

ੴ

አናንድ ሰሂብ

ወደ መንፈሳዊነት ጉዞ
የአማርኛ ትርጉም

ኢንዴክስ

1.	አናንድ ሳሂብ-----	1
2.	የአርዳስ ጸሎት -----	21
3.	የነፍስ ጉዞ -----	25
4.	ለጉዞ የሚሆን ፍልስፍና -----	27
5.	የሴቶች ሚና -----	29
6.	ጥምጣም ትርጉም -----	31
7.	የትህትና ቁልፍ የጉዞ ማና ነገር ነው -----	34



We are distributing Free Gutkas, Divine message of the Guru globally in all the major languages, To Continue this Monumental task, please donate at <https://sggsonline.com/donation>

This Sewa has been done by Sewadars & SikhBookClub.

This text is only a translation and only gives the essence of the Guru's Divine word. For a more complete understanding, please read the Gurumukhi Sri Guru Granth Sahib Ji. If any errors are noticed, please notify us immediately via email at walnut@gmail.com.

Publisher: SikhBookClub.com

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ

੮੭ ੮੭ ੯੫੬੭੮ ੯੫੬੭੮ ੯੫੬੭੮ ~ ੯੫੬੭੮ ੯੫੬੭੮:-

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਪਿੰਡਾਂ-ਜਿਵੇਂ-ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬ ਜੀ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬ ਜੀ:-

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

ਭੈ-ਉਡੇ-ਘੋਰੇ-ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬ ਜੀ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬ ਜੀ:-

ਸਤਿਗੁਰੂ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

ਪਿੰਡਾਂ-ਜਿਵੇਂ-ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬ ਜੀ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬ ਜੀ:-

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

ਗੋਬਿੰਦ-ਪੰਡਰਿਗ-ਵਾਕਿ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ:-

ਸਬਦੇ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

ਗੋਬਿੰਦ-ਪੰਡਰਿਗ-ਵਾਕਿ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ:-

ਕਰੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

ਗੋਬਿੰਦ-ਪੰਡਰਿਗ-ਵਾਕਿ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ:-

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

ਗੋਬਿੰਦ-ਪੰਡਰਿਗ-ਵਾਕਿ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ:-

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

ਗੋਬਿੰਦ-ਪੰਡਰਿਗ-ਵਾਕਿ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ:-

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

ਗੋਬਿੰਦ-ਪੰਡਰਿਗ-ਵਾਕਿ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ:-

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

ਗੋਬਿੰਦ-ਪੰਡਰਿਗ-ਵਾਕਿ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ:-

ਕਰੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

ਗੋਬਿੰਦ-ਪੰਡਰਿਗ-ਵਾਕਿ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ ਸੁਖਾਸਿਨੀ:-

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥
ੴ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥
ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥
ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥
ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥
ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥
ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥
ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥
ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥
ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੇ ॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੇ ॥
ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੇ ॥

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥੪॥

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥੪॥
ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥੪॥

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਰੀ ॥

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਰੀ ॥
ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਰੀ ॥

ਘਰਿ ਸਭਾਰੀ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

ਘਰਿ ਸਭਾਰੀ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥
ਘਰਿ ਸਭਾਰੀ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

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

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

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

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੇ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੁ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਨ ਮੋਹਨੀ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਚੌਥੀ ਮਹਿਲਾ ੧੦੦੦ ਵਾਰੀ ॥

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੇਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

ਲਗਯਾਏ ਯੋਗੀ ਸਾਹਿਬਾਨੀ ਹਿਰਦੈ ਰਾਮਕ੍ਰਿਪਾ: ਜੋਬਦੁਆਰੇ ਪਿਠਲਾਯਾਏ ਕਾਮਾਨੀ ਸੁਖਮ
ਯੋਗੀ:

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

ਦੀਨੀ ਸੰਗਤਿ ਯੋਗੀ, ਏਹੁ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ
ਸੁਖਮਾਏ ॥੭॥

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥

ਕਾਮਾਨੀ ਯੋਗੀ, ਕੀਰਤੀ ਰਾਮਕ੍ਰਿਪਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ

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

ਕਾਮਾਨੀ, ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ
ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ

ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥

ਪਿਠਲਾਯਾਏ ਰਾਮਕ੍ਰਿਪਾਏ: ਪਿਠਲਾਯਾਏ ਕਾਮਾਨੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ
ਕਾਮਾਨੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥

ਪਿਠਲਾਯਾਏ ਕਾਮਾਨੀ, ਕਾਮਾਨੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥੮॥

ਦੀਨੀ ਸੰਗਤਿ ਯੋਗੀ: «ਕਾਮਾਨੀ ਯੋਗੀ, ਸੁਖਮਾਏ ਕਾਮਾਨੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ
ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਸੁਖਮਾਏ ਏਹੁ ਯੋਗੀ

ਆਵਹੁ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਓ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥

ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ: ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ

ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥

ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ

ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥

ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ

ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ ਏਹੁ ਯੋਗੀ

ਕਰੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਚੌਥੀ ॥ ੧੯ ॥ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ॥੯॥

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

ਅਨਿਸ਼ਚਿਤ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

ਏਹੁ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

ਏਹੁ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

ਕਰੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਚੌਥੀ ॥ ੧੦ ॥ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ਆਖੈ ॥੧੦॥

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥

ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥

ਸਤਿਗੁਰੁ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

ਸਤਿਗੁਰੁ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

ਕਰੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੧ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੧ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੧ ॥

ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੨ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੨ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੨ ॥

ਅੰਤੈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੩ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੩ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੩ ॥

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੇ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੪ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੪ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੪ ॥

ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੫ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੫ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੫ ॥

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

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੬ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੬ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੬ ॥

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

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੭ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੭ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੭ ॥

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੮ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੮ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੮ ॥

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੯ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੯ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੧੯ ॥

ਲਬੁ ਲੇਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੨੦ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੨੦ ॥ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ੨੦ ॥

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

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੩ ॥ ਆਪਿ ਤੁਠਾ ਤਿਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥੧੩॥

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੩ ॥ ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੩ ॥ ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

ਲਬੁ ਲੇਤੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੩ ॥ ਲਬੁ ਲੇਤੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੩ ॥ ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੩ ॥ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੪ ॥ ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

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

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੪ ॥ ਜਿਉ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵ ਚਲਹ ਸੁਆਮੀ ਹੇਰੁ ਕਿਆ ਜਾਣਾ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ॥

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੪ ॥ ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਸ੍ਰੀਗੁਰਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ੧੪ ॥ ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

ਜਿਸ ਨੇ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥
ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥
ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਸਬਦੇ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਪਵਿਤੁ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤੁ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

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

ੴ ਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕੁ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

ਹਿਮਾਨਿਯ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਹਿਮਾਨਿਯ ਨਿਰਮਲ ਪੁਸ਼ਟਿ.

ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥

ਸਾਧਨਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਹਿਮਾਨਿਯ ਨਿਰਮਲ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਹਿਮਾਨਿਯ ਨਿਰਮਲ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ::

ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ::

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ::

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

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ:: |20||

ਜੇ ਕੇ ਸਿਖੁ ਗੁਰੁ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ::

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੇਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ::

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ::

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

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ::

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੇ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ:: |21||

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

ਮਨੁੱਖੀ ਮਨੁੱਖੀ ਨਿਰਮਲ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖਣਾ::

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

ਕੜੇ ਸੰਦੇਹ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਪੁੱਛਣਾ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥
ਕੜੇ ਸੰਦੇਹ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਪੁੱਛਣਾ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

ਅਨੇਕ ਜੁਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

ਅਨੇਕ ਜੁਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥
ਅਨੇਕ ਜੁਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥
ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

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

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

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥
ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥
ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥
ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥
ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥
ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥

ਸਤਿਗੁਰੁ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥

ਸਤਿਗੁਰੁ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥
ਸਤਿਗੁਰੁ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥

ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥
ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਤੇੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

እਨ੍ਹ੍ਹੇ ਪਾਪ ਕਾਰਣਿ ਸਦਾ ਓਹੁ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

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

ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥

ਓਹੁ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੇ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

ਤਤੇ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੇ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

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

ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਤਤੁ ਪਾਏ ਜਿਸ ਨੇ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ ਜਾਗਤ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥੨੭॥

ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੇ ਚਰਮ ਪੁਕਾਰੁ ਕਰਿ ਆਉਣੁ ਸਮੇਂ ਚਿੰਤਿ ਆਉਣਿ ਕਰਿ ॥੧॥
ਪੰਚ ਗ੍ਰੰਥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ॥੧੫॥੫॥

ਓਸ ਨੇ ਕਿਹੁ ਪੇਹਿ ਨ ਸਕੀ ਜਿਸ ਨਉ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਲਾਵਏ ॥

ਸ਼ਾਹਮੁਖੀ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਬਾਣੀ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਲਾਵਏ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਗੁਣਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਆਪਣੀ ਸ਼ਾਹਮੁਖੀ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਗੁਣਗੁਣਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀਆਂ।

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥

ਸ਼ਾਹਮੁਖੀ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਗੁਣਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਆਪਣੀ ਸ਼ਾਹਮੁਖੀ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਗੁਣਗੁਣਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀਆਂ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥ ਦਾਤਾ ਜੀ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥ ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੇ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੇ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥ ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੇ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥ ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥ ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

ਏਹੁ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੇਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

ਏਹੁ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੇਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥ ਏਹੁ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੇਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

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

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

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥ ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕੁ ਵਿਲਲਾਇ ॥

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕੁ ਵਿਲਲਾਇ ॥ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕੁ ਵਿਲਲਾਇ ॥

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

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੭੯ ॥ ੧ ॥ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇ ਪਲੈ ਪੀਐ ਹਰਿ ਰਸੁ ਬਹੁੜਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਰੈ ਆਇ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੭੯ ॥ ੧ ॥ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇ ਪਲੈ ਪੀਐ ਹਰਿ ਰਸੁ ਬਹੁੜਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਰੈ ਆਇ ॥

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੦ ॥ ੧ ॥ ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੦ ॥ ੧ ॥ ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

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

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੧ ॥ ੧ ॥ ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹੋਰਿ ਅਨ ਰਸ ਸਭਿ ਵੀਸਰੇ ਜਾ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥੩੨॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੧ ॥ ੧ ॥ ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹੋਰਿ ਅਨ ਰਸ ਸਭਿ ਵੀਸਰੇ ਜਾ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥੩੨॥

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

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੨ ॥ ੧ ॥ ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੇਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੨ ॥ ੧ ॥ ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੇਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

ਹਰਿ ਜੇਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੩ ॥ ੧ ॥ ਹਰਿ ਜੇਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੩ ॥ ੧ ॥ ਹਰਿ ਜੇਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੪ ॥ ੧ ॥ ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੪ ॥ ੧ ॥ ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੫ ॥ ੧ ॥ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੫ ॥ ੧ ॥ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

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

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੬ ॥ ੧ ॥ ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਮੂਲੁ ਰਚਿਆ ਜੇਤਿ ਰਾਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥੩੩॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੬ ॥ ੧ ॥ ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਮੂਲੁ ਰਚਿਆ ਜੇਤਿ ਰਾਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥੩੩॥

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੭ ॥ ੧ ॥ ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੭ ॥ ੧ ॥ ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗਿਰੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੮ ॥ ੧ ॥ ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗਿਰੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥
ੴ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ੧੮੮ ॥ ੧ ॥ ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗਿਰੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

ਲਯਾਨੀ ਆਗੈ ਕੀਰਤੀ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਲਯਾਨੀ ਆਗੈ ਕੀਰਤੀ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

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

ਕਰਮ ਚੰਦ੍ਰਿਕਾ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਕਰਮ ਚੰਦ੍ਰਿਕਾ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

ਕਰੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਖਿਆਰੈ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥੩੮॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

ਸਚੈ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

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

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

ਕਰੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਰੀਹੈ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੁਰੇ ॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖਿ ਨਿਰਭਉ ਭਯੋ ਨਾ ਭਯੋ ॥

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਸਮਾਜਿਕਾਦੁਖੁ ਖੁਭਾ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਯੁਗਿਯੋਦੁਖੁ ਸਮਾਜਿਕਾਦੁਖੁ ਖੁਭਾ ਖੁਭਾ ਖੁਭਾ ॥

ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥

ਸਮਾਜਿਕਾਦੁਖੁ ਖੁਭਾ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਯੁਗਿਯੋਦੁਖੁ ਸਮਾਜਿਕਾਦੁਖੁ ਖੁਭਾ ਖੁਭਾ ਖੁਭਾ ॥

ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥

ਯੋਗਿਯੋਦੁਖੁ ਖੁਭਾ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਯੁਗਿਯੋਦੁਖੁ ਸਮਾਜਿਕਾਦੁਖੁ ਖੁਭਾ ਖੁਭਾ ਖੁਭਾ ॥

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

ਯੋਗਿਯੋਦੁਖੁ ਖੁਭਾ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਯੁਗਿਯੋਦੁਖੁ ਸਮਾਜਿਕਾਦੁਖੁ ਖੁਭਾ ਖੁਭਾ ਖੁਭਾ ॥

ਅਰਦਾਸ

੨੯੦੦

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ ॥

ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ) ਵੱਲੋਂ

ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ) ਵੱਲੋਂ

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ) ਵੱਲੋਂ

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈ ਧਿਆਇ ॥

ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ) ਵੱਲੋਂ

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈ ਸਹਾਇ ॥

ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ) ਵੱਲੋਂ

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੋ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ) ਵੱਲੋਂ

