

ੴ

ਸੋਡਰ ਰੇਹਰਾਸ ਸਾਹਿਬ

ਅਧਿਆਤਮ ਤਰ੍ਫਕੋ ਯਾਤਰਾ
ਨੇਪਾਲੀ ਅਨੁਵਾਦ

सामग्रीको तालिका

| | |
|--|----|
| 1. सोडर रेहरास साहिब----- | 1 |
| 2. प्रार्थना----- | 15 |
| 3. यात्राका लागि दर्शन ----- | 19 |
| 4. महिलाहरूको भुमिका ----- | 21 |
| 5. पगडीको महत्त्व ----- | 25 |
| 6. विनम्रता तपाईंको यात्राको मुख्य सार हो----- | 27 |



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

ਸੇ ਦਰੁ ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧

ਸੀ ਦਰੁ ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ईश्वर एक छन्, जसलाई सतगुरुको कृपाले पाइन्छ।

ਸੇ ਦਰੁ ਤੇਰਾ ਕੇਹਾ ਸੇ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥

हे निरंकार! तिम्रो त्यो(अकथनीय) द्वार कस्तो छ, त्यो निवास-स्थान कस्तो छ, जहाँ बसेर तिम्री सृष्टिको प्रतिपालन गर्दछौ?(यसको बारेमा कसरी भनूँ)

ਵਾਜੇ ਤੇਰੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

हे अनन्त स्वरूप! तिम्रो द्वारमा अनगिन्ती दिव्य ध्वनिहरू गुञ्जिरहेका छन्, त्यहाँ धेरै नर्तकीहरू छन्।

ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਹਿ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

तिम्रो द्वारमा तिम्रा रागिनीहरूसँग थुप्रै रागहरू गाइन्छन् अनि धेरैले ती राग रागिनीहरू त्यहाँ गाउन लागेका छन्।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥

(अघि गायकहरूको वर्णन गरिन्छ) हे अकाल पुरख! हावा, पानी र आगोले तपाईंका लागि गीत गाउँछन्, अनि धर्मराजले पनि तपाईंको द्वारमा तपाईंको महिमा गाउँछन्।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਨਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥

जीवहरूको राम्रोनराम्रो भाग्य लेख्ने चित्रगुप्तले तिम्रै प्रशंशा गर्छन् ता लेखेर शुभ तथा अशुभ कर्महरूको विचार गर्दछन्।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਈਸਰੁ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਤੇਰੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

शिव तथा ब्रह्माले आ-आफ्नो देवी शक्तिद्वारा तपाईंको गुणगाल गरिरहेका छन्, जसले तपाईंलाई सदैव सुशोभित पाइहेका छन्।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਇੰਦ੍ਰੁ ਇੰਦ੍ਰਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

देवताहरूसँग आफ्नो सिंहासनमा बसेका इन्द्र पनि तिम्रो महिमाको गुणगान गरिरहेका छन्।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਸਾਧ ਬੀਚਾਰੇ ॥

समाधिमा बसेका सिद्धहरूले पनि तपाईंको गुणगान गरिरहेका छन्, विचारशील सन्तहरूले पनि तपाईंको प्रशंसा गरिरहेका छन्।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

ਯਤਿ, ਸਤ੍ਯਵਾਦੀ ਤਥਾ ਸਨ੍ਤੋਖੀ ਮਾਨਿਸਹਰੂਲੇ ਪਨਿ ਤਪਾਝੰਕੋ ਗੁਣਗਾਨ ਗਰਿਰਹੇਕਾ ਚਨ੍ ਰ
ਸਾਹਸੀਹਰੂਲੇ ਪਨਿ ਤਪਾਝੰਕੋ ਗੁਣਹਰੂਕੋ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਸਾ ਗਰਿਰਹੇਕਾ ਚਨ੍।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸੁਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

ਯੁਗ-ਯੁਗਦੇਖਿ ਵਿਦ੍ਵਾਨ, ਋਷ਿ-ਮੁਨਿ ਆਦਿਲੇ ਵੇਦਾਧਿਆਯਨਦੁਵਾਰਾ ਤਿਮ੍ਰੋ ਕੀਰ੍ਤਿਬਾਰੇ ਭਨਿਰਹੇਕਾ ਚਨ੍।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਮੇਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੇਹਨਿ ਸੁਰਗੁ ਮਛੁ ਪਇਆਲੇ ॥

ਮਨਲਾਝੰ ਮੋਹਿਤ ਪਾਨੇ ਸ੍ਰੀਹਰੂ ਸ੍ਵਰ੍ਗ ਲੋਕ, ਮ੍ਰ੍ਤ੍ਯੁ ਲੋਕ ਤਥਾ ਪਾਤਾਲ ਲੋਕਮਾ ਤਿਮ੍ਰੋ ਜਯਜਯਕਾਰ
ਗਰਿਰਹੇਕਾ ਚਨ੍।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥

ਤਿਮੀਲੇ ਉਤਪੰਨ ਗਰੇਕਾ ਚੌਥ ਰਫ਼ ਤਥਾ ਸੰਸਾਰਕਾ ਅਠਸਠ੍ਰੀ ਮਨ੍ਦਿਰਹਰੂਲੇ ਪਨਿ ਤਪਾਝੰਕੋ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਸਾ
ਗਰਿਰਹੇਕਾ ਚਨ੍।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੁਰਾ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥

ਯੋਧ੍ਯਾ, ਮਹਾਬਲੀ ਤਥਾ ਸ਼ੂਰਵੀਰਲੇ ਪਨਿ ਤਪਾਝੰਕੋ ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਸਾ ਗਰਿਰਹੇਕਾ ਚਨ੍, ਉਤਪਤ੍ਤਿਕਾ ਚਾਰੇ ਸ੍ਰੋਤਹਰੂਲੇ
ਪਨਿ ਤਪਾਝੰਕੋ ਮਹਿਮਾ ਗਾਝਰਹੇਕਾ ਚਨ੍।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਤੇਰੇ ਧਾਰੇ ॥

ਨਵਖਣਡ, ਫ਼੍ਰੀਪ ਤਥਾ ਬ੍ਰਹ੍ਮਾਣਡ ਆਦਿਕਾ ਪ੍ਰਾਣੀਹਰੂਲੇ ਪਨਿ ਤਿਮ੍ਰੋ ਗਿਤ ਗਾਝਰਹੇਕਾ ਚਨ੍, ਜਸਲਾਝੰ
ਤਪਾਝੰਲੇ ਸ੍ਰ੍ਰਿ ਗਰੇਰ ਯਸ ਸ੍ਰ੍ਰਿਮਾ ਰਾਛਨੁਭਏਕੋ ਚ।

ਸੇਈ ਤੁਧਨੇ ਗਾਵਨਿ ਜੇ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥

ਜਸਲੇ ਤਿਮੀਲਾਝੰ ਪ੍ਰੇਮ ਗਛੰਨੁ ਅਨਿ ਤਿਮ੍ਰੋ ਪ੍ਰੇਮਮਾ ਤਲ੍ਲੀਨ ਹੁਨਚਨ੍ ਤੀ ਭਕ੍ਤਹਰੂਲੇ ਤਿਮ੍ਰੋ ਸ੍ਰ੍ਰੁਤਿ
ਗਛੰਨੁ।

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਤੁਧਨੇ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਬੀਚਾਰੇ ॥

ਅਰੁ ਪਨਿ ਧੇਰੈਲੇ ਤਿਮ੍ਰੋ ਗੁਣਗਾਨ ਗਰਿਰਹੇਕਾ ਚਨ੍, ਤੀ ਮੇਰੋ ਸ੍ਰ੍ਰੁਤਿਮਾ ਆਝਰਹੇਕਾ ਚੈਨਨ੍।

ਸੇਈ ਸੇਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥

ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੁ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਭਨ੍ਰੁਹੁਨ੍ਚ ਕਿ ਮ ਤਨਲਾਝੰ ਕੇ ਸਮ੍ਝੁਝੰ।

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥

ਸਤ੍ਯ ਸ੍ਵਰੂਪ ਨਿਰੰਕਾਰ ਭੂਤਕਾਲਮਾ ਥਿਏ ਅਨਿ ਤੀ ਸਤ੍ਯ ਸਮ੍ਮਾਨ ਭਏਕਾ ਅਹਿਲੇ ਪਨਿ ਚਨ੍।

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥

ਫੇਰਿ ਭਵਿਖਮਾ ਪਨਿ ਟਪਹੀ ਸਤ੍ਯ ਰੂਪ ਸਿਰ੍ਜਨਾ ਹੁਨੇਛ, ਜਸਲੇ ਯੋ ਸ੍ਰਿਣਿਕੋ ਰਚਨਾ ਗਰੇਕੋ ਹੋ, ਯੋ ਨ ਤ ਨਾਸ਼ ਹੁਨ੍ਛ ਨ ਤ ਨਾਸ਼ ਹੁਨੇਛ।

ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥

ਅਨੇਕ ਪ੍ਰਕਾਰਕਾ ਰਛ-ਹਰੂ ਅਨਿ ਵਿਭਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰਕਾ ਮਾਯਾਦੁਆਰਾ ਪਸ਼ੁ, ਚਰਾਚੁਰੁਙੀ ਆਦਿਕੋ ਸ੍ਰਿਣਿ ਗਰਿਏਕੋ ਛ, ਤੀ ਸ੍ਰਿਣਿਕਰ੍ਤਾ ਪਰਮਾਤਮਾਲੇ ਆਪਨੋ ਸਿਰ੍ਜਨਾਲਾਇ ਆਪਨੋ ਙ੍ਛਾਅਨੁਸਾਰ ਦੇਛਛਨ੍।

ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਫਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥

ਉਨਲਾਇ ਜੇ ਰਾਮ੍ਰੋ ਲਾਗਛ ਟਪਹੀ ਗਛਨ੍, ਪੁਨਛ ਉਨੀਮਾਥਿ ਆਦੇਸ਼ ਗਰੇ ਕੋਹੀ ਪਨਿ ਛੈਨਨ੍।

ਸੇ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੧॥

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਤੀ ਰਾਜਾਹਰੂਕੋ ਰਾਜਾ ਮਹਾਰਾਜਾ ਹੁਨ੍, ਉਨਕੋ ਆਙਾਮਾ ਰਹਨੁ ਨੈ ਉਚਿਤ ਹੋ॥੧॥

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

ਸੁਣਿ ਵਡਾ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

ਹੇ ਨਿਰੰਕਾਰ ਸੁਰੂਪ! (ਧਰਮਸ਼ਾਸੁਟ੍ਰ ਰ ਵਿਦੁਵਾਨ੍ਹਰੂਛਾਟ) ਸੁਨੁਦਾ ਸਭੈਲੇ ਤਿਮੀਲਾਇ ਮਹਾਨ੍ ਭਨ੍ਛਨ੍।

ਕੇਵਡੁ ਵਡਾ ਡੀਠਾ ਹੋਇ ॥

ਟਰ ਤਿਮੀ ਕਰਿ ਠੁਲੋ ਹੋ, ਯੋ ਟ ਯੋ ਯਦਿ ਕਸੈਲੇ ਕਹਿਲੇ ਤਿਮੀਲਾਇ ਦੇਛਯੋ ਅਥਮਾ ਦਰ੍ਸ਼ਨ ਗਯੋ ਭਨੇ ਮਾਟ੍ਰ ਭਟਾਉ ਸਕਛ।

ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਇ ॥

ਵਾਸੁਟਵਮਾ, ਪਰਮਾਤਮਾਕੋ ਟਯੋ ਸਦ੍ਗੁਣੀ ਸੁਰੂਪਕੋ ਕਸੈਲੇ ਪਨਿ ਮੂਲ੍ਯ ਟੋਕਨ ਵਾ ਅਨੁਟ ਭਨ੍ਰ ਸਕੁਦੈਨ, ਕਿਨਕਿ ਉਹਾਨ੍ ਅਨਨੁਟ ਰ ਅਸਿਮ ਹੁਨੁਹੁਨ੍ਛ।

ਕਹਣੈ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਰਹੇ ਸਮਾਇ ॥੧॥

ਜਸਲੇ ਟਪਾਇਕੋ ਮਹਿਮਾਕੋ ਅਨੁਟ ਪਾਏਕਾ ਛ ਅਰਥਾਟੁ ਟਪਾਇਕੋ ਸਚ੍ਚਿਦਾਨਨੁਦ ਰੂਪਲਾਇ ਙਾਨੁਦਛਨ੍, ਉਨੀਹਰੂ ਟਪਾਇਭਿੰਨ੍ਰ ਅਭੇਘ ਭਨ੍ਛਨ੍॥੧॥

ਵਡੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗਹਿਰ ਗੰਭੀਰਾ ਗੁਣੀ ਗਹੀਰਾ ॥

ਹੇ ਮੇਰੋ ਅਕਾਲ ਪੁਰੂ॥ ਤਿਮੀ ਸਰੁਵੋਛੁ ਹੋ, ਸੁਭਾਵਮਾ ਸੁਥਿਰ ਅਨਿ ਗੁਣਹਰੂਕੋ ਨਿਧਾਨ ਹੋ।

ਕੋਇ ਨ ਜਾਣੈ ਤੇਰਾ ਕੇਤਾ ਕੇਵਡੁ ਚੀਰਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਤਿਮੀ ਕਹਾਨ੍ਸਮੁਮ ਫੈਲਿਏਕਾ ਛੈ, ਯਸ ਟਥ੍ਯਭਾਰੇ ਕਸੈਲਾਇ ਪਨਿ ਙਾਨ ਛੈਨ॥੧॥ਰਹਾਉ॥

ਸਭਿ ਸੁਰਤੀ ਮਿਲਿ ਸੁਰਤਿ ਕਮਾਈ ॥

ਸਮਸਤ ਧਨਮਾ ਲਿਨ ਹੁਨੇ ਵਕਤਿਹਰੂਲੇ ਮਿਲੇਰ ਆਪਨਾ ਵ੍ਰਿਤਿ ਲਗਾਏ।

ਸਭ ਕੀਮਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਮਤਿ ਪਾਈ ॥

ਸਮਸਤ ਵਿਦਵਾਨ੍ਹਰੂ ਮਿਲੇਰ ਤਪਾਏਂਕੋ ਰਹਸ੍ਯ ਪਤਾ ਲਗਾਤਨੇ ਕੋਸਿਸ ਗਰੇ।

ਗਿਆਨੀ ਧਿਆਨੀ ਗੁਰ ਗੁਰਹਾਈ ॥

ਸ਼ਾਸਤ੍ਰਵੇਤਾ, ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮੀ, ਗੁਰੂ ਤਥਾ ਗੁਰੂਹਰੂਕੋ ਪਨਿ ਗੁਰੂ

ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ਤੇਰੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥੨॥

ਤਿਮ੍ਰੋ ਮਹਿਮਾਕਾ ਲੇਸ਼ ਮਾਤ੍ਰ ਪਨਿ ਵ੍ਯਾਖ੍ਯਾ ਗਰਨ ਸਕਿੰਦੈਨ॥੨॥

ਸਭਿ ਸਤ ਸਭਿ ਤਪ ਸਭਿ ਚੰਗਿਆਈਆ ॥

ਸਭੈ ਸੁਖ-ਗੁਣ, ਸਭੈ ਤਪ ਅਨਿ ਸਭੈ ਸੁਖ ਕਰਮ

ਸਿਧਾ ਪੁਰਖਾ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥

ਸਿਦ੍ਧ ਪੁਰੁਸ਼ਹਰੂਕੋ ਸਿਦ੍ਧਿ ਬਰਾਬਰ ਸਹਾਨਤਾ

ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥

ਤਪਾਏਂਕੋ ਕ੍ਰਪਾ ਬਿਨਾ, ਕਸੈਲੇ ਪਨਿ ਮਾਥਿ ਮਨਿਏਕਾ ਗੁਣਹਰੂਕੋ ਤਪਲਭਿ ਹਾਸਿਲ ਗਰਨ ਸਕਦੈਨ।

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥੩॥

ਯਦਿ ਪਰਮੇਸ਼੍ਵਰਕੋ ਕ੍ਰਪਾਲੇ ਯੀ ਰਾਮ੍ਰਾ ਗੁਣਹਰੂ ਪ੍ਰਾਪ੍ਤ ਹੁਨ੍ਚਨ੍ ਮਨੇ ਕਸੈਲੇ ਰੋਕੇਰ ਰੋਕਨ ਸਕਦੈਨ।

ਆਖਣ ਵਾਲਾ ਕਿਆ ਵੇਚਾਰਾ ॥

ਯਦਿ ਕਸੈਲੇ ਮਨ੍ਚ ਕਿ , "ਹੈ ਅਕਾਲਕੋ-ਪੁਰੁਸ਼! ਯਦਿ ਮ ਤਪਾਏਂਕੋ ਮਹਿਮਾ ਗਰਨ ਸਕਛੁ ਮਨੇ ਯੋ ਬਿਚਾਰਾਲੇ ਕੇ ਮਨ੍ਰ ਸਕਛ?

ਸਿਫਤੀ ਭਰੇ ਤੇਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ॥

ਕਿਨ ਕਿ ਹੈ ਪਰਮੇਸ਼੍ਵਰ! ਤਿਮ੍ਰੋ ਸ੍ਤੁਤਿਕੋ ਮਣਡਾਰ ਤ ਵੇਦ, ਗ੍ਰਨ੍ਥ ਤਥਾ ਤਿਮ੍ਰੋ ਮਕ੍ਤਹਰੂਕੋ ਵ੍ਰਦਯਮਾ ਮਰਿਏਕੋ ਛ।

ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਤਿਸੈ ਕਿਆ ਚਾਰਾ ॥

ਜਸਲਾਏਂ ਤਿਮੀ ਆਪਨੋ ਸ੍ਤੁਤੁ ਗਰਨਕਾ ਲਾਗਿ ਬੁਦ੍ਧਿ ਪ੍ਰਦਾਨ ਗਛੀਂ, ਤਸਮਾਥਿ ਕਸੈਕੋ ਕੇਹੀ ਜੋਰ ਚਲਨ ਸਕਦੈਨ।

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੪॥੨॥

गुरु नानक जी भ्रूहुन्छ कि ती सत्यस्वरूप परमात्मा नै सवैलाई शोभायमान गर्ने हुन्॥४॥२॥

आसा महला १ ॥

आसा महला १ ॥

आधा ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥

हे माता जी ! जबसम्म म परमेश्वरको नाम स्मरण गर्छु, तबसम्म मात्र म जिवित रहन्छु, अनि जब म यो नाउँ बिर्सन्छु, म आफैलाई मरेको ठान्दछु; अर्थात् प्रभुको नाममा मलाई सुख लाग्छ, नत्र म दुःखी हुन्छु।

आਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥

तर यो सत्य नाम भन्न धेरै कठिन हुन्छ।

साचे नाम की लारौ बूध ॥

यदि प्रभुको सत्य नामको इच्छा (भोक) छ भने

ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੂਖ ॥੧॥

तब त्यो अभिलाषाले नै सबै दुःखहरूलाई नाश गर्दछ॥१॥

ਸੇ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥

त्यसर्थ हे माता जी! यस्तो नाउँ मैले किन बिर्सन्छु?

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ती मालिक सत्य हुन् र उनको नाउँ पनि सत्य हो॥१॥ रहाउ॥

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥

परमात्माको सत्य नामको अलिकति मात्र महिमा

ਆਖਿ ਥਕੇ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥

(व्याससादि मुनि) भनेर थाकेका छन्, तर उनीहरूले त्यसको महत्व जान्न पाएनन्।

ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥

यदि सृष्टिका समस्त प्राणी मिलेर परमेश्वरको स्तुति गर्न थाले भने

ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥

त्यसर्थ स्तुति गरेर न ऊ ठुलो हुन्छ न निन्दा गरेर घट्दछ॥२॥

ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੇਗੁ ॥

ਧੀ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨ ਕਹਿਲੇ ਪਦੰਚਨੁ ਅਨਿ ਨ ਤ ਉਨਲਾਇ ਦੁ:ਖ ਨੈ ਹੁन्छ।

ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੁਕੈ ਭੇਗੁ ॥

ਉਨੀ ਸੰਸਾਰਕਾ ਪ੍ਰਾਣੀਹਰੂਲਾਇ ਦਿੜਹੁन्छਨੁ, ਟਰ ਉਨਕੋ ਭਠਡਾਰਮਾ ਕਹਿਲੈ ਸਮਾਪਤ ਹੁੰਦੈਨ।

ਗੁਣੁ ਏਹੋ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥

ਦੇਨੇਸ਼ੁਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਜਸਤਾ ਗੁਣ ਮਾਤ੍ਰ ਉਨੈਮਾ ਚ, ਅਨਯ ਕਸੈਕੋਮਾ ਚੈਨ।

ਨਾ ਕੋ ਹੋਆ ਨਾ ਕੋ ਹੋਇ ॥੩॥

ਯਸਤਾ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਨ ਪਹਿਲੇ ਕਹਿਲੇ ਥਿਏ ਨ ਪਥਿ ਕੋਹੀ ਹੁਨੇਚਨੁ॥੩॥

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡੁ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥

ਜਾਤਿ ਠੂਲੋ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਸੁਖੰ ਹੁਨੁਹੁन्छ, ਤਹਾੱਕੋ ਉਪਹਾਰ ਪਨਿ ਯਾਤਿ ਨੈ ਠੂਲੋ ਹੁन्छ।

ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥

ਜਸਲੇ ਦਿਨ ਬਨਾਏਰ ਫੇਰਿ ਰਾਤਕੋ ਰਚਨਾ ਗਰੇਕਾ ਹੁਨੁ।

ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥

ਯਸਤਾ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰਲਾਇ ਦਿ:ਖੀ ਬਨਾਉਨੇ ਅਧਮ ਹੋ।

ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੀ ਭਨੁਹੁन्छ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾਕੋ ਨਾਮ-ਸਮਰਣਬਿਨ ਮਾਨਿਸ ਸੰਕੀਰਣ ਜਾਤਿਕੋ ਹੁन्छ॥੪॥੩॥

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

ਹਰਿ ਕੇ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸਤਪੁਰਖਾ ਬਿਨਉ ਕਰਉ ਗੁਰ ਪਾਸਿ ॥

ਹੈ ਪਰਮਾਤਮਾ ਸੁਰੂਪ, ਸਤਗੁਰੂ, ਸਤ ਪੁਰੁਖ ਜਾँ! ਮੋਰੋ ਤਪਾਇੱਸੰਗ ਯਹੀ ਵਿਨਤੀ ਚ ਕਿ

ਹਮ ਕੀਰੇ ਕਿਰਮ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਾਈ ਕਰਿ ਦਇਆ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥੧॥

ਮ ਅਤਿ ਸਾਨੋ ਕਿਰਾਕਾ ਸਮਾਨ ਪ੍ਰਾਣੀ ਹੁँ, ਯਸਰਥ ਹੈ ਸਤਗੁਰੂ ਜੀ! ਮ ਤਪਾਇੱਕੋ ਸਰਣਮਾ ਹਾਜਿਰ ਚੁ, ਕ੍ਰਪਾ ਗਰੇਰ ਮੇਰੋ ਅਨੁ:ਕਰਣਮਾ ਪ੍ਰਭੁ ਨਾਮਕੋ ਉਯਾਲੋ ਬਨਾਇਦਿਨੁਹੋਸੁ॥੧॥

ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਗੁਰਦੇਵ ਮੇ ਕਉ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥

ਏ ਮੇਰੋ ਮਿਤ੍ਰ ਗੁਰੁਦੇਵ! ਮਲਾਇ ਰਾਮਕਾ ਨਾਮਕੋ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਗਰੁਹੋਸੁ।

ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਾਨੁ ਸਖਾਈ ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਹਮਰੀ ਰਹਰਾਸਿ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਗੁਰੂਕੋ ਉਪਦੇਸ਼ ਅਨੁਰੂਪ ਜਸਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾਕੋ ਨਾਮ ਸਮਰਣ ਗਰਦੱਚ ਤ ਨੈ ਮੋਰੋ ਪ੍ਰਾਣਕੋ ਸਹਾਯਕ ਹੋ, ਪਰਮੇਸ਼ਵਰਕੋ ਮਹਿਮਾ ਗਰਨੈ ਮੇਰੋ ਸੰਸਕਾਰ ਹੋ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਹਰਿ ਜਨ ਕੇ ਵਡ ਭਾਗ ਵਡੇਰੇ ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਰਧਾ ਹਰਿ ਪਿਆਸ ॥

