



Anand Sahib

Un viatge cap a l'espiritualitat
Catlan Traducció

Índex

1.	Anand Sahib-----	1
2.	Ardas-Pregària-----	21
3.	Camí de l'ànima-----	25
4.	Filosofia per al viatge-----	27
5.	El paper de la dona-----	29
6.	Importance of Turban-----	32
7.	Humility key essence in your Journey-----	34



We are distributing Free Gutkas, Divine message of the Guru globally in all the major languages, To Continue this Monumental task, please donate at <https://sggsonline.com/donation>

This Sewa has been done by Sewadars & SikhBookClub.

This text is only a translation and only gives the essence of the Guru's Divine word. For a more complete understanding, please read the Gurumukhi Sri Guru Granth Sahib Ji. If any errors are noticed, please notify us immediately via email at walnut@gmail.com.

Publisher: SikhBookClub.com

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ

Raag Raamkalee, Tercer Guru, Anand ~ La cançó de la felicitat:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

Un Déu etern, realitzat per la gràcia del Veritable Guru: .

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

Oh mare meva, un estat de felicitat ha sorgit dins meu perquè he conegut el Veritable Guru.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

En conèixer el Veritable Guru, estic en un estat de pau intuïtiva i equilibri com si una melodia alegre estigués vibrant a la meva ment.

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

Sembla com si les mesures musicals semblants a joies juntament amb les seves consorts semblants a fades haguessin arribat a cantar les lloances de Déu.

ਸਬਦੇ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

Cantem les lloances de Déu juntament amb els qui han consagrat Déu a la seva ment i estan plenament encantats.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

Nanak diu: Estic feliç, perquè he conegut el Veritable Guru. ||1||

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

Oh, la meva ment, roman sempre en sintonia amb Déu.

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

Oh, la meva ment, segueixi centrat en Déu; Eradicarà tots els dolors.

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

Sempre t'ajudarà i farà totes les teves tasques.

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

Per què abandones aquest Mestre-Déu de la teva ment que és capaç de fer-ho tot?

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

Nanak diu: Oh, la meva ment, sempre segueixi centrat en Déu. ||2||

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥

Oh Déu etern, què hi ha que no hi hagi a la teva llar celestial?

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

Tot està sota el teu control, però només rep aquella persona que tu et regales.

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

Aleshores, sempre canta les teves lloances i consagra el teu nom a la ment.

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

La melodia divina del Shabad vibra a la ment on habita Naam.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

Nanak diu: Oh, el veritable Mestre, què hi ha que no tinguis? ||3||

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥

El Naam etern és el meu únic suport.

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

El Veritable Nom és el meu únic suport que ha eliminat tota la meva cobdícia.

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

Portant pau i tranquil·litat, Naam s'ha manifestat eternament al meu cor i ha complert tots els meus desitjos.

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

Estic dedicat per sempre al Guru, que posseeix tanta glòria i grandesa.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੇ ॥

Nanak diu: Escolteu, sants, consagrau al vostre cor l'amor per la paraula del Guru.

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥੪॥

El Naam Etern és el suport de la meva vida. ||4||

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ॥

Aquell cor beneït se sent com si els cinc sons primaris vibraran allà dins.

ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

Oh Déu, aquell cor beneït, en el qual has inculcat el teu poder, sent la música divina sonant contínuament.

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

Has controlat els cinc dimonis d'aquesta persona (la luxúria, la ira, la cobdícia, l'afecció i l'ego) i has eliminat la seva por a la mort.

ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ਪਾਇਆ ਤੁਧੁ ਜਿਨ ਕਉ ਸਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਕੈ ਲਾਗੇ ॥

Només aquelles persones es van centrar en el nom de Déu, en el destí de les quals heu posat les benediccions de Naam des del principi.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤਹ ਸੁਖੁ ਹੋਆ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ ॥੫॥

Nanak diu, en aquesta ment la pau preval com si la melodia de la música divina contínua es toqués. ||5||

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

Sense el veritable anhel de Déu, aquest cos humà està completament indefens.

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

Sense el veritable anhel de Déu, què pot fer aquest cos indefens?

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

Oh Mestre de l'univers, ningú, excepte Tu, és omnipotent; si us plau, feu misericòrdia.

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

Excepte tu, aquest cos no té cap altre suport, només es pot embellir en sintonia amb la Paraula del Guru.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

Nanak diu, sense l'amor per Déu, què pot fer aquest cos indefens? ||6||

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੇ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੂ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

Tothom parla de felicitat; però la felicitat només es coneix a través del Guru.

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥

Oh, els meus estimats amics, només quan el Guru mostra la seva gràcia, es coneix la veritable felicitat del Guru.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥

Atorgant la seva gràcia, el Guru destrueix tots els seus pecats i el beneeix amb l'ungüent curatiu de la saviesa espiritual.

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੇਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

Aquells que erradiquen l'afecció per les coses mundanes des de dins, la seva vida està embellida pel Déu Etern.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਅਨੰਦੁ ਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥੭॥

Nanak diu, aquesta és la veritable felicitat i aquest tipus de felicitat només es pot conèixer a través del Guru. ||7||

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥

'Déu meu, només aquesta persona a la qual dónes, rep aquesta felicitat.

ਪਾਵੈ ਤ ਸੋ ਜਨੁ ਦੇਹਿ ਜਿਸ ਨੋ ਹੋਰਿ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਵੇਚਾਰਿਆ ॥

Sí, ell sol rep aquest do de felicitat, a qui el dónes; en cas contrari, què poden fer les criatures indefenses?

ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥

Hi ha alguns que, il·lusionats pel dubte, segueixen vagant en totes les deu direccions, però n'hi ha d'altres la vida dels quals embelleix adjuntant-los a Naam.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥

Per la Gràcia del Gurú, la ment d'aquells es torna immaculada, a qui la vostra voluntat és agradable.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥੮॥

Nanak diu: 'Déu, ell sol rep aquest do de felicitat a qui li atorgues.

ਆਵਹੁ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਹੇ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥

Vine 'estimats sants, reflexionem sobre les virtuts del Déu indescriptible.

ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥

Parlem d'aquest Déu indescriptible, i pensem en la forma en què Ell es pot realitzar.

ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥

Déu es pot realitzar lliurant el nostre cos, ment, riquesa i tot al Guru i obeint el seu manament.

ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

"Poble sant, obeeix el Comando del Gurú, i canta les lloances de Déu

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥

Nanak diu: escolta 'sants, reflexiona sobre les virtuts del Déu indescriptible.

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

Oh ment voluble, a través de la intel·ligència, ningú no s'ha adonat mai de Déu.

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

'La meva ment, escolta, ningú mai s'ha adonat de Déu a través de la intel·ligència

ਏਹੁ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

Aquesta maia és tan fascinant; que ha deixat tot en dubte

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

Aquesta fascinant maia ha estat creada pel mateix Déu que també ha administrat aquesta poció enganyadora de la il·lusió mundana als mortals.

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੇਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

Em dedico a Déu que ha fet l'adhesió a Maya tan dolça.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

Nanak diu: Oh, la meva ment mercurial, ningú no s'ha adonat de Déu a través de la intel·ligència. ||10||

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

'La meva estimada ment, recorda sempre el Déu etern amb amor i devoció.

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

Aquesta família que veieu no us acompanyarà després de la mort.

ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥

Per què et lligues emocionalment a això que al final no t'acompanyarà?

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥

Mai facis aquesta acció en absolut, per la qual cosa et penediràs al final.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

Escolteu els ensenyaments del veritable Guru, que romandrà amb vosaltres per sempre.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥

Nanak diu: "La meva estimada ment, sempre recorda amb amor el Déu etern.
||11||

ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥

'Déu insondable i inperceptible, ningú ha trobat mai el teu límit.

ਅੰਤੋ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥

Sí, ningú ha trobat els teus límits i només tu et coneixes a tu mateix.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੇ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥

Tots els éssers vius i criatures són la teva obra; com et pot descriure algú?

ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥

Ets Tu qui ha creat aquest món, ets Tu qui parles a través de cada ésser viu i els cuides.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤੂ ਸਦਾ ਅਗੰਮੁ ਹੈ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੨॥

Nanak diu, 'Déu! Sempre ets incomprendible i ningú ha trobat mai el límit de les teves virtuts. ||12||

ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਖੋਜਦੇ ਸੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥

Els àngels i savis busquen el Nèctar ambrosial; però aquest nèctar només s'obté del Guru.

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

Aquell sobre el qual el Guru ha mostrat la seva misericòrdia ha rebut el nèctar de Naam perquè ha consagrat el Déu etern en la seva ment.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

'Déu, tots els éssers vius són creats per Vostè; molta gent en veure el Guru venir davant d'ell per buscar les seves benediccions.

ਲਬੁ ਲੇਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

La seva cobdícia i egotisme es dissipa, i el veritable guru sembla agradable.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਿ ਤੁਠਾ ਤਿਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥੧੩॥

Nanak diu: només aquell sobre el qual Déu s'ha fet gràcia, ha rebut el nèctar de Naam del Guru. ||13||

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

L'estil de vida dels devots és únic i diferent.

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

Sí, l'estil de vida dels devots és únic i diferent; segueixen el camí més difícil.

ਲਬੁ ਲੇਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

Renuncien a la cobdícia, a l'egotisme i als desitjos mundans; no parlen gaire d'ells mateixos.

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

El camí que segueixen a la vida és més agut que una espasa de dos talls, i més fi que un cabell (ardu i desafiant). c

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

Per la gràcia del Guru, aquells que han vessat la seva autocontenció; el seu desig de maia s'esvaeix en record de Déu

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

Nanak diu que, edat rere edat, l'estil de vida dels devots de Déu s'ha mantingut únic i diferent.

ਜਿਉ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵ ਚਲਹ ਸੁਆਮੀ ਹੇਰੁ ਕਿਆ ਜਾਣਾ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ॥

'Mestre-Déu, com vostè desitja, Les seves criatures es condueixen en conseqüència; No sé més sobre les seves Virtuts.

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

En qualsevol camí que ens poseu, ens conduïm segons vulgueu.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

Mostrant misericòrdia, que tu sintonitzes amb Naam, sempre et recorden amorosament.

ਜਿਸ ਨੇ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖ ਪਾਵਹੇ ॥

Aquells als quals reciteu les paraules divines de les vostres lloances, gaudiu de la pau i a través del Guru a la santa congregació.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥

Nanak diu: "Déu etern, com vostè vol, Vostè fa que les criatures es condueixin en conseqüència. ||15||

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

Aquesta cançó de felicitat és la paraula divina més bella.

ਸਬਦੇ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥

El veritable Gurú ha recitat aquest cant etern d'alegria, que s'engalana amb la Paraula Divina.

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

Aquesta cançó de felicitat està consagrada en la ment dels que estan tan predestinats.

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

Molts mortals deambulen, presumint del seu coneixement poc profund, però ningú no s'ha adonat mai de Déu i ha rebut la felicitat per meres converses.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

Nanak diu que el veritable Guru ha recitat la felicitat donant la paraula divina.

ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥

La vida d'aquests devots s'ha convertit en pura, que han meditat sobre Déu.

ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

Sí, els que han meditat amorosament sobre Déu a través del Guru s'han tornat immaculats.

ਪਵਿਤ੍ਰ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

La seva mare, el seu pare, les seves famílies i tots els que entren en contacte han estat santificats.

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

El nom de Déu és una font de felicitat que els que pronuncien i els que escolten es tornen purs. Els que ho consagren dins de la seva ment també es tornen immaculats.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਜਿਨੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥੧੭॥

Nanak diu que, tots els que han meditat sobre el nom de Déu s'han tornat purs. ||17||

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਉਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥

L'estat de la visió intuïtiva no arriba bé a través d'actes ritualistes, i sense la visió intuïtiva, l'escepticisme no s'aparta.

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੈ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥

La gent ha renunciat després de provar tot tipus d'actes, perquè l'escepticisme no s'aparta per simples actes ritualístics.

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ ॥

La ment està contaminada per l'escepticisme; com es pot netejar?

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥

Netegeu la vostra ment sintonitzant amb la paraula del Guru i mantingueu la vostra consciència centrada en Déu.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਸਹਜੁ ਉਪਜੈ ਇਹੁ ਸਹਸਾ ਇਵ ਜਾਇ ॥੧੮॥

Nanak diu que, per Grace Guru, intuïtiva, s'enfonsa, i aquest escepticisme es dissipa. ||18||

ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

Algunes persones, exteriorment semblen ser purs, però les seves ments són brutes amb vicis.

ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੁਐ ਹਾਰਿਆ ॥

Sí, els que són exteriorment purs i contaminats dins, han perdut la seva vida humana en aquest joc.

ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥

Estan afligits amb la terrible malaltia dels desitjos mundans i han abandonat fins i tot el pensament de la mort de les seves ments.

ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੇ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥

Als Vedes, el nom de Déu ha estat declarat suprem, però no escolten aquest consell i continuen errant com fantasmes.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਸਚੁ ਤਜਿਆ ਕੂੜੇ ਲਾਗੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥੧੯॥

Nanak diu, aquells que abandonen la Veritat (Déu) i s'aferren a la falsedat (maies), han perdut la seva vida humana en aquest joc. ||19||

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

Aquells que són purs des de dins i immaculats des de fora també.

ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥

Aquells que han après la seva conducta i forma de vida del veritable Guru, sí que són purs des de dins i immaculats des de fora.

ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥

Ni tan sols una mica de falsedat els toca i els seus desitjos de Maya acaben en culte devocional.

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

Els millors són els comerciants de Naam, que han aconseguit el propòsit de la vida humana guanyant la riquesa de Naam.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਮੰਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਸਦਾ ਰਹਿ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥੨੦॥

Nanak diu, aquells que la ment és pura, sempre romanen centrats en la paraula del Guru. ||20||

ਜੇ ਕੇ ਸਿਖੁ ਗੁਰੁ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥

Si algun deixeble vol esdevenir veritablement fidel al Guru.

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

Sí, si algun deixeble vol fer-se fidel al Guru, ha de seguir sincerament els ensenyaments del Guru)

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥

Hauria de contemplar els ensenyaments del Guru i consagrar-los en la consciència interior.

ਆਪੁ ਛਡਿ ਸਦਾ ਰਹੈ ਪਰਣੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਏ ॥

Renunciant a l'autodeterminació, aquesta persona sempre hauria de dependre del Guru, i excepte el Guru, no hauria de seguir ningú més per obtenir orientació espiritual.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੇ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥

Nanak diu: escolteu, oh Sants: un deixeble es gira cap al Guru amb fe sincera i es fa fidel al Guru. ||21||

ਜੇ ਕੇ ਗੁਰ ਤੇ ਵੇਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਵੈ ॥

Si algú s'allunya de la paraula del Guru, sense seguir els ensenyaments del veritable Guru, no trobarà l'alliberament de Maya.

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

Mai no es pot trobar l'alliberament del vincle de Maya en cap altre lloc; aneu a preguntar als savis sobre això.

ਅਨੇਕ ਜੁਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

Aquesta persona deambula per innombrables naixements, però sense seguir els ensenyaments del veritable Guru, no trobarà l'alliberament dels vincles de Maya.

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

L'alliberament dels vincles de Maya només es rep venint al refugi del Guru, perquè només el veritable Guru ensenya el camí just de la vida a través de la Paraula Divina.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਵੀਚਾਰਿ ਦੇਖਹੁ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥੨੨॥

Nanak diu, contempleu això i vegeu, que sense la paraula del veritable Guru, no es rep l'alliberament dels vincles de Maya. ||22||

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੇ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Oh estimats deixebles del veritable Guru, veniu a cantar les Divines Paraules del Guru.

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

Canta les paraules divines, les paraules supremes (Bani) de tots, pronunciades pel Guru.

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

Aquestes paraules divines pronunciades pel Guru es consagren en el cor dels que són beneïts amb la mirada de Déu de gràcia.

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

Participeu el nèctar ambrosial de Naam, romaneu impregnats de l'Amor de Déu per sempre i mediteu sobre Déu amb devoció amorosa.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥

Nanak diu: per sempre canta aquests himnes divins proferits pel Guru per sempre. ||23||

ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥

Les paraules pronunciades per qualsevol persona que no sigui el veritable Guru són falses.

ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Sí, sense ser pronunciats ni aprovats pel veritable Guru, tots els altres himnes són falsos.

ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸੁਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥

Falsos són els recitadors, falsos són els oients, i falsos són els que discorren sobre fals Bani.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੂ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Poden recitar contínuament el nom de Déu amb les seves llengües, però no entenen el que reciten.

ਚਿਤੁ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੋਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥

El seu conscient ha estat enganyat per Maya, només reciten paraules sense cap comprensió.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੪॥

Nanak diu que sense ser pronunciat o aprovat pel veritable Guru, tots els altres Baani (paraula) són falsos. ||24||

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥

La Paraula del Guru és com un regal impagable amb les virtuts de Déu.

ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥

Aquell que té la ment sintonitzada amb la paraula inestimable del Guru, es fon en això.

ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥

Aquell la ment està centrada en la paraula del Guru, desenvolupa l'amor pel Déu etern.

ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੇ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥

Aquell a qui Déu beneeix aquesta comprensió, s'adona que el Nom de Déu i la paraula de les seves lloances no tenen preu.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥

Nanak diu que la paraula del Guru és com un regal impagable amb les virtuts inestimables de Déu.||25 ||

ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥

Després de crear l'ànima i Maya, el Creador els sotmet al seu comandament.

ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥

Fent complir la seva ordre, Ell mateix veu el joc entre la ment i Maya; Ell dóna la comprensió sobre aquesta obra només al seguidor d'un Guru rar.

ਤੇੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

Aquesta persona consagra la paraula del Guru a la ment i s'emancipa trencant els vincles de Maya.

ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਿ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਵੈ ਏਕਸ ਸਿਉ ਲਿਵ ਲਾਏ ॥

Aquell que Déu mateix beneeix la saviesa per seguir l'ensenyament del Guru, sintonitza amorosament la seva ment amb Déu.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥

Nanak diu: Ell mateix és el creador, i ell mateix revela el seu comandament.

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Els lectors de Smritis i els Shastras reflexionen sobre el bé i el mal, però no entenen la veritable essència de la realitat.

ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Sí, no entenen la veritable essència de la realitat i sense els ensenyaments del Guru no poden conèixer la veritable essència de la realitat.

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

El món sencer està engrescat en els tres modes de Maya i dubte; passa la nit de la seva vida en el son de la ignorància.

ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਸੇ ਜਨ ਜਾਗੇ ਜਿਨਾ ਹਰਿ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਬੋਲਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ॥

Per la Gràcia del Guru només aquelles persones romanen despertes d'aquest son d'ignorància dins de la qual Déu habita i que canten la paraula ambrosial del Guru.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਤਤੁ ਪਾਏ ਜਿਸ ਨੇ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ ਜਾਗਤ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥੨੭॥

Nanak diu que només aquesta persona s'adona de l'essència de la realitat (Déu), que sempre està impregnat de l'amor de Déu, i que passa la seva vida romanent despert i al·ludit a les al·lusions de Maya. ||27||

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

Per què s'ha d'oblidar aquell Déu que proporciona suport a l'úter de la mare?

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

Sí, per què oblidar de la ment un gran benefactor, que proporciona suport en el foc de l'úter?

ਓਸ ਨੇ ਕਿਹੁ ਪੇਹਿ ਨ ਸਕੀ ਜਿਸ ਨਉ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਲਾਵਏ ॥

Res no pot perjudicar aquell, a qui Déu impregna del seu amor.

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥

Déu mateix inculca el seu amor, per tant, seguint els ensenyaments del Guru, sempre hem de seguir recordant-lo amb amor i devoció.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

Nanak diu, per què oblidar un gran benefactor de la ment?

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

A mesura que el foc està dins de l'úter, també ho és el desig de Maya fora.

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

El foc a l'úter i el desig ardent de Maya (riqueses mundanes i poder) són similars a la natura; tal és l'obra, el Creador ha creat.

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

Quan Déu així ho desitja, el nen neix i la família està molt satisfeta.

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

L'amor per Déu es desgasta i el nen s'enganxa als desitjos mundans; el guió de Maya segueix el seu curs.

ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੋਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

És aquest maia, a causa del qual Déu s'oblida, es produeix l'adhesió emocional i l'amor per la dualitat.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨਾ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਤਿਨੀ ਵਿਚੇ ਮਾਇਆ ਪਾਇਆ ॥੨੯॥

Nanak diu, per la gràcia de Guru, els que romanen sintonitzats amb Déu s'han adonat d'ell, mentre viuen enmig de Maya.

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

Déu mateix no té preu; el seu valor no es pot estimar.

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥

Sí, ningú no pot estimar la seva vàlua, la gent s'ha cansat d'intentar-ho.

ਐਸਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤਿਸ ਨੇ ਸਿਰੁ ਸਉਪੀਐ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਜਾਇ ॥

Si un compleix i segueix els ensenyaments d'un veritable Guru, l'autoocult s'esvaeix, s'hauria de lliurar totalment a aquest Guru.

ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥

Quan un roman imbuït de l'amor de Déu, llavors Déu, a qui pertany, ve a habitar en la seva ment.

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਕੇ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਹਰਿ ਪਲੈ ਪਾਇ ॥੩੦॥

O' Nanak, Déu mateix no té preu, però es converteixen en molt afortunats que Déu s'uneix al Guru.

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥

El nom de Déu és la meva riquesa i la meva ment és un comerciant de Naam

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥

Sí, el nom de Déu és la meva veritable riquesa i la meva ment és comerciant de Naam. És del veritable Guru que he arribat a conèixer aquesta riquesa.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥

"Els éssers humans, mediten cada dia sobre el nom de Déu amb devoció amorosa i obtenen el seu benefici (felicitat) cada dia.

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥

Només aquells han rebut aquesta riquesa, a qui Déu s'ha agradat donar.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥

Nanak diu: El nom de Déu és la meva veritable riquesa, i la ment s'ha convertit en el seu comerciant.

ਏ ਰਸਨਾ ਤੂ ਅਨ ਰਸਿ ਰਾਚਿ ਰਹੀ ਤੇਰੀ ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ॥

O la meva llengua, t'engresques a tastar moltes relíquies diferents, d'aquesta manera el teu anhel de gustos mundans no desapareixeria

ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ਹੋਰਤੁ ਕਿਤੈ ਜਿਚਰੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਲੈ ਨ ਪਾਇ ॥

Sí, el vostre desig de diferents gustos mundans no desapareixerà de cap manera, fins que aconseguíu l'essència subtil del nom de Déu.

ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇ ਪਲੈ ਪੀਐ ਹਰਿ ਰਸੁ ਬਹੁੜਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਗੈ ਆਇ ॥

Si rebeu l'essència subtil del Nom de Déu i partiu d'aquesta essència del Nom de Déu, no tornareu a ser torbats per cap altre desig.

