Anand Sahib

A journey towards Spirituality

Anand Sahib

A journey towards Spirituality

Page

Anand Sahib..3-39

Aardas - Prayers…………………..……………40-46

Philosophy of Sikhs…...........................47-48

Importance of Turban.........................49-49

Role of Women in Sikhism………………. 50-52

Guru Granth Sahib on Humility…….……53-53

Journey towards Spirituality………………54-54

This is Service of Sikh Volunteers

Visit SikhBookClub.com for thousands of Free downloadable Sikh books. For Free copies email walnut@gmail.com

Publisher: SikhBookClub.Com
3811 Schaefer Ave, Suite B
chino, Ca 91710 , USA

Anand sahib

Anand Sahib: This Bani is part of the Nitnem (prayers) which are read by Sikhs in the morning. This Bani was written by Guru Amar Das Ji, the third Guru of the Sikhs and forms part of the 5 Banis that are recited daily by Sikhs. The Bani appears on pages 917 to 922 of Guru Granth Sahib, the Sikh Holy Scripture. It is said that the person who recites this Holy Bani daily with dedication, attention, and comprehension, will achieve Anand (Complete Happiness or Bliss) in life.

Anand Sahib is also chanted at all religious ceremonies of the Sikhs, irrespective of the nature of event, whether it is a marriage or death. In the beautiful composition and with the Grace of Sri Guru Amar Das Ji, the mind and soul of a true Sikh remains steadfast and goal oriented in all circumstances of life. In an awakened mind, intoxicated with the Nectar of Naam, one is always tuned with the Sweet Will of the Lord in all the ups and downs of life, in pain and pleasure alike. His is a mind which is ever luminous with Guru Consciousness and is in perpetual intoxication of Naam and Amrit Bani, accepting without question the Hukam of the Almighty. All Dukh (Pain) and Sukh (Pleasure) appear as one to the devoted Sikh of the Guru.

Anand: Bliss, blessing and Love

Bliss, Anand, and Love of the Beloved Satguru is a strange and mysterious phenomenon. It is this Supreme Blissful Anand which flows from the mouth of Sri Guru Amar Das Ji. The Guru’s Love with His Beloved Satguru that has inspired the Anand Sahib, bursts out like showers of soothing rain in the overpowering heat of the mid-summer sun. This is indeed an Eternal Blessing in the shape of the Holy Anand Sahib, for the whole of mankind for all times to come. This Bani is completely enveloping, engulfing, overwhelming, and gripping in its nature and effect. Pure Guru Consciousness totally takes over. It completely encircles and grips all the faculties and senses of a true lover and opens the floodgates of Pure Love (Param) for Him and His Creation. One remains totally immersed in this Ocean of Bliss.

Having tasted the Nectar of Divine Bliss in meeting the Beloved Satguru and having tasted the Naam Ras by Satguru’s Grace, no worldly happiness and pleasure is comparable to a fraction of this Bliss and no worldly sorrows and affliction can unbalance and shake this Bliss because once one is submerged in this Bliss, one completely transcends all pleasant and unpleasant dimensions of the living experience.

Sri Guru Amar Das Ji most wonderfully expresses the Supreme Bliss experienced, enjoyed, and attained in begetting, finding, and meeting the Holy True Guru.

In this hour of Supreme Bliss, all celestial musicians, nymphs, and fairies have rushed forth in joining and singing the Glory of the Lord and Satguru. All celestial singers and Raags have joined in this symphony of ecstasy and captured this state of continuous rapture.

All seeming earthly joys of the world disappear and vanish at the time of death. The fleeting joys and pleasures of the world abruptly end up with the death of the body. But True Anand/Bliss blessed by Satguru survives even death. It is 'Sadeevi Sukh', Perpetual Joy, Infinite and Supreme Heavenly state, True Affection for Eternity; Never changing; Always there.

Merged in this Anand, one rises far above all dualities. This Anand is different from the worldly pleasures or joy. It is also not dependent on worldly objects. This Anand pertains to the Bliss of the Atam (Soul, Primal energy). It does not diminish in adversity. It is perpetual in all the ups and downs of life. This Anand transcends pleasure and pain, joy and sorrow. Merged in this Anand, one is actually merged in the Lord, and he feels, beholds, and experiences only the Eternal Presence of the Lord every moment of his earthly life.

Anand Sahib

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ

raamkalee mehlaa 3 anand
Raag Raamkalee, Third Guru, Anand ~ The Song Of Bliss:

੧ਓ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ik-o^{N}kaar satgur parsaad.
One eternal God, realized by the grace of the True Guru:
ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਇੱਕ ਹੈ ਅਤੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

anand bha-i-aa mayree maa-ay satguroo mai paa-i-aa.
O’ my mother, a state of bliss has welled up within me because I have met the True Guru.
ਹੇ ਮੇਰੀ ਮਾਂ! ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਪੂਰਨ ਖਿੜਾਉ ਪੈਦਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਗੁਰੂ ਮਿਲ ਪਿਆ ਹੈ।

ਸਤਿਗੁਰੁ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

satgur ta paa-i-aa sahj saytee man vajee-aa vaaDhaa-ee-aa.
Upon meeting the True Guru, I am in a state of intuitive peace and poise as if a joyous melody is vibrating in my mind.
ਮੈਨੂੰ ਗੁਰੂ ਮਿਲਿਆ ਹੈ, ਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਅਡੋਲ ਅਵਸਥਾ ਭੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਮਨ ਵਿਚ (ਮਾਨੋ) ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਦੇ ਵਾਜੇ ਵੱਜ ਪਏ ਹਨ,

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

raag ratan parvaar paree-aa sabad gaavan aa-ee-aa.
It appears as if the jewel-like musical measures along with their fairy-like consorts have come to sing the praises of God.
ਸੋਹਣੇ ਰਾਗ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ ਤੇ ਰਾਣੀਆਂ ਸਮੇਤ (ਮੇਰੇ ਮਨ ਵਿਚ, ਮਾਨੋ,) ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦੇ ਗੀਤ ਗਾਵਣ ਆ ਗਏ ਹਨ।

ਸਬਦੋ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

sabdo ta gaavhu haree kayraa man jinee vasaa-i-aa.
Let us Sing the praises of God along with those who have enshrined God in their mind and are fully delighted.
(ਤੁਸੀ ਭੀ) ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ ਗੀਤ ਗਾਵੋ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਇਆ ਹੈ (ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪੂਰਨ ਖਿੜਾਉ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

kahai naanak anand ho-aa satguroo mai paa-i-aa. ||1||
Nanak says, I am in bliss, because I have met the True Guru. ||1||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਭੀ ਆਨੰਦ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮਿਲ ਪਿਆ ਹੈ।

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

ay man mayri-aa too sadaa rahu har naalay.
O’ my mind, always remain attuned to God.
ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਤੂੰ ਸਦਾ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਰਹੁ।

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

har naal rahu too man mayray dookh sabh visaarnaa.
O’ my mind, remain focused on God; He shall eradicate all the sorrows.
ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਤੂੰ ਸਦਾ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖ। ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ।

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

angeekaar oh karay tayraa kaaraj sabh savaarnaa.
He shall always help you and shall accomplish all your tasks.
ਉਹ ਸਦਾ ਤੇਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ ਤੇਰੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਸਿਰੇ ਚਾੜ੍ਹਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ।

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

sabhnaa galaa samrath su-aamee so ki-o manhu visaaray.
Why do you forsake that Master-God from your mind who is capable of doing everythings?
ਉਸ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਕਿਉਂ (ਆਪਣੇ) ਮਨ ਤੋਂ ਭੁਲਾਂਦਾ ਹੈਂ ਜੋ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਕਰਨ-ਜੋਗਾ ਹੈ?

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

kahai naanak man mayray sadaa rahu har naalay. ||2||
Nanak says: O’ my mind, always remain focused on God. ||2||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਤੂੰ ਸਦਾ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਜੁੜਿਆ ਰਹੁ।

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥

saachay saahibaa ki-aa naahee ghar tayrai.
O’ eternal God, what is there which is not in Your celestial home?
ਹੇ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਮਾਲਕ (-ਪ੍ਰਭੂ)! ਤੇਰੇ ਘਰ ਵਿਚ ਕੇਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ?

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

ghar ta tayrai sabh kichh hai jis deh so paav-ay.

Everything is under Your control, but only that person receives whom You give yourself.

ਤੇਰੇ ਘਰ ਵਿਚ ਤਾਂ ਹਰੇਕ ਚੀਜ਼ ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੂੰ ਆਪ ਦੇਂਦਾ ਹੈਂ।

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

sadaa sifat salaah tayree naam man vasaava-ay.

Then, he always sings Your praises, and enshrines Your Name in the mind.

(ਫਿਰ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ) ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਤੇ ਤੇਰੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ (ਆਪਣੇ) ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਂਦਾ ਹੈ।

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

naam jin kai man vasi-aa vaajay sabad ghanayray.

The divine melody of the Shabad vibrates in
the mind where dwells Naam.

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੰਦਿਆਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਨਾਮ ਵੱਸਦਾ ਹੈ (ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਮਾਨੋ,) ਬੇਅੰਤ ਸਾਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਮਿਲਵੀਆਂ ਸੁਰਾਂ ਵੱਜਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

kahai naanak sachay saahib ki-aa naahee ghar tayrai. ||3||

Nanak says, O' the True Master, what is there that You don't have? ||3|

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਮਾਲਕ! ਤੇਰੇ ਘਰ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਸ਼ੈ ਦਾ ਘਾਟਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥

saachaa naam mayraa aaDhaaro.

The eternal Naam is my only support.

ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਸਰਾ (ਬਣ ਗਿਆ) ਹੈ।

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

saach naam aDhaar mayraa jin bhukhaa sabh gavaa-ee-aa.

The True Name is my only support which has eliminated all my greed.

ਉਹ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਸਰਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਮੇਰੇ ਸਾਰੇ ਲਾਲਚ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ।

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

kar saaNt sukh man aa-ay vasi-aa jin ichhaa sabh pujaa-ee-aa.

Bringing peace and tranquility, Naam has manifest eternal in my heart and it has fulfilled all my desires.

ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਸੁਖ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਨਾਮ ਮੇਰੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਟਿਕਿਆ ਹੈ, ਨਾਮ ਨੇ ਮੇਰੇ ਮਨ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕਾਮਨਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ।

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

sadaa kurbaan keetaa guroo vitahu jis dee-aa ayhi vadi-aa-ee-aa.

I am forever dedicated to the Guru, who possesses such glory and greatness.

ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਗੁਰਦੇਵ ਜੀ ਤੋਂ ਵਾਰਨੇ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਐਹੋ ਜੇਹੀਆਂ ਖੂਬੀਆਂ ਹਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੋ ॥

kahai naanak sunhu santahu sabad Dharahu pi-aaro.

Nanak says: Listen O' saints, enshrine in your heart the love for the Guru's word.

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ ਸੰਤ ਜਨੋ! ਸੁਣੋ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਬਣਾਓ।

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥੪॥

saachaa naam mayraa aaDhaaro. ||4||

The Eternal Naam is the support of my life. ||4||

ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਸਰਾ ਹੈ

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ॥

vaajay panch sabad tit ghar sabhaagai.

That blessed heart feels as if the five primal sounds vibrating in there.

ਉਸ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ ਹਿਰਦੇ-ਘਰ ਵਿਚ (ਮਾਨੋ) ਪੰਜ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਸਾਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਮਿਲਵੀਆਂ ਸੁਰਾਂ ਵੱਜ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ,

ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

ghar sabhaagai sabad vaajay kalaa jit ghar Dhaaree-aa.

O' God, that blessed heart, in which You have instilled Your power, feels the divine music being played continuously.

ਉਸ ਰਿਦੈ-ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਅੰਦਰ ਸਾਈਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸੱਤਿਆ ਸੰਚਾਰੀ ਹੈ ਕੀਰਤਨ ਆਲਾਪੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

panch doot tuDh vas keetay kaal kantak maari-aa.

You have brought under control that person's all the five demons (lust, anger, greed, attachment, and ego), and have removed his fear of death.

ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਉਸ ਦੇ ਪੰਜੇ ਕਾਮਾਦਿਕ ਵੈਰੀ ਤੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈਂ, ਤੇ ਡਰਾਣ ਵਾਲਾ ਕਾਲ (ਭਾਵ, ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ) ਦੂਰ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈਂ।

ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ਪਾਇਆ ਤੁਧੁ ਜਿਨ ਕਉ ਸਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਕੈ ਲਾਗੇ ॥

Dhur karam paa-i-aa tuDh jin ka-o se naam har kai laagay.

Only those people focused on God's Name, in whose destiny You have put the blessings of Naam from the very beginning.

ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਵਿਚ ਜੁੜਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਤੂੰ ਧੁਰ ਤੋਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਮੇਹਰ ਨਾਲ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਲੇਖ ਲਿਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤਹ ਸੁਖੁ ਹੋਆ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ ॥੫॥

kahai naanak tah sukh ho-aa tit ghar anhad vaajay. ||5||

Nanak says, in that mind peace prevails as if the melody of continuous Divine music is being played. ||5||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਹਿਰਦੇ-ਘਰ ਵਿਚ ਸੁਖ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ (ਮਾਨੋ) ਇਕ-ਰਸ (ਵਾਜੇ) ਵੱਜਦੇ ਹਨ।

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

saachee livai bin dayh nimaanee.

Without the true longing for God, this human body is completely helpless.

ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਲਗਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਇਹ ਮਨੁੱਖਾ ਸਰੀਰ ਨਿਆਸਰਾ ਜੇਹਾ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

dayh nimaanee livai baajhahu ki-aa karay vaychaaree-aa.

Without the true longing for God, what can this helpless body do?

ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਨਿਆਸਰਾ ਹੋਇਆ ਹੋਇਆ ਇਹ ਸਰੀਰ ਕੀਹ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

tuDh baajh samrath ko-ay naahee kirpaa kar banvaaree-aa.

O' Master of the universe, no one except You is omnipotent; please bestow mercy.

ਹੇ ਜਗਤ ਦੇ ਮਾਲਕ! ਤੇਰੇ ਬਗੈਰ ਹੋਰ ਕੋਈ ਸਰਬ-ਸ਼ਕਤੀਵਾਨ ਨਹੀਂ ਤੂੰ ਹੀ ਕਿਰਪਾ ਕਰ!

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

ays na-o hor thaa-o naahee sabad laag savaaree-aa.
Except You this body has no other support, it can be embellished only by attuning to the Guru's Word.