ਹੈ ਸਤਗੁਰੂ ਜੀ! ਤਪਾਏਂਕੋ ਕ੍ਰੁਪਾਲੇ ਮਲਾਏਂ ਥਾਹਾ ਚ ਕਿ ਜਸਕੋ ਪ੍ਰਭੂ-ਨਾਮਮਾ ਵਿਸ਼ਵਸ ਚ, ਅਨਿ ਟਿ ਜਪਨੇ ਟ੍ਰਿਞਾ ਹੁਨੁਚ ਤਿਨਲਾਏਂ ਹਰਿ-ਭਕਤਕੋ ਸੌਭਾਗਯ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁਨੁਚ।

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮਿਲੈ ਤ੍ਰਿਪਤਾਸਹਿ ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ ਗੁਣ ਪਰਗਾਸਿ ॥੨॥

ਕਿਨ ਕਿ ਟੀ ਹਰਿਕਾ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭਏਰ ਨੈ ਉਨਕੋ ਭਕਤਲਾਏਂ ਸਨੁਚੁਏ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁਨੁਚ ਤਥਾ ਸਨੁਤਹਰੂਕੋ ਸੰਗਤ ਪਾਏਰ ਉਨਕੋ ਹੁਦਯਮਾ ਹਰਿਕਾ ਗੁਣਹਰੂਕੋ ਜ਼ਾਨਰੂਪੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼।

ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਸੁ ਨਾਮੁ ਨ ਪਾਇਆ ਤੇ ਭਾਗਹੀਣ ਜਮ ਪਾਸਿ ॥

ਜਜਸਲੇ ਹਰਿਕੋ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮਕੋ ਰਸ ਚਾਖੇਕਾ ਖੇਨਨੁ, ਅਰਥਾਤ੍ ਜੁਨ ਪ੍ਰਾਣੀ ਡਿਸ਼ਯਵਰਕੋ ਮਾਮਮਾ ਲਿਨ ਭਏਕਾ ਚੈਨਨੁ, ਟੀ ਭਾਗਯਹੀਨ ਯਸਕੋ ਜਾਲਮਾ ਫਸੇਚਨੁ।

ਜੇ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਿ ਸੰਗਤਿ ਨਹੀ ਆਏ ਪ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵੇ ਪ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵਾਸਿ ॥੩॥

ਜਸਲੇ ਸਤਗੁਰੂਕੋ ਸ਼ਰਣਮਾ ਆਏਰ ਸਤਸੰਗਤਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰਨੈ ਸਕਦੈਨਨੁ, ਟੀ ਵਿਮੁਖ ਮਾਨਿਸਹਰੂਕੋ ਜੀਵਨ ਖਿਕਕਾਰ ਹੁਨੁਚ ਤਥਾ ਭਵਿਞਮਾ ਭਾਞਚੇਰ ਪਨਿ ਖਿਕਕਾਰ ਹੁਨੁਚ।

ਜਿਨ ਹਰਿ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸੰਗਤਿ ਪਾਈ ਤਿਨ ਧੁਰਿ ਮਸਤਕਿ ਲਿਖਿਆ ਲਿਖਾਸਿ ॥

ਜੁਨ ਹਰਿਭਕਤਲੇ ਸਤਗੁਰੂਕੋ ਸੰਗਤਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰੇਕਾ ਚਨੁ, ਉਨਕੋ ਨਿਧਾਰਮਾ ਅਕਾਲ-ਪੁਰਸ਼ਲੇ ਜਨਮਨੁਭੰਦਾ ਪਹਿਲੇ ਨੈ ਸੁਭ ਭਾਗਯ ਲੇਖਿਦਿਏਕਾ ਹੁਨੁਚਨੁ।

ਧਨੁ ਧੰਨੁ ਸਤਸੰਗਤਿ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇਆ ਮਿਲਿ ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥੪॥੪॥

ਸਤਗੁਰੂ ਜੀ ਭਨੁਹੁਨੁਚ ਕਿ ਹੈ ਨਿਰੰਕਾਰ! ਧਨਯ ਹੋ ਟਿਓ ਸਤਸੰਗਤਿ ਜਸਭਾਟ ਹਰਿ-ਰਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁਨੁਚ ਰ ਭਗਵਾਨਕਾ ਭਕਤਹਰੂਲੇ ਉਨਕੋ ਨਾਮਕੋ ਜ਼ਾਨ ਰ ਜਯੋਤਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰਦੱਚਨੁ। ਟਿਯਸੈਲੇ ਹੈ ਸਤਗੁਰੂ ਜੀ! ਕ੍ਰੁਪਯਾ ਮਲਾਏਂ ਅਕਾਲਕੋ ਪੁਰੁਸ਼ਕੋ ਨਾਉਂਲੇ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਦਿਨੁਹੋਸੁ।

ਰਾਗੁ ਗੁਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਰਾਗ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਕਾਹੇ ਰੇ ਮਨ ਚਿਤਵਹਿ ਉਦਮੁ ਜਾ ਆਹਰਿ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪਰਿਆ ॥

ਹੈ ਮੇਰੋ ਮਨ! ਅਕਾਲ ਪੁਰੁਸ਼ ਆਫੈਲੇ ਸਮ੍ਪੂਰਨ ਸ੍ਰਿਏਕੋ ਵਯਵਸਥਾਪਨ ਗਰਨੈ ਖੋਜਿਰਹੇਕੋ ਚ ਭਨੇ, ਟੈਂ ਕਿਨ ਸੋਚਦੱਚਸੁ?

ਸੈਲ ਪਥਰ ਮਹਿ ਜੰਤ ਉਪਾਏ ਤਾ ਕਾ ਰਿਜਕੁ ਆਰੈ ਕਰਿ ਧਰਿਆ ॥੧॥

ਨਿਰੰਕਰਲੇ ਚਟਾਨ ਰ ਫੁਝਾਮਾ ਜੁਨ ਜੀਵਜਨ੍ਤੁ ਬਨਾਏਕਾ ਠਨਕਾ ਤਿਨਕਾ ਲਾਗਿ ਉਨਲੇ ਖਾਨਾ ਤਧਾਰ ਪਾਰਿਸਕੇਕਾ ਚਨ੍।

ਮੇਰੇ ਮਾਧਉ ਜੀ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੁ ਤਰਿਆ ॥

ਹੇ ਨਿਰੰਕਾਰ! ਜੋ ਪਨਿ ਸਨ੍ਤਹਰੂਕੋ ਸੰਗਤਮਾ ਬਠ੍ਚ, ਉਸਲੇ ਭਵਸਾਗਰ ਪਾਰ ਗਯੋ।

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਇਆ ਸੂਕੇ ਕਾਸਟ ਹਰਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਉਨਲੇ ਗੁਰੂਕੋ ਕ੍ਰਪਾਲੇ ਪਰਮਪਦ (ਸੋਖ) ਪ੍ਰਾਪ੍ਤ ਗਰੇਕਾ ਚਨ੍ ਅਨਿ ਉਨਕੋ ਹ੍ਰਦਯ ਸੁਕ੍ਖਾ ਕਾਠ ਹਰਿਯੋ ਭਏਜਸ੍ਤੈ ਭਏਕੋ ਚ॥੧॥ਰਹਾਤ॥

ਜਨਨਿ ਪਿਤਾ ਲੋਕ ਸੁਤ ਬਨਿਤਾ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਕੀ ਧਰਿਆ ॥

ਜੀਵਨਮਾ ਮਾਤਾ, ਪਿਤਾ, ਜੁਤ੍ਰ, ਪਤ੍ਨੀ ਤਥਾ ਨਾਤੇਦਾਰਮਧੇ ਕੋਹੀ ਪਨਿ ਕਹੀਂ ਪਨਿ ਆਸ੍ਰਯ ਹੁੰਦੈਨ੍।

ਸਿਰਿ ਸਿਰਿ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਰੇ ਠਾਕੁਰੁ ਕਾਹੇ ਮਨ ਭਉ ਕਰਿਆ ॥੨॥

ਪ੍ਰਲੇਕ ਜਿਵਲਾਇੰ ਸੰਸਾਰਮਾ ਸ੍ਰਿ ਗਰੇਰ ਨਿਰੰਕਾਰ ਸਵਯਮ੍ਲੇ ਅਨ੍ਰ-ਪ੍ਰੀ ਪਠਾਉਂਚਨ੍, ਫੇਰਿ ਏ ਮਨ! ਤੈਂ ਕਿਨ ਡਰਾਉਂਚਸ੍?॥੨॥

ਉਡੇ ਉਡਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੋਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਛਰਿਆ ॥

ਰਾਜਹੰਸਕੋ ਸਮੂਹ ਸਯੋਂ ਮਾਡਲ ਟਾਠਾ ਉਡ੍ਚ ਅਨਿ ਆਪਨਾ ਬਚ੍ਚਾਹਰੂਲਾਇੰ (ਉਨੀਹਰੂਕੋ ਗੁੰਡਮਾ)ਪਚਾਡਿ ਚੋਡ੍ਚ।

ਤਿਨ ਕਵਣੁ ਖਲਾਵੈ ਕਵਣੁ ਚੁਗਾਵੈ ਮਨ ਮਹਿ ਸਿਮਰਨੁ ਕਰਿਆ ॥੩॥

ਤਿਨਹਰੂਲਾਇੰ ਪਚਿ ਕਸਲੇ ਖਾਨਾ ਖੁਵਾਉਂਚ, ਅਰਥਾਤ੍ ਤਿਨੀਹਰੂਕੋ ਪੋ਷ਣ ਤਿਨੀਹਰੂਕੋ ਆਮਾਬਿਨਾ ਕਸਲੇ ਗਰਦ੍ਚ, (ਜਵਾਫਮਾ ਭਨੇ) ਉਨੀਹਰੂਕੋ ਆਮਾਲੇ ਆਪਨਾ ਚੋਰਾਚੋਰੀਲਾਇੰ ਸਮ੍ਝਾਨ੍ਚਿਨ੍, ਤਯਹੀ ਉਨੀਹਰੂਕੋ ਪੋ਷ਣਕੋ ਸਾਧਨ ਬਨਿਨ੍ਚ॥੩॥

ਸਭਿ ਨਿਧਾਨ ਦਸ ਅਸਟ ਸਿਧਾਨ ਠਾਕੁਰ ਕਰ ਤਲ ਧਰਿਆ ॥

ਸਮ੍ਪੂਰ੍ਣ ਨੌਵਟੈ ਕੋ਷, ਅਠਾਰ ਸਿਫ੍ਰਿ ਨਿਰੰਕਾਰਲੇ ਆਪਨੋ ਹਕੇਲਾਮਾ ਰਾਖੇਕਾ ਚਨ੍ ।

ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਲਿ ਬਲਿ ਸਦ ਬਲਿ ਜਾਈਐ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰਾਵਰਿਆ ॥੪॥੫॥

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਯਸ੍ਤਾ ਅਕਾਲ-ਪੁਰੁ਷ ਪ੍ਰਤਿ ਸ ਸਦਾ-ਸਰਵਦਾ ਸਮਪ੍ਰਿਤ ਹੁਨ੍ਚੁ, ਅਸੀਮ ਨਿਰੰਕਾਰਕਾ ਕੁਨੈ ਸਮਾਪ੍ਤਿ ਵਾ ਅਨ੍ਤ ਚੈਨ॥੪॥੫॥

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ਸੋ ਪੁਰਖੁ

ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ਸੋ ਪੁਰਖੁ

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ईश्वर एक छन्, जसलाई सतगुरुको कडपाले पाउन सकिन्छ।

मे पुरखु निरंजन हरी पुरखु निरंजन हरी अगमा अगम अपारा ॥

ती अकाल पुरख सृष्टिका समस्त प्राणीहरूमा समाहित छन्, तर पनि रहस्यमय छन्, अगम्य छन् तथा अनन्त छन्।

सबि धिआवहि सबि धिआवहि त्रुपु जी हरी सचे सिरजठहारा ॥

हे सत्यस्वरूप सृजनहार परमात्मा! विगतमा पनि सबैले तपाईंको ध्यान गर्दथे, हामी अहिले पनि गछौं र भविष्यमा पनि गरिरहनेछौं।

सबि जीअ त्रुमारे जी त्रु जीआ का दातारा ॥

सृष्टिका समस्त प्राणीहरूलाई तिम्रै रचना हुन् र तिम्री स्वयं जीवित प्राणीहरूको भोग र मुक्तिदाता हो।

हरी धिआवहु सँतहु जी सबि दुख विमारठहारा ॥

हे भक्तजन! सबै दुःखहरूको नाश गर्ने तथा सुख प्रदान गर्ने निरंकारको स्मरण गर।

हरी आपे ठाकुरु हरी आपे सेवकु जी किरा नानक जंत विचारा ॥१॥

निरंकार आफै मालित तथा सेवक हुन्, त्यसर्थ हे नानक! म जस्तो निम्न प्राणीको के ल्याकत छ कि म ती अकथनीय प्रभुको वर्णन गर्न सकूँ।१॥

त्रुं षट षट अंतरी सरब निरंतरी जी हरी ऐके पुरखु सभाणा ॥

सर्वव्यापी निरंकार सबै प्राणीको हृदयमा खिलिएर बसेका हुन्छन्।

इकि दाते इकि बेधारी जी सबि तेरे चेज विडाणा ॥

संसारमा कोही दाता बनेको छ, कसैले भिक्षुको रूप लिएको छ, हे परमात्मा! यी सबै तपाईंको अचम्मको कार्य हुन्।

त्रुं आपे दाता आपे भुगता जी हरी त्रुपु बिनु अवरु न जाणा ॥

तपाईं आफै दिने दाता र भोक्ता हुनुहुन्छ, तपाईं बिना म अरू कसैलाई चिन्दैन।

त्रुं पारबूरुमु बेअंतु बेअंतु जी तेरे किरा गुण वधाणा ॥

तिमी परब्रह्म हो, तिम्री तिनै लोकमा समाहित छौ, म तिम्रो गुणहरूलाई मुखले कसरी वर्णन गर्न सकछु?

