

Re Man Eh Bidh Jog Kamāo

ਰਾਮਕਲੀ ਪਾਤਿਸ਼ਾਹੀ ੧੦

ਰੇ ਮਨ ਇਹਿ ਬਿਧਿ ਜੋਗੁ ਕਮਾਓ ॥
ਸਿੰਝੀ ਸਾਚ ਅਕਪਟ ਕੰਠਲਾ ਧਿਆਨ ਬਿਭੂਤ ਚੜ੍ਹਾਓ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
ਤਾਤੀ ਗਹੁ ਆਤਮ ਬਸਿ ਕਰ ਕੀ ਭਿੱਛਾ ਨਾਮ ਅਧਾਰੰ ॥
ਬਾਜੇ ਪਰਮ ਤਾਰ ਤਤੁ ਹਰਿ ਕੋ ਉਪਜੈ ਰਾਗ ਰਸਾਰੰ ॥੧॥
ਉਘਟੈ ਤਾਨ ਤਰੰਗ ਰੰਗਿ ਅਤਿ ਗਯਾਨ ਗੀਤ ਬੰਧਾਨੰ ॥
ਚਕਿ ਚਕਿ ਰਹੇ ਦੇਵ ਦਾਨਵ ਮੁਨਿ ਛਕਿ ਛਕਿ ਬਯੋਮ ਬਿਵਾਨੰ ॥੨॥
ਆਤਮ ਉਪਦੇਸ਼ ਭੇਸੁ ਸੰਜਮ ਕੋ ਜਾਪੁ ਸੁ ਅਜਪਾ ਜਾਪੇ ॥
ਸਦਾ ਰਹੈ ਕੰਚਨ ਸੀ ਕਾਯਾ ਕਾਲ ਨ ਕਬਹੂੰ ਬਯਾਪੇ ॥੩॥

rāmkalī pātshāhī dāsvīⁿ.

re man eh bidh jog kamāo.

singī sāch akapaṭ kanṭhalā dhiān bibhūt chaṛāo. ||1|| rahāo.
tātī gaho ātam bas kar kī bhichhā nām adhārang.
bāje param tār tat har ko upjē rāg rasārang. ||1||
ughṭē tān tarang rang at giān gīt bandhānang.
chak chak rahe dev dānav mun chhak chhak bayom bivānang. ||2||
ātam updesh bhes sanjam ko jāp so ajapā jāpē.
sadā rehē kanchan sī kāyā kāl na kabahūⁿ bayāpē. ||3||

ੴ

Composé dans la *rāga Ramkali* par le 10^e Gurū (Gurū Gobind Singh)

Re Man! Ô mon mental, pratique le Yoga de cette façon :

Que la vérité soit ta conquête, et la sincérité ton collier; fais de la méditation les cendres qui couvrent ton corps. Pause.

Contient ce feu brûlant; que ton âme reçoive l'aumône du *Nām*, et qu'il soit ton support.

Ainsi vibre l'essence divine, suprême; ainsi naît l'élixir du *rāga*.

Des vagues et des vagues mélodieuses et passionnées se propagent, qui mènent au chant de la connaissance.

Tournent et tournent les dieux, les démons et les sages en contemplation; volent les chars célestes.

Instruis ton âme, et habille-toi de maîtrise de soi; répète (le nom de Dieu) de sorte qu'il se répète de lui-même.

Pour toujours, ton corps sera en or, et jamais la mort ne te touchera.