ਤੈਥੋਂ ਬਿਨਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਥਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਲੱਗ ਕੇ ਸੁਧਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

kahai naanak livai baajhahu ki-aa karay vaychaaree-aa. ||6||
Nanak says, without the love for God, what can this helpless body do? ||6||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਦੇਹ ਦੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੂ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

aanand aanand sabh ko kahai aanand guroo tay jaani-aa.
Everyone talks of bliss; but bliss is known only through the Guru.

ਆਖਣ ਨੂੰ ਤਾਂ ਹਰ ਕੋਈ ਆਖ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ (ਅਸਲ) ਆਨੰਦ ਦੀ ਸੂਝ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥

jaani-aa aanand sadaa gur tay kirpaa karay pi-aari-aa.
O' my dear friends, only when the Guru shows his grace, one comes to know about the real bliss from the Guru.

ਹੇ ਪਿਆਰੇ ਭਾਈ! (ਅਸਲ) ਆਨੰਦ ਦੀ ਸੂਝ ਸਦਾ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। (ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਅਸਲ ਆਨੰਦ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਪਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਉਤੇ ਗੁਰੂ) ਕਿਰਪਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥

kar kirpaa kilvikh katay gi-aan anjan saari-aa.
Granting His Grace, the Guru destroys all his sins and blesses him with the healing ointment of spiritual wisdom.

ਗੁਰੂ ਮੇਹਰ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਪਾਪ ਕੱਟ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਵਿਚਾਰ-ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੂਝ ਦਾ ਸੁਰਮਾ ਪਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

andrahu jin kaa moh tutaa tin kaa sabad sachai savaari-aa.
Those who eradicate attachment for the worldly things from within, their life is embellished by the Eternal God.

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਮਾਇਆ ਦਾ ਮੋਹ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਬੋਲ ਹੀ ਸੁਚੱਜਾ ਮਿੱਠਾ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਅਨੰਦੁ ਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥੭॥

kahai naanak ayhu anand hai aanand gur tay jaani-aa. ||7||
Nanak says, this is the true bliss and this kind of bliss can only be known through the Guru. ||7||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸਲ ਆਨੰਦ ਇਹੀ ਹੈ, ਤੇ ਇਹ ਆਨੰਦ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥

baabaa jis too deh so-ee jan paavai.
O’ my God, only that person to whom You give, receives this bliss.
ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਕੇਵਲ ਉਹ ਬੰਦਾ ਹੀ ਪਰਮ ਖੁਸ਼ੀ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੂੰ ਦਿੰਦਾ ਹੈਂ।

ਪਾਵੈ ਤ ਸੋ ਜਨੁ ਦੇਹਿ ਜਿਸ ਨੋ ਹੋਰਿ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਵੇਚਾਰਿਆ ॥

paavai ta so jan deh jis no hor ki-aa karahi vaychaari-aa.
Yes, he alone receives this gift of bliss, unto whom You give it; otherwise what can the helpless creatures do?
ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ (ਇਸ ਦਾਤ ਨੂੰ) ਮਾਣਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੂੰ ਦਿੰਦਾ ਹੈਂ, ਹੋਰਨਾਂ ਵਿਚਾਰਿਆਂ ਦੀ ਕੋਈ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ।

ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥

ik bharam bhoolay fireh dah dis ik naam laag savaari-aa.
There are some who, deluded by doubt, keep wandering in all the ten directions, but there are others whose life You embellish by attaching them to Naam.
ਕਈ ਬੰਦੇ ਮਾਇਆ ਦੀ ਭਟਕਣਾ ਵਿਚ ਭੁੱਲੇ ਹੋਏ ਦਸੀਂ ਪਾਸੀਂ ਦੌੜਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ, ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਜੋੜ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜਨਮ ਸਵਾਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈਂ।

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥

gur parsaadee man bha-i-aa nirmal jinaa bhaanaa bhaav-ay.
By the Guru's Grace, the mind of those becomes immaculate, to whom Your Will is pleasing.
ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਨ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੇਰੀ ਰਜ਼ਾ ਪਿਆਰੀ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ,

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥੮॥

kahai nanak jis deh pi-aaray so-ee jan paav-ay. ||8||
Nanak says: O’ God, he alone receives this gift of bliss onto whom You bestow it.
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ (ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ!) ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੂੰ (ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਦੀ ਦਾਤਿ) ਬਖ਼ਸ਼ਦਾ ਹੈਂ ਉਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਮਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਵਹੁ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਹੋ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥

aavhu sant pi-aariho akath kee karah kahaanee.

Come O’ dear saints, let us reflect on the virtues of the indescribable God.

ਹੇ ਪਿਆਰੇ ਸੰਤ ਜਨੋ! ਆਓ, ਅਸੀਂ (ਰਲ ਕੇ) ਬੇਅੰਤ ਗੁਣਾਂ ਵਾਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀਆਂ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰੀਏ

ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥

karah kahaanee akath kayree kit du-aarai paa-ee-ai.

Let us talk about that indescribable God, and think about the way in which He can be realized.

ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ-ਬਾਤਾਂ ਕਰੀਏ ਜਿਸ ਦੇ ਗੁਣ ਬਿਆਨ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਕਿਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ?

ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥

tan man Dhan sabh sa-up gur ka-o hukam mani-ai paa-ee-ai.

God can be realized by surrendering our body, mind, wealth, and everything to the Guru and by obeying his command.

ਆਪਣਾ ਤਨ ਮਨ ਧਨ ਸਭ ਕੁਝ ਗੁਰੂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰੋ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਹੁਕਮ ਮਿੱਠਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਪਏ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਮਿਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

hukam mannihu guroo kayraa gaavhu sachee banee.

O’ saintly people, obey the Guru's Command, and sing the praises of God

(ਸੋ, ਸੰਤ ਜਨੋ!) ਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਉੱਤੇ ਤੁਰੋ ਤੇ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਗਾਇਆ ਕਰੋ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥

kahai naanak sunhu santahu kathihu akath kahaanee. ||9||

Nanak says, listen O’ saints, reflect on the virtues of the Indescribable God. ||9||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ ਸੰਤ ਜਨੋ ਸੁਣੋ, ਉਸ ਅਕੱਥ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਕਰਿਆ ਕਰੋ ।

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ay man chanchlaa chaturaa-ee kinai na paa-i-aa.

O fickle mind, through cleverness, no one has ever realized God.

ਹੇ ਚੰਚਲ ਮਨ! ਚਲਾਕੀਆਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਨੇ ਭੀ (ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ) ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ।

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

chaturaa-ee na paa-i-aa kinai too sun man mayri-aa.

O’ my mind, listen, nobody has ever realized God through cleverness

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਤੂੰ (ਧਿਆਨ ਨਾਲ) ਸੁਣ ਲੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਜੀਵ ਨੇ ਭੀ ਚਤੁਰਾਈ ਨਾਲ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਆਨੰਦ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ।

ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

ayh maa-i-aa mohnee jin ayt bharam bhulaa-i-aa.
This Maya is so fascinating; which has strayed all in doubt
ਮੋਹ ਕਰ ਲੈਣ ਵਾਲੀ ਹੈ ਇਹ ਮਾਇਆ, ਜਿਸ ਨੇ ਪ੍ਰਾਨੀ ਨੂੰ ਵਹਿਮ ਅੰਦਰ ਗੁਮਰਾਹ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

maa-i-aa ta mohnee tinai keetee jin thag-ulee paa-ee-aa.
This fascinating Maya has been created by the same God who has also administered this deceiving potion of worldly illusion to the mortals.
ਜਿਸ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ ਠਗਬੂਟੀ (ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ) ਚੰਬੋੜੀ ਹੈ ਉਸੇ ਨੇ ਇਹ ਮੋਹਣੀ ਮਾਇਆ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

kurbaan keetaa tisai vitahu jin moh meethaa laa-i-aa.
I dedicate myself to God who has made attachment to Maya so sweet.
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਸ ਉੱਤੋਂ ਵਾਰਨੇ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਨੇ ਸੰਸਾਰੀ ਮਮਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿੱਠਾ ਮੋਹ ਲਾਇਆ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

kahai naanak man chanchal chaturaa-ee kinai na paa-i-aa. ||10||
Nanak says, O my mercurial mind, no one has realized God through cleverness. ||10||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ (ਮੇਰੇ) ਚੰਚਲ ਮਨ! ਚਤੁਰਾਈਆਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਨੇ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ) ਨਹੀਂ ਲੱਭਾ

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

ay man pi-aari-aa too sadaa sach samaalay.
O' my dear mind, always remember the eternal God with love and devotion.
ਹੇ ਪਿਆਰੇ ਮਨ! ਸਦਾ ਸੱਚੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰ।

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

ayhu kutamb too je daykh-daa chalai naahee tayrai naalay.
This family which you see shall not go along with you after death.
ਇਹ ਜੇਹੜਾ ਪਰਵਾਰ ਤੂੰ ਵੇਖਦਾ ਹੈਂ, ਇਸ ਨੇ ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਨਿਭਣਾ।

ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥

saath tayrai chalai naahee tis naal ki-o chit laa-ee-ai.

Why do you emotionally attach yourself to that which is not going to accompany you in the end?

ਇਸ ਨੇ ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਤੋੜ ਸਦਾ ਦਾ ਸਾਥ ਨਹੀਂ ਨਿਬਾਹ ਸਕਣਾ। ਇਸ ਪਰਵਾਰ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਕਿਉਂ ਫਸਦਾ ਹੈਂ?

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥

aisaa kamm moolay na keechai jit ant pachhotaa-ee-ai.

Never do such a deed at all, for which you will repent in the end.

ਜਿਸ ਕੰਮ ਦੇ ਕੀਤਿਆਂ ਆਖ਼ਰ ਹੱਥ ਮਲਣੇ ਪੈਣ, ਉਹ ਕੰਮ ਕਦੇ ਭੀ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ।

ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

satguroo kaa updays sun too hovai tayrai naalay.

Listen to the teachings of the True Guru, which will remain with you forever.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਗਹੁ ਨਾਲ ਸੁਣ, ਇਹ ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼ ਸਦਾ ਚੇਤੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥

kahai naanak man pi-aaray too sadaa sach samaalay. ||11||

Nanak says, O' my dear mind, always lovingly remember the eternal God.||11||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ ਪਿਆਰੇ ਮਨ! ਸਦਾ ਸੱਚੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰ।

ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥

agam agocharaa tayraa ant na paa-i-aa.

O' unfathomable and unperceivable God, nobody has ever found Your limit.

ਹੇ ਅਪਹੁੰਚ ਹਰੀ! ਹੇ ਇੰਦ੍ਰਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਪਰੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ! (ਤੇਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ) ਕਿਸੇ ਨੇ ਅੰਤ ਨਹੀਂ ਲੱਭਾ।

ਅੰਤੋ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥

anto na paa-i-aa kinai tayraa aapnaa aap too jaanhay.

Yes, no one has found Your limits and only You know Yourself.

ਆਪਣੇ (ਅਸਲ) ਸਰੂਪ ਨੂੰ ਤੂੰ ਆਪ ਹੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈਂ, ਹੋਰ ਕੋਈ ਜੀਵ ਤੇਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਅਖ਼ੀਰ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਸਕਦਾ। .

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੋ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥

jee-a jant sabh khayl tayraa ki-aa ko aakh vakhaana-ay.

All living beings and creatures are Your play; how can anyone describe You?

ਇਹ ਸਾਰੇ ਜੀਵ (ਤਾਂ) ਤੇਰਾ ਹੀ ਰਚਿਆ ਹੋਇਆ ਇਕ ਖੇਲ ਹੈ। ਕੋਈ ਹੋਰ ਜੀਵ ਤੇਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰੇ ਭੀ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ?

ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥

aakhahi ta vaykheh sabh toohai jin jagat upaa-i-aa.

It is You who has created this world, it is You who speak through every living being and take care of them.

ਹਰੇਕ ਜੀਵ ਵਿਚ ਤੂੰ ਆਪ ਹੀ ਬੋਲਦਾ ਹੈਂ, ਹਰੇਕ ਜੀਵ ਦੀ ਤੂੰ ਆਪ ਹੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈਂ, ਤੂੰ ਹੀ ਹੈਂ ਜਿਸ ਨੇ ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤੂ ਸਦਾ ਅਗੰਮੁ ਹੈ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੨॥

kahai naanak too sadaa agamm hai tayraa ant na paa-i-aa. ||12||

Nanak says, O' God! You are always incomprehensible and nobody has ever found the limit of Your virtues. ||12||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ, ਤੂੰ ਸਦਾ ਅਪਹੁੰਚ ਹੈਂ, ਕਿਸੇ ਜੀਵ ਨੇ ਤੇਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਕਦੇ ਅੰਤ ਨਹੀਂ ਲੱਭਾ

ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਖੋਜਦੇ ਸੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥

sur nar mun jan amrit khojday so amrit gur tay paa-i-aa.

The angels and sages search for the ambrosial Nectar; but this nectar is only obtained from the Guru.

ਦੇਵਤੇ ਮਨੁੱਖ ਮੁਨੀ ਲੋਕ ਈਸ਼ਵਰੀ-ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਲੱਭਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ, (ਪਰ) ਇਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

paa-i-aa amrit gur kirpaa keenee sachaa man vasaa-i-aa.

The one upon whom the Guru has shown his mercy has received the nectar of Naam because he has enshrined the eternal God in his mind.

ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਉੱਤੇ ਗੁਰੂ ਨੇ ਮੇਹਰ ਕੀਤੀ ਉਸ ਨੇ (ਇਹ) ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਿਆ (ਕਿਉਂਕਿ) ਉਸ ਨੇ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਟਿਕਾ ਲਿਆ।

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

jee-a jant sabh tuDh upaa-ay ik vaykh parsan aa-i-aa.

O' God, all living beings are created by You; many people on seeing the Guru come before him to seek his blessings.

ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਸਾਰੇ ਜੀਅ ਜੰਤ ਤੂੰ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਕਈ ਜੀਵ (ਗੁਰੂ ਦਾ) ਦੀਦਾਰ ਕਰ ਕੇ (ਉਸ ਦੇ) ਚਰਨ ਛੁਹਣ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

lab lobh ahaNkaar chookaa satguroo bhalaa bhaa-i-aa.

Their greed and egotism is dispelled, and the True Guru seems pleasing.

ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਲੱਬ ਲੋਭ ਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਤੁਠਾ ਤਿਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥੧੩॥

kahai naanak jis no aap tuthaa tin amrit gur tay paa-i-aa. ||13||

Nanak says, only the one upon whom God has become gracious, have received the nectar of Naam from the Guru. ||13||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਉਤੇ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਨਾਮ-ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ।

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

bhagtaa kee chaal niraalee.

The lifestyle of the devotees is unique and distinct.

ਭਗਤਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤੀ (ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਸਦਾ) ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ,

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

chaalaa niraalee bhagtaah kayree bikham maarag chalnaa.

Yes, the devotees' lifestyle is unique and distinct; they follow the most difficult path.

ਭਗਤਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤੀ (ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲੋਂ) ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ (ਬੜੇ) ਔਖੇ ਰਸਤੇ ਉਤੇ ਤੁਰਦੇ ਹਨ।

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

lab lobh ahaNkaar taj tarisnaa bahut naahee bolnaa.

They renounce greed, egotism and worldly desires; they do not talk much about themselves.

ਉਹ ਲੱਬ ਲੋਭ ਅਹੰਕਾਰ ਤੇ ਮਾਇਆ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਤਿਆਗਦੇ ਹਨ ਤੇ ਬਹੁਤਾ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦੇ (ਭਾਵ, ਆਪਣੀ ਸੋਭਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਫਿਰਦੇ)।

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

khanni-ahu tikhee vaalahu nikee ayt maarag jaanaa.

The path they follow in life is sharper than a two-edged sword, and finer than a hair (arduous and challenging).

ਇਸ ਰਸਤੇ ਉਤੇ ਤੁਰਨਾ ਬੜੀ ਔਖੀ ਖੇਡ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਰਸਤਾ ਖੰਡੇ ਦੀ ਧਾਰ ਨਾਲੋਂ ਤ੍ਰਿੱਖਾ ਹੈ ਤੇ ਵਾਲ ਨਾਲੋਂ ਪਤਲਾ ਹੈ

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

gur parsaadee jinee aap taji-aa har vaasnaa samaanee.

By the Guru's grace, those who have shed their self-conceit; their desire for maya vanishes in God’s remembrance

ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਆਪਾ-ਭਾਵ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਾਇਕ ਵਾਸਨਾ ਹਰੀ-ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

kahai naanak chaal bhagtaa jugahu jug niraalee. ||14||

Nanak says, age after age the lifestyle of God's devotees has remained unique and distinct. ||14||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਗਤ ਜਨਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤੀ ਸਦਾ ਤੋਂ ਹੀ (ਦੁਨੀਆ ਨਾਲੋਂ) ਵੱਖਰੀ ਚਲੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ।

ਜਿਉ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵ ਚਲਹ ਸੁਆਮੀ ਹੋਰੁ ਕਿਆ ਜਾਣਾ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ॥

ji-o too chalaa-ihi tiv chalah su-aamee hor ki-aa jaanaa gun tayray.

O' Master-God, as You wish, Your creatures conduct themselves accordingly; I do not know any more about Your Virtues.

ਹੇ ਮਾਲਕ-ਪ੍ਰਭੂ! ਜਿਵੇਂ ਤੂੰ ਸਾਨੂੰ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ-ਸੜਕ ਉਤੇ ਤੋਰਦਾ ਹੈਂ, ਤਿਵੇਂ ਅਸੀਂ ਤੁਰਦੇ ਹਾਂ, ਤੇਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਹੋਰ ਭੇਤ ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ।

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

jiv too chalaa-ihi tivai chalah jinaa maarag paavhay.

On whatever path You put us, we conduct ourselves as per You wish.

ਜਿਸ ਰਾਹੇ ਤੂੰ ਸਾਨੂੰ ਤੋਰਦਾ ਹੈਂ, ਉਸੇ ਰਾਹੇ ਅਸੀਂ ਤੁਰਦੇ ਹਾਂ।

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

kar kirpaa jin naam laa-ihi se har har sadaa Dhi-aavhay.

Showing mercy, whom You attune to Naam, they always lovingly remember You.

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੇਹਰ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਜੋੜਦਾ ਹੈਂ, ਉਹ ਬੰਦੇ ਸਦਾ ਹਰੀ-ਨਾਮ ਸਿਮਰਦੇ ਹਨ।

ਜਿਸ ਨੋ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

jis no kathaa sunaa-ihi aapnee se gurdu-aarai sukh paavhay.

Those to whom You recite the divine words of Your praises, enjoy peace ithrough the Guru in the holy congregation.

ਜਿਸ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਹੈਂ, ਉਹ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥

kahai naanak sachay saahib ji-o bhaavai tivai chalaavahay. ||15||

Nanak says, O' eternal God, as You wish, You make the creatures conduct themselves accordingly. ||15||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਮਾਲਕ! ਜਿਵੇਂ ਤੈਨੂੰ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੂੰ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ-ਰਾਹ ਉਤੇ ਤੋਰਦਾ ਹੈਂ

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

ayhu sohilaa sabad suhaavaa.

This song of bliss is the most beautiful Divine Word.

ਇਹ ਸੋਹਣਾ ਸ਼ਬਦ (ਆਤਮਕ) ਆਨੰਦ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਗੀਤ ਹੈ,

ਸਬਦੋ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥

sabdo suhaavaa sadaa sohilaa satguroo sunaa-i-aa.

The true Guru has recited this eternal song of joy, which is embellished with the Divine Word.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਨੇ ਜੇਹੜਾ ਸੋਹਣਾ ਸ਼ਬਦ ਸੁਣਾਇਆ ਹੈ ਉਹ ਸਦਾ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈ।

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

ayhu tin kai man vasi-aa jin Dharahu likhi-aa aa-i-aa.

This song of bliss is enshrined in the minds of those who are so predestined.

ਪਰ ਇਹ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੱਥੇ ਤੇ ਧੁਰੋਂ ਲਿਖਿਆ ਲੇਖ ਉੱਘੜਦਾ ਹੈ।

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ik fireh ghanayray karahi galaa galee kinai na paa-i-aa.

Many mortals wander around, boasting about their shallow knowledge, but nobody has ever realized God and received bliss by mere talks.

ਅਨੇਕਾਂ ਬੰਦੇ ਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਨਿਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

kahai naanak sabad sohilaa satguroo sunaa-i-aa. ||16||

Nanak says that the true Guru has recited the bliss giving Divine Word. ||16||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸੁਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ-ਦਾਤਾ ਹੈ

ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥

pavit ho-ay say janaa jinee har Dhi-aa-i-aa.

The life of those devotees have become pure, who have meditated on God.

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੰਦਿਆਂ ਨੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਿਆ, ਉਹ ਪਵਿਤ੍ਰ ਜੀਵਨ ਵਾਲੇ ਬਣ ਗਏ।

ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

har Dhi-aa-i-aa pavit ho-ay gurmukh jinee Dhi-aa-i-aa.

Yes, those who have lovingly meditated on God through the Guru have become immaculate.

ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਹਰੀ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਿਆ ਉਹ ਸੁੱਧ ਆਚਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਗਏ।

ਪਵਿਤੁ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤੁ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

pavit maataa pitaa kutamb sahit si-o pavit sangat sabaa-ee-aa.

Their mother, father, their families, and all those who come in their contact have been sanctified.

ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਪਰਵਾਰ ਦੇ ਜੀਵ ਪਵਿਤ੍ਰ ਜੀਵਨ ਵਾਲੇ ਬਣੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਕੀਤੀ ਉਹ ਸਾਰੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋ ਗਏ।

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

kahday pavit sunday pavit say pavit jinee man vasaa-i-aa.

God's Name is such a source of bliss that those who utter and those who listen become pure. Those who enshrine it within their minds also become immaculate.

ਹਰੀ-ਨਾਮ (ਇਕ ਐਸਾ ਆਨੰਦ ਦਾ ਸੋਮਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ) ਜਪਣ ਵਾਲੇ ਭੀ ਪਵਿਤ੍ਰ ਤੇ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਭੀ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੇਹੜੇ ਇਸ ਨੂੰ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਭੀ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥੧੭॥

kahai naanak say pavit jinee gurmukh har har Dhi-aa-i-aa. ||17||

Nanak says that, all those who have meditated on God's Name have become pure. ||17||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੰਦਿਆਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ ਹਰੀ-ਨਾਮ ਸਿਮਰਿਆ ਹੈ ਉਹ ਸੁੱਧ ਆਚਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਊਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥

karmee sahj na oopjai vin sahjai sahsaa na jaa-ay.

State of intuitive poise doesn't well up through ritualistic deeds, and without intuitive poise, skepticism does not depart.

ਕਰਮ-ਕਾਂਡਾਂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਤੌਖ਼ਲਾ-ਸਹਿਮ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ,

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੈ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥

nah jaa-ay sahsaa kitai sanjam rahay karam kamaa-ay.

People have given up after trying all kinds of deeds, because skepticism does not depart by mere ritualistics deeds.

ਅਨੇਕਾਂ ਬੰਦੇ (ਅਜੇਹੇ) ਕਰਮ ਕਰ ਕਰ ਕੇ ਹਾਰ ਗਏ ਹਨ, ਪਰ ਮਨ ਦਾ ਤੌਖ਼ਲਾ-ਸਹਿਮ ਅਜੇਹੇ ਕਿਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ ॥

sahsai jee-o maleen hai kit sanjam Dhotaa jaa-ay.

The mind is polluted by skepticism; how can it be cleansed?

ਵਹਿਮ ਭਰਮ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਆਤਮਾ ਗੰਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਹ ਸਾਫ਼ ਸੁਥਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥

man Dhovahu sabad laagahu har si-o rahhu chit laa-ay.
Clean your mind by attuning to the Guru’s word, and keep your consciousness focused on God.
ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਜੁੜੋ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਸਦਾ ਚਿੱਤ ਜੋੜੀ ਰੱਖੋ, (ਜੇ) ਮਨ (ਧੋਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਧੋਵੋ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਸਹਜੁ ਉਪਜੈ ਇਹੁ ਸਹਸਾ ਇਵ ਜਾਇ ॥੧੮॥

kahai naanak gur parsaadee sahj upjai ih sahsaa iv jaa-ay. ||18||
Nanak says, by Guru's Grace intuitive poise wells up,
and this skepticism is dispelled. ||18||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਦਾ ਤੌਖ਼ਲਾ-ਸਹਿਮ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

jee-ahu mailay baahrahu nirmal.
Some people, outwardly appear to be pure but their minds are filthy with vices.
(ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੰਦੇ), ਮਨ ਵਿਚ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਮੈਲੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਹੀ ਪਵਿਤ੍ਰ ਜਾਪਦੇ ਹਨ।

ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥

baahrahu nirmal jee-ahu ta mailay tinee janam joo-ai haari-aa.
Yes, those who are outwardly pure and polluted within, have lost their human life in this game.
ਜੋ ਬਾਹਰਵਾਰੋਂ ਪਵਿੱਤਰ ਅਤੇ ਅੰਦਰੋਂ ਪਲੀਤ ਹਨ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਜੂਏ ਵਿੱਚ ਵਿਅਰਥ ਗਵਾ ਲਿਆ ਹੈ।

ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥

ayh tisnaa vadaa rog lagaa maran manhu visaari-aa.
They are afflicted with the terrible disease of worldly desires, and have forsaken even the thought of death from their minds.
ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋ ਮਾਇਆ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦਾ ਭਾਰਾ ਰੋਗ ਖਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮਾਇਆ ਦੇ ਲਾਲਚ ਵਿਚ ਮੌਤ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਭੁਲਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੋ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥

vaydaa meh naam utam so suneh naahee fireh ji-o baytaali-aa.
In the Vedas, God’s Name has been declared supreme, but they don’t listen to this advice and keep on wandering like ghosts.
ਵੇਦਾਂ ਅੰਦਰ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦਾ ਉੱਤਮ ਉਪਦੇਸ਼ ਹੈ ਉਸ ਵਲ ਉਹ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤੇ ਭੂਤਾਂ ਵਾਂਗ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਸਚੁ ਤਜਿਆ ਕੂੜੇ ਲਾਗੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥੧੯॥

kahai naanak jin sach taji-aa koorhay laagay tinee janam joo-ai haari-aa. ||19||
Nanak says, those who forsake Truth (God) and cling to falsehood (Maya), have lost their human life in this game. ||19||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸੱਚ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਝੂਠ ਨਾਲ ਚਿੰਮੜਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ-ਖੇਡ ਜੂਏ ਵਿਚ ਹਾਰ ਲਈ ਸਮਝੋ।

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

jee-ahu nirmal baahrahu nirmal.
Those who are pure from inside and immaculate from outside as well.
ਉਹ ਬੰਦੇ ਜੋ ਮਨੋਂ ਭੀ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਬਾਹਰੋਂ ਭੀ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ,

ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥

baahrahu ta nirmal jee-ahu nirmal satgur tay karnee kamaanee.
Those who have learned their conduct and way of life from the true Guru, yes they are pure from inside and immaculate from outside.
ਜੋ ਬੰਦੇ (ਆਚਰਨ-ਉਸਾਰੀ ਦੀ) ਉਹ ਕਮਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਦੀ ਹਿਦਾਇਤ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਮਨੋਂ ਭੀ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਬਾਹਰੋਂ ਭੀ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ

ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥

koorh kee so-ay pahuchai naahee mansaa sach samaanee.
Not even an iota of falsehood touches them and their desires for Maya end in devotional worship.
ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਨ ਦਾ ਮਾਇਕ ਫੁਰਨਾ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਹੀ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਤਕ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਨ ਤਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਦੀ।

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

janam ratan jinee khati-aa bhalay say vanjaaray.
Best are the traders of Naam, who have achieved the purpose of human life by earning the wealth of Naam.
ਉਹੀ ਜੀਵ-ਵਪਾਰੀ ਚੰਗੇ ਕਹੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਨਾਮ-ਕਮਾਈ ਕਰ ਕੇ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਸਫਲਾ ਕਰ ਲਿਆ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਮੰਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਸਦਾ ਰਹਹਿ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥੨੦॥

kahai naanak jin man nirmal sadaa raheh gur naalay. ||20||
Nanak says, those whose mind is pure, always remain focused on the Guru's word. ||20||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਨ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੈ, ਉਹ (ਅੰਤਰ ਆਤਮੇ) ਸਦਾ ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਕੋ ਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥

jay ko sikh guroo saytee sanmukh hovai.
If any disciple wants to becomes truly faithful to the Guru.
ਜੇ ਕੋਈ ਸਿੱਖ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਸੁਰਖ਼ਰੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ,

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

hovai ta sanmukh sikh ko-ee jee-ahu rahai gur naalay.
Yes, if any disciple wants to become faithful to the Guru, then he has to follow the Guru's teachings sincerely)
ਜੇ ਕੋਈ ਸਿੱਖ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਸੁਰਖ਼ਰੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਟਿਕੇ।

