نماز یومیه من

سفر به سوی معنویت

ترجمه دری

جدول محتویات

جاپجی صاحب------------------------------------ 1
سوخمانی صاحب---------------------------------- 40
آناند صاحب------------------------------------- 225
سودار رھراس صاحب------------------------------252
آسا دی وار-- 267
سھیلا صاحب------------------------------------- 330
آرداس--- 337
فلسفہ برائے سفر---------------------------------- 341
خواتین کا کردار----------------------------------- 342
پگڑی کی اہمیت----------------------------------- 345
آپ کے سفر میں عاجزی کلیدی جوہر------------------ 346

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

This Sewa has been done by Sewadars & SikhBookClub.

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

Publisher: SikhBookClub.com

ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
اکو کار سٹ نام کارتا پورکح نرباو نروير اکل مورت اجوونی سيبهک گور پرساد.
فقط یک خدا وجود دارد که نامش «حیات جاودانی» است. او خالق جهان است، همه‌چیز، بدون ترس، بدون دشمنی، مستقل از زمان، فراتر از چرخهٔ تولد و مرگ، خود را آشکار می‌کند و به لطف گورو شناخته می شود.

॥ ਜਪੁ ॥
جپ.
نام ترکیب (به معنی آواز)

ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥
عاد سچ جوگاد سچ
خدا از ابتدا و در طول عصرها وجود داشته است.

ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥੧॥
هي بي سچ نانک هوسي بي سچ.
ای ناناک، او اکنون واقعی است (وجود دارد) و برای همیشه واقعی خواهد بود (وجود خواهد داشت).

ਸੋਚੈ ਸੋਚਿ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸੋਚੀ ਲਖ ਵਾਰ ॥
سوچي سوچ نا هووايي جی سوچي لاخ وار.
پاک کردن بدن با هزاران حمام، ذهن را از آلودگی افکار شیطانی پاک نمی کند.

ਚੁਪੈ ਚੁਪ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵ ਤਾਰ ॥
چوپي چپ نا هووايی جي لاه ايی راها ليو تار.
ذهن با ساکت ماندن، سرگردانی را متوقف نمی کند حتی با تفکر واقعی ساکت.

ਭੁਖਿਆ ਭੁਖ ਨ ਉਤਰੀ ਜੇ ਬੰਨਾ ਪੁਰੀਆ ਭਾਰ ॥
بوخی آ بهخ نا اوتری جی بانا پوری آ باهار.
گرسنگی یا میل به ثروت از بین نمی‌رود، حتی با جمع‌آوری ثروت تمام دنیا.

ਸਹਸ ਸਿਆਣਪਾ ਲਖ ਹੋਹਿ ਤ ਇਕ ਨ ਚਲੈ ਨਾਲਿ ॥
صاحاس سي آنپالاخ هوهي تا اک نا چالای نال.
ممکن است یک نفر میلیون ها ایده هوشمندانه داشته باشد، اما حتی یکی از آنها در پایان کمک نخواهد کرد.

ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ ॥
کيو سچي ارا هو يی ائي کيو کوروهي توتي پال. پس چگونه
می توانیم راستگو باشیم؟چگونه نقاب خیال باطل (که ما را از خداوند جدا می کند) می تواند ازبین برود.

ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥੧॥
حکم رجايي چلنا نانک ليکي آ نال .
(پاسخ این است که) ما باید مطابق فرمان خداوند زندگی کنیم، ای ناناک از همان ابتدا در سرنوشت ما نوشته شده است.

ਹੁਕਮੀ ਹੋਵਨਿ ਆਕਾਰ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਈ ॥
حكمي هوان آكار حكم نه كاهی آ جايي.
همه چیز به فرمان او آفریده شده است؛ فرمان او را نمی‌توان توصیف کرد.

ਹੁਕਮੀ ਹੋਵਨਿ ਜੀਅ ਹੁਕਮਿ ਮਿਲੈ ਵਡਿਆਈ ॥
حكمي هوان جيا حكم ميلي وادي آيي.
همه موجودات به فرمان خدا آفریده شده‌اند و به فرمان او حرمت و عزت نیز بخشیده می‌شود.

ਹੁਕਮੀ ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ ਹੁਕਮਿ ਲਿਖਿ ਦੁਖ ਸੁਖ ਪਾਈਅਹਿ ॥
حكمي اوتم نيچ حكم ليخ دخه سخ پا يی اه
برخی از انها نیکوکار و برخی به اراده او گناهکارند. به اراده خدا، بر اساس اعمال گذشته خود، برخی از درد رنج می برند در حالی که دیگران از سعادت لذت می برند.

ਇਕਨਾ ਹੁਕਮੀ ਬਖਸੀਸ ਇਕਿ ਹੁਕਮੀ ਸਦਾ ਭਵਾਈਅਹਿ ॥
يكنا حكمي بخشيس اک حكمي صدا بواه يی اه . ا
به دستور او، برخی از انها برکت داده می شوند و بخشیده می شوند، در حالی که دیگران، به دستور او برای همیشه در چرخه تولد و مرگ سرگردان هستند.

ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੋ ਬਾਹਰਿ ਹੁਕਮ ਨ ਕੋਇ ॥
حكمی اندار صبب کو باهار حكم نه كويي.
همه تابع امر او هستند; هیچ کس فراتر از فرمان او نیست.

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਜੇ ਬੁਝੈ ਤ ਹਉਮੈ ਕਹੈ ਨ ਕੋਇ ॥੨॥
نانک حكمی جی بجي تا هايمي كهي نه كويي.
ای نانک، اگر مردم فرمان او را درک کنند، هیچ کس خودخواهانه رفتار نخواهد کرد.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਤਾਣੁ ਹੋਵੈ ਕਿਸੈ ਤਾਣੁ ॥
گاوي کو تان هاوي كيسي تان.
برخی ها براساس توانایی خود آهنگ ستایش او را می خوانند.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਦਾਤਿ ਜਾਣੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥
گاوي کو دات جانايي نيسان.
برخی از نعمت‌های او را برای ما می‌خوانند و آن‌ها را گواهی بر وجود او می‌دانند.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਗੁਣ ਵਡਿਆਈਆ ਚਾਰ ॥
گاوي كوگن ويدي آيی آ چار.
بعضی‌ها از فضایل و بزرگی او می‌خوانند.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਵਿਦਿਆ ਵਿਖਮੁ ਵੀਚਾਰੁ ॥
گاوي کو ويدي آ ويخمن ويچار.
برخی مناجات دانش معنوی در مورد او را می خوانند که درک آن سخت است.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਸਾਜਿ ਕਰੇ ਤਨੁ ਖੇਹ ॥
گاوا کو ساج کریی تن خیه
برخی از قدرت خداوند برای خلق بدن و سپس تبدیل آن به خاک می خوانند.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਜੀਅ ਲੈ ਫਿਰਿ ਦੇਹ ॥
گاوی کو او جي لای فر دایه.
برخی می خوانند که او زندگی را می گیرد و دوباره آن را به شکل دیگری می دهد.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਜਾਪੈ ਦਿਸੈ ਦੂਰਿ ॥
گاوی کو او جاپای ڈیسای دوور.
برخی سرود می‌خوانند که به نظر می‌رسد خدا از آنان بسیار دور است.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਵੇਖੈ ਹਾਦਰਾ ਹਦੂਰਿ ॥
گاوی کو ویخای هادرا هادور.
برخی در همه جا برای خدا سرود می‌خوانند و او را به تصویر می‌کشند.

ਕਥਨਾ ਕਥੀ ਨ ਆਵੈ ਤੋਟਿ ॥
کاتنا کاتیی نه آوی تات.
بسیاری سعی می‌کنند فضایل خداوند را بیان کنند، اما فضایل او پایانی ندارد.

ਕਥਿ ਕਥਿ ਕਥੀ ਕੋਟੀ ਕੋਟਿ ਕੋਟਿ ॥
کت کت کتی کوتِی کوتِ کوتِ.
با اینکه میلیونها نفر تلاش می کنند تا فضایل او را میلیونها بار توصیف کنند.

ਦੇਦਾ ਦੇ ਲੈਦੇ ਥਕਿ ਪਾਹਿ ॥
ڈیڈا ڈی لیدیی تک پای.
ولی نعمت خدا همواره عطا می‌کند، در حالی که کسانی که دریافت می‌کنند از دریافت آن خسته می‌شوند.

ਜੁਗਾ ਜੁਗੰਤਰਿ ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥
جوگا جوگنتر خا هیی خاهی.
تمام موجودات در طول قرن‌ها نعمت های او را مصرف کرده‌اند.

ਹੁਕਮੀ ਹੁਕਮੁ ਚਲਾਏ ਰਾਹੁ ॥
حکمی حکم چالا ای راهو.
به فرمان او، خدا، فرماندهٔ اعظم، جهان را در مسیری مشخص هدایت می‌کند.

ਨਾਨਕ ਵਿਗਸੈ ਵੇਪਰਵਾਹੁ ॥੩॥
نانک ویگسی وبپارواهو.
ای نانک، خداوند همیشه بی خیال و سعادتمند است.

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੁ ਨਾਇ ਭਾਖਿਆ ਭਾਉ ਅਪਾਰੁ ॥
ساچا صاحب ساچ نا ای باخی آ با او اپار.
خداوند جاودانه است و عدالت او نیز، زبان او زبان عشق است و او نامتناهی است.

ਆਖਹਿ ਮੰਗਹਿ ਦੇਹਿ ਦੇਹਿ ਦਾਤਿ ਕਰੇ ਦਾਤਾਰੁ ॥
آخاهی منگاهی ڈیهی ڈیهی ڈاتِ کری ڈاتار.
بیشتر و بیشتر از او خواهش می کنیم و خدای مهربان همچنان می بخشد.

ਫੇਰਿ ਕਿ ਅਗੈ ਰਖੀਐ ਜਿਤੁ ਦਿਸੈ ਦਰਬਾਰੁ ॥
فیر کی اگی راخی ای جت ڈیسی دربار.
پس چه چیزی را باید به او پیشنهاد کنیم تا بتوانیم حضور او را تجسم کنیم.

ਮੁਹੌ ਕਿ ਬੋਲਣੁ ਬੋਲੀਐ ਜਿਤੁ ਸੁਣਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ ॥
موهو کی بولن بولی ای جت سن دهاری پی آر.
برای احضار کردن عشق او چه کلماتی می توانیم بگوییم.؟

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ ॥
ارمتِ ویلا سچ نا او وادی آ ای ویچار.
در ساعات قبل از سپیده دم، نام واقعی را بخوانید و به فضیلت های باشکوه او فکر کنید.

ਕਰਮੀ ਆਵੈ ਕਪੜਾ ਨਦਰੀ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥
کرمی آوی کاپراه نادری موخ دو-آر.
بدن انسان از طریق اعمال خوب به دست می اید، اما ازادی از گناهان از طریق فیض او به دست می اید.

ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ ਸਭੁ ਆਪੇ ਸਚਿਆਰੁ ॥੪॥
نانک آوی جانی آ سب آپی سچار.
ای نانک، ما با این روش می توانیم او را بشناسیم که به تنهایی وجود دارد و تمام ناشدنی است.

ਥਾਪਿਆ ਨ ਜਾਇ ਕੀਤਾ ਨ ਹੋਇ ॥
تاپی- آ نه جا- ای کیتا نه هو- ای.
او را نمی توان تعیین کرد یا خلق کرد.

ਆਪੇ ਆਪਿ ਨਿਰੰਜਨੁ ਸੋਇ ॥
آپی آپ نرنجن سو ای.
خدای معصوم خودش به تنهایی به وجود آمده است.

ਜਿਨਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਪਾਇਆ ਮਾਨੁ ॥
جین سیوی-آ تِن پا-آی آ مان.
کسی که او را با عشق به خاطر داشته باشد در درگاه او به عزت و افتخار می رسد.

ਨਾਨਕ ਗਾਵੀਐ ਗੁਣੀ ਨਿਧਾਨੁ ॥
نانک گاوی-ای گونی نیدان.
ای نانک، بیا مناجات او را بخوانیم. او گنجی از ویژگی هاست.

ਗਾਵੀਐ ਸੁਣੀਐ ਮਨਿ ਰਖੀਐ ਭਾਉ ॥
گاوی آ سونی-آ من راخی-ای با-او.
بیا ستایش او را بخوانیم و گوش دهیم و عشق او را در قلب مان وارد کنیم.

ਦੁਖੁ ਪਰਹਰਿ ਸੁਖੁ ਘਰਿ ਲੈ ਜਾਇ ॥
دخ پرهار سخ غر لی جا-ای.
کسی که این کار را انجام می دهد، غم و اندوه خود را از بین می برد و ارامش درونی را در قلبش پیدا می کند.

ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਦੰ ਗੁਰਮੁਖਿ ਵੇਦੰ ਗੁਰਮੁਖਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ ॥
گرموخ نادان گرموخ ویدان گرموخ راهی-آ سما-ای.
از طریق گورو ما کلمه الهی را تجربه می کنیم، از طریق گورو ما دانش الهی را به دست می اوریم و از طریق گورو متوجه می شویم که خدا در همه چیز نفوذ می کند.

ਗੁਰੁ ਈਸਰੁ ਗੁਰੁ ਗੋਰਖੁ ਬਰਮਾ ਗੁਰੁ ਪਾਰਬਤੀ ਮਾਈ ॥
گور ایسار گور گورخ برما گور پاربتی ما-ای.
برای ما، خود گورو لرد شیوا، ویشنو، برهما و پارباتی است.

ਜੇ ਹਉ ਜਾਣਾ ਆਖਾ ਨਾਹੀ ਕਹਣਾ ਕਥਨੁ ਨ ਜਾਈ ॥
جی ها-او جانا آخا ناهی که کاهنا کتهان نا جا-ای.
حتی اگر ما خدا را بشناسیم نمی توانیم با کلمات او را توصیف کنی.

ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥
گورا ایک دیهی بوجها-ای.
ای گورو من، لطفا این درک را به من عنایت کن که:

ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੫॥
سبانا جی-آ کا ایک ڈیتا سو می ویسر نه جا-ای.
هرگز تو را فراموش نمی کنم، که تنها تهیه کننده ی همه ی موجودات زنده استی.

ਤੀਰਥਿ ਨਾਵਾ ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵਾ ਵਿਣੁ ਭਾਣੇ ਕਿ ਨਾਇ ਕਰੀ ॥
تیرات ناوا جی تس باوا ون بانی کی نا-ای کاری.
من در اماکن زیارتی حمام می‌کنم فقط در صورتی که خدا را خوشنود سازد؛ بدون خشنود کردن خدا، این حمام کردن تشریفاتی به چه درد می‌خورد؟

ਜੇਤੀ ਸਿਰਠਿ ਉਪਾਈ ਵੇਖਾ ਵਿਣੁ ਕਰਮਾ ਕਿ ਮਿਲੈ ਲਈ ॥
جیتي سیرت- اپا ای ویکه ون کارما کی می لیلا لا ای.
هنگامی که من به تمام جهان آفریده شده توسط او نگاه می‌کنم، (می‌دانم) بدون برکت او هیچ چیزی به دست نمی‌آید.

ਮਤਿ ਵਿਚਿ ਰਤਨ ਜਵਾਹਰ ਮਾਣਿਕ ਜੇ ਇਕ ਗੁਰ ਕੀ ਸਿਖ ਸੁਣੀ ॥
مٹ ویچ راتان جاوهار مانیک جی ایک گور کی سک سونی.
هنگامی که انسان به آموزه‌های گورو حتی یک بار گوش می‌دهد، ذهن سرشار از دانش ارزشمند الهی می‌شود.

ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥
گورا ایک دیهی بوجها-ای.
ای گورو من، لطفا این درک را به من عنایت کن که:

ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੬॥
سبنا جی-آ کا ایک ڈاتا سو می ویسر نه جا-ای.
هرگز تو را فراموش نمی کنم، که تنها تهیه کننده ی همه ی موجودات زنده استی.

ਜੇ ਜੁਗ ਚਾਰੇ ਆਰਜਾ ਹੋਰ ਦਸੂਣੀ ਹੋਇ ॥
جی جگ چاری آرجا هور داسونی هو ای.
حتی اگر شخصی کل چهار عصر را زندگی کند یا حتی بیشتر

ਨਵਾ ਖੰਡਾ ਵਿਚਿ ਜਾਣੀਐ ਨਾਲਿ ਚਲੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥
نوا خندا وچ جاني ای نال چلی سب کو-ای.
و حتی اگر در کل دنیا شناخته شده باشد و همه از او اطاعت کنند

ਚੰਗਾ ਨਾਉ ਰਖਾਇ ਕੈ ਜਸੁ ਕੀਰਤਿ ਜਗਿ ਲੇਇ ॥
چنگا نا رخا-ای کی جس کیرات جاگ لی-ای.
شهرت خوبی داشته باشد و در سراسر جهان ستایش و شهرت داشته باشد،

ਜੇ ਤਿਸੁ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵਈ ਤ ਵਾਤ ਨ ਪੁਛੈ ਕੇ ॥
جی تیس نادار نا آوی ته وات نه پوچهی کی.
هنوز هم هیچ کس بدون لطف خدا به آن شخص اهمیت نمی دهد.

ਕੀਟਾ ਅੰਦਰਿ ਕੀਟੁ ਕਰਿ ਦੋਸੀ ਦੋਸੁ ਧਰੇ ॥
کیتا اندر کیت کر دوسی داس دهاری.
چنین شخصی را بسیار پست می دانند (مانند کرم پست) و حتی گنهکاران نیز او را تحقیر می کنند.

ਨਾਨਕ ਨਿਰਗੁਣਿ ਗੁਣੁ ਕਰੇ ਗੁਣਵੰਤਿਆ ਗੁਣੁ ਦੇ ॥
نانک نیرگن گن کری گنونتی- آ دی.
ای نانک، خدا می تواند حتی چیزهای بی ارزش را هم به پرهیزکاران عنایت کند و تقوا انها را ارزیانی نماید.

ਤੇਹਾ ਕੋਇ ਨ ਸੁਝਈ ਜਿ ਤਿਸੁ ਗੁਣੁ ਕੋਇ ਕਰੇ ॥੭॥
تی ها کو-ای سج ای جی تیس گن کو-ای کری.
حتی نمی توانم کسی غیر از خدا را تصور کنم که تقوا را به بی تقواها عنایت کند.

ਸੁਣਿਐ ਸਿਧ ਪੀਰ ਸੁਰਿ ਨਾਥ ॥
سونی-ای سد پیر سور نات.
با گوش دادن به کلمه ی خدا با عشق و پرستش، فرد پرهیزکار، راهنمای مذهبی، رهبر مذهبی و مرتای بزرگ می شود.

ਸੁਣਿਐ ਧਰਤਿ ਧਵਲ ਆਕਾਸ ॥
سونی-ای دهرت دهوال آکاس.
با گوش دادن به کلمه ی خدا با عشق و پرستش، فرد ماهیت و سیستم حمایتی جهان را می شناسد.

ਸੁਣਿਐ ਦੀਪ ਲੋਅ ਪਾਤਾਲ ॥
سني- ای ڈیپ لو-اپاتال.
با گوش دادن به کلمه ی خدا، شخص به دانش محتویات و دنیا و مناطق دیگر دست می یابد.

ਸੁਣਿਐ ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੈ ਕਾਲੁ ॥
سنی-ای پو هی نا ساکی کال.
با گوش دادن به کلمه ی خدا، فرد از مرگ نمی ترسد.

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥
نانک بهگتا سادا ویگاس.
ای نانک، پیروان او همواره در خوشی و لذت هستند.

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੮॥
سني دوخ پاپ کا ناس.
با گوش دادن به کلمه ی خدا همه ی دردها و غم ها از بین می رو.

ਸੁਣਿਐ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਇੰਦੁ ॥
سني-ای مخ صالاحان مند.

با گوش دادن به کلمه ی خدا فرد به ویژگی هایی خدایی مانند شیوا، براهما و ایندرا می رسد.

ਸੁਣਿਐ ਮੁਖਿ ਸਾਲਾਹਣ ਮੰਦੁ ॥
سني ای جوگ جگت تان بهید.
با گوش دادن به کلمه ی خدا، حتی گناهکاران نیز به روشنایی می رسند و شروع به ستایش خداوند می کنند.

ਸੁਣਿਐ ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਤਨਿ ਭੇਦ ॥
سني-ای ساسات سمريت وييد.
با گوش دادن به کلمه ی خدا، فرد روش دستیابی به اتحاد با خدا را می یابد و اینکه چگونه احساسات بدن انسان کار می کنند وبا استفاده ی مناسب از آنها هنر اتحاد با خدا را یاد می گیرد.

ਸੁਣਿਐ ਸਾਸਤ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਵੇਦ ॥
نانک بهگتا سادا ویگاس.
با گوش دادن به نام خدا، فرد به دانش معنوی دست می یابد.

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥
سني-ای دوخ پاپ کا ناس
ای نانک، پیروان برای همیشه در سعادت هستند.

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੯॥
سني-ای دوخ پاپ کا ناس.
با گوش دادن به نام خداوند با عشق، همه ی درد و ناراحتی ها از بین می رود.

ਸੁਣਿਐ ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਗਿਆਨੁ ॥
سنی-ای ست سنتخ گی-آن.
با گوش دادن به نام خداوند فرد به اعتماد و دانش معنوی می رسد.

ਸੁਣਿਐ ਅਠਸਠਿ ਕਾ ਇਸਨਾਨੁ ॥
سنی-ای اتشت کا اسنان.
با شنیدن حمد و ثنای خداوند با پرستش،شخص پرهیزگار می شود، گویی در تمام اماکن مقدس غسل کرده است.

ਸੁਣਿਐ ਪੜਿ ਪੜਿ ਪਾਵਹਿ ਮਾਨੁ ॥
سنی-ای پر پر پاواهی مان.
با گوش دادن عاشقانه به ستایش خداوند، فرد به همان ایمان واقعی دست می یابد که کسی که کتاب مقدس را می خواند دارد.

ਸੁਣਿਐ ਲਾਗੈ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ ॥
سني-ای لگي سهج دی-آن
با گوش دادن به ستایش او، ذهن فرد به تفکر او می رسد.

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥
نانک بهگتا سادا ویگاس
ای نانک، پیروان خداوند همواره در لذت و سعادت هستند.

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੦॥
سني-ای دوخ پاپ کا ناس.
گوش دادن به نام خداوند با پرستش عاشقانه همه ی غم و ناراحتی ها را از بین می برد.

ਸੁਣਿਐ ਸਰਾ ਗੁਣਾ ਕੇ ਗਾਹ ॥
سنی-ای سارا گونا کی گاه.
با گوش دادن به ستایش خداوند فرد پرهیزکار می شو.

ਸੁਣਿਐ ਸੇਖ ਪੀਰ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥
سنی-ای سیخ پیر پاتیساه.
با گوش دادن به نام خداوند با پرستش عاشقانه، فرد به موقعیتی مانند رهبران مذهبی و اجتماعی دست می یابد.

ਸੁਣਿਐ ਅੰਧੇ ਪਾਵਹਿ ਰਾਹੁ ॥
سنی-ای اندی پاواهی راهو.
با گوش دادن به نام خداوند، حتی افراد نادان نیز راهی برای رهایی از رذایل پیدا می کنند.

ਸੁਣਿਐ ਹਾਥ ਹੋਵੈ ਅਸਗਾਹੁ ॥
سني-ای لاس هات هوی اسگاهو.
فرد با گوش دادن به نام خداوند رمزهای دنیای -اقیانوس های گناهان را می شناسد.

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥
نانک بهگتا سادا ویگاس
ای نانک، پروان خداوند همواره در لذت و سعادت هستند.

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੧॥
سني دوخ پاپ کا ناس
گوش دادن به ستایش او همه ی غم ها و ناراحتی ها را از بین می برد.

ਮੰਨੇ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਇ ॥
مینی کی گتِ کاهی نه جا-ای
حالت ذهنی معتقد به خدا را نمی توان توصیف کرد.

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥
جی کو کاهی پچهی پچهوتا-ای.
و اگر کسی بخواهد این حالت را توصیف کند، بعد پشیمان خواهد شد.

ਕਾਗਦਿ ਕਲਮ ਨ ਲਿਖਣਹਾਰੁ ॥
کاگد کلم نه لخنهار.
هیچ کس قادر به نوشتن در مورد حالت معنوی ذهن معتقدان واقعی به خداوند نیست.

ਮੰਨੇ ਕਾ ਬਹਿ ਕਰਨਿ ਵੀਚਾਰੁ ॥
مینی کا باهی کرن ویچار.
حتی اگر برخی افراد به هر حال به آن فکر می کنند.

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥
ایسا نام نرنجن هو-ای.
چنین سعادتی نام خدای معصوم است،

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੨॥
جی کو من جانی من کو-ای.
اما فقط وقتی می‌توان فهمید که از ته دل به آن اعتقاد داشته باشید.

ਮੰਨੈ ਸੁਰਤਿ ਹੋਵੈ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥
مینی سورات هووی من بد.
با اعتقاد به نام خداوند، ذهن و عقل فرد از لحاظ معنوی روشن می‌شود.

ਮੰਨੈ ਸਗਲ ਭਵਣ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥
مینی سگل باون کی سد.
با ایمان کامل به خدا، انسان در مورد تمام جهان آگاه می‌شود (که خدا در همه جا حاکم است)

ਮੰਨੈ ਮੁਹਿ ਚੋਟਾ ਨਾ ਖਾਇ ॥
ميني موهي چوته نه که ای.
کسی که به خدا ایمان کامل دارد از بدی‌های دنیوی رنج نمی‌برد.

ਮੰਨੈ ਜਮ ਕੈ ਸਾਥਿ ਨ ਜਾਇ ॥
مینی جم کی نه جا-ای.
با داشتن ایمان کامل به خدا، هیچ کس مجبور نیست با دیو مرگ روبرو شود.

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥
ایسا نام نرنجان هو-ای.
چنین سعادتی نام خدای معصوم است،

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੩॥
جی کو من جانی من کو-ای.
اما فقط وقتی می‌توان فهمید که از ته دل به آن اعتقاد داشته باشید.

ਮੰਨੈ ਮਾਰਗਿ ਠਾਕ ਨ ਪਾਇ ॥
ميني مارگ تاک پا ای.
کسی که به خدا ایمان دارد در طی سفر روحانی‌اش با هیچ مانعی روبرو نمی‌شود.

ਮੰਨੈ ਪਤਿ ਸਿਉ ਪਰਗਟੁ ਜਾਇ ॥
ميني پوت سی او پرگت جا-يی.
یک باورمند واقعی به نام، با افتخار و شهرت از جهان جدا می شود.

ਮੰਨੈ ਮਗੁ ਨ ਚਲੈ ਪੰਥੁ ॥
مینی مگ نه چالی پنت.
ایمان حقیقی به نام خداوند به فرقه‌های مذهبی یا راه‌های مذهبی تشریفاتی گمراه نمی‌شود.

ਮੰਨੈ ਧਰਮ ਸੇਤੀ ਸਨਬੰਧੁ ॥
ميني درم سيتی سن-بنده.
افراد باایمان کاملا محدود به حقیقت و درستی هستند.

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥
ایسا نام نرنجن هو-يی.
چنین سعادتی نام خدای معصوم است،

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੪॥
جي کو من جاني من کو-يی.
اما فقط وقتی می‌توان فهمید که از ته دل به آن اعتقاد داشته باشید.

ਮੰਨੈ ਪਾਵਹਿ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥
مینی پاواهی موخ دو-آر
معتقد واقعی به خداوند آزادی از پیوستگی های دنیوی را به دست می آورد.

ਮੰਨੈ ਪਰਵਾਰੈ ਸਾਧਾਰੁ ॥
میني پروارای سادار
معتقد واقعی به خداوند مسیر ارتباط کل خانواده با خداوند را می یابد.

ਮੰਨੈ ਤਰੈ ਤਾਰੇ ਗੁਰੁ ਸਿਖ ॥
میني تری تاری گیر سیک.
چنین معتقدی نه تنها خود را نجات می‌دهد بلکه دیگر شاگردان گورو را نیز نجات می‌دهد.

ਮੰਨੈ ਨਾਨਕ ਭਵਹਿ ਨ ਭਿਖ ॥
مینی نانک بواهی نه بخ
ای نانک چنین معتقد به نعمتها از هیچ کسی چیزی را نمی خواهد.

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥
ایسا نام نرنجن هو-یی.
بله چنین افرادی معتقد به خداوند هستند،

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੫॥
جي کو من جاني من کو-یی.
اما فقط وقتی می‌توان فهمید که از ته دل به آن اعتقاد داشته باشید.

ਪੰਚ ਪਰਵਾਣ ਪੰਚ ਪਰਧਾਨੁ ॥
پنچ پروان پنچ پردان.
کسانی که به نام خداوند گوش می دهند و از او پیروی می کنند مورد تایید خداوند قرار می گیرند و رهبران می شوند.

ਪੰਚੇ ਪਾਵਹਿ ਦਰਗਹਿ ਮਾਨੁ ॥
پنچی پاواهی درگهی مان
این افراد تایید شده در درگاه خداوند تایید می شوند.

ਪੰਚੇ ਸੋਹਹਿ ਦਰਿ ਰਾਜਾਨੁ ॥
پنچی سوهاهی در راجان
آنها درگاه خداوند را راضی می کنند که پادشاه همه ی پادشاهان است.

ਪੰਚਾ ਕਾ ਗੁਰੁ ਏਕੁ ਧਿਆਨੁ ॥
پنچا کا گر ایک دی-آن
ذهن آنها همواره متصل به واژه ی مقدس می ماند.

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਕਰੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥
جی کو کاهی کری ویچار.
مهم نیست هرکس چقدر تلاش می کند تا شرح دهد و توصیف کنند.

ਕਰਤੇ ਕੈ ਕਰਣੈ ਨਾਹੀ ਸੁਮਾਰੁ ॥
کرتی کی کرنی ناهی سمر
کارهای خالق را نمی توان درک کرد.

ਧੌਲੁ ਧਰਮੁ ਦਇਆ ਕਾ ਪੂਤੁ ॥
دهول دهرم د-ا-آ کا پوت.
دارهما (عدالت) نیروی حمایت کننده از جهان است و نه داول، گاو نر اسطوره ای. عدالت از شفقت ناشی می شود.

ਸੰਤੋਖੁ ਥਾਪਿ ਰਖਿਆ ਜਿਨਿ ਸੂਤਿ ॥
سنتوخ تاپ راخی-آ جن سوت
دهارما (قانون خدا) براساس صبر، درستی و مهربانی از این زمین حمایت می کند.

ਜੇ ਕੋ ਬੁਝੈ ਹੋਵੈ ਸਚਿਆਰੁ ॥
جی کو بوجهایی هوایی سچیار-
اگر کسی این مفهوم را درک کند حقیقت واقعی را می فهمد.

ਧਵਲੈ ਉਪਰਿ ਕੇਤਾ ਭਾਰੁ ॥
دولی اوپر کیتا بهار.
این قانون خداست که دنیا را در تعادل نگه داشته است نه گاو نر.

ਧਰਤੀ ਹੋਰੁ ਪਰੈ ਹੋਰੁ ਹੋਰੁ ॥
درته هور پری هور هور.
زمین های بیشماری فراتر از این سیاره-زمین وجود دارد.

ਤਿਸ ਤੇ ਭਾਰੁ ਤਲੈ ਕਵਣੁ ਜੋਰੁ ॥
تس تی تلی کوان جور.
چه قدرتی آنها را نگه می دارد و وزنشان را تحمل می کند؟

ਜੀਅ ਜਾਤਿ ਰੰਗਾ ਕੇ ਨਾਵ ॥
هو، جت رنگه کی نو.
گونه های بیشماری از مخلوقات با رنگ ها و نام های مختلف وجود دارد.

ਸਭਨਾ ਲਿਖਿਆ ਵੁੜੀ ਕਲਾਮ ॥
سبحنا لیکی-آ ورهی کلام.
قلم همیشه روان خداوند حساب همه را نوشته است.

ਏਹੁ ਲੇਖਾ ਲਿਖਿ ਜਾਣੈ ਕੋਇ ॥
ایهو لیکها لیک جانی کو-ای.
اگر کسی می داند چگونه این نوع حساب را بنویسد،

ਲੇਖਾ ਲਿਖਿਆ ਕੇਤਾ ਹੋਇ ॥
لیکها لیکی-آ هو-ای.
حتی اگر این حساب نوشته شود، فقط تصور کنید آن حساب چقدر بزرگ خواهد بود؟

ਕੇਤਾ ਤਾਣੁ ਸੁਆਲਿਹੁ ਰੂਪੁ ॥
کیتا تان سو-آلیهو روپ.
وسعت قدرت خداوند و وسعت خلقت زیبایش چقدر است؟

ਕੇਤੀ ਦਾਤਿ ਜਾਣੈ ਕੌਣੁ ਕੂਤੁ ॥
کیت ڈاٹ جانی کون کوٹ.
و چه کسی می تواند میزان نعمت های او را تخمین بزند؟

ਕੀਤਾ ਪਸਾਉ ਏਕੋ ਕਵਾਉ ॥
کیتا پاسا-او ایکو کوا-او.
خداوند آنقدر قدرتمند است که وسعت جهان را فقط با یک کلمه از فرمان خود آفریده.

ਤਿਸ ਤੇ ਹੋਏ ਲਖ ਦਰੀਆਉ ॥
تیس تی هو-یی لک ڈاری-آ-او.
از ان میلیونها زندگی وسیستم برای اجرای جهان به وجود آمده.

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥
کدرات کوان کها ویچار.
من کی هستم که فکرم در مورد وسعت ماهیت تو را بیان کنم؟

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥
واری-آ نه جاوا ایک وار.
من به قدری ناتوان هستم که ارزش فدا کردن خودم در راه تو را نیز ندارم.

