

ఆదిత్యహృదయమ్ నామావలి

Commentary with Namavali : by N.Balasubramanian bbalu at satyam.net.in

సంస్కృత

{INTRODUCTION}

Aditya Hridayam is a popular hymn. It appears in the Yuddhakandam in Valmiki's Ramayana. It is a prayer to Aditya. One meaning of `Aditya` is the sun. But, in this hymn `Aditya` is to be taken to signify the Supreme Being. `Hridayam` is known to mean the heart; but it also means secret. The prayer holds in itself the secret teachings of the upanishads about the Supreme Being. The various names of the Lord mentioned in the hymn are of great significance and so justify the name `hridayam`. Given below are the 138 names of the Lord నామావలి: culled from the hymn. They come handy for those who want to do prostrations to the Lord while uttering each name and those who want to do puja to the Lord. Those who want to do puja may invoke the Lord in a design (rangoli) or a picture or in a pot of water and perform archana after reciting each name. They are also suitable for reciting by those who, for some reason are not able to do any of the above or recite the hymn in full.

(The following abbreviations are used in the comments given below. VS - Vishnu Sahasranamam with the commentary of Shri Sankaracharya. LS - Lalitha Sahasranamam)

The Aditya Hridayam, as we all know, was taught by the sage Agastya to Shri Rama in the battle field. The battle with Ravana was fierce and long-drawn. Rama was tired and concerned at the fact that the end was not in sight. At that time the sage appeared on the scene and taught Aditya Hridayam. He advised Shri Rama to worship Surya and repeat the verses three times. He said that by doing so the Lord will be pleased with his devotion and ensure victory in the battle

పూజయస్యై నమోకారో దేవదేవం జగత్పతిమ్ । ఏతత్ త్రిగుణితం జప్త్యా

యుద్ధేషు విజయిష్యసి ।

Before proceeding further, some questions may arise in the minds of the reader who has some familiarity with this hymn.

1 - Who is Aditya? Is He the same as the sun we see rising and setting daily or some one different?

2 - Why does the sage ask Shri Rama to recite the prayer three times?

3 - And lastly, we know that Shri Rama was an avatar or incarnation of the Supreme Being. This being so, why should He be asked to pray to some one?

The answer to these questions require some explanation. They are given below.

THE LORD'S MANIFESTATIONS.

The upanishads say that the Supreme Being or the Lord (will be called as He here) is without any attributes including form.. But He manifests Himself in three forms for the benefit of His devotees.

1 - In the gross form స్థూల రూపేణ .

The eyes cannot see Him, because He is the power behind the eyes. So, the kindly Lord makes Himself visible in the form of Aditya or the sun. Shri Rudram (7th and 8th Rik) says this.

అసౌ యస్తామ్రౌ అరుణ ఉత బభ్రుః సుమజ్గలః ।

అసౌ యోఽవసర్పతి నీలగ్రీవ విలోహితః।

ఉతైనం గోపా అదృశన్నదృశన్నదహర్యః ।

ఉతైనం విశ్వాభూతాని స దృష్టో మృడయాతి నః॥

This Sun who is copper colored when he rises, then slightly rosy-red, then golden-yellow, this highly auspicious and beneficent one is verily Rudra. The Lord Rudra with the blue throat who has assumed the form of the sun glows red while rising. Him the cowherds behold and so the women carrying water; nay all the creatures. He who is thus beheld by all; may He bless us with happiness. Since He resides in the skies He is known as విహాయసగతిః - విహాయసం గతిః ఆశ్రయోఽస్మ్యేతి విహాయసగతిః। (VS 876).

The sun provides the world with warmth, light, rain etc. They give life to all in this planet and also sustain life. So, the sun has the functions of Brahma the creator, Narayana the sustainer and Sankara the destroyer rolled into one.

The following prayer recited during Sandhyavandanam says all this.

నమః సవిత్రే జగదేక చక్షుషే జగత్ ప్రసూతి స్థితినాశ హేతవే।

విరిజ్ఞి నారాయణ శంకరాత్మనే।

2 - In the subtle form సూక్ష్మ రూపేణ

He is the inner being who blesses the sun and gives him his radiance. This is said in many places in the scriptural texts. Some such cases are cited here for reference.

