



# Asa Di Vaar

Uma jornada rumo à espiritualidade

Tradução em português

# ÍNDICE

1. Asa Di Vaar -----	1
2. Ardas-Oração -----	57
3. Caminho da Alma -----	61
4. Filosofia para a Jornada -----	63
5. Papel das Mulheres -----	65
6. Importância do Turbante -----	69
7. Humildade é a essência fundamental na sua Jornada -----	71



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

This Sewa has been done by Sewadars & SikhBookClub.

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

Publisher

© Sikhbookclub.com

Chino, Ca 91710

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

Só existe um Deus. Seu Nome é 'Eterno'. Ele sozinho é o Criador de tudo e está em toda parte. Ele não tem medo, não tem inimizades. Sua existência está além do tempo. Ele está além do ciclo de nascimento e morte. Ele é auto iluminado e é conhecido apenas pela Graça do Guru.

**ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥**

Raag Aasaa, Primeiro Guru:

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

Vaar com slokas: os slokas também foram escritos pelo Primeiro Guru e devem ser cantados ao ritmo de Tunda-As Raajaa:

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਬਲਿਹਾਰੀ ਗੁਰ ਆਪਣੇ ਦਿਉਹਾੜੀ ਸਦ ਵਾਰ ॥**

Eu me entrego amorosamente ao meu Guru para sempre;

**ਬਲਿਹਾਰੀ ਗੁਰ ਆਪਣੇ ਦਿਉਹਾੜੀ ਸਦ ਵਾਰ ॥**

que elevou espiritualmente os humanos a anjos sem demorar um instante.

**ਮਹਲਾ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਜੇ ਸਉ ਚੰਦਾ ਉਗਵਹਿ ਸੂਰਜ ਚੜਹਿ ਹਜਾਰ ॥**

Se cem luas surgissem e mil sois aparecessem,

**ਏਤੇ ਚਾਨਣ ਹੋਦਿਆਂ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਘੋਰ ਅੰਧਾਰ ॥੨॥**

mesmo com tanta luz, ainda haveria escuridão total sem o Guru (ou seja, não importa quanto conhecimento possamos obter de outras fontes, sem o Guru, não podemos obter a verdadeira iluminação ou sabedoria divina).||2||

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਨਾਨਕ ਗੁਰੂ ਨ ਚੇਤਨੀ ਮਨਿ ਆਪਣੈ ਸੁਚੇਤ ॥**

Ó Nanak, aqueles que não se lembram do Guru e que se consideram muito inteligentes,

**ਛੁਟੇ ਤਿਲ ਬੁਆੜ ਜਿਉ ਸੁੰਢੇ ਅੰਦਰਿ ਖੇਤ ॥**

eles são indesejados, como as falsas plantas de sésamo que permanecem abandonadas na quinta.

**ਖੇਤੈ ਅੰਦਰਿ ਛੁਟਿਆ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸਉ ਨਾਹ ॥**

Ó Nanak, assim deixados sozinhos, parecem infelizes como aqueles que, em vez de um mestre, têm centenas de mestres (e, portanto, nenhum mestre real).

**ਫਲੀਅਹਿ ਫੁਲੀਅਹਿ ਬਪੁੜੇ ਭੀ ਤਨ ਵਿਚਿ ਸੁਆਹ ॥੩॥**

As falsas plantas de gergelim parecem florescer e prosperar, mas estão cheias de nada além de cinzas. Da mesma forma, aqueles que não seguem os ensinamentos do Guru estão espiritualmente mortos, apesar de serem prósperos.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਆਪੀਨ੍ਹੁਰੈ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ ਆਪੀਨ੍ਹੁਰੈ ਰਚਿਓ ਨਾਉ ॥**

O próprio Deus criou a Si mesmo, e Ele mesmo criou Sua glória.

**ਦੁਯੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜੀਐ ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੇ ਚਾਉ ॥**

Logo depois, Ele moldou a criação; ao permear Sua criação, Ele a contempla com prazer.

**ਦਾਤਾ ਕਰਤਾ ਆਪਿ ਤੂੰ ਤੁਸਿ ਦੇਵਹਿ ਕਰਹਿ ਪਸਾਉ ॥**

Ó Deus, Você mesmo é o benfeitor e o Criador de todos os seres e, por prazer, concede-lhes Sua graça.

**ਤੂੰ ਜਾਣੇਈ ਸਭਸੈ ਦੇ ਲੈਸਹਿ ਜਿੰਦੁ ਕਵਾਉ ॥**

Você é o Conhecedor de tudo; Você dá a vida e a tira com uma simples palavra.

**ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੇ ਚਾਉ ॥੧॥**

Ao permear a criação, você assiste ansiosamente às tramas do mundo.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਸਚੇ ਤੇਰੇ ਖੰਡ ਸਚੇ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ॥**

Ó Deus Todo-Poderoso, Verdadeiros (Eternos) são os Seus continentes e Verdadeiro é Seu Universo.

**ਸਚੇ ਤੇਰੇ ਲੋਅ ਸਚੇ ਆਕਾਰ ॥**

Verdadeiros (eternos) são Seus mundos, e Verdadeira é Sua criação.

**ਸਚੇ ਤੇਰੇ ਕਰਣੇ ਸਰਬ ਬੀਚਾਰ ॥**

Verdadeiras são as Suas ações e todos os Seus pensamentos.

**ਸਚਾ ਤੇਰਾ ਅਮਰੁ ਸਚਾ ਦੀਬਾਣੁ ॥**

Verdadeiro é o Seu mandamento, e verdadeiro é o Seu tribunal.

**ਸਚਾ ਤੇਰਾ ਹੁਕਮੁ ਸਚਾ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥**

Verdadeira é a Sua vontade, e verdadeiras são Suas determinações.

**ਸਚਾ ਤੇਰਾ ਕਰਮੁ ਸਚਾ ਨੀਸਾਣੁ ॥**

Verdadeira é Sua Misericórdia, Verdadeiros são Seus dons (o sinal de Sua graça).

**ਸਚੇ ਤੁਧੁ ਆਖਹਿ ਲਖ ਕਰੋੜਿ ॥**

Milhões de pessoas que em Você meditam também são verdadeiras.

**ਸਚੈ ਸਭਿ ਤਾਣਿ ਸਚੈ ਸਭਿ ਜੋਰਿ ॥**

A criação inteira é sustentada por Seu poder e força.

**ਸਚੀ ਤੇਰੀ ਸਿਫਤਿ ਸਚੀ ਸਾਲਾਹ ॥**

Verdadeiro é o Seu louvor, e verdadeira é a Sua adoração.

**ਸਚੀ ਤੇਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਚੇ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥**

Ó Verdadeiro Rei, eterna é Sua criação.

**ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਧਿਆਇਨਿ ਸਚੁ ॥**

Ó Nanak, aqueles que meditam sobre o Verdadeiro com devoção amorosa se tornam verdadeiros (fundem-se com Deus)

**ਜੇ ਮਰਿ ਜੰਮੇ ਸੁ ਕਚੁ ਨਿਕਚੁ ॥੧॥**

Mas aqueles que estão a passar pelo ciclo de nascimento e morte estão envolvidos na falsidade e não conseguem se unir a Deus.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਵਡਾ ਨਾਉ ॥**

Grande é Sua Magnitude, tão grande quanto Sua Glória.

**ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਸਚੁ ਨਿਆਉ ॥**

Grande é Sua Magnitude, assim como verdadeira é Sua justiça.

**ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਨਿਹਚਲ ਥਾਉ ॥**

Grande é Sua Magnitude, tão permanente quanto Sua morada.

**ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾਣੈ ਆਲਾਉ ॥**

Grande é Sua Magnitude, pois Ele conhece nossas orações.

**ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਬੁਝੈ ਸਭਿ ਭਾਉ ॥**

Grande é Sua glória, pois Ele compreende todas as nossas emoções.

**ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਪੁਛਿ ਨ ਦਾਤਿ ॥**

Grande é Sua grandeza magnitude, pois Ele dá sem que peçamos.

**ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਆਪੇ ਆਪਿ ॥**

Grande é Sua glória, pois Ele mesmo é tudo em todos.

**ਨਾਨਕ ਕਾਰ ਨ ਕਥਨੀ ਜਾਇ ॥**

Ó Nanak, Suas ações não podem ser descritas.

**ਕੀਤਾ ਕਰਣਾ ਸਰਬ ਰਜਾਇ ॥੨॥**

O que Ele fez, ou fará, é tudo por Sua própria vontade. ||2||

**ਮਹਲਾ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਇਹੁ ਜਗੁ ਸਚੈ ਕੀ ਹੈ ਕੇਠੜੀ ਸਚੇ ਕਾ ਵਿਚਿ ਵਾਸੁ ॥**

Este mundo é a morada do Deus Eterno e Ele nele habita.

**ਇਕਨ੍ਹਾ ਹੁਕਮਿ ਸਮਾਇ ਲਏ ਇਕਨ੍ਹਾ ਹੁਕਮੇ ਕਰੇ ਵਿਣਾਸੁ ॥**

Por Seu Comando, alguns se unem a Ele, enquanto outros perecem.

**ਇਕਨ੍ਹਾ ਭਾਣੈ ਕਢਿ ਲਏ ਇਕਨ੍ਹਾ ਮਾਇਆ ਵਿਚਿ ਨਿਵਾਸੁ ॥**

Alguns, pelo prazer de Sua Vontade, são salvos dos apegos mundanos, enquanto outros são feitos para permanecerem absorvidos neles.

**ਏਵ ਭਿ ਆਖਿ ਨ ਜਾਪਈ ਜਿ ਕਿਸੈ ਆਣੇ ਰਾਸਿ ॥**

Ninguém pode dizer quem será resgatado dos apegos mundanos.

**ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਕਉ ਆਪਿ ਕਰੇ ਪਰਗਾਸੁ ॥੩॥**

Ó Nanak, somente aquele seguidor do Guru que Ele ilumina com o conhecimento Divino conhece esse segredo.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਨਾਨਕ ਜੀਅ ਉਪਾਇ ਕੈ ਲਿਖਿ ਨਾਵੈ ਧਰਮੁ ਬਹਾਲਿਆ ॥**

Ó Nanak, ao criar as almas, Deus designou o Juiz da Retidão para registrar os relatos de de nosas ações.

**ਓਥੈ ਸਚੇ ਹੀ ਸਚਿ ਨਿਬੜੈ ਚੁਣਿ ਵਖਿ ਕਢੇ ਜਜਮਾਲਿਆ ॥**

Lá, os mortais são julgados somente com base na verdade e somente na verdade; os falsos (pessoas más) são marcados e separados dos verdadeiros.

**ਥਾਉ ਨ ਪਾਇਨਿ ਕੂੜਿਆਰ ਮੁਹ ਕਾਲ੍ਹੁਰੈ ਦੇਜਕਿ ਚਾਲਿਆ ॥**

Os falsos não encontram lugar no tribunal de Deus e são levados a sofrer em grande desgraça.

**ਤੇਰੈ ਨਾਇ ਰਤੇ ਮੇ ਜਿਣਿ ਗਏ ਹਾਰਿ ਗਏ ਸਿ ਠਗਣ ਵਾਲਿਆ ॥**

Os que estão imersos no amor do Seu Nome partirão como vencedores daqui, enquanto os desonestos perdem o jogo da vida.

**ਲਿਖਿ ਨਾਵੈ ਧਰਮੁ ਬਹਾਲਿਆ ॥੨॥**

Ó Deus, Você designou o Justo Juiz para registrar as contas das ações dos humanos.

**ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਨਾਦ ਵਿਸਮਾਦੁ ਵੇਦ ॥**

Incríveis são as muitas correntes sonoras, incrível é o conhecimento dos Vedas.

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਜੀਅ ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੇਦ ॥**

Maravilhosos são os seres, maravilhosas são as espécies.

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਰੂਪ ਵਿਸਮਾਦੁ ਰੰਗ ॥**

Maravilhosas são as formas, maravilhosas são as cores.

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਨਾਗੇ ਫਿਰਹਿ ਜੰਤ ॥**

Ao observar tantas criaturas a vagarem nuas, f fiquei em estado de espanto.

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਪਉਣੁ ਵਿਸਮਾਦੁ ਪਾਣੀ ॥**

Estou maravilhado ao observar que em algum lugar o vento sopra e em algum lugar a água flui,

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਅਗਨੀ ਖੇਡਹਿ ਵਿਡਾਣੀ ॥**

É incrível como o fogo exhibe suas próprias tramas surpreendentes.

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਧਰਤੀ ਵਿਸਮਾਦੁ ਖਾਣੀ ॥**

Estou maravilhosamente surpreso ao ver que esta terra sustenta criaturas de todas as fontes de vida.

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਾਦਿ ਲਗਹਿ ਪਰਾਣੀ ॥**

É incrível como os mortais estão envolvidos no gozo de Suas dádivas.

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਸਮਾਦੁ ਵਿਜੋਗੁ ॥**

Surpreendente é o processo pelo qual as pessoas se unem ou se separam de Deus.

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੁਖ ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੋਗੁ ॥**

Meu Deus, é difícil acreditar que em algum lugar haja tanta fome e em outros lugares se desfrute de tanta abundância.

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਿਫਤਿ ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਾਲਾਹ ॥**

Em algum lugar, o Criador é louvado e elogiado;

**ਵਿਸਮਾਦੁ ਉਝੜ ਵਿਸਮਾਦੁ ਰਾਹ ॥**

há lugares que são só desolação e há outros, em que só há caminhos bem traçados. É simplesmente maravilhoso ver essa Sua maravilhosa trama.

### **ਵਿਸਮਾਦੁ ਨੇੜੈ ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੂਰਿ ॥**

É incrível que alguém diga que Você está perto; enquanto outros dizem que Você está longe,

### **ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੇਖੈ ਹਾਜ਼ਰਾ ਹਜ਼ੂਰਿ ॥**

e ainda há outros que O veem bem ao lado deles ( porque Você é Onipresente).

### **ਵੇਖਿ ਵਿਡਾਣੁ ਰਹਿਆ ਵਿਸਮਾਦੁ ॥**

Ao contemplar essas maravilhas, fico maravilhado.

### **ਨਾਨਕ ਬੁਝਣੁ ਪੂਰੈ ਭਾਗਿ ॥੧॥**

Ó Nanak, aqueles que compreendem esses assombrosos prodígios são abençoados com o destino perfeito.

### **ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, do Primeiro Guru:

### **ਕੁਦਰਤਿ ਦਿਸੈ ਕੁਦਰਤਿ ਸੁਣੀਐ ਕੁਦਰਤਿ ਭਉ ਸੁਖ ਸਾਰੁ ॥**

Tudo o que é visto, ouvido na natureza é todo Seu maravilhoso poder. O temor reverente de Sua presença, que é a essência da paz, é tudo parte de Seus planos.

### **ਕੁਦਰਤਿ ਪਾਤਾਲੀ ਆਕਾਸੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਰਬ ਆਕਾਰੁ ॥**

É o Seu poder, que se exhibe nos mundos subterrâneos, nos céus e em todas as formas do universo.

### **ਕੁਦਰਤਿ ਵੇਦ ਪੁਰਾਣ ਕਤੇਬਾ ਕੁਦਰਤਿ ਸਰਬ ਵੀਚਾਰੁ ॥**

Os Vedas, os Puranas, os livros semitas e os pensamentos expressos neles foram possíveis graças ao Seu poder.

### **ਕੁਦਰਤਿ ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਪੈਨ੍ਹੁਣੁ ਕੁਦਰਤਿ ਸਰਬ ਪਿਆਰੁ ॥**

É a Sua energia subjacente, que trabalha por trás dos fenômenos de comer, beber, vestir-se bem e do sentimento de amor nos seres vivos.

### **ਕੁਦਰਤਿ ਜਾਤੀ ਜਿਨਸੀ ਰੰਗੀ ਕੁਦਰਤਿ ਜੀਅ ਜਹਾਨ ॥**

Pelo Seu Poder vêm as espécies de todos os tipos e cores; pelo Seu Poder, os seres vivos do mundo existem.

**ਕੁਦਰਤਿ ਨੇਕੀਆ ਕੁਦਰਤਿ ਬਦੀਆ ਕੁਦਰਤਿ ਮਾਨੁ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥**

Até mesmo todas as virtudes, males, honras e desonras acontecem de acordo com Seu poder e vontade.

**ਕੁਦਰਤਿ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਕੁਦਰਤਿ ਧਰਤੀ ਖਾਕੁ ॥**

Pelo Seu Poder, o vento, a água e o fogo existem; pelo Seu Poder existem terra e pó.

**ਸਭ ਤੇਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਤੂੰ ਕਾਦਿਰੁ ਕਰਤਾ ਪਾਕੀ ਨਾਈ ਪਾਕੁ ॥**

Ó Deus, tudo está em Seu poder, Você é o Criador todo-poderoso. Seu Nome é o mais Santo dos Santos.

**ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਵੇਖੈ ਵਰਤੈ ਤਾਕੇ ਤਾਕੁ ॥੨॥**

Ó Nanak, Ele nutre a criação conforme Seu comando, e permeia tudo por Si mesmo.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਆਪੀਨ੍ਹੁਰੈ ਭੋਗ ਭੋਗਿ ਕੈ ਹੋਇ ਭਸਮੜਿ ਭਉਰੁ ਸਿਧਾਇਆ ॥**

Depois de viver as dores e os prazeres da vida, o corpo do mortal é reduzido a uma pilha de pó e a alma parte.

**ਵਡਾ ਹੋਆ ਦੁਨੀਦਾਰੁ ਗਲਿ ਸੰਗਲੁ ਘਤਿ ਚਲਾਇਆ ॥**

Quando uma pessoa envolvida em assuntos mundanos morre, ela é levada à corte do Justo Juiz.

**ਅਗੈ ਕਰਣੀ ਕੀਰਤਿ ਵਾਚੀਐ ਬਹਿ ਲੇਖਾ ਕਰਿ ਸਮਝਾਇਆ ॥**

Lá, a conta de suas boas e más ações é somada e explicada a Ele.

**ਥਾਉ ਨ ਹੋਵੀ ਪਉਦੀਈ ਹੁਣਿ ਸੁਣੀਐ ਕਿਆ ਰੁਆਇਆ ॥**

Se as más ações superam as boas, ele recebe uma punição severa. Ele não encontra lugar para se esconder e ninguém ouve seus gritos de dor.

**ਮਨਿ ਅੰਧੈ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ ॥੩॥**

Devido à sua ignorância, em vão tornou-se seu nascimento.

**ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਪਵਣੁ ਵਹੈ ਸਦਵਾਉ ॥**

No temor reverente a Deus, o vento e a brisa continuamente sopram para sempre.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਚਲਹਿ ਲਖ ਦਰੀਆਉ ॥**

No temor reverente (sob a vontade) de Deus, milhares de rios correm.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਅਗਨਿ ਕਢੈ ਵੇਗਾਰਿ ॥**

No temor reverente a Deus, o fogo executa as tarefas que lhe são atribuídas.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਦਬੀ ਭਾਰਿ ॥**

No temor reverente a Deus, a terra suporta o peso da criação.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਇੰਦੁ ਫਿਰੈ ਸਿਰ ਭਾਰਿ ॥**

No temor reverente a Deus (sob Seu comando), o rei Indra, o deus da chuva na forma de nuvens, projeta-se para baixo, como se estivesse a andar com a cabeça para baixo.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਰਾਜਾ ਧਰਮ ਦੁਆਰੁ ॥**

No Temor de Deus, o Justo Juiz do Dharma permanece à Sua porta.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਸੂਰਜੁ ਭੈ ਵਿਚਿ ਚੰਦੁ ॥**

Sob Seu Comando, o sol brilha e a lua reflete.

