

ಉಪಾಕರ್ಮ and ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪಂ ಸಂಕಲ್ಪ details for Aug 19th and Aug 20th, 2024, respectively.

In the ಸಂಕಲ್ಪ portion of the document, use the following entries.

No.	ಉಪಾಕರ್ಮ	ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪಂ
Table 2	ಕ್ರೋಧಿ	ಕ್ರೋಧಿ
Table 3	ದಕ್ಷಿಣ	ದಕ್ಷಿಣ
Table 4	ವರ್ಷ	ವರ್ಷ
Table 5	ಸಿಂಹ	ಸಿಂಹ
Table 7	ಇಂದುವಾಸರ	ಭೌಮವಾಸರ
Table 8	ಧನಿಷ್ಠಾ	ಶತಭಿಷ

Table 1: Relevant entries of tables in the document.

Please verify the contents of the table before using it.

ಶ್ರೀಃ
ಶ್ರೀಮತೇ ರಾಮಾನುಜಾಯ ನಮಃ
ಶ್ರೀಮತೇ ನಿಗಮಾಂತಮಹಾದೇಶಿಕಾಯ ನಮಃ

॥ ಯಜುರುಪಾಕರ್ಮಪ್ರಯೋಗಃ ॥

This document has been prepared by

Sunder Kidāmbi

with the blessings of

ಶ್ರೀ ರಂಗರಾಮಾನುಜ ಮಹಾದೇಶಿಕನ್

His Holiness śrīmad āṇḍavan śrīraṅgam

ಶ್ರೀಃ

ಶ್ರೀಮತೇ ರಾಮಾನುಜಾಯ ನಮಃ

ಶ್ರೀಮತೇ ನಿಗಮಾಂತಮಹಾದೇಶಿಕಾಯ ನಮಃ

|| ಯಜುರುಪಾಕರ್ಮಪ್ರಯೋಗಃ ||

Usually ಯಜುರುಪಾಕರ್ಮ falls on ಪೌರ್ಣಮೀ of ಶ್ರಾವಣ month. If it not possible to perform it in that month due to unfavorable circumstances, then the same can be performed on ಪೌರ್ಣಮೀ of ಭಾದ್ರಪದ month (i.e., the following month).

ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್ ಮನ್ಯುರಕಾರ್ಷೀತ್ ಜಪಂ

After your morning bath and ಸಂಧ್ಯಾವಂದನಂ, do two ಆಚಮನಂ and sit down on a slightly raised platform facing east. Place two strands of ದರ್ಭ grass under your seat. Wear a ಪವಿತ್ರಂ made of two strands of ದರ್ಭ grass on your right ring finger and fold two strands of ದರ್ಭ grass around your ring finger. Perform three ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ. Recite the following

ಶ್ರೀಮಾನ್ ವೇಂಕಟನಾಥಾರ್ಯಃ ಕವಿತಾರ್ಕಿಕಕೇಸರೀ |
ವೇದಾಂತಾಚಾರ್ಯವರ್ಯೋ ಮೇ ಸನ್ನಿಧತ್ತಾಂ ಸದಾ ಹೃದಿ ||

ಗುರುಭ್ಯಸ್ತದ್ಗುರುಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋವಾಕಮಧೀಮಹೇ |
ವೃಣೀಮಹೇ ಚ ತತ್ರಾದ್ಯಾ ದಂಪತೀ ಜಗತಾಂ ಪತೀ ||

ಸ್ವಶೇಷಭೂತೇನ ಮಯಾ ಸ್ವೀಯೈಃ ಸರ್ವಪರಿಚ್ಛದೈಃ |
ವಿಧಾತುಂ ಪ್ರೀತಮಾತ್ಮಾನಂ ದೇವಃ ಪ್ರಕ್ರಮತೇ ಸ್ವಯಂ ||

ಶುಕ್ಲಾಂಬರಧರಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಶಶಿವರ್ಣಂ ಚತುರ್ಭುಜಂ |
ಪ್ರಸನ್ನವದನಂ ಧ್ಯಾಯೇತ್ ಸರ್ವವಿಘ್ನೋಪಶಾಂತಯೇ ||

ಯಸ್ಯ ದ್ವಿರದವಕ್ತ್ರಾದ್ಯಾಃ ಪಾರಿಷದ್ಯಾಃ ಪರಶ್ಚತಂ |
ವಿಘ್ನಂ ನಿಘ್ನಂತಿ ಸತತಂ ವಿಷ್ವಕ್ಸೇನಂ ತಮಾಶ್ರಯೇ ||

On your right thigh, place your left palm facing upward with the right palm on top of it facing downward. This is the posture for performing ಸಂಕಲ್ಪಂ or ಮಹಾಸಂಕಲ್ಪಂ. The difference between ಸಂಕಲ್ಪಂ and ಮಹಾಸಂಕಲ್ಪಂ is only in its length, the former being shorter than the latter. Henceforth, when we refer to performing ಸಂಕಲ್ಪಂ or ಮಹಾಸಂಕಲ್ಪಂ, you must first configure this posture and then recite the text indicated.

Perform the ಮಹಾಸಂಕಲ್ಪಂ by reciting

ಹರಿಃ ಓಂ ತತ್ ಶ್ರೀಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ |

ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀಭಗವತೋ ಮಹಾಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋಃ ಆಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ
ಅದ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯಪರಾರ್ಥೇ ಶ್ರೀಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತಮನ್ವಂತರೇ
ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮಪಾದೇ ಜಂಬೂದ್ವೀಪೇ ಭಾರತವರ್ಷೇ ಭರತಖಂಡೇ
ಶಕಾಬ್ದೇ ಮೇರೋರ್ದಕ್ಷಿಣೇ ಪಾರ್ಶ್ವೇ ಅಸ್ಮಿನ್ ವರ್ತಮಾನೇ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕೇ
ಪ್ರಭವಾದಿ ಷಷ್ಠಿ ಸಂವತ್ಸರಾಣಾಂ ಮಧ್ಯೇ

People in the United States may wish to perform the
ಮಹಾಸಂಕಲ್ಪಂ as

ಹರಿಃ ಓಂ ತತ್ ಶ್ರೀಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ |

ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀಭಗವತೋ ಮಹಾಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋಃ ಆಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ
ಅದ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯಪರಾರ್ಥೇ ಶ್ರೀಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತಮನ್ವಂತರೇ
ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮಪಾದೇ ಕ್ರೌಂಚ ದ್ವೀಪೇ ರಮಣಕವರ್ಷೇ ಉತ್ತರ

(ಗೋತೀರ್ಥ) ಖಂಡೇ ಶಕಾಬ್ದೇ ಮೇರೋರ್ದಕ್ಷಿಣೇ ಪಾರ್ಶ್ವೇ ಅಸ್ಮಿನ್
ವರ್ತಮಾನೇ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕೇ ಪ್ರಭವಾದಿ ಷಷ್ಠಿ ಸಂವತ್ಸರಾಣಾಂ ಮಧ್ಯೇ

Fill in the year from Table 2 ನಾಮಸಂವತ್ಸರೇ

Fill in the ayanam from Table 3 ಅಯಣೇ

Fill in the ritu from Table 4 ಋತೌ

Fill in the month from either Table 5 or 6 ಮಾಸೇ

ಶುಕ್ಲ ಪಕ್ಷೇ ಪೌರ್ಣಮಾಸ್ಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ

Fill in the day from Table 7

Fill in the star from Table 8

ನಕ್ಷತ್ರ ಯುಕ್ತಾಯಾಂ ಶುಭಯೋಗ ಶುಭಕರಣ ಏವಂ ಗುಣವಿಶೇಷಣ
ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಅಸ್ಯಾಂ ಪೌರ್ಣಮಾಸ್ಯಾಂ ಶುಭ ತಿಥೌ ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ
ಶ್ರೀಮನ್ ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ (ಭಗವತ್ಕೈಂಕರ್ಯ ರೂಪಂ/ಭಗವತ್
ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ) ತೈಷ್ಯಾಂ ಪೌರ್ಣಮಾಸ್ಯಾಂ ಅಧ್ಯಾಯೋತ್ಸರ್ಜನ ಅಕರಣ
ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಥಂ ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಸಹಸ್ರ (ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಶತ) ಸಂಖ್ಯಯಾ
ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್ ಮನ್ಯುರಕಾರ್ಷೀತ್ ಇತಿ ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ |

Note that ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಸಹಸ್ರ means 1008 while ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಶತ means 108.
Discard the folded strands of ದರ್ಭ grass around your ring finger in the
direction of north. Do not discard the ಪವಿತ್ರಂ. Now keep your palms in the
namaste posture and perform ಸಾತ್ವಿಕ ತ್ಯಾಗಂ by reciting

ಭಗವಾನೇವ ಸ್ವನಿಯಾಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪಸ್ಥಿತಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸ್ವಶೇಷತೈಕರಸೇನ ಅನೇನ
ಆತ್ಮನಾ ಕರ್ತ್ರಾ ಸ್ವಕೀಯೈಶ್ಚೋಪಕರಣೈಃ ಸ್ವಾರಾಧನೈಕ ಪ್ರಯೋಜನಾಯ ಪರಮ
ಪುರುಷಃ ಸರ್ವಶೇಷೀ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ಸ್ವಶೇಷ ಭೂತಮಿದಂ ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್
ಮನ್ಯುರಕಾರ್ಷೀತ್ ಇತಿ ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಸ್ವಸ್ಮೈ ಸ್ವಪ್ರೀತಯೇ
ಸ್ವಯಮೇವ ಕಾರಯತಿ ||

Recite

ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್ ಮನ್ಯುರಕಾರ್ಷೀತ್ |

either 1008 or 108 times depending upon the ಸಂಕಲ್ಪಂ you chose.

Do ಆಚಮನಂ and perform ಸಾತ್ವಿಕ ತ್ಯಾಗಂ by reciting

ಭಗವಾನೇವ ಸ್ವನಿಯಾಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪಸ್ಥಿತಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸ್ವಶೇಷತೈಕರಸೇನ ಅನೇನ
ಆತ್ಮನಾ ಕರ್ತ್ರಾ ಸ್ವಕೀಯೈಶ್ಚೋಪಕರಣೈಃ ಸ್ವಾರಾಧನೈಕ ಪ್ರಯೋಜನಾಯ ಪರಮ
ಪುರುಷಃ ಸರ್ವಶೇಷೀ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ಸ್ವಶೇಷ ಭೂತಮಿದಂ ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್
ಮನ್ಯುರಕಾರ್ಷೀತ್ ಇತಿ ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಸ್ವಸ್ಮೈ ಸ್ವಪ್ರೀತಯೇ
ಸ್ವಯಮೇವ ಕಾರಿತವಾನ್ ||

This completes the ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್ ಮನ್ಯುರಕಾರ್ಷೀತ್ ಜಪಂ which con-
stitutes the first part of ಉಪಾಕರ್ಮ.

