नित्य सन्ध्या वन्दनम्

शरीर शुद्धि

अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां◌े गतोऽपिवा ।
यः स्मरेत् पुण्डरीकाक्षं स बाह्याभ्यन्तर श्शुचिः ॥
पुण्डरीकाक्ष ! पुण्डरीकाक्ष ! पुण्डरीकाक्षाय नमः ।

आचमनः

ॐ आचम्य
ॐ केशवाय स्वाहा
ॐ नारायणाय स्वाहा
ॐ माधवाय स्वाहा (इति त्रिराचम्य)
ॐ गोविन्दाय नमः (पाणी मार्जयित्वा)
ॐ विष्णवे नमः
ॐ मधुसूदनाय नमः (ओष्ठौ मार्जयित्वा)
ॐ त्रिविक्रमाय नमः
ॐ वामनाय नमः (शिरसि जलं प्रोक्ष्य)
ॐ श्रीधराय नमः
ॐ हृषीकेशाय नमः (वामहस्ते जलं प्रोक्ष्य)
ॐ पद्मनाभाय नमः (पादयोः जलं प्रोक्ष्य)
ॐ दामोदराय नमः (शिरसि जलं प्रोक्ष्य)
ॐ सङ्कर्षणाय नमः (अङ्गुलिभिश्चिबुकं जलं प्रोक्ष्य)
ॐ वासुदेवाय नमः
ॐ प्रद्युम्नाय नमः (नासिकां स्पृष्ट्वा)
ॐ अनिरुद्धाय नमः
ॐ पुरुषोत्तमाय नमः
ॐ अधोक्षजाय नमः
ॐ नारसिंहाय नमः (नेत्रे श्रोत्रे च स्पृष्ट्वा)
ॐ अच्युताय नमः (नाभिं स्पृष्ट्वा)
ॐ जनार्धनाय नमः (हृदयं स्पृष्ट्वा)
ॐ उपेन्द्राय नमः (हस्तं शिरसि निक्षिप्य)
ॐ हरये नमः
ॐ श्रीकृष्णाय नमः (अंसौ स्पृष्ट्वा)
ॐ श्रीकृष्ण परब्रह्मणे नमो नमः

(एतान्युच्चार्य उप्यक्त प्रकारं कृते अङ्गानि शुद्धानि भवेयुः)

भूतोच्चाटन

उत्तिष्ठन्तु । भूत पिशाचाः । ये ते भूमिभारकाः । ये तेषामविरोधेन । ब्रह्मकर्म समारभे । ॐ भूर्भुवस्सुवः ।

दैवी गायत्री चन्दः प्राणायामे विनियोगः

(प्राणायामं कृत्वा कुम्भके इमं गायत्री मन्त्रमुच्छरेत्)

प्राणायामः

ॐ भूः । ॐ भुवः । ओगं सुवः । ॐ महः । ॐ जनः । ॐ तपः । ओगं सत्यम् ।
ॐ तथ्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि ।
धियो यो नः प्रचोदयात् ॥
ओमापो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भू-र्भुव-स्सुवरोम् ॥ (तै. अर. 10-27)

सङ्कल्पः

ममोपात्त, दुरित क्षयद्वारा, श्री परमेश्वर मुद्दिस्य, श्री परमेश्वर प्रीत्यर्थं, शुभे, शोभने, अभ्युदय मुहूर्ते, श्री महाविष्णो राज्ञया, प्रवर्त मानस्य, अद्य ब्रह्मणः, द्वितीय परार्थे, श्वेतवराह कल्पे, वैवश्वत मन्वन्तरे, कलियुगे, प्रथम पादे, (भारत देशः - जम्बू द्वीपे, भरत वर्षे, भरत खण्डे, मेरोः दक्षिण/उत्तर दिग्भागे; अमेरिका - क्रौञ्च द्वीपे, रमणक वर्षे, ऐन्द्रिक खण्डे, सप्त समुद्रान्तरे, कपिलारण्ये), शोभन गृहे, समस्त देवता ब्राह्मण, हरिहर गुरुचरण सन्निथौ, अस्मिन्, वर्तमान, व्यावहारिक, चान्द्रमान, ... संवत्सरे, ... अयने, ... ऋते, ... मासे, ... पक्षे, ... तिथौ, ... वासरे, ... शुभ नक्षत्र, शुभ योग, शुभ करण, एवङ्गुण, विशेषण, विशिष्ठायां, शुभ तिथौ, श्रीमान्, ... गोत्रः, ... नामधेयः, ... गोत्रस्य, ... नामधेयोहंः प्रातः/मध्याह्निक/सायं सन्ध्याम् उपासिष्ये ॥

