

ੴ

ਸੋਹਲੀ ਸਾਹਬ

ਅਧਿਆਤਮ ਦੀ ਓਰ ਏਕ ਸਫਰ
ਡੋਗਰੀ ਅਨੁਵਾਦ

अनुक्रमणिका

1.	सोहलि साहब -----	1
2.	अरदास-नमाज -----	7
3.	रूह दा रस्ता -----	11
4.	सफर दे वास्ते दर्शन -----	13
5.	महिलाओं की भूमिका -----	15
6.	पगड़ी दा महत्व-----	18
7.	वनिम्रता कुंजी सार अपने सफर च-----	20



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

Chino, Ca 91710

ਸੋਹਿਲਾ ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਦੀਪਕੀ ਮਹਲਾ ੧

ਸੋਹਿਲਾ ਰਗੁ ਗਉੜੀ ਦੀਪਕੀ ਮਹਲਾ 1

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਏ ਇਕ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਹੈ ਜੋ ਸਤਗੁਰੁ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੈ ਘਰਿ ਕੀਰਤਿ ਆਖੀਐ ਕਰਤੇ ਕਾ ਹੋਇ ਬੀਚਾਰੇ ॥

ਏ ਜਿਸ ਚੰਗੀ ਸੰਗਤ ਚ ਨਿਰੰਕਰ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਗਾਯਾ ਜੰਦਾ ਏ ਤੇ ਕਰਤਾਰ ਦੇ ਗੁਣੋਂ ਉਪਰ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜੰਦਾ ਏ।

ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਿਵਰਿਹੁ ਸਿਰਜਣਹਾਰੇ ॥੧॥

ਏ, ਏ ਉਸੀ ਅਛੀ ਸੰਗਤ ਦੇ ਘਰ ਜਾਓ ਤੇ ਸ੍ਰਣਿਕਰਤਾ ਦੀ ਸਤੁਤਿ ਗਾਓ ਤੇ ਉਸੀ ਯਾਦ ਕਰੋ। ੧॥

ਤੁਮ ਗਾਵਹੁ ਮੇਰੇ ਨਿਰਭਉ ਕਾ ਸੋਹਿਲਾ ॥

ਏ ਹੇ ਇੰਸਾਨ ਮੇਰੇ ਨਿਡਰ ਵਾਹੇਗੁਰੁ ਕੋ ਸਤੁਤਿ ਗੀਤ ਗਾਓ।

ਹਉ ਵਾਰੀ ਜਿਤੁ ਸੋਹਿਲੈ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਏ, ਏ, ਏ ਇਹ ਵੀ ਕਹੋ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸ ਸਤਗੁਰੁ ਵਾਸਤੇ ਖੁਦ ਨੂ ਬਲਿਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਜੋ ਸਦਾ ਸੁਖ ਦੈਂਦਾ ਹੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਨਿਤ ਨਿਤ ਜੀਅੜੇ ਸਮਾਲੀਅਨਿ ਦੇਖੈਗਾ ਦੇਵਣਹਾਰੁ ॥

ਏ ਹੇ ਮਨੁਕ੍ਖ, ਰੋਜਮਰਾ ਦੇ ਅਨਗਿਨਤ ਜੀਵ-ਜੰਤੁਏਂ ਗੀ ਪੋਸ਼ਿਤ ਕਰਨੇ ਆਹਾ ਪਾਲਨ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨੇ ਆਹਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੁੰਦੇ ਉਪਰ ਭੀ ਅਪਨਾ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਬਰਸਾਗ।

ਤੇਰੇ ਦਾਨੈ ਕੀਮਤਿ ਨਾ ਪਵੈ ਤਿਸੁ ਦਾਤੇ ਕਵਣੁ ਸੁਮਾਰੁ ॥੨॥

ਏ, ਏ ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਗੋਦੀ ਚੀਜੋਂ ਦਾ ਕੋਈ ਮੋਲ ਨੇੜੀ ਕੀਜੇ ਓਹ ਅਨੰਤ ਨ। ੨॥

ਸੰਬਤਿ ਸਾਹਾ ਲਿਖਿਆ ਮਿਲਿ ਕਰਿ ਪਾਵਹੁ ਤੇਲੁ ॥

ਏ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਵਿਦਾ ਹੋਨ ਲਈ ਸਾਹਾ ਚਿਟ੍ਰੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਇਕ ਸੰਦੇਸ਼ ਸੰਵਤ ਦਿਵਸ ਆਦਿ ਲਿਖ ਕੇ ਤਧ ਕੀਤਾ ਗਯਾ ਹੈ ਇਸ ਕਰਕੇ ਵਾਹੇਗੁਰੁ ਨਾਲ ਮਿਲਨ ਲਈ ਹੋਰ ਸਤੰਗੀ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਤੇਲ ਛਾਲ ਕੇ ਸ਼ਾਗੁਨ ਬਨਾਓ। ਯਾਨੀ ਬਿਆਹ ਤੋਂ ਪਹਲਾਂ ਮੌਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਸੁਖ ਕਰਮ ਕਰੋ।

ਦੇਹੁ ਸਜਣ ਅਸੀਸੜੀਆ ਜਿਉ ਹੋਵੈ ਸਾਹਿਬ ਸਿਉ ਮੇਲੁ ॥੩॥

ਏ, ਏ ਹੇ ਦੋਸਤੋ ਹੁਨ ਸੁਖਕਾਮਨਾਏਂ ਦੇਯੋ ਕਿ ਸਤਗੁਰੁ ਨਾਲ ਮਿਲ ਜਾਵੇ। ੩॥

ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹੇ ਪਾਹੁਚਾ ਸਦੜੇ ਨਿਤ ਪਵੰਨਿ ॥

ਏ ਏਹੁ ਸਾਹੇ ਚਿਟ੍ਰੀ ਹਰ ਘਰੈ ਚ ਰੋਜ ਭੇਜੀ ਜਾ ਕਰਦੀ ਏ ਤੇ ਏਹੁ ਸੰਦੇਸ਼ ਕੁਸੈ ਨ ਕੁਸੈ ਘਰੈ ਤਗਰ ਪੁਝੀ ਜਾ ਕਰਦਾ ਏ। ਕੋਈ ਨ ਕੋਈ ਰੋਜ ਮਰਦਾ ਜਾ ਕਰਦਾ ਏ

ਸਦਣਹਾਰਾ ਸਿਮਰੀਐ ਨਾਨਕ ਸੇ ਦਿਹ ਆਵੰਨਿ ॥੪॥੧॥

ਏ, ਏ, ਏ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਹੇ ਜੀਵ, ਮਰਨੇ ਦਾ ਚਿੰਤਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ
ਓਹ ਦਿਨ ਨੇੜੇ ਆ ਗਿਆ ਹੈ

ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

॥ ਰਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ 1 ॥

ਛਿਅ ਘਰ ਛਿਅ ਗੁਰ ਛਿਅ ਉਪਦੇਸ ॥

ਏ ਬ੍ਰਹਮਾਂਡ ਦੀ ਰਚਨਾ ਚ ਚਾਹੁ ਸਾਸਤਰਿ ਹੈ, ਚਾਹੁ ਲੇਖਕ ਹੈ ਤੇ ਸਿੱਖਾ ਭੀ ਅਪਨੇ ਰੂਪ ਚ ਚਾਹੁ ਹੀ।

ਗੁਰੁ ਗੁਰੁ ਏਕੇ ਵੇਸ ਅਨੇਕ ॥੧॥

ਏ, ਏ ਪਰ ਤੰਦਾ ਮੂਲ ਤਤ੍ਵ ਸਿੱਧ ਏਕੁ ਹੈ ਪਰਮਾਤਮਾ ਏ ਜਿਸਦਾ ਭੇਸ ਅਨੰਤ ਏ।

ਬਾਬਾ ਜੈ ਘਰਿ ਕਰਤੇ ਕੀਰਤਿ ਹੋਇ ॥

ਏ ਹੇ ਮਨੁਖ, ਸਾਸਤਰਿ ਦੇ ਘਰ ਵਿਚ ਜਿਥੇ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੀ ਸਤੁਤਿ ਹੋਵੇ, ਤਸ ਦੀ ਸਤੁਤਿ ਹੋਵੇ।

ਸੇ ਘਰੁ ਰਾਖੁ ਵਡਾਈ ਤੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਏ, ਏ, ਏ ਤਸ ਸਾਸਤਰਿ ਜੀ ਅਪਨਾਨੇ ਕਰੈ ਤੁਸੰਗੀ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਤੇ ਪਰਲੋਕ ਦੋਨੋਂ ਚ ਸੰਮਾਨ ਮਿਲਗਾ। ੧॥
ਬਕਾਯਾ

ਵਿਸੁਏ ਚਸਿਆ ਘੜੀਆ ਪਹਰਾ ਥਿਤੀ ਵਾਰੀ ਮਾਹੁ ਹੋਆ ॥

ਏ ਕੁਝ ਚਸਾ ਘੜੀ, ਸਮਧ, ਤਾਰੀਖ਼ ਔਰ ਦਿਨ ਮਿਲਕਰ ਏਕ ਮਹੀਨਾ ਬਨਾਤੇ ਹੈਂ।

ਸੂਰਜੁ ਏਕੇ ਰੁਤਿ ਅਨੇਕ ॥

ਏ ਇਥਾਂ ਹੈ ਸੈਸਮ ਮਤੇ ਸਾਰੇ ਹੋਨੇ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਭੀ ਸੂਰਜ ਇਕ ਹੈ ਏ। ਏਹੁ ਇਸ ਸੂਰਜ ਦੇ ਬਕਥ-ਬਕਥ
ਹਿਸੇ ਨ।

ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕੇ ਕੇਤੇ ਵੇਸ ॥੨॥੨॥

ਹੇ ਨਾਨਕ, ਇਸੀ ਤਰਹੁ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟਿਕਰਤਾ ਦੇ ਅਨਗਿਨਤ ਪ੍ਰਕਟੀਕਰਣ ਹਨ, ਪਰ ਓਹ ਇਕ ਹੀ ਹੈ।

ਰਾਗੁ ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧ ॥

॥ ਰਗੁ ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ 1 ॥

ਗਗਨ ਮੈ ਥਾਲੁ ਰਵਿ ਚੰਦੁ ਦੀਪਕ ਬਨੇ ਤਾਰਿਕਾ ਮੰਡਲ ਜਨਕ ਮੇਤੀ ॥

ਏ ਸੂਰਜ ਤੇ ਚੰਦ੍ਰਮਾ ਪੂਰੇ ਆਕਾਸ਼ ਦੀ ਥਾਲੀ ਵਿਚ ਦੀਪ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹਨ, ਤਾਰੇ ਦਾ ਇਕ ਸਮੂਹ ਥਾਲੀ ਵਿਚ
ਜੜਦੇ ਸੀਤੀ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹਨ।

ਧੂਪੁ ਮਲਆਨਲੇ ਪਵਣੁ ਚਵਰੇ ਕਰੇ ਸਗਲ ਬਨਰਾਇ ਫੁਲੰਤ ਜੋਤੀ ॥੧॥

ਏ, ਏ ਮਲਧ ਪਹਾੜ ਤੋਂ ਆਨੇ ਆਲੀ ਚੰਦਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਧੂਪ ਦੇ ਸਮਾਨ ਏ, ਹਵਾ ਧੁਮਦੀ ਏ, ਸਾਰੀ
ਵਨਸਪਤਿ, ਫੁਲਲ ਬਗੈਰਾ ਖਿਲਦੀ ਏ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦੇ ਰੂਪ ਚ ਅਕਾਲ ਪੁਰੁਸ਼ ਦੀ ਆਰਤੀ ਜੀ ਸਮਰਪਿਤ ਏ। ੧॥

ਕੈਸੀ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥

ਏ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਕਿਸ तरह ਦੀ ਅਲੌਕਿਕ ਆਰਤੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ?

ਭਵ ਖੰਡਨਾ ਤੇਰੀ ਆਰਤੀ ॥

ਏ ਤੂ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਹੋ ਜੋ ਜਗਤ ਦੇ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਜਨਮ-ਮਰਣ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਅਨਹਤਾ ਸਬਦ ਵਾਜੰਤ ਭੇਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਏ, ਏ, ਏ ਕਿ ਰਸਵੇਦ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਏਵੇਂ ਬਜਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਫੀਲ ਬਜਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ॥੧॥ ਤਥੇ ਹੀ ਰਹੀ।

ਸਹਸ ਤਵ ਨੈਨ ਨਨ ਨੈਨ ਹਹਿ ਤੇਹਿ ਕਉ ਸਹਸ ਮੂਰਤਿ ਨਨਾ ਏਕ ਤੇਹੀ ॥

ਏ ਹੇ ਸਰਵਵਿਆਪੀ ਨਿਰਾਕਾਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੇਰੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਅਕਸ਼ਾਂ ਹਨ ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਰਾਕਾਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਕੋਈ ਅਕਸ਼ਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ, इसी तर्ह तेरी हज़ारों मूर्तियां हन पर तुहाड़े कोल इक रूप नहीं है क्योंकि तुसीं निराकार रूप विच हो।

ਸਹਸ ਪਦ ਬਿਮਲ ਨਨ ਏਕ ਪਦ ਗੰਧ ਬਿਨੁ ਸਹਸ ਤਵ ਗੰਧ ਇਵ ਚਲਤ ਮੋਹੀ ॥੨॥

ਏ, ਏ ਤੁਹਾਡੇ ਸਗੁਨ ਰੂਪ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸ਼ੁਭ ਪੈਰ ਕਮਲ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਰਗੁਣ ਰੂਪ ਦੇ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੰਦ੍ਰਿਯਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਵੰਚਿਤ ਹਨ ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਨਾਕ ਦੇ ਚੇਦ ਹਨ ਮੈਂ। २॥

ਸਭ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਜੋਤਿ ਹੈ ਸੋਇ ॥

ਏ ਬ੍ਰਹਮਾਣਡ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਚ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਰੂਪ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੈ ਚਮਕਦਾ ਏ।, ਏ ਉਹਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਜਯੋਤਿ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ, ਹਰ ਕਿਸੇ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਦਾ ਉਜਾਲਾ ਹੈ।

ਤਿਸ ਦੈ ਚਾਨਣਿ ਸਭ ਮਹਿ ਚਾਨਣੁ ਹੋਇ ॥

ਹਰ ਇਕ ਦੇ ਮਨ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਕਰਨੇ ਆਲਾ ਰੋਸ਼ਨੀ ਉਸੀ ਦਿਵ्य ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਏ।

ਗੁਰ ਸਾਖੀ ਜੋਤਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥

ਏ ਪਰ ਇਸ ਜਯੋਤਿ ਦਾ ਸਾਕਾਰ ਸਿਰਫ਼ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਜਰਿਏ ਹੋਂਦਾ ਏ।

ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੁ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥੩॥

ਏ, ਏ ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਜੋ ਮੈਂ ਮਲਾ ਹੋਵੇ, ਓਸ ਦੀ ਆਰਤੀ ਹੈ। ੩॥

ਹਰਿ ਚਰਣ ਕਵਲ ਮਕਰੰਦ ਲੋਭਿਤ ਮਨੇ ਅਨਦਿਨੁ ਮੋਹਿ ਆਹੀ ਪਿਆਸਾ ॥

ਏ ਮੇਰਾ ਮਨ ਤੜਪਦਾ ਹੈ ਹਰਿ ਦੇ ਚਰਣ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਫੁਲ੍ਹੇ ਦੇ ਰਸ, ਮੈਂ ਰੋਜ਼ ਇਸ ਰਸ ਦਾ ਪਿਆਸ ਕਰਦਾ ਰੇਹੰਦਾ ਹਾਂ।

ਕ੍ਰਿਪਾ ਜਲੁ ਦੇਹਿ ਨਾਨਕ ਸਾਰੰਗ ਕਉ ਹੋਇ ਜਾ ਤੇ ਤੇਰੈ ਨਾਇ ਵਾਸਾ ॥੪॥੩॥

ਏ, ਏ, ਏ ਅਰੇ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਨਕ ਪ੍ਰੀਤਮਾ ਤੇਰੇ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਦੇ ਤਾਸੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਪਰ ਆਰਾਮ ਕਰ ਸਕੇ। ੪॥ ੩॥

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

ਏ ਰਗੁ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

ਕਾਮਿ ਕਰੋਧਿ ਨਗਰੁ ਬਹੁ ਭਰਿਆ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਖੰਡਲ ਖੰਡਾ ਹੇ ॥

ਏ ਏਹੁ ਮਨੁਕਸੀ ਸ਼ਰੀਰ ਪੂਰੀ ਚਾਲੀ ਕਨੈ ਵਾਸਨਾ ਤੇ ਗੁਸੇ ਜਨੇਹੁ ਕੁਰੀਤਿਓਂ ਕਨੈ ਭਰੋਚੇ ਦਾ ਏ ਪਰ ਸੰਤੋਂ ਦੇ ਸੰਗਤ ਕਨੈ ਤੁਸੋਂ ਵਾਸਨਾ ਤੇ ਗੁਸੇ ਗੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰੀ ਦਿੱਤਾ ਏ।

ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਤ ਲਿਖੇ ਗੁਰੁ ਪਾਇਆ ਮਨਿ ਹਰਿ ਲਿਵ ਮੰਡਲ ਮੰਡਾ ਹੇ ॥੧॥

ਏ, ਏ ਜਿਸ ਵਿਅਕਤਿ ਨੇ ਪਹਲੇ ਲਿਖੇ ਕਰਮੋਂ ਦੇ ਜਰਿਓ ਗੁਰੁ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਉਸਦਾ ਬੇਚੈਨ ਮਨ ਪਰਮਾਤਮਾ ਮੇਂ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ੧॥

ਕਰਿ ਸਾਧੂ ਅੰਜੁਲੀ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥

ਏ ਹਥ ਜੋੜਿਓ ਸੰਤ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਨਾ ਵਡਾ ਹੈ ਸਦਗੁਣ ਏ।

ਕਰਿ ਡੰਡਉਤ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਏ, ਏ, ਏ ਉਸੀ ਨਮਨ ਕਰਨਾ ਵੀ ਇਕ ਵਡਾ ਸਦਾਚਾਰ ਏ। ੧॥ ਉਥੇ ਹੀ ਰਹੋ।

ਸਾਕਤ ਹਰਿ ਰਸ ਸਾਦੁ ਨ ਜਾਣਿਆ ਤਿਨ ਅੰਤਰਿ ਹਉਮੈ ਕੰਡਾ ਹੇ ॥

ਏ ਪਤਿਤ ਮਨੁਕਸ, ਭ੍ਰਮ ਚ ਡੁਬੀ ਗੇਦੇ ਜਾਂ ਜੇਹੜੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਗੀ ਭੁਲੀ ਗੇਦੇ ਨ, ਓਹੁ ਅਕਾਲ ਪੁਰੁਸ਼ ਦੇ ਸੁਖ ਦਾ ਮਜਾ ਨੇੜੇ ਲੈਂਦੇ ਕੀਜੇ ਉਂਦੇ ਦਿਲੋਂ ਚ ਅਹੰਕਾਰ ਦੇ ਰੂਪ ਚ ਕਾਂਟਾ ਏ।

