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

[June 11th, 2024 – Tuesday - 04:30 AM. IST]

ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੩ ॥

ਰਸਨਾ ਹਰਿ ਸਾਦਿ ਲਗੀ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਇ ॥ ਮਨੁ ਤ੍ਰਿਪਤਿਆ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ॥੧॥ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਸਾਚੈ ਸਬਦਿ ਵੀਚਾਰੀ ॥ ਆਪਣੇ ਸਤਗੁਰ ਵਿਟਹੁ ਸਦਾ ਬਲਿਹਾਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਅਖੀ ਸੰਤੋਖੀਆ ਏਕ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥ ਮਨੁ ਸੰਤੋਖਿਆ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਗਵਾਇ ॥੨॥ ਦੇਹ ਸਰੀਰਿ ਸੁਖੁ ਹੋਵੈ ਸਬਦਿ ਹਰਿ ਨਾਇ ॥ ਨਾਮੁ ਪਰਮਲੁ ਹਿਰਦੈ ਰਹਿਆ ਸਮਾਇ ॥੩॥ ਨਾਨਕ ਮਸਤਕਿ ਜਿਸੁ ਵਡਭਾਗੁ ॥ ਗੁਰ ਕੀ ਬਾਣੀ ਸਹਜ ਬੈਰਾਗੁ ॥੪॥੭॥

ਮੰਗਲਵਾਰ, ੨੯ ਜੇਠ (ਸੰਮਤ ੫੫੬ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ) ੧੧ ਜੂਨ, ੨੦੨੪ (ਅੰਗ: ੫੬੦)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ:

ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੩ ॥

(ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੀ) ਜੀਭ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦੇ ਸੁਆਦ ਵਿਚ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਟਿਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਜੁੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਮਨ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ) ਰੱਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।੧। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਨ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਦੇ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਜੁੜਿਆਂ ਵਿਚਾਰਵਾਨ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੈ, ਤੇ, ਸਦਾ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਿਲਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ।੧।ਰਹਾਉ। (ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿਚ ਸੁਰਤਿ ਜੋੜ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ (ਪਰਾਏ ਰੂਪ ਵਲੋਂ) ਰੱਜ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, (ਅੰਦਰੋਂ) ਮਾਇਆ ਦਾ ਪਿਆਰ ਦੂਰ ਕਰ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ (ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ) ਰੱਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।੨। (ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੇ) ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਜੁੜਿਆਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਆਨੰਦ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, (ਗੁਰੂ ਦੀ ਮੇਹਰ ਨਾਲ) ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੁਗੰਧੀ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸਦਾ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ।੩। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮੱਥੇ ਉਤੇ ਉੱਚੀ ਕਿਸਮਤਿ ਜਾਗਦੀ ਹੈ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਜੁੜਦਾ ਹੈ (ਜਿਸ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵੈਰਾਗ ਉਪਜਦਾ ਹੈ ।੪।੭।

English Translation:

WADAHANS, THIRD MEHL:

My tongue is intuitively attracted to the taste of the Lord. My mind is satisfied, meditating on the Name of the Lord. || 1 || Lasting peace is obtained, contemplating the True Word of the Shabad. I am forever a sacrifice to my True Guru. || 1 || Pause || My eyes are content, lovingly focused on the One Lord. My mind is content, having forsaken the love of duality. || 2 || The frame of my body is at peace, through the Shabad, and the Name of the Lord. The fragrance of the Naam permeates my heart. || 3 || O Nanak, one who has such great destiny written upon his forehead, through the Word of the Guru's Bani, easily and intuitively becomes free of desire. || 4 || 7 ||

Tuesday, 29th Jayt'h (Samvat 556 Nanakshahi) 11th June, 2024 (Page: 560)