

Surya Namaskar Mantra

——
सूर्यनमस्कार मन्त्रः

——
Document Information



Text title : sUryanamaskAramantraAH

File name : suryanamaskArmantra.itx

Category : mantra, deities_misc

Location : doc_deities_misc

Send corrections to : sanskrit at cheerful dot c om

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**.

June 9, 2024

sanskritdocuments.org



Surya Namaskar Mantra

सूर्यनमस्कार मन्त्रः



ॐ ध्येयः सदा सवितृमण्डल मध्यवर्ति
नारायणः सरसिजासन्संनिविष्टः ।
केयूरवान मकरकुण्डलवान किरीटी
छारी छिरण्मयवपुधृतशंभयङ्कः ॥

ॐ ह्रीं मित्राय नमः ।

ॐ ह्रीं रवये नमः ।

ॐ ह्रूं सूर्याय नमः ।

ॐ ह्रैं भानवे नमः ।

ॐ ह्रौं षगाय नमः ।

ॐ ह्रः पूषणे नमः ।

ॐ ह्रीं छिरण्यगर्भाय नमः ।

ॐ ह्रीं मरीचये नमः ।

ॐ ह्रूं आदित्याय नमः ।

ॐ ह्रैं सवित्रे नमः ।

ॐ ह्रौं अर्काय नमः ।

ॐ ह्रः भास्कराय नमः ।

ॐ ह्रीं ह्रूं ह्रैं ह्रौं ह्रः

ॐ श्रीसवितृसूर्यनारायणाय नमः ॥

आदितस्य नमस्कारान् ये कुर्वन्ति दिने दिने
जन्मान्तरसहस्रेषु दारिद्र्यं द्योषनाशते ।
अकालमृत्युल्लरणं सर्वव्याधिविनाशनम्
सूर्यपादोदकं तीर्थं जठरे धारयाम्यहम् ॥

योगेन शित्तस्य पटेन वाया मलं शरीरस्य च वैद्यकेन ।

योपाकरोत्तं प्रवरं मुनीनां पतञ्जलिं प्राञ्जलिरानतोऽस्मि ॥

Surya Namaskar Mantra
pdf was typeset on June 9, 2024

Please send corrections to sanskrit@cheerful.com