जे सेवहि जे सेवहि त्रुपु जी जनु नानकु तिन कुरबाणा ॥२॥

सतगुरु जी भब्रुहुन्छ कि – जुन जीवले आफ्नो हृदयले तँपाईँको पूजा गर्छन् र सेवाको भावले समर्पित हुन्छन् म ती प्राणीहरूलाई नमन गर्छु ॥२॥

हरि पਿਆवहि हरि पਿਆवहि त्रुपु जी से जन जुरा मरि सुखवासी ॥

हे निरंकार! जसले मन र वचनले तपाईँको ध्यान गर्छन् त्यो मानव-जीवले युग-युगसम्म सुख भोग गर्दछ।

से मुक्त्तु से मुक्त्तु भए जिन हरि पਿਆविया जी तिन त्रुटी जम की ढासी ॥

जसले तपाँको स्मरण गरेका छन्, उनीहरूले यस संसारबाट मुक्ति पाउँछन् अनि यम-पाश तोडिन्छ।

जिन निरभउ जिन हरि निरभउ पਿਆविया जी तिन का भउ सत्रु रावासी ॥

जसले डरदेखि मुक्त भएर ती अभय स्वरूप अकाल-पुरखका ध्यान गरेको छ उनको जीवनका समस्त (जन्म-मरण तथा यमादिका) डर उहाँ समाप्त गरिदिनुहुन्छ।

जिन सेविया जिन सेविया मेरा हरि जी ते हरि हरि रूपि समासी ॥

जसजसले निरंकारका चिन्तन गरे, सेवा भावले उनमा लिन भए, तिनी तिम्रो दुःखहर्ताको रूपमा नै विलिन भए।

से यंनु से यंनु जिन हरि पਿਆविया जी जनु नानकु तिन बलि जासी ॥३॥

हे नानकएँ जसले नारायण स्वरूप निरंकारका स्मरण गरे, ती धन्य धन्य हुन्, म तीप्रति समर्पित हुँदछु।

तेरी भगति तेरी भगति भंडार जी तेरे बिअंत बेअंता ॥

हे अनन्त स्वरूप! तिम्रो भक्तिको खजाना भक्तहरूको हृदयमा अनन्तताले भरिएको छ।

तेरे भगत तेरे भगत सलाहनि त्रुपु जी हरि अनिक अनेक अनंता ॥

तिम्रा भक्तहरूले तिनै काल तिम्रो प्रशंसाको गीत गाउँछन्, "हे परमेश्वर! तिम्री अनेकौ वा अनन्तस्वरूप छौ।

तेरी अनिक तेरी अनिक करहि हरि पूजा जी तपु तापहि जपहि बेअंता ॥

संसारमा तिम्रो नाना प्रकारले आराधना अनि जप-तपादिद्वारा साधना गरिन्छ।

तेरे अनेक तेरे अनेक पझहि बहु सिम्रिउि सासत जी करि किरिया खटु करम करंता ॥

अनेकौ ऋषिमुनि तथा विद्वार धेरै प्रकारका शास्त्र, स्मृतिहरूको अध्ययन गरेर तथा कर्म, ज्ञान आदि धर्म कार्यहरूद्वारा तिम्रो स्तुति- गान गर्दछन्।

से भगत से भगत भले जन नानक जी तेरे भावहि मेरे हरि भगवंता ॥४॥

हे नानक! ती समस्त श्रद्धालु भक्त जो निरंकारलाई राम्रो लाग्छ जो संसारमा भला हुन्छन्॥४॥

तुँ आदि पुरख अपरंपरु करता जी तुयु जेवडु अवतु न केयी ॥

हे अकाल पुरख! तिमी अपरिमेय पारब्रह्म अनन्त स्वरूप हो, तिमीजस्तो अरू कोही छैन।

तुँ जगु जगु ऐके सदा सदा तुँ ऐके जी तुँ निहचलु करता सेयी ॥

युगौयुगदेखि तपाईं एक हुनुहुन्छ, सधैं अद्वितीय स्वरूप हुनुहुन्छ, र तपाईं कुनै छल नगर्ने सृष्टिकर्ता हुनुहुन्छ।

तुयु आपे भावै सेयी वरतै जी तुँ आपे करहि सु रोयी ॥

तपाईंलाई जे राम्रो लाग्दछ, त्यही हुन्छ, तपाईं स्वेच्छाले जे गर्नुहुन्छ त्यही कार्य हुन्छ।

तुयु आपे सिमसि सभ उपायी जी तुयु आपे सिरजि सभ रोयी ॥

तपाईंले आफै नै यो सृष्टिको रचना गर्नुभएको हो अनि आफैले रचेर त्यसको संहार पनि गर्नुहुन्छ।

जनु नानक गुण गावै करते के जी जे सभसै का जाटेयी ॥५॥१॥

हे नानक! म ती स्रष्टा प्रभुको गुणगान गर्दछु, जो समस्त सृष्टिको सर्जक हुन् अथवा जो समस्त प्राणीहरूको अन्तर्मनका ज्ञाता हुन्॥५॥१॥

आसा महला ४ ॥

आसा महला ४ ॥

तुँ करता सचिआरु मैडा सांयी ॥

हे निरंकार! तिमी नै सृष्टिकर्ता हो, सत्यस्वरूप हो अनि मेरो मालिक हो।

जे तउ भावै सेयी बीसी जे तुँ देहि सेयी हउ पायी ॥१॥ रहाउ ॥

तिमीलाई जे राम्रो लाग्दछ त्यही हुन्छ, तिमी जे दिँदछौ म त्यही प्राप्त गर्दछु॥१॥रहाउ॥

सभ तेरी तुँ सभनी पियाइया ॥

सम्पूर्ण सृष्टि तिमीले बनाएका हो, तिमीलाई सबै प्रणीहरूको विषयमा याद छ

जिस ने कृपा करहि तिनि नाम रतनु पाइया ॥

तर जसमाथि तिमीलाई दया हुन्छ, उनैले मात्र मिम्रो नामरूपी रत्न-पदार्थ प्राप्त गरेका छन्।

गुरमुखि लाया मनमुखि रावाइया ॥

यो रत्न उत्तम साधक भएर पाइन्छ र स्वेच्छाचारी व्यक्तिहरूले यसलाई गुमाउँछन्।

तुयु आपि विहैइया आपि मिलाइया ॥१॥

तपाईं आफैलाई तोडनुहुन्छ र आफैलाई जोड्नु हुन्छ। 1.

तुं दरीआउ सड त्रुड गी भागि ॥

हे परमेश्वर! तिमी नदी हौ, सारा प्रपन्च तिमीबाट नै तरङ्गित भएका रूप हुन्।

त्रुड बिनु दूजा केडी नागि ॥

तिमीबिना अन्य कोहि पनि छैनन्।

जीअ जंत सडि तेरा खेळु ॥

सृष्टिका बै साना-ठुला प्राणीहरू तपाईंकै सृजाना हुन्।

विजेगि मिलि विडुडिआ संजेगी मेळु ॥२॥

वियोगी कर्महरूका कारण जो तिमीमा लिन थिए, ती छुटिए अनि संयोगका कारण छुटिएका तिमीसँग आएर मिले अर्थात् तिम्रो कृपाले जसलाई सत्संगति प्राप्त भएन ती आलग भए अनि तसलाई सन्तहरूको साथ प्राप्त भयो तिनीहरूलाई तिम्रो भक्ति प्राप्त भयो।

जिस ने त्रु जाटागिहि सेडी जनु जातै ॥

हे परमात्मा! जसलाई तिमी गुरुद्वारा ज्ञान दिनुहुन्छ उसैले मात्र यो विधिलाई जान्न सक्दछ।

हरि गुण सड गी आधि वधातै ॥

त्यसछि उसैले मात्र निरन्तर तिम्रो गुणहरूको व्याख्या गर्दछ।

जिनि हरि सेविआ तिनि सुखु पागिआ ॥

जजसले ती अकाल पुरखका सस्मरण गरेका छन्, उनीहरूले आत्मिक आनन्द प्राप्त गरेका छन्।

सहजे गी हरि नामि समागिआ ॥३॥

त्यसपछि ती परम पुरुष सजिलैसँग प्रभु- नाममा मिल्दछ॥३॥

त्रु आधे करता तेरा कीआ सडु रोडि ॥

तिमी स्वयम् रचयिता हौ, तिम्रो आदेशले नै सबैकुरा हुँदछ।

त्रुडु बिनु दूजा अवरु न केडि ॥

तिम्रा अतिरिक्त अन्य कोही छैन।

त्रु करि करि वेधगि जागिहि सेडि ॥

तिमीले नै रचना गरेर प्राणीहरूलाई देखभाल गरिरहेको छौं अनि तिनीहरूको बारेमा सबै कुत्रा जान्दछौं।

ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥੪॥੨॥

हे नानक! यो भेद गुरुप्रति उन्मुख हुने व्यक्तिभिन्न प्रकाशमान हुँदछ ॥४॥२॥

आसा महला १ ॥

आसा महला १ ॥

ਤਿਤੁ ਸਰਵਰੜੈ ਭਈਲੇ ਨਿਵਾਸਾ ਪਾਣੀ ਪਾਵਕੁ ਤਿਨਹਿ ਕੀਆ ॥

ए मन! तिमी यस्तो भव-सागरमा बाँचेका छौं जहाँ शब्द र स्पर्शरूपी रस र तृष्णाको अग्नि छ।

ਪੰਕਜੁ ਮੋਹ ਪਗੁ ਨਹੀ ਚਾਲੈ ਹਮ ਦੇਖਾ ਤਹ ਡੂਬੀਅਲੇ ॥੧॥

मोहरूपी दलदला फँसेर तिम्रो बुद्धीरूपी चरण परमात्माको भक्तितर्फ जान सकदैन, त्यस सागरमा मैले स्वेच्छाचारी प्राणीहरूलाई(जो आफ्नो विचारको हुन्छ) डुबेको देखेको छु।

ਮਨ ਏਕੁ ਨ ਚੇਤਸਿ ਮੂੜ ਮਨਾ ॥

हे विमुड मन! यदि तिमीले एकाग्र भएर परमेश्वरको उपासना गरेनौ भने

ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਲਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

त्यसैले हरिका प्रभुलाई भुलेपछि तिम्रो सबै गुण नष्ट भएर जान्छ अथवा भगवानलाई बिर्सनाले तिम्रो गलामा प्वाल पर्छ ॥१॥रहाउ॥

ਨਾ ਹਉ ਜਤੀ ਸਤੀ ਨਹੀ ਪੜਿਆ ਮੂਰਖ ਮੁਗਧਾ ਜਨਮੁ ਭਇਆ ॥

अतः हे मन! तिमी अकाल पुरखका समक्ष म यति, सती वा ज्ञानी छुइन, मेरो जीवन महामूर्खका भाँती निष्फल भएको छ भनी विन्ती गर।

