

# Anand Sahib

viaje hacia la espiritualidad Traducción Española

# **Gutka- Anand Sahib**

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

This Sewa has been done by Sewadars & SikhBookClub.

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

Publisher: SikhBookClub.com

#### ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦ

Ramkali, Mehl Guru Amar Das ji, El tercer canal divino, Anand- La melodía del éxtasis

# ੴਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ॥

Dios es uno que se puede encontrar a través de la gracia del gurú verdadero.

# ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

¡Oh mente mía! Mi mente permanece en éxtasis porque he encontrado al gurú verdadero.

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

He encontrado al gurú verdadero espontáneamente y así la dicha ha nacido en mi mente.

#### ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

Es como si todos los compáses musicales vestidos con joyas y sus familias en cuerpos celestiales vinieran a cantar la palabra del Shabd.

#### ਸਬਦੋ ਤ ਗਾਵਹੂ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

Ellos cantan las alabanzas de aquellos que han consagrado a Dios en su mente.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੂ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

Dice Nanak, encontrando al gurú verdadero he obtenido el estado más elevado de éxtasis. ||1||

# ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੂ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

¡Oh mente mía! Está imbuida en el señor para siempre,

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

¡Oh mente! Así, todas las aflicciones se alejarán de tí.

#### ਅੰਗੀਕਾਰੂ ਓਹੂ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

Él siempre te acompañará y realizará todas tus tareas.

#### ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥ ਸਆਮੀ ਸੋ ਕਿੳ ਮਨਹ ਵਿਸਾਰੇ ॥

El señor que es capaz de hacer todo, ¿Por qué te olvidas de él?

#### ਕਹੈ ਨਾਨਕ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥२॥

Dice Nanak ¡Oh mente mía! Siempre ten fe en el señor. ||2||

#### ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ॥

¡Oh maestro verdadero! ¿Qué existe que no esté ya en tu hogar?

# ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੂ ਕਿਛੂ ਹੈ ਜਿਸੂ ਦੇਹਿ ਸੂ ਪਾਵਏ ॥

Tienes todo, pero solamente a quien tú otorgas, lo recibe.

#### ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੂ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

Los que siempre te alaban, tu nombre llega a habitar en sus mentes.

# ਨਾਮੂ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

En cuya mente llega a habitar tu nombre, la melodía divina resuena en su interior.

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

Dice Nanak ¡Oh maestro verdadero! ¿Qué existe que no esté ya en tu hogar? ||3||

# ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥

El nombre verdadero de Dios es mi soporte.

# ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

Su nombre verdadero es mi soporte, quien ha saciado todo tipo de hambre.

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

El nombre que ha cumplido todos los deseos de mi mente y ha transportado mi mente al estado de éxtasis.

# ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੂ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੂ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

Ofrezco mi ser en sacrificio al gurú quien me ha bendecido con tanta gloria.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੋ ॥

Dice Nanak ¡Oh santos! Escúchame con atención, amen la palabra del gurú.

#### ਸਾਚਾ ਨਾਮ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥৪॥

El nombre verdadero de Dios es el soporte de mi vida. ||4||

#### ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੂ ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ॥

La melodía celestial de las cinco instrucciones (el sitar, el tambor, la batería, las campanillas, la concha) resuena en aquél hogar afortunado.

# ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੂ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

En donde Dios ha imbuido su poder.

#### ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੂ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

¡Oh Dios! Has derrotado a la muerte conquistando a los cinco enemigos (lujuria, enojo, ego, avaricia, apego).

# ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ਪਾਇਆ ਤੁਧੂ ਜਿਨ ਕਉ ਸਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਕੈ ਲਾਗੇ॥

Sólo aquellos que lo tienen escrito así en su destino desde el principio, se absorben en el nombre de Dios.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੂ ਤਹ ਸੁਖੂ ਹੋਆ ਤਿਤੂ ਘਰਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ ॥੫॥

Dice Nanak , la melodía divina resuena en mi interior y he encontrado la paz. ||5||

# ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੂ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

Sin entonar en el señor, inútil es el cuerpo.

# ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

¿Qué puede hacer mi cuerpo inútil sin entonar en el señor?

# ਤਧ ਬਾਝ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

¡Oh maestro! No hay nadie más que tú, ten piedad.