The daily ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕಂ is performed before the next part of ಉಪಾಕರ್ಮ.
Facing east, do ಆಚಮನಂ twice. Be seated on a seat with two strands of
ದರ್ಭ grass. Wear the ಪವಿತ್ರಂ on your right ring finger and do
ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ three times. Keep your palms in namaste position and
recite

ಶ್ರೀಮಾನ್ ವೇಂಕಟನಾಥಾರ್ಯಃ ಕವಿತಾರ್ಕಿಕಕೇಸರೀ |
ವೇದಾಂತಾಚಾರ್ಯವರ್ಯೋ ಮೇ ಸನ್ನಿಧತ್ತಾಂ ಸದಾ ಹೃದಿ ||

ಗುರುಭ್ಯಸ್ತದ್ಗುರುಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋವಾಕಮಧೀಮಹೇ |
ವೃಣೀಮಹೇ ಚ ತತ್ರಾದ್ಯಾ ದಂಪತೀ ಜಗತಾಂ ಪತೀ ||

ಸ್ವಶೇಷಭೂತೇನ ಮಯಾ ಸ್ವೀಯೈಃ ಸರ್ವಪರಿಚ್ಛದೈಃ |
ವಿಧಾತುಂ ಪ್ರೀತಮಾತ್ಮಾನಂ ದೇವಃ ಪ್ರಕ್ರಮತೇ ಸ್ವಯಂ ||

ಶುಕ್ಲಾಂಬರಧರಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಶಶಿವರ್ಣಂ ಚತುರ್ಭುಜಂ |
ಪ್ರಸನ್ನವದನಂ ಧ್ಯಾಯೇತ್ ಸರ್ವವಿಘ್ನೋಪಶಾಂತಯೇ ||

ಯಸ್ಯ ದ್ವಿರದವಕ್ತ್ರಾದ್ಯಾಃ ಪಾರಿಷದ್ಯಾಃ ಪರಶ್ಚತಂ |
ವಿಘ್ನಂ ನಿಘ್ನಂತಿ ಸತತಂ ವಿಷ್ವಕ್ಸೇನಂ ತಮಾಶ್ರಯೇ ||

Perform the ಮಹಾಸಂಕಲ್ಪಂ by reciting

ಹರಿಃ ಓಂ ತತ್ ಶ್ರೀಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ |

ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀಭಗವತೋ ಮಹಾಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋಃ ಆಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ
ಅದ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯಪರಾರ್ಥೇ ಶ್ರೀಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತಮನ್ವಂತರೇ
ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮಪಾದೇ ಜಂಬುದ್ವೀಪೇ ಭಾರತವರ್ಷೇ ಭರತಖಂಡೇ
ಶಕಾಬ್ದೇ ಮೇರೋರ್ದಕ್ಷಿಣೇ ಪಾರ್ಶ್ವೇ ಅಸ್ಮಿನ್ ವರ್ತಮಾನೇ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕೇ
ಪ್ರಭವಾದಿ ಷಷ್ಠಿ ಸಂವತ್ಸರಾಣಾಂ ಮಧ್ಯೇ

People in the United States may wish to perform the
ಮಹಾಸಂಕಲ್ಪಂ by reciting

ಹರಿಃ ಓಂ ತತ್ ಶ್ರೀಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ |

ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀಭಗವತೋ ಮಹಾಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋಃ ಆಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ
ಅದ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯಪರಾರ್ಥೇ ಶ್ರೀಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತಮನ್ವಂತರೇ
ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮಪಾದೇ ಕ್ರೌಂಚ ದ್ವೀಪೇ ರಮಣಕವರ್ಷೇ ಉತ್ತರ
(ಗೋತೀರ್ಥ) ಖಂಡೇ ಶಕಾಬ್ದೇ ಮೇರೋರ್ದಕ್ಷಿಣೇ ಪಾರ್ಶ್ವೇ ಅಸ್ಮಿನ್
ವರ್ತಮಾನೇ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕೇ ಪ್ರಭವಾದಿ ಷಷ್ಠಿ ಸಂವತ್ಸರಾಣಾಂ ಮಧ್ಯೇ

Fill in the year from Table 2 ನಾಮಸಂವತ್ಸರೇ

Fill in the ayanam from Table 3 ಅಯಣೇ

Fill in the ritu from Table 4 ಋತೌ

Fill in the month from either Table 5 or 6 ಮಾಸೇ

ಶುಕ್ಲ ಪಕ್ಷೇ ಪೌರ್ಣಮಾಸ್ಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ

Fill in the day from Table 7

Fill in the star from Table 8

ನಕ್ಷತ್ರ ಯುಕ್ತಾಯಾಂ ಶುಭಯೋಗ ಶುಭಕರಣ ಏವಂ ಗುಣವಿಶೇಷಣ
ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಅಸ್ಯಾಂ ಪೌರ್ಣಮಾಸ್ಯಾಂ ಶುಭ ತಿಥೌ ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ
ಶ್ರೀಮನ್ ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ (ಭಗವತ್ಕೈಂಕರ್ಯ ರೂಪಂ/ಭಗವತ್
ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ) ಶ್ರಾವಣ್ಯಾಂ (ಆಷಾಢ್ಯಾಂ) ಪೌರ್ಣಮಾಸ್ಯಾಂ
ಅಧ್ಯಾಯೋಪಾಕರ್ಮ ಕರಿಷ್ಯೇ |
ತದಂಗಂ ನವ ಕಾಂಡ ಋಷಿ ತರ್ಪಣಂ ಕರಿಷ್ಯೇ |
ತದಂಗಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣಂ ಕರಿಷ್ಯೇ |
ತದಂಗಂ ಪುಣ್ಯತೀರ್ಥ ಸ್ನಾನಮಹಂ ಕರಿಷ್ಯೇ |

The following line (just one line) is recited by unmarried persons only.

ತದಂಗತಯಾ ಮೌಂಜ್ಯಜಿನ ದಂಡಧಾರಣಾನಿ ಚ ಕರಿಷ್ಯೇ |

Now keep your palms in the namaste posture and perform

ಸಾತ್ವಿಕ ತ್ಯಾಗಂ by reciting

ಭಗವಾನೇವ ಸ್ವನಿಯಾಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪಸ್ಥಿತಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸ್ವಶೇಷತೈಕರಸೇನ ಅನೇನ
ಆತ್ಮನಾ ಕರ್ತೃ ಸ್ವಕೀಯೈಶ್ಚೋಪಕರಣೈಃ ಸ್ವಾರಾಧನೈಕ ಪ್ರಯೋಜನಾಯ ಪರಮ
ಪುರುಷಃ ಸರ್ವಶೇಷೀ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ಸ್ವಶೇಷ ಭೂತಮಿದಂ ಶ್ರಾವಣ್ಯಾಂ (ಆಷಾಢ್ಯಾಂ)
ಪೌರ್ಣಮಾಸ್ಯಾಂ ಅಧ್ಯಾಯೋಪಾಕರ್ಮಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಸ್ವಸ್ಮೈ ಸ್ವಪ್ರೀತಯೇ
ಸ್ವಯಮೇವ ಕಾರಯತಿ ||

With hands still in namaste position, recite

ಅಪವಿತ್ರಃ ಪವಿತ್ರೋ ವಾ ಸರ್ವಾವಸ್ಥಾಂ ಗತೋಽಪಿ ವಾ |
ಯಃ ಸ್ಮರೇತ್ ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷಂ ಸ ಬಾಹ್ಯಾಭ್ಯಂತರಃ ಶುಚಿಃ |
ಶ್ರೀ ಹರಿಹರಃ ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷಾಯ ನಮಃ ||

Sprinkle some water on yourself (including your head) thus indicating a bath (ಸ್ನಾನಂ).

ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣಂ

Perform the following ಸಂಕಲ್ಪಂ by reciting

ಅದ್ಯ ಪೂರ್ವೋಕ್ತ ಏವಂ ಗುಣ ವಿಶೇಷಣ ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಅಸ್ಯಾಂ
ಪೌರ್ಣಮಾಸ್ಯಾಂ ಶುಭ ತಿಥೌ ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ ಶ್ರೀಮನ್ ನಾರಾಯಣ
ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ (ಭಗವತ್ಕೈಂಕರ್ಯ ರೂಪಂ/ಭಗವತ್ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ)

ಶ್ರೌತಸ್ಮಾರ್ತವಿಹಿತನಿತ್ಯಕರ್ಮಾನುಷ್ಠಾನಯೋಗ್ಯತಾಸಿದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ
ಬ್ರಹ್ಮತೇಜಃ ಅಭಿವೃದ್ಧ್ಯರ್ಥಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಧಾರಣಂ ಕರಿಷ್ಯೇ |

Now keep your palms in the namaste posture and perform
ಸಾತ್ವಿಕ ತ್ಯಾಗಂ by reciting

ಭಗವಾನೇವ ಸ್ವನಿಯಾಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪಸ್ಥಿತಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸ್ವಶೇಷತೈಕರಸೇನ ಅನೇನ
ಆತ್ಮನಾ ಕರ್ತ್ರಾ ಸ್ವಕೀಯೈಶ್ಚೋಪಕರಣೈಃ ಸ್ವಾರಾಧನೈಕ ಪ್ರಯೋಜನಾಯ
ಪರಮ ಪುರುಷಃ ಸರ್ವಶೇಷೀ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ಸ್ವಶೇಷ ಭೂತಮಿದಂ
ಯಜ್ಞೋಪವೀತಧಾರಣಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಸ್ವಸ್ಮೈ ಸ್ವಪ್ರೀತಯೇ
ಸ್ವಯಮೇವ ಕಾರಯತಿ ||

Sit in ಕುಕ್ಕುಟಾಸನ facing east. Do ಆಚಮನಂ and then ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ. Hold
the ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ (the sacred thread) between your palms in such a way
that your right palm faces upward and your left palm faces downward. The
top of the knot on the ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ should be on your right palm facing
right. This is the starting posture. Now touch the scalp with your right
fingers and recite

ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಾ ಋಷಿಃ

Touch your nose and recite

ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ

Touch your chest and recite

ವೇದಾಸ್ತ್ರಯೋ ದೇವತಾ |

ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ||

Recite the following

ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಪರಮಂ ಪವಿತ್ರಂ ಪ್ರಜಾಪತೇರ್ಯತ್ಸಹಜಂ ಪುರಸ್ತಾತ್ |
ಆಯುಷ್ಯಮಗ್ರ್ಯಂ ಪ್ರತಿಮುಂಚ ಶುಭ್ರಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಬಲಮಸ್ತು ತೇಜಃ ||

and wear one set of ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ. Now do ಆಚಮನಂ. If you are married, do ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ and perform the ಸಂಕಲ್ಪಂ by reciting the following

