

www.Sanatan



Dharm.net

Ram Navmi



Inhoudsopgave

Ram Navmi.....	3
Het belang van Shri Ram.....	4
Voorbeeldig zijn.....	5
Shri Ram Chalisa.....	6
Shri Ramchandra kripalu.....	11



Ram Navmi

De komst van Shri Ram wordt elk jaar op de negende dag van de lichte helft van de maand chaitra (maart/april) gevierd. Deze maand is de eerste maand van de Hindukalender. Op deze dag worden er Mandirdiensten gehouden. De lichte helft van de maand begint met de eerste Navratri. Gedurende negen dagen lang wordt Durga Mata op verschillende plaatsen en in Mandirs vereerd.

Bhagvaan (God)

Shri Ram is de incarnatie (avatar) van Bhagvaan in Zijn aspect van Onderhouder of Instandhouder van het leven en de wereld. Telkens als de mensen het laten afweten, als zij niet meer in staat blijken om de Dharm, oftewel de wetten van het leven en van de schepping, te onderhouden en de behoefte aan verlossing, aan bevrijding onder de mensen opkomt, incarneert de Almachtige God Zich en komt Hij als mens onder de mensen. Als de Dharm vervalt, zegeviert het onrecht op het recht, vieren corruptie en criminaliteit hoogtij en beginnen groepen van mensen verbitterd strijd tegen elkaar te voeren. De eerlijke en oprechte mensen, de gelovigen vinden geen rust meer. Ze dreigen onder de voet te worden gelopen of vernietigd te worden door het kwaad. Zij bidden dan met al hun energie naar Bhagvaan en vragen Hem om verlossing van het kwade. Uit sympathie voor hen en vanuit de macht van de schepping neemt Hij dan een menselijke vorm aan om de gelovigen te beschermen en om de Dharm weer te herstellen.

De dichter Tulsidas beschrijft in de Ramayan het volgende: "Shri Ram, op wie de grote wijzen en zieners mediteren, is niet de koning uit de geschiedenis van India. Hij is niet de zoon van koning Dasrath, vorst van Ayodhya. Hij is de eeuwige ongeborene, tijdloze en heeft een al-vorm". Wie het verhaal over Shri Ram leest of hoort, wordt getroffen door de hoge idealen, die er voor het leven uit spreken; namelijk de idealen van dienstbaarheid, van liefdestrouw en dergelijke. Toen de vader van Sita Mata zijn dochter aan Shri Ram uithuwde, deed hij dat met de woorden: "Behandel je echtgenote als je metgezel in al je zaken." Uit de woorden van Mata's vader blijkt duidelijk dat de vrouw niet als ondergeschikt aan haar man moet leven. Met

andere woorden, de vrouw wordt voorgesteld als de vaste compagnon, de nevenschikte van de man. De traditie om de vrouw een tweederangspositie binnen het gezin of de familie toe te kennen, haar als mindere van de man te zien en haar te remmen in haar ontplooiingskansen is nergens binnen het Hinduïsme terug te vinden. Integendeel wordt de vrouw hoog geacht en als een goddelijk aspect vereerd.

En dan Shri Ram als koning: Shri Ram is het toonbeeld van rechtvaardig bestuur, van leiderschap dat er voor het volk is en niet voor zichzelf of voor een kleine bevoorrechte groep. Het geluk van het volk is het geluk van de vorst. De Ramayan vertelt het verhaal van de strijd die Shri Ram streed. Shri Ram als symbool van het goede, bijgestaan door Zijn broer Shri Lakshman, Zijn dienaar Hanuman Svami en door Zijn vrouw Sita Mata, tegen de demon Ravan als symbool van het kwaad.

Zo kan Ram Navmi ervaren worden als een poging om de hoge idealen van het leven weer eens op een rij te zetten, en vooral als stimulans om deze idealen ook in praktijk te brengen. Shri Ram is in feite de meest geliefde en de meest aangeropen aspect van de Almachtige. Het leven van de Hindu's is vol van Hem. Zo groet men elkaar met "Ram Ram" of "Sita Ram" en hoeveel zanggroepen zijn er niet die vaker bij elkaar komen om passages uit de Ramayan te zingen? Velen dragen ook de naam met Ram erin, zoals Rampersad (genade van Shri Ram), Ramdas (dienaar van Shri Ram), Ramavatar (incarnatie van Shri Ram), Ramdath (afgezant van Shri Ram).

Toch neemt Shri Ram in feite een geringe plaats in in het omvangrijke ceremonieel dat het Hinduleven kenmerkt. Er zijn weinig aparte ceremoniën voor Shri Ram. Zijn verschijning wordt slechts in de Mandirs gevierd. Er wordt soms een gewone puja of offerdienst voor Shri Ram gehouden, of optredens van zanggroepen en hier en daar wordt een toespraak gehouden over de betekenis van Shri Ram voor het leven van de mens.

Wat moet de gelovige op deze dag doen?

Shri Ram is om twaalf uur overdag geboren. De vrome Hindu's die normaliter vegetarisch eten, nuttigen op deze dag geen gekookt voedsel. De gelovigen gaan verder naar de Mandir waar er passages uit de Ramayan worden gelezen, in het bijzonder het verhaal

over de verschijning van Shri Ram. Ook worden door zanggroepen bhajans over Shri Ram ten gehore gebracht. De gelovigen zingen dan ook mee.

Bron: De vijf juwelen van het Hindoeïsme deel 2 Hindoeëfeestdagen door Pt. B. Patandin

Het belang van Shri Ram Navmi

Ram Navmi is de verschijningsdag van Shri Ram, de zevende Avatar van Vishnu Bhagvaan. Tevens is het de trouwdag van Ram Bhagvaan en Sita Mata. Deze heilige dag wordt gevierd op de negende dag van de lichte maanhelft van de maand Chaitra en valt direct na de eerste Navratri.

Ram Bhagvaan is heel belangrijk geweest en Zijn leven staat beschreven in de Ramayan. In de Ramayan kunnen we lezen hoe de ideale mens hoort te zijn en hoe een samenleving idealiter ingericht en geregeerd hoort te worden (Ramraj). Ram Bhagvaan is dan ook Maryada Purushottama, degene die nooit van het pad van Dharm afweek. Een ieder doet er goed aan om de Ramayan te lezen en een voorbeeld aan Hem te nemen. Hij is de ideale zoon, de ideale broer, de ideale echtgenoot en zelfs de ideale vijand!

De Ramayan heeft dan ook een enorme impact gehad, niet alleen in India, maar ook in Thailand, Indonesië, Maleisië, Bali, Cambodja, en andere Zuid-Oost Aziatische landen. Bekende vertalingen van de Ramayan door de eeuwen heen in deze landen zijn o.a.: Serat Kanda, Ramayana Sasak, Rama Kling, Rama Kidung Bali, Rama Tambang, Hikayat Seri Rama,

Phra Lak Phra Lam, Khvay Thurap. Verspreid over heel Zuid-Oost Azië vinden we eeuwenoude tempels met reliëfs die de Ramayan uitbeelden en tot op de dag van vandaag zijn schaduwspelen over Ram Bhagvaan erg populair in deze landen.

Zelfs de Indonesiërs die al generaties Mohammedaan zijn, geven de Ramayan een belangrijke plaats in hun leven. Ook al zijn ze geen Hindu meer, hun cultuur blijft voor een groot deel uit de Ramayan bestaan.

Op Ram Navmi zelf wordt in de ochtend begonnen met een puja voor Surya Dev en om 12 uur 's middags, het tijdstip waarop Ram Bhagvaan geboren is, wordt een speciale puja gehouden. Er worden bhajans en kirtans ter ere van Shri Ram gezongen en Murti's van Ram Bhagvaan, Sita Mata en Shri Lakshman worden mooi versierd met bloemen en ornamenten. In Mandirs worden behalve puja's ook Murti's van Ram Bhagvaan als baby in een wiegje heen en weer geschommeld. In Ayodhya zelf nemen honderdduizenden mensen een duik in de rivier Sarayu en in Pondicherry wordt een groot festival gehouden. Ook optochten met Murti's van Ram Bhagvaan, Sita Mata en Shri Lakshman vinden plaats. Uiteraard wordt er op deze heilige dag ook uitgebreid gelezen uit de Ramayan.

Voorbeeldig zijn

Wie jongere broers of zussen heeft, zal vaker gehoord hebben dat hij een voorbeeld moet zijn voor de anderen. Bij ruzies krijgt de oudste meestal wel te horen dat hij beter moet weten omdat hij ouder is, ook al weten de ouders niet eens wat er aan de hand is.

Als je dit als kind zijnde hoort dan is het allemaal oneerlijk, want jij krijgt altijd de schuld en die kleine heeft altijd alles goed gedaan. Het is alsof jij van alles verkeerd hebt gedaan, terwijl dat niet eens zo vaak het geval hoeft te zijn.

Naarmate je ouder wordt, zal je wel zien dat je jongere broers en zussen het gedrag van de ouderen beginnen over te nemen en dan begin je te denken aan wat je vroeger altijd hoorde, namelijk dat je een voorbeeldfunctie hebt.

Dat je geen jongere broers of zussen hebt, betekent overigens niet dat je geen voorbeeld bent, deze functie kan je ook vervullen voor burens, vrienden en anderen. Sowieso zal je deze later vervullen voor je eigen kinderen, zij zullen naar jou kijken en doen wat papa of mama doet.

Het is belangrijk om bezig te zijn te zijn met het vervullen van die voorbeeldfunctie, zelfs als je in jouw ogen op dat moment voor niemand een voorbeeld bent. Beginnen een goed voorbeeld te zijn op het moment dat jij denkt dat iemand je als voorbeeld ziet, is al te laat. Jij hebt namelijk die standaard, die jij wil neerzetten voor een ander, nog niet de jouwe gemaakt. Je zal je er dus niet volledig aan kunnen houden en dus zal je dat ook niet over kunnen dragen aan een ander. Een goed voorbeeld zijn zal daarmee dus ook niet lukken.

Dit is exact het principe dat Bhagvaan in Zijn Avatar als Maryada Purushottam Shri Ram aan ons heeft gegeven. Ram Bhagvaan volgde van kleins af aan de Dharm zo strikt dat Hij wordt gezien als de ideale zoon, de ideale broer, de ideale echtgenoot en zelfs de ideale vijand. In onze rijke Hindugeschiedenis zien we dat de Dharm altijd overwint en dat wie gezegend is door Bhagvaan al zijn problemen zal overwinnen. Naast dit alles is Bhagvaan Shri Ram natuurlijk ook het ideale voorbeeld en gelukkig niet alleen voor Hindu's, maar voor heel de mensheid.



Shri Ram Chalisa

दोहा - Dohá

गणपति चरण सरोज गहि, चरणोदक धरि भाल ।
लिखौं विमल रामावली, सुमिरि अंजनीलाल ॥

*Ganapati charan saroj gahi, charanodak dhari bhál.
Likhaun vimal Rámávali, sumiri Anjaníal.*

Na de lotusvoeten van Shri Ganesh te hebben aangeraakt en mijn voorhoofd te hebben gezalfd met het water geheiligd door zijn voeten, mediteer ik op Anjana's zoon Hanuman en stel ik deze onbevleete Ramavali op, een serie verzen om Shri Ram te prijzen.

राम चरित वर्णन करौं, रामहिं हृदय मनाई ।
मदन कदन रत राखि सिर, मन कहूँ ताप मिटाई ॥

*Rám charit varnan karaun, Rámahin hriday manái.
Madan kadan rat rákhi sir, man kahan táp mitái.*

Met het beeld van Shri Ram in mijn hart en met mijn hoofd aan de voeten van Shiv Bhagvaan beschrijf ik de heilige daden van Shri Ram, zodat alle onzuiverheden en angsten vernietigd worden.

चौपाई - Chaupái

राम रमापति रघुपति जै जै ।
महा लोकपति जगपति जै जै ॥

*Rám Ramápati Raghupati jai jai,
Mahá Lokpati Jagpati jai jai.*

Glorie aan U Shri Ram, Heer van Sita en het huis van Raghu. Glorie aan U, de hoogste Heer van de wereld.

राजित जनक दुलारी जै जै ।
महिनन्दिनी प्रभु प्यारी जै जै ॥

*Rájit Janak dulári jai jai,
Mahinandiní Prabhu pyári jai jai.*

Glorie aan de prachtige Dochter van Janak. Glorie aan de Dochter van de Aarde en de geliefde Gemalin van de Allerhoogste Heer.

रातिहुं दिवस राम धुन जाहीं ।
मगन रहत मन तन दुख नाहीं ॥

*Rátihun divas Rám dhun jáhín,
Magan rahat man tan dukh náhín.*

Waar dan ook mensen dag en nacht de glorie van Shri Ram bezingen, zij worden genezen van alle geestelijke en lichamelijke leed.

राम सनेह जासु उर होई ।
महा भाग्यशाली नर सोई ॥

*Ram saneh jásu ur hoí,
Mahá bhágyashálee nar soí.*

Wie in zich Shri Rams liefde heeft, is meest gelukkig.

राक्षस दल संहारी जै जै ।
महा पतित तनु तारी जै जै ॥

*Rákshas dal sanháree jai jai,
Mahá patit tanu táree jai jai.*

Glorie aan U, Vernietiger van de demonen. Glorie aan U, Verdelger van de laagsten.

राम नाम जो निशदिन गावत ।
मन वांछित फल निश्चय पावत ॥

*Rám nám jo nishdin gávat,
Man váncshit phal nishchay pávat.*

Wie de naam van Shri Ram dag en nacht bezingt, wordt zeker beloond met datgene dat hij wenst.

रामयुधसर जेहिं कर साजत ।
मन मनोज लखि कोटिहुं लाजत ॥

*Rámyudhsar jehin kar sájat,
Man manoj lakhi kotihun lájat.*

De prachtige boog en pijl in Shri Rams schitterende en welgevormde handen ziend, voelen menigten van Cupido's zich beschaamd.

राखहु लाज हमारी जै जै ।
महिमा अगम तुम्हारी जै जै ॥

*Rákhahu láj hamári jai jai,
Mahimá agam Tumhári jai jai.*

Glorie aan U, aan Wie ik smeeik mijn eer te behouden.
Glorie aan U, Wiens grootsheid ondoorgrondelijk is.

राजीव नयन मुनिन मन मोहै ।
मुकुट मनोहर सिर पर सोहै ॥

*Rájív nayan munin man mohai,
Mukut manohar sir par sohai.*

Uw lotusogen fascineren de geesten van Muni's.
De mooie kroon oogt schitterend op Uw lichte en

राजित मृदुल गात शुचि आनन ।
मकराकृत कुण्डल दुहुँ कानन ॥

*Rájit mridul gát shuchi ánan,
Makarákrit kundal duhun kánan.*

prachtige gezicht en schijnt schitterend op
Uw tedere lichaam. Niet minder sprankelend zijn de
krokodilvormige juwelen in Uw oren.

रामचन्द्र सर्वोत्तम जै जै ।
मर्यादा पुरुषोत्तम जै जै ॥

*Rámchandra sarvottam jai jai,
Maryádá Purushottam jai jai.*

Glorie aan Ramchandra, Beschermmer van alle moraal.
Glorie aan Maryada Purushottam, de beste van alle
aardse wezens.

राम नाम गुण अगन अनन्ता ।
मनन करत शारद श्रुति सन्ता ॥

*Rám nám gun agan anantá,
Manan karat shárad shruti santá.*

Shri Rams naam kent onbegrensde en onmetelijke deugden, waarover de Veda's, heiligen en Sarasvati Mata peinzen.

राति दिवस ध्यावहु मन रामा ।
मन रंजन भंजन भव दामा ॥

*Ráti divas dhyávahu man Rámá,
Man ranjan bhanjan bhav dámá.*

O afdwalende geest, mediteer dag en nacht op Shri Ram,
want dit brengt verlossing en blust al het wereldse vuur.

राज भवन संग में नहीं जैहें ।
मन के ही मन में रहि जैहें ॥

*Ráj bhavan sang men nahin jaihen,
Man ke hí man men rahi jaihen.*

Het prachtige paleis waarover je droomde, zal je niet vergezellen, het zal een onvervuld verlangen blijven.

रामहिं नाम अन्त सुख दैहें ।
मन गढ़न्त गप काम न ऐहें ॥

*Rámahin nám ant sukh daihen,
Man gadhant gap kám na aihen.*

Het is Shri Rams naam die uiteindelijk geluk zal brengen.
De betoverende vreugde waarover jij droomde zal een
illusie blijven.

राम कहानी रामहिं सुनिहें ।
महिमा राम तबै मन गुनिहें ॥

*Rám kahání Rámahin sunihen,
Mahimá Rám tabai man gunihen.*

Jouw verhaal zal alleen door Shri Ram Zelf gehoord
worden en door niemand anders. Pas dan zal je
realiseren hoe glorieus Shri Ram is.

रामहि महुँ जो नित चित राखिहें ।
मधुकर सरिस मधुर रस चाखिहें ॥

*Rámhi mahan jo nit chit rákhihen,
Madhukar saris madhur ras chákhihen.*

Degenen die hun geest dagelijks op Shri Ram richten,
zullen genieten van de smaak hiervan zoals bijen van
honing.

रावणादि हति गति दै दिन्हों ।
महिरावणहिं सियहित वध कीन्हों ॥

*Rávanádi hati gati dai dinhon,
Mahirávanahin Siyahit vadh kínhon.*

De tienhoofdige en zijn leger verslagen hebbend, stuurde
Hij hem naar Zijn eigen hemelse verblijf en om Sita Ma te
redden had hij Mahiravan vermoord in de onderste
regionen van de aarde waar hij zich bevond.

राग रंग कहुँ कीर्तन ठानिहें ।
ममता त्यागि एक रस जानिहें ॥

*Rág rang kahun kirtan thánihen,
Mamata tyági ek ras jánihen.*

Dan zal de de verheerlijking van de naam zorgen voor
een leven van luxe en genot. Verlost van alle
gehechtheid, zal de geest alleen een bron van genot
herkennen - de Naam van de Heer.

राम बाण सुत सुरसरिधारा ।
महापातकिहुँ गति दै डारा ॥

*Rám bán sut surasaridhára,
Mahápátkihun gati dai dára.*

De pijl van Shri Ram, die als de zuivere stroom
van de Ganges is, verlost zelfs de grootste
zondaar onder alle zondaren.

राम कृपा तिन्हीं पर होईहें ।
मन वांछित फल अभिमत पैहें ॥

*Rám kripá tinhin par hoíhen,
Man vānchhit phal abhimat paihen.*

Shri Ram zal Zijn genade op hen neer laten komen en
al hun gekoesterde verlangens vervullen.

राम रमित जग अमित अनन्ता ।
महिमा कहि न सकहिं श्रुति सन्ता ॥

*Rám ramit jag amit anantá,
Mahimá kahi na sakhin shruti santá.*

Shri Ram, de alomtegenwoordige Heer, doordringt deze
oneindige en eindeloze wereld en gaat de beschrijving
door de Veda's en de heiligen te boven.

राक्षस दमन कियो जो क्षण में ।
महा बह्नि बनि विचर्यो वन में ॥

*Rákshas daman kiyo jo kshan men,
Mahá banhi bani vicharyo van men.*

De Heer vernietigde de demonen vliegensvlug net als een
verschrikkelijke bosbrand, uitgebroken in het midden van
het bos, die de bomen tot as reduceert.

राम नाम जोई देत भुलाई ।
महा निशा सोइ लेत बुलाई ॥

*Rám nám joi det bhulái,
Mahá nishá soi let bulái.*

Hij die Shri Rams naam vergeet, nodigt alleen de
duisternis van onwetendheid uit
ofwel zijn ultieme vernietiging.

राम बिना उर होत अंधेरा ।
मन सोही दुख सहत घनेरा ॥

*Rám biná ur hot andherá,
Man sohí dukh sahat ghanerá.*

Verstoken van Ram, plonst het hart diep in de onwetendheid en moet de geest onverdraaglijk verdriet ervaren.

राम रमित रस घटित भक्ति घट ।
मन के भजतहिं खुलत प्रेम पट ॥

*Rám Ramit ras ghatit bhakti ghat,
Man ke bhajatahin khulat prem pat.*

Het geluk dat het hart vult met toewijding voor Shri Ram wordt doordrongen door Hem. Gereciteerd met diepgaande interesse opent het de poorten van Bhakti.

रामहि आदि अनादि कहावत ।
महाव्रती शंकर गुण गावत ॥

*Rámahi ádi anádi kahávat,
Mahávratí Shankar gun gávat.*

Het is Shri Ram en Shri Ram alleen die beschreven is als zowel het begin en het beginloze en als Degene Die geprezen wordt door Shankar Bhagvaan.

राजित राम जिनहिं उर अन्तर ।
महावीर सम भक्त निरन्तर ॥

*Rájit Rám jinahin ur antar,
Mahávir sam bhakt nirantar.*

Het hart is prachtig met het beeld van Shri Ram daarbinnen en gevuld met devotie zoals die van Mahavir Svami.

राम नाम लोहि ब्रह्म अपारा ।
महिकर भार शेष सिर धारा ॥

*Rám nám lohi Brahma apará,
Mahikar bhár shesh sir dhára.*

Gered werd Bhagvaan Brahma met de hulp van Shri Rams naam en kon Shesh de last van de aarde op Zijn hoofd dragen.

रामहि लेवत एक सहारा ।
महासिन्धु कपि कीन्हेसि पारा ॥

*Rámahi levat ek sahará,
Mahásindhu Kapi kínhesi pára.*

Het hart dat zijn toevlucht zoekt bij Shri Ram alleen, steekt de oceaan van deze wereld over zoals Hanumanji dat deed.

राखि राम हिय शम्भु सुजाना ।
महा घोर विष किन्ह्यो पाना ॥

*Rákhi Rám hiya Shambhu sujána,
Mahá ghor vish kinhyo pána.*

Met Shri Ram in Zijn hart slokte de wijze Shambhu het gevreesde gif op.

राम नाम रसना रस शोभा ।
मर्दन काम क्रोध मद लोभा ॥

*Rám nám rasná ras shobhá,
Mardan kám krodh mad lobhá.*

Shri Rams naam is de zoete smaak die ervaren wordt door de menselijke tong. Deze vernietigt lust, woede, arrogantie en hebzucht.

रामहि महि लखि लेख महेशु ।
महा पूज्य करि दियो गणेशु ॥

*Rámahi mahi lakhi lekh Maheshu,
Mahá puja kari diyo Ganeshu.*

Nadat Shri Ganesh de naam van Shri Ram op de aarde gekalkt had, maakte Heer Shiv Hem zeer vooraanstaand.

राम चरित भजि भयो सुजाता ।
महादेव मुक्ति के दाता ॥

*Rám charit bhaji bhayo sugyátá,
Mahádev mukti ke dátá.*

Door het verhaal van Shri Rams heilige daden te reciteren werd de wijze Mahadev een redder en bevrijder.

रामहि जपत मित्त भव शूला ।
राममंत्र यह मंगलमूला ॥

*Rámahi japat mitat bhav shúlá,
Rámmantra yah mangalmúlá.*

Het reciteren van Shri Rams lof vernietigt alle wereldse ellende, want de mystieke naam Ram is de bron van alle welzijn.

रामहि सुन्दर रचि रस पागा ।
मठ दुर्वासा निकट प्रयागा ॥

*Rámahi sundar rachi ras págá,
Math Durvásá nikat Prayágá.*

Door deze te doordrenken in de smaak van devotie aan Shri Ram heb ik, Sundardas, deze prachtige hymne in de ashram van Rishi Durvasa bij Prayag gecomponeerd.

राम नाम जपि जो न सुधारा ।
मन पिशाच सो निपट गंवारा ॥

*Rám nám japi jo na sudhára,
Man pishách so nipat ganvárá.*

Wie zichzelf niet verbeterd door Shri Rams lof te bezingen, is iemand wiens geest demonisch en duivels is en die totaal onwetend is.

रामभक्त यहि जो नित ध्यावहिं ।
मनवांछित फल निश्चय पावहिं ॥

*Rámbhakt yahi jo nit dhyávahin,
Manváchhit phal nishchay pávahin.*

Als de toegewijden van Shri Ram deze dagelijks reciteren met oprechte aandacht, zullen zij zeker worden beloond met de vrucht die zij het meest begeren.

राम की महिमा कहँ लग गाऊँ ।
मति मलिन मन पार न पाऊँ ॥

*Rám kí mahímá kahan lag gáún,
Mati malin man páar na páún.*

Des te meer ik Rams glorie bezing, des te meer blijft er over om te bezingen. Omdat dit langzaam aan begrepen wordt, faal ik in het begrijpen van haar onmetelijke diepte.

दोहा - Dohá

राम नाम नित भजहु मन, रातिहुँ दिन चित लाई ।
ममता मत्सर मलिनता, मनस्ताप मिटि जाई ॥

*Rám nám nit bhajahu man, Rátihun din chit láí.
Mamtá matsar malinatá, Manastáp miti jáí.*

Met niet afdwalende gedachten, mediteer dag en nacht op Shri Rams naam. Doe dit met onafgebroken regelmaat, zodat de geest verlost wordt van gehechtheid, jaloezie, onwetendheid en ander leed.

रामावली उस लिखि चालीसा ।
मति अनुसार ध्यान गौरीसा ॥

*Rámávalí us likhi chálísá,
Mati anusár dhyán gorísá.*

Toch heb ik de de vele deugden van Ram aan elkaar geknoopt in de vorm van deze Chalisa zo goed als ik dat kon met mijn geest op Shivji gericht, de geliefde Metgezel van Gauri Mata.

राम का तिथि बुध रोहिणी, रामावली किया भास ।
मान सहस्र भजु दृग समेत, मगसर सुन्दरदास ॥

*Rám ká tithi budh Rohiní, Rámávalí kiyá bhás.
Mán sagastra bhaju drig samet, Magsar Sundardás.*

Sundardas completeerde deze hymne, de draad van Shri Rams deugden, in de taal van de mensen op de negende dag van de maand Magashirsa op een woensdag onder de sterrenconstellatie Rohini in het jaar 2002 van het Vikram tijdperk.

Shri Ramchandra kripalu

श्री रामचन्द्र कृपालु भजु मन, हरण भव भय दारुणम् ।
नव कंज लोचन कंज मुख, कर कंज पद कंजारुणम् ॥

*Shrī Rámchandra kripálu bhaju man, haran bhav bhay
dárunam, nav kanj lochan kanj mukh,
kar kanj pad kanjárunam.*

O geest, herinner Shri Ram, de Heer van compassie die zelfs de meest verschrikkelijke angst van het leven zal vernietigen. Zijn ogen zijn als pas opgebloeide lotusbloemen in Zijn lotusachtige gezicht, net zoals de lotus zijn Zijn handen en Zijn voeten zijn als rossige lotussen.

कन्दर्प अगणित अमित छवि, नवनील नीरज सुन्दरम् ।
पट पीत मानहुंतडित रुचि शुचि, नौमि जनक सुतावरम् ॥

*Kandarp aganit amit chhavi, navnil níraj sundaram,
pat píť mánhuntdít ruchi shuchi, naumi janak sutávaram.*

Met uiterste nederigheid betuig ik mijn respect aan de metgezel van Sita Mata, Shri Ramchandra, wiens grenzeloze pracht menigten van liefdesgoden overtreft. Hij is zo aantrekkelijk als de blauwe wolken vol met regen. De gele gewaden op Zijn lichaam, prachtig schoon en heilig, zijn zo charmant als bliksemflitsen.

भजु दीनबन्धु दिनेश दानव, दैत्य-वंश निकन्दनम् ।
रघुनन्द आनन्द कन्द कौशल, चन्द दशरथ नन्दनम् ॥

*Bhaju dínbandhu dinesh dánav, daitya-vansh
nikandanam, Raghunand ánand kand kaushal,
chand Dashrath nandanam.*

Mediteer op Shri Ram, het grote plezier van het huis van Raghu, wortel van alle vreugde, kalmerend als de maan voor de Koshala's, de zoon van Dashrath, sympathiek voor degenen zonder de basisbehoeften voor het leven, afstameling van de Surya Vansh en de vernietiger van de demonen en daitya's.

सिर मुकुट कुण्डल तिलक चारु, उदार अंग विभूषणम् ।
आजानुभुज शर-चाप धर, संग्राम-जित खरदूषणम् ॥

*Sir mukut kundal tilak cháru, udár ang vibhúshanam,
ájánubhuj shar-cháp ghar, sangrá-m-jít khardúshanam.*

Hij heeft een kroon op Zijn hoofd, een paar oorringen, een prachtig teken van Zijn varna op Zijn voorhoofd en versieringen op Zijn schitterende lichaam. De armen die de knieën bereiken houden de boog en pijlen van de overwinnaar van Khar en Dushan vast.

इति वदति तुलसीदास शंकर, शोष मुनिमन रंजनम् ।
मम हृदय कंज निवास कुरु, कामादि खल दल गंजनम् ॥

*Iti badati Tulsídás Shankar, Shesh muniman ranjanam,
mam hriday kanj nivás kuru, kámádi khal dal ganjanam.*

Afsluitend vraagt Tulsidas aan Shri Ram, het plezier van Shiv Bhagvaan, de Slangenkonink, en kluizenaars en de vernietiger van lust en dergelijke, om zijn lotusachtige hart Zijn huis te maken.

