

श्रीः

श्री लक्ष्मीनृसिंह परब्रह्मणे नमः



यजुर् उपाकर्म

ओं श्री लक्ष्मीनृसिंह परब्रह्मणे नमः

(The list is Hyperlinked to the text)

यजुर् उपाकर्म

कामोकार्षीत् मन्युरकार्षीत् महा मंत्र जपः

काण्ड ऋषि तर्पणम्

गायत्री जपः

गोत्र प्रवर

ACKNOWLEDGMENTS

Web Pages



(www.tripod.lycos.com)

Document Prepared using
Baraha multilanguage free software



(www.baraha.com)

Please forward suggestions/comments
to
trchari@yahoo.com

श्रीः

यजुर् उपाकर्म

कामोकार्षीत् मन्युरकार्षीत् महा मंत्र जपः

After the ritual bath, wear fresh clothes (maDi), and face East::

आचमनं ::

अच्युताय नमः, अनन्ताय नमः, गोविन्दाय नमः,

(स्थलशुद्धि प्रोक्षणं, आसनं, तदुपरि) प्राणायामं ::

ओं भूः, ओं भुवः, ओं सुवः, -----

दैव, देवता, गुरुवन्दनं ::

ओं श्री लक्ष्मीनृसिंह परब्रह्मण नमः
श्री पद्मावती समेत श्री वेङ्कटेशाय नमः
श्री विष्णवे परमात्मने नमः
श्रीमते रामानुजाय नमः
श्री निगमान्त महादेशिकाय नमः
श्री सायिराम्

ओं अस्मद् गुरुभ्यो नमः
ओं अस्मद् परम गुरुभ्यो नमः
ओं अस्मद् सर्व गुरुभ्यो नमः
श्रीमते श्री आदिवण् शठकोप यतीन्द्र महा देशिकाय नमः
माता पितायै नमः

यस्याभवद्भक्त जनार्तिहन्तुः पितृत्वमन्येष्वविचार्य तूर्णम् ।
स्तम्भेऽवतारस्तमन्यलभ्यं लक्ष्मी नृसिंहं शरणं प्रपद्ये ॥

श्रीमान् वेङ्कटनाथार्यः कवितार्किककेसरी ।

वेदान्ताचार्यवर्योमे सन्निधत्तां सदाहृदि ॥

गुरुभ्यस्तद् गुरुभ्यश्च नमोवाकमधीमहे ।

वृणीमहे च तत्राद्यौ दंपती जगतां पती ॥

श्रीमन्नभीष्टवरद । त्वामस्मि शरणंगतः ॥

स्वशेषभूतेन मया स्वीयैः सर्वपरिच्छदैः ।

विधातुं प्रीतमात्मानं देवः प्रक्रमते स्वयम् ॥

शुक्लांबरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।

प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोपशान्तये ॥

यस्य द्विरदवक्त्राद्याः पारिषद्याः परःशतम् ।

विघ्नं निघ्नन्ति सततं विष्वक्सेनं तं आश्रये ॥

सङ्कल्पः :: (hold the palms in sa~gkalpa mudra)

हरिः ओं तत् सत् श्रीगोविन्द गोविन्द गोविन्द अस्य श्री भगवतो महा
पुरुषस्य विष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्य आद्य (ब्रह्मणो) ब्रह्मणः द्वितीय परार्धे
श्री श्वेतवराह कल्पे वैवस्वत मन्वन्तरे कलियुगे प्रथम पादे (जंबू द्वीपे,

भारत वर्षे, भरत खंडे, शकाब्दे, मेरोः दक्षिणे पार्श्वे) अस्मिन्

वर्तमानानां व्यावहारिकाणां प्रभवादीनां षष्ठ्याः संवत्सराणां मध्येः

-----नाम संवत्सरे-----अयने-----ऋतौ-----मासे

-----पक्षे-----शुभ तिथौ-----वासर-----नक्षत्र

युक्तायां

श्रीविष्णुयोग विष्णुकरण शुभ योग शुभ करण एवं गुण विशेषण
विशिष्टायां अस्यां ----- शुभ तिथौ
श्री भगवदाज्ञया श्रीमन्नारायण प्रीत्यर्थं, तैष्यां, पौर्णमास्यां
अध्यायोत्सर्जन अकरण प्रायश्चित्तार्थं अष्टोत्तर सयस्र (शत) संख्यया
कामोकार्षीत् मन्युरकार्षीत् महा मंत्र जपं करिष्ये ॥

