ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Raamkalee, First Mahalaa:

ਸੁਣਿ ਮਾਛਿੰਦ੍ਰਾ ਨਾਨਕੁ ਬੋਲੈ ॥

Listen, Machhindra, to what Nanak says.

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ-ਹੇ ਮਾਛਿੰਦ੍ਰ! ਸੁਣ।

ਵਸਗਤਿ ਪੰਚ ਕਰੇ ਨਹ ਡੋਲੈ ॥

One who subdues the five passions does not waver.

(ਅਸਲ ਵਿਰਕਤ ਕਾਮਾਦਿਕ) ਪੰਜੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਸ ਵਿਚ ਕਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ (ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ) ਉਹ ਕਦੇ ਡੋਲਦਾ ਨਹੀਂ।

ਐਸੀ ਜੁਗਤਿ ਜੋਗ ਕਉ ਪਾਲੇ ॥

One who practices Yoga in such a way,

ਉਹ ਵਿਰਕਤ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਜੁਗਤਿ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਇਹੀ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਜੋਗ-ਸਾਧਨ।

ਆਪਿ ਤਰੈ ਸਗਲੇ ਕੁਲ ਤਾਰੇ ॥੧॥

saves himself, and saves all his generations. ||1||

(ਇਸ ਜੁਗਤਿ ਨਾਲ ਉਹ) ਆਪ (ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚੋਂ) ਪਾਰ ਲੰਘ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕੁਲਾਂ ਨੂੰ ਭੀ ਪਾਰ ਲੰਘਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ॥੧॥

ਸੋ ਅਉਧੂਤੁ ਐਸੀ ਮਤਿ ਪਾਵੈ ॥

He alone is a hermit, who attains such understanding.

(ਹੇ ਮਾਛਿੰਦ੍ਰ! ਅਸਲ) ਵਿਰਕਤ ਉਹ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਜੇਹੀ ਸਮਝ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ,

ਅਹਿਨਿਸਿ ਸੁੰਨਿ ਸਮਾਧਿ ਸਮਾਵੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Day and night, he remains absorbed in deepest Samaadhi. ||1||Pause||

ਕਿ ਉਹ ਦਿਨ ਰਾਤ ਐਸੇ ਆਤਮਕ ਟਿਕਾਉ ਵਿਚ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਥੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਫੁਰਨਿਆਂ ਵਲੋਂ ਸੁੰਞ ਹੀ ਸੁੰਞ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਭਿਖਿਆ ਭਾਇ ਭਗਤਿ ਭੈ ਚਲੈ ॥

He begs for loving devotion to the Lord, and lives in the Fear of God.

(ਹੇ ਮਾਛਿੰਦ੍ਰ! ਅਸਲ ਵਿਰਕਤ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਅਤੇ ਡਰ-ਅਦਬ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਹੈ ਉਸ ਦੀ (ਆਤਮਕ) ਭਿੱਛਿਆ (ਜੋ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦਰ ਤੋਂ ਹਾਸਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਹੋਵੈ ਸੁ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਸੰਤੋਖਿ ਅਮੁਲੈ ॥

He is satisfied, with the priceless gift of contentment.

ਇਸ ਭਿੱਛਿਆ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੰਤੋਖ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੇ) ਉਸ ਅਮੋਲਕ ਸੰਤੋਖ ਨਾਲ ਉਹ ਰੱਜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਭਾਵ, ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਇਆ ਦੀ ਭੁੱਖ ਨਹੀਂ ਵਿਆਪਦੀ)।

ਧਿਆਨ ਰੂਪਿ ਹੋਇ ਆਸਣੁ ਪਾਵੈ ॥

Becoming the embodiment of meditation, he attains the true Yogic posture.

(ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਤੇ ਭਗਤੀ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਉਹ ਵਿਰਕਤ) ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਇੱਕ-ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਿਵ-ਲੀਨਤਾ ਦਾ ਉਹ (ਆਪਣੇ ਆਤਮਾ ਵਾਸਤੇ) ਆਸਣ ਵਿਛਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਚਿ ਨਾਮਿ ਤਾੜੀ ਚਿਤੁ ਲਾਵੈ ॥੨॥

He focuses his consciousness in the deep trance of the True Name. ||2||

ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਉਹ ਆਪਣਾ ਚਿੱਤ ਜੋੜਦਾ ਹੈ, ਇਹ (ਉਸ ਵਿਰਕਤ ਦੀ) ਤਾੜੀ ਹੈ ॥੨॥

ਨਾਨਕੁ ਬੋਲੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ॥

Nanak chants the Ambrosial Bani.

ਨਾਨਕ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਬਾਣੀ ਆਖਦਾ ਹੈ-

ਸੁਣਿ ਮਾਛਿੰਦ੍ਰਾ ਅਉਧੂ ਨੀਸਾਣੀ ॥

Listen, O Machhindra: this is the insignia of the true hermit.

ਹੇ ਮਾਛਿੰਦ੍ਰ! ਸੁਣ। ਵਿਰਕਤ ਦੇ ਲੱਛਣ ਇਹ ਹਨ ਕਿ

ਆਸਾ ਮਾਹਿ ਨਿਰਾਸੁ ਵਲਾਏ ॥

One who, in the midst of hope, remains untouched by hope,

(ਅਸਲੀ ਵਿਰਕਤ) ਦੁਨੀਆ ਦੀਆਂ ਆਸਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੋਇਆ ਭੀ ਆਸਾਂ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ ਜੀਵਨ ਗੁਜ਼ਾਰਦਾ ਹੈ,

ਨਿਹਚਉ ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਪਾਏ ॥੩॥

shall truly find the Creator Lord. ||3||

ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੇ ਨਾਨਕ! ਉਹ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ॥੩॥

ਪ੍ਰਣਵਤਿ ਨਾਨਕੁ ਅਗਮੁ ਸੁਣਾਏ ॥

Prays Nanak, I share the mysterious secrets of God.

ਨਾਨਕ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ-(ਹੇ ਮਾਛਿੰਦ੍ਰ! ਅਸਲ ਵਿਰਕਤ) ਅਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਆਪ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ) ਸੁਣਾਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰ ਚੇਲੇ ਕੀ ਸੰਧਿ ਮਿਲਾਏ ॥

The Guru and His disciple are joined together!

(ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਉਤੇ ਤੁਰ ਕੇ ਅਸਲ ਵਿਰਕਤ) ਗੁਰੂ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਆਪ ਮਿਲਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

ਦੀਖਿਆ ਦਾਰੂ ਭੋਜਨੁ ਖਾਇ ॥

One who eats this food, this medicine of the Teachings,

ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਆਤਮਕ ਖ਼ੁਰਾਕ ਖਾਂਦਾ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਦਵਾਈ ਖਾਂਦਾ ਹੈ (ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਆਤਮਕ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੀ ਹੈ)।