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ) ਵੱਲੋਂ

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

Guru Tegh Bahadur ਜੀ ਕੀ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥

ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ) ਵੱਲੋਂ

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

ੴ ਸਤਿਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਹਰਿ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਚਰਣ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਗਰਿ॥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ॥
ੴ ਸਤਿਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਹਰਿ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਚਰਣ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਗਰਿ॥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ॥

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

ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਹਰਿ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਚਰਣ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਗਰਿ॥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ॥
ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਹਰਿ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਚਰਣ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਗਰਿ॥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ॥

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

ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਹਰਿ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਚਰਣ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਗਰਿ॥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ॥
ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਹਰਿ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਚਰਣ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਗਰਿ॥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ॥

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! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਹਰਿ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਚਰਣ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਗਰਿ॥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ॥
ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਹਰਿ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਚਰਣ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਗਰਿ॥ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ॥

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

ਪਹਿਲੇ ਤੋਂ ਹੀ ਮੇਰੇ ਮਨਾਂ ਵਿਚ ਉਹੀ ਚਿੰਤਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਸਰਬੱਤ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਉਹੀ ਚਿੰਤਾ ਹੈ ਜੋ ਮੇਰੇ ਮਨਾਂ ਵਿਚ ਉਹੀ ਚਿੰਤਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਸਰਬੱਤ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

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

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

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, ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

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, ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

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, ਜੁਗੇ ਜੁਗ ਅਟੱਲ, ਧਰਮ ਕਾ ਜੈਕਾਰ, ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!

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, ਜੁਗੇ ਜੁਗ ਅਟੱਲ, ਧਰਮ ਕਾ ਜੈਕਾਰ, ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!

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

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

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

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

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

ਹਾਲੇ ਪਾਠ-ਤੋਂ ਸੁਣਕੇ ਨਿਰਾਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰੋ। ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਕਾਰਜ ਰਾਸ ਕਰਨੇ।
ਪੁਸ਼ਟੀਆਂ ਸੁਖਾਂ ਸੁਖਾਂ ਸੁਖਾਂ।

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

ਨਿਰਾਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰੋ। ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਕਾਰਜ ਰਾਸ ਕਰਨੇ।
ਨਿਰਾਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰੋ। ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਕਾਰਜ ਰਾਸ ਕਰਨੇ।
ਨਿਰਾਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰੋ। ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਕਾਰਜ ਰਾਸ ਕਰਨੇ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

Khalsa ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ; ਸੁਣਕੇ ਉਸੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

የነፍስን ጉዞ ጀምሮ፡ መንፈስህን አሳድግ

መንፈሳዊ ጉዞዎን ከፍ ለማድረግ እና ጥልቅ የህይወት ትርጉም ለማግኘት ልምዶችን ያግኙ።

ለጉዞው የሲክሂዝም ሶስት መሰረታዊ መርሆች፡-

Naam Japna: መለኮታዊ ማስታወስ

ኪራት ካርኒ: በቅንነት ስራ

Vand Chhakna: ከሌሎች ጋር መጋራት

ወደ መንፈሳዊ ነፃነት (ሙክቲ) እና ፍትሃዊ ማህበረሰብ ምራን። በጉሩ ግራንት ሳሂብ ውስጥ የተካተቱት እነዚህ መርሆች፣ የሲክ ሕይወት መሠረት ናቸው።

4ኛ የጉሩ ራም ዳስ ጂ ለዕለታዊ ልምምድ ጥበብ፡ በጉሩ ግራንት ሳሂብ (ገጽ 305-306)፣ ስለ የሲክ ዕለታዊ መንፈሳዊ ጉዞ ጥልቅ ግንዛቤዎችን ይሰጣል፡-

- 1. የእለቱ 1ኛ ተግባር፡-** የጉሩ እውነተኛ ደቀ መዝሙር በየቀኑ የሚጀምረው መለኮታዊውን በፍቅር በማስታወስ ነው።
- 2. አካልን እና አእምሮን አጽዳ፡-** በማለዳ ተነሳ፣ ገላ መታጠብ እና እራስህን በእግዚአብሔር መታሰቢያ ውስጥ አስገባ፣ ነፍስህ በመለኮታዊ የአበባ ማር ስትታጠብ ይሰማህ።
- 3. በትዝታ መልቀቅ፡-** የጉሩ ትምህርቶችን መከተል እና የመለኮታዊውን ስም በታማኝነት ማስታወስ በዓለማዊ ትስስር ምክንያት የሚፈጠረውን መከራ እና ውስጣዊ ብጥብጥ ያስወግዳል።
- 4. ዘምሩ እና አንጻባርቁ፡-** መለኮታዊ ውዳሴዎችን ዘምሩ እና በዕለት ተዕለት እንቅስቃሴዎ ውስጥ በመለኮታዊ ስም ላይ ያሰለስቱ።
- 5. የሰላም ችቦ ይሁኑ፡** የጉሩ ተከታይ መለኮታዊውን ስም በእያንዳንዱ እስትንፋስ የሚያስታውስ ረጋ ያለ እና የሚያነቃቃ ነፍስ ይሆናል።
- 6. መለኮታዊ ጥበብን ተቀበል፡-** ጉሩ ጸጋውን ላስገኙ ሰዎች ይህን ጥልቅ ጥበብ ይሰጣል።
- 7. ሌሎችን ማነሳሳት፡-** ጉሩ ናናክ መለኮታዊውን ስም ከማስታወስ በተጨማሪ ሌሎችም እንዲያደርጉ ለማገፋፋት ደቀ መዝሙር ሰገደ።

8. ብርቅዬ እና ውድ ነፍሳት:- በእውነት ያደሩ ሰዎች ብርቅ ናቸው፤ ሆኖም መለኮታዊ መታሰቢያቸው ስፍር ቁጥር የሌላቸውን በመንፈሳዊ ይጠቅማል።

9. አሉታዊነትን አስወግድ: የጉሩ ትምህርቶችን ችላ ከሚሉ እና በመንፈሳዊ የድንቁርና አዙሪት ውስጥ ተይዘው ከሚቆዩት ራሳችሁን አርቁ። በአንተ ፊት ጣፋጭ ከሚናገሩ ነገር ግን ከኋላህ አሉታዊነትን ከሚያሰራጩ ተጠንቀቅ።

ለጉዞው ፍልስፍና

የሲክሂዝም ፍልስፍና በሎጂክ፣ ሁሉን አቀፍነት እና ለመንፈሳዊ እና ለቁሳዊው ዓለም ያለው “ያለ ፍርሀት” አቀራረብ ተለይቶ ይታወቃል። የእሱ ሥነ-መለኮት በቀላልነት ተለይቶ ይታወቃል። በሲክ ስነምግባር ውስጥ ግለሰቡ ለራሱ ባለው ግዴታ እና በህብረተሰብ (ሳንጋት) መካከል ምንም አይነት ግጭት የለም።

