श्री हनुमान चालीसा

(व्याख्या सहित)

● स्वामी हरिहर जी महाराज

श्री हनुमान चालीसा

(अर्थ एवं व्याख्या सहित)

स्वामी हरिहर जी महाराज

संकलनकर्ता

पुरुषोत्तम भारद्वाज

गीता आश्रम प्रकाशन मन्दिर

गीता आश्रम, दिल्ली कैन्ट, नई दिल्ली-११००१०

प्रकाशक : गीता आश्रम प्रकाशन मन्दिर
गीता आश्रम, दिल्ली कैन्ट,
नई दिल्ली-११००१०

प्रथम संस्करण : हनुमान जयंती
सम्वत् (२०५६)

शब्द संयोजक : अक्षर लोक
४६७९, शोरा कोठी, पहाड़ गंज,
नई दिल्ली-११००५५
दूरभाष : ३५११२६७, ३५१४५०३

मुद्रक : गीता आश्रम प्रिन्टिंग प्रेस
गीता आश्रम, दिल्ली कैन्ट,
नई दिल्ली-११००१०

आशीर्वाद

सम्पूर्ण विश्व का आधार धर्म है। जगत की प्रतिष्ठा धर्म से है। धर्म के विविध स्वरूप हैं। उनमें सेवा धर्म सबसे महान है। हनुमान जी सेवा धर्म के मूर्तिमान स्वरूप हैं। हनुमान जी जैसा सेवक न कभी हुआ है, न कभी होगा। तीन तत्त्व हैं– सेव्य, सेवा, सेवक। भगवान राम सेव्य हैं, हनुमान जी का जीवन चरित्र सेवा है तथा हनुमान जी सेवक हैं। एक आदर्श सेवक हैं जिनका कोई उदाहरण नहीं है। सेवक का अपना कोई स्वार्थ नहीं होता। वह सर्वतोभावेन स्वामी के प्रति समर्पित होता है। हनुमान जी ने सुग्रीव की सेवा की, भगवान राम से उसे मिला कर उसकी पत्नी तथा राज्य उसे दिलवाया। स्वयं कोई पद ग्रहण नहीं किया। विभीषण को भगवान से मिलाया तथा लंका का राज्य दिलवाया। स्वयं वहां भी कुछ नहीं चाहा। भगवान राम की खोयी पत्नी सीता को राम से मिलाया। लक्ष्मण को जीवनदान देकर भगवान राम को राजा बनाया, परन्तु वहां भी कोई पद ग्रहण न करके सेवक ही रहे। भगवान राम ने उनसे कोई पद ग्रहण करने को कहा तो हनुमान जी बोले, 'हे प्रभु! एक नहीं दो पद चाहिएं अर्थात् अपने चरण कमलों को प्रदान करें। यही दो पद मुझे चाहिएं अन्य कुछ नहीं।' ऐसा उच्च स्वरूप है हनुमान जी की सेवा का। आज के पदलोलुप नेताओं को हनुमान जी की सेवा धर्म की शिक्षा को अपने जीवन में धारण करना चाहिए, तभी संसार में रामराज्य स्थापित होगा।

स्वामी हरिहर

प्रस्तावना

वर्तमान समय में भारत देश के भटके हुए नवयुवकों को हनुमान जी के चरित्र से उज्ज्वल प्रेरणा प्राप्त हो सकती है। आज की विकट परिस्थिति में हर मनुष्य को हनुमान जी की उपासना करनी चाहिए। नयी पीढ़ी विशेषत: बच्चों को अवश्य ही हनुमान जी का महत्व समझना चाहिए। हनुमान जी की भक्ति से विद्या-बुद्धि-बल-वीर्य की वृद्धि होती है। जिन नवयुवकों के ऊपर भारत देश का भविष्य टिका है, वे आज कुंठाग्रस्त हैं, मानसिक दुर्बलता के कारण स्वाभिमान खो चुके हैं। चरित्रहीनता का रंग उन में चढ़ा है तथा सेवा-भक्ति का भाव कहीं भी दृष्टिगोचर नहीं होता। चारों ओर दुराचार, व्यभिचार, भ्रष्टाचार का साम्राज्य है। यही वह रावण है जो भारतीय संस्कृति रूपी सीता माता को अपहृत कर पीड़ित कर रहा है। भारतीय संस्कृति को रावण के पंजे से मुक्त कराना है, तभी रामराज्य स्थापित हो सकता है। इसीलिए आज प्रत्येक भारतीय का कर्तव्य है कि वह हनुमान जी के आदर्श चरित्र को जीवन में धारण करे।

परम पूज्य श्री स्वामी हरिहर जी महाराज जी ने भारत ही नहीं सम्पूर्ण विश्व के मनुष्यों की स्थिति का अवलोकन कर विश्व-कल्याण हेतु हनुमान जयंती के रूप में इस विलक्षण दूरदर्शितापूर्ण महायज्ञ का आयोजन श्री गीता आश्रम में किया। हनुमान जी का ऐसा महोत्सव अन्यत्र कहीं नहीं मनाया जाता है। इसके अन्दर निहित भावना व्यक्ति, परिवार, समाज को ज्ञान-बल-सम्पन्न बनाकर, भारतीय संस्कृति की ध्वजा को ऊंचा उठाकर, भारत देश को खोया हुआ गौरव प्रदान कर उसका विश्वगुरु पद पर अभिषेक कराने की है। हनुमान जी ज्ञानियों में अग्रणी, बल, विद्या तथा बुद्धि के दाता हैं। अत: हनुमान जी की उपासना में ही श्रेय है।

— पं. गौरीदत्त शर्मा

प्रकाशक की ओर से

हनुमान जयन्ती विश्व भर के गीता आश्रमों में एक प्रमुख पर्व के रूप में मनायी जाती है। यद्यपि नवरात्रों के उत्सव काफी लम्बे– नौ दिन तक चलने वाले तथा उन नौ दिनों में महाराजश्री के मौन धारण करने के कारण काफी महत्वपूर्ण माने जाते हैं, परन्तु हनुमान जयन्ती की तो बात ही ओर है। निरन्तर ४० दिनों तक चार घण्टे प्रातः, चार घंटे सायं हनुमान चालीसा का पाठ, १००० लड्डुओं का प्रतिदिन भोग, अनेक सांस्कृतिक कार्यक्रम और अन्त में विशाल भण्डारे, गीता आश्रमों में वर्षों से चला आ रहा यह क्रम हनुमान जयन्ती को विश्व भर में अद्वितीय नवीन आयाम प्रदान कर रहे हैं।

इस जयन्ती पर वैसे तो सर्वत्र हनुमान चालीसा की चौपाइयों की व्याख्या तत्तत्स्थानीय विद्वान करते ही हैं, परन्तु स्वयं परम पूज्य गुरुदेव भगवान के मुख-कमल से निकली व्याख्या जानने, पढ़ने की इच्छा भक्तजनों की वर्षों से थी। गीता आश्रम विद्या मन्दिर, दिल्ली के प्रबंधक स्वनामधन्य श्री पुरुषोत्तम भारद्वाज ने अनेक वर्ष पूर्व महाराजश्री के श्रीमुख से गीता आश्रम दिल्ली में सुनी इस व्याख्या को लिपिबद्ध कर लिया था। अब उसे ही पुस्तकाकार में हनुमत्कृपा के प्रसादस्वरूप इस वर्ष की हनुमान जयन्ती पर भक्तजनों की ज्ञान-वृद्धि, हनुमद्भक्ति और कल्याण-कामना से प्रकाशित करने में हमें अत्यंत हर्ष एवं समाधान का अनुभव हो रहा है।

आशा है कि विश्व भर में फैले गीता आश्रमों के लाखों भक्त महाराजश्री के इस दिव्य प्रसाद को हृदय, मन, बुद्धि, आत्मा से अपना कर अपने तक तथा अपनों तक अवश्य ही पहुंचाएंगे।

– चिरंजीव शास्त्री

श्री हनुमान जी की स्तुति

अतुलितबलधामं हेमशैलाभदेहम्।
दनुजवनकृशानुं ज्ञानिनामग्रगण्यम्।।
सकलगुण निधानं वानराणामधीशं।
रघुपतिप्रियभक्तं वातजातम् नमामि।।
मनोजवं मारुततुल्यवेगं जितेन्द्रियं बुद्धिमतां वरिष्ठम्।
वातात्मजम् वानरयूथमुख्यम् श्रीरामदूतं शरणं प्रपद्ये।।

श्री हनुमान गायत्री

ॐ आंजनेयाय विद्महे महाबलाय धीमहि
तन्नो मारुतिः प्रचोदयात्

हम अंजनानन्दन हनुमान को जानें। उनके महान बल का सदा ध्यान करें। वे पवनकुमार हम सबकी बुद्धियों को सन्मार्ग की ओर प्रेरित करें।

''वन्दना''

श्री गुरु चरन सरोज रज, निज मन मुकर सुधार।
वर्णों रघुवर विमल जसु, जो दायक फल चार।।
बुद्धि-हीन तनु जानि, के सुमिरों पवन कुमार।
बल-बुद्धि विद्या देहु मोहि, हरहु क्लेश विकार।।

तुलसीदास जी कहते हैं–

जिस प्रकार शीशे को साफ करने के लिए उस पर राख लगा कर उससे उस को रगड़ कर साफ कर लिया जाता है, वैसे ही अपने मन रूपी शीशे का मैल को, धुंधलेपन को साफ कर उसे चमकाने के लिये, शुद्ध, बुद्ध, निर्मल बनाने के लिये मैं श्री गुरुदेव नरहरिदास जी की चरण-धूलि का स्पर्श कर, उस की वन्दना कर उसे मन में धारण कर के ही प्रभु रामचन्द्र जी के ऐसे विमल यश का वर्णन करता हूं जिस यश के वर्णन से, पठन, मनन, चिन्तन से धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष इन चारों जीवन के फलों, पुरुषार्थ चतुष्टय की प्राप्ति हो जाती है। व्यक्ति इहलौकिक अभ्युदय और पारलौकिक निप्रेय को सहज ही प्राप्त कर लेता है, नर से नारायण बन जाता है, जीवात्मा से ब्रह्मात्मा हो जाता है।

तुलसीदास जी सफल शास्त्र मर्मज्ञ थे। रामचरितमानस के प्रारम्भ में उन्होंने कहा भी–

नानापुराण निगमागम सम्मतं सार
रामायणे निगदितं क्वचिदन्यतोऽपि।
स्वातन्तः सुखाय तुलसी रघुनाथ गाथाम्
भाषानि बद्धमति मञ्जुलमातनेति।

अर्थात् रामचरितमानस में मैने जो लिखा है वह नाना पुराणों

से, शास्त्रों से, वेदों से, बाल्मीकि रामायण आदि में जो कहा गया है वही आम लोगो की भाषा में लिख दिया है। इस में मेरा कुछ नहीं।

इस प्रकार का शास्त्रज्ञ, विद्वान, बुद्धि-सागर भी अपनी सहज नम्रतावश अपने को बुद्धिहीन कह कर अपनी नम्रता, अहंकार शून्यता का प्रदर्शन ही कर रहा है। अपने को बुद्धिहीन मान कर वे 'बुद्धिमता वरिष्ठ' पवन कुमार का स्मरण करते हुए उन से बल, बुद्धि, विद्या की याचना कर रहे हैं और हनुमान चालीसा के पाठ का फल भी बता रहे हैं कि इस के पढ़ने से सभी क्लेश और विकार दूर हो जाएंगे। मनुष्य को सुख, शान्ति, निर्विकार, मन, बुद्धि की प्राप्ति होगी। जीवन में सुख ही सुख हो जायेगा।

(चौपाई)

जय हनुमान ज्ञान गुण सागर।
जय कपीस तिहूं लोक उजागर।।१।।

सामान्य अर्थ– ज्ञान तथा गुण सागर श्री हनुमान की जय हो, तीनों लोकों को प्रकाश प्रदान करने वाले कपीश की जय हो।

आध्यात्मिक अर्थ– गोस्वामी तुलसी दास जी स्वयं ज्ञान-सम्पन्न हैं। उन्हें यह ज्ञात था कि श्री हनुमन्त जी साक्षात रुद्र अवतार हैं। अवतारी, जन समूह के कल्याण के लिए अनेकों अलौकिक लीलाएं रचते हैं। गोस्वामी तुलसी दास जी ने, श्री हनुमान जी की विचित्र लीलाओं को हनुमान चालीसा रूपी ४० चौपाइयों में रचा है। चालीसा आरम्भ ही अपने इष्ट देव श्री हनुमन्त जी की वन्दना से किया जाता है।

श्री हनुमान लाल वायु, शनि, प्राणायाम क्रिया के प्रतीक हैं। समस्त संसार का संचालन वायु पर निर्भर है। वायु के अभाव से संसार के समस्त कार्य कलाप तुरन्त ठप्प हो जाऐंगे। यही दशा जीव की है। जब तक जीव में वायु विराजमान है जीव भी जीवित है, तथा ३३ करोड़ जीव में विराजमान छोटे-बड़े अंग एक अकुशल यन्त्र की तरह अपना-अपना कार्य कर रहे हैं। जैसे ही जीव के शरीर से वायु का अभाव हुआ, तुरन्त जीव मरण को प्राप्त हुआ। यही हाल समस्त संसार का है। समस्त संसार-संचालन वायु पर आधारित है। जीव प्राणायाम के बारे में विधिपूर्वक ज्ञान प्राप्त कर, निरन्तर अभ्यास द्वारा प्राणों की रक्षा करने में सफलता प्राप्त कर लेता है। श्री हनुमन्त लाल जी ज्ञान तथा गुणों के सागर हैं। ज्ञान तो प्रयत्न द्वारा बहुतों के पास प्राप्त होता है, परन्तु गुण हर ज्ञानवान के पास नहीं होते, गुण विरले

ही किसी व्यक्ति के पास होता है। बिना गुण के ज्ञान फीका पड़ जाता है। प्राय: जिस के पास ज्ञान होगा, गुण का अभाव होगा, जिस के पास गुण होंगे, वह ज्ञान से रहित होगा। श्री हनुमन्त लाल जी ज्ञान तथा गुण दोनों से केवल सम्पन्न ही नहीं, उनके सागर हैं। सागर से बड़ा विश्व में कोई है नहीं। अपने इष्ट देव श्री हनुमन्त लाल की आरम्भिक वन्दना में जय-जय दोहराई है। श्री हनुमन्त लाल जी तीनों लोकों में प्रकाश के प्रतीक हैं, जब चाहें, तीन लोकों में प्रकाश का अभाव कर सकते हैं।

रामदूत अतुलित बल धामा।
अन्जनी पुत्र पवनसुत नामा।।२।।

सामान्य अर्थ– श्री हनुमन्त लाल जी अतुलित बल धारण किए हुए हैं, अन्जनी माता के पुत्र हैं तथा पवनसुत नाम से प्रसिद्ध हैं।

आध्यात्मिक अर्थ– श्री हनुमन्त लाल जी प्रभु श्री राम चन्द्र के दूत हैं। प्राय: दूत की चतुरता पर ही कार्य-सिद्धि की प्राप्ति निर्भर करती है। बड़े-बड़े अधिकारियों, देशों-राष्ट्रों के एक दूसरे के सम्बन्ध, दूत की चतुरता पर निर्भर करते हैं। यही हाल जीव का है। जीव तथा परमात्मा के बीच हनुमन्त लाल दूत के रूप में निरंतर विराजमान हैं। बिना दूत की कृपा के जीव का परमात्मा से मिलन न केवल कठिन बल्कि असम्भव भी है। जिस ने दूत-रूपी श्री हनुमन्त लाल को प्रसन्न करने की विधि जान ली, मानों उस को बिना प्रयत्न के ही परमात्मा से मिलन की विधि मिल गई। और जीव अनेकों जन्मों के जन्म-मरण के चक्र से तुरन्त मुक्त हो कर, अपने ईश परमात्मा के साथ एक रूप हो कर अजन्मा परमात्म-स्वरूप बन जाता है।

श्री हनुमन्त लाल जी अतुलित बल को धारण किए हुए हैं। ऐसा बल तीनों लोकों में और किसी अन्य के पास नहीं हुआ, इसलिए हनुमन्त लाल द्वारा धारण किए बल की तुलना और किसी अन्य के साथ की ही नहीं जा सकती। ऐसे अथाह बल के प्रतीक का जन्म भी किसी साधारण व्यक्ति से होना सम्भव नहीं। माता अन्जना, जो कई जन्मों के निरंतर कड़े तप के प्रभाव से युक्त थीं, उन की पवित्र कोख ही, ऐसे अथाह बल धारण किए, ज्ञान तथा गुणों के सागर को शिशु रूप में धारण करने के लिए क्षमता रख सकती थी। पवनसुत हनुमान का जन्म तपोनिष्ठ माता अन्जना की पवित्र कोख से हुआ।

महावीर विक्रम बजरंगी।
कुमति निवार सुमति के संगी।।३।।

सामान्य अर्थ– श्री हनुमन्त लाल जी महावीर, योद्धा, कुमति का निवारण करने वाले तथा सुमति का सदा साथ देने वाले हैं।

आध्यात्मिक अर्थ– हनुमान जी महावीर हैं। महा तीनों लोकों में सबसे बड़ा विशेषण है। हनुमन्त लाल जी के बराबर या उन से बढ़कर कोई वीर हो ही नहीं सकता, इस लिए उनको महावीर के विशेषण से सुशोभित किया गया है। बड़े प्रक्रामी हैं, सदा दूसरों को संकट से छुड़ाना ही उनका लक्ष्य है। वे कुमति यानि आसुर भाव के शत्रु तथा सुमति यानि दैवी सम्पत्ति के मित्र तथा सहायक हैं। जिस किसी ने सच्चे मन से श्री हनुमन्त जी का आश्रय लिया, उस जीव के अन्तर के आसुरी भाव, जैसे- काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, दम्भ आदि सारे भावों का संहार करके जीव के अन्दर के सारे आसुरी भावों तथा अवयवों का सदा-सदा के लिए सर्व नाश कर देते हैं तथा उस आसुरी

सम्पत्ति के स्थान पर दैवी सम्पत्ति जैसे- अभय, शान्ति, आरोग्यता, सन्तोष तथा परमात्मा के प्रति प्रेम आदि के भावों से सम्पन्न कर देते हैं। जीव के अन्दर दूत रूप में हनुमन्त लाल सदा विराजमान रहते हैं। उनके विराजमान रहने से ही समस्त संसार के जीव, प्राणी, जड़, चेतन का जीवन-संचार सम्भव है। जीव जितना प्रयत्न द्वारा योग्यता, पात्रता का संचय करता है, हनुमन्त जी उतनी ही उस पर कृपा करते हैं- आसुरी भावों का संहार कर, दैवी सम्पत्ति के भाव भरते तथा निरन्तर उनकी रक्षा कर जीव को जन्म-जन्म के जनम मरण के चक्कर से मुक्त करते हैं।

कंचन वदन विराज सुवेशा।
कानन कुण्डल कंचन केशा।।४।।

सामान्य अर्थ– श्री हनुमान का वदन कंचन यानि सोने जैसा चमकदार है, यानि अथाह तेज उन के वदन में विराजमान है, तपस्वियों का सादा भेष है, कानों में कुण्डल धारण किए हुए हैं, तथा केश भी सोने की भांति चमकदार हैं।

आध्यात्मिक अर्थ– जीव के अन्दर सदा ऐसे अद्भुत तेज, अथाह बल, अथाह ज्ञान, चतुरता तथा अष्ट सिद्धियों से युक्त, कृपासिन्धु हनुमन्त विराजमान हैं, पर जीव अज्ञानता वश प्रकाशवान तथा अद्भुत तेज वाला हो कर भी हीन, मन्दबुद्धि तथा निस्तेज होकर रहता है, सब कुछ जीव के अपने अन्दर विराजमान है, पर अज्ञानता का पर्दा, ज्ञान-प्रकाश तथा चतुरता को ढके रखता है, जीव उसे पाने के लिए बाहर इधर से उधर ढूंढता है, उधेड़ बुन में ही सारा जीवन खो देता है। जब तक अज्ञानता का पर्दा न हट जाए, जीव जन्म-जन्मान्तर तक जीवन मरण के चक्कर में घूमता रहता है। अब प्रश्न यह है कि अज्ञानता का पर्दा हटे

कैसे, और जीव अपने प्राप्य को कैसे प्राप्त करे? जीव को सर्वप्रथम प्रयत्नशील होकर आत्मकृपा का पात्र बनना पड़ेगा, आत्मकृपा प्राप्त होने पर किसी सद्गुरु की कृपा पाने के लिए सर्वभावेन गुरु की शरण में अपने को समर्पण करना होगा। पात्र को कृपा लुटाने के लिए सद्गुरु सदा तत्पर रहते हैं। सद्गुरु की कृपा होते ही जीव की तुरन्त ही काया पलट हो जाती है। परन्तु सद्गुरु की कृपा का पात्र बन पाना बड़ा कठिन है, जीव को अपना सर्वस्व न्यौछावर करना होगा, अहं भाव यानि मैं और मेरापन को अपने शब्दकोष से सदा के लिए हटाना होगा।

हाथ वज्र और ध्वजा विराजे।
कांधे मूंज जनेऊ साजे।।५।।

सामान्य अर्थ– श्री हनुमन्त लाल जी के एक हाथ में वज्र (कठोर गदा) और दूसरे हाथ में ध्वजा धारण है तथा कन्धे में मूंज का जनेऊ (यज्ञोपवीत) सुशोभित है।

आध्यात्मिक अर्थ– यह पांचवी चौपाई बहुत ही महत्वपूर्ण है, इसमें विश्व-ज्ञान का गूढ़ रहस्य दिया गया है।

हनुमान जी के एक हाथ में वज्र है। वज्र कठोर को कहते हैं, कठोर पदार्थ दीर्घकाल तक टिकाऊ होता है। यहां वज्र पृथ्वी का प्रतीक है। पृथ्वी सर्वभाव से कठोर होती है। जीव प्राणियों का आहार तथा जीवन पृथ्वी पर आधारित है। मानव शरीर पृथ्वी पर आश्रित है। मानव शरीर पर १० इन्द्रियों का नियंत्रण है। जिस का अपनी १० इन्द्रियों पर नियंत्रण है, जिस ने अपनी १० इन्द्रियों पर नियन्त्रण तथा विजय प्राप्त कर ली उसको इसी शरीर द्वारा भगवद्प्राप्ति सुगम तथा सम्भव है।

हनुमन्त लाल जी के दूसरे हाथ में ध्वजा विराजमान है, ध्वजा

शान्ति का प्रतीक है, शान्ति मन की प्रतीक है। जीव का मन बड़ा चंचल है, पल में यहां और पल में वहां, रोकने से भी रुकता नहीं, उसी प्रकार ध्वजा भी स्वभाव वश सदा चंचल रहती है, पर उस चंचलता को मन का शान्ति द्वारा काबू किए हुए है। मन की चंचलता पर भी युक्तियुक्त अभ्यास द्वारा नियंत्रण किया जाता है। मन पर काबू होते ही जीव की काया पलट हो जाती है। नहीं तो मन की चंचलता जीव को निरन्तर जन्म-मरण के अटूट चक्कर में घुमाती रहती है।

श्री हनुमन्त लाल जी मूंज का जनेऊ (यज्ञोपवीत) अपने कन्धे पर सदा धारण किए हुए हैं। मूंज बड़े लम्बे-लम्बे बारीक तथा तेज धार वाली जंगली घास होती है। पुराने समय में ऋषि-मुनि, साधु-सन्यासी, ब्राह्मण, शिष्यगण, मूंज यानि उस जंगली घास को बाट कर विधिपूर्वक मोटा जनेऊ (यज्ञोपवीत) अपने कन्धे पर धारण करते थे। आज की भान्ति पतले धागे के जनेऊ नहीं धारण करते थे। मूञ्ज का मोटा जनेऊ चुभने वाला होता है। उस जनेऊ के धारण करने से निद्रा-आलस्य तथा शारीरिक आराम, जो साधना में विधन डालने वाले हैं, उन व्याधियों से रक्षा होती है। जनेऊ (यज्ञोपवीत) ब्रह्मचर्य का प्रतीक होता है। पुराने समय में साधु-सन्यासी-ऋषि-मुनि, सादा भेष तथा मूञ्ज का मोटा जनेऊ धारण कर ब्रह्मचर्य का पालन कर सहस्रों वर्ष जीवित रहते थे। अतः जीव वज्र यानि अपनी इन्द्रियों पर काबू पा कर सदा शान्त मन, यानि अपने चंचल मन पर काबू पा कर, उसे अपने वश में कर, ब्रह्मचर्य का पालन कर, जीवत्व को त्याग कर ब्रह्मत्व को प्राप्त कर लेता है। इन तीनों के योग से ही भगवद्-प्राप्ति सम्भव है इन तीनों में से किसी एक की भी त्रुटि से योग की सिद्धि असम्भव है, तथा भगवद्-प्राप्ति भी

असम्भव है। जैसे- "जो निष्कपटी, निष्कामी है, जो मन अपने का स्वामी है, उस को मिलते तत्काल हरि।"

शंकर सुवन केसरी नन्दन।
तेज प्रताप महा जग वन्दन।।६।।

सामान्य अर्थ- हनुमान जी शंकर भगवान के अवतार हैं और केसरी जी के नन्दन हैं, अथाह तेज-प्रताप-युक्त समस्त संसार में वन्दनीय हैं।

आध्यात्मिक अर्थ-श्री हनुमान जी साक्षात भगवान शंकर के अवतार हैं। परमात्मा समय-समय पर नाना अवतार लेकर, जीवों को कल्याण मार्ग दर्शाने, साधु, महात्माओं की रक्षा करने तथा असुरों का संहार करने के लिए अवतरित होते हैं- जैसे श्रीमद्भगवद्गीता में स्वयं अपने मुखारविन्द से भगवान श्री कृष्ण ने कहा है-

पीरत्राणाय साधूनां विनाशाय च दुष्कृताम्।
धर्मसंस्थापनार्थाय संभवामि युगे युगे।।४/८।।

श्री हनुमान जी माता अंजना तथा केसरी जी के नन्दन हैं। उन में सहस्र सूर्यों का तेज विराजमान है। ऐसे अवतारी पुरुषों के सारे कर्म दिव्य कर्म होते हैं। उन की निरन्तर भक्ति, निस्वार्थ सेवा भाव तीनों लोकों में वन्दनीय है।

वे असम्भव से असम्भव कार्य को वायु की गति की भान्ति सम्भव कर दिखाते थे। वे प्रभु राम से अधिक सामर्थ्यवान हैं। समस्त संसार में प्रभु राम से अधिक इन के मन्दिर हैं।

शरणागत जीव, पवित्र श्रद्धा, अटूट भक्ति तथा निस्वार्थ सेवा से जीवत्व को छोड़ कर ईश्वरत्व को प्राप्त कर सकने में समर्थ है, केवल अज्ञानता का परदा ही जन्म जन्मान्तर से जीव को

नाना प्रकार के दुःख, संताप तथा यातनाओं को झेलने के लिए धकेलता रहता है।

विद्यावान गुणी अति चातुर।
राम काज करिबे को आतुर।।७।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी विद्यावान, गुणी तथा चतुर हैं, अपने इष्टदेव प्रभु राम जी के कार्य के लिए सदा तैयार रहते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- श्री हनुमान जी ज्ञानिनां अग्रगण्य हैं, उन के बराबर या उन से अधिक ज्ञानवान न कोई तीनों लोकों में हुआ और न होगा। वे सर्वगुणसम्पन्न हैं। हर कार्य बड़ी चतुराई से करते हैं। जीव भी अपने प्रयत्न द्वारा शुद्ध मन-बुद्धि तथा चित्त वाला हो कर आत्म प्रकाश हो, ज्ञानवान हो, सर्वगुणसम्पन्न तथा चतुर बन जाता है, फ़िर उसके संकल्प तथा कार्य दिव्य कर्म का रूप धारण कर लेते हैं, वह समस्त संसार में अति प्रशंसनीय तथा वन्दनीय बन जाता है।

चतुर उस को कहते हैं, जो समय, स्थिति अनुसार अपना व्यवहार-व्यापार, शक्ति-बल-बुद्धि-युक्ति, दया-क्षमा आदि का सदुपयोग करता है। कब सूक्ष्म से सूक्ष्म रूप धारण करने की आवश्यकता है, कब विकट रूप धारण की आवश्यकता है, इस का ज्ञान उसे हो, समय तथा आवश्यकता अनुसार अपना आहार, व्यवहार, व्यापार करे।

ज्ञानवान तथा चतुर व्यक्ति परमात्मा को बड़ा प्रिय लगता है। प्रयत्नशील जीव झूठी माया के चक्कर से निकल कर, अज्ञानता का परदा हटा कर हनुमन्त जी जैसा ज्ञानवान, प्रकाशवान गुणवान तथा चतुर बन कर संसार में प्रशंसनीय तथा वन्दनीय बन कर सदा-सदा के लिए अपने इष्ट परमात्मा का प्यारा भक्त बन

कर ईश्वरत्व को प्राप्त कर लेता है।

प्रभु चरित्र सुनिबे को रसिया।
राम लखन सीता मन बसिया।।८।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी अपने इष्ट देव प्रभु राम चन्द्र जी के जीवन चरित्र की ही लीलाओं को सुनने के बड़े इच्छुक हैं। प्रभु राम-लक्ष्मण तथा माता सीता का सदा उन के मन में वास है।

आध्यात्मिक अर्थ- श्री राम ज्ञान के प्रतीक हैं, माता सीता शक्ति की प्रतीक हैं और लक्ष्मण जी वैराग्य के प्रतीक हैं। जब तक जीव इन तीनों गुणों को श्रद्धा भाव से अपने अन्तःकरण में धारण नहीं कर लेता, तब तक भगवद्प्राप्ति, जो कि जीवन का परम लक्ष्य है, कठिन ही नहीं बल्कि असम्भव है। ज्ञान-भक्ति तथा त्याग भगवद्प्राप्ति के मुख्य आधार हैं, ये तीनों गुण एक दूसरे से ऐसे घनिष्ठ सम्बन्धित हैं कि इन तीनों में से एक की त्रुटि होने से सिद्धि अप्राप्य है। प्रायः प्रयत्नशील व्यक्ति ज्ञान तो प्राप्त कर लेते हैं, पर उन में त्याग तथा भक्ति-भाव नहीं होता। किसी में भाग्यवश त्याग जग जाए तो वह ज्ञान तथा भक्ति भाव से शून्य रहता है। ऐसा कोई विरला ही व्यक्ति होता है जो पूर्व जन्म के पवित्र संस्कारों से युक्त, स्वयं के अटूट प्रयत्न से, या भाग्यवश सद्गुरु रूपी महात्मा की कृपा से तीनों गुणों से सम्पन्न हो। अतः अब भव सागर से पार तरने के लिए ज्ञान-भक्ति तथा वैराग्य-युक्त कर्म (यानि संग दोष तथा फल इच्छा रहित कर्म) इन तीनों को सच्चे हृदय से धारण कर इन तीनों के संयोग से बनी नाव द्वारा पार करना सुलभ तथा सम्भव है। युगों से चली आ रही अटूट जन्म मरण की श्रृंखला से मुक्त होने का सुगम

उपाय है। शास्त्रों में यदा-कदा कहा भी है- **"देवो भूत्वा देवं यजेत्"** अर्थात यदि देवता बनना है तो सर्वप्रथम देवता जैसे गुण धारण करने होंगे। अतः ऐसा पवित्र भाव हृदय में आना आत्म-कृपा है। पहले आत्म कृपा होगी फिर भगवत्कृपा होगी। परमात्मा परम दयालु हैं, कृपा लुटाने के लिए निरन्तर तत्पर रहते हैं, पर कृपा पात्र पर ही करते हैं, कुपात्र पर कृपा करने की कभी भूल नहीं करते।

सूक्ष्म रूप धरि सियहिं दिखावा।
विकट रूप धरि लंक जरावा।।९।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी ने सूक्ष्म रूप धारण कर माता सीता का, जो कि लंका में रावण के दूतों के निरन्तर पहरे में थीं, पता लगाया तथा विकट रूप धारण कर समस्त लंका नगरी को जला कर नाश किया।

आध्यात्मिक अर्थ- जीव के दो शरीर हैं, एक तो सूक्ष्प से भी अति सूक्ष्म, हल्के से भी हल्का, आकार रहित जो संसार को देख सकने वाली आंखों से नहीं देखा जाने वाला, अचिन्त्य रूप है, वह सदा जीव के हृदय में विराजमान रहता है। इसी सूक्ष्म शरीर परमात्मा का अजन्मा-अवाच्य एक अणु से भी कई सहस्र गुणा छोटा, परमात्मा का अंश आत्मा नाम से कहा जाता है। यही अणु रूप परमात्मा का अंश जीव के शरीर में विद्युत शक्ति की भांति शरीर के छोटे-बड़े ३३ करोड़ अंगों का संचालन करता है। वह सदा जीव के हृदय में निवास करता है। इसी परम शक्ति से जीव का शरीर जीवित है, सभी ज्ञानेन्द्रियां, कर्मेन्द्रियां, मन, बुद्धि, अहंकार, चित्त आदि समस्त क्रियाएं अपना-अपना कार्य करने में क्षमता रखती हैं। यह अणु शरीर से बाहर निकला

कि समस्त कार्य-कलाप पल भर में ठप्प हो जाता है, सुन्दर शरीर को तुरन्त लोग लाश कहते हैं, और शीघ्रातिशीघ्र उस लाश को बाहर निकाल कर तब सुख की सांस लेते हैं। सूक्ष्म शरीर की शक्ति-गुण आदि को जानना तथा अनुभव करना ही आत्म-दर्शन कहलाता है। आत्म-साक्षात्कार से परमात्मा की प्राप्ति तुरन्त सम्भव है।

सूक्ष्म का अर्थ हल्का तथा छोटा होता है। भक्ति के बिना यदि भूल से परमात्मा के दर्शन हो भी जाएं, तो भी जीव का कल्याण सम्भव नहीं है। जैसे भगवान श्री राम चन्द्र जी के दर्शन तो रावण, मेघनाथ, कुम्भकरण, खरदूषण तथा शुर्पणखा आदि को भी हुए, परन्तु साक्षात दर्शन से भी उन का कल्याण नहीं बल्कि विनाश ही हुआ क्योंकि वे कृपा के पात्र नहीं थे, भक्ति-श्रद्धा-भाव-रहित थे। जैसे भक्ति के बिना परमात्मा की प्राप्ति सम्भव नहीं, वैसे ही अपने को सूक्ष्म यानि छोटा-तुच्छ बनाए बिना भक्ति की प्राप्ति असम्भव ही है। जब तक जीव में मैं-मेरापन तथा अहं भाव रहेगा तब तक भक्ति उस के समीप आ नहीं सकती। हनुमान जी भी सूक्ष्म रूप धारण कर समुद्र को पार कर सके, रावण के कड़े पहरे होते हुए भी लंका नगरी में प्रवेश कर, सीता माता का कड़े से कड़े पहरे वाली जेल में भी पता लगा सके, सीता माता यानि भक्ति को प्राप्त कर सके। फिर कार्य-सिद्धि के लिए विकट यानि बड़ा विशाल तथा विकराल रूप धारण कर रावण की लंका नगरी को जलाया।

लंका जीव के स्थूल शरीर की प्रतीक है। इस लंका रूपी शरीर में मन रूपी बलशाली रावण राज्य करता है। शरीर के अन्दर इन्द्रियां, इस राज्य की राक्षस रूपी प्रजा हैं। इस शक्तिशाली मन रूपी रावण को भयंकर रूप दिखा कर ही काबू किया जा सकता

है, बिना डराने के मन का काबू में करना कठिन ही नहीं अपितु असम्भव है। एक बार दृढ़ संकल्प कर यदि डरा-समझा कर मन काबू आ गया तो इन्द्रियां अपने आप असहाय हो कर रो पीट कर, थक कर काबू में आ जाती हैं। मन-इन्द्रिय पर विजय पाते ही रामराज्य स्थापित हो जाता है, तुरन्त जीव की काया पलट जाती है। दुःख-संताप, जन्म-मरण आदि के निरन्तर चक्कर से मुक्त हो कर परमात्मा का अंश सदा सदा के लिए परमात्मा में एकीरूप धारण कर परमानन्द को प्राप्त हो जाता है।

भीम रूप धरि असुर संहारे।
रामचन्द्र के काज संवारे।।१०।।

सामान्य अर्थ- भीम जैसा रूप धारण कर श्री हनुमान जी ने असुरों का संहार किया और प्रभु राम चन्द्र जी की कार्य-सिद्धि में उच्च कोटि की सहायता की।

आध्यात्मिक अर्थ-राक्षस बड़े शक्तिशाली होते हैं, उन शक्तिशाली असुरों पर विजय प्राप्त करना कोई सरल काम नहीं है। जीव के शरीर में भी ऐसे शक्तिशाली, काम, क्रोध, मोह, लोभ, अहंकार, दम्भ आदि अनेकों राक्षस विराजमान हैं। इन राक्षसों को हाथ जोड़ कर, विनम्र हो कर तो काबू नहीं किया जा सकता। राक्षस के साथ तो उस से भी शक्तिशाली भीम (भयंकर) रूप धारण कर के ही मुकाबला किया जा सकता है। ये बड़े शक्तिशाली दम्भी-लालची, सत्ता तथा वैभव के भूखे तथा अतृप्त राक्षस (काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार आदि के रूप में) आक्रमण करने के लिए सदा तत्पर रहते हैं।, जैसे ही अवसर मिला झट झपट पड़ते हैं और अपना राज्य स्थापित कर जीव को घोर नरक की यात्नाओं में धकेल देते हैं। जीव की सुख-शान्ति

को भंग करना इन असुरों का धर्म है।

जीव की योग्यता इसी में है कि जब भी आसुरी भाव का आक्रमण महसूस करे, तुरन्त भीम रूप धारण कर, उस अतृप्त राक्षस का संहार करे। अन्य साथी राक्षस कोसों दूर भाग जाऐंगे। बलवान-युक्तिमान तथा सतर्क रहने वाले व्यक्ति के पास शत्रु कभी फटक नहीं सकता, शत्रु ऐसे महापुरुष से सदा भय से दूर भागता है। जहां और जैसे ही शत्रु को अवसर मिला, तुरन्त घात लगा कर प्रहार करेगा।

भीम रूप धारण कर जब जीव के शरीर के राक्षस भय से भागेंगे तो जीव का अन्तःकरण स्वतंत्र हो जाएगा। जीव यथार्थ कर्म में तत्पर हो जाएगा, उस के अनन्त संकल्पित कर्म यथार्थ कर्म बन जाएंगे। परमात्मा को स्वार्थ वाले कर्म पसन्द नहीं हैं, उन्हें तो केवल यथार्थ कर्म ही प्रिय लगते हैं। यथार्थ कर्म से परमात्मा अति प्रसन्न हो जाते हैं, यही परमात्मा के कारज को संवारना है। परमात्मा तो यदा दूसरों के कार्यों को संवारने वाले हैं, जीव उन के क्या कार्य संवार सकता है, वास्तव में जीव का स्वयं का ही आत्म-कल्याण हो जाता है।

जिस ने प्रयत्नशील हो कर, भीम रूप धारण कर, शक्तिशाली सदा अतृप्त तथा दम्भी राक्षसों पर विजय प्राप्त कर ली, उस को भगवत्प्राप्ति सहज ही हो जाती है। उसे इस प्राप्ति के लिए दूर तीर्थ यात्रा तपस्या, दान, यज्ञ आदि शुभ कार्यों की आवश्यकता नहीं पड़ती। तुरन्त सहज में भगवत्प्राप्ति हो जाती है।

लाए सजीवन लखन जियाए।
श्री राम जी हरिष उर लाये।।११।।

सामान्य अर्थ- प्रभु राम चन्द्र जी के भ्राता लखन लाल जी,

मेघनाथ द्वारा मारे गये शक्ति बाण से मूर्छित पड़े थे, सर्वसमर्थ श्री हनुमान जी बहुत दूर पर्वत से बहुत थोड़े ही समय में संजीवनी बूटी ले कर आए तथा मूर्छित लक्ष्मण जी के प्राण बचाए। इस अति असम्भव कार्य के लिए प्रभु रामचन्द्र जी ने सहर्ष श्री हनुमन्त लाल जी को अपनी छाती से लगाया।

आध्यात्मिक अर्थ- प्राणदान करने वाली संजीवनी बूटी का इतनी दूरी से तथा निर्धारित समय तक ला सकना सिवाय हनुमान जी के और किसी अन्य की सामर्थ्य से बाहर की बात थी। श्री हनुमान जी वायु वेग गति से जा कर संजीवनी बूटी वाला पहाड़ ही उठा कर निर्धारित समय से पहले ही उपस्थित हुए। तथा मूर्छित लक्षमण जी के प्राणदान दिए। ऐसे सराहनीय, अति दुर्गम तथा असम्भव कार्य को सम्भव कर दिखाने के लिए, प्रभु श्री राम चन्द्र जी ने अति हर्षित हो कर अपने प्यारे हनुमान जी को झट अपनी छाती से लगा लिया।

लक्षमण जी को मूर्छित करने की किस में सामर्थ्य है? लक्षमण रूपी जीवात्मा प्रकाशवान तथा सर्वगुणसम्पन्न होते हुए भी अज्ञान वश निस्तेज हो कर मूर्छित पड़ी हैं। केवल हनुमान जी ही समर्थ हैं जो कृपा कर मूर्छित पड़ी जीवात्मा को अपने गुणों की संजीवनी बूटी यानी बल, बुद्धि, त्याग, अनन्य भक्ति तथा ब्रह्मचर्य का पालन कर, जागृत करवा सकते हैं। जिस की आत्मा से अज्ञानता का परदा हट गया, मूर्छा हट गयी। जीव को आत्म-दर्शन हुआ कि परमात्मा अति प्रसन्न हो कर, उसे अपनी छाती से लगा लेते हैं, सदा के लिए उसे अपने में लय कर लेते हैं, युगों से सांसारिक दुःख-सन्तापों तथा अनेकों असहय यातनाओं से मानव मुक्त हो जाता है। फिर आनन्द नहीं, परमानन्द की स्थिति प्राप्त कर लेता है।

रघुपति कीन्हीं बहुत बड़ाई।
तुम मम प्रिय भरतहिं सम भाई।।१२।।

सामान्य अर्थ- ऐसे अद्भुत तथा अति सराहनीय कार्य के लिए प्रभु राम चन्द्र जी हर्षित हो कर अपने दास का यश गान करते हैं तथा अपने प्यारे भ्राता भरत जी का दर्जा देते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- भ्राता भरत के समान रघुपति श्री रामचन्द्र जी को और कोई दूसरा इतना प्यारा नहीं है, क्योंकि भरत जैसा महान त्यागी और कोई तीनों लोकों में हो नहीं सकता। मिल रहे अयोध्या के राज्य को ठोकर मार दी, अयोध्या का राज्य फुटबाल बन गया, एक तरफ श्री रामचन्द्र जी इतने बड़े वैभव वाले राज्य को ठोकर मारते, दूसरी ओर से महान त्यागी भरत जी ठोकर मारते। प्रभु रामचन्द्र जी ने इतने बड़े वैभव वाले राज्य को त्याग कर १४ वर्ष तपस्वी वेश धारण कर वनों में भ्रमण करना स्वीकार किया था, यह एक महान त्याग की छाप है, पर ऐसा करने के लिए अपने पिता महाराजा दशरथ की आज्ञा मिली थी, जिसे प्रभु राम ने पिता की आज्ञा-पालन के लिए सहर्ष स्वीकार किया था। परन्तु भरत जी ने प्रभु राम से भी बढ़ कर महान त्याग का आदर्श दिखाया। यहां तक कि १४ वर्ष तक प्रभु राम चन्द्र जी की खड़ाउओं को राजगद्दी पर रख कर, प्रभु राम की ओर से सम्पूर्ण राज्य का बड़ी कुशलता से संचालन किया। १४ वर्ष तक स्वयं तपस्वी के भेष में तथा आचरण में रहे, यहां तक कि धरती में खाई खुदवा कर उस में विश्राम करते थे और ब्रह्मचर्य-पालन कर १४ वर्ष तक अनथक परिश्रम तथा प्रयास से सम्पूर्ण अयोध्या राज्य की व्यवस्था को बड़े सुचारु तथा अति सराहनीय रूप से व्यवस्थित कर अपने कर्त्तव्य का पालन किया। १४ वर्ष

तक धरती में खुदवाई खाई में इस भाव से विश्राम लेते थे कि मैं प्रभु राम से नीचे ही रहूं, प्रभु राम धरती पर विश्राम करेंगे तो मैं उन के बराबर धरती पर कैसे विश्राम कर सकता हूं। ऐसी पवित्र भावना, ऐसा महान त्याग संसार में और किस के पास हो सकता है।

जीवात्मा के एक ओर तो सर्वशक्तिमान परमात्मा है और दूसरी ओर मृगतृष्णा जैसा झूठा प्रलोभन दर्शाने वाला संसार है। अज्ञानता वश यदि जीवात्मा झूठे प्रलोभन के लोभ में आ कर संसार को पकड़ता है तो संसार में अनेकों दुःख-सन्ताप, नाना प्रकार की असह्य यातनाओं को निरन्तर सहन करता है, पुनरपि जननं, पुर्नपि मरणं की अटूट श्रृखंला में घूमता है। और यदि भाग्यवश त्याग का आश्रय लेकर, संसार के झूठे प्रलोभनों से विमुख हो कर परमात्मा से अपनी प्रीति लगाता है तो, परमात्मा त्यागी से प्रीति करते हैं, त्यागी को अपनी छाती से लगा कर सदा के लिए अपने अंश को अपने में मिला लेते हैं। जीव त्याग से केवल शान्ति को ही नहीं, वरन परम शान्ति को प्राप्त कर लेता है। एक बार जीव त्याग की ओर अग्रसर हुआ कि झट बेसब्री से इन्तजार कर रहे परमात्मा अपनी छाती से लगा लेते हैं। त्यागी से बढ़ कर परमात्मा को और कौन प्यारा हो सकता है।

सहस बदन तुम्हरो जस गावें।
अस कहि श्रीपति कंठ लगावें।।१३।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी के अद्भुत कार्यों के लिए सहस्र बदन (लक्ष्मण) यश गान करते हैं और श्रीपति प्रभु राम अति हर्षित हो कर अपने पवित्र कण्ठ से लगाते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- श्री हनुमान जी के अलौकिक तथा

अद्भुत कार्यों से अति हर्षित हो कर सहस्र बदन शेष नाग के अवतार लक्ष्मण जी यश गान करते हैं, और प्रभु राम अपने शरीर के पवित्र अंग कण्ठ से लगाते हैं। इस से अनुमान लगाया जा सकता है कि श्री हनुमान जी कितनी भक्ति-भावना, कार्य-कुशलता, सेवाभाव, ज्ञान, बुद्धि, बल तथा चतुरता आदि सर्वगुणसम्पन्न होंगे।

पानी में जो सांप रहते हैं उन्हें नाग कहते हैं और पृथ्वी पर रहने वालों को सांप कहते हैं। सहस्र मुंह वाले नागराज शेषनाग, क्षीर सागर में सदा विष्णु भगवान के संग रहते हैं, विष्णु भगवान शेष नाग की शैया पर विश्राम करते हैं, शेष नाग निरन्तर अपने सहस्र मुंहों से फुंकारें मार श्वासों द्वारा पंखा झलने का कार्य कर, विष्णु भगवान को पूर्ण आराम की व्यवस्था का कर्त्तव्य निभाते हैं। उन की अद्भुत सेवा से अति संतुष्ट और प्रसन्न हो कर सहस्र मुंहों वाले नागराज शेषनाग को भगवान विष्णु सदा अपने साथ रखते हैं, भगवान विष्णु के अवतार लेने पर शेषनाग भी अवतार लेते हैं ताकि किसी भी स्थिति में अपनी सेवा से चूक न जाएं।

यही दशा जीवात्मा की है, यदि एक बार संसार के प्रलोभनों को त्याग कर प्रभु से प्रीति कर ले तो प्रभु उस जीवात्मा को सदा अपने अंग का अटूट हिस्सा बना लेते हैं।

सनकादिक ब्रह्मादि मुनीसा।
नारद सारद सहित अहीसा।।१४।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी के अलौकिक तथा अद्भुत कार्यों की सराहना ब्रह्मा जी, सनकादिक मुनि, नारद-सरस्वती सहित समस्त मुनिगण करते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- सृष्टि की रचना के बाद, सृष्टि का मार्गदर्शाने के लिए सर्वप्रथम १८ मुनि उत्पन्न हुए, सनकादिक, सनक, सनन्नदन। एक पर ब्रह्म और पर ब्रह्म के साथ अष्टधा प्रकृति, (भूमि, आपः, अग्नि, वायु, बुद्धि, मन और अहंकार) नारद-शारद और ब्रह्मा, विष्णु और महेश, इस प्रकार परब्रह्म को मिला कर १८ की उत्पत्ति हुई-

सनकादि	=	४
परब्रह्म	=	१
अष्टधा प्रकृति	=	८
नारद	=	१
शारद	=	१
त्रिदेव	=	३
		१८

१८ अंक का बड़ा रहस्ययुक्त महत्व है-

१- सृष्टि की रचना के पश्चात १८ मुनि सर्वप्रथम हुए।

२- महाभारत का युद्ध १८ दिन चला।

३- महाभारत युद्ध में १८ अक्षौहिणी सेना ने भाग लिया।

४- श्रीमद्भगवद्गीता के १८ अध्याय हैं।

५- गीता में दोनों पक्षों की सेनाओं में मुख्य १८ महारथियों का वर्णन है।

६- १८ महारथियों द्वारा युद्ध के आरम्भ पर १८ शंखों का वादन हुआ।

७- भगवान के अवतार वेद व्यास जी ने १८ पुराणों की रचना की।

८- १ और ८ अंकों का भी महत्व है-

१- परमेश्वर एक है।

८- अष्टधा प्रकृति है।

महात्मा जन अपने नाम से पहले १०८ के अंक लगाते हैं। क्योंकि वे भली प्रकार जानते हैं कि परमेश्वर केवल एक है और ८ पदार्थों से युक्त अष्टधा प्रकृति है। परमात्मा तथा अष्टधा प्रकृति का अटूट संयोग है। बिना परमात्मा के प्रकृति नहीं और बिना प्रकृति परमात्मा नहीं। दोनों साथ-साथ अवतरित होते हैं। महात्मा जन दोनो के बारे में ज्ञानयुक्त रहस्य जानते हैं। १ अंक परमात्मा का प्रतीक है। ० अंक (शून्य) बीच में है, ० अंक जीवात्मा का प्रतीक है। ८ अंक अष्टधा प्रकृति का प्रतीक है। अतः महात्मा जनों को तीनों के बारे में ज्ञान होता है।

१+८=९, ९ पूर्ण अंक है, कितना भी गुणा करते जाएं, गुणा के सारे अंकों का जोड़ ९ ही रहेगा।

जीव को अपने जीवन काल में प्रयत्न जुटा कर इन तीनों के बारे में ज्ञान प्राप्त करना चाहिए। तीनों यानि परमात्मा, जीवात्मा तथा प्रकृति के बारे में ज्ञान प्राप्त हो गया तो समझो जीवन का लक्ष्य प्राप्त हो गया, फिर कुछ प्राप्त करने के लिए शेष नहीं रह जाता। जीव जीते जी ही पूर्ण रूप से मुक्त हो जाता है।

जम कुबेर दिगपाल जहां ते।
कवि कोबिद कहि सके कहां ते।।१५।।

सामान्य अर्थ- यम, कुबेर, दिग्पाल, कवि, विद्वान् आदि समस्त मुनि हनुमान जी का यश-गान करते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- परमात्मा ने सृष्टि के सारे हिसाब-किताब की देखभाल नीचे लिखे देवगणों के जिम्मे सौंपी है। वे अपने धर्म का बड़ी दृढ़ता से पालन करते हैं।

१- यम-यमराज- काल का पूरा-पूरा त्रुटिरहित हिसाब इन

के जिम्मे है। जीव की आयु का पूरा-पूरा तथा त्रुटिरहित हिसाब रखते हैं। अपने धर्म के इतने पक्के हैं कि एक श्वास भी इधर-उधर नहीं हो सकता। साथ ही साथ जीव के किए हुए शुभाशुभ कर्मों का भी पूरा-२ न्याय पूर्वक हिसाब रखते हैं। पाप या अशुभ कर्मों का समय-समय पर उचित दण्ड देना, यह सब यमराज जी को सौंपा है।

२- **कुबेर**- यक्ष तथा राक्षसों के पास धन सम्पत्ति का हिसाब रखना, कुबेर जी के जिम्मे सौंपा है।

३- **दिक्पाल**- शास्त्रों में ८ दिशाएं वर्णित हैं- उत्तर, पूर्व, पश्चिम, दक्षिण = ४, पूर्वोत्तर, पूर्वपश्चिम आदि = ४

पिछले श्लोक में मुनियों का वर्णन है, इन मुनियों के जिम्मे सारी सृष्टि का संचालन सौंपा हुआ है। अपने-अपने धर्म में अडिग ये १४ मुनि सारी सृष्टि का संचालन निरन्तर अनथक हो कर तथा सुचारु रूप से कर रहे हैं।

भगवान की आरती भी १४ बार उतारनी चाहिए, ऐसी शास्त्र-विधि है। पहले ३ बार चरणों की आरती (दाएं से बाएं) फिर उदर-छाती की ३ बार, फिर मस्तक तथा सिर की ३ बार, फिर ५ बार सिर से पांव तक (कुल मिलाकर १४ बार) ऐसा शस्त्र-विधान है। जीव भी उपरोक्त विधि की प्रेरणा से धर्मपालक बन अपने कर्त्तव्य का पालन करे।

तुम उपकार सुग्रीवहिं कीन्हा।
राम मिलाय राजपद दीन्हा।।१६।।

सामान्य अर्थ- हनुमान जी ने वानर राजकुमार सुग्रीव पर बड़ा उपकार किया, उसे प्रभु राम के साथ मिला कर राज दिलाया।

आध्यात्मिक अर्थ- राम ब्रह्म के प्रतीक हैं, हनुमान-ठोड़ी सुग्रीव-सुन्दर कण्ठ, सुग्रीव विद्यार्थी यानि शिष्य है, हनुमान जी अध्यापक यानि गुरु का प्रतीक हैं।

जीव के अन्दर गुरु विराजमान हैं। जीव यदि श्रद्धावान हो तो जीव को परब्रह्म की प्राप्ति शीघ्र हो जाएगी। ब्रह्म की प्राप्ति के लिए जीव शिष्य रूप में प्रयत्नशील हो, प्रयत्न द्वारा प्रकृति के तीनों गुणों (सत्व, रज तथा तम) से ऊपर उठे, सदगुरु के चरणों को दृढ़ता से पकड़े या गुरु नीचे से अपने शिष्य के दृढ़ता से दोनों हाथ पकड़ कर ऊपर उठाए और ब्रह्म तक पहुंचाए तो ब्रह्म की प्राप्ति शीघ्र हो जाती है। अतः ठोड़ी और गले (कण्ठ) के पास कण्ठ कूप यानि खड्डा है। ढोडी को कण्ठ कूप के ऊपर जमा कर ढक्कन की तरह बन्द करने का अभ्यास करें। लगातार इस यौगिक अभ्यास से सारी ग्रंथियों का केन्द्र शुद्ध यानि समस्त नाड़ियां शुद्ध हो जायेंगी। सही तथा लगातार साधना से यदि ढोड़ी और कण्ठ के बीच बादाम रखें तो बादाम टूट जाना चाहिए।

अभ्यास के लिए पद्मासन लगाएं, सामने शीशा रखें, ताकि गला सीधा रहे। अभ्यास से समस्त नाड़ियां शुद्ध हो जायेंगी, अन्तःकरण, मन, बुद्धि, चित्त निर्मल हो जाएंगे। शरीर फूल की तरह हल्का हो जाएगा। जीव दीर्घ आयु को प्राप्त होगा। सर्दी-गर्मी, भूख-प्यास का असर नहीं होगा। शरीर अपनी इच्छा से छोड़ेगा, ब्रह्म की प्राप्ति हो जाएगी। इस चौपाई में ब्रह्म प्राप्ति का पूर्ण रहस्य है। इस यौगिक क्रिया से जीव के एक दिन के भोजन की मात्रा ३० दिन के भोजन के लिए पर्याप्त होगी। मुख हनुमान जी की तरह लाल तथा तेजयुक्त होगा।

यह योग क्रिया सद्गुरु के समक्ष शुरू करनी चाहिए। आहार सात्विक तथा अल्पाहार होना चाहिए, ब्रह्मचर्य का पालन होना

चाहिए। प्याज तथा लहसुन सेवन करने वाले को ऐसी यौगिक क्रिया का विचार त्याग देना चाहिए।

जीव का शरीर ब्रह्माण्ड है, जीव के शरीर के अन्दर ही ब्रह्माण्ड की सारी की सारी उपाधियां उपलब्ध हैं। अज्ञानता वश जीव बाहर चारों ओर बेकार भटकता है।

तुम्हरो मंत्र विभीषण माना।
लंकेस्वर भए सब जग जाना।।१७।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी द्वारा प्रदान किया हुआ मन्त्र रावण के भाई विभीषण ने माना। इस मन्त्र के फलस्वरूप लंकेश्वर बन गया, सारा संसार इस तथ्य का साक्षी है।

आध्यात्मिक अर्थ- संसार में यदि गहराई से देखा जाए तो ज्ञान और अज्ञानता का ही सारा चक्कर है। ज्ञान की प्राप्ति के लिए २ पात्रों की आवश्यकता है, एक गुरु और दूसरा शिष्य। ये दोनो पात्र एक दूसरे को पाने के लिए तत्पर रहते हैं। दोनों पात्रों का मिलन हुआ कि ज्ञान की प्राप्ति में फिर देर नहीं। इस चौपाई में भी गुरु-शिष्य का वर्णन है। हनुमान श्री गुरु के प्रतीक हैं, तो लंका के राजा रावण का भाई विभीषण पात्र शिष्य का प्रतीक है। विभीषण का शाब्दिक अर्थ भी इस प्रकार है-

वि - बहुत, (विशेषण) सरल-सादा।

भी - भय वाला-यानि हर कर्म परमात्मा से डर कर करने वाला।

तीक्ष्ण - बहुत गहराई से देखने वाला।

ये पात्र शिष्य के तीन मुख्य गुण हैं। जहां सद्गुरु और सुपात्र शिष्य का मिलाप हुआ-तुरन्त ब्रह्म-प्राप्ति हुई। मानव शरीर लंका है। यहां शक्तिशाली रावण यानि दशकन्धर (जिस के

कन्धों पर १० इन्द्रियों का शासन हो) जीव को बलशाली तथा अतृप्त इन्द्रियां सदा नचाती हैं। मानव के पास धन-सम्पत्ति, विद्या, वैभव सुख सुविधा के सारे साधन भी हों तब भी अतृप्त तथा बलवान इन्द्रियां अपनी राज्य सत्ता के बल पर उस व्यक्ति को नचाती हैं तथा सदा चिन्ता और भय से ग्रस्त करती हैं। जीवन-पर्यन्त इन्द्रियों को तृप्त करने के चक्कर में नाना प्रकार के दुःख, संताप, यातनाएं सहता है और अन्त में दुर्गति को प्राप्त करता है। यही हाल शक्तिशाली-समस्त सुख वैभव से युक्त, नाना देवताओं द्वारा दिए गये वरदानों से युक्त लंका अधिपति रावण का हुआ।

विभीषण उस का सगा भाई था। एक भाई तो आसुरी सम्पत्ति से और दूसरा दैवी सम्पत्ति से युक्त था। विभीषण जैसा जीव भी सादा रहन-सहन, सात्विक आहार-विहार वाला, इन्द्रियों का गुलाम नहीं इन्द्रियों पर विजय प्राप्त कर इन्द्रियों पर राज्य करता है। ऐसा जीव लंका यानि सोने से भी ज्यादा कीमत वाले शरीर का स्वामी होगा और तुरन्त ब्रह्म-प्राप्ति के लक्ष्य को प्राप्त कर सदा-सदा के लिए ब्रह्मलीन हो परमानन्द को प्राप्त करेगा।

जुग सहस्र जोजन पर भानू।
लील्यो ताहि मधुर फल जानू।।१८।।

सामान्य अर्थ- बचपन में खेल-खेल में सहस्रों मील दूर चमक रहे सूर्य को एक पका हुआ फल जान कर श्री हनुमान जी ने भक्ष लिया था।

आध्यात्मिक अर्थ- युग- युग ४ हैं, सत युग, त्रेता युग, द्वारपर युग तथा कलियुग। सहस्त्र-हजार, योजन-२ कोस की दूरी (१कोस्=२मील) भानु-सूर्य ये शाब्दिक अर्थ हैं, सूर्य की

पृथ्वी से १६ हजार मील की दूरी है। बचपन की लीला में हनुमान जी ने खेल-खेल में १६ हजार मील की दूरी पर चमक रहे सूर्य को लपक कर, एक मधुर फल समझ कर अपने मुंह में रख लिया। सारी सृष्टि का जीवन सूर्य के प्रकाश पर आधारित है। सारी सृष्टि में अन्धकार छा गया, त्राहि-त्राहि मच गई। कल्याण चाहने वाले समस्त देवताओं की प्रार्थना पर हनुमान जी ने सूर्य नारायण को मुंह से बाहर निकाला था।

सूर्य शास्त्रों में १२ प्रकार के हैं, पर मुख्य ३ का वर्णन है।

१- सूर्य जो सृष्टि के समस्त जीव जन्तुओं, जड़, चेतन वनस्पतियों को जीवन, प्रकाश तथा उष्णता (गरमी) प्रदान करता है। पर यह सूर्य पृथ्वी पर कहीं प्रकाश और कहीं अंधकार देता है। यानि इस सूर्य में इतनी क्षमता नहीं कि समस्त सृष्टि में एक साथ प्रकाश या अंधकार कर सके, इसलिए इतना वैभवशाली होते हुए भी अपूर्ण है, वायु-बादल आदि भी इस के प्रकाश को रोक देते हैं।

२- एक सूर्य हर जीव के अन्दर विराजमान है, सब को प्रकाश, जीवन तथा अग्नि (उष्णता) प्रदान करता है। यह सूर्य पहले वर्णित सूर्य से उत्तम है, क्योंकि इस सूर्य में एक ही समय में समस्त शरीर में जीवन-प्रकाश तथा उष्णता प्रदान करने की शक्ति है। पर इस सूर्य की शक्ति भी श्री हनुमान जी की कृपा पर आधारित है। जब भी हनुमान रूपी वायु का प्रकोप होता है, इस अति शक्तिशाली सूर्य शक्ति भी फीकी पड़ जाती है, शरीर में वायु का प्रकोप होता है, सूर्य का प्रकाश और उष्णता मन्द पड़ जाती है। शरीर में गर्मी तथा प्रकाश की कमी से, जीव व्याकुल हो जाता है। और यदि वायु का प्रकोप ज्यादा हो जाए तो अन्दर का सूर्य शीतल हो कर ढक जाता है, और जीव निर्जीव हो जाता

है।

३- तीसरा सूर्य जो बाकी दोनों सूर्यों से उत्तमोत्तम है। वह सारे ब्रह्माण्ड को अटल प्रकाश तथा अग्नि प्रदान करता है।

योगी जन ज्ञान द्वारा विधिवत् श्री हनुमान जी की पूजा यानि प्राणायाम करते हैं, अपने अन्दर के सूर्य को निस्तेज या रुकने नहीं देते। श्री हनुमान जी को प्राणायाम द्वारा कैसे प्रसन्न रखना है वे भली भान्ति जानते हैं। श्री हनुमंत की विधिवत् पूजा यानि विधिवत् प्राणायाम की क्रिया से सदा अपने शरीर को स्वस्थ तथा नीरोग रखते हैं, कोई रोग, व्याधि, सरदी, गर्मी, भूख, प्यास आदि उन से कोसों दूर भागते हैं, यहां तक कि वे यमराज को बेबस कर अपनी इच्छा से शरीर त्यागने में समर्थ होते हैं। पर प्राणायाम की क्रिया किताबों में पढ़ कर, दूसरे से सुन कर या टी. वी. में देख कर नहीं शुरू कर देनी चाहिए। साधक का रहन-सहन सरल और सादा, आहार-विहार सात्विक तथा सद्गुरु की देख-रेख में आरम्भ करना चाहिए, नहीं तो भयंकर और उल्टा परिणाम प्राप्त होगा, बजाए सदगति के दुर्गति को प्राप्त होगा।

प्रभु मुद्रिका मेली मुख माहि।
जलधि लांघि गए अचरज नाहीं।।१९।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी प्रभु राम चन्द्र जी की मुद्रिका (अंगूठी), सीता माता का पता लगाने के लिए, अपने मुंह में रख कर सहज ही में इतने बड़े समुद्र को लांघ गये।

आध्यात्मिक अर्थ- मुद्रिका- चक्र, गोल आकार यानि माला की तरह जिस का अन्त न हो, हनुमान जी ने मुद्रिका यानि प्रभु राम नाम रूपी मुद्रिका अपने मुंह में रखी थी यानि प्रभु राम को अपने हृदय, प्राण तथा श्वास के साथ निरन्तर जोड़े रखा, कभी

एक श्वास के लिए भी प्रभु राम नाम को अपने से अलग नहीं होने दिया। जीव भी यदि प्रभु राम नाम को अटूट अपने हृदय, प्राण, श्वास के साथ जोड़ कर निरन्तर जप करता रहे तो इस संसार रूपी भव सागर को सहज ही में पार कर सकता है।

वाणी का प्रयोग केवल प्रभु नाम के लिए ही करना चाहिए। अधिक से अधिक मौन धारण करे। मौन में अथाह शक्ति है। हनुमान जी मौन का रहस्य भली प्रकार जानते थे, इस लिए बोलते बहुत ही कम थे, परन्तु प्रभु-कार्य के लिए निरन्तर तत्पर रहते थे। मौन का रहस्य ऋषि-मुनि, साधु, महात्मा-योगी-संन्यासी जानते है, इस लिए उन में अथाह शक्ति होती है, उन की वाणी सिद्ध हो जाती है, जो वाणी से निकलता है वह सच हो जाता है। कम बोलने वाले का सभी आदर भाव से व्यवहार करते हैं।

मौन धारण तथा निरन्तर श्वास के साथ प्रभु नाम का योग, यह अन्य सभी साधनों से अति सरल साधन है। यह विधि थोड़े से अभ्यास से सिद्ध हो जाती है, सिद्ध होते ही जीव के अन्दर के सभी द्वन्द्व, मैल अपने आप बिना किसी प्रयास के धुल जाते हैं। जीव प्रकृति के तीनों गुणों से ऊपर उठ जाता है और सहज ही में परमात्मा का अंश, सनातन तथा सर्वशक्तिमान और सर्वव्यापक अंश के साथ एकरूप हो कर जुड़ जाता है। वह एक ऐसा सरलतम साधन है जिस के लिए न तो कहीं बाहर जाना पड़ता है, न विद्या की आवश्यकता है, सच पूछो तो कुछ प्रयत्न करना ही नहीं पड़ता, सहज में ही भगवत्प्राप्ति हो जाती है।

दुर्गम काज जगत के जेते।
सुगम अनुग्रह तुम्हरे तेते।।२०।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी ने दुर्गम से दुर्गम कार्य को

जगत-कल्याणार्थ कर दिखाया। उन के जीवन में अपने स्वार्थ के लिए कोई कार्य ही नहीं है, इस लिए यथार्थ जटिल से जटिल कार्य को सुगमता से सिद्ध कर देते थे।

आध्यात्मिक अर्थ- दुर्गम शब्द के कई अर्थ हैं, जैसे कठिन, कठोर, भयानक, दुःखदायक आदि। जगत का अर्थ है संसार। संसार २ प्रकार के होते हैं-

१- **नाशवान संसार**- यह संसार परिवर्तनशील है, प्रतिक्षण परिवर्तन इस का धर्म है। जो आज है, वह कल नहीं, जो अब है वह फिर नहीं। इस संसार में ८ प्रकार की प्रकृति से ही सारी व्यवस्था का संचालन होता है तथा प्रकृति से इस का निर्माण होता है। इस संसार की हर क्रिया ठगनी है, मदारी के खेल की भान्ति है। जो है वह दिखता नहीं और जो दिखता है वह है नहीं। इस संसार के जितने साधन-पदार्थ हैं, जो आनन्द देने वाले दीखते हैं, वे शुरू में तो बेशक थोड़ा-बहुत आनन्द दें, मगर अन्त में उन का भी परिणाम दुःखदायक सिद्ध होता है। आश्चर्य की बात है, जीव भी कम चतुर नहीं है, वह इस ठगनी रूपी परिवर्तन शील संसार में भी निजी एक और संसार बना लेता है। जैसे विवाह होते ही किसी की कन्या किसी की घरवाली (पत्नी) बन जाती है, साले, सालियां, सास-स्वसुर आदि से तुरन्त अपने नये सम्बन्ध स्थापित कर लेता है, इसी प्रकार स्त्री, घर, जमीन, सम्पत्ति, बाल बच्चे, तथा अन्य रिश्ते नाते आदि सारी उपलब्धियां कुछ समय के लिए उस के निजी संसार की रचना में सहायक होते हैं। इन सब के चक्कर में जीव कभी हंसता है, कभी रोता है, कभी इधर भागता है कभी उधर, और अन्त में सब नाश को प्राप्त हो जाते हैं। जैसे मदारी का खेल समाप्त हो जाता है वैसे ही उस जीव का भी खेल समाप्त हो जाता है।

२- **परमात्मा द्वारा रचित संसार**- यह संसार सदा रहता है। जैसे- भूमि, जल, वायु, तारे आसमान, सूर्य, चन्द्र आदि। ये सारे अविचलित हैं। परिर्वतनशील नहीं हैं, स्थिर हैं।

तो पहले प्रकार का जगत जो जीव द्वारा निर्मित है, वह दुर्गम है, उस के सारे कार्य दुर्गम हैं, परन्तु जिस जीव पर श्री हनुमान जी की कृपा हो जाए उस जीव का इस भवसागर रूपी दुर्गम संसार से बड़ी सुगमता से छुटकारा हो जाता है। यानि उस को इस दुर्गम संसार से पार होने की युक्ति प्राप्त हो जाती है। प्राणायाम-क्रिया द्वारा श्री हनुमान जी की कृपा बड़ी सुगमता से प्राप्त हो जाती है। फिर जीव को भूख, प्यास, सर्दी, गरमी, और कई आधि-व्याधि या प्राकृतिक बाधा नहीं सताती। उस का शरीर फूल सरीखा हल्का और नीरोग हो जाता है।

नवजात शिशु को देखो, तो वह कभी हंसता है, कभी रोता है, वह उस समय सीधा परमात्मा के सम्पर्क में रहता है। उसके पास कीमती से कीमती, सुन्दर से सुन्दर वस्तु रखो, फेंक देता है, उस को न तो कीमत का बोध है और न सुन्दरता का, न मेरा-तेरा का, प्रपंच का बोध है।

जब वह पूर्व जन्म के अच्छे दृश्यों को देखता है तब हंसता है और जब बुरे दृश्य ध्यान में आते हैं तो रोता है। माताएं अज्ञानतावश, शिशु के सिरहाने लोहे के चाकू-छुरी आदि रख देती हैं ताकि भूत-प्रेत, आधि-व्याधि न आए। चाकू आदि रखने पर शिशु चुप भले ही हो जाए, परन्तु उस का सम्पर्क परमात्मा से टूट जाता है। जिस जीव का मन इस नित्य परिर्वतनशील भवसागर में फंस गया, उस के लिए उस का मन शत्रु रूप धारण कर परमात्मा से विमुख कर देता है। परन्तु जिस जीव ने संसार के रहस्य को जान लिया, वह संसार से विमुख हो कर परमात्मा

के साथ अपने मन को जोड़ देता है और भवसागर से पार हो जाता है।

राम दुआरे तुम रखवारे।
होत न आज्ञा बिनु पैसारे।।२१।।

सामान्य अर्थ- प्रभु राम चन्द्र के द्वार पर निरन्तर श्री हनुमान जी का कड़ा पहरा रहता है, बिना रखवारे हनुमान जी की आज्ञा के कोई भी प्रभु तक पहुंच नहीं सकता।

आध्यात्मिक अर्थ- राम-ईश्वर, जीव-साधक है। राम और जीव के बीच श्री हनुमान जी सदा पहरेदार के रूप में विराजमान रहते हैं। यानि प्रभु और जीव के बीच प्राण रूप में श्री हनुमान जी निरनतर विराजमान रहते हैं। प्राणों की कृपा बनी रहे तो जीव नीरोग, उत्साह वाला, सन्तुष्ट तथा आनन्दपूर्वक रहता है, और यदि प्राणों की कृपा में यानि व्यवस्था में फर्क आया तो जीव रोग-ग्रस्त, भयभीत, निस्तेज तथा व्याकुल हो उठता है। प्राणों की कृपा में थोड़ा सा भी फर्क पड़ने से नाना प्रकार के शारीरिक-मानसिक तथा प्राकृतिक रोग, आधि-व्याधि, विकार, दुःख, संताप आदि जीव को चारों ओर से घेर कर आक्रमण कर देते हैं। हनुमान जी की कृपा बनी रहे तो वे सब सताने वाले आक्रमणकारी शत्रु कोसों दूर भागते हैं। हनुमान यानि प्राणों की कृपा प्राणायाम क्रिया पर आधारित है, प्राणायम क्रिया की कृपा सद्गुरु पर आधारित है। गुरु के बिना रहस्य तथा युक्तियुक्त ज्ञान किसी अन्य से प्राप्त हो नहीं सकता। क्योंकि हनुमान जी में सहस्त्रों सूर्यों का तेज विराजमान रहता है, उनके समीप अन्य साधारण व्यक्ति कैसे पहुंचने का साहस कर सकता है। गुरु भी ज्ञान देने की कृपा किसी चलते-फिरते व्यक्ति पर नहीं करते,

गुरु केवल पात्र शिष्य को ही गूढ़ रहस्य तथा युक्तियुक्त ज्ञान देते हैं। जीव केवल पात्र बन जाए, फिर समझो उस का बेड़ा पार है।

सब सुख लहै तुम्हारी सरना।
तुम रक्षक काहू को डर ना।।२२।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी की शरण लेने से समस्त सुख-वैभव प्राप्त हो जाते हैं, जिस के हनुमान जी रक्षक हों, उस को किस का डर हो सकता है।

आध्यात्मिक अर्थ-जिस जीव ने श्री हनुमान जी की शरण ले ली उस के ऊपर पवनसुत की कृपा बनी रहती है। जिस के ऊपर पवनसुत की कृपा हो जाए उस जीव के पास आरोग्य रहता हैं। ऐसे निरोग तथा रक्षित पर कोई आधि-व्याधि, राग-दुःख-सन्ताप, विकार आक्रमण तो क्या, सोचने का साहस भी नहीं कर सकते। गुरु की शरण में प्राणायाम की विधि आ जाए तो गुरु कृपा के साथ-साथ हनुमान जी की कृपा भी बनी रहेगी, फिर किसी किस्म के डर की आवश्यकता नहीं रहती, क्योंकि उस जीव की रक्षा की सारी जिम्मेदारी हनुमान जी ले लेते हैं।

महाभारत युद्ध में अर्जुन के रथ की ध्वजा पर स्वयं हनुमान जी विराजमान थे। जब अर्जुन भीष्म पितामह के रथ पर बाण मारते थे तो, भीष्म जी का रथ ७ गज पीछे धक्का खा कर हटता था, क्योंकि भीष्म पितामह बाल्यावस्था से ही पूर्ण ब्रह्मचारी थे। परन्तु जब भीष्म पितामह अर्जुन के रथ पर अपने बाणों का प्रहार करते तो अर्जुन का रथ केवल १ गज ही धक्के से पीछे हटता था। उसी समय भगवान श्री कृष्ण भीष्म पितामह की सराहना पर 'वाह! भीष्म, वाह! भीष्म' पुकारते थे। अर्जुन ने

बड़े विस्मय में पड़ कर भगवान श्री कृष्ण जी से पूछा, भगवन! मेरे बाणों की बौछार से भीष्म पितामह का रथ धक्का खा कर ७ गज पीछे हट जाता है, मेरी तो आप ने सराहना नहीं की, परन्तु भीष्म के बाण से मेरा रथ केवल १ गज पीछे हटता है तो आप धन्य भीष्म, धन्य भीष्म कहते हैं?

भगवान श्री कृष्ण ने अर्जुन को समझाया कि अर्जुन, तुम्हारे रथ पर वीर हनुमान जी विराजमान हैं, जिन का बल तीनों लोकों में अतुलित है, फिर साथ में मैं स्वयं, जो सर्वशक्तिमान तथा तीनों लोकों का रचयिता तथा पालनहार हूं, साक्षात तुम्हारे रथ पर विराजमान हूं। इतना सब कुछ होते हुए भी वह भीष्म योद्धा तपस्वी तथा बाल्यकाल से ब्रह्मचर्य का विधिवत पालन करने वाला हमारे रथ को १ गज धक्के से, अपने बाणों के प्रहार से पीछे धकेल देता है। वह और उस का बल धन्य हुआ या नहीं?

पर इतना सब कुछ होते हुए भी विजय की पताका वहां ही फहराएगी जहां स्वयं भगवान विराजमान होंगे, श्री हनुमान जैसे अतुलित बल वाले, गुणों के सागर रक्षक के तौर पर विराजमान होंगे तथा अर्जुन जैसा धनुर्धर होगा। अवश्यमेव विजय ऐसे महापुरुषों त्यागियों, योगियों के चरण चूमेगी।

आपन तेज सम्हारो आपै।
तीनों लोक हांक ते कांपै।।२३।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान में तेज स्वयं उन का अपना है, किसी अन्य द्वारा दिया हुआ नहीं है। ऐसा तेज है जिस के प्रचण्ड प्रभाव से तीनों लोक उस अलौकिक तेज के प्रभाव से भयभीत होते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- जीव में हनुमान जी का अंश विराजमान

है, जब तक यह तेज कृपा कर शरीर में विराजमान रहता है, जीव के चेहरे पर तेज झलकता है। यह तेज हटते ही अच्छा-भला व्यक्ति झट निस्तेज हो कर मुर्दा बन जाता है। सब अपने-पराए, सगे सम्बन्धी उस मृत की शक्ल से डरने लगते हैं।

जीव के शरीर में ही तीन लोक हैं-

१- **ब्रह्माण्ड**- जीव का सिर ब्रह्माण्ड का प्रतीक है, ब्रह्माण्ड का समस्त ज्ञान इस दिव्य लोक में स्थित है। इसी दिव्य ब्रह्माण्ड द्वारा बाकी दोनो लोकों का सुचारु रूप से संचालन होता है। बाकी दोनो लोकों की व्यवस्था चलती रहती है। यदि जीव का ब्रह्माण्ड रूपी सिर कट गया तो तुरन्त बाकी दोनों लोक निस्तेज हो कर, प्रकाश तथा ज्ञान से शून्य होकर मृत हो जाते हैं।

२- **भूलोक**- दूसरा लोक भूलोक है। जीव के कण्ठ (गले) से लेकर नाभि तक का क्षेत्र भूलोक है। इस लोक में लेन-देन का व्यापार चलता है। इसी लेन-देन के व्यापार पर शेष दो लोकों की व्यवस्था का संचालन आश्रित है। व्यापार (आहार-विहार) यदि पवित्र होगा तो बाकी दोनों लोक भी पवित्र होंगे, स्वस्थ और नीरोग होंगे। और यदि व्यापार अपवित्र हुआ तो तुरन्त बाकी दोनो लोकों की व्यवस्था भी रोगग्रस्त हो जाएगी, फिर तीनों लोकों में हा-हाकार मच जाएगी।

३- **पाताल लोक**- जीव के शरीर में तीसरा लोक पाताल लोक है, नाभि के नीचे पैरों तक का क्षेत्र पाताल लोक है। यह पाताल लोक बाकी दोनों लोकों का बोझा उठाता है, एक स्थान से दूसरे स्थान पर बाकी दोनों क्षेत्रों को घुमाता है तथा चलायमान रखने की व्यवस्था करता है। बाकी दोनों लोकों को सुख-सुविधा से आनन्दित करता है।

परन्तु तीनों लोकों में तेज श्री हनुमान जी का ही विराजमान

है। इस लिए तीनों लोक अपने-अपने धर्म अनुसार अपना-अपना कार्य कर एक दूसरे की सहायता से सारी व्यवस्था का सुचारु रूप से संचालन बनाए रखते हैं। हनुमान जी की कृपा हटी तो तीनों लोकों के ज्ञान-वैभव, गुण, सामर्थ्य तुरन्त निस्तेज हो कर निर्जीव तथा शिथिल हो जाते हैं।

भूत पिशाच निकट नहीं आवै।
महावीर जब नाम सुनावै।।२४।।

सामान्य अर्थ- महावीर हनुमान का केवल नाम स्मरण मात्र से ही भूत पिशाच जीव के निकट नहीं आते।

आध्यात्मिक अर्थ- जीव के अन्दर मलिन-अपवित्र विचार ही भूत-पिशाच आदि के रूप में निवास करते हैं। भूत-प्रेत, पिशाच आत्माएं होती हैं। जीव की अकस्मात् मृत्यु जैसे ऐक्सीडैन्ट, हार्ट फेल आदि कारण से, या ब्राह्मण, साधु-सन्यासी आदि के शाप से कुछ काल के लिए आत्मा को गति नहीं मिलती, या मृत्यु के बाद शास्त्र विधि अनुसार श्राद्ध आदि संस्कार न हों या वर्ण संकर की उत्पत्ति, जो शास्त्र-वास्त्र को कुछ नहीं मानते, मनमाने कर्म करते हैं तथा धर्म को अधर्म और अधर्म को धर्म मान कर कर्म करते हैं, ऐसी आत्माओं का मृत्यु के पश्चात शास्त्र विधि अनुसार श्राद्ध तर्पण, पाठ आदि न होने से ये आत्माएं कुछ काल के लिए यानि जब तक किसी विद्वान ब्राह्मण, साधु-सन्यासी, महात्मा, सन्त, फकीर, योगी आदि की कृपा से पाठ-श्राद्ध तर्पण आदि कर्म न हो जाएं तब तक ऐ आत्माएं इधर से उधर भटकती रहती हैं, तथा मौका मिलने पर जो भी उन की चपेट में आ जाए उसे आक्रमण कर तंग करती हैं, यहां तक कि यदि जीव, जिस पर भूत-पिशाच, प्रेत आत्मा का

प्रकोप है, मृत्यु तक को प्राप्त हो जाता है। ऐसी प्रेत आत्माएं स्वयं भी अति दुःखी होती है तथा जो भी उन की लपेट में आ जाए उस को भी अति दुःखी करती हैं।

हनुमान जी पर आश्रित जो विधिवत् प्राणायाम, हनुमान जी की विधिवत् पूजा-पाठ करते हैं, ये प्रेत आत्माएं उन से कोसों मील दूर भागती हैं, समीप तक आने का साहस नहीं करतीं।

ब्रह्म प्राप्ति का, प्राणायाम की क्रिया का विधिपूर्वक अभ्यास किया जाए तो इस से बढ़ कर और कोई सुगम साधन नहीं है। विधिपूर्वक प्राणायाम के अभ्यासी जीव का यह लोक भी आनन्दमय तथा परलोक का भी सुधार। सदा-सदा के लिए वह जीवत्व को छोड़ कर ईश्वरत्व को प्राप्त कर लेता है।

नाशै रोग हरै सब पीरा।
जपत निरन्तर हनुमत बीरा।।२५।।

सामान्य अर्थ- जो भी जीव श्री वीर हनुमत लाल जी का निरंतर जप करता है, उस जीव के समस्त रोग-दुःख, दर्द आदि विकारों का नाश हो जाता है।

आध्यात्मिक अर्थ- जो जीव श्री हनुमान जी की पूजा-विधि को जान लेता है, तथा विधिपूर्वक और निरन्तर उस यौगिक क्रिया यानि प्राणायाम का विधि पूर्वक अभ्यास करता है यानि हर श्वास को श्वास ज्ञान-विधि से लेता, रोकता तथा छोड़ता है उस के शरीर की समस्त साढ़े तीन करोड़ नाड़ियों की ग्रंथियां खुल जाती हैं। अंश भर भी मैल अन्दर नहीं रहता। उस के सारे शरीर में प्रकाश तथा तेज विराजमान रहता है, सारा शरीर फूल के समान हल्का तथा नीरोग हो जाता है, सर्दी-गर्मी, भूख-प्यास का सन्ताप कभी नहीं सताता।

इतने दुर्गम तथा विकट भवसागर को केवल एक ही क्रिया के साधन से सुगमता से पार कर जाता है तथा जीवन मृत्यु के अटूट तथा असह्य दुःखमय चक्कर से सदा-सदा के लिए मुक्त हो जाता है।

संकट से हनुमान छुड़ावै।
मन क्रम वचन ध्यान जो लावै।।२६।।

सामान्य अर्थ- जो भी व्यक्ति श्री हनुमान जी का मन, कर्म, वचन से ध्यान लगाता है, उस को दुःख-संकट से हनुमान जी छुड़ा देते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- जीव जब मन, कर्म, वचन से श्री हनुमान जी का अभ्यास द्वारा ध्यान स्थापित कर लेता है तो उस के सारे कार्य श्री हनुमान जी की कृपा से सिद्ध हो जाते हैं। एकत्व में ही ईश्वरत्व है और भिन्नत्व में असुरत्व है। भिन्नता हुई तो शक्ति बिखर जाती है। जैसे तीन रस्सियों को यदि एक रूप में बट कर एक रस्सी बनाएं तो तीनों का बल एक रस्सी में स्थापित हो जाएगा और उसे तोड़ना कठिन हो जाएगा। परन्तु उन तीनों रस्सियों को अलग-अलग तोड़ें तो तीनों थोड़े से ही प्रयास से आसानी से टूट जाएंगीं।

इसी प्रकार तीनों यानि मन, कर्म, वचन में जब अटूट सन्धि स्थापित हो जाती है तो जीव के हर श्वास में तीनों का बल-तेज तथा ज्ञान विराजमान रहता है, शरीर, मन, बुद्धि, नीरोग हो जाते हैं। ऐसे जीव का मनसा वाचा कर्मणा जो भी विचार, संकल्प, योजना होगी वह पवित्र तथा यथार्थ होगी और सिद्धि को प्रापत होगी क्योंकि यथार्थ कर्म भगवान जी को अति प्रिय हैं। ऐसे जीव की वाणी द्वारा जो भी शब्द निकलेगा वह लोककल्याणार्थ

होगा तथा सच होगा। जब यथार्थ कर्म परमात्मा को अति प्रिय हैं तो श्री हनुमान जी तो परमात्मा के अनन्य तथा उच्च कोटि के भक्त हैं, उन को तो प्रभु की खुशी में खुशी है, फिर ऐसे जीव के समीप दुःखी-संकट, आधि-व्याधि, विकट भूत-प्रेत, पिशाच आदि का समीप आने का साहस करना या जीव को सताना कैसे सम्भव हो सकता है। ऐसे जीव की निरन्तर रक्षा की जिम्मेदारी हनुमान जी ले लेते हैं।

सब पर राम तपस्वी राजा।
तिन के काज सकल तुम साजा।।२७।।

सामान्य अर्थ- श्री रामचन्द्र जी तपस्वी भी थे और राजा भी, उन के सारे जटिल कार्य श्री हनुमान जी ने ही संवारे।

आध्यात्मिक अर्थ-श्री हनुमान जी में कितनी अथाह शक्ति, बल होगा, कैसी तीव्र बुद्धि तथा उच्च कोटि का ज्ञान होगा, कितने चतुर तथा सर्वगुण सम्पन्न होंगे तथा किस उच्च कोटि के प्रभु के अनन्त भक्त होंगे, कितने योगी तथा अटूट श्रद्धा वाले होंगे, कितने युक्तिसम्पन्न होंगे, इन सब का अन्दाजा लगाना कठिन ही नहीं असम्भव भी है।

प्रभु राम तपस्वी भी थे, योगी भी थे तथा वीर योद्धा तथा शक्तिशाली राजा भी थे, पर इन सब वैभवों, गुणों के होते हुए भी उन को हर समस्या को सुलझाने के लिए, श्री हनुमान जी की सहायता लेनी पड़ी, श्री हनुमान जी द्वारा ही माता सीता की खोज सम्भव हुई। इतने बड़े समुद्र को वायु के वेग की भांति सहज में ही पार कर जाना, जहां सूक्ष्म रूप धारण करने की आवश्यकता हुई वहां सूक्ष्म अति सूक्ष्म रूप धारण कर लंका नगरी में, जहां चप्पे-चप्पे पर लंकापति रावण द्वारा निरन्तर कड़ा पहरा रहता था,

वहां युक्ति से प्रवेश कर, महलों के कोने-कोने, घर-घर की तलाशी ले कर बड़े कड़े पहरे में कैद माता सीता का पता लगाना भयंकर रूप धारण कर अनेकों राक्षसों का संहार करना, रावण के अति सुन्दर बाग, अशोक वाटिका को तहस-नहस करना, तथा समस्त लंका नगरी को जलाना, लक्ष्मण जी जब मेघनाद के साथ लड़ाई में शक्ति बाण द्वारा मूर्छित अवस्था में प्राण त्याग रहे थे, तो लंका नगरी से सुषेण वैद्यराज को ले आना, कोसों दूर निर्धारित समय से पहले, वायु की गति से जा कर संजीवनी बूटी समेत सारे पहाड़ को उठा कर ले आना और लक्ष्मण जी को दोबारा प्राणदान करना आदि ये सब कठिन ही नहीं बल्कि असम्भव कार्य थे। ज्ञान-गुणसागर श्री हनुमान जी ने समय-समय पर प्रभु राम की सहायता की, असम्भव कार्यों को सम्भव कर दिखाया।

संसार में गुणों की पूजा होती है। आज समस्त संसार में प्रभु राम जी से ज्यादा श्री हनुमान जी की पूजा होती है।

जीव यदि श्री हनुमान जी की पूजा की विधि जान ले, तो जीव की तुरन्त काया पलट हो जाए, जीव जीवत्व को त्याग कर ईश्वरत्व को प्राप्त कर ले।

और मनोरथ जो कोई लावै।
सोई अमित जीवन फल पावै।।२८।।

सामान्य अर्थ- कृपासिन्धु हनुमान जी के आगे जो भी मनोरथ रखो, उस का हर मनोरथ श्री हनुमान जी सिद्ध करते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ– जिस जीव ने सच्चे हृदय से मनसा वाचा कर्मणा, श्री हनुमान जी को अपना इष्ट माना यानि हर श्वास की गति को प्राणायाम की क्रिया द्वारा नियन्त्रण में करने

का अभ्यास किया, उस का अन्तःकरण, मन-बुद्धि, शरीर पूर्ण रूप से पवित्र हो जाते हैं। शरीर की शुद्धि से मन तथा बुद्धि की शुद्धि होती है और पवित्र मन-बुद्धि द्वारा जो भी कर्म होगा वह यथार्थ कर्म का रूप लेगा और यथार्थ कर्म, परमात्मा को सर्वप्रिय है। ऐसे भाग्यशाली जीव का न केवल अपना ही कल्याण होता है, बल्कि उसके सम्पर्क में जो-जो प्राणी आता है उस का कल्याण हो जाता है। ऐसे जीव का हर कार्य, हर संकल्प, हर योजना सिद्धि को प्राप्त करती है। परमात्मा ऐसे जीव से अटूट प्यार करते हैं, परमात्मा ऐसे जीव के अधीन हो कर रहने में आनन्द महसूस करते हैं, नौकर की भांति उस पवित्र जीव की आज्ञा का पालन करते हैं।

चारों जुग प्रताप तुम्हारा।
है प्रसिद्ध जगत उजियारा।।२९।।

सामान्य अर्थ- चारों युगों (सतयुग, त्रेता, द्वापर तथा कलियुग) में श्री हनुमान जी का प्रताप विराजमान रहता है। श्री हनुमान जी तीनों लोकों में उजियारा करने वाले हैं। तीनों लोकों में प्रकाश प्रदान करने के लिए प्रसिद्ध हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- चारों युगों में श्री हनुमान जी विराजमान रहते हैं, तथा अनथक हो कर अपनी कृपा लुटाते रहते हैं। कोई भी युग हो, कोई देश, कोई काल, कोई जीव-प्राणी, जड़-चेतन हो, वायु के बिना जीवन सम्भव नहीं। श्री हनुमान जी की कृपा से ही सृष्टि की समस्त व्यवस्था का संचालन होता है। वायु हटी और जीवन का अंत हुआ।

ये चारों युग जीव के अन्दर विराजमान हैं जैसे- मन, बुद्धि, अन्तःकरण और अहंकार। ये चारों युग वायु की कृपा से ही

अपने-अपने धर्म अनुसार अपना-अपना कर्त्तव्य-पालन करते हैं। अतः चारों युगों में हनुमान जी की कृपा से ही प्राणदाता वायु विराजमान है तथा उन्हीं की कृपा से तेज तथा प्रकाश जीवन-दान करता है। श्री हनुमान जी की कृपा के बगैर चारों युगों की समस्त व्यवस्था ठप्प हो जाएगी, तीनों लोक निस्तेज तथा निर्जीव हो कर घोर अंधकार को प्राप्त हो जाएंगे।

जीव के शरीर में से श्री हनुमान जी की कृपा हटी और अच्छा-भला सुन्दर तथा बलवान शरीर, पल भर में मिट्टी का ढ़ेर बन जाता है। श्री हनुमान जी की पूर्ण कृपा कैसे प्राप्त हो, इस का गूढ़ रहस्य तथा युक्ति सद्गुरु द्वारा ही प्राप्त हो सकती है। जिस जीव को हनुमान जी को प्रसन्न करने की युक्ति, विधि मिल गई, वह जीव मानव ही नहीं देवताओं से भी ऊपर उठ जाता है।

साधु सन्त के तुम रखवारे।
असुर निकन्दन राम दुलारे।।३०।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी साधु-सन्तों की रक्षा करते है तथा आसुर भाव तथा दुष्ट वृत्ति वालों के नाशक हैं। प्रभु राम जी के दुलारे हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- श्री हनुमान जी बड़े सरल स्वभाव वाले हैं, वे साधु वृत्ति तथा सात्विक वृत्ति वालों, दैवी सम्पदा वालों, तपस्वियों, योगियों-सन्त-महात्माओं आदि के तुरनत अपने सरल स्वभाववश रक्षक बन जाते हैं, रक्षक ही नहीं ऐसे पवित्र जनों की सेवा करने का आनन्द लेते हैं, जैसे- प्रभु राम, माता सीता, लक्ष्मण, भरत तथा शत्रुध्न तथा सुग्रीव-विभीषण आदि के रक्षक, अनथक तथा चौकस पहरेदार ही नहीं, उन की भक्ति-पूर्वक

सेवा करने का भी अवसर नहीं चूकते तथा आसुर भाव तथा दुष्ट प्रवृत्ति वाले, कुमार्गगामी, दम्भी तथा तामस वृत्ति वालों का संहार करते हैं। आसुरी सम्पदा वाले उन से कोसों दूर भागते हैं। भूत-प्रेत, पिशाच, दुष्ट, आधि-व्याधि, स्वयं यमराज तक उन के निकट आने का साहस नहीं करते।

जीव में भी जब तक पवित्रता, शुद्धि तथा दैवी सम्पदा वाले गुण विराजमान रहते हैं, श्री हनुमान जी की पूर्ण कृपा रहती है, बड़ी चौकसी से कड़ा पहरा दे कर रक्षा करते हैं, कोई विकार, आधि-व्याधि, भूख-प्यास, सर्दी-गर्मी के सन्ताप या रोग आदि जीव से कोसों दूर रहते हैं। शरीर, मन, बुद्धि, अन्तःकरण, नीरोग तथा स्वस्थ रहते हैं। क्योंकि श्री हनुमान जी जीव और प्रभु के बीच में दूत हैं, वे प्रभु तक जीव को प्रसन्न हो कर मिला देते हैं। प्रभु से मिलन होते ही जीव जीवत्व को त्याग कर ईश्वरत्व को प्राप्त कर लेता है।

पात्र जीव को सुपात्र गुरु मिल जाते हैं और सुपात्र गुरु पात्र जीव को तुरन्त अपने आप ऊपर उठा देते हैं। हम अपने में पात्रता वाले गुण कैसे अर्जित करें, यह हमारे विचारों पर निर्भर है।पहले आत्म-कृपा फिर गुरु-कृपा स्वतः प्राप्त हो जाती है।

अष्ट सिद्धि नौ निधि के दाता।
अस वर दीन जानकी माता।।३१।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी अष्ट सिद्धियों और नौ निधियों के दाता हैं। सीता माता ने ये अष्ट सिद्धियां और नौ निधियां श्री हनुमान जी को दी हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- श्री हनुमान जी स्वतः ही बल, बुद्धि, चतुरता, ज्ञान आदि सर्वगुणसमपन्न हैं, फिर उन के सराहनीय

गुणों तथा कार्यों पर प्रसन्न हो कर, माता सीता ने जो शक्ति की प्रतीक हैं, उन को अष्ट सिद्धियां नौ निधियां और वरदान दिया। जिस जीव पर श्री हनुमान जी की पूर्व कृपा हो जाती है अष्ट सिद्धियां तथा नौ निधियां सेवा करने के लिए उसके चरणों के आगे-पीछे लालायित रहती हैं। अष्ट सिद्धियां इस प्रकार हैं-

१- **अणिमा**- जीव इस शक्ति से अपने शरीर को जब चाहे छोटे से छोटे आकार का बना सकता है।

२- **लघिमा**- इस शक्ति द्वारा जीव अपने शरीर को जब चाहे हल्के से हल्का बना सकता है।

३- **महिमा**- जीव अपने शरीर को जब चाहे बड़े से बड़े आकार का बना सकता है।

४- **प्राप्ति**-जीव जब चाहे, जहां चाहे और जो चाहे, तुरन्त संकल्प मात्र से प्राप्त कर सकता है।

५- **वशित्व**-इस शक्ति द्वारा समस्त भौतिक पदार्थों को प्राप्त कर सकता है।

६- **ईशत्व**- इस शक्ति द्वारा अपने शरीर तथा मन पर पूर्ण नियंत्रण प्राप्त कर सकता है।

७- **प्राकाम्य**- समस्त संकल्पों को पूर्ण करने की शक्ति।

८- **कायसम्पत्**- शरीर को नीरोग्य तथा सुन्दर बनाने की शक्ति।

जिस जीव पर ऐसे अतुलित बलधम, ज्ञान-गुणों के सागर श्री हनुमान जी की पूर्ण कृपा हो जाए, उस जीव को तीनों लोकों में कोई अप्राप्य वस्तु-पदार्थ रह नहीं जाता। सर्वगुण सम्पन्न कर माता सीता ने क्यों प्रसन्न हो कर अष्ट सिद्धियों तथा नौ निधियों का वरदान दिया? प्रसंग इस प्रकार है-

रावण पर विजय प्राप्त कर के जब राम अयोध्या वापस आए,

सीता माता अपने महल के कक्ष से नहा धो कर श्रृंगार आदि कर के बाहर निकल कर प्रभु रामचन्द्र जी के कक्ष में प्रवेश कर रही थीं तो प्रभु-द्वार पर विराजमान श्री हनुमान ने माता सीता को प्रणाम किया अचानक दृष्टि माता के सिर पर पड़ी। सिर पर माता सीता ने प्रभु राम की दीर्घ आयु के लिए सिन्दूर भरा था। हनुमान जी बड़े सरल स्वभाव के हैं, ऐसा पहले कभी देखा न था, हनुमान जी ने व्याकुल हो कर समझा कि माता के सिर में कोई चोट आ गई है, फलस्वरूप लहू (खून) निकल रहा है। हनुमान जी ने व्याकुलता से माता सीता से पूछा, माते! आप को सिर में चोट कैसे लग गई, सिर में लहू निकल रहा है। माताजी हनुमान जी के स्वभाव पर करुणा से मुस्काई और कहा- हनुमान जी, यह लहू नहीं, मैं ने सिर की मांग में सिन्दूर भरा है। हनुमान जी बोले, माता, ऐसे श्रृंगार का रहस्य तो मेरी समझ में नहीं आ रहा है। तब माता सीता ने समझाया-हनुमान जी तुम बड़े सीधे-सादे हो, स्त्रियां अपने पति की दीर्घ आयु के लिए अपनी मांग में सिन्दूर भरती हैं, मैं ने भी प्रभु राम की दीर्घ आयु के लिए अपनी मांग में सिन्दूर भरा है।

यह सुनते ही हनुमान जी इतने प्रसन्न हुए कि प्रसन्नता के मद में उछलने, कूदने लगे, झट अन्दर कक्ष में गये और डिब्बी में रखा सिन्दूर निकाल कर अपना समस्त शरीर पोत लिया। माता सीता ने यह अदभुत दृश्य देख कर हनुमान जी से इस का रहस्य पूछा कि मैंने तो प्रभु राम की दीर्घ आयु के लिए अपनी मांग में सिन्दूर भरा था, पर तुम ने तो अपना सारा शरीर ही सिन्दूर से पोत लिया। मुझे भी इस का रहस्य समझाओ। हनुमान जी बोले- माते! आप ने सिर की मांग में थोड़ा सा सिन्दूर लगाने से प्रभु राम को दीर्घ आयु मिल सकती है तो मेरे सारे शरीर पर पोते हुए

सिन्दूर से प्रभु राम की आयु कितने गुणा दीर्घ हो सकती है। माता सीता जी हनुमान जी की पवित्र भावना से अति प्रसन्न हुई और अष्ट सिद्धियों तथा नव निधियों से श्री हनुमान को सुसज्जित कर दिया। कहा- हनुमान जी, ये अष्ट सिद्धियां तथा नव निधियां सदा तुम्हारे चरणों मे सेवाएं प्रदान करने के लिए लालायित रहेंगी। माता ने उन्हें अपने गले से लगाया और वरदान दिया, जो भी जीव शुद्ध-पवित्र श्रद्धा-भावना से हनुमान जी की मूर्ति पर सिन्दूर पोतेगा, उस की मनोकामना पूर्ण होगी।

राम रसायन तुम्हरे पासा।
सदा रहो रघुपति के दासा।।३२।।

सामान्य अर्थ- हनुमान जी सदा रघुपति प्रभु रामचन्द्र जी के दास रहे हैं, इस लिए प्रभु राम को प्राप्त करने का रसायन (औषधि) या युक्ति-रहस्य उन के पास है।

आध्यात्मिक अर्थ- जीव जब तक परमात्मा को प्राप्त नहीं कर लेगा तब तक उस का कल्याण सम्भव नहीं। जन्म के बाद मरण और मरण के बाद जन्म, युगों से जन्म-मरण के चक्कर में, ३४ लाख योनियों में नाना प्रकार के दुःख, सन्ताप, रोग, व्याधि के सन्ताप तथा यातनाएं सहता रहेगा। परमात्मा को प्राप्त करने की युक्ति यानि चाबी तो श्री हनुमान जी के पास है, क्योंकि प्रभु के द्वार में श्री हनुमान जी का कड़ा तथा सतर्क पहरा सदा विराजमान है। श्री हनुमान जी की कृपा-प्रसन्नता, मर्जी तथा आज्ञा के बिना जीव चाहता हुआ भी प्रभु को पा नहीं सकता।

सर्वप्रथम प्रभु-प्राप्ति के लिए जीव को आत्म-कृपा जागृत करनी होगी। आत्म-कृपा-प्राप्ति के लिए शुद्ध भावना, श्रद्धा,

निरन्तर अभ्यास तथा अनथक प्रयास करना होगा, प्रयास तो गधा भी करता है, पर गधा विवेकशक्ति-शून्य है, बिना विवेक बुद्धि के गधा तो मरण पर्यन्त बोझा ही ढोता रहेगा और मालिक के डण्डे खाता रहेगा। परन्तु जीव तो विवेकशक्ति-युक्त है, थोड़ा प्रयत्न कर के आत्म-कृपा प्राप्त कर सकता है, आत्म-कृपा प्राप्त होने पर यदि उस को कल्याण मार्ग बताने वाला सद्गुरु मिल जाए तो समझो, उस का इसी जीवन में बेड़ा पार हो गया।

तुम्हरे भजन राम को भावै।
जन्म-जन्म के दुःख बिसरावै।।३३।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी के भजन यानि पूजा प्रभु रामचन्द्र जी को बड़ी प्रिय लगती है। जन्म-जन्म के दुःख से मुक्ति प्राप्त होती है।

आध्यात्मिक अर्थ- जिस जीव पर भाग्य या उस के अपने पुरुषार्थ वश हनुमान जी की कृपा प्राप्त हो गई, उसके मन, बुद्धि, अन्तःकरण के सारे मैल धुल गये। शुद्ध-पवित्र मन, बुद्धि, चित्त वाला जीव तुरन्त प्रभु-प्राप्ति का अधिकारी बन जाता है।

ऐसी पुनीत आत्मा का एक-एक श्वास प्राणायाम की क्रिया से नियन्त्रित हो कर प्रभु के गुणगान तथा यज्ञार्थ कर्म में निरन्तर प्रवृत्त रहता है। वह साधारण जीव से तत्काल अनन्य भक्त बन जाता है। और अनन्य भक्त परमात्मा को अति प्रिय होता है। फिर वह पुनीतात्मा परमात्मा में सदा-सदा केलिए एकीभाव बन जाता है।

जन्म-जन्मातर के दुःख, क्लेश, सन्ताप, रोग, मृत्यु, भय आदि से मुक्त होकर परम शान्ति, अव्यय सुख तथा परमानन्द को प्राप्त कर लेता है।

अन्त काल रघुबर पुर जाई।
जहां जन्म हरि भक्त कहाहि।। ३४।।

सामान्य अर्थ– श्री हनुमान जी का भक्त अन्तकाल में रघुवर पुर में जाता है तथा जन्म-जन्म हरिभक्त रहता है।

आध्यात्मिक अर्थ– अन्तकाल कई प्रकार के होते हैं, जैसे- शरीर-त्याग यानि मृत्यु, दिवस-अन्तकाल, रात्रि-अन्तकाल आदि। परन्तु यहां अन्तकाल का भाव श्वास लेने के बाद का समय, श्वास छोड़ने के बाद का समय, अन्त काल है। जो निरन्तर उस काल में अटूट प्रभु का गुण-गान, भजन तथा मन ही मन अजपा जप का जप करता है, एक श्वास भी व्यर्थ नहीं जाने देता, ऐसे पुनीत जीवात्मा के समीप तो बहुत बड़े कट्टर नियम तथा अनुशासन के प्रतीक राम राजा का भी वश नहीं चलता, फिर दूसरे दुःख, सन्ताप, आंधि, व्याधि, भय, रोग आदि कैसे समीप आ सकते हैं। हर श्वास के साथ हरि-स्मरण की अजपा जप की धुन से शीघ्र तथा सुगमता से परमात्मा की प्राप्ति हो जाती है तथा जीव हर जन्म में हरि के साथ जुड़ा हआ यानि अनन्य भक्त के रूप में रहेगा।

और देवता चित्ता न धरई।
हनुमत सेई सर्व सुख करई।।३५।।

सामान्य अर्थ– और अन्य किसी देवता को चित्त में न धर कर केवल एक हनुमत को ही चित्त में धरने से सर्व सुखों की प्राप्ति होती है।

आध्यात्मिक अर्थ– "एके साधे, सब सधे, सब साधे सब जाय।" जीव के शरीर में तथा ब्रह्माण्ड में ३३ करोड़ देवी-देवता

हैं, ब्रह्माण्ड तथा जीव के शरीर का एक एक अंग एक-एक देवता की देखरेख में कार्य करता है। हर देवता की वेश भूषा अलग अलग है, हर एक का भोजन, प्रसाद अलग-अलग है, ह एक की पूजा विधि अलग अलग हैं, हर एक के विधि-विधान अलग-अलग हैं। जीव अथाह तथा निरन्तर प्रयत्न करने पर भी हर एक देवता को न तो प्रसन्न ही कर सकता है और न ही एक-एक देवता की पूजा बिधि आदि के बारे में ज्ञान प्राप्त कर सकता है। अब प्रश्न यह उठता है कि जब ३३ करोड़ देवताओं के बारे में ज्ञान प्राप्त नहीं कर सकता तथा उन सबको प्रसन्न नहीं कर सकता तो फिर जीव का कल्याण कैसे सम्भव हो। परन्तु जीव यदि पुरुषार्थ से, सद्गुरु-कृपा से केवल एक हनुमान जी को अपने चित्त में सदा विराजमान कर ले, यानि पूर्ण श्रद्धा-विश्वास से विधिपूर्वक हर श्वास के साथ निरन्तर अजपा पाठ का जप जोड़ ले, तो समझो ३३ करोड़ देवता प्रसन्न हो गये, क्योंकि ३३ करोड़ देवता पवनसुत हनुमान जी की कृपा पर आधारित हैं। साधारणतया लोग धन-प्राप्ति की इच्छा से लक्ष्मी जी की पूजा करते हैं पर ज्ञानी जन लक्ष्मी की नहीं लक्ष्मीपति की पूजा करते हैं तो लक्ष्मी उनके पीछे-पीछे चक्कर काटती है, क्योंकि जहां लक्ष्मी जी स्वामी, पति, लक्ष्मीपति होंगे वहां लक्ष्मी तो सदा उन के चरणों में उनकी सेवा के लिए लालायित रहती है। इस प्रकार एक हनुमान जी को प्रसन्न करने की विधि का पालन करने से शेष ३३ करोड़ देवता अपने आप अपने स्वामी हनुमन्त जी को प्रसन्न रखने के लिए अपने अपने धर्म अनुसार शरीर के एक एक अंग को रोग तथा दोषरहित रखेंगे। जीव की कायापलट हो जाएगी, जीव का समस्त शरीर प्रकाशवान तथा तेजयुक्त हो जाएगा। समस्त शरीर-मन-बुद्धि-चित्त पवित्र होकर

हल्के तथा बलवान हो जाएंगे। जीव स्वत: ज्ञानवान तथा सर्वगुण-सम्पन्न, चतुर हो जाएगा। हनुमान जी जैसे सभी गुण, ज्ञान, बल, चतुरता आदि सर्व गुणों से सम्पन्न हो जाएगा, तीनों लोकों की अप्राप्य वस्तुएं पदार्थ, वैभव अप्राप्य नहीं, प्राप्य हो जाएंगे। यमराज के पाश का भी बस नहीं चलेगा। अपनी इच्छा से शरीर को त्यागने में समर्थ हो जाता है। आनन्द से परमानन्द की स्थिति को प्राप्त कर लेता है।

संकट कटै मिटै सब पीरा।
जो सुमिरै हनुमत बलबीरा।।३६।।

सामान्य अर्थ– जो हनुमान जी का स्मरण करता है उस के सब दु:ख-दर्द, पीड़ा, रोग, मिट जाते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- जो जीव भाग्यवश तथा पुरुषार्थ से श्री हनुमान जी को प्रसन्न रखने का यानि विधिपूर्वक प्राणायाम यानि श्वास के ऊपर नियन्त्रण करने की विधि जान गया, उस में हनुमान जी सरीखा बल, बुद्धि तथा तेज विराजमान रहेगा, ३३ करोड़ देवताओं द्वारा ३३ करोड़ अंग प्रकाश तथा तेजयुक्त हो जाएंगे, फिर जहां प्रकाश होगा वहां अन्धकार कैसे आने का साहस करेगा। हनुमान सरीखा जब ३३ करोड़ अंगों में तेज विराजमान होगा तो संसार का कोई भय, दु:ख, रोग, पीड़ा, आधि-व्याधि, सन्ताप, भूत, पिशाच, मृत्यु आदि तेज से झुलसने के डर से कोसों दूर भागते हैं। प्राणायम क्रिया में सुख-दु:ख, ज्ञान, अज्ञान, मेरा, तेरा आदि का रहस्य छुपा हुआ है, पूरा ब्रह्माण्ड तथा परमात्मा-तुल्य बल, बुद्धि, ज्ञान आदि सर्व गुण-वैभव जीव के अपने शरीर में विराजमान हैं, अज्ञानतावश उन्हें पाने के लिए इधर-उधर एक कोने से दूसरे कोने, एक देश से

दूसरे देश में भागता है, पर अज्ञानवश कहीं भी कुछ हाथ नहीं लगता, खाली हाथ रोते हुए जन्मता है, रोते हुए जीता है और खाली हाथ रोते हुए तथा औरों को भी रुलाते हुए अपना खेल समाप्त कर के चल पड़ता है। श्वास पर नियन्त्रण की विधि हाथ लग जाए और श्वास-ज्ञान हो जाए तो तुरन्त जीव आत्मा से परमात्मा तक का रूप, गुण धारण कर लेता है।

जब बायां श्वास चल रहा हो तब पानी पीना चाहिए, दायां श्वास चलने पर यदि पानी पिया जाए तो सर्दी-जुकाम, नजला आदि व्याधियों का प्रकोप आ घेरता है। दायां श्वास चल रहा हो तो भोजन ग्रहण करना चाहिए, भोजन का जीवन के साथ बड़ा महत्व है। बायां स्वर जब चला रहा हो तो भोजन करने से स्वास्थ्य बिगड़ कर रोग आ दबोचते हैं, भोजन अपने इष्ट को अर्पण कर के करना चाहिए।

परमात्मा को अर्पण किया हुआ भोजन, भोजन नहीं प्रसाद बन जाता है, और प्रसाद कल्याण करता है। जहां तक बन पाए भोजन मौन रह कर करना चाहिए, भोजन ग्रहण करते समय बातचीत से प्रसाद रूपी भोजन का तिरस्कार होता है तथा बातचीत से भोजन की नालियों में वायु भर जाती है जो प्रणाली में बाधा डालती है तथा अनेकों प्रकार के वायु विकार उत्पन्न होते हैं।

भोजन हमेशा शान्त तथा प्रसन्नचित्त हो कर करना चाहिए, चिन्ता युक्त तथा क्रोधावस्था में किया हुआ भोजन ज़हर का रूप धारण कर शरीर में नाना प्रकार के उपद्रव उत्पन्न करता है, ३३ करोड़ अंगों की सुचारु व्यवस्था अस्त-व्यस्त हो जाती है।

जब दोनों स्वर चल रहे हों तो प्रभु-स्मरण करना चाहिए, ऐसे अवसर पर किया हुआ संकल्प सिद्धि देता है।

जै जै जै हनुमान गोसाईं।
कृपा करहु गुरुदेव की नाईं।।३७।।

सामान्य अर्थ- श्री हनुमान जी की बारम्बार जय हो। हे हनुमान जी, आप गुरु देव जी की तरह कृपा करें।

आध्यात्मिक अर्थ- इस चौपाई में एक बार नहीं, दो बार नहीं, तीन बार जै पुकारी है। पहली जै- अपनी विजय का प्रतीक है। दूसरी जै- अपने परिवार की विजय का प्रतीक है। तीसरी जै- समस्त राष्ट्र की विजय का प्रतीक है।

परमानन्द की प्राप्ति के इच्छुक जीव के लिए सर्वप्रथम अपने मन-बुद्धि, अन्तःकरण को शुद्ध पवित्र बनाकर अपने अन्दर सुख, शान्ति-सन्तोष आदि दैवी सम्पदा की धारण करना होगा। स्वयं सन्तुष्ट तथा प्रसन्न हो कर तथा प्रयत्न कर फिर अपने परिवार को प्रसन्न करना होगा। क्योंकि यदि स्वयं ही नीरोग-स्वस्थ, प्रसन्न तथा सन्तुष्ट नहीं तो फिर अपने परिवार को इस आनन्द की स्थिति में कैसे ला सकता है। फिर यदि परिवार में ही शान्ति-सन्तोष तथा प्रसन्नता नहीं तो वह राष्ट्र की सुख-शान्ति के बारे में कैसे सोच सकता है या प्रयत्न या संघर्ष कर सकता है। इन तीनों में से एक की भी सुख-शान्ति-प्रसन्नता भंग हुई तो हाहाकार मच जाती है। जय का दूसरा अर्थ-

१. विजय - ब्रह्म

२. विजय - विष्णु

३. विजय - महेश

जय का तीसरा अर्थ- स्थूल शरीर, सूक्ष्म शरीर, कारण शरीर।

जय का चौथा अर्थ- जीव, आत्मा, परमात्मा। गोसाईं का अर्थ- गो-गाय, पृथ्वी। साईं-स्वामी, मालिक।

जिस जीव ने अपनी समस्त इन्द्रियों को जीत कर अपने वश में कर लिया है वह जीव साक्षात गीतामय हो जाता है। ऐसे गुणवान पुरुष को गोसाईं या गोस्वामी कहते हैं।

फिर जिस जीव पर गुरु की कृपा हो जाती है उस का जीवन धन्य हो जाता है। क्योंकि गुरु कृपा का सागर होता है। परमात्मा की भाग्यवश किसी पर कृपा हो जाए तो परमात्मा ज्यादा से ज्यादा अपने बराबर बना देते हैं, पर गुरु परमात्मा से ज्यादा कृपा का स्रोत होता है, वह तो अपने से भी ऊपर उठा देता है। ऐसा जीव फिर साधारण जीव नहीं रहता, वह जीवत्व को त्याग कर अमरत्व को प्राप्त हो जाता है।

जो सत वार पाठ कर कोई।
छूटहि बंदि महा सुख होई।।३८।।

सामान्य अर्थ- जो पुरुष श्री हनुमान जी का शत् वार पाठ नित्य करता है वह बन्धनों से मुक्त हो कर महासुख को प्राप्त होता है।

आध्यात्मिक अर्थ- सत्वार के साधारणतया कई अर्थ मान लिए जाते हैं। जैसे-

सतवार - सात बार प्रतिदिन

सतवार - सौ बार प्रतिदिन

सतवार - सप्ताह के सातों दिन

ये सब अर्थ अपनी-अपनी समझ के अनुसार ठीक ही हैं। हर जीव की ज्ञान-गुण ग्रहण करने की योग्यता तथा क्षमता अपने-अपने स्तर की होती है। जैसी जिस की श्रद्धा वृत्ति होगी वैसी ही धारणा शक्ति होगी। पर प्रश्न यह उठता है कि इन सभी अर्थों में सत्य तथा श्रेष्ठ क्या है।

सही अर्थ में न तो सप्त बार प्रतिदिन, न सौ बार प्रतिदिन और न सप्ताह के सातों दिन। पर जब-जब भी २४ घण्टों में सत् के आनन्द के सम्पर्क में आए उसी समय हनुमान चालीसा का पाठ करे। क्योंकि बाकी समय में जब भी जीव भजन, कीर्तन, तप, यज्ञ, पूजा, पाठ आदि पूजन कर्म करता है या मन्दिर-तीर्थ-स्थान में जाता है तो शरीर बेशक, उस स्थल, उस क्रिया में उपस्थित होता है, मगर मन तो बड़ा चंचल, ज़िद्दी तथा शैतान है वह जीव को परवश कर देता है। हर समय जीव को संसार के प्रलोभन-व्यापार तथा प्रपन्चों के प्रति बलपूर्वक खींचता है तथा मानसिक स्थिति अशान्त अवस्था में रहती है। परन्तु जीव का मन जब भी शान्त अवस्था में हो, समझो उस समय सत् अवस्था में है, तब स्वभाववश स्वतः ही मन की रुचि सत् कार्यों जैसे यज्ञ, दान, तप, पूजा-पाठ, भजन-कीर्तन, जप आदि यथार्थ कर्म में प्रवृत्त रहता है। सत् अवस्था में जो भी यथार्थ कर्म आदि कर्म करता है वह फलीभूत हो जाता है। ऐसे सत्काल में विधिवत् हनुमान चालीसा का पाठ करने से शीघ्र हनुमान जी प्रसन्न हो जाते हैं और अपनी कृपा लुटाने के लिए ललायित हो जाते हैं। जीव जीवन में प्राणायाम की विधि का अभ्यास करे और जब भी जहां भी सत् अवस्था प्राप्त हो तुरन्त विधिपूर्वक हनुमान चालीसा का उच्च स्वर में ताल के साथ पाठ करे फिर कृपा की तो बात ही क्या स्वयं हनुमान जी वश में हो जाएंगे, जीव का जीवन निहाल हो जाएगा।

जो यह पढ़े हनुमान चालीसा।
होय सिद्धि साखी गौरीसा।।३९।।

सामान्य अर्थ- जो भी जीव हनुमान चालीसा पढ़े, उसे सिद्धि

प्राप्त हो जाती है, भगवान शंकर इस तथ्य के साक्षी हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- जो जीव पवित्र हो कर, शुद्ध अन्तःकरण से आनन्द में स्थित हो कर विधिवत् श्री हनुमान चालीसा (यानि ४० चौपाइयों वाला) पाठ करेगा, उस का भाव सहित मनन करेगा तथा धारण करेगा, उस के हर कर्म, हर विचार, हर संकल्प, हर प्रस्ताव को ईश्वर कृपा से सिद्धि प्राप्त होगी। इस प्रतिज्ञा-घोषणा के साक्षी स्वयं गौरीशा यानि महादेव जी हैं। साधारण व्यक्ति की गवाही पर लेन-देन, व्यापार, बैंक-कचहरी आदि में मान्यता प्राप्त होती है, तथा बड़े से बड़े लेन-देन, बड़े से बड़े निर्णय आदि उस की गवाही पर लिए-दिए जाते हैं तो फिर यहां तो स्वयं महादेव जी, जो तीनों लोकों के स्वामी हैं, इस घोषणा की गवाही दे रहे हैं। इस में वनिक भी संशय के लिए कोई स्थान हो नहीं सकता।

हनुमान चालीसा में अपार शक्ति है, अप्राप्य भी प्राप्त हो जाता है, असम्भव भी सम्भव हो जाता है। जीव केवल प्रयत्न से आत्म-कृपा का कपाट खोले, अपने में यथाशक्ति प्रयत्न कर दैवी सम्पदा वाले गुण धारण करे, आत्म-कृपा होते ही, और प्रयत्नशील हो कर सद्गुरु प्राप्त करे। सद्गुरु के आगे कोरा कागज बन कर जाए, सद्गुरु को ही सर्वस्व मान कर यथा-शक्ति गुरु सेवा में लग जाए, मन में सब कुछ भूल कर एक मन्त्र "करिष्ये वचनं तव" को निरन्तर ध्यान रख कर गुरु-आज्ञा का पालन करे। जो भी सेवा का अवसर मिले, उसे योगस्थ हो कर ऐसा संवारे कि परमात्मा को भी प्रसन्नता मिले। जीव की सेवा के बाद जब कभी सद्गुरु सेवा पर प्रसन्न हो जाएं तो साष्टांग प्रणाम करके, बड़ी मधुरता से नापे तोले शब्दों में सद्गुरु से अपने कल्याण के लिए विनम्र हो प्रश्न करे, उस समय गुरु

गूढ़ से अति गूढ़ रहस्य को प्रसन्न हो कर सरल से सरल शब्दों में समझा देंगे। जैसे विधि-युक्ति गुरु देव बताएं उस के अनुसार उस का अभ्यास करे, फिर देखो तमाशा, संसारी वैभव की तो बात ही क्या, त्रिलोकी के स्वामी स्वयं साक्षात् विराजमान होंगे, और ऐसी पवित्र आत्मा की सेवा के लिए ललायित होंगे।

तुलसी दास सदा हरि चेरा।
कीजै नाथ हृदय महं डेरा।।४०।

सामान्य अर्थ- गोस्वामी तुलसी दास जी की घोषणा है कि निरन्तर हरि स्मरण करो, फिर परमात्मा का उस जीव के हृदय में डेरा यानि वास हो जाता है।

आध्यात्मिक अर्थ- गोस्वामी तुलसी दास उच्च कोटि के विद्वान थे। उच्च कोटि का विद्वान उच्च से उच्च, नीचे से नीचे साधारण, विद्वान से विद्वान तथा अनपढ़ से अनपढ़ की क्षमता योग्यता तथा कठिनाई को भली भान्ति समझता है। इस लिए गोस्वामी तुलसी दास जी ने लोक-कल्याणार्थ, सरल से सरल भाषा में, देसी ग्रामीण भाषा में श्री हनुमान चालीसा की ४० चौपाइयों में रचना की। क्योंकि तुलसी दास जी भली भांति जानते थे कि कम से कम स्तर का पढ़ा लिखा जीव बड़े-बड़े जटिल भाषा वाले शास्त्रों के ज्ञान के बारे में तो जान नहीं सकेगा। तो फिर ग्रामीण तथा कम स्तर के पढ़े लोगों का कल्याण कैसे होगा। इन सब परिस्थितियों का ध्यान रखते हुए केवल ४० चौपाइयों की सरल, अति सरल तथा देसी भाषा में रचना की ताकि अनपढ़ व्यक्ति भी इस लाभ से वंचित न रहें और भव सागर से पार हो जाएं।

पर सर्वप्रथम श्रद्धा-विश्वास, भक्ति पूर्वक शुद्धचित्त हो कर

श्री हनुमान जी का डेरा जीव को अपने हृदय में देना होगा। श्री हनुमान जी केवल पात्र के हृदय में ही अपना डेरा जमाएंगे। जब निरन्तर हनुमान जी का हृदय में डेरा यानि प्राणायाम क्रिया सिद्ध हो जाएगी तो जीव निरन्तर श्वास प्रति श्वास हरि स्मरण करता जप की धुन में लीन रहेगा। शरीर के ३३ करोड़ अंग स्वस्थ तथा शुद्ध हो जाते हैं। जीव प्रकृति के तीनों गुणों (सत्व, रज तथा तम्) से ऊपर उठ जाता है। शरीर फूल की तरह हल्का हो जाता है, मन, बुद्धि, शरीर में नीरोगता आ जाती है। सर्दी, गर्मी, भूख-प्यास, दुःख-पीड़ा, भय, आदि-व्याधि, भूत-पिशाच आदि उस से भयभीत हो कर कोसों दूर भागते हैं। जीव हर काल, हर स्थिति में आनन्दमयी स्थिति में रहता है। अपनी आयु पर उस का नियंत्रण रहता है। ऋद्धियां-सिद्धियां उस की सेवा के लिए पीछे-पीछे चल कर चरण चूमती हैं। वाणी से निकला हुआ शब्द तथा मन में आया हुआ विचार सत्य सिद्ध होता है। दूर-दूर तक यश फैलता है। ऐसे जीव के दर्शन मात्र से तथा सम्पर्क से दूसरों का कल्याण हो जाता है।

''हरिस्मृतिः सर्वदुःखविनाशनम्''

(दोहा)

पवन तनय संकट हरण, मंगल मूर्ति रूप।।
राम लखन सीता सहित, हृदय बसहु सुर भूप।।

सामान्य अर्थ- पवन सुत, मंगल मूर्ति रूप तथा संकट मोचन श्री हनुमान जी जिन के पवित्र हृदय में हैं वहां सदा प्रभु राम-लक्ष्मण तथा माता सीता जी विराजमान रहते हैं।

आध्यात्मिक अर्थ- जगत प्रसिद्ध, ज्ञानिनाम् अग्रगण्य, अतुलित बलधाम, महातेज को निरन्तर धारण करने वाले, तीनों लोकों को प्रकाश प्रदान करने वाले, सदा अष्ट सिद्धियों तथा नौ निधियों को धारण करने वाले, सर्वगुणसम्पन्न, अति चतुर हनुमान जी, आप स्वभाव वश दूसरों के संकट हरण करने वाले हैं, संकट मोचन हैं तथा मंगलमूर्ति रूप हैं। मंगलमूर्ति यानि कल्याण करने वाले हैं। आप के पवित्र हृदय में प्रभु राम, जो साक्षात् ज्ञान के प्रतीक हैं, लक्षमण जी, जो त्याग के प्रतीक हैं तथा माता सीता, जो शक्ति की प्रतीक हैं, सदा, हर काल, हर देश तथा हर स्थिति में विराजमान रहते हैं। जीव जब तक अपने परमानन्द की प्राप्ति नहीं कर लेता, तब तक जन्म-जन्मांतर-पर्यन्त जन्म-मरण, रोग, वियोग, दुःख, भय, पीड़ा, सन्ताप, आधि व्याधि, भूत-प्रेत, पिशाच आदि की असह्य यात्नाओं को बेबस हो कर अज्ञानता वश सहन करता रहेगा। अपने इष्टदेव अर्थात परमात्मा की प्राप्ति के लिए जीव को प्रयत्न तथा पुरुषार्थ जुटा कर दैवी सम्पदा वाले गुण धारण करने होंगे, आत्म-कृपा के बाद गुरु-कृपा प्राप्त करनी होगी। सुपात्र गुरु की कृपा प्राप्त करनी होगी। सुपात्र गुरु पात्र जीव पर प्रसन्न हो कर उसे तत्व-ज्ञान तथा युक्ति, विधि बताने की कृपा वृष्टि करेंगे। शरीर, मन, बुद्धि, चित्त, अहंकार, प्रकृति तथा

परमात्मा के बारे में श्री हनुमान जी की पूजा-पाठ विधि यानि प्राणायाम क्रिया को अपने सान्निध्य में विधि पूर्वक सिखाएंगे। श्वास का गूढ़ रहस्य तथा महत्व समझायेंगे। प्राणायाम क्रिया सिद्ध होते ही जीव के ३३ करोड़ अंग तथा अंगों के देवता प्रसन्न हो जाएंगे, जीव का रोम-रोम शुद्ध-पवित्र, नीरोग स्वस्थ हो कर सदा तेज तथा प्रकाश से विराजमान होगा। जीव श्वास, शरीर, मन, बुद्धि, इन्द्रियों आदि को जीत कर समस्त ब्रह्माण्ड के साम्राज्य का स्वामी होगा। यमराज जी, जो अपने नियम, धर्म तथा अनुशासन को बड़े सतर्क, न्यायपूर्वक निर्दय हो कर कड़े नियम का पालन करते हैं, उन का भी ऐसे पवित्र जीव पर वश नहीं चलता। वह स्वेच्छा से अपने प्राण त्यागने का अधिकारी बन जाता है, जीवत्व को त्याग कर ईश्वरत्व को प्राप्त करता है। जीव के और ईश्वर के बीच में गुरु के प्रतीक सर्वगुणसम्पन्न श्री हनुमान जी विराजमान रहते हैं। इसलिए सर्वप्रथम आत्म-कृपा फिर गुरु-कृपा और फिर स्वतः ही ईश्वर-कृपा प्राप्त होती है। परमात्मा का अंश ऐसी स्थिति में अपने परमात्मा से एकीभाव एक स्वरूप हो जाता है तथा सदा शान्ति ही नहीं, निरन्तर शान्ति तथा परमानन्द को प्राप्त होता है।

''देवो भूत्वा देवम् यजेत्''

बोल सियावर रामचन्द्र की जय

पवनसुत हनुमान की जय

सर्व सन्तन की जय

-: संकटमोचन हनुमानाष्टक :-

बाल समय रवि भक्षि लियो तब,
तीनहुं लोक भयो अंधियारो।
ताहि सों त्रास भयो जग को,
यह संकट काहु सों जात न टारो।।
देवन आनि करी बिनती तब,
छांडि दियो रवि कष्ट निवारो।
को नहिं जानत है जगत में कपि,
संकटमोचन नाम तिहारो।।को०-१।।
बालि की त्रास कपीस बसै गिरि,
जात महाप्रभु पन्थ निहारो।
चौंकि महामुनि शाप दियो तब,
चाहिय कौन बिचार बिचारो।
कै द्विज रूप लिवाय महाप्रभु,
सो तुम दास के शोक निवारो।।को०-२।।
अंगद के संग लेन गये सिय,
खोज कपीस यह बैन उचारो।
जीवत ना बचिहौं हम सो जु,
बिना सुधि लाए इहां पगु धारो।
हारि थके तट सिंधु सबै तब,
लाय सिया-सुधि प्रान उबारो।। को०-३।।
रावन त्रास दई सिय को सब,
राक्षसि सों कहि शोक निवारो।
ताहि समय हनुमान महाप्रभु,
जाय महा रजनीचर मारो।
चाहत सीय अशोक सों आगि सु,
दै प्रभु मुद्रिका शोक निवारो।।को०-४।।

बान लग्यो उर लछिमन के तब,
प्रान तजे सुत रावन मारो।
लै गृह वैद्य सुषेन समेत,
तबै गिरि द्रोन सु बीर उपारो।
आनि सजीवन हाथ दई तब,
लछिमन के तुम प्रान उबारो।।को०-५।।
रावन युद्ध आजान कियो तब,
नाग कि फांस सबै सिर डारो।
श्री रघुनाथ समेत सबै दल,
मोह भयो यह संकट भारो।
आनि खगेस तबै हनुमान जु,
बन्धन काटि सुत्रास निवारो।।को०-६।।
बंधु समेत जबै अहिरावन,
लै रघुनाथ पताल सिधारो।
देविहिं पूजि भली विधि सों,
बलि देउ सबै मिलि मंत्र बिचारो।
जाय सहाय भले तब ही,
अहिरावन सैन्य समेत संहारो।।को०-७।।
काज किये बड़ देवन के तुम,
बीर महाप्रभु देखि बिचारो।
कौन सो संकट मोर गरीब को,
जो तुमसों नहिं जात है टारो।
बेगि हरो हनुमान महाप्रभु,
जो कछु संकट होय हमारो।।को०-८।।

दोहा

लाल देह लाली लसै, अरु धरि लाल लंगूर।
बज्र देह दानव दलन, जय जय जय कपि सूर।।

-: श्री बजरंग बाण :-

दोहा

निश्चय प्रेम प्रतीत ते, विनय करैं सनमान।
तेहि के कारज सकल शुभ, सिद्ध करैं हनुमान।।

जय हनुमन्त सन्त हितकारी। सुन लीजै प्रभु अरज हमारी।।
जन के काज विलम्ब न कीजै। आतुर दौरि महा सुख दीजै।।
जैसे कूदि सिन्धु भय पारा। सुरसा बदन पैठि विस्तारा।।
आगे जाय लंकिनी को रोका। मारेहु लाल गई सुरलोका।।
जाय विभीषन को सुख दीन्हा। सीता निरखि परमपद लीन्हा।।
बाग उजारि सिन्धु महं बोरा। अति आतुर जमकातर तोरा।।
अक्षय कुमार को मारि संहारा। लूम लपेट लंक को जारा।।
लाह समान लंक जरि गई। जय जय धुनि सुरपुर में भई।।
अब विलम्ब केहि कारन स्वामी। कृपा करहु उर अन्तर्यामी।।
जय जय लछमन प्राण के दाता। आतुर होय दुख करहु निपाता।।
जै गिरिधर जै जै सुख सागर। सुर समूह समरथ भटनागर।।
ॐ हनु हनु हनुमन्त हठीले। बैरिहि मारु बज्र की कीले।।
गदा बज्र लै बैरिहिं मारो। महाराज प्रभु दास उबारो।।
ॐकार हुंकार महाप्रभु धावो। बज्र गदा हनु विलम्ब न लावो।।
ॐ हीं हीं हनुमन्त कपीसा। ॐ हुं हुं हुं हनु अरि उर शीसा।।
सत्य होहु हरि शपथ पायके। राम दूत धरु मारु धायके।।
जय जय जय हनुमन्त अगाधा। दुःख पावत जन केहि अपराधा।।

पूजा जप तप नेम अचारा। नहिं जानत कछु दास तुम्हारा।।
वन उपवन मग गिरि गृह माहीं। तुम्हरे बल हम डरपत नाहीं।।
पांय परौं कर जोरि मनावौं। यहि अवसर अब केहि गौहारौं।।
जय अञ्जनि कुमार बलवन्ता। शंकर सुवन वीर हनुमन्ता।।
बदन कराल कालकुल घालक। राम सहाय सदा प्रतिपालक।।
भूत प्रेत पिशाच निशाचर। अग्नि बेताल काल मारी मर।।
इन्हें मारु तोहि शपथ राम की। राखु नाथ मरजाद नाम की।।
जनकसुता हरि दास कहावो। ताकी शपथ विलम्ब न लावो।।
जै जै जै धुन होत अकाशा। सुमिरत होत दुसह दुःख नाशा।।
चरण शरण कर जोरि मनावौं। यहि अवसर अब केहि गौहारौं।।
उठु उठु चलु तोहि राम दोहाई। पांय पारौं कर जोरि मनाई।
ॐ चं चं चं चपल चलंता। ॐ हनु हनु हनु हनु हनुमंता।।
ॐ हं हांक देत कपि चंचल। ॐ सं सहमि पराने खल दल।।
अपने जन को तुरत उबारो। सुमिरत होय अनंद हमारो।।
यह बजरंग बाण जेहि मारै। ताहि कहो फिर कौन उबारै।।
पाठ करै बजरंग बाण की। हनुमत रक्षा करैं प्राण की।।
यह बजरंग बाण जो जापै। ताते भूत प्रेत सब कांपै।।
धूप देय अरु जपै हमेशा। ताके तन नहिं रहै कलेशा।।

दोहा

प्रेम प्रतीतहि कपि भजै, सदा धरै उर ध्यान।
तेहि के कारज सकल शुभ, सिद्ध करैं हनुमान।।

श्री हनुमान जी का जन्म महोत्सव

एक बार माता सीता जी ने, प्रभु राम से निवेदन किया कि श्री हनुमान जी का जन्म दिवस आ रहा है। मेरे मन में उस दिन बड़ा भव्य उत्सव मनाने का विचार आ रहा है। आप की आज्ञा हो तो जन्मोत्सव बड़ी धूम-धाम से मनाने का आयोजन करें।

प्रभु राम मुस्कराए और कहा, 'सीते! अवश्य मनाएंगे। ऐसे शुभ विचार का अवश्य स्वागत करना चाहिए। सीते जिस प्रकार से आप उत्सव मनाना चाहती हो, मैं अवश्य पूरा-पूरा सहयोग दूंगा। पर पहले हनुमान को मना लो, केवल तुम्हारा कहना वह नहीं टालेगा।'

हनुमान जी में यह विशेषता थी कि वह सीता जी की बात का बड़ा आदर करते थे। सीता माता की न मानने वाली बात को भी नहीं टालते थे। हनुमान जी मान गये, पर उन्होंने एक-दो शर्तें साथ लगा दी-

पहली शर्त यह थी कि सर्वप्रथम प्रभु राम भोग लगाएं तत्पश्चात् मैं भोजन करूंगा। दूसरी शर्त थी कि चौके की मर्यादा का उल्लंघन न हो। तीसरी शर्त थी कि हनुमान को माता सीता स्वयं अपने हाथ से भोजन परोसें। हनुमान जी की तीनों शर्तों की मर्यादा को स्वीकार किया गया। सारी अयोध्या नगरी को सजाकर मंगलमय बनाया गया, दूर-दूर के नरेशों को आमन्त्रित किया गया। दूर-दूर से पकवान बनाने वाले बुलाये गये, साधु-महात्मा, ब्राह्मण, ऋषि मुनियों तथा कलाकारों को आमन्त्रित किया गया। बड़े हर्षोल्लास से उत्सव मनाया गया, सहस्रों प्रकार के भोजन पदार्थ तैयार किये गये। विधिवत् जन्मोत्सव का पूजन कराया गया। भजन, कीर्तन, भण्डारे आदि का आयोजन किया गया।

भोजन में जो नाना प्रकार के व्यंजन तैयार किए गये थे, सर्वप्रथम

प्रभु राम जी को उन का भोग प्रसाद लगाया गया तत्पश्चात् हनुमान जी को सुन्दर आसन पर बिठाकर माता सीता सहर्ष अपने हाथ से भोजन परोसने लगीं।

अवतारी पुरुषों के जन्म-कर्म दिव्य होते हैं। सीता माता ढेर के ढेर भोज्य पदार्थ परोसती जाएं और हनुमान जी 'बड़ा स्वादिष्ट' बोल कर चट करते जाएं। रसोई में भोजन पदार्थ समाप्त होते जाएं और नए बनते जाएं। सीता माता जी थक गईं और बोलीं, 'हनुमान जी, आप खाते समय पानी पीना भूल गये हैं, थोड़ा पानी पी लो।' हनुमान जी मुस्करा कर बोले, 'माता! मेरा स्वभाव ही ऐसा है। जब तक पेट पूरा भर न जाए मैं बीच में पानी नहीं पीता।' सीता माता ने थक कर तथा विस्मित होकर प्रभु राम को बात सुनाई। प्रभु राम मुस्कुराए और कहा, 'सीते! आज मैं तुम्हें भेद बताता हूं। आओ परदे के पीछे खड़ी हो जाओ। आंख बन्द कर हनुमान जी की ओर ध्यान करो।' माता सीता ने ध्यान में देखा, हनुमान नहीं साक्षात् शंकर भगवान जमकर आसन पर बैठे हैं, और सीता द्वारा परोसे हुए भोजन का बड़ी प्रसन्न मुद्रा में आनन्द ले रहे हैं। सीता माता ने आंख खोली तो शंकर भगवान के स्थान पर हनुमान जी भोजन कर रहे हैं। तब प्रभु राम ने बताया, 'सीते! हनुमान जी कोई साधारण वानर नहीं हैं। साक्षात ग्यारहवें रुद्र के अवतार हैं। इन के आगे नमस्कार करो, ये तुरन्त शान्त हो जाएंगे।' माता सीता ने नमन किया, हनुमान जी मुस्कुराए और बोले, 'माता! आप भी इतनी देर से बहुत थक गई हैं। अब मैं बस करता हूं, और किसी अवसर पर आज की कसर पूरी करूंगा।'

इस तरह सीता माता ने श्री हनुमान जी का जन्मोत्सव मनाया। इन निों आजकल की भांति मोमबत्तियों को मुंह से फूंक मार कर बुझाने, केक काटने और 'हैपी बर्थ डे टू यू' आदि की पाश्चात्य

सभ्यता की प्रथा नहीं थी। लोग साधु स्वभाव के होते थे, शास्त्र-विधि के अनुसार समस्त कार्य करते थे, आज की भांति मनमाने ढंग से आहार-व्यवहार की प्रथा नहीं थी और न ही भ्रमित करने वाले सहस्रों सम्प्रदाय, मत-मतान्तर थे, आज के अनेकों मनमाने सम्प्रवायों, मत-मतान्तरों से, सिनेमा तथा टीवी आदि के अटपटे बेतुके नाटकों, दृश्यों आदि के प्रसारण से पाश्चात्य देशों की सभ्यता तथा प्रतिदिन बढ़ रहे प्रदूषण के प्रकोप से, आहार-व्यवहार की अशुद्धि से, चरित्र के अभाव आदि से प्रभावित लोग भ्रमित, अशान्त और पीड़ित भटक रहे हैं। ईश्वर एक तथा ईश्वर का धर्म भी एक ही है। मनुष्य अनेक हैं इस लिए मनुष्य द्वारा रचे गये धर्म भी आजकल अनेक हैं। हर दिन 'मैन मेड' धर्म आपस में टकरा रहे हैं, एक दूसरे के ऊपर निन्दा तथा घृणा के घातक बाण चला रहे हैं, बजाय ज्ञान तथा शान्ति के अशन्ति तथा घृणा फैला रहे हैं। सभी वर्णों ने अपना-अपना कर्तव्य तथा धर्मपालन त्याग कर, एक-दूसरे पर कटाक्ष, घृणा आदि का व्यापार अपना लिया है, व्यक्ति-व्यक्ति, परिवार-परिवार, देश-देश, अशान्त तथा भ्रांत हैं। सब ईर्ष्या-द्वेष, घृणा की दहकती भट्टी में झुलस रहे हैं। दिन-प्रतिदिन धर्म की जगह अधर्म फैल रहा है।

परमात्मा ही किसी शक्ति द्वारा धर्म-सन्तोष-चरित्र-श्रद्धा-भक्ति-त्याग तथा आहार-व्यवहार को सुचारु रूप से स्थापित करने में समर्थ हैं।

– स्वामी हरिहर जी महाराज

–: श्री हनुमान जी की आरती :–

आरती कीजे हनुमान लला की।
दुष्ट दलन रघुनाथ कला की।।
जाके बल से गिरिवर कांपै।
रोग-दोष जाके निकट न झांपै।।
अन्जनी पुत्र महा बलदाई।
सन्तन के प्रभु सदा सहाई।।
दे बीरा रघुनाथ पठाए।
लंका जारि सिया सुध लाये।।
लंका सो कोट समुद्र सी खाई।
जात पवनसुत बार न लाई।।
लंका जारि असुर संहारे।
सिया राम जी के काज संवारे।।
लक्ष्मण मूर्छित पड़े सकारे।
आनि सजीवन प्राण उबारे।।
पैठि पताल तोरि यम कारे।
अहिरावण के भुजा उखारे।।
बाएं भुजा सब असुर संहारे।
दाहिने भुजा सब सन्त उबारे।।
सुर नर मुनिजन आरती उतारे।
जै जै जै हनुमान उचारे।।
कन्चन थार कपूर लौ छाई।
आरती करत अन्जना माई।।
जो हनुमान जी की आरती गावै।
बसि बैकुण्ठ परमपद पावै।।

परम पूज्य गुरुदेव भगवान