**ਕੋਹ ਕਰੇੜੀ ਚਲਤ ਨ ਅੰਤੁ ॥**

Eles viajam milhões de quilômetros, interminavelmente.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਸਿਧ ਬੁਧ ਸੁਰ ਨਾਥ ॥**

No temor reverente a Deus (sob Seu comando), vivem os Siddhas, os Budas, os semideuses e os iogues.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਡਾਣੇ ਆਕਾਸ ॥**

É em Seu temor reverente que o céu se estende sobre a terra.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ ॥**

Na vontade de Deus, estão os guerreiros e os heróis mais poderosos.

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਵਹਿ ਜਾਵਹਿ ਪੂਰ ॥**

Em Seu temor reverente, multidões de humanos e criaturas nascem e morrem.

**ਸਗਲਿਆ ਭਉ ਲਿਖਿਆ ਸਿਰਿ ਲੇਖੁ ॥**

Toda a criação funciona sob Seu temor reverente (comando).

**ਨਾਨਕ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਸਚੁ ਏਕੁ ॥੧॥**

Ó Nanak, somente o Deus eterno e sem forma vive sem medo.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਨਾਨਕ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਰਾਮ ਰਵਾਲ ॥**

Ó Nanak, somente o Deus sem forma é destemido; miríades de outros deuses são insignificantes diante Dele.

**ਕੇਤੀਆ ਕੰਨ੍ਹੁ ਕਹਾਣੀਆ ਕੇਤੇ ਬੇਦ ਬੀਚਾਰ ॥**

Há tantas histórias sobre Krishna, muitas pessoas que refletem sobre os Vedas.

**ਕੇਤੇ ਨਚਹਿ ਮੰਗਤੇ ਗਿੜਿ ਮੁੜਿ ਪੂਰਹਿ ਤਾਲ ॥**

Tantos mendigos dançam e giram ao som de um tambor.

**ਬਾਜਾਰੀ ਬਾਜਾਰ ਮਹਿ ਆਇ ਕਢਹਿ ਬਾਜਾਰ ॥**

Os mágicos realizam sua mágica no mercado, e criam uma falsa ilusão.

**ਗਾਵਹਿ ਰਾਜੇ ਰਾਣੀਆ ਬੋਲਹਿ ਆਲ ਪਤਾਲ ॥**

Eles cantam sobre reis e rainhas e narram histórias irrelevantes.

**ਲਖ ਟਕਿਆ ਕੇ ਮੁੰਦੜੇ ਲਖ ਟਕਿਆ ਕੇ ਹਾਰ ॥**

Eles usam brincos e colares caros.

**ਜਿਤੁ ਤਨਿ ਪਾਈਅਹਿ ਨਾਨਕਾ ਸੇ ਤਨ ਹੋਵਹਿ ਛਾਰ ॥**

Ó Nanak, os corpos nos quais as joias são usadas eventualmente se transformam em cinzas.

**ਗਿਆਨੁ ਨ ਗਲੀਈ ਢੂਢੀਐ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥**

A sabedoria divina não pode ser obtida por meio de meras palavras. Explicar como obter conhecimento divino é extremamente difícil, como mastigar aço.

**ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਤਾ ਪਾਈਐ ਹੋਰ ਹਿਕਮਤਿ ਹੁਕਮੁ ਖੁਆਰੁ ॥੨॥**

É somente quando somos abençoados com Sua Graça que obtemos sabedoria divina; todos os outros esforços e comandos não levam a nada além de frustração.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਨਦਰਿ ਕਰਹਿ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਨਦਰੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਪਾਇਆ ॥**

Ó Deus, somente quando Você lança Seu Olhar de Graça, então, por Sua Graça, alguém encontra o verdadeiro Guru.

**ਏਹੁ ਜੀਉ ਬਹੁਤੇ ਜਨਮ ਭਰੰਮਿਆ ਤਾ ਸਤਿਗੁਰਿ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਇਆ ॥**

Essa alma vagou por muitos nascimentos, até que o Verdadeiro Guru lhe proferiu a Palavra Divina.

**ਸਤਿਗੁਰੁ ਜੇਵਡੁ ਦਾਤਾ ਕੇ ਨਹੀ ਸਭਿ ਸੁਣਿਅਹੁ ਲੋਕ ਸਬਾਇਆ ॥**

Todas as pessoas ouçam com atenção, não há benfeitor tão grande quanto o verdadeiro Guru.

**ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਸਚੁ ਪਾਇਆ ਜਿਨ੍ਹ੍ਹੀ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਇਆ ॥**

Aqueles que abandonaram sua presunção interior, ao encontrarem o verdadeiro Guru, conheceram Deus.

**ਜਿਨਿ ਸਚੇ ਸਚੁ ਬੁਝਾਇਆ ॥੪॥**

Somente o verdadeiro Guru revela o entendimento sobre o Deus Eterno.

**ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਘੜੀਆ ਸਭੇ ਗੋਪੀਆ ਪਹਰ ਕੰਨ੍ਹੁ ਗੋਪਾਲ ॥**

Este mundo é como uma trama de Deus em que todos os Gharian (período de 24 minutos) são como as Gopis ou amas de leite e todos as Pehars (período de três horas) são como o Krishna.

**ਗਹਣੇ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਚੰਦੁ ਸੂਰਜੁ ਅਵਤਾਰ ॥**

Nesta trama mundana, vento, água e fogo são como os ornamentos usados pelas Gopis. O sol e a lua são como duas encarnações.

**ਸਗਲੀ ਧਰਤੀ ਮਾਲੁ ਧਨੁ ਵਰਤਣਿ ਸਰਬ ਜੰਜਾਲ ॥**

A terra inteira fornece os recursos necessários, e os enredos mundanos são os suprimentos necessários para encenar essa trama.

**ਨਾਨਕ ਮੁਸੈ ਗਿਆਨ ਵਿਹੁਣੀ ਖਾਇ ਗਇਆ ਜਮਕਾਲੁ ॥੧॥**

( Nesta trama de ilusões mundanas) Ó Nanak, sem o conhecimento divino, toda a humanidade tem sido enganada e devorada pelo espírito da morte.

**ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਵਾਇਨਿ ਚੇਲੇ ਨਚਨਿ ਗੁਰ ॥**

Enquanto encenam esses shows, os discípulos tocam a música e os gurus dançam.

**ਪੈਰ ਹਲਾਇਨਿ ਫੇਰਨ੍ਹਿ ਸਿਰ ॥**

Enquanto dançam, chutam seus pés e viram suas cabeças.

**ਉਡਿ ਉਡਿ ਰਾਵਾ ਝਾਟੈ ਪਾਇ ॥**

A poeira voa e cai sobre suas cabeças.

**ਵੇਖੈ ਲੋਕੁ ਹਸੈ ਘਰਿ ਜਾਇ ॥**

Ao vê-los, as pessoas riem, e depois vão para casa.

**ਰੋਟੀਆ ਕਾਰਣਿ ਪੂਰਹਿ ਤਾਲ ॥**

Eles tocam tambores por causa do pão (para ganharem a vida).

**ਆਪੁ ਪਛਾੜਹਿ ਧਰਤੀ ਨਾਲਿ ॥**

Eles se jogam no chão.

**ਗਾਵਨਿ ਰੋਪੀਆ ਗਾਵਨਿ ਕਾਨ੍ਹੁਹ ॥**

Elas cantam disfarçadas de amas de leite e Krishnas.

**ਗਾਵਨਿ ਸੀਤਾ ਰਾਜੇ ਰਾਮ ॥**

Eles cantam disfarçados como os Sitas, Ramas e outros reis.

**ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ॥**

Deus é destemido e sem forma; Seu nome é verdadeiro.

**ਜਾ ਕਾ ਕੀਆ ਸਗਲ ਜਹਾਨੁ ॥**

O universo inteiro é Sua Criação.

**ਸੇਵਕ ਸੇਵਹਿ ਕਰਮਿ ਚੜਾਉ ॥**

Somente aqueles devotos lembram-se Dele com devoção amorosa, os quais, por Sua Graça, estão com os espíritos elevados.

**ਭਿੰਨੀ ਰੈਣਿ ਜਿਨ੍ਹਾ ਮਨਿ ਚਾਉ ॥**

As vidas daqueles em cujas mentes está o intenso desejo de agradar a Deus são embelezadas com o prazer divino.

**ਸਿਖੀ ਸਿਖਿਆ ਗੁਰ ਵੀਚਾਰਿ ॥**

Ao contemplarem o Guru, aqueles que aprenderam esses ensinamentos,

**ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਲਘਾਏ ਪਾਰਿ ॥**

Deus os ajuda a atravessar o oceano mundano de vícios por meio de Sua Graça.

**ਕੋਲੂ ਚਰਖਾ ਚਕੀ ਚਕੁ ॥**

A prensa de óleo, a roda de fiar, as pedras de amolar, a roda do oleiro,

**ਥਲ ਵਾਰੇਲੇ ਬਹੁਤੁ ਅਨੰਤੁ ॥**

os numerosos e incontáveis redemoinhos no deserto.

**ਲਾਟੂ ਮਾਧਾਣੀਆ ਅਨਗਾਹ ॥**

os piões, os bastões de agitar, as debulhadoras,

**ਪੰਖੀ ਭਉਦੀਆ ਲੈਨਿ ਨ ਸਾਹ ॥**

os tombamentos sem fôlego dos pássaros,

**ਸੂਐ ਚਾੜਿ ਭਵਾਈਅਹਿ ਜੰਤ ॥**

e as criaturas a se moverem em espiral em torno dos eixos.

**ਨਾਨਕ ਭਉਦੀਆ ਗਣਤ ਨ ਅੰਤ ॥**

Ó Nanak, não há limite para o número de coisas e seres que se movem em eixos.

**ਬੰਧਨ ਬੰਧਿ ਭਵਾਏ ਸੋਇ ॥**

Ao amarrar os seres nos laços de Maya, Deus os transforma.

**ਪਇਐ ਕਿਰਤਿ ਨਚੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥**

Todos correm de acordo com o destino baseado em suas ações passadas.

**ਨਚਿ ਨਚਿ ਹਸਹਿ ਚਲਹਿ ਸੇ ਰੋਇ ॥**

Aqueles que correm por toda a vida chorarão em sua partida definitiva.

**ਉਡਿ ਨ ਜਾਹੀ ਸਿਧ ਨ ਹੋਹਿ ॥**

Eles não alcançam um estado espiritual mais elevado, nem se tornam proficientes nos assuntos mundanos.

**ਨਚਣੁ ਕੁਦਣੁ ਮਨ ਕਾ ਚਾਉ ॥**

Todas as suas danças e pulos são meramente uma diversão mental.

**ਨਾਨਕ ਜਿਨ੍ਹੁ ਮਨਿ ਭਉ ਤਿਨ੍ਹੁ ਮਨਿ ਭਾਉ ॥੨॥**

Ó Nanak, apenas aqueles que têm o amor por Deus guardados no coração têm o reverente temor a Ele.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਨਾਉ ਤੇਰਾ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਹੈ ਨਾਇ ਲਇਐ ਨਰਕਿ ਨ ਜਾਈਐ ॥**

Ó Deus, Seu Nome é o Deus Único e Incorpóreo, e se lembrarmos-nos de Você com devoção amorosa, escaparemos de todos os sofrimentos.

**ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਸਭੁ ਤਿਸ ਦਾ ਦੇ ਖਾਜੈ ਆਖਿ ਗਵਾਈਐ ॥**

A alma e o corpo pertencem a Ele; pedir que Ele nos dê sustento é um desperdício.

**ਜੇ ਲੋੜਹਿ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਕਰਿ ਪੁੰਨਹੁ ਨੀਚੁ ਸਦਾਈਐ ॥**

Se você anseia por seu bem-estar, realize ações virtuosas e sinta-se humilde.

**ਜੇ ਜਰਵਾਣਾ ਪਰਹਰੈ ਜਰੁ ਵੇਸ ਕਰੇਦੀ ਆਈਐ ॥**

Mesmo que uma pessoa poderosa tente afastar os sinais da velhice, ainda assim a velhice virá disfarçada de maneiras diferentes.

**ਕੇ ਰਹੈ ਨ ਭਰੀਐ ਪਾਈਐ ॥੫॥**

Ninguém pode permanecer neste mundo depois que os predestinados fôlegos de vida se esgotam.

**ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, do Primeiro Guru:

**ਮੁਸਲਮਾਨਾ ਸਿਫਤਿ ਸਰੀਅਤਿ ਪੜਿ ਪੜਿ ਕਰਹਿ ਬੀਚਾਰੁ ॥**

Os muçulmanos elogiam a lei islâmica; eles lêem e refletem sobre ela.

**ਬੰਦੇ ਸੇ ਜਿ ਪਵਹਿ ਵਿਚਿ ਬੰਦੀ ਵੇਖਣ ਕਉ ਦੀਦਾਰੁ ॥**

De acordo com eles, os servos de Deus são apenas aqueles que seguem rigorosamente a lei islâmica para que tenham a Visão de Deus.

**ਹਿੰਦੂ ਸਾਲਾਹੀ ਸਾਲਾਹਨਿ ਦਰਸਨਿ ਰੂਪਿ ਅਪਾਰੁ ॥**

Os hindus louvam o digno de honra, belo e ilimitado Deus por meio de suas escrituras.

**ਤੀਰਥਿ ਨਾਵਹਿ ਅਰਚਾ ਪੂਜਾ ਅਗਰ ਵਾਸੁ ਬਹਕਾਰੁ ॥**

Eles se banham em santuários sagrados de peregrinação, ao fazer oferendas de flores e queimar incenso diante de ídolos.

**ਜੋਗੀ ਸੁੰਨਿ ਧਿਆਵਨ੍ਰਿਹ ਜੇਤੇ ਅਲਖ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾਰੁ ॥**

Os iogues contemplam o vazio cósmico e o Nome do Criador como Alakh (o incompreensível).

**ਸੂਖਮ ਮੂਰਤਿ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨ ਕਾਇਆ ਕਾ ਆਕਾਰੁ ॥**

Mas à imagem sutil do Nome Imaculado, eles aplicam a forma de um corpo.

**ਸਤੀਆ ਮਨਿ ਸੰਤੋਖੁ ਉਪਜੈ ਦੇਣੈ ਕੈ ਵੀਚਾਰਿ ॥**

A ideia de caridade traz satisfação às mentes das pessoas caridosas.

**ਦੇ ਦੇ ਮੰਗਹਿ ਸਹਸਾ ਗੁਣਾ ਸੇਭ ਕਰੇ ਸੰਸਾਰੁ ॥**

Eles fazem caridade com intenções egoístas, porque pedem a Deus mil vezes mais do que dão e esperam que o mundo glorifique suas doações.

**ਚੋਰਾ ਜਾਰਾ ਤੈ ਕੂੜਿਆਰਾ ਖਾਰਾਬਾ ਵੇਕਾਰ ॥**

Por outro lado, os ladrões, os adúlteros, os mentirosos, os malfeitores e os ímpios,

**ਇਕਿ ਹੋਦਾ ਖਾਇ ਚਲਹਿ ਐਥਾਉ ਤਿਨਾ ਭਿ ਕਾਈ ਕਾਰ ॥**

partem de mãos vazias do mundo depois de usar os méritos de suas ações passadas ao se entregarem a atos pecaminosos. Que tipo de tarefa inútil é a deles?

**ਜਲਿ ਥਲਿ ਜੀਆ ਪੁਰੀਆ ਲੋਆ ਆਕਾਰਾ ਆਕਾਰ ॥**

Em vários mundos e galáxias, há muitas criaturas a subsistirem na água e na terra.

**ਓਇ ਜਿ ਆਖਹਿ ਸੁ ਤੂੰਹੈ ਜਾਣਹਿ ਤਿਨਾ ਭਿ ਤੇਰੀ ਸਾਰ ॥**

Ó Deus, só Você sabe o que essas criaturas pedem, pois dependem de Você para osustento delas.

**ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਭੁਖ ਸਾਲਾਹਣੁ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਆਧਾਰੁ ॥**

Ó Nanak, os devotos sempre têm o desejo de louvar a Deus e o Nome eterno é seu único amparo.

**ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਰਹਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਗੁਣਵੰਤਿਆ ਪਾ ਛਾਰੁ ॥੧॥**

Eles sempre vivem em felicidade eterna e são muito humildes com as pessoas virtuosas.

**ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਮਿਟੀ ਮੁਸਲਮਾਨ ਕੀ ਪੇੜੈ ਪਈ ਕੁਮ੍ਹਿਹਆਰ ॥**

Os restos mortais de um muçulmano acabam como argila na roda do oleiro.

**ਘੜਿ ਭਾਂਡੇ ਇਟਾ ਕੀਆ ਜਲਦੀ ਕਰੇ ਪੁਕਾਰ ॥**

Potes e tijolos são feitos a partir dele, e ele grita enquanto queima no forno.

**ਜਲਿ ਜਲਿ ਰੇਵੈ ਬਪੁੜੀ ਝੜਿ ਝੜਿ ਪਵਹਿ ਅੰਗਿਆਰ ॥**

Enquanto queima no forno, essa argila (restos do muçulmano) crepita como se queimasse no inferno.

**ਨਾਨਕ ਜਿਨਿ ਕਰਤੈ ਕਾਰਣੁ ਕੀਆ ਸੋ ਜਾਣੈ ਕਰਤਾਰੁ ॥੨॥**

Ó Nanak, apenas o Criador, que é a causa da criação, sabe quem vai para o céu ou para o inferno (Ir para o inferno ou para o céu não é determinado pelo método de descarte dos restos mortais).

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਓ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥**

Sem seguir os ensinamentos do Verdadeiro Guru, ninguém jamais conheceu a Deus; sim, sem seguir os ensinamentos do Verdadeiro Guru, ninguém conheceu a Deus.

**ਸਤਿਗੁਰ ਵਿਚਿ ਆਪੁ ਰਖਿਓਨੁ ਕਰਿ ਪਰਗਟੁ ਆਖਿ ਸੁਣਾਇਆ ॥**

Ele consagrou-se dentro do Verdadeiro Guru,, ao revelar a Si mesmo, Ele declara isso abertamente.

**ਸਤਿਗੁਰ ਮਿਲਿਐ ਸਦਾ ਮੁਕਤੁ ਹੈ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਮੋਹੁ ਚੁਕਾਇਆ ॥**

Ao conhecer o Verdadeiro Guru, a pessoa que elimina o apego às riquezas e ao poder mundano é liberta para sempre.

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

sagur Este pensamento é o mais sublime, aquele que sintoniza sua mente com Deus, o Doador de vida para o mundo.

**ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਆਇਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਗਇਆ ॥**

No ego (estado em que a pessoa considera-se separada de Deus), a pessoa vem ao mundo e, no ego, ela afasta-se desse mundo.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਜੰਮਿਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਮੁਆ ॥**

Nasce-se no ego e morre-se no ego.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਦਿਤਾ ਹਉ ਵਿਚਿ ਲਇਆ ॥**

Para manter o ego (identidade separada), a pessoa dá e aceita caridade.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਖਟਿਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਗਇਆ ॥**

Ganha-se no ego e perde-se no ego.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਚਿਆਰੁ ਕੂੜਿਆਰੁ ॥**

No ego, alguém torna-se verdadeiro ou falso.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਪਾਪੁ ਪੁੰਨ ਵੀਚਾਰੁ ॥**

No ego, reflete-se sobre ações pecaminosas e nobres.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਨਰਕਿ ਸੁਰਗਿ ਅਵਤਾਰੁ ॥**

É por causa do ego que às vezes se está com todo conforto e, outras vezes, sofre-se em dor.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਹਸੈ ਹਉ ਵਿਚਿ ਰੋਵੈ ॥**

No ego, é possível sentir-se feliz e, no ego, chora-se.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਭਰੀਐ ਹਉ ਵਿਚਿ ਧੋਵੈ ॥**

No ego, às vezes, a mente está poluída pelos vícios e, outras vezes, são feitos esforços no ego para lavar essas impurezas.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਜਾਤੀ ਜਿਨਸੀ ਖੋਵੈ ॥**

No ego, às vezes perde-se status social e classe.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਮੂਰਖੁ ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਿਆਣਾ ॥**

No ego, às vezes alguém age como ignorante e, outras vezes, age como uma pessoa sábia.

**ਮੋਖ ਮੁਕਤਿ ਕੀ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣਾ ॥**

Tal pessoa não sabe o valor da salvação ou da libertação.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਮਾਇਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਛਾਇਆ ॥**

No ego, a pessoa está envolvida no amor pelas riquezas e pelo poder mundano, ou permanece na escuridão da ignorância.

**ਹਉ ਵਿਚਿ ਮਾਇਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਛਾਇਆ ॥**

Ao viver no ego, o mortal nasce repetidamente.

**ਹਉਮੈ ਬੁਝੈ ਤਾ ਦਰੁ ਸੁਝੈ ॥**

Quando alguém entende o ego, passa a conhecer o caminho para a corte de Deus.

**ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣਾ ਕਥਿ ਕਥਿ ਲੁਝੈ ॥**

Sem sabedoria espiritual, a pessoa continua a sofrer em conversas e discussões inúteis.

**ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੀ ਲਿਖੀਐ ਲੇਖੁ ॥**

Ó Nanak, é pelo comando de Deus que o destino de alguém é escrito.

**ਜੇਹਾ ਵੇਖਹਿ ਤੇਹਾ ਵੇਖੁ ॥੧॥**

Conforme se vê (considera) os outros, após algum tempo, desenvolvem-se traços como os deles.

**ਮਹਲਾ ੨ ॥**

Shalok, Segundo Guru:

**ਹਉਮੈ ਏਹਾ ਜਾਤਿ ਹੈ ਹਉਮੈ ਕਰਮ ਕਮਾਹਿ ॥**

Essa é a natureza do ego: que as pessoas continuem a fazer suas ações nele.

**ਹਉਮੈ ਏਈ ਬੰਧਨਾ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੋਨੀ ਪਾਹਿ ॥**

Essa é a escravidão do ego: que elas renasçam sempre.

**ਹਉਮੈ ਕਿਥਹੁ ਉਪਜੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਇਹ ਜਾਇ ॥**

De onde vem o ego? Como pode ser removido?

**ਹਉਮੈ ਏਹੇ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਪਇਐ ਕਿਰਤਿ ਫਿਰਾਹਿ ॥**

O ego existe por Ordem de Deus; pois as pessoas vagueiam de acordo com suas ações passadas.

**ਹਉਮੈ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ਹੈ ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ ॥**

O ego é uma doença crônica, mas o sua cura também está dentro dela.

**ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕਮਾਹਿ ॥**

Se Deus concede Sua Graça, a pessoa passa a agir de acordo com os Ensinamentos do Guru.

**ਨਾਨਕੁ ਕਹੈ ਸੁਣਹੁ ਜਨਹੁ ਇਤੁ ਸੰਜਮਿ ਦੁਖ ਜਾਹਿ ॥੨॥**

Nanak diz, ouçam, ó povo: dessa forma ( ao meditar no Nome de Deus), as tristezas causadas pela doença do ego desaparecem.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਸੇਵ ਕੀਤੀ ਸੰਤੋਖੀਈ ਜਿਨ੍ਹਰੀ ਸਚੇ ਸਚੁ ਧਿਆਇਆ ॥**

Apenas aqueles que estão contentes e meditam no Eterno Deus com amor e devoção verdadeiramente O servem.

**ਓਨ੍ਹਗੀ ਮੰਦੈ ਪੈਰੁ ਨ ਰਖਿਓ ਕਰਿ ਸੁਕ੍ਰਿਤੁ ਧਰਮੁ ਕਮਾਇਆ ॥**

Eles não pecam deliberadamente, mas fazem boas ações e vivem de forma justa.

**ਓਨ੍ਹਗੀ ਦੁਨੀਆ ਤੇੜੇ ਬੰਧਨਾ ਅੰਨੁ ਪਾਣੀ ਥੋੜਾ ਖਾਇਆ ॥**

Eles romperam com os laços mundanos e consomem comida e água com moderação (o suficiente para sobreviver).

**ਤੂੰ ਬਖਸੀਸੀ ਅਗਲਾ ਨਿਤ ਦੇਵਹਿ ਚੜਹਿ ਸਵਾਇਆ ॥**

Ó Deus, Você é o maior benfeitor, Você dá continuamente, cada vez mais.

**ਵਡਿਆਈ ਵਡਾ ਪਾਇਆ ॥੭॥**

Ao glorificá-Lo, eles percebem o Grande Deus

**ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਪੁਰਖਾਂ ਬਿਰਖਾਂ ਤੀਰਥਾਂ ਤਟਾਂ ਮੇਘਾਂ ਖੇਤਾਂਹ ॥**

Só Deus sabe a quantidade e a condição de todos os seres humanos, árvores, santuários sagrados de peregrinação, margens de rios sagrados, nuvens e campos.

**ਦੀਪਾਂ ਲੋਆਂ ਮੰਡਲਾਂ ਖੰਡਾਂ ਵਰਭੰਡਾਂਹ ॥**

Só Ele sabe quantas ilhas, continentes, mundos e sistemas solares existem nos universos.

**ਅੰਡਜ ਜੇਰਜ ਉਤਭੁਜਾਂ ਖਾਣੀ ਸੇਤਜਾਂਹ ॥**

Só Ele sabe sobre as criaturas nascidas das quatro fontes da criação, como ovos, úteros, terra e suor.

**ਸੈ ਮਿਤਿ ਜਾਣੈ ਨਾਨਕਾ ਸਰਾਂ ਮੇਰਾਂ ਜੰਤਾਹ ॥**

Ó Nanak, só Deus sabe sobre a quantidade de todos os mares, montanhas e a condição das criaturas que vivem neles.

**ਨਾਨਕ ਜੰਤ ਉਪਾਇ ਕੈ ਸੰਮਾਲੇ ਸਭਨਾਹ ॥**

Ó Nanak, por criar esses seres, Ele protege a todos.

**ਜਿਨਿ ਕਰਤੈ ਕਰਣਾ ਕੀਆ ਚਿੰਤਾ ਭਿ ਕਰਣੀ ਤਾਹ ॥**

O Criador que fez a criação, também cuida dela.

**ਸੋ ਕਰਤਾ ਚਿੰਤਾ ਕਰੇ ਜਿਨਿ ਉਪਾਇਆ ਜਗੁ ॥**

Sim, aquele Criador que criou o mundo, também cuida dele.

**ਤਿਸੁ ਜੇਹਾਰੀ ਸੁਅਸਤਿ ਤਿਸੁ ਤਿਸੁ ਦੀਬਾਣੁ ਅਭਗੁ ॥**

A Ele, curvo-me e ofereço minha reverência, cujo s apoio total é eterno.

**ਨਾਨਕ ਸਚੇ ਨਾਮ ਬਿਨੁ ਕਿਆ ਟਿਕਾ ਕਿਆ ਤਗੁ ॥੧॥**

Ó Nanak, sem meditar em Seu Nome, todos os outros símbolos religiosos externos, como o Janeu (fio sagrado) e a Tikka (ponto na testa), nada significam.

**ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਲਖ ਨੇਕੀਆ ਚੰਗਿਆਈਆ ਲਖ ਪੁੰਨਾ ਪਰਵਾਣੁ ॥**

Alguém pode realizar milhões de ações boas e virtuosas e uma infinidade de atos de caridade que são aceitáveis para a sociedade.

**ਲਖ ਤਪ ਉਪਰਿ ਤੀਰਥਾਂ ਸਹਜ ਜੋਗ ਬੇਬਾਣੁ ॥**

Alguém pode realizar milhões de penitências em santuários sagrados e ir para o deserto para praticar ioga em um estado de serenidade.

**ਲਖ ਸੂਰਤਣ ਸੰਗਰਾਮ ਰਣ ਮਹਿ ਛੁਟਹਿ ਪਰਾਣੁ ॥**

Alguém pode ir ao campo de batalha e exibir milhões de atos de bravura e até mesmo perder a vida lá.

**ਲਖ ਸੁਰਤੀ ਲਖ ਗਿਆਨ ਧਿਆਨ ਪੜੀਅਹਿ ਪਾਠ ਪੁਰਾਣੁ ॥**

Pode-se adquirir muita compreensão divina e sabedoria divina através de meditações e leituras dos Vedas e dos Puranas.

**ਜਿਨਿ ਕਰਤੈ ਕਰਣਾ ਕੀਆ ਲਿਖਿਆ ਆਵਣ ਜਾਣੁ ॥**

O Criador, que fez esta criação e predeterminou o momento do nascimento e da morte.

**ਨਾਨਕ ਮਤੀ ਮਿਥਿਆ ਕਰਮੁ ਸਚਾ ਨੀਸਾਣੁ ॥੨॥**

Ó Nanak, todas essas artimanhas são falsas e inúteis. Somente Sua Graça é o verdadeiro selo ou marca para aceitação em Sua corte.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਸਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਏਕੁ ਤੂੰ ਜਿਨਿ ਸਚੇ ਸਚੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥**

Ó Deus, Você é o único Mestre Verdadeiro, que u espalhou a Verdade (retidão) em todos os lugares.

**ਜਿਸੁ ਤੂੰ ਦੇਹਿ ਤਿਸੁ ਮਿਲੈ ਸਚੁ ਤਾ ਤਿਨ੍ਹਰੀ ਸਚੁ ਕਮਾਇਆ ॥**

Somente a quem Você concede a Verdade a pratica.

**ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਸਚੁ ਪਾਇਆ ਜਿਨ੍ਹਰ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਸਚੁ ਵਸਾਇਆ ॥**

É somente ao conhecer e seguir os ensinamentos do Verdadeiro Guru que as pessoas perceberam a Verdade, pois o Guru enraíza a verdade em seu coração.

**ਮੂਰਖ ਸਚੁ ਨ ਜਾਣਨ੍ਹਰੀ ਮਨਮੁਖੀ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ ॥**

Os tolos e obstinados não sabem o que é a verdade e desperdiçam suas vidas em vão.

**ਵਿਚਿ ਦੁਨੀਆ ਕਾਰੇ ਆਇਆ ॥੮॥**

De nada adianta terem vindo ao mundo.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀ ਲਦੀਅਹਿ ਪੜਿ ਪੜਿ ਭਰੀਅਹਿ ਸਾਥ ॥**

Mesmo que leiamos e estudemos pilhas de livros, e após estudarmos, façamos montanhas de livros.

**ਪੜਿ ਪੜਿ ਬੇੜੀ ਪਾਈਐ ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀਅਹਿ ਖਾਤ ॥**

Se lermos tantos livros que um barco ou muitas estantes possam ser preenchidas com eles.

**ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਬਰਸ ਬਰਸ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਮਾਸ ॥**

Podemos lê-los ano após ano; podemos lê-los não importa quantos meses existam em um ano.

**ਪੜੀਐ ਜੇਤੀ ਆਰਜਾ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਸਾਸ ॥**

Podemos lê-los por toda a vida; podemos lê-los a cada respiração, mas

**ਨਾਨਕ ਲੇਖੈ ਇਕ ਗਲ ਹੋਰੁ ਹਉਮੈ ਝਖਣਾ ਝਾਖ ॥੧॥**

Ó Nanak, a única coisa que conta em Sua corte é cantar Seus louvores e meditar em Seu Nome. Todo o resto é como vagar no próprio ego.

**ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਪੜਿਆ ॥ ਤੇਤਾ ਕੜਿਆ ॥**

Quanto mais alguém escreve e lê, mais egoísta e arrogante torna-se ele.

**ਬਹੁ ਤੀਰਥ ਭਵਿਆ ॥ ਤੇਤੇ ਲਵਿਆ ॥**

Quanto mais alguém vagueia pelos santuários sagrados de peregrinação, mais inutilmente ele fala (como um corvo).

**ਬਹੁ ਭੇਖ ਕੀਆ ਦੇਹੀ ਦੁਖੁ ਦੀਆ ॥**

Quanto mais alguém usa um manto religioso, mais estresse causa a si mesmo.

**ਸਹੁ ਵੇ ਜੀਆ ਅਪਣਾ ਕੀਆ ॥**

Ó meu amigo, você deve suportar as consequências de suas próprias ações.

**ਅੰਨੁ ਨ ਖਾਇਆ ਸਾਦੁ ਗਵਾਇਆ ॥**

Ao não comer algo, a pessoa não ganhou nenhum mérito espiritual, pois simplesmente perdeu a oportunidade de saborear a comida.

**ਬਹੁ ਦੁਖੁ ਪਾਇਆ ਦੂਜਾ ਭਾਇਆ ॥**

Por causa de seu amor pela dualidade (outras práticas além de amar a Deus e lembrar-se Dele), ela sofre muita dor.

**ਬਸਤ੍ਰੁ ਨ ਪਹਿਰੈ ॥ ਅਹਿਨਿਸਿ ਕਹਰੈ ॥**

Quem não usa roupa sofre noite e dia ao submeter seu corpo aos extremos do clima.

**ਮੇਨਿ ਵਿਗੁਤਾ ॥ ਕਿਉ ਜਾਗੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਸੁਤਾ ॥**

Absorvida em silêncio, a pessoa desvia-se (do caminho certo). Como pode ela ser despertada do sono da ignorância sem os ensinamentos do Guru?

**ਪਗ ਉਪੇਤਾਣਾ ॥ ਅਪਣਾ ਕੀਆ ਕਮਾਣਾ ॥**

Quem anda descalço sofre com suas próprias ações ao machucar seus pés.

**ਅਲੁ ਮਲੁ ਖਾਈ ਸਿਰਿ ਛਾਈ ਪਾਈ ॥**

Aquele que come sobras sujas e joga cinzas na cabeça,

**ਮੂਰਖਿ ਅੰਧੈ ਪਤਿ ਗਵਾਈ ॥**

por ser tolo e ignorante, perdeu sua honra.

**ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਕਿਛੁ ਥਾਇ ਨ ਪਾਈ ॥**

Sem meditação no Nome de Deus, nada é aprovado em Sua corte.

**ਰਹੈ ਬੇਬਾਣੀ ਮੜੀ ਮਸਾਣੀ ॥**

Alguém pode viver no deserto, nos cemitérios ou nos locais de cremação,

**ਅੰਧੁ ਨ ਜਾਣੈ ਫਿਰਿ ਪਛੁਤਾਣੀ ॥**

mal se tal pessoa espiritualmente cega não sabe o caminho certo para conhecer a Deus, ela se arrepende e se lamenta no final.

**ਸਤਿਗੁਰੁ ਭੇਟੇ ਸੇ ਸੁਖੁ ਪਾਏ ॥**

Somente ele, que conhece o Verdadeiro Guru, desfruta de paz.

**ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥**

Porque ele consagra o Nome de Deus em sua mente.

**ਨਾਨਕ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਸੇ ਪਾਏ ॥**

Ó Nanak, somente aquele a quem Deus concede Sua graça, encontra o Guru.

**ਆਸ ਅੰਦੇਸੇ ਤੇ ਨਿਹਕੇਵਲੁ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਜਲਾਏ ॥੨॥**

Então, por não ser afetado por nenhum tipo de esperança e preocupação, e ao seguir a palavra do Guru, ele queima seu ego.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਭਗਤ ਤੇਰੈ ਮਨਿ ਭਾਵਦੇ ਦਰਿ ਸੋਹਨਿ ਕੀਰਤਿ ਗਾਵਦੇ ॥**

Ó Deus, Seus devotos são agradáveis à Sua mente. Eles estão lindos à sua porta, para cantar seus louvores.

**ਨਾਨਕ ਕਰਮਾ ਬਾਹਰੇ ਦਰਿ ਢੇਅ ਨ ਲਹਨ੍ਹੁਹੀ ਧਾਵਦੇ ॥**

Ó Nanak, aqueles que estão privados da Graça de Deus, não encontram abrigo em Sua Corte e continuam a vagar sem rumo.

**ਇਕਿ ਮੂਲੁ ਨ ਬੁਝਨ੍ਹਿਰੁ ਆਪਣਾ ਅਣਹੋਦਾ ਆਪੁ ਗਣਾਇਦੇ ॥**

Há alguns que não entendem suas raízes e, sem nenhum mérito espiritual, se dizem grandes.

**ਹਉ ਢਾਢੀ ਕਾ ਨੀਚ ਜਾਤਿ ਹੋਰਿ ਉਤਮ ਜਾਤਿ ਸਦਾਇਦੇ ॥**

Meu Deus, enquanto outros se dizem pertencentes a uma alta posição social, eu sou apenas um trovador sem status nenhum.

**ਤਿਨ੍ਹੁ ਮੰਗਾ ਜਿ ਤੁਝੈ ਧਿਆਇਦੇ ॥੯॥**

Eu só busco a companhia daqueles que meditam em Você.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਕੂੜੁ ਰਾਜਾ ਕੂੜੁ ਪਰਜਾ ਕੂੜੁ ਸਭੁ ਸੰਸਾਰੁ ॥**

Esse mundo inteiro é uma ilusão, como o ato de um mágico. Neste mundo falso, falso é o rei (que não dura muito) e falsos são seus súditos.

**ਕੂੜੁ ਮੰਡਪ ਕੂੜੁ ਮਾੜੀ ਕੂੜੁ ਬੈਸਣਹਾਰੁ ॥**

Falsos são os palácios e mansões e perecíveis são aqueles que vivem neles.

**ਕੂੜੁ ਸੁਇਨਾ ਕੂੜੁ ਰੁਪਾ ਕੂੜੁ ਪੈਨ੍ਹੁਣਹਾਰੁ ॥**

Falsos são os ornamentos de ouro e prata, e falsos são aqueles que os usam.

**ਕੂੜੁ ਕਾਇਆ ਕੂੜੁ ਕਪੜੁ ਕੂੜੁ ਰੂਪੁ ਅਪਾਰੁ ॥**

Falso é o corpo, falsos são os vestidos e ilusória é a extrema beleza.

