

TODAY'S HUKAMNAMA FROM SRI DARBAR SAHIB, Sri Amritsar.

[November 10th, 2021 - Wednesday - 05:30 AM. IST]

ਸਲੋਕ ਮ: ੧ ॥

ਨਾ ਸਤਿ ਦੁਖੀਆ ਨਾ ਸਤਿ ਸੁਖੀਆ ਨਾ ਸਤਿ ਪਾਣੀ ਜੰਤ ਫਿਰਹਿ ॥ ਨਾ ਸਤਿ ਮੁੰਡ ਮੁਡਾਈ ਕੇਸੀ ਨਾ ਸਤਿ ਪੜਿਆ ਦੇਸ ਫਿਰਹਿ ॥ ਨਾ ਸਤਿ ਰੁਖੀ ਬਿਰਖੀ ਪਥਰ ਆਪੁ ਤਛਾਵਹਿ ਦੁਖ ਸਹਹਿ ॥ ਨਾ ਸਤਿ ਹਸਤੀ ਬਧੇ ਸੰਗਲ ਨਾ ਸਤਿ ਗਾਈ ਘਾਹੁ ਚਰਹਿ ॥ ਜਿਸੁ ਹਥਿ ਸਿਧਿ ਦੇਵੈ ਜੇ ਸੋਈ ਜਿਸ ਨੋ ਦੇਇ ਤਿਸੁ ਆਇ ਮਿਲੈ ॥ ਨਾਨਕ ਤਾ ਕਉ ਮਿਲੈ ਵਡਾਈ ਜਿਸੁ ਘਟ ਭੀਤਰਿ ਸਬਦੁ ਰਵੈ ॥ ਸਭਿ ਘਟ ਮੇਰੇ ਹਉ ਸਭਨਾ ਅੰਦਰਿ ਜਿਸਹਿ ਖੁਆਈ ਤਿਸੁ ਕਉਣੁ ਕਰੈ ॥ ਜਿਸਹਿ ਦਿਖਾਲਾ ਵਾਟੜੀ ਤਿਸਹਿ ਭੁਲਾਵੈ ਕਉਣੁ ॥ ਜਿਸਹਿ ਭੁਲਾਈ ਪੰਧ ਸਿਰਿ ਤਿਸਹਿ ਦਿਖਾਵੈ ਕਉਣੁ ॥੧॥ ਮ: ੧ ॥ ਸੋ ਗਿਰਹੀ ਜੋ ਨਿਗੁਹੁ ਕਰੈ ॥ ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਭੀਖਿਆ ਕਰੈ ॥ ਪੁੰਨ ਦਾਨ ਕਾ ਕਰੇ ਸਰੀਰੁ ॥ ਸੋ ਗਿਰਹੀ ਗੰਗਾ ਕਾ ਨੀਰੁ ॥ ਬੋਲੈ ਈਸਰੁ ਸਤਿ ਸਰੂਪੁ ॥ ਪਰਮ ਤੰਤ ਮਹਿ ਰੇਖ ਨ ਰੂਪੁ ॥੨॥ ਮ: ੧ ॥ ਸੋ ਅਉਧੂਤੀ ਜੋ ਧੂਪੈ ਆਪੁ ॥ ਭੀਖਿਆ ਭੋਜਨੁ ਕਰੈ ਸੰਤਾਪੁ ॥ ਅਉਹਠ ਪਟਣ ਮਹਿ ਭੀਖਿਆ ਕਰੈ ॥ ਸੋ ਅਉਧੂਤੀ ਸਿਵ ਪੁਰਿ ਚੜੈ ॥ ਬੋਲੈ ਗੋਰਖੁ ਸਤਿ ਸਰੂਪੁ ॥ ਪਰਮ ਤੰਤ ਮਹਿ ਰੇਖ ਨ ਰੂਪੁ ॥੩॥ ਮ: ੧ ॥ ਸੋ ਉਦਾਸੀ ਜਿ ਪਾਲੇ ਉਦਾਸੁ ॥ ਅਰਧ ਉਰਧ ਕਰੇ ਨਿਰੰਜਨ ਵਾਸੁ ॥ ਚੰਦ ਸੂਰਜ ਕੀ ਪਾਏ ਗੰਢਿ ॥ ਤਿਸੁ ਉਦਾਸੀ ਕਾ ਪੜੈ ਨ ਕੰਧੁ ॥ ਬੋਲੈ ਗੋਪੀ ਚੰਦੁ ਸਤਿ ਸਰੂਪੁ ॥ ਪਰਮ ਤੰਤ ਮਹਿ ਰੇਖ ਨ ਰੂਪੁ ॥੪॥ ਮ: ੧ ॥ ਸੋ ਪਾਖੰਡੀ ਜਿ ਕਾਇਆ ਪਖਾਲੇ ॥ ਕਾਇਆ ਕੀ ਅਗਨਿ ਬ੍ਰਹਮੁ ਪਰਜਾਲੇ ॥ ਸੁਪਨੈ ਬਿੰਦੁ ਨ ਦੇਈ ਝਰਣਾ ॥ ਤਿਸੁ ਪਾਖੰਡੀ ਜਰਾ ਨ ਮਰਣਾ ॥ ਬੋਲੈ ਰਪਟੁ ਸਤਿ ਸਰੂਪੁ ॥ ਪਰਮ ਤੰਤ ਮਹਿ ਰੇਖ ਨ ਰੂਪੁ ॥੫॥ ਮ: ੧ ॥ ਸੋ ਬੈਰਾਗੀ ਜਿ ਉਲਟੇ ਬ੍ਰਹਮੁ ॥ ਗਗਨ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਰੋਪੈ ਥੰਮੁ ॥ ਅਹਿਨਿਸਿ ਅੰਤਰਿ ਰਹੈ ਧਿਆਨਿ ॥ ਤੇ ਬੈਰਾਗੀ ਸਤ ਸਮਾਨਿ ॥ ਬੋਲੈ ਭਰਥਰਿ ਸਤਿ ਸਰੂਪੁ ॥ ਪਰਮ ਤੰਤ ਮਹਿ ਰੇਖ ਨ ਰੂਪੁ ॥੬॥ ਮ: ੧ ॥ ਕਿਉ ਮਰੈ ਮੰਦਾ ਕਿਉ ਜੀਵੈ ਜੁਗਤਿ ॥ ਕੰਨ ਪੜਾਇ ਕਿਆ ਖਾਜੈ ਭੁਗਤਿ ॥ ਆਸਤਿ ਨਾਸਤਿ ਏਕੋ ਨਾਉ ॥ ਕਉਣੁ ਸੁ ਅਖਰੁ ਜਿਤੁ ਰਹੈ ਹਿਆਉ ॥ ਧੂਪ ਛਾਵ ਜੇ ਸਮ ਕਰਿ ਸਹੈ ॥ ਤਾ ਨਾਨਕੁ ਆਖੈ ਗੁਰੁ ਕੋ ਕਹੈ ॥ ਛਿਅ ਵਰਤਾਰੇ ਵਰਤਹਿ ਪੂਤ ॥ ਨਾ ਸੰਸਾਰੀ ਨਾ ਅਉਧੂਤ ॥ ਨਿਰੰਕਾਰਿ ਜੋ ਰਹੈ ਸਮਾਇ ॥ ਕਾਹੇ ਭੀਖਿਆ ਮੰਗਣਿ ਜਾਇ ॥੭॥ ਪਉੜੀ ॥ ਹਰਿ ਮੰਦਰੁ ਸੋਈ ਆਖੀਐ ਜਿਥਹੁ ਹਰਿ ਜਾਤਾ ॥ ਮਾਨਸ ਦੇਹ ਗੁਰ ਬਚਨੀ ਪਾਇਆ ਸਭੁ ਆਤਮ ਰਾਮੁ ਪਛਾਤਾ ॥ ਬਾਹਰਿ ਮੂਲਿ ਨ ਖੋਜੀਐ ਘਰ ਮਾਹਿ ਬਿਧਾਤਾ ॥ ਮਨਮੁਖ ਹਰਿ ਮੰਦਰ ਕੀ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣਨੀ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਗਵਾਤਾ ॥ ਸਭ ਮਹਿ ਇਕੁ ਵਰਤਦਾ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਪਾਇਆ ਜਾਈ ॥੧੨॥

ਬੁੱਧਵਾਰ, ੨੫ ਕੱਤਕ (ਸੰਮਤ ੫੫੩ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ) ੧੦ ਨਵੰਬਰ, ੨੦੨੧ (ਅੰਗ : ੯੫੨)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ:

ਸਲੋਕ ਮ: ੧ ॥

(ਤਪ ਆਦਿਕਾਂ ਨਾਲ) ਦੁਖੀ ਹੋਣ ਵਿਚ (ਸਿੱਧੀ ਤੇ ਵਡਿਆਈ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ) ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸੁਖ-ਰਹਿਣਾ ਹੋਣ ਵਿਚ ਭੀ ਨਹੀਂ ਤੇ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਖਲੋਣ ਵਿਚ ਭੀ ਨਹੀਂ ਹੈ (ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬੇਅੰਤ) ਜੀਵ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਹੀ ਫਿਰਦੇ ਹਨ (ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਤੇ ਹੀ ਸਿੱਧੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ) । ਸਿਰ ਦੇ ਕੇਸ ਮੁਨਾਣ ਵਿਚ (ਭਾਵ, ਰੁੰਡ-ਮੁੰਡ ਹੋ ਜਾਣ ਵਿਚ) ਸਿੱਧੀ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਸ ਗੱਲ ਵਿਚ ਭੀ (ਜਨਮ-ਮਨੋਰਥ ਦੀ) ਸਿੱਧੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਵਿਦਵਾਨ ਬਣ ਕੇ (ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚਰਚਾ ਵਿਚ ਜਿੱਤਣ ਲਈ) ਦੇਸਾਂ ਦੇਸਾਂ ਵਿਚ ਫਿਰੀਏ । ਰੁੱਖਾਂ ਬਿਰਖਾਂ ਤੇ ਪੱਥਰਾਂ ਵਿਚ ਭੀ ਸਿੱਧੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਟਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ (ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ) ਦੁੱਖ ਸਹਾਰਦੇ ਹਨ (ਭਾਵ, ਰੁੱਖਾਂ ਬਿਰਖਾਂ ਪੱਥਰਾਂ ਵਾਂਗ ਜੜ੍ਹ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਉਤੇ ਕਈ ਕਸ਼ਟ ਸਹਾਰਿਆਂ ਭੀ ਜਨਮ-ਮਨੋਰਥ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ) । (ਸੰਗਲ ਲੱਕ ਨਾਲ ਬੰਨ੍ਹਣ ਵਿਚ ਭੀ) ਸਿੱਧੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਹਾਥੀ ਸੰਗਲਾਂ ਨਾਲ ਬੱਧੇ ਪਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ; (ਕੰਦ-ਮੂਲ ਖਾਣ ਵਿਚ ਭੀ) ਸਿੱਧੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਗਾਈਆਂ ਘਾਹ ਚੁਗਦੀਆਂ ਹੀ ਹਨ (ਭਾਵ, ਹਾਥੀਆਂ ਵਾਂਗ ਸੰਗਲ ਬੰਨ੍ਹਿਆਂ ਤੇ ਗਾਈਆਂ ਵਾਂਗ ਕੰਦ-ਮੂਲ ਖਾਧਿਆਂ ਸਿੱਧੀ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ) । ਜਿਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਹੈ ਜੇ ਉਹ ਆਪ ਦੇਵੇ ਤਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਹੇ ਨਾਨਕ! ਵਡਿਆਈ ਉਸ ਜੀਵ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ (ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ) ਸ਼ਬਦ ਹਰ ਵੇਲੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ । (ਪ੍ਰਭੂ ਤਾਂ ਇਉਂ ਆਖਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵਾਂ ਦੇ) ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਮੇਰੇ (ਸਰੀਰ) ਹਨ, ਮੈਂ ਸਭਨਾਂ ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਜੀਵ ਨੂੰ ਮੈਂ ਕੁਰਾਹੇ ਪਾ ਦੇਂਦਾ ਹਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੌਣ ਸਮਝਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੈਂ ਸੋਹਣਾ ਰਸਤਾ ਵਿਖਾ ਦੇਂਦਾ ਹਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੌਣ ਭੁਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੈਂ (ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ) ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਹੀ ਭੁਲਾ ਦਿਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਰਸਤਾ ਕੌਣ ਵਿਖਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? ।