

24 Mantras des Sūrya Namaskāra

- 1^{ère} salutation : ओं हां मित्राय नमः *oṃ hrām mitrāya namaḥ*
2^{ème} salutation : ओं हीं रवये नमः *oṃ hrīm ravaye namaḥ*
3^{ème} salutation : ओं हं सूर्याय नमः *oṃ hrūṃ sūryāya namaḥ*
4^{ème} salutation : ओं ह्रै भानवे नमः *oṃ hraiṃ bhānave namaḥ*
5^{ème} salutation : ओं ह्रां खगाय नमः *oṃ hrauṃ khagāya namaḥ*
6^{ème} salutation : ओं हः पूष्णे नमः *oṃ hraḥ pūṣṇe namaḥ*
- 7^{ème} salutation : ओं हां हिरण्यगर्भाय नमः *oṃ hrām hiraṇyagarbhāya namaḥ*
8^{ème} salutation : ओं हीं मरीचये नमः *oṃ hrīm marīcaye namaḥ*
9^{ème} salutation : ओं हं आदित्याय नमः *oṃ hrūṃ ādityāya namaḥ*
10^{ème} salutation : ओं ह्रै सवित्रे नमः *oṃ hraiṃ savitre namaḥ*
11^{ème} salutation : ओं ह्रां अर्काय नमः *oṃ hrauṃ arkāya namaḥ*
12^{ème} salutation : ओं हः भास्कराय नमः *oṃ hraḥ bhāskarāya namaḥ*
- 13^{ème} salutation : ओं हां हीं मित्ररविभ्यां नमः *oṃ hrām hrīm mitra-ravibhyām namaḥ*
14^{ème} salutation : ओं हं ह्रै सूर्यभानुभ्यां नमः *oṃ hrūṃ hraiṃ sūrya-bhānubhyām namaḥ*
15^{ème} salutation : ओं ह्रां हः खगपूषभ्यां नमः *oṃ hrauṃ hraḥ khaga-pūṣabhyām namaḥ*
16^{ème} salutation : ओं हां हीं हिरण्यगर्भमरीचिभ्यां नमः *oṃ hrām hrīm hiraṇyagarbha-marīcibhyām namaḥ*
17^{ème} salutation : ओं हं ह्रै आदित्यसवितृभ्यां नमः *oṃ hrūṃ hraiṃ āditya-savitṛbhyām namaḥ*
18^{ème} salutation : ओं ह्रां हः अर्कभास्कराभ्यां नमः *oṃ hrauṃ hraḥ arka-bhāskarābhyām namaḥ*
- 19^{ème} salutation : ओं हां हीं हं ह्रै मित्ररविसूर्यभानुभ्यो नमः
oṃ hrām hrīm hrūṃ hraiṃ mitra-ravi-sūrya-bhānubhyo namaḥ
20^{ème} salutation : ओं ह्रां हः हां हीं खगपूषहिरण्यगर्भमरीचिभ्यो नमः
oṃ hrauṃ hraḥ hrām hrīm khaga-pūṣa-hiraṇyagarbha-marīcibhyo namaḥ
21^{ème} salutation : ओं हं ह्रै ह्रां हः आदित्यसवितृर्कभास्करभ्यो नमः
oṃ hrūṃ hraiṃ hrauṃ hraḥ āditya-savitrarka-bhāskarebhyo namaḥ
- 22^{ème} salutation : ओं हां हीं हं ह्रै ह्रौ हः मित्ररविसूर्यभानुखगपूषेभ्यो नमः
oṃ hrām hrīm hrūṃ hraiṃ hrauṃ hraḥ mitra-ravi-sūrya-bhānu-khaga-pūṣebhyo namaḥ
23^{ème} salutation : ओं हां हीं हं ह्रै ह्रौ हः हिरण्यगर्भमरीच्यादित्यसवितृर्कभास्करभ्यो नमः
oṃ hrām hrīm hrūṃ hraiṃ hrauṃ hraḥ hiraṇyagarbha-marīcyāditya-śavitrarka-bhāskarebhyo namaḥ
- 24^{ème} salutation : ओं हां हीं हं ह्रै ह्रौ हः ओं हां हीं हं ह्रै ह्रौ हः
मित्ररविसूर्यभानुखगपूषहिरण्यगर्भमरीच्यादित्यसवितृर्कभास्करभ्यो नमः
oṃ hrām hrīm hrūṃ hraiṃ hrauṃ hraḥ oṃ hrām hrīm hrūṃ hraiṃ hrauṃ hraḥ mitra-ravi-sūrya-bhānu-khaga-pūṣa-hiraṇyagarbha-marīcyāditya-savitrarka-bhāskarebhyo namaḥ

Mantra de clôture:

ओं श्री सवितृसूर्यनारायणपरब्रह्मणे नमः चतुर्विंशति नमस्कारान् स्मर्यामि
Oṃ śrī savitr-sūrya-nārāyaṇa-parabrahmaṇe namaḥ caturviṃśati namaskārān sarmarpayāmi