maastarji.com



ਜੋ ਹਮੇਸ਼ਾ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

The One Who Holds On

ਜੋ ਹਮੇਸ਼ਾ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ

The One Who Holds On

Little Shabad Stories

maastarji.com · Free for every family



ਵੀਰ ਅਜੇ ਨਿੱਕਾ ਜਿਹਾ ਸੀ।

Veer was still very little.

ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈਂਦਾ ਸੀ।

All day long, he leaned on someone.

ਤੁਰਦਿਆਂ, ਉਹ ਮਾਤਾ ਜੀ ਦੀ ਉਂਗਲ ਫੜ ਲੈਂਦਾ।

When he walked, he held Mummy's finger.

ਥੱਕ ਕੇ, ਉਹ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਮੋਢੇ ਉੱਤੇ ਸਿਰ ਰੱਖ ਲੈਂਦਾ।

When he was tired, he rested his head on Daddy's shoulder.

ਜਦੋਂ ਡਰ ਲੱਗਦਾ, ਉਹ ਆਖਦਾ, "ਮੈਨੂੰ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾ ਲਓ!"

When he was scared, he said, "Hold me close!"

ਤੇ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਹਨੂੰ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾ ਲੈਂਦਾ।

And someone always held him close.



ਇੱਕ ਰਾਤ ਵੀਰ ਦੀ ਅੱਖ ਖੁੱਲ੍ਹ ਗਈ।

One night, Veer woke up.

ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਹਨੇਰਾ ਸੀ।

It was dark all around.

ਕੋਈ ਉਂਗਲ ਨਹੀਂ। ਕੋਈ ਮੋਢਾ ਨਹੀਂ।

No finger to hold. No shoulder to lean on.

ਵੀਰ ਨੇ ਹੌਲੀ ਜਿਹੀ ਆਖਿਆ, "ਮੈਨੂੰ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾ ਲਓ..."

Veer whispered, "Hold me close..."

ਪਰ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਉਹਨੂੰ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾਉਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਸੀ।

But in the dark, there was no one to hold him close.



ਫਿਰ ਮਾਤਾ ਜੀ ਆਏ ਤੇ ਕੋਲ ਬੈਠ ਗਏ।

Then Mummy came and sat beside him.

"ਵੀਰ," ਉਹ ਬੋਲੇ, "ਇੱਕ ਉਹ ਹੀ ਹੈ ਜੋ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।"

"Veer," she said, "there is One who is always holding us close."

"ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਵੀ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕੋਲ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਓਦੋਂ ਵੀ।"

"Even in the dark. Even when no one is near."

"ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੈ।"

"That One is Waheguru."

ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਬੋਲ ਗਾਏ:

Softly, Mummy sang the words of Guru Ji:

ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਬੰਧਪ ਤੂਹੈ ਤੂ ਸਰਬ ਨਿਵਾਸੁ ॥

You are my mother, my father, and my family — and You live inside everyone.

GURU ARJAN DEV JI · SRI GURU GRANTH SAHIB JI · ANG 818 · RAAG BILAAVAL



ਵੀਰ ਸੋਚਣ ਲੱਗਾ।

Veer thought about this.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ — ਮਾਤਾ ਜੀ ਵਾਂਗ ਪਿਆਰਾ, ਪਿਤਾ ਜੀ ਵਾਂਗ ਸਹਾਰਾ, ਸਦਾ ਅੰਗ-ਸੰਗ।

Waheguru — loving like Mummy, protective like Daddy, always right here.

ਉਹਨੇ ਅੱਖਾਂ ਮੀਟ ਲਈਆਂ ਤੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਆਖਿਆ, "ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾ ਲਓ।"

He closed his eyes and said in his heart, "Waheguru, hold me close."

ਤੇ ਉਹਨੂੰ ਲੱਗਾ ਜਿਵੇਂ ਕੋਈ ਵੱਡਾ ਸਾਰਾ, ਨਿੱਘਾ ਆਸਰਾ ਉਹਨੂੰ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾਈ ਬੈਠਾ ਹੋਵੇ।

And it felt as if a great, warm support was holding him in an embrace.

ਹਨੇਰਾ ਹੁਣ ਡਰਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ ਸੀ।

The dark did not feel scary anymore.

ਵੀਰ ਸੌਂ ਗਿਆ — ਨਿੱਘੇ ਕਲਾਵੇ ਵਿੱਚ, ਸਾਰੀ ਰਾਤ।

Veer fell asleep — held close, all night long.

For Grown-Ups

WHAT THIS STORY IS ABOUT

Underneath the cuddle, this is a first taste of ਆਸਰਾ — the idea that Waheguru is the support we can always lean on, like mother and father all at once. It's written for the very young: the love a child feels from the people who hold them close is a small window onto a much bigger love that never lets go. A lovely one to share if you and your child are learning this shabad in kirtan.

WORDS YOU'LL MEET

ਆਸਰਾ — aasra: Support — someone you can lean on and hold on to

ਗਲ ਨਾਲ ਲਾਉਣਾ — gal naal laona: To hold someone close, to embrace

Gurbani — : The Guru's Word — the sacred teachings in Sri Guru Granth Sahib Ji

Shabad — : A hymn of Gurbani, sung as kirtan

Waheguru — : The Wonderful Creator

QUESTIONS FOR BEDTIME

Let's Talk About It

Veer likes to hold Mummy's finger and lean on Daddy's shoulder. Who do you like to hold on to?

Let's Think About It

Mummy told Veer that Waheguru is "always holding us close," even in the dark. What do you think that feels like?

Let's Try It

Tonight before bed, close your eyes and say softly, "Waheguru, hold me close." You can say it together — grown-ups too!

Let's Look

Can you find Veer's toy kookaburra on every page? Where did it go when Veer woke up in the dark?

Now sing the whole shabad

The story sings just one line of it. Here is the complete shabad, with its meaning — lovely to read and sing together now that you've shared the story.

ਬਿਲਾਵਲੁ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਦਾਸ ਤੇਰੇ ਕੀ ਬੇਨਤੀ ਰਿਦ ਕਰਿ ਪਰਗਾਸੁ ॥

This is Your servant's prayer: please light up my heart.

ਤੁਮ੍ਰੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਦੋਖਨ ਕੋ ਨਾਸੁ ॥੧॥

By Your kindness, Waheguru, wash away my faults. ॥1॥

ਚਰਨ ਕਮਲ ਕਾ ਆਸਰਾ ਪ੍ਰਭ ਪੁਰਖ ਗੁਣਤਾਸੁ ॥

I lean on Your lotus feet, Waheguru, treasure of all goodness.

ਕੀਰਤਨ ਨਾਮੁ ਸਿਮਰਤ ਰਹਉ ਜਬ ਲਗੁ ਘਟਿ ਸਾਸੁ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Let me sing and remember Your Name for as long as I have breath. ॥1॥ Pause ॥

ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਬੰਧਪ ਤੂਹੈ ਤੂ ਸਰਬ ਨਿਵਾਸੁ ॥

You are my mother, my father, and my family — and You live inside everyone.

ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ ਸਰਣਾਗਤੀ ਜਾ ਕੋ ਨਿਰਮਲ ਜਾਸੁ ॥੨॥੭॥੭੧॥

Nanak comes to Waheguru's shelter, whose praise is pure and clean. ॥2॥7॥71॥

ਮਾਸਟਰ ਜੀ

You don't have to be fluent to raise proud Sikh kids. Free stories, Sikh values and the meaning of Gurbani — in English first, with a gentle path to Gurmukhi when your child's ready. Made by Sikh parents figuring it out too.

Free for every family.
maastarji.com · maastarji.substack.com

Written by the Maastarji team · Gursharn Singh
© 2026 maastarji.com