# सोदर रहरस साहिब

अध्यात्म की ओर यात्रा

हिंदी अनुवाद

SikhBookClub.Com

SGGS Online.com

# विषयसूची

1. सोदर रहरस साहिब------------------------------------------------------1
2. प्रार्थना-----------------------------------------------------------18
3. यात्रा के लिए दर्शन-----------------------------------------------22
4. पगड़ी का महत्व----------------------------------------------------24
5. महिलाओं की भूमिका----------------------------------------------26
6. विनम्रता आपकी यात्रा का मुखय सार है-------------------------30

🙏🙏🙏 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

ਸੋ ਦਰੁ ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧
सो दरु रागु आसा महला १
सो दरु रागु आसा महला १

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
ੴ सतिगुर प्रसादि ॥
ईश्वर एक है, जिसे सतगुरु की कृपा से पाया जा सकता है।

ਸੋ ਦਰੁ ਤੇਰਾ ਕੇਹਾ ਸੋ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥
सो दरु तेरा केहा सो घरु केहा जितु बहि सरब समाले ॥
हे निरंकार ! तेरा वह (अकथनीय) द्वार कैसा है, वह निवास-स्थान कैसा है, जहाँ पर विराजमान होकर तुम सम्पूर्ण सृष्टि का प्रतिपालन करते हो ? (इसके बारे में कैसे कथन करूं)।

ਵਾਜੇ ਤੇਰੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥
वाजे तेरे नाद अनेक असंखा केते तेरे वावणहारे ॥
हे अनन्त स्वरूप ! तुम्हारे द्वार पर अनगिनत दिव्य नाद गूँज रहे हैं, कितने ही वहाँ पर नादिन् हैं।

ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਹਿ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥
केते तेरे राग परी सिउ कहीअहि केते तेरे गावणहारे ॥
तुम्हारे द्वार पर कितने ही रागिनियों के संग राग कहते हैं और कितने ही वहीं पर उन रागों व रागिनियों को गाने वाले हैं।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥
गावनि तुधनो पवणु पाणी बैसंतरु गावै राजा धरमु दुआरे ॥
(आगे गाने वालों का वर्णन करते हैं) हे अकाल पुरुष ! तुझे पवन, जल व अग्नि देव आदि गाते हैं और धर्मराज भी तुम्हारे द्वार पर तुम्हारा यश गाता है।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਨਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥
गावनि तुधनो चितु गुपतु लिखि जाणनि लिखि लिखि धरमु बीचारे ॥
जीवों के शुभाशुभ कर्म लिखने वाले चित्र-गुप्त तुम्हारा ही यशोगान करते है तथा लिख कर शुभ व अशुभ कर्मों का विचार करते हैं।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਈਸਰੁ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਤੇਰੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥
गावनि तुधनो ईसरु ब्रहमा देवी सोहनि तेरे सदा सवारे ॥
शिव व ब्रह्मा अपनी दैवी-शक्तियों सहित तुम्हारा गुणगान कर रहे हैं, जो तुम्हारे संवारे हुए सदैव शोभा पा रहे हैं।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਇੰਦ੍ਰ ਇੰਦ੍ਰਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥
गावनि तुधनो इंद्र इंद्रासणि बैठे देवतिआ दरि नाले ॥
देवताओं के संग अपने सिंहासन पर बैठा इन्द्र भी तुम्हारी महिमा को गा रहा है।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਾਧ ਬੀਚਾਰੇ ॥
गावनि तुधनो सिध समाधी अंदरि गावनि तुधनो साध बीचारे ॥
समाधि में स्थित हुए सिद्ध भी तुम्हारा यश गा रहे हैं, विचारवान साधु भी तुम्हारी प्रशंसा कर रहे हैं।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥
गावनि तुधनो जती सती संतोखी गावनि तुधनो वीर करारे ॥
तुम्हारा गुणगान यति, सत्यवादी व संतोषी व्यक्ति भी कर रहे हैं और शूरवीर भी तुम्हारे गुणों की प्रशंसा कर रहे हैं।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸੁਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥
गावनि तुधनो पंडित पड़नि रखीसुर जुगु जुगु वेदा नाले ॥
युगों-युगों तक वेदाध्ययन द्वारा विद्वान व ऋषि-मुनि आदि तुम्हारी कीर्ति को कहते हैं

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗੁ ਮਛੁ ਪਇਆਲੇ ॥
गावनि तुधनो मोहणीआ मनु मोहनि सुरगु मछु पइआले ॥
मन को मोह लेने वाली स्त्रियाँ स्वर्ग, मृत्यु व पाताल लोक में तुम्हारा यशोगान कर रही हैं

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥
गावनि तुधनो रतन उपाए तेरे अठसठि तीरथ नाले ॥
तुम्हारे उत्पन्न किए हुए चौदह रत्न व संसार के अठसठ तीर्थ भी तुम्हारी स्तुति कर रहे हैं

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥
गावनि तुधनो जोध महाबल सूरा गावनि तुधनो खाणी चारे ॥
योद्धा, महाबली व शूरवीर भी तुम्हारा यशोगान कर रहे हैं, चारों उत्पत्ति के स्रोत भी तुम्हारे यश को गा रहे हैं।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਤੇਰੇ ਧਾਰੇ ॥
गावनि तुधनो खंड मंडल ब्रहमंडा करि करि रखे तेरे धारे ॥
नवखण्ड, द्वीप व ब्रह्माण्ड आदि के जीव भी तुम्हारा गान कर रहे हैं जो तुम ने रच-रच कर इस सृष्टि में स्थित कर रखे हैं।

ਸੇਈ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਨਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥
सेई तुधनो गावनि जो तुधु भावनि रते तेरे भगत रसाले ॥
जो तुम्हें अच्छे लगते हैं व तेरे प्रेम में रत हैं वे भक्त ही तुम्हारा यशोगान करते हैं।

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਬੀਚਾਰੇ ॥
होरि केते तुधनो गावनि से मै चिति न आवनि नानकु किआ बीचारे ॥
और भी अनेकानेक तुम्हारा गुणगान कर रहे हैं, वे मेरे चिंतन में नहीं आ रहे हैं।

ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥
सोई सोई सदा सचु साहिबु साचा साची नाई ॥
श्री गुरु नानक देव जी कहते हैं कि मैं उनका क्या विचार करूँ।

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥
है भी होसी जाइ न जासी रचना जिनि रचाई ॥
सत्य स्वरूप निरंकार भूतकाल में था और वह सत्य सम्मान वाला अब भी है।

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥
रंगी रंगी भाती करि करि जिनसी माइआ जिनि उपाई ॥
पुनः भविष्य में भी वही सत्य स्वरूप होगा, जिसने इस सृष्टि की रचना की है, वह न नष्ट होता है, न नष्ट होगा।

ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥
करि करि देखै कीता आपणा जिउ तिस दी वडिआई ॥
अनेक प्रकार के रंगों की और विभिन्न तरह की माया द्वारा पशु-पक्षी आदि जीवों की जिसने रचना की है, वह सृजनहार परमात्मा अपने किए हुए प्रपंच को कर-करके अपनी इच्छानुसार ही देखता।

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਫਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥
जो तिसु भावै सोई करसी फिरि हुकमु न करणा जाई ॥
जो उसे भला लगता है वही करता है, पुनः उस पर आदेश करने वाला कोई भी नहीं है।

ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੧॥
सो पातिसाहु साहा पतिसाहिबु नानक रहणु रजाई ॥१॥
हे नानक ! वह शाहों का शाह शहंशाह है, उसकी आज्ञा में रहना ही उचित है॥ १॥

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥
आसा महला १ ||
आसा महला १ ||

ਸੁਣਿ ਵਡਾ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥
सुणि वडा आखै सभु कोइ ॥
हे निरंकार स्वरूप ! (शास्त्रों व विद्वानों से) सुन कर तो प्रत्येक कोई तुझे बड़ा कहता है।

ਕੇਵਡੁ ਵਡਾ ਡੀਠਾ ਹੋਇ ॥
केवडु वडा डीठा होइ ॥
किंतु तुम कितने बड़े हो, यह तो तभी कोई बता सकता है यदि किसी ने तुझे देखा हो अथवा तुम्हारे दर्शन किए हों।

ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਇ ॥
कीमति पाइ न कहिआ जाइ ॥
वास्तव में उस सगुण स्वरूप परमात्मा की न तो कोई कीमत आंक सकता है और न ही उसका कोई अंत कह सकता है, क्योंकि वह अनन्त व असीम है।

ਕਹਣੈ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਰਹੇ ਸਮਾਇ ॥੧॥
कहणै वाले तेरे रहे समाइ ॥१॥
जिन्होंने तेरी महिमा का अंत पाया है अर्थात् तेरे सच्चिदानन्द स्वरूप को जाना है वे तुझ में ही अभेद हो जाते हैं।॥ १॥

ਵਡੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗਹਿਰ ਗੰਭੀਰਾ ਗੁਣੀ ਗਹੀਰਾ ॥
वडे मेरे साहिबा गहिर ग्मभीरा गुणी गहीरा ॥
हे मेरे अकाल पुरुष ! तुम सर्वोच्च हो, स्वभाव में स्थिर व गुणों के निधान हो।

ਕੋਇ ਨ ਜਾਣੈ ਤੇਰਾ ਕੇਤਾ ਕੇਵਡੁ ਚੀਰਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
कोइ न जाणै तेरा केता केवडु चीरा ॥१॥ रहाउ ॥
तुम्हारा कितना विस्तार है, इस तथ्य का ज्ञान किसी को भी नहीं है ॥१॥ रहाउ ॥

ਸਭਿ ਸੁਰਤੀ ਮਿਲਿ ਸੁਰਤਿ ਕਮਾਈ ॥
सभि सुरती मिलि सुरति कमाई ॥
समस्त ध्यान-मग्न होने वाले व्यक्तियों ने मिलकर अपनी वृत्ति लगाई।

ਸਭ ਕੀਮਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਮਤਿ ਪਾਈ ॥
सभ कीमति मिलि कीमति पाई ॥
समस्त विद्वानों ने मिलकर तुम्हारा अन्त जानने की कोशिश की।

ਗਿਆਨੀ ਧਿਆਨੀ ਗੁਰ ਗੁਰਹਾਈ ॥
गिआनी धिआनी गुर गुरहाई ॥
शास्त्रवेता, प्राणायामी, गुरु व गुरुओं के भी गुरु

ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ਤੇਰੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥੨॥
कहणु न जाई तेरी तिलु वडिआई ॥२॥
तेरी महिमा का लेश मात्र भी व्याख्यान नहीं कर सकते॥ २॥

