



✦ SACRED HYMN · 31 VERSES

|| ஆதித்ய ஹ்ருதய
ஸ்தோத்திரம் ||

Aditya Hridaya *Stotra*

முழுமையான 31 ஸ்லோகங்கள் தமிழ் பொருளுடன்

Complete with Tamil Translation

Valmiki Ramayana · Yuddha Kanda · Sarga 107

Taught by Sage Agastya to Lord Sri Rama

adityahridayastotra.com

About *Aditya Hridayam*

ஸ்ரீராமன் இலங்கையில் ராவணனுடன் போரிட்டு களைப்படைந்து, கவலையில் மூழ்கி, துக்கத்தில் இருந்தபோது — அகஸ்திய முனிவர் தேவர்களுடன் அவரைக் காண வந்தார். ராமனின் வேதனையைக் கண்டு, யுகங்களாக முனிவர்களால் ரகசியமாகப் பாதுகாக்கப்பட்ட மிக ரகசியமான மற்றும் சக்திவாய்ந்த ஒரு ஸ்தோத்திரத்தை அவருக்கு உபதேசித்தார்.

இதுவே **ஆதித்ய ஹ்ருதய ஸ்தோத்திரம்** — சூரிய பகவானின் தெய்வீக துதி. இந்த ஸ்தோத்திர பாராயணத்தால் ஸ்ரீராமன் புதிய சக்தியைப் பெற்று, ராவணனை வதம் செய்து, தர்மத்தை மீண்டும் நிலைநாட்டினார். இந்த ஸ்தோத்திரம் வால்மீகி ராமாயணத்தின் யுத்த காண்டத்தின் 107வது சர்க்கத்தில் தொகுக்கப்பட்டுள்ளது — 31 ஸ்லோகங்களில் இயற்றப்பட்டது.

|| த்யாநம் ||

நமஸ்ஸவித்ரே ஜகதேகசக்ஷுஷே
ஜகத்ப்ரஸுதிஸ்திதிநாஸஹேதவே ।
த்ரயீமயாய த்ரிகுணாத்மதாரிணே
விரிஞ்சிநாராயணஸங்கராத்மநே ॥

All 31 Verses with Meaning

சமஸ்கிருத ஸ்லோகங்கள் தமிழ் எழுத்துக்களில், தமிழ் பொருளுடன்

Verse • ஸ்லோகம் 1

ததோ யுத்தபரிஸ்ராந்தம் ஸமரே சிந்தயா ஸ்திதம் ।
ராவணம் சாக்ரதோ த்ருஷ்ட்வா யுத்தாய ஸமுபஸ்திதம் ॥

பொருள்

போரிட்டு போரிட்டு மிகவும் களைத்துப்போய் சமரக்களத்தில் கவலையில் ஆழ்ந்திருந்த ஸ்ரீராமனையும், அவருக்கு முன்னால் போரிடத் தயாராக நின்றிருந்த ராவணனையும் கண்ட பிறகு —

Verse • ஸ்லோகம் 2

தைவதைஸ்ச ஸமாகம்ய த்ரஷ்டுமப்யாகதோ ரணம் ।
உபாகம்யாப்ரவீத்ராமமகஸ்த்யோ பகவாந்ஸ்ததா ॥

பொருள்

அப்போது தேவர்களுடன் சேர்ந்து போரைப் பார்க்க வந்திருந்த பகவான் அகஸ்திய முனிவர் ஸ்ரீராமனை அணுகி இவ்வாறு கூறினார் —

Verse • ஸ்லோகம் 3

ராம ராம மஹாபாஹோ ஸ்ருணு குஹ்யம் ஸநாதநம் ।
யேந ஸர்வாநரீந் வத்ஸ ஸமரே விஜயிஷ்யஸி ॥

பொருள்

ராமா! ஓ பெருந்தோளுடையவனே! ஓ அன்பானவனே! ஒரு நித்தியமான ரகசியத்தைக் கேள். இதனால் நீ போரில் உன் எதிரிகள் அனைவரையும் வெல்லக்கூடும்.

