

Sri Guru Granth Sahib

Displaying 305 of

ਸਚਿਆਰ ਸਿਖ ਬਹਿ ਸਤਿਗੁਰ ਪਾਸਿ ਘਾਲਨਿ ਕੂੜਿਆਰ ਨ ਲਭਨੀ ਕਿਤੈ ਥਾਇ ਭਾਲੇ ॥

Sachiaar Sikh Behi Sathigur Paas Ghaalan Kooriaar N Labhane Kithai Thhaae Bhaalae ||

The truthful Sikhs sit by the True Guru's side and serve Him. The false ones search, but find no place of rest.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੧:੩ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧

Raag Gauri Guru Ram Das

ਜਿਨਾ ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਆਖਿਆ ਸੁਖਾਵੈ ਨਾਹੀ ਤਿਨਾ ਮੁਹ ਭਲੇਰੇ ਫਿਰਹਿ ਦਯਿ ਗਾਲੇ ॥

Jinaa Sathigur Kaa Aakhiaa Sukhaavai Naahee Thinaa Muh Bhalaerae Firehi Dhay Gaalae ||

Those who are not pleased with the Words of the True Guru - their faces are cursed, and they wander around, condemned by God.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੧:੪ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧

Raag Gauri Guru Ram Das

ਜਿਨ ਅੰਦਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਹੀ ਹਰਿ ਕੇਰੀ ਸੇ ਕਿਚਰਕੁ ਵੇਰਾਈਅਨਿ ਮਨਮੁਖ ਬੇਤਾਲੇ ॥

Jin Andhar Preeth Nehee Har Kaeree Sae Kicharak Vaeraaeean Manamukh Baethaalae ||

Those who do not have the Love of the Lord within their hearts - how long can those demonic, self-willed manmukhs be consoled?

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੧:੫ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੨

Raag Gauri Guru Ram Das

ਸਤਿਗੁਰ ਨੋ ਮਿਲੈ ਸੁ ਆਪਣਾ ਮਨੁ ਥਾਇ ਰਖੈ ਓਹੁ ਆਪਿ ਵਰਤੈ ਆਪਣੀ ਵਸੁ ਨਾਲੇ ॥

Sathigur No Milai S Aapanaa Man Thhaae Rakhai Ouhu Aap Varathai Aapanee Vathh Naalae ||

One who meets the True Guru, keeps his mind in its own place; he spends only his own assets.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੧:੬ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੩

Raag Gauri Guru Ram Das

ਜਨ ਨਾਨਕ ਇਕਨਾ ਗੁਰੁ ਮੇਲਿ ਸੁਖੁ ਦੇਵੈ ਇਕਿ ਆਪੇ ਵਖਿ ਕਢੈ ਠਗਵਾਲੇ ॥੧॥

Jan Naanak Eikanaa Gur Mael Sukh Dhaevai Eik Aapae Vakh Kadtai Thagavaalae ||1||

O servant Nanak, some are united with the Guru; to some, the Lord grants peace, while others - deceitful cheats - suffer in isolation. ||1||

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੧:੭ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੪

Raag Gauri Guru Ram Das

ਮਃ ੪ ॥

Ma 4 ॥

Fourth Mehl:

ਗਉੜੀ ਕੀ ਵਾਰ: ੧ (ਮਃ ੪) ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਅੰਗ ੩੦੫

ਜਿਨਾ ਅੰਦਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ਹਰਿ ਤਿਨ ਕੇ ਕਾਜ ਦਯਿ ਆਦੇ ਰਾਸਿ ॥

Jinaa Andhar Naam Nidhhaan Har Thin Kae Kaaj Dhay Aadhae Raas ॥

Those who have the treasure of the Lord's Name deep within their hearts - the Lord resolves their affairs.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੨:੧ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੪

Raag Gauri Guru Ram Das

ਤਿਨ ਚੁਕੀ ਮੁਹਤਾਜੀ ਲੋਕਨ ਕੀ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਅੰਗੁ ਕਰਿ ਬੈਠਾ ਪਾਸਿ ॥

Thin Chookee Muhathaajee Lokan Kee Har Prabh Ang Kar Baithaa Paas ॥

They are no longer subservient to other people; the Lord God sits by them, at their side.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੨:੨ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੫

Raag Gauri Guru Ram Das

ਜਾਂ ਕਰਤਾ ਵਲਿ ਤਾ ਸਭੁ ਕੋ ਵਲਿ ਸਭਿ ਦਰਸਨੁ ਦੇਖਿ ਕਰਹਿ ਸਾਬਾਸਿ ॥

Jaan Karathaa Val Thaa Sabh Ko Val Sabh Dharasan Dhaekh Karehi Saabaas ॥

When the Creator is on their side, then everyone is on their side. Beholding their vision, everyone applauds them.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੨:੩ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੬

Raag Gauri Guru Ram Das

ਸਾਹੁ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਭੁ ਹਰਿ ਕਾ ਕੀਆ ਸਭਿ ਜਨ ਕਉ ਆਇ ਕਰਹਿ ਰਹਰਾਸਿ ॥

Saahu Paathisaahu Sabh Har Kaa Keeaa Sabh Jan Ko Aae Karehi Reharaas ॥

Kings and emperors are all created by the Lord; they all come and bow in reverence to the Lord's humble servant.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੨:੪ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੬

Raag Gauri Guru Ram Das

ਗੁਰ ਪੁਰੇ ਕੀ ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਹਰਿ ਵਡਾ ਸੇਵਿ ਅਤੁਲੁ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥

Gur Poorae Kee Vaddee Vaddiaaee Har Vaddaa Saev Athul Sukh Paaeiaa ॥

Great is the greatness of the Perfect Guru. Serving the Great Lord, I have obtained immeasurable peace.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ਼. (੪) ੨:੫ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੭

Raag Gauri Guru Ram Das

ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਦਾਨੁ ਦੀਆ ਹਰਿ ਨਿਹਚਲੁ ਨਿਤ ਬਖਸੇ ਚੜੈ ਸਵਾਇਆ ॥

Gur Poorai Dhaan Dheea Har Nihachal Nith Bakhasae Charrai Savaaeiaa ॥

The Lord has bestowed this eternal gift upon the Perfect Guru; His blessings increase day by day.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ. (੪) ੨:੬ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੮

Raag Gauri Guru Ram Das

ਕੋਈ ਨਿੰਦਕੁ ਵਡਿਆਈ ਦੇਖਿ ਨ ਸਕੈ ਸੋ ਕਰਤੈ ਆਪਿ ਪਚਾਇਆ ॥

Koei Nindhak Vaddiaaee Dhaekh N Sakai So Karathai Aap Pachaaeiaa ||

The slanderer, who cannot endure His greatness, is destroyed by the Creator Himself.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ. (੪) ੨:੭ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੮

Raag Gauri Guru Ram Das

ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਗੁਣ ਬੋਲੈ ਕਰਤੇ ਕੇ ਭਗਤਾ ਨੋ ਸਦਾ ਰਖਦਾ ਆਇਆ ॥੨॥

Jan Naanak Gun Bolai Karathae Kae Bhagathaa No Sadhaa Rakhadhaa Aaeiaa ||2||

Servant Nanak chants the Glorious Praises of the Creator, who protects His devotees forever. ||2||

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦) ਸ. (੪) ੨:੮ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੯

Raag Gauri Guru Ram Das

ਪਉੜੀ ॥

Pourree ||

Pauree:

ਗਉੜੀ ਕੀ ਵਾਰ: ੧ (ਮਃ ੪) ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਅੰਗ ੩੦੫

ਤੂ ਸਾਹਿਬੁ ਅਗਮ ਦਇਆਲੁ ਹੈ ਵਡ ਦਾਤਾ ਦਾਣਾ ॥

Thoo Saahib Agam Dhaeiaal Hai Vadd Dhaathaa Dhaanaa ||

You, O Lord and Master, are inaccessible and merciful; You are the Great Giver, All-knowing.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦):੧ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੦

Raag Gauri Guru Ram Das

ਤੁਧੁ ਜੇਵਡੁ ਮੈ ਹੋਰੁ ਕੋ ਦਿਸਿ ਨ ਆਵਈ ਤੂਹੈਂ ਸੁਘੜੁ ਮੇਰੈ ਮਨਿ ਭਾਣਾ ॥

Thudhh Jaevadd Mai Hor Ko Dhis Naa Aavee Thoochain Sugharr Maerai Man Bhaanaa ||

I can see no other as great as You; O Lord of Wisdom, You are pleasing to my mind.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦):੨ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੦

Raag Gauri Guru Ram Das

ਮੋਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਦਿਸਿ ਆਵਦਾ ਸਭੁ ਚਲਣਹਾਰਾ ਆਵਣ ਜਾਣਾ ॥

Mohu Kuttanb Dhis Aavadhaa Sabh Chalanehaaraa Aavan Jaanaa ||

Emotional attachment to your family and everything you see is temporary, coming and going.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦):੩ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੧

Raag Gauri Guru Ram Das

ਜੋ ਬਿਨੁ ਸਚੇ ਹੋਰਤੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇਦੇ ਸੇ ਕੂੜਿਆਰ ਕੂੜਾ ਤਿਨ ਮਾਣਾ ॥

Jo Bin Sachae Horath Chith Laaeidhae Sae Koorriaar Koorraa Thin Maanaa ||

Those who attach their consciousness to anything except the True Lord are false, and false is their pride.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦):੪ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੧

Raag Gauri Guru Ram Das

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਧਿਆਇ ਤੂ ਬਿਨੁ ਸਚੇ ਪਚਿ ਪਚਿ ਮੁਏ ਅਜਾਣਾ ॥੧੦॥

Naanak Sach Dhiaae Thoo Bin Sachae Pach Pach Mueae Ajaanaa ||10||

O Nanak, meditate on the True Lord; without the True Lord, the ignorant rot away and putrefy to death. ||10||

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੦):੫ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੨

Raag Gauri Guru Ram Das

ਸਲੋਕ ਮਃ ੪ ॥

Salok Ma 4 ||

Shalok, Fourth Mehl:

ਗਉੜੀ ਕੀ ਵਾਰ: ੧ (ਮਃ ੪) ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਅੰਗ ੩੦੫

ਅਗੋ ਦੇ ਸਤ ਭਾਉ ਨ ਦਿਚੈ ਪਿਛੋ ਦੇ ਆਖਿਆ ਕੰਮਿ ਨ ਆਵੈ ॥

Ago Dhae Sath Bhaao N Dhichai Pishho Dhae Aakhiaa Kanm N Aavai ||

At first, he did not show respect to the Guru; later, he offered excuses, but it is no use.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ. (੪) ੧:੧ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੩

Raag Gauri Guru Ram Das

ਅਧ ਵਿਚਿ ਫਿਰੈ ਮਨਮੁਖੁ ਵੇਚਾਰਾ ਗਲੀ ਕਿਉ ਸੁਖੁ ਪਾਵੈ ॥

Adhh Vich Firai Manamukh Vaechaaraa Galee Kio Sukh Paavai ||

The wretched, self-willed manmukhs wander around and are stuck mid-way; how can they find peace by mere words?

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ. (੪) ੧:੨ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੩

Raag Gauri Guru Ram Das

ਜਿਸੁ ਅੰਦਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਹੀ ਸਤਿਗੁਰ ਕੀ ਸੁ ਕੂੜੀ ਆਵੈ ਕੂੜੀ ਜਾਵੈ ॥

Jis Andhar Preeth Nehee Sathigur Kee S Koorree Aavai Koorree Jaavai ||

Those who have no love for the True Guru within their hearts come with falsehood, and leave with falsehood.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ. (੪) ੧:੩ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੪

Raag Gauri Guru Ram Das

ਜੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਕਰਤਾ ਤਾਂ ਸਤਿਗੁਰੁ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਨਦਰੀ ਆਵੈ ॥

Jae Kirapaa Karae Maeraa Har Prabh Karathaa Thaan Sathigur Paarabreham Nadharee Aavai ||

When my Lord God, the Creator, grants His Grace, then they come to see the True Guru as the Supreme Lord God.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ਼. (੪) ੧:੪ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ : ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੪

Raag Gauri Guru Ram Das

ਤਾ ਅਪਿਉ ਪੀਵੈ ਸਬਦੁ ਗੁਰ ਕੇਰਾ ਸਭੁ ਕਾੜਾ ਅੰਦੇਸਾ ਭਰਮੁ ਚੁਕਾਵੈ ॥

Thaa Apio Peevai Sabadh Gur Kaeraa Sabh Kaarraa Andhaesaa Bharam Chukaavai ||

Then , they drink in the Nectar, the Word of the Guru's Shabad; all burning, anxiety, and doubts are eliminated.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ਼. (੪) ੧:੫ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ : ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੫

Raag Gauri Guru Ram Das

ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਰਹੈ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਜਨ ਨਾਨਕ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ॥੧॥

Sadhaa Anandh Rehai Dhin Raathee Jan Naanak Anadhin Har Gun Gaavai ||1||

They remain in ecstasy forever, day and night; O servant Nanak, they sing the Glorious Praises of the Lord, night and day. ||1||

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ਼. (੪) ੧:੬ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ : ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੬

Raag Gauri Guru Ram Das

ਮਃ ੪ ॥

Ma 4 ||

Fourth Mehl:

ਗਉੜੀ ਕੀ ਵਾਰ: ੧ (ਮਃ ੪) ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਅੰਗ ੩੦੫

ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਜੋ ਸਿਖੁ ਅਖਾਏ ਸੁ ਭਲਕੇ ਉਠਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ ॥

Gur Sathigur Kaa Jo Sikh Akhaaeae S Bhalakae Outh Har Naam Dhhiaavai ||

One who calls himself a Sikh of the Guru the True Guru shall rise in the early morning hours and meditate on the Lord's Name.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ਼. (੪) ੨:੧ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ : ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੬

Raag Gauri Guru Ram Das

ਉਦਮੁ ਕਰੇ ਭਲਕੇ ਪਰਭਾਤੀ ਇਸਨਾਨੁ ਕਰੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਰਿ ਨਾਵੈ ॥

Oudham Karae Bhalakae Parabhaathee Eisanaan Karae Anmrith Sar Naavai ||

Upon arising early in the morning, he is to bathe, and cleanse himself in the pool of nectar.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ਼. (੪) ੨:੨ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ : ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੭

Raag Gauri Guru Ram Das

ਉਪਦੇਸਿ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਪੁ ਜਾਪੈ ਸਭਿ ਕਿਲਵਿਖ ਪਾਪ ਦੋਖ ਲਹਿ ਜਾਵੈ ॥

Oupadhaes Guroo Har Har Jap Jaapai Sabh Kilavikh Paap Dhokh Lehi Jaavai ||

Following the Instructions of the Guru, he is to chant the Name of the Lord, Har, Har. All sins, misdeeds and negativity shall be erased.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ. (੪) ੨:੩ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੮

Raag Gauri Guru Ram Das

ਫਿਰਿ ਚੜੈ ਦਿਵਸੁ ਗੁਰਬਾਣੀ ਗਾਵੈ ਬਹਦਿਆ ਉਠਦਿਆ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ ॥

Fir Charrai Dhivas Gurabaanee Gaavai Behadhiaa Outhadhiaa Har Naam Dhhiaavai ||

Then, at the rising of the sun, he is to sing Gurbani; whether sitting down or standing up, he is to meditate on the Lord's Name.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ. (੪) ੨:੪ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੮

Raag Gauri Guru Ram Das

ਜੋ ਸਾਸਿ ਗਿਰਾਸਿ ਧਿਆਏ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸੋ ਗੁਰਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਮਨਿ ਭਾਵੈ ॥

Jo Saas Giraas Dhhiaaeae Maeraa Har Har So Gurasikh Guroo Man Bhaavai ||

One who meditates on my Lord, Har, Har, with every breath and every morsel of food - that GurSikh becomes pleasing to the Guru's Mind.

ਗਉੜੀ ਵਾਰਾ (ਮਃ ੪) (੧੧) ਸ. (੪) ੨:੫ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ: ਅੰਗ ੩੦੫ ਪੰ. ੧੯

Raag Gauri Guru Ram Das