ਸਭਿ ਸਤ ਸਭਿ ਤਪ ਸਭਿ ਚੰਗਿਆਈਆ ॥
सभि सत सभि तप सभि चंगिआईआ ॥
सभी शुभ-गुण, सभी तप और सभी शुभ कर्म

ਸਿਧਾ ਪੁਰਖਾ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥
सिधा पुरखा कीआ वडिआईआ ॥
सिद्ध - पुरुषों की सिद्धि समान महानता

ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥
तुधु विणु सिधी किनै न पाईआ ॥
तुम्हारी कृपा के बिना पूर्वोक्त गुणों की जो सिद्धियाँ हैं वे किसी ने भी प्राप्त नहीं की।

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥੩॥
करमि मिलै नाही ठाकि रहाईआ ॥३॥
यदि परमेश्वर की कृपा से ये शुभ-गुण प्राप्त हो जाएँ तो फिर किसी के रोके रुक नहीं सकते॥ ३॥

ਆਖਣ ਵਾਲਾ ਕਿਆ ਵੇਚਾਰਾ ॥
आखण वाला किआ वेचारा ॥
यदि कोई कहे कि हे अकाल-पुरुष ! मैं तुम्हारी महिमा कथन कर सकता हूँ तो यह बेचारा क्या कह सकता है।

ਸਿਫਤੀ ਭਰੇ ਤੇਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ॥
सिफती भरे तेरे भंडारा ॥
क्योंकि हे परमेश्वर ! तेरी स्तुति के भण्डार तो वेदों, ग्रंथों व तेरे भक्तों के हृदय में भरे पड़े हैं।

ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਤਿਸੈ ਕਿਆ ਚਾਰਾ ॥
जिसु तू देहि तिसै किआ चारा ॥
जिन को तुम अपनी स्तुति करने की बुद्धि प्रदान करते हो, उनके साथ किसी का क्या ज़ोर चल सकता है।

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੪॥੨॥
नानक सचु सवारणहारा ॥४॥२॥
गुरु नानक जी कहते हैं कि वह सत्यस्वरूप परमात्मा ही सबको शोभायमान करने वाला है ॥ ४ ॥ २ ॥

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥
आसा महला १ ॥
आसा महला १ ॥

**ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥**
आखा जीवा विसरै मरि जाउ ॥
हे माता जी ! जब तक मैं परमेश्वर का नाम सिमरन करता हूँ तब तक ही मैं जीवित रहता हूँ, जब मुझे यह नाम विस्मृत हो जाता है तो मैं स्वयं को मृत समझता हूँ ; अर्थात् मैं प्रभु के नाम में ही सुख अनुभव करता हूँ, वरन् मैं दु:खी होता हूँ।

**ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥**
आखणि अउखा साचा नाउ ॥
किन्तु यह सत्य नाम कथन करना बहुत कठिन है।

**ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ ॥**
साचे नाम की लागै भूख ॥
यदि प्रभु के सत्य नाम की (भूख) चाहत हो

**ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੂਖ ॥੧॥**
उतु भूखै खाइ चलीअहि दूख ॥१॥
तो वह चाहत ही समस्त दु:खों को नष्ट कर देती है॥ १॥

**ਸੋ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥**
सो किउ विसरै मेरी माइ ॥
सो हे माता जी ! ऐसा नाम फिर मुझे विस्मृत क्यों हो।

**ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥**
साचा साहिबु साचै नाइ ॥१॥ रहाउ ॥
वह स्वामी सत्य है और उसका नाम भी सत्य है। ॥ १॥ रहाउ ॥

**ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥**
साचे नाम की तिलु वडिआई ॥
परमात्मा के सत्य नाम की लेश मात्र महिमा

**ਆਖਿ ਥਕੇ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥**
आखि थके कीमति नही पाई ॥
(व्यासादि मुनि) कह कर थक गए हैं, किंतु वे उसके महत्व को नहीं जान पाए हैं।

**ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥**
जे सभि मिलि कै आखण पाहि ॥
यदि सृष्टि के समस्त जीव मिलकर परमेश्वर की स्तुति करने लगें

**ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥**
वडा न होवै घाटि न जाइ ॥२॥
तो वह स्तुति करने से न बड़ा होता है और न निन्दा करने से घटता है॥ २ ॥

**ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੋਗੁ ॥**
ना ओहु मरै न होवै सोगु ॥
वह निरंकार न तो कभी मरता है और न ही उसे कभी शोक होता है।

**ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੂਕੈ ਭੋਗੁ ॥**
देदा रहै न चूकै भोगु ॥
वह संसार के जीवों को खान-पान देता रहता है जो कि उसके भण्डार में कभी भी समाप्त नहीं होता।

**ਗੁਣੁ ਏਹੋ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥**
गुणु एहो होरु नाही कोइ ॥
दानेश्वर परमात्मा जैसा गुण सिर्फ़ उसी में ही है, अन्य किसी में नहीं।

**ਨਾ ਕੋ ਹੋਆ ਨਾ ਕੋ ਹੋਇ ॥੩॥**
ना को होआ ना को होइ ॥३॥
ऐसे परमेश्वर जैसा न पहले कभी हुआ है और न ही आगे कोई होगा ॥ ३॥

**ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥**
जेवडु आपि तेवड तेरी दाति ॥
जितना महान् परमात्मा स्वयं है उतनी ही महान उसकी बख्शिश है।

**ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥**
जिनि दिनु करि कै कीती राति ॥
जिस ने दिन बनाकर फिर रात की रचना की है।

**ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥**
खसमु विसारहि ते कमजाति ॥
ऐसे परमेश्वर को जो विस्मृत कर दे वह नीच है।

**ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥**
नानक नावै बाझु सनाति ॥४॥३॥
गुरु नानक जी कहते हैं कि परमात्मा के नाम-सिमरन के बिना मनुष्य संकीर्ण जाति का होता है। ॥ ४॥ ३॥

**ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥**
रागु गूजरी महला ४ ॥
रागु गूजरी महला ४ ॥

**ਹਰਿ ਕੇ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸਤਪੁਰਖਾ ਬਿਨਉ ਕਰਉ ਗੁਰ ਪਾਸਿ ॥**
हरि के जन सतिगुर सतपुरखा बिनउ करउ गुर पासि ॥
हे परमात्मा स्वरूप, सतगुरु, सत् पुरुष जी ! मेरी आप से यही विनती है कि

**ਹਮ ਕੀਰੇ ਕਿਰਮ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਾਈ ਕਰਿ ਦਇਆ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥੧॥**
हम कीरे किरम सतिगुर सरणाई करि दइआ नामु परगासि ॥१॥
मैं अति सूक्ष्म कृमियों के समान जीव हूँ, सो हे सतगुरु जी ! मैं आपकी शरण में उपस्थित हूँ, कृपा करके मेरे अंत:करण में प्रभु-नाम का प्रकाश कर दो ॥ १॥

**ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਗੁਰਦੇਵ ਮੋ ਕਉ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥**
मेरे मीत गुरदेव मो कउ राम नामु परगासि ॥
हे मेरे मित्र गुरुदेव ! मुझे राम के नाम का प्रकाश प्रदान करो।

**ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਾਨ ਸਖਾਈ ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਹਮਰੀ ਰਹਰਾਸਿ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥**
गुरमति नामु मेरा प्रान सखाई हरि कीरति हमरी रहरासि ॥१॥ रहाउ ॥
गुरु उपदेश के अनुसार जो परमात्मा का नाम सिमरन करता है वही मेरे प्राणों का सहायक है, परमेश्वर की महिमा कथन करना ही मेरी रीति है॥ १॥ रहाउ॥

**ਹਰਿ ਜਨ ਕੇ ਵਡ ਭਾਗ ਵਡੇਰੇ ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਰਧਾ ਹਰਿ ਪਿਆਸ ॥**
हरि जन के वड भाग वडेरे जिन हरि हरि सरधा हरि पिआस ॥
हे सतगुरु जी ! आपकी कृपा से मैं जानता हूँ कि जिन की प्रभु-नाम में निष्ठा है, और उसको जपने की तृष्णा है उन हरि-भक्तों का सौभाग्य है।

**ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮਿਲੈ ਤ੍ਰਿਪਤਾਸਹਿ ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ ਗੁਣ ਪਰਗਾਸਿ ॥੨॥**
हरि हरि नामु मिलै त्रिपतासहि मिलि संगति गुण परगासि ॥२॥
क्योंकि उस हरि का हरि-नाम प्राप्त होने से ही उसके भक्तों को संतुष्टि प्राप्त होती है तथा संतों की संगत मिलने से उनके हृदय में हरि के गुणों का ज्ञान रूपी प्रकाश।

**ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਸੁ ਨਾਮੁ ਨ ਪਾਇਆ ਤੇ ਭਾਗਹੀਣ ਜਮ ਪਾਸਿ ॥**
जिन हरि हरि हरि रसु नामु न पाइआ ते भागहीण जम पासि ॥
जिन्होंने हरि के हरि हरि नाम रस को नहीं चखा, अर्थात् जो प्राणी ईश्वर के नाम में लीन नहीं हुए, वे भाग्यहीन यमों के चंगुल में फँस जाते हैं।

ਜੋ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਿ ਸੰਗਤਿ ਨਹੀ ਆਏ ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵੇ ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵਾਸਿ ॥੩॥
जो सतिगुर सरणि संगति नही आए ध्रिगु जीवे ध्रिगु जीवासि ॥३॥
जो सतगुरु की शरण में आकर सत्संगति प्राप्त नहीं करते उन विमुख व्यक्तियों के जीवन पर धिक्कार है और भविष्य में उनके जीने पर भी धिक्कार है॥ ३॥

ਜਿਨ ਹਰਿ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸੰਗਤਿ ਪਾਈ ਤਿਨ ਧੁਰਿ ਮਸਤਕਿ ਲਿਖਿਆ ਲਿਖਾਸਿ ॥
जिन हरि जन सतिगुर संगति पाई तिन धुरि मसतकि लिखिआ लिखासि ॥
जिन हरि-भक्तों ने सतगुरु की संगति प्राप्त की है, उनके मस्तिष्क पर अकाल-पुरुष द्वारा जन्म से पूर्व ही शुभ लेख लिखा होता है।

ਧਨੁ ਧੰਨੁ ਸਤਸੰਗਤਿ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇਆ ਮਿਲਿ ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥੪॥੪॥
धनु धंनु सतसंगति जितु हरि रसु पाइआ मिलि जन नानक नामु परगासि ॥४॥४॥
सतगुरु जी का वचन है कि हे निरंकार ! धन्य है वह सत्संगति, जिस से हरि-रस प्राप्त होता है और प्रभु भक्तों को उसके नाम का ज्ञान-प्रकाश मिलता है। इसलिए हे सतगुरु जी ! मुझे तो अकाल-पुरुष के नाम की बख्शिश करो ॥ ४॥ ४॥

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥
रागु गूजरी महला ५ ॥
राग गूजरी महला ५ ॥

ਕਾਹੇ ਰੇ ਮਨ ਚਿਤਵਹਿ ਉਦਮੁ ਜਾ ਆਹਰਿ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪਰਿਆ ॥
काहे रे मन चितवहि उदमु जा आहरि हरि जीउ परिआ ॥
हे मन ! तू किसलिए सोचता है, जबकि समस्त सृष्टि के प्रबंध का उद्यम तो स्वयं अकाल पुरुष कर रहा है।

ਸੈਲ ਪਥਰ ਮਹਿ ਜੰਤ ਉਪਾਏ ਤਾ ਕਾ ਰਿਜਕੁ ਆਗੈ ਕਰਿ ਧਰਿਆ ॥੧॥
सैल पथर महि जंत उपाए ता का रिजकु आगै करि धरिआ ॥१॥
चट्टानों एवं पत्थरों में जिन जीवों को निरंकार ने पैदा किया है, उनका भोजन भी उसने पहले ही तैयार कर रखा है॥ १॥

ਮੇਰੇ ਮਾਧਉ ਜੀ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੁ ਤਰਿਆ ॥
मेरे माधउ जी सतसंगति मिले सु तरिआ ॥
हे निरंकार ! जो भी संतों की संगति में जाकर बैठता है वह भव-सागर से पार उतर गया

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਇਆ ਸੂਕੇ ਕਾਸਟ ਹਰਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
गुर परसादि परम पदु पाइआ सूके कासट हरिआ ॥१॥ रहाउ ॥
उसने गुरु की कृपा से परमपद (मोक्ष) प्राप्त किया है और उसका हृदय मानो यूं हो गया जैसे कोई सूखी लकड़ी हरी हो जाती है॥ १॥ रहाउ॥

ਜਨਨਿ ਪਿਤਾ ਲੋਕ ਸੁਤ ਬਨਿਤਾ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਕੀ ਧਰਿਆ ॥
जननि पिता लोक सुत बनिता कोइ न किस की धरिआ ॥
जीवन में माता, पिता, पुत्र, पत्नी व अन्य सम्बन्धीजन में से कोई भी किसी जगह आश्रय नहीं होता।

ਸਿਰਿ ਸਿਰਿ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹੇ ਠਾਕੁਰੁ ਕਾਹੇ ਮਨ ਭਉ ਕਰਿਆ ॥੨॥
सिरि सिरि रिजकु स्मबाहे ठाकुरु काहे मन भउ करिआ ॥२॥
प्रत्येक जीव को सृष्टि में पैदा करके निरंकार स्वयं अन्न-जल पहुँचाता है, फिर हे मन ! तू भय किसलिए करता है ? ॥ २॥

ਊਡੇ ਊਡਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੋਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਛਰਿਆ ॥
ऊडे ऊडि आवै सै कोसा तिसु पाछै बचरे छरिआ ॥
राजहंस का समूह उड़ कर सैकड़ों मील दूर चला आता है और अपने बच्चों को वह पीछे (अपने घोंसले में ही) छोड़ आता है।

ਤਿਨ ਕਵਣੁ ਖਲਾਵੈ ਕਵਣੁ ਚੁਗਾਵੈ ਮਨ ਮਹਿ ਸਿਮਰਨੁ ਕਰਿਆ ॥੩॥
तिन कवणु खलावै कवणु चुगावै मन महि सिमरनु करिआ ॥३॥
उनको पीछे कौन खाना खिलाता है, कौन खेल खिलाता है, अर्थात् उनका पोषण उनकी माता के बिना कौन करता है, (उत्तर में कहा) उनकी माता के हृदय में अपने बच्चों का स्मरण होता है, वही उनके पोषण का साधन बन जाता है॥ 3 ॥

ਸਭਿ ਨਿਧਾਨ ਦਸ ਅਸਟ ਸਿਧਾਨ ਠਾਕੁਰ ਕਰ ਤਲ ਧਰਿਆ ॥
सभि निधान दस असट सिधान ठाकुर कर तल धरिआ ॥
समस्त नौ निधियाँ, अट्ठारह सिद्धियाँ निरंकार ने अपनी हथेली पर रखी हुई हैं।

ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਲਿ ਬਲਿ ਸਦ ਬਲਿ ਜਾਈਐ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰਾਵਰਿਆ ॥੪॥੫॥
जन नानक बलि बलि सद बलि जाईऐ तेरा अंतु न पारावरिआ ॥४॥५॥
हे नानक ! ऐसे अकाल-पुरुष पर मैं सदा-सर्वदा बलिहार जाता हूँ, असीम निरंकार का कोई पारावार व अंत नहीं है। ॥४॥५॥

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ਸੋ ਪੁਰਖੁ
रागु आसा महला ४ सो पुरखु
रागु आसा महला ४ सो पुरखु

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
ੴ सतिगुर प्रसादि ॥
ईश्वर एक है, जिसे सतगुरु की कृपा से पाया जा सकता है।

ਸੋ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਅਗਮਾ ਅਗਮ ਅਪਾਰਾ ॥
सो पुरखु निरंजनु हरि पुरखु निरंजनु हरि अगमा अगम अपारा ॥
वह अकाल पुरुष सृष्टि के समस्त जीवों में व्यापक है, फिर भी मायातीत है. अगम्य है तथा अनन्त है।

ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਸਚੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ॥
सभि धिआवहि सभि धिआवहि तुधु जी हरि सचे सिरजणहारा ॥
हे सत्यस्वरूप सृजनहार परमात्मा ! तुम्हारा ध्यान अतीत में भी सब करते थे, अब भी करते हैं और भविष्य में भी करते रहेंगे।

ਸਭਿ ਜੀਅ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀ ਤੂੰ ਜੀਆ ਕਾ ਦਾਤਾਰਾ ॥
सभि जीअ तुमारे जी तूं जीआ का दातारा ॥
सृष्टि के समस्त जीव तुम्हारी ही रचना हैं और तुम ही स्वयं जीवों के प्रतिभोग व मुक्ति दाता हो।

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹੁ ਸੰਤਹੁ ਜੀ ਸਭਿ ਦੂਖ ਵਿਸਾਰਣਹਾਰਾ ॥
हरि धिआवहु संतहु जी सभि दूख विसारणहारा ॥
हे भक्त जनो ! उस निरंकार का सिमरन करो जो समस्त दु:खों का नाश करके सुख प्रदान करता है।

ਹਰਿ ਆਪੇ ਠਾਕੁਰੁ ਹਰਿ ਆਪੇ ਸੇਵਕੁ ਜੀ ਕਿਆ ਨਾਨਕ ਜੰਤ ਵਿਚਾਰਾ ॥੧॥
हरि आपे ठाकुरु हरि आपे सेवकु जी किआ नानक जंत विचारा ॥१॥
निरंकार स्वयं स्वामी व स्वयं ही सेवक है, सो हे नानक ! मुझ दीन जीव की क्या योग्यता है कि मैं उस अकथनीय प्रभु का वर्णन कर सकूं ॥ १॥

ਤੂੰ ਘਟ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਸਰਬ ਨਿਰੰਤਰਿ ਜੀ ਹਰਿ ਏਕੋ ਪੁਰਖੁ ਸਮਾਣਾ ॥
तूं घट घट अंतरि सरब निरंतरि जी हरि एको पुरखु समाणा ॥
सर्वव्यापक निरंकार समस्त प्राणियों के हृदय में अभेद समा रहा है।

ਇਕਿ ਦਾਤੇ ਇਕਿ ਭੇਖਾਰੀ ਜੀ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਚੋਜ ਵਿਡਾਣਾ ॥
इकि दाते इकि भेखारी जी सभि तेरे चोज विडाणा ॥
संसार में कोई दाता बना हुआ है, कोई भिक्षु का रूप लिया हुआ है, हे परमात्मा ! यह सब तुम्हारा ही आश्चर्यजनक कौतुक है।

ਤੂੰ ਆਪੇ ਦਾਤਾ ਆਪੇ ਭੁਗਤਾ ਜੀ ਹਉ ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣਾ ॥
तूं आपे दाता आपे भुगता जी हउ तुधु बिनु अवरु न जाणा ॥
तुम स्वयं ही देने वाले हो और स्वयं ही भोक्ता हो, तुम्हारे बिना में किसी अन्य को नहीं जानता।

ਤੂੰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਬੇਅੰਤੁ ਬੇਅੰਤੁ ਜੀ ਤੇਰੇ ਕਿਆ ਗੁਣ ਆਖਿ ਵਖਾਣਾ ॥
तूं पारब्रहमु बेअंतु बेअंतु जी तेरे किआ गुण आखि वखाणा ॥
तुम पारब्रह्म हो, तुम तीनों लोकों में अंतरहित हो, मैं तुम्हारे गुणों को मुख से कथन कैसे करूं।

ਜੋ ਸੇਵਹਿ ਜੋ ਸੇਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਤਿਨ ਕੁਰਬਾਣਾ ॥੨॥
जो सेवहि जो सेवहि तुधु जी जनु नानकु तिन कुरबाणा ॥२॥
सतगुरु जी कथन करते हैं कि जो जीव आप का अंतर्मन से सिमरन करते हैं, सेवा-भाव से समर्पित होते हैं उन पर मैं न्योछावर होता हूँ॥ २॥

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਸੇ ਜਨ ਜੁਗ ਮਹਿ ਸੁਖਵਾਸੀ ॥
हरि धिआवहि हरि धिआवहि तुधु जी से जन जुग महि सुखवासी ||
हे निरंकार ! जो आपका मन व वाणी द्वारा ध्यान करते हैं, वो मानव-जीव युगों-युगों तक सुखों का भोग करते हैं।

ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਭਏ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਤਿਨ ਤੂਟੀ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸੀ ॥
से मुकतु से मुकतु भए जिन हरि धिआइआ जी तिन तूटी जम की फासी ॥
जिन्होंने आपका सिमरन किया है वे इस संसार से मुक्ति प्राप्त करते हैं और उनका यम-पाश टूट जाता है।

ਜਿਨ ਨਿਰਭਉ ਜਿਨ ਹਰਿ ਨਿਰਭਉ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਤਿਨ ਕਾ ਭਉ ਸਭੁ ਗਵਾਸੀ ॥
जिन निरभउ जिन हरि निरभउ धिआइआ जी तिन का भउ सभु गवासी ॥
जिन्होंने भय से मुक्त होकर उस अभय स्वरूप अकाल-पुरुष का ध्यान किया है उनके जीवन का समस्त (जन्म-मरण व यमादि का) भय वह समाप्त कर देता है।