ሲክሂዝም ከ500 ዓመታት በፊት በጉሩ ናናክ የተመሰረተ የአለም ትንሹ ሃይማኖት ነው። እሱም በአንድ ታላቅ ፍጡር እና በአጽናፈ ሰማይ ፈጣሪ (ዋህጉሩ) ላይ ያለውን እምነት ያጎላል። ወደ ዘላለማዊ ደስታ ቀላል የሆነ ቀጥተኛ መንገድን ያቀርባል እና የፍቅር እና ሁለንተናዊ ወንድማማችነት መልእክት ያስተላልፋል። ሲክሂዝም በጥብቅ አሀዳዊ እምነት ነው እና እግዚአብሔር በጊዜ ወይም በቦታ ገደብ የማይገዛ ብቸኛው አምላክ እንደሆነ ይገነዘባል። ሲክሂዝም አንድ አምላክ ብቻ እንዳለ ያምናል እርሱም ፈጣሪ፣ ደጋፊ፣ አጥፊ እና የሰውን መልክ የማይይዝ። ትስጉት ፅንሰ-ሀሳብ በሲክሂዝም ውስጥ ቦታ የለውም። ለአማልክት እና ለአማልክት እና ለሌሎች አማልክቶች ምንም ዋጋ አይሰጥም።

በሲክሂዝም ሥነ-ምግባር እና ሃይማኖት አንድ ላይ ናቸው። ወደ መንፈሳዊ እድገት ለመራመድ በዕለት ተዕለት ሕይወት ውስጥ የሞራል ባህሪያትን ማፍራት እና በጎነትን መለማመድ አለበት። እንደ ታማኝነት፣ ርህራሄ፣ ልግስና፣ ትዕግስት እና ትህትና ያሉ ባህሪያት ሊገነቡ የሚችሉት በጥረት እና በፅናት ብቻ ነው። የታላቁ ጉራጌያችን ህይወት በዚህ አቅጣጫ የመነሳሳት ምንጭ ነው። የሲክ ሃይማኖት የሰው ልጅ የሕይወት ግብ የመወለድ እና የሞትን አዙሪት ሰብሮ ከእግዚአብሔር ጋር መቀላቀል እንደሆነ ያስተምራል። ይህ የጉሩ ትምህርቶችን በመከተል ፣ በቅዱስ ስም (ናም) ላይ በማሰላሰል እና የአገልግሎት እና የበጎ አድራጎች ተግባራትን በመፈጸም ሊከናወን ይችላል።

ናአም ማርግ ለእግዚአብሔር መታሰቢያ በየቀኑ መሰጠትን ያጎላል። ድነትን ለማግኘት አንድ ሰው አምስቱን ስሜቶች ማለትም ካም (ፍላጎት)፣ ክሮድ (ቁጣ)፣ ሎክብ (ስግብግብነት)፣ ሞህ (ዓለማዊ ትስስር) እና አሃንካር (ኩራት) መቆጣጠር አለበት። ሕብረት እንደ ጾም እና ሐጅ፣ ምሥክርነት እና ሥነ ሥርዓት ያሉ የአምልኮ ሥርዓቶች እና የተለመዱ ልማዶች በሲክ ሃይማኖት ውድቅ ናቸው። የሰው ህይወት ግብ ከእግዚአብሔር ጋር መቀላቀል ነው እና ይህ የጉሩ ግራንት ሳሂብን ትምህርቶች በመከተል ነው። ሲክሂዝም ብሃግቲ ማርግን ወይም የአምልኮ መንገድን ያጎላል። እሱ ግን የጂያን ማርግ (የእውቀት መንገድ) እና ካራም ማርግ (የድርጊት መንገድ) አስፈላጊነትን ይገነዘባል። ወደ መንፈሳዊ ግብ ለመድረስ የእግዚአብሔርን ጾጋ የማግኘት አስፈላጊነት ላይ ከፍተኛ ጭንቀትን ይፈጥራል።

ሲክሂዝም ዘመናዊ፣ ሎጂካዊ እና ተግባራዊ ሃይማኖት ነው። መደበኛ የቤተሰብ ህይወት (ግራሃስት) ለመዳን ምንም እንቅፋት እንዳልሆነ ያምናል። ድነትን ለማግኘት ዓለምን አለማግባት ወይም መካድ አስፈላጊ አይደለም። በዓለማዊ ሕመምና ፈተና ውስጥ ተነጥሎ መኖር ይቻላል። አንድ አማኝ በአለም ውስጥ መኖር አለበት እና ነገር ግን ጭንቅላቱን ከወትሮው ውጥረት እና ብጥብጥ በላይ ማቆየት አለበት። ምሁር ወታደር እና ለእግዚአብሔር ቅዱስ መሆን አለበት።

ሲክሂዝም ዓለም አቀፋዊ እና "ዓለማዊ ሃይማኖት" ነው ስለዚህም በዘር፣ በእምነት፣ በዘር ወይም በጾታ ላይ የተመሠረቱ ሁሉንም ልዩነቶች ውድቅ ያደርጋል። ሁሉም የሰው ልጆች በእግዚአብሔር ፊት እኩል እንደሆኑ ያምናል። ጉሩዎቹ በሴቶች እኩልነት ላይ አፅንዖት ሰጥተዋል እና የሴት ልጅ መግደልን እና የሳቲ (የመበለቶችን ማቃጠል) ልምምድ ውድቅ አድርገዋል። እንዲሁም ባል የሞተባትን ድጋሚ ማግባት እና የፑርዳ ስርዓትን (መሸፈኛ የለበሱ ሴቶችን) ውድቅ አድርገዋል። አእምሮ በእርሱ ላይ እንዲያተኩር ለማድረግ አንድ ሰው በቅዱስ ስም (ናአም) ላይ ማሰላሰል እና የአገልግሎት እና የበጎ አድራጎት ተግባራትን ማከናወን አለበት. በልመና ወይም በማጭበርበር ሳይሆን በታማኝነት ሥራ (ቂራት ቃርና) መተዳደሪያ ማግኘት እንደ ክብር ይቆጠራል። ሻንድ ቻክና፣ ለሌሎች ማካፈል፣ ማህበራዊ ሃላፊነትም ነው። ግለሰቡ በዳስዋንድ (ከገቢው 10%) የተቸገሩትን መርዳት ይጠበቅበታል። ሴቫ፣ የማህበረሰብ አገልግሎት የሲክሂዝም ዋና አካል ነው። በእያንዳንዱ gurdwara የሚገኘው እና ለሁሉም ሃይማኖቶች ሰዎች ክፍት የሆነው ነፃ የማህበረሰብ ማእድ ቤት (ላንጋር) የዚህ የማህበረሰብ አገልግሎት አንዱ መግለጫ ነው።

የሲክ ሃይማኖት ብሩህ ተስፋን እና ተስፋን ይደግፋል። የተስፋ መቁረጥን ርዕዮተ ዓለም አይቀበልም. ጉሩስ ይህ ሕይወት ዓለማ እና ግብ እንዳለው ያምን ነበር. ለራስ እና ለእግዚአብሔር የማወቅ እድል ይሰጣል። ከዚህም በላይ ሰው ለድርጊቶቹ ተጠያቂ ነው. ከድርጊቶቹ ውጤቶች የመከላከል መብት ሊጠይቅ አይችልም. ስለዚህ በሚሠራው ነገር ላይ በጣም ንቁ መሆን አለበት.

