శ్రీ ఆదిత్యాయ నమ:

శుభమస్తు

అవిఘ్నమస్తు

ఆదిత్య హృదయము

తెలుగు పద్య అనువాదము

అమరవాది సుబ్రహ్మణ్య దీక్షితులు

M.Tech.

తొలి పలుకు

శ్రీరామచంద్రుడు భగవంతుడే అని కీర్తించి కొన్ని వేల సంవత్సరాలుగా పూజిస్తున్నవారు ఉన్నారు. ఆయన ఒక సర్వోన్నత సద్గుణ సంపన్న రాజకుమారుడు మాత్రమే అని భావించే వారూ ఉన్నారు.

వాల్మీకి రామగాధ రచించాడు. భగవంతుని అవతారమని కీర్తించాడు. కానీ రామునికి తనే భగవంతుడనని తెలియదు అని వ్రాశాడు. ఆయన దైవాంశ సంభూతుడైన రాజకుమారుడనే వ్రాశాడు. ప్రజా రంజకుడైన రాజు, సద్గుణ సంపన్నుడైన వ్యక్తి, శరణన్న శత్రువుని కూడా కాపాడే దయామూర్తి, సోదరులకి దైవసమానుడైన అన్న, తండ్రికి బహి: ప్రాణమయిన కుమారుడు, భార్యకి ప్రాణాధిక్యుడయిన భర్త, స్నేహితుని కోసం దొంగచాటుగా వాలిని చంపి అపప్రథకు కూడా వెరువని స్నేహమూర్తి. హనుమంతునికి దైవమే అయిన యజమాని – ఇలా ఆయన ఎన్నో విశిష్ట వ్యక్తులు ఒకే చోట ఉన్న పరాక్రమ మూర్తి. ఖరదూషణాది వేల రాక్షసులను ఒక్కసారే సంహరించిన మేటి వీరుడు. ఒకే బాణం, ఒకే మాట, ఒకే పత్ని ఆ మహామహుని ప్రవృత్తి.

అందుకే తులసీదాసు ఆయనకంటే దేవుడు లేడని కీర్తించాడు. త్యాగయ్య, రామదాసు జీవితమంతా ఆయనను కీర్తనల ద్వారా

కొలిచారు. ఎందుకని? సర్వాత్మత్వమే దైవత్వము. సర్వమానవ ప్రేమను మించిన దైవత్వం లేదు. మరి ఒక మానవుడు దేవుడై కొన్ని వేల ఏళ్ళు పూజింపబడుతుంటే కొన్ని కోట్ల సంవత్సరాల నుంచి తేజస్సు ద్వారా జీవులకు ఆహారం, ప్రాణం ఇస్తున్న సూర్యుని దేవునిగా పూజించడం తప్పు ఎలా అవుతుంది? కాదు. వాల్మీకి చెప్పిన రామాయణంలో ఆదిత్య హృదయము అనే స్తోత్రాన్ని ప్రస్తుతించాడు.

రావణునితో యుద్ధం చేస్తున్నాడు శ్రీరాముడు. రావణుడు సామాన్యుడా? కాదు. కైలాస పర్వతాన్ని కదిలించిన ఘనుడు. బ్రహ్మావరప్రసాది. శివుని ఆత్మ లింగాన్ని పొందిన భక్తశేఖరుడు. అష్ట దిక్పాలకులను కట్టి ఈడ్చిన వీరాధి వీరుడు. అట్టి వానితో భార్యా వియోగంచేత ఆహారం కూడా త్యజించిన రామచంద్రుడు పోరాడి అలసిపోవడం ఏ మాత్రం అసమంజసం కాదు.

ఆ అసాధ్యుడయిన శత్రువుని ఎలా జయించాలా అని దిగులు చెంది యున్న రాముని అప్పుడు దేవతలతో పాటు రామ రావణ యుద్ధం చూడాలని వచ్చిన అగస్త్య మహాముని చూచి రామునికి ఎలాగైనా ఈ నిరుత్సాహం పోగొట్టి ఉద్దీపకుణ్ణి చేసి రావణుని గెలిచేట్లు చేయాలని రాముని వద్దకు వచ్చి ఆదిత్య హృదయమనే గోప్యమైన ఒక స్తవమును బోధించి దానిని మూడుసార్లు చదివితే శత్రు సంహారం తథ్యమని చెప్తాడు. రాముడదే విధంగా చేసి రావణుని గెల్చాడని వాల్మీకి

రామాయణాంతర్గత గాధ.

