

# ॥ श्री-सूर्य-पूजा ॥

॥ पूर्वाङ्ग-विघ्नेश्वर-पूजा ॥



(आचम्य)

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम्।  
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोपशान्तये॥

प्राणान् आयम्य।

(अप उपस्पृश्य, पुष्पाक्षतान् गृहीत्वा)

तदेव लग्नं सुदिनं तदेव ताराबलं चन्द्रबलं तदेव।  
विद्याबलं दैवबलं तदेव लक्ष्मीपतेरङ्घ्रियुगं स्मरामि॥

ममोपात्त-समस्त-दुरित-क्षयद्वारा

श्री-परमेश्वर-प्रीत्यर्थं करिष्यमाणस्य कर्मणः

अविघ्नेन परिसमाप्त्यर्थम् आदौ विघ्नेश्वरपूजां करिष्ये।

(अप उपस्पृश्य)

ॐ गुणानां त्वा गुणपतिः हवामहे कविं कवीनामुपमश्रवस्तमम्।  
ज्येष्ठराजं ब्रह्मणां ब्रह्मणस्पत आ नः शृण्वन्नृतिभिः सीद सादनम्॥

अगजानानपद्मार्कं गजाननमहर्निशम्।  
अनेकदं तं भक्तानाम् एकदन्तमुपास्महे॥

भूर्भुवः सुवरोम्। अस्मिन् हरिद्राबिम्बे सुमुखं महागणपतिं ध्यायामि, आवाहयामि।

ॐ महागणपतये नमः, आसनं समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, पादयोः पाद्यं समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, अर्घ्यं समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, आचमनीयं समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, मधुपर्कं समर्पयामि।

ॐ भूर्भुवः सुवः। ॐ महागणपतये नमः, शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि। स्नानानन्तरमाचमनीयं समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, वस्त्रार्थमक्षतान् समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, यज्ञोपवीताभरणार्थं अक्षतान् समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, दिव्यपरिमलगन्धान् धारयामि। गन्धस्योपरि हरिद्राकुङ्कुमं समर्पयामि।  
 ॐ महागणपतये नमः, अक्षतान् समर्पयामि।  
 ॐ महागणपतये नमः, पुष्पमालिकां समर्पयामि। पुष्पैः पूजयामि।

## ॥ अर्चना ॥

- |                   |                        |
|-------------------|------------------------|
| १. सुमुखाय नमः    | ९. धूमकेतवे नमः        |
| २. एकदन्ताय नमः   | १०. गणाध्यक्षाय नमः    |
| ३. कपिलाय नमः     | ११. फालचन्द्राय नमः    |
| ४. गजकर्णकाय नमः  | १२. गजाननाय नमः        |
| ५. लम्बोदराय नमः  | १३. वक्रतुण्डाय नमः    |
| ६. विकटाय नमः     | १४. शूर्पकर्णाय नमः    |
| ७. विघ्नराजाय नमः | १५. हेरम्बाय नमः       |
| ८. विनायकाय नमः   | १६. स्कन्दपूर्वजाय नमः |

ॐ महागणपतये नमः, नानाविधपरिमलपत्रपुष्पाणि समर्पयामि॥

ॐ महागणपतये नमः, धूपमाघ्रापयामि।

अलङ्कारदीपं सन्दर्शयामि।

ॐ भूर्भुवः सुवः। + ब्रह्मणे स्वाहा॥ ॐ महागणपतये नमः, ( ) (नैवेद्यं) निवेदयामि।  
 अमृतापिधानमसि॥ निवेदनान्तरम् आचमनीयं समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, ताम्बूलं समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, कर्पूरनीराजनं दर्शयामि। कर्पूरनीराजनान्तरमाचमनीयं समर्पयामि।

ॐ महागणपतये नमः, मन्त्रपुष्पं समर्पयामि। स्वर्णपुष्पं समर्पयामि।

अभीप्सितार्थसिद्ध्यर्थं पूजितो यः सुरैरपि।

सर्वविघ्नच्छिदे तस्मै गणाधिपतये नमः॥

गजाननं भूतगणादिसेवितं कपित्थ-जम्बूफल-सार-भक्षितम्।

उमासुतं शोकविनाशकारणं नमामि विघ्नेश्वरपादपङ्कजम्॥

अनन्तकोटिप्रदक्षिणनमस्कारान् समर्पयामि।

छत्रचामरादिसमस्तोपचारान् समर्पयामि।

वक्रतुण्डमहाकाय कोटिसूर्यसमप्रभा।

अविघ्नं कुरु मे देव सर्वकार्येषु सर्वदा॥

सुमुखश्चैकदन्तश्च कपिलो गजकर्णकः।

लम्बोदरश्च विकटो विघ्नराजो गणाधिपः॥

धूमकेतुर्गणाध्यक्षो फालचन्द्रो गजाननः।

वक्रतुण्डः शूर्पकर्णो हेरम्भः स्कन्दपूर्वजः॥

षोडशैतानि नामानि यः पठेच्छृणुयादपि।  
विद्यारम्भे विवाहे च प्रवेशे निर्गमे तथा।  
सङ्ग्रामे सर्वकार्येषु विघ्नस्तस्य न जायते॥  
प्रार्थनाः समर्पयामि।



## ॥ प्रधान-पूजा — श्री-सूर्य-पूजा ॥

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम्।  
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोपशान्तये॥