सात्विक त्यागः :: (hold the palms in namaskara posture)

ओं भगवानेव स्वनियाम्य स्वरूपस्थिति प्रवृत्ति स्वशेषतैकरसेन अनेन
आत्मना कर्त्रा स्वकीयैश्चोपकरणैः स्वाराधनैक प्रयोजनाय परम पुरुषः
सर्वशेषी श्रियःपतिः स्वशेष भूतमिदं कामोकार्षीत् मन्युरकार्षीत् महा
मंत्र जपं कर्म भगवान् स्वस्मै स्वप्रीतये स्वयमेव कारयति ::

मंत्र जपः ::

कामोकार्षीत् मन्युरकार्षीत् नमो नमः ॥ कामोकार्षीत् मन्युरकार्षीत् नमो
नमः ॥ (1008 times or **at least 108 times**)

अभिवादनं ::

अभिवादये (.....) (.....) (.....)

(.....) ऋषेय प्रवरान्वित

(.....) गोत्रः

(.....) सूत्रः

(.....) शाखाध्यायी

श्री (.....) शर्मानामाहं अस्मिभोः॥

(gOtra pravara details given at the end)

दिक् वन्दनं

ओं प्राच्यै दिशे नमः	Facing East
ओं दक्षिणायै दिशे नमः	Facing South
ओं प्रतीच्यै दिशे नमः	Facing West
ओं उदीच्यै दिशे नमः	Facing North
ओं ऊर्ध्वाय नमः	Facing East, show the folded palms upwards
ओं अधराय नमः	Facing East, show the folded palms to the ground
ओं अन्तरिक्षाय नमः	Facing East, show the folded palms upwards
ओं भूम्यै नमः	Facing East, show the folded palms to the ground
ओं विष्णवे नमः	Facing East, show the folded palms straight

ध्येयस्सदा सवितृमण्डल मध्यवर्ती
नारायणः सरसिजासन सन्निविष्टः ।
केयूरवान् मकरकुण्डलवान् किरीटी
हारी (हिरण्यय)हिरण्मय वपुः धृत शङ्ख चक्रः ॥
शङ्ख चक्र गदा पाणे द्वारका निलयाच्युत ।
गोविन्द पुण्डरीकाक्ष रक्ष मां शरणागतम् ॥
नमो ब्रह्मण्य देवाय गोब्राह्मणहिताय च ।
जगद्धिताय कृष्णाय श्री गोविन्दाय नमो नमः ॥

प्रणम्य, (साष्टांग प्रणामं) अभिवादयेत् ::

अभिवादये (.....) (.....) (.....)

(.....) ऋषेय प्रवरान्वित, (.....) गोत्रः (.....) सूत्रः,

(.....) शाखाध्यायी श्री (.....) शर्मानामाहं अस्मिभोः॥

श्री कृष्णायनमः, श्री कृष्णायनमः, श्री कृष्णायनमः,

do japam 10 times

पुनराचमनं ::

अच्युताय नमः, अनन्ताय नमः, गोविन्दाय नमः,

जप प्रदेश शुद्धिप्रोक्षणं, तदुपरि सात्विक त्यागः :....

ओं भगवानेव कामोकार्षीत् मन्युरकार्षीत् महा मंत्र जपं कर्म भगवान्
स्वस्मै स्वप्रीतये स्वयमेव कारितवान्

श्रीरङ्ग मङ्गळनिधिं करुणानिवासम्
श्रीवेङ्कटाद्रि शिखरालय कालमेघम् ।
श्रीहस्तिशैल शिखरोज्वल पारिजातम्
श्रीशं नमामि शिरसा यदुशैल दीपम् ॥

कायेनवाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्याऽऽत्मना वा प्रकृतेः स्वभावात् ।
करोमि यद्यत्सकलं परस्मै श्रीमन्नारायणायेति समर्पयामि ॥

