



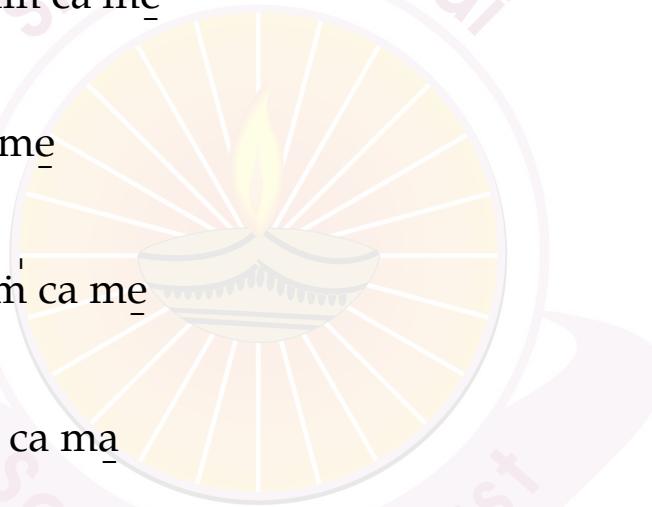
Sri Sathya Sai Sadhana Trust,  
Publications Division, Prasanthi Nilayam

## CHAMAKAM

1<sup>ST</sup> Anuvaka

ॐ अग्नाविष्णु सजोषसेमा  
om agnāviṣṇū sajōṣasemā  
वर्धन्तु वां गिरः ।  
vardhantu vāṁ girah ।  
द्युम्नैर्वर्जेभिरागतम् ।  
dyumnaivājebhirāgatam ।  
वाजश्च मे प्रसवश्च मे  
vājaśca me prasavaśca me  
प्रयतिश्च मे प्रसितिश्च मे  
prayatiśca me prasiṭiśca me  
धीतिश्च मे क्रतुश्च मे  
dhītiśca me kratuśca me  
स्वरश्च मे श्लोकश्च मे  
svaraśca me ślokaśca me  
श्रावश्च मे श्रुतिश्च मे  
śrāvaśca me śrutiśca me

ज्योतिश्च मे सुवश्च मे  
jyotiśca me suvaśca me  
प्राणश्च मेऽपानश्च मे  
prāṇaśca me'pānaśca me  
व्यानश्च मेऽसुश्च मे  
vyānaśca me'suśca me  
चित्तं च म आधीतं च मे  
cittam ca ma ādhītam ca me  
वाक्च मे मनश्च मे  
vākca me manaśca me  
चक्षुश्च मे श्रोत्रं च मे  
cakṣuśca me śrotram ca me  
दक्षश्च मे बलं च म  
dakṣaśca me balam ca ma  
ओजश्च मे सहश्च म  
ojaśca me sahaśca ma  
आयुश्च मे जरा च म  
āyuśca me jarā ca ma  
आत्मा च मे तनूश्च मे  
ātmā ca me tanūśca me  
शर्म च मे वर्म च मे  
śarma ca me varma ca me



Publications Division

अंगानि च मेऽस्थानि च मे  
aṅgāni ca me'sthāni ca me  
परूग्मिषि च मे शरीराणि च मे ॥१॥  
parūgmīṣi ca me śarīrāṇi ca me ||1||



Publications Division