मार्जनः

ॐ आपोहिष्ठा मयोभुवः । ता न ऊर्जे दधातन । महेरणाय चक्षसे । यो वः शिवतमो रसः । तस्य भाजयते ह नः । उशतीरिव मातरः । तस्मा अरङ्ग माम वः । यस्य क्षयाय जिन्वथ । आपो जनयथा च नः । (तै. अर. 4-42)

(इति शिरसि मार्जयेत्)

(हस्तेन जलं गृहीत्वा)

प्रातः काल मन्त्राचमनः

सूर्य श्च, मामन्यु श्च, मन्युपतय श्च, मन्युकृतेभ्यः । पापेभ्यो रक्षन्ताम् । यद्रात्र्या पाप मकार्षम् । मनसा वाचा हस्ताभ्याम् । पद्भ्या मुदरेण शिश्ञ्चा । रात्रि स्तदवलुम्पतु । यत्किञ्च दुरितं मयि । इदमहं मा ममृत यो नौ । सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहो ॥ (तै. अर. 10. 24)

मध्याह्न काल मन्त्राचमनः

आपः पुनन्तु पृथिवीं पृथिवी पूता पुनातु माम् । पुनन्तु ब्रह्मणस्पति ब्रह्मा पूता पुनातु माम् । यदुच्छिष्ट मभोज्यं यद्वा दुश्चरितं मम । सर्वं पुनन्तु मा मापोऽसता ञ्च प्रतिग्रहग्ग् स्वाहा ॥ (तै. अर. परिशिष्टः 10. 30)

सायङ्काल मन्त्राचमनः

अग्नि श्च मा मन्यु श्च मन्युपतय श्च मन्युकृतेभ्यः । पापेभ्यो रक्षन्ताम् । यदह्ना पाप मकार्षम् । मनसा वाचा हस्ताभ्याम् । पद्भ्या मुदरेण शिश्ञ्चा । अह स्तदवलुम्पतु । य त्किञ्च दुरितं मयि । इद महं मा ममृत योनौ । सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥ (तै. अर. 10. 24)

(इति मन्त्रेण जलं पिबेत्)

आचम्य (ॐ केशवाय स्वाहा, ... श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमो नमः)

द्वितीय मार्जनः

दधि क्रावण्णो अकारिषम् । जिष्णो रश्वस्य वाजिनः ।
सुरभिनो मुखाकरत्प्रण आयूग्ंषि तारिषत् ॥

(सूर्यपक्षे लोकयात्रा निर्वाहक इत्यर्थः)

ॐ आपो हिष्ठा मयोभुवः । ता न ऊर्जे दधातन । महेरणाय चक्षसे । यो वः शिवतमो रसः । तस्य भाजयते ह नः । उशतीरिव मातरः । तस्मा अरङ्ग माम वः । यस्य क्षयाय जिन्वथ । आपो जनयथा च नः ॥ (तै. अर. 4. 42)

पुनः मार्जनः

हिरण्यवर्णा श्शुचयः पावकाः या सुजातः कश्यपो या स्विन्द्रः । अग्निं या गर्भन्-दधिरे विरूपा स्तान आपश्शग्ग् स्योना भवन्तु । या साग्ं राजा वरुणो याति मध्ये सत्यानृते अवपश्यं जनानाम् । मधु श्चुतश्शुचयो याः पावका स्तान आपश्शग्ग् स्योना भवन्तु । यासां देवा दिवि कृण्वन्ति भक्षं या अन्तरिक्षे बहुथा भवन्ति । याः पृथिवीं पयसोन्दन्ति श्शुक्रास्तान आपशग्ग् स्योना भवन्तु । याः शिवेन मा चक्षुषा पश्यतापश्शिवया तनु वोपस्पृशत त्वच म्मे । सर्वाग्म् अग्नीग् रप्सुषदो हुवे वो मयि वर्चो बल मोजो निधत्त ॥ (तै. सं. 5. 6. 1)
(मार्जनं कुर्यात्)

