

A wide-angle landscape photograph taken during sunrise or sunset. The sun is a bright, glowing orb in the upper center of the frame, casting a warm, golden light across the scene. Below the sun, a river winds through a valley, surrounded by rolling hills and mountains. The foreground on the right shows a stone wall and some utility poles, suggesting the viewer is on a high vantage point. The overall atmosphere is serene and majestic.

Мантры в сурьянамаскарах

Часть 4



गुरुरेवः गतिः गुरुमेव भजे
गुरुणवै सहास्मि नमो गुरवे ।
न गुरोः परमंशिशुरस्मि गुरोः
मतिरस्ति गुरो मम पाहि गुरो ॥

श्रीमंत राजश्री भवानराव श्रीनिवासराम ऊर्फ बाळासाहेब
पंत प्रतिनिधि बी. ए. अधिपति सं. औंध,



जै
माता
के

कृपय

हर रखें। ॐ

जय
मोलेनाथ





चि॒त्रं दे॒वाना॑मु॒दगा॑दनी॒कं चक्षु॑र्मि॒त्रस्य॑ वरु॒णस्या॑ग्नेः ।
आप्रा॑ द्यावा॑पृथि॒वी अ॒न्तरि॑क्षं॒ सूर्य॑ आ॒त्मा जग॑तस्त॒स्थुष॑श्च ॥

citram devānām ud agād anīkaṃ cakṣur mitrasya
varuṇasyāgneḥ |
āprā dyāvāpṛthivī antarikṣaṃ sūrya ātmā jagatas
tasthuṣaś ca ||

Rigveda 1.115.1



**Трча калпа
намаскар**



उद्यन्नद्य मितमह आरोहन्नुत्तरां दिवं ।

हृद्रोगं मम सूर्य हरिमाणं च नाशय ॥ ११

udyannadya mitramaha ārohannuttārāṃ divāṃ .
hṛdrogaṃ mamā sūrya harimāṇaṃ ca nāśaya .. 11

शुकैषु मे हरिमाणं रोपणाकासु दध्मसि ।

अथो हारिद्रवेषु मे हरिमाणं नि दध्मसि ॥ १२

śukēṣu me harimāṇaṃ ropaṇākāsu dadhmasi .
atho hāridraveṣu me harimāṇaṃ ni dadhmasi .. 12

उदगादयमादित्यो विश्वेन सहसा सह ।

द्विषन्तं मह्यं रंधयन्मो अहं द्विषते रंधं ॥ १३

udāgādayamādityo viśvena sahasā saha .
dviṣantaṃ mahyaṃ raṇdhayanmo ahaṃ dviṣate rādhāṃ .. 13



Эти три мантры составляют Рогагхна Упанишаду.

Риши Прасканва освободился от кожной болезни, поклоняясь Сурье с этими мантрами. С тех пор они употребляются для освобождения от болезней.

**Эти мантры избавляют от грехов, болезней и ядов.
Их плод — счастливое благосостояние
и духовное благополучие.**



Ачман

ॐ जीवा स्थ जीव्यासं सर्वमायूर्जीव्यसं ॥ १ ॥

om jīvā stha jīvyāsaṃ sarvamāyūrjīvyasaṃ .. 1 ..

ॐ ऊपजीवा स्थाप् जीव्यासं सर्वमायूर्जीव्यसं ॥ २ ॥

om ūpajīvā sthâp jīvyāsaṃ sarvamāyūrjīvyasaṃ .. 2 ..

ॐ संजीवा स्थ सं जीव्यासं सर्वमायूर्जीव्यसं ॥ ३ ॥

om saṃjīva stha saṃ jīvyāsaṃ sarvamāyūrjīvyasaṃ .. 3 ..

ॐ जीव्ला स्थ जीव्यासं सर्वमायूर्जीव्यसं ॥ ४ ॥

om jīvlā stha jīvyāsaṃ sarvamāyūrjīvyasaṃ .. 4 ..

ॐ ईन्द्र जीव सुर्या जीव देव जीवा जीव्यासं सर्वमायूर्जीव्यसं ॥ ५ ॥

om īndra jīva suryā jīva dēva jīvā jīvyāsaṃ sarvamāyūrjīvyasaṃ .. 5 ..