प्राणान् आयम्य।

### ॥ सङ्कल्पः ॥

ममोपात्त-समस्त-दुरित-क्षयद्वारा श्री-परमेश्वर-प्रीत्यर्थं शुभे शोभने मुहूर्ते अद्य ब्रह्मणः द्वितीयपरार्धे  
श्वेतवराहकल्पे वैवस्वतमन्वन्तरे अष्टाविंशतितमे कलियुगे प्रथमे पादे जम्बूद्वीपे भारतवर्षे भरतखण्डे  
मेरोः दक्षिणे पार्श्वे शकाब्दे अस्मिन् वर्तमाने व्यावहारिकाणां प्रभवादीनां षष्ठ्याः संवत्सराणां मध्ये  
( ) नाम संवत्सरे (उत्तरायणे/दक्षिणायने) ( )-ऋतौ ( )-मासे (शुक्ल / कृष्ण)पक्षे ( )  
शुभतिथौ (इन्दु / भौम / सौम्य / गुरु / भृगु / स्थिर / भानु)-वासरयुक्तायां ( )-नक्षत्र-( )-  
योग-( )-करण-युक्तायां च एवं गुण-विशेषण-विशिष्टायाम् अस्याम्  
( ) शुभतिथौ अस्माकं सहकुटुम्बानां क्षेमस्थैर्य-धैर्य-वीर्य-विजय-आयुरारोग्य-ऐश्वर्याभिवृद्ध्यर्थं  
धर्मार्थकाममोक्षचतुर्विधफलपुरुषार्थसिद्ध्यर्थं पुत्रपौत्राभिवृद्ध्यर्थम् इष्टकाम्यार्थसिद्ध्यर्थं मम इहजन्मनि  
पूर्वजन्मनि जन्मान्तरे च सम्पादितानां ज्ञानाज्ञानकृतमहापातकचतुष्टय-व्यतिरिक्तानां रहस्यकृतानां  
प्रकाशकृतानां सर्वेषां पापानां सद्यः अपनोदनद्वारा सकल-पापक्षयार्थं श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-  
सूर्यनारायण-प्रसाद-सिद्ध्यर्थं श्री-सूर्यनारायण-प्रसादेन अरोगदृढगात्रता-सिद्ध्यर्थं श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-  
समेत-श्री-सूर्यनारायण-प्रीत्यर्थं ( )-पुण्यकाले कल्पोक्त-प्रकारेण यथाशक्ति-ध्यान-आवाहनादि-  
षोडशोपचारैः श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायण-पूजां करिष्ये।  
तदङ्गं कलशपूजां च करिष्ये।

श्रीविघ्नेश्वराय नमः यथास्थानं प्रतिष्ठापयामि। शोभनार्थं क्षेमाय पुनरागमनाय च।  
(गणपति-प्रसादं शिरसा गृहीत्वा)

### ॥ आसन-पूजा ॥

पृथिव्या मेरुपृष्ठ ऋषिः। सुतलं छन्दः। कूर्मो देवता॥

पृथ्वि त्वया धृता लोका देवि त्वं विष्णुना धृता।  
त्वं च धारय मां देवि पवित्रं चासनं कुरु॥

## ॥ घण्टा-पूजा ॥

आगमार्थं तु देवानां गमनार्थं तु रक्षसाम्।  
घण्टारवं करोम्यादौ देवताऽऽह्वानकारणम्॥

## ॥ कलश-पूजा ॥

ॐ कलशाय नमः दिव्यगन्धान् धारयामि।

गङ्गे च यमुने चैव गोदावरि सरस्वति।  
नर्मदे सिन्धुकावेरि जलेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु॥

ॐ गङ्गायै नमः। ॐ यमुनायै नमः। ॐ गोदावर्यै नमः। ॐ सरस्वत्यै नमः। ॐ नर्मदायै नमः।  
ॐ सिन्धवे नमः। ॐ कावेर्यै नमः।  
ॐ सप्तकोटिमहातीर्थान्यावाहयामि।

(अथ कलशं स्पृष्ट्वा जपं कुर्यात्)

आपो वा इदं सर्वं विश्वा भूतान्यापः प्राणा वा आपः पशव आपोऽन्नमापोऽमृतमापः सम्राडापो  
विराडापः स्वराडापश्छन्दाऽस्यापो ज्योतीऽप्यापो यजूऽप्यापः सत्यमापः सर्वा देवता आपो भूर्भुवः  
सुवराप ओम्॥

कलशस्य मुखे विष्णुः कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।  
मूले तत्र स्थितो ब्रह्मा मध्ये मातृगणाः स्मृताः॥

कुक्षौ तु सागराः सर्वे सप्तद्वीपा वसुन्धरा।  
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः सामवेदोऽप्यथर्वणः।  
अङ्गैश्च सहिताः सर्वे कलशाम्बुसमाश्रिताः॥

सर्वे समुद्राः सरितः तीर्थानि च हृदा नदाः।  
आयान्तु देवपूजार्थं दुरितक्षयकारकाः॥  
ॐ भूर्भुवः सुवो भूर्भुवः सुवो भूर्भुवः सुवः।

(इति कलशजलेन सर्वोपकरणानि आत्मानं च प्रोक्ष्य।)

## ॥ आत्म-पूजा ॥

ॐ आत्मने नमः, दिव्यगन्धान् धारयामि।

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| १. आत्मने नमः      | ४. जीवात्मने नमः   |
| २. अन्तरात्मने नमः | ५. परमात्मने नमः   |
| ३. योगात्मने नमः   | ६. ज्ञानात्मने नमः |

समस्तोपचारान् समर्पयामि।

देहो देवालयः प्रोक्तो जीवो देवः सनातनः।  
त्यजेदज्ञाननिर्माल्यं सोऽहं भावेन पूजयेत्॥

## ॥ पीठ-पूजा ॥

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| १. आधारशक्त्यै नमः  | ८. रत्नवेदिकायै नमः   |
| २. मूलप्रकृत्यै नमः | ९. स्वर्णस्तम्भाय नमः |
| ३. आदिकूर्माय नमः   | १०. श्वेतच्छत्राय नमः |
| ४. आदिवराहाय नमः    | ११. कल्पकवृक्षाय नमः  |
| ५. अनन्ताय नमः      | १२. क्षीरसमुद्राय नमः |
| ६. पृथिव्यै नमः     | १३. सितचामराभ्यां नमः |
| ७. रत्नमण्डपाय नमः  | १४. योगपीठासनाय नमः   |