੧।(ਅਸਲ) ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਇੰਦ੍ਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ (ਪ੍ਰਭੂ ਪਾਸੋਂ) ਜਪ ਤਪ ਤੇ ਸੰਜਮ-ਰੂਪ ਖ਼ੈਰ ਮੰਗਦਾ ਹੈ; ਜੋ ਆਪਣਾ ਸਰੀਰ (ਭੀ) ਪੁੰਨ ਦਾਨ ਵਾਲਾ ਹੀ ਬਣਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ (ਭਾਵ, ਖ਼ਲਕਤ ਦੀ ਸੇਵਾ ਤੇ ਭਲਾਈ ਕਰਨ ਦਾ ਸੁਭਾਵ ਜਿਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਰਚ-ਮਿਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ); ਉਹ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਗੰਗਾ ਜਲ (ਵਰਗਾ ਪਵਿੱਤ੍ਰ) ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਜੇ ਈਸ਼ਰ (ਜੋਗੀ ਭੀ ਅਸਲ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਵਾਲੀ ਇਹ ਜੁਗਤਿ ਵਰਤ ਕੇ) ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਜਪੇ ਤਾਂ ਇਹ ਭੀ ਪਰਮ ਬ੍ਰਹਮ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਏ, ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ (ਵੱਖਰਾ) ਰੂਪ ਰੇਖ ਨਾਹ ਰਹਿ ਜਾਏ (ਭਾਵ, ਹੇ ਈਸ਼ਰ ਜੋਗੀ! ਜੇ ਤੂੰ ਭੀ ਉਪਰ-ਦੱਸੀ ਜੁਗਤਿ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਜਪੇਂ ਤਾਂ ਤੂੰ ਭੀ ਪਰਮ ਬ੍ਰਹਮ ਵਿਚ ਇਕ-ਮਿਕ ਹੋ ਜਾਏ; ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਤਿਆਗਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੀ ਨਾਹ ਪਏਗੀ) ।੨।(ਅਸਲ) ਅਵਧੂਤ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਆਪਾ-ਭਾਵ ਨੂੰ ਸਾੜ ਦੇਂਦਾ ਹੈ; ਜੋ ਖਿੱਝ ਨੂੰ ਮੰਗ ਮੰਗ ਕੇ ਲਿਆਂਦਾ ਹੋਇਆ ਭੋਜਨ ਬਣਾਂਦਾ ਹੈ (ਜੋ ਮੰਗ ਮੰਗ ਕੇ ਲਿਆਂਦੇ ਹੋਏ ਟੁਕੜੇ ਖਾਣ ਦੇ ਥਾਂ ਖਿੱਝ ਨੂੰ ਛਕ ਜਾਵੇ, ਮੁਕਾ ਦੇਵੇ); ਜੋ ਹਿਰਦੇ ਰੂਪ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਟਿਕ ਕੇ (ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ) ਖ਼ੈਰ ਮੰਗਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਅਵਧੂਤ ਕਲਿਆਣ-ਰੂਪ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦੇਸ ਵਿਚ ਅੱਪੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਜੇ ਗੋਰਖ (ਜੋਗੀ ਭੀ ਇਸ ਅਵਧੂਤ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਵਰਤ ਕੇ) ਸਤਿ-ਸਰੂਪ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਜਪੇ ਤਾਂ (ਇਹ ਗੋਰਖ ਭੀ) ਪਰਮ ਬ੍ਰਹਮ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਏ, ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ (ਵੱਖਰਾ) ਰੂਪ ਰੇਖ ਨਾਹ ਰਹਿ ਜਾਏ ।੩।