सर्वं श्री कृष्णार्पणमस्तु

काण्ड ऋषि तर्पणं

आचमनं ::

अच्युताय नमः, अनन्ताय नमः, गोविन्दाय नमः,

(स्थलशुद्धि प्रोक्षणं, आसनं, तदुपरि) प्राणायामं ::

ओं भूः, ओं भुवः, ओं सुवः, -----

दैव, देवता, गुरु वन्दनं ::

ओं श्री लक्ष्मीनृसिंह परब्रह्मण नमः
श्री पद्मावती समेत श्री वेङ्कटेशाय नमः
श्री विष्णवे परमात्मने नमः
श्रीमते रामानुजाय नमः
श्री निगमान्त महादेशिकाय नमः
श्री सायिराम्

ओं अस्मद् गुरुभ्यो नमः
ओं अस्मद् परम गुरुभ्यो नमः
ओं अस्मद् सर्व गुरुभ्यो नमः
श्रीमते श्री आदिवण् शठकोप यतीन्द्र महा देशिकाय नमः
माता पितायै नमः

यस्याभवद्भक्त जनार्तिहन्तुः पितृत्वमन्येष्वविचार्य तूर्णम् ।
स्तम्भेऽवतारस्तमनन्यलभ्यं लक्ष्मी नृसिंहं शरणं प्रपद्ये ॥

श्रीमान् वेङ्कटनाथार्यः कवितार्किककेसरी ।
वेदान्ता चार्य वर्योमे सन्निधत्तां सदाहृदि ॥
गुरुभ्यस्तद् गुरुभ्यश्च नमोवाकमधीमहे ।
वृणीमहे च तत्राद्यौ दंपती जगतां पती ॥

श्रीमन्नभीष्ट वरद । त्वामस्मि शरणंगतः॥

स्वशेष भूतेन मया स्वीयैः सर्व परिच्छदैः ।

विधातुं प्रीतमात्मानं देवः प्रक्रमते स्वयम् ॥

शुक्लांबरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।

प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्व विघ्नोपशान्तये ॥

यस्य द्विरद वक्त्राद्याः पारिषद्याः परःशतम् ।

विघ्नं निघ्नन्ति सततं विष्वक्सेनं तंआश्रये ॥

सङ्कल्पः :: (hold the palms in sa~gkalpa mudra)

हरिः ओं तत् सत् श्रीगोविन्द गोविन्द गोविन्द अस्य श्री भगवतो महा

पुरुषस्य विष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्य आद्य (ब्रह्मणो) ब्रह्मणः द्वितीय परार्धे