ఆదిత్యః - ఆదిత్యమణ్డలాంతఃస్థో హిరణ్మయః పురుషః ఆదిత్యః, యథాదిత్య ఏక
ఏవానేకేషు జలభాజనేషు అనేకవత్ ప్రతిభాసతే ఏవమనేకేషు శరీరేషు ఏక
ఏవాత్మానేకవత్ ప్రతిభాసత ఇతి ఆదిత్యసాధ్య్వాద్వా ఆదిత్యః। VS (39).

He is the Golden-hued Being resident in the solar disc. Or, just as one sun appears as many in many vessels containing water, so also the same Atma appears as many in many bodies. So, He is known as Aditya.

జ్యోతిరాదిత్యః - జ్యోతిషి సవిత్తుమణ్డలే స్థితో జ్యోతిరాదిత్యః। VS (564).

He resides in the sun.

భానుమణ్డలమధ్యస్థా - భానుమణ్డలస్య సూర్యమణ్డలస్య మధ్యే తిష్ఠతీతి తథా।
సంధ్యాసమయే దేవ్యాస్తత్ర ధ్యేయత్వాత్। LS (275).

She resides in the solar disc. She is to be meditated upon during the evening prayers.

We meditate on Narayana who resides in the sun with the following prayer recited during our Sandhyavandanam.

ధ్యేయః సదా సవిత్తుమణ్డల-మధ్యవర్తీ నారాయణ
సరసిజాసన-సంనివిష్టః। కేయూరవన్ మకర-కుణ్డలవాన్ కిరీటీ
హరీ హిరణ్మయవపుః ధృత-శంఖచక్రః॥

Similarly we are advised to meditate upon Lord Siva along with Amba in the sun and get relieved from the cyclic births.

సౌరమణ్డల మధ్యస్థం సాంబం సంసారభేషజమ్।
నీలగ్రీవం విరూపాక్షం నమామి శివమవ్యయమ్॥

The Mundaka Upanishad makes a more detailed narration. (II-I-9 and 10). తచ్చుభ్రం జ్యోతిషాం

జ్యోతిస్తద్యదాత్మవిదో విదుః। It is pure, and is the Light of lights which the knowers of the Self realise.

తమేవ భాంతమనుభాతి సర్వం తస్య భాసా సర్వమిదం విభాతి। Everything shines according as He does so:
by His light all this shines diversely. Shri Sankarcharya explains in his commentary that the Supreme Being is

naturally effulgent. All this - the universe constituted by sun etc., shines diversely. It is that very Brahman that illuminates and shines through the different manifested lights. Shri Krishna says this specifically in His Bhagavad Gita. (15-12). He says that the light that resides in the sun and illuminates the whole world, that which is seen in the moon and fire are all His only.

యదాదిత్యగతం తేజో జగద్భాసయతేఽఖిలమ్| యచ్ఛస్త్రమసి
యచ్ఛగ్నో తత్రేజో విధి మామకమ్||

3 - In the causal form కారణ రూపేణ

as the Self residing in the heart of all beings. He is known as

భూతాత్మా - భూతానామాత్మా అన్తర్యామితి భూతాత్మా ।

ఏష త ఆత్మాన్తర్యామ్యమృతః\`

(బృ-ఉ ౭.౩-౨౨) ఇతి ప్రతేః| VS(8).

సర్వాన్తర్యామిణీ - సర్వేషామన్తఃకరణనియామక ఇతి ।

ఏష త ఆత్మాన్తర్యామ్యమృతః\` ఇత్యన్తర్యామిబ్రాహ్మణాత్| LS(818).

Shri Krishna says this clearly in the Gita. BG (10-20). He says that He is the Self residing in the heart of all beings. He is the beginning, the middle and also the end.

అహమాత్మా గుడాకేశ సర్వభూతాశయస్థితః| అహమాదిశ్చ మధ్యం

చ భూతానామన్త ఏష చ||

The worship of Surya by chanting the verses thrice implies the worship of the Supreme Being in all the three forms - in the gross form as the Sun, the worship of Supreme Being in the subtle form as the power behind the Sun and, in the causal form as the sentience resident in the heart of all beings as explained above. We may find in the list of names (namavali) that follows names that support the above explanation.

After teaching the Aditya Hridayam the sage left the place and joined the gods (devas) who have assembled in the sky above the battle field to witness the war between Shri Rama and Ravana.