సూర్యుని పరంగానే చాలామంది ఆదిత్య హృదయాన్ని నిత్య పారాయణ చేస్తున్నారు. ఇందులో సూర్యుణ్ణి ఎన్నో రకాలుగా కీర్తిస్తాడు వాల్మీకి. దేవ దేవుడని, సృష్టికర్త భర్త లయకారకుడని ప్రళయంలో కూడా ప్రజ్వరిల్లే అఖండ తేజోమూర్తి అని, చీకటినీ మంచునీ పారద్రోలే ఈ మార్తాండుడే సర్వ జగతి పోషకుడనీ, తేజములకు తేజమనీ కీర్తిస్తాడు.

సూర్యుడు గ్రహాధిపతి కాబట్టి గ్రహ స్థితి మనకు అనుకూలంగా చేసి మనకి శుభం కలిగిస్తాడని అనుకుంటే తప్పేమీ లేదు. అలా ఆలోచించి చదవండి ఈ స్తోత్రం.

ఉదయం పూట సూర్యోదయంలో సూర్య కిరణాలు ఆరోగ్యానికి మంచివి అని విజ్ఞాన శాస్త్రం ఆమోదించిన సత్యం. ఒక వ్యాయామం అనుకుని ఈ ఆదిత్య హృదయం సూర్యోదయంలో పఠించండి. శరీరాన్ని నల్లగా చేసుకునేందుకు ఎండలో పాశ్చాత్యులు కూచుంటే మనం ఓహో! అనుకుంటాం కానీ సూర్య నమస్కారాలు చేసే వారిని చూసి నవ్వుతాం. ఎంత దురదృష్టం.

ఆదిత్య హృదయంలో 31 శ్లోకాలున్నాయి. కంఠతా వస్తె 20 నిమిషాల్లో చదవచ్చు. సూర్యునికభిముఖంగా ఈ శ్లోకాలు చదివి ఒక 20 నిమిషాలు సూర్యునికి సాష్టాంగ వందనం చేస్తూ గడిపితే మంచి

ఆరోగ్యం వస్తుందని వేరే చెప్పాలా. శరీర దార్ఢ్యంగల వాడు మానసిక ఆరోగ్యం పొందుతాడు? వాడికి సహజంగానే విజయం ప్రాప్తిస్తుంది.

తెలుగు పద్యాలు గుర్తుపెట్టుకోవటం తేలిక, అర్ధం చేసుకోవడం తేలిక అని నేను భావించి శ్లోకానికి అర్ధం తెలియక తప్పు చదివే కన్నా తెలుగులో తప్పులేకుండా ఆ సూర్యస్తుతి చేయడం మంచిది ఒకటే ఫలితం ఉంటుందని భావించి దీనిని తెలుగు పద్య రూపంలో వ్రాశాను.

తే॥ – తేటగీతి, సీ॥ – సీసపద్యము, తా॥ – తాత్పర్యం, ఆ॥ – ఆటవెలది.

ఒక్క మనవి నేను సంస్కృత విద్వాంసుడనూ, కవినీ కాను. అందుచేత ఈ పద్యాలు అలంకార భూషితాలు కావు. కొద్ది చోట్ల అనువాద లోపాలూ ఉండవచ్చు. కొన్నిచోట్ల యతి సౌలభ్యం కోసం కొత్త పదాలు వాడినందువల్ల కొంత అర్ధం మారిపోయి ఉండవచ్చు. సూర్యారాధనే ముఖ్యం అని భావించి నా తప్పులు క్షమించి మనస్ఫూర్తిగా చదవండి. ప్రతి పద్యానికి నాకు తోచిన విధంగా తాత్పర్యం కూడా వ్రాశాను. దాంట్లో తేడాలున్నా ఒకటే సమాధానం నా అజ్ఞానాన్ని మన్నించండి. కనీసం సంస్కృత శ్లోకాలన్నా చదవండి. ఇక మొదలెడదాం.

ఆదిత్య హృదయము

1. తతో యుద్ధ పరిశ్రాన్తం సమరే చిన్తయా స్థితమ్
రావణం చాగ్రతో దృష్ట్వా యుద్ధాయ సముపస్థితమ్.

2. దైవతైశ్చ సమాగమ్య ద్రష్టుమ భ్యాగతో రణమ్
ఉపగమ్యా బ్రవీ ద్రామ మగస్త్యో భగవాన్ ఋషి.

3. రామ రామ మహా బాహో శ్రుణు గుహ్యం సనాతనమ్
యేన సర్వానరీన్ వత్స సమరే విజయిష్యసి.