अघमर्षण मन्त्रः पापविमोचनं

(हस्तेन जलमादाय निश्श्वस्य वामतो निक्षितपेत्)
द्रुपदा दिव मुञ्चतु । द्रुपदा दिवे न्मुमुचानः ।
स्विन्न स्स्नात्वी मला दिवः । पूतं पवित्रेणे वाज्येम् आप श्शुन्दन्तु मैनसः ॥ (तै. ब्रा. 266)

आचम्य (ॐ केशवाय स्वाहा, ... श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमो नमः)
प्राणायामम्य

लघुसङ्कल्पः
पूर्वोक्त एवङ्गुण विशेषण विशिष्ठायां शुभतिथौ ममोपात्त दुरित क्षयद्वारा श्री परमेश्वर मुद्दिस्य श्री परमेश्वर प्रीत्यर्थं प्रातस्सन्ध्याङ्ग यथा कालोचित अर्घ्यप्रदानं करिष्ये ॥

प्रातः कालार्घ्य मन्त्रं
ॐ भूर्भुवस्सुवः ॥ तथ्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ 3 ॥

मध्याह्नार्घ्य मन्त्रं
ॐ हुगं सश्शुचिष द्वसुरन्तरिक्षस द्दोता वेदिषदतिथि र्दुरोणसत् । नृष द्वरस दृतस द्व्योम सदब्जा गोजा ऋतजा अद्रिजा ऋतम्-बृहत् ॥ (तै. अर. 10. 4)

सायं कालार्घ्य मन्त्रं
ॐ भूर्भुवस्सुवः ॥ तथ्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ ॐ भूः । ॐ भुवः । ओगं सुवः । ॐ महः । ॐ जनः । ॐ तपः । ओगं सत्यम् । ॐ तथ्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ ओमापो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भू-र्भुव-स्सुवरोम् ॥

(इत्यञ्जलित्रयं विसृजेत्)

कालातिक्रमण प्रायश्चित्तं
आचम्य...
पूर्वोक्त एवङ्गुण विशेषण विशिष्ठायां शुभतिथौ ममोपात्त दुरित क्षयद्वारा श्री परमेश्वर मुद्दिस्य श्री परमेश्वर प्रीत्यर्थं कालातिक्रम दोषपरिहारार्थं चतुर्था अर्घ्यप्रदानं करिष्ये ॥

ॐ भूर्भुवस्सुवः ॥ तथ्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ ॐ भूः । ॐ भुवः । ओगं सुवः । ॐ महः । ॐ जनः । ॐ तपः । ओगं सत्यम् । ॐ तथ्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ ओमापो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भू-र्भुव-स्सुवरोम् ॥
(इति जलं विसृजेत्)

सजल प्रदक्षिणं
ॐ उद्यन्तमस्तं यन्त मादित्य मभिथ्याय न्कुर्वन्-ब्राह्मणो विद्वान् त्सकलम्-भद्रमश्नुते असावादित्यो ब्रह्मेति ॥ ब्रह्मैव सन्-ब्रह्माप्येति य एवं वेद ॥ असावादित्यो ब्रह्म ॥ (तै. अर. 2. 2)

(एवम् अर्घ्यत्रयं दद्यात् कालातिक्रमणे पूर्ववत्)
(पश्चात् हस्तेन जलमादाय प्रदक्षिणं कुर्यात्)
(द्विराचम्य प्राणायाम त्रयं कृत्वा)

आचम्य (ॐ केशवाय स्वाहा, ... श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमो नमः)

