



ஸ்ரீஜீ-சூஷ-ஸஹ-ஹவதாடி-பாஜராபத-ஜிஹாஜாய-  
ந  
ஸவஹ-பீஹ

ஸ்ரீ-காஹீ-காஜகொடி-பீஹ  
ஜமஹ-ஸ்ரீ-ஸஹராஹாய-ஸாஜி-ஸ்ரீஜ-ஸஹாந

## ஜதஹஸ்ய-ஜாநஸிக-பஹஜா-ஸொகூ

முகவரை

பிறப்பும் இறப்பும் இயற்கையாக அமைந்துள்ள இந்த ஸம்ஸாரத்தில் தாழ்மையின்றி வாழ்ந்து சிரமமின்றி உடலை விட்டு பிரிய வேண்டும் என்ற ப்ரார்த்தனையே பகவானிடம் வைக்கப்படுகிறது. இவ்விரண்டுக்கும் ஸாதனம் பகவானிடத்தில் அசஞ்சல பக்தி ஆகும். அதையும் பகவான் தான் அளிக்க வேண்டும். இதுவே -

சுநாயாஸெந ஜாணஹ விநா ஹெநெந ஜீவநஹ|

ஹெஹி ஜெ க்யபயா ஸஜொ கவயி ஹஸ்திஜஹஹஹ||

என்று வேண்டப்படுகிறது. வாழும்போது வரும் இன்னல்கள் ம்ருத்யு என்பதாகவும் அகாலத்தில் உடலை விட்டு பிரிவது ம்ருத்யு என்பதாகவும் கொள்ளப்படும். ஸம்ஸார வாழ்க்கைக்கு அப்பாற்பட்ட இறைவனே இவ்விரண்டையும் ஜயிக்க நமக்கு அருளக்கூடியவர், ஆகவே ம்ருத்யுஞ்ஜயன் என்று அவரைப் போற்றுகிறோம். பகவானின் ஆனந்தமும் கருணையுமே அவரது ஸக்தியாக அம்பிகையாக தாயாக நமக்கு காட்சி அளிக்கிறாள். அவளுடன் கூடிய அவரை பூஜிப்பது இந்த ஸம்ஸார வாழ்க்கையில் ஸகல ம்ரேயஸ்ஸுகளுக்கும் ஒரே வழியாகும்.

பகவானை உடலால் பூஜிப்பதுடன் மனதால் பூஜிப்பது மிக அவசியம். மனது எங்கோ அலைந்துகொண்டிருந்தால் உடலால் பூஜிப்பதற்கு அத்துணை பயனில்லை. மனது பகவானிடத்தில் ஒருமுகப்பட்டால் உடலால் பூஜையே அந்தளவு முக்கியமில்லை (ஆனால் இது அந்தளவு எளிதானது அல்ல). ஆகவே மனதால் பகவானை த்யானித்து பூஜிப்பதற்கான வழியே மானஸ பூஜை எனப்படும்.

இந்த வழியைக் காட்டும்படி ஸ்ரீ ஸங்கர பகவத்பாதர் இயற்றிய ம்ருத்யுஞ்ஜய மாநஸ பூஜா ஸ்தோத்ரம் பக்தர்களின் அனுஸந்தானத்திற்காகவும் பக்தி அபிவ்ருத்தியை ப்ரார்த்தித்தும் வெளியிடப்படுகிறது.

### ஸ்தோத்ரத்தின் ஸாராம்ஸம்

“பல ரத்னங்கள் பதிந்துள்ள கைலாஸ மலையில், கல்ப வ்ருக்ஷத்தின் அடியில் வீற்றிருப்பவரும், கற்பூரத்தையும் ஸ்படிகத்தையும் சந்திரனையும் ஒத்த அழகிய திருமேனி கொண்டவரும், அம்பிகையுடன் கூடியவரும், கங்கையின் உயரும் அலைகளால் அலங்கரிக்கப்பட்ட ஜடாபாரத்தை உடையவரும், கருணைக் கடலும், கழுத்தில் ஆதி ஸேஷனை அணிகலனாகக் கொண்டவருமான ஸ்ரீ ம்ருத்யுஞ்ஜயரை த்யானிக்கிறேன்.” என்று தொடங்குகிறது இந்த ஸ்தோத்ரம்.

ஸ்ரீ பகவத்பாதர் ஸாம்ப பரமேஸ்வரனை இவ்வாறு த்யானித்து ஆவாஹனம் செய்து, ஸிம்ஹாஸனம், பாத்யம், அர்க்யம், ஆசமனம், மதுபர்க்கம், பஞ்சாம்ருதம், ஸ்நானம் ஆகிய உபசாரங்களை மனதால் அளிக்கிறார். பிறகு பகவானின் ஜடாபாரத்தை உள்பட துடைத்துவிட்டு பல வித வஸ்த்ரங்கள், உபவீதம், சந்தனம், அக்ஷதை, புஷ்பம், பாதுகை, ஆபரணங்கள் ஆகியவற்றை ஸமர்ப்பிக்கிறார். கணேசரும் முருகனும் இரு புறமும் சாமரம் வீச, சத்ரம், பூர்ண கும்பம், முகக் கண்ணாடி, தீபம் ஆகியவற்றையும் அர்ப்பணிக்கிறார்.

அடுத்து பகவானின் நைவேத்யத்தை மிகச்சிறப்பாக வர்ணிக்கிறார். பூர்வ ஆபோஸநம் எடுத்துக்கொண்டு உயர்ந்த அன்னம், இனிப்பு பண்டங்கள், ஜீரகம் மிளகு முதலியவை சேர்ந்த காய்கறி, அப்பம், பருப்பு, சிறந்த நெய், சற்று கசப்பு உடைய காய்கறி, இடையே பருக நீர், வாழைப்பழம் கலந்த பால்சாதம், பரமான்னம், பழங்கள், இளநீர், பானகம் ஆகியவற்றால் உலகனைத்திற்கும்

இருப்பிடமான தனது விசாலமான வயிற்றை நிரப்பும்படி வேண்டுகிறார். கடுகு ஜீரகம் இந்துப்பு போன்றவை கலந்த துவர்ப்பு பதார்த்தங்களையும், ஏலக்காய் சுக்கு கலந்த அமுதம் போன்ற தயிர்சாதத்தையும், எலுமிச்சஞ்சாறு, மாங்காய்த் துண்டம் முதலிய புளிப்பு பதார்த்தங்களையும் உண்ணும்படி ப்ரார்த்திக்கிறார். இறுதியில் மோரையும் பருகும்படி பகவானை வேண்டுகிறார்.

உத்தர ஆபோஸநம் ஏற்ற பிறகு, கைகளைக் கழுவிக்கொண்டு மீண்டும் ஆசமனம் செய்து ஸ்வீகரிக்க தாம்பூலத்தை அர்ப்பணிக்கிறார். மணி ஒலியுடன் கற்பூர நீராஜனம் காட்டி, திருவடிகளில் மீண்டும் தீர்த்தம் விடுகிறார். பல வித பூக்களாலும் பில்வம் துளசி ஆகியவற்றாலும் புஷ்பாஞ்ஜலி செய்கிறார். பக்தியுடன் மனதால் ப்ரதக்ஷிணம் செய்கிறார். ஒவ்வொரு அடி எடுத்து வைப்பதும் அனைத்து இருளையும் போக்கி அனைத்து மங்களத்தையும் அளிப்பதைக் கூறி “ம்ருத்யுஞ்ஜய, என்னை ரக்ஷி ரக்ஷி” என்று இறைஞ்சுகிறார்.

பல வித நாமங்கள் கூறி நமஸ்கரித்து “ஓ பார்வதீ மணாளனே, ஸம்ஸார தாபத்தில் அல்லலுறும் என்னை எப்பொழுதும் காப்பாய்” என்று ப்ரார்த்திக்கிறார். இறைவனுக்கு இளைப்பாற மென்மையான மெத்தை கொண்ட அழகிய கட்டிலை ஸமர்ப்பித்து அம்பிகை அவரது திருவடி சேவை செய்ய ஈசனார் சயனித்திருப்பதை த்யானிக்கிறார்.

ஹ்ருதய கமலத்திலும் வெளியிலும், காலையிலும் இரவிலும் நடுப்பகலிலும், இவ்வாறு 44 உபசாரங்கள் கொண்டு பகவானை பூஜிப்பவர்கள் அனேக அற்புதங்களின் இருப்பிடமான ஸ்ரீ ம்ருத்யுஞ்ஜயனின் திருவடியை அடைவார்கள் என்கிறார். சிவ லிங்கத்தை காலையில் தரிசிப்பதால் ஸ்வர்க்கமும், நடுப்பகலில் அஸ்வமேத பலனும், மாலையில் மோக்ஷமும் கிடைக்கும் என்றும், ப்ரதோஷ தினத்தன்று பஞ்சாக்ஷரம் சொல்லி பூஜிப்பது அந்த மூன்று பலன்களையும் ஒருங்க அளிப்பது என்றும் கூறுகிறார்.

-இவ்வாறு ஸ்ரீமத் பரமஹம்ஸ பரிவ்ராஜகரான ஸ்ரீ கோவிந்த பகவத்பாதரின் சீடரான ஸ்ரீ ஸங்கர பகவத்பாதர் இயற்றிய ஸ்ரீ ம்ருத்யுஞ்ஜய மாநஸ பூஜா ஸ்தோத்ரம் (அதன் சாராம்ச மொழிபெயர்ப்பு) நிறைவடைந்தது

தொகுப்பு – வித்வான் ஸ்ரீரமண ஸர்மா, நெருர் ஸங்கர மடம், ஸ்ரீ காஞ்சீ காமகோடி பீடம்



ஜமக்-சுயீ-வ்ஜாத                      ஸஜஸ-தீயு-  
ஸஜாஹுதெ: க்ஷுஷ-ஹாரீலிபு|  
ஸாநம் ஸு-தொயெ: ஸஜுஜாஅர க்வம்  
ந்  
ஜுதூஸ்யாநந-முணாவிராஜ                      ||க||

சூநீதெநாதிஸுஹுண க்ளஸெயெநாஜர-ஜுஜாக்|  
ஜாஜயாஜி ஜடா-ஹாரம் ஸிவ ஜுதூஸ்ய ப்ரஹா ||க||

நாநா-ஹெஜ-விசிசூணி ஸீர-ஸீநாஜராணி உ|  
விவியாநி உ திவ்ஜாநி ஜுதூஸ்ய ஸு-யாரய ||க||

விஸுஉ-ஜுஸ்தா-வம-ஜாம-ரஜம்  
ஜநொஹாரம் காஹந-ஹெஜ-ஸெகுஜி|  
யஜ்ஜாவவீதம் பாரஜம் பவிசுஜி  
சூயத                      ஜுதூஸ்ய                      ஹஸ்தி-முஜி ||க||  
ஸ்  
வ

ஸ்ரீ-முங்ம் வந-ஸார-சுஜுஜ-யுதம் க்ஷுமிரிகா-பெமிரிதம்  
காமெயெந ஹிஜாஜுநா விரசிதம் ஜநார-ஸம்வாஸிதஜி|  
திவ்ஜம் ஜெவ-ஜநொஹாரம் ஜணி-ஜெயெ பாகெசு ஸஜாரொபிதம்  
ஸவ்ஜாஜெஷு விமெபயாஜி ஸததம் ஜுதூஸ்ய ஸ்ரீ-விஹா ||க||

க்ஷுதெயுபெமெஜிபெவ்ஜு: ஸஜுக்-திம-ஸஜநிதெ:|  
ஜுதூஸ்ய ஜஹா-ஜெவ பெஜயாஜி வ்ஜுஷ-யுஜ ||க||

உஜக்-பெஜ-கூரவக்-  
பெக்  
கூமெந்: காரவீர-ஜமிகா-கூஸுமெஜ:|  
விஸாரய நிஜ-ஜகூடம்  
த  
ஜுதூஸ்ய                      பூணரீக்-நயநாபு ||க||

ஜாணிக்ஷு-பாஜுகா-அநெ ஜளநி-ஹுக்-பெஜ-ஜநிரெ|  
பாஜள ஸக்-பெஜ-ஸஜுஸ்ள ஜுதூஸ்ய நிவெஸய ||க||

ஜாணிக்ஷு-கெயமிர-கிரீட-ஹாரெ:  
காஹீ-ஜணி-ஸூபித-கூணமெபு|  
ஜநீர-ஜுபூஹாரமெஜநொமெஜ:  
க்ஷாநி ஜுதூஸ்ய ஹெஷயாஜி ||க||

மஜ-வடிந-ஸூந-யுதெ  
நாதிஸூஜெந      ஊஜா-யுமெந |  
மௌஉகாநந-பஜ்  
ஜுதுஸூய ஹாவயாஜி ஹூக்-வஜெ || ௧௮ ||

ஜுஸ்தாதவகும் ஸஸி-கொடி-ஸூஹம்  
ஸூஹ-புஜம் காஹந-உண-யுஸ்தஜீ |  
ஜாணிகு-ஸம்ஸூபித-ஹேஜ-கூஜம்  
ஸூரெஸ ஜுதுஸூய தெஃவ்யாஜி || ௧௯ ||

ஜணி-ஜுகூரெ நிஷ்டயெ  
தி-ஜமஜ்-மாஜாஹகார-ஸூபாஸூ |  
கந்வ-கொடி-ஸஜுஸம்  
ஜுதுஸூய பஸூ வடிநஜாதீயஜீ || ௨௦ ||

கவடூர-அலண்டம் கவிஹாஜ-வலிதம்  
ஜாஸூஜி காவெய-ஸஜநிதம் அ |  
ஸஜுஜவம்      பாவந-மஹ-யலிவிதம்  
ஜுதுஸூயாஜம்      பரிகூஹயாஜி || ௨௧ ||

வதிட-சுயொபெதஜவண-ஜீஷூ  
தஜொஹம் ஸாஹஜயாதாம் அ |  
ஸாஜம் ஸஜஸூஜா-வமட-ஹஜம்  
ஸூரெஸ ஜுதுஸூய வம்ஸ-ஜீவஜீ || ௨௨ ||

ராஜாஹம் ஜயுராநிதம் அ ஜுஜுமம் ஜாணிகு-பாசெ ஸூதிதம்  
ஹிஜூ-ஜீரக-ஸநூஜி-ஜிவீதெ: ஸாகெகரநெகெ: ஸூலெஹ: |  
ஸாகம் ஸஜமபலிவ-ஸலிவ-ஸஹிதம் ஸஜெஷாவூதெநாஷூதம்  
ஸ்ரீ-ஜுதுஸூய பாவடீ-பிரய விஹொ ஸாவொஸநம் ஹஜுதாஜீ || ௨௩ ||

கூஸூரண-வாதடாக-வடொடிகாநாம்  
ஹொநி ரஜூணி அ கார-வஹூ: |  
ஸூ-பாக-யுஸ்தாநி ஸ-ஸளாஹாணி  
ஸ்ரீ-கண ஜுதுஸூய ஹக்ஷயெஸ || ௨௪ ||



ஸீதமம் ஐயுரம் ஸுஜம் பாவநம் வாஸிதம் மவம் |  
ஜயெ ஸீ-கூரம் பானீயம் ஸிவ ஜதூந்ய ப்ரஹ்ம || ௨௫ ||

ஸகூர-ஜிதிதம் ஸிதம் ஐயுரம் மொ-வ்யதாநிதஜ் |  
கஜ-மொ-ஸஜிதம் மூஜதாம் ஜதூ-ஸம்ஹா || ௨௬ ||

கெவமஜதி-ஜாயுயம்

ஐயெ: ஸிதெ: ஸகூர-ஜிதிதெ: |

மொ-ஜிதிதம்

ஜதூந்ய ஜெவ மூஜ பரஜாநஜ் || ௨௭ ||

ரஜா-ஜிதித-கவிசு-கணக-மொ-வ்யதாநித-ரஸ-ஸூ-ஜ-  
வஜ-ஜிதித-ரஸ-கணக-மொ-வ்யதாநித-ரஸ-ஸூ-ஜ-  
கவிசு-கணக-மொ-வ்யதாநித-ரஸ-ஸூ-ஜ-  
ஜிதித-ரஸ-கணக-மொ-வ்யதாநித-ரஸ-ஸூ-ஜ- || ௨௮ ||

ஜநாஜ-ரஜா-வந-வண-வணிதாந்

ரூ-ஜி-புஜாந் ஸஷ்ட-ப-ஜீரகாம்

ஸ-ஸௌரஹாந் ஸௌர-வ-ஸௌ-விதாம்

மூஹாண ஜதூந்ய மொக-வந் || ௨௯ ||

ஹிஜ-ஜீரக-ஸஹிதம்

விஜமொக-கவிசுஜதிஜயுரஜ் |

ஸிஸ-வணா-வண-யுதாந்

ஜதூந்ய தெ-புயாஜி ஜமஜீ || ௩௦ ||

மொ-ஸூ-ஸஹிதம்

ஜயுநம் ஐயு-ஹஜ-பாகு-ஸூஜ் |

கஜத-புதிநி-யிஜாஜம்

ஜதூந்ய மூஜதாம் தி-மொகெ || ௩௧ ||

ஜஜீர-நீராஹித-ஸூஜ-ஸௌ

ஜநாஹரநஜ-ஸௌ-வணாந் |

ஜஜி-புயாந் ஸஹ-ஸௌ-பஹ-  
ஜ

ஜதூந்ய ஜீ-கூர-ஸஜ- || ௩௨ ||

நாமர-ராஜம்-யுக்தம்

ஸும<sup>ஸு</sup>வித-ஜஜீர-நீர-ஸஜ<sup>ஸு</sup>இண்டி |  
ஜயிதம் ஸெஸுவ-ஸஹிதம்  
பிஸ ஹா ஜுத<sup>ஸு</sup>ஸுய க்ருத-ஸுஸிந || ௩௩ ||

ஜநார-ஹஜாஜ-மட-யுக்தெ:  
ஜநாக்நீ-நிஜ<sup>ஸு</sup>ய-புண்ட-தொயெ: |  
முஹாண ஜுத<sup>ஸு</sup>ஸுய ப<sup>ஸு</sup>இண்ட-காஜ  
ஸ்ரீக-பராபொஸநஜஹ-கெஸ || ௩௪ ||

மறந-யுநீ-விஜய-ஜெயெ:  
ஜுத<sup>ஸு</sup>ஸுய பஜ<sup>ஸு</sup>ராம-பாகு-மதெ:  
ஜும-ஜி-அநந-ப<sup>ஸு</sup>இண்டெ:  
புக்ஷாமய அர<sup>ஸு</sup> ஹஸ-பஜ-யும<sup>ஸு</sup> || ௩௫ ||

புஹாம-ஜ<sup>ஸு</sup>இகா-கூந-வாஸிதெஜ<sup>ஸு</sup>ஹவீ-ஜெயெ: |  
ஜுத<sup>ஸு</sup>ஸுய ஜஹ<sup>ஸு</sup>ஜெவ புநராஅஜநம் க<sup>ஸு</sup>ர || ௩௬ ||

ஜளக்திக-அ<sup>ஸு</sup>இண்ட-ஸஜெதெ:  
ஜும-ஜி-வந-ஸார-வாஸிதெ: ப<sup>ஸு</sup>இமெ:  
ப<sup>ஸு</sup>இண்டெ: ஸண்ட-ஸஜாஜெ:  
ஜுத<sup>ஸு</sup>ஸுய தெப<sup>ஸு</sup>யாஜி தாஜ<sup>ஸு</sup>ய || ௩௭ ||

நீராஜநம் நிஜ<sup>ஸு</sup>ய-ஜீபி-ஜஜி:  
ஜீபா<sup>ஸு</sup>ஜ<sup>ஸு</sup>ரெருஜ<sup>ஸு</sup>யஜி<sup>ஸு</sup>தெய |  
வணா-நிநாஜெந ஸஜப<sup>ஸு</sup>யாஜி  
ஜுத<sup>ஸு</sup>ஸுயாய தி-புராஞகாய || ௩௮ ||

விரிஹி-ஜுபுஜாஜ-வ<sup>ஸு</sup>ந-வநிதெ  
ஸரெஜ-ஜஜாஜித-அக்ரு-அ<sup>ஸு</sup>ஹிதெ |  
ஜஜாஜி ஜுத<sup>ஸு</sup>ஸுய பாஜ-பஜ<sup>ஸு</sup>ஜெ  
வணீந்ரு-ஹ<sup>ஸு</sup>ஜெ புநரவ<sup>ஸு</sup>ஜீஸர || ௩௯ ||





॥ இதி ஸ்ரீக-பாஜஹம்ஸ-பரிவ்ராஜகாபாய-ஸ்ரீ-மொவிந்-ஹவக்-  
புஜிபாடி-ஸிஷுஸு ஸ்ரீ-ஸஜா-ஹவத: க்ருதள ஜிதூஸ்ய-ஜாநஸ-புஜா-  
ஸோக்ரம் ஸஜிண்டி ॥

