

హనుమత్ సీతాలక్ష్మణభరతశత్రుఘ్నపరివారసమేత శ్రీరామచంద్రపరబ్రహ్మణే నమః

**శ్రీమత్ సుందరకాండ పఠనం**

(16.07.2020, గురువారము)

గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః గురుర్దేవో మహేశ్వరః ।  
గురుస్సాక్షాత్ పరం బ్రహ్మ తస్మై శ్రీ గురవే నమః ॥  
శ్రీవేంకటాచలాధీశం శ్రియాధ్యాసితవక్షసం ।  
శ్రితచేతనమందారం శ్రీనివాసమహం భజే ॥

**అథ సంకల్పః**

శ్రీమదాదివరాహక్షేత్రే విరాజమానస్య అఖిలాండకోటిబ్రహ్మాండనాయకస్య, శ్రీపద్మావతీజానేః, భగవతః శ్రీవేంకటేశ్వరస్వామినః, సన్నిధౌ, ధర్మవిగ్రహస్య శ్రీరామచంద్రప్రభోః పాదసేవకస్య హనూమతః ప్రసాదేన అస్మిన్ భువనే, విషూచికా క్రిమిజనితసమస్తదుష్ప్రభావనిర్మూలన ద్వారా, సర్వేషాం ఆస్తికమహాజనానాం, సర్వవిధ సుస్థిరతా సిద్ధ్యర్థం, విద్యా-విత-వ్యాపార-దేశరక్షణాదిరంగేషు సర్వతోముఖాభివృద్ధి ద్వారా శ్రీరామరాజ్యస్య పునర్వ్యవస్థాపనార్థం, సద్భావనాం, సత్సంకల్పానాం, సత్కార్యాణాం చ సర్వతోముఖ-విజయసిద్ధ్యర్థం, భారతవర్షస్య అభివృద్ధౌ నిమగ్నానామ్ అధికారిణాం, సైనికానాం, కర్షకవణిగాదీనాం, ఉపాధ్యాయ, వైజ్ఞానిక, వైద్యాదీనాం చ సర్వేషాం సకుటుంబానాం, ఆయురారోగ్య, ఐశ్వర్య, సద్బుద్ధిత్యాది సర్వశుభఫలప్రాప్త్యర్థం, శ్రీరామచంద్రరూపాంతరస్య శ్రీమద్వేంకటేశ్వరపరబ్రహ్మణః శ్రీమదాంజనేయస్య చ పరిపూర్ణ అనుగ్రహసిద్ధ్యర్థం, శ్రీమద్వాల్మీకిరామాయణాంతర్గతే సుందరకాండే యథాశక్తి తృతీయస్కంధ-శ్లోకపారాయణం, శ్రీధన్వంతరి మంత్రపారాయణం తథా హరిస్తుతిపారాయణం చ అన్యోన్య సాహాయ్యేన ఆచార్యముఖేన కరిష్యామహే.

