Surya Chalisa Lyrics with Meaning in Hindi and English

Surya Chalisa Lyrics in Hindi

॥ दोहा ॥
कनक बदन कुण्डल मकर, मुक्ता माला अङ्ग, पद्मासन स्थित ध्याइए, शंख चक्र के सङ्ग॥

॥ चौपाई ॥
जय सविता जय जयति दिवाकर, सहस्त्रांशु सप्ताश्व तिमिरहर॥

भानु पतंग मरीची भास्कर, सविता हंस सुनूर विभाकर॥

विवस्वान आदित्य विकर्तन, मार्तण्ड हरिरूप विरोचन॥

अम्बरमणि खग रवि कहलाते, वेद हिरण्यगर्भ कह गाते॥

सहस्त्रांशु प्रद्योतन, कहिकहि, मुनिगन होत प्रसन्न मोदलहि॥

अरुण सदृश सारथी मनोहर, हांकत हय साता चढ़ि रथ पर॥

मंडल की महिमा अति न्यारी, तेज रूप केरी बलिहारी॥

उच्चै:श्रवा सदृश हय जोते, देखि पुरन्दर लज्जित होते॥

मित्र मरीचि, भानु, अरुण, भास्कर, सविता सूर्य अर्क खग कलिकर॥

पूषा रवि आदित्य नाम लै, हिरण्यगर्भाय नमः कहिकै॥

द्वादस नाम प्रेम सों गावैं, मस्तक बारह बार नवावैं॥

चार पदारथ जन सो पावै, दु:ख दारिद्र अघ पुंज नसावै॥

नमस्कार को चमत्कार यह, विधि हरिहर को कृपासार यह॥

सेवै भानु तुमहिं मन लाई, अष्टसिद्धि नवनिधि तेहिं पाई॥

बारह नाम उच्चारन करते, सहस जनम के पातक टरते॥

उपाख्यान जो करते तवजन, रिपु सों जमलहते सोतेहि छन॥

धन सुत जुत परिवार बढ़तु है, प्रबल मोह को फंद कटतु है॥

अर्क शीश को रक्षा करते, रवि ललाट पर नित्य बिहरते॥

सूर्य नेत्र पर नित्य विराजत, कर्ण देस पर दिनकर छाजत॥

भानु नासिका वासकरहुनित, भास्कर करत सदा मुखको हित॥

ओंठ रहैं पर्जन्य हमारे, रसना बीच तीक्ष्ण बस प्यारे॥

कंठ सुवर्ण रेत की शोभा, तिग्म तेजसः कांधे लोभा॥

पूषां बाहू मित्र पीठहिं पर, त्वष्टा वरुण रहत सुउष्णकर॥

युगल हाथ पर रक्षा कारन, भानुमान उरसर्म सुउदरचन॥

बसत नाभि आदित्य मनोहर, कटिमंह, रहत मन मुदभर॥

जंघा गोपति सविता बासा, गुप्त दिवाकर करत हुलासा॥

विवस्वान पद की रखवारी, बाहर बसते नित तम हारी॥

सहस्त्रांशु सर्वांग सम्हारै, रक्षा कवच विचित्र विचारे॥

अस जोजन अपने मन माहीं, भय जगबीच करहुं तेहि नाहीं ॥

दद्रु कुष्ठ तेहिं कबहु न व्यापै, जोजन याको मन मंह जापै॥

अंधकार जग का जो हरता, नव प्रकाश से आनन्द भरता॥

ग्रह गन ग्रसि न मिटावत जाही, कोटि बार मैं प्रनवौं ताही॥

मंद सदृश सुत जग में जाके, धर्मराज सम अद्भुत बांके॥

धन्य-धन्य तुम दिनमनि देवा, किया करत सुरमुनि नर सेवा॥

भक्ति भावयुत पूर्ण नियम सों, दूर हटतसो भवके भ्रम सों॥

परम धन्य सों नर तनधारी, हैं प्रसन्न जेहि पर तम हारी॥

अरुण माघ महं सूर्य फाल्गुन, मधु वेदांग नाम रवि उदयन॥

भानु उदय बैसाख गिनावै, ज्येष्ठ इन्द्र आषाढ़ रवि गावै॥

यम भादों आश्विन हिमरेता, कातिक होत दिवाकर नेता॥

अगहन भिन्न विष्णु हैं पूसहिं, पुरुष नाम रविहैं मलमासहिं॥

॥ दोहा ॥
भानु चालीसा प्रेम युत, गावहिं जे नर नित्य, सुख सम्पत्ति लहि बिबिध, होंहिं सदा कृतकृत्य॥