ਜਿਨ ਸੇਵਿਆ ਜਿਨ ਸੇਵਿਆ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰੂਪਿ ਸਮਾਸੀ ॥
जिन सेविआ जिन सेविआ मेरा हरि जी ते हरि हरि रूपि समासी ॥
जिन्होंने निरंकार का चिन्तन किया, सेवा-भाव से उस में लीन हुए, वे तुम्हारे दु:खहर्ता रूप में ही विलीन हो गए।

ਸੇ ਧੰਨੁ ਸੇ ਧੰਨੁ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਤਿਨ ਬਲਿ ਜਾਸੀ ॥੩॥
से धंनु से धंनु जिन हरि धिआइआ जी जनु नानकु तिन बलि जासी ॥३॥
हे नानक ! जिन्होंने नारायण स्वरूप निरंकार का सिमरन किया, वे धन्य ही धन्य हैं, मैं उन पर कुर्बान होता हूँ॥ ३ ॥

ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ ਜੀ ਭਰੇ ਬਿਅੰਤ ਬੇਅੰਤਾ ॥
तेरी भगति तेरी भगति भंडार जी भरे बिअंत बेअंता ॥
हे अनंत स्वरूप ! तेरी भक्ति के खजाने भक्तों के हृदय में अनंतानंत भरे हुए हैं।

ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਸਲਾਹਨਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਅਨਿਕ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤਾ ॥
तेरे भगत तेरे भगत सलाहनि तुधु जी हरि अनिक अनेक अनंता ॥
तेरे भक्त तीनों काल तेरी प्रशंसा के गीत गाते हैं कि हे परमेश्वर ! तू अनेकानेक व अनंत स्वरूप हैं।

**ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ ਕਰਹਿ ਹਰਿ ਪੂਜਾ ਜੀ ਤਪੁ ਤਾਪਹਿ ਜਪਹਿ ਬੇਅੰਤਾ ॥**
तेरी अनिक तेरी अनिक करहि हरि पूजा जी तपु तापहि जपहि बेअंता ॥
संसार में तेरी नाना प्रकार से आराधना और जप-तपादि द्वारा साधना की जाती है।

**ਤੇਰੇ ਅਨੇਕ ਤੇਰੇ ਅਨੇਕ ਪੜਹਿ ਬਹੁ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ ਜੀ ਕਰਿ ਕਿਰਿਆ ਖਟੁ ਕਰਮ ਕਰੰਤਾ ॥**
तेरे अनेक तेरे अनेक पड़हि बहु सिम्रिति सासत जी करि किरिआ खटु करम करंता ॥
अनेकानेक ऋषि-मुनि व विद्वान कई तरह के शास्त्र, स्मृतियों का अध्ययन करके तथा षट्-कर्म, यज्ञादि धर्म कार्यों द्वारा तुम्हारा स्तुति-गान करते हैं।

**ਸੇ ਭਗਤ ਸੇ ਭਗਤ ਭਲੇ ਜਨ ਨਾਨਕ ਜੀ ਜੋ ਭਾਵਹਿ ਮੇਰੇ ਹਰਿ ਭਗਵੰਤਾ ॥੪॥**
से भगत से भगत भले जन नानक जी जो भावहि मेरे हरि भगवंता ॥४॥
हे नानक ! वे समस्त श्रद्धालु भक्त संसार में भले हैं जो निरंकार को अच्छे लगते हैं ॥ ४ ॥

**ਤੂੰ ਆਦਿ ਪੁਰਖੁ ਅਪਰੰਪਰੁ ਕਰਤਾ ਜੀ ਤੁਧੁ ਜੇਵਡੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥**
तूं आदि पुरखु अपर्मपरु करता जी तुधु जेवडु अवरु न कोई ॥
हे अकाल पुरुष ! तुम अपरिमेय पारब्रह्म अनन्त स्वरूप हो, तुम्हारे समान अन्य कोई भी नहीं है।

**ਤੂੰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਸਦਾ ਸਦਾ ਤੂੰ ਏਕੋ ਜੀ ਤੂੰ ਨਿਹਚਲੁ ਕਰਤਾ ਸੋਈ ॥**
तूं जुगु जुगु एको सदा सदा तूं एको जी तूं निहचलु करता सोई ॥
युगों युगों से तुम एक हो, सदा सर्वदा तुम अद्वितीय स्वरूप हो और तुम ही निश्चल रचयिता हो।

**ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਵਰਤੈ ਜੀ ਤੂੰ ਆਪੇ ਕਰਹਿ ਸੁ ਹੋਈ ॥**
तुधु आपे भावै सोई वरतै जी तूं आपे करहि सु होई ॥
जो तुम्हें भला लगता है वही घटित होता है, जो तुम स्वेच्छा से करते हो वही कार्य होता है।

**ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਸਭ ਉਪਾਈ ਜੀ ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸਿਰਜਿ ਸਭ ਗੋਈ ॥**
तुधु आपे स्रिसटि सभ उपाई जी तुधु आपे सिरजि सभ गोई ॥
तुमने स्वयं ही इस सृष्टि की रचना की है और स्वयं ही रच कर उसका संहार भी करता है।

**ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ਕਰਤੇ ਕੇ ਜੀ ਜੋ ਸਭਸੈ ਕਾ ਜਾਣੋਈ ॥੫॥੧॥**
जनु नानकु गुण गावै करते के जी जो सभसै का जाणोई ॥५॥१॥
हे नानक ! मैं उस स्रष्टा प्रभु का गुणगान करता हूँ, जो समस्त सृष्टि का सृजक है अथवा जो समस्त जीवों के अन्तर्मन का ज्ञाता है ॥ ५ ॥ १ ॥

**ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ॥**
आसा महला ४ ॥
आसा महला ४ ॥

ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਸਚਿਆਰੁ ਮੈਡਾ ਸਾਂਈ ॥
तूं करता सचिआरु मैडा सांई ॥
हे निरंकार ! तुम ही सृजनहार हो, सत्यस्वरूप हो और मेरे मालिक हो।

ਜੋ ਤਉ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਥੀਸੀ ਜੋ ਤੂੰ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਹਉ ਪਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
जो तउ भावै सोई थीसी जो तूं देहि सोई हउ पाई ॥१॥ रहाउ ॥
जो तुम्हें भला लगता है वही होता है, जो तुम देते हो वही मैं प्राप्त करता हूँ॥ १॥ रहाउ ॥

ਸਭ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਸਭਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥
सभ तेरी तूं सभनी धिआइआ ॥
सम्पूर्ण सृष्टि तुम्हारी पैदा की हुई है, तुम्हें सभी जीवों ने स्मरण किया है

ਜਿਸ ਨੋ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹਿ ਤਿਨਿ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਪਾਇਆ ॥
जिस नो क्रिपा करहि तिनि नाम रतनु पाइआ ॥
किंतु जिन पर तुम्हारी दया होती है, उन्होंने ही तुम्हारा नाम रूपी रत्न-पदार्थ प्राप्त किया है।

ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਧਾ ਮਨਮੁਖਿ ਗਵਾਇਆ ॥
गुरमुखि लाधा मनमुखि गवाइआ ॥
यह नाम-रत्न श्रेष्ठ साधक पा जाते हैं और स्वेच्छाचारी मनुष्य इसे गंवा बैठते हैं।

ਤੁਧੁ ਆਪਿ ਵਿਛੋੜਿਆ ਆਪਿ ਮਿਲਾਇਆ ॥੧॥
तुधु आपि विछोड़िआ आपि मिलाइआ ॥१॥
तुम स्वयं ही विच्छन्न करते हो और स्वयं ही सम्मिलित करते हो। ॥ १॥

ਤੂੰ ਦਰੀਆਉ ਸਭ ਤੁਝ ਹੀ ਮਾਹਿ ॥
तूं दरीआउ सभ तुझ ही माहि ॥
हे परमेश्वर ! तुम नदी हो, सारा प्रपंच तुझ में ही तरंग रूप है।

ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ॥
तुझ बिनु दूजा कोई नाहि ॥
तुम्हारे अतिरिक्त अन्य कोई भी नहीं है।

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੇਰਾ ਖੇਲੁ ॥
जीअ जंत सभि तेरा खेलु ॥
सृष्टि के सभी छोटे-बड़े जीव तुम्हारा ही कौतुक है।

ਵਿਜੋਗਿ ਮਿਲਿ ਵਿਛੁੜਿਆ ਸੰਜੋਗੀ ਮੇਲੁ ॥੨॥
विजोगि मिलि विछुड़िआ संजोगी मेलु ॥२॥
वियोगी कर्मों के कारण जो तुम में लीन था, वह बिछुड़ गया और संयोग के कारण बिछुड़ा हुआ तुम से आ मिला है; अर्थात् तुम्हारी कृपा से जिन्हें सत्संगति प्राप्त नहीं हुई वे तुम से अलग हो गए और जिन्हें संतों का संग मिल गया उन्हें तुम्हारी भक्ति प्राप्त हो गई॥ २॥

ਜਿਸ ਨੋ ਤੂ ਜਾਣਾਇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਜਾਣੈ ॥
जिस नो तू जाणाइहि सोई जनु जाणै ॥
हे परमात्मा ! जिसे तुम गुरु द्वारा ज्ञान प्रदान करते हो वही इस विधि को जान सकता है। फिर वही सदैव तेरे गुणों का व्याख्यान करता है।

ਹਰਿ ਗੁਣ ਸਦ ਹੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੈ ॥
हरि गुण सद ही आखि वखाणै ॥
फिर वही सदैव तेरे गुणों का व्याख्यान करता है।

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥
जिनि हरि सेविआ तिनि सुखु पाइआ ॥
जिन्होंने उस अकाल पुरुष का सिमरन किया है, उन्होंने आत्मिक सुखों की प्राप्ति की है।

ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥੩॥
सहजे ही हरि नामि समाइआ ॥३॥
फिर वह परम पुरुष सरलता से ही प्रभु-नाम में समाहित हो जाता है॥ ३॥

ਤੂ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਹੋਇ ॥
तू आपे करता तेरा कीआ सभु होइ ॥
तुम स्वयं रचयिता हो, तुम्हारे आदेश से ही सब कुछ होता है।

ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥
तुधु बिनु दूजा अवरु न कोइ ॥
तुम्हारे अतिरिक्त अन्य दूसरा कोई नहीं है।

ਤੂ ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖਹਿ ਜਾਣਹਿ ਸੋਇ ॥
तू करि करि वेखहि जाणहि सोइ ||
तुम ही रचना कर-करके जीवों के कौतुक देख रहे हो और उनके बारे सब कुछ जानते हो।

ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥੪॥੨॥
जन नानक गुरमुखि परगटु होइ ॥४॥२॥
हे नानक ! यह भेद गुरु के उन्मुख होने वाले व्यक्ति के अन्दर प्रकाशमान होता है॥ ४॥ २||

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥
आसा महला १ ॥
आसा महला १ ॥

ਤਿਤੁ ਸਰਵਰੜੈ ਭਈਲੇ ਨਿਵਾਸਾ ਪਾਣੀ ਪਾਵਕੁ ਤਿਨਹਿ ਕੀਆ ॥
तितु सरवरड़ै भईले निवासा पाणी पावकु तिनहि कीआ ॥
हे मन ! तेरा ऐसे संसार-सागर में वास हुआ है जहाँ पर शब्द-स्पर्श रूपी रस-गंध जल व तृष्णाग्नि है।

ਪੰਕਜੁ ਮੋਹ ਪਗੁ ਨਹੀ ਚਾਲੈ ਹਮ ਦੇਖਾ ਤਹ ਡੂਬੀਅਲੇ ॥੧॥
पंकजु मोह पगु नही चालै हम देखा तह डूबीअले ॥१॥
वहाँ मोह रूपी कीचड़ में फँस कर तेरी बुद्धि रूपी चरण परमात्मा की भक्ति की ओर नहीं चल पाएगा, उस सागर में हमने स्वेच्छाचारी जीवों (जो मन के होते हैं) को डूबते देखा है॥ १॥

ਮਨ ਏਕੁ ਨ ਚੇਤਸਿ ਮੂੜ ਮਨਾ ॥
मन एकु न चेतसि मूड़ मना ॥
हे विमूढ मन ! यदि तुम एकाग्रचित होकर प्रभु का सिमरन नहीं करोगे

ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਲਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
हरि बिसरत तेरे गुण गलिआ ॥१॥ रहाउ ॥
तो हरि-प्रभु के विस्मृत हो जाने से तेरे सभी गुण नष्ट हो जाएँगे, अथवा परमात्मा को विस्मृत कर देने से तेरे गले में (यमादि का) फँदा पड़ जाएगा ॥ १॥ रहाउ॥

ਨਾ ਹਉ ਜਤੀ ਸਤੀ ਨਹੀ ਪੜਿਆ ਮੂਰਖ ਮੁਗਧਾ ਜਨਮੁ ਭਇਆ ॥
ना हउ जती सती नही पड़िआ मूरख मुगधा जनमु भइआ ॥
अतः हे मन ! तू अकाल पुरुष के समक्ष विनती कर कि मैं यति, सती व ज्ञानी नहीं हूँ, मेरा जीवन महामूर्खों की भाँति निष्फल हो गया है।

ਪ੍ਰਣਵਤਿ ਨਾਨਕ ਤਿਨ ਕੀ ਸਰਣਾ ਜਿਨ ਤੂ ਨਾਹੀ ਵੀਸਰਿਆ ॥੨॥੩॥
प्रणवति नानक तिन की सरणा जिन तू नाही वीसरिआ ॥२॥३॥
हे नानक ! जिन को तू विस्मृत नहीं होता, मैं उन संतों की शरण पड़ता हूँ तथा उन्हें प्रणाम करता हूँ

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥
आसा महला ५ ॥
आसा महला ५ ॥

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥
भई परापति मानुख देहुरीआ ॥
हे मानव ! तुझे जो यह मानव जन्म प्राप्त हुआ है।

**ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥**
गोबिंद मिलण की इह तेरी बरीआ ॥
यही तुम्हारा प्रभु को मिलने का शुभावसर है : अर्थात् प्रभु का नाम सिमरन करने हेतु ही यह मानव जन्म तुझे प्राप्त हुआ है।

**ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੈ ਨ ਕਾਮ ॥**
अवरि काज तेरै कितै न काम ॥
इसके अतिरिक्त किए जाने वाले सांसारिक कार्य तुम्हारे किसी काम के नहीं हैं।

**ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥੧॥**
मिलु साधसंगति भजु केवल नाम ॥१॥
सिर्फ़ तुम साधु-संतों का संग करके उस अकाल-पुरुष का चिन्तन ही करो ॥ १॥

**ਸਰੰਜਾਮਿ ਲਾਗੁ ਭਵਜਲ ਤਰਨ ਕੈ ॥**
सरंजामि लागु भवजल तरन कै ॥
इसलिए इस संसार-सागर से पार उतरने के उद्यम में लग।

**ਜਨਮੁ ਬ੍ਰਿਥਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥**
जनमु ब्रिथा जात रंगि माइआ कै ॥१॥ रहाउ ॥
अन्यथा माया के प्रेम में रत तुम्हारा यह जीवन व्यर्थ ही चला जाएगा ॥ १॥ रहाउ॥

**ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਧਰਮੁ ਨ ਕਮਾਇਆ ॥**
जपु तपु संजमु धरमु न कमाइआ ॥
हे मानव ! तुमने जप, तप व संयम नहीं किया और न ही कोई पुनीत कार्य करके धर्म कमाया है।

**ਸੇਵਾ ਸਾਧ ਨ ਜਾਨਿਆ ਹਰਿ ਰਾਇਆ ॥**
सेवा साध न जानिआ हरि राइआ ॥
साधु-संतों की सेवा नहीं की है तथा न ही परमेश्वर को स्मरण किया है।

**ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਮ ਨੀਚ ਕਰੰਮਾ ॥**
कहु नानक हम नीच करमा ॥
हे नानक ! हम मंद कर्मी जीव हैं।

**ਸਰਣਿ ਪਰੇ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮਾ ॥੨॥੪॥**
सरणि परे की राखहु सरमा ॥२॥४॥
मुझ शरणागत की लाज रखो ॥ २॥ ४॥

## ਅਰਦਾਸ

प्रार्थना

**੧ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ॥**
ईश्वर एक है। सारी विजय विलक्षण गुरु (भगवान्) की है।

**ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।**

आदरणीय तलवार या कृपाण (दुष्टों का नाश करने वाले भगवान्) हमारी सहायता करें!

**ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦||**

दसवें गुरु द्वारा सुनाई गई आदरणीय तलवार की कविता ।

**ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੌਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ॥**
पहले तलवार को याद करो (दुष्टों का नाश करने वाले भगवान्); फिर गुरु नानक को याद करें (उनके आध्यात्मिक योगदान पर ध्यान दें)

**ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ॥**

फ़िर श्री गुरु अंगद, श्री गुरु अमर दास और गुरु राम दास का स्मरण और ध्यान करो; वे हमारी मदद करें ! (उनके आध्यात्मिक योगदान पर ध्यान केन्द्रित करें)

**ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੋ ਸਿਮਰੌਂ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ॥**
श्री गुरु अर्जन, गुरु हरगोबिंद और गुरु हर राय का स्मरण और ध्यान करो। (उनके आध्यात्मिक योगदान पर ध्यान केन्द्रित करें)

**ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ॥**

पूज्य गुरु हर कृष्ण का स्मरण और ध्यान करें, जिनके दर्शन मात्र से सारे कष्ट मिट जाते हैं। (उनके आध्यात्मिक योगदान पर ध्यान केन्द्रित करें)

**ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ॥**
गुरु तेग बहादुर को याद करें और फिर आध्यात्मिक धन के नौ स्रोत (धैर्य, क्षमा दम, अस्तेय, शौच, इन्द्रिय निग्रह, बुधि, विद्या सत्य, अक्रोध) आपके घर में तेजी से आएंगे।

**ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥**

हे प्रभु ! कृपया पथ प्रदर्शन कर सर्वत्र हमारी सहायता करें।

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

आदरणीय दसवें गुरु गोबिंद सिंह (उनके आध्यात्मिक योगदान पर ध्यान दें) को याद करें। हे भगवान्! कृपया पथ प्रदर्शन कर सर्वत्र हमारी सहायता करें।

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

आदरणीय गुरु ग्रंथ साहिब में निहित दस राजाओं के दिव्य प्रकाश पर विचार करें और ध्यान करें और अपने विचारों को गुरु ग्रंथ साहिब की दिव्य शिक्षाओं की ओर मोड़ें और आनंद प्राप्त करें; बोले वाहेगुरु!(विलक्षण गुरु)

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

पाँच प्यारे, (गुरु गोबिंद सिंह के)चार पुत्रों के कर्मों के बारे में सोचो; चालीस शहीदों में से; अदम्य दृढ़ संकल्प के बहादुर सिक्खों की; नाम के रंग में डूबे भक्तों की; उनमें से जो नाम में विलीन थे; उन्हें जिन्होंने नाम का स्मरण किया और साथ में भोजन किया; उन्हें जिन्होंने नि:शुल्क रसोई शुरू की; उन्हें जिन्होंने अपनी तलवारें चलाईं (सत्य की रक्षा के लिए); दूसरों की कमियों को नज़रअंदाज करने वालों को; उपरोक्त सभी शुद्ध और वास्तव में समर्पित व्यक्ति थे; बोल वाहे गुरु!(विलक्षण गुरु)

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

उन वीर सिक्ख पुरुषों और स्त्रियों की अनुपम सेवा को सोचो और याद करो, जिन्होंने अपना सिर न्यौछावर कर दिए, किन्तु सिक्ख धर्म का समर्पण नहीं किया; जिन्होंने शरीर के एक-एक जोड़ के टुकड़े-टुकड़े कर लिए; जिन्होंने अपनी सिर की खाल निकलवा दी; जिन्हें बांधकर पहियों पर घुमाया जाता था और उनके टुकड़े-टुकड़े कर दिए जाते थे; जिन्हें आरी

से काटा गया था; जिवित खालें उतारी गईं; जिन्होंने गुरुद्वारों की मर्यादा बनाए रखने के लिए स्वयं को समर्पित कर दिया; जिन्होंने अपने सिक्ख धर्म को नहीं छोड़ा; जिन्होंने अपना सिक्ख धर्म रखा और अपने लंबे केशों को आखिरी सांस तक सहेज कर रखा; बोल वाहे गुरु!

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

अपने विचारों को सिक्ख धर्म के सभी सिंहासनों और सभी गुरुद्वारों की ओर केंद्रित करें; बोलो वाहे गुरु!