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥
جو توده بهاوی سا-ای بهلی کار
ای خدا هرچه که تورا خوشنود کند برای ما بهترین است.

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੬॥
تو صدا سلامت نرانکر
ای خدا تو ابدی و بدون جسم هستی.

ਅਸੰਖ ਜਪ ਅਸੰਖ ਭਾਉ ॥
اسخ پوجا اسخ تپ تا-او
ای خدا افراد بیشماری نام تو را در فکر دارند و تو را با عشق یاد می کنند.

ਅਸੰਖ ਪੂਜਾ ਅਸੰਖ ਤਪ ਤਾਉ ॥
اکاموم اکامم اسانخ لو-ا
افراد بی‌شماری به عبادت تو مشغولند و بی‌شمار در مقابل آتش‌های فروزان توبه می‌کنند.

ਅਸੰਖ ਗਰੰਥ ਮੁਖਿ ਵੇਦ ਪਾਠ ॥
اسخ گرنت مخ واید پات
بیشمار هستند کسانی که کتاب مقدس را تلاوت می کنند.

ਅਸੰਖ ਜੋਗ ਮਨਿ ਰਹਹਿ ਉਦਾਸ ॥
اسخ جوگ من رهاهی اوڈاس.
بیشمار هستند مرتاهایی که ذهنشان از دنیا قطع شده است

ਅਸੰਖ ਭਗਤ ਗੁਣ ਗਿਆਨ ਵੀਚਾਰ ॥
اسنخ بهگت گن گی ان ویچار
پیروان بیشماری تقوا و خرد خداوند قادر را در نظر می گیرند.

ਅਸੰਖ ਸਤੀ ਅਸੰਖ ਦਾਤਾਰ ॥
سنخ ستي اسنخ داتار. ا
افراد مقدس و بشردوستان بیشماری وجود دارد.

ਅਸੰਖ ਸੂਰ ਮੁਹ ਭਖ ਸਾਰ ॥
اسنخ سور مه بخ سار
مبارزان قهرمان بیشماری وجود دارد که در نبرد با فشار حمله روبرو می شوند.

ਅਸੰਖ ਮੋਨਿ ਲਿਵ ਲਾਇ ਤਾਰ ॥
اسنخ مون لو لا- ای تر
پیروان پرهیزکاری که به خدا ایمان دارند بیشمار هستند.

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥
کدرت کون کاها ویچار.
من کی هستم که میزان خلقت خدا را بسنجم؟

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥
واری-آ نه جاوا ایک وار.
من لایقاین نیستم که خودم رو حتی یکبار هم به تو فدا کنم.

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥
جو توده بهوی سا-ای بهل کار.
ای خدا، هرچه تو را خوش آید، برای همه بهتر است.

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੭॥
تو صدا سلامت نرانکار
تو تنها، بدون جسم و ابدی هستی.

ਅਸੰਖ ਮੂਰਖ ਅੰਧ ਘੋਰ ॥
اسنخ مورخ اند غور
احمق هایی که غفلت آنها را کور کرده است بیشمارا‌ند.

ਅਸੰਖ ਚੋਰ ਹਰਾਮਖੋਰ ॥
اسنخ چور حرام خور
دزدها و اختلاص کننده ها بیشمارند.

ਅਸੰਖ ਅਮਰ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ਜੋਰ ॥
اسنخ امر کر جاهی جور.
تعداد بیشماری اراده خود را با زور به دیگران تحمیل می کنند.

ਅਸੰਖ ਗਲਵਢ ਹਤਿਆ ਕਮਾਹਿ ॥
سنخ گلواد حتی - آ کامهي
قاتلان ظالم و کسانی که سر می برند بیشمارند.

ਅਸੰਖ ਪਾਪੀ ਪਾਪੁ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ॥
اسنخ پاپی پاپ کر جاهی
گناهکارانی که گناه را ادامی می دهند بیشمارند.

ਅਸੰਖ ਕੂੜਿਆਰ ਕੂੜੇ ਫਿਰਾਹਿ ॥
اسنخ كوري-آر کوری فراهي
دروغگو هایی که در دروغ های خود سرگردان شده اند بیشمارند .

ਅਸੰਖ ਮਲੇਛ ਮਲੁ ਭਖਿ ਖਾਹਿ ॥
اسنخ مليچ مل باخ خالی
ستمکاران بی شماری که با رفتارهای غیراخلاقی رشد می کنند.

ਅਸੰਖ ਨਿੰਦਕ ਸਿਰਿ ਕਰਹਿ ਭਾਰੁ ॥
اسنخ نیداک سر کراهی بهار.
بی‌شمار کسانی هستند که به دیگران بدگویی می‌کنند و با این کار تهمت و افترا را بر سر خود حمل می‌کنند.

ਨਾਨਕੁ ਨੀਚੁ ਕਹੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥
نانک نیچ کهی ویچار.
نانک به آرامی تنها این تفکر را بیان می کند که من که هستم که خلقت تو را ارزیابی کنم؟

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥
واری-آ نه جاوا ایک وار.
من لایق نیستم که خودم رو حتی یکبار هم به تو خود رافدا کنم

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥
جو توده بهوی سا-ای بهل کار
ای خدا، هرچه تو را خوش آید، به تنهایی بهترین عمل برای همه است.

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੮॥
تو صدا سلامت نرانکار
تو به تنهایی بدون جسم و ابدی هستی.

ਅਸੰਖ ਨਾਵ ਅਸੰਖ ਥਾਵ ॥
اسنخ ناو اسنخ تاو.
نامهای مخلوقات تو و مکان های آنها بیشمار است

ਅਗੰਮ ਅਗੰਮ ਅਸੰਖ ਲੋਅ ॥
اگاموم اگامم اسانخ لو-ا
دنیاهای بیشماری هستند که فراتر از تصور هستند.

ਅਸੰਖ ਕਹਹਿ ਸਿਰਿ ਭਾਰੁ ਹੋਇ ॥
اسنخ کهاهی سر بهار هو-یی
حتی گفتن کلمه ی نامحدود نیز اشتباه بزرگ و سزاوار سرزنش است.

ਅਖਰੀ ਨਾਮੁ ਅਖਰੀ ਸਾਲਾਹ ॥
اخری نام اخری سلاح.
با استفاده از کلمات است که نام او را می توان ازبر کرد؛ با استفاده از کلمات است که ستایش او را می توان خواند.

ਅਖਰੀ ਗਿਆਨੁ ਗੀਤ ਗੁਣ ਗਾਹ ॥
اخری گی-آن جیت گن گاه.
به واسطه ی کلمات است که دانش معنوی را می توان به دست آورد، ستایش او را خواند و پرهیزکاران را شناخت.

ਅਖਰੀ ਲਿਖਣੁ ਬੋਲਣੁ ਬਾਣਿ ॥
اخری لیخان بولان بان
زبان گفتاری و نوشتاری را تنها با استفاده از کلمات می توان بیان کرد.

ਅਖਰਾ ਸਿਰਿ ਸੰਜੋਗੁ ਵਖਾਣਿ ॥
اخری سر سنجوگ وخان
تنها از طریق کلمات است که سرنوشت فرد را می توان شرح داد.

ਜਿਨਿ ਏਹਿ ਲਿਖੇ ਤਿਸੁ ਸਿਰਿ ਨਾਹਿ ॥
جن ایهی لیخی تس سر ناهی
او که سرنوشت هرکسی را نوشته است بالاتر از سرنوشت است.

ਜਿਵ ਫੁਰਮਾਏ ਤਿਵ ਤਿਵ ਪਾਹਿ ॥
جیو فرما-یی تیو تیو پاهی
او مقرر می کند و ما دریافت می کنیم.

ਜੇਤਾ ਕੀਤਾ ਤੇਤਾ ਨਾਉ ॥
جیتا کیتا تیتا نا-وی
جهان خلق شده ساخته ی نامهای اوست.

ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਨਾਹੀ ਕੋ ਥਾਉ ॥
وین ناوی ناهی کو تا-او
بدون نام او، اصلا مکانی وجود ندارد.

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥
کدرت کوان کاها ویچار
چگونه می توانم خلقت او را درک و توصیف کنم؟ من از انجام این کار ناتوان هستم.

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥
واری-آ نه جاوا ایک وار.
من چیزی برای ارائه ندارم که عظمت او از آن بهره ببرد، حتی عمرم.

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥
جو توده بهوی سا-ای بهل کار
ای خدا، هرآنچه که تو را خرسند کند بهترین کردار برای همه است.

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੯॥
تو صدا سلامت نرانکر .
تو تنها، بدون جسم و ابدی هستی.

ਭਰੀਐ ਹਥੁ ਪੈਰੁ ਤਨੁ ਦੇਹ ॥
بهاری-یی هات پیر تن دایه
اگه دستها، پاها و بدن آلوده شوند.

ਪਾਣੀ ਧੋਤੈ ਉਤਰਸੁ ਖੇਹ ॥
پانی دهوتی اوتراس خیه.
سپس با شستن با آب کثیفی از بین می رود.

ਮੂਤ ਪਲੀਤੀ ਕਪੜੁ ਹੋਇ ॥
موت پلیتی کاپارح هو-یی.
اگر لباس ها کثیف و توسط ادرار لکه دار شوند،

ਦੇ ਸਾਬੂਣੁ ਲਈਐ ਓਹੁ ਧੋਇ ॥
ڈی صابون لا-ای-ای وه دهو-یی.
با صابون شسته می شود

ਭਰੀਐ ਮਤਿ ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥
بهاری-ای پاپا کی سنگ.
اما وقتی عقل به گناه آلوده شد،

ਓਹੁ ਧੋਪੈ ਨਾਵੈ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥
وه دهوپی ناوی کی رنگ.
تنها با تفکر عاشقانه و پرستش نامهای خداوند می توان آن را پاک کرد.

ਪੁੰਨੀ ਪਾਪੀ ਆਖਣੁ ਨਾਹਿ ॥
پونی پاپی آخان ناهی.
پرهیزکار و گناهکار تنها کلمه ای برای گفتن نیستند

ਕਰਿ ਕਰਿ ਕਰਣਾ ਲਿਖਿ ਲੈ ਜਾਹੁ ॥
کرکر کرنا لیخ لای جاهو.
هرکاری که در این دنیا انجام می دهید ثبت آن را به همراه خواهید داشت.

ਆਪੇ ਬੀਜਿ ਆਪੇ ਹੀ ਖਾਹੁ ॥
آپي بيج آپی هیی خاهو.
هر چه بکارید آن را درو می کنید (عواقب اعمال خود را تحمل خواهید کرد)

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੀ ਆਵਹੁ ਜਾਹੁ ॥੨੦॥
نانک حکيمي اوهو جوهو
ای نانک، تو باقانون معنوی او به دنیا آمده و از دنیا خواهی رفت. براساس رفتارهایت.

ਤੀਰਥੁ ਤਪੁ ਦਇਆ ਦਤੁ ਦਾਨੁ ॥
تیرات تپ دا-آ-آ دت ڈان.
زیارت، قوانین سخت، شفقت و نیکوکار.

ਜੇ ਕੋ ਪਾਵੈ ਤਿਲ ਕਾ ਮਾਨੁ ॥
جی کو پاویی تِل کا مان.
اینها با خود تنها ذره ای معیار به همراه دارند.

ਸੁਣਿਆ ਮੰਨਿਆ ਮਨਿ ਕੀਤਾ ਭਾਉ ॥
سنی-آ مانی من کیتا بها-او.
فردی که با داشتن عشق نامهای خدا را گوش کند و باور کند،

ਅੰਤਰਗਤਿ ਤੀਰਥਿ ਮਲਿ ਨਾਉ ॥
انترگت تیرات مل نا-او.
خود را با تطهیر در مکان مقدس ضمیر درونی اش پاک کرده است و واقعا اثار گناهانش را از بین برده است.

ਸਭਿ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ਮੈ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥
سب گن تیری می ناهی کو-یی
ای خدا همه ی تقواهای درون من هدیه ی تو هستند. من خودم هیچ چیزی ندارم.

ਵਿਣੁ ਗੁਣ ਕੀਤੇ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਇ ॥
ون گن کیتی بهگت نه هو- یی.
بدون لطف و بخشش تو من نمی توانم تو را با پرستش واقعی مناجات کنم.

ਸੁਅਸਤਿ ਆਥਿ ਬਾਣੀ ਬਰਮਾਉ ॥
سو-است آت بانی برما-او.
من به تو تعظیم می کنم. تو خودت مایا هستی، خودت واژه ی مقدسی و خودت براهما هستی.

ਸਤਿ ਸੁਹਾਣੁ ਸਦਾ ਮਨਿ ਚਾਉ ॥
ست سهان سدا من چا-وی.
تو زیبای ابدی هستی ذهن تو همواره در خلسه می ماند.

ਕਵਣੁ ਸੁ ਵੇਲਾ ਵਖਤੁ ਕਵਣੁ ਕਵਣ ਥਿਤਿ ਕਵਣੁ ਵਾਰੁ ॥
کوان سو ویلا وه خت کوان کوان دٹ کوان وار.
آن زمان چه زمانی بود و آن لحظه چه بود؟ آن روز چه روزی و چه تاریخی بود؟

ਕਵਣਿ ਸਿ ਰੁਤੀ ਮਾਹੁ ਕਵਣੁ ਜਿਤੁ ਹੋਆ ਆਕਾਰੁ ॥
کوان سی روتی ماهو کوان جت هو- آ- آکار.
آن فصل چه فصلی و چه ماهی بود که کاینات خلق شد؟

ਵੇਲ ਨ ਪਾਈਆ ਪੰਡਤੀ ਜਿ ਹੋਵੈ ਲੇਖੁ ਪੁਰਾਣੁ ॥
ویل نه پا-یی-آ پندته جي هوا لیک پوران.
پاندیت ها زمان خلقت عالم را نمی دانستند وگرنه در کتب مقدس ثبت می کردند.

ਵਖਤੁ ਨ ਪਾਇਓ ਕਾਦੀਆ ਜਿ ਲਿਖਨਿ ਲੇਖੁ ਕੁਰਾਣੁ ॥
هوخت نه پا-ا-وا کادیی-ا جای لاکن لیک کران.
این زمان برای قاضی هم مشخص نیست در غیر این صورت در قرآن می نوشتند.

ਥਿਤਿ ਵਾਰੁ ਨਾ ਜੋਗੀ ਜਾਣੈ ਰੁਤਿ ਮਾਹੁ ਨਾ ਕੋਈ ॥
دت وار جوگی جانای رت ماهو نا کو-ای.
هیچ مرتا یا فرد دیگری روز قمری یا خورشیدی، فصل یا ماهی که در آن جهان آفریده شده است را نمی داند.

ਜਾ ਕਰਤਾ ਸਿਰਠੀ ਕਉ ਸਾਜੇ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਸੋਈ ॥
جا کارتا سورتهی کا-وا سجی اپ جانی سو-ای
خالق خودش این را خلق کرده است و تنها خودش می داند.

ਕਿਵ ਕਰਿ ਆਖਾ ਕਿਵ ਸਾਲਾਹੀ ਕਿਉ ਵਰਨੀ ਕਿਵ ਜਾਣਾ ॥
کیو کر آخا کیو صلاحی کو ورنی کیو جانا.
چگونه می توانم عظمت او را توصیف کنم؟ چگونه می توانم او را ستایش کنم؟ چگونه می توانم ویژگی های او را توصیف کنم؟ چگونه می توانم او را بشناسم؟

ਨਾਨਕ ਆਖਣਿ ਸਭੁ ਕੋ ਆਖੈ ਇਕ ਦੂ ਇਕੁ ਸਿਆਣਾ ॥
نانک اکان سوب کوه اکی اک دو سی-انا
ای نانک، همه در مورد او صحبت می کنند، هرکس معقول تر از دیگری.

ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ ਵਡੀ ਨਾਈ ਕੀਤਾ ਜਾ ਕਾ ਹੋਵੈ ॥
وڈا صاحب وڈي نه ای کیتجا کا هوا
خداوند موجود برتری است که عظمت نام اوست. هرچه که رخ می دهد براساس خواسته ی اوست

ਨਾਨਕ ਜੇ ਕੋ ਆਪੌ ਜਾਣੈ ਅਗੈ ਗਇਆ ਨ ਸੋਹੈ ॥੨੧॥
نانک جي کو اپو جاني آی گا-آ-آ نه سوه.
ای نانک، اگر هر مرتایی ادعا کند که همه چیز را در مورد خداوند و خلقت او می داند، .ارزش لطف او را در دنیای بعد نخواهد داشت.

ਪਾਤਾਲਾ ਪਾਤਾਲ ਲਖ ਆਗਾਸਾ ਆਗਾਸ ॥
پاتالا پتل لک اکاسا اکاس.
در زیر دنیای پایینی دنیاهایی وجود دارد و صدها هزار دنیای بهشتی هم در بالا هست.

ਓੜਕ ਓੜਕ ਭਾਲਿ ਥਕੇ ਵੇਦ ਕਹਨਿ ਇਕ ਵਾਤ ॥
ارهک ارهک بهال تاکی وید کاهان ایک وات.
وداها می گویند که محققان خودشان را با تلاش برای یافتن محدودیت خلقت او خسته کرده اند.

ਸਹਸ ਅਠਾਰਹ ਕਹਨਿ ਕਤੇਬਾ ਅਸੁਲੂ ਇਕੁ ਧਾਤੁ ॥
صحاس اتارا کهان کتیبا اسولا اک دهات.
دنیا وجود دارد اما در واقع آنها بیشمار هستند با ۱۸۰۰۰کتب آسمانی می گویند که یک ریشه ی واحد در یک خالق.

ਲੇਖਾ ਹੋਇ ਤ ਲਿਖੀਐ ਲੇਖੈ ਹੋਇ ਵਿਣਾਸੁ ॥
لیکه هو تا لکی-یی لیکی هو واناس.
بنابراین خلقت نامحدود خداوند فاقد عدد و رقم است (در نهایت همه ی شمارش ها از بین می رود)

ਨਾਨਕ ਵਡਾ ਆਖੀਐ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਆਪੁ ॥੨੨॥
نانک ودا اخیِ اپی جانی اپ.
ای نانک، خدا بزرگ است، او تنها خودش می داند که چه اندازه بزرگ است.

ਸਾਲਾਹੀ ਸਾਲਾਹਿ ਏਤੀ ਸੁਰਤਿ ਨ ਪਾਈਆ ॥
سالاحی سلاحی ایتی سورت نه-ای-آ.
حتی کسانی که خدا را ستایش می کنند هم نمی توانند گستردگی خلقت او را درک کنند.

ਨਦੀਆ ਅਤੈ ਵਾਹ ਪਵਹਿ ਸਮੁੰਦਿ ਨ ਜਾਣੀਅਹਿ ॥
نادی-آتی یی پوی سمند نه جانی- اهی
آن‌ها مانند آن نهرها و رودخانه‌هایی هستند که به اقیانوس می‌ریزند، اما از گستردگی اقیانوس بی‌خبرند.

ਸਮੁੰਦ ਸਾਹ ਸੁਲਤਾਨ ਗਿਰਹਾ ਸੇਤੀ ਮਾਲੁ ਧਨੁ ॥
سمند صاحب سلطان گرہ سیتِ مال دان
حتی پادشاهان و امپراتوران با کوه‌های دارایی و اقیانوس‌های ثروت،

ਕੀੜੀ ਤੁਲਿ ਨ ਹੋਵਨੀ ਜੇ ਤਿਸੁ ਮਨਹੁ ਨ ਵੀਸਰਹਿ ॥੨੩॥
کیرهی تل نه هونی جی تیس منهو نه ویسرهی.
آنها با فقیرترین فقرا که خدا را فراموش نمی‌کنند برابر نیستند.

ਅੰਤੁ ਨ ਸਿਫਤੀ ਕਹਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥
انتِ نه سفتی کهان نه انتِ.
در فضایل خداوند پایانی وجود ندارد، و توصیفهای آنها پایانی ندارد.

ਅੰਤੁ ਨ ਕਰਣੈ ਦੇਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥
انتِ نه کرنی دِین نه انتِ.
آفرینش او پایانی ندارد، پایانی برای نعمت های او برای ما نیست.

ਅੰਤੁ ਨ ਵੇਖਣਿ ਸੁਣਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥
انتِ نه ویخان سنن نه انتِ.
حدود فضایل او را نمی توان با نگاه کردن یا شنیدن درباره خلقت او درک کرد.

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਕਿਆ ਮਨਿ ਮੰਤੁ ॥
انت نه جاپی کی-آ مان منتِ.
نمی توان فهمید که انگیزه خدا چیست؟

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਕੀਤਾ ਆਕਾਰੁ ॥
انتِ نه جاپی کیتا اکار.
محدودیت های عالم خلقت قابل درک نیست.

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਪਾਰਾਵਾਰੁ ॥
انتِ نه جاپی پاراوار.
نمی توان دانست که خلقت او از کجا شروع می شود و به کجا ختم می شود.

ਅੰਤ ਕਾਰਣਿ ਕੇਤੇ ਬਿਲਲਾਹਿ ॥
انتڻ کارن کیتی بیلاهی.
بسیاری برای دانستن محدودیت های او تلاش می کنند،

ਤਾ ਕੇ ਅੰਤ ਨ ਪਾਏ ਜਾਹਿ ॥
تا کی انتڻ نه پا-ای جاهی.
اما محدودیت‌هایش را نمی‌توان پیدا کرد.

ਏਹੁ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਇ ॥
ایهو انتڻ نه جانی کو-یی.
هیچ کس نمی‌تواند این حد و حدود را بداند.

ਬਹੁਤਾ ਕਹੀਐ ਬਹੁਤਾ ਹੋਇ ॥
بهوتا کهی-ای بهوتا هو-ایی.
هر چه بیشتر در مورد آنها بگویید، هنوزهم چیزهای بیشتری برای گفتن باقی می ماند.

ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ ਊਚਾ ਥਾਉ ॥
وادا صاحب اوچا تا-او.
او خالق برتر است. منزل او بالاترین است.

ਊਚੇ ਉਪਰਿ ਊਚਾ ਨਾਉ ॥
اوچی اوپر اوچا نا-او.
شکوه و عظمت او بالاترین است.

ਏਵਡੁ ਊਚਾ ਹੋਵੈ ਕੋਇ ॥
ایواد اوچا هاوی کو-ای.
تنها کسی که به بزرگی او باشد.

ਤਿਸੁ ਊਚੇ ਕਉ ਜਾਣੈ ਸੋਇ ॥
تیس اوچی کا-او جانی سو-ای.
می تواند شکوه و بزرگی او را بشناسد.

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਜਾਣੈ ਆਪਿ ਆਪਿ ॥
جیواد آپ جانی آپ آپ
تنها خودش می داند که چه اندازه بزرگ است.

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਕਰਮੀ ਦਾਤਿ ॥੨੪॥
نانک ندری کرمی داتڻ
ای نانک، او با لطف خود سعادتش را ارزانی می کند.

ਬਹੁਤਾ ਕਰਮੁ ਲਿਖਿਆ ਨਾ ਜਾਇ ॥
بهوتا کرم لیخی-آ نا جا-ای
لطف و نعمت های او به قدری فراوان است که هیچ حساب مکتوبی از آنها وجود ندارد.

ਵਡਾ ਦਾਤਾ ਤਿਲੁ ਨ ਤਮਾਇ ॥
وادا داتا تِیل نه تما-ای
دهنده ی بزرگ هیچ انتظاری از هیچ چیزی ندارد.

ਕੇਤੇ ਮੰਗਹਿ ਜੋਧ ਅਪਾਰ ॥
کیتی منگاهی جوده اپار

جنگجوهای قهرمان و بزرگ زیادی هستند که جلوی در خدای بی نهایت دعا میکنند.

ਕੇਤਿਆ ਗਣਤ ਨਹੀ ਵੀਚਾਰੁ ॥
کیتی-آ گنت نهی ویچار.
و افراد بیشتری که نمی توان شمرد که برای نعمت های او درخواست می کنند.

ਕੇਤੇ ਖਪਿ ਤੁਟਹਿ ਵੇਕਾਰ ॥
کیتی خپ توتآهی ویکار.
افراد زیادی گناه را ادامه داده و در اضطراب می میرند.

ਕੇਤੇ ਲੈ ਲੈ ਮੁਕਰੁ ਪਾਹਿ ॥
کیتی لی لی موکار پاهی.
افراد زیادی دریافت این نعمت ها را ادامه می دهند اما دریافتشان را انکار می کنند (هرگز از خدا تشکر نمی کنند)

ਕੇਤੇ ਮੂਰਖ ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥
کیتی مورخ خالی خاهی.
بسیاری از احمق‌ها به مصرف ادامه می‌دهند، اما نعمت دهنده را فراموش می‌کنند.

ਕੇਤਿਆ ਦੂਖ ਭੂਖ ਸਦ ਮਾਰ ॥
کیتی-آ دوخ بوخ سد مار.
افراد زیادی سرنوشتشان این است که پریشانی، محرومیت و تهمت مداوم را تحمل کنند

ਏਹਿ ਭਿ ਦਾਤਿ ਤੇਰੀ ਦਾਤਾਰ ॥
ایهی بهی دات تیری داتار.
ای بخشنده‌ی بزرگ، حتی این رنج‌ها، هم از برکات تو هستند، زیرا بسیاری از اوقات مردم، تو را تنها در سختی‌ها به یاد می‌آورند.

ਬੰਦਿ ਖਲਾਸੀ ਭਾਣੈ ਹੋਇ ॥
بند خلاصی بهانی هو-یی.
رهایی از وابستگی به چیزهای دنیوی تنها با پذیرش اراده شما حاصل می شود.

ਹੋਰੁ ਆਖਿ ਨ ਸਕੈ ਕੋਇ ॥
هور آخ نه سیکی کو-ای.
هیچ کس دیگری در این مورد نظری ندارد.

ਜੇ ਕੋ ਖਾਇਕੁ ਆਖਣਿ ਪਾਇ ॥
جی کو خا-اک آخان پا-ای.
اگر یک احمق فرض کند که حق دارد در این مورد حرفی بزند،

ਓਹੁ ਜਾਣੈ ਜੇਤੀਆ ਮੁਹਿ ਖਾਇ ॥
اوه جانی جیتي-آ موهی خا-ای.
فقط خواهد دانست که به خاطر این حماقت تا چه حد باید رنج بکشد.

ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਆਪੇ ਦੇਇ ॥
آپی جانی آپي دِي-ای
خدا خودش نیازهای ما را می داند و خودش بخشندگی را ادامه می دهد.

ਆਖਹਿ ਸਿ ਭਿ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥
آخاهی سی بهی کی-ای کی-یی
تنها افراد کمی این حقیقت را می دانند.

ਜਿਸ ਨੋ ਬਖਸੇ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹ ॥
جس نو بخسی صفت صالاح
کسی که سعادت خواندن ستایش خداوند را دارد.

ਨਾਨਕ ਪਾਤਿਸਾਹੀ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ॥੨੫॥
نانک پاتیساهو پاتیساهو
ای نانک، او ثروتمندترین فرد معنوی در جهان است.

ਅਮੁਲ ਗੁਣ ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰ ॥
امول گن امول واپر
ویژگی های خداوند، تلاش برای کسب این ویژگی ها بی قیمت و ارزشمند هستند.

ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰੀਏ ਅਮੁਲ ਭੰਡਾਰ ॥
امول واپاری-ای امول بهندار
کسانی که ویژگی ها را از گنج ارزشمند کسب می کنند خودشان ارزشمند هستند.

ਅਮੁਲ ਆਵਹਿ ਅਮੁਲ ਲੈ ਜਾਹਿ ॥
امول آواهی امول لی جاهی.
کسانی که به دنیا می آیند و بعد از رسیدن به ویژگی های خداوند از دنیا می روند ارزشمند هستند.

ਅਮੁਲ ਭਾਇ ਅਮੁਲਾ ਸਮਾਹਿ ॥
امول با-ای امولا سماهی.
کسانی که در عشق او غوطه ور شده و در او جذب شده اند ارزشمند هستند.

ਅਮੁਲੁ ਧਰਮੁ ਅਮੁਲੁ ਦੀਬਾਣੁ ॥
امول دهرم امول دیبان
قانون معنوی و درگاه معنوی عدالت ارزشمند هستند.

ਅਮੁਲੁ ਤੁਲੁ ਅਮੁਲੁ ਪਰਵਾਣੁ ॥
امول تول امول پروان
سیستم عدالت او و قوانین عدالت معنوی ارزشمند هستند.

ਅਮੁਲੁ ਬਖਸੀਸ ਅਮੁਲੁ ਨੀਸਾਣੁ ॥
امول بخسیس امول نیسان.
نعمت‌های او بی‌نهایت ارزشمند است.

ਅਮੁਲੁ ਕਰਮੁ ਅਮੁਲੁ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥
امول کرم امول فرمان.
رحمت او بی‌همتا است، و فرمان او بی‌نهایت ارزشمند است.

ਅਮੁਲੋ ਅਮੁਲੁ ਆਖਿਆ ਨ ਜਾਇ ॥
امولو امول آخی-آ نه جا-ای.
او بی‌نهایت ارزشمند و بی‌نظیر است و نمی‌توان آن را توصیف کرد.

ਆਖਿ ਆਖਿ ਰਹੇ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥
آخ آخ رهی لیو لا-ای.
بسیاری به طور مداوم فضایل او را توصیف می کنند و به مراقبه عمیق می روند، اما هنوز نمی توانند آنها را به طور کامل توصیف کنند.

ਆਖਹਿ ਵੇਦ ਪਾਠ ਪੁਰਾਣ ॥
آخاهی وید پات پوران.
نوشته های کتاب مقدس (ودا و پوراناس) سعی در توصیف او دارند.

ਆਖਹਿ ਪੜੇ ਕਰਹਿ ਵਖਿਆਣ ॥
آخاهی پرهی کریهی واخی-آن
محققان در مورد او صحبت می کنند و تلاش برای وصف او دارند.

ਆਖਹਿ ਬਰਮੇ ਆਖਹਿ ਇੰਦ ॥
آخاهی برمی آخاهی اند
براهما و ایندرا صحبت بیشماری در مورد خداوند دارند.

ਆਖਹਿ ਗੋਪੀ ਤੈ ਗੋਵਿੰਦ ॥
آخیهی گاپی تی گوند
کریشنا و پیروان بیشمارش ستایش او را می خوانند.

ਆਖਹਿ ਈਸਰ ਆਖਹਿ ਸਿਧ ॥
اخیهی ایسر آخیهی سد
شیوا و سیدهاز (افرادی با نیروی ماورای طبیعی) او را ستایش می کنند.

ਆਖਹਿ ਕੇਤੇ ਕੀਤੇ ਬੁਧ ॥
آخیهی کیتی کیتی بد
افراد باهوش زیادی که او افریده است تلاش برای وصف او دارند.

ਆਖਹਿ ਦਾਨਵ ਆਖਹਿ ਦੇਵ ॥
آهخیهی دانف آخیهی دیف.
شیاطین و فرشتگان نیز در ستایش خدا می‌خوانند.

ਆਖਹਿ ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਸੇਵ ॥
آخیهی سور نر من جن سیو
افراد باخدا، پرهیزکاران مقدس و پیروانشان سرود ستایش او را می خوانند.

ਕੇਤੇ ਆਖਹਿ ਆਖਣਿ ਪਾਹਿ ॥
کیتی آخیهی آخان پاهی
افراد زیادی او را با تمام انرژی توصیف می کنند.

ਕੇਤੇ ਕਹਿ ਕਹਿ ਉਠਿ ਉਠਿ ਜਾਹਿ ॥
کیتی کاهی کاهی اوت اوت جاهی.
بسیاری پس از آن که بارها در مورد فضایل خدا صحبت کردند، از این دنیا می‌روند.

ਏਤੇ ਕੀਤੇ ਹੋਰਿ ਕਰੇਹਿ ॥
ایتی کیتی هور کری هی.
خدایا اگر بخواهی به تعداد مردمی که هست دوباره خلق کنی.

ਤਾ ਆਖਿ ਨ ਸਕਹਿ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥
تا آخ نه سکاهی کی-ای کی –ای.
حتی در این صورت، آنها نمی توانند فضایل تو را به طور کامل توصیف کنند.

ਜੇਵਡੁ ਭਾਵੈ ਤੇਵਡੁ ਹੋਇ ॥
جیود باوی تیود هو-ای.
خدا به قدری که می خواهد بزرگ است.

ਨਾਨਕ ਜਾਣੈ ਸਾਚਾ ਸੋਇ ॥
نانک جانی ساچا سو-ای.
ای ناناک، فقط او ، خدای ابدی می داند که چقدر بزرگ است؟

ਜੇ ਕੋ ਆਖੈ ਬੋਲੁਵਿਗਾੜੁ ॥
جی کو آخی بلوویگارح.
اگر کسی به طرز نامناسبی ادعا کند که می‌تواند خدا را توصیف کند،

ਤਾ ਲਿਖੀਐ ਸਿਰਿ ਗਾਵਾਰਾ ਗਾਵਾਰੁ ॥੨੬॥
تا لیکی-ای سر گاوارا گاوار.
در این صورت نام او باید در صدر فهرست بزرگترین احمق‌ها نوشته شود.

ਸੋ ਦਰੁ ਕੇਹਾ ਸੋ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥
سو در کیها سو غر کیها جت باهی سرب سمالی.
خدایا، چه باشکوه است جایگاه تو و چه شگفت انگیز است آن در که از آنجا به همه آفریده هایت رسیدگی می کنی.

ਵਾਜੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥
واجی ناد انیک اسنکھا کیتی واونهاری.
در این مکان شگفت انگیز، نوازنده های بیشماری آلات موسیقی را می نوازند و ملودی های بیشماری می سازند.

ਕੇਤੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਨਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥
کیتی راگ پری سی-او خاهی-ان کیتی گاونهاری
خواننده های زیادی با معیارهای موسیقی مرموز از شما می خوانند.

ਗਾਵਹਿ ਤੁਹਨੋ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥
گاوهی تهنو په-اون پانی بیسندتز گاوی راجا دهرم دو-آری.
حتی طبیعت (باد، دریا و آتش) به روش خود از تو می خوانند. قاضی رفتار ما در ورودی در شما، شما را ستایش می کند

ਗਾਵਹਿ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਹਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਵੀਚਾਰੇ ॥
گاوهی چت گوپت لیخ چانی لیخ لیخ دهرم ویچاری.
چیترا و گوپتا (فرشتگان) که به شرح اعمال مردم می‌نویسند و دارامراج در مورد سوابق آنان داوری می‌کند، شما را هم ستایش می‌کنند.
.

ਗਾਵਹਿ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥
گاوهی ایسر برما دیوی سوهان صدا سواری.
خدای شیوا، برهما و الهه ای که توسط تو آراسته شده اند نیز در حال ستایش تو هستند.

ਗਾਵਹਿ ਇੰਦ ਇਦਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥
گاوهی اند اداسن بیتی دیویتی-آ در نالی.
خدای ایندرا که بر تختش نشسته است همراه با بسیاری از فرشتگان دیگر که در آستان تو ایستاده اند، تو را می ستایند.

ਗਾਵਹਿ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਸਾਧ ਵਿਚਾਰੇ ॥

گاوهی سدح سمادهی اندر گاون سادح ویچاری.

سیدهاس (مردان مقدس با قدرت معنوی) تو را در تفکر عمیق می ستایند، پرهیزکاران نیز تو را در تفکر عمیق می ستایند.

ਗਾਵਨਿ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਹਿ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

گوان جاتی ستی سنتوخی گاوهی ویر کراریی.

مردان نظم و انضباط، نیکوکاری، قناعت و جنگجویان شجاع همه ستایش شما را می‌خوانند.

ਗਾਵਨਿ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

گوان پند ٹ پرهان رخیسر جگ جگ ویدا نالی.

پاندیت ها و حکیمان بزرگی که از قدیم الایام وداها را می خوانند، تو را می ستایند.

ਗਾਵਹਿ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗਾ ਮਛ ਪਇਆਲੇ ॥

گواهی مهنی-آ من موهن سورجا مچ په-اآلی.

کنیزان زیبا و جذاب در بهشت، زمین و نواحی پایین، تو را می ستایند.

ਗਾਵਨਿ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥

گوان رتن اوپآ-ای تیری اتست تیرات نالی.

جواهرات گرانبهایی که شما خلق کرده‌اید، همراه با تمام شصت و هشت محل زیارت، سرود شما را می‌خوانند.

ਗਾਵਹਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਹਿ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥

گواهی جوده مهابل سورا گواهی خانی چاری.

جنگجویان و مخلوقات شجاع و توانا از هر چهار منبع حیات، تو را می ستایند.

ਗਾਵਹਿ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਧਾਰੇ ॥

گاوهی خند مندل وربهندا کر کر رخی دهاری.

تمام قاره‌ها، کهکشان‌ها و منظومه‌های خورشیدی در کل جهان که توسط تو ساخته و پشتیبانی می‌شوند، از تو می‌خوانند.

ਸੇਈ ਤੁਧੁਨੋ ਗਾਵਹਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥
سی-ای تیدونو گاوهی جو دت باون ریتی تیری بهگت رسالی.
فقط کسانی ستایش های شما را می خوانند که برای شما خشنود هستند و واقعاً فداکار و آغشته به عشق شما هستند.

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਵੀਚਾਰੇ ॥
هور کیتی گاون سی می چیت نه آون نانک کی-آ ویچاریی.
بسیاری دیگر از تو می خوانند که به ذهن من نمی آید. چگونه ناناک می تواند به همه کسانی که مداحی تو را می خوانند فکر کند؟

ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥
سو-ای سو-ای صدا سچ صاحب ساچا ساچی نا-ای.
خدا و تنها خدا ابدی است قدرت و عظمت او ابدی است.

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥
هی بهی هوسی جای نه جاسی رچنا جن رچا-یی.
او که این جهان را افریده است اکنون وجود دارد، و وجود خواهد داشت، نه زاده شده و نه خواهد مرد.

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥
رنجی رنجی بهاتی کر کر جنسی ما-ا-آ اوپا-یی.
خدایی که مایا را در رنگ ها، گونه ها و گونه های بسیار آفریده است.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਵ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥
کر کر ویخا کیتا آپا جیو تیس دی ویدی-آ-یی.
او خلق می کند و سپس به میل خود از خلقت خود مراقبت می کند.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥
جو تیس باوی سو-یی کرسی حکم نه کرنا جا-یی.
هر کاری را که راضی است انجام می دهد و هیچ کس نمی تواند به او دستور دهد.

ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੨੭॥
سو پاتیساهو ساها پاتیصاحب نانک رهان رجا-یی.
ای ناناک، خداوند امپراتور امپراتوران است و زندگی بر اساس خواست او برای همه بهتر است.

ਮੁੰਦਾ ਸੰਤੋਖੁ ਸਰਮੁ ਪਤੁ ਝੋਲੀ ਧਿਆਨ ਕੀ ਕਰਹਿ ਬਿਭੂਤਿ ॥
مندا سنتوخ پت جهولی دهی-آن کی کراهی ببهوت.
ای مرتا، گوشهای خود را خرسند کن، کاسه ی گدایی خود را سخت کوش کن و به .نام خدا فکر کن مانند خاکستری که جسم تو را می پوشاند.

ਖਿੰਥਾ ਕਾਲੁ ਕੁਆਰੀ ਕਾਇਆ ਜੁਗਤਿ ਡੰਡਾ ਪਰਤੀਤਿ ॥
.خنتا کال کو-آری کا-ا-آ جوگت ڈنڈا پرتیت
اجازه بده اطلاع از مرگ کت پوشاننده ی تو باشد، ویژگی انسانی به عنوان مسیر زندگی تو و ایمان به خدا به عنوان عصای حرکت تو.

ਆਈ ਪੰਥੀ ਸਗਲ ਜਮਾਤੀ ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ ॥
.آ-یی پنتی سگل جماتی من جیتی جگ جیت
اجازه بده برادری جهانی انتخاب تو باشد؛ با کنترل ذهنت می توانی در مسابقات جهانی برنده شوی.

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥
آدیس تیسی آدیس.
من به او کاملا تعظیم می کنم.

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੨੮॥
آد انیل اناڈ اناهت جگ جگ ایکو ویس.
او ابدی ، قادر، بدون تولد، بدون انتها و بدون تغییر است.

ਭੁਗਤਿ ਗਿਆਨੁ ਦਇਆ ਭੰਡਾਰਣਿ ਘਟਿ ਘਟਿ ਵਾਜਹਿ ਨਾਦ ॥
.بوگت گی-آن دا-ا-آ بهندارن غت غت واجه ناد
ای مرتا، اجازه بده دانش معنوی غذای تو باشد، مهربانی همراه تو باشد و موسیقی معنوی که در هر ضربان قلب تو نواخته می شود ابزار تو باشد.

ਆਪਿ ਨਾਥੁ ਨਾਥੀ ਸਭ ਜਾ ਕੀ ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਅਵਰਾ ਸਾਦ ॥
.آپ نات ناتی سب جا کی رد اورا ساد
خدا خودش چیره بر همه است که کل جهان را کنترل می کند. معجزه ها و دیگر نیروهای معنوی تقسیماتی هستند که فرد را از خدا دور می کنند.

ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਜੋਗੁ ਦੁਇ ਕਾਰ ਚਲਾਵਹਿ ਲੇਖੇ ਆਵਹਿ ਭਾਗ ॥
سنجوگ ویجوگ دو-ای کر چلاویح لیخی آوهی باگ.
قانون اتحاد و جدایی خدا بر بازی جهان حاکم است و هر کس آنچه را که از پیش تعیین شده دریافت می‌کند.

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥
.آدیس تیسا آدیس
با فروتنی به خدا تعظیم کن

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੨੯॥
آد انیل اناد اناهت جگ جگ ایکو ویس.
که ابدی، توانا، بدون تولد، غیرقابل ویرانی و بدون تغییر است.

ਏਕਾ ਮਾਈ ਜੁਗਤਿ ਵਿਆਈ ਤਿਨਿ ਚੇਲੇ ਪਰਵਾਣੁ ॥
.ایکا ما-یی جوگت وی-آ-یی تن چلی پروان
با توجه به باورهای هندو، مایا به طرز اسرارآمیزی حامله شده و سه پسر به دنیا آورده‌است.

ਇਕੁ ਸੰਸਾਰੀ ਇਕੁ ਭੰਡਾਰੀ ਇਕੁ ਲਾਏ ਦੀਬਾਣੁ ॥
اک سنساری اک بھنداری اک لا-یی دیبان.
اعتقاد بر این است که یکی خالق جهان است، یکی پایدار و دیگری نابودگر.

ਜਿਵ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵੈ ਜਿਵ ਹੋਵੈ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥
جیو تیس بھاوی تیوی چلاوی جیو هوی فرمان.
هرچند حقیقت این است که خدا خودش همه ی این اعمال را به خواسته ی خود هدایت می کند، و هر اتفاقی به دستور او می افتد.

ਓਹੁ ਵੇਖੈ ਓਨਾ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵੈ ਬਹੁਤਾ ਏਹੁ ਵਿਡਾਣੁ ॥
اوہ ویخی اونا ندرنہ آوی بهوتا ایهو ویدان.
او به همه نگاه می کند اما هیچ کس نمی تواند او را ببیند. این چقدر شگفت انگیز است.

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥
آدیس تیسی آدیس.
با فروتنی به آن خدای بزرگ تعظیم کنید،

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੩੦॥
آد انیل اناهت جگ جگ ایکو ویس.
او ابدی، قادر، بدون تولد و مرگ، بدون تغییر و فناناپذیر است.

ਆਸਣੁ ਲੋਇ ਲੋਇ ਭੰਡਾਰ ॥
آسن لو-ای بهندار.
خدا در کل جهان حاضر است و جهان پر از سخاوت اوست.

ਜੋ ਕਿਛੁ ਪਾਇਆ ਸੁ ਏਕਾ ਵਾਰ ॥
جو کیچ پا-ا-آ سو ایکا وار.
هر بخششی که در جهان باشد او برای همه قرار داده است.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸਿਰਜਣਹਾਰੁ ॥
کر کر ویخی سرجنهار.
خدا می آفریند و سپس از خلقتش مراقبت می کند.

ਨਾਨਕ ਸਚੇ ਕੀ ਸਾਚੀ ਕਾਰ ॥
نانک سچی کی ساچی کار
ای نانک، سیستم خداوند در مراقبت از خلقت کامل است.

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥
آدیس تیسا آدیس.
بیایید به این خدای قادر تعظیم کنید.

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੩੧॥
آدِ انیل اناد‎ِ اناهت جگ جگ ایکو ویس
کسی که ابدی، قادر، بدون تولد، غیرقابل ویرانی و بدون تغییر در طول عصرهاست.

ਇਕ ਦੂ ਜੀਭੌ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ ॥
ایک دو جیبهو لک هاوح لک ویس.
اگر زبان فردی صدهزار تا یا حتی بیست برابر بیشتر شود.

ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੇੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ ॥
لک لک گیرها آخی-اخی ایک نام جگدیس.
و اگر نام خداوند میلیونها بار با هر چرخش زبان تکرار شود بدون عشق و پرستش فرد نزدیکتر نخواهد شد.

ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ ॥
ایت راهی پت پرهی-آ چرهی-آی هو-یی ایکیس.
راه یکی شدن با خداوند بالا رفتن از مراحلی است که منجر به او می شوند که نیازمند علبه بر نفس و تفکر به نعمت ها می باشد.

ਸੁਣਿ ਗਲਾ ਆਕਾਸ ਕੀ ਕੀਟਾ ਆਈ ਰੀਸ ॥
سن گلا آکاس کی کیتا آ-یی ریس

افراد غافل بعد از گوش دادن به افراد آگاه معنوی فکر می کنند که می توانند تنها با تقلید از آنها به سطح آنان برسند.

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਪਾਈਐ ਕੂੜੀ ਕੂੜੈ ਠੀਸ ॥੩੨॥
نانک ندری پا-یی-آی کرخی کرخی تیس.
ای نانک، اتحاد با خداوند را تنها به لطف او می توان به دست آورد و همه چیز دیگراشتباه دروغگویان است.

ਆਖਣਿ ਜੋਰੁ ਚੁਪੈ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥
آخان جور چوپی نه جور
ما قدرتی برای صحبت کردن یا ساکت ماندن نداریم.

ਜੋਰੁ ਨ ਮੰਗਣਿ ਦੇਣਿ ਨ ਜੋਰੁ ॥
جور نه منگن ڈین نه جور.
ما نه قدرت درخواست و نه بخشش داریم (آنچه را که برایمان مقدر شده و روح بخشش از برکات خدا می‌آید).

ਜੋਰੁ ਨ ਜੀਵਣਿ ਮਰਣਿ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥
جور نه جیوان مرن نه جور.
مرگ و زندگی نیز تحت کنترل ما نیست.

ਜੋਰੁ ਨ ਰਾਜਿ ਮਾਲਿ ਮਨਿ ਸੋਰੁ ॥
جور نه راج مال من سور.
کسب قدرت و ثروت دنیوی که باعث تکبر در ذهن ما می شود، از کنترل ما خارج است.

ਜੋਰੁ ਨ ਸੁਰਤੀ ਗਿਆਨਿ ਵੀਚਾਰਿ ॥
جور نه سرتِی گی-آن ویچار.
ما هیچ قدرتی نداریم که به بیداری، دانش یا تفکر روحانی دست یابیم.

ਜੋਰੁ ਨ ਜੁਗਤੀ ਛੁਟੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥
جور نه جگتِی چهوتِی سنسار.
ما هیچ قدرتی نداریم که از وسوسه‌های دنیوی بگریزیم.

ਜਿਸੁ ਹਥਿ ਜੋਰੁ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸੋਇ ॥
جس هت جور کر ویخی سو-یی.
تنها خدا که قدرت خلق و مراقبت از آفرینش را دارد.

ਨਾਨਕ ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ ਨ ਕੋਇ ॥੩੩॥
نانک اوتم نیچ نه کو-یی.
انسان به خودی خود نه برتر می‌شود و نه پست‌تر (کسی می‌شود که خدا او را آفریده)

ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ ॥
راتی روتِي تیتِي وار.
شب‌ها، فصل‌ها، روزهای ماه، روزهای هفته،

ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ ॥
پون پانی اگنی پاتِل
باد، آب، آتش و مناطق دیگر،

ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਥਾਪਿ ਰਖੀ ਧਰਮ ਸਾਲ ॥
تیس ویچ دهرتِي داپ راخی دهرم سال.
در میان همهٔ اینها، خدا زمین را برای انسان‌ها مکانی قرار داد تا برای رشد روحانی‌شان کارهای شایسته‌ای انجام دهند.

ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਕੇ ਰੰਗ ॥
تیس ویچ جی-ا جگت کی رنگ.
در این مرحله، موجودات از گونه‌ها و اشکال مختلف زندگی می‌کنند.

ਤਿਨ ਕੇ ਨਾਮ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤ ॥
تن کی نام انیک انٹ.
که نام های شان بی شمار و بی پایان است.

ਕਰਮੀ ਕਰਮੀ ਹੋਇ ਵੀਚਾਰੁ ॥
کرمی کرمی هو-یی ویچار.
انسانها بر اساس اعمالشان قضاوت میشوند.

ਸਚਾ ਆਪਿ ਸਚਾ ਦਰਬਾਰੁ ॥
سچار آپ سچا دربار.
خدا خود حق است و عدالت او راست است.

ਤਿਥੈ ਸੋਹਨਿ ਪੰਚ ਪਰਵਾਣੁ ॥
تیتی سوهن پنچ پروان.
برگزیدگان و قبول شدگان در این نظام عدالت، بسیار باوقار به نظر می‌رسند.

ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਪਵੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥
ندری کرم پوی نیسان.
آنها نشان فیض را از خدای رحیم دریافت می‌کنند.

ਕਚ ਪਕਾਈ ਓਥੈ ਪਾਇ ॥
کچ پکا-یی اودی پا-یی.
موفقیت یا شکست از نظر رشد روحانی در حضور خدا مورد قضاوت قرار می‌گیرد.

ਨਾਨਕ ਗਇਆ ਜਾਪੈ ਜਾਇ ॥੩੪॥
نانک گا-ا-آ جاپی جا-یی.
ای ناناک، وقتی به حضور خدا می‌رسیم می‌بینیم که آیا کسی موفق یا شکست خورده است

ਧਰਮ ਖੰਡ ਕਾ ਏਹੋ ਧਰਮੁ ॥
دهرم خند کا ایهو دهرم.
این گزارش از وظیفه اخلاقی یک فرد در دارامکند (مرحله اول رشد معنوی که در این استنزا شرح داده شده‌است) می‌باشد.

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਕਾ ਆਖਹੁ ਕਰਮੁ ॥
گی –آن خنڈ کا آخو کرم.
اکنون من (ناناک) در حال توصیف کار گیان‌خند، مرحله دستیابی به دانش الهی هستم.

ਕੇਤੇ ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਵੈਸੰਤਰ ਕੇਤੇ ਕਾਨ ਮਹੇਸ ॥
کیتی پوان پانی ویسنتر کیتی کان میهیس.
در آفرینش خداوند اشکال بسیار زیادی از باد، آب و آتش وجود دارد؛ خدایان کریشنا و شیواس.

ਕੇਤੇ ਬਰਮੇ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਅਹਿ ਰੂਪ ਰੰਗ ਕੇ ਵੇਸ ॥
کیتی برمی غرهاٹ غرهی-آهی روپ رنگ کی ویس.
بسیاری از خدا ها مانند براهم ها به شکل‌ها و رنگ‌های بی‌شماری خلق شده‌اند.

ਕੇਤੀਆ ਕਰਮ ਭੂਮੀ ਮੇਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਧੂ ਉਪਦੇਸ ॥
کیتي-آ کرم بهومی میر کیتی کیتی دهو اپدیس.
زمین‌ها و کوه‌های بسیاری وجود دارند که مردم وظیفه خود را در آن‌ها انجام می‌دهند و قدیس‌ها مانند دهرو هستند و بسیاری از آن‌ها تعالیم آن‌ها است.

ਕੇਤੇ ਇੰਦ ਚੰਦ ਸੂਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਮੰਡਲ ਦੇਸ ॥
کیتی ایند چند سور کیتی مندل ڈیس.
ایندراها، قمرها، خورشیدها و بسیاری از منظومه های سیاره ای وجود دارند.

ਕੇਤੇ ਸਿਧ ਬੁਧ ਨਾਥ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਦੇਵੀ ਵੇਸ ॥
کیتي سد بوده نات کیتی کیتی دیوی ویس.
سیدهای زیادی با قدرت های معجزه آسا، افراد خردمند، یوگی های بسیار و الهه های بسیاری در اشکال مختلف وجود دارند.

ਕੇਤੇ ਦੇਵ ਦਾਨਵ ਮੁਨਿ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਰਤਨ ਸਮੁੰਦ ॥
کیتی دیو ڈانو مون کیتی کیتی رتن سمنڈ.
انسان های پرهیزکار، شیاطین، حکیمان و اقیانوس های جواهرات بسیاراند.

ਕੇਤੀਆ ਖਾਣੀ ਕੇਤੀਆ ਬਾਣੀ ਕੇਤੇ ਪਾਤ ਨਰਿੰਦ ॥
کیتي-آ خانی کیتی-آ بنی کیتی پٹ نیرنڈ.
There are so many sources of life, languages, and so many kings and emperors.

ਕੇਤੀਆ ਸੁਰਤੀ ਸੇਵਕ ਕੇਤੇ ਨਾਨਕ ਅੰਤੁ ਨ ਅੰਤੁ ॥੩੫॥
کیتی-آ سورتي سوک انٹ نا انٹ.
منابع حیات، زبان‌ها و بسیاری از پادشاهان و امپراتوران در آنجا یافت می‌شود.

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਮਹਿ ਗਿਆਨੁ ਪਰਚੰਡੁ ॥
گی-آن خند مه گی-آن پرچنڈ.
در دوران گیان کهند، تاثیر دانش الهی بسیار قوی است.

ਤਿਥੈ ਨਾਦ ਬਿਨੋਦ ਕੋਡ ਅਨੰਦੁ ॥
تيتي ناڈ بنوڈ کوڈ اناڈ.
در این مرحله، فرد احساس می کند که به موسیقی میلیون ها ملودی گوش می دهد که شادی، سرگرمی و سعادت از آنها جریان دارد.

ਸਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਰੂਪੁ ॥
سرم خنڈ کی بنی روپ.
سرام‌کهند (مرحله تلاش معنوی) مرحله زیباسازی معنوی است.

ਤਿਥੈ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਐ ਬਹੁਤੁ ਅਨੂਪੁ ॥
تیتی غارهت غرهی-آ بهوت انوپ.
در این مرحله، ذهن روشن شده به زیبایی بازسازی شده است.

ਤਾ ਕੀਆ ਗਲਾ ਕਥੀਆ ਨਾ ਜਾਹਿ ॥ ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥
جی کو کاهی پچھی پچھوتا-یی.
نمی‌توان فرایند فکری والای چنین ذهنی را توصیف کرد و اگر کسی تلاش کند در نهایت توبه می‌کند.

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥
تِآ کی-آ گلا گتی-آ نا جاهی
شعور، عقل، ذهن و درک دوباره شکل می گیرد.

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥੩੬॥
تِیتی غرهی-آیی سورت سدها کی سد.
شعور انسانها مانند شعور فرشتگان و سیدها می شود.

ਕਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜੋਰੁ ॥
کرم خند کی بنی جور.
قدرت معنوی ویژگی مرحله کرم خاند (فیض الهی) است

ਤਿਥੈ ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ ॥
تِیتی هور نه کو-یی هور.
(در آنجا) هیچ کس دیگر ساکن نیست، مگر کسانی که (در دنیا) با وی (به نعمت) رسیده‌اند.

ਤਿਥੈ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ ॥
تِیتی جوده مهابل سور.
تنها جنگجویان شجاع و قدرتمند روحانی به این مرحله می‌رسند که وسوسه‌های دنیوی را مغلوب ساخته‌اند.

ਤਿਨ ਮਹਿ ਰਾਮੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰ ॥
تِن میه راهی-ا بهرپور.
آنها کاملاً آغشته به خدای فراگیر هستند.

ਤਿਥੈ ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ ਮਹਿਮਾ ਮਾਹਿ ॥
تِیتی سیتو سیتا مهیما ماهی.
آنها کاملاً غرق در ستایش خداوند هستند.

ਤਾ ਕੇ ਰੂਪ ਨ ਕਥਨੇ ਜਾਹਿ ॥
تِا کی روپ نه کیتی جاهی.
نمی‌توان زیبایی پرتوافشان را به دلیل نور روحانی توصیف کرد.

ਨਾ ਓਹਿ ਮਰਹਿ ਨ ਠਾਗੇ ਜਾਹਿ ॥ ਜਿਨ ਕੈ ਰਾਮੁ ਵਸੈ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥
نه اوه میره نه تاگی جاهی جن کی رام ویسی من ماهی.
کسانی که خدا در ذهنشان به سر می‌برد با زوال روحانی و شرارت‌های دنیا روبرو نمی‌شوند و نمی‌توانند بر آن‌ها چیره شوند.

ਤਿਥੈ ਭਗਤ ਵਸਹਿ ਕੇ ਲੋਅ ॥
تِیتی بگهت ویسه کی لو-ا
پیروان بسیاری از ادیان در آن سکونت دارند.

ਕਰਹਿ ਅਨੰਦੁ ਸਚਾ ਮਨਿ ਸੋਇ ॥
کریهی انند سچه من سو-یی.
آنها شادی ابدی را تجربه می کنند زیرا خدا همیشه در ذهن آنها ساکن است.

ਸਚ ਖੰਡਿ ਵਸੈ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ॥
سچ خند ویسی نیرانکر.
ساخ خاند مرحله اتحاد با خدا است، در این مرحله، خدا بی شکل در قلب بندگان ساکن است

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥
کر کر ویخی ندار نهال.
پس از آفرینش، خدای رحیم به او نظر لطف می‌کند و از آفرینش او مراقبت می‌نماید.

ਤਿਥੈ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡ ॥
تیتی خند مندل وربهند.
در این مرحله، انسان با دانش سیاره‌های بی‌پایان، منظومه‌های شمسی و کهکشان‌ها روشن می‌شود.

ਜੇ ਕੋ ਕਥੈ ਤ ਅੰਤ ਨ ਅੰਤ ॥
جی کو کیتی تا انت نه انت.
اگر کسی سعی کند آنها را توصیف کند، درمی یابد که پایانی برای آن وجود ندارد

ਤਿਥੈ ਲੋਅ ਲੋਅ ਆਕਾਰ ॥
تتی لو-ا لو-آ آکار.
در این مرحله می توان دریافت که دنیاهای بسیاری و اشکال مختلف خلقت در جهان وجود دارد.

ਜਿਵ ਜਿਵ ਹੁਕਮੁ ਤਿਵੈ ਤਿਵ ਕਾਰ ॥
جیو جیو حکم تیوی تیو کار.
انسان می‌داند که هر چیزی به فرمان او عمل می‌کند.

ਵੇਖੈ ਵਿਗਸੈ ਕਰਿ ਵੀਚਾਰੁ ॥
ویخی ویگسی کر ویچار.
انسان می‌فهمد که خدا به آفرینش خود توجه دارد و از آن لذت می‌برد.

ਨਾਨਕ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥੩੭॥
نانک کتنا کررها سار.
ای نانک، توصیف این مرحله غیرممکن است، تنها می توان آن را تجربه کرد.

ਜਤੁ ਪਾਹਾਰਾ ਧੀਰਜੁ ਸੁਨਿਆਰੁ ॥
جت پاهارا دهیراج سونی-آر
مثال زدن یک زرگر برای توصیف اینکه چگونه می توان کار روشنگری معنوی را آغاز کرد. بگذار صبر زرگر عفت دکان باشد.

ਅਹਰਣਿ ਮਤਿ ਵੇਦੁ ਹਥੀਆਰੁ ॥
ارهن مٹ ویڈ هاتی-آر
ویڈ بگذارید ذهنتان سندان باشد و خرد معنوی ابزار ها باشند (ذهن خود را با دانش مذهبی بیدار کنید).

ਭਉ ਖਲਾ ਅਗਨਿ ਤਪ ਤਾਉ ॥
بهی-او خلا اگن تپ تا-او.
ترس از خدا به عنوان دم و کار سخت و منظم مانند آتش است.

ਭਾਂਡਾ ਭਾਉ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਤਿਤੁ ਢਾਲਿ ॥
بهاندا بها-او امیرت تیت دهال.
در ظرف آهنگری عشق، شهد نعمت ها را با پرستش کامل هم بزنید.

ਘੜੀਐ ਸਬਦੁ ਸਚੀ ਟਕਸਾਲ ॥
غرهی-ای سبد سچی ٹکسال.
این ضربات واقعی است که نام خدا در آن حک شده است (این روشی است که یک فرد می تواند خود را شکل دهد تا از لحاظ معنوی آگاه شود)

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਤਿਨ ਕਾਰ ॥
جن کا-او ندری کرم تین کار.
این وظیفه توسط کسانی که خدا از آنها نظر لطف و عنایت خود را به دست می‌دهد، انجام می‌شود

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥੩੮॥
نانک ندری ندر نهال.
ای نانک، به لطف خداوند چنین افرادی به حالت ابدی به سعادت می رسند.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک.
شالوک:

ਪਵਣੁ ਗੁਰੂ ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ ਮਾਤਾ ਧਰਤਿ ਮਹਤੁ ॥
پوان گورو پانی پیتا ماتا دهارٹ مهات.
هوا مانند معلم مذهبی است، آب پدر و زمین مادر است. (هوا برای بدن لازم است مانند راهنمایی مذهبی که برای روح لازم است. زمین مادر کل جهان است. آب منبع زندگی است و به زمین مادر کمک می کند تا نعمت تولید کند)

ਦਿਵਸੁ ਰਾਤਿ ਦੁਇ ਦਾਈ ਦਾਇਆ ਖੇਲੈ ਸਗਲ ਜਗਤੁ ॥
دیوس راٹ دو-ای دا-یی دا-ا-آ خیلی سگل جگٹ.
روزها و شب‌ها مانند پرستاران زن و مردی است که تمام دنیا نقشی را که برای هر یک در نمایش دنیوی محول شده در دامانشان ایفا می‌کنند.

ਚੰਗਿਆਈਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ਵਾਚੈ ਧਰਮੁ ਹਦੂਰਿ ॥
چنج-آیی-آ بوری-آیی-آ ویچایی دھرم هاڈور.
کردارهای خوب و بد توسط قادر مطلق آزمایش می شوند.

ਕਰਮੀ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਕੇ ਨੇੜੈ ਕੇ ਦੂਰਿ ॥
کرمی آپو آپنی کی نیرهی کی ڈرو.
طبق عملکرد آنها برخی نزدیکتر و برخی از خدا دورتر می شوند.

ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ਗਏ ਮਸਕਤਿ ਘਾਲਿ ॥
جینی نام دهی-آ-آ گی-یی مسکٹ گھل.
آنان که خدا را با پرستش به یاد می‌آوردند، پس از به دست آوردن ثمرۀ کار سخت خود، از این دنیا رفتند

ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ਕੇਤੀ ਛੁਟੀ ਨਾਲਿ ॥੧॥
نانک تی مخ اجلی کیتی چھوتی نال.

ای نانک، چهره‌هایشان در پیشگاه خداوند از شرافت می‌درخشد. بسیاری دیگر، تحت تأثیر شرکت آن ها قرارمی گیرند ،و به آزادی از قیود دنیوی دست میابند.

ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮਃ ੫ ॥
گاوری سوخماني مهلا ۵
راگ گاوری ، استاد مذهبی پنجم: سوخمانی به معنای مهره تاجی از سعادت است.

ਸਲੋਕੁ
سلوک
شالوک:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
ایکو-نکار ستگور پرساد
یک خدای ابدی، با لطف استاد مذهبی شناخته شده است.

ਆਦਿ ਗੁਰਏ ਨਮਹ ॥
آد گر-ای نمه
من به استاد مذهبی اول تعظیم می کنم.

ਜੁਗਾਦਿ ਗੁਰਏ ਨਮਹ ॥
جگاد گر-ای نمه
من به استاد مذهبی تعظیم می کنم که قبل از آغاز عصرها وجود داشت.

ਸਤਿਗੁਰਏ ਨਮਹ ॥
ستگر-آی نمه
من به استاد مذهبی جاودانه واقعی تعظیم می کنم.

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰਦੇਵਏ ਨਮਹ ॥੧॥
ساری گردیو-آی نمه
من در برای استاد مذبی مقدس بزرگ تعظیم می کنم.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپیدی.
اشتاپیدی:

ਸਿਮਰਉ ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਸੁਖੁ ਪਾਵਉ ॥
سمراوه سمر سمر سوخ پاواوه.
خدا را با عبادت عاشقانه یاد می کنم و با یاد او همیشه سعادت ابدی را تجربه می کنم.

ਕਲਿ ਕਲੇਸ ਤਨ ਮਾਹਿ ਮਿਟਾਵਉ ॥
کال کلیس تن ماهی متاوه.
و همه نگرانی ها و ناراحتی ها را از ذهنم دور می کند.

ਸਿਮਰਉ ਜਾਸੁ ਬਿਸੁੰਭਰ ਏਕੈ ॥
سمراوه جاس بسمبهار ایکی.
من به خدای می اندیشم که جهان را حفاظت می کند.

ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਅਗਨਤ ਅਨੇਕੈ ॥
نام جپت اگنت انیکی.
افراد بی شماری او را به یاد می آورند.

ਬੇਦ ਪੁਰਾਨ ਸਿੰਮ੍ਰਿਤਿ ਸੁਧਾਖ੍ਯਰ ॥
بید پران سمرت سداخیار.
وداس، پوراناس و اسمیریتیس،با ناب ترین گفته ها،

ਕੀਨੇ ਰਾਮ ਨਾਮ ਇਕ ਆਖ੍ਯਰ ॥
کینے رام نام اک آخیار.
یگانه نام خدا را مقدس ترین دانسته اند.

ਕਿਨਕਾ ਏਕ ਜਿਸੁ ਜੀਅ ਬਸਾਵੈ ॥ਤਾ ਕੀ ਮਹਿਮਾ ਗਨੀ ਨ ਆਵੈ ॥
کنکا ایک جس جیا بساوے۔ تا کی مہما گنی نہ آوے۔
شکوه آن شخص را نمی توان توصیف کرد که خداوند در قلب او به اندازه حتی ذره ای از نام را در دل او نفوذ می کند.

ਕਾਂਖੀ ਏਕੈ ਦਰਸ ਤੁਹਾਰੋ ॥ਨਾਨਕ ਉਨ ਸੰਗਿ ਮੋਹਿ ਉਧਾਰੋ ॥੧॥
کانکی ایکی درس تہارو۔ نانک ان سنگ موہی اُدّھارو۔
نانک می‌گوید: خدایا، مرا با کسانی که حضور مقدس تورا تجربه کرده اند نجات بده.

ਸੁਖਮਨੀ ਸੁਖ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪ੍ਰਭ ਨਾਮੁ ॥
سخمنی سخ امرت پربھ نام.
نام خوشایند خداوند جواهر با شکوهی ازآرامش و سعادت است.

ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੈ ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਰਾਮ ॥ ਰਹਾਉ ॥
بھگت جنا کے من بسرام. راہاو۔
و این شهد نام خدا در دل بندگان واقعی او جای دارد.
مکث

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਗਰਭਿ ਨ ਬਸੈ ॥
پربھ کے سمرن گربھ نہ بسے۔
با یاد کردن خدا فرد از چرخه تولد و مرگ رها می شود

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਦੂਖੁ ਜਮੁ ਨਸੈ ॥
پربھ کے سمرن دکھ جم نسے۔
با یاد خدا ترس از شیطان از بین می رود.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਕਾਲੁ ਪਰਹਰੈ ॥
پربھ کے سمرن کال پرہرئے۔
با یاد کردن خدا ترس از مرگ از بین می رود.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਦੁਸਮਨੁ ਟਰੈ ॥
پرب کي سمرن دشمن ترى.
با یاد کردن خدا، گناهان از بین می رود.

ਪ੍ਰਭ ਸਿਮਰਤ ਕਛੁ ਬਿਘਨੁ ਨ ਲਾਗੈ ॥
پرب سمرت کچ بیگن نه لاگي.
با یاد کردن خدا، در زندگی هیچ مانعی بر نمی آید.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਅਨਦਿਨੁ ਜਾਗੈ ॥
پرب کي سمرن اندین جاگي.
با یادکردن خدا فرد همیشه از بدی ها و وسوسه های دنیوی بیدار می ماند.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਭਉ ਨ ਬਿਆਪੈ ॥
پرب کي سمرن بهو نه بیاپي.
با یاد کردن خدا ترس بر انسان غلبه نمی کند.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਦੁਖੁ ਨ ਸੰਤਾਪੈ ॥
پرب کي سمرن دکه نه سنتاپي.
با یاد کردن خدا فرد از هیچ غمی رنج نمی برد.

ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਸਿਮਰਨੁ ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥
پرب کا سمرن سادھ کي سنگ.
یادآوری خدا در گروه مقدس شایع می شود.

ਸਰਬ ਨਿਧਾਨ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ॥੨॥
سرب ندهان نانک هر رنگ
ای ناناک، تمام گنج های جهان در محبت خداست.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਨਉ ਨਿਧਿ ॥\
پرب کي سمرن ردھ سدھ نو ندہ.
در یادآوری خدا قوای اعجاز و تمام نه گنج جهان نهفته است.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਤਤੁ ਬੁਧਿ ॥
پرب کي سمرن گیان ذیان تت بدھ.
در یادآوری خدا علم، مراقبه و گوهر حکمت نهفته است.
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਜਪ ਤਪ ਪੂਜਾ ॥
پرب کي سمرن جپ تپ پوجا
در یادآوری خدا علم، مراقبه و گوهر حکمت نهفته است.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਬਿਨਸੈ ਦੂਜਾ ॥
پرب کي سمرن بنسی دوجا.
در یادآوری خدا ذکر و مراقبه شدید و عبادت نهفته است.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਤੀਰਥ ਇਸਨਾਨੀ ॥
پرب کي سمرن تیرته اسنانی.
با یاد کردن خدا دوگانگی از بین می رود.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਦਰਗਹ ਮਾਨੀ ॥
پرب کي سمرن درگي معنی.
در مراسم یادبود خدا حمام‌های تطهیرکننده در اماکن مقدس زیارت وجود دارد.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਹੋਇ ਸੁ ਭਲਾ ॥
پرب کي سمرن هوئے سو بهلا.
با یاد کردن خدا فرد در بارگاه خدا به عزت می رسد

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਸੁਫਲ ਫਲਾ ॥
پرب کي سمرن سفل فلي
با یاد خدا فرد اراده او را می پذیرد که خیر برای همه باشد

ਸੇ ਸਿਮਰਹਿ ਜਿਨ ਆਪਿ ਸਿਮਰਾਏ ॥
سي سمره کبني جنه اوپ سمراي-
با به یاد آوردن خدا، شخص می‌تواند به هدف والای زندگی خود دست یابد

ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੈ ਲਾਗਉ ਪਾਏ ॥੩॥
نانک تا کي لاگو پاي-
آنان تنها او را در حال تفکر به یاد می‌آورند؛ کسی که او را به این کار تشویق می کند.

ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਸਿਮਰਨੁ ਸਭ ਤੇ ਊਚਾ ॥
پرب کا سمرن سب تے اوچا.
ای ناناک، من فروتنانه در برابر کسانی که خدا را به یاد می‌آورند تعظیم می‌کنم.
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਉਧਰੇ ਮੂਚਾ ॥
پرب کي سمرن اڈري موچه
ذکر خدا بالاتر از همه اعمال است.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੁਝੈ ॥
پرب کي سمرن ترسنا بوجهی
به یاد خدا بسیاری از شرارت‌ها نجات می‌یابند

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਸੁਝੈ ॥
پرب کي سمرن سب کچه سجهی.
با به یاد آوردن خدا، اشتیاق به مایا از بین می رود.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਨਾਹੀ ਜਮ ਤ੍ਰਾਸਾ ॥
پرب کي سمرن نه دي جم تراسه.
در زمان حیات، انسان همه چیز را دربارهٔ مایا می‌داند

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਪੂਰਨ ਆਸਾ ॥
پرب کي سمرن پورن آسا.
به یاد خدا هیچ ترسی از مرگ نیست.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਮਨ ਕੀ ਮਲੁ ਜਾਇ ॥
پرب کي سمرن من کی مل جای.
با یادآوری خدا همه آرزوها برآورده می شود.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਰਿਦ ਮਾਹਿ ਸਮਾਇ ॥
امرت نام رِد ماهی سما ائے۔
با به یاد آوردن خدا، ناپاکی ها از ذهن پاک می‌شود.

ਪ੍ਰਭ ਜੀ ਬਸਹਿ ਸਾਧ ਕੀ ਰਸਨਾ ॥
پرب جی بیسہ سادھ کی رسنا
نعمت های مطبوع در قلب های فانی رخنه می کنند.

ਨਾਨਕ ਜਨ ਕਾ ਦਾਸਨਿ ਦਸਨਾ ॥੪॥
نانک جان کا داسن دسنا۔
پیروان همیشه نام خدا را می خوانند

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਧਨਵੰਤੇ ॥
پرب کاو سمره سي دنونتي.
ای نانک، من خادم پیروان تو هستم.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਪਤਿਵੰਤੇ ॥
پرب کاو سمره سي پتيونتي
کسانی که خدا را با عشق و ارادت یاد می کنند، از نظر معنوی ثروتمند هستند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਜਨ ਪਰਵਾਨ ॥
پرب کاو سمره سي جان پروان
کسانی که خدا را با عشق و ارادت یاد می کنند محترمند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਪੁਰਖ ਪ੍ਰਧਾਨ ॥
پرب کاو سمره سي پُرخ پردهان.
کسانی که خدا را با عشق و ارادت یاد کنند در بارگاه خدا پذیرفته می شوند

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸਿ ਬੇਮੁਹਤਾਜੇ ॥
پرب کاو سمره سي بيمحتاجي.
کسانی که با محبت خدا را یاد می کنند از همه برجسته ترند

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸਿ ਸਰਬ ਕੇ ਰਾਜੇ ॥
پرب کاو سمره سي سرب کي راجي.
کسانی که عاشقانه و با نیت پاک خدا را به یاد می‌آورند به دیگران وابسته نیستند

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਸੁਖਵਾਸੀ ॥
پرب کاو سمره سي سخواستی.
آنانی که خدا را با عشق و دلبستگی به یاد می‌آورند از لحاظ روحانی والاتر هستند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸਦਾ ਅਬਿਨਾਸੀ ॥
پرب کاو سمره سي سدا ابناستی.
آنانی که خدا را با عشق و وفاداری به یاد می‌آورند، در آرامش به سر می‌برند.

ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਲਾਗੇ ਜਿਨ ਆਪਿ ਦਇਆਲਾ ॥
سمرن تے لاگے جنه اوپ دیالا
آنانی که خدا را با عشق و صمیمیت به یاد می‌آورند، از چرخه‌های تولد و مرگ رها می‌شوند.

ਨਾਨਕ ਜਨ ਕੀ ਮੰਗੈ ਰਵਾਲਾ ॥੫॥
نانک جان کی منگے روالا۔
تنها کسانی در مسیر یاد او قرار می گیرند که مورد رحمت خود خداوند مهربان هستند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ॥
پرب کاو سمره سي پراپکاري
ای ناناک، فقط یک فرد خوش شانس برای همراهی با چنین افرادی دعا می کند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਤਿਨ ਸਦ ਬਲਿਹਾਰੀ ॥
پرب کاو سمره تن سد بلیهاری
کسانی که خدا را با عشق و علاقه به یاد می‌آورند، به دیگران خیرخواه می‌شوند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਮੁਖ ਸੁਹਾਵੇ ॥
پرب کاو سمره سي مخ سوهاوي
من زندگی خود را وقف کسانی می کنم که خدا را با عشق و صمیمیت به یاد می آورند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਤਿਨ ਸੂਖਿ ਬਿਹਾਵੈ ॥
پرب کاو سمره تن سوخ بیهاوي
صورت کسانی که خدا را با عشق و دلبستگی به یاد می‌آورند، زیباست.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਤਿਨ ਆਤਮੁ ਜੀਤਾ ॥
پرب کاو سمره تن آتم جیتا
کسانی که خدا را با عشق و وفاداری به یاد می‌آورند، در آرامش به سر می‌برند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਤਿਨ ਨਿਰਮਲ ਰੀਤਾ ॥
پرب کاو سمره تن نرمل ریتا
کسانی که با عشق و وفاداری خدا را به یاد می‌آورند، بر ذهن خود تسلط دارند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਤਿਨ ਅਨਦ ਘਨੇਰੇ ॥
پرب کاو سمره تن اند غنیرے
آنانی که خدا را با عشق و دلبستگی به یاد می‌آورند، زندگی‌ای پاک در پیش دارند.

ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਿਮਰਹਿ ਬਸਹਿ ਹਰਿ ਨੇਰੇ ॥
پرب کاو سمره بیسه هر نیرے.
آنانی که خدا را با محبت و صمیمیت به یاد می‌آورند، شادی‌های بی‌پایانی را تجربه می‌کنند.

ਸੰਤ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ ਅਨਦਿਨੁ ਜਾਗਿ ॥
سنت کرپا تے اندن جاگ
کسانی که خدا را با محبت صمیمیت به یاد می‌آورند در حضور خدا زندگی می‌کنند.

ਨਾਨਕ ਸਿਮਰਨੁ ਪੂਰੈ ਭਾਗਿ ॥੬॥
نانک سمرن پورے بھاگ
به لطف استاد مذهبی، آنها همیشه هوشیار و بیدار می‌مانند تا خدا را به یاد آورند.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਕਾਰਜ ਪੂਰੇ ॥
پرب کي سمرن کارج پورے

ای ناناک، استعداد مراقبه تنها از طریق سرنوشت کامل بدست می آید.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਕਬਹੁ ਨ ਝੂਰੇ ॥
پرب کي سمرن کبھو نہ جھورے.
به یاد آوردن خدا، هر کاری را انجام می‌دهد.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਹਰਿ ਗੁਨ ਬਾਨੀ ॥
پرب کي سمرن ہر گن بانی.
با یاد آوردن خدا به عشق هیچ گاه ناراحت و غمگین نمی‌شوید.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਸਹਜਿ ਸਮਾਨੀ ॥
پرب کي سمرن سہج سمانی.
با به یاد آوردن خدا با عشق و علاقه و فداکاری می توان به فضایل خداوند پی برد

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਨਿਹਚਲ ਆਸਨੁ ॥
پرب کي سمرن نھچل آسان
به یاد آوردن خدا، شخص را به حالت خودبینی می‌کشاند.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਕਮਲ ਬਿਗਾਸਨੁ ॥
پرب کي سمرن کمل بگاسان
با به یاد آوردن خدا با عشق و از خود گذشتگی، ذهن انسان از این کار چشم نمی پوشد.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਅਨਹਦ ਝੁਨਕਾਰ ॥
پرب کي سمرن انہد جھنکار.
با یاد کردن محبت آمیز خدا، انسان احساس خوشبختی می کند

ਸੁਖੁ ਪ੍ਰਭ ਸਿਮਰਨ ਕਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰ ॥
سکھ پربھ سمرن کا انت نہ پار
اگر خدا را به یاد داشته باشیم، نغمه‌ای الهی پیوسته در ذهن ما نواخته می‌شود.

ਸਿਮਰਹਿ ਸੇ ਜਨ ਜਿਨ ਕਉ ਪ੍ਰਭ ਮਇਆ ॥
سمره سي جان جن کاو پربھ مئی
به یاد آوردن خدا صلح و آرامش بی‌پایانی را به ارمغان می‌آورد.

ਨਾਨਕ ਤਿਨ ਜਨ ਸਰਨੀ ਪਇਆ ॥੭॥
نانک تن جان سرنی پائیا
تنها کسی که خدا رحمتش را به او عطا می‌کند، او را به یاد می‌آورد

ਹਰਿ ਸਿਮਰਨੁ ਕਰਿ ਭਗਤ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ॥
ہر سمرن کر بھگت پرگٹائے۔
ای ناناک»، تنها فرد خوش شانسی است که در پی پناه گرفتن چنین مریدانی می باشد.

ਹਰਿ ਸਿਮਰਨਿ ਲਗਿ ਬੇਦ ਉਪਾਏ ॥
ہر سمرن لگ بید اپائے۔
با یاد کردن خدا، پیروان او در دنیا شناخته می‌شوند

ਹਰਿ ਸਿਮਰਨਿ ਭਏ ਸਿਧ ਜਤੀ ਦਾਤੇ ॥
ہر سمرن بھائی سدھ جتی داتے۔
وداس به یادآوردن خدا، آرام شدند

ਹਰਿ ਸਿਮਰਨਿ ਨੀਚ ਚਹੁ ਕੁੰਟ ਜਾਤੇ ॥
ہر سمرن نیچ چاہو کنٹ جاتے۔
با به یاد آوردن خدا، انسان‌های فانی تبدیل به آدم‌های عهد و پیمان، و سبحان و نیکوکاران شدند.

ਹਰਿ ਸਿਮਰਨਿ ਧਾਰੀ ਸਭ ਧਰਨਾ ॥
ہر سمرن دھاری سبھ دھرنا۔
با به یاد آوردن خدا، افراد ضعیف در هر چهار جهت شناخته می‌شوند.

ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਹਰਿ ਕਾਰਨ ਕਰਨਾ ॥
سمر سمر ہر کارن کرنا۔
تفکر بر خدا است که تمام زمین را حمایت کرده است.

ਹਰਿ ਸਿਮਰਨਿ ਕੀਓ ਸਗਲ ਅਕਾਰਾ ॥
ہر سمرن کیو سگل اکارا۔
پس ای فانی همیشه به یاد خالق جهان باش

ਹਰਿ ਸਿਮਰਨ ਮਹਿ ਆਪਿ ਨਿਰੰਕਾਰਾ ॥
ہر سمرن میں آپ نرنکارا۔
خدا کل جهان را به منظور مراقبه آفریده است.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਸੁ ਆਪਿ ਬੁਝਾਇਆ ॥
کر کرپا جس اوپ بجھایا گیا۔
خدای بی شکل در جایی است که از او یاد می شود

ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਸਿਮਰਨੁ ਤਿਨਿ ਪਾਇਆ ॥੮॥੧॥
نانک گرمکھ ہر سمرن تن پائیا۔
ای نانک نعمت مراقبه خدا به لطف استاد مذهبی به دست می آید.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਦੀਨ ਦਰਦ ਦੁਖ ਭੰਜਨਾ ਘਟਿ ਘਟਿ ਨਾਥ ਅਨਾਥ ॥
دین درد دخ بانڑنه، ڒٹ ڒٹ ناته اناته
یا نابودگر درد و رنج فقرا، همه در قلب ها و حمایت های ضعیفان.

ਸਰਣਿ ਤੁਮ੍ਹਾਰੀ ਆਇਓ ਨਾਨਕ ਕੇ ਪ੍ਰਭ ਸਾਥ ॥੧॥
سرن تُمہاری آئیو نانک کے پربھ ساتھ
ای ‹خدا، من (ناناک)، پس از دریافت هدایت از استاد مذهبی به پناهگاه تو آمده‌ام.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
أساتپدي
اشتاپیدي

ਜਹ ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਸੁਤ ਮੀਤ ਨ ਭਾਈ ॥
جه مات پتا ست میت نہ بھائی-

جایی که مادر، پدر، بچه، دوست یا خواهر و برادر برای کمک به شما وجود ندارد.

ਮਨ ਊਹਾ ਨਾਮੁ ਤੇਰੈ ਸੰਗਿ ਸਹਾਈ ॥
من اوہ نام تیرے سنگ سہائی-
در این جا فقط نام خدا را می‌دانم و از تو به عنوان کمک و پشتیبانی می‌طلبم.

ਜਹ ਮਹਾ ਭਇਆਨ ਦੂਤ ਜਮ ਦਲੈ ॥
جه مہا بھئیاں دوت جم دلائی-
جایی که لشکر شیاطین وحشتناک سعی می کنند شما را در هم بشکنند.

ਤਹ ਕੇਵਲ ਨਾਮੁ ਸੰਗਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ॥
ته کیوال نام سنگ تیرئے چلائی-
در آنجا فقط نام با شما همراه خواهد بود

ਜਹ ਮੁਸਕਲ ਹੋਵੈ ਅਤਿ ਭਾਰੀ ॥
جه مُشکل ہووے ات بھاری-
جایی که در شرایط بسیار سختی قرار دارید،

ਹਰਿ ਕੋ ਨਾਮੁ ਖਿਨ ਮਾਹਿ ਉਧਾਰੀ ॥
ہر کو نام کھن ماہی اڑاری-
در آنجا نام خدا شما را در یک لحظه نجات خواهد داد

ਅਨਿਕ ਪੁਨਹਚਰਨ ਕਰਤ ਨਹੀ ਤਰੈ ॥
اَنِک پُنَہ چَرَن کَرَت نَہی تَرَئی-
با انجام بیشمار مناسک دینی از گناهان نجات نمی یابد.

ਹਰਿ ਕੋ ਨਾਮੁ ਕੋਟਿ ਪਾਪ ਪਰਹਰੈ ॥
ہر کو نام کوٹ پاپ پَرہرئی۔
نام خدا میلیونها گناه را پاک می‌کند

ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਮਨ ਮੇਰੇ ॥
گُرمُخ نام جپہو من میرے۔
بنابراین، ای ذهن من، در نام خدا با برکت استاد مذهبی فکر کن،

ਨਾਨਕ ਪਾਵਹੁ ਸੂਖ ਘਨੇਰੇ ॥੧॥
نانک پاوہو سُکھ غنیرے۔
و تو ای ناناک، شادی های بی شماری بدست خواهی آورد.

ਸਗਲ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕੋ ਰਾਜਾ ਦੁਖੀਆ ॥
سگل سریسٹ کو راجا دکھیا۔
حتی به عنوان پادشاه تمام دنیا، شخص در رنج و محنت باقی می‌ماند

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਹੋਇ ਸੁਖੀਆ ॥
ہر کا نام جپت ہوئے سکھیا۔
اما انسان با تعمق در نام خدا به آرامش می‌رسد.

ਲਾਖ ਕਰੋਰੀ ਬੰਧੁ ਨ ਪਰੈ ॥
لاکھ کروڑی بندھ نہ پڑئی۔
حتی مقادیر هنگفت ثروت نیز به میل بیشتر پایان نمی دهد.

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਨਿਸਤਰੈ ॥
ہر کا نام جپت نسترئی۔
با تعمق در نام خدا، شخص از آرزوی شدیدش برای مایا می‌گریزد

ਅਨਿਕ ਮਾਇਆ ਰੰਗ ਤਿਖ ਨ ਬੁਝਾਵੈ ॥
اَنِک مَاہیا رَنگ تِک نَ بُجھاوئی۔
با غرق شدن در لذت‌های بی‌شمار دنیوی، میل فرد به دارایی‌های دنیوی بیشتر از بین نمی‌رود

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਆਘਾਵੈ ॥
ہر کا نام جپت آغاوئی۔
با به یاد آوردن خدا با عشق و فداکاری، شخص از مایا راضی می‌شود

ਜਿਹ ਮਾਰਗਿ ਇਹੁ ਜਾਤ ਇਕੇਲਾ ॥
جہ مارگ ہی جات اکیلا۔
در سفری که روح باید تنها آن را بگیرد،

ਤਹ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸੰਗਿ ਹੋਤ ਸੁਹੇਲਾ ॥
تہ ہر نام سنگ ہوت سہیلا۔
در آنجا تنها نام خدا نزد جان به عنوان تسلی‌دهنده است

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਮਨ ਸਦਾ ਧਿਆਈਐ ॥
ایسا نام من سدا دھیائیئے۔
فراموش نکنید که برای همیشه در مورد چنین نامی تعمق کنید

ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਮ ਗਤਿ ਪਾਈਐ ॥੨॥
نانک گرمُخ پرم گت پائیئے۔
ای ناناک، عالی ترین حالت معنوی از طریق لطف معلم مذهبی به دست می آید.

ਛੂਟਤ ਨਹੀ ਕੋਟਿ ਲਖ ਬਾਹੀ ॥
چھوٹت نہیں کوٹ لکھ بائی۔
حتی با حمایت میلیون ها برادر، نمی توان خود را از گناهان نجات داد.

ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਤਹ ਪਾਰਿ ਪਰਾਹੀ ॥
نام جپت تہ پار پراہی۔
با تفکر در «نام»، انسان از اقیانوس شرارت ها شنا می کند،

ਅਨਿਕ ਬਿਘਨ ਜਹ ਆਇ ਸੰਘਾਰੈ ॥
اَنِک بِگھن جَہ آئے سَنگارئی۔
جایی که بدبختی های بی شماری شما را تهدید می کند،

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਤਤਕਾਲ ਉਧਾਰੈ ॥
ہر کا نام تتکال اُدّھارئے۔
در آنجا نام خدا شما را در یک لحظه نجات خواهد داد.

ਅਨਿਕ ਜੋਨਿ ਜਨਮੈ ਮਰਿ ਜਾਮ ॥
اَنِک جون جَنمَئی مَر جام۔
از طریق تجسم های بی شمار، مردم متولد می شوند و می میرند.

ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਪਾਵੈ ਬਿਸ੍ਰਾਮ ॥
نام جپت پاوے بسرام۔
اما با ذکر نام خدا روح آرام می گیرد و با خدا یکی می شود.

ਹਉ ਮੈਲਾ ਮਲੁ ਕਬਹੁ ਨ ਧੋਵੈ ॥
ہاؤ میلا مل کبھو نہ دھووے۔
کسی که آلوده به کثیفی نفس است، هرگز نمی تواند این کثیفی را بشوید.

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਕੋਟਿ ਪਾਪ ਖੋਵੈ ॥
ہر کا نام کوٹ پاپ کھووے۔
نام خدا میلیون ها گناه را پاک می کند

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਮਨ ਰੰਗਿ ॥
ایسا نام جپہو من رنگ۔
ای ذهن من، چنین نامی را با عشق بخوان

ਨਾਨਕ ਪਾਈਐ ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥੩॥
نانک پائیئے سادھ کے سنگ۔
ای نانااک، نام خدا در شرکت مقدس مردم تحقق می‌یابد.

ਜਿਹ ਮਾਰਗ ਕੇ ਗਨੇ ਜਾਹਿ ਨ ਕੋਸਾ ॥
جہ مارگ کے گنے جاہی نہ کوسا۔
در آن مسیر سفر زندگی که در آن مایل ها قابل شمارش نیست،

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਊਹਾ ਸੰਗਿ ਤੋਸਾ ॥
ہر کا نام اُہا سنگ توسا۔
در آنجا نام خدا نگهدار شما است.

ਜਿਹ ਪੈਡੈ ਮਹਾ ਅੰਧ ਗੁਬਾਰਾ ॥
جہ پیدائی مہا اندھ گُبارا۔
در سفر زندگی جایی که تاریکی مطلق سیاه جهل وجود دارد

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਸੰਗਿ ਉਜੀਆਰਾ ॥
ہر کا نام سنگ اُجیارا۔
نام خدا نور با شماست.

ਜਹਾ ਪੰਥਿ ਤੇਰਾ ਕੋ ਨ ਸਿਞਾਨੂ ॥
جہاں پنتھ تیرا کو نہ سنجانو۔
در آن سفر زندگی که در آن کسی شما را نمی‌شناسد،

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਤਹ ਨਾਲਿ ਪਛਾਨੂ ॥
ہر کا نام تہ نال پچھانو۔
در آنجا نام خدا دوست حقیقی تو است

ਜਹ ਮਹਾ ਭਇਆਨ ਤਪਤਿ ਬਹੁ ਘਾਮ ॥
جہ مہا بھئیاں تپت بہو گھام۔
که در آنجا (درسفر زندگی)، گرمای سوزان پر از فساد است

ਤਹ ਹਰਿ ਕੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤੁਮ ਊਪਰਿ ਛਾਮ ॥
تہ ہر کے نام کی تم اُوپر چھام۔
در آنجا، نام خدا به شما پناه می‌دهد

ਜਹਾ ਤ੍ਰਿਖਾ ਮਨ ਤੁਝੁ ਆਕਰਖੈ ॥
جہاں تریکھا من تجھ اکرکھے۔
ای ذهن من، در جایی که اشتیاق به مال و ثروت دنیوی تو را عذاب می‌دهد،

ਤਹ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਹਰਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਬਰਖੈ ॥੪॥
نانک پائیئے سادھ کے سنگ۔
در آنجا، ای نانااک، نام خدا مانند شهد عمل می‌کند تا خواسته‌های شما را کنترول کند.

ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੀ ਬਰਤਨਿ ਨਾਮੁ ॥
تم نانک ہر ہر امرت برکھے۔
نام خدا برای پیروان، مقاله‌ای است که هر روز به کار می‌رود.

ਸੰਤ ਜਨਾ ਕੈ ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਰਾਮੁ ॥
بھگت جنا کی برتن نام۔
نام خدا در ذهن بندگان باقی‌مانده است

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਦਾਸ ਕੀ ਓਟ ॥
سنت جنا کے من بسرام۔
نام خدا تکیه گاه بندگان فروتن اوست.

ਹਰਿ ਕੈ ਨਾਮਿ ਉਧਰੇ ਜਨ ਕੋਟਿ ॥
ہر کا نام داس کی اوٹ۔
میلیون‌ها نفر با به یاد آوردن نام خدا از گناه نجات می‌یابند.

ਹਰਿ ਜਸੁ ਕਰਤ ਸੰਤ ਦਿਨੁ ਰਾਤਿ ॥
ہر کے نام اُڈھرے جن کوٹ۔
بندگان خدا شب و روز ثنای او را می‌خوانند،

ਹਰਿ ਹਰਿ ਅਉਖਧੁ ਸਾਧ ਕਮਾਤਿ ॥
ہر جس کرت سنت دِن رات۔
و آنها داروی نام را بدست می آورند که بیماری خود آگاهی را درمان می کند.

ਹਰਿ ਜਨ ਕੈ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ॥
ہر ہر اُکھڑ سادھ کمات۔
نام خدا گنجینه واقعی بندگان خداست

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮਿ ਜਨ ਕੀਨੋ ਦਾਨ ॥
ہر جن کے ہر نام نِدھان۔
خدای متعال بندگان خود را با این نعمت نام برکت داده است.

ਮਨ ਤਨ ਰੰਗਿ ਰਤੇ ਰੰਗ ਏਕੈ ॥
پاربرہم جن کینو دان۔
در عشق خداوند یگانه، جسم و ذهن سرشار از وجد و سرور می‌شود.

ਨਾਨਕ ਜਨ ਕੈ ਬਿਰਤਿ ਬਿਬੇਕੈ ॥੫॥
من تن رنگ رتے رنگ ایکے۔
ای نانک، بندگان او، عقل الهی را برای تمایز بین درست و غلط بدست می‌آورند.

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਨ ਕਉ ਮੁਕਤਿ ਜੁਗਤਿ ॥
نانک جن کے برت بِبیکے۔
از نظر پیروان خدا نام او تنها راه آزادی از بند مایا است.

ਹਰਿ ਕੈ ਨਾਮਿ ਜਨ ਕਉ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਭੁਗਤਿ ॥
ہر کا نام جن کو مُکت جُگت۔
نام خدا برای مریدان او قناعت را از مایا فراهم میکند.

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਨ ਕਾ ਰੂਪ ਰੰਗੁ ॥
ہر کے نام جن کو تریپت بھُگت۔
نام خداوند زیبایی و لذت بندگان است

ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਕਬ ਪਰੈ ਨ ਭੰਗੁ ॥
ہر کا نام جن کا روپ رنگ۔
با به یاد آوردن نام خدا، در زندگی هیچ مشکلی پیش نمیآید

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਨ ਕੀ ਵਡਿਆਈ ॥
ہر نام جپت کب پڑائی نہ بھنگ۔
نام خدا شکوه حقیقی بنده های اوست.

ਹਰਿ ਕੈ ਨਾਮਿ ਜਨ ਸੋਭਾ ਪਾਈ ॥
ہر کا نام جن کی ودیائے۔
نام خدا برای پیروانش افتخاری بزرگ است.

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਨ ਕਉ ਭੋਗ ਜੋਗ ॥
ہر کے نام جن صوبہ پائی۔
بهرهمندی از مایا و یوگا برای بندگان او در نام خدا نهفته است

ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਕਛੁ ਨਾਹਿ ਬਿਓਗੁ ॥
ہر کا نام جن کو بھوگ جوگ۔
انسان با یاد کردن نام خدا هرگز احساس درد و جدایی نمیکند

ਜਨੁ ਰਾਤਾ ਹਰਿ ਨਾਮ ਕੀ ਸੇਵਾ ॥
ہر نام جپت کچھ نہیں بیوگ۔
پیروان او همیشه در یاد او می ماند،

ਨਾਨਕ ਪੂਜੈ ਹਰਿ ਹਰਿ ਦੇਵਾ ॥੬॥
جن راتا ہر نام کی سیوا۔
ای ناناک، پیروان همیشه خدای حاضر را می پرستد.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਨ ਕੈ ਮਾਲੁ ਖਜੀਨਾ ॥
نانک پوجے ہر ہر دیوا۔
از نظر بنده، نام خدا گنج ثروت است

ਹਰਿ ਧਨੁ ਜਨ ਕਉ ਆਪਿ ਪ੍ਰਭਿ ਦੀਨਾ ॥
ہر ہر جن کے مال کھجینا۔
خدا خودش این گنج نام را به بندگان خود برکت داده است.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਨ ਕੈ ਓਟ ਸਤਾਣੀ ॥
ہر دھن جن کو آپ پربھ دینا۔
نام خدا پشتوانه‌ای مستحکم برای پیروان اوست

ਰਿ ਪ੍ਰਤਾਪਿ ਜਨ ਅਵਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥
ہر ہر جن کے اوٹ ستانی۔
با عظمت خداوند، مریدان به دنبال حمایت دیگری نیستند.

ਓਤਿ ਪੋਤਿ ਜਨ ਹਰਿ ਰਸਿ ਰਾਤੇ ॥
ہر پرتاپ جن اور نہ جانی۔
از طریق او، مریدان او غرق در عشق خداوند می‌مانند.

ਸੁੰਨ ਸਮਾਧਿ ਨਾਮ ਰਸ ਮਾਤੇ ॥
اوٹ پوٹ جن ہر رس راتے۔
آنان غرق در محبت خدا، از آرامش کامل در تفکر برخوردارند

ਆਠ ਪਹਰ ਜਨੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਪੈ ॥
سن سمادھ نام رس ماتے۔
پیروان همیشه نام خدا را یاد می کدند.

ਹਰਿ ਕਾ ਭਗਤੁ ਪ੍ਰਗਟ ਨਹੀ ਛਪੈ ॥
آٹھ پہر جن ہر ہر جپی۔
بنده خدا شناخته و محترم میشود و پنهان نمیماند

ਹਰਿ ਕੀ ਭਗਤਿ ਮੁਕਤਿ ਬਹੁ ਕਰੇ ॥
ہر کا بھگت پرگٹ نہیں چھپائی۔
پرستش خدا، بسیاری را از شرارت‌ها و بدی‌ها آزاد می‌سازد

ਨਾਨਕ ਜਨ ਸੰਗਿ ਕੇਤੇ ਤਰੇ ॥੭॥
ہر کی بھگت مُکت بہو کرے۔
او ناناک، بسیاری از کسانی که در کنار مریدان او می‌مانند، از سراسر اقیانوس شرارت‌ها شنا می‌کنند.

ਪਾਰਜਾਤੁ ਇਹੁ ਹਰਿ ਕੋ ਨਾਮ ॥
نانک جن سنگ کیتے ترے۔
نام خدا مانند «پریجات» (درخت اسطوره‌ای الیزی با قدرت‌های معجزه‌آسا) درخت نجات است.

ਕਾਮਧੇਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਮ ॥
پارجات اہ ہر کو نام۔
حمد و ثنای خداوند می تواند همه آرزوها را برآورده کند.

ਸਭ ਤੇ ਊਤਮ ਹਰਿ ਕੀ ਕਥਾ ॥
کامدھین ہر ہر گن گام۔
بحث در مورد فضایل خدا از همه صحبت های دیگر اهمیت بیشتری دارد.

ਨਾਮੁ ਸੁਨਤ ਦਰਦ ਦੁਖ ਲਥਾ ॥
سب تے اعتمام ہر کی کتھا۔
با شنیدن نام، درد و اندوه برطرف می شود

ਨਾਮ ਕੀ ਮਹਿਮਾ ਸੰਤ ਰਿਦ ਵਸੈ ॥
نام سنت درد دکھ لٹھا۔
جلال نام در دل مقدسین او ساکن است

ਸੰਤ ਪ੍ਰਤਾਪਿ ਦੁਰਤੁ ਸਭੁ ਨਸੈ ॥
نام کی مہما سنت رد وسائے۔
به برکت قدیسان او، همه گناهان از بین می‌روند

ਸੰਤ ਕਾ ਸੰਗੁ ਵਡਭਾਗੀ ਪਾਈਐ ॥
سنت پرتاپ دورت سبھ نسائے۔
یاران قدیسان به بخت و اقبال بلند دست یافته‌اند

ਸੰਤ ਕੀ ਸੇਵਾ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈਐ ॥
سنت کا سنگ ودبھاگی پائیئے۔
با پیروی از آموزه‌های معلم مذهبی، انسان به «نام» می‌اندیشد.

ਨਾਮ ਤੁਲਿ ਕਛੁ ਅਵਰੁ ਨ ਹੋਇ ॥
سنت کی سیوا نام دھیائیئے۔
هیچ چیزی با نام برابری نمی‌کند

ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਪਾਵੈ ਜਨੁ ਕੋਇ ॥੮॥੨॥
نام تُل کچھ اور نہ ہوئے۔
ای ناناک، کسانی نادر استند که نام را از معلم مذهبی دریافت می کنند. .
ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਬਹੁ ਸਾਸਤ੍ਰ ਬਹੁ ਸਿਮ੍ਰਿਤੀ ਪੇਖੇ ਸਰਬ ਢਢੋਲਿ ॥
بہت ساستر بہت سمرتی دیکھے سرب دھڑول۔
بسیاری از شاسترس و سمیریتیس را دیده و جستجو کرده‌ام (کتاب‌های مقدس در مورد ایمان، آیین و آیین‌های اخلاقی)
ਪੂਜਸਿ ਨਾਹੀ ਹਰਿ ਹਰੇ ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਅਮੋਲ ॥੧॥
پوجا نہیں ہر ہرے نانک نام امول۔
ای ناناک» تعالیم این کتاب‌های مقدس به جایی نمی‌رسد که شایسته است در مورد نام گرانقدر خدا تعمق » کنیم.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استاپدي
اشتاپيدي

ਜਾਪ ਤਾਪ ਗਿਆਨ ਸਭਿ ਧਿਆਨ ॥
جاپ تاپ گیان سبھ دھیان۔
اگر کسی مراسم مذهبی را به جای آورد، توبه کند، به دانش معنوی دست یابد و در همه نوع مراقبه متمرکز شود،

ਖਟ ਸਾਸਤ੍ਰ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਵਖਿਆਨ ॥
کھٹ ساستر سمرت وکھیآں۔
در مورد شش شسترا و اسمریتیس (کتاب معرفت معنوی) موعظه می کند

ਜੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਮ ਧ੍ਰਮ ਕਿਰਿਆ ॥
جوگ ابھیاس کرم دھرم کریا۔
یوگا و رفتار درست انجام می دهد

ਸਗਲ ਤਿਆਗਿ ਬਨ ਮਧੇ ਫਿਰਿਆ ॥
سگل تیاگ بن مدھے فریا۔
همه‌چیز را رها می‌کند و در بیابان سرگردان می‌گردد؛

ਅਨਿਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕੀਏ ਬਹੁ ਜਤਨਾ ॥
انک پرکار کیئے بہت جتنا۔
تمام تلاش خود را به خرج می‌دهند تا خدا را خشنود سازند،

ਪੁੰਨ ਦਾਨ ਹੋਮੇ ਬਹੁ ਰਤਨਾ ॥
پن دان ہومے بہت رتنا۔
به خیریه ها کمک می کند و با سوزاندن مقدار زیادی روغن (آتش مقدس) انجام می دهد؛

ਸਰੀਰੁ ਕਟਾਇ ਹੋਮੈ ਕਰਿ ਰਾਤੀ ॥
سریر کٹائے ہومئی کر راتی۔
بدن را تکه تکه می‌کنند و در آتش تشریفات می‌سوزانند،

ਵਰਤ ਨੇਮ ਕਰੈ ਬਹੁ ਭਾਤੀ ॥
ورت نیم کرے بہت بھاتی۔
روزه‌ها و آداب و رسومی را که به طور منظم انجام می‌شود،

ਨਹੀ ਤੁਲਿ ਰਾਮ ਨਾਮ ਬੀਚਾਰ ॥
نہیں تُل رام نام بیچار۔
همه‌ی این‌ها هنوز شایسته‌ی تامل در نام خدا نیستند،

ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਜਪੀਐ ਇਕ ਬਾਰ ॥੧॥
نانک گُرمُکھ نام جپیئے اک بار۔
ای نانک حتی اگر، نام خدا،از طریق معلم مذهبی شناخته می شود، یک بار با عشق و فداکاری خوانده شود.

ਨਉ ਖੰਡ ਪ੍ਰਿਥਮੀ ਫਿਰੈ ਚਿਰੁ ਜੀਵੈ ॥
ناؤ کھنڈ پرتھمی فرئے چیر جیوئے۔
اگر کسی تمام دنیا را سفر کند و عمر طولانی داشته باشد،

ਮਹਾ ਉਦਾਸੁ ਤਪੀਸਰੁ ਥੀਵੈ ॥
مہا اُداس تپیسر تھیوے۔
به عنوان یک زاهد بزرگ از دنیا جدا شده است،

ਅਗਨਿ ਮਾਹਿ ਹੋਮਤ ਪਰਾਨ ॥
آگن ماہی ہومت پاراں۔
جان خود را در آتش مقدس فدا می کند،

ਕਨਿਕ ਅਸ੍ਵ ਹੈਵਰ ਭੂਮਿ ਦਾਨ ॥
کنک اسو ہیوار بھوم دان
طلا، اسب، فیل و زمین را به صورت خیریه می بخشد.

ਨਿਉਲੀ ਕਰਮ ਕਰੈ ਬਹੁ ਆਸਨ ॥
نیلی کرم کرے بہت آسان۔

تکنیک های پاکسازی درونی و انواع حالت های یوگی را تمرین می کند.

ਜੈਨ ਮਾਰਗ ਸੰਜਮ ਅਤਿ ਸਾਧਨ ॥
جین مارگ سنجم ات سادھن۔
روش‌های خودسازی جین‌ها و رشته‌های معنوی بزرگ را اتخاذ می‌کند.

ਨਿਮਖ ਨਿਮਖ ਕਰਿ ਸਰੀਰੁ ਕਟਾਵੈ ॥
نمکھ نمکھ کر سریر کٹاوے۔
بدنش را تکه تکه می کند،

ਤਉ ਭੀ ਹਉਮੈ ਮੈਲੁ ਨ ਜਾਵੈ ॥
تاو بھی ہومئی میل نہ جاوے۔
حتی در آن صورت، پلیدی نفس از بین نخواهد رفت

ਹਰਿ ਕੇ ਨਾਮ ਸਮਸਰਿ ਕਛੁ ਨਾਹਿ ॥
ہر کے نام سنسار کچھ نہیں۔
هیچ چیزی نمی تواند برابر با نام خدا باشد.

ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਗਤਿ ਪਾਹਿ ॥੨॥
نانک گُرمُکھ نام جپت گت پائی۔
ای ناناک، پیروان گورو با تعمق در نام خدا با عشق و ارادت به یک وضعیت معنوی عالی دست می یابند

ਮਨ ਕਾਮਨਾ ਤੀਰਥ ਦੇਹ ਛੁਟੈ ॥
من کامنا تیرتھ دیہ چھٹائے۔
برخی از مردم ممکن است بخواهند در مکان مقدس بمیرند

ਗਰਬੁ ਗੁਮਾਨੁ ਨ ਮਨ ਤੇ ਹੁਟੈ ॥
غرب گمان نہ من تے ہٹائے
اما حتی در این صورت، غرور خودپسندانه از ذهن کم نمی شود.

ਸੋਚ ਕਰੈ ਦਿਨਸੁ ਅਰੁ ਰਾਤਿ ॥
سوچ کرے دنس ار رات-
حتی اگر یک شخص شبانه روز در اماکن مقدس حمام پاکیزه کند.

ਮਨ ਕੀ ਮੈਲੁ ਨ ਤਨ ਤੇ ਜਾਤਿ ॥
من کی میل نہ تن تے جات-
اما پلیدی ذهن از بدن خارج نمی شود

ਇਸੁ ਦੇਹੀ ਕਉ ਬਹੁ ਸਾਧਨਾ ਕਰੈ ॥
اس دیہی کو بہت سادھنا کرے-
شخص ممکن است بدن را تحت انواع رشته ها قرار دهد،

ਮਨ ਤੇ ਕਬਹੂ ਨ ਬਿਖਿਆ ਟਰੈ ॥
من تے کبھو نہ بکھیآ ترئے-
بازهم احساسات شیطانی از ذهن دور نمی شوند

ਜਲਿ ਧੋਵੈ ਬਹੁ ਦੇਹ ਅਨੀਤਿ ॥
جل دھوے بہت دیہ انیت-
حتی اکر این جسم گذرا را با مقدار زیادی آب شستشو داد،

ਸੁਧ ਕਹਾ ਹੋਇ ਕਾਚੀ ਭੀਤਿ ॥
سڈھ کہاں ہوئے کاچی بھیت-
اما چگونه می توان یک دیوار از گل را پاک کرد؟

ਮਨ ਹਰਿ ਕੇ ਨਾਮ ਕੀ ਮਹਿਮਾ ਊਚ ॥
من ہر کے نام کی مہما اوچ-
ای ذهن من، بزرگترین جلال نام خداست.

ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਉਧਰੇ ਪਤਿਤ ਬਹੁ ਮੂਚ ॥੩॥
نانک نام ادھرے پتت بہت موچ-
ای نانک، بسیاری از گناهکاران با تفکر عاشقانه در نام از گناه ها نجات می یابند.

ਬਹੁਤੁ ਸਿਆਣਪ ਜਮ ਕਾ ਭਉ ਬਿਆਪੈ ॥
بہت سیانپ جم کا بھاؤ بیاپے-
با باهوش شدن بیشتر، فرد دچار ترس از مرگ می شود،

ਅਨਿਕ ਜਤਨ ਕਰਿ ਤ੍ਰਿਸਨ ਨਾ ਧ੍ਰਾਪੈ ॥
انک جتن کرتارسن نادھراپے-
هر نوع تلاش هوشمندانه برای ارضای امیال دنیوی بیهوده است

ਭੇਖ ਅਨੇਕ ਅਗਨਿ ਨਹੀ ਬੁਝੈ ॥
بھیک انیک اگن نہیں بجھائے-
پوشیدن لباس های مذهبی گوناگون، آتش هوس های دنیوی را خاموش نمی کند.

ਕੋਟਿ ਉਪਾਵ ਦਰਗਹ ਨਹੀ ਸਿਝੈ ॥
کوٹ اپاودارگےہ نہیں سجھائے۔
انجام میلیون‌ها چنین تلاشی کمکی به پذیرش در بارگاه خدا نمی‌کند

ਛੂਟਸਿ ਨਾਹੀ ਊਭ ਪਇਆਲਿ ॥
چھوٹس ناہیں اوبھ پئیال۔
با این همه تلاش، انسان از تعلقات دنیوی رها نمی شود، حتی اگر به آسمان ها بگریزد یا در مناطق پایین پنهان شود.

ਮੋਹਿ ਬਿਆਪਹਿ ਮਾਇਆ ਜਾਲਿ ॥
موہی بیاپہ مائیا جال۔
در عوض، فرد مدام در شبکه وابستگی‌ها و خواسته‌های عاطفی درگیر می‌شود

ਅਵਰ ਕਰਤੂਤਿ ਸਗਲੀ ਜਮੁ ਡਾਨੈ ॥
اور کرتوت سگلی جم دانئے۔
تمام تلاش های دیگر توسط پیغام آور مرگ مجازات می شود،

ਗੋਵਿੰਦ ਭਜਨ ਬਿਨੁ ਤਿਲੁ ਨਹੀ ਮਾਨੈ ॥
گوند بھجن بنتل نہیں مانئے
که جز مراقبه در خدای دانای کل چیز دیگری نمی پذیرد.

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਦੁਖੁ ਜਾਇ ॥
ہر کا نام جپت دکھ جاے۔
با یاد کردن نام خدا با عشق و محبت، غم و اندوها را از بین می رود.

ਨਾਨਕ ਬੋਲੈ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਇ ॥੪॥
نانک بولئے سہج سبھائے۔
ناناک این را زیرک بگو.

ਚਾਰਿ ਪਦਾਰਥ ਜੇ ਕੋ ਮਾਗੈ ॥
چار پدارت جے کو ماگئے۔
اگر کسی خواهان چهار نعمت اصلی (عدالت، مال دنیا، زایش و رستگاری) باشد.

ਸਾਧ ਜਨਾ ਕੀ ਸੇਵਾ ਲਾਗੈ ॥
سادھ جنا کی سیوا لاگئے۔
او باید از آموزه های مقدسین (استاد مذهبی اش) پیروی کند.

ਜੇ ਕੋ ਆਪੁਨਾ ਦੂਖੁ ਮਿਟਾਵੈ ॥
جے کو آپنا دُکھ مٹاوے۔
اگر کسی بخواهد غصه هایش را تمام کند،

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਰਿਦੈ ਸਦ ਗਾਵੈ ॥
هر هر نام ردي ست گووي
پس همیشه نام خدا را در دل به یاد داشته باشد (بخواند)

ਜੇ ਕੋ ਅਪੁਨੀ ਸੋਭਾ ਲੋਰੈ ॥
جي كه اپوني صوبه لڑی
اگر کسی در بارگاه خدا به دنبال عزت است،

ਸਾਧਸੰਗਿ ਇਹ ਹਉਮੈ ਛੋਰੈ ॥
ساڌھسنگ اه هومېچوری
پس باید جماعت مقدس را طلب کند و نفس خود را ترک کند.

ਜੇ ਕੋ ਜਨਮ ਮਰਣ ਤੇ ਡਰੈ ॥
بهیک انیک اگن نہیں بجھائے۔
اگر کسی از چرخه تولد و مرگ می ترسد،

ਸਾਧ ਜਨਾ ਕੀ ਸਰਨੀ ਪਰੈ ॥
کوٹ اپاودارگےہ نہیں سجھائے۔
پس باید به مقدسات پناه برد.

ਜਿਸੁ ਜਨ ਕਉ ਪ੍ਰਭ ਦਰਸ ਪਿਆਸਾ ॥
ځي کو جنم مرن ته دری
کسی که آرزوی اتحاد با خدا را دارد.

ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੈ ਬਲਿ ਬਲਿ ਜਾਸਾ ॥੫॥
ساڌ جنا كي سرني پری
ای ناناک، من زندگی ام را فدای آن شخص می کنم.

ਸਗਲ ਪੁਰਖ ਮਹਿ ਪੁਰਖੁ ਪ੍ਰਧਾਨੁ ॥
جس جن کو پربه درس پیاسه
در میان همه افراد، شخص برتر کسی است که

ਸਾਧਸੰਗਿ ਜਾ ਕਾ ਮਿਟੈ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥
نانكتا كي بل بل جاسه
غرور خودپسندانه اش در شرکت مقدس می رود

ਆਪਸ ਕਉ ਜੋ ਜਾਣੈ ਨੀਚਾ ॥
سگل پورخ مي پورخ پربنان.
کسی که خود را پایین می داند،

ਸੋਊ ਗਨੀਐ ਸਭ ਤੇ ਊਚਾ ॥
ساڌھسنگ جا کا متې ابهمان
باید بالاترین از همه حساب شود

ਜਾ ਕਾ ਮਨੁ ਹੋਇ ਸਗਲ ਕੀ ਰੀਨਾ ॥
اپس کو جو جاني نيچا
کسی که در ذهنش بسیار متواضع است،

ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਤਿਨਿ ਘਟਿ ਘਟਿ ਚੀਨਾ ॥
سو او گني اسب تي اوچا
به راستی نام، جوهر خدا را در هر قلب تشخیص داده است

ਮਨ ਅਪੁਨੇ ਤੇ ਬੁਰਾ ਮਿਟਾਨਾ॥
ا كا من هواي سگل كي رينا.
کسی که تمام بدی ها را از ذهن خود پاک کند،

ਪੇਖੈ ਸਗਲ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਸਾਜਨਾ ॥
هر هر نوم ٹينگٹينگ چينا.
به همه دنیا مثل دوستش می بیند.

ਸੂਖ ਦੂਖ ਜਨ ਸਮ ਦ੍ਰਿਸਟੇਤਾ ॥
من اپني ڈيرى بد متانه.
کسی که لذت و درد را یکسان می بیند،

ਨਾਨਕ ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਨਹੀ ਲੇਪਾ ॥੬॥
پيكه د سگل سريست ساځنه
ای ناناک، او از فکر گناه یا فضیلت (همیشه کارهای نیک انجام می دهد) بالا می رود.

ਨਿਰਧਨ ਕਉ ਧਨੁ ਤੇਰੋ ਨਾਉ ॥
سوخ دوخ جان سمدارستيتا
برای بنده فقیر، نام تو ثروت اوست

ਨਿਥਾਵੇ ਕਉ ਨਾਉ ਤੇਰਾ ਥਾਉ ॥
نانک پاپ پن نه ليپا.
برای بنده بی پشتوانه، نام تو تکیه گاه اوست

ਨਿਮਾਨੇ ਕਉ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੋ ਮਾਨੁ ॥
نردهن كا اوڼنتيرو ناو
خدایا تو عزت دهنده بی ناعزت ها استی.

ਸਗਲ ਘਟਾ ਕਉ ਦੇਵਹੁ ਦਾਨੁ ॥
نتهاوې كاو ناوتيرا تهاو.
برای همه انسانها، تو هدیه دهنده ای

ਕਰਨ ਕਰਾਵਨਹਾਰ ਸੁਆਮੀ ॥
نيماني كاو پرب تيرې مان
ای استاد من، تو انجام می دهی و همه چیز توسط شما انجام می شود.

ਸਗਲ ਘਟਾ ਕੇ ਅੰਤਰਜਾਮੀ ॥
سگل غټه كاوديو هو دان.
ای دانای همه دلها

ਅਪਨੀ ਗਤਿ ਮਿਤਿ ਜਾਨਹੁ ਆਪੇ ॥
.كرن كاروانهار سوآمي
شما به تنهایی وضعیت و حد خود را می دانید

ਆਪਨ ਸੰਗਿ ਆਪਿ ਪ੍ਰਭ ਰਾਤੇ ॥
.سگل غته كي انترجامي
خدایا تو غرق در خودت هستی

ਤੁਮ੍ਹਰੀ ਉਸਤਤਿ ਤੁਮ ਤੇ ਹੋਇ ॥
.اپني گت مت جانهو اپي
خدایا فقط تو عظمتت را می دانی

ਨਾਨਕ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਨਸਿ ਕੋਇ ॥੭॥
اپن سنگ اپ پربه راتي
ای ناناک، هیچ کس دیگری عظمت او را نمی داند.

ਸਰਬ ਧਰਮ ਮਹਿ ਸ੍ਰੇਸਟ ਧਰਮੁ ॥
.تمهرې اوستت تمتي هواي
از میان همه ادیان، بهترین ایمان این است که

ਹਰਿ ਕੋ ਨਾਮੁ ਜਪਿ ਨਿਰਮਲ ਕਰਮੁ ॥
.نانک اورر نه جانس کوئ
یاآوری نام خدا و انجام اعمال نیک است

ਸਗਲ ਕ੍ਰਿਆ ਮਹਿ ਊਤਮ ਕਿਰਿਆ ॥
.سرب دهرم مي سريستټ دهرم
در میان همه آداب دینی، والاترین مناسک،

ਸਾਧਸੰਗਿ ਦੁਰਮਤਿ ਮਲੁ ਹਿਰਿਆ ॥
.هر كو نوم جپ نرمل كارم
پاک کردن کثیفی افکار شیطانی در شرکت مقدس است.

ਸਗਲ ਉਦਮ ਮਹਿ ਉਦਮੁ ਭਲਾ ॥
.سگل كريا مي اعظم كريا
از بین تمام تلاش ها، بهترین تلاش،

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਜੀਅ ਸਦਾ ॥
.سادهسنگدرمت مال هريا
این است که همیشه نام خدا را با عشق و علاقه بخوانیم.

ਸਗਲ ਬਾਨੀ ਮਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਨੀ ॥
.سگل ادم مي ادمبهاله
از بین تمام کلمات گفته شده، مطبوع ترین کلمه،

ਹਰਿ ਕੋ ਜਸੁ ਸੁਨਿ ਰਸਨ ਬਖਾਨੀ ॥
هر کو نوم جپهو جيع سدا.
گوش دادن و ستایش خداوند است

ਸਗਲ ਥਾਨ ਤੇ ਓਹੁ ਊਤਮ ਥਾਨੁ ॥
سگل باني مي امرت باني.
از همه جا، عالی ترین مکان،

ਨਾਨਕ ਜਿਹ ਘਟਿ ਵਸੈ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ॥੮॥੩॥
هر کو جس سون رسن بخاني.
ای نانک، آن قلبی است که نام خدا در آن یاد می شود .

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਨਿਰਗੁਨੀਆਰ ਇਆਨਿਆ ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਸਦਾ ਸਮਾਲਿ ॥
نرگنیار یعنیا سو پربه سدا سمال.
ای بنده نادان، همیشه به یاد خدا باش

ਜਿਨਿ ਕੀਆ ਤਿਸੁ ਚੀਤਿ ਰਖੁ ਨਾਨਕ ਨਿਬਹੀ ਨਾਲਿ ॥੧॥
نانک جهکت وساي هر نوم.
ای نانک، در آگاهی خود آن را که تو را آفرید گرامی بدار، او تنها با تو خواهد بود وقتی از این دنیا رفتی.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استاپدی
اشتاپيدي.

ਰਮਈਆ ਕੇ ਗੁਨ ਚੇਤਿ ਪਰਾਨੀ ॥
رمیا کے گون چیت پرانی
ای فانی، فضیلت های خداوند متعال را به یاد بیاور.

ਕਵਨ ਮੂਲ ਤੇ ਕਵਨ ਦ੍ਰਿਸਟਾਨੀ ॥
کوان مولتے کوندارستانی.
از چه ماده ابتدایی (تخم و اسپرم) او این بدن زیبا را ایجاد کرده است

ਜਿਨਿ ਤੂੰ ਸਾਜਿ ਸਵਾਰਿ ਸੀਗਾਰਿਆ ॥
جنتوں ساج سوار سیگاریا.
او که تو را پیدا کرد، آراست و زیبایی برت داد،
ਗਰਭ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਜਿਨਹਿ ਉਬਾਰਿਆ ॥
گرب اگن مي جني اوباريا
در آتش رحم، تو را حفظ کرد

ਬਾਰ ਬਿਵਸਥਾ ਤੁਝਹਿ ਪਿਆਰੈ ਦੂਧ ॥
بار بیوستھ توجھِ پیارہدودھ.
او که در دوران طفولیت غذای شما (شیر) را فراهم کرد.

ਭਰਿ ਜੋਬਨ ਭੋਜਨ ਸੁਖ ਸੂਧ ॥
بر جوبنبنن سوخ سودھ
در اوج جوانی به شما حس غذا و سایر آسایش ها را داد.

ਬਿਰਧਿ ਭਇਆ ਊਪਰਿ ਸਾਕ ਸੈਨ ॥
بردِ بھئیا اوپر ساک سین
همانطور که بزرگتر شدی، او خانواده و دوستانی را برای مراقبت از شما فراهم کرد

ਮੁਖਿ ਅਪਿਆਉ ਬੈਠ ਕਉ ਦੈਨ ॥
مے اپیاو بیٹ کاو دین
شما را تغذیه کرد تا آرام باشین.

ਇਹੁ ਨਿਰਗੁਨੁ ਗੁਨੁ ਕਛੂ ਨ ਬੂਝੈ ॥
ایه نرگون گون کچھو نه بوژه
خدایا این ناشکر ارزش هیچ یک از لطف تو را که در حق او کردی نمی داند.

ਬਖਸਿ ਲੇਹੁ ਤਉ ਨਾਨਕ ਸੀਝੈ ॥੧॥
بخاش لیھو تاو نانک سیجه
ای نانك، اگر او را مورد عفو و بخشش قرار دهی، تنها در این صورت است که او می تواند در رسیدن به هدف زندگی انسان موفق باشد.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਧਰ ਊਪਰਿ ਸੁਖਿ ਬਸਹਿ ॥
جه پرساد دھر اوپر سوخ بسه
به لطف او، شما در آسایش بر روی زمین زنده گی می کنین .

ਸੁਤ ਭ੍ਰਾਤ ਮੀਤ ਬਨਿਤਾ ਸੰਗਿ ਹਸਹਿ ॥
سات بھرات میت بنته سنگ هسه.
با فرزندان، خواهر و برادر، دوستان و همسرتان می خندید و لذت می برید.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਪੀਵਹਿ ਸੀਤਲ ਜਲਾ ॥
جه پرساد پیوھوه سیتل جلا.
به لطف کی، شما از این آب خنک آرامش بخش لذت می برید،

ਸੁਖਦਾਈ ਪਵਨੁ ਪਾਵਕੁ ਅਮੁਲਾ ॥
کوان مولتے کوندارستانی
همراه با هوا و آتش تسکین دهنده گرانبها

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਭੋਗਹਿ ਸਭਿ ਰਸਾ ॥
پیکه د سگل سریسٹ ساخنه
به لطف او که از انواع لذت ها بهره می برید،

ਸਗਲ ਸਮਗ੍ਰੀ ਸੰਗਿ ਸਾਥਿ ਬਸਾ ॥
سوخ دایی پون پاوک امله
و از تمامی سهولیت های زندگی برخوردار هستند.

ਦੀਨੇ ਹਸਤ ਪਾਵ ਕਰਨ ਨੇਤ੍ਰ ਰਸਨਾ ॥
جه پرساد بوگبه سبه رسا
چه کسی دست و پا و گوش و چشم و زبان به تو داد.

ਤਿਸਹਿ ਤਿਆਗਿ ਅਵਰ ਸੰਗਿ ਰਚਨਾ ॥
سگل سمگرِي سنگ سات بسا
هنوز هم، شما او را رها می کنید و خود را به دیگران متصل می کنید.

ਐਸੇ ਦੋਖ ਮੂੜ ਅੰਧ ਬਿਆਪੇ ॥
ديني هسهت پاؤ کرن نيتر رسنه.
نادانان نابینا در چنگال چنین اشتباهات گناه آلودی هستند

ਨਾਨਕ ਕਾਢਿ ਲੇਹੁ ਪ੍ਰਭ ਆਪੇ ॥੨॥
تيسه تياگ اوار سنگ رچنا
نانک دعا می کند که خدایا آنها را از این خطاهای گناه نجات بده،

ਆਦਿ ਅੰਤਿ ਜੋ ਰਾਖਨਹਾਰੁ ॥
ايسي دوخ موره انده بياپے.
کسی که از تولد تا مرگ حافظ ماست،

ਤਿਸ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨ ਕਰੈ ਗਵਾਰੁ ॥
نانک کاڈ ليهو پربه آپے.
اما شخص جاهل هنوزهم او را دوست ندارد

ਜਾ ਕੀ ਸੇਵਾ ਨਵ ਨਿਧਿ ਪਾਵੈ ॥
آد انتِ جو راکهنهار.
خدمت به او که با تعمق در نام مانند نه گنج جهان است

ਤਾ ਸਿਉ ਮੂੜਾ ਮਨੁ ਨਹੀ ਲਾਵੈ ॥
تس سيو پريت نه کري گوار.
با این حال، شخص نادان ذهن خود را با او هماهنگ نمی کند

ਜੋ ਠਾਕੁਰੁ ਸਦ ਸਦਾ ਹਜੂਰੇ ॥
جا کی سیوا نووند پاوی
آن خدایی که همیشه در درون و اطراف ما حضور دارد،

ਤਾ ਕਉ ਅੰਧਾ ਜਾਨਤ ਦੂਰੇ ॥
تا سیو موره من نه لاوی
نابینای معنوی معتقد است که او دور است

ਜਾ ਕੀ ਟਹਲ ਪਾਵੈ ਦਰਗਹ ਮਾਨੁ ॥
جو تھاکور سد سدا حضوری
در خدمت او با مراقبه، در بارگاه خدا عزت برایش عزت داده مس شود،

ਤਿਸਹਿ ਬਿਸਾਰੈ ਮੁਗਧੁ ਅਜਾਨੁ ॥
تا کاو انده جانت دوری.
با این حال، احمق نادان روحی او را فراموش می کند.

ਸਦਾ ਸਦਾ ਇਹੁ ਭੂਲਨਹਾਰੁ ॥
جا کی تہل پاوی درگہ من
برای همیشه و همیشه، این شخص اشتباه می کند.

ਨਾਨਕ ਰਾਖਨਹਾਰੁ ਅਪਾਰੁ ॥੩॥
تیسه بیساری مگڑ اجان
ای ناناک، خدای بی حد نگهدار ماست.

ਰਤਨੁ ਤਿਆਗਿ ਕਉਡੀ ਸੰਗਿ ਰਚੈ ॥
سدا سدا اه بھولنھار.
فرد با ترک نام گرانبها، غرق در مال دنیا می شود.

ਸਾਚੁ ਛੋਡਿ ਝੂਠ ਸੰਗਿ ਮਚੈ ॥
نانک راکھنھار اپار.
او از حق چشم پوشی می کند و باطل را می پذیرد.

ਜੋ ਛਡਨਾ ਸੁ ਅਸਥਿਰੁ ਕਰਿ ਮਾਨੈ ॥
رتن تیاگ کاودی سنگ رچی.
چیزی که در نهایت باید رها شود، او معتقد است که جاودانه است،

ਜੋ ਹੋਵਨੁ ਸੋ ਦੂਰਿ ਪਰਾਨੈ ॥
ساچ چھوڑ جھوٹ سنگ مچی.
آن (مرگ) را که نزدیک است، به نظر او دور است

ਛੋਡਿ ਜਾਇ ਤਿਸ ਕਾ ਸ੍ਰਮੁ ਕਰੈ ॥
جو چھدنا سو استھر کر منی.
او برای ثروت دنیوی مبارزه می کند که در نهایت باید آن را پشت سر بگذارد.

ਸੰਗਿ ਸਹਾਈ ਤਿਸੁ ਪਰਹਰੈ ॥
چھد جا-ی تس کا سرم کری
از خدا که همیشه با اوست روی برمی گرداند.

ਚੰਦਨ ਲੇਪੁ ਉਤਾਰੈ ਧੋਇ ॥ਗਰਧਬ ਪ੍ਰੀਤਿ ਭਸਮ ਸੰਗਿ ਹੋਇ ॥
سنگ سهایی تس پرہری
او مانند خری است که حتی اگر به صندل هم مسح شود آن را باید بشوید زیرا عشق او فقط با خاکستر است.

ਅੰਧ ਕੂਪ ਮਹਿ ਪਤਿਤ ਬਿਕਰਾਲ ॥
چندن لیپ اتاری دھو-ی. گرڑھب پریت بھسم سنگ ھو-ی
او در گودال تاریک و عمیق گناهان افتاده است

ਨਾਨਕ ਕਾਢਿ ਲੇਹੁ ਪ੍ਰਭ ਦਇਆਲ ॥੪॥
انده کوپ مي پتیت بکرال
ای نانک، دعا کن و بگو ای خدای مهربان، او را از غرق شدن در دریای گناهان نجات بده. |

ਕਰਤੂਤਿ ਪਸੂ ਕੀ ਮਾਨਸ ਜਾਤਿ ॥
نانک کاڈ لیھو پربھ دئال
او متعلق به نوع انسان است، اما مانند حیوانات رفتار می کند

ਲੋਕ ਪਚਾਰਾ ਕਰੈ ਦਿਨੁ ਰਾਤਿ ॥
کرتوت پسو کی مانس جات.
روز و شب مشغول به رخ کشیدن (مال و خرد خود) به دیگران است

ਬਾਹਰਿ ਭੇਖ ਅੰਤਰਿ ਮਲੁ ਮਾਇਆ ॥
لوک پچارا کری دن رات
در ظاهر، او لباس مذهبی می پوشد، اما در درون کثیفی مایا است.

ਛਪਸਿ ਨਾਹਿ ਕਛੁ ਕਰੈ ਛਪਾਇਆ ॥
باہر بھیکھ انتر مل مائیا
او نمی تواند این را پنهان کند، هر چقدر هم که تلاش کند.

ਬਾਹਰਿ ਗਿਆਨ ਧਿਆਨ ਇਸਨਾਨ ॥
چھپس ناہی کچھ کری چھپائیا
در ظاهر، دانشمند، مراقب و پاک به نظر می رسد.

ਅੰਤਰਿ ਬਿਆਪੈ ਲੋਭੁ ਸੁਆਨੁ ॥
باہر گیان دھیان اسنان.
اما در درون می چسبد مثل طمع سگ مانند

ਅੰਤਰਿ ਅਗਨਿ ਬਾਹਰਿ ਤਨੁ ਸੁਆਹ ॥
انتر بیاپے لوب سوآن
آتش هوس در درون می پیچد. اما در ظاهر خاکستر را به بدن می ریزد. (به عنوان یک یوگی ظاهر شود که تمام خواسته های دنیوی را کنار گذاشته است).