Verse • ஸ்லோகம் 4

ஆதித்யஹ்ருதயம் புண்யம் ஸர்வஸத்ருவிநாஸநம் ।
ஜயாவஹம் ஜபேந்நித்யமக்ஷய்யம் பரமம் ஸிவம் ॥

பொருள்

ஆதித்ய ஹ்ருதயம் எனப்படும் இந்த ஸ்தோத்திரம் பரம புண்ணியமானது, அனைத்து எதிரிகளையும் அழிக்கக்கூடியது, வெற்றியளிக்கக்கூடியது, என்றும் அழிவற்ற பலன் தரக்கூடியது மற்றும் பரம மங்களகரமானது. இதை தினமும் ஜபிக்க வேண்டும்.

Verse • ஸ்லோகம் 5

ஸர்வமங்கல்யமாங்கல்யம் ஸர்வபாபப்ரணாஸநம் ।
சிந்தாஸோகப்ரஸமநமாயுர்வர்தநமுத்தமம் ॥

பொருள்

இந்த ஸ்தோத்திரம் அனைத்து மங்களங்களிலும் மங்களமானது, அனைத்து பாவங்களையும் நாசம் செய்வது, கவலை மற்றும் துக்கத்தை அகற்றுவது, ஆயுளை வளர்ப்பது மற்றும் உத்தமமான ஸ்தோத்திரம்.

Verse • ஸ்லோகம் 6

ரஸ்மிமந்தம் ஸமுத்யந்தம் தேவாஸூரநமஸ்க்ருதம் ।
பூஜ்யஸ்வ விவஸ்வந்தம் பாஸ்கரம் புவநேஸ்வரம் ॥

பொருள்

உதயமாகி, தனது கிரணங்களால் ஒளிர்கின்ற, தேவர்களாலும் அசுரர்களாலும் வணங்கப்படுகின்ற, அனைத்து உலகங்களின் தலைவனாகவும், ஒளியின் ஊற்றாகவும் இருக்கும் சூரிய பகவானை வழிபடுக.

Verse • ஸ்லோகம் 7

ஸர்வதேவாத்மகோ ஹ்யேஷ தேஜஸ்வீ ரஸ்மிபாவநஃ ।
ஏஷ தேவாஸூரகணாந் லோகாந் பாதி கபஸ்திபிஃ ॥

பொருள்

இந்த சூரிய பகவான் அனைத்து தேவர்களின் வடிவம், மஹா தேஜஸ்வி, தனது கிரணங்களால் உயிர்களுக்கு வாழ்வளிப்பவர். தனது கிரணங்களால் தேவர்களையும், அசுரர்களையும், அனைத்து உலகங்களையும் காப்பவர்.

Verse • ஸ்லோகம் 8

ஏஷ ப்ரஹ்மா ச விஷ்ணுஸ்ச ஸிவஃ ஸ்கந்தஃ ப்ரஜாபதிஃ ।
மஹேந்த்ரோ தநதஃ காலோ யமஃ ஸோமோ ஹ்யபாம் பதிஃ ॥

பொருள்

இவரே பிரம்மா, விஷ்ணு, சிவன், ஸ்கந்தன், பிரஜாபதி, இந்திரன், குபேரன் (செல்வத்தின் தலைவன்), காலன், யமன், சந்திரன் மற்றும் வருணன் (நீரின் தலைவன்).

Verse • ஸ்லோகம் 9

பிதரோ வஸவஃ ஸாத்யா ஹ்யஸ்விநௌ மருதோ மநுஃ |
வாயுர்வஹ்நிஃ ப்ரஜாப்ராணஃ ருதுகர்தா ப்ரபாகரஃ ||

பொருள்

பிதர்கள், வசுக்கள், சாத்தியர்கள், அஸ்வினி தேவர்கள், மருத்துக்கள், மனு, வாயு, அக்னி, உயிர்மூச்சு, பருவகாலங்களின் கர்த்தா மற்றும் ஒளியளிப்பவர் — இவை அனைத்தும் சூரிய பகவானின் வடிவங்களே.

