

# ॥ Sūryanamaskāra-mantraḥ ॥

om hrām | udyannadya mītramahaḥ |

om hrīm | ārohanuttarām divam̐ |

om hrūm | hṛdrogam̐ mamā sūrya |

om hraim | harimāṇaṅca nāśaya |

om hraum | śukeṣu me harimāṇam̐ |

om hraḥ | roṇāṅkāsu dadhmasi |

om hrām | atho hāridraveṣu me |

om hrīm | harimāṇannidādhmasi |

om hrūm | udagādayamādityaḥ |

om hraim | viśvena sahasā saha |

om hraum | dviṣantaṁ mamā randhayaṁ |

om hraḥ | mo ahaṁ dviṣato rādham ॥