



Asa Di Vaar

Taith tuag at ysbrydolrwydd
Cyfieithiad Cymraeg

Mynegai

1.	Asa Di Vaar -----	1
2.	Ardas-Gweddi-----	58
3.	Llwybr yr Enaid -----	62
4.	Athroniaeth ar gyfer y Daith -----	64
5.	Rôl Merched -----	66
6.	Pwysigrwydd Tyrban -----	70
7.	Hanfod allweddol gostyngeiddrwydd yn eich Taith-----	72



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

This Sewa has been done by Sewadars & SikhBookClub.

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

Publisher

© Sikhbookclub.com

Chino, Ca 91710

ੴ ਸਤਿਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

holl-dreiddio. Nid oes ganddo ofn, dim casineb. Mae ei fodolaeth y tu hwnt i amser. Mae y tu hwnt i gylch genedigaeth a marwolaeth. Mae'n hunan-oleuedig. Gellir ei wireddu gan Grace y Guru.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Raag Aasaa, Guru Cyntaf:

ਵਾਰ ਸਲੋਕਾ ਨਾਲਿ ਸਲੋਕ ਭੀ ਮਹਲੇ ਪਹਿਲੇ ਕੇ ਲਿਖੇ ਟੁੰਡੇ ਅਸ ਰਾਜੈ ਕੀ ਧੁਨੀ ॥

Vaar gyda slokas, slokas a ysgrifennwyd hefyd gan y Guru Cyntaf, i'w canu i dôn 'Tunda-As Raajaa':

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਬਲਿਹਾਰੀ ਗੁਰ ਆਪਣੇ ਦਿਉਹਾੜੀ ਸਦ ਵਾਰ ॥

Rwy'n ildio fy hun yn gariadus i'm Guru am byth;

ਜਿਨਿ ਮਾਣਸ ਤੇ ਦੇਵਤੇ ਕੀਏ ਕਰਤ ਨ ਲਾਗੀ ਵਾਰ ॥੧॥

sydd wedi dyrchafu bodau dynol yn ysbrydol i angylion ac wrth wneud hyn, ni chymerodd unrhyw amser.

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਜੇ ਸਉ ਚੰਦਾ ਉਗਵਹਿ ਸੂਰਜ ਚੜਹਿ ਹਜਾਰ ॥

Pe bai cant o leuadau yn codi a mil o haul yn ymddangos,

ਏਤੇ ਚਾਨਣ ਹੋਦਿਆਂ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਘੋਰ ਅੰਧਾਰ ॥੨॥

hyd yn oed gyda chymaint o olau, byddai tywyllwch traw heb y Guru o hyd. (sy'n golygu ni waeth faint o wybodaeth y gallwn ei chael o ffynonellau eraill, heb y Guru ni allwn gael y gwir oleuedigaeth neu ddoethineb ddwyfol).

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਨਾਨਕ ਗੁਰੂ ਨ ਚੇਤਨੀ ਮਨਿ ਆਪਣੈ ਸੁਚੇਤ ॥

O 'Nanak, y rhai nad ydynt yn cofio'r Guru ac sy'n meddwl amdanynt eu hunain i fod yn glyfar iawn.

ਛੁਟੇ ਤਿਲ ਬੁਆੜ ਜਿਉ ਸੁੰਵੇ ਅੰਦਰਿ ਖੇਤ ॥

Maent yn ddigroeso fel y planhigion sesame ffug sy'n parhau i fod wedi'u gadael ar y fferm.

ਖੇਤੈ ਅੰਦਰਿ ਛੁਟਿਆ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸਉ ਨਾਹ ॥

O 'Nanak, a thrwy hynny adael ei ben ei hun, maent yn edrych yn ddiflas fel y rhai sydd yn lle un meistr yn cael cannoedd o feistri (ac felly dim meistr go iawn)

ਫਲੀਅਹਿ ਫੁਲੀਅਹਿ ਬਪੁੜੇ ਭੀ ਤਨ ਵਿਚਿ ਸੁਆਹ ॥੩॥

Mae'n ymddangos bod y planhigion sesame ffug yn blodeuo ac yn ffynnu ond nid ydynt wedi'u llenwi â dim byd ond lludw. Yn yr un modd mae'r rhai, nad ydyn nhw'n dilyn dysgeidiaeth y Guru, yn farw yn ysbrydol er gwaethaf bod yn llewyrchus.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਆਪੀਨ੍ਹਰੈ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ ਆਪੀਨ੍ਹਰੈ ਰਚਿਓ ਨਾਉ ॥

Creodd Duw ei Hun, ac Ef Ei Hun a greodd Ei ogoniant.

ਦੁਯੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜੀਐ ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੇ ਚਾਉ ॥

Yn ail, lluniodd y greadigaeth; gan dreiddio o fewn y greadigaeth, Mae'n ei weld â hyfrydwch.

ਦਾਤਾ ਕਰਤਾ ਆਪਿ ਤੂੰ ਤੁਸਿ ਦੇਵਹਿ ਕਰਹਿ ਪਸਾਉ ॥

O' Dduw, Chi Eich Hun yw cymwynaswr a Chreawdwr pob bod, a thrwy Eich Pleser, Rydych yn rhoi Eich gras arnynt.

ਤੂੰ ਜਾਣੇਈ ਸਭਸੈ ਦੇ ਲੈਸਹਿ ਜਿੰਦੁ ਕਵਾਉ ॥

Chi yw Gwybodwr pawb; Rydych chi'n rhoi bywyd, ac yn ei dynnu i ffwrdd gan Eich gair yn unig.

ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੇ ਚਾਉ ॥੧॥

Yn treiddio o fewn y greadigaeth, Rydych chi'n gwylio'r ddrama yn eiddgar (o'r byd)

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਸਚੇ ਤੇਰੇ ਖੰਡ ਸਚੇ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ॥

Duw Hollalluog, Gwir (Tragwyddol) yw Eich cyfandiroedd, a Gwir yw Eich Bydysawd.

ਸਚੇ ਤੇਰੇ ਲੋਅ ਸਚੇ ਆਕਾਰ ॥

Gwir (Tragwyddol) yw Eich bydoedd, a Gwir yw Eich creadigaeth.

ਸਚੇ ਤੇਰੇ ਕਰਣੇ ਸਰਬ ਬੀਚਾਰ ॥

Gwir yw Eich gweithredoedd a'ch holl feddyliau.

ਸਚਾ ਤੇਰਾ ਅਮਰੁ ਸਚਾ ਦੀਬਾਣੁ ॥

Gwir yw Eich Gorchymyn, a Gwir yw Eich Llys.

ਸਚਾ ਤੇਰਾ ਹੁਕਮੁ ਸਚਾ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥

Gwir yw Gorchymyn Eich Ewyllys, Gwir yw Eich Gorchymyn.

ਸਚਾ ਤੇਰਾ ਕਰਮੁ ਸਚਾ ਨੀਸਾਣੁ ॥

Gwir yw Eich Trugaredd, Gwir yw Eich rhoddion (arwydd Eich gras).

ਸਚੇ ਤੁਧੁ ਆਖਹਿ ਲਖ ਕਰੋੜਿ ॥

Mae miliynau o bobl sy'n myfyrion arnoch Chi hefyd yn wir.

ਸਚੈ ਸਭਿ ਤਾਣਿ ਸਚੈ ਸਭਿ ਜੋਰਿ ॥

Cefnogir y greadigaeth gyfan gan Eich pŵer a'ch nerth.

ਸਚੀ ਤੇਰੀ ਸਿਫਤਿ ਸਚੀ ਸਾਲਾਹ ॥

Gwir yw Eich Canmoliaeth, Gwir yw Eich Adoration.

ਸਚੀ ਤੇਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਚੇ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥

O' Gwir Frenin, tragwyddol yw Dy greadigaeth.

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਧਿਆਇਨਿ ਸਚੁ ॥

O Nanak, y rhai sy'n myfyrion ar y Gwir Un gyda defosiwn cariadus yn dod yn Wir eu hunain (uno â Duw)

ਜੇ ਮਰਿ ਜੰਮੇ ਸੁ ਕਚੁ ਨਿਕਚੁ ॥੧॥

Ond mae'r rhai sy'n mynd trwy'r cylch geni a marwolaeth wedi ymglymu mewn anwiredd ac ni allant uno â Duw.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਵਡਾ ਨਾਉ ॥

Mawr yw Ei fawredd, mor fawr â'i Ogoniant.

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਸਚੁ ਨਿਆਉ ॥

Mawr yw Ei fawredd, mor wir yw Ei gyfiawnder.

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਨਿਹਚਲ ਥਾਉ ॥

Mawr yw Ei Fawrhydi, mor barhaol â'i gartref.

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾਣੈ ਆਲਾਉ ॥

Mawr yw ei fawredd, gan ei fod yn gwybod ein gweddïau.

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਬੁਝੈ ਸਭਿ ਭਾਉ ॥

Mawr yw ei ogoniant, gan ei fod yn deall ein holl emosiynau.

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਪੁਛਿ ਨ ਦਾਤਿ ॥

Mawr yw Ei fawredd, fel y mae'n rhoi heb gael ei ofyn.

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਆਪੇ ਆਪਿ ॥

Mawr yw ei ogoniant, fel y mae Ef Ei Hun i gyd.

ਨਾਨਕ ਕਾਰ ਨ ਕਥਨੀ ਜਾਇ ॥

O 'Nanak, Ni all ei weithredoedd yn cael ei ddisgrifio.

ਕੀਤਾ ਕਰਣਾ ਸਰਬ ਰਜਾਇ ॥੨॥

Ydy, Ydy, mae popeth mae Duw yn ei wneud, yn ei wneud, neu'n gorfod ei wneud, yn ei ewyllys Ef. 2 .

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Salok, Ail Guru:

ਇਹੁ ਜਗੁ ਸਚੈ ਕੀ ਹੈ ਕੇਠੜੀ ਸਚੇ ਕਾ ਵਿਚਿ ਵਾਸੁ ॥

Mae'r byd hwn yn gartref i'r Gwir Arglwydd a dim ond y Gwirionedd Goruchaf sy'n byw yno.

ਇਕਨ੍ਹਾ ਹੁਕਮਿ ਸਮਾਇ ਲਏ ਇਕਨ੍ਹਾ ਹੁਕਮੇ ਕਰੇ ਵਿਣਾਸੁ ॥

Ateb: Mae'n amsugno rhai creaduriaid byw trwy ei orchymyn ac yn dinistrio llawer o greaduriaid byw trwy ei orchymyn.

ਇਕਨ੍ਹਾ ਭਾਣੈ ਕਢਿ ਲਏ ਇਕਨ੍ਹਾ ਮਾਇਆ ਵਿਚਿ ਨਿਵਾਸੁ ॥

Mae rhai, gan y Pleser o'i Ewyllys, yn cael eu hachub rhag yr atodiadau bydol, tra bod eraill yn cael eu gwneud i aros yn amsugno ynddynt.

ਏਵ ਭਿ ਆਖਿ ਨ ਜਾਪਈ ਜਿ ਕਿਸੈ ਆਣੇ ਰਾਸਿ ॥

Ni all unrhyw un ddweud pwy fydd yn cael ei achub o'r atodiadau bydol.

ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਕਉ ਆਪਿ ਕਰੇ ਪਰਗਾਸੁ ॥੩॥

O 'Nanak, dim ond bod dilynwr Guru yn dod i wybod am y gyfrinach hon y mae'n goleuo gyda'r wybodaeth Ddwyfol.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਨਾਨਕ ਜੀਅ ਉਪਾਇ ਕੈ ਲਿਖਿ ਨਾਵੈ ਧਰਮੁ ਬਹਾਲਿਆ ॥

Ac felly, ar ôl creu eneidiau, Duw wedi neilltuo barnwr Cyfiawnder i gofnodi cyfrifon eu gweithredoedd.

ਓਥੈ ਸਚੇ ਹੀ ਸਚਿ ਨਿਬੜੈ ਚੁਣਿ ਵਖਿ ਕਢੇ ਜਜਮਾਲਿਆ ॥

Yno, bernir y meidrolion ar seiliau gwirionedd a'r gwir yn unig; mae'r ffug (personau drwg) wedi'u marcio a'u gwahanu oddi wrth y gwir rai.

ਥਾਉ ਨ ਪਾਇਨਿ ਕੂੜਿਆਰ ਮੁਹ ਕਾਲ੍ਹਰੈ ਦੇਜਕਿ ਚਾਲਿਆ ॥

Nid yw'r rhai ffug yn dod o hyd i unrhyw le yn llys Duw ac yn cael eu gyrru allan i ddioddef mewn gwarth mawr.

ਤੇਰੈ ਨਾਇ ਰਤੇ ਸੇ ਜਿਣਿ ਗਏ ਹਾਰਿ ਗਏ ਸਿ ਠਗਣ ਵਾਲਿਆ ॥

Mae'r rhai sydd wedi'u trwytho â chariad Eich Enw yn mynd fel enillwyr o'r fan hon, tra bod yr anonest yn colli gêm bywyd.

ਲਿਖਿ ਨਾਵੈ ਧਰਮੁ ਬਹਾਲਿਆ ॥੨॥

Comisiynodd yr Arglwydd hwn Dharmaraja i ysgrifennu cofnod o weithredoedd bodau byw. 2 .

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥

Salok, Gwrw Cyntaf:

ਵਿਸਮਾਦੁ ਜੀਅ ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੇਦ ॥

Rhyfeddol yw'r bodau, rhyfeddol yw'r rhywogaeth.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਰੂਪ ਵਿਸਮਾਦੁ ਰੰਗ ॥

Rhyfeddol yw'r ffurfiau, rhyfeddol yw'r lliwiau.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਨਾਗੇ ਫਿਰਹਿਜੰਤ ॥

Wrth wyllo cymaint o greaduriaid yn crwydro o gwmpas yn noeth, rydw i mewn syndod y wladwriaeth.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਪਉਣੁ ਵਿਸਮਾਦੁ ਪਾਣੀ ॥

Rwy'n rhyfeddu wrth sylwi bod y gwynt yn chwythu yn rhywle ac yn rhywle bod dŵr yn llifo,

ਵਿਸਮਾਦੁ ਅਗਨੀ ਖੇਡਹਿ ਵਿਡਾਣੀ ॥

Mae'n anhygoel, sut mae'r tân yn arddangos ei ddramâu rhyfeddol ei hun.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਧਰਤੀ ਵਿਸਮਾਦੁ ਖਾਣੀ ॥

Rwy'n rhyfeddu at edrych ar y ddaear hon yn cynnal y creaduriaid o bob ffynhonnell bywyd.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਾਦਿ ਲਗਹਿ ਪਰਾਣੀ ॥

Mae'n anhygoel, sut mae'r meidrolion yn cymryd rhan yn y mwynhad o Eich bounties.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਸੰਜੇਗੁ ਵਿਸਮਾਦੁ ਵਿਜੇਗੁ ॥

Rhyfeddol yw'r broses y mae pobl yn cael eu huno neu eu gwahanu drwyddi.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੁਖ ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੇਗੁ ॥

O Dduw, mae'n anodd credu bod cymaint o newyn yn rhywle ac mewn mannau eraill mae pethau'n cael eu mwynhau mewn digon.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਿਫਤਿ ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਾਲਾਹ ॥

Rhywle Mae'r Creawdwr yn cael ei ganmol a'i eulogized,

ਵਿਸਮਾਦੁ ਉਝੜ ਵਿਸਮਾਦੁ ਰਾਹ ॥

rhywle mae anialwch ac mewn mannau eraill mae llwybrau wedi'u gosod allan 'n glws. Mae'n rhyfeddol gweld y ddrama ryfeddol hon o Yours.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਨੇੜੈ ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੂਰਿ ॥

Mae'n anhygoel bod rhyw un yn dweud eich bod chi'n agos; mae un arall yn dweud eich bod chi'n bell i ffwrdd,

ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੇਖੈ ਹਾਜ਼ਰਾ ਹਜ਼ੂਰਿ ॥

tra bod eraill yn dal i weld Rydych chi'n iawn ar wahân iddyn nhw (yn treiddio ym mhobman).

ਵੇਖਿ ਵਿਡਾਣੁ ਰਹਿਆ ਵਿਸਮਾਦੁ ॥

Wrth weld y rhyfeddodau hyn, rwy'n rhyfeddu.

ਨਾਨਕ ਬੁਝਣੁ ਪੂਰੈ ਭਾਗਿ ॥੧॥

O 'Nanak, y rhai sy'n deall rhyfeddodau theseastounding of Yr eiddoch yn cael eu bendithio â thynghed berffaith.

ਮਃ ੧ ॥

Salok, gan y Guru Cyntaf:

ਕੁਦਰਤਿ ਦਿਸੈ ਕੁਦਰਤਿ ਸੁਣੀਐ ਕੁਦਰਤਿ ਭਉ ਸੁਖ ਸਾਰੁ ॥

Beth bynnag a welir, neu beth bynnag a glywir yn y natur yw holl ryfeddod Eich pŵer. Ofn parchedig Yr eiddoch, sef hanfod heddwch, yw eich holl chwarae.

ਕੁਦਰਤਿ ਪਾਤਾਲੀ ਆਕਾਸੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਰਬ ਆਕਾਰੁ ॥

Eich pŵer ydyw, sy'n cael ei arddangos yn y bydoedd nether a'r awyr, a holl ffurfiau'r bydysawd.

ਕੁਦਰਤਿ ਵੇਦ ਪੁਰਾਣ ਕਤੇਬਾ ਕੁਦਰਤਿ ਸਰਬ ਵੀਚਾਰੁ ॥

Mae'r vedas, y puranas, y llyfrau semitig a'r meddyliau a fynegir yn y rhain, wedi bod yn bosibl gan Eich pŵer.

ਕੁਦਰਤਿ ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਪੈਨ੍ਹ੍ਹਣੁ ਕੁਦਰਤਿ ਸਰਬ ਪਿਆਰੁ ॥

Mae'n Eich egni sylfaenol, sy'n gweithio y tu ôl i ffenomenau bwyta, yfed, gwisgo i fyny a'r teimlad o gariad yn y bodau byw.

ਕੁਦਰਤਿ ਜਾਤੀ ਜਿਨਸੀ ਰੰਗੀ ਕੁਦਰਤਿ ਜੀਅ ਜਹਾਨ ॥

Trwy Eich Pŵer daw'r rhywogaethau o bob math a lliw; gan Eich Pŵer mae bodau byw y byd yn bodoli.

ਕੁਦਰਤਿ ਨੇਕੀਆ ਕੁਦਰਤਿ ਬਦੀਆ ਕੁਦਰਤਿ ਮਾਨੁ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥

Mae hyd yn oed yr holl rinweddau, y drygau, yr anrhydeddau a'r anonest yn digwydd yn unol â'ch pŵer a'ch ewylllys.

ਕੁਦਰਤਿ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਕੁਦਰਤਿ ਧਰਤੀ ਖਾਕੁ ॥

Gan Eich Power gwynt, dŵr a tân yn bodoli; gan Eich Power ddaear a llwch yn bodoli.

ਸਭ ਤੇਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਤੂੰ ਕਾਦਿਰੁ ਕਰਤਾ ਪਾਕੀ ਨਾਈ ਪਾਕੁ ॥

O 'Dduw, mae popeth yn Eich Pwer, Chi yw'r Creawdwr holl-bwerus. Eich Enw yw'r Sanctaiddaf y Sanctaidd.

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਵੇਖੈ ਵਰਤੈ ਤਾਕੇ ਤਾਕੁ ॥੨॥

O 'Nanak, Mae'n coleddu'r greadigaeth yn unol â'i orchymyn, ac yn treiddio ym mhobman i gyd gan Ei Hun.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਆਪੀਨ੍ਹਰੈ ਭੋਗ ਭੋਗਿ ਕੈ ਹੋਇ ਭਸਮਝਿ ਭਉਰੁ ਸਿਧਾਇਆ ॥

Ar ôl byw trwy boenau a phleserau bywyd, mae corff marwol yn cael ei leihau i bentwr o lwch ac mae'r enaid yn gadael.

ਵਡਾ ਹੋਆ ਦੁਨੀਦਾਰੁ ਗਲਿ ਸੰਗਲੁ ਘਤਿ ਚਲਾਇਆ ॥

Pan fydd person sydd wedi ymglymu mewn materion bydol yn marw, caiff ei arwain i ffwrdd i lys y Barnwr cyfiawn.

ਅਗੈ ਕਰਣੀ ਕੀਰਤਿ ਵਾਚੀਐ ਬਹਿ ਲੇਖਾ ਕਰਿ ਸਮਝਾਇਆ ॥

Yno, mae cyfrif ei weithredoedd da a drwg yn cael ei ychwanegu a'i egluro iddo.

ਥਾਉ ਨ ਹੋਵੀ ਪਉਦੀਈ ਹੁਣਿ ਸੁਣੀਐ ਕਿਆ ਰੂਆਇਆ ॥

Nid yw'n dod o hyd i unrhyw le i guddio ac nid oes unrhyw un yn clywed ei gri o boen.

ਮਨਿ ਅੰਧੈ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ ॥੩॥

Oherwydd y anwybodaeth mae wedi gwastraffu'r enedigaeth ddynol yn ofer.

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਭੈ ਵਿਚਿ ਪਵਣੁ ਵਹੈ ਸਦਵਾਉ ॥

Yn ofn parchedig Duw, mae'r gwynt a'r awel yn parhau i chwythu am byth.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਚਲਹਿ ਲਖ ਦਰੀਆਉ ॥

Yn ofn parchedig (o dan ewyllys) Duw, mae miloedd o afonydd yn llifo.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਅਗਨਿ ਕਢੈ ਵੇਗਾਰਿ ॥

Yn ofn parchedig Duw, mae tân yn cyflawni tasgau penodedig.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਦਬੀ ਭਾਰਿ ॥

Yn ofn parchedig Duw, mae'r ddaear yn dwyn llwyth y greadigaeth.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਇੰਦੁ ਫਿਰੈ ਸਿਰ ਭਾਰਿ ॥

Yn ofn parchedig Duw (o dan ei orchymyn), brenin Indra, mae duw glaw ar ffurf cwmwl yn hongian wyneb i waered, fel petai'n cerdded ar ei ben.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਰਾਜਾ ਧਰਮ ਦੁਆਰੁ ॥

Yn Ofn Duw, mae Barnwr Cyfiawn Dharma yn sefyll wrth ei gam drws.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਸੂਰਜੁ ਭੈ ਵਿਚਿ ਚੰਦੁ ॥

Mae'r haul a'r lleuad hyn yn weithredol dim ond gydag ofn Allah.

ਕੋਹ ਕਰੇੜੀ ਚਲਤ ਨ ਅੰਤੁ ॥

Maent yn teithio miliynau o filltiroedd, yn ddiddiwedd.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਸਿਧ ਬੁਧ ਸੁਰ ਨਾਥ ॥

Mae'r Duwiau Bwdha Siddha hyn a Nath Yogis yn cerdded yn ofn Duw yn unig.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਡਾਣੇ ਆਕਾਸ ॥

Mae yn ei ofn barchedig fod yr awyr yn cael ei ymestyn dros y ddaear

ਭੈ ਵਿਚਿ ਜੇਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ ॥

Dim ond yn ofn Duw y mae'r rhyfelwyr mawr a'r dewrion hyn yn gweithredu.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਵਹਿ ਜਾਵਹਿ ਪੂਰ ॥

Yn Ei barchedig ofn, mae lluosogion o fodau dynol a chreaduriaid yn geni ac yn marw.

ਸਗਲਿਆ ਭਉ ਲਿਖਿਆ ਸਿਰਿ ਲੇਖੁ ॥

Mae'r Duw hwn wedi pennu tynged pawb â'i ofn.

ਨਾਨਕ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਸਚੁ ਏਕੁ ॥੧॥

Ar hyn o bryd, dim ond y Duw tragwyddol a di-ffurf heb unrhyw ofn.

