

|| āyurmantraḥ ||

om āyur'dhehi |

om prāṇam dhehi |

om apānam dhehi |

om vyānam dhehi |

om cakṣurdhehi |

om śrotram dhehi |

om mano dhehi |

om vācam dhehi |

om ātmānam dhehi |

om pratiṣṭhām dhehi |

om mām dhehi |

om mayi dhehi |