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

Per gràcia de Déu, aquesta essència subtil del Nom de Déu és rebuda per aquell que segueix els ensenyaments del veritable Guru

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹੋਰਿ ਅਨ ਰਸ ਸਭਿ ਵੀਸਰੇ ਜਾ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥੩੨॥

Nanak diu que quan la felicitat de Naam resideix en la ment, totes les altres relíquies mundanes s'obliden.

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

Oh, el meu cos, quan Déu va infondre la seva llum divina en tu, llavors vas venir al món.

ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

Sí, només quan Déu va col·locar la seva llum divina en tu, llavors vas venir a aquest món.

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

Déu mateix és la mare i Ell mateix el pare, que després de crear l'ésser humà, té cura dels éssers.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

Quan per gràcia de Guru, un va entendre la realitat d'aquest món, llavors s'adona que aquest món és una obra de teatre i res més que un joc de Déu.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਮੂਲੁ ਰਚਿਆ ਜੋਤਿ ਰਾਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥੩੩॥

Nanak diu, que quan Déu va establir la base de l'univers i va col·locar la seva llum divina en tu, només llavors vas venir a aquest món.

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

La meva ment s'ha tornat alegre, quan em vaig adonar de la presència de Déu en el meu cor.

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

Oh amic meu; canta cançons d'alegria, perquè el meu cor s'ha convertit en un temple per a Déu.

ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੇਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥

Sí, 'amic meu, sempre canta alegres cançons de les lloances de Déu; en fer-ho, no afligeix cap pena ni dolor.

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥

Benaurats els dies en què estic unit a la paraula del Guru i medito amorosament sobre el meu Déu Mestre.

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੇ ॥

És a través de la paraula del Guru, que m'he adonat de la melodia contínua de les lloances de Déu, i ara estic gaudint de la relíquia del nom de Déu.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪਪਪਪਪਪਪਪੁ ਆਪਿਪਪਪਪਪਪ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੋ ॥੩੪॥

Nanak diu: Déu mateix, que és capaç de fer-ho tot, m'ha conegut.

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇ ਕੈ ਕਿਆ ਤੁਧੁ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ॥

"El meu cos, quines accions que valen la pena heu fet venint a aquest món?

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

Sí, oh meu cos, des que vau venir a aquest món, quines bones accions heu fet?

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੇ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

No has consagrat en la teva ment aquell Déu que et va crear.

**ਗੁਰ ਪਪਪਪਪਪਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪਪਪਪਪਪਪੁਰਬਿ ਲਿਖਿਆ
ਪਪਪਪਪਪਪਾਇਆ ॥**

Per la gràcia del Guru, Déu habita en la ment de la persona que es compleix el destí preordenat.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਪਪਪਪਪਪਪਰਵਾਣੁ ਹੋਆ ਜਿਨਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ
॥੩੫॥**

Nanak diu, que ha centrat la seva ment en els ensenyaments del Guru, ha aconseguit el propòsit de la vida humana i està aprovat en presència de Déu.

ਏ ਨੇਤ੍ਰੁ ਮੇਰਿਹੇ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਧਰੀ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ॥

"Els meus ulls, Déu ha infós la seva Llum en vosaltres; per tant, no contempleu ningú que no sigui Déu (més aviat veure Déu que perviu en tothom i en tot arreu).

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥

No veieu res més, excepte Déu que perviu a tot arreu, Déu només és digne de ser retingut

**ਏਹੁ ਵਿਸੁ ਸੰਸਾਰੁ ਤੁਮ ਦੇਖਦੇ ਏਹੁ ਹਰਿ ਕਾ ਰੂਪਪਪਪਪਪਪੁ ਹੈ ਹਰਿ ਰੂਪਪਪਪਪਪਪੁ ਨਦਰੀ
ਆਇਆ ॥**

"Els meus ulls, tot aquest món que esteu comportant és la manifestació de Déu; és aquesta forma de Déu, que els meus ulls estan veient.

ਗੁਰ ਪਪਪਪਪਪਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਜਾ ਵੇਖਾ ਹਰਿ ਇਕੁ ਹੈ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥

Per la Gràcia del Gurú, m'he adonat d'això, i ara allà on veig, només veig un Déu, i excepte Déu no hi ha ningú més.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹਿ ਨੇਤ੍ਰੁ ਅੰਧ ਸੇ ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਦਿਬ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਹੋਈ ॥੩੬॥

Nanak diu: Anteriorment aquests ulls eren espiritualment cecs, en trobar-se amb el veritable Guru, la llum divina va entrar en ells i ara aquests ulls veuen Déu a tot arreu.

ਏ ਸੁਣਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥

Oh les meves orelles, que són enviats aquí només per escoltar les lloances de Déu.

ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥

Sí, esteu enganxats al cos i us envien aquí per escoltar les paraules divines del Guru de les lloances de Déu.

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥

La ment i el cos es rejoveneixen escoltant les divines paraules del Guru de les lloances de Déu i la llengua es submergeix en el nèctar de Naam.

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥

Déu és tan meravellós i incomprendible, el seu estat no es pot descriure.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਨਾਮੁ ਸੁਣਹੁ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਵਹੁ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥੩੭॥

Nanak diu, escolteu el Naam ambrosial i esdevingueu immaculats, només heu estat creats per escoltar la Paraula divina.

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥

Col·locant l'ànima al cos-cova, Déu va bufar l'alè de la vida en ella com bufant aire en un instrument musical.

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥

Sí, Déu va bufar l'alè de la vida al cos i va revelar els nou òrgans del cos a través de les nou portes (dos ulls, dues orelles, dues fosses nasals, una llengua i dues sortides d'orina i excrements) però va mantenir la desena porta oculta.

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

A qui Déu va beneir d'amor per Naam a través del Guru, Ell els va revelar la desena porta també.

ਤਹ ਅਨੇਕ ਰੂਪ ਨਾਉ ਨਵ ਨਿਧਿ ਤਿਸ ਦਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਪਾਇਆ ॥

En aquest estat espiritual suprem on s'ha revelat la desena porta, un s'adona de la riquesa il·limitada del Nom de Déu en moltes formes belles.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਪਿਪਪਪਆਰੈ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਪਪਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ
॥੩੮॥**

Nanak diu, col·locant l'ànima al cos-cova, estimat Déu va bufar l'alè de la vida en ella com bufant aire en un instrument musical.

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥

Canta aquest veritable cant de lloances de Déu a la santa congregació

ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥

Sí, canteu aquest cant de felicitat a la santa congregació, on sempre mediten amorosament sobre el Déu etern.

ਸਚੈ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥

'Déu, mediten sobre Vostè només quan tan li agrada, i a qui vostè beneeix amb aquesta comprensió a través del Guru.

ਇਹੁ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਖਸਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਬਖਸੇ ਸੋ ਜਨੁ ਪਪਪਪਾਵਹੇ ॥

El Déu etern és el Mestre de tots, només ells s'adonen d'ell sobre el qual es fa gràcia.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥

Nanak diu, unint-se a la santa congregació, canten la lloança de Déu.

ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪਪਪਪੂਰੇ ॥

O' afortunats, escolteu el cant de la felicitat; escoltant aquesta cançó, tots els vostres desitjos seran complerts.

ਪਪਪਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪਪਪਪ੍ਰਭੁ ਪਪਪਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੂਰੇ ॥

Els que han escoltat el cant de la felicitat s'han adonat de Déu, i s'han eliminat totes les seves preocupacions

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪਪਪਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

En escoltar la Paraula Divina, totes les seves penes i misèries han partit.

ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪਪਪਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥

En comprendre la paraula divina del veritable Guru, tots els sants i amics es tornen encantats.

ਸੁਣਤੇ ਪਪਪਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਪਪਪਵਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪਪਪਪੂਰੇ ॥

Els que escolten o pronuncien la paraula del Guru, es tornen immaculats mentre veuen el veritable Guru en aquest himne, el cant de la felicitat.

ਬਨਿਵੰਤਿ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਚਰਣ ਲਾਗੇ ਵਾਜੇ ਅਨਹਦ ਤੂਰੇ ॥੪੦॥੧॥

Nanak sotmet humilment que aquells que se centren en la paraula del Guru, la felicitat s'enfonsa dins d'ells com si les melodies divines sense parar estiguessin jugant en la seva ment.

ਅਰਦਾਸ

Pregària

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ ॥

Déu és Un. Tota la victòria és del meravellós Guru (Déu).

ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Que la respectada espasa (Déu en forma de Destructor dels malfactors) ens ajudi!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Oda de l'espasa respectada recitada pel Desè Guru.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ ॥

Primer recordeu l'espasa (Déu en forma de Destructor dels malfactors);
aleshores recordeu a Nanak (detenteu-vos en la seva contribució espiritual).

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ ॥

Aleshores recordeu i mediteu sobre Guru Angad, Guru Amar Das i Guru Ram Das; Que ens ajudin! (defensem-nos en la seva contribució espiritual)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੋਂ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

Recordeu i mediteu sobre Guru Arjan, Guru Hargobind i Respecte Guru Har Rai. (defensem-nos en la seva contribució espiritual)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

Recordeu i mediteu sobre el respectat Guru Har Krishan, tenint la vista de qui, tots els dolors desapareixen. (defenseu-vos en la seva contribució spiritual)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

Recordeu el Guru Tegh Bahadur i llavors nou fonts de riquesa espiritual vindran corrents a casa vostra.

ਸਭ ਥਾਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥

Déu meu! ajudeu-nos a tot arreu mostrant-nos el camí.

ਦਸਵਾਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ! ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥

Recordau el respectat Desè Guru Gobind Singh (demogueu-vos en la seva contribució espiritual). Déu meu! ajudeu-nos a tot arreu mostrant-nos el camí.

ਦਸਾਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀਆਂ ਦੀ ਜੋਤ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਪਾਠ ਦੀਦਾਰ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Penseu i mediteu en la llum divina dels Deu Reis continguda en el respectat Guru Granth Sahib i dirigiu els vostres pensaments a les ensenyances divines i gaudiu de la visió del Guru Granth Sahib; Utter Wahe Guru (Déu meravellós)!

ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਚੌਹਾਂ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ, ਚਾਲ੍ਹੀਆਂ ਮੁਕਤਿਆਂ, ਹਠੀਆਂ ਜਪੀਆਂ, ਤਪੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਮ ਜਪਿਆ, ਵੰਡ ਛਕਿਆ, ਦੇਗ ਚਲਾਈ, ਤੇਗ ਵਾਹੀ, ਦੇਖ ਕੇ ਅਣਡਿੱਠ ਕੀਤਾ, ਤਿਨ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਸਚਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ, ਖਾਲਸਾ ਜੀ ! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Penseu en els fets dels Cinc Estimats, dels quatre fills (del Guru Gobind Singh); dels Quaranta Màrtirs; dels valents sikhs de determinació indomable; dels devots impregnats del color del Naam; dels que estaven absorbits en el Naam; dels que van recordar el Naam i van compartir el seu menjar en companyia; dels que van començar cuines gratuïtes; dels que empunyaven les seves espases (per preservar la veritat); dels que van passar per alt les mancances dels altres; Tots els esmentats eren purs i veritablement devots; Utter Wahe Guru (Déu meravellós)!

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਿੰਘਾਂ ਸਿੰਘਣੀਆਂ ਨੇ ਧਰਮ ਹੇਤ ਸੀਸ ਦਿੱਤੇ, ਬੰਦ ਬੰਦ ਕਟਾਏ, ਖੋਪਰੀਆਂ ਲੁਹਾਈਆਂ, ਚਰਖੜੀਆਂ ਤੇ ਚੜ੍ਹੇ, ਆਰਿਆਂ ਨਾਲ ਚਿਰਾਏ ਗਏ, ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ, ਧਰਮ ਨਹੀਂ ਹਾਰਿਆ, ਸਿੱਖੀ ਕੇਸਾਂ ਸੁਆਸਾਂ ਨਾਲ ਨਿਬਾਹੀ, ਤਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਖਾਲਸਾ ਜੀ! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Penseu i recordeu el servei únic prestat per aquells valents homes i dones sikhs, que van sacrificar el cap però no van lliurar la seva religió sikh; Que es van tallar a trossos de cadascuna de les articulacions del cos; A qui li van treure el cuir cabellut; Que eren lligats i girats sobre les rodes i trencats en trossos; Que van ser tallats per serres; Qui van ser desollats vius; Que es van sacrificar per mantenir la dignitat dels Gurdwaras; Qui no va abandonar la seva fe sikh; Qui va mantenir la seva religió sikh i va guardar els seus llargs cabells fins al seu darrer alè; Utter Wahe Guru (Déu meravellós)!

ਪੰਜਾਂ ਤਖਤਾਂ, ਸਰਬੱਤ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Dirigeix els teus pensaments a tots els seients de la religió sikh i a tots els Gurdwaras; pronuncia Wahe Guru (Déu meravellós)!

ਪ੍ਰਿਥਮੇ ਸਰਬੱਤ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਕੀ ਅਰਦਾਸ ਹੈ ਜੀ, ਸਰਬੱਤ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਕੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਚਿਤ ਆਵੇ, ਚਿੱਤ ਆਵਨ ਕਾ ਸਦਕਾ ਸਰਬ ਸੁਖ ਹੋਵੇ।

Primer tot el respectat Khalsa fa aquesta súplica perquè meditin en el teu nom; i que tots els plaers i comoditats arribin a través d'aquesta meditació.

ਜਹਾਂ ਜਹਾਂ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਸਾਹਿਬ, ਤਹਾਂ ਤਹਾਂ ਰਛਿਆ ਰਿਆਇਤ, ਦੇਗ ਤੇਗ ਫਤਹਿ, ਬਿਰਦ ਕੀ ਪੈਜ, ਪੰਥ ਕੀ ਜੀਤ, ਸ੍ਰੀ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਸਹਾਇ, ਖਾਲਸੇ ਜੀ ਕੇ ਬੋਲ ਬਾਲੇ, ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Allà on estigui present el respectat Khalsa, dóna la teva protecció i gràcia; Que la cuina i l'espasa lliures mai fallin; Mantingueu l'honor dels vostres devots; Confereix la victòria al poble sikh; Que la respectada espasa ens ajudi sempre; Que el Khalsa tingui sempre honors; Utter Wahe Guru (Déu meravellós)!

ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖੀ ਦਾਨ, ਕੇਸ ਦਾਨ, ਰਹਿਤ ਦਾਨ, ਬਿਬੇਕ ਦਾਨ, ਵਿਸਾਹ ਦਾਨ, ਭਰੋਸਾ ਦਾਨ, ਦਾਨਾਂ ਸਿਰ ਦਾਨ, ਨਾਮ ਦਾਨ, ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਜੀ ਦੇ ਇਸ਼ਨਾਨ, ਚੌਂਕੀਆਂ, ਝੰਡੇ, ਬੁੰਗੇ, ਜੁਗੇ ਜੁਗ ਅਟੱਲ, ਧਰਮ ਕਾ ਜੈਕਾਰ, ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!

Conferiu amablement als sikhs el do del sikhisme, el do dels cabells llargs, el do d'observar les lleis sikh, el do del coneixement diví, el do de la fe ferma, el do de la creença i el regal més gran del Nom. Oh Déu! Que els cors, la mansió i els estandards existeixin per sempre; que triomfi mai la veritat; pronuncia Wahe Guru (Déu meravellós)!

ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਮਨ ਨੀਵਾਂ, ਮਤ ਉੱਚੀ ਮਤ ਦਾ ਰਾਖਾ ਆਪ ਵਾਹਿਗੁਰੂ।

Que les ments de tots els sikhs siguin humils i la seva saviesa exaltada; Oh Déu! Ets el protector de la saviesa.

ਹੇ ਨਿਮਾਣਿਆਂ ਦੇ ਮਾਣ, ਨਿਤਾਣਿਆਂ ਦੇ ਤਾਣ, ਨਿਓਟਿਆਂ ਦੀ ਓਟ, ਸੱਚੇ ਪਿਤਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਆਪ ਦੇ ਹਜ਼ੂਰ.....ਦੀ ਅਰਦਾਸ ਹੈ ਜੀ।

Oh Pare Veritable, Wahe Guru! ets l'honor dels mansos, el poder dels indefensos, l'aixopluc dels desprotegits, fem humilment pregària en la teva presència... (substitueix l'ocasió o la pregària feta aquí).

ਅੱਖਰ ਵਾਧਾ ਘਾਟਾ ਭੁੱਲ ਚੁੱਕ ਮਾਫ਼ ਕਰਨੀ। ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਕਾਰਜ ਰਾਸ ਕਰਨੇ।

Si us plau, perdoneu els nostres errors i mancances en recitar l'oració anterior. Si us plau, compliu amb els objectes de tots.

ਸੇਈ ਪਿਆਰੇ ਮੇਲ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਿਲਿਆਂ ਤੇਰਾ ਨ ਚਿੱਤਆਵੇ। ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ, ਤੇਰੇ ਭਾਣੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ।

Si us plau, fes que coneguem aquests veritables devots trobant-nos amb qui podem recordar i meditar sobre el teu nom. Oh Déu! a través del Veritable Guru Nanak, que el teu Nom sigui exaltat i que tots prosperin segons la teva voluntat.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

El Khalsa pertany a Déu; tota victòria és la victòria de Déu.

Embarca't en un viatge de l'ànima: alimenta el teu esperit

Descobriu pràctiques per elevar el vostre viatge espiritual i trobar un sentit més profund a la vida.

Els tres principis fonamentals del sikhisme per al viatge:

Naam Japna: recordant Divine

Kirat Karni: treballa amb honestedat

Vand Chhakna: compartir amb els altres

Guia'ns cap a l'alliberament espiritual (mukti) i una societat justa. Aquests principis, consagrats al Guru Granth Sahib, formen la base de la vida sikh.

La saviesa del 4t Guru Ram Das Ji per a la pràctica diària: al Guru Granth Sahib (pàgines 305-306), ofereix una visió profunda del viatge espiritual diari d'un sikh:

1a tasca del dia: un veritable deixeble del Guru comença cada dia recordant amorosament el diví.

Purifica el cos i la ment: aixeca't d'hora, banya't i submergeix-te en el record de Déu, sentint la teva ànima banyada en nèctar diví.

Alliberament a través del record: Seguir els ensenyaments del Guru i recordar el Nom de Diví amb devoció elimina el sofriment i la confusió interior causada pels vincles mundans.

Canta i reflexiona: canta contínuament elogis divins i reflexiona sobre el nom diví al llarg de les teves activitats diàries.

Converteix-te en un far de pau: el seguidor d'un guru que recorda amorosament el nom diví amb cada respiració es converteix en una ànima serena i inspiradora.

Rebreu la saviesa divina: el Guru atorga aquesta profunda saviesa a aquells que s'han guanyat la seva gràcia.

Inspirar els altres: Guru Nanak s'inclina davant el deixeble que no només recorda el nom diví, sinó que també inspira els altres a fer el mateix.

Ànimes rares i precioses: els individus veritablement devots són rars, però el seu record de la divinitat beneficia espiritualment a innumbrables altres.

Eviteu la negativitat: allunyeu-vos d'aquells que ignoren les ensenyances del Guru i romanen atrapats en el cicle de la ignorància espiritual. Compte amb aquells que parlen dolçament en la teva presència però difonen la negativitat a l'esquena.

Filosofia per al viatge

La filosofia del sikhisme es caracteritza per la lògica, l'exhaustivitat i el seu enfocament "sense floritures" al món espiritual i material. La seva teologia està marcada per la senzillesa. En l'ètica sikh no hi ha cap conflicte entre el deure de l'individu envers un mateix i el deure envers la societat (sangat).

El sikhisme és la religió més jove del món fundada per Guru Nanak fa uns 500 anys. Emfatitza la creença en un ésser suprem i el Creador (Waheguru) de l'univers. Ofereix un camí senzill i recte cap a la felicitat eterna i difon un missatge d'amor i fraternitat universal. El sikhisme és estrictament una fe monoteïsta i reconeix Déu com l'únic que no està subjecte a límits de temps o espai. El sikhisme creu que només hi ha un Déu, que és el Creador, Sustentador, Destructor i no pren forma humana. La teoria de l'encarnació no té cabuda en el sikhisme. No atorga cap valor als déus i deesses i altres divinitats.

En el sikhisme l'ètica i la religió van juntes. Cal inculcar qualitats morals i practicar virtuts en la vida quotidiana per tal d'avançar cap al desenvolupament espiritual. Qualitats com l'honestetat, la compassió, la generositat, la paciència i la humilitat només es poden construir amb l'esforç i la perseverança. Les vides dels nostres Grans Gurús són una font d'inspiració en aquesta direcció.

La religió sikh ensenya que l'objectiu de la vida humana és trencar el cicle del naixement i la mort i fusionar-se amb Déu. Això es pot aconseguir seguint els ensenyaments del Guru, meditant sobre el Sant Nom (Naam) i realitzant actes de servei i caritat.

Naam Marg posa èmfasi en la devoció diària al record de Déu. Un ha de controlar els cinc sentiments, és a dir, Kam (Desig), Krodh (ira), Loabh (avarícia), Moh (afecció al món) i Ahankar (orgull) per aconseguir la salvació. Unió Els rituals i pràctiques rutinàries com el dejuni i el pelegrinatge, els presagis i les austeritats són rebutjats a la religió sikh. L'objectiu de la vida humana és fusionar-se amb Déu i això s'aconsegueix seguint els ensenyaments del Guru Granth Sahib. El sikhisme emfatitza Bhagti Marg o el camí de la devoció. Tanmateix, reconeix la importància de Gian Marg (Camí del coneixement) i Karam Marg (Camí de l'acció). Posa més èmfasi en la necessitat de guanyar-se la gràcia de Déu per assolir l'objectiu espiritual.

El sikhisme és una religió moderna, lògica i pràctica. Creu que la vida familiar normal (Grahast) no és cap barrera per a la salvació. El celibat o la renúncia al món no són necessaris per aconseguir la salvació. És possible viure deslligat enmig dels mals i les temptacions del món. Un devot ha de viure al món i, tanmateix, mantenir el cap per sobre de la tensió i l'agitació habituals. Ha de ser un soldat erudit i sant per Déu.

El sikhisme és un cosmopolita i una "religió laica" i per tant rebutja totes les distincions basades en casta, credo, raça o sexe. Creu que tots els éssers humans són iguals als ulls de Déu. Els gurus van posar èmfasi en la igualtat de les dones i van rebutjar l'infanticidi femení i la pràctica Sati (crema de vídues). També van propagar activament el nou matrimoni de vídues i van rebutjar el sistema purdah (dones que portaven vel). Per mantenir la ment centrada en Ell, cal meditar en el Sant Nom (Naam) i realitzar els actes de servei i caritat. Es considera honorable guanyar-se la vida amb un treball honest (Kirat Karna) i no amb la mendicitat o mitjans deshonestos. Vand Chhakna, compartir amb els altres, també és una responsabilitat social. S'espera que l'individu ajudi els que ho necessiten, a través del Daswandh (10% dels seus ingressos). Seva, el servei comunitari també és una part integral del sikhisme. La cuina comunitària gratuïta (langar) que es troba a cada gurdwara i oberta a persones de totes les religions és una expressió d'aquest servei comunitari.

