

ੴ

# Ananda sahiba

Podróż ku duchowości  
tłumaczenie na język polski

## spis treści

1.	Ananda Sahiba -----	1
2.	Ardas-modlitwa -----	22
3.	Podróż Duszy -----	26
4.	filozofia podróży -----	28
5.	rola kobiet -----	30
6.	znaczenie turbanu-----	32
7.	pokora, kluczowa esencja w Twojej podróży -----	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](mailto:walnut@gmail.com).

Publisher: SikhBookClub.com

## ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ

Raag Raamkalee, Trzeci Guru, Anand ~ Pieśń Błogości:

### ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

Jeden wieczny Bóg, urzeczywistniony dzięki łasce Prawdziwego Guru:

### ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

O moja matko, narodził się we mnie stan błogości, ponieważ spotkałem Prawdziwego Guru.

### ਸਤਿਗੁਰੂ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

Po spotkaniu z Prawdziwym Guru jestem w stanie intuicyjnego spokoju i równowagi, jakby w moim umyśle wibrowała radosna melodia.

### ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

Wygląda na to, że przypominające klejnoty instrumenty muzyczne wraz ze swoimi wrózkowymi małżonkami zaczęły śpiewać chwałę Boga.

### ਸਬਦੇ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

Śpiewajmy chwałę Boga razem z tymi, którzy umieścili Boga w swoim umyśle i są w pełni zachwyceni.

### ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

Nanak mówi: Jestem w błogości, ponieważ spotkałem Prawdziwego Guru. ||1||

### ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

O mój umyśle, zawsze pozostawaj dostrojony do Boga.

### ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

O mój umyśle, pozostań skupiony na Bogu; On wykorzeni wszystkie smutki.

### ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

On zawsze Ci pomoże i wykona wszystkie Twoje zadania.

### ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

Dlaczego opuszczacie ze swego umysłu tego Pana-Boga, który jest zdolny zrobić wszystko?

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥**

Nanak mówi: O mój umyśle, zawsze skupiaj się na Bogu. ||2||

**ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥**

O wieczny Boże, cóż jest, czego nie ma w Twoim niebiańskim domu?

**ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥**

Wszystko jest pod Twoją kontrolą, ale otrzymuje tylko ta osoba, którą sam sobie dajesz.

**ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥**

Następnie zawsze wyśpiewuje Twoją chwałę i zapisuje Twoje Imię w umyśle.

**ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥**

Boska melodia Szabadu wibruje w umyśle, w którym mieszka Naam.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥**

Nanak mówi: O Prawdziwy Mistrzu, czego nie masz? ||3||

**ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੈ ॥**

Odwieczne Naam jest moim jedynym wsparciem.

**ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥**

Prawdziwe Imię jest moim jedynym wsparciem, które wyeliminowało całą moją chciwość.

**ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥**

Przynosząc pokój i ciszę, Naam zmanifestował się w moim sercu na wieczność i spełnił wszystkie moje pragnienia.

**ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥**

Na zawsze jestem oddany Guru, który posiada taką chwałę i wielkość.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੈ ॥**

Nanak mówi: Słuchajcie, święci, zaszczepijcie w swoim sercu miłość do słowa Guru.

**ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੈ ॥੪॥**

Wieczne Naam jest podporą mojego życia. ||4||

**ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ॥**

To błogostawione serce ma wrażenie, jakby wibrowało w nim pięć pierwotnych dźwięków.

**ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥**

Boże, to błogostawione serce, w które wleś swoją moc, czuje, jak nieustannie gra boska muzyka.

**ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥**

You have brought under control that person's all the five demons (lust, anger, Opanowałeś wszystkie pięć demonów tej osoby (pożądanie, złość, chciwość, przywiązanie i ego) i usunąłeś z niej strach przed śmiercią.

**ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ਪਾਇਆ ਤੁਧੁ ਜਿਨ ਕਉ ਸਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਕੈ ਲਾਰੈ ॥**

Tylko ci ludzie skupieni na Imieniu Boga, w których losie od samego początku umieścisz błogostawieństwo Naama.

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

Nanak mówi, że w tym umyśle panuje spokój, jak gdyby grała melodia ciągłej boskiej muzyki. ||5||

**ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥**

Bez prawdziwej tęsknoty za Bogiem to ludzkie ciało jest całkowicie bezradne.

**ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥**

Bez prawdziwej tęsknoty za Bogiem, cóż może zrobić to bezsilne ciało?

**ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥**

O, Władco wszechświata, nikt oprócz Ciebie nie jest wszechmocny; proszę o miłosierdzie.

**ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥**

Oprócz Ciebie to ciało nie ma innego wsparcia. Można je upiększyć jedynie poprzez dostrojenie się do Słowa Guru.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥**

Nanak mówi: co bez miłości do Boga może zrobić to bezradne ciało?

**ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੇ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੂ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥**

Wszyscy mówią o błogości; ale błogość można poznać tylko poprzez Guru.

**ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥**

O, moi drodzy przyjaciele, tylko wtedy, gdy Guru okazuje swoją łaskę, można dowiedzieć się od Guru o prawdziwej błogości.

**ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥**

Udzielając swojej łaski, Guru niszczy wszystkie jego grzechy i błogostawi go uzdrawiającym maścią duchowej mądrości.

**ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੇਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥**

Ci, którzy wykorzenili od wewnątrz przywiązanie do rzeczy doczesnych, ich życie jest upiększane przez Wiecznego Boga.

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

Nanak mówi, że to jest prawdziwa błogość i ten rodzaj błogości można poznać jedynie poprzez Guru. ||7||

**ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥**

O mój Boże, tylko ta osoba, której Ty dajesz, otrzymuje tę błogość.

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

Tak, tylko on otrzymuje ten dar błogości, komu go dajesz; w przeciwnym razie cóż mogą uczynić bezbronne stworzenia?

**ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥**

Są tacy, którzy, zwiedzieni wątpliwościami, wędrują we wszystkich dziesięciu kierunkach, ale są inni, których życie upiększasz, przywiązując ich do Naam.

**ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥**

Dzięki łasce Guru umysł tych ludzi staje się nieskazitelny, którym podoba się Twoja Wola.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥੮॥**

Nanak mówi: O Boże, tylko on otrzymuje ten dar błogości, komu go obdarzasz.

**ਆਵਹੁ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਹੋ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥**

Przyjdźcie, drodzy święci, zastanówmy się nad cnotami Boga nieopisanego.

**ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥**

Porozmawiajmy o tym nieopisanym Bogu i zastanówmy się, w jaki sposób można Go zrealizować.

**ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥**

Bóg może zostać zrealizowany przez oddanie naszego ciała, umysłu, bogactwa i wszystkiego Guru i przez postuszeństwo Jego nakazowi.

**ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥**

O święci ludzie, słuchajcie nakazu Guru i śpiewajcie chwałę Bożą

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥**

Nanak mówi: słuchajcie świętych, zastanówcie się nad cnotami Boga Nieopisanego.

**ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥**

O kapryśny umysł, przez spryt nikt nigdy nie uświadomił sobie Boga.

**ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥**

O mój umysł, słuchaj, nikt nigdy nie uświadomił sobie Boga poprzez spryt

**ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥**

Ta Maya jest tak fascynująca; co zbłądziło wszystkich w wątpliwość

**ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥**

Ta fascynująca Maja została stworzona przez tego samego Boga, który również podał śmiertelnikom tę zwodniczą miksturę światowej iluzji.

**ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥**

Poświęcam się Bogu, który uczynił przywiązanie do Mayi tak słodkim.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥**

Nanak mówi: O mój umysł rtęciowy, nikt nie uświadomił sobie Boga przez spryt.

**ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥**

O mój drogi umysł, zawsze wspominaj wiecznego Boga z miłością i oddaniem.

**ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥**

Ta rodzina, którą widzisz, nie pójdzie z tobą po śmierci.

**ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥**

Dlaczego emocjonalnie przywiązujesz się do tego, co w końcu ci nie będzie towarzyszyć?

**ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥**

Nigdy nie rób takiego czynu, za który w końcu się pokutujesz.

**ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥**

Słuchajcie nauk Prawdziwego Guru, który pozostanie z wami na zawsze.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥**

Nanak mówi: O mój drogi umyśle, zawsze z miłością wspominaj wiecznego Boga.

**ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥**

O, niezgłębiony i niepojęty Boże, nikt nigdy nie znalazł Twojego limitu.

**ਅੰਤੇ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥**

Tak, nikt nie znalazł Twoich ograniczeń i tylko Ty znasz Siebie.

**ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੇ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥**

Wszystkie żywe istoty i stworzenia są Twoją grą; jak ktokolwiek może Cię opisać?

**ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥**

To Ty stworzyłeś ten świat, to Ty przemawiasz przez każdą żywą istotę i opiekujesz się nimi.

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

Nanak mówi: O Boże! Zawsze jesteś niezrozumiały i nikt nigdy nie znalazł granic Twoich cnót

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

Aniołowie i mędrzy szukają nektaru ambrozjalnego; ale ten nektar jest uzyskiwany tylko od Guru.

**ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥**

Ten, nad którym Guru okazał swoje miłosierdzie, otrzymał nektar z Naam, ponieważ zapisał wiecznego Boga w swoim umyśle.



**ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥**

O Boże, wszystkie żywe istoty są stworzone przez Ciebie; wielu ludzi widząc Guru przychodzi przed nim, aby szukać Jego błogostawieństw.

**ਲਬੁ ਲੇਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥**

Ich chciwość i egotyzm zostają rozwiane, a Prawdziwy Guru wydaje się przyjemny.

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

Nanak mówi: Tylko ten, nad którym Bóg stał się łaskawy, otrzymał nektar Naam od Guru.

**ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥**

Styl życia wielbicieli jest wyjątkowy i odrębny.

**ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥**

Tak, styl życia wielbicieli jest wyjątkowy i odrębny; podążają najtrudniejszą ścieżką.

**ਲਬੁ ਲੇਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥**

Wyrzekają się chciwości, egoizmu i światowych pragnień; niewiele mówią o sobie.

**ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥**

Ścieżka, którą podążają w życiu, jest ostrzejsza niż miecz obosieczny i delikatniejsza niż włos (żmudna i wymagająca). c

**ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥**

Dzięki łasce Guru ci, którzy porzucili swoją zarozumiałość; ich pragnienie maji zanika w pamięci Boga

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥**

Nanak mówi, że z wiekiem styl życia bhaktów Bożych pozostawał wyjątkowy i odrębny.

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

O Panie Boże, jak sobie życzysz, Twoje stworzenia postępują zgodnie z tym; nie wiem więcej o Twoich cnotach.

**ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥**

Jakąkolwiek drogą nas postawisz, postępujemy zgodnie z Twoim życzeniem.

**ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥**

Okazując miłosierdzie, których dostrajasz do Naam, zawsze z miłością Cię pamiętają.

**ਜਿਸ ਨੇ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥**

Ci, którym recytujesz Boskie słowa Twojej chwały, cieszą się pokojem przez Guru w świętym zgromadzeniu.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥**

Nanak mówi: O wieczny Boże, jak chcesz, sprawiasz, że stworzenia postępują zgodnie z tym.

**ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥**

Ta pieśń błogości jest najpiękniejszym Słowem Bożym.

**ਸਬਦੇ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥**

Prawdziwy Guru wyrecytował tę wieczną pieśń radości, która jest upiększona Bożym Słowem.

**ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥**

Ta pieśń błogości jest zapisana w umysłach tych, którzy są tak predestynowani.

**ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥**

Wielu śmiertelników wędruje dookoła, chwając się swoją płytką wiedzą, ale nikt nigdy nie zdał sobie sprawy z Boga i nie otrzymał błogości przez zwykłe rozmowy.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥**

Nanak mówi, że prawdziwy Guru recytował błogość dając Słowo Boże.

**ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥**

Życie tych wielbicieli stało się czyste, którzy medytowali nad Bogiem.

**ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥**

Tak, ci, którzy z miłością medytowali nad Bogiem przez Guru, stali się niepokalani.

**ਪਵਿਤੁ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤੁ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥**

Ich matka, ojciec, ich rodziny i wszyscy, którzy wchodzą w ich kontakt, zostali uświęceni.

**ਕਹਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥**

Imię Boże jest takim źródłem błogości, że ci, którzy mówią i ci, którzy słuchają, stają się czystymi. Ci, którzy go przechowują w swoich umysłach, również stają się nieskazitelni.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥੧੭॥**

Nanak mówi, że wszyscy, którzy medytowali nad imieniem Boga, stali się czystymi.

**ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਉਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥**

Stan intuicyjnej opanowania nie ustępuje poprzez rytualne czyny, a bez intuicyjnej opanowania sceptycyzm nie ustępuje.

**ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੈ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥**

Ludzie poddali się po wypróbowaniu wszelkiego rodzaju czynów, ponieważ sceptycyzm nie odchodzi od zwykłych czynów rytualnych.

**ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ ॥**

Umysł jest skażony sceptycyzmem; jak można go oczyścić?

**ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥**

Oczyść swój umysł poprzez dostrojenie się do słowa Guru i utrzymuj swoją świadomość skupioną na Bogu.

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

Nanak mówi, że dzięki Guru Guru rozwija się intuicyjna opanowanie i ten sceptycyzm zostaje rozwiązany.

**ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥**

Niektórzy ludzie na zewnątrz wydają się być czysti, ale ich umysły są brudne od wad.

**ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥**

Tak, ci, którzy są zewnętrze czysti i zanieczyszczeni wewnątrz, stracili ludzkie życie w tej grze.

**ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥**

Są dotknięci straszną chorobą światowych pragnień i porzucili nawet myśl o śmierci ze swoich umysłów.

**ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੇ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥**

W Wedach Imię Boże zostało uznane za najwyższe, ale oni nie słuchają tej rady i wędrują jak duchy.

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

Nanak mówi: Ci, którzy porzucają Prawdę (Boga) i trzymają się kłamstwa (Majów), stracili swoje ludzkie życie w tej grze.

**ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥**

Ci, którzy są czysti od wewnątrz i nieskazitelni również z zewnątrz.

**ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥**

Ci, którzy nauczyli się swojego postępowania i sposobu życia od prawdziwego Guru, tak, są czysti od wewnątrz i nieskazitelni z zewnątrz.

**ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥**

Nie dotyka ich nawet jota fałszu, a ich pragnienia Majów kończą się kultem oddania.

**ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥**

Najlepsi są kupcy Naam, którzy osiągnęli cel ludzkiego życia, zdobywając bogactwo Naam.

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

Nanak mówi, że ci, których umysł jest czysty, zawsze pozostają skupieni na słowie Guru.

**ਜੇ ਕੇ ਸਿਖੁ ਗੁਰੁ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥**

Jeśli którykolwiek uczeń chce stać się naprawdę wierny Guru.

**ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੇਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥**

Tak, jeśli którykolwiek uczeń chce stać się wierny Guru, musi szczerze postępować zgodnie z naukami Guru)

**ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥**

Powinien kontemplować nauki Guru i zachować je w wewnętrznym sumieniu.

**ਆਪੁ ਛਡਿ ਸਦਾ ਰਹੈ ਪਰਣੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੇਏ ॥**

Wyrzekając się zarozumiałości, taka osoba powinna zawsze polegać na Guru i, z wyjątkiem Guru, nie powinna podążać za nikim innym dla duchowego przewodnictwa.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੇ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥**

Nanak mówi, słuchajcie, o święci: taki uczeń zwraca się do Guru ze szczerą wiarą i staje się wierny Guru.