सन्ध्याङ्ग तर्पणं

प्रातःकाल तर्पणं

सन्ध्यां तर्पयामि, गायत्रीं तर्पयामि, ब्राह्मीं तर्पयामि, निमृजीं तर्पयामि ॥

मध्याह्न तर्पणं

सन्ध्यां तर्पयामि, सावित्रीं तर्पयामि, रौद्रीं तर्पयामि, निमृजीं तर्पयामि ॥

सायङ्काल तर्पणं

सन्ध्यां तर्पयामि, सरस्वतीं तर्पयामि, वैष्णवीं तर्पयामि, निमृजीं तर्पयामि ॥

(पुनराचमनं कुर्यात्)

गायत्री अवाहन

ओमित्येकाक्षरं ब्रह्म । अग्निर्देवता ब्रह्म इत्यार्षम् । गायत्रं छन्दं परमात्मं सरूपम् । सायुज्यं विनियोगम् ॥ (तै. अर. 10. 33)

आयातु वरदा देवी अक्षरं ब्रह्मसंमितम् । गायत्रीं छन्दसां मातेदं ब्रह्म जुषस्व मे । यदह्नात्-कुरुते पापं तदह्नात्-प्रतिमुच्यते । यद्रात्रियात्-कुरुते पापं तद्रात्रियात्-प्रतिमुच्यते । सर्व वर्णे महादेवि सन्ध्याविद्ये सरस्वति ॥

ओजोऽसि सहोऽसि बलमसि भ्राजोऽसि देवानां धामनामासि विश्वमसि विश्वायु-स्सर्वमसि सर्वायु-रभिभूरोम् । गायत्री-मावाहयामि सावित्री-मावाहयामि सरस्वती-मावाहयामि छन्दर्षी-नावाहयामि श्रिय-मावाहयामि गायत्रिया गायत्री च्छन्दो विश्वामित्रऋषि स्सविता देवताऽग्निर्-मुखं ब्रह्मा शिरो विष्णुर्-हृदयग्ं रुद्र-शिखा पृथिवी योनिः प्राणापान व्यानोदान समाना सप्राणा श्वेतवर्णा साङ्ख्यायन सगोत्रा गायत्री चतुर्विग्ं शत्यक्षरा त्रिपदा षट्-कुक्षिः पञ्च-शीर्षोपनयने विनियोगः । ॐ भूः । ॐ भुवः । ओग्ं सुवः । ॐ महः । ॐ जनः । ॐ तपः । ओग्ं सत्यम् । ॐ तथ्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॥ ओमापो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भू-र्भुव-स्सुवरोम् ॥ (महानारायण उपनिषत्)

आचम्य (ॐ केशवाय स्वाहा, ... श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमो नमः)

जपसङ्कल्पः

पूर्वोक्त एवङ्गुण विशेषण विशिष्ठायां शुभतिथौ ममोपात्त दुरित क्षयद्वारा श्री परमेश्वर मुद्दिस्य श्री परमेश्वर प्रीत्यर्थं सन्ध्याङ्ग यथाशक्ति गायत्री महामन्त्र जपं करिष्ये ॥

करन्यासः

ॐ तथ्स॑वि॒तुः ब्रह्मात्मने अङ्गुष्टाभ्यां नमः ।
वरे॑ण्य॒ं विष्णवात्मने तर्जनीभ्यां नमः ।
भर्गो॑ दे॒वस्य॑ रुद्रात्मने मध्यमाभ्यां नमः ।
धीमहि सत्यात्मने अनामिकाभ्यां नमः ।
धियो॒ यो नः॑ ज्ञानात्मने कनिष्टिकाभ्यां नमः ।
प्रचोदया॑त् सर्वात्मने करतल करपृष्टाभ्यां नमः ।

अङ्गन्यासः
ॐ तथ्स॑वि॒तुः ब्रह्मात्मने हृदयाय नमः ।
वरे॑ण्य॒ं विष्णवात्मने शिरसे स्वाहा ।
भर्गो॑ दे॒वस्य॑ रुद्रात्मने शिखायै वषट् ।
धीमहि सत्यात्मने कवचाय हुम् ।
धियो॒ यो नः॑ ज्ञानात्मने नेत्रत्रयाय वौषट् ।
प्रचोदया॑त् सर्वात्मने अस्त्रायफट् ।
ॐ भूर्भु॒वस्सु॒वरोमिति दिग्भन्धः ।