La religió sikh defensa l'optimisme i l'esperança. No accepta la ideologia del pessimisme. Els Gurus creien que aquesta vida té un propòsit i un objectiu. Ofereix una oportunitat per a la realització d'un mateix i de Déu. A més, l'home és responsable de les seves pròpies accions. No pot reclamar immunitat dels resultats de les seves accions. Per tant, ha d'estar molt vigilant en el que fa.

L'Escriptura Sikh, Guru Granth Sahib, és el Guru Etern. Aquesta és l'única religió que ha donat al Llibre Sagrat l'estatus de preceptor religiós. No hi ha lloc per a un guru humà viu (Dehdhari) a la religió sikh.

El paper de la dona

Els principis del sikhisme afirmen que les dones tenen la mateixa ànima que els homes i tenen el mateix dret a cultivar la seva espiritualitat. Poden dirigir congregacions religioses, participar en el camí Akhand (la recitació contínua de les Sagrades Escripures), interpretar Kirtan (cant congregacional d'himnes), treballar com a Granthis (sacerdots). Poden participar en totes les activitats religioses, culturals, socials i seculars. El sikhisme va ser les primeres grans religions mundials que van donar igualtat a homes i dones. Guru Nanak, va predicar la igualtat basada en el gènere, i els gurus que el van succeir van animar les dones a participar plenament en totes les activitats de culte i pràctica sikh.

El Guru Granth Sahib afirma:

"Dones i homes, tots són creats per Déu. Tot això és el joc de Déu. Diu Nanak, tota la teva creació és bona i santa" -SGGS p.304

La història sikh ha registrat el paper de les dones retratant-les com a iguals en servei, devoció, sacrifici i valentia als homes. Molts exemples de la dignitat moral de les dones, el servei i l'autosacrifici estan escrits en la tradició sikh.

Segons el sikhisme, homes i dones són dues cares de la mateixa moneda. En el sistema d'interrelacions i interdependències on l'home neix de la dona, i la dona neix de la llavor de l'home. Segons el sikhisme, un home no pot sentir-se segur i complet a la seva vida sense una dona, i l'èxit d'un home està relacionat amb l'amor i el suport de la dona que comparteix la seva vida amb ell, i viceversa. Guru Nanak va dir:

"[és] una dona que manté la carrera" i que no hem de "considerar la dona maleïda i condemnada, [quan] de la dona neixen líders i reis". SGGS Pàgina 473.

Salvació: un punt important a plantejar és si una religió considera que les dones són capaces d'aconseguir la salvació, la realització de Déu aquí o el regne espiritual més alt. El Guru Granth Sahib afirma:

"En tots els éssers és omnipresent el Senyor, el Senyor impregna totes les formes masculines i femenines" (Guru Granth Sahib, p.605).

A partir de la declaració anterior del Guru Granth Sahib, la llum de Déu descansa per igual amb els dos sexes. Per tant, tant els homes com les dones poden aconseguir la salvació per igual seguint els ensenyaments del Guru. En moltes religions, una dona es considera un obstacle per a l'espiritualitat de l'home, però no en el sikhisme. El Guru rebutja això. A 'Current Thoughts on Sikhism', Alice Basarke afirma:

"El primer Guru va posar la dona a l'igual de l'home... la dona no era un obstacle per a l'home, sinó un company per servir Déu i buscar la salvació".

Matrimoni: Guru Nanak va recomanar grhastha: la vida d'un cap de família, en comptes de celibat i renúncia, marit i dona eren socis iguals i es demana fidelitat a tots dos. En els versos sagrats, la felicitat domèstica es presenta com un ideal estimat i el matrimoni proporcionava una metàfora corrent per a l'expressió de l'amor al Diví. Bhai Gurdas, poeta del primer sikhisme i intèrpret autoritzat de la doctrina sikh, ret un gran homenatge a les dones. Ell diu:

"Una dona, és la preferida a casa dels seus pares, estimada molt pel seu pare i la seva mare. A la casa dels seus sogres, és el pilar de la família, la garantia de la seva bona sort... Compartir la saviesa espiritual. i la il·luminació i amb nobles qualitats dotades, una dona, l'altra meitat de l'home, l'escorta a la porta de l'alliberament". (Varan, V.16)

Igualtat d'estatus: per garantir la igualtat d'estatus entre homes i dones, els gurus no van fer cap distinció entre els sexes en qüestions d'iniciació, instrucció o participació en activitats de sangat (comuna santa) i pangat (menjar junts). Segons Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, Guru Amar Das va desfavorir l'ús del vel per part de les dones. Va assignar dones per supervisar algunes comunitats en deixebles i va predicar contra el costum de sati. La història sikh registra els noms de diverses dones, com Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur i Maharani Jind Kaur, que van tenir un paper important en els esdeveniments del seu temps.

Educació: l'educació es considera molt important en el sikhisme. És la clau de l'èxit de qualsevol. És un procés de desenvolupament personal i és el motiu pel qual el 3r Guru va crear moltes escoles. El Guru Granth Sahib afirma:

"Tot el coneixement i la contemplació divina s'obtenen a través del Guru" (Guru Granth Sahib, p.831).

L'educació per a tothom és essencial i cadascú ha de treballar per ser el millor possible. Cinquanta-dos dels missioners sikh enviats pel 3r Guru eren dones

. A "El paper i l'estatus de les dones sikh", la doctora Mohinder Kaur Gill escriu: "El Guru Amar Das estava convençut que cap ensenyament no pot arrelar fins i tret que sigui acceptat per les dones".

Restriccions a la roba: a més d'exigir que les dones no portin vel, el sikhisme fa una declaració senzilla però molt important pel que fa al codi de vestimenta.

Això s'aplica a tots els sikhs independentment del gènere. El Guru Granth Sahib afirma:

"Evita portar aquella roba en què el cos és incòmode i la ment està plena de mals pensaments". SGGS, pàgina 16

Així, els sikhs s'adonaran de quin tipus de roba omplen la ment de mals pensaments i haurien d'evitar-los. S'espera que les dones sikh es defensin amb Kirpan (espasa) i altres, això és únic per a les dones perquè és la primera vegada a la història que s'espera que les dones es defensin i no s'espera que depenguin dels homes per a la protecció física.

Cites de SGGS: "A la terra i al cel, no veig cap segon. Entre totes les dones i els homes, la seva Llum brilla. " Sggs Pàgina 223. De la dona neix l'home; dins de la dona, es concep l'home; a la dona es promès i es casa. La dona es fa amiga seva; a través de la dona, arriben les generacions futures. Quan la seva dona mor, busca una altra dona; a la dona està lligat, doncs, d'ella neixen els reis, la dona neix, no hi hauria ningú

Pel que fa al dot: "Oh, Senyor, dóna'm el teu nom com a dot i dot de noces".

Shri Guru Ram Das ji, pàgina 78, línia 18 SGGS

Pel que fa a la pràctica de Purdah: "Queda't, queda't, oh nora, no et cobreixis la cara amb un vel. Al final, això no et portarà ni mitja closca. La d'abans solia cobrir-li la cara. No segueixis els seus passos, l'únic mèrit de velar-te la cara és que durant uns dies la gent dirà: "Quina noble núvia serà veritat només si saltes, balles i cantes el Gloriós". Iloances de Déu -P 484, SGGS

Les dones i, de fet, totes les ànimes es van animar fermament a portar unavida espiritual: "Veniu, les meves estimades germanes i companyes espirituals; abraça-me amb la vostra abraçada. Unim-nos i expliquem històries del nostre Totpoderós Marit Senyor."-Guru Nanak , pàg 17, SGGS.

"Amic, tot el desgast arruïna la felicitat, el desgast que a les extremitats és un turment, i amb pensaments bruts omple la ment"-SGGS Pàgina 16

Sigues visual

El turbant és i ha estat sempre una part inseparable d'un sikh. Des de l'any 1500 dC i l'època de Guru Nanak, el fundador del sikhisme, els sikhs porten el turbant.

El turbant o "pagri" sovint escurçat a "pag" o "dastar" són paraules diferents en diversos dialectes per al mateix article. Totes aquestes paraules fan referència a la peça que porten tant els homes com les dones per cobrir-se el cap. És un tocat que consisteix en una llarga peça de tela semblant a una bufanda enrotllada al voltant del cap o, de vegades, un "barret" o patka interior. Tradicionalment a l'Índia, el turbant només el portaven homes d'alt estatus social; els homes de baix estatus o de castes inferiors no podien portar turbant.

Tot i que Guru Gobind Singh va ordenar mantenir els cabells sense esquilar com un dels cinc K o cinc articles de fe, fa temps que s'ha relacionat estretament amb el sikhisme des del començament del sikhi el 1469. El sikhisme és l'única religió del món en que portar un turbant és obligatori per a tots els homes adults. La gran majoria de les persones que porten turbants als països occidentals són sikhs. El pagdi sikh també s'anomena dastaar. "Dastar" és una paraula persa. Significa "Mà de Déu" que implica la seva benedicció.

Els sikhs són famosos pels seus nombrosos i característics turbants. Tradicionalment, el turbant representa la respectabilitat i durant molt de temps ha estat un element reservat només a la noblesa. Durant la dominació mogol de l'Índia, només els musulmans podien portar un turbant. Tots els no musulmans tenien una prohibició estricta de portar-ne un.

Guru Gobind Singh, desafiant aquesta infracció per part dels mogols, va demanar a tots els seus sikhs que portessin el turbant. Això s'havia de portar en reconeixement dels alts estàndards morals que havia traçat per als seus seguidors de Khalsa. Volia que el seu Khalsa fos diferent i estigués decidit a "desmarcar-se de la resta del món". Volia que seguissin el camí únic que havien establert els Gurus Sikh. Així, un sikh amb turbant sempre ha destacat entre la multitud, com pretenia el Guru; perquè volia que els seus "Sant-Soldats" no només fossin fàcilment reconeixibles, sinó també fàcils de trobar.

Quan un home o una dona sikh es posa un turbant, el turbant deixa de ser només una banda de tela; perquè esdevé un mateix amb el cap del sikh. El turbant, així com els altres quatre articles de fe que porten els sikhs, tenen una immensa importància espiritual i temporal. Tot i que els simbolismes associats amb l'ús d'un turbant són molts: la sobirania, la dedicació, l'autoestima, el coratge i la pietat, però!, la raó principal per la qual els sikhs porten un turbant és mostrar: el seu amor, obediència i respecte pel fundador de la Khalsa Guru Gobind Singh.

Les paraules destacades anteriorment s'han de substituir per una altra cosa. Podrien ser "raons per"

"El turbant és el regal del nostre Guru per a nosaltres. És com ens coronem com els Singhs i Kauris que s'asseuen al tron del compromís amb la nostra pròpia consciència superior. Tant per a homes com per a dones, aquesta identitat projectiva transmet reialesa, gràcia i singularitat. És un senyal per als altres que vivim a la imatge de l'Infinit i que ens dediquem a servir a tots. El turbant no representa res més que un compromís total persona que destaca entre sis mil milions de persones. És un acte molt destacat".

Essència clau de la humilitat en el teu viatge

La humilitat és un aspecte important del sikhisme. Segons això, els sikhs s'han d'inclinar amb humilitat davant Déu. Humilitat o Nimrata, en panjabi són paraules estretament relacionades. Nimrata és una virtut que es promociona enèrgicament a Gurbani. La traducció d'aquesta paraula panjabi és "Humilitat", "Benevolència" o "Humilitat". Algú la ment de la qual no es distregui amb la idea que ell o ella és millor o més important que algú.

Àrea del problema: la frase anterior no és correcta

Aquesta és una qualitat important per a tots els humans i que és una part essencial de la mentalitat d'un sikh i aquesta qualitat ha d'acompanyar el sikh en tot moment. Les altres quatre qualitats de l'arsenal sikh són:

Veritat (Ds), Content (Santokh), Compassió (Daya) i Amor (Pyaar).

Aquestes cinc qualitats són essencials per a un sikh i és el seu deure meditar i recitar Gurbani per inculcar aquestes virtuts i fer-les part de la seva personalitat.

El que ens diu Gurbani:

"El fruit de la humilitat és la pau i el plaer intuïtiu. Amb la humilitat continuen meditant en Déu, el tresor de l'excel·lència. L'ésser conscient de Déu està impregnat d'humilitat. Aquell el cor del qual està beneït amb misericòrdia amb una humilitat permanent. El sikhisme tracta la humilitat com una mendicitat. bol davant el déu"

Guru Nanak, primer guru del sikhisme:

"Escoltar i creure amb amor i humilitat a la teva ment, neteja't amb el Nom, al santuari sagrat del fons." - SGGS Pàgina 4.

"Fes de la satisfacció les teves arracades, de la humilitat el teu bol de mendicitat i medita les cendres que apliques al teu cos." -SGGS Pàgina 6.

"En l'àmbit de la humilitat, la Paraula és Bellesa. S'hi modelen formes d'una bellesa incomparable". SGGS Pàgina 8.

"La modestia, la humilitat i la comprensió intuïtiva són la meva sogra i el meu sogre"-SGGS Pàgina 152.

Viatge cap a l'espiritualitat

Guru Granth Sahib és un guru viu etern, una composició poètica de gurus sikh, sants hindús i musulmans. La recopilació és un regal de Déu a través d'ells a tota la humanitat. La visió del Guru Granth Sahib és d'una societat basada en la justícia divina sense opressió de cap mena. Tot i que el Granth reconeix i respecta les escriptures de l'hinduisme i l'islam, no implica una reconciliació moral amb cap d'aquestes religions. A Guru Granth Sahib les dones són molt respectades amb els mateixos rols que els homes. Les dones tenen la mateixa ànima que els homes i, per tant, tenen el mateix dret a cultivar la seva espiritualitat amb les mateixes possibilitats d'aconseguir l'alliberament. Les dones poden participar en totes les activitats religioses, culturals, socials i seculars, incloses les congregacions religioses líders.

El sikhisme defensa la igualtat, la justícia social, el servei a la humanitat i la tolerància cap a altres religions. El missatge essencial del sikhisme és la devoció espiritual i la reverència de Déu en tot moment mentre es practiquen els ideals de compassió, honestat, humilitat i generositat en la vida quotidiana. Els tres principis bàsics de la religió sikh són meditar i recordar Déu, treballar per viure honestament i compartir amb els altres.

Felicitats per fer un esforç per seguir aquest Viatge Espiritual per l'ànima. La traducció mai pot estar a prop de l'original, sobretot quan el Guru Granth Sahib complet està en poesia i l'ús de metàfores fa que la tasca sigui molt difícil. En el missatge diví, sovint s'utilitzen històries mitològiques hindús i musulmanes Pralahad, Harnakash, laxmi, Brahma, etc. Si us plau, no les llegiu literalment, però entengueu el seu missatge subjacent. El focus se centra en el fet que Déu és un i tenir unió amb Ell és l'objectiu de la vida humana.

Aquest treball ha estat realitzat durant anys per diversos voluntaris, per fer arribar el missatge diví en el vostre idioma. Si teniu cap pregunta, no dubteu a enviar un correu electrònic a walnut@gmail.com i ens encantaria acompanyar-vos en aquest viatge.