ਪ੍ਰਣਵਤਿ ਨਾਨਕ ਤਿਨ ਕੀ ਸਰਣਾ ਜਿਨ ਤੂ ਨਾਹੀ ਵੀਸਰਿਆ ॥੨॥੩॥

हे नानक! जसलाई तिमी भल्दैनौ, म ती सन्तहरूको शरणमा जान्छु तथा तिनीहरूलाई प्रणाम गर्छु।

आसा महला ५ ॥

आसा महला ५ ॥

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥

हे मानव! तिमीलाई जुन यो मानव जन्म प्राप्त भएको छ।

ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥

यही तिम्नो प्रभुलाई भेट्ने सुअवसर हो: अर्थात् प्रभुको नाम स्मरण गर्नका लागि नै यो मानव जन्म तिमीलाई प्राप्त भएको हो।

अवरि काज तेरै किउँ न काम ॥

यसका अतिरिक्त गरिने सांसारिक कार्य तिमीलाई केही काम लाग्दैन।

मिलु सायसंगति भु केल नाम ॥१॥

तिमी केवल साधु-सन्तहरूको संगत गरेर ती अकाल-पुरखको निम्नतन गर ॥१॥

सरंजामि लागु भवजल तरन कै ॥

यसकारण यस भव-सागरबाट पार गर्ने काममा लाग।

जनमु बिषा जात रंगि माइआ कै ॥१॥ रहाउ ॥

नत्र मायाजालको प्रेममा लिन तिम्नो यो जीवन व्यर्थ मै जान्छ ॥१॥ रहाउ ॥

जपु तपु संजमु धरमु न कामाइआ ॥

हे मान! तिमीले जप, तप तता संयम गरेनौ अनि न त कुनै राम्रो काम गरेर धर्म नै कमायौ।

सेवा साय न जानिआ हरि राइआ ॥

साधु-सन्तका सेवा गरेको छैनौ तथा न त परमेश्वरलाई स्मरण गरेको छौ।

कहु नानक हम नीच करीमा ॥

हे नानक! म अधम काम गर्ने प्राणी हुँ।

सरति पते की राखहु सरमा ॥२॥४॥

शरण पछुं लाज राख्नुहोस् ॥२॥४॥

ਅਰਦਾਸ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ ॥

ਭਗਵਾਨ੍ ਏਕ ਚਨ੍। ਸਭੈ ਵਿਜਯ ਪਰਮ ਗੁਰੂ (ਭਗਵਾਨ) ਕੋ ਹੋ।

ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

ਆਦਰਨੀਯ ਟਰਵਾਰ ਵਾ ਕ੍ਰੁਪਾਣ (ਦੁਃਖਹਰੂਲਾਇ ਨਃ ਗਨੈ ਭਗਵਾਨ) ਲੇ ਹਾਮੀਲਾਇ ਸਹਯੋਗ ਗਰੂਨ੍!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

ਦਸੌ ਗੁਰੂਦੁਵਾਰਾ ਪਠਨ ਗਰਿਏਕੋ ਪੂਜਨੀਯ ਟਰਵਾਰ ਕਵਿਤਾ।

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੌਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ ॥

ਪਹਿਲੇ ਟਰਵਾਰ (ਦੁਃਖਹਰੂਲਾਇ ਨਃ ਗਨੈ ਭਗਵਾਨ) ਲਾਇ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍; ਟ੍ਯਸਪਛਿ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕਲਾਇ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ (ਉਨਕੋ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਲਾਇ ਨੋਟ ਗਰਨੁਹੋਸ੍)।

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ ॥

ਟ੍ਯਸਪਛਿ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਙਗਦ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਰ ਗੁਰੂ ਰਾਮ ਦਾਸਲਾਇ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ ਰ ਧਿਆਨ ਗਰਨੁਹੋਸ੍; ਉਨੀਹਰੂਲੇ ਹਾਮੀਲਾਇ ਸਦ੍ਠ ਗਰੂਨ੍! (ਉਨੀਹਰੂਕੋ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਮਾ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਗਰਨੁਹੋਸ੍)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੈ ਸਿਮਰੈ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ, ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਰ ਗੁਰੂ ਹਰ ਰਾਇਲਾਇ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ ਰ ਧਿਆਨ ਗਰਨੁਹੋਸ੍। (ਤਿਨੀਹਰੂਕੋ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਮਾ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਗਰਨੁਹੋਸ੍)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

ਪੂਜਨੀਯ ਗੁਰੂ ਹਰ ਕ੍ਰੁਸ਼ਨਾਕੋਸਮਰਣ ਅਨਿ ਧਿਆਨ ਗਰਨੁਹੋਸ੍, ਜਸਲਾਇ ਮਾਤ੍ਰ ਦੇਖੇਰ ਸਭੈ ਦੁ:ਖਹਰੂ ਹਟਿਨ੍ਛ। (ਉਨੀਹਰੂਕੋ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਮਾ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਗਰਨੁਹੋਸ੍)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

ਗੁਰੂ ਤੇਗਬਹਾਦੁਰਲਾई ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ ਰ ਤ੍ਯਸਪਚਿ ਆਧ੍ਯਾਤ੍ਮਿਕ ਧਨਕਾ ਨੌ ਸ੍ਰੋਤਹਰੂ (ਧੈਰ੍ਯ, ਖਮਾ ਦਮ, ਅਸ੍ਤੇਯ, ਸ਼ੌਚਾ, ਙ੍ਰਿਯਾ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਬੁਢਿ, ਵਿਦ੍ਯਾ ਸਤ੍ਯ, ਅਕ੍ਰੋਧ) ਤਪਾईਕੋ ਘਰਮਾ ਚਿਟੋ ਆਤਨੇਚਨ੍।

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥

ਹੇ ਪ੍ਰਭੁ! ਕ੍ਰਪਯਾ ਹਾਮੀਲਾई ਸਬੈ ਠਾਉਂਮਾ ਮਾਰ੍ਗਦਰ੍ਸ਼ਨ ਰ ਮਦ੍ਰਤ ਗਨ੍ਰੁਹੋਸ੍।

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

ਆਦਰਨੀਯ ਦਸੌਂ ਗੁਰੂ ਗੋਵਿੰਦ ਸਿੰਹਲਾई ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ (ਉਨਕੋ ਆਧ੍ਯਾਤ੍ਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਮਾ ਧ੍ਯਾਨ ਦਿਨੁਹੋਸ੍)। ਹੇ ਭਗਵਾਨ! ਕ੍ਰਪਯਾ ਹਾਮੀਲਾई ਸਬੈ ਠਾਉਂਮਾ ਮਾਰ੍ਗਦਰ੍ਸ਼ਨ ਰ ਮਦ੍ਰਤ ਗਨ੍ਰੁਹੋਸ੍।

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

ਆਦਰਨੀਯ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬਮਾ ਨਿਹਿਤ ਦਸ ਰਾਜਾਹਰੂਕੋ ਦਿਵ੍ਯ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕੋ ਬਾਰੇਮਾ ਸੋਚੁਹੋਸ੍ ਅਨਿ ਧ੍ਯਾਨ ਗਨ੍ਰੁਹੋਸ੍ ਤਥਾ ਆਪਨਾ ਵਿਚਾਰਹਰੂਲਾई ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬਕੋ ਦਿਵ੍ਯ ਸਿੱਖਾਤਿਰ ਘੁਮਾਤਨੁਹੋਸ੍ ਰ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪ੍ਤ ਗਨ੍ਰੁਹੋਸ੍। (ਅਢ੍ਵਿਤੀਯ ਗੁਰੂ)।

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 ! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

ਪਾਂਚ ਪ੍ਰਿਯ, ਚਾਰ ਚੋਰਾਹਰੂ (ਗੁਰੂ ਗੋਵਿੰਦ ਸਿੰਹਕਾ); ਚਾਲੀਸ ਸ਼ਹੀਦਹਰੂ; ਅਦਮ੍ਯ ਵਫ਼ ਸੰਕਲ੍ਪਕਾ ਬਹਾਦੁਰ ਸਿਖਹਰੂ; ਨਾਮਕੋ ਰਙਮਾ ਡੁਬੇਕਾ ਭਕ੍ਤਹਰੂ; ਨਾਮਮਾ ਮਿਸਿਏਕਾ ਵ੍ਯਕ੍ਤਿਹਰੂਕੋ ਕਾਰ੍ਯਹਰੂਕੋ ਬਾਰੇਮਾ ਸੋਚੁਹੋਸ੍। ਨਾਮ ਸਮ੍ਝੋਰ ਸੰਗੈ ਖਾਨਾ ਖਾਨੇਹਰੂਲਾई; ਨਿ:ਸ਼ੁਲ੍ਕ ਭਾਨ੍ਸਾ ਸੁਰੁ ਗਨ੍ਰੇਹਰੂਲਾई; ਤਰਵਾਰ ਚਲਾਤਨੇਹਰੂਲਾई (ਸਤ੍ਯਕੋ ਰਕ੍ਸ਼ਾ ਗਨ੍ਰ); ਅਰੂਕੋ ਕਮਜੋਰੀਹਰੂਲਾई ਬੇਵਾਸ੍ਤਾ ਗਨ੍ਰੇਹਰੂਲਾई; ਮਾਥਿਕਾ ਸਬੈ ਸ਼ੁਢ੍ਰ ਰ ਸਾਂਚ੍ਚੈ ਸਮ੍ਰਿਪਿਤ ਵ੍ਯਕ੍ਤਿਹਰੂ ਥਿਏ; ਬੋਲ ਵਾਹ ਗੁਰੂ! (ਵਿਲਕ੍ਸ਼ਣ ਗੁਰੂ)

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 ਨਿਬਾਰੀ, ਤਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਖਾਲਸਾ ਜੀ! ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

ਬਹਾਦੁਰ ਸਿਖ ਪੁਰੁਖ ਰ ਮਹਿਲਾਹਰੂਲੇ ਗਰੇਕੋ ਅਤੁਲਨੀਯ ਸੇਵਾਕੋ ਬਾਰੇਮਾ ਸੋਚੁਹੋਸ੍ ਰ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ ਜਸਲੇ ਆਪਨੋ ਟਾਤਕੋ ਰਾਖੇ ਟਰ ਆਪਨੋ ਸਿਖ ਧਰਮਲਾਇ ਸਮਰਪਣ ਗਰੇਨਨ੍। ਜਸਲੇ ਸ਼ਰੀਰਕੋ ਹਰੇਕ ਜੋਡਾ ਟੁਕਾ-ਟੁਕਾ ਪਾਠਨ੍; ਜਸਲੇ ਆਪਨੋ ਟਾਤਕੋ ਛਾਲਾ ਪਾਠਨ੍; ਜੋ ਬਾਠਿਏਕਾ ਥਿਏ ਰ ਪਾਙ੍-ਗਰਾਮਾ ਰਾਖਿਏਕਾ ਥਿਏ ਰ ਟੁਕਾ-ਟੁਕਾ ਪਾਰਿਏਕਾ ਥਿਏ; ਜੋ ਆਰੀਲੇ ਕਾਟਿਏਕਾ ਥਿਏ;

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

ਆਪਨਾ ਵਿਚਾਰਹਰੂ ਸਿਖ ਧਰਮਕਾ ਸਬੈ ਸਿੰਹਾਸਨ ਰ ਸਬੈ ਗੁਰੁਦੁਆਰਾਹਰੂਮਾ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਗਰੁੰਹੋਸ੍; ਬੋਲੋ, ਹੇ ਗੁਰੂ!

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

ਸੁਰੁਮਾ ਸਬੈ ਪੂਜਨੀਯ ਖਾਲਸਾਹਰੂਲੇ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਗਠਨ੍ ਕਿ ਤਨੀਹਰੂਲੇ ਤਪਾਇਕੋ ਨਾਮਕੋ ਧਿਆਨ ਗਨ੍ ਸਕੂਨ੍; ਰ ਯਸਤੋ ਧਿਆਨਦੁਆਰਾ ਸਬੈ ਸੁਖ ਰ ਸਾਨ੍ਵਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਸ੍।

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!

ਜਹਾँ पनि पूजनीय खालसा उपस्थित हुन्छन्, आपनो सुरक्षा र अनुग्रह प्रदान गर्छन्; निःशुल्क भान्सा र तरवार कहिल्यै असफल नहुन सक्छ; आपनो भक्तहरूको सम्मान कायम राख्नुहोस्; सिख जनतालाई विजय प्रदान गर्नुहोस्; पूजनीय तरवार सधैं हाम्रो सहायतामा आउन सक्छ; खालसालाई सधैं सम्मान होस्; भन्नुहोस्, हे गुरु!

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, ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!

ਸਿਖਹਰੂਲਾਇ ਸਿਖ ਧਰਮਕੋ ਦਾਨ, ਲਾਮੋ ਕਪਾਲਕੋ ਦਾਨ, ਸਿਖ ਧਰਮਕੋ ਦਾਨ, ईश्वरीय ज्ञानको दान, विश्वासको दान, विश्वासको दान र नामਕੋ ਸਬੈਮਨ੍ਦਾ ਠੁਲੋ ਤਪਹਾਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਗਰੁੰਹੋਸ੍। ਹੇ ਮਗਵਾਨ੍! ਰਾਗ-ਰਾਗੀ, ਹਵੇਲੀ ਰ ਝਨ੍ਡਾ ਲਾਮੋ ਸਮਯਸਮਮ ਜਿਊਨ੍; ਸਤ੍ਯ ਸਥੈਂ ਵਿਜਯੀ ਹੋਸ੍; ਬੋਲੋ, ਵਾਹੇ ਗੁਰੂ!

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

ਸਭੈ ਸਿਖਹਰੂਕੋ ਹ੍ਰਦਯ ਵਿਨਮ ਹੋਸ੍ ਰ ਤਨੀਹਰੂਕੋ ਜ਼ਾਨ ਤਚ ਹੋਸ੍; ਹੇ ਪ੍ਰਮੁ! ਤਿਮੀ ਜ਼ਾਨਕਾ ਰਖਕ ਹੈ।

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

ਹੇ ਸਾੱਚੋ ਰਾਜਾ, ਹੇ ਗੁਰੂ! ਤਪਾਏਂ ਨਮ ਮਾਨਿਸਕਾ ਗਰ੍ਵ, ਅਸਹਾਯਕਾ ਸ਼ਕਿਤ, ਆਸ਼੍ਰਯਹੀਨਕਾ ਆਸ਼੍ਰਯ ਹੁਨੁਹੁਚ੍ਚ, ਹਾਮੀ ਵਿਨਮ੍ਰਤਾਪੂਰ੍ਵਕ ਤਪਾਏਂਕੋ ਤਪਸ੍ਥਿਤਿਮਾ ਪ੍ਰਾਰ੍ਥਨਾ ਗਰ੍ਦਛੈਂ..... (ਯਹਾੱ ਗਰਿਏਕੋ ਅਕਸਰ ਵਾ ਪ੍ਰਾਰ੍ਥਨਾਲਾਏ ਪ੍ਰਤਿਸ੍ਥਾਪਨ ਗਰ੍ਨੁਹੋਸ੍)।

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

ਕ੍ਰਪਯਾ ਸਾਥਿਕੋ ਪ੍ਰਾਰ੍ਥਨਾ ਪਫ੍ਨਾਲੇ ਹਾਮ੍ਰਾ ਗਲਤੀ ਰ ਕਮਜੋਰੀਹਰੂਲਾਏ ਕ੍ਸਮਾ ਗਰ੍ਨੁਹੋਸ੍। ਕ੍ਰਪਯਾ ਸਭੈਕਾ ਤਦ੍ਵੇਸ਼ਹਰੂ ਪੂਰਾ ਗਰ੍ਨੁਹੋਸ੍।

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

ਮਲਾਏਂ ਸਾੱਚੋ ਭਕ੍ਤਹਰੂਸੱਗ ਭੇਟਾਤਨੇ ਕ੍ਰਪਾ ਗਰ੍ਨੁਹੋਸ੍ ਜਸਭਾਟ ਹਾਮੀ ਤਪਾਏਂਕੋ ਨਾਮ ਸਮਰਯ ਗਰ੍ਨ ਰ ਧ੍ਯਾਨ ਗਰ੍ਨ ਸਕਛੈਂ। ਹੇ ਭਗਵਾਨ! ਸਾੱਚੋ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕਕੋ ਮਾਧ੍ਯਮਭਾਟ, ਤਪਾਏਂਕੋ ਨਾਮ ਤਚ ਹੁਨ ਸਕਦਛ, ਅਨਿ ਤਪਾਏਂਕੋ ਝਚ੍ਚਾਅਨੁਸਾਰ ਸਭੈ ਸਮ੍ਰਫ੍ਰ ਹੁਨ ਸਕਦਛ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

ਖਾਲਸਾ ਈਸ਼੍ਵਰਕੋ ਹੋ; ਸਭੈ ਵਿਜਯ ਪ੍ਰਮੁਕੋ ਵਿਜਯ ਹੋ।

यात्रा का लागि दर्शन

सिख धर्मको दर्शनशास्त्रको विशेषता आध्यात्मिक तथा भौतिक संसारको लागि तर्क, व्यापकता तथा "तामझामरहित" दृष्टिकोणको हो। यसको धर्मशास्त्र सरलताद्वारा चिह्नित छ। सिख नैतिकतामा, एक व्यक्तिको आफूप्रतिको कर्तव्य र समाजप्रतिको कर्तव्य (संगत) बीच कुनै द्वन्द्व छैन।

सिख धर्म लगभग ५०० वर्ष पहिले गुरु नानकद्वारा स्थापित सबैभन्दा कमि उमेरको विश्व धर्म हो। यसले ब्रह्माण्डको एकजना सर्वोच्च अस्तित्व तथा सृष्टिकर्ता (वाहेगुरु) मा गरिने विश्वासलाई जोड दिन्छ। यसले अनन्त आनन्दको लागि सरल प्रत्यक्ष मार्ग प्रदान गर्दछ अनि प्रेम र विश्वव्यापी भ्रातृत्वको सन्देश फैलाउँछ। सिख धर्म एकेश्वरवादी आस्था है अनि भगवानलाई एक मात्र व्यक्तिको रूपमा चिन्दछ जो समय वा स्थानको सीमितताको अधीनमा हुनुहुन्न।

सिख धर्मले विश्वास गर्दछ कि एक मात्र ईश्वर हुनुहुन्छ, जो सृष्टिकर्ता, पालनकर्ता, विनाशक हुनुहुन्छ अनि मानव रूप लिनुहुन्न। सिख धर्ममा अवतारको सिद्धान्तको कुनै स्थान छैन। यसले देवी-देवता र अन्य देवी-देवताहरूलाई कुनै मूल्य दिँदैन।

सिख धर्ममा नैतिकता र धर्म सँगसँगै चल्छन्। इमानदारी, करुणा, उदारता, धैर्य र नम्रता जस्ता गुणहरू प्रयास र मनको लगनशीलताले मात्र विकास गर्न सकिन्छ। हाम्रा महान् गुरुहरूको जीवन यस दिशामा प्रेरणाको स्रोत हो।

सिख धर्मले मानव जीवनको लक्ष्य जन्म र मृत्युको चक्रलाई तोडेर ईश्वरमा विलीन हुनु हो भनी सिकाउँछ। यो गुरुको उपदेश पालन गरेर, पवित्र नाम (नाम) मा ध्यान अनि सेवा गरेर र परोपकारको कार्य गरेर पूरा गर्न सकिन्छ।

नाम मार्गले भगवानको स्मरणका लागि दैनिक भक्तिमा जोड दिन्छ। मोक्ष प्राप्तिका लागि काम (इच्छा), क्रोध (क्रोध), लोभ (लोभ), मोह (सांसारिक मोह) र अहंकार (घमण्ड) गरी पाँच भावनालाई नियन्त्रण गर्नुपर्छ। संघ रीतिरिवाज र व्रत, तीर्थयात्रा, शकुन र तपस्या जस्ता नियमित अभ्यासहरूलाई सिख धर्ममा अस्वीकार गरिएको छ। मानव जीवनको लक्ष्य ईश्वरमा विलीन हुनु हो र यो गुरु ग्रन्थ साहिबको उपदेशलाई अनुसरण गरेर पूरा हुन्छ। सिख धर्मले भक्ति मार्ग वा निष्ठा मार्गमा जोड दिन्छ। तथापि, यसले ज्ञान मार्ग (ज्ञानको मार्ग) र कर्म मार्ग (कार्य मार्ग) को महत्वलाई मान्यता दिन्छ। यसले आध्यात्मिक लक्ष्य हासिल गर्न ईश्वरको अनुग्रह प्राप्त गर्नुपर्ने आवश्यकतामा जोड दिन्छ।

सिख धर्म एक आधुनिक, तार्किक र व्यावहारिक धर्म हो। यसले सामान्य पारिवारिक जीवन (गृहस्थ) मोक्षको लागि कुनै बाधा होइन भन्ने विश्वास गर्दछ। मोक्ष प्राप्तिका लागि ब्रह्मचर्य वा संसारको त्याग आवश्यक छैन। सांसारिक रोगहरू र प्रलोभनहरूको बीचमा अलग रहन सम्भव

छ। एक भक्तले संसारमा बाँच्नु पर्छ र अझै पनि आफ्नो सिरलाई सामान्य तनाव तथा प्रलोभनबाट आफुलाई टाढा राख्नुपर्छ। ऊ एकजना विद्वान् सैनिक अनि भगवान्का लागि सन्त हुनुपर्छ।

सिख धर्म सम्पूर्ण विश्वको एक "धर्मनिरपेक्ष धर्म" हो र यसैले जाति, सम्प्रदाय, वंश वा लिंगको आधारमा सबै भेदभावलाई अमान्य गर्दछ। यसले विश्वास गर्दछ कि भगवानको नजरमा सबै मानिस समान छन्। गुरुहरूले महिलाको समानतामा जोड दिए र कन्या भ्रूण हत्या र सती प्रथालाई अस्वीकार गरे। उनले सक्रिय रूपमा विधवा पुनर्विवाहलाई बढावा दिए र पर्दा प्रथा (महिलाहरू पर्दा लगाउने) लाई अस्वीकार गरे। भगवानमा मन केन्द्रित गर्नका लागि पवित्र नाम (नाम) को ध्यान गर्नु पर्दछ अनि सेवा र परोपकारको कार्य गर्नु पर्दछ। भीख मागेर वा बेइमानी गरेर होइन, इमानदारीपूर्वक काम गरेर जीविकोपार्जन गर्नु सम्मानजनक मानिन्छ। अरूसँग साझेदारी गर्नु पनि सामाजिक जिम्मेवारी हो। उक्त व्यक्तिले दशवन्ध (आफ्नो कमाइको १० प्रतिशत) मार्फत खाँचोमा परेकाहरूलाई सहयोग गर्ने अपेक्षा गरिएको छ। सेवा, सामुदायिक सेवा पनि सिख धर्मको अभिन्न अङ्ग हो। सबै धर्मका मानिसहरूका लागि खुला प्रत्येक गुरुद्वारामा पाइने निःशुल्क सामुदायिक भान्सा (लंगर) यस सामुदायिक सेवाको अभिव्यक्ति हो।

सिख धर्मले आशावाद र आशाको वकालत गर्दछ। यसले निराशावादको विचारधारालाई स्वीकार गर्दैन।

गुरुहरूले यो जीवनको एउटा उद्देश्य र लक्ष्य छ भन्ने विश्वास गर्थे। यसले आत्मज्ञान र ईश्वरको प्राप्तिको अवसर प्रदान गर्दछ। यसबाहेक, मानिस आफ्ना कार्यहरूको लागि आफै जिम्मेवार छ। उसले आफ्नो कार्यको परिणामबाट उन्मुक्ति को दावा गर्न सक्दैन। त्यसैले उसले जे गर्छ त्यसमा धेरै होसियार हुनुपर्छ।

सिख ग्रन्थ, गुरु ग्रन्थ साहिब शाश्वत गुरु हो। यो एक मात्र धर्म हो जसले पवित्र पुस्तकलाई धार्मिक गुरुको दर्जा दिएको छ। सिख धर्ममा जीवित मानव गुरु (अवतार) को लागि कुनै स्थान छैन।

महिलाहरू को भूमिका

शिख धर्मका सिद्धान्तहरूमा भनिएको छ कि महिलाहरूको आत्मा पुरुषसरह समान हुन्छ र उनीहरूलाई आफ्नो आध्यात्मिकता विकास गर्ने समान अधिकार छ। उनीहरूले धार्मिक जमघटको नेतृत्व गर्न सक्छन्, अखण्ड पथ (पवित्र शास्त्रहरूको निरन्तर पाठ) मा भाग लिन सक्छन्, किर्तन (भजनहरूको सामूहिक गायन) गर्न सक्छन्, ग्रन्थी (पुजारी) को रूपमा काम गर्न सक्छन्। उनीहरूले सबै धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक र धर्मनिरपेक्ष गतिविधिहरूमा भाग लिन सक्दछन्। शिख धर्म पुरुष र महिलालाई समानता प्रदान गर्ने पहिलो प्रमुख विश्व धर्म थियो। गुरु नानकले लैङ्गिक समानताको उपदेश दिए अनि उनलाई अनुसरण गर्ने गुरुहरूले महिलाहरूलाई शिख पूजा र अभ्यासका सबै गतिविधिहरूमा पूर्ण भाग लिन प्रोत्साहित गरे।