ਜਿਉ ਜਿਉ ਚਲਹਿ ਚੁਭੈ ਦੁਖੁ ਪਾਵਹਿ ਜਮਕਾਲੁ ਸਹਹਿ ਸਿਰਿ ਡੰਡਾ ਹੇ ॥੨॥

ਏ, ਏ ਜਿਯਾਂ-ਜਿਯਾਂ ਓਹੁ ਘਮੰਡ ਕਨੈ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਰਸਤੇ ਪਰ ਚਲਦੇ ਨ, ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਕਾਂਟਾ ਉਨੇਂਗੀ ਚੂਮਦਾ ਰੌਹਦਾ ਏ ਤੇ ਸਤਾਂਦਾ ਰੌਹਦਾ ਏ ਤੇ ਆਖਰੀ ਪਲ ਚ ਓਹੁ ਧਮ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਗੇਦੇ ਧਾਤਨਾਏਂ ਗੀ ਝੋਲਦੇ ਰੌਹਦੇ ਨ। ੨॥

ਹਰਿ ਜਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਣੇ ਦੁਖੁ ਜਨਮ ਮਰਣ ਭਵ ਖੰਡਾ ਹੇ ॥

ਏ ਇਸਦੇ ਅਲਾਵਾ ਜੇਹੜੇ ਮਨੁਕਸ ਸੰਸਾਰੀ ਮਹਿਮਾ ਜਾਂ ਭੌਤਿਕ ਚੀਜੋਂ ਗੀ ਲਾਗਿਓ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਭਕਤ ਬਨੀ ਜੰਦੇ ਨ ਤੇ ਉਂਦੀ ਸਮਰਣ ਚ ਲੀਨ ਰੌਹਦੇ ਨ, ਓਹੁ ਆਨੇ-ਜਾਨੇ ਦੇ ਚਕਰ ਥਮਾਂ ਮੁਕਤਿ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਨ ਤੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਦੁਖੋਂ ਥਮਾਂ ਮੁਕਤ ਹੋਂਦੇ ਨ।

ਅਭਿਨਾਸੀ ਪੁਰਖੁ ਪਾਇਆ ਪਰਮੇਸਰੁ ਬਹੁ ਸੋਭ ਖੰਡ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਹੇ ॥੩॥

ਏ, ਏ ਉਨੇਂਗੀ ਸ਼ਾਸ਼ਤ, ਸਰਵਵਿਆਪੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਗੀ ਮਿਲਦਾ ਏ ਤੇ ਬਕਸ਼-ਬਕਸ਼ ਬ੍ਰਹਮਾਂਡੋਂ ਚ ਮਹਿਮਾਮੰਡਿਤ ਕੀਤਾ ਜੰਦਾ ਏ। ੩

ਹਮ ਗਰੀਬ ਮਸਕੀਨ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੇ ਹਰਿ ਰਾਖੁ ਰਾਖੁ ਵਡ ਵਡਾ ਹੇ ॥

ਏ ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ, ਅਸੀਂ ਗਰੀਬ ਤੇ ਨਿਰਾਧਾਰ ਤੇ ਤੇਰੇ ਵਸ਼ ਵਿਚ ਹਾਂ, ਆਪ ਹੀ ਪਰਮ ਸ਼ਕਤਿ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਓ।

ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਟੇਕ ਹੈ ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਹੀ ਸੁਖੁ ਮੰਡਾ ਦੇ ॥੪॥੪॥

ਏ, ਏ, ਏ ਹੇ ਨਾਨਕ, ਆਤਮਾ ਗੀ ਸਿਰਫ਼ ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਚ ਗੈ ਸ਼ਰਣ ਏ, ਹਰਿ ਦੇ ਨਾਮ ਚ ਲਿਪਤ ਹੋਨੇ ਕਨੈ ਗੈ
ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਸੁਖ ਹਾਸਲ ਹੋਂਦਾ ਏ। ੪॥ ੪॥

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੁਰਬੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਏ ਰਗੁ ਗਉੜੀ ਪੁਰਬੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਕਰਉ ਬੇਨੰਤੀ ਸੁਣਹੁ ਮੇਰੇ ਮੀਤਾ ਸੰਤ ਟਹਲ ਕੀ ਬੇਲਾ ॥

ਏ ਹੇ ਸਤਸੰਗੀ ਮਿਤ੍ਰਾਂ, ਸੁਨੋ, ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਏ ਮਨੁਖ ਸ਼ਰੀਰ ਜੋ ਮਿੱਠੀ ਮਿਲਿਆ ਏ,
ਸੰਤ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦਾ ਸ਼ੁੱਭ ਮੌਕਾ ਹੋਵੇ।

ਈਹਾ ਖਾਟਿ ਚਲਹੁ ਹਰਿ ਲਾਹਾ ਆਗੈ ਬਸਨੁ ਸੁਹੇਲਾ ॥੧॥

ਏ, ਏ ਜੇਕਰ ਤੁਸ ਸੇਵਾ ਕਰੋ ਤਾਂ ਤੁਸੇਂਗੀ ਇਸ ਜੀਵਨ ਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਂ ਗੀ ਯਾਦ ਕਰਨੇ ਦਾ ਫਾਇਦਾ
ਮਿਲੇਗਾ, ਜਿਸਦੇ ਕਾਰਣ ਪਰਲੋਕ ਚ ਜੀਨਾ ਬੜਾ ਸੌਖਾ ਹੋਵੇ ਜਾਗੇ। ੧॥

ਅਉਧ ਘਟੈ ਦਿਨਸੁ ਰੈਣਾਰੇ ॥

ਏ ਹੇ ਮਨ, ਕਾਲ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਇਹ ਯੁਗ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਘਟਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਮਨ ਗੁਰ ਮਿਲਿ ਕਾਜ ਸਵਾਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਏ, ਏ, ਏ ਇਸ ਕਰਿਏ ਤੁਸੇਂ ਗੀ ਗੁਰੂ ਕਨੈ ਮਿਲਿਏਂ ਉਂਦੀ ਸਿੱਖਿਆਂ ਗੀ ਗ੍ਰਹਣ ਕਰਨਾ ਚਾਹਿਦਾ ਤੇ ਅਪਨੀ
ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸਾਰਾ ਕਾਮ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹਿਦਾ। ੧॥ ਉਥੇ ਹੀ ਰਹੋ।, ਏ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਜੀਵ
ਵਾਸਨਾ, ਕ੍ਰੋਧ ਆਦਿ ਵਿਕਾਰ ਤੇ ਭ੍ਰਮ ਵਿਚ ਡੁਬਦੇ ਹਨ, ਇਥੋਂ ਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਤਤਵਵੇਤਾ ਯਾਨੀ ਜਿਸ ਨੂੰ
ਬ੍ਰਹਮ ਦਾ ਜ਼ਾਨ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਮੋਖ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।

ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਬਿਕਾਰੁ ਸੰਸੇ ਮਹਿ ਤਰਿਓ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ॥

ਏਹੁ ਦੁਨਿਆ ਕੁਰੀਤਿਏਂ ਤੇ ਨਿੰਦਨੀਯਤਾ ਚ ਡੁਬੀ ਦੀ ਏ, ਕੁਰੀਤਿਏਂ ਦੇ ਸੰਸਾਰ ਸਾਗਰ ਚ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਦਿੱਖ
ਜ਼ਾਨੀ ਵਿਅਕਤਿ ਗੈ ਤੈਰ ਸਕਦਾ ਏ।

ਜਿਸਹਿ ਜਗਾਇ ਪੀਆਵੈ ਇਹੁ ਰਸੁ ਅਕਥ ਕਥਾ ਤਿਨਿ ਜਾਨੀ ॥੨॥

ਏ, ਏ ਕੁਰੀਤਿਏਂ ਚ ਡੁਬੀ ਦੀ ਮਨੁੱਖ ਗੈ, ਜਿਸੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਅਪਨੇ ਆਪ ਗੈ ਭ੍ਰਮ ਦੀ ਨੀਂਦ ਥਮਾਂ ਜਾਗਿਏ
ਉਸੀ ਨਾਮ ਦਾ ਰਸ ਦਿੱਤਾ ਹਾ, ਉਸੀ ਗੈ ਉਸ ਅਕਥਨੀਯ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਅਲੌਕਿਕ ਕਹਾਨੀ ਜਾਨਨੇ ਚ
ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਵੇ ਗੇਆ ਏ।

ਜਾ ਕਉ ਆਏ ਸੋਈ ਬਿਹਾਝਹੁ ਹਰਿ ਗੁਰ ਤੇ ਮਨਹਿ ਬਸੇਰਾ ॥

ਏ ਇਸ ਕਰਿਏ ਹੇ ਸਤੰਗਿਆਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਸੀ ਅਨਮੋਲ ਚੀਜ਼ ਖਰੀਦੋ ਜਿਸਦੇ ਨਾਮ ਤੇ ਰੂਪ ਚ ਤੁਸ ਇਸ ਮਨ
ਚ ਸਿਰਫ਼ ਗੁਰੂ ਦੇ ਜਰਿਏਂ ਬਸਦੇ ਓ।

ਨਿਜ ਘਰਿ ਮਹਲੁ ਪਾਵਹੁ ਸੁਖ ਸਹਜੇ ਬਹੁਰਿ ਨ ਹੋਇਗੋ ਫੇਰਾ ॥੩॥

ਏ, ਏ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਣ ਲੈ ਕੇ ਹੀ ਇਸ ਦਿਲ ਦੇ ਘਰ ਵਿਚ ਹਰਿ ਦਾ ਰੂਪ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰ ਕੇ ਆਧਿਆਤਮਿਕ
ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਭੋਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਆਭ-ਜਾਭ ਦਾ ਚੱਕਰ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

ਅੰਤਰਜਾਮੀ ਪੁਰਖ ਬਿਧਾਤੇ ਸਰਧਾ ਮਨ ਕੀ ਪੂਰੇ ॥

ਏ ਹੇ ਸਰਵਕ੍ਰਪਾ ਸ੍ਰਿਕਰਤਾ ਜੋ ਮੇਰੇ ਅੰਤਰਿ ਭਵਿ ਗੀ ਜਾਨਦੇ, ਮੇਰੇ ਮਨ ਦੀ ਭਕਤਿ ਗੀ ਪੂਰਾ ਕਰੋ।

ਨਾਨਕ ਦਾਸੁ ਇਹੈ ਸੁਖ ਮਾਰੈ ਮੇ ਕਉ ਕਰਿ ਸੰਤਨ ਕੀ ਧੂਰੇ ॥੪॥੫॥

ਏ, ਏ, ਏ ਗੁਰੂ ਸਾਹਬ ਦਾ ਆਖਨਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸੇਵਕ ਸਿਰਫ਼ ਸੰਤਾਂ ਦੇ ਚਰਣ ਵਿਚ ਮਿੱਞੋ ਧੂੜ ਬਨਾਨਾ ਚਾਹੰਦਾ ਹੈ, ਯਾਨੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਸੇ ਗਏ ਰਾਹ ਦਾ ਅਨੁਧਾਰੀ ਬਨਾਨਾ ਚਾਹੰਦਾ ਹੈ। ੫॥

ਅਰਦਾਸ

ਦੁਆ

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ ॥

ਪਰਮਾਤਮਾ ਇਕ ਹੀ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਜੀਤ ਅਦਭੁਤ ਗੁਰੂ (ਪਰਮਾਤਮਾ) ਦੀ ਹੈ।

ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

ਆਦਰਯੋਗ ਤਲਵਾਰ (ਭੁਰੇ ਕਰਨੇ ਆਲੇ ਦੇ ਨਾਸ਼ਕ ਦੇ ਰੂਪ ਚ ਪਰਮਾਤਮਾ) ਸਾਫ਼ੀ ਮਦਦ ਕਰਨ!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

ਦਸਵੇਂ ਗੁਰੂ ਦੁਆਰਾ ਪਾਠ ਕੀ ਗਈ ਆਦਰਯੋਗ ਤਲਵਾਰ ਕਾ ਓਡ।

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ ॥

ਪੈਛੇ ਤਲਵਾਰ (ਭੁਰੇ ਕਰਨੇ ਆਲੇ ਦੇ ਨਾਸ਼ਕ ਦੇ ਰੂਪ ਚ ਪਰਮਾਤਮਾ) ਗੀ ਯਾਦ ਕਰੋ; ਫਿਰ ਨਾਨਕ ਗੀ ਯਾਦ ਕਰੋ (ਉਸ ਦੇ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨ ਉਪਰ ਟਿਕੋ)।

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ ॥

ਫਿਰ ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ, ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਤੇ ਗੁਰੂ ਰਾਮ ਦਾਸ ਦਾ ਯਾਦ ਕਰੋ ਤੇ ਧਿਆਨ ਕਰੋ; ਓਹ੍ ਸਾਫ਼ੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ! (ਉਂਦੇ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨ ਉਪਰ ਟਿਕਨਾ)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੈ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ, ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਔਰ ਆਦਰਯੋਗ ਗੁਰੂ ਹਰ ਰਾਧ ਕੋ ਯਾਦ ਕਰੋ ਔਰ ਧਿਆਨ ਕਰੋ। (ਉਂਦੇ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨ ਉਪਰ ਟਿਕਨਾ)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

ਆਦਰਯੋਗ ਗੁਰੂ ਹਰ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਗੀ ਯਾਦ ਕਰੋ ਤੇ ਧਿਆਨ ਕਰੋ, ਜਿਸਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਹੋਨੇ ਕਨੈ ਸਾਰੇ ਪੀੜ ਲੁਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਨ। (ਉਂਦੇ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨ ਉਪਰ ਟਿਕਨਾ)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਗੀ ਯਾਦ ਕਰੋ ਤੇ ਫਿਰ ਨੌ ਸ੍ਰੋਤ ਆਤਮਕ ਧਨ ਦੇ ਜਲਦਬਾਜੀ ਚ ਤੁੰਦੇ ਘਰ ਔਗਨ।

ਸਭ ਥਾਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥

ਓ ਭਗਵਾਨ ! ਮੇਹਰਬਾਨੀ ਕਰਿਐ ਹਰ ਥਾਏ ਪਰ ਅਸੇਂਗੀ ਰਸਤਾ ਦਸਿਐ ਸਾਫ਼ੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।

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

ਆਦਰਯੋਗ ਦਸਵੇਂ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਕੋ ਧਿਆਨ ਕਰੋ (ਉਨਕੇ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨ ਪਰ ਟਿਕਨਾ)।
ਓ ਭਗਵਾਨ ! ਮੇਹਰਬਾਨੀ ਕਰਿਐ ਹਰ ਥਾਹੈ ਪਰ ਅਸੇਂਗੀ ਰਸਤਾ ਦਸਿਐ ਸਾਫੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।

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

ਆਦਰਯੋਗ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਚ ਨਿਹਿਤ ਦਸ ਰਾਜਾਏ ਦੀ ਦਿਵਯ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੀ ਸੋਚੋ ਤੇ ਮਨਨ ਕਰੋ ਤੇ
ਅਪਨੇ ਵਿਚਾਰੋਂ ਹੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਦਿਵਯ ਸਿੱਖਿਆ ਚ ਮੋਝੋ ਤੇ ਉਂਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰੋ ਸੁਖ ਪਾਓ; ਉਚਾਰ
ਵਾਹੇ ਗੁਰੂ (ਅਦ੍ਰਿਸ਼ਤ ਭਗਵਾਨ) !

**ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਚੌਹਾਂ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ, ਚਾਲੀਆਂ 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!**

ਪੰਜ ਪ੍ਰਿਯਜਨੇਂ ਦੇ, ਚਾਰ ਪੁੱਤਰੇਂ ਦੇ (ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਦੇ); ਚਾਲੀਸ ਸ਼ਹੀਦੀਂ ਦਾ; ਅਦਮ੍ਯ ਵਫ਼ਾ ਸੰਕਲਪ ਦੇ
ਵੀਰ ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ; ਨਾਮ ਦੇ ਰੰਗ ਚ ਡੁਬੀ ਦੀ ਭਕਤੀ ਦਾ; ਨਾਮ ਚ ਲੀਨ ਹੋਨੇ ਆਲੇਂ ਦਾ; ਉਨੇਂ ਲੋਕੇਂ ਦਾ ਜੇਹੜੇ
ਨਾਮ ਹੀ ਧਿਆਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤੇ ਅਪਨਾ ਖਾਨਾ ਸਾਥੀ ਚ ਬੰਡਦੇ ਹੋ; ਮੁਫ਼ਤ ਰਸੋਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨੇ ਆਲੇਂ ਦਾ;
(ਸਚਾਈ ਹੀ ਬਚਾਨੇ ਆਸ਼ਟੇ) ਅਪਨੀ ਤਲਵਾਰ ਚਲਾਨੇ ਆਲੇਂ ਦਾ; ਉਨੇਂ ਲੋਕੇਂ ਦਾ ਜੇਹੜੇ ਦੁਆ ਦੀ ਖਾਮਿਏਂ ਹੀ
ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ; ਉਪਰ ਦਿੱਤੇ ਗੇਦੇ ਸਾਰੇ ਸੁਫ਼ ਤੇ ਸਚੇ ਭਕਤ ਹੋ; ਉਚਾਰ ਵਾਹੇ ਗੁਰੂ (ਅਦ੍ਰਿਸ਼ਤ
ਭਗਵਾਨ) !

**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!**

ਸੋਚੋ ਤੇ ਧਿਆਨ ਕਰੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਹਾਦੁਰ ਸਿੱਖ ਮਰਦੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜਨਾਨਿਆਂ ਦੀ ਅਨੋਖੀ ਸੇਵਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ
ਸਿਰ ਬਲਿਦਾਨ ਕੀਤਾ ਲੇਕਿਨ ਅਪਨਾ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਕੂੰ ਸੌਂਪ ਦਿੱਤਾ; ਜਿਨੇ ਸ਼ਰੀਰ ਦੇ ਹਰ ਇਕ ਜੋੜ ਕੋਲਾ
ਅਪਨੇ ਆਪ ਹੀ ਟੁਕੜੇ-ਟੁਕੜੇ ਕਰੀ ਲੇਤਾ; ਜਿਸਨੇ ਉਂਦੀ ਖੋਪੜੀ ਕਢੀ ਲੇਈ; ਜੇਹੜੇ ਬੜੀ ਗੇਦੇ ਹੋ ਤੇ
ਪਹਿਏਂ ਉਪਰ ਧੁਮਦੇ ਹੋ ਤੇ ਟੁਕੜੇ-ਟੁਕੜੇ ਹੋਈ ਗੇਦੇ ਹੋ; ਜਿਨ੍ਹੇਂ ਆਰੀ ਕਰੇ ਕਟੇ ਗੇ; ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਜਿੰਦਾ
ਚਮੜੀ ਕਢੀ ਗੇਈ ਹੀ; ਗੁਰਵਾਰਾ ਦੀ ਗਰਿਮਾ ਕਾਧਮ ਰਖਣ ਵਾਸਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਖੁਦ ਦੀ ਕੁਰਬਾਨੀ ਕੀਤੀ;
ਜਿਸਨੇ ਅਪਨੇ ਸਿੱਖ ਆਸ਼ਾ ਦਾ ਧਿਆਨ ਨੇਈ ਕੀਤਾ; ਜਿਨੇ ਅਪਨਾ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਰਖੇ ਤੇ ਅਪਨੇ ਲੰਬੇ ਬਾਲੇਂ
ਹੀ ਆਖਰੀ ਸਾਂਸ ਤਕਰ ਬਚਾਈ ਲੇਤਾ; ਉਚਾਰ ਵਾਹੇ ਗੁਰੂ (ਅਦ੍ਰਿਸ਼ਤ ਭਗਵਾਨ) !