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥

gur kay charan hirdai Dhi-aa-ay antar aatmai samaalay.
He should contemplate on the Guru's teachings and enshrine them in the inner conscience.
ਉਹ ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਥਾਂ ਦੇਵੇ, ਆਪਣੇ ਆਤਮਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੰਭਾਲ ਰੱਖੇ।

ਆਪੁ ਛਡਿ ਸਦਾ ਰਹੈ ਪਰਣੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਏ ॥

aap chhad sadaa rahai parnai gur bin avar na jaanai ko-ay.
Renouncing self-conceit, such a person should always depend on the Guru, and except for the Guru, should not follow anybody else for spiritual guidance.
ਆਪਾ-ਭਾਵ ਛੱਡ ਕੇ ਸਦਾ ਗੁਰੂ ਦੇ ਆਸਰੇ, ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦਾ, ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਵਸੀਲਾ ਨਾ ਸਮਝੇ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੋ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥

kahai nanak sunhu santahu so sikh sanmukh ho-ay. ||21||
Nanak says, listen, O Saints: such a disciple turns toward the Guru with sincere faith, and becomes faithful to the Guru. ||21||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੇ ਸੰਤ ਜਨੋ! ਸੁਣੋ ਉਹ ਸਿੱਖ ਹੀ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਸੁਰਖ਼ਰੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਨਮੁਖ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਕੋ ਗੁਰ ਤੇ ਵੇਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਵੈ ॥

jay ko gur tay vaimukh hovai bin satgur mukat na paavai.
If someone turns away from the Guru's word, without following the True Guru's teachings, he shall not find liberation from Maya.
ਜੇ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਵਲੋਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜ ਲਏ, ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਇਆ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਖ਼ਲਾਸੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

paavai mukat na hor thai ko-ee puchhahu bibaykee-aa jaa-ay.
One can never find liberation from the bond of Maya anywhere else; go and ask the wise ones about this.
ਬੇਸ਼ੱਕ ਕਿਸੇ ਵਿਚਾਰਵਾਨਾਂ ਤੋਂ ਜਾ ਕੇ ਪੁੱਛ ਲਵੋ, ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਭੀ ਹੋਰ ਥਾਂ ਤੋਂ ਮਾਇਕ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਖ਼ਲਾਸੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

ਅਨੇਕ ਜੂਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

anayk joonee bharam aavai vin satgur mukat na paa-ay.
Such a person wanders through countless births, but without following the True Guru's teachings, he shall not find liberation from the bonds of Maya.
ਮਨੁੱਖ ਅਨੇਕਾਂ ਜੂਨੀਆਂ ਵਿਚ ਭਟਕਦਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਇਸ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਤੋਂ ਖ਼ਲਾਸੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

fir mukat paa-ay laag charnee satguroo sabad sunaa-ay.
Liberation from the bonds of Maya is received only by coming to the Guru's refuge, because only the true Guru teaches the righteous way in life through Divine Word.
ਆਖ਼ਰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਚਰਨੀਂ ਲੱਗ ਕੇ ਹੀ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰੂ ਸਹੀ ਜੀਵਨ-ਮਾਰਗ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਸੁਣਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਵੀਚਾਰਿ ਦੇਖਹੁ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥੨੨॥

kahai nanak vichaar dekhu vin satgur mukat na paa-ay. ||22||
Nanak says, contemplate this and see, that without the True Guru's word, one does not receive liberation from the bonds of Maya. ||22||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਚਾਰ ਕੇ ਵੇਖ ਲਵੋ, ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਮਾਇਆ ਦੇ ਬੰਧਨ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੂ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

aavhu sikh satguroo kay pi-aariho gaavhu sachee banee.
O beloved disciples of the True Guru, come and sing the Guru's Divine Words.
ਹੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਪਿਆਰੇ ਸਿੱਖੋ! ਆਵੋ, ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿਚ ਜੋੜਨ ਵਾਲੀ ਬਾਣੀ (ਰਲ ਕੇ) ਗਾਵੋ।

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

banee ta gaavhu guroo kayree baanee-aa sir banee.
Sing the Divine words, the supreme words (Bani) of all, uttered by the Guru.
ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਗਾਵੋ, ਇਹ ਬਾਣੀ ਹੋਰ ਸਭ ਬਾਣੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਸ਼ਿਰੋਮਣੀ ਹੈ।

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

jin ka-o nadar karam hovai hirdai tinaa samaanee.

These Divine Words uttered by the Guru get enshrined in the heart of those who are blessed with God's glance of grace.

ਇਹ ਬਾਣੀ ਉਹਨਾਂ ਬੰਦਿਆਂ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਹੀ ਟਿਕਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਉਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਮੇਹਰ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਹੋਵੇ, ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਹੋਵੇ।

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

peevhu amrit sadaa rahhu har rang japihu saarigpaanee.

Partake the Ambrosial Nectar of Naam, remain imbued with God's Love forever, and meditate on God with loving devotion.

ਹਰੀ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰੋ, ਹਰੀ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਸਦਾ ਜੁੜੇ ਰਹੋ, ਅਤੇ ਆਤਮਕ ਹੁਲਾਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਨਾਮ-ਜਲ ਪੀਓ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥

kahai nanak sadaa gaavhu ayh sachee banee. |23|

Nanak says, forever sing these Divine hymns uttered by the Guru forever. ||23||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ (ਹੇ ਗੁਰਸਿੱਖੋ!) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਵਾਲੀ ਇਹ ਬਾਣੀ ਸਦਾ ਗਾਵੋ।

ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥

satguroo binaa hor kachee hai banee.

The words uttered by anyone other than the True Guru are false.

ਸੱਚੇ ਗੁਰਾਂ ਦੇ ਬਾਝੋਂ ਹੋਰ ਸਮੂਹ ਧਰਮ-ਵਾਰਤਾ ਕੂੜੀ ਹੈ।

ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥

banee ta kache satguru baajhahu hor kachi banee.

Yes, without being uttered or approved by the true Guru, all other hymns are false.

ਸੱਚੇ ਗੁਰਾਂ ਦੇ ਬਗੈਰ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਧਰਮ ਵਾਰਤਾਵਾਂ ਕੇਵਲ ਕੂੜੀਆਂ ਹੀ ਹਨ।

ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸੁਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥

kahday kachay sunday kachay kachee^{N} aakh vakhaanee.

False are the reciters, false are the listeners, and false are those who discourse on false Bani.

ਕੂੜੇ ਹਨ ਆਖਣ ਵਾਲੇ, ਕੂੜੇ ਹਨ ਸ੍ਰੋਤਾ,ਅਤੇ ਕੂੜੇ ਵਰਨਣ ਕਾਰਨਹਾਰ।

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੂ ਨ ਜਾਣੀ ॥

har har nit karahi rasnaa kahi-aa kachhoo na jaanee.
They may continually recite God's Name with their tongues, but they do not understand what they are reciting.
ਉਹ ਬੰਦੇ ਜੀਭ-ਨਾਲ ਹਰੀ-ਨਾਮ ਭੀ ਬੋਲਣ ਤਾਂ ਭੀ ਜੋ ਕੁਝ ਉਹ ਬੋਲਦੇ ਹਨ ਉਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ,

ਚਿਤੁ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੋਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥

chit jin kaa hir la-i-aa maa-i-aa bolan pa-ay ravaanee.
Their conscious has been deceived by Maya, they are just reciting words without any understanding.
ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਇਆ ਨੇ ਮੋਹ ਰੱਖਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਜੋ ਕੁਝ ਬੋਲਦੇ ਹਨ ਜ਼ਬਾਨੀ ਜ਼ਬਾਨੀ ਹੀ ਬੋਲਦੇ ਹਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੪॥

kahai nanak satguru baajhahu hor kachi banee. ||24||
Nanak says that without being uttered or approved by the true Guru, all other Baani (word) is false. ||24||
ਗੁਰਾਂ ਜੀ ਆਖਦੇ ਹਨ ਸੱਚੇ ਗੁਰਾਂ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਹੋਰ ਸਮੂਹ ਧਰਮ ਵਾਰਤਾਂ ਕੂੜੀ ਹੈ।

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥

gur kaa sabad ratann hai heeray jit jarhaa-o.
The Word of the Guru is like a priceless gift studded with the virtues of God.
ਸਤਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਇਕ ਐਸੀ ਅਮੋਲਕ ਦਾਤ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀਆਂ ਵਡਿਆਈਆਂ ਭਰੀਆਂ ਪਈਆਂ ਹਨ।

ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥

sabad ratan jit man laagaa ayhu ho-aa samaa-o.
The one whose mind is attuned to the Guru's invaluable word, merges in this.
ਜਿਸ ਦਾ ਚਿੱਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਇਸ ਜਵੇਹਰ ਨਾਲ ਜੁੜ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਇਸ ਅੰਦਰ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥

sabad saytee man mili-aa sachai laa-i-aa bhaa-o.
One whose mind is focused on the Guru's word, he develops love for the eternal God.
ਜੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ ਜੁੜ ਜਾਏ, ਤਾਂ (ਇਸ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੋ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥

aapay heeraa ratan aapay jis no day-ay bujhaa-ay.
The one whom God blesses this understanding, realizes that God's Name and the word of His praises are priceless.
ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਇਹ ਸੂਝ ਬਖ਼ਸ਼ਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਹੀਰਾ-ਨਾਮ ਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ) ਰਤਨ-ਸ਼ਬਦ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥

kahai nanak sabad ratan hai heera jit jarhaa-o. ||25||
Nanak says, the Guru's word is like a priceless gift studded with the invaluable virtues of God.||25||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ, ਮਾਨੋ, ਇਕ ਰਤਨ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ-ਰੂਪ ਹੀਰਾ ਜੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥

siv sakat aap upaa-ay kai kartaa aapay hukam vartaa-ay.
After creating the soul and Maya, the Creator subjects them to His Command.
ਜੀਵਾਤਮਾ ਅਤੇ ਮਾਇਆ ਪੈਦਾ ਕਰ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਆਪ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੁਕਮ ਦੇ ਅਧੀਨ ਰਖਦਾ ਹੈ।

ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥

hukam vartaa-ay aap vaykhai gurmukh kisai bujhaa-ay.
Enforcing His Order, He Himself sees the play between the mind and Maya; He gives the understanding about this play only to a rare Guru's follower.
ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਹੀ ਇਹ ਹੁਕਮ ਵਰਤਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਪ ਹੀ ਇਹ ਖੇਡ ਵੇਖਦਾ ਹੈ (ਕਿ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੀਵ ਮਾਇਆ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਉਤੇ ਨੱਚ ਰਹੇ ਹਨ), ਕਿਸੇ ਕਿਸੇ ਵਿਰਲੇ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ (ਇਸ ਖੇਡ ਦੀ) ਸੂਝ ਦੇ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਤੋੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

torhay banDhan hovai mukat sabad man vasaa-ay.
Such a person enshrines the Guru's word in the mind, and he is emancipated by breaking the bonds of Maya.
ਉਹ ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਮਾਇਆ ਦੇ ਬੰਧਨ ਤੋੜ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੋਖਸ਼ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਵੈ ਏਕਸ ਸਿਉ ਲਿਵ ਲਾਏ ॥

gurmukh jis no aap karay so hovai aykas si-o liv laa-ay.

The one whom God Himself blesses the wisdom to follow the Guru’s teaching, he lovingly attunes his mind to God.

ਗੁਰੂ ਦੇ ਦੱਸੇ ਰਾਹ ਉਤੇ ਤੁਰਨ ਜੋਗਾ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਇਹ ਸਮਰੱਥਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਸੁਰਤ ਜੋੜਦਾ ਹੈ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥

kahai naanak aap kartaa aapay hukam bujhaa-ay. ||26||

Nanak says, He Himself is the Creator, and Himself reveals His Command. ||26||

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਆਪ ਹੀ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪ ਹੀ ਆਪਣੀ ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

simrit saastar punn paap beechaarday tatai saar na jaanee.

The readers of Smritis and the Shastras reflect upon good and evil, but they do not understand the true essence of reality.

ਸਿੰਮ੍ਰਿਤੀਆਂ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੇ ਇਹੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪਾਪ ਤੇ ਪੁੰਨ ਕੀਹ ਹੈ, ਉਹ ਅਸਲੀਅਤ ਦੇ ਜੌਹਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ।

ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

tatai saar na jaanee guroo baajhahu tatai saar na jaanee.

Yes, they do not understand the true essence of reality and without the Guru’s teachings they can not know the true essence of reality.

(ਇਹ ਗੱਲ ਯਕੀਨੀ ਜਾਣੋ ਕਿ) ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਉਹ ਅਸਲੀਅਤ ਦੇ ਜੌਹਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਸਕਦੇ।

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

tihee gunee sansaar bharam sut||25||aa suti-aa rain vihaanee.

The entire world is engrossed in the three modes of Maya and doubt; it passes the night of its life in the sleep of ignorance.

ਜਗਤ ਤਿੰਨਾਂ ਗੁਣਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਭਟਕ ਕੇ ਗ਼ਾਫ਼ਿਲ ਹੋਇਆ ਪਿਆ ਹੈ, ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਸੁੱਤਿਆਂ ਦੀ ਹੀ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਗੁਜ਼ਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਸੇ ਜਨ ਜਾਗੇ ਜਿਨਾ ਹਰਿ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਬੋਲਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ॥

gur kirpaa tay say jan jaagay jinaa har man vasi-aa boleh amrit banee.

By the Guru's Grace only those people remain awake from this sleep of ignorance within whom God dwells and who chant the Guru’s ambrosial word.

ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ (ਸਿਰਫ਼) ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਜਾਗਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਉਚਾਰਦੇ ਹਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੋ ਤਤੁ ਪਾਏ ਜਿਸ ਨੋ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ ਜਾਗਤ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥੨੭॥

kahai naanak so tat paa-ay jis no an-din har liv laagai jaagat rain vihaanee. ||27||
Nanak says that only that person realizes the essence reality (God), who is always imbued with the love of God, and who spends his life remaining awake and allert to the allurements of Maya. ||27||
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਤੱਤ ਨੂੰ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਦੀਵ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਅੰਦਰ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ ਰਾਤ੍ਰੀ ਮੋਹ ਦੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚੋਂ ਜਾਗ ਕੇ ਬਿਤਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

maataa kay udar meh partipaal karay so ki-o manhu visaaree-ai.
Why should one forsake that God who provides sustenance in the womb of the mother?
ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਕਦੇ ਭੁਲਾਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ, ਜੋ ਮਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਵਿਚ (ਭੀ) ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

manhu ki-o visaaree-ai ayvad daataa je agan meh aahaar pahuchaava-ay.
Yes, why forget from the mind such a Great benefactor, who provides sustenance in the fire of the womb?
ਇਤਨੇ ਵੱਡੇ ਦਾਤੇ ਨੂੰ ਮਨੋਂ ਭੁਲਾਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ ਜੋ ਮਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਦੀ ਅੱਗ ਵਿਚ ਭੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਅਪੜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਓਸ ਨੋ ਕਿਹੁ ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੀ ਜਿਸ ਨਉ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਲਾਵਏ ॥

os no kihu pohi na sakee jis na-o aapnee liv laav-ay.
Nothing can harm the one, whom God imbues with His Love.
ਉਸ ਬੰਦੇ ਨੂੰ (ਮੋਹ ਆਦਿਕ) ਕੁਝ ਭੀ ਪੋਹ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪਣੇ ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਬਖ਼ਸ਼ਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥

aapnee liv aapay laa-ay gurmukh sadaa samaalee-ai.
God Himself instills His love, therefore following the Guru’s teachings, we should always keep remembering Him with love and devotion.
ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਹੀ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੀਤ ਦੀ ਦਾਤ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਮਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

kahai naanak ayvad daataa so ki-o manhu visaaree-ai. ||28||
Nanak says, why forget such a Great benefactor from the mind?
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਚਿੱਤ ਤੋਂ ਇਤਨੇ ਵੱਡੇ ਦਾਤਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਕਿਉਂ ਭੁਲਾਈਏ?

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

jaisee agan udar meh taisee baahar maa-i-aa.
As the fire is inside the womb, so is the desire for Maya outside.
ਜਿਵੇਂ ਮਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਅੱਗ ਹੈ ਤਿਵੇਂ ਬਾਹਰ ਜਗਤ ਵਿਚ ਮਾਇਆ (ਦੁਖਦਾਈ) ਹੈ।

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

maa-i-aa agan sabh iko jayhee kartai khayl rachaa-i-aa.
The fire in womb, and the burning desire for Maya (worldly riches and power) are similar in nature; such is the play, the Creator has set up.
ਸੰਸਾਰੀ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਗਰਭ ਦੀਆਂ ਅੱਗਾਂ ਇੱਕ ਸਮਾਨ ਹਨ। ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਨੇ **ਐਸੀ ਹੀ** ਖੇਡ ਬਣਾਈ ਹੈ।

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

jaa tis bhaanaa taa jammi-aa parvaar bhalaa bhaa-i-aa.
When God so wishes, the child is born, and the family is very pleased.
ਜਦੋਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੀਵ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰ ਬੁਹਤ ਖੁਸ਼ ਹੰਦਾ ਹੈ।

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

liv chhurhkee lagee tarisnaa maa-i-aa amar vartaa-i-aa.
Love for God wears off, and the child becomes attached to worldly desires; the script of Maya runs its course.
ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਭੂ ਚਰਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਪ੍ਰੀਤ ਦੀ ਤਾਰ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਲੋਭ ਬਾਲ ਨੂੰ ਚਿੰਮੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਇਆ ਦਾ ਰਾਜ ਭਾਗ ਚਾਲੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੋਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

ayh maa-i-aa jit har visrai moh upjai bhaa-o doojaa laa-i-aa.
It is this Maya, because of which God is forgotten, emotional attachment and love for duality wells up.
ਮਾਇਆ ਹੈ ਹੀ ਐਸੀ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਰੱਬ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, (ਦੁਨੀਆ ਦਾ) ਮੋਹ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,
(ਰੱਬ ਤੋਂ ਬਿਨਾ) ਹੋਰ ਹੋਰ ਪਿਆਰ ਉਪਜ ਪੈਂਦਾ ਹੈ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨਾ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਤਿਨੀ ਵਿਚੇ ਮਾਇਆ ਪਾਇਆ ॥੨੯॥

kahai nanak gur parsadee jinaa liv lagee tinee vichay maa-i-aa paa-i-aa. ||29||
Nanak says, by Guru's Grace, those who remain attuned to God have realized Him, while living in the midst of Maya.
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਦੀ ਡੋਰ ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਜੁੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ,
ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਵਰਤਦਿਆਂ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

har aap amulak hai mul na paa-i-aa jaa-ay.
God Himself is priceless; His worth cannot be estimated.
ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਮੁੱਲ ਨਹੀਂ ਪੈ ਸਕਦਾ, ਪਰਮਾਤਮਾ (ਧਨ ਆਦਿਕ) ਕਿਸੇ ਕੀਮਤ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ।

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥

mul na paa-i-aa jaa-ay kisai vitahu rahay lok villaa-ay.
Yes, His worth cannot be estimated by anybody, people have grown weary of trying.
ਉਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕਿਸੇ ਕੋਲੋਂ ਭੀ ਪਾਈ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ, ਜੀਵ ਖਪ ਖਪ ਕੇ ਹਾਰ ਗਏ ਹਨ।

ਐਸਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤਿਸ ਨੋ ਸਿਰੁ ਸਉਪੀਐ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਜਾਇ ॥

aisaa satgur jay milai tis no sir sa-upee-ai vichahu aap jaa-ay.
If one meets and follows the teachings of such a True Guru, self-conceit vanishes, then one should totally surrender himself to that Guru.
ਜੇ ਅਜੇਹਾ ਗੁਰੂ ਮਿਲ ਪਏ (ਜਿਸ ਦੇ ਮਿਲਿਆਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਾ-ਭਾਵ ਨਿਕਲ ਜਾਏ) ਤਾਂ ਉਸ ਗੁਰੂ ਦੇ ਅੱਗੇ ਆਪਣਾ ਸਿਰ ਭੇਟ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥

jis daa jee-o tis mil rahai har vasai man aa-ay.
When one remains imbued with the love of God, then God, to whom one belongs, comes to dwell in his mind.
ਜੀਵ ਉਸ ਹਰੀ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਜੁੜਿਆ ਰਹੇ ਉਹ ਹਰੀ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵੱਸ ਪਏ ਜਿਸ ਦਾ ਇਹ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਕੇ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਹਰਿ ਪਲੈ ਪਾਇ ॥੩੦॥

har aap amulak hai bhaag tinaa kay naankaa jin har palai paa-ay. ||30||
O’ Nanak, God Himself is priceless but they become very fortunate whom God unites to the Guru.
ਹੇ ਨਾਨਕ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਮੁੱਲ ਨਹੀਂ ਪੈ ਸਕਦਾ, ਪਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਲੜ ਲਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭਾਗ ਜਾਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥

har raas mayree man vanjaaraa.
God’s Name is my wealth and my mind is a trader of Naam
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਮੇਰੀ ਰਾਸਿ-ਪੂੰਜੀ ਹੈ ਤੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਵਪਾਰੀ ਹੈ।

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥

har raas mayree man vanjaaraa satgur tay raas jaanee.

Yes, God's Name is my true wealth and my mind is a trader of Naam. It is from the true Guru that I have come to know about this wealth.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਮੇਰੀ ਪੂੰਜੀ ਹੈ ਤੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਵਾਪਾਰੀ ਹੈ ਸੱਚੇ ਗੁਰਦੇਵ ਜੀ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪੂੰਜੀ ਨੂੰ ਜਾਣ ਲਿਆ ਹੈ।

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥

har har nit japihu jee-ahu laahaa khatihu dihaarhee.

O' human beings, meditate every day on God's Name with loving devotion and earn its profit (bliss) everyday.

ਤੁਸੀ ਭੀ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਸਦਾ ਹਰੀ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰੋ, ਤੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ (ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਦਾ) ਲਾਭ ਖੱਟੋ।

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥

ayhu Dhan tinaa mili-aa jin har aapay bhaanaa.

Only those have received this wealth, whom God has Himself liked to give.

ਇਹ ਧਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੇਣਾ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਆਪ ਹੀ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥

kahai naanak har raas mayree man ho-aa vanjaaraa. ||31||

Nanak says: God's Name is my true wealth, and the mind has become its trader.

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਮੇਰੀ ਪੂੰਜੀ ਹੈ, ਮੇਰਾ ਮਨ (ਇਸ ਵਣਜ ਦਾ) ਵਪਾਰੀ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ।

ਏ ਰਸਨਾ ਤੂ ਅਨ ਰਸਿ ਰਾਚਿ ਰਹੀ ਤੇਰੀ ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ॥

ay rasnaa too an ras raach rahee tayree pi-aas na jaa-ay.

O my tongue, you are engrossed in tasting many different relishes, this way your yearning for worldly tastes would not go away

ਹੇ (ਮੇਰੀ) ਜੀਭ! ਤੂੰ ਹੋਰ ਹੋਰ ਸੁਆਦ ਵਿਚ ਮਸਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈਂ, (ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਤੇਰਾ ਸੁਆਦਾਂ ਦਾ ਚਸਕਾ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ਹੋਰਤੁ ਕਿਤੈ ਜਿਚਰੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਲੈ ਨ ਪਾਇ ॥

pi-aas na jaa-ay horat kitai jichar har ras palai na paa-ay.

Yes, your desire for different worldly tastes shall not go away by any means, until you attain the subtle essence of God's Name.

ਜਦ ਤਾਂਈਂ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। (ਉਤਨਾ ਚਿਰ) ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਥਾਂ ਤੋਂ ਸੁਆਦਾਂ ਦਾ ਚਸਕਾ ਮਿਟ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।

ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇ ਪਲੈ ਪੀਐ ਹਰਿ ਰਸੁ ਬਹੁੜਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਗੈ ਆਇ ॥

har ras paa-ay palai pee-ai har ras bahurh na tarisnaa laagai aa-ay.

If you do receive the subtle essence of God's Name, and partake this essence of God's Name, then you shall not be troubled by any other desire again.

ਜੇਕਰ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨੂੰ ਪਾ ਲਵੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਅੰਮਿਤ ਨੂੰ ਪਾਨ ਕਰ ਲਵੇਂ ਤਾਂ ਮੁੜ ਕੇ ਤੈਨੂੰ ਹੋਰ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗੀ।

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

ayhu har ras karmee paa-ee-ai satgur milai jis aa-ay.

By God's grace, this subtle essence of God's Name is received by the one who follows the teachings of the True Guru

ਇਹ ਹਰੀ-ਨਾਮ ਦਾ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਮੇਹਰ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੱਚੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਆ ਕੇ ਮਿਲ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹੋਰਿ ਅਨ ਰਸ ਸਭਿ ਵੀਸਰੇ ਜਾ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥੩੨॥

kahai naanak hor an ras sabh veesray jaa har vasai man aa-ay. ||32||

Nanak says that when the bliss of Naam resides in the mind, all other worldly relishes are forgotten.

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਹਰੀ-ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਨ ਵਿਚ ਵੱਸ ਪਏ, ਤਦੋਂ ਹੋਰ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਚਸਕੇ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

ay sareeraa mayri-aa har tum meh jot rakhee taa too jag meh aa-i-aa.

O my body, when God infused His divine Light into you, then you came into the world.

ਹੇ ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ! ਜਦੋਂ ਹਰੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਜੋਤਿ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖ ਦਿੱਤੀ। ਤਦ ਤੂੰ ਜਗਤ ਵਿਚ ਆਇਆ।

ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

har jot rakhee tuDh vich taa too jag meh aa-i-aa.

Yes, only when God placed His divine light in you, then you came into this world.

(ਇਹ ਯਕੀਨ ਜਾਣ ਕਿ) ਜਦੋਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੀ ਜੋਤਿ ਰੱਖੀ, ਤਦੋਂ ਤੂੰ ਜਗਤ ਵਿਚ ਜੰਮਿਆ।

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

har aapay maataa aapay pitaa jin jee-o upaa-ay jagat dikhaa-i-aa.

God Himself is the mother and Himself the father, who after creating the human being, takes care of the beings.

ਜੇਹੜਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਜੀਵ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਜਗਤ ਵਿਚ ਭੇਜਦਾ ਹੈ ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਇਸ ਦੀ ਮਾਂ ਹੈ ਆਪ ਹੀ ਇਸ ਦਾ ਪਿਤਾ ਹੈ।

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

gur parsaadee bujhi-aa taa chalat ho-aa chalat nadree aa-i-aa.

When by Guru's grace, one understood the reality of this world, then he realizes that this world is a play and nothing but a play of God.

ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮੇਹਰ ਨਾਲ ਜੀਵ ਨੂੰ ਗਿਆਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਜਗਤ ਤਾਂ ਇਕ ਖੇਡ ਹੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਜੀਵ ਨੂੰ ਇਹ ਜਗਤ ਇਕ ਤਮਾਸ਼ਾ ਹੀ ਦਿੱਸ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਮੂਲੁ ਰਚਿਆ ਜੋਤਿ ਰਾਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥੩੩॥

kahai nanak sarisat ka mool rachiaa jot raakhee taa too jag mein aa-i-aa. ||33||

Nanak says, that when God laid the foundation of the universe and placed His divine light in you, only then you came into this world.

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਜਗਤ-ਰਚਨਾ ਦਾ ਮੁੱਢ ਬੱਧਾ, ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੀ ਜੋਤਿ ਪਾਈ, ਤਦੋਂ ਤੂੰ ਜਗਤ ਵਿਚ ਜਨਮਿਆ।

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

man chaa-o bha-i-aa parabh aagam suni-aa.

My mind has become joyful, when I realized the presence of God in my heart.

ਮੈਂ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਮੇਰੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਆ ਵੱਸਿਆ ਹੈ ਹੁਣ ਮੇਰੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆਨੰਦ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ।

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

har mangal gaa-o sakhee garihu mandar bani-aa.

O my friend ; sing songs of joy, because my heart has become a temple for God.

ਹੇ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੇ! ਮੇਰਾ ਇਹ ਹਿਰਦਾ-ਘਰ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਦਾ ਨਿਵਾਸ-ਅਸਥਾਨ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ, ਹੁਣ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ ਗੀਤ ਗਾ।

ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੋਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥

har gaa-o mangal nit sakhee-ay sog dookh na vi-aapa-ay.

Yes, O' my friend, always sing joyful songs of God's praises; by doing so no sorrow or pain ever afflicts.