ಅದ್ಯ ಪೂರ್ವೋಕ್ತ ಏವಂ ಗುಣ ವಿಶೇಷಣ ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಅಸ್ಯಾಂ
ಪೌರ್ಣಮಾಸ್ಯಾಂ ಶುಭ ತಿಥೌ ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ ಶ್ರೀಮನ್ ನಾರಾಯಣ
ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ (ಭಗವತ್ಕೈಂಕರ್ಯ ರೂಪಂ/ಭಗವತ್ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ)
ಗಾರ್ಹಸ್ಥ್ಯಾರ್ಥಂ ದ್ವಿತೀಯ ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣಂ ಕರಿಷ್ಯೇ |

Hold the second ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ in the starting posture described above.
Now touch the scalp with your right fingers and recite

ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಾ ಋಷಿಃ

Touch your nose and recite

ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ

Touch your chest and recite

ವೇದಾಸ್ತ್ರಯೋ ದೇವತಾ |
ಯಜ್ಞೋಪವೀತ ಧಾರಣೇ ವಿನಿಯೋಗಃ |

Recite the following

ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಪರಮಂ ಪವಿತ್ರಂ ಪ್ರಜಾಪತೇರ್ಯತ್ಸಹಜಂ ಪುರಸ್ತಾತ್ |
 ಆಯುಷ್ಯಮಗ್ರ್ಯಂ ಪ್ರತಿಮುಂಚ ಶುಭ್ರಂ ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ ಬಲಮಸ್ತು ತೇಜಃ ||

and wear the second set of ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ. The following is common to all. Now recite

ಉಪವೀತಂ ಭಿನ್ನತಂತುಂ (ಭಿನ್ನತಂತುಂ) ಜೀರ್ಣಂ ಕಶ್ಮಲ ದೂಷಿತಂ |
 ವಿಸೃಜಾಮಿ ಪುನರ್ಬ್ರಹ್ಮನ್ ವಚೋ ದೀರ್ಘಾಯುರಸ್ತು ಮೇ ||

Now discard the old ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ preferably under a tree.

Do ಆಚಮನಂ and perform ಸಾತ್ವಿಕ ತ್ಯಾಗಂ by reciting

ಭಗವಾನೇವ ಸ್ವನಿಯಾಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪಸ್ಥಿತಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸ್ವಶೇಷತ್ಯೈಕರಸೇನ ಅನೇನ
 ಆತ್ಮನಾ ಕರ್ತ್ರಾ ಸ್ವಕೀಯೈಶ್ಚೋಪಕರಣೈಃ ಸ್ವಾರಾಧನೈಕ ಪ್ರಯೋಜನಾಯ
 ಪರಮ ಪುರುಷಃ ಸರ್ವಶೇಷೀ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ಸ್ವಶೇಷ ಭೂತಮಿದಂ
 ಯಜ್ಞೋಪವೀತಧಾರಣಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಸ್ವಸ್ಮೈ ಸ್ವಪ್ರೀತಯೇ
 ಸ್ವಯಮೇವ ಕಾರಿತವಾನ್ ||

This completes the process of wearing the new ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ.

For the unmarried persons, the following three *mantrās* apply for wearing ಮೌಂಜಿ, ಕೃಷ್ಣಾಜಿನ, and ಪಲಾಶ ದಂಡಂ. For the first item, i.e., ಮೌಂಜಿ, recite the following and wear a belt made of a couple of strands of ದುರ್ವಾ around the waist. If this is not available, a couple of strands of ದರ್ಭ grass can be used.

ಇಯಂ ದುರುಕ್ತಾತ್ಪರಿಬಾಧಮಾನಾ ಶರ್ಮ
 ವರೂಥಂ ಪುನತೀ ನ ಆಗಾತ್ |

ಪ್ರಾಣಾಪಾನಾಭ್ಯಾಂ ಬಲಮಾಭರಂತೀ ಪ್ರಿಯಾ
 ದೇವಾನಾಗ್ಂ ಸುಭಗಾ ಮೇಖಲೇಯಂ |

ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಗೋಪ್ತೀ ತಪಸಃ ಪರಸ್ವೀ ಘ್ನತೀ ರಕ್ಷಸ್ಸಹಮಾನಾ ಅರಾತೀಃ |
 ಸಾ ನಸ್ಸಮಂತಮನು ಪರೀಹಿ ಭದ್ರಯಾ ಭರ್ತಾರಸ್ತೇ ಮೇಖಲೇ ಮಾ ರಿಷಾಮ |

For ಕೃಷ್ಣಾಜಿನ, the following is recited after which a piece of deer skin is tied to your ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ

ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಚಕ್ಷುರ್ಧರುಣಂ ಬಲೀಯಸ್ತೇಜೋ ಯಶಸ್ವಿ ಸ್ಥವಿರಗ್ಂ ಸಮಿದ್ಧಂ |
 ಅನಾಹನಸ್ಯಂ ವಸನಂ ಜರಿಷ್ಟು ಪರೀದಂ ವಾಜ್ಯಜಿನಂ ದಧೇಽಹಂ ||

If you are unable to find a piece of deer skin, a few strands of ದರ್ಭ grass can be used instead. For the third item, following is recited after which a small twig of the peepul tree (ಪಲಾಶ ದಂಡಂ) is held in the right hand. If you are not able to get this, a couple of strands of ದರ್ಭ grass could be used instead.

ಸುಶ್ರವಸ್ಸುಶ್ರವಸಂ ಮಾ ಕುರು ಯಥಾ ತ್ವಗ್ಂ ಸುಶ್ರವಸ್ಸುಶ್ರವಾ
 ಅಸ್ಯೇವಮಹಗ್ಂ ಸುಶ್ರವಸ್ಸುಶ್ರವಾ ಭೂಯಾಸಂ ಯಥಾ ತ್ವಗ್ಂ
 ಸುಶ್ರವಸ್ಸುಶ್ರವೋ ದೇವಾನಾಂ ನಿಧಿಗೋಪೋಽಸ್ಯೇವಮಹಂ
 ಬ್ರಾಹ್ಮಣಾನಾಂ ಬ್ರಹ್ಮಣೋ ನಿಧಿಗೋಪೋ ಭೂಯಾಸಂ |

ನವಕಾಂಡ ಋಷಿ ತರ್ಪಣಂ

As a pre-requisite for this procedure, prepare a mixture of uncooked rice and black sesame seeds. For brevity, we will call this mixture as RS mixture.

It would be helpful if someone assisted you by providing small quantities of this mixture and water while you offer the ತರ್ಪಣಂ. For our reference, we will call the person assisting you as the helper. Now, do ಆಚಮನಂ twice. Perform the ಸಾತ್ವಿಕ ತ್ಯಾಗಂ by reciting

ಭಗವಾನೇವ ಸ್ವನಿಯಾಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪಸ್ಥಿತಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸ್ವಶೇಷತೈಕರಸೇನ ಅನೇನ
ಆತ್ಮನಾ ಕರ್ತ್ರಾ ಸ್ವಕೀಯೈಶ್ಚೋಪಕರಣೈಃ ಸ್ವಾರಾಧನೈಕ ಪ್ರಯೋಜನಾಯ ಪರಮ
ಪುರುಷಃ ಸರ್ವಶೇಷೀ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ಸ್ವಶೇಷ ಭೂತಮಿದಂ ನವಕಾಂಡ
ಋಷಿತರ್ಪಣಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಸ್ವಸ್ತೈ ಸ್ವಪ್ರೀತಯೇ ಸ್ವಯಮೇವ ಕಾರಯತಿ ||

Stand facing north. Join both your palms such that they face upward. Wear the ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ like a necklace such that it goes around your neck and in between your index finger and thumb of both your hands. The sacred knots rest on your palms.

This ತರ್ಪಣಂ comprises of three parts. The first seven offerings of the ತರ್ಪಣಂ are offered as ಋಷಿ ತೀರ್ಥಂ. To start this ತರ್ಪಣಂ, have the helper place a small amount of the RS mixture on your palms and pour some water. Now recite each line below and release the RS mixture such that it exits from the base of the little fingers of both your palms, as shown in Figure 1. For each line, a fresh amount of RS mixture must be used.

ಪ್ರಜಾಪತಿಂ ಕಾಂಡ ಋಷಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಪ್ರಜಾಪತಿಂ ಕಾಂಡ ಋಷಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಪ್ರಜಾಪತಿಂ ಕಾಂಡ ಋಷಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |

ಸೋಮಂ ಕಾಂಡ ಋಷಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಸೋಮಂ ಕಾಂಡ ಋಷಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಸೋಮಂ ಕಾಂಡ ಋಷಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |

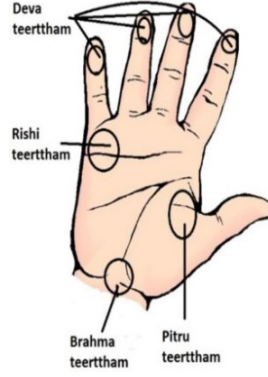


Figure 1: Locations to release various types of ತೀರ್ಥಂ.

ಅಗ್ನಿಂ ಕಾಂಡ ಋಷಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ಅಗ್ನಿಂ ಕಾಂಡ ಋಷಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ಅಗ್ನಿಂ ಕಾಂಡ ಋಷಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |

ವಿಶ್ವಾನ್ ದೇವಾನ್ ಕಾಂಡ ಋಷೀನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ವಿಶ್ವಾನ್ ದೇವಾನ್ ಕಾಂಡ ಋಷೀನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ವಿಶ್ವಾನ್ ದೇವಾನ್ ಕಾಂಡ ಋಷೀನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ |

ಸಾಂಹಿತೀರ್ಥವತಾ ಉಪನಿಷದಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ಸಾಂಹಿತೀರ್ಥವತಾ ಉಪನಿಷದಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ಸಾಂಹಿತೀರ್ಥವತಾ ಉಪನಿಷದಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ |

ಯಾಜ್ಞಿಕೀರ್ಥವತಾ ಉಪನಿಷದಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ಯಾಜ್ಞಿಕೀರ್ಥವತಾ ಉಪನಿಷದಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ಯಾಜ್ಞಿಕೀರ್ಥವತಾ ಉಪನಿಷದಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ |

ವಾರುಣೀರ್ಥವತಾ ಉಪನಿಷದಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ವಾರುಣೀರ್ಥವತಾ ಉಪನಿಷದಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ |
 ವಾರುಣೀರ್ಥವತಾ ಉಪನಿಷದಸ್ತರ್ಪಯಾಮಿ |

The next offering is performed with ಬ್ರಹ್ಮ ತೀರ್ಥಂ. For this, release the RS mixture such that it exits from the base of your palms, as shown in Figure 1. This is typically done by pointing the fingers upward, keeping the sides of the hands together.