**ਕੂੜੁ ਮੀਆ ਕੂੜੁ ਬੀਬੀ ਖਪਿ ਹੋਏ ਖਾਰੁ ॥**

O relacionamento entre um marido e uma esposa não dura muito e eles o desperdiçam em falsos conflitos.

**ਕੂੜਿ ਕੂੜੈ ਨੇਹੁ ਲਗਾ ਵਿਸਰਿਆ ਕਰਤਾਰੁ ॥**

Os falsos amam a falsidade e esquecem seu Criador.

**ਕਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕੀਚੈ ਦੇਸਤੀ ਸਭੁ ਜਗੁ ਚਲਣਹਾਰੁ ॥**

Com quem devemos nos tornar amigos, quando o mundo inteiro é transitório?

**ਕੂੜੁ ਮਿਠਾ ਕੂੜੁ ਮਾਖਿਉ ਕੂੜੁ ਡੇਬੇ ਪੂਰੁ ॥**

Para os mortais, esse mundo ilusório parece doce como mel e é por isso que essa falsa ilusão destroi multidões de pessoas.

**ਨਾਨਕ ਵਖਾਣੈ ਬੇਨਤੀ ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਕੂੜੇ ਕੂੜੁ ॥੧॥**

Ó Deus, Nanak faz esta súplica de que, sem Você, tudo é totalmente falso e ilusório.

**ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਸਚਾ ਹੋਇ ॥**

Só se conhece a Verdade quando Deus habita em nosso coração.

**ਕੂੜੁ ਕੀ ਮਲੁ ਉਤਰੈ ਤਨੁ ਕਰੇ ਹਛਾ ਧੋਇ ॥**

A impureza da falsidade é removida e a mente e o corpo são libertados dos vícios.

**ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਚਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ ॥**

Conhece-se a verdade sobre o mundo apenas quando se tem amor por Deus.

**ਨਾਉ ਸੁਣਿ ਮਨੁ ਰਹਸੀਐ ਤਾ ਪਾਏ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥**

Ao ouvir o Nome de Deus, a mente fica satisfeita; então, a alcança-se a liberdade dos enredos mundanos.

**ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਜੁਗਤਿ ਜਾਣੈ ਜੀਉ ॥**

Conhece-se a verdade apenas quando se conhece o verdadeiro caminho da vida.

**ਧਰਤਿ ਕਾਇਆ ਸਾਧਿ ਕੈ ਵਿਚਿ ਦੇਇ ਕਰਤਾ ਬੀਉ ॥**

Ao preparar o corpo como uma quinta, planta-se a Semente do Nome de Deus.

**ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਿਖ ਸਚੀ ਲੇਇ ॥**

Conhece-se a Verdade apenas quando se recebe os verdadeiros ensinamentos do Guru.

**ਸਚੁ ਤਾਂ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਆਤਮ ਤੀਰਥਿ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥**

Ao mostrar a misericórdia para com outros seres e fazer alguns atos de caridade e bondade.

**ਸਚੁ ਤਾਂ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਆਤਮ ਤੀਰਥਿ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥**

Conhece-se a verdade apenas quando se habita no santuário sagrado do ser interior.

**ਸਤਿਗੁਰੂ ਨੇ ਪੁਛਿ ਕੈ ਬਹਿ ਰਹੈ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥**

Perguntar ao Verdadeiro Guru faz ele permanecer focado no ser interior.

**ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਹੋਇ ਦਾਰੂ ਪਾਪ ਕਢੈ ਧੋਇ ॥**

O próprio Deus se torna o remédio de todos os males e expulsa todos os pecados.

**ਨਾਨਕੁ ਵਖਾਣੈ ਬੇਨਤੀ ਜਿਨ ਸਚੁ ਪਲੈ ਹੋਇ ॥੨॥**

Nanak, humildemente, busque aqueles em quem a Verdade (Deus) habita no coração.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਦਾਨੁ ਮਹਿੰਡਾ ਤਲੀ ਖਾਕੁ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤ ਮਸਤਕਿ ਲਾਈਐ ॥**

O presente que busco é a humildade; se eu a obtiver, me considerarei muito afortunado.

**ਕੂੜਾ ਲਾਲਚੁ ਛੁਡੀਐ ਹੋਇ ਇਕ ਮਨਿ ਅਲਖੁ ਧਿਆਈਐ ॥**

Renuncie à falsa ganância e medite com determinação no Deus incompreensível.

**ਫਲੁ ਤੇਵੇਹੋ ਪਾਈਐ ਜੇਵੇਹੀ ਕਾਰ ਕਮਾਈਐ ॥**

Igualmente às ações que cometemos são as recompensas que recebemos.

**ਜੇ ਹੋਵੈ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਤਾ ਯੁੜਿ ਤਿਨ੍ਹ੍ਹਾ ਦੀ ਪਾਈਐ ॥**

Se estiver predestinado, então alguém tem a oportunidade de servir humildemente os Santos.

**ਮਤਿ ਬੋੜੀ ਸੇਵ ਗਵਾਈਐ ॥੧੦॥**

Devido à nossa limitada inteligência, perdemos os méritos do serviço altruísta.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਸਚਿ ਕਾਲੁ ਕੂੜੁ ਵਰਤਿਆ ਕਲਿ ਕਾਲਖ ਬੇਤਾਲ ॥**

Viver em retidão tornou-se raro, a falsidade está a se espalhar por toda parte e as pessoas estão a se comportar como demônios por causa dos pecados e males de Kalyug.

**ਬੀਉ ਬੀਜਿ ਪਤਿ ਲੈ ਗਏ ਅਬ ਕਿਉ ਉਗਵੈ ਦਾਲਿ ॥**

Aqueles que viveram corretamente (plantaram a semente da retidão em suas mentes) partiram com honra. Naqueles cuja mente está dividida em dualidade, como a semente da retidão pode brotar em suas mentes?

**ਜੇ ਇਕੁ ਹੋਇ ਤ ਉਗਵੈ ਰੁਤੀ ਹੂ ਰੁਤਿ ਹੋਇ ॥**

A semente do amor por Deus brotará se a mente não estiver dividida em dualidade e houver uma atmosfera adequada, como a atmosfera fresca e calma da manhã.

**ਨਾਨਕ ਪਾਹੈ ਬਾਹਰਾ ਕੋਰੈ ਰੰਗੁ ਨ ਸੋਇ ॥**

Ó Nanak, assim como sem um pré-tratamento um tecido bruto não se tingirá lindamente,

**ਭੈ ਵਿਚਿ ਖੰਬਿ ਚੜਾਈਐ ਸਰਮੁ ਪਾਹੁ ਤਨਿ ਹੋਇ ॥**

da mesma forma, para imergir a mente no amor por Deus, o pré-tratamento (para a mente é) desenvolver o temor a Deus por meio do trabalho árduo. .

**ਨਾਨਕ ਭਗਤੀ ਜੇ ਰਪੈ ਕੂੜੈ ਸੋਇ ਨ ਕੋਇ ॥੧॥**

Ó Nanak, quando dessa forma a mente imersa no amor e na devoção a Deus, então nenhum pensamento de falsidade surge nela.

**ਮਃ ੧ ॥**

Shalok, Primeiro Guru:

**ਲਬੁ ਪਾਪੁ ਦੁਇ ਰਾਜਾ ਮਹਤਾ ਕੂੜੁ ਹੋਆ ਸਿਕਦਾਰੁ ॥**

Parece que as condições do mundo são miseráveis: tanto a ganância quanto o pecado se transformaram no rei e seu ajudante; e a falsidade é o principal executivo.

**ਕਾਮੁ ਨੇਬੁ ਸਦਿ ਪੁਛੀਐ ਬਹਿ ਬਹਿ ਕਰੇ ਬੀਚਾਰੁ ॥**

A luxúria é como seu principal conselheiro; eles pedem seu conselho e, sentados juntos, deliberam sobre diferentes maneiras de enganar a todos.

**ਅੰਧੀ ਰਯਤਿ ਗਿਆਨ ਵਿਹੁਣੀ ਭਾਹਿ ਭਰੇ ਮੁਰਦਾਰੁ ॥**

Seus súditos são ignorantes devido à falta de conhecimento, estão cheios do fogo dos desejos mundanos e estão espiritualmente mortos.

**ਗਿਆਨੀ ਨਚਹਿ ਵਾਜੇ ਵਾਵਹਿ ਰੂਪ ਕਰਹਿ ਸੀਗਾਰੁ ॥**

Os chamados sábios, simplesmente dançam e tocam seus instrumentos musicais, adornando-se com lindas decorações.

**ਉਚੇ ਕੂਕਹਿ ਵਾਦਾ ਗਾਵਹਿ ਜੋਧਾ ਕਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥**

Eles gritam em voz alta, enquanto cantam sobre as batalhas passadas e os épicos dos heróis.

**ਮੂਰਖ ਪੰਡਿਤ ਹਿਕਮਤਿ ਹੁਜਤਿ ਸੰਜੈ ਕਰਹਿ ਪਿਆਰੁ ॥**

Os estudiosos e especialistas tolos adoram reunir riquezas mundanas por meio de argumentos e truques inteligentes.

**ਧਰਮੀ ਧਰਮੁ ਕਰਹਿ ਗਾਵਾਵਹਿ ਮੰਗਹਿ ਮੇਖ ਦੁਆਰੁ ॥**

As pessoas justas perdem o mérito de sua retidão ao pedir a salvação de Deus em troca.

**ਜਤੀ ਸਦਾਵਹਿ ਜੁਗਤਿ ਨ ਜਾਣਹਿ ਛਡਿ ਬਹਹਿ ਘਰ ਬਾਰੁ ॥**

Elas se dizem celibatárias e abandonam suas casas, mas não conhecem o verdadeiro modo de vida.

**ਸਭੁ ਕੇ ਪੂਰਾ ਆਪੇ ਹੋਵੈ ਘਟਿ ਨ ਕੋਈ ਆਖੈ ॥**

Todo mundo se diz perfeito; ninguém se chama imperfeito.

**ਪਤਿ ਪਰਵਾਣਾ ਪਿਛੈ ਪਾਈਐ ਤਾ ਨਾਨਕ ਤੋਲਿਆ ਜਾਪੈ ॥੨॥**

Ó Nanak, o verdadeiro mérito de uma pessoa só seria conhecido quando essa pessoa fosse julgada de acordo com a medida de sua honra recebida na corte de Deus.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, do primeiro guru:

**ਵਦੀ ਸੁ ਵਜਗਿ ਨਾਨਕਾ ਸਚਾ ਵੇਖੈ ਸੋਇ ॥**

Ó Nanak, o que Deus ordenou certamente aconteceria porque Ele mesmo está cuidando disso (que tudo esteja a acontecer de acordo com Seu comando).

**ਸਭਨੀ ਛਾਲਾ ਮਾਰੀਆ ਕਰਤਾ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਇ ॥**

Todos fazem grandes esforços para fazer as coisas de acordo com seus desejos, mas só isso acontece, o que o Criador faz.

**ਅਗੈ ਜਾਤਿ ਨ ਜੇਰੁ ਹੈ ਅਗੈ ਜੀਉ ਨਵੇ ॥**

Na corte de Deus, status social e poder não significam nada, porque lá, é preciso lidar com pessoas inteiramente novas. (que não são influenciados pelo status de ninguém)

**ਜਿਨ ਕੀ ਲੇਖੈ ਪਤਿ ਪਵੈ ਚੰਗੇ ਸੇਈ ਕੋਇ ॥੩॥**

Somente aqueles poucos são considerados bons ou virtuosos, que recebem honra quando seu relato é examinado na corte de Deus.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਧੁਰਿ ਕਰਮੁ ਜਿਨਾ ਕਉ ਤੁਧੁ ਪਾਇਆ ਤਾ ਤਿਨੀ ਖਸਮੁ ਧਿਆਇਆ ॥**

Ó Deus, somente aqueles que meditaram em Você com devoção amorosa são os que foram predestinados.

**ਏਨਾ ਜੰਤਾ ਕੈ ਵਸਿ ਕਿਛੁ ਨਾਹੀ ਤੁਧੁ ਵੇਕੀ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥**

Nada está no poder desses seres; Você criou este mundo com pessoas de diversas capacidades e inclinações.

**ਇਕਨਾ ਨੇ ਤੂੰ ਮੇਲਿ ਲੈਹਿ ਇਕਿ ਆਪਹੁ ਤੁਧੁ ਖੁਆਇਆ ॥**

Alguns, você une a si mesmo, e a outros, você desvia.

**ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ਜਿਥੈ ਤੁਧੁ ਆਪੁ ਬੁਝਾਇਆ ॥**

Aquele a quem Você se revelou, O conheceu através da graça do Guru.

**ਸਹਜੇ ਹੀ ਸਚਿ ਸਮਾਇਆ ॥੧੧॥**

Ele se fundiu imperceptivelmente em Você.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਦੁਖੁ ਦਾਰੁ ਸੁਖੁ ਰੇਗੁ ਭਇਆ ਜਾ ਸੁਖੁ ਤਾਮਿ ਨ ਹੋਈ ॥**

Ó Deus, quão estranho é esse Seu mundo, onde o sofrimento se torna o remédio e o prazer se torna uma doença. Onde há felicidade, não há tristeza.

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

Ó Deus, Você é o criador e fazedor de tudo, eu não sou nada. Mesmo que eu tente, nada acontece.

**ਬਲਿਹਾਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਵਸਿਆ ॥**

Ó Criador onipresente, eu me dedico a Você.

**ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਲਖਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥**

Seus limites não podem ser conhecidos.

**ਜਾਤਿ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਜੋਤਿ ਮਹਿ ਜਾਤਾ ਅਕਲ ਕਲਾ ਭਰਪੂਰਿ ਰਹਿਆ ॥**

Sua Luz está permeando todo o universo, e Você é visto como a Luz em todas as criaturas. Seu poder onipotente está a penetrar em tudo.

**ਤੂੰ ਸਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਿਫਤਿ ਸੁਆਲਿਹਉ ਜਿਨਿ ਕੀਤੀ ਸੇ ਪਾਰਿ ਪਇਆ ॥**

Ó Deus, Você é o Verdadeiro Mestre; Seu louvor é tão lindo. Aquele que canta Seus louvores é levado pelo oceano mundano de vícios.

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

Ó Nanak, cante louvores ao Criador; tudo o que Ele gosta de fazer, Ele o faz.

**ਮਃ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਜੋਗ ਸਬਦੰ ਗਿਆਨ ਸਬਦੰ ਬੇਦ ਸਬਦੰ ਬ੍ਰਾਹਮਣਹ ॥**

O verdadeiro dever de um iogue é obter sabedoria divina; e o dever de um brâmane (o sacerdote hindu) é estudar e refletir sobre os Vedas.

**ਖੜੀ ਸਬਦੰ ਸੂਰ ਸਬਦੰ ਸੂਦ੍ਰ ਸਬਦੰ ਪਰਾ ਕ੍ਰਿਤਹ ॥**

O dever do Kshatriya é lutar bravamente no campo de batalha, e o dever dos Shudras é servir aos outros.

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

Mas o dever de todos é meditar no Nome de Deus.

Nanak é o servo daquele que conhece esse segredo porque ele é a personificação do Deus imaculado.

**ਮਃ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਏਕ ਕ੍ਰਿਸਨੰ ਸਰਬ ਦੇਵਾ ਦੇਵ ਦੇਵਾ ਤ ਆਤਮਾ ॥**

O único Deus é a alma suprema de todos os deuses.

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

Aquele que entende o mistério de que a alma em si é Deus, ele é a personificação do Deus Imaculado e Nanak é seu servo.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਕੁੰਭੇ ਬਧਾ ਜਲੁ ਰਹੈ ਜਲੁ ਬਿਨੁ ਕੁੰਭੁ ਨ ਹੋਇ ॥**

Assim como a água permanece confinada dentro do jarro e, sem a água, o jarro não poderia ter sido formado.

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

Da mesma forma, a mente é mantida longe dos vícios pelo conhecimento divino, mas o conhecimento divino não pode ser obtido sem os ensinamentos do Guru.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਪੜਿਆ ਹੋਵੈ ਗੁਨਹਗਾਰੁ ਤਾ ਓਮੀ ਸਾਧੁ ਨ ਮਾਰੀਐ ॥**

Se uma pessoa educada for pecadora, ela será punida, mas uma pessoa virtuosa, embora analfabeta, não poderá ser punida.

**ਜੇਹਾ ਘਾਲੇ ਘਾਲਣਾ ਤੇਵੇਹੇ ਨਾਉ ਪਚਾਰੀਐ ॥**

Assim como as ações realizadas, também é a reputação que se adquire.

**ਐਸੀ ਕਲਾ ਨ ਖੇਡੀਐ ਜਿਤੁ ਦਰਗਹ ਰਾਇਆ ਹਾਰੀਐ ॥**

Portanto, não jogue esse jogo, o que fará com que você perca o jogo do nascimento humano na corte de Deus.

**ਪੜਿਆ ਅਤੇ ਓਮੀਆ ਵੀਚਾਰੁ ਅਗੈ ਵੀਚਾਰੀਐ ॥**

As ações dos instruídos e dos iletrados serão julgadas na corte de Deus.

**ਮੁਹਿ ਚਲੈ ਸੁ ਅਗੈ ਮਾਰੀਐ ॥੧੨॥**

A pessoa que, em vez de seguir os ensinamentos do Guru, segue teimosamente sua própria mente será punida no tribunal de Deus.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, do Primeiro Guru:

**ਨਾਨਕ ਮੇਰੁ ਸਰੀਰ ਕਾ ਇਕੁ ਰਥੁ ਇਕੁ ਰਥਵਾਹੁ ॥**

Ó Nanak, o corpo humano, que é o supremo entre todas as espécies, tem uma carruagem (valores morais) e um cocheiro (princípios orientadores).

**ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਫੇਰਿ ਵਟਾਈਅਹਿ ਗਿਆਨੀ ਬੁਝਹਿ ਤਾਹਿ ॥**

Em cada época, esses valores e princípios orientadores continuam a mudar; somente as pessoas sábias entendem isso.

**ਸਤਜੁਗਿ ਰਥੁ ਸੰਤੋਖ ਕਾ ਧਰਮੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥**

No jarro de sábado, o contentamento era a carruagem (valor moral) e a retidão era o cocheiro (princípio orientador).

**ਤ੍ਰੇਤੈ ਰਥੁ ਜਤੈ ਕਾ ਜੋਰੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥**

Na Era de Treta, o celibato era a carruagem e fortaleceu o cocheiro.

**ਦੁਆਪੁਰਿ ਰਥੁ ਤਪੈ ਕਾ ਸਤੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥**

Na Era de Duapar, a penitência era a carruagem e o alto caráter moral era o cocheiro.

**ਕਲਜੁਗਿ ਰਥੁ ਅਗਨਿ ਕਾ ਕੂੜੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥੧॥**

Nesta Era de Kaljug, o fogo dos desejos por riqueza e poder mundanos é a carruagem e a falsidade o cocheiro.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

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

O Saam Veda diz que (em Sat Jug) o Mestre do Mundo (Deus) era conhecido como Saytambar. Naquela Era, todos desejavam a verdade, seguiam a verdade e viviam em retidão.

**ਰਿਗੁ ਕਹੈ ਰਹਿਆ ਭਰਪੁਰਿ ॥ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਦੇਵਾ ਮਹਿ ਸੁਰੁ ॥**

O Rig Veda diz que (na jarra de Treta), Deus está a permear todos os lugares e entre as divindades, o nome do Senhor Rama é o mais exaltado, a brilhar como o sol.

**ਨਾਇ ਲਇਐ ਪਰਾਛਤ ਜਾਹਿ ॥ ਨਾਨਕ ਤਉ ਮੇਖੰਤਰੁ ਪਾਹਿ ॥**

Ó Nanak, (de acordo com o Rig veda), todos os pecados são destruídos ao cantar o Nome do Senhor Rama, então o mortal alcança a salvação.

**ਜੁਜ ਮਹਿ ਜੋਰਿ ਛਲੀ ਚੰਦ੍ਰਾਵਲਿ ਕਾਨ੍ਹੁ ਕ੍ਰਿਸਨੁ ਜਾਦਮੁ ਭਇਆ ॥**

Yajur Veda diz que (em Dwapar Jug), o mestre do mundo era conhecido como Senhor Krishna da tribo Yadava, que enganou a princesa Chandravali com seu poder divino,

**ਪਾਰਜਾਤੁ ਗੋਪੀ ਲੈ ਆਇਆ ਬਿੰਦ੍ਰਾਬਨ ਮਹਿ ਰੰਗੁ ਕੀਆ ॥**

ele trouxe a mítica árvore realizadora de desejos chamada Parjaat para sua Gopi (devota feminina) e se divertiu em Vrindavan.

**ਕਲਿ ਮਹਿ ਬੇਦੁ ਅਥਰਬਣੁ ਹੁਆ ਨਾਉ ਖੁਦਾਈ ਅਲਹੁ ਭਇਆ ॥**

Na Era de Kali Yuga, o Atharva Veda se tornou proeminente; Allah se tornou o Nome de Deus.

**ਨੀਲ ਬਸਤ੍ਰੁ ਲੇ ਕਪੜੇ ਪਹਿਰੇ ਤੁਰਕ ਪਠਾਣੀ ਅਮਲੁ ਕੀਆ ॥**

Turcos e Pathans assumiram o poder e começaram a usar roupas azuis.

**ਚਾਰੇ ਵੇਦ ਹੋਏ ਸਚਿਆਰ ॥**

Dessa forma, todos os quatro Vedas reivindicam sua própria verdade de acordo com seus respectivos tempos.

**ਪੜਹਿ ਗੁਣਹਿ ਤਿਨ੍ਹੁ ਚਾਰ ਵੀਚਾਰ ॥**

Ao ler e refletir sobre esses vedas, as pessoas desenvolvem bons pensamentos em sua mente.

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

Mas, Ó Nanak, somente aquele que faz adoração amorosa a Deus e permanece humilde, alcança a emancipação.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਸਤਿਗੁਰੁ ਵਿਟਹੁ ਵਾਰਿਆ ਜਿਤੁ ਮਿਲਿਐ ਖਸਮੁ ਸਮਾਲਿਆ ॥**

Dedico minha vida ao Verdadeiro Guru; a quem conhecendo, passei a valorizar a Deus.

**ਜਿਨਿ ਕਰਿ ਉਪਦੇਸੁ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਦੀਆ ਇਨ੍ਹ੍ਹੀ ਨੇਤ੍ਰੀ ਜਗਤੁ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥**

O verdadeiro Guru que iluminou minha mente com seus ensinamentos, como se tivesse colocado uma pomada de conhecimento divino em meus olhos, em virtude da qual eu vejo a verdade sobre o mundo.

**ਖਸਮੁ ਛੇਡਿ ਦੂਜੈ ਲਗੇ ਡੁਬੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰਿਆ ॥**

Aqueles que abandonam seu verdadeiro Mestre e se apegam a outro, são afogados no oceano mundano de vícios.

**ਸਤਿਗੁਰੁ ਹੈ ਬੋਹਿਥਾ ਵਿਰਲੈ ਕਿਨੈ ਵੀਚਾਰਿਆ ॥**

Apenas alguns percebem que o Verdadeiro Guru é como um navio (para nos levar através do oceano dos vícios mundanos)

**ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਪਾਰਿ ਉਤਾਰਿਆ ॥੧੩॥**

Concedendo Sua Graça, Ele me ajudou a atravessar o oceano mundano de vícios.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਸਿੰਮਲ ਰੁਖੁ ਸਰਾਇਰਾ ਅਤਿ ਦੀਰਘ ਅਤਿ ਮੁਚੁ ॥**

A árvore simmal é reta como uma flecha; é muito alta e muito larga.

**ਓਇ ਜਿ ਆਵਹਿ ਆਸ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ਨਿਰਾਸੇ ਕਿਤੁ ॥**

Mas os pássaros que vêm e se sentam nela com a esperança de comer seus frutos, por que saem decepcionados?

**ਫਲ ਫਿਕੇ ਫੁਲ ਬਕਬਕੇ ਕੰਮਿ ਨ ਆਵਹਿ ਪਤ ॥**

Como seus frutos são insípidos, as flores são nauseantes e as folhas são inúteis.

**ਮਿਠਤੁ ਨੀਵੀ ਨਾਨਕਾ ਗੁਣ ਚੰਗਿਆਈਆ ਤਤੁ ॥**

(Da mesma forma, sem doçura e humildade, toda demonstração de grandeza é inútil). Ó Nanak, a qualidade da doçura com humildade é a essência de todas as virtudes.

**ਸਭੁ ਕੇ ਨਿਵੈ ਆਪ ਕਉ ਪਰ ਕਉ ਨਿਵੈ ਨ ਕੋਇ ॥**

Todos se curvam por si mesmos, e não por causa dos outros.

**ਧਰਿ ਤਾਰਾਜੁ ਤੇਲੀਐ ਨਿਵੈ ਸੁ ਗਉਰਾ ਹੋਇ ॥**

Devemos observar que quando algo é colocado na balança, o lado mais baixo é considerado mais pesado (da mesma forma, quem mostra humildade é considerado uma pessoa melhor)

**ਅਪਰਾਧੀ ਦੂਣਾ ਨਿਵੈ ਜੇ ਹੰਤਾ ਮਿਰਗਾਹਿ ॥**

Um pecador, como o caçador de veados, se inclina duas vezes mais por causa de seu propósito egoísta.

**ਸੀਸਿ ਨਿਵਾਇਐ ਕਿਆ ਥੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਕੁਸੁਧੇ ਜਾਹਿ ॥੧॥**

Mas o que pode ser alcançado, mostrando humildade, abaixando a cabeça, se o coração permanecer cheio de falsidade e engano.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਪੜਿ ਪੁਸਤਕ ਸੰਧਿਆ ਬਾਦੰ ॥**

Um pandit lê livros sagrados e faz orações diárias e depois se envolve em um debate.

**ਸਿਲ ਪੁਜਸਿ ਬਗੁਲ ਸਮਾਧੰ ॥**

Ele adora pedras e depois se senta como uma cegonha, fingindo estar em Samadhi.

**ਮੁਖਿ ਝੁਠ ਬਿਭੂਖਣ ਸਾਰੰ ॥**

Ele profere falsidades e embeleza suas mentiras como belos ornamentos,

**ਤ੍ਰੈਪਾਲ ਤਿਹਾਲ ਬਿਚਾਰੰ ॥**

Ele recita as três linhas do mantra Gayatri três vezes ao dia.

**ਗਲਿ ਮਾਲਾ ਤਿਲਕੁ ਲਿਲਾਟੰ ॥**

Em volta do pescoço há um rosário e na testa está tilak, a marca sagrada;

**ਦੁਇ ਧੋਤੀ ਬਸਤ੍ਰੁ ਕਪਾਟੰ ॥**

ele sempre usa duas tangas e usa um turbante na cabeça enquanto ora.

**ਜੇ ਜਾਣਸਿ ਬ੍ਰਹਮੰ ਕਰਮੰ ॥**

Mas se ele conhecesse os feitos divinos (os louvores de Deus),

**ਸਭਿ ਫੇਕਟ ਨਿਸਚਉ ਕਰਮੰ ॥**

então ele certamente perceberia que todas essas crenças e rituais são em vão.

**ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਨਿਹਚਉ ਧਿਆਵੈ ॥**

Ó Nanak, medite em Deus com plena fé.

**ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਵਾਟ ਨ ਪਾਵੈ ॥੨॥**

Sem os ensinamentos do Verdadeiro Guru, ninguém encontra o caminho certo.

**ਪਉੜੀ ॥**

Pauree:

**ਕਪੜੁ ਰੂਪੁ ਸੁਹਾਵਣਾ ਛਡਿ ਦੁਨੀਆ ਅੰਦਰਿ ਜਾਵਣਾ ॥**

Alguém partirá do mundo, e deixará o belo corpo aqui.

**ਮੰਦਾ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕੀਤਾ ਪਾਵਣਾ ॥**

Ele suportará as consequências de suas boas e más ações.

**ਹੁਕਮ ਕੀਏ ਮਨਿ ਭਾਵਦੇ ਰਾਹਿ ਭੀੜੈ ਅਗੈ ਜਾਵਣਾ ॥**

A pessoa que viveu a vida de acordo com seus caprichos (emitiu ordens de acordo com seus caprichos sem se importar com quanto sofrimento causou aos outros), teria que suportar tais torturas, como se estivesse sendo espremida por um caminho estreito no futuro.)

**ਨੰਗਾ ਦੇਜਕਿ ਚਾਲਿਆ ਤਾ ਦਿਸੈ ਖਰਾ ਡਰਾਵਣਾ ॥**

Quando seus atos pecaminosos são expostos, ele parece muito hediondo enquanto sofre.

**ਕਰਿ ਅਉਗਣ ਪਛੇਤਾਵਣਾ ॥੧੪॥**

Então, ele se arrepende dos pecados que cometeu.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਦਇਆ ਕਪਾਹ ਸੰਤੋਖੁ ਸੂਤੁ ਜਤੁ ਰੰਢੀ ਸਤੁ ਵਟੁ ॥**

Ó Pundit, um fio feito de compaixão, contentamento, celibato e alto caráter moral em vez de algodão,

**ਏਹੁ ਜਨੇਊ ਜੀਅ ਕਾ ਹਈ ਤ ਪਾਡੇ ਘਤੁ ॥**

é o fio sagrado da alma; se você o tiver, então vá em frente e coloque-o em mim.

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

Não quebra, não pode ser sujo pela sujeira, não pode ser queimado ou perdido.

**ਧੰਨੁ ਸੁ ਮਾਣਸ ਨਾਨਕਾ ਜੇ ਗਲਿ ਚਲੇ ਪਾਇ ॥**

Ó Nanak, abençoados são aqueles mortais que têm esse fio no pescoço.

**ਚਉਕੜਿ ਮੁਲਿ ਅਣਾਇਆ ਬਹਿ ਚਉਕੈ ਪਾਇਆ ॥**

Você compra esse fio por quatro centavos, e sentado na cozinha do anfitrião, você o coloca em volta do pescoço dele.

**ਸਿਖਾ ਕੰਨਿ ਚੜਾਈਆ ਗੁਰੁ ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ ਥਿਆ ॥**

Então você sussurra em seu ouvido que de agora em diante o Brahman é seu guru.

**ਓਹੁ ਮੁਆ ਓਹੁ ਝੜਿ ਪਇਆ ਵੇਤਗਾ ਗਇਆ ॥੧॥**

Mas quando ele morre, o fio sagrado cai e a alma parte sem ele.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਲਖ ਚੇਰੀਆ ਲਖ ਜਾਰੀਆ ਲਖ ਕੂੜੀਆ ਲਖ ਗਾਲਿ ॥**

Um ser humano comete milhares de roubos, milhares de atos de adultério, milhares de falsidades e milhares de abusos verbais.

**ਲਖ ਠਗੀਆ ਪਹਿਨਾਮੀਆ ਰਾਤਿ ਦਿਨਸੁ ਜੀਅ ਨਾਲਿ ॥**

Ele pratica milhares de enganos e ações secretas, noite e dia, contra seus semelhantes.

**ਤਗੁ ਕਪਾਹਰੁ ਕਤੀਐ ਬਾਮ੍ਹਰੁ ਵਟੇ ਆਇ ॥**

O fio sagrado é feito de algodão, e o brâmane vem e o torce.

**ਕੁਹਿ ਬਕਰਾ ਰਿੰਨ੍ਹੁ ਖਾਇਆ ਸਭੁ ਕੇ ਆਖੈ ਪਾਇ ॥**

A cabra é morta, cozida e comida por todos, e todos então dizem que o fio sagrado foi usado.

**ਹੋਇ ਪੁਰਾਣਾ ਸੁਟੀਐ ਭੀ ਫਿਰਿ ਪਾਈਐ ਹੋਰੁ ॥**

Quando o fio sagrado se desgasta, ele é jogado fora e outro é colocado.

**ਨਾਨਕ ਤਗੁ ਨ ਤੁਟਈ ਜੇ ਤਗਿ ਹੋਵੈ ਜੋਰੁ ॥੨॥**

Ó Nanak, o fio não se romperia se tivesse a força da compaixão, contentamento e alto caráter moral.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਨਾਇ ਮੰਨਿਐ ਪਤਿ ਉਪਜੈ ਸਾਲਾਹੀ ਸਚੁ ਸੂਤੁ ॥**

Só recebemos honra na corte de Deus quando consagramos Seu Nome em nosso coração, porque cantar louvores a Deus é o verdadeiro fio sagrado.

**ਦਰਗਹ ਅੰਦਰਿ ਪਾਈਐ ਤਗੁ ਨ ਤੁਟਸਿ ਪੂਤੁ ॥੩॥**

Ao usar esse fio sagrado, a honra é obtida na corte de Deus. E esse fio sagrado nunca se rompe.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, do Primeiro Guru:

**ਤਗੁ ਨ ਇੰਦ੍ਰੀ ਤਗੁ ਨ ਨਾਰੀ ॥**

Pandit não usa fios para livrar seus sentidos e corpo dos vícios.

**ਭਲਕੇ ਥੁਕ ਪਵੈ ਨਿਤ ਦਾੜੀ ॥**

Todos os dias ele está a cometer pecados e, portanto, a ser humilhado.

**ਤਗੁ ਨ ਪੈਰੀ ਤਗੁ ਨ ਹਥੀ ॥**

Ele não usa nenhum fio sagrado nos pés para evitar que vá a lugares ruins, e nenhum fio nas mãos para impedi-lo de cometer quaisquer atos malignos.

**ਤਗੁ ਨ ਜਿਹਵਾ ਤਗੁ ਨ ਅਖੀ ॥**

Ele não tem fio para a língua para evitar calúnias, e nenhum fio para que seus olhos parem de olhar com más intenções.

**ਵੇਤਗਾ ਆਪੇ ਵਤੈ ॥ ਵਟਿ ਧਾਰੇ ਅਵਰਾ ਘਤੈ ॥**

Embora ele próprio vague por aí sem qualquer restrição moral, ele cria e coloca fios nos outros.

**ਲੈ ਭਾੜਿ ਕਰੇ ਵੀਆਹੁ ॥**

Ele recebe pagamento pela realização de casamentos;

**ਕਢਿ ਕਾਗਲੁ ਦਸੇ ਰਾਹੁ ॥**

lê seus horóscopos para lhes mostrar o caminho.

**ਸੁਣਿ ਵੇਖਹੁ ਲੋਕਾ ਏਹੁ ਵਿਡਾਣੁ ॥**

Ó pessoal, olhem e ouçam essa peça surpreendente,

**ਮਨਿ ਅੰਧਾ ਨਾਉ ਸੁਜਾਣੁ ॥੪॥**

aquele pandit em si é ignorante, mas ele se chama de sábio.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਸਾਹਿਬੁ ਹੋਇ ਦਇਆਲੁ ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਤਾ ਸਾਈ ਕਾਰ ਕਰਾਇਸੀ ॥**

Quando o Mestre se torna gracioso e concede misericórdia a alguém, Ele o faz realizar apenas aquela ação que Lhe agrada.

**ਸੇ ਸੇਵਕੁ ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਜਿਸ ਨੇ ਹੁਕਮੁ ਮਨਾਇਸੀ ॥**

Aquele servo que Deus faz com que obedeça ao Seu Comando verdadeiramente O serve.

**ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਹੋਵੈ ਪਰਵਾਣੁ ਤਾ ਖਸਮੈ ਕਾ ਮਹਲੁ ਪਾਇਸੀ ॥**

Ao obedecer o Seu Comando, ele se torna aceitável na corte de Deus e depois se funde com Ele.

**ਖਸਮੈ ਭਾਵੈ ਸੇ ਕਰੇ ਮਨਹੁ ਚਿੰਦਿਆ ਸੇ ਫਲੁ ਪਾਇਸੀ ॥**

Quando alguém faz o que agrada ao Seu Mestre, obtém os frutos dos desejos de sua mente.

**ਤਾ ਦਰਗਹ ਪੈਧਾ ਜਾਇਸੀ ॥੧੫॥**

Então, ele vai à Corte de Deus em honra.

**ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਗਉ ਬਿਰਾਹਮਣ ਕਉ ਕਰੁ ਲਾਵਹੁ ਗੋਬਰਿ ਤਰਣੁ ਨ ਜਾਈ ॥**

Ó Pandit, por um lado você cobra impostos sobre as vacas e os brâmanes e, por outro lado, aplica esterco de vaca no chão da cozinha para purificação. Lembre-se de que isso não o ajudará a cruzar o oceano mundano de vícios.

**ਧੋਤੀ ਟਿਕਾ ਤੈ ਜਪਮਾਲੀ ਧਾਨੁ ਮਲੇਛਾਂ ਖਾਈ ॥**

Você usa um pano de lombo, coloca uma marca frontal e carrega os rosários, mas come os grãos fornecidos pelos Malech (os poluídos).

**ਅੰਤਰਿ ਪੂਜਾ ਪੜਹਿ ਕਤੇਬਾ ਸੰਜਮੁ ਤੁਰਕਾ ਭਾਈ ॥**

Ó irmão, dentro de sua casa, você realiza adoração devocional, mas fora você lê os livros semitas e observa as austeridades muçulmanas.

**ਛੇਡੀਲੇ ਪਾਖੰਡਾ ॥**

Renuncie à sua hipocrisia,

**ਨਾਮਿ ਲਇਐ ਜਾਹਿ ਤਰੰਦਾ ॥੧॥**

porque é somente ao lembrar o Nome de Deus que você nadará pelo oceano mundano de vícios.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਮਾਣਸ ਖਾਣੇ ਕਰਹਿ ਨਿਵਾਜ ॥**

Os governantes corruptos fazem suas orações diárias, mas oprimem seus súditos.

**ਛੁਰੀ ਵਗਾਇਨਿ ਤਿਨ ਗਲਿ ਤਾਗ ॥**

Usando o fio sagrado em volta do pescoço, eles torturam os pobres.

### **ਤਿਨ ਘਰਿ ਬ੍ਰਹਮਣ ਪੂਰਹਿ ਨਾਦ ॥**

Em suas casas, os brâmanes tocam o shankh (concha) para serem recompensados.

### **ਉਨ੍ਹੁਹਾ ਭਿ ਆਵਹਿ ਓਈ ਸਾਦ ॥**

Os brâmanes também apreciam o sabor da riqueza ilícita.

