



Anand Sahib

Jornada Para A Alma
tradução para português

Índice

1.	Anand Sahib Português -----	1
2.	Oração-----	24
3.	Filosofia para a jornada-----	28
4.	Importância do turbante-----	31
5.	Papel das mulheres no Sikhismo-----	33
6.	Humildade é a essência da sua jornada-----	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

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ਤੁ ਅਨੰਦੁ

Raag Raamkalee, Terceiro Guru, Anand ~ A Canção da Felicidade:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

Um Deus eterno, realizado pela graça do Verdadeiro Guru:

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

Ó minha mãe, um estado de felicidade surgiu dentro de mim porque conheci o Verdadeiro Guru.

ਸਤਿਗੁਰੁ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

Ao conhecer o Verdadeiro Guru, estou num estado de paz e equilíbrio intuitivos, como se uma melodia alegre estivesse a vibrar na minha mente.

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

Parece que os compassos musicais em forma de jóia, junto com as suas consortes parecidas com fadas, vieram cantar louvores a Deus.

ਸਬਦੇ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

Vamos cantar louvores a Deus junto com aqueles que consagraram Deus nas suas mentes e estão totalmente encantados.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

Nanak diz: Estou feliz porque conheci o Verdadeiro Guru. ||1||

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

Na minha mente, permaneça sempre em sintonia com Deus.

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

Na minha mente, permaneça focado em Deus; Ele erradicará todas as tristezas.

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

Ele sempre ajudá-lo-á e realizará todas as suas tarefas.

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

Porque você abandona da sua mente aquele Deus-Mestre que é capaz de fazer tudo?

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

Nanak diz: Ó minha mente, permaneça sempre focada em Deus. ||2||

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥

Ó Deus eterno, o que há que não esteja no Seu lar celestial?

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

Tudo está sob o Seu controlo, mas somente aquela pessoa recebe quem Você dá a si mesmo.

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

Então, ele sempre canta os Seus louvores e consagra o Seu Nome na mente.

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

A melodia divina do Shabad vibra na mente onde mora Naam.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

Nanak diz: Ó Verdadeiro Mestre, o que existe que Você não tem? ||3||

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥

O eterno Naam é o meu único apoio.

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

O Nome Verdadeiro é o meu único apoio que eliminou toda a minha ganância.

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

Trazendo paz e tranquilidade, Naam manifestou-se eternamente no meu coração e cumpriu todos os meus desejos.

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

Sou eternamente dedicado ao Guru, que possui tanta glória e grandeza.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੇ ॥

Nanak diz: Ouçam, ó santos, consagrem no vosso coração o amor pela palavra do Guru.

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥੪॥

O Nome Eterno é o suporte da minha vida. ||4||

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ॥

Este coração abençoado parece como se os cinco sons primordiais vibrassem lá dentro.

ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

Ó Deus, aquele coração abençoado, no qual Você incutiu o Seu poder, sente a música divina a ser tocada continuamente.

ਪੰਚ ਦੁਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

Você controlou todos os cinco demónios dessa pessoa (luxúria, raiva, ganância, apego e ego) e removeu o seu medo da morte.

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

Somente aquelas pessoas se concentraram no Nome de Deus, em cujo destino Você colocou as bênçãos de Naam desde o início.

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

Nanak diz que, nesta mente, a paz prevalece como se a melodia da música divina contínua estivesse a ser tocada. ||5||

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

Sem o verdadeiro anseio por Deus, este corpo humano está completamente desamparado.

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

Sem o verdadeiro anseio por Deus, o que é que esse corpo indefeso pode fazer?

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

Ó Mestre do universo, ninguém, exceto Você, é onipotente; por favor, conceda misericórdia.

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

Exceto Você, este corpo não tem outro apoio, ele só pode ser embelezado pela sintonia com a Palavra do Guru.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

Nanak diz que, sem o amor por Deus, o que é que este corpo indefeso pode fazer? ||6||

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੇ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੁ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

Todos falam de felicidade; mas a bem-aventurança só é conhecida por meio do Guru.

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥

Oh, meus queridos amigos, somente quando o Guru mostra a sua graça, a pessoa passa a conhecer a verdadeira felicidade do Guru.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥

Concedendo a Sua Graça, o Guru destrói todos os seus pecados e o abençoa com a pomada curativa da sabedoria espiritual.

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

Aqueles que erradicam de dentro para fora o apego às coisas mundanas têm a sua vida embelezada pelo Deus Eterno.

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

Nanak diz que esta é a verdadeira felicidade e este tipo de felicidade só pode ser conhecido por meio do Guru. ||7||

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥

Meu Deus, somente aquela pessoa a quem Você dá, recebe esta felicidade.

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

Sim, somente ele recebe esta dádiva de felicidade, a quem Você a dá; caso contrário, o que as criaturas indefesas podem fazer?

ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥

Há alguns que, iludidos pela dúvida, continuam a vaguear em todas as dez direções, mas há outros cuja vida Você embeleza ao anexá-los a Naam.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥

Pela Graça do Guru, a mente daqueles que a Sua Vontade agrada torna-se imaculada.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੇਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥੮॥

Nanak diz: Ó Deus, só ele recebe este dom de felicidade a quem Você o concede.

ਆਵਹੁ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਹੋ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥

Vinde, queridos santos, vamos refletir sobre as virtudes do Deus indescritível.

ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥

Vamos falar sobre este Deus indescritível e pensar na maneira pela qual Ele pode ser realizado.

ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥

Deus pode ser realizado ao entregar o nosso corpo, mente, riqueza e tudo mais ao Guru e ao obedecer ao seu comando.

ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Ó pessoas santas, obedeçam ao comando do Guru e cantem louvores a Deus.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥

Nanak diz, ouçam os santos, reflitam sobre as virtudes do Deus Indescritível.

॥9॥

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

Ó mente inconstante, por meio da inteligência, ninguém jamais percebeu Deus.

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

Na minha mente, escute, ninguém nunca percebeu Deus através da inteligência.

ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

Esta maia é tão fascinante; o que deixou todas as dúvidas.

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

Esta fascinante maia foi criada pelo mesmo Deus que também administrou esta poção enganadora de ilusão mundana aos mortais.

