

# Śrī Hanumāna Cālīsā



*Hanumān Deity in einer fliegenden Pose, im  
Neem Karoli Baba Tempel in Taos (New Mexico)*

## श्री हनुमान चालीसा

|| śrī hanumāna cālīsā ||  
(40 Verse zur Lobpreisung von Hanumān)  
von Goswāmī Tulasīdāsa

Dohā (invocation)

śrī guru carana saroja raja nija manu mukuru sudhāri |  
baranaūm raghubara bimala jasu jo dāyaku phala cāri ||

"Nachdem ich den Spiegel meines Geistes mit dem Staub von den Lotusfüßen Śrī Gurudevas gereinigt habe, singe ich den makellosen Ruhm von Lord Ramachandra, der die vier Früchte des Lebens schenkt: dharma (Religion), artha (Wohlstand), kama (Vergnügen) und Moksha (Befreiung)."

buddhi-hīna tanu jānike sumirauṁ pavana-kumāra |  
bala budhi bidyā dehu mohiṅ harahu kalesa bikāra ||

"Da ich weiß, dass es mir an Weisheit mangelt, bete ich zu Lord Hanumān, der Sohn des Windgottes. Möge Er mir Kraft, Weisheit und Wissen geben, und möge Er mich von allen Bedrängnissen und Unreinheiten befreien."

Caupāi (verses)

jaya hanumāna jñāna guṇa sāgara | jaya kapīsa tihuṁ loka ujāgara || 1 ||  
rāma dūta atulita bala dhāmā | añjani-putra pavana-suta nāmā || 2 ||

*Sieg für Dich, oh Hanumān, Ozean der Weisheit und Tugend, Sieg für den Herrn der Vānaras (Affen), der in allen drei Welten gepriesen wird. - Du bist der göttliche Bote und Diener Rāmas und Träger unermesslicher Kraft; Du bist auch bekannt als der Sohn von Mutter Añjana (añjani-putra) und bekannt als der Sohn des Windes - (Pavanputra=Windgott) (Verse 1-2)*

mahābīra bikrama bajarāṅgī | kumati nivāra sumati ke saṅgī || 3||  
kāñcana barana birāja subesā | kānana kuṇḍala kuñcita kesā || 4||

*Oh Mahāvīr (Hanumān), großer Held, mächtig wie ein Donnerkeil. Du reinigst den Geist der Devotees von allem Bösen. Dort wo tugendhafte Menschen sind, da bist auch Du. - Deine Erscheinung glänzt golden, du siehst schön aus mit deinen erlesenen Kleidern, deinen glitzernden Ohrringen und deinem lockigen Haar. (Verse 3-4)*

hātha bajra aura dhvajā birājai | kāñdhe mūñja janeū sājai || 5||  
śaṅkara suvana kesarī nandana | teja pratāpa mahā jaga bandana || 6||

*Du trägst in der einen Hand eine Keule wie einen Donnerkeil und in der anderen die Siegesfahne von Śrī Rāma; über deiner Schulter ist die aus muñjā-Gras gemachte heilige Schnur der Brahmanen. - Du bist die Inkarnation von Śiva und der Sohn von Keśarī. Du wirst von der ganzen Welt wegen deiner Kraft und Tapferkeit verehrt. (Verse 5-6)*

vidyāvāna gunī ati cātura | rāma kāja karibe ko ātura || 7||  
prabhu caritra sunibe ko rasiyā | rāma lakhana sītā mana basiyā || 8||

*Du bist äußerst weise und besitzt großes Wissen. Du bist tugendhaft und intelligent, immer bereit, Lord Rāma zu dienen, und dein größtes Vergnügen ist es, Seine Herrlichkeiten zu hören. Śrī Rāma, Śrī Sītā und Śrī Lakṣmaṇa wohnen immer in deinem Herzen." (Verse 7-8)*

sūkṣma rūpa dhari siyahim dikhāvā | bikāṭa rūpa dhari laṅka jarāvā || 9||  
bhīma rūpa dhari asura saṁhāre | rāmacandra ke kāja saṁvāre || 10||

*In winziger Gestalt erschienst du vor Sītā, und in furchterregender Gestalt branntest du die Stadt Lankā nieder. In erzürnter, erschreckender Gestalt vernichtetest du Dämonen und erfülltest die Mission Lord Rāmas mit großer Finesse. (Verse 9-10)*

lāya sañjīvana lakhana jiyāye | śrī raghubīra haraṣi ura lāye || 11||  
raghupati kīnhī bahuta baḍāī | tuma mama priya bhāratahi sama bhāī || 12||