## ॥ गुरु-ध्यानम् ॥

गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुर्गुरुर्देवो महेश्वरः।  
गुरुः साक्षात् परं ब्रह्म तस्मै श्री-गुरवे नमः॥

## ॥ षोडशोपचार-पूजा ॥

सूर्यं सुन्दरलोकनाथममृतं वेदान्तसारं शिवं  
ज्ञानं ब्रह्ममयं सुरेशममलं लोकैकचित्तं प्रभुम्।  
इन्द्रादित्यनराधिपं सुरगुरुं त्रैलोक्यचूडामणिं  
विष्णुब्रह्मशिवस्वरूपहृदयं वन्दे सदा भास्करम्॥

ध्यायेत् सूर्यमनन्तशक्तिकिरणं तेजोऽमलं भास्करं  
भक्तानामभयप्रदं दिनकरं ज्योतिर्मयं शङ्करम्।  
आदित्यं जगदीशमच्युतमजं त्रैलोक्यचूडामणिं  
भक्ताभीष्टवरप्रदं दिनमणिं मार्ताण्डमाद्यं शुभम्॥

द्विभुजं पद्महस्तं च वरदं मकुटान्वितम्।  
ध्यायेद् दिवाकरं देवं सर्वाभीष्टप्रदायकम्॥

अस्मिन् बिम्बे/कुम्भे श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणं ध्यायामि।

## ॥ प्राण-प्रतिष्ठा ॥

अस्य श्रीप्राणप्रतिष्ठामहामन्त्रस्य ब्रह्मविष्णुमहेश्वरा ऋषयः।  
ऋग्यजुस्सामाथर्वाणि छन्दांसि। प्राणशक्तिः परा देवता।

आं बीजम् - ह्रीं शक्तिः - क्रों कीलकम्। प्राणप्रतिष्ठापने विनियोगः॥

## ॥करन्यासः॥

आं	अङ्गुष्ठाभ्यां	नमः।
हीं	तर्जनीभ्यां	नमः।
क्रों	मध्यमाभ्यां	नमः।
आं	अनामिकाभ्यां	नमः।
हीं	कनिष्ठिकाभ्यां	नमः।
क्रों	करतलकरपृष्ठाभ्यां	नमः।

## ॥अङ्गन्यासः॥

आं	हृदयाय	नमः।
हीं	शिरसे	स्वाहा।
क्रों	शिखायै	वषट्।
आं	कवचाय	हुम्।
हीं	नेत्रत्रयाय	वौषट्।
क्रों	अस्त्राय	फट्।
भूर्भुवस्सुवरोमिति		दिग्बन्धः॥

## ॥ध्यानम्॥

रक्ताम्भोधिस्थपोतोल्लसदरुणसरोजाधिरूढा कराजैः

पाशं कोदण्डमिक्षूद्भवमलिगुणमप्यङ्कुशं पञ्चबाणान्।

बिभ्राणासृक् कपालं त्रिनयनलसिता पीनवक्षोरुहाढ्या

देवी बालार्कवर्णा भवतु सुखकरी प्राणशक्तिः परा नः॥

आं हीं क्रों, क्रों हीं आं, य र ल व श ष स हों,

हंसः सोऽहं सोऽहं हंसः। अस्यां मूर्तौ प्राणास्तिष्ठन्तु। जीवस्तिष्ठतु।

अस्यां मूर्तौ सर्वेन्द्रियाणि मनस्त्वक्चक्षुश्श्रोत्रजिह्वाघ्राणवाक्पाणिपादपायूपस्थाख्यानि

प्राणापानव्यानोदानसमानाश्चात्रागत्य सुखं चिरं तिष्ठन्तु स्वाहा।

असुनीते पुनरस्मासु चक्षुः पुनः प्राणमिह नो धेहि भोगम्।

ज्योक्पश्येम सूर्यमुच्चरन्तमनुमते मृळया नः स्वस्ति॥ऋक् १०.५९.६॥

प्राणान् प्रतिष्ठापयामि।

आवाहयामि देवेभ्यमाश्रिताभीष्टदायिनम्।

आदित्यमखिलाराध्यमार्तत्राणपरायणम् ॥

आ सत्येन रजसा वर्तमानो निवेशयन्नमृतं मर्त्यं च।

हिरण्ययेन सविता रथेनाऽदेवो याति भुवना विपश्यन्॥

अस्मिन् बिम्बे/कुम्भे श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणम् आवाहयामि।

आवाहितो भव। स्थापितो भव। सन्निहितो भव। सन्निरुद्धो भव। अवकुण्ठितो भव।

प्रीतो भव। सुप्रसन्नो भव। सुमुखो भव। वरदो भव। प्रसीद प्रसीद॥

स्वामिन् सर्वजगन्नाथ यावत्पूजावसानकम्।

तावत् त्वं प्रीतिभावेन बिम्बेऽस्मिन् सन्निधिं कुरु॥

॥इति प्राणप्रतिष्ठा॥

आसनं संगृहाणेदं द्वादशात्मन् दिवाकर।

छायानायक लोकेश मया भक्त्या समर्पितम्॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, आसनं समर्पयामि।

पाद्यं ददामि पद्मादिसुगन्धिकुसुमैर्युतम्।  
पद्मबन्धो गृहाण त्वं प्रभाकर नमोऽस्तु ते॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, पाद्यं समर्पयामि।

अर्घ्यं गृहीष्व भगवन् गन्धदूर्वादिमिश्रितम्।  
अघनाशक देवेश हरिदश्व रवे मुदा॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, अर्घ्यं समर्पयामि।

