"सहजयोग"

- जोग जुगति सुनि आइओ गुर ते । मो कउ सतिगुर सबदि बुझाइओ ।

अर्थः- हे भाई ! मुझे सतिगुरु के शब्द ने परमात्मा से मिलाप की युक्ति समझा दी है । मैं गुरु से असल योग का तरीका सुन के आया हूँ ।

नउ खंड प्रिथमी इस तन महि रविआ निमख निमख नमसकारा । दीखिआ गुर की मुंद्रा कानी द्रिड़िओ एक निरंकारा ।

अर्थः- हे भाई ! मैं पल - पल उस परमात्मा को नमस्कार करता रहता हूँ, जो इस मानव शरीर में ही मौजूद है यही है मेरे वास्ते जोगियों वाला सारी धरती का रटन । मैंने अपने गुरु का उपदेश अपने हृदय में दृढ़ कर लिया है यही मेरे वास्ते कानों की मुंद्रा जो जोगी लोग पहनते हैं मैं एक निरंकार को सदा अपने हृदय में बसाता हूँ ।

पंच चेले मिल भए इकत्रा एकस कै वसि कीए । दस बैरागीन आगिआकारी तब निरमल जोगी थीए ।

अर्थः- हे भाई ! गुरु के उपदेश की इनायत से मेरी पाँचों ज्ञानेंद्रियां दुनिया के पदार्थों की तरफ भटकने की जगह मिल के इकट्ठी हो गई हैं । भटकने से हट गए हैं, ये सारे एक ऊँची अक़्ल के अधीन हो गए हैं । गुरु के उपदेश से जब से विकारों से विरक्त हो के मेरी इंद्रियां ऊंची मति की आज्ञा में चलने लग पड़ी हैं, तब से मैं पवित्र जीवन वाला जोगी बन गया हूँ ।

भरम जराइ चराई बिभूता पंथ एक करि पेखिआ । सहज सूख सो कीनी भुगता जो ठाकुर मसतक लेखिआ ।

अर्थः- हे भाई ! मन की भटकन को जला के ये राख मैंने अपने शरीर पर लगा ली है, मैं एक परमात्मा को ही सारे संसार में व्यापक देखता हूँ ये है मेरा जोग पंथ । हे भाई ! मैंने उस आत्मिक अडोलता के आनंद को अपनी आत्मिक खुराक वास्ते जोगियों के भण्डारे वाला चूरमा बनाया है, जिसकी प्राप्ति ठाकुर प्रभु ने मेरे माथे पर लिख दी ।

जह भउ नाही तहा आसन बाधिओ सिंगी अनहत बानी । तत बीचार डंडा करि राखिओ जुगति नाम मनि भानी ।

अर्थ:- हे भाई ! मैं परमात्मा के महिमा की एक रस सिंगी बजा रहा हूँ । इसकी इनायत से मैंने उस आत्मिक अवस्था में अपना आसन जमाया हुआ है जहाँ दुनिया वाला कोई डर मुझे छू नहीं सकता । हे भाई ! जगत के मूल प्रभु के गुणों को विचारते रहना इसे जोगियों वाला डण्डा बना के मैंने अपने पास रखा हुआ है । परमात्मा के नाम को स्मरण करते रहना बस ! यही जोगी की जुगति मेरे मन को भा रही है ।

ऐसा जोगी वडभागी भेटै माइआ के बंधन काटै । सेवा पूज करउ तिस मूरति की नानक तिस पग चाटै । (5-208)

अर्थ:- हे भाई ! जो मनुष्य गुरु से मुंह फेरे रखते हैं, गुरु की ओर से बेमुख हुए वो मनुष्य देखने को ही भले बुरे दिखते हैं । माया के मोह के बंधनों में बंधे हुए वह मनुष्य हर समय मोह की चोटें खाते रहते हैं, इन चोटों से बचने के लिए उन्हें दुबारा समय हाथ नहीं लगेगा अर्थात मार भी खाते रहते हैं, फिर भी ये मोह इतना प्यारा लगता है कि इसमें से निकलने को जीअ नहीं करता ।

- आत्मा देउ पूजीऐ गुर कै सहजि सुभाई । आतमे नो आतमे दी प्रतीत होई ता घर ही परचा पाई ।

अर्थ:- गुरु की मति ले के और गुरु के स्वभाव में अपना स्वभाव लीन करके जीवात्मा का प्रकाश करने वाले हरि की महिमा करनी चाहिए । इस तरह जब जीव को प्रभु का अस्तित्व और सिदक दृढ़ हो जाए, तो हृदय में ही प्रभु से प्यार बन जाता है और तीर्थों आदि में जाने की जरूरत नहीं रहती ।

आत्मा अडोल न डोलई गुर कै भाई सुभाई । गुर विण सहज न आवई लोभ मैल न विचहु जाई ।

अर्थः- क्योंकि सतगुरु के प्यार में और स्वभाव में बरतने से जीवात्मा माया की और से अटल हो के डोलने से हट जाती है । ये अडोल अवस्था सतगुरु के बिना नहीं आती, और ना ही मन में से लोभ मैल दूर होती है ।

