



ॐ

श्री रामचरितमानस

सामूहिक पाठ — सातही कांड • मराठी भाषेत
तुलसीदास रचित • ३०-मिनिट सत्संग • अर्थासह



- ◆ सगळे एकत्र गा: — सावलीच्या बॉक्समधील श्लोक सर्वांनी एकसाथ म्हणावेत.
- ◆ कथावाचकाने अर्थ सांगा: — प्रत्येक चौपाईनंतर कथावाचकाने मराठीत अर्थ सांगावा.
- ◆ संपुट: — प्रत्येक कांडानंतर सर्वांनी मिळून संपुट म्हणावे. हे पारंपरिक अखंड पाठाचे अनुसरण आहे.

🙏 सुरुवात — मंगलाचरण (२ मिनिटे)

🙏 सगळे एकत्र गा:

वर्णानाम् अर्थसंघानां,
मंगलानां च कर्तारौ,
वन्दे वाणी विनायकौ।

भवानी शंकरौ वन्दे,
श्रद्धा विश्वास रूपिणौ।

जय जय राम! जय जय राम!

📖 कथावाचकाने अर्थ सांगा:

अर्थ: आपण माता सरस्वती व भगवान गणेशाला वंदन करतो — जे शब्द, अर्थ व छंद निर्माण करतात. भवानी व शंकराला प्रणाम — जे श्रद्धा व विश्वासाचे साक्षात स्वरूप आहेत. त्यांच्या कृपेशिवाय ईश्वराला जाणता येत नाही.

🗨 संपुट — सगळे एकत्र म्हणा:

मंगल भवन अमंगल हारी,
द्रवउ सो दशरथ अजिर बिहारी।

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!
राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

१) बालकांड — श्री रामाचा पवित्र जन्म (४ मिनिटे)

🙏 सगळे एकत्र गा:

मंगल भवन, अमंगल हारी,
द्रवउ सो दशरथ अजिर बिहारी।

जय जय सुरनायक, जन सुखदायक,
प्रणतपाल भगवंता।
जय जय राम! जय जय राम!

📖 कथावाचकाने अर्थ सांगा:

अर्थ: बालकांडात भगवान श्री राम अयोध्येत राजा दशरथाच्या घरी अवतरतात. ते मंगलाचे घर व अमंगलाचे हरण करणारे आहेत. देवतांनी व सृष्टीने या अवताराचा आनंद साजरा केला.

🗨 संपुट — सगळे एकत्र म्हणा:

मंगल भवन अमंगल हारी,
द्रवउ सो दशरथ अजिर बिहारी।

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!
राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

२) अयोध्याकांड — पवित्र वनवास (४ मिनिटे)

🙏 सगळे एकत्र गा:

रघुकुल रीत सदा चलि आई,
प्राण जाहूँ बरु बचन न जाई।

जात राम, सब लोग दुखारी,
बिकल बिकल बनबास बिचारी।
जय जय राम! जय जय राम!

📖 कथावाचकाने अर्थ सांगा:

अर्थ: रघुकुळाची परंपरा — प्राण गेले तरी चालेल, पण वचन मोडणार नाही. राणी कैकेयीच्या वचनामुळे रामाला १४ वर्षांचा वनवास होतो. राम कोणतीही तक्रार न करता वनात जातात — हेच धर्माचे सर्वोच्च दर्शन.

संपुट — सगळे एकत्र म्हणा:

मंगल भवन अमंगल हारी,
द्रवउ सो दशरथ अजिर बिहारी।

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

३ अरण्यकांड — वन-लीला व सीताहरण (४ मिनिटे)

सगळे एकत्र गा:

खर दूषण त्रिसिरा, बलि हारी,
रावण छल कर सीता ले गाई।

जटायु वीर प्राण दिये,
माता सीताकी रक्षा किये।
जय जय राम! जय जय राम!

कथावाचकाने अर्थ सांगा:

अर्थ: अरण्यकांडात राम ऋषींचे रक्षण करतात. रावण कपटाने माता सीतेचे अपहरण करतो. वीर जटायू आपला प्राण देऊन तिचे रक्षण करण्याचा प्रयत्न करतात — निःस्वार्थ भक्तीचे अमर प्रतीक.

संपुट — सगळे एकत्र म्हणा:

मंगल भवन अमंगल हारी,
द्रवउ सो दशरथ अजिर बिहारी।

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

४ किष्किंधाकांड — सुग्रीवाशी मैत्री (३ मिनिटे)

सगळे एकत्र गा:

राम सुग्रीव मिताई,
जगत प्रसिद्ध सकल जग गाई।

जाम्बवंत के बचन सुहाये,
बल बुद्धि बिग्यान बढ़ाये।
जय जय राम! जय जय राम!

📖 कथावाचकाने अर्थ सांगा:

अर्थ: राम व वानरराज सुग्रीव यांच्यात पवित्र मैत्री होते. राम बालीचा वध करून सुग्रीवाला राज्य परत देववितात. खरी मैत्री म्हणजे समान हृदयाने देणे आणि घेणे — हेच या कांडाचे सार.

🔍 संपुट — सगळे एकत्र म्हणा:

मंगल भवन अमंगल हारी,
द्रवउ सो दशरथ अजिर बिहारी।

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!
राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

📖 सुंदरकांड — हनुमानजींचा पराक्रम ★ (५ मिनिटे)

🔍 सगळे एकत्र गा:

जाम्बवंत के बचन सुहाये,
सुनि हनुमंत हृदय हर्षाये।

मनोजवं मारुततुल्यवेगं,
श्री राम दूतं शरणं प्रपद्ये।

सीता राम, सीता राम,
सीता राम जपत चल!

📖 कथावाचकाने अर्थ सांगा:

अर्थ: सुंदरकांड हनुमानजींच्या अपार भक्ती, शौर्य व बुद्धिमत्तेचे कांड आहे. ते समुद्र ओलांडून लंकेत जातात, माता सीतेला रामाचा संदेश देतात व लंका जाळतात. भक्ती आणि ईश्वराच्या कृपेने अशक्यही शक्य होते.

🔍 संपुट — सगळे एकत्र म्हणा:

मंगल भवन अमंगल हारी,
द्रवउ सो दशरथ अजिर बिहारी।

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!
राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

६) लंकाकांड — धर्माचा विजय (४ मिनिटे)

🙏 सगळे एकत्र गा:

राम राम रटत सागर माहीं,
भयउ सेतु महा प्रताप।

रावण वध भयो राम राज,
सीता माता मुक्त भयीं।
जय जय राम! जय जय राम!

📖 कथावाचकाने अर्थ सांगा:

अर्थ: रामनाम जपत वानरसेना समुद्रावर सेतू बांधते. रावणाचा वध होतो, माता सीता मुक्त होतात. धर्म — न्याय, सत्य व भक्ती — अधर्मावर अवश्य विजय मिळवतो.

🗨 संपुट — सगळे एकत्र म्हणा:

मंगल भवन अमंगल हारी,
द्रवउ सो दशरथ अजिर बिहारी।

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!
राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

७) उत्तरकांड — श्री रामराज्य (३ मिनिटे)

🙏 सगळे एकत्र गा:

राम राज बैठे त्रैलोका,
हर्षित भये, गये सब सोका।

बैरु न कर काहु सन कोई,
राम प्रताप सब सुख होई।
जय जय राम! जय जय राम!

📖 कथावाचकाने अर्थ सांगा:

अर्थ: प्रभू राम अयोध्येला परत येतात व रामराज्याची स्थापना होते. कुणीही दुःखी नाही, भेदभाव नाही, सारे आनंदी आहेत. न्याय, करुणा व ईश्वरी इच्छा — या त्रिवेणीतून समाज घडतो.

संपुट — सगळे एकत्र म्हणा:

मंगल भवन अमंगल हारी,
द्रवउ सो दशरथ अजिर बिहारी।

राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!
राम सिया राम • सिया राम जय जय राम!

🙏 समाप्ती — आरती व आशीर्वाद (२ मिनिटे)

🙏 सगळे एकत्र गा:

आरती कीजै हनुमान लला की,
दुष्ट दलन रघुनाथ कला की।

सियावर रामचन्द्रकी जय!
पवनसुत हनुमानकी जय!
बोलो भाई सब संतनकी जय!



❀ ॐ श्री राम ❀

🕒 सत्संग वेळापत्रक — ३० मिनिटे

कांड / विभाग	वेळ
सुरुवात — मंगलाचरण	२ मि.
१. बालकांड	४ मि.
२. अयोध्याकांड	४ मि.
३. अरण्यकांड	४ मि.
४. किष्किंधाकांड	३ मि.
५. सुंदरकांड ★	५ मि.
६. लंकाकांड	४ मि.
७. उत्तरकांड	३ मि.
समाप्ती — आरती	२ मि.
एकूण	~३१ मि.

📌 कथावाचकासाठी मार्गदर्शन

- हळुवारपणे व स्पष्टपणे गा — श्रोते तुमची गती अनुसरतील.
- प्रत्येक चौपाई/दोह्यानंतर २-३ वाक्यांत मराठीत अर्थ सांगा.
- हार्मोनियम किंवा तबला उपलब्ध असल्यास, सुरुवातीपूर्वी लय ठरवा.
- सर्व भाविकांना प्रत सांगा जेणेकरून सर्व एकत्र गाऊ शकतील.
- संदर्भ: गीताप्रेस गोरखपूर, रामचरितमानस — पडताळणी शिफारस.

ॐ श्री राम जय राम जय जय राम ॐ

मराठी सत्संगासाठी — महाराष्ट्र • अमेरिका • यूके • ऑस्ट्रेलिया

Prepared with devotion • Meena Gupta • MeenaGupta@makechoice.org