A Guide to Inner Awakening

ੴ

All is One

JUP, SO DAR, SOHILA

हिंदी

Table of Contents

INTRODUCTION

JUP .... 1 – 76

SO DAR .... 77 – 108

SOHILA .... 109 – 120

TESTIMONIALS .... 121 – 124

गुरबानी (गुरु की शिक्षा) दिव्य ज्ञान का एक सागर है। यह कर्मकांड पठन के लिए नहीं है, बल्कि स्वयं के भीतर सकारात्मक परिवर्तन लाने के लिए अध्ययन और कार्यान्वयन के लिए है। पूरी गुरबाणी काव्य में है, इसलिए यदि हम शाब्दिक अनुवाद पढ़ते हैं तो यह जटिल हो जाता है। गुरबाणी के संदेश को समझने के लिए इस प्रस्तुत पुस्तक में जानबूझकर शाब्दिक अनुवाद को टाला गया है। हमारा प्रयास प्रत्येक पंक्ति का सीधा संदेश पाठकों के लिए प्रस्तुत करना है। याद रखें, अतीत, वर्तमान या भविष्य में कोई भी यह दावा नहीं कर सकता है कि गुरबाणी की उसकी व्याख्याएँ अंतिम हैं और "सही" हैं। यह भी हमारा विनम्र प्रयास है। इस समय हमने जो कुछ समझा है, वह हम आपके सामने प्रस्तुत कर रहे हैं। आइए गुरु की शिक्षाओं का अध्ययन करें और उन्हें अपने जीवन में लागू करें। सभी के मंगल की कामना करें।

Bhai Inderjit Singh Goraya

ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ikOankaar sat naam karataa purakh nirabhau niravair akaal moorat ajoonee saibha(n) gur prasaadh ||

इस रचना को आमतौर पर 'मूल मंत्र' कहा जाता है। सिख दर्शन में मंतर कभी भी शब्दों का एक समूह नहीं होता है, जिसे जब निश्चित समय के लिए जप किया जाता है तो कुछ बाहरी चमत्कार होते हैं। सिख दर्शन में, मंतर गुरु की शिक्षा / ज्ञान है। पूरी गुरबानी है वह मंत्र जो जीवन में आत्मसात और क्रियान्वित होने पर भीतर के परमात्मा के साथ एकता का परिणाम देता है।

तो, मूल मंत्र में गुरमत के मूल सिद्धांत या गुरु के ज्ञान के मूल सिद्धांत शामिल हैं। गुरुजी हमें मूल मंत्र में ईश्वरीय गुणों के बारे में बहुमूल्य सिद्धांत प्रदान करते हैं जो निम्नलिखित उद्देश्यों को पूरा करता है-

1. इन सद्गुणों से ईश्वर को परिभाषित करना/साक्षात्कार करना।
2. जैसे भगवान हमारे अंदर रहते हैं, वैसे ही हम इन ईश्वरीय गुणों को अपने में समाहित कर लेते हैं।
3. गुरबाणी के वास्तविक संदेश को समझने के लिए मूल मंत्र को नींव/संदर्भ सिद्धांत के रूप में उपयोग करना।

इसलिए गुरु ग्रंथ साहिब में मूल मंत्र 568 बार पाया जाता है, इसलिए हमें गुरबाणी पढ़ते और पढ़ते समय इसे ध्यान में रखना चाहिए।

नोट: मूल मंतर जप बानी या किसी अन्य बानी का हिस्सा नहीं है। यह एक स्वतंत्र रचना है और जैसा कि ऊपर कहा गया है कि मूल मंतर गुरबाणी के प्रत्येक शबद को समझने का संदर्भ है और इसलिए यह गुरु ग्रंथ साहिब में बार-बार आता है।

ੴ

ikOankaar

एक ईश्वर जो सभी में समान रूप से विद्यमान है। सब में एक, और सब एक में। वह केवल किसी विशेष शरीर, स्थान या काल में उपस्थित नहीं है। एक ही ईश्वर सब में, हर जगह, हर समय मौजूद है।

सति नामु

sat naam

उसका मौलिक गुण उसका शाश्वत अस्तित्व है। वह हमेशा के लिए है। वह सभी में जीवन है। हमारे भीतर जीवन उसके अस्तित्व का गुण है।

करता पुरखु

karataa purakh

वह रचयिता है। और अपनी ही रचना में निवास कर रहा है। सभी प्राणियों में रचनात्मक शक्तियाँ उनका गुण हैं।

ਨਿਰਭਉ

nirabhau

न वह डरता है और न डराता है।

ਨਿਰਵੈਰੁ

niravair

वह शत्रुता से रहित है। न तो वह किसी से नफरत करता है और न ही किसी के खिलाफ किसी का पक्ष लेता है।

ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ

akaal moorat

वह समय से परे है। भौतिक संसार के विपरीत वह समय के साथ न कभी बदलता है और न ही समाप्त होता है।

ਅਜੂਨੀ

ajoonee

वह जन्म में कभी नहीं आता। भगवान कभी अवतार नहीं लेते। उसके कभी माता-पिता नहीं होते। वह एक व्यक्ति नहीं है।

ਸੈਭੰ

saibha(n)

वह किसी और ने नहीं बनाया है। उसे कभी किसी के सहारे की जरूरत नहीं पड़ती। वह अपने दम पर है।

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

gur prasaadh ||

केवल गुरु के ज्ञान के माध्यम से इन ईश्वरीय गुणों को आत्मसात करके हम ईश्वर के साथ जान सकते हैं और एक हो सकते हैं।

॥ ਜਪੁ ॥

|| jap ||

आगे की रचना/बानी का नाम 'जप' है। यहाँ जप का अर्थ है बानी जप में निहित गुरु की शिक्षाओं पर चिंतन करने और उन्हें जीवन में लागू करने की प्रक्रिया।

ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥
ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥੧॥

aadh sach jugaadh sach ||
hai bhee sach naanak hosee bhee sach ||1||

यह जप बानी का पहला श्लोक है। जप में दो श्लोक हैं, एक शुरुआत में और एक अंत में। 38 पौड़ी/छंद हैं। इस पहले श्लोक का अर्थ है - भगवान हमारे आदिकाल से ही हमारे साथ हैं। वह अब भी हमारे साथ है, और हमेशा हमारे पूरे अस्तित्व में रहेगा।

ਸੋਚੈ ਸੋਚਿ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸੋਚੀ ਲਖ ਵਾਰ ॥

sochai soch na hoviee je sochee lakh vaar ||

हम पवित्र तीर्थों पर अपने शरीर को लाख बार धो सकते हैं, लेकिन पवित्र नहीं हो सकते क्योंकि बाहरी स्नान से मन का मैल कभी नहीं जाता है।

ਚੁਪੈ ਚੁਪ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵ ਤਾਰ ॥

chupai chup na hoviee je lai rahaa liv taar ||

हम लंबे समय तक मौन ध्यान में बैठे रह सकते हैं लेकिन इस बाहरी क्रिया से आंतरिक अराजकता कभी दूर नहीं होती है।

ਭੁਖਿਆ ਭੁਖ ਨ ਉਤਰੀ ਜੇ ਬੰਨਾ ਪੁਰੀਆ ਭਾਰ ॥

bhukhiaa bhukh na utaree je ba(n)naa pureeaa bhaar ||

हम बाहरी सामग्री के ढेर लगा सकते हैं लेकिन हमारा मन इन बाहरी उपलब्धियों से कभी संतुष्ट नहीं हो सकता

ਸਹਸ ਸਿਆਣਪਾ ਲਖ ਹੋਹਿ ਤ ਇਕ ਨ ਚਲੈ ਨਾਲਿ ॥

sahas siaanapaa lakh hoh ta ik na chalai naal ||

भीतर से सचमुच शुद्ध होने के मार्ग में हमारी सारी बाहरी चतुराई विफल हो जाती है

ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ ॥

kiv sachiaaraa hoieeaai kiv kooRai tuTai paal ||

फिर, हम भीतर से शुद्ध/ज्ञानी कैसे बन सकते हैं? भीतर के द्वेष को कैसे दूर करें?

ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥੧॥

hukam rajaiee chalanaa naanak likhiaa naal ||1||

जब हम आंतरिक परमात्मा/विवेक के अनुसार जीते हैं, तभी हम भीतर से शुद्ध होते हैं

ਹੁਕਮੀ ਹੋਵਨਿ ਆਕਾਰ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਈ ॥

hukamee hovan aakaar hukam na kahiaa jaiee ||

जब हम आंतरिक दिव्यता का अनुसरण करते हैं तो हम एक पूर्ण नए स्व का निर्माण करते हैं। उस आंतरिक आवाज/विवेक की शक्ति/सौंदर्य को शब्दों में बयां नहीं किया जा सकता।

ਹੁਕਮੀ ਹੋਵਨਿ ਜੀਅ ਹੁਕਮਿ ਮਿਲੈ ਵਡਿਆਈ ॥

hukamee hovan jeea hukam milai vaddiaaiee ||

जब हम उस आंतरिक दिव्यता का अनुसरण करते हैं तो हमें भीतर एक नया जीवन मिलता है। जब हम उस आंतरिक दिव्य वाणी का अनुसरण करते हैं तो हम गौरवशाली दैवीय गुणों में लीन हो जाते हैं।

ਹੁਕਮੀ ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ ਹੁਕਮਿ ਲਿਖਿ ਦੁਖ ਸੁਖ ਪਾਈਅਹਿ ॥

hukamee utam neech hukam likh dhukh sukh paie'eeh ||

जो लोग भीतर के परमात्मा के अनुसार जीते हैं वे आंतरिक सुख की ओर बढ़ते हैं। जब हम इसका ध्यान नहीं रखते हैं तो हम आंतरिक पीड़ा की ओर गिरते हैं।

ਇਕਨਾ ਹੁਕਮੀ ਬਖਸੀਸ
ਇਕਿ ਹੁਕਮੀ ਸਦਾ ਭਵਾਈਅਹਿ ॥

eikanaa hukamee bakhasees
ik hukamee sadhaa bhavaie'eeh ||

जो लोग आंतरिक दिव्यता के अधीन रहते हैं वे हमेशा भीतर धन्य होते हैं। जब हम उस हुकम को जीने में असफल होते हैं तो हमारा मन व्यर्थ ही भटकता रहता है

ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੋ ਬਾਹਰਿ ਹੁਕਮ ਨ ਕੋਇ ॥

hukamai a(n)dhar sabh ko baahar hukam na koi ||

हमारी सभी आंतरिक उपलब्धियां ईश्वर/विवेक की आंतरिक आवाज का पालन करने से आती हैं। इसकी अवज्ञा करने से कुछ भी अच्छा नहीं होता है।

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਜੇ ਬੁਝੈ ਤ ਹਉਮੈ ਕਹੈ ਨ ਕੋਇ ॥੨॥

naanak hukamai je bujhai ta haumai kahai na koi ||2||

यदि हम आंतरिक परमात्मा का अनुसरण करना शुरू कर दें, तो हमारा मन दुर्भावनापूर्ण अहंकार में पड़ना बंद हो जाएगा।

ਗਾਵੈ ਕੋ ਤਾਣੁ ਹੋਵੈ ਕਿਸੈ ਤਾਣੁ ॥

gaavai ko taan hovai kisai taan ||

जो लोग ईश्वर/विवेक की आंतरिक आवाज (हुकम) का पालन करते हैं, वे भीतर की दिव्य शक्ति प्राप्त करते हैं, और उनका जीवन उस दिव्य शक्ति को दर्शाता है।

ਗਾਵੈ ਕੋ ਦਾਤਿ ਜਾਣੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥

gaavai ko dhaat jaanai neesaan ||

जो लोग आंतरिक दिव्यता का पालन करते हैं, उनके जीवन दिव्य गुणों (हुकम के उपहार) को आंतरिक शुद्धता की ओर मार्ग के संकेतक/संकेतों के रूप में दर्शाते हैं।

ਗਾਵੈ ਕੋ ਗੁਣ ਵਡਿਆਈਆ ਚਾਰ ॥

gaavai ko gun vaddiaaieeaa chaar ||

वे दिव्य गुणों का प्रयोग करते हैं और चरित्र के सकारात्मक परिवर्तन की महिमा करते हैं

ਗਾਵੈ ਕੋ ਵਿਦਿਆ ਵਿਖਮੁ ਵੀਚਾਰੁ ॥

gaavai ko vidhiaa vikham veechaar ||

वे आंतरिक दिव्यता के बोध में आत्मसात करते हैं जिसका दावा दूसरों द्वारा समझ से बाहर है

ਗਾਵੈ ਕੋ ਸਾਜਿ ਕਰੇ ਤਨੁ ਖੇਹ ॥

gaavai ko saaj kare tan kheh ||

जो लोग दिव्य हुकम में रहते हैं, वे एक सुंदर शुद्ध मन को तराशते हैं। और भीतर से द्वेष को दूर भगाओ

ਗਾਵੈ ਕੋ ਜੀਅ ਲੈ ਫਿਰਿ ਦੇਹ ॥

gaavai ko jeea lai fir dheh ||

आंतरिक भगवान के प्रति समर्पित होकर, वे आंतरिक शुद्धता के बारे में समझ प्राप्त करते हैं और फिर इस ज्ञान को अपने मन-बुद्धि-चेतना तक पहुँचाते हैं

ਗਾਵੈ ਕੋ ਜਾਪੈ ਦਿਸੈ ਦੂਰਿ ॥

gaavai ko jaapai dhisai dhoor ||

वे भीतर के प्रभु को महसूस करते हैं जो दूर माने जाते थे

ਗਾਵੈ ਕੋ ਵੇਖੈ ਹਾਦਰਾ ਹਦੂਰਿ ॥

gaavai ko vekhai haadharaa hadhoor ||

जो दिव्य हुकम में रहता है वह प्रभु को बहुत निकट देखता है।

ਕਥਨਾ ਕਥੀ ਨ ਆਵੈ ਤੋਟਿ ॥

kathanaa kathee na aavai toT ||

प्रभु की अंतरात्मा का अनुसरण और अभ्यास करने से वे बिना किसी कमी/कमियों के रह जाते हैं

ਕਥਿ ਕਥਿ ਕਥੀ ਕੋਟੀ ਕੋਟਿ ਕੋਟਿ ॥

kath kath kathee koTee koT koT ||

जैसे-जैसे वे आत्मसात करते जाते हैं और हुकम में रहते हैं, उनमें दैवी गुण कई गुना बढ़ जाते हैं

ਦੇਦਾ ਦੇ ਲੈਦੇ ਥਕਿ ਪਾਹਿ ॥

dhedhaa dhe laidhe thak paeh ||

भीतर का भगवान हमें शुद्ध आत्म के लिए ज्ञान प्रदान करता रहता है, और जो मन इसे प्राप्त / अनुसरण करता है वह अंततः भटकना छोड़ देता है।

ਜੁਗਾ ਜੁਗੰਤਰਿ ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥

jugaa juga(n)tar khaahee khaeh ||

ऐसा मन आंतरिक अशुद्धियों से वास्तविक शुद्धता में बदलने के लिए दिव्य ज्ञान को आत्मसात करता रहता है।

ਹੁਕਮੀ ਹੁਕਮੁ ਚਲਾਏ ਰਾਹੁ ॥

hukamee hukam chalaae raahu ||

जब हम अपने मन को आंतरिक परमात्मा द्वारा दिखाए गए मार्ग पर चलने के लिए बनाते हैं

ਨਾਨਕ ਵਿਗਸੈ ਵੇਪਰਵਾਹੁ ॥੩॥

naanak vigasai veparavaahu ||3||

हमारा मन सभी भय-चिंताओं-चिंताओं को पीछे छोड़कर आनंद में रहता है।

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੁ ਨਾਇ ਭਾਖਿਆ ਭਾਉ ਅਪਾਰੁ ॥

saachaa saahib saach nai bhaakhiaa bhaau apaar ||

दयालु भगवान अपने शाश्वत ज्ञान के साथ प्रेम से हमारा मार्गदर्शन करते रहते हैं

ਆਖਹਿ ਮੰਗਹਿ ਦੇਹਿ ਦੇਹਿ ਦਾਤਿ ਕਰੇ ਦਾਤਾਰੁ ॥

aakheh ma(n)geh dheh dheh dhaat kare dhaataar ||

जब भी हम कोई सहायता/रास्ता माँगते हैं, तो आंतरिक भगवान हमें समझ और समाधान प्रदान करते हैं

ਫੇਰਿ ਕਿ ਅਗੈ ਰਖੀਐ ਜਿਤੁ ਦਿਸੈ ਦਰਬਾਰੁ ॥

fer k agai rakheeaai jit dhisai dharabaar ||

हमें अपने मन को दोषों से आंतरिक दिव्यता की ओर मोड़ना चाहिए ताकि हम हमेशा प्रभु के आसन का सामना कर सकें

ਮੁਹੌ ਕਿ ਬੋਲਣੁ ਬੋਲੀਐ ਜਿਤੁ ਸੁਣਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ ॥

muhau k bolan boleeaai jit sun dhare piaar ||

हमारा मन भीतर के प्रभु से ऐसा वार्तालाप करेगा जिससे हम भीतर के प्रभु से प्रेम विकसित करें

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ ॥

a(n)mirat velaa sach naau vaddiaaiee veechaar ||

हमें अपने समय/जीवन को अमर बनाना चाहिए (दुष्टों में नहीं मरना चाहिए) y गौरवशाली दिव्य गुणों को आंतरिक बनाना चाहिए

ਕਰਮੀ ਆਵੈ ਕਪੜਾ ਨਦਰੀ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥

karamee aavai kapaRaa nadharee mokh dhuaar ||

जिन सद्गुणों से हम सच्चा सम्मान अर्जित करते हैं और आंतरिक द्वेष से मुक्त हो जाते हैं

ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ ਸਭੁ ਆਪੇ ਸਚਿਆਰੁ ॥੪॥

naanak evai jaaneeaai sabh aape sachiaar ||4||

ऐसा करने से हमारे भीतर सब कुछ सत्य/शुद्ध हो जाता है (भगवान के समान)

ਥਾਪਿਆ ਨ ਜਾਇ ਕੀਤਾ ਨ ਹੋਇ ॥

thaapiaa na jai keetaa na hoi ||

बाहर से कोई भी हमें सच्चा/पवित्र नहीं बना सकता

ਆਪੇ ਆਪਿ ਨਿਰੰਜਨੁ ਸੋਇ ॥

aape aap nira(n)jan soi ||

यह तभी होता है जब हम आंतरिक ईश्वर के प्रति समर्पण करते हैं और अपने आप को आंतरिक द्वेष से मुक्त करते हैं

ਜਿਨਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਪਾਇਆ ਮਾਨੁ ॥

jin seviaa tin paiaa maan ||

जो लोग आंतरिक परमात्मा की सेवा (अनुसरण) करते हैं, उन्हें सत्यवादी होने का गौरव प्राप्त होता है

ਨਾਨਕ ਗਾਵੀਐ ਗੁਣੀ ਨਿਧਾਨੁ ॥

naanak gaaveeaai gunee nidhaan ||

ईश्वरीय गुणों के खजाने को प्राप्त करने के लिए हमारे जीवन को इस प्रकार हुकम का गान/अभ्यास करना चाहिए

ਗਾਵੀਐ ਸੁਣੀਐ ਮਨਿ ਰਖੀਐ ਭਾਉ ॥

gaaveeaai suneeaai man rakheeaai bhaau ||

जब हम उन सद्गुणों को गाते/जीते हैं तो हमारे मन में उनके प्रति प्रेम उत्पन्न हो जाता है

ਦੁਖੁ ਪਰਹਰਿ ਸੁਖੁ ਘਰਿ ਲੈ ਜਾਇ ॥

dhukh parahar sukh ghar lai jai ||

हम दुखों से छुटकारा पा लेते हैं (जो दोषों द्वारा लाया जाता है), और खुशी और शांति आती है (संतोष और धैर्य जैसे गुणों के साथ)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਦੰ ਗੁਰਮੁਖਿ ਵੇਦੰ
ਗੁਰਮੁਖਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ ॥

gurmukh naadha(n) gurmukh vedha(n)
gurmukh rahiaa samaiee ||

हमारे भीतर का वह दिव्य गुरु हमारा मार्गदर्शन करता है, और उसका अभ्यास/कार्यान्वयन करके हम उसमें विलीन हो जाते हैं

ਗੁਰੁ ਈਸਰੁ ਗੁਰੁ ਗੋਰਖੁ ਬਰਮਾ ਗੁਰੁ ਪਾਰਬਤੀ ਮਾਈ ॥

gur ieesar gur gorakh baramaa gur paarabatee maiee ||

गुरु/ज्ञान की वह आंतरिक आवाज हमारा पोषण करती है, हमें दोषों से बचाती है, हमारे अंदर सौंदर्य/पवित्रता पैदा करती है, और दोषों को दूर करने में हमारी मदद करती है

ਜੇ ਹਉ ਜਾਣਾ ਆਖਾ ਨਾਹੀ ਕਹਣਾ ਕਥਨੁ ਨ ਜਾਈ ॥

je hau jaanaa aakhaa naahee kahanaa kathan na jaiee ||

यदि हम यह सोचते हैं कि हम अपने सांसारिक बुद्धिमान मन से दोषों को दूर कर सकते हैं तो याद रखें कि अहंकारी बुद्धि हमें कहीं नहीं ले जाएगी

ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥

guraa ik dheh bujhaiee ||

तो हमें इस समझ को भीतर के गुरु से माँगना चाहिए

ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੫॥

sabhanaa jeeaa kaa ik dhaataa so mai visar na jaiee ||5||

कि मुझे हमेशा उस प्रभु को याद रखना चाहिए जो मेरे अंदर और बाहर सब कुछ अपने दिव्य हुकम में प्रदान करता है।

ਤੀਰਥਿ ਨਾਵਾ ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵਾ ਵਿਣੁ ਭਾਣੇ ਕਿ ਨਾਇ ਕਰੀ ॥

teerath naavaa je tis bhaavaa vin bhaane k nai karee ||

अगर हम वही बन रहे हैं जो हमारे आंतरिक भगवान हमें पसंद करते हैं, तो यह वास्तविक तीर्थ है। यदि नहीं तो हमें बाहरी पवित्र स्थानों/तीर्थों पर स्नान करने को क्या मिलेगा?