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

Eu dedico-me a Deus, que tornou o apego a Maya tão doce.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

Nanak diz: Ó minha mente mercurial, ninguém percebeu Deus por meio da inteligência. ||10||

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

Oh, minha querida mente, lembre-se sempre do Deus eterno com amor e devoção.

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

Esta família que você vê não irá com você após a morte.

ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥

Porque é que você se apega emocionalmente àquilo que não vai acompanhá-lo no final?

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥

Nunca faça tal ação, da qual você se arrependerá no final.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

Ouçã os ensinamentos do Verdadeiro Guru, que permanecerão consigo para sempre.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥

Nanak diz: Ó minha querida mente, lembre-se sempre com amor do Deus eterno. ||11||

ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥

Ó Deus insondável e imperceptível, ninguém nunca encontrou o Seu limite.

ਅੰਤੇ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥

Sim, ninguém encontrou os seus limites e somente você se conhece a si mesmo.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੇ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥

Todos os seres vivos e criaturas são o Seu jogo; como alguém pode descrevê-lo?

ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥

Foi Você quem criou este mundo, é Você quem fala através de cada ser vivo e cuida deles.

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

Nanak diz: Ó Deus! Você é sempre incompreensível e ninguém nunca encontrou o limite das Suas virtudes . ||12||

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

Os anjos e sábios buscam o néctar ambrosial; mas este néctar só é obtido do Guru.

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

Aquele a quem o Guru demonstrou a sua misericórdia recebeu o néctar de Naam porque ele consagrou o Deus eterno na sua mente.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

Ó Deus, todos os seres vivos são criados por Si; muitas pessoas, ao verem o Guru, vêm até ele à procura das suas bênçãos.

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

A Sua ganância e egoísmo são dissipados, e o Verdadeiro Guru parece agradável.

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

Nanak diz que somente aqueles para quem Deus se tornou gracioso receberam o néctar de Naam do Guru. ||13||

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

O estilo de vida dos devotos é único e distinto.

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

Sim, o estilo de vida dos devotos é único e distinto; eles seguem o caminho mais difícil.

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

Eles renunciam à ganância, ao egoísmo e aos desejos mundanos; eles não falam muito sobre si mesmos.

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

O caminho que eles seguem na vida é mais afiado do que uma espada de dois gumes e mais fino do que um fio de cabelo (árduo e desafiador).

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

Pela graça do Guru, aqueles que abandonaram a sua presunção; o seu desejo por maya desaparece na lembrança de Deus

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

Nanak diz que, era após era, o estilo de vida dos devotos de Deus permaneceu único e distinto. ||14||

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

Ó Deus-Mestre, como Você deseja, as Suas criaturas comportam-se de acordo; eu não sei mais nada sobre as Suas Virtudes.

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

Em qualquer caminho que Você nos coloque, nós conduzimo-nos conforme o Seu desejo.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

Ao mostrar misericórdia, a quem Você sintoniza com Naam, eles lembram-se sempre de Si com amor.

ਜਿਸ ਨੇ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

Aqueles a quem Você recita as palavras divinas dos Seus louvores desfrutam da paz por meio do Guru na sagrada congregação.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥

Nanak diz: Ó Deus eterno, como Tu queres, Tu fazes com que as criaturas se comportem de acordo. ||15||

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

Esta canção de felicidade é a mais bela Palavra Divina.

ਸਬਦੇ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸੁਣਾਇਆ ॥

O verdadeiro Guru recitou esta canção eterna de alegria, que é embelezada com a Palavra Divina.

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

Esta canção de felicidade está consagrada na mente daqueles que estão tão predestinados.

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

Muitos mortais vagueiam por aí, a gabar-se do seu conhecimento superficial, mas ninguém jamais percebeu Deus e recebeu felicidade por meras conversas.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

Nanak diz que o verdadeiro Guru recitou a bem-aventurança que dá a Palavra Divina. ||16||

ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥

A vida destes devotos tornou-se pura, que meditaram em Deus.

ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

Sim, aqueles que meditaram com amor em Deus por meio do Guru tornaram-se imaculados.

ਪਵਿਤੁ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤੁ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

A Sua mãe, o seu pai, as suas famílias e todos aqueles que entram em contacto com eles foram santificados.

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

O Nome de Deus é uma fonte de felicidade tão grande que aqueles que proferem e aqueles que ouvem se tornam puros. Aqueles que o consagram nas suas mentes também se tornam imaculados.

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

Nanak diz que todos aqueles que meditaram no Nome de Deus se tornaram puros. ||17||

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਉਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥

O estado de equilíbrio intuitivo não se desenvolve por meio de ações ritualísticas e, sem equilíbrio intuitivo, o ceticismo não desaparece.

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੈ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥

As pessoas desistiram depois de experimentar todos os tipos de ações, porque o ceticismo não se afasta de meras ações ritualísticas.

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ ॥

A mente está poluída pelo ceticismo; como é que ela pode ser purificada?

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥

Limpe a sua mente ao sintonizar-se com a palavra do Guru e mantenha a sua consciência focada em Deus.

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

Nanak diz que, pela Graça do Guru, a postura intuitiva cresce e este ceticismo é dissipado. ||18||

ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

Algumas pessoas, exteriormente, parecem puras, mas as suas mentes estão sujas de vícios.

ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੁਐ ਹਾਰਿਆ ॥

Sim, aqueles que são exteriormente puros e poluídos por dentro perderam a sua vida humana neste jogo.

ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥

Eles estão aflitos com a terrível doença dos desejos mundanos e abandonaram até mesmo a ideia da morte das suas mentes.

ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੇ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥

Nos Vedas, o Nome de Deus foi declarado supremo, mas eles não ouvem este conselho e continuam a vaguear como fantasmas.

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

Nanak diz que aqueles que abandonam a Verdade (Deus) e se apegam à falsidade (Maya) perderam a sua vida humana neste jogo. ||19||

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

Aqueles que são puros por dentro e imaculados por fora também.

ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥

Aqueles que aprenderam a sua conduta e modo de vida com o verdadeiro Guru, sim, são puros por dentro e imaculados por fora.

ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥

Nem mesmo um pingo de falsidade os atinge e os seus desejos por Maya terminam em adoração devocional.

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

Os melhores são os comerciantes de Naam, que alcançaram o propósito da vida humana ao ganhar a riqueza de Naam.

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

Nanak diz que aqueles cuja mente é pura permanecem sempre focados na palavra do Guru. ||20||

ਜੇ ਕੇ ਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥

Se algum discípulo quiser se tornar verdadeiramente fiel ao Guru.

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੇਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

Sim, se algum discípulo quiser se tornar fiel ao Guru, ele deve seguir os ensinamentos do Guru com sinceridade)

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥

Ele deve contemplar os ensinamentos do Guru e consagrá-los na consciência interior.

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

Ao renunciar à presunção, esta pessoa deve sempre depender do Guru e, exceto pelo Guru, não deve seguir ninguém à procura de orientação espiritual.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੇ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥

Nanak diz, escutem, ó santos: este discípulo volta-se para o Guru com fé sincera e torna-se fiel ao Guru. ||21||

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

Se alguém se afastar da palavra do Guru, sem seguir os ensinamentos do Verdadeiro Guru, ele não encontrará a libertação de Maya.

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

Nunca se pode encontrar a libertação do vínculo de Maya em nenhum outro lugar; vá e pergunte aos sábios sobre isso.

ਅਨੇਕ ਜੁਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

Esta pessoa perambula por incontáveis nascimentos, mas sem seguir os ensinamentos do Verdadeiro Guru, ela não encontrará a libertação dos laços de Maya.

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

A libertação dos laços de Maya é recebida somente quando se chega ao refúgio do Guru, porque somente o verdadeiro Guru ensina o caminho justo da vida por meio da Palavra Divina.

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

Nanak diz, contemple isto e veja que, sem a palavra do Verdadeiro Guru, não se recebe a libertação dos laços de Maya. ||22||

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Ó amados discípulos do Verdadeiro Guru, venham e cantem as Palavras Divinas do Guru.

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

Cante as palavras divinas, as palavras supremas (Bani) de todas, proferidas pelo Guru.

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

Estas Palavras Divinas proferidas pelo Guru ficam consagradas no coração daqueles que são abençoados com o olhar da graça de Deus.

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

Coma o Néctar Ambrosial de Naam, permaneça imbuído do Amor de Deus para sempre e medite em Deus com amor e devoção.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥

Nanak diz: cante para sempre estes hinos divinos proferidos pelo Guru para sempre. ||23||

ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥

As palavras proferidas por qualquer pessoa que não seja o Verdadeiro Guru são falsas.

ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Sim, sem serem proferidos ou aprovados pelo verdadeiro Guru, todos os outros hinos são falsos.

ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸੁਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥

Falsos são os recitadores, falsos são os ouvintes e falsos são aqueles que falam sobre o falso Bani.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੁ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Eles podem recitar continuamente o Nome de Deus nas suas línguas, mas não entendem o que estão a recitar.

ਚਿਤੁ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੋਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥

A Sua consciência foi enganada por Maya, eles estão apenas a recitar palavras sem nenhum entendimento.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੪॥

Nanak diz que sem ser pronunciada ou aprovada pelo verdadeiro Guru, todas as outras Baani (palavras) são falsas. ||24||

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥

A Palavra do Guru é como um presente inestimável repleto das virtudes de Deus.

ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥

Aquele cuja mente está sintonizada com a palavra inestimável do Guru funde-se nisso.

ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥

Aquele cuja mente está focada na palavra do Guru, ele desenvolve amor pelo Deus eterno.

ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੇ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥

Aquele a quem Deus abençoa este entendimento percebe que o Nome de Deus e a palavra dos Seus louvores não têm preço.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥

Nanak diz que a palavra do Guru é como um presente inestimável repleto das virtudes inestimáveis de Deus. ||25||

ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥

Depois de criar a alma e Maya, o Criador submete-as ao Seu Comando.

ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥

Impondo a Sua Ordem, Ele mesmo vê o jogo entre a mente e Maya; Ele dá a compreensão sobre esta peça apenas a um raro seguidor de Guru.

ਤੇੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

Esta pessoa consagra a palavra do Guru na mente e é emancipada ao romper os laços de Maya.

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

Aquele a quem o próprio Deus abençoa a sabedoria de seguir os ensinamentos do Guru, ele sintoniza com amor a sua mente com Deus.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥

Nanak diz: Ele mesmo é o Criador e Ele mesmo revela o Seu comando. ||26||

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Os leitores de Smritis and the Shastras refletem sobre o bem e o mal, mas não entendem a verdadeira essência da realidade.

ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Sim, eles não entendem a verdadeira essência da realidade e sem os ensinamentos do Guru eles não podem conhecer a verdadeira essência da realidade.

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

O mundo inteiro está absorto nos três modos de Maya e na dúvida; ele passa a noite da sua vida no sono da ignorância.

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

Pela Graça do Guru, somente aquelas pessoas permanecem acordadas deste sono de ignorância dentro das quais Deus habita e que cantam a palavra ambrosial do Guru.

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

Nanak diz que somente esta pessoa percebe a essência da realidade (Deus), que está sempre imbuída do amor de Deus e que passa a sua vida a permanecer acordada e alerta às seduções de Maya. ||27||

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

Porque é que alguém deveria abandonar aquele Deus que provê sustento no ventre da mãe?

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

Sim, porque esquecer da mente um grande benfeitor, que fornece sustento no fogo do útero?

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

Nada pode prejudicar aquele a quem Deus impregna com o Seu Amor.

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥

O próprio Deus infunde o Seu amor, portanto, seguindo os ensinamentos do Guru, devemos sempre lembrar-nos Dele com amor e devoção.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

Nanak diz: porque esquecer da mente um benfeitor tão grande?

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

Assim como o fogo está dentro do útero, o desejo por Maya está lá fora.

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੇ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

O fogo no útero e o desejo ardente por Maya (riquezas e poder mundanos) são de natureza semelhante; esta é a peça que o Criador criou.

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

Quando Deus assim o deseja, a criança nasce e a família fica muito satisfeita.