ಬ್ರಹ್ಮಾಣಂ ಸ್ವಯಂಭುವಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಬ್ರಹ್ಮಾಣಂ ಸ್ವಯಂಭುವಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಬ್ರಹ್ಮಾಣಂ ಸ್ವಯಂಭುವಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |

The next offering is performed with ದೇವ ತೀರ್ಥಂ. For this, release the RS mixture such that it exits from the tip of your fingers of both your hands, as shown in Figure 1. This is typically done by pointing the fingers downward, keeping the sides of the hands together.

ಸದಸಸ್ಪತಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಸದಸಸ್ಪತಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಸದಸಸ್ಪತಿಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |

There are some who include

ಋಗ್ವೇದಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಯಜುರ್ವೇದಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಸಾಮವೇದಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಅಥರ್ವಣವೇದಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಇತಿಹಾಸಂ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಪುರಾಣಾನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ |
ಕಲ್ಪಾನ್ ತರ್ಪಯಾಮಿ |

Now wear your ಯಜ್ಞೋಪವೀತಂ in the normal way (ಉಪವೀತಂ).

Do two ಆಚಮನಂ and perform the ಸಾತ್ವಿಕ ತ್ಯಾಗಂ by reciting

ಭಗವಾನೇವ ಸ್ವನಿಯಾಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪಸ್ಥಿತಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸ್ವಶೇಷತೈಕರಸೇನ ಅನೇನ
ಆತ್ಮನಾ ಕರ್ತ್ರಾ ಸ್ವಕೀಯೈಶ್ಚೋಪಕರಣೈಃ ಸ್ವಾರಾಧನೈಕ ಪ್ರಯೋಜನಾಯ ಪರಮ
ಪುರುಷಃ ಸರ್ವಶೇಷೀ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ಸ್ವಶೇಷ ಭೂತಮಿದಂ ನವಕಾಂಡ
ಋಷಿತರ್ಪಣಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಸ್ವಸ್ಮೈ ಸ್ವಪ್ರೀತಯೇ ಸ್ವಯಮೇವ ಕಾರಿತವಾನ್ ||

Since the most important part of ಉಪಾಕರ್ಮ is ವೇದಾಧ್ಯಯನಂ, one should recite whatever part of ವೇದ one knows. Traditionally, at least one ಅನುವಾಕಂ from the ವೇದ is recited. For example, if one knows ಪುರುಷ ಸೂಕ್ತಂ, one can recite this. At the very least, ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪಂ is recommended.

ಸರ್ವಂ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು

ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪಂ

On the following day, after the morning ಸಂಧ್ಯಾವಂದನಂ, sit facing east and perform two ಆಚಮನಂ and wear a ಪವಿತ್ರಂ made of two strands of ದರ್ಭ grass. Next do ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ three times and recite

ಶ್ರೀಮಾನ್ ವೇಂಕಟನಾಥಾರ್ಯಃ ಕವಿತಾರ್ಕಿಕಕೇಸರೀ |
ವೇದಾಂತಾಚಾರ್ಯವರ್ಯೋ ಮೇ ಸನ್ನಿಧತ್ತಾಂ ಸದಾ ಹೃದಿ ||

ಗುರುಭ್ಯಸ್ತದ್ಗುರುಭ್ಯಶ್ಚ ನಮೋವಾಕಮಧೀಮಹೇ |
ವೃಣೀಮಹೇ ಚ ತತ್ರಾದ್ಯಾ ದಂಪತೀ ಜಗತಾಂ ಪತೀ ||

ಸ್ವಶೇಷಭೂತೇನ ಮಯಾ ಸ್ವೀಯೈಃ ಸರ್ವಪರಿಚ್ಛದೈಃ |
ವಿಧಾತುಂ ಪ್ರೀತಮಾತ್ಮಾನಂ ದೇವಃ ಪ್ರಕ್ರಮತೇ ಸ್ವಯಂ ||

ಶುಕ್ಲಾಂಬರಧರಂ ವಿಷ್ಣುಂ ಶಶಿವರ್ಣಂ ಚತುರ್ಭುಜಂ |
ಪ್ರಸನ್ನವದನಂ ಧ್ಯಾಯೇತ್ ಸರ್ವವಿಘ್ನೋಪಶಾಂತಯೇ ||

ಯಸ್ಯ ದ್ವಿರದವಕ್ತ್ರಾದ್ಯಾಃ ಪಾರಿಷದ್ಯಾಃ ಪರಶ್ಚತಂ |
ವಿಘ್ನಂ ನಿಘ್ನಂತಿ ಸತತಂ ವಿಷ್ವಕ್ಸೇನಂ ತಮಾಶ್ರಯೇ ||

Perform the ಮಹಾಸಂಕಲ್ಪಂ by reciting

ಹರಿಃ ಓಂ ತತ್ ಶ್ರೀಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ |

ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀಭಗವತೋ ಮಹಾಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋಃ ಆಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ
ಅದ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯಪರಾರ್ಥೇ ಶ್ರೀಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತಮನ್ವಂತರೇ
ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮಪಾದೇ ಜಂಬೂದ್ವೀಪೇ ಭಾರತವರ್ಷೇ ಭರತಖಂಡೇ
ಶಕಾಬ್ದೇ ಮೇರೋರ್ದಕ್ಷಿಣೇ ಪಾರ್ಶ್ವೇ ಅಸ್ಮಿನ್ ವರ್ತಮಾನೇ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕೇ
ಪ್ರಭವಾದಿ ಷಷ್ಠಿ ಸಂವತ್ಸರಾಣಾಂ ಮಧ್ಯೇ

People in the United States may wish to perform the
ಮಹಾಸಂಕಲ್ಪಂ as

ಹರಿಃ ಓಂ ತತ್ ಶ್ರೀಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ ಗೋವಿಂದ |

ಅಸ್ಯ ಶ್ರೀಭಗವತೋ ಮಹಾಪುರುಷಸ್ಯ ಶ್ರೀ ವಿಷ್ಣೋಃ ಆಜ್ಞಯಾ ಪ್ರವರ್ತಮಾನಸ್ಯ
ಅದ್ಯ ಬ್ರಹ್ಮಣಃ ದ್ವಿತೀಯಪರಾರ್ಥೇ ಶ್ರೀಶ್ವೇತವರಾಹಕಲ್ಪೇ ವೈವಸ್ವತಮನ್ವಂತರೇ
ಕಲಿಯುಗೇ ಪ್ರಥಮಪಾದೇ ಕ್ರೌಂಚ ದ್ವೀಪೇ ರಮಣಕವರ್ಷೇ ಉತ್ತರ
(ಗೋತೀರ್ಥ) ಖಂಡೇ ಶಕಾಬ್ದೇ ಮೇರೋರ್ದಕ್ಷಿಣೇ ಪಾರ್ಶ್ವೇ ಅಸ್ಮಿನ್
ವರ್ತಮಾನೇ ವ್ಯಾವಹಾರಿಕೇ ಪ್ರಭವಾದಿ ಷಷ್ಠಿ ಸಂವತ್ಸರಾಣಾಂ ಮಧ್ಯೇ

Fill in the year from Table 2 ನಾಮಸಂವತ್ಸರೇ

Fill in the ayanam from Table 3 ಅಯಣೇ

Fill in the ritu from Table 4 ಋತೌ

Fill in the month from either Table 5 or 6 ಮಾಸೇ

ಕೃಷ್ಣ ಪಕ್ಷೇ ಪ್ರಥಮಾಯಾಂ ಶುಭತಿಥೌ

Fill in the day from Table 7

Fill in the star from Table 8

ನಕ್ಷತ್ರ ಯುಕ್ತಾಯಾಂ ಶುಭಯೋಗ ಶುಭಕರಣ ಏವಂ ಗುಣವಿಶೇಷಣ
ವಿಶಿಷ್ಟಾಯಾಂ ಅಸ್ಯಾಂ ಪ್ರಥಮಾಯಾಂ ಶುಭ ತಿಥೌ ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ
ಶ್ರೀಮನ್ ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ (ಭಗವತ್ಕೈಂಕರ್ಯ ರೂಪಂ / ಭಗವತ್

ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ) ಮಿಥ್ಯಾಧೀತ ದೋಷ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಥಂ ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಸಹಸ್ರ
(ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಶತ) ಸಂಖ್ಯಯಾ ಗಾಯತ್ರೀ ಮಹಾಮಂತ್ರಜಪಂ ಕರಿಷ್ಯೇ |

Recall that ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಸಹಸ್ರ and ಅಷ್ಟೋತ್ತರ ಶತ mean 1008 and 108, respectively. Discard the folded strands of ದರ್ಭ grass around your ring finger in the direction of north. Now keep your palms in the namaste posture and perform

ಸಾತ್ವಿಕ ತ್ಯಾಗಂ by reciting

ಭಗವಾನೇವ ಸ್ವನಿಯಾಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪಸ್ಥಿತಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸ್ವಶೇಷತೈಕರಸೇನ ಅನೇನ
ಆತ್ಮನಾ ಕರ್ತ್ರಾ ಸ್ವಕೀಯೈಶ್ಚೋಪಕರಣೈಃ ಸ್ವಾರಾಧನೈಕ ಪ್ರಯೋಜನಾಯ ಪರಮ
ಪುರುಷಃ ಸರ್ವಶೇಷೀ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ಸ್ವಶೇಷ ಭೂತಮಿದಂ ಗಾಯತ್ರೀ
ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಸ್ವಸ್ಮೈ ಸ್ವಪ್ರೀತಯೇ ಸ್ವಯಮೇವ ಕಾರಯತಿ ||

Touch the scalp with your right fingers and recite

ಆಸನಮಂತ್ರಸ್ಯ ಪೃಥಿವ್ಯಾ ಮೇರುಪೃಷ್ಠ ಋಷಿಃ

Touch your nose and recite

ಸುತಲಂ ಛಂದಃ

Touch your chest and recite

ಶ್ರೀಕೂರ್ಮೋ ದೇವತಾ |

ಕೂರ್ಮಾಸನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ||

In the namaste posture, recite

ಪೃಥ್ವಿ ತ್ವಯಾ ಧೃತಾ ಲೋಕಾ ದೇವಿ ತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುನಾ ಧೃತಾ |
ತ್ವಂ ಚ ಧಾರಯ ಮಾಂ ದೇವಿ ಪವಿತ್ರಂ ಕುರು ಚಾಸನಂ ||

