.. Shukla YajurvedIya SandhyA Morning-Noon-Evening ..
॥ शुक्लयजुर्वेदीयसन्ध्या प्रातः-माध्यान्न-सायं ॥

॥ अथ शुक्लयजुर्वेदीयप्रातःसन्ध्याप्रयोगः ॥

॥ भस्मधारणम् ॥

ॐ अग्निरिति भस्म वायुरिति भस्म जलमिति भस्म स्थलमिति भस्म
व्योमेति भस्म सर्वँ हवाऽ इदम भस्म मनऽ एतानि
चक्षूँषि भस्मानि ॥

॥ गायत्रिमन्त्रः ॥

ॐ भुर्भुवःस्वः ॐ तत्सवितुर्व्वरेण्यम्भर्ग्गो देवस्य धीमहि ॥
धियोयोनः प्प्रचोदयत् ॥

ॐ त्र्यम्बकमित्यस्य वसिष्ठ ऋषिः रुद्रो देवता
अनुष्टुब्छन्दः भस्माभिमन्त्रणे विनियोगः ॥

ॐ त्र्ययम्बकँय्यजामहेसुगन्धिम्पुष्टिवर्द्धनम् ॥
उर्व्वारुकमिव बन्धनान्न्मृत्योर्म्मुक्षीयमामृतात् ॥

ॐ त्र्यायुषमित्यस्य नारायण ऋषिः रुद्रो देवता उषिणक्छन्दः
भस्मधारणे विनियोगः ॥

ॐ त्र्यायुषञ्जमदग्ग्नेः कश्श्यपस्यत्र्यायुषम् ॥
यद्देवेषुत्र्यायुषन्तन्नोऽ अस्तुत्र्यायुषम् ॥

॥ आचमनम् ॥

ॐ केशवाय नमः स्वाहा । ॐ नारायणाय नमः स्वाहा । ॐ
माधवाय नमः स्वाहा । ॐ गोविन्दाय नमः । हस्तं प्रक्षाल्य

॥ अथ देवतानमस्कारः ॥

ॐ विष्णवे नमः। ॐ मधुसूदनाय नमः ।
ॐ त्रिविक्रमाय नमः । ॐ वामनाय नमः ।
ॐ श्रीधराय नमः। ॐ ऋषिकेशाय नमः ।
ॐ पद्मनाभाय नमः । ॐ दमोदकराय नमः ।
ॐ संकर्षणाय नमः । ॐ वासुदेवाय नमः।

ॐ प्रद्युम्नाय नमः। ॐ अनिरुद्धाय नमः
ॐ पुरुषोत्तमाय नमः । ॐ अधोक्षजाय नमः।
ॐ नृसिंहाय नमः । ॐ अच्युताय नमः।
ॐ जनार्दनाय नमः। ॐ उपेन्द्राय नमः ।
ॐ श्रीहरये नमः। ॐ श्रीकृष्णाय नमः ।

॥ विनियोगः ॥

ॐ प्रणवस्य परब्रह्म ऋषिः परमात्मा देवता दैवी गायत्री छंदः प्राणायामे विनियोगः ॥

॥प्राणायामः॥

ॐ भूः ॐ भुवः ॐ स्वः ॐ महः ॐ जनः ॐ तपः ॐ सत्यम्
ॐ तत्सवितुर्व्वरेण्यम्भर्ग्गो देवस्य धीमहि ॥ धियोयोनः प्प्रचोदयत् ॥

ॐ आपोज्योतीरसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवःस्वरोम् ॥

एवं पूरकः कुम्भकः रेचकः इति क्रमेण त्रिवारं पठेत्

॥ शिखाबन्धनम् ॥

ॐ मनस्तोक इति मन्त्रस्य कुत्स ऋषिः जगती छन्दः एको रुद्रो देवता शिखाबन्धने विनियोगः ॥