ददाम्याचमनं तुभ्यं चराचरविबोधक।  
भक्त्याऽहं भास्करायाद्य जगद्धान्तविनाशक॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, आचमनीयं समर्पयामि।

मध्वाज्यदधिसंयुक्तं मधुपर्कं प्रभाकर।  
लोकनाथ मया दत्तं गृहाण मुनिसेवित॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, मधुपर्कं समर्पयामि।

मध्वाज्यशर्करायुक्तं फलक्षीरसमन्वितम्।  
पञ्चामृतं प्रदास्यामि सर्व लोकसुपूजित॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, पञ्चामृतस्नानं समर्पयामि।

वेदात्मने नमस्तुभ्यं जगदानन्ददायिने।  
नदीविमलतोयैस्त्वां स्नापयेऽहं विभावसो॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, शुद्धोदकस्नानं समर्पयामि। स्नानानन्तरं  
आचमनीयं समर्पयामि।

दिव्याम्बरयुगं सूक्ष्मं हेमसूत्रविराजितम्।  
स्वीकुरुष्व नवं वस्त्रं दिवाकर मयाऽर्पितम्॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, वस्त्रम् समर्पयामि।

ब्रह्मविष्णुमहेशानवपुषे विश्वचक्षुषे।  
साक्षिणे कर्मणां तुभ्यमुपवीतं ददाम्यहम्॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, उपवीतम् समर्पयामि।

गृहीष्व भूषणं पूषन् मुदा देवगणैर्नुत।  
हारकुण्डलकेयूरकिरीटवलयादिकम् ॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, आभरणम् समर्पयामि।

श्रीगन्धं कुङ्कुमोपेतं कर्पूरेण समन्वितम्।  
गृहाण करुणावार्धे लोकबन्धो दिवाकर॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः दिव्यपरिमलगन्धान् धारयामि। गन्धस्योपरि  
इरिद्राकुङ्कुमं समर्पयामि।

प्राणिकर्मसाक्षिभूत भक्तानामभयप्रद।  
अक्षतान् प्रतिगृहीष्व ग्रहाणामीश भास्कर॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, अक्षतान् समर्पयामि।

पङ्केरुहप्रियं पुष्पैर्मल्लिकावकुलादिभिः।  
सेवन्तिकापारिजातैः पूजयामि मुदा रविम्॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, पुष्पाणि समर्पयामि।

### ॥ अङ्ग-पूजा ॥

१. पावनाय नमः — पादौ पूजयामि
२. ग्रहपतये नमः — गुल्फौ पूजयामि
३. जगदानन्दनाय नमः — जानुनी पूजयामि
४. सूर्याय नमः — ऊरू पूजयामि
५. कर्मसाक्षिणे नमः — कटिं पूजयामि
६. छायानाथाय नमः — नाभि पूजयामि
७. अरुणसारथये नमः — उदरं पूजयामि
८. विश्वचक्षुषे नमः — वक्षः पूजयामि
९. अहस्कराय नमः — हस्तौ पूजयामि
१०. कालात्मने नमः — कण्ठं पूजयामि
११. मार्ताण्डाय नमः — मुखं पूजयामि
१२. लोकबन्धवे नमः — कपोलौ पूजयामि
१३. पद्माक्षाय नमः — अक्षिणी पूजयामि
१४. विकर्तनाय नमः — कर्णौ पूजयामि
१५. मरीचिमालिने नमः — ललाटं पूजयामि
१६. सप्ताश्वाय नमः — शिरः पूजयामि

### ॥ अर्चना ॥

- |                                    |         |     |
|------------------------------------|---------|-----|
| १. ॐ हाम्। उद्यन्नद्य मित्रमहः।    | मित्राय | नमः |
| २. ॐ हीम्। आ॒रोह॒न्नुत्तरा॑ दिवम्। | रवये    | नमः |
| ३. ॐ हूम्। ह॒द्रो॒गं म॑म॒ सूर्य॑।  | सूर्याय | नमः |
| ४. ॐ हैम्। ह॒रि॒माणं॑ च नाशय।      | भानवे   | नमः |



५.	ॐ हौम्।	शुकेषु मे हरिमाणम्।	खगाय	नमः
६.	ॐ हः।	रोपणाकांसु दध्मसि	पूष्णे	नमः
७.	ॐ हाम्।	अथो हरिद्रवेषु मे।	हिरण्यगर्भाय	नमः
८.	ॐ हीम्।	हरिमाणं नि दध्मसि।	मरीचये	नमः
९.	ॐ हूम्।	उदगाद्यमादित्यः।	आदित्याय	नमः
१०.	ॐ हैम्।	विश्वेन सहसा सह।	सवित्रे	नमः
११.	ॐ हौम्।	द्विषन्तं मम रन्धयन्।	अर्काय	नमः
१२.	ॐ हः।	मो अहं द्विषतो रधम्।	भास्कराय	नमः

## ॥ सूर्याष्टोत्तरशतनामावलिः ॥

अरुणाय नमः  
 शरण्याय नमः  
 करुणारससिन्धवे नमः  
 असमानबलाय नमः  
 आर्तरक्षकाय नमः  
 आदित्याय नमः  
 आदिभूताय नमः  
 अखिलागमवेदिने नमः  
 अच्युताय नमः  
 अखिलज्ञाय नमः  
 अनन्ताय नमः  
 इनाय नमः  
 विश्वरूपाय नमः  
 इज्याय नमः  
 इन्द्राय नमः  
 भानवे नमः  
 इन्दिरामन्दिराप्ताय नमः  
 वन्दनीयाय नमः  
 ईशाय नमः  
 सुप्रसन्नाय नमः  
 सुशीलाय नमः  
 सुवर्चसे नमः