गुरु ग्रन्थ साहिबमा भनिएको छ

"महिला र पुरुष, सबै भगवान्द्वारा सृष्टि गरिएका हुन्। यो भगवानको खेल हो। तपाईंका सबै रचनाहरू राम्रा र शुद्ध छन्, नानक भन्छन्।- गुरु ग्रन्थ, पृष्ठ ३०४

शिख इतिहासले पुरुषको सेवा, भक्ति, बलिदान अनि बहादुरीमा महिलाको भूमिकालाई समान रूपमा चित्रण गरेको छ। शिख परम्परामा महिलाको नैतिक गरिमा, सेवा र आत्मबलिदानका धेरै उदाहरणहरू लेखिएका छन्।

शिख धर्मका अनुसार पुरुष र महिला एउटै सिक्काका दुई पक्ष हुन्। अन्तरसम्बन्ध र अन्योन्याश्रितताको प्रणालीमा जहाँ पुरुष महिलाबाट जन्मन्छ, र महिला पुरुषको बीजबाट जन्मन्छ। शिख धर्मअनुसार पुरुषले महिला बिना आफ्नो जीवनमा सुरक्षित र पूर्ण महसुस गर्न सक्दैन, र पुरुषको सफलता उनीसँग आफ्नो जीवन साझा गर्ने महिलाको प्रेम र समर्थनसँग सम्बन्धित छ, र यसको विपरीत। गुरु नानकले भनेका छन्: "[यी] एक महिला हुन् जसले दौड जारी राखिन्छन्" र हामीले "महिलालाई श्रापित र अभियुक्तको रूपमा मान्नुपर्दैन, [जब] महिलाबाट नेता र राजा जन्मन्छन्।" एस जि जि एस पृष्ठ ४७३।

उद्धार: उठाउनु पर्ने एउटा महत्त्वपूर्ण कुरा के हो भने धर्मले महिलाहरूलाई मुक्ति प्राप्त गर्न, भगवानको प्राप्ति, वा सर्वोच्च आध्यात्मिक क्षेत्र प्राप्त गर्न सक्षम ठान्छ। यो गुरु ग्रन्थ साहिबमा भनिएको छ,

"भगवान् सबै प्राणीहरूमा सर्वव्यापी छन्, भगवान सबै रूपहरूमा सर्वव्यापी छन्, पुरुष र महिला" (गुरु ग्रन्थ साहिब, पृष्ठ ६०५)।

गुरु ग्रन्थ साहिबको माथिको कथन अनुसार, भगवानको प्रकाश दुवै लिङ्गसँग समान रूपमा बस्छ। तसर्थ, पुरुष र महिला दुवैले गुरुको शिक्षालाई पछ्याएर समान रूपमा मोक्ष प्राप्त गर्न सक्छन्। गुरु ग्रन्थ साहिबको माथिको कथन अनुसार, भगवानको प्रकाश दुवै लिङ्गसँग समान

रूपमा बस्छ। तसर्थ, पुरुष र महिला दुवैले गुरुको शिक्षालाई पछ्याएर समान रूपमा मोक्ष प्राप्त गर्न सक्छन्।

"पहिले गुरुले स्त्रीलाई पुरुषको बराबरमा राखे... स्त्री पुरुषका लागि बाधा थिएन, तर भगवानको सेवा गर्न र मोक्ष प्राप्त गर्नमा सहभागी थियो।"

विवाह: गुरु नानक देवले गृहस्थ जीवनमा ब्रह्मचर्य र त्यागको सट्टा पति र पत्नी समान भागिदार भएर दुवैले ईश्वर ध्यान गर्ने आदेश दिएका छन्। पवित्र पदहरूमा, घरेलु आनन्दलाई पोषित आदर्शको रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ र विवाहले भगवान्प्रतिको प्रेमको अभिव्यक्तिका लागि निरन्तर रूपक प्रदान गरेको छ।

" एकजना महिला, आफ्नो माता-पिताका घरमा प्यारी हुन्छे, जसलाई उसको ममाता अनि पिताले धेरै माया गर्छन्। आफ्नो ससुरालीमा, ऊ परिवारको स्तम्भ हुँदछे, उनीहरू असल भाग्यको दायित्व हुन्छे... आध्यात्मिक ज्ञान एवम् मोक्षमा भागिदारी अनि महान गुणसम्पन्न, एकजना महिला, पुरुषका आधा हिस्सा, उलाई मुक्तिको द्वारसम्म लौँदछे।(वारन, वि. १६)

समान स्थिति: पुरुष अनि स्त्रीहरूका माझ समान स्थिति सुनिश्चित गर्नका लागि, गुरुहरूले दीक्षा, निर्देश वा संगत(पवित्र फेलोसिप) अनि पंगत(एकसाथ भोजन गर्नु)जस्ता क्रियाकलापहरूमा लिङ्गबिच कुनै भेदभाव गरेका छैनन्। सरूप दास भल्लाका अनुसार महिमा प्रकाश, गुरु अमर दासले महिलाहरूले गलाउँने घुङ्घाटको प्रयोगको विरोध गरे। उनले केही समुदायहरूको निरीक्षण गर्न चेलाहरूमध्ये महिलाहरूलाई नियुक्त गरे र सतीको अभ्यासको विरुद्धमा प्रचार गरे। सिख इतिहासमा धेरै महिलाहरूको नाम अन्तर्भुक्त छन्, जस्तै माता गुजरी माई भागो, माता सुन्दरी, रानी साहिब कौर, रानी सदा कौर, अनि महारानी जिन्द कौर, जसले आफ्नो समयका घटनाहरूमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका थिए।

शिक्षा: सिख धर्ममा शिक्षालाई धेरै महत्त्वपूर्ण मानिन्छ। यो कसैको पनि सफलताको कुञ्जी हो। यो व्यक्तिगत विकासको प्रक्रिया हो र त्यसैले तेस्रो गुरुले धेरै विद्यालयहरू स्थापना गरे। यो गुरु ग्रन्थ साहिबमा भनिएको छ कि,

"सबै दिव्य ज्ञान गुरुको माध्यमबाट प्राप्त गरिन्छ"(गुरु ग्रन्थ साहिब, पृष्ठ ८३१)।

सबैका लागि शिक्षा आवश्यक छ अनि सबैलाई श्रेष्ठ बनाउने काम गर्न पर्दछ। तेस्रो गुरुद्वारा पठाइएका सिख धर्मप्रचारकहरूमध्ये ५२ जना महिला थिए। सिख महिलाको भूमिका र स्थितिमा डा मोहिन्दर कौर गिल लेखिछन्, "गुरु अमर दासलाई विश्वास थियो कि कुनै पनि शिक्षाले तबसम्म जड लगाउन सक्दैन जबसम्म यसलाई महिलाहरूले स्वीकार गर्दैनन्।"

कपडों पर प्रतिबंध: महिलाओं को घूँघट न पहनने की आवश्यकता के अतिरिक्त, सिक्ख धर्म परिधान संहिता के संबंध में एक सरल लेकिन बहुत महत्वपूर्ण वर्णन करता है। यह लिंग की परवाह किए बिना सभी सिखों पर लागू होता है। गुरु ग्रंथ साहिब में कहा गया है,

"उन कपड़ों को पहनने से बचें, जिनमें शरीर असहज हो और मन बुरे विचारों से भरा हो।"
एसजीजीएस, पृष्ठ 16

वस्त्रमाथि प्रतिबन्धः महिलाहरूले घुङ्घाट नलगाउनु पर्ने आवश्यकता बाहेक, सिख धर्मले परिधान संहिताको सरल तर धेरै महत्त्वपूर्ण विवरण गरेको छ। यो लिङ्को पर्वाह नगरी सबै सिखहरूमा लागु हुन्छ। गरु गर्थ साहिबमा भनिएको छ कि,

" शरीरलाई असहज बनाउने र मनलाई नकारात्मक विचारहरूले भरिदिने लुगा लगाउनबाट जोगिनुहोस्। एसजिजिएस, पृष्ठ १६

यसरी, कस्तो प्रकारको लुगाले दिमागलाई नराम्रो विचारहरूले भरिदिन्छ र यसलाई बेवास्ता गर्नुपर्छ भनी सिखहरूले महसुस गर्नेछन्। सिख महिलाहरूले कृपाण (तरवार) र अन्यले आफ्नो रक्षा गर्ने अपेक्षा गरिन्छ, यो महिलाहरूका लागि अद्वितीय हो किनकि महिलाहरूले आफ्नो सुरक्षा गर्ने अपेक्षा गरिएको र शारीरिक सुरक्षाका लागि पुरुषहरूमा निर्भर हुने अपेक्षा नगरिएको इतिहासमा यो पहिलो पटक हो।

SGGS उद्धरणः गुरु नानक भन्नुहुन्छ, "पृथ्वी र आकाशमा, म अरू कोही देखिदैनँ। सबै महिला र पुरुषहरूमा, उहाँको ज्योति चम्किरहेको छ। "Sgs पृष्ठ २२३। स्त्रीबाट, पुरुष जन्मन्छ; पुरुष महिलाभित्र गर्भधारण हुन्छ; ऊ सङ्लग्न हुन्छ र स्त्रीसँग विवाहित हुन्छ। महिला उनको साथी बन्छे, नारीको माध्यमबाट भावी पिढीले जन्म लिँदछ। जब उसको स्त्री मर्दछे, उसको एको स्त्री खोज्दछ; स्त्रीका लागि ऊ बाध्य छ। तब उसलाई किन नराम्रो भन्नु? उसैबाट राजा उत्पन्न हुँदछ। स्त्रीबाट स्त्रीको जन्म हुँदछ; स्त्रीबिना कोही पनि हुँदैन। एसजीजीएस पृष्ठ 473

दाइजोको सम्बन्धमाः " हे मेरो प्रभु, मलाई आफ्नो माम मेरो विवाहको उपहार अनि दाइजोको रूपमा दिनुहोस्।" श्री गुरु राम दास जी, पृष्ठ ७८, एसजीजीएस की पंक्ति १८

पर्दा प्रथाको विषयमाः "पर्ख, पर्ख, हे दुलही-आफ्नो अनुहार पर्दाले नढाक। अन्त्यमा, यसले तपाईंलाई आधा आवरण पनि दिँदैन। " अन्त्यमा, यसले तपाईंलाई आधा आवरण पनि दिँदैन। " तपाईंको अगाडि आफ्नो अनुहार ढाक्नेहरूको अनुसरण गर्नुहोस्। अनुहार ढाक्ने एक मात्र सद्गुण यो हो कि केही दिनका लागि मानिसहरूले भन्नेछन्, "कस्तो सद्गुणी दुलही आएको छ।" तपाईंको यो पर्दा तब मात्र साँचो हुनेछ जब तपाईं भगवानको महिमा गर्नुहुन्छ, नाच्नुहुन्छ र गाउँनुहुन्छ। - पृष्ठ ४८४, **SGGS**

महिलाहरू र वास्तवमा सबै आत्माहरूलाई आध्यात्मिक जीवन बिताउन कडा रूपमा प्रोत्साहित गरिएको थियोः "आउनुहोस्, मेरा प्रिय दिदीबहिनीहरू तथा आध्यात्मिक साथीहरू, मलाई आफ्नो आलिङ्गनमा कसेर अँगालो मारुनुहोस्। सँगै सामेल हुनुहोस्, र आफ्ना सर्वशक्तिमान पति भगवानका कथाहरू बताउनुहोस्। "-गुरु नानक, एसजिजिएस पृष्ठ १७,।

"साथीहरू, अन्य सबै लुगाहरूले सुखलाई नष्ट गरिदिन्छ, अङ्गहरूमा लगाएका कुराले दुखाइ निम्त्याउँछ, र गलत सोचाइले दिमाग भरिदिन्छ।" - एसजिजिएस पृष्ठ १६

पगडी को महत्त्व

सिक्खको एउटा अभिन्न अङ्ग पगडी हो। सिक्खहरूले लगभग 1500 देखि र सिक्ख धर्मका संस्थापक गुरु नानकको समयदेखि पगडी लगाई आएका छन्।

पगडी वा "पगडी" लाई प्रायः "पग" वा "दस्तर" मा संक्षेप गरिन्छ, एउटै कपडाका लागि विभिन्न भाषाहरू फरक शब्दहरू भएका छन्। यी सबै शब्दहरूले पुरुष र महिला दुवैले आफ्नो टाउको ढाक्न लगाउने कपडालाई जनाउँछ। यो लामो स्कार्फ वा कहिलेकाहीं भित्री "टोपी" वा पट्काजस्तै टाउको वरिपरि लपेटिने कपडाको टुक्रा हो। परम्परागत रूपमा भारतमा, समाजका उच्च दर्जाका पुरुषहरूले मात्र पगडी लगाउँथे; निम्न हैसियत वा निम्न जातका पुरुषहरूलाई पगडी लगाउने अनुमति थिएन।

यद्यपि यो गुरु गोविन्द सिंह जीद्वारा नकाटिएको कपाल राख्न अनिवार्य गरिएको थियो, जुन पाँच के वा आस्थाका पाँच लेखहरूमध्ये एक थियो, यो लामो समयदेखि सन् १४६९ मा सिक्ख धर्मको स्थापनादेखि नै सिक्ख धर्मसँग सम्बन्धित छ। सिक्ख धर्म संसारको एक मात्र धर्म हो। जसमा सबै वयस्क पुरुषका लागि पगडी लगाउनु अनिवार्य छ। पश्चिमी देशहरूमा पगडी लगाउने अधिकांश मानिसहरू सिक्ख हुन्। सिक्ख पगडीलाई दस्तार पनि भनिन्छ। दस्तार एउटा फारसी शब्द हो। यसको अर्थ ह्यान्ड अफ गड' हो जसको अर्थ उहाँको आशीर्वाद हो।

सिक्खहरू आफ्ना धेरै र विशिष्ट पगडीहरूका लागि प्रसिद्ध छन्। परम्परागत रूपमा, पगडीले सम्मानको प्रतिनिधित्व गर्दछ, र लामो समयदेखि कुलीन वर्गका लागि मात्र आरक्षित वस्तु रहेको छ। भारतको मुगल शासनको समयमा, मुसलमानहरूलाई मात्र पगडी लगाउने अनुमति थियो। सबै गैर-मुस्लिमहरूलाई पगडी लगाउन कडा प्रतिबन्ध लगाइएको थियो।

गुरु गोविन्द सिंह जीले आफ्ना सबै सिक्खहरूलाई मुगलहरूको यस चुनौतीलाई बेवास्ता गर्दै पगडी लगाउन आग्रह गर्नुभयो। उहाँले आफ्ना खालसा अनुयायीहरूका लागि तयार गरेका उच्च नैतिक स्तरहरूको मान्यताका लागि यो लगाउनुपर्ने थियो। उहाँ आफ्नो खालसा अद्वितीय र "बाँकी संसारबाट अलग रहन" दृढ हुन चाहनुहुन्थ्यो। उहाँ उनीहरूले सिक्ख गुरुहरूले तय गरेको अनौठो मार्ग अनुसरण गर्न चाहनुहुन्थ्यो। यसरी, एक पगडीधारी सिक्ख सधैं भीडबाट अलग खडा हुन्छ, गुरुको अभिप्राय जस्तै; किनकि उनी आफ्ना 'सन्त-सैनिकहरू' लाई सजिलै चिन्न मात्र नभई सजिलै फेला पार्न पनि चाहनुहुन्थ्यो।

एकजना सिक्ख पुरुष वा महिलाले पगडी लगाउँदा यो पगडी केवल एउटा फिता रहँदैन; किनकि यो सिक्ख शिरसँग एकात्म हुँदछ। सिक्खहरूले लगाउने आस्थाका अन्य चार वस्तुहरूसँगै पगडीको ठुलो आध्यात्मिक र लौकिक महत्त्व छ। जबकि त्यहाँ पगडी लगाउनसँग सम्बन्धित धेरै प्रतीकहरू छन्-स्वतन्त्रता, समर्पण, आत्मसम्मान, साहस, र धर्मनिष्ठा, तर! सिक्खहरूले पगडी लगाउने मुख्य कारण आफ्ना संस्थापकप्रति उनीहरूको प्रेम, आज्ञाकारिता र सम्मान देखाउनु हो।

माथिको मुख्य अंशमा भनिएका शब्दहरू अरू कसैद्वारा प्रतिस्थापन गर्न आवश्यक छ।
'कारण' हुन सक्छ

"पगडी हाम्रा गुरुले हामीलाई दिनुभएको उपहार हो। यसरी नै हामी आफूलाई सिंह र कौरको रूपमा मुकुट लगाउँछौं जसले हाम्रो आफ्नै उच्च चेतनाप्रति हाम्रो प्रतिबद्धतालाई स्थापित गर्दछ। पुरुष र महिलाका लागि समान रूपमा, यो अनुमानित पहिचानले पहिचान, सभ्यता र विशिष्टता व्यक्त गर्दछ। यो अरूका लागि हामी अनन्तको छविमा बाँचिरहेका छौं भन्ने एउटा सङ्केत हो र सबैको सेवा गर्नाका लागि समर्पित छौं। पगडीले पूर्ण प्रतिबद्धता बाहेक अरू केही देखाउँदैन। जब तपाईं आफ्नो पगडी बाँधेर सबैभन्दा अलग हुन छनौट गर्नुहुन्छ, तब तपाईं निडर भएर एकलो रूपमा खडा हुनुहुनेछ। छ अर्ब मानिसबाट अलग उभिएको व्यक्ति। यो सबैभन्दा उत्कृष्ट काम हो। "(सिखनेटबाट उद्धृत)

विनम्रता तपाईं को यात्रा को मुख्य सार हो

नम्रता सिख धर्मको एक महत्वपूर्ण दृष्टिकोण हो। यस अनुसार शिखहरूले विनम्रतापूर्वक भगवानको अगाडि प्रणाम गर्नुपर्छ। नम्रता वा नम्रता पञ्जाबी भाषामा सँगसँगैका शब्दहरू हुन्। नम्रता एउटा गुण हो जुन गुरुबाणीमा उत्साहपूर्वक प्रचार गरिएको छ। यस पञ्जाबी शब्दको अनुवाद "नम्रता", "उदारता" वा "विनम्रता" हो। एक मानिस जसको दिमाग अरूभन्दा राम्रो वा बढी महत्वपूर्ण छ भन्ने विचारबाट विचलित हुँदैन।

समस्या क्षेत्र- उपरोक्त वाक्य सही छैन- उपरोक्त वाक्य पूर्ण छैन

यो सबै मानवको पोषणको लागि एउटा महत्वपूर्ण गुण हो अनि एकजना सिखको मानसिकताको एउटा अनिवार्य हिस्सा हो तथा यो गुण सधैं सिखमा हुनुपर्दछ। सिख शस्त्रागारमा अन्य चार गुणहरू छन्: सत्य (सत), सन्तुष्टि (सन्तोख), करुणा (दया) र प्रेम (प्रेम)।

यी पाँच गुणहरू एकजना सिखका लागि आवश्यक हुन्छन् तथा यी गुणहरू आत्मसात गर्न र तिनीहरूलाई आफ्नो व्यक्तित्वको एक अंश बनाउनका लागि गुरबानीको ध्यान र पाठ गर्नु उसको कर्तव्य हो।

गुरबानीले हामीलाई के बताउँछ:

"नम्रताको फल भनेको सहज ज्ञानबाट प्राप्त शान्ति र आनन्द हो। नम्रताका साथ उनीहरूले उत्कृष्टताको खजाना भगवानको ध्यान गर्न जारी राख्छन्। भगवानसँग परिचित प्राणी नम्रतामा डुबेको हुन्छ। जसको हृदय दया र नम्रतामा स्थिर हुन्छ। सिख धर्मले नम्रतालाई भगवानको सामु भिक्षा माग्ने पात्रको रूपमा प्रस्तुत गर्दछ।

गुरु नानक, सिक्ख धर्मका गुरु:

"आफ्नो हृदयमा प्रेम र नम्रताका साथ सुन्नुहोस् अनि विश्वास गर्नुहोस्, तपाईंभित्रको पवित्र मन्दिरमा भगवानको नाममा आफूलाई शुद्ध गर्नुहोस्। "-एसजिजिएस पृष्ठ ४

"सन्तुष्टिलाई आफ्नो कानको औँठी बनाउनुहोस्, नम्रतालाई आफ्नो भिक्षापात्र बनाउनुहोस्, र ध्यानलाई आफ्नो शरीरको भस्म बनाउनुहोस्। "- एसजिजिएस पृष्ठ ६।

"नम्रताको क्षेत्रमा, शब्द सौन्दर्य हो। अतुलनीय सौन्दर्यका सिर्जना गरिएका रूपहरू छन्।

"SGGS पृष्ठ ८

"नम्रता, उदारता र अन्तर्ज्ञान मेरो सासु र ससुरा हुन् "- एसजिजिएस पृष्ठ १५२

आध्यात्मिकतातर्फ को यात्रा

गुरु ग्रन्थ साहिब एक शाश्वत जीवित गुरु हो, जो सिख गुरुहरू, हिन्दू र मुस्लिम सन्तहरूको काव्य रचना हो। यो सङ्ग्रह उनका माध्यमबाट सम्पूर्ण मानवजातिका लागि भगवान् ले दिनुभएको उपहार हो। गुरु ग्रन्थ साहिबको दर्शन कुनै पनि प्रकारको उत्पीडन बिना ईश्वरीय न्यायमा आधारित समाजको हो। यो ग्रन्थले हिन्दू धर्म र इस्लामका धर्मग्रन्थहरूलाई स्वीकार र सम्मान गर्दछ, तर यसले यी धर्महरू मध्ये कुनैसँग नैतिक सद्भाव प्रतिबिम्बित गर्दैन। गुरु ग्रन्थ साहिबमा, महिलाहरूलाई पुरुषको बराबर भूमिकासँगै उच्च सम्मान दिइएको छ। महिलाहरूमा पुरुषहरूमा जस्तै आत्मा हुन्छ अनि यसैले मुक्ति प्राप्त गर्ने समान अवसरका साथ उच्च स्तरको आध्यात्मिकता प्राप्त गर्ने समान अधिकार हुन्छ। महिलाहरूले प्रमुख धार्मिक अनुष्ठानसहित सम्पूर्ण धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक तथा धर्मनिरपेक्ष गतिविधिहरूमा भाग लिन सक्छन्।

सिख धर्मले समानता, सामाजिक न्याय, मानवताको सेवा र अन्य धर्महरूप्रति सहिष्णुताको वकालत गर्दछ। दैनिक जीवनमा करुणा, इमानदारी, नम्रता र उदारताको आदर्शहरूको अभ्यास गर्दै सिख धर्मको आवश्यक सन्देश भन्नेको सधैं भगवान्प्रतिको आध्यात्मिक भक्ति र श्रद्धा हो। सिख धर्मका तीन आधारभूत सिद्धान्तहरू ध्यान अनि भगवान्लाई स्मरण गर्नु, इमानदारीपूर्वक बाँच्नका लागि काम गर्नु र अरूसँग बाँड्नु हुन्।

आत्माका लागि यस आध्यात्मिक यात्रामा जाने प्रयास गरेकोमा बधाई। अनुवाद कहिल्यै पनि मूलसँग नजिक हुन सक्दैन, विशेष गरी जब सम्पूर्ण गुरु ग्रन्थ साहिब पद्यमा छ र रूपकहरूको प्रयोगले कार्यलाई अत्यन्त गाह्रो बनाउँछ। कृपया तिनीहरूलाई शाब्दिक रूपमा नपढ्नुहोस् तर तिनीहरूको अन्तर्निहित सन्देश बुझ्नुहोस्। भगवान् एक हुनुहुन्छ र उहाँसँगको मिलन मानव जीवनको लक्ष्य हो भन्ने तथ्यमा ध्यान केन्द्रित गरिएको छ।

यो काम वर्षौंदेखि धेरै स्वयंसेवकहरूले गरेका छन्, जसले गर्दा ईश्वरीय सन्देश तपाईंलाई तपाईंको भाषामा पुग्न सकोस्। यदि तपाईंका कुनै प्रश्नहरू छन् भने, कृपया walnut@gmail.comमा इमेल गर्न नहिचकिचाउनुहोस् अनि हामी यस यात्रामा तपाईंसँग सामेल हुन चाहन्छौं।