(ਅਸਲ) ਵਿਰਕਤ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਉਪਰਾਮਤਾ ਨੂੰ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਹਰ ਥਾਂ ਮਾਇਆ-ਰਹਿਤ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਿਵਾਸ ਜਾਣਦਾ ਹੈ; (ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ) ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਗਿਆਨ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਉਸ ਵਿਰਕਤ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਰੀਰ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ) ਨਹੀਂ ਡਿੱਗਦਾ । ਜੇ ਗੋਪੀ ਚੰਦ (ਭੀ ਇਸ ਉਦਾਸੀ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਵਰਤ ਕੇ) ਸਤਿ-ਸਰੂਪ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਜਪੇ ਤਾਂ (ਇਹ ਗੋਪੀ ਚੰਦ ਭੀ) ਪਰਮ ਬ੍ਰਹਮ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਏ, ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ (ਵੱਖਰਾ) ਰੂਪ ਰੇਖ ਨਾਹ ਰਹਿ ਜਾਏ ।੪।(ਅਸਲੀ) ਨਾਸਤਕ ਉਹ ਹੈ ਜੋ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹਸਤੀ ਨਾਹ ਮੰਨਣ ਦੇ ਥਾਂ) ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਧੋਵੇ (ਭਾਵ, ਸਰੀਰ ਵਿਚੋਂ ਪਾਪਾਂ ਦੀ ਹਸਤੀ ਮਿਟਾ ਦੇਵੇ), ਜੋ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਰੱਬੀ ਜੋਤਿ ਜਗਾਂਦਾ ਹੈ, ਸੁਫਨੇ ਵਿਚ ਭੀ ਵੀਰਜ ਨੂੰ ਡਿੱਗਣ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦਾ (ਭਾਵ, ਸੁਫਨੇ ਵਿਚ ਭੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਾਮ-ਵੱਸ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਂਦਾ); ਉਸ ਨਾਸਤਕ ਨੂੰ (ਭਾਵ, ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਪਾਪਾਂ ਦਾ ਨਾਸ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ) ਬੁਢੇਪਾ ਤੇ ਮੌਤ ਪੋਹ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ (ਭਾਵ, ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਡਰ ਉਸ ਨੂੰ ਪੱਹਦਾ ਨਹੀਂ) । ਜੇ ਚਰਪਟ (ਭੀ ਇਸ ਨਾਸਤਕ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਵਰਤ ਕੇ) ਸਤਿ ਸਰੂਪ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਜਪੇ ਤਾਂ (ਇਹ ਚਰਪਟ ਭੀ) ਪਰਮ ਬ੍ਰਹਮ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਏ, ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ (ਵੱਖਰਾ) ਰੂਪ ਰੇਖ ਨਾਹ ਰਹਿ ਜਾਏ ।੫।(ਅਸਲ) ਵੈਰਾਗੀ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ (ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਲ) ਪਰਤਾਂਦਾ ਹੈ (ਭਾਵ, ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹਿਰਦੇ-

ਸੇਜ ਤੇ ਲਿਆ ਵਸਾਂਦਾ ਹੈ), ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ-ਰੂਪ ਬੰਮੁ ਦਸਮ ਦੁਆਰਾ (ਰੂਪ ਸ਼ਾਮੀਆਨੇ) ਵਿਚ ਖੜਾ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਭਾਵ, ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣਾ ਸਹਾਰਾ ਬਣਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਸਦਾ ਉਤਾਂਹ ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਟਿਕੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਹੇਠਾਂ ਮਾਇਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਡਿੱਗਦੀ), ਜੋ ਦਿਨ ਰਾਤ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ (ਭਾਵ, ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਹੀ) ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਜੁੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਅਜੇਹੇ ਬੈਰਾਗੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਜੇ ਭਰਥਰੀ (ਭੀ ਐਸੇ ਬੈਰਾਗੀ ਦੀ ਜੁਗਤਿ ਵਰਤ ਕੇ) ਸਤਿ-ਸਰੂਪ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਜਪੇ ਤਾਂ (ਇਹ ਭਰਥਰੀ ਭੀ) ਪਰਮ ਬ੍ਰਹਮ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਏ, ਇਸ ਦਾ ਕੋਈ (ਵੱਖਰਾ) ਰੂਪ ਰੇਖ ਨਾਹ ਰਹਿ ਜਾਏ । ੬। ਕੰਨ ਪੜਵਾ ਕੇ ਚੂਰਮਾ ਖਾਣ ਦਾ ਕੋਈ (ਆਤਮਕ) ਲਾਭ ਨਹੀਂ (ਕਿਉਂਕਿ) ਇਸ ਜੁਗਤਿ ਨਾਲ ਨਾਹ (ਮਨ ਵਿਚੋਂ) ਵਿਕਾਰ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਨਾਹ ਹੀ (ਉੱਚਾ) ਜੀਵਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ । (ਜੇ ਕੋਈ ਪੁੱਛੇ ਕਿ ਜੇ ਕੰਨ ਪੜਵਾਇਆਂ ਮਨ ਨਹੀਂ ਟਿਕਦਾ ਤਾਂ) ਉਹ ਕੇਹੜਾ ਅੱਖਰ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਹਿਰਦਾ ਜੁੜਿਆ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਤੇ ਬੁਰਾਈ ਮਿਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਉੱਤਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ) ਕੇਵਲ ਉਹੀ (ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ) ਨਾਮ ਹੈ ਜੋ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਤੇ ਅਣਹੋਂਦ ਦੋਹਾਂ ਵੇਲੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ । ਜੇ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ (ਇਸ ‘ਨਾਮ’ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁਖ ਨੂੰ ਇਕ-ਸਮਾਨ ਸਹਾਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ, ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਹੀ (ਅਸਲ ਵਿਚ) ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ (ਭਾਵ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਬਚਨ-ਅਨੁਸਾਰ ਤੁਰਦਾ ਹੈ) । (ਨਾਥ ਦੇ) ਚੇਲੇ (ਭਾਵ, ਜੋਗੀ ਲੋਕ) (ਜੋ ਨਿਰੇ) ਛੇ ਭੇਖਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਰੁੱਝੇ ਹੋਏ ਹਨ, (ਅਸਲ ਵਿਚ) ਨਾਹ ਉਹ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਹਨ ਤੇ ਨਾਹ ਵਿਰਕਤ । ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਇਕ ਨਿਰੰਕਾਰ ਵਿਚ ਜੁੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਕਿਉਂ ਕਿਤੇ ਖੈਰ ਮੰਗਣ ਜਾਏ? (ਭਾਵ, ਉਸ ਨੂੰ ਫਕੀਰ ਬਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ, ਹੱਥੀਂ ਕਿਰਤ-ਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਭੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ) । ੭। (ਉੱਚ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ “ਹਰਿ ਮੰਦਰੁ” ਭਾਵ, ਰੱਬ ਦੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਥਾਂ ਹਨ, ਪਰ ਅਸਲ ਵਿਚ) ਉਹੀ ਸਰੀਰ “ਹਰਿ ਮੰਦਰੁ” ਕਿਹਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਰੱਬ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਏ; (ਸੋ, ਮਨੁੱਖਾ ਸਰੀਰ ‘ਹਰਿ ਮੰਦਰੁ’ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ) ਮਨੁੱਖਾ-ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਤੇ ਤੁਰ ਕੇ ਰੱਬ ਲੱਭਦਾ ਹੈ, ਹਰ ਥਾਂ ਵਿਆਪਕ ਜੋਤਿ ਦਿੱਸਦੀ ਹੈ । (ਸਰੀਰ ਤੋਂ) ਬਾਹਰ ਭਾਲਣ ਦੀ ਉੱਕਾ ਲੋੜ ਨਹੀਂ, (ਇਸ ਸਰੀਰ-) ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਵੱਸ ਰਿਹਾ ਹੈ । ਪਰ ਮਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲੇ ਬੰਦੇ (ਇਸ ਮਨੁੱਖਾ ਸਰੀਰ) “ਹਰਿ ਮੰਦਰੁ” ਦੀ ਕਦਰ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ, ਉਹ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ (ਮਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਤੁਰ ਕੇ ਹੀ) ਗੰਵਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । (ਉੱਚ ਤਾਂ) ਸਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਇਕ ਪ੍ਰਭੂ ਹੀ ਵਿਆਪਕ ਹੈ, ਪਰ ਲੱਭਦਾ ਹੈ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ । ੧੨।

English Translation:

SHALOK, FIRST MEHL:

There is no Truth in suffering, there is no Truth in comfort. There is no Truth in wandering like animals through the water. There is no Truth in shaving one's head; there is no Truth in studying the scriptures or wandering in foreign lands. There is no Truth in trees, plants or stones, in mutilating oneself or suffering in pain. There is no Truth in binding elephants in chains; there is no Truth in grazing cows. He alone grants it, whose hands hold spiritual perfection; he alone receives it, unto whom it is given. O Nanak, he alone is blessed with glorious greatness, whose heart is filled with the Word of the Shabad. God says, all hearts are mine, and I am in all hearts. Who can explain this to one who is confused? Who can confuse that being, unto whom I have shown the Way? And who can show the Path to that being whom I have confused since the beginning of time? || 1 || FIRST MEHL: He alone is a householder, who restrains his passions and begs for meditation, austerity and self-discipline. He gives donations to charity with his body; such a householder is as pure as the water of the Ganges. Says Eeshar, the Lord is the embodiment of Truth. The supreme essence of reality has no shape or form. || 2 || FIRST MEHL: He alone is a detached