खिन पल हरि नाम मनि वसै सभ अठसठि तीरथ नाई । सचे मैल न लगई मल लागै दूजे भाई ।

अर्थः- अगर एक पलक भर भी प्रभु का नाम मन में बस जाए अर्थात, अगर जीव एक मन हो के एक पलक भर भी नाम जप सके तो, मानो अढ़सठ तीर्थों का स्नान कर लेता है । क्योंकि सच्चे प्रभु में जुड़े हुए को मैल नहीं लगती, मैल सदा माया के प्यार में लगती है, और वह मैल कभी भी धोने से नहीं उतरती, चाहे अढ़सठ तीर्थों के स्नान करते रहें ।

धोती मूल न उतरै जे अठसठि तीरथ नाई । मनमुख करम करे अहंकारी सभ दुखो दुख कमाई । नानक मैला ऊजल ता थीऐ जा सतिगुर माहि समाई ।

अर्थः- कारण ये है कि मनुष्य गुरु की ओर से अहंकार के आसरे तीर्थ स्नान आदिक कर्म करता है, और दुख ही दुख एकत्र करता है । हे नानक ! मैला मन तभी पवित्र होता है, अगर जीव सतिगुरु में लीन हो जाए अर्थात, स्वैभाव मिटा दे ।

मनमुख लोक समझाईऐ कदहु समझाइआ जाई । मनमुख रलाइआ ना रलै पइऐ किरति फिराई ।

अर्थः- जो मनुष्य सतिगुरु की ओर से मुख मोड़े बैठा है, वह समझाने से भी कभी नहीं समझता, अगर उसे गुरमुखों में मिला भी दें, तो

भी स्वभाव करके उनके साथ नहीं मिलता और पूर्बले किए सिर पड़े कर्मों के मुताबिक भटकता फिरता है ।

लिव धात दुई राह है हुकमी कार कमाई । गुरमुखि आपणा मन मारिआ सबदि कसवटी लाई ।

अर्थः- उस विचारे पर भी क्या रोस ? संसार में रास्ते ही दो हैं हरि से प्यार और माया से प्यार और मनमुख प्रभु के हुक्म में ही माया वाले कर्म करता है । दूसरी तरफ, हुक्म में ही गुरमुख मनुष्य सतिगुरु के शब्द के द्वारा कसवटी लगा के परख के अपने मन को मार लेता है भाव, माया के प्यार की पकड़ पर काबू पा लेता है ।

मन ही नालि झगड़ा मन ही नालि सथ मनि ही मझि समाई । मन जो इछे सो लहै सचै सबदि सुभाई ।

अर्थः- वह सदा मन की विकार तवज्जो के साथ संघर्ष करता है, और पंचायत करता है भाव, उसे समझाता है और अंत में विकार तवज्जो को मन को शुभ ध्यान में लीन कर देता है ।

अंमृत नाम सद भुंचीऐ गुरमुखि कार कमाई । विण मनै जि होरी नालि लुझणा जासी जनम गवाई ।

अर्थः- इस तरह सतिगुरु के स्वभाव में स्वै - लीन करने वाला मन जो इच्छा करता है सो प्राप्त करता है । हे भाई ! गुरमुखों वाले कर्म करके सदा नाम अमृत पीएं । मन को छोड़ के जो जीव शरीर आदि औरों से झगड़ा करता है, वह जन्म व्यर्थ गवाता है ।

मनमुखी मनहठि हारिआ कूड़ कुसत कमाई । गुर परसादी मन जिणै हरि सेती लिव लाई । नानक गुरमुखि सच कमावै मनमुखि आवै जाई ।

अर्थः- मनमुख मन के हठ में बाजी हार जाता है, और झूठ - तुफान की कमाई तौलता है । हे नानक ! गुरमुख सतिगुरु की कृपा से मन पर विजय प्राप्त करता है, प्रभु से प्यार जोड़ता है और सदा स्थिर हरि नाम नाम जपने की कमाई करता है । पर मनमुख भटकता फिरता है ।

हरि के संत सुणहु जन भाई हरि सतिगुर की इक साखी । जिस धुरि भाग होवै मुखि मसतकि तिनि जनि लै हिरदै राखी ।

अर्थः- हे हरि के संत जन प्यारो ! अपने सतिगुरु की शिक्षा सुनो भाव, शिक्षा पर चलो । इस शिक्षा को मनुष्य ने हृदय में परो रखा है, जिसके माथे पर धुर से ही भाग्य हों ।

हरि अंम्रित कथा सरेसट उत्तम गुरबचनी सहजे चाखी । तह भइआ प्रगास मिटिआ अंधिआरा जिउ सूरज रैणि किराखी । अदिसट अगोचर अलख निरंजन सो देखिआ गुरमुखि आखी ।
(3-87)

अर्थः- सतिगुरु की शिक्षा से ही अडोल अवस्था में पहुँच के प्रभु की उत्तम पवित्र और जीवन किरण बख्शने वाली महिमा का आनंद लिया जा सकता है । सतिगुरु की शिक्षा को जो हृदय एक बार धारण करता है उस में आत्मिक जीवन का प्रकाश हो जाता है और माया का अंधेरा ऐसे दूर होता है जैसे सूरज रात के अंधेरे को खींच लेता है । जो प्रभु इन आँखों

से नहीं दिखता, इन्द्रियों की पहुँच से परे है और अलख है वह सतिगुरु के सन्मुख होने से दिखने लगता है ।

- सतिगुर की परतीति न आईआ सबदि न लागो भाउ । ओस नो सुख न उपजै भावै सउ गेड़ा आवउ जाउ । नानक गुरमुखि सहजि मिलै सचे सिउ लिव लाउ ।

अर्थः- जिस मनुष्य का सतिगुरु पर भरोसा नहीं बना और सतिगुरु के शब्द में जिसका मन न लगा उसे कभी सुख नहीं, चाहे गुरु के पास सौ बार आए जाए । हे नानक ! अगर गुरु के सन्मुख हो के सच्चे में लगन जोड़ें तो प्रभु सहज ही मिल जाता है ।

ऐ मन ऐसा सतिगुरु खोजि लहु जित सेविऐ जनम दुख जाई । सहसा मूलि न होवई हउमै सबदि जलाई ।

अर्थः- हे मेरे मन ! ऐसे सतिगुरु ढूँढ ले, जिसकी सेवा करने से तेरा सारी उम्र का दुख दूर हो जाए । कभी बिल्कुल ही चिन्ता ना हो और उस सतिगुरु के शब्द से तेरा अहंकार जल जाए

कूड़ै की पालि विचहु निकले सच वसै मनि आई । अंतरि साति मनि सुख होई सच संजमि कार कमाई ।

अर्थः- तेरे अंदर से झूठ की दीवार हट जाए और मन में सच्चा हरि आ बसे और हे मन ! उस सतिगुरु के बताए हुए संयम में सच्चे कर्म करके तेरे अंदर शाति और सुख का वासा हो जाए ।

नानक पूरै करमि सतिगुर मिलै हरि जीउ किरपा करे रजाई ।

अर्थ:- हे नानक ! जब हरि अपनी रजा में मेहर करता है तब ऐसा सतिगुरु पूरी कृपा से ही मिलता है ।

जिस कै घरि दीबान हरि होवै तिस की मुठी विचि जगत सभ आइआ । तिस कउ तलकी किसै दी नाही हरि दीबानि सभि आणि पैरी पाइआ ।

अर्थ:- जिस मनुष्य के हृदय में सबका हाकम प्रभु बसता हो, सारा संसार उसके वश में आ जाता है, उस से किसी की गुलामी नहीं होती बल्कि परमात्मा हाकम ने सभी को ला के उसके चरणों में डाला होता है ।

माणसा किअहु दीबाणहु कोई नसि भजि निकलै हरि दीबाणहु कोई किथै जाइआ । सो ऐसा हरि दीबान वसिआ भगता कै हिरदै तिनि रहदे खुहदे आणि सभि भगता अगै खलवाइआ ।

अर्थ:- मनुष्य की कचहरी में से तो मनुष्य भाग के कहीं खिसक सकता है, पर ईश्वर की हकूमत में से कोई भाग के कहाँ जाएगा ? ऐसा हाकम हरि भक्तों के दिल में बसा हुआ है, उसने 'बचे खुचे' सारे जीवों को ला के भक्त जनों के आगे खड़ा कर दिया है भाव, चरणों में ला डाला है ।

हरि नावै की वडिआई धरमि परापति होवै गुरमुखि विरलै किनै धिआइआ ।

अर्थ:- प्रभु की खास मेहर से ही प्रभु के नाम की उपमा करने का गुण प्राप्त होता है सतिगुरु के सन्मुख हो के कोई विरला ही नाम स्मरण करता है ।

नानक नाम निधान है गुरमुखि पाइआ जाई । मनमुख घरि होदी वथ न जाणनी अंधे भउकि मुए बिललाइ ।

अर्थः- हे नानक ! नाम ही असल खजाना है, जो सतिगुरु के सन्मुख हो के मिल सकता है अंधे मनमुख हृदय रूप घर में होती इस वस्तु को नहीं पहचानते, और बाहर माया के पीछे बिलकते और भौंकते मर जाते हैं ।

कंचन काइआ निरमली जो सचि नामि सचि लागी । निरमल जोति निरंजन पाइआ गुरमुखि भ्रम भउ भागी । नानक गुरमुखि सदा सुख पावहि अनदिन हरि बैरागी ।

अर्थः- जो शरीर सच्चे नाम के द्वारा सच्चे प्रभु में जुड़ा हुआ है, वह सोने जैसा शुद्ध है उसको निर्मल ज्योति रूपी माया से रहित प्रभु मिल जाता है और सतिगुरु के सन्मुख हो के उसका भ्रम और डर दूर हो जाता है । हे नानक ! सतिगुरु के सन्मुख मनुष्य हर वक्त परमात्मा के वैरागी हो के सदा सुख पाते हैं ।

से गुरसिख धन धंन है जिनी गुर उपदेस सुणिआ हरि कंनी । गुर सतिगुर नाम द्रिड़ाइआ तिनि हउमै दुबिधा भंनी ।

अर्थः- धन्य हैं वे गुरसिख जिन्होंने सतिगुरु का उपदेश ध्यान से सुना है सतिगुरु ने जिसके भी हृदय में नाम दृढ़ किया है उसने अहंकार और दुविधा हृदय में से तोड़ डाली है ।

बिन हरि नावै को मित्र नाही वीचारि डिठा हरि जंनी । जिना गुरसिखा कउ हरि संतुसट है तिनी सतिगुर की गल मंनी ।

अर्थः- प्रभु का स्मरण करने वाले गुरसिखों ने ये बात विचार के देख ली है कि परमात्मा के नाम के बिना कोई सच्चा मित्र नहीं है जिस गुरसिखों पर प्रभु प्रसन्न होता है, वह सतिगुरु की शिक्षा पे चलते है।

जो गुरमुखि नाम धिआइदे तिनी चड़ी चवगणि वंनी ।

अर्थः- जो मनुष्य सतिगुरु के सन्मुख हो के नाम जपते हैं, उनको प्रेम की चौगुनी रंगत चढ़ती है । (3-590-591)

- नाम निधान जिनि जनि जपिओ तिन के बंधन काटे । काम क्रोध माइआ बिख ममता इह बिआधि ते हाटे ।

अर्थः- हे भाई ! जिस जिस मनुष्य ने सारे सुखों के खजाने हरि नाम को स्मरण किया उन सबके माया के बंधन काटे गए । काम, क्रोध, आत्मिक मौत लाने वाली माया की ममता इन सारे रोगों से वह बच जाते हैं ।

हरि जस साधसगि मिलि गाइओ । गुर प्रसादि भइओ मन निरमल सरब सुखा सुख पाइअउ ।

अर्थः- हे भाई ! जिस मनुष्य ने साध - संगत में मिल के परमात्मा की महिमा के गीत गाए, गुरु की कृपा से उसका मन पवित्र हो गया, उसने सारे सुख प्राप्त कर लिए ।

जो किछ कीओ सोई भल मानै ऐसी भगति कमानी । मित्र सत्र सभ एक समाने बोग जुगति नीसानी ।

अर्थः- हे भाई ! वह मनुष्य ऐसी भक्ति की कार करता है कि जो कुछ परमात्मा करता है वह उसको सब जीवों के वास्ते भला मानता है, उसे मित्र व वैरी सारे एक जैसे मित्र ही दिखाई देते हैं । हे भाई ! यही है परमात्मा के मिलाप का तरीका, और यही है प्रभु के मिलाप की निशानी ।

पूरन पूरि रहिओ स्रब थाई आन न कतहूं जाता । घट घट अंतरि सरब निरंतरि रंगि रविओ रंग राता ।

अर्थः- हे भाई ! जिस मनुष्य ने साध - संगत में मिल के परमात्मा की महिमा का गीत गाया, उस ने पहचान लिया कि सर्व -व्यापक प्रभु सब जगहों में मौजूद है, उस मनुष्य ने परमात्मा के बिना किसी और को सब जगहों पर बसता नहीं समझा । उस को वह प्रभु हरेक शरीर में, एक रस सब में बसता दिखता है । वह मनुष्य उस परमात्मा के प्रेम रंग में आनंद लेता है उसके प्रेम में मस्त रहता है ।

भए किरपाल दइआल गुपाला ता निरभै कै घरि आइआ । कलि कलेस मिटे खिन भीतरि नानक सहजि समाइआ ।

(5-496-497)

अर्थः- हे नानक ! कह जब किसी मनुष्य पर गोपाल प्रभु कृपालु होता है, दयावान होता है, तब वह मनुष्य उस निर्भय प्रभु के चरणों में लीन हो जाता है, एक छिन में उसके अंदर से दुख कष्ट मिट जाते हैं, वह मनुष्य आत्मिक अडोलता में लीन रहता है ।

- जग माहि नाम दुलंभ है गुरमुखि पाइआ जाई । बिन नावै मुकति न होवई वेखहु को विउपाई ।

अर्थः- हे भाई ! जगत में और पदार्थ तो आसानी से मिल जाते हैं, पर परमात्मा का नाम बड़ी मुश्किल से मिलता है, ये नाम गुरु की शरण पड़ने से ही मिलता है । और जब तक हरि नाम ना मिले तब तक विकारों से खलासी नहीं होती बेशक कोई भी कोई और अपाय करके निर्णय कर के देख ले ।

बलिहारी गुर आपणे सद बलिहारै जाउ । सतिगुर मिलिऐ हरि मनि वसै सहजे रहै समाई ।

अर्थः- हे भाई! मैं अपने गुरु से सदा कुर्बान जाता हूँ सदके जाता हूँ । अगर गुरु मिल जाए तो प्रभु मनुष्य के मन में आ बसता है और मनुष्य आत्मिक अडोलता में लीन रहता है ।

जां भउ पाए आपणा बैराग उपजै मनि आई । बैरागै ते हरि पाईऐ हरि सिउ रहै समाई ।

अर्थः- जब परमात्मा किसी मनुष्य के हृदय में अपना डर अदब डालता है उसके मन में माया की ओर से उपरामता पैदा हो जाती है । इस उपरामता की ही इनायत से परमात्मा मिल जाता है, और मनुष्य परमात्मा के चरणों से तवज्जो जोड़े रखता है ।

सेई मुकत जि मन जिणहि फिरि धात न लागै आई । दसवै दुआर रहत करे त्रिभवण सोझी पाई ।

अर्थः- हे भाई ! जो मनुष्य अपना मन जीत लेते हैं, वे माया के बंधनों से आजाद हो जाते हैं, उन पर दुबारा माया अपना जोर नहीं डाल सकती । जो मनुष्य इन्द्रियों की पकड़ से ऊपर चित्त आकाश में ऊँचे आत्मिक मण्डल में अपना निवास बना लेता है, उसे तीन भवनों में व्यापक प्रभु की समझ आ जाती है ।

नानक गुर ते गुर होइआ वेखहु तिस की रजाई । इहु कारण करता करे जोती जोति समाई । (3-490-491)

अर्थः- हे नानक ! कह हे भाई ! देखो, परमात्मा की आश्चर्य मरज़ी ! जो भी मनुष्य गुरु की शरण पड़ता है वह गुरु की शरण पड़ने से

गुरु का रूप बन जाता है । परमात्मा खुद ही ये सबब बनाता है, गुरु की शरण पड़े मनुष्य की आत्मा परमात्मा की ज्योति में लीन हो जाती है ।

- साजन मेरे प्रीतमहु तुम सह की भगति करेहो । गुर सेवहु सदा आपणा नाम पदारथ लेहो ।

अर्थः- हे मेरे सत्संगी सज्जनो प्यारो ! तुम प्रभु पति की भक्ति सदा करते रहा करो, सदा अपने गुरु की शरण पड़े रहो और गुरु से सबसे कीमती चीज हरि नाम हासिल करो ।

भगति करहु तुम सहै केरी जो सह पिआरे भावए । आपणा भाणा तुम करहु ता फिरि सह खुसी न आवए ।

अर्थः- हे सज्जनो ! तुम प्रभु पति की ही भक्ति करते रहो, ये भक्ति प्यारे प्रभु पति को पसंद आती है । अगर इस जीवन सफर में तुम अपनी ही मर्जी करते रहोगे तो प्रभु पति की प्रसन्नता तुम्हें नहीं मिलेगी ।

भगति भाव इहु मारग बिखड़ा गुर दुआरै को पावए । कहै नानक जिसु करे किरपा सो हरि भगति चितु लावए ।

अर्थः- पर हे प्यारो ! भक्ति का और प्रेम का ये रास्ता बहुत मुश्किलों भरा है, कोई विरला मनुष्य ही ये रास्ता ढूँढता है जो गुरु के दर पर आ गिरता है । नानक कहता है जिस मनुष्य पर प्रभु खुद कृपा करता है वह मनुष्य अपना मन प्रभु की भक्ति में जोड़ता है ।

मेरे मन बैरागीआ तूं बैराग करि किसु दिखावहि । हरि सोहिला तिन्ह सद सदा जो हरि गुण गावहि ।

अर्थः- हे वैराग में आए हुए मेरे मन ! तू वैराग करके किसे दिखाता है ? इस ऊपर - ऊपर से दिखाए वैराग से तेरे अंदर आत्मिक

आनंद नहीं बन सकेगा । हे मन ! जो मनुष्य परमात्मा के गुण गाते रहते हैं, उनके अंदर सदा ही उमंग व चाव बना रहता है ।

करि बैराग तूं छोडि पाखंड सो सहु सभ किछ जाणए । जल थल महीअल एको सोई गुरमुख हुकम पछाणए ।

अर्थ:- हे मेरे मन ! बाहरी दिखावे वाले वैराग का पाखण्ड छोड़ के और अपने अंदर मिलने की चाहत पैदा कर क्योंकि वह पति प्रभु अंदर की हरेक बात जानता है, वह प्रभु खुद ही जल में धरती में आकाश में हर जगह समाया हुआ है जो मनुष्य गुरु की शरण पड़ता है वह उस प्रभु की रजा को समझता है ।

जिनि हुकम पछाता हरी केरा सोई सरब सुख पावए । इव कहै नानक सो बैरागी अनदिन हरि लिव लावए ।

अर्थ:- हे मेरे मन ! जिस मनुष्य ने परमात्मा की रजा समझ ली वही सारे आनंद प्राप्त करता है, नानक तुझे ऐसे बताता है कि इस तरह के मिलाप की चाहत रखने वाला मनुष्य हर समय प्रभु चरणों में तवज्जो जोड़े रखता है ।

जह जह मन तूं धावदा तह तह हरि तेरै नाले । मन सिआणप छोडिऐ गुर का सबद समाले ।

अर्थ:- हे मेरे मन ! जहाँ - जहाँ तू दौड़ता फिरता है वहाँ - वहाँ ही परमात्मा तेरे साथ ही रहता है अगर तू उसे अपने साथ बसा हुआ देखना चाहता है तो हे मन ! अपनी चतुराई का आसरा छोड़ देना चाहिए ।

साथि तेरै सो सहु सदा है इकु खिन हरि नाम समालहे । जनम जनम के तेरे पाप कटे अंति परम पद पावहे ।

अर्थः- हे मन ! गुरु का शब्द अपने अंदर संभाल के रख फिर तुझे दिख जाएगा कि वह पति प्रभु सदा तेरे साथ रहता है । हे मन ! अगर तू एक छिन के वास्ते भी परमात्मा का नाम अपने अंदर बसाए, तो तेरे अनेक जन्मों के पाप काटे जाएं, और अंत में तू सबसे ऊँचा दर्जा हासिल कर ले ।