*Indem Du die lebensspendende Mrta-Sañjīvaṇī-Pflanze brachtest, um (den bewusstlosen) Lakṣmaṇa wiederzubeleben, hat Śrī Rāma (Raghuvīra) dich freudig umarmt und an sein Herz gedrückt. - Der König der Raghu-Dynastie lobte dich in den höchsten Tönen und sagte: "Du bist mir so lieb wie mein eigener Bruder Bharat." (Verse 11-12)*

sahasa badana tumharo yaśa gāvaim | asa kahi śrīpati kaṅṭha lagāvaim || 13||  
sanakādika brahmādi munīśā | nārada śārada sahita ahīśā || 14||

*"Tausende von Mündern singen deinen Ruhm (die tausendköpfige Schlange Śeṣa)", mit diesen Worten zog Sītās Herr (śrīpati - Lord Rāma) dich zu sich und umarmte dich inniglich. - Selbst Sanaka und die Weisen (Kumaras), Brahma, die Götter und großen Heiligen, Nārada, Sarasvati und Ahīśā, der Herr der Schlangen, können deine Herrlichkeit nicht vollständig beschreiben." (Verse 13-14)*

yama kubera digapāla jahāṁ te | kabi kobida kahi sake kahāṁ te || 15||  
tuma upakāra sugrīvahiṁ kīnhā | rāma milāya rāja pada dīnhā || 16||  
tumharo mantra bibhīṣana mānā | laṅkeśvara bhae saba jaga jānā || 17||

*Yama und Kubera zusammen mit den Dikpāla Devatas (die 8 Schutzgottheiten der 8 Richtungen) werden weiterhin deinen Ruhm besingen. Wie können gewöhnliche Dichter und Kenner der Veden in der Lage sein, deinen Ruhm vollständig zu beschreiben. (15) - Du hast Sugrīva eine große Gunst erwiesen, indem du ihn mit Lord Rāma zusammengebracht hast, du gabst ihm das Königtum [über Kiṣkindhā] und Zuflucht zu den Füßen von Lord Rāma. (16) - Indem er deinen Rat befolgte, wurde Vibhīṣana der König von Laṅkā. Dies ist in der ganzen Welt bekannt. (17)*

juga sahastra jojana para bhānū | līlyo tāhi madhura phala jānū || 18||  
prabhu mudrikā meli mukha māhīm | jaladhi lāṅghi gaye acaraja nāhīm || 19||  
durgama kāja jagata ke jete | sugama anugraha tumhare tete || 20||

*Du bist in Richtung der Sonne gesprungen, die Millionen von Meilen entfernt ist, und hast versucht sie zu Essen, weil du sie für eine süße Frucht hieltest. (18) - Als du den Ring von Lord Rāma in deinen Mund nahmst (als Zeichen für Sītā), sprangst du, kein Wunder, über den riesigen Ozean. (19) - Alle Aufgaben, die schwierig oder scheinbar unmöglich sind, sind durch Deine Gnade leicht zu erreichen. (20)*

rāma duāre tuma rakhavāre | hota na ājñā binu paisāre || 21||  
saba sukha lahai tumhārī saranā | tuma rakṣaka kāhū ko ḍaranā || 22||

*Du bist der (stets wachsame) Wächter an der Tür von Śrī Rāmas Wohnsitz, und ohne Deine Erlaubnis kann niemand eintreten. (21) Indem man bei dir Schutz sucht, kann man alles Glück genießen, und wer unter deinem Schutz steht, hat nichts zu befürchten. (22)*

āpana teja samhāro āpai | tīnoṁ loka hāmka te kāmpai|| 23||  
bhūta piśāca nikaṭa nahim āvai | mahābīra jaba nāma sunāvai || 24||

*Wenn du dich an deine Kraft erinnerst und brüllst, zittern alle drei Welten in Furcht vor deiner Macht. (Gespenster, böse Geister (bhūta's) und abscheuliche Dämonen (piśāca's) kommen niemals in die Nähe dessen, der deinen Namen ausspricht, Mahāvīra. (24)*

nāsai roga harai saba pīrā | japata nirantara hanumata bīrā || 25||  
saṅkaṭa teṁ hanumāna chuḍāvai | mana krama vācana dhyāna jo lāvai || 26||

*Das wiederholte Rezitieren/Singen (Japa) Deines heiligen Namens, oh Hanumān, befreit von allen Krankheiten und Leid. (25) Jeder, der durch seine Gedanken (mana), Worte (vācana) und Taten (karam) über Lord Hanumān meditiert, wird von allen Hindernissen und Schwierigkeiten befreit. (26)*

saba para rāma tapasvī rājā | tina ke kāja sakala tuma sājā || 27||  
aura manoratha jo koī lāvai | soī amita jīvana phala pāvai || 28||

*Śrī Rāma, der Herr der Asketen (tapasvī-rājā), ist der Herrscher über alle Wesen. Und selbst dann hast du alle seine schwierigen Aufgaben mit Leichtigkeit vollbracht. (27) - Welchen Sehnsuchtswunsch ein Gottgeweihter auch immer hegt, Lord Hanuman erfüllt die Wünsche und Sehnsüchte seiner Gottgeweihten für ein erfülltes Leben. (28)*

cāroṁ juga pratāpa tumhārā | hai parasiddha jagata ujiyārā || 29||  
sādhu santa ke tuma rakhavāre | asura nikandana rāma dulāre || 30||

*Dein Ruhm ist über alle vier Yugas (Kṛta, Tretā, Dvāpara und Kali) verbreitet, und deine Pracht ist in der ganzen Welt bekannt. (29) - Du bist der Beschützer der Sādhus und Heiligen, der Zerstörer der Dämonen und der Geliebte von Lord Rāma. (30)*

āṣṭa siddhi nau nidhi ke dātā | asa bara dīna jānakī mātā || 31||  
rāma rasāyana tumhare pāsā | sādara ho raghupati ke dāsā || 32||

*Du bist der Gewährer der acht übernatürlichen Kräfte (siddhis) und der neun göttlichen Schätze (nidhis), durch den Segen, den Mutter Jānakī (Sītā) dir gegeben hat. (31) - Du genießt das süße Nektar-Elixier von Rāma-nāma und bist sein liebevoller Diener. Du bist immer im Dienst von Śrī Rāma anwesend und bleibst ewig Sein Diener. (32)*

tumhare bhajana rāma ko pāvai | janama janama ke dukha bisarāvai || 33||  
anta kāla raghubara pura jāī | jahāṃ janma haribhakta kahāī || 34||

*Dich zu preisen, indem man deine Eigenschaften rezitiert und deinen Namen chantet, kommt der Lobpreisung Lord Rāmas gleich. Du beseitigst das Leid, das durch schlechte Taten in vergangenen Leben hervorgerufen wurde. (33) Durch Deine Gnade erreicht man am Ende des Lebens, wenn man seinen physischen Körper verlässt, das ewige Reich von Śrī Rāma, und bleibt sein Verehrer, oder man wird wieder geboren auf Erden als Gottgeweihter (hari-bhakta). (34)*

aura devatā citta na dharaī | hanumata seī sarva sukha karaī || 35||  
saṅkaṭa kaṭai miṭai saba pīrā | jo sumirai hanumata balabīrā || 36||

*Es besteht keine Notwendigkeit, irgendeine andere Gottheit zu verehren; allein durch die Verehrung von Hanumān erlangt man alles Glück und Segen. (35) - Alle Leiden und Schmerzen verschwinden, wenn man sich an den mächtigen und tapferen Hanumān [balabīrā] erinnert . (36)*

jai jai jai hanumāna gosāīm | kṛpā karahu guru deva kī nāīm || 37||  
jo śata bāra pāṭha kara koī | cchūṭahi bandi mahā sukha hoī || 38||

*Sieg, Sieg, Sieg für Hanumān! Sei barmherzig zu mir und gewähre mir deine Gnade sei mein Guru! (37) - Wer auch immer diese Hanumān Cālīsā hundertmal rezitiert oder liest, wird frei von allen Arten von Knechtschaft und genießt höchste Glückseligkeit. (38)*

jo yaha paḍhai hanumāna calīsā | hoyā siddhi sākhī gaurīsā || 39||  
tulasīdāsa sadā hari cerā | kījai nātha hṛdaya maham ḍerā || 40||

*Wer auch immer diese Hanumān Cālīsā liest/ chantet, ist sicher, alle spirituellen Vollkommenheiten zu erlangen (Siddhis=mystische Vollendung). Möge Lord Śiva (Gaurīsā) mein Zeuge sein! (39) - Tulasīdās, der Verfasser dieser Verse, ist der ewige Diener Gottes. Oh Śrī Hanumān, bitte mache mein Herz zu deinem Wohnsitz. (40)*

Endungs Dohā (Abschluß Vers)

pavana tanaya saṅkaṭa harana maṅgala mūrati rūpa |  
rāma lakhana sītā sahita hṛdaya basahu sura bhūpa ||

*Oh Hanumān, Sohn des Windes (pavana=Windgott), in Deiner Glück verheißenden Gestalt beseitigst Du alle Schwierigkeiten. Oh Herr der Götter, bitte verweile immer in meinem Herzen zusammen mit Rāma, Lakṣmaṇa und Sītā.*

ENDE

## श्री हनुमान चालीसा

### Śrī Hanumān Chālīsā

*Vierzig Verse zum Lobpreis von Hanumān*

"Śrī Hanumān Chālīsā" bedeutet wörtlich übersetzt: "Hymne an Śrī Hanumān in 40 Strophen". Es ist ein 40-strophiges Gebet zum Lob von Lord Hanumān, dem größten Verehrer von Śrī Rāma.

