

## ॥ श्री दुर्गा त्र्यंबक आरोग्य स्तव स्तोत्र ॥

श्री श्री श्री श्री श्री १०००८ स्वामी शिशू सत्यविदेहानंद सरस्वती विरचित

॥ श्री दुर्गा त्र्यंबक आरोग्य स्तव स्तोत्र ॥

हे माँ दुर्गे आप के चरण कमल हमारे हृदय में रहें,

आप हमारे मानस में नित्य बसो ।

हे माँ दुर्गे

दया करो,

क्षमा करो,

कृपा करो,

ममता करो,

करुणा करो,

रक्षा करो,

छोटी कन्या बनकर हमारे साथ खेला करो ॥

मंत्र - ॐ ह्रीं श्रीं दुं दुर्गे चरणम् शरणम् मम्

है गौराया तेरे चरण देख मै बौराया

ॐ दिव्य याचना तारणहार

दुर्गे मेरी सुनो पुकार । सर्व याचना तारणहार ॥

॥ श्री दुर्गा त्र्यंबक आरोग्य स्तव स्तोत्र ॥

ॐ त्र्यम्बकम् यजामहे । सुगन्धिम् पष्टि वर्धनम् ॥१

ॐ जुंम सह पालय पालय । ऊरवारुक मिव बन्धनान् ॥२

ॐ सह जुंम मृत्योरमृक्षिय । ॐ जुंम हौम सह मामृतात् ॥३

ॐ हौम सह जुंम नेत्रयो । ॐ सह ॐ धन्वन्तरए नमः ॥४

ॐ सह ॐ देव अश्वीनी कुमारो । ॐ सह जुंम ॐ च्यवनाय नमः ॥५

ॐ सह जुंम ॐ हृदयो । ॐ धन्वन्तरए च्यवनाय नमः ॥६

ॐ हौम सह जुंम उदरो । ॐ पालय पालय च्यवनाय नमः ॥७

ॐ हौम सह ह्रीं जठरो । ॐ सह ह्रीं ऐं दुर्गायै नमः ॥८

ॐ सह हौम ॐ वाम कुक्षौ । ॐ धन्वन्तरए च्यवनाय नमः ॥९

ॐ जुंम सह ह्रीं दक्षिण कुक्षौ । ॐ सह ऐं ह्रीं दुर्गायै नमः ॥१०

ॐ ह्रीं ह्रीं सह कण्ठयो । ॐ सौ हंस ह्रीं त्र्यम्बकाय नमः ॥११

ॐ जुंम ॐ ह्रीं वाम हस्तो । ॐ ह्रीं ह्रीं जुंम च्यवनाय नमः ॥१२

ॐ सह जुंम हौम दक्षिण हस्तौ । ॐ ह्रीं ह्रीं ह्रीं त्र्यम्बकाय नमः ॥१३

ॐ ऐं ह्रीं जुंम सह वाम पादो । ॐ क्लीं जुंम सह दुर्गायै नमः ॥१४

ॐ ऐं ऐं ह्रीं जुंम दक्षिण पादो । ॐ सह ह्रीं जुंम धन्वन्तरए नमः ॥१५  
 ॐ ह्रीं सौहं हंस उर्ध्वश्वासो । ॐ सह जुंम ॐ दुर्गायै नमः ॥१६  
 ॐ ऐं ऐं जुंम ह्रीं कपालो । ॐ जुंम सह जुंम त्र्यम्बकाय नमः ॥१७  
 ॐ ह्रीं जुंम सह सर्वांगे । ॐ सह जुंम हौम दुर्गायै नमः ॥१८  
 ॐ जुंम ह्रीं सह चिबुको । ॐ सह हंस ह्रीं त्र्यम्बकाय नमः ॥१९  
 ॐ सह जुंम ह्रीं कर्णयो । ॐ सह ह्रीं जुंम धन्वन्तरए नमः ॥२०  
 ॐ ह्रीं सह हौम पित्ताशयो । ॐ हौम जुंम ह्रीं च्यवनाय नमः ॥२१  
 ॐ ऐं जुंम सह हौम मुत्रपिंडो । ॐ सह हंस हौम त्र्यम्बकाय नमः ॥२२  
 ॐ सह हौम जुंम कटीद्वयो । ॐ सह जुंम हौम च्यवनाय नमः ॥२३  
 ॐ जुंम सह हौम त्वचयो । ॐ ह्रीं ह्रीं ह्रीं क्लीं दुर्गायै नमः ॥२४  
 ॐ जुंम सह पालय पालय सह जुंम ॐ । ॐ त्र्यम्बकम दुर्गे धन्वन्तरए नमः ॥२५  
 ॐ सह ॐ हौम मम सर्व शरीरो । ॐ जुंम सह हंस दुर्गायै नमः ॥२६  
 ॐ जुंम सह आरोग्य देही दुर्गे । ॐ सह जुंम ॐ च्यवनाय नमः ॥२७  
 ॐ सह ॐ हौम मनो निग्रहो । ॐ ह्रीं हसकहलम दुर्गायै नमः ॥२८  
 ॐ सह जुंम ॐ करतल करो । ॐ ह्रीं सह जुंम धन्वन्तरए नमः ॥२९  
 ॐ हौम जुंम सह बुद्धि-अहमो । ॐ ऐं ऐं ऐं ह्रीं दुर्गायै नमः ॥३०  
 ॐ सह जुंम हौम मुलाधारो । ॐ जुंम सह ॐ भुवनेश्वर्ये नमः ॥३१  
 ॐ सह हौम हंस ॐ जुल्फो । ॐ त्र्यम्बकाय दुर्गायै च्यवनाय नमः ॥३२  
 ॐ जुंम सह हौम दंत - मुखो । ॐ सह हौम ॐ धन्वन्तरए नमः ॥३३  
 ॐ ह्रीं सह जुंम अस्थीमेदो । ॐ जुंम सह हौम त्र्यम्बकाय नमः ॥३४  
 ॐ हंस सह जुंम प्राणापानो । ॐ जुंम सह ॐ धन्वन्तरए नमः ॥३५  
 ॐ हसकहल ह्रीं जुंम जंघयो । ॐ सकल हौम जुंम दुर्गायै नमः ॥३६  
 ॐ जुंम सह दुर्गे अधरोष्ठो । ॐ सहविकल जुंम धन्वन्तरए नमः ॥३७  
 ॐ सौह हंस हौम उर्ध्वओष्ठो । ॐ सह हौम जुंम च्यवनाय नमः ॥३८  
 ॐ जुंम हौम सह मणिबंधयो । ॐ हौम जुंम सह त्र्यम्बकाय नमः ॥३९  
 ॐ सह जुंम ॐ तालुके । ॐ सह जुंम हौम दुर्गायै नमः ॥४०  
 ॐ सह सह जुंम हौम पादाधस्तलो । ॐ जुंम सह पालय त्र्यम्बकाय नमः ॥४१  
 ॐ जुंम सह हौम ॐ आंत्रयो । ॐ ह्रीं हंस हौम च्यवनाय नमः ॥४२  
 ॐ सह जुंम ॐ सर्व संधिषु । ॐ ह्रीं सह जुंम दुर्गायै नमः ॥४३  
 ॐ सह जुंम ॐ ग्रीवायां । ॐ सह हौम जुंम च्यवनाय नमः ॥४४  
 ॐ जुंम हौम सह पृष्ठवंशे । ॐ सह जुंम ॐ दुं दुर्गायै नमः ॥४५  
 ॐ सह जुंम ॐ हौम मेढ्रं । ॐ जुंम सह हौम धन्वन्तरए नमः ॥४६  
 ॐ जुंम सह ह्रीं पादपृष्ठे । ॐ सह जुंम हौम त्र्यम्बकाय नमः ॥४७  
 ॐ जुंम हाम सह ह्रीं जानुनी । ॐ सह हौ जुंम धन्वन्तरए नमः ॥४८

ॐ ह्रीं जुंम सह ॐ पादांगुलीषु । ॐ सह सौह जुंम त्र्यम्बकाय नमः ॥४९  
ॐ सह हौम जुंम रोमकुपेषु । ॐ जुंम सह हौम दुं दुर्गायै नमः ॥५०  
ॐ सौह हौम जुंम आयु - किर्ती । ॐ सह जुंम ॐ दुर्गायै नमः ॥५१  
ॐ सह जुंम ॐ भ्रुवोमध्ये । ॐ सह जुंम ॐ धन्वन्तरए नमः ॥५२  
ॐ त्र्यम्बक महाकाली-लक्ष्मी-सरस्वती । जुंम सह आरोग्य कामना पुर्ण होती ॥५३  
यह अकिंचन स्वामी विदेही कृत स्तोत्र । सागर नहि केवल बुंद मात्र ।  
नित्य पठन - मनन से प्राप्त दृढ गात्र ॥५४  
॥ ॐ सुश्री दुं दुर्गार्पण मस्तु ॥