

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

[April 30<sup>th</sup>, 2016 – Saturday 04:45 AM. IST]

### ਗੋੰਡ ਮਹਲਾ 4 ॥

ਹਰਿ ਸਿਮਰਤ ਸਦਾ ਹੋਇ ਅਨੰਦੁ ਸੁਖੁ ਅੰਤਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੀਤਲ ਮਨੁ ਅਪਨਾ ॥ ਜੈਸੇ ਸਕਤਿ ਸੂਰੁ ਬਹੁ ਜਲਤਾ ਗੁਰ ਸਸਿ ਦੇਖੇ  
ਲਹਿ ਜਾਇ ਸਭ ਤਪਨਾ ॥੧॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਅਨਦਿਨੁ ਧਿਆਇ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਜਪਨਾ ॥ ਜਹਾ ਕਹਾ ਤੁਝੁ ਰਾਖੈ ਸਭ ਠਾਈ ਸੋ  
ਐਸਾ ਪ੍ਰਭੁ ਸੇਵਿ ਸਦਾ ਤੂ ਅਪਨਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਜਾ ਮਹਿ ਸਭਿ ਨਿਧਾਨ ਸੋ ਹਰਿ ਜਪਿ ਮਨ ਮੇਰੇ ਗੁਰਮੁਖਿ ਖੋਜਿ ਲਹੁ  
ਹਰਿ ਰਤਨਾ ॥ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਤਿਨ ਹਰਿ ਪਾਇਆ ਮੇਰਾ ਸੁਆਮੀ ਤਿਨ ਕੇ ਚਰਣ ਮਲਹੁ ਹਰਿ ਦਸਨਾ ॥੨॥  
ਸਬਦੁ ਪਛਾਣਿ ਰਾਮ ਰਸੁ ਪਾਵਹੁ ਓਹੁ ਉਤਮੁ ਸੰਤੁ ਭਇਓ ਬਡ ਬਡਨਾ ॥ ਤਿਸੁ ਜਨ ਕੀ ਵਡਿਆਈ ਹਰਿ ਆਪਿ ਵਧਾਈ  
ਓਹੁ ਘਟੈ ਨ ਕਿਸੈ ਕੀ ਘਟਾਈ ਇਕੁ ਤਿਲੁ ਤਿਲੁ ਤਿਲਨਾ ॥੩॥ ਜਿਸ ਤੇ ਸੁਖ ਪਾਵਹਿ ਮਨ ਮੇਰੇ ਸੋ ਸਦਾ ਧਿਆਇ ਨਿਤ  
ਕਰ ਜੁਰਨਾ ॥ ਜਨ ਨਾਨਕ ਕਉ ਹਰਿ ਦਾਨੁ ਇਕੁ ਦੀਜੈ ਨਿਤ ਬਸਹਿ ਰਿਦੈ ਹਰੀ ਮੌਹਿ ਚਰਨਾ ॥ ੪॥੩॥

ਸ਼ਨੀਵਾਰ, ੧੮ ਵੈਸਾਖ (ਸੰਮਤ ੫੪੮ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ) ੩੦ ਅਪ੍ਰੈਲ, ੨੦੧੬ (ਅੰਗ : ੮੬੦)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ:-

### ਗੋੰਡ ਮਹਲਾ 4 ॥

ਹੇ ਭਾਈ ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਦਿਆਂ ਸਦਾ ਸੁਖ ਆਨੰਦ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸ਼ਾਂਤੀ ਟਿਕੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ,  
ਮਨ ਠੰਢਾ-ਠਾਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਜਿਵੇਂ ਮਾਇਆ ਦਾ ਸੂਰਜ ਬਹੁਤ ਤਪਦਾ ਹੋਵੇ, ਤੇ, ਗੁਰੂ-ਚੰਦ੍ਰਮਾ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਿਆਂ  
(ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ) ਸਾਰੀ ਤਪਸ਼ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।੧। ਹੇ—ਮੇਰੇ ਮਨ ! ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਧਿਆਨ  
ਧਰ, ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਰਹੁ ! ਹੇ ਮਨ ! ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਹਰ ਥਾਂ ਹੀ ਤੇਰੀ ਰਾਖੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਉਸ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਸਦਾ  
ਹੀ ਸਿਮਰਦਾ ਰਹੁ ।੧। ਰਹਾਉ । ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ ! ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਹੀ ਖੜਾਨੇ ਹਨ । ਗੁਰੂ  
ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ ਹਰਿ-ਨਾਮ-ਰਤਨ ਨੂੰ (ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਖੋਜ ਕੇ ਲੱਭ ਲੈ । ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਵਿਚ ਧਿਆਨ  
ਜੋੜਿਆ, ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਹਰੀ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਹਾਸਲ ਕਰ ਲਿਆ । ਹੇ ਮਨ ! ਉਹਨਾਂ ਹਰੀ ਦੇ ਦਾਸਾਂ ਦੇ ਚਰਨ ਘੁੱਟਿਆ ਕਰ ।੨।  
ਹੇ ਮਨ ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਪਾ ਕੇ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਦਾ ਰਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ । (ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਇਹ ਨਾਮ-ਰਸ ਹਾਸਲ  
ਕਰਦਾ ਹੈ) ਉਹ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਸੰਤ ਹੈ ਉਹ ਵੱਡੇ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਅਜੇਹੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਇੱਜਤ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਆਪ ਵਧਾਈ ਹੈ,  
ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਟਾਇਆਂ ਉਹ ਇੱਜਤ ਇਕ ਤਿਲ ਜਿਤਨੀ ਭੀ ਨਹੀਂ ਘਟ ਸਕਦੀ ।੩। ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ ! ਜਿਸ ਪ੍ਰਭੂ ਪਾਸੋਂ ਤੂੰ ਸਾਰੇ  
ਸੁਖ ਪਾ ਰਿਹਾ ਹੈਂ, ਉਸ ਨੂੰ ਸਦਾ ਹੀ ਦੋਵੇਂ ਹੱਥ ਜੋੜ ਕੇ (ਪੂਰੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਨਾਲ) ਸਿਮਰਿਆ ਕਰ । ਹੇ ਹਰੀ ! (ਆਪਣੇ) ਦਾਸ  
ਨਾਨਕ ਨੂੰ ਇਕ ਖੈਰ ਪਾ ਕਿ ਤੇਰੇ ਚਰਨ ਮੇਰੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸਦਾ ਹੀ ਵੱਸਦੇ ਰਹਿਣ ।੪।੩।

English Translation:

### GOND, FOURTH MEHL:

Remembering the Lord in meditation, you shall find bliss and peace forever deep within, and your mind will become tranquil and cool. It is like the harsh sun of Maya, with its burning heat; seeing the moon, the Guru, its heat totally vanishes. || 1 || O my mind, night and day, meditate, and chant the Lord's Name. Here and hereafter, He shall protect you, everywhere; serve such a God forever. || 1 || Pause || Meditate on the Lord, who contains all treasures, O my mind; as Gurmukh, search for the jewel, the Lord. Those who meditate on the Lord, find the Lord, my Lord and Master; I wash the feet of those slaves of the Lord. || 2 || One who realizes the Word of the Shabad, obtains the sublime essence of the Lord; such a Saint is lofty and sublime, the greatest of the great. The Lord Himself magnifies the glory of that humble servant. one can lessen or decrease that glory, not even a bit. || 3 || He shall give you peace, O my mind; meditate forever, every day on Him, with your palms pressed together. Please bless servant Nanak with this one gift, O Lord, that Your feet may dwell within my heart forever. || 4 || 3 ||