साचे नालि तेरा गंढ लागै गुरमुखि सदा समाले । इउ कहै नानक जह मन तूं धावदा तह हरि तेरै सदा नाले ।

अर्थः- हे मन ! गुरु की शरण पड़ के तू सदा परमात्मा को अपने अंदर बसाए रख, इस तरह उस सदा कायम रहने वाले परमात्मा के साथ तेरा पक्का प्यार बन जाएगा । नानक तुझे ये बताता है कि हे मन ! जहाँ - जहाँ तू भटकता फिरता है वहाँ - वहाँ परमात्मा सदा तेरे साथ ही रहता है ।

सतिगुर मिलिऐ धावत थम्हिआ निज घरि वसिआ आए । नाम विहाझे नाम लए नामि रहे समाऐ ।

अर्थः- हे भाई ! अगर गुरु मिल जाए तो ये भटकता मन भटकने से रुक जाता है, ये प्रभु - चरणों में आ टिकता है । फिर ये परमात्मा के नाम का सौदा करता है भाव परमात्मा का नाम जपता रहता है, नाम में लीन रहता है ।

धावत थंम्हिआ सतिगुर मिलिऐ दसवा दुआर पाइआ । तिथै अंम्रित भोजन सहज धुनि उपजै जित सबद जगत थम्हि रहाइआ ।

अर्थः- हे भाई ! यदि गुरु मिल जाए तो भटकता मन भटकने से रुक जाता है यही आत्मिक अवस्था है वह दसवाँ दरवाजा जो इसे मिल

जाता है जो ज्ञानेंद्रियों और कर्म इन्द्रियों से ऊँचा रहता है । उस आत्मिक अवस्था में पहुँच के ये मन आत्मिक जीवन देने वाले नाम की खुराक खाता है इसके अंदर आत्मिक अडोलता की रौंअचल पड़ती है, उस आत्मिक अवस्था में ये मन गुरु शब्द की इनायत से दुनिया के मोह को रोक के रखता है ।

तह अनेक वाजे सदा अनद है सचे रहिआ समाए । इउ कहै नानक सतिगुर मिलिऐ धावत थम्हिआ निजि घरि वसिआ आए ।

अर्थः- जैसे अनेक किसम के साज बजने से बड़ा सुंदर राग पैदा होता है, वैसे ही उस आत्मिक अवस्था में मन के अंदर, मानो अनेको संगीतमयी साज बनजे लग पड़ते हैं, इसके अंदर सदा आनंद बना रहता है, मन सदा स्थिर परमात्मा में लीन रहता है । हे भाई ! तुझे नानक ऐसे बताता है कि गुरु मिल जाए तो ये भटकता मन भटकने से रुक जाता है, और प्रभु चरणों में आ टिकता है ।

मन तू जोति सरुप है आपणा मूल पछाण । मन हरि जी तेरे नालि है गुरमती रंग माण ।

अर्थः- हे मेरे मन ! तू उस परमात्मा की अंश है जो निरा नूर ही नूर है हे मन ! अपनी उस अस्लियत से सांझ बना । हे मन ! वह परमात्मा सदा तेरे अंग - संग बसता है, गुरु की मति ले के उसके मिलाप का स्वाद ले ।

मूल पछाणहि तां सहु जाणहि मरण जीवण की सोझी होई । गुर परसादी एको जाणहि तां दूजा भाउ ना होई ।

अर्थः- हे मन ! अगर तू अपनी अस्लियत समझ ले तो उस पति - प्रभु से तेरी गहरी जान पहचान बन जाएगी, तब तुझे ये समझ भी आ जाएगा कि आत्मिक मौत क्या चीज है और आत्मिक जिंदगी क्या है । हे मन ! अगर गुरु की कृपा से एक परमात्मा के साथ गहरी सांझ डाल ले, तो तेरे अंदर परमात्मा के बिना कोई और मोह प्रबल नहीं हो सकेगा ।

मनि सति आई पजी वधाईता होआ परवाण । इउ कहै नानक मन तूं जोति सरुप है अपणा मूल पछाण ।

(3-440-441)

अर्थः- जब मनुष्य के मन में शाति पैदा हो जाती है जब इसके अंदर चढ़दीकला प्रबल हो जाती तब ये प्रभु की हजूरी में स्वीकार हो जाता है । नानक ऐसे बताता है, हे मेरे मन ! तू उस परमात्मा की अंश है जो निरा प्रकाश ही प्रकाश है, हे मन ! अपने उस असल से सांझ बना असल को पहचान ।

- जत सत संजम साच द्रिड़ाइआ साच सबदि रसि लीणा ।

अर्थः- मेरा गुरु परमात्मा की महिमा की वाणी के द्वारा सदा स्थिर रहने वाले परमात्मा के नाम रस में लीन रहता है मेरे गुरु ने मुझे ये यकीन करवा दिया है कि काम - वासना से बचे रहना, ऊँचा आचरण, इन्द्रियों को विकारों से रोकना, और सदा स्थिर प्रभु का स्मरण यही है सही जीवन ।

मेरा गुर दइआल सदा रंग लीणा । अहिनस रहै एक लिव लागी साचे देखि पतीणा ।

अर्थः- मेरा गुरु दया का घर है, वह सदा प्रेम रंग में रंगा रहता है । मेरे गुरु की तवज्जो दिन - रात एक परमात्मा के चरणों में लगी

रहती है, मेरा गुरु सदा - स्थिर परमात्मा का हर जगह दीदार करके उस दीदार में मस्त रहता है ।

रहै गगन पुरि द्रिसटि समैसरि अनहत सबदि रंगीणा ।

अर्थ:- मेरे गुरु सदा ऊँची अडोल आत्मिक अवस्था में टिका रहता है, मेरे गुरु की प्यार भरी निगाह सब ओर एक जैसी ही है । मेरा गुरु उस शब्द में रंगा हुआ है जिसकी धुनि उसके अंदर एक रस हो रही है ।

सत बंध कुपीन भरिपुर लीणा जिहवा रंगि रसीणा ।

अर्थ:- ऊँचा आचरण रूप लंगोट बाँध के मेरा गुरु सर्व - व्यापक परमात्मा की याद में लीन रहता है, उसकी जीभ प्रभु के प्रेम में रसी रहती है ।

मिलै गुर साचे जिनि रच राचे किरत वीचारि पतीणा ।

अर्थ:- कभी गलती ना खाने वाले मेरे गुरु को वह परमात्मा सदा मिला रहता है जिस ने जगत रचना रची है, उसकी जगत कार्य को देख - देख के मेरा गुरु उसकी सर्व - सामर्थ्य में निश्चय रखता है ।

एक महि सरब सरब महि एका एह सतिगुर देखि दिखाई ।

अर्थ:- सृष्टि के सारे ही जीव एक परमात्मा में हैं भाव, एक प्रभु ही सबकी जिंदगी का आधार है , सारे जीवों में एक परमात्मा व्यापक है यह करिश्मा मेरे गुरु ने खुद देख के मुझे दिखा दिया है ।

जिनि कीए खंड मंडल ब्रहमंडा सो प्रभ लखन न जाई ।

अर्थ:- मेरे गुरु ने ही मुझे बताया है कि जिस प्रभु ने सारे खंड - ब्रहमंड बनाए हैं उसका सही स्वरूप बयान नहीं किया जा सकता ।

दीपक ते दीपक परगासिआ त्रिभवण जोति दिखाई ।

अर्थः- गुरु ने अपनी रौशन ज्योति के दीए से मेरे अंदर दीया जला दिया है और मुझे वह ईश्वरीय ज्योति दिखा दी है, जो तीन भवनों में मौजूद है ।

सचै तखति सच महली बैठे निरभउ ताड़ी लाई ।

अर्थः- मेरा गुरु एक ऐसा नाथों का नाथ भी है जो सदा अटल रहने वाले अडोलता के तख्त पर बैठा हुआ है जो सदा - स्थिर रहने वाले महल में बिराजमान है, वहाँ आसन जमाए बैठे मेरे गुरु - जोगी ने निडरता की समाधि लगाई हुई है ।

मोहि गइआ बैरागी जोगी घटि घटि किंगुरी वाई ।

अर्थः- माया से निर्लिप मेरे जोगी गुरु ने सारे संसार को मोह लिया है उसने हरेक के अंदर आत्मिक जीवन की लहर किंगुरी बजा दी है ।

नानक सरणि प्रभू की छूटे सतिगुर सच सखाई ।

अर्थः- हे नानक ! सदा - स्थिर रहने वाला परमात्मा मेरे गुरु का मित्र है, गुरु के द्वारा प्रभु की शरण पड़ कर जीव माया के मोह से बच जाते हैं ।

अउहठि हसत मड़ी घर छाइआ धरणि गगन कल धारी ।

अर्थः- धरती आकाश को अपनी सत्ता से टिका के रखने वाला परमात्मा जिस जीव को माया - मोह आदि से बचाता है उसके हृदय में टिक के उसके शरीर को अपने रहने के लिए घर बना लेता है भाव, उसके अंदर अपना आप प्रकट करता है ।

गुरमुखि केती सबद उधारी संतहु ।

अर्थः- हे संत जनो ! गुरु के सन्मुख कर के गुरु के शब्द में जोड़ के परमात्मा बेअंत दुनिया को अहंकार ममता कामादिक से बचाता चला आ रहा है ।

ममता मारि हउमै सोखै त्रिभवणि जोति तुमारी ।

अर्थः- हे प्रभु ! गुरु के माध्यम से जिस मनुष्य का तू उद्धार करता है वह अपनत्व को अपने अंदर से मार के अहंकार को भी खत्म कर लेता है, और उसको इस त्रिभवनी जगत में तेरी ही ज्योति नजर आती है ।

मनसा मारि मनै महि राखै सतिगुर सबदि वीचारी ।

अर्थः- हे प्रभु ! जिस जीव को तू तैराता है वह गुरु के शब्द से ऊँचे विचारों का मालिक हो के अपने मन के मायावी फुरनों को खत्म करके तेरी याद को अपने मन में टिकाता है ।