4. ఆదిత్య హృదయం పుణ్యం సర్వ శత్రు వినాశనమ్
జయావహం జపేన్నిత్య మక్షయ్యం పరమం శివమ్.

5. సర్వ మంగళ మాంగళ్యం సర్వపాపప్రణాశనమ్
చిన్తాశోకప్రశమన మాయుర్వర్ధన ముత్తమమ్.

సీ॥ అచ్చట శ్రీరాము డని రావణుతొా చేయ
చూడ దేవతలతో కూడి వచ్చి
ఆగస్త్యముని చూచి, అలసి యుద్ధములోన
శత్రు నోడించనై ఆత్రపడుచు
రావణాసురుగాంచి రణముచేయగను వ్యా
కులుడైన రాముతో పలికె నిట్లు
ఓ మహాబాహు! నీకొక గోప్యమై యొప్పు
ఆదిత్య హృదయము అనెడి స్తవము

తే॥ నేను ఉపదేశ మొనరింతు, నిర్మలంబు
శత్రుసంహారకంబైన స్తోత్ర మిదియె
పాపనాశంబు తరగని ఫలము లిచ్చు
వ్యాధి పోగొట్టు దీర్ఘాయు వరము నిచ్చు.

తా॥ అక్కడ శ్రీరామ రావణ యుద్ధము చూచుటకు దేవతలంతా కూడుకుని వచ్చారు. వారితో పాటు వచ్చిన అగస్త్యముని, రావణాసురుని చూచి యుద్ధమునకై ఆత్రపడుచూ అలసిపోయి, వీనినెట్లు ఓడించుటయా అని వ్యాకుల పడుతున్న శ్రీరాముని చేరి ఈ విధముగా పలికెను. ఓ మహాబాహూ! నీకు అతి రహస్యమైన విషయం చెబుతాను వినుము. ఆదిత్య హృదయమనెడి ఒక స్తోత్రమునుపదేశింతును. అది నిర్మలము, శత్రు సంహారకము, పాప నాశకరము, వ్యాధులను పోగొట్టి అక్షయ చిరకాలము ఫలము నిచ్చునది.

6. రశ్మి మంతం సముద్యన్తం దేవాసుర నమస్కృతమ్
పూజయస్వ వివస్వన్తం భాస్కరం భువనేశ్వరమ్.

తే॥ మేలు కిరణాల పూర్ణోదయాల ప్రభువు
దేవ దానవ పూజ్యుండు, తేజకరుడు
ఇతర తేజాల నణచును ఇతని కాంతి,
లోక ప్రభువైన ఆదిత్యు డొకడె రామ!

తా॥ ఓ శ్రీరామా! అతను చాలా తేజోవంతమైన కిరణాలతో ఎప్పుడూ పూర్ణముగా ఉదయించు ప్రభువు. అతను దేవతలకూ, రాక్షసులకూ కూడా పూజ్యుడు. అతని తేజముతో విశ్వములోనున్న అన్ని తేజములను హీన పరచగల అద్భుతమైన కాంతి గలవాడు. సర్వ లోకములకు ప్రభువు ఆ ఆదిత్యుడొక్కడే. ఈ ఆదిత్య హృదయముతో అతనిని స్తుతించు.

7. సర్వదేవాత్మకో హ్యేష తేజస్వీ రశ్మిభావన:
ఏష దేవాసురగణాన్ లోకాన్ పాతి గభస్తిభి:

తే॥ అతడు సర్వ దేవతలకున్ ఆత్మ, అతని
తేజమలరెడి కిరణాల దీప్తిజెందు
జగములెల్లను, సుర, నిశాచరులు నెల్ల,
లోకముల కాంతి కిరణాలు సోక, బ్రోచు.

తా॥ ఓ రామా అతడు దేవతలందరికీ ఆత్మ. గొప్ప తేజముతో ప్రకాశించువాని కిరణములతో సర్వ లోకములు వెలుగొందుచున్నవి. రాక్షసులు, దేవతలే కాదు అన్ని లోకములకూ తన కాంతి కిరణములు సోకునట్లు చేసి వారిని కాపాడు చున్నాడు.

8. ఏష బ్రహ్మోచ విష్ణుశ్చ శివస్కన్దః ప్రజాపతిః
మహేన్ద్రో ధనదః కాలోయమస్సోమోహ్యాపాంపతిః

తే॥ బ్రహ్మ, కేశవ, షణ్ముఖ, పరమ శివుడు,
నవ ప్రజాపతుల్, కాలుండు, దేవపతియు
జముడు, ధనదుండు, వరుణుండు, చంద్రుడతడె
సవితుడాదిత్య దేహమే దేవతలును.