అస్మిన్ క్షణే మహాబాహో రావణం త్వం వధిష్యసి| ఏవముక్త్వా తదాగస్త్యో

జగామ చ యథాగతమ్||

Earlier Shri Rama was concerned as to how he can win the battle with Ravana as the events were not going his way. But on hearing the advice from the sage Agastya, he regained his confidence and became cheerful. He chanted the Aditya Hridayam stotram as advised by the sage and got ready to face Ravana.

రావణం ప్రేక్ష్య హృష్టాత్మా యుద్ధాయ సముపాగతమ్| సర్వయత్నేన మహతా
వధే తస్య ధృతోఽభవత్||

Surya Bhagavan was pleased by Shri Rama chanting the Aditya Hridayam properly with devotion. He came down from His region and joined the group of gods who have assembled in the sky above the battle field to watch the events. He encouraged Shri Rama to go ahead and fight Ravana. He was sure that Rama will kill Ravana and emerge victorious in the war.

అథ రవిరవదన్నిరీక్ష్య రామం ముదితమనాః పరమం ప్రహృష్యమాణః|
నిశిచరపతిసంక్షయం విదిత్వా సురగణమధ్యగతో వచస్తరేతి||

Now, we take up the question No. (3) mentioned earlier. That is, Shri Ramayana says that Shri Rama was an incarnation of Shri Narayana or the Supreme Being. We find in the Valmiki Ramayana (Yuddha Kanda - chapter 120) that after Shri Rama won the battle with Ravana, the gods including Brahma, Rudra and others approached Shri Rama, praised him and said that he is none other than the Supreme Being Narayana.

భవాన్ నారాయణో దేవః శ్రీమాన్ చక్రాయుధో విభుః|

This being so, is it appropriate for Shri Rama to worship the Sun god? Does it not imply that the Sun god is superior even to Shri Rama who is not different from the Supreme Being? The answer to this question is as follows. The Sun god mentioned in this Aditya Hridayam is not the solar disc but the Supreme Being residing in the sun. This is said in the Brihadaranyaka Upanishad (3-7-9)

యః ఆదిత్యే తిష్ఠన్ ఆదిత్యాదంతరః, యమాదిత్యే న వేద,
యస్యాదిత్యః శరీరమ్, య ఆదిత్యమంతరో యమయతి, ఏష త
ఆత్మాస్తర్యామ్యమృతః||

He who inhabits the sun, but is within it, whom the sun does not know, whose body is the sun, and who controls the sun from within, is the Internal Ruler, your own immortal self. This was said earlier also.

That the Surya Bhagavan referred to here is the supreme Being only is amply made clear as He is called herein (name no. 109) as the Lord of Brahma, Isha or Siva and Achyuta or Vishnu **బ్రహ్మేశానాచ్యుతేశాయ నమః**। How can the sun be the Lord of the three gods mentioned here? So, one has to conclude that the Aditya is only the Supreme Being. Shri Rama took on the role of a human being just to teach us the way to live, not just to destroy the demons. **మర్త్యావతారస్త్విహ మర్త్యశిక్షణం రక్షోవధాయైవ న కేవలం విభోః**। BH(5-19-5) He wanted to show that when one is confronted with a seemingly difficult situation that appears to defy solution, he can overcome it by resorting to God. Shri Krishna gave Arjuna the same advice on the KurukShetra battle field. He told Arjuna that he will overcome all difficulties by fixing his mind on Him the Lord. Shri Krishna added a warning that if Arjuna failed to heed His advice, and, if from egotism he thought he can manage the affairs himself, he will then be doomed to fail.. BG(18-58).

మచ్చిత్తః సర్వదుర్గాణి మత్తసాదాత్తరిష్యసి। అథ
చేత్త్వమహాఙ్కరాన్న శ్రోష్యసి వినశ్యసి॥

This, then, is the lesson we learn from Aditya Hridayam. To repeat, we should turn to Lord when confronted with problems that threaten to overwhelm us. Now, given below are the names **నామావలిః** of Lord Surya.