В соответствии с Шаунакой Атхарваведой



Пранаяма



Санкальпа



आचम्य प्राणानायम्य ॥ विष्णुर्विष्णुर्विष्णुः ॥
अद्यपूर्वोच्चरित एवंगुणविशेषण विशिष्टायां शुभपुण्यतिथौ ॥
मम शरीरे आरोग्यता प्राप्त्यर्थं श्रीसवितासूर्यनारायण प्राप्त्यर्थं
(सूर्यनमस्कार संख्या / वेळ याचा उच्चार) सूर्यनमस्कारान् करीष्ये ॥

ācamya prāṇānāyamya .. viṣṇurviṣṇurviṣṇuḥ ..

adyapūrvoccarita evaṃguṇaviśeṣaṇa viśiṣṭāyāṃ śubhapuṇyatithau ..

mama śarīre ārogyatā prāptyarthaṃ śrīsavitāsūryanārāyaṇa prāptyarthaṃ

(sūryanamaskāra saṃkhyā / veḷa yācā uccāra) sūryanamaskārān karīṣye ..

В день такой-то (называются свойства дня и сам день) ради достижения
Шри Савита Сурьянараяны для излечения моего тела я совершу столько-то
(называется число) поклонов Сурье.



Дхьяна



ध्येयः

सदासवितृ मंडल मध्यवर्ती

नारायणः सरसिजासनसन्निविष्टः

केयूरवान् मकर कुंडलवान् किरीटी

हारी हिरण्यमयवरपुर्धृत शंखचक्रः ॥

dhyeyah

sadāsavitṛ maṇḍala madhyavartī

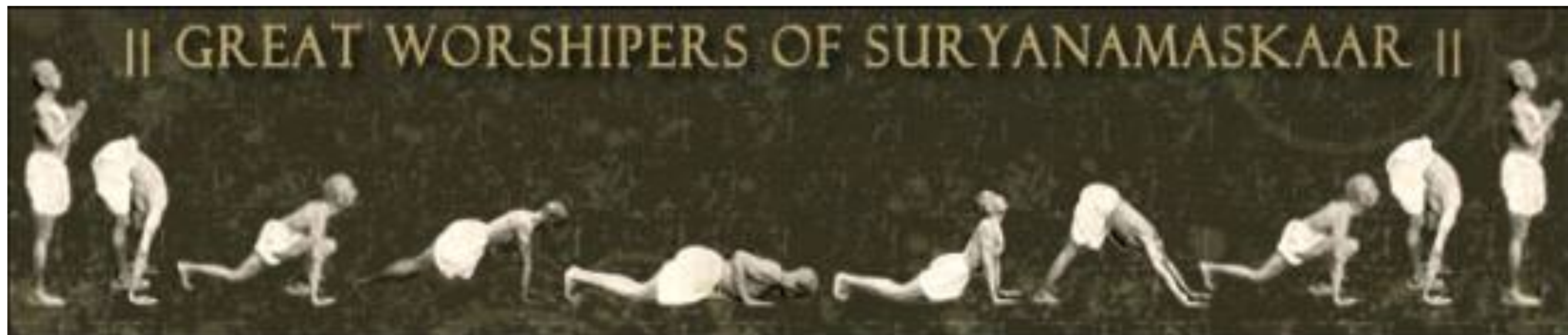
nārāyaṇaḥ sarasijāsanasanniviṣṭaḥ

keyūravān makara kuṇḍalavān kirīṭī

hārī hiraṇyamayavarapurdhṛta śaṃkhacakraḥ ॥



Сурьянамаскары



9+1 движение в непрерывном цикле из трех дыханий по три части в каждом, сопровождаемое мантрами в начале каждого цикла движений

उद्यन्नद्य मितमह आरोहन्नुत्तरां दिवं ।

हृद्रोगं मम सूर्य हरिमाणं च नाशय ॥ ११

udyanadya mitramaha ārohanuttārāṃ divāṃ .
hṛdrogaṃ mamā sūrya harimāṇaṃ ca nāśaya .. 11