Touch the scalp with your right fingers and recite

ಪ್ರಣವಸ್ಯ ಋಷಿಬ್ರಹ್ಮಾ

Touch your nose and recite

ದೇವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ

Touch your chest and recite

ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ

Touch the scalp with your right fingers and recite

ಭೂರಾದಿ ಸಪ್ತ ವ್ಯಾಹೃತೀನಾಂ ಅತ್ರಿ ಭೃಗು ಕುತ್ಸ ವಸಿಷ್ಠ
ಗೌತಮ ಕಾಶ್ಯಪ ಆಂಗಿರಸ ಋಷಯಃ

Touch your nose and recite

ಗಾಯತ್ರೀ ಉಷ್ಣಿಕ್ ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಬೃಹತೀ ಪಂಕ್ತಿ
ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್ ಜಗತ್ಯಃ ಛಂದಾ~ಮ್ನಿ

Touch your chest and recite

ಅಗ್ನಿ ವಾಯು ಅರ್ಕ ವಾಗೀಶ ವರುಣ ಇಂದ್ರ ವಿಶ್ವೇದೇವಾ ದೇವತಾಃ

Touch the scalp with your right fingers and recite

ಸಾವಿತ್ರ್ಯಾ ಋಷಿಃ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ

Touch your nose and recite

ದೇವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ

Touch your chest and recite

ಸವಿತಾ ದೇವತಾ

Touch the scalp with your right fingers and recite

ಗಾಯತ್ರೀ ಶಿರಸಃ ಬ್ರಹ್ಮಾ ಋಷಿಃ

Touch your nose and recite

ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ

Touch your chest and recite

ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ |

ಸರ್ವೇಷಾಂ ಜಪೇ (ಪ್ರಾಣಾಯಾಮೇ) ವಿನಿಯೋಗಃ ||

Now do ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ ten times.

Touch the scalp with your right fingers and recite

ಆಯಾತು ಇತಿ ಅನುವಾಕಸ್ಯ ವಾಮದೇವ ಋಷಿಃ

Touch your nose and recite

ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ

Touch your chest and recite

ಗಾಯತ್ರೀ ದೇವತಾ

In the namaste posture, recite

ಗಾಯತ್ರೀ ಆವಾಹನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ |

ಆಯಾತು ವರದಾ ದೇವ್ಯಕ್ಷರಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಸಮಿತಂ |
ಗಾಯತ್ರೀಂ ಛಂದಸಾಂ ಮಾತೇದಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಜುಷಸ್ವ ನಃ |
ಓಜೋಽಸಿ ಸಹೋಽಸಿ ಬಲಮಸಿ ಭ್ರಾಜೋಽಸಿ ದೇವಾನಾಂ
ಧಾಮ ನಾಮಾಸಿ ವಿಶ್ವಮಸಿ ವಿಶ್ವಾಯುಸ್ಸರ್ವಮಸಿ
ಸರ್ವಾಯುರಭಿಭೂರೋಂ ಗಾಯತ್ರೀಮಾವಾಹಯಾಮಿ ||

Touch the scalp with your right fingers and recite

ಸಾವಿತ್ರ್ಯಾ ಋಷಿಃ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರಃ

Touch your nose and recite

ದೇವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ

Touch your chest and recite

ಸವಿತಾ ದೇವತಾ

In the namaste posture, recite

ಶಂಖಚಕ್ರಧರಂ ದೇವಂ ಕಿರೀಟಾದಿವಿಭೂಷಿತಂ |
ಸೂರ್ಯಮಂಡಲಮಧ್ಯಸ್ಥಂ ಧ್ಯಾಯೇತ್ಸ್ವರ್ಣರುಚಿಂ ಹರಿಂ ||

ಯೋ ದೇವಸ್ಸವಿತಾಸ್ತಾಕಂ ಧಿಯೋ ಧರ್ಮಾದಿಗೋಚರಾಃ |
ಪ್ರೇರಯೇತ್ತಸ್ಯ ಯದ್ಭರ್ಗಸ್ತದ್ವರೇಣ್ಯಮುಪಾಸ್ತಹೇ ||

Now recite the ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರಂ

ಓಂ |

ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ |

ತಥ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ (ತಥ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣಿಯಂ) |

ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ |

ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ||

1008 or 108 times, as chosen in the ಸಂಕಲ್ಪಂ.

Do ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ once. Perform ಸಂಕಲ್ಪಂ by reciting

ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ ಶ್ರೀಮನ್ ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ
(ಭಗವತ್ಪ್ರೀತಿಯು ರೂಪಂ / ಭಗವತ್ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ)
ಗಾಯತ್ರೀ ಉದ್ವಾಸನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ |

Touch the scalp with your right fingers and recite

ಉತ್ತಮ ಇತ್ಯನುವಾಕಸ್ಯ ವಾಮದೇವ ಋಷಿಃ

Touch your nose and recite

ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ

Touch your chest and recite

ಗಾಯತ್ರೀ ದೇವತಾ |
ಗಾಯತ್ರೀ ಉದ್ವಾಸನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ||

In the namaste posture, recite

ಉತ್ತಮೇ ಶಿಖರೇ ದೇವಿ ಭೂಮ್ಯಾಂ ಪರ್ವತಮೂರ್ಧನಿ |
ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯೋ ಹ್ಯನುಜ್ಞಾನಂ ಗಚ್ಛ ದೇವಿ ಯಥಾಸುಖಂ ||

Prostrate and recite your ಅಭಿವಾದಯೇ (see appendix). Do ಆಚಮನಂ twice and perform the ಸಾತ್ವಿಕ ತ್ಯಾಗಂ by reciting

ಭಗವಾನೇವ ಸ್ವನಿಯಾಮ್ಯ ಸ್ವರೂಪಸ್ಥಿತಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಸ್ವಶೇಷತೈಕರಸೇನ ಅನೇನ
ಆತ್ಮನಾ ಕರ್ತ್ರಾ ಸ್ವಕೀಯೈಶ್ಚೋಪಕರಣೈಃ ಸ್ವಾರಾಧನೈಕ ಪ್ರಯೋಜನಾಯ ಪರಮ
ಪುರುಷಃ ಸರ್ವಶೇಷೀ ಶ್ರಿಯಃಪತಿಃ ಸ್ವಶೇಷ ಭೂತಮಿದಂ ಗಾಯತ್ರೀ
ಮಹಾಮಂತ್ರ ಜಪಾಖ್ಯಂ ಕರ್ಮ ಸ್ವಸ್ಮೈ ಸ್ವಪ್ರೀತಯೇ ಸ್ವಯಮೇವ ಕಾರಿತವಾನ್ ||

This concludes the ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪಂ.

ಸರ್ವಂ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಪಣಮಸ್ತು

Appendix

ಆಚಮನಂ

Sit in the ಕುಕ್ಕುಟಾಸನ posture with hands between the legs, as shown in Fig. 2.



Figure 2: ಆಚಮನಂ.

Hold the right palm such that the little , ring and middle fingers are stretched out while the index finger is bent inward and thumb faces outward. Pour a small amount of water into your right palm and recite

ಓಂ ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ

and swallow the water (do not sip).

Repeat the above procedure by reciting

ಓಂ ಅನಂತಾಯ ನಮಃ, and ಓಂ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ.

Wipe your lips with water and wash your right hand. Next, the twelve mantras given in the left column of Table 1 are uttered while carrying out the action indicated in the right column of the table.

Mantra	Action
ಓಂ ಕೇಶವಾಯ ನಮಃ	Right hand thumb touching the right cheek
ಓಂ ನಾರಾಯಣಾಯ ನಮಃ	Right hand thumb touching the left cheek
ಓಂ ಮಾಧವಾಯ ನಮಃ	Right hand ring finger touching the right eye
ಓಂ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ	Right hand ring finger touching the left eye
ಓಂ ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ	Right hand index finger touching the right nostril
ಓಂ ಮಧುಸೂದನಾಯ ನಮಃ	Right hand index finger touching the left nostril
ಓಂ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ನಮಃ	Right hand little finger touching the right ear
ಓಂ ವಾಮನಾಯ ನಮಃ	Right hand little finger touching the left ear
ಓಂ ಶ್ರೀಧರಾಯ ನಮಃ	Right hand middle finger touching the right shoulder
ಓಂ ಋಷೀಕೇಷಾಯ ನಮಃ	Right hand middle finger touching the left shoulder
ಓಂ ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ನಮಃ	Right hand fingers touching the navel
ಓಂ ದಾಮೋದರಾಯ ನಮಃ	Right hand fingers touching the scalp

Table 1: Mantra and Action involved in the second part of *ācamanam*

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ

This is a three part action wherein the the nose is held between the right hand thumb and the right ring finger. The index and middle fingers must be bent inward towards the center of the palm. In the first part, close the left nostril with the ring finger and exhale through the right nostril. This process is called ರೇಚಕ. Next, close the right nostril with the thumb and inhale slowly through the left nostril. This process is called ಪೂರಕ. In the second part, close the left nostril with the ring finger thus holding the breath. This process is called ಕುಂಭಕ. Mentally recite the following mantra three times.

ಓಂ ಭೂಃ |

ಓಂ ಭುವಃ [ಓಂ ಭುವಃ] |

ಓಂ ಸುವಃ [ಓಂ ಸುವಃ] |

ಓಂ ಮಹಃ [ಓಂ ಮಹಃ] |

ಓಂ ಜನಃ [ಓಂ ಜನಃ] |

ಓಂ ತಪಃ [ಓಂ ತಪಃ] |

ಓಂ ಸತ್ಯಂ |

ಓಂ ತಥ್ನವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ |

ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ |

ಓಮಾಪೋ ಜ್ಯೋತಿ ರಸೋಽಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಂ ||

In the third part, keep the left nostril closed with the ring finger and exhale through the right nostril. Say ಓಂ and touch the right ear. Figure 3 shows the three parts of ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ.



Part 1 ರೇಚಕ



Part 2 ಪೂರಕ



Part 3 ಕುಂಭಕ

Figure 3: Three parts of ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಂ.