తా॥ అందరికీ సుఖప్రదాత అగు ఆ సూర్యుని అంశమే బ్రహ్మ, విష్ణు, కుమారస్వామి, శంకరుడు, తొమ్మిదిమంది ప్రజాపతులు, మృత్యుదేవత, దేవేంద్రుడు, యముడు, కుబేరుడు, వరుణుడు, చంద్రుడు మొదలయిన అందరిలోనూ కలదు. నిజమునకు అందరి దేవతల యొక్క శరీరమే ఆ ఆదిత్యుడు అని తెలుసుకొనుము.

9. పితరో వసవ స్సాధ్యాహ్యాశ్వినౌ మరుతో మను:
వాయుర్వహ్ని: ప్రజాప్రాణా ఋతుకర్తా ప్రభాకర:

తే॥ అష్ట వసువులున్, సాధ్యులున్, అశ్వినులును
పితృ దేవతల్ మనువుయున్, ఋతుల కర్త
ఆ మరుత్తులు, వాయువు, అగ్ని అతడె.
ప్రజల జీవన హేతువు ప్రభను గూర్చ.

తా॥ ఆ సూర్య దేవుడే అష్ట వసువులు, సాధ్యులు, అశ్వినులు, పితృదేవతలు, మనువు, మరుత్తులు, వాయువు, అగ్ని దేవుడు అయి వున్నాడు. ఆరు ఋతువులను కలిగించునది ఆయనే. ప్రజలందరూ ప్రాణాలు నిలబెట్టు కొనుటకు ఆయన ఇచ్చెడి వెలుగే కారణమై యున్నది.

10. ఆదిత్య: సవితా సూర్య: భగ: పూషా గభస్తిమాన్
సువర్ణ సదృశో భానుర్హిరణ్యరేతా దివాకర:

తే॥ అదితి బిడ్డవు దినకరా! ఆకసమున
చనుచు, కర్మల సాక్షివై, వాన నిచ్చి
ప్రజల పోషించు సుకిరణ, పసిడి రూప,
పసిడి తేజాన ఇత్తువు 'పగలు' సవిత!

తా॥ ఓ సూర్యుడా! నీవు అదితి పుత్రుడవు. ఆకాశములో నిరంతరము పయనిస్తూ నీవు సర్వ కర్మలకు సాక్షీభూతుడవు. ప్రజలందరికీ వాన ప్రసాదించి పోషిస్తావు. గొప్ప కిరణములు కల ఓ సవితా! బంగారు రంగుగలనీవు బంగారు వంటి కాంతిని ఈ ప్రపంచమునకు ఇస్తున్నావు.

11. హరిదశ్వ సహస్రార్చి స్సప్త సప్తి ర్మరీచిమాన్
తిమిరోన్మథనశ్శంభుస్త్వష్టామార్తాండ అంశుమాన్

తే॥ వేయి కిరణాల హరితాశ్వ! వేలుపీవు
సప్త ప్రఖ్యాత సప్తాశ్వ! తప్త కిరణ!
తిమిర సంహార! సుఖ కరా! తీవ్ర కష్ట
మంత మొనరించు మార్తాండ అంశుమంత!

తా॥ ఆకుపచ్చని హరితాశ్వములుగల ఓ దేవా! నీవు వెయ్యి కిరణములతో వెలిగే దేవుడవు. సప్త అను పేరుగల సప్తాశ్వములు కల ఓ దేవా! నీ ప్రఖ్యాత కిరణములు మిక్కిలి వేడిమి నిచ్చును. చీకటిని పోగొట్టును. అందరికీ సుఖము కలిగించును. అందరికీ కలిగే కష్టములను నాశనము చేయగల ఓ ప్రభూ నీవు బ్రహ్మాండము అంతముకాగా ఉదయించిన వాడవు.

12. హిరణ్య గర్భ శ్శిశిరస్తపనో భాస్కరో రవి:
అదితే: పుత్ర: శంఖశ్శిశిరనాశన:

తే॥ సుఖమును హిరణ్యగర్భుడై చూపు దేవ!
తాపకరుడవై తేజంబు ధరణి కిచ్చు
వేదనుత! శాంతి ప్రళయాన వెలయ జేయు
అగ్నిగర్భుడ! హిమవైరి! అదితిపుత్ర!