### **ਕੂੜੀ ਰਾਸਿ ਕੂੜਾ ਵਾਪਾਰੁ ॥**

Falso é seu capital e falso é seu comércio.

### **ਕੂੜੁ ਬੇਲਿ ਕਰਹਿ ਆਹਾਰੁ ॥**

Eles ganham a vida contando mentiras.

### **ਸਰਮ ਧਰਮ ਕਾ ਡੇਰਾ ਦੂਰਿ ॥**

Eles não têm nenhum senso de vergonha e não realizam nenhuma ação justa.

### **ਨਾਨਕ ਕੂੜੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ ॥**

Ó Nanak, a falsidade prevalece por toda parte.

### **ਮਥੈ ਟਿਕਾ ਤੇੜਿ ਧੋਤੀ ਕਖਾਈ ॥**

Com marcas sagradas na testa e um pano de lombo cor de açafração em volta da cintura (professa santidade de fora).

### **ਹਥਿ ਛੁਰੀ ਜਗਤ ਕਾਸਾਈ ॥**

Mas na vida real, eles são os oficiais mais corruptos e prontos para torturar o mundo inteiro, como se fossem os açougueiros do mundo com facas nas mãos.

### **ਨੀਲ ਵਸਤੂ ਪਹਿਰਿ ਹੋਵਹਿ ਪਰਵਾਣੁ ॥**

Com túnicas azuis, eles buscam a aprovação de seus governantes muçulmanos.

### **ਮਲੇਛ ਧਾਨੁ ਲੇ ਪੁਜਹਿ ਪੁਰਾਣੁ ॥**

Eles aceitam dinheiro dos governantes muçulmanos, mas ainda adoram os Puranas.

### **ਅਭਾਖਿਆ ਕਾ ਕੁਠਾ ਬਕਰਾ ਖਾਣਾ ॥**

Eles comem a carne das cabras mortas (sem piedade) depois que as orações muçulmanas são lidas sobre elas.

**ਚਉਕੇ ਉਪਰਿ ਕਿਸੈ ਨ ਜਾਣਾ ॥**

e, no entanto, eles não permitem que ninguém entre em suas cozinhas.

**ਦੇ ਕੈ ਚਉਕਾ ਕਢੀ ਕਾਰ ॥**

Depois de purificar o chão da cozinha com esterco de vaca, eles traçam a linha limite.

**ਉਪਰਿ ਆਇ ਬੈਠੇ ਕੂੜਿਆਰ ॥**

Os falsos especialistas vêm e se sentam no chão da cozinha.

**ਮਤੁ ਭਿਟੈ ਵੇ ਮਤੁ ਭਿਟੈ ॥ ਇਹੁ ਅੰਨੁ ਅਸਾਡਾ ਫਿਟੈ ॥**

Eles dizem aos outros: não cheguem perto de nossa cozinha, para que ela e nossa comida não sejam poluídas.

**ਤਨਿ ਫਿਟੈ ਫੇੜ ਕਰੇਨਿ ॥**

Mas com seus corpos poluídos, eles cometem atos maus.

**ਮਨਿ ਜੁਠੈ ਚੁਲੀ ਭਰੇਨਿ ॥**

Suas mentes estão sujas de vícios, mas eles tentam limpar a boca enxaguando-a.

**ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਧਿਆਈਐ ॥**

Nanak diz: medite em Deus com amor e devoção.

**ਸੁਚਿ ਹੋਵੈ ਤਾ ਸਚੁ ਪਾਈਐ ॥੨॥**

Deus é realizado somente quando nossa mente é pura (livre de vícios e maus pensamentos).

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਚਿਤੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੇ ਵੇਖਿ ਨਦਰੀ ਹੇਠਿ ਚਲਾਇਦਾ ॥**

Deus mantém todos em Sua mente e faz com que todos ajam de acordo com Sua graça.

**ਆਪੇ ਦੇ ਵਡਿਆਈਆ ਆਪੇ ਹੀ ਕਰਮ ਕਰਾਇਦਾ ॥**

Ele mesmo concede honras e Ele próprio faz com que todos ajam.

**ਵਡਹੁ ਵਡਾ ਵਡ ਮੇਦਨੀ ਸਿਰੇ ਸਿਰਿ ਧੰਧੈ ਲਾਇਦਾ ॥**

Ele é o maior dos grandes; grande é Seu mundo. Ele ordena que todos cumpram suas obras.

**ਨਦਰਿ ਉਪਠੀ ਜੇ ਕਰੇ ਸੁਲਤਾਨਾ ਘਾਹੁ ਕਰਾਇਦਾ ॥**

Se Ele retirar Sua graça, então pode tornar até mesmo os reis sem dinheiro, iguais aos cortadores de grama.

**ਦਰਿ ਮੰਗਨਿ ਭਿਖ ਨ ਪਾਇਦਾ ॥੧੬॥**

Mesmo quando eles vão mendigar de porta em porta, ninguém lhes faz caridade.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਜੇ ਮੋਹਾਕਾ ਘਰੁ ਮੁਰੈ ਘਰੁ ਮੁਹਿ ਪਿਤਰੀ ਦੇਇ ॥**

Se um ladrão rouba uma casa e oferece os bens roubados a um brâmane, por acreditar que ele entregaria aos seus ancestrais mortos.

**ਅਗੈ ਵਸਤੁ ਸਿਵਾਣੀਐ ਪਿਤਰੀ ਚੇਰ ਕਰੇਇ ॥**

No mundo futuro, esses bens roubados são reconhecidos e seus ancestrais também são considerados ladrões.

**ਵਢੀਅਹਿ ਹਥ ਦਲਾਲ ਕੇ ਮੁਸਫੀ ਏਹ ਕਰੇਇ ॥**

As mãos do intermediário (brâmane) são cortadas; essa é a justiça do juiz justo.

**ਨਾਨਕ ਅਗੈ ਸੇ ਮਿਲੈ ਜਿ ਖਟੇ ਘਾਲੇ ਦੇਇ ॥੧॥**

Ó Nanak, no mundo futuro, só se recebe aquele que se dá aos necessitados com seus próprios ganhos.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਜਿਉ ਜੇਰੁ ਸਿਰਨਾਵਣੀ ਆਵੈ ਵਾਰੇ ਵਾਰ ॥**

Assim como mês após mês, quando uma mulher está menstruada,

**ਜੁਠੇ ਜੁਠਾ ਮੁਖਿ ਵਸੈ ਨਿਤ ਨਿਤ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ ॥**

da mesma forma, a falsidade sempre permanece dominante na boca das pessoas falsas, e elas continuam sofrendo em angústia todos os dias.

**ਸੂਚੇ ਏਹਿ ਨ ਆਖੀਅਹਿ ਬਹਨਿ ਜਿ ਪਿੰਡਾ ਧੋਇ ॥**

Eles não são chamados de puros, que se sentam depois de simplesmente lavar seus corpos.

**ਸੂਚੇ ਸੇਈ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਸੋਇ ॥੨॥**

Ó Nanak, só esses são puros, aqueles em cujas mentes Deus habita.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਤੂਰੇ ਪਲਾਣੇ ਪਉਣ ਵੇਗ ਹਰ ਰੰਗੀ ਹਰਮ ਸਵਾਰਿਆ ॥**

(Os que são muito ricos)que possuem cavalos selados tão rápidos quanto o vento, e haréns ornados com muitas cores;

**ਕੋਠੇ ਮੰਡਪ ਮਾੜੀਆ ਲਾਇ ਬੈਠੇ ਕਰਿ ਪਾਸਾਰਿਆ ॥**

Em casas, pavilhões e mansões imponentes eles moram, ostentando seus egos.

**ਚੀਜ ਕਰਨਿ ਮਨਿ ਭਾਵਦੇ ਹਰਿ ਬੁਝਨਿ ਨਾਹੀ ਹਾਰਿਆ ॥**

Aqueles que se entregam à alegria o quanto quiserem, mas não pensam em Deus, perdem o objetivo de sua vida humana.

**ਕਰਿ ਫੁਰਮਾਇਸਿ ਖਾਇਆ ਵੇਖਿ ਮਹਲਤਿ ਮਰਣੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥**

Ao afirmarem sua autoridade, eles ganham vida e ao contemplarem suas mansões, eles se esquecem da morte.

**ਜਰੁ ਆਈ ਜੋਬਨਿ ਹਾਰਿਆ ॥੧੭॥**

Mas quando chega a velhice, eles perdem a vitalidade da juventude.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਜੇ ਕਰਿ ਸੂਤਕੁ ਮੰਨੀਐ ਸਭ ਤੈ ਸੂਤਕੁ ਹੋਇ ॥**

Se alguém aceita o conceito de impureza, então há impureza em todo lugar.

**ਗੋਰੇ ਅਤੈ ਲਕੜੀ ਅੰਦਰਿ ਕੀੜਾ ਹੋਇ ॥**

No esterco de vaca e na madeira, existem vermes.

**ਜੇਤੇ ਦਾਣੇ ਅੰਨ ਕੇ ਜੀਆ ਬਾਝੁ ਨ ਕੋਇ ॥**

Como muitos são os grãos de comida, nenhum está sem vida.

**ਪਹਿਲਾ ਪਾਣੀ ਜੀਉ ਹੈ ਜਿਤੁ ਹਰਿਆ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥**

Primeiro, há vida na água, pela qual tudo ganha vida e se torna verde.

**ਸੂਤਕੁ ਕਿਉ ਕਰਿ ਰਖੀਐ ਸੂਤਕੁ ਪਵੈ ਰਸੋਇ ॥**

Como podemos nos proteger da impureza, porque essa impureza está sempre presente em nossa cozinha?

**ਨਾਨਕ ਸੂਤਕੁ ਏਵ ਨ ਉਤਰੈ ਗਿਆਨੁ ਉਤਾਰੇ ਧੋਇ ॥੧॥**

Ó Nanak, a impureza não pode ser removida por essas falsas crenças; ela é purificada somente pela sabedoria espiritual.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਮਨ ਕਾ ਸੂਤਕੁ ਲੇਭੁ ਹੈ ਜਿਹਵਾ ਸੂਤਕੁ ਕੂੜੁ ॥**

A impureza da mente é ganância, e a impureza da língua é falsidade.

**ਅਖੀ ਸੂਤਕੁ ਵੇਖਣਾ ਪਰ ਤ੍ਰਿਅ ਪਰ ਧਨ ਰੂਪੁ ॥**

A impureza dos olhos é olhar para a beleza da esposa de outro homem e para a riqueza dele com más intenções.

**ਕੰਨੀ ਸੂਤਕੁ ਕੰਨਿ ਪੈ ਲਾਇਤਬਾਰੀ ਖਾਹਿ ॥**

A impureza dos ouvidos é ouvir a calúnia dos outros.

**ਨਾਨਕ ਹੰਸਾ ਆਦਮੀ ਬਧੇ ਜਮ ਪੁਰਿ ਜਾਹਿ ॥੨॥**

Ó Nanak, é por causa dessas crenças de impurezas que até pessoas bonitas como cisnes são amarradas e levadas ao inferno.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਸਭੇ ਸੂਤਕੁ ਭਰਮੁ ਹੈ ਦੂਜੈ ਲਗੈ ਜਾਇ ॥**

Toda impureza vem da dúvida e do apego à dualidade.

**ਜੰਮਣੁ ਮਰਣਾ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਭਾਣੈ ਆਵੈ ਜਾਇ ॥**

O nascimento e a morte estão sujeitos ao Seu Comando; pela Vontade de Deus, viemos a este mundo e partimos daqui.

**ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੈ ਦਿਤੇਨੁ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹਿ ॥**

Comer e beber são puros, pois Deus dá sustento a todos.

**ਨਾਨਕ ਜਿਨ੍ਹਾ ਗੁਰਮੁਖਿ ਬੁਝਿਆ ਤਿਨ੍ਹਾ ਸੂਤਕੁ ਨਾਹਿ ॥੩॥**

Ó Nanak, aqueles que, por meio dos ensinamentos do Guru, entenderam esse conceito de falsas crenças, para estes, não há impureza.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਸਤਿਗੁਰੁ ਵਡਾ ਕਰਿ ਸਾਲਾਹੀਐ ਜਿਸੁ ਵਿਚਿ ਵਡੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥**

Devemos louvar o Verdadeiro Guru considerando-o como o maior; dentro de quem estão as maiores virtudes.

**ਸਹਿ ਮੇਲੇ ਤਾ ਨਦਰੀ ਆਈਆ ॥**

Quando Deus faz com que encontremos o Guru, então passamos a ver essas virtudes.

**ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਮਨਿ ਵਸਾਈਆ ॥**

Quando Lhe agrada, essas virtudes vêm habitar em nossa mente.

**ਕਰਿ ਹੁਕਮੁ ਮਸਤਕਿ ਹਥੁ ਧਰਿ ਵਿਚਹੁ ਮਾਰਿ ਕਢੀਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ॥**

Tornando-se misericordioso, o Guru remove os males de nossa mente.

**ਸਹਿ ਤੁਠੈ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈਆ ॥੧੮॥**

Quando Deus está completamente satisfeito, todos os tesouros da vida são obtidos.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧**

Salok, Primeiro Guru:

**ਪਹਿਲਾ ਸੁਚਾ ਆਪਿ ਹੋਇ ਸੁਚੈ ਬੈਠਾ ਆਇ ॥**

Primeiro, purificando-se, o Brahman vem e se senta em seu recinto purificado.

**ਸੁਚੇ ਅਗੈ ਰਖਿਓਨੁ ਕੋਇ ਨ ਭਿਟਿਓ ਜਾਇ ॥**

As refeições puras, que ninguém mais tocou, são colocadas diante dele.

**ਸੁਚਾ ਹੋਇ ਕੈ ਜੇਵਿਆ ਲਗਾ ਪੜਣਿ ਸਲੋਕੁ ॥**

Sendo purificado, ele come essa comida e começa a ler alguns versículos sagrados.

**ਕੁਰਥੀ ਜਾਈ ਸਟਿਆ ਕਿਸੁ ਏਹੁ ਲਗਾ ਦੇਖੁ ॥**

Esse alimento puro é jogado em um lugar imundo (seu estômago), então quem seria o culpado por poluir uma refeição tão pura?

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

(De acordo com a própria crença do brâmane), o grão é sagrado, a água é sagrada; o fogo e o sal também são sagrados; quando a quinta coisa, o ghee, é adicionada, a comida se torna pura e santificada.

**ਪਾਪੀ ਸਿਉ ਤਨੁ ਗਡਿਆ ਥੁਕਾ ਪਈਆ ਤਿਤੁ ॥**

Quando esse alimento puro entra em contato com o corpo humano pecaminoso, o alimento puro e imaculado se torna tão impuro (lixo humano) que cheira mal.

**ਜਿਤੁ ਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਨ ਉਚਰਹਿ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਰਸ ਖਾਹਿ ॥**

Uma pessoa que come comidas saborosas sem meditar no Nome de Deus,

**ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ ਤਿਤੁ ਮੁਖਿ ਥੁਕਾ ਪਾਹਿ ॥੧॥**

Ó Nanak, saiba disso: que tal pessoa está em desgraça.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਭੰਡਿ ਜੰਮੀਐ ਭੰਡਿ ਨਿੰਮੀਐ ਭੰਡਿ ਮੰਗਣੁ ਵੀਆਹੁ ॥**

Um homem é concebido dentro de uma mulher e nasce de uma mulher; com uma mulher, ele se torna noivo e casado.

**ਭੰਡਹੁ ਹੋਵੈ ਦੋਸਤੀ ਭੰਡਹੁ ਚਲੈ ਰਾਹੁ ॥**

A mulher se torna sua amiga; através da mulher, vêm as gerações futuras.

**ਭੰਡੁ ਮੁਆ ਭੰਡੁ ਭਾਲੀਐ ਭੰਡਿ ਹੋਵੈ ਬੰਧਾਨੁ ॥**

Quando sua mulher morre, ele procura outra consorte; é através da mulher que estamos ligados ao mundo.

**ਸੋ ਕਿਉ ਮੰਦਾ ਆਖੀਐ ਜਿਤੁ ਜੰਮਹਿ ਰਾਜਾਨ ॥**

Então, por que chamá-la de má? De quem nascem os reis?

**ਭੰਡਹੁ ਹੀ ਭੰਡੁ ਉਪਜੈ ਭੰਡੈ ਬਾਝੁ ਨ ਕੋਇ ॥**

Da mulher, a mulher nasce; sem a mulher, ninguém existiria.

**ਨਾਨਕ ਭੰਡੈ ਬਾਹਰਾ ਏਕੋ ਸਚਾ ਸੋਇ ॥**

Ó Nanak, só Deus esteve lá sem passar pelo ventre de uma mulher.

**ਜਿਤੁ ਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਾਲਾਹੀਐ ਭਾਗਾ ਰਤੀ ਚਾਰਿ ॥**

Aquele que louva a Deus continuamente é abençoado e belo.

**ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ਤਿਤੁ ਸਚੈ ਦਰਬਾਰਿ ॥੨॥**

Ó Nanak, esses rostos brilharão de honra na Corte de Deus.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਸਭੁ ਕੇ ਆਖੈ ਆਪਣਾ ਜਿਸੁ ਨਾਹੀ ਸੇ ਚੁਣਿ ਕਢੀਐ ॥**

Todo mundo tem apegos emocionais neste mundo, destaque aquele que não tem esses apegos.

**ਕੀਤਾ ਆਪੇ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਲੇਖਾ ਸੰਢੀਐ ॥**

(No final das contas), todos arcam com as consequências de seus atos.

**ਜਾ ਰਹਣਾ ਨਾਹੀ ਐਤੁ ਜਗਿ ਤਾ ਕਾਇਤੁ ਗਾਰਬਿ ਹੰਢੀਐ ॥**

Já que alguém não está destinado a permanecer neste mundo para sempre, por que alguém deveria se arruinar por causa da arrogância?

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

Leia e entenda essas palavras de sabedoria de que não devemos chamar ninguém de mau e não devemos discutir com tolos.

**ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਨਾਨਕ ਫਿਕੈ ਬੋਲਿਐ ਤਨੁ ਮਨੁ ਫਿਕਾ ਹੋਇ ॥**

Ó Nanak, alguém que sempre fala rudemente, torna-se rude.

**ਫਿਕੇ ਫਿਕਾ ਸਦੀਐ ਫਿਕੇ ਫਿਕੀ ਸੋਇ ॥**

Ele é chamado de rude por todos e essa se torna sua reputação.

**ਫਿਕਾ ਦਰਗਹ ਸਟੀਐ ਮੁਹਿ ਥੁਕਾ ਫਿਕੇ ਪਾਇ ॥**

A pessoa rude cai em desgraça e não é aceita na corte de Deus.

**ਫਿਕਾ ਮੂਰਖੁ ਆਖੀਐ ਪਾਣਾ ਲਹੈ ਸਜਾਇ ॥੧॥**

O rude é chamado de tolo e é humilhado em todos os lugares.

**ਮਃ ੧ ॥**

Salok, Primeiro Guru:

**ਅੰਦਰਹੁ ਝੂਠੇ ਪੈਜ ਬਾਹਰਿ ਦੁਨੀਆ ਅੰਦਰਿ ਫੈਲੁ ॥**

Neste mundo, existem muitas pessoas que, de dentro, são falsas, mas de fora conseguiram estabelecer sua honra.

**ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਜੇ ਨਾਵਹਿ ਉਤਰੈ ਨਾਹੀ ਮੈਲੁ ॥**

Mesmo que eles possam se banhar nos sessenta e oito santuários sagrados de peregrinação, a sujeira dos vícios de sua mente não desaparece.

**ਜਿਨ੍ਹੁ ਪਟੁ ਅੰਦਰਿ ਬਾਹਰਿ ਗੁਦੜੁ ਤੇ ਭਲੇ ਸੰਸਾਰਿ ॥**

Aqueles que têm compaixão e bondade por dentro, mas podem parecer rudes por fora, são as pessoas virtuosas deste mundo.

**ਤਿਨ੍ਹੁ ਨੇਹੁ ਲਗਾ ਰਬ ਸੇਤੀ ਦੇਖਨ੍ਹੇ ਵੀਚਾਰਿ ॥**

Eles abraçam o amor por Deus e O contemplam vendo-O.

**ਰੰਗਿ ਹਸਹਿ ਰੰਗਿ ਰੇਵਹਿ ਚੁਪ ਭੀ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ॥**

No Amor de Deus, eles riem e, no Amor de Deus, choram e também ficam em silêncio.

**ਪਰਵਾਹ ਨਾਹੀ ਕਿਸੈ ਕੇਰੀ ਬਾਝੁ ਸਚੇ ਨਾਹ ॥**

Eles não dependem de ninguém, exceto de seu Verdadeiro Mestre.

**ਦਰਿ ਵਾਟ ਉਪਰਿ ਖਰਚੁ ਮੰਗਾ ਜਬੈ ਦੇਇ ਤ ਖਾਹਿ ॥**

Eles pedem o Naam como alimento para sua alma e, quando Ele dá, eles participam dele.

**ਦੀਬਾਨੁ ਏਕੇ ਕਲਮ ਏਕਾ ਹਮਾ ਤੁਮ੍ਹਰਾ ਮੇਲੁ ॥**

Há apenas um juiz e um sistema de justiça para todos e todas as pessoas com boas ou más ações acabam se reunindo lá em Sua corte.

**ਦਰਿ ਲਏ ਲੇਖਾ ਪੀੜਿ ਛੁਟੈ ਨਾਨਕਾ ਜਿਉ ਤੇਲੁ ॥੨॥**

Ó Nanak, na corte de Deus, a vida de todos é examinada e os pecadores são severamente punidos como as sementes oleaginosas são esmagadas na prensa de óleo.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਆਪੇ ਹੀ ਕਰਣਾ ਕੀਓ ਕਲ ਆਪੇ ਹੀ ਤੈ ਧਾਰੀਐ ॥**

Ó Deus, Você mesmo criou a criação e infundiu Seu poder nela.

**ਦੇਖਹਿ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਧਰਿ ਕਚੀ ਪਕੀ ਸਾਰੀਐ ॥**

Você vê Sua criação como um jogo de tabuleiro e decide quais peças (mortais) são verdadeiras (quem alcançou seu propósito de vida humana) e quais são falsas.

**ਜੇ ਆਇਆ ਸੇ ਚਲਸੀ ਸਭੁ ਕੋਈ ਆਈ ਵਾਰੀਐ ॥**

Quem veio a este mundo partirá; todos terão sua vez.

**ਜਿਸ ਕੇ ਜੀਅ ਪਰਾਣ ਹਹਿ ਕਿਉ ਸਾਹਿਬੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥**

Aquele que é dono de nossa alma e de nosso próprio sopro de vida - por que devemos esquecer esse Mestre de nossas mentes?

**ਆਪਣ ਹਥੀ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕਾਜੁ ਸਵਾਰੀਐ ॥੨੦॥**

Devemos realizar nossa tarefa de nos fundirmos com Deus, meditando em seu Nome.

**ਸਲੋਕੁ ਮਹਲਾ ੨**

Salok, do Segundo Guru:

**ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਆਸਕੀ ਦੂਜੈ ਲਗੈ ਜਾਇ ॥**

Que tipo de amor é esse, que se apega à dualidade (amar alguém que não seja Deus)?

**ਨਾਨਕ ਆਸਕੁ ਕਾਂਢੀਐ ਸਦ ਹੀ ਰਹੈ ਸਮਾਇ ॥**

Ó Nanak, só ele é considerado um verdadeiro amante, que permanece para sempre absorvido no amor de seu amado (Deus).

**ਚੰਗੈ ਚੰਗਾ ਕਰਿ ਮੰਨੇ ਮੰਦੈ ਮੰਦਾ ਹੋਇ ॥**

Mas alguém que se sente feliz somente quando coisas boas acontecem e rejeita quando as coisas vão mal,

**ਆਸਕੁ ਏਹੁ ਨ ਆਖੀਐ ਜਿ ਲੇਖੈ ਵਰਤੈ ਸੋਇ ॥੧॥**

verdadeiro amante de Deus, pois ele está lidando com Deus de uma forma semelhante à moda.

**ਮਹਲਾ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਸਲਾਮੁ ਜਬਾਬੁ ਦੇਵੈ ਕਰੇ ਮੁੰਢਹੁ ਘੁਥਾ ਜਾਇ ॥**

Aquele que oferece saudações respeitadas e uma recusa rude a seu Mestre está fundamentalmente a se desviar desde o início.

**ਨਾਨਕ ਦੇਵੈ ਕੂੜੀਆ ਥਾਇ ਨ ਕਾਈ ਪਾਇ ॥੨॥**

Ó Nanak, essas duas atitudes são falsas e não são aceitas na corte de Deus.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਜਿਤੁ ਸੇਵਿਐ ਸੁਖੁ ਪਾਈਐ ਸੇ ਸਾਹਿਬੁ ਸਦਾ ਸਮੁਹਾਲੀਐ ॥**

Ao meditar naquele em quem a paz é obtida, esse Mestre deve ser sempre lembrado.

**ਜਿਤੁ ਕੀਤਾ ਪਾਈਐ ਆਪਣਾ ਸਾ ਘਾਲ ਬੁਰੀ ਕਿਉ ਘਾਲੀਐ ॥**

Quando sabemos que temos que arcar com as consequências de nossas ações, por que deveríamos proceder malignamente?

**ਮੰਦਾ ਮੂਲਿ ਨ ਕੀਚਈ ਦੇ ਲੰਮੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲੀਐ ॥**

Não devemos fazer nenhum mal; pois devemos prever suas consequências.

**ਜਿਉ ਸਾਹਿਬ ਨਾਲਿ ਨ ਹਾਰੀਐ ਤੇਵੇਹਾ ਪਾਸਾ ਢਾਲੀਐ ॥**

Devemos jogar o jogo da vida de forma que não sejamos considerados perdedores diante de nosso Mestre.

**ਕਿਛੁ ਲਾਹੇ ਉਪਰਿ ਘਾਲੀਐ ॥੨੧॥**

(Nesta preciosa vida humana), devemos fazer aquelas ações que nos trarão honra na corte de Deus.

**ਸਲੋਕੁ ਮਹਲਾ ੨**

Salok, Segundo Guru:

**ਚਾਕਰੁ ਲਗੈ ਚਾਕਰੀ ਨਾਲੇ ਗਾਰਬੁ ਵਾਦੁ ॥**

Se um servo presta serviço, sendo egoísta e argumentativo,

**ਗਲਾ ਕਰੇ ਘਣੇਰੀਆ ਖਸਮ ਨ ਪਾਏ ਸਾਦੁ ॥**

ele pode falar o quanto quiser, mas não agradecerá seu Mestre.

**ਆਪੁ ਗਵਾਇ ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਤਾ ਕਿਛੁ ਪਾਏ ਮਾਨੁ ॥**

Mas se ele serve sem ego, então ele recebe reconhecimento.

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

Ó Nanak, se ele se funde com aquele a quem está ligado, seu apego se torna aceitável.

**ਮਹਲਾ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਜੇ ਜੀਇ ਹੋਇ ਸੁ ਉਗਵੈ ਮੁਹ ਕਾ ਕਹਿਆ ਵਾਉ ॥**

Tudo o que está na mente se torna aparente no rosto; as palavras faladas por si mesmas podem ser falsas expressões.

**ਬੀਜੇ ਬਿਖੁ ਮੰਗੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਵੇਖਹੁ ਏਹੁ ਨਿਆਉ ॥੨॥**

Veja que tipo de justiça se espera: semear veneno, mas pedir néctar em troca? (fazendo ações ruins e esperando um bom resultado?).

**ਮਹਲਾ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਨਾਲਿ ਇਆਣੇ ਦੋਸਤੀ ਕਦੇ ਨ ਆਵੈ ਰਾਸਿ ॥**

A amizade com uma pessoa com mente imatura nunca dá certo.

**ਜੇਹਾ ਜਾਣੈ ਤੇਹੇ ਵਰਤੈ ਵੇਖਹੁ ਕੇ ਨਿਰਜਾਸਿ ॥**

Conforme ele sabe, assim ele age; qualquer um pode objetivamente tentar isso por si mesmo.

**ਵਸਤੂ ਅੰਦਰਿ ਵਸਤੁ ਸਮਾਵੈ ਦੂਜੀ ਹੋਵੈ ਪਾਸਿ ॥**

Uma coisa só pode ser absorvida por outra coisa se a coisa que já está nela for posta de lado (da mesma forma, só se pode consagrar Deus no coração se primeiro eliminarmos o ego e os vícios da mente)

**ਸਾਹਿਬ ਸੇਤੀ ਹੁਕਮੁ ਨ ਚਲੈ ਕਹੀ ਬਣੈ ਅਰਦਾਸਿ ॥**

Não é o mandamento, mas a oração humilde que importa para o Mestre.

**ਕੂੜਿ ਕਮਾਣੈ ਕੂੜੇ ਹੋਵੈ ਨਾਨਕ ਸਿਫਤਿ ਵਿਗਾਸਿ ॥੩॥**

Ó Nanak, o resultado da prática da falsidade é a falsidade. Somente o louvor a Deus traz prazer.

**ਮਹਲਾ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਨਾਲਿ ਇਆਣੇ ਦੇਸਤੀ ਵਡਾਰੂ ਸਿਉ ਨੇਹੁ ॥**

A amizade com um imaturo e o amor com uma pessoa pomposa

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

são como linhas desenhadas na água, sem deixar vestígios ou marcas.

**ਮਹਲਾ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਹੋਇ ਇਆਣਾ ਕਰੇ ਕੰਮੁ ਆਣਿ ਨ ਸਕੈ ਰਾਸਿ ॥**

Se uma pessoa imatura faz um trabalho, não pode fazê-lo corretamente.

**ਜੇ ਇਕ ਅਧ ਚੰਗੀ ਕਰੇ ਦੂਜੀ ਭੀ ਵੇਰਾਸਿ ॥੫॥**

Mesmo que ela faça algo certo, fará algo errado da próxima vez.

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਚਾਕਰੁ ਲਗੈ ਚਾਕਰੀ ਜੇ ਚਲੈ ਖਸਮੈ ਭਾਇ ॥**

Se um servo, enquanto presta serviço, obedece à Vontade de seu Mestre,

**ਹੁਰਮਤਿ ਤਿਸ ਨੇ ਅਗਲੀ ਓਹੁ ਵਜਹੁ ਭਿ ਦੂਣਾ ਖਾਇ ॥**

sua honra aumenta e ele recebe uma recompensa dupla.

**ਖਸਮੈ ਕਰੇ ਬਰਾਬਰੀ ਫਿਰਿ ਗੈਰਤਿ ਅੰਦਰਿ ਪਾਇ ॥**

Mas se ele alega ser igual a seu Mestre, ele merece o descontentamento de seu Mestre.

**ਵਜਹੁ ਗਵਾਏ ਅਗਲਾ ਮੁਹੇ ਮੁਹਿ ਪਾਣਾ ਖਾਇ ॥**

Ele perde até mesmo seu salário (recompensa) e enfrenta a humilhação.

**ਜਿਸ ਦਾ ਦਿਤਾ ਖਾਵਣਾ ਤਿਸੁ ਕਹੀਐ ਸਾਬਾਸਿ ॥**

Portanto, vamos todos aplaudir a Deus, de quem recebemos nosso sustento.

**ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੁ ਨ ਚਲਈ ਨਾਲਿ ਖਸਮ ਚਲੈ ਅਰਦਾਸਿ ॥੨੨॥**

Ó Nanak, não é o mandamento, mas uma oração humilde que importa para o Mestre.

**ਸਲੋਕੁ ਮਹਲਾ ੨**

Salok, Segundo Guru:

**ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਦਾਤਿ ਆਪਸ ਤੇ ਜੋ ਪਾਈਐ ॥**

que tipo de dom é esse se afirmarmos que o obtivemos por nosso próprio esforço?

**ਨਾਨਕ ਸਾ ਕਰਮਾਤਿ ਸਾਹਿਬ ਤੁਠੈ ਜੋ ਮਿਲੈ ॥੧॥**

Ó Nanak, esse é o presente mais maravilhoso que é recebido de Deus quando Ele está totalmente satisfeito.

**ਮਹਲਾ ੨ ॥**

Salok, Segundo Guru:

**ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਚਾਕਰੀ ਜਿਤੁ ਭਉ ਖਸਮ ਨ ਜਾਇ ॥**

Que tipo de serviço é esse, pelo qual o medo do Mestre não se dissipa?

**ਨਾਨਕ ਸੇਵਕੁ ਕਾਢੀਐ ਜਿ ਸੇਤੀ ਖਸਮ ਸਮਾਇ ॥੨॥**

Ó Nanak, somente ele é chamado de verdadeiro servo que se funde e se torna um com o Mestre (Deus).

**ਪਉੜੀ ॥**

Laureado:

**ਨਾਨਕ ਅੰਤ ਨ ਜਾਪਨ੍ਹੁਹੀ ਹਰਿ ਤਾ ਕੇ ਪਾਰਾਵਾਰ ॥**

Ó Nanak, os limites de Deus não podem ser conhecidos; Ele não tem fim nem contenção.

**ਆਪਿ ਕਰਾਏ ਸਾਖਤੀ ਫਿਰਿ ਆਪਿ ਕਰਾਏ ਮਾਰ ॥**

Ele mesmo cria, e então Ele mesmo destroi.

**ਇਕਨ੍ਹੁਹਾ ਗਲੀ ਜੰਜੀਰੀਆ ਇਕਿ ਤੁਰੀ ਚੜਹਿ ਬਿਸੀਆਰ ॥**

Alguns estão trabalhando como servos, como se tivessem correntes no pescoço, enquanto outros são extremamente ricos enquanto montam cavalos velozes.

**ਆਪਿ ਕਰਾਏ ਕਰੇ ਆਪਿ ਹਉ ਕੈ ਸਿਉ ਕਰੀ ਪੁਕਾਰ ॥**

Ele mesmo age e Ele mesmo nos faz agir. A quem devo reclamar?

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

Ó Nanak, Aquele que criou a criação - Ele mesmo cuida dela.

## ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥

Salok, Primeiro Guru:

### ਆਪੇ ਭਾਂਡੇ ਸਾਜਿਅਨੁ ਆਪੇ ਪੂਰਣੁ ਦੇਇ ॥

O próprio Deus cria corpos humanos e Ele mesmo concede paz ou sofrimento a eles.

### ਇਕਨ੍ਹਰੀ ਦੁਧੁ ਸਮਾਈਐ ਇਕਿ ਚੁਲ੍ਹੈ ਰਹਨ੍ਹਰ ਚੜੇ ॥

Nos destinos de alguns, Ele escreve todos os confortos, enquanto outros estão condenados a sofrer em agonia.

### ਇਕਿ ਨਿਹਾਲੀ ਪੈ ਸਵਨ੍ਹਰ ਇਕਿ ਉਪਰਿ ਰਹਨਿ ਖੜੇ ॥

Alguns se deitam e dormem em camas macias, enquanto outros ficam de pé ao lado deles como guardas.

### ਤਿਨ੍ਹਰਾ ਸਵਾਰੇ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ੍ਹਰ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ॥੧॥

O' Nanak, Ele adorna a vida somente daqueles sobre quem Ele lança Seu Olhar de Graça.

## ਮਹਲਾ ੨ ॥

Salok, Segundo Guru:

### ਆਪੇ ਸਾਜੇ ਕਰੇ ਆਪਿ ਜਾਈ ਭਿ ਰਖੈ ਆਪਿ ॥

Ele mesmo cria e molda o mundo, e Ele mesmo o mantém em ordem.

### ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੰਤ ਉਪਾਇ ਕੈ ਦੇਖੈ ਥਾਪਿ ਉਥਾਪਿ ॥

Ao ter criado os seres dentro dele, Ele supervisiona seu crescimento e destruição.

### ਕਿਸ ਨੇ ਕਹੀਐ ਨਾਨਕਾ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਆਪੇ ਆਪਿ ॥੨॥

Ó Nanak, a quem poderíamos dizer alguma coisa sobre isso. Ele mesmo é a causa e o executor de tudo.

## ਪਉੜੀ ॥

Laureado:

### ਵਡੇ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ਕਿਛੁ ਕਹਣਾ ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਇ ॥

Nada pode ser dito sobre a grandeza do Grande (Deus).

**ਸੋ ਕਰਤਾ ਕਾਦਰ ਕਰੀਮੁ ਦੇ ਜੀਆ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹਿ ॥**

Ele é o Criador, todo-poderoso e benevolente; Ele dá sustento a todos os seres.

**ਸਾਈ ਕਾਰ ਕਮਾਵਣੀ ਧੁਰਿ ਛੇਡੀ ਤਿੰਨੈ ਪਾਇ ॥**

Os mortais fazem as ações que foram predestinadas a eles por Deus.

**ਨਾਨਕ ਏਕੀ ਬਾਹਰੀ ਹੋਰ ਦੂਜੀ ਨਾਹੀ ਜਾਇ ॥**

Ó Nanak, exceto pelo apoio de Deus, não há outro apoio para a criatura.

**ਸੋ ਕਰੇ ਜਿ ਤਿਸੈ ਰਜਾਇ ॥੨੪॥੧॥ ਸੁਧੁ**

Ele faz apenas o que é aceitável para ele. 24h 1º Puro.

## ਅਰਦਾਸ

### Oração

#### ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ ॥

Deus é uno. Toda a vitória pertence ao Maravilhoso Guru (Deus).

#### ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

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

#### ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Ode à respeitada espada recitada pelo Décimo Guru.

#### ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ ॥

Primeiro, lembrai-vos da espada (Deus na forma de Destruidor dos malfeitores); então, concentrai-vos em Nanak (em sua contribuição espiritual).

#### ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ ॥

Então lembrai-vos e meditai sobre o Guru Angad, Guru Amar Das e Guru Ram Das; Que eles nos auxiliem! (concentrai-vos em sua contribuição espiritual).

#### ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੋ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

Lembrai-vos e meditai sobre o Guru Arjan, o Guru Hargobind e o Respeitado Guru Har Rai. (concentrai-vos em sua contribuição espiritual)

#### ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਂਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

Lembrai-vos e meditai sobre o respeitado Guru Har Krishan; ao vê-lo, todas as dores desaparecem. (concentrai-vos em sua contribuição espiritual).

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

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

## **ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥**

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

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

Lembra-vos do respeitado Décimo Guru Gobind Singh (concentrai-vos em sua contribuição espiritual). Oh Deus! Gentilmente nos ajude em todos os lugares, mostrando-nos o caminho.

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

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

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

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

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

Pense e lembre-se do serviço único prestado por aqueles bravos homens e mulheres Sikh, que sacrificaram suas cabeças, mas não renunciaram à sua

Religião Sikh; Que foram cortados em pedaços de cada uma das articulações do corpo; Quem teve o couro cabeludo removido; Que foram amarrados e girados sobre rodas e quebrados em pedaços; Que foram cortados com serras; Que foram esfolados vivos; Que se sacrificaram para manter a dignidade dos Gurdwaras; Que não abandonaram a sua fé Sikh; Que mantiveram sua religião Sikh e guardaram seus longos cabelos até o último suspiro; Utter Wahe Guru (Deus Maravilhoso)!

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## Embarque numa viagem da alma: alimente o seu espírito

Descubra práticas para elevar a sua jornada espiritual e encontrar um significado mais profundo na vida.

Os três princípios fundamentais do Sikhismo para a viagem:

**Naam Japna:** lembrando o Divino

**Kirat Karni:** trabalhe honestamente

**Vand Chhakna:** partilhar com outros

Guie-nos para a libertação espiritual (mukti) e para uma sociedade justa. Estes princípios, consagrados no Guru Granth Sahib, constituem a base da vida Sikh.

**4ª Sabedoria do Guru Ram Das Ji para a prática diária:** No Guru Granth Sahib (páginas 305-306), oferece insights profundos sobre a viagem espiritual diária de um Sikh:

**1.ª Tarefa do Dia:** Um verdadeiro discípulo do Guru começa cada dia lembrando-se amorosamente do Divino.

**2.º Purificar Corpo e Mente:** Levante-se cedo, banhe-se e mergulhe na recordação de Deus, sentindo a sua alma banhada no néctar divino.

**3.º Libertação através da recordação:** Seguir os ensinamentos do Guru e recordar o Nome Divino com devoção remove o sofrimento e a turbulência interna causada pelos apegos mundanos.

**4.º Cante e Reflita:** Cante continuamente louvores Divinos e reflita sobre o Nome Divino ao longo das suas atividades diárias.

**5.º Torne-se um Farol de Paz:** O seguidor de um Guru que se lembra amorosamente do Nome Divino a cada respiração torna-se uma alma serena e inspiradora.

**6.º Receber a Sabedoria Divina:** O Guru concede esta profunda sabedoria àqueles que conquistaram a Sua graça.

**7.º Inspire outros:** Guru Nanak curva-se perante o discípulo que não só se lembra do Nome Divino, mas também inspira outros a fazer o mesmo.

**8.º Almas Raras e Preciosas:** Os indivíduos verdadeiramente devotos são raros, mas a sua recordação do Divino beneficia inúmeras outras pessoas espiritualmente.

**9.º Evite a Negatividade:** Afaste-se daqueles que ignoram os ensinamentos do Guru e permanecem presos no ciclo da ignorância espiritual. Cuidado com aqueles que falam docemente na sua presença, mas espalham negatividade pelas suas costas.

## Filosofia para a Jornada

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

O Sikhismo é a religião mais jovem do mundo, fundada pelo Guru Nanak há cerca de 500 anos. Enfatiza a crença em um ser supremo e criador (Waheguru) do universo. Fornece um caminho simples e direto para a felicidade eterna e espalha a mensagem de amor e fraternidade universal. O Sikhismo é fortemente uma fé monoteísta e reconhece Deus como o único ser que não está sujeito às limitações de tempo ou espaço.

O Sikhismo acredita que existe apenas um Deus, que é o criador, sustentador, destruidor e não assume a forma humana. A doutrina da encarnação não tem lugar no Sikhismo. Não dá nenhum valor aos deuses e deusas e outras divindades.

No Sikhismo, moralidade e religião andam juntas. Para dar passos em direção ao desenvolvimento espiritual, a pessoa deve absorver qualidades morais e praticar virtudes na vida diária. Qualidades como honestidade, compaixão, generosidade, paciência e humildade só podem ser desenvolvidas com esforço e determinação mental. A vida dos nossos grandes gurus é uma fonte de inspiração nessa direção.

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

Naama Marga enfatiza a devoção diária ao Senhor. Para atingir a moksha, as cinco emoções, a saber, kama (desejo), krodha (raiva), lobha (ganância), moha (apego mundano) e ahamkara (orgulho) devem ser controladas. Rituais de Sangha e práticas regulares como jejum e peregrinação, Shakun e penitência são rejeitados no Sikhismo. O objetivo da vida humana é fundir-se com Deus e isso é conseguido seguindo os ensinamentos do Guru Granth Sahib. O Sikhismo enfatiza o caminho da devoção ou lealdade. Contudo, reconhece a importância do Gyan Marga (caminho do conhecimento) e do Karma Marga

(caminho da ação), colocando maior ênfase na necessidade de ganhar a graça de Deus para alcançar objetivos espirituais.

O Sikhismo é uma religião moderna, lógica e prática. Acredita que a vida familiar normal (grihasta) não é obstáculo à salvação. O celibato ou a renúncia ao mundo não são necessários para alcançar a salvação. É possível permanecer separado dos males e das tentações do mundo. Um devoto deve viver no mundo e ainda assim manter a cabeça livre das tensões e tentações habituais. Ele deve ser um soldado instruído e um santo de Deus.

O Sikhismo é uma "religião secular" de todo o mundo e, portanto, rejeita todas as distinções baseadas em casta, seita, linhagem ou gênero. Acredita que todos os seres humanos são iguais aos olhos de Deus. Os Gurus enfatizaram a igualdade das mulheres e rejeitaram o feticídio feminino e a prática de Sati. Ele também promoveu ativamente o novo casamento das viúvas e rejeitou a prática do purdah (mulheres usando véu). Para concentrar a mente em Deus, deve-se meditar no Santo Nome (Naam) e realizar atos de serviço e caridade. É considerado honroso ganhar a vida com trabalho honesto (kirat karana), e não mendigando ou desonestamente. Compartilhar com outras pessoas também é uma responsabilidade social. Espera-se que o indivíduo ajude os necessitados, através do Dasavandh (10% de seus ganhos). O serviço e o serviço comunitário também são parte integrante do Sikhismo. A cozinha comunitária gratuita (Langar) disponível em cada Gurudwara, aberta a pessoas de todas as religiões, é uma expressão deste serviço comunitário.

O Sikhismo defende o otimismo e a esperança. Não aceita a ideologia do pessimismo.

Os Gurus acreditavam que esta vida tem um propósito e uma meta. Proporciona uma oportunidade para o autoconhecimento e a realização de Deus. Além disso, o próprio homem é responsável pelos seus atos. Ele não pode reivindicar imunidade às consequências de suas ações. Portanto, é preciso ser muito cauteloso no que faz.

As escrituras Sikh, Guru Granth Sahib, é o Guru eterno. É a única religião que deu ao livro sagrado o status de guru religioso. Não há lugar para um guru humano vivo (encarnado) no Sikhismo.

## O papel das mulheres

Os princípios do Sikhismo afirmam que as mulheres têm as mesmas almas que os homens e têm direitos iguais para desenvolver a sua espiritualidade. Elas podem liderar reuniões religiosas, participar do Caminho Akhand (recitação contínua das escrituras sagradas), realizar kirtan (canto coletivo de hinos), servir como granthis (sacerdotes). Podem participar em todas as atividades religiosas, culturais, sociais e seculares. O Sikhismo foi a primeira grande religião mundial a dar igualdade a homens e mulheres. Guru Nanak pregou a igualdade de gênero, e os Gurus que o seguiram encorajaram as mulheres a participarem plenamente em todas as atividades de adoração e prática Sikh.

É dito no Guru Granth Sahib:

"Homem e mulher são todos criados por Deus. É tudo uma brincadeira de Deus. Nanak diz, toda a sua criação é boa e sagrada" - Guru Granth, página 304.

A história Sikh retratou igualmente o papel das mulheres no serviço, devoção, sacrifício e bravura aos homens. Muitos exemplos de dignidade moral, serviço e auto-sacrifício das mulheres foram documentados na tradição Sikh.

De acordo com o Sikhismo, homem e mulher são as duas faces da mesma moeda, num sistema de inter-relações e interdependência onde o homem nasce da mulher e a mulher nasce da semente do homem. De acordo com o Sikhismo, um homem não pode sentir-se seguro e completo sem uma mulher na sua vida, e o sucesso de um homem está relacionado com o amor e o apoio da mulher que partilha a sua vida com ele, e vice-versa. Guru Nanak disse: "[É] a mulher quem continua a raça" e que não devemos "considerar a mulher amaldiçoada e condenada, [quando] da mulher nascem líderes e reis". SGGs página 473.

**Salvação:** Um ponto importante a ser levantado é se uma religião considera as mulheres capazes de alcançar a salvação, alcançar Deus ou os reinos espirituais mais elevados. É dito no Guru Granth Sahib:

“Deus é onipresente em todos os seres, Deus é onipresente em todas as formas, masculina e feminina” (Guru Granth Sahib, página 605).

De acordo com a declaração acima do Guru Granth Sahib, a luz de Deus reside igualmente em ambos os sexos. Portanto, tanto homens como mulheres podem igualmente alcançar a salvação seguindo os ensinamentos do Guru. Em muitas religiões, as mulheres são consideradas um obstáculo à espiritualidade do homem, mas não no Sikhismo. O Guru rejeitou isso. Em 'Pensamentos atuais sobre o Sikhismo', Alice Basarke diz:

“O primeiro Guru colocou a mulher em pé de igualdade com o homem... A mulher não era um obstáculo para o homem, mas uma parceira no serviço ao Senhor e na busca da salvação”.

**Casamento:** Guru Nanak Dev recomendou Grihastha – a vida de um chefe de família, em vez de celibato e renúncia, marido e mulher eram parceiros iguais e ambos foram ordenados a adorar o Senhor. Nos versos sagrados, a felicidade doméstica é apresentada como um ideal acalentado e o casamento tem sido uma metáfora frequente para a expressão do amor a Deus. Bhai Gurdas, um poeta do início do Sikhismo e um intérprete autorizado da doutrina Sikh, tinha as mulheres em alta conta. Ele diz:

"A mulher, na casa dos pais, é amada, profundamente amada pelo pai e pela mãe. Na casa dos sogros, ela é o pilar da família, responsável pela sua boa sorte... Conhecimento Espiritual e Salvação Participando e dotada de qualidades nobres, a mulher, a outra metade do homem, o conduz à porta da libertação (Varan, V. 16).

**Estatuto igual:** Para garantir o estatuto igual entre homens e mulheres, os Gurus não faziam distinção entre os gêneros nas atividades de iniciação, instrução ou sangat (comunhão sagrada) e pangat (comer juntos). De acordo com Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, Guru Amar Das se opôs ao uso do véu pelas mulheres. Ele nomeou mulheres entre seus discípulos para supervisionar certas comunidades e pregou contra a prática de Sati. A história Sikh registra os nomes de muitas mulheres, como Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur e Maharani Jind Kaur, que desempenharam papéis importantes nos acontecimentos de sua época.

**Educação:** A educação é considerada muito importante no Sikhismo. Esta é a chave para o sucesso de qualquer pessoa. É um processo de desenvolvimento

pessoal e é por isso que o Terceiro Guru estabeleceu muitas escolas. É dito no Guru Granth Sahib:

"Todo conhecimento e contemplação divinos são alcançados através do Guru" (Guru Granth Sahib, página 831).

A educação é necessária para todos e todos devem trabalhar para se tornarem os melhores. Cinquenta e dois dos missionários Sikh enviados pelo terceiro Guru eram mulheres. Em 'O papel e status das mulheres Sikh', o Dr. Mohinder Kaur Gill escreve: "O Guru Amar Das estava convencido de que nenhum ensinamento poderia criar raízes a menos que fosse aceito pelas mulheres."

**Restrições de vestuário:** Além de exigir que as mulheres não usem véu, o Sikhismo faz uma declaração simples, mas muito importante, em relação ao código de vestimenta. Isto se aplica a todos os Sikhs, independentemente do sexo. É dito no Guru Granth Sahib:

"Evite usar roupas que deixem o corpo desconfortável e a mente cheia de pensamentos ruins." SGGs, página 16.

Assim, os Sikhs perceberão quais tipos de roupas enchem a mente de pensamentos ruins e quais devem evitar. Espera-se que as mulheres Sikh se defendam com kirpans (espadas) e outras armas, isto é único para as mulheres, pois é a primeira vez na história que se espera que as mulheres se defendam e que sejam obrigadas a fornecer proteção física aos homens.

**Citação SGGs:** Guru Nanak Ji é citado como tendo dito: "Na terra e no céu, não vejo outro. Entre todos os homens e mulheres, Sua luz está brilhando." Sgs página 223. Da mulher nasce o homem; O homem é imaginado dentro da mulher; Ele está noivo e casado com a mulher. A mulher torna-se sua amiga; As gerações futuras nascem através das mulheres. Quando sua esposa morre, ele procura outra mulher; Ele está em dívida com a mulher. Então por que você chama isso de ruim? A partir disso nascem os reis. Uma mulher nasce de uma mulher; Sem mulher não haveria ninguém. SGGs página 473

**Quanto ao dote:** "Ó meu Senhor, dê-me o seu nome como presente de casamento e dote." Sri Guru Ram Das Ji, página 78, linha 18 do SGGs

Quanto à prática do purdah: "Espere, espere, ó noiva - não cubra seu rosto com o véu. No final, ele não cobrirá você nem pela metade." Não siga os passos daqueles que antes de você velavam o rosto. A única virtude de cobrir o rosto com um véu é que durante alguns dias as pessoas dirão: "Que noiva virtuosa chegou". Este seu véu só se tornará verdadeiro quando você soltar, dançar e cantar a glória de Deus. - Página 484, SGGSMulheres

As mulheres, e na verdade todas as almas, foram fortemente encorajadas a viver uma vida espiritual: "Venham, minhas queridas irmãs e companheiras espirituais; - Guru Nanak, SGGs página 17.

"Amigos, todas as outras roupas destroem a felicidade, o que é usado no corpo causa dor e enche a mente de pensamentos errados" - SGGs página 16.

## A importância do turbante

O turbante sempre foi parte integrante de um Sikh. Os Sikhs usam turbantes desde cerca de 1500 d.C. e na época do Guru Nanak, o fundador do Sikhismo.

Turbante ou "pagri", muitas vezes abreviado para "pag" ou "dastar", são palavras diferentes em idiomas diferentes para a mesma vestimenta. Todos esses termos referem-se a roupas usadas por homens e mulheres para cobrir a cabeça. É um longo pedaço de pano semelhante a um lenço que é enrolado na cabeça ou às vezes tem um "boné" interno ou patka. Tradicionalmente, na Índia, os turbantes eram usados apenas por homens de alto status na sociedade; homens de status inferior ou de castas inferiores não podiam usar turbantes.

Embora manter o cabelo sem cortar tenha sido ordenado pelo Guru Gobind Singh Ji como um dos cinco K ou cinco artigos de fé, há muito que é associado ao Sikhismo desde a sua criação em 1469. O Sikhismo é a única religião do mundo em que é obrigatório que todos os homens adultos usem turbante. A maioria das pessoas que usam turbantes nos países ocidentais são Sikhs. O turbante Sikh também é chamado de dastar. 'Dastar' é uma palavra persa. Significa 'Mão de Deus', o que implica suas bênçãos.

Os Sikhs são famosos por seus muitos e distintos turbantes. Tradicionalmente, o turbante representa respeito e há muito tempo é um item reservado apenas à nobreza. Durante o período do domínio mongol na Índia, apenas os muçulmanos podiam usar turbantes. Todos os não-muçulmanos foram fortemente proibidos de usar turbante.

O Guru Gobind Singh Ji desconsiderou este desafio dos Mughals e pediu a todos os seus Sikhs que usassem turbantes. Deveria ser usado em reconhecimento aos elevados padrões morais que ele modelou para seus seguidores Khalsa. Ele queria que seu Khalsa fosse distinto e estava determinado a "se destacar do resto do mundo". Ele queria que eles seguissem o caminho único traçado pelos Gurus Sikh. Assim, um Sikh com turbante sempre se destaca da multidão, como pretendia o Guru; porque ele queria que seus 'santo-sainiks' não apenas fossem facilmente identificados, mas também facilmente encontrados.

Quando um homem ou mulher Sikh usa turbante, o turbante não é mais apenas uma tira de pano; pois se torna um com a cabeça do Sikh. O turbante, assim como os outros quatro artigos de fé usados pelos Sikhs, possuem imenso significado espiritual e secular. Embora existam muitos símbolos associados ao uso de turbante - liberdade, dedicação, respeito próprio, coragem e piedade, mas!, a principal razão pela qual os Sikhs usam turbante é para mostrar o seu amor, obediência e respeito pelo seu Fundador, Khalsa Guru Gobind Singh.

"O turbante é um presente do nosso Guru para nós. Desta forma, nós nos coroamos como o leão que entroniza nosso compromisso com nossa própria consciência superior. Para homens e mulheres, esta identidade projetada expressa individualidade, civilidade e singularidade. É um sinal para os outros de que vivemos à imagem do Eterno e nos dedicamos a servir a todos. O turbante representa nada mais do que compromisso total. Quando alguém escolhe destacar usando seu turbante, ele permanece destemidamente como um indivíduo único. Um indivíduo que se destaca entre seis bilhões de pessoas. Este é o ato mais sublime."

## **A humildade é a essência principal da sua jornada**

A humildade é uma postura de suma importância do Sikhismo. Em consonância com tal premissa, os Sikhs são instados a se prostrarem com humildade perante Deus. As palavras "humildade" ou "modéstia" possuem uma correlação íntima na língua Punjabi. A humildade é uma virtude veementemente exaltada em Gurbani. Este termo Punjabi é traduzido para o português como "humildade", "generosidade" ou "modéstia". É o homem que não se considera superior ou mais relevante do que qualquer outro indivíduo.

Esta é uma virtude relevante para nutrir todos os seres humanos, constituindo-se como um elemento essencial da mentalidade de um Sikh, devendo acompanhá-lo em todos os momentos. As outras quatro virtudes que compõem o arsenal Sikh são: Satya (Verdade), Santokh (Satisfação), Karuna (Compaixão) e Prem (Amor).

Estas cinco qualidades são fundamentais para um Sikh, sendo seu dever meditar e recitar o Gurbani para absorver essas qualidades e torná-las parte de sua personalidade.

O Gurbani, em sua sabedoria, nos transmite o seguinte: "O fruto da humildade é a paz e a alegria que emanam do conhecimento intuitivo. Com humildade, eles continuam a meditar em Deus, o tesouro da excelência. Apresentam-se diante de Deus como uma tigela de esmola.

Guru Nanak, o primeiro Guru do Sikhismo:

"Ouvindo e acreditando com amor e humildade em seu coração, purifique-se em nome de Deus no templo sagrado que há dentro de você." - SGGG página 4.

Faça do contentamento seu brinco, da humildade sua tigela de mendicância e da meditação as cinzas para ungir seu corpo." - SGGG página 6.

"No reino da humildade, a palavra é a beleza. Ali são criadas formas de beleza incomparáveis." SGGG página 8

"Humildade, generosidade e intuição são a minha sogra e o meu sogro" - SGGG página 152.

## Jornada em direção à espiritualidade

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

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

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