Verse • ஸ்லோகம் 10

ஆதித்யஃ ஸவிதா ஸூர்யஃ ககஃ பூஷா கபஸ்திமாந் |
ஸூவர்ணஸத்ருஸோ பாநூர்ஹிரண்யரேதா திவாகரஃ ||

பொருள்

ஆதித்யன், ஸவிதா, சூர்யன், ககன் (ஆகாயத்தில் செல்பவர்), பூஷா (போஷிப்பவர்), கபஸ்திமான் (கிரணங்களின் தலைவர்), தங்கம் போன்ற ஒளியுடையவர், பானு, ஹிரண்யரேதா (பொன் ஒளியின் ஊற்று), திவாகரர் (பகலின் சிருஷ்டிகர்த்தா) — இவை சூரியனின் பெயர்கள்.

Verse • ஸ்லோகம் 11

ஹரிதஸ்வஃ ஸஹஸ்ரார்சிஃ ஸப்தஸப்திர்மரீசிமாந் |
திமிரோந்மதநஃ ஸம்புஸ்த்வஷ்டா மார்தாண்டகோம்ஸுமாந் ||

பொருள்

பச்சை குதிரைகளுடையவர், ஆயிரம் கிரணங்களுடையவர், ஏழு அஸ்வங்கள் கொண்ட தேரில் செல்பவர், கிரணங்களால் சோபித்திருப்பவர், இருளை அழிப்பவர், மங்கள ஸ்வரூபர், சிருஷ்டியின் கர்த்தா (த்வஷ்டா), மார்த்தாண்டர் மற்றும் அம்சுமான் — இவையும் சூரிய தேவனின் பெயர்களே.

Verse • ஸ்லோகம் 12

ஹிரண்யகர்பஃ ஸிஸிரஸ்தபநோ பாஸ்கரோ ரவிஃ ।
அக்நிகர்போதிதேஃ புத்ரஃ ஸங்கஃ ஸிஸிரநாஸநஃ ॥

பொருள்

ஹிரண்யகர்பர் (பொன் கர்பத்தில் உதித்தவர்), ஸிஸிரர் (குளிர்ச்சியளிப்பவர்), தபனர், பாஸ்கரர், ரவி, அக்நிகர்பர், அதிதியின் புத்திரர், ஸங்கர் (மங்கள ஸ்வரூபர்) மற்றும் ஸிஸிரநாஸனர் (குளிரை நீக்குபவர்).

Verse • ஸ்லோகம் 13

வ்யோமநாதஸ்தமோபேதீ ருக்யஜுஃஸாமபாரகஃ ।
கநவ்ருஷ்டிரபாம் மித்ரோ விந்த்யவீதீப்லவங்கமஃ ॥

பொருள்

வானத்தின் தலைவர், இருளைப் பேதிப்பவர், ருக், யஜூர், சாம வேதங்களை அறிந்தவர், மிக்க மழையை பெய்விப்பவர், நீர்களுக்கு நண்பர் மற்றும் விந்திய மலைப்பாதையில் வேகமாக செல்பவர்.

Verse • ஸ்லோகம் 14

ஆதபீ மண்டலீ ம்ருத்யுஃ பிங்கலஃ ஸர்வதாபநஃ ।
கவிர்விஸ்வோ மஹாதேஜா ரக்தஃ ஸர்வபவோத்பவஃ ॥

பொருள்

வெப்பத்தை அளிப்பவர், மண்டலாகாரர், மிருத்யு ஸ்வரூபர், மஞ்சள் நிறமுடையவர், அனைவரையும் தபிப்பவர், கவிஞர் (க்ராந்தத்ருக்கு), விஸ்வரூபர், மஹா தேஜஸ்வி, சிவப்பு நிறமுடையவர் மற்றும் அனைத்து உற்பத்திக்கும் மூல காரணம்.

Verse • ஸ்லோகம் 15

நக்ஷத்திரஹதாராணாமதிபோ விஸ்வபாவநஃ ।
தேஜஸாமபி தேஜஸ்வீ த்வாதஸாத்மந் நமோஸ்து தே ॥

பொருள்

நக்ஷத்திரங்கள், கிரகங்கள் மற்றும் நட்சத்திரங்களின் அதிபதி, விஸ்வத்தை சிருஷ்டிப்பவர், அனைத்து தேஜஸ்களிலும் மிக்க தேஜஸ்வி, துவாதச ஆதித்திய வடிவங்களுடையவர் — ஓ சூரிய தேவா! உங்களுக்கு நமஸ்காரம்.

Verse • ஸ்லோகம் 16

நமஃ பூர்வாய கிரயே பஸ்சிமாயாத்ரயே நமஃ ।
ஜ்யோதிர்கணாநாம் பதயே திநாதிபதயே நமஃ ॥

பொருள்

உதயாசலத்திற்கு (கிழக்கு மலை) நமஸ்காரம். அஸ்தாசலத்திற்கு (மேற்கு மலை) நமஸ்காரம். ஜ்யோதிர் மண்டலங்களின் தலைவருக்கும், தினத்தின் அதிபதிக்கும் நமஸ்காரம்.

Verse • ஸ்லோகம் 17

ஜயாய ஜயபத்ராய ஹர்யஸ்வாய நமோ நமஃ ।
நமோ நமஃ ஸஹஸ்ராம்ஸோ ஆதித்யாய நமோ நமஃ ॥

பொருள்

வெற்றி ஸ்வரூபருக்கு, வெற்றியும்-மங்களமும் அளிப்பவருக்கு, பச்சை குதிரைகள் கொண்ட பிரபுவுக்கு மீண்டும் மீண்டும் நமஸ்காரம். ஆயிரம் கிரணங்கள் கொண்ட ஆதித்ய தேவனுக்கு மீண்டும் மீண்டும் வணக்கம்.

Verse • ஸ்லோகம் 18

நம உக்ராய வீராய ஸாரங்காய நமோ நமஃ |
நமஃ பத்மப்ரபோதாய மார்தாண்டாய நமோ நமஃ ||

பொருள்

உக்கிரருக்கு, வீரருக்கு, ஸாரங்கருக்கு (வேகமாக செல்பவர்) நமஸ்காரம். கமலத்தை மலரச்செய்பவருக்கும், மார்த்தாண்ட ஸ்வரூபருக்கும் மீண்டும் மீண்டும் நமஸ்காரம்.

Verse • ஸ்லோகம் 19

ப்ரஹ்மேஸாநாச்யுதேஸாய ஸூர்யாயாதித்யவர்சஸே |
பாஸ்வதே ஸர்வபக்ஷாய ரௌத்ராய வபுஷே நமஃ ||

பொருள்

பிரம்மா, ஸிவன், விஷ்ணு ஆகியோரின் தலைவராக, ஆதித்யதேஜஸ் கொண்ட சூர்யராக, ஒளி வீசுபவராக, அனைத்தையும் உண்பவராக (பிரளய காலத்தில்) மற்றும் ருத்ர வடிவம் கொண்ட பிரபுவாக இருப்பவருக்கு நமஸ்காரம்.

Verse • ஸ்லோகம் 20

தமோக்நாய ஹிமக்நாய ஸத்ருக்நாயாமிதாத்மநே |
க்ருதக்நக்நாய தேவாய ஜ்யோதிஷாம் பதயே நமஃ ||

பொருள்

இருளை அழிப்பவருக்கு, குளிரை அழிப்பவருக்கு, எதிரிகளை அழிப்பவருக்கு, அளவில்லா ஆத்மா கொண்டவருக்கு, க்ருதக்நர்களை அழிப்பவருக்கு, அனைத்து ஜ்யோதிகளின் தலைவராகிய தேவருக்கு நமஸ்காரம்.

Verse • ஸ்லோகம் 21

தப்தசாமீகராபாய வஹ்நயே விஸ்வகர்மணே ।
நமஸ்தமோபிநிக்நாய ருசயே லோகஸாக்ஷிணே ॥

பொருள்

காய்ந்த தங்கம் போன்ற ஒளியுடையவருக்கு, அக்னி ஸ்வரூபருக்கு, விஸ்வத்தின் சிருஷ்டிகர்த்தாவுக்கு, இருளை முற்றிலும் அழிப்பவருக்கு, ஒளியுடையவருக்கு, லோக சாக்ஷியான சூரிய தேவருக்கு நமஸ்காரம்.

Verse • ஸ்லோகம் 22

நாஸயத்யேஷு வை பூதம் ததேவ ஸ்ருஜதி ப்ரபுஃ ।
பாயத்யேஷு தபத்யேஷு வர்ஷத்யேஷு கபஸ்திபிஃ ॥

பொருள்

இந்த பிரபுவே அனைத்து உயிர்களையும் சம்ஹரிக்கிறார் மற்றும் மீண்டும் அவற்றை சிருஷ்டிக்கிறார். தனது கிரணங்களால் இவர் நீரை குடிக்கிறார், தபிக்கிறார் மற்றும் மழையை பெய்விக்கிறார்.

Verse • ஸ்லோகம் 23

ஏஷு ஸுப்தேஷு ஜாகர்தி பூதேஷு பரிநிஷ்டிதஃ ।
ஏஷு ஏவாக்நிஹோத்ரம் ச பலம் சைவாக்நிஹோத்ரிணாம் ॥

பொருள்

இவர் அனைத்து உயிர்களும் உறங்கும்போதும் அந்தக்கரணத்தில் நின்று விழித்திருக்கிறார். இவரே அக்நிஹோத்ரம் மற்றும் அக்நிஹோத்ரம் செய்பவர்களுக்கு கிடைக்கும் பலனும் இவரே.

Verse • ஸ்லோகம் 24

வேதாஸ்ச க்ரதவஸ்சைவ க்ரதூநாம் பலமேவ ச ।
யாநி க்ருத்யாநி லோகேஷு ஸர்வ ஏஷ ரவிஃ ப்ரபுஃ ॥

பொருள்

வேதங்கள், யக்ஞங்கள், யக்ஞங்களின் பலன் மற்றும் அனைத்து லோகங்களில் நடைபெறும் அனைத்து கர்மங்களின் தலைவர் — இவை அனைத்திற்கும் தலைவர் இந்த சூரிய பகவானே.

Verse • ஸ்லோகம் 25

PHALASHRUTI

ஏநமாபத்ஸு க்ருச்ச்ரேஷு காந்தாரேஷு பயேஷு ச ।
கீர்தயந் புருஷஃ கஸ்சிந்நாவஸீததி ராகவ ॥

பொருள்

ஓ ராகவா! ஆபத்தில், கஷ்டத்தில், கடினமான பாதையில் அல்லது பயத்தின் நிலையில் எந்த புருஷராவது இந்த சூரிய தேவனின் கீர்த்தனம் (ஸ்துதி) செய்தால், அவர் ஒருபோதும் துக்கப்படுவதில்லை.

Verse • ஸ்லோகம் 26

பூஜயஸ்வைநமேகாக்ரோ தேவதேவம் ஜகத்பதிம் ।
ஏதத் த்ரிகுணிதம் ஜப்த்வா யுத்தேஷு விஜயிஷ்யஸி ॥

பொருள்

ஆகவே, ஓ ராமா! ஏகாக்ர சித்தத்துடன் தேவர்களின் தேவனான ஜகத்பதி சூரியனை வழிபடு. இந்த ஆதித்ய ஹ்ருதயத்தை மூன்று முறை ஜபித்தால், நீ போரில் நிச்சயம் வெற்றி அடைவாய்.

Verse • ஸ்லோகம் 27

அஸ்மிந் க்ஷணே மஹாபாஹோ ராவணம் த்வம் வதிஷ்யஸி ।
ஏவமுக்த்வா ததாகஸ்த்யோ ஜகாம ச யதாகதம் ॥

பொருள்

ஓ பெருந்தோளுடையவனே! இந்தக் கணத்திலேயே நீ ராவணனை வதம் செய்வாய். இவ்வாறு கூறி அகஸ்திய முனிவர் வந்த வழியே திரும்பிச் சென்றார்.

Verse • ஸ்லோகம் 28

ஏதச்ச்ருத்வா மஹாதேஜா நஷ்டஸோகோபவத்ததா ।
தாரயாமாஸ ஸுப்ரீதோ ராகவஃ ப்ரயதாத்மவாந் ॥

பொருள்

இதைக் கேட்ட பிறகு மஹா தேஜஸ்வியான ஸ்ரீராமனின் துக்கம் நீங்கியது. அவர் மிக்க மகிழ்ச்சியுடன், ஏகாக்ர சித்தத்துடன் இந்த ஸ்தோத்திரத்தை மனதில் தாங்கினார்.

Verse • ஸ்லோகம் 29

ஆதித்யம் ப்ரேக்ஷய ஜப்த்வா து பரம் ஹர்ஷமவாப்தவாந் ।
த்ரிராசம்ய ஸுசிர்பூத்வா தநுராதாய வீர்யவாந் ॥

பொருள்

சூரியனை நோக்கிப் பார்த்து இந்த ஸ்தோத்திரத்தை மூன்று முறை ஜபித்ததால் ஸ்ரீராமர் பரம ஆனந்தத்தை அடைந்தார். மூன்று முறை ஆசமனம் செய்து சுத்தமாகி வீர ராமன் தனது வில்லை எடுத்தார்.

Verse • ஸ்லோகம் 30

ராவணம் ப்ரேக்ஷய ஹ்ருஷ்டாத்மா யுத்தாய ஸமுபாகமத் ।
ஸர்வயத்நேந மஹதா வதே தஸ்ய த்ருதோபவத் ॥

பொருள்

மகிழ்ச்சியான மனத்துடன் ராவணனைப் பார்த்து போருக்கு தயாரானார் மற்றும் மஹா முயற்சியுடன் அவனை வதம் செய்ய உறுதியான தீர்மானம் செய்தார்.

Verse • ஸ்லோகம் 31

CLOSING

அத ரவிரவதந்நிரீக்ஷய ராமம்
முதிதமநாஃ பரமம் ப்ரஹ்ருஷ்யமாணஃ ।
நிஸிசரபதிஸம்க்ஷயம் விதித்வா
ஸுரகணமத்யகதோ வசஸ்த்வரேதி ॥

பொருள்

அப்போது ராவணனின் அழிவின் காலம் நெருங்கியதை அறிந்து தேவர்களின் நடுவில் இருந்த மகிழ்ச்சியான மனத்துடைய பகவான் சூரியன் பரம ஆனந்தத்துடன் ஸ்ரீராமனை நோக்கி "விரைவாக செய்" என்று கூறினார்.

|| இதி ஆதித்ய ஹ்ருதய ஸ்தோத்திரம் ஸம்பூர்ணம் ||

|| ஓம் ஸூர்யாய நமஃ ||

Aditya Hridaya

✦ SACRED SUN GOD HYMN ✦

இந்த புனித ஸ்தோத்திரம் வால்மீகி ராமாயணத்தின் யுத்த காண்டத்தில் பாதுகாக்கப்பட்டுள்ளது — இலங்கையின் போர்க்களத்தில் அகஸ்திய முனிவரால் ஸ்ரீ ராமருக்கு உபதேசிக்கப்பட்டது. ஆயிரக்கணக்கான ஆண்டுகளாக, முனிவர்கள், அரசர்கள், மற்றும் பக்தர்கள் வெற்றி, ஆரோக்கியம், மன அமைதி, மற்றும் சூரிய பகவானின் ஆசீர்வாதங்களைப் பெற இந்த ஸ்தோத்திரத்தைப் பாராயணம் செய்து வந்துள்ளனர்.

adityahridayastotra.com

READ IN 7 LANGUAGES

हिंदी · English · తెలుగు · தமிழ்

ಕನ್ನಡ · മലയാളം · বাংলা

|| ஓம் ஸூர்யாய நமஃ ||