ਗਲਿ ਪਾਥਰ ਕੈਸੇ ਤਰੈ ਅਥਾਹ ॥
انتر اگن باہر تن سوآہ
با باری از آرزوهای دنیوی و گناهان مانند سنگ در گردن، چگونه می توان از اقیانوس نامحسوس گناهان شنا کرد؟

ਜਾ ਕੈ ਅੰਤਰਿ ਬਸੈ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ॥
گل پتھر کیسے تری اٹھاہ
کسی که خود خدا در دلش ساکن است،

ਨਾਨਕ ਤੇ ਜਨ ਸਹਜਿ ਸਮਾਤਿ ॥੫॥
جا کے انتر بسے پرب آپ.
ای ناناک، آن شخص به طور شهودی غرق در عشق خدا می شود.

ਸੁਨਿ ਅੰਧਾ ਕੈਸੇ ਮਾਰਗੁ ਪਾਵੈ ॥
نانک تے جان سہج سمات
تنها با گوش دادن، نابینایان چگونه می توانند مسیر را پیدا کنند؟

ਕਰੁ ਗਹਿ ਲੇਹੁ ਓੜਿ ਨਿਬਹਾਵੈ ॥
سن اندھ کیسے مارگ پاوی.
اگر کسی دست او را بگیرد، می تواند به مقصد برسد.

ਕਹਾ ਬੁਝਾਰਤਿ ਬੂਝੈ ਡੋਰਾ ॥
کر گہ لیھو اوڑ نبھاوی.
چگونه می توان معما را برای ناشنوایان فهماند؟

ਨਿਸਿ ਕਹੀਐ ਤਉ ਸਮਝੈ ਭੋਰਾ ॥
کہا بوجھارت بوجھے دورا.
بگویید "شب"، و او فکر می کند که "روز" گفتید.

ਕਹਾ ਬਿਸਨਪਦ ਗਾਵੈ ਗੁੰਗ ॥
نس کہیئے تاو سمجھے بھورا.
چگونه یک گنگ می تواند سرودهای عبادی را بخواند؟

ਜਤਨ ਕਰੈ ਤਉ ਭੀ ਸੁਰ ਭੰਗ ॥
کہا بسنپد گاوی گونگ.
او ممکن است تلاش کند، اما صدای او بیرون نخواهد شد.

ਕਹ ਪਿੰਗੁਲ ਪਰਬਤ ਪਰ ਭਵਨ ॥
جتن کری تاو بھی سور بھنگ.
چگونه معلول می تواند از کوه بالا برود؟

ਨਹੀ ਹੋਤ ਊਹਾ ਉਸੁ ਗਵਨ ॥
کہ پنگل پربت پر بھون.
او به سادگی نمی تواند به آنجا برود.

ਕਰਤਾਰ ਕਰੁਣਾ ਮੈ ਦੀਨੁ ਬੇਨਤੀ ਕਰੈ ॥
نہی ہوت اوہا اس گوان
ای خالق، ای خدای مهربان، بنده حقیر تو دعا می کند.

ਨਾਨਕ ਤੁਮਰੀ ਕਿਰਪਾ ਤਰੈ ॥੬॥
کرتار کرونا مئی دین بینتی کری
ای ناناک، فقط مهربانی تو می تواند انسان فانی را از اقیانوس جهانی گناهان نجات دهد.

ਸੰਗਿ ਸਹਾਈ ਸੁ ਆਵੈ ਨ ਚੀਤਿ ॥
نانک تمری کرپا تری
خدایی که همیشه پشتیبان اوست، انسان فانی او را یاد نمی کند.

ਜੋ ਬੈਰਾਈ ਤਾ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥
سنگ سهایی سو آوی نہ چیت
در عوض به دشمنش مایا عشق می ورزد.

ਬਲੂਆ ਕੇ ਗ੍ਰਿਹ ਭੀਤਰਿ ਬਸੈ ॥
جو بیرائی تا سیو پریت
فانی در خانه ای زندگی می کند که مانند قلعه ای از ریگ است که فرو می ریزد

ਅਨਦ ਕੇਲ ਮਾਇਆ ਰੰਗਿ ਰਸੈ ॥
بلوا کے گرہ بھیتر بسی
از بازی های لذت های دنیوی و ذائقه مایا لذت می برد.

ਦ੍ਰਿੜੁ ਕਰਿ ਮਾਨੈ ਮਨਹਿ ਪ੍ਰਤੀਤਿ ॥
اند کیل مائیا رنگ رسی.
او شدیداً معتقد است که اقامت او در دنیا و لذت های دنیوی همگی دائمی است

ਕਾਲੁ ਨ ਆਵੈ ਮੂੜੇ ਚੀਤਿ ॥
دریر کری منیے پرتیت.
حتی فکر مرگ برای نادان هم به ذهن نمی رسد

ਬੈਰ ਬਿਰੋਧ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਮੋਹ ॥
کال نہ آوی موری چیت.
نفرت، درگیری، شهوت، خشم، وابستگی عاطفی،

ਝੂਠ ਬਿਕਾਰ ਮਹਾ ਲੋਭ ਧ੍ਰੋਹ ॥
بیر بروڈھ کام کروڈھ موہ
دروغ، گناه، طمع و نیرنگ بسیار:

ਇਆਹੂ ਜੁਗਤਿ ਬਿਹਾਨੇ ਕਈ ਜਨਮ ॥
جھوٹ بکار مہا لوب دھروہ.
بسیاری از وقت های زندگی در این راه ها تلف می شود

ਨਾਨਕ ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਆਪਨ ਕਰਿ ਕਰਮ ॥੭॥
ایاھو جگت بھیانے کئے جنم
نانک دعا می کند.خدایا خواهش میکنم رحم کن و او را از این بدیها حفظ کن،

ਤੂ ਠਾਕੁਰੁ ਤੁਮ ਪਹਿ ਅਰਦਾਸਿ ॥
نانک راکھ لیھو آپن کر کرم
خدایا تو خودت کارفرما استی ؛ این دعا را به شما می خوانیم.

ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਸਭੁ ਤੇਰੀ ਰਾਸਿ ॥
تو تھاکور تم پہ ارداس
این جسم و روح همه از برکات توست.

ਤੁਮ ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਹਮ ਬਾਰਿਕ ਤੇਰੇ ॥
جیو پند سبھ تیری راس
شما مادر و پدر ما هستید. ما فرزندان تو هستیم

ਤੁਮਰੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਮਹਿ ਸੂਖ ਘਨੇਰੇ ॥
تم مات پتا ہم بارک تیرے
در رحمت تو، شادی ها و آرامش بسیار است.

ਕੋਇ ਨ ਜਾਨੈ ਤੁਮਰਾ ਅੰਤੁ ॥
تمری کرپا مہ سوکھ غنیرے.
هیچ کس حدود شما را نمی داند

ਊਚੇ ਤੇ ਊਚਾ ਭਗਵੰਤ ॥
کوئ نہ جانے تمرا انت.
ای برترین برتران خدای سخاوتمندترین،

ਸਗਲ ਸਮਗ੍ਰੀ ਤੁਮਰੈ ਸੂਤ੍ਰਿ ਧਾਰੀ ॥
سگل سمگری تمری ستر دھاری.
کل کائنات با فرمان شما پشتیبانی و اجرا می شود

ਤੁਮ ਤੇ ਹੋਇ ਸੁ ਆਗਿਆਕਾਰੀ ॥
تم تے ہوئے سو آگیاکاری.
آنچه از جانب تو آمده، تحت امر توست.

ਤੁਮਰੀ ਗਤਿ ਮਿਤਿ ਤੁਮ ਹੀ ਜਾਨੀ ॥
تمری گت مت تم ہی جانی.
شما به تنهایی وضعیت و حد خود را می دانید.

ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਨੀ ॥੮॥੪॥
نانک داس سدا کربانی
ناناک می گوید خدایا من برای همیشه زندگی ام را فدای تو می کنم.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک

ਦੇਨਹਾਰੁ ਪ੍ਰਭ ਛੋਡਿ ਕੈ ਲਾਗਹਿ ਆਨ ਸੁਆਇ ॥
دینھار پربھ چھوڈ کی لاگے آن سوآے.
کسی که از خدای بخشنده دست بردارد و به لذات دنیوی دل بسته باشد.

ਨਾਨਕ ਕਹੂ ਨ ਸੀਝਈ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਪਤਿ ਜਾਇ ॥੧॥
نانک کہو نہ سیجھی بن ناوے پت جاے.
ای نانک، چنین شخصی هرگز در سفر زندگی موفق نخواهد شد. بدون نام، او عزت خود را از دست خواهد داد.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپدی
اشتاپيدي.

ਦਸ ਬਸਤੂ ਲੇ ਪਾਛੈ ਪਾਵੈ ॥
دس بستو لے پاچھے پاوی
انسان نعمت های زیادی از خدا دریافت می کند و انها را پشت سر می گذارد.

ਏਕ ਬਸਤੁ ਕਾਰਨਿ ਬਿਖੋਟਿ ਗਵਾਵੈ ॥
ایک بست کارن بکھوت گواوی.
به خاطر یک چیز که توسط خدا منع شده است، او ایمان خود را از دست می دهد

ਏਕ ਭੀ ਨ ਦੇਇ ਦਸ ਭੀ ਹਿਰਿ ਲੇਇ ॥
ایک بھی نہ دےئ دس بھی ہر لےئ.
اما اگر خدا تمام این هدایا را پس بگیرد و هدیه ای را که از ان شکایت کرده است، پس ندهد، چه؟

ਤਉ ਮੂੜਾ ਕਹੁ ਕਹਾ ਕਰੇਇ ॥
تاو مورہا کہو کہا کرئ.
احمق چه می تواند بگوید یا چه کاری انجام دهد؟

ਜਿਸੁ ਠਾਕੁਰ ਸਿਉ ਨਾਹੀ ਚਾਰਾ ॥
جس تھاکور سیو ناہی چارا
اربابی که قدرت با او هیچ سودی ندارد.

ਤਾ ਕਉ ਕੀਜੈ ਸਦ ਨਮਸਕਾਰਾ ॥
تا کؤ کیجئ سد نمسکارا.
برای او همواره تعظیم کنید و او را بپذیرید.

ਜਾ ਕੈ ਮਨਿ ਲਾਗਾ ਪ੍ਰਭੁ ਮੀਠਾ ॥
جا کی من لاگا پربھ میٹھا.
کسی که خدا به قلبش عشق می‌ورزد،

ਸਰਬ ਸੂਖ ਤਾਹੂ ਮਨਿ ਵੂਠਾ ॥
سرب سوکھ تاہو من ووتھا.
تمام آرامش و لذت‌ها در ذهن او ساکن می‌شود

ਜਿਸੁ ਜਨ ਅਪਨਾ ਹੁਕਮੁ ਮਨਾਇਆ ॥
جس جن اپنا ہکم منائیا.
کسی که خداوند به او قدرت می‌دهد که اراده‌اش را بپذیرد،

ਸਰਬ ਥੋਕ ਨਾਨਕ ਤਿਨਿ ਪਾਇਆ ॥੧॥
سرب تھوک نانک تن پائیا.
ای ناناک،او احساس می کند که تمام امکانات رفاهی جهان را دریافت کرده است.

ਅਗਨਤ ਸਾਹੁ ਅਪਨੀ ਦੇ ਰਾਸਿ ॥
اگنت ساہو اپنی دے راس
خداوند، بانکدار، نعمت‌های بی‌پایان را به انسان‌های فانی می‌بخشد،

ਖਾਤ ਪੀਤ ਬਰਤੈ ਅਨਦ ਉਲਾਸਿ ॥
کھات پیت برتئ اند الاس
که از این سرمایه با لذت و خوشی استفاده می‌کند

ਅਪੁਨੀ ਅਮਾਨ ਕਛੁ ਬਹੁਰਿ ਸਾਹੁ ਲੇਇ ॥
اپنی امان کچھ بہر ساہو لےئ
اگر بخشی از این سرمایه بعدا توسط بانکدار بازپس گرفته شود (خدا)،

ਅਗਿਆਨੀ ਮਨਿ ਰੋਸੁ ਕਰੇਇ ॥
اگیانی من روس کرئ.
شخص نادان احساس ناراحتی می‌کند و شکایت می‌کند

ਅਪਨੀ ਪਰਤੀਤਿ ਆਪ ਹੀ ਖੋਵੈ ॥
اپنی پرتیت آپ ہی کھوئے
با این کار، اعتبار خودش را از دست می‌دهد،

ਬਹੁਰਿ ਉਸ ਕਾ ਬਿਸ੍ਵਾਸੁ ਨ ਹੋਵੈ ॥
بہر اس کا بسواس نہ ہوئے.
در نتیجه دیگر قابل اعتماد نیست

ਜਿਸ ਕੀ ਬਸਤੁ ਤਿਸੁ ਆਗੈ ਰਾਖੈ ॥
جس کی بست تس آگئ راکھئ.
کسی که به خدا چیزی را پیشنهاد کنه که متعلق به اوست.

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਆਗਿਆ ਮਾਨੈ ਮਾਥੈ ॥
پربھ کی آگیا منئی ماتھئ
و با کمال میل به خواست خداوند تن دهد،

ਉਸ ਤੇ ਚਉਗੁਨ ਕਰੈ ਨਿਹਾਲੁ ॥
اس تے چوگن کرئ نہال.
او بارها و بارها برکت می‌یابد

ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬੁ ਸਦਾ ਦਇਆਲੁ ॥੨॥
نانک صاحب سدا دئال.
ای نانک خدای ما، تا ابد رحیم است.

ਅਨਿਕ ਭਾਤਿ ਮਾਇਆ ਕੇ ਹੇਤ ॥ਸਰਪਰ ਹੋਵਤ ਜਾਨੁ ਅਨੇਤ ॥
انک بھات مائیا کے ہیت. سرپر ہوت جان انیت.
یقین کنید که بسیاری از وابستگی‌های دنیوی زودگذر و بدون شک از میان خواهد رفت.

ਬਿਰਖ ਕੀ ਛਾਇਆ ਸਿਉ ਰੰਗੁ ਲਾਵੈ ॥
برکھ کی چھائیا سیو رنگ لاوے.
یک فرد عاشق سایه درخت می شود،

ਓਹ ਬਿਨਸੈ ਉਹੁ ਮਨਿ ਪਛੁਤਾਵੈ ॥
اوہ بنسئ اوہ من پچھتاوے.
و وقتی که ناپدید میشه ، در ذهنش احساس پشیمانی میکنه

ਜੋ ਦੀਸੈ ਸੋ ਚਾਲਨਹਾਰੁ ॥
جو دیسئ سو چالنہار
آنچه دیده می‌شود رفتنی است؛

ਲਪਟਿ ਰਹਿਓ ਤਹ ਅੰਧ ਅੰਧਾਰੁ ॥
لپٹ رہیو تہ اندہ اندھار
هنوز هم ، مثل کور به آن چسبیده است.

ਬਟਾਊ ਸਿਉ ਜੋ ਲਾਵੈ ਨੇਹ ॥
بٹاؤ سیو جو لاوے نےہ
هر کس عاشق رهگذری شود،

ਤਾ ਕਉ ਹਾਥਿ ਨ ਆਵੈ ਕੇਹ ॥
تا کؤ ہاتھ نہ آوے کہہ
چیزی از رابطه بدست نمی آورد

ਮਨ ਹਰਿ ਕੇ ਨਾਮ ਕੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਸੁਖਦਾਈ ॥
من ہر کے نام کی پریت سخ دائی.
از این رو، عشق به نام خدا صلح و آرامش می‌بخشد

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਨਾਨਕ ਆਪਿ ਲਏ ਲਾਈ ॥੩॥
کر کرپا نانک آپ لئے لائی.
ای نانک، محبت او را فقط کسانی دریافت می کنند که خود او به آنها برکت دهد.

ਮਿਥਿਆ ਤਨੁ ਧਨੁ ਕੁਟੰਬੁ ਸਬਾਇਆ ॥
مٹھیا تن دھن کُتمب سباعیا
دروغ، بدن، ثروت و همه روابط است

ਮਿਥਿਆ ਹਉਮੈ ਮਮਤਾ ਮਾਇਆ ॥
مٹھیا ہئمے ممتا مائیا.
نفس، انحصارگری و مایا دروغ استند.

ਮਿਥਿਆ ਰਾਜ ਜੋਬਨ ਧਨ ਮਾਲ ॥
مٹھیا راج جوبن دھن مال
قدرت، جوانی، مال و ثروت دروغین است

ਮਿਥਿਆ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਬਿਕਰਾਲ ॥
مٹھیا کام کروڈھ بکرال
دروغ شهوت و خشم وحشی است.

ਮਿਥਿਆ ਰਥ ਹਸਤੀ ਅਸ੍ਵ ਬਸਤ੍ਰਾ ॥
مٹھیا رتھ ہستی اسوا بسترا
فیل ها؛ اسب ها و لباس های قیمتی موقت هستند.

ਮਿਥਿਆ ਰੰਗ ਸੰਗਿ ਮਾਇਆ ਪੇਖਿ ਹਸਤਾ ॥
مٹھیا رنگ سنگ مائیا پیکھ ہستا
عشق به ثروت و چشم داشتن اشتباه است.

ਮਿਥਿਆ ਧ੍ਰੋਹ ਮੋਹ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥
مٹھیا دھروہ موہ ابھمان
دروغ، فریب، وابستگی عاطفی و غرور خودپسند است.

ਮਿਥਿਆ ਆਪਸ ਊਪਰਿ ਕਰਤ ਗੁਮਾਨੁ ॥
مٹھیا آپس اوپر کرت گمان
غرور با نفس اشتباه است

ਅਸਥਿਰੁ ਭਗਤਿ ਸਾਧ ਕੀ ਸਰਨ ॥
استھر بھگت سادھ کی سرن
فقط عبادت بند گی خدا فنا ناپذیر است که تحت حمایت استاد مذهبی انجام می شود.

ਨਾਨਕ ਜਪਿ ਜਪਿ ਜੀਵੈ ਹਰਿ ਕੇ ਚਰਨ ॥੪॥
نانک جپ جپ جیوے ہر کے چرن
ای ناناک، فقط با فکرکردن در نام می توان زندگی واقعی داشت.

ਮਿਥਿਆ ਸ੍ਰਵਨ ਪਰ ਨਿੰਦਾ ਸੁਨਹਿ ॥
مٹھیا سرون پر نندا سنہے.
بیهوده است گوش هایی که به تهمت دیگران گوش می دهند.

ਮਿਥਿਆ ਹਸਤ ਪਰ ਦਰਬ ਕਉ ਹਿਰਹਿ ॥
مٹھیا ہسٹ پر درب کؤ ہرہے.
دستانی که ثروت دیگران را می دزدند بی فایده است

ਮਿਥਿਆ ਨੇਤ੍ਰ ਪੇਖਤ ਪਰ ਤ੍ਰਿਅ ਰੂਪਾਦ ॥
مٹھیا نینتر پیکھت پر ترئہ روپاد.
چشمانی که با نیات شیطانی به زیبایی زن دیگری می نگرند بی فایده است

ਮਿਥਿਆ ਰਸਨਾ ਭੋਜਨ ਅਨ ਸ੍ਵਾਦ ॥
مٹھیا رسنا بھوجن ان سواد.
باطل، زبانی است که فقط از ظرافت ها و دیگر ذائقه های دنیوی بهره می برد

ਮਿਥਿਆ ਚਰਨ ਪਰ ਬਿਕਾਰ ਕਉ ਧਾਵਹਿ ॥
مٹھیا چرن پر بکار کؤ ڈھاوہے.
گناهکار پاهایی هستند که می دوند تا به دیگران بدی کنند

ਮਿਥਿਆ ਮਨ ਪਰ ਲੋਭ ਲੁਭਾਵਹਿ ॥
مٹھیا من پر لوبھ لبھاوہے
بیهوده است ذهنی که پر از طمع ثروت دیگران است

ਮਿਥਿਆ ਤਨ ਨਹੀ ਪਰਉਪਕਾਰਾ ॥
مٹھیا تن نہیں پروپکارا
بدنی که به دیگران نیکی نمی کند بی فایده است

ਮਿਥਿਆ ਬਾਸੁ ਲੇਤ ਬਿਕਾਰਾ ॥
مٹھیا باس لئت بکارا
بیهوده آن بینی است که از بوی شر لذت می برد

ਬਿਨੁ ਬੂਝੇ ਮਿਥਿਆ ਸਭ ਭਏ ॥
بن بوجھے مٹھیا سبھ بھائے
تمام اعضای بدن که هدف واقعی خود را درک نمی کنند، بی فایده هستند

ਸਫਲ ਦੇਹ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮ ਲਏ ॥੫॥
سفل دیہ نانک ہر ہر نام لئے.
ای نانک، تنها بدنی رستگار است که نام خدا را بخواند.

ਬਿਰਥੀ ਸਾਕਤ ਕੀ ਆਰਜਾ ॥
بیرتھی ساکت کی آرجا
زندگی بدبین (فاسق) بی ایمان کاملاً بیهوده است

ਸਾਚ ਬਿਨਾ ਕਹ ਹੋਵਤ ਸੂਚਾ ॥
بیرتھا نام بنا تن اندھ
بدون یاد خدای ازلی چگونه می تواند پاک باشد؟

ਬਿਰਥਾ ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਤਨੁ ਅੰਧ ॥
مکھ آوت تا کئی درگندھ
بدون نام خدا، بدن نابینایان معنوی بی فایده است،

ਮੁਖਿ ਆਵਤ ਤਾ ਕੈ ਦੁਰਗੰਧ ॥
بن سمرن دن رین برتھا بہائے
زیرا از دهان چنین شخصی بوی بد تهمت می آید

ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਦਿਨੁ ਰੈਨਿ ਬ੍ਰਿਥਾ ਬਿਹਾਇ ॥
میگھ بنا جیو کھیتی جائے
بدون یادآوری نام خدا، روزها و شب های ما بیهوده می گذرد،

ਮੇਘ ਬਿਨਾ ਜਿਉ ਖੇਤੀ ਜਾਇ ॥
گوبد بھجن بن برتھے سبھ کام
مانند محصولی که بدون باران پژمرده می شود

ਗੋਬਿਦ ਭਜਨ ਬਿਨੁ ਬ੍ਰਿਥੇ ਸਭ ਕਾਮ ॥
جیو کرپن کے نرارت دام
بدون یاد کردن نام خدا، تمام اعمال دنیا بیهوده است.

ਜਿਉ ਕਿਰਪਨ ਕੇ ਨਿਰਾਰਥ ਦਾਮ ॥
دھن دھن تے جن جہ گھٹ بسیو ہر ناو
مثل مال بخیل که برایش فایده ای ندارد.

ਧੰਨਿ ਧੰਨਿ ਤੇ ਜਨ ਜਿਹ ਘਟਿ ਬਸਿਓ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥
نانک تا کئی بل بل جائو
اما خوشا به حال کسانی که نام خدا در دلهایشان ساکن است

ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੈ ਬਲਿ ਬਲਿ ਜਾਉ ॥੬॥
راہت اوڑ کچھ اوڑ کماوت
ای ناناک، من زندگیم را فدای آن انسانهای مبارک می کنم.

ਰਹਤ ਅਵਰ ਕਛੁ ਅਵਰ ਕਮਾਵਤ ॥
من نہیں پریت مُکھہ گندھ لاوت
کسی که به ظاهر دیندار است، ولی اعمالش غیر از دین است

ਮਨਿ ਨਹੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਮੁਖਹੁ ਗੰਢ ਲਾਵਤ ॥
جاننہار پربھو پربین
در دلش عشق به خدا نیست و با این حال بلند حرف می زند

ਜਾਨਨਹਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਪਰਬੀਨ ॥
باہر بھیکھ نہ کاہو بھین
خدای دانا، بسیار حکیم است

ਬਾਹਰਿ ਭੇਖ ਨ ਕਾਹੂ ਭੀਨ ॥
اوڑ اپدیسئ آپ نہ کرئ
او تحت تأثیر نمایش ظاهری قرار نمی گیرد

ਅਵਰ ਉਪਦੇਸੈ ਆਪਿ ਨ ਕਰੈ ॥
آوت جاوت جنمئ مرئ.
کسی که به آنچه به دیگران موعظه می کند عمل نمی کند،

ਆਵਤ ਜਾਵਤ ਜਨਮੈ ਮਰੈ ॥
جس کئے انتر بسئ نرنکار.
باید در چرخه تولد و مرگ رنج بکشد

ਜਿਸ ਕੈ ਅੰਤਰਿ ਬਸੈ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ॥
تس کی سیکھ ترئ سنسار.
آن که در قلبش خدای بی شکل ساکن است،

ਤਿਸ ਕੀ ਸੀਖ ਤਰੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥
جو تم بھانے تن پربھ جاتا.
آموزه های چنین شخصی دنیا را از رذایل نجات می دهد

ਜੋ ਤੁਮ ਭਾਨੇ ਤਿਨ ਪ੍ਰਭੁ ਜਾਤਾ ॥
نانک اون جن چرن پرتا.
خدایا فقط کسانی که مورد رضایت تو هستند تو را درک کرده اند

ਨਾਨਕ ਉਨ ਜਨ ਚਰਨ ਪਰਾਤਾ ॥੭॥
کرؤ بینتی پاربرہم سبھ جانئ
ای ناناک، من با تواضع در برابر آنها تعظیم می کنم. |

ਕਰਉ ਬੇਨਤੀ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਸਭੁ ਜਾਨੈ ॥
اپنا کیا آپہ منئ
من برای هر چه دعا می کنم، خداوند همه چیز را می داند

ਅਪਨਾ ਕੀਆ ਆਪਹਿ ਮਾਨੈ ॥
باہر بھیکھ نہ کاہو بھین
او خودش به فانی اش افتخار می کند

ਆਪਹਿ ਆਪ ਆਪਿ ਕਰਤ ਨਿਬੇਰਾ ॥
آپہ آپ آپ کرت نبیرا
او فقط خودش بر اساس اعمال آنها تصمیم می گیرد

ਕਿਸੈ ਦੂਰਿ ਜਨਾਵਤ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਵਤ ਨੇਰਾ ॥
کسے دور جاناوت کسے بجھاوت نیرا
برای برخی، او دور به نظر می رسد، در حالی که برخی دیگر او را نزدیک می دانند

ਉਪਾਵ ਸਿਆਨਪ ਸਗਲ ਤੇ ਰਹਤ ॥
اپاو سیانپ سگل تے راہت
او فراتر از همه تلاش ها و کارهای هوشمندانه است

ਸਭੁ ਕਛੁ ਜਾਨੈ ਆਤਮ ਕੀ ਰਹਤ ॥
سبھ کچھ جانئ آتم کی راہت.
او همه چیز را در مورد وضعیت معنوی ما می داند

ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਲਏ ਲੜਿ ਲਾਇ ॥
جس بھاوئ تس لئے لڑ لائے.
هر کس راضی او باشد، او را با خود نزدیک می کند

ਥਾਨ ਥਨੰਤਰਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਇ ॥
تھان تھننتر رہیا سمائے.
او در همه مکان ها و فضاها موجود است.

ਸੋ ਸੇਵਕੁ ਜਿਸੁ ਕਿਰਪਾ ਕਰੀ ॥
سو سیوک جس کرپا کری
کسانی که رحمت خود را به آنها ارزانی دارد، عابد او می شوند.

ਨਿਮਖ ਨਿਮਖ ਜਪਿ ਨਾਨਕ ਹਰੀ ॥੮॥੫॥
نمکھ نمکھ جپ نانک ہری.
ای ناناک، لحظه به لحظه در خدا تفکر کن.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਅਰੁ ਲੋਭ ਮੋਹ ਬਿਨਸਿ ਜਾਇ ਅਹੰਮੇਵ ॥
کام کروڈھ ار لوبھ موہ بنس جائے اہمیو
شاید که شهوت، خشم، حرص، وابستگی های عاطفی و خودخواهی من از بین برود.

ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ ਸਰਣਾਗਤੀ ਕਰਿ ਪ੍ਰਸਾਦੁ ਗੁਰਦੇਵ ॥੧॥
نانک پربھ سرناگتی کر پرساد گردیو
ناناک به خدا پناه می برد، ای معلم مذهبی واقعی، لطفاً مرا به لطف خود برکت ده

ਅਸਟਪਦੀ ॥
اساٹپدی
آشتاپادي:

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਛਤੀਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਖਾਹਿ ॥
جہ پرساد چھتیہ امرت کھاہی
به لطف او از انواع غذاهای لذیذ می خورید

ਤਿਸੁ ਠਾਕੁਰ ਕਉ ਰਖੁ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥
تس تھاکر کؤ رکھ من ماہی
آن استاد را در ذهن خود ثبت کنید

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸੁਗੰਧਤ ਤਨਿ ਲਾਵਹਿ ॥
جہ پرساد سگندھت تن لاویہ
به لطف او به بدن خود عطر می زنید

ਤਿਸ ਕਉ ਸਿਮਰਤ ਪਰਮ ਗਤਿ ਪਾਵਹਿ ॥
تس کؤ سمرت پرم گت پاوہی
با یاد او به مقام عالی معنوی دست خواهید یافت

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਬਸਹਿ ਸੁਖ ਮੰਦਰਿ ॥
جہ پرساد بسہ سکھ مندر
به لطف او، آرامش در قلب شماست.

ਤਿਸਹਿ ਧਿਆਇ ਸਦਾ ਮਨ ਅੰਦਰਿ ॥
تسہ دھیآئے سدا من اندر.

برای همیشه در ذهن خود در مورد ا فکر کنید

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਗ੍ਰਿਹ ਸੰਗਿ ਸੁਖ ਬਸਨਾ ॥
جہ پرساد گرہ سنگ سکھ بسناہی.
به لطف او، شما با خانواده خود در آرامش زندگی می کنید

ਆਠ ਪਹਰ ਸਿਮਰਹੁ ਤਿਸੁ ਰਸਨਾ ॥
آٹھ پہر سمرہ تس رسناہی
همیشه با ذکر نام او را یاد کنید.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਰੰਗ ਰਸ ਭੋਗ ॥
نانک سدا دھیآئیۓ دھیآون جوگ
به فضل او از ذائقه ها و لذت های دنیوی بهره مند می شوید

ਨਾਨਕ ਸਦਾ ਧਿਆਈਐ ਧਿਆਵਨ ਜੋਗ ॥੧॥
جہ پرساد رنگ رس بھوگ
ای نانک، تا ابد در مورد کسی که شایسته مراقبه است فکر کن.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਪਾਟ ਪਟੰਬਰ ਹਢਾਵਹਿ ॥
جہ پرساد پات پتمبر ہداویہ
به لطف او ابریشم و لباسهای گرانقیمت دیگر می پوشید

ਤਿਸਹਿ ਤਿਆਗਿ ਕਤ ਅਵਰ ਲੁਭਾਵਹਿ ॥
تسہ تیاغ کت اور لبھاویہ.
چرا او را رها کرده و به طمع های دیگر می پردازیم؟

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸੁਖਿ ਸੇਜ ਸੋਈਜੈ ॥
جہ پرساد سکھ سے ج سوئجئے.
به لطف چه کسی در یک تخت راحت می خوابید.

ਮਨ ਆਠ ਪਹਰ ਤਾ ਕਾ ਜਸੁ ਗਾਵੀਜੈ ॥
من آٹھ پہر تا کا جس گاویجئے.
ای ذهن من، بیست و چهار ساعت در روز ستایش او را بخوان.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੁਝੁ ਸਭੁ ਕੋਊ ਮਾਨੈ ॥
جہ پرساد تجھ سبھ کوؤ مانئ
به لطف او، همه شما را گرامی می دارند

ਮੁਖਿ ਤਾ ਕੋ ਜਸੁ ਰਸਨ ਬਖਾਨੈ ॥
مکھ تا کوؤ جس رسن بکھانئ.

همیشه او را ستایش کن.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੇਰੋ ਰਹਤਾ ਧਰਮੁ ॥
جِي پرساد ته راهته دهرم
به لطف او، شما می توانید صالح بمانید

ਮਨ ਸਦਾ ਧਿਆਇ ਕੇਵਲ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ॥
من سدا دهياي كيول پاربرهم
ای ذهن من، پیوسته در مورد آن خدای متعال تعمق کن

ਪ੍ਰਭ ਜੀ ਜਪਤ ਦਰਗਹ ਮਾਨੁ ਪਾਵਹਿ ॥
پاربه جي جپت درگه مان پاواهي
با یاد کردن خدا، در بارگاه او عزت خواهی داشت

ਨਾਨਕ ਪਤਿ ਸੇਤੀ ਘਰਿ ਜਾਵਹਿ ॥੨॥
نانک پت سيتي گهر جاوه.
ای ناناک، با افتخار به خانه واقعی خود باز خواهی گشت

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਆਰੋਗ ਕੰਚਨ ਦੇਹੀ ॥
جِي پرساد آروگ کنچن ديهي
به لطف او، بدنی سالم و زیبا دارید

ਲਿਵ ਲਾਵਹੁ ਤਿਸੁ ਰਾਮ ਸਨੇਹੀ ॥
ليو لاوه تس رام سنيهي
خود را با آن خدای مهربان هماهنگ کن

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੇਰਾ ਓਲਾ ਰਹਤ ॥
جِي پرساد تيرا اولا راهت
به لطف او، عزت شما محفوظ است

ਮਨ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਸੁ ਕਹਤ ॥
من سخ پاواهي هر هر جس کهت
ای ذهن من، با خواندن ستایش او به آرامش ابدی دست یابی

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੇਰੇ ਸਗਲ ਛਿਦ੍ਰ ਢਾਕੇ ॥
جي پرساد تيري سگل چيدر دهکي
به لطف او، تمام کاستی های شما پنهان باقی می ماند

ਮਨ ਸਰਨੀ ਪਰੁ ਠਾਕੁਰ ਪ੍ਰਭ ਤਾ ਕੈ ॥
من سرني پر تهاکور پرب تا کئي

ای ذهن من به آن خدای مولای ما پناه ببر.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੁਝੁ ਕੋ ਨ ਪਹੂਚੈ ॥
ځي پرساد تجھ کو نہ پہچوچئی
به لطف او، هیچ کس نمی تواند با شما رقابت کند.

