

நவக்<sub>3</sub>ரஹ ஸு<sub>3</sub>க்தம்

ஓம் சு<sub>3</sub>க்லாம் ப<sub>3</sub>ரத<sub>4</sub>ரம் விஷ்ணும் ச<sub>3</sub>சி<sub>3</sub>வர்ணம் சதுர்பு<sub>4</sub>ஜம்  
ப்ரஸன்னவத<sub>3</sub>னம் த<sub>4</sub>யாயேத் ஸர்வ விக்<sub>4</sub>னோபசா<sub>3</sub>ந்தயே

ப்ராணாயாமம் ஸங்கல்பம்

மமோபாத்த ஸமஸ்த து<sub>3</sub>ரிதக்ஷயத்<sub>3</sub>வாரா ஸ்ரீபரமேச்<sub>3</sub>வர ப்ரீத்யர்த<sub>2</sub>ம் ஆதி<sub>3</sub>த்யாதி<sub>3</sub>  
நவக்<sub>3</sub>ரஹ தே<sub>3</sub>வதா ப்ரஸாத<sub>3</sub> ஸித்<sub>3</sub>த<sub>4</sub>யர்தம் ஆதி<sub>3</sub>த்யாதி<sub>3</sub> நவக்<sub>3</sub>ரஹ நமஸ்காரான்  
கரிஷ்யே

மந்த்ராணி

ஓம் ஆஸத்யேன ரஜஸா வர்தமானோ நிவேச<sub>3</sub>யந்நம்ருதம் மர்த்யம் ச |  
ஹிரண்யமயேன ஸவிதா ரதே<sub>2</sub>னாதே<sub>3</sub>வோ யாதி பு<sub>4</sub>வனா விபச்<sub>3</sub>யன் | அக்<sub>3</sub>னிம்  
தூ<sub>3</sub>தாம் வருண்மஹே ஹோதாரம் விச்<sub>3</sub>வவேத<sub>3</sub>ஸம் | அஸ்ய யஜ்ஞஸ்ய ஸு<sub>3</sub>க்ரதும்” ||

யேஷாமீசே<sub>3</sub> பசு<sub>3</sub>பதி: பசு<sub>3</sub>நாம் சதுஷ்பதா<sub>3</sub>முத சத்<sub>3</sub>விபதா<sub>3</sub>”ம் | நிஷ்க்ரீதோயம்  
யஜ்ஞியம் பா<sub>4</sub>க<sub>3</sub>மேது ராயஸ்போஷா யஜமானஸ்ய ஸந்து ||

ஓம் அதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ப்ரத்யதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ஸஹிதாய ஆதி<sub>3</sub>த்யாய நம: 1

ஓம் ஆப்யாயஸ்வ ஸமேது தே விச்<sub>3</sub>வதஸ்ஸோம வருஷ்ணியம் | ப<sub>4</sub>வா வாஜஸ்ய  
ஸங்க<sub>3</sub>தே<sub>2</sub> ||

அப்ஸுமே ஸோமோ அப்<sub>3</sub>ரவீத<sub>3</sub>ந்தர்விச்<sub>3</sub>வானி பே<sub>4</sub>ஷஜா | அக்<sub>3</sub>னிஞ்ச விச்<sub>3</sub>வ  
சு<sub>3</sub>ம்பு<sub>4</sub>வமாபச்<sub>3</sub> விச்<sub>3</sub>வபே<sub>4</sub>ஷஜீ: | கௌ<sub>3</sub>ரீமியா ஸலிலானி தக்ஷத்யேகபதீ<sub>3</sub> த்<sub>3</sub>விபதீ<sub>3</sub>  
ஸா சதுஷ்பதீ<sub>3</sub> | அஷ்டாபதீ<sub>3</sub> நவபதீ<sub>3</sub> ப<sub>3</sub>பு<sub>4</sub>ஷஷீ ஸஹஸ்ரா”க்ஷரா பரமே வ்யோமன் ||

ஓம் அதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ப்ரத்யதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ஸஹிதாய ஸோமாய நம: 2

ஓம் அக்<sub>3</sub>னிர்மூர்த்<sub>3</sub>தா<sub>4</sub>தி<sub>3</sub>வ: ககுத்பதி: ப்ருதி<sub>2</sub>வ்யா அயம் | அபாக்<sub>3</sub>ம் ரேதாக்<sub>3</sub>ம் ஸி  
ஜின்வதி ||