తా॥ ఓ అదితి పుత్రా! నీవు సుఖమును కలిగించు హిరణ్య గర్భుడవు. లోకహితమైన రమణీయమైన అంత:కరణ కలవాడవు. ఈ భూమికి వెలుగు, వేడిమిని ఇచ్చువాడవు. వేదములు పొగడెడివాడవు. అగ్ని గర్భమునకల నీవు మంచుకు శత్రువు అయి ప్రళయ మున కూడా శాంతి పొందగల వాడవు.

13. వ్యోమనాథ స్తమో భేదీ ఋగ్యజుస్సామపారగ:
ఘనవృష్టి రపాం మిత్రో వింధ్యవీధీ ప్లవంగమ:

తే॥ దేవ! ఆకాశనాథుడా! తిమిర హారి!
ఋగ్యజస్సామ వేదాలు ఎఱుక పరచు
సారమా! వర్ష కారక! వారిమిత్ర!
గగనమున సంచరింతువు వేగముగను.

తా॥ ఓ దేవా! నీవు ఆకసమునకు ప్రభువు. చీకటిని హరింతువు. ఋగ్వేదము, యజుర్వేదము, సామవేదము మొదలైన వేదములన్నిటిన శోభించు సారము నీవే. వర్షమును కలిగించెడి నీవు నీటికి స్నేహితుడవు (వారిమిత్ర). నీవు అతి వేగముగా ఆకాశ మార్గమున పయనించు చున్నావు.

14. ఆతపీ మండలీ మృత్యు: పింగళ స్సర్వతాపన:
కవిర్విశ్వో మహాతేజా రక్త: సర్వ భవోద్భవ:

తే॥ ఎండ కలిగించు దైవమా, అండరూప,
పింగళపు వర్ణ, శాశ్వతా, విశ్వభర్త!
పృథివి తాపక, దినమణీ, రుధిరవర్ణ!
కార్య కారణభూతుడా! కవివి, రవివి.

తా॥ ఓ దైవమా నీవు నీ తీక్షణమైన ఎండచే మండించెదవు. అండరూపుడవు. ఎరుపురంగు కలవాడవు. మృత్యు సమానుడవు. ఈ భూమిని పగటివేళలో తపింప చేసే ఓ రక్తవర్ణుడా ప్రపంచంలో జరిగే అన్ని పనులూ నెరవేరుటకు నీవే కారణము. నీవు పండితుడవు, వెలుగునిచ్చేవాడవు.

15. నక్షత్ర గ్రహ తారాణా మధిపో విశ్వభావన:
తేజ సామపితేజస్వీ ద్వాదశాత్మన్నమోస్తుతే

**తే॥ సర్వ గ్రహ, తార, నక్షత్ర స్వామినీవు
విశ్వ సంరక్షకా! దేవ! వింతగొలుపు
ఎల్ల తేజంబులకు తేజమీయగలవు
ద్వాదశాత్మా! ఇదే నీకు దండమిడుదు.**

అ॥ ఓ దేవా! ఆకాశమున, గ్రహములు, నక్షత్రములు, తారలకు నీవు ప్రభువు. విశ్వమును సంరక్షించు వాడవు. ఆశ్చర్యకరమైన తేజములు గల అన్నిటికి నీవే తేజమును ఒసంగుచుంటివి. ద్వాదశ ఆదిత్యులూ నీవే అయివున్నావు. అట్టి ఓ ప్రభూ! ఇదే నీకు నమస్కరించుచున్నాను.

16. నమ: పూర్వాయగిరయే పశ్చిమే గిరయే నమ:
జ్యోతిర్గణానాం పతయే దినాధిపతయేనమ:

తే॥ తూర్పు కొండపై ఉదయించు దొరవు దేవ
పశ్చిమాద్రిలో మాయమౌ వాడవీవు
జ్యోతి గణములన్నిటికినిన్ నేతవీవు
ప్రజకు దినమొసంగెడి దేవ! ప్రణతు లివియె.

అ॥ ఓ దేవా! తూర్పుకొండపై ఉదయించే నీవు రాజువు పశ్చిమాద్రిలో అస్తమయము అవుతున్న దేవా నీవు జ్యోతులన్నిటికీ శ్రేష్ఠుడవు. ప్రజలకు పగలు ఇచ్చు ఓ ప్రభూ! నీకివే నా నమస్కారములు.

17. జయాయ జయభద్రాయ హర్యశ్వాయ నమోనమ:
నమో నమస్సహస్రాంశో ఆదిత్యాయ నమోనమ:

తే॥ జయము కలిగించు దైవమా జయము నీకు
విజయ కారకా! హరితాశ్వ! వేలనుతులు
వేయి కిరణాల వెలుగొందు వేలుపీవు
అదితి పుత్రుడ ప్రణతుల నందుకొనుము.