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

Jeśli ktoś odwróci się od słowa Guru, nie podążając za naukami Prawdziwego Guru, nie znajdzie wyzwolenia od Majów.

**ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥**

Nigdzie indziej nie można znaleźć wyzwolenia z więzi Majów; idź i zapytaj o to mądrych.

**ਅਨੇਕ ਜੁਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥**

Taka osoba wędruje przez niezliczone narodziny, ale bez podążania za naukami Prawdziwego Guru, nie znajdzie wyzwolenia z więzów Majów.

**ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥**

Wyzwolenie z więzów Majów uzyskuje się tylko poprzez przyjście do schronienia Guru, ponieważ tylko prawdziwy Guru uczy sprawiedliwej drogi życia poprzez Słowo Boże.

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

Nanak mówi, kontempluj to i zobacz, że bez słowa Prawdziwego Guru nie otrzymamy wyzwolenia z więzów Majów.

**ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥**

O umiłowani uczniowie Prawdziwego Guru, przyjdźcie i zaśpiewajcie Boskie Słowa Guru.

### **ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥**

Śpiewaj Boskie słowa, najwyższe słowa (Bani) wszystkich wypowiedziane przez Guru.

### **ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥**

Te Boskie Słowa wypowiedziane przez Guru są zapisane w sercach tych, którzy są pobłogosławieni Bożym spojrzeniem łaski.

### **ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥**

Weź udział w ambrozjalnym nektarze Naam, pozostań na zawsze nasycony Bożą Miłością i medytuj o Bogu z pełnym miłości oddaniem.

### **ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥**

Nanak mówi: śpiewaj na zawsze te Boskie hymny wypowiedziane przez Guru na zawsze.

### **ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥**

Słowa wypowiedziane przez kogokolwiek innego niż Prawdziwy Guru są fałszywe.

### **ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥**

Tak, bez wypowiedzi lub aprobaty prawdziwego Guru, wszystkie inne hymny są fałszywe.

### **ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸੁਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥**

Fałszywi są recytatorzy, fałszywi są słuchacze, a fałszywi to ci, którzy dyskursują na temat fałszywego Bani.

### **ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੁ ਨ ਜਾਣੀ ॥**

Mogą nieustannie recytować Imię Boże swoimi językami, ale nie rozumieją, co recytują.

### **ਚਿਤੁ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੇਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥**

Ich świadomość została oszukana przez Maję, po prostu recytują słowa bez żadnego zrozumienia.

### **ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੪॥**

Nanak mówi, że bez wypowiedzi lub aprobaty prawdziwego Guru, wszystkie inne Baani (słowo) są fałszywe.

**ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥**

Słowo Guru jest jak bezcenny dar wysadzany cnotami Boga.

**ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥**

Ten, którego umysł jest dostrojony do bezcennego słowa Guru, łączy się w tym.

**ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥**

Ten, którego umysł skupia się na słowie Guru, rozwija miłość do wiecznego Boga.

**ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੇ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥**

Ten, któremu Bóg błogostawi to zrozumienie, zdaje sobie sprawę, że Imię Boże i słowo Jego uwielbienia są bezcenne.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥**

Nanak mówi, że słowo Guru jest jak bezcenny dar wysadzany bezcennymi cnotami Boga.

**ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥**

Po stworzeniu duszy i Majów, Stwórca poddaje je Swojemu rozkazowi.

**ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥**

Egzekwując swój rozkaz, On sam widzi grę między umysłem a Mayą; daje zrozumienie tej gry tylko rzadkiemu naśladowcy Guru.

**ਤੇੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥**

Taka osoba utrwała słowo Guru w umyśle i zostaje wyzwolony przez zerwanie więzów Majów.

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

Ten, któremu sam Bóg błogostawi mądrość, aby podążać za nauką Guru, z miłością dostraja swój umysł do Boga.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥**

Nanak mówi: On sam jest Stwórcą i On sam objawia swoje rozkazy.

**ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥**

Czytelnicy Smritis i Shastrów zastanawiają się nad dobrem i złem, ale nie rozumieją prawdziwej istoty rzeczywistości.

**ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥**

Tak, nie rozumieją prawdziwej istoty rzeczywistości i bez nauk Guru nie mogą poznać prawdziwej istoty rzeczywistości.

**ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਕ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥**

Cały świat jest pochłonięty trzema siłami Majów i zwątpieniem; noc swojego życia przechodzi we śnie ignorancji.

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

Dzięki łasce Guru tylko ci ludzie pozostają obudzeni z tego snu ignorancji, w którym mieszka Bóg i którzy intonują ambrozjalne słowo Guru.

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

Nanak mówi, że tylko ta osoba zdaje sobie sprawę z istoty rzeczywistości (Boga), który jest zawsze nasycony miłością Boga i który spędza swoje życie pozostając przytomnym i wrażliwym na aluzje Majów.

**ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥**

Dlaczego miałoby się porzucić tego Boga, który zapewnia pożywienie w łonie matki?

**ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥**

Tak, dlaczego zapominać z umysłu o tak wielkim dobroczyńcy, który zapewnia pożywienie w ogniu łona?

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

Nic nie może zaszkodzić temu, którego Bóg nasycy Swoją Miłością.

**ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥**

Sam Bóg zaszczenia Swoją miłość, dlatego postępując zgodnie z naukami Guru, powinniśmy zawsze pamiętać o Nim z miłością i oddaniem.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥**

Nanak mówi, dlaczego zapominać o tak wielkim dobroczyńcy z umysłu?

**ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥**

Jak ogień jest w łonie matki, tak samo jest z pragnieniem Maji na zewnątrz.



**ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੇ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥**

Ogień w łonie matki i palące pragnienie Majów (światowych bogactw i mocy) mają podobny charakter; taka jest gra, którą stworzył Stwórca.

**ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥**

Kiedy Bóg tego chce, rodzi się dziecko, a rodzina jest bardzo zadowolona.

**ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥**

Miłość do Boga zanika, a dziecko przywiązuje się do światowych pragnień; scenariusz Majów biegnie swoim biegiem.

**ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੇਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥**

To właśnie ta Majowie, z powodu której Bóg jest zapomniany, wzrasta emocjonalne przywiązanie i miłość do dwoistości.

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

Nanak mówi, że dzięki łasce Guru ci, którzy pozostają dostrojeni do Boga, zrealizowali Go, żyjąc pośród Majów.

**ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥**

Sam Bóg jest bezcenny; Jego wartość nie może być oszacowana.

**ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥**

Tak, Jego wartość nie może być przez nikogo oszacowana, ludzie zmęczeni się próbami.

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

Jeśli ktoś spotyka i podąża za naukami takiego Prawdziwego Guru, zarozumiałość znika, wtedy należy całkowicie poddać się temu Guru.

**ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥**

Kiedy człowiek pozostaje nasycony miłością Bożą, wtedy Bóg, do którego się należy, mieszka w jego umyśle.

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

O 'Nanak, Sam Bóg jest bezcenny, ale oni stają się bardzo szczęśliwi, kogo Bóg jednoczy z Guru.

**ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥**

Imię Boże jest moim bogactwem, a mój umysł jest handlarzem Naam

**ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥**

Tak, Imię Boże jest moim prawdziwym bogactwem, a mój umysł jest handlarzem Naam. To od prawdziwego Guru dowiedziałem się o tym bogactwie.

**ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥**

O istoty ludzkie, codziennie medytuj nad Imieniem Bożym z pełnym miłości oddaniem i codziennie zarabiaj na nim (błogość).

**ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥**

Tylko ci otrzymali to bogactwo, którym sam Bóg lubił dawać.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥**

Nanak mówi: Imię Boże jest moim prawdziwym bogactwem, a umysł stał się jego handlarzem.