ஸ்யோனா ப்ருதி<sub>2</sub>வி ப<sub>4</sub>வான்ருக்ஷரா நிவேச<sub>3</sub>னி | யச்சா<sub>2</sub>”நச்<sub>3</sub>ர்ம ஸப்ரதா<sub>2</sub>” |  
க்ஷேத்ரஸ்ய பதினா வயக்<sub>3</sub>ம்ஹிதோ நேவ ஜயாமஸி | கா<sub>3</sub>மச்<sub>3</sub>வம் போஷயிந்த்வா ஸ  
நோ ம்ருடா<sub>3</sub>தீத்<sub>3</sub>ருஸே”||

ஓம் அதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ப்ரத்யதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ஸஹிதாய அங்கா<sub>3</sub>ரகாய நம: 3

ஓம் உத்<sub>3</sub>பு<sub>3</sub>த்<sub>4</sub>யஸ்வாக்<sub>3</sub>னே ப்ரதிஜாக்<sub>3</sub>ருஹ்யேனமிஷ்டாபூர்தே ஸக்<sub>3</sub>ம்  
ஸ்ருஜேதா<sub>2</sub>மயஞ்ச | புன: க்ருணவக்<sub>3</sub>ம்ஸ்த்வா பிதரம் யுமானமந்வாக்<sub>3</sub>ம்ஸீத்வயி  
தந்துமேதம் ||

இத<sub>3</sub>ம் விஷ்ணுர்விசக்ரமே த்ரேதா<sub>4</sub> நித<sub>3</sub>தே<sub>3</sub>பத<sub>3</sub>ம்| ஸமூட<sub>4</sub>மஸ்யபாக்<sub>3</sub>ம் ஸு<sub>3</sub>ரே ||

விஷ்ணோ ரராடமஸி விஷ்ணோ”: ப்ருஷ்ட<sub>2</sub>மஸி விஷ்ணோச்<sub>3</sub> ச்<sub>3</sub>னப்த்ரே”ஸ்தோ<sub>2</sub>  
விஷ்ணோஸ்ஸ்யூரஸி விஷ்ணோ”ர் த்<sub>4</sub>ருவமஸி வைஷ்ணவமஸி விஷ்ணவேத்வா||

ஓம் அதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ப்ரத்யதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ஸஹிதாய பு<sub>4</sub>தா<sub>3</sub>ய நம: 4

ஓம் ப்<sub>3</sub>ருஹஸ்பதே அதியத<sub>3</sub>ர்யோ அர்ஹா”த்<sub>3</sub> த்<sub>3</sub>யுமத்<sub>3</sub>விபா<sub>4</sub>தி க்ருது மஜ்ஜனேஷு | யத்<sub>3</sub>தி<sub>3</sub>த<sub>3</sub>யச்சவஸர்தப்ரஜாத தத<sub>3</sub>ஸ்மாஸு த்<sub>3</sub>ரவிணந்தே<sub>4</sub>ஹி சித்ரம் ||

இந்த்<sub>3</sub>ரமருத்வ இஹ பாஹி ஸோமம் யதா<sub>2</sub> சா’ர்யாதே அபிப<sub>3</sub>ஸ்ஸுதஸ்ய | தவ ப்ரணீதீ தவ சூ’ரச’ர்மந்நாவிவாஸந்தி கவயஸுயஜ்ஞா ||

ப்<sub>3</sub>ருஹ்மஜ்ஜ்ஞானம் ப்ரத<sub>2</sub>மம் புரஸ்தாத்<sub>3</sub>விஸ்மதஸ்ஸுருசோ வேன ஆவ: | ஸபு<sub>3</sub>த்<sub>4</sub>னியா உபமா அஸ்ய விஷ்டா<sub>2</sub>ஸ்ஸதச்’ச யோனிமஸதச்’ச விவ: ||

ஓம் அதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ப்ரத்யதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ஸஹிதாய ப்<sub>3</sub>ருஹஸ்பதயே நம: 5

ஓம் ப்ரவச்’சு’க்ராய பா<sub>4</sub>னவே ப<sub>4</sub>ரத்<sub>4</sub>வம் | ஹவ்யம் மதிம் சாக்<sub>3</sub>னயே ஸுபூதம்||

யோ தை<sub>3</sub>வ்யாநி மானுஷா ஜநூக்<sub>3</sub>ம்ஷி| அந்தர்விச்’வானி வித்<sub>3</sub>ம நா ஜிகா<sub>3</sub>தி||

இந்த்<sub>3</sub>ராணீமாஸு நாரிஷு ஸுபத்னீமஹமச்’ரவம் | ந ஹ்யஸ்யா அபரஞ்சன ஜரஸா மரதே பதி: ||

இந்த்<sub>3</sub>ரம் வோ விச்’வதஸ்பரி ஹவாமஹே ஜனே”ப்<sub>4</sub>ய: அஸ்மாகமஸ்து கேவல: ||

ஓம் அதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ப்ரத்யதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ஸஹிதாய சு’க்ராய நம: 6

ஓம் ஸன்னோ தே<sub>3</sub>வீரபி<sub>4</sub>ஷ்டய ஆபோ ப<sub>4</sub>வந்து பீதயே” | ச’ம் யோ ரபி<sub>4</sub>ஸ்ரவந்து ந:| ப்ரஜாபதே ந த்வதே<sub>3</sub>தான்யன்யோ விச்’வா ஜாதானி பரிதா ப<sub>3</sub>பூ<sub>4</sub>வ | யத்காமஸ்தே ஜுஹுமாஸ்தன்னோ அஸ்து வயக்<sub>3</sub>ம் ஸ்யாம பதயோ ரயீணாம் | இமம் யமப்ரஸ்தரமாஹி ஸீதா<sub>3</sub>ங்கி<sub>3</sub>ரோபி<sub>4</sub>: பித்ருபி<sub>4</sub>ஸ்ஸம்விதா<sub>3</sub>ந: | ஆத்வா மந்த்ரா”: கவிச்’ஸ்தா வஹந்த்வேனா ராஜன் ஹவிஷா மாத<sub>3</sub>யஸ்வ ||

ஓம் அதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ப்ரத்யதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ஸஹிதாய ச’னைச்’சராய நம: 7

ஓம் கயா நச்’சித்ர அபு<sub>4</sub>வதூ<sub>3</sub>தீஸ்தா<sub>3</sub>வ்ருத<sub>4</sub>ஸ்ஸகா<sub>2</sub>” | கயா ச’சிஷ்ட<sub>2</sub>யாவ்ருதா | ஆயங்கௌ<sub>3</sub>: ப்ருச்’னிரக்ரமீத<sub>3</sub>ஸநன்மாதரம் புன: பிதரஞ்ச ப்ரயந்த்ஸுவ: | யத்தே தே<sub>3</sub>வீ நிர்ருதிராப<sub>3</sub>ப<sub>3</sub>ந்த<sub>4</sub>தா<sub>3</sub>மக்<sub>3</sub>ரீவாஸ்வவிசர்த்யம் | இத<sub>3</sub>ந்தே தத்<sub>3</sub> விஷ்யாம்யாயுஷோ ந மத்<sub>4</sub>யாத<sub>3</sub>தா<sub>2</sub>ஜீவ: பிதுமத்<sub>3</sub>தி<sub>4</sub> ப்ரமுக்<sub>3</sub>த: ||

ஓம் அதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ப்ரத்யதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ஸஹிதாய ராஹவே நம: 8

ஓம் கேதுங்க்ருண்வன்னகேதவே பேசோ’ மர்யா அபேச’ஸே” | ஸமுஷத்<sub>3</sub>பி<sub>4</sub>ரஜாயதா<sub>2</sub> ||

ப்<sub>3</sub>ரஹ்மா தே<sub>3</sub>வானாம்” பத<sub>3</sub>வீ: கவீநாம்ருஷிர்விப்ராணாம் மஹிஷோ ம்ருகா<sub>3</sub>ணாம்” | ச’யேனோக்<sub>3</sub>ருத்<sub>4</sub>ராணாக்<sub>3</sub>ம்ஸ்வதி<sub>4</sub>திர்வனாநாக்<sub>3</sub>ம் ஸோம: பவித்ரமத்யேதி ரேப<sub>4</sub>ன் | ஸசித்ர சித்ரம் சிதயன்”தமஸ்மே சித்ரக்ஷத்ர சித்ரதமம் வயோதா<sub>4</sub>ம் | சந்த்<sub>3</sub>ரம் ரயிம் புருவீரம்” ப்<sub>3</sub>ருஹந்தம் சந்த்<sub>3</sub>ரசந்த்<sub>3</sub>ராபி<sub>4</sub>ர்க்<sub>3</sub>ருணதே யுவஸ்வ ||

ஓம் அதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ப்ரத்யதி<sub>4</sub>தே<sub>3</sub>வதா ஸஹிதாய கேதுப்<sub>4</sub>யோ நம: 9

ஓம் ஆதி<sub>3</sub>த்யாதி<sub>3</sub> நவக்<sub>3</sub>ரஹ தே<sub>3</sub>வதாப்<sub>4</sub>யோ நமோ நம:

ஆதி<sub>3</sub>த்யாய ஸோமாய மங்க<sub>3</sub>ளாய பு<sub>4</sub>தா<sub>3</sub>ய ச  
கு<sub>3</sub>ரு சு'க்ர ச'னிப்யாஸ் ச ராஹவே கேதவே நம:

ஓம் சா'ந்தி: சா'ந்தி: சா'ந்தி: