

# GOBIND MARG

THE MONTHLY BULLETIN OF  
**GURDWARA SRI GURU SINGH SABHA – HOUNSLOW**

OCTOBER 2025 – VOL XXXIII ISSUE 10



*Created by Guru Ram Das ji, the Amritsar Sarovar reveals Sri Harmandar Sahib at its centre and gives the Gurdwara complex its majestic reflection in the water, especially at night. Guru Sahib had designed the Sarovar as a central feature of a new town Ramdasapur, which he established at the behest of Guru Amar Das ji, after purchasing the land from the local landlords. The Sarovar, which is set in a square of side 150m, is believed by the devotees to have healing properties. Its water is replenished from river Ravi through a network of channels, to always maintain its purity.*

**NOTE: THIS PUBLICATION CONTAINS SCRIPTURE - KINDLY HANDLE WITH CARE & UTMOST RESPECT.**

# PROGRAMME



Monday – Saturday (Exc Tuesday)			T u e s d a y			S u n d a y		
4:00 AM	Parkash		4:00 AM	Parkash		4:00 AM	Parkash	
5:00 AM	Nitnem		5:00 AM	Nitnem		5:00 AM	Nitnem	
6:00 AM	Simran		6:00 AM	Simran		6:00 AM	Simran	
6:30 AM	Asa Di Var		6:30 AM	Asa Di Var		6:30 AM	Asa Di Var	
7:45 AM	Ardaas		7:45 AM	Ardaas		7:45 AM	Ardaas	
10:00 AM	Kirtan		10:00 AM	Kirtan		8:00 AM	Akhand Paath/Sehaj Paath Bhog	
10:45 AM	Katha		10:30 AM	Katha			Sukhmani Sahib	
11:30 AM	Ardaas		11:00 AM	Sukhmani Sahib Path		9:00 AM	Kirtan	
			12:30 PM	Ladies Kirtan		9:45 AM	Ardaas	
			2:00 PM	Ardaas		10:00 AM	Youth Kirtan	
						11:00 AM	Kirtan	
						12:00 PM	Katha	
						1:00 PM	Kirtan	
						2:00 PM	Ardaas	
EVENING			EVENING			EVENING		
6:00 PM	Rehraas		6:00 PM	Rehraas		6:00 PM	Rehraas	
6:30 PM	Kirtan		6:30 PM	Kirtan		6:30 PM	Kirtan	
7:00 PM	Katha		7:00 PM	Katha		7:00 PM	Katha	
7:30 PM	Ardaas		7:30 PM	Ardaas		7:30 PM	Ardaas	
8:00 PM	Sukhasan		8:00 PM	Sukhasan		8:00 PM	Sukhasan	



ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥



# GURDWARA SRI GURU SINGH SABHA

Alice Way, off Hanworth Road, Hounslow, Middlesex, TW3 3UD

Enquiries: **020 8577 2793** Email: [khalsa@sgss.org](mailto:khalsa@sgss.org) Website: [www.sgss.org](http://www.sgss.org)

Registered No. 75990 as a place of worship under the Worship Registration Act 1855

Registered Charity No. 283314

Inland Revenue Ref. CC 15570

**Note:** All views expressed in this bulletin are those of the authors, and not necessarily of GSGSS Hounslow.

## DAILY OPENING TIMES

**Gurdwara:** 4:00am to 8:00pm

**Main Office:** 10:00am to 6:00pm

**Matrimonial:** 10:00am to 1:00pm - Closed on Bank Holidays.

**Library:** Tuesdays 11:00am - 1.30pm Sundays 11:00am – 1:30pm

**Matrimonial Service Contact** via email [marriages@sgss.org](mailto:marriages@sgss.org)

# October 2025

Important Days	Event	Nanakshahi Days	
		October ਅੱਸੂ / ਕੱਤਕ	November ਕੱਤਕ / ਮੱਘਰ
<b>Sangrandh</b> ਸੰਗਰਾਂਦ	New Month Start Date	15	14
<b>Parkash/ Avtar (Birthday) Gurgurb, Gurgaddi, Shaheedi (Martyrdom), Jyoti Jot/ Barsi</b>			
Guru Ram Das ji	Parkash	9	
Sri Guru Harkrishan Sahib Ji	Gurgaddi	20	
Sri Guru Granth Sahib Ji	Gurgaddi	20	
Sri Guru Gobind Singh Ji	Jyoti Jot	21	
Sri Guru Nanak Sahib ji	Parkash (Observed on)		15
Sri Guru Tegh Bahadur Sahib Ji	Shaheedi		24
Sri Guru Gobind Singh Ji	Gurgaddi		24
<b>Historical Dates - Events &amp; Festivals</b>			
Saka Panja Sahib	Saka	28	
Mata Sahib Kaur Ji	Birthday		1
Bandi Chhorr	Divas		1
Baba Deep Singh Ji	Shaheedi		13
Bhai Mati Das Ji, Bhai Sati Das Ji, Bhai Dayala Ji	Shaheedi		24
Sahibzada Baba Zoravar Singh Ji	Birthday		28



Dear Sangat Jee – 🙏 **WAHEGURU JI KA KHALSA WAHEGURU JI KI FATEH** 🙏

**The 2025 Awards Trophies for the Sponsors and Contributors** to the Sponsored Walk Event, of fifty pounds or over, were presented on Sunday 14<sup>th</sup> September as per notice. Although not very many turned up, there was still a sizeable presence, and a most enjoyable experience was had by all. Mr Mohinder Singh Takher, long standing senior Gurdwara member, gave away the trophy prizes. Mrs Baljit Kaur Sandhu who had collected over £1450, and the personal contribution of £1000 from Mrs Harjit Kaur Singh, were given a well deserved special mention. 🏆



## Income & Expenditure

In the month of September, the Gurdwara total finance figures were as follows:

**Income:** £ 115,762.23 and **Expenditure:** £ 91,821.04

**Event Bookings** Services performed in support of the Sangat in July were:

- |                               |    |                    |    |
|-------------------------------|----|--------------------|----|
| • Sukhmani Sahib Paath/Kirtan | 29 | • School Visits    | 0  |
| • Weddings – Anand Karaj      | 10 | • Funerals         | 12 |
| • Sehaj & Akhand Paaths       | 18 | • Sog Sabha/ Ashes | 1  |

## October Events

**Gurdwara Sri Guru Singh Sabha Hounslow**

**Guru Ram Das Ji Parkash Gurburb - Programme**

Thursday, 9<sup>th</sup> October 2025

<u>7<sup>th</sup> Oct</u> 10:00am	Arambh Akhand Path
<u>9<sup>th</sup> Oct</u>	
9:30-10:00am	Bhog Akhand Path
10:00-11:00am	Kirtan Bhai Karnail Singh Ji
11:00-12:00pm	Katha Giani Mohar Singh Ji
12:00-1:00pm	Kirtan Bhai Nanak Singh Ji Preet
1:00-2:00pm	Kirtan Bhai Harpal Singh Ji Hazuri Ragi Darbar Sahib Followed by Ardas & Smapti

**Gurdwara Sri Guru Singh Sabha Hounslow**

**Gurgadi Guru Granth Sahib Ji - Programme**

Monday, 20<sup>th</sup> October 2025

<u>18<sup>th</sup> Oct</u> 10:00am	Arambh Akhand Path
<u>20<sup>th</sup> Oct</u>	
9:30-10:00am	Bhog Akhand Path
10:00-11:00am	Kirtan Bhai Karnail Singh Ji
11:00-12:00pm	Katha Giani Mohar Singh Ji
12:00-1:00pm	Kirtan Bhai Nanak Singh Ji Preet
1:00-2:00pm	Kirtan Bhai Kulveer Singh Ji Jalandar wale Followed by Ardas & Smapti

## Health & Safety

Everyone should continue to follow the Government Covid19 guidelines. Whenever possible please observe social distancing, wear face covering and wash hands frequently.

## Show Your Gratitude

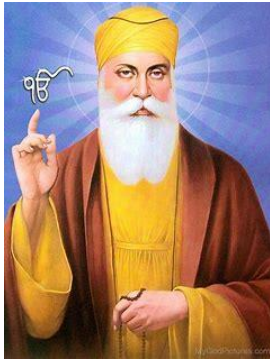
Donations to the Gurdwara to help run the Sangat services are gratefully received; this can be done in one of three ways:

**By Cheque:** Payable to Sri Guru Singh Sabha Hounslow and posted/delivered to Gurdwara Sri Guru Singh Sabha, Alice Way, Hounslow, TW3 3UD

**Online:** Donations can be made online at [www.sgss.org/donate](http://www.sgss.org/donate)

**BACS:** Barclays Bank, Sort code 20 96 55 and Account No. 00859095.





**Guru Nanak Sahib ji's Japji Sahib** bani is widely recognized as the quintessence of the Sri Guru Granth Sahib ji. Following the Mool Mantar, the compilation starts with an opening Salok or verse, then a set of 38 Pauris or hymns and ends with a closing Salok. This month we elaborate the 22 verses of Pauri 27 of this deeply revealing Bani.



Ver-se	Japji Sahib Pauri 27	Glossary	Contextual Meaning
1-3	ਸੇ ਦੁਰੁ ਕੇਹਾ ਸੇ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥ ਵਾਜੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥ ਕੇਤੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਨਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥	ਕੇਹਾ ਦੁਰੁ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ਨਾਦ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ਪਰੀ ਸਿਉ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਨਿ	ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ, ਬੜਾ ਅਸਚਰਜ। ਦਰਵਾਜ਼ਾ। ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ। ਤੂੰ ਸੰਭਾਲ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਆਵਾਜ਼, ਸ਼ਬਦ, ਰਾਗ। ਵਜਾਉਣ ਵਾਲੇ। ਰਾਗਣੀ। ਸਮੇਤ, ਸਣੇ। ਰਾਗਣੀਆਂ ਸਮੇਤ। ਕਹੀਦੇ ਹਨ, ਆਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
4-5	ਗਾਵਹਿ ਤੁਹਨੇ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥ ਗਾਵਹਿ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਹਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਵੀਚਾਰੇ ॥	ਤੁਹਨੇ ਬੈਸੰਤਰੁ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ	ਤੈਨੂੰ (ਹੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ!)। ਅੰਗ। ਧਰਮ-ਰਾਜ। ਤੇਰੇ ਦਰ 'ਤੇ। ਉਹ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਜੋ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਚੰਗੇ-ਮੰਦੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਲੇਖਾ ਲਿਖਦੇ ਹਨ।
6-7	ਗਾਵਹਿ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥ ਗਾਵਹਿ ਇੰਦ ਇਦਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥	ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਸਵਾਰੇ ਇੰਦ ਇਦਾਸਣਿ ਦਰਿ ਦੇਵਤਿਆਂ ਨਾਲੇ	ਸ਼ਿਵ। ਬ੍ਰਹਮਾ। ਦੇਵੀਆਂ। ਸੋਭਦੇ ਹਨ, ਸੋਹਣੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਤੇਰੇ ਸਵਾਰੇ ਹੋਏ। ਇੰਦਰ ਦੇਵਤੇ। ਇੰਦਰ ਦੇ ਆਸਣ ਉੱਤੇ। ਤੇਰੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਉੱਤੇ। ਦੇਵਤਿਆਂ ਸਮੇਤ।
8-9	ਗਾਵਹਿ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਸਾਧ ਵਿਚਾਰੇ ॥	ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਸਿਧ	ਸਮਾਧੀ ਵਿਚ ਜੁੜ ਕੇ, ਸਮਾਧੀ ਲਾ ਕੇ। ਪੁਰਾਤਨ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਪੁਸਤਕਾਂ ਵਿਚ ਸਿੱਧ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਮੰਨੇ ਗਏ ਹਨ ਜੋ ਮਨੁੱਖਾਂ

	ਗਾਵਨਿ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਹਿ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥	ਵਿਚਾਰੇ ਸਤੀ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ	ਦੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਤੋਂ ਉਤਾਂਹ ਸਨ ਤੇ ਦੇਵਤਿਆਂ ਤੋਂ ਹੇਠ! ਇਹ ਸਿੱਧ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਦਾ ਪੂੰਜ ਸਨ ਅਤੇ ਅੱਠਾਂ ਹੀ ਸਿੱਧੀਆਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਸਮਝੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਵਿਚਾਰ ਵਿਚਾਰ ਕੇ। ਦਾਨੀ, ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ। ਤਕੜੇ ਸੂਰਮੇ।
10- 11	ਗਾਵਨਿ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥ ਗਾਵਹਿ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗਾ ਮਛ ਪਇਆਲੇ ॥	ਪੜਨਿ ਰਖੀਸਰ  ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ਮੋਹਣੀਆ ਮਛ ਪਇਆਲੇ	ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ। (ਰਿਖੀ ਈਸਰ) , ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਰਿਖੀ, ਮਹਾਂ ਰਿਖੀ। ਹਰੇਕ ਜੁਗ ਵਿਚ, ਸਦਾ। ਵੇਦਾਂ ਸਣੇ। ਸੁੰਦਰ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ। ਮਾਤ ਲੋਕ ਵਿਚ। ਪਤਾਲ ਵਿਚ।
12- 14	ਗਾਵਨਿ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥ ਗਾਵਹਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਹਿ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥ ਗਾਵਹਿ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਧਾਰੇ ॥	ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠ ਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ਜੋਧ ਮਹਾ ਬਲ ਸੂਰਾ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ  ਖਾਣੀ  'ਚਾਰੇ ਖਾਣੀ'  ਖੰਡ  ਮੰਡਲ  ਵਰਭੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਧਾਰੇ	ਤੇਰੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਹੋਏ। ਅਠਾਹਠ। ਤੀਰਥਾਂ ਸਮੇਤ। ਜੋਧੇ। ਵੱਡੇ ਬਲ ਵਾਲੇ। ਸੂਰਮੇ। ਚਾਰੇ ਖਾਣੀਆਂ, ਅੰਡਜ, ਜੇਰਜ, ਸ਼੍ਰੇਤਜ, ਉਤਭੁਜ। ਖਾਣ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੁਟ ਕੇ ਵਿਚੋਂ ਧਾਤਾਂ ਜਾਂ ਰਤਨ ਆਦਿਕ ਪਦਾਰਥ ਕੱਢੇ ਜਾਣ। ਚਾਰ ਖਾਣਾਂ ਹਨ: ਅੰਡਾ, ਜਿਓਰ, ਮੁੜਕਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉੱਗ ਪੈਣਾ। ਦਾ ਇੱਥੇ ਭਾਵ ਹੈ ਚੰਗਾਂ ਹੀ ਖਾਣਾਂ ਦੇ ਜੀਵ ਜੰਤ, ਸਾਰੀ ਰਚਨਾ। ਟੋਟਾ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਟੋਟਾ, (ਭਾਵ) ਹਰੇਕ ਧਰਤੀ। ਚੱਕਰ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਇਕ ਚੱਕਰ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਕ ਸੂਰਜ ਇਕ ਚੰਦ੍ਰਮਾ ਤੇ ਧਰਤੀ ਆਦਿਕ ਗਿਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ। ਬਣਾ ਕੇ, ਰਚ ਕੇ। ਟਿਕਾਏ ਹੋਏ।
15- 16	ਸੇਈ ਤੁਧੁਨੇ ਗਾਵਹਿ ਜੇ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥ ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਵੀਚਾਰੇ ॥	ਸੇਈ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਰਸਾਲੇ ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ	ਉਹੀ ਜੀਵ। ਤੈਨੂੰ ਚੰਗੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਰੰਗੇ ਹੋਏ, ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਮੱਤੇ ਹੋਏ। (ਰਸ ਆਲਸ) ਰਸ ਦੇ ਘਰ, ਰਸੀਏ। ਅਨੇਕਾਂ ਹੋਰ ਜੀਵ।

		ਮੈ ਚਿਤਿ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ ਕਿਆ ਵੀਚਾਰੇ	ਮੇਰੇ ਚਿੱਤ ਵਿਚ। ਮੇਰੀ ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹਨ। ਕੀਹ ਵਿਚਾਰ ਕਰੇ?
17- 18	ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥ ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥	ਸਚੁ ਨਾਈ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਨ ਜਾਸੀ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ	ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ, ਅਟੱਲ। ਵਡਿਆਈ। ਹੋਵੇਗਾ, ਥਿਰ ਰਹੇਗਾ। ਜੰਮਦਾ ਨਹੀਂ। ਨਾਹ ਹੀ ਮਰੇਗਾ। ਜਿਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੇ। ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਹੈ।
19- 20	ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥ ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਵ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥	ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਜਿਨਿ ਵੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਵ ਵਡਿਆਈ	ਰੰਗਾਂ ਰੰਗਾਂ ਦੀ, ਕਈ ਰੰਗਾਂ ਦੀ। ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ। ਪੈਦਾ ਕਰ ਕੇ। ਕਈ ਜਿਨਸਾਂ ਦੀ। ਜਿਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੇ। ਸੰਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣਾ ਰਚਿਆ ਹੋਇਆ ਜਗਤ। ਜਿਵੇਂ। ਰਜ਼ਾ।
21- 22	ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥ ਸੇ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੨੧॥	ਕਰਸੀ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਇ ਸਾਹਾ ਪਾਤਿ ਸਾਹਿਬੁ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ	ਕਰੇਗਾ। ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸ਼ਾਹਾਂ ਦਾ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹ। ਰਹਿਣਾ (ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ)। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ।

## ਪੰਜਾਬੀ ਅਰਥ

1-3	ਉਹ ਦਰ, ਜਾਂ ਘਰ, ਬੜਾ ਹੀ ਅਸਚਰਜ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਬਹਿ ਕੇ, (ਹੇ ਨਿਰੰਕਾਰ!) ਤੂੰ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈਂ। (ਤੇਰੀ ਇਸ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ) ਅਨੇਕਾਂ ਤੇ ਅਣਗਿਣਤ ਵਾਜੇ ਤੇ ਰਾਗ ਹਨ; ਬੇਅੰਤ ਹੀ ਜੀਵ ਉਹ ਵਾਜਿਆਂ ਨੂੰ ਵਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹਨ, ਰਾਗਣੀਆਂ ਸਣੇ ਬੇਅੰਤ ਹੀ ਰਾਗ ਕਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਹੀ ਜੀਵ ਇਹਨਾਂ ਰਾਗਾਂ ਦੇ ਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹਨ (ਜੇ ਤੈਨੂੰ ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ) !
4-5	(ਹੇ ਨਿਰੰਕਾਰ!) ਪਉਣ, ਪਾਣੀ, ਅਗਨੀ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਧਰਮ-ਰਾਜ ਤੇਰੇ ਦਰ 'ਤੇ (ਖਲੋ ਕੇ) ਤੈਨੂੰ ਵਡਿਆਇ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਹ ਚਿੱਤਰ-ਗੁਪਤ ਭੀ ਜੇ (ਜੀਵਾਂ ਚੰਗੇ-ਮੰਦੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਲੇਖੇ) ਲਿਖਣੇ ਜਾਣਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਨੂੰ ਧਰਮ-ਰਾਜ ਵਿਚਾਰਦਾ ਹੈ, ਤੇਰੀਆਂ ਵਡਿਆਈਆਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।
6-7	(ਹੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ!) ਦੇਵੀਆਂ, ਸ਼ਿਵ ਤੇ ਬ੍ਰਹਮਾ, ਜੋ ਤੇਰੇ ਸਵਾਰੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਤੈਨੂੰ ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਕਈ ਇੰਦਰ ਆਪਣੇ ਤਖਤ 'ਤੇ ਬੈਠੇ ਹੋਏ ਦੇਵਤਿਆਂ ਸਮੇਤ ਤੇਰੇ ਦਰ 'ਤੇ ਤੈਨੂੰ ਸਲਾਹ ਰਹੇ ਹਨ।
8-9	ਸਿੱਧ ਲੋਕ ਸਮਾਧੀਆਂ ਲਾ ਕੇ ਤੈਨੂੰ ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਸਾਧ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਕਰ ਕੇ ਤੈਨੂੰ ਸਲਾਹ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਤ-ਧਾਰੀ, ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੇ ਸੰਤੋਖ ਵਾਲੇ ਪੁਰਸ਼ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ (ਬੇਅੰਤ) ਤਕੜੇ ਸੂਰਮੇ ਤੇਰੀਆਂ ਵਡਿਆਈਆਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।



<b>10-11</b>	(ਹੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ!) ਪੰਡਿਤ ਤੇ ਮਹਾਂਰਿਖੀ ਜੇ (ਵੇਦਾਂ ਨੂੰ) ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ। ਵੇਦਾਂ ਸਣੇ ਤੈਨੂੰ ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਸੁੰਦਰ ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ, ਜੋ ਸੁਰਗ, ਮਾਤ-ਲੋਕ ਤੇ ਪਾਤਾਲ ਵਿਚ (ਭਾਵ, ਹਰ ਥਾਂ) ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਮੋਹ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤੈਨੂੰ ਗਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।
<b>12-14</b>	(ਹੇ ਨਿਰੰਕਾਰ!) ਤੇਰੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਰਤਨ ਅਠਾਹਠ ਤੀਰਥਾਂ ਸਮੇਤ ਤੈਨੂੰ ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਵੱਡੇ ਬਲ ਵਾਲੇ ਜੋਧੇ ਤੇ ਸੂਰਮੇ ਤੇਰੀ ਸਿਫਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਚੰਹਾਂ ਹੀ ਖਾਣੀਆਂ ਦੇ ਜੀਅ ਜੰਤ ਤੈਨੂੰ ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ, ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਖੰਡ ਅਤੇ ਚੱਕਰ, ਜੋ ਤੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰ ਕੇ ਟਿਕਾ ਰਖੇ ਹਨ, ਤੈਨੂੰ ਗਾਉਂਦੇ ਹਨ।
<b>15-16</b>	(ਹੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ!) (ਅਸਲ ਵਿਚ ਤਾਂ) ਉਹੋ ਤੇਰੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਰੱਤੇ ਰਸੀਏ ਭਗਤ ਜਨ ਤੈਨੂੰ ਗਾਉਂਦੇ ਹਨ (ਭਾਵ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹੀ ਗਾਉਣਾ ਸਫਲ ਹੈ) ਜੋ ਤੈਨੂੰ ਚੰਗੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਅਨੇਕਾਂ ਹੋਰ ਜੀਵ ਤੈਨੂੰ ਗਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਮੈਥੋਂ ਗਿਣੇ ਭੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ। (ਭਲਾ) ਨਾਨਕ (ਵਿਚਾਰਾ) ਕੀਹ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?
<b>17-18</b>	ਜਿਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੇ ਇਹ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਉਹ ਐਸ ਵੇਲੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਸਦਾ ਰਹੇਗਾ, ਨਾਹ ਉਹ ਜੰਮਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਹ ਹੀ ਮਰੇਗਾ। ਉਹ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਹੈ, ਉਹ ਮਾਲਕ ਸੱਚਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਭੀ ਸਦਾ ਅਟੱਲ ਹੈ।
<b>19-20</b>	ਜਿਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੇ ਕਈ ਰੰਗਾਂ, ਕਿਸਮਾਂ ਅਤੇ ਜਿਨਸਾਂ ਦੀ ਮਾਇਆ ਰਚ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਉਹ ਜਿਵੇਂ ਉਸ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਹੈ, (ਭਾਵ, ਜੇਡਾ ਵੱਡਾ ਆਪ ਹੈ ਉਡੇ ਵੱਡੇ ਜਿਗਰੇ ਨਾਲ ਜਗਤ ਨੂੰ ਰਚ ਕੇ) ਆਪਣੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਭੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।
<b>21-22</b>	ਜੇ ਕੁਝ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਭਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹੋ ਹੀ ਕਰੇਗਾ, ਕਿਸੇ ਜੀਵ ਪਾਸੋਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਅੱਗੇ ਹੁਕਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ (ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਆਖ ਸਕਦੇ - 'ਇਉਂ ਨ ਕਰੀ, ਇਉਂ ਕਰ')। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹ ਹੈ, ਪਾਤਿਸ਼ਾਹਾਂ ਦਾ ਭੀ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ) ਉਸ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ (ਹੀ ਫਬਦਾ ਹੈ)।
<b>ਭਾਵ ਪੌੜੀ 27</b>	ਕਈ ਰੰਗਾਂ ਦੀ, ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ, ਕਈ ਜਿਨਸਾਂ ਦੀ, ਬੇਅੰਤ ਰਚਨਾ ਕਰਤਾਰ ਨੇ ਰਚੀ ਹੈ। ਇਸ ਬੇਅੰਤ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਭੀ ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਇਕ ਐਸਾ ਹੈ ਜੋ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਜਗਤ ਵਿਚ ਐਸਾ ਕੌਣ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਦਮ ਮਾਰ ਸਕੇ ਕਿ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਅਸਥਾਨ 'ਤੇ ਬੈਠ ਕੇ ਉਹ ਸਿਰਜਨਹਾਰ ਇਸ ਬੇਅੰਤ ਰਚਨਾ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ? ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਐਸੀ ਪਾਇਆਂ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ, ਬੱਸ! ਇਕੋ ਗੱਲ ਫਬਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਰਹੇ। ਇਹੀ ਹੈ ਵਸੀਲਾ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲੋਂ ਵਿੱਥ ਮਿਟਾਣ ਦਾ, ਤੇ ਇਹੀ ਹੈ ਇਸ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਨੋਰਥ। ਵੇਖੋ! ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਆਦਿਕ ਤੱਤਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਉੱਚੇ ਜੀਵਨ ਵਾਲੇ ਮਹਾਂ ਪੁਰਖਾਂ ਤਕ ਸਭ ਆਪੇ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦੇ ਮਨੋਰਥ ਨੂੰ ਸਫਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਭਾਵ, ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਮਿਲੀ ਕਾਰ ਕਰੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। 27।

## English Rendition

<b>1-3</b>	That gate, the mansion, from where You are taking care of all beings is beautiful! In Your Nature there are innumerable musical instruments capable of producing various tunes ( <i>Raags</i> ). Endless beings are playing those instruments in their variety of tunes, singing Your praises.
<b>4-5</b>	O Nirankar! The elements air, water, fire sing of You. The righteous judge of dharma sings Your praises on Your doorstep. Chitr and Gupt, the angels of the conscious and the subconscious who record actions, and the judge of dharma all sing of You.

<b>6-7</b>	O Akal Purakh! To You sing the gods and goddesss who have been beautified by You. To Thee sing Indras, seated on their thrones, their songs of praise.
<b>8-9</b>	The Siddhas sing in Samaadhi and the Saadhus sing in contemplation. The celibates, the fanatics, the peacefully accepting and the fearless warriors sing.
<b>10-11</b>	O Akal Purakh! Pandits and Maharikhis who read the Vedas sing to You alongside their reading. The nymphs in heaven, on earth and the nether regions, sing to You.
<b>12-14</b>	O Nirankar! Your most valuable gifts together with the sixty eight pilgrimage desinations are singing of You. The brave and the warriors are praising You. All living beings arisen from the four sources of life are singing Your praises. The whole creation, its continents and spheres are all singing praises of You.
<b>15-16</b>	(O Akal Purakh!) (In fact, in reality) the devotees drenched in Your love ( <i>the Bhagats</i> ), who please You, sing Your praises. Countless other beings sing Your praises. How can helpless Nanak contemplate and explain this?
<b>17-18</b>	The Akal Purakh that has given birth to this creation, Himself exists, and is eternal. He has neither been born nor will he die. Akal Purakh is forever, Datta is True, His glory is Everlasting.
<b>19-20</b>	The Akal Purakh who has created material universes with so much variation, types and species, as if that is His will, also takes loving care of all that he has created.
<b>21-22</b>	Whatever Akal Purakh wishes, that is what will be; no being can impose his will onto Akal Purakh. Akal Purakh is the King, also the King of kings. O Nanak, His beings should always exist in His Will.

## SIKHI & GURMAT SEEKERS DISCUSSION GROUP

### Sikhi & Gurmat: Share & Learn Group

**Every Last Saturday in the month at 2:00 PM**

**Venue: Ground Floor Meeting Room, New Building.**

**Come and share your thoughts and Sikhi Gyan with like-minded Adults. Attendance is open to all**

 **Waheguru Ji Ka Khalsa Waheguru Ji Ki Fateh** 

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਉਤਸਵ ੯ ਅਕਤੂਬਰ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਸਿਖ ਜਗਤ ਵਿਚ ਧੂਮ ਧਾਮ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਵਧਾਈਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਰਤਾਂਤ ਅਤੇ ਸਿੱਖੀ ਨੂੰ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਜਾਨਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਚੂਨਾ ਮੰਡੀ, ਲਾਹੌਰ ਵਿਚ ਅਕਤੂਬਰ ੧੫੩੪ ਨੂੰ ਮਾਤਾ ਅਨੂਪੀ ਜੀ ਤੇ ਪਿਤਾ ਹਰਦਾਸ ਜੀ ਦੇ ਘਰ ਹੋਇਆ ਤੇ ਨਾਂ ਜੇਠਾ ਰਖਿਆ ਗਿਆ। ਬਹੁਤ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਹੀ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦਾ ਪੜਛਾਵਾਂ ਸਿਰ ਤੋਂ ਉਠ ਗਿਆ। ਘਰ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕੋਈ ਬੰਦਾ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਸੋ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਨੀ ਜੀ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਬਾਸਰਕੇ ਲੈ ਆਏ। ਨਾਨੀ ਦੇ ਘਰ ਭੀ ਕੋਈ ਕਮਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਬਜ਼ੁਰਗ ਨਾਨੀ ਇਕੱਲੀ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ, ਸੋ ਕਮਾਈ ਦਾ ਸਾਧਨ ਭੀ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਆਪ ਹੀ ਕਰਨਾ ਪਿਆ। ਨਾਨੀ ਨੇ ਘੁੰਗਣੀਆਂ ਬਣਾ ਦੇਣੀਆਂ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਵੇਚ ਦੇਣੀਆਂ। ਪੰਜ ਸਾਲ ਬਾਸਰਕੇ ਰਹਿ ਕੇ ੧੫੪੬ ਨੂੰ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਆ ਗਏ ਤੇ ਆਪਣਾ ਕਮਾਈ ਦਾ ਹੀਲਾ ਜਾਰੀ ਰਖਿਆ।

ਹੱਮ ਰੁਲਤੇ ਫਿਰਤੇ ਕੋਈ ਬਾਤ ਨਾ ਪੂਛਤਾ॥

ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਸੰਗ ਕੀਰੇ ਹਮ ਥਾਪੇ॥

SGGS Ang 167 M:4

ਥੋੜਾ ਸਮਾ ਪਿਛੋਂ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਆ ਗਏ। ਜਦ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਭਾਈ ਜੇਠਾ ਜੀ ਨੂੰ ਦੇਖਿਆ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੇ ਚੰਗਾ ਪਰਭਾਵ ਪਿਆ ਤੇ ੧੫੫੩ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਛੋਟੀ ਬੇਟੀ ਬੀਬੀ ਭਾਨੀ ਦੀ ਸ਼ਾਦੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਬੀਬੀ ਭਾਨੀ ਜੀ ਆਪਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾ ਪਰਵਾਰ ਤੇ ਸੰਗਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿਚ ਗੁਜ਼ਾਰਦੇ ਸਨ।

ਜਬ ਪਹਿਰ ਰਾਤ ਰਹੇ ਅਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ।

ਗੁਰ ਕਰੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਭਗਤ ਸੁਖ ਕੇਲਾ।

ਤਿਸੀ ਸਮੇਂ ਬੀਬੀ ਜੀ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰੈ।

ਗੁਰ ਕੀ ਭਗਤ ਸਦ ਹਿਰਦੈ ਧਰੈ।

(ਮਹਿਮਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼॥)

ਉਸ ਸਮੇਂ ਬਾਉਲੀ ਦੀ ਖੁਦਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਸੀ ਅਤੇ ਬੀਬੀ ਭਾਨੀ ਅਤੇ ਜੇਠਾ ਜੀ ਨੇ ਬਾਕੀ ਸਿੱਖਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ। ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਸਿਰ ਤੇ ਮੜਾਸਾ ਮਾਰੀ ਰਖਿਆ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਾਮਾਦ ਸਨ।

ਭਾਈ ਜੇਠਾ ਜੀ ਨੂੰ ੧੫੭੦ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਇਕ ਨਵਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਸਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਜੁਮੇਵਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਪਹਿਲਾਂ ਸਰੋਵਰ ਬਣਾਏ ਗਏ।

ਉਸਾਰੀ ਫੇਰ ਲਵਾਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ। ਨਾਲੇ ਸਰ ਬਣੇ, ਨਾਲੇ ਬਣੇ ਨਗਰ ਵਿਚ ਘਰ। /

ਪੂਰਨ ਤਾਲ ਖੁਦਾਇਆ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਚ ਜੋਤਿ ਜਗਾਵੈ।

ਭਾਈ ਜੇਠਾ ਜੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਪੁਤਰ ਹੋਏ - ਪਿਰਥੀ ਚੰਦ, ਮਹਾਂਦੇਵ ਤੇ ਅਰਜਨ ਦੇਵ। ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਬਤੀਤ ਹੋਇਆ ਪਰ ਪਰਵਾਰ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਹੀ ਰਿਹਾ। ਜੇਠਾ ਜੀ ਨੇ ਬੜੀ ਮਹਿਨਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਦੇ ਹੁਕਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਸਚਾਈ, ਸਖਤ ਮਹਿਨਤ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਸੁਭਾ ਤੋਂ ਪਰੇਰਤ ਹੋ ਕੇ ਅਤੇ ਦਿਤੇ ਗਏ ਟੈਸਟ ਚੋਂ ਪਾਸ ਹੋਣ ਤੇ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰ ਗੱਦੀ ਸੌਂਪ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਨਾਂ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ।

ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰ ਗੱਦੀ ਦੀ ਜੁਮੇਵਾਰੀ ਤਕਰੀਬਨ ਸੱਤ ਸਾਲ ਨਿਭਾਈ। ਸਾਰੇ ਕਿੱਤਿਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਆ ਕੇ ਵਸਣ ਵਾਸਤੇ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਭੀ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲਗ ਗਿਆ ਕਿ ਧਰਮੀ ਜੀਵਨ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ ਘਰ ਬਾਰ ਛਡਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ, ਪਰਵਾਰ ਵਿਚ ਗ੍ਰਿਸਤੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦਿਆਂ ਭੀ ਨਿਭਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਸਾਲ ਹੀ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਗੋਇੰਦਵਾਲ



ਛੱਡ ਕੇ ਪਰਵਾਰ ਸਮੇਤ ਅੰਮ੍ਰਤਸਰ ਰਹਿਣ ਲਗ ਪਏ। ਸਿਖਾਂ ਨੇ ਵਿਉਪਾਰ ਕਰਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਤੇ। ਬਾਬਾ ਬੁਢਾ ਜੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਨਾਲ ਸ਼ਹਿਰ ਛੇਤੀ ਹੀ ਵੱਸ ਗਿਆ।

ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਸਿਖਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰਖ ਕੇ ਕਿਰਤ ਕਰੋ, ਨਾਮ ਜਪੋ, ਵੰਡ ਛਕੋ ਦੇ ਸਧਾਂਤ ਨੂੰ ਮੁਖ ਰਖ ਕੇ ਜੀਵਣ ਬਤੀਤ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ। ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਰਲ ਮਿਲ ਕੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਲੋੜਵੰਦ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿਤਾ।

**ਬਾਣੀ ਗੁਰੂ, ਗੁਰੂ ਹੈ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਬਾਣੀ ਅਮ੍ਰਿਤੁ ਸਾਰੇ॥**

**ਗੁਰਬਾਣੀ ਕਰੈ, ਸੇਵਕ ਜਨ ਮਾਨੈ, ਪ੍ਰਤਖਿ ਗੁਰੂ ਨਿਸਤਾਰੇ॥**

SGGS Ang 982 M:4

ਅਤੇ ਸਤਿਗੁਰ ਕੀ ਬਾਣੀ ਸਤਿ ਸਤਿ ਕਰ ਜਾਣੁਹ ਗੁਰਸਿਖੋ, ਹਰ ਕਰਤਾ ਆਪ ਮੁਹਰੁ ਕਢਾਏ।

(ਗਉੜੀ ਵਾਰ ੩੦੮)

ਸ਼ਹਿਨਸ਼ਾਹ ਅਕਬਰ, ਕਾਬੁਲ ਤੋਂ ਮੁੜਦਾ ਹੋਇਆ ਅੰਮ੍ਰਤਸਰ ਆਇਆ ਤੇ ਉਹ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਅਤੇ ਲੰਗਰ ਅਤੇ ਪੰਗਤ ਦੇਖ ਕੇ ਬਹੁਤ ਪਰਭਾਵਤ ਹੋਇਆ। ਅਕਬਰ ਨੇ ੧੦੧ ਅਸ਼ਰਫੀ ਭੇਂਟ ਕੀਤੀ ਜੋ ਆਪ ਨੇ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿਤੀ। ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਤਿਆਗ ਦੇਖਕੇ ਹੈਰਾਨ ਰਹਿ ਗਿਆ। ਅੰਮ੍ਰਤਸਰ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਵਿਚ ਮਾਇਆ ਦੀ ਲੋੜ ਸੀ, ਸੋ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਮਸੰਦਾ ਦੀ ਥਾਪਣਾ ਕੀਤੀ। ਇਹ ਲੋਕ ਸਿਖੀ ਦਾ ਪਰਚਾਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਮਸੰਦ ਨੇਕ, ਈਮਾਨਦਾਰ ਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹੀ ਲੋਕ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਅੰਮ੍ਰਤਸਰ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕਰਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਖੀ ਦਾ ਇਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕੇਂਦਰ ਬਣਾਇਆ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਸੂਹੀ ਰਾਗ ਵਿਚ ੪ ਲਾਵਾਂ ਦਾ ਪਾਠ ਉਚਾਰਨ ਕੀਤਾ। ਵਡਹੰਸ ਰਾਗ ਵਿਚ ਘੋੜੀਆਂ ਦੀ ਤਰਜ਼ ਤੇ ਸ਼ਬਦ ਰਚੇ। ਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਲੋੜੀਏ ਕੰਮ ਸੋ ਹਰ ਪਹਿ ਆਖੀਐ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਿਖਾਂ ਪਾਸ ਜਨਮ, ਵਿਆਹ ਤੇ ਮਰਨ ਸੰਸਕਾਰ ਹੋ ਗਏ। ਹਰ ਕੰਮ ਲਈ ਮਰਯਾਦਾ ਬਣ ਗਈ ਅਤੇ ਸਿਖ ਇਕਠੇ ਹੋਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਗਏ। ਸਵੇਰ ਤੋਂ ਰਾਤ ਲਈ ਜੱਪ ਜੀ ਸੋਦਰ ਤੇ ਸੋਹਲੇ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਕੀਤਾ। ਦਿਨੇ ਕਿਰਤ ਵਿਹਾਰ ਵਿਚ ਲਗਿਆਂ ਭੀ ਹਰਿ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਰਹੇ।

ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਉਦਾਸੀਆਂ ਨਾਲ ਭੀ ਮੇਲਜੋਲ ਵਧਾਇਆ। ਇਹ ਉਦਾਸੀ ਲੋਕ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਮੁਖਾਲਫਤ ਕਰਦੇ ਸਨ ਹੁਣ ਸਿਖੀ ਦੇ ਪਰਚਾਰ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਗ ਪਏ। ਇਹ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤੇ ਡੂੰਘੀ ਵਾਕਫੀਅਤ ਰਖਦੇ ਸਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਲਗਨ ਸਿਖਾਂ ਵਿਚ ਉਜਾਗਰ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਸਿਖੀ ਦੇ ਪਰਚਾਰ ਲਈ ਚੰਗੇ ਸਿਆਣੇ ਪਰਚਾਰਕ ਭੀ ਦਿੱਤੇ। ਬਾਬਾ ਸ੍ਰੀ ਚੰਦ ਜੀ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਆਏ ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਨਿਮ੍ਰਤਾ ਦੇਖ ਕੇ ਹੈਰਾਨ ਰਹਿ ਗਏ।

**ਧੰਨੁ ਧੰਨੁ ਰਾਮਦਾਸ ਗੁਰ, ਜਿਨਿ ਸਿਰਿਆ ਤਿਨੇਂ ਸਵਾਰਿਆ।**

SGGS Ang 968 M:4

ਅੰਤ ਸਮਾਂ ਨੇੜੇ ਆਇਆ ਜਾਣ ਕੇ ਗੁਰਿਆਈ ਅਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਪੁੱਤਰ ਅਰਜਣ ਦੇਵ ਨੂੰ ਦੇ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਗਏ। ਅੰਤ ਵਿਚ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਹੀ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਸਿਖੀ ਦੇ ਮਹਿਲ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਲਈ ਠੋਸ ਇਟਾਂ ਲਗਾਈਆਂ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸਿਖੀ ਧਰਮ ਮੰਦਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਖੂਬਸੂਰਤ ਬਣਿਆ।

**ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਵਲੋਂ ਵਸਾਏ ਗਏ ਨਗਰ।**

੧	ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ	-----	ਕਰਤਾਰਪੁਰ (ਪਾਕਿਸਤਾਨ)
੨	ਗੁਰੂ ਅੰਗਦ ਦੇਵ ਜੀ	-----	ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ
੩	ਗੁਰੂ ਅਮਰ ਦਾਸ ਜੀ	-----	ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਸਾਹਿਬ
੪	ਗੁਰੂ ਰਾਮ ਦਾਸ ਜੀ	-----	ਅੰਮਰਤਸਰ ਸਾਹਿਬ
੫	ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ	-----	ਕਈ ਸਰੋਵਰ, ਦੀਵਾਨਖਾਨੇ, ਬਾਗ ਤਰਨਤਾਰਨ, ਕਰਤਾਰ ਪੁਰ (ਜਲੰਧਰ ਨੇੜੇ)
੬	ਗੁਰੂ ਹਰ ਗੋਬਿੰਦ ਜੀ	-----	ਕੀਰਤ ਪੁਰ ਤੇ ਸ੍ਰੀ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਪੁਰ
੭	ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਜੀ	-----	ਆਨੰਦ ਪੁਰ ਸਾਹਿਬ
੮	ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ	-----	ਪਾਊਂਟਾ ਸਾਹਿਬ

ੴ ੴ ੴ ੴ ੴ ੴ ੴ ੴ ੴ ੴ



ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਵਾਹਿਦ ਗ੍ਰੰਥ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਛੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ, ਪੰਦਰਾਂ ਭਗਤਾਂ, ਗਿਆਰਾਂ ਭੱਟਾਂ, ਤਿੰਨ ਸਿੱਖਾਂ - ਬਾਬਾ ਸੁੰਦਰ ਜੀ ਅਤੇ ਸੱਤਾ ਤੇ ਬਲਵੰਡ ਦੀ ਬਾਣੀ ਦਰਜ ਹੈ। ਪੰਜਵੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਸਾਰੀ ਬਾਣੀ ਇੱਕਤਰ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਇਕ ਗ੍ਰੰਥ ਦਾ ਰੂਪ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਲਗਾਈ ਤੇ ਸਾਰੀ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਇਕ ਤਰਤੀਬ ਦਿੱਤੀ। ਰਾਮਸਰ ਸਰੋਵਰ ਦੇ ਕੰਢੇ ਬੈਠ ਕੇ



ਤਕਰੀਬਨ ਇਕ ਸਾਲ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਸਾਰੀ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਤਰਤੀਬਵਾਰ ਅੰਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਜਪੁਜੀ, ਸੋਦਰ ਤੇ ਸੋਹਿਲੇ ਤੋਂ ਉਪਰੰਤ ਸਾਰੀ ਬਾਣੀ ੩੧ ਰਾਗਾਂ ਵਿਚ ਲਿਖੀ।

ਰਾਗਾਂ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਉਹ ਬਾਣੀਆਂ ਲਿਖੀਆਂ ਜੋ ਰਾਗਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕੀਆਂ। ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਸਹਸਰੀਤੀ ਸਲੋਕ, ਗਾਥਾ, ਫੁਨਹੇ, ਚਉਬੇਲੇ ਤੇ ਫਿਰ ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਤੇ ਬਾਬਾ ਫ਼ਰੀਦ ਜੀ ਦੇ ਸਲੋਕ ਤੇ ਸਵਈਏ ਦਰਜ ਕਿੱਤੇ। ਫਿਰ ਸਲੋਕ ਵਾਰਾਂ ਤੋਂ ਵਧੀਕ

ਲਿਖੇ ਤੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਮੁੰਦਾਵਣੀ ਦੇ ਸਹਲੇਖ ਹੋਰ ਸਲੋਕ ਲਿਖੇ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਖਰੜਾ ਭਾਈ ਬੰਨੇ ਦੇ ਹੱਥ ਲਾਹੌਰ ਭੇਜ ਕੇ ਜਿਲਦ ਬਣਵਾਈ। ਅੰਤ ੧ ਸਤੰਮਬਰ ੧੬੦੪ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਨੂੰ ਹਰਿਮੰਦਿਰ ਸਾਹਿਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਖੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤੇ, ਪੋਥੀ ਸਾਹਿਬ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਬਾਬਾ ਬੁੱਢਾ ਜੀ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾ ਗ੍ਰੰਥੀ ਥਾਪਿਆ ਗਿਆ।

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮੁਕਤਸਰ ਦੀ ਜੰਗ ਪਿੱਛੋਂ ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਵਜੀਦਪੁਰ ਗਏ। ਓਥੋਂ ਫਿਰ ਵਾਪਸ ਖਿਦਰਾਣੇ ਦੀ ਢਾਬ ਆਏ, ਤੇ ਉੱਥੇ ਯਾਦਗਾਰ ਕਾਇਮ ਕਰਕੇ 'ਰੁਪਾਣੇ' ਚਲੇ ਗਏ। ਇਥੋਂ ਚਲਕੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਸਾਬੋ ਕੀ ਤਲਵੰਡੀ (ਦਮਦਮਾ ਸਾਹਿਬ) ਪੁੱਜੇ। ਇਥੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਇਕ ਸਾਲ ਰਹੇ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਦਮਦਮਾ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਵਿਦਿਆ ਦਾ ਘਰ ਬਣਾਇਆ। ਇਸ ਅਸਥਾਨ ਤੇ ਹੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਵਰਤਮਾਨ ਰੂਪ ਦਿੱਤਾ। ਬੀੜ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸਿਰੇ ਤੋਂ ਸੰਪਾਦ ਕਿਤਾ।

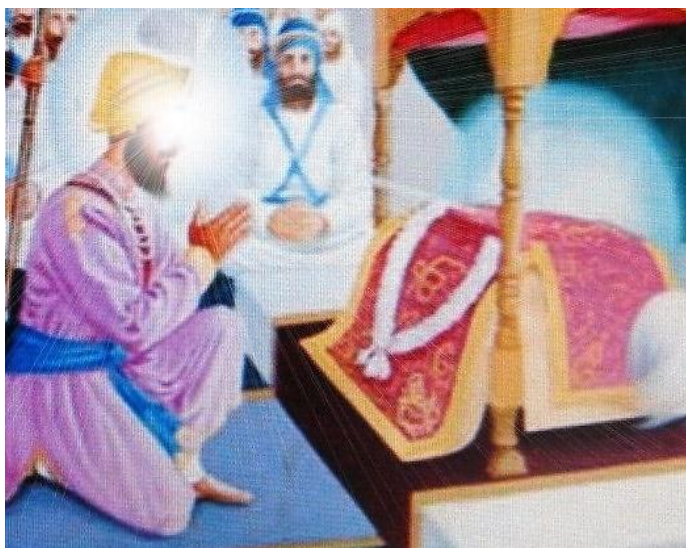


ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਜੀ ਦੀ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਥਾਂ ਸਿਰ ਦਰਜ ਕੀਤਾ। ਲਿਖਣ ਦਾ ਮਹਾਨ ਕੰਮ ਭਾਈ ਮਨੀ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਕੀਤਾ। ਸ੍ਰੀ ਦਸਮੇਸ਼ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸਮ੍ਰਿਤੀ ਤੋਂ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸਾਰੀ ਬਾਣੀ ਦਾ ਉਚਾਰਣ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਬੀੜ ਨੂੰ ਸ੍ਰੀ ਦਮਦਮੀ ਬੀੜ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਗਰੋਂ ਜਦ ਇਸ ਬੀੜ ਦਾ ਕਰਤਾਰਪੁਰ ਵਾਲੀ ਬੀੜ ਨਾਲ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤਾ ਰੱਤੀ ਭਰ ਭੀ ਫਰਕ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਿਆ।

ਇਥੋਂ ਚਲ ਕੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋਂਦੇ ਹੋਏ ਦੱਖਣ ਵੱਲ ਨੂੰ ਚਲ ਪਏ। ਔਰੰਗਜ਼ੇਬ ਦਾ ੨੪ ਫਰਵਰੀ ੧੭੦੭ ਨੂੰ ਦੇਹਾਂਤ ਹੋ ਗਿਆ। ਤਖਤਨਸ਼ੀਨੀ ਦੀ ਜੰਗ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਬਹਾਦਰ ਸ਼ਾਹ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਤੇ ਉਹ ਜਿੱਤ ਗਿਆ ਅਤੇ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਬਣ ਗਿਆ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਉਸ ਨੂੰ ਆਗਰੇ ਮਿਲੇ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਇਹਨਾ ਦਾ ਬਹੁਤ ਸਤਿਕਾਰ ਕੀਤਾ।



ਗੁਰੂ ਜੀ ਨਾਂਦੇੜ ਵਿਖੇ ਪੁੱਜ ਗਏ। ਸਰਹੰਦ ਦੇ ਸੂਬੇਦਾਰ ਨੇ ਓਹਨਾ ਪਿੱਛੇ ੨ ਪਠਾਣ ਭੇਜੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਦੇਣ, ਤਾਂ ਕਿ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਉਸ ਨੂੰ ਜ਼ੁਲਮ ਕੀਤੇ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਨਾ ਦੇਵੇ। ਨਾਂਦੇੜ ਵਿਖੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਪਠਾਣ ਜਮਸ਼ੇਦ ਖਾਣ ਨੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਹਮਲਾ ਕਰਕੇ ਘਾਇਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਖੂਨ ਵਗਿਆ ਪਰ ਬਚਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਜ਼ਖ਼ਮ ਸੀਤਾ ਗਿਆ ਤੇ ਭਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ। ਪਰ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਇਕ ਕਮਾਨ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਖਿੱਚੀ ਤੇ ਟਾਂਕੇ ਟੁੱਟ ਗਏ। ਇਹ ਘਟਨਾ ਘਾਤਕ ਸਾਬਿਤ ਹੋਈ।



ਅੰਤ ਸਮਾਂ ਨੇੜੇ ਜਾਣ ਕੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸਦਿਆ ਤੇ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਸਾਜਨ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਓਹਨਾ ਨੇ ਨਾਰੀਅਲ ਤੇ ੫ ਪੈਸੇ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਅੱਗੇ ਰੱਖ ਕੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਗੁਰਤਾ ਦਿੱਤੀ, ਦਿਨ ੨੦ ਅਕਤੂਬਰ ੧੭੦੮ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ।

“ਆਗਿਆ ਭਈ ਅਕਾਲ ਕਿ, ਤਭੀ ਚਲਾਇਓ ਪੰਥ।

ਸਭ ਸਿੱਖਨ ਕੇ ਹੁਕਮ ਹੈ ਗੁਰੂ ਮਾਨਿਓ ਗ੍ਰੰਥ।।”

ਦੇਹ ਧਾਰੀ ਗੁਰੂ ਦੀ ਪਰਪਾਟੀ ਖਤਮ ਕਰਿ ਦਿਤੀ।

ਖਾਲਸੇ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦਾ ਰੂਪ ਦਸਿਆ।

“ਖਾਲਸਾ ਹੀ ਸੇ ਹੈ ਮਮ ਕਾਮਾ।

ਬਖਸ਼ ਦੀਓ ਖਾਲਸੇ ਕੇ ਜਾਮਾ।”

“ਖਾਲਸਾ ਮੇਰੇ ਰੂਪ ਹੈ ਖਾਸ।

ਖਾਲਸੇ ਮੇਂ ਹਉ ਕਰੂੰ ਨਿਵਾਸ।”

ਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਪੁੱਛਣ ਤੇ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, “ਪੰਥ ਨੂੰ ਗ੍ਰੰਥ ਦੇ ਲੜ ਲਾ ਚੱਲਿਆ ਹਾਂ। ਮੇਰੀ ਆਤਮਾ ਗ੍ਰੰਥ ਵਿਚ ਤੇ ਸਰੀਰ ਪੰਥ ਵਿਚ ਹੈ। ਉਟ ਅਕਾਲ ਦੀ, ਪਰਚਾ ਸ਼ਬਦ ਦਾ, ਦੀਦਾਰ ਖਾਲਸੇ ਦਾ। ਆਪਸ ਵਿਚ ਕਰਨਾ ਪਿਆਰ, ਪੰਥ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਲੋਚਣਾ। ਆਗਿਆ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਕਰਨੀ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਖੋਜਨਾ।”



## ਕਰਉ ਜਤਨ ਜੇ ਹੋਇ ਮਿਹਰਵਾਨਾ ॥ Make Effort to receive Mercy *Balbir Kaur Rehal*

Let us first understand the meaning of these two important words:

ਜਤਨ - Effort, attempt, endeavour;

ਮਿਹਰਵਾਨ - Mercy, favour, compassion.

The Gurbani verse on **Ang 562** says: ਕਰਉ ਜਤਨ ਜੇ ਹੋਇ ਮਿਹਰਵਾਨਾ ॥

When Waheguru is merciful to me, then I am able to make the effort to sacrifice my body and soul to Him, so as to get merged into the Divine Light – ਜੋਤ; ਇੱਕ ਮਿਕ ਹੋ ਜਾਣਾ। Like a drop of water descended into the Ocean, once in, it will not exist separately from the ocean water.

In this part of the article we will do *vichaar*, through discussion, on how to make effort to receive mercy from Waheguru ji as stated in the above Gurbani verse:

There are two halves or sides in the Gurbani verse:

1. To make Effort
2. To achieve Mercy.

In order to help make effort, here are some ideological thoughts to understand the innate, inward meaning of this concept.

From the very beginning the Sun has been shining and spreading its rays continuously. This is a Divine blessing, for we have not asked for it nor given any thought to search for it or paid any price for it.

If we go away from the sunshine and so stop to get the blessing of the light from it, then we cannot say our loss is the fault of the Sun.

When for any reason we hide from the sunshine then we stop getting the pleasurable delight of its benefits; going back from the darkness into the continuous light is our Effort.

When we stay in the remembrance of Datta (ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ) then we effortlessly receive all the Divine blessings and we enjoy the Divinity in a state of our being that is full of love, gifts and truth.

To the opposite of this when our mind forgets our Creator Akaal Purakh and we live believing in the false ego (ਹਉਮੈ) then we deprive ourselves of Divine Blessings and we suffer the consequences of pain and affliction. These Gurbani verses give us further understanding about the consequences.

**Ang 135** ਪਰਮੇਸਰ ਤੇ ਭੁਲਿਆਂ ਵਿਆਪਨਿ ਸਭੇ ਰੋਗ ॥ Forgetting the Transcendent Lord, all sorts of illnesses are contracted.

ਵੇਮੁਖ ਹੋਏ ਰਾਮ ਤੇ ਲਗਨਿ ਜਨਮ ਵਿਜੋਗ ॥



Those who turn their backs on the Lord shall be separated from Him and consigned to reincarnation, over and over again.

**Ang 1086** ਜਿਸ ਨੇ ਬਿਸਰੈ ਪੁਰਖੁ ਬਿਧਾਤਾ ॥ One who forgets the Primal Lord, the Architect of karma,

ਜਲਤਾ ਫਿਰੈ ਰਹੈ ਨਿਤ ਤਾਤਾ ॥ wanders around burning, and remains tormented.

ਅਕਿਰਤਘਣੈ ਕਉ ਰਖੈ ਨ ਕੋਈ ਨਰਕ ਘੋਰ ਮਹਿ ਪਾਵਣਾ ॥ No one can save such an ungrateful person; he is thrown into the most horrible hell.

**Ang 212** ਜਾ ਕਉ ਬਿਸਰੈ ਰਾਮ ਨਾਮ ਤਾਹੂ ਕਉ ਪੀਰ ॥ One who forgets the Lord's *Naam*, suffers in pain.

The result of our very first effort to stay in the Divine Light (ਜੋਤ) is via *Naam simran*. But due to our ignorance we choose to live our lives without receiving Divinity. In other words, the hidden key to the Divine Blessings is via the remembrance of *Akaal Purakh* through *Naam simran*. It is the way of connection to the Divine Light of the Spiritual realm.

These Gurbani verses further explain that *Naam simran* is the key to the Divine realm:

**Ang 80** ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਜੀਉ ਮਿਤ੍ਰਾ ਹਰਿ ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਮਨੁ ਲੀਨਾ ॥ O dear beloved mind, my friend, let your mind remain absorbed in loving devotion to the Lord.

**Ang 1148** ਜਿਸੁ ਸਿਮਰਤ ਸਗਲਾ ਦੁਖੁ ਜਾਇ ॥ Meditating in remembrance on Him, all pain is dispelled.

ਸਰਬ ਸੁਖ ਵਸਹਿ ਮਨਿ ਆਇ ॥ All pleasures come to dwell in the mind.

**Ang 1141** ਚੀਤਿ ਆਵੈ ਤਾਂ ਸਹਜ ਘਰੁ ਪਾਇਆ ॥ When He comes to mind, I find the home of peace and poise.

Here it is very important to make it clear that all materialistic, ego-based three-fold religious rituals and programs are our:

efforts - not results

tools – not achievements

journey – not destination

knowledge – not Divine Wisdom (Gian)

fruits – not taste

flowers – not fragrance

bulb – not light

These Gurbani verses tells us more about the above research:

**Ang 604** ਦਾਤੈ ਦਾਤਿ ਰਖੀ ਹਥਿ ਅਪਣੈ ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਦੇਈ ॥ The Great Giver keeps His Gifts in His Hand; He gives them to those with whom He is pleased.



**Ang 947** ਇਹੁ ਪਿਰਮ ਪਿਆਲਾ ਖਸਮ ਕਾ ਜੈ ਭਾਵੈ ਤੈ ਦੇਇ ॥ This is the cup of love of my Lord and Master; He gives it as He chooses.

We are living so much according to our materialistic ego driven pleasures that we have forgotten our Parmeshar (ਦਾਤਾ) and we believe that our efforts of achievements of material wealth (ਮਾਇਆ) are the fruits of spirituality. This Gurbani verse explains this statement like this:

**Ang 1247** ਜਿਚਰੁ ਇਹੁ ਮਨੁ ਲਹਰੀ ਵਿਚਿ ਹੈ ਹਉਮੈ ਬਹੁਤੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ॥ As long as his mind is disturbed by waves, he is caught in ego and egotistical pride.

**ਸਬਦੈ ਸਾਦੁ ਨ ਆਵਈ ਨਾਮਿ ਨ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ ॥** He does not find the taste of the Shabad, and he does not embrace love for the Naam.

**ਸੇਵਾ ਥਾਇ ਨ ਪਵਈ ਤਿਸ ਕੀ ਖਪਿ ਖਪਿ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ ॥** His service is not accepted; worrying and worrying, he wastes away in misery.

Actually, the fruit mentioned in the above verse is the Divine Gift which you can receive from Spiritual realm through Satguru. In this process there is no part of the egoistic human beings. This is entirely Grace (ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦ). These verses explain this statement in this way:

**Ang 7** ਜੇਰੁ ਨ ਜੀਵਣਿ ਮਰਣਿ ਨਹ ਜੇਰੁ ॥ No power to live, no power to die.

**Ang 9** ਤੁਧੁ ਵਿਣੁ ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥ Without You, no one has attained such powers.

**ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥** They are received only by Your Grace. No one can block them or stop their flow.

**Ang 33** ਦੇਵਣ ਵਾਲੇ ਕੈ ਹਥਿ ਦਾਤਿ ਹੈ ਗੁਰੂ ਦੁਆਰੈ ਪਾਇ ॥ The Gift is in the Hands of the Great Giver. At the Guru's Door, in the Gurdwara, it is received.

Let us learn about Grace from this example:

When a baby is born the parents become ready naturally to look after all the new-born's needs with their love and dedication. These feelings of taking care of the baby and to provide all its needs grow naturally in the heart of the mother. This is seen in most of the animal kingdom and human beings.

This means that as creature (soul) is conceived there and then with the will of our Creator (ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ) all the necessary provisions are begun to be provided for, well before time of the birth.

Like this with the in-laid (ਲਿਖਿਆ ਨਾਲ) command (ਹੁਕਮ) the creation, development and sustenance of the new life takes place 'automatically.' These Verses from Sukhmani Sahib Paath explain this in some detail:

**Ang 266 ਜਿਨਿ ਤੂੰ ਸਾਜਿ ਸਵਾਰਿ ਸੀਗਾਰਿਆ ॥** He who fashioned, adorned and decorated you, **ਗਰਭ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਜਿਨਹਿ ਉਬਾਰਿਆ ॥** in the fire of the womb, He preserved you.

**ਬਾਰ ਬਿਵਸਥਾ ਤੁਝਹਿ ਪਿਆਰੈ ਦੂਧ ॥** In your infancy, He gave you milk to drink.  
**ਭਰਿ ਜੇਬਨ ਭੋਜਨ ਸੁਖ ਸੂਧ ॥** In the flower of your youth, He gave you food, pleasure and understanding.

**ਬਿਰਧਿ ਭਇਆ ਉਪਰਿ ਸਾਕ ਸੈਨ ॥** As you grow old, family and friends are there,  
**ਮੁਖਿ ਅਪਿਆਉ ਬੈਠ ਕਉ ਦੈਨ ॥** to feed you as you rest.

In the next part of this article we will continue to discuss (ਵਿਚਾਰ ਕਰਨੀ) with examples about (ਲਿਖਿਆ ਨਾਲ ਹੁਕਮ) the in-laid command (His Will) and how to make effort (ਕਰਉ ਜਤਨ) to achieve His Mercy (ਹੋਇ ਮਿਹਰਵਾਨਾ).

*----- Waheguru Mehar Karan -----*

**ਮਾਤਾ ਕਿਸ਼ਨ ਕੌਰ ਕਾਓਂਕੇ** - ਇਕ ਦਲੇਰ ਸਿੰਘਣੀ

**Jagtar Singh Thethi**

ਮਾਤਾ ਕਿਸ਼ਨ ਕੌਰ, ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਸਿੱਖ ਪੰਥ ਨੂੰ ਅਰਪਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਦਾ ਜਨਮ ਪਿੰਡ ਲੋਹਗੁੜ, ਜ਼ਿਲਾ ਲੁਧਿਆਣਾ ਵਿਖੇ ਸਰਦਾਰ ਸੂਬਾ ਸਿੰਘ ਦੇ ਘਰ ੧੮੫੬ ਵਿਚ ਹੋਇਆ। ਬਚਪਨ ਵਿਚ ਪਿੰਡ ਦੇ ਗਰੰਥੀ ਪਾਸੋਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਤੇ ਸਿੱਖ ਇਤਹਾਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ। ਕਾਓਂਕੇ ਦੇ ਸ. ਹਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਨਾਲ ਵਿਆਹੀ ਗਈ, ਜੋ ਕਿ ਫੌਜ ਵਿਚ ਭਰਤੀ ਹੋ ਗਏ ਤੇ ੧੯੦੨ ਵਿਚ ਬਰਮਾ ਵਿਚ ਲੜਾਈ ਵਿਚ ਮਾਰੇ ਗਏ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਦੋ ਲੜਕੇ ਭੀ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਹੀ ਗੁਜ਼ਰ ਗਏ। ਇਕੱਲੇ ਹੋਣ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੇ ਹਿੰਮਤ ਨਹੀਂ ਹਾਰੀ ਸਗੋਂ ਸਿੱਖ ਪੰਥ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ।

ਫਿਰ ਮਾਤਾ ਜੀ ੧੯੦੩ ਵਿਚ ਨਾਂਦੇੜ ਸਾਹਿਬ ਗਏ। ਉਥੇ ਅੰਮਰਤ ਛੱਕ ਕੇ ਦਸਤਾਰ ਸਜਾ ਲਈ ਤੇ ਸੰਤ ਸਪਾਹੀ ਬਣ ਗਏ ਤੇ ਮਨੁਖਤਾ ਦੀ ਬਰਾਬਰੀ ਲਈ ਤੇ ਜਾਤੀਵਾਦ ਦੇ ਖਲਾਫ ਪਰਚਾਰ ਅਰੰਭ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਪਿੰਡ ਵਾਪਸ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਦੇਵਰ ਪਾਸੋਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਅੱਧ ਮੰਗਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਕੁਛ ਹਾਮੀ ਨਾ ਭਰੀ। ਨੀਅਤ ਮਾੜੀ ਦੇਖ ਕੇ ਇਕ ਦਿਨ ਖੇਤ ਵਿਚ ਗਈ ਤੇ ਦੇਵਰ ਤੋਂ ਨਰਮੀ ਨਾਲ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਪਰ ਜਦ ਉਹ ਟਿਚਰਾਂ ਕਰਨ ਲਗ ਪਿਆ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਬੜੇ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਥੱਪੜ ਮਾਰਿਆ ਤੇ ਆਪਣੀ ਅੱਧੀ ਜ਼ਮੀਨ ਤੇ ਕਬਜ਼ਾ ਕਰ ਲਿਆ। ਪਿੰਡ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਇਸਦੀ ਬਹੁਤ ਪਰਸ਼ੰਸਾ ਕੀਤੀ।

ਜਦ ੧੯੨੦ ਵਿਚ ਖਾਲਸਾ ਪੰਥ ਨੇ ਗੁਰਦਵਾਰੇ ਮਹੰਤਾਂ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਮੋਰਚਾ ਲਾਇਆ ਤਾਂ ਮਾਤਾ ਭੀ ਜਥੇ ਦੇ ਨਾਲ ਅੰਮਰਤਸਰ ਗਈ। ਮਹੰਤ ਗੁਰਦਵਾਰੇ ਛੱਡ ਕੇ ਦੌੜ ਗਏ ਅਤੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੇ ਕਬਜ਼ਾ ਕਰ ਲਿਆ। ਜਦ ੧੯੨੨ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਕੇ ਬਾਗ ਦਾ ਮੋਰਚਾ ਲਗਾ ਤਾਂ ਘੋੜਸਵਾਰ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਉਪਰ ਘੋੜੇ ਚੜ੍ਹਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਤੋੜ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੇ ਜ਼ਖਮੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਪੁਚਾਇਆ। ਇਕ ਦਿਨ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋਕ ਜ਼ਖਮੀ ਕਰ ਦਿਤੇ। ਮਾਤਾ ਜੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਲਗੇ ਤਾਂ ਪੁਲੀਸ ਦੇ ਵੱਡੇ ਅਫਸਰ ਨੇ ਮਖੌਲ ਨਾਲ ਕਿਹਾ, ਅਜ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ। ਮਾਤਾ ਜੀ ਬਹੁਤ ਕਰੋਧ ਵਿਚ ਉਹਦੇ ਨੇੜੇ ਗਏ। ਆਪਣੀਆਂ ਖੂਖਾਰ ਅਖਾਂ ਨਾਲ ਉਸ ਵਲ ਦੇਖਿਆ ਤੇ ਬਹੁਤ ਫੁਰਤੀ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਇਕ ਕਰਾਰਾ ਥੱਪੜ ਜੜਿਆ। ਕਿਤੇ ਇਕ ਹੋਰ ਨਾ ਪੈ ਜਾਵੇ, ਇਸ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਉਹ ਆਪਣੇ ਤੰਬੂ ਵਿਚ ਜਾ ਵੜਿਆ। ਇਹ ਸਾਰੀ ਪੁਲੀਸ ਫੋਰਸ ਅਤੇ ਗੋਰੀ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਬਹੁਤ ਭਾਰੀ ਬੇਇਜ਼ਤੀ ਸੀ।

ਜੈਤੋ ਦੇ ਮੋਰਚੇ ਵਿਚ ਭੀ ਮਾਤਾ ਕਾਓਂਕੇ ਨੇ ਬਹੁਤ ਮਰਦਾਨਗੀ ਦਖਾਲੀ। ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਤੋਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ੫੦੦ ਸਿਖਾਂ ਦਾ ਜਥਾ ਜੈਤੋ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਜਿਥੇ ਅਖੰਡ ਪਾਠਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਚਲ ਰਹੀ ਸੀ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭੰਗ ਕਰਨਾਂ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਸਿਖਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੱਡ ਭਨੇਗੀ, ਕੁਟ ਮਾਰ ਕਰੇਗੀ ਪਰ ਉਹ ਸ਼ਾਤ ਰਹਿ ਕੇ ਸਾਰਾ ਜ਼ੁਲਮ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ।

ਮਾਤਾ ਕਿਸ਼ਨ ਕੌਰ ਨੇ ਅਸਲੀਅਤ ਜਾਨਣ ਵਾਸਤੇ ਇਕ ਜੈਨ ਔਰਤ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲਿਆ ਤੇ ਪੁਲੀਸ ਕੈਂਪ ਵਿਚ ਵੜ ਗਈ। ਫੌਜੀਆਂ ਨੇ ਜਥੇ ਉਤੇ ਗੋਲੀਆਂ ਦਾ ਮੀਂਹ ਵਰ੍ਹਾ ਦਿਤਾ। ਬਹੁਤ ਬੰਦੇ ਮਾਰੇ ਗਏ। ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਚੁਪਚਾਪ ਲਾਸ਼ਾਂ ਖੁਰਦਬੁਰਦ ਕਰ ਦਿਤੀਆਂ। ਜ਼ਖਮੀਆਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਪੁਚਾ ਦਿੱਤਾ। ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਰੀਪੋਰਟ ਬਹੁਤ ਗਲਤ ਸੀ। ਉਸ ਵਿਚ ਮੁਰਦਿਆਂ ਤੇ ਜ਼ਖਮੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਘਟ ਦੱਸੀ। ਮਾਤਾ ਸਭ ਕੁਝ ਆਪ ਦੇਖ ਚੁੱਕੀ ਸੀ। ਜਦ ਉਸ ਨੇ ਸਹੀ ਗਿਣਤੀ ਅਖਬਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੀ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰ ਲਈ ਬਹੁਤ ਪਸ਼ੇਮਾਨੀ ਹੋਈ ਤੇ ਹੈਰਾਨੀ ਹੋਈ। ਆਖਰ ਖੁਫੀਆਂ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਪਤਾ ਕਢ ਲਿਆ ਤੇ ਮਾਤਾ ਨੂੰ ਜਸੂਸੀ ਕਰਨ ਦੇ ਇਲਜ਼ਾਮ ਵਿਚ ਚਾਰ ਸਾਲ ਦੀ ਕੈਦ ਹੋਈ।

ਸੰਨ ੧੯੨੫ ਵਿਚ ਆਖਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਆਪਣੀ ਹਾਰ ਮੱਨ ਲਈ ਅਤੇ ਸਿਖਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਬਣਾ ਕੇ ਸਾਰੇ ਗੁਰਦਵਾਰੇ ਮਹੰਤਾਂ ਪਾਸੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸਿਖਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕੀਤੇ। ਇਸ ਐਜੀਟੇਸ਼ਨ ਵਿਚ ਜਿਨੇ ਸਿਖ ਜੇਲਾਂ ਵਿਚ ਸਨ, ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿਤਾ ਗਿਆ ਪਰ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਸਾਲ ਕੈਦ ਕਟਣੀ ਪਈ।

੧੯੨੮ ਵਿਚ ਜੇਲ ਚੋਂ ਛੁਟ ਕੇ ਮਾਤਾ ਸਿੱਧੀ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਤੇ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਗਈ ਜਿਸ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਖਾਲਸਾ ਪੰਥ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਵਸਰ ਦਿੱਤਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ਿਖੀ ਅਤੇ ਗੁਰਦਵਾਰਿਆਂ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਵਾਸਤੇ ਬਹੁਤ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਨਾ ਪਿਆ। ਖਾਲਸਾ ਪੰਥ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਕਾਲ ਤਖਤ ਤੇ ਸਤਕਾਰਿਆ ਤੇ ਮਾਤਾ ਕਹਿ ਕੇ ਸਨਮਾਨਤ ਕੀਤਾ। ਹੁਣ ਉਹ ਮਾਤਾ ਕਿਸ਼ਨ ਕੌਰ ਦੇ ਨਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣੇ ਜਾਣ ਲੱਗੇ। ਆਪਣੀ ਆਖਰੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਹੀ ਗੁਰਦਵਾਰਾ ਬਣਾ ਕੇ ਪਰਚਾਰ ਕਰਦੇ ਰਹੇ। ੧੯੫੨ ਵਿਚ ੯੬ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਭੋਗ ਕੇ ਚਲਾਣਾ ਕਰ ਗਏ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਸਿਖ ਔਰਤਾਂ ਭੀ ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਕੇ ਸਿਖੀ ਨੂੰ ਪਰਫੁਲਤ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।



## Raag Kaliyan and Kaliyan Bhopali

*Kamaljeet Kaur*



Guru Ji empowers us with the ability to shift our mindset at any moment. Through the vibrational energy of Raag and Shabad, not only does our inner world transform, but the energy around us does as well. This connection brings strength, courage, and deep spiritual transformation, returning us to a place of balance and truth. Gurbani speaks directly to the human psyche, uplifting and challenging emotions that influence the *Maan* (Mind) and *Atma* (Soul).

The Shabad of the Gurus becomes a sacred dialogue between the mind and the soul, aiming to bring them into harmony. Rather than letting them remain in conflict, Gurbani guides us to recognise their equal importance and encourages understanding of both. Through the Guru's Shabad, we can find inner balance, ease emotional turmoil, deepen self-awareness, and move closer to the Creator. When we align with this divine wisdom, the cosmic sound current—*Naad*—resonates within us.

By tuning in to our inner self and becoming aware of our emotions, we can shift our state of being. This alignment brings clarity, balance, positive energy, and transformation. It all begins with honest self-reflection. When we become aware of the emotions we're experiencing, even when they are layered or conflicting, we can begin to understand what's truly driving us. Recognising these feelings allows us to transform our mindset and take conscious steps forward.

**Raag Kaliyan** possesses a strong yet adaptable character. It expresses a deep longing paired with a firm resolve to achieve its goal by any means necessary. While unwavering in its intent, Kaliyan alternates between a gentle, accommodating tone and a bold, assertive one to move forward. Its essence lies in a compelling blend of determination, strength, and persuasion, all working together to fulfill its desire.

**Raag Kalyaan - Guru Raam Daas Ji - Sri Guru Granth Sahib Ji - Ang 1321**

ਕਲਿਆਨ ਮਹਲਾ ੪ ॥

*Kalyaan, Fourth Mehla:*

ਪ੍ਰਭ ਕੀਜੈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਨਿਧਾਨ ਹਮ ਹਰਿ ਗੁਨ ਗਾਵਹਰੇ ॥

*O God, Treasure of Mercy, please bless me, that I may sing the Glorious Praises of the Lord.*

ਹਉ ਤੁਮਰੀ ਕਰਉ ਨਿਤ ਆਸ ਪ੍ਰਭ ਮੇਰਿ ਕਬ ਗਲਿ ਲਾਵਹਿਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

*I always place my hopes in You; O God, when will you take me in Your Embrace? //1//Pause//*

ਹਮ ਬਾਰਿਕ ਮੁਗਧ ਇਆਨ ਪਿਤਾ ਸਮਝਾਵਹਿਰੇ ॥

*I am a foolish and ignorant child; Father, please teach me!*

ਸੁਤੁ ਖਿਨੁ ਖਿਨੁ ਭੂਲਿ ਬਿਗਾਰਿ ਜਗਤ ਪਿਤ ਭਾਵਹਿਰੇ ॥੧॥

*Your child makes mistakes again and again, but still, You are pleased with him, O Father of the Universe. //1//*

**Raag Kaliyan Bhopali** carries a direct and insistent nature. Like Raag Kaliyan, it conveys a strong determination to fulfill its desires. However, unlike Kaliyan's



adaptable approach, Kaliyan Bhopali is rigid and unwavering. It confronts its goals head-on, with discipline and precision. There is no room for hesitation—its focus remains firmly fixed on the objective.

**Raag Kalyaan Bhopaalee - Guru Raam Daas Ji – SGGS Ji - Ang 1321**

**ਛਕਾ ੧ ॥**

***First Set of Six//***

**ਕਲਿਆਨੁ ਭੋਪਾਲੀ ਮਹਲਾ ੪**

***Kalyaan Bhopaalee, Fourth Mehl:***

**ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥**

***One Universal Creator God. By The Grace Of The True Guru:***

**ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪਰਮੇਸੁਰੁ ਸੁਆਮੀ ਦੂਖ ਨਿਵਾਰਣੁ ਨਾਰਾਇਣੁ ॥**

***O Supreme Lord God, Transcendent Lord and Master, Destroyer of pain, Transcendental Lord God.***

**ਸਗਲ ਭਗਤ ਜਾਚਹਿ ਸੁਖ ਸਾਗਰ ਭਵ ਨਿਧਿ ਤਰਣੁ ਹਰਿ ਚਿੰਤਾਮਣੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥**

***All Your devotees beg of You. Ocean of peace, carry us across the terrifying world-ocean; You are the Wish-fulfilling Jewel. //1//Pause//***

Shabads composed in Raag Kaliyan and Raag Kaliyan Bhopali can be found on the following links. By accessing these you can appreciate the mood in which the Gurus meant us to experience these Shabads:

**Raag Kaliyan - Prab Mera Antar Jami Jaan - Satnam Singh Anandpur Sahib Wali**

**<https://www.youtube.com/watch?v=JoVuJxVMqdw&t=276s>**

**Raag Kaliyan Bhopali - Parbrahm Parmesar Suami - Harlove Singh & Sukhwinder Singh**

**<https://www.youtube.com/watch?v=o4yKlu5RjkY>**



If you are unable to listen to or read Gurbani in a particular Raag, you can still chant Waheguru, Sat Naam, or Ik Ongkar Simran, using the feelings and mood of these raags. The words of a Shabad bring wisdom, but singing or being immersed in a specific Raag (mood) can create a profound shift that can last for days or even weeks. You can tap into this energy at any time. True healing occurs when we align with our *gaviah* (singing) and *suniah* (listening) in harmony, allowing the full transformative power to take effect. Next month we will look at Raag Parbhati, Prabhati Bibhas, Bibhas Parbhati and Parbhati Dakhani.

It must be acknowledged that some readers will be wondering as to what credentials I have in writing about physical fitness or 'Minimising the Risk of Falls.' Yours truly has:

- Experience as a lecturer in Physical Education in several colleges and schools.
- Was a Sensei- Karate Instructor, 3<sup>rd</sup> Dan Black Belt.
- With the blessings of the Almighty, won the National Power Lifting Competition for nine years in Kenya (East Africa).
- Obtained a Diploma in Sports Psychology, a Diploma in Life Coaching, and completed the 'Training Course for Sports Youth Leaders'.

### Abstract

Falls of elderly people are quite frequent and painful as well. This essay aims to minimise the risk of falls. An important Psychological effect on those who experienced such falls, is that often they fear to go out for walks etc. or even to socialise. They become isolated and lonely.

### Introduction

People over the age of 50 should be aware of sarcopenia, which is (alas) the age-related progressive loss of muscle mass and strength. It is a condition that can significantly impact an individual's ability to perform everyday tasks and maintain independence. Potentially, it can lead to frailty, falls, and disability. Sarcopenia can be exacerbated by poor nutrition and inactivity.

You do not have to go to the gym and pay a heavy entry fee and monthly subscription charges to be fitter, stronger and leaner. You can train at home and invite a friend round to your place, if you consider that you need company or a companion. However, it must be said that if you need company, enlist a person who will help you and not be a hindrance in your determination to improve your level of fitness. Mutual support will do wonders to your motivation and morale, and is good support is strongly recommended.

In this article, only leg and abdomen exercises have been given prominence as they are vital to minimise the risk of falls.

Exercises to strengthen shoulders, chest and arms will be shared later - if there is a demand.

### Legs and Abdomen

It is vital that you warm up before the workout and cool down after finishing all the exercises. Abdomen exercises have been added as elderly people have increased waistlines and find it difficult to go for medium or long walks.

### Workout – LEGS

*If you have an adjustable step-up that is fine. If you don't have it, use the first step of the stairs.*

#### A. High Step Up

Start with both the feet on the floor (after you have warmed up). When stepping up on the 'Step' – make sure your knee doesn't fall inwards. Alternate stepping up, i.e. right leg and then left leg. Try 10 step-ups initially, increase the reps as your fitness level improves.



**Tips:** Start by performing the exercise slowly, until you get into the rhythm, and then go as fast as you can while maintaining stability with a straight back.

Keep your back straight, head up and knees always point forward.

*Please Note: Going up and down the stairs is an excellent exercise also.*

## B. Jogging on the spot

Jogging on the spot is a great way to burn off calories. Perform it at your own pace but remember that your arms are as important as the legs. If you want to go faster, try upping the tempo in your arms and the feet should follow, i.e. focus on moving the arms faster and the feet should move faster too.

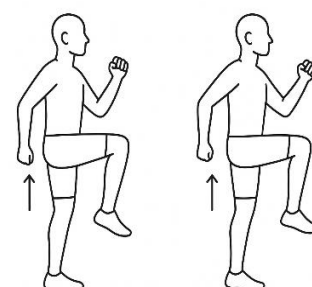


**Jogging on the Spot**  
Coordinate arm and leg movements

## C. High Knees

Start by jogging on the spot but then start to lift your thighs so that they are parallel with the floor. Keep your posture nice and tall. Remember that moving your arms is important, so try to keep them moving as if you were running. Start off slowly and increase the pace every 10 seconds or so

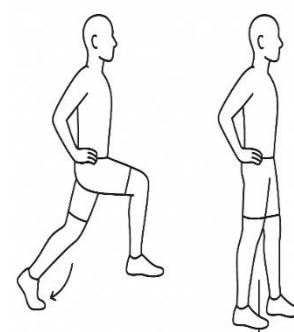
**NB:** If you are not in a good physical condition, take it easy, at least initially. This exercise should start your heart pumping. Try 10 -12 High knee raises as a target.



**High Knees**  
Lift thighs parallel to the floor, keep posture tall

## D. Static Lunges

This exercise targets the legs but also improves your balance and coordination. Start with your feet hips apart. Withdraw the left leg fully to the rear maintaining a width between the feet roughly equivalent to the width of the shoulders. Drop the hips deeply Bend the knees of the front foot. Keep the heel of the rear foot neatly firmly on the ground. The weight of the body is supported by both legs, but it is a little more on the front leg. Whilst maintaining the deep position, push the back leg up to the start position and move back the front leg. Lunge forward at your own pace. Try 10-12 repetitions initially and do more as your fitness level improves.



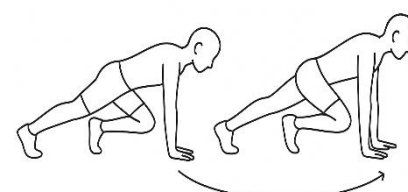
**Static Lunges**  
Keep heel of rear foot on ground, back straight

Hold weights or cans of beans /water bottles in your hands when you can complete the reps (repetitions) easily.

Please take 10-15 seconds' rest before attempting the next exercise.

## E. Mountain Climbers

The exercise is a progression from jogging on the spot and will work out the arms as much as the legs. Get into the press-up position with your feet, knees, hips and shoulders in line with your weight. Then simply drive alternate knees into your chest in a running type action. Try 5-6 reps initially Please take 10-15 seconds' rest before attempting the next exercise.



**Mountain Climbers**  
Drive knees to chest in a plank position

## F. Squats

This is a very good exercise for the legs. Stand with your feet apart, keeping the chest up, and slowly squat down- bend your knees as if you are going to sit down- but do not go all the way down to sitting position. Lower the body as if you are going to sit on a normal chair. As you come up, push the heels down rather than the toes. It is important that you keep your back straight.

### Beginners and Over 50s

If you are a beginner, or over 50, please stick to half squats only. Over 50s are advised to use a chair to sit and stand.

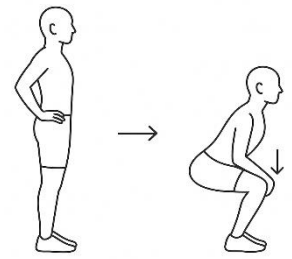
### Full Squat (Advanced aficionados)

Young people, once used to the exercise, could do full squats. When doing the full squat, you squat till your thighs are parallel to the floor. Body builders could try holding dumbbells in both the hands, and a bar with weights on the shoulders.

**Tips:** If you feel pain in your knees, don't do full squats where you bring your thighs parallel to the floor.

Breathe in as you begin to squat down, and exhale as you raise yourself to stand up. Keep the back straight throughout the movement.

Ensure that you are doing the exercise correctly before trying with weights.

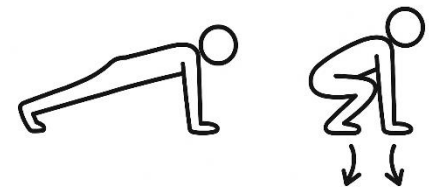


**Squats**

Lower as if sitting on a chair, keep back straight

## G. Squat Thrusts

Start in the press-up position with good alignment between the feet, knees, hips and shoulders. Jump your feet towards your hands and then jump them back into the press-up position.



**Squat Thrusts**

Jump feet toward hands and back to plank

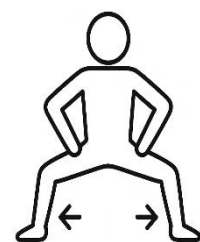
## H. Straddle Leg Stance. Japanese Shiko dachi

This exercise was originally performed by Sumo wrestlers and then incorporated into certain styles of Karate. It improves your balance and burns fat from the thighs.

Stand with your feet wide apart. Lower the hips deeply. The big toes are pointed out diagonally. The knees are turned outward. The body weight is supported by both the legs equally. Keep the soles of the feet firmly in contact with the floor.

Stay in the stance for 6-10 seconds and then straighten up. This is one rep. Try 5-7 reps.

**Tips:** Keep back straight, core tight, looking straight. Make sure that the knees are turned outward.



**Straddle Leg Stance**

Lower hips deeply, keep knees outward.

## Conclusion

You may not achieve the thighs and calves of a wrestler but will certainly have strong legs that enable you to perform the usual daily tasks without much fear of a Fall.



## I. Abs - Abdominal Exercises

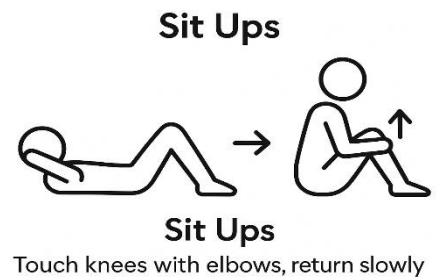
### Sit ups

Lie on your back with your hands over your ears; raise your trunk and touch both knees with your elbows. Return to the original position slowly, on a tempo of 5.

#### Tips:

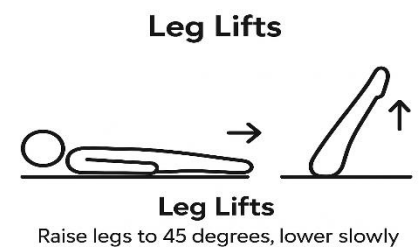
If you have a bad back, please raise your trunk to about one foot above the floor.

When returning to the floor, try to resist the temptation to get back fast. Get back to the starting position as slowly as you can and feel the effect on your abs.



### Leg Lifts

Even people who regularly exercise their tummy, often neglect the lower part of the abdominal muscles. To perform this exercise: Lie face-up on the mat with both your legs extended straight. Flatten your lower back into the mat and feel the contraction in your lower abdominals.



Without bending the knees, raise both your legs to about 45 degrees angle to the floor. Lower your legs slowly down to the floor.

#### Tips:

Breathe in as you lift your legs, exhale as you lower them.

Lift the legs only, refrain from lifting hips and buttocks.

Perform the movement with lot of control

If you can't lift both the legs together, lift one leg at a time.

## Conclusion

**Say goodbye to the paunch!**

## References

- Buckley Julia; *The Fat Burn Revolution*
- Higaonna Morio *Traditional Karate-do Fundamental Techniques 1*
- Singh Sohan; *Achieving a Healthy Balanced Life*
- The Telegraph; *28 Day Body Blitz 1-4*
- Ibid, *Slim in 28 Days 1-3*
- The National Coaching Foundation, *The Coach in Action*
- Ibid, *The Body in Action*.



## Panjabi School Term Dates

Sept 2025 – July 2026

<b>Autumn Term</b>	<b>Start date</b>	<b>Last Day</b>		<b>Start date</b>	<b>Last Day</b>
<b>Tuesday</b>	02/09/25	21/10/25	<b>Half term</b>	04/11/25	16/12/25
<b>Saturday</b>	06/09/25	25/10/25	<b>Half term</b>	08/11/25	20/12/25
<b>Sunday</b>	07/09/25	26/10/25	<b>Half term</b>	09/11/25	21/12/25

<b>Spring Term</b>	<b>Start date</b>	<b>Last Day</b>		<b>Start date</b>	<b>Last Day</b>
<b>Tuesday</b>	06/01/26	19/02/26	<b>Half term</b>	24/02/26	24/03/26
<b>Saturday</b>	10/01/26	14/02/26	<b>Half term</b>	28/02/26	28/03/26
<b>Sunday</b>	11/01/26	15/02/26	<b>Half term</b>	01/03/26	29/03/26

<b>Summer Term</b>	<b>Start date</b>	<b>Last Day</b>		<b>Start date</b>	<b>Last Day</b>
<b>Tuesday</b>	14/04/26	19/05/26	<b>Half term</b>	02/06/26	14/07/26
<b>Saturday</b>	18/04/26	23/05/26	<b>Half term</b>	06/06/26	18/07/26
<b>Sunday</b>	19/04/26	24/05/26	<b>Half term</b>	07/06/26	19/07/26

 GURDWARA EDUCATION PROGRAMME 		
<b>Panjabi Regular Classes</b>		
Tuesday	6:00pm – 7:30pm	First Floor Classrooms, New Building
Sunday – 1 <sup>st</sup> Session	10:00am – 11:30am	
Sunday – 2 <sup>nd</sup> Session	11:30am – 1:00pm	
<b>Panjabi GCSE</b>		
Sunday	11:00am – 1:00pm	1st Floor Classrooms, New Building
<b>Panjabi ‘A’ Level</b>		
Sunday	9:00am-11:00am	Library - New Building
<b>Panjabi for Adults</b>		
Saturday	9:00am – 10:30am	1st Floor Classrooms, New Building
<b>Gurmat Gian for Adults</b>		
Sunday	11:30am – 12:30pm	Ground Floor Room, New Building
<b>English for Adults (ESOL)</b>		
Tuesday	10:00am – 12:10pm	1st Floor Classrooms, New Building
Wednesday	10:00am – 12:10pm	
<b>Religious Education for the Young (4 - 6 year olds)</b>		
Sunday	1:00pm – 2:00pm	1st Floor Classrooms, New Building
<b>Computer Training</b>		
Monday, Tuesday, Wednesday	9:30am – 11:30pm	Library, New Building

JOIN THE SANGAT ON THE LAST SATURDAY OF EACH MONTH TO EXPERIENCE THE BLISS OF NAAM SIMRAN

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ  
**AMRIT VELA  
NAAM SIMRAN**

Meditate on the Vaheguru's name, and blossom forth in abundance.

**LAST SATURDAY  
EACH MONTH  
4AM TO 5AM**

**Sri Guru Singh Sabha  
Hounslow | Alice Way | TW3 3UA**

**Youth Kirtan Darbaar**  
— EVERY FRIDAY —  
**6:30pm - 8:00pm**

📍 Gurdwara Sri Guru Singh Sabha  
Alice Way, Hounslow TW3 3UA

📷 @hounslowkirtandarbaar

Scan The QR Code & Follow Our Instagram For More Updates

Chops & Bani Served For Longer  
Stays - Please Bring Your Own Food

Gurdwara Sri Guru Singh Sabha, Hounslow

**Dastaar  
Tying Classes**  
**Every Sunday  
12-2pm**  
@  
**Sri Guru Singh Sabha Hounslow**  
Alice Way, Hounslow TW3 3UD

For info, contact:  
Jasvinder Singh 07771 580865 / Inderpal Singh 07595 931644

**CTA ChardikalaTurban  
ACADEMY**  
Email: info@turbanacademy.com  
www.turbanacademy.com

Join the sangat on the last Saturday of each month to experience the Magic of our Children

**Note: Next event date is 13 August 25 starting at 2pm.**

**Chardi  
Kala  
Jatha**

**EACH MONTH  
12:30-3:45pm**

The SGSS YES Team, Gurdwara SGSS Hounslow, Khalsa Way, Off Alice Way, Hounslow, TW3 3UD  
Tuition Programmes Service

**UK Residential Management Ltd**

Mr Swarnjit S Kamboh 07930 320 230  
Mr Karthik Reddy 07912 581 834  
Mr Asif Mohammad 07539 990 888

**Financial Services**

Life Insurance	Mortgages
Income Protection	Remortgages
Business Protection	First Time Buyer
Critical Illness	Buy To Let Mortgage
Private Medical	Lettings
Home Insurance	Property Management

**Gurdwara Sri Guru Singh Sabha Hounslow  
SUPPORT SERVICE**

**COMPUTER Training Classes**

No Previous Experience necessary  
All Ages Welcome

**Tuesday, Wednesday & Thursday 09:30 AM-11:30 AM**

<p><b>Computer Basics</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Internet</li> <li>❖ Email</li> <li>❖ Web Browsing</li> <li>❖ Online Forms</li> <li>❖ Online Shopping</li> <li>❖ Online Banking Services</li> </ul>	<p><b>Intermediate Tools</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Word Processing – Word</li> <li>❖ Spreadsheets – Excel</li> <li>❖ Presentations – Powerpoint</li> <li>❖ Using Tablets &amp; Mobile devices</li> <li>❖ Wireless Setup</li> <li>❖ Downloading applications (Apple Store, Google Play)</li> </ul>
---	--

Apple Store Google Play

Further information contact Main Office or email: [ict@sgss.org](mailto:ict@sgss.org)



# SIKH ASSISTED MARRIAGES

**Participants must be registered on our matrimonial database to benefit from this service.** Application forms for this service are available from the Gurdwara or can be downloaded from [www.sgss.org/matrimonial](http://www.sgss.org/matrimonial) The completed application form and a passport size photograph, with a non-refundable registration fee of £50 can be paid by Cheque or Bank transfer. Please use the reference 'Matrimonial/Surname'.

**Card** payments can be made in person at the Gurdwara.

**Cheque:** Payable to account 'Sri Guru Singh Sabha Hounslow' and posted/delivered to The Matrimonial Service, Gurdwara Sri Guru Singh Sabha, Alice Way, Hounslow, TW3 3UD

**Bank Transfer:** Account Name 'Sri Guru Singh Sabha Hounslow',  
Sort Code 20 96 55 and Account No. 00859095.

**Enquiries:** In person or by telephone **(020 8814 6701)**: Monday – Sunday **10:00am – 1:00pm**

**Email:** [matrimonial@sgss.org](mailto:matrimonial@sgss.org)

All information will be strictly confidential and sincere efforts will be made to introduce interested parties. The management of the Gurdwara will not be responsible morally, legally, or otherwise, for any alleged act of negligence, omission, or commission by either of the parties concerned, nor will it be liable to any legal action.

The current list of our matrimonial partners appears below.

<i><b>M A L E S</b></i>				
<i><b>Ref</b></i>	<i><b>Birth Date</b></i>	<i><b>Current Job</b></i>	<i><b>Academic Qualification</b></i>	<i><b>Height</b></i>
3312	Mar-90	PhD	AI/ML Engineer & Data Scientist	5' 10"
3313	Apr-88	A Levels	Security Officer	5' 06"
3315	Nov-93	BA Graphic Design	Graphic Designer	5' 10"
3316	Jan-92	BSc Economics ATT, CTA	Corporate Tax Advisor	6' 01"
3317	May-91	BSc Accounting & Business Management	Pensions Analyst	5' 07"
3318	Apr-94	MBBS	GP	5' 08"
3319	Jul-88	MBBS	Medical Doctor	6' 00"
3321	Dec-86	MBA International Business	Fleet Manager & Own Business	5' 06"
3322	Apr-91	BSc Economics	Risk Consultant	6' 01"
3323	May-90	Diploma in Plumbing	HGV Driver	5' 11"
3324	Sep-79	MSc Information Security	Business Owner & Investment Bank	5' 10"
3325	Mar-97	MBChB	Medical Doctor	5' 10"
3326	Jul-82	BTEC Art & Design	Retail Manager	6' 03"
3327	Dec-76	BSC Banking & International Finance	Financial Services Banking Consultant	5' 10"
3328	Sep-91	BSc Economics	Civil Servant	5' 07"
3329	Nov-81	Diploma Information Tech and Business	Healthcare Consultant	5' 08"
3330	Mar-95	BSc Economics	Oil Trader	5' 07"



3331	Sep-94	BSc Business and Politics	External Relation Advisor	5' 10"
3332	Apr-92	BSc (Hons) Economics	Private Equity Director -Merchant Banker	5' 10"
3333	Aug-91	MSC Finance	Digital Analyst	6' 00"
3334	Dec-92	BSc Economics	Portfolio Manager, Hedge Fund	6' 03"
3336	Aug-87	MSc Sustainability & Management	Senior Partner Sales Manager	6' 02"
3337	May-95	A Levels and Diploma	Commercial Gas Engineer	5' 09"
3338	Jul-91	BSc Sports Science & PE	Head of Key Stage - PE Teacher	5' 09"
3339	Dec-93	A Levels	Civil Servant - Home Office	5' 11"
3340	Jan-94	Advance Level In ICT	Project Manager	5' 11"
3341	Dec-93	GNVQ	Accounts Manager	6' 01"
3342	Oct-87	BA Hons	Graphic Designer	6' 03"
3343	Jun-92	BSC Mathematics	Business Owner - Trucking	5' 11"
3344	Nov-89	BA History & International Relations	Corporate Banker	6' 00"
3345	Apr-94	BA Geography	Law Enforcement	5' 05"
3346	Feb-90	BSc Maths Finance and Economics	Platform Architect	5' 10"
3347	Nov-88	BSc Accounting	Project Manager	5' 10"
3348	Jun-87	Chartered Accountant	CFO - Finance Director	5' 09"
3349	Mar-93	Master of Pharmacy	Pharmaceutical	6' 03"
3350	Sep-96	MSc Investment Management	Investment Analyst	5' 10"
3351	Aug-84	BSC Computing	Heating Engineer	5' 10"
3352	Jan-92	Masters- Finance & Accounts	Management Accountant	5' 11"
3354	Aug-99	MA Law (Cambridge)	Solicitor- Slaughter & May	5' 06"
3355	Nov-91	BSc Economics Chartered Accountant	Economist	6' 02"
3356	Jun-86	MBBS MRCGP	Doctor GP	5' 10"
3357	Sep-93	Business BA Hons	Company Director	5' 07"
3358	Nov-82	BENG	Technical Pre sales Consultant	5' 09"
3359	Nov-95	MSc Science	Project Manager	5' 10"
3360	Sep-88	BSc Maths	Chartered Accountant	5' 10"
3361	Jun-95	PHD Clinical Medicine	Post Doctoral Researcher	5' 11"
3362	Sep-94	B Eng Civil BEng	Principal Structural Engineering	5' 08"
3363	Jul-89	MSc Financial Maths	Software Consultant	5' 10"
3364	Jan-88	BA Business Law	Senior Business Manager	5' 09"
3365	Mar-87	BSc Finance & Accounting	Financial Analyst	6' 00"
3366	Aug-97	Level 3 Engineering	Vehicles Technician	5' 08"
3367	Jun-98	BSC Hons Computer Science	Senior Data Scientist	5' 08"
3368	Sep-94	Diploma	Finance Admin	6' 00"
3369	Dec-94	BA Econ & Politics MSc Real Estate	Corporate Investments	5' 11"
3370	Dec-93	BSc Maths and Economics	Senior manager at Deloitte	6' 03"
3371	Jul-92	BA (Hons) Product Design & Interaction	BA Refight Specialist	6' 00"
3372	Aug-79	BSC Manufacturing Engineering & Transport Manager CPC	HGV Driver	5' 10"
3373	Mar-92	LLB Hons (Law)	Solicitor	5' 08"
3374	Aug-91	BSc Computing and IT	Analyst	5' 08"

3375	Aug-88	BA Hons MBA International Business	International Business	5' 11"
3376	Apr-92	Diploma	Supervisor at British Airways Engineering	5' 08"
3377	Mar-87	BA Business Law and Management	Solicitor	5' 10"
3378	Mar-88	BA Hons Finance, ACCA Chartered Accountant	Finance Manager	5' 09"
3379	Jul-91	BSc Building Surveyor	Retail Manager	5' 10"
3380	Mar-90	Chartered Accountant	Accountant	5' 08"
3381	Apr-95	Undergraduate Biomedical Science	Operations Supervisor	5' 08"
3382	Jan-93	Chartered Accountant	Finance Lead	5' 11"
3383	Apr-99	BA Hons	Civil Service Fast Stream	6' 02"
3384	Dec-90	BSc Hons Computer Science	Software Engineer	6' 00"
3385	Mar-90	LLB Hons DIP PFS	Financial Adviser	5' 06"
3386	Oct-89	CFA	Investment Management	6' 00"
3387	Jun-94	ACA Trainee	ACA Trainee	5' 11"
3388	Jan-94	Master of Technology	Support Advisor	6' 00"
3389	Jul-94	BSc Hons Economics	VP Finance	5' 11"
3390	Feb-93	BSC Civil Engineering	Senior Technical Coordinator	5' 06"
3391	Oct-92	Economics Degree	Finance Business Partner	5' 08"
3392	Feb-93	BA Business Management (Hons)	Logistics & Operations Specialist	5' 08"
3393	Dec-94	Accounting & Finance	Civil Servant	5' 08"
3394	Apr-84	BA Econ and CIMA	Financial Controller	5' 09"
3395	Oct-95	BSc Computer Science	IT Assistant	6' 01"
3396	Jul-98	MSc International Business	Transactional HR and Payroll	5' 08"
3397	Dec-00	BA Economics & Maths	Government Economist	6' 01"

## *F E M A L E S*

<i>Ref</i>	<i>Birth Date</i>	<i>Current Job</i>	<i>Academic Qualification</i>	<i>Height</i>
9607	Sep-86	BA Hons Business Management	Civil Servant	5' 03"
9608	Jun-88	Masters In History	Project Manager	5' 06"
9609	May-84	CIPD Level 5	HR Officer	5' 06"
9610	Mar-94	BA Hons Graphic Design	Digital Designer	5' 06"
9611	Nov-88	MSc	Physician in NHS	5' 03"
9612	Jun-95	Medicine MD	Doctor	5' 05"
9614	Nov-92	BA Literature & Creative writing	Higher Education	5' 03"
9615	Oct-95	M Pharm, PGDip	Advanced Clinical Pharmacist	5' 02"
9616	Mar-95	BA Economics	Internal Audit	5' 04"
9617	Sep-94	Business Management	Beauty	5' 03"
9618	Oct-94	MA Finance and Accounting	Finance Administration	5' 08"
9619	Sep-78	Biomedical Science	Civil Service Administrator	5' 06"
9620	May-94	Accounting Apprenticeship	Team Administrator	5' 05"
9621	Jan-89	Marketing & Advertising	Billing Specialist	5' 09"
9622	May-90	Biology	Microbiologist	5' 08"

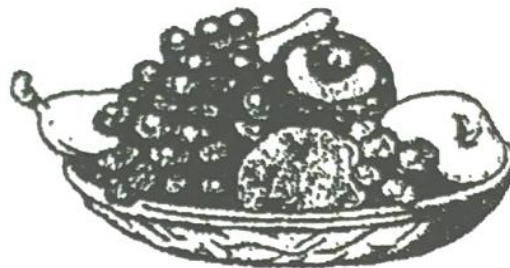
9623	Mar-96	BSC (Hons) Veterinary Nursing & Bio veterinary Science	Veterinary Nurse	5' 03"
9624	May-91	ACA Chartered Accountant	Finance Business Partner	5' 05"
9625	Jul-90	Masters in Pharmacy	Clinical Product Pharmacist	5' 00"
9626	Nov-93	ACA and MSc	Solicitor	5' 05"
9627	May-02	BSc Business Economics	Government Economist	5' 09"
9628	May-92	BA Degree	Head of Strategy & AI	5' 08"
9629	Feb-89	MSc Economic Advisor	Economic Advisor	5' 09"
9630	Dec-93	BSc	Manager - Accounting & Finance Firm	5' 03"
9631	Nov-94	Doctor of Medicine	Dentist	5' 03"
9632	Sep-96	MSC - Sustainability & Management	Sustainability Consultant	5' 04"
9633	Oct-89	BMBS RCG	GP	5' 03"
9634	Nov-98	BSc Maths & Economics	Corporate Banker	5' 06"
9635	Aug-98	MSc Engineering	Geologist	5' 05"
9636	Oct-96	Masters in Political Science	Recruitment Consultant	5' 02"
9637	Feb-91	MSC	Psychologist	5' 03"
9638	Dec-99	BA Business Management	Marketing & Communications coordinator	5' 06"
9639	Oct-93	CACHE Level 5 Dip. Nursery Nurse	Early Years Educator	5' 00"
9640	Nov-92	AAT Level 4	Finance Officer	5' 00"
9641	Feb-88	BA Politics and Int Relations	Teacher	5' 05"
9642	Aug-91	Degree in Psychology	HR Employee Benefits Advisor	5' 06"
9643	Dec-89	Studying Undergraduate Degree Open Degree	Supervisor in College	5' 02"
9644	Feb-95	BA Finance and Accounting	Accountant International Bank	5' 04"
9645	Oct-97	MBChB	Trainee GP	5' 06"
9646	Apr-97	LLB	Para Legal	5' 06"
9647	Sep-94	Business and Finance Degree	Senior Finance Analyst	5' 07"
9648	Mar-92	MPharm	Lead Pharmacist	5' 02"
9649	Nov-96	BSc Diagnostic Radiography	Senior Radiographer NHS Band 6	5' 03"
9650	Feb-93	BA Hons - Early childhood studies	Sales Assistant	4' 11"
9651	Nov-00	BSC Biomedical Sciences	Student	5' 03"
9652	May-86	MSc Economics	Business Owner	5' 04"
9653	Aug-88	BSc Economics	Senior Policy Manager	5' 01"
9654	Jul-94	MBBS, MSC	NHS Doctor	5' 06"
9655	Feb-87	BSc CIPFA	Accountant	5' 03"
9656	Oct-78	Solicitor LLB	Solicitor	5' 02"
9657	Mar-00	MBChB	Doctor	5' 04"
9658	Feb-97	BSc Optometry	Optometrist	5' 04"
9659	Mar-87	LLB LLM Barrister (BVC)	Barrister	5' 06"
9660	Dec-90	BSc Accounting and Finance	Global Director	5' 03"


*Waheguru Jee Ka Khalsa Waheguru Jee Ki Fateh*


# SINGH & CO VEG FRUIT LTD



Unit 89, Market Pavillion, 1 Sherrin Road,  
New Spitalfield Market, Leyton, London E10 5SL  
Tel: 020 8539 1166 - 020 8532 8231 - Fax: 020 8558 0470



**GREEN STREET EXOTICS**  
**10A CARLTON TERRACE**  
**GREEN STREET**  
**LONDON E7**  
**TEL: 020 8503 4809**