

SOLHÄLSNINGEN - SURYA NAMASKARA



1
OM HRAAM
Mitraaya
Namaha



7
OM HRAAM
Hiranya-
garbhaaya
Namaha



2
OM HREEM
Ravaye
Namaha



8
OM HREEM
Mareechaye
Namaha



3
OM HROOM
Suryaya
Namaha



9
OM HROOM
Aadityaaya
Namaha



4
OM HRAIM
Bhaanave
Namaha



10
OM HRAIM
Savitre
Namaha



5
OM HRAUM
Khagaya
Namaha



11
OM HRAUM
Aarkaaya
Namaha



6
OM HRAH
Pooshne
Namaha



12
OM HRAH
Bhaaskaraya
Namaha