ਹੇ ਜਿੰਦੇ! ਸਦਾ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਦਾ ਗੀਤ ਗਾਂਦੀ ਰਹੁ, (ਇਹ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਕੋਈ ਫ਼ਿਕਰ ਕੋਈ ਦੁੱਖ (ਆਪਣਾ) ਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ।

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥

gur charan laagay din sabhaagay aapnaa pir jaap-ay.

Blessed are the days when I am attached to the Guru's word and I lovingly meditate on my Master-God.

ਉਹ ਦਿਨ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਗੁਰਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਨੂੰ ਸਿਮਰਦਾ ਹਾਂ।

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੋ ॥

anhat banee gur sabad jaanee har naam har ras bhogo.

It is through the Guru's word, that I have realized the continuous melody of God's praises, and now I am enjoying the relish of God's Name.

ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਇਕ-ਰਸ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹਵਾਲੇ ਰਾਗ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਰੱਬ ਦੇ ਨਾਮ ਦੇ ਈਸ਼ਵਰੀ ਸੁਆਦ ਨੂੰ ਮਾਣਦਾ ਹਾਂ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੋ ॥੩੪॥

kahai naanak parabh aap mili-aa karan kaaran jogo. ||34||

Nanak says, God Himself, who is capable of doing everything, has met me.

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ ਜੋ ਸਭ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ ਆਪ (ਆ ਕੇ) ਮੈਨੂੰ ਮਿਲ ਪਿਆ ਹੈ।

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇ ਕੈ ਕਿਆ ਤੁਧੁ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ॥

ay sareeraa mayri-aa is jag meh aa-ay kai ki-aa tuDh karam kamaa-i-aa.

O' my body, what worthwhile deeds have you done by coming into this world?

ਹੇ ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ! ਇਸ ਜਗਤ ਵਿਚ ਜਨਮ ਲੈ ਕੇ ਤੂੰ ਕੇਹੜੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ?

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

ke karam kamaa-i-aa tuDh sareeraa jaa too jag meh aa-i-aa.

Yes, O my body, since you came into this world, what good deeds have you done?

ਤੂੰ ਕਿਹੜਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ ਹੇ ਮੈਡੀ ਦੇਹ! ਜਦ ਦੀ ਤੂੰ ਇਸ ਜਹਾਨ ਅੰਦਰ ਆਈ ਹੈਂ?

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

jin har tayraa rachan rachi-aa so har man na vasaa-i-aa.

You have not enshrined in your mind that God who created you.

ਜਿਸ ਹਰੀ ਨੇ ਤੈਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਵਸਾਇਆ

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥

gur parsaadee har man vasi-aa poorab likhi-aa paa-i-aa.

By the Guru's Grace, God dwells in the mind of the person whose pre-ordained destiny is fulfilled.

ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਪੂਰਬਲੇ ਕੀਤੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰ ਉੱਘੜਦੇ ਹਨ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵੱਸਦਾ ਹੈ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਪਰਵਾਣੁ ਹੋਆ ਜਿਨਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥੩੫॥

kahai naanak ayhu sareer parvaan ho-aa jin satgur si-o chit laa-i-aa. ||35||

Nanak says, he who has focused his mind on the Guru's teachings, has achieved the purpose of human life and is approved in God's presence.

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਗੁਰੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਚਿੱਤ ਜੋੜ ਲਿਆ, (ਉਸ ਦਾ) ਇਹ ਸਰੀਰ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,

ਏ ਨੇਤ੍ਰਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਧਰੀ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ॥

ay naytarahu mayriho har tum meh jot Dharee har bin avar na daykhhu ko-ee.
O’ my eyes, God has infused His Light into you; therefore do not behold anybody other than God (rather see God pervading in everybody and everywhere).
ਹੇ ਮੇਰੀਓ ਅੱਖੀਓ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੀ ਜੋਤਿ ਟਿਕਾਈ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਬਗੈਰ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਾਂ ਵੇਖੋ। ਜਿੱਧਰ ਤੱਕੋ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਹੀ ਦੀਦਾਰ ਕਰੋ।

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥

har bin avar na daykhhu ko-ee nadree har nihaali-aa.
Do not see anything else except God pervading everywhere, God alone is worthy of beholding
ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਗ਼ੈਰ ਨਾ ਦਿੱਸੇ, ਨਿਗਾਹ ਨਾਲ ਹਰੀ ਨੂੰ ਵੇਖੋ।

ਏਹੁ ਵਿਸੁ ਸੰਸਾਰੁ ਤੁਮ ਦੇਖਦੇ ਏਹੁ ਹਰਿ ਕਾ ਰੂਪੁ ਹੈ ਹਰਿ ਰੂਪੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

ayhu vis sansaar tum daykh-day ayhu har kaa roop hai har roop nadree aa-i-aa.
O’ my eyes, this entire world which you are beholding is the manifestation of God; it is this form of God, which my eyes are seeing.
(ਹੇ ਅੱਖੀਓ!) ਇਹ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਜੋ ਤੁਸੀ ਵੇਖ ਰਹੀਆਂ ਹੋ, ਇਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਹੀ ਰੂਪ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਹੀ ਰੂਪ ਦਿੱਸ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਜਾ ਵੇਖਾ ਹਰਿ ਇਕੁ ਹੈ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥

gur parsaadee bujhi-aa jaa vaykhaa har ik hai har bin avar na ko-ee.
By the Guru's Grace, I have realized this, and now wherever I see, I only see one God, and except God there is no one else.
ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਸਮਝ ਪਈ ਹੈ, ਹੁਣ ਮੈਂ ਜਦੋਂ ਚੁਫੇਰੇ ਵੇਖਦਾ ਹਾਂ, ਹਰ ਥਾਂ ਇਕ ਪ੍ਰਭੂ ਹੀ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹਿ ਨੇਤ੍ਰ ਅੰਧ ਸੇ ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਦਿਬ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਹੋਈ ॥੩੬॥

kahai naanak ayhi naytar anDh say satgur mili-ai dib darisat ho-ee. ||36||
Nanak says: Previously these eyes were spiritually blind, upon meeting the true Guru the divine light came in them and now these eyes see God everywhere.
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਅੱਖੀਆਂ ਅਸਲ ਵਿਚ ਅੰਨ੍ਹੀਆਂ ਸਨ, ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਮਿਲਿਆ, ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਰੌਸ਼ਨੀ ਆਈ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਥਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਿੱਸਣ ਲੱਗਾ।

ਏ ਸ੍ਰਵਣਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥

ay sarvanhu mayriho saachai sunnai no pathaa-ay.
O my ears, you are sent here only to listen God’s praises.
ਹੇ ਮੇਰਿਓ ਕੰਨੋ! ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਸੁਣਨ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥

saachai sunnai no pathaa-ay sareer laa-ay sunhu sat banee.
Yes, you are attached to the body and sent here to listen to the Guru's divine words of God's praises.
ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਸੁਣਿਆ ਕਰੋ, ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹੀ ਸੁਣਨ ਵਾਸਤੇ ਭੇਜਿਆ ਹੈ, ਇਸ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਥਾਪਿਆ ਹੈ।

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥

jit sunee man tan hari-aa ho-aa rasnaa ras samaanee.
The mind and body are rejuvenated by listening to the Guru's divine words of God's praises and the tongue becomes immersed in the nectar of Naam.
ਇਸ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਦੇ ਸੁਣਨ ਨਾਲ ਤਨ ਮਨ ਸੁਰਜੀਤ ਜੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੀਭ੍ਹਾ ਨਾਮ-ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵਿੱਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥

sach alakh vidaanee taa kee gat kahee na jaa-ay.
God is so wondrous and incomprehensible, His state cannot be described.
ਪਰਮਾਤਮਾ ਤਾਂ ਅਸਚਰਜ-ਰੂਪ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਕੋਈ ਚਿਹਨ-ਚੱਕ੍ਰ ਦੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ,

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਸੁਣਹੁ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋਵਹੁ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥੩੭॥

kahai nanak amrit naam sunhu pavitar hovhu saachai sunnai no pathaaay. ||37||
Nanak says, listen to the ambrosial Naam and become immaculate, you were created only to listen to the divine Word.
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ ਸੁਣਿਆ ਕਰੋ, ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋਵੋ, ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹੀ ਸੁਣਨ ਵਾਸਤੇ ਭੇਜਿਆ ਹੈ।

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥

har jee-o gufaa andar rakh kai vaajaa pavan vajaa-i-aa.
Placing the soul in the body-cave, God blew the breath of life into it like blowing air into a musical instrument.
ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਜਿੰਦ ਨੂੰ ਸਰੀਰ-ਗੁਫ਼ਾ ਵਿਚ ਟਿਕਾ ਕੇ ਸੁਆਸਾਂ ਦਾ ਵਾਜਾ ਵਜਾਇਆ ਤੇ ਜੀਵ ਨੂੰ ਬੋਲਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਿੱਤੀ।

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥

vajaa-i-aa vaajaa pa-un na-o du-aaray pargat kee-ay dasvaa gupat rakhaa-i-aa.
Yes, God blew the breath of life into the body and revealed the nine body organs through the nine doors (two eyes, two ears, two nostrils, one tongue, and two outlets for urine and excreta) but He kept the tenth door hidden.
ਜੀਵ ਨੂੰ ਬੋਲਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਿੱਤੀ, ਨੱਕ ਕੰਨ ਆਦਿਕ ਨੌ ਕਰਮ-ਇੰਦ੍ਰੀਆਂ ਪਰਤੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਬਣਾਈਆਂ, ਦਸਵੇਂ ਦਰ (ਦਿਮਾਗ਼) ਨੂੰ ਲੁਕਵਾਂ ਰੱਖਿਆ।

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

gurdu-aarai laa-ay bhaavnee iknaa dasvaa du-aar dikhaa-i-aa. I

To whom God blessed with love for Naam through the Guru, He revealed them the tenth door also.

ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰ ਤੇ ਅਪੜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਦੀ ਸਰਧਾ ਬਖ਼ਸ਼ੀ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਸਵਾਂ ਦਰ ਭੀ ਵਿਖਾ ਦਿੱਤਾ

ਤਹ ਅਨੇਕ ਰੂਪ ਨਾਉ ਨਵ ਨਿਧਿ ਤਿਸ ਦਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਪਾਇਆ ॥

tah anayk roop naa-o nav niDh tis daa ant na jaa-ee paa-i-aa.

In that supreme spiritual state where the tenth door has been revealed, one realizes the limitless wealth of God's Name in many beautiful forms.

ਉਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਰੰਗਾਂ ਰੂਪਾਂ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਉਹ ਨਾਮ-ਰੂਪਾਂ ਨੌ ਖ਼ਜ਼ਾਨਿਆਂ ਦਾ ਭੰਡਾਰ ਭੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਅੰਤ ਨਹੀਂ ਪੈ ਸਕਦਾ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਪਿਆਰੈ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥੩੮॥

kahai nanak har piaarai jeeo gufaa andar rakh kai vajaa pavan vajaaiaa. ||38||

Nanak says, placing the soul in the body-cave, dear God blew the breath of life into it like blowing air into a musical instrument.

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ, ਪਿਆਰੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਜਿੰਦ ਨੂੰ ਸਰੀਰ-ਗੁਫ਼ਾ ਵਿਚ ਟਿਕਾ ਕੇ ਸੁਆਸਾਂ ਦਾ ਵਾਜਾ ਵਜਾਇਆ ਤੇ ਜੀਵ ਨੂੰ ਬੋਲਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਿੱਤੀ

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥

ayhu sachaa sohila saachai ghar gaavhu.

Sing this true song of praises of God in the holy congregation

ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਇਹ ਬਾਣੀ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ (ਬੈਠ ਕੇ) ਗਾਵਿਆ ਕਰੋ।

ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥

gaavhu ta sohila ghar saachai jithai sadaa sach Dhi-aavhay.

Yes, Sing this song of bliss in the holy congregation, where they always lovingly meditate on the eternal God.

ਉਸ ਸਤ ਸੰਗ ਵਿਚ ਆਮਤਕ ਅਨੰਦ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਬਾਣੀ ਗਾਵਿਆ ਕਰੋ, ਜਿਥੇ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਸਦਾ ਗਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਚੋ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥

sacho Dhi-aavahi jaa tuDh bhaaveh gurmukh jinaa bujhaavhay.

O' God, they meditate on You only when it so pleases You, and to whom You bless with this understanding through the Guru.

ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਤੈਨੂੰ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਨੂੰ ਤਦੋਂ ਹੀ ਜੀਵ ਸਿਮਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੈਨੂੰ ਚੰਗੇ ਲੱਗਣ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੂੰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਸੂਝ ਬਖ਼ਸ਼ੇਂ।

ਇਹੁ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਖਸਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਬਖਸੇ ਸੋ ਜਨੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ih sach sabhnaa kaa khasam hai jis bakhsay so jan paavhay.
The eternal God is the Master of all, only they realize
Him upon whom He becomes gracious.
ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਮਾਲਕ ਹੈ, ਜਿਸ ਜਿਸ ਉਤੇ ਉਹ ਮੇਹਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਉਹ ਜੀਵ ਤੈਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥

kahai naanak sach sohilaa sachai ghar gaavhay. ||39||
Nanak says, joining the holy congregation, they sing the praise of God.
ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸਤ ਸੰਗਤ ਵਿਚ (ਬੈਠ ਕੇ) ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਵਾਲੀ ਬਾਣੀ ਗਾਂਦੇ ਹਨ

ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥

anad sunhu vadbhaageeho sagal manorath pooray.
O’ fortunate ones, listen to the song of bliss; by listening to
this song, all your wishes shall be fulfilled.
ਤੁਸੀਂ ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸ੍ਰਵਣ ਕਰੋ, ਹੇ ਭਾਰੇ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲਿਓ! ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਅਭਿਆਸ਼ਾ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੂਰੇ ॥

paarbarahm parabh paa-i-aa utray sagal visooray.
Those who have listened to the song of bliss have realized God,
and all their worries have been removed
ਉਨ੍ਹਾ ਨੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਪਾ ਲਿਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾ ਦੇ ਸਾਰੇ ਚਿੰਤਾ-ਝੋਰੇ ਮਨ ਤੋਂ ਲਹਿ ਗਏ ਹਨ।

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

dookh rog santaap utray sunee sachee banee.
By listening to the Divine Word, all their sorrows and miseries have departed.
ਸੱਚੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸ੍ਰਵਣ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਉਹ ਤਕਲੀਫਾਂ ਤੇ ਕਸ਼ਟਾਂ ਤੋਂ ਖ਼ਲਾਸੀ ਪਾ ਗਏ ਹਨ।

ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥

sant saajan bha-ay sarsay pooray gur tay jaanee.
By understanding the divine word from the true Guru, all the saints and friends
become delighted.
ਸਾਧੂ ਤੇ ਮਿੱਤ੍ਰ ਇਸ ਨੂੰ ਪੂਰਨ ਗੁਰਾਂ ਪਾਸੋਂ ਜਾਣਨ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥

suntay puneet kahtay pavit satgur rahi-aa bharpooray.

