

---

Sandhya Prayogah

సన్ధ్యాప్రయోగః

Document Information



---

Text title : Sandhya Prayogah

File name : sandhyaPrayogaH.itx

Category : major\_works, pUjA

Location : doc\_z\_misc\_major\_works

Proofread by : Paresh Panditrao, NA, KS Sheshadri Sharma

Latest update : December 24, 2022

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**.

---

March 24, 2024

*sanskritdocuments.org*

---



సన్ధ్యాప్రయోగః



అథ సన్ధ్యాప్రయోగః(౧) ।

యథోక్తస్నానానంతరం శ్వేతం అన్యూతారజకథాతం వస్త్రం(౨) పరిధాయ ఉపవస్త్రం(౩) గృహీత్వా కుశాదివిహితాసనే(౪) ప్రాజ్ఞుఖ(౫) ఉపవిశ్య పవిత్రపాణిః(౬) పుణ్యదేశే(౭) సన్ధ్యోపాసనమారభేత్, తత్రాదౌ యజ్ఞీయభస్మ తీర్థమృదో వా గృహీత్వా జలమిశ్రణానంతరం “ఓం త్ర్యంబకం యజామహే సుగంధిమ్ముష్టివర్ధనమ్ । ఉర్వారుకమివ బన్ధనాన్మృతోశ్శ్రుక్షీయ మామృతాత్” (ఇతి మర్దయిత్వా) “ఓం నమః శివాయ” ఇత్యభిమన్త్య తిలకం(౮) కుర్యాత్తత్ర మన్తః - ఓం త్ర్యాయుషం జమదగ్నేః ఇతి లలాటే, ఓం కశ్యపస్య త్ర్యాయుషం ఇతి గ్రీవాయామ్, ఓం యద్దేవేషు త్ర్యాయుషం ఇతి బాహుమూలే, ఓం తన్నోఽఅస్తు త్ర్యాయుషం ఇతి హృదయే ।

విష్ణుస్మరణమ్ -

అపవిత్రః పవిత్రో వేత్యస్య వామదేవ ఋషిః ముఖే విష్ణుర్దేవతా గాయత్రీఛందః పవిత్రకరణే వినియోగః ॥

ఓం అపవిత్రః పవిత్రో వా సర్వావస్థాం గతోఽపి వా ।

యః స్మరేత్పుణ్డరీకాక్షం స బాహ్యభ్యంతరః శుచిః ॥

(అనేన మన్తేణ విష్ణుం స్మృత్వా కింఞ్చిజ్జలం శిరసి సింఞ్చేత్) ॥

ఆచమనమ్(౯) - ఓం ఋగ్వేదాయ స్వాహా, ఓం యజుర్వేదాయ స్వాహా, ఓం సామవేదాయ స్వాహా (ఇతి త్రిభిర్మూర్త్యైః బ్రహ్మతీర్థిన జలం త్రిరాచమ్య) ఓం అథర్వవేదాయ నమః (ఇతి కరో ప్రక్షాల్య దక్షిణకర్ణం స్పృశేత్) ॥

శిఖాబన్ధనమ్(౧౦) - ప్రణవవ్యాహృతిగాయత్ర్యా ఓం బ్రహ్మవాక్యసహస్రేణ శివవాక్యశతేన చ । విష్ణోర్నామసహస్రేణ శిఖాగ్రస్థిం కరోమ్యహమ్ ॥ (ఇత్యనేన వా బద్ధీయాత్, బద్ధాయాం కేవలం సంస్పృశేదేవ ॥)

ఖస్పర్శః(౧౧) - ఓం విష్ణుర్విష్ణుర్విష్ణుః (ఇతి పఠిత్వా) ఓం వాగ్వాక్ (౧౨) ఓం ప్రాణః ప్రాణః(౧౩) ఓం చక్షుశ్చక్షుః ఓం శ్రోత్రం శ్రోత్రం ఓం నాభిః ఓం హృదయం ఓం కణ్ఠః ఓం లలాటం ఓం శిరః ఓం శిఖా ఓం బాహుభ్యాం(౧౪) యశోబలమ్(౧౫) ।

(ఇతీన్ద్రియాద్యాయతనాని జలార్ద్రదక్షిణకరస్య మధ్యమానామికాభ్యాం సంస్పృశేత్)

॥

అభిషేచనమ్(౧౬) - ఓం ఓం పునాతు, ఓం భూః పునాతు, ఓం భువః పునాతు, ఓం స్వః పునాతు, ఓం మహాః పునాతు, ఓం జనః పునాతు, ఓం తపః పునాతు, ఓం సత్యం పునాతు, ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ | ఓం సర్వం పునాతు (వామకరే(౧౭) జలమాదాయ దక్షిణానామికయా ప్రతిమన్త్రం జలే మూర్ధానమభిషిచ్ఛేత్) ॥

ఆసనోపవేశనమ్ - ఓం పృథ్వీతి మన్తస్య మేరుప్యష్ట ఋషిః సుతలం ఛన్దః కూర్మో దేవతా ఆసనోపవేశనే వినియోగః | ఓం పృథ్వి త్వయా ధృతా లోకా దేవి త్వం విష్ణునా ధృతా | త్వం చ ధారయ మాం దేవి పవిత్రం కురు చాసనమ్ | (ఇతి మన్తేణ దక్షిణహస్తస్య మధ్యమానామికాభ్యాం ఆసనోపరి కిచ్ఛేచ్ఛలం క్షిపేత్) ఓం అపసర్పన్తు తే భూతా యే భూతా భూమిసంస్థితాః | యే భూతా విష్ణుకర్తారన్తే నశ్యన్తు శివాజ్ఞయా (ఇతి వామపాదపార్శినా త్రివారం భూమిం తాడయిత్వా భూతాన్యత్సార్యాణి) ॥

శ్రీ ఖైరవనమస్కారః - ఓం తీక్ష్ణదంష్ట్ర మహాకాయ కల్పాన్తదహనోపమ | ఖైరవాయ నమస్తుభ్యమనుజ్ఞాం దాతుమర్హసి | (ఇత్యనేన మన్తేణ శ్రీమహాఖైరవం నమస్కృత్య సజ్కల్పం కుర్యాత్) ॥

అథ సజ్కల్పః(౧౮) - దక్షిణకరే జలమాదాయ, ఓం తత్సదద్యైతస్య బ్రహ్మణోఽహ్ని ద్వితీయపార్శ్వే శ్రీశ్వేతవారాహకల్పే వైవస్వతమన్వన్తరే అష్టావింశతితమే కలియుగే కలి-ప్రథమచరణే అనన్తకోటిబ్రహ్మణ్ణాభ్యన్తరే అస్మిన్ బ్రహ్మణే జమ్బూద్వీపే భారతఖణ్డే ఆర్యావర్తకదేశాన్తర్గతే పుణ్యక్షేత్రే అముకదేశే షష్ట్యబ్దానాం మధ్యే అముకసంవత్సరే అముకఋతౌ అముకమాసే అముకపక్షే అముకతిథౌ అముకవాసరే అముకగోత్రోత్పన్నోఽముకశర్మాహం(౧౯) మమోపాత్తదురితక్షయపూర్వకబ్రహ్మవర్చసకామార్థ శ్రీపరమేశ్వరప్రీతయే ప్రాతః(౨౦) సన్ధ్యోపాసనం కరిష్యే (ఇతి సజ్కల్పస్య భూమౌ తజ్జలం క్షిపేత్) ॥

అథ పునరాచమనమ్ - ఓం అఘమర్షణసూక్తస్యాఘమర్షణఋషిరనుష్టుప్ ఛన్దో భావవృతో దేవతా అశ్వమేధావభృథే వినియోగః ॥ ఓం ఋతఞ్చ సత్యఞ్చాభీధాత్తవసోధ్యజాయత తతో రాత్ర్యజాయత తతః సముద్రో అర్ణవః, సముద్రాదర్ణవాదధి సంవత్సరో అజాయత, అహోరాత్రాణి విదధద్విశ్వస్య మిషతో వశీ, సూర్యాచన్ద్రమసౌ ధాతా యథాపూర్వమకల్పయత్ దివఞ్చ పృథివీం చాన్తరిక్షమథో స్వః |

అథ కరన్యాసః(౨౧) - ఓం భూః అఙ్గుష్టాభ్యాం(౨౨) నమః | ఓం భువః తర్జనీభ్యాం(౨౩) నమః | ఓం స్వః మధ్యమాభ్యాం(౨౪) నమః | ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్ |

అనామికాభ్యాం(౨౫) నమః | ఓం భర్గో దేవస్య ధీమహి కనిష్ఠికాభ్యాం(౨౬) నమః | ఓం ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ కరతలకరపృష్ఠాభ్యాం(౨౭) నమః ||

అథ షడఙ్గన్యాసః(౨౮) నమః | ఓం భూః హృదయాయ(౨౯) నమః | ఓం భువః శిరసే(౩౦) స్వాహా | ఓం స్వః శిఖాయై వషట్(౩౧) | ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం కవచాయ(౩౨) హుః | ఓం భర్గో దేవస్య ధీమహి నేత్రత్రయాయ(౩౩) వౌషట్ | ఓం ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ ఆస్త్రాయ(౩౪) ఫట్ |

అథ ప్రణవన్యాసః - ఓం “అ” కారం నాభౌ | ఓం “ఉ” కారం హృదయే | ఓం “మ” కారం మూర్ధని ||

అథ సన్ధ్యాప్రయోగః టిప్పణికా |

Footnotes for starting of sandhyAprayogaH

(౧)- సమ్యగ్ ధ్యాయంతి సమ్యగ్ ధ్యాయతే వా పరబ్రహ్మ యస్యాం సా సన్ధ్యా ద్వితీయోఽర్థస్తు - సస్థీయతే పరబ్రహ్మ సా సన్ధ్యా సద్భిరుచ్యతే || (సప్తదశి) | అహోరాత్రస్య యా సన్ధిః సూర్యనక్షత్రవర్జితా | సా తు సన్ధ్యా సమాఖ్యాతా మునిభిస్తత్త్వదర్శిభిః | “అహరహః సన్ధ్యాముపాసిత” (తై. బ్రా.) | శక్తిమానుదితే కాలే స్నానం సన్ధ్యాం న హాపయేత్ ఇతి వ్యాసః | ఉత్తమా తారకోపేతా మధ్యమా లుప్తతారకా | అధమా భాస్కరోపేతా ప్రాతః సన్ధ్యా త్రిధా మతా | ఉత్తమా భాస్కరోపేతా మధ్యమా లుప్తభాస్కరా | అధమా తారకోపేతా సాయం సన్ధ్యా త్రిధా మతా | అప్యర్థం యామాదా(?) సాయం సన్ధ్యా మాధ్యాహ్నికీష్యతే | (ధ. సిం. సా.) | గౌణకాలః - ఉదయాస్తమయాదూర్ధ్వం యావత్స్వర్ణాద్ధటికాత్రయమ్ | తావత్సన్ధ్యాముపాసిత ప్రాయశ్చిత్తమతః పరమ్ || (స్కాన్డే) స్వకాలే సేవితా నిత్యం సన్ధ్యా కామదుధా భవేత్ | ఆకాలే సేవితా సా చ సన్ధ్యా వన్ధ్యా వధూరివ | (విశ్వా.) | ముఖ్యకాలే యదావశ్యం కర్మం కర్తుం న శక్యతే | గౌణకాలేఽపి కర్తవ్యం గౌణోఽప్యత్రేదృశో మతః | (గోభిలః) | గౌణోఽప్యతిక్రమ్య ఆసాయం ప్రాతః సన్ధ్యాం కుర్యాదితి కేచిత్ |

(౨)- స్నాత్వైవం వాససీ ధాతే అక్లిన్నే పరిధాపయేత్ | ఆభావే ధాతవస్త్రస్య పట్టక్షమాదికాని చ | కుతపం యోగపట్టం వా వివాసా యేన నో భవేత్ | (నా. దే.) | ఆర్ధ్రవాసాస్తు యః కుర్యాజ్జపహోమపరిగ్రహాన్ | సర్వం తద్రాక్షసం విద్యాత్కర్మజాతఞ్చ యత్కృతమ్ | యజ్జలే శుష్కవస్త్రేణ స్థలే వైవార్ధ్రవాససా | జపో హోమస్తథా దానం తత్సర్వం నిష్ఫలం భవేత్ | న సూతేన న దగ్వేన పారక్యేణ విశేషతః | మూషకోత్పీర్ణజ్జీరేన కర్మం కుర్యాద్విచక్షణః | (ఆపస్తమ్బః) |

(౩)- హోమదేవార్చనాద్యాసు క్రియాసు పఠనే తథా | నైకవస్త్రః ప్రవర్తేత ద్విజో నాచమనే

జపే | (వి. పు.) | (నా పురుష ఇత్యర్థః) |

(౪)- కామ్యార్థం కమృలజ్జైవ శ్రేష్ఠాచ్చ రక్తకమృలమ్ | కృష్ణాజనే జ్ఞానసిద్ధిరోక్షస్తు  
వ్యాప్తు చర్మణి | కుశాసనే మస్త్రసిద్ధిర్నాత్ర కార్యా విచారణా | ధరణ్యాం  
దుఃఖసమ్భూతిర్దౌర్భాగ్యం దారుజాసనే | వంశాసనే దరిద్రః స్వాత్పాషాణే వ్యాధిపీడనమ్  
| తృణాసనే యశోహానిః పల్లవైశ్చిత్తవిభ్రమః | జపధ్యానతపోహానిం కుర్వన్ వస్త్రాసనం  
తథా (వస్త్రాసనమత్ర కేవల వస్త్రాసనం అత్ర విశేషేఽపి సన్ధ్యాయాం కుశాసనస్య ముఖ్యత్వం  
గ్రన్థాన్తరాద్భేద్యమ్) |

(౫)- ప్రాక్ పశ్చిమోదగాస్యస్తు ప్రాతః సాయం నిశాసు చ (ఇతి వాచస్పతిః) |

(౬)- జపే హోమే తథా దానే స్వాధ్యాయే పితృతర్పణే | అశూన్యస్తు కర  
కుర్యాత్సువర్ణరజతైః కుతైః | (ల. హా.) | మూలపర్వణి కుర్వాణో మహత్యా హీయతే  
శ్రియా | మధ్యపర్వణి కుర్వాణః పుత్రదారైర్వియుజ్యతే | అనామికాగ్రపర్వస్థం పవిత్రం  
విభృయాత్సదా | (శబ్దః) |

(౭)- పుణ్యక్షేత్రం నదీతీరం గుహాపర్వతమస్తకమ్ | తీర్థప్రదేశాః సిన్ధూనాం సజ్గమం పావన  
సరః | ఉద్యానాని విచిత్రాణి బిల్వమూలం తటం గిరీః | దేవాద్యాయతనం కూలం  
సముద్రస్య నిజం గృహమ్ | (శారదా) | గృహేషు ప్రాకృతీ (ఏకగుణా) | సన్ధ్యా గోష్ఠే  
శతగుణా స్మృతా | నదీషు శతసాహస్రీ అనంతా శివసన్నిధౌ (శాతాతపః) | బహిఃసన్ధ్యా  
దశగుణా గోష్ఠప్రసవణాదిషు | ఖాతతీర్థే శతగుణా సాహస్రీ జాహ్నువీతటే | (వ్యాసః) |

(౮)- లలాటే తిలకం కృత్వా సన్ధ్యాకర్మం సమాచరేత్ | అకృత్వా భాలతిలకం  
తస్య కర్మ నిరర్థకమ్ | (ప్ర. పా.) | అన్యచ్చ - శ్రాద్ధే యజ్ఞే జపే హోమే వైశ్వదేవే  
సురాచ్ఛనే | ధృతత్రిపుణ్ణః పూతాత్మా మృత్యుజ్ఞాయతి మానవః | (కాత్యాయనః) | తిలకస్తు  
యజ్ఞీయభస్మనా ముఖ్యం చందనేన తీర్థమృత్తికయా వా యథాకులాచారం లలాటాదౌ  
కార్యమ్ | భస్మాదీనామభావే జలనైవ ధార్యమితి శిష్టాః - "మృద్భస్మం చందనం ప్రోక్తం  
తోయం చైవ చతుర్థకమ్ |" (ప్ర. పా.) |

(త్రాయుషం జమదగ్నేస్తు లలాటే ఓం నమో నమః |

కశ్యపస్య త్రాయుషం చ గ్రీవాయాం ఓం నమో నమః || ౬౪ ||

యద్దేవేషు త్రాయుషం చ బాహుమూలే నమో నమః |

తన్నోఽస్తు త్రాయుషమితి హృది కృష్ణాయ తే నమః || ౬౫ ||

- లక్ష్మీనారాయణసంహితా/ఖణ్డః ౨ (త్రేతాయుగసన్తానః)/అధ్యాయః ౧౫౯

త్రాయుషం జమదగ్నేః కశ్యపస్య త్రాయుషమ్ |

త్రేధామృతస్య చక్షణం త్రీణ్యాయాంషి తేఽకరమ్ || ౭ ||

అథర్వవేదః/కాణ్డం ౫/సూక్తమ్ ౨౮

త్ర్యాయుషం జమదగ్నేః కశ్యపస్య త్ర్యాయుషమ్ |

యద్దేవేషు త్ర్యాయుషం తన్నోఽఅస్తు త్ర్యాయుషమ్ ||

-యజుర్వేద 3.౬౨)

(౯)- క్రియాం యః కురుతే మోహోదనాచమ్యైవ నాస్తికః | భవన్తి హి వృథా తస్య క్రియాః సర్వా న సంశయః | (మ. ని. తం.) హృత్కణ్ఠతాలునాభిస్తు శుద్ధయేరన్ స్త్రీ చ యథాసంఖ్యం ద్విజాతయః | శూద్రశ్చ సకృత్స్పృష్టాభిరన్తతః | (యాజ్ఞవల్క్యః) |

(౧౦)- సదోపవీతినా భావ్యం సదా బద్ధశిఖేన చ | విశిఖో వ్యుపవీతశ్చ యత్కరోతి న తత్కృతమ్ | (కా. స్మృ.) స్నానే దానే జపే హోమే సన్ధ్యాయాం దేవతార్చనే | శిఖాగ్రస్థిం వినా కర్మ న కుర్యాద్వై కదాచన (అహి. కా.) | ఖల్వాటాదిదోషేణ విశిఖశ్చేన్నరో భవేత్ | కౌశిం తదా ధారయాత బ్రహ్మగ్రస్థియుతాం శిఖామ్ |

(౧౧)- త్రిప్రాశ్యాపో ద్విరున్మృజ్య ఖాన్యద్భిః సముపస్పృశేత్ (యాజ్ఞ.) | అన్యచ్ఛ - అద్భిశ్చ సంస్పృశేత్థాని సర్వాణ్యపి విశుద్ధయే | (వృ. పా. సం.) ||

(౧౨)- ఇత్యనేన ఓష్ఠే స్పర్శః |

(౧౩)- ఇత్యనేన నాసారస్థయోః స్పర్శః | చక్షురిత్యాది స్పృష్టమేవ | విశేషః - ప్రాణశ్చక్షుః శ్రోత్రం ఇత్యత్ర ప్రథమం దక్షిణస్పర్శః తతో వామస్పర్శ ఇతి వివేకః ||

(౧౪)- వామబాహుం దక్షిణస్కన్ధే ధృత్వా తదుపరి దక్షిణబాహుం వామస్కన్ధే ధారయేత్ |

(౧౫)- నమస్కారముద్రా కార్యా |

(౧౬)- శిరసో మార్జనం కుర్యాత్కుశైః సోదకబిన్దుభిః | ప్రణవో భూర్భువః స్వశ్చ సావిత్రి చ తృతీయికా | అభైవత్సం ఋచం చైవ చతుర్థమితి మార్జనమ్ | (కా. స్మృ.) ||

(౧౭)- నద్వాదో సత్యే వామకరే జలగ్రహణం నావశ్యకం కుశలాభే కుశేనైవ మార్జయేత్ |

(౧౮)- అయం సంకల్పః దేశవిశేషేణ గ్రాహ్యః, సంకల్పశ్చేన్మనసి మననం ప్రోక్తరీత్యాఽథ, వాచాః వ్యాహర్తవ్యం తదను చ కరేణాముఖసేకాస్త్రిధేతి | (ఋషిభట్టియే) |

(౧౯)- అత్ర క్షత్రియో వైశ్యో వా చేత్తదా వర్మాహం గుప్తోఽహమితి క్రమేణ యోజనియమ్ |

(౨౦)- మధ్యాహ్నే - మధ్యాహ్నమ్, సాయంజ్కాలే - సాయం ఇత్యూహః కార్యః |

(౨౧)- యద్విజాద్యా భవేద్విద్యా తద్విజేనాఙ్గకల్పనా | అథవా మూలమన్త్రేణ | (తాస్త్రి) ||

(౨౨)- తర్జనీభ్యామఙ్గష్ఠౌ స్పృశేత్ |

(౨౩)- అఙ్గష్ఠాభ్యాం తర్జనౌ స్పృశేత్ |

- (౨౪)- అఙ్గష్ఠాభ్యాం మధ్యమే స్పృశేత్ ।  
 (౨౫)- అఙ్గష్ఠాభ్యామనామికే స్పృశేత్ ।  
 (౨౬)- అఙ్గష్ఠాభ్యాం కనిష్ఠికే స్పృశేత్ ।  
 (౨౭)- దక్షిణకరం వామకరస్య పరితో భ్రామయేత్ ।  
 (౨౮)- షడఙ్గన్యాసః కార్యః న వా కార్యో న్యాసవిధేరవైదికత్వాదితి గృహ్యపరిశిష్టే  
 స్పృష్టం ఏతేనాక్షరన్యాసపాదన్యాసాదీనాం ముద్ఘాదివిధే శాపమోచనాదివిధేశ్చ  
 తాన్త్రికత్వేనావైదికత్వాదనావశ్యకత్వం వేదితవ్యమ । (ధ. సిం. సా.) ।  
 (౨౯)- దక్షిణకరేణ హృదయం స్పృశేత్ ।  
 (౩౦)- దక్షిణకరేణ శిరః స్పృశేత్ ।  
 (౩౧)- శిఖాం స్పృశేత్ ।  
 (౩౨)- వామకరం దక్షిణస్కంధే కృత్వా దక్షిణకరఙ్చ తదుపరి వామస్కంధే నివేశయేత్ ।  
 (౩౩)- దక్షిణకరస్య తర్జనీమధ్యమాభ్యాం దక్షిణవామనేత్రే క్రమేణ స్పృశేత్ ।  
 (౩౪)- వామకరతలే దక్షిణకరస్య తర్జనీమధ్యమాభిః కిచ్చీత్తాలం దద్యాత్ ॥

సన్ధ్యాధ్యానమావాహనఙ్చ

ప్రాతః సన్ధ్యాయామ్ - (పూర్వాభిముఖః) ఓం గాయత్రీం త్ర్యక్షరాం బాలాం  
 సాక్షసూత్రకమణ్డలుమ్ । రక్తవస్త్రాం చతుర్వక్త్రాం హంసవాహనసంస్థితామ్ ॥  
 ఋగ్వేదకృతోత్సక్ణాం రక్తమాల్యానులేపనామ్ । బ్రహ్మణీం బ్రహ్మదైవత్యాం  
 బ్రహ్మలోకనివాసినీమ్ ॥ ఆవాహయామ్యహం దేవీమాయాస్తీం సూర్యమణ్డలాత్ ।  
 ఆగచ్ఛ వరదే దేవి త్ర్యక్షరే బ్రహ్మవాదిని । గాయత్రి(౨)చ్ఛన్దసాం మాతర్బ్రహ్మయోనే  
 నమోఽస్తు తే ।

మధ్యాహ్నసన్ధ్యాయామ్ - (ఉదఙ్ముఖః) ఓం సావిత్రిం యువతీం శుక్లాం శుక్లవస్త్రాం  
 త్రిలోచనామ్ । త్రిశూలినీం వృషారూఢాం శ్వేతమాల్యానులేపనామ్ ॥ యజుర్వేదకృతోత్సక్ణాం  
 జటాముకుటమణ్డితామ్ । రుద్రాణీం రుద్రదైవత్యాం రుద్రలోకనివాసినీమ్ ॥  
 ఆవాహయామ్యహం దేవీమాయాస్తీం సూర్యమణ్డలాత్ । ఆగచ్ఛ వరదే దేవి త్ర్యక్షరే  
 రుద్రవాదిని ॥ సావిత్రి(౩)చ్ఛన్దసాం మాతా రుద్రయోనే నమోఽస్తు తే ।

సాయం సన్ధ్యాయామ్ - (పశ్చిమాభిముఖః) ఓం వృద్ధాం సరస్వతీం కృష్ణాం పీతవస్త్రాం  
 చతుర్బుజామ్ । శఙ్ఖచక్రగదాశార్ఙ్గహస్తాం గరుడవాహినీమ్ ॥ సామవేదకృతోత్సక్ణాం  
 వనమాలావిభూషితామ్ । వైష్ణవీం విష్ణుదైవత్యాం విష్ణులోకనివాసినీమ్ । ఆవాహయామ్యహం  
 దేవీమాయాస్తీం సూర్యమణ్డలాత్ । ఆగచ్ఛ వరదే దేవి త్ర్యక్షరే విష్ణువాదిని ।  
 సరస్వతి(౪)చ్ఛన్దసాం మాతర్విష్ణుయోనే నమోఽస్తు తే ।

ప్రాణాయామః(౫) - ఓంకారస్య బ్రహ్మీఋషిః గాయత్రీ ఛందోఽగ్నిర్దేవతా శుక్లో వర్ణః  
 సర్వకర్మారమ్భే వినియోగః | ఓం సప్తవ్యాహృతీనాం విశ్వామిత్రజమదగ్నిభరద్వాజగౌతమాత్రివస్వి  
 ఋషయో గాయత్ర్యష్టిగనుష్ఠబృహతీపక్షిస్త్రీష్ఠుజగత్యశ్చందాంస్యగ్నివాయ్వాదిత్యబృహస్పతివ  
 దేవతాః అనాదిష్ఠప్రాయశ్చిత్రే ప్రాణాయామే వినియోగః | ఓం గాయత్ర్యా  
 విశ్వామిత్రఋషిర్గాయత్రీ ఛందః సవితా దేవతాగ్నిర్ముఖముపసయనే ప్రాణాయామే  
 వినియోగః | ఓం శిరసః ప్రజాపతిర్వాసిస్త్రీపదా గాయత్రీ ఛందో బ్రహ్మీగ్ని-వాయుసూర్యా  
 దేవతా యజుః ప్రాణాయామే వినియోగః (ఇతి ఋష్యాదికం స్మృత్వా) ఓం భూర్భువః  
 స్వః ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యో నః ప్రచోదయాత్  
 (ఇత్యాత్మనః రక్షార్థం సమన్తాత్ ప్రదక్షిణవదుదకం క్షిపేత్తతో(౬) స్వస్తికాద్యాసనః  
 సంమీలితనయనో మౌనీ ప్రాణాయామత్రయం(౭) కుర్వాత్ తత్రాఙ్గష్టేన దక్షిణనాసాపుటం  
 నిరుధ్య వామనాసాపుటే వాయోరాదానకాలే) - ఓం భూః ఓం భువః ఓం స్వః ఓం మహాః  
 ఓం జనః ఓం తపః ఓం సత్యం ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యమ్భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యో  
 నః ప్రచోదయాత్ ఓం ఆపో జ్యోతి రసోఽమృతం బ్రహ్మ భూర్భువః స్వరోమ్ |

(ఇతి జపన్నాభౌ విష్ణుం(౮) ధ్యాయేత్ తతః అఙ్గుష్ఠానామికాకనిష్ఠికాభిర్నాసాపుటద్వయం  
 నిరుధ్య వాయోర్ధారణకాలే

ఓం భూరిత్యాది పఠన్ హృదయే బ్రహ్మీణం(౯) ధ్యాయేత్ | కనిష్ఠికానామికాభ్యాం  
 వామనాసాపుటనిరోధే దక్షిణనాసాపుటేన వాయోస్త్యాగ కాలే పునరపి ఓం భూరిత్యాది  
 పఠంల్లలాటే శివం(౧౦) ధ్యాయేత్ | అనేన ప్రకారేణ ఏకః ప్రాణాయామో(౧౧) భవతి, ఏవం  
 త్రయః ప్రాణాయామాః ప్రతిసన్ధ్యం కార్యాః) |

అథ సన్ధ్యాప్రయోగాస్తరే సన్ధ్యాధ్యానమావాహనఞ్చ టిప్పణికా |

Footnotes for sandhyAdhyAnamAvAhana in sandhyAprayogaH

- (౧)- నమస్కారముద్రాం కృత్వా మన్తముచ్చారయన్ దేవతామావాహయేత్ |
- (౨)- ప్రతిగ్రహాన్నదోషాచ్చ పాతకాదుపపాతకాత్ | గాయత్రీ ప్రోచ్యతే యస్మాద్ధాయంతం  
 త్రాయతే యతః (వ్యాసః) |
- (౩)- సవితృద్యోతనాత్సైవ సావిత్రీ పరికీర్తితా | జగతః ప్రసవితృత్వాత్ వాగ్రూపత్వాత్సరస్వతీ  
 | (వ్యాసః) | గాయత్రీ నామ పూర్వాహ్నా సావిత్రీ మధ్యమే దినే | సరస్వతీ చ సాయాహ్నా  
 ఏవం సన్ధ్యా త్రిధా స్మృతా | (వ్యాసః) | గాయత్రీ తు సాఙ్ఖ్యాయనసగోత్రమ్ | సావిత్రీ తు  
 కాత్యాయనగోత్రమ్ | తథా సరస్వతీ తు బాహుల్యగోత్రమ్ |
- (౪)- వాగ్రూపత్వాత్సరస్వతీ | (వ్యాసః) |
- (౫)- ప్రాణాయామైర్విన్నా యద్యత్కృతం కర్మ నిరర్థకమ్ | అతో యత్నేన కర్తవ్యః  
 ప్రాణాయామః శుభార్థినా | (అగస్త్యః) | త్వక్ చర్మమాంసరుధిరమేదోమజ్జాస్థిభిః కృతాః



। తథేన్ద్రియకృతా దోషా దహ్యన్తే ప్రాణనిగ్రహాత్ (అత్రిః) । యథా పర్వతధాతూనాం దోషాన్దహతి పావకః । ఏవమన్తర్గతం పాపం ప్రాణాయామేన దహ్యతే । (మ. ని. తం.) ।

(౬)- జానూర్వోరన్తరే సమ్యక్ కృత్వా పాదతలే ఉభే । ఋజుకాయః సమాసీనః స్వస్తికాసనముచ్యతే (యోగశాస్త్ర) ఆదిశబ్దాత్సుఖాసనాది, “తత్ర స్థిరసుఖమాసనమ్” (యోగసూత్ర) ।

(౭)- నిత్యదేవార్చనే హోమే సన్ధ్యాయాం శ్రాద్ధకర్మణి । స్నానే దానే తథా ఘ్నానే ప్రాణాయామాస్తయః స్మృతా । (వ్యాసః) ।

(౮)- నీలపఙ్కజవిఖ్యాతమానీయ నాభిమధ్యతః । మహాత్మానం చతుర్బాహుం స కేయూరం హరిం స్మరేత్ (వృ. పా. సం.) ।

(౯)- హృత్పద్మ కుమ్భకే ఘ్నాయేద్ బ్రహ్మణం పఙ్కజాసనమ్ । రక్తేన్ద్రివరవర్ణాభం చతుర్వక్త్రం పితామహమ్ । (వృ. పా. సం.) ।

(౧౦)- రేవకే శఙ్కరం ధ్యాయేల్లలాటస్థం త్రిశూలిసమ్ । శుద్ధస్ఫటికసఙ్కాశం సంసారార్ణవతారకమ్ ।

(౧౧)- ఏవం శ్వసనసంరోధే దేవతాత్రయచిన్తనాత్ । అగ్నివాయుమ్ప్రసంయోగాదన్తరం శుద్ధ్యతే త్రిభిః । (వృ. పా. సం.) । న ప్రాణో నాప్యపానేన వేగాద్వాయుం సముత్స్రుజేత్ । యేన సక్తుం కరస్థాంశ్చ నిఃశ్వాసోవైవ చాలయేత్ । శనైర్నాసాపుటాద్వాయుముత్స్రుజేన్న తు వేగతః (యాజ్ఞ.) ॥

ఇతి సన్ధ్యాధ్యానం ఆవాహనం చ సమ్పూర్ణమ్ ।

### మన్త్రాచమనమ్

అథ మన్త్రాచమనమ్(౧) ॥

ప్రాతః సన్ధ్యాయామ్ - ఓం సూర్యశ్చమేతి బ్రహ్మ ఋషిః ప్రకృతిశ్చన్దః సూర్యో దేవతా అపాముపస్పర్శనే వినియోగః । (తతః కరే చులుకోదకం గృహీత్వా) ఓం సూర్యశ్చ మా మన్యశ్చ మన్యపతయశ్చ మన్యకృతేభ్యః పాపేభ్యో రక్షన్తాం యద్రాత్ర్యా పాపమకార్షం మనసా వాచా హస్తాభ్యాం పద్యామముదరేణ శిశ్నా రాత్రిస్తదవలుమ్పతు యత్కించోద్ధరితం మయి ఇదమహమాపోఽమృతయోనౌ సూర్యే జ్యోతిషి జుహోమి స్వాహా (ఇత్యాచమ్య) (౨) పునస్తాష్టిం ద్వీరాచామేత్ తతశ్చ కరం జాలయేత్ ।

మధ్యాహ్నసన్ధ్యాయామ్ - ఓం ఆపః పునన్ద్వితీ విష్ణుర్పృషిరనుష్టుప్చన్దః ఆపో దేవతా అపాముపస్పర్శనే వినియోగః । ఓం ఆపః పునన్తు పృథివీం పృథివీ పూతా పునాతు

మామ్, పునస్తు బ్రహ్మణస్పృతిర్బ్రహ్మపూతా పునాతు మామ్, యదుచ్చిష్టమభోజ్యం చ యద్వా దుశ్చరితం మమ సర్వం పునస్తు మామాపోఽసతాం చ ప్రతిగ్రహస్త్వాహా ॥

సాయం సన్ధ్యాయామ్ - ఓం అగ్నిశ్చమేతి రుద్రఋషిః ప్రకృతిశ్చన్దోఽగ్నిర్దేవతా అపాముపస్పర్శనే వినియోగః ।

అగ్నిశ్చ మా మన్యశ్చ మన్యపతయశ్చ మన్యకృతేభ్యః పాపేభ్యో రక్షంతాం యదహ్నా పాపమకార్షం మనసా వాచా హస్తాభ్యాం పద్యాముదరేణ శిశ్నా అహస్తదవలుమ్పతు యక్మిశ్చిద్ దురితం మయి ఇదమహమాపోఽమృతయోనౌ సత్యే జ్యోతిషి జహోమి స్వాహా ॥

మార్జనమ్(3) - ఓం ఆపోహిష్ఠేత్యాది మన్తస్య సిన్ధుదీపఋషిర్గాయత్రీఛందః ఆపో దేవతా మార్జనే వినియోగః (అథ జలాశయస్తైః తామ్రాదిపాత్రస్త్వైర్వామహస్తైర్వా జలైః ఆపోహిష్ఠేత్యాదినప్తభిః పదైః శిరసి అప్తమేన భూమౌ(౪) నవమేన పునః శిరసి దక్షిణానామికయా మార్జయేత్ కుశలాభే కుశేనైవ మార్జయేత్ ।) ఓం ఆపోహిష్ఠామయో భువః । ఓం తాన ఊర్జే దధాత న । ఓం మహేరణాయ చక్షనే । ఓం యో వః శివతమో రసః । ఓం తస్య భాజయతే హ నః ఓం ఉశతీరివ మాతరః । ఓం తస్మాదరణ్ణ మామవః । ఓం యస్య క్షయాయ జిన్వథ । ఓం ఆపో జనయథా చ నః ॥

ఆదానప్రక్షేపః - ఓం సుమిత్రియా దుర్మిత్రయా ఇతి ద్వయోః ప్రజాపతిర్పృషిః యజశ్చన్దః ఆపో దేవతా ఆదానప్రక్షేపే వినియోగః । ఓం సుమిత్రియా న ఆప ఓషధయః సస్తు (ఇత్యనేన జలమాదాయ) ఓం దుర్మిత్రయాస్తస్మై సస్తు యోఽస్మాన్వేష్టి యశ్చ వయం ద్విష్టృః (ఇత్యనేన వామభాగే జస్తుహీనస్థలే నిఃక్షిపేత్) ॥

అవభృథః - ఓం ద్రుపదాదివేత్యస్య కోకిలో రాజపుత్ర ఋషిరనుష్టుప్ ఛందః ఆపో దేవతా సౌత్రామణ్యవభృథే వినియోగః । ( ఓంకారేణ జలం వామహస్తే గృహీత్వా తన్న్యుభేన దక్షిణహస్తేనాచ్ఛాద్య) ఓం ద్రుపదాదివ ముముచానః స్విన్నః స్నాతో మలాదివ । పూతం పవిత్రేణేవాజ్యమాపః శున్తస్తు మైనసః । (ఇతి వారత్రయం పఠిత్వా తజ్జలం శిరసి క్షిపేత్) ॥

అఘమర్షణమ్ - ఓం అఘమర్షణసూక్తస్యాఘమర్షణ ఋషిరనుష్టుప్ ఛన్దో భావవృతో దేవతా అశ్వమేధావభృథే వినియోగః । (పునశ్చ జలమాదాయ నాసాయాం యోజయిత్వా) । ఓం ఋతశ్చ సత్యం చాభీధాత్తపసోఽధ్యజాయత తతో రాత్ర్యజాయత తతః సముద్రో అర్ణవః సముద్రాదర్ణవదధి సంవత్సరో అజాయత అహోరాత్రాణి విదధద్విశ్వస్య మిషతో వశి । సూర్యాచన్ద్రమసౌ ధాతా యథాపూర్వమకల్పయద్ దివశ్చ పృథివీశ్చాన్తరిక్షమథో స్వః । (ఇత్యనేనాస్త్రాయ దక్షిణనాసయా పాపపురుషం నిరస్య తజ్జలం నావలోక్య వామభాగే క్షితౌ నిక్షిపేత్) ।

ఉపస్పర్శ - ఓం అస్తశ్చరసీతి తిరశ్చిన ఋషిరనుష్టుప్ ఛందః ఆపో దేవతా  
అపాముపస్పర్శనే వినియోగః । ఓం అస్తశ్చరసి భూతేషు గుహాయాం విశ్వతోముఖః,  
త్వం యజ్ఞస్త్వం వషట్కూర ఆపో జ్యోతి రసోఽమృతమ్ (ఇత్యాచమేత్) ॥

శ్రీసూర్యార్ఘ్యదానమ్ (X) - ఓంకారస్య బ్రహ్మ ఋషిర్గాయత్రీఛందోఽగ్నిర్దేవతా ।  
మహావ్యాహృతీనాం ప్రజాపితర్పషిః గాయత్ర్యష్టిగనుష్టుభశ్చన్దాంసి అగ్నివాయ్వాదిత్యా  
దేవతాః గాయత్ర్యా విశ్వామిత్ర ఋషిర్గాయత్రీఛందః సవితా దేవతా శ్రీసూర్యార్ఘ్యదానే  
వినియోగః (సూర్యాభిముఖస్తిష్ఠన్ గన్ధాక్షతపుష్పయుక్తాని శ్రీణ్యర్హణి దద్యాత్) । ఓం  
భూర్భువః స్వః ఓం తత్యవితుర్వరేణ్యం భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యో నః  
ప్రచోదయాత్, ఓం బ్రహ్మస్వరూపిణీ శ్రీసూర్యనారాయణాయ నమః ఇదమర్ఘ్యం దత్తం  
న మమ (ఇత్యర్ఘ్యత్రయం దత్త్వా దత్తార్ఘ్యోదకేన చక్షుఃశ్రోత్రస్పర్శనశ్చ కుర్యాత్) (౬)  
కాలాతిక్రమే సతి చతుర్థం ప్రాయశ్చిత్తార్ఘ్యం దేయమ్ ।

శ్రీసూర్యోపస్థానమ్ - (ఉత్థాయ భూమ్యులగ్నగుల్ఫుతలభాగో వా భూమ్యులగ్నచరణార్థభాగో  
వా స్వస్తికాకారపాణిః) (౭) సూర్యాభిముఖః సూర్యోపస్థానం కుర్యాత్ - ఓం  
ఉద్వయమిత్యస్య ప్రస్కంభ ఋషిః అనుష్టుప్ ఛందః సూర్యో దేవతా సూర్యోపస్థానే  
వినియోగః । ఓం ఉదుత్యమిత్యస్య హిరణ్యస్తూప ఋషిర్గాయత్రీ ఛందః సూర్యో దేవతా  
సూర్యోపస్థానే వినియోగః । ఓం చిత్రమిత్యస్య కౌతన ఋషిస్త్రీష్టుప్ ఛందః సూర్యో దేవతా  
సూర్యోపస్థానే వినియోగః । ఓం తచ్చక్షురితి దధ్యజ్ఞాథర్వణ ఋషిరక్షరాతితపుర ఉష్టిక్  
ఛందః సూర్యో దేవతా సూర్యోపస్థానే వినియోగః । ఓం ఉద్వయం తమసస్పరిస్వః పశ్యన్త  
ఉత్తరమ్, దేవం దేవత్రా సూర్యమగన్మ జ్యోతిరుత్తమమ్ । ఓం ఉదుత్యం జాతవేదసం దేవం  
వహన్తి కేతవః దృశే విశ్వాయ సూర్యమ్ । ఓం చిత్రం దేవానాముదగాదసీకం చక్షుర్మిత్రస్య  
వరుణస్యాగ్నే ఆప్రాద్యావాపృథివీ అన్తరిక్షః సూర్య ఆత్మా జగత్స్తస్థుషశ్చ । ఓం  
తచ్చక్షుర్దేవహితం పురస్తాచ్ఛక్రముచ్ఛరత్ పశ్యేమ శరదః శతం జివేమ శరదః శతః  
శృణుయామ శరదః శతం ప్రబ్రవామ శరదః శతమదీనాః శ్యామ శరదః శతం భూయశ్చ  
శరదః శతాత్ ॥

అథ సన్ధ్యాప్రయోగాన్తరే మన్తాచమనమ్ టిప్పణికా ।

Footnotes for mantrAchamanam in sandhyAprayogaH

(౧)- కాంస్యేనాయసపాత్రేణ త్రపుసీసకపిత్తలైః । ఆచాన్తః శతకృత్వోఽపి న కదాచన శుద్ధ్యతి  
(ఆహ్నికకారికా) ।

(౨)- త్రివృదాచమనమ్ ।

(౩)- మార్దనం తర్పణం శ్రాద్ధం న కుర్యాద్వారిధారయా । కుర్యాచ్ఛేద్వారిధారాభిస్తత్సర్వం  
నిష్ఫలం భవేత్ । (స. యా.) ॥

(౪)- భూమిశబ్దేన చరణావాకాశం హృదయం స్మృతమ్ | శిరస్యేవ శిరః శబ్దో మార్జనజ్జైరుదాహృతః ||

(౫)- కరాభ్యాం తోయమామన్త్య గాయత్ర్యా చాభిమన్త్రితమ్ | ఆదిత్యాభిముఖస్తిష్ఠంస్త్రిః క్షిపేత్సన్ధ్యయోః ద్వయోః | మధ్యాహ్నో తు సకృచ్చైవ క్షేపణీయం ద్విజాదిభిః || ఈషన్నమ్రః ప్రభాతే తు మధ్యాహ్నో ఋజుసంస్థితః | ఉపవిష్టస్తు సాయాహ్నో భూమావర్ష్యం వినిక్షిపేత్ (యోగీశః) | అప్రవాహోదకస్నానం విప్రపాదావనేజనమ్ | గాయత్రీజపమర్ష్యఞ్చ ఆదిత్యాభిముఖశ్చరేత్ | (స్మృ.) || నార్హ్యఞ్జలేక్షిపేదితిశిష్టా |

(౬)- కాలాతిక్రమే సతి ఓం ఆకృష్టేన రజసా వర్తమానో నివేశయన్న మృతమృత్యుఞ్చ హిరణ్మయేన సవితా రథేన దేవో యాతి భువనాని పశ్యన్ | బ్రహ్మస్యరూపిణే శ్రీసూర్యనారాయణాయ నమః ప్రాయశ్చిత్తార్థం ఇదమర్ష్యం దత్తం న మమ | అనేన ప్రకారేణ చతుర్థార్ష్యం దద్యాత్ ||

(౭)- ప్రాతస్తు స్వస్తికాకారౌ మధ్యాహ్నో తూర్ధ్వభాహుకౌ | సాయం ముకులితాకారౌ ఉపస్థానే కరౌ స్మృతౌ |

ఇతి మన్తాచమనమ్ |

### గాయత్ర్యావాహనమ్

వైదికావాహనమ్ - ఓం తేజోఽసీతి దేవా ఋషయో గాయత్రీ ఛందః శుక్రం దైవతం గాయత్ర్యావాహనే వినియోగః | (నమస్కారముద్రాం కృత్వా) ఓం తేజోఽసి శుక్రమస్యమృతమసి ధామనామాసి ప్రియం దేవానామనాథృష్టం దేవయజనమసి ||

తౌకికావాహనమ్ - ఓం ఆగచ్ఛ వరదే దేవి జపే మే సన్నిధౌ భవ | గాయంతం త్రాయసే యస్మాత్ గాయత్రీ త్వం తతః స్మృతా | (ఇత్యావాహ్య)

గాయత్ర్యుపస్థానమ్ - గాయత్ర్యసీతి విమలఋషిః పక్షిశ్చందః పరమాత్మా దేవతా గాయత్ర్యుపస్థానే వినియోగః (ఉపస్థానముద్రాం కృత్వా) - ఓం గాయత్ర్యస్యేకపదీ ద్విపదీ త్రిపదీ చతుష్పద్యపదసి నహి పద్యసే | నమస్తే తురీయాయ దర్శితాయ పదాయ పరో రజనైఽసావదో మా ప్రాపతే (ఇత్యుపస్థాయ ధ్యానముద్రాం కృత్వా ధ్యాయేత్) |

గాయత్రీధ్యానమ్ - ఓం శ్వేతవర్ణా సముద్దిష్టా కౌశేయవసనా తథా | శ్వేతైర్విలేపనైః పుష్పైరలంకౌర్గైశ్చ భూషితా | ఆదిత్యమణ్డలస్థా చ బ్రహ్మలోకగతాథ వా | అక్షసూత్రధరా దేవీ పద్మాసనగతా శుభా | (ఇతి ధ్యాత్వా)

గాయత్రీజపః(౧) - ఓంకారస్య బ్రహ్మ ఋషిర్గాయత్రీ ఛందోఽగ్నిర్దేవతా శుక్లో వర్ణః జపే వినియోగః | ఓం త్రివ్యాహృతీనాం ప్రజాపతిర్పషిర్గాయత్ర్యుష్ణిగనుష్టుభశ్చన్దాంస్యగ్నివాయ్వాదిత్యాన్

దేవతా జపే వినియోగః । ఓం గాయత్ర్యా విశ్వామిత్ర-ఋషిర్గాయత్రీ ఛందః సవితా దేవతా శుక్లో వర్ణః అగ్నిర్ముఖం బ్రహ్మ శిరో విష్ణుహృదయం రుద్ర కవచం పరమాత్మా శరీరం సాక్ష్యాననషట్స్వరా సరస్వతీ జిహ్వా పిఙ్గాక్షీ త్రిపదా గాయత్రీ సవితః పీతయే అష్టోత్తరశతసంఖ్యయా(౨) జపే వినియోగః । (ఇతి వినియోగం కృత్వా వస్త్రాచ్ఛాదితాం(౩) జపమాలాం గోముఖీం వా నాభిదేశే(౪) ధృత్వా) -

గాయత్రీమంత్రః - ఓం భూర్భువః స్వః ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం(౫) భర్గో దేవస్య ధీమహి ధియో యో నః ప్రచోదయాత్ (ఏవం ప్రవాల-రుద్రాక్ష-స్ఫటికమౌక్తికాదినిర్మితయా మాలయా(౬) కరమాలయా(౭) వా మన్తార్థం ధ్యాయమన్మోనీ సూర్యాభిముఖస్తిష్ఠన్(౮) ఆమణ్డలదర్శనాద్యథా(౯) శక్తి జపేత్ తతః కరసమ్ముటం కృత్వా ఓం దేవాగాతు విదోగాతు విత్వాగాతు మితమనసస్పత ఇమం దేవయజ్ఞః స్యాహ వాతేధాః (ఇతి పఠిత్వా దక్షిణకరే జలమాదాయ) ।

జపార్పణమ్ - అనేన ప్రాతః(౧౦) సన్ధ్యాఙ్గభూతేన అముకసంఖ్యాయేన గాయత్రీమంత్రజపాఖ్యేన(౧౧) కర్మణా శ్రీభగవాన్ బ్రహ్మస్వరూపీ(౧౨) సవితా ప్రీయతాం నమః । (ఇతి జలం క్షిపేత్) । ప్రార్థనా - యదక్షరపదభ్రష్టం మాత్రాహీనస్తు యదభవేత్ । తత్సర్వం క్షమ్యతాం దేవి ప్రసీద పరమేశ్వరి । (ఇతి ప్రణీపత్య) ।

శ్రీసూర్యప్రదక్షిణా(౧౪) - ఓం యాని కాని చ పాపాని జన్మాన్తరకృతాని చ । తాని తాని ప్రణశ్యన్తి ప్రదక్షిణపదేపదే ॥ (ఇతి శ్రీసూర్యం ప్రదక్షిణీకృత్య ప్రణమేత్) ।

శ్రీసూర్యప్రణామః - ఓం ఏకచక్ర ఇత్యస్య నారాయణ ఋషిః ఉష్ణిక్ ఛందః శ్రీసూర్యో దేవతా సూర్యనమస్కారే వినియోగః । (ఇతి వినియోగం కృత్వా హస్తా సమానీయ) ఓం ఏకచక్రో రథో యస్య దివ్యః కనకభూషితః । స మే భవతు సుప్రీతః పద్మహస్తో దివాకరః । (ఇతి నత్వా సూర్యాభిముఖస్తిష్ఠన్ ఘణ్ణావత్-రణరణత్వరేణ ప్రణవోచ్ఛారణం కుర్యాత్) ।

సన్ధ్యావిసర్జనమ్(౧౫) - స్తుతా మయా వరదా వేదమాతా ప్రచోదయంతాం పాపమానీ ద్విజానామ్ । ఆయుః ప్రాణం ప్రజాం పశుం కీర్తిం ద్రవిణం బ్రహ్మవర్చసం మహ్యం దత్త్వా ప్రజత బ్రహ్మలోకమ్ । ఓం ఉత్తరే శిఖరే ఇత్యస్య కశ్యప ఋషిరనుష్టుప్ ఛందః సన్ధ్యా దేవతా సన్ధ్యావిసర్జనే వినియోగః । ఓం ఉత్తరే శిఖరే దేవి భూమ్యాం పర్వతమూర్ధని । బ్రాహ్మణోభ్యోఽభ్యనుజ్ఞాతా గచ్ఛ దేవి యథాసుఖమ్ । (ఇత్యనేన సంహారముద్రయా(౧౬) సన్ధ్యాం విసర్జయేత్) ॥

దేవబ్రాహ్మణనమస్కారః - (నమస్కారముద్రాం కృత్వా) - ఓం తత్సత్ । ఓం సన్ధ్యాయై నమః । ఓం గాయత్ర్యై నమః । ఓం సావిత్ర్యై నమః । ఓం సరస్వత్యై నమః । ఓం సర్వేభ్యో దేవతాభ్యో నమః । ఓం ఆసత్యలోకాత్పాతాలాదాలోకాలోకపర్వతాత్ । యే సన్తి బ్రాహ్మణా దేవాస్తేభ్యో నిత్యం నమో నమః ।

యజ్ఞాత్మనే నమస్కారః - చతుర్భిశ్చ(౧౭) చతుర్భిశ్చ ద్వాభ్యాం పఞ్చభిరేవ చ ।  
హూయతే చ పునర్ద్వాభ్యాం తస్మై యజ్ఞాత్మనే నమః । (ఇతి నమస్కృత్య) ॥

ఈశ్వరస్తుతిః - ఓం ఆకాశాత్పతితం తోయం యథా గచ్ఛతి సాగరమ్ ।  
సర్వదేవనమస్కారః కేశవం ప్రతి గచ్ఛతి ॥ ప్రమాదాత్కుర్వతాం కర్మ ప్రవ్యవేతాధ్యరేషు  
యత్ । స్మరణాదేవ తద్విష్ణోః సమూర్ణం స్యాదితి శ్రుతిః ॥ యస్య స్మృత్యా చ నామోక్త్యా  
తపోయజ్ఞక్రియాదిషు । న్యూనం సమూర్ణతాం యాతి సద్యో వందే తమచ్యుతమ్ ।  
నమస్కృతిపూర్వకశుభకామనా - (కరో బద్ధ్వా ప్రణమేత్) ఓం నమో బ్రహ్మణే నమస్తే  
వాయో త్వమేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మాసి, త్వామేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మ వదిష్యామి ఋతం  
వదిష్యామి సత్యం వదిష్యామి తస్మామవతు తద్వక్తారమవతు అవతు మాం అవతు  
వక్తారమ్ ॥ మా మతిః పరదారేషు పరద్రవ్యేషు మా మతిః । పరాపవాదినీ జిహ్వా మా  
భూజన్మని జన్మని । సర్వే భవన్తు సుఖినః సర్వే సన్తు నిరామయాః సర్వే భద్రాణి పశ్యన్తు  
మా కశ్చిత్ దుఃఖభాగ్ భవేత్ । అనాయాసేన మరణం వినా దైన్యేన జీవనమ్ । దేహస్తే  
పరమం స్థానం దేహి మే పరమేశ్వర ॥ (ఇతి సమ్పూర్ణ్య) ।

అర్పణమ్ - (జలం గృహీత్వా) । ఓం కాయేన వాచా మనసేన్ద్రియైర్వా బుద్ధ్యాత్మనా వా  
ప్రకృతేః స్వభావాత్ । కరోమి యద్యత్ప్రకలం పరస్మై నారాయణాయేతి సమర్పయామి  
॥ అనేన ప్రాతః(౧౮) సన్ధ్యోపాసనాభ్యేన కర్మణా భగవాన్ బ్రహ్మస్వరూపో(౧౯)  
పరమేశ్వరః ప్రీయతాం నమః (ఇతి జలం క్షిపేత్) । తతో ద్విరాచమనమ్(౨౦) । ఓం  
ఋగ్వేదాయ స్వాహా, ఓం యజుర్వేదాయ స్వాహా, ఓం సామవేదాయ స్వాహా ।  
హస్తప్రక్షాలనమ్ - ఓం అథర్వవేదాయ నమః । ఓం విష్ణవే నమః । ఓం విష్ణవే నమః । ఓం  
విష్ణవే నమః । ఆసనాధః జలం క్షిప్త్వా ఓం శక్రాయ నమః ఇత్యుచ్చార్ష్య స్వమస్తకే(౨౧)  
మృదం ధృత్వా సన్ధ్యావశిష్టజలం(౨౨) క్షిపేత్ ।  
॥ ఇతి సన్ధ్యాప్రయోగః(౨౩) ॥

అథ సన్ధ్యాప్రయోగాస్తరే గాయత్ర్యావాహనస్య టిప్పణికా ।

Footnotes for gAyatryAvAhanam in sandhyAprayogaH

- (౧)- మనోమధ్యే స్థితో మన్రో మన్తమధ్యే స్థితం మనః । మనోమన్తసమాయుక్తం ఏతద్ధి  
జపలక్షణమ్ ॥ కదాచిదపి నో విద్వాన్ గాయత్రీముదకే జపేత్ । గాయత్ర్యగ్నిముఖీ ప్రోక్తా  
తస్మాదుత్తాయ తాం జపేత్ ॥ (గోభిలః) । అఙ్గష్ఠాగ్రేణ యజ్జప్తం యజ్జప్తం మేరులఙ్ఘనాత్  
। అసంఖ్యేతం తథా జప్తం తత్సర్వం నిష్ఫలం భవేత్ ॥ (యమః) । (విశేషజపనియమాస్తు  
జపవిధేష్టిప్పణ్యామగ్రే ద్రష్టవ్యాః) ॥
- (౨)- అత్ర దశ అష్టావింశతి, అష్టోత్తరశత, సహస్ర ఇత్యేషాం మధ్యే అనుష్ఠేయం పదం  
యోజ్యం

- (3)- వసేణాచ్ఛాద్య తు కరం దక్షిణం యః సదా జపేత్ | తస్య స్యాత్సఫలం జాప్యం తద్దీనమఫలం స్మృతమ్ | అతపవ జపార్థం తు గోముఖీ స్మియతే జనైః | (వ్యాసః) ||
- (౪)- ప్రాతర్నాభౌ కరం కృత్వా మధ్యాహ్నో హృది సంస్థితమ్ | సాయం జపేచ్చ నాసాగ్రే హ్యేతజపవిధిః స్మృతః ||
- (౫)- పాఠకాలే వరేణ్యం స్యాజ్జపకాలే వరేణియమ్ (ఇతి శిక్షావచనే పైఠీనసినోక్తమ్) |
- (౬)- అష్టశతం చతుఃపఞ్చాశత్ సప్తవింశతిర్వా మాలామణయః | (ధ. సి. సా.) ||
- (౭)- కరమాలాప్రకారః - పర్వభిస్తు జపేద్దేవీం మాలా కామ్యజపే స్మృతా | గాయత్రీ వేదమూలా స్యాద్వేదః పర్వసు గీయతే | ఆరభ్యానామికామధ్యే పర్వాణ్యుక్తాన్యనుక్రమాత్ | తర్జనీమూలపర్వంతం జపేద్దశసు పర్వసు | మధ్యమాఙ్గాలిమూతే తు యత్పర్వస్త్వితయం భవేత్ | తత్తు మేరుం విజానీయాజ్జపే తన్నాతిలఙ్ఘయేత్ | (గా. క.) |
- (౮)- ప్రాతర్మన్యాహ్నాయోస్తిష్ఠన్ సాయమాసీన ఏవ చ |
- (౯)- సహస్రపరమాం దేవీం శతమధ్యాం దశావరామ్ | గాయత్రీం యః పఠేద్విప్రో న స పాపేన లిప్యతే | (ల. అ. స.) || అన్యచ్చ - అష్టోత్తరశతం నిత్యమష్టావింశతిరేవ వా | విధినా దశకం వాపి త్రికాలేషు జపేద్ బుధః | (వ్యా.) సహస్రకృత్సప్తభ్యస్య బహిరేతత్త్రికం ద్విజః | మహతోఽవ్యేనసో మాసాత్ త్వచేవాహిర్విముచ్యతే | (మనుః) | ఋషయో దీర్ఘసన్ధ్యత్వాద్దీర్ఘమాయురవాపుయః | ప్రజా యశశ్చ కీర్తిశ్చ బ్రహ్మవర్చసమేవ చ, ఇతి మనునాఽపి గాయత్రీజప ఏవ సన్ధ్యాపదం ప్రయుక్తం గాయత్రీజపేన దీర్ఘాయుర్భవతీతి ||
- (౧౦)- మధ్యాహ్నో - మధ్యాహ్నమ్, సాయంకాలే - సాయం ఇత్యూహః కార్యః ||
- (౧౧)- అత్ర దశ, అష్టావింశతి, అష్టోత్తరశత, సహస్ర ఇత్యేషాం మధ్యే అనుష్ఠితం పదం యోజ్యమ్ |
- (౧౨)- యత్కృతే దశభిర్వర్షేస్తాతాయాం హాయనేన యత్ | ద్వాపరే యత్తు మాసేన అహోరాత్రేణ తత్కాలౌ || తపసో బ్రహ్మచర్యస్య జపాదేశ్చ ఫలం ద్విజాః | ప్రాప్నోతి పురుషస్తేన కలిమాప్నోతి మానవః || (విష్ణుపురాణం) |
- (౧౩)- మధ్యాహ్నసాయం-సన్ధ్యయోః బ్రహ్మ ఇత్యస్య స్థానే క్రమేణ రుద్రవిష్ణు ఇత్యూహః కార్యః |
- (౧౪)- ఏకాం చణ్డాం రవౌ సప్త తిస్రో దద్యాద్వినాయకే | చతస్రో విష్ణవే దద్యాద్వివే సార్థం ప్రదక్షిణాః | (లిఙ్గార్చనచన్ద్రికా) || బ్రాహ్మణానామపి చతస్ర ఏవ ప్రదక్షిణాస్తేషామపి హరిరూపతాయాః శాస్త్రనిరూపితత్వాత్ ||
- (౧౫)- న స ద్విజో యో న కరోతి సన్ధ్యాం, సన్ధ్యా న సా యా మనసో విశుద్ధిమ్ | శుద్ధిర్న సా యత్ర న సత్యమస్తి సత్యన్న తన్నిర్భయతా న యత్ర |

(౧౬)- కరపృష్ఠభాగౌ సంస్పృష్టౌ కృత్వా పరస్పరాకుఞ్చితాఙ్గులికౌ అధోమార్గేణ  
భ్రామయేదేషా సంహారమద్రా । (మన్తసారే) ॥

(౧౭)- ఆశ్రావయేతి చతురక్షరమ్ । అస్తు శ్రౌషడితి చతుక్షరమ్ । యజేతి ద్వ్యక్షరమ్ ।  
యజామహే ఇతి పఞ్చాక్షరమ్ । ద్వ్యక్షరో వషట్కార ఇతి సప్తదశభిరక్షరైర్వ్యో హూయతే  
తస్మై యజ్ఞాత్మనే నమః ॥

(౧౮)- మధ్యాహ్నమ్ - మధ్యాహ్నమ్, సాయంకాలే - సాయం ఇత్యాహః కార్యః ।

(౧౯)- మధ్యాహ్నమ్ - సాయం సన్ధ్యయోః బ్రహ్మస్వరూపీ ఇత్యస్య స్థానే క్రమేణ రుద్రవిష్ణు  
ఇతి యోజనీయమ్ ।

(౨౦)- హోమే భోజనకాలే చ సన్ధ్యయోరుభయోరపి । ఆచాంతః పునరాచామేదన్యత్రాపి  
సకృత్సకృత్ । ద్వీరాచమ్య తతః శుద్ధః స్మృత్వా విష్ణుం సనాతనమ్ ॥

(౨౧)- అప్రోక్షితజపస్థానాచ్ఛక్రో హరతి తజ్జపమ్ । తస్మద్దా-లక్ష్మ కుర్వీత లలాటే  
తిలకాకృతి ॥

(౨౨)- పాదశేషం పీతశేషం సన్ధ్యాశేషం తథైవ చ । శునో మూత్రసమం తోయం పీత్వా  
చాన్ధ్రాయణం చరేత్ ॥

(౨౩)- సన్ధ్యాఫలమ్ - సన్ధ్యాముపాసతే యే తు సతతం శంసితవ్రతాః । విధూతపాపాస్తే  
యాన్తి బ్రహ్మలోకం సనాతనమ్ (అత్రిః) । దివా వా యది వా రాత్రౌ యదజ్ఞానకృతం  
భవేత్ । త్రికాలసన్ధ్యాకరణాత్తత్సర్వం విప్రణశ్యతి । (యాజ్ఞ) ॥ సన్ధ్యాఽకరణే దోషః -  
నానుతిష్ఠతి యః పూర్వాం నోపాస్తే యశ్చ పశ్చిమామ్ । స శూద్రవదద్బహిష్కార్యః  
సర్వస్మాద్ ద్వీజకర్మణః ॥ సన్ధ్యాహీనోఽశుచిర్నిత్యమనర్హః సర్వకర్మసు ।  
యదన్యత్కరుతే కర్మ న తస్య ఫలభాగ్భవేత్ । (దక్షః) । స్నానం సన్ధ్యాం త్యజన్విప్రః  
సప్రాహాచ్ఛుద్రతాం బ్రజేత్ (కాత్యాయనః) ॥ దోషాపవాదః - దేవాగ్నిద్వీజవిద్యానాం  
కార్యే మహతి సంస్థితే । సన్ధ్యాహానౌ న దోషోఽస్తి యతస్తత్పుణ్యసాధనమ్ ॥ సన్ధ్యాత్యాగే  
ప్రాయశ్చిత్తం - సర్వథా సన్ధ్యాలోపే ప్రతి సన్ధ్యమేకోపవాసోఽవృతమష్టోత్తరశతసహస్రం వా  
గాయత్రీజపః । అత్యశక్తౌ సత్యాం సన్ధ్యాలోపే శతగాయత్రీజపః ద్వ్యహం త్ర్యహం లోపే  
తదావృత్తిః తతః పరం కృచ్ఛాది కల్పయమ్ । (ధ. సిం. సా.) । రాష్ట్రభక్తే నృపక్రోధే రోగార్తే  
సూతకేఽపి చ । సన్ధ్యావన్దనవిచ్ఛిత్తిర్న దోషాయ కదాచన । (జమదగ్నిః) ॥

ఇతి గాయత్రీవాహనం సమూర్ణమ్ ।

ఇతి సన్ధ్యాప్రయోగః సమూర్ణః ।





*Sandhya Prayogah*

pdf was typeset on March 24, 2024



Please send corrections to [sanskrit@cheerful.com](mailto:sanskrit@cheerful.com)