የሲክ ቅዱሳት መጻሕፍት፣ ጉሩ ግራንት ሳሂብ፣ ዘላለማዊ ጉሩ ነው። ይህች ብቸኛ ሃይማኖት ለቅዱስ መጽሐፍ የሃይማኖት መሪነት ደረጃ የሰጠች ናት። በሲክ ሃይማኖት ውስጥ ለህያው ሰው ጉሩ (ደህዳሪ) ቦታ የለም።

ምስላዊ ሁን

ቱርባን የሲክ የማይነጣጠል አካል ነው እና ቆይቷል። ከ1500 ዓ.ም ጀምሮ እና የሲክሂዝም መስራች በሆነው በጉሩ ናናክ ዘመን፣ ሲኮች ጥምጥም ለብሰዋል።

ጥምጥም ወይም "ፓግሪ" ብዙውን ጊዜ ወደ "ፓግ" ወይም "ዳስታር" የሚባሉት የተለያዩ ቃላቶች ለተመሳሳይ ጽሁፍ በተለያዩ ቀበሌኛዎች ውስጥ ያሉ ቃላት ናቸው። እነዚህ ሁሉ ቃላት ወንዶችም ሆኑ ሴቶች ራሳቸውን ለመሸፈን የሚለብሱትን ልብስ ያመለክታሉ። በጭንቅላቱ ላይ ወይም አንዳንድ ጊዜ ከውስጥ "ኮፍያ" ወይም ፓትካ የተጎዳ ረዥም ስካርፍ የመሰለ ነጠላ ጨርቅ ያቀፈ የራስ ቀሚስ ነው። በተለምዶ ህንድ ውስጥ ጥምጥም የሚለብሱት በሀብረተሰብ ውስጥ ከፍተኛ ደረጃ ባላቸው ወንዶች ብቻ ነበር; ዝቅተኛ ደረጃ ያላቸው ወይም ዝቅተኛ ደረጃ ያላቸው ወንዶች ጥምጥም እንዲለብሱ አይፈቀድላቸውም።

ምንም እንኳን ያልተላጩ ጸጉር እንዲጠበቅ በጉሩ ጎቢንድ ሲንግ ከአምስቱ ኬዎች ወይም አምስት የእምነት አንቀጾች አንዱ ሆኖ እንዲቆይ የታዘዘ ቢሆንም፣ ከሲኪ መጀመሪያ በ1469 ጀምሮ ከሲኪዝም ጋር በቅርብ የተቆራኘ ነው። ሲክሂዝም በአለም ውስጥ ብቸኛው ሃይማኖት ነው። ጥምጥም መልበስ ለሁሉም አዋቂ ወንዶች ግዴታ ነው። በምዕራቡ ዓለም ጥምጥም የለበሱ አብዛኞቹ ሰዎች የሲክ እምነት ተከታዮች ናቸው። የሲክ ፓግዲ ዳስታር ተብሎም ይጠራል። 'ዳስተር' የፋርስ ቃል ነው። ትርጉሙም በረከቱን የሚያመለክት 'የእግዚአብሔር እጅ' ማለት ነው።

ሲኮች በብዙ እና ልዩ በሆኑ ጥምጥሞቻቸው ይታወቃሉ። በተለምዶ ጥምጥም መከበርን ይወክላል, እና ለረጅም ጊዜ አንድ ጊዜ ለመኳንንት ብቻ የተያዘ እቃ ነው። በህንድ የሙጋል የበላይነት ወቅት ሙስሊሞች ብቻ ጥምጥም እንዲለብሱ ተፈቅዶላቸዋል። ሁሉም ሙስሊም ያልሆኑ ሰዎች አንድ ልብስ እንዳይለብሱ በጥብቅ ተከልክለዋል።

ጉሩ ጎቢንድ ሲንግ፣ ይህንን የሙጋሎች ጥሰት በመቃወም ሁሉም ሲክዎቹ ጥምጥም እንዲለብሱ ጠየቃቸው። ይህ ለካልሳ ተከታዮቹ ያስቀመጠውን ከፍተኛ የሞራል ደረጃዎች እውቅና ለመስጠት ነበር። የእሱ ጫልሳ የተለየ እንዲሆን እና "ከተቀረው አለም ለመለየት" ቆርጦ እንዲወጣ ፈልጎ ነበር። በሲክ ጉረስ የተዘረጋውን ልዩ መንገድ እንዲከተል ፈልጎ ነበር። ስለዚህ, አንድ ጥምጥም ሲክ ሁልጊዜ ከሕዝቡ ጎልቶ ነበር, Guru እንዳሰበ; ምክንያቱም የእርሱ 'ቅዱሳን-ወታደሮቹ' በቀላሉ ሊታወቁ ብቻ ሳይሆን በቀላሉም እንዲገኙ ፈልጎ ነበር።

አንድ የሲክ ወንድ ወይም ሴት ጥምጥም ሲያደርጉ ጥምጥም የጨርቅ ማሰሪያ ብቻ መሆን ያቆማል; ከሲክ ጭንቅላት ጋር አንድ እና አንድ ይሆናል። ጥምጥም፣ እንዲሁም በሲክ የሚለበሱት አራቱ የእምነት አንቀጾች፣ እጅግ በጣም ብዙ መንፈሳዊ እና ጊዜአዊ ጠቀሜታ አላቸው። ጥምጥም ከመልበስ ጋር የተያያዙ ምልክቶች ብዙ ናቸው - ሉዓላዊነት ፣ ራስን መወሰን ፣ ራስን ማክበር ፣ ድፍረት እና እግዚአብሔርን መምሰል ፣ ግን! ፣ ሲኮች ጥምጥም የሚለብሱበት ዋና ምክንያት - ፍቅራቸውን ፣ ታዘዥነታቸውን እና ለፈጣሪው መስራች ያላቸውን ክብር ለማሳየት ነው ። Khalsa ጉሩ ጎቢንድ ሲንግ።