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

O mój język, jesteś pochłonięty smakowaniem wielu różnych smaków, w ten sposób twoja tęsknota za światowymi smakami nie zniknie

**ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ਹੋਰਤੁ ਕਿਤੇ ਜਿਚਰੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਲੈ ਨ ਪਾਇ ॥**

Tak, twoje pragnienie różnych światowych smaków nie zniknie w żaden sposób, dopóki nie osiągniesz subtelnej istoty imienia Bożego.

**ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇ ਪਲੈ ਪੀਐ ਹਰਿ ਰਸੁ ਬਹੁੜਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਰੀ ਆਇ ॥**

Jeśli otrzymacie subtelną esencję Imienia Bożego i weźmiecie udział w tej esencji imienia Bożego, to nie będziecie zaniepokojeni żadnym innym pragnieniem.

**ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥**

Dzięki łasce Bożej ta subtelna esencja Bożego Imienia jest odbierana przez tego, kto postępuje zgodnie z naukami Prawdziwego Guru

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

Nanak mówi, że kiedy błogość Naam tkwi w umyśle, wszystkie inne ziemskie smakołyki zostają zapomniane.

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

O moje ciało, kiedy Bóg wlał w ciebie Swoje Boskie Światło, wtedy przyszedłeś na świat.

**ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥**

Tak, tylko wtedy, gdy Bóg umieścił w tobie swoje boskie światło, wtedy przyszedłeś na ten świat.

**ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥**

Sam Bóg jest matką, a sam ojcem, który po stworzeniu człowieka troszczy się o istoty.

**ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥**

Kiedy dzięki łasce Guru ktoś zrozumiał rzeczywistość tego świata, wtedy zdaje sobie sprawę, że ten świat jest grą i niczym innym jak grą Boga.

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

Nanak mówi, że kiedy Bóg położył fundament wszechświata i umieścił w tobie Swoje boskie światło, dopiero wtedy przyszedłeś na ten świat.

**ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥**

Mój umysł stał się radosny, kiedy zdałem sobie sprawę z obecności Boga w moim sercu.

**ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥**

O przyjacielu mój, śpiewaj pieśni radości, ponieważ moje serce stało się świątynią dla Boga.

**ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੋਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥**

Tak, przyjacielu, zawsze śpiewaj radosne pieśni chwały Boga; czyniąc to, żaden smutek ani ból nigdy nie dokucza.

**ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥**

Błogostawione dni, kiedy jestem przywiązany do słowa Guru i z miłością medytuję nad moim Panem-Bogiem.

**ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੇ ॥**

To dzięki słowu Guru uświadomiłem sobie ciągłą melodię Bożego uwielbienia, a teraz cieszę się rozkoszowaniem imienia Bożego.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਰੋ ॥੩੪॥**

Nanak mówi: Sam Bóg, który jest w stanie zrobić wszystko, spotkał mnie.

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

O moje ciało, jakie wartościowe uczynki dokonałeś, przychodząc na ten świat?

**ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥**

Tak, o moje ciało, odkąd przyszedłeś na ten świat, jakie dobre uczynki uczyniłeś?

**ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੇ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥**

Nie zapisałeś w swoim umyśle tego Boga, który cię stworzył.

**ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥**

Dzięki łasce Guru Bóg mieszka w umyśle osoby, której z góry wyznaczone przeznaczenie zostało spełnione.

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

Nanak mówi, że ten, kto skupił swój umysł na naukach Guru, osiągnął cel ludzkiego życia i został zatwierdzony w obecności Boga.

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

Oczy moje, Bóg napełnił was Swoim Światłem, dlatego nie patrzcie na nikogo innego niż Boga (raczej zobaczcie Boga przenikającego się we wszystkich i wszędzie).

**ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥**

Nie widzcie niczego innego poza Bogiem przenikającym się wszędzie, tylko Bóg jest godny patrzyć

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

Oczy moje, cały ten świat, który widzicie, jest objawieniem Boga; to jest ta forma Boga, którą widzą moje oczy.

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

Dzięki łasce Guru zrozumiałem to i teraz, gdziekolwiek widzę, widzę tylko jednego Boga i oprócz Boga nie ma nikogo innego.

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

Nanak mówi: Wcześniej oczy te były duchowo ślepe, po spotkaniu prawdziwego Guru pojawiło się w nich boskie światło i teraz oczy te widzą Boga wszędzie.

**ਏ ਸ੍ਰਵਣਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥**

O uszy moje, jesteście tu postani tylko po to, aby słuchać chwały Boga.

**ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥**

Tak, jesteś przywiązany do ciała i wysłany tutaj, aby słuchać boskich słów Guru chwały Boga.

**ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥**

Umysł i ciało są odmładzane przez słuchanie boskich słów Guru chwały Boga, a język zanurza się w nektarze Naam.

**ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥**

Bóg jest tak cudowny i niezrozumiały, że Jego stanu nie da się opisać.

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

Nanak mówi, słuchaj ambrozjalnego Naam i stań się niepokalany, zostałeś stworzony tylko po to, by słuchać Bożego Słowa.

**ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥**

Umieszczając duszę w jaskini ciała, Bóg wydmuchał w nią tchnienie życia, jak dmuchanie powietrzem do instrumentu muzycznego.

**ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥**

Tak, Bóg wydmuchnął tchnienie życia w ciało i objawił dziewięć organów ciała przez dziewięć drzwi (dwoje oczu, dwoje uszu, dwa nozdrza, jeden język i dwa wyloty moczu i odchodów), ale dziesiąte drzwi ukrył.

**ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥**

Któremu Bóg pobłogostawił miłością do Naam przez Guru, objawił im także dziesiąte drzwi.

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

W tym najwyższym stanie duchowym, w którym zostały objawione dziesiąte drzwi, uświadamia się nieograniczone bogactwo Imienia Bożego w wielu pięknych formach.

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

Nanak mówi, umieszczając duszę w jaskini ciała, drogi Boże wdmuchnął w nią oddech życia, jak wdmuchując powietrze do instrumentu muzycznego.

**ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥**

Śpiewaj tę prawdziwą pieśń chwały Boga w świętym zgromadzeniu

**ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥**

Tak, śpiewaj tę pieśń błogości w świętym zborze, gdzie zawsze z miłością medytują o wiecznym Bogu.

**ਸਚੈ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥**

O Boże, oni medytują o Tobie tylko wtedy, gdy tak Ci się podoba i komu błogostawisz tym zrozumieniem przez Guru.

**ਇਹੁ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਖਸਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਬਖਸੇ ਸੇ ਜਨੁ ਪਾਵਹੇ ॥**

Wieczny Bóg jest Panem wszystkich, tylko oni uświadamiają sobie Tego, nad którym staje się łaskawy.

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥**

Nanak mówi, dołączając do świętego zboru, śpiewają chwałę Boga.

**ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥**

O szczęściarze, słuchajcie pieśni błogości; słuchając tej pieśni spełnią się wszystkie wasze życzenia.

**ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੁਰੇ ॥**

Ci, którzy słuchali pieśni błogości, zdali sobie sprawę z Boga i wszystkie ich zmartwienia zostały usunięte

**ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥**

Słuchając Słowa Bożego, wszystkie ich smutki i nieszczęścia odeszły.

**ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥**

Rozumiejąc boskie słowo prawdziwego Guru, wszyscy święci i przyjaciele stają się zachwyceni.

**ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥**

Ci, którzy słuchają lub wypowiadają słowo Guru, stają się nieskazitelni, gdy widzą prawdziwego Guru w tym hymnie, pieśni błogości.

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

Nanak pokornie twierdzi, że ci, którzy skupiają się na słowie Guru, błogość gromadzi się w nich, jakby w ich umyśle grały nieprzerwane boskie melodie.

