# ಆನಂದ್ ಸಾಹಿಬ್

ಆಧ್ಯಾತ್ಮದ ಕಡೆಗೆ ಪಯಣ

ಕನ್ನಡ ಅನುವಾದ

SikhBookClub.com

SGGSONLINE.COM

# ಸೂಚ್ಯಂಕ


1. ಆನಂದ್ ಸಾಹಿಬ್ -------------------------------------------------------------------------- 1
2. ಅರ್ದಾಸ್-ಪ್ರಾರ್ಥನೆ -------------------------------------------------------------------- 21
3. ಆತ್ಮದ ಹಾದಿ ------------------------------------------------------------------------------ 25
4. ಜರ್ನಿಗಾಗಿ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರ -------------------------------------------------------------------- 27
5. ಮಹಿಳೆಯರ ಪಾತ್ರ ------------------------------------------------------------------------ 30
6. ಪೇಟದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ -------------------------------------------------------------------- 34
7. ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ನಮ್ರತೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಸಾರ ---------------------------------------- 36


🙏🙏🙏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



Chino, Ca 91710

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ
ರಾಮಕಾಲಿ ಮಹಲ ೩ ಆನಂದು

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
ಸತಿಗೂರ್ ಪ್ರಸಾದ್

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥
ಓ ನನ್ನ ತಾಯಿ, ಸದ್ಗುರುವನ್ನು ನಾನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದರಿಂದ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವಿದೆ

ਸਤਿਗੁਰੁ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥
ಸದ್ಗುರುವಿನ ಮಿಲನದೊಂದಿಗೆ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲಾಗಿದೆ, ಇದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥
ರಾಗ, ಯಕ್ಷಿಣಿಯರಂತಹ ಅಮೂಲ್ಯ ರತ್ನಗಳು ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಪದಗಳನ್ನು ಹಾಡಲು ಬಂದಂತೆ ತೋರುತ್ತದೆ

ਸਬਦੋ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥
ದೇವರನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸಿದವರೆಲ್ಲ ಆತನನ್ನು ಹಾಡಿ ಹೊಗಳುತ್ತಾರೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥
ಸದ್ಗುರುವನ್ನು ಕಂಡು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಆನಂದ ಉಂಟಾಯಿತು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ನಾನಕ್. 1॥

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥
ಓ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸೇ, ಯಾವಾಗಲೂ ದೇವರಲ್ಲಿ ಮಗ್ನನಾಗಿರು

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥
ಓ ಮನಸ್ಸೇ, ನೀನು ದೇವರಲ್ಲಿ ಮಗ್ನನಾಗಿ ಉಳಿದರೆ, ಅವರು ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ದುಃಖಗಳನ್ನು ಮರೆಸಿಬಿಡುತ್ತಾರೆ

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥
ಅವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸುತ್ತಾರೆ

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥
ಎಲ್ಲವನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಸಮರ್ಥನಾದ ಭಗವಂತನನ್ನು ಏಕೆ ಮರೆಯುತ್ತಿರುವೆ?

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಓ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸೇ, ಯಾವಾಗಲೂ ದೇವರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇಡು. 2॥ ,

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥
ಓ ನಿತ್ಯ ದೇವರೇ, ನಿನ್ನ ಸ್ವರ್ಗೀಯ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಏನಿಲ್ಲ?

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥
ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ನೀವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೊಂದಿದ್ದೀರಿ ಆದರೆ ನೀವು ಯಾರಿಗೆ ನೀಡುತ್ತೀರೋ ಅವರು ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥
ಯಾರು ಸದಾ ನಿನ್ನನ್ನು ಹಾಡಿ ಹೊಗಳುತ್ತಾರೋ ಅವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರು ನೆಲೆಸಿರುತ್ತದೆ

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥
ಯಾರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹೆಸರು ನೆಲೆಸಿದೆಯೋ ಅವರ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಅನಂತ ಪದಗಳ ವಾದ್ಯಗಳು ಆಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಓ ನಿಜವಾದ ಪ್ರಭುವೇ, ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು ಏನಾದರೂ ಇದೆಯೇ? 3॥

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥
ದೇವರ ನಿಜವಾದ ಹೆಸರು ನನ್ನ ಆಧಾರವಾಗಿದೆ

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥
ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಹಸಿವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿದ ಅವರ ನಿಜವಾದ ಹೆಸರು ನನ್ನ ಆಧಾರವಾಗಿದೆ

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥
ನನ್ನ ಇಷ್ಟಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಿದ ಹೆಸರು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷದಿಂದ ನೆಲೆಸಿದೆ

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥
ಈ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ನನಗೆ ನೀಡಿದ ಗುರುವಿಗಾಗಿ ನಾನು ಯಾವಾಗಲೂ ತ್ಯಾಗ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੋ ॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಓ ಸಂತರೇ, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆಲಿಸಿ ಮತ್ತು ಗುರು ಎಂಬ ಪದವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಿ

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥੪॥
ಭಗವಂತನ ನಿಜವಾದ ನಾಮವು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಆಧಾರವಾಗಿದೆ.4 ॥

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ॥
ಆ ಅದೃಷ್ಟದ ಹೃದಯ ರೂಪಿ ಮನೆಯಲ್ಲಿ, ಪಖಾವಾಜ್ ಗೆಜ್ಜೆ ಮತ್ತು ಶಂಖ ಶಬ್ದವು ಅನಂತ ಪದಗಳಂತೆ ಐದು ವಿಧದ ಶಬ್ದಗಳೊಂದಿಗೆ

ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥
ದೇವರು ತನ್ನ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವ ಅದೃಷ್ಟವಂತ ಹೃದಯದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಐದು ಪದಗಳು ರಿಂಗಣಿಸುತ್ತವೆ

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥
ಓ ದೇವರೇ, ಐದು ಕಾಮ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಿ, ನೀವು ಭಯಾನಕಕಾಲವನ್ನು ಸಹ ಕೊಂದಿದ್ದೀರಿ

ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ਪਾਇਆ ਤੁਧੁ ਜਿਨ ਕਉ ਸਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਕੈ ਲਾਗੇ ॥
ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಯಾರ ಹಣೆಬರಹವನ್ನು ಹೀಗೆ ಬರೆಯಲಾಗಿದೆಯೋ ಆ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಮಾತ್ರ ದೇವರ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ಹೆಸರಿಡಲಾಗಿದೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤਹ ਸੁਖੁ ਹੋਆ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ ॥੫॥
' ಅನ್ಹದ್ ಎಂಬ ಪದವು ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಮೊಳಗಿದಾಗ, ಅಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವು ಪ್ರಾಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 5॥

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥
ದೇವರಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ಭಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಈ ದೇಹವು ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕವಾಗಿದೆ

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥
ನಿಜವಾದ ಭಕ್ತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಬಡ ದೇಹವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು?

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥
ಓ ಬನ್ವಾರಿ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಹೊರತು ಬೇರೆ ಯಾರೂ ಸಮರ್ಥರಲ್ಲ, ದಯವಿಟ್ಟು ನನ್ನನ್ನು ಆಶೀರ್ವದಿಸಿ

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥
ಈ ದೇಹಕ್ಕೆ ಬೇರೆ ಜಾಗವಿಲ್ಲ, ಸ್ಮರಣೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಸುಧಾರಿಸಬಹುದು

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥
ಈ ದರಿದ್ರ ದೇಹವು ದೇವರಿಗೆ ಭಕ್ತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಏನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ? 6॥

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੂ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥
ಎಲ್ಲರೂ ಸಂತೋಷದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ ಆದರೆ ನಿಜವಾದ ಸಂತೋಷವನ್ನು

ಗುರುಗಳಿಂದ ಕಲಿತಿದ್ದಾರೆ

**ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥**
ತನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯ ಸೇವಕರಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ದಯೆ ತೋರುವ ಗುರುವಿನಿಂದ ನಿಜವಾದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕಲಿತಿದ್ದಾರೆ

**ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥**
ಕಾಡಿಗೆಯನ್ನು ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಪಾಪಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ನಾಶಮಾಡಿ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಜ್ಞಾನವೆಂಬ ಕಾಡಿಗೆಯನ್ನು ಹಚ್ಚುತ್ತಾನೆ

**ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥**
ಅಂತಃಕರಣದ ಬಾಂಧವ್ಯವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡವರು, ನಿಜವಾದ ದೇವರು ತಮ್ಮ ವಚನಗಳ ಮೂಲಕ ಅವರ ಜೀವನವನ್ನು ಸುಂದರವಾಗಿಸಿದ್ದಾರೆ

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਅਨੰਦੁ ਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥੭॥**
ನಾನಕ್ ಹೇಳುವುದೇನೆಂದರೆ ಇದೇ ನಿಜವಾದ ಆನಂದ, ನಾವು ಗುರುವಿನಿಂದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆದಿರುವ ಆನಂದ. 7॥

**ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥**
ಓ ಬಾಬಾ, ನೀವು ಯಾರಿಗೆ ಕೊಡುತ್ತೀರೋ ಅವರು ಮಾತ್ರ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾರೆ

**ਪਾਵੈ ਤ ਸੋ ਜਨੁ ਦੇਹਿ ਜਿਸ ਨੋ ਹੋਰਿ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਵੇਚਾਰਿਆ ॥**
ನೀವಾಗಿ ಅದನ್ನು ಯಾರಿಗೆ ನೀಡುತ್ತೀರೋ ಅವರು ಮಾತ್ರ ಅದನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ, ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಬಡವರು ಏನು ಏನು ಮಾಡಬಲ್ಲರು

**ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥**
ಯಾರೋ ಗೊಂದಲದಲ್ಲಿ ಕಳೆದು ದಶದಿಕ್ಕುಗಳಲ್ಲಿ ಅಲೆದಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ, ಆದರೆಇನ್ಯಾರೋ ನಾಮದ ಸಂಗದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಸಫಲಗೊಳಿಸಿದ್ದಾರೆ

**ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥**
ದೇವರ ಪ್ರಸನ್ನತೆಯಿಂದ ಸಂತುಷ್ಟರಾದವರ ಮನಸ್ಸು ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥੮॥**
ಪ್ರೀತಿಯ ಭಗವಂತ ಯಾರಿಗೆ ನೀಡುತ್ತಾರೋ ಅವನು ಮಾತ್ರ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 8॥

**ਆਵਹੁ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਹੋ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥**
ಓ ಪ್ರಿಯ ಸಂತರೇ, ನಾವು ಒಟ್ಟಾಗಿ ವಿವರಿಸಲಾಗದ ದೇವರ ಕಥೆಯನ್ನು ಹೇಳೋಣ

ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥
ವಿವರಿಸಲಾಗದ ದೇವರ ಕಥೆಯನ್ನು ಹೇಳೋಣ ಮತ್ತು ಅವನನ್ನು ಯಾವ ವಿಧಾನದಿಂದ ಸಾಧಿಸಬಹುದು ಎಂದು ಯೋಚಿಸೋಣ

ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥
ಗುರುವಿಗೆ ದೇಹ, ಮನಸ್ಸು, ಐಶ್ವರ್ಯವನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸಿ ಅವರ ಆದೇಶವನ್ನು ಪಾಲಿಸಿದರೆ ಮಾತ್ರ ದೇವರನ್ನು ಕಾಣಲು ಸಾಧ್ಯ

ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥
ಗುರುಗಳ ಆದೇಶವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವರ ನಿಜವಾದ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಹಾಡಿ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಓ ಸಂತರೇ, ದೇವರ ವರ್ಣನಾತೀತ ಕಥೆಯನ್ನು ಕೇಳಿರಿ. 6॥

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥
ಓ ಚಂಚಲ ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಿಂದ ಯಾರೂ ದೇವರನ್ನು ಪಡೆದಿಲ್ಲ

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥
ನನ್ನ ಮನಸ್ಸೇ, ನನ್ನ ಮಾತನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆಲಿಸು, ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಿಂದ ಯಾರೂ ದೇವರನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿಲ್ಲ

ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥
ಈ ಮಾಯೆಯು ಜೀವಿಗಳನ್ನು ವಿಸ್ಮೃತಿಗೆ ದಾರಿ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟು ಸತ್ಯವನ್ನು ಮರೆತುಬಿಡುವಂತೆ ಮಾಡಿದ ಮೋಹಿನಿಯಾಗಿದೆ

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥
ಭ್ರಮೆಯೆಂಬ ಮೋಸದ ಮೂಲಿಕೆಯನ್ನು ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಬಾಯಿಗೆ ಹಾಕಿದ ಆ ಪರಮಾತ್ಮರೇ ಈ ಮೋಹಿನಿ ಮಾಯೆಯನ್ನೂ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದವರು

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥
ನಾಮದ ಮಧುರ ಚೆಲುವನ್ನು ಕೊಟ್ಟ ಆ ದೇವರಿಗೆ ನನ್ನನ್ನೇ ನಾನು ಬಲಿಕೊಡುತ್ತೇನೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಓ ಚಂಚಲ ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯಿಂದ ಯಾರೂ ದೇವರನ್ನು ಪಡೆದಿಲ್ಲ. 10 ॥

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥
ಓ ಮನಸೇ, ಸದಾ ಸತ್ಯವನ್ನೇ ಧ್ಯಾನಿಸು

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥
ನೀನು ನೋಡುವ ಈ ಕುಟುಂಬವು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ

ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥
ನಿನ್ನ ಜೊತೆ ಹೋಗದ ಸಂಸಾರದ ಚಿಂತೆ ಯಾಕೆ?

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥
ಕೊನೆಗೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡುವಂತಹ ಕೆಲಸವನ್ನೇ ಮಾಡಬಾರದು

ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥
ನೀವು ಸದ್ಗುರುವಿನ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಕೇಳುತ್ತೀರಿ ಮತ್ತು ಇದು ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಓ ಆತ್ಮೀಯ ಮನಸ್ಸೇ, ಯಾವಾಗಲೂ ಸತ್ಯವನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸು.

ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥
ಓ ದುರ್ಗಮ, ಅಗೋಚರ ದೇವರೇ, ಯಾರೂ ನಿಮ್ಮ ಅಂತ್ಯವನ್ನು ಸಾಧಿಸಲಿಲ್ಲ

ਅੰਤੋ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥
ಯಾರೂ ನಿಮ್ಮ ಅಂತ್ಯವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿಲ್ಲ, ನೀವೇ ತಿಳಿದಿರುತ್ತೀರಿ

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੋ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥
ಈ ಜೀವಿಗಳೆಲ್ಲ ನಿಮ್ಮ ನಾಟಕ, ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಏನು ಹೇಳಬಹುದು?

ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥
ಈ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದವರಾದ ನೀವು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿರುವಿರಿ ಮತ್ತು ನೋಡುತ್ತಿರುವಿರಿ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤੂ ਸਦਾ ਅਗੰਮੁ ਹੈ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੨॥
ಓ ದೇವರೇ, ನೀವು ಯಾವಾಗಲೂ ಸಮೀಪಿಸಲಾಗದವರು,ಮ್ಮ ಅಂತ್ಯವನ್ನು ಯಾರೂ ಕಂಡುಕೊಂಡಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 12 ॥

ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਖੋਜਦੇ ਸੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥
ದೇವತೆಗಳು, ಮಾನವರು ಮತ್ತು ಋಷಿಮುನಿಗಳು ಸಹ ಹುಡುಕುವ ಅಮೃತವನ್ನು ನಾನು ಗುರುಗಳಿಂದ ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥
ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ನಾನು ಅಮೃತವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ ಮತ್ತು ಅಂತಿಮ ಸತ್ಯವು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಂಡಿದೆ

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥
ಓ ದೇವರೇ, ನೀವು ಸಕಲ ಜೀವರಾಶಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿರುವಿರಿ ಆದರೆ ಗುರುಗಳ ದರ್ಶನ ಮತ್ತು ಪಾದಸ್ಪರ್ಶ ಮಾಡುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಅಪರೂಪದವನು ಮಾತ್ರ ಪಡೆದಿದ್ದಾನೆ

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥
ಅವರ ದುರಾಸೆ ಮತ್ತು ಅಹಂ ದೂರವಾಗಿ ಸದ್ಗುರುವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಅವರು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਤੁਠਾ ਤਿਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥੧੩॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುವಂತೆ ದೇವರು ಯಾರ ಮೇಲೆ ಪ್ರಸನ್ನನಾಗುತ್ತಾರೋ ಅವನು ಗುರುಗಳಿಂದ ಅಮೃತವನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದಾನೆ. 13॥

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥
ಭಕ್ತರ ಜೀವನ ನಡವಳಿಕೆಯು ಪ್ರಪಂಚದ ಇತರ ಜನರಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥
ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟಕರವಾದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಭಕ್ತರ ಜೀವನ ನಡತೆ ಅನನ್ಯವಾಗಿದೆ

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥
ಅವರು ತಮ್ಮ ದುರಾಸೆ, ದುರಾಸೆ, ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತು ಬಾಯಾರಿಕೆಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಮಾತನಾಡಲು ಬಯಸುವುದಿಲ್ಲ

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥
ಕತ್ತಿಯ ಅಂಚಿಗಿಂತ ಹರಿತವಾದ, ಕೂದಲಿಗಿಂತಲೂ ಚಿಕ್ಕದಾದ ಈ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಅವರು ಹೋಗಬೇಕು

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥
ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಅಹಂಕಾರ ತೊರೆದವರ ಆಸೆ-ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳು ದೇವರಲ್ಲಿ ಬೆರೆತು ಹೋಗಿವೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥
ಭಕ್ತರ ಜೀವನ ನಡತೆ ಯುಗಯುಗಗಳಿಂದಲೂ ಜಗತ್ತಿನ ಜನರಿಂದ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 14॥

ਜਿਉ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵ ਚਲਹ ਸੁਆਮੀ ਹੋਰੁ ਕਿਆ ਜਾਣਾ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ॥
ಓ ಕರ್ತರೇ, ನೀವು ಚಲಿಸುವಂತೆ ನಾವು ಚಲಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಿಮ್ಮ ಗುಣಗಳು ನನಗೆ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥
ನೀವು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿದಂತೆ, ನೀವು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿದ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ಸಾಗುತ್ತೇವೆ

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥
ನಿಮ್ಮ ಕೃಪೆಯಿಂದ, ನೀವು ಯಾರ ಹೆಸರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೀರೋ ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ

ਜਿਸ ਨੋ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥
ನೀವು ಯಾರಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಕಥೆಯನ್ನು ಹೇಳುತ್ತೀರೋ ಅವರು ಗುರುವಿನ ಬಾಗಿಲಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಓ ನಿಜವಾದ ಗುರುವೇ, ಅವರು ತಮಗೆ ಬೇಕಾದಂತೆ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತಾರೆ. 15॥

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥
ಈ ಸುಂದರವಾದ ಪದವೇ ದೇವರ ಸ್ತುತಿಯಾಗಿದೆ

ਸਬਦੋ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥
ಸದ್ಗುರುಗಳು ಯಾವಾಗಲೂ ಸುಂದರವಾದ ಪದಗಳನ್ನು ಹಾಡಿ ಹೊಗಳಿದ್ದಾರೆ

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥
ಇದು ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಯಾರ ಹಣೆಬರಹದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿದೆಯೋ ಅವರ ಮನದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ನೆಲೆಯೂರಿದೆ

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥
ಕೆಲವರು ಅಲೆದಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಬಹಳಷ್ಟು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾರೆ ಆದರೆ ಅವರ ಮಾತುಕತೆಯಿಂದ ಯಾರೂ ಏನನ್ನೂ ಸಾಧಿಸಲಿಲ್ಲ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥
ಸದ್ಗುರು ಪದವನ್ನೇ ವೈಭವೀಕರಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 16 ॥

ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥
ದೇವರ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದವರು ಶುದ್ಧರಾಗುತ್ತಾರೆ

ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥
ಗುರುಮುಖಿಯಾದ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದವರು ಮಾತ್ರ ದೇವರ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಶುದ್ಧರಾಗುತ್ತಾರೆ

ਪਵਿਤੁ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤੁ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥
ಅವರು ತಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದೊಂದಿಗೆ ಪವಿತ್ರರಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಸಹವಾಸ ಮಾಡುವವರೂ ಪವಿತ್ರರಾಗಿದ್ದಾರೆ

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥
ಹರಿಯ ನಾಮವನ್ನು ಬಾಯಿಯಿಂದ ಜಪಿಸುತ್ತಾ ಕಿವಿಯಿಂದ ಕೇಳುವವರು ಶುದ್ಧರಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡವರೂ ಶುದ್ಧರಾಗುತ್ತಾರೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥੧੭॥
ಗುರುಮುಖಿಯಾಗಿ ದೇವರ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಿದವರು ಪರಿಶುದ್ಧರಾದರು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ನಾನಕ್. 17॥

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਊਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥
ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಜ್ಞಾನವು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸಹಜ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಚಿಂತೆಗಳು ದೂರವಾಗುವುದಿಲ್ಲ

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੈ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥
ಈ ಚಿಂತೆಯನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಿಂದಲೂ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಜನರು ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಲು ಸುಸ್ತಾಗಿರುತ್ತಾರೆ

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ ॥
ಈ ಅಂತರಾತ್ಮವು ಸಂದೇಹ ಮತ್ತು ಚಿಂತೆಯಿಂದ ಕಳಂಕಿತವಾಗಿದೆ, ಅದನ್ನು ಯಾವ ವಿಧಾನದಿಂದ ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಬಹುದು?

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥
ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಲು, ಪದಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ ಮತ್ತು ದೇವರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਸਹਜੁ ਉਪਜੈ ਇਹੁ ਸਹਸਾ ਇਵ ਜਾਇ ॥੧੮॥
ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಅರ್ಥಗರ್ಭಿತ ಜ್ಞಾನವು ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಹೀಗೆ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಅನುಮಾನಗಳು ಮತ್ತು ಚಿಂತೆಗಳು ದೂರವಾಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 18 ॥

ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥
ಯಾರೋ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಕೊಳಕರಾಗಿದ್ದು ಆದರೆ ಹೊರಗಿನಿಂದ ಶುದ್ಧರಾಗಿ ನಟಿಸುತ್ತಾರೆ

ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥
ಹೊರನೋಟಕ್ಕೆ ಶುದ್ಧನೆಂದು ತೋರ್ಪಡಿಸುವ ಮತ್ತು ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಕೊಳಕು

ಇರುವವನು ಜೂಜಿನಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಜನ್ಮವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡನು

**ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥**
ಬಾಯಾರಿಕೆ ಎಂಬ ಈ ಮಹಾ ರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ಆತ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಸಾವನ್ನು ಮರೆತಿದ್ದಾನೆ

**ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੋ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥**
ವೇದಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಸರನ್ನು ಶ್ರೇಷ್ಠವೆಂದು ಬಣ್ಣಿಸಲಾಗಿದೆ ಆದರೆ ಈ ಜನರು ಅದನ್ನು ಕೇಳುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಪ್ರೇತಗಳಂತೆ ಅಲೆದಾಡುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਸਚੁ ਤਜਿਆ ਕੂੜੇ ਲਾਗੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥੧੯॥**
ಸತ್ಯವನ್ನು ತೊರೆದು ಸುಳ್ಳಿನ ಮೋಹಕ್ಕೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡವರು ಜೂಜಿನಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಜನ್ಮವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 16॥

**ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥**
ಕೆಲವರು ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಪರಿಶುದ್ಧರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಬಾಹ್ಯವಾಗಿಯೂ ಪರಿಶುದ್ಧರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ

**ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥**
ಇಂತಹ ಅಂತರಂಗ ಹಾಗೂ ಬಹಿರಂಗದಿಂದ ನಿರ್ಮಲವಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸದ್ಗುರುಗಳ ಉಪದೇಶದಂತೆ ಸತ್ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಅದರ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾರೆ

**ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥**
ಸುಳ್ಳು ಅವರನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಅವರ ಮನಸ್ಸು ಸತ್ಯದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುತ್ತದೆ

**ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥**
ರತ್ನದಂತೆ ಬೆಲೆಬಾಳುವಜನ್ಮದ ಲಾಭವನ್ನುಸಂಪಾದಿಸಿದ ವ್ಯಾಪಾರಿಗಳು ಮಾತ್ರ ಒಳ್ಳೆಯವರು

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਮੰਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਸਦਾ ਰਹਹਿ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥੨੦॥**
ಯಾರ ಮನಸ್ಸು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿದೆಯೋ ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ತಮ್ಮ ಗುರುಗಳ ಬಳಿ ಇರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 20॥

**ਜੇ ਕੋ ਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥**
ಶಿಷ್ಯನೊಬ್ಬ ಗುರುವಿನ ಮುಖಾಮುಖಿ ಬಂದರೆ

**ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥**
ಒಬ್ಬ ಶಿಷ್ಯನು ಗುರುವಿಗೆ ಮುಖಾಮುಖಿ ಮಾಡಿದರೆ, ಅವನು ತನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿಯೂ ಗುರುಗಳೊಂದಿಗೆ ಇರುತ್ತಾನೆ

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥
ಅವನು ತನ್ನ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಗುರುಗಳ ಪಾದಗಳನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಅವನ ಅಂತರಾತ್ಮದಲ್ಲಿ ಅವನ ಸ್ಮರಣೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗುತ್ತಾನೆ

ਆਪੁ ਛਡਿ ਸਦਾ ਰਹੈ ਪਰਣੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਏ ॥
ತನ್ನ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಗುರುವಿನ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತನಾಗಿ ಗುರುವಿನ ಹೊರತಾಗಿ ಬೇರೆ ಯಾರನ್ನೂ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੋ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಓ ಸಂತರೇ, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಆಲಿಸಿ;  ಆ ಶಿಷ್ಯನೇ ಗುರುವಿನ ಸನ್ಮುಖವಿರುತ್ತಾನೆ. 21॥

ਜੇ ਕੋ ਗੁਰ ਤੇ ਵੇਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਵੈ ॥
ಶಿಷ್ಯನು ಗುರುವಿನಿಂದ ವಿಮುಖನಾದರೆ ಸದ್ಗುರುವಿಲ್ಲದೆ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಿಲ್ಲ

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥
ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನಿಗಳಾದ ಮಹಾಪುರುಷರನ್ನು ಹೋಗಿ ಕೇಳಿದರೂ ಅವನಿಗೆ ಬೇರೆ ಯಾವ ಸ್ಥಳದಲ್ಲೂ ಮೋಕ್ಷ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ

ਅਨੇਕ ਜੂਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥
ಹಲವು ಜಾತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಲೆದಾಡಿ ಮತ್ತೆ ಮನುಷ್ಯ ರೂಪಕ್ಕೆ ಬಂದರೂ ಗುರುವಿಲ್ಲದೆ ಮೋಕ್ಷ ಸಿಗುವುದಿಲ್ಲ

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥
ಸದ್ಗುರುಗಳು ಅವರಿಗೆ ವಚನವನ್ನು ಉಪದೇಶಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ಅವರು ಗುರುಗಳ ಪಾದಗಳಿಗೆ ಬಿದ್ದು ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਵੀਚਾਰਿ ਦੇਖਹੁ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥੨੨॥
ಸದ್ಗುರುವಿಲ್ಲದೆ ಪರಕೀಯ ಆತ್ಮವು ಮುಕ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತು ನೋಡಿ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 22॥

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੂ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥
ಓ ಗುರುಗಳ ಪ್ರಿಯ ಶಿಷ್ಯರೇ, ಬನ್ನಿ ಮತ್ತು ನಿಜವಾದ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಹಾಡಿ

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥
ಎಲ್ಲ ಕಂಠಗಳಿಗಿಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಗುರುವಿನ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹಾಡಿ

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥
ದೇವರ ಆಶೀರ್ವಾದ ಯಾರ ಮೇಲೆ ಬೀಳುತ್ತದೆಯೋ ಅವರ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಈ

ಮಾತು ಲೀನವಾಗುತ್ತದೆ

**ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥**
ನಾಮದ ಅಮೃತವನ್ನು ಕುಡಿಯಿರಿ, ಯಾವಾಗಲೂ ದೇವರ ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ಮಗ್ನರಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ಯಾವಾಗಲೂ ಭಗವಂತನ ನಾಮವನ್ನು ಜಪಿಸುತ್ತಿರಿ

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥**
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ಈ ನಿಜವಾದ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಹಾಡುತ್ತಲೇ ಇರಿ. 23॥ , ಸದ್ಗುರುವಿಲ್ಲದೆ, ಇತರ ಯಾವುದೇ ಭಾಷಣವು, ಗುರುಗಳ ಬಾಯಿಯಿಂದ ಉಚ್ಚಾರಣೆಯ ಮಾತು ಮಾತ್ರ ಸತ್ಯವಾಗಿದೆ

**ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥**
ನಿಜವಾದ ಗುರುವಿನ ಹೊರತಾಗಿ ಬೇರೆ ಯಾರಾದರೂ ಮಾತನಾಡುವ ಯಾವುದೇ ಮಾತುಗಳು ಸುಳ್ಳು.

**ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥**
ಗುರುವನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಉಳಿದೆಲ್ಲ ಮಾತುಗಳು ಸುಳ್ಳು

**ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸੁਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀਂ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥**
ಕಚ್ಚಾ ಪದಗಳನ್ನು ಜಪಿಸುವ ಮತ್ತು ಕೇಳುವವರೂ ಸಹ ಮೂಢರು, ಅಂದರೆ ಸುಳ್ಳುಗಾರರು ಮತ್ತು ಸುಳ್ಳುಗಾರರು ಕಚ್ಚಾ ಪದಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತಾರೆ

**ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੂ ਨ ਜਾਣੀ ॥**
ಅಂತಹ ಜನರು ತಮ್ಮ ಭಾವೋದ್ರೇಕದಿಂದ ಪ್ರತಿದಿನ ಹರಿಯ ನಾಮವನ್ನು ಜಪಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ ಆದರೆ ಅದರ ಬಗ್ಗೆ ಏನೂ ತಿಳಿದಿರುವುದಿಲ್ಲ

**ਚਿਤੁ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੋਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥**
ಮಾಯೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಕದ್ದವರು ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੪॥**
ನಾನಕ್ ಅವರು ಸದ್ಗುರುಗಳ ಬಾಯಿಂದ ಹೇಳಿದ ಮಾತು ಮಾತ್ರ ಸತ್ಯ, ಉಳಿದೆಲ್ಲವೂ ಹಸಿ ಅಂದರೆ ಸುಳ್ಳು. 24॥

**ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥**
ಗುರುವಿನ ಪದವು ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ರತ್ನವಾಗಿದ್ದು, ಅದರಲ್ಲಿ ಗುಣಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ವಜ್ರಗಳನ್ನು ಹೊದಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ

**ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥**
ಪದಗಳ ಬೆಲೆಬಾಳುವ ರತ್ನದ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದವನು ಅದರಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗುತ್ತಾನೆ

**ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥**
ಯಾರ ಮನಸ್ಸು ಪದದೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆತಿದೆಯೋ ಅವರು ಸತ್ಯವನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತಾರೆ

**ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੋ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥**
ಭಗವಂತ ಮಾತಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ರತ್ನವಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅವನೇ ಗುರುವಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ವಜ್ರವಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಅವನು ಈ ರತ್ನವನ್ನು ಪದಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀಡುತ್ತಾರೆ

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥**
ಗುರು ಎಂಬ ಪದವು ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ರತ್ನವಾಗಿದ್ದು, ಅದರಲ್ಲಿ ಗುಣಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಮೂಲ್ಯ ವಜ್ರಗಳನ್ನು ಹೊದಿಸಲಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 25॥

**ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥**
ಶಿವ ಶಕ್ತಿ ಚೇತನ ಮತ್ತು ಮಾಯೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಮೂಲಕ, ದೇವರು ಸ್ವತಃ ತನ್ನ ಆದೇಶವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ

**ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥**
ಅವರೇ ತನ್ನ ಲೀಲೆಯನ್ನು ಆಜ್ಞಾಪಿಸುತ್ತಾ ನೋಡುತ್ತಾರೆ ಆದರೆ ಈ ರಹಸ್ಯದ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನು ಕೆಲವು ಗುರುಮುಖರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ

**ਤੋੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥**
ಯಾರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಪದವು ನೆಲೆಸಿದೆಯೋ ಅವರು ಎಲ್ಲಾ ಬಂಧನಗಳನ್ನು ಮುರಿದು ಮುಕ್ತನಾಗುತ್ತಾರೆ

**ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਵੈ ਏਕਸ ਸਿਉ ਲਿਵ ਲਾਏ ॥**
ದೇವರು ಸ್ವಯಂ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದವನೇ ಗುರುಮುಖನಾಗುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಅವನು ಒಬ್ಬ ದೇವರ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುತ್ತಾನೆ

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥**
ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತರೇ ತನ್ನ ಆದೇಶಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 26॥

**ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥**
ಸ್ಮೃತಿಗಳು ಮತ್ತು ಧರ್ಮಗ್ರಂಥಗಳು ಪುಣ್ಯ ಮತ್ತು ಪಾಪಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತವೆ ಆದರೆ ಅವುಗಳಿಗೆ ಸಾರವು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ

**ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥**
ಗುರುವಿಲ್ಲದೆ, ಸಾರವನ್ನು ತಿಳಿಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥
ತ್ರಿವಳಿ ಪ್ರಪಂಚವು ಅಜ್ಞಾನದ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನಿದ್ರಿಸುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಜೀವನದ ರಾತ್ರಿಯು ಅಜ್ಞಾನದ ನಿದ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಕಳೆಯುತ್ತಿದೆ

ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਸੇ ਜਨ ਜਾਗੇ ਜਿਨਾ ਹਰਿ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਬੋਲਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ॥
ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಯಾರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಭಗವಂತ ನೆಲೆಸಿದ್ದಾರೋ ಆ ಆತ್ಮಗಳು ಮಾತ್ರ ಅಜ್ಞಾನದ ಸುಷುಪ್ತಿಯಿಂದ ಎಚ್ಚರಗೊಂಡು ಅಮರತ್ವದ ಅಮೃತವನ್ನು ಜಪಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತವೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੋ ਤਤੁ ਪਾਏ ਜਿਸ ਨੋ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ ਜਾਗਤ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥੨੭॥
ಹಗಲಿರುಳು ದೇವರಿಗೆ ಅರ್ಪಿತನಾದವನು ಮಾತ್ರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಅವನ ಜೀವನವು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಎಚ್ಚರದಿಂದ ಕಳೆಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 27 ॥

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥
ತಾಯಿಯ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲೂ ನಮ್ಮನ್ನು ಪೋಷಿಸುವವರನ್ನು ನಾವು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಏಕೆ ಮರೆಯಬೇಕು? ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲೇ ನಮಗೆ ಅನ್ನವನ್ನು ಕೊಡುವಂಥ ಮಹಾನ್ ದಾತ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯುವುದಾದರೂ ಹೇಗೆ?

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥
ಗರ್ಭದಲ್ಲಿಯೇ ಆಹಾರದಂತಹ ಮಹಾನ್ ಉಡುಗೊರೆಯನ್ನು ಆತನು ನಮಗೆ ನೀಡುತ್ತಾನೆ ಎಂಬುದನ್ನು ನಾವು ಹೇಗೆ ಮರೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ?

ਓਸ ਨੋ ਕਿਹੁ ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੀ ਜਿਸ ਨਉ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਲਾਵਏ ॥
ತನ್ನ ಭಕ್ತಿಗೆ ತನ್ನನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವನಿಗೆ ಯಾವುದೇ ದುಃಖ ಅಥವಾ ನೋವು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವುದಿಲ್ಲ

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥
ಸತ್ಯವೆಂದರೆ ಅವರೇ ನಮ್ಮನ್ನು ಅವನಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿಸುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ನಾವು ಗುರುಮುಖನಾಗುವ ಮೂಲಕ ಅವನನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ, ಅಂತಹ ಮಹಾನ್ ಕೊಡುವವರನ್ನು ನಾವು ಏಕೆ ಮರೆಯಬೇಕು? 28 ॥

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥
ತಾಯಿಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯಿರುವಂತೆ ಹೊರಗೆ ಮಾಯೆಯೂ ಇರುತ್ತದೆ

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥
ಮಾಯೆ ಮತ್ತು ಗರ್ಭದ ಬೆಂಕಿ ಎರಡೂ ಸಮಾನವಾಗಿ ನೋವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದೆ, ಇದು

ದೇವರು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಲೀಲೆ

**ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥**
ದೇವರು ಬಯಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ, ಮಗು ಜನಿಸಿತು, ಅದು ಇಡೀ ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಸಂತೋಷದ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿತು

**ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥**
ಮಗು ಜನಿಸಿದಾಗ, ಅವನು ದೇವರ ಮೇಲಿನ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡನು ಮತ್ತು ಹಂಬಲಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದನು ಮತ್ತು ಮಾಯೆಯು ಅದರ ಬಲೆಯನ್ನು ಬೀಸಿತು

**ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੋਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥**
ಈ ಭ್ರಮೆ ಎಂದರೆ ಜೀವಿಯು ದೇವರನ್ನು ಮರೆತು ನಂತರ ಅವನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಾಂಧವ್ಯವು ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದ್ವಂದ್ವತೆಯ ಭಾವನೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨਾ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਤਿਨੀ ਵਿਚੇ ਮਾਇਆ ਪਾਇਆ ॥੨੯॥**
ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ದೇವರಿಗೆ ತಮ್ಮನ್ನು ಅರ್ಪಿಸಿಕೊಂಡವರು ಮಾಯೆಯಲ್ಲೂ ಆತನನ್ನು ಸಾಧಿಸಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 26 ॥

**ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥**
ದೇವರು ಸ್ವತಃ ಅಮೂಲ್ಯ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ ಮಾಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ

**ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥**
ಅವರ ನಿಜವಾದ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ಯಾರಿಂದಲೂ ಅಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅಳುತ್ತಾ ಹಂಬಲಿಸಿ ಪ್ರಾಣ ಕಳೆದುಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ

**ਐਸਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤਿਸ ਨੋ ਸਿਰੁ ਸਉਪੀਐ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਜਾਇ ॥**
ಒಬ್ಬ ಸದ್ಗುರುವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡರೆ, ಒಬ್ಬನು ತನ್ನ ಶಿರವನ್ನು ಅವರಿಗೆಅರ್ಪಿಸಬೇಕು, ಇದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಅಹಂಕಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕುತ್ತದೆ

**ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥**
ಈ ಜೀವವನ್ನು ನಮಗೆ ಯಾರು ನೀಡಿದ್ದಾರೆಯೋ ಅವರೊಂದಿಗೆ ಆ ಜೀವವು ಒಂದಾದರೆ, ಆಗ ದೇವರು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸುತ್ತಾನೆ

**ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਕੇ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਹਰਿ ਪਲੈ ਪਾਇ ॥੩੦॥**
ಓ ನಾನಕ್, ದೇವರು ಸ್ವತಃ ಅಮೂಲ್ಯ ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ಪಡೆಯುವವನು ಮಾತ್ರ ಅದೃಷ್ಟಶಾಲಿ. 30 ॥

**ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥**
ಹರಿ ಹೆಸರು ನನ್ನ ರೇಷನ್ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಉದ್ಯಮಿ

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥
ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಉದ್ಯಮಿ ಮತ್ತು ಹರಿ ಹೆಸರು ನನ್ನ ಜೀವನ ಪಡಿತರವನ್ನು ನಾನು ಸದ್ಗುರುಗಳಿಂದ ಪಡೆದಿದ್ದೇನೆ

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥
ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯದಿಂದ ಪ್ರತಿದಿನ ಹರಿ ನಾಮವನ್ನು ಜಪಿಸುತ್ತಿರಿ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿದಿನ ನಾಮದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥
ಈ ಹೆಸರು ಮತ್ತು ಸಂಪತ್ತನ್ನು ದೇವರು ತನ್ನ ಇಚ್ಛೆಯಂತೆ ನೀಡಿದವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ನೀಡಲಾಗಿದೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥
ಹರಿಯ ಹೆಸರು ನನ್ನ ಜೀವನದ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಉದ್ಯಮಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 31 ॥

ਏ ਰਸਨਾ ਤੂ ਅਨ ਰਸਿ ਰਾਚਿ ਰਹੀ ਤੇਰੀ ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ॥
ಓ ರಸ್ನಾ, ನೀವು ಇತರ ರಸಗಳಲ್ಲಿ ಲೀನವಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತೀರಿ ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಬಾಯಾರಿಕೆ ತಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ

ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ਹੋਰਤੁ ਕਿਤੈ ਜਿਚਰੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਲੈ ਨ ਪਾਇ ॥
ನೀವು ಹರಿ ರಸವನ್ನು ಪಡೆದು ಅದನ್ನು ಕುಡಿಯದ ಹೊರತು ನಿಮ್ಮ ಬಾಯಾರಿಕೆಯನ್ನು ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಣಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ

ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇ ਪਲੈ ਪੀਐ ਹਰਿ ਰਸੁ ਬਹੁੜਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਗੈ ਆਇ ॥
ಹರಿ ರಸವನ್ನು ಪಡೆದ ನಂತರ, ಅದನ್ನು ಕುಡಿಯಿರಿ ಏಕೆಂದರೆ ಹರಿ ರಸವನ್ನು ಸೇವಿಸಿದ ನಂತರ ನಿಮಗೆ ಮತ್ತೆ ಯಾವುದೇ ಹಂಬಲವು ಉಂಟಾಗುವುದಿಲ್ಲ

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥
ಈ ಹರಿ ರಸವು ಸದ್ಗುರುವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಶುಭ ಕಾರ್ಯಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾತ್ರ ಸಿಗುತ್ತದೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹੋਰਿ ਅਨ ਰਸ ਸਭਿ ਵੀਸਰੇ ਜਾ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥੩੨॥
ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ದೇವರು ನೆಲೆಸಿದಾಗ, ಇತರ ಎಲ್ಲ ಆಸಕ್ತಿಗಳು ಮರೆತುಹೋಗುತ್ತವೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 32 ॥

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥
ಓ ನನ್ನ ದೇಹ, ದೇವರು ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದಾಗ, ನೀನು ಈ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಬಂದೆ

ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥
ದೇವರು ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದೀರಿ

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥
ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ಈ ಜಗತ್ತನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅವರೇ ತಂದೆ

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥
ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಅರ್ಥವಾದಾಗ ಈ ಜಗತ್ತು ಒಂದು ವಿಸ್ಮಯವಾಗಿ ಕಾಣಿಸಿತು ಎಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਮੂਲੁ ਰਚਿਆ ਜੋਤਿ ਰਾਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥੩੩॥
ದೇವರು ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಮೂಲವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದಾಗ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಬೆಳಕನ್ನು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಆಗ ಮಾತ್ರ ನೀವು ಈ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಬಂದಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 33॥

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥
ಭಗವಂತನ ಆಗಮನದ ಶುಭ ವಾರ್ತೆ ಕೇಳಿ ಮನದಲ್ಲಿ ಉತ್ಸುಕತೆ ಮೂಡಿದೆ

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥
ಓ ನನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ, ದೇವರನ್ನು ಸ್ತುತಿಸಿ, ಹೃದಯದ ಈ ಮನೆ ಪವಿತ್ರ ದೇವಾಲಯವಾಗಿದೆ

ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੋਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥
ಓ ಸ್ನೇಹಿತ, ಪ್ರತಿದಿನ ಭಗವಂತನ ಸ್ತುತಿಯನ್ನು ಪಠಿಸುವುದರಿಂದ ಯಾವುದೇ ನೋವು, ನೋವು ಅಥವಾ ಚಿಂತೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥
ಮನಸ್ಸು ಗುರುವಿನ ಪಾದಕ್ಕೆ ಬಿದ್ದು ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರನಾದ ಭಗವಂತರನ್ನು ಅನುಭವಿಸುವ ಆ ದಿನವೇ ಭಾಗ್ಯಶಾಲಿ

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੋ ॥
ಹರಿ ನಾಮ ಪಠಣ ಮತ್ತು ಹರಿ ರಸವನ್ನು ಕುಡಿಯುತ್ತಾ ಇರಿ ಎಂದು ಗುರುಗಳ ಮಾತುಗಳಿಂದ ಅನಂತ ಮಾತಿನ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ಲಭಿಸಿದೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੋ ॥੩੪॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುವಂತೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಮಾಡಬಲ್ಲ-ಮಾಡುವ ದೇವರು ತಾನೇ ಬಂದಿದ್ದಾನೆ. 34॥

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇ ਕੈ ਕਿਆ ਤੁਧੁ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ॥
ಓ ನನ್ನ ದೇಹವೇ, ಈ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಬಂದು ನೀನು ಯಾವ ಪುಣ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಿದೀಯಾ?

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥
ಓ ದೇಹವೇ, ಈ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಬಂದು ನೀನು ಮಾಡಿದ ಕೆಲಸವೇನು?

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥
ನಿನ್ನನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ದೇವರು ಅದನ್ನು ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಗೊಳಿಸಲಿಲ್ಲ

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥
ಗುರುವಿನ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ, ತನ್ನ ಹಿಂದಿನ ಕರ್ಮಗಳಿಂದ ಈ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಪಡೆದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ದೇವರು ನೆಲೆಸುತ್ತಾನೆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਪਰਵਾਣੁ ਹੋਆ ਜਿਨਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥੩੫॥
ಸದ್ಗುರುವಿನ ಮೇಲೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿದವರ ದೇಹವು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 35॥

ਏ ਨੇਤ੍ਰਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਧਰੀ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ॥
ಓ ನನ್ನ ಕಣ್ಣುಗಳೇ, ದೇವರು ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಯಾರನ್ನೂ ನೋಡಬೇಡ

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥
ಭಗವಂತನನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಯಾರನ್ನೂ ನೋಡಬೇಡ ಏಕೆಂದರೆ ಅವರ ಕೃಪೆಯಿಂದಲೇ ನಿನಗೆ ದೃಷ್ಟಿ ಸಿಕ್ಕಿತು

ਏਹੁ ਵਿਸੁ ਸੰਸਾਰੁ ਤੁਮ ਦੇਖਦੇ ਏਹੁ ਹਰਿ ਕਾ ਰੂਪੁ ਹੈ ਹਰਿ ਰੂਪੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥
ನೀವು ನೋಡುತ್ತಿರುವ ಈ ಜಗತ್ತು ಭಗವಂತನ ರೂಪವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ದೇವರ ರೂಪ ಮಾತ್ರ ಗೋಚರಿಸುತ್ತದೆ

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਜਾ ਵੇਖਾ ਹਰਿ ਇਕੁ ਹੈ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥
ಗುರುವಿನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ಈ ರಹಸ್ಯವನ್ನು ನಾನು ಎಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ ಒಬ್ಬರೇ ದೇವರನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇನೆ ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆ ಯಾರೂ ಇಲ್ಲ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹਿ ਨੇਤ੍ਰ ਅੰਧ ਸੇ ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਦਿਬ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਹੋਈ ॥੩੬॥
ಈ ಕಣ್ಣುಗಳು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಕುರುಡಾಗಿದ್ದವು ಆದರೆ ಸದ್ಗುರುವನ್ನು ಭೇಟಿಯಾದ ನಂತರ ಅವು ದೈವಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿವೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 36॥

ਏ ਸ੍ਰਵਣਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥
ಓ ನನ್ನ ಕಿವಿಗಳೇ, ಸತ್ಯವನ್ನು ಕೇಳಲು ದೇವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದ್ದಾರೆ

ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥
ಸತ್ಯವನ್ನು ಕೇಳಲು, ದೇವರು ಅದನ್ನು ದೇಹಕ್ಕೆ ಜೋಡಿಸಿ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದ್ದಾರೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಸತ್ಯದ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಆಲಿಸಿ

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥
ಇದನ್ನು ಕೇಳಿದಾಗ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಂತೋಷವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಾರವು ಹರಿ-ರಸದಲ್ಲಿ ವಿಲೀನಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥
ಆ ಪರಮ ಸತ್ಯ, ಅಲಕ್ಷ್ಯ ಮತ್ತು ಅದ್ಭುತವಾದ ಭಗವಂತನ ವಿಚಿತ್ರ ಚಲನೆಯು ವಿವರಿಸಲಾಗದದು

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਸੁਣਹੁ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋਵਹੁ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥੩੭॥
ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ ನಾಮಾಮ್ರುತವನ್ನು ಕೇಳಿ ಮತ್ತು ಶುದ್ಧರಾಗಿರಿ, ಸತ್ಯವನ್ನು ಕೇಳಲು ದೇವರು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಜಗತ್ತಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದ್ದಾರೆ. 37॥

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥
ದೇಹವೆಂಬ ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಆತ್ಮವನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ದೇವರು ಜೀವನ ಸಾಧನವನ್ನು ನುಡಿಸಿದ್ದಾರೆ

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥
ಅವರು ಜೀವನದ ಸಾಧನವನ್ನು ನುಡಿಸಿದರು, ಅಂದರೆ ಜೀವನದ ಉಸಿರನ್ನು ಸಂವಹನ ಮಾಡಿದರು, ದೇಹ, ಕಣ್ಣು, ಕಿವಿ, ಬಾಯಿ, ಮೂಗು ಮುಂತಾದ ಗುಹೆಯ ಒಂಬತ್ತು ಬಾಗಿಲುಗಳನ್ನು ಬಹಿರಂಗಪಡಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಹತ್ತನೇ ಬಾಗಿಲನ್ನು ರಹಸ್ಯವಾಗಿಟ್ಟರು

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥
ಗುರುವಿನ ಮೇಲೆ ನಂಬಿಕೆ ಇಟ್ಟು ಹತ್ತನೇ ಬಾಗಿಲು ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ

ਤਹ ਅਨੇਕ ਰੂਪ ਨਾਉ ਨਵ ਨਿਧਿ ਤਿਸ ਦਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਪਾਇਆ ॥
ಅಲ್ಲಿ ಹತ್ತನೇ ದ್ವಾರದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ರೂಪಗಳು ಮತ್ತು ಒಂಬತ್ತು ನಿಧಿಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಹೆಸರು ನೆಲೆಸಿದೆ, ಅದರ ರಹಸ್ಯವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਪਿਆਰੈ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥੩੮॥
ಪ್ರೀತಿಯ ಭಗವಂತ ಆತ್ಮವನ್ನು ದೇಹದ ಗುಹೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕೆ ಜೀವ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. 38 ॥

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥
ನಿಜವಾದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಒಳ್ಳೆಯ ಕುಳಿತು ದೇವರ ಈ ನಿಜವಾದ ಕೀರ್ತನೆಯನ್ನು ಹಾಡಿ

**ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥**
ಒಳ್ಳೆಯ ಸತ್ಸಂಗದ ನಿಜವಾದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಸತ್ಯವನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಧ್ಯಾನಿಸುವಲ್ಲಿ ನಿಜವಾದ ಸ್ತುತಿಯನ್ನು ಹಾಡಿರಿ

**ਸਚੋ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥**
ಓ ದೇವರೇ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಸುವವರು ಮತ್ತು ಗುರುಮುಖ (ಜ್ಞಾನ) ಪಡೆಯುವವರು ಮಾತ್ರ ಅಂತಿಮ ಸತ್ಯವನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುತ್ತಾರೆ

**ਇਹੁ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਖਸਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਬਖਸੇ ਸੋ ਜਨੁ ਪਾਵਹੇ ॥**
ಈ ಪರಮ ಸತ್ಯವು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಯಜಮಾನ, ಸತ್ಯವನ್ನು ಅವರು ಯಾರಿಗೆ ನೀಡುತ್ತಾರೋ, ಅವನು ಮಾತ್ರ ಸಾಧಿಸುತ್ತಾನೆ

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥**
ನಾನಕ್ ಹೇಳುವಂತೆ, ಸತ್ಯವಾದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು, ಒಳ್ಳೆಯ ಸಹವಾಸದಲ್ಲಿ, ಪರಮ ಸತ್ಯದ ಸ್ತುತಿಯನ್ನು ಹಾಡುತ್ತಾ ಇರಿ. 36 ॥

**ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥**
ಓ ಭಾಗ್ಯವಂತರೇ, ಆನಂದ ವಾಣಿಯನ್ನು ಶ್ರದ್ಧಾಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಆಲಿಸಿ, ಕೇಳುವುದರಿಂದ ಇಷ್ಟಾರ್ಥಗಳು ಈಡೇರುತ್ತವೆ

**ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੂਰੇ ॥**
ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಪಡೆದವನ ಎಲ್ಲಾ ದುಃಖಗಳು ಮತ್ತು ನೋವುಗಳು ದೂರವಾಗುತ್ತವೆ

**ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥**
ನಿಜವಾದ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಕೇಳಿದವನ ಎಲ್ಲಾ ದುಃಖಗಳು, ರೋಗಗಳು ಮತ್ತು ದುಃಖಗಳು ದೂರವಾದವು

**ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥**
ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುರುವಿನಿಂದ ಈ ಮಾತನ್ನು ಕಲಿತ ಉದಾತ್ತ ಸಂತರೆಲ್ಲರೂ ಸಂತೋಷಪಟ್ಟರು

**ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥**
ಈ ಧ್ವನಿಯನ್ನು ಕೇಳುವವರು ಶುದ್ಧರಾಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಜಪಿಸುವವರೂ ಶುದ್ಧರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಸದ್ಗುರು ಅವರ ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ವಿಶಾಲವಾಗಿದೆ

**ਬਿਨਵੰਤਿ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਚਰਣ ਲਾਗੇ ਵਾਜੇ ਅਨਹਦ ਤੂਰੇ ॥੪੦॥੧॥**
ಗುರುಗಳ ಪಾದಸ್ಪರ್ಶದಿಂದ ಮನದಲ್ಲಿ ಅಪರಿಮಿತ ಶಬ್ದಗಳ ಸಂಗೀತ ವಾದ್ಯಗಳು ಮೊಳಗುತ್ತಿವೆ ಎಂದು ನಾನಕ್ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತಾರೆ. 40॥ 1॥

## ਅਰਦਾਸ
ಪ್ರಾರ್ಥನೆ

**ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ॥**
ದೇವರು ಒಬ್ಬರೇ. ಎಲ್ಲಾ ಗೆಲುವು ಆ ಅದ್ಭುತ ಗುರುವಿನ (ದೇವರ)ದು.

**ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।**
ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಖಡ್ಗ ಅಥವಾ ಕೃಪಾಣ್ (ದುಷ್ಟರನ್ನು ನಾಶಮಾಡುವ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವ ದೇವರು) ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿ!

**ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥**
ಹತ್ತನೇ ಗುರುಗಳು ಪಠಿಸಿದ ಗೌರವಾನ್ವಿತ  ಖಡ್ಗದ ಕವಿತೆ.

**ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੌਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ॥**
ಮೊದಲು  ಖಡ್ಗವನ್ನು (ದುಷ್ಟರನ್ನು ನಾಶಮಾಡುವ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವ ದೇವರು) ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ; ನಂತರ ನಾನಕ್ ಅವರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ (ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೊಡುಗೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ).

**ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ॥**
ನಂತರ ಗುರು ಅಂಗದ್, ಗುರು ಅಮರ್ ದಾಸ್ ಮತ್ತು ಗುರು ರಾಮದಾಸರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಿಸಿ; ಅವರು ನಮಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲಿ! (ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೊಡುಗೆಯ ಮೇಲೆ ಗಮನ ಹರಿಸಿ)

**ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੋ ਸਿਮਰੌ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ॥**
ಶ್ರೀ ಗುರು ಅರ್ಜುನ್, ಗುರು ಹರಗೋಬಿಂದ್ ಮತ್ತು ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಗುರು ಹರ ರಾಯ್ ಅವರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಿಸಿ. (ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೊಡುಗೆಯ ಕಡೆಗೆ  ಗಮನ ಹರಿಸಿ)

**ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ॥**
ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಗುರು ಹರ್ ಕೃಷ್ಣ ಅವರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಿಸಿ, ಅವರನ್ನು ನೋಡುವುದರಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ನೋವುಗಳು ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ. (ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೊಡುಗೆಯ ಮೇಲೆ  ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ)

**ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ॥**
ಗುರು ತೇಜ್ ಬಹದ್ದೂರ್ ಅವರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ, ಆಗ ನಿಮ್ಮ ಮನೆಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಂಪತ್ತಿನ ಒಂಬತ್ತು ಸ್ತೋತ್ರಗಳು (ಧೈರ್ಯ, ಕ್ಷಮೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಶೌಚ, ಇಂದ್ರಿಯ ನಿಯಂತ್ರಣ, ಬುದ್ಧಿ, ವಿದ್ಯೆಯ ಸತ್ಯ, ಕ್ರೋಧವಿಲ್ಲದಿರುವುದು) ತ್ವರೆಯಾಗಿ ಬರುತ್ತವೆ.

**ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥**
ಓ ದೇವರೇ, ದಯವಿಟ್ಟು ನಮಗೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡು.

**ਦਸਵਾਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ! ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥**
ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಹತ್ತನೇ ಗುರು ಗೋಬಿಂದ್ ಸಿಂಗ್ ಅವರನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ (ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ). ಓ ದೇವರೇ! ದಯವಿಟ್ಟು ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ತೋರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.

**ਦਸਾਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀਆਂ ਦੀ ਜੋਤ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਪਾਠ ਦੀਦਾਰ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!**
ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಹತ್ತು ರಾಜರ ದೈವಿಕ ಬೆಳಕನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನ ದೈವಿಕ ಬೋಧನೆಗಳ ಕಡೆಗೆ ತಿರುಗಿಸಿ ಮತ್ತು ಆನಂದವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ; ವಾಹೇ ಗುರು! ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಿ(ಅದ್ಭುತ ದೇವರು)

**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 ! ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!**
ಪ್ರಿಯ ಪಂಚರ (ಗುರು ಗೋವಿಂದ ಸಿಂಗ್ ಅವರ) ನಾಲ್ವರು ಪುತ್ರರ; ನಲವತ್ತು ಹುತಾತ್ಮರ; ಅದಮ್ಯ ದೃಢನಿಶ್ಚಯದ ಧೈರ್ಯಶಾಲಿ ಸಿಖ್ಖರ; ನಾಮದ ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿದ್ದ ಭಕ್ತರ; ನಾಮದಲ್ಲಿ ಮಗ್ನರಾದವರ; ನಾಮವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಂಡು ತಮ್ಮ ಆಹಾರವನ್ನು ಒಡನಾಟದಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡವರ; ಉಚಿತ ಅಡುಗೆಮನೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದವರ; (ಸತ್ಯವನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಲು) ತಮ್ಮ  ಖಡ್ಗಗಳನ್ನು ಹಿಡಿದವರ; ಇತರರ ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಿದವರ; ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದವರೆಲ್ಲರೂ ಶುದ್ಧ ಮತ್ತು ನಿಜವಾದ ಭಕ್ತಿಯುಳ್ಳವರ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ;  ವಾಹೇ ಗುರು! ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಿ (ಅದ್ಭುತ ದೇವರು)!

**ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਿੰਘਾਂ ਸਿੰਘਣੀਆਂ ਨੇ ਧਰਮ ਹੇਤ ਸੀਸ ਦਿੱਤੇ, ਬੰਦ ਬੰਦ ਕਟਾਏ, ਖੋਪਰੀਆਂ ਲੁਹਾਈਆਂ, ਚਰਖੜੀਆਂ ਤੇ ਚੜੇ, 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! ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!**
ತಮ್ಮ ತಲೆಯನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದರೂ ತಮ್ಮ ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸದ ಆ ಧೈರ್ಯಶಾಲಿ ಸಿಖ್ ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ಸಲ್ಲಿಸಿದ ಅನನ್ಯ ಸೇವೆಯನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ ಮತ್ತು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ; ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕೀಲುಗಳಿಂದ ತಮ್ಮನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿಕೊಂಡವರು; ತಮ್ಮ  ಶಿರವನ್ನು  ತೆಗೆದುಹಾಕಿದವರು; ಕಟ್ಟಿಹಾಕಿಸಿಕೊಂಡು ಚಕ್ರಗಳ ಮೇಲೆ ತಿರುಗಿಸಿ ತುಂಡುಗಳಾಗಿ ಮುರಿದವರು; ಗರಗಸಗಳಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಲ್ಪಟ್ಟವರು; ಜೀವಂತವಾಗಿ ಸುಲಿಯಲ್ಪಟ್ಟವರು;

ಗುರುದ್ವಾರಗಳ ಘನತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ತಮ್ಮನ್ನು ತ್ಯಾಗ ಮಾಡಿದವರು; ತಮ್ಮ ಸಿಖ್ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ತ್ಯಜಿಸದವರು; ತಮ್ಮ ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡವರು ಮತ್ತು ತಮ್ಮ ಕೊನೆಯ ಉಸಿರಿನವರೆಗೂ ತಮ್ಮ ಉದ್ದನೆಯ ಕೂದಲನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಂಡವರು; ವಾಹೇ ಗುರು! ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಿ(ಅದ್ಭುತ ದೇವರು)!

**ਪੰਜਾਂ ਤਖਤਾਂ, ਸਰਬੱਤ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!**
ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಎಲ್ಲಾ ಪೀಠಗಳು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಗುರುದ್ವಾರಗಳ ಕಡೆಗೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ; ವಾಹೇ ಗುರು (ಅದ್ಭುತ ದೇವರು) ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಿ!

**ਪ੍ਰਿਥਮੇ ਸਰਬੱਤ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਕੀ ਅਰਦਾਸ ਹੈ ਜੀ, ਸਰਬੱਤ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਕੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਚਿਤ ਆਵੇ, ਚਿੱਤ ਆਵਨ ਕਾ ਸਦਕਾ ਸਰਬ ਸੁਖ ਹੋਵੇ।**
ಮೊದಲು ಇಡೀ ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಖಾಲ್ಸಾ ನಿಮ್ಮ ಹೆಸರನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸಲಿ ಎಂದು ಈ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ; ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಸಂತೋಷಗಳು ಮತ್ತು ಸೌಕರ್ಯಗಳು ಅಂತಹ ಧ್ಯಾನದ ಮೂಲಕ ಬರಲಿ.

**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, ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!**
ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಖಾಲ್ಸಾ ಎಲ್ಲಿದ್ದರೂ, ತನ್ನ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ನೀಡಲಿ; ಉಚಿತ ಅಡುಗೆಮನೆ ಮತ್ತು ಖಡ್ಗ ಎಂದಿಗೂ ವಿಫಲವಾಗದಿರಲಿ; ನಿಮ್ಮ ಭಕ್ತರ ಗೌರವವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ; ಸಿಖ್ ಜನರಿಗೆ ವಿಜಯವನ್ನು ನೀಡಿ; ಗೌರವಾನ್ವಿತ ಖಡ್ಗವು ಯಾವಾಗಲೂ ನಮ್ಮ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಬರಲಿ; ಖಾಲ್ಸಾ ಯಾವಾಗಲೂ ಗೌರವಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲಿ; ವಾಹೇ ಗುರು (ಅದ್ಭುತ ದೇವರು) ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಿ!

**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, ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!**
ಸಿಖ್ಖರಿಗೆ ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಉಡುಗೊರೆ, ಉದ್ದನೆಯ ಕೂದಲಿನ ಉಡುಗೊರೆ, ಸಿಖ್ ಕಾನೂನುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸುವ ಉಡುಗೊರೆ, ದೈವಿಕ ಜ್ಞಾನದ ಉಡುಗೊರೆ, ದೃಢ ನಂಬಿಕೆಯ ಉಡುಗೊರೆ, ನಂಬಿಕೆಯ ಉಡುಗೊರೆ ಮತ್ತು ನಾಮದ ಅತಿದೊಡ್ಡ ಉಡುಗೊರೆಯನ್ನು ದಯಪಾಲಿಸಿ. ಓ ದೇವರೇ! ಗಾಯಕವೃಂದಗಳು, ಮಹಲು ಮತ್ತು ಧ್ವಜಗಳು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಉಳಿಯಲಿ; ಸತ್ಯವು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಜಯಗಳಿಸಲಿ; ವಾಹೇ ಗುರು (ಅದ್ಭುತ ದೇವರು) ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಿ!

**ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਮਨ ਨੀਵਾਂ, ਮਤ ਉੱਚੀ ਮਤ ਦਾ ਰਾਖਾ ਆਪ ਵਾਹਿਗੁਰੂ।**
ಎಲ್ಲಾ ಸಿಖ್ಖರ ಮನಸ್ಸುಗಳು ವಿನಮ್ರವಾಗಿರಲಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆಯು ಉನ್ನತವಾಗಲಿ; ಓ ದೇವರೇ! ಜ್ಞಾನದ ರಕ್ಷಕನು ನೀವೇ.

**ਹੇ ਨਿਮਾਣਿਆਂ ਦੇ ਮਾਣ, ਨਿਤਾਣਿਆਂ ਦੇ ਤਾਣ, ਨਿਓਟਿਆਂ ਦੀ ਓਟ, ਸੱਚੇ ਪਿਤਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ! ਆਪ ਦੇ ਹਜ਼ੂਰ.....ਦੀ ਅਰਦਾਸ ਹੈ ਜੀ।**
ಓ ನಿಜವಾದ ತಂದೆಯೇ, ವಾಹೆ ಗುರುವೇ! ನೀವು ದೀನರ ಗೌರವ, ಅಸಹಾಯಕರ ಶಕ್ತಿ, ನಿರಾಶ್ರಿತರಿಗೆ ಆಶ್ರಯ, ನಾವು ನಿಮ್ಮ ಸಮ್ಮುಖದಲ್ಲಿ ವಿನಮ್ರವಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ..... (ಇಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಸಂದರ್ಭ ಅಥವಾ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಬದಲಿಸಿ).

**ਅੱਖਰ ਵਾਧਾ ਘਾਟਾ ਭੁੱਲ ਚੁੱਕ ਮਾਫ ਕਰਨੀ। ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਕਾਰਜ ਰਾਸ ਕਰਨੇ।**
ಮೇಲಿನ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಪಠಿಸುವಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ತಪ್ಪುಗಳು ಮತ್ತು ನ್ಯೂನತೆಗಳನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ಕ್ಷಮಿಸಿ. ಎಲ್ಲರ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ದಯವಿಟ್ಟು ಪೂರೈಸಿ.

**ਸੇਈ ਪਿਆਰੇ ਮੇਲ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਿਲਿਆਂ ਤੇਰਾ ਨ ਚਿੱਤਆਵੇ। ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ, ਤੇਰੇ ਭਾਣੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ।**
ನಾವು ನಿನ್ನ ನಾಮವನ್ನು ಸ್ಮರಿಸಿಕೊಂಡು ಧ್ಯಾನಿಸಲು ನೆನಪಿಸುವ ನಿಜವಾದ ಭಕ್ತರನ್ನು ಭೇಟಿಯಾಗುವಂತೆ ಮಾಡು. ಓ ದೇವರೇ, ನಿಜವಾದ ಗುರುನಾನಕ್ ಮೂಲಕ ನಿನ್ನ ನಾಮವು ಉನ್ನತೀಕರಿಸಲ್ಪಡಲಿ ಮತ್ತು ನಿನ್ನ ಇಚ್ಛೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಎಲ್ಲರೂ ಸಮೃದ್ಧಿಯಾಗಲಿ.

**ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ**
ಖಾಲ್ಸಾ ದೇವರಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದು; ಎಲ್ಲಾ ಗೆಲುವು ದೇವರ ಗೆಲುವು.

# ಸೋಲ್ ಜರ್ನಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ: ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮವನ್ನು ಪೋಷಿಸಿ

ನಿಮ್ಮ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಲು ಮತ್ತು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಳವಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಹುಡುಕಿ.

ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಮೂರು ಮೂಲಭೂತ ತತ್ವಗಳು:

ನಾಮ್ ಜಪಾನ್: ದೇವರ ಸ್ಮರಣೆ

ಕಿರಾತ್ ಕರ್ಣಿ: ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು

ದಂಡ ಛಕಾನಾ: ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ವಿಮೋಚನೆ (ಮುಕ್ತಿ) ಮತ್ತು ನ್ಯಾಯಯುತ ಸಮಾಜದ ಕಡೆಗೆ ನಮಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿ. ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಈ ತತ್ವಗಳು ಸಿಖ್ ಜೀವನದ ಆಧಾರವಾಗಿದೆ.

4 ನೇ ಗುರು ರಾಮದಾಸ್ ಜಿ ಅವರ ದೈನಂದಿನ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ: ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನಲ್ಲಿ (ಪುಟಗಳು 305-306), ಅವರು ಸಿಖ್‌ನ ದೈನಂದಿನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣದ ಆಳವಾದ ಒಳನೋಟವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಾರೆ:

ದಿನದ ಮೊದಲ ಕಾರ್ಯ: ಗುರುವಿನ ನಿಜವಾದ ಶಿಷ್ಯನು ಪ್ರತಿದಿನ ದೇವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಸ್ಮರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಾನೆ.

ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿ: ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಬೇಗನೆ ಎದ್ದು ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ದೇವರ ಸ್ಮರಣೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರಿ, ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮವು ದೈವಿಕ ಅಮೃತದಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ.

ನಾಮಸ್ಮರಣೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತಿ: ಗುರುವಿನ ಉಪದೇಶವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಮತ್ತು ದೇವರ ನಾಮವನ್ನು ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ಸ್ಮರಿಸುವುದರಿಂದ ಲೌಕಿಕ ಮೋಹಗಳಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಸಂಕಟ ಮತ್ತು ಆಂತರಿಕ ಕ್ಷೋಭೆಗಳು ದೂರವಾಗುತ್ತವೆ.

ಹಾಡಿ ಮತ್ತು ಆಲೋಚಿಸಿ: ನಿಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ದೇವರ ಸ್ತುತಿಯನ್ನು ಹಾಡಿ ಮತ್ತು ದೇವರ ಹೆಸರನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸಿ.

ಶಾಂತಿಯ ಮೂರ್ತರೂಪವಾಗು: ಪ್ರತಿ ಉಸಿರಿನಲ್ಲೂ ದೇವರ ಹೆಸರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಸ್ಮರಿಸುವ ಗುರುವಿನ ಅನುಯಾಯಿಯು ಶಾಂತಿಯುತ ಮತ್ತು ಸ್ಫೂರ್ತಿದಾಯಕ ಆತ್ಮವಾಗುತ್ತಾನೆ.

ದೈವಿಕ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಿ: ಗುರುವು ತನ್ನ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಗಳಿಸಿದವರಿಗೆ ಈ ಆಳವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾನೆ.

ಇತರರಿಗೆ ಪ್ರೇರಣೆ: ಗುರು ನಾನಕ್ ಅವರು ದೇವರ ಹೆಸರನ್ನು ಸ್ಮರಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಇತರರನ್ನು ಅದೇ ರೀತಿ ಮಾಡಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವ ಶಿಷ್ಯನಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಅಪರೂಪದ ಮತ್ತು ಅಮೂಲ್ಯವಾದ ಆತ್ಮಗಳು: ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಸಮರ್ಪಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಅಪರೂಪ, ಆದರೂ ಅವರ ದೇವರ ಸ್ಮರಣೆಯು ಅಸಂಖ್ಯಾತ ಜನರಿಗೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ: ಗುರುವಿನ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸುವ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಜ್ಞಾನದ ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಸಿಲುಕಿರುವವರಿಂದ ನಿಮ್ಮನ್ನು ದೂರವಿಡಿ. ನಿಮ್ಮ ಉಪಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಹಿಯಾಗಿ ಮಾತನಾಡುವ ಆದರೆ ನಿಮ್ಮ ಬೆನ್ನಿನ ಹಿಂದೆ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಯನ್ನು ಹರಡುವ ಜನರ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರದಿಂದಿರಿ.

# ಪ್ರಯಾಣಕ್ಕಾಗಿ ದರ್ಶನ

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ತತ್ತ್ವಶಾಸ್ತ್ರವು ತರ್ಕ, ಸಮಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಭೌತಿಕ ಪ್ರಪಂಚಗಳಿಗೆ "ಅಲಂಕಾರ ರಹಿತ" ವಿಧಾನದಿಂದ ನಿರೂಪಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಇದರ ಧರ್ಮಶಾಸ್ತ್ರವು ಸರಳತೆಯಿಂದ ಗುರುತಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ. ಸಿಖ್ ನೀತಿಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ವಯಂ ಕರ್ತವ್ಯ ಮತ್ತು  ಸಮಾಜದ ಪ್ರತಿ ಇರುವ ಕರ್ತವ್ಯದ (ಸಂಗತ್) ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ಸಂಘರ್ಷವಿಲ್ಲ.

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಸುಮಾರು 500 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಗುರುನಾನಕ್ ಅವರು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದ ಅತ್ಯಂತ ಕಿರಿಯ ವಯಸ್ಸಿನ ವಿಶ್ವ ಧರ್ಮವಾಗಿದೆ. ಇದು ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡದ ಸರ್ವೋಚ್ಚ ಜೀವಿ ಮತ್ತು ಅದರ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತರ (ವಾಹೆಗುರು) ಮೇಲಿನ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿಹೇಳುತ್ತದೆ. ಇದು ಶಾಶ್ವತ ಆನಂದಕ್ಕೆ ಸರಳವಾದ ನೇರ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಾದ್ಯಂತ ಸಹೋದರತ್ವದ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಹರಡುತ್ತದೆ. ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಏಕದೇವತಾವಾದದ ನಂಬಿಕೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಸಮಯ ಅಥವಾ ಸ್ಥಳದ ಮಿತಿಗಳಿಗೆ ಒಳಪಡದ ಏಕೈಕ ಜೀವಿ ಎಂದು ದೇವರನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ.

ದೇವರು ಒಬ್ಬರೇ ಮತ್ತು ಅವರು ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತ, ಪೋಷಕ, ವಿಧ್ವಂಸಕ ಮತ್ತು ಮಾನವ ರೂಪವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದವರಾಗಿದ್ದಾರೆ  ಎಂದು ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ನಂಬುತ್ತದೆ. ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಅವತಾರ ಸಿದ್ಧಾಂತಕ್ಕೆ ಸ್ಥಾನವಿಲ್ಲ. ಇದು ದೇವರು ಮತ್ತು ದೇವತೆಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ದೇವತೆಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಮೌಲ್ಯವನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ, ನೈತಿಕತೆ ಮತ್ತು ಧರ್ಮ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯತ್ತ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಇಡಲು, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ನೈತಿಕ ಗುಣಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಮತ್ತು ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸದ್ಗುಣಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕು. ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ಸಹಾನುಭೂತಿ, ಉದಾರತೆ, ತಾಳ್ಮೆ ಮತ್ತು ನಮ್ರತೆಯಂತಹ ಗುಣಗಳನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನ ನಿರ್ಣಯದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಬಹುದು. ನಮ್ಮ ಮಹಾನ್ ಗುರುಗಳ ಜೀವನವು ಈ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯ ಮೂಲವಾಗಿದೆ.

ಜನನ ಮತ್ತು ಮರಣದ ಚಕ್ರವನ್ನು ಮುರಿದು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ವಿಲೀನ ವಾಗುವುದು ಮಾನವ ಜೀವನದ ಗುರಿ ಎಂದು ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಕಲಿಸುತ್ತದೆ. ಗುರುವಿನ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ, ಪವಿತ್ರ ನಾಮವನ್ನು (ನಾಮ) ಧ್ಯಾನಿಸುವ ಮೂಲಕ ಮತ್ತು ಸೇವೆ ಮತ್ತು ದಾನ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಬಹುದು.

ನಾಮ ಮಾರ್ಗವು ಭಗವಂತನ ದೈನಂದಿನ ಭಕ್ತಿಯನ್ನು ಒತ್ತಿಹೇಳುತ್ತದೆ. ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಐದು ಭಾವನೆಗಳಾದ ಕಾಮ (ಆಸೆ), ಕ್ರೋಧ (ಕೋಪ), ಲೋಭ (ದುರಾಸೆ), ಮೋಹ (ಲೌಕಿಕ ಬಾಂಧವ್ಯ) ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರ (ಹೆಮ್ಮೆ)ಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬೇಕು.

ಸಂಘದ ಆಚರಣೆಗಳು ಮತ್ತು ನಿಯಮಿತ ಆಚರಣೆಗಳಾದ ಉಪವಾಸ ಮತ್ತು ತೀರ್ಥಯಾತ್ರೆ, ಶಕುನ್ ಮತ್ತು ತಪಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ತಿರಸ್ಕರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮಾನವ ಜೀವನದ ಗುರಿಯು ದೇವರೊಂದಿಗೆ ವಿಲೀನಗೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದ್ದು, ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನ ಬೋಧನೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವ ಮೂಲಕ ಇದನ್ನು ಸಾಧಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಭಕ್ತಿ ಅಥವಾ ನಿಷ್ಠೆಯ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಒತ್ತಿಹೇಳುತ್ತದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ, ಇದು ಜ್ಞಾನ ಮಾರ್ಗ (ಜ್ಞಾನದ ಮಾರ್ಗ) ಮತ್ತು ಕರ್ಮ ಮಾರ್ಗ (ಕ್ರಿಯೆಯ ಮಾರ್ಗ)ದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಗುರುತಿಸುತ್ತದೆ. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರಿಗಳನ್ನು ತಲುಪಲು ದೇವರ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಗಳಿಸುವ ಅಗತ್ಯಕ್ಕೆ ಇದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಒತ್ತು ನೀಡುತ್ತದೆ.

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಒಂದು ಆಧುನಿಕ, ತಾರ್ಕಿಕ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಧರ್ಮವಾಗಿದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯ ಕುಟುಂಬ ಜೀವನವು (ಗೃಹಸ್ಥ) ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅದು ನಂಬುತ್ತದೆ. ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ ಪಾಲನೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುವುದು ಅನಿವಾರ್ಯವಲ್ಲ. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಲೋಭನೆ ಗಳ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಅವುಗಳಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಉಳಿಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಭಕ್ತನು ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಒತ್ತಡಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರಲೋಭನೆಗಳಿಂದ ತನ್ನ ತಲೆಯನ್ನು ದೂರವಿಡಬೇಕು. ಅವನು ವಿದ್ವಾನ್ ಸೈನಿಕನಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ದೇವರಿಗೆ ಸಂತನಾಗಿರಬೇಕು.

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚದ "ಜಾತ್ಯತೀತ ಧರ್ಮ" ಆಗಿದೆ ಮತ್ತು ಹೀಗಾಗಿ ಜಾತಿ, ಪಂಥ, ವಂಶ ಅಥವಾ ಲಿಂಗದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುತ್ತದೆ. ದೇವರ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಮನುಷ್ಯರು ಸಮಾನರು ಎಂದು ನಂಬುತ್ತದೆ. ಗುರುಗಳು ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದರಲ್ಲದೆ ಹೆಣ್ಣು ಭ್ರೂಣ ಹತ್ಯೆ ಮತ್ತು ಸತಿ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದರು. ಅವರು ವಿಧವಾ ಪುನರ್ವಿವಾಹವನ್ನು ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿ ಉತ್ತೇಜಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಪರ್ದಾ (ಮುಸುಕು ಧರಿಸಿದ ಮಹಿಳೆಯರು) ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದರು. ದೇವರ ಮೇಲೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲು ಪವಿತ್ರ ನಾಮವನ್ನು (ನಾಮ) ಧ್ಯಾನಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಸೇವೆ ಮತ್ತು ದಾನ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಒಬ್ಬರ ಜೀವನೋಪಾಯವನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಕೆಲಸದಿಂದ (ಕಿರಾತ) ಗಳಿಸುವುದು ಗೌರವಾನ್ವಿತವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ, ಭಿಕ್ಷೆ ಅಥವಾ ಅಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯಿಂದ ಅಲ್ಲ. ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಮಾಜಿಕ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯೂ ಹೌದು. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ದಶವಂಧ್ (ಅವನ ಗಳಿಕೆಯ 10%) ಮೂಲಕ ಅಗತ್ಯವಿರುವವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸೇವೆ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ಸೇವೆ ಕೂಡ ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದೆ. ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮದ ಜನರಿಗೆ ತೆರೆದಿರುವ ಪ್ರತಿ ಗುರುದ್ವಾರದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಉಚಿತ ಸಮುದಾಯ ಅಡುಗೆಮನೆ (ಲಂಗರ್) ಈ ಸಮುದಾಯ ಸೇವೆಯ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿದೆ.

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಆಶಾವಾದ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ನಿರಾಶಾವಾದದ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ.

ಈ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಒಂದು ಗುರಿ ಮತ್ತು ಗುರಿ ಇದೆ ಎಂದು ಗುರುಗಳು ನಂಬಿದ್ದರು. ಇದು ಸ್ವಯಂ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ದೇವರ ಸಾಧನೆಗೆ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ,

ಮನುಷ್ಯನು ತನ್ನ ಕಾರ್ಯಗಳಿಗೆ ಸ್ವತಃ ಜವಾಬ್ದಾರನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಅವನು ತನ್ನ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಪರಿಣಾಮಗಳಿಂದ ವಿನಾಯಿತಿ ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಒಬ್ಬನು ತಾನು ಮಾಡುವ ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜಾಗರೂಕರಾಗಿರಬೇಕು.

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮಗ್ರಂಥ, ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್, ಶಾಶ್ವತ ಗುರುವಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಪವಿತ್ರ ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ಧಾರ್ಮಿಕ ಗುರುವಿನ ಸ್ಥಾನಮಾನವನ್ನು ನೀಡಿದ ಇದು ಏಕೈಕ ಧರ್ಮವಾಗಿದೆ. ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಜೀವಂತ ಮಾನವ ಗುರುವಿಗೆ (ಅವತಾರ) ಸ್ಥಾನವಿಲ್ಲ.

# ಮಹಿಳೆಯರ ಪಾತ್ರ

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ತತ್ವಗಳು, ಅದೇ ಮಹಿಳೆಯರು ಪುರುಷರಿಗೆ ಸಮಾನವಾದ ಆತ್ಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಅವರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲು ಅವರು ಸಹ ಸಮಾನ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ, ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತದೆ. ಅವರು ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಭೆಗಳನ್ನು ಮುನ್ನಡೆಸಬಹುದು, ಅಖಂಡ ಪಥದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು (ಪವಿತ್ರ ಗ್ರಂಥಗಳ ನಿರಂತರ ಪಠಣ), ಕೀರ್ತನೆ (ಸ್ತೋತ್ರಗಳ ಸಾಮೂಹಿಕ ಗಾಯನ), ಗ್ರಂಥಿಗಳಾಗಿ (ಪೂಜಾರಿಗಳು) ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಬಹುದು. ಅವರು ಎಲ್ಲಾ ಧಾರ್ಮಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಜಾತ್ಯತೀತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು. ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ನೀಡಿದ ಮೊದಲ ಪ್ರಮುಖ ವಿಶ್ವ ಧರ್ಮವಾಗಿದೆ. ಗುರು ನಾನಕ್ ಲಿಂಗ ಸಮಾನತೆಯನ್ನು ಬೋಧಿಸಿದರು, ಮತ್ತು ಅವರನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದ ಗುರುಗಳು ಸಿಖ್ ಆರಾಧನೆ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸದ ಎಲ್ಲಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿದರು.

ಇದನ್ನು ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ,

"ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆ ಎಲ್ಲರೂ ದೇವರಿಂದ ರಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ, ಇದೆಲ್ಲವೂ ಭಗವಂತನ ಆಟವಾಗಿದ್ದು, ನಿಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಸೃಷ್ಟಿಗಳು ಒಳ್ಳೆಯದು ಮತ್ತು ಪವಿತ್ರವಾಗಿದೆ" - ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಪುಟ 304

ಸಿಖ್ ಇತಿಹಾಸವು ಪುರುಷರ ಸೇವೆ, ಭಕ್ತಿ, ತ್ಯಾಗ ಮತ್ತು ಶೌರ್ಯದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಸಮಾನವಾಗಿ ಚಿತ್ರಿಸಿದೆ. ಮಹಿಳೆಯರ ನೈತಿಕ ಘನತೆ, ಸೇವೆ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ತ್ಯಾಗದ ಅನೇಕ ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ಸಿಖ್ ಸಂಪ್ರದಾಯದಲ್ಲಿ ದಾಖಲಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಪ್ರಕಾರ, ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆ ಒಂದೇ ನಾಣ್ಯದ ಎರಡು ಮುಖಗಳು. ಪರಸ್ಪರ ಸಂಬಂಧಗಳು ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬನೆಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಪುರುಷನು ಮಹಿಳೆಯಿಂದ ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆ ಪುರುಷನ ಬೀಜದಿಂದ ಜನಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಪ್ರಕಾರ ಪುರುಷನು ತನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯಿಲ್ಲದೆ ಸುರಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಸಂಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ಮತ್ತು ಪುರುಷನ ಯಶಸ್ಸು ಅವನೊಂದಿಗೆ ತನ್ನ ಜೀವನವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಹಿಳೆಯ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರತಿಯಾಗಿ. ಗುರುನಾನಕ್ ಹೇಳಿದರು: "[ಇವಳು] ಮಹಿಳೆ ಓಟವನ್ನು ಮುಂದುವರೆಸುತ್ತಾಳೆ " ಮತ್ತು ನಾವು " ಹೆಣ್ಣನ್ನು ಶಾಪಗ್ರಸ್ತ ಮತ್ತು ಖಂಡಿಸಿದ ಮಹಿಳೆ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಬಾರದು, [ಆಗ] ಮಹಿಳೆಯಿಂದ ನಾಯಕರು ಮತ್ತು ರಾಜರು ಜನಿಸುತ್ತಾರೆ." SGGS ಪುಟ 473.

ಮೋಕ್ಷ: ಒಂದು ಧರ್ಮವು ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯಲು, ದೇವರನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಅಥವಾ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಮರ್ಥರೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸುತ್ತದೆಯೇ ಎಂಬುದು ಎತ್ತಬೇಕಾದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಗುರು

ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ,

"ದೇವರು ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಪಿಸುತ್ತಾರೆ, ಅಂದರೆ ದೇವರು ಎಲ್ಲಾ ರೂಪಗಳಲ್ಲಿ, ಗಂಡು ಮತ್ತು ಹೆಣ್ಣು ಇಬ್ಬರಲ್ಲಿಯೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿದ್ದಾರೆ" (ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್, ಪುಟ 605).

ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನ ಮೇಲಿನ ಹೇಳಿಕೆಯ ಪ್ರಕಾರ, ದೇವರ ಬೆಳಕು ಎರಡೂ ಲಿಂಗಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಮಾನವಾಗಿ ನೆಲೆಸಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಗುರುವಿನ ಉಪದೇಶವನ್ನು ಪಾಲಿಸುವುದರಿಂದ ಸ್ತ್ರೀಪುರುಷರಿಬ್ಬರೂ ಸಮಾನವಾಗಿ ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಅನೇಕ ಧರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ, ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಪುರುಷನ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಗೆ ಅಡ್ಡಿ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಆದರೆ ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲ. ಗುರುಗಳು ಅದನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದರು. 'ಕರೆಂಟ್ ಥಾಟ್ಸ್ ಆನ್ ಸಿಖಿಸ್ಮ್ (ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಮೇಲಿನ ವರ್ತಮಾನ ವಿಚಾರಗಳು)'ದಲ್ಲಿ ಆಲಿಸ್ ಬಸಾರ್ಕೆ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ,

"ಮೊದಲ ಗುರುಗಳು ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಪುರುಷನಿಗೆ ಸಮಾನವಾಗಿ ಇರಿಸಿದರು ... ಮಹಿಳೆ ಪುರುಷನಿಗೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಿರಲಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಭಗವಂತನ ಸೇವೆ ಮತ್ತು ಮೋಕ್ಷವನ್ನು ಹುಡುಕುವಲ್ಲಿ ಪಾಲುದಾರಳು".

ಮದುವೆ: ಗುರು ನಾನಕ್ ದೇವ್ ಗೃಹಸ್ಥನನ್ನು ಶಿಫಾರಸು ಮಾಡಿದರು - ಗೃಹಸ್ಥನ ಜೀವನ, ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ ಮತ್ತು ಪರಿತ್ಯಾಗದ ಬದಲಿಗೆ, ಪತಿ ಮತ್ತು ಪತ್ನಿ ಸಮಾನ ಪಾಲುದಾರರಾಗಿದ್ದರು ಮತ್ತು ಇಬ್ಬರೂ ಭಗವಂತನನ್ನು ಆರಾಧಿಸಲು ಆಜ್ಞಾಪಿಸಲಾಯಿತು. ಪವಿತ್ರ ಶ್ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ, ದೇಶೀಯ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಪಾಲಿಸಬೇಕಾದ ಆದರ್ಶವಾಗಿ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಮದುವೆಯು ದೇವರ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೀತಿಯ ಅಭಿವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಆಗಾಗ್ಗೆ ರೂಪಕವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಭಾಯಿ ಗುರುದಾಸ್, ಆರಂಭಿಕ ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಕವಿ ಮತ್ತು ಸಿಖ್ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಅಧಿಕೃತ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಕಾರರು ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಗೌರವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ:
“ಹೆಣ್ಣು ತನ್ನ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರಳಾಗಿದ್ದಾಳೆ, ಅವಳ ಅತ್ತೆಯ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅವಳು ಕುಟುಂಬದ ಆಧಾರಸ್ತಂಭವಾಗಿದ್ದಾಳೆ, ಅವರ ಅದೃಷ್ಟಕ್ಕೆ ಕಾರಣಳಾದವಳು. ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮೋಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಪಾಲುದಾರ ಮತ್ತು ಶ್ರೇಷ್ಠ ಗುಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮಹಿಳೆ, ಪುರುಷನ ಅರ್ಧಾಂಗಿಯಾಗಿ ಅವನನ್ನು ವಿಮೋಚನೆಯ ಬಾಗಿಲಿಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯುತ್ತಾಳೆ. (ವಾರಣ, v. 16).