ਮਃ ੧ ॥

Salok, gan y Guru Cyntaf:

ਨਾਨਕ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਰਾਮ ਰਵਾਲ ॥

O Nanak, unig Arglwydd Nirankar sy'n ddi-ofn, nid yw eraill fel Rama ond llwch wrth Ei draed.

ਕੇਤੀਆ ਕੰਨ੍ਹੁ ਕਹਾਣੀਆ ਕੇਤੇ ਬੇਦ ਬੀਚਾਰ ॥

Mae cymaint o straeon am Krishna, cymaint sy'n myfyrio dros y Vedas.

ਕੇਤੇ ਨਚਹਿ ਮੰਗਤੇ ਗਿੜਿ ਮੁੜਿ ਪੁਰਹਿ ਤਾਲ ॥

Mae'r rhain yn llawer o ddawnsywyr cardotyn, ac maent yn symud i'r rhythm dro ar ôl tro.

ਬਾਜਾਰੀ ਬਾਜਾਰ ਮਹਿ ਆਇ ਕਢਹਿ ਬਾਜਾਰ ॥

Mae'r consurwyr yn perfformio eu hud yn y farchnad, gan greu rhith ffug.

ਗਾਵਹਿ ਰਾਜੇ ਰਾਣੀਆ ਬੇਲਹਿ ਆਲ ਪਤਾਲ ॥

Maen nhw'n canu ac yn siarad nonsens, gan esgus bod yn frenhinoedd a breninesau.

ਲਖ ਟਕਿਆ ਕੇ ਮੁੰਦੜੇ ਲਖ ਟਕਿਆ ਕੇ ਹਾਰ ॥

Maent yn gwisgo clustdlysau a mwclis eang.

ਜਿਤੁ ਤਨਿ ਪਾਈਅਹਿ ਨਾਨਕਾ ਸੇ ਤਨ ਹੋਵਹਿ ਛਾਰ ॥

O Nanak, bydd y rhai sy'n gwisgo addurniadau ar eu cyrff yn troi at ludw.

ਗਿਆਨੁ ਨ ਗਲੀਈ ਢੂਢੀਐ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥

Ni ellir cael doethineb ddwyfol trwy eiriau yn unig. Mae egluro sut i gael gwybodaeth ddwyfol yn anodd iawn fel cnoi dur.

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਤਾ ਪਾਈਐ ਹੋਰ ਹਿਕਮਤਿ ਹੁਕਮੁ ਖੁਆਰੁ ॥੨॥

Dim ond pan fyddwn yn bendithio â'i Gras, y cawn ddoethineb ddwyfol; nid yw pob ymdrech a gorchymyn arall yn arwain at ddim ond rhwystredigaeth.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਨਦਰਿ ਕਰਹਿ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਨਦਰੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਪਾਇਆ ॥

O 'Dduw, dim ond pan fyddwch yn bwrw Eich Cipolwg ar Gras, yna gan Eich Gras un yn cwrdd â'r gwir Guru.

ਏਹੁ ਜੀਉ ਬਹੁਤੇ ਜਨਮ ਭਰੰਮਿਆ ਤਾ ਸਤਿਗੁਰਿ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਇਆ ॥

Crwydrodd yr enaid hwn trwy lawer o enedigaethau, nes i'r Gwir Guru ddweud wrtho y Gair Dwyfol.

ਸਤਿਗੁਰ ਜੇਵਡੁ ਦਾਤਾ ਕੇ ਨਹੀ ਸਭਿ ਸੁਣਿਅਹੁ ਲੋਕ ਸਬਾਇਆ ॥

O 'mae pawb yn gwrando'n ofalus, nid oes cymwynaswr mor fawr â'r gwir Guru.

ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਸਚੁ ਪਾਇਆ ਜਿਨ੍ਹਹੀ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਇਆ ॥

Maen nhw sydd wedi taflu eu hunan-syniad o'r tu mewn, ar ôl cwrdd â'r gwir Guru, wedi sylweddoli Duw.

ਜਿਨਿ ਸਚੇ ਸਚੁ ਬੁਝਾਇਆ ॥੪॥

Dim ond y gwir Guru sy'n datgelu'r ddealltwriaeth am y Duw Tragwyddol.

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਘੜੀਆ ਸਭੇ ਗੋਪੀਆ ਪਹਰ ਕੰਨ੍ਹਹੁ ਗੋਪਾਲ ॥

Mae'r byd hwn fel drama o Dduw lle mae'r holl Ghariaid (cyfnod amser o 24 munud) fel y Gopis neu'r morynion llaeth a'r holl Pehars (cyfnod amser o dair awr) fel y Krishana.

ਗਹਣੇ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਚੰਦੁ ਸੂਰਜੁ ਅਵਤਾਰ ॥

Yn y ddrama fydol hon, mae gwynt, dŵr a thân fel yr addurniadau a wisgir gan y Gopis. Mae'r haul a'r lleuad fel dau ymgnawdoliad.

ਸਗਲੀ ਧਰਤੀ ਮਾਲੁ ਧਨੁ ਵਰਤਣਿ ਸਰਬ ਜੰਜਾਲ ॥

Mae'r ddaear gyfan yn darparu'r adnoddau angenrheidiol, a'r ymglymiadau bydol yw'r cyflenwadau sydd eu hangen ar gyfer llwyfannu'r ddrama hon.

ਨਾਨਕ ਮੁਸੈ ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣੀ ਖਾਇ ਗਇਆ ਜਮਕਾਲੁ ॥੧॥

(Yn y ddrama hon o fydol rhithiau) O 'Nanak, heb y wybodaeth ddwyfol, mae'r ddynoliaeth gyfan yn cael ei thwylo a'i yso gan gythraul marwolaeth.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਵਾਇਨਿ ਚੇਲੇ ਨਚਨਿ ਗੁਰ ॥

Wrth lwyfannu'r sioeau hyn, Mae'r disgyblion yn chwarae'r gerddoriaeth, a'r ddawns gurus.

ਪੈਰ ਹਲਾਇਨਿ ਫੇਰਨ੍ਹਿਰ ਸਿਰ ॥

Wrth ddawnsio maen nhw'n cicio o amgylch eu traed ac yn troi o gwmpas eu pennau.

ਉਡਿ ਉਡਿ ਰਾਵਾ ਝਾਟੈ ਪਾਇ ॥

Mae'r llwch yn hedfan ac yn cwmpo ar eu pennau.

ਵੇਖੈ ਲੋਕੁ ਹਸੈ ਘਰਿ ਜਾਇ ॥

Yn eu gweld, mae'r bobl yn chwerthin, ac yna'n mynd adref.

ਰੋਟੀਆ ਕਾਰਣਿ ਪੂਰਹਿ ਤਾਲ ॥

Maent yn curo'r drymiau er mwyn bara (i ennill eu bywoliaeth).

ਆਪੁ ਪਛਾੜਹਿ ਧਰਤੀ ਨਾਲਿ ॥

Maent yn taflu eu hunain ar y ddaear.

ਗਾਵਨਿ ਗੋਪੀਆ ਗਾਵਨਿ ਕਾਨ੍ਹਹ ॥

Maent yn canu cuddio fel y morwynion llaeth a Krishnas.

ਗਾਵਨਿ ਸੀਤਾ ਰਾਜੇ ਰਾਮ ॥

Maent yn canu cuddio fel y Sitas, Ramas a brenhinoedd eraill.

ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ॥

Mae Duw yn ddi-ofn ac yn ddi-ffurf; Mae Ei Enw yn Wir.

ਜਾ ਕਾ ਕੀਆ ਸਗਲ ਜਹਾਨੁ ॥

Y bydysawd cyfan yw Ei Greadigaeth.

ਸੇਵਕ ਸੇਵਹਿ ਕਰਮਿ ਚੜਾਉ ॥

Dim ond y devotees hynny sy'n ei gofio gydag ymroddiad cariadus, sydd, trwy Ei Gras mewn ysbryd uchel.

ਭਿੰਨੀ ਰੈਣਿ ਜਿਨ੍ਹਾ ਮਨਿ ਚਾਉ ॥

Nhw, yn eu meddwl yw'r awydd dwys i blesio Duw; mae eu bywyd wedi'i addurno â difyrrwch Dwyfol.

ਸਿਖੀ ਸਿਖਿਆ ਗੁਰ ਵੀਚਾਰਿ ॥

Wrth ystyried y Guru, nhw sydd wedi dysgu'r ddysgeidiaeth hon;

ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਲਘਾਏ ਪਾਰਿ ॥

rhoi ei Gras, mae Duw yn eu helpu i groesi dros gefnfor bydol vices.

ਕੋਲੁ ਚਰਖਾ ਚਕੀ ਚਕੁ ॥

Y wasg olew, yr olwyn nyddu, y cerrig malu, olwyn y crochenydd,

ਥਲ ਵਾਰੇਲੇ ਬਹੁਤੁ ਅਨੰਤੁ ॥

y corwyntoedd niferus, di-ri yn yr anialwch.

ਲਾਟੂ ਮਾਧਾਣੀਆ ਅਨਗਾਹ ॥

y topiau nyddu, y ffyn corddi, y dyrnu,

ਪੰਖੀ ਭਉਦੀਆ ਲੈਨਿ ਨ ਸਾਹ ॥

tumblings anadlu'r adar,

ਸੂਐ ਚਾੜਿ ਭਵਾਈਅਹਿ ਜੰਤ ॥

a'r creaduriaid sy'n symud rownd a rownd ar werthydau,

ਨਾਨਕ ਭਉਦੀਆ ਗਣਤ ਨ ਅੰਤ ॥

O ganlyniad, nid oes cyfyngiad ar y nifer o bethau a bodau, sydd yn cael eu whirled felly o gwmpas.

ਬੰਧਨ ਬੰਧਿ ਭਵਾਏ ਸੋਇ ॥

Yn rhwymo'r bodau yn Bondiau Maya, mae Duw yn eu troelli o gwmpas.

ਪਇਐ ਕਿਰਤਿ ਨਚੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

Mae pawb yn rhedeg o gwmpas yn ôl y tynged yn seiliedig ar ei weithredoedd yn y gorffennol.

ਨਚਿ ਨਚਿ ਹਸਹਿ ਚਲਹਿ ਸੇ ਰੋਇ ॥

Bydd y rhai sy'n rhedeg o gwmpas eu holl fywyd yn wylo ar eu hymadawiad yn y pen draw.

ਉਡਿ ਨ ਜਾਹੀ ਸਿਧ ਨ ਹੋਹਿ ॥

Nid ydynt yn cyflawni cyflwr ysbrydol uwch, ac nid ydynt yn dod yn hyddysg mewn materion bydol.

ਨਚਣੁ ਕੁਦਣੁ ਮਨ ਕਾ ਚਾਉ ॥

Nid yw eu holl ddawnsio a neidio o gwmpas yn ddim ond difyrrwch meddwl.

ਨਾਨਕ ਜਿਨ੍ਹਾ ਮਨਿ ਭਉ ਤਿਨ੍ਹਾ ਮਨਿ ਭਾਉ ॥੨॥

Ar hyn o bryd, maent yn unig yn cael y cariad at Dduw yn eu meddwl, sydd â'r ofn barchedig Duw.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਨਾਉ ਤੇਰਾ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਹੈ ਨਾਇ ਲਇਐ ਨਰਕਿ ਨ ਜਾਈਐ ॥

O 'Dduw, Eich Enw yw'r Un di-ffurf, ac os ydym yn eich cofio â defosiwn cariadus yna rydym yn dianc rhag yr holl ddioddefiadau.

ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਸਭੁ ਤਿਸ ਦਾ ਦੇ ਖਾਜੈ ਆਖਿ ਗਵਾਈਐ ॥

Mae enaid a chorff i gyd yn perthyn iddo; mae gofyn iddo roi cynhaliaeth inni yn wastraff.

ਜੇ ਲੋੜਹਿ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਕਰਿ ਪੁੰਨਹੁ ਨੀਚੁ ਸਦਾਈਐ ॥

Os ydych chi'n dyheu am eich lles, yna perfformiwch weithredoedd rhinweddol a theimlo'n ostyngedig.

ਜੇ ਜਰਵਾਣਾ ਪਰਹਰੈ ਜਰੁ ਵੇਸ ਕਰੇਦੀ ਆਈਐ ॥

Hyd yn oed os yw person pwerus yn ceisio gwrthio'r arwyddion henaint i ffwrdd, yn dal i fod yr henaint yn cael ei guddio mewn gwahanol ffyrdd.

ਕੇ ਰਹੈ ਨ ਭਰੀਐ ਪਾਈਐ ॥੫॥

Ni all unrhyw un aros yn y byd hwn pan ddefnyddir yr anadliadau rhag-ordeiniedig.

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥

Shalok, gan y Guru Cyntaf:

ਮੁਸਲਮਾਨਾ ਸਿਫਤਿ ਸਰੀਅਤਿ ਪੜਿ ਪੜਿ ਕਰਹਿ ਬੀਚਾਰੁ ॥

Mae'r Mwslimiaid yn canmol y gyfraith Islamaidd; maent yn darllen ac yn myfyrio arni.

ਬੰਦੇ ਸੇ ਜਿ ਪਵਹਿ ਵਿਚਿ ਬੰਦੀ ਵੇਖਣ ਕਉ ਦੀਦਾਰੁ ॥

Yn ôl iddynt, gweision Duw dim ond y rhai sy'n dilyn y gyfraith Islamaidd yn llym i weld Gweledigaeth Duw.

ਹਿੰਦੂ ਸਾਲਾਹੀ ਸਾਲਾਹਨਿ ਦਰਸਨਿ ਰੂਪਿ ਅਪਾਰੁ ॥

Mae'r Hindwiaid yn canmol y Duw clodwiw, hardd a diderfyn trwy eu ysgrythurau.

ਤੀਰਥਿ ਨਾਵਹਿ ਅਰਚਾ ਪੂਜਾ ਅਗਰ ਵਾਸੁ ਬਹਕਾਰੁ ॥

Maent yn ymdrochi ar gysegrfeydd cysegredig pererindod, gan wneud offrymau o flodau, a llosgi aroglarth cyn eilunod.

ਜੋਗੀ ਸੁੰਨਿ ਧਿਆਵਨ੍ਹਿ ਜੇਤੇ ਅਲਖ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾਰੁ ॥

Mae'r yogis yn ystyried y gwagle cosmig ac Enw'r Creawdwr fel Alakh (yr annealladwy)

ਸੂਖਮ ਮੂਰਤਿ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨ ਕਾਇਆ ਕਾ ਆਕਾਰੁ ॥

Ond i ddelwedd gynnil yr Enw Immaculate, maent yn cymhwyso ffurf corff.

ਸਤੀਆ ਮਨਿ ਸੰਤੋਖੁ ਉਪਜੈ ਦੇਣੈ ਕੈ ਵੀਚਾਰਿ ॥

Mae meddwl am elusen yn dod â bodlonrwydd ym meddyliau pobl elusennol.

ਦੇ ਦੇ ਮੰਗਹਿ ਸਹਸਾ ਗੁਣਾ ਸੋਭ ਕਰੇ ਸੰਸਾਰੁ ॥

Maen nhw'n rhoi elusen gyda bwriadau hunanol, oherwydd maen nhw'n gofyn i Dduw am fil gwaith yn fwy na'r hyn maen nhw'n ei roi, ac maen nhw'n disgwyl i'r byd ogoneddu eu rhoi.

ਚੋਰਾ ਜਾਰਾ ਤੈ ਕੂੜਿਆਰਾ ਖਾਰਾਬਾ ਵੇਕਾਰ ॥

Ar y llaw arall, y lladron, godinebwyr, celwyddog, drwg doers a'r drygionus,

ਇਕਿ ਹੋਦਾ ਖਾਇ ਚਲਹਿ ਐਥਾਉ ਤਿਨਾ ਭਿ ਕਾਈ ਕਾਰ ॥

gadael yn wag a roddwyd o'r byd ar ôl defnyddio rhinweddau eu gweithredoedd yn y gorffennol trwy ymroi i weithredoedd pechadurus. Pa fath o dasg ddiwerth yw nhw?

ਜਲਿ ਥਲਿ ਜੀਆ ਪੁਰੀਆ ਲੋਆ ਆਕਾਰਾ ਆਕਾਰ ॥

Mewn gwahanol fydoedd a galaethau, mae cymaint o fathau o greaduriaid yn byw yn y dŵr ac ar y tir.

ਓਇ ਜਿ ਆਖਹਿ ਸੁ ਤੂੰਹੈ ਜਾਣਹਿ ਤਿਨਾ ਭਿ ਤੇਰੀ ਸਾਰ ॥

Duw, dim ond Rydych chi'n gwybod beth mae'r creaduriaid hynny'n gofyn amdano. Maent yn dibynnu arnoch Chi am eu cynhaliaeth.

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਭੁਖ ਸਾਲਾਹਣੁ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਆਧਾਰੁ ॥

Ar hyn o bryd, y devotees bob amser yn cael y hiraeth i ganmol Duw a'r Enw tragwyddol yw eu hunig gefnogaeth.

ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਰਹਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਗੁਣਵੰਤਿਆ ਪਾ ਛਾਰੁ ॥੧॥

Maent bob amser yn byw mewn gwynfyd tragwyddol, ac yn ostyngedig iawn i'r bobl rinweddol.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਮਿਟੀ ਮੁਸਲਮਾਨ ਕੀ ਪੇੜੈ ਪਈ ਕੁਮ੍ਹਿਆਰ ॥

Mae gweddillion Mwslim, yn y pen draw fel clai ar olwyn y crochenydd.

ਘੜਿ ਭਾਂਡੇ ਇਟਾ ਕੀਆ ਜਲਦੀ ਕਰੇ ਪੁਕਾਰ ॥

Mae potiau a brics yn cael eu ffasiwn ohono, ac mae'n crio allan wrth iddo losgi yn yr odyd.

ਜਲਿ ਜਲਿ ਰੇਵੈ ਬਪੁੜੀ ਝੜਿ ਝੜਿ ਪਵਹਿ ਅੰਗਿਆਰ ॥

Wrth losgi yn yr odyd, mae'r clai hwn (gweddillion y mwslim) yn cracio fel petai'n llosgi yn Uffern.

ਨਾਨਕ ਜਿਨਿ ਕਰਤੈ ਕਾਰਣੁ ਕੀਆ ਸੇ ਜਾਣੈ ਕਰਤਾਰੁ ॥੨॥

O 'Nanak, y Creawdwr a achosodd y greadigaeth; ei ben ei hun yn gwybod pwy sy'n mynd i'r nefoedd neu uffern. (Nid yw mynd i uffern neu'r nefoedd yn dibynnu ar y dull o waredu gweddillion).

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਓ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

Heb ddilyn dysgeidiaeth y Gwir Guru, nid oes neb erioed wedi sylweddoli Duw, ie heb ddilyn dysgeidiaeth y Gwir Guru, nid oes neb wedi sylweddoli Duw.

ਸਤਿਗੁਰ ਵਿਚਿ ਆਪੁ ਰਖਿਓਨੁ ਕਰਿ ਪਰਗਟੁ ਆਖਿ ਸੁਣਾਇਆ ॥

Mae wedi ymgorffori ei Hun o fewn y Gwir Guru; gan ddatgelu ei Hun, Mae'n datgan hyn yn agored.

ਸਤਿਗੁਰ ਮਿਲਿਐ ਸਦਾ ਮੁਕਤੁ ਹੈ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਮੋਹੁ ਚੁਕਾਇਆ ॥

Ar ôl cwrdd â'r Gwir Guru, mae'r person, sy'n gwahardd ymlyniad i gyfoeth a phwer bydol yn cael ei ryddhau am byth.

ਉਤਮੁ ਏਹੁ ਬੀਚਾਰੁ ਹੈ ਜਿਨਿ ਸਚੇ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥ ਜਗਜੀਵਨੁ ਦਾਤਾ ਪਾਇਆ ॥੬॥

Y mwyaf aruchel yw'r meddwl hwn, bod yr un sydd wedi attuned ei feddwl at Dduw, wedi sylweddoli Ef, Rhoddwr bywyd i'r byd.

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਹਉ ਵਿਚਿ ਆਇਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਗਇਆ ॥

Mewn ego (gwladwriaeth lle mae rhywun yn ystyried eich hun ar wahân i Dduw) mae person yn dod i'r byd, ac mewn ego mae'n gwyro oddi wrth y byd hwn.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਜੰਮਿਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਮੁਆ ॥

Yn ego mae un yn cael ei eni, ac mewn ego mae un yn marw.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਦਿਤਾ ਹਉ ਵਿਚਿ ਲਇਆ ॥

Er mwyn cynnal ego (hunaniaeth ar wahân), mae un yn rhoi ac yn derbyn elusen.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਖਟਿਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਗਇਆ ॥

Yn ego mae un yn ennill, ac mewn ego mae un yn colli.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਚਿਆਰੁ ਕੂੜਿਆਰੁ ॥

Yn ego mae un yn dod yn wir neu'n anwir.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਵੀਚਾਰੁ ॥

Yn ego mae un yn myfyrio ar weithredoedd pechadurus a bonheddig.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਨਰਕਿ ਸੁਰਗਿ ਅਵਤਾਰੁ ॥

Mae hyn oherwydd ego bod weithiau un ym mhob cysuron ac ar adegau eraill yn dioddef mewn poenau.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਹਸੈ ਹਉ ਵਿਚਿ ਰੇਵੈ ॥

Yn ego mae un yn teimlo'n hapus, ac yn ego mae un yn aros.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਭਰੀਐ ਹਉ ਵਿਚਿ ਧੇਵੈ ॥

Mewn ego weithiau mae meddwl rhywun yn cael ei lenwi â baw vices, ac ar adegau eraill mae un yn gwneud ymdrechion mewn ego i olchi'r baw hwn i ffwrdd.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਜਾਤੀ ਜਿਨਸੀ ਖੇਵੈ ॥

Mewn ego weithiau mae un yn colli statws cymdeithasol a dosbarth.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਮੂਰਖੁ ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਿਆਣਾ ॥

Yn ego, weithiau mae un yn gweithredu fel anwybodus, ac ar adegau eraill yn gweithredu fel person doeth.

ਮੇਖ ਮੁਕਤਿ ਕੀ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣਾ ॥

Nid yw'n gwybod gwerth iachawdwriaeth na rhyddhad.

ਹਉ ਵਿਚਿ ਮਾਇਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਛਾਇਆ ॥

Mae bod yn ego un naill ai'n ymwneud â'r cariad at gyfoeth a phwer bydol, neu'n aros yn nhywyllwch anwybodaeth.

ਹਉਮੈ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜੰਤ ਉਪਾਇਆ ॥

Byw yn ego, marwol yn cymryd genedigaeth dro ar ôl tro.

ਹਉਮੈ ਬੂਝੈ ਤਾ ਦਰੁ ਸੂਝੈ ॥

Pan fydd rhywun yn deall ego, yna daw un i wybod y ffordd i lys Duw.

ਗਿਆਨ ਵਿਹੁਣਾ ਕਥਿ ਕਥਿ ਲੂਝੈ ॥

Heb ddoethineb ysbrydol, mae un yn parhau i ddioddef mewn sgysiau a dadleuon diwerth.

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੀ ਲਿਖੀਐ ਲੇਖੁ ॥

Ar hyn o bryd, trwy Orchymyn Duw y mae tynged rhywun wedi'i ysgrifennu.

ਜੇਹਾ ਵੇਖਹਿ ਤੇਹਾ ਵੇਖੁ ॥੧॥

Fel y mae rhywun yn gweld (ystyried) eraill, ar ôl rywbryd mae un yn datblygu'r nodweddion fel nhw.

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਹਉਮੈ ਏਹਾ ਜਾਤਿ ਹੈ ਹਉਮੈ ਕਰਮ ਕਮਾਹਿ ॥

Dyma natur ego, bod pobl yn dal i wneud eu gweithredoedd mewn ego.

ਹਉਮੈ ਏਈ ਬੰਧਨਾ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੇਨੀ ਪਾਹਿ ॥

Dyma gaethiwed ego, dro ar ôl tro maen nhw'n cael eu haileni.