ਜੇਤੀ ਸਿਰਠਿ ਉਪਾਈ ਵੇਖਾ ਵਿਣੁ ਕਰਮਾ ਕਿ ਮਿਲੈ ਲਈ ॥

jetee siraTh upaiee vekhaa vin karamaa k milai liee ||

सुंदरता और पवित्रता से भरी दुनिया/सृष्टि जिसे हम अपने भीतर खोज रहे हैं, ईश्वरीय हुकम को स्वीकार/व्यायाम किए बिना प्राप्त नहीं की जा सकती

ਮਤਿ ਵਿਚਿ ਰਤਨ ਜਵਾਹਰ ਮਾਣਿਕ
ਜੇ ਇਕ ਗੁਰ ਕੀ ਸਿਖ ਸੁਣੀ ॥

mat vich ratan javaahar maanik je ik gur kee sikh sunee ||

केवल आंतरिक गुरु की सलाह को सुनने/स्वीकार करने से हम अपनी बुद्धि को दिव्य ज्ञान के मोती/खजाने से भर सकते हैं

ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥

guraa ik dheh bujhaiee ||

तो हमें गुरु से यह समझ माँगनी चाहिए

ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੬॥

sabhanaa jeeaa kaa ik dhaataa so mai visar na jaiee ||6||

कि मुझे हमेशा उस प्रभु को याद रखना चाहिए जो मेरे अंदर और बाहर सब कुछ अपने दिव्य हुकम में प्रदान करता है।

ਜੇ ਜੁਗ ਚਾਰੇ ਆਰਜਾ ਹੋਰ ਦਸੂਣੀ ਹੋਇ ॥

je jug chaare aarajaa hor dhasoonee hoi ||

यदि हम अपनी विचार प्रक्रिया के सभी चरणों को गुरु के ज्ञान से सुधार लें, तो आंतरिक सुंदरता कई गुना बढ़ जाएगी

ਨਵਾ ਖੰਡਾ ਵਿਚਿ ਜਾਣੀਐ ਨਾਲਿ ਚਲੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

navaa kha(n)ddaa vich jaaneeaai naal chalai sabh koi ||

यदि हमारी चेतना का प्रत्येक भाग दिव्य ज्ञान का प्रयोग करता है तो वे सभी आंतरिक सत्यता/पवित्रता की ओर हमारा साथ देंगे

ਚੰਗਾ ਨਾਉ ਰਖਾਇ ਕੈ ਜਸੁ ਕੀਰਤਿ ਜਗਿ ਲੇਇ ॥

cha(n)gaa naau rakhai kai jas keerat jag lei ||

यदि हम ईश्वरीय हुकम में रहने के उस सुंदर गुण को अपने हृदय में स्थान देते हैं, तो हमें अपने भीतर की दुनिया में वास्तविक पहचान मिलती है।

ਜੇ ਤਿਸੁ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵਈ ਤ ਵਾਤ ਨ ਪੁਛੈ ਕੇ ॥

je tis nadhar na aaviee ta vaat na puchhai ke ||

लेकिन यदि हमारा ध्यान इस विकास की ओर नहीं है तो हम अपने भीतर के गुरु से सत्य/शुद्ध होने का मार्ग पूछने में असफल रहेंगे।

ਕੀਟਾ ਅੰਦਰਿ ਕੀਟੁ ਕਰਿ ਦੋਸੀ ਦੋਸੁ ਧਰੇ ॥

keeTaa a(n)dhar keeT kar dhosee dhos dhare ||

और हमारी बुद्धि के निरंतर पतन का दोष हम पर ही होगा

ਨਾਨਕ ਨਿਰਗੁਣਿ ਗੁਣੁ ਕਰੇ ਗੁਣਵੰਤਿਆ ਗੁਣੁ ਦੇ ॥

naanak niragun gun kare gunava(n)tiaa gun dhe ||

इसलिए, हमें अपने दुष्ट मन को सद्गुणों में लीन होने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए आंतरिक दिव्यता पर ध्यान देना चाहिए, और सद्गुणों का अभ्यास करते हुए सुधार करना बंद नहीं करना चाहिए।

ਤੇਹਾ ਕੋਇ ਨ ਸੁਝਈ ਜਿ ਤਿਸੁ ਗੁਣੁ ਕੋਇ ਕਰੇ ॥੭॥

tehaa koi na sujhiee j tis gun koi kare ||7||

बाहर कोई नहीं है जो हमारे दुष्ट मन को इस मार्ग पर चला सके। (यह हमारी आंतरिक यात्रा है)

ਸੁਣਿਐ ਸਿਧ ਪੀਰ ਸੁਰਿ ਨਾਥ ॥

suniaai sidh peer sur naath ||

भगवान की अंतरात्मा की आवाज को सुनने (समर्पण) से हमें पूर्णता, उच्च चेतना, दिव्य गुण और स्वयं के स्वामी होने की शक्ति प्राप्त होती है

ਸੁਣਿਐ ਧਰਤਿ ਧਵਲ ਆਕਾਸ ॥

suniaai dharat dhaval aakaas ||

आंतरिक दिव्यता को सुनना मन को उच्च और विचारों में विशाल (विशाल आकाश की तरह) उठने के लिए समर्थन करने के लिए ज्ञान प्रदान करता है।

ਸੁਣਿਐ ਦੀਪ ਲੋਅ ਪਾਤਾਲ ॥

suniaai dheep loa paataal ||

आंतरिक दिव्यता को सुनना अज्ञानता और दोषों में बहुत नीचे गिरे हुए मन को ज्ञान का प्रकाश प्रदान करता है

ਸੁਣਿਐ ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੈ ਕਾਲੁ ॥

suniaai poh na sakai kaal ||

आंतरिक परमात्मा को सुनने से मन विकारों में नहीं मरता (वापसी की बात नहीं)

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥

naanak bhagataa sadhaa vigaas ||

जो आंतरिक परमात्मा को सुनता / प्रस्तुत करता है वह भीतर शाश्वत आनंद में रहता है

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੮॥

suniaai dhookh paap kaa naas ||8||

आंतरिक परमात्मा को सुनने से मन सभी बुराईयों से मुक्त हो जाता है और उन बुरे विचारों से उत्पन्न कष्टों से छुटकारा मिल जाता है।

ਸੁਣਿਐ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਇੰਦੁ ॥

suniaai ieesar baramaa i(n)dh ||

आंतरिक दिव्यता को सुनने से हमें एक नया/शुद्ध स्व बनाने की शक्ति मिलती है, इसे सद्गुणों से पोषित करते हैं, और स्वयं पर शासन करते हैं

ਸੁਣਿਐ ਮੁਖਿ ਸਾਲਾਹਣ ਮੰਦੁ ॥

suniaai mukh saalaahan ma(n)dh ||

सतगुरु की अंतरात्मा की आवाज सुनकर मन द्वेष का मार्ग छोड़कर दैवीय गुणों की ओर लौट आता है

ਸੁਣਿਐ ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਤਨਿ ਭੇਦ ॥

suniaai jog jugat tan bhedh ||

आंतरिक दिव्यता को सुनकर हम भीतर के भगवान में विलीन होने का तरीका सीखते हैं

ਸੁਣਿਐ ਸਾਸਤ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਵੇਦ ॥

suniaai saasat simirat vedh ||

आंतरिक दिव्यता को सुनकर / प्रस्तुत करना हम उस सच्चे ज्ञान को इकट्ठा करते हैं जो हमें सत्य / शुद्ध रहने में सहायता करता है

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥

naanak bhagataa sadhaa vigaas ||

जो आंतरिक परमात्मा को सुनता / प्रस्तुत करता है वह भीतर शाश्वत आनंद में रहता है

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੯॥

suniaai dhookh paap kaa naas ||9||

आंतरिक परमात्मा को सुनने से मन सभी बुराईयों से मुक्त हो जाता है और उन बुरे विचारों से उत्पन्न कष्टों से छुटकारा मिल जाता है।

ਸੁਣਿਐ ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਗਿਆਨੁ ॥

suniaai sat sa(n)tokh giaan ||

आंतरिक दिव्यता को सुनकर हम सच्चाई और संतोष/बहुतायत में जीने का तरीका सीखते हैं

ਸੁਣਿਐ ਅਠਸਠਿ ਕਾ ਇਸਨਾਨੁ ॥

suniaai aThasaTh kaa isanaan ||

भीतर के गुरु को सुनकर हम भीतर के वास्तविक तीर्थ (दिव्य ज्ञान के) में स्नान करते हैं

ਸੁਣਿਐ ਪੜਿ ਪੜਿ ਪਾਵਹਿ ਮਾਨੁ ॥

suniaai paR paR paaveh maan ||

आंतरिक गुरु को सुनकर हम अपने भीतर शुद्ध होने की वास्तविक महिमा प्राप्त करने के लिए अपने मन का विश्लेषण / खोज करते हैं

ਸੁਣਿਐ ਲਾਗੈ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ ॥

suniaai laagai sahaj dhiaan ||

आंतरिक दिव्यता को सुनते हुए मन निरंतर स्थिरता में आंतरिक भगवान पर ध्यान केंद्रित करता है

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥

naanak bhagataa sadhaa vigaas ||

जो आंतरिक परमात्मा को सुनता / प्रस्तुत करता है वह भीतर शाश्वत आनंद में रहता है

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੦॥

suniaai dhookh paap kaa naas ||10||

आंतरिक परमात्मा को सुनने से मन सभी बुराईयों से मुक्त हो जाता है और उन बुरे विचारों से उत्पन्न कष्टों से छुटकारा मिल जाता है।

ਸੁਣਿਐ ਸਰਾ ਗੁਣਾ ਕੇ ਗਾਹ ॥

suniaai saraa gunaa ke gaeh ||

आंतरिक दिव्यता को सुनकर हमें भीतर के दिव्य गुणों की भीड़ का एहसास होता है

ਸੁਣਿਐ ਸੇਖ ਪੀਰ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥

suniaai sekh peer paatisaeh ||

आंतरिक दिव्यता को सुनने/समर्पित करने से हम दिव्य गुणों में समृद्ध और शक्तिशाली बनते हैं

ਸੁਣਿਐ ਅੰਧੇ ਪਾਵਹਿ ਰਾਹੁ ॥

suniaai a(n)dhe paaveh raahu ||

आंतरिक दिव्यता को सुनकर विकारों में अंधा मन जीवन में वास्तविक पथ/ स्पष्टता पाता है

ਸੁਣਿਐ ਹਾਥ ਹੋਵੈ ਅਸਗਾਹੁ ॥

suniaai haath hovai asagaahu ||

आंतरिक परमात्मा को सुनने से हमारा मन विकारों के सागर में दिव्य ज्ञान का सहारा पाता है

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥

naanak bhagataa sadhaa vigaas ||

जो आंतरिक परमात्मा को सुनता / प्रस्तुत करता है वह भीतर शाश्वत आनंद में रहता है

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੧॥

suniaai dhookh paap kaa naas ||11||

आंतरिक परमात्मा को सुनने से मन सभी बुराईयों से मुक्त हो जाता है और उन बुरे विचारों से उत्पन्न कष्टों से छुटकारा मिल जाता है।

ਮੰਨੇ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਇ ॥

ma(n)ne kee gat kahee na jai ||

हुकम/ज्ञान को आत्मसात करने से प्राप्त मुक्ति को केवल बातों से प्राप्त नहीं किया जा सकता है

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥

je ko kahai pichhai pachhutai ||

यदि कोई इसे शब्दों से प्राप्त करने की बात करता है तो पछताएगा / असफल होगा

ਕਾਗਦਿ ਕਲਮ ਨ ਲਿਖਣਹਾਰੁ ॥

kaagadh kalam na likhanahaar ||

ज्ञान पर किताबें लिखकर यह आंतरिक मुक्ति (द्वेष से) प्राप्त नहीं की जा सकती

ਮੰਨੇ ਕਾ ਬਹਿ ਕਰਨਿ ਵੀਚਾਰੁ ॥

ma(n)ne kaa beh karan veechaar ||

जो प्रभु की अंतरात्मा की आवाज को स्वीकार करता है, उसका मन ज्ञान के शब्दों पर केंद्रित होता है

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥

aaisaa naam nira(n)jan hoi ||

भीतर के परमात्मा का संदेश कितना पवित्र है

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੨॥

je ko ma(n)n jaanai man koi ||12||

जो कोई भी इसे अपने मन में स्वीकार कर लेता है वह स्वयं को सभी प्रकार के दोषों से मुक्त कर लेता है

ਮੰਨੈ ਸੁਰਤਿ ਹੋਵੈ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥

ma(n)nai surat hovai man budh ||

दिव्य हुकम को स्वीकार कर हम अपने मन और बुद्धि का ध्यान रखना सीखते हैं

ਮੰਨੈ ਸਗਲ ਭਵਣ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥

ma(n)nai sagal bhavan kee sudh ||

आंतरिक परमात्मा को स्वीकार करते हुए हम संपूर्ण आंतरिक दुनिया (विचारों की) को समझते हैं / महसूस करते हैं

ਮੰਨੈ ਮੁਹਿ ਚੋਟਾ ਨਾ ਖਾਇ ॥

ma(n)nai muh choTaa naa khai ||

आंतरिक दिव्यता को स्वीकार करते हुए अब हम दोषों द्वारा लूटे नहीं जाते हैं

ਮੰਨੈ ਜਮ ਕੈ ਸਾਥਿ ਨ ਜਾਇ ॥

ma(n)nai jam kai saath na jai ||

ईश्वरीय हुकम को स्वीकार करके हम विकारों का साथ छोड़ देते हैं

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥

aaisaa naam nira(n)jan hoi ||

भीतर के परमात्मा का संदेश कितना पवित्र है

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੩॥

je ko ma(n)n jaanai man koi ||13||

जो कोई भी इसे अपने मन में स्वीकार कर लेता है वह स्वयं को सभी प्रकार के दोषों से मुक्त कर लेता है

ਮੰਨੈ ਮਾਰਗਿ ਠਾਕ ਨ ਪਾਇ ॥

ma(n)nai maarag Thaak na pai ||

आंतरिक परमात्मा की आज्ञा को स्वीकार करते हुए हमें आंतरिक शुद्धता के मार्ग में कोई बाधा नहीं आती है

ਮੰਨੈ ਪਤਿ ਸਿਉ ਪਰਗਟੁ ਜਾਇ ॥

ma(n)nai pat siau paragaT jai ||

आंतरिक दिव्यता को स्वीकार करते हुए हम भीतर के भगवान के सामने सम्मान में खड़े होते हैं

ਮੰਨੈ ਮਗੁ ਨ ਚਲੈ ਪੰਥੁ ॥

ma(n)nai mag na chalai pa(n)th ||

आंतरिक दिव्यता को स्वीकार करते हुए हम दिखावटी और खाली बाहरी कर्मकांडों का अभ्यास करना छोड़ देते हैं

ਮੰਨੈ ਧਰਮ ਸੇਤੀ ਸਨਬੰਧੁ ॥

ma(n)nai dharam setee sanaba(n)dh ||

आंतरिक दिव्यता को स्वीकार कर हम भीतर धार्मिकता के साथ संबंध स्थापित करते हैं

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥

aaisaa naam nira(n)jan hoi ||

भीतर के परमात्मा का संदेश कितना पवित्र है

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥ ੧੪॥

je ko ma(n)n jaanai man koi ||14||

जो कोई भी इसे अपने मन में स्वीकार कर लेता है वह स्वयं को सभी प्रकार के दोषों से मुक्त कर लेता है

ਮੰਨੈ ਪਾਵਹਿ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥

ma(n)nai paaveh mokh dhuaar ||

आंतरिक परमात्मा को स्वीकार करते हुए हमें दिव्य ज्ञान में आंतरिक मुक्ति का मार्ग मिल जाता है

ਮੰਨੈ ਪਰਵਾਰੈ ਸਾਧਾਰੁ ॥

ma(n)nai paravaarai saadhaar ||

आंतरिक दिव्यता को स्वीकार करते हुए हम अपने पूरे आंतरिक परिवार - मन, बुद्धि, चेतना को शुद्ध / मुक्त करते हैं

ਮੰਨੈ ਤਰੈ ਤਾਰੇ ਗੁਰੁ ਸਿਖ ॥

ma(n)nai tarai taare gur sikh ||

आंतरिक दिव्यता को स्वीकार करने से हम दोषों से छुटकारा पा लेते हैं और अपनी संपूर्ण विचार प्रक्रिया को भी दोषों से बचा लेते हैं

ਮੰਨੈ ਨਾਨਕ ਭਵਹਿ ਨ ਭਿਖ ॥

ma(n)nai naanak bhaveh na bhikh ||

आंतरिक परमात्मा को स्वीकार कर हम बाहरी सिद्धियों में सुख और मुक्ति की इच्छा छोड़ देते हैं

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥

aaisaa naam nira(n)jan hoi ||

भीतर के परमात्मा का संदेश कितना पवित्र है

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੫॥

je ko ma(n)n jaanai man koi ||15||

जो कोई भी इसे अपने मन में स्वीकार कर लेता है वह स्वयं को सभी प्रकार के दोषों से मुक्त कर लेता है

ਪੰਚ ਪਰਵਾਣ ਪੰਚ ਪਰਧਾਨੁ ॥

pa(n)ch paravaan pa(n)ch paradhaan ||

वह मन जो आंतरिक दिव्यता को सुनता और स्वीकार करता है वास्तव में प्रबुद्ध है। यह भगवान द्वारा भीतर से स्वीकार किया जाता है, और हमें सत्यता/पवित्रता की ओर ले जाने में सक्षम होता है

ਪੰਚੇ ਪਾਵਹਿ ਦਰਗਹਿ ਮਾਨੁ ॥

pa(n)che paaveh dharageh maan ||

ऐसा प्रबुद्ध मन आंतरिक भगवान के दरबार में दिव्य गुणों से धन्य होने की महिमा प्राप्त करता है

ਪੰਚੇ ਸੋਹਹਿ ਦਰਿ ਰਾਜਾਨੁ ॥

pa(n)che soheh dhar raajaan ||

प्रबुद्ध मन (हमारी इंद्रियों का आंतरिक राजा) आंतरिक भगवान के स्थान / आसन पर दिव्य गुणों से सुशोभित है

ਪੰਚਾ ਕਾ ਗੁਰੁ ਏਕੁ ਧਿਆਨੁ ॥

pa(n)chaa kaa gur ek dhiaan ||

प्रबुद्ध मन हमेशा आंतरिक गुरु के ज्ञान पर केंद्रित होता है

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਕਰੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥

je ko kahai karai veechaar ||

जो कोई भी दिव्य हुकम का अभ्यास / आंतरिक करता है

ਕਰਤੇ ਕੈ ਕਰਣੈ ਨਾਹੀ ਸੁਮਾਰੁ ॥

karate kai karanai naahee sumaar ||

यह महसूस करता है कि यह सब विशाल आशीर्वाद (बुद्धि के माध्यम से आत्मज्ञान) भगवान के भीतर से आता है

ਧੌਲੁ ਧਰਮੁ ਦਇਆ ਕਾ ਪੂਤੁ ॥

dhaual dharam dhiaa kaa poot ||

प्रबुद्ध मन हमारी आंतरिक स्थिति पर करुणा विकसित करता है, और वह करुणा दिव्य ज्ञान के साथ आंतरिक जीवन का समर्थन करने की प्रेरणा देती है

ਸੰਤੋਖੁ ਥਾਪਿ ਰਖਿਆ ਜਿਨਿ ਸੂਤਿ ॥

sa(n)tokh thaap rakhiaa jin soot ||

दिव्य ज्ञान आंतरिक आत्म को संतोष/धैर्य प्रदान करता है जो मन को सत्यता/ पवित्रता के मार्ग पर चलने में मदद करता है

ਜੇ ਕੋ ਬੁਝੈ ਹੋਵੈ ਸਚਿਆਰੁ ॥

je ko bujhai hovai sachiaar ||

जब कोई इस तरह के ज्ञान को अपने भीतर आत्मसात करता है और लागू करता है, तो वह भीतर से सच्चा / शुद्ध हो जाता है

ਧਵਲੈ ਉਪਰਿ ਕੇਤਾ ਭਾਰੁ ॥

dhavalai upar ketaa bhaar ||

आंतरिक स्थिति पर यह करुणा तभी होती है जब हमें पता चलता है कि हमारी चेतना विकारों से कितनी अधिक बोझिल है

ਧਰਤੀ ਹੋਰੁ ਪਰੈ ਹੋਰੁ ਹੋਰੁ ॥

dharatee hor parai hor hor ||

हमारे भीतर एक ही नहीं, अनेक प्रकार के पाप/बुराइयों का विस्तार है

ਤਿਸ ਤੇ ਭਾਰੁ ਤਲੈ ਕਵਣੁ ਜੋਰੁ ॥

tis te bhaar talai kavan jor ||

इस सारे आंतरिक बोझ के खिलाफ हमने क्या समर्थन मांगा है? (कोई नहीं)। इसलिए मन चिन्ता, भय और व्यग्रता में डगमगाता/भटकता रहता है

ਜੀਅ ਜਾਤਿ ਰੰਗਾ ਕੇ ਨਾਵ ॥

jeea jaat ra(n)gaa ke naav ||

हम अपने भीतर अनेक ऊँच-नीच विभिन्न प्रकार के जीवन जीते और मरते हैं

ਸਭਨਾ ਲਿਖਿਆ ਵੁੜੀ ਕਲਾਮ ॥

sabhanaa likhiaa vuRee kalaam ||

प्रबुद्ध मन अपने परिवर्तन के लिए आंतरिक आत्म पर दिव्य ज्ञान को लगातार उत्कीर्ण / कार्यान्वित करता है

ਏਹੁ ਲੇਖਾ ਲਿਖਿ ਜਾਣੈ ਕੋਇ ॥

eh lekhaa likh jaanai koi ||

जो भी इस बदलाव को अपने भीतर लाना सीख जाता है

ਲੇਖਾ ਲਿਖਿਆ ਕੇਤਾ ਹੋਇ ॥

lekhaa likhiaa ketaa hoi ||

उसका आंतरिक संसार दैवीय गुणों में भव्य रूप से विकसित होता रहता है

ਕੇਤਾ ਤਾਣੁ ਸੁਆਲਿਹੁ ਰੂਪੁ ॥

ketaa taan suaalih roop ||

सद्गुणों की शक्ति उनके आंतरिक स्व में दिव्य सौंदर्य को आकार देती है

ਕੇਤੀ ਦਾਤਿ ਜਾਣੈ ਕੌਣੁ ਕੂਤੁ ॥

ketee dhaat jaanai kauan koot ||

किसी के पास यह अनुमान लगाने की शक्ति नहीं है कि उन्हें प्रभु के गुणों का कितना आशीर्वाद मिल रहा है

ਕੀਤਾ ਪਸਾਉ ਏਕੋ ਕਵਾਉ ॥

keetaa pasaau eko kavaau ||

आंतरिक विकास का यह संपूर्ण भव्य रूप से सुंदर विस्तार केवल एक कार्य से होता है - आंतरिक भगवान की आवाज पर ध्यान देना

ਤਿਸ ਤੇ ਹੋਏ ਲਖ ਦਰੀਆਉ ॥

tis te hoe lakh dhareeaau ||

हुकम का पालन करने का यह एक कार्य हमारे पूरे आंतरिक अस्तित्व में दिव्य ज्ञान की विशाल नदियों/प्रवाहों को बनाता है

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥

kudharat kavan kahaa veechaar ||

इस तरह की समझ से बाहर हुकम / आंतरिक दिव्यता की दृष्टि की प्रकृति है

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥

vaariaa na jaavaa ek vaar ||

हम केवल इतना कर सकते हैं कि अपनी संपूर्णता के अंतिम समय तक इसके प्रति समर्पण कर दें

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥

jo tudh bhaavai saiee bhalee kaar ||

और विश्वास करें कि जो कुछ भी हमारा आंतरिक भगवान हमसे चाहता है वह हमारे जीवन में लागू करने के लिए सबसे अच्छा/फायदेमंद है

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੬॥

too sadhaa salaamat nira(n)kaar ||16||

हमें पवित्र प्रभु की आज्ञा को स्वीकार करके उस (ध्यान को) भीतर रखना चाहिए।

ਅਸੰਖ ਜਪ ਅਸੰਖ ਭਾਉ ॥

asa(n)kh jap asa(n)kh bhaau ||

ईश्वरीय ज्ञान के कार्यान्वयन से हमारी दृष्टि ऊपर उठती है, और हम महसूस करते हैं कि हमारे पास अच्छाई और बुराई दोनों को निष्पादित करने की अनंत शक्ति है। ऐसे प्रबुद्ध मन को पता चलता है कि मेरे भीतर ध्यान केंद्रित करने और प्रेम करने की असीम शक्ति है

ਅਸੰਖ ਪੂਜਾ ਅਸੰਖ ਤਪ ਤਾਉ ॥

asa(n)kh poojaa asa(n)kh tap taau ||

पूजा (विचारों के प्रति समर्पण) करने के लिए मन के भीतर अनंत शक्ति निवास करती है, और मन में किसी भी कारण से कष्ट उठाने की असीम शक्ति होती है

ਅਸੰਖ ਗਰੰਥ ਮੁਖਿ ਵੇਦ ਪਾਠ ॥

asa(n)kh gara(n)th mukh vedh paaTh ||

मेरे भीतर किसी भी प्रकार के ज्ञान को पढ़ने/अध्ययन करने/सीखने की असीम शक्ति है

ਅਸੰਖ ਜੋਗ ਮਨਿ ਰਹਹਿ ਉਦਾਸ ॥

asa(n)kh jog man raheh udhaas ||

मेरे मन में किसी भी विशिष्ट उद्देश्य के लिए विकर्षणों से खुद को अलग करने की अपार शक्ति है

ਅਸੰਖ ਭਗਤ ਗੁਣ ਗਿਆਨ ਵੀਚਾਰ ॥

asa(n)kh bhagat gun giaan veechaar

मुझमें दैवीय गुणों को महसूस करने और लागू करने की असीम क्षमता है

ਅਸੰਖ ਸਤੀ ਅਸੰਖ ਦਾਤਾਰ ॥

asa(n)kh satee asa(n)kh dhaataar ||

मेरे मन में अच्छे ईश्वरीय चरित्र को अपनाने और साझा करने के लिए स्वार्थ को छोड़ने की अपार क्षमता है

ਅਸੰਖ ਸੂਰ ਮੁਹ ਭਖ ਸਾਰ ॥

asa(n)kh soor muh bhakh saar ||

मेरे अंदर किसी भी तरह की चुनौती का सामना करने की असीम शक्ति है

ਅਸੰਖ ਮੋਨਿ ਲਿਵ ਲਾਇ ਤਾਰ ॥

asa(n)kh mon liv lai taar ||

ईश्वरीय हुकम/दृष्टि के प्रति समर्पित एक मन यह महसूस करता है कि मेरे भीतर केंद्रित और शांत बैठने की अनंत शक्ति है

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥

kudharat kavan kahaa veechaar ||

इस तरह की समझ से बाहर हुकम / आंतरिक दिव्यता की दृष्टि की प्रकृति है

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥

vaariaa na jaavaa ek vaar ||

हम केवल इतना कर सकते हैं कि अपनी संपूर्णता के अंतिम समय तक इसके प्रति समर्पण कर दें

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥

jo tudh bhaavai saiee bhalee kaar ||

और विश्वास करें कि जो कुछ भी हमारा आंतरिक भगवान हमसे चाहता है वह हमारे जीवन में लागू करने के लिए सबसे अच्छा/फायदेमंद है

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੭॥

too sadhaa salaamat nira(n)kaar ||17||

हमें पवित्र प्रभु की आज्ञा को स्वीकार करके उस (ध्यान को) भीतर रखना चाहिए।

ਅਸੰਖ ਮੂਰਖ ਅੰਧ ਘੋਰ ॥

asa(n)kh moorakh a(n)dh ghor ||

प्रबुद्ध मन यह महसूस करता है कि मेरे पास अंधाधुंध बुरे कर्मों के प्रति मूर्खता में कार्य करने के लिए असीम दोष हैं

ਅਸੰਖ ਚੋਰ ਹਰਾਮਖੋਰ ॥

asa(n)kh chor haraamakhor ||

मेरे अंदर ठगी/चोरी करने की अनगिनत आदतें हैं

ਅਸੰਖ ਅਮਰ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ਜੋਰ ॥

asa(n)kh amar kar jaeh jor ||

मेरे भीतर धोखा देने/धोखा देने की अनगिनत दुष्ट क्षमताएँ हैं

ਅਸੰਖ ਗਲਵਢ ਹਤਿਆ ਕਮਾਹਿ ॥

asa(n)kh galavadd hatiaa kamaeh ||

मेरे भीतर अनगिनत अवगुण हैं जिनमें मैं अपने अंदर की अच्छाई को मार देता/दबा देता हूं

ਅਸੰਖ ਪਾਪੀ ਪਾਪੁ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ॥

asa(n)kh paapee paap kar jaeh ||

मेरे भीतर अनगिनत पाप/बुरे विचार हैं जिनमें मैं आंतरिक परमात्मा की ओर ध्यान न देने का अपराध करता हूं

ਅਸੰਖ ਕੂੜਿਆਰ ਕੂੜੇ ਫਿਰਾਹਿ ॥

asa(n)kh kooRiaar kooRe firaeh ||

मेरे भीतर मेरा मन अंतहीन द्वेष से भरा है जो लगातार बुराई को अंजाम दे रहा है

ਅਸੰਖ ਮਲੇਛ ਮਲੁ ਭਖਿ ਖਾਹਿ ॥

asa(n)kh malechh mal bhakh khaeh ||

मेरे भीतर अनगिनत अवगुण हैं जो मुझे बुराई में उलझाते हैं और उनमें पीड़ित होते हैं

ਅਸੰਖ ਨਿੰਦਕ ਸਿਰਿ ਕਰਹਿ ਭਾਰੁ ॥

asa(n)kh ni(n)dhak sir kareh bhaar ||

मेरे भीतर अनगिनत विचार हैं जो मुझे आंतरिक दिव्यता का अनादर करते हैं, और मेरी चेतना पर दोषों का बोझ डालते हैं

ਨਾਨਕੁ ਨੀਚੁ ਕਹੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥

naanak neech kahai veechaar ||

दिव्य हुकम के प्रति समर्पित एक मन यह महसूस करता है कि मैं नीचता में रहता हूं, और मुझे यहां से उठने के लिए आंतरिक दिव्यता पर ध्यान देना चाहिए

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥

vaariaa na jaavaa ek vaar ||

हम केवल इतना कर सकते हैं कि अपनी संपूर्णता के अंतिम समय तक इसके प्रति समर्पण कर दें

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥

jo tudh bhaavai saiee bhalee kaar ||

और विश्वास करें कि जो कुछ भी हमारा आंतरिक भगवान हमसे चाहता है वह हमारे जीवन में लागू करने के लिए सबसे अच्छा/फायदेमंद है

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥ ੧੮॥

too sadhaa salaamat nira(n)kaar ||18||

हमें पवित्र प्रभु की आज्ञा को स्वीकार करके उस (ध्यान को) भीतर रखना चाहिए।

ਅਸੰਖ ਨਾਵ ਅਸੰਖ ਥਾਵ ॥

asa(n)kh naav asa(n)kh thaav ||

प्रबुद्ध मन यह महसूस करता है कि भीतर और बाहर भगवान के अनगिनत आसन हैं, और इस पूरी सृष्टि का हर हिस्सा - अंदर और बाहर - भगवान के नियमों द्वारा शासित है।

ਅਗੰਮ ਅਗੰਮ ਅਸੰਖ ਲੋਅ ॥

aga(n)m aga(n)m asa(n)kh loa ||

जो ईश्वरीय हुकम को आत्मसात कर लेता है उसे पता चलता है कि मेरे अंदर और बाहर की सृष्टि में असंख्य परतें/विस्तार हैं

ਅਸੰਖ ਕਹਹਿ ਸਿਰਿ ਭਾਰੁ ਹੋਇ ॥

asa(n)kh kaheh sir bhaar hoi ||

सृष्टि को समझने की कोशिश करते समय अनगिनत बार मेरा मन पछतावे / असफलता के साथ रहता है

ਅਖਰੀ ਨਾਮੁ ਅਖਰੀ ਸਾਲਾਹ ॥

akharee naam akharee saalaeh ||

हुकम / आदेश और भगवान की महिमा से परे कुछ भी नहीं है

ਅਖਰੀ ਗਿਆਨੁ ਗੀਤ ਗੁਣ ਗਾਹ ॥

akharee giaan geet gun gaeh ||

और ऐसे मन की कोई उपमा नहीं है जो गौरवशाली हुकम से प्राप्त ज्ञान को आत्मसात/कार्यान्वित करता है

ਅਖਰੀ ਲਿਖਣੁ ਬੋਲਣੁ ਬਾਣਿ ॥

akharee likhan bolan baan ||

प्रबुद्ध मन अच्छे रचनात्मक विचारों का अभ्यास करता है

ਅਖਰਾ ਸਿਰਿ ਸੰਜੋਗੁ ਵਖਾਣਿ ॥

akharaa sir sa(n)jog vakhaan ||

आंतरिक दिव्यता को ध्यान में रखते हुए यह आंतरिक दिव्यता के साथ एकता के सुंदर भाग्य को लिखता/प्राप्त करता है

ਜਿਨਿ ਏਹਿ ਲਿਖੇ ਤਿਸੁ ਸਿਰਿ ਨਾਹਿ ॥

jin eh likhe tis sir naeh ||

जो हुकम का पालन करते हुए दैवीय गुणों को अवशोषित करता है, वह अपनी चेतना से दोषों के भार से छुटकारा पाता है

ਜਿਵ ਫੁਰਮਾਏ ਤਿਵ ਤਿਵ ਪਾਹਿ ॥

jiv furamaae tiv tiv paeh ||

जैसे-जैसे यह दैवी गुणों का अभ्यास करता है, यह अधिक गुण प्राप्त करता है

ਜੇਤਾ ਕੀਤਾ ਤੇਤਾ ਨਾਉ ॥

jetaa keetaa tetaa naau ||

और इन सद्गुणों को प्राप्त करने के बाद भी वह जानता है कि यह अद्भुत परिवर्तन ईश्वरीय हुकम का आशीर्वाद है

ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਨਾਹੀ ਕੋ ਥਾਉ ॥

vin naavai naahee ko thaau ||

मन को शांत करने के लिए ईश्वरीय हुकम के अलावा कोई सहारा नहीं है

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥

kudharat kavan kahaa veechaar ||

आंतरिक दिव्यता की प्रकृति/प्रभावकारिता ऐसी अद्भुत है

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥

vaariaa na jaavaa ek vaar ||

मन केवल ऐसे दिव्य के लिए एक बलिदान (पूर्ण समर्पण में) हो सकता है

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥

jo tudh bhaavai saiee bhalee kaar ||

और यह विश्वास विकसित करता है कि मेरे लिए जो कुछ भी आंतरिक ईश्वरीय इच्छा / योजना है, वह मेरे लिए सबसे अच्छा है।

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੯॥

too sadhaa salaamat nira(n)kaar ||19||

हे प्रिय मन! आपको हमेशा पवित्र हुकम (आंतरिक दिव्यता की आवाज) को बनाए रखना / संरक्षित करना चाहिए

ਭਰੀਐ ਹਥੁ ਪੈਰੁ ਤਨੁ ਦੇਹ ॥

bhareeaai hath pair tan dheh ||

जब हमारा शरीर मैला हो जाता है

ਪਾਣੀ ਧੋਤੈ ਉਤਰਸੁ ਖੇਹ ॥

paanee dhotai utaras kheh ||

हम इसे पानी से धोते हैं

ਮੂਤ ਪਲੀਤੀ ਕਪੜੁ ਹੋਇ ॥

moot paleetee kapaR hoi ||

जब कपड़े गंदे हो जाते हैं

ਦੇ ਸਾਬੂਣੁ ਲਈਐ ਓਹੁ ਧੋਇ ॥

dhe saaboon lieeaai oh dhoi ||

हम उन्हें साबुन से धोते हैं

ਭਰੀਐ ਮਤਿ ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥

bhareeaai mat paapaa kai sa(n)g ||

मेरे मन-बुद्धि में द्वेष भरा हुआ है

ਓਹੁ ਧੋਪੈ ਨਾਵੈ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥

oh dhopai naavai kai ra(n)g ||

यह द्वेष अन्तरात्मा के ध्यान करने से ही दूर होता है

ਪੁੰਨੀ ਪਾਪੀ ਆਖਣੁ ਨਾਹਿ ॥

pu(n)nee paapee aakhan naeh ||

सिर्फ बातों से हम अच्छे या बुरे नहीं हो सकते

ਕਰਿ ਕਰਿ ਕਰਣਾ ਲਿਖਿ ਲੈ ਜਾਹੁ ॥

kar kar karanaa likh lai jaahu ||

हम अपने आंतरिक विचारों में जो भी (अच्छे या बुरे) अभ्यास करते हैं, हम उसी तरह अपनी वास्तविकता बनाते हैं

ਆਪੇ ਬੀਜਿ ਆਪੇ ਹੀ ਖਾਹੁ ॥

aape beej aape hee khaahu ||

हम अपने मन की मिट्टी में जो कुछ भी (अच्छाई या बुराई) बोते हैं, वह हमारी चेतना/ मूल्यों का भोजन बन जाता है

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੀ ਆਵਹੁ ਜਾਹੁ ॥੨੦॥

naanak hukamee aavahu jaahu ||20||

ये अर्जित मूल्य हमें ईश्वरीय हुकम के अनुसार आंतरिक सुख और दुख की ओर ले जाते हैं

ਤੀਰਥੁ ਤਪੁ ਦਇਆ ਦਤੁ ਦਾਨੁ ॥

teerath tap dhiaa dhat dhaan ||

हम तीर्थों पर जा सकते हैं और कुछ करुणा से दान कर सकते हैं

ਜੇ ਕੋ ਪਾਵੈ ਤਿਲ ਕਾ ਮਾਨੁ ॥

je ko paavai til kaa maan ||

लेकिन ये बाहरी संस्कार बहुत कम और अस्थायी अच्छाई लाते हैं (क्योंकि भीतर कुछ भी नहीं बदला)

ਸੁਣਿਆ ਮੰਨਿਆ ਮਨਿ ਕੀਤਾ ਭਾਉ ॥

suniaa ma(n)niaa man keetaa bhaau ||

लेकिन जब हम अंतरात्मा की आवाज को सुनना और स्वीकार करना शुरू करते हैं और उसमें उस प्रेम/विश्वास को विकसित करते हैं

ਅੰਤਰਗਤਿ ਤੀਰਥਿ ਮਲਿ ਨਾਉ ॥

a(n)taragat teerath mal naau ||

हम अपने भीतर एक तीर्थ का निर्माण करते हैं जहां हमारा मन सभी द्वेषों से शुद्ध होने के लिए लगातार स्नान करता है

ਸਭਿ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ਮੈ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥

sabh gun tere mai naahee koi ||

ऐसे मन को पता चलता है कि आंतरिक भगवान दिव्य गुणों का सागर है और मुझमें कुछ भी नहीं है

ਵਿਣੁ ਗੁਣ ਕੀਤੇ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਇ ॥

vin gun keete bhagat na hoi ||

और यदि मैं उन गुणों में अन्तर्निहित/अवशोषित नहीं हूँ तो कोई भक्ति नहीं होगी (सभी बाहरी तीर्थ-दान-पूजा कोई भक्ति नहीं है)

ਸੁਅਸਤਿ ਆਥਿ ਬਾਣੀ ਬਰਮਾਉ ॥

suasat aath baanee baramaau ||

जब मन को इस बात का बोध होता है तभी वह चमत्कार पैदा करने वाले प्रभु की अंतरात्मा की ओर जाता है

ਸਤਿ ਸੁਹਾਣੁ ਸਦਾ ਮਨਿ ਚਾਉ ॥

sat suhaan sadhaa man chaau ||

जिससे भीतर से सत्य/शुद्ध होने का सदा आनंद और आनंद रहता है

ਕਵਣੁ ਸੁ ਵੇਲਾ ਵਖਤੁ ਕਵਣੁ ਕਵਣ ਥਿਤਿ ਕਵਣੁ ਵਾਰੁ ॥

kavanu su velaa vakhat kavan kavan thit kavan vaar ||

(ऐसा रमणीय मन विश्राम में है और उसे कोई हड़बड़ी या संदेह नहीं है) किस समय, किस तारीख को, किस दिन

ਕਵਣਿ ਸਿ ਰੁਤੀ ਮਾਹੁ ਕਵਣੁ ਜਿਤੁ ਹੋਆ ਆਕਾਰੁ ॥

kavan s rutee maahu kavan jit hoaa aakaar ||

किस ऋतु में और किस मास में मैं अपने भीतर परमात्मा से पूर्णता/एकत्व प्राप्त कर लूंगा। (यह कभी भी किसी विशिष्ट समय की प्रतीक्षा नहीं करता है, बल्कि धैर्य के साथ लगातार काम करता है)

ਵੇਲ ਨ ਪਾਈਆ ਪੰਡਤੀ ਜਿ ਹੋਵੈ ਲੇਖੁ ਪੁਰਾਣੁ ॥

vel na paieeaa pa(n)ddatee j hovai lekh puraan ||

मैं विद्वान बन जाऊं और पुस्तकें लिखूं लेकिन भीतर के प्रभु से मिलने का ज्ञान/अवसर बाहरी बुद्धि से नहीं आता।

ਵਖਤੁ ਨ ਪਾਇਓ ਕਾਦੀਆ ਜਿ ਲਿਖਨਿ ਲੇਖੁ ਕੁਰਾਣੁ ॥

vakhat na paio kaadheeaa j likhan lekh kuraan ||

सभी धार्मिक ग्रंथों को कोई पढ़ और लिख (जा सकता है) लेकिन भीतर के भगवान से मिलने का मार्ग बाहर से नहीं आता है

ਥਿਤਿ ਵਾਰੁ ਨਾ ਜੋਗੀ ਜਾਣੈ ਰੁਤਿ ਮਾਹੁ ਨਾ ਕੋਈ ॥

thit vaar naa jogee jaanai rut maahu naa koiee ||

कोई योगी बन सकता है, लेकिन अपने योगिक कृत्यों से उस तिथि-दिन-ऋतु का वर्णन नहीं कर सकता जो आंतरिक परमात्मा के साथ एकता के लिए है। (यह एक सतत प्रक्रिया है जो भीतर होती है)

ਜਾ ਕਰਤਾ ਸਿਰਠੀ ਕਉ ਸਾਜੇ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਸੋਈ ॥

jaa karataa siraThee kau saaje aape jaanai soiee ||

जो अंतरात्मा के बताए रास्ते पर चलता है, उसे पता चलता है कि मेरे भीतर अच्छाई की अद्भुत रचना के पीछे भगवान का हाथ है

ਕਿਵ ਕਰਿ ਆਖਾ ਕਿਵ ਸਾਲਾਹੀ ਕਿਉ ਵਰਨੀ ਕਿਵ ਜਾਣਾ ॥

kiv kar aakhaa kiv saalaahee kiau varanee kiv jaanaa ||

मैं अपनी दुर्भावनापूर्ण बुद्धि से ऐसी सुंदर आंतरिक रचना को न तो बना सकता हूं और न ही उसकी सराहना कर सकता हूं, या यहां तक कि समझ भी नहीं सकता

ਨਾਨਕ ਆਖਣਿ ਸਭੁ ਕੋ ਆਖੈ ਇਕ ਦੂ ਇਕੁ ਸਿਆਣਾ ॥

naanak aakhan sabh ko aakhai ik dhoo ik siaanaa ||

यद्यपि भ्रष्ट मन द्वारा संचालित मेरी बुद्धि के अपने सांसारिक विचार/चालें हैं (लेकिन इनमें से कोई भी उस रास्ते पर कभी काम नहीं करता है)

ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ ਵਡੀ ਨਾਈ ਕੀਤਾ ਜਾ ਕਾ ਹੋਵੈ ॥

vaddaa saahib vaddee naiee keetaa jaa kaa hovai ||

मेरे भीतर वास करने वाले भगवान सर्वोच्च हैं, उनका हुकम / दृष्टि श्रेष्ठ है जो मुझमें कोई भी अच्छाई ला सकता है

ਨਾਨਕ ਜੇ ਕੋ ਆਪੌ ਜਾਣੈ ਅਗੈ ਗਇਆ ਨ ਸੋਹੈ ॥੨੧॥

naanak je ko aapau jaanai agai giaa na sohai ||21||

और अगर कोई सोचता है कि वह इसे अपनी बुद्धि से कर सकता/सकती है, तो वह ईश्वरीय गुणों की महिमा की ओर आगे नहीं बढ़ सकता/सकती

ਪਾਤਾਲਾ ਪਾਤਾਲ ਲਖ ਆਗਾਸਾ ਆਗਾਸ ॥

paataalaa paataal lakh aagaasaa aagaas ||

(हमारी दुर्भावनापूर्ण बुद्धि बाहरी दुनिया के चरम को खोजने के लिए अपनी पूरी कोशिश करती है, लेकिन कभी भी इसका एहसास नहीं होता है) मेरी विचार प्रक्रिया के भीतर उच्च और उच्च अवस्थाएँ हैं जहाँ मैं सद्गुणों का अभ्यास कर सकती हूँ, और मन की अनगिनत नीच अवस्थाएँ हैं जहाँ मैं चलती रहती हूँ विकारों में पड़ना

ਓੜਕ ਓੜਕ ਭਾਲਿ ਥਕੇ ਵੇਦ ਕਹਨਿ ਇਕ ਵਾਤ ॥

oRak oRak bhaal thake vedh kahan ik vaat ||

ऊपर और नीचे जाने की इस निरंतर यात्रा से मन को तभी आराम मिलता है जब वह आंतरिक दिव्यता को सुनता और स्वीकार करता है

ਸਹਸ ਅਠਾਰਹ ਕਹਨਿ ਕਤੇਬਾ ਅਸੁਲੂ ਇਕੁ ਧਾਤੁ ॥

sahas aThaareh kahan katebaa asuloo ik dhaat ||

एक बार जब मेरा मन सृष्टि के बाहरी छोरों को गिनना बंद कर देता है और आंतरिक दिव्यता को सुनना शुरू कर देता है

ਲੇਖਾ ਹੋਇ ਤ ਲਿਖੀਐ ਲੇਖੈ ਹੋਇ ਵਿਣਾਸੁ ॥

lekhaa hoi ta likheeaai lekhai hoi vinaas ||

तभी सारी दौड़-धूप समाप्त हो जाती है और उसे पता चलता है कि उन सब हिसाब-किताब से कुछ भी अच्छा नहीं हो सकता।

ਨਾਨਕ ਵਡਾ ਆਖੀਐ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਆਪੁ ॥ ੨੨॥

naanak vaddaa aakheeaai aape jaanai aap ||22||

इसके बजाय यह मन वास्तव में बुद्धिमान हो जाता है जब (बाहरी दुनिया के छोरों को खोजने की कोशिश करने के बजाय) यह अपने भीतर की खोज शुरू कर देता है (कि मेरी अपनी चेतना में क्या बुरा है और मुझे इसे भीतर से मिटाने की जरूरत है)

ਸਾਲਾਹੀ ਸਾਲਾਹਿ ਏਤੀ ਸੁਰਤਿ ਨ ਪਾਈਆ ॥

saalaahee saalaeh etee surat na paieeaa ||

हम केवल बातों से ईश्वरीय हुकम/सद्गुणों को प्राप्त/अंतर्निहित नहीं कर सकते

ਨਦੀਆ ਅਤੈ ਵਾਹ ਪਵਹਿ ਸਮੁੰਦਿ ਨ ਜਾਣੀਅਹਿ ॥

nadheeaa atai vaeh paveh samu(n)dh na jaane'eeh ||

इसके लिए हमें अपनी पूरी चेतना को आंतरिक परमात्मा में उसी तरह मिलाना/जमा करना होगा जैसे नदियां समुद्र में मिल जाती हैं और अपनी पहचान छोड़ जाती हैं।

ਸਮੁੰਦ ਸਾਹ ਸੁਲਤਾਨ ਗਿਰਹਾ ਸੇਤੀ ਮਾਲੁ ਧਨੁ ॥

samu(n)dh saeh sulataan girahaa setee maal dhan ||

दिव्य ज्ञान का सागर दिव्य गुणों के खजाने से भरा है

ਕੀੜੀ ਤੁਲਿ ਨ ਹੋਵਨੀ ਜੇ ਤਿਸੁ ਮਨਹੁ ਨ ਵੀਸਰਹਿ ॥੨੩॥

keeRee tul na hovanee je tis manahu na veesareh ||23||

जब कोई पूरी विनम्रता और समर्पण के साथ दिव्य हुकम को आत्मसात करता है, तो उसका जीवन अतुलनीय रूप से विशाल हो जाता है

ਅੰਤੁ ਨ ਸਿਫਤੀ ਕਹਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥

a(n)t na sifatee kahan na a(n)t ||

इस तरह के विनम्र मन को पता चलता है कि शब्दों में भगवान की महिमा का अंत नहीं पाया जा सकता है

ਅੰਤੁ ਨ ਕਰਣੈ ਦੇਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥

a(n)t na karanai dhen na a(n)t ||

मैं कभी भी वह सब कुछ नहीं चुका सकता जो परमेश्वर ने मुझे मेरे भीतर और बाहर प्रदान किया है

ਅੰਤੁ ਨ ਵੇਖਣਿ ਸੁਣਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥

a(n)t na vekhan sunan na a(n)t ||

मैं उसे बड़ा कह सकता हूँ/बता सकता हूँ, लेकिन अपने भीतर उसकी महिमा का अंत कभी नहीं पा सकता

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਕਿਆ ਮਨਿ ਮੰਤੁ ॥

a(n)t na jaapai kiaa man ma(n)t ||

मैं उनके द्वारा बनाए गए अपने स्वयं के मन के रहस्यों का अंत भी नहीं पा सकता

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਕੀਤਾ ਆਕਾਰੁ ॥

a(n)t na jaapai keetaa aakaar ||

मैं अपने भीतर असीमित सृजन (विचारों, भावनाओं, रचनात्मक शक्तियों आदि) का अंत नहीं पा सकता

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਪਾਰਾਵਾਰੁ ॥

a(n)t na jaapai paaraavaar ||

ईश्वरीय हुकम में लीन मन यह महसूस करता है कि प्रभु के आदेश की विशालता का कोई अंत नहीं है

ਅੰਤ ਕਾਰਣਿ ਕੇਤੇ ਬਿਲਲਾਹਿ ॥

a(n)t kaaran kete bilalaeh ||

हम में से अधिकांश अंतहीन संकट में रहते हैं क्योंकि हम दिव्य हुकम/सृष्टि के अंत को खोजने की कोशिश करने पर अधिक ध्यान केंद्रित करते हैं

ਤਾ ਕੇ ਅੰਤ ਨ ਪਾਏ ਜਾਹਿ ॥

taa ke a(n)t na paae jaeh ||

लेकिन अनुमानों और तर्कों में उलझे हुए हम यह महसूस करने में विफल रहते हैं कि हम इसे समझ नहीं सकते

ਏਹੁ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਇ ॥

eh a(n)t na jaanai koi ||

वास्तव में हमें यह अंतिम बात समझ में नहीं आती, कि

ਬਹੁਤਾ ਕਹੀਐ ਬਹੁਤਾ ਹੋਇ ॥

bahutaa kaheeaai bahutaa hoi ||

जितना अधिक हम कहते हैं और उसकी रचना/हुकम का अनुमान लगाने का प्रयास करते हैं, उतना ही कहने/अन्वेषण करने के लिए बचा है

ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ ਊਚਾ ਥਾਉ ॥

vaddaa saahib uoochaa thaau ||

जो हुकम को स्वीकार करता है/जीता है, उसे पता चलता है कि मेरे भीतर शानदार भगवान रहते हैं, और वह उनका सर्वोच्च/शुद्धतम आसन है

ਊਚੇ ਉਪਰਿ ਊਚਾ ਨਾਉ ॥

uooche upar uoochaa naau ||

और जैसा कि मैं उनके हुकम / दिशाओं को अपनी विचार प्रक्रिया पर रखता हूं, मैं भी शुद्ध (उच्च चेतना) बन जाता हूं

ਏਵਡੁ ਊਚਾ ਹੋਵੈ ਕੋਇ ॥

evadd uoochaa hovai koi ||

इस तरह जब मैं दिव्य गुणों में रहकर आंतरिक शुद्धता (चेतना में वृद्धि) प्राप्त करता हूं

ਤਿਸੁ ਊਚੇ ਕਉ ਜਾਣੈ ਸੋਇ ॥

tis uooche kau jaanai soi ||

मैं भीतर के परमात्मा को पहचानता हूं और उसमें विलीन हो जाता हूं

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਜਾਣੈ ਆਪਿ ਆਪਿ ॥

jevadd aap jaanai aap aap ||

आत्म-विश्लेषण और सुधार के माध्यम से हम उसी आंतरिक दिव्यता की एक छवि के रूप में उठते और बढ़ते हैं

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਕਰਮੀ ਦਾਤਿ ॥੨੪॥

naanak nadharee karamee dhaat ||24||

ऐसा सदाचारी मन हुकम को आत्मसात करने और लागू करने को आंतरिक भगवान का सर्वोच्च आशीर्वाद मानता है

ਬਹੁਤਾ ਕਰਮੁ ਲਿਖਿਆ ਨਾ ਜਾਇ ॥

bahutaa karam likhiaa naa jai ||

जब हम दैवीगुणों के वरदान को अपने भीतर लिख देते हैं तो वह कभी नहीं जाता

ਵਡਾ ਦਾਤਾ ਤਿਲੁ ਨ ਤਮਾਇ ॥

vaddaa dhaataa til na tamai ||

भीतर का सर्वोच्च भगवान किसी भी इच्छा से रहित है (आशीर्वाद के लिए प्रशंसा की जा रही है)। जो उनमें विलीन हो जाता है वह ऐसी सभी अपेक्षाएं भी छोड़ देता है

ਕੇਤੇ ਮੰਗਹਿ ਜੋਧ ਅਪਾਰ ॥

kete ma(n)geh jodh apaar ||

एकता की राह पर चलते हुए वे केवल आंतरिक विकारों के खिलाफ बहादुर सेनानी होने की शक्ति मांगते हैं

ਕੇਤਿਆ ਗਣਤ ਨਹੀ ਵੀਚਾਰੁ ॥

ketiaa ganat nahee veechaar ||

वे अपने जीवन में सद्गुणों को लागू करते हैं और कभी भी गणना में नहीं पड़ते (उन्होंने क्या हासिल किया है)

ਕੇਤੇ ਖਪਿ ਤੁਟਹਿ ਵੇਕਾਰ ॥

kete khap tuTeh vekaar ||

उनका दृढ़ निश्चय अनगिनत दोषों को त्याग देता है

ਕੇਤੇ ਲੈ ਲੈ ਮੁਕਰੁ ਪਾਹਿ ॥

kete lai lai mukar paeh ||

आन्तरिक सत्यता/पवित्रता की ओर चलने/आगे बढ़ने से ऐसा मन दैवीय गुणों का वरदान प्राप्त करता है और विकारों से विमुख होता रहता है।

ਕੇਤੇ ਮੂਰਖ ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥

kete moorakh khaahee khaeh ||

उनका संकल्प द्वेषपूर्ण मन की आन्तरिक मूर्खता को खा जाता (समाप्त) कर देता है

ਕੇਤਿਆ ਦੂਖ ਭੂਖ ਸਦ ਮਾਰ ॥

ketiaa dhookh bhookh sadh maar ||

वे अपनी आंतरिक पीड़ा के कारण के रूप में दिव्य स्व से अलगाव को महसूस करते हैं, उस दूरी को समाप्त करने की भूख/आवश्यकता विकसित करते हैं। और उसके लिए वे आंतरिक परमात्मा से मदद मांगते/मांगते हैं

ਏਹਿ ਭਿ ਦਾਤਿ ਤੇਰੀ ਦਾਤਾਰ ॥

eh bh dhaat teree dhaataar ||

आत्मविश्लेषण से प्राप्त ईश्वरीय प्रेम का यह उपहार भी आंतरिक भगवान का उपहार है

ਬੰਦਿ ਖਲਾਸੀ ਭਾਣੈ ਹੋਇ ॥

ba(n)dh khalaasee bhaanai hoi ||

इस प्रकार ईश्वरीय हुकुम में रहकर मन स्वयं को विकारों के बंधनों से मुक्त कर लेता है

ਹੋਰੁ ਆਖਿ ਨ ਸਕੈ ਕੋਇ ॥

hor aakh na sakai koi ||

कोई भी विकार/दुर्भावनापूर्ण विचार ऐसे मन को बुराई की ओर नहीं खींच सकते

ਜੇ ਕੋ ਖਾਇਕੁ ਆਖਣਿ ਪਾਇ ॥

je ko khaik aakhan pai ||

अगर कोई नकारात्मकता अंदर या बाहर से आने की कोशिश करती है

ਓਹੁ ਜਾਣੈ ਜੇਤੀਆ ਮੁਹਿ ਖਾਇ ॥

oh jaanai jeteeaa muh khai ||

यह दृढ़ संकल्प/पुण्य मन से मजबूत प्रतिरोध का सामना करता है

ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਆਪੇ ਦੇਇ ॥

aape jaanai aape dhei ||

जब ऐसा मन आंतरिक परमात्मा से प्राप्त / सीखता है और इंद्रियों को धारणा की शक्ति वितरित करता है

ਆਖਹਿ ਸਿ ਭਿ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥

aakheh s bh keiee kei ||

वे सभी इंद्रियाँ (चेतना की असंख्य अवस्थाएँ) भी दिशाओं को कहती/व्यायाम करती हैं

ਜਿਸ ਨੋ ਬਖਸੇ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹ ॥

jis no bakhase sifat saalaeh ||

ईश्वरीय गुणों को आत्मसात करके विकारों से बचा हुआ मन

ਨਾਨਕ ਪਾਤਿਸਾਹੀ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ॥੨੫॥

naanak paatisaahee paatisaahu ||25||

भीतर के राज्य का गुणी सम्राट है (अब प्रलोभनों और दोषों का दास नहीं है)

ਅਮੁਲ ਗੁਣ ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰ ॥

amul gun amul vaapaar ||

यह आंतरिक सम्राट अनमोल आंतरिक व्यापार के माध्यम से अनमोल गुणों को प्राप्त करता है (पुण्य अर्जित करने के लिए दोषों को दूर करता है)

ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰੀਏ ਅਮੁਲ ਭੰਡਾਰ ॥

amul vaapaare'e amul bha(n)ddaar ||

अनमोल वे हैं जो गुणों का व्यापार (व्यायाम) करके अपने भीतर सद्गुणों का अनमोल भण्डार (प्रेरणा) बन जाते हैं।

ਅਮੁਲ ਆਵਹਿ ਅਮੁਲ ਲੈ ਜਾਹਿ ॥

amul aaveh amul lai jaeh ||

आंतरिक दिव्यता की ओर ध्यान देने से व्यक्ति भीतर के अनमोल भगवान के (करीब) आता है और उससे अनमोल गुणों को छीन लेता है

ਅਮੁਲ ਭਾਇ ਅਮੁਲਾ ਸਮਾਹਿ ॥

amul bhai amulaa samaeh ||

ऐसा मन बहुमूल्य दैवीय गुणों के लिए एक अंतहीन पसंद विकसित करता है जो आंतरिक दिव्यता में विलीन रहता है

ਅਮੁਲੁ ਧਰਮੁ ਅਮੁਲੁ ਦੀਬਾਣੁ ॥

amul dharam amul dheebaan ||

ऐसा मन लगातार आंतरिक भगवान से प्राप्त बहुमूल्य ज्ञान का प्रयोग करता है और जीवन के अपने निर्णयों के लिए बहुमूल्य दिव्य न्यायालय स्थापित करता है

ਅਮੁਲੁ ਤੁਲੁ ਅਮੁਲੁ ਪਰਵਾਣੁ ॥

amul tul amul paravaan ||

इस आंतरिक दरबार में मन अपने विचारों का विश्लेषण/संतुलन करता है, और अच्छे के लिए विचार प्रक्रिया में सुधार/परिवर्तन करते हुए भीतर अनमोल मान्यता प्राप्त करता है

ਅਮੁਲੁ ਬਖਸੀਸ ਅਮੁਲੁ ਨੀਸਾਣੁ ॥

amul bakhasees amul neesaan ||

इस तरह यह आंतरिक भगवान से अनमोल कृपा प्राप्त करता है और भीतर से सत्य/शुद्ध होने के अनमोल संकेत/मंजिल की ओर आगे बढ़ता है

ਅਮੁਲੁ ਕਰਮੁ ਅਮੁਲੁ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥

amul karam amul furamaan ||

आत्मज्ञान का यह मार्ग अनमोल ज्ञान और आंतरिक परमात्मा के हुकम/
मार्गदर्शन द्वारा संचालित होता है

ਅਮੁਲੋ ਅਮੁਲੁ ਆਖਿਆ ਨ ਜਾਇ ॥

amulo amul aakhiaa na jai ||

इस प्रकार दैवीय गुणों पर कार्य करने से मन अधिक मूल्यवान होता जाता है।
मन की ऐसी अवस्था शब्दों से परे है

ਆਖਿ ਆਖਿ ਰਹੇ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥

aakh aakh rahe liv lai ||

बहुत से ऐसे हैं जो केवल शब्दों से सब कुछ हासिल करने की कोशिश करते हैं

ਆਖਹਿ ਵੇਦ ਪਾਠ ਪੁਰਾਣ ॥

aakheh vedh paaTh puraan ||

असंख्य बातूनियों ने ग्रंथों में भारी मात्रा में ज्ञान लिखा है

ਆਖਹਿ ਪੜੇ ਕਰਹਿ ਵਖਿਆਣ ॥

aakheh paRe kareh vakhiaan ||

और उन किताबों में जो लिखा है, उसके बारे में बात करने वाले बहुत हैं

ਆਖਹਿ ਬਰਮੇ ਆਖਹਿ ਇੰਦ ॥

aakheh barame aakheh i(n)dh ||

कई ज्ञान के निर्माता होने का ढोंग करते हैं और कई अपनी बातों/बातों में ही स्वर्ग के राजा बन जाते हैं

ਆਖਹਿ ਗੋਪੀ ਤੈ ਗੋਵਿੰਦ ॥

aakheh gopee tai govi(n)dh ||

बातों ही बातों में बहुतों को देवता और बहुतों को उनका शिष्य बना दिया है

ਆਖਹਿ ਈਸਰ ਆਖਹਿ ਸਿਧ ॥

aakheh ieesar aakheh sidh ||

बातूनी दुनिया के रखवाले और हर चीज में निपुण होने का दावा करते हैं

ਆਖਹਿ ਕੇਤੇ ਕੀਤੇ ਬੁਧ ॥

aakheh kete keete budh ||

बातों ही बातों में बहुत से लोग सबसे तेज दिमाग (प्रबुद्ध) होने का दावा करते हैं

ਆਖਹਿ ਦਾਨਵ ਆਖਹਿ ਦੇਵ ॥

aakheh dhaanav aakheh dhev ||

बातचीत में हम किसी को शैतान तो किसी को फरिश्ता साबित कर सकते हैं

ਆਖਹਿ ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਸੇਵ ॥

aakheh sur nar mun jan sev ||

बातों के खोखले दावे लोगों को साधू-संत कहलाने वालों की सेवा करवा सकते हैं

ਕੇਤੇ ਆਖਹਿ ਆਖਣਿ ਪਾਹਿ ॥

kete aakheh aakhan paeh ||

ऐसे बहुत से बातूनी शब्दों के द्वारा भीतर से सत्य/शुद्ध होने का प्रयास करते हैं

ਕੇਤੇ ਕਹਿ ਕਹਿ ਉਠਿ ਉਠਿ ਜਾਹਿ ॥

kete keh keh uTh uTh jaeh ||

और अधिकांश अपना पूरा जीवन ऐसी ही खोखली बातों में व्यतीत कर देते हैं

ਏਤੇ ਕੀਤੇ ਹੋਰਿ ਕਰੇਹਿ ॥

ete keete hor kareh ||

और भी आ सकते हैं जो इसी तरह का दावा करते हैं

ਤਾ ਆਖਿ ਨ ਸਕਹਿ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥

taa aakh na sakeh keiee kei ||

फिर भी यह तथ्य बना रहता है कि आन्तरिक ज्ञान/सत्यत्व की स्थिति को केवल बातों से प्राप्त नहीं किया जा सकता है

ਜੇਵਡੁ ਭਾਵੈ ਤੇਵਡੁ ਹੋਇ ॥

jevadd bhaavai tevadd hoi ||

आपको अपने आप को वैसा ही बनना/रूपांतरित करना होगा जैसा कि आपके भीतर का भगवान बनना चाहता है (कोई अन्य तरीका नहीं है)

ਨਾਨਕ ਜਾਣੈ ਸਾਚਾ ਸੋਇ ॥

naanak jaanai saachaa soi ||

इस तरह आप दिव्य स्व को महसूस करते हैं

ਜੇ ਕੋ ਆਖੈ ਬੋਲੁਵਿਗਾੜੁ ॥

je ko aakhai boluvigaaR ||

लेकिन अगर कोई अभी भी अपने अहंकार में अपने सांसारिक ज्ञान के साथ इसे प्राप्त करने का दावा करने की कोशिश करता है

ਤਾ ਲਿਖੀਐ ਸਿਰਿ ਗਾਵਾਰਾ ਗਾਵਾਰੁ ॥੨੬॥

taa likheeaai sir gaavaaraa gaavaar ||26||

यह मूर्खता की पराकाष्ठा है और इससे कम कुछ नहीं। (सांसारिक बुद्धिमान अहंकार आत्म-साक्षात्कार के रास्ते में मदद नहीं करता है)

ਸੋ ਦਰੁ ਕੇਹਾ ਸੋ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥

so dhar kehaa so ghar kehaa jit beh sarab samaale ||

अहंकार को छोड़कर, मन अपने हुकम / दिशाओं के माध्यम से भगवान के घर / सीट की खोज / खोज शुरू कर देता है

ਵਾਜੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

vaaje naadh anek asa(n)khaa kete vaavanahaare ||

उस आंतरिक दिव्यता को ध्यान में रखते हुए हमारे अनगिनत विचार दिव्य हुकम को प्रतिध्वनित/अभ्यास करने लगते हैं

ਕੇਤੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਨਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

kete raag paree siau kaheean kete gaavanahaare ||

भीतर का दिव्य हमें भीतर से कई कोमल / सरल दिशाओं के माध्यम से मार्गदर्शन करता है और हमारा मन सद्गुणों से विनीत होकर उन्हें भीतर गाने / लागू करने लगता है

ਗਾਵਹਿ ਤੁਹਨੋ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ
ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥

gaaveh tuhano paun paanee baisa(n)tar
gaavai raajaa dharam dhuaare ||

संपूर्ण बाहरी प्राकृतिक तत्वों की तरह जो प्राकृतिक नियमों के साथ तालमेल बिठाकर काम करते हैं, ईश्वरीय गुणों में लीन मन खुद को अंदर के भगवान के हुकम / कानून के लिए गाता / समर्पण करता है।

ਗਾਵਹਿ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਹਿ
ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਵੀਚਾਰੇ ॥

gaaveh chit gupat likh jaaneh
likh likh dharam veechaare ||

ऐसा मन ईश्वरीय हुकम (धरम) का अभ्यास करके इसे बदलने के लिए आंतरिक स्व के छिपे हुए पक्ष पर गाता / काम करता है।

ਗਾਵਹਿ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

gaaveh ieesar baramaa dhevee sohan sadhaa savaare ||

वह प्रबुद्ध मन हमेशा हमारे भीतर ईश्वरीय गुणों को बनाने, पोषण करने और उनकी रक्षा करने वाली दिव्य बुद्धि के साथ सुधार करके आंतरिक आत्म को सुशोभित करने के लिए गाता / काम करता है।

ਗਾਵਹਿ ਇੰਦ ਇਦਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

gaaveh i(n)dh idhaasan baiThe dhevatiaa dhar naale ||

दिव्य हुकम का गायन/कार्यान्वयन, मन दिव्य गुणों के साथ उच्च चेतना के आंतरिक सिंहासन पर बैठता है (यह अंदर एक स्वर्ग पर शासन करता है)

ਗਾਵਹਿ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਸਾਧ ਵਿਚਾਰੇ ॥

gaaveh sidh samaadhee a(n)dhar gaavan saadh vichaare ||

ऐसा प्रबुद्ध मन ईश्वरीय ज्ञान पर चिंतन करके गाता / पूर्णता प्राप्त करता है। यह दैवीय हुकम का प्रयोग करके अपने आप को भीतर से परिपूर्ण करता रहता है

ਗਾਵਨਿ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਹਿ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

gaavan jatee satee sa(n)tokhee gaaveh veer karaare ||

ऐसा प्रबुद्ध मन वास्तविक पवित्रता, दान, संतोष का गान/अभ्यास करता है और अपने भीतर के द्वेष और दुर्गुणों से निरंतर संघर्ष करता हुआ वास्तविक योद्धा बन जाता है।

ਗਾਵਨਿ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

gaavan pa(n)ddit paRan rakheesar jug jug vedhaa naale ||

एक प्रबुद्ध मन आंतरिक स्व को लगातार बदलने के लिए दिव्य ज्ञान पर अध्ययन और चिंतन करके हुकम गाता / लागू करता है।

ਗਾਵਹਿ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗਾ ਮਛ ਪਇਆਲੇ ॥

gaaveh mohaneeaa man mohan suragaa machh piaale ||

दैवीय गुणों में गाना/जीना ऐसे मन की समग्रता हमेशा गुणों/अच्छाई के प्रति आकर्षित/समर्पित होती है

ਗਾਵਨਿ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥

gaavan ratan upaae tere aThasaTh teerath naale ||

दैवीय हुकम को गाने/निष्पादित करने से दैवीय ज्ञान के अनमोल रत्नों का निर्माण होता है, और यह ज्ञान भीतर के द्वेष को दूर करने का तीर्थ बन जाता है

ਗਾਵਹਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਹਿ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥

gaaveh jodh mahaabal sooraa gaaveh khaanee chaare ||

ईश्वरीय हुकम का गायन/कार्यान्वयन करने से सारा मन भीतर की बुराइयों के खिलाफ वीर सेनानी बन जाता है।

ਗਾਵਹਿ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਧਾਰੇ ॥

gaaveh kha(n)dd ma(n)ddal varabha(n)ddaa kar kar rakhe dhaare ||

दैवीय हुकम का गायन/व्यायाम करने से हमारे सभी व्यक्तिगत विचार, उनका संग्रह और संपूर्ण मन ईश्वरीय विधान में लीन हो जाता है

ਸੇਈ ਤੁਧੁਨੋ ਗਾਵਹਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ
ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥

seiee tudhuno gaaveh jo tudh bhaavan
rate tere bhagat rasaale ||

दैवीय हुकम को गाते/सुनते हुए हम दैवीय प्रेम, भक्ति और दैवीय गुणों के सार में ओत-प्रोत रहते हैं

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ
ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਵੀਚਾਰੇ ॥

hor kete gaavan se mai chit na aavan naanak kiaa veechaare ||

जो आंतरिक परमात्मा को गाते/सुनते हैं, वे अहंकार को अपने विचारों में प्रवेश नहीं करने देते। मैं उनकी मनःस्थिति को कैसे समझ सकता हूँ?

ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥

soiee soiee sadhaa sach saahib saachaa saachee naiee ||

वे हमेशा आंतरिक परमात्मा पर ध्यान केंद्रित करते हैं जो अपने सतत / अचूक हुकम के साथ हमेशा के भीतर मौजूद है

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥

hai bhee hosee jai na jaasee rachanaa jin rachaiee ||

वे हमेशा आंतरिक दिव्यता में डूबे रहते हैं जिसके अनुसरण से एक सत्यवादी/प्रबुद्ध आत्मा का निर्माण होता है

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥

ra(n)gee ra(n)gee bhaatee kar kar jinasee maiaa jin upaiee ||

आंतरिक दिव्यता पर ध्यान केंद्रित करने के कारण वे माया/भ्रम के विभिन्न रंगों/प्रभावों से बच जाते हैं

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਵ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥

kar kar vekhai keetaa aapanaa jiv tis dhee vaddiaaiee ||

जैसा कि वे अपने भीतर ऐसी सुंदरता को बनाने और उसकी देखभाल करने में लगे हुए हैं जो वास्तव में प्रभु का आशीर्वाद है

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥

jo tis bhaavai soiee karasee hukam na karanaa jaiee ||

वे वही करते हैं जो आंतरिक भगवान पसंद करते हैं/चाहते हैं। वे कभी भी अंतरात्मा की आवाज को दबाने की कोशिश नहीं करते

ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬੁ
ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੨੭॥

so paatisaahu saahaa paatisaahib naanak rahan rajaiee ||27||

इस प्रकार आंतरिक परमात्मा के अनुसार जीने से राजाओं के राजा बन जाते हैं (शरीर, मन और चेतना के शासक। दोषों और प्रलोभनों की गुलामी से मुक्त)

ਮੁੰਦਾ ਸੰਤੋਖੁ ਸਰਮੁ ਪਤੁ ਝੋਲੀ
ਧਿਆਨ ਕੀ ਕਰਹਿ ਬਿਭੂਤਿ ॥

mu(n)dhaa sa(n)tokh saram pat jholee
dhiaan kee kareh bibhoot ||

आंतरिक दिव्यता के अनुसार जीने से हमें वास्तविक संतोष प्राप्त होता है जिसके माध्यम से हम ईश्वरीय गुणों के सम्मान को प्राप्त करने के लिए कड़ी मेहनत करते हैं, और हम अंतरात्मा/दिव्यता की आंतरिक आवाज पर ध्यान केंद्रित करके जीते हैं।

ਖਿੰਥਾ ਕਾਲੁ ਕੁਆਰੀ ਕਾਇਆ ਜੁਗਤਿ ਡੰਡਾ ਪਰਤੀਤਿ ॥

khi(n)thaa kaal kuaaree kaiaa jugat dda(n)ddaa parateet ||

भौतिक जीवन की नश्वरता को याद करते हुए हम अपने आप को दोषों से मुक्त करते हैं, और हमेशा भीतर से प्राप्त होने वाली दिव्य बुद्धि पर विश्वास करते हैं

ਆਈ ਪੰਥੀ ਸਗਲ ਜਮਾਤੀ ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ ॥

aaiee pa(n)thee sagal jamaatee man jeetai jag jeet ||

हम सभी के साथ समान व्यवहार करने के सर्वोच्च मार्ग का अनुसरण करते हैं, अपने स्वयं के मन पर विजय प्राप्त करते हैं जिससे विचारों, भावनाओं और भावनाओं की सभी आंतरिक दुनिया पर विजय प्राप्त होती है

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥

aadhes tisai aadhes ||

हमें आंतरिक परमात्मा के प्रति समर्पण करना चाहिए

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ

ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੨੮॥

aadh aneel anaadh anaahat

jug jug eko ves ||28||

एकमात्र, अपरिवर्तनीय, शाश्वत और बेदाग भगवान जो हमारी अंतरात्मा की आवाज हैं

ਭੁਗਤਿ ਗਿਆਨੁ ਦਇਆ ਭੰਡਾਰਣਿ

ਘਟਿ ਘਟਿ ਵਾਜਹਿ ਨਾਦ ॥

bhugat giaan dhiaa bha(n)ddaaran ghaT ghaT vaajeh naadh ||

दिव्य बुद्धि हमें अपने लाभ के लिए दिव्य गुणों के लिए काम करती है। जब हम ऐसा करते हैं, तो हमारे आंतरिक ब्रह्मांड का हर हिस्सा दिव्य हुकम से गूंजता है

ਆਪਿ ਨਾਥੁ ਨਾਥੀ ਸਭ ਜਾ ਕੀ ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਅਵਰਾ ਸਾਦ ॥

aap naath naathee sabh jaa kee ridh sidh avaraa saadh ||

आंतरिक ईश्वर का अनुसरण करते हुए हम अपने स्वयं के आंतरिक स्व के ऐसे स्वामी बन जाते हैं जो तब हमारी पूरी चेतना पर शासन करता है। ऐसी चेतना को पता चलता है कि सभी बाहरी (भ्रम) शक्ति और पूर्णता केवल दुर्भावनापूर्ण मन का भोजन है

ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਜੋਗੁ ਦੁਇ ਕਾਰ ਚਲਾਵਹਿ ਲੇਖੇ ਆਵਹਿ ਭਾਗ ॥

sa(n)jog vijog dhui kaar chalaaveh lekhe aaveh bhaag ||

ऐसी चेतना ईश्वरीय गुणों में लीन होने के लिए और भीतर से दोषों से छुटकारा पाने के लिए निरंतर काम करती है। इस तरह यह अपने लिए एक सुंदर भाग्य का निर्माण करता है

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥

aadhes tisai aadhes ||

हमें आंतरिक परमात्मा के प्रति समर्पण करना चाहिए

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ

ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੨੯॥

aadh aneel anaadh anaahat

jug jug eko ves ||29||

एकमात्र, अपरिवर्तनीय, शाश्वत और बेदाग भगवान जो हमारी अंतरात्मा की आवाज हैं

ਏਕਾ ਮਾਈ ਜੁਗਤਿ ਵਿਆਈ ਤਿਨਿ ਚੇਲੇ ਪਰਵਾਣੁ ॥

ekaa maiee jugat viaaiee tin chele paravaan ||

दिव्य बुद्धि की आवाज हमेशा हमारे भीतर बजती है। जो इसका पालन करते हैं वे ही वास्तविक ज्ञानी हैं।

ਇਕੁ ਸੰਸਾਰੀ ਇਕੁ ਭੰਡਾਰੀ ਇਕੁ ਲਾਏ ਦੀਬਾਣੁ ॥

eik sa(n)saaree ik bha(n)ddaaree ik laae dheebaan ||

यह दिव्य बुद्धि दिव्य गुणों की दुनिया का निर्माण करती है, उनका पोषण करती है/संरक्षित करती है और हमारे भीतर अच्छे और बुरे के बीच अंतर करने में हमारी मदद करती है।

ਜਿਵ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵੈ ਜਿਵ ਹੋਵੈ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥

jiv tis bhaavai tivai chalaavai jiv hovai furamaan ||

अंतरात्मा की इच्छा के अनुसार, यह आवाज हमें ईश्वरीय हुकम के अनुसार सत्यता के मार्ग पर चलाती है

ਓਹੁ ਵੇਖੈ ਓਨਾ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵੈ ਬਹੁਤਾ ਏਹੁ ਵਿਡਾਣੁ ॥

oh vekhai onaa nadhar na aavai bahutaa eh viddaan ||

और इस दैवीय बुद्धि का एक बड़ा काम यह है कि जब यह किसी भी बुरे/कमजोर विचार के सामने आती है तो इसे हमारी चेतना से दूर कर देती है।

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥

aadhes tisai aadhes ||

हमें आंतरिक परमात्मा के प्रति समर्पण करना चाहिए

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ
ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੩੦॥

aadh aneel anaadh anaahat
jug jug eko ves ||30||

एकमात्र, अपरिवर्तनीय, शाश्वत और बेदाग भगवान जो हमारी अंतरात्मा की आवाज हैं

ਆਸਣੁ ਲੋਇ ਲੋਇ ਭੰਡਾਰ ॥

aasan loi loi bha(n)ddaar ||

ईश्वरीय हुकम के अनुसार जीने से ईश्वरीय ज्ञान के अनंत खजाने के स्थान विकसित होते हैं

ਜੋ ਕਿਛੁ ਪਾਇਆ ਸੁ ਏਕਾ ਵਾਰ ॥

jo kichh paiaa su ekaa vaar ||

और यह अंतहीन ज्ञान भीतर के एकमात्र दिव्य हुकम/विवेक के माध्यम से प्राप्त होता है

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸਿਰਜਣਹਾਰੁ ॥

kar kar vekhai sirajanahaar ||

इस ज्ञान को आत्मसात करने और प्रयोग करने से हम भीतर के भगवान को पहचानते हैं

ਨਾਨਕ ਸਚੇ ਕੀ ਸਾਚੀ ਕਾਰ ॥

naanak sache kee saachee kaar ||

ईश्वरीय ज्ञान को आत्मसात करना और उसकी ओर ध्यान देना ही आंतरिक भगवान की वास्तविक सेवा है

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥

aadhes tisai aadhes ||

हमें आंतरिक परमात्मा के प्रति समर्पण करना चाहिए

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ
ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੩੧॥

aadh aneel anaadh anaahat
jug jug eko ves ||31||

एकमात्र, अपरिवर्तनीय, शाश्वत और बेदाग भगवान जो हमारी अंतरात्मा की आवाज हैं

ਇਕ ਦੂ ਜੀਭੌ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ ॥

eik dhoo jeebhau lakh hoh lakh hoveh lakh vees ||

यदि केवल बातों से ही कुछ वास्तविक हो सकता है तो हमारी एक जीभ को दो, लाख या लाखों जीभों से बदल दिया जाए

ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੇੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ ॥

lakh lakh geRaa aakhe'eeh ek naam jagadhees ||

और उन सभी के साथ हम लगातार कुछ विशिष्ट शब्दों/शब्दों का जाप/दोहराव करते हैं (ऐसे यांत्रिक दोहराव से कुछ भी अच्छा नहीं होता है)

ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ ॥

et raeh pat pavaReeaa chaReeaai hoi ikees ||

आंतरिक ज्ञान के मार्ग पर हमें दिव्य गुणों का प्रयोग करके आंतरिक परिवर्तन की सीढ़ी पर चढ़ने की आवश्यकता है ताकि अंततः आंतरिक दिव्यता में विलीन हो सकें।

ਸੁਣਿ ਗਲਾ ਆਕਾਸ ਕੀ ਕੀਟਾ ਆਈ ਰੀਸ ॥

sun galaa aakaas kee keeTaa aaiee rees ||

लेकिन हम केवल ऐसे परिवर्तन के बारे में सुनते/पढ़ते हैं, उत्साहित होते हैं और केवल विकारों में दबे हुए अपने आंतरिक आत्म पर काम किए बिना इसे प्राप्त करने की इच्छा रखते हैं।

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਪਾਈਐ ਕੂੜੀ ਕੂੜੈ ਠੀਸ ॥੩੨॥

naanak nadharee paieeaai kooRee kooRai Thees ||32||

हम यह भूल जाते हैं कि आंतरिक परमात्मा के साथ एकता की कृपा केवल उनके शब्दों पर ध्यान देने से ही प्राप्त होती है। और केवल शब्दों के जप/पुनरावृत्ति से ऐसे जीवन की आशा करना व्यर्थ है

ਆਖਣਿ ਜੋਰੁ ਚੁਪੈ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥

aakhan jor chupai neh jor ||

जीभ से बोलना/जपना, या चुप रहना, भीतर एकत्व प्राप्त करने की कोई शक्ति नहीं है

ਜੋਰੁ ਨ ਮੰਗਣਿ ਦੇਣਿ ਨ ਜੋਰੁ ॥

jor na ma(n)gan dhen na jor ||

न तो इच्छा करना/मांगना (और भीतर काम न करना), और न ही प्रसाद (बाहरी दान) में आत्मज्ञान की ओर कोई शक्ति है

ਜੋਰੁ ਨ ਜੀਵਣਿ ਮਰਣਿ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥

jor na jeevan maran neh jor ||

बाहरी जन्म और मृत्यु का भीतर के प्रभु में विलय से कोई लेना-देना नहीं है (जब तक हम भीतर कोई सकारात्मक परिवर्तन नहीं लाते)

ਜੋਰੁ ਨ ਰਾਜਿ ਮਾਲਿ ਮਨਿ ਸੋਰੁ ॥

jor na raaj maal man sor ||

न ही उन सभी सांसारिक साम्राज्यों, खजानों में एकता लाने की शक्ति है। यह सब हमारे दिमाग का शोर है (कि मैं पैसे से सब कुछ हासिल कर सकता हूं)

ਜੋਰੁ ਨ ਸੁਰਤੀ ਗਿਆਨਿ ਵੀਚਾਰਿ ॥

jor na suratee giaan veechaar ||

मात्र बाहरी चेतन पठन और चर्चाओं में कोई शक्ति नहीं है (जब तक कि हम उस ज्ञान को आंतरिक नहीं करते)

ਜੋਰੁ ਨ ਜੁਗਤੀ ਛੁਟੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥

jor na jugatee chhuTai sa(n)saar ||

उस समस्त सांसारिक ज्ञान/चतुराई में हमें दुर्गुणों के द्वेष से मुक्त करने की शक्ति नहीं है

ਜਿਸੁ ਹਥਿ ਜੋਰੁ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸੋਇ ॥

jis hath jor kar vekhai soi ||

यदि कोई सोचता है कि वह सांसारिक चतुराई से ऐसा कर सकता/सकती है, तो उसे अवश्य प्रयास करना चाहिए

ਨਾਨਕ ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ ਨ ਕੋਇ ॥੩੩॥

naanak utam neech na koi ||33||

इन सभी बाहरी शक्तियों की उपस्थिति या अनुपस्थिति यह निर्धारित नहीं करती है कि आत्म-साक्षात्कार के पथ पर कोई व्यक्ति श्रेष्ठ है या हीन

ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ ॥ ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ ॥

raatee rutee thitee vaar || pavan paanee aganee paataal ||

प्रकृति के सभी तत्व समय में बंधे बाहरी जीवन का निर्माण करते हैं

ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਥਾਪਿ ਰਖੀ ਧਰਮਸਾਲ ॥

tis vich dharatee thaap rakhee dharam saal ||

और पृथ्वी/सांसारिक जीवन उस समय और प्राकृतिक नियमों की सीमाओं के भीतर स्थापित और रखा जाता है। इसी तरह समय के तहत शासित तत्वों के बाहरी शरीर के भीतर, हमारी चेतना की आंतरिक धरती है जहां हमें आंतरिक भगवान/विवेक के दिव्य हुकम/आवाज को समझने और लागू करने के लिए बैठना चाहिए।

ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਕੇ ਰੰਗ ॥

tis vich jeea jugat ke ra(n)g ||

उस चेतना में हमें सुंदर जीवन जीने के तरीकों के बारे में आंतरिक दिव्यता से निर्देश मिलते हैं

ਤਿਨ ਕੇ ਨਾਮ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤ ॥

tin ke naam anek ana(n)t ||

यह हमारे भीतर ऐसे धरम-जीवन के सुंदर तरीकों का एक असीम खजाना है

ਕਰਮੀ ਕਰਮੀ ਹੋਇ ਵੀਚਾਰੁ ॥

karamee karamee hoi veechaar ||

जब हम अपने प्रत्येक कार्य का विश्लेषण/जाँच इस धर्म/दिव्य ज्ञान के अनुसार करते हैं

ਸਚਾ ਆਪਿ ਸਚਾ ਦਰਬਾਰੁ ॥

sachaa aap sachaa dharabaar ||

हमारा मन सत्यता/आंतरिक शुद्धता की ओर बढ़ता है, और ईश्वरीय हुकम के अनुसार निर्णय लेने के लिए अपने भीतर एक जगह पाता है

ਤਿਥੈ ਸੋਹਨਿ ਪੰਚ ਪਰਵਾਣੁ ॥

tithai sohan pa(n)ch paravaan ||

ऐसे मन को आंतरिक दिव्यता के शाश्वत दरबार/सीट पर मनाया जाता है

ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਪਵੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥

nadharee karam pavai neesaan ||

आंतरिक भगवान के आशीर्वाद के माध्यम से, ऐसा मन दिव्य स्व के साथ एकता की दिशा में मील के पत्थर को कवर करता रहता है

ਕਚ ਪਕਾਈ ਓਥੈ ਪਾਇ ॥

kach pakaiee othai pai ||

यह विचार प्रक्रिया को एक प्रबुद्ध व्यक्ति में बदलने के लिए भीतर से निर्देश प्राप्त/अभ्यास करता रहता है

ਨਾਨਕ ਗਇਆ ਜਾਪੈ ਜਾਇ ॥੩੪॥

naanak giaa jaapai jai ||34||

यह केवल अंदर जाने और दिव्य ज्ञान को सुनने/कार्यान्वित करने से होता है

ਧਰਮ ਖੰਡ ਕਾ ਏਹੋ ਧਰਮੁ ॥

dharam kha(n)dd kaa eho dharam ||

इस धर्मखंड का नियम- जीने के सही तरीके सीखने की अवस्था- है

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਕਾ ਆਖਹੁ ਕਰਮੁ ॥

giaan kha(n)dd kaa aakhahu karam ||

ज्ञानखंड की दिशा में काम करने के लिए - दिव्य हुकम से निरंतर सीखने की स्थिति

ਕੇਤੇ ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਵੈਸੰਤਰ ਕੇਤੇ ਕਾਨ ਮਹੇਸ ॥

kete pavan paanee vaisa(n)tar kete kaan mahes ||

यह जानने/अनुभूति करने के लिए कि प्राकृतिक तत्वों से बने शरीर/जीवन में असंख्य दैवीय गुण पहले से ही विद्यमान हैं

ਕੇਤੇ ਬਰਮੇ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਅਹਿ ਰੂਪ ਰੰਗ ਕੇ ਵੇਸ ॥

kete barame ghaaRat ghaRe'eh roop ra(n)g ke ves ||

असंख्य शुभ-अशुभ विचारों को तराशने की असीम शक्ति है

ਕੇਤੀਆ ਕਰਮ ਭੂਮੀ ਮੇਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਧੂ ਉਪਦੇਸ ॥

keteeaa karam bhoomee mer kete kete dhoo upadhes ||

हमारे मन/चेतना की विभिन्न अवस्थाओं में उच्च गुणों में से उच्चतम हैं, और आंतरिक एकता की ओर सीधे मार्ग की दिशा में मार्गदर्शन/निर्देश

ਕੇਤੇ ਇੰਦ ਚੰਦ ਸੂਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਮੰਡਲ ਦੇਸ ॥

kete i(n)dh cha(n)dh soor kete kete ma(n)ddal dhes ||

हमारी आंतरिक रचना के सभी भागों में उच्च ज्ञान के असीमित स्रोत हैं, विनम्र दिव्य गुण और दिव्य ज्ञान की शक्तियाँ बरस रही हैं

ਕੇਤੇ ਸਿਧ ਬੁਧ ਨਾਥ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਦੇਵੀ ਵੇਸ ॥

kete sidh budh naath kete kete dhevee ves ||

हमारे भीतर आध्यात्मिक रूप से ऊपर उठने/उठने में हमारी मदद करने के लिए तैयार उच्च चेतना की बहुलता है

ਕੇਤੇ ਦੇਵ ਦਾਨਵ ਮੁਨਿ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਰਤਨ ਸਮੁੰਦ ॥

kete dhev dhaanav mun kete kete ratan samu(n)dh ||

यह महसूस करना कि हमारे भीतर असीमित शक्तियाँ हैं जो हमें एक सुंदर जीवन के लिए दिव्य गुणों के अनमोल रत्नों को प्राप्त करने के लिए भीतर की दिव्य बुद्धि का अध्ययन / चिंतन करने में मदद करती हैं।

ਕੇਤੀਆ ਖਾਣੀ ਕੇਤੀਆ ਬਾਣੀ ਕੇਤੇ ਪਾਤ ਨਰਿੰਦ ॥

keteeaa khaanee keteeaa baanee kete paat nari(n)dh ||

यह अनुभव करना कि हमारे भीतर विभिन्न आधारों से विचारों का निरन्तर निर्माण होता रहता है जो हमें विभिन्न प्रकार से तृप्त करता है

ਕੇਤੀਆ ਸੁਰਤੀ ਸੇਵਕ ਕੇਤੇ ਨਾਨਕ ਅੰਤੁ ਨ ਅੰਤੁ ॥੩੫॥

keteeaa suratee sevak kete naanak a(n)t na a(n)t ||35||

चेतना की बहुलता और उन चेतना की सेवा करने वाले कार्य। इस आंतरिक सृष्टि का कोई अंत नहीं है

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਮਹਿ ਗਿਆਨੁ ਪਰਚੰਡੁ ॥

giaan kha(n)dd meh giaan paracha(n)dd ||

सीखने की इस अवस्था में -ज्ञानखंड- तनाव/ध्यान आंतरिक स्व के अध्ययन/विश्लेषण पर होता है (क्योंकि हम स्वयं को जाने/विश्लेषण किए बिना कोई परिवर्तन नहीं कर सकते हैं)

ਤਿਥੈ ਨਾਦ ਬਿਨੋਦ ਕੋਡ ਅਨੰਦੁ ॥

tithai naadh binodh kodd ana(n)dh ||

आत्म-साक्षात्कार पर विश्लेषण और कार्य करने से हमें भीतर आनंद प्राप्त होता है

ਸਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਰੂਪੁ ॥

saram kha(n)dd kee baanee roop ||

अब मन की ओर मुड़ता है -श्रमखंड- वह स्थिति जहां वह स्वयं के ज्ञान के आधार पर आंतरिक परिवर्तन से काम करता है। मन की यह स्थिति आंतरिक सुंदरता के बारे में है

ਤਿਥੈ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਐ ਬਹੁਤੁ ਅਨੂਪੁ ॥

tithai ghaaRat ghaReeaai bahut anoop ||

यहां हम सुंदर, बहुत सुंदर स्व को तराशते हैं

ਤਾ ਕੀਆ ਗਲਾ ਕਥੀਆ ਨਾ ਜਾਹਿ ॥

taa keeaa galaa katheeaa naa jaeh ||

हमारी चेतना को फिर से आकार देने की प्रक्रिया केवल बातों का विषय नहीं है। इसमें कड़ी मेहनत लगती है

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥

je ko kahai pichhai pachhutai ||

यदि कोई कहे कि वह इसे केवल शब्दों से बदल सकता है, तो अंत में पछताएगा

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥

tithai ghaReeaai surat mat man budh ||

चेतना, बुद्धि और मन की दिशा को बदलने के लिए कड़ी मेहनत करनी पड़ती है

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥੩੬॥

tithai ghaReeaai suraa sidhaa kee sudh ||36||

भीतर की जागृत अवस्था को परमात्मा/गुरु के ज्ञान के माध्यम से आकार दिया जाता है

ਕਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜੋਰੁ ॥

karam kha(n)dd kee baanee jor ||

मन जो लगातार / समर्पित रूप से आंतरिक परिवर्तन पर काम करता है वह भीतर से दिव्य हुकम द्वारा संचालित होता है

ਤਿਥੈ ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ ॥

tithai hor na koiee hor ||

ऐसे मन में और कोई शक्ति (द्वेष और विकार की) काम नहीं करती

ਤਿਥੈ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ ॥

tithai jodh mahaabal soor ||

ऐसे मन का कण-कण दुर्गुणों के विरुद्ध वीर शक्तिशाली योद्धा है

ਤਿਨ ਮਹਿ ਰਾਮੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰ ॥

tin meh raam rahiaa bharapoor ||

ऐसी चेतना के प्रत्येक भाग में प्रभु का वास है (दिव्य हुकुम पर केंद्रित)

ਤਿਥੈ ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ ਮਹਿਮਾ ਮਾਹਿ ॥

tithai seeto seetaa mahimaa maeh ||

ऐसी चेतना में हर विचार आंतरिक दिव्यता पर सिलना/केंद्रित होता है

ਤਾ ਕੇ ਰੂਪ ਨ ਕਥਨੇ ਜਾਹਿ ॥

taa ke roop na kathane jaeh ||

दैवीगुणों से भरे ऐसे मन का ऐसा सौंदर्य वर्णन नहीं किया जा सकता

ਨਾ ਓਹਿ ਮਰਹਿ ਨ ਠਾਗੇ ਜਾਹਿ ॥

naa oh mareh na Thaage jaeh ||

ऐसा मन न तो मरता है (हुकम का पालन करना बंद करता है) और न ही दोषों द्वारा लूटा गया (बिना गुण के छोड़ दिया जाता है)

ਜਿਨ ਕੈ ਰਾਮੁ ਵਸੈ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥

jin kai raam vasai man maeh ||

जैसे इस तरह की चेतना का हर हिस्सा आंतरिक परमात्मा पर केंद्रित होता है

ਤਿਥੈ ਭਗਤ ਵਸਹਿ ਕੇ ਲੋਅ ॥

tithai bhagat vaseh ke loa ||

ऐसे मन के भीतर दिव्य हुकम के प्रकाश/मार्गदर्शन में आंतरिक प्रभु के प्रति स्वयं को समर्पित करने की प्रक्रिया होती है

ਕਰਹਿ ਅਨੰਦੁ ਸਚਾ ਮਨਿ ਸੋਇ ॥

kareh ana(n)dh sachaa man soi ||

यह प्रक्रिया आत्मज्ञान/सत्यता/आंतरिक पवित्रता के माध्यम से वास्तविक शाश्वत आनंद की ओर ले जाती है

ਸਚ ਖੰਡਿ ਵਸੈ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ॥

sach kha(n)dd vasai nira(n)kaar ||

आंतरिक दिव्यता की निरंतर कृपा / शक्ति से संचालित, मन उस स्थिति तक पहुँचता है -सचखंड- भीतर, जहाँ एक भगवान सदा निवास करता है

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥

kar kar vekhai nadhar nihaal ||

अंतरात्मा की दिव्य आवाज को आत्मसात/अभ्यास करते हुए यह भगवान को भीतर पाता है और शांति/आनंद में रहता है

ਤਿਥੈ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡ ॥

tithai kha(n)dd ma(n)ddal varabha(n)dd ||

ऐसी दिव्य चेतना का प्रत्येक भाग ईश्वरीय प्रेम में लीन है

ਜੇ ਕੋ ਕਥੈ ਤ ਅੰਤ ਨ ਅੰਤ ॥

je ko kathai ta a(n)t na a(n)t ||

मन की ऐसी कृपापूर्ण स्थिति का अंत कोई नहीं कह सकता/सोच नहीं सकता

ਤਿਥੈ ਲੋਅ ਲੋਅ ਆਕਾਰ ॥

tithai loa loa aakaar ||

ऐसी-सचखंड-दिमाग की स्थिति पूरी तरह से दिव्य ज्ञान के प्रकाश में डूबी हुई है

ਜਿਵ ਜਿਵ ਹੁਕਮੁ ਤਿਵੈ ਤਿਵ ਕਾਰ ॥

jiv jiv hukam tivai tiv kaar ||

यह केवल आंतरिक दिव्यता के निर्देशों/हुकम के अनुसार कार्य करता है

ਵੇਖੈ ਵਿਗਸੈ ਕਰਿ ਵੀਚਾਰੁ ॥

vekhai vigasai kar veechaar ||

केवल एक ही प्रभु रहता है (मन उसमें विलीन हो गया है) जो हर चीज का ध्यान रखता है और उसके गौरवशाली गुणों का आशीर्वाद देता है

ਨਾਨਕ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥੩੭॥

naanak kathanaa karaRaa saar ||37||

आंतरिक परमात्मा के साथ एकता की यह स्थिति समझ से बाहर है (आप वहां पहुंचकर ही उस आनंद को महसूस कर सकते हैं)

ਜਤੁ ਪਾਹਾਰਾ ਧੀਰਜੁ ਸੁਨਿਆਰੁ ॥

jat paahaaraa dheeraj suniaar ||

सचखंड का मार्ग - सत्य / पवित्रता का क्षेत्र - भीतर आत्म-नियंत्रण / अनुशासन और धैर्य / दृढ़ता के साथ काम करना है

ਅਹਰਣਿ ਮਤਿ ਵੇਦੁ ਹਥੀਆਰੁ ॥

aharan mat vedh hatheeaar ||

दिव्य ज्ञान की मदद से हमारी बुद्धि/चेतना पर

ਭਉ ਖਲਾ ਅਗਨਿ ਤਪ ਤਾਉ ॥

bhau khalaa agan tap taau ||

स्वयं को ईश्वरीय हुकम में रखते हुए आंतरिक ईश्वरीय ज्ञान को आत्मसात/कार्यान्वित करने के लिए लगन से काम करें

ਭਾਂਡਾ ਭਾਉ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਤਿਤੁ ਢਾਲਿ ॥

bhaa(n)ddaa bhaau a(n)mrit tit ddaal ||

तभी ईश्वरीय प्रेम का अमृत हमारी चेतना के कटोरे में रिसता है

ਘੜੀਐ ਸਬਦੁ ਸਚੀ ਟਕਸਾਲ ॥

ghaReeaai sabadh sachee Takasaal ||

गुरु के वचन/ज्ञान में अपने भीतर एक नए सुधरे हुए स्व को आकार/सृजन करते रहें

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਤਿਨ ਕਾਰ ॥

jin kAu ndri krmu tin kaar.

जो लोग आंतरिक विकास के इस पथ का अनुसरण करते हैं, वे आंतरिक दिव्यता के वचनों को अपने कार्यों में लीन करते हैं

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥੩੮॥

naanak nadharee nadhar nihaal ||38||

और परिवर्तन के इस दैवीय वरदान से वे (आतंरिक दैवीय छवि बन जाते हैं) अपने भीतर अनंत आनंद/खिलने को प्राप्त करते हैं

ਸਲੋਕੁ ॥

salok ||

यह जप बानी का दूसरा और अंतिम श्लोक है

ਪਵਣੁ ਗੁਰੂ ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ ਮਾਤਾ ਧਰਤਿ ਮਹਤੁ ॥

pavan guroo paanee pitaa maataa dharat mahat ||

हर सांस के साथ प्राकृतिक तत्वों से बने इस शरीर में

ਦਿਵਸੁ ਰਾਤਿ ਦੁਇ ਦਾਈ ਦਾਇਆ ਖੇਲੈ ਸਗਲ ਜਗਤੁ ॥

dhivas raat dhui dhaiee dhaiaa khelai sagal jagat ||

जीवन के विभिन्न चरणों के दौरान, हमारा mn अपनी खुद की दुनिया बनाता है (भीतर खेलता है)

ਚੰਗਿਆਈਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ਵਾਚੈ ਧਰਮੁ ਹਦੂਰਿ ॥

cha(n)giaaieeaa buriaaieeaa vaachai dharam hadhoor ||

यह आंतरिक दिव्यता को सुनता/सुनता है और जीवन के सही मार्ग का एहसास करने के लिए अच्छे और बुरे के बीच अंतर सीखता है।

ਕਰਮੀ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਕੇ ਨੇੜੈ ਕੇ ਦੂਰਿ ॥

karamee aapo aapanee ke neRai ke dhoor ||

यह महसूस करता है कि मेरे सभी कर्म (विचार, कर्म) या तो मुझे आंतरिक परमात्मा के निकट ले जा सकते हैं या उससे दूर। (भगवान कभी कहीं नहीं जाते, हमेशा भीतर ही रहते हैं)

ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ਗਏ ਮਸਕਤਿ ਘਾਲਿ ॥

jinee naam dhiaaiaa ge masakat ghaal ||

जिन्होंने खुद को दिव्य गुणों पर केंद्रित किया और उन पर लगन से काम किया

ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ਕੇਤੀ ਛੁਟੀ ਨਾਲਿ ॥੧॥

naanak te mukh ujale ketee chhuTee naal ||1||

भीतर दीप्तिमान/प्रबुद्ध हो जाते हैं, और विकारों से मुक्त हो जाते हैं

ੴ

ਸੋ ਦਰੁ ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧

so dhar raag aasaa mahalaa pehilaa

यह शबद राग आसा में प्रथम नानक जी का है। शीर्षक है "भगवान का स्थान/आसन"

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ikOankaar satigur prasaadh ||

एक ईश्वर है जो हर समय, हर समय मौजूद है, जिसका अस्तित्व शाश्वत है, और गुरु के शब्द/ज्ञान के माध्यम से जाना/अनुभूति किया जाता है।

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

so dhar teraa kehaa so ghar kehaa

jit beh sarab samaale ||

अहंकार को छोड़कर, मन अपने हुकम / दिशाओं के माध्यम से भगवान के घर / सीट की खोज / खोज शुरू कर देता है

ਵਾਜੇ ਤੇਰੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

vaaje tere naadh anek asa(n)khaa kete tere vaavanahaare ||

उस आंतरिक दिव्यता को ध्यान में रखते हुए हमारे अनगिनत विचार दिव्य हुकम को प्रतिध्वनित/अभ्यास करने लगते हैं

ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਹਿ
ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

kete tere raag paree siau kahe'eeh

kete tere gaavanahaare ||

भीतर का दिव्य हमें भीतर से कई कोमल / सरल दिशाओं के माध्यम से मार्गदर्शन करता है और हमारा मन सद्गुणों से विनीत होकर उन्हें भीतर गाने / लागू करने लगता है

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ
ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥

gaavan tudhano pavan paanee baisa(n)tar
gaavai raajaa dharam dhuaare ||

संपूर्ण बाहरी प्राकृतिक तत्वों की तरह जो प्राकृतिक नियमों के साथ तालमेल बिठाकर काम करते हैं, ईश्वरीय गुणों में लीन मन खुद को अंदर के भगवान के हुकम / कानून के लिए गाता / समर्पण करता है।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਨਿ
ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥

gaavan tudhano chit gupat likh jaanan
likh likh dharam beechaare ||

ऐसा मन ईश्वरीय हुकम (धरम) का अभ्यास करके इसे बदलने के लिए आंतरिक स्व के छिपे हुए पक्ष पर गाता / काम करता है।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਈਸਰੁ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇਵੀ
ਸੋਹਨਿ ਤੇਰੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

gaavan tudhano ieesar brahamaa dhevee
sohan tere sadhaa savaare ||

वह प्रबुद्ध मन हमेशा हमारे भीतर ईश्वरीय गुणों को बनाने, पोषण करने और उनकी रक्षा करने वाली दिव्य बुद्धि के साथ सुधार करके आंतरिक आत्म को सुशोभित करने के लिए गाता / काम करता है।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਇੰਦ੍ਰ ਇੰਦ੍ਰਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

gaavan tudhano i(n)dhr i(n)dhraasan baiThe dhevatiaa dhar naale ||

दिव्य हुकम का गायन/कार्यान्वयन, मन दिव्य गुणों के साथ उच्च चेतना के आंतरिक सिंहासन पर बैठता है (यह अंदर एक स्वर्ग पर शासन करता है)

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ
ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਾਧ ਬੀਚਾਰੇ ॥

gaavan tudhano sidh samaadhee a(n)dhar
gaavan tudhano saadh beechaare ||

ऐसा प्रबुद्ध मन ईश्वरीय ज्ञान पर चिंतन करके गाता / पूर्णता प्राप्त करता है। यह दैवीय हुकम का प्रयोग करके अपने आप को भीतर से परिपूर्ण करता रहता है

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ
ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

gaavan tudhano jatee satee sa(n)tokhee
gaavan tudhano veer karaare ||

ऐसा प्रबुद्ध मन वास्तविक पवित्रता, दान, संतोष का गान/अभ्यास करता है और अपने भीतर के द्वेष और दुर्गुणों से निरंतर संघर्ष करता हुआ वास्तविक योद्धा बन जाता है।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸੁਰ

ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

gaavan tudhano pa(n)ddit paRan rakheesur

jug jug vedhaa naale ||

एक प्रबुद्ध मन आंतरिक स्व को लगातार बदलने के लिए दिव्य ज्ञान पर अध्ययन और चिंतन करके हुकम गाता / लागू करता है।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗੁ ਮਛੁ ਪਇਆਲੇ ॥

gaavan tudhano mohaneeaa man mohan surag machh piaale ||

दैवीय गुणों में गाना/जीना ऐसे मन की समग्रता हमेशा गुणों/अच्छाई के प्रति आकर्षित/समर्पित होती है

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥

gaavan tudhano ratan upaae tere aThasaTh teerath naale ||

दैवीय हुकम को गाने/निष्पादित करने से दैवीय ज्ञान के अनमोल रत्नों का निर्माण होता है, और यह ज्ञान भीतर के द्वेष को दूर करने का तीर्थ बन जाता है

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥

gaavan tudhano jodh mahaabal sooraa

gaavan tudhano khaanee chaare ||

ईश्वरीय हुकम का गायन/कार्यान्वयन करने से सारा मन भीतर की बुराइयों के खिलाफ वीर सेनानी बन जाता है।

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ

ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਤੇਰੇ ਧਾਰੇ ॥

gaavan tudhano kha(n)dd ma(n)ddal brahama(n)ddaa

kar kar rakhe tere dhaare ||

दैवीय हुकम का गायन/व्यायाम करने से हमारे सभी व्यक्तिगत विचार, उनका संग्रह और संपूर्ण मन ईश्वरीय विधान में लीन हो जाता है

ਸੇਈ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਨਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ

ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥

seiee tudhano gaavan jo tudh bhaavan

rate tere bhagat rasaale ||

दैवीय हुकम को गाते/सुनते हुए हम दैवीय प्रेम, भक्ति और दैवीय गुणों के सार में ओत-प्रोत रहते हैं

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ

ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਬੀਚਾਰੇ ॥

hor kete tudhano gaavan se mai chit na aavan

naanak kiaa beechaare ||

जो आंतरिक परमात्मा को गाते/सुनते हैं, वे अहंकार को अपने विचारों में प्रवेश नहीं करने देते। मैं उनकी मन:स्थिति को कैसे समझ सकता हूँ?

ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥

soiee soiee sadhaa sach saahib saachaa saachee naiee ||

वे हमेशा आंतरिक परमात्मा पर ध्यान केंद्रित करते हैं जो अपने सतत / अचूक हुकम के साथ हमेशा के भीतर मौजूद है

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥

hai bhee hosee jai na jaasee rachanaa jin rachaiee ||

वे हमेशा आंतरिक दिव्यता में डूबे रहते हैं जिसके अनुसरण से एक सत्यवादी/
प्रबुद्ध आत्मा का निर्माण होता है

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ
ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥

ra(n)gee ra(n)gee bhaatee kar kar jinasee
maiaa jin upaiee ||

आंतरिक दिव्यता पर उनका ध्यान केंद्रित होने के कारण वे माया के विभिन्न
रंगों/प्रभावों/दुर्भावनापूर्ण मन से पैदा हुए भ्रमों से बच जाते हैं

ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥

kar kar dhekhai keetaa aapanaa jiau tis dhee vaddiaaiee ||

जैसा कि वे अपने भीतर ऐसी सुंदरता बनाने और उसकी देखभाल करने में
व्यस्त हैं जो वास्तव में भगवान का आशीर्वाद है

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਫਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥

jo tis bhaavai soiee karasee fir hukam na karanaa jaiee ||

वे वही करते हैं जो आंतरिक भगवान पसंद करते हैं/चाहते हैं। वे कभी भी
अंतरात्मा की आवाज को दबाने की कोशिश नहीं करते

ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਤਿਸਾਹਿਬੁ

ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੧॥

so paatisaahu saahaa patisaahib

naanak rahan rajaiee ||1||

इस प्रकार आंतरिक परमात्मा के अनुसार जीने से राजाओं के राजा बन जाते हैं (उनके शरीर, मन और चेतना के शासक। दोषों और प्रलोभनों की गुलामी से मुक्त)

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

aasaa mahalaa pehilaa ||

राग आसा में प्रथम नानक जी का शबद

ਸੁਣਿ ਵਡਾ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

sun vaddaa aakhai sabh koi ||

दूसरों की बात सुनकर ही सब कहते हैं कि भगवान महान हैं

ਕੇਵਡੁ ਵਡਾ ਡੀਠਾ ਹੋਇ ॥

kevadd vaddaa ddeeThaa hoi ||

लेकिन हे भगवान आप कितने महान हैं! आपको भीतर महसूस करके ही जाना जा सकता है

ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਇ ॥

keemat pai na kahiaa jai ||

आपको किसी भी सांसारिक राशि के लिए खरीदा/मापा नहीं जा सकता है, और न ही शब्दों में वर्णित किया जा सकता है

ਕਹਣੈ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਰਹੇ ਸਮਾਇ ॥੧॥

kahanai vaale tere rahe samai ||1||

जो आपको महसूस करते हैं वे आपके साथ एकता में रहते हैं

ਵਡੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗਹਿਰ ਗੰਭੀਰਾ ਗੁਣੀ ਗਹੀਰਾ ॥

vadde mere saahibaa gahir ga(n)bheeraa gunee gaheeraa ||

मेरे नाथ! आप दिव्य गुणों के सागर हैं

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

koi na jaanai teraa ketaa kevadd cheeraa ||1|| rahaau ||

आपके हुकम (द डिवाइन ऑर्डर) की अवधि/पहुंच को कभी भी कोई नहीं जान सकता

ਸਭਿ ਸੁਰਤੀ ਮਿਲਿ ਸੁਰਤਿ ਕਮਾਈ ॥

sabh suratee mil surat kamaiee ||

जो सभी बाहरी सोच के माध्यम से हुकम के अंत/सीमा को खोजने का प्रयास करते हैं

ਸਭ ਕੀਮਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਮਤਿ ਪਾਈ ॥

sabh suratee mil surat kamaiee ||

सभी जो बाहरी भौतिक राशियों के माध्यम से आपकी महिमा का आकलन करने का प्रयास करते हैं

ਗਿਆਨੀ ਧਿਆਨੀ ਗੁਰ ਗੁਰਹਾਈ ॥

giaanee dhiaanee gur gurahaiee ||

और वे सभी विद्वान और साधक जो पुस्तकों को पढ़/पढ़कर श्रेष्ठ होने का दावा करते हैं

ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ਤੇਰੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥੨॥

kahan na jaiee teree til vaddiaaiee ||2||

सब तो भी आपके दैवी हुकुम/आदेश की विशालता का अनुमान नहीं लगा सकते

ਸਭਿ ਸਤ ਸਭਿ ਤਪ ਸਭਿ ਚੰਗਿਆਈਆ ॥

sabh sat sabh tap sabh cha(n)giaaieeaa ||

सभी अच्छाई, सद्गुण, कड़ी मेहनत जो कोई ईश्वरीय प्राप्ति की ओर लगा रहा है

ਸਿਧਾ ਪੁਰਖਾ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥

sidhaa purakhaa keeaa vaddiaaieeaa ||

और स्वयं को पूर्णता/एकत्व की ओर ले जाने के लिए ज्ञान की वह महिमा

ਤੁਧੁ ਵਿਣੁ ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥

tudh vin sidhee kinai na paieeaa ||

यह सब आपके हुकम (आंतरिक दिव्यता की आवाज) में रहने (सुनने) के बिना हासिल नहीं किया जा सकता है।

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥੩॥

karam milai naahee Thaak rahaieeaa ||3||

जो आपके हुकम (इच्छा) का अभ्यास करता है / आंतरिक करता है उसे कभी भी दिव्य गुणों / महिमा की प्राप्ति में कोई रुकावट / बाधा का सामना नहीं करना पड़ता है

ਆਖਣ ਵਾਲਾ ਕਿਆ ਵੇਚਾਰਾ ॥

aakhan vaalaa kiaa vechaaraa ||

जो इन दैवी गुणों को आत्मसात कर लेता है/जीता है वह कभी भी असहाय/कमजोर नहीं होता

ਸਿਫਤੀ ਭਰੇ ਤੇਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ॥

sifatee bhare tere bha(n)ddaaraa ||

क्योंकि वह भीतर गुणों का भण्डार बन जाता है

ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਤਿਸੈ ਕਿਆ ਚਾਰਾ ॥

jis too dheh tisai kiaa chaaraa ||

कोई भी दोष उस पर हावी नहीं हो सकता है जो आंतरिक ईश्वरीय गुणों को इकट्ठा करता है

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੪॥੨॥

naanak sach savaaranahaaraa ||4||2||

क्योंकि भीतर के परमात्मा ने उसे भीतर से सजाया है

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

aasaa mahalaa pehilaa ||

राग आसा में प्रथम नानक जी का शबद

ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥

aakhaa jeevaa visarai mar jaau ||

अगर मैं दिव्य हुकम (अंतरात्मा की आंतरिक आवाज) को आत्मसात कर लेता हूं, तभी मैं जीवित रहता हूं। नहीं तो विकारों में मरता रहता हूँ

ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥

aakhan aaukhaa saachaa naau ||

लेकिन दुर्भावनापूर्ण मन के लिए आंतरिक दिव्यता पर ध्यान देना / जमा करना बहुत मुश्किल है

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ ॥

saache naam kee laagai bhookh ||

जो अपने जीवन में हुकम को लागू करने/अभ्यास करने की ललक विकसित करते हैं

ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੂਖ ॥੧॥

aut bhookhai khai chale'eeh dhookh ||1||

यह आग्रह/भूख उन्हें ईश्वरीय इच्छा को खाने/अनुसरण करने के लिए प्रेरित करती है। और इस तरह उन्हें आंतरिक कष्टों से मुक्ति मिल जाती है

ਸੋ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥

so kiau visarai meree mai ||

हे मेरी प्रिय बुद्धि! अंतरात्मा की आवाज को कभी भी नजरअंदाज न करें

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

saachaa saahib saachai nai ||1|| rahaau ||

भीतर का सच्चा गुरु अपने शाश्वत ज्ञान/हुकम के साथ आपका मार्गदर्शन करता है

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥

saache naam kee til vaddiaaiee ||

उस दिव्य हुकम/इच्छा की महिमा का थोड़ा सा भी

ਆਖਿ ਥਕੇ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥

aakh thake keemat nahee paiee ||

इतना शानदार है कि हमारा अस्तित्व ही इसकी थाह लेने के लिए बहुत छोटा हो जाता है

ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥

je sabh mil kai aakhan paeh ||

भले ही हम सब मिलकर उनकी महिमा का अनुमान लगाने/पहचानने का प्रयास करें

ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥

vaddaa na hovai ghaaT na jai ||2||

हम उसकी महिमा को शब्दों में कम नहीं कर सकते, न ही उसके अंत का दावा कर सकते हैं

ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੋਗੁ ॥

naa oh marai na hovai sog ||

हमारे भीतर का ईश्वर (और उसका शाश्वत हुकम) कभी नहीं मरता, न ही कभी गलत/पछतावा करता है

ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੂਕੈ ਭੋਗੁ ॥

dhedhaa rahai na chookai bhog ||

यह हमेशा हमारे भीतर से दिव्य ज्ञान के साथ हमारा मार्गदर्शन करता है। यह अद्भुत आंतरिक प्रक्रिया कभी समाप्त नहीं होती

ਗੁਣੁ ਏਹੋ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥

gun eho hor naahee koi ||

यह उस आंतरिक देवता का सबसे बड़ा गुण है, जो कभी भी दुर्भावनापूर्ण मन (दुष्टों) की आवाज़ों में नहीं पाया जाता है।

ਨਾ ਕੋ ਹੋਆ ਨਾ ਕੋ ਹੋਇ ॥੩॥

naa ko hoaa naa ko hoi ||3||

अंतरात्मा की आवाज जैसा कोई दूसरा मार्गदर्शक नहीं है। कभी नहीं होगा

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥

jevadd aap tevadd teree dhaat ||

यह जितना शुद्ध/सच्चा हमारे भीतर रहता है, उतना ही इसका दिव्य गुणों का असाधारण प्रभाव है

ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥

jin dhin kar kai keetee raat ||

सद्गुणों का उपकार / वरदान जो ज्ञान का प्रकाश (दिन) लाता है, और अज्ञान / दोषों को एक रात / अंत खींचता है

ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥

khasam visaareh te kamajaat ||

जो लोग ऐसे आंतरिक भगवान की अवहेलना करते हैं वे नीच कार्यों में लिप्त होते हैं

ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥

naanak naavai baajh sanaat ||4||3||

दैवीय गुणों के अभाव में वे पतित/भ्रष्ट होते रहते हैं

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

raag goojaree mahalaa chauthhaa ||

राग गूजरी में चौथे नानक जी का शबद

ਹਰਿ ਕੇ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸਤਪੁਰਖਾ ਬਿਨਉ ਕਰਉ ਗੁਰ ਪਾਸਿ ॥

har ke jan satigur satapurakhaa binau karau gur paas ||

मैं आपसे अपने वास्तविक साथी-ज्ञान के स्रोत "सतगुरु" की प्रार्थना करता हूं

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

ham keere kiram satigur saranaiee
kar dhiaa naam paragaas ||1||

मैं अज्ञानता में घृणित जीवन जी रहा हूँ; दिव्य गुणों के माध्यम से मुझे प्रकाश/ स्पष्टता प्रदान करें

ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਗੁਰਦੇਵ ਮੋ ਕਉ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥

mere meet gurdhev mo kau raam naam paragaas ||

मेरे गुरुजी! मुझे दिव्य गुणों से आलोकित करें

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

gurmat naam meraa praan sakhaiee
har keerat hamaree raharaas ||1|| rahaau ||

गुरु के ज्ञान के माध्यम से प्राप्त गुण ही मेरे वास्तविक साथी हैं, और जीवन पथ के उतार-चढ़ाव के लिए मेरी वास्तविक पूंजी/भंडार

ਹਰਿ ਜਨ ਕੇ ਵਡ ਭਾਗ ਵਡੇਰੇ

ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਰਧਾ ਹਰਿ ਪਿਆਸ ॥

har jan ke vadd bhaag vaddere
jin har har saradhaa har piaas ||

भाग्यशाली वे हैं जिन्होंने गुरु के ज्ञान के माध्यम से दिव्य गुणों में आत्मसात करने की प्यास/प्रेरणा विकसित की है

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮਿਲੈ ਤ੍ਰਿਪਤਾਸਹਿ

ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ ਗੁਣ ਪਰਗਾਸਿ ॥੨॥

har har naam milai tirapataaseh
mil sa(n)gat gun paragaas ||2||

वे उन सद्गुणों के माध्यम से संतोष में आते हैं और लगातार दिव्य ज्ञान की संगति में स्वयं को प्रकाशित करने का काम करते हैं

ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਸੁ ਨਾਮੁ ਨ ਪਾਇਆ

ਤੇ ਭਾਗਹੀਣ ਜਮ ਪਾਸਿ ॥

jin har har har ras naam na paiaa
te bhaagaheen jam paas ||

लेकिन जिन्हें ऐसी प्यास नहीं लगी है, वे इतने अभागे हैं कि वे विकारों के शिकार हो जाते हैं

ਜੋ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਿ ਸੰਗਤਿ ਨਹੀ ਆਏ

ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵੇ ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵਾਸਿ ॥੩॥

jo satigur saran sa(n)gat nahee aae dhirag jeeve dhirag jeevaas ||3||

जो दैवीय ज्ञान को आत्मसात नहीं करते उनका जीवन निम्न/नीच जीवन व्यतीत करता है

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

jin har jan satigur sa(n)gat paiee
tin dhur masatak likhiaa likhaas ||

जो लोग गुरु के ज्ञान का अभ्यास करते हैं, वे अपनी चेतना/बुद्धि में दिव्य गुणों को अवशोषित करते हैं

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

dhan dha(n)n satasa(n)gat jit har ras paiaa
mil jan naanak naam paragaas ||4||4||

दिव्य ज्ञान की संगति धन्य है जहाँ हमें दिव्य प्रेम और दिव्य गुणों का प्रकाश प्राप्त होता है

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

raag goojaree mahalaa panjavaa ||

पांचवें नानक जी द्वारा शबद (काव्य रचना)।

ਕਾਹੇ ਰੇ ਮਨ ਚਿਤਵਹਿ ਉਦਮੁ
ਜਾ ਆਹਰਿ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪਰਿਆ ॥

kaahe re man chitaveh udham
jaa aahar har jeeau pariaa ||

हे मेरे मन! आप चिंतित/चिंतित क्यों रहते हैं? जीवन का स्रोत-प्रभु- आपके साथ है!

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

sail pathar meh ja(n)t upaae
taa kaa rijak aagai kar dhariaa ||1||

उसने कठोर चट्टानों में जीवों को बनाया है, और उन्हें वहाँ भी प्रदान करता है

ਮੇਰੇ ਮਾਧਉ ਜੀ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੁ ਤਰਿਆ ॥

mere maadhau jee satasa(n)gat mile su tariaa ||

जो लोग भीतर के दिव्य ज्ञान का साथ देते हैं / उनका पालन करते हैं, वे चिंताओं / चिंताओं के सागर से छुटकारा पा लेते हैं

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

gur parasaadh param padh paiaa
sooke kaasaT hariaa ||1|| rahaau ||

गुरु के ज्ञान/मार्गदर्शन के माध्यम से हम भीतर के भगवान के साथ एकता की उस श्रेष्ठ स्थिति को प्राप्त करते हैं, जहाँ सभी चिंताएँ/भय विश्वास/शांति में बदल जाते हैं

ਜਨਨਿ ਪਿਤਾ ਲੋਕ ਸੁਤ ਬਨਿਤਾ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਕੀ ਧਰਿਆ ॥

janan pitaa lok sut banitaa koi na kis kee dhariaa ||

हे प्रिय! इस पूरी सृष्टि में कोई भी जीवन के निर्वाह के लिए किसी और (भगवान के अलावा) पर निर्भर नहीं है

ਸਿਰਿ ਸਿਰਿ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹੇ ਠਾਕੁਰੁ

ਕਾਹੇ ਮਨ ਭਉ ਕਰਿਆ ॥੨॥

sir sir rijak sa(n)baahe Thaakur

kaahe man bhau kariaa ||2||

भगवान सभी को प्रदान करता है; तुम क्यों चिंतित हो?

ਊਡੇ ਊਡਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੋਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਛਰਿਆ ॥

uoodde uoodd aavai sai kosaa tis paachhai bachare chhariaa ||

देखो, पंछी सौ मील उड़ जाते हैं अपने बच्चों को छोड़कर

ਤਿਨ ਕਵਣੁ ਖਲਾਵੈ ਕਵਣੁ ਚੁਗਾਵੈ

ਮਨ ਮਹਿ ਸਿਮਰਨੁ ਕਰਿਆ ॥੩॥

tin kavan khalaavai kavan chugaavai

man meh simaran kariaa ||3||

भगवान को याद करो जो पक्षियों को भी प्रदान करता है और उनके बच्चों को भी

ਸਭਿ ਨਿਧਾਨ ਦਸ ਅਸਟ ਸਿਧਾਨ ਠਾਕੁਰ ਕਰ ਤਲ ਧਰਿਆ ॥

sabh nidhaan dhas asaT sidhaan Thaakur kar tal dhariaa ||

दिव्य प्रज्ञा के संग से इस बात को समझो कि प्रभु ने पहले ही सारी शक्तियां और खजाने हमारे हाथ में दे दिए हैं

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

jan naanak bal bal sadh bal jaieeaai
teraa a(n)t na paaraavariaa ||4||5||

चिंता करने के बजाय हमें अनगिनत उपहारों के प्रति आभार व्यक्त करना चाहिए

ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪

raag aasaa mahalaa chauthhaa

यह शबद राग आस में चौथे नानक जी का है

ਸੋ ਪੁਰਖੁ

so purakhu

शीर्षक है "सो पुरख" - वह निर्माता भगवान

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ikOankaar satigur prasaadh ||

एक ईश्वर है जो हर समय, हर समय मौजूद है, जिसका अस्तित्व शाश्वत है, और गुरु के शब्द/ज्ञान के माध्यम से जाना/अनुभूति किया जाता है।

ਸੋ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਅਗਮਾ ਅਗਮ ਅਪਾਰਾ ॥

so purakh nira(n)jan har purakh nira(n)jan
har agamaa agam apaaraa ||

सर्वव्यापी भगवान बेदाग हैं, और गुणों से भरे हुए हैं

ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ
ਹਰਿ ਸਚੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ॥

sabh dhiaaveh sabh dhiaaveh tudh jee
har sache sirajanahaaraa ||

(अतः प्रार्थना करें) हे प्रभु! सभी जीवित दुनिया हमेशा आपके विचार में है (आपकी निगरानी में)

ਸਭਿ ਜੀਅ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀ ਤੂੰ ਜੀਆ ਕਾ ਦਾਤਾਰਾ ॥

sabh jeea tumaare jee too(n) jeeaa kaa dhaataaraa ||

आपने सभी को बनाया है और आप सभी को सभी शक्तियों और गुणों से आशीर्वाद देते हैं

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹੁ ਸੰਤਹੁ ਜੀ ਸਭਿ ਦੂਖ ਵਿਸਾਰਣਹਾਰਾ ॥

har dhiaavahu sa(n)tahu jee sabh dhookh visaaranahaaraa ||

हे मेरी प्रिय इंद्रियों! आंतरिक परमात्मा की (इच्छा) पर केंद्रित रहें। तभी तुम कष्टों से छुटकारा पा सकोगे

ਹਰਿ ਆਪੇ ਠਾਕੁਰੁ ਹਰਿ ਆਪੇ ਸੇਵਕੁ ਜੀ
ਕਿਆ ਨਾਨਕ ਜੰਤ ਵਿਚਾਰਾ ॥੧॥

har aape Thaakur har aape sevak jee
kiaa naanak ja(n)t vichaaraa ||1||

वह भगवान अपनी रचना से अलग नहीं है। मैं उसके बिना क्या हूँ?

ਤੂੰ ਘਟ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਸਰਬ ਨਿਰੰਤਰਿ ਜੀ

ਹਰਿ ਏਕੋ ਪੁਰਖੁ ਸਮਾਣਾ ॥

too(n) ghaT ghaT a(n)tar sarab nira(n)tar jee

har eko purakh samaanaa ||

हे भगवान! आप सभी में समान रूप से और हर समय रहते हैं

ਇਕਿ ਦਾਤੇ ਇਕਿ ਭੇਖਾਰੀ ਜੀ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਚੋਜ ਵਿਡਾਣਾ ॥

eik dhaate ik bhekhaaree jee sabh tere choj viddaanaa ||

मैं जो कुछ भी अमीर-गरीब देखता हूँ, वह तेरा ही अजब खेल है (मेरी समझ से परे)

ਤੂੰ ਆਪੇ ਦਾਤਾ ਆਪੇ ਭੁਗਤਾ ਜੀ

ਹਉ ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣਾ ॥

too(n) aape dhaataa aape bhugataa jee

hau tudh bin avar na jaanaa ||

आप प्रदाता हैं, और आप स्वयं प्राप्तकर्ताओं में रहते हैं - मैं और क्या सोचूंगा?

ਤੂੰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਬੇਅੰਤੁ ਬੇਅੰਤੁ ਜੀ

ਤੇਰੇ ਕਿਆ ਗੁਣ ਆਖਿ ਵਖਾਣਾ ॥

too(n) paarabraham bea(n)t bea(n)t jee

tere kiaa gun aakh vakhaanaa ||

हे भगवान! आप असीम हैं, और मैं अपनी शब्द-बुद्धि से आपके गुणों को कभी नहीं समझ सकता

ਜੋ ਸੇਵਹਿ ਜੋ ਸੇਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ

ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਤਿਨ ਕੁਰਬਾਣਾ ॥੨॥

jo seveh jo seveh tudh jee jan naanak tin kurabaanaa ||2||

जो तेरी इच्छा की सेवा करते हैं (उसके अनुसार जीते हैं) उन पर मैं बलि हूं

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ

ਸੇ ਜਨ ਜੁਗ ਮਹਿ ਸੁਖਵਾਸੀ ॥

har dhiaaveh har dhiaaveh tudh jee

se jan jug meh sukhavaasee ||

जो सभी में मौजूद भगवान को याद / महसूस करते हैं, वे शांति से रहते हैं

ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਭਏ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀ

ਤਿਨ ਤੂਟੀ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸੀ ॥

se mukat se mukat bhe jin har dhiaaiaa jee

tin tooTee jam kee faasee ||

क्योंकि वे दोषों से मुक्त रहते हैं और उन विकारों से उत्पन्न सभी भय/चिंताओं के बंधनों को तोड़ देते हैं

ਜਿਨ ਨਿਰਭਉ ਜਿਨ ਹਰਿ ਨਿਰਭਉ ਧਿਆਇਆ ਜੀ

ਤਿਨ ਕਾ ਭਉ ਸਭੁ ਗਵਾਸੀ ॥

jin nirabhau jin har nirabhau dhiaaiaa jee

tin kaa bhau sabh gavaasee ||

जो लोग अपने भीतर निर्भय भगवान की ओर ध्यान देते हैं, वे स्वयं को सभी भयों से मुक्त कर लेते हैं

ਜਿਨ ਸੇਵਿਆ ਜਿਨ ਸੇਵਿਆ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਜੀ

ਤੇ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰੂਪਿ ਸਮਾਸੀ ॥

jin seviaa jin seviaa meraa har jee

te har har roop samaasee ||

जो लोग आंतरिक दिव्यता की सेवा (अनुसरण) करते हैं वे भगवान के साथ एक हो जाते हैं

ਸੇ ਧੰਨੁ ਸੇ ਧੰਨੁ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀ

ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਤਿਨ ਬਲਿ ਜਾਸੀ ॥੩॥

se dha(n)n se dha(n)n jin har dhiaaiaa jee

jan naanak tin bal jaasee ||3||

धन्य हैं वे जो आंतरिक परमात्मा के अनुसार जीते हैं।

ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ ਜੀ ਭਰੇ ਬਿਅੰਤ ਬੇਅੰਤਾ ॥

teree bhagat teree bhagat bha(n)ddaar jee

bhare bia(n)t bea(n)taa ||

हे भगवान! आपकी भक्ति में रहने (आंतरिक दिव्यता को ध्यान में रखते हुए) को दिव्य गुणों के खजाने से आशीर्वाद मिलता है

ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਸਲਾਹਨਿ ਤੁਧੁ ਜੀ

ਹਰਿ ਅਨਿਕ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤਾ ॥

tere bhagat tere bhagat salaahan tudh jee

har anik anek ana(n)taa ||

हालांकि कई लोग सच्चे भक्त होने का दावा करते हैं और शब्दों में आपकी प्रशंसा कर सकते हैं

ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ   ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ ਕਰਹਿ ਹਰਿ ਪੂਜਾ ਜੀ

ਤਪੁ ਤਾਪਹਿ   ਜਪਹਿ ਬੇਅੰਤਾ ॥

teree anik   teree anik kareh har poojaa jee

tap taapeh   japeh bea(n)taa ||

बहुत से ऐसे हैं जो भिन्न-भिन्न प्रकार से आपकी पूजा करते हैं और बाहर से कठिन कर्मकांड करते हैं

ਤੇਰੇ ਅਨੇਕ   ਤੇਰੇ ਅਨੇਕ ਪੜਹਿ   ਬਹੁ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ ਜੀ

ਕਰਿ ਕਿਰਿਆ ਖਟੁ ਕਰਮ ਕਰੰਤਾ ॥

tere anek   tere anek paReh   bahu simirat saasat jee

kar kiriaa khaT karam kara(n)taa ||

कई ऐसे हैं जो धार्मिक शास्त्रों को पढ़ते हैं और सभी बाहरी धार्मिक प्रथाओं का पालन करते हैं

ਸੇ ਭਗਤ   ਸੇ ਭਗਤ ਭਲੇ ਜਨ ਨਾਨਕ ਜੀ

ਜੋ ਭਾਵਹਿ ਮੇਰੇ ਹਰਿ ਭਗਵੰਤਾ ॥੪॥

se bhagat   se bhagat bhale jan naanak jee

jo bhaaveh mere har bhagava(n)taa ||4||

परन्तु सच्चे भक्त वही होते हैं जो आपको प्रसन्न करते हैं (भगवान के हुकम/ इच्छा में रहकर)

ਤੂੰ   ਆਦਿ ਪੁਰਖੁ ਅਪਰੰਪਰੁ ਕਰਤਾ ਜੀ

ਤੁਧੁ ਜੇਵਡੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥

too(n)   aadh purakh apara(n)par karataa jee

tudh jevadd avar na koiee ||

हे भगवान! आप हमारी शुरुआत हैं, हमारे निर्माता हैं। आपकी बराबरी कोई नहीं करता।

ਤੂੰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਸਦਾ ਸਦਾ ਤੂੰ ਏਕੋ ਜੀ

ਤੂੰ ਨਿਹਚਲੁ ਕਰਤਾ ਸੋਈ ॥

too(n) jug jug eko sadhaa sadhaa too(n) eko jee

too(n) nihachal karataa soiee ||

हे विधाता प्रभु! मुझे यह महसूस करना चाहिए कि आप सभी को बनाते हैं और सभी में समान रूप से रहते हैं

ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਵਰਤੈ ਜੀ ਤੂੰ ਆਪੇ ਕਰਹਿ ਸੁ ਹੋਈ ॥

tudh aape bhaavai soiee varatai jee too(n) aape kareh su hoiee ||

आपको जो अच्छा लगे, वही मेरे भीतर होना चाहिए (मुझे केवल उसके प्रति समर्पण करना चाहिए)। केवल वही मेरे द्वारा हो जो तुम मुझसे चाहते हो

ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਸਭ ਉਪਾਈ ਜੀ

ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸਿਰਜਿ ਸਭ ਗੋਈ ॥

tudh aape sirasaT sabh upaiee jee

tudh aape siraj sabh goiee ||

मुझे एहसास होना चाहिए कि यह आपका हुकम/इच्छा है जो मेरे अंदर और बाहर भी पूरी सृष्टि को बनाता और समाप्त करता है

ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ਕਰਤੇ ਕੇ ਜੀ

ਜੋ ਸਭਸੈ ਕਾ ਜਾਣੋਈ ॥੫॥੧॥

jan naanak gun gaavai karate ke jee

jo sabhasai kaa jaanoiee ||5||1||

मुझे इस गुण को आत्मसात करना चाहिए कि आप वही करते हैं जो सभी के लिए सबसे अच्छा हो

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ॥

aasaa mahalaa chauthhaa ||

राग आसा में चौथे नानक जी का शबद

ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਸਚਿਆਰੁ ਮੈਡਾ ਸਾਂਈ ॥

too(n) karataa sachiaar maiddaa saa(n)iee ||

हे सर्व के विधाता! आप मेरे स्वामी भगवान हैं

ਜੋ ਤਉ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਥੀਸੀ ਜੋ ਤੂੰ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਹਉ ਪਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

jo tau bhaavai soiee theesee jo too(n) dheh soiee hau paiee ||1|| rahaau ||

मुझे इस समझ का आशीर्वाद दें कि जो कुछ भी आपको अच्छा लगे वह मुझमें प्रकट हो। आप जो मुझे (ज्ञान/दिशा) भीतर से देते हैं, मुझे अपने जीवन में प्राप्त करना चाहिए/कार्यान्वित करना चाहिए

ਸਭ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਸਭਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

sabh teree too(n) sabhanee dhiaaiaa ||

यह सारी सृष्टि आपकी है हे स्वामी! और आप सभी का ध्यान रखते हैं (आप सभी को एक सत्य जीवन की ओर मार्गदर्शन करते हैं)

ਜਿਸ ਨੋ ਕਿਰਪਾ ਕਰਹਿ ਤਿਨਿ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਪਾਇਆ ॥

jis no kirapaa kareh tin naam ratan paiaa ||

जिन्हें ईश्वरीय गुणों की अनमोल दौलत मिलती/प्राप्त होती है, यह आपके ईश्वरीय हुकम (उनके भीतर की आवाज) का आशीर्वाद है

ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਧਾ ਮਨਮੁਖਿ ਗਵਾਇਆ ॥

gurmukh laadhaa manmukh gavaiaa ||

जो लोग गुरु के वचनों को मानते हैं वे इस खजाने को प्राप्त करते हैं, और जो सांसारिक बुद्धिमान मन का पालन करते हैं वे सब कुछ खो देते हैं (आंतरिक रूप से)

ਤੁਧੁ ਆਪਿ ਵਿਛੋੜਿਆ ਆਪਿ ਮਿਲਾਇਆ ॥੧॥

tudh aap vichhoRiaa aap milaiaa ||1||

द्वेषपूर्ण मन के पीछे चलने वाले अपने को आपसे अलग कर लेते हैं हे प्रभु! जो लोग गुरु के ज्ञान पर ध्यान देते हैं वे आप में विलीन हो जाते हैं

ਤੂੰ ਦਰੀਆਉ ਸਭ ਤੁਝ ਹੀ ਮਾਹਿ ॥

too(n) dhareeaau sabh tujh hee maeh ||

आप सभी गुणों और शांति के स्रोत हैं

ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ॥

tujh bin dhoojaa koiee naeh ||

आपके सिवा और कोई नहीं है जो ऐसा वरदान दे सके

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੇਰਾ ਖੇਲੁ ॥

jeea ja(n)t sabh teraa khel ||

आपके हुकम/इच्छा में सारा जगत खेलता/जीता है

ਵਿਜੋਗਿ ਮਿਲਿ ਵਿਛੁੜਿਆ ਸੰਜੋਗੀ ਮੇਲੁ ॥੨॥

vijog mil vichhuRiaa sa(n)jogee mel ||2||

जो लोग आपकी इच्छा से इनकार करते हैं वे आंतरिक भगवान से अलग हो जाते हैं। हुकम पर ध्यान देने वाले आप में विलीन हो जाते हैं

ਜਿਸ ਨੋ ਤੂ ਜਾਣਾਇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਜਾਣੈ ॥

jis no too jaanaieh soiee jan jaanai ||

इसे केवल वे ही महसूस कर सकते हैं जो आपकी ईश्वरीय इच्छा में रहकर आपके साथ एक हो गए हैं

ਹਰਿ ਗੁਣ ਸਦ ਹੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੈ ॥

har gun sadh hee aakh vakhaanai ||

और सदैव दैवी गुणों का अभ्यास/आंतरिक करें।

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥

jin har seviaa tin sukh paiaa ||

जो लोग आंतरिक परमात्मा के हुकम/आदेश की सेवा/अभ्यास करते हैं, वे शांति से रहते हैं

ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥੩॥

sahaje hee har naam samaiaa ||3||

वे दिव्य ज्ञान का पालन करके शांति प्राप्त करते हैं, और दिव्य गुणों में लीन रहते हैं

ਤੂ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਹੋਇ ॥

thoo aapae karathaa thaeraa keeaa sabh hoe ||

प्रिय भगवान! आप हमारे भीतर निर्माता / कर्ता हैं। सब कुछ (हमारी सभी क्षमताएं/शक्तियां) आपकी रचना के आधार पर हैं

ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥

thudhh bin dhoojaa avar n koe ||

आपके बिना कोई और हमारे भीतर कुछ भी पैदा करने में सक्षम नहीं है।

ਤੂ ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖਹਿ ਜਾਣਹਿ ਸੋਇ ॥

thoo kar kar vaekhehi jaanehi soe ||

केवल वही मन आपको महसूस करता है जो आपकी इच्छा पर ध्यान देता है और आपको भीतर खोजता है

ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥੪॥੨॥

jan naanak guramukh paragatt hoe ||4||2||

गुरु के ज्ञान को समर्पित करके मन आपको भीतर खोज लेता है

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

aasaa mahalaa pehilaa ||

राग आसा में पहले नानक जी का शबद

ਤਿਤੁ ਸਰਵਰੜੈ ਭਈਲੇ ਨਿਵਾਸਾ
ਪਾਣੀ ਪਾਵਕੁ ਤਿਨਹਿ ਕੀਆ ॥

tit saravaraRai bhieele nivaasaa
paanee paavak tineh keeaa ||

हम कभी न खत्म होने वाली वासनाओं/पापों की आग में जलते रहते हैं

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

pa(n)kaj moh pag nahee chaalai ham dhekhaa teh ddoobeeale ||1||

और हम इन विकारों/इच्छाओं के मोह में इतने फंस गए हैं कि हम उनसे बाहर नहीं निकल सकते। बल्कि हम उनमें डूबते चले जाते हैं

ਮਨ ਏਕੁ ਨ ਚੇਤਸਿ ਮੂੜ ਮਨਾ ॥

man ek na chetas mooR manaa ||

हे मेरे प्रिय मन! तुम मूर्ख हो जो प्रभु पर ध्यान केंद्रित नहीं करते (आंतरिक दिव्य के निर्देशों को लागू नहीं करते)

ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਲਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

har bisarat tere gun galiaa ||1|| rahaau ||

याद रखें, जब आप आंतरिक दिव्यता की उपेक्षा करते हैं तो आपके पास जो कुछ भी अच्छा है उसे आप खो देंगे

ਨਾ ਹਉ ਜਤੀ ਸਤੀ ਨਹੀ ਪੜਿਆ
ਮੂਰਖ ਮੁਗਧਾ ਜਨਮੁ ਭਇਆ ॥

naa hau jatee satee nahee paRiaa
moorakh mugadhaa janam bhiaa ||

(विकार रूपी अग्नि से मुक्ति पाने के लिए प्रार्थना करें) हे प्रभो! मैं न तो संत हूं और न ही विद्वान। मैं जीवन भर मूर्ख (विकारों में लिप्त) रहा हूँ

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

pranavat naanak tin kee saranaa
jin too naahee veesariaa ||2||3||

मैं प्रार्थना करता हूं कि आप मुझे उन दिव्य गुणों का सान्निध्य प्रदान करें जिनके मार्गदर्शन/नेतृत्व में मैं आपको (और आपके दिव्य हुकम को) कभी नहीं भूल सकता

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥

aasaa mahalaa panjavaa ||

राग आसा में पांचवें नानक जी का शबद

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥

bhiee paraapat maanukh dhehureeaa ||

हे प्रिय मन! यह मानव शरीर जो आपको मिला है वह सभी बाहरी गतिविधियों के लिए पर्याप्त है । (प्रयास और उपलब्धियां)

ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥

gobi(n)dh milan kee ieh teree bareeaa ||

लेकिन यह आपके लिए आंतरिक भगवान के साथ एक होने का अवसर है (जीवन को खूबसूरती से / उद्देश्यपूर्ण तरीके से जीने के लिए)

ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੈ ਨ ਕਾਮ ॥

avar kaaj terai kitai na kaam ||

भीतर के दोषों से उत्पन्न आंतरिक कष्टों से छुटकारा पाने में कोई बाहरी कर्मकांड सहायक नहीं हो सकता

ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥੧॥

mil saadhasa(n)gat bhaj keval naam ||1||

गुरु के सान्निध्य में केवल ईश्वरीय गुणों को आत्मसात करें (दिव्य ज्ञान)

ਸਰੰਜਾਮਿ ਲਾਗੁ ਭਵਜਲ ਤਰਨ ਕੈ ॥

sara(n)jaam laag bhavajal taran kai ||

भीतर के विकारों के विशाल सागर में तैरने के लिए खुद को तैयार करें

ਜਨਮੁ ਬ੍ਰਿਥਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

janam birathaa jaat ra(n)g maiaa kai ||1|| rahaau ||

आप केवल बाहरी सुख-दुख के भ्रम में अपना जीवन/समय बर्बाद कर रहे हैं

ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਧਰਮੁ ਨ ਕਮਾਇਆ ॥

jap tap sa(n)jam dharam na kamaiaa ||

(भगवान से प्रार्थना करें) मैंने कोई ध्यान, कष्ट या धार्मिक अनुशासन का अभ्यास नहीं किया हे भगवान!

ਸੇਵਾ ਸਾਧ ਨ ਜਾਨਿਆ ਹਰਿ ਰਾਇਆ ॥

sevaa saadh na jaaniaa har raiaa ||

न ही मैंने अच्छे लोगों की संगति में सद्गुणों को आत्मसात किया

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਮ ਨੀਚ ਕਰੰਮਾ ॥

kahu naanak ham neech kara(n)maa ||

मैं दुर्गुणों में लिप्त जघन्य/अपमानजनक कार्य करता हूँ

ਸਰਣਿ ਪਰੇ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮਾ ॥੨॥੪॥

saran pare kee raakhahu saramaa ||2||4||

केवल आपकी शरण में (आंतरिक परमात्मा के प्रति पूर्ण समर्पण) ही मैं अपना सम्मान बचा सकता हूं

ੴ

ਸੋਹਿਲਾ

sohilaa

इस रचना/वाणी का नाम "सोहेला" है। सोहिला नाम का अर्थ "प्रशंसा के गीत" है।

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਦੀਪਕੀ ਮਹਲਾ ੧

raag gauRee dheepakee mahalaa pehilaa

राग गौड़ी दीपकी में प्रथम गुरु जी द्वारा शबद/काव्य रचना

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ikOankaar satigur prasaadh ||

एक ईश्वर है जो हर समय, हर समय मौजूद है, जिसका अस्तित्व शाश्वत है, और गुरु के शब्द/ज्ञान के माध्यम से जाना/अनुभूति किया जाता है।

ਜੈ ਘਰਿ ਕੀਰਤਿ ਆਖੀਐ ਕਰਤੇ ਕਾ ਹੋਇ ਬੀਚਾਰੋ ॥

मन की वह अवस्था जिसमें आप प्रभु की महिमा को समझ सकते हैं

jai ghar keerat aakheeaai karate kaa hoi beechaaro ||

ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਿਵਰਿਹੁ ਸਿਰਜਣਹਾਰੋ ॥੧॥

tit ghar gaavahu sohilaa sivarih sirajanahaaro ||1||

भगवान की महिमा/कृतज्ञता को गाने/आंतरिक करने के लिए मन की उस स्थिति में केंद्रित रहें

ਤੁਮ ਗਾਵਹੁ ਮੇਰੇ ਨਿਰਭਉ ਕਾ ਸੋਹਿਲਾ ॥

tum gaavahu mere nirabhau kaa sohilaa ||

रे मन! निर्भयता के दैवीय गुणों का गान/आंतरिकीकरण करें

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

hau vaaree jit sohilai sadhaa sukh hoi ||1|| rahaau ||

इन सद्गुणों को आत्मसात करने से शाश्वत आनंद/शांति प्राप्त होती है

ਨਿਤ ਨਿਤ ਜੀਅੜੇ ਸਮਾਲੀਅਨਿ ਦੇਖੈਗਾ ਦੇਵਣਹਾਰੁ ॥

nit nit jeeaRe samaaleean dhekhaigaa dhevanahaar ||

सच्चा भगवान आपकी देखभाल करता है (हमेशा आपका समर्थन करता है), और हमेशा आपके साथ रहेगा

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

tere dhaanai keemat naa pavai tis dhaate kavan sumaar ||2||

सांसारिक ज्ञान भय से छुटकारा पाने के लिए कोई अच्छा नहीं दे सकता/प्रदान नहीं कर सकता, लेकिन दिव्य हुकम/इच्छा के प्रति समर्पण में ऐसा करने की सभी शक्तियां हैं

ਸੰਬਤਿ ਸਾਹਾ ਲਿਖਿਆ ਮਿਲਿ ਕਰਿ ਪਾਵਹੁ ਤੇਲੁ ॥

sa(n)bat saahaa likhiaa mil kar paavahu tel ||

जिस प्रकार विवाह की तिथि/समय निश्चित होते ही सारी तैयारियाँ प्रारम्भ हो जाती हैं, उसी प्रकार आप (हे मन!) अन्तरात्मा में लीन होने का लक्ष्य निश्चित कर लें और दैवीय गुणों में लीन होकर उसकी तैयारी में लग जाएँ।

ਦੇਹੁ ਸਜਣ ਅਸੀਸੜੀਆ

ਜਿਉ ਹੋਵੈ ਸਾਹਿਬ ਸਿਉ ਮੇਲੁ ॥੩॥

dheh sajan aseesaReeaa

jiau hovai saahib siau mel ||3||

गुरु के आशीर्वाद/शिक्षाओं को ग्रहण करें जिसके माध्यम से आप अपने भीतर के प्रभु से मिल सकते हैं (एक हो सकते हैं)।

ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹੋ ਪਾਹੁਚਾ ਸਦੜੇ ਨਿਤ ਪਵੰਨਿ ॥

ghar ghar eho paahuchaa sadhaRe nit pava(n)n ||

अपनी चेतना की सभी अवस्थाओं में आंतरिक दिव्य/विवेक की आवाज का शाश्वत संदेश फैलाओ

ਸਦਣਹਾਰਾ ਸਿਮਰੀਐ ਨਾਨਕ ਸੇ ਦਿਹ ਆਵੰਨਿ ॥੪॥੧॥

sadhanahaaraa simareeaai naanak se dheh aava(n)n ||4||1||

और जब आप उस दिव्य मिलन के दिन/समय के भीतर से प्रभु की इस आवाज/इच्छा पर ध्यान केंद्रित करेंगे

ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

raag aasaa mahalaa pehilaa ||

राग आसां में पहले नानक जी का शबद

ਛਿਅ ਘਰ ਛਿਅ ਗੁਰ ਛਿਅ ਉਪਦੇਸ ॥

chhia ghar chhia gur chhia upadhes ||

हालांकि बाहरी दुनिया में विचार के अलग-अलग स्कूल हैं, उनके अपने गुरु/शिक्षक हैं, और उनके अलग-अलग संदेश हैं

ਗੁਰੁ ਗੁਰੁ ਏਕੋ ਵੇਸ ਅਨੇਕ ॥੧॥

gur gur eko ves anek ||1||

लेकिन हमारे भीतर केवल एक ही सच्चा भगवान है जो विभिन्न तरीकों से अपने दिव्य हुकम के माध्यम से हमें धार्मिकता की ओर ले जाता है

ਬਾਬਾ ਜੈ ਘਰਿ ਕਰਤੇ ਕੀਰਤਿ ਹੋਇ ॥

baabaa jai ghar karate keerat hoi ||

मन की वह अवस्था जिसमें हम गा सकते हैं/प्रभु की इच्छा को समर्पित कर सकते हैं

ਸੋ ਘਰੁ ਰਾਖੁ ਵਡਾਈ ਤੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

so ghar raakh vaddaiee toi ||1|| rahaau ||

हमें उस अवस्था को बनाए रखना चाहिए (प्रस्तुत और केंद्रित रहें)। यह वास्तविक पुण्य है

ਵਿਸੁਏ ਚਸਿਆ ਘੜੀਆ ਪਹਰਾ
ਥਿਤੀ ਵਾਰੀ ਮਾਹੁ ਹੋਆ ॥

visue chasiaa ghaReeaa paharaa thitee vaaree maahu hoaa ||

जैसे बाहरी सृष्टि में सूर्य की गति ने हमें अलग-अलग समय दिया है

ਸੂਰਜੁ ਏਕੋ ਰੁਤਿ ਅਨੇਕ ॥

sooraj eko rut anek ||

सूर्य की स्थिति भी अलग-अलग मौसम लाती है

ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕੇ ਕੇਤੇ ਵੇਸ ॥੨॥੨॥

naanak karate ke kete ves ||2||2||

इसी तरह, हमारे भीतर एक निर्माता भगवान हमारी चेतना में विभिन्न तरीकों से हमारा मार्गदर्शन करता है। (हमें उस पर चिंतन करने के लिए भीतर बैठने की आवश्यकता है)

ਰਾਗੁ ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧ ॥

raag dhanaasaree mahalaa pehilaa ||

राग धनासरी में प्रथम नानक जी का शबद

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

gagan mai thaal rav cha(n)dh dheepak bane
taarikaa ma(n)ddal janak motee ||

जब मैं सूर्य, चंद्रमा और सितारों को देखता हूं

ਧੂਪੁ ਮਲਆਨਲੋ ਪਵਣੁ ਚਵਰੋ ਕਰੇ
ਸਗਲ ਬਨਰਾਇ ਫੂਲੰਤ ਜੋਤੀ ॥੧॥

dhoop malaanalo pavan chavaro kare
sagal banarai foola(n)t jotee ||1||

और पहाड़ों की सुगंधित हवा, पेड़ों और फूलों से भरी प्रकृति को महसूस करो, मुझे खुद से पूछना चाहिए

ਕੈਸੀ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥ ਭਵ ਖੰਡਨਾ ਤੇਰੀ ਆਰਤੀ ॥

kaisee aaratee hoi || bhav kha(n)ddanaa teree aaratee ||

कि मैं आपकी पूजा कैसे कर सकता हूं, हे भगवान! (आपकी पूजा दीपक, फूल, मोती, अगरबत्ती, पंखे आदि के साथ कुछ कर्मकांड की थालियों पर निर्भर नहीं है)

ਅਨਹਤਾ ਸਬਦ ਵਾਜੰਤ ਭੇਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

anahataa sabadh vaaja(n)t bheree ||1|| rahaau ||

ईश्वरीय हुकम / आदेश का मधुर संगीत पूरे सृजन में और मेरे बाहर गूंजता है। (आपकी पूजा किसी बाहरी संगीत/वाद्य पर निर्भर नहीं है)

ਸਹਸ ਤਵ ਨੈਨ ਨਨ ਨੈਨ ਹਹਿ ਤੋਹਿ ਕਉ
ਸਹਸ ਮੂਰਤਿ ਨਨਾ ਏਕ ਤੁੋਹੀ ॥

sahas tav nain nan nain heh toh kau
sahas moorat nanaa ek tuohee ||

मेरे चारों ओर ये सभी हजारों आंखें और चेहरे आपके हैं, हे भगवान! फिर भी आपके पास कोई विशिष्ट चेहरा या आंखों का सेट नहीं है जिसकी मुझे पूजा करनी चाहिए

ਸਹਸ ਪਦ ਬਿਮਲ ਨਨ ਏਕ ਪਦ ਗੰਧ ਬਿਨੁ

ਸਹਸ ਤਵ ਗੰਧ ਇਵ ਚਲਤ ਮੋਹੀ ॥੨॥

sahas padh bimal nan ek padh ga(n)dh bin

sahas tav ga(n)dh iv chalat mohee ||2||

ये सब सहस्र पाद तुम्हारे हैं, हे प्रभु! और फिर भी कोई विशिष्ट पैर नहीं है जिसकी मुझे पूजा करनी चाहिए। मेरे चारों ओर ये हजारों गंध आपकी हैं, हे भगवान! फिर भी ऐसी कोई विशिष्ट सुगंध नहीं है जिसका उपयोग मैं आपको प्रसन्न करने के लिए करूँ।

ਸਭ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਜੋਤਿ ਹੈ ਸੋਇ ॥

sabh meh jot jot hai soi ||

मेरे चारों ओर उसी प्रभु का प्रकाश है

ਤਿਸ ਦੈ ਚਾਨਣਿ ਸਭ ਮਹਿ ਚਾਨਣੁ ਹੋਇ ॥

tis dhai chaanan sabh meh chaanan hoi ||

क्योंकि सभी एक ही प्रभु की उपस्थिति के कारण जीवित/प्रकाशित हैं। (फिर मैं उसे अलग पूजा के लिए अलग कैसे मान सकता हूँ?)

ਗੁਰ ਸਾਖੀ ਜੋਤਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥

gur saakhee jot paragaT hoi ||

गुरु के ज्ञान के माध्यम से हम अपने भीतर दिव्य प्रकाश को महसूस करते हैं

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੁ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥੩॥

jo tis bhaavai su aaratee hoi ||3||

और इस तरह के बोध के बाद जब हम वह करने लगते हैं जो अंतरात्मा को भाता है - यही असली पूजा है

ਹਰਿ ਚਰਣ ਕਵਲ ਮਕਰੰਦ ਲੋਭਿਤ ਮਨੋ
ਅਨਦਿਨੋੁ ਮੋਹਿ ਆਹੀ ਪਿਆਸਾ ॥

har charan kaval makara(n)dh lobhit mano
anadhinuo moh aahee piaasaa ||

गुरु के ज्ञान के माध्यम से जब मैं आंतरिक दिव्यता को समर्पित करने के लिए प्यास/आग्रह विकसित करता हूं

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

kirapaa jal dheh naanak saari(n)g kau
hoi jaa te terai nai vaasaa ||4||3||

तभी मेरे मन को दिव्य ज्ञान का अमृत प्राप्त होता है जिससे मैं अपने भीतर प्रभु में विलीन हो जाता हूँ

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

raag gauRee poorabee mahalaa chauthhaa ||

राग गौड़ी पूरबी में चौथे नानक जी का शबद

ਕਾਮਿ ਕਰੋਧਿ ਨਗਰੁ ਬਹੁ ਭਰਿਆ
ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਖੰਡਲ ਖੰਡਾ ਹੇ ॥

kaam karodh nagar bahu bhariaa
mil saadhoo kha(n)ddal kha(n)ddaa he ||

हमारे भीतर काम और क्रोध जैसे विकारों के ढेर को नष्ट करने का एकमात्र तरीका गुरु के ज्ञान को आत्मसात/अभ्यास करना है।

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

poorab likhat likhe gur paiaa
man har liv ma(n)ddal ma(n)ddaa he ||1||

हमारे मन पर पहले से लिखे / उत्कीर्ण सभी बुरे विचार गुरु के ज्ञान को डालने / अवशोषित करने पर धुल जाते हैं और ऐसा करने से हमारा मन ईश्वरीय प्रेम में उठ जाता है

ਕਰਿ ਸਾਧੂ ਅੰਜੁਲੀ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥

kar saadhoo a(n)julee pun vaddaa he ||

रे मन! ज्ञान का सबसे बड़ा पुण्य प्राप्त करने के लिए गुरु के सामने हाथ जोड़ो

ਕਰਿ ਡੰਡਉਤ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

kar dda(n)ddaut pun vaddaa he ||1|| rahaau ||

अपने आप को पूरी तरह से गुरु के ज्ञान में समर्पित कर दो। यह सबसे बड़ा पुण्य है।

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

saakat har ras saadh na jaaniaa
tin a(n)tar haumai ka(n)ddaa he ||

विकारों में डूबा हुआ मन ईश्वरीय प्रेम को नहीं जानता, और उसके बदले में एक बड़ा अहंकार होता है

ਜਿਉ ਜਿਉ ਚਲਹਿ ਚੁਭੈ ਦੁਖੁ ਪਾਵਹਿ

ਜਮਕਾਲੁ ਸਹਹਿ ਸਿਰਿ ਡੰਡਾ ਹੇ ॥੨॥

jiau jiau chaleh chubhai dhukh paaveh

jamakaal saheh sir dda(n)ddaa he ||2||

यह अहंकार का कांटा जीवन के हर कदम पर चुभता है और दुख लाता है। अहंकार में ऐसा मन विकारों से उत्पन्न भयों से निरंतर पीड़ित रहता है

ਹਰਿ ਜਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਣੇ

ਦੁਖੁ ਜਨਮ ਮਰਣ ਭਵ ਖੰਡਾ ਹੇ ॥

har jan har har naam samaane

dhukh janam maran bhav kha(n)ddaa he ||

ईश्वर के प्रेमी ईश्वरीय गुणों में लीन रहते हैं और वे अहंकार द्वारा लाए गए दैनिक मृत्यु/पीड़ा से छुटकारा पा लेते हैं

ਅਬਿਨਾਸੀ ਪੁਰਖੁ ਪਾਇਆ ਪਰਮੇਸਰੁ

ਬਹੁ ਸੋਭ ਖੰਡ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਹੇ ॥੩॥

abinaasee purakh paiaa paramesar

bahu sobh kha(n)dd brahama(n)ddaa he ||3||

वे भीतर के शाश्वत भगवान में विलीन हो जाते हैं जो उन्हें वास्तविक महिमा / सुंदरता से भर देते हैं

ਹਮ ਗਰੀਬ ਮਸਕੀਨ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੇ

ਹਰਿ ਰਾਖੁ ਰਾਖੁ ਵਡ ਵਡਾ ਹੇ ॥

ham gareeb masakeen prabh tere

har raakh raakh vadd vaddaa he ||

(उस अहंकार से छुटकारा पाने के लिए, प्रार्थना करें) मैं भीतर से बहुत छोटा/खाली हूँ, हे भगवान!

ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਟੇਕ ਹੈ

ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਹੀ ਸੁਖੁ ਮੰਡਾ ਹੇ ॥੪॥੪॥

jan naanak naam adhaar Tek hai

har naame hee sukh ma(n)ddaa he ||4||4||

मुझे केवल आपके दिव्य गुणों का सहारा है जो आपके भीतर शाश्वत आनंद/ शांति ला सकता है

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

raag gauRee poorabee mahalaa panjavaa ||

राग गौड़ी पुरबी में पांचवें नानक जी का शबद

ਕਰਉ ਬੇਨੰਤੀ ਸੁਣਹੁ ਮੇਰੇ ਮੀਤਾ ਸੰਤ ਟਹਲ ਕੀ ਬੇਲਾ ॥

karau bena(n)tee sunahu mere meetaa sa(n)t Tahal kee belaa ||

हे प्रिय मन! मैं आपसे यह महसूस करने का अनुरोध करता हूं कि यह समय आपके लिए गुरु की सेवा (ध्यान देने) का है

ਈਹਾ ਖਾਟਿ ਚਲਹੁ ਹਰਿ ਲਾਹਾ ਆਗੈ ਬਸਨੁ ਸੁਹੇਲਾ ॥੧॥

e'eehaa khaaT chalahu har laahaa aagai basan suhelaa ||1||

यदि आप गुरु के ज्ञान को अर्जित करते हैं / आंतरिक करते हैं तो आप आसानी से आगे बढ़ सकते हैं (सभी परिस्थितियों में)

ਅਉਧ ਘਟੈ ਦਿਨਸੁ ਰੈਣਾਰੇ ॥

ਮਨ ਗੁਰ ਮਿਲਿ ਕਾਜ ਸਵਾਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

AAuDh ghtai dinsu rainaaray ||

mn gur mili kaaj svaaray. ||1|| rhaaAu ||

हर गुजरते दिन और रात के साथ आपका जीवन बीत जाता है। अपने जीवन के उद्देश्य को पूरा करने के लिए गुरु से मिलें (स्वयं को समर्पित करें)।

ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਬਿਕਾਰੁ ਸੰਸੇ ਮਹਿ ਤਰਿਓ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ॥

eih sa(n)saar bikaar sa(n)se meh tario braham giaanee ||

दोष हमारे जीवन को भय और चिंताओं से भर देते हैं। दिव्य ज्ञान को लागू करके हम उनसे छुटकारा पा सकते हैं

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

jiseh jagai peeaavai ih ras
akath kathaa tin jaanee ||2||

यह ज्ञान आपको विकारों की नींद से जगाता है, आपको दिव्य प्रेम से भर देता है, और आपको अपने भीतर के प्रभु से मिलने का मार्ग दिखाता है।

ਜਾ ਕਉ ਆਏ ਸੋਈ ਬਿਹਾਝਹੁ ਹਰਿ ਗੁਰ ਤੇ ਮਨਹਿ ਬਸੇਰਾ ॥

jaa kau aae soiee bihaajhahu har gur te maneh baseraa ||

जिस उद्देश्य के लिए तुम गुरु के पास आए हो उसे अर्जित करो/प्राप्त करो। गुरु के ज्ञान के माध्यम से परमात्मा के प्रेम में लीन हो जाओ

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

nij ghar mahal paavahu sukh sahaje
bahur na hoigo feraa ||3||

आपको अपने भीतर शांति का महल/आसन मिल जाएगा। और आप सुख की तलाश में आगे नहीं भटकेंगे

ਅੰਤਰਜਾਮੀ ਪੁਰਖ ਬਿਧਾਤੇ ਸਰਧਾ ਮਨ ਕੀ ਪੂਰੇ ॥

a(n)tarajaamee purakh bidhaate saradhaa man kee poore ||

(ऐसी खुशी के लिए, प्रार्थना करें) आप मेरे भीतर जो कुछ भी होता है वह सब जानते हैं, हे भगवान! कृपया मेरी इच्छा प्रदान करें

ਨਾਨਕ ਦਾਸੁ ਇਹੈ ਸੁਖੁ ਮਾਗੈ
ਮੋ ਕਉ ਕਰਿ ਸੰਤਨ ਕੀ ਧੂਰੇ ॥੪॥੫॥

naanak dhaas ihai sukh maagai
mo kau kar sa(n)tan kee dhoore ||4||5||

मैं सुख के नाम पर बस इतना ही माँगता हूँ कि मुझे अपने आप को सच्चे गुरु के ज्ञान/मार्गदर्शन के लिए पूरी तरह से समर्पित कर देना चाहिए

"When Ukraine is being attacked, my Ukrainian sister helped me to translate Gurbani to Ukrainian language, here is her understanding of Gurbani."

Manjit Singh Nerval

Iryna Shpak

गुरु की शिक्षाओं को पढ़कर, मैं अपने आप में गहराई से गोता लगाती हूँ और उस सत्य को खोजती हूँ जिसकी मुझे अभी आवश्यकता है। मैं इस जीवन में हर चीज के लिए शांति और प्यार महसूस करती हूं।

मुझे लगता है कि भगवान का प्यार मुझे भर रहा है। गुरबानी के पवित्र ग्रंथ हमें सरल सत्य की याद दिलाते हैं जिसे हम सभी जानते हैं और अक्सर भूल जाते हैं। वे एक व्यक्ति में वह सब बाहर लाते हैं जो सुंदर है। वे आपको अपना सर्वश्रेष्ठ स्व खोजने की अनुमति देते हैं।

तीन बच्चों की मां होने के नाते मेरा मानना है कि बच्चों को शुरू/विद्यालय से गुरबाणी के पाठ सुनने चाहिए। मुझे विश्वास है कि यह उन्हें दिव्य गुणों के अनमोल सिद्धांतों से भर देगा। क्योंकि जोअपने भीतर की दिव्यता को पाता है वह कभी भी अपना रास्ता नहीं खो पाएगा।

Aeryn Corpuz

जब मैं अनुवाद कर रहा था तब मुझे गुरबाणी के पवित्र पाठ को पढ़ने और सीखने का अवसर मिला
मेरी मातृभाषा में इसके विचार और शिक्षाएं। इससे मुझे जीवन की व्यस्त और कठोर वास्तविकता से एक कदम पीछे हटने और गुरु के विचारों और शिक्षाओं के बारे में सोचने और मनन करने का मौका मिला, जो कुछ ऐसा है जिसे हम पहले से जानते हैं लेकिन उपेक्षा या उपेक्षा करते हैं।

अगर किसी को इसे सीखने का मौका मिलता है, तो वह महसूस करता है कि ये पवित्र शिक्षाएं हमेशा से रही हैं। तथ्य की बात यह है कि उन्हें जीवन का मूल नियम माना जा सकता है, लेकिन अक्सर भुला दिया जाता है क्योंकि हम अपने जीवन पथ का अनुसरण करते हुए अपना रास्ता खो देते हैं।

मुझे विश्वास है कि इन शिक्षाओं को साझा करने से स्वयं को विनम्र बनाया जाएगा और व्यक्ति को जड़ों की ओर वापस ले जाया जाएगा,
जहां जीवन हमेशा सुंदर रहा है, ईमानदारी हमेशा सबसे अच्छी होती है, और साथ ही शांति और प्रेम आसानी से पाया जा सकता है और सभी के साथ साझा किया जा सकता है।

J. C. Lutao

एक ऐसे व्यक्ति के रूप में जो ग्राफिक डिजाइन और कला में काम करता है, गुरबानी पुस्तक को डिजाइन करते समय, गुरबानी का संदेश मेरे आंतरिक सत्य के साथ प्रतिध्वनित होता है।

ये शब्द न केवल सच हैं, बल्कि मानवता के लिए अविश्वसनीय रूप से मुक्तिदायक भी हैं। ये मुझे सभी के प्रति विनम्रता और सम्मान का महत्व सिखाते हैं, क्योंकि अंत में हम सब एक हैं।

गुरबाणी को पढ़ने और उसकी व्याख्या करने से मुझे -स्वयं को जानना और जीवन और ज्ञान के बारे में गहरी जागरूकता रखना - इसके महत्व का बोध हुआ। गुरबानी ने मेरे कलात्मक प्रयासों में मेरा मार्गदर्शन किया और मुझे अपने भीतर के साथ बेहतर ढंग से जुड़ने की अनुमति दी,
और यहां तक कि एक दूसरे के लिए भी - जो अंततः पूर्ति और उद्देश्य की एक बड़ी भावना को ज़िन्दगी में जन्म देता है।

My journey towards divine started by serving langer (free community food) to needy people in the downtown area in Edmonton, Alberta, Canada. These people live in pathetic conditions because majority of them are homeless and drug addicted. For many year we tried to bring a change in their mindset by offering them free meals, jobs, and other opportunities to get them off the streets. We couldn't make any substantial change in their lives, and we are continuing putting our efforts for their welfare.

While serving the people I become interested in understanding the philosophy of Gurbani and started listening to Bhai Sarabjit Singh Dhunda, Ranjit Singh Dhandariyawale, Veer Bhupinder Singh Ji, Bhai Inderjit Singh Goraya, and Dr. Karminder Singh Dhillon. After listening to all of them, I got inclined to learn and understand the message of Gurbani.

To bring harmony in the world, I feel that we should reach our young generation for their character building. We need to make programs for children to involve them in community services and educate them about the value education. We also need to reach out the parents and encourage them to get involved with their children in this initiative. To bring a change in the society, we must share the universal message of Gurbani. To spread the message of love, peace and harmony throughout the world, we are committed to make the message of Gurbani available in maximum number of languages.

All is One

Manjit Singh Nerval

Sikhs for Humanity Edmonton