# ਏਸ ਨੳ ਹੋਰ ਥਾੳ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

Sin tí, este cuerpo no tiene ningún soporte, entonando la palabra se puede embellecer.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

Dice Nanak, ¿Sin entonar en el señor de qué sirve mi cuerpo inútil? ||6||

# ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੂ ਕੋ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੂ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

Todos hablan de éxtasis , pero he conocido el verdadero éxtasis a través del gurú.

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

Conocí lo que es el verdadero éxtasis de mi gurú que siempre a sus sirvientes.

# ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੂ ਸਾਰਿਆ ॥

Por su gracia, el gurú destruye todos los pecados y aplica el Kohl de la sabiduría en nuestros ojos.

# ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

Los que se han desprendido de todo, el señor verdadero ha embellecido su vida a través de la palabra verdadera.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਅਨੰਦੂ ਹੈ ਆਨੰਦੂ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥੭॥

Dice Nanak, este es el verdadero éxtasis que uno podrá lograr sólo a través del gurú. ||7||

# ਬਾਬਾ ਜਿਸੂ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੂ ਪਾਵੈ॥

¡Oh Dios! A quién tú lo das, él lo recibe.

# ਪਾਵੈ ਤ ਸੋ ਜਨੂ ਦੇਹਿ ਜਿਸ ਨੋ ਹੋਰਿ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਵੇਚਾਰਿਆ ॥

Solamente aquél a quien tú mismo das, lo recibe. ¿Qué puede hacer el inmortal?

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

Algunos se han desviado del camino y vagan por cuatro direcciones, mientras que hay algunos que han embellecido sus vidas aferrándose al nombre.

#### ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੂ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੂ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥

A los que le complacen la voluntad de Dios, sus mentes se han vuelto inmaculadas por la gracia del gurú.

#### ਕਹੈ ਨਾਨਕੂ ਜਿਸੂ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੋਈ ਜਨੂ ਪਾਵਏ ॥੮॥

Dice Nanak, a quien el señor ama, él recibe su amor. ||8||

#### ਆਵਹੂ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਹੋ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥

¡Oh queridos santos! Vengan, vamos a cantar las alabanzas del señor inefable.

# ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ॥

Vamos a hablar del señor inefable y pensar en la manera de encontrarlo.

#### ਤਨੂ ਮਨੂ ਧਨੂ ਸਭੂ ਸਊਪਿ ਗੂਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥

El señor es obtenido al entregar el cuerpo, la mente, la riqueza y todo al gurú.

# ਹੁਕਮੂ ਮੰਨਿਹੂ ਗੁਰੂ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੂ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Fluye en la voluntad del gurú y canta la verdadera palabra del Shabd.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਿਬਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥

Dice Nanak ¡Oh santos escuchen! Reciten el evangelio inefable del señor. ||9||

# ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੂਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

¡Oh mente caprichosa! Nadie ha podido encontrar a Dios a través de la astucia.

# ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

¡Oh mente mía! Escúchame con atención, nadie ha podido encontrar a Dios con la astucia.

#### ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੂ ਭਰਮਿ ਭੂਲਾਇਆ ॥

Maya es una seductora que ha seducido a todos.

# ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

Maya también fue creada por el señor y fue él quien nos dio la poción del apego a Maya.

#### ਕਰਬਾਣ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹ ਜਿਨਿ ਮੋਹ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

Ofrezco mi ser en sacrificio a Dios, quien ha puesto en mí el dulce deseo de su nombre.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੂ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੂਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

Dice Nanak ¡Oh mente caprichosa! Nadie ha podido encontrar a Dios a través de la astucia. ||10||

#### ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੂ ਸਮਾਲੇ॥

¡Oh mi mente querida! Siempre medita en la verdad.

# ਏਹੂ ਕੁਟੰਬੂ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

La familia que ves no ha de acompañarte en el más allá

# ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੂ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੂ ਲਾਈਐ॥

¿Por qué preocuparse de la familia que no irá contigo?

# ਐਸਾ ਕੰਮੂ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੂ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ॥

No hagas acciones de las que te arrepentirás al final.

# ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

Escucha la palabra del gurú verdadero que te acompañará siempre.

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

Dice Nanak, ¡Oh mente querida! Siempre medita en la verdad. ||11||

# ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥

¡Oh señor insondable e imperceptible. Nadie ha podido encontrar tus límites.

# ਅੰਤੋ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੂ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥

Nadie ha podido encontrar tus límites, tú mismo conoces a tu ser.

# ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਖੇਲੂ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੋ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥

Todos los seres vivos y la creación entera es tu juego, ¿Qué puede uno recitar de tu gloria?

# ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੂ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੂ ਉਪਾਇਆ ॥

El que ha creado este mundo, tú hablas y observas todo a través de todos.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤੂ ਸਦਾ ਅਗੰਮੂ ਹੈ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੨॥

Dice Nanak, tú siempre eres inalcanzable, nadie ha podido encontrar tus límites. ||12||

#### ਸੂਰਿ ਨਰ ਮੂਨਿ ਜਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤੂ ਖੋਜਦੇ ਸੂ ਅੰਮ੍ਰਿਤੂ ਗੂਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥

El néctar lo que buscan los ángeles, los humanos y los videntes, he encontrado ese néctar a través del gurú.

#### ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

Por la gracia he encontrado el néctar y mi mente ha sido transportada al estado de éxtasis.

#### ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੂ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

¡Oh Dios! Tú has creado todas las criaturas, pero excepcional es aquél que ha podido tener la visión del gurú y tocar sus pies.

# ਲਬੂ ਲੋਭੂ ਅਹੰਕਾਰੂ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

Su avaricia, apego y ego fueron disipados y sólo le place el gurú.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਤੂਠਾ ਤਿਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥੧੩॥

Dice Nanak, aquél, con quien el señor está complacido, recibe el néctar ambrosial del gurú. ||13||

#### ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

La conducta de la vida de los devotos es distinta a la de los demás.

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

Prodigiosa es la vida de los Devotos, pues tienen que caminar por un sendero difícil

# ਲਬੂ ਲੋਭੂ ਅਹੰਕਾਰੂ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੂ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

Ellos se deshacen de la avaricia, el apego, el ego y no parlotean.

#### ਖੰਨਿਅਹ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹ ਨਿਕੀ ਏਤ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

El sendero por el que caminan los Gurmukhs es más filoso que una daga y más fino que un cabello.

#### ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੂ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

Los que han desechado su ego por la gracia del gurú, sus esperanzas se inmergen en el señor.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

Dice Nanak, la conducta de la vida ha sido distinta a la de los otros a lo largo de las épocas. ||14||

# ਜਿਉ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵ ਚਲਹ ਸੁਆਮੀ ਹੋਰੂ ਕਿਆ ਜਾਣਾ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ॥

¡Oh señor! Así como nos conduces, así caminamos. No conozco tus virtudes.

# ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ॥

Así como nos haces caminar, caminamos y en cualquier sendero nos colocamos.

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

A los que pones en la remembranza de tu nombre, siempre fijan su mente en tí.

# ਜਿਸ ਨੋ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

A los que recitas tu evangelio, encuentran la paz en la puerta del gurú.

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

Dice Nanak ¡Oh maestro verdadero! Así como deseas tú, así nos haces caminar. ||15||

#### ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

La palabra bella es la melodía del éxtasis.

#### ਸਬਦੋ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥

El gurú verdadero siempre ha cantado la melodía del éxtasis de la palabra bella.

# ਏਹੂ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੂਰਹੂ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

Esa palabra ha llegado a habitar en la mente de aquellos que lo tienen escrito así en su destino desde el principio.

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

Muchos siguen divagando y parlotean, pero no obtienen nada por hablar y hablar.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੂ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

Dice Nanak, la palabra del gurú verdadero es la melodía del éxtasis. ||16||

#### ਪਵਿਤੂ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥

Los que han meditado en Dios, se vuelven puros.

# ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤ ਹੋਏ ਗਰਮਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

Solamente aquellos que se han vuelto Gurmukhs (el discípulo del gurú), se han vuelto puros meditando en Dios.

# ਪਵਿਤੂ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਊ ਪਵਿਤੂ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

Se han vuelto puros juntos con sus padres y su familia y también sus acompañantes se han vuelto puros.

#### ਕਹਦੇ ਪਵਿਤ ਸਣਦੇ ਪਵਿਤ ਸੇ ਪਵਿਤ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

Los que han recitado el nombre de Dios con su boca, lo escuchado con sus oídos y lo enaltecido en su mente se han vuelto puros.

#### ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਪਵਿਤੂ ਜਿਨੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥੧੭॥

Dice Nanak, los que han meditado en Dios volviéndose Gurmukhs se han vuelto puros. ||17||

#### ਕਰਮੀ ਸਹਜੂ ਨ ਉਪਜੈ ਵਿਣੂ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ॥

Ni aún con acciones puras llega la paz a la mente y sin paz la duda persiste.