**శ్రీరామప్రార్థన** - రామాయ రామభద్రాయ రామచంద్రాయ వేధసే ।  
రఘునాథాయ నాథాయ సీతాయాః పతయే నమః ॥ 1 ॥

**శ్రీ ఆంజనేయ ప్రార్థనా** - గోష్పదీకృతవారాశిం మశకీకృతరాక్షసం ।  
రామాయణమహామాలారత్నం వందేఽనిలాత్మజమ్ ॥ 2 ॥

**శ్రీవాల్మీకి ప్రార్థనా** - కూజంతం రామ రామేతి మధురం మధురాక్షరమ్ ।  
ఆరుహ్య కవితాశాఖాం వందే వాల్మీకి కోకిలమ్ ॥ 3 ॥

శ్రీహనూమతే నమః

**అథ సుందరకాండే తృతీయసర్గః**

తాం నష్టతిమిరాం దీపైర్భాస్వరైశ్చ మహాగృహైః ।  
 నగరీం రాక్షసేంద్రస్య దదర్శ స మహాకపిః ॥ 3.19 ॥  
 అథ సా హరిశార్దులం ప్రవిశంతం మహాబలమ్ ।  
 నగరీ స్వేన రూపేణ దదర్శ పవనాత్మజమ్ ॥ 3.20 ॥  
 సా తం హరివరం దృష్ట్వా లంకా రావణపాలితా ।  
 స్వయమేవోత్థితా తత్ర వికృతానన దర్శనా ॥ 3.21 ॥  
 పురస్తాత్కపివర్యస్య వాయుసూనోరతిష్ఠత ।  
 ముంచమానా మహానాదమబ్రవీత్పవనాత్మజమ్ ॥ 3.22 ॥  
 కస్త్యం కేన చ కార్యేణ ఇహ ప్రాప్తో వనాలయ ।  
 కథయస్వేహ యత్తత్త్వం యావత్ప్రాణా ధరంతితే ॥ 3.23 ॥  
 న శక్యాం ఖ్యలియం లంకా ప్రవేష్టుం వానర త్వయా ।  
 రక్షితా రావణబలైరభిగుప్తా సమంతతః ॥ 3.24 ॥  
 అథ తామబ్రవీద్వీరో హనూమానగ్రతస్థితాం ।  
 కథయిష్యామి తే తత్త్వం యన్మాంత్యం పరిపుచ్చసి ॥ 3.25 ॥

**ఇతి సుందరకాండే తృతీయసర్గే సప్తశ్లోకాః**

**శ్రీరామస్తుతిః** - ఆపదామపహర్తారం దాతారం సర్వసంపదాం ।  
 లోకాభిరామం శ్రీరామం భూయో భూయో నమామ్యహమ్ ॥  
**ఫలశ్రుతిః** - బుద్ధిర్బలం యశో ధైర్యం నిర్భయత్వమరోగితా ।  
 అజాడ్యం వాక్పటుత్వం చ హనూమత్ స్మరణాత్ భవేత్ ॥

శ్రీహనూమతే నమః

**అథ ధన్వంతరి ధ్యానమ్** - అచ్యుతానంత గోవింద విష్ణో నారాయణామృత ।  
 రోగాన్మే నాశయాశేషాన్ ఆశు ధన్వంతరే హరే ॥ 1 ॥  
 ఆరోగ్యం దీర్ఘమాయుష్యం బలం తేజో ధియం శ్రియం ।  
 స్వభక్తేభ్యః అనుగృహ్లాంతం వందే ధన్వంతరిం హరిమ్ ॥ 2 ॥  
 ధన్వంతరేరిమం శ్లోకం భక్త్యా నిత్యం పఠన్తి యే । అనారోగ్యం న తేషాం స్యాత్ సుఖం జీవన్తి తే చిరమ్ ॥ 3 ॥

ఓం నమో భగవతే వాసుదేవాయ ధన్వంతరయే అమృతకలశహస్తాయ వజ్రజలౌకహస్తాయ  
సర్వామయవినాశనాయ త్రైలోక్యనాథాయ మహావిష్ణవే స్వాహా.