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

O amor por Deus passa e a criança apegar-se aos desejos mundanos; o roteiro de Maya segue o seu curso.

ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੇਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

É essa Maya, por causa da qual Deus é esquecido, o apego emocional e o amor pela dualidade brotam.

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

Nanak diz que, pela Graça do Guru, aqueles que permanecem em sintonia com Deus O conheceram enquanto viviam no meio de Maya.

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

O próprio Deus não tem preço; o Seu valor não pode ser estimado.

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥

Sim, o Seu valor não pode ser estimado por ninguém, as pessoas estão cansadas de tentar.

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

Se alguém encontra e segue os ensinamentos deste verdadeiro Guru, a presunção desaparece, então a pessoa deve render-se totalmente a este Guru.

ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥

Quando alguém permanece imbuído do amor de Deus, então Deus, a quem pertence, vem habitar na sua mente.

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

O' Nanak, o próprio Deus não tem preço, mas eles tornam-se muito afortunados quando Deus une ao Guru.

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥

O nome de Deus é a minha riqueza e a minha mente é uma comerciante de Naam

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥

Sim, o Nome de Deus é a minha verdadeira riqueza e a minha mente é uma comerciante de Naam. É do verdadeiro Guru que eu aprendi sobre esta riqueza.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥

Ó seres humanos, meditem todos os dias no Nome de Deus com amor e devoção e ganhem o seu lucro (felicidade) todos os dias.

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥

Somente aqueles que receberam esta riqueza, aqueles que o próprio Deus gostou de dar.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥

Nanak diz: O nome de Deus é a minha verdadeira riqueza, e a mente tornou-se a sua comerciante.

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

Ó minha língua, você está absorvendo em saborear muitos sabores diferentes; desta forma, o seu desejo por sabores mundanos não desaparecerá.

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

Sim, o seu desejo por diferentes gostos mundanos não desaparecerá de forma alguma, até que você alcance a essência subtil do Nome de Deus.

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

Se você receber a essência subtil do Nome de Deus e compartilhar esta essência do Nome de Deus, então não será incomodado por nenhum outro desejo novamente.

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

Pela graça de Deus, essa essência subtil do Nome de Deus é recebida por aquele que segue os ensinamentos do Verdadeiro Guru

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

Nanak diz que quando a felicidade de Naam reside na mente, todos os outros prazeres mundanos são esquecidos.

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

Ó meu corpo, quando Deus infundiu a Sua Luz divina em si, então você veio ao mundo.

ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

Sim, somente quando Deus colocou a Sua luz divina em você, você veio a este mundo.

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

O próprio Deus é a mãe e ele mesmo o pai, que depois de criar o ser humano, cuida dos seres.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

Quando, pela graça do Guru, alguém entendeu a realidade deste mundo, então ele percebe que este mundo é uma brincadeira e nada mais que uma brincadeira de Deus.

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

Nanak diz que quando Deus estabeleceu as bases do universo e colocou a Sua luz divina em você, só então você veio a este mundo.

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

A minha mente ficou alegre quando percebi a presença de Deus no meu coração.

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

Ó meu amigo, cante canções de alegria, porque meu coração se tornou um templo para Deus.

ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੇਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥

Sim, meu amigo, cante sempre canções alegres de louvor a Deus; ao fazer isto, nenhuma tristeza ou dor jamais aflige.

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥

Abençoados são os dias em que me apego à palavra do Guru e medito com amor no meu Deus Mestre.

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੇ ॥

Foi por meio da palavra do Guru que percebi a melodia contínua dos louvores de Deus e agora estou a desfrutar do sabor do Nome de Deus.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੇ ॥੩੪॥

Nanak diz: O próprio Deus, que é capaz de fazer tudo, conheceu-me.

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

Oh meu corpo, que ações valiosas fez ao vir a este mundo?

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

Sim, ó meu corpo, desde que veio a este mundo, que boas ações você fez?

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੇ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

Você não consagrou na sua mente aquele Deus que o criou.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥

Pela Graça do Guru, Deus habita na mente da pessoa cujo destino predeterminado foi cumprido.

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

Nanak diz que aquele que concentrou a sua mente nos ensinamentos do Guru, alcançou o propósito da vida humana e foi aprovado na presença de Deus.

ਏ ਨੇਤ੍ਰਹੁ ਮੇਰਿਹੇ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੇਤਿ ਧਰੀ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੇਈ ॥

Aos meus olhos, Deus infundiu a Sua Luz em si; portanto, não contemplinguém além de Deus (em vez disso, veja Deus a penetrar em todos e em todos os lugares).

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੇਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥

Não vejo nada além de Deus a penetrar em todos os lugares, só Deus é digno de ser contemplado.

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

Ó meus olhos, este mundo inteiro que está a ver é a manifestação de Deus; é esta forma de Deus, que os meus olhos estão a ver.

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

Pela Graça do Guru, eu percebi isso, e agora, onde quer que eu veja, eu só vejo um Deus e, exceto Deus, não há mais ninguém.

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

Nanak diz: Anteriormente, estes olhos eram espiritualmente cegos. Ao encontrar o verdadeiro Guru, a luz divina entrava neles e agora estes olhos vêem Deus em todos os lugares.

ਏ ਸੁਣਹੁ ਮੇਰਿਹੇ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥

Oh meus ouvidos, vocês foram enviados aqui apenas para ouvir os louvores de Deus.

ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥

Sim, você está apegado ao corpo e enviado aqui para ouvir as palavras divinas do Guru sobre os louvores de Deus.

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥

A mente e o corpo são rejuvenescidos ao ouvir as palavras divinas do Guru sobre os louvores de Deus e a língua fica imersa no néctar de Naam.

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥

Deus é tão maravilhoso e incompreensível que o Seu estado não pode ser descrito.

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

Nanak diz, ouça o Nome ambrosial e torne-se imaculado, você foi criado apenas para ouvir a Palavra divina.

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥

Colocando a alma na caverna do corpo, Deus soprou o fôlego da vida nela como a soprar ar num instrumento musical.