Surya Chalisa Meaning in Hindi

॥ दोहा ॥
कनक बदन कुण्डल मकर, मुक्ता माला अङ्ग, पद्मासन स्थित ध्याइए, शंख चक्र के सङ्ग॥
कनक के रंग वाला शरीर, मकर के आकार का कुण्डल, मोती की माला से सजा हुआ शरीर, पद्मासन में स्थित होकर ध्यान करें, शंख और चक्र के साथ।

॥ चौपाई ॥
जय सविता जय जयति दिवाकर, सहस्त्रांशु सप्ताश्व तिमिरहर॥
सविता की जय हो, दिवाकर की जय हो, वह जो हजारों किरणों से युक्त है और जो अंधकार का नाश करता है।

भानु पतंग मरीची भास्कर, सविता हंस सुनूर विभाकर॥

भानु, पतंग, मरीची और भास्कर (सूर्य के अन्य नाम) तथा सविता हंस के समान चमकने वाला विभाकर (प्रकाश देने वाला) है।

विवस्वान आदित्य विकर्तन, मार्तण्ड हरिरूप विरोचन॥
विवस्वान (सूर्य), आदित्य (सूर्य के पुत्र), विकर्तन (प्रकाश फैलाने वाला), मार्तण्ड (सूर्य का एक रूप) और हरि रूप में विरोचन (प्रकाश देने वाला) है।

अम्बरमणि खग रवि कहलाते, वेद हिरण्यगर्भ कह गाते॥
आकाश के रत्न (अम्बरमणि), खग (पक्षी) और रवि (सूर्य) कहलाते हैं, वेदों और हिरण्यगर्भ (सर्वव्यापक रूप) में इनका गुणगान किया गया है।

सहस्त्रांशु प्रद्योतन, कहिकहि, मुनिगन होत प्रसन्न मोदलहि॥
सहस्त्रांशु (हजारों किरणों वाला), प्रद्योतन (प्रकाश फैलाने वाला), जिनके प्रभाव से मुनिगण प्रसन्न हो जाते हैं।

अरुण सदृश सारथी मनोहर, हांकत हय साता चढ़ि रथ पर॥
अरुण के समान सुंदर सारथी, जो सात घोड़ों की रथ पर चढ़कर आगे बढ़ते हैं।

मंडल की महिमा अति न्यारी, तेज रूप केरी बलिहारी॥
उसके मंडल (कक्ष) की महिमा अत्यधिक अद्भुत है, उसकी तेजस्विता पर बलिहारी जाता हूँ।

उच्चै:श्रवा सदृश हय जोते, देखि पुरन्दर लज्जित होते॥
जिसके प्रकाश से उच्चै:श्रवा (स्वर्ग के घोड़े) के समान प्रकाशमान है, उसे देखकर इन्द्र भी लज्जित होते हैं।

मित्र मरीचि, भानु, अरुण, भास्कर, सविता सूर्य अर्क खग कलिकर॥
मित्र मरीचि, भानु, अरुण, भास्कर, सविता, सूर्य, अर्क और खग कलिकर (सूर्य के विभिन्न रूप और नाम) हैं।

पूषा रवि आदित्य नाम लै, हिरण्यगर्भाय नमः कहिकै॥
पूषा, रवि, आदित्य का नाम लेते हुए, हिरण्यगर्भ (सर्वव्यापक ब्रह्म) को नमस्कार किया जाता है।

द्वादस नाम प्रेम सों गावैं, मस्तक बारह बार नवावैं॥
जो बारह नाम प्रेम से गाते हैं, वे मस्तक को बारह बार झुका कर नमस्कार करते हैं।

