హనుమాన్ చాలీసా

May the divine grace of Lord hanuman always be with you.

EKA
ekapdf.in

హనుమాన్ చాలీసా

"చాలీసా" అనే ప్రయోగం "చాలీస్" అనే పదం నుంచి వచ్చింది, చాలీస్ అంటే నలభై అని అర్థం. చాలీసా అనేది 40 పంక్తుల స్తుతి, దేవుని పట్ల భక్తిని వెల్లడించేది, ఆ స్వరూపాన్ని గొప్పగా చేసిన చర్యలని, సాధనలని వివరిస్తుంది.

హనుమాన్ చాలీసాని తులసీదాస్ సుందరంగా రచించేరు.

హనుమాన్ చాలీసా హారతి

హనుమంతుడు బలానికి, అత్యంత భక్తికి, భద్రతకి ప్రతిరూపం. దుష్టశక్తుల నుంచి కాపాడే వానిగా పరగణించే హనుమంతుడిని మంగళవారం, శనివారాల్లో ప్రత్యేకంగా పూజిస్తారు. హనుమాన్ చాలీసా అనేది హనుమంతుడిని స్తుతిస్తూ, మనం అందరం ఆయన మీద ఎలా తిరుగులేని విశ్వాసాన్ని వుంచాలో చెబుతుంది. ఇతరులకోసం బతుకుతూ, ప్రపంచంలో మంచిని రక్షించి, కాపాడాలని ఆయన మనకి గుర్తుచేస్తుంటారు.

EKA ekapdf.in ekapdf.in

రామాయణంలో హనుమంతుడు

హనుమంతుడు, రామాయణంలో మనకి కనిపించే అత్యంత వినమ్రమైన, అత్యంత శక్తివంతమైన పాత్ర అయినప్పటికీ, కొన్నిసార్లు ఆయన తన శక్తిసామర్థ్యాలని మరిచిపోతుంటారు. మనుషులుగా మన శక్తిసామర్థ్యాలని మనం తెలుసుకోకుండా, పట్టించుకోకుండా వున్నామన్న విషయం హిందూ పురాణాల్లో ఇలాటి పాత్రలో ప్రతిఫలింపజేసేరు. మనం మనలోకి తొంగిచూసుకుని, మన జీవిత మార్గాల ద్వారా మన శక్తిసామర్థ్యాలని కనిపెట్టోకవాల్సి వుంటుంది.

హనుమాన్ చాలీసా కావ్యం

హనుమాన్ చాలీసా గేయపద్యాలు పవిత్ర గ్రంథాల రూపంలోనూ, అలాగే ఇంటర్నెట్ లోనూ సిద్ధంగా అందుబాటులో వున్నాయి. హనుమాన్ చాలీసాని భక్తితో, ప్రపంచంమీద ప్రేమతో, గుండెనిండా సామరస్యంతో పఠించాలి.

ekapdf.in

ఉదయాన్నే లేచి, స్నానమాచరించి, దేవాలయాన్ని (లేదా మీరు పూజచేసే ఏదైనా ప్రదేశాన్ని) శుభ్రం చేయడం ద్వారా మీరు గౌరవాన్ని ప్రదర్శించడంతో ప్రారంభించాలి. తరవాత స్వచ్ఛమైన మనసుతో కూర్చుని, చేతులు జోడించి, దేవునిపట్ల మీ ప్రేమని, భక్తిని ప్రదర్శించాలి.

హిందూ మతం అనేది ఒక జీవన విధానం. ఈ స్ఫూర్తిని మనలో రోజంతా నింపుకుని, ఇతరులు ఉత్తమంగా ప్రవర్తించనప్పటికీ, ఇతరులందరినీ రక్షిస్తామని వాగ్దానం చేసుకుంటాం. ఈ మన ప్రార్థనలు కేవలం హనుమాన్ చాలీసాతో ముగిసిపోవు. ఆయన తన హనుమాన్ చాలీసాకి ప్రసిద్ధులు. హనుమాన్ చాలీసా గానానికి ఆయన స్వరం తిరుగులేని ప్రతిరూపంగా నిలిచింది. రికార్డు చేసిన హనుమాన్ చాలీసా ఒకవేళ మీరు వినాలనుకుంటే, మీరు ఎప్పుడూ గుల్షన్ కుమార్ పాడిన దాన్ని వినండి. హనుమాన్ చాలీసా అన్ని భారతీయ భాషల్లోనూ లభ్యమవుతోంది. ఎందుకంటే, హిందూత్వం అంటేనే సంఘటితతత్వం, ఏకత్వం.

EKA
ekapdf.in

<u>మంగళవారాలు హనుమ ఉపవాసాలు</u>

మంగళవారాన్ని హనుమంతునికి అంకితం చేసిన రోజుగా పరిగణిస్తారు. జీవితంలో సమస్యలని ఎదుర్కొంటున్నవారు, ఆయనపట్ల తమ భక్తిభావాన్ని చాటుకోవడానికి ఆ రోజున ఉపవాసాలు పాటిస్తారు.

సాధారణంగా అందరూ సూర్యోదయం నుంచి సూర్యాస్తమయం దాకా ఉపవాసదీక్షలు చేపడతారు. అంచేత, మీరు ఉదయాన్నే లేచి స్నానం చేసిన తరవాత, గణేషుడిని, హనుమంతుడిని ఆరాధించడం మొదలెట్టాలి. ఎర్రటి వస్త్రాలు ధరించడం, పూజలో ఎర్రటి పుష్పాలు అర్పించడం ద్వారా ఆ రోజుని ప్రత్యేకంగా చేయొచ్చు. హనుమంతుడు తన భక్తులందరి కష్టాలని కడతేర్చి, వారికి మెరుగైన జీవితాల్ని ప్రసాదిస్తాడని నమ్ముతారు.

ekapdf.in

హనుమాన్ చాలీసా వల్ల ప్రయోజనాలు

విశ్వాసముంచడం, మంచి భక్తులుగా వుండడం, మనల్ని మనం నమ్మడం గురించి హనుమాన్ చాలీసా మనకి బోధిస్తుంది. జీవితం గడ్డుగా గడుస్తుంటే, మిమ్మల్ని పరీక్షిస్తున్నాడని, మెరుగైన వ్యక్తిగా తీర్చిదిద్దుతున్నాడని, మన శక్తిసామర్థ్యాలని మనం తెలుసుకునేలా చేస్తున్నాడని మనం ఎప్పుడూ గుర్తించి విశ్వసించాలి. రూపం, లింగం, దేశం లేదా వేరే వేటి ప్రమేయం లేకుండా ఇతరుల్ని గౌరవించడాన్ని, ప్రపంచంలో మంచితనంలో మనం భాగంకావడాన్ని మనకి హనుమంతుడు బోధిస్తాడు.

EKA
ekapdf.in
ekapdf.in

తెలుగు హనుమాన్చాలీసా
Hanuman Chalisa in telugu

దోహా

రీగురు చరణ సరోజ రజ నిజమనముకుర సుధారి

వరణౌ రఘువర విమలయశ జో దాయక ఫలచారి

బుద్ధహీ న తనుజానికై సుమిరౌ పవన కుమార

బల బుద్ధివిదా దేహుమోహి హరహుకలేశ వికార్

ధా నమ్

గోష్ప దీకృత వారాశిం మశకీకృత రాక్షసమ్

రామాయణ మహా *op*మాలా రతనొం విందే

అనిలాతమ జమ్

యత్తయత్త రఘునాథ కీరనతొం తత్త తత్త

కృతమసకాతొంజలిమ్

భాష్ప వారి పరిపూరణలోచనింమారుతిం నమత

రాక్షసింతకమ్

చౌపాఈ

EKA ekapdf.in
ekapdf.in

జయహనుమానానన గుణ సగర
జయకపీశ తహులోక ఉజాగర
రామదూత అతులిత బలధామా
అంజని పుత్త పవనసుత నామా
మహావీర విత్కమ బజరింగీ
కుమత నివార సుమత కే సింగీ
కించన వరణ విరాజ సువేశా
కానన కుండల కుంచిత కేశా
హాథవత్జ ఔ ధ్వ జా విరాజై
కోంథేమింజ జనేవూ సజై
శంకర సువన కేసరీ నిందన
తేజ తృతాప మహాజగ విందన
విదా వాన గుణీ అత చాతుర
రామ కాజ కరివే కో ఆతుర
తృభు చరిత్త సునివే కో రసియా
రామలఖన సీతా మన బసియా
సూక్షమ రూపధ్రి సియహి ధ్ఖావా

