

TODAY'S HUKAMNAMA FROM SRI DARBAR SAHIB, Sri Amritsar. [August 14th, 2016 - Sunday - 04:45 AM. IST]

ਰਾਗ ਬਿਹਾਗੜਾ ਛੰਤ ਮਹਲਾ ੪ ਘਰੁ ੧
੧ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈਐ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਅਮੋਲੇ ਰਾਮ ॥ ਹਰਿ ਰਸਿ ਬੀਧਾ ਹਰਿ ਮਨੁ ਧਿਆਰਾ ਮਨੁ ਹਰਿ ਰਸਿ ਨਾਮਿ ਝਕੋਲੇ ਰਾਮ ॥ ਗੁਰਮਤਿ ਮਨੁ ਠਹਰਾਈਐ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਅਨਤ ਨ ਕਾਹੂ ਡੋਲੇ ਰਾਮ ॥ ਮਨ ਚਿੰਦਿਅੜਾ ਫਲੁ ਪਾਇਆ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੂ ਗੁਣ ਨਾਨਕ ਬਾਣੀ ਬੋਲੇ ਰਾਮ ॥੧॥ ਗੁਰਮਤਿ ਮਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਵਠੜਾ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਮੁਖਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬੈਣ ਅਲਾਏ ਰਾਮ ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੀ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਮਨਿ ਸੁਣੀਐ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਏ ਰਾਮ ॥ ਚਿਰੀ ਵਿਛੁੰਨਾ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੂ ਪਾਇਆ ਗਲਿ ਮਿਲਿਆ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਏ ਰਾਮ ॥ ਜਨ ਨਾਨਕ ਮਨਿ ਅਨਦੁ ਭਾਇਆ ਹੈ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਅਨਹਤ ਸਬਦ ਵਜਾਏ ਰਾਮ ॥੨॥ ਸਖੀ ਸਹੇਲੀ ਮੇਰੀਆ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਕੋਈ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੂ ਆਣਿ ਮਿਲਾਵੈ ਰਾਮ ॥ ਹਉ ਮਨੁ ਦੇਵਉ ਤਿਸੁ ਆਪਣਾ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੂ ਕੀ ਹਰਿ ਕਥਾ ਸੁਣਾਵੈ ਰਾਮ ॥ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਅਰਾਧਿ ਹਰਿ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਮਨ ਚਿੰਦਿਅੜਾ ਫਲੁ ਪਾਵੈ ਰਾਮ ॥ ਨਾਨਕ ਭਜੁ ਹਰਿ ਸਰਣਾਗਤੀ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਵਡਭਾਗੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ ਰਾਮ ॥੩॥ ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਪ੍ਰਭੂ ਆਇ ਮਿਲੁ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸੇ ਰਾਮ ॥ ਹਉ ਹਰਿ ਬਾਝੁ ਉਡੀਣੀਆ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਜਿਉ ਜਲ ਬਿਨੁ ਕਮਲ ਉਦਾਸੇ ਰਾਮ ॥ ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਮੇਲਾਇਆ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਹਰਿ ਸਜਣੁ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੂ ਪਾਸੇ ਰਾਮ ॥ ਧਨੁ ਧਨੁ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਦਸਿਆ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੜੀਏ ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਬਿਗਾਸੇ ਰਾਮ ॥੪॥੧॥

ਐਤਵਾਰ, ੩੦ ਸਾਵਣ (ਸੰਮਤ ੫੪੯ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ) ੧੪ ਅਗਸਤ, ੨੦੧੬

(ਅੰਗ: ੫੩੨)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ:

ਰਾਗ ਬਿਹਾਗੜਾ ਛੰਤ ਮਹਲਾ ੪ ਘਰੁ ੧
੧ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! ਸਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਅਮੋਲਕ ਨਾਮ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ (ਹੀ) ਮਿਲਦਾ ਹੈ । ਜੇਹੜਾ ਮਨ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ-ਰਸ ਵਿਚ ਵਿੱਛ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਨ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਧਿਆਰਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਨ ਆਨੰਦ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਚੁੱਭੀ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ । ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਉਤੇ ਤੁਰ ਕੇ ਇਸ ਮਨ ਨੂੰ (ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ) ਟਿਕਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ (ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਮਨ) ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪਾਸੇ ਨਹੀਂ ਡੋਲਦਾ । ਹੇ ਨਾਨਕ ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ (ਗੁਰਮਤਿ ਤੇ ਤੁਰ ਕੇ) ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਵਾਲੀ ਬਾਣੀ ਉਚਾਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਨ-ਇੱਛਤ ਫਲ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ । ੧। ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ-ਜਲ ਆ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਬਾਣੀ ਸਦਾ ਉਚਾਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਹੇ ਜਿੰਦੇ ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਭਗਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੈ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਸੁਰਤਿ ਜੋੜ ਕੇ ਉਹ ਬਾਣੀ ਮਨ ਨਾਲ (ਧਿਆਨ ਨਾਲ) ਸੁਣਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ (ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ) ਚਿਰ ਦਾ ਵਿਛੁੰਨਿਆ ਹੋਇਆ ਪਰਮਾਤਮਾ ਆ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦੇ ਗਲ ਆ ਲੱਗਦਾ ਹੈ । ਹੇ ਦਾਸ ਨਾਨਕ ! (ਆਖ—) ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਇਕ-ਰਸ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਦਾ (ਮਾਨੋ, ਵਾਜਾ) ਵਜਾਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ੨। ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! (ਆਖ—) ਹੇ ਮੇਰੀ ਸਖੀ ਸਹੇਲੀਹੋ ! ਜੇ ਕੋਈ ਧਿਰ ਮੇਰਾ ਹਰਿ-ਪ੍ਰਭੂ ਲਿਆ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਮਿਲਾ ਦੇਵੇ, ਜੇ ਕੋਈ ਮੈਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਸੁਣਾਇਆ ਕਰੇ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਮਨ ਉਸ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿਆਂ । ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਿਆ ਕਰ, (ਜੇਹੜਾ ਕੋਈ ਸਿਮਰਦਾ ਹੈ ਉਹ) ਮਨ-ਇੱਛਤ ਫਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ । ਹੇ ਨਾਨਕ ! (ਆਖ—) ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਰਨ ਪਈ ਰਹੁ । ਵੱਡੇ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਦਾ ਹੈ । ੩। ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! (ਆਖ—) ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ ! ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਆ ਮਿਲ । (ਹੇ ਜਿੰਦੇ !) ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਉਤੇ ਤੁਰਿਆਂ ਹੀ ਹਰਿ-ਨਾਮ (ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ) ਚਮਕਦਾ ਹੈ । ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! (ਆਖ—) ਮੈਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕੁਮਲਾਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕੌਲ-ਛੁੱਲ ਕੁਮਲਾਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਨੇ ਸੱਜਣ-ਹਰੀ ਮਿਲਾ ਦਿੱਤਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਹਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪਣੇ ਅੰਗ-ਸੰਗ ਵੱਸਦਾ ਦਿੱਸ ਪੈਂਦਾ ਹੈ । ਹੇ ਦਾਸ ਨਾਨਕ ! (ਆਖ—) ਹੇ ਮੇਰੀ ਸੋਹਣੀ ਜਿੰਦੇ ! ਗੁਰੂ ਸਲਾਹੁਣ-ਜੋਗ ਹੈ, ਸਦਾ ਸਲਾਹੁਣ-ਜੋਗ ਹੈ । ਗੁਰੂ ਨੇ ਜਿਸ ਨੂੰ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ) ਦੱਸ ਪਾ ਦਿੱਤੀ (ਉਸ ਦਾ ਹਿਰਦਾ) ਨਾਮ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਖਿੜ ਪੈਂਦਾ ਹੈ । ੪। ੧।

English Translation :

RAAG BIHAAGRAA, CHHANT, FOURTH MEHL, FIRST HOUSE:

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

Meditate on the Name of the Lord, Har, Har, O my soul; to the Gurmukh, the Name of the Lord is priceless. My mind is pierced by the sublime essence of the Lord's Name. The Lord is dear to my mind. My mind is washed clean by the sublime essence of the Lord's Name. Through the Guru's Teachings, hold the mind steady, O my soul; do not let it wander anywhere. One who chants the Bani of the Praises of the Lord God, O Nanak, obtains the fruits of his mind's desires. || 1 || Through the Guru's Teachings, the Nectar abides within the mind, O my soul; with your mouth, chants the words of Ambrosia. The Words of the devotees are Ambrosial Nectar, O my soul; hear them in the mind, and embrace loving affection for the Lord. Separated for so very long, I have found the Lord God, intuitively hugged in His Loving Embrace. Servant Nanak's mind is filled with bliss, O my soul, vibrating the unstruck Sound-current of the Shabad. || 2 || If only my friends and companions would come and unite me with my Lord God, O my soul. I dedicate my mind to one who recites the sermon of my Lord God, O my soul. As Gurmukh, worship the Lord in adoration forever, O my soul, and you shall obtain the fruits of your mind's desires. O Nanak, hurry to the Lord's Sanctuary, O my soul; those who meditate on the Lord's Name are very fortunate. || 3 || By His Grace, God comes to meet us, O my soul; through the Guru's Teachings, His Name is revealed. Without the Lord, I am so sad, O my soul — as sad as the lotus without water. The Perfect Guru, O my soul, has united me with the Lord, my best Friend, the Lord God. Blessed, blessed is the Guru, who has shown me the Lord, O my soul; servant Nanak blossoms forth in the Name of the Lord. || 4 || 1 ||