ध्यानम्
मुक्ताविद्रुम हेमनील धवलच्चायैर्-मुखै स्त्रीक्षणैः ।
युक्तामिन्दुनि बद्ध रत्न मकुटां तत्वार्थ वर्णात्मिकाम् ।
गायत्रीं वरदाभयाङ्कुश कशाश्शुभ्रङ्कपालङ्गदाम् ।
शङ्खञ्चक्र मधारविन्द युगलं हस्तैर्वहन्तीं भजे ॥

चतुर्विंशति मुद्रा प्रदर्शनं
सुमुखं सम्पुटिञ्चैव विततं विस्तृतं तथा ।
द्विमुखं त्रिमुखञ्चैव चतुः पञ्च मुखं तथा ।
षण्मुखोऽधो मुखं चैव व्यापकाञ्जलिकं तथा ।
शकटं यमपाशं च ग्रथितं सम्मुखोन्मुखम् ।
प्रलम्बं मुष्टिकं चैव मत्स्यः कूर्मो वराहकम् ।
सिंहाक्रान्तं महाक्रान्तं मुद्गरं पल्लवं तथा ।

चतुर्विंशति मुद्रा वै गायत्र्यां सुप्रतिष्ठिताः ।
इतिमुद्रा न जानाति गायत्री निष्फला भवेत् ॥

यो देव स्सविताऽस्माकं धियो धर्मादिगोचराः ।
प्रेरयेत्तस्य यद्भर्गस्त द्वरेण्य मुपास्महे ॥

गायत्री मन्त्रं
ॐ भूर्भु॒वस्सुवः॑ ॥ तथ्स॑वि॒तुर्वरे॓ण्य॒ं भर्गो॑ दे॒वस्य॑ धीमहि ।

धियो॒ यो नः॑ प्रचोदया॑त् ॥

अष्टमुद्रा प्रदर्शनं

सुरभिर्-ज्ञान चक्रे च योनिः कूर्मो॑ऽथ पङ्कजम् ।
लिङ्गं निर्याण मुद्रा चेत्यष्ट मुद्राः प्रकीर्तिताः ॥
ॐ तत्सद्-ब्रह्मार्पणमस्तु ।

आचम्य (ॐ केशवाय स्वाहा, ... श्री कृष्ण परब्रह्मणे नमो नमः)

द्विः परिमुज्य ।
सकृदुप स्पृश्य ।
यत्सव्यं पाणिम् ।
पादम् ।
प्रोक्षति शिरः ।
चक्षुषी ।
नासिके ।
श्रोत्रे ।
हृदयमालभ्य ।

प्रातःकाल सूर्योपस्थानं

ॐ मि॒त्रस्य॑ च॒र्षणी॒ धृत॒ श्रवो॑ दे॒वस्य॑ सान॒ सिम् । स॒त्यं चि॒त्रश्र॑ वस्तमम् । मि॒त्रो जना॑न् यातयति प्रजा॒नन्-मि॒त्रो दा॑धार पृथि॒वी मु॒तद्याम् । मि॒त्रः कृ॒ष्टी रनि॑मिषा॒ऽभि च॑ष्टे स॒त्याय॑ ह॒व्यं घृ॒तव॑द्विधेम । प्रसमि॑त्र॒ मर्त्यो॑ अस्तु॒ प्रय॑स्वा॒ न्यस्त॑ आदित्य॒ शिक्ष॑ति व्र॒तेन॑ । न ह॑न्यते॒ न जीयते॒ त्वोतो॒नैन॒ मंहो॑ अश्नो॒ त्यन्ति॑तो॒ न दू॒रात् ॥ (तै. सं. 3.4.11)