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

ਅਪਨੇ ਵਿਚਾਰ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦੀ ਸਾਰੀ ਸੀਟੇਂ ਤੇ ਸਾਰੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾਂ ਉਪਰ ਮੋਝੋ; ਉਚਾਰ ਵਾਹੇ ਗੁਰੂ (ਅਦ੍ਰਿਸ਼ਤ

भगवान्) !

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

ਪੈਛੇ ਸਾਰੇ ਆਦਰਯੀਯ ਖਾਲਸਾ ਏਹ੍ ਗੁਹਾਰ ਲਾਂਦੇ ਨ ਜੇ ਓਹ੍ ਤੁੰਦੇ ਨਾਂਝ ਦਾ ਧਯਾਨ ਕਰਨ; ਤੇ ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਤੇ ਸੁਖ-ਸੁਵਿਧਾ ਝਸ ਚਾਲ੍ਲੀ ਦੇ ਧਯਾਨ ਦੇ ਜਰਿਏ ਹੋਨ।

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

जित्थे आदरणीय खालसा होवे, अपनी रक्षा ते कृपा दे; मुफ्त रसोई ते तलवार कदें बी असफल नेई होऐ; अपने भक्तों की इज्जत बनाए रखना; सिक्ख लोकें गी जीत देओ; आदरणीय तलवार हमेशा साढ़ी मदद च आवै; खालसा गी सदा इज्जत मिलै; उचार वाहे गुरु (अद्भुत भगवान) !

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

मेहरबानी करियै सिक्खें गी सिक्ख धर्म दा वरदान, लंबे बालें दा वरदान, सिक्ख नियमें दा पालन करने दा वरदान, दिव्य ज्ञान दा दान, दृढ़ विश्वास दा वरदान, विश्वास दा वरदान ते नाम दा सबने थमां बड्डा दान देओ। ऐ रब ! कोयर, हवेली ते बैनर हमेशा लेई मौजूद होन; सच्चाई दी कदे जीत होवे; उचार वाहे गुरु (अद्भुत भगवान) !

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

सारे सिक्खां दे मन विनम्र बने ते उंदी बुद्धि गी उंचाई पर रखे; ऐ रब ! तेरे हो ज्ञान दे रक्षक।

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

हे सच्चे पिता, वाहे गुरु ! तुस नम्र लोकें दा इज्जत ओ, लाचारें दी शक्ति ओ, आश्रयहीनें दी आश्रय ओ, अस नम्रता कत्रे तुंदी मौजूदगी च प्रार्थना करदे आं.....(इत्ये कीती गोदी मौके जां प्रार्थना दा स्थान लैओ)।

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

उपरली प्रार्थना पढ़ने च साढ़ी गलतियां ते कमीं गी मेहरबानी करियै माफ़ करो। मेहरबानी करके सब दे उद्देश्य पूरा करो।

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

ਮੇਹਰਬਾਨੀ ਕਰਿਐ ਅਸੇਂਗੀ ਤਨੇਂ ਸਚੇ ਭਕਤੋਂ ਕਨੈ ਮਿਲਨੇ ਦਾ ਕਮ ਕਰੋ ਜਿੰਦੇ ਕਨੈ, ਅਸ ਤੁੰਦਾ ਨਾਂਸ ਧਾਦ ਕਰੀ ਸਕਚੇ ਤੇ ਤੁੰਦਾ ਮਨਨ ਕਰੀ ਸਕਨੇ ਆਂ। ਏ ਰਬ ! ਸਚੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇ ਜਰਿਐ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਤਦਾਤ ਹੋਵੇ, ਤੇ ਤੇਰੀ ਮਰਜੀ ਦੇ ਸੁਭਾਭਿਕ ਸਾਰੇ ਤਰਕਕੀ ਹੋਵੇ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

ਖਾਲਸਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਏ; ਸਾਰੀ ਜੀਤ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਜੀਤ ਏ।

आत्मा दी यात्रा पर निकलो: अपनी आत्मा गी पोशित करो

अपनी आध्यात्मिक यात्रा गी उंचाई पर लेई जाने ते जीवन च गहरा अर्थ हासल करने आस्तै अभ्यास दी खोज करो।

यात्रा लेई सिक्ख धर्म दे त्रै बुनियादी सिद्धांत:

नाम जपना: दिव्य स्मरण करना

किरात करनी: ईमानदारी कत्रे कम्म करो

वंद छकना: दूजे नाल सांझा करना

आध्यात्मिक मुक्ति (मुक्ति) ते न्यायपूर्ण समाज दी ओर सानु मार्गदर्शन करो। गुरु ग्रंथ साहब च निहित एह सिद्धांत सिक्ख जीवन दी आधारशिला बनांदे न।

चौथा गुरु राम दास जी दी रोजमर्रा दे अभ्यास आस्तै बुद्धि: गुरु ग्रंथ साहब (पृष्ठ 305-306) च ओह इक सिख दे रोजमर्रा दे आध्यात्मिक यात्रा दे बारे च गहरी जानकारी दिंदे न:

दिन दा पैहला कम्म: गुरु दा इक सच्चा चेला हर दिन दी शुरुआत प्यार कत्रे दिव्य स्मरण कत्रे करदा ऐ।

तन ते मन गी शुद्ध करो: जल्दी उठो, नहाओ, ते परमात्मा दी याद च डुबकी लाओ, अपनी आत्मा गी दिव्य अमृत च नहाए दा एहसास करो।

स्मरण दे जरिए रिहाई: गुरु दी शिक्षा दा पालन करना ते भक्ति कत्रे परमात्मा दे नांS गी याद करने कत्रे सांसारिक लगाव दे कारण होने आह्ने दुख ते अंदरूनी उथल-पुथल दूर होई जंदे न।

गाओ ते चिंतन करो: लगातार ईश्वरीय स्तुति गाओ ते अपने पूरे रोजमर्रा दे कम्मं च ईश्वरीय नाम उप्पर चिंतन करो।

शांति दा बीकन बनो : जो गुरु दा अनुयायी हर सांस नाल प्यार नाल ईश्वरीय नाम याद करदा है, ओ निश्चित ते प्रेरणादायक आत्मा बण जांदा है।

दिव्य प्रज्ञा पाओ : गुरु इस गहरी ज्ञान गी उन लोकें गी दिंदा ऐ जिनेंगी अपनी कृपा हासल होई ऐ।

दूजे गी प्रेरित करो: गुरु नानक उस शिष्य गी प्रणाम करदे न जेहड़ा न सिर्फ परमात्मा दा नांS याद करदा ऐ बल्कि दूएंगे गी बी इ'यां करने लेई प्रेरित करदा ऐ।

दुर्लभ ते अनमोल आत्माएं: सच्चे समर्पित व्यक्ति दुर्लभ न, फिरी बी उंदी परमात्मा दी स्मरण कन्नै आध्यात्मिक रूप च अनगिनत होर लोकें गी फायदा होंदा ऐ।

नकारात्मकता कोला बचो: गुरु दी शिक्षाएं गी नजरअंदाज करने आहें कोला अपने आप गी दूर करो ते आध्यात्मिक अज्ञानता दे चक्र च फसे दे रौहो। तुंदी मौजूदगी च मिट्टी-मीठी बोलने आहें पर तुंदी पीठ पिच्छे नकारात्मकता फैलाने आहें कोला सावधान रौहो।

सफर दे वास्ते दर्शन

सिक्ख धर्म दे दर्शन दी खासियत ऐ तर्क, व्यापकता ते आध्यात्मिक ते भौतिक दुनिया दे प्रति इसदा "बिना फ़िल" दृष्टिकोण। इसदा धर्मशास्त्र सादगी कन्नै चित्रत ऐ। सिक्ख नैतिकता च व्यक्ति दे आत्म-प्रति कर्तव्य ते समाज दे प्रति कर्तव्य (संगत) च कोई टकराव नेई ऐ।

सिक्ख धर्म गुरु नानक ने कोई 500 साल पहले स्थापित सब तों कम उम्र दा विश्व धर्म है। एह इक परमात्मा ते ब्रह्मांड दे सृष्टिकर्ता (वाहेगुरु) दे विश्वास उपपर जोर दिंदा ऐ। एह अनन्त आनंद दा इक साधारण सीधा रस्ता पेश करदा ऐ ते प्रेम ते सार्वभौमिक भाईचारे दा संदेश फैलांदा ऐ। सिक्ख धर्म सख्ती कन्नै इकेश्वरवादी आस्था ऐ ते परमात्मा गी इकमात्र ऐसा मनदा ऐ जेहड़ा समें जां स्थान दी सीमा दे अधीन नेई ऐ। सिक्ख धर्म दा मानना ऐ जे इक गै परमात्मा ऐ, जेहड़ा सृष्टिकर्ता, पोशक, विनाशक ऐ ते मनुक्खी रूप नेई लैंदा। अवतार दे सिद्धांत दी सिक्ख धर्म च कोई जगह नेई ऐ। इस च देवी-देवता ते होर देवताएं गी कोई मूल्य नेई दिता जंदा।

सिक्ख धर्म च नैतिकता ते धर्म इक साथ चलदे न। आध्यात्मिक विकास दी दिशा च कदम रखने आस्तै रोजमर्रा दे जीवन च नैतिक गुणें दा संस्कार करना ते गुणें दा अभ्यास करना होगा। ईमानदारी, करुणा, उदारता, धैर्य ते नम्रता जनेह् गुण प्रयासें ते दृढ़ता कन्नै गै पैदा होई सकदे न। साढ़े महान गुरुएं दे जीवन इस दिशा च प्रेरणा दा स्रोत ऐ।

सिक्ख धर्म सिखांदा है कि मनुख दे जीवन दा लक्ष्य जन्म-मरण दा चक्र तोड़ के परमात्मा विच विलीन होना है। गुरु दी शिक्षा दा पालन, पवित्र नाम (नाम) दा ध्यान ते सेवा ते दान दे कम्में गी पूरा करियै एह पूरा कीता जाई सकदा ऐ।