**ਅਰਦਾਸ**  
Modlitwa

**ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ ॥**

Bóg jest jeden. Każde zwycięstwo pochodzi od Cudownego Guru (Boga).

**ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ ।**

Niech dopomoże nam szanowany miecz (Bóg w postaci Niszczyciela złoczyńców)!

**ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥**

Oda szanowanego miecza recytowana przez Dziesiątego Guru.

**ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈ ਧਿਆਇ ॥**

Najpierw pamiętajcie o mieczu (Bogu w postaci Niszczyciela złoczyńców); następnie pamiętajcie o Nanaku (rozważajcie jego duchowy wkład).

**ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈ ਸਹਾਇ ॥**

Następnie pamiętajcie i medytujcie o Guru Angadzie, Guru Amar Dasie i Guru Ram Dasie; Niech nam pomogą! (rozważ ich duchowy wkład)

**ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੋ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥**

Pamiętaj i medytuj o Guru Arjanie, Guru Hargobindzie i Szanowanym Guru Har Rai. (rozważ ich duchowy wkład)

**ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥**

Pamiętaj i medytuj o szanowanym Guru Har Krishanie, na którego widok znikają wszystkie bóle. (zatrzymaj się na ich duchowym wkładzie)

**ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥**

Pamiętaj o Guru Tegh Bahadur, a wtedy dziewięć źródeł duchowego bogactwa przybędzie do twojego domu.

**ਸਭ ਥਾਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥**

O Boże! uprzejmie pomóż nam wszędzie, pokazując nam drogę.



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

Pamiętajcie o szanowanym Dziesiątym Guru Gobindzie Singhu (rozważajcie jego duchowy wkład). O Boże! łaskawie pomóż nam wszędzie, pokazując nam drogę.

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

Myśl i medytuj o boskim świetle Dziesięciu Królów zawartym w szanowanym Guru Granth Sahib i kieruj swoje myśli ku boskim naukom i ciesz się widokiem Guru Granth Sahiba; Wypowiedz Wahe Guru (Cudowny Bóg)!

## **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!**

Pomyśl o czynach Pięciu Ukochanych, czterech synów (Guru Gobind Singha); Czterdziestu Męczenników; o dzielnych Sikhach o niezłomnej determinacji; wielbicieli przesiąkniętych kolorem Naam; tych, którzy byli pochłonięci Naam; tych, którzy pamiętali o Naam i dzielili się jedzeniem w towarzystwie; tych, którzy założyli darmowe kuchnie; tych, którzy dzierżyli miecze (dla zachowania prawdy); tych, którzy przeoczyli niedociągnięcia innych; Wszyscy wyżej wspomniani byli czysti i prawdziwie oddani; Wypowiedz Wahe Guru (Cudowny Bóg)!

## **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!**

Pomyślcie i pamiętajcie o wyjątkowej służbie oddanej przez tych odważnych sikhijskich mężczyzn i kobiety, którzy poświęcili swoje głowy, ale nie wyrzekli się swojej sikhijskiej religii; Którzy dali się pociąć na kawałki w każdym stawie ciała; Komu usunięto głowy; Którzy byli związani, obracani na kołach i rozbijani na kawałki; Które zostały pocięte piłami; Którzy zostali obdarci ze skóry żywcem; Którzy poświęcili się, aby zachować godność

Gurdwary; Którzy nie porzucili swojej wiary sikhijskiej; Którzy zachowali religię sikhijską i zachowali długie włosy aż do ostatniego tchnienia; Wypowiedz Wahe Guru (Cudowny Bóg)!

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

Skieruj swoje myśli na wszystkie siedziby religii sikhijskiej i wszystkich Gurdwarów; wypowiedz Wahe Guru (Cudowny Bóg)!

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

Najpierw cała szanowana Khalsa zanosi tę prośbę, aby medytowali nad Twoim Imieniem; i niech wszelkie przyjemności i wygody przyjdą dzięki takiej medytacji.

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

Gdziekolwiek obecny jest szanowany Khalsa, udziel swojej ochrony i łaski; Niech wolna kuchnia i miecz nigdy nie zawiodą; Utrzymuj honor swoich wielbicieli; Zapewnij zwycięstwo ludowi Sikhów; Niech szanowany miecz zawsze przyjdzie nam z pomocą; Niech Khalsa zawsze spotyka się z zaszczytami; Wypowiedz Wahe Guru (Cudowny Bóg)!

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

Uprzejmie obdarz Sikhów darem sikhizmu, darem długich włosów, darem przestrzegania praw sikhijskich, darem boskiej wiedzy, darem mocnej wiary, darem wiary i największym darem imienia. O Boże! Niech chóry, dwór i sztandary istnieją na zawsze; niech prawda zawsze zwycięży; wypowiedz Wahe Guru (Cudowny Bóg)!

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

Niech umysły wszystkich Sikhów pozostaną pokorne, a ich mądrość wywyższona; O Boże! Jesteś obrońcą mądrości.

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

O prawdziwy Ojciec, Wahe Guru! jesteś zaszczytem cichych, Mocą bezbronnych, schronieniem dla pozbawionych schronienia, pokornie modlimy się w Twojej obecności.....(zastąp okazję lub modlitwę tutaj wykonaną).

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

Prosimy o wybaczenie naszych błędów i niedociągnięć w odmawianiu powyższej Modlitwy. Uprzejmie spełnij cele wszystkich.

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

Spraw, abyśmy spotkali tych prawdziwych wielbicieli, spotykając ich, abyśmy mogli pamiętać i medytować o Twoim Imieniu. O Boże! przez Prawdziwego Guru Nanaka, niech Twoje Imię będzie wywyższone i niech wszystko prosperuje zgodnie z Twoją wolą.

**ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ**

Khalsa należy do Boga; każde zwycięstwo jest zwycięstwem Boga.

## Wyrusz w podróż duszy: pielęgnuj swojego ducha

Odkryj praktyki, które wzniosą Twoją duchową podróż i odnajdą głębszy sens życia.

Trzy podstawowe zasady sikhizmu dotyczące podróży:

**Naam Japna:** pamiętanie o Boskości

**Kirat Karni:** pracuj uczciwie

**Vand Chhakna:** dzielenie się z innymi

Prowadź nas ku duchowemu wyzwoleniu (mukti) i sprawiedliwemu społeczeństwu. Zasady te, zapisane w Guru Granth Sahib, stanowią podstawę życia Sikhów.

**Mądrość czwartego Guru Ram Das Ji w codziennej praktyce:** W Guru Granth Sahib (strony 305-306) oferuje głęboki wgląd w codzienną duchową podróż Sikha:

1. **Pierwsze zadanie dnia:** Prawdziwy uczeń Guru zaczyna każdy dzień od miłostnego wspomnienia Boskości.
2. **Oczyść ciało i umysł:** Wstań wcześnie, wykąp się i zanurz się we wspomnieniu Boga, czując, jak twoja dusza jest skąpana w boskim nektarze.
3. **Uwolnienie poprzez pamiętanie:** Podążanie za naukami Guru i pamiętanie Boskiego Imienia z oddaniem usuwa cierpienie i wewnętrzne zamieszanie spowodowane przez doczesne przywiązania.
4. **Śpiewajcie i rozmyślajcie:** Nieustannie śpiewajcie pieśni pochwalne dla Boga i rozmyślajcie o Imieniu Bożym podczas codziennych zajęć.
5. **Stań się latarnią pokoju:** Zwolennik Guru, który z miłością pamięta Boskie Imię przy każdym oddechu, staje się spokojną i inspirującą duszą.
6. **Przyjmij Boską Mądrość:** Guru obdarza tą głęboką mądrością tych, którzy zastężyli na Jego łaskę.

7. **Inspiruj innych:** Guru Nanak kłania się uczniowi, który nie tylko pamięta Boskie Imię, ale także inspiruje innych, aby robili to samo.

