

sūryanamaskāra mantrah (oṃ hrām)

oṃ hrām udyannadya mi¹trama¹haḥ |

oṃ hrīm āro¹hannuttarā¹mdiva¹m̐ |

oṃ hrūm h¹droga¹m mama¹ sūrya |

oṃ h¹raim harimā¹ñca nāśaya |

oṃ hraum śu¹keṣu me harimā¹ñam̐ |

oṃ hra¹ḥ ro¹pañākāsu dadhmasi |

oṃ hrām atho¹ hāridrave¹ṣu me |

oṃ hrīm harimā¹ñannidādhmasi |

oṃ hrūm udā¹gādayamā¹dityaḥ |

oṃ h¹raim viśve¹na sa¹hāsā sa¹ha |

oṃ hraum dvi¹ṣanta¹m mama¹ randhaya¹n̐ |

oṃ hra¹ḥ mo a¹ham dvi¹ṣato¹radham ||