ఓం వాసుదేవాయ విద్మహే సుధాహస్తాయ ధీమహి । తన్నో ధన్వంతరిః ప్రచోదయాత్ ।

### అథ ఆదిత్యహృదయమ్

తతో యుద్ధపరిశ్రాంతం సమరే చింతయా స్థితం ।

రావణం చాగ్రతో దృష్ట్వా యుద్ధాయ సముపస్థితం ॥ 1 ॥

దైవతైశ్చ సమాగమ్య ద్రష్టుమభ్యాగతో రణం ।

ఉపగమ్యబ్రవీద్రామమగస్త్యో భగవాన్పషిః ॥ 2 ॥

రామ రామ మహాబాహో శృణు గుహ్యం సనాతనం ।

యేన సర్వానరీన్వత్స సమరే విజయిష్యసి ॥ 3 ॥

ఆదిత్యహృదయం పుణ్యం సర్వశత్రువినాశనం ।

జయావహం జపేన్నిత్యమక్షయం పరమం శివం ॥ 4 ॥

సర్వమంగలమాంగల్యం సర్వపాపప్రణాశనం ।

చింతాశోకప్రశమనం ఆయుర్వర్ధనముత్తమం ॥ 5 ॥

రశ్మిమంతం సముద్యంతం దేవాసురనమస్కృతం ।

పూజయస్వ వివస్వంతం భాస్కరం భువనేశ్వరం ॥ 6 ॥

సర్వదేవాత్మకో హ్యేష తేజస్వీ రశ్మిభావనః ।

ఏష దేవాసురగణాన్ లోకాన్ పాతి గభస్తిభిః ॥ 7 ॥

ఏష బ్రహ్మ చ విష్ణుశ్చ శివః స్కందః ప్రజాపతిః ।

మహేంద్రో ధనదః కాలో యమః సోమో హ్యపాం పతిః ॥ 8 ॥

పితరో వసవః సాధ్యా హ్యశ్వినౌ మరుతో మనుః ।

వాయుర్వహ్నిః ప్రజావ్రాణ ఋతుకర్తా ప్రభాకరః ॥ 9 ॥

ఆదిత్యః సవితా సూర్యః ఖగః పూషా గభస్తిమాన్ ।

సువర్ణసదృశో భానుర్హిరణ్యరేతా దివాకరః ॥ 10 ॥

హరిదశ్వః సహస్రార్చిః సప్తసప్తిర్మరీచిమాన్ ।

తిమిరోన్మథనః శంభుస్త్వష్టా మార్తాండ అంశుమాన్ ॥ 11 ॥

హిరణ్యగర్భః శిశిరస్తపనో భాస్కరో రవిః ।  
 అగ్నిగర్భోఽదితేః పుత్రః శంఖః శిశిరనాశనః ॥ 12 ॥  
 వ్యోమనాథస్తమోభేదీ ఋగ్యజుఃసామపారగః ।  
 ఘనవృష్టిరపాం మిత్రో వింధ్యవీధీ ప్లవంగమః ॥ 13 ॥  
 ఆతపీ మండలీ మృత్యుః పింగలః సర్వతాపనః ।  
 కవిర్విశ్వో మహాతేజాః రక్తః సర్వభవోద్భవః ॥ 14 ॥  
 నక్షత్రగ్రహతారాణామధిపో విశ్వభావనః ।  
 తేజసామపి తేజస్వీ ద్వాదశాత్మన్నమోఽస్తు తే ॥ 15 ॥  
 నమః పూర్వాయ గిరయే పశ్చిమాయాద్రయే నమః ।  
 జ్యోతిర్గణానాం పతయే దినాధిపతయే నమః ॥ 16 ॥  
 జయాయ జయభద్రాయ హర్యశ్వాయ నమో నమః ।  
 నమో నమః సహస్రాంశో ఆదిత్యాయ నమో నమః ॥ 17 ॥  
 నమ ఉగ్రాయ వీరాయ సారంగాయ నమో నమః ।  
 నమః పద్మప్రబోధాయ మార్తాండాయ నమో నమః ॥ 18 ॥  
 బ్రహ్మేశానాచ్యుతేశాయ సూర్యాయాదిత్యవర్చసే ।  
 భాస్వతే సర్వభక్షాయ రౌద్రాయ వపుషే నమః ॥ 19 ॥  
 తమోఘ్నాయ హిమఘ్నాయ శత్రుఘ్నాయామితాత్మనే ।  
 కృతఘ్నఘ్నాయ దేవాయ జ్యోతిషాం పతయే నమః ॥ 20 ॥  
 తప్తచామీకరాభాయ వహ్నియే విశ్వకర్మణే ।  
 నమస్తమోఽభినిఘ్నాయ రుచయే లోకసాక్షిణే ॥ 21 ॥  
 నాశయత్యేష వై భూతం తదేవ సృజతి ప్రభుః ।  
 పాయత్యేష తపత్యేష వర్షత్యేష గభస్తిభిః ॥ 22 ॥  
 ఏష సుప్తేషు జాగర్తి భూతేషు పరినిష్ఠితః ।  
 ఏష ఏవాగ్నిహోత్రం చ ఫలం చైవాగ్నిహోత్రిణాం ॥ 23 ॥  
 వేదాశ్చ క్రతవశ్చైవ క్రతూనాం ఫలమేవ చ ।  
 యాని కృత్యాని లోకేషు సర్వ ఏష రవిః ప్రభుః ॥ 24 ॥  
 ॥ ఫల శ్రుతిః ॥