ಅಭಿವಾದನಂ

In the standing posture, bend your body to the waist level. Cover your right and left ears with right and left palms, respectively. Then recite

ಅಭಿವಾದಯೇ

choose from column two in Table 9 based on your ಗೋತ್ರಂ

ತ್ರಯಾರ್ಷಯ ಪ್ರವರಾನ್ವಿತ or ಪಂಚಾರ್ಷಯ ಪ್ರವರಾನ್ವಿತ depending upon your ಗೋತ್ರಂ

choose from column one of Table 9 based on your ಗೋತ್ರಂ

ಗೋತ್ರಃ

choose from column two of Table 10 based on your branch of veda

ಸೂತ್ರಃ

choose from column one of Table 10 based on your branch of veda

ಶಾಖಾಧ್ಯಾಯೀ

say your ಶರ್ಮ name

ಶರ್ಮ ನಾಮಾಹಂ ಅಸ್ಮಿಭೋಃ

As an example

ಅಭಿವಾದಯೇ ಆತ್ರೇಯ ಆರ್ಚನಾನಸ ಶ್ಯಾವಾಶ್ವ ತ್ರಯಾರ್ಷಯ
ಪ್ರವರಾನ್ವಿತ ಆತ್ರೇಯ ಗೋತ್ರಃ ಆಪಸ್ತಂಬ ಸೂತ್ರಃ ಯಜುಶ್ಯಾಖಾಧ್ಯಾಯೀ
ಸುಂದರರಾಜಶರ್ಮನಾಮಾಹಂ ಅಸ್ಮಿಭೋಃ |

1	ಪ್ರಭವ	16	ಚಿತ್ರಭಾನು	31	ಹೇವಿಳಂಬಿ	46	ಪರೀಧಾವಿ
2	ವಿಭವ	17	ಸ್ವಭಾನು	32	ವಿಳಂಬಿ	47	ಪ್ರಮಾದೀಚ
3	ಶುಕ್ಲ	18	ತಾರಣ	33	ವಿಕಾರಿ	48	ಆನಂದ
4	ಪ್ರಮೋದೂತ	19	ಪಾರ್ಥಿವ	34	ಶಾರ್ವರಿ	49	ರಾಕ್ಷಸ
5	ಪ್ರಜೋತ್ಪತ್ತಿ	20	ವ್ಯಯ	35	ಪ್ಲವ	50	ನಳ
6	ಆಂಗೀರಸ	21	ಸರ್ವಜಿತ್	36	ಶುಭಕೃತ್	51	ಪಿಂಗಳ
7	ಶ್ರೀಮುಖ	22	ಸರ್ವಧಾರೀ	37	ಶೋಭಕೃತ್	52	ಕಾಳಯುಕ್ತಿ
8	ಭವ	23	ವಿರೋಧಿ	38	ಕ್ರೋಧಿ	53	ಸಿದ್ಧಾರ್ಥಿ
9	ಯುವ	24	ವಿಕೃತಿ	39	ವಿಶ್ವಾವಸು	54	ರೌದ್ರಿ
10	ಧಾತು	25	ಖರ	40	ಪರಾಭವ	55	ದುರ್ಮತಿ
11	ಈಶ್ವರ	26	ನಂದನ	41	ಪ್ಲವಂಗ	56	ದುಂದುಭಿ
12	ಬಹುಧಾನ್ಯ	27	ವಿಜಯ	42	ಕೀಲಕ	57	ರುಧಿರೋದ್ಗಾರಿ
13	ಪ್ರಮಾಥಿ	28	ಜಯ	43	ಸೌಮ್ಯ	58	ರಕ್ತಾಕ್ಷಿ
14	ವಿಕ್ರಮ	29	ಮನ್ಮಥ	44	ಸಾಧಾರಣ	59	ಕ್ರೋಧನ
15	ವಿಷು	30	ದುರ್ಮುಖಿ	45	ವಿರೋಧಿಕೃತ್	60	ಅಕ್ಷಯ

Table 2: Samvatsaram

ಅಯನಂ	Period
ಉತ್ತರ	Mid January to Mid July
ದಕ್ಷಿಣ	Mid July to Mid January

Table 3: **Ayanam**

ಋತು	Period
ವಸಂತ	Mid April to Mid June
ಗ್ರೀಷ್ಮ	Mid June to Mid August
ವರ್ಷ	Mid August to Mid October
ಶರತ್	Mid October to Mid December
ಹೇಮಂತ	Mid December to Mid February
ಶಿಶಿರ	Mid February to Mid April

Table 4: **Ritu or Seasons**

ಮಾಸಂ	Period
ಚೈತ್ರ	March to April
ವೈಶಾಖ	April to May
ಜ್ಯೇಷ್ಠ	May to June
ಆಷಾಢ	June to July
ಶ್ರಾವಣ	July to August
ಭಾದ್ರಪದ	August to September
ಆಶ್ವಯುಜ	September to October
ಕಾರ್ತಿಕ	October to November
ಮಾರ್ಗಶಿರ	November to December
ಪುಷ್ಯ	December to January
ಮಾಘ	January to February
ಫಾಲ್ಗುಣ	February to March

Table 5: Lunar months

ಮಾಸಂ	Period
ಮೇಷ	Mid April to Mid May
ವೃಷಭ	Mid May to Mid June
ಮಿಥುನ	Mid June to Mid July
ಕರ್ಕಟ	Mid July to Mid August
ಸಿಂಹ	Mid August to Mid September
ಕನ್ಯಾ	Mid September to Mid October
ತುಲಾ	Mid October to Mid November
ವೃಶ್ಚಿಕ	Mid November to Mid December
ಚಾಪ	Mid December to Mid January
ಮಕರ	Mid January to Mid February
ಕುಂಭ	Mid February to Mid March
ಮೀನ	Mid March to Mid April

Table 6: **Solar months**

Day of the week	ವಾಸರಃ
Sunday	ಭಾನುವಾಸರಃ
Monday	ಇಂದುವಾಸರಃ
Tuesday	ಭೌಮವಾಸರಃ
Wednesday	ಸೌಮ್ಯವಾಸರಃ
Thursday	ಗುರುವಾಸರಃ
Friday	ಭೃಗುವಾಸರಃ
Saturday	ಸ್ಥಿರವಾಸರಃ

Table 7: Days of the week

1	ಅಶ್ವಿನಿ	10	ಮಘಾ	19	ಮೂಲ
2	ಭರಣಿ	11	ಪೂರ್ವಫಾಲ್ಗುನಿ	20	ಪೂರ್ವಾಷಾಢಾ
3	ಕೃತ್ತಿಕಾ	12	ಉತ್ತರಫಾಲ್ಗುನಿ	21	ಉತ್ತರಾಷಾಢಾ
4	ರೋಹಿಣಿ	13	ಹಸ್ತ	22	ಶ್ರವಣ
5	ಮೃಗಶಿರ್ಷ	14	ಚಿತ್ರಾ	23	ಧನಿಷ್ಠಾ
6	ಆರ್ಧ್ರಾ	15	ಸ್ವಾತಿ	24	ಶತಭಿಷಕ್
7	ಪುನರ್ವಸು	16	ವಿಶಾಖಾ	25	ಪೂರ್ವಭಾದ್ರಪದಾ
8	ಪುಷ್ಯ	17	ಅನುರಾಧಾ	26	ಉತ್ತರಭಾದ್ರಪದಾ
9	ಆಶ್ಲೇಷಾ	18	ಜ್ಯೇಷ್ಠಾ	27	ರೇವತಿ