hermit, who burns away his self-conceit. He begs for suffering as his food. In the city of the heart, he begs for charity. Such a renunciate ascends to the City of God. Says Gorakh, God is the embodiment of Truth; the supreme essence of reality has no shape or form. || 3 || FIRST MEHL: He alone is an Udasi, a shaven-headed renunciate, who embraces renunciation. He sees the Immaculate Lord dwelling in both the upper and lower regions. He balances the sun and the moon energies. The body-wall of such an Udasi does not collapse. Says Gopi Chand, God is the embodiment of Truth; the supreme essence of reality has no shape or form. || 4 || FIRST MEHL: He alone is a Paakhandi, who cleanses his body of filth. The fire of his body illuminates God within. He does not waste his energy in wet dreams. Such a Paakhandi does not grow old or die. Says Charpat, God is the embodiment of Truth; the supreme essence of reality has no shape or form. || 5 || FIRST MEHL: He alone is a Bairaagi, who turns himself toward God. In the Tenth Gate, the sky of the mind, he erects his pillar. Night and day, he remains in deep inner meditation. Such a Bairaagi is just like the True Lord. Says Bhart'har, God is the embodiment of Truth; the supreme essence of reality has no shape or form. || 6 || FIRST MEHL: How is evil eradicated? How can the true way of life be found? What is the use of piercing the ears, or begging for food? Throughout existence and non-existence, there is only the Name of the One Lord. What is that Word, which holds the heart in its place? When you look alike upon sunshine and shade, says Nanak, then the Guru will speak to you. The students follow the six systems. They are neither worldly people, nor detached renunciates. One who remains absorbed in the Formless Lord — why should he go out begging? || 7 || PAUREE: That alone is said to be the Lord's temple, where the Lord is known. In the human body, the Guru's Word is found, when one understands that the Lord, the Supreme Soul, is in all. Don't look for Him outside your self. The Creator, the Architect of Destiny, is within the home of your own heart. The self-willed manmukh does not appreciate the value of the Lord's temple; they waste away and lose their lives. The One Lord is pervading in all; through the Word of the Guru's Shabad, He can be found. || 12 ||