१०

२०

वसुप्रदाय नमः  
 वसवे नमः  
 वासुदेवाय नमः  
 उज्ज्वलाय नमः  
 उग्ररूपाय नमः  
 ऊर्ध्वगाय नमः  
 विवस्वते नमः  
 उद्यत्किरणजालाय नमः  
 हृषीकेशाय नमः  
 ऊर्जस्वलाय नमः  
 वीराय नमः  
 निर्जराय नमः  
 जयाय नमः  
 ऊरुद्वयाभावरूपयुक्तसारथये नमः  
 ऋषिवन्द्याय नमः  
 रुग्धत्रे नमः  
 ऋक्षचक्रचराय नमः  
 ऋजुस्वभावचित्ताय नमः  
 नित्यस्तुत्याय नमः  
 ऋकारमातृकावर्णरूपाय नमः  
 उज्ज्वलतेजसे नमः  
 ऋक्षाधिनाथमित्राय नमः

३०

४०

पुष्कराक्षाय नमः		अन्तर्बहिः प्रकाशाय नमः	
लुप्तदन्ताय नमः		अचिन्त्याय नमः	
शान्ताय नमः		आत्मरूपिणे नमः	
कान्तिदाय नमः		अच्युताय नमः	८०
घनाय नमः		अमरेशाय नमः	
कनत्कनकभूषाय नमः	५०	परस्मै ज्योतिषे नमः	
खद्योताय नमः		अहस्कराय नमः	
लूनिताखिलदैत्याय नमः		रवये नमः	
सत्यानन्दस्वरूपिणे नमः		हरये नमः	
अपवर्गप्रदाय नमः		परमात्मने नमः	
आर्तशरण्याय नमः		तरुणाय नमः	
एकाकिने नमः		वरेण्याय नमः	
भगवते नमः		ग्रहाणां पतये नमः	
सृष्टिस्थित्यन्तकारिणे नमः		भास्कराय नमः	९०
गुणात्मने नमः		आदिमध्यान्तरहिताय नमः	
घृणिभृते नमः	६०	सौख्यप्रदाय नमः	
बृहते नमः		सकलजगतां पतये नमः	
ब्रह्मणे नमः		सूर्याय नमः	
ऐश्वर्यदाय नमः		कवये नमः	
शर्वाय नमः		नारायणाय नमः	
हरिदश्वाय नमः		परेशाय नमः	
शौरये नमः		तेजोरूपाय नमः	
दशदिक्सम्प्रकाशाय नमः		श्रीं हिरण्यगर्भाय नमः	
भक्तवश्याय नमः		ह्रीं सम्पत्कराय नमः	१००
ओजस्कराय नमः		ऐं इष्टार्थदाय नमः	
जयिने नमः	७०	अं सुप्रसन्नाय नमः	
जगदानन्दहेतवे नमः		श्रीमते नमः	
जन्ममृत्युजराव्याधिवर्जिताय नमः		श्रेयसे नमः	
औच्चस्थान-समारूढ-रथस्थाय नमः		सौख्यदायिने नमः	
असुरारये नमः		दीप्तमूर्तये नमः	
कमनीयकराय नमः		निखिलागमवेद्याय नमः	
अञ्जवल्लभाय नमः		नित्यानन्दाय नमः	१०८

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायण-स्वामिने नमः नानाविधपरिमलपत्रपुष्पाणि समर्पयामि।

## ॥ उत्तराङ्ग-पूजा ॥

दशाङ्गवासितो धूपः सुगन्धः सुरसेवित।  
गृह्यतामर्पितो भक्त्या मया सूर्य दिवाकर॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, धूपम् आघ्रापयामि।

साज्यवर्तिसमायुक्तमन्धकारनिवारक।  
दीपं गृहाण घुमणे तेजोराशे गुणार्णव॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, अलङ्कारदीपं सन्दर्शयामि।

ॐ भूर्भुवः सुवः। + ब्रह्मणे स्वाहा॥

नैवेद्यं षड्रसोपेतमिक्षुदण्डसमन्वितम्।  
पायसान्नं च सम्प्रीत्या गृह्यतां ग्रहनायक॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, गुडान्नं मुद्गान्नं माषापूपानि इक्षुदण्डं हरिद्रागुच्छं  
नैवेद्यं निवेदयामि। मध्ये मध्ये पानीयं समर्पयामि। अमृतापिधानमसि॥ निवेदनान्तरम् आचमनीयं  
समर्पयामि।

पूगीफलसमायुक्तं नागवल्लीदलैर्युतम्।  
कर्पूरचूर्णसंयुक्तं ताम्बूलं प्रतिगृह्याम्॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, ताम्बूलं समर्पयामि।

कर्पूरखण्डकलितं नीराजनमिदं मुदा।  
नभोमणे गृहाण त्वं गाढध्वान्तविनाशक॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, कर्पूरनीराजनं दर्शयामि।

कर्पूरनीराजनानन्तरमाचमनीयं समर्पयामि।  
नमो वेदस्वरूपाय भानवे कर्मसाक्षिणे।  
पुष्पाञ्जलिं प्रदास्यामि भक्त्या तुभ्यं दिवाकर॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, वेदोक्तमन्त्रपुष्पाञ्जलिं समर्पयामि। स्वर्णपुष्पं  
समर्पयामि।

यानि कानि च पापानि जन्मान्तरकृतानि च।  
तानि तानि विनश्यन्ति प्रदक्षिण-पदे पदे॥

प्रदक्षिणं कृत्वा।

धृतपद्मद्वयं भानुं तेजोमण्डलमध्यगम्।  
सर्वाधिव्याधिशमनं छायाश्लिष्टतनुं भजे॥

जयाय जयभद्राय हर्यश्वाय नमो नमः।  
 नमो नमः सहस्रांशो आदित्याय नमो नमः॥  
 नम उग्राय वीराय सारङ्गाय नमो नमः।  
 नमः पद्मप्रबोधाय मार्तण्डाय नमो नमः॥

(तैत्तिरीयब्राह्मणे अष्टकं - ३/प्रश्नः - ७/अनुवाकः - ६/ पञ्चादयः ७६-७७)

उ॒द्यन्न॒द्य मि॒त्रम॑हः। आ॒रोह॑न्नुत्तरां॒ दिव॑म्। हृ॒द्रोगं॑ म॒म सूर्य॑। ह॒रि॒माणं॑ च नाशय। शु॒केषु॑ मे ह॒रि॒माण॑म्।  
 रो॒प॒णाका॑सु दध्मसि॥ अथो॑ ह॒रि॒द्र॒वेपु॑ मे। ह॒रि॒माणं॑ नि दध्मसि। उद॑गादयमा॒दित्यः॑। वि॒श्वेन॑ स॒हसा॑ स॒ह।  
 द्विष॑न्तं म॒म र॒न्धय॑न्। मो अ॒हं द्विष॑तो र॒धम्। मि॒त्र-र॒वि-सूर्य॑-भा॒नु-ख॒ग-पूष॑-हि॒रण्य॑ग॒र्भ-म॒रीच्या॑दि॒त्य-  
 स॒वि॒त्रर्क॑-भा॒स्करे॑भ्यो नमः॥

## ॥ आदित्यमण्डले परब्रह्मोपासनम् ॥

(तैत्तिरीयारण्यके प्रश्नः - १० (महानारयणोपनिषत्))

आ॒दि॒त्यो वा ए॒ष ए॒तन्म॑ण्ड॒लं त॑प॒ति तत्र॑ ता ऋ॒चस्त॑द्वा म॒ण्ड॒ल॒ः स ऋ॒चां लो॒कोऽथ॑ य  
 ए॒ष ए॒तस्मि॑न्म॒ण्ड॒लेऽर्चि॑र्दी॒प्यते॑ तानि॒ सामा॑नि॒ स सा॒म्रां म॒ण्ड॒ल॒ः स सा॒म्रां लो॒कोऽथ॑ य ए॒ष  
 ए॒तस्मि॑न्म॒ण्ड॒लेऽर्चि॑षि पु॒रुष॑स्तानि॒ यजू॑षि॒ स यजु॑षा म॒ण्ड॒ल॒ः स यजु॑षां लो॒कः सैषा त्र॒य्येव॑ वि॒द्या  
 त॑प॒ति य ए॒षोऽन्तरा॑दि॒त्ये हि॑र॒ण्म॒यः पु॒रुषः॥ ३१॥

## ॥ आदित्यपुरुषस्य सर्वात्मकत्वप्रदर्शनम् ॥

(तैत्तिरीयारण्यके प्रश्नः - १० (महानारयणोपनिषत्))

आ॒दि॒त्यो वै तेज॑ ओजो॒ बलं॑ यशश्चक्षुः॒ श्रोत्र॑मा॒त्मा मनो॑ म॒न्युर्मनु॑र्म॒त्युः स॒त्यो मि॒त्रो वा॒युरा॑का॒शः  
 प्रा॒णो लो॒कपा॑लः कः किं कं तथ्स॒त्यम॑न्नमृ॒तो जी॒वो वि॒श्वः क॒तमः स्व॑य॒म्भु ब्रह्मै॑तदमृत ए॒ष पु॒रुष॑  
 ए॒ष भू॒ताना॑मधि॒पति॑र्ब्रह्म॒णः सायु॑ज्य॒ः सलो॒कता॑मा॒प्नोत्ये॒तासा॑मे॒व दे॒वता॑ना॒ः सायु॑ज्य॒ः सा॒ष्टि॒ताः  
 स॒मानलो॒कता॑मा॒प्नोति॑ य ए॒वं वेदै॑त्यु॒पनिष॑त्॥ ३२॥

सौरमण्डलमध्यस्थं साम्बं संसारभेषजम्।  
 नीलग्रीवं विरूपाक्षं नमामि शिवमव्ययम्॥

ध्येयः सदा सवितृमण्डल-मध्यवर्ती  
 नारायणः सरसि-जासन-सन्निविष्टः।  
 केयूरवान् मकरकुण्डलवान् किरीटी  
 हारी हिरण्मयवपुर्धृतशङ्खचक्रः॥

शङ्ख-चक्र-गदापाणे द्वारकानिलयाच्युत।  
 गोविन्द पुण्डरीकाक्ष रक्ष मां शरणागतम्॥

आकाशात् पतितं तोयं यथा गच्छति सागरम्।  
 सर्वदेवनमस्कारः केशवं प्रतिगच्छति॥

श्री-केशवं प्रतिगच्छत्यो नम इति॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, नमस्कारान् समर्पयामि।

॥ प्रार्थना ॥

भानो भास्कर मार्तण्ड चण्डरश्मे दिवाकर।  
आयुरारोग्यमैश्वर्यं श्रियं पुत्रांश्च देहि मे॥

धृतपद्मद्वयं भानुं तेजोमण्डलमध्यगम्।  
सर्वाधिव्याधिशमनं छायाश्लिष्टतनुं भजे॥

पद्मासनः पद्मकरो द्विबाहुः  
पद्मद्युतिः सप्ततुरङ्गवाहः।  
दिवाकरो लोकगुरुः किरीटी  
मयि प्रसादं विदधातु देवः॥

भास्कराय विद्महे महद्युतिकराय धीमहि।  
तन्नो आदित्यः प्रचोदयात्।

प्रार्थनाः समर्पयामि।

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, छत्रचामरादिसमस्तोपचारान् समर्पयामि।

