श्री हनुमान जी को उपासना किन ॥

हनुमान अंजनी सूनु र्वायुपुत्रो महाबलः।

रामेष्टः फाल्गुनसखा पिङ्गाक्षोऽमित विक्रमः॥

उदधिक्रमणश्चैव सीता शोकविनाशनः।

लक्ष्मणप्राणदाता च दशग्रीवस्य दर्पहा॥

एवं द्वादश नामानि कपीन्द्रस्य महात्मनः।

सायंकाले प्रबोधे च यात्राकाले च यः पठेत्॥

तस्य सर्वभयं नास्ति रणे च विजयी भवेत्।

राजद्वारे गह्वरे च भयं नास्ति कदाचन ॥ (आनंद रामायण 8/3/8-11)

आनंद रामायण को यो द्वादश नामावली मा हनुमान जी को दिव्य स्वाभाव को प्रस्ट चित्र हामीले पाऊँ छौं। हनुमान अर्थात जसले आफ्नो अभिमान माथि विजय प्राप्त गरी सके को छ. जो आमा अंजनी को पुत्र र वायु भगवन को पुत्र को रूप मा ख्याति प्राप्त गरी अत्यंत बलशाली हुनुहुन्छ। भगवान् श्री राम को प्रिय भक्त र अर्जुन को मित्र हुनुहुन्छ।

श्री राम कार्य अर्थात समाज सेवा को लागि सधै तत्पर श्री हनुमान जी ले आमा सीता को खोजी गर्न। समुद्र लंघन। लंका जस्तो दुर्गम क्षेत्र मा प्रवेश गरी विभीषण उपदेश। सीता जी लाई आत्म विश्वाश। लंका दहन जस्ता असंभव कार्य गर्नु भयो।

सुग्रीव र विभीषण लाइ राज्य प्रदान गर्नु भयो र पटक पटक श्री राम लक्ष्मण भरत आदि को रक्षा पनि गर्नु भयो। उहाँ अष्ट सिद्धि र नौ निधि को वरदान दिन सक्नु हुन्छ। उहाँ ज्ञान। विज्ञान। भक्ति। वैराग्य ले परिपूर्ण हुनुहुन्छ। सेवा। समर्पण। विनम्रता। आदर्श जस्ता सामाजिक गुण हरु को समुद्र नै हुनुहुन्छ। श्री हनुमान जी को उपासना गर्दा यी सबै गुण भक्त ले प्राप्त गर्न सक्छ।

श्री हनुमान चालीसा- नेपाली

संत श्री तुलसीदास ज्यू द्वारा रचित हनुमान चालीसा को नेपाली पद्यानुवाद

==========

श्री गुरु चरण सरोज रज, निज मस्तक मा धारि

भन्छौं रघुवर बिमल यश, दिन्छ पदारथ चार।

बुद्धि हीन बल हीन हामी, सुमिरौं पवन कुमार

बल बुद्धि विद्या देऊ सधैं, हरि कन दोष विकार.

जय हनुमान गुण ज्ञान को सागर, जय कपीस तिनै लोक उजागर -1

राम दूत अतुलित बल धाम, अंजनी पुत्र पवन सुत नाम -2

महाबीर विक्रम बजरंगी, कुमति निवारि सुमति को संगी-3

कंचन वर्ण र सुन्दर भेष, कान मा कुंडल घुम्रेको केश-4

हाथ मा वज्र र ध्वजा सुहाउने, कांध मा मुंज जनेऊ लगाउने -5

शंकर पुत्र र केशरी नंदन, तेज प्रताप ले विश्व विमोहन -6

विद्यावान गुणी अति तत्पर , राम कार्य गर्नै नित आतुर -7

प्रभु चरित्र रस नित्य कान मा, राम जानकी लखन छ उर मा-8

सूक्ष्म रूप लिई सिता मनायो, बिकट रूप लिई लंका जलायो -9

भीम रूप लिई राक्षस मार्‌यो , राम चंद्र को काम संभाल्यो -10

सँजीवनि ल्याई लखन बचायो, खुसी भै राम ले हृदय लगायो -11

राम ले गायो तिम्रो गाथा, तिमि हौ भरत तुल्य प्रिय भ्राता -12

शेष दिनेश ले शुभ गुण गाई, भनि कन रघुपति ह्रदय लगाई-13

सनकादिक होस या ब्रह्मादिक, ऋषि मुनि देव र शारदादिक -14

यम कुबेर दिग्पाल र पंडित, कवि कोविद सबले प्रभु वन्दित -15

मित्र सुग्रीव शरण मा आयो, दर्शन राम र राज पद पायो -16

प्रभु को मंत्र विभीषण मान्यो, भो लंकेश्वर सब ले जान्यो-17

युग सहस्त्र योजन ऋतू दानी, निलेउ शीघ्र मधुर फल ठानी -18

प्रभु को मुद्रिका मुख मा राखी, सागर नाघेउ कष्ट न मानी -19

दुर्गम काज छ जति पनि जगमा, हुन्छ सुगम प्रभु कृपा ले मग मा-20

राम भवन मा तिम्रो सुरक्षा, प्रवेश न मिलने बिना प्रभु इच्छा -21

सब सुख मिल्छ प्रभु को शरण मा, रक्षक प्रभु भये डर छैन मनमा -22

आफ्नै तेज र बल पनि आफ्नै, तीन लोक नै थर थर काँपने-23

भूत पिशाच नि निकट न आउछन , यो जब नाम महाबीर गाउछन -24

रोग शोक सबै मुक्ति मिल्छ, प्रतिपल हनुमत नाम जो लिन्छ -25

मन अनि वाणी र कर्म ले भज्छन, विघ्न र शंकट प्रभु ले हर्छन्-26

जगत को कार्य श्री राम ले गर्छन, राम काज हनुमत ले सुधार्छन -27

मन वांछित फल उस्ले पाउँछ, जसले हनुमत चरित यो गाउँछ-28

युग चारै मा प्रताप उहाँ कै, विश्व चमकियो ज्योतिर्मय झैँ -29

साधु संत को रक्षा गर्छौ , असुर मारी श्री राम नै भज्छौ -30

अष्ट सिद्धि र नव निधि दाता , वर यो दिनु भो जानकी माता -31

राम रसायन वैद्य महान , सदा नै रहिदिने दास समान -32

प्रभु भजन ले राम को दर्शन, जन्म जन्म को दुःख नै हर्छन्- -33

अंत काल मा रघुवर मिल्छ , सबै जन्म हरी भक्त भइंछ -34

केवल हनुमत चित्त मा राखौं , सदा उहाँ को नाम नै भाखौं-35

पीर र शंकट क्षण मा जान्छ , जसले निरंतर हनुमत मान्छ -36

जय जय जय हनुमान कृपालु, गुरु सम कृपा पाऊं दयालु -37

यो सत बार पाठ जो गर्छन, बंधन छुटिकन भव निधि तर्छन -38

जसले पढ्छन यो चालीसा, पाउछन सिद्धि नै साक्षी गौरीसा -39

प्रभु चेला यो तुलसीदास, हे हरि गरी पाउँ मन मा बास- 40

दोहा- पवन तनय शंकट हरने, मंगल मूर्ति स्वरुप

राम लखन सीता सहित, हृदय मा होस सुर भूप

सियावर राम चंद्र भगवान् को जय

पवनसुत हनुमान को जय

निमित्तमात्र - पंडित नारायण भट्ट

Sydney Australia