

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

[February 9th, 2022 - Wednesday - 05:30 AM. IST]

ਪਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਭਈ ਸਚੁ ਭੋਜਨੁ ਖਾਇਆ ॥ ਮਨਿ ਤਨਿ ਰਸਨਾ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ॥੧॥ ਜੀਵਨਾ ਹਰਿ ਜੀਵਨਾ ॥ ਜੀਵਨੁ ਹਰਿ ਜਪਿ ਸਾਧਸੰਗਿ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਅਨਿਕ ਪ੍ਰਕਾਰੀ ਬਸੜ੍ਹ ਢਿਢਾਏ ॥ ਅਨਦਿਨੁ ਕੀਰਤਨੁ ਹਰਿ ਗੁਨ ਗਾਏ ॥੨॥ ਹਸਤੀ ਰਬ ਅਸੁ ਅਸਵਾਰੀ ॥ ਹਰਿ ਕਾ ਮਾਰਗੁ ਰਿਦੈ ਨਿਹਾਰੀ ॥੩॥ ਮਨ ਤਨ ਅੰਤਰਿ ਚਰਨ ਧਿਆਇਆ ॥ ਹਰਿ ਸੁਖ ਨਿਧਾਨ ਨਾਨਕ ਦਾਸਿ ਪਾਇਆ ॥੪॥੨॥੫੬॥

ਬੁੱਧਵਾਰ, ੨੨ ਮਾਘ (ਸੰਮਤ ਪੁਪਤ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ) ੯ ਫਰਵਰੀ, ੨੦੨੨ (ਅੰਗ: ੬੮੪)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ :

ਪਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਹੇ ਭਾਈ ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ, ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ, ਜੀਭ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸ ਨੇ ਸਦਾ-ਬਿਰ ਹਰਿ-ਨਾਮ (ਦੀ) ਖੁਰਾਕ ਖਾਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਉਸ ਨੂੰ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਝਿੱਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ) ਸ਼ਾਂਤੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।੧। ਹੇ ਭਾਈ ! ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ (ਬੈਠ ਕੇ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰੋ—ਇਹੀ ਹੈ ਅਸਲ ਜੀਵਨ, ਇਹੀ ਹੈ ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ।੧। ਰਹਾਉ । ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੇ (ਮਾਨੋ) ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ (ਵੰਨ ਸੁਵੰਨੇ) ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨ ਲਏ ਹਨ (ਤੇ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਸੌਹਣੀਆਂ ਪੁਸ਼ਾਕਾਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਰਿਹਾ ਹੈ) ।੨। ਹੇ ਭਾਈ ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਰਾਹ ਤੱਕਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ (ਮਾਨੋ) ਹਾਥੀ ਰਬਾਂ ਘੋੜਿਆਂ ਦੀ ਸਵਾਰੀ (ਦਾ ਸੁਖ ਮਾਣ ਰਿਹਾ ਹੈ) ।੩। ਹੇ ਨਾਨਕ ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾਸ ਨੇ ਸੁਖਾਂ ਦੇ ਖੜਾਨੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਲੱਭ ਲਿਆ ਹੈ ।੪।੨।੫੬।

English Translation :

DHANAASAREE, FIFTH MEHL:

I am satisfied and satiated, eating the food of Truth. With my mind, body and tongue, I meditate on the Naam, the Name of the Lord. || 1 || Life, spiritual life, is in the Lord. Spiritual life consists of chanting the Lord's Name in the Saadh Sangat, the Company of the Holy. || 1 || Pause || He is dressed in robes of all sorts, if he sings the Kirtan of the Lord's Glorious Praises, day and night. || 2 || He rides upon elephants, chariots and horses, if he sees the Lord's Path within his own heart. || 3 || Meditating on the Lord's Feet, deep within his mind and body, slave Nanak has found the Lord, the treasure of peace. || 4 || 2 || 56 ||