

Surya Namaskar Mantra

——
सूर्यनमस्कार मन्त्रः

——
Document Information



Text title : sUryanamaskAramantrAH

File name : suryanamaskArmantra.itx

Category : mantra, deities_misc

Location : doc_deities_misc

Send corrections to : Sanskrit@cheerful.com

This text is prepared by volunteers and is to be used for personal study and research. The file is not to be copied or reposted without permission, for promotion of any website or individuals or for commercial purpose.

Please help to maintain respect for volunteer spirit.

Please note that proofreading is done using Devanagari version and other language/scripts are generated using **sanscript**.

January 14, 2021

sanskritdocuments.org



Surya Namaskar Mantra

सूर्यनमस्कार मन्त्राः



ॐ ध्येयः सदा सवितृमण्डल मध्यवर्ति
नारायणः सरसिजासन्संनिविष्टः ।
केयूरवान मकरकुण्डलवान किरीटी
हारी हिरण्मयवपुधृतशंखचक्रः ॥

ॐ हां मित्राय नमः ।

ॐ हीं रवये नमः ।

ॐ ह्रूं सूर्याय नमः ।

ॐ हैं भानवे नमः ।

ॐ हौं खगाय नमः ।

ॐ हः पूष्णे नमः ।

ॐ हां हिरण्यगर्भाय नमः ।

ॐ हीं मरीचये नमः ।

ॐ ह्रूं आदित्याय नमः ।

ॐ हैं सवित्रे नमः ।

ॐ हौं अर्काय नमः ।

ॐ हः भास्कराय नमः ।

ॐ हां हीं ह्रूं हैं हौं हः

ॐ श्रीसवितृसूर्यनारायणाय नमः ॥

आदितस्य नमस्कारान् ये कुर्वन्ति दिने दिने

जन्मान्तरसहस्रेषु दारिद्र्यं दोषनाशते ।

अकालमृत्युहरणं सर्वव्याधिविनाशनम्

सूर्यपादोदकं तीर्थं जठरे धारयाम्यहम् ॥

योगेन चित्तस्य पदेन वाचा मलं शरीरस्य च वैद्यकेन ।

योपाकरोत्तं प्रवरं मुनीनां पतंजलिं प्राञ्जलिरानतोऽस्मि ॥

Surya Namaskar Mantra

pdf was typeset on January 14, 2021

Please send corrections to sanskrit@cheerful.com

