

**ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੧ ॥**

ਮਨੁ ਮੰਦਰੁ ਤਨੁ ਵੇਸ ਕਲੰਦਰੁ ਘਟ ਹੀ ਤੀਰਥਿ ਨਾਵਾ ॥ ਏਕੁ ਸਬਦੁ ਮੇਰੈ ਪ੍ਰਾਨਿ ਬਸਤੁ ਹੈ ਬਾਹੁੜਿ  
ਜਨਮਿ ਨ ਆਵਾ ॥੧॥ ਮਨੁ ਬੇਧਿਆ ਦਇਆਲ ਸੇਤੀ ਮੇਰੀ ਮਾਈ ॥ ਕਉਣੁ ਜਾਣੈ ਪੀਰ ਪਰਾਈ ॥  
ਹਮ ਨਾਹੀ ਚਿੰਤ ਪਰਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਅਗਮ ਅਗੋਚਰ ਅਲਖ ਅਪਾਰਾ ਚਿੰਤਾ ਕਰਹੁ ਹਮਾਰੀ ॥  
ਜਲਿ ਥਲਿ ਮਹੀਅਲਿ ਭਰਿਪੁਰਿ ਲੀਣਾ ਘਟਿ ਘਟਿ ਜੋਤਿ ਤੁਮਾਰੀ ॥੨॥ ਸਿਖ ਮਤਿ ਸਭ ਬੁਧਿ ਤੁਮਾਰੀ  
ਮੰਦਰ ਛਾਵਾ ਤੇਰੇ ॥ ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣਾ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗੁਣ ਗਾਵਾ ਨਿਤ ਤੇਰੇ ॥੩॥ ਜੀਅ  
ਜੰਤ ਸਭਿ ਸਰਣਿ ਤੁਮਾਰੀ ਸਰਬ ਚਿੰਤ ਤੁਧੁ ਪਾਸੇ ॥ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਚੰਗਾ ਇਕ ਨਾਨਕ ਕੀ  
ਅਰਦਾਸੇ ॥੪॥੨॥

ਐਤਵਾਰ, ੧੩ ਜੇਠ (ਸੰਮਤ ੫੫੬ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ) ੨੬ ਮਈ, ੨੦੨੪

(ਅੰਗ: ੭੯੫)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ:

**ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੧ ॥**

ਮੇਰਾ ਮਨ ਪ੍ਰਭੂ-ਦੇਵ ਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਮੰਦਰ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ, ਮੇਰਾ ਸਰੀਰ ਭਾਵ, ਮੇਰਾ ਹਰੇਕ ਗਿਆਨ-ਇੰਦ੍ਰ ਮੰਦਰ ਦੀ  
ਜਾਤ੍ਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਰਮਤਾ ਸਾਧੂ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਭਾਵ, ਮੇਰੇ ਗਿਆਨ-ਇੰਦ੍ਰੇ ਬਾਹਰ ਭਟਕਣ ਦੇ ਥਾਂ ਅੰਦਰ-ਵੱਸਦੇ  
ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਲ ਪਰਤ ਪਏ ਹਨ, ਹੁਣ ਮੈਂ ਹਿਰਦੇ-ਤੀਰਥ ਉਤੇ ਹੀ ਇਸਨਾਨ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹ  
ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦ ਵਿਚ ਟਿਕ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਜਿੰਦ ਦਾ ਆਸਰਾ ਬਣ ਗਿਆ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਮੈਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ  
ਕਿ ਮੈਂ ਮੁੜ ਜਨਮ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਵਾਂਗਾ। ੧। ਹੇ ਮੇਰੀ ਮਾਂ! ਮੇਰਾ ਮਨ ਦਇਆ-ਦੇ-ਘਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਵਿੱਝ ਗਿਆ  
ਹੈ। ਹੁਣ ਮੈਂ ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਆਸ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾ  
ਕੋਈ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਦਾ ਦੁੱਖ-ਦਰਦ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ੧। ਰਹਾਉ। ਹੇ ਅਪਹੁਚ! ਹੇ ਅਗੋਚਰ! ਹੇ ਅਦ੍ਰਿਸ਼ਟ! ਹੇ ਬੇਅੰਤ  
ਪ੍ਰਭੂ! ਤੂੰ ਹੀ ਸਾਡੀ ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈਂ। ਤੂੰ ਜਲ ਵਿਚ, ਧਰਤੀ ਵਿਚ, ਆਕਾਸ਼ ਵਿਚ ਹਰ ਥਾਂ ਨਕਾਨਕ  
ਵਿਆਪਕ ਹੈਂ, ਹਰੇਕ ਜੀਵ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਤੇਰੀ ਜੋਤਿ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ੨। ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਾਲਕ-ਪ੍ਰਭੂ! ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਮਨ ਤੇ ਸਰੀਰ  
ਤੇਰੇ ਹੀ ਰਚੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਕਲ ਸਮਝ ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਤੈਥੋਂ ਹੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਤੇਰੇ ਬਰਾਬਰ ਦਾ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ  
ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ। ਮੈਂ ਨਿਤ ਤੇਰੇ ਹੀ ਗੁਣ ਗਾਂਦਾ ਹਾਂ। ੩। ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਜੰਤ ਤੇਰੇ ਹੀ ਆਸਰੇ ਹਨ, ਤੈਨੂੰ ਹੀ ਸਭ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦਾ  
ਫਿਕਰ ਹੈ। ਨਾਨਕ ਦੀ ਤੇਰੇ ਦਰ ਤੇ ਸਿਰਫ ਇਹੀ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਤੇਰੀ ਰਜ਼ਾ ਹੋਵੇ ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਚੰਗੀ ਲੱਗੇ, ਮੈਂ ਸਦਾ ਤੇਰੀ  
ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਰਾਜ਼ੀ ਰਹਾਂ। ੪। ੨।

English Translation:

**BILAAWAL, FIRST MEHL:**

My mind is the temple, and my body is the simple cloth of the humble seeker; deep within my heart, I bathe  
at the sacred shrine. The One Word of the Shabad abides within my mind; I shall not come to be born again.  
॥ 1 ॥ My mind is pierced through by the Merciful Lord, O my mother! Who can know the pain of another?  
I think of none other than the Lord. ॥ 1 ॥ Pause ॥ O Lord, inaccessible, unfathomable, invisible and  
infinite: please, take care of me! In the water, on the land and in sky, You are totally pervading. Your Light  
is in each and every heart. ॥ 2 ॥ All teachings, instructions and understandings are Yours; the mansions and  
sanctuaries are Yours as well. Without You, I know no other, O my Lord and Master; I continually sing  
Your Glorious Praises. ॥ 3 ॥ All beings and creatures seek the Protection of Your Sanctuary; all thought of  
their care rests with You. That which pleases Your Will is good; this alone is Nanak's prayer. ॥ 4 ॥ 2 ॥