ਹਉਮੈ ਕਿਥਹੁ ਊਪਜੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਇਹ ਜਾਇ ॥

O ble mae ego yn dod? Sut y gellir ei dynnu?

ਹਉਮੈ ਏਹੇ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਪਇਐ ਕਿਰਤਿ ਫਿਰਾਹਿ ॥

Mae'r ego hwn yn bodoli yn ôl Gorchymyn Duw; mae pobl yn crwydro yn ôl eu gweithredoedd yn y gorffennol.

ਹਉਮੈ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ਹੈ ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ ॥

Mae Ego yn glefyd cronig, ond mae ei rwymedi hefyd ynddo.

ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕਮਾਹਿ ॥

Os yw Duw yn rhoi ei Gras, mae un yn gweithredu yn ôl Dysgeidiaeth y Guru.

ਨਾਨਕੁ ਕਹੈ ਸੁਣਹੁ ਜਨਹੁ ਇਤੁ ਸੰਜਮਿ ਦੁਖ ਜਾਹਿ ॥੨॥

Dywed Nanak, gwrandewch, O 'bobl: fel hyn (trwy fyfyrion ar Enw Duw), mae'r gofidiau oherwydd afiechyd ego yn gadael.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਸੇਵ ਕੀਤੀ ਸੰਤੋਖੀਈ ਜਿਨ੍ਹਹੀ ਸਚੇ ਸਚੁ ਧਿਆਇਆ ॥

Dim ond y bobl fodlon hynny, sy'n myfyrion ar y Tragwyddol (Duw) gyda chariad a defosiwn, sy'n ei wasanaethu'n wirioneddol.

ਓਨ੍ਹਹੀ ਮੰਦੈ ਪੈਰੁ ਨ ਰਖਿਓ ਕਰਿ ਸੁਕ੍ਰਿਤੁ ਧਰਮੁ ਕਮਾਇਆ ॥

Nid ydynt yn gosod eu traed mewn pechod, ond yn gwneud gweithredoedd da ac yn byw'n gyfiawn yn Dharma.

ਓਨ੍ਹਹੀ ਦੁਨੀਆ ਤੇੜੇ ਬੰਧਨਾ ਅੰਨੁ ਪਾਣੀ ਥੋੜਾ ਖਾਇਆ ॥

Maent wedi torri i ffwrdd o'r bondiau bydol, ac yn bwyta bwyd a dŵr yn gymedrol (digon i oroesi).

ਤੂੰ ਬਖਸੀਸੀ ਅਗਲਾ ਨਿਤ ਦੇਵਹਿ ਚੜਹਿ ਸਵਾਇਆ ॥

O' Dduw, Chi yw'r cymwynaswr mwyaf, Rydych chi'n rhoi'n barhaus, mwy a mwy.

ਵਡਿਆਈ ਵਡਾ ਪਾਇਆ ॥੭॥

Trwy ei ogoneddu, maen nhw'n sylweddoli'r Duw Mawr.

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਪੁਰਖਾਂ ਬਿਰਖਾਂ ਤੀਰਥਾਂ ਤਟਾਂ ਮੇਘਾਂ ਖੇਤਾਂਹ ॥

Duw yn unig sy'n gwybod cyfrif a chyflwr yr holl fodau dynol, coed, cysegrfeydd cysegredig pererindod, glannau afonydd cysegredig, cymylau a chaeau.

ਦੀਪਾਂ ਲੋਆਂ ਮੰਡਲਾਂ ਖੰਡਾਂ ਵਰਭੰਡਾਂਹ ॥

Dim ond Mae'n gwybod faint o ynysoedd, cyfandiroedd, bydoedd a systemau solar sydd yn y bydysawd.

ਅੰਡਜ ਜੇਰਜ ਉਤਭੁਜਾਂ ਖਾਣੀ ਸੇਤਜਾਂਹ ॥

Dim ond Ef sy'n gwybod am y creaduriaid a anwyd trwy bedair ffynhonnell y greadigaeth fel wyau, y groth, y ddaear a chwys.

ਸੋ ਮਿਤਿ ਜਾਣੈ ਨਾਨਕਾ ਸਰਾਂ ਮੇਰਾਂ ਜੰਤਾਹ ॥

O 'Nanak, Duw yn unig sy'n gwybod am gyfrif yr holl foroedd, mynyddoedd a chyflwr y creaduriaid sy'n byw ynddynt.

ਨਾਨਕ ਜੰਤ ਉਪਾਇ ਕੈ ਸੰਮਾਲੇ ਸਭਨਾਹ ॥

A dyna, ar ôl creu bodau hyn, Mae'n coleddu nhw i gyd.

ਜਿਨਿ ਕਰਤੈ ਕਰਣਾ ਕੀਆ ਚਿੰਤਾ ਭਿ ਕਰਣੀ ਤਾਹ ॥

Mae'r Creawdwr sydd wedi creu'r greadigaeth, yn gofalu amdano hefyd.

ਸੋ ਕਰਤਾ ਚਿੰਤਾ ਕਰੇ ਜਿਨਿ ਉਪਾਇਆ ਜਗੁ ॥

Ydy, mae'r Creawdwr hwnnw sydd wedi creu'r byd, yn gofalu amdano hefyd.

ਤਿਸੁ ਜੇਹਾਰੀ ਸੁਅਸਤਿ ਤਿਸੁ ਤਿਸੁ ਦੀਬਾਣੁ ਅਭਗੁ ॥

Iddo Ef rwy'n ymgrymu ac yn cynnig fy mharchedig ofn, y mae ei system gymorth yn dragwyddol.

ਨਾਨਕ ਸਚੇ ਨਾਮ ਬਿਨੁ ਕਿਆ ਟਿਕਾ ਕਿਆ ਤਗੁ ॥੧॥

O 'Nanak, heb fyfyrion ar ei Enw, nid yw'r holl symbolau crefyddol allanol eraill fel Janeu (edau sanctaidd) a Tikka (dot ar y talcen) yn golygu dim

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਲਖ ਨੇਕੀਆ ਚੰਗਿਆਈਆ ਲਖ ਪੁੰਨਾ ਪਰਵਾਣੁ ॥

Efallai y bydd rhywun yn cyflawni miliynau o weithredoedd da a rhinweddol a myrdd o weithredoedd elusennau sy'n dderbyniol i'r gymdeithas.

ਲਖ ਤਪ ਉਪਰਿ ਤੀਰਥਾਂ ਸਹਜ ਜੋਗ ਬੇਬਾਣੁ ॥

Efallai y bydd un yn perfformio miliynau o penances ar shrines sanctaidd, ac yn mynd yn yr anialwch i ymarfer ioga mewn cyflwr o poise.

ਲਖ ਸੂਰਤਣ ਸੰਗਰਾਮ ਰਣ ਮਹਿ ਛੁਟਹਿ ਪਰਾਣੁ ॥

Efallai y bydd rhywun yn mynd i faes y gad ac yn arddangos miliynau o weithredoedd o ddewrder, a hyd yn oed yn colli ei fywyd yno.

ਲਖ ਸੁਰਤੀ ਲਖ ਗਿਆਨ ਧਿਆਨ ਪੜੀਅਹਿ ਪਾਠ ਪੁਰਾਣੁ ॥

Efallai y bydd rhywun yn caffael llawer o ddealltwriaeth ddwyfol a doethineb dwyfol trwy berfformio myfyrdodau a darlleniadau o'r Vedas a'r Puranas,

ਜਿਨਿ ਕਰਤੈ ਕਰਣਾ ਕੀਆ ਲਿਖਿਆ ਆਵਣ ਜਾਣੁ ॥

Y Creawdwr, Pwy sydd wedi creu'r greadigaeth hon ac wedi rhag-ordeinio amser geni a marwolaeth rhywun.

ਨਾਨਕ ਮਤੀ ਮਿਥਿਆ ਕਰਮੁ ਸਚਾ ਨੀਸਾਣੁ ॥੨॥

Ar hyn o bryd, holl driciau clyfar hyn yn ffug ac yn ddiwerth. Dim ond Ei Gras yw'r gwir stamp neu'r marc i'w dderbyn yn Ei lys.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਸਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਏਕੁ ਤੂੰ ਜਿਨਿ ਸਚੇ ਸਚੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

O' Dduw, Chi yw'r unig Wir Feistr, sydd wedi dosbarthu Gwirionedd (cyfiawnder) ym mhobman.

ਜਿਸੁ ਤੂੰ ਦੇਹਿ ਤਿਸੁ ਮਿਲੈ ਸਚੁ ਤਾ ਤਿਨ੍ਹਰੀ ਸਚੁ ਕਮਾਇਆ ॥

Ef yn unig sy'n derbyn y Gwirionedd, i bwy Rydych chi'n ei roi; yna, mae'n ymarfer Gwirionedd.

ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਸਚੁ ਪਾਇਆ ਜਿਨ੍ਹਰ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਸਚੁ ਵਸਾਇਆ ॥

Dim ond ar ôl cwrdd a dilyn dysgeidiaeth y Gwir Guru y mae pobl wedi sylweddoli'r Gwirionedd. Mae'r Guru yn ymgorffori'r Gwirionedd yn eu calon.

ਮੂਰਖ ਸਚੁ ਨ ਜਾਣਨ੍ਹਰੀ ਮਨਮੁਖੀ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ ॥

Nid yw'r bobl hunan-ewyllysgar ffôl yn gwybod, beth yw Gwirionedd ac maen nhw'n gwastraffu eu bywydau yn ofer.

ਵਿਚਿ ਦੁਨੀਆ ਕਾਹੇ ਆਇਆ ॥੮॥

Pam maen nhw hyd yn oed wedi dod i'r byd?

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀ ਲਦੀਅਹਿ ਪੜਿ ਪੜਿ ਭਰੀਅਹਿ ਸਾਥ ॥

Hyd yn oed os ydym yn darllen ac yn astudio cartloads o lyfrau ac ar ôl astudio yn gwneud tomenni ar domenni o lyfrau.

ਪੜਿ ਪੜਿ ਬੇੜੀ ਪਾਈਐ ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀਅਹਿ ਖਾਤ ॥

Os ydym yn darllen cymaint o lyfrau y gellir llenwi cwch neu lawer o byllau gyda nhw.

ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਬਰਸ ਬਰਸ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਮਾਸ ॥

Efallai y byddwn yn eu darllen flwyddyn ar ôl blwyddyn; efallai y byddwn yn eu darllen cymaint o fisoedd ag sydd mewn blwyddyn.

ਪੜੀਐ ਜੇਤੀ ਆਰਜਾ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਸਾਸ ॥

Efallai y byddwn yn eu darllen ar hyd ein hoes; efallai y byddwn yn eu darllen gyda phob anadl.

ਨਾਨਕ ਲੇਖੈ ਇਕ ਗਲ ਹੋਰੁ ਹਉਮੈ ਝਖਣਾ ਝਾਖ ॥੧॥

O 'Nanak, yr unig un peth, sy'n cyfrif yn ei lys yw canu ei glodydd a myfyrio ar ei Enw. Mae popeth arall fel crwydro yn eich ego.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਪੜਿਆ ॥ ਤੇਤਾ ਕੜਿਆ ॥

Po fwyaf y mae un yn ysgrifennu ac yn darllen, y mwyaf y mae'n dod yn egoistaidd ac yn drahaus.

ਬਹੁ ਤੀਰਥ ਭਵਿਆ ॥ ਤੇਤੇ ਲਵਿਆ ॥

Mae mwy o un yn crwydro ar gysegrfeydd cysegredig pererindod, po fwyaf y mae un yn siarad yn ddiwerth (fel brân).

ਬਹੁ ਭੇਖ ਕੀਆ ਦੇਹੀ ਦੁਖੁ ਦੀਆ ॥

Po fwyaf y mae un yn gwisgo gwisg grefyddol, y mwyaf o straen y mae'n ei achosi iddo'i hun.

ਸਹੁ ਵੇ ਜੀਆ ਅਪਣਾ ਕੀਆ ॥

O fy ffrind, rhaid i chi ddioddef canlyniadau eich gweithredoedd eich hun.

ਅੰਨੁ ਨ ਖਾਇਆ ਸਾਦੁ ਗਵਾਇਆ ॥

Trwy beidio â bwyta bwyd, nid yw person wedi ennill unrhyw rinweddau ysbrydol, mae wedi colli'r cyfle i fwynhau ei relish.

ਬਹੁ ਦੁਖੁ ਪਾਇਆ ਦੂਜਾ ਭਾਇਆ ॥

Oherwydd ei gariad at ddeuoliaeth (arferion heblaw caru a chofio Duw), mae wedi dioddef llawer Poen.

ਬਸਤ੍ਰੁ ਨ ਪਹਿਰੈ ॥ ਅਹਿਨਿਸਿ ਕਹਰੈ ॥

Un nad yw'n gwisgo unrhyw ddillad, yn dioddef nos a dydd trwy ddarostwng ei gorff i eithafion tywydd.

ਮੇਨਿ ਵਿਗੁਤਾ ॥ ਕਿਉ ਜਾਗੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਸੁਤਾ ॥

Wedi'i amsugno mewn distawrwydd, mae un wedi mynd ar gyfeiliorn (o'r llwybr cyfiawn). Sut y gellir ei ddeffro o drwmgwsg anwybodaeth heb ddysgeidiaeth y Guru?

ਪਗ ਉਪੇਤਾਣਾ ॥ ਅਪਣਾ ਕੀਆ ਕਮਾਣਾ ॥

Un sy'n mynd yn droednoeth, yn dioddef o'i weithredoedd ei hun trwy frifo ei draed.

ਅਲੁ ਮਲੁ ਖਾਈ ਸਿਰਿ ਛਾਈ ਪਾਈ ॥

Un sy'n bwyta bwyd dros ben budr ac yn taflu lludw ar ei ben,

ਮੂਰਖਿ ਅੰਧੈ ਪਤਿ ਗਵਾਈ ॥

mae'r person ffôl dall (anwybodus) wedi colli ei anrhydedd.

ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਕਿਛੁ ਥਾਇ ਨ ਪਾਈ ॥

Heb fyfyrddod ar Enw Duw, ni chymeradwyir unrhyw beth yn ei lys.

ਰਹੈ ਬੇਬਾਣੀ ਮੜੀ ਮਸਾਣੀ ॥

Efallai y bydd rhywun yn byw yn yr anialwch, yn y mynwentydd neu ar dir yr amlosgi,

ਅੰਧੁ ਨ ਜਾਣੈ ਫਿਰਿ ਪਛਤਾਣੀ ॥

nid yw person mor ddall yn ysbrydol yn gwybod y ffordd iawn i wireddu Duw, mae'n difaru ac yn edifarhau yn y diwedd.

ਸਤਿਗੁਰੁ ਭੇਟੇ ਸੇ ਸੁਖੁ ਪਾਏ ॥

Dim ond ef, sy'n cwrdd â'r Gwir Guru, sy'n mwynhau heddwch.

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

Oherwydd ei fod yn ymgorffori Enw Duw yn ei feddwl.

ਨਾਨਕ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਸੇ ਪਾਏ ॥

O 'Nanak, dim ond ef ar bwy mae Duw yn rhoi ei ras, yn cwrdd â'r Guru.

ਆਸ ਅੰਦੇਸੇ ਤੇ ਨਿਹਕੇਵਲੁ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਜਲਾਏ ॥੨॥

Yna heb ei effeithio gan unrhyw fath o obeithion a phryderon, ac yn dilyn gair y Guru, mae'n llosgi ei ego i ffwrdd.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਭਗਤ ਤੇਰੈ ਮਨਿ ਭਾਵਦੇ ਦਰਿ ਸੋਹਨਿ ਕੀਰਤਿ ਗਾਵਦੇ ॥

Duw, Mae eich devotees yn ddymunol i'ch meddwl. Maen nhw'n edrych yn hyfryd ar garreg Eich drws, yn canu Eich Clodydd.

ਨਾਨਕ ਕਰਮਾ ਬਾਹਰੇ ਦਰਿ ਢੇਅ ਨ ਲਹਨ੍ਹਰੀ ਧਾਵਦੇ ॥

O 'Nanak, nhw sy'n cael eu hamddifadu o Gras Duw, dod o hyd i unrhyw gysgod yn ei Lys ac yn cadw crwydro yn ddi-nod.

ਇਕਿ ਮੂਲੁ ਨ ਬੁਝਨ੍ਹਿਹ ਆਪਣਾ ਅਣਹੋਦਾ ਆਪੁ ਗਣਾਇਦੇ ॥

Mae yna rai nad ydyn nhw'n deall eu gwreiddiau, a heb unrhyw rinwedd ysbrydol, maen nhw'n galw eu hunain yn wych.

ਹਉ ਢਾਢੀ ਕਾ ਨੀਚ ਜਾਤਿ ਹੋਰਿ ਉਤਮ ਜਾਤਿ ਸਦਾਇਦੇ ॥

O 'Dduw, tra bod eraill yn honni eu hunain yn perthyn i statws cymdeithasol uchel, Yr wyf yn unig minstrel o statws cymdeithasol isel.

ਤਿਨ੍ਹਹ ਮੰਗਾ ਜਿ ਤੁਝੈ ਧਿਆਇਦੇ ॥੯॥

Nid wyf ond yn ceisio cwmni'r rhai sy'n myfyrio arnoch Chi.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਕੂੜੁ ਰਾਜਾ ਕੂੜੁ ਪਰਜਾ ਕੂੜੁ ਸਭੁ ਸੰਸਾਰੁ ॥

Mae'r byd cyfan hwn yn rhith fel gweithred dewin. Yn y byd ffug hwn, ffug (byr oes) yw'r brenin a ffug yw ei bynciau.

ਕੂੜੁ ਮੰਡਪ ਕੂੜੁ ਮਾੜੀ ਕੂੜੁ ਬੈਸਣਹਾਰੁ ॥

Anwir yw'r palasau a'r plastai a darfodus yw'r rhai sy'n byw ynddynt.

ਕੂੜੁ ਸੁਇਨਾ ਕੂੜੁ ਰੁਪਾ ਕੂੜੁ ਪੈਨ੍ਹਣਹਾਰੁ ॥

Ffug yw'r addurniadau aur ac arian, a ffug yw'r rhai sy'n eu gwisgo.

ਕੂੜੁ ਕਾਇਆ ਕੂੜੁ ਕਪੜੁ ਕੂੜੁ ਰੂਪੁ ਅਪਾਰੁ ॥

Ffug yw'r corff, ffug yw'r ffrogiau ac anhygoel yw'r harddwch eithafol.

ਕੂੜੁ ਮੀਆ ਕੂੜੁ ਬੀਬੀ ਖਪਿ ਹੋਏ ਖਾਰੁ ॥

Mae'r berthynas rhwng gŵr a gwraig yn gyfnod byr iawn ac maent yn cael eu gwastraffu i ffwrdd mewn gwrthdaro ffug.

ਕੂੜਿ ਕੂੜੈ ਨੇਹੁ ਲਗਾ ਵਿਸਰਿਆ ਕਰਤਾਰੁ ॥

Mae'r rhai ffug yn caru anwiredd, ac yn anghofio eu Creawdwr.

ਕਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕੀਚੈ ਦੋਸਤੀ ਸਭੁ ਜਗੁ ਚਲਣਹਾਰੁ ॥

Gyda phwy y dylem ddod yn ffrindiau, pan fydd y byd i gyd yn dros dro?

ਕੂੜੁ ਮਿਠਾ ਕੂੜੁ ਮਾਖਿਉ ਕੂੜੁ ਡੋਬੇ ਪੂਰੁ ॥

I'r meidrolion mae'r byd rhyfeddol hwn yn ymddangos yn felys fel mêl a dyna pam mae'r rhith ffug hwn yn dinistrio llw o bobl.

ਨਾਨਕੁ ਵਖਾਣੈ ਬੇਨਤੀ ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਕੂੜੇ ਕੂੜੁ ॥੧॥

O 'Dduw, mae Nanak yn gwneud y deisyfiad hwn, bod heb Chi, mae popeth yn hollol ffug ac yn anhygoel.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਸਚਾ ਹੋਇ ॥

Mae rhywun yn gwybod y Gwirionedd dim ond pan fydd Duw yn trigo yng nghalon rhywun.

ਕੂੜੁ ਕੀ ਮਲੁ ਉਤਰੈ ਤਨੁ ਕਰੇ ਹਛਾ ਧੋਇ ॥

Mae budreddi anwiredd yn cael ei dynnu ac mae'r meddwl a'r corff yn cael eu rhyddhau o'r vices.

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਚਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ ॥

Daw un i wybod y gwir am y byd dim ond pan fydd yn dwyn cariad at Dduw.

ਨਾਉ ਸੁਣਿ ਮਨੁ ਰਹਸੀਐ ਤਾ ਪਾਏ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥

Wrth glywed Enw Duw, mae'r meddwl yn falch; yna, mae un yn cael rhyddid rhag y cysylltiadau bydol.

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਜੁਗਤਿ ਜਾਣੈ ਜੀਉ ॥

Mae un yn gwybod y Gwirionedd dim ond pan fydd yn gwybod gwir ffordd o fyw.

ਧਰਤਿ ਕਾਇਆ ਸਾਧਿ ਕੈ ਵਿਚਿ ਦੇਇ ਕਰਤਾ ਬੀਉ ॥

Wrth baratoi'r corff fel fferm, mae'n plannu Had Enw Duw.

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਿਖ ਸਚੀ ਲੇਇ ॥

Mae un yn gwybod y Gwirionedd dim ond pan fydd yn derbyn gwir ddysgeidiaeth gan y Guru.

ਦਇਆ ਜਾਣੈ ਜੀਅ ਕੀ ਕਿਛੁ ਪੁੰਨੁ ਦਾਨੁ ਕਰੇਇ ॥

Yn dangos trugaredd i fodau eraill, ac yn gwneud rhai gweithredoedd o elusen a charedigrwydd.

ਸਚੁ ਤਾਂ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਆਤਮ ਤੀਰਥਿ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥

Dim ond pan fydd yn trigo yng nghysegrfa gysegredig yr hunan y mae rhywun yn gwybod y Gwirionedd.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਨੇ ਪੁਛਿ ਕੈ ਬਹਿ ਰਹੈ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥

Gan gael dysgeidiaeth gan y Gwir Guru, mae'n parhau i ganolbwyntio ar yr hunan mewnol.

ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਹੋਇ ਦਾਰੂ ਪਾਪ ਕਢੈ ਧੋਇ ॥

Duw ei hun yn dod yn ateb yr holl anhwylderau; ac yn gyrru allan yr holl bechodau.

ਨਾਨਕੁ ਵਖਾਣੈ ਬੇਨਤੀ ਜਿਨ ਸਚੁ ਪਲੈ ਹੋਇ ॥੨॥

Mae Nanak yn ceisio'n ostyngedig y rhai sydd â Gwirionedd (Duw) yn byw yn eu calon.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਦਾਨੁ ਮਹਿੰਡਾ ਤਲੀ ਖਾਕੁ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤ ਮਸਤਕਿ ਲਾਈਐ ॥

Yr anrheg rwy'n ei cheisio yw'r gostyngeiddrwydd; pe bawn i'n ei chael, byddwn yn ystyried fy hun yn ffodus iawn.

ਕੂੜਾ ਲਾਲਚੁ ਛਡੀਐ ਹੋਇ ਇਕ ਮਨਿ ਅਲਖੁ ਧਿਆਈਐ ॥

Gwrthod trachwant ffug, a myfyrio un-meddwl ar y Duw annealladwy.

ਫਲੁ ਤੇਵੇਹੋ ਪਾਈਐ ਜੇਵੇਹੀ ਕਾਰ ਕਮਾਈਐ ॥

Fel y mae'r camau yr ydym yn eu hymrwymo, felly hefyd y gwobrau a dderbyniwn.

ਜੇ ਹੋਵੈ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਤਾ ਧੂੜਿ ਤਿਨ੍ਹ੍ਹਾ ਦੀ ਪਾਈਐ ॥

Os yw mor rhag-ordeiniedig, yna mae un yn cael gwasanaethu'r Saint yn ostyngedig.