शुकैषु मे हरिमाणं रोपणाकासु दध्मसि ।

अथो हारिद्रवेषु मे हरिमाणं नि दध्मसि ॥ १२

śukēṣu me harimāṇaṃ ropaṇākāsu dadhmasi .
atho hāridraveṣu me harimāṇaṃ ni dadhmasi .. 12

उदगादयमादित्यो विश्वेन सहसा सह ।

द्विषंतं मह्यं रंधयन्मो अहं द्विषते रंधं ॥ १३

udāgādayamādityo viśvēna sahāsā saha .
dviṣantaṃ mahyaṃ raṇdhayanmo ahaṃ dviṣate rādhaṃ .. 13

ॐ auṃ

हां hrāṃ

हः hraḥ

हीं hrīṃ



ह्रौं hrauṃ

हूं hrūṃ

ह्रैं hrāiṃ



ॐ ह्रां ह्रीं ह्रूं ह्रैं ह्रौं ह्रः ॐ ह्रां ह्रीं ह्रूं ह्रैं ह्रौं ह्रः उद्यन्नद्य मित्ममह आरोहन्नुत्तरां दिवम्, हृद्रोगं मम सूर्य हरिमाणञ्च नाशय, शुकेषु मे हरिमाणम् रोपणाकासु दध्मसि, अथो हारिद्रवेषु मे हरिमाणं निदध्मसि, उदगादयमादित्यः विश्वेन सहसा सह, द्विषन्तं मम रन्धयन् मो अहं द्विषतो रधम् । ॐ ह्रां ह्रीं ह्रूं ह्रैं ह्रौं ह्रः मित्त्र-रवि-सूर्य-भानु-खग-पूष-हिरणगर्भ-मरीच्यादित-सवित्त्रर्क-भास्करेभ्यो नमः

om hrām hrīm hrūm hraiṃ hrauṃ hraḥ om hrām hrīm hrūm hraiṃ hrauṃ hraḥ udyannadya mitramaha ārohannuttarām divam, hṛdrogaṃ mama sūrya harimāṇaṅca nāśaya, śukeṣu me harimāṇam ropaṇākāsu dadhmasi, atho hāridraveṣu me harimāṇam nidadhmasi, udagādayamādityaḥ viśvena sahasā saha, dviṣantaṃ mama randhayan mo ahaṃ dviṣato radham । om hrām hrīm hrūm hraiṃ hrauṃ hraḥ mitra-ravi-sūrya-bhānu-khaga-pūṣa-hiraṇagarbha-marīcyādita-savitrarka-bhāskarebhyo namaḥ



Кармапхала тьяга

Тиртха श्लोका

आदितस्य नमस्कारान ये कुर्वन्ती दिने दिने
जन्मांतरसहस्रेषु दारिद्र्यं नोपजायते ॥
नामोधर्मविधानाय नमस्ते कृतसाक्षिणे
नमः प्रत्यक्षदेवाय भास्कराय नमोनमः ॥
अनेन सूर्यनमस्काराख्येन कर्मणा भगवान्
श्रीसविता सूर्यनारायणः प्रीयतां न मम् ॥
अकालमृत्यु हरणं सर्व व्याधि विनाशनं
सूर्य पादोदकं तीर्थ जठरे धारयाम्यहं ॥

ādityasya namaskārāna ye kurvantī dine dine
janmāṃtarasahastreṣu dāridrayaṃ nopajāyate ॥
nāmodharmavidhānāya namaste kṛtasākṣiṇe
namaḥ pratyakṣadevāya bhāskarāya namonama: ॥
anena sūryanamaskārākhyena karmaṇā bhagavān
śrīsavitā suryanārāyaṇaḥ prīyatāṃ na mam ॥
akālamṛtyu haraṇaṃ sarva vyādhi vināśanaṃ
sūrya pādodakaṃ tīrtha jaṭhare dhārayāmyahaṃ ॥

हां
hrām

हं
hrah

हीं
hrīm

ॐ
aum

हौं
hraum

हूं
hrūm

ह्रौं
hraiṃ