ಸಮಾನ ಸ್ಥಾನಮಾನ: ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರ ನಡುವೆ ಸಮಾನ ಸ್ಥಾನಮಾನವನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು, ಗುರುಗಳು ದೀಕ್ಷೆ, ಸೂಚನೆ ಅಥವಾ ಸಂಗತ್ (ಪವಿತ್ರ ಸಹಭಾಗಿತ್ವ) ಮತ್ತು ಪಂಗತ್ (ಒಟ್ಟಿಗೆ ತಿನ್ನುವುದು) ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಲಿಂಗಗಳ ನಡುವೆ ಯಾವುದೇ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಮಾಡಲಿಲ್ಲ. ಸರೂಪ್ ದಾಸ್ ಭಲ್ಲಾ ಅವರ ಪ್ರಕಾರ, ಮಹಿಮಾ ಪ್ರಕಾಶ್, ಗುರು ಅಮರ್ ದಾಸ್ ಮಹಿಳೆಯರು ಮುಸುಕು ಬಳಸುವುದನ್ನು ವಿರೋಧಿಸಿದರು. ಅವರು ಕೆಲವು ಸಮುದಾಯಗಳನ್ನು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಲು ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ನೇಮಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಸತಿ ಪದ್ಧತಿಯ ವಿರುದ್ಧ ಬೋಧಿಸಿದರು. ಸಿಖ್ ಇತಿಹಾಸವು ಮಾತಾ ಗುಜ್ರಿ ಮಾಯ್ ಭಾಗೋ,

ಮಾತಾ ಸುಂದರಿ, ರಾಣಿ ಸಾಹಿಬ್ ಕೌರ್, ರಾಣಿ ಸದಾ ಕೌರ್ ಮತ್ತು ಮಹಾರಾಣಿ ಜಿಂದ್ ಕೌರ್ ಅವರಂತಹ ಅನೇಕ ಮಹಿಳೆಯರ ಹೆಸರನ್ನು ದಾಖಲಿಸುತ್ತದೆ, ಅವರು ಅವರ ಕಾಲದ ಘಟನೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಶಿಕ್ಷಣ: ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವೆಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಯಶಸ್ಸಿನ ಕೀಲಿಯಾಗಿದೆ. ಇದು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಮೂರನೇ ಗುರು ಅನೇಕ ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿದರು. ಇದನ್ನು ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ,

**"ಎಲ್ಲಾ ದೈವಿಕ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ಗುರುಗಳ ಮೂಲಕ ಸಾಧಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ" (ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್, ಪುಟ 831).**

ಶಿಕ್ಷಣ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ಅವಶ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಉತ್ತಮರಾಗಲು ಎಲ್ಲರೂ ಶ್ರಮಿಸಬೇಕು. ಮೂರನೇ ಗುರು ಕಳುಹಿಸಿದ ಸಿಖ್ ಮಿಷನರಿಗಳಲ್ಲಿ ಐವತ್ತೆರಡು ಮಂದಿ ಮಹಿಳೆಯರಿದ್ದರು. 'ಸಿಖ್ ಮಹಿಳೆಯರ ಪಾತ್ರ ಮತ್ತು ಸ್ಥಿತಿ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ, ಡಾ ಮೊಹಿಂದರ್ ಕೌರ್ ಗಿಲ್ ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ, " ಮಹಿಳೆಯರು ಅದನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸದ ಹೊರತು ಯಾವುದೇ ಬೋಧನೆಗಳು ಬೇರೂರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದು ಗುರು ಅಮರ್ ದಾಸ್ ಅವರು ನಂಬಿದ್ದರು."

ವಸ್ತ್ರ ನಿರ್ಬಂಧಗಳು: ಮಹಿಳೆಯರು ಮುಸುಕು ಧರಿಸಬಾರದು ಎಂದು ಹೇಳುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ವಸ್ತ್ರ ಸಂಹಿತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಸರಳವಾದ ಆದರೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಲಿಂಗವನ್ನು ಲೆಕ್ಕಿಸದೆ ಎಲ್ಲಾ ಸಿಖ್ಖರಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನಲ್ಲಿ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ,

**"ದೇಹಕ್ಕೆ ಅನಾನುಕೂಲವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ತುಂಬಿಸುವ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಧರಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ." SGGS, ಪುಟ 16**

ಹೀಗಾಗಿ, ಸಿಖ್ಖರು ಯಾವ ರೀತಿಯ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಕೆಟ್ಟ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ತುಂಬುತ್ತವೆ, ಯಾವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಸಿಖ್ ಮಹಿಳೆಯರು ಕಿರ್ಪಾನ್‌ಗಳು (ಕತ್ತಿಗಳು) ಮತ್ತು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ, ಇದು ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಮಹಿಳೆಯರು ತಮ್ಮನ್ನು ತಾವು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ ಅವರು ಪುರುಷರನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಬೇಕಿಲ್ಲ ಎಂದು ನಿರೀಕ್ಷಿಸಲಾಗಿದೆ..

SGGS ಉಲ್ಲೇಖ: ಗುರುನಾನಕ್ ಜಿ ಅವರು ಹೇಳುವಂತೆ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲಾಗಿದೆ, "ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ, ನಾನು ಬೇರೆಯವರನ್ನು ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲಾ ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರ ನಡುವೆ, ಅವರ ಬೆಳಕು ಹೊಳೆಯುತ್ತಿದೆ." Sggs ಪುಟ 223. ಮಹಿಳೆಯಿಂದ, ಪುರುಷ ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೆ; ಮಹಿಳೆಯೊಳಗೆ ಪುರುಷನನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಲಾಗಿದೆ;

ಅವರು ಮಹಿಳೆಯೊಂದಿಗೆ ನಿಶ್ಚಿತಾರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಮದುವೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಮಹಿಳೆ ಅವನ ಸ್ನೇಹಿತನಾಗುತ್ತಾಳೆ; ಭವಿಷ್ಯದ ಪೀಳಿಗೆಗಳು ಮಹಿಳೆಯರ ಮೂಲಕ ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಅವನ ಹೆಂಡತಿ ಸತ್ತಾಗ, ಅವನು ಇನ್ನೊಬ್ಬ ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಹುಡುಕುತ್ತಾನೆ; ಅವನು ಮಹಿಳೆಗೆ ಬದ್ಧನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗಾದರೆ ನೀವು ಅದನ್ನು ಏಕೆ ಕೆಟ್ಟದಾಗಿ ಕರೆಯುತ್ತೀರಿ? ಅದರಿಂದ ರಾಜರು ಹುಟ್ಟುತ್ತಾರೆ. ಮಹಿಳೆಯು ಮಹಿಳೆಯಿಂದ ಹುಟ್ಟಿದ್ದಾಳೆ; ಮಹಿಳೆ ಇಲ್ಲದೆ, ಯಾರೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. SGGS ಪುಟ 473

ವರದಕ್ಷಿಣೆ ಬಗ್ಗೆ "ಓ ನನ್ನ ಕರ್ತರೇ, ನನ್ನ ಮದುವೆಯ ಉಡುಗೊರೆಯಾಗಿ ಮತ್ತು ವರದಕ್ಷಿಣೆಯಾಗಿ ನಿನ್ನ ಹೆಸರನ್ನು ನನಗೆ ಕೊಡು." ಶ್ರೀ ಗುರು ರಾಮ್ ದಾಸ್ ಜಿ, ಪುಟ 78, SGGS ನ 18 ನೇ ಸಾಲು

ಪರ್ದಾ ಸಂಪ್ರದಾಯದ ಬಗ್ಗೆ: " ನಿಲ್ಲು, ನಿಲ್ಲು ಓ ವಧು - ನಿನ್ನ ಮುಖವನ್ನು ಮುಸುಕಿನಿಂದ ಮುಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಡ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ, ಅದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ಅರ್ಧದಷ್ಟೂ ಮುಚ್ಚುವುದಿಲ್ಲ." ನಿನ್ನ ಮುಂಚೆ ತಮ್ಮ ಮುಖವನ್ನು ಮುಸುಕು ಹಾಕಿಕೊಂಡವರ ಹೆಜ್ಜೆಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಡ. ಮುಖಕ್ಕೆ ಮುಸುಕು ಹಾಕಿಕೊಂಡರೆ ಒಂದೇ ಲಾಭ ಏನೆಂದರೆ, ‘ಎಂಥ ಪುಣ್ಯವಂತ ಮದುಮಗಳು ಬಂದಿದ್ದಾಳೆ’ ಎಂದು ಕೆಲ ದಿನಗಳು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ನೀನು ದೇವರ ಮಹಿಮೆಯನ್ನು ಹೊಗಳಿ, ಹಾಡಿ ಕುಣಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಿನ್ನ ಈ ಮುಸುಕು ನಿಜವಾಗುತ್ತದೆ. -ಪುಟ 484, SGGSಮಹಿಳೆಯರು

ಮಹಿಳೆಯರು, ಮತ್ತು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಆತ್ಮಗಳು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಜೀವನವನ್ನು ನಡೆಸಲು ಬಲವಾಗಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಲ್ಪಟ್ಟವು: "ಬನ್ನಿ, ನನ್ನ ಪ್ರೀತಿಯ ಸಹೋದರಿಯರು ಮತ್ತು ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಹಚರರೇ; ನಿಮ್ಮ ಅಪ್ಪುಗೆಯಲ್ಲಿ ನನ್ನನ್ನು ಬಿಗಿಯಾಗಿ ಅಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬನ್ನಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸರ್ವಶಕ್ತ ಪತಿ ಭಗವಂತನ ಕಥೆಗಳನ್ನು ಹೇಳಿ" - ಗುರುನಾನಕ್, SGGS ಪುಟ 17.

"ಸ್ನೇಹಿತರೇ, ಎಲ್ಲಾ ಇತರ ಬಟ್ಟೆಗಳು ಸಂತೋಷವನ್ನು ನಾಶಮಾಡುತ್ತವೆ, ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಧರಿಸಿರುವುದು ನೋವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ತಪ್ಪು ಆಲೋಚನೆಗಳಿಂದ ಮನಸ್ಸನ್ನು ತುಂಬುತ್ತದೆ" - SGGS ಪುಟ 16

# ಪೇಟದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ

ಟರ್ಬನ್ ಯಾವಾಗಲೂ ಒಬ್ಬ ಸಿಖ್‌ನ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾಗಿದೆ. ಸುಮಾರು ಕ್ರಿ.ಶ 1500 ರಿಂದ ಮತ್ತು ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಸ್ಥಾಪಕ ಗುರುನಾನಕ್ ಅವರ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಸಿಖ್ಖರು ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಟರ್ಬನ್ ಅಥವಾ "" “ಪಗ್ರಿ” ಅನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ "ಪಗ್" ಅಥವಾ "ದಸ್ತಾರ್" ರೂಪದಲ್ಲಿ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ, ಒಂದೇ ಬಟ್ಟೆಗೆ ವಿವಿಧ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ವಿಭಿನ್ನ ಪದಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ಪದಗಳು ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರು ತಮ್ಮ ತಲೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಲು ಧರಿಸುವ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತವೆ. ಇದು ಉದ್ದನೆಯ ಸ್ಕಾರ್ಫ್ ತರಹದ ಬಟ್ಟೆಯಾಗಿದ್ದು ಅದು ತಲೆಯ ಸುತ್ತಲೂ ಸುತ್ತುತ್ತದೆ ಅಥವಾ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಒಳಗಿನ “ಟೋಪಿ” ಅಥವಾ ಪಟ್ಕಾವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕವಾಗಿ, ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಉನ್ನತ ಸ್ಥಾನಮಾನದ ಪುರುಷರು ಮಾತ್ರ ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತಾರೆ; ಕೆಳಮಟ್ಟದ ಅಥವಾ ಕೆಳ ಜಾತಿಯ ಪುರುಷರು ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸಲು ಅವಕಾಶವಿರಲಿಲ್ಲ.

ಕತ್ತರಿಸದ ಕೂದಲನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಗುರು ಗೋಬಿಂದ್ ಸಿಂಗ್ ಜಿ ಅವರು, ಐದು ಕೆ ಅಥವಾ ಐದು ನಂಬಿಕೆಯ ವಸ್ತುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿ ಕಡ್ಡಾಯಗೊಳಿಸಿದ್ದರೂ, ಇದು 1469 ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭವಾದಾಗಿನಿಂದ ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದೊಂದಿಗೆ ದೀರ್ಘಕಾಲ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿದೆ. ಎಲ್ಲಾ ವಯಸ್ಕ ಪುರುಷರು ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿಸಿದ ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಪ್ರಪಂಚದ ಏಕೈಕ ಧರ್ಮವಾಗಿದೆ. ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಟರ್ಬನ್ ಧರಿಸುವ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಸಿಖ್ಖರು. ಸಿಖ್ ಪೇಟವನ್ನು ದಸ್ತಾರ್ ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. 'ದಸ್ತಾರ್' ಎಂಬುದು ಪರ್ಷಿಯನ್ ಪದ. ಇದರರ್ಥ 'ದೇವರ ಕೈ' ಅಂದರೆ ಆತನ ಆಶೀರ್ವಾದ.

ಸಿಖ್ಖರು ತಮ್ಮ ಅನೇಕ ಮತ್ತು ವಿಶಿಷ್ಟವಾದ ಪೇಟಗಳಿಗೆ ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕವಾಗಿ, ಪೇಟವು ಗೌರವವನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬಹಳ ಹಿಂದಿನಿಂದಲೂ ಶ್ರೀಮಂತರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಮೀಸಲಾದ ವಸ್ತುವಾಗಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಮೊಘಲರ ಆಳ್ವಿಕೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ, ಮುಸ್ಲಿಮರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸಲು ಅವಕಾಶವಿತ್ತು. ಎಲ್ಲಾ ಮುಸ್ಲಿಮೇತರರು ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸುವುದನ್ನು ಬಲವಾಗಿ ನಿರ್ಬಂಧಿಸಲಾಗಿತ್ತು.

