



Hargharpanditji

॥ श्री हनुमान पूजा विधि ॥

राम भक्त हनुमान जी की जय

FULL DISCLAIMER

This book is for educational, inspirational, and cultural purposes only. The remedies, rituals, affirmations, breathing methods, and spiritual practices described are based on traditional beliefs, historical customs, and personal development principles. They are not guaranteed solutions.

This book does not replace advice from licensed doctors, psychologists, financial advisors, lawyers, or other qualified professionals. If you have medical symptoms, mental health concerns, legal matters, or financial risk, seek professional help.

Use all remedies responsibly, ethically, peacefully, and according to local law. Do not use fire, herbs, fasting, incense, or physical practices in unsafe ways. The author and publisher are not liable for misuse.

Results in life depend on effort, discipline, timing, environment, skill, and many other factors. No spiritual method guarantees money, marriage, success, healing, or protection.

Hargharpanditji

"PUJA ON YOUR SCREEN, BLESSINGS
AT YOUR DOOR"

॥ श्री हनुमान पूजा विधि ॥

पूजा सामग्री

श्री हनुमान जी की मूर्ति या चित्र, लाल फूल, लाल चोला
सिंदूर, चमेली का तेल, धूप, दीप, कपूर, रोली, अक्षत (चावल)
गुड़-चना या बूंदी के लड्डू, तुलसी पत्ता (यदि उपलब्ध हो)
नारियल, फल, गंगाजल

पूजा विधि

1. स्नान एवं शुद्धि

प्रातः स्नान करके स्वच्छ लाल या साफ वस्त्र पहनें। पूजा स्थान को गंगाजल से शुद्ध करें।

2. संकल्प

पूर्व या उत्तर दिशा की ओर मुख करके बैठें और हाथ में जल लेकर संकल्प करें —

“मैं श्रद्धा एवं भक्ति से श्री हनुमान जी की पूजा कर रहा/रही हूँ। प्रभु कृपा करें और सभी संकट दूर करें।”

ध्यान

हनुमान जी का ध्यान करें —

मनोजवं मारुततुल्यवेगं जितेन्द्रियं बुद्धिमतां वरिष्ठम्।
वातात्मजं वानरयूथमुख्यं श्रीरामदूतं शरणं प्रपद्ये॥

4. आवाहन

हनुमान जी को प्रणाम करके पूजा आरम्भ करें।
गंगाजल अर्पित करें, रोली और अक्षत चढ़ाएँ
लाल फूल अर्पित करें

5. सिंदूर एवं चमेली तेल अर्पण

हनुमान जी को सिंदूर और चमेली का तेल अत्यंत प्रिय है। श्रद्धा से अर्पित करें

6. धूप-दीप प्रज्वलित करें

धूप और दीप जलाकर आरती भाव से करें।

7. भोग अर्पित करें

गुड़-चना, बूंदी लड्डू या फल अर्पित करें।

8. मंत्र जाप

हनुमान मंत्र

ॐ हं हनुमते नमः ॥ या ॐ श्री हनुमते नमो नमः ॥

कम से कम 11, 21 या 108 बार जाप करें।

9. पाठ करें

पूजा के समय इनमें से कोई भी पाठ कर सकते हैं —

हनुमान चालीसा

बजरंग बाण

संकटमोचन हनुमानाष्टक

10. आरती

श्री हनुमान जी आरती

आरती कीजै हनुमान लला की। दुष्ट दलन रघुनाथ कला की॥

पूरी आरती श्रद्धा से करें।

11. क्षमा प्रार्थना

पूजा के अंत में प्रार्थना करें —

“हे पवनपुत्र हनुमान जी, मेरी सभी भूलों को क्षमा करें और जीवन के संकट दूर करें।”

पूजा का शुभ समय

मंगलवार और शनिवार विशेष शुभ माने जाते हैं।

सूर्योदय के बाद या संध्या समय पूजा उत्तम रहती है।

विशेष नियम

पूजा में शुद्धता और श्रद्धा रखें।

ब्रह्मचर्य एवं सात्विक भोजन का पालन करें।

भगवान श्रीराम का स्मरण अवश्य करें क्योंकि हनुमान जी श्रीराम भक्त हैं।