चार पदारथ जन सो पावै, दु:ख दारिद्र अघ पुंज नसावै॥
चारों प्रकार के सुख प्राप्त होते हैं, और दुख, दरिद्रता और पाप का नाश होता है।

नमस्कार को चमत्कार यह, विधि हरिहर को कृपासार यह॥
यह नमस्कार का चमत्कार है, जो विधि और हरिहर के साथ कृपा का प्रसार करता है।

सेवै भानु तुमहिं मन लाई, अष्टसिद्धि नवनिधि तेहिं पाई॥
जो भानु (सूर्य) की पूजा मन से करता है, वह आठ सिद्धियों और नौ निधियों को प्राप्त करता है।

बारह नाम उच्चारन करते, सहस जनम के पातक टरते॥
जो बारह नामों का उच्चारण करता है, वह हजारों जन्मों के पापों से मुक्ति पाता है।

उपाख्यान जो करते तवजन, रिपु सों जमलहते सोतेहि छन॥
जो लोग तुम्हारा उपाख्यान करते हैं, उनके शत्रु मारे जाते हैं और वे शीघ्र ही शांति प्राप्त करते हैं।

धन सुत जुत परिवार बढ़तु है, प्रबल मोह को फंद कटतु है॥
जो तुम्हारी पूजा करता है, उसके पास धन, पुत्र, पत्नी, और परिवार बढ़ता है, और उसका प्रबल मोह समाप्त होता है।

अर्क शीश को रक्षा करते, रवि ललाट पर नित्य बिहरते॥
जो अर्क (सूर्य) की पूजा करता है, उसकी रक्षा होती है और सूर्य के ललाट पर नित्य निवास करता है।

सूर्य नेत्र पर नित्य विराजत, कर्ण देस पर दिनकर छाजत॥

सूर्य के नेत्रों में नित्य वास करते हैं, और उनके कानों से दिनकर (सूर्य) का प्रकाश फैलता है।

भानु नासिका वासकरहुनित, भास्कर करत सदा मुखको हित॥
सूर्य की नासिका में वास करते हैं और भास्कर (सूर्य) हमेशा उनके मुख के लिए कल्याणकारी होते हैं।

ओंठ रहैं पर्जन्य हमारे, रसना बीच तीक्ष्ण बस प्यारे॥
हमारे ओंठ पर्जन्य (वृष्टि) के समान होते हैं, और हमारी जीभ में तीव्र और प्रिय रस बसता है।

कंठ सुवर्ण रेत की शोभा, तिग्म तेजसः कांधे लोभा॥
गले में स्वर्ण के समान रेत की शोभा है, और कांधों पर तेजस्विता का लोभ है।

पूषां बाहू मित्र पीठहिं पर, त्वष्टा वरुण रहत सुउष्णकर॥
पूषा (धन) की बाहुं पर मित्र और पीठ पर त्वष्टा और वरुण रहते हैं, जो सुखकारी होते हैं।

युगल हाथ पर रक्षा कारन, भानुमान उरसर्म सुउदरचन॥
दोनों हाथों से रक्षा करते हैं, और भानुमान (सूर्य) उनके उर (हृदय) और उधर (पेट) को सुसज्जित करते हैं।

बसत नाभि आदित्य मनोहर, कटिमंह, रहत मन मुदभर॥
सूर्य आदित्य की नाभि में निवास करते हैं और उनकी कमर में मनोहर और मुदित रहते हैं।

जंघा गोपति सविता बासा, गुप्त दिवाकर करत हुलासा॥
सूर्य की जंघा में गोपति और सविता का वास है, और गुप्त दिवाकर (सुर्य) हर्षपूर्ण कार्य करते हैं।

विवस्वान पद की रखवारी, बाहर बसते नित तम हारी॥
विवस्वान (सूर्य) के चरणों की रक्षा करते हैं, और वे बाहर से निरंतर अंधकार को हरते हैं।

सहस्त्रांशु सर्वांग सम्हारै, रक्षा कवच विचित्र विचारे॥
सहस्त्रांशु (हजारों किरणों वाला) सूर्य अपने सर्वांग की रक्षा करते हैं, और वे विभिन्न रक्षा कवच पहनते हैं।