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

La duda no se esfuma de la mente de ninguna manera por más que uno intente.

# ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੂ ਹੈ ਕਿਤੂ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ॥

La mente se ha ensuciado por la mugre de duda ¿Cómo se puede purificar?

# ਮੰਨੂ ਧੋਵਹੂ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੂ ਹਰਿ ਸਿਊ ਰਹਹੂ ਚਿਤੂ ਲਾਇ॥

Entona tu ser en la palabra y fija tu mente en Dios, así se limpiará tu alma.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਸਹਜੂ ਉਪਜੈ ਇਹੂ ਸਹਸਾ ਇਵ ਜਾਇ ॥੧੮॥

Dice Nanak, por la gracia del gurú, la paz llega a la mente y así la duda es disipada. ||18||

# ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

Algunos son impuros por dentro, pero aparentan ser puros por fuera.

# ਬਾਹਰਹ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥

Los que aparentan ser puros por fuera y son impuros por dentro, han perdido el juego de su vida.

#### ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗ ਲਗਾ ਮਰਣ ਮਨਹ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥

Están afligidos por la enfermedad de los deseos y se han olvidado de su muerte.

# ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੂ ਉਤਮੂ ਸੋ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥

También en las vedas es aclamada la gloria del nombre de Dios, pero esas personas no lo escuchan y divagan como si fueran fantasmas.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੂ ਜਿਨ ਸਚੂ ਤਜਿਆ ਕੂੜੇ ਲਾਗੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੂ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥੧੯॥

Dice Nanak, los que se han aferrado a la falsedad abandonando la verdad, han perdido su vida preciosa en el juego. ||19||

# ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

Muchos son inmaculados por fuera y por dentro.

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

Esas personas ganan la riqueza de las acciones piadosas por la instrucción del gurú verdadero.

# ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥

La falsedad no les toca y ellos siempre están absortos en la verdad.

#### ਜਨਮੂ ਰਤਨੂ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

Benditos son los mercaderes que han ganado el premio de la vida eterna.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਮੰਨੂ ਨਿਰਮਲੂ ਸਦਾ ਰਹਹਿ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥੨੦॥

Dice Nanak, cuya mente es inmaculada, siempre se quedan con el gurú. ||20||

# ਜੇ ਕੋ ਸਿਖੂ ਗੁਰੂ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੂ ਹੋਵੈ ॥

Si un discípulo voltea hacia el gurú.

# ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

Si un discípulo voltea hacia el gurú, siempre está con el gurú con su corazón.

# ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ॥

Él medita en los pies del gurú con su corazón y en lo profundo de su alma, permanece sumergido en él.

# ਆਪੁ ਛਡਿ ਸਦਾ ਰਹੈ ਪਰਣੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਅਵਰੂ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਏ ॥

Él se deshace de su orgullo y se apoya en el gurú y no conoce a nadie más que al gurú.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੂ ਸੁਣਹੂ ਸੰਤਹੂ ਸੋ ਸਿਖੂ ਸਨਮੁਖੂ ਹੋਏ ॥੨੧॥

Dice Nanak ¡Oh santos! Escúchame con atención. Sólo ese discípulo voltea hacia el gurú. ||21||

# ਜੇ ਕੋ ਗੁਰ ਤੇ ਵੇਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ਬਿਨੂ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਵੈ ॥

Si un discípulo le voltea la espalda al gurú, no será salvado sin el gurú.

# ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੂ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

Él no encontrará la salvación en ningún lado, pregunta a cualquier sabio si existe alguna otra forma de ser salvado.

# ਅਨੇਕ ਜੂਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੂ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

Esa persona vagará por millones de encarnaciones, pero sin encontrar al gurú no será salvada.

# ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

Sólo obtendrá la salvación, cuando el gurú recite en su corazón la palabra del Shabd del señor.

#### ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਵੀਚਾਰਿ ਦੇਖਹੁ ਵਿਣੂ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥੨੨॥

Dice Nanak, pregunta a cualquier sabio si existe alguna otra forma de salvar a aquél que le voltea la espalda a Dios. ||22||

# ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੂ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

¡Oh queridos discípulos del gurú! Canten la palabra verdadera.

#### ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੂ ਗੁਰੂ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

Sólo canta la palabra del gurú, que es la más sublime.

# ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੂ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

Los que tienen la gracia del señor, la palabra se inmerge en su corazón.

# ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

Bebe el néctar ambrosial del nombre, está imbuido en el señor y recita siempre su nombre.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕ ਸਦਾ ਗਾਵਹ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥

Dice Nanak, canten la palabra del Shabd. ||23||

#### ਸਤਿਗਰ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥

Falsa es la palabra que no proviene del gurú verdadero, la verdadera palabra es sólo que proviene de la boca del gurú verdadero.

#### ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੂ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥

Falsas es la palabra que no proviene del gurú verdadero.

#### ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀਂ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥

Falsos son aquellos que recitan y escuchan la palabra falsa y los falsos sólo recitan la palabra falsa.

#### ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੂ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Esas personas siempre recitan el nombre de Dios, pero no conocen nada sobre él.

#### ਚਿਤੂ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੋਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥

Cuya conciencia es engañada por Maya, siempre parlotean.

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

Dice Nanak, verdadera es la palabra que proviene del gurú verdadero, todas las demás palabras son falsas. ||24||

# ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੂ ਰਤੰਨੂ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੂ ਜੜਾਉ ॥

La palabra del gurú es una preciosa joya que está engarzada por diamantes.

#### ਸਬਦੂ ਰਤਨੂ ਜਿਤੂ ਮੰਨੂ ਲਾਗਾ ਏਹੂ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥

Cuya mente se aferra a la joya preciosa de la palabra, se sumerge en ella.

# ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੂ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ॥

Cuya mente se mezcla con la palabra, se enamora de la verdad.

#### ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੋ ਦੇਇ ਬਝਾਇ॥

Dios mismo es la joya de la palabra y el diamante del gurú, aquél a quien él le da la palabra, conoce esta verdad.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੂ ਰਤਨੂ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੂ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥

Dice Nanak, la palabra del gurú es una joya preciosa que está engarzada por los diamantes de virtudes. ||25||

# ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ੳਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹਕਮ ਵਰਤਾਏ ॥

El señor mismo creó el alma y el cuerpo y todo está sujeto a su voluntad.

# ਹੁਕਮੂ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥

Imponiendo su voluntad, él mismo observa a su creación , pero sólo un Gurmukh conoce este misterio.

#### ਤੋੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮਕਤ ਸਬਦ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ॥

En cuya mente habita la palabra, se libera de todas las amarras mundanas.

# ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਵੈ ਏਕਸ ਸਿਊ ਲਿਵ ਲਾਏ ॥

Sólo aquél que es bendecido por Dios voltea hacia él y medita en Dios.

#### ਕਹੈ ਨਾਨਕ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹਕਮ ਬਝਾਏ ॥੨੬॥

Dice Nanak, el señor creador revela por sí mismo su voluntad. ||26||

# ਸਿਮ੍ਰਿਤ ਸਾਸਤ੍ਰ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Las Smritis y los textos semíticos hablan de lo bueno y de lo bueno, pero no conocen la esencia de la realidad.

# ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

Sin el gurú , la esencia de la realidad no es conocida.

# ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੂ ਭ੍ਰਮਿ ਸੂਤਾ ਸੂਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

El mundo entero está envuelto en las tres cualidades de Maya y es adormecido por la ignorancia y pasa la noche (vida) así.

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

Solamente aquellos están despiertos del sueño de la ignorancia por la gracia del gurú, en cuya mente habita el señor y que recitan la palabra ambrosial.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੋ ਤਤੁ ਪਾਏ ਜਿਸ ਨੋ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ ਜਾਗਤ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥੨੭॥

Dice Nanak, conocen la esencia de la realidad sólo aquellos que están imbuidos en el amor por el señor noche y día y siempre permanecen despiertos. ||27||

# ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੂ ਵਿਸਾਰੀਐ॥

¿Por qué olvidarnos de aquél que nos da el sustento , aún en el vientre materno?

# ਮਨਹੂ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੂ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੂ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

Él es el gran dador, ¿Cómo nos podemos olvidar de él que nos alimenta en el fuego de la matriz?

#### ਓਸ ਨੋ ਕਿਹੂ ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੀ ਜਿਸ ਨਉ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਲਾਵਏ ॥

A quien el señor atrae a su servicio, ninguna aflicción le puede tocar.