श्री श्वेतवराह कल्पे वैवस्वत मन्वन्तरे कलियुगे प्रथम पादे (जंबू द्वीपे,

भारत वर्षे, भरत खंडे, शकाब्दे, मेरोः दक्षिणे पार्श्वे) अस्मिन्

वर्तमानानां व्यावहारिकाणां प्रभवादीनां षष्ठ्याः संवत्सराणां मध्येः

-----नाम संवत्सरे-----अयने-----ऋतौ-----मासे

-----पक्षे-----शुभ तिथौ-----वासर-----नक्षत्र युक्तायां

श्रीविष्णुयोग विष्णुकरण शुभ योग शुभ करण एवं गुण विशेषण

विशिष्टायां अस्यां ----- शुभ तिथौ

श्री भगवदाज्ञया श्रीमन्नारायण प्रीत्यर्थं, श्रावण्यां, पौर्णमास्यां

अध्यायोपाकर्म करिष्ये. तदङ्गं काण्डऋषि तर्पणं करिष्ये. तदङ्गं

यज्ञोपवीत धारणं करिष्ये. तदङ्गं कावेरी स्नानमहं करिष्ये.॥

(केवलं ब्रह्मचारिणः):-

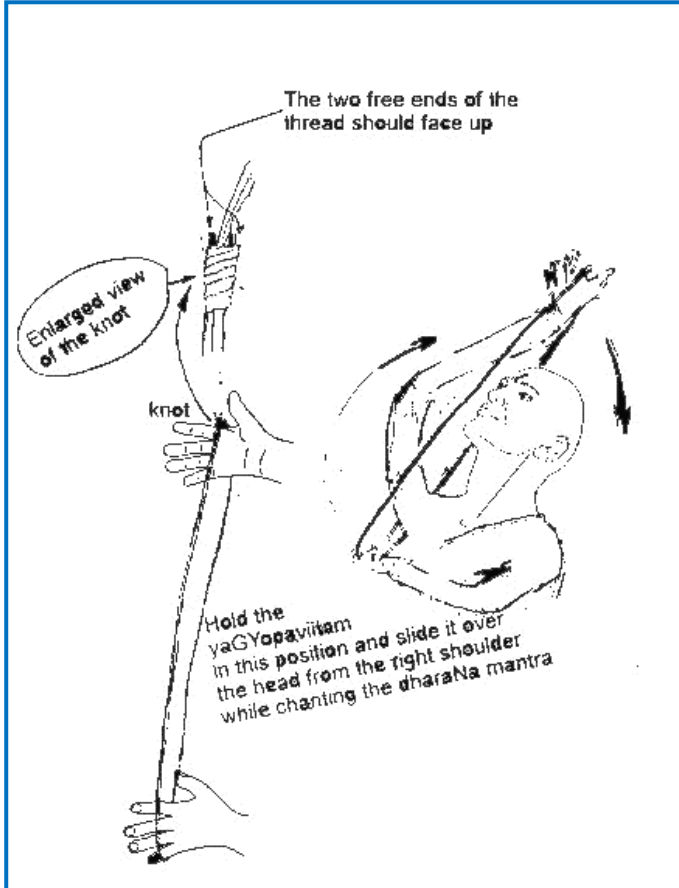
तदङ्गतया मौञ्ज्यजिन, दंडधारणानि च करिष्ये

सर्वे सात्विक त्यागः :: (hold the palms in namaskAra posture)

ओं भगवानेव स्वनियाम्य स्वरूपस्थिति प्रवृत्ति स्वशेषतैकरसेन अनेन
आत्मना कर्त्रा स्वकीयैश्चोपकरणैः स्वाराधनैक प्रयोजनाय परम पुरुषः
सर्वशेषी श्रियःपतिः स्वशेष भूतमिदं कर्म भगवान् स्वस्मै स्वप्रीतये
स्वयमेव कारयति ::

मंत्र प्रोक्षणं ::

*If kANDaRuShi tarpanaM is done immediately after कामोकार्षीत्
मन्युरकार्षीत् महा मंत्र जपं, Atma prOkShaNa will suffice.
Otherwise, one should take a bath.*



यज्ञोपवीत धारणं ::

यज्ञोपवीत धारण मन्त्रस्य ब्रह्मा ऋषिः	शिरसि
तृष्णुप् छन्दः	नासाग्रम्
त्रयीविद्या देवता	हृदयं/नाभि

यज्ञो पवीतं परमं पवित्रं प्रजापतेर्यत्सहजं पुरस्तात्.
आयुष्य मर्त्यं प्रति मुञ्च शुभ्रं यज्ञो पवीतं बलमस्तु तेजः..

(केवलं गृहस्ताः द्वितीय यज्ञोपवीतं):-

पुनराचमनं ::

अच्युताय नमः, अनन्ताय नमः, गोविन्दाय नमः,

पुनः प्राणानायम्य ::

ओं भूः, ओं भुवः, ओं सुवः -----

पुनः संकल्पः ::

अद्य पूर्वोक्तवत् ऐवम् गुण विशेषण विशिष्टायां अस्यां -----
----- शुभ तिथौ श्री भगवदाज्ञया श्रीमन् नारायणप्रीत्यर्थं
गार्हस्थ्यार्थं द्वितीय यज्ञोपवीत धारणम् करिष्ये

यज्ञोपवीत धारण मन्त्रस्य ब्रह्मा ऋषिः	शिरसि
तृष्णुप् छन्दः	नासाग्रम्
त्रयीविद्या देवता	हृदयं/नाभि

यज्ञो पवीतं परमं पवित्रं प्रजापतेर्यत्सहजं पुरस्तात्.
आयुष्य मर्त्यं प्रति मुञ्च शुभ्रं यज्ञो पवीतं बलमस्तुतेजः..

Everyone:: :: पुनराचमनं ::

अच्युताय नमः, अनन्ताय नमः, गोविन्दाय नमः,

पुरातन यज्ञोपवीत विसर्जनं ::

उपवीतं छिन्नं तन्तुं जीर्णं कश्मळं दूषितं
विसृजामि पुनर् ब्रह्मान् वर्चो दीर्घायुरस्तु मे ॥

(केवलं ब्रह्मचारिणः मौञ्जी, अजिनं, दंड धारणं):-

मौञ्जी ::

इयं दुरुक्तात् परिबाधमाना, शर्मवरूढं पुनती न आगात् ।
प्राणापानाभ्यां बलमाभरन्ती प्रिया देवानां सुभगा मेखलेयं ॥
ऋतस्य गोप्त्री तपसः परस्वी, घ्नतीरक्षः सहमाना अरातीः ।
सानः समन्तं अनुपरीहि भद्रया भर्तारन्ते मेखले मारिषाम ॥

अजिनं ::

मित्रस्य चक्षुर्दरुणं बलीयः तेजो यशस्विस्थविरं समिद्धं ।
अनाहनस्यं वसनंजरिष्णु परिदं वाज्यजिनं दधेहं ॥

दंडं ::

सुश्रवः सुश्रवसं माकुरु यथात्वं सुश्रवः सुश्रवा असि
ऐवमहं सुश्रवः सुश्रवा भूयासं ।
यथात्वं सुश्रवोदेवानां निधिगोपोऽसि
ऐवमहं ब्राह्मणानां निधिगोपोभूयासं ॥

Everyone:: काण्डऋषि तर्पणं :: पुनराचमनं ::

अच्युताय नमः, अनन्ताय नमः, गोविन्दाय नमः,

Wear the यज्ञोपवीतं (निवीत रीति) around the neck in the manner of a garland hold it down in the palms with the thumbs and perform काण्डऋषि तर्पणं with a mixture of sesame seeds and rice.

Each offering to be done thrice.

अर्घ्य रीत्या -----

प्रजापतिं काण्डऋषिं तर्पयामि, प्रजापतिं ---
सोमं काण्डऋषिं तर्पयामि, सोमं -- सोमं ---
अग्निं काण्डऋषिं तर्पयामि, अग्निं ---- अग्निं -----
विश्वान् देवान् काण्डऋषिं तर्पयामि, विश्वान् देवान् ---
साम्हितीर्देवता उपनिषदः तर्पयामि, साम्हितीर्देवता ---
याज्ञिकीर्देवता उपनिषदः तर्पयामि, याज्ञिकीर्देवता ----
वारुणीर्देवता उपनिषदः तर्पयामि, वारुणीर्देवता ---

ब्रह्म तीर्थ रीत्या --- (rear of palm, between wrists)

ब्रह्माणं स्वायंभुवं तर्पयामि, ब्रह्माणं ---- ब्रह्माणं -----

(through tips of little fingers)

सदसस्पतिं तर्पयामि, सदसस्पतिं --, सदसस्पतिं-----

अर्घ्य रीत्या -----

ऋग्वेदं तर्पयामि, ऋग्वेदं ---
यजुर्वेदं तर्पयामि, यजुर्वेदं -----
सामवेदं तर्पयामि, साम वेदं -----
अथर्वण वेदं तर्पयामि, अथर्वण -----
इतिहासान् तर्पयामि, इतिहासान् -----
पुराणान् तर्पयामि, पुराणान् -----
कल्पान् तर्पयामि, कल्पान् -----

Those who do pitRu tarpaNaM should do it at this stage

सात्विक त्यागः ::::

ओं भगवानेव परम पुरुषः सर्वशेषी श्रियःपतिः स्वशेष भूतमिदं कर्म
भगवान् स्वस्मै स्वप्रीतये स्वयमेव कारितवान् अनेन प्रीयतां
श्री वासुदेवः.

कायेनवाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्याऽऽत्मना वा प्रकृतेः स्वभावात् ।
करोमि यद्यत्सकलं परस्मै श्रीमन्नारायणायेति समर्पयामि ॥

सर्वं श्री कृष्णार्पणमस्तु

गायत्री जपः

After the ritual bath, wear fresh clothes (maDi), and face East::

आचमनं ::

अच्युताय नमः, अनन्ताय नमः, गोविन्दाय नमः,.

(स्थलशुद्धि प्रोक्षणं, आसनं, तदुपरि) प्राणायामं ::

ओं भूः, ओं भुवः, ओं सुवः, -----

दैव, देवता, गुरुवन्दनं ::

ओं श्री लक्ष्मीनृसिंह परब्रह्मण नमः
श्री पद्मावती समेत श्री वेङ्कटेशाय नमः
श्री विष्णवे परमात्मने नमः
श्रीमते रामानुजाय नमः
श्री निगमान्त महादेशिकाय नमः
श्री सायिराम्

ओं अस्मद् गुरुभ्यो नमः
ओं अस्मद् परम गुरुभ्यो नमः
ओं अस्मद् सर्व गुरुभ्यो नमः
श्रीमते श्री आदिवण् शठकोप यतीन्द्र महा देशिकाय नमः
माता पितायै नमः

यस्याभवद्भक्त जनार्तिहन्तुः पितृत्वमन्येष्वविचार्य तूर्णम् ।
स्तम्भेऽवतारस्तमनन्यलभ्यं लक्ष्मी नृसिंहं शरणं प्रपद्ये ॥

श्रीमान् वेङ्कटनाथार्यः कवितार्किककेसरी ।
 वेदान्ताचार्यवर्योमे सन्निधत्तां सदाहृदि ॥
 गुरुभ्यस्तद् गुरुभ्यश्च नमोवाकमधीमहे ।
 वृणीमहे च तत्राद्यौ दंपती जगतां पती ॥
 श्रीमन्नभीष्टवरद । त्वामस्मि शरणंगतः॥
 स्वशेषभूतेन मया स्वीयैः सर्वपरिच्छदैः ।
 विधातुं प्रीतमात्मानं देवः प्रक्रमते स्वयम् ॥
 शुक्लांबरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम् ।
 प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोपशान्तये ॥
 यस्य द्विरदक्त्राद्याः पारिषद्याः परःशतम् ।
 विघ्नं निघ्नन्ति सततं विष्वक्सेनं तं आश्रये ॥

सङ्कल्पः :: (hold the palms in sa~gkalpa mudra)

हरिः ओं तत् सत् श्रीगोविन्द गोविन्द गोविन्द अस्य श्री भगवतो महा
 पुरुषस्य विष्णोराज्ञया प्रवर्तमानस्य आद्य (ब्रह्मणो) ब्रह्मणः द्वितीय परार्धे
 श्री श्वेतवराह कल्पे वैवस्वत मन्वन्तरे कलियुगे प्रथम पादे (जंबू द्वीपे,
 भारत वर्षे, भरत खंडे, शकाब्दे, मेरोः दक्षिणे पार्श्वे) अस्मिन्
 वर्तमानानां व्यावहारिकाणां प्रभवादीनां षष्ठ्याः संवत्सराणां मध्येः
 -----नाम संवत्सरे-----अयने-----ऋतौ-----मासे-----
 पक्षे-----शुभ तिथौ-----वासर-----नक्षत्र युक्तायां
 श्रीविष्णुयोग विष्णुकरण शुभ योग शुभ करण एवं गुण विशेषण
 विशिष्टायां अस्यां ----- शुभ तिथौ

श्री भगवदाज्ञया श्रीमन्नारायण प्रीत्यर्थं, मिथ्याधीत प्रायश्चित्तार्थं
अष्टोत्तर सयस्र (1008) संख्यया गायत्री महा मंत्र जपं करिष्ये ॥

सात्विक त्यागः :: (hold the palms in namaskara posture)

