



Anand Sahib

Isang paglalakbay patungo sa espirituwalidad
Pagsasalin sa Filipino

Index

1.	Anand Sahib -----	1
2.	Ardas-Panalangin -----	24
3.	Landas ng Kaluluwa-----	29
4.	Pilosopiya para sa Paglalakbay-----	31
5.	Papel ng mga Babae-----	34
6.	Kahalagahan ng Turban-----	38
7.	Kababaang-loob na pangunahing esensya sa iyong Paglalakbay-----	40



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, Ikatlong Guru, Anand ~ The Song of Bliss:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

Isang walang hanggang Diyos, na natanto sa pamamagitan ng biyaya ng Tunay na Guru: .

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

O' aking ina, isang estado ng kaligayahan ang bumalot sa loob ko dahil nakilala ko ang Tunay na Guru.

ਸਤਿਗੁਰੁ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

Nang makilala ko ang Tunay na Guru, ako ay nasa isang estado ng intuitive na kapayapaan at kalmado na para bang isang masayang himig ang nag-vibrate sa aking isipan.

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

Lumilitaw na parang ang mala-hiyas na mga sukat ng musika kasama ang kanilang mala-diwata ay dumating upang umawit ng mga papuri sa Diyos.

ਸਬਦੇ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

Umawit tayo ng mga papuri sa Diyos kasama ng mga taong nagpakaloob sa Diyos sa kanilang isipan at lubos na natutuwa.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

Sinabi ni Nanak, Ako ay nasa kaligayahan, dahil nakilala ko ang Tunay na Guru.
॥1॥

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

O' aking isip, laging manatiling nakaayon sa Diyos.

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

O' aking isip, manatiling nakatutok sa Diyos; Aalisin niya ang lahat ng kalungkutan.

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

Lagi ka niyang tutulungan at gagawin ang lahat ng iyong mga gawain.

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

Bakit mo tinalikuran ang Panginoong Diyos sa iyong isipan na may kakayahang gawin ang lahat?

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

Sabi ni Nanak: O' aking isip, laging manatiling nakatutok sa Diyos. ||2||

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥

O' walang hanggang Diyos, ano ang wala sa Iyong selestiyal na tahanan?

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

Ang lahat ay nasa ilalim ng Iyong kontrol, ngunit ang taong iyon lamang ang tumatanggap kung kanino Iyong ibigay ang iyong sarili.

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹੁ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

Pagkatapos, lagi niyang inaawit ang Iyong mga papuri, at inilalagay sa isip ang Iyong Pangalan.

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

Ang banal na himig ng Shabad ay nanginginig sa isipan kung saan naninirahan si Naam.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

Sabi ni Nanak, O' ang Tunay na Guro, ano ang wala sa Iyo? ||3||

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥

Ang walang hanggang Naam ang tanging suporta ko.

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

Ang Tunay na Pangalan ang tanging suporta ko na nagtanggap ng lahat ng aking kasakiman.

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

Nagdadala ng kapayapaan at katahimikan, si Naam ay nagpakita ng walang hanggan sa aking puso at natupad nito ang lahat ng aking mga hangarin.

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

Ako ay walang hanggan na nakatuon sa Guru, na nagtataglay ng gayong kaluwalhatian at kadakilaan.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੇ ॥

Sabi ni Nanak: Makinig O' mga santo, itago sa iyong puso ang pagmamahal sa salita ng Guru.

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥੪॥

Ang Eternal Naam ay ang suporta ng aking buhay. ||4||

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ॥

Ang pinagpalang pusong iyon ay parang nag-vibrate doon ang limang primal sound.

ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

O' Diyos, ang pinagpalang pusong iyon, kung saan lyong ikinintal ang lyong kapangyarihan, ay nararamdaman ang banal na musikang patuloy na tinutugtog.

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

Nakontrol mo ang lahat ng limang demonyo ng taong iyon (pagnanasa, galit, kasakiman, attachment, at ego), at inalis ang kanyang takot sa kamatayan.

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

Tanging ang mga taong iyon ay nakatutok sa Pangalan ng Diyos, na kung saan ang iyong kapalaran ay inilagay Mo ang mga pagpapala ni Naam mula pa sa simula.

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

Sabi ni Nanak, sa isip na iyon ay nananaig ang kapayapaan na parang tinutugtog ang himig ng tuluy-tuloy na Banal na musika. ||5||

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

Kung wala ang tunay na pananabik sa Diyos, ang katawan ng tao na ito ay ganap na walang magawa.

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

Kung wala ang tunay na pananabik sa Diyos, ano ang magagawa ng walang magawang katawan na ito?

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

O' Guro ng sansinukob, walang sinuman maliban sa Iyo ang makapangyarihan; mangyaring ipagkaloob ang awa.

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

Maliban sa Iyo ang katawan na ito ay walang ibang suporta, ito ay mapapaganda lamang sa pamamagitan ng pag-ayon sa Salita ng Guru.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

Sabi ni Nanak, kung wala ang pag-ibig sa Diyos, ano ang magagawa ng walang magawang katawan na ito? ||6||

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੇ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੁ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

Ang bawat tao'y nagsasalita ng kaligayahan; ngunit ang kaligayahan ay malalaman lamang sa pamamagitan ng Guru.

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥

O' mahal kong mga kaibigan, kapag ipinakita lamang ng Guru ang kanyang biyaya, malalaman ng isa ang tungkol sa tunay na kaligayahan mula sa Guru.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥

Sa pagbibigay ng Kanyang Grasya, sinisira ng Guru ang lahat ng kanyang mga kasalanan at biniyayaan siya ng nakapagpapagaling na pamahid ng espirituwal na karunungan.

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

Yaong mga nag-aalis ng kalakip sa mga makamundong bagay mula sa loob, ang kanilang buhay ay pinalamutian ng Walang Hanggang Diyos.

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

Sabi ni Nanak, ito ang tunay na kaligayahan at ang ganitong uri ng kaligayahan ay malalaman lamang sa pamamagitan ng Guru. ||7||

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੇਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥

O Diyos ko, tanging ang taong iyon na iyong ibinibigay, ang tumatanggap ng kaligayahan na ito.

ਪਾਵੈ ਤ ਸੇ ਜਨੁ ਦੇਹਿ ਜਿਸ ਨੇ ਹੋਰਿ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਵੇਚਾਰਿਆ ॥

Oo, siya lamang ang tumatanggap ng kaloob na ito ng kaligayahan, na iyong ibinibigay; kung hindi man ano ang magagawa ng mga walang magawa na nilalang?

ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥

Mayroong ilan na, nalinlang ng pag-aalinlangan, ay patuloy na gumagala sa lahat ng sampung direksyon, ngunit may iba pa na ang buhay ay pinalamutian Mo sa pamamagitan ng paglakip sa kanila kay Naam.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥

Sa pamamagitan ng Grace ng Guru, ang isip ng mga iyon ay nagiging malinis, kung kanino ang Iyong Kalooban ay nakalulugod.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥੮॥

Sinabi ni Nanak: O 'Diyos, siya lamang ang tumatanggap ng kaloob na ito ng kaligayahan sa kanino Ipinagkaloob Mo ito.

ਆਵਹੁ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਹੇ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥

Halika O 'mahal na mga banal, pagnilayan natin ang mga birtud ng hindi mailalarawan na Diyos.

ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥

Pag-usapan natin ang hindi mailalarawan na Diyos na iyon, at isipin ang paraan kung paano Siya maisasakatuparan.

ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥

Ang Diyos ay maisasakatuparan sa pamamagitan ng pagsuko ng ating katawan, isip, kayamanan, at lahat sa Guru at sa pamamagitan ng pagsunod sa kanyang utos.

ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

O mga banal na tao, sundin ang Utos ng Guru, at kantahin ang mga papuri ng Diyos

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥

Sinabi ni Nanak, pakinggan ang mga banal O, pagnilayan ang mga birtud ng Dios na Hindi mailalarawan. ||9||

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

O pabagu-bago ng isip, sa pamamagitan ng katalinuhan, walang sinuman ang nakakaalam sa Diyos.

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

O 'aking isipan, makinig, walang sinuman ang nakakaalam ng Diyos sa pamamagitan ng katalinuhan

ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

Ang Maya na ito ay kamangha-manghang; na naliligaw ang lahat sa pag-aalinlangan

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

Ang kamangha-manghang Maya na ito ay nilikha ng parehong Diyos na pinangasiwaan din ang mapanlinlang na potion ng makamundong ilusyon sa mga mortal.

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

Inilaan ko ang aking sarili sa Diyos na gumawa ng pagkakabit kay Maya na napakatamis.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

Sinasabi ni Nanak, O aking masayang pag-iisip, walang sinuman ang nakakaalam sa Diyos sa pamamagitan ng katalinuhan.

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

O mahal kong isipan, laging alalahanin ang walang hanggang Diyos na may pagmamahal at debosyon.

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

Ang pamilyang ito na iyong nakikita ay hindi sasama sa iyo pagkatapos ng kamatayan.

ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥

Bakit mo emosyonal na ikinakabit ang iyong sarili sa hindi ka sasamahan sa huli?

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥

Huwag kailanman gawin ang gayong gawa, kung saan magsisisi ka sa huli.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

Makinig sa mga turo ng Tunay na Guru, na mananatili sa iyo magpakailanman.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥

Sabi ni Nanak, O 'mahal kong isipan, laging mapagmahal na alalahanin ang walang-hanggang Diyos. ||11||

ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥

O 'di-maarok at hindi maramdaman na Diyos, walang sinuman ang nakakita ng lyong limitasyon.

ਅੰਤੋ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥

Oo, walang nakakita ng lyong mga limitasyon at Ikaw lamang ang nakakaalam sa lyong Sarili.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੇ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥

Lahat ng nabubuhay na nilalang at nilalang ay ang lyong paglalaro; paano mailalarawan ka ng sinuman?

ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥

Ikaw ang lumikha ng mundong ito, Ikaw ang nagsasalita sa bawat buhay na nilalang at nag-aalaga sa kanila.

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

Sabi ni Nanak, O 'Diyos! Palagi kang hindi maintindihan at walang sinuman ang nakakita ng limitasyon ng lyong mga birtud

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

Ang mga anghel at pantas ay naghahanap ng ambrosial Nectar; ngunit ang nektar na ito ay nakuha lamang mula sa Guru.

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

Ang isa kung kanino ipinakita ng Guru ang kanyang awa ay nakatanggap ng nektar ni Naam dahil naisip niya ang walang hanggang Diyos sa kanyang isipan.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

O 'Diyos, lahat ng nabubuhay na nilalang ay nilikha Mo; maraming tao sa pagtingin sa Guru ang dumating sa harap niya upang hanapin ang kanyang mga pagpapala.

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

Ang kanilang kasakiman at pagkamakasarili ay tinanggal, at ang Tunay na Guru ay tila nakalulugod.

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

Sinasabi ni Nanak, ang isa lamang kung kanino ang Diyos ay naging mapagmahal, ay nakatanggap ng nektar ni Naam mula sa Guru. ||13||

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

Ang pamumuhay ng mga deboto ay natatangi at naiiba.

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

Oo, ang pamumuhay ng mga deboto ay natatangi at naiiba; sinusunod nila ang pinakamahirap na landas.

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

Tinanggihan nila ang kasakiman, pagkamakasarili at makamundong mga hangarin; hindi sila gaanong pinag-uusapan tungkol sa kanilang sarili.

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

Ang landas na kanilang sinusundan sa buhay ay mas matalas kaysa sa isang tabak na may dalawang talim, at mas pinong kaysa sa buhok (mahirap at mapaghamong). c

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

Sa pamamagitan ng biyaya ng Guru, ang mga nagbuhos ng kanilang pagmamataas sa sarili; ang kanilang pagnanais para kay maya ay nawawala sa pag-alaala ng Diyos

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

Sinabi ni Nanak, sa kapanahunan ang pamumuhay ng mga deboto ng Diyos ay nanatiling natatangi at kakaiba. ||14||

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

O 'Master-Diyos, ayon sa nais Mo, ang Iyong mga nilalang ay nagsasagawa ng kanilang sarili nang naaayon; wala na akong nalalaman tungkol sa Iyong Mga Banal.

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

Sa anumang landas na inilagay Mo sa amin, ginagawa namin ang aming sarili ayon sa nais Mo.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

Nagpapakita ng awa, na iniuugnay Mo kay Naam, palagi silang mapagmahal na naaalala sa Iyo.

ਜਿਸ ਨੇ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

Yaong mga binigkas Mo ang mga banal na salita ng Iyong mga papuri, nagtatamasa ng kapayapaan sa pamamagitan ng Guru sa banal na kongregasyon.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥

Sinabi ni Nanak, O 'Diyos na walang hanggan, ayon sa nais Mo, ginagawa mo ang mga nilalang na kumikilos nang naaayon sa kanilang sarili.

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

Ang awit ng kaligayahan na ito ay ang pinakamagandang Banal na Salita.

ਸਬਦੇ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥

Ang tunay na Guru ay binigkas ang walang hanggang awit ng kagalakan, na pinalamutian ng Banal na Salita.

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

Ang awit ng kaligayahan na ito ay nabuo sa isipan ng mga naunang itinakda.

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

Maraming mga mortal ang gumagala sa paligid, ipinagmamalaki ang kanilang mababaw na kaalaman, ngunit walang sinuman ang nakakaalam sa Diyos at nakatanggap ng kaligayahan sa pamamagitan lamang ng mga pag-uusap.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

Sinabi ni Nanak na ang tunay na Guru ay nagbigkas ng kaligayahan na nagbibigay ng Banal na Salita. ||16||

ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥

Ang buhay ng mga deboto ay naging dalisay, na nagmumuni-muni sa Diyos.

ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

Oo, ang mga mapagmahal na nagmumuni-muni sa Diyos sa pamamagitan ng Guru ay naging malinis.

ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

Ang kanilang ina, ama, kanilang mga pamilya, at lahat ng mga nakikipag-ugnay ay pinabanal.

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਸੇ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

Ang Pangalan ng Diyos ay isang mapagkukunan ng kaligayahan na ang mga nagsasalita at ang mga nakikinig ay nagiging dalisay. Ang mga nag-enshrine nito sa loob ng kanilang isipan ay nagiging malinis din.

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

Sinasabi ni Nanak na, lahat ng mga nagninilay sa Pangalan ng Diyos ay naging dalisay. ||17 ||

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਊਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥

Ang estado ng intuitive poise ay hindi maayos sa pamamagitan ng ritualistic na mga gawa, at walang intuitive poise, ang pag-aalinlangan ay hindi umalis.

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੈ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥

Ang mga tao ay sumuko pagkatapos subukan ang lahat ng uri ng mga gawa, dahil ang pag-aalinlangan ay hindi umaalis sa pamamagitan lamang ng mga gawaing ritualistika.

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ ॥

Ang isip ay marumi ng pag-aalinlangan; paano ito malilinis?

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥

Linisin ang iyong isip sa pamamagitan ng pagtutugma sa salita ng Guru, at panatilihing nakatuon ang iyong kamalayan sa Diyos.

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

Sinabi ni Nanak, sa pamamagitan ng Guru's Grace intuitive poise well up, at ang pag-aalinlangan na ito ay hindi napapawi. ||18 ||

ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

Ang ilang mga tao, sa panlabas ay mukhang dalisay ngunit ang kanilang isipan ay marumi sa mga bisyo.

ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੁਐ ਹਾਰਿਆ ॥

Oo, ang mga panlabas na dalisay at marumi sa loob, ay nawala ang kanilang buhay ng tao sa larong ito.

ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥

Sila ay nagdurusa sa kakila-kilabot na sakit ng makamundong mga hangarin, at pinabayaan kahit ang pag-iisip ng kamatayan mula sa kanilang isipan.

ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੇ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥

Sa Vedas, ang Pangalan ng Diyos ay ipinahayag na kataas-taasang, ngunit hindi sila nakikinig sa payo na ito at patuloy na gumagala tulad ng mga multo.

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

Sinabi ni Nanak, ang mga tumatalikod sa Katotohanan (Diyos) at kumapit sa kasinungalingan (Maya), ay nawala ang kanilang buhay ng tao sa larong ito.

||19||

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

Yaong mga dalisay mula sa loob at malinis din mula sa labas.

ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥

Ang mga natutunan ang kanilang pag-uugali at paraan ng pamumuhay mula sa totoong Guru, oo sila ay dalisay mula sa loob at malinis mula sa labas.

ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥

Hindi kahit isang iota ng kasinungalingan ang nakakaantig sa kanila at ang kanilang mga hangarin para kay Maya ay nagtatapos sa pagsamba sa debosyonal.

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

Pinakamabuti ang mga mangangalakal ni Naam, na nakamit ang layunin ng buhay ng tao sa pamamagitan ng pagkamit ng kayamanan ni Naam.

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

Sabi ni Nanak, yaong mga dalisay ang isipan, ay laging nananatiling nakatutok sa salita ng Guru. ||20||

ਜੇ ਕੇ ਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥

Kung nais ng sinumang alagad na maging tunay na tapat sa Guru.

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

Oo, kung ang sinumang alagad ay nais na maging tapat sa Guru, pagkatapos ay kailangan niyang sundin ang mga turo ng Guru nang taos-puso)

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥

Dapat niyang pagnilayan ang mga turo ng Guru at ilarawan ang mga ito sa panloob na budhi.

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

Ang pagtanggap sa sarili, ang gayong tao ay dapat palaging nakasalalay sa Guru, at maliban sa Guru, ay hindi dapat sundin ang sinuman para sa espirituwal na patnubay.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੇ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥

Sinabi ni Nanak, makinig ka, O mga Banal: ang gayong alagad ay lumiliko sa Guru na may taimtim na pananampalataya, at nagiging tapat sa Guru. ||21 ||

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

Kung ang isang tao ay tumalikod mula sa salita ng Guru, nang hindi sumusunod sa mga turo ng Tunay na Guru, hindi siya makakahanap ng pagpapalaya mula kay Maya.

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

Ang isa ay hindi kailanman makakahanap ng pagpapalaya mula sa bono ni Maya kahit saan pa; pumunta at tanungin ang mga matalino tungkol dito.

ਅਨੇਕ ਜੂਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

Ang gayong tao ay gumagala sa hindi mabilang na mga kapanganakan, ngunit nang hindi sumusunod sa mga turo ng Tunay na Guru, hindi siya makakahanap ng pagpapalaya mula sa mga bono ni Maya.

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

Ang pagpapalaya mula sa mga bono ni Maya ay natanggap lamang sa pamamagitan ng pagpunta sa kanlungan ng Guru, sapagkat ang tunay na Guru lamang ang nagtuturo ng matuwid na paraan sa buhay sa pamamagitan ng Banal na Salita.

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

Sinabi ni Nanak, pagnilayan ito at tingnan, na kung wala ang salita ng Tunay na Guru, ang isang tao ay hindi tumatanggap ng pagpapalaya mula sa mga

bono ni Maya. ||22||

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੂ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੇ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

O minamahal na mga alagad ng Tunay na Guru, halika at kantahin ang Banal na Salita ng Guru.

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

Kantahin ang mga Banal na salita, ang kataas-taasang salita (Bani) ng lahat, na binigkas ng Guru.

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

Ang mga Banal na Salitang ito na binigkas ng Guru ay nabuo sa puso ng mga pinagpala ng sulyap ng biyaya ng Diyos.

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

Makibahagi sa Ambrosial Nectar ng Naam, manatiling puno ng Pag-ibig ng Diyos magpakailanman, at magnilay sa Diyos na may mapagmahal na debosyon.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥

Sinabi ni Nanak, magpakailanman kantahin ang mga Banal na himno na binigkas ng Guru magpakailanman.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥

Ang mga salitang binigkas ng sinuman maliban sa Tunay na Guru ay hindi totoo.

ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Oo, nang hindi binibigkas o inaprubahan ng tunay na Guru, lahat ng iba pang mga himno ay hindi totoo.

ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸੁਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥

Mali ang mga nagbigkas, mali ang mga tagapakinig, at hindi totoo ang mga nagsasalita tungkol sa huwad na Bani.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੁ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Maaari nilang patuloy na bigkasin ang Pangalan ng Diyos gamit ang kanilang mga wika, ngunit hindi nila nauunawaan kung ano ang kanilang binibigkas.

ਚਿਤੁ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੋਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥

Ang kanilang kamalayan ay nalinlang ni Maya, binabanggit lamang nila ang mga salita nang walang anumang pag-unawa.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੪॥

Sinasabi ni Nanak na kung hindi binibigkas o inaprubahan ng tunay na Guru, lahat ng iba pang Baani (salita) ay hindi totoo. ||24 ||

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥

Ang Salita ng Guru ay tulad ng isang hindi mabibili ng salapi na regalo na may mga birtud ng Diyos.

ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥

Ang isa na ang isip ay naaayon sa napakahalagang salita ng Guru, ay sumasama dito.

ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥

Ang isa na ang isip ay nakatuon sa salita ng Guru, nagkakaroon siya ng pag-ibig para sa walang hanggang Diyos.

ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੇ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥

Ang isa na pinagpapala ng Diyos ang pagkaunawang ito, napagtanto na ang Pangalan ng Diyos at ang salita ng Kanyang mga papuri ay hindi mabibili ng salapi.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥

Sinabi ni Nanak, ang salita ng Guru ay tulad ng isang hindi mabibili ng salapi na kaloob na may napakahalagang kabutihan ng Diyos.||25||

ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥

Matapos likhain ang kaluluwa at Maya, isinasakop sila ng Lumikha sa Kanyang Utos.

ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥

Pagpapatupad ng Kanyang Order, Siya mismo ang nakikita ang pag-play sa pagitan ng isip at Maya; Binibigyan niya ang pag-unawa tungkol sa larong ito lamang sa isang bihirang tagasunod ng Guru.

ਤੇੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

Ang gayong tao ay nagpapalabas ng salita ng Guru sa isip, at siya ay pinalaya sa pamamagitan ng paglabag sa mga bono ni Maya.

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

Ang isa na pinagpapala ng Diyos Mismo ang karunungan na sundin ang turo ng Guru, mapagmahal niyang iniuugnay ang kanyang isip sa Diyos.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥

Sinasabi ni Nanak, Siya Mismo ang Lumikha, at Siya mismo ang naghahayag ng Kanyang Utos.

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Ang mga mambabasa ng Smritis at ang Shastras ay sumasalamin sa mabuti at masama, ngunit hindi nila naiintindihan ang tunay na kakanyahan ng katotohanan.

ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Oo, hindi nila naiintindihan ang tunay na kakanyahan ng katotohanan at kung wala ang mga turo ng Guru ay hindi nila malalaman ang tunay na kakanyahan ng katotohanan.

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

Ang buong mundo ay nalulugod sa tatlong mga mode ng Maya at pagdududa; ipinapasa nito ang gabi ng buhay nito sa pagtulog ng kamangmangan.

ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਸੇ ਜਨ ਜਾਗੇ ਜਿਨਾ ਹਰਿ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਬੇਲਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਬਾਣੀ ॥

Sa pamamagitan ng Grace ng Guru lamang ang mga taong iyon ay nananatiling gising mula sa pagtulog ng kamangmangan sa loob kung saan ang Diyos ay naninirahan at na umawit ng salitang ambrosial ng Guru.

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

॥੨੭॥ Sinasabi ni Nanak na tanging ang taong iyon lamang ang napagtanto ang diwa realidad (Diyos), na laging puno ng pag-ibig ng Diyos, at kung sino ang gumugugol ng kanyang buhay na nananatiling gising at alerto sa mga allurements ni Maya.

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

Bakit dapat talikuran ng isang tao ang Diyos na nagbibigay ng kabuhayan sa sinapupunan ng ina?

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

Oo, bakit kalimutan mula sa isip tulad ng isang Dakilang tagapagbigay, na nagbibigay ng kabuhayan sa apoy ng sinapupunan?

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

Walang maaaring makapinsala sa isa, na pinagsama ng Diyos sa Kanyang Pag-ibig.

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥

Ang Diyos Mismo ay nagtanim ng Kanyang pag-ibig, samakatuwid ay sumusunod sa mga turo ng Guru, dapat nating laging patuloy na alalahanin Siya nang may pagmamahal at debosyon.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

Sinabi ni Nanak, bakit nakalimutan ang gayong Dakilang tagapagbigay mula sa isip?

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

Tulad ng apoy ay nasa loob ng sinapupunan, gayon din ang pagnanais para kay Maya sa labas.

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੇ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

Ang apoy sa sinapupunan, at ang nasusunog na pagnanais para kay Maya (makamundong kayamanan at kapangyarihan) ay magkatulad sa kalikasan; ganyan ang paglalaro, ang Lumikha ay nag-set up.

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

Kapag nais ng Diyos, ipinanganak ang bata, at ang pamilya ay labis na nalulugod.

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

Ang pag-ibig para sa Diyos ay nawala, at ang bata ay nakakabit sa makamundong mga hangarin; ang script ni Maya ay nagpapatakbo ng kurso nito.

ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੇਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

Ito ang Maya na ito, dahil sa kung saan ang Diyos ay nakalimutan, emosyonal na attachment at pag-ibig para sa duality wells up.

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

Sinabi ni Nanak, sa pamamagitan ng Grace ng Guru, ang mga nananatiling naaayon sa Diyos ay natanto Siya, habang naninirahan sa gitna ni Maya.

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

Ang Diyos Mismo ay hindi mabibili ng salapi; ang Kanyang halaga ay hindi matatantya.

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥

Oo, ang Kanyang halaga ay hindi matatantya ng sinuman, ang mga tao ay napapagod na sa pagsubok.

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

Kung ang isang tao ay nakakatugon at sumusunod sa mga turo ng tulad ng isang Tunay na Guru, ang pagmamataas sa sarili ay nawawala, kung gayon ang isa ay dapat na ganap na isuko ang kanyang sarili sa Guru na iyon.

ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥

Kapag ang isang tao ay nananatiling puno ng pag-ibig ng Diyos, kung gayon ang Diyos, na kinabibilangan ng isang tao, ay naninirahan sa kanyang isipan.

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

O 'Nanak, ang Diyos Mismo ay hindi mabibili ng salapi ngunit sila ay naging lubhang masuwerte na pinagsama ng Diyos sa Guru.

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥

Ang Pangalan ng Diyos ay aking kayamanan at ang aking isipan ay isang negosyante ni Naam

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥

Oo, ang Pangalan ng Diyos ang aking tunay na kayamanan at ang aking isipan ay isang negosyante ni Naam. Ito ay mula sa totoong Guru na nalaman ko ang tungkol sa kayamanan na ito.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥

O 'mga tao, magnilay araw-araw sa Pangalan ng Diyos na may mapagmahal na debosyon at kumita ng kita (kaligayahan) araw-araw.

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥

Tanging ang mga nakatanggap ng kayamanan na ito, na gusto ng Diyos Mismo na ibigay.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥

Sinabi ni Nanak: Ang Pangalan ng Diyos ang aking tunay na kayamanan, at ang isip ay naging negosyante nito.

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

O aking dila, ikaw ay nalulugod sa pagtikim ng maraming iba't ibang mga kagustuhan, sa ganitong paraan ang iyong pagnanasa para sa makamundong panlasa ay hindi mawawala

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

Oo, ang iyong pagnanais para sa iba't ibang makamundong panlasa ay hindi mawawala sa anumang paraan, hanggang sa matamo mo ang banayad na diwa ng Pangalan ng Diyos.

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

Kung tatanggapin mo ang banayad na diwa ng Pangalan ng Diyos, at nakikibahagi sa diwa ng Pangalan ng Diyos, kung gayon hindi ka na muling mababagabag ng anumang iba pang pagnanais.

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

Sa pamamagitan ng biyaya ng Diyos, ang banayad na kakanyahan ng Pangalan ng Diyos ay natanggap ng isang sumusunod sa mga turo ng Tunay na Guru

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

Sinasabi ni Nanak na kapag ang kaligayahan ni Naam ay naninirahan sa isip, lahat ng iba pang mga makamundong relishes ay nakalimutan.

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

O aking katawan, nang ipinasok ng Diyos ang Kanyang banal na Liwanag sa iyo, pagkatapos ay napunta ka sa mundo.

ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

Oo, kapag inilagay lamang ng Diyos ang Kanyang banal na ilaw sa iyo, pagkatapos ay napunta ka sa mundong ito.

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

Ang Diyos Mismo ay ang ina at Mismo ang ama, na pagkatapos likhain ang tao, ay nag-aalaga sa mga nilalang.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

Kapag sa pamamagitan ng biyaya ni Guru, naunawaan ng isang tao ang katotohanan ng mundong ito, pagkatapos ay napagtanto niya na ang mundong ito ay isang dula at walang iba kundi isang dula ng Diyos.

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

Sinabi ni Nanak, na nang mailagay ng Diyos ang pundasyon ng sansinukob at inilagay ang Kanyang banal na ilaw sa iyo, pagkatapos lamang ikaw ay dumating sa mundong ito.

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

Naging masaya ang aking isipan, nang mapagtanto ko ang presensya ng Diyos sa aking puso.

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

O aking kaibigan; kumanta ng mga awit ng kagalakan, sapagkat ang aking puso ay naging templo para sa Diyos.

ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੋਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥

Oo, O 'aking kaibigan, laging kumakanta ng masayang awit ng mga papuri ng Diyos; sa paggawa nito walang kalungkutan o sakit na kailanman nagdurusa.

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥

Mapalad ang mga araw kung kailan ako nakakabit sa salita ng Guru at buong pagmamahal kong nagmumuni-muni sa aking Master-Diyos.

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੇ ॥

Sa pamamagitan ng salita ng Guru, natanto ko ang patuloy na himig ng mga papuri ng Diyos, at ngayon tinatamasa ko ang kasiyahan ng Pangalan ng Diyos.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੇ ॥੩੪॥

Sinabi ni Nanak, ang Diyos Mismo, na may kakayahang gawin ang lahat, ay nakilala ako.

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

O 'aking katawan, anong mga kapaki-pakinabang na gawa ang nagawa mo sa pamamagitan ng pagpasok sa mundong ito?

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

Oo, O aking katawan, mula nang ikaw ay dumating sa mundong ito, anong mabubuting gawa ang iyong ginawa?

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੇ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

Hindi mo naisip sa iyong isipan na ang Diyos na lumikha sa iyo.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥

Sa pamamagitan ng Grace ng Guru, ang Diyos ay naninirahan sa isipan ng tao na ang naunang naorden na tadhana ay natutupad.

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

Sinabi ni Nanak, siya na nakatuon ang kanyang isip sa mga turo ng Guru, ay nakamit ang layunin ng buhay ng tao at naaprubahan sa presensya ng Diyos.

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

O 'aking mga mata, ipinasok ng Diyos ang Kanyang Liwanag sa iyo; samakatuwid huwag kang mamasdan kahit sino maliban sa Diyos (sa halip tingnan ang Diyos na lumalaganap sa lahat ng tao at saanman).

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥

Huwag kang makakita ng anumang bagay maliban sa Diyos na lumaganap sa lahat ng dako, ang Diyos lamang ang karapat-dapat na makita

ਏਹੁ ਵਿਸੁ ਸੰਸਾਰੁ ਤੁਮ ਦੇਖਦੇ ਏਹੁ ਹਰਿ ਕਾ ਰੂਪੁ ਹੈ ਹਰਿ ਰੂਪੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

O 'aking mga mata, ang buong mundong ito na iyong nakikita ay ang pagpapakita ng Diyos; ito ang anyo ng Diyos, na nakikita ng aking mga mata.

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

Sa pamamagitan ng Biyaya ng Guru, napagtanto ko ito, at ngayon kahit saan ko makita, nakikita ko lamang ang isang Diyos, at maliban sa Diyos ay wala nang iba.

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

Sinabi ni Nanak: Noong nakaraan ang mga mata na ito ay bulag sa espirituwal, nang makilala ang tunay na Guru ang banal na ilaw ay dumating sa kanila at ngayon nakikita ng mga mata na ito ang Diyos sa lahat ng dako.

ਏ ਸ੍ਰਣਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥

O aking mga tainga, ikaw ay ipinadala dito lamang upang makinig sa mga papuri ng Diyos.

ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥

Oo, nakakabit ka sa katawan at ipinadala dito upang makinig sa mga banal na salita ng Guru ng mga papuri ng Diyos.

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥

Ang isip at katawan ay pinasisigla sa pamamagitan ng pakikinig sa mga banal na salita ng Guru ng mga papuri ng Diyos at ang dila ay nahuhulog sa nektar ni Naam.

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥

Ang Diyos ay lubhang kamangha-mangha at hindi maintindihan, ang Kanyang kalagayan ay hindi mailalarawan.

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

Sinabi ni Nanak, makinig sa ambrosial Naam at maging malinis, nilikha ka lamang upang makinig sa banal na Salita.

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥

Ang paglalagay ng kaluluwa sa kuweba ng katawan, hininga ng Diyos ang hininga ng buhay dito tulad ng pamumulaklak ng hangin sa isang instrumentong pangmusika.

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥

Oo, hinihip ng Diyos ang hininga ng buhay sa katawan at inihayag ang siyam na organo ng katawan sa pamamagitan ng siyam na pintuan (dalawang mata, dalawang tainga, dalawang butas ng ilong, isang dila, at dalawang saksakan para sa ihi at excreta) ngunit itinago Niya ang ikasampung pintuan.

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

Sa kanino pinagpala ng Diyos ng pagmamahal kay Naam sa pamamagitan ng Guru, inihayag Niya sa kanila ang ikasampung pintuan din.

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

Sa kataas-taasang espirituwal na kalagayan kung saan ipinahayag ang ikasampung pintuan, napagtanto ng isang tao ang walang limitasyong kayamanan ng Pangalan ng Diyos sa maraming magagandang anyo.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਪਿਆਰੈ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥੩੮॥

Sinabi ni Nanak, na inilalagay ang kaluluwa sa kuweba ng katawan, mahal na Diyos ay humihip ng hininga ng buhay dito tulad ng pamumulaklak ng hangin sa isang instrumentong pangmusika.

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥

Kantahin ang totoong awit na ito ng mga papuri ng Diyos sa banal na kongregasyon

ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥

Oo, Kantahin ang awit na ito ng kaligayahan sa banal na kongregasyon, kung saan palagi silang mapagmahal na nagmumuni-muni sa walang hanggang Diyos.

ਸਚੈ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥

O Diyos, nagmumuni-muni lamang sila sa Iyo kapag ito ay nakalulugod sa Iyo, at kung kanino mo pinagpapala ang pang-unawa na ito sa pamamagitan ng Guru.

ਇਹੁ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਖਸਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਬਖਸੇ ਸੈ ਜਨੁ ਪਾਵਹੇ ॥

Ang Diyos na walang hanggan ang Panginoon ng lahat, tanging sila lamang ang nakakaalam sa Kanya kung kanino Siya ay naging mapagbiyaya.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥

Sinabi ni Nanak, na sumali sa banal na kongregasyon, inaawit nila ang papuri ng Diyos.

ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੇ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥

O mga masuwerte, pakinggan ang awit ng kaligayahan; sa pamamagitan ng pakikinig sa awiting ito, ang lahat ng iyong mga kagustuhan ay matutupad.

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੁਰੇ ॥

Yaong mga nakinig sa awit ng kaligayahan ay natanto ang Diyos, at ang lahat ng kanilang mga alalahanin ay naalis na

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Sa pamamagitan ng pakikinig sa Banal na Salita, ang lahat ng kanilang mga kalungkutan at paghihirap ay umalis na.

ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥

Sa pamamagitan ng pag-unawa sa banal na salita mula sa tunay na Guru, ang lahat ng mga banal at kaibigan ay nalulugod.

ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥

Ang mga nakikinig o nagsasalita ng salita ng Guru, ay naging malinis habang nakikita nila ang tunay na Guru sa himnong ito, ang awit ng kaligayahan.

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

Mapagpakumbabang isinumite ni Nanak na ang mga nakatuon sa salita ng Guru, lubos na kaligayahan sa loob nila na parang walang tigil na banal na melodies ay naglalaro sa kanilang isipan.

ਅਰਦਾਸ Panalangin

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ ॥

Ang Diyos ay Isa. Ang lahat ng tagumpay ay mula sa Kamangha-manghang Guru (Diyos).

ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Nawa'y tulungan tayo ng iginagalang na espada (Diyos sa anyo ng Tagapukso ng mga gumagawa ng masama)!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Ode ng iginagalang na espada na binigkas ng Ikasampung Guru.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈ ਧਿਆਇ ॥

Alalahanin muna ang espada (Diyos sa anyo ng Tagapukso ng mga gumagawa ng masama); pagkatapos ay alalahanin si Nanak (mag-isip sa kanyang espirituwal na kontribusyon).

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈ ਸਹਾਇ ॥

Pagkatapos ay tandaan at pagnilayan ang Guru Angad, Guru Amar Das at Guru Ram Das; Nawa'y tulungan nila tayo! (isipin ang kanilang espirituwal na kontribusyon)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੋ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

Alalahanin at pagnilayan sina Guru Arjan, Guru Hargobind at Iginagalang na Guru Har Rai. (isipin ang kanilang espirituwal na kontribusyon)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

Alalahanin at pagnilayan ang iginagalang na Guru Har Krishan, sa pamamagitan ng pagkakaroon ng paningin kung kanino, lahat ng sakit ay nawawala. (isipin ang kanilang espirituwal na kontribusyon)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

Alalahanin si Guru Tegh Bahadur at pagkatapos ay siyam na pinagmumulan ng espirituwal na kayamanan ang darating na mabilis sa iyong tahanan.

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥

Oh Diyos! mabait na tulungan kami sa lahat ng dako sa pamamagitan ng pagpapakita sa amin ng landas.

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

Alalahanin ang iginagalang na Ikasampung Guru Gobind Singh (manahan ang kanyang espirituwal na kontribusyon). Oh Diyos! mabait na tulungan kami sa lahat ng dako sa pamamagitan ng pagpapakita sa amin ng landas.

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

Isipin at pagnilayan ang banal na liwanag ng Sampung Hari na nilalaman ng iginagalang na Guru Granth Sahib at ibaling ang iyong mga iniisip sa mga banal na turo ni at makakuha ng kasiyahan sa pamamagitan ng paningin ng Guru Granth Sahib; Utter Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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

Isipin ang mga gawa ng Limang Minamahal, ng apat na anak na lalaki (ni Guru Gobind Singh); ng Apatnapung Martir; ng mga magigiting na Sikh ng walang patid na determinasyon; ng mga deboto na puno ng kulay ng Naam; ng mga taong nakatuon sa Naam; ng mga nakaalala sa Naam at nagbahagi ng kanilang pagkain sa pagsasama; ng mga nagsimula ng libreng kusina; ng mga yaong naghawak ng kanilang mga espada (para sa pagpapanatili ng katotohanan); ng mga taong hindi pinapansin ang mga pagkukulang ng iba; Ang lahat ng nabanggit ay dalisay at tunay na mga tapat; Utter Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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!

Isipin at alalahanin ang kakaibang paglilingkod na ginawa ng matatapang na lalaking Sikh pati na rin ng mga kababaihan, na nag-alay ng kanilang mga ulo ngunit hindi isinuko ang kanilang Sikh na Relihiyon; Na pinaghiwa-hiwalay ang kanilang mga sarili mula sa bawat kasukasuan ng katawan; Sino ang tinanggal ang kanilang mga anit; Na nakatali at pinaikot sa mga gulong at pinagputolputol; Sino ang pinutol ng mga lagari; Sino ang na-flay na buhay; Sino ang nagsakripisyo ng kanilang sarili upang mapanatili ang dignidad ng mga Gurdwara; Sino ang hindi tinalikuran ang kanilang pananampalatayang Sikh; Na nagpapanatili ng kanilang Sikh Religion at nagligtas ng kanilang mahabang buhok hanggang sa kanilang huling hininga; Utter Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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

Ibaling ang iyong mga saloobin sa lahat ng mga upuan ng Sikh Religion at lahat ng Gurdwaras; bigkas Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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

Una ang buong iginagalang na Khalsa ay gumagawa ng pagsusumamo na ito ay nawa'y kanilang pagnilayan ang Iyong Pangalan; at nawa ang lahat ng kasiyahan at kaginhawaan ay dumating sa pamamagitan ng gayong pagninilay.

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

Saanman naroroon ang iginagalang na Khalsa, ibigay ang Iyong proteksyon at biyaya; Nawa'y hindi mabibigo ang libreng kusina at espada; Panatilihin ang dangal ng iyong mga deboto; Magbigay ng tagumpay sa mga taong Sikh; Nawa'y laging tumulong sa atin ang iginagalang na espada; Nawa'y laging

makakuha ng karangalan ang Khalsa; Utter Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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, ਜੁਗੋ ਜੁਗ ਅਟੱਲ, ਧਰਮ ਕਾ ਜੈਕਾਰ, ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!

Magiliw na igawad sa mga Sikh ang regalo ng Sikhism, ang regalo ng mahabang buhok, ang regalo ng pagsunod sa mga batas ng Sikh, ang regalo ng banal na kaalaman, ang regalo ng matatag na pananampalataya, ang regalo ng paniniwala at ang pinakamalaking regalo ng Pangalan. O Diyos! Nawa'y ang mga koro, ang mansyon at ang mga watawat ay umiral magpakailanman; nawa'y magtatagumpay ang katotohanan; bigkas Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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

Nawa'y ang isipan ng lahat ng mga Sikh ay manatiling mapagpakumbaba at ang kanilang karunungan ay dakila; O Diyos! Ikaw ang tagapagtanggol ng karunungan.

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

O Tunay na Ama, Wahe Guru! ikaw ang karangalan ng maamo, ang Kapangyarihan ng mga walang magawa, ang kanlungan ng mga walang tirahan, mapagpakumbabang nagdarasal kami sa iyong presensya...(palitan ang okasyon o panalangin na ginawa dito).

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

Ipagpaumanhin mo ang aming mga pagkakamali at pagkukulang sa pagbigkas ng Panalangin sa itaas. Mangyaring matupad ang mga bagay ng lahat.

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

Nawa'y bigyan mo kami ng kabaitan na makilala ang mga tunay na deboto sa pamamagitan ng pakikipagtagpo sa kanila, maaari naming maalala at

pagnilayan ang Iyong Pangalan. O Diyos! sa pamamagitan ng Tunay na Guru Nanak, nawa'y dakilain ang Iyong Pangalan, at umunlad nawa ang lahat ayon sa Iyong kalooban.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

Ang Khalsa ay pag-aari ng Diyos; lahat ng tagumpay ay tagumpay ng Diyos.

Sumakay sa Isang Paglalakbay ng Kaluluwa: Alagaan ang Iyong Espiritu

Tumuklas ng mga kasanayan upang iangat ang iyong espirituwal na paglalakbay at makahanap ng mas malalim na kahulugan sa buhay.

Ang tatlong pangunahing prinsipyo ng Sikhismo para sa paglalakbay:

Naam Japna: pag-alala kay Divine

Kirat Karni: magtrabaho nang tapat

Vand Chhakna: pagbabahagi sa iba

Gabayan kami tungo sa espirituwal na paglaya (mukti) at isang makatarungang lipunan. Ang mga prinsipyong ito, na nakasaad sa Guru Granth Sahib, ay bumubuo sa pundasyon ng buhay ng Sikh.

Ika-4 na Karunungan ni Guru Ram Das Ji para sa Pang-araw-araw na Pagsasanay: Sa Guru Granth Sahib (pahina 305-306), Siya ay nag-aalok ng malalim na mga pananaw sa pang-araw-araw na espirituwal na paglalakbay ng isang Sikh:

Unang Gawain ng Araw: Ang isang tunay na alagad ng Guru ay nagsisimula sa bawat araw sa pamamagitan ng pagmamahal na pag-alala sa Divine.

Linisin ang Katawan at Isip: Bumangon ng maaga, maligo, at isawsaw ang iyong sarili sa pag-alaala sa Diyos, pakiramdam ang iyong kaluluwa ay naliligo sa banal na nektar.

Pagpapalaya sa Pamamagitan ng Pag-alaala: Ang pagsunod sa mga turo ng Guru at ang pag-alala sa Pangalan ng Divine nang may debosyon ay nag-aalis ng pagdurusa at panloob na kaguluhan na dulot ng makamundong attachment.

Umawit at Magmuni-muni: Patuloy na umawit ng Banal na papuri at pagnilayan ang Banal na Pangalan sa iyong pang-araw-araw na gawain.

Maging Beacon ng Kapayapaan: Ang isang tagasunod ng Guru na buong pagmamahal na inaalala ang Banal na Pangalan sa bawat paghinga ay nagiging isang matahimik at nagbibigay-inspirasyong kaluluwa.

Tumanggap ng Banal na Karunungan: Ibinibigay ng Guru ang malalim na karunungan sa mga nakamit ng Kanyang biyaya.

Magbigay-inspirasyon sa Iba: Si Guru Nanak ay yumuko sa disipulo na hindi lamang naaalala ang Banal na Pangalan ngunit nagbibigay din ng inspirasyon sa iba na gawin din ito.

Bihira at Mahalagang mga Kaluluwa: Ang mga tunay na tapat na indibidwal ay bihira, ngunit ang kanilang pag-alaala sa Banal na mga benepisyo ay hindi mabilang na iba sa espirituwal na paraan.