सिंगी सुरति अनाहदि वाजै घटि घटि जोति तुमारी ।

अर्थः- हे प्रभु ! जिस पर तेरी मेहर होती है वह है असल जोगी, उसकी तवज्जो तेरे नाश - रहत स्वरूप में टिकती है ये मानो, उसके अंदर जोगियों वाली सिंगी बजती है, उसको हरेक शरीर में तेरी ही ज्योति दिखाई देती है वह किसी को त्याग के जंगलों - पहाड़ों में नहीं भटकता ।

परपंच बेण तही मन राखिआ ब्रहम अगनि परजारी ।

अर्थः- गुरु के शब्द में टिका हुआ मनुष्य असल जोगी है, वह अपने मन को उस परमात्मा में जोड़े रखता है जिसमें जगत रचना की वीणा बज रही है, वह अपने अंदर ईश्वरीय ज्योति अच्छी तरह जला लेता है ।

पंच तत मिलि अहनिसि दीपक निरमल जोति अपारी ।

अर्थः- हे अवधू ! जिस मनुष्य को परमात्मा गुरु की शरण में लाकर आत्म - उद्धार के रास्ते पर डालता है वह मनुष्य इस पंच - तत्वीय

मानव शरीर को हासिल करके जंगलों - पहाड़ों में जा के इसको राख में नहीं मिलाता, वह तो बेअंत परमात्मा की पवित्र ज्योति का दीपक दिन - रात अपने अंदर जगाए रखता है ।

रवि ससि लउके इहु तन किंगरी वाजै सबद निरारी ।

अर्थः- हे अवधू ! प्रभु की कृपा का पात्र बना हुआ मनुष्य अपने इस शरीर को किंगुरी बनाता है, सांस - सांस नाम जपने को इस शरीर किंगुरी की तूंबी बनाता है, उसके अंदर गुरु का शब्द अनोखे आकर्षण के साथ बजता है भाव, गुरु का शब्द उसके अंदर रसमयी प्रेम - राग पैदा करता है ।

सिव नगरी महि आसण अउध अलख अगंम अपारी ।

अर्थः- हे अवधू ! जिस मनुष्य का उद्धार परमात्मा गुरु के शब्द द्वारा करता है, वह उस आत्मिक अवस्था रूपी नगरी में अडोल - चित्त हो के जुड़ता है जहाँ कल्याण स्वरूप प्रभु का ही प्रभाव है, जहाँ उसके अंदर अलख, अगम्य पहुँच से परे और बेअंत परमात्मा प्रगट हो पड़ता है वह ऊँची आत्मिक अवस्था ही गुरसिख जोगी की शिव नगरी है ।

काइआ नगरी इहु मन राजा पंच वसहि वीचारी ।

अर्थः- हे अवधू ! प्रभु की कृपा प्राप्त मनुष्य का यह शरीर मानो, बसता हुआ शहर बन जाता है जिसमें पाँचों ज्ञान - इंद्रिय विचारवान हो के ऊँची आत्मिक सूझ - बूझ वाली हो के बसती है भाव, विकारों के पीछे नहीं भटकती फिरतीं, कृपा के पात्र मनुष्य का यह मन शरीर नगरी में राजा बन जाता है कामादिकों को वश में कर लेता है ।

सबदि रवै आसणि घरि राजा अदल करे गुणकारी ।

अर्थः- हे अवधू ! जिस मनुष्य का, परमात्मा गुरु के शब्द द्वारा उद्धार करता है उसका मन कामादिक पर बलवान हो के आत्मिक अडोलता के आसन पर बैठता है अपने अंदर ही टिका रहता है, गुरु के शब्द में जुड़ के परमात्मा का स्मरण करता रहता है, न्याय करता है भाव, सारी इन्द्रियों को अपनी - अपनी सीमा में बाँध के रखता है और परोपकारी हो जाता है ।

काल बिकाल कहे कहि बपुरे जीवत मूआ मन मारी ।

अर्थः- हे अवधू ! जिस मनुष्य पर प्रभु की मेहर होती है वह धूणियाँ तपा - तपा के नहीं जलता, वह तो संसारिक जीवन जीते हुए ही अहंकार, ममता, कामादिक की ओर से मर जाता है, वह अपने मन को इनकी ओर से मार देता है, इस अवस्था में पहुँचे हुए का बिचारे जनम - मरण कुछ बिगाड़ नहीं सकते ।

ब्रहमा बिसन महेस इक मूरति आपे करता कारी ।

(1-907-908)

अर्थः- हे अवधू ! उस मनुष्य को यह समझ आ जाती है कि ईश्वर स्वयं ही सब कुछ करने में समर्थ है, ब्रहमा - विष्णु और शिव उस एक परमात्मा की एक - एक ताकत के स्वरूप माने गए हैं ।

(पाठी माँ साहिबा)

हक हक हक

(शब्द गुरु प्रत्यक्षता)

ऐक शब्द

उपरोक्त अर्थों में कहे गये गुरू-सतगुरू-शबद-नाम-सच्चा नाम इत्यादि विशेष - विशेषो का केवल और केवल ऐक ही अर्थ विशेष है कि – "रागमई प्रकाशित सुगंधित आवाज़ विशेष" । इसके आलावा सारे अर्थ केवल मनमत हैं – गुरूमत का इससे कोई संबंध विशेष नंही हैं ।

"सबद गुरू - सुरत धुन चेला । गुण गोबिंद - नाम धुन बाणी ।"