Das Wort "chālīsā" leitet sich von "chālīs" ab, was in Hindi die Zahl vierzig (40) bedeutet, da die Hanumān Chālīsā 40 Verse (*Caupāī*) hat, ausgenommen die zwei einleitenden Couplets am Anfang und ein Couplet am Ende (*Dohā*). Somit besteht das Werk aus insgesamt dreiundvierzig Versen - zwei einleitende *Dohās*, vierzig *Chaupāīs* und ein *Dohā* am Ende.

Die Hanumān Chālīsā ist eine hingebungsvolle Hymne, die Śrī Hanumān, dem ewigen Diener von Lord Rāma, gewidmet ist, der als Verkörperung von Hingabe, Stärke und Mut gilt. Es beschreibt die Größe von Hanumān und seine göttlichen Eigenschaften. Jede Strophe hat eine einzigartige Botschaft und Bedeutung, und obwohl es verschiedene Übersetzungen in unterschiedlichen Sprachen gibt, sind die Bedeutungen dieser Verse, die auf dem Original basieren, dieselben.

Die Hanumān Chālīsā wurde vom indischen Poeten und Heiligen Goswāmī Tulsīdās im 16. Jahrhundert in der lokalen Awadhi-Sprache verfasst - einem Hindi-Dialekt aus Uttar Pradesh, Indien. Awadhi war die Sprache, die in der Region Uttar Pradesh, in der Tulsīdās lebte, am häufigsten gesprochen wurde, und es war die lokale Sprache, die die Menschen am besten beherrschten.

Tulsīdās schrieb die Hanumān Chālīsā in der lokalen Awadhi-Sprache und nicht in Sanskrit, um dieses Gebet/Poesie dem einfachen Volk zugänglicher zu machen, das vielleicht nicht in der Lage war, Sanskrit zu lesen oder zu verstehen. Also schrieb er es in Awadhi. Er verwendete kein Sanskrit, da dies eine Interpretation durch Sanskrit-Gelehrte / Pandits erfordern würde.

Die Awadhi-Fassung und die Hindi-Fassung der "Hanumān Chālīsā" sind in Bezug auf ihren Inhalt und ihre Bedeutung identisch. Der einzige Unterschied zwischen den beiden Versionen ist die Sprache, die verwendet wird, um die Bedeutung zu vermitteln. Die Hindi-Version ist im Wesentlichen eine Transliteration der Awadhi-Version in die Standard-Hindi-Schrift, mit einigen geringfügigen Abweichungen in Rechtschreibung und Aussprache, um den Unterschieden zwischen den beiden Dialekten Rechnung zu tragen. Die grundlegende Bedeutung und Botschaft der Hymne ist in beiden Versionen gleich.

Es gibt jedoch einige kleinere Unterschiede im Wortlaut und in der Struktur der beiden Versionen. So werden beispielsweise in der Hindi-Version im Vergleich zur Awadhi-Version unterschiedliche Buchstaben für ein und dasselbe Wort verwendet, wobei viele V-Wörter wie Vidya mit B = Bidya beginnen, was auf die Unterschiede im Dialekt zurückzuführen ist. Außerdem hat die Hindi-Version ein etwas anderes Reimschema und einen anderen Rhythmus als die Awadhi-Version, was sich auf die Art und Weise auswirken kann, in der die Hymne rezitiert oder gesungen wird.

Insgesamt gibt es zwar aufgrund des unterschiedlichen Dialekts einige geringfügige Unterschiede zwischen der Awadhi- und der Hindi-Version, aber die grundlegende Botschaft und Bedeutung der "Hanumān Chālīsā" bleibt dieselbe. Beide Versionen gelten als wichtige Andachtstexte und werden von Hanumān-Anhängern weithin rezitiert und verehrt.

## Geheimnisse der Hanumān Chālīsā

Geheimnisse der Hanumān Chālīsā und ihre wundersamen Wirkungen, die niemand kennt. Es wird gesagt, dass derjenige, der die Hanumān Chālīsā mit voller Hingabe rezitiert, Hanumāns Gnade an seiner Seite haben wird.

**Vers 25-26 sagt:** *Alle Krankheiten und Leiden werden durch die ständige Wiederholung (japa) des Namens von Hanumān zerstört. (25) - Jeder, der über Lord Hanumān durch seine Gedanken (mana), Worte (vācana) und Taten (karam) meditiert, wird von allen Hindernissen und Schwierigkeiten befreit. (26)*

Unter Gottgeweihten auf der ganzen Welt wird geglaubt, dass das Rezitieren der Hanumān Chālīsā Slokas Hanumāns göttliches Eingreifen in Zeiten schwerwiegender Probleme anruft, einschließlich solcher, die böse Geister betreffen. Das Rezitieren von Hanumān Chālīsā wehrt negative Energien und Geister ab.

**Vers 24 sagt:** *Gespenster, böse Geister (bhūta's) und abscheuliche Dämonen (piśāca's) kommen niemals in die Nähe dessen, der deinen Namen ausspricht, Mahāvīra. (24)*

Das Gedicht/Gebet von Tulsīdās beschreibt das Mitgefühl und die Unterstützung von Hanumān für all diejenigen, die seine Hilfe suchen oder zu Lord Rāma beten. Tulsīdās hat dies geschrieben, um spirituelle Aspiranten zu inspirieren, Verehrer von Lord Rāma zu werden, so dass sie von Hanumān gesegnet und geschützt werden und spirituell voranschreiten.

**Vers 33-34 sagt:** *Indem man deine Eigenschaften rezitiert und deinen Namen chantet, kann man Lord Rāma erreichen und von den Sorgen vieler Leben befreit werden. (33) - Wenn er schließlich seinen physischen Körper verlässt, geht er in das ewige Reich von Śrī Rāma ein und bleibt sein Verehrer oder wird als Gottes Verehrer (hari-bhakta) auf Erden wieder geboren. (34)*

Die letzten Strophen der Hanumān Chālīsā besagen, dass derjenige, der sie mit voller Hingabe an Hanumān rezitiert, Hanumāns Gnade erlangen wird.

*"Wer auch immer diese Hanumān Chālīsā hundertmal rezitiert oder liest, wird frei von allen Arten von Knechtschaft und genießt höchste Glückseligkeit. (38) Wer auch immer diese Hanumān Chālīsā liest/chantet, ist sicher, alle spirituellen Vollkommenheiten (Siddhis=mystische Vollendung) zu erlangen. Möge Lord Śiva (Gaurīsā) mein Zeuge sein!" (39)*

Durch das Rezitieren der Hanumān Chālīsā erinnert sich ein Gottgeweihter stets an die Größe von Hanumān, seine tiefe Hingabe an Śrī Rāma und seine heldenhaften Kämpfe gegen die Dämonen und Ungerechten. Ein ernsthafter Gottgeweihter wird aus dieser Stotra großen spirituellen Nutzen in seinem eigenen Kampf gegen seine Unvollkommenheiten ziehen.

---

Śrī Hanumāna Chālīsā - MP4 Video  
[http://www.harekrsna.de/HANUMAN-CHALISA\\_slow-version.mp4](http://www.harekrsna.de/HANUMAN-CHALISA_slow-version.mp4)

Śrī Hanumāna Chālīsā - MP3 Audio  
[http://www.harekrsna.de/HANUMAN-CHALISA\\_slow-version.mp3](http://www.harekrsna.de/HANUMAN-CHALISA_slow-version.mp3)

ॐ श्री हनुमते नमः  
oṃ śrī hanumate namaḥ

यत्र यत्र रघुनाथ कीर्तनं तत्र तत्र कृत मस्तकाञ्जलिम् ।  
बाष्पवारि परिपूर्णा लोचनं मारुतिं नमत राक्षसान्तकम् ॥

yatra yatra raghunātha kīrtanaṃ  
tatra tatra kṛta mastakāñjalim |  
bāṣpavāri paripūrṇā locanaṃ  
mārutim namata rākṣasāntakam ||

**Bedeutung:** "Wo auch immer die Herrlichkeiten von Raghunātha (Lord Rāma) gesungen werden, dort ist Māruti (Hanumān) anwesend, die Hände zur Begrüßung über sein gebeugtes Haupt gehalten und die Augen mit Tränen gefüllt; ich grüße Māruti (Sohn des Windgottes), der den Rākṣasas (Dämonen) ein Ende setzt."

Please see also:  
[Hanuman - the Personification of Servitorship](#)