मध्याह्न सूर्योपस्थानं

ॐ आ स॒त्येन॒ रज॑सा॒ वर्त॑मानो निवे॒श॑य न्न॒मृतं॒ मर्त्य॑ञ्च । हि॒रण्यये॑न सवि॒ता रथे॒ना॒ऽदे॒वो या॑ति॒ भुव॑ना नि॒पश्यन्॑ ॥

उद्व॒य न्तम॑स॒ स्परि॒ पश्य॑न्तो॒ ज्योति॒ रुत्त॑रम् । दे॒वन्-दे॑व॒त्रा सूर्य॒ मग॑न्म ज्योति॑ रुत्त॒मम् ॥

उदु॒त्यं जा॒तवे॑दसं दे॒वं व॑हन्ति के॒तवः॑ । दृ॒शे विश्वा॑ य॒ सूर्य॑म् ॥ चि॒त्रं दे॒वाना॒ मुद॑गा॒ दनी॑कं॒ चक्षु॑र्-मि॒त्रस्य॒ वरु॑ण स्या॒ग्नेः । अप्रा॒ द्यावा॑ पृथि॒वी अन्त॒रिक्ष॒गं॒ सूर्य॒ आ॒त्मा जग॑त स्त॒स्थुष॑श्च ॥

तच्चक्षु॑र्-दे॒वहि॑तं पु॒रस्ता॑च्छु॒क्र मु॒च्चर॑त् । पश्ये॑म श॒रद॑श्श॒तं जीवे॑म श॒रद॑श्श॒तं नन्दा॑म श॒रद॑श्श॒तं मोदा॑म श॒रद॑श्श॒तं भवा॑म श॒रद॑श्श॒तगं॒ शृ॒णवा॑म श॒रद॑श्श॒तं पब्र॑वाम श॒रद॑श्श॒तमजीतास्याम श॒रद॑श्श॒तं जोक्च॒ सूर्यं॑ दृ॒षे ॥ य उद॑गान्मह॒तो॒ऽर्णवा॑ द्वि॒भ्राज॑मान स्सरि॒रस्य॒ मध्या॒थ्समा॑ वृष॒भो लो॑हिता॒क्षसूर्यो॑ विप॒श्चिन्मन॑सा पु॒नातु ॥

सायङ्काल सूर्योपस्थानं

ॐ इमम्मे वरुण शृधी हवं मद्या च मृडय । त्वा मवस्यु राचके ॥ तत्वा यामि ब्रह्मणा वन्दमान स्त दाशास्ते यजमानो हविर्भिः । अहेडमानो वरुणेह बोध्युरुशगुं समान आयुः प्रमोषीः ॥

यच्चिद्धिते विशोयथा प्रदेव वरुणव्रतम् । मिनीमसिद्य विद्यवि । यत्किञ्चेदं वरुणदैव्ये जनेऽभिद्रोह म्मनुष्याश्चरामसि । अचित्ते यत्तव धर्मायुयोपि ममान स्तस्मा देनसो देवरीरिषः । कितवासो यद्रिरिपुर्नदीवि यद्वाघा सत्यमुतयन्न विद्म । सर्वाताविष्य शिधिरेवदेवा थातेस्याम वरुण प्रियासः ॥ (तै. सं. 1.1.1)

दिग्देवता नमस्कारः

(एतैर्नमस्कारं कुर्यात्)

ॐ नमः प्राच्यै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्ये ताभ्यश्च नमः ।
ॐ नमः दक्षिणायै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्ये ताभ्यश्च नमः ।
ॐ नमः प्रतीच्यै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्ये ताभ्यश्च नमः ।
ॐ नमः उदीच्यै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्ये ताभ्यश्च नमः ।
ॐ नमः ऊर्ध्वायै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्ये ताभ्यश्च नमः ।
ॐ नमोऽधरायै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्ये ताभ्यश्च नमः ।
ॐ नमोऽवान्तरायै दिशे याश्च देवता एतस्यां प्रतिवसन्त्ये ताभ्यश्च नमः ।

मुनि नमस्कारः

नमो गङ्गा यमुनयोर्-मध्ये ये वसन्ति ते मे प्रसन्नात्मान श्चिरञ्जीवितं वर्धयन्ति नमो गङ्गा यमुनयोर्-मुनिभ्यश्च नमो नमो गङ्गा यमुनयोर्-मुनिभ्यश्च नमः ॥