ॐ मनस्तोकेतनयेमानऽआयुषिमानोगोषुमानोऽ अश्वेषुरीरिषः॥
मानोव्वीरान्त्रुद्रभामिनोव्वधीर्हवीष्म्मन्तः सदामित्वाहवामहे ॥

॥अङ्गन्यासः ॥

ॐ विष्णुर्विष्णुः । वाक् वाक् प्राणः प्राणः चक्षुः चक्षुः श्रोत्रं श्रोत्रं नाभिः हृदयं कण्ठेः मुखं शिरः शिखा बाहुभ्यां यशोबलम् ॥

॥ मार्जनम् ॥

ॐ अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोऽपि वा ।
यः स्मरेत्पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तरः शुचिः ॥

ॐ पवित्रेस्थोव्वैष्णव्यौसवितुर्वः प्रसवऽ

उत्पुनाम्म्यच्छिद्रेण पवित्रेण सूर्य्यस्य रश्मिभिः
तस्यते पवित्रपते पवित्र पूतस्य यत्कामः पुनेतच्छकेयम् ॥

॥ सङ्कल्पः ॥

ॐ अत्राद्य महामाङ्गल्यफलप्रदमासोत्तमेमासे अमुकमासे
अमुकपक्षे अमुकतिथौ अमुकवासरे ममोपात्तदुरितक्षयर्थं
ब्रह्मवाप्तये प्रातःसन्ध्योपासनमहं करिष्ये ॥

॥ भूमिप्रार्थना ॥ ॥ विनियोगः ॥

ॐ पृथिवीत्यस्य मेरुपृष्ठ ऋषिः सुतलं छन्दः कूर्मो
देवता आसने विनियोगः ॥

ॐ पृथ्वि त्वया धृता लोका देवि त्वं विष्णुना धृता ॥
त्वञ्च धारय मां देवि पवित्रं कुरु चासनम् ॥
ॐ कूर्माय नमः ।ॐ शेषाय नमः ।ॐ अनन्ताय नमः ।

॥ भूतशुद्धिः ॥

ॐ अपसर्पन्तु ते भूता ये भूता भूमिसंस्थिताः ।
ये भूता विघ्नकर्तारस्ते नश्यन्तु शिवाज्ञया ॥
अपक्रमन्तु भूतानि पिशाचाः सर्वतोदिशम् ।
सर्वेषामविरोधेन सन्ध्याकर्म समारम्भे ॥

॥ मार्जनम् ॥

ॐ भुः पुनातु (शिरसि)
ॐ भुवः पुनातु (नेत्रयोः)
ॐ स्वः पुनातु (कण्ठे)
ॐ महः पुनातु (हृदये)
ॐ जनः पुनातु (नाभ्याम्)
ॐ तपः पुनातु (पादयोः)
ॐ सत्यं पुनातु (पुनः शिरसि)
ॐ तत्सवितुर्व्वरेण्यम्भर्गो देवस्य धीमहि ॥ धियोयोनः
प्प्रचोदयत् ॥ (सर्वाङ्गं पुनातु)

॥ करन्यासः ॥

ॐ अङ्गुष्ठाग्रे तु गोविन्दं तर्जन्यां तु महीधरम् ।

मध्यमायां ऋषिकेशमनामिक्यां त्रिविक्रमम् ॥
कनिष्ठिक्यान्न्यसेद्विष्णुं करमध्ये त् माधवम् ।
करपृष्ठे हरिं विद्यन्मणिबन्धे जनार्दनम् ॥

॥ गायत्रीषडङ्गन्यासाः ॥

ॐ भुः हृदयाय नमः ।
ॐ भुवः शिरसे स्वाहा ।
ॐ स्वः शिखायै वषट् ।
ॐ तत्सवितुर्व्वरेण्यं कवचाय हुम् ।
ॐ भर्गो देवस्य धीमहि नेत्रत्रयाय वौषट्।
ॐ धियोयोनः प्प्रचोदयत् अस्त्राय फट् ।