ከላይ ያሉት ከፍተኛ ብርሃን ያላቸው ቃላት በሌላ ነገር መተካት አለባቸው. 'ምክንያቶች' ሊሆኑ ይችላሉ

"ጥምጥም የእኛ የጉሩ ስጦታ ነው። ለራሳችን ከፍተኛ ንቃተ ህሊና በቁርጠኝነት ዙፋን ላይ የምንቀመጥ እንደ Singhs እና Kaurs እራሳችንን ዘውድ እንደምናደርግ ነው። ለወንዶችም ለሴቶችም ይህ የፕሮጀክቲቭ ማንነት ንጉሣዊነትን፣ ጾጋን እና ልዩነትን ያስተላልፋል። .በኢንፊኒቲ አምሳል እንደምንኖር እና ሁሉንም ለማገልገል መወሰናችንን የሚያሳይ ምልክት ነው። ከስድስት ቢሊዮን ሰዎች ተለይቶ የሚታወቅ ሰው ነው።

የሴቶች ሚና

የሲክሂዝም መርሆዎች ሴቶች ከወንዶች ጋር አንድ አይነት ነፍስ እንዳላቸው እና መንፈሳዊነታቸውን የማዳበር እኩል መብት እንዳላቸው ይገልጻል። የሃይማኖት ጉባኤዎችን መምራት፣ በአክሃንድ ጎዳና (የቅዱሳት መጻሕፍት ቀጣይነት ያለው ንባብ)፣ ኪርታን (የጉባኤ መዝሙር መዝሙር) ማከናወን፣ ግራንቲስ (ካህናት) ሆነው መሥራት ይችላሉ። በሁሉም ሃይማኖታዊ፣ ባህላዊ፣ ማህበራዊ እና ዓለማዊ እንቅስቃሴዎች ውስጥ መሳተፍ ይችላሉ። ሲክሂዝም ለወንዶች እና ለሴቶች እኩልነት የሚሰጥ የመጀመሪያው የዓለም ሃይማኖቶች ነበር። ጉሩ ናናክ፣ ጾታን መሰረት ያደረገ እኩልነትን ሰብኳል፣ እና እሱን የተተኩት ጉሩስ ሴቶች በሁሉም የሲክ አምልኮ እና ተግባር ላይ ሙሉ ተሳትፎ እንዲያደርጉ አበረታቷቸዋል።

ጉሩ ግራንት ሳሂብ እንዲህ ይላል፡-

“ሴቶችና ወንዶች፣ ሁሉም በእግዚአብሔር የተፈጠሩ ናቸው። ይህ ሁሉ የእግዚአብሔር ጨዋታ ነው። ናናክ ይላል፣ ፍጥረትህ ሁሉ መልካም እና ቅዱስ ነው” -SGGS 7ጽ 304

የሲክ ታሪክ ሴቶችን በአገልግሎት፣ በታማኝነት፣ በመስዋዕትነት እና በወንዶች ጀግንነት እኩል አድርጎ የመሰጠታቸውን ሚና መዝግቧል። ብዙ የሴቶች የሞራል ክብር፣ አገልግሎት እና የራስን ጥቅም መስዋዕትነት ምሳሌዎች በሲክ ባህል ውስጥ ተጽፈዋል።

እንደ ሲክሂዝም፣ ወንዶችና ሴቶች የአንድ ሳንቲም ሁለት ገጽታዎች ናቸው። ሰው ከሴት በተወለደበት፣ ሴት ደግሞ ከወንድ ዘር በምትወለድበት የመተሳሰብና የመደጋገፍ ሥርዓት። እንደ ሲክሂዝም እምነት አንድ ወንድ ያለ ሴት በህይወቱ አስተማማኝ እና የተሟላ ሊሰማው አይችልም, እናም የአንድ ወንድ ስኬት ህይወቷን ከምትጋራ ሴት ፍቅር እና ድጋፍ ጋር የተያያዘ ነው, እና በተቃራኒው. ጉሩ ናናክ እንዲህ ብሏል:

" ዘርን የምትቀጥል ሴት ናት" እና "ሴትን የተረገመችና የተፈረደች ሴት ከሴት የተወለዱ አለቆችና ነገሥታት ሲሆኑ" እንዳንል። SGGS 7ጽ 473።

መዳን፡- አንድ አስፈላጊ ነጥብ ማንሳት ያለበት አንድ ሃይማኖት ሴቶች ድነትን፣ እዚህ እግዚአብሔርን ማወቅ ወይም ከፍተኛውን መንፈሳዊ ዓለምን ማግኘት እንደሚችሉ አድርጎ ይመለከታቸዋል። ጉሩ ግራንት ሳሂብ እንዲህ ይላል

"በሁሉም ፍጥረታት ውስጥ ጌታ የተንሰራፋ ነው, ጌታ ሁሉንም ዓይነት ወንድ እና ሴትን ያካትታል" (ጉሩ ግራንት ሳሂብ, 7ጽ.605).

ከላይ ካለው የጉሩ ግራንት ሳሂብ አባባል የእግዚአብሔር ብርሃን በሁለቱም ጾታዎች እኩል ያርፋል። ወንዶችም ሆኑ ሴቶች የጉሩ ትምህርቶችን በመከተል እኩል ድነትን ማግኘት ይችላሉ። በብዙ ሃይማኖቶች ውስጥ አንዲት ሴት ለወንድ መንፈሳዊነት እንቅፋት ተደርጋ ትቆጠራለች, ነገር ግን

በሲኪዝም ውስጥ አይደለም። ጉሩ ይህንን አይቀበለውም። 'በሲኪዝም ላይ ያሉ ወቅታዊ ሀሳቦች'፣ አሊስ ባሳርኬ እንዲህ ብላለች።

"የመጀመሪያው ጉሩ ሴትን ከወንድ ጋር እኩል አድርጓታል ... ሴት ለወንድ እንቅፋት አልነበረችም፣ ነገር ግን እግዚአብሔርን በማገልገል እና መዳንን በመሸት አጋር ነበረች።"

ጋብቻ፡- ጉሩ ናናክ የቤቱ ባለቤትን ሕይወት፣ ከማግባት እና ከመካድ ይልቅ ባልና ሚስት እኩል አጋሮች ነበሩ እና ታማኝነት በሁለቱም ላይ ታዘዟል። በቅዱሳን ጥቅሶች ውስጥ፣ የቤት ውስጥ ደስታ እንደ ተወደደ ሀሳብ ቀርቧል እና ጋብቻ ለመለኮታዊ ፍቅር መግለጫ የሩጫ ዘይቤ አቅርቧል። Bhai Gurdas፣ የጥንት የሲኪዝም ገጣሚ እና የሲክ አስተምህሮ ሥልጣን ያለው ተርጓሚ፣ ለሴቶች ከፍተኛ ግብር ይከፍላል። ይላል።

"አንዲት ሴት በአባቷ እና በእናቷ በጣም የተወደደች በወላጅ ቤቷ ውስጥ በጣም ተወዳጅ ናት። በአማቶቿ ቤት፣ የቤተሰቡ ምሳሌ፣ የመልካም ሀብቱ ዋስትና ነው ... በመንፈሳዊ ጥበብ መካፈል እና መገለጥ እና የተከበሩ ባህሪያት፣ ሴት፣ የወንድ ግማሽ ግማሽ፣ ወደ ነፃነት ደጃፍ ሸኘችው።" (ቫራን፣ V.16)

