

Sanskrit shlokas to recite before meals

Sanskrit shlokas to recite before meals

यज्ञ शिष्टा शिनः सन्तो मुच्यन्ते सर्वकिल् विषैः भुज्ज ते ते त्वघं पापा ये पचन्त्यात्मकारनात् ॥

Yagna shshthaa shinah santo muchyante sarvakil vishshaih |  
Bhujjate te Tvagham paapaa ye pachantyaatmakaaranaat ||

ब्रह्मार्पणं ब्रह्म हविः ब्रह्माग्नौ ब्रह्मणा हुतम् । ब्रह्मैव तेन गन्तव्यं ब्रह्म कर्म समाधिना ॥

Brahmaarpanam brahma havih brahmagnau brahmanaahutam |  
Brahmaiva tena gantavyam brahma karma samaadhinaah |

अहं वैश्वानरो भूत्वा प्राणिनां देहमाश्रितः । प्राणापान समा युक्तः पचाम्यन्नं चतुर्विधम् ॥

Aham vaishvaa naro bhutvaa praaninaam dehamaashritah |  
Praanaa paana samaa yuktah pachaamyannam chaturvidham ||

ॐ सहनाववतु सहनौ भुनक्तु सह वीर्यं करवावहै । तेजश्चिना वधितमस्तु मा विद्विषावहै ॥  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः

Om sahanaavavatu sahanau bhunaktu saha viryam karvaavahai |  
Tejashvinaavadhitamastu Maa vidvishaavahai ||  
Om Shanti Shanti Shanti