नाम मार्ग परमात्मा दी याद च रोजाना भक्ति पर जोर दिंदा ऐ। मुक्ति हासल करने आस्तै पंज भावनाएं अर्थात काम (इच्छा), क्रोध (क्रोध), लोआभ (लोभ), मोह (संसारिक लगाव) ते अहंकर (गर्व) गी नियंत्रित करना पौंदा ऐ। union सिक्ख धर्म च उपवास ते तीर्थ, शगुन ते तप जनेह् संस्कार ते नियमित प्रथाएं गी नकार दिता जंदा ऐ। मनुक्खी जीवन दा लक्ष्य परमात्मा कन्नै विलीन होना ऐ ते एह गुरु ग्रंथ साहब दी शिक्षाएं दा पालन करियै पूरा होंदा ऐ। सिक्ख धर्म च भगती मार्ग या भक्ति दे मार्ग पर जोर दिता जंदा ऐ। एह, हालांकि, जियान मार्ग (ज्ञान दा मार्ग) ते करम मार्ग (कर्म दा मार्ग) दे महत्व गी पन्छानदा ऐ। एह आध्यात्मिक लक्ष्य तकर पुज्जने आस्तै परमेश्वर दी कृपा हासल करने दी लोड़ उपपर सारें शा मता जोर दिंदा ऐ।

सिक्ख धर्म इक आधुनिक, तार्किक ते व्यावहारिक धर्म ऐ। एह मनदा ऐ जे सामान्य परिवार-जीवन (ग्राहस्त) मुक्ति च कोई बाधा नेई ऐ। मुक्ति हासल करने आस्तै ब्रह्मचर्य जां संसार दा त्याग जरूरी नेई ऐ। संसारी बीमारियें ते प्रलोभनें दे बिच्च विरक्त जीना संभव ऐ। इक भक्त गी दुनिया च जीना चाहिदा ते फिर बी अपना सिर सामान्य तनाव ते उथल-पुथल कोला उपपर गै रक्खना चाहिदा। उसी इक विद्वान सिपाही होना चाहिदा, ते परमात्मा आस्तै संत होना चाहिदा।

सिक्ख धर्म इक विश्वव्यापी ते "धर्मनिरपेक्ष धर्म" ऐ ते इस चाल्ली जाति, पंथ, जाति जां लिंग दे आधार उपर सारे भेदें गी नकारदा ऐ। एह मनदा ऐ जे परमात्मा दी नजर च सारे मनुक्ख बराबर न। गुरुएं महिलाएं दी बराबरी उपर जोर दिता ते महिला शिशु हत्या ते सती (विधवा जलाने) प्रथा गी नकार दिता। उने विधवा पुनर्विवाह दा बी सक्रिय प्रचार कीता ते पुरदाह प्रणाली (घूंघट पहिने आली महिलाएं) गी नकार दिता। मन गी उंदे उपर केंद्रित रखने आस्तै पवित्र नांS (नाम) दा ध्यान करना ते सेवा ते दान दे कम्में गी पूरा करना होग। ईमानदार कम्म (किरात कर्ण) दे जरिए अपनी रोजी-रूटी कमाने दा इज्जत समझेआ जंदा ऐ न कि भीख मंगने जां बेईमानी दे साधनें कत्रै। वंद छकना, दूजे नाल सांझा करना, समाजी ज़िम्मेदारी बी है। व्यक्ति थमां जरूरतमंद लोकें दी मदद करने दी उम्मीद ऐ, दसबंध (उसदी कमाई दा 10%) दे राएं। सेवा, सामुदायिक सेवा बी सिक्ख धर्म दा अभिन्न अंग ऐ। हर गुरवारा च पाई जाने आली ते हर धर्म दे लोकें लेई खुल्ली मुफ्त सामुदायिक रसोई (लंगर) इस सामुदायिक सेवा दी इक अभिव्यक्ति ऐ।

सिक्ख धर्म आशावाद ते उम्मीद दी वकालत करदा ऐ। एह निराशावाद दी विचारधारा गी नेई मनदा। गुरुएं दा मानना हा जे इस जीवन दा इक मकसद ते इक लक्ष्य ऐ। एह आत्म ते परमात्मा दे एहसास दा मौका दिंदा ऐ। इत्थूं तगर जे मनुक्ख अपने कम्में दा जिम्मेदार बी ऐ। ओह अपने कम्में दे नतीजें थमां छूट दा दावा नेई करी सकदा। इस आस् ते उसी अपने कम् में च बड़ा सतर्क रौहना चाईदा।

सिक्ख शास्त्र गुरु ग्रंथ साहब सनातन गुरु है। एह इकमात्र धर्म ऐ जिसने पवित्र कताब गी धार्मिक गुरु दा दर्जा दिता ऐ। सिक्ख धर्म विच जिंदा इंसान गुरु (देहधारी) दी जगह नहीं।

महिलाओं की भूमिका

सिक्ख धर्म दे सिद्धांतें च आक्खेआ गेआ ऐ जे महिलाएं दी आत्मा पुरुषें दे समान ऐ ते उंदी आध्यात्मिकता गी खेती करने दा बराबर अधिकार ऐ। ओह धार्मिक मंडली दी अगुवाई करी सकदे न, अखंड मार्ग (पवित्र शास्त्रें दा लगातार पाठ) च हिस्सा लैई सकदे न, कीर्तन (मंडली च भजन गाना), ग्रंथी (पुरोहित) दे तौर उप्पर कम्म करी सकदे न। ओह सारे धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक ते धर्मनिरपेक्ष गतिविधियें च हिस्सा लैई सकदे न। सिक्ख धर्म पैहे बड्डे विश्व धर्म हे जेह्ड़े पुरुषें ते महिलाएं गी बराबरी दिंदे हे। गुरु नानक, ने लैंगिक आधारित समानता दा प्रचार कीता, ते उंदे बाद आने आले गुरु ने महिलाएं गी सिक्ख पूजा ते अभ्यास दी सारी गतिविधियें च पूरी चाल्ली हिस्सा लैने लेई प्रोत्साहित कीता।

गुरु ग्रंथ साहब च आखदा ऐ,

“स्त्रियां ते मर्द, सारें गी परमात्मा दी रचना ऐ। एह सब परमात्मा दा नाटक ऐ। नानक आखदा ऐ, तेरी सारी सृष्टि भलाई ते पवित्र ऐ” -एसजीजीएस पृष्ठ 304

सिख इतिहास ने महिलाएं दी भूमिका गी दर्ज कीता ऐ जेह्ड़ी उनेंगी पुरुषें दी सेवा, भक्ति, बलिदान, ते बहादुरी च बराबर दा चित्रण करदी ऐ। महिलाएं दी नैतिक गरिमा, सेवा, ते आत्मबलिदान दे मते सारे उदाहरण सिक्ख परंपरा च लिखे गेदे न।

सिक्ख धर्म दे मताबक पुरुष ते जनानी इक सिक्के दे दो पास्से होंदे न। परस्पर रिश्ते ते परस्पर निर्भरता दी व्यवस्था च जित्थें मनुक्ख जनानी कोला जन्म लैदा ऐ, ते जनानी पुरुष दे बीज थमां पैदा होंदी ऐ। सिक्ख धर्म दे मताबक मर्द बिना जनानी दे अपने जीवन च सुरक्षित ते पूरा महसूस नेई करी सकदा ते पुरुष दी सफलता दा सरबंध उस जनानी दे प्यार ते समर्थन कन्नै ऐ जेह्ड़ी उसी अपनी जिंदगी सांझा करदी ऐ, ते उल्टा बी। गुरु नानक ने कहा:

"[एह] इक जनानी ऐ जेह् डी दौड़ गी चलांदी ऐ" ते एह जे असेंगी "स्त्री गी शापित ते निंदा कीती गेदी नेई समझनी चाहिदी, [जद्व] जनानी थमां नेता ते राजा पैदा होंदे न।" एसजीजीएस पृष्ठ 473 ऐ।

उद्धार: हेक अहम गाल कूं उठावण कित्ते हे कि क्या कोई धर्म जनानी कूं उद्धार हासिल करण, इथांह परमेश्वर दा एहसास या उच्चतम आध्यात्मिक क्षेत्र कूं हासिल करण एच सक्षम समझदा हे। गुरु ग्रंथ साहब च आखदा ऐ,

“सब जीवां विच प्रभू व्याप्त है, प्रभू सारे रूपां विच नर-नारी विच व्याप्त है” (गुरू ग्रंथ साहब, पृ.605)।

गुरु ग्रंथ साहब दे उपरले कथन तों परमात्मा दा प्रकाश दोनों लिंगां नाल बराबर टिकदा है। इस करिए गुरु दी शिक्षाएं दा पालन करियै पुरुष ते जनानी दोनों बराबर मुक्ति हासिल करी सकदे न।

कई धर्मा विच जनानी नूं मरद दी अध्यात्म विच बाधा समझया जांदा है, पर सिख धर्म विच नहीं। गुरु इस गल्ल गी नकारदे न। 'सिख धर्म पर वर्तमान विचार' च ऐलिस बसर्के ने आखेआ ऐ जे

"पैहले गुरु ने जनानी गी पुरुष दे बराबर बनाई दिता...स्त्री पुरुष आस्ते बाधा नेई ही, पर परमात्मा दी सेवा करने ते मुक्ति दी तलाश च इक साथी ही"।

