

Hanuman Chalisa in Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਹਨੂੰਮਾਨ ਚਾਲੀਸਾ

ਦੇਹਾ

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਚਰਨ ਸਰੋਜ ਰਾਜ ਨਿਜ ਮਨੁ ਮੁਕੁਰੁ ਸੁਧਾਰੀ ॥
ਬਰਣੁ ਰਘੁਬਰ ਬਿਮਲ ਜਸੁ ਜੋ ਫਲ ਦੇਤੇ ॥

ਮੂਰਖ ਤਨੁ ਜਾਨੀਕੇ, ਸੁਮੀਰੋਂ ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ।
ਬਲ, ਸਿਆਣਪ, ਗਿਆਨ, ਸਰੀਰ ਖਿੱਚ ਹੈ, ਹਰ ਦੁੱਖ ਵਿਕਾਰ ਹੈ।

ਚੈਗੁਣਾ

ਭਗਵਾਨ ਹਨੂੰਮਾਨ ਨੂੰ ਨਮਸਕਾਰ
ਜਾਇ ਕਪਿਸ ਤਿਹੁੰ ਲੋਕ ਪਰਗਟ ॥੧॥

ਰਾਮ ਦੂਤ ਅਤੁਲਿਤ ਬਲ ਧਾਮਾ ॥
ਅੰਜਨੀ ਪੁਤ੍ਰ ਪਵਨਸੁਤ ਨਾਮ ॥੨॥

ਮਹਾਬੀਰ ਬਿਕਰਮ ਬਜਰੰਗੀ
ਕੁਮਤਿ ਨਿਵਾਰ ਸੁਮਤਿ ਕੇ ਸਾਥਿ ॥੩॥

ਕੰਚਨ ਬਰਨ ਬਿਰਾਜ ਸੁਬੇਸਾ
ਕਾਨਨ ਕੁੰਡਲ ਕੁੰਚਿਤ ਕੇਸਾ ॥੪॥

ਹਾਥ ਬਾਜਰਾ ਅਰੁ ਧਵਾਜਾ ਬਿਰਾਜੇ ॥
ਮੇਢੇ ਗਿੱਟਿਆਂ ਨਾਲ ਸਜਾਏ ਹੋਏ ਹਨ।

ਸੰਕਰ ਸੁਵਨ ਕੇਸਰੀ ਨੰਦਨ
ਤੇਜ ਪ੍ਰਤਾਪ ਮਹਾ ਜਗਵੰਦਨ ॥੬॥

ਬਹੁਤ ਚਲਾਕ
ਰਾਮ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਾਵਲੇ ॥੭॥

ਤੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਸੁਣ ਕੇ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਰਾਮ ਲਖਨ ਸੀਤਾ ਮਨਬਾਸੀਆ ॥੮॥

ਸੂਖਮ ਸਿਆਹੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ
ਕਠਿਨ ਰੂਪ ਨਾਲ ਲੰਕ ਜਰਵਾ ॥੯॥

ਭੀਮ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਸੁਰ
ਰਾਮਚੰਦਰ ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ॥੧੦॥

ਲਾਇ ਸਜੀਵਨ ਲਖਨ ਜੀਏ
ਸ੍ਰੀ ਰਘੁਬੀਰ ਹਰਸਿ ਉਰ ਲਿਆਂ ॥੧੧॥

ਰਘੁਪਤੀ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਬਹੁਤ ਤਾਰੀਫ਼ ਕੀਤੀ
ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਪਿਆਰਾ ਭਰਤ - ਉਹ ਭਰਾ ਵਰਗਾ ਹੈ ॥੧੨॥

ਸਹਸ ਬਦਨ ਤੁਮਾਰੇ ਜਸ ਗਾਵੈ
ਸ੍ਰੀਪਤਿ ਕਹਾਂ ਗਾਵਹਿ ਗਾਵਹਿ ॥੧੩॥

ਸਨਕਾਦਿਕ ਬ੍ਰਹਮਾਦੀ ਮੁਨੀਸਾ
ਅਹਿਸਾ ਸਮੇਤ ਨਾਰਦ ਸਾਰਦ ॥੧੪॥

ਜਮ ਕੁਬੇਰ ਦਿਗਪਾਲ ਜਹਾਂ ਤੇ
ਕਵਿ ਕਹੂੰ ਕੋਵਿਡ ਕਹੂੰ ॥੧੫॥

ਧੰਨਵਾਦ ਸੁਗ੍ਰੀਵਹਿ ਕੀਨ੍ਹਾ
ਰਾਮ ਮਿਲਾਇਆ ਰਾਜ ਪਦ ਦੀਨ੍ਹਾ ॥੧੬॥

ਆਪਣਾ ਮੰਤਰ ਬਿਭੀਸ਼ਨ ਸਮਝਿਆ
ਲੰਕੇਸ਼ਵਰ ਭਏ ਸਭ ਜਗਤ ਜਾਣੈ ॥੧੭॥

ਜੁਗ ਸਹਸਤ੍ਰ ਜੋਜਨ ਤੇ ਭਾਨੁ ॥
ਲੀਲਿਓ ਤਾਹਿ ਮਿੱਠੇ ਫਲ ਜਾਨੁ ॥੧੮॥

ਪ੍ਰਭੂ ਮੁਦ੍ਰਿਕਾ ਮੇਲਿ ਮੁਖ ਮਾਹਿ ॥
ਕੋਈ ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਿ ਪਾਣੀ ਪਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।

ਮੁਸ਼ਕਲ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਜਿੱਤ
ਸੌਖੀ ਕਿਰਪਾ ਤੇਰੀ ਤੇਤੇ ॥੨੦॥

ਭਗਵਾਨ ਰਾਮ ਸਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ
ਬਿਨ੍ਹਾ ਧਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ॥੨੧॥

ਸਾਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇਰੀ ਹੈ
ਤੂੰ ਰਖੀਐ ਭੈ ਕਾਹੇ ॥੨੨॥

ਆਪਣਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ
ਤਿੰਨੇ ਸੰਸਾਰ ਹੰਕਾਰ ਤੈ ਕਪੈ ॥੨੩॥

ਭੂਤ ਪਿਸ਼ਾਚ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ
ਜਦ ਮਹਾਵੀਰ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਹੈ ॥੨੪॥

ਨਾਸੈ ਰੋਗ ਹਰੇ ਸਭ ਪੀਰਾ
ਜਪ ਲਗਾਤਾਰ ਹਨੁਮਤ ਬੀਰਾ ॥੨੫॥

ਹਨੂੰਮਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਸੀਬਤ ਤੋਂ ਬਚਾਵੇਗਾ
ਮਨ ਕ੍ਰਮ ਬਚਨ ਧਿਆਨ ਜੇ ਲਿਆਏ ॥੨੬॥

ਰਾਮ ਤਪੱਸਵੀ ਰਾਜਾ ਸਭ ਦੇ ਉੱਤੇ
ਤੂੰ ਤੂੜੀ ਦੇ ਕੰਮ ਨਾਲ ਸਜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈਂ ॥੨੭॥

ਅਤੇ ਜੇ ਇਸ ਲਈ ਕਦੇ ਇੱਛਾ ਲੈ ਕੇ
ਸੋਈ ਅਮਿਤ ਜੀਵਨ ਫਲ ਪਾਵੈ ॥੨੮॥

ਤੇਰੀ ਸ਼ਾਨ ਚਾਰੇ ਜੁਗਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈ
ਇਹ ਪ੍ਰਸਿਧ ਜਗਤ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੈ ॥੨੯॥

ਤੂੰ ਸਾਧੂਆਂ ਦਾ ਪਾਲਣਹਾਰ ਹੈਂ
ਅਸੁਰ ਨਿਕੰਦਨ ਰਾਮ ਦੁਲਾਰੇ ॥੩੦॥

ਅਸ਼ਟ ਸਿਧਿ ਨੈ ਨਿਧਿ ਦਾ ਦਾਤਾ
ਅਸ ਬਾਰ ਦੀਨ ਜਾਨਕੀ ਕੀ ਮਾਂ ॥੩੧॥

ਰਾਮ ਰਸਾਇਣ ਤੁਮਹੇ ਪਾਸਾ ॥
ਰਘੁਪਤਿ ਦਾ ਸੇਵਕ ਸਦਾ ਰਹੁ ॥੩੨॥

ਤੇਰੀ ਭਗਤੀ ਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਰਾਮ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਜਨਮਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਦੁੱਖ ਭੁਲਾਵੇ ॥੩੩॥

ਅੰਤ ਰਘੁਵਰਪੁਰ ਜਾਉ
ਹਰਿ ਦੇ ਭਗਤ ਦਾ ਜਨਮ ਕਿੱਥੇ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਅਤੇ ਦੇਵਤੇ ਨੂੰ ਕੋਈ ਇਤਰਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਸੀ
ਹਨੁਮਤ ਸੇਈ ਸਭ ਸੁਖ ਕੀਆ ॥੩੪॥

ਸਾਰੇ ਖਤਰੇ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
ਜੇ ਸੁਮੀਰੈ ਹਨੁਮਤ ਬਲਬੀਰਾ ॥੩੬॥

ਜੈ ਜੈ ਜੈ ਹਨੁਮਾਨ ਗੁਸਾਈ
ਕਿਰਪਾ ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਗੁਰੁ ਦੇਵ ॥੩੭॥

ਜੇ ਕੋਈ ਇਸ ਨੂੰ 100 ਵਾਰ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹੈ
ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਈ ਜਦੋਂ ਕੈਦੀ ਰਿਹਾ ਹੋ ਗਿਆ।

ਜੇ ਹਨੁਮਾਨ ਚਾਲੀਸਾ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹੈ
ਹਾਂ ਸਿਧ ਸਖੀ ਗੌਰੀਸਾ ॥੩੯॥

ਤੁਲਸੀਦਾਸ ਸਦਾ ਹਰਿ ਚੇਰਾ ॥
ਕੀਜੈ ਨਾਥ ਹਿਰਦੈ ਮਹਿ ਡੇਰਾ ॥੪੦॥

ਦੋਹਾ

ਪਵਨ ਤਨਯ ਸੰਕਟ ਹਰਨ, ਮੰਗਲ ਮੂਰਤੀ ਰੂਪ।
ਰਾਮ ਲਖਨ ਸੀਤਾ ਸਹਿਤ, ਹਿਰਦੇ ਬਸਹੁ ਸੁਰ ਭੂਪ ॥

ਤੇਲਗੂ, ਮਰਾਠੀ, ਬੰਗਾਲੀ, ਕੰਨੜ, ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਰਤੀ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ
ਹੋਰ ਚਾਲੀਸਾਸ ਲਈ <https://shrihanumanjichalisa.com/>
'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਭਗਵਾਨ ਸ਼੍ਰੀ ਹਨੂੰਮਾਨ ਜੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ। ਤੁਸੀਂ ਹਨੂੰਮਾਨ ਜੀ ਦੇ
ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਮੰਦਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਹਨੂੰਮਾਨ ਜੀ
[ਫਿਲਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣੋ](#)

Visit: <https://shrihanumanjichalisa.com/> for more
chalisas' in [Telugu](#), [Marathi](#), [Bengali](#), [Kannada](#), [Hindi](#),
and other Indian languages and gain knowledge about
Bhagvan Shri Hanuman Ji. You can also learn about
[famous temples](#) of Hanuman Ji. Get to know about
famous [Hanuman Ji movies](#)