

## SRI HANUMAN CHALISA di Goswami Tulsidas

“Sri Hanuman Chalisa è piena di devozione, dedica e sacrificio. Per raggiungere un qualsiasi obiettivo e in tempi di difficoltà, uno si rifugia ai Piedi di Hanuman. – **Ram-Bhakta**”

### DOHA (Introduzione)

Shree Guru Charan Saroj Raj,  
Nij Man Mukur Sudhari , (Sita Ram)\*  
Barnau Raghuvar Bimal Jasu,  
Jo Dayaku Phal Chari.... (Sita Ram)\*

Con la polvere dei Piedi di Loto del Guru, prima pulisco lo specchio del mio cuore e poi narro la sacra gloria di Shri Ram-Chandra, il Supremo tra la Dinastia dei Raghu, il donatore delle quattro conquiste della vita. ( Dharma, Kama, Artha e Moksha, cioè Meriti religiosi, Piacere, Ricchezza e Salvezza)

Budhi Heen Tanu Janike,  
Sumirow, Pavan Kumar, (Sita Ram)\*  
Bal Buddi Bidya Dehu Mohi,  
Harahu Kalesh Bikaar....(Sita Ram)\*

Sapendo che io stesso sono ignorante, ti prego O Hanuman, Figlio di Pavan! (Dio del Vento) Oh Signore! Concedimi forza, saggezza e conoscenza, allontanando tutte le mie miserie e le mie macchie.

### CHOWPAI (TESTO)

Jai Hanuman Gyan Guna Sagar,  
Jai Kapis Tihun Lok Ujaagar

Vittoria a Te, O Hanuman, oceano di saggezza e di virtù, vittoria al Signore delle scimmie che è ben conosciuto in tutti i tre mondi.

Ramadoot Atulita Bala, Dhamaa,  
Anjani Putra Pavansuta Naamaa

Tu, il messaggero di Rama e possessore di una immensa forza, sei anche conosciuto come Anjaniputra e Pavanputra.

(\*) Da cantare opzionalmente.

Mahabeer Bikrama Bajrangi,  
Kumati Nivaar Sumati Ke Sangi

Poderoso, forte e potente come un fulmine, O Mahaveer , Tu che sei compagno della saggezza, allontanati l'oscurità e i pensieri cattivi.

Kanchan Baran Biraaja Subesa,  
Kanan Kundal Kunchita Kesaa

O! Hanuman dal pelo dorato, sei molto bello con gli orecchini e i capelli ricci.

Haath Bajra Aur Dhvaja Birajai,  
Kandhe Moonj Janeu Saajai

Tu hai in mano la mazza dei fulmini e una bandiera, e un sacro filo di erba Munja adorna le tue spalle.

Shankar Suvana Kesari Nandan,  
Tej Pratap Maha Jag Bandan

Reincarnazione del Signore Shankara e figlio di Kesari, il tuo lustro e le tua gloria sono lodati nel mondo intero.

Vidyavaan Guni Ati Chatur,  
Ram Kaj Karibe Ko Atur

Maestro di tutte le conoscenze, pieno di virtù e saggezza, tu sei sempre desideroso di servire il Signore Rama.

Prabhu Charitra Sunibe Ko Rasiya,  
Ram Lakhana Sita Mana Basiya

Immerso nell'ascolto degli inni del Signore, nel tuo amorevole cuore Rama, Laxmana e Sita dimorano.

Sukshma Roop Dhari Siyahin Dikhawa,  
Bikat Roop Dhari Lanka Jarawa

Mentre hai presentato la tua forma umile a Madre Sita, hai assunto una forma demoniaca e hai bruciato la città di Lanka.

Bhim Roop Dhari Asura Sanhare,  
Ramchandra Ke Kaaj Savare

Nella tua manifestazione colossale, hai ucciso i demoni, eseguendo la missione del Signore.

Laye Sajivana Lakhana Jiyaye,  
Shree Raghuvir Harshi Ura Laye

Tu hai riportato in vita Laxmana con l'erba Sanjivani che portasti dall'Himalaya, e Sri Rama Chandra ti abbraccio pieno di gioia.

Raghupati Kinhi Bahuta Badaai,  
Tum Mama Priya Bharat Sam Bhai

Sri Rama Chandra ha detto che tu gli sei caro quanto Suo fratello Bharata e ti lodò grandemente.

Sahasa Badan Tumhro Jas Gavein,  
Asa Kahi Shripati Kantha Lagaavein

Lo sposo di Lakshmi ti abbracciò dicendo che il Dio Sheshnaga ( il dio che porta la Terra sulle sue spalle) canta le tue glorie.

Sankadika Brahmadi Muneesa,  
Narad Sarad Sahit Ahisaa

Non solo Sheshnaga ma anche Sanaka, Brahma e altri dei, Narada e Sharda e altri saggi eternamente cantano le tue lodi.

Jam Kubera Dignpal Jahan Te,  
Kabi Kobida Kahin Sake Kanha Te

Cosa poi dire dei poeti e dei veggenti! Anche Yama, Kubera (dio della ricchezza) e Dignpala non trovano parole per lodare la tua gloria.

Tum Upakara Sugrivahi Keenha,  
Ram Milai Rajpad Deenha

Tu hai aiutato Sugriva (fratello di Bali) che riacquistò la sua corona con l'aiuto di Rama.

Tumharo Mantra Bibhishan Maana,  
Lankeshwar Bhaya Sab Jaga Jaana

Vibhishana (fratello di Ravana) accettando il tuo consiglio, divenne il re di Lanka, è conosciuto attraverso tutto il mondo.

Jug Sahastra Jojan Par Bhaanu,  
Leelyo Taahi Madhura Phala Jaanu

Tu hai inghiottito il sole, lontano migliaia di miglia, considerando che fosse un dolce frutto.

Prabhu Mudrika Meli Mukha Maaheen,  
Jaladhi Langhi Gaye Acharaja Naheen

Tenendo l'anello del Signore Rama nella tua bocca, hai conquistato il possente oceano.

Durgam Kaaj Jagat Ke Jete,  
Sugam Anugraha Tumhare Te Te

Con la tua grazia tutti gli impedimenti e le difficoltà del mondo possono essere facilmente superate.

Ram Duware Tum Rakhaware,  
Hota Na Aagya Bin Paisare

Nessuno può entrare nella dimora di Rama senza il tuo permesso, O sentinella del Signore.

Sab Sukha Lahen Tumhari Sarana,  
Tum Rakchak Kaahu Ko Daranaa

Per tua grazia uno può godere di ogni felicità e non deve avere nessuna angoscia sotto la tua protezione.

Apan Tej Samharo Aapei,  
Tinu Lok Hank Te Kanpai

Quando tu ruggisci tutti e tre i mondi tremano e tu solo puoi controllare la tua potenza.

Bhoot Pisaacha Nikata Nahi Avei,  
Mahabira Jaba Naam Sunavei

Gli spiriti maligni non possono andare vicino ai tuoi devoti che cantano il tuo nome, Signore Mahaveer.

Nassei Rog Hare Sab Peera,  
Japat Norantar Hanumat Beera

Cantando il tuo nome costantemente, O Hanuman, uno può essere guarito da tutti i dolori e malattie.

Sankat Te Hanumana Chudavei,  
Man Kram Bachana Dhyana Jo Lavei

Hanuman fa sì che colui, che ha Lui nel suo cuore, abbia azioni, parole e meditazioni libere da ogni problema.

Saba Para Ram Tapsvee Raja,  
Tinke Kaj Sakala Tum Saja

L'ascetico re Sri Rama è il governatore di tutto e tu anche, O Hanuman hai portato a termine tutte le Sue missioni.

Aur Manorath Jo Koi Lave,  
Soi Amita Jivan Phal Pave

Chiunque viene a te per l'esaudimento di qualsiasi desiderio, riceve grandi benefici nella sua vita.

Charo Jug Paratapa Tumhara,  
Hai Parasiddha Jagata Ujjara

La tua gloria è acclamata nei quattro Yuga e il tuo splendore si sparge ovunque nel cosmo.

Sadhu Santa Ke Tum Rakhvare,  
Asura Nikandana Ram Dulare

Sri Rama ha grande affetto per te, O Mahaveer, il decapitatore di spiriti del male e protettore dei santi.

Ashta Siddhi Nau Nidhi Ke Data,  
Asa Bara Dina Janaki Mata

Sei stato benedetto da Madre Janaki (Sita) per concedere a ognuno uno degli otto siddhi e dei nove nidhi.

Ram Rasayan Tumhare Pasa,  
Sada Raho Raghupati Ke Dasa

Tu, con l'ambrosia che è Rama, sei sempre al servizio del Signore Raghupati (Rama).

Tumhre Bhajan Ramko Pavei,  
Janam Janam Ke Dukha Bistravei

Uno può raggiungere Rama cantando il tuo nome e diventare libero dalla sofferenza di molte vite.

Anta Kala Raghubara Pura Jai  
Jahan Janma Hari Bhakta Kahai

Egli entra dopo la morte nella eterna dimora di Sri Rama e rimane Suo devoto ogni volta che prende una nuova nascita sulla terra.

Aur Devata Chitta Na Dharai,  
Hanumat Sei Sarva Sukha Karai

Altri Dei possono non occuparsene troppo, ma uno che serve te, O Hanuman, gode di tutti i piaceri.

Sankat Kate Mitey Sab Peera,  
Jo Sumirei Hanumat Balabeera

Sri Hanuman, il potente Dio, rimuove tutti i dolori e i problemi di coloro che lo invocano.

Jai Jai Jai Hanuman Gosain,  
Kripa Karahu Gurudev Ki Nain

Vittoria a te Hanuman, sii compassionevole con me come il mio Supremo Marstro.

Jo Sata Bara Patha Kara Koi,  
Chutahi Bandi Maha Sukha Hoi

Chi canta questa preghiera cento volte, è liberato dai legami terreni e gode la più elevata beatitudine.

Jo Yah Padhe Hanuman Chalisa,  
Hoya Siddhi Sakhi Gowrisa

Colui che legge questi quaranta versi, come testimonia il Signore Shankara, supera tutte le sue difficoltà.

Tulsidasa Sada Hari Chera,  
Keeje Natha Hriday Maha Dera

Tulsidas, che ha scritto questi versi, è un eterno devoto del Signore Hari. O Hanuman ti prego risiedi nel mio cuore per sempre.

DOHA (conclusione)

Pavana Tanay Sankata Haran,  
Mangala Murti Roopa,  
Rama Lakhana Sita Sahit,  
Hridaya Basahu Sura Bhupa. ( Sita Ram)

Sri Hanuman, figlio di Pavana, Salvatore, la personificazione della beatitudine, risiedi nel mio cuore insieme a Sri Rama, Laxmana e Sita!

OM SRI RAM JAI RAM JAI JAI RAM ! ( 3 volte )

Hari Om Tat Sat !