የእኩልነት ሁኔታ፡- በወንዶችና በሴቶች መካከል ያለውን እኩልነት ለማረጋገጥ፣ ጉሩዎቹ በጾታ መካከል ልዩነት አልነበራቸውም በመነሳሳት፣ በማስተማር ወይም በሳንጋት (ቅዱስ ህብረት) እና በጋንጋት (በአንድነት መብላት) ተግባራት። እንደ ሳሩፕ ዳስ ብሃላ ፣ማሂማ ፕራካሽ ፣ጉሩ አማር ዳስ የሴቶች መሸፈኛ መጠቀምን ተቃውመዋል። አንዳንድ ማህበረሰቦችን በደቀ መዛሙርት እንዲቆጣጠሩ ሴቶችን መድቦ የሳቲ ባህልን በመቃወም ሰብኳል። የሲክ ታሪክ የበርካታ ሴቶችን ስም መዝግቧል እንደ Mata Gujri Mai Bhago፣ Mata Sundari፣ Rani Sahib Kaur፣ Rani Sada Kaur እና Maharani Jind Kaur በዘመናቸው ክስተቶች ውስጥ ትልቅ ሚና የተጫወቱት

ትምህርት፡- በሲኪዝም ትምህርት በጣም አስፈላጊ እንደሆነ ይታሰባል። ለማንኛውም ሰው ስኬት ቁልፍ ነው። ይህ የግል እድገት ሂደት ነው እና 3 ኛ ጉሩ ብዙ ትምህርት ቤቶችን ያቋቋሙበት ምክንያት ነው። ጉሩ ግራንት ሳሂብ እንዲህ ይላል፡-

"ሁሉም መለኮታዊ እውቀት እና ማሰላሰል በጉሩ በኩል ይገኛሉ" (ጉሩ ግራንት ሳሂብ፣ ገጽ.831).

ትምህርት ለሁሉም አስፈላጊ ነው እና ሁሉም በተቻለው አቅም ለመሆን መስራት አለበት። በ3ኛው ጉሩ የተላኩት የሲክ ሚስጦናውያን ሃምሳ ሁለቱ ሴቶች ናቸው። በ "የሲክ ሴቶች ሚና እና ሁኔታ" ውስጥ፣ ዶ / ር ሞሂንደር ካውር ጊል "ጉሩ አማር ዳስ ምንም ዓይነት ትምህርት በሴቶች ዘንድ ተቀባይነት እስካልተገኘ ድረስ ሥር ሊሰድ እንደማይችል እርግጠኛ ነበር" በማለት ጽፏል።

በልብስ ላይ የሚደረጉ ገደቦች፡ ሴቶች መሸፈኛ እንዳይለብሱ ከመጠየቅ በተጨማሪ ሲኪዝም የአለባበስ ኮድን በተመለከተ ቀላል ሆኖም በጣም ጠቃሚ መግለጫ ሰጥቷል። ይህ ጾታ ምንም ይሁን ምን በሁሉም ሲክ ላይ ተፈጻሚ ይሆናል። ጉሩ ግራንት ሳሂብ እንዲህ ይላል

"ሰውነት የማይመችበትን እና አእምሮ በክፉ ሀሳቦች የተሞላባቸውን ልብሶች ከመልበስ ተቆጠብ" SGG5፣ 7ጽ 16

ስለዚህም ሲኮች ምን ዓይነት ልብስ አእምሮን በክፉ ሀሳቦች እንደሚሞሉ ይገነዘባሉ እና እነሱን ማስወገድ አለባቸው። የሲኮ ሴቶች በኪርፓን (ሰይፍ) እና ሌሎች እራሳቸውን መከላከል ይጠበቅባቸዋል, ይህ ለሴቶች ልዩ ነው, ምክንያቱም በታሪክ ውስጥ ሴቶች እራሳቸውን እንዲከላከሉ ሲጠበቅባቸው እና ለአካላዊ ጥበቃ በወንዶች ላይ ጥገኛ እንዲሆኑ አይጠበቅባቸውም.

SGGS ጥቅሶች።"በምድርም በሰማይም ምንም ሰከንድ አላየሁም። ከሴቶች እና ከወንዶች ሁሉ መካከል ብርሃኑ እየበራ ነው። " Sggs 7ጽ 223. ከሴት ወንድ ይወለዳል፤ በሴት ውስጥ ወንድ ተፀንሷል፤ ለሴት ደግሞ ታጭቶ ያገባል። ሴት ዳደኛው ትሆናለች፤ በሴት በኩል መጪው ትውልድ ይመጣል። ሴቲቱ ስትሞት ሌላ ሴት ይፈልጋል። ለሴት ተያይዟል።ስለዚህ ከሴትየዋ ነገሥታት ተወልደዋል

በጥሎሽ ላይ፡- "ጌታዬ ሆይ ስምህን ለሠርግ ስጦታና ጥሎሽ ስጠኝ"። ሽሪ ጉሩ ራም ዳስ ጂ፣ 7ጽ 78፣ መስመር 18 SGG5

የፑርዳ ልምምድን በተመለከተ፡- " ምራች ሆይ ቆይ፣ ቆይ - ፊትሽን በመጋረጃ አትሸፈን። በመጨረሻም ይህ ግማሹን ቅርፊት እንኳ አያመጣሽም። ከንተ በፊት የነበረው ፊቷን ይጋርዱ ነበር። የሷን ፈለግ አትከተል የእግዚአብሔር ምስጋናዎች - 7ጽ 484, SGG5

ሴቶች እና ሁሉም ነፍሳት መንፈሳዊ ህይወት እንዲመሩ አጥብቀው ተበረታተዋል፡- "ውድ እህቶቼ እና መንፈሳዊ አጋሮቼ ኑ፣ በእቅፋችሁ እቅፍ አድርጉኝ፣ አብረን እንተባበር እና ሁሉን ቻይ የሆነውን የባለቤቴን ጌታ ታሪኮችን እናውራ።" - ጉሩ ናናክ, 7ጽ 17, SGG5.

