

Shree Amritvani in Tamil with Meaning by Shree Ram Sharnam, New Delhi



வெளியிடுவோர்  
ஸ்ரீ ஸ்வாமி ஸத்யானந்த தர்மார்க டிரஸ்ட்  
நியூடில்லி - 110 024

பரமசந்த் ஸ்ரீ ஸ்வாமி சத்யானந்தாஜி மகராஜ்

திவ்ய மூர்த்தி ஸ்வாமிஜி சித்திரை

1861 பெளர்ணமியில் ஒரு பிராமண குலத்தில் அவதரித்தார். சிழக்கு பஞ்சாப் ஜக்கூ கா மோரா என்ற கிராமத்தில் அவதரித்தார். மிகச் சிறிய வயதிலேயே பெற்றோரை இழந்தார். தாயாரின் சிறிய சகோதரி இவரை வளர்த்தார்.

தனது 17 ஆவது வயதில் ஜைன சாதுக்களின் உபதேசத்தினால் கவரப்பட்டு வீட்டைத் துறந்து, ஜைனர்களுடன் வசிக்க ஆரம்பித்தார். தனது 19வது வயதில் ஜைனமுனிவர் ஆனார். சமஸ்கிருதம் கற்றார். ஜைன கிரந்தங்களைப் படித்தார். சர்வ வியாபி, சர்வ சக்தி பெற்ற ஈஸ்வரிடம் மிகுந்த நம்பிக்கை கொண்டவரானார்.

1891ல் தனது 30ஆவது வயதில் ஆர்யசமாஜ் என்ற அமைப்பில் இணைந்தார். சகல சாஸ்திரங்களையும் கற்றறிந்தார். உபநிஷத், மஹாபாரதம், ராமாயணம், வைதீகப் பிரசங்கங்கள்

இவைகளை ஒட்டிய கதைகளை சொல்லத் தொடங்கினார். மகாராஜின் உயர்ந்த, இனிய குரலினால் ஆயிரக்கணக்கான மக்கள் கவரப்பட்டனர். ஸ்வாமிஜி, 'தயானந்த பிரகாஷ்; சத்ய உபதேசமாலா, ஒங்கார உபாசனா, ஆர்ய சமாஜிக்தர்ம, சந்த்யா யோக், ஈஸ்வர் தர்ஷன், தயானந்த-வசனாம்ருதம் போன்ற புத்தகங்களையும் எழுதினார்.

1925ல் ஸ்வாமி தயானந்தஜி தவம் செய்ய ஆரம்பித்தார். ஒரு மாதம் கழிந்த பிறகு ஜுலை மாத பெளர்ணமி அன்று பிரார்த்தனையில் மூழ்கியிருந்தார். அப்போது 'ராம்' என்ற மிகுந்த அழகிய, ஆகர்ஷணம் மிக்க இனிய ஒசை கேட்டது. 'ராமனை பஜி', ராமனை பஜி, ராமனை பஜி' 'ராம், ராம்' என்ற இனிய கம்பீரமான ஒசை காதில் ரீங்காரமிட்டது. பரமாத்மாவின் தேஜஸ்மிகுந்த ஒளிமயமான உருவம் தரிசனம் கிடைத்தது. தன்னை மறந்த ஸ்வாமிஜி பரமாத்மா ஸ்ரீ ராமரையே தனது குருவாக ஏற்றார்.

1928ல் ராம நாமத்தையே தீக்ஷையாகப் பெற்றார். அவருடைய க்ரந்தங்கள் மிகவும் புகழ் பெற்றன. 'பக்திப் பிரகாஷ், வால்மீகிய ராமாயணாசார், ஸ்ரீமத் பகவத்கீதா, ஏகாத்ஷோப நிஷத் சங்க்ராஹ், பிரார்த்தனாவும் அதன் பெருமைகளும், உபாசனை செய்பவரின் வாழ்க்கை, பக்தியும் பக்தர்களின் லக்ஷணங்களும், திடப்பிரதிக் ஞையின் லக்ஷணங்கள், பஜனையும் ஓசைகளும், அம்ருதவாணி முதலிய நூல்களை எழுதினார். அம்ருதவாணி இவரது இலகுவான க்ரந்தமாகும். நமது நாட்டினரும், பிற நாட்டினரும் ராம நாமத்தைப் பெற்று, இனிய, சக்தி மிக்க ராமநாமத்தை ஆராதித்து சாந்தி பெறுகின்றனர். 99 வருஷங்கள் கொண்ட தீர்க்க ஆயுள் பெற்று, 1960ல் நவம்பர் 13ல்

ஸ்வாமிஜி நிர்வாணமடைந்தார். உலகின் அனைத்து மூலைகளிலும் ஸ்வாமிஜியின் அம்ருதவாணியின் மூலமாக ஸ்ரீராமநாமம் பரவி மக்களை வழி நடத்திக் கொண்டிருக்கிறது, உயர்த்திக் கொண்டிருக்கிறது.

ஸ்ரீ ராம்

ராம க்ருபா

### அம்ருதவாணி

எது வசனமோ, சப்தச் சமூகமோ  
எது அமுதமோ, எது அமரத்துவம்  
வாய்ந்ததோ, எது அமரத்துவம்  
தர வல்லதோ, எப்படிப்பட்ட  
குரல் சப்தம் பேசுவதில்  
பாடுவதில் அமரத்துவம் வாய்ந்ததாக  
இருக்கின்றதோ அதுவே அமுதவாணி!

சர்வ சக்திமதே பரமாத்மனே ஸ்ரீ ராமாய நமஹ :

சர்வ சக்திகளும் நிறைந்த பரமாத்மா  
ஸ்ரீ ராமனுக்கு நமஸ்காரம்!

பரமாத்மா ஸ்ரீ ராம் எவர் அனைத்து சக்திகளும்  
நிறைந்தவரோ, எவரிடம் அனைத்து சக்திகளும்  
அமைந்திருக்கின்றதோ, எவர் அனைத்து சக்திகளின்  
ஸ்வாமியாக இருக்கின்றாரோ, அவருக்கு நமஸ்காரம்.

சர்வ வல்லமை படைத்த பரமாத்மாவின் முன்னால்  
நான் தலைகுனிசின்றேன். அவரது பாதங்களில் நான்  
அடைக்கலம் ஆகின்றேன். நான் அவரின் அடைக்கலம்.

பரமாத்மா - சர்வ உத்தமமான ஆத்மா (The Supreme  
Soul).

ஸ்ரீ ஸ்ரீ மான்

ஸ்ரீ - சோபா, புகழ், ஐஸ்வர்ய விஜய, சௌபாக்யம்,  
சௌகர்யம், மஹிமை, விரைவு, லக்ஷ்மிகரம்.

**ராம க்ருபா அவதரண்**

ராமரின் அருளின் மகிமை

ஸ்ரீ ராமரின் க்ருபை கீழே இறங்குதல்!  
பக்தர் மேல் ஸ்ரீராமரின் க்ருபை ஏற்படல்!  
ப்ரபு ராமரிடம் இருந்து க்ருபை வருதல்!  
ஸ்ரீ ராமக்ருபை உதயம் ஆதல்!  
கருணை, அனுக்கிரஹம், கருணையின்  
க்ருபை, தயை!



1. பரம க்ருபா சுருப் ஹை, பரம ப்ரபு ஸ்ரீ ராம்!  
ஐன பாவன பரமாத்மா, பரம புருஷ சுக்தாம்!!

பொருள் : சிறந்த, உயர்ந்த ஸ்ரீராமனின் அழகிய உருவே - அவருடைய மிகச் சிறந்த அருள் ஆகும். அவர் சுருணையின் உரு. அவரே பரமாத்மா. மனிதனை புனிதமாக்குபவரும் அவரே. புருஷோத்தமனும் அவரே. அவரே அனைத்திலும் மேலானவர். அனைத்திலும் சிறந்தவர். அனைத்திலும் உத்தமராக உயர்ந்தவர். சிறந்த இன்பத்தின் இருப்பிடமானவரும் அவரே.

2. சுகதா ஹை சுபா க்ருபா, சக்தி, சாந்தி, ஸ்வரூப்!  
ஹை ஞான் ஆனந்தமயீ, ராமக்ருபா அணுப்!!

பொருள் : பிரபு ஸ்ரீ ராமனின் உருவம் சுருணையே வடிவமானது. அது சுகத்தை தருகிறது. நன்மை, சந்தோஷம், சௌபாக்யம் அனைத்தையும் தருகின்றது. அவரது சுருணை ஒப்புமை இல்லாதது. அது சக்தி, சாந்தி, ஆனந்தம், இவைகளின் இருப்பிடமான புனித ஓடை போன்றது. அபூர்வம் மிக்கது.

மாலை, கங்கன், குண்டலம், மோதிரம் பொருந்திய ஸ்ரீ ராமனின் அழகிய உருவம் - தங்க மயமானது. அவர் மிகவும் இனிமை பொருந்தியவர்.

3. பரம புண்ய ப்ரதீக் ஹை, பரம ஈஷ்கா நாம்!  
தாரக மந்த்ர சக்தி கர் பீஜாக்ஷர் ஹை ராம்!!

பொருள் : பகவானின் பெயர் மிகவும் புனிதமானது, பவித்ரமானது. 'ராம்' என்ற சொல் சக்தியின் மூல மந்திரம். அது வாழ்க்கை என்ற கடலைக் கடக்கவல்லது. மோக்ஷத்தை அளிக்கவல்லது. நமக்கு முக்தி அளிக்கிறது.

4. ஸாதக் ஸாதன் ஸாதியே, ஸமஜ் சகல சுப - ஸார்!  
வாசக் வாச்ய ஏக் ஹை, நிச்சித் தார் விசார்!!

பொருள் : ராம மந்திரத்தின் நன்மையை உணர்ந்து ஆத்ம சுத்தத்துடன் அப்பியாசம் செய். உனது மனதில் திடமான நம்பிக்கை வை. 'ராம்' என்ற பெயரும் பெயருக்கு உடையவரும்; 'ராம்' என்ற சொல்லும் சொல்லுக்கு உடையவரும் ஒருவரே.

5. மந்த்ரமய ஹீ மானியே, இஷ்ட தேவ பகவான்!  
தேவாலய ஹை ராம் கா, ராம் சப்த குண கான்!!

பொருள் : நமது பூஜைக்குரிய பகவானிடம் அவரது பெயரில் உள்ள பிரகாசத்தை அறிந்து கொள்ளவும், ராம நாம ஒலி நல்ல குணங்களின் இருப்பிடமாகும். நல்லதொரு நீரோடையாகும். இனியதொரு தோட்டமாகும். இவை அனைத்தும் பகவானின் கோயிலாக இருக்கின்றன.

6. ராம நாம் ஆராதியே, பீத்தர் டர் யே பாவ்!

தேவ தயா அவதரண கா, தூர் செளகுணா, சாவ்!!

பொருள் : நமது உள்ளத்தை இனிய, சரியான பாவனைகளால் நிரப்பி, ஸ்ரீராமனின் அருளின்பால் மனம் செலுத்தவேண்டும். ஸ்ரீராமனின் குணங்கள், பெருமைகளில் நமது சிந்தனையை செலுத்த வேண்டும். ஸ்ரீ ராம - நாம மஹிமையில் ஒன்றி விடுங்கள்.

7. மந்திர தாரணா யோன் கர், விதி நே லே கர் ராம்!

ஜபியே நிச்சய அசல் சே, சக்திதாம் ஸ்ரீ ராம்!!

பொருள் : நியதிப்படி தீகைஷ எடுத்துக் கொண்டு, மனதை மந்திரத்தில் செலுத்தி, ராம மந்திரத்தை ஜபிக்க வேண்டும். எந்த மந்திரம் சக்தியின் இருப்பிடமோ, அந்த ராம நாமத்தை திரும்பத் திரும்ப ஜபம் செய்வீர்களாக!

8. யதா வ்ருஷீ பீ பீஜ் சே, ஜல் - ரஜ் ருது- சம் - யோக்!

பாகர், விகசே க்ரமே சே, த்யோன் மந்திர லே யோக்!!

பொருள் : நீர், மண், சீதோஷ்ணம் இவற்றின் சேர்க்கையினால் எப்படி விதையானது. சிறிது, சிறிதாக மரம் ஆகின்றதோ, அதைப் போல ராம நாமத்தை ஸதா (எப்பொழுதும்) உச்சரிப்பதால் நமக்கு நிரந்தரமான யோகம் சித்திக்கின்றது.

9. யதா சக்தி பரமாணு மே, வித்யுத்கோஷ் சமான்!  
ஹை மந்த்ர த்யோம் சக்திமய, ஐசா ரகியே த்யான்!!

பொருள் : அசைக்கமுடியாத நம்பிக்கையுடன் சிந்தனை செய். எப்படி பரமாணு சக்தியின் இருப்பிடமாக இருக்கின்றதோ, அதேபோல ராம நாமமும் சக்தியின் இருப்பிடமாகும். இந்த மந்திரத்தில் பாவங்களை அடியோடு அழிக்கவும், நல்ல பாவனைகளை உற்பத்தி செய்யவும் கூடிய சிறந்த சக்தி இருக்கின்றது.

10. த்ருவ தாரணா தார் யஹ், ராதியே மந்த்ர நிதான்!  
ஹரி க்ருபா அவதரண கா, பூர்ண ரகியே ஞான்!!

பொருள் : அசைக்கமுடியாத நம்பிக்கையுடன், சிறந்த மந்திரமான, செல்வமான ராம நாமத்தை ஆராதனை செய்யுங்கள். அதனால் ஹரி - க்ருபை நம்மை நோக்கி நிச்சயமாக நெருங்கி வரும்.

11. ஆதா கிட்கீ த்வார் ஸே, பவன் தேஜ் கா பூர்!  
ஹை க்ருபா த்யோன் ஆ ரஹி, கர்த்தீ தூர்குண் தூர்!!

பொருள் : எப்படி ஜன்னலோ, வாயிற்கதவோ திறந்தவுடன் வீட்டின் தூர்நாற்றம் வெளியேறுகின்றதோ, அதே சமயம் நல்ல காற்றும், வெளிச்சமும் உள்ளே வருகின்றதோ, அதைப் போலவே, ஸ்ரீ ராமனின் அருள் கைவரப் பெற்றதும் நமது சகலவிதமான தூர்குணங்களும்

வெளியேறிவிடுகின்றன. நல்ல குணங்கள் நமக்குள்  
நிரம்பி வழிகின்றன.

12. பட்டன் தபானே சே யதா, ஆத்தி பிஜ்லி தார்!  
நாம் ஜாப் ப்ரபாவ் சே, த்யோம் க்ருபா அவ்தார்!!

பொருள் : பட்டனைத் தட்டினால், எவ்வாறு  
மின்சாரத்தின் ஒளி கிடைக்கின்றதோ, அதைப்போல,  
ராம நாமத்தை ஜபிக்கும் போதே நம்முள் சுருணையின்,  
க்ருபையின் ஒளி பரவுகின்றது.

13. கோல்தே ஹி ஜல் ஜ்யோம், பஹ்தா வாரி பஹாவ்!  
ஜப் சே க்ருபா அவதரித் ஹோ, ததா ஸஜக கர் பாவ்!!

பொருள் : திறந்தவுடன் குழாயிலிருந்து எவ்வாறு  
நீர் வெளி வருகின்றதோ, அதைப் போலவே, ஜபம்  
செய்வதால் பகவானுடைய அருள் வெளிப்படுகிறது.  
விழிப்புடன் உள்ள மனநிலை வாழ்க்கையை நம்பிக்கை  
உள்ளதாக மாற்றுகின்றது.

14. ராம சப்த கோ த்யாயியே, மந்த்ர தாரக மான்!  
ஸ்வசக்தி ஸத்தா ஜக் கரே, உபரி சக்ர கோ யான்!!

பொருள் : 'ராம' என்ற மந்திரச் சொல்லை  
மோட்சம் தரும், உயர்ந்த சொல்லாக முக்தி தரும்  
சொல்லாக நம்பி, தியானம் செய்யுங்கள். அதனால்

பாவனை பெருகி, உண்மை நிலை புரியும். ஆத்ம சக்தியின் உயரிய, சக்ர நிலையை அடைய வழி கிடைக்கிறது.

15. தசம த்வார் ஸே ஹோ தபீ, ராம க்ருபா அவதார்!  
ஞான சக்தி ஆனந்த சஹ, ஸாம் சக்தி சஞ்சார்!!

பொருள் : எப்போது நமது உடலின் பத்தாவது வாயிலில் ராமகிருபையின் வருகை ஏற்படுகின்றதோ, அப்போதிலிருந்து ஆத்மபலம், ஆனந்தம், ஸ்திரமான மனநிலை, சாந்தம் முதலிய சகல சக்திகளின் பரவலான சஞ்சாரம் ஏற்பட்டு விடுகிறது.

16. தேவ தயா ஸ்வசக்தி கா, ஸகஸ்ர கமல் மே யிலாப்!  
ஹோ ஸத்புருஷ் ஸம்யோக் ஸே, ஸர்வ நஷ்ட  
ஹோம் பாப்!!

பொருள் : சத்புருஷனான ஸ்ரீராமக்ருபையால் குண்டலினி சக்தியின் ஆயிரக்கணக்கான இதழ்களை யுடைய தாமரை மலர் பகவானிடம் சேர்ந்து விடுகின்றது. அதனால் முழுப்பாவமும் அழிந்து விடுகின்றன.



### நமஸ்கார் ஸப்தக்

(நமஸ்காரங்களுடன் கூடிய ஏழு ஸ்லோகங்கள்)

1. கர்தா ஹும் மை வந்தனா, நத் ஷிர் பாரம்பார்!  
துஜே தேவ் பரமாத்மன், மங்கள ஷிவ சுபகார்!!

பொருள் : நன்மைகளையும், மங்களத்தையும் தருகின்ற பரமாத்மாவே, தங்களுக்கு நான் தலை வணங்கி திரும்பத் திரும்ப நமஸ்கரிக்கின்றேன்.

2. அஞ்சலி பர் மஸ்தக் கியே, விநய பக்தி கே ஸாத்!  
நமஸ்கார் மேரா துஜே, ஹோவே ஜக் கே நாத்!!

பொருள் : கூப்பிய கரங்களுடன் நெற்றி தரையில் படும்படி வணங்கி, பணிவு, பக்தியுடன், ஹே! பகவான் உனக்கு எனது வணக்கங்கள்.

3. தோனோ கர் கோ ஜோட்கர், மஸ்தக் குட்னே டேக்!  
துஜ் கோ ஹோ ப்ரணாம் மம, ஷத் ஷத் கோடி  
அநேக்!!

பொருள் : இரு கைகளையும் கூப்பிக் கொண்டு, முழங்கால்கள், நெற்றி இவைகளை பூமியில் படும்படி ஊன்றி தங்களுக்கு நான் நூற்றுக்கணக்கில் கோடி நமஸ்காரங்கள் செய்கிறேன்.

4. பாபஹரண மங்களகரண, சரண்சரண கா த்யான்!  
தார் கரும் ப்ரணாம் மை, துஜ் கோ சக்தி நிதான்!!

பொருள் : பாவத்தை அடியோடு அழிப்பவனும், நன்மை மட்டும் தருபவனும் ஆகிய கருணை மிக்க தங்களது பாத கமலங்களை த்யானித்துக் கொண்டே, ஒ சக்தியின் இருப்பிடமே, உன்னை நமஸ்கரிக்கிறேன்.

5. பக்தி பாவ சுப பாவனா, மன் மே பர் பர்பூர்!  
சுரத்தா ஸே துஜ் கோ நம, மேரே ராம் ஹஜூர்!!

பொருள் : மனதை பக்தி, நல்ல எண்ணங்கள் இவைகளால் நிரப்பி, ஹே, ராமப்ரபோ! தங்களுக்கு மிகுந்த சிரத்தையுடன் நமஸ்காரம் செய்கிறேன்.

6. ஜ்யோதிமய ஜகதீஷ் ஹே, தேஜோமய அபார்!  
பரம புருஷ பாவன பரம், துஜ் கோ ஹோ நமஸ்கார்!

பொருள் : ஹே, ஒளிமயமானவனே! உலகின் இறைவா! அனைத்தையும் புனிதமாக்கும் பேரருளே! அனைத்திலும் சிறந்தவனே, புருஷோத்தமா! தங்களுக்கு அநேக நமஸ்காரங்கள்!

7. சத்ய ஞான ஆனந்த கே, பரம தாம் பூர் ராம்!  
புளகித் ஹோ மேரா துஜே, ஹோவே பஹு ப்ரணாம்!!



பொருள் : வே, ஸ்ரீ ராம்! நுத்யம், ஞானம், ஆனந்தம்  
இவைகளின் சிறந்த கோயிலாக விளங்குபவனே! உனக்கு  
எனது உணர்ச்சி பூர்வமான நமஸ்காரங்கள்.

### ப்ராத : பாட்

(அதிகாலை நேர பாடம்)

பரமாத்மா ஸ்ரீ ராம் பரமசத்ய = ப்ரகாஷ ரூப்,  
பரம ஞானாநந்தஸ்வரூப், = சர்வசக்தி மான்,  
ஏகைவாத்விதீய பரமேஸ்வர், = பரம புருஷ,  
தயாளு தேவாதி தேவ ஹை, = உஸ்கோ பார் பார்,  
நமஸ்கார், நமஸ்கார், நமஸ்கார், நமஸ்கார்!!

பொருள் : அனைத்திலும் சிறந்த, உன்னதமான  
'ஸ்ரீராம்', பரம சக்தியமானவன். மாற்ற இயலாத தத்துவம்  
ஆனவன். தேஜஸ்வரூபன். அனைத்திலும் சிறந்த ஞானம்  
உடையவன். சிறந்த ஆனந்த ஸ்வரூபன். அனைத்து  
சக்திகளும் நிறைந்தவன். தன் நிகர் அற்றவன்.  
அனைத்துக்கும், அனைருக்கும் அரசன். சுவாமியானவன்.  
உத்தம புருஷன். தயை நிறைந்தவன். கருணையே  
வடிவானவன். தேவர்களின் தேவன். அவனுக்கு திரும்ப,  
திரும்ப எனது நமஸ்காரங்கள், நமஸ்காரங்கள்,  
நமஸ்காரங்கள், நமஸ்காரங்கள்!

## அம்ருதவாணி

1. ராமாம்ருத பத பாவன வாணி,  
ராம நாம் துன் சுதா சமாளி!  
பாவன = பாட் = ராம் = குண = க்ராம,  
ராம் ராம் ஜப் ராம் ஹீ ராம்!!

பொருள் : 'ராம்' என்ற ஒலி அமரத்துவம் வாய்ந்தது. புனிதம் நிறைந்தது. ராம நாமம் அமிர்த்தத்துக்கு ஒப்பானது. ஸ்ரீ ராமனுடைய குண நலன்கள் பவித்திரமான பாடம் ஆகும். நம்மை சுத்தம் செய்ய வல்லது. அதனால் ராமனையே உச்சரியுங்கள்.

2. பரம சத்ய பரம விஞ்ஞான்,  
ஜ்யோதி ஸ்வரூப ராம் பகவான்!  
பரமானந்த, ஸர்வ சக்தி மான்,  
ராம் பரம ஹை ராம் மஹான்!!

பொருள் : ராம நாமம் சத்தியமான உண்மையாகும். அனைத்திலும் உயர்ந்த ஞானமாகும். ராம நாமம் ஒளிவடிவமாகும். மிகச் சிறந்த ஆனந்தமாகும். அனைத்து சக்திகளின் நிறைவான சேர்க்கையாகும்.

3. அம்ருத வாணி நாம உச்சாரண்,  
ராமராம சுகசித்தி காரண்!

**அம்ருத வாணி அம்ருத ஸ்ரீ ராம்,**

**ராம - ராம - முத மங்கள் - தாம்!!**

**பொருள் :** ராமநாமத்தின் உச்சரிப்பானது அமுதத்தை ஒத்தது. வெற்றியைத் தருவது. மகிழ்ச்சி, சிரிப்பு இவைகளின் இருப்பிடமானது.

4. **அம்ருதரூப் ராம - குண் கான்,  
அம்ருத - கதன் ராம வியாக்யான்!  
அம்ருத - வசன் ராம் கீ சர்ச்சா,  
ஸுதா ஸம கீத் ராம் கீ அர்ச்சா!!**

**பொருள் :** ஸ்ரீ ராமனுடைய குணங்களைப் போற்றித் துதிப்பது அமுதம் பருகுவதற்கு ஒப்பானது. ராமனுடைய கதை அமுதத்திற்கு ஒப்பானது. ஸ்ரீராமரைப் பற்றிப் பேசுவதும், அவருக்கு பூஜை செய்வதும், அவரது பூஜைப் பாடல்களும் அமுதத்துக்கு ஒப்பானது.

5. **அம்ருத மனன் ராம் கா ஜாப்,  
ராம் - ராம் ப்ரஹ் ராம் அ லாப்!  
அம்ருத சிந்த்தன் ராம் கா த்யான்,  
ராம் சப்த மே கசி சமாதான்!!**

**பொருள் :** ராம ஜபம் மனச் சிந்தனையின் அமுதமாகும். ராமத்யானம் மனதை அமுதமயமாக்கும்.

'ராம்' என்ற ஒலிச் சப்தத்தில் ஜபம், தியானம், வழிபாடு முதலிய பயிற்சிகளின் மூலம் ஸ்ரீ ராம நாமம் ஜபிக்கலாம். சமாதரி நிலை சித்தியாகும்.

6. அம்ருத ரஸ்னா வஹீ கஹாவே,  
ராம்ராம் ஜஹாம் நாம் கஹாவே!  
அம்ருத கர்ம் நாம் கமாயீ,  
ராம் ராம் பரம ககதாயீ!!

பொருள் : நாக்கு, ராம், ராம் என்று கவைத்து மகிழ்ட்டும், அந்த நாமம் சோபை மிக்க, ஆனந்தமயமானது. அமுதத்திற்கு ஒப்பானது. ராம் நாமமே அத்யந்த ககத்தை தருவதாகும். முக்தியைத் தருவதாகும்.

7. அம்ருத ராம் நாம் ஜோ, ஹீ, த்யாவே,  
அம்ருத பத ஸோ ஹீ ஜன் பாவே!  
ராம் = நாம் அம்ருத ரஸ் ஸார்,  
தேதா பரம ஆனந்த அபார்!!

பொருள் : எந்த மக்கள் அமுதமயமான, மதுரமான ராம் நாமத்தில் லயிக்கிறார்களோ, அவர்களே மோகஷம் அடைகின்றார்கள். பரமாத்மா இனிமையானவர். அவரே அமுதம். அமுத ரசத்தின் சாரம் ராம் நாமமே ஆகும். அதுவே ஆனந்தத்தின் உச்சநிலை ஆகும். நமக்கு உயரிய நிலையை அளிக்கும்.

8. ராம் - ராம் ஜப் ஹே மனா,  
அம்ருத வாணி மான்!  
ராம - நாம் மே ராம் கோ,  
ஸதா விராஜித் ஜான்!!

பொருள் : ஏ மனமே! ராம நாமத்தை அமரத்துவம்  
கொண்ட சொல்லாக ஏற்றுக் கொண்டு உச்சரிப்பாயாக!  
ஜபம் செய்வாயாக! இந்த ராம நாமத்தின் கண்  
பரப்பிரம்ம, பரமாத்மா ஸ்ரீ ராமனை உனது உள்ளத்தில்  
அமரச் செய்ய இயலும்.

9. ராம - நாம் முத மங்களகாரி,  
விக்ன ஹரே சப் பாதக ஹாரி!  
ராம - நாம் சுபசகுன மகான்,  
ஸ்வஸ்தி சாந்தி சிவகர் கல்யாண்!!

பொருள் : ராம நாமம் ஆனந்தமும், நன்மையும்  
செய்யக் கூடியது. தடைகளை விலகச் செய்வது.  
பாபங்களை தொலைப்பது ஆகும். ராம நாமம்  
சுபத்தையும், சாந்தி, மங்களம், நன்மை, மகிழ்ச்சி ஆகிய  
அனைத்தையும் தரவல்லது.

10. ராம - நாம் ஸ்ரீ ராம விசார்,  
மானியே உத்தம மங்களாசார்!

ராம் = ராம் மன் முக் சே கானா,  
மானோ மதூர மனோரத பானா!!

பொருள் : ராம நாமமானது சிந்தனை செய்ய  
செய்ய, உத்தமமான அந்த நாமம், சுபத்தின்  
ஆரம்பமாகவும் ஆகின்றது. மனதினாலும், வாயினாலும்  
ஸ்ரீராம நாமத்தை 'ராம், ராம்' என்று உச்சரிப்பதால் நாம்  
எண்ணும் எண்ணமெல்லாம் ஈடேறும், தரிசனம் கிட்டும.

11. ராம நாம் ஜோ ஜன் மன் லாவே,  
உஸ் மே சுப சபீ பஸ் ஜாவே!  
ஜஹாங் ஹோ ராம = நாம் துன் = நாத,  
பாகேன் வஹாங் சே விஷம = விஷாத்!

பொருள் : எந்த மனிதன் தனது மனதில் ராம  
நாமத்தை அமரச் செய்கின்றானே அவனுக்கு  
சௌபாக்யம், சுகம் முதலிய சுகவு ஆகிகளும்  
கிடைக்கின்றன. எங்கு ராம நாமத்தின் குரல்  
ஒலிக்கின்றதோ அங்கு, துக்கம் தரக்கூடிய சங்கடங்கள்,  
துன்பங்கள் யாவும் அகன்று விடுகின்றன.

12. ராம = நாம் மன்துத்த புஜாவே,  
சுதா ரஸ ஸீன்ச் சாந்தி லே ஆயே!  
ராம் = ராம் ஜபியே கர் பாவ்,  
ஸுவிதா ஸுவிதி பனே பனாவ்!!

பொருள் : ராம நாமம் மனத்துன்பத்தை அடியோடு விலக்கும். சாந்தியைத் தரும். அதனால் பிரியத்துடன், மிகுந்த அன்புடன் ராமநாமத்தை ஜபியுங்கள். அதனால் அனுசூலம், சுகம், நிம்மதி அனைத்தும் கிடைக்கின்றன.

13. ராம = நாம் ஸிமரோ சதா,  
அதிசய மங்கள் மூல்!  
விஷம = விகட ஸங்கட ஹரண,  
காரக் ஸப் அனுசூல்!!

பொருள் : ஏ மனிதா! எப்பொழுதும் ராம நாமத்தையே ஜபிப்பாயாக! அந்த நாமம், சகலவிதமான பிரதி கூலங்களை விலக்கி, மங்கலத்தை அளிக்கவல்லது. மிகுந்த ருசியானது லாபமே தரவல்லது. சுகத்தை அளிக்கவல்லது.

14. ஜப்னா ராம் ராம் ஹை சக்ருத்,  
ராம் = நாம் ஹை நாசக் துஷ்க்ருத்!  
சிமரே ராம் = ராம் ஹீ ஜோ ஜன்,  
உஸ்கா ஹோ சசிதர் தன் = மன்!!

பொருள் : ராமநாமத்தை ஜபிப்பது நல்ல க்டமையாகும். புண்ணியச் செயலாகும். ராம நாமம் பாவத்தைப் போக்கும். எவர் ஒருவர் ராம நாமத்தை ஜபிக்கிறாரோ, அவரது உடல், மனம் இரண்டும் சுகத்தம் அடைகின்றது.



15. ஜிஸ்மே ராம் - நாம் சுப ஜாகே,  
உஸ்கே பாப் - தூப் சப் பாகே!  
மன் சே ராம் - நாம் ஜோ உச்சாரே,  
உஸ்கே பாகேன் ப்ரம பய சாரே!!

பொருள் : எவரிடம் ராம் - நாமம் என்ற சுபச் சொல்  
விழித்து எழுந்து விடுகின்றதோ, அவரின் பாவம், துக்கம்  
அனைத்தும் ஒடி விடுகின்றன. மனம் லயித்து ராம்  
நாமத்தை ஜபிப்பவரின் பயமும், சஞ்சலமும் விலகி  
விடுகின்றன.

16. ஜிஸ்மே பஸ் ஜாய் ராம் சுநாம்,  
ஹோவே வஹ ஜன் பூர்ணகாம்!  
சித்த மே ராம் - ராம்ஜோ சிமரே,  
நிச்சய பவ - ஸாகர் சே தரே!!

பொருள் : அழகான, மதுரமான ராம் நாமமானது  
எவரிடம் பதிந்துள்ளதோ, அவரது அனைத்து  
விருப்பங்களும் நிறைவேறுகின்றது. எவரது சிந்தனையில்  
ராமநாமத்தின் ஸ்மரணை செய்கிறாரோ, அவர் உலகம்  
என்ற சமுத்திரத்திலிருந்து (சம்சார சாகரத்திலிருந்து)  
நிச்சயமாக கரை சேருவார், முக்தியைப் பெறுவார்.



17. ராம் - ஸமரன் ஹோவே ஸஹாயீ,  
ராம் - ஸிமரன் ஹை ககதாயீ!  
ராம் - ஸிமரன் ஸப் சே ஊஞ்சா,  
ராம் - சக்தி கக ஞான ஸமூச்சா!!

பொருள் : ராம நாம ஜபமே அனைத்திற்கும் உதவியாக இருக்கிறது. சுகம் தரக் கூடியது. பிரார்த்தனை தான் எல்லா விதத்திலும் சிறந்ததாகும். ஏனென்றால் ஸ்ரீ ராமப்ரபுதான் மிகுந்த பலம் பொருந்திய, ஞானப் பிரகாசமான சக்தி நிறைந்த குவியலாகும். இனிய தலமாக இருக்கிறார்.

18. ராம் - ராம் ஹீ ஸிமர் மன்,  
ராம் - ராம் ஸ்ரீ ராம்!  
ராம் - ராம் ஸ்ரீ ராம பஜ்,  
ராம் - ராம் ஹரி நாம்!!

பொருள் : ஏ மனமே! ராமனையே பூஜிப்பாயாக! ராமனே பரமேஸ்வராவார். ப்ரபு ராமனின் இனிய மணம் நிரம்பிய நாமமே சிறந்ததாகும். பாவங்களை போக்கச் செய்யும் பரமாத்மா ஸ்ரீ ராமனேயாம்.

19. மாத் - பிதா பாந்தவ் ஸுத தாரா,  
தன் ஜன் சாஜன் ஸகா ப்யாரா!

அந்த் கால் தே ஸகே ந ஸஹாரா,  
ராம - நாம் தேரா தாரன் ஹாரா!!

பொருள் : மாதா, பிதா, சகோதரன், புத்திரன், மனைவி, செல்வம், சொந்தபந்தம், எஜமானர், பிரியம் உள்ளவர்கள், நண்பர்கள் என்று எவருமே நமது மரண காலத்தில் உதவிக்கு வரார். ராம நாமம் ஒன்றே நமக்கு உதவவல்லது. கரையேற்றவல்லது. நம்மை காக்க வல்லது.

20. ஸிமரன் ராம் - நாம் ஹை ஸங்கீ  
ஸகா ஸ்நேஹி ஸஹ்ருத சுப அங்கீ!  
யுக் யுக் கா ஹை நாம் சஹேலா,  
ராம பக்த நஹீ ரஹே அகேலா!!

பொருள் : ராம நாமம் ஒன்று தான் உனது கூடவே இருப்பதாகும். உனது தோழன் ஆகும். உனக்கு நன்மை தருவதாகும், சுகம் நல்குவதாகும். ராமன் மட்டுமே அநாதி காலந்தொட்டு உன்னுடன் கூடவே வசிப்பவர் ஆவார். (இருப்பவர்) ஆவார். ராம பக்தர் எப்போதும் தனியாக இருப்பதில்லை. ப்ரபூ ஸ்ரீராம் அவருடன் கூடவே எப்போதும் இருக்கிறார்.

21. நிர்ஜன வன் விபத ஹோ கோர்,  
நிபிட - நிஷா தம ஸப் ஓர்!

**ஜோத் - ஜப் ராம் நாம் கீ ஜகே,  
ஸங்கட ஸர்வ சஹஜ ஸே பகே!!**

**பொருள் :** ஜன நடமாட்டம் இல்லாத காடாக இருக்கட்டும், பயங்கர துன்பம் ஏற்படும் நேரமாக இருக்கட்டும், கனத்த இரவின் பரந்த இருளிலாகட்டும், அங்கெல்லாம் ராம நாமம் என்ற ஜோதி பரவினால் அவற்றை அறவே அகற்றும். அதைப் போலவே, அனைத்து துக்கங்களையும், துர்பாக்யம், துன்ப தினம் முதலியவற்றையும் ஒட ஒட விரட்டிவிடும்.

**22. பாதா பஃ விஷம ஜப் ஆவே,  
வைர் விரோத் விக்ஞ பட் ஜாவே!  
ராம - நாம் - ஜபியே ஸுக் தாதா,  
ஸச்சா ஸாதீ ஜோ ஹித்கர் த்ராதா!!**

**பொருள் :** எப்பொழுது சிக்கல்கள் நிறைந்த தடைகள் ஏற்படுகின்றனவோ, எப்பொழுது பகைமை, பிரதிகூலம், துன்பம், தடைகள் அதிகரிக்கின்றதோ அப்போது ராம நாமமே நமது உண்மையான நண்பனாக ஆகிறது. எப்பொழுதும் நன்மை தருவதும், நமது ரக்ஷகனும் ஆகும். சுகத்தை தருவதாகும். இப்படிப்பட்ட சிறந்த ராமநாமத்தை ஜபியுங்கள்.

23. மன் ஜப் தைய கோ நஹீ பாவே,  
குசிந்த்தா சித்த கோ சூர் பனாவே!  
ராம் நாம் ஜபே சிந்த்தா சூரக்,  
சிந்தாமணி சித்த சிந்த்தன் பூரக்!!

பொருள் : மனமானது எப்பொழுது திடத்தையும், தைரியத்தையும் இழக்கின்றதோ, மனம் வேதனையால் துண்டுக்களாக உடைகின்றதோ, கவலைகளால் சூழப்படுகின்றதோ, அப்பொழுது 'ராமநாமம்' அவைகளைப் பொடிப் பொடியாக்குகின்றது. 'சிந்தாமணி' என்று சொல்லப்படுகின்ற ராமநாமத்தை எப்பொழுதும் ஜபியுங்கள்.

24. சோக ஸாகர் ஹோ உமடா ஆதா,  
அதி துக்க மே மன் கபராயா!  
பஜியே ராம்ராம் பஹு பார்,  
ஜன் கா கர்த்தா போ பார்!!

பொருள் : எப்பொழுது சங்கடங்கள் அதிகம் ஆகின்றதோ, அதிக துக்கத்தின் காரணமாக மனம் பயப்படுகின்றதோ, அப்பொழுது திரும்ப, திரும்ப 'ராம், ராம்' என்று ஜபியுங்கள். அது சங்கடக் கடலில் மனித வாழ்க்கை என்ற படகை செலுத்திக் கரையேற்றும்.

25. கபீ கபீ கடினதர் கால்,  
கஷ்ட கடோர் ஹோ க்லேஷ் கரால்!  
ராம் நாம் ஜபியே ப்ரதிபால்  
ஸுக தாதா ப்ரபு தீனதயாள்!!

பொருள் : சங்கடங்கள், கடினங்கள் (சிக்கல்) நிறைந்த  
நாள் முழுவதும், கஷ்டங்கள், பயம், கிலேசத்தால்,  
சூழப்பட்ட நேரத்திலும், நம்மைக் காப்பவர், சுகம் தருபவர்,  
ஏழைகளின் பால் இரக்கமுள்ளவர், ப்ரபு ஸ்ரீ ராமரையே  
ஜபித்து மகிழுங்கள்.

26. கன்னா கோர் கடே ஜிஸ் பேர்,  
துர்ஜன் துகடே லேவே கோர்!  
ஜபியே ராம்நாம் பின் தேர்,  
ஜபியே ராம ராம் சுப டேர்!!

பொருள் : எப்பொழுது துர்சம்பவம் சூழ்கின்றதோ,  
கெட்ட சகவாசம் ஏற்படுகின்றதோ, துக்கம்  
ஏற்படுகின்றதோ, உடனே ராமநாமத்தை ஜபிக்கவும்.  
ஸ்ரீராமபிரானின் குணநலன்களை மனம் ஒன்றி  
பாவனையுடன், திரும்ப, திரும்பப் பாடவும்.

27. ராம நாம் ஹோ ஸதா ஸஹாயக்,  
ராம நாம் ஸர்வ ஸுகதாயக்!

ராம நாம் ப்ரபூ ராம் கீ டேக்,  
சுரண சாந்தி ஆஸ்ரய ஹை ஏக்!!

பொருள் : ராம நாமமானது தினசரி வாழ்க்கையில் உதவிகரமானதாகும். அளவற்ற சுகம் தருவதாகும். ராம நாமமே நமது ஒரே அடைக்கலத் தலமாகும். அவரது சரண கமலங்களே சக்தி தரும் ஒரே இடமாகும்.

28. பூஞ்சீ ராமநாம் கீ பாயியே,  
பாதேய ஸாத் நாம் லே ஜாயியே!  
நாசே ஜன்ம மரண்கா கட்கா,  
ரஹே ராம பக்த நஹீ அட்கா!!

பொருள் : ராம நாமத்தையே செல்வமாக ஏற்றுக் கொள்ளுங்கள். வாழ்க்கை என்ற பயணத்திற்கு ராம நாமத்தையே ஒரே மார்க்கமாகப் பின்பற்றுங்கள். அதனால் பிறப்பு - இறப்பு பற்றிய பயம் போய்விடும். ஸ்ரீ ராம பக்தரின் வாழ்க்கைப் பயணம் விக்நமின்றியும், தடை இல்லாமலும் இருக்கும்.

29. ராம் ராம் பூரீ ராம் ஹை,  
தீன் லோக் கா நாத்!  
பரம புருஷ பாவன ப்ரபூ,  
ஸதா கா ஸங்கீ ஸாத்!!

**பொருள் :** பகவான் ஸ்ரீ ராமன் மூன்று உலகங்களுக்கும் தெய்வம் ஆவார். சர்வ உத்தமர். அனைத்திலும் சிறந்தவர். நம்மை புனிதமாக்குபவர்.

30. யக்ஞ தப த்யான் யோக் ஹீ த்யாக்,  
வன் குடி வாஸ் அதி வைராக்!  
ராம - நாம் பிணா நீரஸ போக்,  
ராம - நாம் ஜப தரியே லோக்!!

**பொருள் :** யக்ஞம், தவம், த்யானம், தியாகம் இவை ப்ரபூ ராமனைச் சேருவதற்குரிய சாதனங்களாகும். ராம நாமம் சொல்லுவதை விட்டு விட்டு, காட்டில் குடில் அமைத்து யக்ஞம், தவம் செய்வது தேவையற்றது. உலக வாழ்வில் ஈடுபட்டுக் கொண்டே ராம நாமத்தை ஜபிப்பதால் கட்டாயம் முக்தி பெறலாம்.

31. ராம் - ஜாப் ஸப் ஸம்யம் ஸாதன்,  
ராம் - ஜாப் ஹை கம் ஆராதன்!  
ராம் - ஜாப் ஹை பரம அப்யாஸ்,  
ஸிமரோ ராம - நாம் 'ஸுக ராஸ்'!!

**பொருள் :** ராம நாம ஜபம் ஒன்றே புலனடக்கங்களைத் தரவல்லது. மனதின் கண் கட்டுப்பாட்டை தரவல்லது. ஈஸ்வரின் ஆராதனைக்குரிய அனைத்துச் செயல்களும் ராம நாம ஜபத்திற்கு ஒத்தது



ஆகும். சகல விஷயங்களிலும் உன்னதமான ஸ்ரீராம  
நாமத்தை ஜபிப்பாயாக.

32. ராம - ஜாப் கஹி ஊஞ்சி கரணி,  
பாதா - விக்ன பஹு துக்க ஹரணி!  
ராம் - ராம் மஹாமந்த்ர ஜப்னா,  
ஹை சவ்ருத நேம தப தப்னா!!

பொருள் : ராம நாம தவம், ஜபமானது ஒரு  
அற்புதமான மிகச் சிறந்ததாகும். அது துன்பங்கள்,  
சிக்கல்கள், தடைகள் மிகுந்த கூட்டத்தை ஒடச் செய்து  
விடும். ராம நாமம் மஹாமந்த்ரம் ஆகும். ராம நாமத்தை  
ஜபிப்பது சிறந்த நியமம் ஆகும். தவம் ஆகும்.

33. ராம் - ஜாப் ஹை ஸரள ஸமாதி,  
ஹரே ஸப் ஆதி வ்யாதி உபாதி!  
ருத்தி ஸித்தி ஓளர் நவ நிதான்,  
தாதா நாம் ஹை ஸப் ஸுக கான்!!

பொருள் : ராம நாமமானது மிகவும் எளிமையானது.  
அது மனம், உடல் உபாதைகளையும், நித்திய  
பிரச்சனைகளையும் தீர்க்கவல்லது. ஆத்ம சக்தி,  
நவநிதிகளின் காரண கர்த்தாவாக உள்ளது. சகல  
சுகங்களின் கஜானாவாக இருப்பது - ராம நாம மந்திரம்.



34. ராம் - ராம் சிந்த்தன் ஸுவிசார்,  
ராம் - ராம் ஜப நிச்சய தார்!  
ராம் - ராம் ஸ்ரீ ராம் த்யானா,  
ஹை பரம - பத அம்ருத பானா!!

பொருள் : ராம நாமத்தில் சிந்தனையை நிலை நிறுத்துவது இனிமையானதாகும். எப்பொழுதும் திடமனத்துடன் ராம நாமத்தை ஜபிக்கவும், ராம நாம ஜபத்தின் தாத்பர்யம் சிறந்தது. உச்சநிலை அமுதத்தை பெறுவதற்கு ஒப்பானது.

35. ராம - ராம ஸ்ரீ நாம ஹரி,  
ஸஹஜ பரம ஹை யோக்!  
ராம் - ராம் ஸ்ரீ ராம ஜப,  
தாதா அம்ருத போக்!!

பொருள் : ராம நாமத்தை ஜபிப்பது ஒன்றே ப்ரபு ஸ்ரீ ராமனுடன் கலந்து விடுவதற்கான மிகுந்த உன்னதமான சுலபமான வழியாகும். அதனால் ராம நாமத்தை ஜபியுங்கள். அதுவே நன்மை என்ற அமுதத்தை தருவதாகும்.

36. நாம சிந்தாமணி ரத்ன அமோல்,  
ராம - நாம் மஹிமா அன்மோல்!

அதுல ப்ரபாவ அதி ப்ரதாப்,  
ராம - நாம் கஹா தாரக ஜாப்!!

பொருள் : ராம நாமம் என்ற சிந்தாமணி  
இப்படிப்பட்ட ரத்தினம் ஆகும். அதனுடைய மதிப்பு  
அளவிடமுடியாது. அளவில் அடங்காதது. ராம நாமம்  
மகத்துவம் வாய்ந்தது. ஒப்புவமை அற்றது. சக்தி மிகுந்தது.  
அதை ஜபிப்பது முக்திக்கு வழிகாட்டும்

37. பீஜ் அக்ஷர் மஹா சக்தி கோஷ்,  
ராம் - ராம ஜப சுப - ஸந்தோஷ்!  
ராம் - ராம் ப்ரீ ராம் - ராம மந்த்ர,  
தந்த்ர பீஜ் ப்ராத்த்ர யந்த்ர!!

பொருள் : ராம நாமத்தின் மூலம் மஹாசக்தியின்  
புனித ஓடையாகும். ராம நாம ஜபம் சுபமான  
மகிழ்ச்சியாகும். இன்பம் தந்து முக்தியளிக்கவல்லது. ராம  
மந்திரம் - தந்திர, மந்திர சாதனைகளின் மூலமாக ஆகிறது.  
ராம சிறந்த பீஜாக்ஷர் ஆகும்.

38. பீஜா க்ஷர் பத பத்ய ப்ரகாஷே,  
ராம் - ராம் ஜப தோஷ விநாசே!  
குண்டலினி போதே ஸுஷும்னா கோலே,  
ராம மந்த்ர அம்ருத ரச கோலே!!

**பொருள் :** ராம நாம மூல மந்த்ரமானது உள்ளே இருக்கும் இதயம் என்ற கமல இதழ்களை கிரமமாக மலரச் செய்கிறது. ராம நாம ஜபம் தோஷங்களையும், தூர் குணங்களையும் நஷ்டமடையச் செய்கிறது. குண்டலினி சக்தியை உயிர்ப்பிக்கிறது. ராம மந்திரம் என்ற அமுத ரசமானது. நமக்குள்ளே நிரம்பி வழிகின்றது.

**39. உபஜே நாத ஸஹஜ பஹு - பாந்த்,**

அஜபா ஜாப் பீதர் ஹோ சாந்த்!

ராம் - நாம் பத சக்தி ஜகாவே,

ராம் - நாம் துன் ஜபி ரமாவே!!

**பொருள் :** பலவிதமான திவ்ய சப்தங்கள் மிகச் சலபமாக மனதினுள் எழுகின்றன. மனதை சாந்தப்படுத்தும் ஜபம் ஆரம்பமாகின்றது. எப்பொழுது மனமானது ராம நாமத்தில் ஈடுபட்டுவிடுகின்றதோ, அப்பொழுதே ராம நாமாவளி உள்ளே உள்ள சக்திகளை எழுப்பி நல்வழி காட்டுகின்றது.

**40. ராம - நாம் ஜப் ஜகே அபங்க**

சேதன பாவ் ஜகே ஸுக ஸங்க!

க்ரந்தீ அவித்யா ட்டூடே பாரி,

ராம் - லீலா கீ கிலே புல்வாரி!!

பொருள் : எப்பொழுது இடைவிடாத ராமத்யானத்தினால் உள்ளத்தில் "நான் ஆத்மாவாக இருக்கிறேன்" என்ற விழிப்புணர்ச்சியின் பாவனை, பரமானந்த சுகமாக ஏற்பட்டு விடுகின்றதோ, அப்போதே தேகத்தின் மீதான் இச்சை என்ற முடிச்சு அவிழ்ந்து விடுகின்றது. அதாவது ராமநாம ஒளியினால் அஞ்ஞான இருட்டு அகன்று, ராமலீலா என்ற பூந்தோட்டமே மலர்ந்து விடுகின்றது.

41. பதித பாவனையம் = பாட்,  
ராம் = ராம் ஜப யாக்!  
ஸ்ப்ஷ லித்தி கர் சாதனா,  
ராம = நாம் அனுராக்!!

பொருள் : ராம நாமத்தை திரும்ப திரும்ப பஜிப்பது யக்ஞமாகும். இந்த யக்ஞம் கீழ்ப்பட்டவர்களையும் பவித்திரமானவர்களாக்கும். ராம நாமத்தின் அன்பானது சாதனையை வெற்றி கரமாக்கும்.

42. தீன் லோக் கா ஸ்மஜியே ஸார்,  
ராம = நாம் ஸப் ஹீ ஸக், கார்!  
ராம = நாம் கீ பஹீத் படாயீ,  
வேத புராண முனி ஜன் காயீ!!

பொருள் : சுகத்தை தரக் கூடிய ராம நாமமானது அனைத்துலக ஆன்மா ஆகும். தத்துவம் ஆகும். ராம நாமத்தின் சிறப்பையும், உன்னதத்தையும், பிரதாபத்தையும் வேதங்களும், புராணங்களும், முனிவர்களும் முழுமையாகப் பாடியிருக்கிறார்கள்.

43. யதி ஸதி ஸாது ஸந்த் ஸயானே,  
ராம = நாம் நிஷ தின் பகானே!  
தாபஸ் யோகி ஸித்த ரிஷிவர்,  
ஜபதே ராம் = ராம் சப் ஸுக்கர்!!

பொருள் : துறவிகள், பதிவிரதைகள், சாதுக்கள், புத்திசாலிகள் அனைவரும் இரவும், பகலும் ராம நாமத்தின் குணநலன்களையே பாடுகின்றார்கள். தபஸ்விகளும், யோகிகளும், சித்தர்களும், மஹரிஷிகளும் கூட ராம நாமத்தையே ஜபிக்கிறார்கள்.

44. பாவனா பக்தி பரே பஜனீக்,  
பஜதே ராம நாம் ரமணீக்!  
பஜதே பக்த பாவ் பார்பூர்,  
ப்ரம = பய பேத பாவ் ஸே தூர்!!

பொருள் : சிரத்தையுடனும், பக்தியுடனும் பஜனை செய்யும் பக்தன், மிகுந்த அழகுடைய ராம நாமத்தை பஜனை செய்கிறான். பக்தர்கள், பாவனை மிகுந்த,

பிரேமை மிகுந்த பஜனை மூலமாக சந்தேகம், பயம், பட்ச  
பாதம் முதலியவற்றில் இருந்து விலகி இருக்கிறார்கள்.

45. பூர்ண - பண்டித்புருஷ ப்ரதான்,  
பாவன - பரம பாட் ஹீ மான்!  
கர்த்தே ராம் - நாம் ஜப் த்யான்,  
ஸுந்தே ராம் அனாஹத - தான்!!

பொருள் : படித்த பண்டிதர்களும், முக்கியமான  
பெரிய மஹான்களும் ராம நாமத்தையே பவித்திரமான  
தாகவும், மந்திரமாகவும் ஒப்புக் கொண்டு தினமும்  
ராமநாமத்தையே ஜபிக்கிறார்கள். தன் உள்ளே  
ராமநாமத்தை உணர்ந்து ஆனந்தத்தில் மூழ்குகின்றார்கள்.

46. இஸ் மே ஸுரதி ஸுர நமாதே,  
ராம் - ராம் ஸ்வர் ஸாத தஸமாதே!  
தேவ தேவிகண தேவ விதாதா,  
ராம் - ராம் பஜதே கண த்ராதா!!

பொருள் : ராம நாம நாத ஒலியில் அன்பு  
கொண்டவர்கள், சாதுக்கள், தேவர்கள், அதில்  
லயிப்பவர்கள் லாபம் அடைகிறார்கள். தன்னையே  
இழக்கிறார்கள். ஆனந்தத்தில் மூழ்குகிறார்கள். தேவர்கள்,  
தேவியர், மக்களின் ரக்ஷகர், அனைவரும் ஸ்ரீ ராமனையே  
பூஜிக்கிறார்கள்.

47. ராம் = ராம் ஸுகுணி ஜன் காதே,  
ஸ்வர = சங்கீத் சே ராம் ரிஜாதே!  
கீர்த்தன் = கதா கர்த்தே வித்வான்,  
ஸார் ஸரஸ் ஸங் ஸாதன்வான்!!

பொருள் : நல்ல குணம் உடையவர்கள். ராம நாமத்தையே பாடுகிறார்கள். தங்களது இனிய குரலினால், அழகிய பாடல்களினால் ஸ்ரீராமனை மகிழ்விக்கின்றார்கள். படித்த பண்டிதர்கள் ராமனுடைய கீர்த்தியைப் பாடுகின்றனர். அவருடைய கதையை தத்துவங்களுடன் இனிமையாக சர்ச்சை செய்கின்றனர்.

48. மோஹக் மந்த்ர அதி மதுர்,  
ராம் = ராம் ஜப் தியான்!  
ஹோதா தீனோம் லோக் மே,  
ராம = நாம் குண கான்!!

பொருள் : ஸ்ரீ ராம நாமத்தை உச்சரிப்பதும், த்யானிப்பதும் மிகவும் இனிமையானது. மனம் கவரக் கூடியது. தன்னையே மறக்கச் செய்யும் மந்திரமாவது. மூவுலகிலும் ராம நாமத்தின் சிறப்பே பேசப்படுகிறது.

49. மித்யா மன் கல்பித் மத் ஜால்,  
மித்யா ஹை மோஹ குமுத பைதால்!



மித்யா மன் முகியா = மனோராஜ்,  
ஸச்சா ஹை ராம = நாம் ஜப் காஜ்!!

பொருள் : மனதில் ஏற்பட்ட, மனதுள் கற்பிக்கப்பட்ட வெவ்வேறு வழிகள் சத்யமல்ல. அழிவைத் தர வல்லது. கர்வமும் சத்தியமல்ல. மனம் என்ற ராஜ்யத்தில் இருப்பதும் பொய்யானது. மனதைக் கட்டுப்படுத்தி, ராம நாம ஜபத்தில் ஈடுபடுவதே சத்தியமான செயல் ஆகும்.

50. மித்யா ஹை வாத விவாத விரோத்,  
மித்யா ஹை வைர் நிந்தா ஹட் க்ரோத்!  
மித்யா த்ரோஹ தூர்குண துக்க கான்,  
ராம = நாம ஜப் ஸத்ய நிதான்!!

பொருள் : வாதங்கள், பிரதிவாதங்கள், தர்க்கங்கள் அனைத்தும் பொய்யானவை. பகைமை, குணங்களைப் பற்றிய விமரிசனங்கள், அகங்காரம், கோபம், கெட்ட குணம் முதலியவை பொய்யானவை. துக்கம் தருபவை. ராம நாம ஜபம் ஒன்றே சத்தியத்தின் இருப்பிடமாகும்.

51. சத்ய மூலக் ஹை ரச்சா ஸாரி,  
ஸர்வ ஸத்யப்ரபூ = ராம் பஸாரி!



பீஜ் ஸே தந மகட ஸே தார்,  
ஹுவா த்யோம் ராம் ஸே ஜக் விஸ்தார்!!

பொருள் : அனைத்து சிருஷ்டிகளின் மூலமானது சத்யமே ஆகும். இந்த மூல சத்யமானது ப்ரபூ ஸ்ரீ ராமனின் மூலமாகப் பரவியுள்ளது. எப்படி விதையிலிருந்து விருகுகமானது வருகின்றதோ, அதைப் போன்று ஸ்ரீராமர் என்ற பீஜாக்ஷர் மூலமாகத்தான் உலகம் முழுவதும் விரிவடைந்துள்ளது.

52. விச்வ வ்ருகை கா ராம் ஹை மூல்,  
உஸ் கோ தூ ப்ராணீ கபீ ந பூல்,  
ஸான்ஸ் = ஸான்ஸ் ஸே ஸிமர் ஸுஜான்,  
ராம் = ராம் ப்ரபூ ராம் = மஹான்!!

பொருள் : உலகம் என்ற மரத்தின் மூலம் (விதை) ஸ்ரீ ராமரே ஆகும். ஏ மனிதா! நீ இந்த சத்தியத்தை ஒருபொழுதும் மறவாதே அதனால் நீ குறிப்பிட்ட நியம முறையில் ப்ரபூ ஸ்ரீ ராமனையே பிரார்த்தனை செய். அவரையே துதித்து வணங்கு.

53. லய உத்பத்தி பால்னா ரூப்,  
சக்தி = சேத்தனா ஆனந்த ஸ்வரூப்!  
ஆதி அந்த ஒளர் மத்ய ஹை ராம்,  
அசரண சரண ஹை ராம் = விஸ்ராம்!!

**பொருள் :** ராமனே அனைவருக்கும் சரணம் அளிப்பவன். அடைக்கலம் தருபவன். ஆக்கல், காத்தல், அழித்தல் ஆகியவற்றின் கர்த்தா அவனே. ஸ்ரீராமனின் சுபாவம் சக்தி, ஞானம், ஆனந்தம், பரமானந்தமாக இருக்கின்றது. அந்த ப்ரபு ஸ்ரீராமனே சிருஷ்டியின் ஆரம்பமாகவும், மத்தியமாகவும், முடிவாகவும் இருக்கிறார்.

54. ராம நாம் ஜப்பாவ் ஸே,  
மேரே அப்னே ஆப்!  
பரம - புருஷ பாலக் ப்ரபு,  
ஹர்த்தா பாப் த்ரிதாப்!!

**பொருள் :** அதனால் ஏ மனிதா, நீ மிகுந்த இச்சையுடன், பிரியத்துடன் ராம நாமத்தில் மனம் ஒன்றி ஜபித்திரு. ராமனே புருஷோத்தமர். அனைவரையும் காப்பவர். மூன்று வகை பாவங்களையும் வேரோடு களைய வல்லவர்.

55. ராம் நாம் பினா வருத்தா விஹார்,  
தனதான்ய ஸுக - போக பஸார்!  
வ்ருத்தா ஹை ஸப் ஸம்பத் ஸம்மான்,  
ஹோவே தன் யதா ரஹித ப்ராண்!!

**பொருள் :** இவ்விதமான மனமகிழ்ச்சி, போகம் போகத்திற்குரிய பொருட்களான தனம், தான்யம்,

சுகங்களின் கூட்டு, ராம நாமம் இல்லாது போனால் அர்த்தமற்றதாகும், ருசி அற்றதாகும். அனைத்து ஐஸ்வர்யங்களும், மரியாதை முதலியவைகளும் கூட வியர்த்தமாகி விடும். உயிர் இல்லாது உடல் மட்டும் இருந்தால் அது எவ்வாறு அர்த்தமற்றதோ, அதைப் போலவே ராம நாமம் அற்ற வாழ்க்கை முழு வியர்த்தமான, அர்த்தமற்ற ஒன்றாகும்.

56. நாம்பினா சம் நீரஸ் ஸ்வாத்,  
ஜ்யோம் ஹோ ஸ்வர் பினா ராக் விஷாத்!  
ராம் பினா நஹி ஸஜே ஸிங்கார்,  
ராம் = நாம் ஹை ஸப் ரஸ ஸார்!!

பொருள் : எவ்வாறு நல்ல ராகம் இல்லாத சங்கீதம் கீதமற்றதாக இருக்கின்றதோ, பரியமற்றதாகி விடுகின்றதோ, அதைப்போல் ராம நாமம் இல்லாத எதுவும் ருசிப்பதில்லை. ராம நாமம் அல்லாத அலங்காரம், அழகு சோபிக்காது. ருசிகளின் இருப்பிடமும், உயிர் போன்றதுமான ராம நாமமே மிகச் சிறந்தது.

51. ஜகத் கா ஜீவன் ஜானோ ராம்,  
ஜக் கீ ஜ்யோதி ஜாஜ்வல்யமான்  
ராம நாம் பினா மோஹினீ மாயா,  
ஜீவன் ஹீன் யதா தன் சாயா!!

**பொருள் :** அனைத்துலகத்தின் பரமாத்மா ஸ்ரீ ராமரை அறிந்து கொள். உலகின் ஜோதி ஸ்ரீ ராமரே. உயிரின்றி உடல் நிழலாவது போல, ராம நாமம் இன்றி - உலகின் சிருஷ்டி, அனைத்தும் மாயையாகவே ஆகிவிடுகின்றது. ராம நாமமே உலகின் அனைத்து செயல்களுக்கும் மூலகாரணமாகின்றது.

58. ஸுனா ஸமஜியே ஸப் ஸம்சார்,  
ஜஹாங் நஹீ ராமநாம் ஸஞ்சார்!  
ஸுனா ஜானியே ஞானசூவிவேக்  
ஜிஸ் மே ராம - நாம் நஹீ ஏக்!!

**பொருள் :** ராம நாமம் அற்ற உலகு பொருளற்ற ஒன்றாகும். ராம நாமம் அன்றி பெறப்பட்ட ஞானம், விவேகமும் கூட பறவைகளற்ற பொந்துக்கு (கூடு) ஒப்பானதாகும். மிகவும் தாழ்ந்த ஒன்றாக கருதப்படும்.

59. குனே க்ரந்த பந்த் மத் போதே,  
பனே ஜோ ராம நாம் பின தோதே!  
ராம - நாம் பின் வாத் விசார்,  
பாரீ - ப்ரம கா கரே ிர்சார்!!

**பொருள் :** உலகின் அனைத்து தர்மநூல்களும், சாஸ்திரங்களும், சம்பிரதாயங்களும், தார்மீக சிந்தனைகளும், பெரிய, பெரிய நல்ல புத்தகங்களும், ப்ரபூ

ஸ்ரீராம நாமம் இல்லாமல் சிடையவே சிடையாது.  
ஸ்ரீராமநாமம் இல்லாத சர்ச்சைகள், தர்க்கம், சிந்தனைகள்  
மிகுந்த குழப்பத்தை பரப்புவதாகும்.

60. ராம - நாம் தீபக் பிணா,  
ஜன் - மன் மே அந்தோ!  
ரஹே இஸ் ஸே ஹே மம - மன்,  
ராம் ஸுமாலா பேர்!!

பொருள் : ராம நாமம் என்ற தீபம் இல்லாமல்  
மனதில் இருட்டு பரவிக் கிடக்கின்றது. எனவே ஏ மனமே,  
நீ ராம நாமம் என்ற அழகிய மாலையை அணிவாயாக!

61. ராம் - ராம் பஜ் கர் ஸ்ரீ ராம்,  
கரியே நித்ய ஹீ உத்தம காம்!  
ஜித்னே கர்த்தவ்ய கர்ம கலாப்,  
கரியே ராம் ராம் கர் ஜாப்!!

பொருள் : தினமும் ராம், ராம், ஸ்ரீராம் என்று  
உச்சரியுங்கள். ஸ்ரீராமரின் குணநலன்களைப் பாடி நல்ல  
சிறந்த செயல்களையே செய்யுங்கள். ராம நாம ஜபம்,  
ஆராதனை, பிரார்த்தனை, சிந்தனை, தியானம்  
ஆகியவையே மிகச் சிறந்த - உன்னதமான செயலாகும்.  
வாய் ராம நாமத்தை உச்சரிக்கட்டும். கைகள் நாம்  
வழக்கமாகச் செய்யும் தொழிலைக், கடமையைச்  
செய்யட்டும்.

62. கரியே கமனாகம் கே கால்,  
ராம் - நாம் ஜோ கர்த்தா நிஹால்,  
ஸோதே ஜக்தே ஸப் தின் யாம்,  
ஜபியே ராம் - ராம் அபிராம்!!

பொருள் : வரும்போதும், போகும்போதும் கூட  
ராமநாம ஜபம் செய்துக் கொண்டே இருங்கள். அது  
திருப்தியையும், மகிழ்ச்சியையும் அளிக்கின்றது. பகவிலும்,  
இரவிலும், தூங்கும் போதும், விழித்திருக்கும் போதும்,  
எப்பொழுதும், தினமும் - அழகிய மனோகரமான ஸ்ரீ  
ராமனையே ஜபித்துக் கொண்டு இருங்கள்.

63. ஜப்தே ராம - நாம் மஹா - மாலா,  
லக்தா நரக த்வார் பை தாலா!  
ஜப்தே ராம் ராம் ஜப் பாட்,  
ஜல்தே கர்மபந்த யதா காட்!!

பொருள் : ராமநாமத்தை ஜபிக்க, ஜபிக்க நரக  
வாசலில் பூட்டு போடப்படுகிறது. ராம நாமத்தை  
இடைவிடாது ஜபிப்பதன் மூலம், திரும்ப திரும்ப  
ஆவிருத்தி செய்வதின் மூலம் நமது கர்ம பலனும் கூட,  
மரக்கட்டையைப் போல அடியோடு எரிக்கப்படுகின்றது.



64. தான் ஜப் ராம் நாம் கீ ட்டே,  
பாண்டா = பரா அபாக்ய பய ப்யூடே!  
மன்கா ஹை ராமநாம் கா ஜசா,  
சிந்தாமணி, பாரஸ்மணி ஜைஸா!!

பொருள் : ராம நாமம் என்ற இனிய சொல்லானது நமது மனதில் நிரந்தரமாக ரீங்காரமிட்டுக் கொண்டே இருந்தால், பயம், துர்பாக்யம் அனைத்தும் தூள் தூளாகிறது. இரும்பைத் தங்கமாக்கும் குணம் கொண்ட பாரஸ்மணியைப் போலவே, ராம நாம சிந்தாமணி கெடுதல் அனைத்தையும், நல்லவையாக மாற்றிவிடும் ஆற்றல் மிக்கது.

65. ராம = நாம் ஸுதா ரஸ ஸாகர்,  
ராம = நாம் ஞான குண ஆகர்!  
ராம = நாம் ஸ்ரீ ராம் - மஹாராஜ்,  
பவ = ஸிந்து மே ஹை அதுல - ஜஹாஜ்!!

பொருள் : ராம நாமம் அமுதக் கடலாகும். ராம நாமம் ஆத்மாவின் கல்வியின் இருப்பிடமாகும். நல்ல குண நலன்களின் இருப்பிடமாகும். ஸ்ரீ ராம நாமம், மஹாராஜ் ராமன், ஸ்வாமி, உலகம் என்றக் கடலைக் கடக்கவல்ல கப்பலாகும்.



66. ராம - நாம் சப்தீர்த்த ஸ்தான்,  
ராம் - ராம் ஜபம் - ஸ்தான்!!  
தோ கர் பாப் - தாப் சப்துவ்,  
கர் தே பய - ப்ரம கோ உன்மூல்!!

பொருள் : ராமநாமத்தில் அனைத்து புண்ணியத் தீர்த்தங்களும் நிரம்பியுள்ளன. ராமநாம ஜபம் நமது அகம், புறம் இரண்டையும் சுத்தம் செய்ய வல்லது. பாவத்தையும், அதனால் ஏற்படக்கூடிய அழிவையும், சுத்தமாகக் கழுவி, பயம், சந்தேகம், பிரமை போன்ற சிக்கல்களில் இருந்து நம்மை விடுவிக்கிறது.

67. ராம் - ஜாப் ரவி தேஜ் ஸமான்,  
மஹா - மோஹ - தம ஹரே அஞ்ஞான்!  
ராம - ஜாப் தே ஆனந்த மஹான்,  
மிலே உஸே ஜிஸே தே பக்வான்!!

பொருள் : ராம நாமமானது சூரியனின் ஒளிக்கு ஒப்பானது. அது மோகம், அஞ்ஞானம், இவைகளால் சூழப்பட்ட இருளைப் போக்குகின்றது. ராம நாம ஜபம் பரமானந்தம் தரவல்லது. ஆனால் அந்த பரமானந்தம் யாருக்கு கிடைக்கிறதோ அது, பகவான் ஸ்ரீ ராமனால் மட்டுமே தரப்படுகின்றது.

68. ராம - நாம் கோ சிம்ரியே,  
ராம் - நாம் ஏக் தார்!  
பரம - பாட் பாவன - பரம,  
பதித அதம தே தார்!!

பொருள் : ராமநாமத்தை அகண்ட ஆராதனை செய்யுங்கள். ஸ்மரனை செய்யுங்கள். ராம நாமம் மிகச் சிறந்த பாடமாகும். புனிதம் தருவதாகும். மிகவும் நீச்சத்தனம் மிகுந்த பாவிகளையும், துஷ்டர்களையும் மேலானவர் களாக மாற்றும்.

69. மாங்கு மை ராம க்ருபா தின் - ராத்,  
ராம க்ருபா ஹரே ஸப் உத்பாத்!  
ராம க்ருபா லேவே அந்த ஸம்பால்,  
ராம ப்ரபூ ஹை ஜன ப்ரதிபால்!!

பொருள் : நான் இரவும் பகலும் ஸ்ரீராமக்ருபையை வேண்டுகின்றேன். ஏனென்றால் அது அனைத்து துன்பங்களில் இருந்தும் நம்மை தடுத்து ஆட்கொள்கிறது. கடைசி காலத்தில் நம்மை ரக்ஷிக்கின்றது. ஸ்ரீராமப் பிரபு தான் அனைத்தையும் ஆட்சி செய்கின்றார்.

70. ராம = க்ருபா ஹை உச்சதர் யோக்,  
ராம = க்ருபா ஹை சுப ஸம்யோக்!  
ராம = க்ருபா சப் சாதன - மர்ம,  
ராம = க்ருபா ஸம்யம் ஸத்ய தர்ம!!

பொருள் : ராமக்ருபையே மிகச்சிறந்த யோகமாகும். ராமக்ருபை செளபாக்யமாம். தேவயோகம் ஆகும். ராமக்ருபையே ஆத்மபயிற்சியின் ரகஸ்யமாகும். மறைந்துள்ள தத்துவமாகும். ராமக்ருபைதான் உடல் இந்திரியங்களை அடக்கவல்லதாகும். உள்ளத்தைக் கட்டுப்படுத்த வல்லதாகும். உண்மையான தர்மம் ஆகும்.

71. ராம = நாம் கோ மன் மே பஸானா,  
ஸுபத ராம = க்ருபா கா ஹை பானா!  
மன் மே ராம = துன் ஜப் பிரே,  
ராம = க்ருபா தப் ஹீ அவதரே!!

பொருள் : உள்ளத்தில் ராமநாமத்தை பதிய வைத்தலே ஸ்ரீ ராமக்ருபையை அடைய அழகிய, ஒரே வழியாகும். எப்பொழுது மனதில் ராமநாமமானது ரீங்காரமிடுகின்றதோ, ஜல், ஜல் என்று ஒலிக்கின்றதோ, அப்பொழுதுதான் ஸ்ரீராமரின் கருணையானது அடையப் பெறுகின்றது.

72. ரஹும் மை நாம் மே ஹோ கர் லீன்,  
ஜைஸே ஜல் மே ஹோ மீன் அதீன்!  
ராம க்ருபா பர்பூர் மை பாவும்,  
பரம = ப்ரபூ கோ பீதர் லாவும்!!

பொருள் : எப்படி மீன் தண்ணீரில் நிர்பயமாக இருக்கின்றதோ, அதுபோல நான் ராமநாமத்தில் மூழ்கி நிர்பயமாக (சுவலையில்லாமல்) இருப்பேன். தேவைக்கு அதிகமாகவே அவரது கருணையை அடைவேன். எனது பிரியமான சுவாமியை என்னுள் தெளிவாகப் பெறுவேன்.

73. பக்தி = பாவ் சே பக்த ஸுஜான்,  
பஜ்தே ராம = க்ருபா கா நிதான்!  
ராம க்ருபா உஸ் ஜன் மே ஆவே,  
ஜிஸ் மே ஆப் ஹீ ராம் பஸாவே!!

பொருள் : புத்திமான்கள், சிரத்தையுள்ளவர், பக்தி நிறைந்தவர் பக்தி பாவத்துடன் கருணையே வடிவமான ஸ்ரீராமரை பஜிக்கிறார்கள். ராமக்கிருபையானது தானாகவே அந்த பக்தர்களை நோக்கி வர்ஷிக்கத் (பொழிய) தொடங்கி விடுகிறது.

74. க்ருபா ப்ரசாத் ஹை ராம் கீ தேனி,  
கால் = வ்யால் ஜஞ்சால் ஹர் லேனி!  
க்ருபா = ப்ரஸாத் ஸுதா ஸுக = ஸ்வாத்,  
ராம் = நாம் தே ரஹித விவாத்!!

பொருள் : ராமக்ருபை என்ற மகாப்ரசாதம் ஸ்ரீராமனால் தரப்பட்ட பரிசாகும். காலஸர்ப்பத்தின் அடக்குமுறை, வேதனைகளிலிருந்து அடக்குமுறை, வேதனைகளிலிருந்து விடுதலை தருகிறது. சந்தேகமற்ற, விவாதமற்ற, ராம் நாமமானது ராமக்ருபை என்ற பிரசாதத்தின் மூலமாக அமுத சுகமான, இனிய சுவையைத் தருகிறது.

75. ப்ரபூ = ப்ரஸாத் சிவ சாந்தி தாதா,  
ப்ரஹ்ம = தாம் மே ஆப் பஹுஞ்சாதா!  
ப்ரபூ = ப்ரஸாத் பாவே வஹ் ப்ராணி,  
ராம் = ராம் ஜபே அம்ருத வாணி!!

பொருள் : ப்ரபூ ஸ்ரீராமன் மங்களம், மகிழ்ச்சி, சாந்தி இவைகளைத் தருபவர். அவர் தானாக மனம் உவந்து நமக்கு, தனது பேரருளை பொழிகிறார். அந்த அருளானது யாருக்கு கிடைக்கின்றதோ, அவர் ராமநாமம் என்ற திவ்ய வாசகத்தை இடைவிடாமல் உச்சரித்துக் கொண்டே இருக்கிறார்.

76. ஓளஷத் ராம - நாம் கீ காயியே,  
ம்ருத்யு ஜன்ம கே ரோக் மிடாயியே!  
ராம - நாம அம்ருத்ரஸ் - பான்,  
தேதா அமல் அச்சல் நிர்வாண்!!

பொருள் : ராமநாமம் என்ற மாமருந்தை  
சேமியுங்கள். பிறப்பு, இறப்பு என்ற ரோகத்திலிருந்து  
முக்தி பெறுங்கள். ராமநாமம் என்ற இனிய அமுதத்தின்  
சேமிப்பானது சுத்தமான, ஸ்பஷ்டமான, ஸ்திரமான,  
மோக்ஷத்தைப் பெற முடியும்.

77. ராம் - ராம் துன் கூன்ஜ் ஸே,  
பவ - பய ஜாதே பாக்!  
ராம - நாம் துன் த்யான் ஸே,  
ஸப் - சுப ஜாதே ஜாக்!!

பொருள் : ராமநாமாவளியின் ப்ரதித்வனியினால்  
பிறப்பு, இறப்பு இவைகளின் பயம் நீங்கி விடுகின்றது.  
ராம், ராம் என்ற உச்சரிப்பின் சப்தத்தினால், அதில் மனம்  
பதிந்து விடுவதால், ஒன்றி விடுவதால் விருப்பங்கள்  
அனைத்தும் நிறைவேறும், சௌபாக்யம் கை கூடும்.

78. மாங்கூம் மை ராம - நாம் மஹாதான்,  
கர்த்தா நிர்தன் கா கல்யாண்!

தேவ = த்வார் பர் ஜன்ம கா பூக்கா,  
பக்தி ப்ரேம் அனுநாக் ஸே ரூக்கா!!

பொருள் : நான் ராமநாமம் என்ற மிகச் சிறந்த தானத்தை வேண்டுகின்றேன். அந்த ராம நாமமானது ஏழ்மை, பலவீனம், தரித்திரம் இவைகளை நீக்கி நன்மை மட்டுமே செய்யக்கூடியது. என்னிடம் பக்தி, ப்ரேமை, சிரத்தை முதலியவை இல்லை எனினும் நான் ஜன்ம, ஜன்மமாகப் பசியுடன் ஸ்ரீராமனின் அருளை வேண்டி அவருடைய வாசலில் நிற்கிறேன்.

79. 'பர் ஹும் தேரா' யஹ் லியே டேர்,  
சரண் படே கீ ரகியோ மேர்!  
அப்னா ஆப் விரத = விசார்,  
தீஜியே பக்வன்! நாம் ப்யார்!!

பொருள் : ஹே, ஸ்ரீராம், நான் உன்னுடையவன். உனது பாதங்களில் இருக்கும் என்னை ஏற்றுக் கொள். என்னிடம் அருள் புரிவாயாக! க்ருபை செய்வாயாக! ஹே, ப்ரபூ! எனது குறைகளைப் பொருட்படுத்தாது. தங்களின் சுபாவப்படி, கீர்த்தியின் சிறந்த புகழின்படி, எனக்குத் தங்களது மேலான, சிறந்த அன்பைத் தர வேண்டும்.



80. ராம் நாம் னே வே பீ தாரே,  
ஜோ தே அதர்மீ - அதம ஹத்யாரே!  
கபட - குடில - குகர்மீ அநேக்,  
தர் கயே ராம - நாம் லே ஏக்!!

பொருள் : ராம நாமம் எப்படிப்பட்ட பாவியையும் விமோசனம் செய்ய வல்லது. தர்மமற்றவர், நாத்திகர், நீசர், கொலைகாரர், ஏமாற்றுக்காரர், பிறரால் வெறுக்கப்பட்ட, ஆபாசம் நிறைந்தோர், கெட்ட செயல் செய்வோர், பாவிகள் இவர்களும் ராமநாமத்தை ஜபித்து முக்தி அடைவர்.

81. தர் கயே த்ருதி தாரணா ஹீன்,  
தர்ம - கர்ம மே ஜன அதி தீன்!  
ராம் - ராம் பூரீ ராம் ஜப ஜாப்,  
ஹுயே அதுல - விமல அபாப்!!

பொருள் : எவன் திடமற்றவனோ, நம்பிக்கையற்றவனோ, பொறுத்துக் கொள்ளும் தன்மையற்றவனோ, ஸ்திரமற்றவனோ, பகவானிடம் நிற்காத மனம் உள்ளவனோ, நீதியற்ற செயல் செய்பவனோ, அப்படிப்பட்ட தர்மமற்ற துச்சமானவர் கூட ராம நாமத்தை ஜபம் செய்வதன் மூலம் பாவமற்றவர் ஆகிவிடுகிறார். நிர்மலமானவர் ஆகிவிடுகிறார்.

82. ராம - நாம் மன் முக் மே போலே,  
ராம - நாம் பீத்தர் பட் கோலே!  
ராம - நாம் ஸே கமல விகாஸ்,  
ஹோவே ஸப் ஸாதன் ஸுக - ராஸ்!!

பொருள் : ஸ்ரீ ராம நாமத்தை மனம், வாயால் உச்சரிக்கும் போது நமது மனவாயில் திறந்து விடுகிறது. அஞ்ஞானப் போர்வை விலகுகின்றது. ராம நாமத்தை உச்சரிப்பதால் இதயத்தாமரை மலருகின்றது. உபாசனை செய்வது சுகமாக, ஆனந்தமாக ஆகிறது. வெற்றி ஏற்படுகிறது.

83. ராம - நாம் கட் பீதர் பஸே,  
ஸான்ஸ் - ஸான்ஸ் நஸ் நஸ் சே ரஸே!  
ஸப்னே மே பீ ந பிஸரே நாம்,  
ராம் - ராம் - ஸ்ரீராம் - ராம் - ராம்!!

பொருள் : எப்பொழுது ராம நாமமானது உடல் மனம் இரண்டிலும் பதிந்து விடுகின்றதோ, நாடி, நரம்பு, மூச்சில் துடிக்கின்றதோ, ரோமம், அங்கம், செல்களில் பரவுகின்றதோ, கண்களில் நீர் வழிகின்றது, அப்போது கனவில் கூட ராமநாமத்தை ஒருபோதும் மறக்கமுடியாது. ராமநாமம் எப்போதும் நினைவில் இருந்து கொண்டே இருக்கிறது.

84. ராம - நாம் கே மேல் ஸே,  
ஸத் ஜாதே ஸப் - காம்!  
தேவ தேவ தேவே யதா,  
தான் மஹா - ஸுக தாம்!!

பொருள் : ராமநாமத்தைச் சேருவதால் அனைத்துச் செயல்களும் வெற்றியடைகின்றன. முழுமை அடைகின்றன. மனிதன் விமோசனம் அடைகிறான். ஆத்மீக சுகம் எப்போதும் குறையாதது. அது எப்பொழுது மஹாதானம் என்ற உருவில் நமக்குக் கிடைக்கிறதோ, அப்போது அதை தேவாதி தேவனான ப்ரபு ஸ்ரீராமன் தருகின்றார்.

85. அஹோ! மை ராம - நாம் தன் பாயா,  
கான் - மே ராம - நாம் ஜப் ஆயா!  
முக் ஸே ராம - நாம் ஜப் காயா,  
மன் ஸே ராம - நாம் ஜப் த்யாயா!!

பொருள் : என்னுடைய பெரும் பாக்யம், எப்பொழுதிலிருந்து எனது காதில் ராம நாமம் ஒலிக்கத் துவங்கியதோ, அப்பொழுதே ராமநாமம் என்ற செல்வத்தை நான் பெற்றுவிட்டேன். எப்பொழுது நான் ராமநாமத்தை ஜபிக்க ஆரம்பித்தேனோ, அப்பொழுதே ராம மந்திரத்தில் மனம் ஒன்றியது. எனது தியானம் தொடங்கியது.

86. பா கர் ராம நாம் தன் ராளி,  
கோர் அவித்யா விபத விநாசி!  
படா ஜப் ராம - ப்ரேம் கா பூர்,  
ஸங்கட - ஸம்சய ஹோ கயே தூர்!!

பொருள் : ராம நாம அருளினால், கனத்த அஞ்ஞான இருள் அழிந்தது. எப்போதில் இருந்து ஸ்ரீராமனிடம் இதயப்பூர்வமான பக்தி ஏற்படுகின்றதோ, அப்போதிலிருந்தே எல்லா சங்கடங்களும், சந்தேகங்களும் அழிந்துபடுகின்றன. எப்பொழுது பகவானின் அன்பு வெள்ளம் பெருகி வருகிறதோ, அப்போதே அந்த வெள்ளம், சகல சங்கடங்களையும், ப்ரமையையும் அடித்துச் செல்கிறது. ராம நாமம் அஞ்ஞான இருளை விரட்டி, துக்கங்களை நாசம் செய்யும் பெரிய மந்திரமாகும்.

87. ராம - நாம் ஜோ ஜபே ஏக் பேர்,  
உஸ்கே பீதர் கோஷ் - குபேர்!  
தீன - துகியா - தரித்ர - கங்கால்,  
ராம் - ராம் ஜப் ஹோவே நிஹால்!!

பொருள் : ராமநாமத்தை யாராவது ஒருமுறை ஜபித்தாலும் கூட, அவனுள் அந்தப் பெயரின் அருமை கூடி விடுகின்றது. ராம நாமம் குபேரனின் செல்வத்திற்கு ஒத்த செல்வமாகும். அதை ஜபிப்பதால் பரிதாபமான,

தயை நிறைந்த, செல்வமற்ற, பலமற்ற, துக்கம் நிறைந்த, தரித்ரனான மனிதனும் நிறைவடைகிறான். முழுமையும் இன்பங்களும் நிறைந்த பாக்யசாலி ஆகிறான்.

88. ஹ்ருதய ராம் - நாம் சே பரியே,  
ஸஞ்சய ராம நாம் தன் கரியே!  
கட் மே நாம மூர்த்தி தரியே,  
பூஜா அந்தர்முக ஹோ கரியே!!

பொருள் : உனது இதயத்தை ராமநாமத்தால் நிரப்புக. ராமநாம செல்வத்தில் ஒன்றுக. ராமநாமம் என்ற உண்மை செல்வத்தை சேகரிக்கவும். உங்கள் உள்ளத்தில் ராமரை ஸ்தாபித்து, பூஜை, ஆராதனை, உபாசனை செய்யவும்.

89. ஆங்கே மூந்த் கே ஸுனியே சிதார்,  
ராம - நாம் ஸுமதுர ஜங்கார்!  
உஸ் மே மன் கா மேல் மிலாவோ,  
ராம் - நாம் ஸூர் மே ஹீ ஸமாவோ!!

பொருள் : உன்னுள் ஒலித்துக் கொண்டிருக்கும் ஒங்கார ஒலியை கண்களை மூடிக் கொண்டு கேட்பாயாக. மதுரமான அந்த ரீங்காரத்தைக் கவனிப்பாயாக. அதில் மனதைச் செலுத்து. இப்படியாக ராம நாமத்தில் நீ உன்னையே இழந்துவிடு.

90. ஜபூம் மை ராம் - ராம் ப்ரபு ராம்,  
த்யாவூம் மை ராம் - ராம் ஹரே ராம்!  
ஸிமஸூம் மை ராம் - ராம் ப்ரபூ ராம்,  
காவூம் மை ராம் - ராம் ஸ்ரீ ராம்!!

பொருள் : ஹே, ராம்! நான் எப்பொழுதும் ராம்,  
ராம் என்றே ஜபிப்பேன். ஹே, ப்ரபூ! நான் எப்பொழுதும்  
ஸ்ரீராமனையே சிந்திப்பேன். ஹே, ஹரி! ஹே, ஸ்வாமீ!  
நான் சதா ராமனையே பிரார்த்திப்பேன். ராமனையே  
பாடுவேன்.

91. அம்ருதவாணி கா நித்ய கானா,  
ராம் - ராம் மன் பீச் ரமானா!  
தேதா ஸங்கட் - விபத் நிவார்,  
கர்த்தா சுப - ஸ்ரீ மங்களாசார்!

பொருள் : இந்த திவ்யமான, அமரத்வம் தரக்கூடிய  
சொல்லை, தினமும் கீர்த்தனையாக, சங்கீதமாகப் பாடக்  
கருத்து உள்ளது. உனது மனம் என்ற கோயிலில் ஸ்ரீ  
ராமனை பிரதிஷ்டை செய்! தினமும் பாராயணம் செய்.  
அது துக்கத்தை போக்கி, சகல சௌபாக்யங்களையும்  
தருகின்றது. நல்ல வாழ்க்கை, ஐஸ்வர்யம் தரும், சுகம் தரும்  
அற்புதமான சொல்லாகும். மங்களகரமானது. சுபத்தின்  
ஆரம்பமான இனிய சொல்லாகும்.



92. ராம - நாம் ஜப் - பாட் ஸே,  
ஹோ அம்ருத ஸஞ்சார்!  
ராம - தாம் மே ப்ரீதி ஹோ,  
ஸுகுண - கண் கா விஸ்தார்!!

பொருள் : ராம நாம ஜபம், சங்கீர்த்தனம் இவைகளால் அமுத சஞ்சாரம் ஏற்படுகிறது. அதனால் ஸ்ரீ ராமனிடமும், அவருடைய இருப்பிடம், அவர் வசிக்கும் இடம் இவற்றில் நமக்கு பிரியம் ஏற்படுகிறது. சத்குணங்கள் வளருகின்றன. மேன்மை அடைகின்றன. நல்ல, திவ்யமான குணவிருத்தி ஏற்படுகின்றது.

93. தாரக - மந்த்ர ராம் ஹை,  
ஜிஸ் கா ஸுபல் அபார்!  
இஸ் மந்த்ர கே ஜாப் ஸே,  
நிஸ்சய பனே நிஸ்தார்!!

பொருள் : ராம மந்திரம் கரை சேர்க்கவல்லது. மேன்மை தரவல்லது. விமோசனம் அளிப்பது. லாபம், சுகம், வெற்றி, சித்திபெறுதல் போன்றவை தந்து ஆனந்தம் என்ற பாக்யத்தை தரும் மந்திரம் ஆகும். இந்த மாமந்திரத்தை ஜபிப்பதன் மூலம் முக்தி, மோக்ஷம், நிர்வாணம், ராம தூளி, பகவத் கிருபை, பரமபதப்ராப்தி, ஆத்மா, பரமாத்மாவின் இன்ப சேர்க்கை, ஐக்கியம் அனைத்தும் ஒன்றாகச் சேர்ந்து நமக்கு ஒரே ரூபமாக நம்மை வந்து அடையும். இப்படிப்பட்ட நல்ல திடமான நினைவுகளை மனதில் நிறுத்தி, ஸ்ரீ ராம ஜபத்தையே உறுதியாக ஜபிக்கவும்.



### துன் (மெட்டுக்கள்)

1. போலோ ராம், போலோ ராம்,  
போலோ ராம் ராம் ராம்!
2. ஸ்ரீ ராம் ஸ்ரீ ராம் ஸ்ரீ ராம் ராம்!
3. ஜய ஜய ராம், ஜய ஜய ராம்,  
ஜய ஜய ராம் ராம் ராம்!
4. ஜயராம் ஜயராம், ஜய ஜயராம்,  
ராம் ராம் ராம் ராம் ஜய ஜயராம்!
5. பதித பாவன நாம், பஜ வே  
ராம் ராம் ராம்!  
பஜ வே ராம் ராம் ராம்,  
பஜ வே ராம் ராம் ராம்!!
6. அசரண, சரண சாந்தி கே தாம்,  
முஜே பரோஸா தேரா ராம்!  
முஜே பரோஸா தேரா ராம்,  
முஜே பரோசா தேரா ராம்!!
7. ராமாய நமஹ ஸ்ரீ ராமாய நமஹ  
ராமாய நமஹ ஸ்ரீ ராமாய நமஹ!
8. அஹம் பஜாமி ராமம், சத்யம் சிவம் மங்களம்!  
சத்யம் சிவம் மங்களம், சத்யம் சிவம்  
மங்களம்!!

வ்ருத்தி - ஆஸ்திக் பாவ் கீ,

சுப மங்கள ஸஞ்சார்

அப்யுதய ஸத் தர்ம கா,

ராம் நாம் விஸ்தார்

பொருள் : விரிந்த கடவுள் நம்பிக்கை கொண்ட  
தர்மத்தில் இதயத்தில் ராம -

: பரமேஸ்வர் ஸ்ரீ ராம் ஸே நிஷ்காம் பிரார்த்தனா

பாவனையுடன் சுயமான மங்களம் பரவும்!

நாமம் விஸ்தரிக்கப்படும்!!

நிஷ்காம் ப்ரார்த்தனா

பற்றற்ற பிரார்த்தனை.

பொருள் : உலகில் ஈஸ்வரனிடம் சிரத்தையும்  
அவரைப் பற்றிய ஞானமும், திட நம்பிக்கையும்  
பெருகினால் உலக முழுவதும் சுபம், மங்களம் பெருகும்,  
பரவும், உண்மையான தர்மம் உதயமாகும். ஸ்ரீராமரின்  
திருநாமம் உலகமெங்கும் பொங்கிப் பெருகும்.