अस जोजन अपने मन माहीं, भय जगबीच करहुं तेहि नाहीं॥
जो इस प्रकार के विचार मन में रखते हैं, उनके लिए संसार में कोई भय नहीं रहता।

दद्रु कुष्ठ तेहिं कबहु न व्यापै, जोजन याको मन मंह जापै॥
कुष्ठ और रोग उस व्यक्ति को कभी नहीं छूते, जो इस मंत्र का जाप मन में करता है।

अंधकार जग का जो हरता, नव प्रकाश से आनन्द भरता॥
जो अंधकार को नष्ट करता है, वह नवप्रकाश से संसार को आनंदित करता है।

ग्रह गन ग्रसि न मिटावत जाही, कोटि बार मैं प्रनवौं ताही॥
ग्रहों के दोष को नष्ट करने वाली शक्ति है, मैं उसे बार-बार प्रणाम करता हूं।

मंद सदृश सुत जग में जाके, धर्मराज सम अद्भुत बांके॥
जो साधक मंद गति से संसार में प्रवेश करता है, वह धर्मराज के समान अद्भुत होता है।

धन्य-धन्य तुम दिनमनि देवा, किया करत सुरमुनि नर सेवा॥
धन्य हो तुम, दिन के देवता, तुमने देवताओं, मुनियों और मनुष्यों की सेवा की है।

भक्ति भावयुत पूर्ण नियम सों, दूर हटतसो भवके भ्रम सों॥
जो भक्ति भाव से पूर्ण नियमों का पालन करता है, वह भव भ्रम से दूर रहता है।

परम धन्य सों नर तनधारी, हैं प्रसन्न जेहि पर तम हारी॥
जो व्यक्ति सूर्य की पूजा करता है, वह परम धन्य है, और सूर्य के प्रभाव से उसके जीवन में तम (अंधकार) का नाश होता है।

अरुण माघ महं सूर्य फाल्गुन, मधु वेदांग नाम रवि उदयन॥
माघ और फाल्गुन के महीनों में सूरज का प्रभाव होता है, जो वेदांग के साथ प्रकट होता है।

भानु उदय बैसाख गिनावै, ज्येष्ठ इन्द्र आषाढ़ रवि गावै॥
भानु (सूर्य) बैसाख में उदय होते हैं, और ज्येष्ठ और आषाढ़ में इन्द्र और सूर्य का प्रभाव देखा जाता है।

यम भादों आश्विन हिमरेता, कातिक होत दिवाकर नेता॥
यम (यमराज) के प्रभाव में भादों, आश्विन और हिमरेता आते हैं, और कातिक में दिवाकर (सूर्य) का नेतृत्व होता है।

अगहन भिन्न विष्णु हैं पूसहिं, पुरुष नाम रविहैं मलमासहिं॥
अगहन में विष्णु का प्रभाव होता है, और पूस में सूर्य के नाम से मलमास (अशुद्ध मास) की समाप्ति होती है।

॥ दोहा ॥
भानु चालीसा प्रेम युत, गावहिं जे नर नित्य, सुख सम्पत्ति लहि बिबिध, होंहिं सदा कृतकृत्य॥
जो व्यक्ति भानु चालीसा प्रेम और श्रद्धा से गाता है, वह नित्य सुख और समृद्धि प्राप्त करता है, और उसके सभी कार्य सफल होते हैं।

Surya Chalisa Lyrics in English

DOHA
Kanak badan kundal makar, mukta mala ang, padmasan sthit dhyaiye, shankh chakra ke sang.

CHAUPAI
Jai Savita Jai Jayati Divakar, Sahastranshu Saptashv Timirhar.

Bhanu Patang Marichi Bhaskar, Savita Hans Sunur Vibhaakar.

Vivaswan Aditya Vikartan, Martand Harirup Virochan.

Ambermani Khag Ravi Kahlate, Ved Hiranyagarbha Kah Gaate.

Sahastranshu Pradyotan, Kahikahi, Munigan Hot Prasann Modalhi.

Arun Sadrish Saarthi Manohar, Haankat Hay Sata Chadh Rath Par.