"ዳደኛ፣ ሌላ ልብስ ሁሉ ደስታን ያበላሻል፣ እጅና እግር ላይ ያለው ልብስ መልበስ ስቃይ ነው፣ እና በመጥፎ አስተሳሰብ አእምሮን ይሞላል።" -SGGS 7ጽ 16

የትህትና ቁልፍ ይዘት በጉዞ ውስጥ

ትህትና የሲክሂዝም አስፈላጊ ገጽታ ነው። በዚህ መሰረት፣ ሲክህ በእግዚአብሔር ፊት በትህትና መስገድ አለባቸው። ትህትና ወይም ኒምራታ፣ በፑንጃቢ በቅርብ የተያያዙ ቃላት ናቸው። ኒምራታ በጉርባኒ ውስጥ በብርቱ የሚበረታታ በጎነት ነው። የዚህ የፑንጃቢ ቃል ትርጉም "ትህትና"፣ "ቸርነት" ወይም "ትህትና" ነው። እሱ ወይም እሷ ከአንድ ሰው የተሻሉ ወይም የበለጠ ናቸው ብሎ በማሰብ አእምሮው ያልተከፋፈለ ሰው።

የችግር አካባቢ - ከላይ ትክክለኛ ዓረፍተ ነገር አይደለም

ይህ ለሁሉም ሰዎች ለመንከባከብ አስፈላጊ የሆነ እና የሲክ አእምሮ ስብስብ አስፈላጊ አካል ነው እና ይህ ጥራት በማንኛውም ጊዜ ከሲክ ጋር መሆን አለበት። በሲክ አርሴናል ውስጥ ያሉት ሌሎች አራት ጥራቶች፡-

እውነት (ሳት)፣ እርካታ (ሳንቶክ)፣ ርህራሄ (ዳያ) እና ፍቅር (ፒያር)።

እነዚህ አምስት ባህሪያት ለአንድ ሲክ አስፈላጊ ናቸው እና ጉርባኒን ማሰላሰል እና ማንበብ ግዴታቸው ነው እነዚህን በጎ ምግባሮች ለመቅረጽ እና የባህሪያቸው አካል ለማድረግ።

ጉርባኒ ምን ይለናል፡-

"የትህትና ፍሬ የሚታወቅ ሰላም እና ደስታ ነው። በትህትና የልቀት ሃብት በሆነው እግዚአብሔርን ማሰላሰላቸውን ቀጥለዋል። እግዚአብሔርን የሚያውቅ በትህትና የተሞላ ነው። ልቡ በምሕረት የማይለወጥ ትሕትና የተባረከ ነው። ሲክሂዝም ትሕትናን እንደ ልመና ይይዛል በእግዚአብሔር ፊት ጎድጓዳ ሳህን"

ጉሩ ናናክ፣ የሲክሂዝም የመጀመሪያ ጉሩ፡-

"በፍቅር እና በትህትና በአእምሮህ ማዳመጥ እና ማመን በስምህ፣ ከውስጥህ ባለው በተቀደሰ መቅደስ እራስህን አጽዱ።" - SGGGS ገጽ 4

" እርካታን የጀሮ ቀለበቶቻችሁን አድርጉ፣ የልመና ጽዋህን ዝቅ አድርጉ እና በሰውነትህ ላይ የምትቀበውን አመድ አሰላስል።" - SGGGS ገጽ 6

"በትህትና ውስጥ, ቃሉ ውበት ነው, የማይነፃፀር የውበት ቅርጾች እዚያ ተዘጋጅተዋል." SGGGS ገጽ 8

"ትህትና፣ ትህትና እና አስተዋይ ማስተዋል አማች እና አማች ናቸው" -SGGS ገጽ 152።

ጉዞ ወደ መንፈሳዊነት

ጉሩ ግራንት ሳሂብ ዘላለማዊ ሕያው ጉሩ ነው፣ የሲክ ጉሩስ፣ የሂንዱ እና የሙስሊም ቅዱሳን ግጥማዊ ቅንብር። የተቀናበረው በእነርሱ አማካኝነት ለሰው ልጆች ሁሉ ከእግዚአብሔር የተሰጠ ስጦታ ነው። በጉሩ ግራንት ሳሂብ ውስጥ ያለው ራዕይ ምንም አይነት ጭቆና የሌለበት በመለኮታዊ ፍትህ ላይ የተመሰረተ ማህበረሰብ ነው። ግራንት የሂንዱይዝም እና የእስልምና ቅዱሳን መጻሕፍትን ሲቀበል እና ሲያከብር፣ ከሁለቱም ሃይማኖቶች ጋር የሞራል እርቅ መፍጠርን አያመለክትም። በጉሩ ግራንት ሳሂብ ሴቶች ከወንዶች እኩል ሚና ጋር በጣም የተከበሩ ናቸው። ሴቶች ከወንዶች ጋር አንድ አይነት ነፍስ አላቸው ስለዚህም ነፃ የመውጣት እኩል እድል ይዘው መንፈሳዊነታቸውን ለማዳበር እኩል መብት አላቸው። ሴቶች በሁሉም ሃይማኖታዊ፣ በህላዊ፣ ማህበራዊ እና ዓለማዊ እንቅስቃሴዎች ውስጥ መሪ የሃይማኖት ጉባኤዎችን ጨምሮ መሳተፍ ይችላሉ።

ሲክሂዝም እኩልነትን፣ ማህበራዊ ፍትህን፣ ለሰው ልጆች ማገልገል እና ለሌሎች ሃይማኖቶች መቻቻልን ይደግፋል። የሲክሂዝም አስፈላጊ መልእክት ጠዕለት ተዕለት ሕይወት ውስጥ የርኅራኄን፣ ሐቀኝነትን፣ ትኩረትን እና ልግስናን በመለማመድ በማንኛውም ጊዜ እግዚአብሔርን መሰጠት እና ማክበር ነው። የሶስቱ የሲክ ሀይማኖት መሰረታዊ መርሆች እግዚአብሔርን ማሰላሰል እና ማስታወስ፣ ለታማኝ ኑሮ መስራት እና ከሌሎች ጋር ግንኙነት ናቸው።

በዚህ የነፍስ መንፈሳዊ ጉዞ ላይ ለመጓዝ ጥረት ስለደረጋችሁ እንኳን ደስ አላችሁ። በተለይም ሙሉው ጉሩ ግራንት ሳሂብ በግጥም ውስጥ ሲሆን እና ዘይቤዎችን መጠቀም ተግባርን በጣም ከባድ ያደርገዋል። በመለኮታዊ መልእክት ውስጥ፣ የሂንዱ እና የሙስሊም አፈ ታሪኮች ብዙ ጊዜ ጥቅም ላይ ይውላሉ ፕራላሃድ፣ ሃርናካሽ፣ ላክሽሚ፣ ብራህማ ወዘተ. ትኩረቱ እግዚአብሔር አንድ መሆኑን እና ከእርሱ ጋር አንድነት መፍጠር የሰው ሕይወት ግብ ነው።

ይህ ሥራ በቋንቋችሁ መለኮታዊውን መልእክት ወደ እናንተ ለማድረስ በበርካታ በጎ ፈቃደኞች ለብዙ ዓመታት ሲደረግ ቆይቷል። ማንኛውም አይነት ጥያቄ ካሎት እባክዎን በኢሜል ይላኩልን walnut@gmail.com እና በዚህ ጉዞ ላይ ልንቀላቀልዎ እንፈልጋለን።