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥

Sim, Deus soprou o fôlego da vida no corpo e revelou os nove órgãos do corpo através das nove portas (dois olhos, dois ouvidos, duas narinas, uma língua e duas saídas para urina e fezes), mas Ele manteve a décima porta escondida.

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

a quem Deus abençoou com amor por Naam por meio do Guru, Ele também lhes revelou a décima porta.

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

Neste estado espiritual supremo em que a décima porta foi revelada, percebemos a riqueza ilimitada do Nome de Deus em muitas formas bonitas.

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

Nanak diz que, ao colocar a alma na caverna do corpo, querido Deus soprou o fôlego da vida nela como a soprar ar num instrumento musical.

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥

Cante esta verdadeira canção de louvores a Deus na santa congregação.

ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥

Sim, cante esta canção de felicidade na santa congregação, onde eles sempre meditam com amor no Deus eterno.

ਸਚੈ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥

Ó Deus, eles meditam em Si somente quando isso Lhe agrada, e a quem abençoa com esta compreensão por meio do Guru.

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

O Deus eterno é o Mestre de tudo, só eles percebem Aquele a quem Ele se torna gracioso.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥

Nanak diz que, juntando-se à sagrada congregação, eles cantam louvores a Deus.

ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥

Ó afortunados, ouçam a canção da felicidade; ao ouvir esta música, todos os seus desejos serão realizados.

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੁਰੇ ॥

Aqueles que ouviram a canção de felicidade conheceram Deus e todas as suas preocupações foram removidas.

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Ao ouvir a Palavra Divina, todas as suas tristezas e misérias desapareceram.

ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥

Ao entender a palavra divina do verdadeiro Guru, todos os santos e amigos ficam encantados.

ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥

Aqueles que ouvem ou pronunciam a palavra do Guru tornam-se imaculados ao verem o verdadeiro Guru neste hino, a canção da felicidade.

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

Nanak afirma humildemente que aqueles que se concentram na palavra do Guru, a felicidade brota dentro deles, como se melodias divinas ininterruptas estivessem a tocar nas suas mentes.

ਅਰਦਾਸ

Oração

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ ॥

Deus é um. Toda vitória é do Guru Maravilhoso (Deus).

ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Que a respeitada espada (Deus na forma do Destruidor dos malfeitores) nos ajude!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Ode à respeitada espada recitada pelo Décimo Guru.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੌਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ ॥

Primeiro lembre-se da espada (Deus na forma de Destruidor dos malfeitores); então lembre-se de Nanak (concentre-se em sua contribuição espiritual).

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ ॥

Então lembre-se e medite sobre Guru Angad, Guru Amar Das e Guru Ram Das; Que eles nos ajudem! (concentre-se em sua contribuição espiritual)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੈ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

Lembre-se e medite sobre Guru Arjan, Guru Hargobind e Respeitado Guru Har Rai. (concentre-se em sua contribuição espiritual)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

Lembre-se e medite sobre o respeitado Guru Har Krishan, ao vê-lo todas as dores desaparecem. (concentre-se em sua contribuição espiritual)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

Lembre-se do Guru Tegh Bahadur e então nove fontes de riqueza espiritual chegarão rapidamente à sua casa.

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥

Oh Deus! gentilmente nos ajude em todos os lugares, mostrando-nos o caminho.

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

Lembre-se do respeitado Décimo Guru Gobind Singh (concentre-se em sua contribuição espiritual). Oh Deus! gentilmente nos ajude em todos os lugares, mostrando-nos o caminho.

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

Pense e medite sobre a luz divina dos Dez Reis contida no respeitado Guru Granth Sahib e volte seus pensamentos para os ensinamentos divinos e tenha prazer em ver o Guru Granth Sahib; Utter Wahe Guru (Deus Maravilhoso)!

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

Pense nos feitos dos Cinco Amados, dos quatro filhos (do Guru Gobind Singh); dos Quarenta Mártires; dos bravos Sikhs de determinação indomável; dos devotos impregnados da cor do Naam; daqueles que foram absorvidos no Naam; daqueles que se lembraram do Naam e compartilharam a comida em companheirismo; daqueles que iniciaram cozinhas gratuitas; daqueles que empunharam suas espadas (para preservar a verdade); daqueles que ignoraram as deficiências dos outros; Todos os acima mencionados eram puros e verdadeiramente devotados; Utter Wahe Guru (Deus Maravilhoso)!

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! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Pense e lembre-se do serviço único prestado por aqueles bravos homens e mulheres Sikh, que sacrificaram suas cabeças, mas não renunciaram à sua Religião Sikh; Que foram cortados em pedaços de cada uma das articulações do corpo; Quem teve o couro cabeludo removido; Que foram amarrados e girados sobre rodas e quebrados em pedaços; Que foram cortados com serras; Que foram esfolados vivos; Que se sacrificaram para manter a dignidade dos Gurdwaras; Que não abandonaram a sua fé Sikh; Que mantiveram sua religião Sikh e guardaram seus longos cabelos até o último suspiro; Utter Wahe Guru (Deus Maravilhoso)!

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

Volte seus pensamentos para todas as sedes da Religião Sikh e todos os Gurdwaras; absoluto Wahe Guru (Deus Maravilhoso)!

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

Primeiro, todo o respeitado Khalsa faz esta súplica para que meditem em Teu Nome; e que todos os prazeres e confortos venham através dessa meditação.

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

Onde quer que o respeitado Khalsa esteja presente, dê Sua proteção e graça; Que a cozinha e a espada gratuitas nunca falhem; Mantenha a honra de seus devotos; Conferir vitória ao povo Sikh; Que a respeitada espada venha sempre em nosso auxílio; Que o Khalsa sempre receba honras; Utter Wahe Guru (Deus Maravilhoso)!

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, ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!

Por favor, conceda aos Sikhs o dom do Sikhismo, o dom do cabelo comprido, o dom de observar as leis Sikh, o dom do conhecimento divino, o dom da fé firme, o dom da crença e o maior dom do Nome. Ó Deus! Que os coros, a mansão e os estandartes existam para sempre; que a verdade sempre triunfe; absoluto Wahe Guru (Deus Maravilhoso)!

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

Que as mentes de todos os Sikhs permaneçam humildes e a sua sabedoria exaltada; Ó Deus! Você é o protetor da sabedoria.