Mandala Ki Mahima Ati Nyari, Tej Roop Keri Balihari.

Ucchaishrava Sadrish Hay Jote, Dekhi Indra Lajjit Hote.

Mitra Marichi, Bhanu, Arun, Bhaskar, Savita Surya Ark Khag Kalikar.

Pusha Ravi Aditya Naam Lai, Hiranyagarbhay Namah Kahike.

Dwadash Naam Prem Se Gaavein, Mastak Barah Bar Nawaavein.

Chaar Padarth Jan So Paavein, Dukh Daridra Agh Puj Nasavein.

Namaskar Ko Chamatkar Yah, Vidhi Harihar Ko Kripasaar Yah.

Sevai Bhanu Tumhin Man Lai, Ashtasiddhi Navnidhi Tehin Pai.

Barah Naam Uchharan Karte, Sahas Janam Ke Patak Tarte.

Upakhyan Jo Karte Tavajan, Ripu Son Jamalhete Sotehin Chan.

Dhan Sut Jut Parivar Badhatu Hai, Prabal Moh Ko Phand Katatu Hai.

Ark Sheesh Ko Raksha Karte, Ravi Lalat Par Nity Biharte.

Surya Netra Par Nity Virajat, Karn Desh Par Dinkar Chhajat.

Bhanu Nasika Vaskarahunit, Bhaskar Kart Sada Mukhko Hit.

Onth Rahen Parjanya Hamare, Rasna Beech Teekshn Bas Pyare.

Kanth Suvarn Ret Ki Shobha, Tigm Tejasah Kandhe Lobhah.

Pusha Bahu Mitra Peeth Par, Twashta Varun Rehat Suushnkar.

Yugal Hath Par Raksha Karan, Bhanu Man Ursm Soodarchan.

Basant Nabhi Aditya Manohar, Katimah, Rehat Man Mudbhar.

Jangha Gopati Savita Basa, Gupt Divakar Karta Hulasa.

Vivaswan Pad Ki Rakhwari, Bahar Basate Nit Tam Hari.

Sahastranshu Sarvang Samhare, Raksha Kavach Vichitra Vichare.

As Yojan Apne Man Mahin, Bhay Jagbeech Karhun Tehi Nahi.

Dadru Kusht Tehin Kabhu N Vyapai, Yojan Yako Man Mahin Japai.

Andhkar Jag Ka Jo Harta, Nav Prakash Se Anand Bharta.

Grah Gan Gras N Mitavat Jahi, Koti Bar Main Pranvon Tahi.

Mand Sadri Sut Jag Mein Jaake, Dharmaraj Sam Adbhut Banke.

Dhanya-Dhanya Tum Dinmani Deva, Kiya Kart Surmuni Nar Seva.

Bhakti Bhavyut Purn Niyam Son, Door Hattatso Bhavke Bhram Son.

Param Dhanya Son Nar Tandhari, Hain Prasann Jehi Par Tam Hari.

Arun Magh Mah Surya Falgun, Madhu Vedang Naam Ravi Udayan.

Bhanu Uday Vaisakh Ginavai, Jyeshtha Indra Ashadh Ravi Gaavai.

Yam Bhado Ashwin Himreta, Katik Hot Divakar Neta.

Aghan Bhinn Vishnu Hai Pusahin, Purush Naam Ravihai Malmasin.

□ DOHA □
Bhanu Chaleesa Prem Yut, Gaavein Je Nar Nitya, Sukh Sampatti Lahi Bibidh, Hon Hamesha Krutkritya.

Surya Chalisa Meaning in English

□ DOHA □

1. **Kanak badan kundal makar, mukta mala ang, padmasan sthit dhyaiye, shankh chakra ke sang.**
    - Meditate on the form of the Sun God, who has a golden body, wearing earrings in the shape of a fish, a necklace of pearls, sitting in Padmasana (lotus posture), with the conch and discus in His hands.

□ CHAUPAI□

2. **Jai Savita Jai Jayati Divakar, Sahastranshu Saptashv Timirhar.**

- Hail to Savita, the Sun God, the victor, the remover of darkness, who has a thousand rays and seven horses.

3. **Bhanu Patang Marichi Bhaskar, Savita Hans Sunur Vibhaakar.**
    - Bhanu, the Sun God, who is like the sunbeam, the shining one, and the illuminator, who also resembles a swan and spreads light.

4. **Vivaswan Aditya Vikartan, Martand Harirup Virochan.**
    - Vivaswan, the Aditya, the disperser of darkness, and Martand, who has the form of Lord Hari and radiates divine light.

5. **Ambermani Khag Ravi Kahlate, Ved Hiranyagarbha Kah Gaate.**
    - The radiant sun, called the Ambermani bird, is also known as the Ravi, praised by the Vedas and the golden womb (Hiranyagarbha).

6. **Sahastranshu Pradyotan, Kahikahi, Munigan Hot Prasann Modalhi.**
    - The sun with thousands of rays dispels darkness, and whenever the sages chant His name, they become joyful and peaceful.

7. **Arun Sadrish Saarthi Manohar, Haankat Hay Sata Chadh Rath Par.**
    - The charioteer of the sun, resembling the reddish dawn, rides his chariot with seven horses.

8. **Mandala Ki Mahima Ati Nyari, Tej Roop Keri Balihari.**
    - The glory of the solar sphere is immense, and its brilliance is worthy of admiration.

9. **Ucchaishrava Sadrish Hay Jote, Dekhi Indra Lajjit Hote.**
    - The radiance of the Sun is similar to the celestial horse Uchchaishrava, and even Indra feels humbled by its brilliance.

10. **Mitra Marichi, Bhanu, Arun, Bhaskar, Savita Surya Ark Khag Kalikar.**
    - Mitra, Marichi, Bhanu, Arun, Bhaskar, Savita, Surya, Ark, and the sunbirds are all manifestations of the Sun's energy.

11. **Pusha Ravi Aditya Naam Lai, Hiranyagarbhay Namah Kahike.**
    - By chanting the names of Pushan, Ravi, Aditya, and Hiranyagarbha, we invoke the blessings of the Sun.

12. **Dwadash Naam Prem Se Gaavein, Mastak Barah Bar Nawaavein.**
    - Those who chant the twelve names of the Sun with devotion, bow their heads twelve times in reverence.

13. **Chaar Padarth Jan So Paavein, Dukh Daridra Agh Puj Nasavein.**
    - One who worships the Sun attains the four goals of life and gets rid of poverty, sin, and sorrow.

14. **Namaskar Ko Chamatkar Yah, Vidhi Harihar Ko Kripasaar Yah.**
    - Salutation to the Sun performs miraculous deeds, and the method of worship is a great blessing from Lord Vishnu and Lord Shiva.

15. **Sevai Bhanu Tumhin Man Lai, Ashtasiddhi Navnidhi Tehin Pai.**

- Those who meditate on the Sun God with devotion achieve all eight Siddhis (spiritual powers) and nine treasures.

16. **Barah Naam Uchharan Karte, Sahas Janam Ke Patak Tarte.**
    - By chanting the twelve names of the Sun, one can rid themselves of sins accumulated over many lifetimes.

17. **Upakhyan Jo Karte Tavajan, Ripu Son Jamalhete Sotehin Chan.**
    - Those who narrate the stories of your deeds, are freed from their enemies and sleep in peace.

18. **Dhan Sut Jut Parivar Badhatu Hai, Prabal Moh Ko Phand Katatu Hai.**
    - The worship of the Sun increases wealth, progeny, and family, and breaks the bondages of worldly attachments.

19. **Ark Sheesh Ko Raksha Karte, Ravi Lalat Par Nity Biharte.**
    - The Sun protects the forehead, and resides forever on the crown, bringing prosperity.

20. **Surya Netra Par Nity Virajat, Karn Desh Par Dinkar Chhajat.**
    - The Sun’s rays constantly shine in the eyes, and the Sun’s presence brightens the ears and the land.

21. **Bhanu Nasika Vaskarahunit, Bhaskar Kart Sada Mukhko Hit.**
    - The Sun is the vital energy for the nose, and always brings good to the face and speech.

22. **Onth Rahen Parjanya Hamare, Rasna Beech Teekshn Bas Pyare.**
    - The lips are nourished by rain, and the tongue speaks sweetly due to the Sun’s grace.

23. **Kanth Suvarn Ret Ki Shobha, Tigm Tejasah Kandhe Lobhah.**
    - The throat shines like golden sand, and the shoulders are adorned with intense power.

24. **Pusha Bahu Mitra Peeth Par, Twashta Varun Rehat Suushnkar.**
    - The arms of the Sun are like Mitra and Varun, providing warmth and comfort.

25. **Yugal Hath Par Raksha Karan, Bhanu Man Ursm Soodarchan.**
    - The hands of the Sun provide protection, and in His heart, the eternal light resides.

26. **Basant Nabhi Aditya Manohar, Katimah, Rehat Man Mudbhar.**
    - The Sun sits in the navel, shining beautifully, filling the mind with joy and peace.

27. **Jangha Gopati Savita Basa, Gupt Divakar Karta Hulasa.**
    - The Sun shines on the thighs and the waist, hiding its glow in the darkness of night.

28. **Vivaswan Pad Ki Rakhwari, Bahar Basate Nit Tam Hari.**
    - Vivaswan guards the foot of the Sun, and He dispels darkness wherever He resides.

29. **Sahastranshu Sarvang Samhare, Raksha Kavach Vichitra Vichare.**
    - The Sun, with his thousand rays, protects all parts of the body and acts as a shield against evil.

30. **As Yojan Apne Man Mahin, Bhay Jagbeech Karhun Tehi Nahi.**
    - With sincere devotion, one should meditate upon the Sun, dispelling fear and all worldly worries.

31. **Dadru Kusht Tehin Kabhu N Vyapai, Yojan Yako Man Mahin Japai.**
    - Those who meditate on the Sun will never suffer from diseases like leprosy or the effects of any curse.

32. **Andhkar Jag Ka Jo Harta, Nav Prakash Se Anand Bharta.**
    - The Sun dispels the darkness of the world, filling it with light and joy.

33. **Grah Gan Gras N Mitavat Jahi, Koti Bar Main Pranvon Tahi.**
    - The Sun nullifies the effects of all planets and stars, and I bow to Him a million times.

34. **Mand Sadri Sut Jag Mein Jaake, Dharmaraj Sam Adbhut Banke.**
    - The Sun illuminates the world like Dharma, and his appearance is unparalleled.

35. **Dhanya-Dhanya Tum Dinmani Deva, Kiya Kart Surmuni Nar Seva.**
    - Blessed are you, O Sun, the jewel of the day, who is served by gods, sages, and humans alike.

36. **Bhakti Bhavyut Purn Niyam Son, Door Hattatso Bhavke Bhram Son.**
    - With full devotion and proper discipline, one can overcome the illusions of worldly existence.

37. **Param Dhanya Son Nar Tandhari, Hain Prasann Jehi Par Tam Hari.**
    - Those who worship the Sun are truly blessed and remove all darkness from their lives.

38. **Arun Magh Mah Surya Falgun, Madhu Vedang Naam Ravi Udayan.**
    - The Sun rises in the month of Magh and Falgun, with its light like honey, in the morning.

39. **Bhanu Uday Vaisakh Ginavai, Jyeshtha Indra Ashadh Ravi Gaavai.**
    - The Sun rises in the month of Vaisakh, and during the month of Ashadh, it is sung as Indra’s glory.

40. **Yam Bhado Ashwin Himreta, Katik Hot Divakar Neta.**
    - In the months of Bhado and Ashwin, the Sun continues its journey as a source of light.

41. **Aghan Bhinn Vishnu Hai Pusahin, Purush Naam Ravihai Malmasin.**
    - In the month of Aghan, Vishnu manifests as the Sun, and His name brings liberation from sins.

□ DOHA □

42. **Bhanu Chaleesa Prem Yut, Gaavein Je Nar Nitya, Sukh Sampatti Lahi Bibidh, Hon Hamesha Krutkritya.** – Those who chant this Sun Chalisa with love and devotion, gain all forms of happiness, prosperity, and always remain fulfilled.