ਮਨ ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਸਿਮਰਹੁ ਪ੍ਰਭ ਊਚੇ ॥
من ساس ساس سمرهو پرب اوچے
ای ذهن من، به یاد داشته باشید که خداوند متعال با هر نفس است.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਪਾਈ ਦ੍ਰੁਲਭ ਦੇਹ ॥
ځي پرساد پائی درالب دیه
به لطف چه کسی، شما این بدن ارزشمند انسان را برکت داده اید

ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੀ ਭਗਤਿ ਕਰੇਹ ॥੩॥
نانک تا کی بهگت کرئی
ای ناناک، او را با عشق و فداکاری پرستش کن.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਆਭੂਖਨ ਪਹਿਰੀਜੈ ॥
جي پرساد آبکهان پهریچئی
به لطف چه کسی، شما جواهرات گران قیمت می پوشید؛

ਮਨ ਤਿਸੁ ਸਿਮਰਤ ਕਿਉ ਆਲਸੁ ਕੀਜੈ ॥
من تس سمرت کیو الاس کیجئی.
به نظر من، چرا در به یاد اوردن او تنبل باشیم؟

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਅਸ੍ਵ ਹਸਤਿ ਅਸਵਾਰੀ ॥
جي پرساد اسو حسط اسواری.
با لطف چه کسی، شما اسب و فیل برای سوار شدن (وسایل نقلیه گران قیمت) دارید

ਮਨ ਤਿਸੁ ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਕਬਹੂ ਨ ਬਿਸਾਰੀ ॥
من تس پرب کئو نہ بساری.
هرگز این خدا را فراموش نکنید

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਬਾਗ ਮਿਲਖ ਧਨਾ ॥
جي پرساد باگ ملخ دھنه.

به لطف او، زمین و باغ و ثروت برای شماست.

ਰਾਖੁ ਪਰੋਇ ਪ੍ਰਭੁ ਅਪੁਨੇ ਮਨਾ ॥
راکھ پروئے پربھ اپنے منا.
این خدا را در قلب خود حفظ کنید.

ਜਿਨਿ ਤੇਰੀ ਮਨ ਬਨਤ ਬਨਾਈ ॥
جی ته ری من بانت بناہی.
ای ذهن من، کسی که تو را به عنوان انسان افرید

ਊਠਤ ਬੈਠਤ ਸਦ ਤਿਸਹਿ ਧਿਆਈ ॥
جی ته ری من بانت بنایی
همیشه در هر موقعیتی به او فکر کنید.

ਤਿਸਹਿ ਧਿਆਇ ਜੋ ਏਕ ਅਲਖੈ ॥
اوته بیته ساد تسه ذیآیی
در مورد کسی که منحصر به فرد و غیر قابل درک است، فکر کنید

ਈਹਾ ਊਹਾ ਨਾਨਕ ਤੇਰੀ ਰਖੈ ॥੪॥
تسه ذیآیی جو ایک الخی
ای ناناک، او تو را در اینجا و در اخرت نجات خواهد داد

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਕਰਹਿ ਪੁੰਨ ਬਹੁ ਦਾਨ ॥
ایها اوها نانک ته رخئی
به لطف چه کسی، شما کمک های زیادی به خیریه ها می دهید.

ਮਨ ਆਠ ਪਹਰ ਕਰਿ ਤਿਸ ਕਾ ਧਿਆਨ ॥
جه پرساد کرهی پن بهو دان
به نظر من، او را بیست و چهار ساعت در روز به یاد داشته باشید،

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੂ ਆਚਾਰ ਬਿਉਹਾਰੀ ॥
من آٹ پهر کر تس کا ذیآن
با لطف کسی که، شما انجام مراسم مذهبی و وظایف دنیوی را انجام می دهی؛

ਤਿਸੁ ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਚਿਤਾਰੀ ॥
جه پرساد تو اچار بیاهاری
خدا را در هر نفس ات به یاد داشته باشید.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੇਰਾ ਸੁੰਦਰ ਰੂਪੁ ॥
تس پربه کاؤ ساس ساس چتاری
به لطف چه کسی این بدن زیبا را به دست آوردی

ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਸਿਮਰਹੁ ਸਦਾ ਅਨੂਪੁ ॥
جه پرساد تیرا سندر روپ
همیشه آن خدای بی نظیر زیبا را به یاد داشته باشید

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੇਰੀ ਨੀਕੀ ਜਾਤਿ ॥
سو پربه سمرهو سدا آنوپ

به لطف کیست که شما این شکل بزرگ انسانی را دریافت کرده اید،
ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਸਿਮਰਿ ਸਦਾ ਦਿਨ ਰਾਤਿ ॥
جه پرساد تیرے نیکی جات
همیشه شب و روز به یاد خدا باش

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੇਰੀ ਪਤਿ ਰਹੈ ॥
سو پربه سمر سدا دن رات
به لطف او، عزت شما محفوظ است

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਨਕ ਜਸੁ ਕਹੈ ॥੫॥
جه پرساد تیرے پٹ رحے
ای ناناک، ستایش های او را به لطف استاد مذهبی ات بخوان.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸੁਨਹਿ ਕਰਨ ਨਾਦ ॥
گور پرساد نانک جس کہے
به لطف کیست که با گوش هایت به صداهای خوش آهنگ گوش می دهی

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਪੇਖਹਿ ਬਿਸਮਾਦ ॥
جه پرساد سنه کرن ناد
به لطف او، شگفتی های شگفت انگیزی را می بینی

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਬੋਲਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸਨਾ ॥
جه پرساد پیکے بسماد
به فضل او با زبان خود کلماتی را به زبان می آورید.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸੁਖਿ ਸਹਜੇ ਬਸਨਾ ॥
جه پرساد بولہ امرت رسنا
به لطف او، شما به طور شهودی در آرامش هستید.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਹਸਤ ਕਰ ਚਲਹਿ ॥
جه پرساد سکھ سہجے بسنا
دست و پای شما به لطف او حرکت می کند و کار می کند.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸੰਪੂਰਨ ਫਲਹਿ ॥
جه پرساد ہست کر چلے.

به لطف او، شما در زندگی کاملاً موفق هستید.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਪਰਮ ਗਤਿ ਪਾਵਹਿ ॥
جه پرساد سمپورن فالہ.
به لطف او، مقام عالی معنوی را به دست می آورید.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸੁਖਿ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵਹਿ ॥
جه پرساد پرم گت پاواهی
به لطف او، شما به طور شهودی جذب آرامش ابدی می شوید.

ਐਸਾ ਪ੍ਰਭੁ ਤਿਆਗਿ ਅਵਰ ਕਤ ਲਾਗਹੁ ॥
جه پرساد سکھ سہج سماوہی
چرا چنین خدایی را رها می کنی و خود را به دیگری وابسته می کنی؟

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਨਕ ਮਨਿ ਜਾਗਹੁ ॥੬॥
ایسا پربه تیاگ اوار کٹ لاگہو
ای ناناک، به معلم مذهبی ، ذهنت را از جهل معنوی بیدار کن.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੂੰ ਪ੍ਰਗਟੁ ਸੰਸਾਰਿ ॥
گور پرساد نانک من جاگہو
به لطف او، شما در سراسر جهان مشهور هستید

ਤਿਸੁ ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਮੂਲਿ ਨ ਮਨਹੁ ਬਿਸਾਰਿ ॥
جه پرساد توں پرگٹ سنسار
هرگز چنین خدایی را از ذهن خود فراموش نکنید

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੇਰਾ ਪਰਤਾਪੁ ॥
تس پربه کاؤ مول نہ منہ بسار
به لطف چه کسی، شما دارای اعتبار هستید

ਰੇ ਮਨ ਮੂੜ ਤੂ ਤਾ ਕਉ ਜਾਪੁ ॥
جه پرساد تیرا پرتاپ
ای انسان نادان، در مورد او تعمق کن!

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੇਰੇ ਕਾਰਜ ਪੂਰੇ ॥
رے من موڑ تو تا کاؤ جاپ
به لطف او، تمام وظایف شما انجام می شود

ਤਿਸਹਿ ਜਾਨੁ ਮਨ ਸਦਾ ਹਜੂਰੇ ॥
جه پرساد تیرے کارج پورے
ای ذهن من، حضور او را همیشه با خود احساس کن.

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੂੰ ਪਾਵਹਿ ਸਾਚੁ ॥
تسہ جان من سدا حضورے

به لطف او که حقیقت را می یابی،

ਰੇ ਮਨ ਮੇਰੇ ਤੂੰ ਤਾ ਸਿਉ ਰਾਚੁ ॥
جہ پرساد توں پاواهی سچ
ای ذهن من، خودت را در او غرق کن

ਜਿਹ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸਭ ਕੀ ਗਤਿ ਹੋਇ ॥
رے من میرے توں تا سیو راچ
به برکت او همه از بلاهای دنیوی نجات می یابند.
ਨਾਨਕ ਜਾਪੁ ਜਪੈ ਜਪੁ ਸੋਇ ॥੭॥
جہ پرساد سب کی گت ہوئے
ای نانک، او را ستایش کن و در نام او فکر کن.
ਆਪਿ ਜਪਾਏ ਜਪੈ ਸੋ ਨਾਉ ॥
نانک جاپ جپئی جپ سوئے
فقط آن شخص در نام او تعمق می کند که خودش به او الهام می کند تا مراقبه کند.

ਆਪਿ ਗਾਵਾਏ ਸੁ ਹਰਿ ਗੁਨ ਗਾਉ ॥
آپ جپائے جپئی سو ناؤ
فقط آن شخص فضیلت های خدا را می سراید که او خود او را به انجام این کار الهام می کند

ਪ੍ਰਭ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਹੋਇ ਪ੍ਰਗਾਸੁ ॥
آپ گاوائے سو ہر گن گاؤ
به لطف خداوند، ذهن به علم الهی نورانی می شود.

ਪ੍ਰਭੂ ਦਇਆ ਤੇ ਕਮਲ ਬਿਗਾਸੁ ॥
پربہ کرپا تے ہوئے پرگاس
به رحمت خدا دل چون گل نیلوفر نورانی می شود

ਪ੍ਰਭ ਸੁਪ੍ਰਸੰਨ ਬਸੈ ਮਨਿ ਸੋਇ ॥
پربھو دیا تے کمل بگاس
هنگامی که خداوند بسیار خشنود است، در ذهن ساکن می شود

ਪ੍ਰਭ ਦਇਆ ਤੇ ਮਤਿ ਊਤਮ ਹੋਇ ॥
پربہ سپرسن بسے من سوئے
به رحمت خدا عقل (از نظر روحی) تعالی پیدا می کند

ਸਰਬ ਨਿਧਾਨ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੀ ਮਇਆ ॥
پربہ دیا تے مت اعتم ہوئے

خدایا تمام گنج های دنیا در رحمت توست

ਆਪਹੁ ਕਛੂ ਨ ਕਿਨਹੂ ਲਇਆ ॥
سرب ندهان پربھ تیری مئیا.
هیچ کس به تنهایی چیزی دریافت نمی کند

ਜਿਤੁ ਜਿਤੁ ਲਾਵਹੁ ਤਿਤੁ ਲਗਹਿ ਹਰਿ ਨਾਥ ॥
آپهو کچهو نہ کنہو لئیا.
خدایا مردم هر کاری را که تو آنها را وادار کنی انجام می دهند.

ਨਾਨਕ ਇਨ ਕੈ ਕਛੂ ਨ ਹਾਥ ॥੮॥੬॥
نانک ان کئی کچهو نہ ہاتھ.
ای نانک هیچ چیزی دست اونها نیست.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਅਗਮ ਅਗਾਧਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਸੋਇ ॥
اگم اگادھ پاربرہم سوئے.
خدای متعال غیرقابل تقرب و غیرقابل درک است

ਜੋ ਜੋ ਕਹੈ ਸੁ ਮੁਕਤਾ ਹੋਇ ॥
جو جو کہئے سو مکتا ہوئے
هر کس نام او را با عشق و ارادت بخواند از بدی ها رهایی یافته است.

ਸੁਨਿ ਮੀਤਾ ਨਾਨਕੁ ਬਿਨਵੰਤਾ ॥
سن میتا نانک بنونتا.
گوش کنید، ای دوستان، ناناک دعا می کند

ਸਾਧ ਜਨਾ ਕੀ ਅਚਰਜ ਕਥਾ ॥੧॥
سادھ جنا کی اچرج کتھا
شگفت انگیز است وصف فضائل اولیا.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپدی.
آشتاپاد:.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਮੁਖ ਊਜਲ ਹੋਤ ॥
سادھ کئے سنگ مکھ اوجل ہوت.
در شرکت مقدسین، درخشندگی معنوی (عزت) حاصل می شود.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਲੁ ਸਗਲੀ ਖੋਤ ॥
سادھسنگ مل سگلی خوت.
در شرکت مقدس همه پلیدی ها از بین می رود

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਮਿਟੈ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥
سادھ کئے سنگ مٹائے ابھمان.
در جمع مقدسین، خودپرستی نابود می شود.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਪ੍ਰਗਟੈ ਸੁਗਿਆਨੁ ॥
سادھ کئے سنگ پرگٹئے سگیان.
در شرکت مقدس، حکمت معنوی آشکار می شود.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਬੁਝੈ ਪ੍ਰਭੁ ਨੇਰਾ ॥
سادھ کئے سنگ بجھئے پربھ نیرا.
در گروه مقدس، احساس می شود که خدا نزدیک است

ਸਾਧਸੰਗਿ ਸਭੁ ਹੋਤ ਨਿਬੇਰਾ ॥
سادھسنگ سبھ ہوت نبیرا
در شرکت مقدس، همه درگیری ها در مورد رذیلت ها یا اعمال شیطانی حل می شود.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਪਾਏ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ॥
سادھ کئے سنگ پائے نام رتن
در شرکت مقدس، شخص با نعم گرانبها متبرک می شود. که به دست آمده است

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਏਕ ਊਪਰਿ ਜਤਨੁ ॥
سادھ کئے سنگ ایک اوپر جتن
در جمع مقدسین، شخص فقط برای شناخت خدا تلاش می کند

ਸਾਧ ਕੀ ਮਹਿਮਾ ਬਰਨੈ ਕਉਨੁ ਪ੍ਰਾਨੀ ॥
سادھ کی مہما برنئی کاؤن پرانی
چه کسی می تواند شکوه مقدسین را توصیف کند؟

ਨਾਨਕ ਸਾਧ ਕੀ ਸੋਭਾ ਪ੍ਰਭ ਮਾਹਿ ਸਮਾਨੀ ॥੧॥
نانک سادھ کی سوبھا پربھ ماہی سمانی
ای ناناک، جلال مقدسین جلال خود خداوند است.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਅਗੋਚਰੁ ਮਿਲੈ ॥
سادھ کئے سنگ اگوچر ملئے.
در گروه مقدس، انسان به خدای نامفهوم پی می برد

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸਦਾ ਪਰਫੁਲੈ ॥
سادھ کئے سنگ سدا پرفلئے.
در شرکت مقدس انسان همیشه سرشار از شادی است.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਆਵਹਿ ਬਸਿ ਪੰਚਾ ॥
سادھ کئے سنگ آوہی بس پنچا.
در شرکت مقدس، پنج هوای نفس تحت کنترل قرار می گیرند

ਸਾਧਸੰਗਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸੁ ਭੁੰਚਾ ॥
سادھسنگ امرت رس بھنچا.
در شرکت مقدس، شخص از شهد کهربایی نام خدا لذت می برد

ਸਾਧਸੰਗਿ ਹੋਇ ਸਭ ਕੀ ਰੇਨ ॥
سادھسنگ ہوئے سبھ کی رئیں
در شرکت مقدس، شخص نسبت به همه بسیار فروتن می شود

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਮਨੋਹਰ ਬੈਨ ॥
سادھ کئے سنگ منوہر بین
در شرکت مقدس، گفتار فرد فریبنده می شود

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨ ਕਤਹੂੰ ਧਾਵੈ ॥
سادھسنگ نہ کٹھوں دھاوئے
در گروه مقدسین، ذهن سرگردان نیست

ਸਾਧਸੰਗਿ ਅਸਥਿਤਿ ਮਨੁ ਪਾਵੈ ॥
سادھسنگ استھت من پاوئے.
در شرکت مقدس، ذهن وارد حالت آرامش ابدی می شود.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਮਾਇਆ ਤੇ ਭਿੰਨ ॥
سادھ کئے سنگ مئیا تے بھن.
در جماعت مقدس از جاذبه های دنیوی جدا می ماند.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ ਸੁਪ੍ਰਸੰਨ ॥੨॥
سادھسنگ نانک پربھ سپرسن.

ای نانک، خداوند از کسی که به جماعت مقدس ملحق شود، خشنود است.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਦੁਸਮਨ ਸਭਿ ਮੀਤ ॥
سادھسنگ دشمن سبھ میت
در گروه مقدس، همه دشمنان مانند دوستان ظاهر می شوند

ਸਾਧੂ ਕੈ ਸੰਗਿ ਮਹਾ ਪੁਨੀਤ ॥
در شرکت مقدس، ذهن فرد کاملاً پاک می شود.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਕਿਸ ਸਿਉ ਨਹੀ ਬੈਰੁ ॥
سادھو کئے سنگ مہا پُنیت
در جمع مقدسین کسی با کسی دشمنی نمی کند

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨ ਬੀਗਾ ਪੈਰੁ ॥
سادھسنگ کس سیو نہیں بیر.
در شرکت مقدس، در مسیر نادرست قدم بر نمی دارد

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨਾਹੀ ਕੋ ਮੰਦਾ ॥
سادھ کئے سنگ نہ بیگا پیر
در گروه مقدسین، هیچ کس بد به نظر نمی رسد.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਜਾਨੇ ਪਰਮਾਨੰਦਾ ॥
سادھسنگ نہیں کو مند
در گروه مقدس، شخص به همه استاد سعادت برتر پی می برد.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨਾਹੀ ਹਉ ਤਾਪੁ ॥
سادھسنگ جانے پرمانندا
در گروه مقدس، تب نفس از بین می رود.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਤਜੈ ਸਭੁ ਆਪੁ ॥
سادھ کئے سنگ نہیں ہؤ تاپ.
در گروه مقدس، شخص از هر خودخواهی چشم پوشی می کند.

ਆਪੇ ਜਾਨੈ ਸਾਧ ਬਡਾਈ ॥
سادھ کئے سنگ تجئی سبھ آپ.
عظمت مقدسین را فقط خودش می داند

ਨਾਨਕ ਸਾਧ ਪ੍ਰਭੂ ਬਨਿ ਆਈ ॥੩॥
آپے جانئے سادھ بڈّائی.
ای ناناک، مقدسات با خدا هماهنگ اند.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨ ਕਬਹੂ ਧਾਵੈ ॥
نانک سادھ پربھو بن آئی.
در شرکت مقدس، ذهن فرد هرگز سرگردان نیست.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਪਾਵੈ ॥
سادھ کئے سنگ نہ کبھوں دھاوئے
در گروه مقدس، فرد صلح ابدی را دریافت می کند

ਸਾਧਸੰਗਿ ਬਸਤੁ ਅਗੋਚਰ ਲਹੈ ॥
سادھ کئے سنگ سدا سکھ پائے
در جماعت مقدس، ثروت غیرقابل درک نام به دست می آید.

ਸਾਧੂ ਕੈ ਸੰਗਿ ਅਜਰੁ ਸਹੈ ॥
سادھسنگ بست اگوچر لہئے
در شرکت مقدس می توان تحمل ناپذیر را تحمل کرد.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਬਸੈ ਥਾਨਿ ਊਚੈ ॥
سادھو کئے سنگ اجر سہائے
در گروه مقدس، شخص در بالاترین وضعیت معنوی زندگی می کند.

ਸਾਧੂ ਕੈ ਸੰਗਿ ਮਹਲਿ ਪਹੂਚੈ ॥
سادھ کئے سنگ بسے ٹھان اوچئے
در جمع مقدسین، شخص حضور خدا را در درون خود تجربه می کند.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਦ੍ਰਿੜੈ ਸਭਿ ਧਰਮ ॥
سادھو کئے سنگ محل پہوچئے.
در جمع مقدسین، انسان وظایف صالح را کاملاً درک می کند.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਕੇਵਲ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ॥
سادھ کئے سنگ درڑئے سبھ دھرم
در گروه مقدس، فقط خدا را می بینید که همه جا را فرا گرفته است.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਪਾਏ ਨਾਮ ਨਿਧਾਨ ॥
سادھ کئے سنگ کیوال پاربرہم
در جماعت مقدس، فرد با گنجینه نام برکت می یابد.

ਨਾਨਕ ਸਾਧੂ ਕੈ ਕੁਰਬਾਨ ॥੪॥
سادھ کئے سنگ پائے نام ندھان
ای ناناک جانم را وقف آن پرهیزگاران می کنم.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸਭ ਕੁਲ ਉਧਾਰੈ ॥
نانک سادھو کئے کربان
در شرکت مقدس، شخص تمام نسب خود را از گناهان نجات می دهد.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਸਾਜਨ ਮੀਤ ਕੁਟੰਬ ਨਿਸਤਾਰੈ ॥
سادھ کئے سنگ سبھ کل اُدھارئے
در شرکت مقدس، کسی به دوستان و خانواده‌اش کمک می‌کند تا اقیانوس جهانی رذایل را شنا کنند.

ਸਾਧੂ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸੋ ਧਨੁ ਪਾਵੈ ॥
سادھسنگ ساجن میت کُتمب نستارئے
در شرکت مقدس، آن ثروت واقعی نام دریافت می شود

ਜਿਸੁ ਧਨ ਤੇ ਸਭੁ ਕੋ ਵਰਸਾਵੈ ॥
سادھو کئے سنگ سو دھن پائے
همه از آن ثروت نعم برجسته می شوند

ਸਾਧਸੰਗਿ ਧਰਮ ਰਾਇ ਕਰੇ ਸੇਵਾ ॥
جس دھن تے سبھ کو ورسائے
در جماعت مقدس، شخص توسط قاضی عادل دادگاه خدا مورد احترام قرار می گیرد

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸੋਭਾ ਸੁਰਦੇਵਾ ॥
سادھسنگ دھرم رای کرے سیوا
در گروه مقدس، فرشتگان ستایش می کنند.

ਸਾਧੂ ਕੈ ਸੰਗਿ ਪਾਪ ਪਲਾਇਨ ॥
سادھ کئے سنگ سوبھا سردیوا
در شرکت مقدس، گناهان فرد از بین می رود.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਗੁਨ ਗਾਇਨ ॥
سادھو کئے سنگ پاپ پلائیں
در جماعت مقدس مردم، فضایل خدا را می‌خوانند.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸ੍ਰਬ ਥਾਨ ਗੰਮਿ ॥
سادھسنگ امرت گن گائیں
در همراهی مقدسین، همه مکان‌ها قابل دسترسی می‌شوند (یکی به سطح معنوی بالایی می‌رسد).

ਨਾਨਕ ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸਫਲ ਜਨੰਮ ॥੫॥
سادھ کئے سنگ سرب تھان گم

ای ناناک، زندگی انسان در جمع مقدسین ثمر می یابد.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨਹੀ ਕਛੁ ਘਾਲ ॥
نانک، سادھ کئے سنگ صفل جن
در جماعت مقدس مبارزه ای مانند کار کردن سخت وجود ندارد

ਦਰਸਨੁ ਭੇਟਤ ਹੋਤ ਨਿਹਾਲ ॥
سادھ کئے سنگ نہیں کچھ گھال
زیرا رؤیت مقدس مقدسان، شادی عالی را به همراه دارند.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਕਲੂਖਤ ਹਰੈ ॥
درشن بھیٹت ہوت نہال
در جمع مقدسین، انسان از گناهان پاک می شود.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨਰਕ ਪਰਹਰੈ ॥
سادھ کئے سنگ کلوکھت ہرئے
در جمع قدیسان، فرد از جهنم نجات می یابد.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਈਹਾ ਊਹਾ ਸੁਹੇਲਾ ॥
سادھ کئے سنگ نرک پرہرئے
در شرکت مقدس انسان در اینجا و آخرت خوش است

ਸਾਧਸੰਗਿ ਬਿਛੁਰਤ ਹਰਿ ਮੇਲਾ ॥
سادھ کئے سنگ ایہا اوہا سہیلا
در گروه مقدس، جدا شدگان با خدا محشور می شوند.

ਜੋ ਇਛੈ ਸੋਈ ਫਲੁ ਪਾਵੈ ॥
سادھسنگ بچھرت ہر میلا
تمام خواسته های فرد برآورده می شود،

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨ ਬਿਰਥਾ ਜਾਵੈ ॥
جو اچھئے سوئی فل پائے
زیرا در گروه مقدس هیچ کس دست خالی نمی رود

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਸਾਧ ਰਿਦ ਬਸੈ ॥
سادھ کئے سنگ نہ برتھا جائے
خداوند متعال در قلب مقدسین ساکن است.

ਨਾਨਕ ਉਧਰੈ ਸਾਧ ਸੁਨਿ ਰਸੈ ॥੬॥
نانک اُڈھرئے سادھ سن رسئے

ای ناناک، شنیدن سخنان شیرین حضرت، از رذیلت ها نجات می یابد.
ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸੁਨਉ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥
سادھ کئے سنگ سنو ہر ناں
در شرکت مقدس به نام خدا گوش می دهم.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਹਰਿ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਉ ॥
سادھسنگ ہر کے گن گاؤ
در جماعت مقدسین، حمد و ثنای الهی را می خوانم.

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨ ਮਨ ਤੇ ਬਿਸਰੈ ॥
سادھ کئے سنگ نہ من تے بسرائی
در جمع قدیسان، خدا هرگز از ذهن فرد خارج نمی شود.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਸਰਪਰ ਨਿਸਤਰੈ ॥
سادھسنگ سرپر نسترئے.
در جماعت مقدسه، یقیناً از زشتی ها نجات می یابید

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਲਗੈ ਪ੍ਰਭੁ ਮੀਠਾ ॥
سادھ کئے سنگ لگئے پربھ میٹھا.
در جمع مقدسین، عشق برای خدا رشد می کند،

ਸਾਧੂ ਕੈ ਸੰਗਿ ਘਟਿ ਘਟਿ ਡੀਠਾ ॥
سادھو کئے سنگ گھٹ گھٹ دیٹھا.
و در گروه مقدس، او در همه و همه دیده می شود.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਭਏ ਆਗਿਆਕਾਰੀ ॥
سادھسنگ بھئے آگیاکاری.
در شرکت مقدس ما مطیع اراده خدا می شویم

ਸਾਧਸੰਗਿ ਗਤਿ ਭਈ ਹਮਾਰੀ ॥
سادھسنگ گت بھئے ہماری.
در همراهی با مقدسین، ما به وضعیت معنوی بالاتری دست می‌یابیم

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਮਿਟੇ ਸਭਿ ਰੋਗ ॥
سادھ کئے سنگ مٹے سبھ روگ.
در شرکت مقدس، همه بیماری ها (رذائل) درمان می شوند

ਨਾਨਕ ਸਾਧ ਭੇਟੇ ਸੰਜੋਗ ॥੭॥
نانک سادھ بھیٹے سنجوگ
ای نانک، انسان با اقبال بزرگ با مقدس ملاقات می کند.

ਸਾਧ ਕੀ ਮਹਿਮਾ ਬੇਦ ਨ ਜਾਨਹਿ ॥
سادھسنگ گت بھئے ہماری
جلال پرهیز حتی برای آهنگسازان وداها شناخته شده نیست

ਜੇਤਾ ਸੁਨਹਿ ਤੇਤਾ ਬਖਿਆਨਹਿ ॥
سادھ کئے سنگ مٹے سبھ روگ
آن متون مقدس فقط آنچه را که آهنگسازانشان شنیده اند توصیف می کنند.

ਸਾਧ ਕੀ ਉਪਮਾ ਤਿਹੁ ਗੁਣ ਤੇ ਦੂਰਿ ॥
نانک سادھ بھیٹے سنجوگ
عظمت قوم مقدس فراتر از سه حالت مایا است.

ਸਾਧ ਕੀ ਉਪਮਾ ਰਹੀ ਭਰਪੂਰਿ ॥
سادھ کی مہما بید نہ جانے
جلال قوم مقدس در همه جا شناخته شده است.

ਸਾਧ ਕੀ ਸੋਭਾ ਕਾ ਨਾਹੀ ਅੰਤ ॥
جیتا سنے تیتا بکھیانے
شکوه پرهیزگار را نمی توان تخمین زد

ਸਾਧ ਕੀ ਸੋਭਾ ਸਦਾ ਬੇਅੰਤ ॥
سادھ کی اُپما تہو گُن تہو دور۔
شکوه پرهیزگار فراتر از حد است.

ਸਾਧ ਕੀ ਸੋਭਾ ਊਚ ਤੇ ਊਚੀ ॥
سادھ کی اُپما رہی بھرپور
جلال پرهیزگار بالاترین اعلی است.

ਸਾਧ ਕੀ ਸੋਭਾ ਮੂਚ ਤੇ ਮੂਚੀ ॥
سادھ کی سوبھا کا نہیں انت۔
جلال مقدس بزرگ ترین بزرگان است.

ਸਾਧ ਕੀ ਸੋਭਾ ਸਾਧ ਬਨਿ ਆਈ ॥
سادھ کی سوبھا سدا بے انت۔
جلال اولیاء الله تنها از آن اولیای الهی است

ਨਾਨਕ ਸਾਧ ਪ੍ਰਭ ਭੇਦੁ ਨ ਭਾਈ ॥੮॥੭॥
سادھ کی سوبھا اُچ تے اُچی-
ای نانک، گوش کن برادر من، فرقی بین ولی و خدا نیست،

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਮਨਿ ਸਾਚਾ ਮੁਖਿ ਸਾਚਾ ਸੋਇ ॥
من سچا مخ سچا سوی
کسی که در قلبش خدا ساکن است و همیشه او را ستایش می کند،

ਅਵਰੁ ਨ ਪੇਖੈ ਏਕਸੁ ਬਿਨੁ ਕੋਇ ॥
اور نہ پیخی ایکس بین کوئی
و کسی که جز خدا را نمی بیند

ਨਾਨਕ ਇਹ ਲਛਣ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਹੋਇ ॥੧॥
نانک اہ لچھن برہم گیانی ہوئی
ای ناناک، داشتن چنین صفاتی او را براهام گیانی خداشناس می سازد.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
اساٹپڈی
آشتاپادي:

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਦਾ ਨਿਰਲੇਪ ॥
برہم گیانی سدا نرلیپ
موجود خداشناس همیشه از بدی ها جدا می ماند،

ਜੈਸੇ ਜਲ ਮਹਿ ਕਮਲ ਅਲੇਪ ॥
جیسے جل میں کمال الیپ
زیرا نیلوفر آبی که در آب تیره رشد می کند توسط خاک موجود در آب کثیف نمی شود

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਦਾ ਨਿਰਦੋਖ ॥
برہم گیانی سدا نردوخ
فرد آگاه به خدا به دیگران کمک می کند تا گناهان خود را بیرون کنند در حالی که خودش بی تأثیر می ماند

ਜੈਸੇ ਸੂਰੁ ਸਰਬ ਕਉ ਸੋਖ ॥
جیسے سور سرب کؤ سوخ
مانند آفتابی که با گرمای خود تمام پلیدی ها را خشک می کند.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਸਮਾਨਿ ॥
برہم گیانی کئ دریست سمان
صاحب علم الهی به همه یکسان می‌نگرد،

ਜੈਸੇ ਰਾਜ ਰੰਕ ਕਉ ਲਾਗੈ ਤੁਲਿ ਪਵਾਨ ॥
جیسے راج رنک کؤ لاگئی تل پاون
مانند باد که به طور مساوی بر شاه و فقرا می وزد

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਧੀਰਜੁ ਏਕ ॥
برہم گیانی کئ دھیرج ایک
فرد خداآگاه از صبری پایدار برخوردار است (نوعی صبری که تغییر شرایط تحت تأثیر قرار نمی گیرد)

ਜਿਉ ਬਸੁਧਾ ਕੋਊ ਖੋਦੈ ਕੋਊ ਚੰਦਨ ਲੇਪ ॥
جیو بسودھا کوؤ خدای کوؤ چندن لیپ
مثل زمینی که یکی می کند و دیگری با خمیر صندل می کند.
ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਇਹੈ ਗੁਨਾਉ ॥
برہم گیانی کا ایھے گناو
ویژگی انسان با علم الهی این است که

ਨਾਨਕ ਜਿਉ ਪਾਵਕ ਕਾ ਸਹਜ ਸੁਭਾਉ ॥੧॥
نانک جیو پاوک کا سہج سبھاو
ای ناناک ، مثل سوزاندن کثافت در همه چیز یکی از ذات ذاتی آتش است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਨਿਰਮਲ ਤੇ ਨਿਰਮਲਾ ॥
برہم گیانی نرمل تے نرملہ
خداآگاه پاکترین موجود پاک است. (به رذایل دست نخورده)؛

ਜੈਸੇ ਮੈਲੁ ਨ ਲਾਗੈ ਜਲਾ ॥
جیسے میل نہ لاگئی جلاء.