Iwasan ang Negatibiti: Ilayo ang iyong sarili sa mga hindi binabalewala ang mga turo ng Guru at nananatiling nakulong sa ikot ng espirituwal na kamangmangan. Mag-ingat sa mga nagsasalita ng matamis sa iyong presensya ngunit nagkakalat ng negatibiti sa iyong likuran.

Pilosopiya para sa Paglalakbay

Ang Pilosopiya ng Sikhism ay nailalarawan sa pamamagitan ng lohika, pagiging komprehensibo at ang "walang frills" na diskarte nito sa espirituwal at materyal na mundo. Ang teolohiya nito ay minarkahan ng pagiging simple. Sa etika ng Sikh walang salungatan sa pagitan ng tungkulin ng indibidwal sa sarili at sa lipunan (sangat).

Ang Sikhism ay ang pinakabatang relihiyon sa mundo na itinatag ni Guru Nanak mga 500 taon na ang nakalilipas. Binibigyang-diin nito ang paniniwala sa One Supreme Being at ang Lumikha (Waheguru) ng uniberso. Nag-aalok ito ng simpleng tuwid na landas tungo sa walang hanggang kaligayahan at nagpapalaganap ng mensahe ng pag-ibig at unibersal na kapatiran. Ang Sikhismo ay mahigpit na isang pananampalatayang monoteistiko at kinikilala ang Diyos bilang ang tanging Isa na hindi napapailalim sa mga limitasyon ng panahon o espasyo. Ang teorya ng pagkakatawang-tao ay walang lugar sa Sikhismo. Hindi ito naglalagay ng anumang halaga sa mga diyos at diyosa at iba pang mga diyos.

Sa Sikhism ang etika at relihiyon ay nagsasama. Kailangang itanim ng isang tao ang mga katangiang moral at isagawa ang mga birtud sa pang-araw-araw na buhay upang humakbang tungo sa espirituwal na pag-unlad. Ang mga katangiang tulad ng katapatan, pakikiramay, pagkabukas-palad, pasensya at pagpapakumbaba ay mabubuo lamang ng mga pagsisikap at pagpupursige. Ang buhay ng ating mga Dakilang Guru ay pinagmumulan ng inspirasyon sa direksyong ito. Itinuturo ng relihiyong Sikh na ang layunin ng buhay ng tao ay sirain ang siklo ng kapanganakan at kamatayan at sumanib sa Diyos. Magagawa ito sa pamamagitan ng pagsunod sa mga turo ng Guru, pagninilay sa Banal na Pangalan (Naam) at pagsasagawa ng mga gawain ng paglilingkod at pag-ibig sa kapwa.

Binibigyang-diin ni Naam Marg ang pang-araw-araw na debosyon sa pag-alaala sa Diyos. Kailangang kontrolin ng isang tao ang limang damdamin, viz., Kam (Pagnanasa), Krodh (galit), Loabh (kasakiman), Moh (makamundong attachment) at Ahankar (pride) para makamit ang kaligtasan. unyon Ang mga ritwal at nakagawiang gawain tulad ng pag-aayuno at paglalakbay sa banal na lugar, mga tanda at austerities ay tinatanggi sa relihiyong Sikh. Ang layunin ng buhay ng tao ay sumanib sa Diyos at ito ay naisasagawa sa pamamagitan ng pagsunod sa mga turo ni Guru Granth Sahib. Binibigyang-diin ng Sikhismo

ang Bhagti Marg o ang landas ng debosyon. Gayunpaman, kinikilala nito ang kahalagahan ng Gian Marg (Path of Knowledge) at Karam Marg (Path of Action). Ito ay nagbibigay ng pinakamalaking diin sa pangangailangan para sa pagkamit ng Biyaya ng Diyos upang maabot ang espirituwal na layunin.

Ang Sikhism ay isang moderno, lohikal, at praktikal na relihiyon. Naniniwala ito na ang normal na buhay-pamilya (Grahast) ay hindi hadlang sa kaligtasan. Ang selibacy o pagtalikod sa mundo ay hindi kailangan para makamit ang kaligtasan. Posibleng mamuhay nang hiwalay sa gitna ng mga makamundong sakit at tukso. Ang isang deboto ay dapat mabuhay sa mundo ngunit panatilihin ang kanyang ulo sa itaas ng karaniwang pag-igting at kaguluhan. Siya ay dapat na isang iskolar na sundalo, at santo para sa Diyos.

Ang Sikhism ay isang kosmopolitan at isang "sekular na relihiyon" at sa gayon ay tinatanggi ang lahat ng pagkakaiba batay sa kasta, kredo, lahi o kasarian. Ito ay naniniwala na ang lahat ng tao ay pantay-pantay sa mata ng Diyos. Binigyang-diin ng mga Guru ang pagkakapantay-pantay ng mga kababaihan at tinanggihan ang gawaing pagpatay sa sanggol at Sati (pagsusunog ng balo). Aktibong din nilang pinalaganap ang muling pag-aasawa ng balo at tinanggihan ang purdah system (mga babaeng may suot na belo). Upang mapanatili ang pag-iisip na nakatuon sa Kanya ay dapat magnilay-nilay sa banal na Pangalan (Naam) at magsagawa ng mga gawain ng paglilingkod at pag-ibig sa kapwa. Itinuturing na marangal na kumita ng kabuhayan sa pamamagitan ng tapat na trabaho (Kirat Karna) at hindi sa pagmamalimos o hindi tapat na paraan. Si Vand Chhakna, na nagbabahagi sa iba, ay isa ring responsibilidad sa lipunan. Ang indibidwal ay inaasahang tutulong sa mga nangangailangan, sa pamamagitan ng Daswandh (10% ng kanyang mga kita). Seva, ang serbisyo sa komunidad ay isa ring mahalagang bahagi ng Sikhismo. Ang libreng kusina ng komunidad (langar) na makikita sa bawat gurdwara at bukas sa mga tao ng lahat ng relihiyon ay isang pagpapahayag ng serbisyong ito sa komunidad.

Ang relihiyong Sikh ay nagtataguyod ng optimismo at pag-asa. Hindi nito tinatanggap ang ideolohiya ng pesimismo. Naniniwala ang mga Guru na ang buhay na ito ay may layunin at layunin. Nag-aalok ito ng pagkakataon para sa sarili at sa Diyos na mapagtanto. Bukod dito, ang tao ay may pananagutan sa kanyang sariling mga aksyon. Hindi niya maangkin ang kaligtasan sa mga resulta ng kanyang mga aksyon. Samakatuwid, dapat siyang maging mapagmatyag sa kanyang ginagawa.

Ang Sikh Scripture, Guru Granth Sahib, ay ang Eternal Guru. Ito ang tanging relihiyon na nagbigay sa Banal na Aklat ng katayuan ng isang relihiyosong preceptor. Walang lugar para sa isang buhay na tao na Guru (Dehdhari) sa relihiyong Sikh.

Tungkulin Ng Babae

Ang mga prinsipyo ng Sikhismo ay nagsasaad na ang mga babae ay may parehong kaluluwa gaya ng mga lalaki at nagtataglay ng pantay na karapatan na linangin ang kanilang espirituwalidad. Maaari silang manguna sa mga relihiyosong kongregasyon, makilahok sa Akhand Path (ang tuluy-tuloy na pagbigkas ng Banal na Kasulatan), magsagawa ng Kirtan (pag-awit ng mga himno sa kongregasyon), magtrabaho bilang Granthi (mga pari). Maaari silang lumahok sa lahat ng gawaing panrelihiyon, pangkultura, panlipunan, at sekular. Ang Sikhism ang unang pangunahing relihiyon sa daigdig na nagbibigay ng pagkakapantay-pantay sa kalalakihan at kababaihan. Si Guru Nanak, ay nangaral ng pagkakapantay-pantay na batay sa kasarian, at ang mga guru na humalili sa kanya ay hinikayat ang mga kababaihan na ganap na makilahok sa lahat ng mga aktibidad ng pagsamba at pagsasanay sa Sikh.

Ang Guru Granth Sahib ay nagsasaad,

"Babae at lalaki, lahat ay nilikha ng Diyos. Ang lahat ng ito ay laro ng Diyos. Sabi ni Nanak, lahat ng iyong nilikha ay mabuti at Banal" -SGGS p.304

Ang kasaysayan ng Sikh ay naitala ang papel ng mga kababaihan na naglalarawan sa kanila bilang pantay sa paglilingkod, debosyon, sakripisyo, at katapangan sa mga lalaki. Maraming halimbawa ng moral na dignidad, paglilingkod, at pagsasakripisyo ng sarili ng kababaihan ang nakasulat sa tradisyon ng Sikh.

Ayon sa Sikhism, ang mga lalaki at babae ay dalawang panig ng parehong barya. Sa sistema ng ugnayan at pagtutulungan kung saan ang lalaki ay ipinanganak mula sa babae, at ang babae ay ipinanganak mula sa binhi ng lalaki. Ayon sa Sikhismo ang isang lalaki ay hindi makakaramdam ng katiwasayan at kumpleto sa kanyang buhay nang walang babae, at ang tagumpay ng isang lalaki ay nauugnay sa pagmamahal at suporta ng babae na nakikibahagi sa kanyang buhay sa kanya, at kabaliktaran. Sinabi ni Guru Nanak:

"[ito] ay isang babae na nagpatuloy sa karera" at hindi natin dapat "isipin ang babae na isinumpa at hinatulan, [kapag] mula sa babae ay ipinanganak na mga pinuno at mga hari." SGGS Pahina 473.

Kaligtasan: Isang mahalagang punto na dapat itaas ay kung itinuturing ng isang relihiyon ang mga kababaihan na may kakayahang makamit ang kaligtasan, pagsasakatuparan ng Diyos dito o ang pinakamataas na espirituwal na kaharian. Ang Guru Granth Sahib ay nagsasaad,

"Sa lahat ng nilalang ay ang Panginoon ay laganap, ang Panginoon ay sumasaklaw sa lahat ng anyo ng lalaki at babae" (Guru Granth Sahib, p.605).

Mula sa pahayag sa itaas mula sa Guru Granth Sahib, ang liwanag ng Diyos ay pantay na nakasalalay sa parehong kasarian. Ang parehong mga lalaki at babae ay maaaring magkamit ng pantay na kaligtasan sa pamamagitan ng pagsunod sa mga turo ni Guru. Sa maraming relihiyon, ang isang babae ay itinuturing na isang hadlang sa espirituwalidad ng lalaki, ngunit hindi sa Sikhismo. Tinatanggihan ito ng Guru. Sa 'Kasalukuyang Kaisipan sa Sikhism', sinabi ni Alice Basarke,

"Inilagay ng unang Guru ang babae sa isang par sa lalaki...ang babae ay hindi isang hadlang sa lalaki, ngunit isang katuwang sa paglilingkod sa Diyos at paghahanap ng kaligtasan".

Pag-aasawa: Inirerekomenda ni Guru Nanak ang grhastha—ang buhay ng isang may-bahay, Sa halip na hindi pag-aasawa at pagtalikod, ang mag-asawa ay pantay na magkasintahan at ang katapatan ay ipinag-uutos sa kanilang dalawa. Sa mga sagradong talata, ang kaligayahan sa tahanan ay ipinakita bilang isang itinatangi na ideyal at ang pag-aasawa ay nagbigay ng isang tumatakbong metapora para sa pagpapahayag ng pag-ibig para sa Banal. Si Bhai Gurdas, makata ng sinaunang Sikhism at isang makapangyarihang tagapagsalin ng doktrinang Sikh, ay nagbibigay ng mataas na pagpupugay sa mga kababaihan. sabi niya:

"Ang isang babae, ang paborito sa kanyang tahanan ng magulang, mahal na mahal ng kanyang ama at ina. Sa tahanan ng kanyang mga biyenang, siya ang haligi ng pamilya, ang garantiya ng magandang kapalaran nito... Nakikibahagi sa espirituwal na karunungan at kaliwanagan at may mga marangal na katangiang pinagkalooban, isang babae, ang kalahati ng lalaki, ang nag-escort sa kanya sa pintuan ng pagpapalaya." (Varan, V.16)

Pantay na Katayuan: Upang matiyak ang pantay na katayuan sa pagitan ng mga lalaki at babae, ang mga Guru ay hindi gumawa ng pagkakaiba sa pagitan ng mga kasarian sa mga bagay ng pagsisimula, pagtuturo o pakikilahok sa

mga aktibidad ng sangat (banal na pagsasama) at pangat (pagkain nang magkasama). Ayon kay Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, hindi pinaboran ni Guru Amar Das ang paggamit ng belo ng mga babae. Inatasan niya ang mga babae na mangasiwa sa ilang komunidad sa mga alagad at nangaral laban sa kaugalian ng sati. Itinala ng kasaysayan ng Sikh ang mga pangalan ng ilang kababaihan, tulad nina Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur at Maharani Jind Kaur, na gumanap ng mahahalagang papel sa mga kaganapan sa kanilang panahon

Edukasyon: Ang edukasyon ay itinuturing na napakahalaga sa Sikhismo. Ito ang susi sa tagumpay ng sinuman. Ito ay isang proseso ng personal na pag-unlad at ito ang dahilan kung bakit ang 3rd Guru ay nagtayo ng maraming paaralan. Ang Guru Granth Sahib ay nagsasaad,

"Ang lahat ng banal na kaalaman at pagmumuni-muni ay nakuha sa pamamagitan ng Guru" (Guru Granth Sahib, p.831).

Edukasyon para sa lahat ay mahalaga at lahat ay dapat magtrabaho upang maging ang pinakamahusay na kanilang makakaya. Limampu't dalawa sa mga misyonerong Sikh na ipinadala ng 3rd Guru ay mga babae. Sa, 'The Role and Status of Sikh Women', isinulat ni Dr Mohinder Kaur Gill, "Si Guru Amar Das ay kumbinsido na walang mga turo ang maaaring mag-ugat hanggang at maliban kung sila ay tinatanggap ng mga kababaihan".

Mga Paghihigpit sa Damit: Bukod sa pag-aatas sa kababaihan na huwag magsuot ng belo, ang Sikhismo ay gumagawa ng isang simple ngunit napakahalagang pahayag tungkol sa dress code. Nalalapat ito sa lahat ng mga Sikh anuman ang kasarian. Ang Guru Granth Sahib ay nagsasaad,

"Iwasang magsuot ng mga damit kung saan ang katawan ay hindi komportable at ang isip ay puno ng masasamang pag-iisip." SGGS, Pahina 16

Sa gayon, malalaman ng mga Sikh kung anong uri ng damit ang pumupuno sa isip ng masasamang kaisipan at dapat nilang iwasan ang mga ito. Inaasahang ipagtanggol ng mga babaeng Sikh ang kanilang sarili gamit ang Kirpan (espada) at iba pa, ito ay natatangi para sa mga kababaihan dahil ito ang unang pagkakataon sa kasaysayan na ang mga kababaihan ay inaasahang ipagtanggol ang kanilang sarili at hindi sila inaasahang umaasa sa mga lalaki para sa pisikal na proteksyon.

SGGS Quotes::"Sa lupa at sa langit, wala akong makitang segundo. Sa lahat ng babae at lalaki, ang Kanyang Liwanag ay nagniningning. " Sggs Page 223. Mula sa babae, lalaki ay ipinanganak; sa loob ng babae, lalaki ay ipinaglihi; sa babae siya ay pakasalan at kasal. Babae ay naging kanyang kaibigan; sa pamamagitan ng babae, ang mga susunod na henerasyon ay dumating. Kapag ang kanyang babae ay namatay, siya ay naghahanap ng ibang babae; sa babae siya ay nakatali

Tungkol sa dote: "O aking Panginoon, ibigay mo sa akin ang iyong pangalan bilang aking regalo sa kasal at dote." Shri Guru Ram Das ji, Pahina 78, linya 18 SGGS

Tungkol sa pagsasagawa ng Purdah: "Manatili, manatili, O manugang - huwag mong takpan ang iyong mukha ng isang belo. Sa huli, hindi ito magdadala sa iyo ng kahit kalahating shell. ;huwag mong sundan ang kanyang mga yapak Ang tanging karapat-dapat sa pagtatakip ng iyong mukha ay sa loob ng ilang araw, sasabihin ng mga tao, "Ang iyong belo ay magiging totoo lamang kung ikaw ay lumaktaw, sumayaw at umaawit sa Maluwalhati." mga papuri sa Diyos -P 484, SGGS

Ang mga kababaihan at sa katunayan ang lahat ng kaluluwa ay mahigpit na hinikayat na mamuhay sa isang espirituwal na buhay: "Halika, mahal kong mga kapatid na babae at espirituwal na mga kasama; yakapin mo ako nang mahigpit sa iyong yakap. Tayo'y magsama-sama, at magkuwento ng ating Makapangyarihang Asawa na Panginoon."-Guru Nanak , pg 17, SGGS.

"Kaibigan, lahat ng iba pang suot ay sumisira ng kaligayahan, ang suot na sa mga paa ay paghihirap, at may masamang pag-iisip ang pumupuno sa isipan"- SGGS Page 16

Maging Visual

Ang Turban ay at palaging isang hindi mapaghihiwalay na bahagi ng isang Sikh. Mula noong mga 1500 A.D at sa panahon ni Guru Nanak, ang tagapagtatag ng Sikhismo, ang mga Sikh ay nakasuot ng turban.

Ang turban o "pagri" na kadalasang pinaikli sa "pag" o "dastar" ay iba't ibang salita sa iba't ibang diyalekto para sa parehong artikulo. Ang lahat ng mga salitang ito ay tumutukoy sa kasuotan na isinusuot ng mga lalaki at babae upang takpan ang kanilang mga ulo. Ito ay isang headdress na binubuo ng isang mahabang scarf-like na solong piraso ng tela na sugat sa paligid ng ulo o kung minsan ay isang panloob na "sombbrero" o patka. Ayon sa kaugalian sa India, ang turban ay isinusuot lamang ng mga lalaking may mataas na katayuan sa lipunan; hindi pinahintulutang magsuot ng turban ang mga lalaking mababa ang katayuan o mababa ang caste.

Bagama't ang pag-iingat ng hindi ginupit na buhok ay ipinag-utos ni Guru Gobind Singh bilang isa sa Limang K o limang mga artikulo ng pananampalataya, matagal na itong malapit na nauugnay sa Sikhismo mula pa noong simula ng Sikhi noong 1469. Ang Sikhismo ay ang tanging relihiyon sa mundo sa na ang pagsusuot ng turban ay ipinag-uutos para sa lahat ng mga lalaking nasa hustong gulang. Karamihan sa mga taong nagsusuot ng turban sa mga bansa sa Kanluran ay mga Sikh. Ang Sikh pagdi ay tinatawag ding dastaar. Ang 'Dastar' ay isang salitang Persian. Nangangahulugan ito ng 'Kamay ng Diyos' na nagpapahiwatig ng Kanyang Pagpapala.

Ang mga Sikh ay sikat sa kanilang marami at natatanging turban. Ayon sa kaugalian, ang turban ay kumakatawan sa kagalang-galang, at matagal nang isang bagay na minsan ay nakalaan para sa maharlika lamang. Sa panahon ng dominasyon ng Mughal sa India, ang mga Muslim lamang ang pinahintulutang magsuot ng turban. Ang lahat ng hindi Muslim ay mahigpit na pinagbawalan na magsuot ng isa.

Si Guru Gobind Singh, sa pagsuway sa paglabag na ito ng mga Mughals ay hiniling sa lahat ng kanyang mga Sikh na magsuot ng turban. Ito ay isusuot bilang pagkilala sa matataas na pamantayang moral na kanyang itinala para sa kanyang mga tagasunod sa Khalsa. Nais niyang maging katangi-tangi ang kanyang Khalsa at maging determinadong "maging kakaiba sa ibang bahagi ng mundo". Nais niyang sundin nila ang natatanging landas na itinakda ng

mga Sikh Guru. Kaya, ang isang naka-turban na Sikh ay palaging namumukod-tangi sa karamihan, gaya ng inilaan ng Guru; dahil gusto niyang ang kanyang 'Saint-Soldiers' ay hindi lamang madaling makilala, ngunit madaling matagpuan din.

Kapag ang isang Sikh na lalaki o babae ay nagsuot ng turban, ang turban ay hindi na lamang isang banda ng tela; sapagkat ito ay nagiging isa at pareho sa ulo ng Sikh. Ang turban, gayundin ang apat na iba pang mga artikulo ng pananampalataya na isinusuot ng mga Sikh, ay may napakalaking espirituwal at temporal na kahalagahan. Habang ang simbolismo na nauugnay sa pagsusuot ng turban ay marami — soberanya, dedikasyon, paggalang sa sarili, katapangan at kabanalan, ngunit!, ang pangunahing dahilan kung bakit ang mga Sikh ay nagsusuot ng turban ay upang ipakita--ang kanilang pagmamahal, pagsunod at paggalang sa tagapagtatag ng Khalsa Guru Gobind Singh.

Ang mga nabanggit na salita sa itaas ay kailangang mapalitan ng ibang bagay. Maaaring maging 'dahilan para sa'

"Ang turban ay regalo ng aming Guru sa amin. Ito ay kung paano namin kinokoronahan ang aming sarili bilang mga Singh at Kaur na nakaupo sa trono ng pangako sa aming mas mataas na kamalayan. Para sa mga lalaki at babae, ang projective identity na ito ay naghahatid ng royalty, biyaya, at natatangi. . isang taong namumukod-tangi sa anim na bilyong tao.

Ang kababaang-loob na pangunahing Kakanyahan sa Iyong Paglalakbay

Ang pagpapakumbaba ay isang mahalagang aspeto ng Sikhism. Ayon dito, ang mga Sikh ay dapat yumukod sa pagpapakumbaba sa harap ng Diyos. Ang kapakumbabaan o Nimrata, sa Punjabi ay malapit na magkakaugnay na mga salita. Ang Nimrata ay isang birtud na masiglang itinataguyod sa Gurbani. Ang pagsasalin ng salitang Punjabi na ito ay "Kababaang-loob", "Kabaitan" o "Kababaang-loob." Isang tao na ang isip ay hindi ginulo ng pag-iisip na siya ay mas mabuti o mas mahalaga kaysa sa isang tao.

Lugar ng problema - hindi isang tamang pangungusap sa itaas

Ito ay isang mahalagang katangian para sa lahat ng mga tao na alagaan at isa na isang mahalagang bahagi ng set ng isip ng isang Sikh at ang kalidad na ito ay dapat na kasama ng Sikh sa lahat ng oras. Ang iba pang apat na katangian sa arsenal ng Sikh ay:

Katotohanan (Sab), Kasiyahan (Santokh), Habag (Daya) at Pag-ibig (Pyaar).

Ang limang katangiang ito ay mahalaga sa isang Sikh at tungkulin nilang magnilay at bigkasin ang Gurbani upang itanim ang mga birtud na ito at gawin itong bahagi ng kanilang pagkatao.

Ano ang sinasabi sa amin ni Gurbani:

"Ang bunga ng kababaang-loob ay intuitive na kapayapaan at kasiyahan. Sa Kababaang-loob ay patuloy silang nagninilay-nilay sa Diyos, ang Kayamanan ng kahusayan. Ang may kamalayan sa Diyos na nilalang ay puno ng kababaang-loob. Isa na ang puso ay maawaing biniyayaan ng matibay na kababaang-loob. Ang Sikhismo ay itinuturing ang Kapakumbabaan bilang namamalimos mangkok sa harap ng diyos,"

Guru Nanak, Unang Guru ng Sikhismo:

"Ang pakikinig at paniniwalang may pagmamahal at pagpapakumbaba sa iyong isipan ay linisin ang iyong sarili sa Pangalan, sa sagradong dambana sa kaibuturan." - SGGS Page 4.

"Gawin mong mga singsing sa tainga ang kasiyahan, ang kababaang-loob na iyong mangkok na nagmamakaawa, at ang pagninilay-nilay ang mga abo na itinapat mo sa iyong katawan."-SGGS Page 6.

"Sa larangan ng kababaang-loob, ang Salita ay Kagandahan. Ang mga anyo ng walang kapantay na kagandahan ay nahubog doon." SGGS Pahina 8.

"Kahinhinan, kababaang-loob at intuitive na pag-unawa ang aking biyenan at biyenan" -SGGS Page 152.

Paglalakbay Tungo sa Espirituwalidad

Si Guru Granth Sahib ay isang walang hanggang buhay na Guru, isang patula na komposisyon ng mga Sikh Gurus, Hindu at Muslim na mga Santo. Ang compilation ay isang regalo mula sa Diyos sa pamamagitan ng mga ito sa lahat ng sangkatauhan. Ang pangitain sa Guru Granth Sahib ay isang lipunang nakabatay sa Banal na hustisya na walang anumang uri ng pang-aapi. Habang kinikilala at iginagalang ng Granth ang mga banal na kasulatan ng Hinduismo at Islam, hindi ito nagpapahiwatig ng isang moral na pagkakasundo sa alinman sa mga relihiyong ito. Sa Guru Granth Sahib ang mga kababaihan ay lubos na iginagalang na may pantay na tungkulin bilang mga lalaki. Ang mga babae ay may parehong kaluluwa tulad ng mga lalaki at sa gayon ay nagtataglay ng pantay na karapatan na linangin ang kanilang espirituwalidad na may pantay na pagkakataon na makamit ang kalayaan. Maaaring lumahok ang mga kababaihan sa lahat ng mga gawaing panrelihiyon, pangkultura, panlipunan, at sekular kabilang ang mga nangungunang relihiyosong kongregasyon.

Ang Sikhism ay nagtataguyod ng pagkakapantay-pantay, katarungang panlipunan, paglilingkod sa sangkatauhan, at pagpaparaya para sa ibang mga relihiyon. Ang mahalagang mensahe ng Sikhism ay espirituwal na debosyon at paggalang sa Diyos sa lahat ng oras habang isinasagawa ang mga mithiin ng pakikiramay, katapatan, pagpapakumbaba at pagkabukas-palad sa pang-araw-araw na buhay. Ang tatlong pangunahing paniniwala ng relihiyong Sikh ay ang pagninilay at pag-alala sa Diyos, Paggawa para sa Matapat na pamumuhay at pagbabahagi sa iba.

Binabati kita sa pagsisikap na pumunta sa Espirituwal na Paglalakbay na ito para sa kaluluwa. Ang pagsasalin ay hindi kailanman maaaring malapit sa orihinal, lalo na kapag ang kumpletong Guru Granth Sahib ay nasa tula at ang paggamit ng mga metapora ay nagpapahirap sa gawain. Sa Banal na mensahe, ang mga kuwentong mitolohiya ng Hindu at Muslim ay kadalasang ginagamit Pralahad , Harnakash, laxmi, Brahma atbp. Mangyaring huwag basahin ang mga ito nang literal ngunit unawain ang kanilang pinagbabatayan na mensahe. Ang pokus ay sa katotohanan na ang Diyos ay iisa at ang pagkakaroon ng pagkakaisa sa Kanya ang layunin ng buhay ng tao.

Ang gawaing ito ay ginawa sa paglipas ng mga taon ng ilang mga boluntaryo, upang maihatid sa iyo ang Banal na mensahe sa iyong wika. Kung mayroon kang anumang mga katanungan, mangyaring huwag mag-atubiling mag-email sa walnut@gmail.com at gusto naming samahan ka sa paglalakbay na ito.