Those who listen to or utter the word of the Guru, become immaculate as they see the true Guru in this hymn, the song of bliss.

ਇਸ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਤੇ ਉਚਾਰਨ ਵਾਲੇ ਸਭ ਪਵਿਤ੍ਰ-ਆਤਮਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਤਿਗੁਰੂ ਹੀ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ।

ਬਿਨਵੰਤਿ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਚਰਣ ਲਾਗੇ ਵਾਜੇ ਅਨਹਦ ਤੂਰੇ ॥੪੦॥੧॥

binvant naanak gur charan laagay vaajay anhad tooray. ||40||1||

Nanak humbly submits that those who focus on the Guru's word, bliss wells up within them as if non-stop divine melodies are playing in their mind.

ਨਾਨਕ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ-ਜੇਹੜੇ ਬੰਦੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਚਰਨੀਂ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਕ-ਰਸ (ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਦੇ) ਵਾਜੇ ਵੱਜ ਪੈਂਦੇ ਹਨ (ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)

Introduction to Ardas (Prayer)

The word ‘ardas’ means a petition or an address to a superior authority. Our ardas is addressed to the Almighty God and to our eternal Guru, Guru Granth Sahib.

The following shabad is generally recited before starting the Ardas. In these verses, Guru Arjan Dev ji says that our body and soul, and everything we have, are blessings from God. We are His children. Therefore, we must relinquish our ego and plead to Him for our needs like a child pleads to the parents.

The format and the wording of the current ardas has evolved over many years and was decided by a joint body of Sikh scholars.

Ardas can be divided into three main parts.

First part is Vaar Siri Bhagauti Ji Ki, composed by Guru Gobind Singh ji, in which he invoked the almighty God and the first nine Gurus. After the vaar, we invoke the tenth Guru and Guru Granth Sahib.

Second part of ardas essentially encapsulates the entire Sikh history, recounting the dedication and sacrifice by the Sikhs, and reflecting upon the memorable acts of the Sikh martyrs and heroes, who upheld their faith unto their last breath.

Third part of ardas, we pray for the community seeking the virtues of simran (remembering God’s Name), righteous living of a true Sikh, and trust among the community. We plead to the Guru to protect us from the five vices (lust, anger, greed, attachment, and ego).

At the end, words are added to suit the occasion (such as a wedding, birth, death etc.) for which the congregation was held and seek Gurus blessings. In the closing words of ardas, we pray for the well being of all under His Will, irrespective of their religion.

ਅਰਦਾਸ

ARDAS
Prayer

ਤੂ ਠਾਕੁਰੁ ਤੁਮ ਪਹਿ ਅਰਦਾਸਿ ॥ ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਸਭੁ ਤੇਰੀ ਰਾਸਿ ॥

tu thaakur tum peh ardaas, jeeo pind sabh teri raas

(Waheguru ji), You are our master, we (human beings) can only plead to you (for our needs), because this body and soul (that You have given us) are your blessings.

ਤੁਮ ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਹਮ ਬਾਰਿਕ ਤੇਰੇ ॥ ਤੁਮਰੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਮਹਿ ਸੂਖ ਘਨੇਰੇ ॥

tum maat pita ham baarek tere, tumri kirpa meh sookh ghanere

You are our mother and father (our Creator), we are Your children.In your Grace are many joys and comforts.

ਕੋਇ ਨ ਜਾਨੈ ਤੁਮਰਾ ਅੰਤੁ ॥ ਊਚੇ ਤੇ ਊਚਾ ਭਗਵੰਤ ॥

koe na jaanae tumra ant, ooche te oocha bhagwant

Nobody knows the extent of Your creation.O' God, You are higher than the highest (there is nobody like You).

ਸਗਲ ਸਮਗ੍ਰੀ ਤੁਮਰੈ ਸੂਤ੍ਰਿ ਧਾਰੀ ॥ ਤੁਮ ਤੇ ਹੋਇ ਸੁ ਆਗਿਆਕਾਰੀ ॥

sagal samagri tumre sooter dhaari, tum te hoe so aagya kaari

The whole Universe is functioning under Your divine law, strung in one strand. All that came from Your creation is under Your command.

ਤੁਮਰੀ ਗਤਿ ਮਿਤਿ ਤੁਮ ਹੀ ਜਾਨੀ ॥ ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਨੀ ॥

tumri gat mit tum hi jaani, nanak daas sadaa kurbaani

What You are and how Great you are, only You know. Nanak, Your devotee, is beholden to You forever.

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ॥

ek-oankar. waheguroo ji ki fateh

God is One. All victory is of the Wondrous Guru (God).

ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Sri Bhagouti ji Sahai

May the respected God in the form of the Destroyer of evil doers help us!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Vaar Sri Bhagouti Ji Ki Paatshaahee Dasvee

Ode of the respected God recited by the Tenth Guru.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੌਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ॥

Pritham Bhagouti Simar Kai, Guru Naanak Layee Dhiyae

First remember *God in the form of Destroyer of evil doers*; then remember Nanak. *(dwell on his spiritual contribution)*

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ॥

Angad Gur Te Amar Das, Raamdaasai Hoye Sahai

Then remember and meditate upon Guru Angad, Guru Amar Das and Guru Ram Das; May they help us! *(dwell on their spiritual contribution)*

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੋ ਸਿਮਰੌ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ॥

Arjan Hargobind No Simrou Sri Har Rai

Remember and meditate upon Guru Arjan, Guru Hargobind and Respected Guru Har Rai. *(dwell on their spiritual contribution)*

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ॥

Sri HarKrishan Dhiyaa-eeai Jis Dhithi Sabh Dukh Jaye

Remember and meditate upon respected Guru Har Krishan, by having the sight of whom, all pains vanish. *(dwell on his spiritual contribution)*

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ॥

Teg Bahadur Simareeai Ghar No Nidh Avai Dhai

Remember Guru Tegh Bahadur and then nine sources of spiritual wealth will come hastening to your home.

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥

Sabh Thai Ho-e Sahaai

Oh God! kindly help us everywhere by *showing us the path.*

ਦਸਵਾਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ! ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥

Dasvaa Paatshaah Guru Gobind Singh Ji Sabh Thai Ho-e Sahaai Remember the respected Tenth Guru Gobind Singh (dwell on his spiritual contribution).

Oh God! kindly help us everywhere by *showing us the path.*

ਦਸਾਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀਆਂ ਦੀ ਜੋਤ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਪਾਠ ਦੀਦਾਰ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Dasa Paatsaaheea Di Jot Sri Guru Granth Sahib Ji, De Paath Deedaar Daa Dhiyaan Dhar Ke Bolo Ji Waheguroo

Meditate upon the divine light of the Ten Kings contained in the respected Guru Granth Sahib and turn your thoughts to their divine teachings and get pleasure from the sight of Guru Granth Sahib; everybody say Waheguru (Wondrous God)!

ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਚੌਹਾਂ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ, ਚਾਲ੍ਹੀਆਂ ਮੁਕਤਿਆਂ, ਹਠੀਆਂ ਜਪੀਆਂ, ਤਪੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ, ਵੰਡ ਛਕਿਆ, ਦੇਗ ਚਲਾਈ, ਤੇਗ ਵਾਹੀ, ਦੇਖ ਕੇ ਅਣਡਿੱਠ ਕੀਤਾ, ਤਿਨ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਸਚਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ, ਖਾਲਸਾ ਜੀ ! ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Panja Piyariya, Chauhaa Sahibzadiya, Chaliya Mukhtiya, Huthiya, Jupiya, Tupiya, Jina Nam Jupiya, Vand Shakiya, Deg Chalaaee, Teg Vaahee, Dekh Ke Andhith Keetaa, Tinhaa Piariyaa, Sachiaariyaa Dee Kamaaee, Da Dhiyaan Dhar Ke Bolo Ji Waheguroo

Think of the deeds of the Five Beloved Ones, of the four sons *(of Guru Gobind Singh)*; of the Forty Martyrs; of the brave Sikhs of indomitable determination; of the devotees steeped in the colour of the Naam; of those who were absorbed in the Naam; of those who remembered the Naam and shared their food in companionship; of those who started free kitchens; of those who wielded their swords *(for preserving truth)*; of those who overlooked others' shortcomings; All the aforesaid were pure and truly devoted ones;
everybody say Waheguru (Wondrous God)!

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਿੰਘਾਂ ਸਿੰਘਣੀਆਂ ਨੇ ਧਰਮ ਹੇਤ ਸੀਸ ਦਿੱਤੇ, ਬੰਦ ਬੰਦ ਕਟਾਏ, ਖੋਪਰੀਆਂ ਲੁਹਾਈਆਂ, ਚਰਖੜੀਆਂ ਤੇ ਚੜ੍ਹੇ, ਆਰਿਆਂ ਨਾਲ ਚਿਰਾਏ ਗਏ, ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ, ਧਰਮ ਨਹੀਂ ਹਾਰਿਆ, ਸਿੱਖੀ ਕੇਸਾਂ ਸੁਆਸਾਂ ਨਾਲ ਨਿਬਾਹੀ, ਤਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਖਾਲਸਾ ਜੀ! ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Jinaa Singhaa Singhneeyaa Ne Dharam Het Sees Dithe, Bund Bund Kuttai, Khopriya Luhayiya, Charukriya Te Churhe, Aariaa Naal Chiraae Ge, Gurdwaraiya Di Seva Layee Kurbaniya Keethiya, Dharam Nehee Haariye, Sikhi Kesaa Suwaasaa Naal Nibaahee, Tina Dee Kamaaee Daa Dhiyaan Dhar Ke Bolo Ji Waheguroo

Think of and remember the unique service rendered by those brave Sikh men and women, who sacrificed their heads but did not surrender their Sikh Religion; Who got themselves cut to pieces from the joints of the body; Who got their scalps removed; Who were tied and rotated on the wheels and broken into pieces; Who were cut by saws; Who were flayed alive; Who sacrificed themselves to upkeep the dignity of the Gurdwaras; Who did not abandon their Sikh faith; Who kept their Sikh Religion and saved their hair uncut till their last breath;
everybody say Waheguru (Wondrous God)!

ਪੰਜਾਂ ਤਖਤਾਂ, ਸਰਬੱਤ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Saarey Takhta Sarbat Gurdwariya Daa Dhiyaan Dhur Ke Bolo Ji Waheguroo

Turn your thoughts to all the seats of Sikh Religion and all the Gurdwaras;
everybody say Waheguru (Wondrous God)!

ਪ੍ਰਿਥਮੇ ਸਰਬੱਤ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਕੀ ਅਰਦਾਸ ਹੈ ਜੀ, ਸਰਬੱਤ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਕੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਚਿਤ ਆਵੇ, ਚਿੱਤ ਆਵਨ ਕਾ ਸਦਕਾ ਸਰਬ ਸੁਖ ਹੋਵੇ।

Prithme Sarbat Khaalsaa Ji Ki Ardaas Hai Ji, Sarbat Khaalsaa Ji Ko Waheguroo Waheguroo Waheguroo Chit Aavai Chit Aavan Ka Sadkaa Surab Sukh Hovai

First the entire respected Khalsa make this supplication that they meditate on Your Name; and as a result, peace and happiness be showered to all.

ਜਹਾਂ ਜਹਾਂ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਸਾਹਿਬ, ਤਹਾਂ ਤਹਾਂ ਰਛਿਆ ਰਿਆਇਤ, ਦੇਗ ਤੇਗ ਫ਼ਤਹਿ, ਬਿਰਦ ਕੀ ਪੈਜ, ਪੰਥ ਕੀ ਜੀਤ, ਸ੍ਰੀ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਸਹਾਇ, ਖਾਲਸੇ ਜੀ ਕੇ ਬੋਲ ਬਾਲੇ, ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Jahaa Jahaa Khaalsaa Ji Saahib, Tahaa Tahaa Ruchhiya Riyaa-it, Deg Teg Fateh, Bira Ki Paij, Panth Ki Jeet, Sree Saahib Ji Sahaai Khaalse Ji Ko Bol Baaley, Bolo Ji Waheguroo

May God extend His protection and mercy to the Khalsa, wherever they are. May the Khalsa be victorious in ensuring the well being and protection of the community, may God shower His Grace upon the Khalsa, may He be our protector against tyranny and oppression, may the Khalsa prevail,
everybody say Waheguru (Wondrous God)!

ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖੀ ਦਾਨ, ਕੇਸ ਦਾਨ, ਰਹਿਤ ਦਾਨ, ਬਿਬੇਕ ਦਾਨ, ਵਿਸਾਹ ਦਾਨ, ਭਰੋਸਾ ਦਾਨ, ਦਾਨਾਂ ਸਿਰ ਦਾਨ, ਨਾਮ ਦਾਨ, ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਜੀ ਦੇ ਇਸ਼ਨਾਨ, ਚੌਕੀਆਂ, ਝੰਡੇ, ਬੁੰਗੇ, ਜੁਗੋ ਜੁਗ ਅਟੱਲ, ਧਰਮ ਕਾ ਜੈਕਾਰ, ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!

Sikhaa Noo Sikhee Daan, Kesh Daan, Rehit Daan, Bibek Daan, Bharosaa Daan, Daanaa Sir Daan Naam Daan, Chounkiyaa Jhande Bunge Jugo Jug Attal, Dharam Ka Jai Kaar Bolo Ji Waheguroo

Kindly confer upon the Sikhs the gift of Sikhism, the gift of long hair, the gift of observing Sikh laws, the gift of divine knowledge, the gift of firm faith, the gift of belief and the biggest gift of Naam. O God! May the choirs, the mansion and the banners exist forever; may the truth ever triumph;
utter Wahe Guru *(Wondrous God)*!

ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਮਨ ਨੀਵਾਂ, ਮਤ ਉੱਚੀ ਮਤ ਦਾ ਰਾਖਾ ਆਪ ਵਾਹਿਗੁਰੂ।

Sikhaa Daa Man Neevaa, Mat Uchee, Mat Pat Daa Raakhaa Aap Waheguroo

May the minds of all the Sikhs remain humble and their wisdom exalted; O God! You are the protector of wisdom.

ਹੇ ਨਿਮਾਣਿਆਂ ਦੇ ਮਾਣ, ਨਿਤਾਣਿਆਂ ਦੇ ਤਾਣ, ਨਿਓਟਿਆਂ ਦੀ ਓਟ, ਸੱਚੇ ਪਿਤਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਆਪ ਦੇ ਹਜ਼ੂਰ.....ਦੀ ਅਰਦਾਸ ਹੈ ਜੀ।

Hey Nimaneeaa De Maan, Nitaneeaa De Taan, Nioteeaa Di Ot, Sachey Pita Waheguroo (Aap Di Hazoor....Di Aardas hai Ji)

O True Father, Wahe Guru! you are the honour of the meek, the Power of the helpless ones, the shelter of the shelterless, we humbly make prayer in your presence.....

(substitute the occasion or prayer made here).

ਅੱਖਰ ਵਾਧਾ ਘਾਟਾ ਭੁੱਲ ਚੁੱਕ ਮਾਫ ਕਰਨੀ। ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਕਾਰਜ ਰਾਸ ਕਰਨੇ।

Akhar Vaadhaa Ghaataa Bhul Chuk Maaf Karnee, Sarbat De Kaaraj Raas Karney.
Kindly pardon our errors and shortcomings in reciting the above Prayer. Kindly fulfill the objects of all.

ਸੇਈ ਪਿਆਰੇ ਮੇਲ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਿਲਿਆਂ ਤੇਰਾ ਨ ਚਿੱਤ ਆਵੇ। ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ, ਤੇਰੇ ਭਾਣੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ।

Seyee Piyare Mel, Jina Miliya Teraa Naam Chit Aavai, Naanak Naam Chardi Kala, Tere Bhaaney Sarbat Daa Bhalaa
Kindly cause us to meet those true devotees by meeting whom, we may remember and meditate upon Your Name. O' God! may Your Name (revealed by Guru Nanak) bring ever ascending spirit to and may all prosper according to Your will.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

waheguroo ji ka khaalsaa waheguroo ji ki fateh
The Khalsa belongs to God; all victory is the victory of God.

Philosophy of Sikhs

Philosophy of Sikhism is characterized by logic, comprehensiveness and its "without frills" approach to the spiritual and material world. Its theology is marked by simplicity. In Sikh ethics there is no conflict between the individual’s duty to the self and that towards society (sangat).

Sikhism is the youngest world religion. Sikhism was founded by Guru Nanak some 500 years ago. It emphasizes the belief in One Supreme Being who is the creator of the universe. It offers a simple straight path to eternal bliss and spreads a message of love and universal brotherhood. Sikhism is strictly a monotheistic faith and recognizes God as the only One who is not subject to limits of time or space.

Sikhism believes that there is only one God, who is the Creator, Sustainer, Destroyer and does not take human form. The theory of Avtarvad (incarnation) has no place in Sikhism. It does not attach any value to gods and goddesses and other deities.

In Sikhism the ethics and religion go together. One must inculcate moral qualities and practice virtues in everyday life in order to step towards spiritual development. Qualities such as honesty, compassion, generosity, patience and humility can only be built up by efforts and perseverance. The lives of our Great Gurus are a source of inspiration in this direction.

The Sikh religion teaches that the goal of human life is to break the cycle of birth and death and merge with God. This can be accomplished by following the teachings of the Guru, meditation on the Holy Name (Naam) and performance of acts of service and charity.

Naam Marg emphasizes constant devotion to the remembrance of God. One has to control the five vices viz., Kam (Desire), Krodh (anger), Lobhe (greed), Moah (worldly attachment) and Ahankar (pride) to achieve salvation. The rituals and routine practices like fasting and pilgrimage, omens and austerities are rejected in Sikh religion. One ought to follow the teachings of Guru Granth Sahib. Sikhism emphasizes Bhagti Marg or the path of devotion. It does, however, recognize the importance of Gian Marg (Path of Knowledge) and Karam Marg (Path of Action). It lays great stress on the need for earning God's Grace in order to reach the spiritual goal.

Sikhism is a modern, logical, and practical religion. It believes that normal family life (Grahast) is no barrier to salvation. Celibacy or renunciation of the world is not necessary to achieve salvation. It is possible to live detached in the midst of worldly

ills and temptations. A devotee must live in the world and yet keep his head above the usual tension and turmoil. He must be a scholarly soldier, and a saint for God.

Sikhism is a cosmopolitan and a "secular religion" and thus rejects all distinctions based on caste, creed, race or sex. It believes all human beings are equal in the eyes of God. The Gurus stressed on equality of men and women and rejected female infanticide and Sati (widow burning) practice. They also actively propagated widow remarriage and rejected the purdah system (women wearing veils). In order to keep the mind focused on Him one must meditate on the holy Name (Naam) and perform the acts of service and charity. It is considered honorable to earn one's daily living through honest labor and work (Kirat Karna) and not by begging or by the use of any dishonest means. Vand Chhakna, sharing with others, is also a social responsibility. The individual is expected to help those in need. Seva, community service is also an integral part of Sikhism. The free community kitchen (langar) found at every gurdwara and open to people of all religions is one expression of this community service.

Sikh religion advocates optimism and hope. It does not accept the ideology of pessimism.

The Gurus believed that this life has a purpose and a goal. It offers an opportunity for self and God realization. Moreover man is responsible for his own actions. He cannot claim immunity from the results of his actions. He must therefore be very vigilant in what he does.

The Sikh Scripture, Guru Granth Sahib, is the Eternal Guru. This is the only religion which has given the Holy Book the status of a religious preceptor. There is no place for a living human Guru (Dehdhari) in Sikh religion.

Courtesy www.sikhpoint.com

Importance of Sikh Turban

Turban has always been an inseparable part of a Sikh. From the time of Guru Nanak, the founder of Sikhism, Sikhs have adorned the turban. Turban to a sikh is a lot more than a crown is to a king.

'Dastar' is another name for the sikh turban which relates to 'Blessing of the Guru'. All these words refer to the garment worn by both men and women to cover their unshorn hair. It is a headdress consisting of a long scarf-like piece of cloth worn around the head.

Although the keeping of unshorn hair was mandated by Guru Gobind Singh as one of the Five K's or five articles of faith, it has long been associated with Sikhism since the very beginning of Sikhi in 1469. Sikhism is the only religion in the world in which wearing a turban is mandatory for everybody. Vast majority of people who wear turbans in the Western countries are Sikhs.

Traditionally, the turban represents respectability, and has long been an item once reserved for nobility only. In older times, in India the turban was only worn by men of high status in society. During the Mughal domination of India, only the Muslims were allowed to wear a turban. All non-muslims were strictly barred from wearing a turban.

Guru Gobind Singh, in defiance of such bylaws of the Mughals asked all of his Sikhs to wear the turban. This was to be worn in recognition of the high moral standards that he had charted for his Khalsa followers. He wanted his Khalsa to be different and to be determined "to stand out from the rest of the world" and to follow the unique path that had been set out by the Sikh Gurus. Thus, a turbaned Sikh has always stood out from the crowd, as the Guru intended his 'Saint-Soldiers' to be easily recognizable.

When a Sikh man or a woman dons a turban, the turban ceases to be just a band of cloth, for it becomes an integral part of the attire. The reasons for wearing a turban may be many such as sovereignty, dedication, self-respect, courage, piety etc. but why the Sikhs wear it is mainly to show their love, obedience and respect for the founder of the Khalsa Guru Gobind Singh.

The turban is our Guru's gift to us. It is how we crown ourselves as the Singhs and Kaurs who sit on the throne of commitment to our own higher consciousness. For men and women alike, this projective identity conveys royalty, grace, and uniqueness. It is a signal to others that we live in the image of Infinity and are dedicated to serving all. The turban doesn't represent anything except complete commitment. When you choose to stand out by tying your turban, you stand fearlessly as one single person standing out amongst six billion people. It is a most outstanding act.

Role of women in Sikhism

The principles of Sikhism state that women have the same souls as men and possess an equal right to cultivate their spirituality. They can lead religious congregations, take part in the Akhand Path (the continuous recitation of the Holy Scriptures), perform Kirtan (congregational singing of hymns), and work as Granthis (priests). They can participate in all religious, cultural, social, and secular activities. Sikhism was the first major world religion giving equality to women. Guru Nanak preached gender-based equality, and the gurus who succeeded him encouraged women to take a full part in all the activities of Sikh worship and practice.

Guru Granth Sahib states, "Women and men, all by God are created. All this is God's play. Says Nanak, all thy creation is good, Holy" SGGS Page 304.

Sikh history has recorded the role of women portraying them as equal in service, devotion, sacrifice, and bravery to men. Many examples of women's moral dignity, service, and self-sacrifice are written in the Sikh tradition.

According to Sikhism, men and women are two sides of the same coin. In the system of interrelations and interdependence man takes birth from woman, and woman is born of man's seed. According to Sikhism a man cannot feel secure and complete in his life without a woman, and a man's success is related to the love and support of the woman who shares her life with him, and vice versa.

Guru Nanak said:
"[it] is a woman who keeps the race going" and that we should not "consider women cursed and condemned, [when] women are born leaders and kings." SGGS Page 473.
Salvation:
An important point to raise is whether a religion considers women capable of achieving salvation, realisation of God or the highest spiritual realm.

Guru Granth Sahib states:
"In all beings God is pervasive, and pervades in all forms male and female" (Guru Granth Sahib, Page 605).

From the above statement from the Guru Granth Sahib, the light of God rests equally with both sexes. Both men and women can therefore attain salvation equally, by obeying the Guru. In many religions, a woman is considered a hindrance to man's spirituality, but not in Sikhism. The Guru rejects this notion. In 'Current Thoughts on Sikhism', Alice Basarke states,

“The first Guru put woman on par with man…woman was not a hindrance to man, but a partner in serving God and seeking salvation”.

Marriage:
Guru Nanak recommended grhastha—the life of a householder. Instead of celibacy and renunciation, husband and wife were equal partners and fidelity was enjoined upon both. In the sacred verses, domestic happiness is presented as a cherished ideal.

Equal Status:
To ensure equal status between men and women, the Gurus made no distinction between the sexes in matters of initiation, instruction or participation in sangat (holy fellowship) and pangat (eating together) activities. According to Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, Guru Amar Das disfavoured the use of the veil by women. He assigned women to supervise some communities and preached against the custom of sati. Sikh history records the names of several women, such as Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur and Maharani Jind Kaur, who played important roles in the events of their time.

Education:
Education is considered very important in Sikhism. It is the key to anyone’s success. It is a process of personal development and it is the reason why the 3rd Guru set up many schools

Guru Granth Sahib states:
“All divine knowledge and contemplation is obtained through the Guru”. SGGS, Page 831 Education for all is essential and everyone must work to be the best they can be. Fifty two of the Sikh missionaries sent out by the 3rd Guru were women. In, ‘The Role and Status of Sikh Women’, Dr Mohinder Kaur Gill writes, “Guru Amar Das was convinced that no teachings can take root until and unless they are accepted by women”.

Restrictions on Clothes:
Apart from requiring women not to wear a veil, Sikhism makes a simple yet very important statement regarding dress code. This applies to all Sikhs regardless of gender. The Guru Granth Sahib states, “Avoid wearing those clothes in which the body is uncomfortable and the mind is filled with evil thoughts.” SGGS, Page 16

Self Defence by Women:
Sikh women are expected to defend themselves with Kirpan (sword) and other weapons. This is unique for women because it is the first time in history when

women were expected to defend themselves. They are not expected to be dependent on men for physical protection.

SGGS Quotes:
"In the earth and in the sky, I do not see any second. Among all the women and the men, His Light is shining. " Sggs Page 223.

From woman, man is born; within woman, man is conceived; to woman he is engaged and married. Woman becomes his friend; through woman, the future generations come. When his woman dies, he seeks another woman; to the woman he is bound. So why call her bad? From her, kings are born. From woman, woman is born; without woman, there would be no one at all. Guru Nanak, SGGS Page 473

In regard to dowry: "O my God, give me thy name as my wedding gift and dowry." Shri Guru Ram Das ji, Page 78, line 18 SGGS

Guru Granth Sahib on Humility

Humility is an important aspect of Sikhism. SIkhs must always bow in humility before God. Humility or 'Nimrata' in Punjabi are closely related words. Nimrata is a virtue that is vigorously promoted in Gurbani. The translation of this Punjabi word is "Humility",
"Benevolence" or "Humbleness."

This is an important quality for all humans to nurture and one that is an essential part of a Sikh's mindset at all times. The other four qualities in the Sikh arsenal are:

Truth (Sat),
Contentment (Santokh),
Compassion (Daya) and
Love (Pyar).

These five qualities are essential to a Sikh and it is their duty to meditate and recite Gurbani to instill these virtues and make them a part of their personality.

What Gurbani tells us:
"The fruit of humility is intuitive peace and pleasure. With Humility one should continue to meditate on God, the Treasure of excellence. The one who is mercifully blessed stays steeped in humility.

Guru Nanak, First Guru Of Sikhism:
"Listening and believing with love and humility in your mind cleanse yourself with Naam, at the sacred shrine deep within."- SGGS Page 4

"Make contentment your ear-rings, humility your begging bowl, and meditation the ashes you apply to your body."-SGGS Page 6

Journey towards Spirituality

Guru Granth Sahib is an eternal living Guru, a poetic composition of Sikh Gurus, Hindu and Muslim Saints. The compilation is a gift from God through them to all mankind. The vision in the Guru Granth Sahib is of a society based on Divine justice without oppression of any kind. While the Granth acknowledges and respects the scriptures of Hinduism and Islam, it does not imply a moral reconciliation with either of these religions. In Guru Granth Sahib women are highly respected with equal roles as men. Women have the same souls as men and thus possess an equal right to cultivate their spirituality with equal chance of achieving liberation. Women can participate in all religious, cultural, social, and secular activities including leading religious congregations.

Sikhism advocates equality, social justice, service to humanity, and tolerance for other religions. The essential message of Sikhism is spiritual devotion and reverence of God at all times while practicing the ideals of compassion, honesty, humility and generosity in everyday life. The three core tenets of the Sikh religion are meditating and remembering God, Working for Honest living and sharing with others.

Congratulations for making an effort to go on this Spiritual Journey for the soul. The translation can never be close to original, especially when the complete Guru Granth Sahib is in poetry and the use of metaphors makes the task exceedingly difficult. In the Divine message, Hindu & Muslim mythological stories are often used Pralahad , Harnakash, laxmi, Brahma etc. Please do not read them literally but understand their underlying message. The focus is on the fact that God is one and to have union with Him is the goal of human life.

This work has been done over years by several volunteers, to get to you the Divine message in your language. If you have any questions, please feel free to email walnut@gmail.com and we would love to join you on this journey.