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

Ó Verdadeiro Pai, Wahe Guru! você é a honra dos mansos, o poder dos desamparados, o abrigo dos desamparados, humildemente oramos em sua presença.....(substitua a ocasião ou oração feita aqui).

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

Por favor, perdoe nossos erros e falhas na recitação da Oração acima. Por favor, cumpra os objetivos de todos.

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

Por favor, faça com que encontremos esses verdadeiros devotos, encontrando-os com quem possamos lembrar e meditar em Seu Nome. Ó Deus! através do Verdadeiro Guru Nanak, que Seu Nome seja exaltado e que todos possam prosperar de acordo com Sua vontade.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

O Khalsa pertence a Deus; toda vitória é a vitória de Deus.

Filosofia para a jornada

A filosofia do Sikhismo é caracterizada pela lógica, abrangência e sua abordagem "sem frescuras" do mundo espiritual e material. Sua teologia é marcada pela simplicidade. Na ética Sikh não há conflito entre o dever do indivíduo para consigo mesmo e o dever para com a sociedade (sangat).

O Sikhismo é a religião mais jovem do mundo, fundada pelo Guru Nanak há cerca de 500 anos. Enfatiza a crença em Um Ser Supremo e no Criador (Waheguru) do universo. Oferece um caminho simples e direto para a felicidade eterna e espalha uma mensagem de amor e fraternidade universal. O Sikhismo é uma fé estritamente monoteísta e reconhece Deus como o Único que não está sujeito a limites de tempo ou espaço.

O Sikhismo acredita que existe apenas um Deus, que é o Criador, Sustentador, Destruidor e não assume a forma humana. A teoria da encarnação não tem lugar no Sikhismo. Não atribui nenhum valor a deuses, deusas e outras divindades.

No Sikhismo a ética e a religião andam juntas. É preciso inculcar qualidades morais e praticar virtudes na vida cotidiana para avançar em direção ao desenvolvimento espiritual. Qualidades como honestidade, compaixão, generosidade, paciência e humildade só podem ser construídas através de esforços e perseverança. A vida dos nossos Grandes Gurus é uma fonte de inspiração nessa direção.

A religião Sikh ensina que o objetivo da vida humana é quebrar o ciclo de nascimento e morte e fundir-se com Deus. Isto pode ser conseguido seguindo os ensinamentos do Guru, meditando no Santo Nome (Naam) e realizando atos de serviço e caridade.

Naam Marg enfatiza a devoção diária à lembrança de Deus. É preciso controlar os cinco sentimentos, a saber, Kam (desejo), Krodh (raiva), Loabh (ganância), Moh (apego mundano) e Ahankar (orgulho) para alcançar a salvação. Os rituais e práticas rotineiras como jejum e peregrinação, presságios e austeridades são rejeitados na religião Sikh. O objetivo da vida humana é fundir-se com Deus e isso é conseguido seguindo os ensinamentos do Guru Granth

Sahib. O Sikhismo enfatiza o Bhagti Marg ou o caminho da devoção. No entanto, reconhece a importância de Gian Marg (Caminho do Conhecimento) e Karam Marg (Caminho da Acção). Coloca maior ênfase na necessidade de ganhar a Graça de Deus para alcançar a meta espiritual.

O Sikhismo é uma religião moderna, lógica e prática. Acredita que a vida familiar normal (Grahast) não é uma barreira para a salvação. O celibato ou a renúncia ao mundo não são necessários para alcançar a salvação. É possível viver desapegado em meio aos males e às tentações do mundo. Um devoto deve viver no mundo e ainda assim manter a cabeça acima da tensão e da agitação habituais. Ele deve ser um soldado erudito e santo para Deus.

O Sikhismo é uma "religião secular" cosmopolita e, portanto, rejeita todas as distinções baseadas em casta, credo, raça ou sexo. Acredita que todos os seres humanos são iguais aos olhos de Deus. Os Gurus enfatizaram a igualdade das mulheres e rejeitaram o infanticídio feminino e a prática de Sati (queima de viúvas). Eles também propagaram ativamente o novo casamento das viúvas e rejeitaram o sistema purdah (mulheres usando véus). Para manter a mente focada Nele é preciso meditar no santo Nome (Naam) e realizar atos de serviço e caridade. É considerado honroso ganhar a vida através do trabalho honesto (Kirat Karna) e não da mendicância ou de meios desonestos. Vand Chhakna, compartilhar com outras pessoas, também é uma responsabilidade social. Espera-se que o indivíduo ajude os necessitados, por meio do Daswandh (10% de seus rendimentos). Seva, o serviço comunitário também é parte integrante do Sikhismo. A cozinha comunitária gratuita (langar) encontrada em todos os gurdwara e aberta a pessoas de todas as religiões é uma expressão deste serviço comunitário.

A religião Sikh defende otimismo e esperança. Não aceita a ideologia do pessimismo. Os Gurus acreditavam que esta vida tem um propósito e uma meta. Oferece uma oportunidade para a realização de si mesmo e de Deus. Além disso, o homem é responsável pelas suas próprias ações. Ele não pode reivindicar imunidade em relação aos resultados de suas ações. Ele deve, portanto, estar muito vigilante no que faz.

A Escritura Sikh, Guru Granth Sahib, é o Guru Eterno. Esta é a única religião que deu ao Livro Sagrado o status de preceptor religioso. Não há lugar para um Guru humano vivo (Dehdhari) na religião Sikh.

Importância do turbante

O turbante é e tem sido uma parte inseparável da vida de um Sikh. Por volta de 1500 d.C. e na época do Guru Nanak, o fundador do Sikhismo, os Sikhs adornavam o turbante.