8. **Rzadkie i cenne dusze:** Prawdziwie oddane osoby są rzadkie, a jednak ich pamięć o Boskości przynosi duchową korzyść niezliczonej liczbie innych.

9. **Unikaj negatywności:** Odsuń się od tych, którzy ignorują nauki Guru i pozostają w pułapce cyklu duchowej ignorancji. Uważaj na tych, którzy słodko mówią w twojej obecności, ale za twoimi plecami szerzą negatywność.

## Filozofia podróży

Filozofię sikhizmu charakteryzuje logika, kompleksowość i „bez fanaberii” podejście do świata duchowego i materialnego. Jej teologię cechuje prostota. W etyce sikhijskiej nie ma konfliktu pomiędzy obowiązkami jednostki wobec siebie a obowiązkami wobec społeczeństwa (sangat).

Sikhizm to najmłodsza religia świata założona przez Guru Nanaka około 500 lat temu. Podkreśla wiarę w Jedną Najwyższą Istotę i Stwórcę (Waheguru) wszechświata. Oferuje prostą, prostą drogę do wiecznej szczęśliwości i szerzy przestanie miłości i powszechnego braterstwa. Sikhizm jest wiarą ściśle monoteistyczną i uznaje Boga jako Jedyne, który nie podlega ograniczeniom czasu i przestrzeni. Sikhizm wierzy, że jest tylko jeden Bóg, który jest Stwórcą, Podtrzymującym, Niszczycielem i nie przybiera ludzkiej postaci. W sikhizmie nie ma miejsca na teorię wcielenia. Nie przywiązuje żadnej wartości do bogów, bogiń i innych bóstw.

W sikhizmie etyka i religia idą w parze. Aby osiągnąć rozwój duchowy, należy wpajać wartości moralne i praktykować cnoty w życiu codziennym. Takie cechy jak uczciwość, współczucie, hojność, cierpliwość i pokora można zbudować jedynie dzięki wysiłkowi i wytrwałości. Życie naszych Wielkich Guru jest źródłem inspiracji w tym kierunku. Religia sikhijaska uczy, że celem ludzkiego życia jest przerwanie cyklu narodzin i śmierci oraz połączenie się z Bogiem. Można to osiągnąć poprzez przestrzeganie nauk Guru, medytację nad Świętym Imieniem (Naam) oraz spełnianie aktów służby i dobroczynności.

Naam Marg kładzie nacisk na codzienne oddanie pamięci o Bogu. Aby osiągnąć zbawienie, należy kontrolować pięć uczuć, a mianowicie Kam (pragnienie), Krodh (gniew), Loabh (chciwość), Moh (przywiązanie do świata) i Ahankar (duma). Zjednoczenie Rytuały i rutynowe praktyki, takie jak post i pielgrzymki, wróżby i wyrzeczenia są odrzucane w religii sikhijskiej. Celem ludzkiego życia jest połączenie się z Bogiem, a osiąga się to poprzez przestrzeganie nauk Guru Granth Sahiba. Sikhizm kładzie nacisk na Bhagti Marg, czyli ścieżkę oddania. Uznaje jednak znaczenie Gian Marg (Ścieżki Wiedzy) i Karam Marg (Ścieżki Działania). Największy nacisk kładzie na potrzebę zdobywania łaski Bożej, aby osiągnąć cel duchowy.

Sikhizm jest religią nowoczesną, logiczną i praktyczną. Wierzy, że normalne życie rodzinne (Grahast) nie stanowi przeszkody do zbawienia. Celibat czy

wyrzeczenie się świata nie są konieczne do osiągnięcia zbawienia. Można żyć w oderwaniu od światowych chorób i pokus. Bhakta musi żyć w tym świecie, a jednocześnie utrzymywać głowę ponad zwykłym napięciem i zamieszaniem. Musi być uczonym żołnierzem i świętym Boga.

Sikhizm jest kosmopolityczną i „świecką religią”, dlatego odrzuca wszelkie różnice ze względu na kastę, wyznanie, rasę lub płeć. Wierzy, że wszyscy ludzie są równi w oczach Boga. Guru kładli nacisk na równość kobiet i odrzucali praktyki dzieciobójstwa kobiet i sati (palenie wdów). Aktywnie propagowali także ponowne małżeństwa wdów i odrzucali system purdah (kobiety noszące zastony). Aby utrzymać umysł skupiony na Nim, należy medytować o świętym imieniu (Naam) oraz wykonywać akty służby i dobroczynności. Zarabianie na życie uczciwą pracą (Kirat Karna), a nie zebraniem lub nieuczciwymi metodami, uważa się za zaszczytne. Vand Chhakna dzielenie się z innymi to także odpowiedzialność społeczna. Oczekuje się, że dana osoba będzie pomagać potrzebującym za pośrednictwem Daswandh (10% jej zarobków). Sewa, praca społeczna jest również integralną częścią sikhizmu. Bezpłatna kuchnia społeczna (langar), znajdująca się w każdej gurdwara i otwarta dla ludzi wszystkich religii, jest jednym z wyrazów tej pracy społecznej.

Religia sikhijka opowiada się za optymizmem i nadzieją. Nie akceptuje ideologii pesymizmu. Guru wierzyli, że to życie ma cel i cel. Daje możliwość realizacji siebie i Boga. Co więcej, człowiek jest odpowiedzialny za swoje własne czyny. Nie może domagać się immunitetu od skutków swoich działań. Dlatego musi być bardzo czujny w tym, co robi.

Pismo Sikhów, Guru Granth Sahib, jest Wiecznym Guru. Jest to jedyna religia, która nadała Świętej Księdze status nauczyciela religijnego. W religii sikhijkiej nie ma miejsca na żyjącego ludzkiego Guru (Dehdhari).

## Bądź wizualny

Turban jest i zawsze był nieodłączną częścią Sikha. Od około 1500 roku naszej ery i czasów Guru Nanaka, założyciela sikhizmu, Sikhowie noszą turban. Turban lub „*pagri*”, często skracane do „*pag*” lub „*dastar*”, to różne słowa w różnych dialektach odnoszące się do tego samego przedimka. Wszystkie te słowa odnoszą się do ubioru noszonego przez mężczyzn i kobiety w celu zakrycia głowy. Jest to nakrycie głowy składające się z długiego, przypominającego szalik, pojedynczego kawałka materiału owiniętego wokół głowy lub czasami wewnętrznej „czapki” lub patki. Tradycyjnie w Indiach turban nosili tylko mężczyźni o wysokim statusie społecznym; mężczyznom o niskim statusie lub z niższych kast nie wolno było nosić turbanów.

Chociaż trzymanie nieobciętych włosów zostało nakazane przez Guru Gobinda Singha jako jedna z pięciu zasad wiary, jest to od dawna ściśle powiązane z sikhizmem od samego początku sikhi w 1469 roku. Sikhizm jest jedyną religią na świecie, w której noszenie turbanu jest obowiązkowe dla wszystkich dorosłych mężczyzn. Zdecydowana większość ludzi noszących turbany w krajach zachodnich to Sikhowie. *Pagdi* sikhijskie jest również nazywane *dastaar*. „*Dastar*” to perskie słowo. Oznacza „*Rękę Boga*”, co oznacza Jego błogostawieństwo.

Sikhowie słyną z licznych i charakterystycznych turbanów. Tradycyjnie turban reprezentuje szacunek i przez długi czas był przedmiotem zarezerwowanym wyłącznie dla szlachty. Podczas dominacji Mogołów w Indiach turbany mogli nosić tylko muzułmanie. Wszystkim niemuzułmanom surowo zabraniano ich noszenia.