తా॥ ఓ దైవమా! అందరికీ జయమును కలిగించే నీకు జయమగు గాక. నీవు హరితాశ్వుడవు, వేయి కిరణాలతో వెలిగిపోయే దేవుడవు. నీవే అదితి పుత్రుడవు. అట్టి ఓ ప్రభూ! నీకు వేలకొద్దీ నమస్కారములు. అందుకొనుము.

18. నమ ఉగ్రాయ వీరాయ సారంగాయ నమో నమ:
నమ: పద్మప్రభోదాయ మార్తాండాయ నమో నమ:॥

తే॥ భీకరాకార! ఓ వీర! మోకరింతు
వేగముగ పోవు సంచారి! వేలనుతులు
కమలబాంధవా! నా వందనములు ఇవియె
చండ మార్తాండ! అందుకో దండములను.

తా॥ ఓ భయంకరాకారుడవైన వీర్యవంతా! నీకు నమస్కరించెదను. అతివేగముగా సంచరించే ఓ దైవమా! వేల నమస్కారములు. కమలములకు ప్రియుడా ఇవే నా వందనములు. తీవ్రమైన చండ మార్తాండా! ఇవిగో స్వీకరింపుము నా నమస్కారములు.

19. బ్రహ్మేశానాచ్యు తేశాయ సూర్యాయాదిత్య వర్చసే
భాస్వతే సర్వభక్షాయ రౌద్రాయ వపుషే నమ:

తే॥ నీవె ఆ త్రిమూర్తుల నెల్ల నిలిపి నావు
ప్రాణికోటుల కర్మలన్ పరగు కర్త!
శరణు, సూర్యుడై తేజమ్ము గరపు స్వామి
సవిత! తేజస్వి! భీకరా! సర్వ భక్ష!

తా॥ బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరులను నియమించిన ఓ దేవా! జీవకోటి అంతా కర్మలు చేయునట్లు బాగుగా చేస్తున్నావు. సూర్యుడవై వెలుగునిచ్చే ఓ స్వామీ! శరణు. ఓ సవితా! తేజస్వీ! భయంకరా! సర్వమును భక్షించగలిగే ఓ దేవా! నన్ను కరుణించుము.

20. తమోఘ్నాయ హిమఘ్నాయ శత్రుఘ్నా యామితాత్మనే
కృతఘ్నఘ్నాయ దేవాయ జ్యోతిషాం పతయేనమ:

తే॥ తమము, హిమములు నసియించు ధరణియందు
వైరి సంహార! తేజస్వి! విన్నపములు
చంద్ర, తారాది జ్యోతుల సకలములకు,
వరద! ఓ స్వయంజ్యోతి! నా వందనములు.

తా॥ ఓ ప్రభూ! నీవు చీకటిని, మంచును, నాశనము చేయుదువు. సుజనులైన నీ భక్తుల శత్రువులను సంహరింతువు. ఓ తేజస్వీ చంద్రుడు తారలు మొదలైన సకల జ్యోతులకు నీవు రాజువు ఓ స్వయం ప్రకాశకా ఇవే నా నమస్కారములు కాపాడుము.

21. తప్త చామీకరాభాయ వహ్నయే విశ్వ కర్మణే
నమస్తమోభినిఘ్నాయ రుచయే లోకసాక్షిణే.

తే॥ తప్త కాంచన శోభతో దీప్తినొందు
అగ్ని రూపుడ! జగతికి ఆద్యుడీవు
తిమిర సంహార! ఓ దేవ! తేజరూప!
లోకసాక్షీ! సమర్పింతు నీకు ప్రణతి.

తా॥ మేలిమి బంగారపు కాంతితో శోభించే ఓ దేవా! నీవు అగ్ని రూపుడవు. ఈ జగతికి ఆదివి నీవే. చీకటిని పారద్రోలే ఓ తేజోరూపా! నీవు లోకమంతటికి సాక్షీ భూతుడవు. అట్టి నీకు నమస్కారము.

22. నాశయత్యేష వైభూతం తదేవ సృజతి ప్రభు:
పాయత్యేష తపత్యేష వర్షత్యేష గభస్తిభి:

తే॥ జీవులన్నిటిన్ నియమించు దేవుడితడు
జగతి మడియించి, పిమ్మట జరుపు సృష్టి,
తాపమున కాల్చి జలములన్, ధరణియందు
తిరిగి వర్షింప చేయు ఆ దేవుడితడే.