దీసanskrit

{॥ ఆదిత్యహృదయమ్ నామావలిః ॥}

{2}

ఓం రశ్మిమతే నమః ।

ఓం సముద్యతే నమః ।

ఓం దేవాసురనమస్కతాయ నమః ।

ఓం వివస్వతే నమః ।

ఓం భాస్కరాయ నమః । ౨॥

ఓం భువనేశ్వరాయ నమః ।

ఓం సర్వదేవాత్మకాయ నమః ।
ఓం తేజస్వినే నమః ।
ఓం రశ్మిభవనాయ నమః ।
ఓం దేవాసురగణలోకపాలాయ నమః । ౧౦।

ఓం బ్రహ్మణే నమః ।
ఓం విష్ణవే నమః ।
ఓం శివాయ నమః ।
ఓం స్కన్దాయ నమః ।
ఓం ప్రజాపతయే నమః । ౧౫।
ఓం మహేంద్రాయ నమః ।
ఓం ధనదాయ నమః ।
ఓం కాలాయ నమః ।
ఓం యమాయ నమః ।
ఓం సోమాయ నమః । ౨౦।

ఓం అపాంపతయే నమః ।
ఓం పితృమూర్తయే నమః ।
ఓం వసుమూర్తయే నమః ।
ఓం సాధ్యమూర్తయే నమః ।
ఓం అశ్వమూర్తయే నమః । ౨౫।
ఓం మరున్మూర్తయే నమః ।
ఓం మనవే నమః ।
ఓం వాయుమూర్తయే నమః ।
ఓం వహ్నయే నమః ।
ఓం ప్రజమూర్తయే నమః । ౩౦।

ఓం ప్రాణాయ నమః ।

ఓం ఋతవే నమః ।

ఓం కర్తే నమః ।

ఓం ప్రభాకరాయ నమః ।

ఓం ఆదిత్యాయ నమః । ౩౫।

ఓం సవిత్రే నమః ।

ఓం సూర్యాయ నమః ।

ఓం ఖగాయ నమః ।

ఓం పూష్టే నమః ।

ఓం గభస్తిమతే నమః । ౪౦।

ఓం సువర్ణసదృశాయ నమః ।

ఓం భానవే నమః ।

ఓం హిరణ్యరేతసే నమః ।

ఓం దివాకరాయ నమః ।

ఓం హరిదశ్వాయ నమః । ౪౫।

ఓం సహస్రార్చిషే నమః ।

ఓం సప్తసప్తయే నమః ।

ఓం మరీచిమతే నమః ।

ఓం తిమిరోన్మథనాయ నమః ।

ఓం శంభవే నమః । ౫౦।

ఓం త్వష్టే నమః ।

ఓం మార్తాండాయ నమః ।

ఓం అంశుమతే నమః ।

ఓం హిరణ్యగర్భాయ నమః ।

ఓం శిశిరాయ నమః । ౫౫।

ఓం తపనాయ నమః ।

ఓం భాస్కరాయ నమః ।

ఓం రవయే నమః ।

ఓం అగ్నిగర్భాయ నమః ।

ఓం అదితేపుత్రాయ నమః । ౬౦।

ఓం శంఖాయ నమః ।

ఓం శిశిరనాశనాయ నమః ।

ఓం వ్యోమనాథాయ నమః ।

ఓం తమోభేదినే నమః ।

ఓం ఋగ్యజుఃసామపారగాయ నమః । ౬౧।

ఓం ఘనవృష్టయే నమః ।

ఓం అపామిత్రాయ నమః ।

ఓం విన్ధ్యవీధీప్లవణమాయ నమః ।

ఓం ఆతపినే నమః ।

ఓం మణ్డలినే నమః । ౬౨।

ఓం మృత్యవే నమః ।

ఓం పిఙ్గలాయ నమః ।

ఓం సర్వతాపనాయ నమః ।

ఓం కవయే నమః ।

ఓం విశ్వస్మై నమః । ౬౩।

ఓం మహాతేజసే నమః ।

ఓం రక్తాయ నమః ।

ఓం సర్వభవోద్భవాయ నమః ।

ఓం నక్షత్రగ్రహతారాణాం అధిపాయ నమః ।

ఓం విశ్వభావనాయ నమః । ౬౪।

ఓం తేజసామపి తేజస్వినే నమః ।

ఓం ద్వాదశాత్మనే నమః ।

ఓం ఇంద్రాయ నమః ।
ఓం ధాత్రే నమః ।
ఓం భగాయ నమః । ౮౫।
ఓం పూష్టే నమః ।
ఓం మిత్రాయ నమః ।
ఓం వరుణాయ నమః ।
ఓం అర్యమణే నమః ।
ఓం అర్చిష్మతే నమః । ౯౦।