ओं भगवानेव स्वनियाम्य स्वरूपस्थिति प्रवृत्ति स्वशेषतैकरसेन अनेन
आत्मना कर्त्रा स्वकीयैश्रोपकरणैः स्वाराधनैक प्रयोजनाय परम पुरुषः
सर्वशेषी श्रियःपतिः स्वशेष भूतमिदं मिथ्याधीत प्रायश्चित्तार्थं गायत्री
महा मंत्र जपं कर्म भगवान् स्वस्मै स्वप्रीतये स्वयमेव कारयति ::

गायत्री आवाहनम्

आयातु इत्यनुवाकस्य वामदेव ऋषिः	शिरसि
अनुष्टुप् छंदः	नासाग्रम्
गायत्री देवता	हृदयं/नाभि

गायत्री आवाहने विनियोगः

आयातु वरदा देवी अक्षरं ब्रह्म सम्मितम् ।

गायत्रीं छन्दसां मातेदं ब्रह्म जुषस्वनः ।

ओजोसि सहोसि, बलमसि भ्राजोसि, देवानां धाम नामासि,

विश्वमसि विश्वायुः, सर्वमसि सर्वायुः अभिभूरां

गायत्रीं आवाहयामि (आत्म आवाहनम्)

सावित्रीं आवाहयामि (आत्म आवाहनम्)

सरस्वतीं आवाहयामि (आत्म आवाहनम्)

सावित्र्या ऋषिः विश्वामित्रः	शिरसि
देवी गायत्री छंदः	नासाग्रम्
सविता देवता	हृदयं/नाभि

यो देवो सवितास्माकं धियो धर्मादि गोचराः ।
 प्रेरयेत् तस्य यद्भर्गः तद्वरेण्यमुपास्महे ॥
 आदित्यमण्डलेध्यायेत् परमात्मानमव्ययम् ।
 विष्णुं चतुर्भुजं रत्नकुण्डलैर्मण्डिताङ्गनम् ॥
 सर्वरत्न समायुक्त सर्वाभरण भूषिताम् ।
 एवं ध्यात्वा जपेन्नित्यं मन्त्रमष्टोत्तरं शतम् ॥

गायत्री जपः

ओं । भूर्भुवस्सुवः । तत्सवितुर्वरेणियं ।
 भर्गो देवस्य धीमहि । धियो योनः प्रचोदयात् ॥
 ओं । भूर्भुवस्सुवः ।

japaM to be performed 1008 times.

गायत्री उपस्थानम्

पुनः प्राणायामं

ओं भूः, ओं भुवः, ओं सुवः, ओं महः,

सङ्कल्पः

श्री भगवदाज्ञया श्रीमन्नारायण प्रीत्यर्थं गायत्री उपस्थानं करिष्ये

उत्तम इत्यनुवाकस्य वामदेव ऋषिः	शिरसि
अनुष्टुप् छंदः	नासाग्रम्
गायत्री देवता	हृदयं/नाभि

गायत्री उद्वासने
विनियोगः

(Perform the udvaasana mudra with the palms, stand up, and hold the palms in praNaama/namaste posture)

उत्तमे शिखरे देवी भूम्यां पर्वत मूर्धनि ।
ब्राह्मणेभ्यो ह्यनुज्ञानं गच्छदेवि यथा सुखम् ॥

सन्ध्यादि देवता वन्दनं

ओं सन्ध्यायै नमः	Facing East
ओं सावित्र्यै नमः	Facing South
ओं गायत्र्यै नमः	Facing West
ओं सरस्वत्यै नमः	Facing North
ओं सर्वाभ्यो देवताभ्यो नमो नमः	Facing East
ओं कामोकार्षीत् मन्युरकार्षीत् नमो नमः	Facing East

अभिवादनं ::

अभिवादये (.....) (.....) (.....)
(.....) ऋषेय प्रवरान्वित
(.....) गोत्रः (.....) सूत्रः
(.....) शाखाध्यायी
श्री (.....) शर्मानामाहं अस्मिभोः॥

दिक् वन्दनं

ओं प्राच्यै दिशे नमः	Facing East
ओं दक्षिणायै दिशे नमः	Facing South
ओं प्रतीच्यै दिशे नमः	Facing West
ओं उदीच्यै दिशे नमः	Facing North
ओं ऊर्ध्वाय नमः	Facing East, show the folded palms upwards
ओं अधराय नमः	Facing East, show the folded palms to the ground
ओं अन्तरिक्षाय नमः	Facing East, show the folded palms upwards
ओं भूम्यै नमः	Facing East, show the folded palms to the ground
ओं विष्णवे नमः	Facing East, show the folded palms straight

ध्येयस्सदा सवितृमण्डल मध्यवर्ती
नारायणः सरसिजासन सन्निविष्टः ।
केयूरवान् मकरकुण्डलवान् किरीटी
हारी (हिरण्यय)हिरण्मय वपुः धृत शङ्ख चक्रः ॥
शङ्ख चक्र गदा पाणे द्वारका निलयाच्युत ।
गोविन्द पुण्डरीकाक्ष रक्ष मां शरणागतम् ॥
नमो ब्रह्मण्य देवाय गोब्राह्मणहिताय च ।
जगद्धिताय कृष्णाय श्री गोविन्दाय नमो नमः ॥

प्रणम्य, (साष्टांग प्रणामं) अभिवादयेत् ::

अभिवादये (.....) (.....) (.....)

(.....) ऋषेय प्रवरान्वित, (.....) गोत्रः (.....) सूत्रः,

(.....) शाखाध्यायी श्री (.....) शर्मानामाहं अस्मिभोः॥

श्री कृष्णायनमः, श्री कृष्णायनमः, श्री कृष्णायनमः,

do japam 10 times

पुनराचमनं ::

अच्युताय नमः, अनन्ताय नमः, गोविन्दाय नमः,

जप प्रदेश शुद्धिप्रोक्षणं कृत्वा, तदुपरि सात्विक त्यागः ::..

ओं भगवानेव मिथ्याधीत प्रायश्चित्तार्थं गायत्री महा मंत्रं जपं कर्म
भगवान् स्वस्मै स्वप्रीतये स्वयमेव कारितवान्

श्रीरङ्ग मङ्गलनिधिं करुणानिवासम्
श्रीवेङ्कटाद्रि शिखरालय कालमेघम् ।
श्रीहस्तिशैल शिखरोज्वल पारिजातम्
श्रीशं नमामि शिरसा यदुशैल दीपम् ॥

कायेनवाचा मनसेन्द्रियैर्वा बुद्ध्याऽऽत्मना वा प्रकृतेः स्वभावात् ।
करोमि यद्यत्सकलं परस्मै श्रीमन्नारायणायेति समर्पयामि ॥

सर्वं श्री कृष्णार्पणमस्तु

* * * * *

गोत्र प्रवर

गोत्र	प्रवर
आत्रेय	आत्रेय, अर्चनानस, श्यावाश्व, त्रयाऋषेय
काश्यप	काश्यप, आवत्सार, शाण्डिल्य, त्रयाऋषेय
कौण्डिन्य	वाशिष्ठ, मैत्रावरुण, कौण्डिन्य, त्रयाऋषेय
कौशिक	वैश्वामित्र, आघमर्षण, कौशिक, त्रयाऋषेय
गार्ग्य	आङ्गीरस, शैन्य, गार्ग्य, त्रयाऋषेय
नैद्धुवकाश्यप	काश्यप, आवत्सार, नैद्धुव, त्रयाऋषेय
भारद्वाज	आङ्गीरस, बार्हस्पत्य, भारद्वाज, त्रयाऋषेय
वाधूल	भार्गव, वीतहव्य, सावेतस, त्रयाऋषेय
शठमर्षण	आङ्गीरस, त्रासदस्य, पौरुकुत्स, त्रयाऋषेय
शाण्डिल्य	काश्यप, आवत्सार, नैद्धुव, रेप, रैप, शौण्डिल्य, शाण्डिल्य, सप्ताऋषेय
श्रीवत्स	भार्गव, च्यावन, आप्नवान, और्व, जामदग्न्य, पंचाऋषेय
हरित	आङ्गीरस, अम्बरीष, यौवनाश्व, त्रयाऋषेय