सन्ध्यादेवता नमस्कारः

सन्ध्यायै नमः । सावित्र्यै नमः । गायत्र्यै नमः । सरस्वत्यै नमः । सर्वाभ्यो देवताभ्यो नमः । देवेभ्यो नमः । ऋषिभ्यो नमः । मुनिभ्यो नमः । गुरुभ्यो नमः । पितृभ्यो नमः । कामोऽकार्षी र्नमो नमः । मन्यु रकार्षी र्नमो नमः । पृथिव्यापस्तेजो वायुराकाशात् नमः ॥ (तै. अर. 2.18.52)

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय । यागं सदा सर्वभूतानि चराणि स्थावराणि च । सायं प्रात र्नमस्यन्ति सा मा सन्ध्याऽभिरक्षतु ॥

शिवाय विष्णुरूपाय शिवरूपाय विष्णवे ।
शिवस्य हृदयं विष्णुर्विष्णोश्च हृदयं शिवः ॥
यथा शिवमयो विष्णुरेवं विष्णुमयः शिवः ।
यथाऽन्तरं न पश्यामि तथा मे स्वस्तिरायुषि ॥
नमो ब्रह्मण्य देवाय गो ब्राह्मण हिताय च ।
जगद्धिताय कृष्णाय गोविन्दाय नमो नमः ॥

गायत्री उद्वासन (प्रस्थानं)

उत्तमे शिखरे जाते भूम्यां पर्वतमूर्धनि । ब्राह्मणेभ्योऽभ्यनु ज्ञाता गच्चदेवि यथासुखम् । स्तुतो मया वरदा वेदमाता प्रचोदयन्ती पवने द्विजाता । आयुः पृथिव्यां द्रविणं ब्रह्मवर्चसं मह्यं दत्वा प्रजातुं ब्रह्मलोकम् ॥ (महानारायण उपनिषत्)

भगवन्नमस्कारः

नमोऽस्त्वनन्ताय सहस्रमूर्तये सहस्र पादाक्षि शिरोरु बाहवे ।
सहस्र नाम्ने पुरुषाय शाश्वते सहस्रकोटी युग धारिणे नमः ॥

भूम्याकाशाभि वन्दनं

इदं द्यावा पृथिवी सत्यमस्तु । पितर्-मातर्यदि होप ब्रुवेवाम् ।
भूतं देवानां मवमे अवोभिः । विद्या मेषं वृजिनं जीरदानुम् ॥

आकाशात्-पतितं तोयं यथा गच्छति सागरम् ।
सर्वदेव नमस्कारः केशवं प्रतिगच्छति ॥
श्री केशवं प्रतिगच्छत्योन्नम इति ।

सर्ववेदेषु यत्पुण्यम् । सर्वतीर्थेषु यत्फलम् ।
तत्फलं पुरुष आप्नोति स्तुत्वादेवं जनार्धनम् ॥
स्तुत्वादेवं जनार्धन ॐ नम इति ॥
वासनाद्-वासुदेवस्य वासितं ते जयत्रयम् ।
सर्वभूत निवासोऽसि श्रीवासुदेव नमोऽस्तुते ॥
श्री वासुदेव नमोऽस्तुते ॐ नम इति ।

अभिवादः (प्रवर)

चतुस्सागर पर्यन्तं गो ब्राह्मणेभ्यः शुभं भवतु । ... प्रवरान्वित ... गोत्रः ... सूत्रः ... शाखाध्यायी ... अहं भो अभिवादये ॥

ईश्वरार्पणं

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा । बुद्ध्याऽऽत्मना वा प्रकृते स्स्वभावात् ।
करोमि यद्यत्-सकलं परस्मै श्रीमन्नारायणायेति समर्पयामि ॥
हरिः ॐ तत्सत् । तत्सर्वं श्री परमेश्वरार्पणमस्तु ।

Web Url: http://www.vignanam.org/veda/nitya-sandhya-vandanam-devanagari.html