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

पहले तो सारे आदरणीय खालसा यह दुआ करते हैं कि वे आपके नाम का ध्यान करें; और इस तरह के ध्यान के माध्यम से सभी सुख और आराम मिलें।

**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!**

जहाँ भी आदरणीय खालसा उपस्थित हों, अपनी सुरक्षा और कृपा प्रदान करें; नि:शुल्क रसोई और तलवार कभी विफल न हो; अपने भक्तों का मान बनाए रखना; सिक्ख लोगों को विजय दिलाओ; सम्मानित तलवार हमेशा हमारी सहायता के लिए आए; खालसा का सदा सम्मान हो ; बोले वाहे 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, ਚੌਂਕੀਆਂ, ਝੰਡੇ, ਬੁੰਗੇ, ਜੁਗੋ ਜੁਗ ਅਟੱਲ, ਧਰਮ ਕਾ ਜੈਕਾਰ, ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!**

सिक्खों को सिक्ख धर्म का दान, लंबे केशों का दान, सिक्ख धर्म का दान, दिव्य ज्ञान का दान, दृढ़ विश्वास का दान, विश्वास का दान और नाम का सबसे बड़ा उपहार प्रदान करें। हे प्रभु ! राग-रागी, हवेली और झंडे हमेशा के लिए स्थित रहें; सत्य की हमेशा विजय हो; बोलो वाहे गुरु!

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

सभी सिक्खों का मन विनम्र रहे और उनका ज्ञान ऊंचा रहे; हे प्रभु ! आप ज्ञान के रक्षक हैं।

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

हे सच्चे पातशाह, वाहे गुरु! आप नम्र लोगों के मान हैं, असहायों की शक्ति हैं, आश्रयहीनों के आश्रय हैं, हम विनम्रतापूर्वक आपकी उपस्थिति में प्रार्थना करते हैं... .. (यहाँ किए गए अवसर या प्रार्थना को प्रतिस्थापित करें)।

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

कृपया उपरोक्त प्रार्थना को पढ़ने में हमारे दोषों और कमियों को क्षमा करें। कृपया सभी के उद्देश्यों को पूरा करें।

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

हमें उन सच्चे भक्तों से मिलाने की कृपा करें जिनसे हम आपके नाम का स्मरण और ध्यान कर सकें। हे परमेश्वर! सच्चे गुरु नानक के माध्यम से, आपका नाम ऊँचा हो सकता है, और आपकी इच्छा के अनुसार सभी समृद्ध हो सकते हैं।

**ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ**

खालसा भगवान् का है; सभी विजय भगवान् की विजय है।

## यात्रा के लिए दर्शन

सिक्ख धर्म के दर्शनशास्त्र की विशेषता आध्यात्मिक और भौतिक दुनिया के लिए तर्क, व्यापकता और "तामझाम रहित" दृष्टिकोण है। इसका धर्मशास्त्र सादगी द्वारा चिह्नित है। सिक्ख नैतिकता में व्यक्ति के स्वयं के प्रति कर्त्तव्य और समाज (संगत) के प्रति कर्त्तव्य के बीच कोई संघर्ष नहीं है।

सिक्ख धर्म लगभग 500 साल पहले गुरु नानक द्वारा स्थापित सबसे कम उम्र का विश्व धर्म है। यह ब्रह्मांड के एक सर्वोच्च अस्तित्व और निर्माता (वाहेगुरु) में विश्वास पर बल देता है। यह शाश्वत आनंद के लिए एक सरल सीधा मार्ग प्रदान करता है और प्रेम और विश्वव्यापी भाईचारे का संदेश फैलाता है। सिक्ख धर्म दृढ़ता से एक एकेश्वरवादी विश्वास है और भगवान् को एकमात्र ऐसे व्यक्ति के रूप में पहचानता है जो समय या स्थान की सीमाओं के अधीन नहीं है।

सिक्ख धर्म का मानना है कि ईश्वर केवल एक ही है, जो निर्माता, निर्वाहक, विनाशक है और मानव रूप नहीं लेता है। सिक्ख धर्म में अवतार के सिद्धांत का कोई स्थान नहीं है। यह देवी-देवताओं और अन्य देवी-देवताओं को कोई मूल्य नहीं देता है।

सिक्ख धर्म में नैतिकता और धर्म एक साथ चलते हैं। आध्यात्मिक विकास की दिशा में क़दम बढ़ाने के लिए व्यक्ति को दैनिक जीवन में नैतिक गुणों को अपने मन में धारण करना चाहिए और सद्गुणों का अभ्यास करना चाहिए। ईमानदारी, करुणा, उदारता, धैर्य और विनम्रता जैसे गुणों को केवल प्रयासों और मन की दृढ़ता से ही विकसित किया जा सकता है। हमारे महान गुरुओं का जीवन इस दिशा में प्रेरणा का स्रोत है।

सिक्ख धर्म सिखाता है कि मानव जीवन का लक्ष्य जन्म और मृत्यु के चक्र को तोड़ना और ईश्वर में विलीन होना है। यह गुरु की शिक्षाओं का पालन, पवित्र नाम (नाम) पर ध्यान और सेवा और दान के कार्यों के संपादन से पूरा किया जा सकता है।

नाम मार्ग भगवान् के स्मरण के लिए दैनिक भक्ति पर बल देता है। मोक्ष प्राप्त करने के लिए पांच भावनाओं, अर्थात, काम (इच्छा), क्रोध (क्रोध), लोभ (लालच), मोह (सांसारिक लगाव) और अहंकार (अभिमान) को नियंत्रित करना होगा। संघ अनुष्ठान और नियमित प्रथाओं जैसे उपवास और तीर्थयात्रा, शकुन और तपस्या को सिक्ख धर्म में अस्वीकार कर दिया गया है। मानव जीवन का लक्ष्य भगवान् के साथ विलीन होना है और यह गुरु ग्रंथ साहिब की शिक्षाओं का पालन करके पूरा किया जाता है। सिक्ख धर्म भक्ति मार्ग या निष्ठा मार्ग पर बल देता है। यद्यपि, यह ज्ञान मार्ग (ज्ञान का मार्ग) और कर्म मार्ग (कार्य का मार्ग) के महत्व को पहचानता है। यह आध्यात्मिक लक्ष्य तक पहुँचने के लिए ईश्वर की कृपा अर्जित करने की आवश्यकता पर सबसे अधिक बल देता है।

सिक्ख धर्म एक आधुनिक, तार्किक और व्यावहारिक धर्म है। यह मानता है कि सामान्य पारिवारिक जीवन (गृहस्थ) मोक्ष के लिए कोई बाधा नहीं है। मोक्ष प्राप्त करने के लिए ब्रह्मचर्य या संसार का त्याग आवश्यक नहीं है। सांसारिक व्याधियों और प्रलोभनों के बीच अलग रहना संभव है। एक भक्त को संसार में रहना चाहिए और फिर भी अपने सिर को सामान्य तनाव और प्रलोभनों से स्वयं को दूर रखना चाहिए। वह एक विद्वान सैनिक और भगवान् के लिए संत होना चाहिए।

सिक्ख धर्म समस्त संसार का एक "धर्मनिरपेक्ष धर्म" है और इस प्रकार जाति, संप्रदाय, वंश या लिंग के आधार पर सभी भेदों को अमान्य करता है। यह मानता है कि सभी मनुष्य ईश्वर की दृष्टि में समान हैं। गुरुओं ने महिलाओं की समानता पर बल दिया और कन्या भ्रूण हत्या और सती प्रथा को अस्वीकार कर दिया। उन्होंने विधवा पुनर्विवाह का भी सक्रिय रूप से प्रचार किया और पर्दा प्रथा (महिलाओं का पर्दा पहनने) को अस्वीकार कर दिया। मन को ईश्वर पर केंद्रित करने के लिए व्यक्ति को पवित्र नाम (नाम) का ध्यान करना चाहिए और सेवा और दान के कार्यों को करना चाहिए। ईमानदारी से काम करके (किरत करना) अपनी आजीविका अर्जित करना सम्माननीय माना जाता है, न कि भीख मांग कर या बेईमानी से । वंद छकना, दूसरों के साथ साझा करना भी एक सामाजिक जिम्मेदारी है। व्यक्ति से जरूरतमंद लोगों की मदद, दसवंध (अपनी कमाई का 10%) के माध्यम से करने की उम्मीद की जाती है। सेवा, सामुदायिक सेवा भी सिक्ख धर्म का अभिन्न अंग है। सभी धर्मों के लोगों के लिए खुली हर गुरुद्वारे में मिलने वाली निःशुल्क सामुदायिक रसोई (लंगर) इस सामुदायिक सेवा की एक अभिव्यक्ति है।

सिक्ख धर्म आशावाद और आशा की वकालत करता है। यह निराशावाद की विचारधारा को स्वीकार नहीं करता है।

गुरुओं का मानना था कि इस जीवन का उद्देश्य और एक लक्ष्य है। यह आत्मज्ञान और ईश्वर की प्राप्ति का अवसर प्रदान करता है। इसके अलावा मनुष्य अपने कार्यों के लिए स्वयं उत्तरदायी है। वह अपने कार्यों के परिणामों से प्रतिरक्षा का दावा नहीं कर सकता। इसलिए वह जो करता है उसमें बहुत सतर्क रहना चाहिए।

सिक्ख ग्रंथ, गुरु ग्रंथ साहिब, शाश्वत गुरु हैं। यह एकमात्र धर्म है जिसने पवित्र पुस्तक को एक धार्मिक गुरु का पद दिया है। सिक्ख धर्म में जीवित मानव गुरु (देहधारी) के लिए कोई स्थान नहीं है।

## पगड़ी का महत्व

पगड़ी हमेशा एक सिक्ख का एक अभिन्न अंग रही है। लगभग 1500 A.D और सिक्ख धर्म के संस्थापक, गुरु नानक के समय से, सिक्ख पगड़ी पहनते आ रहे हैं।

पगड़ी या "पगरी" को प्रायः "पग" या "दस्तार" के रूप में छोटा किया जाता है, एक ही वस्त्र के लिए विभिन्न भाषाओं में अलग-अलग शब्द हैं। ये सभी शब्द पुरुषों और महिलाओं दोनों द्वारा अपने सिर को ढंकने के लिए पहने जाने वाले परिधान को संदर्भित करते हैं। यह एक लंबे दुपट्टे की तरह कपड़े का एक टुकड़ा होता है जो सिर के चारों ओर लपेटा जाता है या कभी-कभी एक आंतरिक "टोपी" या पटका होता है। परंपरागत रूप से भारत में, पगड़ी केवल समाज में उच्च स्थिति के पुरुषों द्वारा पहनी जाती थी; निम्न स्थिति या निम्न जातियों के पुरुषों को पगड़ी पहनने की अनुमति नहीं थी।