O turbante ou "pagri", muitas vezes abreviado para "pag" ou "dastar", são palavras diferentes em vários dialetos para a mesma coisa. Todas estas palavras referem-se à vestimenta usada tanto por homens como por mulheres para cobrir a cabeça. É um cocar que consiste em um longo pedaço de pano semelhante a um lenço enrolado em volta da cabeça ou às vezes um "chapéu" interno ou patka. Tradicionalmente na Índia, o turbante era usado apenas por homens de alto status na sociedade; homens de status inferior ou de castas inferiores não podiam usar turbante. Embora a manutenção do cabelo não tosado tenha sido ordenada pelo Guru Gobind Singh como um dos Cinco K's ou cinco artigos de fé, há muito tempo está intimamente associada ao Sikhismo desde o início do Sikhi em 1469. O Sikhismo é a única religião do mundo em que o uso de turbante é obrigatório para todos os homens adultos. A grande maioria das pessoas que usam turbantes nos países ocidentais são Sikhs. O Sikh pagdi (também é chamado de dastar, que é uma palavra mais respeitosa em Punjabi para o turbante).

Os Sikhs são famosos por seus muitos e distintos turbantes. Tradicionalmente, o turbante representa respeitabilidade e há muito tempo é um item reservado apenas à nobreza. Durante o domínio Mughal da Índia, apenas os muçulmanos foram autorizados a usar turbante. Todos os não-muçulmanos foram estritamente proibidos de usar pagri.

Guru Gobind Singh, desafiando esta violação por parte dos Mughals, pediu a todos os seus Sikhs que usassem o turbante. Este deveria ser usado em reconhecimento aos elevados padrões morais que ele traçou para seus seguidores Khalsa. Ele queria que seu Khalsa fosse diferente e estivesse determinado a "se destacar do resto do mundo" e a seguir o caminho único traçado pelos Gurus Sikh. Assim, um Sikh com turbante sempre se destacou da multidão, como pretendia o Guru; pois ele queria que seus 'Santos Soldados' não apenas fossem facilmente reconhecíveis, mas também facilmente encontrados. Quando um homem ou mulher Sikh veste um turbante, o turbante deixa de ser apenas uma faixa de pano; pois torna-se a mesma coisa com a cabeça do Sikh. O turbante, assim como os outros quatro artigos de fé usados pelos Sikhs, tem um imenso significado espiritual e temporal. Embora o simbolismo associado ao uso de turbante seja muitos - soberania, dedicação,

respeito próprio, coragem e piedade, mas!, a principal razão pela qual os Sikhs usam turbante é para mostrar - seu amor, obediência e respeito pelo fundador do Khalsa Guru Gobind Singh.

"O turbante é um presente do nosso Guru para nós. É como nos coroamos como Singhs e Kauras que se sentam no trono do compromisso com nossa própria consciência superior. Para homens e mulheres, esta identidade projetiva transmite realeza, graça e singularidade . É um sinal para os outros de que vivemos à imagem do Infinito e nos dedicamos a servir a todos. O turbante não representa nada, exceto compromisso total. Quando você escolhe se destacar amarrando seu turbante, você permanece destemidamente como um único pessoa que se destaca entre seis bilhões de pessoas. É um ato extraordinário."

Papel das mulheres no Sikhismo

Os princípios do Sikhismo afirmam que as mulheres têm as mesmas almas que os homens e possuem o mesmo direito de cultivar a sua espiritualidade. Eles podem liderar congregações religiosas, participar do Caminho Akhand (a recitação contínua das Sagradas Escrituras), realizar Kirtan (canto congregacional de hinos), trabalhar como Granthis (sacerdotes). Eles podem participar de todas as atividades religiosas, culturais, sociais e seculares. O Sikhismo foi a primeira grande religião mundial a dar igualdade a homens e mulheres. Guru Nanak pregou a igualdade baseada em gênero, e os gurus que o sucederam encorajaram as mulheres a participar plenamente em todas as atividades de adoração e prática Sikh. O Guru Granth Sahib afirma,

“Mulheres e homens, todos foram criados por Deus. Tudo isso é brincadeira de Deus. Diz Nanak, toda a tua criação é boa e sagrada ”-SGGS p.304

A história Sikh registrou o papel das mulheres, retratando-as como iguais em serviço, devoção, sacrifício e bravura aos homens. Muitos exemplos de dignidade moral, serviço e auto-sacrifício das mulheres estão escritos na tradição Sikh. De acordo com o Sikhismo, homens e mulheres são as duas faces da mesma moeda. No sistema de inter-relações e interdependência onde o homem nasce da mulher e a mulher nasce da semente do homem. De acordo com o Sikhismo, um homem não pode sentir-se seguro e completo na sua vida sem uma mulher, e o sucesso de um homem está relacionado com o amor e o apoio da mulher que partilha a sua vida com ele, e vice-versa. Guru Nanak disse: “ uma mulher que mantém a raça” e que não devemos “considerar a mulher amaldiçoada e condenada, [quando] da mulher nascem líderes e reis”. SGGS Página 473.

Salvação: Um ponto importante a levantar é se uma religião considera as mulheres capazes de alcançar a salvação, a realização de Deus aqui ou o reino espiritual mais elevado. O Guru Granth Sahib afirma, “Em todos os seres o Senhor permeia, o Senhor permeia todas as formas masculinas e femininas” (Guru Granth Sahib, p.605).

Pela declaração acima do Guru Granth Sahib, a luz de Deus repousa igualmente em ambos os sexos. Tanto homens como mulheres podem, portanto, alcançar

igualmente a salvação seguindo os ensinamentos do Guru. Em muitas religiões, a mulher é considerada um obstáculo à espiritualidade do homem, mas não no Sikhismo. O Guru rejeita isso. Em 'Pensamentos Atuais sobre o Sikhismo', Alice Basarke afirma,

“o primeiro Guru colocou a mulher no mesmo nível do homem... a mulher não era um obstáculo para o homem, mas uma parceira no serviço a Deus e na busca da salvação”.

