परम सन्त श्री स्वामी सत्यानन्द जी महाराज

दिव्य मूर्ति स्वामीज्यूको जन्म चैत्र पूर्णिमा,
सन् १८६१ (विक्रम संवत् १९१८)

एक ब्राह्मण परिवारमा "जग्गूका मोरा" नाम भएको गाउँ (पश्चिम पञ्जावा-अहिले पाकिस्तान) मा भयो। बाल्यावस्थामा नै माता-पिताको देहान्त भएकोले वहाँको पालन पोषण झण्डै ६ वर्षको उमेरसम्म मावलको हजुरआमाबाट 'अंकरा' नाम गरेको गाउँ (जम्मू कश्मीर राज्य) मा भएको थियो। दश वर्षको उमेर हुँदा हजुरआमाको स्वर्गवास भयो। जैन साधुहरूको उपदेशहरूबाट प्रभावित भएर १७ वर्षको उमेरमा नै उहाँ घरवार त्यागेर, उनीहरूसँगै बस्न थाल्नुभयो र १९ वर्षको उमेरमा जैन मुनि हुनुभयो। त्यसैबीच वहाँले संस्कृतको अध्ययन गरेर जैन ग्रन्थ पढ्नुभयो। "आध्यात्मिक चिकित्सा" नामक लघुग्रन्थ पढे पछि त्यसैअनुसार अभ्यास गर्नाले स्वामीज्यूको विश्वास परमेश्वरको सर्वज्ञता, सर्वत्र विद्यमान, सर्वशक्तिमत्ता प्रति झनझन बढ्दै गयो। वहाँलाई सच्चिदानन्द स्वरूपका प्रति आफ्नो श्रद्धा सुदृढ भयो। जैन मुनीहरूसंग ३० वर्षको उमेरमा प्रेमपूर्वक कृतज्ञताका साथ विदा भएर उहाँ आर्य समाजमा सम्बन्धित हुनुभयो। मलेरकोटला

(पंजाब) मा आर्य समाज मण्डलमा २८ दिसम्बर १८९१ मा संन्यास-दीक्षा ग्रहण गर्नुभयो। त्यसपछि जालन्धर नगरमा बसेर वहाँले शास्त्रहरूको अत्यन्त ज्यादै नै विधिवत् अध्ययन गर्नुभयो। साथै उपनिषद्हरू, महाभारत, रामायण एवं वैदिक प्रसंगहरूमा कथा प्रवचन गर्न आरम्भ गर्नुभयो। स्वामी महाराजज्यूको उच्च एवं मधुर वाणी बिना लाउडस्पीकर पनि हजारौं मानिसले सुन्न सक्थे। यसैबीच वहाँले दयानन्द प्रकाश, सत्य उपदेशमाला, ओंकार उपासना, आर्य सामाजिक धर्म सन्ध्यायोग, ईश्वर-दर्शन र दयानन्द-वचनामृत नामक पुस्तकहरूको रचना पनि गर्नुभयो। केही पुस्तकहरू अहिले पनि वैदिक जगत्मा सम्माननीय रहेका छन्। उहाँ ले वैदिक प्रचार झण्डै २५ वर्षसम्म गरि रहनु भयो।

सन् १९२५ मा ऋषि दायनन्द जन्म शताब्दी महोत्सवका समयमा एकान्तवास गर्ने आन्तरिक प्रेरणा भयो र वहाँ हिमाचल प्रदेशको डलहौजी नामक निर्जन स्थानमा जानुभयो। केही काल-समयसम्म अनवरत साधना गर्नु भयो र दृढ निश्चय गर्नुभयो कि "जहिलेसम्म परम प्राप्ति हुँदैन त्यसबेलासम्म म यहीं एकाग्रचित्त भई बसी रहन्छु।" लगभग

एक महिनापछि, १९२५, व्यास (गुरू) पूर्णिमाका दिन जुनबेला प्रार्थनामा निमग्न हुनु हुन्थ्यो त्यसैबेला वहाँलाई "राम" शब्द अति सुन्दर एवं आकर्षक, मधुर स्वरमा सुनियो। तदुपरान्त आदेशात्मक शब्द आयो : "राम भज, राम भज - राम भज।" परमात्माको तेजोमय स्वरूपको दर्शन भयो। परमात्मा श्री "राम" लाई नै परम गुरु स्वीकार गर्नुभया

सन् १९२८ मा राम नाम दान (दीक्षा) को सेवा कार्य शुरू गर्नुभयो। अनेकौं ग्रन्थ जस्तै भक्तिप्रकाश, वाल्मीकीय रामायणसार, श्रीमद्भगवद्गीता, एकादशोपनिषद् संग्रह, प्रार्थना र त्यसको प्रभाव, उपासकको आन्तरिक जीवन, भक्ति र भक्तको लक्षण, स्थितप्रज्ञको लक्षण, भक्ति एवं ध्वनि संग्रह तथा अमृतवाणीको रचना गर्नुभयो। अमृतवानी वहाको आवतरित लघु ग्रन्थ हो। वहाँका प्रवचनहरूको संकलन प्रवचन पीयूष नामक पुस्तकमा छ। देश विदेशमा राम नाम प्राप्त गरेर, यसै पतित पावन, मधुर, सर्वशक्तिमय नामको आराधना गरेर साधकहरू शान्ति लाभ गरिरहेका छन्।

९९ वर्षको दीर्घ आयुमा यी सिद्ध महात्माले १३ नवेम्वर १९६० (सम्बत २०१७) को

३

राति १० बजे दिल्लीमा निर्वाण पद प्राप्त गर्नुभयो। विश्वको कुनै यस्तो ठाउँ छैन जहाँ स्वामीज्यूद्वारा रचेको अमृतवाणीको पाठ हुँदैन तथा वहाँद्वारा दिइएको "राम-नाम" प्रसादको सेवन हुँदैन।

* * * * * * * *

ॐ

अमृतवाणी

यस्तो वचन-शब्द-समूह, जुन अमृत हुन्, यस्ता बोली, जसले अमरत्व प्रदान गर्दछन् जसले अमर बनाई दिन्छन्, यस्तो वाणी जसलाई बोल्दा - गाउँदा व्यक्ति अमर हुन्छ, त्यो नै अमृतवाणी हो ।

सर्वशक्तिमते परमात्मने श्री रामाय नमः

सर्वशक्तिहरूबाट सम्पन्न परमात्मा श्री रामलाई नमस्कार ।

परमात्मा श्री राम जो सबै शक्तिहरूबाट युक्त हुनुहुन्छ, अर्थात् जसमा समग्र शक्तिहरू विद्यमान छन : जो समग्र शक्तिहरूको स्वामी उहाँलाई नमस्कार ।

सर्व शक्तिमान परमात्माको अगाडि म नतमस्तक हुन्छु अर्थात म उहाँको शरणमा जान्छु म उहाँकै समक्ष समर्पित हुन्छु ।

परमात्मा : सर्वोत्कृष्ट आत्मा *(The SupremSoul)*

श्री : श्रीमान्

श्री : शोभा, यश, ऐश्वर्य, विजय, सौभाग्य, वैभव, महिमा, तेज, लक्ष्मी ।

राम कृपा अवतरण
(Descent of Ram's grace)

: श्री राम-कृपा तल ओर्लिनु ।

: भक्तमा श्री रामकृपा हुनु ।

: प्रभु रामका तर्फबाट कृपा आउनु ।

: श्री राम-कृपाको उदय हुनु ।

कृपाः अनुग्रह करुणा, दया ।

परम-कृपा सुरुप है, परम - प्रभु श्री राम ।

जन पावन परमात्मा, परम-पुरुष-सुखधाम ।।१।।

सर्वोत्कृष्ट प्रभु श्री रामको सुन्दर रूप (Form) छ । सर्वोच्च कृपा अर्थात वहाँ श्रेष्ठतम कृपा रूप हुनुहुन्छ । वहाँको रूप हो - कृपा । वहाँ कृपा-रूप पर मात्मा, पुरुषोत्तम हुनुहुन्छ । वहाँ व्यक्तिलाई पवित्र पारी दिनुहुन्छ । सर्वोपरि श्रेष्ठतम-सर्वश्रेष्ठ, सर्वोत्तम पुरुष हुनुहुन्छ तथा सुखको निवास स्थान (Abode) हुनुहुन्छ ।

अमृतवाणी

परम : Supreme

सुखदा है शुभा-कृपा, शक्ति शान्ति स्वरुप ।
है ज्ञान आनन्दमयी, राम - कृपा अनूप ॥२ ॥

प्रभु रामको रूप छ - परम कृपालु (Supreme Grace) तर, वहाँको स्वरुप (आन्तरिक-स्वभाव) सुख दिने छ, मंगल गर्ने छ । हर्षहित राम्रो गर्ने, सौभाग्य प्रदान गर्नेछ । अर्थात् वहाँको कृपा अतुल्य (तुलना गर्नै नसकिने) छ । त्यो ज्ञान एवं आनन्दको भण्डार हो । शक्ति-सामर्थ्य, शान्ति - आनन्दको अक्षय स्रोत हो । रामकृपा-सुख दिने हुन्छ । सबैको मंगल गर्ने हुन्छ । शक्ति र शान्ति उसको आफ्नो स्वरूप हो । त्यो आनन्द र ज्ञानले परिपूर्ण छ । अतः अनुपम छ ।

रूप-स्वरूप : आभूषण-गहनाका रुप हुन - हार, कंगन -चुरा, कुण्डल, औंठी, परन्तु त्यसको स्वरूप छ - सुनको । मिश्री चेप्टो हुन्छ, बाङ्गो टिङ्गो हुन्छ, दानादार हुन्छ - यो मिश्रीको बाहिरबाट देखिने स्वरूप हो - तर मिश्रीको

अमृतवाणी

खास रूप त- त्यसको मिठास हो । हरेक प्रकारको मिश्री मीठो, मधुर हुन्छ ।

परम - पुण्य प्रतीक है, परम - ईश का नाम ।
तारक-मंत्र शक्ति-घर, बीजाक्षर है राम ।। ३ ।।

परमेश्वर - स्वामी, उच्चतम शासक अर्थात् भगवान्को नाम परम पवित्रताको चिन्ह हो - परम शुद्धताको मूर्ति हो - नाम । "राम" जो शक्तिको ज्योति हो, पूर्ण अर्थात मूल मन्त्र हो, यसले संसार सागरबाट पारि तारिदिन्छ । उद्धार गरिदिने, मोक्ष दाता हो ।

मन्त्र: जो सिद्ध गरिएको शब्द हो जसको उच्चारणले हाम्रो रक्षा गरोस्, जो पाप मोचक हो अर्थात जसले हामीलाई पवित्र -बनाएर मुक्त (बन्धन विनाको) गरि देओस् ।

बीजाक्षर : 'रँ' अग्निबीज, 'अँ' सूर्य बीज, 'मँ' चन्द्रबीज । यी तीनवटैको एउटा बीजाक्षर हो राम-नाम । (राम शब्द) ।

अमृतवाणी

साधक-साधन साधिए,समझ सकल शुभ-सार ।
वाचक -वाच्य एक हैं निश्चित धार विचार ।। ४ ।।

त्यसैले हे साधक ! राम- मन्त्रको सम्पूर्ण शुभ-तत्वहरू (असल कामको सार) भन्ने ठानेर आध्यात्मिक साधनका तरिकाहरूको अभ्यास गरौं। यस तथ्यलाई निश्चित रूपबाट धारण गरेर जुन वस्तु तथा शब्दद्वारा त्यसको वर्णन गरिदैंछ । दुबै एकै हुन् अर्थात आफ्नो हृदयमा यस्तो सुदृढ विश्वास राख कि नाम एवं नामी, वाचक एवं वाच्य एउटै हो ।

मंत्रमय ही मानिए, इष्ट देव भगवान ।
देवालय है राम का, राम शब्द गुण खान ।। ५ ।।

आफ्ना पूज्य आराध्यदेवता श्रीभगवान्को मंत्रमा आसीन - विराजमान सम्झेर (स्थित भएको ठान) राम शब्द जो गुणको भण्डार हो, स्रोत हो, ज्याति हो, त्यो राम मन्दिर हो, निवास-स्थान हो ।

अमृतवाणी

राम-नाम आराधिए, भीतर भर ये भाव ।
देव-दया अवतरण का, धार चौगुना चाव ।। ६ ।।

आफ्ना मनका उपरोक्त वर्णन गरिएका भावनाहरूको पूर्णरूपमा ग्रहण गरेर अनि रामको दया प्राप्त हुने प्रबल इच्छा - उत्सुकता राखेर, आतुर भएर राम नामका गुणहरू, अर्थहरूको चिन्तन मनन गरौं, राम नामको महिमा बारे विचार गरौं ।

मंत्र धारणा यों कर, विधि से ले कर नाम ।
जपिए निश्चय अचल से, शक्ति-धाम श्री राम ।। ७ ।।

विधिपूर्वक नाम दीक्षा लिएर, राम-मंत्रलाई यस प्रकार ग्रहण - धारण गरेर, आफ्नो चित्तलाई दृढ निश्चयपूर्वक (स्थिरताका साथ) मंत्रमा अड्याएर, श्री रामको, जो शक्तिको घर हुनुहुन्छ , त्यसको बारम्बार उच्चारण गरौं (जप गरौं) ।

मंत्र धारणा : चित्तलाई खाली मंत्रमा नै बाँधेर, अड्याएर राख्नुलाई नै मन्त्र धारणा भनिन्छ ।

अमृतवाणी

जप : राम नामको अर्थको भावना गर्दै त्यसको बारम्बार उच्चारण गर्नु हो ।

यथा वृक्ष भी बीज से, जल-रज ऋतु-संयोग ।
पा कर, विकसे क्रम से, त्यों मंत्र से योग ॥८॥

जुन प्रकारबाट बीउ,जल-पानी, माटो र अनुकूल मौसमको सहयोग(मिलाप) बाट बिस्तार-बिस्तार रुख-वृक्ष हुन्छ । त्यसै प्रकार मंत्र जपबाट निरन्तर आध्यात्मिक प्रगति भइरहन्छ । मंत्र-योग : यस्तो पद्धति हो, जसबाट मंत्रको साधनाबाट भगवान्सँग भेट गराइदिन्छ ।

धारणा, ध्यान र समाधि तीनवटैको मंत्रसंगको योगलाई मंत्रयोग भनिन्छ । नामको जप गरौं र त्यसको अर्थको भावनामा लिन हुन सकौं - यो नै मंत्रयोगको विधि हो ।

यथा शक्ति परमाणु में, विद्युत् - कोष समान ।
है मंत्र त्यों शक्तिमय, ऐसा रखिए ध्यान ॥९॥

यस्तो ध्यान गरौं, अटूट विश्वास होस् कि जस्तै

अमृतवाणी

परमाणु शक्तिको भण्डार हो, एवं बिजुली-घर बिजुलीको कोष हो, ठीक त्यसै प्रकार मंत्र पनि शक्ति-कोष हो। यस मन्त्रमा पाप-तापलाई नाश गर्ने तथा असल भावनालाई प्रफुल्लित गर्ने शक्ति छ।

ध्रुव धारणा धार यह, राधिए मंत्र निधान।
हरि-कृपा अवतरण का, पूर्ण रखिए ज्ञान ।।१०।।

यस्तो अटल-विश्वास (दृढ निश्चय) गरेर मंत्र-निधि, राम मंत्रको चिन्तन मनन गरौं। (आराधना गरौं) तथा यस्तो पूर्ण रुपले बोध होस् कि यसो गर्नाले हरि-कृपा अवश्य उदय हुन्छ, अवश्य पाउँछौं।

ध्रुव धारणा : मंत्रमा चित्तलाई अविचलित भावले धारण गर्नु।

मंत्र निधान : मंत्रहरुको भण्डार - बीज अक्षर शब्द।

अमृतवाणी

आता खिडकी द्वार से, पवन तेज का पूर ।
है कृपा त्यों आ रही, करती दुर्गुण दूर ॥११॥

जसरी झ्याल वा ढोका खोलेपछि दुर्गन्ध बाहिर जान्छ र प्रशस्त हावा र प्रकाशको प्रवेश हुन्छ, त्यसै प्रकार राम कृपा उपलब्ध भएपछि सबै दुर्गन्ध नष्ट भएर जानेछन् र सद्‌गुणले भरिपूर्ण हुन्छ ।

बटन दबाने से यथा, आती बिजली - धार ।
नाम जाप प्रभाव से, त्यों कृपा - अवतार ॥१२॥

बटन (स्वीच) थिच्दा जसरी बिजुलीको प्रवाह (Current) हुन्छ, त्यसै प्रकार नाम जपनाले कृपाको अवतरण हुन्छ ।

खोलते ही जल नल ज्यों, बहता वारि बहाव ।
जप से कृपा अवतरित हो, तथा सजग कर भाव ।।१३।।

धाराको टुटी खोलेपछि जसरी पानी बग्न थाल्दछ, त्यसैगरी नै जपबाट कृपा अवतरित हुन्छ र भावनालाई

अमृतवाणी

सजग गरिदिन्छ तथा हाम्रो विश्वास जीवन्त (life faith) बनेर जान्छ ।

राम शब्द को ध्याइये, मंत्र तारक मान ।
स्वशक्ति सत्ताजग करे, उपरि चक्र को यान ।।१४।।

मंत्रलाई उद्धारक, निस्तारक, मुक्तिदाता मानेर 'राम' शब्दमा ध्यान लगाऔं । यसबाट आत्मशक्ति तथा आफूमा भएको भाव-अस्तित्व जागृत हुन्छ र यसबाट शक्तिको माथिल्लो चक्रतिर गमन हुन्छ ।

चक्र : शरीरमा योगका अनुसार आठ चक्र ; मुलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपुर (नाभिचक्र), अनाहत (हृदय), विशुद्ध (कण्ठ), आज्ञा (त्रिकुटी), बिन्दु (ग्रीवाको शिखर) तथा सहस्रार (शिर) ।

उपरी-चक्र : आज्ञा, बिन्दु तथा सहस्रा (शिर)

अमृतवाणी

दशम द्वार से हो तभी, राम - कृपा अवतार ।
ज्ञान शक्ति आनन्द सह, साम शक्ति संचार ॥१५॥

त्यसपछि दसौंद्वारबाट रामकृपाको प्रवेश हुन्छ, जसबाट आत्मबोध प्रबृद्धता, बल, आनन्द सहित मनलाई स्थिर एवं शान्त पार्ने सबै शक्तिहरूको संचार हुन्छ । दुईवटा द्वार आँखाहरुका, दुईवटा कानका , दुईवटा नाकका, एउटा मुख तथा दुईवटा मूत्र तथा मल त्याग गर्नका लागि दशम द्वार अदृश्य छ र नौवटा द्वारहरु भन्दा माथि छ ।

दशम द्वार :मानव शरीरलाई नौ द्वार भएको नगरी भनिन्छ ।

देव दया स्वशक्तिका, सहस्र कमल में मिलाप ।
हो सत्पुरुष संयोग से, सर्व नष्ट हों पाप ॥ १६ ॥

सत्पुरुषको सान्निध्यबाट तथा परमात्माको दयाले, कुण्डलिनी शक्तिको हजार पत्रहरु भएको कमल -सहस्रार, ब्रह्मधाममा गएर - मिसिन्छ, जसले गर्दा सबै पाप नष्ट

अमृतवाणी

भएर जान्छन् ।

देवदयाले गर्दा स्वशक्तिको हजार पत्रहरु भएको कमल (सहस्र दल - कमल) संग मिलाप हुन्छ । यस मिलापलाई सत्यपुरुषको सहयोगको आवश्यकता हुन्छ, अनि मात्र जीवका सबै दोष नष्ट हुन जान्छन् । परम कल्याणको प्राप्तिका लागि परमात्माको दया, आत्म - शक्ति र संत - दया तीनवटै अपेक्षित हुन्छन् , जसलाई यहाँ देवदया, स्वशक्ति र सत्पुरूष संयोग शब्दबाट उल्लेख गरिएको छ ।

अमृतवाणी

नमस्कार सप्तक

नमस्कार सात श्लोक (पद)

करता हूं मैं वन्दना, नत शिर बारम्बार ।
तुझे देव परमात्मन्, मंगल शिव शुभकार ।। १ ।।

मंगल, कल्याण तथा शुभ गर्ने परमात्मादेव तपाईंलाई म शिर निहुराएर बार बार प्रणाम गर्दछु ।

वन्दना : नमस्कार...............................

मंगल : कल्याणकारी, समृद्धि - यस्तो उन्नति जसले गर्दा हामी उत्तरोत्तर अघि बढ्दै जाऔं । (Benediction)

शिव : सौभाग्य, शान्त, (Happiness, Peace)

शुभ : शुभ सगुन, स्वस्ति (Auspicious)

अंजलि पर मस्तक किये, विनय भक्ति के साथ ।
नमस्कार मेरा तुझे, होवे जग के नाथ ।। २ ।।

दुबै हात जोडेर शिर निहुराएर, नम्रता एवं भक्तिपूर्वक,

Shree Ram Sharnam, International Spiritual Centre, 8A, Ring Road, Lajpat Nagar - IV, New Delhi - 110 024, INDIA www.shreeramsharnam.org

अमृतवाणी

हे सारा विश्वका स्वामी । तपाईलाई मेरो नमस्कार पुगोस् ।

दोनों कर को जोड कर, मस्तक घुटने टेक ।
तुझ को हो प्रणाम मम, शत -शत कोटि अनेक ।। ३ ।।

दुबै हात जोडेर शिर र घुँडा भुईमा टेकेर, तपाईलाई मेरो अनेकौं, सैकेडौं करोडौं चोटि प्रणाम पुगोस् ।

पाप-हरण मंगल-करण, चरण-शरण का ध्यान ।
धार करूँ प्रणाम मैं, तुझ को शक्ति-निधान ।। ४ ।।

पापहरूको नाश गर्ने एवं मंगल कारक शरण दिने तपाईका चरणको भित्री ध्यान गर्दै, शक्तिहरूका पुञ्ज तपाईलाई प्रणाम गर्दछु ।

भक्ति-भाव शुभ-भावना, मन में भर भरपूर ।
श्रद्धा ते तुझ को नमूँ, मेरे राम हजूर ।। ५ ।।

आफ्नो मनमा भक्तिपूर्ण एवं सद्भावनाहरूबाट

ओतप्रोत गरेर, हे मेरा राम प्रभु ! तपाईंलाई श्रद्धाले नमन गर्दछु ।

ज्योतिर्मय जगदीश हे, तेजोमय अपार ।
परम पुरुष पावन परम, तुझ को हो नमस्कार ।। ६ ।।

हे प्रकाश स्वरूप, असीम ओजस्वी जगका स्वामी ! हे सबैलाई पूर्ण पवित्र गर्ने, सर्वोत्तम परमात्मा(पुरुषोत्तम) ! तपाईलाई नमस्कार पुगोस् ।

सत्य ज्ञान आनन्द के, परम धाम श्री राम ।
पुलकित हो मेरा तुझे, होवे बहु प्रणाम ।। ७ ।।

हे सत्य, ज्ञान एवं आनन्दका सर्वोच्च मन्दिर श्रीराम ! गद्गद् - रोमान्चित भएर तपाईंमा मेरो अनेक चोटि प्रणाम पुगोस् । यहाँ रामलाई सत्य, ज्ञान, आनन्दको परम धाम अर्थात् अनन्त ब्रम्ह स्वरूप भनिएको छ ।

प्रातः पाठ

परमात्मा श्री राम परम-सत्य, प्रकाश-रूप,
परम ज्ञानानन्दस्वरुप, सर्वशक्तिमान्,
एकैवाद्वितीय परमेश्वर, परम - पुरुष,
दयालु देवाधिदेव है, उसको बार-बार
नमस्कार, नमस्कार, नमस्कार, नमस्कार ।।

सर्वोत्तम, महानतम, आत्मा श्रीराम, परम सत्य (Absolute Truth) अपरिवर्तनशील त्तत्व, तेजोमय, सर्वोच्च ज्ञान - सर्वाधिक आनन्दको स्वभाव भएका, सबै शक्तिहरूबाट युक्त, जसको बराबरीको अर्को दोस्रो कोही छैन, सबैको शासक, स्वामी, पुरुषोत्तम, दयालु, सबै देवहरुका देव हुनुहुन्छ , उहाँलाई बारम्बार नमस्कार, नमस्कार, नमस्कार नमस्कार ।

अमृतवाणी

रामामृत पद पावन वाणी,
राम - नाम धुन सुधा समानी ।
पावन - पाठ राम - गुण - ग्राम,
राम - राम जप राम ही राम ।। १ ।।

राम अमर गर्ने शब्द हो, पवित्र गर्ने बोल हो, राम नामको गान अमृत समान हुन्छ । रामका गुणहरूको समूह पवित्र पाठ हो, शुद्ध गर्ने हुन्छ, अत: राम - राम, राम नै रामको बारम्बार उच्चारण गरौं ।

परम सत्य परम विज्ञान,
ज्योति-स्वरूप राम भगवान् ।
परमानन्द, सर्वशक्तिमान्,
राम परम है राम महान् ।। २ ।।

राम परम सत्य हुनुहुन्छ (Absolute Truth) सर्वोच्च

अमृतवाणी

अनुभव ज्ञान हुनुहुन्छ, राम भगवान् प्रकाश रुप हुनुहुन्छ, सर्वोत्कृष्ट आनन्द तथा सबै प्रकारका शक्तिहरूबाट सम्पन्न हुनुहुन्छ, राम महान् एवं सर्वोत्तम हुनुहुन्छ ।

अमृत वाणी नाम उच्चारण,
राम - राम सुखसिद्धि - कारण ।
अमृतवाणी अमृत श्री नाम,
राम - राम मुद मंगल-धाम ।। ३ ।।

राम नामको उच्चारण अमृत शब्द बोल्नु हो; 'राम-राम' ले सुख सफलता प्रदान गर्दछ । नाम अमृत हो, अमृत बोली हो र आनन्द एवं अपार हर्ष दिने प्रदाता हो ।

अमृतरूप राम-गुण गान,
अमृत-कथन राम व्याख्यान ।
अमृत-वचन राम की चर्चा,
सुधा सम गीत राम की अर्चा ।। ४ ।।

रामको गुणगान,स्तुति अमृत तुल्य छ, रामको कथा

अमृतवाणी

अमृत हो, रामको चर्चाको बोलीमा पनि अमृत हुन्छ तथा यिनको पूजा अमृत समानको गीत हो ।

अमृत मनन राम का जाप,
राम - राम प्रभु राम अलाप ।
अमृत चिन्तन राम का ध्यान,
राम शब्द में शुचि समाधान ॥ ५ ॥

रामको जप मनको विचार-रूपी अमृत हो, राम - राम प्रभु राम, अमृत संवाद हो । राम ध्यान चित्तद्वारा गरिएको अमृत चिन्तन हो अर्थात् राम शब्दमा जप, धारणा, ध्यान सबै कुराको साँचो सत्य उत्तर समाहित छ - राम शब्द यी सबै अभ्यासहरूका लागि उपयुक्त छ ।

मनन, जप, अलाप, चिन्तन, ध्यान, समाधान सबै राम नामसँग सम्बन्धित भएर अमृत हुन जान्छ । जप शब्दको हुन्छ र मनन अर्थको । अलाप स्वरको र चिन्तन तत्त्वको हुन्छ । ध्यान स्वरुपको तथा समाधान - समाधिमा त्रिपुटी (ध्येय, ध्याता, सु-ध्यान) को लय हुन्छ ।

अमृतवाणी

अमृत रसना वही कहावे,
राम - राम जहाँ नाम सुहावे।
अमृत कर्म नाम कमाई,
राम - राम परम सुखदाई ।। ६ ।।

जसको जिह्वा - जिब्रोमा राम राम सजेको हुन्छ, फिजिएको हुन्छ, त्यही अमृत - तुल्य मधुर बन्छ। राम - नामबाट संञ्चित पूँजी सुकृत - सत्कर्म हो, राम राम अविनाशी अत्यन्तै सुख दिने हुन्छ।

अमृत राम - नाम जो ही ध्यावे,
अमृत पद सो ही जन पावे।
राम - नाम अमृत-रस सार,
देता परम आनन्द अपार ।। ७ ।।

जुन व्यक्तिले अमृतमय-मधुर राम नाममा ध्यान लगाउँदछ, उसैले नै अविनाशी-पद-मोक्ष पदलाई पाउँदछ अर्थात् जहाँबाट फेरि यस संसारमा फर्किनुपर्दैन,

अमृतवाणी

त्यसस्थानलाई प्राप्त गर्दछ । परमात्मा रस-स्वरूप छन्, अविनाशी छन्, अमृत हुन् । त्यस अमृत-रसको सार राम-नाम हो जसले असीम सर्वोत्तम आनन्द प्रदान गर्दछ ।

[अमृत पद यस्तो स्थितिलाई भनिन्छ, जो स्वयं त अमर छन् नै, साथै अरूलाई पनि अमर बनाउनमा सक्षम हुन्छन् ।]

राम - राम जप हे मना,
अमृत वाणी मान ।
राम - नाम में राम को,
सदा विराजित जान ॥ ८ ॥

हे मन ! राम रामलाई अमरत्व प्रदान गर्ने शब्द ठानेर यसलाई बारम्बार उच्चारण गरौं । जप गरौं, यस नाममा परब्रम्ह परमात्मा श्री रामलाई सधैं विराजमान, विद्यमान ठानौं ।

अमृतवाणी

राम - नाम मुद मंगलकारी,
विघ्न हरे सब पातक हारी।
राम - नाम शुभ - शकुन महान्,
स्वस्ति शान्ति शिवकर कल्याण ॥ ९ ॥

राम-नाम आनन्दित तथा कल्याण गर्ने हो, रोकावटलाई पर पार्ने र पाप नष्ट गर्ने हो। राम नाम शुभ एवं महान् लक्षण (Omen) हो, शान्ति, मंगल, कल्याण एवं प्रसंन्न राख्ने हो।

राम - राम श्री राम - विचार,
मानिए उत्तम मंगलाचार।
राम - राम मन मुख से गाना,
मानो मधुर मनोरथ पाना ॥ १० ॥

राम - राम विचार मनमा आउनु सर्वोत्तम शुभारम्भ हो भनी ठानौं। मुख तथा मनले राम राम गाउनाले (Chanting) मनले चिताएको पदार्थ (फल) को प्राप्ति अर्थात् इच्छाहरूको पूर्ति हन्छ भन्ने मानौं।

अमृतवाणी

[मधुर मनोरथ : ईश्वर दर्शन]

राम - नाम जो जन मन लावे,
उस में शुभ सभी बस जावे ।
जहाँ हो राम - नाम धुन-नाद,
भागें वहाँ से विषम - विषाद ।। ११ ।।

जुन व्यक्तिले आफ्नो मनमा राम नामलाई आसीन (धारण) गर्दछ, उसमा सबै प्रकारका धन्यताको बास हुन जान्छ, उसलाई सौभाग्य, सुख, समृद्धि अर्थात सबै प्रकारका आर्शीवाद हुन जान्छन् । जहाँ राम - नामको धुन गुन्जिन्छ, त्यहाँबाट दु:ख पीडा दिने शोक संकट भाग्दछन् ।

विषम-विषाद : सत्त्वगुणबाट सुख, रजोगुणबाट दु:ख र तमोगुणबाट विषाद, आलस्य, प्रमादको प्रादुर्भाव हुन्छ । विषाद यस्तो दु:ख हो जसबाट मुक्ति पाउने उपाय नै थाहा हुँदैन । जहिले विषम (असम) भइन्छ । त्यतिखेर सुझबुझ पटक्कै हुँदैन ।

अमृतवाणी

राम - नाम मन-तप्त बुझावे,
सुधा रस सींच शांति ले आवे ।
राम - राम जपिए कर भाव,
सुविधा सुविधि बने बनाव ।। १२ ।।

राम - नामले मनको पीडा (व्यथा) लाई हटाएर, त्यसमा अमृत तत्वले सिंचेर शान्ति ल्याउँदछ । त्यसैले भाव-प्रेमले, प्रेमपूर्वक राम - नाम भजौं । यो भन्दा राम्रो ढंगले हर प्रकारको अनुकूलताको तैयारी हुन्छ, हर प्रकारको आराम, सुखको निर्माण हुन्छ ।

राम - नाम सिमरो सदा,
अतिशय मंगल मूल ।
विषम-विकट संकट हरण,
कारक सब अनुकूल ।। १३ ।।

हे साधक ! सधैं राम - नामको प्रेमपूर्वक जप गरौं, त्यसलाई स्मरण गरौं, जो अत्यन्त माँगलिक छ, मंगलको

अमृतवाणी

श्रोत छ तथा पीडा दिने असहय भयानक दुःखहरू र विपत्तिहरूलाई पर पुऱ्याँएर अर्थात सबै प्रकारको प्रतिकुलतालाई हटाएर अनुकूलता प्रदान गर्ने, हर प्रकारले रुचिकर, लाभदायी एवं सुखदायी छन् ।

विषम - विकट संकट - सबैतिरबाट एकैसाथ असहय तथा भयानक विपत्तिहरू आइ लाग्नु ।

जपना राम - राम है सुकृत,
राम - नाम है नाशक दृष्कृत ।
सिमरे राम - राम ही जो जन,
उसका हो शुचितर तन - मन ।। १४ ।।

रामनामको जप गर्नु सत्कर्म हो, पुण्यकर्म हो, रामनामले कुकर्महरु (पाप कर्महरु) लाई नाश गर्ने हो । जुनसुकै व्यक्तिले राम - रामको भावपूर्वक जप गर्दछ, उसको शरीर एवं मन दुवै शुद्वतर (अति शुद्व) भएर जान्छ, शुद्व पवित्र हुन्छ ।)

अमृतवाणी

जिसमें राम - नाम शुभ जागे,
उस के पाप - ताप सब भागे।
मन से राम - नाम जो उच्चारे,
उस के भागें भ्रम भय सारे ॥ १५ ॥

जसमा रामनाम रुपी शुभ जागृत हुन्छ, उसका पाप एवं दु :ख भाग्दछन्। जसले राम नामको मनैले अर्थात मन लगाएर उच्चारण गर्दछ, उसका शंका एवं भय - डर टाढा भएर जान्छन्।

ताप : तीन प्रकारका दु:ख (१) आध्यात्मिक (दैहिक एवं मानसिक) ज्वरो, काम, कोध, चिन्ता, शोक आदि। (२) आधिभौतिक : अरु प्राणीहरूको कारणबाट हुने दु:ख जस्तै चोरबाट, सर्प-बिच्छीबाट अदि (३) आधिदैविक : दैवी कारणहरूबाट हुने दु:ख भुईंचालो, बाढी, सुख्खा-अनिकाल आदि।

भय : अनिष्ट हुने आशंका-शंका जस्तै जन, धन, मान-हानि रोग मृत्युको भय।

अमृतवाणी

जिस में बस जाय राम सुनाम,
होवे वह जन पूर्णकाम।
चित्त में राम - राम जो सिमरे,
निश्चय भव - सागर से तरे ।। १६ ।।

रामको सुन्दर, मधुर समृद्ध नाम जसमा आसीन हुन्छ, त्यस व्यक्तिको सबै कामना-इच्छाहरु पूरा हुन्छन्। जो कसैले मन चित्तमा राम-रामको सम्झना-स्मरण गर्दछ उ संसार-सागरबाट नि:सन्देह-अवश्य पार गर्दछ, मुक्ति पाउंदछ।

राम - सिमरन होवे सहाई,
राम - सिमरन है सुखदाई।
राम - सिमरन सब से ऊँचा,
राम शक्ति सुख ज्ञान समूचा ।। १७ ।।

राम नाम जप सहायक हुन्छ। हरेक प्रकारका आवश्कता पूरा गर्ने, सुख दिने हुन्छ। सम्झना सिमरन त सर्वोच्च-सबै कर्महरू भन्दा उच्च कर्म हो किनकि राम-प्रभु

अमृतवाणी

त बल-सामर्थ्य, सबै शक्तिहरुको, सबै सुख एवं पूर्ण ज्ञान-प्रकाश पुञ्ज हुन् ।

सिमरन : भावना सहित भगवन्नाम उच्चारण गर्नु ।

राम - राम ही सिमर मन,
राम - राम श्री राम ।
राम - राम श्री राम - भज,
राम - राम हरि - नाम ।। १८ ।।

हे मन ! राम नाम को नै सिमरन गर । राम-राम परमेश्वर राम हुनुहुन्छ । राम राम प्रभु-रामको रसास्वादन गर ; राम-राम हरिको नाम हो ।

हरि : पापहरुको हरण गर्ने परमात्मा ।

[भज : जसरी गाई चारा खाएर, चपाएर रस लिन्छ त्यसै प्रकार प्रभु रामको स्तुति -स्मृतीलाई बारम्बार मनमा ल्याएर रसास्वादन गर्नुलाई भजन भज्नु भनिन्छ ।]

अमृतवाणी

मात - पिता बान्धव सुत दारा,
धन जन साजन सखा प्यारा।
अन्त काल दे सके न सहारा,
राम - नाम तेरा तारन हारा ॥ १९ ॥

माता-पिता भाइ, छोरा, पत्नी, धन, सम्बन्धी, पति-प्रियतम, प्रिय, मित्र, मर्ने बेलामा कोहि पनि सहायक हुँदैनन् खाली राम-राम ले नै तार्दछ र संरक्षक पनि उनै हुन्।

सिमरन राम - नाम है संगी,
सखा स्नेही सुहृद् शुभ अंगी।
युग -युग का है राम सहेला,
राम - भक्त नहीं रहे अकेला ॥ २० ॥

रामनामको सिमरन-संस्मरण नै हाम्रा साथी हो, मित्र हो, प्रेमी हो, हितकारी एवं शुभ-प्राणी हुन्। राम त अनादीकाल देखि, प्रत्येक युगमा हाम्रा साथमा रहेका छन्,

अमृतवाणी

अत : सदा साथ दिने छन् । प्रभु राम - रामको भक्त कहिल्यै पनि एक्लो पर्दैन । प्रभु राम सदैव-सदाकाल आफ्ना भक्तका साथ हुन्छन् ।

निर्जन - वन विपद् हो घोर,
निबिड़ - निशा तम सब ओर ।
जोत जब राम - नाम की जगे,
संकट सर्व सहज से भगे ॥ २१ ॥

मानिस नभएको जंगल होस, भयंकर विपत्ति संकट परोस्, अन्धकार रातले गर्दा सबै तिर घनघोर अन्धकार व्याप्त होस, जसै राम नामको ज्योति जगमगाउँदछ त्यसै नै बडो सजिलोसंग सबै दु:ख, दुर्भाग्य, दुर्दिन सबै टाढा टाढा भागेर जान्छन् ।

अमृतवाणी

बाधा बड़ी विषम जब आवे,
वैर विरोध विघ्न बढ़ जावे।
राम - नाम जपिए सुख दाता,
सच्चा साथी जो हितकर त्राता ॥ २२ ॥

जब अलमल अप्ठ्यारा रोकावटहरू आई पर्दछन्, जब शत्रुता, प्रतिकूलता एवं बाधा-अड्चनहरू बढ्दछन् त्यतिखेर रामनाम, जो सच्चा मित्र हुन्, सदा हित गर्ने सघाउ पुऱ्याउने एवं रक्षक हुन्छन र सुखका दाता बन्दछन्, तिनको सदा जप गरौं।

मन जब धैर्य को नहीं पावे,
कुचिन्ता चित्त को चूर बनावे।
राम - नाम जपे चिन्ता चूरक,
चिन्तामणि चित्त चिन्तन पूरक ॥ २३ ॥

जहिले मन साहस, दृढता गुमाउंदछ अर्थात स्थिरता नभएर, स्थीर हुन नसकेर, दुष्ट-चिन्ता चित्तलाई छिया छिया

अमृतवाणी

पार्दछ, चिन्ताहरूले चित्तलाई घेर्दछन्, त्यसबेला राम नाम ती चिन्ताहरूलाई चूर्ण धुलो पिठो पार्ने-नाश गर्दछन् चिन्तामणी ती हुन जसले मन चित्तमा उठ्ने सबै संकल्पहरूलाई, सबै इच्छालाई पूरा गर्दछन्, उनकै आवृत्ति गरौं, उनकै नामको जप गरौं ।

चिन्तामणी : एउटा कल्पित कल्पना गरिएको कल्पना हो जसले अभिष्ट - मनले चिताएको फल दिने हुन्छ ।

शोक सागर हो उमड़ा आता,
अति दु:ख में मन घबराता ।
भजिए राम - राम बहु बार,
जन का करता बेड़ा पार ।। २४ ।।

जुन बखत उदासी - खिन्नताको सागरले हाहाकार मचाउँदछ, अर्थात संकटको सागरमा बाढी आउँदछ र अति दु:खका कारण मन आँत्तिन लाग्दछ, पीडित भएर, आकुल व्याकुल हुन्छ, त्यतिखेर बारम्बार राम - राम, जसले व्यक्तिलाई संकटहरूबाट राहत दिने हुन्छ । त्यसलाई प्रेमपूर्वक

अमृतवाणी

जपौं किनकि राम नाम संकट रुपी सागरबाट मानव जीवन-रूपी नाउ (डुङ्गा) लाई पार लगाउने हुन्छ ।

कड़ी घड़ी कठिनतर काल,
कष्ट कठोर हो क्लेश कराल ।
राम - राम जपिए प्रतिपाल,
सुख दाता प्रभु दीनदयाल ।। २५ ।।

संकटमय चौबिस घण्टा तथा आपतले भरिएको समयमा जहिले कठोर कष्टहरूले भयानक व्यथा - कष्टहरूले व्यक्ति घेरियोस्, त्यतिखेर पालनकर्ता, सुख-दाता दीनहरू माथि दया गर्ने प्रभु रामको नामलाई जपौं ।

क्लेश : पाँच क्लेश :- (१) अविद्या (२) अस्मिता, (३) राग, (४) द्वेष, (५) अभिनिवेश । यी अविद्या- अज्ञानका पाँच ओटा पोकाहरू तथा क्लेशका कारण मानिन्छन् ।

अमृतवाणी

घटना घोर घटे जिस बेर,
दुर्जन दुखड़े लेवें घेर।
जपिए राम - नाम बिन देर,
रखिए राम - राम शुभ टेर ॥ २६ ॥

जुन समयमा कुनै भयानक घटना घटिएको होस तथा कुसंगत - खराब व्यक्ति एवं दु:खले घेरेको बेला कुनै प्रकारले पनि ढिला नगरी तुरुन्तै राम - राम जपौं र राम - रामको हितैषी अनुग्रहशील पुकार-रटन थालौं अर्थात भावपूर्वक पुकारौं, प्रार्थना गरौं।

राम - नाम हो सदा सहायक,
राम - नाम सर्व सुखदायक।
राम - राम प्रभु राम की टेक,
शरण शान्ति आश्रय है एक ॥ २७ ॥

राम नामले नित्य सदा सहायता गरेको हुन्छ, राम नामले सम्यक सुख दिन्छ राम-राम प्रभु रामको एक मात्र

अमृतवाणी

आसरा सहारा हुन्छ र उनकै शरण नै मात्र शान्ति स्थान हुन सकछ ।

पूँजी राम - नाम की पाइये,
पाथेय साथ नाम ले जाइये ।
नाशे जन्म मरण का खटका,
रहे राम -भक्त नहीं अटका ।। २८ ।।

अतएव राम नामको सम्पत्ति आर्जन एवं संचित गरौं ; नामलाई नै जीवन यात्राको लागि बाटोको खर्च-बलियो बनाएर लैजाऔं । यसले जन्म-मरणको भय नष्ट हुन्छ र राम भक्तको यात्रा निर्विघ्न सम्पन्न हुन्छ, उसले कतै पनि अडकिनु पर्दैन ।

राम - राम श्री राम है,
तीन लोक का नाथ ।
परम - पुरुष पावन प्रभु,
सदा का संगी साथ ।। २९ ।।

राम-राम श्री राम तीनै लोकहरू (विश्व) को स्वामी

अमृतवाणी

-आधार हुनुहुन्छ, सर्वोत्तम, सर्वोच्च, पवित्र पार्ने पुरुष हुनुहुन्छ र नित्य-सदा साथ हुनुहुन्छ ।

तीनलोक : मृत्युलोक (भूलोक देखि पाताल लोकसम्म) अन्तरिक्ष (भूवर्लोक) र स्वर्गलोक (स्वर्गलोक देखि सत्यलोकसम्म)

यज्ञ तप ध्यान योग ही त्याग,
वन कुटी वास अति वैराग ।
राम - नाम बिना नीरस फोक,
राम -राम जप तरिए लोक ।। ३० ।।

यज्ञ, तपस्या, ध्यान, त्याग प्रभु मिलन सबै साधन, जंगलमा कुटी बनाएर त्यसमा बस्ने निवास गर्ने, गहिरो वैराग्य, यी सब कुराहरू राम नामका बिना रसहीन, फिक्का हुन्छ । अत : राम -राम जपौं र संसार सागरबाट पार तरौं ।

यज्ञ : जुन कर्मलाई गर्नाले परहित-अर्काको हित हुन्छ एवं

अमृतवाणी

आफ्नो कल्याण होस् ।

तप : आध्यात्मिक प्रगतिका लागि कष्ट गरेर जुन सहन सकिन्छ त्यही तप हो ।

ध्यान : मनोवृत्तिहरूलाई संसार तिरबाट हटाएर-पन्छाएर राम नाममा स्थिर गर्नु ।

त्याग : विकारहरू, विषय-शक्ति आदि छुट्नु ।

यज्ञ, दान र तप साधकहरूको पवित्र गर्ने कर्महरू हुन् । त्याग शब्दको अर्थ दान पनि हुन्छ । अहंकार र फलको इच्छा छोडेर उपयोगी बस्तुहरूको समर्पण दान वा त्याग भनिन्छ ।

वैराग्य : यसलोक तथा परलोकका विषय सम्बन्ध सुखहरूको सर्वथा उपेक्षा गर्नु वैराग्य हो ।

अमृतवाणी

राम - जाप सब संयम साधन,
राम - जाप है कर्म आराधन ।
राम - जाप है परम - अभ्यास,
सिमरो राम - नाम 'सुख-रास'।। ३१ ।।

संयम-मन इन्द्रियहरू माथि नियन्त्रणका सबै साधन राम-जापमा समाहित भएका छन् अर्थात नाम-जाप, संयमका लागि, एक मात्र अभ्यास पर्याप्त हुन्छ । परमेश्वर आराधनाका सबै कर्म पनि राम जपमा समाहित छन् ।

राम-जप सर्वोत्तम (सम्पूर्ण) साधना हो। अत : सुख-संचय (सुख संग्रह) राम-नामको सिमरन-स्मरण गरौं।

संयम : एउटा ध्येयमा धारणा गरेर, ध्यान र समाधिमा लाग्नु संयमको साधन हो।

आराधना : प्रभुको महिमा, उनका गुणहरूको गान गर्नु ।

अभ्यास : जप ध्यान आदिलाई बारम्बार, निरन्तर गर्दै रहनु, गरिरहनु अभ्यास हो ।

अमृतवाणी

राम - जाप कही ऊँची करणी,
बाधा - विघ्न बहु दु:ख हरणी।
राम - राम महा-मंत्र जपना,
है सुव्रत नेम तप तपना ।। ३२ ।।

राम-जप एक अलौकिक कर्म, उच्चकर्म भनिएको छ, यी अड्चनहरु, रोकावटहरू तथा दु:ख-समुहलाई टाढा गर्ने वाला छ। महान-मंत्र राम रामलाई जप्नु पुण्य प्रण -शपथ हो। राम्रो नियम एवं उच्च तप हो।

सुव्रत : राम-नामको जप सर्व देश, सर्व काल र सर्व अवस्थाहरूमा गर्दै रहनु नै सुव्रत भनिन्छ।

राम - जाप है सरल - समाधि,
हरे सब आधि व्याधि उपाधि।
ऋद्धि - सिद्धि और नव - निधान,
दाता राम है सब सुख - खान ।। ३३ ।।

राम जप सहज समाधि हो तथा यी सब शारिरीक,

अमृतवाणी

मानसिक रोगहरू र दोष लाग्नेहरू र आरोपहरू र दैवी संकटहरूलाई टाढा गर्नेछ । आध्यात्मिक शक्तिहरू र नौनिधिहरूका दाता तथा सर्व सुखहरूको ढुकुटी खजाना हुन् - राम ।

ऋद्धि-सिद्धि : समृद्धि, सफलता-अष्ट सिद्धिहरू ।

राम - राम चिन्तन सुविचार,
राम - राम जप निश्चय धार ।
राम - राम श्री राम - ध्याना,
है परम - पद अमृत पाना ।। ३४ ।।

राम-राममा चित्त अडाउनु राम्रा सुन्दर विचार हुन अर्थात राम नामको विचारहरूमा अड्नु, हर समय भगवद- विचारहरूको स्फुरण उदात्त उदार स्थिति हो ; अत : दृढ निश्चय पूर्वक राम राम जपौं । राम-राम श्री रामलाई ध्यान गर्नुको तात्पर्य हो । उच्चतम धाम-अवस्था रुपी अमृत को प्राप्ति हुन्छ ।

अमृतवाणी

परम-पद : ब्रम्ह धाम । जहाँ, सूर्य, चन्द्र तथा अग्निले प्रकाश गर्दैन, जो स्वयं ज्योतिष्मान् हुन्छ । जसमा गएर जीव फेरि पछि फर्केर आउदैन ; त्यो परम धाम हो । जहाँ सदा परमानन्द छ, जो दु:ख, शोक, जरा (वृद्धावस्था) मृत्यु रहित छ त्यो परम-पद हो ।

राम - राम श्री राम हरि,
सहज परम है योग ।
राम - राम श्री राम - जप,
दाता अमृत - भोग ।। ३५ ।।

राम-राम, श्री राम (हरिनाम) प्रभुसंग जोडिने सर्वोत्तम एवं सजिलो साधन हो । अतएव राम-राम श्री रामको जप गरौं, जो सेवनका लागि अमृत दिन्छ ।

अमृतवाणी

नाम चिन्तामणि रत्न अमोल,
राम - नाम महिमा अनमोल ।
अतुल प्रभाव अति - प्रताप,
राम - नाम कहा तारक जाप ।। ३६ ।।

राम-नाम रुपी चिन्तामणि यस्तो रत्न हो, जसको मूल्य राख्न-कल्पना गर्न सकिंदैन अर्थात अमूल्य छ, यसको प्रभावको तुलना गर्न सकिंदैन र यो अति शक्तिशाली हुन्छ । राम-नाम त उद्वारक जप हो अर्थात यसको जप मुक्ति दाता हुन्छ ।

बीज अक्षर महा-शक्ति-कोष,
राम - राम जप शुभ-सन्तोष ।
राम - राम श्री राम - राम मंत्र,
तंत्र बीज परात्पर यंत्र ।। ३७ ।।

राम-नामको मूल अक्षर महाशक्तिको श्रोत (खानी) हुन्, राम रामको जपले शुभ सन्तोष हुन्छ ; सन्तोष दिएर

अमृतवाणी

धन्य गर्ने हुन्छ । राम राम श्री राम मंत्र तांत्रिक-विद्याको मूल हो तथा सर्वोत्कृष्ट रक्षा कवच हो, यो भन्दा अझ बढी कुनै तन्त्र यन्त्र छैन अर्थात राम-मन्त्र तन्त्र हो र उच्चतर यन्त्र पनि हो । जे राम दरवारबाट प्राप्त हुन सक्दैन्, त्यो अरू कतैबाट पनि पाउंन सकिदैन ।

तन्त्र : तान्त्रिक विद्याको सिद्धान्त, मन्त्र साधनाको विशेष विधिहरू ।

यन्त्र : ताबीज, सिद्ध मन्त्रहरूद्वारा कार्य सिद्धिको ढंग तरिका, अष्टदल कमल आदि विविध चक्राकृति ।

बीजाक्षर पद पद्म प्रकाशे,
राम - राम जप दोष विनाशे ।
कुण्डलिनी बोधे सुषुम्ना खोले,
राम - मंत्र अमृत - रस घोले ।। ३८ ।।

मूल मंत्रले भित्र स्थित कमलचक्रहरूलाई क्रमश : फक्रयाई दिन्छ । राम-रामको जप दोषहरू-दुर्गुणहरूलाई नष्ट गरिदिन्छ । कुण्डलिनी शक्तिलाई उदबोधित -जागृत

अमृतवाणी

गर्दछ, तथा सुषम्ना नाडीलाई खोलिदिन्छ। राम मंत्र, अमृतरुपी रस भित्र घोलिदिन्छ, अमृत रस भरी दिन्छ।

कुण्डलिनी : सर्पाकार (सर्पको आकार) सुषुप्त शक्ति जुन सबै भन्दा तल स्थित मूलाधार-चक्रमा निवास गर्दछ।

सुषुम्ना : कमलनालमा इंगला-पिंगलाका बीच स्थित मध्यनाडी यसैका बीच जागृत कुण्डलिनी माथिको चक्रहरू तिर गमन गर्दछ।

उपजे नाद सहज बहु - भांत,
अजपा जाप भीतर हो शान्त।
राम - राम पद शक्ति जगावे,
राम - राम धुन जभी रमावे ।। ३९ ।।

अनेक प्रकारका दिव्य ध्वनी सजिलै सित उद्भुत हुन जान्छ, भित्र शान्त गर्ने, बिना प्रयत्न हुने जप निरन्तर शुरु -आरम्भ हुन जान्छ। जब मन राम-राम मधुर धुनमा रमाउंदछ अनि राम रामको पद भित्रि शक्तिहरूलाई जागृत गरिदिन्छ।

अमृतवाणी

नाद : समाधि अवस्थामा सुनिने शब्द ।

राम - नाम जब जगे अभंग,
चेतन - भाव जगे सुख-संग ।
ग्रन्थी अविद्या टूटे भारी,
राम - लीला की खिले फुलवारी ।। ४० ।।

जहिले देखि अविराम - निरन्तर राम-नामले भित्र गुंजन जाग्नाले "म आत्मा हुँ" भन्ने यस्तो चैतन्य भावना परमानन्दपूर्वक सुख सहित जागृत हुन्छ र अविद्याको ग्रन्थी (गाँठो) "म देह हुँ" भन्दै खुल्दछ, अर्थात राम नामको प्रकाशले अज्ञानताको अन्धकार टाढा हुन जान्छ, अनि राम-लीला-रचना रुपी फुलवारी फुल्दछ, रमणीय हुन्छ ।

अमृतवाणी

पतित - पावन परम - पाठ,
राम - राम जप याग ।
सफल सिद्धि कर साधना,
राम - नाम अनुराग ॥ ४१ ॥

राम-नामको आवृत्ति जप-यज्ञ हो । यसै यज्ञले पतितहरूलाई पवित्र पार्ने हुन्छ तथा परम अध्ययन (सर्वोच्च पाठ्यसामग्री) हुन्छ । राम-नामको प्रितीले साधनालाई सम्पन्न गरिदिन्छ ।

तीन लोक का समझिए सार,
राम - नाम सब ही सुखकार ।
राम - नाम की बहुत बडाई,
वेद पुराण मुनि जन गाई ॥ ४२ ॥

सुख प्रदान गर्ने राम-नाम सारा विश्वको आत्मा हो, तत्त्व हो, भन्ने बुझौं । राम-नामको महात्म्येको प्रताप त वेदहरू पुराणहरू एवं ऋषि मुनिहरूले प्रशस्त वर्णन गर्दै गाएका छन् ।

अमृतवाणी

तीन लोकका सार : 'रँ' अग्निबीज (अग्निको स्थान हो भू-लोक), 'अँ' आदित्य बीज (सूर्यको स्थान हो स्वर्गलोक), 'मँ' चन्द्रबीज (चन्द्रको स्थान दुवैको मध्यमा अंतरिक्ष लोक छ) यसप्रकार राम-नाम तीनै लोकको सार हो

मुनि : जो मनन गर्न मानै मग्न हुन्छन् ।

यति सती साधु-संत सयाने,
राम - नाम निश - दिन बखाने ।
तापस योगी सिद्ध ऋषिवर,
जपते राम - राम सब सुखकर ।। ४३ ।।

यति (साधु) पतिव्रता-साध्वी, साधु-सन्त एवं बुद्धिमान सबै दिन रात राम-नामको गुणगान गर्दछन् । तपस्वी, योगी, सिद्ध एवं ऋषि-महर्षि सबै सुखहरूका दाता राम-रामको जप गर्दछन् ।

[यति : इन्द्रियहरू तथा मनलाई दमन गर्ने]

[सती : पतिव्रता]

[सिद्ध : जसले आध्यात्मिक शक्तिहरू प्राप्त गरेको छ ।

अमृतवाणी

भावना भक्ति भरे भजनीक,
भजते राम - नाम रमणीक ।
भजते भक्त भाव - भरपूर,
भ्रम - भय भेद-भाव से दूर ।। ४४ ।।

श्रद्धा एवं भक्तिपूर्ण भजन गाउने गायक-भक्त अति सुन्दर रामनामलाई भज्दछ । भक्त, भाव भरिएका-प्रेमपूर्वक भजन गुणगानद्वारा संयम, भय तथा पक्षपातबाट टाढा बस्दछन् ।

पूर्ण पंडित पुरुष - प्रधान,
पावन - परम पाठ ही मान ।
करते राम - राम जप - ध्यान,
सुनते राम अनाहद - तान ।। ४५ ।।

पूरै विद्वान, मुखिया व्यक्ति यस पाठलाई परम पवित्र एवं पवित्र गर्ने मानेर राम-रामको नित्य जप ध्यान गर्दछन् तथा भित्र राम शब्दको सूक्ष्म-दिव्य ध्वनी सुनेर आनन्द

अमृतवाणी

विभोर हुन्छन् ।

अनाहद तान : जिब्रोको अग्रमा प्रकट हुने वाणी वैखरी भनिन्छ, कण्ठको मध्यमा, हृदयमा पश्यन्ती र नाभि मन्डलमा प्रकट हुने परा-वाणी भनिन्छ । पश्यन्तीको नादलाई अनाहद या अनहद नाद भन्दछन् । अजपा जपमा यो नाद चल्दछ ।

इस में सुरति सुर रमाते,
राम - राम स्वर साध समाते ।
देव देवीगण दैव विधाता,
राम - राम भजते गणत्राता ।। ४६ ।।

राम-नाम ध्वनी नादमा प्रेमी-अनुरक्त देवता एवं साधु तल्लिनताको लाभ लिन्छन् । त्यसैमा मग्न भएर हराउंछन्, आनन्द मग्न भइरहेछन् । राम-रामलाई त देवता, देवी एवं जन-रक्षक सबै भज्दछन् अर्थात वैष्णव, शैव, शाक्त आफ्ना आफ्ना इष्टहरू सहित सबै राम राम भज्दछ ।

अमृतवाणी

सुर : इन्द्र आदि देवता

देव : ब्रम्हा, शिव आदि देवता

देवीगण : सरस्वती, लक्ष्मी, पार्वती

दैव : दिव्यलोकवासी

विधाता : सृष्टीकर्ता

गणत्राता : शिव, विष्णु, शक्ति, गणपति आदि ।

राम - राम सुगुणी जन गाते,
स्वर - संगीत से राम रिझाते ।
कीर्तन - कथा करते विद्वान,
सार सरस संग साधनवान् ।। ४७ ।।

असल गुणवान व्यक्ति राम राम गाउंदछन । आफ्ना मधुर स्वर सुन्दर गीतहरुले रामलाई प्रसन्न गर्दछन् । पढे लेखेका शास्त्राज्ञ तथा साधक रामको कृति गाउंदछन् ।

अमृतवाणी

उनको कथा उनको तत्व सहित मधुर चर्चा गर्दछन् ।

मोहक मंत्र अति मधुर,
राम - राम जप ध्यान ।
होता तीनों लोक में,
राम - नाम गुण - गान ।। ४८ ।।

राम नामको उचारण (जप) तथा ध्यान अत्यन्त मधुर एवं आकर्षक - मनलाई मुग्ध पार्ने मंत्र हो । तीनै लोकहरुमा यसको गुण गान - यशो गान हुन्छ ।

मिथ्या मन - कल्पित मत - जाल,
मिथ्या है मोह - कुमद - बैताल ।
मिथ्या मन - मुखिया - मनोराज,
सच्चा है राम - नाम जप काज ।। ४९ ।।

मन द्वारा रचित मनगढन्त भिन्दै भिन्दै पथ (बाटो) असत् हो / नश्वर हो, मोह घमंडको भूत पनि असत् हो । मनलाई प्रमुखता दिंदा मनद्वारा अनुशासित - नियन्त्रित हुनु

अमृतवाणी

अर्थात मनको राज्यमा हुनु पनि मिथ्या हो। राम - नाम जप रूपी कार्य नै सत्य हो।

मिथ्या है वाद - विवाद विरोध,
मिथ्या है वैर निंदा हठ क्रोध।
मिथ्या द्रोह दुर्गुण दु:ख खान,
राम - नाम जप सत्य निधान ॥ ५० ॥

खंडन मंडन, व्यर्थको तर्क - वितर्क तथा प्रतिकुलता असत् हो। शत्रुता, परदोष वर्णन, दुराग्रह क्रोध, दुर्भावना, खराब गुण मिथ्या तथा दु:खको घर (दु:खालय) हो। खालि राम - नाम जप मात्र नै सत्यको भण्डार, खानी हो।

अमृतवाणी

सत्य - मुलक है रचना सारी,
सर्व - सत्य प्रभु - राम पसारी।
बीज से तरु मकड़ी से तार,
हुआ त्यों राम से जग विस्तार ॥ ५१ ॥

सारा सृष्टिको मूलमा सत्य छ। यो सबै सत्यहरुका सत्य प्रभु रामद्वारा विकसित गरेको हो। अर्थात प्रभु रामले यसलाई फिजाएको हो। जसरी बीउ बाट रूख-वृक्ष तथा माकुरा द्वारा बुनेको रेशाबाट जाल बनाइन्छ, त्यसैगरि राम द्वारा सारा विश्व विस्तृत भएको हो।

विश्व-वृक्ष का राम है मूल,
उस को तू प्राणी कभी न भूल।
साँस - साँस से सिमर सुजान,
राम - राम प्रभु - राम महान् ॥ ५२ ॥

विश्व रूपी वृक्षको आदि मूल (बीज) राम हुन्। हे प्राणी ! तिमी यस तथ्यलाई (सत्यलाई) कहिल्यै नबिर्स। अत: हे बुद्धिजीवी ! तिमी प्रत्येक श्वास प्रश्वास का साथ

अमृतवाणी

ती महान् प्रभु रामको सिमरन गर, उनको स्मरण गरौं ।

लय उत्पत्ति पालना – रूप,
शक्ति - चेतना आनंद - स्वरूप ।
आदि अन्त और मध्य है राम,
अशरण - शरण है राम - विश्राम ।। ५३ ।।

राम जो बेसहाराका सहारा हुन, उनलाई शरण अर्थात विश्राम दिने हुन, ती नाश, सृष्टि एवं पालन-कर्ता-रूप हुन, तथा जसको स्वभाव छ, परा शक्ति, ज्ञान एवं आनन्द-सच्चिदानन्द, उनै राम सृष्टिका आरम्भ, मध्य एवं अन्त्य हुन ।

राम - नाम जप भाव से,
मेरे अपने आप ।
परम - पुरुष पालक - प्रभु,
हर्ता पाप त्रिताप ।। ५४ ।।

अत: हे मेरा आफैंमा आफ्ना ! तिमी प्रेमपूर्वक बडो भाव - चाहनाले राम - नामको जप गर । राम त पुरूषोत्तम

अमृतवाणी

हुन, स्वामी हुन, सबैको पालन गर्ने तथा पाप-समुच्चय एवं तीनवटै तापहरूको हरण - नाश गर्दछन् ।

राम - नाम बिना वृथा विहार,
धन - धान्य सुख - भोग पसार ।
वृथा है सब सम्पद् सम्मान,
होवे तन यथा रहित प्राण ।। ५५ ।।

सबै प्रकारका मनोरन्जन, भोग एवं भोग सामग्री धन-धान्य, (अन्न) सुखहरूको विस्तार राम - नाम विना निरर्थक रस हुन्छ । सारा एश्वर्य, मान - सम्मान पनि त्यस्तै प्रकारले व्यर्थ हुन्छन जसरी बिना प्राणको शरीर हुन्छ ।

नाम बिना सब नीरस स्वाद,
ज्यों हो स्वर बिना राग विषाद ।
नाम बिना नहीं सजे सिंगार,
राम - नाम है सब रस सार ।। ५६ ।।

राम- नामका बिना सबै किसिमका स्वाद यस्ता रसहीन-फीक्का हुन्छन् कि जसरी राम्रो -मधुर-मीठो श्वर

अमृतवाणी

बिनाको संगीत, उदासी भरिएको अप्रिय-मन नपर्ने गीत हुन्छ। नामको बिना श्रृङ्गार (सजावट)ले पनि आकर्षित गर्दैन - प्रभाव हीन हुन्छ। राम नाम नै सबै स्वादहरूको निचोड हो, प्राण हो।

जगत् का जीवन जानो राम,
जग की ज्योति जाज्वल्यमान।
राम - नाम बिना मोहिनी - माया,
जीवन- हीन यथा तन - छाया ॥ ५७ ॥

सारा विश्वको आत्मा रामलाई जानौं, (विश्वात्मा अर्थात सर्वात्मा) संसारको जग- भगाई रहेको ज्योति हुन - "राम"। राम नाम बिना त रामलाई भ्रमित गर्ने त्यो शक्ति- माया, जसबाट सृष्टिको सारा सबै काम चल्दछ, यसरी नै जीवन शून्य- निष्प्राण हुन्छ, जसरी शरीरको छाँया।

अमृतवाणी

सूना समझिए सब संसार,
जहाँ नहीं राम - नाम संचार।
सूना जानिए ज्ञान - विवेक,
जिस में राम - नाम नहीं एक ॥ ५८ ॥

राम नामको व्यापकता - व्याप्ति बिना सारा संसार उजाड ठानौं। त्यो ज्ञान- विवेक पनि खोक्रो, बेकम्मा हुन्छ, जुन राम नामबाट रहित हुन्छ।

सूने ग्रंथ पंथ मत पोथे,
बने जो राम - नाम बिन थोथे।
राम - नाम बिन वाद - विचार,
भारी भ्रम का करे प्रचार ॥ ५९ ॥

सबै धर्म ग्रन्थ- शास्त्र, सम्प्रदाय एवं धार्मिक सिद्धान्त तथा ठूला ठूला किताव- पुस्तकहरू राम - नाम बिना रद्दी हुन्छन्। बिना राम- नामको चर्चा, तर्क, चिन्तन, ठूलो भ्रान्ति (Confusion) फिजाउंने, फैलाउंने हुन्छ।

अमृतवाणी

राम - नाम दीपक बिना,
जन - मन में अन्धेर ।
रहे, इस से हे मम- मन,
नाम सुमाला फेर ॥ ६० ॥

राम नाम रूपी दीपक बिना मनमा अन्धकार भइ रहन्छ। अत: हे मेरो मन ! तँ राम - नामको राम्रो - सुन्दर माला जप ।

राम - राम भज कर श्री राम,
करिए नित्य ही उत्तम काम ।
जितने कर्तव्य कर्म कलाप,
करिए राम - राम कर जाप ॥ ६१ ॥

राम-राम, श्रीरामको उच्चारण गुँज गान गरेर नित्य-सँधै नै श्रेष्ठ कर्म - कार्य, सुकृत सत्कर्म गरौं। राम नाम जप, आराधना, सम्झना, सिमरन, चिन्तन,ध्यान नै त सर्वश्रेष्ठ - सर्वोत्तम कर्म हुन। अत: यस्ता सर्वोच्च कर्मलाई सधै नै

अमृतवाणी

गर्दै गरौं तथा सबै कर्तव्य, कर्म, व्यापार एवं काम- धँधा गर्दा गर्दै पनि "राम - राम" जप गर्दै गरौं।" यसको अभिप्राय हो। " मुखमा होस् राम-राम र हाथले गरौं उचित काम।"

करिए गमनागम के काल,
राम - जाप जो करता निहाल।
सोते जगते सब दिन याम,
जपिए राम - राम अभिराम ॥ ६२ ॥

आउँदा जाँदा - हिडेको बेलामा पनि राम जप्दै रहौं, यसले तुष्टी एवं प्रसन्नता दिन्छ। सुत्दा ब्यूँझदा, हर समय - दिन - रात - आठै प्रहर - नित्य, राम्रो - सुन्दर - मनोहर राम राम जप्दै रहौं।

जपते राम - नाम महा- माला,
लगता नरक - द्वार पै ताला।
जपते राम - राम जप पाठ,
जलते कर्मबन्ध यथा काठ ॥ ६३ ॥

राम नामको महामाला जप्दा नरकको द्वारहरुमा पनि

अमृतवाणी

ताल्चा लाग्दछ अर्थात राम-नाम जप्ने भक्तले नरकमा जानु पर्दैन, अर्थात राम-रामको जपले, पुनरावृत्तिले कर्म द्वारा आर्जित - कमाएको बन्धन यसरी बल्दछन् - जसरी दाउरा काठ।

बन्धन : स्वार्थ, अहंकार, द्वेष, ईर्ष्याले प्रेरित गरिएका कर्मले बन्धन पार्दछन्।

तान जब राम - नाम की टूटे,
भांडा - भरा अभाग्य भय फूटे।
मनका है राम - नाम का ऐसा,
चिन्ता-मणि पारस-मणि जैसा ॥ ६४ ॥

जब राम - नामको धुन मन भित्र निरन्तर गूँज्दछ, त्यतिखेरभय तथा दुर्भाग्यले भरिएको भाँडा पनि टुक्रा टुक्रा भएर फुट्दछ। राम नामको मालाको गेडी (Bead) चिन्तामणि परासमणी जस्तै हुन्छ।

पारसमणी : अनमोल पत्थर जसलाई छुना साथ स्पर्श मात्रले पनि फलामलाई सुन बनाइदिन्छ।

अमृतवाणी

राम - नाम सुधा-रस सागर,
राम - नाम ज्ञान गुण-आगर ।
राम - नाम श्री राम - महाराज,
भव - सिन्धु में है अतुल-जहाज ।। ६५ ।।

राम नाम अमृतको समुद्र हो । राम-नाम आत्म-विद्या तथा सद्‌गुणको अक्षय- भण्डार हो । राम-नाम श्री राम महाराज-महान स्वामी, संसार रुपी समुद्र महासागरका अद्वितीय जहाज हुन् ।

राम - नाम सब तीर्थ - स्थान,
राम - राम जप परम - स्नान ।
धो कर पाप - ताप सब धूल,
कर दे भय - भ्रम को उन्मूल ।। ६६ ।।

राम-नाममा सबै तिर्थ स्थलहरू स्थित भएका हुन्छन् राम-रामको जप सर्वोत्तम स्थान हो - बाहिर भित्र शुद्ध गर्दछ यसले । यसबाट पाप एवं तापको धूलो मैलो सबै

अमृतवाणी

धोएर भय संशय, भ्रान्तिलाई जरै देखि उखेलेर फ्याँकिदिन्छ ।

राम - जाप रवि-तेज समान,
महा - मोह-तम हरे अज्ञान ।
राम - जाप दे आनन्द महान्,
मिले उसे जिसे दे भगवान ।। ६७ ।।

राम जप सूर्यको प्रकाश जस्तै हुन्छ, जसले मोह तथा अज्ञानताको घोर अंधकारलाई पर हटाइदिन्छ। वास्तवमा राम-नाम-जपले अत्यधिक-अत्यन्तै आनन्द-परमानन्द प्रदान गर्दछ, तर यो आनन्द त्यसैले मात्र पाउँदछ, जसलाई भगवान स्वयंले दिएको हुन्छ ।

अमृतवाणी

राम - नाम को सिमरिये,
राम - राम एक तार ।
परम - पाठ पावन - परम,
पतित अधम दे तार ।। ६८ ।।

राम-नामको अखण्ड स्मरण-सिमरन गरौं, अविराम नबिसाइकन, अनवरत– निरन्तर राम-राम-राम स्मरण गरौं । यो उच्चतम पाठ (lesson) हो, सर्वाधिक पवित्र गराउने तथा नीचतम पापी, अति दुष्टलाई पनि उद्धार गर्ने उद्धारक हो ।

माँगू मैं राम-कृपा दिन रात,
राम - कृपा हरे सब उत्पात ।
राम - कृपा लेवे अन्त सम्भाल,
राम - प्रभु है जन प्रतिपाल ।। ६९ ।।

म दिनरात राम कृपा माँग्दछु, किनकि राम कृपाले सबै अनर्थहरूबाट, दुर्दशाबाट, उथल-पुथलबाट जोगाउँदछ,

अमृतवाणी

बचाउँ दछ, राम कृपाले अन्त्य समयमा रक्षा गर्दछ। राम प्रभु सबैका प्रतिपालक-पालनकर्ता-रक्षक हुन्।

राम - कृपा है उच्चतर - योग,
राम - कृपा है शुभ संयोग।
राम - कृपा सब साधन-मर्म,
राम - कृपा संयम सत्य धर्म ॥ ७० ॥

राम-कृपा सर्वोच्च योग हो। राम-कृपा परम सौभाग्य, सुअवसर हो ; दैव-योग हो। राम-कृपा सबै आध्यात्मिक साधनहरू अभ्यासहरूको रहस्य हो, गोपनिय तत्व हो। राम-कृपा नै वास्तविक इन्द्रिय दमन, मनोनिग्रह एवं पक्का सत्य धर्म हो।

अमृतवाणी

राम - नाम को मन में बसाना,
सुपथ राम - कृपा का है पाना।
मन में राम-धुन जब फिरे,
राम - कृपा तब ही अवतरे ।। ७१ ।।

मनमा राम-नामलाई आसीन गराएर राम-कृपा प्राप्तिको राम्रो मार्ग (बाटो) साधन हो। जेले मनमा राम-धुन झंकारित हुन्छ, गुंज्दछ, अनि मात्र राम-कृपा प्राप्त हुन्छ ।

धुन : सुर-ताल सहित राम-नाम मनभित्र चल्नु, ध्वनी एवं प्रति ध्वनी हुनु ।

रहूँ मै नाम में हो कर लीन,
जैसे जल में हो मीन अदीन।
राम-कृपा भरपूर मैं पाऊँ,
परम प्रभु को भीतर लाऊँ।। ७२ ।।

जसरी पानीमा माछा निर्भर भएर मस्त भएका

अमृतवाणी

हुन्छन्, त्यस्तै प्रकार म राम नाममा निमग्न भएर बसूँ। म प्रचुर-प्रसस्त मात्रामा राम-कृपा प्राप्त गरुँ, पाउन सकूँ र आफ्ना प्रियतम स्वामीलाई आफैं भित्र प्रकट गरुँ-अर्थात राम एवं राम कृपामा अभिन्नता छ, सबैलाई बराबर कृपा हुन्छ।

भक्ति - भाव से भक्त सुजान,
भजते राम - कृपा का निधान।
राम - कृपा उस जन में आवे,
जिस में आप ही राम बसावे ।। ७३ ।।

बुद्धिमान-श्रद्धालु-भक्त प्रेमपूर्वक, भक्ति भावना सहित कृपाका पुंज रामलाई भज्दछन्। राम कृपा ती भक्तमा अवतरित प्राप्त हुन्छ, जसले उ स्वयं आफै कृपा वर्षाउंदछ।

अमृतवाणी

कृपा-प्रसाद है राम की देनी,
काल-व्याल जंजाल हर लेनी।
कृपा-प्रसाद सुधा-सुख-स्वाद,
राम - नाम दे रहित विवाद ।। ७४ ।।

कृपा रुपी प्रसाद त रामद्वारा दिइएको उपहार हो। यसले कालरुपी सर्प-नागको लपेटाइ-कुण्डलीबाट, वेदनाबाट मोक्ष - छुटकारा दिन्छ। नि:सन्देह, निर्विवाद रामको नाम, कृपा-रुपी प्रसादद्वारा अमृत सुखको स्वाद पाइन्छ ; दिन्छ।

प्रभु-प्रसाद शिव - शान्ति - दाता,
ब्रह्म-धाम में आप पहुँचाता।
प्रभु-प्रसाद पावे वह प्राणी,
राम - राम जपे अमृत - वाणी ।। ७५ ।।

प्रभुद्वारा दिएको कृपा-प्रसाद अर्थात प्रभु प्रसन्नता मांगलिक (मंगलमय) हुन्छ एवं शान्तिदायक हो। यसले स्वत: आफै ब्रम्ह धाममा लैजान्छ। यो प्रसाद त्यसै प्राणीलाई

अमृतवाणी

प्राप्त हुन्छ, जसले राम-राम रुपी दिव्य शब्दको निरन्तर उच्चारण (जप) गर्दछ ।

औषध राम - नाम की खाइये,
मृत्यु जन्म के रोग मिटाइये ।
राम - नाम अमृत रस-पान,
देता अमल अचल निर्वाण ।। ७६ ।। ।

राम नामरुपी औषधीको सेवन गरौं र जन्म-मरण रूपी महारोगबाट सदाको लागि मुक्ति पाऔं, रोगलाई नष्ट गरिदिऊँ । राम-नाम रुपी अमृतको सेवनले शुद्ध-सुस्पष्ट एवं स्थिर मोक्ष प्रदान गर्दछ ।

राम - राम धुन गूँज से,
भव - भय जाते भाग ।
राम - नाम धुन ध्यान से,
सब शुभ जाते जाग ।। ७७ ।।

राम-राम ध्वनिको प्रतिध्वनिले जन्म मरणको भय

अमृतवाणी

हट्दछ र राम-राम ध्वनि (sound) मा ध्यान दिनाले- एकाग्रचित भएर सबै राम्रा राम्रा गुण प्रकट हुन्छन् सौभाग्यको उदित (उदय) हुन्छ ।

माँगूं मैं राम - नाम महादान,
करता निर्धन का कल्याण ।
देव - द्वार पर जन्म का भूखा,
भक्ति प्रेम अनुराग से रुखा ॥ ७८ ॥

म राम-नामको विशिष्ट (विशेष) दान माग्दछु-प्रभु रामसँग उनको मधुर नामको महान उच्चतम दान माग्दछु, यो निर्धन, निर्बल, दरिद्रको उद्धार (उपकार, कल्याण) गर्ने हुनुहुन्छ । म जन्म जन्मान्तरको भोको राम द्वारमा आएर उभिएकोछु, न ममा भक्ति छ, न प्रेम छ, न श्रद्धा छ र न अनुरक्ति नै छ ।

अमृतवाणी

'पर हूँ तेरा'- यह लिये टेर,
चरण पडे की रखियो मेर।
अपना आप विरद - विचार,
दीजिए भगवन्! नाम प्यार ।। ७९ ।।

तर यही नै मेरो करुण पुकार कि 'म तिम्रो नै हूँ' अत : पाउमा परेको मलाई सम्हाल, म माथि मेहरवानी (कृपा) गर। हे प्रभु! तपाई मेरा त्रुटीहरू तिर ध्यान नदिएर आफ्नो सामर्थ्य, आफ्नो स्वभाव, आफ्नो उच्च यश कीर्तिको बिचार गरेर मलाई आफ्नो नामको प्रिती दिनुहोस । म तपाईको नाममा भिज्न सकूँ ।

राम - नाम ने वे भी तारे,
जो थे अधर्मी - अधम हत्यारे।
कपटी - कुटिल - कुकर्मी अनेक,
तर गये राम - नाम ले एक ।। ८० ।।

राम-नामले त तिनीहरूलाई पनि पार गरि तारि दिए

अर्थात ती सबैको पनि उद्धार गरि दिए जो धर्महिन नास्तिक थिए, निच थिए खुनी, हत्यारा थिए, छली, कपटी, धोखेबाज थिए, घृणित, अश्लील-कुकर्म गर्ने अनेक पापीहरू थिए, तिनीहरू सबै पनि एउटा राम-नाम लिएर तरे, मोक्ष प्राप्ति गरे ।

तर गये धृति - धारणा हीन,
धर्म-कर्म में जन अति दीन ।
राम - राम श्री राम - जप जाप,
हुए अतुल - विमल - अपाप ।। ८१ ।।

जुन व्यक्ति दृढ-निश्चयी हुँदैन, अविस्वासी थिए, सहनशिल थिएनन्, जसको मन अस्थिर भएकाले भगवानमा अडिदैंन, अनैतिक कर्म गर्ने अर्थात जसको कर्म-कार्य धर्म अनुकूल थिएनन्, यस्ता धर्म एवं मर्महीन - तुच्छ काम गर्ने पनि राम-राम श्री राम जप जपेर निष्पाप भए यसता पवित्र भए तिनीहरूको पवित्रता शुद्वताको तुलना कसैसँ ग गर्न सकिंदैन अर्थात ती सबै एकदम नितान्त निर्मल (पाप

अमृतवाणी

रहित) भए ।

धृति : धैर्य - दृढ निश्चय-दृढ संकल्प (steadiness)

राम - नाम मन मुख में बोले,
राम - नाम भीतर पट खोले ।
राम - नाम से कमल - विकास,
हावें सब साधन सुख-रास ।। ८२ ।।

राम - नाम मुखले एवं मनले बोलेर भित्री मनको द्वार खोलिन्छन्, अज्ञानताको पर्दा हट्दछ, खुल्ला हुन्छ । राम - नामले हृदय कमल फक्रिन्छ, विकसीत हुन्छ तथा साधना सुखमयी आनन्दमयी हुनजान्छ , अर्थात सफलीभुत हुन्छ ।

राम - नाम घट भीतर बसे,
साँस - साँस नस - नस से रसे ।
सपने में भी न बिसरे नाम,
राम - राम श्री राम -राम -राम ।। ८३ ।।

जब राम-नाम शरीर र मनमा बस्दछ र साँस-साँस

अमृतवाणी

तथा नाडी-नाडीबाट (हर तंत्रिकाबाट) जप तप टपकिन थाल्दछ अर्थात राम-नाम भित्र यसरी भिज्दछ र समाहित हुन्छ कि प्रत्यक रोम, अंक एवं कोशिका (cell) यसरी रसाउंदछन् जसरी पहाडी झरनाबाट जल झर्दछ । अनि सपनामा पनि कहिल्यै राम-नामको विस्मरण हुँदैन । राम-राम-राम श्री राम-राम-राम नित्य सम्झना रहन्छ ; नाम स्मरण नित्य सदा भइरहन्छ ।

राम - नाम के मेल से,
सध जाते सब - काम ।
देव - देव देवे यदा,
दान महा - सुख - धाम ॥ ८४ ॥

राम-नामको संयोगले सबै काम कार्य सिद्व हुन्छन्, पूर्ण हुन्छन । व्यक्ति धन्य हुन जान्छ, कृतकृत्य हुन्छ यस सुखको कहिल्यै क्षय-नाश नहुने घाम-भण्डार महादानको रुपमा अनि पाइन्छ जब देवताहरूका देव रामले दिन्छन् ।

अमृतवाणी

अहो! मैं राम - नाम धन पाया,
कान में राम - नाम जब आया।
मुख से राम - नाम जब गाया
मन से राम - नाम जब ध्याया ।। ८५ ।।

मेरो अहोभाग्य ! मैले त्यति बेलादेखि राम-नाम रुपी धन प्राप्त गरें, जबदेखि राम - नाम मेरो कानमा प्रविष्ट भयो; जहिले देखि मैले राम - नाम मुखले गाउन शुरु गरें, आरम्भ गरें तथा जहिले देखि राम - नाम मन्त्रमा मेरो मन एकाग्र भयो। मलाई ध्यान लाग्न थाल्यो।

पा कर राम - नाम धन-राशी,
घोर - अविद्या विपद् विनाशी।
बढा जब राम - प्रेम का पूर,
संकट - संशय हो गये दूर ।। ८६ ।।

राम-नामको पूँजी प्राप्त गरेर गहिरो अज्ञानता

अमृतवाणी

(महाअज्ञानता) बाट उत्पन्न एवं दिएको महा दुःख विनष्ट भयो अर्थात राम-नामको सम्पदा (सम्पति) प्राप्त भएपछि महा अज्ञानता र महा दुःखहरूको विध्वंस हुन्छ । जब नै राम प्रति अनुरागले हृदय परिपूर्ण भयो त्यसै बेला देखि सर्व -संकट एवं संशय हटेर गए । मानौं जब भगवत् प्रेमको बाढी आउँदछ अनि त्यसले सबै संकट, भ्रम उ तर्फसँगै बगाएर लैजान्छ । राम-नाम अविद्याको अन्धकारलाई टाढा हटाउन र विपत्तिहरू को नाश गर्ने अचुक मन्त्र हो ।

राम - नाम जो जपे एक बेर,
उस के भीतर कोष - कुबेर ।
दीन - दुखिया - दरिद्र - कंगाल,
राम - राम जप होवे निहाल ।। ८७ ।।

यहाँ सम्म कि जो कसैले एक पटक पनि राम-नाम जपेमा, उसको भित्र पनि यस नामको उत्तिकै सम्पति संचित हुन्छ, जति देवताका कोषाध्यक्ष कुवेरको कोषमा छ । राम-राम जप्नाले त विचरा दयनिय, निर्धन, निर्वल, दुःखी दरिद्री,

अमृतवाणी

व्यथित पनि सम्पूर्ण हुन्छ, समृद्ध, वैभवशाली एवं भाग्यमानी हुन्छ ।

हृदय राम - नाम से भरिए,
संचय राम - राम धन करिए ।
घट में नाम मूर्ति धरिए,
पूजा अर्न्तमुख हो करिए ।। ८८ ।।

त्यसैले आफ्नो हृदयलाई राम -नाम परिपूर्ण गरिहालौं भरी हालौं ; र राम-नाम रुपी धन नै एकत्रित गरौं ; यही साँचो-सत्य धनको संग्रह गरौं । आफू भित्र राम-नाम रुपि मूर्तिलाई स्थापित गरौं तथा भित्र तिर फर्केर अन्तरमुख भएर पूजा-आराधना गरौं । अन्तस्थ-अन्त:करण-हृदयमा आसीन प्रभु रामको उपासना गरौं ।

अमृतवाणी

आँखें मूँद के सुनिए सितार,
राम - राम सुमधुर झंकार।
उस में मन का मेल मिलाओ,
राम - राम सुर में ही समाओ ॥ ८९ ॥

भित्र बजिरहेको सितारलाई आँखा चिम्लेर राम-रामको मधुर झंकार-गुञ्जन-ध्वनिलाई सुनौं अर्थात भित्र बजिरहेको एवं अति मधुर राम-राम गुंज्दछ-झंकारित भएको, सितार आँखा बन्द गरेर सुनौं, त्यसमा मनको सुर मिलाऔं तथा यस प्रकार राम-राम धुन -लयमा विलुप्त भइ जाऔं , हराऔं।

जपूँ मैं राम - राम प्रभु राम,
ध्याऊँ मैं राम - राम हरे राम।
सिमरुँ मैं राम - राम प्रभु राम,
गाऊँ मैं राम - राम श्री राम ॥ ९० ॥

हे राम ! म सदा राम-राम नै जपूँ । हे प्रभु ! म

अमृतवाणी

सदैव ; संधै राम-राममा नै ध्यान लगाऊँ । हे हरि ! हे स्वामी ! म सदा सदा राम-राम नै स्मरण गरौं तथा सदैव राम-राम श्री राम नै गाऊँ ।

अमृतवाणी का नित्य गाना,
राम - राम मन बीच रमाना ।
देता संकट - विपद् निवार,
करता शुभ श्री मंगलाचार ।। ९१ ।।

यस दिव्य, अमर गर्ने वाणीको नित्य कीर्तन एवं संकिर्तन गर्ने अभिप्राय हुन्छ ; आफ्नो मन-मन्दिरमा राम-रमलाई प्रतिष्ठित गरौं । नित्य पाठ दु:ख, विपर्त्तालाई रोक्दछ, अवरुद्ध गर्दछ तथा सौभाग्य, वैभव, ऐश्वर्य प्रदान गर्दछन्, सुखदाता हुन, मांगलिक हुन, सुभारम्भ हुन ।

अमृतवाणी

राम - नाम जप - पाठ से,
हो अमृत संचार।
राम - धाम में प्रीति हो,
सुगुण - गण का विस्तार ॥ ९२ ॥

राम-नामको जप एवं संकीर्तन-गुणगानले अमृतको (माधुर्यको) संचार हुन्छ, यो मधुरतालाई उदित एवं व्याप्त गर्दछ। यसले राम एवं उनको निवास-स्थानसंग प्रेम हुन्छ र सदगुणहरूको समूहको विस्तार हुन्छ, असल असल दिव्य गुणहरूको वृद्धि हुन्छ।

तारक - मंत्र राम है,
जिस का सुफल अपार।
इस मंत्र के जाप से,
निश्चय बने निस्तार ॥ ९३ ॥

राम तारक मन्त्र हो, उद्धार गर्ने, विमोचन गर्ने

अमृतवाणी

हुन्छ, जसले असंख्य लाभ, सुख-भोग, सफलता, सिद्धि प्रदान गरेर आनन्दको उपभोग गराउँदछ । यस मन्त्रलाई जप गर्नाले मुक्ति (मोक्ष) प्राप्ति, निर्वाण, राम-धामको प्राप्ति भगवद साक्षात्कार, परम पदमा पुगिन्छ । आत्मा-परमात्मासँगको दर्शन-भेटघाट, ऐक्य- एकरूपता-लाभ प्राप्त भएरै छाड्छ ; यस्तो सुदृढ-पूर्ण निश्चय राखौं ।

इति

अमृतवाणी

धुन

१. बोलो राम, बोलो राम, बोलो राम राम राम ।
२. श्री राम, श्री राम, श्री राम राम राम ।
३. जय जय राम, जय जय राम, जय जय राम राम राम ।
४. जय राम जय राम, जय जय राम,
राम राम राम राम, जय जय राम ।
५. पतित पावन नाम, भज ले राम राम राम ।
भज ले राम राम राम, भज ले राम राम राम ।
६. अशरण शरण शान्ति के धाम,
मुझे भरोसा तेरा राम ।
मुझे भरोसा तेरा राम,
मुझे भरोसा तेरा राम ।
७. रामाय नमः श्री रामाय नमः,
रामाय नमः श्री रामाय नमः ।
८. अहं भजामि रामं, सत्यं शिवं मंगलम् ।
सत्यं शिवं मंगलम्, सत्यं शिवं मंगलम् ॥

अमृतवाणी

वृद्धि-आस्तिक भाव की, शुभ मंगल संचार ।
अभ्युदय सद्धर्म का, राम नाम विस्तार ।।

: परमेश्वर श्री राम से निष्काम प्रार्थना :

: परमेश्वर श्री रामसँग निष्काम प्रार्थना :
विश्वमा ईश्वरका प्रति आस्था एवं ईश्वरीय ज्ञानका प्रति श्रद्धा-विश्वास बढोस, विश्वभरिमा शुभ एवं मंगल व्याप्त होस । सच्चा धर्मको उदय होस तथा राम-नामको विस्तार तथा प्रचार होस ।