

ஹர ஹர ஶங்கர

40

ஜய ஜய ஶங்கர



ஸ்ரீ-வேஷ்வர்யாஸாய நம:

ஸ்ரீமத்-ஆழ்ய-ஶங்கர-ஹரவத்பாழ-பரம்பராஹத-  
மூலாம்நாய-ஸர்வஜ்ஞ-பீம்  
ஸ்ரீ-காஞ்சீ-காமகோடி-பீம்  
ஐஹாஞ்சு-ஸ்ரீ-ஶங்கராசார்ய-ஸ்வாமி-ஸ்ரீம-  
ஸங்ஸாநம்

## ரய-ஸப்தமீ

5127 விஶ்வாவஸா: மகரஃ 12 மாவை-ஶாக்ல-ஸப்தமீ

25.01.2026

நம் அனைவருக்கும் ப்ரத்யக்ஷமாக பரமாத்மத்வத்தை உணர்த்திக்கொண்டிருக்கிறதீடு  
ஸுர்யபகவானுக்கு சாந்தரமானப்படி மாகமாஸத்தின் ஶாக்லஸப்தமியில்  
(அதாவது தை அமாவாஸையின் பிறகு வரக்கூடிய ஸப்தமியில்) தேர்  
கிடைக்கப்பெற்றதால் அந்த ஸப்தமீ ரதஸப்தமீ என்று கூறப்படுகிறது. அன்று  
ஸுர்யபகவான் மிகவும் ப்ரஸன்னமாக இருப்பதாலும், ஸநானம் தானம்  
முதலியவைகள் ஸுர்யபகவானுக்கு மிகவும் ப்ரீதியளிப்பதாக இருப்பதாலும்,  
எல்லா தாரித்ரயங்களையும் போக்குவதாகவும் அளவற்ற பலன்களை  
அளிப்பதாகவும் ஸ்கந்தபுராணம் கூறுகிறது.

யஸ்யா தியேள ரய பூர்வ ப்ராப ஹேவோ திவாகர: |  
ஸா தியிஃ கயிதா விப்ரைர்மாவே யா ரயஸப்தமீ||

தஸ்யா ஒத்த ஹாத சேஷ்ட ஸர்வமேவாக்ஷய மதம் |  
ஸர்வாரிழ்ரயஸமந ஹாஸ்கரப்ரீதயே மதம் ||  
—ஸ்கந்தபுராணே கௌமாரிகாவண்ணே பஞ்சமாய்யாயே 129,130

வேஷ-யர்ம-ஶாஸ்த்ர-பரிபாலந-ஸஹா

9884655618

8072613857



vdspsabha@gmail.com



vdspsabha.org

ஸுர்யம்ரஹணதுல்யா ஹி ஶாக்லா மாவெஸ்ய ஸப்தமீ|  
அருணோதயவேலாயா தஸ்யா ஸ்நாந மஹாவெலம்||

—பழ்மபுராணே ஸுஷ்டிவண்ணே 77.63

மாகமாஸத்தின் ஶாக்லஸப்தமீ ஸுர்யக்ரஹணத்திற்கு ஸமானமான விஶேஷமுடைய நாளாகும். அன்று அருணோதய வேளையில் (அதாவது ஸர்யன் உதிப்பதற்கு முன்பாக நான்கு நாழிகைகள் சுமார் ஒன்றரை மணி நேரத்திற்குள்) ஏழு எருக்கு இலைகள், அகஷதை, பஸ்ரஞ்சாணம், இலந்தைப் பழும், அருகம்புல் இவைகளை தலையில் வைத்து ஸ்நானம் செய்து அர்க்யம் கொடுப்பதால் உயர்ந்த பலன்கள் கிடைக்கப்பெறும். நமது ஸ்நாதனமான ஹிந்து மதத்தில் ஸகலபாபங்களை போக்கிக்கொள்ளவும் ஸகல ஸௌக்யங்களை அடையவும் ஸ்நானம் ஒரு பெரிய வரப்ரஸாதமாக அமைந்துள்ளது. அவைகளில் மாகஸ்நானம் மிகவும் உயர்ந்ததாக அநேக புராணங்கள் கூறுகின்றன.