ब्याह: गुरु नानक ने गृहस्थ दी सिफारिश कीती—गृहस्थ दा जीवन, ब्रह्मचर्य ते त्याग दे बजाय पति-पत्नी बराबर दे साथी हे ते दोनों उपर निष्ठा दा हुक्म दिता गेदा हा। पवित्र श्लोकें च घरेलू सुख गी इक पोषित आदर्श दे रूप च पेश कीता गेदा ऐ ते ब्याह ने परमात्मा कन्नै प्रेम दी अभिव्यक्ति आस्तै इक दौड़दा रूपक उपलब्ध करोआया हा। शुरुआती सिक्ख धर्म दे कवि ते सिख सिद्धांत दे आधिकारिक व्याख्याकार भाई गुरदास होरें महिलाएं गी बड़ा श्रद्धांजलि अर्पित करदे न। ओह आखदा ऐ:

"एक जनानी, अपने माता-पिता दे घर च पसंदीदा ऐ, अपने पिता ते मां दे प्यारे ऐ। अपने ससुराल दे घर च, ओह परिवार दा स्तंभ ऐ, उंदी सौभाग्य दी गारंटी ऐ... आध्यात्मिक बुद्धि च हिस्सा लैदी ऐ।" ते आत्मज्ञान ते उदात्त गुणें कन्नै संपन्न, इक जनानी, मनुक्ख दा दूआ आधा हिस्सा, उसी मुक्ति दे दरवाजे तगर पजांदी ऐ।" (वरण, वि. 16) ऐ।

बराबर दा दर्जा: पुरुष ते महिलाएं दे बराबर दा दर्जा सुनिश्चित करने आस्तै गुरुएं दीक्षा, शिक्षा जां संगत (पवित्र संगति) ते पंगाट (इक साथ खाना) गतिविधियें च हिस्सा लैने दे मामलें च लिंगें च कोई भेद नेई कीता। महिमा प्रकाश सरूप दास भल्ला हुंदे मुजब गुरु अमर दास होरें महिलाएं आसेआ घूंघट दे इस्तेमाल च बेइज्जती कीती। उने जनानियां गी चेलें च किश समुदायें दी निगरानी करने दा कम्म सौंपेआ ते सती दे रिवाज दे खिलाफ प्रचार कीता। सिक्ख इतिहास च केई महिलाएं दे नां दर्ज न, जि'यां माता गुजरी माई भगो, माता सुंदरी, रानी साहब कौर, रानी सदा कौर ते महारानी जिंद कौर, जिनेंगी अपने समें दी घटनाएं च महत्वपूर्ण भूमिका निभाई ही

शिक्षा : सिक्ख धर्म च शिक्षा गी बड़ा जरूरी मन्नेआ जंदा ऐ। एह कुसै बी दी सफलता दी कुंजी ऐ। एह व्यक्तिगत विकास दी प्रक्रिया ऐ ते एह गै कारण ऐ जे 3 गुरु ने मते सारे स्कूल स्थापित कीते। गुरु ग्रंथ साहब च आखदा ऐ,

"सब दिव्य ज्ञान ते चिंतन गुरु दे जरिए हासल होंदा ऐ" (गुरु ग्रंथ साहब, पृ.831)।

सारें लेई शिक्षा जरूरी ऐ ते हर इक गी बेहतरीन बनाने लेई कम्म करना होग। 3 गुरु ने भेजे गए सिख मिशनरी च 52 जनानियां ही। 'सिख महिलाएं दी भूमिका ते स्थिति' च डा. मोहिन्दर कौर गिल लिखदे न जे "गुरु अमर दास गी यकीन हा जे कुसै बी शिक्षा गी उसलै तकर जड़ें नेई पाई सकदी जिसलै तकर ते जटूं तकर ओह महिला लोकें आसेआ स्वीकार नेई कीती जंदी"।

कपड़े ते पाबंदियां: महिलाएं गी घूंघट नेई लाने दी लोड़ दे अलावा सिख धर्म ड्रेस कोड दे बारे च इक साधारण पर बड़ा जरूरी बयान दिंदा ऐ। एह गल्ल सारे सिक्खें पर लागू होंदी ऐ चाहे ओह लिंग दी परवाह नेई करदे। गुरु ग्रंथ साहब च आखदा ऐ,

“उन कपड़े गी पहिने थमां बचो जिंदे च शरीर असहज होंदा ऐ ते मन बुरे विचारें कन्नै भरोचे दा होंदा ऐ।” एसजीजीएस, पृष्ठ 16 ऐ

इस चाल्ली सिक्खें गी एहसास होग जे किस चाल्ली दे कपड़े दिमाग गी बुरे विचारें कन्नै भरदे न ते उनेंगी उंदे कोला बचना चाहिदा। सिख महिलाएं गी किरपन (तलवार) ते होरनें कन्नै अपने बचाव दी उम्मीद ऐ, एह महिलाएं आस्तै बेजोड़ ऐ कीजे इतिहास च एह पैह्ली बारी ऐ जे महिलाएं थमां अपने बचाव दी उम्मीद कीती जंदी ही ते उनेंगी शारीरिक सुरक्षा आस्तै पुरुषें पर निर्भर होने दी उम्मीद नेई ऐ।

SGGS Quotes: “धरती ते आसमान च, मैं कोई सेकंड नेई दिक्खदा। सारी जनानियां ते मर्दे च उंदी रोशनी चमकी दी ऐ। ” Sggs Page 223. जनानी तों मर्द पैदा होंदा है; जनानी दे अंदर आदमी गर्भवती होंदा है; जनानी नाल ओह सगाई हो जांदा है ते शादी कर लैंदी है। नारी उस दा दोस्त बण जांदी है; जनानी दे जरिए आने वाली पीढ़ियां आंदीयां ने। जदों उसदी जनानी मरदी है तां ओह दूजी जनानी दी तलाश करदा है स्त्री गी ओह बन्नी जंदा ऐ तां उसी बुरा कीS आखना ऐ ?

दहेज दे बारे च: “हे मेरे रब, मेरा ब्याह दा तोहफा ते दहेज दे रूप च अपना नाम देओ।” श्री गुरु राम दास जी, पृष्ठ 78, पंक्ति 18 एसजीजीएस

पुरदाह दे अमल दे बारे च: “रहना, रहना, हे बहू - अपने चेहरे गी परदे कन्नै नेई ढकना। अंत च, इस कन्नै तुसेंगी आधा खोल बी नेई औग। तुंदे कोला पैह्ले आह्ला अपने चेहरे पर पर्दा लांदा हा।” ; परमात्मा दी स्तुति। -पृष्ठ 484, एसजीजीएस

जनानियां ते सचमुच सारें आत्माएं गी आध्यात्मिक जीवन जीने लेई सख्ती कन्नै प्रोत्साहित कीता जंदा हा: “आओ, मेरी प्यारी बहनें ते आध्यात्मिक साथी; मिगी अपने गले च नेड़में कन्नै गले लाओ। आओ इकट्ठे होई जाचे, ते साढ़े सर्वशक्तिमान पति प्रभु दी कहानियां सुनाचे।”-गुरु नानक , पृष्ठ 17, एसजीजीएस।

“मित्र, बाकी सारे पहनने सुख गी बर्बाद करदे न, अंगें गी जेहड़ा पहनना यातना ऐ, ते गंदी सोच कन्नै मन गी भरदा ऐ”-एसजीजीएस पृष्ठ 16

विजुअल हो

पगड़ी इक सिख दा अविभाज्य हिस्सा ऐ ते हमेशा रेहा ऐ। लगभग 1500 ई. ते सिक्ख धर्म दे संस्थापक गुरु नानक दे समे थमां सिक्ख पगड़ी पांदे आए न।

पगड़ी जां "पगरी" गी अक्सर "पग" जां "दस्तार" च घट्ट कीता जंदा ऐ, इक गै लेख आस्तै बक्ख-बक्ख बोलिये च बक्ख-बक्ख शब्द न। एह सारे शब्द उस कपड़े दा संदर्भ दिंदे न जेहड़ा पुरुष ते जनानी दोनों दे सिर गी ढकने आस्तै पहिने दे न। एह सिर दे पट्टी ऐ जिस च इक लम्मा दुपट्टे आह्ले कपड़े दा इक टुकड़ा सिर दे गोल च जख्म कीता जंदा ऐ जां कदे-कदे अंदरूनी "टोपी" जां पटका बी होंदा ऐ। भारत विच परंपरागत तौर ते पगड़ी सिर्फ समाज विच उच्ची हैसियत दे मरद ही पहनदे सन; निम्न दर्जे दे या निचली जाति दे मर्दे गी पगड़ी नेई पाने दी इजाजत ही।

हालांकि बिना कटे बालें गी रखना गुरु गोविंद सिंह ने आस्था दे पंज के या पंज लेखें च इक दे रूप च अनिवार्य कीता हा, पर 1469 च सिक्खी दी शुरूआत थमां गै एह सिक्ख धर्म कत्रे लंबे समे थमां गै गंभीरता कत्रे जुड़े दा ऐ। सिख धर्म दुनिया दा इकमात्र धर्म ऐ जिस च... जेहड़ी सभने वयस्क पुरुषे आस्तै पगड़ी पाना लाजमी ऐ। पश्चिमी मुखे च पगड़ी पाने आह्ले लोकें दा विशाल बहुमत सिक्ख ऐ। सिक्ख पगड़ी गी दस्तार बी आखदे न। 'दस्तार' इक फारसी शब्द ऐ। इसदा मतलब ऐ 'परमेसर दा हथ' जिसदा मतलब उदे आशीष दा मतलब ऐ।

सिक्ख अपनी कई ते विशिष्ट पगड़ी दे वास्ते मशहूर हन। परंपरागत तौर उपर पगड़ी इज्जत दा प्रतिनिधित्व करदी ऐ, ते लंबे समे थमां इक ऐसी चीज रेही ऐ जेहड़ी कुसै समे च सिर्फ कुलीनता आस्तै आरक्षित ही। भारत दे मुगल वर्चस्व दे दौरान सिर्फ मुसलमाने गी गै पगड़ी पाने दी इजाजत ही। सारे गैर मुसलमाने गी इक पहिने पर सख्त रोक लायी गई ही।