ఓం వివస్వతే నమః ।
ఓం త్వష్టే నమః ।
ఓం సవిత్రే నమః ।
ఓం విష్ణవే నమః ।
ఓం పూర్వాయగిరయే నమః । ౯౫।
ఓం పశ్చిమాయాద్రయే నమః ।
ఓం జ్యోతిర్గణానాంపతయే నమః ।
ఓం దినాధిపతయే నమః ।
ఓం జయాయ నమః ।
ఓం జయభద్రాయ నమః । ౧౦౦।

ఓం హర్యశ్వాయ నమః ।
ఓం సహస్రాంశవే నమః ।
ఓం ఆదిత్యాయ నమః ।
ఓం ఉగ్రాయ నమః ।
ఓం వీరాయ నమః । ౧౦౫।
ఓం సారంగాయ నమః ।
ఓం పద్మప్రబోదాయ నమః ।
ఓం ప్రచణ్డాయ నమః ।

ఓం బ్రహ్మేశానాచ్యుతేశాయ నమః ।

ఓం సూర్యాయ నమః । ౧౧౦।

ఓం ఆదిత్యవర్చసే నమః ।

ఓం భాస్వతే నమః ।

ఓం సర్వభక్షాయ నమః ।

ఓం రౌద్రయ వపుషే నమః ।

ఓం తమోఘ్నాయ నమః । ౧౧౫।

ఓం హిమఘ్నాయ నమః ।

ఓం శత్రుఘ్నాయ నమః ।

ఓం అమితాత్మనే నమః ।

ఓం కృతఘ్నఘ్నాయ నమః ।

ఓం దేవాయ నమః । ౧౨౦।

ఓం జ్యోతిషాంపతయే నమః ।

ఓం తప్తచామీకరాభాయ నమః ।

ఓం వహ్నయే నమః ।

ఓం విశ్వకర్మణే నమః ।

ఓం తమోభినిఘ్నాయ నమః । ౧౨౫।

ఓం ఘృణయే నమః ।

ఓం లోకసాక్షిణే నమః ।

ఓం భూతస్త్వే నమః ।

ఓం భూతపాలాయ నమః ।

ఓం భూతనాశాయ నమః । ౧౩౦।

ఓం పాయతే నమః ।

ఓం తపతే నమః ।

ఓం వర్షతే నమః ।

ఓం సుప్తేమ జాగ్రతే నమః ।

ఓం భూతేమ పరినిష్ఠితాయ నమః । ౧౩౫।

ఓం అగ్నిహోత్రాయ నమః ।

ఓం అగ్నిహోత్రిణాం ఫలాయ నమః ।

ఓం పరమసమర్థాయ పరబ్రహ్మణే నమః । ౧౩౮।

Encoded and proofread by N.Balasubramanian bbalu at satyam.net.in

Please send corrections to sanskrit@cheerful.com

Last updated తీoday

<http://sanskritdocuments.org>

Aditya Hrudayam Namavali Lyrics in Telugu PDF

% File name : AdityahridayamAmAvalI.itx

% Category : hRidaya

% Location : doc_z_misc_navagraha

% Language : Sanskrit

% Subject : philosophy/hinduism/religion

% Transliterated by : N.Balasubramanian bbalu at satyam.net.in

% Proofread by : N.Balasubramanian bbalu at satyam.net.in

% Translated by : N.Balasubramanian bbalu@satyam.net.in

% Latest update : July 7, 2010

% Send corrections to : Sanskrit@cheerful.com

% Site access : <http://sanskritdocuments.org>

%

% This text is prepared by volunteers and is to be used for personal study

% and research. The file is not to be copied or reposted for promotion of

% any website or individuals or for commercial purpose without permission.

% Please help to maintain respect for volunteer spirit.

%

We acknowledge well-meaning volunteers for Sanskritdocuments.org and other sites to have built the collection of Sanskrit texts.

Please check their sites later for improved versions of the texts.

This file should strictly be kept for personal use.

PDF file is generated [October 13, 2015] at Stotram Website