

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

[February 4<sup>th</sup>, 2016 – Thursday - 05:30 AM. IST]

ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੩ ਘਰੂ ੧

੧ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਮਨਿ ਮੈਲੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਮੈਲਾ ਤਨਿ ਧੋਤੈ ਮਨੁ ਹਛਾ ਨ ਹੋਇ ॥ ਇਹ ਜਗਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ਵਿਰਲਾ ਬੂਝੈ ਕੋਇ ॥੧॥ ਜਪਿ ਮਨ ਮੇਰੇ ਤੂ ਏਕੋ ਨਾਮੁ ॥ ਸਤਿਗੁਰਿ ਦੀਆ ਮੋ ਕਉ ਏਹੁ ਨਿਧਾਨੁ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸਿਧਾ ਕੇ ਆਸਣ ਜੇ ਸਿਖੈ ਇੰਦ੍ਰੀ ਵਸਿ ਕਰਿ ਕਮਾਇ ॥ ਮਨ ਕੀ ਮੈਲੁ ਨ ਉਤਰੈ ਹਉਮੈ ਮੈਲੁ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਹੋਰੁ ਸੰਜਮੁ ਕੋ ਨਾਹੀ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕੀ ਸਰਣਾਇ ॥ ਸਤਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਉਲਟੀ ਭਈ ਕਹਣਾ ਕਿਛੁ ਨ ਜਾਇ ॥੩॥ ਭਣਤਿ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਉ ਮਿਲਦੋ ਮਰੈ ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਫਿਰਿ ਜੀਵੈ ਕੋਇ ॥ ਮਮਤਾ ਕੀ ਮਲੁ ਉਤਰੈ ਇਹੁ ਮਨੁ ਹਛਾ ਹੋਇ ॥੪॥੧॥

ਵੀਰਵਾਰ, ੨੨ ਮਾਘ (ਸੰਮਤ ੫੪੨ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ) ੪ ਫਰਵਰੀ, ੨੦੧੬ (ਅੰਗ: ੫੫੮)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ:

ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੩ ਘਰੂ ੧

੧ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਹੇ ਭਾਈ ! ਜੇ ਮਨੁਖ ਦਾ ਮਨ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ) ਮੈਲ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਰਹੇ (ਤਾਂ ਉਤਨਾ ਚਿਰ ਮਨੁਖ ਜੋ ਕੁਝ ਕਰਦਾ ਹੈ )। ਸਭ ਕੁਝ ਵਿਕਾਰ ਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਸਰੀਰ ਨੂੰ (ਤੀਰਬਾਂ ਆਦਿਕ ਦੇ) ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਾਣ ਨਾਲ ਮਨ ਪਵਿੜ੍ਹ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ । ਪਰ ਇਹ ਸੰਸਾਰ (ਤੀਰਬ-ਇਸ਼ਨਾਨ ਤੋਂ ਮਨ ਦੀ ਪਵਿੜ੍ਹਤਾ ਮਿਲ ਜਾਣ ਦੇ) ਭੁਲੇਖੇ ਵਿਚ ਪੈ ਕੇ ਕੁਰਾਹੇ ਤੁਰਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ । ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਮਨੁਖ (ਇਸ ਸੱਚਾਈ ਨੂੰ) ਸਮਝਦਾ ਹੈ । ੧। ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ ! ਤੂ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ) ਸਿਰਫ਼ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰ । ਇਹ (ਨਾਮ-) ਖੜਾਨਾ ਮੈਨੂੰ ਗੁਰੂ ਨੇ ਬਖ਼ਸ਼ਿਆ ਹੈ । ੧। ਰਹਾਉ । ਜੇ ਮਨੁਖ ਕਰਾਮਾਤੀ ਜੋਗੀਆਂ ਵਾਲੇ ਆਸਣ ਕਰਨੇ ਸਿੱਖ ਲਏ, ਜੇ ਕਾਮ-ਵਾਸਨਾ ਨੂੰ ਜਿੱਤ ਕੇ (ਆਸਣਾਂ ਦੇ ਅੱਭਿਆਸ ਦੀ) ਕਮਾਈ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਏ, ਤਾਂ ਭੀ ਮਨ ਦੀ ਮੈਲ ਨਹੀਂ ਲਹਿੰਦੀ, (ਮਨ ਵਿਚੋਂ) ਹਉਮੈ ਦੀ ਮੈਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ । ੨। ਹੇ ਭਾਈ ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਜਤਨ ਇਸ ਮਨ ਨੂੰ ਪਵਿੜ੍ਹ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ । ਜੇ ਗੁਰੂ ਮਿਲ ਪਏ ਤਾਂ ਮਨ ਦੀ ਬਿਤੀ ਸੰਸਾਰ ਵਲੋਂ ਉਲਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਤੇ ਮਨ ਦੀ ਐਸੀ ਉੱਚੀ ਦਸ਼ਾ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ) ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ । ੩। ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ—ਜੇਹੜਾ ਮਨੁਖ ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਲੋਂ) ਅਛੋਹ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ, ਫਿਰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਜੁੜ ਕੇ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਹਾਸਲ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ (ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਮਾਇਆ ਦੀ) ਮਮਤਾ ਦੀ ਮੈਲ ਲਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਇਹ ਮਨ ਪਵਿੜ੍ਹ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ੪। ੧।

English Translation:

WADAHANS, THIRD MEHL, FIRST HOUSE:

ONE UNIVERSAL CREATOR GOD.BY THE GRACE OF THE TRUE GURU:

When the mind is filthy, everything is filthy; by washing the body, the mind is not cleansed. This world is deluded by doubt; hardly anyone understands this. || 1 || O my mind, chant the One Name. The True Guru has given me this treasure. || 1 || Pause || Even if one learns the Yogic postures of the Siddhas, and holds his sexual energy in check, still, the filth of the mind is not removed, and the filth of egotism is not eliminated. || 2 || This mind is not controlled by any other discipline, except the Sanctuary of the True Guru. Meeting the True Guru, one is transformed beyond description. || 3 || Prays Nanak, one who dies upon meeting the True Guru, shall be rejuvenated through the Word of the Guru's Shabad. The filth of attachment and possessiveness shall depart, and the mind shall become pure. || 4 || 1 ||