ekapdf.in

వికటరూపధ్రి లింక జరావా
భీమరూపధ్రి అసుర సింహారే
రామచింత్ద కే కాజ సింవారే
లాయసింజీవన లఖన జియాయే
రీరఘువీర హరషి ఉరలాయే
రఘుపత కీన్హీబహుత బడాయీ
తుమ మమ త్రీయభరతహి సమ భాయీ
సహస వదన తుమీరోయశగావై
అస కహి రపతీ కింత లగావై
సనకాద్ధక త్బహామ ద్ధమున్హశా
నారద శారద సహిత అహీశా
యమ కుబేర ద్ధగపాల జహాం తే
కవి కోవిద కహి సకే కహాం తే
తుమ ఉపకార సుగ్రీవహి కీనో
రామ మిలాయరాజపద దీనో

EKA
ekapdf.in

తుమీరో మింత్ర విభీష్ణమానా
లింకేశవ ర భయేసబ జగ జానా
యుగ సహత్సయోజన పర భానూ
లీలో తాహి మధుర ఫల జానూ
త్ప్రభుముద్ధ్కా మేలిముఖమాహీ
జలధి లాంఘి గయేఅచరజ నాహీ
దురమగ కాజ జగత కే జేతే
సుగమ అనుత్గహ తుమీరే తేతే
రామ దుఆరే తుమ రఖవారే
హోత న ఆానబిను పైసరే
సబ సుఖ లహై తుమారీ శరణా
తుమ రక్షక కాహూకో డర నా
ఆపన తేజ తుమారో ఆపై
తీనాం లోక హాంక తే కాంపై
భూతపిశాచ నికట నహి ఆవై
మహావీర జబ నామ సునావై

EKA ekapdf.in

నాసై రోగ హరై సబ పీరా
జపత నిరింతర హనుమత వీరా
సింకట సాఁ హనుమాన ఛుడావై
మన త్కమ వచన ధాా న జో లావై
సబ పర రామ తపసీవ రాజా
తనకే కాజ సకల తుమ సజా
ఔర మనరధ్ జో కోయిలావై
తాసు అమిత జీవన ఫల పావై
చారోయుగ పరితాప తుమారా
హై పరసిదిజగత ఉజియారా
సధు సింత కే తుమ రఖవారే
అసుర నికిందన రామ దులారే
అష్సిర ద్ధినవ నిధి కే దాతా
అస వర దీనీజానకీమాతా
రామ రసయన తుమారే పాస
సద రహోరఘుపత కే దాస

EKA ekapdf.in

తుమీరే భజన రామకో పావై
జనమ జనమ కే దుఖ బిసరావై
అంత కాల రఘువర పురజాయీ
జహాఁ జనమ హరిభక తకహాయీ
ఔర దేవతా చితతన ధ్రయీ
హనుమత సయిసరవ సుఖ కరయీ
సింకట కటై మిటై సబ పీరా
జో సుమిరై హనుమత బల వీరా
జై జై జై హనుమాన గోసయీ
కృపా కరో గురుదేవ కీ నాయీ
జో శత వార పాఠ కర కోయీ
ఛూటహి బింద్ధ మహా సుఖహోయీ
జోయహ పడై హనుమాన చాలీస
హోయసిద్ధిసఖీ గౌరీశా
తులసీదాస సదా హరి చేరా
కీజై నాథ హృదయమహ డేరా

EKA ekapdf.in ekapdf.in

దోహా

పవన తనయసింకట హరణ –
మింగళమరతరూప్
రామ లఖన సీతా సహిత –
హృదయబసహుసురభూప్
సియావర రామచింత్దకీ జయ
పవనసుత హనుమానకీ జయ
బోలో
భాయీసబ సింతనకీ జయ

EKA ekapdf.in