ఏనమాపత్సు కృచ్ఛేషు కాంతారేషు భయేషు చ ।  
 కీర్తయన్ పురుషః కశ్చిన్నావసీదతి రాఘవ ॥ 25 ॥  
 పూజయస్వైనమేకాగ్రో దేవదేవం జగత్పతిం ।  
 ఏతత్ త్రిగుణితం జప్త్వా యుద్ధేషు విజయిష్యసి ॥ 26 ॥  
 అస్మిన్క్షణే మహాబాహో రావణం త్వం వధిష్యసి ।  
 ఏవముక్త్వా తదాఽగస్త్యో జగామ చ యథాగతం ॥ 27 ॥  
 ఏతచ్ఛ్రుత్వా మహాతేజా నష్టశోకోఽభవత్తదా ।  
 ధారయామాస సుప్రీతో రాఘవః ప్రయతాత్మవాన్ ॥ 28 ॥  
 ఆదిత్యం ప్రేక్ష్య జప్త్వా తు పరం హర్షమవాప్తవాన్ ।  
 త్రిరాచమ్య శుచిర్బుత్వా ధనురాదాయ వీర్యవాన్ ॥ 29 ॥  
 రావణం ప్రేక్ష్య హృష్టాత్మా యుద్ధాయ సముపాగమత్ ।  
 సర్వ యత్నేన మహతా వధే తస్య ధృతోఽభవత్ ॥ 30 ॥  
 అథ రవిరవదన్నిరీక్ష్య రామం ముదితమనాః పరమం ప్రహృష్యమాణాః ।  
 నిశిచరపతిసంక్షయం విదిత్వా సురగణమధ్యగతో వచస్త్వరేతి ॥ 31 ॥

### ఇతి ఆదిత్యహృదయమ్

**అథ నవగ్రహప్రార్థనా** - ఆరోగ్యం పద్మబంధుః వితరతు నితరాం సంపదం శీతరశ్మిః  
 భూలాభం భూమిపుత్రః సకలగుణయుతాం వాగ్విభూతిం చ సౌమ్యః ।  
 సౌభాగ్యం దేవమంత్రి రిపుభయశమనం భార్గవః శౌర్యమార్కిః  
 దీర్ఘాయుః సైంహికేయః విపులతరయశః కేతురాచంద్రతారమ్ ॥  
 అరిష్టాని ప్రణశ్యంతు దురితాని భయాని చ ।  
 శాంతిరస్తు శుభం మేఽస్తు గ్రహాః కుర్వంతు మంగళమ్ ॥  
**అథ క్షమాప్రార్థనా** - యదక్షరపదభ్రష్టం మాత్రాహీనం చ యద్భవేత్ ।  
 తత్సర్వం క్షమ్యతాం దేవ నారాయణ నమోఽస్తుతే ॥  
**అథ భగవత్సమర్పణమ్** - కాయేన వాచా మనసేంద్రియైర్వా బుద్ధ్యాత్మనా వా ప్రకృతేః స్వభావాత్ ।  
 కరోమి యద్యత్సకలం పరస్మై నారాయణాయేతి సమర్పయామి ॥  
**అథ మంగళమ్** - శ్రియః కాంతాయ కళ్యాణనిధయే నిధయేఽర్థినామ్ ।  
 శ్రీ వేంకటనివాసాయ శ్రీనివాసాయ మంగళమ్ ॥