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

La verdad es que el señor mismo nos atrae a su servicio y deberíamos recordarlo siempre.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੂ ਦਾਤਾ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੂ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

Dice Nanak ¿Por qué olvidarnos de aquél gran dador? ||28||

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

El fuego que está en el vientre materno, está fuera también.

# ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੂ ਰਚਾਇਆ ॥

El fuego de Maya y el fuego del vientre son similares y un juego creado por el señor.

#### ਜਾ ਤਿਸੂ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

Por la voluntad del señor, uno nace en este mundo, así la familia estuvo muy complacida.

#### ਲਿਵ ਛੂੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੂ ਵਰਤਾਇਆ ॥

Cuando uno nació, se desapegó de Dios y se apegó a los deseos y Maya empezó a controlar a él.

# ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੂ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੋਹੂ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

Por maya uno se olvida del señor y el apego y la dualidad nacen en su mente.

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

Dice Nanak, los que se han enamorado de Dios por la gracia del gurú , han encontrado a Dios en medio de Maya. ||29||

#### ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੂ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

Dios es invaluable y está más allá de todo valor.

# ਮਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੂ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥

No por ningún esfuerzo se puede estimar su valor, aunque muchos han intentado, nadie ha logrado estimarlo.

# ਐਸਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤਿਸ ਨੋ ਸਿਰੂ ਸਉਪੀਐ ਵਿਚਹੂ ਆਪੂ ਜਾਇ॥

Entrega tu cuerpo cuando te encuentres con el gurú verdadero, así la maldad de tu mente será eliminada.

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

El que ha dado la vida, si uno entona en él entonces el señor habita en su mente.

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

¡Oh Nanak! Dios está más allá de todo valor y bendito es aquél que lo encuentra. ||30||

#### ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੂ ਵਣਜਾਰਾ ॥

El nombre de Dios es mi riqueza y mi mente es el mercader.

# ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੂ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੂਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥

Mi mente es el mercader y el nombre de Dios es mi riqueza ,he conocido esa verdad a través del gurú verdadero.

#### ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੂ ਜੀਅਹੂ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੂ ਦਿਹਾੜੀ॥

Recita el nombre de Dios con tu corazón noche y día y gana las ganancias del nombre todos los días.

#### ਏਹੂ ਧਨੂ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥

Sólo aquellos a quienes el señor ha dado por su voluntad, han recibido esa riqueza de su nombre.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੂ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੂ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥

Dice Nanak, El nombre de Dios es mi riqueza y mi mente se ha vuelto un mercader. ||31||

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

¡Oh lengua! Estás imbuida en otros sabores, pero tu sed nunca se sacia.

# ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ਹੋਰਤੂ ਕਿਤੈ ਜਿਚਰੂ ਹਰਿ ਰਸੂ ਪਲੈ ਨ ਪਾਇ ॥

Tu sed no será saciada por ningún sabor, a no ser que bebas el néctar ambrosial del nombre de Dios.

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

Recibe el néctar ambrosial y lo bebe porque al beber ese néctar la sed será saciada para siempre.

#### ਏਹੂ ਹਰਿ ਰਸੂ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੂਰੂ ਮਿਲੈ ਜਿਸੂ ਆਇ ॥

Ese néctar ambrosial es obtenido por las acciones piadosas, cuando se encuentra al gurú verdadero.

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

Dice Nanak, cuando el señor llega a habitar en la mente, uno se olvida de los demás sabores. ||32||

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

¡Oh cuerpo mío! Cuando el señor puso luz en tí, llegaste a este mundo.

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

Cuando el señor puso luz en tí, llegaste a este mundo.

# ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੂ ਦਿਖਾਇਆ ॥

Él mismo es la madre y el padre de todos que ha creado todo.

#### ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੂ ਹੋਆ ਚਲਤੂ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

Pero cuando conocí la esencia de todo por la gracia del gurú, llegué a entender que todo el mundo es nada más que un teatro.

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

Dice Nanak, cuando el señor creó el universo entonces puso su luz en tí y así llegaste a este mundo. ||33||

#### ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੂ ਸੁਣਿਆ ॥

Mi mente se pone en éxtasis escuchando que el señor va a llegar a mi hogar.

# ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

¡Oh mi amiga! Canta las alabanzas del señor, este hogar del corazón se ha convertido en un templo.

# ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੋਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥

¡Oh amiga! Cantando las alabanzas de Dios sin parar, no nos tocan ninguna tristeza y ninguna preocupación.

# ਗਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰ ਜਾਪਏ ॥

Bendito fue el día cuando mi mente se aferró a los pies del gurú y yo percibí al señor.

# ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੂ ਹਰਿ ਰਸੂ ਭੋਗੋ ॥

He podido escuchar la melodía divina a través de la palabra del gurú, ahora recito el nombre de Dios y disfruto del néctar ambrosial.

#### ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੋ ॥੩੪॥

Dice Nanak, el señor que es el hacedor y la causa de todo mismo me ha encontrado. ||34||

# ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਇਸ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇ ਕੈ ਕਿਆ ਤਧ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ॥

¡Oh cuerpo mío! ¿Qué buenas acciones has hecho después de llegar a este mundo?

#### ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤਧ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

¡Oh cuerpo mío! ¿Qué es lo que has hecho después de llegar a este mundo?

# ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੂ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

El señor que te creó, no lo has atesorado en tu mente.

# ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥

Por la gracia del gurú, el señor llegó a habitar en las mentes de aquellos que lo tienen escrito así en su destino predeterminado por las acciones buenas realizadas en la vida anterior.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਪਰਵਾਣੂ ਹੋਆ ਜਿਨਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਿਊ ਚਿਤੂ ਲਾਇਆ ॥੩੫॥

Dice Nanak, el que ha fijado su mente en el gurú verdadero, su cuerpo se volvió fructífero. ||35||

# ਏ ਨੇਤ੍ਰਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਧਰੀ ਹਰਿ ਬਿਨੂ ਅਵਰੂ ਨ ਦੇਖਹੂ ਕੋਈ ॥

¡Oh ojos míos! No vean a nada más que la luz puesta por dentro de tí por Dios.

# ਹਰਿ ਬਿਨੂ ਅਵਰੂ ਨ ਦੇਖਹੂ ਕੋਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥

No vean a nadie más que al señor porque por su gracia, has bendecido con la vista.

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

Este mundo que ven es la manifestación del señor, en verdad es al señor a quien contemplan.

#### ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਜਾ ਵੇਖਾ ਹਰਿ ਇਕੂ ਹੈ ਹਰਿ ਬਿਨੂ ਅਵਰੂ ਨ ਕੋਈ ॥

Por la gracia del gurú he conocido esta verdad, a donde sea que yo vea, veo a Dios y a nadie más.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੂ ਏਹਿ ਨੇਤ੍ਰ ਅੰਧ ਸੇ ਸਤਿਗੂਰਿ ਮਿਲਿਐ ਦਿਬ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਹੋਈ ॥੩੬॥

Dice Nanak, estaba ciego, pero cuando encontré al gurú verdadero he encontrado la vista divina. ||36||

# ਏ ਸ੍ਵਣਹੂ ਮੇਰਿਹੋ ਸਾਚੈ ਸੂਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ॥

¡Oh mis oídos! Ustedes fueron creados para escuchar sólo la verdad.

# ਸਾਚੈ ਸੂਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੂਣਹੂ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥

Fueron creados como una parte del cuerpo para escuchar la verdad y por eso, siempre escucha la verdadera palabra,

#### ਜਿਤੂ ਸੁਣੀ ਮਨੂ ਤਨੂ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥

Escuchando a la cual la mente florece y la lengua se absorbe en el sabor del néctar ambrosial.

#### ਸਚੂ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ॥

El Señor es maravilloso e insondable y nadie puede describir su estado.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੂ ਸੁਣਹੂ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋਵਹੂ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥੩੭॥

Dice Nanak, escucha el nombre ambrosial y vuélvete puro, Dios te ha enviado a esta tierra para escuchar la verdad. ||37||

# ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੂ ਵਜਾਇਆ ॥

Poniendo el alma en la cueva del cuerpo el señor tocó el instrumento hecho por la respiración.

# ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੂ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੂ ਰਖਾਇਆ ॥

Es decir, él imbuyó la respiración en el cuerpo humano e hizo las nueve puertas de la cueva del cuerpo humano (ojos, oídos, boca, nariz etc) y escondió la décima puerta.

# ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੂ ਦਿਖਾਇਆ ॥

Amando al gurú, él me reveló la décima puerta.

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

En la décima puerta están las maravillas formas y el nombre de Dios. Es tan inefable que no se puede conocer su misterio.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੂ ਹਰਿ ਪਿਆਰੈ ਜੀਉ ਗੂਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੂ ਵਜਾਇਆ ॥੩੮॥

Dice Nanak, señor querido puso el alma en la cueva del cuerpo e imbuyó la respiración en él. ||38||

#### ਏਹ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹ ॥

Canta los himnos verdaderos de Dios estando en la sociedad de los santos.

#### ਗਾਵਹੂ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੂ ਧਿਆਵਹੇ॥

Canta los himnos verdaderos estando en aquél lugar verdadero (Saad Sangat), donde siempre se medita en la verdad.

#### ਸਚੋਂ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੂ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥

¡Oh Dios! Solamente aquellos, con quienes estás complacido y a quienes bendices con la sabiduría a través del gurú, meditan en la encarnación de la verdad (Dios).

# ਇਹੁ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਖਸਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਬਖਸੇ ਸੋ ਜਨੁ ਪਾਵਹੇ ॥

Esta encarnación de la verdad es el maestro de todos y solamente aquél, a quien él mismo bendice con la verdad, él la recibe.

# ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੂ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥

Dice Nanak, Canta los himnos verdaderos de Dios estando en la sociedad de los santos. ||39||

# ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥

¡Oh afortunados! Escucha la melodía del éxtasis con fe y así lograrás todo lo que quieras.

#### ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੂ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੂਰੇ ॥

El que ha encontrado al señor supremo, todas sus aflicciones se alejan de él.

#### ਦੁਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ੳਤਰੇ ਸਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ॥

El que ha escuchado la palabra verdadera, todas sus enfermedades y penas se acaban.

# ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥

Los que han conocido esta palabra a través del gurú perfecto, han logrado el éxtasis.

# ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥

Los que escuchan esa palabra se vuelven inmaculados y los que la recitan también se vuelven inmaculados. El gurú verdadero prevalece en su palabra.

# ਬਿਨਵੰਤਿ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਚਰਣ ਲਾਗੇ ਵਾਜੇ ਅਨਹਦ ਤੂਰੇ ॥੪੦॥੧॥Dice Nanak, aferrándose la mente en los pies del gurú, la melodía divina resuena en el interior. ||40||1||

# Un viaje hacia la espiritualidad

Guru Granth Sahib es un gurú eterno, una composición poética de gurús sikh, santos hindúes y musulmanes. La compilación es un regalo de Dios a través de ellos a toda la humanidad. La visión del Gurú Granth Sahib es la de una sociedad basada en la justicia Divina sin opresión de ningún tipo.

Si bien Granth reconoce y respeta las escrituras del hinduismo y el Islam, no implica una reconciliación moral con ninguna de estas religiones. En Guru Granth Sahib, las mujeres son muy respetadas con los mismos roles que los hombres. Las mujeres tienen las mismas almas que los hombres y, por lo tanto, poseen el mismo derecho a cultivar su espiritualidad con las mismas posibilidades de lograr la liberación. Las mujeres pueden participar en todas las actividades religiosas, culturales, sociales y seculares, incluidas las principales congregaciones religiosas. El sijismo aboga por la igualdad, la justicia social, el servicio a la humanidad y la tolerancia hacia otras religiones. El mensaje esencial del sijismo es la devoción espiritua y la reverencia a Dios en todo momento mientras se practican los ideales de compasión, honestidad, humildad y generosidad en la vida cotidiana. Los tres principios fundamentales de la religión sij son meditar y recordar a Dios, trabajar para vivir una vida honesta y compartir con los demás.

Felicitaciones por hacer un esfuerzo para emprender este Viaje Espiritual para el alma. La traducción nunca puede estar cerca del original, especialmente cuando el Gurú Granth Sahib completo está en poesía y el uso de metáforas hace que la tarea sea extremadamente difícil. En el mensaje Divino, las historias mitológicas hindúes y musulmanas se utilizan a menudo Pralahad, Harnakash, laxmi, Brahma, etc. Por favor, no las lea literalmente, pero comprenda su mensaje subyacente. El enfoque está en el hecho de que Dios es uno y tener unión con Él es la meta de la vida humana.

Este trabajo ha sido realizado durante años por varios voluntarios, para llevarles el mensaje Divino en su idioma. Si tiene alguna pregunta, no dude en enviarun correo electrónico a walnut@gmail.com y nos encantaría acompañarlo en este viaje.