مثل آبی که پلیدی به آن نچسبد

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਮਨਿ ਹੋਇ ਪ੍ਰਗਾਸੁ ॥
برھم گیانی کئ من ہوئے پرگاس
ذهن یک انسان آگاه به خدا روشن است که خدا همه چیز را فرا گرفته است

ਜੈਸੇ ਧਰ ਊਪਰਿ ਆਕਾਸੁ ॥
جیسے دھار اوپر آکاش
مثل آسمان سراسر زمین

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਮਿਤ੍ਰ ਸਤ੍ਰੁ ਸਮਾਨਿ ॥
برھم گیانی کئ میتر ستر سمان
برای صاحب علم الهی دوست و دشمن یکسان است

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਨਾਹੀ ਅਭਿਮਾਨ ॥
برھم گیانی کئ ناھی ابھمان
زیرا صاحب علم الهی غرور نفسانی ندارد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਊਚ ਤੇ ਊਚਾ ॥
برھم گیانی اوچ تے اوچا
از نظر روحی، شخص خداآگاه بالاترین مقام است

ਮਨਿ ਅਪਨੈ ਹੈ ਸਭ ਤੇ ਨੀਚਾ ॥
من اپنی ھے سبھ تے نیچا
اما در ذهن خود او از همه فروتن تر است

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸੇ ਜਨ ਭਏ ॥
برھم گیانی سے جان بھائی
فقط کسانی هستند که به خدا آگاه می شوند،
ਨਾਨਕ ਜਿਨ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਕਰੇਇ ॥੨॥
نانک جن پربھ آپ کرئی
کسی که خدا خودش آفریده.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਗਲ ਕੀ ਰੀਨਾ ॥
برھم گیانی سگل کی رینا
انسان دارای آگاهی الهی مانند غبار زندگی می‌کند

ਆਤਮ ਰਸੁ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਚੀਨਾ ॥
آتم رس برھم گیانی چینا

انسان خداشناس به سعادت معنوی پی می برد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੀ ਸਭ ਊਪਰਿ ਮਇਆ ॥
برھم گیانی کی سبھ اوپر مئیا
شخص عاقل الهی به همه مهربانی می کند

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਤੇ ਕਛੁ ਬੁਰਾ ਨ ਭਇਆ ॥
برھم گیانی ایک اوپر آس
هیچ بدی از شخص خداشناس نمی آید.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਦਾ ਸਮਦਰਸੀ ॥
برھم گیانی تے کچھ برا نہ بھئیا
انسان خداشناس همیشه بی طرف است

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੀ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਬਰਸੀ ॥
برھم گیانی سدا سمدرسی
شهد سیاه از نگاه انسان آگاه به خدا می‌بارد

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਬੰਧਨ ਤੇ ਮੁਕਤਾ ॥
برھم گیانی کی دریست امرت برسی
شخص آگاهانه از قید و بند دنیوی رها می‌شود.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੀ ਨਿਰਮਲ ਜੁਗਤਾ ॥
برهم گیانی بندهن تے مکتا
سبک زندگی حکیمان الهی بی‌عیب و پاک و عاری از رذایل است

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਭੋਜਨੁ ਗਿਆਨ ॥
برهم گیانی کی نرمل جگتا
حکمت معنوی تغذیه انسان خداشناس است.

ਨਾਨਕ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਬ੍ਰਹਮ ਧਿਆਨੁ ॥੩॥
نانک برهم گیانی کا برهم دهیان .
ای ناناک، شخص خداآگاه غرق در مراقبه خداوند است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਏਕ ਊਪਰਿ ਆਸ ॥
برهم گیانی ایک اوپر آس
شخص خداآگاه امیدهای خود را تنها به یک نفر معطوف می کند

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਨਹੀ ਬਿਨਾਸ ॥
برهم گیانی کا نہی بناس

حالت والای معنوی انسان خداشناس هرگز از بین نمی رود.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਗਰੀਬੀ ਸਮਾਹਾ ॥
برهم گیانی کئ گریبی سماها
انسان خداشناس غرق در فروتنی است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਪਰਉਪਕਾਰ ਉਮਾਹਾ ॥
برهم گیانی پراپکار اماها
انسان خداشناس همیشه از نیکی کردن به دیگران لذت می برد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਨਾਹੀ ਧੰਧਾ ॥
برهم گیانی کئ ناهی ڌندها
انسان خداشناس هیچ گرفتاری دنیوی ندارد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਲੇ ਧਾਵਤੁ ਬੰਧਾ ॥
برهم گیانی لي ڌاوت بنڌها
فرد خداآگاه ذهن سرگردان خود را تحت کنترل دارد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਹੋਇ ਸੁ ਭਲਾ ॥
برهم گیانی کئ هوئے سو بهلا
برای شخص خداشناس هر اتفاقی بیفتد همه به نفع است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸੁਫਲ ਫਲਾ ॥
برهم گیانی سفل فلا

به این ترتیب انسان خداشناس در تمام ابعاد زندگی موفق و سعادتمند می شود.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸੰਗਿ ਸਗਲ ਉਧਾਰੁ ॥
برهم گیانی سنگ سگل اودار
در گروه شخص خداشناس، همه از رذایل نجات می یابند.

ਨਾਨਕ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਜਪੈ ਸਗਲ ਸੰਸਾਰੁ ॥੪॥
نانک برهم گیانی جپئی سگل سنسار
ای ناناک، از طریق شخص خداشناس، تمام دنیا در مورد خدا تعمق می کنند.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਏਕੈ ਰੰਗ ॥
برهم گیانی کئ ایکے رنگ
انسان خداشناس همیشه سرشار از عشق به خداست.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਬਸੈ ਪ੍ਰਭੁ ਸੰਗ ॥
برهم گیانی کئ بسئی پربھ سنگ

خداوند همیشه در کنار انسان خداشناس ساکن است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਨਾਮੁ ਆਧਾਰੁ ॥
برهم گیانی کئ نام آدهار
نام خدا رزق و روزی انسان آگاه است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਨਾਮੁ ਪਰਵਾਰੁ ॥
برهم گیانی کئ نام پروار
برای شخص خداشناس نام خانواده اوست

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਦਾ ਸਦ ਜਾਗਤ ॥
برهم گیانی سدا سد جاگت
انسان خداشناس همواره از آثار رذایل بیدار می ماند.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਅਹੰਬੁਧਿ ਤਿਆਗਤ ॥
شخص خداآگاه از تفکر خودخواهانه خود چشم پوشی می کند.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਮਨਿ ਪਰਮਾਨੰਦ ॥
برهم گیانی اہن-بود تیاگت
خداوند، سرچشمه سعادت عالی، در ذهن فرد آگاه به خدا ساکن است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਘਰਿ ਸਦਾ ਅਨੰਦ ॥
برهم گیانی کئ من پرمانند
سعادت ابدی در قلب انسان آگاه وجود دارد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸੁਖ ਸਹਜ ਨਿਵਾਸ ॥
برهم گیانی کئ گر سدا آنند

فرد آگاه به خدا در آرامش و آرامش شهودی ساکن است.

ਨਾਨਕ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਨਹੀ ਬਿਨਾਸ ॥੫॥
نانک برهم گیانی کا نہی بناس.
ای ناناک، عالی ترین حالت معنوی انسان خداشناس هرگز از بین نمی رود.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਬ੍ਰਹਮ ਕਾ ਬੇਤਾ ॥
برهم گیانی سکھ سہج نواس
انسان خداشناس خدا را می شناسد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਏਕ ਸੰਗਿ ਹੇਤਾ ॥
برهم گیانی برهم کا بیتا

شخص خداآگاه عاشق تنها یگانه است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਹੋਇ ਅਚਿੰਤ ॥
برهم گیانی ایک سنگ هیتا
انسان خداشناس فارغ از هر گونه نگرانی است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਨਿਰਮਲ ਮੰਤ ॥
برهم گیانی کئ ہوئے اچنت
آموزه های انسان خداشناس ناب است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਜਿਸੁ ਕਰੈ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ॥
برهم گیانی کا نرمل منت
انسان آگاه خدا خداشناس را خود خدا چنین ساخته است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਬਡ ਪਰਤਾਪ ॥
برهم گیانی جس کرئے پربھ آپ
جلال انسان خداشناس بزرگ است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਦਰਸੁ ਬਡਭਾਗੀ ਪਾਈਐ ॥
برهم گیانی کا بد پرتاپ
با سعادت فراوان، انسان با دیدن شخص خداشناس، برکت دارد

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਉ ਬਲਿ ਬਲਿ ਜਾਈਐ ॥
برهم گیانی کا درس بدبھاگی پائیئے
بیایید خود را وقف شخص خداشناس کنیم.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਉ ਖੋਜਹਿ ਮਹੇਸੁਰ ॥
برهم گیانی کاوه بال بال جائیئے
حتی خدایان مانند لرد شیوا به دنبال فرد آگاه از خدا می گردند.

ਨਾਨਕ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਆਪਿ ਪਰਮੇਸੁਰ ॥੬॥

برهم گیانی کاوه کره مہیسور
ای نانك، شخص خداشناس مظهر خود خداست.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੀ ਕੀਮਤਿ ਨਾਹਿ ॥
نانک برهم گیانی آپ پرمیسور
فضایل انسان خداشناس قیمتی ندارد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਸਗਲ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥
برهم گیانی کی قیمت ناہی

تمام فضایل ممکن، در شخص خداآگاه وجود دارد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਕਉਨ ਜਾਨੈ ਭੇਦੁ ॥
بارهم گياني كي سگل من ما
چه کسی می تواند رمز و راز حیات با فضیلت انسان خودآگاه را بداند؟

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਉ ਸਦਾ ਅਦੇਸੁ ॥
برهم گياني كو سدا ادایس
همیشه با احترام به انسان خداشناس تعظیم کنید.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਕਥਿਆ ਨ ਜਾਇ ਅਧਾਖ੍ਯਰੁ ॥
برهم گياني كه كتيا نه جای اڈاخیار
حتی ذره ای از شکوه و جلال انسان خداشناس قابل توصیف نیست.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਰਬ ਕਾ ਠਾਕੁਰੁ ॥
برهم گياني سرب كا تخر
انسان آگاه خدا مورد پرستش همه است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੀ ਮਿਤਿ ਕਉਨੁ ਬਖਾਨੈ ॥
برهم گياني کی مت کون بخانئ
چه کسی می تواند وسعت فضایل انسان آگاه را توصیف کند؟

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੀ ਗਤਿ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਜਾਨੈ ॥
برهم گياني کی گٹ برهم گياني جانئ
فقط یک انسان خودآگاه از وضعیت بالای روحی یک خداآگاه آگاه است

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰੁ ॥
برهم گياني كه انت نه پار
فضایل انسان خداشناس بی حد و حصر است.

ਨਾਨਕ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਉ ਸਦਾ ਨਮਸਕਾਰੁ ॥੭॥
نانک برهم گياني كو سدا نمسكار
ای ناناک، همیشه به احترام انسان خداشناس تعظیم کن.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਭ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਕਰਤਾ ॥
برهم گياني سبه سرسط کا کرتا

شخص خداآگاه خالق تمام خلقت است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਦ ਜੀਵੈ ਨਹੀ ਮਰਤਾ ॥
برهم گیانی سد جیوی نه مرتا
انسان خداشناس تا ابد زندگی می کند و نمی میرد.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਮੁਕਤਿ ਜੁਗਤਿ ਜੀਅ ਕਾ ਦਾਤਾ ॥
برهم گیانی مکت جگت جيئ کا داتا
انسان خداآگاه، اعطا کننده راه رسیدن به وضعیت عالی معنوی و رهایي روح است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਪੂਰਨ ਪੁਰਖੁ ਬਿਧਾਤਾ ॥
برهم گیانی پورن پورخ بداتا
شخص آگاه به خدا، حق تعالی کامل است که همه چیز را هماهنگ می کند.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਅਨਾਥ ਕਾ ਨਾਥੁ ॥
برهم گیانی اناتھ کا ناتھ
فرد خداشناس حافظ افراد بی حفاظ است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਸਭ ਊਪਰਿ ਹਾਥੁ ॥
برهم گیانی کا سبھ اوپر ہات
انسان خداشناس دست یاری خود را به سوی همه دراز نمی کند.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਸਗਲ ਅਕਾਰੁ ॥
برهم گیانی کا سگل اکار
تمام کائنات متعلق به فرد آگاه خداست.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਆਪਿ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ॥
برهم گیانی آپ نیرنکار
خود شخص خداآگاه خود (تجسم) خدای بی شکل است.

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੀ ਸੋਭਾ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਬਨੀ ॥
برهم گیانی کی سوبها برهم گیانی بنی
جلال شخص خداپرست تنها به خدای آگاه بستگی دارد.

ਨਾਨਕ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਰਬ ਕਾ ਧਨੀ ॥੮॥੮॥
نانک برهم گیانی سرب کا دهنی
ای ناناک، خدای آگاه ارباب همه است.
ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک

شالوک:

ਉਰਿ ਧਾਰੈ ਜੋ ਅੰਤਰਿ ਨਾਮੁ ॥
اُر دھارئ جو انتر نام۔
کسی که در دل، نام را گرامی می‌دارد،

ਸਰਬ ਮੈ ਪੇਖੈ ਭਗਵਾਨੁ ॥
سرب می پیکھئی بھگوان
که می‌بیند خدا در همه جا نفوذ می‌کند،

ਨਿਮਖ ਨਿਮਖ ਠਾਕੁਰ ਨਮਸਕਾਰੈ ॥
نمک نمک تھاکور نمسکاری۔
و هر دم به احترام ارباب تعظیم می‌کند،

ਨਾਨਕ ਓਹੁ ਅਪਰਸੁ ਸਗਲ ਨਿਸਤਾਰੈ ॥੧॥
نانک اوه اپرس سگل نستاریٔ
ناناک ، چنین فردی «آپاراس» حقیقی است (که در آن زمان مایا به او دست نزده بود)، و او به کسانی که او را دنبال می‌کردند، کمک می‌کرد تا در سراسر اقیانوس شرارت‌ها شنا کنند.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
اساتپدی۔
اشتاپدی

ਮਿਥਿਆ ਨਾਹੀ ਰਸਨਾ ਪਰਸ ॥
مٹھیا ناہی رسنا پرس
کسی که هرگز از دروغ‌پردازی پیشی نمی‌گیرد،

ਮਨ ਮਹਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਿਰੰਜਨ ਦਰਸ ॥
من مہ پریت نرنجن درس
که در دلش آرزو می‌کند که خداوند معصوم و پاک او را ببیند؛

ਪਰ ਤ੍ਰਿਅ ਰੂਪੁ ਨ ਪੇਖੈ ਨੇਤ੍ਰ ॥
پر تریا روپ نہ پیکھئی نیتر۔
که چشمانش به زیبایی زن دیگری با بدخواهی نمی‌نگرد،

ਸਾਧ ਕੀ ਟਹਲ ਸੰਤਸੰਗਿ ਹੇਤ ॥
سادھ کی تہل ستسنگ ہیت۔
که به مقدسات خدمت می‌کند و به کلیسای قدیسین عشق می‌ورزد،

ਕਰਨ ਨ ਸੁਨੈ ਕਾਹੂ ਕੀ ਨਿੰਦਾ ॥
کرن نہ سنئی کاھو کی نندا۔

که گوش‌هایش به تهمت‌هایی که به کسی زده می‌شود گوش نمی‌دهد،

ਸਭ ਤੇ ਜਾਨੈ ਆਪਸ ਕਉ ਮੰਦਾ ॥
سبھ تے جانئ آپس کو مندا۔
که خود را از همه بدتر می‌داند (و خود را کنار می‌گذارد)،

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਬਿਖਿਆ ਪਰਹਰੈ ॥
گر پرساد بکھئیا پرہری-
که به لطف استاد مذهبی از شر شرارت‌ها خلاص می‌شود،

ਮਨ ਕੀ ਬਾਸਨਾ ਮਨ ਤੇ ਟਰੈ
من کی باسنا من تے ترئ-
که امیال و خواسته‌های خود را از ذهنش بیرون می‌راند،

ਇੰਦ੍ਰੀ ਜਿਤ ਪੰਚ ਦੋਖ ਤੇ ਰਹਤ ॥
اندری جت پنچ دوکھ تے رہت-
که بر حواس خود غالب می‌شود و از شر پنج گناه خلاص می‌گردد

ਨਾਨਕ ਕੋਟਿ ਮਧੇ ਕੋ ਐਸਾ ਅਪਰਸ ॥੧॥
نانک کوٹ مدھے کو ایسا اپرس
اې نانک! در میان میلیون‌ها نفر، حتی یک نفر مثل او هم پیدا نمی‌شود.

ਬੈਸਨੋ ਸੋ ਜਿਸੁ ਊਪਰਿ ਸੁਪ੍ਰਸੰਨ ॥
بیسنو سو جس اوپر سپرسن-
در این میان، خدای یکتا، خدای بخشنده و مهربان است و خداوند نیز از او خوشنود است.

ਬਿਸਨ ਕੀ ਮਾਇਆ ਤੇ ਹੋਇ ਭਿੰਨ ॥
بسن کی مائیا تے ہوئے بھن-
او از معتزلی که توسط خدا خلق شده جدا می‌ماند.

ਕਰਮ ਕਰਤ ਹੋਵੈ ਨਿਹਕਰਮ ॥
کرم کرت ہووئے نہکرم-
وقتی کارهای خوب انجام می‌دهد، انتظار پاداش ندارد.

ਤਿਸੁ ਬੈਸਨੋ ਕਾ ਨਿਰਮਲ ਧਰਮ ॥
تس بیسنو کا نرمل دھرم-
ایمان به چنین ویشناوا بی عیب و نقص است

ਕਾਹੂ ਫਲ ਕੀ ਇਛਾ ਨਹੀ ਬਾਛੈ ॥
کاہو فل کی اچھا نہیں باچھئے-
او برای هر چیزی پاداش نمی خواهد.

ਕੇਵਲ ਭਗਤਿ ਕੀਰਤਨ ਸੰਗਿ ਰਾਚੈ ॥
کیوال بھگت کیرتن سنگ راچئ-
او فقط در مراقبه عبادی و سرود ستایش خداوند است.

ਮਨ ਤਨ ਅੰਤਰਿ ਸਿਮਰਨ ਗੋਪਾਲ ॥
من تن انتر سمرن گوپال-

ذهن و جسم او دائماً در یاد خداست.

ਸਭ ਊਪਰਿ ਹੋਵਤ ਕਿਰਪਾਲ ॥
سبھ اوپر ہووت کرپال۔
او با همه موجودات مهربان است.

ਆਪਿ ਦ੍ਰਿੜੈ ਅਵਰਹ ਨਾਮੁ ਜਪਾਵੈ ॥
آپ درڑہئی اورہ نام جپاوئے۔
او خودش نام خدا یاد می کند و دیگران را نیز برانگیخته است که همین کار را انجام دهند.

ਨਾਨਕ ਓਹੁ ਬੈਸਨੋ ਪਰਮ ਗਤਿ ਪਾਵੈ ॥੨॥
نانک اوہ بیسنو پرم گت پاوئے
ای ناناک، چنین وایشناوی مقام معنوی عالی را به دست می آورد.

ਭਗਉਤੀ ਭਗਵੰਤ ਭਗਤਿ ਕਾ ਰੰਗੁ ॥
بھگتی بھگونت بھگت کا رنگ۔
بنده واقعی خدا کسی است که دلش پر از عبادت باشد.

ਸਗਲ ਤਿਆਗੈ ਦੁਸਟ ਕਾ ਸੰਗੁ ॥
سگل تیاگئے دوسٹ کا سنگ۔
او از مصاحبت با همهٔ انسان‌های شریر دست می‌کشد.

ਮਨ ਤੇ ਬਿਨਸੈ ਸਗਲਾ ਭਰਮੁ ॥
من تے بنسئے سگلا بھرم۔
هر نوع شک و تردیدی از ذهنش پاک می‌شود.

ਕਰਿ ਪੂਜੈ ਸਗਲ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ॥
کر پوجئے سگل پاربرہم۔
در این میان خدا را عبادت می‌کنند و باور دارند که همه جا حضور دارند.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਪਾਪਾ ਮਲੁ ਖੋਵੈ ॥
سادھسنگ پاپا مل کھووئے۔

در کنار این مردم مقدس، چنین فردی از کثافت گناهان خلاص می‌شود.

ਤਿਸੁ ਭਗਉਤੀ ਕੀ ਮਤਿ ਊਤਮ ਹੋਵੈ ॥
تس بھگتی کی مت اوتم ہووئے۔
عقل و هوش چنین بنده‌ای از خدا برتر می‌شود.

ਭਗਵੰਤ ਕੀ ਟਹਲ ਕਰੈ ਨਿਤ ਨੀਤਿ ॥
بھگونت کی تہل کرئے نت نیت۔
او هر روز با عشق و فداکاری خدا را به یاد دارد.

ਮਨੁ ਤਨੁ ਅਰਪੈ ਬਿਸਨ ਪਰੀਤਿ ॥

من تن ارپئے بسن پریت-
او جسم و روح خود را وقف محبت به خدا می‌کند.

ਹਰਿ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਬਸਾਵੈ ॥
ہر کے چرن ہردیٔ بساوئے-
او پاهای خدا را در قلب انسان زنده می‌کند.

ਨਾਨਕ ਐਸਾ ਭਗਉਤੀ ਭਗਵੰਤ ਕਉ ਪਾਵੈ ॥੩॥
نانک ایسا بھگتی بھگونت کو پاوئے.
ای ناناک، چنین بنده (بهاگاوتی) خدا او را (در قلب خود) درک می کند.

ਸੋ ਪੰਡਿਤੁ ਜੋ ਮਨੁ ਪਰਬੋਧੈ ॥
سو پنڈت جو من پربودھئے-
یک پاندیت واقعی کسی است که ابتدا به ذهن خود دستور می دهد.

ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਆਤਮ ਮਹਿ ਸੋਧੈ ॥
رام نام آتم مہ سودھئے-
و نام خدا را در روح خود جستجو می کند.

ਰਾਮ ਨਾਮ ਸਾਰੁ ਰਸੁ ਪੀਵੈ ॥
رام نام سار رس پیوئے-
او شهد نفیس نام خدا را می خورد.

ਉਸੁ ਪੰਡਿਤ ਕੈ ਉਪਦੇਸਿ ਜਗੁ ਜੀਵੈ ॥
اُس پنڈت کے اُپدیس جگ جیوئے-
با آموزه‌های چنین کارشناس، کل جهان از نظر معنوی زنده می‌ماند.

ਹਰਿ ਕੀ ਕਥਾ ਹਿਰਦੈ ਬਸਾਵੈ ॥
ہر کی کتھا ہردیٔ بساوئے-

او فضایل خدا را در دل خود می نشاند.

ਸੋ ਪੰਡਿਤੁ ਫਿਰਿ ਜੋਨਿ ਨ ਆਵੈ ॥
سو پنڈت فر جون نہ آوئے-
چنین پاندیتی دوباره در چرخه تولد و مرگ نمی افتد.

ਬੇਦ ਪੁਰਾਨ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਬੂਝੈ ਮੂਲ ॥
بید پوران سمرت بوجھئے مول-
او خدا را به عنوان منبع متون مقدس مانند وداس، پوراناس و اسمریتیس می شناسد

ਸੂਖਮ ਮਹਿ ਜਾਨੈ ਅਸਥੂਲੁ ॥
سوکھم مہ جانئے اسٹھول-
او خدای نامحسوس را در خلقت محسوس می شناسد.

ਚਹੁ ਵਰਨਾ ਕਉ ਦੇ ਉਪਦੇਸੁ ॥
چھو ورنا کو دے اپدیس-
او برای مردم هر چهار طبقه (مقام اجتماعی) وعظ می کند

ਨਾਨਕ ਉਸੁ ਪੰਡਿਤ ਕਉ ਸਦਾ ਅਦੇਸੁ ॥੪॥
نانک اُس پنڈت کو سدا ادیس-
اې نانک! دې پنډت ته دې تل سلام وي.

ਬੀਜ ਮੰਤ੍ਰੁ ਸਰਬ ਕੋ ਗਿਆਨੁ ॥
بیج منتر سرب کو گیان-
ای نانک، به چنین پاندیتی، تا ابد درود می فرستم.

ਚਹੁ ਵਰਨਾ ਮਹਿ ਜਪੈ ਕੋਊ ਨਾਮੁ ॥
چھو ورنا مہ جپئے کوئے نام-
اجازه دهید هر کسی از چهار گروه (وضعیت اجتماعی) در مورد نام خدا تفکر کند و متوجه شود که نام خدا مانترا ریشه ای تمام دانش الهی است.

ਜੋ ਜੋ ਜਪੈ ਤਿਸ ਕੀ ਗਤਿ ਹੋਇ ॥
جو جو جپئے تس کی گت ہوئے-
هر کس در مورد نام فکر کند، زندگی‌ای پر زرق و برق دارد.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਪਾਵੈ ਜਨੁ ਕੋਇ ॥
سادھسنگ پاوئے جن کوئے-
با این حال، فقط یک انسان بسیار نادر، هدیه‌ای از نام را در حضور قدیسان دریافت می‌کند.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਅੰਤਰਿ ਉਰ ਧਾਰੈ ॥
کر کرپا انتر اُر دھارئے-

اگر به لطف او، خداوند نامش را در قلب یک انسان قرار دهد،

ਪਸੁ ਪ੍ਰੇਤ ਮੁਘਦ ਪਾਥਰ ਕਉ ਤਾਰੈ ॥
پس پریت مغد پاٹھر کو تارئے-
حتی اگر آن شخص مثل حیوان، یک روح، احمق یا سنگدل باشد، آن شخص نجات می‌یابد.

ਸਰਬ ਰੋਗ ਕਾ ਅਉਖਦੁ ਨਾਮੁ ॥
سرب روگ کا اوکھد نام-
ای ناناک، تنها کسی که آن را دریافت می‌کند کسی است که از پیش مقدر شده‌است.

ਕਲਿਆਣ ਰੂਪ ਮੰਗਲ ਗੁਣ ਗਾਮ ॥
کلیاں روپ منگل گن گام-
خواندن حمد خدا به سعادت و خوشبختی می‌انجامد.

ਕਾਹੂ ਜੁਗਤਿ ਕਿਤੈ ਨ ਪਾਈਐ ਧਰਮਿ ॥
کاہو جگت کتئی نہ پائیئے دھرم-

نام را نمی توان با تکنیک یا مراسم مذهبی خاصی به دست آورد.

ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਲਿਖਿਆ ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ॥੫॥
نانک تس ملئے جس لکھیآ دھر کرم۔
ای ناناک، تنها کسی که آن را دریافت می‌کند کسی است که از پیش مقدر شده‌است.

ਜਿਸ ਕੈ ਮਨਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕਾ ਨਿਵਾਸੁ ॥
جس کے من پاربرہم کا نواس۔
کسی که در ذهنش خدای متعال است،

ਤਿਸ ਕਾ ਨਾਮੁ ਸਤਿ ਰਾਮਦਾਸੁ ॥
تس کا نام ست رامداس۔
نام او به‌راستی رام‌داس است بنده خدا.

ਆਤਮ ਰਾਮੁ ਤਿਸੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥
آتم رام تس ندری آئیا۔
چنین شخصی به تمام وجود خدا پی می‌برد.

ਦਾਸ ਦਸੰਤਣ ਭਾਇ ਤਿਨਿ ਪਾਇਆ ॥
داس دسنتن بھائے تن پایئے۔
او خود را بسیار فروتن می‌دانست و به خدا پی می‌برد.

ਸਦਾ ਨਿਕਟਿ ਨਿਕਟਿ ਹਰਿ ਜਾਨੁ ॥
سدا نکت نکت ہر جان۔

کسی که می‌بیند خدا همیشه حاضر است، نزدیک است.

ਸੋ ਦਾਸੁ ਦਰਗਹ ਪਰਵਾਨੁ ॥
سو داس درگہ پروان۔
چنین بنده‌ای در زمین خدا مورد پسند قرار می‌گیرد.

ਅਪੁਨੇ ਦਾਸ ਕਉ ਆਪਿ ਕਿਰਪਾ ਕਰੈ ॥
اپنے داس کو آپ کرپا کرئے۔
به خدمتکارش، او به خودش لطف و مرحمت می‌بخشد،

ਤਿਸੁ ਦਾਸ ਕਉ ਸਭ ਸੋਝੀ ਪਰੈ ॥
تس داس کو سبھ سوجھی پرئے۔
و چنین خدمتکاری همه چیز را درک می‌کند.

ਸਗਲ ਸੰਗਿ ਆਤਮ ਉਦਾਸੁ ॥
سگل سنگ آتم اُداس۔
او در خانواده‌اش زندگی می‌کند و از وسوسه‌های دنیوی دور است.

ਐਸੀ ਜੁਗਤਿ ਨਾਨਕ ਰਾਮਦਾਸੁ ॥੬॥

ایسی جگت نانک رامداس۔
ای ناناک، این شیوه زندگی رام داس (بنده خدا) است.

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਆਗਿਆ ਆਤਮ ਹਿਤਾਵੈ ॥
پربھ کی آگیا آتم ہتاوئے۔
کسی که از صمیم قلب اراده خدا را دوست دارد،

ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਸੋਊ ਕਹਾਵੈ ॥
جیون مکت سوئو کہاوئے۔
گفته می شود که جیوان مکتا است - در حالی که هنوز زنده بود از پیوندهای مایا آزاد شد.

ਤੈਸਾ ਹਰਖੁ ਤੈਸਾ ਉਸੁ ਸੋਗੁ ॥
تیسا ہرکھ تیسا اُس سوگ۔
برای چنین شخصی لذت و غم یکسان است.

ਸਦਾ ਅਨੰਦੁ ਤਹ ਨਹੀ ਬਿਓਗੁ ॥
سدا آنند تہ نہیں بیاگ۔
او همیشه در سعادت ابدی می ماند زیرا در آن حالت جدایی از خدا وجود ندارد.

ਤੈਸਾ ਸੁਵਰਨੁ ਤੈਸੀ ਉਸੁ ਮਾਟੀ ॥
تیسا سوورن تیسی اُس ماتی۔

از نظر او طلا و خاک هر دو یکسان است.

ਤੈਸਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਤੈਸੀ ਬਿਖੁ ਖਾਟੀ ॥
تیسا امرت تیسی بکھ کھاتی۔
برای او زهر تلخ نیز مانند شهد است.

ਤੈਸਾ ਮਾਨੁ ਤੈਸਾ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥
تیسا من تیسا ابھمان۔
همانطور که افتخار است، بنابراین نشان دادن نفس به او است.

ਤੈਸਾ ਰੰਕੁ ਤੈਸਾ ਰਾਜਾਨੁ ॥
تیسا رنک تیسا راجان۔
همانطور که گدا است، پادشاهی نیز برای او است

ਜੋ ਵਰਤਾਏ ਸਾਈ ਜੁਗਤਿ ॥
جو ورتائے سائی جگت۔
هر آنچه خدا انجام می‌دهد راه درست پیروی از اوست.

ਨਾਨਕ ਓਹੁ ਪੁਰਖੁ ਕਹੀਐ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ॥੭॥
نانک اوہ پورکھ کہیئے جیون مکت۔
او ناناک، آن شخص را جیوان موکتا (آزاد شده در حالی که هنوز زنده است) می نامند.

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕੇ ਸਗਲੇ ਠਾਉ ॥
پاربرہم کے سگلے تھاؤ۔
همه به خدای بزرگ تعلق دارند.

ਜਿਤੁ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਰਾਖੈ ਤੈਸਾ ਤਿਨ ਨਾਉ ॥
جت جت گھر راکھئے تیسا تن ناؤ۔
در هر مرحله‌ای که خدا انسان‌های فانی را نگه می‌دارد، این نامی است که به دست می‌آورند.

ਆਪੇ ਕਰਨ ਕਰਾਵਨ ਜੋਗੁ ॥
آپے کرن کراون جوگ۔
خدا خودش قادر به انجام هر کاری و انجام هر عملی است.

ਪ੍ਰਭ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਫੁਨਿ ਹੋਗੁ ॥
پربھ بھاوئے سوئے فن ہوگ۔
هر آنچه خدا بخواهد سرانجام باید واقع شود.

ਪਸਰਿਓ ਆਪਿ ਹੋਇ ਅਨਤ ਤਰੰਗ ॥
پسریو آپ ہوئے انت ترنگ۔

خداوند همچون امواج بی‌پایان دریا خود را در همه جا گسترده است.

ਲਖੇ ਨ ਜਾਹਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕੇ ਰੰਗ ॥
لاکھے نہ جاہی پاربرہم کے رنگ۔
نمی‌توان نمایشنامه‌های خدای متعال را درک کرد.

ਜੈਸੀ ਮਤਿ ਦੇਇ ਤੈਸਾ ਪਰਗਾਸ ॥
جیسی مت دیئے تیسا پرگاس۔
هر گونه عقل و شعوری که خداوند به انسان عطا می‌کند، ذهن او نیز روشن‌بین است.

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਕਰਤਾ ਅਬਿਨਾਸ ॥
پاربرہم کرتا ابناس۔
خدای متعال، آفریدگار ابدی و ابدی است.

ਸਦਾ ਸਦਾ ਸਦਾ ਦਇਆਲ ॥
سدا سدا سدا دئال۔
او تا ابد رحیم و بخشنده است.

ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਨਾਨਕ ਭਏ ਨਿਹਾਲ ॥੮॥੯॥
سمر سمر نانک بھائے نہال۔
ای نانك، با یاد او   بارها و بارها با فداکاری محبت آمیز، انسانها سعادتمند و شادمان می مانند.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਉਸਤਤਿ ਕਰਹਿ ਅਨੇਕ ਜਨ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰਾਵਾਰ ॥
اُستت کرہی انیک جن انت نہ پاراوار-
بسیاری از مردم حمد خدا را می خوانند، اما فضایل او بی پایان است.

ਨਾਨਕ ਰਚਨਾ ