

Silvester 2023/2024 „Hanuman Chalisa“ im SoulPath' Blessing LICHTZENTRUM

śrī-guru carana saroja raja, nija manu mukuru  
sudhāri / baranaũ raghu-bara bimala jasu, jo  
dāyaku phala cāri // 1 //  
buddhi-hīna tanu jānike, sumiraũ pavana-  
kumāra / bala budhi bidyā dehu mohī, harahu  
kalesa bikāra // 1 //

sīyavara rāma candra pada jai śaranam

jaya hanumāna jñāna guna sāgara /  
jaya kapīsa tihū loka ujāgara // 1 //  
rāma dūta atulita bala dhāmā /  
añjani-putra pavana-suta nāmā // 2 //  
mahā-bīra bikrama bajaraṅgī /  
kumati nivāra sumati ke saṅgī // 3 //  
kañcana barana birāja subesā /  
kānana kuṇḍala kuñcita kesā // 4 //  
hātha bajra au dhvajā birājai /  
kāndhe mūñja janeū sāje // 5 //  
sañkara-suvana kesarī-nandana /  
teja pratāpa mahā jaga bandana // 6 //  
bidyāvāna gunī ati cātura /  
rāma kāja karibe ko ātura // 7 //  
prabhu caritra sunibe ko rasiyā /  
rāma lakhana sītā mana basiyā // 8 //  
sūkṣma rūpa dhari siyahī dikhāvā /  
bikaṭa rūpa dhari lañka jarāvā // 9 //  
bhīma rūpa dhari asura sāhāre /  
rāma-candra ke kāja sāvāre // 10 //  
lāya sajīvana lakhana jiyāye /  
śrī-raghu-bīra haraṣi ura lāye // 11 //  
raghu-pati kīnhī bahuta baḍāi /  
tuma mama priya bharatahi sama bhāi // 12 //  
sahasa badana tumharo jasa gāvaī /  
asa kahi śrī-pati kañṭha lagāvaī // 13 //  
sanakādika brahmādi munīsā /  
nārada sārada sahita ahīsā // 14 //  
jama kubera diga-pāla jahā te /  
kabi kobida kahi sake kahā te // 15 //  
tuma upakāra sugrīvahī kīnhā /  
rāma milāya rāja-pada dīnhā // 16 //  
tumharo mantra bibhīṣana mānā /  
lañkesvara bhae saba jaga jānā // 17 //  
juga sahasra johana para bhānū /  
līlyo tāhi madhura phala jānū // 18 //  
prabhu mudrikā meli mukha māhīn /  
jaladhi lañghi gaye acaraja nāhīn // 19 //  
durgama kāja jagata ke jete /

sugama anugraha tumhare tete // 20 //  
rāma duāre tuma rakhavāre /  
hota na ājñā binu paisāre // 21 //  
saba sukha lahai tumhārī saranā /  
tuma racchaka kāhū ko ḍara nā // 22 //  
āpana teja samhāro āpai /  
tīnō loka hāka tē kāpai // 23 //  
bhūta pisāca nikaṭa nahī āvai /  
mahā-bīra jaba nāma sunāvai // 24 //  
nāsai roga harai saba pīrā /  
japata nirantara hanumata bīrā // 25 //  
sañkaṭa tē hanumāna chuḍāvai /  
mana krama bacana dhyāna jo lāvai // 26 //  
saba para rāma tapasvī rājā /  
tina ke kāja sakala tuma sājā // 27 //  
aura manoratha jo koi lāvai /  
soi amita jīvana phala pāvai // 28 //  
cārō juga paratāpa tumhārā /  
hai parasiddha jagata ujīyārā // 29 //  
sādhu santa ke tuma rakhavāre /  
asura nikandana rāma dulāre // 30 //  
aṣṭa siddhi nau nidhi ke dātā /  
asa bara dīna jānakī mātā // 31 //  
rāma rasāyana tumhare pāsā /  
sadā raho raghu-pati ke dāsā // 32 //  
tumhare bhajana rāma ko pāvai /  
janama janama ke dukha bisarāvai // 33 //  
anta kāla raghu-bara pura jāi /  
jahā janma hari-bhakta kahāi // 34 //  
aura devatā citta na dharaī /  
hanumata sei sarva sukha karaī // 35 //  
sañkaṭa kaṭai miṭai saba pīrā / jo sumirai  
hanumata bala-bīrā // 36 //  
jai jai jai hanumāna gosāi /  
kṛpā karahu guru deva kī nāi // 37 //  
jo sata bāra pāṭha kara koī /  
chūṭahi bandi mahā sukha hoī // 38 //  
jo yah(a) paḍhai hanumāna calīsā /  
hoya siddhi sākhī gaurīsā // 39 //  
tulasī-dāsa sadā hari cerā /  
kījai nātha hṛdaya mahā ḍerā // 40 //

pavana-tanaya sañkaṭa harana, maṅgala  
mūrati rūpa / rāma lakhana sītā sahita, hṛdaya  
basahu sura bhūpa // 2 //

sīyavara rāma candra pada jai śaranam



Happy New Year!



## Silvester 2023/2024 „Hanuman Chalisa“ im *SoulPath' Blessing* LICHTZENTRUM

Nachdem der Spiegel meines Geistes durch den Blütenstaub der heiligen Füße meines Meisters gereinigt wurde, erkenne ich die reine, fleckenlose Herrlichkeit von Shri Raghuvara, der uns die vier Früchte des Lebens schenkt (Dharma, Artha, Kama und Moksha).

Der Unzulänglichkeit meiner Intelligenz voll bewusst, konzentriere ich meine Aufmerksamkeit auf Pavan Kumar (Sohn des Windgottes) und erbitte Stärke, Intelligenz und wahres Verständnis, um mich von allen Makeln, die Schmerz verursachen, zu befreien.

Seeyavara Raama Chandra Pada Jai Sharanam!

Grüße zu dem hingebenden Rama und Sitas Ehemann!

Ruhm und Ehre sei Dir, Hanuman, Ozean voller Weisheit und Tugend! Gegrüßt, seist Du Kapisha, König der Affen, Du erleuchtest alle drei Welten!

Du bist Ramas Botschafter, Du Quelle unvergleichlicher Stärke, Sohn von Anjani, auch Sohn des Windes genannt. Du bist voller Tapferkeit, Heldenmut und Weisheit. Du vertreibst unsere dunklen Gedanken.

Dein goldfarbener, gelockter Körper ist mit einem hübschen Gewand und Ohrringen geschmückt.

Du trägst in Deinen Händen einen Donnerkeil und ein Siegesbanner. Über Deiner Schulter trägst Du die heilige Schnur aus Munja-Gras.

Als Inkarnation Shivas bist Du Kesaris Sohn. Deine Herrlichkeit wird im ganzen Universum gepriesen.

Du bist voller Weisheit und Tugend und sehr geschickt, immer begierig Rama zu Diensten zu sein.

Du liebst es, den nektargleichen Geschichten über die Taten Deines Herrn zu lauschen. Rama, Sita und Lakshman wohnen immer in Deinem Herzen.

Eine winzige Gestalt annehmend bist Du Sita erschienen und als Ehrfurcht einflößende Form hast du Lanka in Schutt und Asche versetzt!

Um Ramas Mission zu erfüllen, nahmst Du diese schreckliche Form an und vernichtetest die Dämonen.

Du hast das magische Heilkraut zu Lakshman gebracht, so dass er wieder lebendig wurde.

In seiner übergroßen Freude umarmte Dich Rama herzlich und lobte Dich sehr mit den Worten: "Du bist mir so lieb wie mein eigener Bruder!"

Mögen tausende von Mündern Deinen Ruhm preisen, dass der Herr selbst Dich umarmt hat!

Die großen Heiligen, Brahma selbst und andere Götter, die Weisen, Narada, Saraswati und der König der Schlangen...selbst Yama (Gott des Todes), Kubera (Gott der Reichtümer) und die Herren der acht Himmelsrichtungen, sowie Dichter und Gelehrte vermögen Deine Herrlichkeit nicht auszudrücken!

Du hast Sugriva (König eines Affengeschlechts) wieder zu seinem rechtmäßigen Thron verholfen, indem Du ihn mit Rama vereint hast.

Alle Welt weiß, dass Vibishana Herr über Lanka wurde, indem er Deinen Rat befolgte!

Du dachtest, die Sonne sei eine süße Frucht, bist Du ihr entgegengefliegen, obwohl sie tausend Generationen von uns entfernt ist!

Dadurch, dass du den Ring des Herrn in Deinem Mund getragen hast, ist es kaum verwunderlich, dass Du mit einem Sprung das Meer überqueren konntest.

Alle Schwierigkeiten in dieser Welt werden einfach mit Deiner göttlichen Hilfe!

Du bist der Wächter an Ramas Tür, niemand findet Einlass ohne Deine Erlaubnis

Diejenigen, die sich Dir ganz hingeben und Deinen Schutz erfahren, leben in Freude und Glück, sie kennen keine Angst.

Nur Du selbst kannst Deinem eigenen Glanz standhalten!

Alle drei Welten erzittern vor Deinem Gebrüll!

Geister und Dämonen können nicht näherkommen, wenn dein Name gerufen wird, oh großer Held, Mahavira!

Alle Krankheiten und Schmerzen verschwinden bei der fortwährenden Wiederholung Deines Namens, oh mächtiger Hanuman!

Jene, die Dich in Gedanken, Wort, Tat und Meditation immer erinnern, werden von allen Schwierigkeiten befreit sein!

Rama ist der König der Askese über allem und du hilfst Ihm bei all seinen Aufgaben!

Jedes Dir dargebrachte tiefe Verlangen erhält die nektargleiche Frucht erfüllten Lebens!

Deine Herrlichkeit erfüllt vier Zeitalter mit Ruhm und Dein Glanz erhellt das ganze Universum!

Du bist der Wächter über Weise und Heilige, der Vernichter der Dämonen und Ramas Liebling!

Durch ein Geschenk der Göttlichen Mutter kannst Du die acht Siddhi-Kräfte verleihen und die neun Schätze (Reichtum, Komfort, Macht, Ansehen, gute Beziehung u.a.).

Durch Deine tiefste Hingabe zu Rama ist Dein ganzes Wesen von seinem göttlichen Nektar erfüllt und Du bist auf immer sein ihm ergebenster Diener!

Durch das Singen Deiner Hymnen können wir Rama erlangen und die Schmerzen zahlloser Wiedergeburten hinter uns lassen!

Wenn wir sterben, betreten wir Ramas Wohnsitz oder werden zukünftig als Diener Gottes wiedergeboren.

Es ist nicht notwendig andere Götter zu verehren. Alleine Hanuman bringt uns vollkommenes Glück.

Alle Schwierigkeiten und alles Leid verschwinden durch die fortwährende Vergegenwärtigung des starken und mutigen Hanumans.

Sieg und Ehre sei Dir, mächtiger Hanuman! Bitte segne uns als unser göttlicher Lehrmeister!

Jeder, der diese Verse hundertmal rezitiert, wird von seinen Fesseln befreit und erfährt höchstes Glück!

Jeder, der diese Hanuman Chalisa liest, wird Erfolg haben, so wahr Gauris Gemahl (Shiva) mein Zeuge ist.

Tulsidas, der stetige Diener des Herrn, betet: "Mein Herr und Beschützer, mache mein Herz zu Deiner Wohnstätte!"

Sohn des Windes, Verbanner allen Leides und

Verkörperung von Glück und Segen! Bitte wohne

gemeinsam mit dem göttlichen Rama, Sita und Lakshman in meinem Herzen, oh König der Götter!



Happy New Year!



**Shree Guru charana saroja raja; nija  
manu mukuru sudhari; Baranaun  
Raghubara bimala jasu; jo daayaku phala  
chaari**

Nachdem der Spiegel meines Geistes durch den Blütenstaub der heiligen Füße meines Meisters gereinigt wurde, erkenne ich die reine, fleckenlose Herrlichkeit von Shri Raghuvara, der uns die vier Früchte des Lebens schenkt (Dharma, Artha, Kama und Moksha).

**Budhi heena tanu jaanike; sumiraun  
pawana kumaara; Bala budhi vidyaa  
dehu mohin; harahu kalesa bikaara**

Der Unzulänglichkeit meiner Intelligenz voll bewusst, konzentriere ich meine Aufmerksamkeit auf Pavan Kumar (Sohn des Windgottes) und erbitte Stärke, Intelligenz und wahres Verständnis, um mich von allen Makeln, die Schmerz verursachen, zu befreien.

**Seeyavara Raama Chandra Pada Jai  
Sharanam!**

Grüße zu dem hingebenden Rama und Sitas Ehemann!

**1. Jaya Hanumaana gyaana guna  
saagara; Jaya Kapeesha tihun  
loka ujaagara**

Ruhm und Ehre sei Dir, Hanuman, Ozean voller Weisheit und Tugend! Gegrüßt, seist Du Kapisha, König der Affen, Du erleuchtest alle drei Welten!

**2. Raama doota atulita bala  
dhaamaa; Anjani putra  
Pawanasuta naamaa**

Du bist Ramas Botschafter, Du Quelle unvergleichlicher Stärke, Sohn von Anjani, auch Sohn des Windes genannt.

**3. Mahaabeera bikrama  
bajarangee; Kumati niwaara  
sumati ke sangee**

Du bist voller Tapferkeit, Heldenmut und Weisheit. Du vertreibst unsere dunklen Gedanken.

**4. Kanchana barana biraaja  
subesaa; Kaanana kundala  
kunchita kesaa**

Dein goldfarbener, gelockter Körper ist mit einem hübschen Gewand und Ohrringen geschmückt.

**5. Haata bajra aura dwajaa  
biraajai; Kaandhe moonja janeu  
saajai**

Du trägst in Deinen Händen einen Donnerkeil und ein Siegesbanner. Über Deiner Schulter trägst Du die heilige Schnur aus Munja-Gras.

**6. Shankara suwana Kesaree  
nandana; Teja prataapa mahaa  
jaga bandana**

Als Inkarnation Shivas bist Du Kesaris Sohn. Deine Herrlichkeit wird im ganzen Universum gepriesen.

**7. Bidyaawaana gunee ati  
chaatura; Raama kaaja karibe ko  
aatura**

Du bist voller Weisheit und Tugend und sehr geschickt, immer begierig Rama zu Diensten zu sein.

**8. Prabhu charitra sunibe ko  
rasiyaa; Raama Lakhana Seetaa  
mana basiyaa**

Du liebst es, den nektargleichen Geschichten über die Taten Deines Herrn zu lauschen. Rama, Sita und Lakshman wohnen immer in Deinem Herzen.

**9. Sookshma roopa dhari Siyahin  
dikhaawaa; Bikata roopa dhari  
Lankaa jaraawaa**

Eine winzige Gestalt annehmend bist Du Sita erschienen und als Ehrfurcht einflößende Form hast du Lanka in Schutt und Asche versetzt!

**10. Bheema roopa dhari asura  
sanghaare; Raamachandra ke  
kaaja sanvaare**

Um Ramas Mission zu erfüllen, nahmst Du diese schreckliche Form an und vernichtetest die Dämonen.

**11. Laaya sajeevana Lakhana  
jiyaaye; Shree Raghubeera  
harashi ura laaye**

Du hast das magische Heilkraut zu Lakshman gebracht, so dass er wieder lebendig wurde.

**12. Raghupati keenhee bahuta  
baraaee; Tuma mama priya  
Bharatahi sama bhaaee**

In seiner übergroßen Freude umarmte Dich Rama herzlich und lobte Dich sehr mit den Worten: *“Du bist mir so lieb wie mein eigener Bruder!”*



**13. Sahasa badana tumharo jasa  
gaawai; Asa kahi Shreepati  
kanta lagaawai**

Mögen tausende von Mündern Deinen Ruhm preisen, dass der Herr selbst Dich umarmt hat!

**14. Sanakaadika Brahmaadi  
muneesaa; Naarada Saarada  
sahita Aheesaa**

Die großen Heiligen, Brahma selbst und andere Götter, die Weisen, Narada, Saraswati und der König der Schlangen...

**15. Yama Kubera digapaala  
jahaante; Kabi kobida kahi sake  
kahaante**

...selbst Yama (Gott des Todes), Kubera (Gott der Reichtümer) und die Herren der acht Himmelsrichtungen, sowie Dichter und Gelehrte vermögen Deine Herrlichkeit nicht auszudrücken!

**16. Tuma upakaara Sugreevahin  
keenhaa; Raama milaaya raaja  
pada deenhaa**

Du hast Sugriva (König eines Affengeschlechts) wieder zu seinem rechtmäßigen Thron verholfen, indem Du ihn mit Rama vereint hast.

**17. Tumharo mantra Bibheeshana  
maanaa; Lankeshwara bhaye  
saba jaga jaanaa**

Alle Welt weiß, dass Vibishana Herr über Lanka wurde, indem er Deinen Rat befolgte!

**18. Yuga sahasra yojana para  
bhaanu; Leelyo taahi madhura  
phala jaanu**

Du dachtest, die Sonne sei eine süße Frucht, bist Du ihr entgegengefliegen, obwohl sie tausend Generationen von uns entfernt ist!

**19. Prabhu mudrikaa meli mukha  
maaheen; Jaladhi laanghi gaye  
acharaja naaheen**

Dadurch, dass du den Ring des Herrn in Deinem Mund getragen hast, ist es kaum verwunderlich, dass Du mit einem Sprung das Meer überqueren konntest.

**20. Durgama kaaja jagata ke jete;  
Sugama anugraha tumhare tete**

Alle Schwierigkeiten in dieser Welt werden einfach mit Deiner göttlichen Hilfe!

**21. Raama duaare tuma  
rakhawaare; Hota na aagyaa  
binu paisaare**

Du bist der Wächter an Ramas Tür, niemand findet Einlass ohne Deine Erlaubnis.

**22. Saba sukha lahai tumhaaree  
sharanaa; Tuma rakshaka kaahu  
ko daranaa**

Diejenigen, die sich Dir ganz hingeben und Deinen Schutz erfahren, leben in Freude und Glück, sie kennen keine Angst.

**23. Aapana teja samhaaro aapai;  
Teenon loka haanka ten kaanpai**

Nur Du selbst kannst Deinem eigenen Glanz standhalten! Alle drei Welten erzittern vor Deinem Gebrüll!

**24. Bhoota pisaacha nikata nahin  
aawai; Mahaabeera jaba naama  
sunaawai**

Geister und Dämonen können nicht näherkommen, wenn dein Name gerufen wird, oh großer Held, Mahavira!

**25. Naasai roga hare saba peeraa;  
Japata nirantara Hanumata  
beeraa**

Alle Krankheiten und Schmerzen verschwinden bei der fortwährenden Wiederholung Deines Namens, oh mächtiger Hanuman!

**26. Sankata ten Hanumaana  
chudaawai; Mana krama  
bachana dhyaana jo laawai**

Jene, die Dich in Gedanken, Wort, Tat und Meditation immer erinnern, werden von allen Schwierigkeiten befreit sein!

**27. Saba para Raama tapaswee  
raajaa; Tina ke kaaja sakala  
tuma saajaa**

Rama ist der König der Askese über allem und du hilfst Ihm bei all seinen Aufgaben!

**28. Aura manorata jo koe laawai;  
Soee amita jeewana phala  
paawai**

Jedes Dir dargebrachte tiefe Verlangen erhält die nektargeiche Frucht erfüllten Lebens!



29. **Chaaron juga parataapa  
tumhaaraa; Hai parasidha jagata  
ujiyaaraa**

Deine Herrlichkeit erfüllt vier Zeitalter mit  
Ruhm und Dein Glanz erhellt das ganze  
Universum!

30. **Saadhu santa ke tuma  
rakhawaare; Asura nikandana  
Raama dulaare**

Du bist der Wächter über Weise und Heilige,  
der Vernichter der Dämonen und Ramas  
Liebling!

31. **Ashta siddhi nau nidhi ke  
daataa; Asa bara deena  
Jaanakee Maataa**

Durch ein Geschenk der Göttlichen Mutter  
kannst Du die acht Siddhi-Kräfte verleihen und  
die neun Schätze (Reichtum, Komfort, Macht,  
Ansehen, gute Beziehung u.a.).

32. **Raama rasaayana toomhare  
paasaa; Sadaa raho Raghupati  
ke daasaa**

Durch Deine tiefste Hingabe zu Rama ist Dein  
ganzes Wesen von seinem göttlichen Nektar  
erfüllt und Du bist auf immer sein ihm  
ergebenster Diener!

33. **Tumhare bhajana Raama ko  
paawai; Janama janama ke  
dukha bisaraawai**

Durch das Singen Deiner Hymnen können wir  
Rama erlangen und die Schmerzen zahlloser  
Wiedergeburten hinter uns lassen!

34. **Anta kaala Raghubara pura  
jaaee; Jahaan janama Hari  
bhakta kahaee**

Wenn wir sterben, betreten wir Ramas  
Wohnsitz oder werden zukünftig als Diener  
Gottes wiedergeboren.

35. **Aura devataa chitta na  
dharaaee; Hanumata se-ee  
sarva sukha karaee**

Es ist nicht notwendig andere Götter zu  
verehren. Allein Hanuman bringt uns  
vollkommenes Glück.

36. **Sankata katai mite saba peeraa;  
Jo sumire Hanumata bala  
beeraa**

Alle Schwierigkeiten und alles Leid  
verschwinden durch die fortwährende

Vergegenwärtigung des starken und mutigen  
Hanumans.

37. **Jai jai jai Hanumaana Gosaaee;  
Kripaa karahu gurudeva kee  
naaee**

Sieg und Ehre sei Dir, mächtiger Hanuman!  
Bitte segne uns als unser göttlicher  
Lehrmeister!

38. **Jo sata baara paata kara koee;  
Chootahi bandi mahaa sukha  
hoee**

Jeder, der diese Verse hundertmal rezitiert,  
wird von seinen Fesseln befreit und erfährt  
höchstes Glück!

39. **Jo yaha padai Hanumaana  
chaleesaa; Hoya siddhi saakhee  
Gauresaa**

Jeder, der diese Hanuman Chalisa liest, wird  
Erfolg haben, so wahr Gauris Gemahl (Shiva)  
mein Zeuge ist.

40. **Tulasee Daasa sadaa Hari  
cheraa; Keejai naata hridaya  
mahan deraa**

Tulsidas, der stetige Diener des Herrn, betet:  
*“Mein Herr und Beschützer, mache mein Herz  
zu Deiner Wohnstätte!”*

**Pawanatanaya sankata harana mangala  
moorati roopa**

**Raama Lakhana Seetaa sahita hridaya  
basahu sura bhoopa**

Sohn des Windes, Verbanner allen Leides und  
Verkörperung von Glück und Segen! Bitte wohne  
gemeinsam mit dem göttlichen Rama, Sita und Lakshman in  
meinem Herzen, oh König der Götter!

**Seeyavara Raama Chandra Pada Jai  
Sharanam!**

Grüße zu dem hingebenden Rama und Sitas Ehemann!