गुरु गोविंद सिंह होरे मुगलें दे इस उल्लंघन दी अवहेलना करदे होई अपने सारे सिक्खे गी पगड़ी पाने लेई आखेआ। एह उच्च नैतिक मानके गी पन्छानदे होई पहिनेआ जाना हा जेहड़े उनेगी अपने खालसा अनुयायिये आस्तै चार्ट कीते हे। ओह चाहन्दे हे जे उंदा खालसा अलग होऐ ते "दुनिया थमां बक्खरा खड़ोने" दा संकल्प होऐ। ओह चाहन्दे हे जे ओह उस बेजोड़ रस्ते पर चलन जेहड़ा सिक्ख गुरुएं आसेआ तय कीता गेदा हा। इस तर्हा इक पगड़ी वाला सिख हमेशा भीड़ विचों अलग खड़ा रेहा है, जिवे गुरु दा इरादा सी; कीजे ओह चाहन्दा हा जे उंदे 'संत-सैनिक' न सिर्फ आसानी कत्रे पछानने आह्ले होन, सगुआं आसानी कत्रे बी लभन।

जदों कोई सिख आदमी या जनानी पगड़ी पांदी है तां पगड़ी सिर्फ कपड़े दा पट्टी ही बंद हो जांदी है; कीजे सिक्ख दे सिर कत्रे इक गै होई जंदा ऐ। पगड़ी दे कत्रे-कत्रे सिक्खे आसेआ पहिने जाने आह्ले आस्था दे चार होर लेखें दा बी बेहद आध्यात्मिक ते लौकिक महत्व ऐ। जदके पगड़ी पहिने कत्रे जुड़े दे प्रतीकात्मकता मते सारे न — संप्रभुता, समर्पण, आत्मसम्मान, हिम्मत ते धर्मपरायणता, पर!, सिक्खे दा पगड़ी पाने दा मुख कारण एह दस्सना ऐ--अपना प्यार, आज्ञाकारिता ते संस्थापक आस्तै आदर खालसा गुरु गोबिंद सिंह।

उप्पर दित्ते गेदे हाइलाइट कीते गेदे शब्दें गी कुसै होर चीजै कन्नै बदलने दी लोड़ ऐ। 'कारण' हो सकदे ने।

"पगड़ी साढ़े आस्तै साढ़े गुरु दा तोहफा ऐ। एह ऐ जे अस किस चाल्ली अपने आप गी सिंह ते कौर दे तौर उप्पर ताज पांदि आं जेहड़े अपनी उच्ची चेतना आस्तै प्रतिबद्धता दे सिंहासन उप्पर बैठे दे न। पुरुषें ते जनानियें आस्तै एह प्रोजेक्टिव पछान राजसी, कृपा, ते विशिष्टता दा संदेश दिंदी ऐ।" .एह दूएँ गी संकेत ऐ जे अस अनंत दी छवि च रौहदे आं ते सारें दी सेवा करने आस्तै समर्पित आं पगड़ी पूरी करने दे अलावा कुसै होर चीजै दा प्रतिनिधित्व नेई करदी प्रतिबद्धता जदुं तुस अपनी पगड़ी बन्नी लैदे ओ तां तुस छह अरब लोकें च इक गै व्यक्ति दे रूप च बेखौफ खड़ोते दे ओ।

विनम्रता कुंजी सार अपने सफर च

विनम्रता सिक्ख धर्म दा इक महत्वपूर्ण पहलू ऐ। इसदे मुताबिक सिक्खें गी परमात्मा दे सामने नम्रता कन्नै झुकना पौंदा ऐ। विनम्रता या निमराता, पंजाबी च निकटता कन्नै जुड़े दे शब्द न। निमराता इक ऐसा गुण ऐ जिसदा गुरबानी च जोरदार प्रचार कीता जंदा ऐ। इस पंजाबी शब्द दा अनुवाद "नम्रता", "परोपकार" या "नम्रता" ऐ। कोई ऐसा व्यक्ति जिसदा दिमाग इस गल्ल कन्नै विचलित नेई होंदा जे ओह कुसै कोला बी बेहतर जां मता जरूरी ऐ।
समस्या क्षेत्र - उपर कोई सही वाक्य नेई

एह सारे मनुक्खें आस्तै पोशित करने आस्तै इक महत्वपूर्ण गुण ऐ ते एह इक सिक्ख दे दिमाग दा इक जरूरी हिस्सा ऐ ते एह गुण हर समें सिक्ख दे कन्नै-कन्नै होना लोड़चदा ऐ। सिक्ख शस्त्रागार च बाकी चार गुण न:

सच्चाई (सत), संतोष (संतोख), करुणा (दया) ते प्रेम(प्यार)।

एह पंज गुण सिक्ख आस्तै जरूरी न ते इन्हें गुणें गी संस्कारित करने ते उनेंगी अपने व्यक्तित्व दा हिस्सा बनाने आस्तै गुरबानी दा ध्यान ते पाठ करना उंदा फर्ज ऐ।

गुरबानी साहजे कोल की दस्सदी ऐ:

"नम्रता दा फल सहज शांति ते सुख ऐ। नम्रता कन्नै ओह परमात्मा, उत्कृष्टता दा खजाना, परमात्मा दा ध्यान करदे रौहदे न। परमात्मा-चेतन प्राणी नम्रता च डुब्बी गेदा ऐ। जिसदे दिल गी दयालुता कन्नै स्थाई नम्रता कन्नै आशीर्वाद दित्ता गेदा ऐ। सिक्ख धर्म नम्रता गी भीख मंगने दे रूप च पेश करदे न।" देवता दे सामने कटोरा।"

गुरु नानक, सिख धर्म दा पैहला गुरु:

"अपने दिमाग च प्यार ते नम्रता कन्नै सुनना ते विश्वास करना अपने आप गी नाम कन्नै साफ करो, अंदर दी गहराई च पवित्र तीर्थ पर।"- एसजीजीएस पृष्ठ 4।

"संतोष गी अपनी बालियां, नम्रता गी अपनी भीख मंगने दा कटोरा बनाओ, ते ध्यान गी अपनी शरीर उप्पर लाने आह्नी राखी बनाओ।"-एसजीजीएस पृष्ठ 6।

"नम्रता दे क्षेत्र च शब्द सुंदरता ऐ। अतुलनीय सुंदरता दे रूप उत्थें गै फैशन कीते गेदे न।" एसजीजीएस पेज 8।

"विनय, नम्रता औय सहज समझ भेयी सास औय ससुर हैं"-एसजीजीएस नृष्ठ 152।

अध्यात्म की ओर सफर

गुरु ग्रंथ साहब इक सनातन जीवित गुरु, सिख गुरु, हिन्दू ते मुस्लिम संत दी काव्य रचना ऐ। संकलन उंदे राएं परमात्मा आसेआ सारें मनुक्खें गी दित्ता गेदा वरदान ऐ। गुरु ग्रंथ साहब विच दर्शन किसे वी तरह दे अत्याचार दे बिना ईश्वरीय न्याय ते आधारित समाज दा है। जित्थें ग्रंथ हिंदू धर्म ते इस्लाम दे शास्त्रें गी स्वीकार करदा ऐ ते उंदा आदर करदा ऐ, उल्लें गै इसदा मतलब इन्हें कुसै बी धर्म कन्नै नैतिक मेल-मिलाप नेई ऐ। गुरु ग्रंथ साहब च महिलाएं गी पुरुषें दे बराबर भूमिका कन्नै बड़ा आदर दित्ता जंदा ऐ। महिलाएं दी आत्मा पुरुषें दे समान ऐ ते इस चाल्ली मुक्ति हासल करने दे बराबर मौके कन्नै अपनी आध्यात्मिकता दी खेती करने दा बराबर अधिकार ऐ। महिलाएं गी प्रमुख धार्मिक मंडली समेत सारे धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक, ते धर्मनिरपेक्ष गतिविधियें च हिस्सा लैई सकदा ऐ।

सिख धर्म बराबरी, समाजिक न्याय, इंसानियत दी सेवा, ते दुए धर्म आस्ते सहिष्णुता दी वकालत करदा ऐ। सिख धर्म दा जरूरी संदेश रोजमर्रा दे जीवन च करुणा, ईमानदारी, नम्रता ते उदारता दे आदर्शें दा अमल करदे होई हर सगें परमात्मा दी आध्यात्मिक भक्ति ते श्रद्धा ऐ। सिख धर्म दे त्रै मूल सिद्धांत न परमात्मा दा ध्यान ते याद करे, ईमानदार जीवन जीने आस्ते कम्म करना ते दुए कन्नै सांझा करना।

आत्मा आस्ते इस आध्यात्मिक यात्रा च जाने दा प्रयास करने आस्ते मती मती बधाइयां। अनुवाद कदें बी मूल दे नेड़े नेई होई सकदा, खास करियै जिसलै पूरा गुरु ग्रंथ साहब कविता च होंदा ऐ ते रूपक दे प्रयोग कन्नै कम्म बेहतरिन मुश्कल होई जंदा ऐ। दिव्य संदेश च हिन्दू & मुस्लिम पौराणिक कहानियां दा इस्तेमाल अक्सर प्रलाहद, हरनकाश, लक्ष्मी, ब्रह्मा बगैरा कीता जंदा ऐ कृपया इन्हें गी शाब्दिक रूप च नेई पढ़ो पर उंदे अंतर्निहित संदेश गी समझो। ध्यान इस गल्ल उप्पर ऐ के परमेसरे इक गै ऐ ते उंदे कन् ने मेल करना मनुख दे जीवन दा लक्ष्य ऐ।

एह कम्म बरें थमां केई स्वयंसेवकें आसेआ कीता गेदा ऐ, तां जे तुंदे कोल तुंदी भाशा च दिव्य संदेश पुज्जी सकै। जेकर तुंदे कोल कोई सुआल ऐ तां बेझिझक walnut@gmail.com पर ईमेल करो ते अस इस यात्रा च तुंदे कन्नै जुड़ना बड़ा पसंद करगे।