

**ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੩ ॥**

ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਸੇਵੇ ਬਹੁਤਾ ਦੁਖੁ ਲਾਗਾ ਜੁਗ ਚਾਰੇ ਭਰਮਾਈ ॥ ਹਮ ਦੀਨ ਤੁਮ  
ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਦਾਤੇ ਸਬਦੇ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥੧॥ ਹਰਿ ਜੀਉ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹੁ ਤੁਮ ਪਿਆਰੇ  
॥ ਸਤਿਗੁਰੁ ਦਾਤਾ ਮੇਲਿ ਮਿਲਾਵਹੁ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਦੇਵਹੁ ਆਧਾਰੇ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਮਨਸਾ  
ਮਾਰਿ ਦੁਬਿਧਾ ਸਹਜਿ ਸਮਾਣੀ ਪਾਇਆ ਨਾਮੁ ਅਪਾਰਾ ॥ ਹਰਿ ਰਸੁ ਚਾਖਿ ਮਨੁ  
ਨਿਰਮਲੁ ਹੋਆ ਕਿਲਬਿਖ ਕਾਟਣਹਾਰਾ ॥੨॥ ਸਬਦਿ ਮਰਹੁ ਫਿਰਿ ਜੀਵਹੁ ਸਦ ਹੀ  
ਤਾ ਫਿਰਿ ਮਰਣੁ ਨ ਹੋਈ ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਨਾਮੁ ਸਦਾ ਮਨਿ ਮੀਠਾ ਸਬਦੇ ਪਾਵੈ ਕੋਈ  
॥੩॥ ਦਾਤੈ ਦਾਤਿ ਰਖੀ ਹਥਿ ਅਪਣੈ ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਦੇਈ ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਰਤੇ  
ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ਦਰਗਹ ਜਾਪਹਿ ਸੇਈ ॥੪॥੧੧॥

ਐਤਵਾਰ, ੧੭ ਪੋਹ (ਸੰਮਤ ੫੫੪ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ) ੧ ਜਨਵਰੀ, ੨੦੨੩ (ਅੰਗ: ੬੦੩)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ:

**ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੩ ॥**

ਹੇ ਭਾਈ ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਪੈਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਦੁੱਖ ਚੰਬੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ  
ਹੈ, ਮਨੁੱਖ ਸਦਾ ਹੀ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ ! ਅਸੀਂ ਜੀਵ, ਤੇਰੇ ਦਰ ਦੇ  
ਮੰਗਤੇ ਹਾਂ, ਤੂੰ ਸਦਾ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਦਾਤਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈਂ, ਮੇਹਰ ਕਰ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ  
ਵਿਚ ਜੋੜ ਕੇ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਮਝ ਬਖਸ਼। ੧। ਹੇ ਪਿਆਰੇ ਪ੍ਰਭੂ ਜੀ ! ਮੇਰੇ  
ਉਤੇ ਮੇਹਰ ਕਰ, ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਦੀ ਦਾਤਿ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਗੁਰੂ ਮੈਨੂੰ ਮਿਲਾ, ਅਤੇ ਮੇਰੀ  
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਮੈਨੂੰ ਦੇਹ। ਰਹਾਉ। ਹੇ ਭਾਈ ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨ  
ਪੈ ਕੇ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਬੇਅੰਤ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਹਾਸਲ ਕਰ ਲਿਆ, ਨਾਮ ਦੀ ਬਰਕਤਿ  
ਨਾਲ ਵਾਸਨਾ ਨੂੰ ਮੁਕਾ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਮਾਨਸਕ ਡਾਂਵਾਂਡੋਲ ਹਾਲਤ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ  
ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੇ ਭਾਈ ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਾਰੇ ਪਾਪ ਕੱਟਣ ਦੇ  
ਸਮਰਥ ਹੈ। ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਹਰਿ-ਨਾਮ ਦਾ ਸੁਆਦ  
ਚੱਖ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ੨। ਹੇ ਭਾਈ ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ  
ਜੁੜ ਕੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਅਛੋਹ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਫਿਰ ਸਦਾ ਲਈ ਹੀ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ  
ਜੀਉਂਦੇ ਰਹੇਗੇ, ਫਿਰ ਕਦੇ ਆਤਮਕ ਮੌਤ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਢੁਕੇਗੀ। ਜੇਹੜਾ ਭੀ ਮਨੁੱਖ

ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ ਸਦਾ ਲਈ ਮਨ ਵਿਚ ਮਿੱਠਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।੩। ਹੇ ਭਾਈ! ਦਾਤਾਰ ਨੇ ਨਾਮ ਦੀ ਇਹ ਦਾਤਿ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਰੱਖੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਦੇ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ ! ਜੇਹੜੇ ਮਨੁੱਖ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਇਥੇ ਸੁਖ ਮਾਣਦੇ ਹਨ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ ਭੀ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਆਦਰ-ਮਾਣ ਪਾਂਦੇ ਹਨ।੪।੧੧।

**English Translation:**

**SORAT'H, THIRD MEHL:**

Without serving the True Guru, he suffers in terrible pain, and throughout the four ages, he wanders aimlessly. I am poor and meek, and throughout the ages, You are the Great Giver - please, grant me the understanding of the Shabad. || 1 || O Dear Beloved Lord, please show mercy to me. Unite me in the Union of the True Guru, the Great Giver, and give me the support of the Lord's Name.|| Pause || Conquering my desires and duality, I have merged in celestial peace, and I have found the Naam, the Name of the Infinite Lord. I have tasted the sublime essence of the Lord, and my soul has become immaculately pure; the Lord is the Destroyer of sins. || 2 || Dying in the Word of the Shabad, you shall live forever, and you shall never die again. The Ambrosial Nectar of the Naam is ever-sweet to the mind; but how few are those who obtain the Shabad. || 3 || The Great Giver keeps His Gifts in His Hand; He gives them to those with whom He is pleased. O Nanak, imbued with the Naam, they find peace, and in the Court of the Lord, they are exalted. || 4 || 11 ||

Sunday, 17<sup>th</sup> Poh (Samvat 554 Nanakshahi) 1<sup>st</sup> January, 2023 (Page: 603)