हालांकि गुरु गोबिंद सिंह जी द्वारा बिना कटे बालों को रखना अनिवार्य था, जो कि पांच के या विश्वास के पांच लेखों में से एक था, यह लंबे समय से 1469 में सिक्ख धर्म की शुरुआत से ही सिक्ख धर्म से जुड़ा हुआ है। सिक्ख धर्म दुनिया में एकमात्र धर्म है। जिसमें सभी वयस्क पुरुषों के लिए पगड़ी पहनना अनिवार्य है। पश्चिमी देशों में पगड़ी पहनने वाले अधिकांश लोग सिक्ख हैं। सिक्ख पगड़ी को दस्तार भी कहा जाता है। 'दस्तार' फारसी शब्द है। इसका अर्थ है 'हैंड ऑफ गॉड' जिसका अर्थ है उनका आशीर्वाद।

सिक्ख अपनी कई और विशिष्ट पगड़ियों के लिए प्रसिद्ध हैं। परंपरागत रूप से, पगड़ी सम्मान का प्रतिनिधित्व करती है, और लंबे समय से केवल बड़प्पन के लिए आरक्षित एक वस्तु रही है। भारत के मुगल शासन के काल में, केवल मुसलमानों को पगड़ी पहनने की अनुमति थी। सभी गैर-मुस्लिमों को एक पगड़ी पहनने से दृढ़ता से रोक दिया गया था।

गुरु गोबिंद सिंह जी ने मुगलों द्वारा इस चुनौति की अवहेलना करते हुए अपने सभी सिक्खों को पगड़ी पहनने के लिए कहा। यह उच्च नैतिक मानकों की मान्यता में पहना जाना था, जिसे उन्होंने अपने खालसा अनुयायियों के लिए तैयार किया था। वह चाहते थे कि उनका खालसा विशिष्ट हो और "शेष संसार से अलग दिखने" के लिए दृढ़ संकल्पित हो। वह चाहते थे कि वे सिक्ख गुरुओं द्वारा निर्धारित अद्वितीय मार्ग का अनुसरण करें। इस प्रकार, एक पगड़ीधारी सिक्ख हमेशा भीड़ से अलग खड़ा होता है, जैसा कि गुरु का इरादा था; क्योंकि वह चाहते थे कि उनके 'संत-सैनिक' न केवल आसानी से पहचाने जा सकें, बल्कि आसानी से मिल भी जाएँ।

जब एक सिक्ख पुरुष या महिला पगड़ी पहनती है, तो पगड़ी केवल कपड़े का एक फीता नहीं रह जाती है; क्योंकि यह सिक्ख के सिर के साथ एक ही हो जाती है। पगड़ी साथ ही सिक्खों द्वारा पहनी जाने वाली आस्था की चार अन्य वस्तुओं का अत्यधिक आध्यात्मिक और लौकिक महत्व है। जबकि पगड़ी पहनने से जुड़े कई प्रतीक हैं - स्वतंत्रता, समर्पण, स्वाभिमान,

साहस और धर्मपरायणता, लेकिन!, सिक्खों द्वारा पगड़ी पहनने का मुख्य कारण उनके संस्थापक के लिए उनका प्यार, आज्ञाकारिता और सम्मान दिखाना है। खालसा गुरु गोबिंद सिंह।

उपरोक्त मुख्य अंश में कथित शब्दों को किसी और से बदलने की आवश्यकता है। 'इसका कारण' हो सकता है

"पगड़ी हमारे लिए हमारे गुरु का उपहार है। इस तरह हम स्वयं को सिंह और कौर के रूप में ताज पहनाते हैं जो हमारी अपनी उच्च चेतना के प्रति प्रतिबद्धता को सिंहासन पर बिठाती है। पुरुषों और स्त्रियों के लिए समान रूप से, यह अनुमानित पहचान स्वत्व, सभ्यता और विशिष्टता व्यक्त करती है। । यह दूसरों के लिए एक संकेत है कि हम अनंत की छवि में रहते हैं और सभी की सेवा करने के लिए समर्पित हैं। पगड़ी पूरी प्रतिबद्धता के अलावा किसी वस्तु का प्रतिनिधित्व नहीं करती है। जब आप अपनी पगड़ी बांधकर सबसे अलग दिखना चुनते हैं, तो आप निडर होकर एक अकेले के रूप में खड़े होते हैं। छह अरब लोगों से अलग खड़ा व्यक्ति। यह सबसे उत्कृष्ट कार्य है।" (सिक्खनेट से उद्धृत)

## महिलाओं की भूमिका

सिक्ख धर्म के सिद्धांतों में कहा गया है कि महिलाओं के पास पुरुषों के समान ही आत्माएं हैं और उनकी आध्यात्मिकता को विकसित करने का समान अधिकार है। वे धार्मिक सभाओं का नेतृत्व कर सकती हैं, अखंड पथ (पवित्र शास्त्रों का निरंतर पाठ) में भाग ले सकती हैं, कीर्तन (भजनों का सामूहिक गायन) कर सकती हैं, ग्रन्थियों (पुजारियों) के रूप में काम कर सकती हैं। वे सभी धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक और धर्मनिरपेक्ष गतिविधियों में भाग ले सकती हैं। सिक्ख धर्म पुरुषों और महिलाओं को समानता देने वाला पहला प्रमुख विश्व धर्म था। गुरु नानक ने लिंग आधारित समानता का उपदेश दिया, और उनके बाद आने वाले गुरुओं ने महिलाओं को सिक्ख पूजा और अभ्यास की सभी गतिविधियों में पूर्ण भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया।

**गुरु ग्रंथ साहिब में कहा गया है,**

"महिला और पुरुष, सभी भगवान् द्वारा बनाए गए हैं। यह सब भगवान् का खेल है। नानक कहते हैं, तेरी सारी रचना अच्छी और पवित्र है" -गुरु ग्रंथ पृष्ठ 304

सिक्ख इतिहास ने पुरुषों की सेवा, भक्ति, बलिदान और बहादुरी में महिलाओं की भूमिका को समान रूप से चित्रित किया है। सिक्ख परंपरा में महिलाओं की नैतिक गरिमा, सेवा और आत्म-बलिदान के कई उदाहरण लिखे गए हैं।

सिक्ख धर्म के अनुसार पुरुष और महिला एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। अंतर्संबंधों और अन्योन्याश्रय की व्यवस्था में जहाँ पुरुष स्त्री से जन्म लेता है, और स्त्री पुरुष के बीज से पैदा होती है। सिक्ख धर्म के अनुसार एक पुरुष एक महिला के बिना अपने जीवन में सुरक्षित और पूर्ण महसूस नहीं कर सकता है, और एक पुरुष की सफलता उस महिला के प्यार और समर्थन से संबंधित है जो उसके साथ अपना जीवन साझा करती है, और इसके विपरीत। गुरु नानक ने कहा: "[यह] एक महिला है जो दौड़ को जारी रखती है" और हमें "महिला को शापित और निंदित नहीं समझना चाहिए, [जब] महिला से नेता और राजा पैदा होते हैं।" SGGS पृष्ठ 473.

**उद्धार:** उठाने के लिए एक महत्वपूर्ण बिंदु यह है कि क्या कोई धर्म महिलाओं को मोक्ष प्राप्त करने, भगवान् की प्राप्ति या उच्चतम आध्यात्मिक क्षेत्र प्राप्त करने में सक्षम मानता है। गुरु ग्रंथ साहिब में कहा गया है,

" सभी प्राणियों में ईश्वर व्यापक हैं, ईश्वर सभी रूपों में पुरुष और महिलामें व्यापत हैं" (गुरु ग्रंथ साहिब, पृष्ठ 605)।

गुरु ग्रंथ साहिब के उपरोक्त कथन के अनुसार, ईश्वर का प्रकाश दोनों लिंगों के साथ समान रूप से रहता है। इसलिए स्त्री और पुरुष दोनों गुरु की शिक्षाओं का पालन करके समान रूप

से मोक्ष प्राप्त कर सकते हैं। कई धर्मों में स्त्री को पुरुष की आध्यात्मिकता में बाधक माना जाता है, किन्तु सिक्ख धर्म में नहीं। गुरु ने इसे अस्वीकार कर दिया। 'सिक्ख धर्म पर वर्तमान विचार' में, ऐलिस बसरके कहते हैं,

"पहले गुरु ने महिला को पुरुष के बराबर रखा ... महिला पुरुष के लिए बाधा नहीं थी, लेकिन भगवान् की सेवा करने और मोक्ष की तलाश में एक भागीदार थी"।

**विवाह:** गुरु नानक देव ने गृहस्थ की संस्तुत की - एक गृहस्थ का जीवन, ब्रह्मचर्य और त्याग के स्थान पर, पति और पत्नी समान भागीदार थे और दोनों को स्वामीभक्ति की आज्ञा दी गई थी। पवित्र छंदों में, घरेलू सुख को एक पोषित आदर्श के रूप में प्रस्तुत किया गया है और विवाह ने ईश्वर के प्रति प्रेम की अभिव्यक्ति के लिए एक निरंतर रूपक प्रदान किया है। भाई गुरदास, प्रारंभिक सिक्ख धर्म के कवि और सिख सिद्धांत के एक आधिकारिक व्याख्याकार, महिलाओं को उच्च सम्मान देते हैं। वे कहते हैं:

"एक महिला, अपने माता-पिता के घर में प्रिय होती है, जिसे उसके पिता और माता बहुत प्यार करते हैं। अपने ससुराल में, वह परिवार का स्तंभ होती है, उनके अच्छे भाग्य की दायित्व होती है... आध्यात्मिक ज्ञान एवं मोक्ष में भागीदार और महान गुणों से संपन्न, एक महिला, पुरुष का आधा हिस्सा, उसे मुक्ति के द्वार तक ले जाती है। (वारन, वि. 16)

**समान स्थिति:** पुरुषों और महिलाओं के बीच समान स्थिति सुनिश्चित करने के लिए, गुरुओं ने दीक्षा, निर्देश या संगत (पवित्र फेलोशिप) और पंगत (एक साथ भोजन करना) गतिविधियों में लिंग के बीच कोई अंतर नहीं किया। सरूप दास भल्ला, महिमा प्रकाश के अनुसार, गुरु अमर दास ने महिलाओं द्वारा घूंघट के प्रयोग का विरोध किया। उन्होंने शिष्यों में महिलाओं को कुछ समुदायों की निगरानी के लिए नियुक्त किया और सती प्रथा के विरुद्ध प्रचार किया। सिक्ख इतिहास में कई महिलाओं के नाम दर्ज हैं, जैसे माता गुजरी माई भागो, माता सुंदरी, रानी साहिब कौर, रानी सदा कौर और महारानी जींद कौर, जिन्होंने अपने समय की घटनाओं में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

**शिक्षा:** सिक्ख धर्म में शिक्षा को बहुत महत्वपूर्ण माना जाता है। यह किसी की भी सफलता की कुंजी है। यह व्यक्तिगत विकास की एक प्रक्रिया है और यही कारण है कि तीसरे गुरु ने कई विद्यालयों की स्थापना की। गुरु ग्रंथ साहिब में कहा गया है,