## ஸ்நாநவியி:

ஆசமநம் | ஶாக்லாம்-வரயரா + ஶாந்தயே | ப்ராணாயாம: |  
மமோபாத்தஸமஸ்தாரிதக்ஷீயஷ்வாரா ஸ்ரீபரமேஸ்வரப்ரீத்யர்யா |

தஹேவ லற்நஂ ஸாதிநஂ தஹேவ தாராவலஂ சந்த்ரவலஂ தஹேவ |  
விழ்யாவலஂ தைவவலஂ தஹேவ ஸக்ஷமீபதே: அங்஘ரியுஹஂ ஸ்மராமி ||

அபவித்ர: பவித்ரோ வா ஸர்வாவஸ்யா ஸ்ரோதாபி வா |  
ய: ஸ்மரேத் புண்ணிர்காக்ஷ: ஸ வாஹ்யாஹ்யந்தர: ஶாசி: ||

மாநஸ: வாசிக: பாப: கர்மணா ஸமுபார்ஜிதம் |  
ஸ்ரீராம-ஸ்மரணைநைவ வ்யபோஹதி ந ஸஂஶய: ||

ஸ்ரீ ராம ராம ராம

தியிர்விஷ்ணு: தயா வார: நக்ஷத்ர: விஷ்ணுரேவ ச |  
யோஹஸ் கரண: சைவ ஸர்வ: விஷ்ணுமய: ஜஹத: ||

ஸ்ரீஹோவிந்த ஹோவிந்த ஹோவிந்த

அஷ்ய ஸ்ரீஹஸத: மஹாபுரஷஸ்ய விஷ்ணோராஜ்ஞயா ப்ரவர்தமாநஸ்ய  
ஸ்ரஹஸன: த்விதீயபரார்யே ஸ்வேதவராஹகல்பேவைவஸ்வதமந்வந்தரோ  
அஷ்டாவிஂஶதிதமே கலியஹே ப்ரயமே பாஹே ஜம்பூஷ்வீபே  
ஹாதவர்ஷே ஹாதவண்ணே மேரோ: தக்ஷிணே பார்ஸ்வே அஸ்மிந்

வேஷ-யர்ம-ஸாஸ்த்ர-பரிபாலந-ஸஹா

வர்தமானே வ்யாவஹாரிகாணா ப்ரஹவாழிநா ஷஷ்ட்யா: ஸங்வத்ஸராணா மய்யே விஶ்வாவஸூ-நாம-ஸங்வத்ஸரே உத்தராயணே ஹேமந்த-ஐதெள மகர-மாய-மாஸே ஶாக்ல-பகேஷ ஸப்தம்யா ஶாஹ-தி தெயள ஹாநுவாஸரயுக்தாயா ரேவதீ-நகஷுத்ர-(13:34)யுக்தாயா ஸிழ்ய-யோஹ (11:42; ஸாய்ய-யோஹ)யுக்தாயா ஹரஜா-கரண (11:58; வணிஜா-கரண)யுக்தாயாம் ஏவ-ஹாண-விஶேஷண-விஶிஷ்டாயாம் அஸ்யா ஸப்தம்யா

ஶாஹ-தி தெயள மமோபாத்த-ஸமஸ்த-ஊரித-கஷய-இவாரா ஸ்ரீ-பரமேஸ்வர-ப்ரீத்யர்யம் அநாதி-அவிழ்யா-வாஸநயா ப்ரவர்தமானே அஸ்மிந் மஹதி ஸங்ஸார-சக்ரே விசித்ராஹி: கர்மஹதி விசித்ராஸ பஶு-பகஷி-முஹாஷி-யோநிஷௌ புந:புந: அநேகயா ஜநிதவா கேநாபி புண்ய-கர்ம-விஶேஷண இஞாநீந்தந-மாநுஷ்ய-  
புருஷர்கள் மட்டும் சொல்லவும்: ஜந்ம-விஶேஷங் ப்ராப்தவத: ஸ்த்ரீகள் மட்டும் சொல்லவும்: ஜந்ம-விஶேஷங் ப்ராப்தவத்யா: மம ஜந்மாஹ்யாஸாத் ஜந்ம-ப்ரஹுதி ஏதத்-கஷண-பர்யந்த ஸால்யே வயஸி கெளமாரே யெளவநே வார்யகே ச ஜாஹுத்-ஸ்வப்ந-ஸாஷாப்தி-அவஸ்யாஸ மநோ-வாக-காய-கர்மேநஷ்ரிய-ஜஞாநேநஷ்ரிய-வ்யாபாரை: காம-க்ரோய-லோஹ-மோஹ-மஷ-மாத்ஸர்யாஹிஹி: ஊஷ்ட-ஹாணைஸ்ச ஸம்ஹாவிதாநா மஹாபாதகாநா ஸமபாதகாநாம் அதிபாதகாநாம் உபபாதகாநா ஸங்கரீகரணாநா மலிநீகரணாநாம் அபாத்ரீகரணாநா ஜாதிஹ்ரங்கராணா ப்ரகீர்ணகாநாம் அயாஜ்ய-யாஜந-அஹோஜ்ய-ஹோஜந-அஹக்ஷய-ஹக்ஷண-அபேய-பாந-அழுஸ்ய-உர்ஶந-அஸ்ராவ்ய-ஸ்ரவண-அஸ்பூஸ்ய-ஸ்பர்ஶந-அவ்யவஹார்ய-வ்யவஹாராழிநா ஜஞாநத: ஸகாத் காதாநாம் அஜஞாநத: அஸகாத் காதாநா ரஹஸ்ய-காதாநா ப்ரகாஸ-காதாநா சிர-கால-அஹஸ்தாநா ஸங்ஸர்ஶ-நிமித்தாநா ச ஸர்வேஷா பாபாநா ஸத்ய: அபநோஒநார்ய ஸ்ராதி-ஸ்மர்தி-புராண-ப்ரதிபாதி-கர்மாநுஷ்஠ாந-அயிகார-ஸிழ்யர்ய ஹேவ-துல்ய-தேஜ: ஸிழ்யர்யர்ய ச விநாயகாஹி-ஸமஸ்த-ஹரிஹர-ஹேவதாநா ஸந்நியெள ஸ்ரீ-ஸவிதீ-ஸமர்யநாராயண-ப்ரீத்யர்ய ஸ்ரீ-ஸமர்யநாராயண-ப்ரஸாஹேந ஸமர்ய-ஹஹண-காலீந-ஹங்மா-ஸ்நாந-துல்ய-ஹல-ப்ராப்தயர்ய மகர-ஸ்ரே ரவெள ரய-ஸப்தமீ-

வேஷ-யர்ம-ஸாஸ்த்ர-பரிபாலந-ஸஹா

புண்ய-காலே ... புண்ய-தீர்யே ஸப்தார்கபத்ர-ஸ்நாநமஹா கரிஷ்ணே॥  
(அப உபஸ்பூஸ்ய)

## ப்ரார்ணா

இவ்வாறு ஸங்கல்பம் செய்து அகஷதை, பஸ்ரஞ்சாணம், இலந்தைப் பழம், அருகம்புல் இவைகளை ஏழு எருக்க இலைகளுடன் வைத்து தலையில் வைத்து கீழ்காணும் ஸ்லோகங்களை சொல்லி ஸ்நானம் செய்ய வேண்டும்.

நமஸ்தே ருஷ-ரூபாய ரஸாநா பதயே நம: |  
அருணார்க நமஸ்தேஸ்து ஹரிஷ்வ நமோஸ்து தே ||1||

ஸப்த-ஸப்தே மஹா-ஸத்தவ ஸப்த-ஷ்வே வஸாந்யரே |  
ஸப்தார்க-பர்ணாந்யாஷாய ஸப்தம்யா ஸ்நாநமாரஹே ||2||

ஸப்த-ஸப்தி-ப்ரியே ஹேவி ஸப்த-லோக-ப்ரதிகே |  
ஸப்த-ஜந்மார்ஜிதம் பாபம் ஹர ஸப்தமி ஸத்வரம் ||3||  
யஷ் யத் கர்ம கூதம் பாபம் மயா ஸப்தஸூஜந்மஸா |  
தந்மே ரோஹ் ச ஶோகம் ச மாகரீ ஹந்து ஸப்தமீ ||4||

ஏதஜ்ஜந்ம-கூதம் பாபம் யச்ச ஜந்மாந்தரார்ஜிதம் |  
மனோ-வாக்-காயஜம் யச்ச ஜ்ஞாதாஜ்ஞாதே ச யே புந: ||5||

இதி ஸப்த-வியம் பாபம் ஸ்நாநாந்மே ஸப்த-ஸப்திகே |  
ஸப்த-வ்யாயி-ஸமாயுக்தம் ஹர மாகரி ஸப்தமி ||6||

நெளமி ஸப்தமி ஹேவி த்வா ஸர்வ-லோகைக-மாதரம் |  
ஸப்தார்க-பத்ர-ஸ்நாநேந மம பாபம் வ்யபோஹய ||7||

— ஸ்கந்த-புராணே காஸி-வண்ணே 51/78-80

பிறகு ஸுக்தபடனம், மார்ஜனம், அகமர்ஷனம், மற்றும் தேவ-ரிஷி-பித்ரு-தர்ப்பணத்தைச் செய்து கீழ்காணும் ஸ்லோகங்களை சொல்லி அர்க்யப்ரதானம் செய்ய வேண்டும்.

ஸப்த-ஸப்தி-வஹ ப்ரீத ஸப்த-லோக-ப்ரதிபந |  
ஸப்தம்யா ஸஹிதோ ஹேவ ஹூஹாணார்வ்யம் திவாகர |  
திவாகராய நம: இஷமர்வ்யம் | திவாகராய நம: இஷமர்வ்யம் | திவாகராய நம: இஷமர்வ்யம் |

வேஷ-யர்ம-ஸாஸ்த்ர-பரிபாலந-ஸஹா

9884655618

8072613857



vdspsabha@gmail.com



vdspsabha.org

ஸ்நாதோஹம் ரய-ஸப்தம்யாம் ப்ரஹா-கர இவா-கர |

ஹூஹாணார்வ்யம் மயா ஒத்து இவா-கர நமோஸ்து தே ||

இவாகராய நம: இழமர்வ்யம் | இவாகராய நம: இழமர்வ்யம் | இவாகராய நம: இழமர்வ்யம் |

ஹங்ஹாயமுநயோர்மய்யே தத்ர ஹபதே ஸரஸ்வதி |

த்ரைலோக்ய-வந்஥ிதே ஞேவி த்ரிவேண்யர்வ்யயம் நமோஸ்து தே ||

த்ரிவேண்யை நம: இழமர்வ்யம் | த்ரிவேண்யை நம: இழமர்வ்யம் | த்ரிவேண்யை நம: இழமர்வ்யம் |

என்று மூன்று முறை அர்க்யப்ரதானம் செய்து கீழ்காணும் ஸ்லோகங்களால் ப்ரார்த்தனை செய்ய வேண்டும்.

நமோ விவஸ்வதே ஸ்ரஹ்மந் ஹாஸ்வதே விஷ்ணு-தேஜஸே |

ஐஹத்-ஸவித்ரே ஶாசயே ஸவித்ரே வை-ஊயிநே ||

— காலிகா-புராணம் 57/178

ஜநநீ ஸர்வ-ஹதாநாம் ஸப்தமீ ஸப்த-ஸப்திகே |

ஸப்தம்யாமுநிதே ஞேவி நமஸ்தே ரவி-மண்லலே ||

— பழ்ம-புராணே ஸூஷ்டி-வண்ணே 77/65

காயேந வாசா மநஸேந்த்ரியைர்வா

ஸாஷ்யாத்மநா வா ப்ரக௃தே: ஸவஹாவாத |

கரோமி யஷ் யத் ஸகலம் பரஸ்மை

நாராயணாயேதி ஸமர்பயாமி ||

அனேந மயா க௃தேந ஸப்தார்க-பத்ர-ஸ்நாநேந அர்வ்ய-ப்ராநேந ச ஸமிர்ய-ஸவரூபீ பரமாத்மா ஸப்ரீத: ஸப்ரஸந்நோ வரஞோ ஹவது ||

## க்ரந்தமிழ் – அதிக எழுத்துக்கள்

देवनागरी	இருஞு:	IAST (Latin)	देवनागरी	இருஞு:	IAST (Latin)
ऋ / ڙ	ஃ / ڏ	r̥	ଠ	ଠ	ଠha
ऋ / ڙ	ஃୟ / ڏୟ	r̥̄	ଡ	ଡ	ଡa
ଲ / ڙ	ଳ / ڙ	ଳ	ଢ	ଢ	ଢha
ଲ / ڙ	ଳ୍ୟ / ڙ୍ୟ	ଳ୍	ଥ	ଥ	ଥa
ଓ	ଓ	m̥	ଦ	ଦ	da
ং:	ং	h̥	ଧ	ଧ	dha
খ	ଖ	kha	ଫ	ଫ	pha
গ	ଗ	ga	ବ	ବ	ba
ଘ	ଘ	gha	ଭ	ଭ	bha
ছ	ଛ	cha	ଶ	ଶ	sa
ঝ	ঝ	jha	ଶ୍ର	ଶ୍ର	sra