

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

ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੩ ॥

ਜੇ ਲੋੜਹਿ ਵਰੁ ਬਾਲੜੀਏ ਤਾ ਗੁਰ ਚਰਣੀ ਚਿਤੁ ਲਾਏ ਰਾਮ ॥ ਸਦਾ ਹੋਵਹਿ ਸੋਹਾਗਣੀ ਹਰਿ ਜੀਉ ਮਰੈ
ਨ ਜਾਏ ਰਾਮ ॥ ਹਰਿ ਜੀਉ ਮਰੈ ਨ ਜਾਏ ਗੁਰ ਕੈ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਏ ਸਾ ਧਨ ਕੰਤ ਪਿਆਰੀ ॥ ਸਚਿ
ਸੰਜਮਿ ਸਦਾ ਹੈ ਨਿਰਮਲ ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸੀਗਾਰੀ ॥ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਭੁ ਸਾਚਾ ਸਦ ਹੀ ਸਾਚਾ ਜਿਨਿ ਆਪੇ
ਆਪੁ ਉਪਾਇਆ ॥ ਨਾਨਕ ਸਦਾ ਪਿਰੁ ਰਾਵੇ ਆਪਣਾ ਜਿਨਿ ਗੁਰ ਚਰਣੀ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥੧॥ ਪਿਰੁ
ਪਾਇਅੜਾ ਬਾਲੜੀਏ ਅਨਦਿਨੁ ਸਹਜੇ ਮਾਤੀ ਰਾਮ ॥ ਗੁਰਮਤੀ ਮਨਿ ਅਨਦੁ ਭਇਆ ਤਿਤੁ ਤਨਿ ਮੈਲੁ
ਨ ਰਾਤੀ ਰਾਮ ॥ ਤਿਤੁ ਤਨਿ ਮੈਲੁ ਨ ਰਾਤੀ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭਿ ਰਾਤੀ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਭੁ ਮੇਲਿ ਮਿਲਾਏ ॥ ਅਨਦਿਨੁ
ਰਾਵੇ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਅਪਣਾ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਏ ॥ ਗੁਰਮਤਿ ਪਾਇਆ ਸਹਜਿ ਮਿਲਾਇਆ ਅਪਣੇ ਪ੍ਰੀਤਮ
ਰਾਤੀ ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਮਿਲੈ ਵਡਿਆਈ ਪ੍ਰਭੁ ਰਾਵੇ ਰੰਗਿ ਰਾਤੀ ॥੨॥ ਪਿਰੁ ਰਾਵੇ ਰਾਤੜੀਏ ਪਿਰ ਕਾ
ਮਹਲੁ ਤਿਨ ਪਾਇਆ ਰਾਮ ॥ ਸੋ ਸਹੋ ਅਤਿ ਨਿਰਮਲੁ ਦਾਤਾ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਇਆ ਰਾਮ ॥
ਵਿਚਹੁ ਮੋਹੁ ਚੁਕਾਇਆ ਜਾ ਹਰਿ ਭਾਇਆ ਹਰਿ ਕਾਮਣਿ ਮਨਿ ਭਾਣੀ ॥ ਅਨਦਿਨੁ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ਨਿਤ
ਸਾਚੇ ਕਥੇ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥ ਜੁਗ ਚਾਰੇ ਸਾਚਾ ਏਕੋ ਵਰਤੈ ਬਿਨੁ ਗੁਰ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥ ਨਾਨਕ
ਰੰਗਿ ਰਵੈ ਰੰਗਿ ਰਾਤੀ ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਤੀ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥੩॥ ਕਾਮਣਿ ਮਨਿ ਸੋਹਿਲੜਾ ਸਾਜਨ ਮਿਲੇ
ਪਿਆਰੇ ਰਾਮ ॥ ਗੁਰਮਤੀ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਆ ਹਰਿ ਰਾਖਿਆ ਉਰਿ ਧਾਰੇ ਰਾਮ ॥ ਹਰਿ ਰਾਖਿਆ
ਉਰਿ ਧਾਰੇ ਅਪਨਾ ਕਾਰਜੁ ਸਵਾਰੇ ਗੁਰਮਤੀ ਹਰਿ ਜਾਤਾ ॥ ਪ੍ਰੀਤਮਿ ਮੋਹਿ ਲਇਆ ਮਨੁ ਮੇਰਾ ਪਾਇਆ
ਕਰਮ ਬਿਧਾਤਾ ॥ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸੇਵਿ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ਹਰਿ ਵਸਿਆ ਮੰਨਿ ਮੁਰਾਰੇ ॥ ਨਾਨਕ ਮੇਲਿ
ਲਈ ਗੁਰਿ ਅਪੁਨੈ ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸਵਾਰੇ ॥੪॥੫॥੬॥

(ਅੰਗ: ੨੨੧)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ:

ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੩ ॥

ਹੇ ਅੰਵਾਣ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀਏ! ਜੇ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈਂ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਚਿੱਤ ਜੋੜ ਰੱਖ।
ਤੂੰ ਸਦਾ ਲਈ ਸੁਹਾਗ-ਭਾਗ ਵਾਲੀ ਬਣ ਜਾਏਂਗੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਨਾਹ ਕਦੇ ਮਰਦਾ ਹੈ, ਨਾਹ ਨਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ-
ਪਤੀ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਮਰਦਾ, ਕਦੇ ਨਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੇਹੜੀ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ
ਲੀਨ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਖਸਮ-ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਪਿਆਰੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਸਦਾ-ਬਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ ਜੁੜ ਕੇ, ਵਿਕਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਬੰਦਸ਼ ਵਿਚ
ਰਹਿ ਕੇ, ਉਹ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਪਵਿੱਤ੍ਰ ਜੀਵਨ ਵਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਤਮਕ
ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੋਹਣਾ ਬਣਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਹੇ ਸਹੇਲੀਏ! ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਭੂ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਸਦਾ ਹੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ
ਹੈ, ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪ ਹੀ ਪਰਗਟ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਜਿਸ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੇ ਗੁਰੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ
ਆਪਣਾ ਮਨ ਜੋੜ ਲਿਆ, ਉਹ ਸਦਾ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਮਾਣਦੀ ਹੈ। ੧। ਹੇ ਅੰਵਾਣ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀਏ! ਜੇਹੜੀ ਜੀਵ-
ਇਸਤ੍ਰੀ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਹਾਸਲ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਮਸਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ
ਮਤਿ ਦਾ ਸਦਕਾ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆਨੰਦ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਉਸ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰਤਾ ਭਰ ਭੀ ਮੈਲ
ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਉਸਦੇ ਉਸ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਰਤਾ ਭਰ ਭੀ ਮੈਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ
ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਮਿਲਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਾ-ਭਾਵ ਦੂਰ ਕਰ ਕੇ ਹਰ ਵੇਲੇ
ਆਪਣੇ ਹਰਿ-ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਸਿਮਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨਾਲ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਤਮਕ
ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਟਿਕਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਤਮ-ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਉਸ ਨੂੰ ਹਰਿ-ਨਾਮ
ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇੱਜ਼ਤ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੀ ਹੋਈ ਹਰ ਵੇਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ੨। ਹੇ
ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੀ ਹੋਈ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀਏ! ਜੇਹੜੀ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਸਿਮਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਾ-ਭਾਵ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੇ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਈ ਹੈ ਜੇਹੜਾ ਬਹੁਤ ਪਵਿੱਤ੍ਰ

ਹੈ, ਤੇ, ਸਭ ਦਾਤਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਦੋਂ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਮੋਹ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤੇ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਪਿਆਰੀ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਉਹ ਹਰ ਵੇਲੇ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਸਰੂਪ ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਹੇ ਸਹੇਲੀਏ! ਚੌਹਾਂ ਜੁਗਾਂ ਵਿਚ ਉਹ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਹੀ ਆਪਣਾ ਹੁਕਮ ਵਰਤਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਨੇ ਭੀ ਉਸ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਜਿਸ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਮਨ ਜੋੜ ਲਿਆ, ਉਹ ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੀ ਹੋਈ ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਉਸ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ੩। ਜਿਸ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰੇ ਸੱਜਣ ਪ੍ਰਭੂ ਜੀ ਮਿਲ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆਨੰਦ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਉਤੇ ਤੁਰ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਪਵਿੱਤ੍ਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਹਰਿ-ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਟਿਕਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸਾਈ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ-ਮਨੋਰਥ ਸੰਵਾਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਪਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਮਮਤਾ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਪ੍ਰੀਤਮ-ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਵੱਸ ਵਿਚ ਕਰ ਲਿਆ, ਤੇ, ਉਸ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਿਆ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ ਉਸ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੇ ਸਦਾ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਾਣਿਆ ਹੈ, ਮੁਰਾਰੀ-ਪ੍ਰਭੂ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਵੱਸਿਆ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਉਸ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਨੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸੋਹਣਾ ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੈ, ਪਿਆਰੇ ਗੁਰੂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਜੋੜ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ੪। ੫। ੬।

English Translation :

SOOHEE THIRD MEHL:

If you long for your Husband Lord, O young and innocent bride, then focus your consciousness on the Guru's feet. You shall be a happy soul bride of your Dear Lord forever; He does not die or leave. The Dear Lord does not die, and He does not leave; through the peaceful poise of the Guru, the soul bride becomes the lover of her Husband Lord. Through truth and self-control, she is forever immaculate and pure; she is embellished with the Word of the Guru's Shabad. My God is True, forever and ever; He Himself created Himself. O Nanak, she who focuses her consciousness on the Guru's feet, enjoys her Husband Lord. || 1 || When the young, innocent bride finds her Husband Lord, she is automatically intoxicated with Him, night and day. Through the Word of the Guru's Teachings, her mind becomes blissful, and her body is not tinged with filth at all. Her body is not tinged with filth at all, and she is imbued with her Lord God; my God unites her in Union. Night and day, she enjoys her Lord God; her egotism is banished from within. Through the Guru's Teachings, she easily finds and meets Him. She is imbued with her Beloved. O Nanak, through the Naam, the Name of the Lord, she obtains glorious greatness. She ravishes and enjoys her God; she is imbued with His Love. || 2 || Ravishing her Husband Lord, she is imbued with His Love; she obtains the Mansion of His Presence. She is utterly immaculate and pure; the Great Giver banishes self-conceit from within her. The Lord drives out attachment from within her, when it pleases Him. The soul bride becomes pleasing to the Lord's Mind. Night and day, she continually sings the Glorious Praises of the True Lord; she speaks the Unspoken Speech. Throughout the four ages, the One True Lord is permeating and pervading; without the Guru, no one finds Him. O Nanak, she revels in joy, imbued with His Love; she focuses her consciousness on the Lord. || 3 || The mind of the soul bride is very happy, when she meets her Friend, her Beloved Lord. Through the Guru's Teachings, her mind becomes immaculate; she enshrines the Lord within her heart. Keeping the Lord enshrined within her heart, her affairs are arranged and resolved; through the Guru's Teachings, she knows her Lord. My Beloved has enticed my mind; I have obtained the Lord, the Architect of Destiny. Serving the True Guru, she finds lasting peace; the Lord, the Destroyer of pride, dwells in her mind. O Nanak, she merges with her Guru, embellished and adorned with the Word of the Guru's Shabad. || 4 || 5 || 6 ||

<https://sikhizm.com/hukamnama/je-loreh-var-balriye/>