Table 8: Nakshtram

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
1	ಅಜ	(೧) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಮಾಧುಚ್ಛಂದಸ, ಅಜ (೨) (೨) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಆಶ್ವರಥ್ಯ, ವಾಧುಲ (೨)
2	ಅಷ್ಟಕ	(೧) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಮಾಧುಚ್ಛಂದಸ, ಅಷ್ಟಕ (೨) (೨) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಅಷ್ಟಕ (೨)
3	ಅಷ್ಟಕ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಅಷ್ಟಕ, ಲೌಹಿತ (೨)
4	ಆಘಮರ್ಷಣ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಆಘಮರ್ಷಣ, ಕೌಶಿಕ (೨)
5	ಅತಿಥಿ	ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ಅತಿಥಿ (೨)
6	ಅಗಸ್ಯ	(೧) ಅಗಸ್ಯ, ದಾರ್ಡ್ಯಚ್ಯುತ, ಐಧ್ಮವಾಹ (೨) (೨) ಅಗಸ್ಯ, ದಾರ್ಡ್ಯಚ್ಯುತ, ಸೌಮವಾಹ (೨)
7	ಅಗ್ನಿವೇಶ್ಯ	ಆಂಗೀರಸ, ಬಾರ್ಹಸ್ಪತ್ಯ, ಭಾರದ್ವಾಜ (೨)
8	ಅಗಸ್ತಾರ	ಅಗಸ್ಯ, ಮಹೇಂದ್ರ, ಮಾಯೋಭುವ (೨)
9	ಅಶ್ವರಥ್ಯ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಅಶ್ವರಥ್ಯ, ವಾಧುಲ (೨)
10	ಆತ್ಮಭುವ	ಆಂಗೀರಸ, ಬಾರ್ಹಸ್ಪತ್ಯ, ಭಾರದ್ವಾಜ, ಮಾಂತ್ರವರ, ಆತ್ಮಭುವ (೨)
11	ಆತ್ರೇಯಸ	ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ಶ್ಯಾವಾಶ್ವ (೨)
12	ಆಯಾಸ್ಯ ಔಶಿಜ ಗೌತಮ	ಆಂಗೀರಸ, ಆಯಾಸ್ಯ, ಔಶಿಜ, ಗೌತಮ, ಕಾಕ್ಷಿವತ (೨)
13	ಆತ್ರೇಯ	ಆಂಗೀರಸ, ಬಾರ್ಹಸ್ಪತ್ಯ, ಭಾರದ್ವಾಜ, ಶೈನ್ಯ, ಗಾರ್ಗ್ಯ (೨)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
14	ಆಂಗೀರಸ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ಆಂಬರೀಷ, ಹಾರೀತ (೨) (೨) ಆಂಗೀರಸ, ಆಂಬರೀಷ, ಯೌವನಾಶ್ವ (೨)
15	ಇಂದ್ರಕೌಶಿಕ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಐಂದ್ರ, ಕೌಶಿಕ (೨)
16	ಇಧ್ಮವಾಹನ	ಅಗಸ್ಯ, ದಾಲ್ಭ್ಯಚ್ಯುತಿ, ಇಧ್ಮವಾಹ (೨)
17	ಉಪಮನ್ಯು (ವಸಿಷ್ಠ)	ವಾಸಿಷ್ಠ, ಆಭರದ್ವಸವ್ಯ, ಐಂದ್ರ ಪ್ರಮದ (೨)
18	ಋಕ್ಷಸ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ಬಾರ್ಹಸ್ಪತ್ಯ, ಭಾರದ್ವಾಜ, ವಾಂದನ, ಮಾತವಚಸ (೨) (೨) ಆಂಗೀರಸ, ವಾಂದನ, ಮಾತವಚಸ (೨)
19	ಔಚಧ್ಯ ಗೌತಮ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ಔಚಧ್ಯ, ಗೌತಮ (೨) (೨) ಆಂಗೀರಸ, ಔಚಧ್ಯ, ಔಶಿಜ (೨)
20	ಔಶನಸ	ಆಂಗೀರಸ, ಗೌತಮ, ಔಶನಸ (೨)
21	ಔಶಿಜಗೌತಮ	ಆಂಗೀರಸ, ಔಶಿಜ, ಗೌತಮ (೨)
22	ಕರೇಣುಪಾಲ	ಆಂಗೀರಸ, ಗೌತಮ, ಕಾರೇಣುಪಾಲ (೨)
23	ಕಪಿ ಶುದ್ಧಕಪಿ ಚ	ಆಂಗೀರಸ, ಅಮಹೀಯವ, ಔರುಕ್ಷಯ (೨)
24	ಕಣ್ವಸ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ಅಜಮೀಡ, ಕಾಣ್ವ (೨) (೨) ಆಂಗೀರಸ, ಘೌರ, ಕಾಣ್ವ (೨)
25	ಕತ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಕಾತ್ಯಾ, ಕೀಲ (೨)
26	ಕಪೋತರೇತಸ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಕಪೋತರೇತಸ (೨)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
27	ಕಥಕ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಕಥಕ (೨)
28	ಕಾಶ್ಯಪ	ಕಾಶ್ಯಪ, ಆವತ್ಸಾರ, ಆಸಿತ (೨)
29	ಕಾತ್ಯ	(೧) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಕಾತ್ಯ, ಆಕ್ಷೀಲ (೨) (೨) ಸಾತಿ, ಸೌಲಿದ್ವಾರಿ, ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ (೨)
30	ಕಾಕ್ಷೀವತ	ಆಂಗಿರಸ, ಔಚಧ್ಯ, ಗೌತಮ, ಔಶಿಜ, ಕಾಕ್ಷೀವತ (೫)
31	ಕಾಪಿಭುವ	ಆಂಗಿರಸ, ತೈತ್ತಿರಿ, ಕಾಪಿಭುವ (೨)
32	ಕಾಮಕಾಯನ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ದೇವಶ್ರವಸ, ದೈವತರಸ (೨)
33	ಕುತ್ಸಸ	(೧) ಆಂಗಿರಸ, ಆಂಬರೀಷ, ಯೌವನಾಶ್ವ (೨) (೨) ಮಾಂಧಾತ್ರ, ಆಂಬರೀಷ, ಯೌವನಾಶ್ವ (೨) (೩) ಆಂಗಿರಸ, ಮಾಂಧಾತ್ರ, ಕೌತ್ಸ(೨)
34	ಕೌಂಡಿನ್ಯ	ವಾಸಿಷ್ಠ, ಮೈತ್ರಾವರುಣ, ಕೌಂಡಿನ್ಯ (೨)
35	ಕೌಮಂಡ	ಆಂಗಿರಸ, ಔಚಧ್ಯ, ಕಾಕ್ಷೀವತ, ಗೌತಮ, ಕೌಮಂಡ (೫)
36	ಕೌಶಿಕ	(೧) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ದೇವರಾತ, ಔದಲ (೨) (೨) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಆಘಮರ್ಷಣ, ಕೌಶಿಕ (೨)
37	ಕೌಶಿಕ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಆಘಮರ್ಷಣ, ಕೌಶಿಕ (೨)
38	ಗಾರ್ತ್ಸಮದ	ಭಾರ್ಗವ, ಗಾರ್ತ್ಸಮದ (೨)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
39	ಗಾರ್ಗ್ಯ	(೧) ಆಂಗಿರಸ, ಬಾರ್ಹಸ್ಪತ್ಯ, ಭಾರದ್ವಾಜ, ಗಾರ್ಗ್ಯ, ಶೈನ್ಯ (೫) (೨) ಆಂಗಿರಸ, ಶೈನ್ಯ, ಗಾರ್ಗ್ಯ (೩)
40	ಗಾವಿಷ್ಠಿರ	(೧) ಆತ್ರೇಯ, ಗಾವಿಷ್ಠಿರ, ಪೌರ್ವತಿಥ (೩) (೨) ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ಗಾವಿಷ್ಠಿರ (೩)
41	ಗಾರ್ಗ್ಯ	ಭಾರದ್ವಾಜ, ಗಾರ್ಗ್ಯ, ಶೈನ್ಯ (೩)
42	ಗಾಥಿನ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಗಾಥಿನ, ರೈವಣ (೩)
43	ಗೌತಮ	ಆಂಗಿರಸ, ಆಯಾಸ್ಯ, ಗೌತಮ (೩)
44	ಘೃತಕೌಶಿಕ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಘೃತಕೌಶಿಕ (೨)
45	ಜಮದಗ್ನಿ	(೧) ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ, ಔರ್ವ, ಜಾಮದಗ್ನ್ಯ (೫) (೨) ಭಾರ್ಗವ, ಔರ್ವ, ಜಾಮದಗ್ನ್ಯ (೩) (೩) ಜಾಮದಗ್ನ್ಯ, ವತ್ಸ, ಭಾರ್ಗವ (೩) (೪) ಜಾಮದಗ್ನ್ಯ, ಬಿದಾ, ಭಾರ್ಗವ (೩) (೫) ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ (೩) (೬) ಜಾಮದಗ್ನ್ಯ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ (೩) (೭) ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ, ಆರ್ಷಿಷೇಣ, ಅನೂಪ (೫)
46	ಮಾಂಡವ್ಯ	(೧) ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ, ಔರ್ವ, ಜಾಮದಗ್ನ್ಯ (೫)
47	ಜಮದಗ್ನಿ	ವತ್ಸ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ (೩)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
48	ಜಾತೂಕರ್ಣ್ಯ	ವಾಸಿಷ್ಠ, ಆತ್ರೇಯ, ಜಾತೂಕರ್ಣ್ಯ (೨)
49	ದೀರ್ಘತಮಸ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ಔಚಧ್ಯ, ದೈರ್ಘತಮಸ (೨) (೨) ಆಂಗೀರಸ, ಔಚಧ್ಯ, ಕಾಕ್ಷೀವತ, ಗೌತಮ, ದೈರ್ಘತಮಸ (೩)
50	ದೈವತರಸ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ದೈವಶ್ರವಸ, ದೇವತರಸ (೨)
51	ಧನಂಜಯ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಮಾಧುಚ್ಛಂದಸ, ಧಾನಂಜಯ (೨)
52	ಧನಂಜಯ	ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ಧಾನಂಜಯ (೨)
53	ಧರ್ಭವಾಹ	ಅಗಸ್ಯ, ದಾಲ್ಭ್ಯಚ್ಯುತಿ, ಧರ್ಭವಾಹ (೨)
54	ನೈದ್ರವ	ಕಾಶ್ಯಪ, ಆವತ್ಸಾರ, ನೈದ್ರವ (೨)
55	ನೈಮಥಿತ	ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಪವಾನ, ಬೈಜವ, ನೈಮಥಿತ (೩)
56	ಪರಾಶರ	ವಾಸಿಷ್ಠ, ಶಾಕ್ಯ, ಪಾರಾಶರ್ಯ (೨)
57	ಪಾರ್ಥ	ಭಾರ್ಗವ, ವೈನ್ಯ, ಪಾರ್ಥ (೨)
58	ಪಾರ್ಷದಶ್ವ	ಅಷ್ಟಾದುಷ್ಟ, ವೈರೂಪ್ಯ, ಪಾರ್ಷದಶ್ವ (೨)
59	ಪುರೋಧಸ	ಭಾರ್ಗವ, ವಾತ್ಸ, ಪುರೋಧಸ (೨)
60	ಪೂರಣ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ದೇವರಾತ, ಪೂರಣ (೨)
61	ಪೂರ್ಣಮಾಸ	ಅಗಸ್ಯ, ಪೂರ್ಣಮಾಸ, ವಾರಣ (೨)
62	ಪೂತಮಾನಸ	(೧) ವಾಸಿಷ್ಠ, ಮೈತ್ರಾವರುಣ, ಉಪಮನ್ಯು (೨) (೨) ಸಾಂಕ್ಯ, ಸಾಂಕೃತ್ಯ, ಗೌರವೇದಿ (೨)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
63	ಪೃಷದಶ್ವ	ಆಂಗೀರಸ, ಪಾರ್ಷದಶ್ವ, ವೈರೂಪ್ಯ (೨)
64	ಪೌರಣ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಪೌರಣ (೨)
65	ಪೌತ್ರಿಕ	ಆತ್ರೇಯ, ವಾಮರಧ್ಯ, ಪೌತ್ರಿಕ (೨)
66	ಪೌರಣ	ಅಗಸ್ಯ, ಪೌರ್ಣಮಾಸ, ಪೌರಣ (೨)
67	ಪೌರೂರವ	ಮಾನವ, ಏಲ, ಪೌರೂರವಸ (೨)
68	ಪೌಣಿಕ	ಅಗಸ್ಯ, ಪೈನಾಯತ, ಪೌಣಿಕ (೨)
69	ಬಾದರಾಯಣ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ವಿಷ್ಣುವೃದ್ಧ, ಬಾದರಾಯಣ (೨) (೨) ಆಂಗೀರಸ, ಪೌರುಕುತ್ಸ, ತ್ರಾಸದಸ್ಯವ (೨)
70	ಬಿದ	(೧) ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ, ಔರ್ವ, ಬೈದ (೫) (೨) ಭಾರ್ಗವ, ಔರ್ವ, ಜಾಮದಗ್ನ್ಯ (೨) (೩) ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ (೨)
71	ಬೀಜಾವಾಪ	(೧) ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ಅತಿಥೇತಿ (೨) (೨) ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ಗಾವಿಷ್ಠ (೨)
72	ಬೃಹದುಕ್ಲ್ಯ	ಆಂಗೀರಸ, ಬಾರ್ಹದುಕ್ಲ್ಯ, ಗೌತಮ (೨)
73	ಬೈಜವ	ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ, ಬೈಜವ, ನೈಮಥಿತ (೫)
74	ಭಾರದ್ವಾಜ	ಆಂಗೀರಸ, ಬಾರ್ಹಸ್ಪತ್ಯ, ಭಾರದ್ವಾಜ (೨)
75	ಮಯೋಭುವ	ಅಗಸ್ಯ, ಪೌರ್ಣಮಾಸ, ಪೌರಣ (೨)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
76	ಮಾನವ	ಮಾನವ (೧)
77	ಮಾಠರ	ಭಾರ್ಗವ, ಶಾಠರ, ಮಾಠರ (೨)
78	ಮಿತ್ರಯುವ	ಭಾರ್ಗವ, ವಾದ್ಯಶ್ವ, ದೈವೋದಾಸ (೨)
79	ಮುದ್ಗಲಸ	ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ಪೌರ್ವತಿಥ (೨)
80	ಮೌದ್ಗಲ್ಯ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ಭೌರ್ಮ್ಯಶ್ವ, ಮೌದ್ಗಲ್ಯ (೨) (೨) ತಾಕ್ಷ್ಯ, ಭಾರ್ಮ್ಯಶ್ವ, ಮೌದ್ಗಲ್ಯ (೨)
81	ಮೌಂಗಲ	ಭಾಲಂದನ, ವಾತ್ಸಪಿ, ಮೌಂಗಲ (೨)
82	ಮೌನಭಾರ್ಗವ	ಭಾರ್ಗವ, ವಿತಹವ್ಯ, ಸಾವೇದಸ (೨)
83	ಯಸ್ಕ	ಭಾರ್ಗವ, ವೈತಹವ್ಯ, ಸಾವೇದಸ (೨)
84	ಯಜ್ಞವಾಹ	ಅಗಸ್ಯ, ದಾರ್ಡ್ಯಚ್ಯುತ, ಯಜ್ಞವಾಹ (೨)
85	ರಥೀತರ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ವೈರೂಪ, ಪಾರ್ಷದಶ್ವ (೨) (೨) ಆಂಗೀರಸ, ಪಾರ್ಷದಶ್ವ, ರಾಥೀತರ (೨)
86	ರಾಹೂಗಣ	ಆಂಗೀರಸ, ರಾಹೂಗಣ, ಗೌತಮ (೨)
87	ರಾಘವಸ	ಆಂಗೀರಸ, ರಾಘವ, ಗೌತಮ (೨)
88	ರೋಹಿಣ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಮಾಧುಚ್ಛಂದಸ, ರೌಹಿಣ (೨)
89	ರೈಭ್ಯ	ಕಾಶ್ಯಪ, ಆವತ್ಸಾರ, ರೈಭ್ಯ (೨)
90	ರೈವಣ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಗಾಧಿನ, ರೈವಣ (೨)
91	ರೌತ್ಥಕ	(೧) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ರೌತ್ಥಕ, ರೈವಣ (೨) (೨) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಗಾಧಿನ, ರೈವಣ (೨)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
92	ರೌಕ್ಷಕ	(೧) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಗಾಥಿನ, ರೈವಣ (೨) (೨) ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ರೌಕ್ಷಕ, ರೈವಣ (೨)
93	ಲೋಹಿತ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಅಷ್ಟಕ, ಲೌಹಿತ (೨)
94	ಲೋಹಿತಸ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ದೇವರಾತ (೨)
95	ಲೌಗಾಕ್ಷಿ	(೧) ಕಾಶ್ಯಪ, ಆವತ್ಸಾರ, ವಾಸಿಷ್ಠ (೨) (೨) ವಾಸಿಷ್ಠ, ಆವತ್ಸಾರ, ಕಾಶ್ಯಪ (೨)
96	ವಸಿಷ್ಠ	(೧) ವಾಸಿಷ್ಠ (೧) (೨) ವಾಸಿಷ್ಠ, ಮೈತ್ರಾವರುಣ, ಕೌಂಡಿನ್ಯ (೨)
97	ವತ್ಸ	ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಸವಾನ, ವಾತ್ಸ, ಪೌರೋಧಸ (೨)
98	ವಾಮದೇವ	(೧) ಆಂಗಿರಸ, ವಾಮದೇವ, ಗೌತಮ (೨) (೨) ಆಂಗಿರಸ, ವಾಮದೇವ, ಬಾರ್ಹದುಕ್ಲ (೨)
99	ವಾಗ್ಭೂತಸ	ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ವಾಗ್ಭೂತ (೨)
100	ವಾತ್ಸಪಿ	ವಾತ್ಸಪಿ (೧)
101	ವಾಮರಥ್ಯ	(೧) ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ಅತಿಥೇತಿ (೨) (೨) ಆತ್ರೇಯ, ಆರ್ಚನಾನಸ, ಗಾವಿಷ್ಠ (೨)
102	ವಾದ್ರ್ಯಶ್ವ	ಭಾರ್ಗವ, ದೈವೋದಾಸ, ವಾದ್ರ್ಯಶ್ವ (೨)
103	ವಾಧುಲ	ಯಾಸ್ಯ, ವಾಧುಲ, ಮೌನಮೋಕ (೨)
104	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ದೇವರಾತ, ಔದಲ (೨)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
105	ವಿಷ್ಣುವೃದ್ಧಸ	ಆಂಗಿರಸ, ಪೌರುಕುತ್ಸ, ತ್ರಾಸದಸ್ಯವ (೨)
106	ವೈಣವ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಗಾಧಿನ, ವೈಣವ (೨)
107	ವೈನ್ಯ	ವೈನ್ಯ, ಭಾರ್ಗವ, ಪಾರ್ಥ (೨)
108	ಶರಮರ್ಷಣ	ಆಂಗೀರಸ, ಪೌರಕುತ್ಸ, ತ್ರಾಸದಸ್ಯವ (೨)
109	ಶಾಂಡಿಲ್ಯ	(೧) ಶಾಂಡಿಲ್ಯ, ಆಸಿತ, ದೈವಲ (೨) (೨) ಕಾಶ್ಯಪ, ಆಸಿತ, ದೈವಲ (೨) (೩) ಕಾಶ್ಯಪ, ಆವತ್ಸಾರ, ಆಸಿತ (೨) (೪) ಕಾಶ್ಯಪ, ಆವತ್ಸಾರ, ಶಾಂಡಿಲ್ಯ (೨) (೫) ಆಸಿತ, ದೈವಲ, ಕಾಶ್ಯಪ (೨)
110	ಶಾಲಂಕಾಯನ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಶಾಲಂಕಾಯನ, ಕೌಶಿಕ (೨)
111	ಶಾರರ	ಭಾರ್ಗವ, ಶಾರರ, ಮಾರರ (೨)
112	ಶಾರದ್ವತ	ಆಂಗಿರಸ, ಗೌತಮ, ಶಾರದ್ವತ (೨)
113	ಶಾಕ್ರ	ಅಗಸ್ಯ, ಹೈಮವರ್ಚ, ಹೈಮೋದಕ (೨)
114	ಶುನಕ	(೧) ಭಾರ್ಗವ, ಶೌನಹೋತ್ರ, ಗಾರ್ತ್ವಮದ (೨) (೨) ಶೌನಕ, ಭಾರ್ಗವ, ಗಾರ್ತ್ವಮದ (೨)
115	ಶ್ರೀವತ್ಸ	ಭಾರ್ಗವ, ಚ್ಯಾವನ, ಆಪ್ಪವಾನ, ಔರ್ವ, ಶ್ರೀವತ್ಸ (೫)
116	ಶ್ರೈತ	ಶ್ರೈತ, ವೈನ್ಯಾ, ಪಾರ್ಥ (೨)
117	ಶೌನಕ	ಶೌನಕ (೧)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
118	ಶೌನಕ	ಗಾರ್ಗ್ಯ, ಗಾರ್ತ್ವಮದ, ಶೌನಕ (೨)
119	ಶೌಂಗ ಶೈಶಿರ	(೧) ಆಂಗಿರಸ, ಬಾರ್ಹಸ್ಪತ್ಯ, ಭಾರದ್ವಾಜ, ಕಾತ, ಆತ್ಕೀಲ (೫) (೨) ಆಂಗಿರಸ, ಕಾತ್ಯ, ಆತ್ಕೀಲ (೨) (೩) ಆಂಗಿರಸ, ಬಾರ್ಹಸ್ಪತ್ಯ, ಭಾರದ್ವಾಜ, ಶೌಂಗ, ಶೈಶಿರ (೫)
120	ಶ್ರೌಮತ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ದೈವಶ್ರವಸ, ದೈವತರಸ (೨)
121	ಸತ್ಯಮುಗ್ರ್ಯ	ಆಂಗಿರಸ, ಭಾರ್ಮ್ಯಶ್ವ, ಮೌದ್ಗಲ್ಯ (೨)
122	ಸಾಹುಲ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಸಾಹುಲ, ಮಾಹುಲ (೨)
123	ಸಾಂಭವಾಹ	ಅಗಸ್ತ್ಯ, ದಾರ್ಡ್ಯಚ್ಯುತ, ಸಾಂಭವಾಹ (೨)
124	ಸಾರವಾಹ	ಅಗಸ್ತ್ಯ, ದಾಲ್ಭ್ಯಚ್ಯುತ, ಸಾರವಾಹ (೨)
125	ಸುವರ್ಣರೇತಸ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಕಾಪಾತರಸ (೨)
126	ಸುಮಂಗಲಸ	ಆತ್ರೇಯ, ಸೌಮಂಗಲ, ಶ್ಯಾವಾಶ್ವ (೨)
127	ಸೋಮರಾಜಕ	ಆಂಗಿರಸ, ಸೌಮರಾಜ್ಯ, ಗೌತಮ (೨)
128	ಸೋಮವಾಹ	ಅಗಸ್ತ್ಯ, ದಾರ್ಡ್ಯಚ್ಯುತ, ಸೌಮವಾಹ (೨)
129	ಸಂಕೃತಿ	(೧) ಆಂಗಿರಸ, ಸಾಂಕೃತ್ಯ, ಗೌರುವೀತ (೨) (೨) ಶಾಕ್ಯ, ಗೌರುವೀತ, ಸಾಂಕೃತ್ಯ (೨)
130	ಹರಿತಸ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ಆಂಬರೀಷ, ಯೌವನಾಶ್ವ (೨) (೨) ಆಂಗೀರಸ, ಆಂಬರೀಷ, ಮಾಂಧಾತ (೨)

No.	ಗೋತ್ರಂ	ಪ್ರವರಂ
131	ಪಿಂಗ, ಶಂಖ, ದರ್ಭ, ಭೈಮಗವ	(೧) ಆಂಗೀರಸ, ಆಂಬರೀಷ, ಯೌವನಾಶ್ವ (೩) (೨) ಆಂಗೀರಸ, ಆಂಬರೀಷ, ಮಾಂಧಾತ (೩)
132	ಹಿರಣ್ಯರೇತಸ	ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ಹೈರಣ್ಯರೇತಸ (೨)
133	ಹಿಮೋದಕ	ಅಗಸ್ಯ, ಹೈಮವರ್ಣ, ಹೈಮೋದಕ (೩)
134	ಹಂಸಜಿಹ್ವ	ಆಂಗೀರಸ, ತಾಯ್ವ, ಮೌದ್ಗಲ್ಯ (೩)

Table 9: **Gotrams and Pravarams**

ವೇದ	ಸೂತ್ರ
ಋಕ್	ಆಶ್ವಲಾಯನ, ಕಾತ್ಯಾಯನ
ಯಜುರ್	ಆಪಸ್ತಂಬ, ಬೋಧಾಯನ
ಸಾಮ	ತ್ರಾಹ್ಯಾಯಣಿ, ರಣಾಯಣಿ

Table 10: **Vedas and Sutras**

|| ಯಜುರುಪಾಕರ್ಮಪ್ರಯೋಗಃ ಸಮಾಪ್ತಃ ||