॥ प्रणवन्यासाः ॥

ॐ अकारम् नभौ ।
ॐ उकारम् हृदये ।
ॐ मकारम् मूर्ध्नि ।
ॐ भुः पादयोः ।
ॐ भुवः जान्वोः ।
ॐ स्वः ऊर्वोः ।
ॐ महः जठरे ।
ॐ जनः कण्ठे ।
ॐ तपः मुखे ।
सत्यम् शिरसि ॥
ॐ तत्सवितुर्व्वरेण्यम्भर्गो देवस्य धीमहि ॥ धियोयोनः प्प्रचोदयत् ॥ (सर्वाङ्गे)

॥ गायत्र्यावाहानम् ॥

ॐ गायत्रीं त्र्यक्षरां बालां साक्षसूत्रकमण्डलुम् ।
रक्तवस्त्रां चतुर्हस्तां हंसवाहन्संस्थिताम् ॥
ब्रह्माणीं ब्रह्मदैवत्यां ब्रह्मलोकानिवासिनीम् ।
आवाहयाम्यहं देवीमायान्तीं सूर्यमण्डलात् ॥
आगच्छ वरदे देवि त्र्यक्षरे ब्रह्मवादिनि ।
गायत्रि छन्दसां मातर्ब्रह्मयोनि नमोऽस्तु ते ॥

॥ अम्बुप्राशनम् ॥ ॥ विनियोगः ॥

ॐ सूर्यश्चमेत्यस्य नारायणः ऋषिः सूर्यो देवता अनुष्टुब्छन्दः
अम्बुप्राशने विनियोगः ॥

ॐ सूर्यश्चमा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः
पापेभ्यो रक्षन्तां यद्रात्र्या पापमकार्षं
मनसा वाचा हस्ताभ्यां पद्भ्यामुदरेण शिश्ना
रात्रिस्तदवलुम्पतु यत्किञ्चिद्दुरितं मयि
इदमहं माममृतयोनौ सूर्य्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥

॥ मार्जनम् ॥ ॥ विनियोगः ॥

ॐ आपोहिष्ठेति तिसृणां सिन्धुद्विप ऋषिः गायात्रिछन्दः
आपोदेवता मार्जने विनियोगः ॥

॥ मार्जनम् ॥

ॐ आपोहिष्ठठामयो भुवस्तानऽ ऊर्ज्जेदधातन ।महेरणाय
चक्षसे ॥
योवः शिवतमोरसस्तस्य भाजयतेहनः ।उशतीरिवमातरः ॥
तस्म्माऽ अरङ्ग मामवोयस्य क्षयायजिन्न्वथऽ आपो जनयथाचनः

॥ अघमर्षणम् ॥

॥विनियोगः॥

ॐ द्रुपादिवेत्यस्य कोकिलराजपुत्र ऋषिः अनुष्टुब्छन्दः आपो
देवता अघमर्षणे विनियोगः॥

॥ अघमर्षणम् ॥

ॐ द्रुपदादिवमुमुचानः स्विन्नःस्नातोमलादिव ॥
पूतम्पवित्रेणेवाज्ज्यमापः शुन्धन्तुमैनसः ॥
(अनेन मन्त्रेण पापं ध्यात्वा तज्जलं वामतः क्षिपेत्)

॥ अर्घ्यम् ॥

ॐ भुर्भुवःस्वः ॐ तत्सवितुर्व्वरेण्यम्भर्गो देवस्य धीमहि ॥
धियोयोनः प्प्रचोदयत् ॥

ॐ प्रातः सन्ध्यायां ब्रह्म स्वरूपिणे सवित्रे सूर्यनारायणाय नमः ।
इदमर्घ्यं दत्तं न मम ॥

(एवम त्रिवारं अर्घ्यं दद्यात्)

ॐ असावादित्यो ब्रह्म

॥ सूर्योपस्थानम् ॥

ॐ उद्वयन्तमसस्प्परिस्वः पश्श्यन्तऽ उत्तरम् ॥ देवन्देवत्र सूर्य्यमगन्न्मज्ज्योतिरुत्तमम् ॥

उदुत्त्यञ्जातवेदसन्देवं व्वहन्ति केतवः ॥ दृशेव्विश्श्वायसूर्य्यम् ॥

ॐ चित्रन्देवानामुदगादनी कं चक्षुर्म्मित्रस्यव्वरुणस्याग्ग्नेः ॥ आप्प्राद्द्यावापृथिवीऽ अन्तरिक्षꣳ सूर्य्यऽआत्क्मा जगतस्तस्थुषश्च ॥

ॐ तच्चक्षुर्द्देवहितम्पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत् ॥
पश्श्येमशरदः शतञ्जीवेमशरदः
शतꣳशृणुयामशरदः शतम्प्रब्ब्रवाम शरदः शतमदीनाः
स्यामशरदः शतम्भूयश्श्चशरदः शतात् ॥

॥विनियोगः॥

ॐ तेजोसीत्यस्य परमेष्ठी प्रजापतिर्ऋषिः आज्यं देवता जगती छन्दः यजुर्गायत्र्यावाहने विनियोगः

॥ गायत्र्यावाहनम् ॥

ॐ
तेजोसिशुक्क्रमस्यमृतमसिधामनामासिप्प्रियन्देवानामनाधृष्ट्टन्देवयजनमसि ॥

॥ अथ मुद्रप्रदर्शनम् ॥

ॐ सुमुखं सम्पुटं चैव विततं विस्तृतं तथा ।
द्विमुखं त्रिमुखं चैवचतुष्पञ्चमुखं तथा ॥
षण्मुखाधोमुखं चैव व्यापकाञ्जलिकं तथा ।
शकटं यमपाशं च ग्रथितं चोन्मुखोन्मुखम् ॥
प्रलम्बं मुष्टिकं चैव मत्स्यः कूर्मो वराहकम्।
सिंहाक्रान्तां महाक्रान्तं मुद्गरं पल्लवं तथा॥

॥ शापविमोचनम् ॥

ॐ भो गायत्रि देवि त्वं ब्रह्मशापाद्विमुक्ता भव ॥
ॐ भो गायत्रि देवि त्वं वसिष्ठशापाद्विमुक्ता भव ॥

(महामुद्रं (योनिमुद्रां) प्रदर्श्य त्रिवारं मनसि गायत्रीमन्त्रं जपेत्)
ॐ भुर्भुवःस्वः ॐ तत्सवितुर्व्वरेण्यम्भर्ग्गो देवस्य धीमहि ॥
धियोयोनः प्प्रचोदयत् ॥

ॐ भो गायत्रि देवि त्वं विश्वामित्रशापाद्विमुक्ता भव ॥
ॐ भो गायत्रि देवि त्वं शुक्रशापाद्विमुक्ता भव ॥

॥ अथ गायत्रीध्यानम् ॥

मुक्ताविद्रुमहेमनीलधवलाच्छायैर्मुखैस्त्रीक्षणै
र्युक्तामिन्दुनिबद्धरत्नमुकुटां तत्त्वार्थवर्णात्मिकाम् ।
गायत्रीं वरदाभयाङ्कुशकशां शुभ्रं कपालं गुणं
शङ्खं चक्रमथारविन्दयुगलं हस्तैर्वहन्तीं भजे ॥

॥ पश्चाद् १०८ वारं गायत्रीमन्त्रं जपेत् ॥

ॐ सुरभिर्ज्ञानं वैराग्यं योनिः शङ्खोऽथ पङ्कजम् ।
लिङ्गं निर्वाणेति जपेत् ॥

॥ जपार्णम् ॥

ॐ अनेन प्रातःसन्ध्याङ्गभुतेन यथाशक्ति गायत्रीमन्त्रजपेन
गायत्री देवी प्रीयतां न मम ॥

॥ प्रार्थना ॥

ॐ यदक्षरपदभ्रष्टं मात्राहीनं च यद्भवेत् ।
तत्सर्वं क्षम्यतां देवि प्रसीद परमेश्वरि ॥
उत्तरे शिखरे देवि भूम्यां पर्वतमूर्धनि ।
ब्रह्मणेभ्योऽभ्यनुज्ञाता गच्छ देवि यथासुखम् ॥

॥ गोत्रप्रवरोच्चारणपूउर्वकमभिवादनम् ॥

अमुकगोत्रोत्पन्नः अमुकप्रवरान्वितः शुक्लयजुर्वेदान्तर्गतवाजसनेयि
माध्यान्दिनीयशाखाध्यायी अमुकशर्माहम् ॥

भो आचार्य ! त्वामभिवादयामि ।

भो वैश्वानर ! त्वामभिवादयामि ।
भो सूर्यचन्द्रमसौ ! युवामभिवादयामि ।
भो मातापितरौ ! युवामभिवादयामि ।
भो याज्ञवल्क्य ! त्वामभिवादयामि ।
भो ईश्वर ! त्वामभिवादयामि ।

॥ सन्ध्यार्पणम् ॥

ॐ अनेन प्रातः सन्ध्योपासनाख्येन कर्मणा भगवान् ब्रह्मस्वरूपी परमेश्वरः प्रीयतां न मम ॥

ॐ तत्सद् ब्रह्मार्पणमस्तु ॥

(त्रिराचमेत्)

॥ हस्तौ बद्धवा ॥

ॐ यस्य स्मृत्या च नामोक्त्या तपोयज्ञक्रियादिषु ।
न्यूनं सम्पूर्णतां याति सद्यो वन्दे तमच्युतम् ॥

ॐ विष्णवे नमः । ॐ विष्णवे नमः । ॐ विष्णवे नमः ।

ॐ तत्सद् ब्रह्मार्पणमस्तु

॥ इति प्रातः सन्ध्याप्रयोगः ॥

॥ अथ शुक्लयजुर्वेदीयमध्याह्नसन्ध्याप्रयोगः ॥

॥ सङ्कल्पः ॥

ॐ अत्राद्य महामाङ्गल्यफलप्रदमासोत्तमेमासे अमुकमासे अमुकपक्षे अमुकतिथौ अमुकवासरे ममोपात्तदुरितक्षयर्थं रुद्रावाप्तये मध्याह्नसन्ध्योपासनमहं करिष्ये ॥

॥सावित्र्यावाहनम् ॥

ॐ सावित्रीं युवतीं शुक्लां शुक्लवस्त्रां त्रिलोचनाम् ।
त्रिशूलिनीं वृषारूढां रुद्ररूपिणीसंस्थिताम् ॥
रुद्राणीं रुद्रदैवत्यां रुद्रलोकानिवासिनीम् ।
आवहयाम्यहं देवीमायान्तीं रुद्रमण्डलात् ॥

आगच्छ वरदे देवि त्र्यक्षरे रुद्रवादिनि ।
सावित्रि छन्दसां मातरुर्द्रयोनि नमोऽस्तुते ॥

॥ अम्बुप्राशनम् ॥
॥ विनियोगः ॥
ॐ आपः पुनन्त्विति मन्त्रस्य नारायण ऋषिः आपो देअवता गायात्री छन्दः अम्बुप्राशने विनियोगः ॥

॥ अम्बुप्राशनम् ॥
ॐ आपः पुनन्तु पृथवीं पृथवीपूता पुनातु माम् । पुनन्तु
ब्रह्मणस्पतिर्ह्मपूता पुनातु माम् ॥
यदुच्छिष्टमभोज्यं च यद्वादुश्चरितं मम, सर्वा पुनन्तु
मामापो सताञ्च प्रतिग्रहꣳस्वाहा ॥

॥ अर्घ्यम् ॥ (एकवारं गायत्रीमन्त्रेण अर्घ्यं दद्यात्)
ॐ आकृष्णेनरजसाव्वर्त्तमानो निवेशयन्नमृतम्मर्त्यञ्च ॥
हिरण्ययेनसवितारथेनादेवोयाति भुवनानिपश्श्यन् ॥

ॐ मध्याह्नसन्ध्यायां रुद्र स्वरूपिणे सवित्रे सूर्यनारायणाय नमः ।
इदमर्घ्यं दत्तं न मम ॥ ॐ असावादित्यो ब्रह्म ॥

॥ जपार्णम् ॥
ॐ अनेन मध्याह्नसन्ध्याङ्गभुतेन यथाशक्ति गायत्रीमन्त्रजपेन
गायत्री देवी प्रीयतां न मम ॥

॥ सन्ध्यार्पणम् ॥
ॐ अनेन मध्याह्नसन्ध्योपासनाख्येन कर्मणा भगवान् रुद्रस्वरूपी
परमेश्वरः प्रीयतां न मम ॥

ॐ तत्सद् ब्रह्मार्पणमस्तु ॥

त्रिराचमेत् ।

॥ इति मध्याह्नसन्ध्याप्रयोगः ॥

॥ अथ शुक्लयजुर्वेदीयसायंसन्ध्याप्रयोगः ॥

॥ सङ्कल्पः ॥

ॐ अत्राद्य महामाङ्गल्यफलप्रदमासोत्तमेमासे अमुकमासे
अमुकपक्षे अमुकतिथौ अमुकवासरे ममोपात्तदुरितक्षयर्थं
विष्णुवाप्तये सायंसन्ध्योपासनमहं करिष्ये ॥

॥ सरस्वत्यावाहनम् ॥

ॐ वृद्धां सरस्वतीं कृष्णां पीतवस्त्रां चतुर्भुजाम् ।
शङ्खचक्रगदापद्महस्तां गरुडवाहिनीम् ॥
वैष्णवीं विष्णुदैवत्यां विष्णुलोकनिवासिनीम् ।
आवाहयाम्यहं देवीमायान्तीं विष्णुमण्डलात् ॥
आगच्छ वरदे देवि त्र्यक्षरे विष्णुवादिनि ।
सरस्वति छन्दसा मातार्विष्णुयोनि नमोऽस्तुते ॥

॥ अम्बुप्राशनम् ॥ ॥ विनियोगः ॥

ॐ अग्निश्चमेत्यस्य नारायणः ऋषिः अग्निर्देवता अनुष्टुब्छन्दः
अम्बुप्राशने विनियोगः ॥

ॐ अग्निश्चमा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः
पापेभ्यो रक्षन्तां यदह्ना पापमकार्षं
मनसा वाचा हस्ताभ्यां पद्भ्यामुदरेण शिश्ना
अहस्तदवलुम्पतु यत्किञ्चिद्दुरितं मयि
इदमहं माममृतयोनौ सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥

॥ अर्घ्यम् ॥ (त्रिवारं गायत्रीमन्त्रेण अर्घ्यं दद्यात्)

ॐ सायंसन्ध्यायां विष्णु स्वरूपिणे सवित्रे सूर्यनारायणाय नमः ।
इदमर्घ्यं दत्तं न मम ॥

॥ जपार्णम् ॥

ॐ अनेन सायंसन्ध्याङ्गभुतेन यथाशक्ति गायत्रीमन्त्रजपेन
गायत्री देवी प्रीयतां न मम ॥

॥ सन्ध्यार्पणम् ॥

ॐ अनेन सायंसन्ध्योपासनाख्येन कर्मणा भगवान् विष्णुस्वरूपी

परमेश्वरः प्रीयतां न मम ॥

ॐ तत्सद् ब्रह्मार्पणमस्तु ॥

त्रिराचमेत् ।

॥ इति सायंसन्ध्याप्रयोगः ॥

Encoded and proofread by Krunal Makwana makwanakb at googlemail.com

---

Please send corrections to sanskrit@cheerful.com
Last updated April 25, 2009