ಗುರು ಗೋಬಿಂದ್ ಸಿಂಗ್ ಜಿ ಮೊಘಲರ ಈ ಸವಾಲನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಅವರ ಎಲ್ಲಾ ಸಿಖ್ಖರು ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸಲು ಹೇಳಿದರು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಖಾಲ್ಸಾ ಅನುಯಾಯಿಗಳಿಗೆ ಮಾದರಿಯಾದ ಉನ್ನತ ನೈತಿಕ ಮಾನದಂಡಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಅದನ್ನು ಧರಿಸಬೇಕಿತ್ತು. ಅವರು ತಮ್ಮ ಖಾಲ್ಸಾ ವಿಶಿಷ್ಟವಾಗಿರಬೇಕೆಂದು ಬಯಸಿದ್ದರು ಮತ್ತು "ಜಗತ್ತಿನ ಇತರ ಭಾಗಗಳಿಂದ ಎದ್ದು ಕಾಣುವಂತೆ" ದೃಢ ನಿಶ್ಚಯ ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಎಂದು ಬಯಸಿದ್ದರು. ಅವರು ಸಿಖ್ ಗುರುಗಳು ಹಾಕಿಕೊಟ್ಟ ವಿಶಿಷ್ಟ

ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಬೇಕೆಂದು ಅವರು ಬಯಸಿದ್ದರು. ಹೀಗಾಗಿ, ಗುರು ಉದ್ದೇಶಿಸಿದಂತೆ ಪೇಟ ಧರಿಸಿದ ಸಿಖ್ ಯಾವಾಗಲೂ ಜನಸಂದಣಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತಾನೆ; ಏಕೆಂದರೆ ಅವರು ತಮ್ಮ 'ಸಂತ-ಸೈನಿಕರನ್ನು' ಸುಲಭವಾಗಿ ಗುರುತಿಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬೇಕೆಂದು ಬಯಸಿದ್ದರು.

ಸಿಖ್ ಪುರುಷ ಅಥವಾ ಮಹಿಳೆ ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸಿದಾಗ, ಪೇಟವು ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಕೇವಲ ಬಟ್ಟೆಯ ಪಟ್ಟಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ; ಏಕೆಂದರೆ ಅದು ಸಿಖ್ಖರ ತಲೆಯೊಂದಿಗೆ ಒಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಪೇಟ, ಹಾಗೆಯೇ ಸಿಖ್ಖರು ಧರಿಸುವ ನಂಬಿಕೆಯ ಇತರ ನಾಲ್ಕು ವಸ್ತುಗಳು ಅಪಾರ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮತ್ತು ಜಾತ್ಯತೀತ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಅನೇಕ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಇವೆ - ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ, ಸಮರ್ಪಣೆ, ಸ್ವಾಭಿಮಾನ, ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಧರ್ಮನಿಷ್ಠೆ, ಆದರೆ!, ಸಿಖ್ಖರು ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸಲು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ತಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥಾಪಕನ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೀತಿ, ವಿಧೇಯತೆ ಮತ್ತು ಗೌರವವನ್ನು ತೋರಿಸುವುದು. ಖಾಲ್ಸಾ ಗುರು ಗೋಬಿಂದ್ ಸಿಂಗ್.

ಮೇಲಿನ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ಧರಣದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಪದಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಯಾವುದನ್ನಾದರೂ ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ಇದು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು'

ಪೇಟವು ನಮ್ಮ ಗುರುಗಳ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ನಾವು ಸಿಂಹ್ ಮತ್ತು ಕೌರ್ ಎಂಬ ಕಿರೀಟವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದೇವೆ, ಅದು ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಉನ್ನತ ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ನಮ್ಮ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಸಿಂಹಾಸನಾರೋಹಣ ಮಾಡಿಸುತ್ತದೆ.ಈ ಯೋಜಿತ ಗುರುತು ಪುರುಷರು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆಯರ ಸಮಾನತೆ, ನಾಗರಿಕತೆ ಮತ್ತು ವಿಶಿಷ್ಟತೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ನಾವು ಶಾಶ್ವತತೆಯ ಚಿತ್ರದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸಲು ಸಮರ್ಪಿತರಾಗಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬುದು ಇದು ಇತರರಿಗೆ ಸಂಕೇತವಾಗಿದೆ.

ಪೇಟವು ಸಂಪೂರ್ಣ ಬದ್ಧತೆಯನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ ಯಾವುದನ್ನೂ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ನಿಮ್ಮ ಪೇಟವನ್ನು ಧರಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ನೀವು ಎದ್ದು ಕಾಣಲು ಆರಿಸಿಕೊಂಡಾಗ, ನೀವು ನಿರ್ಭಯವಾಗಿ ಒಬ್ಬಂಟಿಯಾಗಿ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತೀರಿ. ಆರು ಶತಕೋಟಿ ಜನರಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ನಿಂತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ. ಇದು ಅತ್ಯಂತ ಶ್ರೇಷ್ಠವಾದ ಕೆಲಸವಾಗಿದೆ. (ಸಿಖ್ನೆಟ್ನಿಂದ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಲಾಗಿದೆ)

# ನಮ್ರತೆ ನಿಮ್ಮ ಯಾತ್ರೆಯ ಮುಖ್ಯ ಸಾರವಾಗಿದೆ

ನಮ್ರತೆಯು ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಪ್ರಮುಖ ಮನೋಭಾವವಾಗಿದೆ. ಇದರ ಪ್ರಕಾರ, ಸಿಖ್ಖರು ದೇವರ ಮುಂದೆ ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ನಮಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. ನಮ್ರತೆ ಅಥವಾ ವಿನಮ್ರತೆ ಪಂಜಾಬಿಯಲ್ಲಿ ನಿಕಟ ಸಂಬಂಧ ಹೊಂದಿರುವ ಪದಗಳಾಗಿವೆ. ನಮ್ರತೆಯು ಗುರ್ಬಾನಿಯಲ್ಲಿ ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಪ್ರಚಾರ ಮಾಡಲಾಗುವ ಸದ್ಗುಣವಾಗಿದೆ. ಈ ಪಂಜಾಬಿ ಪದವನ್ನು "ನಮ್ರತೆ", "ಔದಾರ್ಯ" ಅಥವಾ "ವಿನಮ್ರತೆ" ಎಂದು ಅನುವಾದಿಸಲಾಗಿದೆ. ಬೇರೆಯವರಿಗಿಂತ ತಾನು ಉತ್ತಮ ಅಥವಾ ಮುಖ್ಯ ಎಂಬ ಆಲೋಚನೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸು ವಿಚಲಿತನಾಗದ ಮನುಷ್ಯ.

ಸಮಸ್ಯೆಯ ಪ್ರದೇಶ - ಮೇಲಿನ ವಾಕ್ಯವು ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲ ಮೇಲಿನ ವಾಕ್ಯವು ಪೂರ್ಣವಾಗಿಲ್ಲ

ಇದು ಎಲ್ಲಾ ಮಾನವರನ್ನು ಪೋಷಿಸಲು ಒಂದು ಪ್ರಮುಖ ಸದ್ಗುಣವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಸಿಖ್ಖನ ಮನಸ್ಥಿತಿಯ ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಭಾಗವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಈ ಸದ್ಗುಣವು ಸಿಖ್ಖರೊಂದಿಗೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರಬೇಕು. ಸಿಖ್ ಶಸ್ತ್ರಾಗಾರದಲ್ಲಿರುವ ಇತರ ನಾಲ್ಕು ಸದ್ಗುಣಗಳೆಂದರೆ: ಸತ್ಯ (ಸತ್), ಸಂತೋಖ್ (ತೃಪ್ತಿ), ಕರುಣಾ (ದಯೆ) ಮತ್ತು ಪ್ರೇಮ್ (ಪ್ರೀತಿ).

ಈ ಐದು ಗುಣಗಳು ಒಬ್ಬ ಸಿಖ್‌ಗೆ ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಮತ್ತು ಈ ಗುಣಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಇವನ್ನು ಅವರ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಭಾಗವಾಗಲು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಗುರ್ಬಾನಿಯನ್ನು ಪಠಿಸುವುದು ಅವರ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಗುರ್ಬಾನಿ ನಮಗೆ ಏನು ಹೇಳುತ್ತದೆ:

"ವಿನಮ್ರತೆಯ ಫಲವು ನೈಸರ್ಗಿಕ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಪಡೆದ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವಾಗಿದೆ. ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಅವರು ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯ ನಿಧಿಯಾದ ದೇವರನ್ನು ಧ್ಯಾನಿಸುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುತ್ತಾರೆ. ದೇವರ ಪ್ರಜ್ಞೆಯುಳ್ಳ ಪ್ರಾಣಿಯು ನಮ್ರತೆಯಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುತ್ತದೆ. ಕರುಣಾಮಯಿ ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಹೃದಯವು ಸ್ಥಿರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸಿಖ್ ಧರ್ಮ ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ದೇವರ ಮುಂದೆ ಭಿಕ್ಷೆಯ ಬಟ್ಟಲಿನಂತೆ ಪ್ರಸ್ತುತಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಗುರು ನಾನಕ್, ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಮೊದಲ ಗುರು:

"ನಿಮ್ಮ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಮತ್ತು ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ಆಲಿಸಿ ಮತ್ತು ನಂಬಿ, ನಿಮ್ಮೊಳಗಿನ ಆಳವಾದ ಪವಿತ್ರ ದೇವಾಲಯದಲ್ಲಿ ದೇವರ ಹೆಸರಿನೊಂದಿಗೆ ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಿ."- SGGS ಪುಟ 4

"ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಕಿವಿಯೋಲೆಯಾಗಿಸಿ, ನಮ್ರತೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ

ಭಿಕ್ಷಾಪಾತ್ರೆಯಾಗಿಸಿ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನವನ್ನು ನಿಮ್ಮ ದೇಹವನ್ನು ಅಭಿಷೇಕಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುವ ಬೂದಿಯನ್ನಾಗಿಸಿ." - SGGS ಪುಟ 6.

"ವಿನಮ್ರತೆಯ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ, ಪದವು ಸೌಂದರ್ಯವಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಹೋಲಿಸಲಾಗದ ಸೌಂದರ್ಯದ ರೂಪಗಳು ಸೃಷ್ಟಿಯಾಗುತ್ತವೆ." SGGS ಪುಟ 8

"ನಮ್ರತೆ, ಔದಾರ್ಯ ಮತ್ತು ಅಂತಃಪ್ರಜ್ಞೆಯು ನನ್ನ ಅತ್ತೆ ಮತ್ತು ಮಾವ ಆಗಿದ್ದಾರೆ" - SGGS ಪುಟ 152.

# ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಪಯಣ

ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್ ಶಾಶ್ವತ ಜೀವಂತ ಗುರುವಾಗಿದ್ದು, ಇದು ಸಿಖ್ ಗುರುಗಳು, ಹಿಂದೂ ಮತ್ತು ಮುಸ್ಲಿಂ ಸಂತರ ಕಾವ್ಯ ಸಂಯೋಜನೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ಸಂಗ್ರಹವು ದೇವರು ತನ್ನ ಮೂಲಕ ಎಲ್ಲಾ ಮಾನವಕುಲಕ್ಕೆ ನೀಡಿದ ಕೊಡುಗೆಯಾಗಿದೆ. ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನ ದೃಷ್ಟಿಯು ದೈವಿಕ ನ್ಯಾಯದ ಮೇಲೆ ಆಧಾರಿತವಾದ ಸಮಾಜದ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ದಬ್ಬಾಳಿಕೆಯಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿದೆ . ಪಠ್ಯವು ಹಿಂದೂ ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ಇಸ್ಲಾಂ ಧರ್ಮದ ಗ್ರಂಥಗಳನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಗೌರವಿಸುತ್ತದೆ, ಇದು ಈ ಎರಡೂ ಧರ್ಮಗಳೊಂದಿಗೆ ನೈತಿಕ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್‌ನಲ್ಲಿ, ಪುರುಷರಿಗೆ ಸಮಾನವಾದ ಪಾತ್ರದೊಂದಿಗೆ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗೌರವವನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಮಹಿಳೆಯರು ಪುರುಷರಂತೆ ಅದೇ ಆತ್ಮಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಆದ್ದರಿಂದ ವಿಮೋಚನೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಸಮಾನ ಅವಕಾಶದೊಂದಿಗೆ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಮಾನ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ. ಪ್ರಮುಖ ಧಾರ್ಮಿಕ ಸಭೆಗಳು ಸೇರಿದಂತೆ ಎಲ್ಲಾ ಧಾರ್ಮಿಕ, ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಮತ್ತು ಜಾತ್ಯತೀತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಹಿಳೆಯರು ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದು.

ಸಿಖ್ ಧರ್ಮವು ಸಮಾನತೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ ನ್ಯಾಯ, ಮಾನವೀಯತೆಯ ಸೇವೆ ಮತ್ತು ಇತರ ಧರ್ಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಹಿಷ್ಣುತೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ದೈನಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಹಾನುಭೂತಿ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ, ನಮ್ರತೆ ಮತ್ತು ಉದಾರತೆಯ ಆದರ್ಶಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವಾಗ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಭಕ್ತಿ ಮತ್ತು ದೇವರಿಗೆ ಗೌರವವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದು ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಅಗತ್ಯ ಸಂದೇಶವಾಗಿದೆ. ಸಿಖ್ ಧರ್ಮದ ಮೂರು ಮೂಲ ತತ್ವಗಳು ಎಂದರೆ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ದೇವರ ಸ್ಮರಣೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ಬದುಕಲು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಆತ್ಮಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಅಭಿನಂದನೆಗಳು. ಅನುವಾದವು ಎಂದಿಗೂ ಮೂಲಕ್ಕೆ ಹತ್ತಿರವಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಗುರು ಗ್ರಂಥ ಸಾಹಿಬ್ ಪದ್ಯದಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ರೂಪಕಗಳ ಬಳಕೆಯು ಕೆಲಸವನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿಸುತ್ತದೆ. ದೈವಿಕ ಸಂದೇಶದಲ್ಲಿ, ಪ್ರಹ್ಲಾದ, ಹಿರಣ್ಯಾಕ್ಷ, ಲಕ್ಷ್ಮಿ, ಬ್ರಹ್ಮ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಹಿಂದೂ ಮತ್ತು ಮುಸ್ಲಿಂ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ದಯವಿಟ್ಟು ಇವುಗಳನ್ನು ಅಕ್ಷರಶಃ ಓದಬೇಡಿ ಆದರೆ ಅವುಗಳ ಮೂಲ ಸಂದೇಶವನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ದೇವರು ಒಬ್ಬರೇ ಮತ್ತು ಅವರೊಂದಿಗೆ ಮಿಲನವು ಮಾನವ ಜೀವನದ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂಬ ಅಂಶದ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಕೆಲಸವನ್ನು ಹಲವು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಹಲವಾರು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ, ಇದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ದೈವಿಕ ಸಂದೇಶವನ್ನು ನಿಮಗೆ ತಲುಪಿಸಬಹುದು. ನೀವು ಯಾವುದೇ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ದಯವಿಟ್ಟು walnut@gmail.com ಗೆ

ಇಮೇಲ್ ಮಾಡಲು ಮುಕ್ತವಾಗಿರಿ ಮತ್ತು ಈ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಸೇರಲು ನಾವು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತೇವೆ.