್ಸಮರ್ಪಯಾಮಿ

ಅನೇನ ಮಯಾ ಕೃತೇನ ನಿತ್ಯಗೌರೀಪೂಜಾರಾಧನೇನ ಭಗವತೀ ನಿತ್ಯಗೌರೀ ಸುಪ್ರೀತಾ ಸುಪ್ರಸನ್ನಾ ವರದಾ ಭವತು ॥

ಮಧ್ಯೇಮಂತ್ರ ತಂತ್ರ ಸ್ವರವರ್ಣನ್ಯೂನಾತಿರಿಕ್ತ ಲೋಪದೋಷ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಥಂ ನಾಮತ್ರಯಮಂತ್ರಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ ॥

ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ ಅನಂತಾಯ ನಮಃ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ
ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ ಅನಂತಾಯ ನಮಃ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ
ಅಚ್ಯುತಾನಂತಗೋವಿಂದೇಭ್ಯೋ ನಮಃ

ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ

ಹ್ರಾಂ ಬೀಜಂ । ಹ್ರೀಂ ಶಕ್ತಿಃ । ಹ್ರೂಂ ಕೀಲಕಂ ।
ಮಮ ಯಾವಜ್ಜೀವಂ ದೀರ್ಘಸೌಮಂಗಲ್ಯಾಭಿವೃದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಜಪೇವಿನಿಯೋಗಃ

ಹ್ರಾಂ ಅಂಗುಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ಹ್ರೀಂ ತರ್ಜನೀಭ್ಯಾಂ ನಮಃ

ಹ್ರೂಂ ಮಧ್ಯಮಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ಹ್ರೈಂ ಅನಾಮಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ಹ್ರೌಂ ಕನಿಷ್ಠಿಕಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ಹ್ರಃ ಕರತಲಕರಪೃಷ್ಠಾಭ್ಯಾಂ ನಮಃ
ಹ್ರಾಂ - ಹ್ರಧಯಾನು ನಮಃ
ಹ್ರೀಂ ಶಿರಸೇ ಸ್ವಾಹಾ
ಹ್ರೂಂ ಶಿಖಾಯೈ ವೌಷಟ್
ಹ್ರೈಂ ಕವಚಾಯುಹುಮ್
ಹ್ರೌಂ ನೇತ್ರತ್ರಯಾಯೈ ವೌಷಟ್
ಹ್ರಃ ಅಸ್ತ್ರಾಯ ಫಟ್
ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರಿತಿ ದಿಗ್ಬಂಧಃ

ಅಥ ಧ್ಯಾನಮ್ ।

ಸರ್ವಮಂಗಳಮಾಂಗಲ್ಯೇ
ಶಿವೇ ಸರ್ವಾರ್ಥಸಾಧಿಕೇ ।
ಶರಣ್ಯೇ ತ್ರ್ಯಂಬಕೇ ದೇವಿ
ನಾರಾಯಣಿ ನಮೋಽಸ್ತುತೇ ॥

ಜಪಃ - ಹ್ರೀಮ್ ನಮಶ್ಶಿವಾಯೈ
(32ಕ್ಕೆ ಕಮ್ಮಿಮಾಡಕೂಡದು.)

ಅಥ ಧ್ಯಾನಂ
(ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿದ ಧ್ಯಾನಶ್ಲೋಕಗಳನ್ನು ಹೇಳಬೇಕು)

ಸರ್ವ .... ನಮೋಽಸ್ತುತೇ ॥

ತೀರ್ಥಪ್ರಾಶನ ಮಂತ್ರಃ

ಶರೀರೇ ಬಲಮಾಯುಷ್ಯಂ ವ್ಯಾಧಿನಾಶಂ ಕಲೇಬರೇ
ಔಷಧಂ ಸರ್ವರೋಗಾಣಾಂ ಕುಂಕುಮಂ ತೀರ್ಥಸೇವನಮ್ ॥

(ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಉದ್ಧರಣೆಯ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಕುಂಕುಮವನ್ನು ಕದರಿ ತೀರ್ಥವನ್ನಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು)

ಸಂಪೂರ್ಣಮ್