**"सभी दिव्य ज्ञान और चिंतन गुरु के माध्यम से प्राप्त किए जाते हैं" (गुरु ग्रंथ साहिब, पृष्ठ 831)।**

सभी के लिए शिक्षा आवश्यक है और सभी को सर्वश्रेष्ठ बनने के लिए काम करना चाहिए। तीसरे गुरु द्वारा भेजे गए सिक्ख मिशनरियों में से बावन महिलाएँ थीं। 'सिक्ख महिलाओं की भूमिका और स्थिति में, डॉ मोहिंदर कौर गिल लिखती हैं, **"गुरु अमर दास को विश्वास था**

**कि कोई भी शिक्षा तब तक जड़ नहीं ले सकती जब तक कि उन्हें महिलाओं द्वारा स्वीकार नहीं किया जाता है।"**

**कपड़ों पर प्रतिबंध:** महिलाओं को घूंघट 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**

इस प्रकार, सिक्खों को एहसास होगा कि किस प्रकार के कपड़े दिमाग को बुरे विचारों से भर देते हैं और उन्हें इससे बचना चाहिए। सिक्ख महिलाओं से अपेक्षा की जाती है कि वे कृपाण (तलवार) और अन्य के साथ अपनी रक्षा करें, यह महिलाओं के लिए अद्वितीय है क्योंकि यह इतिहास में पहली बार है जब महिलाओं से अपनी रक्षा करने की उम्मीद की गई थी और उनसे शारीरिक सुरक्षा के लिए पुरुषों पर निर्भर होने की उम्मीद नहीं की गई थी।

**SGGS उद्धरण:** गुरु नानक जी का कथन है कि, "पृथ्वी और आकाश में, मुझे कोई दूसरा दिखाई नहीं देता। सभी महिलाओं और पुरुषों के बीच, उसका प्रकाश चमक रहा है।" Sggs पृष्ठ 223। स्त्री से, पुरुष का जन्म होता है; स्त्री के भीतर पुरुष की कल्पना की जाती है; महिला से उसकी सगाई और शादी हो चुकी है। महिला उसकी दोस्त बन जाती है; नारी के माध्यम से भावी पीढ़ियां जन्म लेती हैं। जब उसकी स्त्री मर जाती है, तो वह दूसरी स्त्री की तलाश करता है; स्त्री के लिए वह बाध्य है। तो उसे बुरा क्यों कहते हो? उसी से राजा उत्पन्न होते हैं। स्त्री से स्त्री का जन्म होता है; स्त्री के बिना, कोई भी नहीं होगा। एसजीजीएस पृष्ठ 473

**दहेज के संबंध में:** "हे मेरे प्रभु, मुझे अपना नाम मेरी शादी के उपहार और दहेज के रूप में दें।" श्री गुरु राम दास जी, पृष्ठ 78, एसजीजीएस की पंक्ति 18

**पर्दा प्रथा के विषय में:** "रुको, ठहरो, ओ वधु - अपना चेहरा घूंघट से मत ढ़को। अंत में, यह तुम्हें आधा आवरण भी नहीं देगा।" तुमसे पूर्व जो चेहरे पर पर्दा किया करती थी, उनके पदचिन्हों पर मत चलना। अपने चेहरे पर पर्दा करने का एकमात्र गुण यह है कि कुछ दिनों के लिए लोग कहेंगे कि, "क्या गुणी दुल्हन आई है"। तुम्हारा यह घूंघट तभी सत्य हो जाएगा है, जब तुम भगवान् की महिमा को छोड़ते, नाचते और गाते हैं। -पृष्ठ 484, SGGSWomen

महिलाएँ और वास्तव में सभी आत्माओं को आध्यात्मिक जीवन जीने के लिए दृढ़ता से प्रोत्साहित किया गया था: "आओ, मेरी प्यारी बहनों और आध्यात्मिक साथियों; मुझे अपने आलिंगन में कसकर गले लगाओ। आओ एक साथ जुड़ें, और अपने सर्वशक्तिमान पति भगवान् की कहानियां सुनाएं।" - गुरु नानक, एसजीजीएस पृष्ठ 17, ।

"मित्र, अन्य सभी वस्त्र सुख को नष्ट कर देते हैं,  अंगों पर जो पहना जाता है वह पीड़ा देते हैं और गलत सोच से मन को भर जाता है" - SGGS पृष्ठ 16

## विनम्रता आपकी यात्रा का मुख्य सार है

विनम्रता सिक्ख धर्म का एक महत्वपूर्ण दृष्टिकोण है। इसके अनुसार सिक्खों को ईश्वर के सामने विनम्रतापूर्वक झुकना चाहिए। विनम्रता या नम्रता, पंजाबी में निकटवर्ती शब्द हैं। नम्रता एक गुण है जिसका गुरबाणी में उत्साहपूर्वक प्रचार किया जाता है। इस पंजाबी शब्द का अनुवाद "नम्रता", "उदारता" या "विनम्रता" है। ऐसा मनुष्य जिसका मन इस विचार से विचलित नहीं होता है कि वह किसी से बेहतर या अधिक महत्वपूर्ण है।

समस्या क्षेत्र - उपरोक्त वाक्य पूर्ण नहीं है

यह सभी मनुष्यों के पोषण के लिए एक महत्वपूर्ण गुण है और एक सिक्ख की मानसिकता का एक अनिवार्य हिस्सा है और यह गुण हर समय सिक्ख के साथ होना चाहिए। सिक्ख शस्त्रागृह में अन्य चार गुण हैं : सत्य (सत), संतोष (संतोख), करुणा (दया) और प्रेम (प्यार) है।

एक सिक्ख के लिए ये पाँच गुण आवश्यक हैं और इन गुणों को आत्मसात करने और उन्हें अपने व्यक्तित्व का हिस्सा बनाने के लिए गुरबाणी का ध्यान और पाठ करना उनका कर्त्तव्य है।

**गुरबाणी हमें क्या बताती है**:

"विनम्रता का फल सहज ज्ञान से प्राप्त शांति और आनंद है। विनम्रता के साथ वे उत्कृष्टता का खजाना ईश्वर का ध्यान करना जारी रखते हैं। ईश्वर से अभिज्ञ प्राणी विनम्रता में डूबा हुआ है। जिसका हृदय दयापूर्वक विनम्रता के साथ स्थिर है। सिक्ख धर्म विनम्रता को ईश्वर के समक्ष भिक्षा पात्र के रूप में प्रस्तुत करता है।

**गुरु नानक, सिक्ख धर्म के प्रथम गुरु :**

"अपने मन में प्यार और विनम्रता के साथ सुनना और विश्वास करना, अपने भीतर गहरे पवित्र मंदिर में स्वयं को ईश्वर के नाम से शुद्ध करें।"- SGGS पृष्ठ 4

"संतोष को अपने कान की बाली बना लो, विनम्रता को अपने भिक्षापात्र बना लो, और ध्यान को अपने शरीर पर ज्ञलगाने वाली भस्म बना लो।"- एसजीजीएस पृष्ठ 6।

"विनम्रता के क्षेत्र में, शब्द सौंदर्य है। वहाँ अतुलनीय सुंदरता के रूप बनाए जाते हैं।" SGGS पृष्ठ 8

"विनम्रता, उदारता और अंर्तज्ञान मेरी सास और ससुर हैं" -SGGS पृष्ठ 152।

## आध्यात्मिकता की ओर यात्रा

गुरु ग्रंथ साहिब एक शाश्वत जीवित गुरु है, जो सिक्ख गुरुओं, हिंदू और मुस्लिम संतों की एक काव्य रचना है। यह संकलन उनके माध्यम से समस्त मानव जाति के लिए ईश्वर की ओर से एक उपहार है। गुरु ग्रंथ साहिब का दृष्टिकोण ईश्वरीय न्याय पर आधारित समाज का किसी भी प्रकार के उत्पीड़न के बिना है। जबकि ग्रंथ हिंदू धर्म और इस्लाम के धर्मग्रंथों को स्वीकार करता है और उनका सम्मान करता है, यह इनमें से किसी भी धर्म के साथ नैतिक सामंजस्य नहीं दर्शाता है। गुरु ग्रंथ साहिब में महिलाओं को पुरुषों के बराबर की भूमिका के साथ बहुत सम्मान दिया जाता है। महिलाओं के पास पुरुषों के समान आत्माएं होती हैं और इस प्रकार मुक्ति प्राप्त करने के समान अवसर के साथ आध्यात्मिकता के उच्च स्तर को प्राप्त करने का समान अधिकार होता है। महिलाएँ प्रमुख धार्मिक सभाओं सहित सभी धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक और धर्मनिरपेक्ष गतिविधियों में भाग ले सकती हैं।

सिक्ख धर्म समानता, सामाजिक न्याय, मानवता की सेवा और अन्य धर्मों के प्रति सहिष्णुता की वकालत करता है। सिक्ख धर्म का आवश्यक संदेश दैनिक जीवन में करुणा, ईमानदारी, विनम्रता और उदारता के आदर्शों का अभ्यास करते हुए हर समय आध्यात्मिक भक्ति और ईश्वर के प्रति श्रद्धा रखना है। सिक्ख धर्म के तीन मूल सिद्धांत ध्यान और ईश्वर को याद करना, ईमानदारी से जीने के लिए काम करना और दूसरों के साथ साझा करना है।

आत्मा के लिए इस आध्यात्मिक यात्रा पर जाने का प्रयास करने के लिए बधाई। अनुवाद कभी भी मूल के करीब नहीं हो सकता, खासकर जब पूरा गुरु ग्रंथ साहिब कविता में हो और रूपकों का उपयोग कार्य को अत्यधिक कठिन बना देता है। दिव्य संदेश में, हिंदु, मुस्लिम पौराणिक कथाओं में प्राय: प्रह्लाद, हिरण्याक्ष, लक्ष्मी, ब्रह्मा आदि का प्रयोग किया जाता है। कृपया इन्हें अक्षरशः न पढ़ें बल्कि इनके अंतर्निहित संदेश को समझें। ध्यान इस तथ्य पर है कि ईश्वर एक है और उसके साथ मिलन ही मानव जीवन का लक्ष्य है।

यह कार्य वर्षों से कई स्वयंसेवकों द्वारा किया गया है, ताकि आप तक आपकी भाषा में ईश्वरीय संदेश पहुँचाया जा सके। यदि आपका कोई प्रश्न हैं तो कृपया walnut@gmail.com पर बेझिझक ईमेल करें और हमें इस यात्रा में आपके साथ जुड़ना अच्छा लगेगा।