తా॥ ఈ ప్రపంచములోని జీవులన్నిటినీ నియంత్రించు దేవుడితడే. జగత్తును నశింప చేసి తిరిగి సృష్టి చేయును. నీటిని వేడితో ఆవిరి చేసి తిరిగి భూమి యందే వర్షింప చేయు దేవుడితడే.

23. ఏష సుప్తేషు జాగర్తి భూతేషు పరినిష్ఠిత:
ఏష చైవాగ్ని హోత్రం చ ఫలం చైవాగ్ని హోత్రిణామ్

తే॥ ప్రాణులన్నియు నిద్రలో బడలి యుండ
మేలుకొని నింగి వ్యాపించి వెలుగుచుండు
అగ్నిహోత్రుము భానుడే అగ్నిహోత్ర
ఫలము అది కూడ నాతడె తెలియుమయ్య.

తా॥ ప్రపంచములోని ప్రాణులన్నీ నిద్రలో అలిసి ఉన్ననూ ఈతడు అలుపు లేక ఆకసమున వ్యాపించి వెలకువగానే యుండును. ఈ సూర్యుడే అగ్నిహోత్రమూ మరియూ అగ్నిహోత్రమిచ్చు ఫలితము కూడా అయి వున్నాడు.

24. వేదాశ్చ క్రతవశ్చైవ క్రతూనాం ఫలమేవచ
యాని కృత్యాని లోకేషు సర్వ ఏష రవి: ప్రభు:

తే॥ వేదములు ఈతడే సుమ్మి విదితముగను
యాగములు కూడ నీతడే, యాగఫలము
అదియు నీతండె, లోకంబునందు కలుగు
ఎల్ల కార్యముల్ జరుగును ఇతని కరుణ.

అ॥ ఈ సూర్యుడే సమస్త వేదములూ అయి వున్నాడు. అన్ని యాగములూ వాటియొక్క ఫలము కూడా ఇతడే. లోకమునందు కలుగు సర్వ కార్యములు (ఇతని కరుణ) చేతనే జరుగుచున్నవి.

25. ఏ న మాపత్సు కృచ్ఛ్రేషు కాంతారేషు భయేషుచ
కీర్తయన్ పురుష: కశ్చిన్నావసీదతి రాఘవ!

తే॥ ఆపదల వేళ, ఇడుములన్, అడవులందు
చిక్కుకొని యున్న వేళలన్, మిక్కుటముగ
భయము నందిన ఈస్తోత్ర పఠన మొకటి
ఆపదలనుండి బ్రోచును అవని రామ!

తా॥ ఓ రామా! ఈ భూమిమీద ఆపదలు కలిగినప్పుడు, కష్టములు కలిగినప్పుడు, అడవులలో చిక్కుకొన్నప్పుడు, మిక్కిలి భయము చెందియున్నప్పుడు ఈ స్తోత్రమును పఠించిన ఆ ఆపదలనుండి కాపాడును.

26. పూజయ స్వైన మేకాగ్రో దేవదేవం జగత్పతిమ్
ఏతత్త్రిగుణితం జప్త్వా యుద్ధేషు విజయష్యసి.

తే॥ రామ! ఏకాగ్ర చిత్తాన అమరులకును
దేవుడౌ లోక విభుడైన దినకరుడినె
పూజ చేయుము, ఈ స్తోత్ర పుణ్య పఠన
మూడు పర్యాయములు చేయ నిడును జయము.

అ॥ ఓ రామా! ఏకాగ్రత కూడిన చిత్తముతో దేవతలకే ప్రభువైన ఆ లోక ప్రభువు సూర్యుని పూజింపుము. పుణ్యవంతమైన ఈ స్తోత్ర పఠనము మూడు సార్లు చేసిన నీకు తప్పక జయమునిచ్చును.

27. అస్మిన్ క్షణే మహాబాహో రావణం త్వం వధిష్యసి
ఏవముక్త్వా తదా గస్త్యో జగామ చ యథాగతమ్ ॥

తే॥ ఓ మహాబాహు! శ్రీరామ! ఒప్పునట్లు
జపము చేయంగ రావణున్ చంపగలవు
అనుచు వాక్రుచ్చి ఆగస్త్య మునివరుండు
తాను తనదారి మరలుచున్ చనియెనపుడు.

తా॥ మహాబాహువులు కల ఓ శ్రీరామా! నీవు అట్లు ఈ జపము చేసినచో రావణుని తప్పక చంపగలవు అని చెప్పుచూ ఆ అగస్త్య మునిశ్రేష్ఠుడు తను వచ్చిన దారిన వెళ్ళిపోయెను.

28. ఏతచ్ఛ్రుత్వా మహాతేజా నష్టశోకో భవత్తదా
ధారయామాస సుప్రీతో రాఘవ: ప్రయతాత్మనాన్

తే॥ గొప్ప తేజస్వి రాముండు అప్పుడనిలొ
తనదు మనసునన్ శోకము మాని అపుడె
ముదము నొందుచు ఆదిత్య హృదయ స్తవము
పఠనమొనరించ దల్చెను పరమ ప్రీతి.

తా॥ ఆ విధంగా ఆదిత్య హృదయం ఉపదేశించి అగస్త్యమహాముని వెళ్ళిపోగా, గొప్ప తేజస్వి అయిన శ్రీరామచంద్రుడు అప్పుడు యుద్ధములో కలిగిన తన మనస్సులోని చింతను మాని అప్పటికప్పుడే పరమ ప్రీతితో, సంతోషముతో ఆదిత్య హృదయ స్తోత్రమును పఠించ నిశ్చయించు కొనెను.

ఆ విధంగా కేవలము ఆ స్తోత్రము గురించి విన్నంత మాత్రముననే నిరాశ నశించి ఉత్సాహమూ స్ఫూర్తి కలిగాయంటే ఆ స్తోత్ర మహిమ తేటతెల్లమవుతోంది. అదే ఈ స్తోత్రం యొక్క గొప్పతనము అని గ్రహించవలెను)

29. ఆదిత్యం ప్రేక్ష్య జప్త్వాతు పరంహర్ష మవాప్తవాన్
త్రిరాచమ్య శుచిర్భూత్వా ధను రాదాయ వీర్యవాన్.

30. రావణం ప్రేక్ష హృష్టాత్మా యుద్ధాయ సముపాగమత్
సర్వ యత్నేన మహతా వధే తస్యధృతో భవత్.

31. అథరవిరవదన్నిరీక్ష్య రామం
ముదితమనా: పరమం ప్రహృష్యమాణ:
నిశిచరపతి సంక్షయం విదిత్వా
సురగణ మధ్యగతో వచస్త్వరేతి.

సీ॥ ఆచమనము చేసి అపుడు శ్రీరాముండు
చూచి తా శుద్ధుడై సూర్యదేవు
ఆదిత్యహృదయంబు చదివె ముమ్మారులు
పొంది సంతోషంబు పూనె విల్లు
రావణున్ కాంచెనా రాముండు ఉత్సాహ
మంది నిశ్చయముతో మదిని చేసె
గొప్ప యత్నమునైన కూల్చెద రావణున్,
ఆదిత్యుడును మెచ్చి అచట కొచ్చి

తే॥ దేవతల మధ్య వెలుగొంది దివ్యుడైన
సూర్యదేవుండు రాముని జూచి నుడివె
రామ! ఆలశ్యమేల, ఈ రణమునందు
రావణాసురున్ పరిమార్చు రాజశ్రేష్ఠ!

తా॥ అప్పుడు ఆ శ్రీరామచంద్రుడు ఆచమనము చేసి తాను శుద్ధుడై ఆ సూర్యదేవుని చూచి ఆదిత్యహృదయ స్తోత్రమును మూడుసార్లు చదివెను. ఆ తర్వాత ఎంతో సంతోషము పొందినవాడై తన కోదండమును అందుకుని ఆపైన ఉత్సాహ భరితుడై ఆ రావణుని చూచి మనస్సులో ఎంత గొప్ప ప్రయత్నము చేసి అయినా సరే ఈ రావణాసురిని కూల్చెదను అని తలంచెను. అప్పుడు ఆదిత్యుడు మిక్కిలి సంతోషించి అక్కడికి

వచ్చెను. దేవతల మధ్యన ఉండి వెలుగులు జిమ్ముతూ ఆ సూర్యదేవుడు రాముని చూచి, ఓ రామా! ఇంకా ఆలశ్యమేల? ఈ యుద్ధమున రావణాసురుని పరిమార్చుము. సందేహింపకుము అని అనెను.

అంకితం

ఆ॥ పండు అనుచు తలచి పట్టి సూర్యుని మ్రింగ
బోవు హనుమ మించు పురుషుడేడి?
సీత శోకహరణ చేసెను ఆ స్వామి
అంకితమ్ముపొంద అర్హుడతడె

ఇంతటితో

ఆదిత్య హృదయము

అను ఈ స్తోత్రము సమాప్తము.

✡✡✡