

ੴ

आनन्द साहिब

अध्यात्मतर्फको यात्रा
नेपाली अनुवाद

अनुक्रमणिका

1. आनन्द साहिब -----	1
2. अरदास-प्रार्थना -----	28
3. आत्माको मार्ग -----	33
4. यात्राको लागि दर्शन -----	35
5. महिलाको भूमिका -----	37
6. पगडीको महत्त्व -----	40
7. तपाईंको यात्रामा नम्रता मुख्य सार -----	42



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

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

ਏ ਮੇਰੇ ਆਮਾ! ਮਨਮਾ ਆਨੰਦ ਨੈ ਆਨੰਦ ਭਏਕੋ ਚੁ, ਕਿਨਕਿ ਮੈਲੇ ਸਤਗੁਰੁਲਾਇ ਪਾਏਕੋ ਚੁ।

ਸਤਿਗੁਰੁ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

ਸਤਿਗੁਰੁ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

ਸਤਗੁਰੁਲਾਇ ਭੇਟੇਪਛਿ ਮ ਸੁਖਤ:ਸ੍ਫੂਰਤ ਸ਼ਾਨ੍ਤਿ ਰ ਸਨ੍ਤੁਲਨਕੋ ਸ੍ਥਿਤਿਮਾ ਚੁ, ਮਾਨੈ ਮੇਰੇ ਮਨਮਾ ਕੁਨੈ ਆਨੰਦਮਧ ਰਾਗ ਬਜਿਰਹੇਕੋ ਚੁ।

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

ਧਸਤੋ ਅਨੁਭਵ ਭਝਰਹੇਕੋ ਚੁ ਕਿ ਮਾਨੈ ਰਫ਼ਹਰੂਜਸਤਾ ਸਝੀਤਮਧ ਅਮੂਲ੍ਧ ਰਾਗ-ਰਾਗਿਨੀਹਰੂ ਆਪਨਾ ਪਰਿਹਰੂਜਸਤਾ ਪਹਿਵਾਰਸਹਿਤ ਭਗਵਾਨਕੋ ਸ੍ਤੁਤਿ ਗਾਉਨ ਆਏਕਾ ਚਨ੍।

ਸਬਦੋ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

ਸਬਦੋ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

ਜਸਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾਲਾ ਆ ਮਨਮਾ ਬਸਾਏਕਾ ਚਨ੍, ਤੀ ਸਬੈਕਾ ਸ੍ਤੁਤਿਕੋ ਧਸ਼ੋਗਾਨ ਗਰ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

ਨਾਨਕ ਭਨ੍ਦਚਨ੍ ਕਿ ਸਤਗੁਰੁਲਾਇ ਪਾਏਰ ਮਨਮਾ ਪਰਮਾਨੰਦ ਪੈਦਾ ਭਏਕਾ ਚਨ੍।

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

ਏ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਤੈਂ ਸੰਧੈਂ ਪਰਮਾਤਮਾਕੋ ਸਾਥਮਾ ਲੀਨ ਰਹਨ੍ਹ

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

ਏ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾਕੋ ਸਾਥਮਾ ਲੀਨ ਰਹਿਸ੍ ਭਨੇ ਤਨਲੇ ਤੇਰੋ ਸਭੈ ਦੁ:ਖ ਭੁਲਾਝਦਿਨ੍ਹਨ੍।

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

ਤਨਲੇ ਤਿਮ੍ਰੋ ਨੈ ਸਾਥ ਦਿਝਰਹਨ੍ਹਨ੍ ਰ ਤਿਮ੍ਰੋ ਸਭੈ ਕਾਰਯ ਪੁਰਾ ਗਨੇ ਤਨੀ ਨੈ ਹੁਨ੍।

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

ਸਭੈ ਕੁਰਾ ਪੂਰਾ ਗਨ ਸਕਨੇ ਸਵਾਮੀਲਾਝ ਤਿਮੀਹਰੂ ਕਿਨ ਬਿਸਦੈਛੈ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

ਨਾਨਕ ਭਨ੍ਰਹੁਨ੍ਹ ਕਿ ਹੇ ਮੇਰੋ ਮਨ! ਸੰਧੈ ਪਰਮੇਸ਼੍ਵਰਮਾ ਵਿਸ਼੍ਵਾਸ ਬਨੇਰ ਰਹਨੁ॥੨॥

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥

ਹੇ ਸਾੱਚੋ ਮਾਲਿਕ! ਤਿਮ੍ਰੋ ਘਰਮਾ ਕੇ ਚਾਹੀਂ ਛੈਨ?

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

ਤਿਮ੍ਰੋ ਘਰਮਾ ਸਭੈ ਥੋਕ ਛ, ਤਰ ਤਿਮੀਲੇ ਜੇ ਦਿਨ੍ਹੈ, ਤ੍ਯੋ ਤਿਮੀਲੇ ਪਾਝੱਛੈ।

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

ਜਸਲੇ ਸਧੈਂ ਤਪਾਝੰਕੋ ਮਹਿਮਾ ਗਛੰਨ੍, ਤਿਨੀਹਰੂਕੋ ਹ੍ਰਦਯਮਾ ਨਾਮ ਬਾਸ ਗਛੰ।

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

ਜਸਕੋ ਮਨਮਾ ਨਾਮ ਆਏਰ ਬਸਦਛ, ਤਸਕੋ ਹ੍ਰਦਯਮਾ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦਕੋ ਧ੍ਵਨਿ ਗੁਨ੍ਜਿਨ੍ਹ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

ਨਾਨਕ ਭਰਮੁ ਹੁਨ੍ਹ ਕਿ ਹੇ ਸਾँਚੋ ਮਾਲਿਕ! ਤਿਸ੍ਰੋ ਘਰਮਾ ਕੇਹੀ ਪਨਿ ਰਾਮ੍ਰੋ ਚੈਨ॥੩॥

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥

ईश्वरको साँचो नाम नै मेरो आधार हो।

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

उहाँको साँचो नाम नै मेरो आधार, जसले हरेक प्रकारको भोक मेटाइदिएका छन्।

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

जुन नामले मेरा सबै इच्छाहरू पुरा गरिदिएको छ, त्यो सुख शान्ति गरेर मेरो मनमा आएर बसेको छ।

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

म ती गुरुमाथि सधै समर्पित हुन्छु, जसले यो महिमा दिएको छ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੋ ॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੋ ॥

ਨਾਨਕ ਭਰਮੁ ਹੁਨ੍ਹ ਕਿ ਹੇ ਸਨ੍ਤਜਨ, ਧਿਆਨਪ੍ਰਵਕ ਸੁਨ, ਗੁਰੁ ਸ਼ਬਦਸੰਗ ਪ੍ਰੇਮ ਗਰ।

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥੪॥

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥੪॥

प्रभुको साँचो नाम नै मेरो जीवनको आधार हो॥੪॥

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ॥

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ॥

त्यस भाग्यमानी हृदय-घरमा रबाब, पखवाज, ताल, धुंघरू र शंखजस्ता पाँच प्रकारका ध्वनिहरूजस्ता नसुनेका शब्दहरू प्रतिध्वनित हुन्छन्।

ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

ਜੁਨ ਘਰਮਾ ਪਰਮਾਤਮਾਲੇ ਆਪਨੋ ਸ਼ਕਤਿ ਰਾਖਨੁਭਾਏਕੋ ਚ, ਟਪਸ ਭਾਗਯਸ਼ਾਲੀ ਹ੍ਰਦਯ-ਘਰਮਾ ਪਾਂਚ ਸ਼ਬਦ ਬਯੋਦਯਨੁ।

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

ਹੇ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ! ਤਪਾਏਲੇ ਕਾਮਆਦਿ ਪਾਂਚ ਦੂਤਹਰੂਲਾਏ ਵੰਸ਼ੀਭੂਤ ਗਰੇਰ ਭਯਾਨਕ ਕਾਲਲਾਏ ਪਨਿ ਮਾਰਿਦਿਨੁਭਾਏਕੋ ਚ।

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

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

ਪਰਮਪ੍ਰਭੁਕੋ ਨਾਮਮਾ ਤੀ ਪ੍ਰਾਣੀਹਰੂ ਲਾਗੇਕਾ ਚਨ, ਜਸਕੋ ਭਾਗਯ ਸੁਰੁਦੇਖਿ ਨੈ ਲੇਖਿਏਕੋ ਚ।

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

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

ਨਾਨਕ ਭਜੁਹੁਨ੍ਹ ਕਿ ਹ੍ਰਦਯ-ਘਰਮਾ ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਬਜਿਰਹੇਕੋ ਚ ਟਪਹਾਏ ਸੁਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭਾਏਕੋ ਚ॥੫॥

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

ਧੋ ਸ਼ਰੀਰ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰਸੰਗ ਸਾਢੋ ਲਗਾਵ ਬਿਨਾ ਤੁਛ ਹੋ।

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

ਏਤਾ ਵਿਚਰਾ ਤੁਛ ਸ਼ਰੀਰਲੇ ਸਾਢੋ ਲਗਨਬਿਨਾ ਕੇ ਗਨ ਸਕਛ?

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

ਹੇ ਬਨਵਾਰੀ! ਤਿਮੀਭਨ੍ਹਾ ਸਕਸ਼ਮ ਅਰੂ ਕੋਹੀ ਚੈਨ, ਦਯਾ ਗਨੁਹੋਸੁ।

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

ਧਸ ਸ਼ਰੀਰਕਾ ਲਾਗਿ ਅਰੂ ਕੁਨੈ ਠਾਊ ਚੈਨ, ਸਿਮਰਨਮਾ ਲਗਾਏਰ ਮਾਤ੍ਰ ਧਸਲਾਏ ਸੁਧਾਰਨ ਸਕਿਨ੍ਹ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

ਨਾਨਕ ਮਨਚਨ੍ ਕਿ ਧੋ ਦਰਿਦ੍ਰ ਸ਼ਰੀਰਲੇ ਮਗਵਾਨਕੋ ਮੋਹ ਬਿਨਾ ਕੇ ਗਰਨ ਸਕਛ ॥੬॥

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੁ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੁ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

ਸਬੈਲੇ ਆਨੰਦ- ਆਨੰਦਕੋ ਕੁਰਾ ਗਠਨ੍, ਤਰ ਸਾँਚੋ ਸੁਖ ਗੁਰੁਬਾਟ ਜਾਨਿਨ੍ਚ।

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰੁ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰੁ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥

ਸਾँਚੋ ਸੁਖ ਗੁਰੁਬਾਟ ਜਾਨਿਨ੍ਚ, ਜਸਲੇ ਸੰਧੈ ਨੈ ਆਪਨੋ ਪ੍ਰਿਧ ਸੇਵਕਹਰੂਮਾਥਿ ਕ੍ਰਪਾ ਗਨ੍ਹੁਨ੍ਚ।

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥

ਗੁਰੁਲੇ ਕ੍ਰਪਾ ਗਰੇਰ ਸਬੈ ਪਾਪ ਨਸ਼ਟ ਗਰਿਦਿਨ੍ਚਨ੍ ਰ ਆਂਖਾਮਾ ਜ਼ਾਨਕੋ ਸੁਰਮਾ ਹਾਲਿਦਿਨ੍ਚਨ੍।

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

ਜਸਕੋ ਅਨ੍ਤਰਮਨਬਾਟ ਮੋਹ ਟੁਟੇਕੋ ਛ, ਸਾँਚੋ ਪ੍ਰਮੁਲੇ ਸ਼ਬਦਦੁਆਰਾ ਤਨੀਹਰੂਕੋ ਜੀਵਨਲਾਇ ਸੁਨ੍ਦਰ ਬਨਾਇਨ੍ਹਿਮਾਏਕੋ ਛ।

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

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

ਨਾਨਕ ਮਨ੍ਹੁਨ੍ਚ ਕਿ ਧੋ ਨੈ ਸਾँਚੋ ਆਨੰਦ ਹੋ, ਜੁਨ ਆਨੰਦਕੋ ਜ਼ਾਨ ਗੁਰੁਬਾਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰਿਏਕੋ ਹੋ॥੭॥

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥

ਹੇ ਬਾਬਾ! ਤਿਮੀ ਜਸਲਾਇ ਦਿਨ੍ਚੈ, ਤਸੈਲੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰਦਛ।

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

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

ਤਯਹੀ ਵਯਕਤਿਲੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰਦਛ, ਜਸਲਾਇ ਤਪਾਇ ਆਂਫੈ ਦਿਨ੍ਹੁਨ੍ਚ, ਅਰੂ ਅਸਹਾਯਲੇ ਕੇ ਗਰਨ ਸਕਛ ਰ?

ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥

इकि भरमि भूले फिरहि दह दिसि इकि नामि लागि सवारिआ ॥

कोही भ्रममा भुलिएको छ र दसै दिशामा भट्किरहेको छ तर कसैले नामसँग लागेर आफ्नो जीवन सफल बनाएको छ।

गुर परसादी मनु भइआ निरमलु जिना भाणा भावए ॥

गुर परसादी मनु भइआ निरमलु जिना भाणा भावए ॥

जसलाई भगवान्को इच्छा मन पर्छ, उनीहरूको मन गुरुको कृपाले शुद्ध भएको छ।

कहै नानक जसु देहि पਿਆरे सैਈ जनु पावए ॥८॥

कहै नानक जसु देहि पਿਆरे सोई जनु पावए ॥८॥

नानक भन्नुहुन्छ कि जसलाई प्यारो प्रभुले दिनुहुन्छ, उसैले प्राप्त गर्दछ॥८॥

आवहु संत पਿਆरिहो अकथ की करह कहाणी ॥

आवहु संत पਿਆरिहो अकथ की करह कहाणी ॥

हे प्यारो सन्तजन! आउनुहोस्, हामी सबै मिलेर अकथनीय प्रभुको कथा सुनाऔं।

करह कहाणी अकथ केरी किनु दुआरै पाईऐ ॥

करह कहाणी अकथ केरी किनु दुआरै पाईऐ ॥

आउनुहोस्, अकथनीय ईश्वरको कथा सुनाऔं र कुन विधिद्वारा यो प्राप्त गर्न सकिन्छ भनेर सोचौं।

तनु मनु धनु सभु सउपि गुर कउ हुकमि मंनिऐ पाईऐ ॥

तनु मनु धनु सभु सउपि गुर कउ हुकमि मंनिऐ पाईऐ ॥

आफ्नो तन, मन, धन गुरुलाई सुम्पेर र उहाँको आज्ञा पालन गरेर मात्र भगवान् पाउन सकिन्छ।

हुकमु मंनिहु गुरु केरा गावहु सची बाणी ॥

हुकमु मंनिहु गुरु केरा गावहु सची बाणी ॥

गुरुको आज्ञा पालन गर्नुहोस् र उहाँको साँचो वाणी गाउनुहोस्।

कहै नानक सुणहु संतहु कथिहु अकथ कहाणी ॥९॥

कहै नानक सुणहु संतहु कथिहु अकथ कहाणी ॥९॥

नानक भन्छन् कि हे सन्तहरू! सुन्नुहोस्, परमेश्वरको अकथनीय कथा बताउनुहोस्॥९॥

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ਹੇ ਚੰਚਲ ਮਨ! ਕਸੈਲੇ ਪਨਿ ਚਤੁਰਾਈਪ੍ਰਵਕ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰਲਾਇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰੇਕਾ ਚੈਨਨ੍।

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

ਏ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਤ ਧਿਆਨਲੇ ਮੇਰੇ ਕੁਰਾ ਸੁਨੇ, ਚਤੁਰਾਈਲੇ ਕਸੈਲੇ ਪਨਿ ਈਸ਼ੁਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰੇਕੋ ਚੈਨ।

ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

ਯੋ ਮਾਯਾਮਾ ਯਸਤੋ ਆਕਰਸ਼ਣ ਚ, ਜਸਲੇ ਪ੍ਰਾਣੀਲਾਇ ਭ੍ਰਮਮਾ ਪਾਰੇਰ ਸਤ੍ਯਲਾਇ ਬਿਸਾਇਦਿਏਕੋ ਚ।

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

ਯੋ ਮੋਹਿਨੀ ਮਾਯਾ ਪਨਿ ਭਗਵਾਨ੍ਲੇ ਨੈ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟਿ ਗਰੁੰਭਏਕੋ ਹੋ, ਜਸਲੇ ਮੋਹਰੂਪੀ ਠਗ-ਭੁਟੀ ਪ੍ਰਾਣੀਹਰੂਕੋ ਮੁਖਮਾ ਹਾਲੇਕੋ ਚ।

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

ਮ ਤੀ ਪਰਮਾਤਮਾਮਾ ਸਮਰਪਿਤ ਹੁਨ੍ਹੁ, ਜਸਲੇ (ਨਾਮਕੋ) ਮਿਠੋ ਮੋਹ ਲਗਾਏਕਾ ਚਨ੍।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

ਨਾਨਕ ਭਗੁਨ੍ਹੁ ਕਿ ਹੇ ਚੰਚਲ ਮਨ! ਕਸੈਲੇ ਪਨਿ ਚਤੁਰਾਈਲੇ ਈਸ਼ੁਰਲਾਇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰੇਕੋ ਚੈਨ।

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

ਹੇ ਪ੍ਰਿਯਾਰੇ ਮਨ! ਤੈਂ ਸੱਧੈ ਸਤ੍ਯਕੋ ਧਿਆਨ ਗ੍ਰ।

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

ਤਿਮੀਲੇ ਰੇਖਦੇਖ ਗਰੇਕੋ ਯੋ ਪਰਿਵਾਰ ਤਿਮੀਸੰਗ ਗਏਕੋ ਚੈਨ।

साथि तेरै चले नाही तिसु नालि किउ चितु लाਈऐ ॥

साथि तेरै चलै नाही तिसु नालि किउ चितु लाईऐ ॥

जुन परिवार तेरो साथमा जाँदैन, त्योसँग तँ किन चित्त लगाइरहेको छस्।

ऐसा कंमु मूले न कीचै जितु अंति पढेताईऐ ॥

ऐसा कमु मूले न कीचै जितु अंति पछोताईऐ ॥

यस्तो काम बिल्कुलै गर्नुहुँदैन, जसले अन्तमा पछुताउनुपर्छ।

सतिगुरु का उपदेसु सुनि तू होवै तेरै नाले ॥

सतिगुरु का उपदेसु सुनि तू होवै तेरै नाले ॥

तिमी सतगुरुको उपदेश सुन, यही तिम्रो साथमा रहन्छ।

कहै नानक म न पिआरे तू सदा सचु समाले ॥११॥

कहै नानक म न पिआरे तू सदा सचु समाले ॥११॥

नानक भन्नुहुन्छ कि हे प्यारो मन! तँ सधैं सत्यको ध्यान गर्ने गर्।॥११॥

अगम अगोचरा तेरा अंतु न पाइआ ॥

अगम अगोचरा तेरा अंतु न पाइआ ॥

हे अगम्य, अगोचर परमेश्वर! तिम्रो अन्त कसैले पनि प्राप्त गरेको छैन।

अंतो न पाइआ किनै तेरा आपणा आपु तू जाणहे ॥

अंतो न पाइआ किनै तेरा आपणा आपु तू जाणहे ॥

कसैले पनि तिम्रो रहस्य पत्ता लगाएको छैन, तिमी आफैले आफूलाई जान्दछौ।

जीअ जंत सभि खेलु तेरा किआ को आखि वखाणए ॥

जीअ जंत सभि खेलु तेरा किआ को आखि वखाणए ॥

यी सबै जीव-जन्तु तिम्रो खेल (लीला) हुन्, यस सन्दर्भमा कसले के भनेर बयान गरोस्।

आखहि त वेखहि सभु तूहै जिनि जगतु उपाइआ ॥

आखहि त वेखहि सभु तूहै जिनि जगतु उपाइआ ॥

जसले यो जगत् पैदा गरेका हुन्, तिमीलाई सबैमा बोलिरहेको छौ तथा हेरिरहेका छौ।

कहै नानक तू सदा अगमु है तेरा अंतु न पाइआ ॥१२॥

कहै नानक तू सदा अगमु है तेरा अंतु न पाइआ ॥१२॥

नानक भन्दछन् कि हे ईश्वर! तिमी सदा अगम्य छौ, तिम्रो रहस्य कसैले पनि जानेको छैन।॥१२॥

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

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

ਜੁਨ ਅਮ੍ਰਿਤਲਾਈ ਦੇਵਤਾ, ਮਨੁਸ਼ਯ ਤਥਾ ਮੁਨਿਜਨਲੇ ਪਨਿ ਖੋਜਦੁ ਚਲਨੁ, ਤਯੋ ਅਮ੍ਰਿਤ ਮਲਾਈ ਗੁਰੁਬਾਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭਾਈਓ ਚ।

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

ਗੁਰੁਕੋ ਕ੍ਰਿਪਾਲੇ ਮਲਾਈ ਅਮ੍ਰਿਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭਾਈਓ ਚ ਰ ਪਰਣ-ਸਤ੍ਯਲਾਈ ਮੇਰੋ ਮਨਮਾ ਬਸਾਇਦਿਓ ਚ।

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

ਹੇ ਈਸ਼ਵਰ! ਸਭੈ ਜੀਵ-ਜਨ੍ਤੁ ਤਪਾਏਲੇ ਨੈ ਉਤਪੰਨ ਗਰ੍ਭਭਾਈਓ ਹੋ, ਤਰ ਕੁਨੈ ਦੁਰ੍ਭਾਗੇ ਨੈ ਗੁਰੁਕੋ ਦਰਸਨਿ ਤਥਾ ਚਰਣ ਸਪ੍ਰਸ਼ ਗਰ੍ਭ ਆਈਓ ਚ।

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

ਉਸਕੋ ਲਾਲਚ, ਲੋਭ ਰ ਅਹੰ ਹਟੇਓ ਚ ਰ ਉਸਲਾਈ ਸਤਗੁਰੁ ਮਾਤ੍ਰ ਮਨ ਪਰੇਓ ਚ।

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

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

ਨਾਨਕ ਭਰ੍ਤ੍ਰਹ੍ਣੁ ਕਿ ਜੋਸੰਗ ਪਰਮਾਤਮਾ ਆਪ੍ਰ ਨੈ ਪ੍ਰਸੰਨ ਭਾਈਓ ਚ, ਉਸਲਾਈ ਗੁਰੁਬਾਟ ਅਮ੍ਰਿਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭਾਈਓ ਹੁੰਦੁ ॥ ੧੩ ॥

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

ਭਕਤਹਰ੍ਕੋ ਜੀਵਨ-ਆਚਰਣ ਸੰਸਾਰਕਾ ਅਨ੍ਯ ਮਾਨਿਸਹਰ੍ਕੁ ਭੰਦਾ ਫਰਕ ਹੁੰਦੁ।

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

ਭਕਤਜਨਹਰ੍ਕੋ ਜੀਵਨ ਰ ਆਚਰਣ ਅਧਿਕਾਰੀ ਚ ਕਿਨਭਨੇ ਉਨੀਹਰ੍ਕੁਲਾਈ ਧੈਰੈ ਕਠਿਨ ਮਾਰਗਮਾ ਹਿੰਦੁ ਪਰਦੁ।

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

ਤਿਨੀਹਰੂ ਲੋਭ, ਲਾਲਚ, ਘਮਝਡ ਰ ਤਿਖਾ ਟ੍ਰਾਗੇਰ ਧੇਰੈ ਬੋਲਨ ਚਾਹੈਨਨ੍।

ਖੰਨਿਆਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

ਖੰਨਿਆਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

ਤਰਵਾਰਕੋ ਧਾਰਮੰਦਾ ਧਾਰਿਲੋ ਰ ਕਪਾਲਮੰਦਾ ਸਾਨੋ ਧੋ ਭਾਟੋ ਤਨੀਹਰੂਲਾਓ ਜਾਨੁਪਛੈ।

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ਗੁਰੁਕੋ ਕ੍ਰਪਾਲੇ ਜਸਲੇ ਅਹੰਲਾਓ ਟ੍ਰਾਗੇਕਾ ਚਨ੍, ਤਿਨਕੋ ਵਾਸਨਾ ਈਸ਼ਵਰਮਾ ਸਮਾਹਿਤ ਮਾਕੋ ਹੁਨ੍ਚ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

ਨਾਨਕ ਮੰਦਚਨ੍ ਕਿ ਮਕਤਹਰੂਕੋ ਜੀਵਨ ਰ ਆਚਰਣ ਧੁਗੈਦੇਖਿ ਸੰਸਾਰਕਾ ਅਨ੍ਧ ਮਾਨਿਸਹਰੂਮੰਦਾ ਫਰਕ ਚ॥੧੪॥

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

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

ਹੇ ਸਵਾਮੀ! ਜਸਰੀ ਤਿਮੀ ਚਲਦਚੈ, ਹਾਮੀ ਟ੍ਰਪਸਰੀ ਚਲਦਚੈ। ਮ ਤਿਮ੍ਰੋ ਗੁਣਕੋ ਭਾਰੇਮਾ ਜਾਨੰਦਿਨ।

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

ਜੁਨ ਮਾਰਗਮਾ ਹਾਮੀਲਾਓ ਤਪਾਓ ਹਾਲਨੁਹੁਨ੍ਚ, ਟ੍ਰਪਹੀ ਮਾਰਗਮਾ ਹਾਮੀ ਤਪਾਓਕੋ ਈਚਾਅਨੁਸਾਰ ਚਲਦਚੈ।

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

ਤਪਾਓਕੋ ਅਨੁਗ੍ਰਹਲੇ ਜਸਲਾਓ ਤਪਾਓਲੇ ਆਪਨੋ ਨਾਮ-ਸਮਰਣ ਗਰਨ ਲਗਾਤਨੁਮਧੋ, ਤਿਨੀਹਰੂ ਸਧੈਂ ਤਪਾਓਕੋ ਧ੍ਧਾਨ ਗਰਿਰਹੇਕਾ ਚਨ੍।

ਜਿਸ ਨੋ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਜਿਸ ਨੋ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ਜਸਲਾਓ ਤਪਾਓ ਆਪਨੋ ਕਥਾ ਸੁਨਾਤਨੁਹੁਨ੍ਚ, ਤਨੀਹਰੂਲਾਓ ਗੁਰੁਕੋ ਫੋਕਾਮਾ ਖੁਸ਼ੀ ਮਿਲ੍ਚ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥

ਨਾਨਕ ਮਨਚਨ੍ ਕਿ ਹੇ ਸਾँਚੋ ਮਾਲਿਕ! ਜਸਰੀ ਤਿਮੀਹਰੂਲਾई ਸਵੀਕਾਰ ਗਰਿਨ੍ਚ, ਤ੍ਪਸਰੀ ਨੈ ਤਹਾँਲੇ
ਪ੍ਰਾਣੀਹਰੂ ਚਲਾਤਨੁਹੁਨ੍ਚ ॥ ੧੫॥

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

ਯੋ ਸੁਨਦਰ ਵਚਨ ਪਰਮੇਸ਼੍ਵਰਕੋ ਪ੍ਰਸਾਂਸਾ ਹੋ।

ਸਬਦੇ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥

ਸਬਦੋ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥

ਸਤਗੁਰੂਲੇ ਜਹਿਲੇ ਪਨਿ ਸੁਨਦਰ ਸ਼ਬਦਕੋ ਮਯਨ ਵਾਚਨ ਗਰੇਕਾ ਚਨ੍।

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਪੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਪੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

ਜਸਕੋ ਪ੍ਰਾਰਥ ਸੁਰੁਦੇਖਿ ਨੈ ਲੇਖਿਏਕੋ ਚ, ਤਿਨਕੋ ਮਨਮਾ ਯੋ ਗਾँਸਿਏਕੋ ਹੁਨ੍ਚ।

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ਕੇਹੀ ਮਾਨਿਸ ਘੁਮਫਿਰ ਗਰਿਰਹਨ੍ਚਨ੍ ਰ ਧੇਰੈ ਕੁਰਾ ਗਞਨ੍, ਤਰ ਕਸੈਲੇ ਪਨਿ ਕੁਰਾਹਰੂਬਾਟ ਲਾਮ
ਤਠਾਏਕਾ ਚੈਨਨ੍।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

ਨਾਨਕ ਮਨ੍ਹੁਹੁਨ੍ਚ ਕਿ ਸਤਗੁਰੂਲੇ ਸ਼ਬਦਕਾ ਨੈ ਕੀਰ੍ਤਿਗਾਨ ਸੁਨਾਏਕਾ ਚਨ੍॥੧੬॥

ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਪਿਆਇਆ ॥

ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਪਿਆਇਆ ॥

ਜਸਲੇ ਪਰਮੇਸ਼੍ਵਰਕੋ ਮਨਨ ਗਰੇਕਾ ਚਨ੍, ਤਿਨੀਹਰੂ ਪਵਿਤ੍ਰ ਮਏਕਾ ਚਨ੍।

ਹਰਿ ਪਿਆਇਆ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਪਿਆਇਆ ॥

ਹਰਿ ਪਿਆਇਆ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਪਿਆਇਆ ॥

ਮਗਵਾਨ੍ਕੋ ਧ੍ਯਾਨ ਗਰੇਰ ਜੋ ਪਾਵਨ ਮਏਕਾ ਚਨ੍, ਜੋ ਗੁਰਮੁਖ ਮਏਰ ਧ੍ਯਾਨ ਗਰੇਕਾ ਚਨ੍, ਤਨੀਹਰੂ ਪਵਿਤ੍ਰ
ਬਨੇਕਾ ਚਨ੍।

ਪਵਿਤ੍ਰ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

ਪਵਿਤ੍ਰ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

तिनीहरू आफ्ना आमाबाबु र परिवारसहित पवित्र भएका छन् र तिनीहरूसँग सङ्गत गर्नेहरू पनि पवित्र भएका छन्।

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

मुखले हरिको नामजप गर्ने र कानले सुन्नेहरू पवित्र भएका छन् र हृदयमा बास गर्नेहरू पनि पवित्र भएका छन्।

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

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

नानक भब्रुहुन्छ कि जसले गुरुमुख भनेर ईश्वरको ध्यान गरेको छ, ऊ पवित्र भएको छ ॥ १७ ॥

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਉਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਉਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥

धराम कर्म गर्नाले मनमा सहज ज्ञान उत्पन्न हुँदैन र सहज ज्ञानबिना मनको चिन्ता हटेर जाँदैन।

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੇ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੇ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥

यो चिन्ता कुनै पनि तरिकाले मनबाट हट्दैन र धेरै मानिस कर्मकाण्ड गर्न थाकेका हुन्छन्।

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਪੋਤਾ ਜਾਏ ॥

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਪੋਤਾ ਜਾਏ ॥

यस अन्तस्करणलाई शङ्का र चिन्ताले कलंकित पारेको छ, कुन तरिकाले यसलाई शुद्ध पार्नुपर्छ।

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥

मनलाई शुद्ध पार्न, वचनको साथ जुनून राख्नुहोस् र भगवानसँग ध्यान गर्नुहोस्।

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

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

नानक भब्रुहुन्छ कि गुरुको कृपाले सहज-ज्ञान उब्जिन्छ र यस प्रकार संशय-चिन्ता मनबाट हट्दछ ॥१८॥

ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

ਕੋਹੀ ਮਨਬਾਟ ਮੈਲਾ ਚ, तर बाहिरबाट सफा भएको देखावटी गर्दछ।

ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥

बाहिरहु निरमल जीअहु त मैले तिनी जनमु जूਐ ਹਾਰਿਆ ॥

जसले बाहिरबाट शुद्ध भएको देखावटी गर्छ र मनमा फोहोर हुन्छ, उसले जुवामा आफ्नो जन्म गुमाइसकेको हुन्छ।

ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥

एह तिसना वडा रोगु लगा मरणु मनहु विसारਿਆ ॥

उसलाई तिर्खाको यो ठूलो रोग छ र उसले आफ्नो हृदयले मृत्युलाई बिर्सको छ।

ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੋ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥

वेदा महि नामु उत्तम सु सुणहि नाही फिरहि जिउ बेतालिआ ॥

वेदमा यो नाम उत्तम भनिएको छ, तर यी मानिसहरू यसलाई सुन्दैनन् र भूतप्रेतजस्तै भौतारिरहन्छन्।

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

कहै नानक जिन सचु तजिआ कूड़े लागे तिनी जनमु जूਐ ਹਾਰਿਆ ॥੧੯॥

नानकका अनुसार जसले सत्यलाई त्यागेका छन् र झूटको प्रलोभनमा परेका छन्, उनीहरूले जुवामा आफ्नो बहुमूल्य जन्म गुमाएका छन्॥੧੯॥

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

ਕੋਹੀ-ਕੋਹੀ ਮਾਨਿਸ ਹ੍ਰਦਯਲੇ ਸੁਫ਼ ਹੁਨ੍ਹਨ੍ ਰ ਬਾਹਿਰਬਾਟ ਪਨਿ ਸੁਫ਼ ਹੁਨ੍ਹਨ੍।

ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥

बाहिरहु त निरमल जीअहु निरमल सतिगुर ते करणी कमाणी ॥

यस्ता हृदय र बाहिरबाट पवित्र व्यक्तिहरूले सतगुरुको उपदेशअनुसार राम्रो कर्म कमाउँछन्।

ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਝਿ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥

कूड़ की सोझि पहुचै नाही मनसा सचि समाणी ॥

झूटले उनीहरूलाई छੁੱदैन पनि र उनीहरूको मन सत्यमा नै विलीन हुन्छ।

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

ਉਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾਪਾਰੀ ਨੈ ਉਤਮ ਹੋ, ਜਸਲੇ ਰਫ਼ਜਸਤੀ ਅਮੂਲ੍ਯ ਜਨਮਕੋ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰੇਕਾ ਚਨ੍।

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

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

ਨਾਨਕ ਭਨ੍ਚਨ੍, ਜਸਕੋ ਮਨ ਪਾਵਨ ਹੁਨ੍ਚ, ਉਨੀ ਸਦੈਵ ਗੁਰੁਸੰਗ ਬਸ੍ਚਨ੍॥੨੦॥

ਜੇ ਕੋ ਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥

ਜੇ ਕੋ ਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥

ਧਰਿ ਕੁਨੈ ਸ਼ਿਸ਼੍ਯ ਗੁਰੁਕੋ ਸਾਮੁਨ੍ਰੇ ਆਉਂਚ ਭਨੇ।

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

ਧਰਿ ਕੁਨੈ ਸ਼ਿਸ਼੍ਯ ਗੁਰੁਕੋ ਸਾਮੁਨ੍ਰੇ ਚ ਭਨੇ, ਓ ਹ੍ਰਦਯਦੇਖਿ ਪਨਿ ਗੁਰੁਕੋ ਸਾਥਮਾ ਰਹਨ੍ਚ।

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥

ਉਨੀ ਹ੍ਰਦਯਮਾ ਗੁਰੁਕੋ ਖੁਟਾਮਾ ਧ੍ਯਾਨ ਗਰਿਰਹਨ੍ਚਨ੍ ਰ ਅਨ੍ਤਸ੍ਕਰਣਮਾ ਪਨਿ ਆਪਨੋ ਸ੍ਮ੍ਰਤਿਮਾ ਲੀਨ ਰਹਨ੍ਚਨ੍।

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

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

ਓ ਆਪਨੋ ਅਹਮ੍ ਧ੍ਯਾਗੇਰ ਗੁਰੁਕੋ ਸਹਾਰਾਮਾ ਜਿਉਂਦਚ ਰ ਗੁਰੁ ਬਿਨਾ ਅਰੁ ਕਸੈਲਾਓ ਪਨਿ ਚਿਨ੍ਦੈਨ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੋ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੋ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥

ਨਾਨਕ ਭਨ੍ਚਨ੍, "ਹੇ ਸਨ੍ਤਹ੍ਰੁ! ਧ੍ਯਾਨ ਦਿਏਰ ਸੁਨ੍ਰਹੋਸ੍; ਉਹੀ ਸ਼ਿਸ਼੍ਯ ਗੁਰੁਕੋ ਅਗਾਓ ਹੁਨ੍ਚ ॥੨੧॥

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

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

ਧਰਿ ਕੁਨੈ ਸ਼ਿਸ਼੍ਯ ਗੁਰੁਬਾਟ ਵਿਮੁਖ ਹੁਨ੍ਚ ਭਨੇ, ਉਸਲਾਓ ਸਤਗੁਰੁ ਬਿਨਾ ਮੋਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੈਨ।

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਬੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

ਧਰਮ ਸੰਦਰਭਮਾ ਕੋਹੀ ਗਏਰ ਬੁਢਿਮਾਨ ਮਾਨਿਸਹਰੂਲਾਇ ਸੋਧੋ ਭਨੇ ਪਨਿ ਉਸਲੇ ਅਰੂ ਕੁਨੈ ਠਾਊਂਮਾ ਮੁਕਤਿ ਪਾਤਨ ਸਕਦੈਨ।

ਅਨੇਕ ਜੂਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

ਅਨੇਕ ਜੂਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

ਧਰਿ ਭੈ ਧੋਰੈ ਧੋਨਿਭਾਟ ਭੌਤਾਰਿਏਰ ਫੇਰਿ ਮਾਨਵ ਧੋਨਿਮਾ ਆਉਂਛ ਭਨੇ ਪਨਿ, ਗੁਰੁਬਿਨਾ ਉਸਲੇ ਮੁਕਤਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰਨ ਸਕਦੈਨ।

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

ਯਥਾ ਸਤਗੁਰੁਲੇ ਉਨਲਾਇ ਵਚਨ (ਉਪਦੇਸ਼) ਸੁਨਾਉਨੁਹੁਛ, ਤਥਾ ਫੇਰਿ ਗੁਰੁਕੋ ਪਾਤਮਾ ਲਏਰ ਮੋਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁਛ।

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

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

ਨਾਨਕ ਭਨ੍ਹਨ, "ਵਿਚਾਰ ਗਰੁਹੋਸ੍ ਰ ਹੇਰੁਹੋਸ੍, ਸਤਗੁਰੁ ਬਿਨਾ ਵਿਮੁਖ ਆਤਮਾਲੇ ਮੋਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰਨ ਸਕਦੈਨ ॥੨੨॥

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਹੈ ਗੁਰੁਕਾ ਪ੍ਰਿਧ ਸਿਖਿਹਰੂ! ਆਓ, ਸਤਿ ਗਾਣੀ ਗਾਓ।

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

ਗੁਰੁਕਾ ਸ਼ਬਦਹਰੂ ਮਾਤ੍ਰ ਗਾਉਨੁਹੋਸ੍, ਜੁਨ ਸਬੈ ਸ਼ਬਦਹਰੂਮਧੇ ਉਤਮ ਹੋ।

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ਯੋ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰਦੁਆਰਾ ਆਸ਼ਿਸ਼ ਪਾਏਕਾ ਛਨ, ਤਿਨੀਹਰੂਕੋ ਹ੍ਰਦਧਮਾ ਧੋ ਆਵਾਜ ਸਮਾਹਿਤ ਹੁਛ।

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

ਨਾਮਾਮ੍ਰਿਤ ਪਿਉਨੁਹੋਸ੍; ਸੰਧੈ ਪਰਮਾਤਮਾਕੋ ਰਤਮਾ ਲੀਨ ਰਹਨ ਰਹਨੁਹੋਸ੍ ਰ ਸੰਧੈ ਪ੍ਰਭੂਕੋ ਨਾਮ

जपिरहनुहोस्।

कहै नानक सदा गावहु ऐह सची बाणी ॥२३॥

कहै नानक सदा गावहु एह सची बाणी ॥२३॥

नानक संधै यो साँचो वाणी गाइरहनु भबुहुन्छ ॥२३॥

सतिगुरु बिना होर कची है बाणी ॥

सतिगुरु बिना होर कची है बाणी ॥

सतगुरु बिना अर्को वाणी कच्चा हुन्छ, गुरुको मुखबाट बोलेको वाणी नै सत्य हो।

बाणी त कची सतिगुरु बाझहु होर कची बाणी ॥

बाणी त कची सतिगुरु बाझहु होर कची बाणी ॥

गुरुबाहेक अरू सबै झूटा हुन्।

कहदे कचे सुणदे कचे कचीं आखि वखाणी ॥

कहदे कचे सुणदे कचे कचीं आखि वखाणी ॥

जो आफ्नो मुखले झूटो (काँचो) बोली जप्छन् र सुन्छन्, तिनीहरू पनि कच्चा हुन्छन्, अर्थात् झूटा हुन्छन् र झूटा मानिसहरूले यसो भन्दै काँचो बोली बोलेका छन्।

हरि हरि निउ करहि रसना कहिआ कहु न जाणी ॥

हरि हरि नित करहि रसना कहिआ कहु न जाणी ॥

यस्ता व्यक्तिहरू आफ्नो रसनाद्वारा नियमित रूपमा हरि नामजप गरिरहन्छन् तर यसको बारेमा केही पनि जान्दैनन्।

चितु जिन का हिरि लइआ माइआ बोलनि पए रवाणी ॥

चितु जिन का हिरि लइआ माइआ बोलनि पए रवाणी ॥

जसको मन मायाले चोरेको छ, ती व्यर्थमा बोलिरहेका छन्।

कहै नानक सतिगुरु बाझहु होर कची बाणी ॥२४॥

कहै नानक सतिगुरु बाझहु होर कची बाणी ॥२४॥

नानक भन्छन् कि सतगुरुको मुखबाट बोलेको वाणी सत्य हो, अन्य सबै शब्दहरू कच्चा अर्थात् असत्य हुन् ॥ २४ ॥

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥

ਗੁਰੂਕੋ ਵਚਨ ਅਮੂਲ्य ਰत्न हो, जसमा सद्गुणका बहुमूल्य हीराजडित हुन्छन्।

ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥

ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥

जसले आफ्नो मनलाई वचनको बहुमूल्य रत्नमा व्यस्त राख्छ, ऊ त्यसमा लीन भएको हुन्छ।

ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥

ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥

जसको मन शब्दसँग मिलेको छ, उसले सत्यसँग प्रेम गरेको हुन्छ।

ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੋ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥

ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੋ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥

परमेश्वर आपैं नै शब्दरूपी रत्न तथा आपैं गुरु रूपी हीरा हुनुहुन्छ, वहाँले जसलाई यो शब्दरूपी रत्न दिनुहुन्छ, उसैले यो तथ्यलाई बुझ्न सक्दछ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥

नानक भन्नुहुन्छ कि गुरु शब्द एउटा बहुमूल्य रत्न हो, जसमा गुणरूपी महंगो हिरा जडिएको छ।

ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥

ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥

शिवशक्ति (चेतन र माया) को निर्माण गरेर ईश्वर स्वयं आपनो इच्छाको पछि लागिरहेका छन्।

ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥

ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥

आपनो आज्ञा चलाएर, वहाँ स्वयम्ले मन र मायाको बिचको खेललाई देख्नुभएको छ; वहाँले यो नाटकबारे बुझ्ने क्षमता कुनै दुर्लभ गुरु भक्तलाई मात्र दिनुभएको छ।

ਤੋੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

ਤੋੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

जसको मनमा शब्दको निवास हुन्छ, ऊ सब बन्धनहरूलाई तोडेर मुक्त हुन्छ।

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

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

ਪਰਮਾਤਮਾਲੇ ਆਪਿ ਜਸਲਾਇ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟਿ ਗਰੁਹਿਨੁ, ਉਹੀ ਗੁਰਮੁਖ ਬਨਦੁ ਰ ਉਸਲੇ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰਮਾ ਧਿਆਨ ਲਗਾਉਂਦੁ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥

ਨਾਨਕ ਭਰੂਹੁਨੁ ਕਿ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟਾ ਸੁਖਮੁ ਨੈ ਆਪਨੋ ਆਜ਼ਾ (ਹੁਕਮ) ਕੋ ਸੁਝ ਪ੍ਰਦਾਨ ਗਰੁਹਿਨੁ॥੨੬॥

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

ਸ੍ਰੁਤੀਆਂ ਏਵਾਂ ਸਾਸਤ੍ਰ, ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਕਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹੈਂ ਪਰੰਤੂ ਵੇ ਭੀ ਸਾਰ ਤਵ ਕੋ ਨਹੀਂ ਜਾਨਦੇ।
ਸ੍ਰੁਤੀਹਰੂ ਤਥਾ ਸਾਸਤ੍ਰਲੇ, ਪ-ਪੁੰਨਮਾਥਿ ਵਿਚਾਰ ਗਰਦੁ ਤਰ ਧਿਨੇ ਪਨਿ ਸਾਰ ਤਵਲਾਇ ਜਾਨੈਨੁ।

ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

ਗੁਰਬਿਨਾ ਸਾਰ ਤਵਬਾਰੇ ਜਾਨ ਸਕਿਨ, ਤਵਜ਼ਾਨ ਪਾਝੁ।

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

ਤ੍ਰਿਗੁਣਿਤ ਸੰਸਾਰ ਅਜ਼ਾਨਤਾਕੋ ਨਿਦ੍ਰਾਮਾ ਨਿਦਾਏਕੋ ਚ ਰ ਜੀਵਨਕੋ ਰਾਤ ਅਜ਼ਾਨਤਾਕੋ ਨਿਦ੍ਰਾਮਾ ਬਿਠੇਕੋ ਚ।

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

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

ਗੁਰਕੋ ਕ੍ਰਪਾਲੇ ਉਹੀ ਪ੍ਰਾਣੀਹਰੂ ਅਜ਼ਾਨਤਾਕੋ ਨਿਦ੍ਰਾਬਾਟ ਭ੍ਰਿੰਝੇਕਾ ਚਨ, ਜਸਕੋ ਮਨਮਾ ਭਗਵਾਨ ਆਉਨੁਏਕੋ ਚ ਰ ਜਸਲੇ ਅਮ੍ਰਿਤ-ਵਾਣੀ ਜਪ ਗਰਿਹਨੁ।

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

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

ਨਾਨਕ ਭਨ੍ਹਨੁ ਕਿ ਉਨੈਲਾਇ ਤਵਹਰੂਕੋ ਜ਼ਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁਨੁ, ਜਸਕੋ ਲਗਨਨ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਈਸ਼ੁਰਮਾ ਰਹਨੁ
ਰ ਉਨਕੋ ਜੀਵਨ-ਰਾਤ ਉਨੀ ਜਾਗੇ ਬਿਠਿਕੈ ਬਿਠਦੁ॥੨੭॥

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

ਜਸਲੇ ਆਮਾਕੋ ਕੋਖਮਾ ਪਾਲਨਪੋਸ਼ਣ ਗਰੁਹੁਨ੍ਹ, ਤਨਲਾਇ ਹਾਮੀਲੇ ਕਿਨ ਬਿਰਸਨੁ?

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

ਵਹਾਓ ਧਰਿ ਟੁਲਾ ਦਾਤਾ ਹੁਨ੍ਹ, ਵਹਾਓਲਾਇ ਕਸਰੀ ਭੁਲ੍ਹ ਸਕਿਨ੍ਹ, ਜਸਲੇ ਗਰਮਾਮਾ ਹਾਮੀਲਾਇ ਭੋਜੁ ਪੁਧਾਤਨੁਹੁਨ੍ਹ।

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

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

ਵਹਾਓ ਜਸਲੇ ਆਪਨੋ ਲਗਨਮਾ ਲਗਾਤਨੁਹੁਨ੍ਹ, ਵਹਾਓਲਾਇ ਕੁਨੈ ਦੁ:ਖ-ਪੀਡਾਲੇ ਚੁਨ ਸਕਦੈਨ।

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥

ਸਤ੍ਯ ਕੇ ਹੋ ਭਨੇ ਤਹਾਓ ਆਪਣੀ ਲਗਨਮਾ ਲਾਗੁਹੁਨ੍ਹ ਰ ਹਾਮੀਲੇ ਗੁਰਮੁਖ ਬਨੇਰ ਸੰਧੈ ਨੈ ਸਮਰਣ ਗਰੁ ਪਦ੍ਯ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

ਨਾਨਕ ਭਗੁਹੁਨ੍ਹ ਜੋ ਧਰਿ ਟੁਲੋ ਦਾਤਾ ਹੁਨੁਹੁਨ੍ਹ, ਤਹਾਓਲਾਇ ਕਿਨ ਭੁਲਿਨੁ? ॥੨੮॥

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

ਜਸਰੀ ਆਮਾਕੋ ਗਰਮਾ ਆਗੋ ਹੁਨ੍ਹ, ਤਸਰੀ ਨੈ ਮਾਧਾ ਪਨਿ ਬਾਹਰਿ ਹੁਨ੍ਹ।

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੇ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੇ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

ਮਾਧਾ ਰ ਗਰਮਕੋ ਆਗੋ ਦੁਵੈ ਏਤੈ (ਕਛਦਾਧੀ) ਹੁਨ੍ਹ, ਭਗਵਾਨ੍ਹਲੇ ਧੋ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟਿ ਗਰੁਮਾਏਕੋ ਹੋ।

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੀਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੀਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

ਭ੍ਰਿਸ਼੍ਵਰਲੇ ਚਾਹਨੁਹੁੰਦਾ ਬਛਾ ਜਨਮਿਧੋ, ਜਸਲੇ ਗਰੁ ਸੰਪੂਰਨ ਪਰਿਵਾਰਮਾ ਆਨੰਦਕੋ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਿਰਜਨਾ ਭਧੋ।

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

ਜਬ ਬਚਾ ਜਨਮਨ੍ਹ, ਉਸਲੇ ਈਸ਼ਵਰਪ੍ਰਤਿਕੋ ਮੋਹ ਗੁਮਾਉਂਦਛ ਰ ਸਾਂਸਾਰਿਕ ਝੁੱਲਾਹਰੂਮਾ ਮੋਹਿਤ ਹੁਨ੍ਹ ਰ ਮਾਧਾਲੇ ਆਪਨੋ ਜਾਲ ਫਿੱਜਾਉਂਦਛ।

ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੋਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੋਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

ਯੋ ਮਾਧਾ ਯਸਤੋ ਛ ਕਿ ਜੀਵਾਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾਲਾਓਂ ਬਿਰਸਨ੍ਹ, ਫੇਰਿ ਉਸਕੋ ਮਨਮਾ ਮੋਹ ਉਤਪੰਨ ਹੁਨ੍ਹ ਰ ਉਸਕੋ ਮਨਮਾ ਫ਼ੈਤਤਾਕੋ ਭਾਵ ਉਤਪੰਨ ਹੁਨ੍ਹ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨਾ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਤਿਨੀ ਵਿਚੇ ਮਾਇਆ ਪਾਇਆ ॥੨੮॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨਾ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਤਿਨੀ ਵਿਚੇ ਮਾਇਆ ਪਾਇਆ ॥੨੮॥

ਨਾਨਕ ਭਰੂਹੁਨ੍ਹ ਕਿ ਗੁਰੁਕੋ ਕ੍ਰਪਾਲੇ ਜਸਲੇ ਭਗਵਾਨ੍ਭਕਤਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰੇਕਾ ਹੁਨ੍ਹਨ੍, ਤਨੀਹਰੂਲੇ ਮਾਧਾਮਾ ਪਨਿ ਤ੍ਯੋ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰੇਕਾ ਹੁਨ੍ਹਨ੍॥੨੮॥

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

ਈਸ਼ਵਰ ਆਪਿਮਾ ਅਨਮੋਲ ਹੁਨੁਹੁਨ੍ਹ ਰ ਉਹਾੱਕੋ ਮੂਲ੍ਯਾਙ੍ਗਨ ਗਰਨ ਸਕਿੱਦੈਨ।

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥

ਕਸੈਲੇ ਪਨਿ ਉਨਕੋ ਸਹੀ ਮੂਲ੍ਯਾਙ੍ਗਨ ਗਰਨ ਸਕਦੈਨ, ਕਤਿ ਮਾਨਿਸਹਰੂ ਉਨਕੋ ਲਾਗਿ ਰੋਏਰ ਤੜਪੇਰ ਹਾਰੇਕਾ ਛਨ੍।

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

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

ਯਦਿ ਸਤਗੁਰੁ ਪਾਓਯੋ ਭਨੇ, ਉਸਲੇ ਆਪਨੋ ਸ਼ਿਰ ਅਰਪਣ ਗਰਨੁ ਪਰਦਛ ਅਰਥਾਤ੍ ਉਸਕੋ ਅਗਾਓ ਨਤਮਸਤਕ ਹੁਨੁਪਰਦਛ, ਜਸਲੇ ਗਰਦਾ ਮਨਕੋ ਅਹੰਕਾਰ ਹਟਛ।

ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥

ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥

ਯਦਿ ਜੀਵਿਤ ਪ੍ਰਾਣੀ ਤ੍ਯੋ ਵ੍ਯਕਤਿਸੰਗ ਸੰਬੰਧਿਤ ਛ ਜਸਲੇ ਯੋ ਜੀਵਨ ਦਿਏਕੋ ਛ ਭਨੇ, ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਮਨਮਾ ਅਵਸਥਿਤ ਹੁਨੁਹੁਨ੍ਹ।

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

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

ਹੈ ਨਾਨਕ! ਪਰਮੇਸ਼ਵਰ ਸ੍ਵਯੰ ਬਹੁਮੂਲ੍ਯ ਹੁਨੁਹੁਨ੍ਹ ਰ ਉਹਾੱਲਾਓਂ ਗ੍ਰਹਣ ਗਰਨੁਹੁਨੇ ਉਹਾੱ ਨੈ ਹੁਨੁਹੁਨ੍ਹ॥੩੦॥

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥

ਹਰਿ-ਨਾਮ ਮੇਰੇ ਰਾਸ਼ਨ ਹੋ ਰ ਮੇਰੇ ਦਿਮਾਗ ਏਕ ਕ੍ਰਿਪਾਰੀ ਹੋ।

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥

ਮੇਰੇ ਮਨ ਕ੍ਰਿਪਾਰੀ ਹੋ ਰ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਮੇਰੇ ਜੀਵਨ-ਰਾਸ਼ਨ ਹੋ, ਮੈਲੇ ਸਤਗੁਰੁਬਾਟ ਧੀ ਰਾਸ਼ਨਕੋ ਜ਼ਾਨ ਪਾਏਂ।

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥

ਹ੍ਰਦਯਦੇਖਿ ਨੈ ਦਿਨਹੂੰ ਹਰਿ-ਨਾਮਕੋ ਜਪ ਗਰਿਹਨੁਹੋਸ੍ ਰ ਨਾਮਕੋ ਲਾਭ ਹਰੇਕ ਦਿਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗ੍ਰਨੁਹੋਸ੍।

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥

ਧੀ ਨਾਮ-ਧਨ ਧੀ ਮਾਨਿਸਹ੍ਰਲਾਏ ਦਿਝਏਕੋ ਚ ਜਸਲਾਏ ਪਰਮੇਸ਼੍ਵਰ ਆਫੈਲੇ ਆਪਨੋ ਝਚਾਲੇ ਦਿਨੁਭਏਕੋ ਚ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥

ਨਾਨਕ ਭਨ੍ਰੁਹ੍ਰਚ- ਹਰਿਨਾਮ ਮੇਰੇ ਜੀਵਨ-ਚਿਨ੍ਹ ਹੋ ਰ ਮਨ ਕ੍ਰਿਪਾਰੀ ਬਨੇਕੋ ਚ ॥੩੧॥

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

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

ਓਹੋ ਮੇਰੇ ਭਗਵਾਨ! ਤਪਾਏ ਅਨ੍ਧ ਰਸਮਾ ਲੀਨ ਹੁਨੁਹ੍ਰਚ, ਤਰ ਤਪਾਏਕੋ ਤਿਖਾ ਮੇਟਿਏਕੋ ਚੈਨ।

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

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

ਹਰਿਧੀ ਰਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਗਰੇਰ ਨਪਿਏਸਮ੍ਮ ਅਰੁ ਕੁਨੈ ਪਨਿ ਤਰਿਕਾਮਾ ਤਪਾਏਕੋ ਤਿਖਾ ਮੇਟਾਤਨ ਸਕਿੰਦੈਨ।

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

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

ਹਰਿਧੀ ਰਸ ਲਿਨੁਹੋਸ੍ ਰ ਧਸਲਾਏ ਪਿਤਨੁਹੋਸ੍, ਕਿਨਕਿ ਹਰਿਧੀ ਰਸ ਪਿਤੰਦਾ ਫੇਰਿ ਤਿਖਾ ਲਾਗਦੈਨ।

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

ਧੀ ਹਰਿ-ਰਸ ਕੇਵਲ ਸਤਕਰਮਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ, ਜਸਲਾਇ ਸਤਗੁਰੁ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ।

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

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

ਨਾਨਕ ਭਰਮੁਹੰਦਾ ਜਦ ਭਗਵਾਨਕੋ ਮਨਮਾ ਭਾਸ ਹੁੰਦਾ, ਤਦ ਅਨ੍ਧ ਸਭੈ ਰਸਹਰੁ ਬਿਸਿੰਦਾ॥੩੨॥

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

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

ਹੇ ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ! ਜਦ ਪਰਮੇਸ਼ਵਰਲੇ ਤਿਮੀਹਰੂਮਾ ਜਯੋਤਿ ਸਥਾਪਨਾ ਗਰੁੰਭਯੋ, ਤਿਮੀਹਰੂ ਧਸ ਸੰਸਾਰਮਾ ਆਯੋ।

ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

ਇਸ਼ਵਰਲੇ ਜਯੋਤਿਕੋ ਸਥਾਪਨਾ ਗਰੇਪਚਿ ਮਾਤ੍ਰ ਤਿਮੀਹਰੂ ਧਸ ਸੰਸਾਰਮਾ ਆਏਕਾ ਹੈ।

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

ਉਹਨੂੰ ਨੈ ਸਭੈਕੋ ਅਭਿਮਾਵਕ ਹੁੰਦਾ, ਜਸਲੇ ਹਰੇਕ ਜੀਵਿਤ ਪ੍ਰਾਣੀਕੋ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟਿ ਗਰੁੰਭਯੋ ਰ ਧਸ ਸੰਸਾਰਲਾਇ ਦੇਖਾਉਨੁਭਯੋ।

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

ਗੁਰੂਕੋ ਕ੍ਰਪਾਲੇ ਧੀ ਸੰਸਾਰ ਚਮਟਕਾਰੀ ਦੇਖਿਨੁ ਏਤਨ ਚਮਟਕਾਰ ਥਿਯੋ।

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

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

ਨਾਨਕ ਭਨੰਦਾ ਕਿ ਜਦ ਭਗਵਾਨਲੇ ਬ੍ਰਹਮਾਣਡਕੋ ਉਤਪਤਿਕੋ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟਿ ਗਰੁੰਭਯੋ, ਤਦ ਮਾਤ੍ਰ ਉਹਨੂੰ ਆਪਨੋ ਜਯੋਤਿ ਤਪਾਇੰਮਾ ਸਥਾਪਿਤ ਗਰੁੰਭਯੋ ਰ ਲਪਸਪਚਿ ਮਾਤ੍ਰ ਤਪਾਇੰ ਧਸ ਸੰਸਾਰਮਾ ਆਉਨੁਭਯੋ॥੩੩॥

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

ਪ੍ਰਭੂਕੋ ਆਗਮਨਕੋ ਖਬਰ ਸੁਨੇਰ ਮਨਮਾ ਠੁਲੀ ਉਸਝ ਛਾਏਕੋ ਛ।

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਤੁ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

ਏ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ! ਭਗਵਾਨਕੋ ਸਤੁਤਿ ਗਰ, ਯੋ ਹ੍ਰਦਯ-ਘਰ ਏਕ ਪਵਿਤ੍ਰ ਮੰਦਿਰ ਬਨੇਕੋ ਚ।

ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੋਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥

ਹਰਿ ਗਾਤੁ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੋਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥

ਹੇ ਸਾਥੀ! ਹਰੇਕ ਦਿਨ ਭਗਵਾਨਕੋ ਸਤੁਤਿਗਾਨ ਗਾਤੁੰਦਾ ਕੁਨੈ ਦੁ:ਖ, ਪੀਡਾ ਰ ਚਿੰਤਾ ਹੁੰਦੈਨ।

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥

ਯੋ ਦਿਨ ਭਾਗਯਮਾਨੀ ਹੁਨ੍ਹ ਜਬ ਮਨ ਗੁਰੁਕੋ ਪਾਤਸਾ ਹੁਨ੍ਹ ਰ ਪ੍ਰਿਯ ਭਗਵਾਨਕੋ ਅਨੁਭੂਤਿ ਹੁਨ੍ਹ।

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੇ ॥

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੇ ॥

ਗੁਰੁਕੋ ਵਚਨਬਾਟ ਹਾਮੀਲੇ ਅਨਹਦ ਵਾਣੀਕੋ ਬਾਰੇਮਾ ਸਿਕੇਕਾ ਚੈ। ਹਰਿਕੋ ਨਾਮ ਜਪ ਗਰ ਰ ਹਰਿਕੋ ਅਮ੍ਰਿਤ ਪਿਝਰਹ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੇ ॥੩੪॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੇ ॥੩੪॥

ਨਾਨਕ ਭਜੁਹੁਨ੍ਹ ਕਿ ਸਵਯੰ ਸਭੈ ਕੁਰਾ ਗਰਨ ਸਕਸਮ ਭਏਰ ਤਨੀ ਆਤਮਾਭਏਕੋ ਚ ॥ ੩੪ ॥

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

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

ਏ ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ ! ਯਸ ਸੰਸਾਰਮਾ ਆਏਰ ਤਿਮੀਲੇ ਕੇ-ਕਸਤਾ ਅਸਲ ਕਾਮਹਰੂ ਗਰੇਕੋ ਚੈ?

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

ਏ ਸਰੀਰ ! ਯਸ ਜਗਤਮਾ ਆਏਰ ਤਿਮੀਲੇ ਕੇ ਕਰਮ ਗਯੋ?

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

ਜੋ ਪਰਮਾਤਮਾਲੇ ਤਿਸ੍ਰੋ ਰਚਨਾ ਗਰੁੰਭਯੋ, ਤਸਲਾਇ ਤਿਮੀਲੇ ਮਨਮਾ ਰਾਖੇਨੈ।

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥

ਗੁਰੂਕੋ ਕ੍ਰਪਾਲੇ ईश्वर उसको मना नै बसेका छन्, पुर्वको कर्मको कारणले यो फल प्राप्त भएको हो।

कहै नानकੁ ऐहु सरीरु परवाणु होआ जिनि सतिगुर सिउ चितु लाइआ ॥३५॥

कहै नानकु एहु सरीरु परवाणु होआ जिनि सतिगुर सिउ चितु लाइआ ॥३५॥

नानक भन्नुहुन्छ कि जसले सतगुरुमा मन लगाउँछ, उसको शरीर सफल भयो॥ ३५ ॥

ऐ नेत्रहु मेरिहो हरि तुम महि जौति धरी हरि बिनु अवरु न देखहु कौई ॥

ए नेत्रहु मेरिहो हरि तुम महि जौति धरी हरि बिनु अवरु न देखहु कौई ॥

ए मेरो आँखा! परमात्मा ले तिमीमा ज्योति स्थापित गरेका छन्, त्यसैले तिमी अन्य कसैलाई नहेर।

हरि बिनु अवरु न देखहु कौई नदरी हरि निहालिआ ॥

हरि बिनु अवरु न देखहु कौई नदरी हरि निहालिआ ॥

प्रभुको अलगा अन्य कसैलाई नहेर, किनकी उसको कृपाले तिमीलाई दृष्टि पाएको हो।

ऐहु विसु संसारु तुम देखदे ऐहु हरि का रूपु है हरि रूपु नदरी आइआ ॥

एहु विसु संसारु तुम देखदे ऐहु हरि का रूपु है हरि रूपु नदरी आइआ ॥

यो जुन विश्व-संसार तिमी देख्दैछौ, यो परमात्माको रूप हो र परमात्माको रूप नै देखिन्छ।

गुर पुरसादी बुझिआ जा वेखा हरि इकु है हरि बिनु अवरु न कौई ॥

गुर पुरसादी बुझिआ जा वेखा हरि इकु है हरि बिनु अवरु न कौई ॥

गुरुको कृपाले यो रहस्य बुझेकि, जहाँ हेर्छु, एक ईश्वर मात्र देखाइ दिन्छ र उसको बाहेक कोही देखिदैन।

कहै नानकु ऐहि नेत्रु अंघ से सतिगुरि मिलिआ दिब दिसटि होई ॥३६॥

कहै नानकु ऐहि नेत्र अंघ से सतिगुरि मिलिआ दिब दिसटि होई ॥३६॥

नानक भन्नुहुन्छ कि यो आँखा पहिला अन्धा थियो तर सतगुरुलाई भेटेर दिव्य-दृष्टि प्राप्त भएको हो।

ऐ स्रवणहु मेरिहो साचै सुनहै नो पठाऐ ॥

ए स्रवणहु मेरिहो साचै सुनहै नो पठाऐ ॥

ए मेरो कानहरु ! परमात्मा ले तिमीलाई सत्य सन्तलाई पठाउनु भएको हो।

ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥

ਸਾਚੈ ਸੁਨਯੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥

ਸਤ੍ਯ ਸੁਬ੍ਰਹਮਾ ਲਾਗਿ ਪ੍ਰਭੁਲੇ ਸ਼ਰੀਰਸੰਗ ਲਗਾਏਰ ਸੰਸਾਰਮਾ ਪਠਾਤਨੁ ਭਏਕੋ ਹੋ, ਤ੍ਯਸੈਲੇ ਸਤ੍ਯਕੋ ਵਾਧੀ ਸੁਨ,

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥

ਜਸਲਾਏ ਸੁਣਾਲੇ ਮਨ-ਤਨ ਪ੍ਰਫੁਲਿਤ ਹੁਣ੍ਹ ਰ ਰਸਨਾ ਹਰਿ-ਰਸਮਾ ਵਿਲੀਨ ਹੁਣ੍ਹ।

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥

ਤ੍ਯੋ ਪਰਮ ਸਤ੍ਯ, ਅਲਕ੍ਯ ਏਵੰ ਅਦ੍ਭੁਤ ਪ੍ਰਭੁਕੋ ਵਿਚਿਤ੍ਰ ਗਤਿ ਅਕਥਨੀਯ ਚ।

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

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਸੁਣਹੁ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਵਹੁ ਸਾਚੈ ਸੁਨਯੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥੩੭॥

ਨਾਨਕ ਭ੍ਰਹ੍ਮਣ੍ਹ ਕਿ ਨਾਮਾਮ੍ਰਿਤਲਾਏ ਸੁਨ ਰ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੁਵ, ਪਰਮੇਸ਼੍ਵਰਲੇ ਤਿਮੀਲਾਏ ਸਤ੍ਯ ਸੁਬ੍ਰਹਮਾ ਜਗਤ੍ਮਾ ਪਠਾਤਨੁ ਭਏਕੋ ਹੋ।

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥

ਪਰਮੇਸ਼੍ਵਰਲੇ ਆਤਮਾਲਾਏ ਸ਼ਰੀਰਕੋ ਗੁਫਾਮਾ ਰਾਖੇਰ ਜੀਵਨਕੋ ਧ੍ਵਨਿ ਬਜਾਤਨੁ ਭਏਕੋ ਹੋ।

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥

ਤਸਲੇ ਜੀਵਨਕੋ ਧ੍ਵਨਿ ਬਜਾਤਨੁ ਭਯੋ ਅਰਥਾਤ ਜੀਵਨਲੇ ਸ਼੍ਵਾਸਕੋ ਸੰਚਾਰ ਗਯੋ, ਸ਼ਰੀਰ ਰੂਪੀ ਗੁਫਾਕੋ ਨੌ ਦੁਆਰ-ਆਂਖਾ, ਕਾਨ, ਮੁਖ, ਨਾਕ ਈਤ੍ਯਾਦਿ ਪ੍ਰਕਟ ਗੁਪਤ ਭਯੋ ਰ ਦਸੌਂ ਦੁਆਰਕੋ ਗੁਪਤ ਰਾਖਨੁ ਭਯੋ।

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

ਤਨਲੇ ਗੁਰੂਮਾ ਸ਼੍ਰਦ੍ਧਾ ਲਗਾਏਰ ਦਸੌਂ ਦੁਆਰ ਦੇਖਾਤਨੁ ਭਯੋ।

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

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

ਤਹਾ ਦਸੌਂ ਦੁਆਰਮਾ ਅਨੇਕ ਰੂਪ ਏਵੰ ਨੌ ਨਿਧਿਯੋਂ ਵਾਲਾ ਨਾਮਕੋ ਨਿਵਾਸ ਹੋ, ਜਸਕੋ ਰਹਸ੍ਯ ਪਾਤਨ

ਸਕਿੰਦੈਨ।

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

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

ਨਾਨਕ ਮਨੁਹੁੰਦੁ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨੋ ਪ੍ਰਭੁਲੇ ਆਤਮਾਲਾਇ ਸ਼ਰੀਰ ਰੂਪੀ ਗੁਫਾਮਾ ਸਥਿਤ ਗਰੇਰ ਸੰਚਾਰ ਗਰੁੰਘਾਏਕੋ
ਚ।

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥

ਪਰਮਾਤਮਾਕੋ ਧੋ ਸਤ੍ਯ ਕੀਰ੍ਤਨ ਸਾਂਚੋ ਘਰ (ਸਤ੍ਸੰਗਤਿ) ਮਾ ਬਸੇਰ ਗਾਨ ਗਰ।

ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥

ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥

ਧੋ ਸਾਂਚੋ ਘਰ (ਸਤ੍ਸੰਗਤਿ) ਮਾ ਬਸੇਰ ਸਤ੍ਯ ਕੀਰ੍ਤਿਗਾਨ ਗਰ, ਜਹਾਂ ਸਦੈਵ ਸਤ੍ਯਕੋ ਧਿਆਨ ਗਰਿੰਦੁ।

ਸਚੈ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥

ਸਚੈ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥

ਹੈ ਈਸ਼ਵਰ ! ਜੋ ਤਿਮੀਲਾਇ ਮਨਪਛੰ ਰ ਜੁਨ ਗੁਰਮੁਖਹਰੂਕੋ ਜ਼ਾਨ ਹੁੰਦੁ, ਤਸੈਲੇ ਪਰਮ-ਸਤ੍ਯਕੋ ਧਿਆਨ
ਗਰਦਿੰਦੁ।

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

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

ਧੋ ਪਰਮ ਸਤ੍ਯ ਸਭੈਕੋ ਮਾਲਿਕ ਹੋ, ਸਤ੍ਯ ਤਸੈਲਾਇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੁ, ਜਸਲਾਇ ਤਹਾਂ ਆਪੈ ਪ੍ਰਦਾਨ
ਗਰੁੰਦੁ।

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥

ਨਾਨਕ ਮਨੁਹੁੰਦੁ ਕਿ ਸਾਂਚੋ ਘਰਮਾ (ਸਤ੍ਸੰਗਤਿ) ਬਸੇਰ ਪਰਮ-ਸਤ੍ਯਕੋ ਕੀਰ੍ਤਿਗਾਨ ਗਰਦਿੰਦੁ।

ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥

ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥

ਏ ਮਾਘਯਸ਼ਾਲੀਹਰੂ ! ਤਿਮੀ ਸ਼ਰਦ੍ਧਾਲੇ ਆਨੰਦ ਵਾਧੀਲਾਇ ਸੁਨ, ਧਸਲਾਇ ਸੁਤ੍ਰਾਲੇ ਸਭੈ ਈਸ਼ਾਹਰੂ ਪੁਰਾ
ਹੁੰਦੁ।

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੁਰੇ ॥

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੁਰੇ ॥

ਜਸਲੇ ਪਰਬ੍ਰਹਮ ਪ੍ਰਭੁਲਾਇ ਪਾਏਕਾ ਚਨ੍, ਉਸਕੋ ਸਬੈ ਦੁ:ਖ-ਪੀਡਾ ਹਟੇਰ ਜਾਨ੍ਚ।

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ਜਸਲੇ ਸਾਂਚੋ ਗਾਣੀ ਸੁਣੇਕਾ ਚਨ੍, ਉਸਕੋ ਸਬੈ ਦੁ:ਖ ਰੋਗ ਐਵਮ੍ ਪੀਡਾ ਹਟੇਰ ਜਾਨ੍ਚ।

ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥

ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥

ਜਸਲੇ ਪੂਰ੍ਣ ਗੁਰੁਬਾਟ ਧਰਮ ਗਾਣੀਕੋ ਜਾਨ ਲਿਏਕੋ ਚ, ਤੀ ਸਬੈ ਸਾਜਨ ਸਨ੍ਤ ਪ੍ਰਸੰਨ ਭਏਕਾ ਚਨ੍।

ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥

ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥

ਧਰਮ ਗਾਣੀਲਾਇ ਸੁਣੇਵਾਲਾ ਪਾਵਨ ਹੁਨ੍ਚਨ੍ ਰ ਧਰਮਲਾਇ ਜਪਨੇਵਾਲਾ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੁਨ੍ਚਨ੍। ਸਤਗੁਰੁ ਆਪਨੋ ਗਾਣੀਮਾ ਕ੍ਰਿਪਾਕ ਹੁਨ੍ਹੁਨ੍ਚ।

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

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

ਨਾਨਕ ਬਿਨ੍ਤੀ ਗੁਰੁਨ੍ਹੁਨ੍ਚ ਕਿ ਗੁਰੁਕੋ ਚਰਣਮਾ ਲਾਗਾਲੇ ਮਨਮਾ ਅਸਿਮੀਤ ਧਵਾਨੀਹਰੁ ਬਜਿਰਹਨੇ ਚ।

ਅਰਦਾਸ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ॥

Ek-Oankar. Waheguroo Ji Ki Fateh

ਭਗਵਾਨ੍ ਏਕ ਚਨ੍। ਸਭੈ ਵਿਜਧ ਪਰਮ ਗੁਰੂ (ਭਗਵਾਨ੍) ਕੋ ਹੋ।

ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Sri Bhagouti ji Sahai

ਆਦਰਨੀਧ ਟਰਵਾਰ ਵਾ ਕ੍ਰਪਾਣ (ਫੁਏਹਰੂਲਾਓ ਨਏ ਗਨੈ ਭਗਵਾਨ੍) ਲੇ ਹਾਮੀਲਾਓ ਸਹਯੋਗ ਗਰੂਨ੍!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Vaar Sri Bhagouti Ji Ki Paatshaahee Dasvee

ਦਸਾਓ ਗੁਰੂਫ਼ਾਰਾ ਪਠਨ ਗਰਿਏਕੋ ਪ੍ਰਯਨੀਧ ਟਰਵਾਰ ਕਵਿਤਾ।

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੌਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਪਿਆਇ॥

Pritham Bhagouti Simar Kai, Guru Naanak Layee Dhiyae

ਪਹਿਲੇ ਟਰਵਾਰ (ਫੁਏਹਰੂਲਾਓ ਨਏ ਗਨੈ ਭਗਵਾਨ੍) ਲਾਓ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍; ਟ੍ਧਸਪਚਿ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕਲਾਓ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ (ਓਨਕੋ ਆਧ੍ਯਾਤ੍ਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਲਾਓ ਨੋਟ ਗਨੁਹੋਸ੍)।

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ॥

Angad Gur Te Amar Das, Raamdaasai Hoyal Sahai

ਟ੍ਧਸਪਚਿ ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਙਗਦ, ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਰ ਗੁਰੂ ਰਾਮ ਦਾਸਲਾਓ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ ਰ ਧ੍ਯਾਨ ਗਨੁਹੋਸ੍; ਓਨੀਹਰੂਲੇ ਹਾਮੀਲਾਓ ਸਦ੍ਧਤ ਗਰੂਨ੍! (ਓਨੀਹਰੂਕੋ ਆਧ੍ਯਾਤ੍ਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਮਾ ਧ੍ਯਾਨ ਕੇਨ੍ਦ੍ਰਿਤ ਗਨੁਹੋਸ੍)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੈ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ॥

Arjan Hargobind No Simrou Sri Har Rai

ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ, ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਰ ਗੁਰੂ ਹਰ ਰਾਧਲਾਓ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ ਰ ਧ੍ਯਾਨ ਗਨੁਹੋਸ੍। (ਟਿਨੀਹਰੂਕੋ ਆਧ੍ਯਾਤ੍ਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਮਾ ਧ੍ਯਾਨ ਕੇਨ੍ਦ੍ਰਿਤ ਗਨੁਹੋਸ੍)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ॥

Sri HarKrishan Dhiyaa-eeai Jis Dhithi Sabh Dukh Jaye

ਪ੍ਰਭੂਜੀ ਗੁਰੂ ਹਰ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾਕੋ ਸਮਰਪਣ ਅਨਿ ਧਿਆਨ ਗੁਰੁਹੋਸ੍ਰ, ਜਸਲਾਇ ਮਾਤ੍ਰ ਦੇਖੇਰ ਸਭੈ ਦੁ:ਖਹਰੂ ਹਟ੍ਹਚਨ੍ । (ਤਨੀਹਰੂਕੋ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਮਾ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਗੁਰੁਹੋਸ੍ਰ)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ॥

Teg Bahadur Simareeai Ghar No Nidh Avai Dhai

ਗੁਰੂ ਤੇਗਬਹਾਦੁਰਲਾਇ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ਰ ਰ ਤ੍ਵਸਪਚਿ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਧਨਕਾ ਨੌ ਸ੍ਰੋਤਹਰੂ (ਧੈਰ੍ਯ, ਕ੍ਸ਼ਮਾ ਦਮ, ਅਸ੍ਤੇਯ, ਸ਼ੌਚਾ, ਇੰਦ੍ਰਿਯਾ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਬੁੱਢਿ, ਵਿਦ੍ਯਾ ਸਤ੍ਯ, ਅਕ੍ਰੋਧ) ਤਪਾਇਕੋ ਘਰਮਾ ਚਿਟੋ ਆਉਨੇਚਨ੍।

ਸਭ ਥਾਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥

Sabh Thai Ho-e Sahaai

ਹੈ ਪ੍ਰਭੂ ! ਕ੍ਰਪਯਾ ਹਾਮੀਲਾਇ ਸਭੈ ਠਾਉਂਮਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਰ ਮਦ੍ਦਤ ਗੁਰੁਹੋਸ੍ਰ।

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

Dasvaa Paatshaah Guru Gobind Singh Ji Sabh Thai Ho-e Sahaai

ਆਦਰਨੀਯ ਦਸ਼ਾਊਂ ਗੁਰੂ ਗੋਵਿੰਦ ਸਿੰਘਲਾਇ ਸਮ੍ਝਨੁਹੋਸ੍ਰ (ਉਨਕੋ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਯੋਗਦਾਨਮਾ ਧਿਆਨ ਦਿਨੁਹੋਸ੍ਰ)। ਹੈ ਭਗਵਾਨ੍ ! ਕ੍ਰਪਯਾ ਹਾਮੀਲਾਇ ਸਭੈ ਠਾਉਂਮਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਰ ਮਦ੍ਦਤ ਗੁਰੁਹੋਸ੍ਰ।

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

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

ਆਦਰਨੀਯ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬਮਾ ਨਿਹਿਤ ਦਸ ਰਾਜਾਹਰੂਕੋ ਦਿਵ੍ਯ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕੋ ਬਾਰੇਮਾ ਸੋਚੁਹੋਸ੍ਰ ਅਨਿ ਧਿਆਨ ਗੁਰੁਹੋਸ੍ਰ ਤਥਾ ਆਪਨਾ ਵਿਚਾਰਹਰੂਲਾਇ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬਕੋ ਦਿਵ੍ਯ ਸਿੱਖਾਤਿਰ ਧੁਮਾਤਨੁਹੋਸ੍ਰ ਰ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪ੍ਤ ਗੁਰੁਹੋਸ੍ਰ। (ਅਫ਼ਿਤੀਯ ਗੁਰੂ)।

ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਚੌਹਾਂ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ, ਚਾਲੀਆਂ ਮੁਕਤਿਆਂ, ਹਠੀਆਂ ਜਪੀਆਂ, ਤਪੀਆਂ,

ਜਿਨ੍ਹਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ, ਵੰਡ ਛਕਿਆ, ਦੇਗ ਚਲਾਈ, ਤੇਗ ਵਾਹੀ, ਦੇਖ ਕੇ ਅਣਡਿੱਠ ਕੀਤਾ,

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

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

ਪਾਂਚ ਪ੍ਰਿਯ, ਚਾਰ ਚੋਰਾਹਰੂ (ਗੁਰੂ ਗੋਵਿੰਦ ਸਿੰਘਕਾ); ਚਾਲੀਸ ਸ਼ਹੀਦਹਰੂ; ਅਦਮ੍ਯ ਵਫ਼ਾ ਸੰਕਲਪਕਾ

बहादुर सिखहरू; नामको रङमा डुबेका भक्तहरू; नाममा मिसिएका व्यक्तिहरूको कार्यहरूको बारेमा सोचुहोस्। नाम सम्झेर सँगै खाना खानेहरूलाई; निःशुल्क भान्सा सुरु गर्नेहरूलाई; तरवार चलाउनेहरूलाई (सत्यको रक्षा गर्न); अरूको कमजोरीहरूलाई बेवास्ता गर्नेहरूलाई; माथिका सबै शुद्ध र साँच्चै समर्पित व्यक्तिहरू थिए; बोल वाह गुरु! (अद्वितीय गुरु)

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

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

बहादुर सिख पुरुष र महिलाहरूले गरेको अतुलनीय सेवाको बारेमा सोचुहोस् र सम्झनुहोस् जसले आफ्नो टाउको राखे तर आफ्नो सिख धर्मलाई समर्पण गरेनन्। जसले शरीरको हरेक जोडा टुक्रा-टुक्रा पार्छन्; जसले आफ्नो टाउको छाला पार्छन्; जो बाँधिएका थिए र पाङ्ग्रामा राखिएका थिए र टुक्रा-टुक्रा पारिएका थिए; जो आरीले काटिएका थिए;

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

Saarey Takhta Sarbat Gurdwariya Daa Dhiyaan Dhur Ke Bolo Ji Waheguroo
ਆਪਨਾ ਵਿਚਾਰहरू सिख धर्मका सबै सिंहासन र सबै गुरुद्वाराहरूमा केन्द्रित गर्नुहोस्; भन हे 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।

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

सुरुमा सबै पूजनीय खालसाहरूले प्रार्थना गर्छन् कि उनीहरूले तपाईंको नामको ध्यान गर्न सकून्; र यस्तो ध्यानद्वारा सबै सुख र सान्त्वना प्राप्त होस्।

**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 !**

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

ਜहाँ पनि पूजनीय खालसा उपस्थित हुन्छन्, आपनो सुरक्षा र अनुग्रह प्रदान गर्छन्; निःशुल्क
भान्सा र तरवार कहिल्यै असफल नहुन सक्छ; आपना 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, ਜੁਗੋ ਜੁਗ ਅਟੱਲ, ਧਰਮ ਕਾ ਜੈਕਾਰ, ਬੋਲੇ
ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ !!!**

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

सिखहरूलाई सिख धर्मको दान, लामो कपालको दान, सिख धर्मको दान, इश्वरीय ज्ञानको
दान, दढ विश्वासको दान, विश्वासको दान र नामको सबैभन्दा ठुलो उपहार प्रदान गर्नुहोस्।
हे भगवान्! राग-रागी, हवेली र झन्डा लामो समयसम्म जिउन्; सत्य सधैं विजयी होस्; भन
वाहे गुरु!

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

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

सबै सिखहरूको हृदय विनम्र होस् र उनीहरूको ज्ञान उच्च होस्; हे प्रभु! तिमि ज्ञानका
रक्षक हो।

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

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

हे साँचो राजा, हे गुरु! तपाईं नम्र मानिसका गर्व, असहायका शक्ति, आश्रयहीनका आश्रय
हुनुहुन्छ, हामी विनम्रतापूर्वक तपाईंको उपस्थितिमा प्रार्थना गर्दछौं..... (यहाँ गरिएको
अवसर वा प्रार्थनालाई प्रतिस्थापन गर्नुहोस्)।

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

Akhar Vaadhaa Ghaataa Bhul Chuk Maaf Karnee, Sarbat De Kaaraj Raas Karney.

ਕ੍ਰਪਯਾ ਮਾਥਿਕੋ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਪਛੁਨਾਲੇ ਹਾਮਾ ਗਲਤੀ ਰ ਕਮਜੋਰੀਹਰੂਲਾਓਂ ਕ੍ਰਮਾ ਗੁਨ੍ਹਹੋਸ੍। ਕ੍ਰਪਯਾ ਸਬੈਕਾ ਉਦੇਸ਼ਯਹਰੂ ਪੂਰਾ ਗੁਨ੍ਹਹੋਸ੍।

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

Seyee Piyare Mel, Jina Miliya Teraa Naam Chit Aavai, Naanak Naam Chardi Kala, Tere Bhaaney Sarbat Daa Bhalaa

ਹਾਮੀਲਾਓਂ ਸਾੱਚੋ ਭਕਤਹਰੂਸੱਗ ਭੇਟਾਉਨੇ ਕ੍ਰਪਾ ਗੁਨ੍ਹਹੋਸ੍ ਜਸਬਾਟ ਹਾਮੀ ਤਪਾਓਂਕੋ ਨਾਮ ਸਮਰਣ ਗਰਨ ਰ ਧਿਆਨ ਗਰਨ ਸਕਥੈਂ। ਹੇ ਭਗਵਾਨ੍! ਸਾੱਚੋ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕਕੋ ਮਾਧ੍ਯਮਬਾਟ, ਤਪਾਓਂਕੋ ਨਾਮ ਉਚ੍ਹ ਹੁਨ ਸਕਦਥ, ਅਨਿ ਤਪਾਓਂਕੋ ਈਚ੍ਛਾਅਨੁਸਾਰ ਸਬੈ ਸਮ੍ਰੱਧ ਹੁਨ ਸਕਦਥ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

Waheguroo Ji Ka Khaalsaa Waheguroo Ji Ki Fateh

ਵਾਹੇਗੁਰੂਜੀਕੋ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹੇਗੁਰੂਕੋ ਫਤੇਹ।

आत्माको यात्रामा लाग्नुहोस्: आफ्नो आत्मालाई पोषण गर्नुहोस्

आफ्नो आध्यात्मिक यात्रालाई उचाल्ने र जीवनमा गहिरो अर्थ खोज्ने अभ्यासहरू पत्ता लगाउनुहोस्।

यात्राको लागि सिख धर्मका तीन आधारभूत सिद्धान्तहरू:

नाम जप्नुहोस्: ईश्वरलाई सम्झनुहोस्

राम्रो काम गर्नुहोस्: इमानदारीपूर्वक काम गर्नुहोस्

चुपचाप नबस्नुहोस्: अरुहरूसँग कुरा साझा गर्नुहोस्

हामीलाई आध्यात्मिक मुक्ति (मुक्ति) र न्यायपूर्ण समाजतर्फ मार्गदर्शन गर्नुहोस्। गुरु ग्रन्थ साहिबमा निहित यी सिद्धान्तहरूले सिख जीवनको आधार बनाउँछन्।

चौथो गुरु राम दास जीको दैनिक अभ्यासको लागि ज्ञान: गुरु ग्रन्थ साहिबमा (पृष्ठ 305-306), उहाँले सिखको दैनिक आध्यात्मिक यात्रामा गहिरो अन्तर्दृष्टि प्रदान गर्नुहुन्छ:

दिनको पहिलो कार्य: गुरुको साँचो शिष्यले प्रत्येक दिन मायालुपूर्वक ईश्वरीय सम्झना गरेर सुरु गर्छ।

शरीर र मनलाई शुद्ध गर्नुहोस्: चाँडै उठ्नुहोस्, स्नान गर्नुहोस्, र ईश्वरको सम्झनामा आँफूलाई डुबाउनुहोस्, आफ्नो आत्मा दिव्य अमृतमा नुहाएको महसुस गर्नुहोस्।

सम्झनाद्वारा मुक्ति: गुरुको शिक्षा पालना गर्नाले र भक्तिपूर्वक ईश्वरीय नाम सम्झनाले सांसारिक आसक्तिले गर्दा हुने दुःख र भित्री अशान्ति हट्छ।

गान र चिन्तन गर्नुहोस्: आफ्नो दैनिक क्रियाकलापहरूमा निरन्तर ईश्वरीय स्तुतिगान गाउनुहोस् र ईश्वरीय नामको चिन्तन गर्नुहोस्।

शान्तिको किरण बन्नुहोस्: प्रत्येक सासमा ईश्वरीय नामलाई मायालु पूर्वक सम्झने गुरुको अनुयायी एक शान्त र प्रेरणादायी आत्मा बन्छ।

दिव्य ज्ञान प्राप्त गर्नुहोस्: गुरुले आफ्नो अनुग्रह प्राप्त गरेकाहरूलाई यो गहन ज्ञान प्रदान गर्नुहुन्छ।

अरूलाई प्रेरित गर्नुहोस्: गुरु नानकले त्यो शिष्यलाई नमन गर्नुहुन्छ जसले ईश्वरीय नाम मात्र सम्झंदैन तर अरूलाई पनि त्यसै गर्न प्रेरित गर्दछ।

दुर्लभ र बहुमूल्य आत्माहरू: साँच्चै समर्पित व्यक्तिहरू दुर्लभ हुन्छन्, तैपनि उनीहरूको ईश्वरीय सम्झनाले अनगिन्ती अरूलाई आध्यात्मिक रूपमा लाभ पुर्याउँछ।

नकारात्मकताबाट बच्नुहोस्: गुरुको शिक्षालाई बेवास्ता गर्ने र आध्यात्मिक अज्ञानताको चक्रमा फसेकाहरूबाट आफूलाई टाढा राख्नुहोस्। तपाईंको उपस्थितिमा मीठो बोल्ने तर तपाईंको पछाडि नकारात्मकता फैलाउनेहरूबाट सावधान रहनुहोस्।

यात्राका लागि दर्शन

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

सिख धर्म लगभग 500 वर्ष पहिले गुरु नानकद्वारा स्थापित सबैभन्दा कमि उमेरको विश्व धर्म हो। यसले ब्रह्माण्डको एकजना सर्वोच्च अस्तित्व तथा सृष्टिकर्ता मा गरिने (वाहेगुरु) विश्वासलाई जोड दिन्छ। यसले अनन्त आनन्दको लागि सरल प्रत्यक्ष मार्ग प्रदान गर्दछ अनि प्रेम र विश्वव्यापी भ्रातृत्वको सन्देश फैलाउँछ। सिख धर्म एकेश्वरवादी विश्वास हो र यसले 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 र 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 विलिन हुनु हो भनी सिकाउँछ। यो गुरुको उपदेश पालन गरेर, पवित्र नाम मा ध्यान अनि सेवा गरेर (नाम) 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 गरी (घमण्ड) र अहंकार (सांसारिक मोह) पाँच भावनालाई नियन्त्रण गर्नुपर्छ। संघ रीतिरिवाज र व्रत, तीर्थयात्रा, शकुन र तपस्या जस्ता नियमित अभ्यासहरूलाई सिख धर्ममा अस्वीकार गरिएको छ। मानव जीवनको लक्ष्य ईश्वरमा विलिन 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 मार्गकार्यको मार्गको महत्व (लाई 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 मोक्षको (गृहस्थ)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 आँफूलाई टाढा राख्नुपर्छ। ऊ एकजना विद्वान् सैनिक अनि भगवान्का लागि सन्त हुनुपर्छ।

सिख धर्म सम्पूर्ण विश्वको एक हो र "धर्मनिरपेक्ष धर्म"यसले जाति, सम्प्रदाय, वंश वा लिंगको आधारमा सबै भेदभावलाई अमान्य गर्दछ। यसले विश्वास गर्दछ कि भगवान्को 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। भगवान्मा मन केन्द्रित गर्नका लागि पवित्र नाम को ध्यान गर्नु पर्दछ (नाम)र 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 10 प्रतिशतमार्फत खाँचोमा परेकाहरू (लाई 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)स 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 ग्रन्थगुरु ग्रन्थ साहिब ,, शाश्वत गुरु हो। यो एक मात्र धर्म हो जसले पवित्र पुस्तकलाई धार्मिक गुरुको दर्जा दिएको छ। सिख धर्ममा जीवित मानव गुरु को (अवतार)लागि कुनै स्थान छैन।

महिलाहरुको भूमिका

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

गुरु ग्रन्थ साहिबमा भनिएको छ,

"महिला र पुरुष, सबै भगवान्द्वारा सृष्टि गरिएका हुन्। यो भगवान् को खेल हो। तपाईंका सबै रचनाहरू राम्रा र शुद्ध छन्, नानक भन्छन्।- गुरु ग्रन्थ, पृष्ठ 304

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

सिख धर्मका अनुसार पुरुष र महिला एउटै सिक्काका दुई पक्ष हुन्। अन्तरसम्बन्ध र अन्योन्याश्रितताको प्रणालीमा जहाँ पुरुष महिलाबाट जन्मन्छ, र महिला पुरुषको बीजबाट जन्मन्छ। सिख 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 जसले आफ्नो जीवन उनीसँग बाँड्छिन् 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।" SGGGS पृष्ठ 473।

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

"भगवान् सबै प्राणीहरूमा सर्वव्यापी छन्, भगवान् सबै रूपहरूमा सर्वव्यापी छन्, पुरुष र महिला" (गुरु ग्रन्थ साहिब, पृष्ठ 605)।

गुरु ग्रन्थ साहिबको माथिको कथन अनुसार, भगवान्को प्रकाश दुवै लिङ्गसँग समान रूपमा बस्छ। तसर्थ, पुरुष र महिला दुवैले गुरुको शिक्षालाई पछ्याएर समान रूपमा मोक्ष प्राप्त गर्न सक्छन्। धेरै धर्महरूमा, महिलाहरुलाई पुरुषको आध्यात्मिकताको बाधाको रूपमा हेरिन्छ, तर सिख धर्ममा होइन। गुरुले यसलाई अस्वीकार गर्नुभयो। 'करेन्ट भ्यूज अन सिख धर्म' मा, एलिस बसार्के भन्छिन्,

"पहिले गुरुले महिलालाई पुरुषको बराबरमा राखे... महिला पुरुषका लागि बाधा थिएन, तर भगवान्को 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। प्रारम्भिक सिख धर्मका कवि र सिख सिद्धान्तका आधिकारिक व्याख्याता भाइ गुरदासले महिलाहरूलाई उच्च सम्मान दिन्छन्। उनी भन्छन्:

"एकजना महिला, आफ्नो आमा-बुवाको घरमा प्यारी हुन्छिन्, जसलाई उनको बुवा र आमाले धेरै माया गर्नुहुन्छ। आफ्नो ससुरालीमा, उनी परिवारको स्तम्भ हुन्छिन्, उनको असल भाग्यको दायित्व हुन्छिन्... आध्यात्मिक ज्ञान एवम् मोक्षमा भागिदारी र महान गुणसम्पन्न, एकजना महिला, पुरुषका आधा हिस्सा, उनलाई मुक्तिको द्वारसम्म पुऱ्याउँछिन्। (वारन, वि. 16)

समान स्थिति: पुरुष र महिलाहरूको बीचमा समान स्थिति सुनिश्चित गर्नका लागि, गुरुहरूले दीक्षा, निर्देश वा संगत(पवित्र फेलोसिप) र पंगत(एकसाथ भोजन गर्नु)जस्ता क्रियाकलापहरूमा लिङ्गबीच कुनै भेदभाव गरेका छैनन्। सरूप दास भल्ला, महिमा प्रकाशका अनुसार गुरु अमर दासले महिलाहरूले घुम्टोको प्रयोगको विरोध गरेका थिए। 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 र महारानी जिन्द कौर, जसले आफ्नो समयका घटनाहरूमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका थिए।

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

"सबै दिव्य ज्ञान र चिन्तन गुरुको माध्यमबाट प्राप्त हुन्छ" (गुरु ग्रन्थ साहिब, पृष्ठ 831) ।

शिक्षा सबैको लागि आवश्यक छ र सबैले आँफूले सक्ने जति सर्वोत्तम बन्नको लागि काम गर्नुपर्छ। तेस्रो गुरुद्वारा पठाइएका सिख धर्मप्रचारकहरूमध्ये 52 जना महिला थिए। सिख महिलाको भूमिका र स्थितिमा, डा मोहिन्दर कौर गिल लेखिन्छ, "गुरु अमर दासलाई विश्वास थियो कि कुनै पनि शिक्षाले तबसम्म जड लगाउन सक्दैन जबसम्म यसलाई महिलाहरूले स्वीकार गर्दैनन्।"

कपडामाथि प्रतिबन्धः महिलाहरुले घुम्टो नलगाउनु पर्ने आवश्यकता बाहेक, सिख धर्मले परिधान संहिताको सरल तर धेरै महत्त्वपूर्ण विवरण गरेको छ। यो लिङ्को पर्वाह नगरी सबै सिखहरूमा लागू हुन्छ। गुरु ग्रन्थ साहिबमा भनिएको छ कि,

"शरीरलाई असहज बनाउने र मनलाई नकारात्मक विचारहरूले भरिदिने कपडा लगाउनबाट जोगिनुहोस्। SGGS पृष्ठ 16

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

SGGS उद्धरणः गुरु नानकजी भन्नुहुन्छ कि, "पृथ्वी र आकाशमा, म अरू कोही देखिदैन। सबै महिला र पुरुषहरूमा, उहाँको ज्योति चम्किरहेको छ। " Sggs पृष्ठ 223। स्त्रीबाट, पुरुष जन्मन्छ; पुरुषको महिलाभित्र गर्भधारण हुन्छ; उसको एक महिलासँग इन्जमेन्ट र विवाह हुन्छ। महिला उसको साथी बन्छिन्; महिला मार्फत भावी पुस्ताहरू जन्मन्छन्। जब उसकी श्रीमतीको मृत्यु हुन्छ, उसले अर्को महिला खोज्छ; ऊ त्यो महिलासँग बाँधिनेको हुन्छ। त्यसोभए किन उनलाई नराम्रो भन्ने? उनीबाट राजाहरू आउँछन्। महिलाबाट महिला आउँछन्; महिला बिना कोही पनि रहँदैन। SGGS पृष्ठ 473

दाइजोको सम्बन्धमाः "हे मेरो प्रभु, मलाई मेरो नाम मेरो विवाहको उपहार र दाइजोको रूपमा दिनुहोस्।" श्री गुरु राम दास जी, पृष्ठ 78, SGGS को पङ्क्ति 18

घुम्टो प्रथाको विषयमाः "पर्खनुहोस्, पर्खनुहोस्, हे दुलही – आफ्नो अनुहार घुम्टोले नढाक्नुहोस्। अन्त्यमा, यसले तपाईंलाई आधा आवरण पनि दिँदैन।" तपाईंको अगाडि अनुहार ढाक्नेहरूको पाइला नपछ्याउनुहोस्। आफ्नो अनुहार ढाक्नुको एउटै मात्र गुण यो हो कि केही दिनको लागि मानिसहरूले भन्नेछन्, "कस्तो सद्गुणी दुलही आइन्।" तपाईंको घुम्टो तब मात्र साँचो हुनेछ जब तपाईं निस्कनुहुन्छ, नाच्नुहुन्छ र परमेश्वरको महिमा गाउनुहुन्छ।- पृष्ठ 484, SGGS Women

महिलाहरु र वास्तवमा सबै आत्माहरूलाई आध्यात्मिक जीवन बिताउन कडा रूपमा प्रोत्साहित गरिएको थियो: "आउनुहोस्, मेरा प्रिय दिदीबहिनीहरू तथा आध्यात्मिक साथीहरू, मलाई आफ्नो अँगालोमा कसेर अँगालो मारुहोस्। सँगै सामेल हुनुहोस्, र आफ्ना सर्वशक्तिमान श्रीमान् भगवान्का कथाहरू बताउनुहोस्। " - गुरु नानक, SGGS पृष्ठ 17।

"साथीहरू, अन्य सबै कपडाहरुले सुखलाई नष्ट गरिदिन्छ, अङ्गहरूमा लगाएका कुराले दुखाई निम्त्याउँछ, र गलत सोचाइले दिमाग भरिदिन्छ।" - SGGS पृष्ठ 16

पगडीको महत्त्व

सिखको एउटा अभिन्न अङ्ग पगडी हो। सिखहरूले लगभग 1500 देखि र सिख 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 कहिले काहीँ 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 पाँचको वा आस्थाका पाँच लेखहरूमध्ये एक थियो, यो लामो समयदेखि सन् 1469 मा सिख धर्मको स्थापनादेखि नै सिख धर्मसँग सम्बन्धित छ। सिख धर्म संसारको एक मात्र धर्म हो। जसमा सबै वयस्क पुरुषका लागि पगडी लगाउनु अनिवार्य छ। पश्चिमी देशहरूमा पगडी लगाउने अधिकांश मानिसहरू सिख हुन्। सिख पगडीलाई दस्तार पनि भनिन्छ। 'दस्तार' एउटा फारसी शब्द हो। यसको अर्थ 'ह्यान्ड अफ गड' हो जसको अर्थ उहाँको आशीर्वाद हो।

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

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

जब कुनै सिख पुरुष वा महिलाले पगडी लगाउँछन्, पगडी अब केवल कपडाको टुक्रा मात्र रहँदैन; किनभने यो सिखको टाउकोसँग एक हुन्छ। सिखहरूले 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! सिखहरूले पगडी लगाउने मुख्य कारण आफ्ना संस्थापकप्रति उनीहरूको प्रेम, आज्ञाकारिता र सम्मान देखाउनु हो।

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

"पगडी हाम्रा गुरुले हामीलाई दिनुभएको उपहार हो। यसरी नै हामी आँफूलाई 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 एक्लो रूपमा खडा हुनुहुनेछ। छ अर्ब मानिसबाट अलग उभिएको व्यक्ति। यो सबैभन्दा उत्कृष्ट काम हो।" (सिखनेटबाट उद्धृत)

नम्रता तपाईंको यात्राको मुख्य सार हो

नम्रता सिख धर्मको एक महत्त्वपूर्ण दृष्टिकोण हो। यस अनुसार, सिखहरूले नम्रतापूर्वक भगवानको अगाडि झुक्नु पर्छ। विनम्रता वा नम्रता पञ्जाबी भाषामा सँगसँगैका शब्दहरू हुन्। नम्रता भनेको एउटा गुण हो जसलाई गुरबानीमा धेरै जोडदार रूपमा प्रचार गरिन्छ। यस पञ्जाबी शब्दको अनुवाद "नम्रता", "उदारता" हो। एक मानिस जसको दिमाग "विनम्रता" वा "अरूभन्दा राम्रो वा बढी महत्त्वपूर्ण छ भन्ने विचारबाट विचलित हुँदैन।

समस्या क्षेत्र -माथिको वाक्य सही छैन -माथिको वाक्य पूर्ण छैन
यो सबै मानव जातिको पालनपोषणको लागि एउटा महत्त्वपूर्ण गुण हो र एकजना सिखको मानसिकताको एउटा अनिवार्य हिस्सा हो तथा यो गुण सधैं सिखमा हुनुपर्दछ। सिख शस्त्रागारमा अन्य चार गुणहरू छन्(सत) सत्य :, सन्तुष्टि (सन्तोख), करुणा र प्रेम (दया) माया।(

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 भगवान्को ध्यान गर्न जारी राख्छन्। भगवान्सँग परिचित प्राणी नम्रतामा डुबेको हुन्छ। जसको हृदय दया र नम्रतामा स्थिर हुन्छ। सिख धर्मले नम्रतालाई भगवान्को सामु भिक्षा माग्ने पात्रको रूपमा प्रस्तुत गर्दछ।

गुरु नानक ,सिख धर्मका प्रथम गुरु:

आफ्नो" हृदयमा प्रेम र नम्रताका साथ सुन्नुहोस् अनि विश्वास गर्नुहोस्, तपाईंभित्रको पवित्र मन्दिरमा भगवान्को नाममा आँफूलाई शुद्ध गर्नुहोस्। -" SGGGS पृष्ठ 4

सन्तुष्टि"लाई आफ्नो कानको झुम्का बनाउनुहोस्, नम्रतालाई आफ्नो भिक्षापात्र बनाउनुहोस्, र ध्यानलाई आफ्नो शरीर ढाक्ने खरानी बनाउनुहोस्।-" SGGGS पृष्ठ 6।

नम्रताको क्षेत्रमा", शब्द सौन्दर्य हो। अतुलनीय सौन्दर्यका सिर्जना गरिएका रूपहरू छन्।" SGGGS पृष्ठ 8

नम्रता", उदारता र अन्तर्ज्ञान मेरो सासु र ससुरा हुन्-" SGGGS पृष्ठ 152.

आध्यात्मिकतातर्फको 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 भनेको सबै भगवान्प्रति 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.com इमेल गर्न नहिचकिचाउनुहोस् अनि हामी यस यात्रामा तपाईंसँग सामेल हुन चाहन्छौं।