ਮਤਿ ਥੋੜੀ ਸੇਵ ਗਵਾਈਐ ॥੧੦॥

Oherwydd ein deallusrwydd cyfyngedig, rydym yn fforffedu rhinweddau gwasanaeth anhunanol.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਸਚਿ ਕਾਲੁ ਕੂੜੁ ਵਰਤਿਆ ਕਲਿ ਕਾਲਖ ਬੇਤਾਲ ॥

Mae byw cyfiawn wedi dod yn brin, mae anwiredd yn treiddio ym mhobman ac mae pobl yn ymddwyn fel cythreuliaid oherwydd pechodau a drygau Kalyug.

ਬੀਉ ਬੀਜਿ ਪਤਿ ਲੈ ਗਏ ਅਬ ਕਿਉ ਉਗਵੈ ਦਾਲਿ ॥

Maent a oedd yn byw yn gyfiawn (plannu had cyfiawnder yn eu meddwl) wedi ymadael ag anrhydedd. Y rhai y mae eu meddwl wedi'i hollti mewn deuoliaeth, sut y gall had cyfiawnder egino yn eu meddwl?

ਜੇ ਇਕੁ ਹੋਇ ਤ ਉਗਵੈ ਰੁਤੀ ਹੂ ਰੁਤਿ ਹੋਇ ॥

Bydd had cariad at Dduw yn egino os nad yw'r meddwl wedi'i hollti mewn deuoliaeth a bod awyrgylch iawn fel awyrgylch cŵl a digynnwrf bore cynnar.

ਨਾਨਕ ਪਾਹੈ ਬਾਹਰਾ ਕੋਰੈ ਰੰਗੁ ਨ ਸੋਇ ॥

O 'Nanak, yn union fel heb cyn-driniaeth, nid yw brethyn amrwd yn cael ei liwio'n hyfryd.

ਭੈ ਵਿਚਿ ਖੁੰਬਿ ਚੜਾਈਐ ਸਰਮੁ ਪਾਹੁ ਤਨਿ ਹੋਇ ॥

Yn yr un modd, i drwytho'r meddwl yng nghariad Duw, mae'r cyn-driniaeth (ar gyfer y meddwl) yn datblygu ofn Duw trwy waith caled.

ਨਾਨਕ ਭਗਤੀ ਜੇ ਰਪੈ ਕੂੜੈ ਸੋਇ ਨ ਕੋਇ ॥੧॥

Ac felly, pan fel hyn y meddwl yn cael ei drwytho â chariad a defosiwn Duw, yna nid oes unrhyw feddwl o anwiredd yn codi ynddo.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਲਬੁ ਪਾਪੁ ਦੁਇ ਰਾਜਾ ਮਹਤਾ ਕੂੜੁ ਹੋਆ ਸਿਕਦਾਰੁ ॥

(Mae'r amodau yn y byd yn druenus, mae'n ymddangos fel pe bai) trachwant a phechod wedi dod yn frenin a'i gynorthwyydd; ac anwiredd yw'r prif weithredwr.

ਕਾਮੁ ਨੇਬੁ ਸਦਿ ਪੁਛੀਐ ਬਹਿ ਬਹਿ ਕਰੇ ਬੀਚਾਰੁ ॥

Mae chwant fel eu prif gynghorydd, maen nhw'n gofyn am ei gyngor ac yna'n eistedd gyda'i gilydd maen nhw'n bwriadol dros wahanol ffyrdd i befool y cyhoedd.

ਅੰਧੀ ਰਯਤਿ ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣੀ ਭਾਹਿ ਭਰੇ ਮੁਰਦਾਰੁ ॥

Mae eu pynciau yn anwybodus oherwydd diffyg gwybodaeth, maent yn cael eu llenwi â thân dymuniadau bydol, ac maent yn farw yn ysbrydol.

ਗਿਆਨੀ ਨਚਹਿ ਵਾਜੇ ਵਾਵਹਿ ਰੂਪ ਕਰਹਿ ਸੀਗਾਰੁ ॥

Mae'r hyn a elwir yn ddoeth, yn syml dawnsio a chwarae eu hofferynnau cerdd, addurno eu hunain gydag addurniadau hardd.

ਉਚੇ ਕੁਕਹਿ ਵਾਦਾ ਗਾਵਹਿ ਜੇਧਾ ਕਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥

Maent yn gweiddi yn uchel, wrth ganu am frwydrau ac epigau'r arwyr yn y gorffennol.

ਮੂਰਖ ਪੰਡਿਤ ਹਿਕਮਤਿ ਹੁਜਤਿ ਸੰਜੈ ਕਰਹਿ ਪਿਆਰੁ ॥

Mae'r ysgolheigion ffôl a'r pundits wrth eu bodd yn casglu cyfoeth bydol trwy ddadleuon a thriciau clyfar.

ਧਰਮੀ ਧਰਮੁ ਕਰਹਿ ਗਾਵਾਵਹਿ ਮੰਗਹਿ ਮੇਖ ਦੁਆਰੁ ॥

Mae'r bobl gyfiawn yn colli teilyngdod eu cyfiawnder trwy ofyn i Dduw am iachawdwriaeth yn gyfnewid.

ਜਤੀ ਸਦਾਵਹਿ ਜੁਗਤਿ ਨ ਜਾਣਹਿ ਛਡਿ ਬਹਹਿ ਘਰ ਬਾਰੁ ॥

Maent yn galw eu hunain yn celibate, ac yn cefnu ar eu cartrefi, ond nid ydynt yn gwybod y gwir ffordd o fyw.

ਸਭੁ ਕੇ ਪੂਰਾ ਆਪੇ ਹੋਵੈ ਘਟਿ ਨ ਕੋਈ ਆਖੈ ॥

Mae pawb yn galw ei hun yn berffaith; nid oes yr un yn galw eu hunain yn amherffaith.

ਪਤਿ ਪਰਵਾਣਾ ਪਿਛੈ ਪਾਈਐ ਤਾ ਨਾਨਕ ਤੋਲਿਆ ਜਾਏ ॥੨॥

Ar hyn o bryd, Byddai gwir deilyngdod person yn hysbys dim ond pan fydd y person yn cael ei farnu yn erbyn y mesur ei anrhydedd a dderbyniwyd yn llys Duw.

ਮਃ ੧ ॥

Salok, Gan y Guru Cyntaf:

ਵਦੀ ਸੁ ਵਜਗਿ ਨਾਨਕਾ ਸਚਾ ਵੇਖੈ ਸੋਇ ॥

Ar hyn o bryd, yr hyn y mae Duw wedi ordeinio yn sicr yn digwydd oherwydd ei fod ef ei hun yn gweld iddo (bod popeth yn digwydd yn ôl ei orchymyn).

ਸਭਨੀ ਛਾਲਾ ਮਾਰੀਆ ਕਰਤਾ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਇ ॥

Mae pawb yn gwneud ymdrechion mawr i wneud pethau yn ôl eu dymuniadau, ond mae hynny ar ei ben ei hun yn digwydd y mae'r Creawdwr yn ei wneud.

ਅਗੈ ਜਾਤਿ ਨ ਜੋਰੁ ਹੈ ਅਗੈ ਜੀਉ ਨਵੇ ॥

Yn llys Duw, nid yw statws cymdeithasol a phwer yn golygu dim, oherwydd yno, mae'n rhaid delio â phersonau cwbl newydd. (nad ydynt yn cael eu siglo gan statws unrhyw un)

ਜਿਨ ਕੀ ਲੇਖੈ ਪਤਿ ਪਵੈ ਚੰਗੇ ਸੇਈ ਕੇਇ ॥੩॥

Dim ond yr ychydig hynny sy'n cael eu hystyried yn dda neu'n rhinweddol, sy'n cael anrhydedd pan archwilir eu cyfrif yn llys Duw.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਧੁਰਿ ਕਰਮੁ ਜਿਨਾ ਕਉ ਤੁਧੁ ਪਾਇਆ ਤਾ ਤਿਨੀ ਖਸਮੁ ਧਿਆਇਆ ॥

O' Dduw, dim ond y rhai sydd wedi myfyrio arnoch chi gydag ymroddiad cariadus, sydd mor rhag-ordeiniedig.

ਏਨਾ ਜੰਤਾ ਕੈ ਵਸਿ ਕਿਛੁ ਨਾਹੀ ਤੁਧੁ ਵੇਕੀ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥

Nid oes dim yng ngrym y bodau hyn; Rydych chi wedi creu'r byd hwn gyda phobl o alluoedd a thueddiadau amrywiol.

ਇਕਨਾ ਨੇ ਤੂੰ ਮੇਲਿ ਲੈਹਿ ਇਕਿ ਆਪਹੁ ਤੁਧੁ ਖੁਆਇਆ ॥

Rhai, Rydych chi'n uno â chi'ch hun, a rhai, Rydych chi'n arwain ar gyfeiliorn.

ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ਜਿਥੈ ਤੁਧੁ ਆਪੁ ਬੁਝਾਇਆ ॥

Mae'r un yr ydych chi wedi datgelu eich hun iddo, wedi sylweddoli Chi trwy ras y Guru.

ਸਹਜੇ ਹੀ ਸਚਿ ਸਮਾਇਆ ॥੧੧॥

Mae wedi uno yn anochel ynoch chi.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਦੁਖੁ ਦਾਰੁ ਸੁਖੁ ਰੋਗੁ ਭਇਆ ਜਾ ਸੁਖੁ ਤਾਮਿ ਨ ਹੋਈ ॥

O 'Dduw, pa mor rhyfedd yw'r byd hwn o Yr eiddoch, lle mae dioddefaint yn dod yn ateb, a phleser yn dod yn anhwylder. Lle mae wynfyd, nid oes tristwch.

ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਕਰਣਾ ਮੈ ਨਾਹੀ ਜਾ ਹਉ ਕਰੀ ਨ ਹੋਈ ॥੧॥

O' Duw, Chi yw crëwr a doer popeth, nid wyf yn ddim. Hyd yn oed os ydw i'n ceisio, does dim byd yn digwydd.

ਬਲਿਹਾਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਵਸਿਆ ॥

O' pob crëwr treiddiol, Rwy'n cysegru fy hun i Chi.

ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਲਖਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Ni ellir gwybod eich terfynau.

ਜਾਤਿ ਮਹਿ ਜੇਤਿ ਜੇਤਿ ਮਹਿ ਜਾਤਾ ਅਕਲ ਕਲਾ ਭਰਪੂਰਿ ਰਹਿਆ ॥

Eich Golau yn treiddio trwy'r bydysawd, ac fe'ch gwelir fel y Golau yn yr holl greaduriaid. Mae eich pŵer hollalluog yn treiddio i mewn i gyd.

ਤੂੰ ਸਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਿਫਤਿ ਸੁਆਲ੍ਹਿਹਉ ਜਿਨਿ ਕੀਤੀ ਸੇ ਪਾਰਿ ਪਇਆ ॥

O' Dduw, Ti yw'r Gwir Feistr; Mae'ch Clod mor brydferth. Un sy'n canu Eich clodydd, yn cael ei gario ar draws y môr byd o vices.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕੀਆ ਬਾਤਾ ਜੇ ਕਿਛੁ ਕਰਣਾ ਸੁ ਕਰਿ ਰਹਿਆ ॥੨॥

O 'Nanak, canu clodydd y Creawdwr; beth bynnag y mae'n hoffi ei wneud, Mae'n ei wneud.

ਮਃ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਜੋਗ ਸਬਦੰ ਗਿਆਨ ਸਬਦੰ ਬੇਦ ਸਬਦੰ ਬ੍ਰਾਹਮਣਹ ॥

Gwir ddyletswydd Yogi yw cael doethineb dwyfol; a dyletswydd Brahmin (Yr offeiriad Hindŵaidd) yw astudio a myfyrio ar Vedas.

ਖੜੀ ਸਬਦੰ ਸੂਰ ਸਬਦੰ ਸੂਦ੍ਰ ਸਬਦੰ ਪਰਾ ਕ੍ਰਿਤਹ ॥

Dyletswydd y Kshatriya yw ymladd yn ddewr ym maes y gad, a dyletswydd y Shudras yw gwasanaethu eraill.

ਸਰਬ ਸਬਦੰ ਏਕ ਸਬਦੰ ਜੇ ਕੇ ਜਾਣੈ ਭੇਉ ॥ ਨਾਨਕੁ ਤਾ ਕਾ ਦਾਸੁ ਹੈ ਸੇਈ ਨਿਰੰਜਨ ਦੇਉ ॥੩॥

Ond dyletswydd pawb yw myfyrio ar Enw Duw. Nanak yw gwas yr un hwnnw sy'n gwybod y gyfrinach hon oherwydd ei fod yn ymgorfforiad Duw perffaith.

ਮਃ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਏਕ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨੰ ਸਰਬ ਦੇਵਾ ਦੇਵ ਦੇਵਾ ਤ ਆਤਮਾ ॥

Yr un Duw yw enaid goruchaf yr holl dduwiau.

ਆਤਮਾ ਬਾਸੁਦੇਵਸਿਜਜ ਜੇ ਕੇ ਜਾਣੈ ਭੇਉ ॥ ਨਾਨਕੁ ਤਾ ਕਾ ਦਾਸੁ ਹੈ ਸੋਈ ਨਿਰੰਜਨ ਦੇਉ ॥੪॥

Un sy'n deall y dirgelwch, bod yr enaid ei hun yn Dduw, mae'n ymgorfforiad Duw Immaculate ac mae Nanak yn was iddo.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਕੁੰਭੇ ਬਧਾ ਜਲੁ ਰਹੈ ਜਲ ਬਿਨੁ ਕੁੰਭੁ ਨ ਹੋਇ ॥

Yn union fel y mae dŵr yn parhau i fod wedi'i gyfyngu o fewn y piser, ond heb ddŵr, ni ellid bod wedi ffurfio'r piser.

ਗਿਆਨ ਕਾ ਬਧਾ ਮਨੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਗਿਆਨੁ ਨ ਹੋਇ ॥੫॥

Yn yr un modd, mae'r meddwl yn cael ei gadw i ffwrdd o'r vices gan y wybodaeth ddwyfol, ond ni ellir cael y wybodaeth ddwyfol heb ddysgeidiaeth y Guru.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਪੜਿਆ ਹੋਵੈ ਗੁਨਹਗਾਰੁ ਤਾ ਓਮੀ ਸਾਧੁ ਨ ਮਾਰੀਐ ॥

Os yw person addysgedig yn bechadur, bydd yn cael ei gosbi, ond ni ellir cosbi person rhinweddol, er ei fod yn anllythrennog.

ਜੇਹਾ ਘਾਲੇ ਘਾਲਣਾ ਤੇਵੇਹੋ ਨਾਉ ਪਚਾਰੀਐ ॥

Fel y mae'r gweithredoedd yn cael eu gwneud, felly hefyd yr enw da y mae rhywun yn ei gaffael.

ਐਸੀ ਕਲਾ ਨ ਖੇਡੀਐ ਜਿਤੁ ਦਰਗਹ ਗਇਆ ਹਾਰੀਐ ॥

Felly peidiwch â chwarae gêm o'r fath, a fydd yn dod â chi i golli'r gêm geni dynol yn llys Duw.

ਪੜਿਆ ਅਤੇ ਓਮੀਆ ਵੀਚਾਰੁ ਅਗੈ ਵੀਚਾਰੀਐ ॥

Bydd cyfrifon yr addysgedig a'r anllythrennog yn cael eu barnu yn llys Duw.

ਮੁਹਿ ਚਲੈ ਸੁ ਅਗੈ ਮਾਰੀਐ ॥੧੨॥

Mae'r person sydd, yn hytrach na dilyn dysgeidiaeth y Guru, yn dilyn ei feddwl ei hun yn ystyfnig yn cael ei gosbi yn llys Duw.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Salok, gan y Guru Cyntaf:

ਨਾਨਕ ਮੇਰੁ ਸਰੀਰ ਕਾ ਇਕੁ ਰਬੁ ਇਕੁ ਰਥਵਾਹੁ ॥

O 'Nanak, y corff dynol, sef y goruchaf ymhlith yr holl rywogaethau, Mae cerbyd (gwerthoedd moesol) a charioteer (egwyddorion arweiniol).

ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਫੇਰਿ ਵਟਾਈਅਹਿ ਗਿਆਨੀ ਬੁਝਹਿ ਤਾਹਿ ॥

Ym mhob oes mae'r gwerthoedd a'r egwyddorion arweiniol hyn yn parhau i newid; dim ond y bobl ddoeth sy'n deall hyn.

ਸਤਜੁਗਿ ਰਬੁ ਸੰਤੋਖ ਕਾ ਧਰਮੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥

Yn Sadwrn jwg, bodlonrwydd oedd y cerbyd (gwerth moesol) a chyfiawnder oedd y cerbyd (egwyddor arweiniol).

ਤ੍ਰੇਤੈ ਰਬੁ ਜਤੈ ਕਾ ਜੇਰੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥

Yn Oes Treta, celibacy oedd y cerbyd a bydd yn pweru'r cerbyd.

ਦੁਆਪੁਰਿ ਰਬੁ ਤਪੈ ਕਾ ਸਤੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥

Yn Oes Duapar, penyd oedd y cerbyd a chymeriad moesol uchel oedd y cerbyd.

ਕਲਜੁਗਿ ਰਬੁ ਅਗਨਿ ਕਾ ਕੂੜੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥੧॥

Yn yr Oes hon o Kaljug, tân dymuniadau am gyfoeth a phwer bydol yw'r cerbyd a'r anwiredd y cerbyd.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਸਾਮ ਕਹੈ ਸੇਤੰਬਰੁ ਸੁਆਮੀ ਸਚ ਮਹਿ ਆਛੈ ਸਾਚਿ ਰਹੇ ॥ ਸਭੁ ਕੇ ਸਚਿ ਸਮਾਵੈ ॥

Dywed Saam Veda fod (yn Sat Jug) Meistr y Byd (Duw) yn cael ei adnabod fel Saytambar. Yn yr Oes honno roedd pawb yn dymuno gwirionedd, yn cadw at wirionedd ac yn byw'n gyfiawn.

ਰਿਗੁ ਕਹੈ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ ॥ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਦੇਵਾ ਮਹਿ ਸੂਰੁ ॥

Dywed Rig Veda, (yn jwg Trete), fod Duw yn treiddio ym mhobman ac ymhlith y duwiau, enw'r Arglwydd Rama yw'r mwyaf dyrchafedig, yn disgleirio fel yr haul.

ਨਾਇ ਲਇਐ ਪਰਾਛਤ ਜਾਹਿ ॥ ਨਾਨਕ ਤਉ ਮੇਖੰਤਰੁ ਪਾਹਿ ॥

O 'Nanak, (yn ôl Rig veda), pob pechodau yn cael eu dinistrio gan llafarganu Enw'r Arglwydd Rama, yna bydd y marwol yn cyflawni iachawdwriaeth.

ਜੁਜ ਮਹਿ ਜੇਰਿ ਛਲੀ ਚੰਦ੍ਰਾਵਲਿ ਕਾਨ੍ਹਰੁ ਕ੍ਰਿਸਨੁ ਜਾਦਮੁ ਭਇਆ ॥

Dywed Yajur Veda, (yn Dwapar Jug), bod meistr y byd yn cael ei adnabod fel Arglwydd Krishna o lwyth Yadava, a dwyllodd y dywysoges Chandravali trwy ei bŵer dwyfol,

ਪਾਰਜਾਤੁ ਗੋਪੀ ਲੈ ਆਇਆ ਬਿੰਦ੍ਰਾਬਨ ਮਹਿ ਰੰਗੁ ਕੀਆ ॥

daeth â'r goeden chwedlonol sy'n cyflawni dymuniadau o'r enw Parjaat am ei Gopi (devotee benywaidd) a'i datgelu yn Vrindavan.

ਕਲਿ ਮਹਿ ਬੇਦੁ ਅਥਰਬਣੁ ਹੂਆ ਨਾਉ ਖੁਦਾਈ ਅਲਹੁ ਭਇਆ ॥

Yn Oes Kali Yuga, daeth yr Atharva Veda yn amlwg; Daeth Allah yn Enw Duw.

ਨੀਲ ਬਸਤ੍ਰੁ ਲੇ ਕਪੜੇ ਪਹਿਰੇ ਤੁਰਕ ਪਠਾਣੀ ਅਮਲੁ ਕੀਆ ॥

Tybiodd Twrciaid a Pathaniaid bŵer a dechreuon nhw wisgo dillad glas.

ਚਾਰੇ ਵੇਦ ਹੋਏ ਸਚਿਆਰ ॥

Yn y modd hwn mae'r pedwar Vedas yn honni eu gwirionedd eu hunain yn unol â'u priod amseroedd.

ਪੜਹਿ ਗੁਣਹਿ ਤਿਨ੍ਹਰੁ ਚਾਰ ਵੀਚਾਰ ॥

Trwy ddarllen a myfyrio ar y vedas hyn, mae pobl yn datblygu meddyliau da yn eu meddwl.

ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਕਰਿ ਨੀਚੁ ਸਦਾਏ ॥ ਤਉ ਨਾਨਕ ਮੇਖੰਤਰੁ ਪਾਏ ॥੨॥

Ond, O 'Nanak, dim ond ef sy'n gwneud addoliad cariadus Duw ac yn parhau i fod yn ostyngedig, cyrraedd emancipation.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਸਤਿਗੁਰ ਵਿਟਹੁ ਵਾਰਿਆ ਜਿਤੁ ਮਿਲਿਐ ਖਸਮੁ ਸਮਾਲਿਆ ॥

Rwy'n cysegru fy mywyd i'r Gwir Guru; cwrdd â phwy, rwyf wedi dod i goleddu Duw.

ਜਿਨਿ ਕਰਿ ਉਪਦੇਸੁ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਦੀਆ ਇਨ੍ਹਰੀ ਨੇਤ੍ਰੀ ਜਗਤੁ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥

Y Gwir Guru sydd wedi goleuo fy meddwl gymaint gan ei ddysgeidiaeth fel pe bai wedi rhoi eli o wybodaeth ddwyfol yn fy llygaid, yn rhinwedd yr hwn yr wyf yn gweld y gwir am y byd.

ਖਸਮੁ ਛੇਡਿ ਦੂਜੈ ਲਗੇ ਡੁਬੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰਿਆ ॥

Mae'r rhai sy'n cefnu ar eu gwir Feistr ac yn atodi eu hunain i un arall, yn cael eu boddi yng nghefnfor bydol vices.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਹੈ ਬੇਹਿਥਾ ਵਿਰਲੈ ਕਿਨੈ ਵੀਚਾਰਿਆ ॥

Dim ond ychydig sy'n sylweddoli bod y Gwir Guru fel llong (i fynd â ni ar draws cefnfor vices bydol)

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਪਾਰਿ ਉਤਾਰਿਆ ॥੧੩॥

Granting His Grace, Mae wedi fy helpu i groesi dros y cefnfor bydol o vices.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਸਿੰਮਲ ਰੁਖੁ ਸਰਾਇਰਾ ਅਤਿ ਦੀਰਘ ਅਤਿ ਮੁਚੁ ॥

Mae'r goeden simmal yn syth fel saeth; mae'n dal iawn, ac yn llydan iawn.

ਓਇ ਜਿ ਆਵਹਿ ਆਸ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ਨਿਰਾਸੇ ਕਿਤੁ ॥

Ond mae'r adar sy'n dod i eistedd arno gyda'r gobaith o fwyta ei ffrwythau, pam maen nhw'n gadael yn siomedig?

ਫਲ ਫਿਕੇ ਫੁਲ ਬਕਬਕੇ ਕੰਮਿ ਨ ਆਵਹਿ ਪਤ ॥

Oherwydd bod ei ffrwythau'n ddi-flas, mae blodau'n gyfogyd, ac mae dail yn ddiwerth.