Casado

Guru Nanak recomendou ghashtha – a vida de um chefe de família. Em vez de celibato e renúncia, marido e mulher eram parceiros iguais e a fidelidade era imposta a ambos. Nos versos sagrados, a felicidade doméstica é apresentada como um ideal acalentado e o casamento fornece uma metáfora corrente para a expressão do amor pelo Divino. Bhai Gurdas, poeta do início do Sikhismo e intérprete autorizado da doutrina Sikh, presta grande homenagem às mulheres. Ele diz: “A mulher, é a preferida na casa dos pais, muito amada pelo pai e pela mãe. Na casa dos sogros, ela é o pilar da família, a garantia da sua boa sorte... Partilhando a sabedoria espiritual e de iluminação e dotada de qualidades nobres, uma mulher, a outra metade do homem, o acompanha até a porta da libertação.” (Varan, v.16) Estatuto de igualdade Para garantir a igualdade de status entre homens e mulheres, os Gurus não faziam distinção entre os sexos em questões de iniciação, instrução ou participação em atividades sangat (comunhão sagrada) e pangat (comer juntos). De acordo com Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, Guru Amar Das desfavoreceu o uso do véu pelas mulheres. Ele designou mulheres para supervisionar algumas comunidades de discípulos e pregou contra o costume de sati. A história Sikh registra os nomes de diversas mulheres, como Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur e Maharani Jind Kaur, que desempenharam papéis importantes nos acontecimentos de seu tempo.

Educação

A educação é considerada muito importante no Sikhismo. É a chave para o sucesso de qualquer pessoa. É um processo de desenvolvimento pessoal e é a razão pela qual o 3º Guru fundou muitas escolas. O Guru Granth Sahib afirma, “Todo conhecimento e contemplação divinos são obtidos através do Guru” (Guru Granth Sahib, p.831).

A educação para todos é essencial e todos devem trabalhar para serem o melhor que podem. Cinquenta e dois dos missionários Sikh enviados pelo terceiro Guru eram mulheres. Em 'O papel e o status das mulheres Sikh', o Dr. Mohinder Kaur Gill escreve: "O Guru Amar Das estava convencido de que nenhum ensinamento pode criar raízes até e a menos que seja aceito pelas mulheres". Restrições em roupas

Além de exigir que as mulheres não usem véu, o Sikhismo faz uma declaração simples, mas muito importante, em relação ao código de vestimenta. Isto se aplica a todos os Sikhs, independentemente do sexo. O Guru Granth Sahib afirma, "Evite usar roupas que deixem o corpo desconfortável e a mente fique cheia de pensamentos malignos." SGGs, página 16

Assim, os Sikhs perceberão que tipo de roupa enche a mente de maus pensamentos e

Humildade é a essência da sua jornada

A humildade é um aspecto importante do Sikhismo. De acordo com isso, os Sikhs devem curvar-se com humildade diante de Deus. Humildade ou Nimrata, em Punjabi são palavras intimamente relacionadas. Nimrata é uma virtude promovida vigorosamente em Gurbani. A tradução desta palavra punjabi é "Humildade", "Benevolência" ou "Humildade". Alguém cuja mente não se distrai com o pensamento de que é melhor ou mais importante que alguém. Área problemática - não é uma frase correta acima. Esta é uma qualidade importante que todos os humanos devem cultivar e que é uma parte essencial da mentalidade de um Sikh, e essa qualidade deve acompanhá-lo em todos os momentos. As outras quatro qualidades do arsenal Sikh são:

Verdade (Sat), Contentamento (Santokh), Compaixão (Daya) e Amor (Pyaar). Essas cinco qualidades são essenciais para um Sikh e é seu dever meditar e recitar Gurbani para inculcar essas virtudes e torná-las parte de sua personalidade. O que Gurbani nos diz: "O fruto da humildade é a paz e o prazer intuitivos. Com humildade eles continuam a meditar em Deus, o tesouro da excelência. O Sikhismo trata a humildade como uma tigela de mendicância diante de Deus", Guru Nanak, primeiro guru do Sikhismo: "Ouvir e acreditar com amor e humildade em sua mente, limpe-se com o Nome, no santuário sagrado profundamente dentro de você." - SGGs Página 4. "Faça do contentamento seus brincos, da humildade sua tigela de mendicância e da meditação as cinzas que você aplica ao seu corpo." -SGGS Página 6. "No reino da humildade, a Palavra é Beleza. Formas de beleza incomparável são formadas ali." SGGs Página 8. "Modéstia, humildade e compreensão intuitiva são minha sogra e meu sogro" -SGGS Página 152.

Jornada em direção à espiritualidade

Guru Granth Sahib é um Guru vivo eterno, uma composição poética de Gurus Sikh, Santos Hindus e Muçulmanos. A compilação é um presente de Deus por meio deles para toda a humanidade. A visão do Guru Granth Sahib é de uma sociedade baseada na justiça Divina sem qualquer tipo de opressão. Embora o Granth reconheça e respeite as escrituras do Hinduísmo e do Islão, isso não implica uma reconciliação moral com nenhuma destas religiões. No Guru Granth Sahib, as mulheres são altamente respeitadas, com papéis iguais aos dos homens. As mulheres têm as mesmas almas que os homens e, portanto, possuem o mesmo direito de cultivar a sua espiritualidade com oportunidades iguais de alcançar a libertação. As mulheres podem participar em todas as atividades religiosas, culturais, sociais e seculares, incluindo liderar congregações religiosas.

O Sikhismo defende a igualdade, a justiça social, o serviço à humanidade e a tolerância para com outras religiões. A mensagem essencial do Sikhismo é a devoção espiritual e a reverência a Deus em todos os momentos, enquanto se pratica os ideais de compaixão, honestidade, humildade e generosidade na vida cotidiana. Os três princípios básicos da religião Sikh são meditar e lembrar de Deus, trabalhar para uma vida honesta e compartilhar com os outros. Parabéns por se esforçar para seguir nesta Jornada Espiritual pela alma. A tradução nunca pode chegar perto do original, especialmente quando o Guru Granth Sahib completo está na poesia e o uso de metáforas torna a tarefa extremamente difícil. Na mensagem divina, histórias mitológicas hindus e muçulmanas são frequentemente usadas: Pralahad, Harnakash, Ixmi, Brahma, etc. Por favor, não as leia literalmente, mas entenda sua mensagem subjacente. O foco está no fato de que Deus é um e ter união com Ele é o objetivo da vida humana.

Este trabalho tem sido feito ao longo dos anos por vários voluntários, para levar até você a mensagem Divina em seu idioma. Se você tiver alguma dúvida, sinta-se à vontade para enviar um e-mail walnut@gmail.com e adoráramos acompanhá-lo nesta jornada.