आवाहनं न जानामि न जानामि विसर्जनम्।  
पूजाविधिं न जानामि क्षमस्वारुणसारथे॥

अन्यथा शरणं नास्ति त्वमेव शरणं मम।  
तस्मात् कारुण्यभावेन रक्ष रक्ष दिवाकर॥

॥ अर्घ्यम् ॥

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम्।  
प्रसन्नवदनं ध्यायेत् सर्वविघ्नोपशान्तये॥

अद्य-पूर्वोक्त एवं गुण-विशेषण-विशिष्टायाम् अस्याम् ( ) शुभतिथौ

ममोपात्त-समस्त-दुरित-क्षयद्वारा श्री-परमेश्वर-प्रीत्यर्थं

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायण-प्रीत्यर्थं श्रीसूर्य-नारायणपूजान्ते अर्घ्यप्रदानं करिष्ये।

नमो भगवते तुभ्यं नमस्ते जातवेदसे।  
दत्तमर्घ्यं मया भानो गृहाण त्वं नमोऽस्तु ते॥१॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, इदमर्घ्यं इदमर्घ्यं इदमर्घ्यम्।

एहि सूर्य सहस्रांशो तेजोमालिन् जगत्पते।  
अनुकम्पय मां देव गृहाणार्घ्यं नमोऽस्तु ते॥२॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, इदमर्घ्यं इदमर्घ्यं इदमर्घ्यम्।

पुनरर्घ्यं ददाम्यद्य भानवे लोकसाक्षिणे।

आदित्य जगदाधार सुप्रीतो मां समुद्धर॥३॥

श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणाय नमः, इदमर्घ्यं इदमर्घ्यं इदमर्घ्यम्।

अनेन अर्घ्यप्रदानेन श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणः सुप्रीतो वरदो भवतु॥

श्रीसूर्यनारायणस्वरूपस्य ब्राह्मणस्येदमासनम्। अमी ते गन्धाः। सकलाराधनैः स्वर्चितम्।

हिरण्यगर्भगर्भस्थं हेमबीजं विभावसोः।

अनन्तपुण्यफलदम् अतः शान्तिं प्रयच्छ मे॥

इदमुपायनं सदक्षिणाकं सताम्बूलं श्रीसूर्यनारायणप्रीतिं कामयमानस्तुभ्यमहं सम्प्रददे॥

कायेन वाचा मनसेन्द्रियैर्वा

बुद्ध्याऽऽत्मना वा प्रकृतेः स्वभावात्।

करोमि यद्यत् सकलं परस्मै

नारायणायेति

समर्पयामि॥

अनया पूजया श्री-छाया-सुवर्चलाम्बा-समेत-श्री-सूर्यनारायणः प्रीयताम्॥

ॐ तत्सद्ब्रह्मार्पणमस्तु॥



## ॥ आदित्यहृदयम् ॥

ततो युद्धपरिश्रान्तं समरे चिन्तया स्थितम्।

रावणं चाग्रतो दृष्ट्वा युद्धाय समुपस्थितम्॥१॥

दैवतैश्च समागम्य द्रष्टुमभ्यागतो रणम्।

उपागम्याब्रवीद्रामम् अगस्त्यो भगवान् ऋषिः॥२॥

राम राम महाबाहो शृणु गुह्यं सनातनम्।

येन सर्वानरीन् वत्स समरे विजयिष्यसि॥३॥

आदित्यहृदयं पुण्यं सर्वशत्रुविनाशनम्।

जयावहं जपेन्नित्यम् अक्षय्यं परमं शिवम्॥४॥

सर्वमङ्गलमाङ्गल्यं सर्वपापप्रणाशनम्।

चिन्ताशोकप्रशमनम् आयुर्वर्धनमुत्तमम्॥५॥

रश्मिमन्तं समुद्यन्तं देवासुरनमस्कृतम्।

पूजयस्व विवस्वन्तं भास्करं भुवनेश्वरम्॥६॥

सर्वदेवात्मको ह्येष तेजस्वी रश्मिभावनः।  
एष देवासुरगणान् लोकान् पाति गभस्तिभिः॥७॥

एष ब्रह्मा च विष्णुश्च शिवः स्कन्दः प्रजापतिः।  
महेन्द्रो धनदः कालो यमः सोमो ह्यपां पतिः॥८॥

पितरो वसवः साध्या ह्यश्विनौ मरुतो मनुः।  
वायुर्वह्निः प्रजाप्राण ऋतुकर्ता प्रभाकरः॥९॥

आदित्यः सविता सूर्यः खगः पूषा गभस्तिमान्।  
सुवर्णसदृशो भानुर्विश्वरेता दिवाकरः॥१०॥

हरिदश्वः सहस्रार्चिः सप्तसप्तिर्मरीचिमान्।  
तिमिरोन्मथनः शम्भुस्त्वष्टा मार्तण्ड अंशुमान्॥११॥

हिरण्यगर्भः शिशिरस्तपनो भास्करो रविः।  
अग्निगर्भोऽदितेः पुत्रः शङ्खः शिशिरनाशनः॥१२॥

व्योमनाथस्तमोभेदी ऋग्यजुस्सामपारगः।  
घनवृष्टिरपां मित्रो विन्ध्यवीथीप्लवङ्गमः॥१३॥

आतपी मण्डली मृत्युः पिङ्गलः सर्वतापनः।  
कविर्विश्वो महातेजा रक्तः सर्वभवोद्भवः॥१४॥

नक्षत्रग्रहताराणाम् अधिपो विश्वभावनः।  
तेजसामपि तेजस्वी द्वादशात्मन् नमोऽस्तु ते॥१५॥

नमः पूर्वाय गिरये पश्चिमायाद्रये नमः।  
ज्योतिर्गणानां पतये दिनाधिपतये नमः॥१६॥

जयाय जयभद्राय हर्यश्वाय नमो नमः।  
नमो नमः सहस्रांशो आदित्याय नमो नमः॥१७॥

नम उग्राय वीराय सारङ्गाय नमो नमः।  
नमः पद्मप्रबोधाय मार्तण्डाय नमो नमः॥१८॥

ब्रह्मेशानाच्युतेशाय सूर्यायादित्यवर्चसे।  
भास्वते सर्वभक्षाय रौद्राय वपुषे नमः॥१९॥

तमोग्नाय हिमघ्नाय शत्रुघ्नायामितात्मने।  
कृतघ्नघ्नाय देवाय ज्योतिषां पतये नमः॥२०॥

तप्तचामीकराभाय वह्नये विश्वकर्मणे।  
नमस्तमोऽभिनिघ्नाय रुचये लोकसाक्षिणे॥२१॥

नाशयत्येष वै भूतं तदेव सृजति प्रभुः।  
पायत्येष तपत्येष वर्षत्येष गभस्तिभिः॥२२॥

एष सुप्तेषु जागर्ति भूतेषु परिनिष्ठितः।  
एष एवाग्निहोत्रं च फलं चैवाग्निहोत्रिणाम्॥२३॥

वेदाश्च क्रतवश्चैव क्रतूनां फलमेव च।  
यानि कृत्यानि लोकेषु सर्व एष रविः प्रभुः॥२४॥

एनमापत्सु कृच्छ्रेषु कान्तारेषु भयेषु च।  
कीर्तयन् पुरुषः कश्चिन्नावसीदति राघव॥२५॥

पूजयस्वैनमेकाग्रो देवदेवं जगत्पतिम्।  
एतत् त्रिगुणितं जप्त्वा युद्धेषु विजयिष्यसि॥२६॥

अस्मिन् क्षणे महाबाहो रावणं त्वं वधिष्यसि।  
एवमुक्त्वा तदाऽगस्त्यो जगाम च यथाऽऽगतम्॥२७॥

एतच्छ्रुत्वा महातेजा नष्टशोकोऽभवत्तदा।  
धारयामास सुप्रीतो राघवः प्रयतात्मवान्॥२८॥

आदित्यं प्रेक्ष्य जप्त्वा तु परं हर्षमवाप्तवान्।  
त्रिराचम्य शुचिर्भूत्वा धनुरादाय वीर्यवान्॥२९॥

रावणं प्रेक्ष्य हृष्टात्मा युद्धाय समुपागमत्।  
सर्वयत्नेन महता वधे तस्य धृतोऽभवत्॥३०॥

अथ रविरवदन्निरीक्ष्य रामं मुदितमनाः परमं प्रहृष्यमाणः।  
निशिचरपतिसङ्क्षयं विदित्वा सुरगणमध्यगतो वचस्त्वरेति॥३१॥

॥इत्यार्षे श्रीमद्रामायणे वाल्मीकीये आदिकाव्ये युद्धकाण्डे आदित्यहृदयं नाम सप्तोत्तरशततमः सर्गः॥

## ॥ द्वादशार्यासूर्यस्तुतिः ॥

उद्यन्नद्य विवस्वानारोहन्नुत्तरां दिवं देवः।  
हृद्रोगं मम सूर्यो हरिमाणं चाऽऽशु नाशयतु॥१॥

निमिषार्धेनैकेन द्वे च शते द्वे सहस्रे द्वे।  
क्रममाणं योजनानां नमोऽस्तु ते नलिननाथाय॥२॥

कर्म-ज्ञान-ख-दशकं मनश्च जीव इति विश्व-सर्गाय।  
द्वादशधा यो विचरति स द्वादश-मूर्तिरस्तु मोदाय॥३॥

त्वं हि यजुर्ऋक् साम त्वमागमस्त्वं वषट्कारः।  
त्वं विश्वं त्वं हंसस्त्वं भानो परमहंसश्च॥४॥

शिवरूपाज्ज्ञानमहं त्वत्तो मुक्तिं जनार्दनाकारात्।  
शिखिरूपादैश्वर्यं त्वत्तश्चरोग्यमिच्छामि॥५॥



त्वचि दोषा दृशि दोषा हृदि दोषा येऽखिलेन्द्रियज-दोषाः।  
तान् पूषा हतदोषः किञ्चिद्रोषाग्निना दहतु॥६॥

धर्मार्थ-काम-मोक्ष-प्रतिरोधानुग्र-ताप-वेग-करान् ।  
बन्दी-कृतेन्द्रिय-गणान् गदान् विखण्डयतु चण्डांशुः॥७॥

येन विनेदं तिमिरं जगदेत्य ग्रसति चरमचरमखिलम्।  
धृतबोधं तं नलिनीभर्तारं हर्तारमापदामीडे॥८॥

यस्य सहस्राभीशोरभीशु-लेशो हिमांशु-बिम्बगतः।  
भासयति नक्तमखिलं भेदयतु विपद्-गणानरुणः॥९॥

तिमिरमिव नेत्र-तिमिरं पटलमिवाशेष-रोग-पटलं नः।  
काशमिवाधि-निकायं कालपिता रोगयुक्ततां हरतात्॥१०॥

वाताश्मरी-गदार्शस्त्वग्-दोष-महोदर-प्रमेहांश्च ।  
ग्रहणी-भगन्दराख्या महतीस्त्वं मे रुजो हंसि॥११॥

त्वं माता त्वं शरणं त्वं धाता त्वं धनं त्वमाचार्यः।  
त्वं त्राता त्वं हर्ता विपदामर्क प्रसीद मम भानो॥१२॥

इत्यार्या-द्वादशकं साम्बस्य पुरो नभःस्थलात् पतितम्।  
पठतां भाग्य-समृद्धिः समस्त-रोग-क्षयश्च स्यात्॥१३॥

॥इति श्री-द्वादशार्यासूर्यस्तुतिः सम्पूर्णा॥