Guru Gobind Singh, wbrew temu naruszeniu przez Mogołów, poprosił wszystkich swoich Sikhów o noszenie turbanów. Miało to być noszone w uznaniu wysokich standardów moralnych, które wyznaczył swoim wyznawcom Khalsa. Chciał, aby jego Khalsa wyróżniała się i była zdeterminowana, aby „wyróżnić się na tle reszty świata”. Chciał, żeby podążali wyjątkową ścieżką wyznaczoną przez guru sikhijskich ludzi. Zatem Sikh w turbanie zawsze wyróżniał się z tłumu, zgodnie z zamierzeniami Guru; chciał bowiem, aby jego „święci żołnierze” byli nie tylko łatwo rozpoznawalni, ale także łatwo odnalezieni.

Kiedy sikhijski mężczyzna lub kobieta zakłada turban, turban przestaje być tylko paskiem materiału; bo staje się jednym i tym samym z głową Sikha. Turban, podobnie jak cztery inne artykuły wiary noszone przez Sikhów, ma ogromne



znaczenie duchowe i doczesne. Chociaż symboliki związanej z noszeniem turbanu jest wiele – suwerenność, poświęcenie, szacunek do samego siebie, odwaga i pobożność, ale głównym powodem, dla którego Sikhowie noszą turban, jest okazanie – swojej miłości, posłuszeństwa i szacunku dla założyciela turbanu. Khalsa Guru Gobind Singh.

Powyższe wyróżnione słowa należy zastąpić czymś innym. Mogą to być „powody”

*„Turban jest prezentem od naszego Guru dla nas. W ten sposób koronujemy się jako Singhowie i Kaurowie, którzy zasiadają na tronie oddania naszej własnej wyższej świadomości. Zarówno dla mężczyzn, jak i kobiet ta projekcyjna tożsamość wyraża królewskość, wdzięk i wyjątkowość. Jest to sygnał dla innych, że żyjemy na podobieństwo Nieskończoności i jesteśmy oddani służbie wszystkim. Turban nie reprezentuje niczego poza całkowitym zaangażowaniem. Decydując się na wyróżnienie się poprzez zawiązanie turbanu, pozostajesz nieustraszony jako jedność osobą wyróżniającą się spośród sześciu miliardów ludzi. To najwybitniejszy czyn”.*

## Rola Kobiet

Zasady sikhizmu stanowią, że kobiety mają tę samą duszę co mężczyźni i mają równe prawo do kultywowania swojej duchowości. Mogą prowadzić zgromadzenia zakonne, brać udział w Drodze Achanda (ciągłej recytacji Pisma Świętego), wykonywać kirtan (zbiorowe śpiewanie hymnów), pracować jako Granthis (kapłani). Mogą uczestniczyć we wszystkich działaniach religijnych, kulturalnych, społecznych i świeckich. Sikhizm był pierwszą dużą religią świata, która zapewniła równość mężczyznom i kobietom. Guru Nanak głosił równość płci, a guru, którzy go zastąpili, zachęcali kobiety, aby w pełni uczestniczyły we wszystkich działaniach związanych z kultem i praktyką sikhijską.

### **Guru Granth Sahib stwierdza:**

***„Kobiety i mężczyźni – wszyscy zostali stworzeni przez Boga. Wszystko to jest grą Boga. Mówi Nanak, całe twoje stworzenie jest dobre i święte” – SGGGS s. 304***

Historia Sikhów odnotowała rolę kobiet, przedstawiając je jako równe w służbie, oddaniu, poświęceniu i odwadze wobec mężczyzn. Wiele przykładów godności moralnej, służby i poświęcenia kobiet jest zapisanych w tradycji sikhijskiej. Według sikhizmu mężczyźni i kobiety to dwie strony tej samej monety. W systemie wzajemnych powiązań i współzależności, w którym mężczyzna rodzi się z kobiety, a kobieta rodzi się z nasienia mężczyzny. Według sikhizmu mężczyzna nie może czuć się bezpieczny i kompletny w swoim życiu bez kobiety, a sukces mężczyzny zależy od miłości i wsparcia kobiety, która dzieli z nim życie i odwrotnie. Guru Nanak powiedział:

***„[to] kobieta podtrzymuje wyścig” i że nie powinniśmy „uważać kobiety za przekłątą i potępioną, [kiedy] z kobiety rodzą się przywódcy i królowie”. SGGGS Strona 473.***

**Zbawienie:** Ważną kwestią do poruszenia jest to, czy religia uważa kobiety za zdolne do osiągnięcia zbawienia, urzeczywistnienia Boga tutaj lub najwyższej sfery duchowej. Guru Granth Sahib stwierdza:

***„We wszystkich istotach Pan jest wszechobecny, Pan przenika wszystkie formy męskie i żeńskie” (Guru Granth Sahib, s. 605).***

Z powyższego stwierdzenia Guru Granth Sahiba wynika, że światło Boga spoczywa w równym stopniu na obu płciach. Zatem zarówno mężczyźni, jak i kobiety mogą w równym stopniu osiągnąć zbawienie, przestrzegając nauk Guru. W wielu religiach kobieta jest uważana za przeszkodę w duchowości mężczyzny, ale nie w sikhizmie. Guru odrzuca to. W „Current Thoughts on Sikhism” Alice Basarke stwierdza:

***„pierwszy Guru postawił kobietę na równi z mężczyzną... kobieta nie była przeszkodą dla mężczyzny, ale partnerką w służeniu Bogu i szukaniu zbawienia”.***

**Małżeństwo:** Guru Nanak zalecał grhasthę – życie gospodarza. Zamiast celibatu i wyrzeczenia, mąż i żona byli równymi partnerami i nakazano obojgu wierność. W świętych wersetach szczęście domowe jest przedstawiane jako ceniony ideał, a małżeństwo stanowi ciągłą metaforę wyrażania miłości do Boga. Bhai Gurdas, poeta wczesnego sikhizmu i autorytatywny interpretator doktryny sikhijskiej, składa kobietom ogromny hołd. On mówi:

***„Kobieta jest faworytką w domu rodzinnym, kochana przez ojca i matkę. W domu teściów jest filarem rodziny, gwarancją jej szczęścia... Dzielenie się duchową mądrością i oświecenie oraz obdarzona szlachetnymi cechami kobieta, druga połowa mężczyzny, eskortuje go do drzwi wyzwolenia. (Varan, V.16)***

**Równy status:** Aby zapewnić równy status mężczyzn i kobiet, Guru nie czynili rozróżnienia między płciami w kwestiach inicjacji, nauczania lub uczestnictwa w czynnościach sangat (świętej społeczności) i pangat (wspólne jedzenie). Według Sarupa Das Bhalli, Mahimy Prakasha, Guru Amar Das nie był zwolennikiem noszenia zastron przez kobiety. Wyznaczył kobietom nadzór nad niektórymi wspólnotami uczniów i głosił przeciwko zwyczajowi sati. Historia Sikhów odnotowuje nazwiska kilku kobiet, takich jak Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur i Maharani Jind Kaur, które odegrały ważne role w wydarzeniach swoich czasów

**Edukacja:** Edukacja jest uważana za bardzo ważną w sikhizmie. To klucz do sukcesu każdego. Jest to proces rozwoju osobistego i jest to powód, dla którego Trzeci Guru założył wiele szkół. Guru Granth Sahib stwierdza:

***„Wszelką boską wiedzę i kontemplację można uzyskać poprzez Guru” (Guru Granth Sahib, s. 831).***

Edukacja dla wszystkich jest niezbędna i każdy musi pracować, aby być jak najlepszym. Pięćdziesięciu dwóch misjonarzy sikhijskich wystanych przez Trzeciego Guru to kobiety. W książce „Rola i status kobiet sikhijskich” dr Mohinder Kaur Gill pisze: **„Guru Amar Das był przekonany, że żadne nauki nie mogą się zakorzenić, dopóki nie zostaną zaakceptowane przez kobiety”.**

**Ograniczenia dotyczące ubioru:** Oprócz wymagania od kobiet, aby nie nosiły welonu, sikhizm formułuje proste, ale bardzo ważne stwierdzenie dotyczące ubioru. Dotyczy to wszystkich Sikhów bez względu na płeć. Guru Granth Sahib stwierdza:

**„Unikaj noszenia ubrań, w których ciało czuje się niekomfortowo, a umysł jest pełen złych myśli”. SGGs, strona 16**

W ten sposób Sikhowie zorientują się, jaki rodzaj ubrań napełnia umysł złymi myślami i powinni ich unikać. Od sikhijskich kobiet oczekuje się, że będą się bronić Kirpanem (mieczem) i innymi środkami. Jest to wyjątkowe w przypadku kobiet, ponieważ po raz pierwszy w historii od kobiet oczekiwano, że będą się bronić i nie oczekuje się, że będą zależne od mężczyzn w zakresie ochrony fizycznej.

**SGGS Cytaty:** „Na ziemi i na niebie nie widzę sekundy. Pomiędzy wszystkimi kobietami i mężczyznami świeci Jego Światło. " Sggs Strona 223. Z kobiety rodzi się mężczyzna, w kobiecie rodzi się mężczyzna, z kobietą zaręcza się i żeni. Kobieta staje się jego przyjaciółką, przez kobietę przychodzą przyszłe pokolenia. Kiedy jego kobieta umiera, szuka innej kobiety; z kobietą jest związany. Dlaczego więc nazywać ją złą? Z niej rodzą się królowie. Bez kobiety nie byłoby nikogo

**Jeśli chodzi o posag:** „O mój Panie, daj mi swoje imię jako mój prezent ślubny i posag”. Shri Guru Ram Das ji, strona 78, linia 18 SGGs

**Jeśli chodzi o praktykę Purdy:** „Zostań, zostań, synowa – nie zakrywaj twarzy zastoną. W rezultacie nie przyniesie ci to nawet połowy muszli. Ta poprzednia zakrywała jej twarz ; nie idź w jej ślady. Jediną zaletą zakrywania twarzy jest to, że przez kilka dni ludzie będą mówić: „Jaka szlachetna panna młoda przyszła”. Twoja zastona będzie prawdziwa tylko wtedy, gdy będziesz skakać, tańczyć i śpiewać Chwalebna chwata Boża -P. 484, SGGs

**Kobiety, a nawet wszystkie dusze, były gorąco zachęcane do prowadzenia życia duchowego: „Przyjdźcie, moje drogie siostry i duchowe towarzyszki, przytulcie mnie mocno w swoich ramionach. Połączmy się razem i opowiadajmy historie o naszym Wszechpotężnym Mężu, Panu.” – Guru Nanak , s. 17, SGGG.**

**„Przyjacielu, wszelkie inne ubranie rujnuje szczęście, ubranie, które dla członków jest udręką, a umysł napętnia złymi myślami” – SGGG Strona 16**

## Klucz pokory Esencja w Twojej podróży

Pokora jest ważnym aspektem sikhizmu. Zgodnie z tym Sikhowie muszą klaniać się w pokorze przed Bogiem. Pokora lub Nimrata w języku pendzabskim są blisko spokrewnionymi słowami. **Nimrata** jest cnotą energicznie promowaną w Gurbani. Tłumaczenie tego słowa w Pendzabie to „**Pokora**”, „**Życzliwość**” lub „**Pokora**”. Ktoś, kogo umysłu nie rozprasza myśl, że jest lepszy lub ważniejszy od kogoś.

Obszar problemu — nieprawidłowe zdanie powyżej

Jest to ważna cecha, którą wszyscy ludzie powinni pielęgnować i która jest istotną częścią sposobu myślenia Sikha i ta cecha musi mu towarzyszyć przez cały czas. Pozostałe cztery cechy w arsenale sikhijskim to:

*Prawda (sobota), zadowolenie (santokh), współczucie (day) i miłość (pyaar).*

Te pięć cech jest niezbędnych dla Sikha i ich obowiązkiem jest medytować i recytować Gurbani, aby zaszczerpić te cnoty i uczynić je częścią ich osobowości.

### Co mówi nam Gurbani:

„Owoce pokory jest intuicyjny spokój i przyjemność. Z pokorą nadal medytują o Bogu, Skarbie doskonałości. Istota świadoma Boga jest przesiąknięta pokorą. Osoba, której serce jest miłosiernie obdarzone trwałą pokorą. Sikhiści traktują pokorę jako błaganie miska przed bogiem”,

### Guru Nanak, pierwszy guru sikhizmu:

*„Słuchanie i wiara z miłością i pokorą w umyśle oczyszczą się Imieniem w świętej świątyni głębo w środku.” – SGGG Strona 4.*

*„Uczyń zadowolenie swoimi kolczykami w uszach, pokorą misą zebraczą, a medytacją popiołami, którymi posypujesz swoje ciało.” – SGGG strona 6.*

*„W krainie pokory Słowo jest pięknem. Tam kształtują się formy niezrównanego piękna”. SGGG Strona 8.*

*„Skromność, pokora i intuicyjne zrozumienie to moja teściowa i teść” – SGGG Strona 152.*

## podróż ku duchowości

Guru Granth Sahib jest wiecznie żyjącym Guru, poetycką kompozycją guru sikhijskiego, świętych hinduskich i muzułmańskich. Kompilacja jest darem Boga za ich pośrednictwem dla całej ludzkości. Wizja Guru Granth Sahiba przedstawia społeczeństwo oparte na Bożej sprawiedliwości, bez jakiegokolwiek ucisku. Chociaż Granth uznaje i szanuje pisma hinduizmu i islamu, nie oznacza to moralnego pojednania z żadną z tych religii. W Guru Granth Sahib kobiety są bardzo szanowane i pełnią tę samą rolę co mężczyźni. Kobiety mają taką samą duszę jak mężczyźni i dlatego mają równe prawo do kultywowania swojej duchowości z równymi szansami na osiągnięcie wyzwolenia. Kobiety mogą uczestniczyć we wszystkich działaniach religijnych, kulturalnych, społecznych i świeckich, w tym w kierowaniu zgromadzeniami zakonnymi.

Sikhizm opowiada się za równością, sprawiedliwością społeczną, służbą ludzkości i tolerancją dla innych religii. Zasadniczym przesłaniem sikhizmu jest duchowe oddanie i cześć dla Boga przez cały czas podczas praktykowania ideałów współczucia, uczciwości, pokory i hojności w życiu codziennym. Trzy podstawowe założenia religii sikhijskiej to medytacja i pamiętanie o Bogu, praca na rzecz uczciwego życia i dzielenia się z innymi.

Gratulacje za podjęcie trudu odbycia tej Duchowej Podróży dla duszy. Tłumaczenie nigdy nie będzie bliskie oryginałowi, zwłaszcza gdy cały Guru Granth Sahib jest w poezji, a użycie metafor sprawia, że zadanie jest niezwykle trudne. W Boskim przesłaniu często używane są mitologiczne historie hinduskie i muzułmańskie, Pralahad, Harnakash, laxmi, Brahma itp. Proszę nie czytać ich dosłownie, ale zrozumieć ich ukryte przesłanie. Koncentruje się na tym, że Bóg jest jeden, a zjednoczenie z Nim jest celem ludzkiego życia.

Ta praca była wykonywana przez lata przez kilku ochotników, aby przekazać wam Boskie przesłanie w waszym języku. Jeśli masz jakieś pytania, wyślij e-mail na adres [walnut@gmail.com](mailto:walnut@gmail.com). Chętnie dołączymy do Ciebie w tej podróży.