ਮਿਠਤੁ ਨੀਵੀ ਨਾਨਕਾ ਗੁਣ ਚੰਗਿਆਈਆ ਤਤੁ ॥

(Yn yr un modd heb felyster a gostyngeiddrwydd, nid yw'r holl sioe o fawredd o unrhyw ddefnydd). O 'Nanak, ansawdd melyster gyda gostyngeiddrwydd yw hanfod pob rhinwedd.

ਸਭੁ ਕੇ ਨਿਵੈ ਆਪ ਕਉ ਪਰ ਕਉ ਨਿਵੈ ਨ ਕੋਇ ॥

Mae pawb yn plygu i lawr er eich mwyn eich hun, ac nid er mwyn eraill.

ਧਰਿ ਤਾਰਾਜੁ ਤੇਲੀਐ ਨਿਵੈ ਸੁ ਗਉਰਾ ਹੋਇ ॥

dylem nodi, pan roddir rhywbeth ar y raddfa bwyso, bod yr ochr sy'n is yn cael ei hystyried yn drymach (yn yr un modd, ystyrir bod yr un sy'n dangos gostyngeiddrwydd yn berson gwell)

ਅਪਰਾਧੀ ਦੂਣਾ ਨਿਵੈ ਜੇ ਹੰਤਾ ਮਿਰਗਾਹਿ ॥

Mae pechadur, fel yr heliwr ceirw, yn plygu i lawr ddwywaith cymaint er mwyn ei bwrpas hunanol.

ਸੀਸਿ ਨਿਵਾਇਐ ਕਿਆ ਥੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਕੁਸੁਧੇ ਜਾਹਿ ॥੧॥

Ond beth ellir ei gyflawni trwy ddangos gostyngeiddrwydd trwy ymgrymu pen rhywun i lawr os yw'r galon yn parhau i fod wedi'i llenwi ag anwiredd a thwyll.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਪੜਿ ਪੁਸਤਕ ਸੰਧਿਆ ਬਾਦੰ ॥

Mae pandit yn darllen llyfrau sanctaidd ac yn dweud gweddïau dyddiol, ac yna'n cymryd rhan mewn dadl.

ਸਿਲ ਪੂਜਸਿ ਬਗੁਲ ਸਮਾਧੰ ॥

Mae'n addoli cerrig ac yna'n eistedd fel ciconia, gan esgus bod yn Samadhi.

ਮੁਖਿ ਝੂਠ ਬਿਭੂਖਣ ਸਾਰੰ ॥

Mae'n dweud anwiredd, ac yn addurno ei gelwyddau fel addurniadau hardd,

ਤ੍ਰੈਪਾਲ ਤਿਹਾਲ ਬਿਚਾਰੰ ॥

Mae'n adrodd tair llinell mantra Gayatri dair gwaith y dydd.

ਗਲਿ ਮਾਲਾ ਤਿਲਕੁ ਲਿਲਾਟੰ ॥

O amgylch ei wddf mae rosari, ac ar ei dalcen mae tilak-y marc cysegredig;

ਦੁਇ ਧੋਤੀ ਬਸਤ੍ਰ ਕਪਾਟੰ ॥

mae bob amser yn cadw dau loinlliaen ac yn gwisgo twrban ar ei ben wrth weddïo.

ਜੇ ਜਾਣਸਿ ਬ੍ਰਹਮੰ ਕਰਮੰ ॥

Ond pe bai'n gwybod y gweithredoedd dwyfol (clodydd Duw),

ਸਭਿ ਫੋਕਟ ਨਿਸਚਉ ਕਰਮੰ ॥

yna byddai'n sicr o sylweddoli bod yr holl greddoau a defodau hyn yn ofer.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਨਿਹਚਉ ਧਿਆਵੈ ॥

Ar hyn o bryd, myfyrio ar Dduw gyda ffydd lawn.

ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਵਾਟ ਨ ਪਾਵੈ ॥੨॥

Heb ddysgeidiaeth y Gwir Guru, nid oes unrhyw un yn dod o hyd i'r llwybr cywir.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਕਪੜੁ ਰੂਪੁ ਸੁਹਾਵਣਾ ਛਡਿ ਦੁਨੀਆ ਅੰਦਰਿ ਜਾਵਣਾ ॥

Bydd un yn gadael y byd gan adael y corff hardd yma.

ਮੰਦਾ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕੀਤਾ ਪਾਵਣਾ ॥

Bydd yn dwyn canlyniadau ei weithredoedd da a drwg.

ਹੁਕਮ ਕੀਏ ਮਨਿ ਭਾਵਦੇ ਰਾਹਿ ਭੀੜੈ ਅਗੈ ਜਾਵਣਾ ॥

Byddai'n rhaid i'r person, sydd wedi byw bywyd yn unol â'i fympwyon (gorchmynion a gyhoeddwyd yn unol â'i fympwyon heb ofalu faint o ddioddefaint y mae wedi'i achosi i eraill), ddwyn arteithiau o'r fath, fel pe bai'n cael ei wasgu trwy lwybr cul o hyn ymlaen.

ਨੰਗਾ ਦੇਜਕਿ ਚਾਲਿਆ ਤਾ ਦਿਸੈ ਖਰਾ ਡਰਾਵਣਾ ॥

Pan fydd ei weithredoedd pechadurus yn agored, mae'n edrych yn erchyll iawn wrth ddioddef.

ਕਰਿ ਅਉਗਣ ਪਛੋਤਾਵਣਾ ॥੧੪॥

Yna, mae'n difaru y pechodau a gyflawnodd.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਦਇਆ ਕਪਾਹ ਸੰਤੋਖੁ ਸੂਤੁ ਜਤੁ ਗੰਢੀ ਸਤੁ ਵਟੁ ॥

O 'Pundit, edau gwneud allan o dosturi, bodlonrwydd, celibacy a chymeriad moesol uchel yn lle cotwm,

ਏਹੁ ਜਨੇਊ ਜੀਅ ਕਾ ਹਈ ਤ ਪਾਡੇ ਘਤੁ ॥

yw edau cysegredig yr enaid; os oes gennych chi ef, yna ewch ymlaen a'i roi arnaf.

ਨਾ ਏਹੁ ਤੁਟੈ ਨ ਮਲੁ ਲਗੈ ਨਾ ਏਹੁ ਜਲੈ ਨ ਜਾਇ ॥

Nid yw'n torri, ni ellir ei faeddu gan fudreddi, ni ellir ei losgi, na'i golli.

ਧੰਨੁ ਸੁ ਮਾਣਸ ਨਾਨਕਾ ਜੇ ਗਲਿ ਚਲੇ ਪਾਇ ॥

Ac felly, Gwyn eu byd y meidrolion hynny, sydd â'r fath edau o amgylch eu gyddfau.

ਚਉਕੜਿ ਮੁਲਿ ਅਣਾਇਆ ਬਹਿ ਚਉਕੈ ਪਾਇਆ ॥

Rydych chi'n prynu'r edau hon ar gyfer pedair ceiniog, yn eistedd yng nghegin y gwesteiwr, rydych chi'n ei roi o amgylch ei wddf.

ਸਿਖਾ ਕੰਨਿ ਚੜਾਈਆ ਗੁਰੁ ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ ਥਿਆ ॥

Yna byddwch yn sibrwd yn ei glust bod o hyn ymlaen y Brahman yw eich guru.

ਓਹੁ ਮੁਆ ਓਹੁ ਝੜਿ ਪਇਆ ਵੇਤਗਾ ਗਇਆ ॥੧॥

Ond pan fydd yn marw, mae'r edau sanctaidd yn cwmpo i ffwrdd, ac mae'r enaid yn gadael hebddo.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਲਖ ਚੇਰੀਆ ਲਖ ਜਾਰੀਆ ਲਖ ਕੂੜੀਆ ਲਖ ਗਾਲਿ ॥

Mae bod dynol yn cyflawni miloedd o ladradau, miloedd o weithredoedd o odineb, miloedd o anwireddau a miloedd o gam-drin geiriol.

ਲਖ ਠਗੀਆ ਪਹਿਨਾਮੀਆ ਰਾਤਿ ਦਿਨਸੁ ਜੀਅ ਨਾਲਿ ॥

Mae'n ymarfer miloedd o ddichellion a gweithredoedd cyfrinachol, nos a dydd, yn erbyn ei gyd-fodau.

ਤਗੁ ਕਪਾਹਹੁ ਕਤੀਐ ਬਾਮ੍ਹ੍ਹਣੁ ਵਟੇ ਆਇ ॥

Mae'r edau sanctaidd yn cael ei nyddu o gotwm, ac mae'r Brahmin yn dod ac yn ei droi.

ਕੁਹਿ ਬਕਰਾ ਰਿੰਨ੍ਹੁ ਖਾਇਆ ਸਭੁ ਕੇ ਆਖੈ ਪਾਇ ॥

Mae'r afr yn cael ei ladd, ei goginio a'i fwyta gan bawb, ac mae pawb wedyn yn dweud, edau cysegredig wedi cael ei gwisgo.

ਹੋਇ ਪੁਰਾਣਾ ਸੁਟੀਐ ਭੀ ਫਿਰਿ ਪਾਈਐ ਹੋਰੁ ॥

Pan fydd edau cysegredig yn gwisgo allan, mae'n cael ei daflu i ffwrdd, ac mae un arall yn cael ei roi ymlaen.

ਨਾਨਕ ਤਗੁ ਨ ਤੁਟਈ ਜੇ ਤਗਿ ਹੋਵੈ ਜੋਰੁ ॥੨॥

O ganlyniad, Ni fyddai'r edau torri pe bai ganddo gryfder tosturi, bodlonrwydd a chymeriad moesol uchel.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਨਾਇ ਮੰਨਿਐ ਪਤਿ ਊਪਜੈ ਸਾਲਾਹੀ ਸਚੁ ਸੂਤੁ ॥

Dim ond pan fyddwn yn cysegru ei Enw yn ein calon y cawn anrhydedd yn llys Duw, oherwydd canu clodydd Duw yw'r gwir edau sanctaidd.

ਦਰਗਹ ਅੰਦਰਿ ਪਾਈਐ ਤਗੁ ਨ ਤੁਟਸਿ ਪੂਤੁ ॥੩॥

Trwy wisgo edau mor gysegredig, ceir anrhydedd yn llys Duw. Nid yw'r edau sanctaidd hon byth yn torri.

ਮਃ ੧ ॥

Salok, gan y Guru Cyntaf:

ਤਗੁ ਨ ਇੰਦ੍ਰੀ ਤਗੁ ਨ ਨਾਰੀ ॥

Nid yw Pandit yn gwisgo unrhyw edau i atal ei synhwyrau a'i gorff rhag y vices.

ਭਲਕੇ ਬੁਕ ਪਵੈ ਨਿਤ ਦਾੜੀ ॥

Bob dydd mae'n cyflawni pechodau, ac felly'n cael ei fychanu.

ਤਗੁ ਨ ਪੈਰੀ ਤਗੁ ਨ ਹਥੀ ॥

Nid yw'n gwisgo unrhyw edau cysegredig ar ei draed i'w atal rhag mynd i leoedd drwg, a dim edau ar ei ddwylo i'w atal rhag cyflawni unrhyw weithredoedd drwg.

ਤਗੁ ਨ ਜਿਹਵਾ ਤਗੁ ਨ ਅਖੀ ॥

Nid oes ganddo edau ar gyfer ei dafod i atal athrod, a dim edau i'w lygaid roi'r gorau i edrych gyda bwriad drwg.

ਵੇਤਗਾ ਆਪੇ ਵਤੈ ॥ਵਟਿ ਧਾਰੇ ਅਵਰਾ ਘਤੈ ॥

Er ei fod ef ei hun yn crwydro o gwmpas heb unrhyw edefyn o ataliaeth foesol, mae'n gwneud ac yn rhoi edafedd ar eraill.

ਲੈ ਭਾੜਿ ਕਰੇ ਵੀਆਹੁ ॥

Mae'n cymryd taliad am berfformio priodasau;

ਕਢਿ ਕਾਗਲੁ ਦਸੇ ਰਾਹੁ ॥

darllen eu horosgopau, mae'n dangos y ffordd iddyn nhw.

ਸੁਣਿ ਵੇਖਹੁ ਲੋਕਾ ਏਹੁ ਵਿਡਾਣੁ ॥

O' bobl, edrychwch a gwrandewch ar y ddrama ryfeddol hon,

ਮਨਿ ਅੰਧਾ ਨਾਉ ਸੁਜਾਣੁ ॥੪॥

mae'r pandit hwnnw ei hun yn anwybodus, ac eto mae'n galw ei hun yn un doeth.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਸਾਹਿਬੁ ਹੋਇ ਦਇਆਲੁ ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਤਾ ਸਾਈ ਕਾਰ ਕਰਾਇਸੀ ॥

Pan ddaw'r Meistr yn raslon ac yn rhoi trugaredd i rywun, mae'n gwneud iddo wneud dim ond y weithred honno sy'n ei blesio.

ਸੋ ਸੇਵਕੁ ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਜਿਸ ਨੇ ਹੁਕਮੁ ਮਨਾਇਸੀ ॥

Mae'r gwas hwnnw, y mae Duw yn ei achosi i ufuddhau i'w Orchymyn, yn ei wasanaethu'n wirioneddol.

ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਹੋਵੈ ਪਰਵਾਣੁ ਤਾ ਖਸਮੈ ਕਾ ਮਹਲੁ ਪਾਇਸੀ ॥

Gan ufuddhau i'w Orchymyn, mae'n dod yn dderbyniol yn llys Duw, ac yna, mae'n uno ag Ef.

ਖਸਮੈ ਭਾਵੈ ਸੋ ਕਰੇ ਮਨਹੁ ਚਿੰਦਿਆ ਸੋ ਫਲੁ ਪਾਇਸੀ ॥

Pan fydd rhywun yn gwneud yr hyn sy'n plesio ei Feistr, yn cael ffrwyth dymuniadau ei feddwl.

ਤਾ ਦਰਗਹ ਪੈਧਾ ਜਾਇਸੀ ॥੧੫॥

Yna, mae'n mynd i Lys Duw yn anrhydedd.

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਗਉ ਬਿਰਾਹਮਣ ਕਉ ਕਰੁ ਲਾਵਹੁ ਗੋਬਰਿ ਤਰਣੁ ਨ ਜਾਈ ॥

O Pandit, ar un llaw rydych chi'n gosod treth ar y gwartheg a'r Brahmins ac ar y llaw arall rydych chi'n gwneud cais buwch-tail i lawr y gegin i'w buro. Cofiwch na fydd hyn yn eich helpu i groesi'r môr byd o vices.

ਧੋਤੀ ਟਿਕਾ ਤੈ ਜਪਮਾਲੀ ਧਾਨੁ ਮਲੇਛਾਂ ਖਾਈ ॥

Rydych chi'n gwisgo lliain lwyn, yn rhoi marc blaen, ac yn cario'r rosaries, ond rydych chi'n bwyta'r grawn a gyflenwir gan y Malech (y rhai llygredig).

ਅੰਤਰਿ ਪੂਜਾ ਪੜਹਿ ਕਤੇਬਾ ਸੰਜਮੁ ਤੁਰਕਾ ਭਾਈ ॥

O 'frawd, y tu mewn i'ch cartref, rydych chi'n perfformio addoliad defosiynol, ond y tu allan rydych chi'n darllen y llyfrau Semitig, ac yn arsylwi austerities Mwslimaidd.

ਛੇਡੀਲੇ ਪਾਖੰਡਾ ॥

Ymwrthodwch eich rhagrith,

ਨਾਮਿ ਲਇਐ ਜਾਹਿ ਤਰੰਦਾ ॥੧॥

oherwydd dim ond trwy gofio Enw Duw, y byddwch chi'n nofio ar draws cefnfor bydol vices.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਮਾਣਸ ਖਾਣੇ ਕਰਹਿ ਨਿਵਾਜ ॥

Mae'r llywodraethwyr llygredig, yn dweud eu gweddïau beunyddiol, ond yn gormesu eu pynciau.

ਛੁਰੀ ਵਗਾਇਨਿ ਤਿਨ ਗਲਿ ਤਾਗ ॥

Gan wisgo'r edau gysegredig o amgylch eu gyddfau, maen nhw'n arteithio'r tlawd.

ਤਿਨ ਘਰਿ ਬ੍ਰਹਮਣ ਪੂਰਹਿ ਨਾਦ ॥

Yn eu cartrefi, mae'r Brahmins yn swinio'r shankh (conch) i gael eu gwobrwyo.

ਉਨ੍ਹਾ ਭਿ ਆਵਹਿ ਓਈ ਸਾਦ ॥

Mae'r Brahmins hefyd yn mwynhau blas cyfoeth anffodus.

ਕੂੜੀ ਰਾਸਿ ਕੂੜਾ ਵਾਪਾਰੁ ॥

Ffug yw eu cyfalaf, a ffug yw eu masnach.

ਕੂੜੁ ਬੇਲਿ ਕਰਹਿ ਆਹਾਰੁ ॥

Maent yn ennill eu bywoliaeth trwy ddweud celwyddau.

ਸਰਮ ਧਰਮ ਕਾ ਡੇਰਾ ਦੂਰਿ ॥

Nid oes ganddynt unrhyw synnwyr o gywilydd ac nid ydynt yn cyflawni unrhyw weithredoedd cyfiawn.

ਨਾਨਕ ਕੂੜੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ ॥

Ar hyn o bryd, anwiredd yn bodoli o gwmpas.

ਮਥੈ ਟਿਕਾ ਤੇੜਿ ਧੋਤੀ ਕਖਾਈ ॥

Gyda marciau cysegredig ar eu talcennau, a'r lliain lwyn lliw saffrwm o amgylch eu harfau (proffesu sancteiddrwydd o'r tu allan).

ਹਥਿ ਛੁਰੀ ਜਗਤ ਕਾਸਾਈ ॥

Ond mewn bywyd go iawn, nhw yw'r swyddogion mwyaf llygredig sy'n barod i arteithio'r byd i gyd, fel pe baent yn gigyddion y byd gyda chylllyll yn eu dwylo.

ਨੀਲ ਵਸਤ੍ਰ ਪਹਿਰਿ ਹੋਵਹਿ ਪਰਵਾਣੁ ॥

Gan wisgo gwisgoeddd glas, maent yn ceisio cymeradwyaeth eu llywodraethwyr Mwslimaidd.

ਮਲੇਛ ਧਾਨੁ ਲੇ ਪੂਜਹਿ ਪੁਰਾਣੁ ॥

Maent yn derbyn arian gan y llywodraethwyr Mwslimaidd, ond yn dal i addoli'r Puranas.

ਅਭਾਖਿਆ ਕਾ ਕੁਠਾ ਬਕਰਾ ਖਾਣਾ ॥

Maen nhw'n bwyta cig y geifr, wedi'u lladd (yn ddirugaredd) ar ôl i'r gweddïau Mwslimaidd gael eu darllen drostynt.

ਚਉਕੇ ਉਪਰਿ ਕਿਸੈ ਨ ਜਾਣਾ ॥

ac eto nid ydynt yn caniatáu i unrhyw un arall fynd i mewn i'w hardaloedd cegin.

ਦੇ ਕੈ ਚਉਕਾ ਕਢੀ ਕਾਰ ॥

Ar ôl puro llawr y gegin gyda buwch-dom maent yn tynnu llinell derfyn.

ਉਪਰਿ ਆਇ ਬੈਠੇ ਕੂੜਿਆਰ ॥

Mae'r pundits ffug yn dod i eistedd ar lawr y gegin.

ਮਤੁ ਭਿਟੈ ਵੇ ਮਤੁ ਭਿਟੈ ॥ ਇਹੁ ਅੰਨੁ ਅਸਾਡਾ ਫਿਟੈ ॥

Maen nhw'n dweud wrth eraill, peidiwch â dod yn agos at ein cegin, rhag y bydd ein cegin a'n bwyd yn cael ei lygru.

ਤਨਿ ਫਿਟੈ ਫੇੜ ਕਰੇਨਿ ॥

Ond gyda'u cyrff llygredig, maent yn cyflawni gweithredoedd drwg.

ਮਨਿ ਜੂਠੈ ਚੁਲੀ ਭਰੇਨਿ ॥

Mae eu meddyliau'n fudr gyda vices, ond maen nhw'n ceisio glanhau eu cegau trwy rinsio.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਧਿਆਈਐ ॥

Meddai Nanak, myfyriwch ar Dduw gyda chariad a defosiwn.

ਸੁਚਿ ਹੋਵੈ ਤਾ ਸਚੁ ਪਾਈਐ ॥੨॥

Gwireddir Duw, dim ond pan fydd ein meddwl yn bur (yn rhydd o vices a meddyliau drwg).

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਚਿਤੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੇ ਵੇਖਿ ਨਦਰੀ ਹੇਠਿ ਚਲਾਇਦਾ ॥

Mae Duw yn cadw pawb o fewn ei feddwl ac yn gwneud i bawb weithredu yn unol â'i ras.

ਆਪੇ ਦੇ ਵਡਿਆਈਆ ਆਪੇ ਹੀ ਕਰਮ ਕਰਾਇਦਾ ॥

Mae Ef Ei Hun yn rhoi anrhyddedau, ac mae Ef Ei Hun yn achosi iddynt weithredu.

ਵਡਹੁ ਵਡਾ ਵਡ ਮੇਦਨੀ ਸਿਰੇ ਸਿਰਿ ਧੰਧੈ ਲਾਇਦਾ ॥

Ef yw'r mwyaf o'r mawr; mawr yw Ei fyd. Mae'n enjoins i gyd i'w tasgau.

ਨਦਰਿ ਉਪਠੀ ਜੇ ਕਰੇ ਸੁਲਤਾਨਾ ਘਾਹੁ ਕਰਾਇਦਾ ॥

Os yw'n tynnu ei ras yn ôl, yna gall wneud hyd yn oed y brenhinoedd yn ddi-geiniog fel y torwyr glaswellt.

ਦਰਿ ਮੰਗਨਿ ਭਿਖ ਨ ਪਾਇਦਾ ॥੧੬॥

Hyd yn oed pan fyddant yn mynd i gardota o ddrws i ddrws, ni fydd neb yn rhoi elusen iddynt.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਜੇ ਮੋਹਾਕਾ ਘਰੁ ਮੁਹੈ ਘਰੁ ਮੁਹਿ ਪਿਤਰੀ ਦੇਇ ॥

Os yw lleidr yn dwyn tŷ, ac yn cynnig y nwyddau wedi'u dwyn i brahmin, gan gredu y byddai'n cyflwyno i'w hynafiaid marw.

ਅਗੈ ਵਸਤੁ ਸਿਵਾਣੀਐ ਪਿਤਰੀ ਚੋਰ ਕਰੇਇ ॥

Yn y byd o hyn ymlaen, mae'r nwyddau hyn wedi'u dwyn yn cael eu cydnabod, ac mae ei hynafiaid yn cael eu hystyried yn lladron hefyd.

ਵਢੀਅਹਿ ਹਥ ਦਲਾਲ ਕੇ ਮੁਸਫੀ ਏਹ ਕਰੇਇ ॥

Mae dwylo'r cyd-rhwng (Brahmin) yn cael eu torri i ffwrdd; dyma gyfiawnder y barnwr cyfiawn.

ਨਾਨਕ ਅਗੈ ਸੇ ਮਿਲੈ ਜਿ ਖਟੇ ਘਾਲੇ ਦੇਇ ॥੧॥

O Nanak, yn y byd o hyn ymlaen, bod ei ben ei hun yn cael ei dderbyn, pa un yn rhoi i'r anghenus o'i enillion ei hun.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਜਿਉ ਜੇਰੂ ਸਿਰਨਾਵਣੀ ਆਵੈ ਵਾਰੇ ਵਾਰ ॥

Yn union fel mis ar ôl mis, pan fydd menyw yn mynd trwy ei mislif.

ਜੂਠੇ ਜੂਠਾ ਮੁਖਿ ਵਸੈ ਨਿਤ ਨਿਤ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ ॥

yn yr un modd mae anwiredd bob amser yn parhau i fod yn flaenllaw yng ngheg y personau ffug, ac maent yn cadw dioddefaint mewn trallod bob dydd.

ਸੂਚੇ ਏਹਿ ਨ ਆਖੀਅਹਿ ਬਹਨਿ ਜਿ ਪਿੰਡਾ ਧੋਇ ॥

Nid ydynt yn cael eu galw'n bur, sy'n eistedd i lawr ar ôl golchi eu cyrff yn unig.

ਸੂਚੇ ਸੇਈ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਸੋਇ ॥੨॥

Ar hyn o bryd, dim ond eu bod yn bur, o fewn eu meddyliau Duw trigo.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਤੁਰੇ ਪਲਾਣੇ ਪਉਣ ਵੇਗ ਹਰ ਰੰਗੀ ਹਰਮ ਸਵਾਰਿਆ ॥

Gyda cheffylau cyfrwyog, mor gyflym â'r gwynt, a harems wedi'u haddurno ym mhob ffordd;

ਕੋਠੇ ਮੰਡਪ ਮਾੜੀਆ ਲਾਇ ਬੈਠੇ ਕਰਿ ਪਾਸਾਰਿਆ ॥

mewn tai a phafiliynau a phlastai uchel, maent yn trigo, gan wneud sioe gywrain.

ਚੀਜ ਕਰਨਿ ਮਨਿ ਭਾਵਦੇ ਹਰਿ ਬੁਝਨਿ ਨਾਹੀ ਹਾਰਿਆ ॥

Hwy sy'n ymroi i wneud llawen i gynnwys eu calon, ond nid ydynt yn meddwl am Dduw, maent yn colli amcan eu bywyd dynol.

ਕਰਿ ਫੁਰਮਾਇਸਿ ਖਾਇਆ ਵੇਖਿ ਮਹਲਤਿ ਮਰਣੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥

Gan honni eu hawdurdod, maen nhw'n ennill eu bywoliaeth ac yn gweld eu plastai, maen nhw'n anghofio am farwolaeth.

ਜਰੁ ਆਈ ਜੇਬਨਿ ਹਾਰਿਆ ॥੧੭॥

Pan ddaw henaint, maent yn colli bywiogrwydd ieuencid.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਜੇ ਕਰਿ ਸੂਤਕੁ ਮੰਨੀਐ ਸਭ ਤੈ ਸੂਤਕੁ ਹੋਇ ॥

Os yw un yn derbyn y cysyniad o amhuredd, yna mae amhuredd ym mhobman.

ਗੋਰੇ ਅਤੈ ਲਕੜੀ ਅੰਦਰਿ ਕੀੜਾ ਹੋਇ ॥

Mewn buwch a phren mae mwydod.

ਜੇਤੇ ਦਾਣੇ ਅੰਨ ਕੇ ਜੀਆ ਬਾਝੁ ਨ ਕੋਇ ॥

Gan fod llawer yn y grawn bwyd, nid oes yr un heb fywyd.

ਪਹਿਲਾ ਪਾਣੀ ਜੀਉ ਹੈ ਜਿਤੁ ਹਰਿਆ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

Yn gyntaf, mae bywyd yn y dŵr, lle mae popeth yn cael bywyd ac yn dod yn wyrdd.

ਸੂਤਕੁ ਕਿਉ ਕਰਿ ਰਖੀਐ ਸੂਤਕੁ ਪਵੈ ਰਸੋਇ ॥

Sut allwn ni amddiffyn ein hunain rhag amhuredd, oherwydd mae'r amhuredd hwn bob amser yn iawn yno yn ein cegin?

ਨਾਨਕ ਸੂਤਕੁ ਏਵ ਨ ਉਤਰੈ ਗਿਆਨੁ ਉਤਾਰੇ ਧੋਇ ॥੧॥

Ar hyn o bryd, ni ellir tynnu amhuredd gan y credoau ffug hyn; mae'n cael ei olchi i ffwrdd yn unig gan ddoethineb ysbrydol.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਮਨ ਕਾ ਸੂਤਕੁ ਲੋਭੁ ਹੈ ਜਿਹਵਾ ਸੂਤਕੁ ਕੂੜੁ ॥

Amhuredd y meddwl yw trachwant, ac anwiredd yw amhuredd y tafod.

ਅਖੀ ਸੂਤਕੁ ਵੇਖਣਾ ਪਰ ਤ੍ਰਿਅ ਪਰ ਧਨ ਰੂਪੁ ॥

Amhuredd y llygaid yw edrych ar harddwch gwraig dyn arall, a'i gyfoeth â bwriad drwg.

ਕੰਨੀ ਸੂਤਕੁ ਕੰਨਿ ਪੈ ਲਾਇਤਬਾਰੀ ਖਾਹਿ ॥

Amhuredd y clustiau yw gwrando ar athrod eraill.

ਨਾਨਕ ਹੰਸਾ ਆਦਮੀ ਬਧੇ ਜਮ ਪੁਰਿ ਜਾਹਿ ॥੨॥

O, wrth gwrs, Mae'n oherwydd y credoau hyn o amhureddau y hyd yn oed alarch fel pobl hardd yn cael eu rhwymo a'u cymryd i uffern.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਸਭੇ ਸੂਤਕੁ ਭਰਮੁ ਹੈ ਦੂਜੈ ਲਗੈ ਜਾਇ ॥

Daw'r holl amhuredd o amheuaeth ac ymlyniad wrth ddeuoliaeth.

ਜੰਮਣੁ ਮਰਣਾ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਭਾਣੈ ਆਵੈ ਜਾਇ ॥

Mae genedigaeth a marwolaeth yn ddarostyngedig i'w Orchymyn; trwy Ewyllys Duw rydyn ni'n dod i'r byd hwn ac yn gwyro oddi yma.

ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੈ ਦਿਤੇਨੁ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹਿ ॥

Mae bwyta ac yfed yn bur, gan fod Duw yn rhoi cynhaliaeth i bawb.

ਨਾਨਕ ਜਿਨ੍ਹਰੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਬੁਝਿਆ ਤਿਨ੍ਹਰਾ ਸੂਤਕੁ ਨਾਹਿ ॥੩॥

O 'Nanak, maent sydd trwy ddysgeidiaeth y Guru wedi deall y cysyniad hwn o gredoau ffug, ar eu cyfer nid oes amhuredd.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਸਤਿਗੁਰੁ ਵਡਾ ਕਰਿ ਸਾਲਾਹੀਐ ਜਿਸੁ ਵਿਚਿ ਵਡੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥

Dylem ganmol y Gwir Guru gan ei ystyried fel y mwyaf; o fewn yr hwn y mae'r rhinweddau mwyaf.

ਸਹਿ ਮੇਲੇ ਤਾ ਨਦਰੀ ਆਈਆ ॥

Pan fydd Duw yn achosi i ni gwrdd â'r Guru, yna rydyn ni'n dod i weld y rhinweddau hyn.

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਮਨਿ ਵਸਾਈਆ ॥

Pan fydd yn ei blesio, daw'r rhinweddau hyn yn dda yn ein meddyliau.

ਕਰਿ ਹੁਕਮੁ ਮਸਤਕਿ ਹਥੁ ਧਰਿ ਵਿਚਹੁ ਮਾਰਿ ਕਢੀਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ॥

Gan ddod yn drugarog, mae'r Guru yn tynnu'r drygau o'n meddwl.

ਸਹਿ ਤੁਠੈ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈਆ ॥੧੮॥

Pan fydd Duw yn falch iawn, holl drysorau bywyd yn cael eu sicrhau.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਪਹਿਲਾ ਸੁਚਾ ਆਪਿ ਹੋਇ ਸੁਚੈ ਬੈਠਾ ਆਇ ॥

Yn gyntaf, gan buro ei hun, mae'r Brahman yn dod ac yn eistedd yn ei gaead puro.

ਸੁਚੇ ਅਗੈ ਰਖਿਓਨੁ ਕੋਇ ਨ ਭਿਟਿਓ ਜਾਇ ॥

Mae'r prydau pur, nad oes neb arall wedi'u cyffwrdd, yn cael eu gosod ger ei fron.

ਸੁਚਾ ਹੋਇ ਕੈ ਜੇਵਿਆ ਲਗਾ ਪੜਣਿ ਸਲੋਕੁ ॥

Gan gael ei buro, mae'n bwyta'r bwyd hwn, ac yn dechrau darllen rhai penillion cysegredig.

ਕੁਹਥੀ ਜਾਈ ਸਟਿਆ ਕਿਸੁ ਏਹੁ ਲਗਾ ਦੇਖੁ ॥

Mae'r bwyd pur hwn yn cael ei daflu i le budr (ei stumog), felly pwy fyddai'n dwyn y bai am lygru pryd mor bur?

ਅੰਨੁ ਦੇਵਤਾ ਪਾਣੀ ਦੇਵਤਾ ਬੈਸੰਤਰੁ ਦੇਵਤਾ ਲੂਣੁ ਪੰਜਵਾ ਪਾਇਆ ਘਿਰਤੁ ॥ ਤਾ ਹੋਆ ਪਾਕੁ ਪਵਿਤੁ ॥

(Yn ôl cred brahmin ei hun), mae'r grawn yn gysegredig, mae'r dŵr yn gysegredig; mae'r tân a'r halen yn gysegredig hefyd; pan ychwanegir y pumed peth, y ghee, yna daw'r bwyd yn bur ac yn sancteiddiedig.

ਪਾਪੀ ਸਿਉ ਤਨੁ ਗਡਿਆ ਥੁਕਾ ਪਈਆ ਤਿਤੁ ॥

pan ddaw'r bwyd pur hwn i gysylltiad â'r corff dynol pechadurus, mae'r bwyd pur ac anhygoel yn dod mor amhur (gwastraff dynol) nes ei fod yn drewi.

ਜਿਤੁ ਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਨ ਉਚਰਹਿ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਰਸ ਖਾਹਿ ॥

Person, sy'n bwyta bwydydd blasus heb fyfyrion ar Enw Duw,

ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ ਤਿਤੁ ਮੁਖਿ ਥੁਕਾ ਪਾਹਿ ॥੧॥

O 'Nanak, gwybod hyn: bod person o'r fath yn warthus.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਭੰਡਿ ਜੰਮੀਐ ਭੰਡਿ ਨਿੰਮੀਐ ਭੰਡਿ ਮੰਗਣੁ ਵੀਆਹੁ ॥

Mae dyn yn cael ei genhedlu o fewn menyw ac yn cael ei eni o fenyw; i fenyw mae wedi dyweddio ac yn briod.

ਭੰਡਹੁ ਹੋਵੈ ਦੇਸਤੀ ਭੰਡਹੁ ਚਲੈ ਰਾਹੁ ॥

Daw menyw yn ffrind iddo; trwy fenyw, daw cenedlaethau'r dyfodol.

ਭੰਡੁ ਮੁਆ ਭੰਡੁ ਭਾਲੀਐ ਭੰਡਿ ਹੋਵੈ ਬੰਧਾਨੁ ॥

Pan fydd ei fenyw yn marw, mae'n ceisio menyw arall; trwy'r fenyw yr ydym yn ffinio â'r byd.

ਸੇ ਕਿਉ ਮੰਦਾ ਆਖੀਐ ਜਿਤੁ ਜੰਮਹਿ ਰਾਜਾਨ ॥

Felly pam ei galw'n ddrwg? Oddi wrth bwy y mae brenhinoedd yn cael eu geni.

ਭੰਡਹੁ ਹੀ ਭੰਡੁ ਊਪਜੈ ਭੰਡੈ ਬਾਝੁ ਨ ਕੋਇ ॥

O fenyw, genir menyw; heb fenyw, ni fyddai unrhyw un o gwbl.

ਨਾਨਕ ਭੰਡੈ ਬਾਹਰਾ ਏਕੇ ਸਚਾ ਸੋਇ ॥

O Nanak, dim ond Duw sydd wedi bod yno heb fynd trwy groth menyw.

ਜਿਤੁ ਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਾਲਾਹੀਐ ਭਾਗਾ ਰਤੀ ਚਾਰਿ ॥

Mae'r person hwnnw sy'n canmol Duw yn barhaus yn fendigedig ac yn brydferth.

ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ਤਿਤੁ ਸਚੈ ਦਰਬਾਰਿ ॥੨॥

Ar hyn o bryd, Bydd wynebau rhai fod yn pelydrol gydag anrhydedd yn Llys Duw.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਸਭੁ ਕੇ ਆਖੈ ਆਪਣਾ ਜਿਸੁ ਨਾਹੀ ਸੇ ਚੁਣਿ ਕਢੀਐ ॥

Mae gan bawb atodiadau emosiynol yn y byd hwn, sengl allan yr un nad oes ganddo'r atodiadau hyn.

ਕੀਤਾ ਆਪੇ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਲੇਖਾ ਸੰਢੀਐ ॥

(Yn y diwedd), mae pawb yn dwyn canlyniadau ei weithredoedd.

ਜਾ ਰਹਣਾ ਨਾਹੀ ਐਤੁ ਜਗਿ ਤਾ ਕਾਇਤੁ ਗਾਰਬਿ ਹੰਢੀਐ ॥

Gan nad yw un i fod i aros yn y byd hwn am byth, pam y dylai un ddifetha ei hun mewn haerllugrwydd?

ਮੰਦਾ ਕਿਸੈ ਨ ਆਖੀਐ ਪੜਿ ਅਖਰੁ ਏਹੇ ਬੁਝੀਐ ॥ ਮੂਰਖੇ ਨਾਲਿ ਨ ਲੁਝੀਐ ॥੧੯॥

Darllenwch a deallwch y geiriau doethineb hyn na ddylem alw unrhyw un yn ddrwg, ac ni ddylem ddadlau â ffyliaid.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਨਾਨਕ ਫਿਕੈ ਬੋਲਿਐ ਤਨੁ ਮਨੁ ਫਿਕਾ ਹੋਇ ॥

O 'Nanak, un sydd bob amser yn siarad yn anghwrtais, yn dod yn anghwrtais.

ਫਿਕੈ ਫਿਕਾ ਸਦੀਐ ਫਿਕੈ ਫਿਕੀ ਸੋਇ ॥

Fe'i gelwir yn anghwrtais gan bawb ac o'r fath yn dod yn enw da iddo.

ਫਿਕਾ ਦਰਗਹ ਸਟੀਐ ਮੁਹਿ ਬੁਕਾ ਫਿਕੇ ਪਾਇ ॥

Mae'r person anghwrtais yn warthus, ac ni dderbynnir ef yn llys Duw.

ਫਿਕਾ ਮੂਰਖੁ ਆਖੀਐ ਪਾਣਾ ਲਹੈ ਸਜਾਇ ॥੧॥

Gelwir yr un anghwrtais yn ffwl ac mae'n cael ei fychanu ym mhobman.

ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਅੰਦਰਹੁ ਝੂਠੇ ਪੈਜ ਬਾਹਰਿ ਦੁਨੀਆ ਅੰਦਰਿ ਫੈਲੁ ॥

Yn y byd hwn mae yna lawer o bobl sydd o'r tu mewn yn ffug, ond o'r tu allan maent wedi llwyddo i sefydlu eu hanrhydedd.

ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਜੇ ਨਾਵਹਿ ਉਤਰੈ ਨਾਹੀ ਮੈਲੁ ॥

Er y gallant ymdrochi yn y chwe deg wyth cysegredig cysegredig o bererindod, yn dal i fod y budreddi o vices oddi wrth eu meddwl nid yw'n gadael.

ਜਿਨ੍ਹੁ ਪਟੁ ਅੰਦਰਿ ਬਾਹਰਿ ਗੁਦੜੁ ਤੇ ਭਲੇ ਸੰਸਾਰਿ ॥

Y rhai sydd â thosturi a charedigrwydd y tu mewn ond a all ymddangos yn anghwrtais o'r tu allan, yw'r bobl rinweddol yn y byd hwn.

ਤਿਨ੍ਹੁ ਨੇਹੁ ਲਗਾ ਰਬ ਸੇਤੀ ਦੇਖਨ੍ਹੇ ਵੀਚਾਰਿ ॥

Maent yn cofleidio cariad at Dduw, ac yn ystyried ei arddel.

Ar hyn o bryd, yn llys Duw, y cyfrif pawb yn cael ei archwilio ac mae'r pechaduriaid yn cael eu cosbi'n ddifrifol fel hadau olew yn cael eu malu yn y wasg olew.

ਰੰਗਿ ਹਸਹਿ ਰੰਗਿ ਰੇਵਹਿ ਚੁਪ ਭੀ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ॥

Yng Nghariad Duw, maent yn chwerthin, ac yng Nghariad Duw, maent yn wylo, ac hefyd yn cadw'n dawel.

ਪਰਵਾਹ ਨਾਹੀ ਕਿਸੈ ਕੇਰੀ ਬਾਝੁ ਸਚੇ ਨਾਹ ॥

Nid ydynt yn dibynu ar neb arall, oddieithr eu Gwir Feistr.

ਦਰਿ ਵਾਟ ਉਪਰਿ ਖਰਚੁ ਮੰਗਾ ਜਬੈ ਦੇਇ ਤ ਖਾਹਿ ॥

Gofynnant am Naam yn fwyd i'w henaid, a phan rydd Efe y maent yn cyfranogi o hono.

ਦੀਬਾਨੁ ਏਕੋ ਕਲਮ ਏਕਾ ਹਮਾ ਤੁਮ੍ਹਰਾ ਮੇਲੁ ॥

Dim ond un barnwr ac un system gyfiawnder sydd i bawb ac yn y pen draw mae pawb sydd â gweithredoedd da neu ddrwg yn cyfarfod yno yn Ei lys.

ਦਰਿ ਲਏ ਲੇਖਾ ਪੀੜਿ ਛੁਟੈ ਨਾਨਕਾ ਜਿਉ ਤੇਲੁ ॥੨॥

O'Nanak, yn llys Duw, mae cyfrif pawb yn cael ei archwilio ac mae'r pechaduriaid yn cael eu cosbi'n llym fel bod hadau olew yn cael eu malu yn y wasg olew.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਆਪੇ ਹੀ ਕਰਣਾ ਕੀਓ ਕਲ ਆਪੇ ਹੀ ਤੈ ਧਾਰੀਐ ॥

O 'Dduw, Rydych Chi Eich Hun wedi creu'r greadigaeth, ac Rydych Chi Eich Hun wedi trwytho Eich pŵer ynddo.

ਦੇਖਹਿ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਧਰਿ ਕਚੀ ਪਕੀ ਸਾਰੀਐ ॥

Rydych chi'n gweld Eich creadigaeth fel gêm fwrdd a phenderfynu pa ddarnau (meidrolion) sy'n wir (sydd wedi cyflawni eu pwrpas bywyd dynol) a pha rai sy'n ffug.

ਜੇ ਆਇਆ ਸੇ ਚਲਸੀ ਸਭੁ ਕੇਈ ਆਈ ਵਾਰੀਐ ॥

Pwy bynnag sydd wedi dod i'r byd hwn, Bydd ymadael; Bydd pawb yn cael eu tro.

ਜਿਸ ਕੇ ਜੀਅ ਪਰਾਣ ਹਹਿ ਕਿਉ ਸਾਹਿਬੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

Ef sy'n berchen ar ein henaidd, a'n hanadl iawn o fywyd - pam y dylem anghofio'r Meistr hwnnw o'n meddyliau?

ਆਪਣ ਹਥੀ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕਾਜੁ ਸਵਾਰੀਐ ॥੨੦॥

Dylem gyflawni ein tasg o uno â Duw ein hunain, trwy fyfyrion ar ei Enw.

ਸਲੋਕੁ ਮਹਲਾ ੨ ॥

Salok, gan Ail Guru:

ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਆਸਕੀ ਦੂਜੈ ਲਗੈ ਜਾਇ ॥

Pa fath o gariad yw hwn, sy'n glynu wrth ddeuoliaeth (caru rhywun heblaw Duw)?

ਨਾਨਕ ਆਸਕੁ ਕਾਂਢੀਐ ਸਦ ਹੀ ਰਹੈ ਸਮਾਇ ॥

O 'Nanak, ef ei ben ei hun yn cael ei ystyried yn wir gariad, sy'n parhau i gael ei amsugno am byth yn y cariad ei annwyl (Duw).

ਚੰਗੈ ਚੰਗਾ ਕਰਿ ਮੰਨੈ ਮੰਦੈ ਮੰਦਾ ਹੋਇ ॥

Ond un sy'n teimlo'n hapus dim ond pan fydd pethau da yn digwydd, ac yn gwrthod pan fydd pethau'n mynd yn wael,

ਆਸਕੁ ਏਹੁ ਨ ਆਖੀਐ ਜਿ ਲੇਖੈ ਵਰਤੈ ਸੋਇ ॥੧॥

ni ddylid ei alw'n wir gariad Duw, gan ei fod yn delio â Duw mewn busnes o'r fath fel ffasiwn.

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਸਲਾਮੁ ਜਬਾਬੁ ਦੇਵੈ ਕਰੇ ਮੁੰਢਹੁ ਘੁਥਾ ਜਾਇ ॥

Mae un sy'n cynnig cyfarchion parchus a gwrthodiad anghwrtais i'w Feistr, yn mynd ar gyfeiliorn o'r cychwyn cyntaf.

ਨਾਨਕ ਦੇਵੈ ਕੂੜੀਆ ਥਾਇ ਨ ਕਾਈ ਪਾਇ ॥੨॥

Ar hyn o bryd, y ddau agweddau hyn yn ffug, ac nid ydynt yn cael eu derbyn yn llys Duw.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਜਿਤੁ ਸੇਵਿਐ ਸੁਖੁ ਪਾਈਐ ਸੇ ਸਾਹਿਬੁ ਸਦਾ ਸਮੁਹਾਲੀਐ ॥

Myfyrio ar bwy y ceir heddwch; dylid cofio'r Meistr hwnnw bob amser.

ਜਿਤੁ ਕੀਤਾ ਪਾਈਐ ਆਪਣਾ ਸਾ ਘਾਲ ਬੁਰੀ ਕਿਉ ਘਾਲੀਐ ॥

Pan fyddwn yn gwybod bod yn rhaid i ni ddwyn canlyniadau ein gweithredoedd, yna pam y dylem wneud gweithredoedd drwg?

ਮੰਦਾ ਮੂਲਿ ਨ ਕੀਚਈ ਦੇ ਲੰਮੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲੀਐ ॥

Ni ddylem wneud unrhyw ddrwg o gwbl; dylem ystyried ei ganlyniadau gyda rhagwelediad.

ਜਿਉ ਸਾਹਿਬ ਨਾਲਿ ਨ ਹਾਰੀਐ ਤੇਵੇਹਾ ਪਾਸਾ ਢਾਲੀਐ ॥

Dylem Chwarae gêm bywyd yn y fath fodd fel nad ydym yn cael ein hystyried yn golledwyr cyn ein Meistr.

ਕਿਛੁ ਲਾਹੇ ਉਪਰਿ ਘਾਲੀਐ ॥੨੧॥

(Yn y bywyd dynol gwerthfawr hwn), dylem wneud y gweithredoedd hynny a fydd yn dod ag anrhydedd inni yn llys Duw.

ਸਲੋਕੁ ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਚਾਕਰੁ ਲਗੈ ਚਾਕਰੀ ਨਾਲੇ ਗਾਰਬੁ ਵਾਦੁ ॥

Os yw gwas yn perfformio gwasanaeth, tra'n bod yn egotistig ac yn ddadleuol,

ਗਲਾ ਕਰੇ ਘਣੇਰੀਆ ਖਸਮ ਨ ਪਾਏ ਸਾਦੁ ॥

gall siarad cymaint ag y mae eisiau, ond ni fydd yn plesio i'w Feistr.

ਆਪੁ ਗਵਾਇ ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਤਾ ਕਿਛੁ ਪਾਏ ਮਾਨੁ ॥

Ond os yw'n gwasanaethu heb ego, yna mae'n derbyn cydnabyddiaeth.

ਨਾਨਕ ਜਿਸ ਨੇ ਲਗਾ ਤਿਸੁ ਮਿਲੈ ਲਗਾ ਸੇ ਪਰਵਾਨੁ ॥੧॥

O 'Nanak, os bydd yn uno â'r un y mae ynghlwm ag ef, daw ei ymlyniad yn dderbyniol.

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਜੇ ਜੀਇ ਹੋਇ ਸੁ ਉਗਵੈ ਮੁਹ ਕਾ ਕਹਿਆ ਵਾਉ ॥

Daw beth bynnag sydd yn y meddwl yn amlwg ar wyneb; gall geiriau llafar ar eu pennau eu hunain fod yn ymadroddion ffug.

ਬੀਜੇ ਬਿਖੁ ਮੰਗੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਵੇਖਹੁ ਏਹੁ ਨਿਆਉ ॥੨॥

Edrychwch ar ba fath o gyfiawnder y mae rhywun yn ei ddisgwyl, ei fod yn hau gwenwyn, ond yn gofyn am Neithdar yn gyfnewid? (gwneud gweithredoedd gwael a disgwyl canlyniad da).

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਨਾਲਿ ਇਆਣੇ ਦੇਸਤੀ ਕਦੇ ਨ ਆਵੈ ਰਾਸਿ ॥

Nid yw cyfeillgarwch â pherson â meddwl anaeddfed byth yn gweithio allan.

ਜੇਹਾ ਜਾਣੈ ਤੇਹੋ ਵਰਤੈ ਵੇਖਹੁ ਕੇ ਨਿਰਜਾਸਿ ॥

Fel y gŵyr, mae'n gweithredu; gall unrhyw un roi cynnig ar hyn drosto'i hun yn wrthrychol.

ਵਸਤੂ ਅੰਦਰਿ ਵਸਤੁ ਸਮਾਵੈ ਦੂਜੀ ਹੋਵੈ ਪਾਸਿ ॥

Gellir amsugno un peth i beth arall dim ond os yw'r peth sydd eisoes ynddo yn cael ei roi o'r neilltu yn gyntaf (yn yr un modd, gall un ymgorffori Duw yng nghalon rhywun dim ond os yw un yn gyntaf yn tynnu'r ego a'r vices o'r meddwl)

ਸਾਹਿਬ ਸੇਤੀ ਹੁਕਮੁ ਨ ਚਲੈ ਕਹੀ ਬਣੈ ਅਰਦਾਸਿ ॥

Nid y gorchymyn, ond y weddi ostyngedig, sy'n gweithio gyda'r Meistr.

ਕੂੜਿ ਕਮਾਣੈ ਕੂੜੇ ਹੋਵੈ ਨਾਨਕ ਸਿਫਤਿ ਵਿਗਾਸਿ ॥੩॥

Ar hyn o bryd, canlyniad ymarfer anwiredd yw anwiredd. Dim ond y clod Duw, yn dod â hyfrydwch.

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਨਾਲਿ ਇਆਣੇ ਦੇਸਤੀ ਵਡਾਰੂ ਸਿਉ ਨੇਹੁ ॥

Cyfeillgarwch ag anaeddfed, a chariad â pherson rhwysgfawr,

ਪਾਣੀ ਅੰਦਰਿ ਲੀਕ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦਾ ਥਾਉ ਨ ਥੇਹੁ ॥੪॥

fel llinellau wedi'u tynnu mewn dŵr, gan adael dim olrhain na marc.

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਹੋਇ ਇਆਣਾ ਕਰੇ ਕੰਮੁ ਆਣਿ ਨ ਸਕੈ ਰਾਸਿ ॥

Os yw person anaeddfed yn gwneud gwaith, ni all ei wneud yn iawn.

ਜੇ ਇਕ ਅਧ ਚੰਗੀ ਕਰੇ ਦੂਜੀ ਭੀ ਵੇਰਾਸਿ ॥੫॥

Hyd yn oed os yw'n gwneud rhywbeth yn iawn, mae'n gwneud y peth nesaf o'i le.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਚਾਕਰੁ ਲਗੈ ਚਾਕਰੀ ਜੇ ਚਲੈ ਖਸਮੈ ਭਾਇ ॥

Os yw gwas, wrth berfformio gwasanaeth, yn ufuddhau i Ewyllys ei Feistr,

ਹੁਰਮਤਿ ਤਿਸ ਨੇ ਅਗਲੀ ਓਹੁ ਵਜਹੁ ਭਿ ਦੂਣਾ ਖਾਇ ॥

mae ei anrhydedd yn cynyddu, ac mae'n derbyn gwobr ddwbl.

ਖਸਮੈ ਕਰੇ ਬਰਾਬਰੀ ਫਿਰਿ ਗੈਰਤਿ ਅੰਦਰਿ ਪਾਇ ॥

Ond os yw'n honni ei fod yn gyfartal â'i Feistr, mae'n ennill anfodlonrwydd ei Feistr.

ਵਜਹੁ ਗਵਾਏ ਅਗਲਾ ਮੁਹੇ ਮੁਹਿ ਪਾਣਾ ਖਾਇ ॥

Mae'n colli hyd yn oed ei gyflog a enillir (gwobr), ac yn wynebu cywilydd.

ਜਿਸ ਦਾ ਦਿਤਾ ਖਾਵਣਾ ਤਿਸੁ ਕਹੀਐ ਸਾਬਾਸਿ ॥

Felly, gadewch i ni i gyd gymeradwyo Duw, gan bwy yr ydym yn derbyn ein cynhaliaeth.

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੁ ਨ ਚਲਈ ਨਾਲਿ ਖਸਮ ਚਲੈ ਅਰਦਾਸਿ ॥੨੨॥

Ar hyn o bryd, nid yw'n y gorchymyn, ond gweddi ostyngedig sy'n gweithio gyda'r Meistr.

ਸਲੋਕੁ ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਦਾਤਿ ਆਪਸ ਤੇ ਜੋ ਪਾਈਐ ॥

pa fath o anrheg yw hynny os ydym yn honni ein bod wedi ei gael trwy ein hymdrech ein hunain?

ਨਾਨਕ ਸਾ ਕਰਮਾਤਿ ਸਾਹਿਬ ਤੁਠੈ ਜੋ ਮਿਲੈ ॥੧॥

O Nanak, dyna'r rhodd mwyaf rhyfeddol, sy'n cael ei dderbyn gan Dduw, pan fydd yn gwbl falch.

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਚਾਕਰੀ ਜਿਤੁ ਭਉ ਖਸਮ ਨ ਜਾਇ ॥

Pa fath o wasanaeth yw hwn, lle nad yw ofn y Meistr yn gadael?

ਨਾਨਕ ਸੇਵਕੁ ਕਾਢੀਐ ਜਿ ਸੇਤੀ ਖਸਮ ਸਮਾਇ ॥੨॥

Ar hyn o bryd, ef ei ben ei hun yn cael ei alw'n wir was sy'n uno ac yn dod yn un gyda'r Meistr (Duw).

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਨਾਨਕ ਅੰਤ ਨ ਜਾਪਨ੍ਹਰੀ ਹਰਿ ਤਾ ਕੇ ਪਾਰਾਵਾਰ ॥

Ar hyn o bryd, Ni all terfynau Duw yn hysbys; Nid oes ganddo ddiwedd na chyfyngiad.

ਆਪਿ ਕਰਾਏ ਸਾਖਤੀ ਫਿਰਿ ਆਪਿ ਕਰਾਏ ਮਾਰ ॥

Mae Ef Ei Hun yn creu, ac yna mae Ef Ei Hun yn dinistrio.

ਇਕਨ੍ਹਰਾ ਗਲੀ ਜੰਜੀਰੀਆ ਇਕਿ ਤੁਰੀ ਚੜਹਿ ਬਿਸੀਆਰ ॥

Mae rhai yn gweithio fel gweision wedi'u bondio, fel pe bai ganddyn nhw gadwyni o amgylch eu gyddfau, tra bod rhai mor hynod gyfoethog, maen nhw'n marchogaeth ceffylau cyflym.

ਆਪਿ ਕਰਾਏ ਕਰੇ ਆਪਿ ਹਉ ਕੈ ਸਿਉ ਕਰੀ ਪੁਕਾਰ ॥

Mae Ef Ei Hun yn gweithredu, ac mae Ef Ei Hun yn peri inni weithredu. I bwy ddylwn i gwyno?

ਨਾਨਕ ਕਰਣਾ ਜਿਨਿ ਕੀਆ ਫਿਰਿ ਤਿਸ ਹੀ ਕਰਣੀ ਸਾਰ ॥੨੩॥

O Nanak, yr Un a greodd y greadigaeth - Ef Ei Hun sy'n gofalu amdano.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Cyfarchion, Guru Cyntaf:

ਆਪੇ ਭਾਂਡੇ ਸਾਜਿਅਨੁ ਆਪੇ ਪੂਰਣੁ ਦੇਇ ॥

Mae Duw ei Hun yn creu cyrff dynol ac mae Ef Ei Hun yn rhoi heddwch neu ddioddefaint iddynt.

ਇਕਨ੍ਹਰੀ ਦੁਧੁ ਸਮਾਈਐ ਇਕਿ ਚੁਲ੍ਹੈ ਰਹਨ੍ਹਰ ਚੜੇ ॥

Yn y tynged rhai, Mae'n ysgrifennu pob cysuron, tra bod eraill yn cael eu tynghedu i ddioddef mewn poen

ਇਕਿ ਨਿਹਾਲੀ ਪੈ ਸਵਨ੍ਹਰ ਇਕਿ ਉਪਰਿ ਰਹਨਿ ਖੜੇ ॥

Mae rhai yn gorwedd i lawr ac yn cysgu ar welyau meddal, tra bod eraill yn parhau i sefyll ar wahân iddynt fel eu gwarchodwyr.

ਤਿਨ੍ਹਰਾ ਸਵਾਰੇ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ੍ਹਰ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ॥੧॥

Ar hyn o bryd, Mae'n addurno bywyd y rhai yn unig, y mae'n bwrw ei Cipolwg ar Gras.

ਮਹਲਾ ੨ ॥

Cyfarchion, Ail Guru:

ਆਪੇ ਸਾਜੇ ਕਰੇ ਆਪਿ ਜਾਈ ਭਿ ਰਖੈ ਆਪਿ ॥

Mae Ef Ei Hun yn creu ac yn ffasiynu'r byd, ac mae Ef Ei Hun yn ei gadw mewn trefn.

ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੰਤ ਉਪਾਇ ਕੈ ਦੇਖੈ ਥਾਪਿ ਉਥਾਪਿ ॥

Ar ôl creu'r bodau ynddo, mae'n goruchwyllo eu twf a'u dinistr.

ਕਿਸ ਨੇ ਕਹੀਐ ਨਾਨਕਾ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਆਪੇ ਆਪਿ ॥੨॥

Ac felly, i bwy y gallem ddweud unrhyw beth am hyn. Ef ei Hun yw achos a doer popeth.

ਪਉੜੀ ॥

Pauree:

ਵਡੇ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ਕਿਛੁ ਕਹਣਾ ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਇ ॥

Ni ellir dweud dim am fawredd y Mawr (Duw).

ਸੇ ਕਰਤਾ ਕਾਦਰ ਕਰੀਮੁ ਦੇ ਜੀਆ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹਿ ॥

Ef yw'r Creawdwr, holl-bwerus a llesiannol; Mae'n rhoi cynhaliaeth i bob bod.

ਸਾਈ ਕਾਰ ਕਮਾਵਣੀ ਧੁਰਿ ਛੇਡੀ ਤਿੰਨੈ ਪਾਇ ॥

Mae'r meidrolion yn gwneud y gweithredoedd hynny sydd wedi cael eu rhagflaenu ar eu cyfer gan Dduw.

ਨਾਨਕ ਏਕੀ ਬਾਹਰੀ ਹੋਰ ਦੂਜੀ ਨਾਹੀ ਜਾਇ ॥

O 'Nanak, heblaw am gefnogaeth Duw, nid oes unrhyw gefnogaeth arall ar gyfer y creadur.

ਸੇ ਕਰੇ ਜਿ ਤਿਸੈ ਰਜਾਇ ॥੨੪॥੧॥ ਸੁਧੁ

Mae'n gwneud beth bynnag y mae'n ei ewyllysio.

ਅਰਦਾਸ

Gweddi

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ ॥

Un yw Duw. Mae'r holl fuddugoliaeth o eiddo'r Gwrw Rhyfeddol (Duw).

ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Boed i'r cleddyf parchus (Duw ar ffurf Dinistriwr y rhai sy'n gwneud drwg) ein helpu!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Awdl y cleddyf uchel ei barch a adroddwyd gan y Degfed Guru.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ ॥

Yn gyntaf cofiwch y cleddyf (Duw ar ffurf Dinistriwr y rhai sy'n gwneud drwg); yna cofiwch Nanak (tywys ar ei gyfraniad ysbrydol).

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ ॥

Yna cofiwch a myfyriwch ar Guru Angad, Guru Amar Das a Guru Ram Das; Boed iddyn nhw ein helpu ni! (arhoswch ar eu cyfraniad ysbrydol)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੋ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

Cofiwch a myfyriwch ar Guru Arjan, Guru Hargobind a Guru Har Rai sy'n cael eu Parchu. (arhoswch ar eu cyfraniad ysbrydol)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

Cofiwch a myfyriwch ar y Guru Har Krishan uchel ei barch, trwy weld pwy, mae pob poen yn diflannu. (aros ar eu cyfraniad ysbrydol)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

Cofiwch Guru Tegh Bahadur ac yna bydd naw ffynhonnell o gyfoeth ysbrydol yn dod yn gyflym i'ch cartref.

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥

O Dduw! caredig helpa ni ym mhobman trwy ddangos y llwybr i ni.

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

Cofiwch y Degfed Gwrw uchel ei barch Gobind Singh (arhoswch ar ei gyfraniad ysbrydol). O Dduw! caredig helpa ni ym mhobman trwy ddangos y llwybr i ni.

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

Meddylia a myfyria ar oleuni dwyfol y Deg Brenin sydd wedi ei gynnwys yn y Guru Granth Sahib uchel ei barch a throi dy feddyliau at ddysgeidiaeth ddwyfol a chael pleser o weld Guru Granth Sahib; Dweud Wahe Guru (Duw Rhyfeddol)!

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 ! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Meddylwch am weithredoedd y Pum Anwylyd, y pedwar mab (o Guru Gobind Singh); o'r Deugain Merthyr; o'r Sikhiaid dewr o benderfyniad anorchfygol; o'r ffyddloniaid wedi eu trwytho yn lliw y Naam; o'r rhai a amsugnwyd yn y Naam; o'r rhai oedd yn cofio'r Naam ac yn rhannu eu bwyd mewn cwmniaeth; o'r rhai a gychwynnodd geginau rhydd; o'r rhai a wieliodd eu cleddyfau (er mwyn cadw gwirionedd); o'r rhai a esgeulusodd ddiffygion eraill; Yr oedd pob un o'r rhai crybwylledig yn rhai pur a gwir ymroddgar ; Dweud Wahe Guru (Duw Rhyfeddol)!

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਿੰਘਾਂ ਸਿੰਘਣੀਆਂ ਨੇ ਧਰਮ ਹੇਤ ਸੀਸ ਦਿੱਤੇ, ਬੰਦ ਬੰਦ ਕਟਾਏ, ਖੇਪਰੀਆਂ ਲੁਹਾਈਆਂ, ਚਰਖੜੀਆਂ ਤੇ ਚੜ੍ਹੇ, ਆਰਿਆਂ ਨਾਲ ਚਿਰਾਏ ਗਏ, ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ, ਧਰਮ ਨਹੀਂ ਹਾਰਿਆ, ਸਿੱਖੀ ਕੇਸਾਂ ਸੁਆਸਾਂ ਨਾਲ ਨਿਬਾਹੀ, ਤਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਖਾਲਸਾ ਜੀ! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Meddylwch a chofiwch am y gwasanaeth unigryw a roddwyd gan y dynion Sikhaidd dewr hynny yn ogystal â merched, a aberthodd eu pennau ond nad ydynt wedi ildio eu Crefydd Sikhaidd; A dorwyd eu hunain yn ddarnau o bob un o gymalau y corff; Pwy gafodd dynnu eu croen y pen; Pwy gafodd eu clymu a'u cylchdroi ar yr olwynion a'u torri'n ddarnau; Pwy a dorwyd gan lifiau; Y rhai a flinwyd yn fyw; Aberthodd eu hunain i gynnal urddas y Gurdwaras; Pwy na gefnodd ar eu ffydd Sikhaidd; A gadwodd eu Crefydd Sikhaidd ac a achubodd

eu gwallt hir hyd eu hanadl olaf; Dweud Wahe Guru (Duw Rhyfeddol)!

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

Trowch eich meddyliau i holl seddau Crefydd Sikhaidd a'r holl Gurdwaras; utter Wahe Guru (Duw Rhyfeddol)!

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

Yn gyntaf y mae'r holl Khalsa uchel ei barch yn gwneud yr ymbil hwn, iddynt fyfyrrio ar Dy Enw; a bydded i bob pleser a chysur ddyfod trwy y fath fyfyrdod.

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!

Pa le bynag y byddo Khalsa barchus, rho Dy nodded a'th ras; Na foed byth i'r gegin rydd a'r cledd ; Cynnal anrhydedd eich ffyddloniaid; Rhoi buddugoliaeth i'r bobl Sikhaidd; Boed i'r cleddyf parchus ddyfod bob amser i'n cynnorthwy ; Boed i'r Khalsa gael anrhydeddau bob amser; Dweud Wahe Guru (Duw Rhyfeddol)!

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

Rhowch yn garedig i'r Sikhaidd rodd Sikhaeth, y rhodd o wallt hir, y rhodd o gadw at ddeddfau Sikhaidd, y rhodd o wybodaeth ddwyfol, y rhodd o ffydd gadarn, y rhodd o gred a'r rhodd fwyaf o Enw. O Dduw! Boed i'r corau, y plas a'r baneri fodoli am byth; bydded i'r gwirionedd fuddugoliaeth byth; utter Wahe Guru (Duw Rhyfeddol)!

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

Bydded i feddyliau'r holl Sikhaidd aros yn ostyngedig a dyrchafu eu doethineb; O Dduw! Chi yw amddiffynnydd doethineb.

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

O Gwir Dad, Wahe Guru! ti yw anrhydedd y rhai addfwyn, Grym y rhai diymadferth, lloches y di-gysgod, gweddiwn yn ostyngedig yn dy bresenoldeb.....(yn lle'r achlysur neu'r weddi a wneir yma).

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

Paddeu yn garedig ein cyfeiliornadau a'n diffygion wrth adrodd y Weddi uchod. Cyflawnwch yn garedig wrthddrychau pawb.

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

Par yn garedig inni gwrdd â'r ffyddloniaid hynny trwy gyfarfod â phwy y gallwn gofio a myfyrio ar Dy Enw. O Dduw! trwy'r Gwir Guru Nanak, dyrchafer Dy Enw, a bydded i bawb ffynnu yn ôl Dy ewyllys.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

Mae'r Khalsa yn perthyn i Dduw; buddugoliaeth Duw yw pob buddugoliaeth.

Cychwyn ar Daith yr Enaid: Meithrin Dy Ysbryd

Darganfyddwch arferion i ddyrchafu eich taith ysbrydol a dod o hyd i ystyr dyfnach mewn bywyd.

Tair egwyddor sylfaenol Sikhaeth ar gyfer y daith:

Naam Japna: cofio Dwyfol

Kirat Karni: gweithiwch yn onest

Vand Chhakna: rhannu ag eraill

Tywys ni tuag at ryddhad ysbrydol (mukti) a chymdeithas gyfiawn. Mae'r egwyddorion hyn, sydd wedi'u hymgorffori yn y Guru Granth Sahib, yn ffurfio sylfaen bywyd Sikhaidd.

4ydd Guru Ram Das Ji Doethineb ar gyfer Ymarfer Dyddiol: Yn y Guru Granth Sahib (tudalennau 305-306), mae'n cynnig mewnwelediad dwys i daith ysbrydol ddyddiol Sikh:

Tasg 1af y Dydd: Mae gwir ddisgybl i'r Guru yn dechrau bob dydd trwy gofio Dwyfol yn gariadus.

Puro Corff a Meddwl: Cyfod yn fore, ymolchwch, ac ymolchwch yng nghof Duw, gan deimlo eich enaid yn ymdrochi mewn neithdar dwyfol.

Rhyddhau Trwy Goffadwriaeth: Mae dilyn dysgeidiaeth y Guru a chofio Enw Dwyfol gyda defosiwn yn dileu dioddefaint a chythrwfl mewnol a achosir gan ymlyniadau bydol.

Canu a Myfyrio: Canwch fawl Dwyfol yn barhaus a myfyriwch ar Enw Dwyfol trwy gydol eich gweithgareddau beunyddiol.

Dod yn Ffagl Heddwch: Mae dilynwr Guru sy'n cofio Enw Dwyfol yn gariadus â phob anadl yn dod yn enaid tawel ac ysbrydoledig.

Derbyn Doethineb Dwyfol: Mae'r Guru yn rhoi'r doethineb dwys hwn i'r rhai sydd wedi ennill Ei ras.

Ysbrydoli Eraill: Mae Guru Nanak yn ymgrymu i'r disgybl sydd nid yn unig yn cofio Enw Dwyfol ond sydd hefyd yn ysbrydoli eraill i wneud yr un peth.

Eneidiau Prin a Gwerthfawr: Mae unigolion gwir ymroddgar yn brin, ac eto mae eu coffadwriaeth o Ddwyfol yn fuddiol i eraill yn ysbrydol.

Osgoi Negatifrwydd: Pellter eich hun oddi wrth y rhai sy'n anwybyddu dysgeidiaeth y Guru ac yn parhau i fod yn gaeth yn y cylch o anwybodaeth ysbrydol. Gwyliwch rhag y rhai sy'n siarad yn felys yn eich presenoldeb ond yn lledaenu negyddiaeth y tu ôl i'ch cefn.

Athroniaeth ar gyfer y Daith

Nodweddir Athroniaeth Sikhaeth gan resymeg, cynhwysfawrrwydd a'i hagwedd "heb ffrils" at y byd ysbrydol a materol. Nodir ei diwinyddiaeth gan symlrwydd. Ym moeseg Sikhaidd nid oes gwrthdaro rhwng dyletswydd yr unigolyn i'r hunan a dyletswydd tuag at gymdeithas (sangat).

Sikhaeth yw crefydd ieuengaf y byd a sefydlwyd gan Guru Nanak tua 500 mlynedd yn ôl. Mae'n pwysleisio'r gred yn Un Goruchaf Fod a Chreawdwr (Waheguru) y bydysawd. Mae'n cynnig llwybr syth syml i wynfyd tragwyddol ac yn lledaenu neges o gariad a brawdgarwch cyffredinol. Ffydd undduwiol yw Sikhaeth ac mae'n cydnabod Duw fel yr unig Un nad yw'n ddarostyngedig i derfynau amser na gofod. Nid oes lle i ddamcaniaeth ymgnawdoliad mewn Sikhaeth. Nid yw'n rhoi unrhyw werth ar dduwiau a duwiesau a duwiesau eraill.

Mewn Sikhaeth mae'r foeseg a chrefydd yn cyd-fynd. Rhaid annog rhinweddau moesol ac ymarfer rhinweddau mewn bywyd bob dydd er mwyn camu tuag at ddatblygiad ysbrydol. Dim ond trwy ymdrechion a dyfalbarhad y gellir adeiladu rhinweddau fel gonestrwydd, tosturi, haelioni, amynedd a gostyngeddrwydd. Mae bywydau ein Gwrws Mawr yn ffynhonnell ysbrydoliaeth i'r cyfeiriad hwn.

Mae'r grefydd Sikhaidd yn dysgu mai nod bywyd dynol yw torri'r cylch geni a marwolaeth ac uno â Duw. Gellir cyflawni hyn trwy ddilyn dysgeidiaeth y Guru, myfyrdod ar yr Enw Sanctaidd (Naam) a pherfformiad gweithredoedd o wasanaeth ac elusen.

Mae Naam Marg yn pwysleisio ymroddiad beunyddiol i goffâd Duw. Rhaid rheoli'r pum teimlad, sef, Kam (Awydd), Krodh (dicter), Loabh (trachwant), Moh (ymlyniad bydol) ac Ahankar (balchder) i gyflawni iachawdwriaeth. undeb Mae defodau ac arferion arferol fel ymprydio a phererindod, argoelion a llymder yn cael eu gwrthod mewn crefydd Sikhaidd. Uno â Duw yw nod bywyd dynol a chyflawnir hyn trwy ddilyn dysgeidiaeth Guru Granth Sahib. Mae Sikhaeth yn pwysleisio Bhagti Marg neu lwybr defosiwn. Fodd bynnag, mae'n cydnabod pwysigrwydd Gian Marg (Llwybr Gwybodaeth) a Karam Marg (Llwybr Gweithredu). Mae'n rhoi'r pwyslais mwyaf ar yr angen i ennill Gras Duw er mwyn cyrraedd y nod ysbrydol.

Mae Sikhaeth yn grefydd fodern, resymegol ac ymarferol. Mae'n credu nad yw bywyd teuluol arferol (Grahast) yn rhwystr i iachawdwriaeth. Nid yw celibacy neu

ymwadiad y byd yn angenrheidiol i gyflawni iachawdwriaeth. Mae'n bosibl byw ar wahân yng nghanol anhwylderau a themtasiynau bydol. Rhaid i ymroddwr fyw yn y byd ac eto gadw ei ben uwchlaw'r tensiwn a'r cythrwfl arferol. Rhaid ei fod yn filwr ysgolheigaidd, ac yn sant i Dduw.

Mae Sikhaeth yn gosmopolitan ac yn "grefydd seciwlar" ac felly'n gwrthod pob gwahaniaeth yn seiliedig ar gast, credo, hil neu ryw. Mae'n credu bod pob bod dynol yn gyfartal yng ngolwg Duw. Pwysleisiodd y Gurus ar gydraddoldeb merched a gwrthododd arferiad babanladdiad benywaidd a Sati (llosgi gweddw). Buont hefyd yn lluosogi ailbriodi gweddw ac yn gwrthod system purdah (merched yn gwisgo gorchudd). Er mwyn cadw'r meddwl i ganolbwyntio arno mae'n rhaid i rywun fyfyrion ar yr Enw sanctaidd (Naam) a chyflawni gweithredoedd gwasanaeth ac elusen. Ystyrir ei bod yn anrhydeddus ennill bywoliaeth rhywun trwy waith gonest (Kirat Karna) ac nid trwy ddulliau cardota neu anonest. Mae Vand Chhakna, gan rannu ag eraill, hefyd yn gyfrifoldeb cymdeithasol. Disgwylir i'r unigolyn helpu'r rhai mewn angen, trwy'r Daswandh (10% o'i enillion). Mae Seva, gwasanaeth cymunedol hefyd yn rhan annatod o Sikhaeth. Mae'r gegin gymunedol rad ac am ddim (langar) a geir ym mhob gurdwara ac sy'n agored i bobl o bob crefydd yn un mynegiant o'r gwasanaeth cymunedol hwn.

Mae crefydd Sikhaidd yn hyrwyddo optimistiaeth a gobaith. Nid yw'n derbyn ideoleg pesimistiaeth. Credai'r Gurus fod pwrpas a nod i'r bywyd hwn. Mae'n cynnig cyfle i'r hunan a gwireddu Duw. Ar ben hynny dyn sy'n gyfrifol am ei weithredoedd ei hun. Ni all hawlio imiwnedd rhag canlyniadau ei weithredoedd. Rhaid iddo felly fod yn wyladwrus iawn yn yr hyn y mae'n ei wneud.

Yr Ysgrythur Sikhaidd, Guru Granth Sahib, yw'r Gwrw Tragwyddol. Dyma'r unig grefydd sydd wedi rhoi statws pregethwr crefyddol i'r Llyfr Sanctaidd. Nid oes lle i Guru dynol byw (Dehdhari) mewn crefydd Sikhaidd.

Rôl Merched

Mae egwyddorion Sikhaeth yn datgan bod gan fenywod yr un eneidiau â dynion a bod ganddynt hawl cyfartal i feithrin eu hysbrydolrwydd. Gallant arwain cynulleidfaoedd crefyddol, cymryd rhan yn y Llwybr Akhand (adrodd parhaus yr Ysgrythurau Sanctaidd), perfformio Kirtan (canu emynau cynulleidfaol), gwaith fel Granthis (offeiriad). Gallant gymryd rhan ym mhob gweithgaredd crefyddol, diwylliannol, cymdeithasol a seciwlar. Sikhaeth oedd y prif grefyddau byd cyntaf i roi cydraddoldeb i ddynion a merched. Roedd Guru Nanak, yn pregethu cydraddoldeb ar sail rhywedd, ac roedd y gurus a'i holynodd yn annog menywod i gymryd rhan lawn yn holl weithgareddau addoli ac ymarfer Sikhaid.

Dywed y Guru Granth Sahib,

"Merched a dynion, mae pawb wedi eu creu gan Dduw. Chwarae Duw yw hyn i gyd. Meddai Nanak, da a Sanctaidd yw dy holl greadigaeth." -SGGS t.304

Mae hanes Sikhiaid wedi cofnodi rôl menywod yn eu portreadu fel rhai cyfartal mewn gwasanaeth, defosiwn, aberth, a dewrder i ddynion. Mae llawer o enghreifftiau o urddas moesol merched, gwasanaeth, a hunanaberth wedi'u hysgrifennu yn y traddodiad Sikhaid.

Yn ôl Sikhaeth, dwy ochr i'r un geiniog yw dynion a merched. Yn y system o gydberthnasau a chyd-ddibyniaeth lle mae dyn yn cael ei eni o fenyw, a menyw yn cael ei geni o had dyn. Yn ôl Sikhaeth ni all dyn deimlo'n ddiogel a chyflawn yn ei fywyd heb fenyw, ac mae llwyddiant dyn yn gysylltiedig â chariad a chefnogaeth y fenyw sy'n rhannu ei bywyd ag ef, ac i'r gwrthwyneb. Dywedodd Guru Nanak:

"[gwraig] sy'n cadw'r ras i fynd" ac na ddylem ni "ystyried gwraig wedi'i melltithio a'i chondemnio, [pan] o wraig y genir arweinwyr a brenhinoedd." SGGs Tudalen 473.

Iachawdwriaeth: Pwynt pwysig i'w godi yw a yw crefydd yn ystyried merched sy'n gallu cyflawni iachawdwriaeth, gwireddu Duw yma neu'r deyrnas ysbrydol uchaf. Dywed y Guru Granth Sahib,

"Ym mhob bod y mae'r Arglwydd yn dreiddiol, yr Arglwydd yn treiddio trwy bob ffurf yn wryw a benyw" (Guru Granth Sahib, t.605).

O'r datganiad uchod gan y Guru Granth Sahib, mae goleuni Duw yn gorwedd yn gyfartal i'r ddau ryw. Felly gall dynion a merched gael iachawdwriaeth gyfartal trwy ddilyn dysgeidiaeth Guru. Mewn llawer o grefyddau, ystyrir bod menyw yn rhwystr i ysbrydolrwydd dyn, ond nid mewn Sikhaeth. Mae'r Guru yn gwrthod hyn. Yn 'Meddwl Cyfredol ar Sikhaeth', dywed Alice Basarke,

"rhoddodd y Guru cyntaf fenyw ar yr un lefel â dyn... nid rhwystr i ddyn oedd gwraig, ond partner wrth wasanaethu Duw a cheisio iachawdwriaeth".

Priodas: Argymhellodd Guru Nanak grhastha—bywyd deiliad tŷ, Yn lle celibacy ac ymwadiad, roedd gwr a gwraig yn bartneriaid cyfartal a chyfeiriwyd ffyddlondeb i'r ddau. Yn yr adnoddau cysegredig, cyflwynir hapusrwydd domestig fel delfryd annwyl ac roedd priodas yn drosiad rhedegol ar gyfer mynegiant cariad at y Dwyfol. Mae Bhai Gurdas, bardd Sikhaeth gynnar a dehonglydd awdurdodol o'r athrawiaeth Sikhaid, yn talu teyrnged uchel i fenywod. Mae'n dweud:

"Gwraig, yw'r ffeffryn yng nghartref ei rhieni, sy'n cael ei charu'n annwyl gan ei thad a'i mam. Yng nghartref ei yng-nghyfraith, hi yw piler y teulu, gwarant ei ffortiwn da... Rhannu mewn doethineb ysbrydol a goleuedigaeth a rhinweddau bonheddig wedi eu cynysgaeddu, y mae gwraig, hanner arall y dyn, yn ei hebrwng at ddrws y rhyddhad." (Varan, V.16)

Statws Cyfartal: Er mwyn sicrhau statws cyfartal rhwng dynion a merched, ni wnaeth y Gurus unrhyw wahaniaeth rhwng y rhywiau mewn materion cychwyn, cyfarwyddo neu gymryd rhan mewn gweithgareddau sangat (cymdeithas sanctaidd) a pangat (bwyta gyda'i gilydd). Yn ôl Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, roedd Guru Amar Das yn anffafriol ar y defnydd o'r gorchudd gan fenywod. Neilltuodd fenywod i oruchwyllo rhai cymunedau mewn disgyblion a phregethodd yn erbyn yr arferiad o sati. Mae hanes Sikhiaid yn cofnodi enwau nifer o ferched, megis Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur a Maharani Jind Kaur, a chwaraeodd ran bwysig yn nigwyddiadau eu cyfnod

Addysg: Ystyrir addysg yn bwysig iawn mewn Sikhaeth. Mae'n allweddol i lwyddiant unrhyw un. Mae'n broses o ddatblygiad personol a dyma'r rheswm pam y sefydlodd y 3ydd Guru lawer o ysgolion. Dywed y Guru Granth Sahib, "Drwy'r Guru y ceir pob gwybodaeth a myfyrdod dwyfol" (Guru Granth Sahib, t.831).

Mae addysg i bawb yn hanfodol a rhaid i bawb weithio i fod y gorau y gallant fod. Hanner cant merched oedd dwy o'r cenhadon Sikhaidd a anfonwyd allan gan y 3ydd Guru. Yn, 'Rôl a Statws Merched Sikhaidd', mae Dr Mohinder Kaur Gill yn ysgrifennu, "Roedd Guru Amar Das yn argyhoeddedig na all unrhyw ddysgeidiaeth wreiddio nes ac oni bai eu bod yn cael eu derbyn gan werin benywaidd".

Cyfngiadau ar Ddillad: Ar wahân i fynnu bod menywod yn peidio â gwisgo gorchudd, mae Sikhaeth yn gwneud datganiad syml ond pwysig iawn ynghylch cod gwisg. Mae hyn yn berthnasol i bob Sikh, waeth beth fo'i ryw. Dywed y Guru Granth Sahib,

"Peidiwch â gwisgo'r dillad hynny lle mae'r corff yn anghyfforddus a'r meddwl wedi'i lenwi â meddyliau drwg." SGGS, Tudalen 16

Felly, bydd y Sikhaidd yn sylweddoli pa fath o ddillad sy'n llenwi'r meddwl â meddyliau drwg ac y dylent eu hosgoi. Disgwylir i fenywod Sikhaidd amddiffyn eu hunain gyda Kirpan (cleddyf) ac eraill, mae hyn yn unigryw i fenywod oherwydd dyma'r tro cyntaf mewn hanes pan oedd disgwyl i fenywod amddiffyn eu hunain ac nid oes disgwyl iddynt fod yn ddibynnol ar ddynion am amddiffyniad corfforol.

Dyfyniadau SGGS:: "Yn y ddaear ac yn yr awyr, ni welaf unrhyw eiliad. Ymysg yr holl wragedd a'r gwŷr, Ei Oleuni sydd yn disgleirio. " Sggs tudalen 223. O wraig, ganed dyn; o fewn gwraig, dyn yn cael ei genhedlu; i fenyw y mae wedi dyweddio ac yn briod. Gwraig yn dod yn ffrind iddo; trwy wraig, mae cenedlaethau'r dyfodol yn dod. Pan fydd ei wraig yn marw, mae'n ceisio gwraig arall; i fenyw y mae'n rhwym

O ran gwaddol : " O fy Arglwydd, rho i mi dy enw yn anrheg a gwaddol priodas i mi." Shri Guru Ram Das ji, Tudalen 78, llinell 18 SGGS

Ynglŷn ag arfer Purdah: "Aros, arhoswch, O ferch-yng-nghyfraith - peidiwch â gorchuddio'ch wyneb â gorchudd. Yn y diwedd, ni fydd hyn yn dod â hyd yn oed hanner cragen i chi. Roedd yr un o'ch blaen yn arfer gorchuddio ei hwyneb." Paid â dilyn yn ei throed. Yr unig rinwedd mewn gorchuddio dy wyneb yw y bydd pobl yn dweud am ychydig ddyddiau, "Yr hyn y mae priodferch fonheddig wedi dod". moliant Duw. -P. 484, SGGS

Anogwyd merched ac yn wir pob enaid yn gryf i fyw bywyd ysbrydol: "Dewch, fy chwiorydd annwyl a chymdeithion ysbrydol; cofleidiwch fi yn agos yn eich cofleidiad. Gadewch i ni ymuno â'n gilydd, ac adrodd straeon am ein Hollbwerus Gŵr Arglwydd." - Guru Nanak , tud 17, SGGS.

"Ffrind, mae pob traul arall yn difetha hapusrwydd, traul i'r aelodau yn boenydio, a gyda meddwl drwg yn llenwi'r meddwl" -SGGS Page 16

Byddwch yn Weledol

Mae Turban yn rhan anwahanadwy o Sikh ac mae wedi bod erioed. Ers tua 1500 OC ac amser Guru Nanak, sylfaenydd Sikhaeth, mae Sikhiaid wedi bod yn gwisgo'r twrban.

Mae'r twrban neu'r "pagri" a dal fyrrir yn aml i "pag" neu "dastar" yn eiriau gwahanol mewn amrywiol dafodiaith ar gyfer yr un erthygl. Mae'r geiriau hyn i gyd yn cyfeirio at y dilledyn a wisgir gan ddynion a merched i orchuddio eu pennau. Mae'n benwisg sy'n cynnwys darn sengl hir tebyg i sgarff o frethyn wedi'i glwyfo o amgylch y pen neu weithiau "het" fewnol neu patka. Yn draddodiadol yn India, dim ond dynion o statws uchel mewn cymdeithas oedd yn gwisgo'r twrban; nid oedd dynion o statws isel neu o gastiau is yn cael gwisgo twrban.

Er bod Guru Gobind Singh wedi rhoi mandad i gadw gwallt heb ei gneifio fel un o'r Pum K neu'r pum erthygl ffydd, bu cysylltiad agos rhyngddi a Sikhaeth ers cychwyn cyntaf Sikhi yn 1469. Sikhaeth yw'r unig grefydd yn y byd yn y mae gwisgo twrban yn orfodol i bob oedolyn gwrywaidd. Mae mwyafrif helaeth y bobl sy'n gwisgo twrbanau yng ngwledydd y Gorllewin yn Sikhiaid. Gelwir y pagdi Sikhaidd hefyd yn dastaar. Gair Perseg yw 'dastar'. Mae'n golygu 'Llaw Duw' yn awgrymu Ei Fendith.

Mae Sikhiaid yn enwog am eu twrbanau niferus a nodedig. Yn draddodiadol, mae'r twrban yn cynrychioli parchusrwydd, ac mae wedi bod yn eitem a gadwyd ar gyfer uchelwyr yn unig ers amser maith. Yn ystod goruchafiaeth Mughal yn India, dim ond y Mwslemiaid oedd yn cael gwisgo twrban. Roedd pob un nad oedd yn Fwslim yn cael ei wahardd yn llwyr rhag gwisgo un.

Gofynnodd Guru Gobind Singh, yn groes i'r drosedd hon gan y Mughals, i'w holl Sikhiaid wisgo'r twrban. Roedd hwn i'w wisgo i gydnabod y safonau moesol uchel yr oedd wedi'u dilyn ar gyfer ei ddilynwyr Khalsa. Roedd am i'w Khalsa fod yn wahanol a bod yn benderfynol "i sefyll allan o weddill y byd". Roedd am iddynt ddilyn y llwybr unigryw a osodwyd gan y Gurus Sikhaidd. Felly, mae Sikh tyrban bob amser wedi sefyll allan o'r dorf, fel y bwriadodd y Guru; canys yr oedd am i'w 'Sant-Milwyr' nid yn unig fod yn hawdd eu hadnabod, ond yn hawdd i'w cael hefyd.

Pan fydd dyn neu fenyw Sikhaidd yn gwisgo twrban, mae'r twrban yn peidio â bod yn ddim ond band o frethyn; oherwydd mae'n dod yn un yr un peth â phen y Sikhiaid. Mae i'r twrban, yn ogystal â'r pedair erthygl ffydd arall a wisgir gan Sikhiaid, arwyddocâd ysbrydol ac amserol aruthrol. Tra bod y symbolaeth sy'n gysylltiedig â gwisgo twrban yn niferus — sofraniaeth, ymroddiad, hunan-barch, dewrder a duwioldeb, ond!, y prif reswm y mae Sikhiaid yn gwisgo twrban yw er mwyn dangos – eu cariad, eu hufudd-dod a'u parch at sylfaenydd y Khalsa Guru Gobind Singh.

Mae angen rhoi rhywbeth arall yn lle'r geiriau goleuedig uchod. Gallai fod yn 'rhesymau dros'

"Y twrban yw rhodd ein Guru i ni. Dyna sut rydyn ni'n coroni ein hunain fel y Singhs a'r Kaurs sy'n eistedd ar orsedd ymrwymiad i'n hymwybyddiaeth uwch ein hunain. I ddynion a merched fel ei gilydd, mae'r hunaniaeth dafluniol hon yn cyfleu breindal, gras, ac unigrywiaeth. . Mae'n arwydd i eraill ein bod yn byw yn nelwedd Anfeidredd ac yn ymroddedig i wasanaethu pawb Nid yw'r twrban yn cynrychioli unrhyw beth ac eithrio ymrwymiad llwyr person sy'n sefyll allan o chwe biliwn o bobl Mae'n weithred ragorol."

Gostyngeiddrwydd allweddol Hanfod Yn Eich Taith

Mae gostyngeiddrwydd yn agwedd bwysig ar Sikhaeth. Yn ôl hyn, rhaid i Sikhiaid ymgrymu mewn gostyngeiddrwydd gerbron Duw. Mae gostyngeiddrwydd neu Nimrata, mewn Pwnjabeg yn eiriau sy'n perthyn yn agos i'w gilydd. Mae Nimrata yn rhinwedd sy'n cael ei hyrwyddo'n egniïol yn Gurbani. Cyfieithiad y gair Pwnjabeg hwn yw "Gostyngeiddrwydd", "Cymwynasgarwch" neu "Dostyngeiddrwydd." Rhywun nad yw ei feddwl yn cael ei dynnu sylw gan y meddwl ei fod ef neu hi yn well neu'n bwysicach na rhywun.

Maes problem - nid brawddeg gywir uchod

Mae hon yn nodwedd bwysig i bob bod dynol ei meithrin ac yn rhan hanfodol o feddwl Sikhiaidd a rhaid i'r rhinwedd hon gyd-fynd â'r Sikhiaid bob amser. Y pedair rhinwedd arall yn arsenal y Sikhiaid yw:

Gwirionedd (Sadwrn), Bodlonrwydd (Santokh), Tosturi (Daya) a Chariad (Pyaar).

Mae'r pum rhinwedd hyn yn hanfodol i Sikh a'u dyletswydd yw myfyrio ac adrodd Gurbani i gynnwys y rhinweddau hyn a'u gwneud yn rhan o'u personoliaeth.

Yr hyn y mae Gurbani yn ei ddweud wrthym:

"Ffrwyth gostyngeiddrwydd yw heddwch a phleser greddfoll. Gyda Gostyngeiddrwydd maent yn parhau i fyfyrion ar Dduw, Trysor rhagoriaeth. Mae'r bod sy'n ymwybodol o Dduw wedi'i drwytho mewn gostyngeiddrwydd. Un y mae ei galon wedi'i bendithio'n drugarog â gostyngeiddrwydd arhosol. Mae Sikhaeth yn ymdrin â Gostyngeiddrwydd fel cardota bowllo o flaen y duw,"

Guru Nanak, Gwrw Cyntaf Sikhaeth:

"Gan wrando a chredu gyda chariad a gostyngeiddrwydd yn dy feddwl, glanha dy hun â'r Enw, wrth y gysegrfa gysegredig yn ddwfn oddi mewn." - SGGs Tudalen 4.

"Gwnewch fodlonrwydd eich clustdlysau, gostyngeiddrwydd eich powlen gardota, a myfyriwch y lludw rydych chi'n ei roi ar eich corff." - SGGs Tudalen 6.

"Ym myd gostyngeiddrwydd, y Gair yw Prydferthwch. Mae ffurfiau o brydferthwch anghymharol yn cael eu llunio yno." SGGs Tudalen 8.

"Gwyleidd-dra, gostyngeiddrwydd a dealltwriaeth reddfol yw fy mam-yng-nghyfraith a thad-yng-nghyfraith." - SGGs Tudalen 152.

Taith Tuag at Ysbrydolrwydd

Gwrw byw tragwyddol yw Guru Granth Sahib, sy'n gyfansoddiad barddonol o'r Gurus Sikhaidd, y Seintiau Hindŵaidd a Mwslimaidd. Rhodd gan Dduw trwyddynt i holl ddynolryw yw y crynhoad. Y weledigaeth yn y Guru Granth Sahib yw cymdeithas sy'n seiliedig ar gyfiawnder Dwyfol heb ormes o unrhyw fath. Er bod y Granth yn cydnabod ac yn parchu ysgrythurau Hindŵaeth ac Islam, nid yw'n awgrymu cymod moesol â'r naill na'r llall o'r crefyddau hyn. Yn Guru Granth Sahib mae merched yn uchel eu parch gyda rolau cyfartal â dynion. Mae gan ferched yr un eneidiau â dynion ac felly mae ganddyn nhw hawl cyfartal i feithrin eu hysbrydolrwydd gyda siawns gyfartal o gael eu rhyddhau. Gall menywod gymryd rhan ym mhob gweithgaredd crefyddol, diwylliannol, cymdeithasol a seciwlar gan gynnwys arwain cynulleidfaoedd crefyddol.

Mae Sikhaeth yn hyrwyddo cydraddoldeb, cyfiawnder cymdeithasol, gwasanaeth i ddynoliaeth, a goddefgarwch i grefyddau eraill. Neges hanfodol Sikhaeth yw defosiwn ysbrydol a pharchu Duw bob amser wrth ymarfer delfrydau tosturi, gonestrwydd, gostyngeiddrwydd a haelioni mewn bywyd bob dydd. Tair egwyddor graidd y grefydd Sikhaidd yw myfyrio a chofio Duw, Gweithio dros Gonest byw a rhannu ag eraill.

Llongyfarchiadau am wneud ymdrech i fynd ar y Daith Ysbrydol hon i'r enaid. Ni all y cyfieithiad byth fod yn agos at y gwreiddiol, yn enwedig pan fo'r Guru Granth Sahib cyflawn mewn barddoniaeth a'r defnydd o drosiadau yn gwneud y dasg yn hynod o anodd. Yn y neges Ddwylol, defnyddir straeon mytholegol Hindŵaidd a Mwslimaidd yn aml Pralahad , Harnakash, Iaxmi, Brahma ac ati. Peidiwch â'u darllen yn llythrennol ond deallwch eu neges sylfaenol. Mae'r ffocws ar y ffaith bod Duw yn un a chael undeb ag Ef yw nod bywyd dynol.

Mae'r gwaith hwn wedi'i wneud dros flynyddoedd gan nifer o wirfoddolwyr, i gyrraedd y neges Ddwylol yn eich iaith. Os oes gennych unrhyw gwestiynau, mae croeso i chi anfon e-bost at walnut@gmail.com a byddem wrth ein bodd yn ymuno â chi ar y daith hon.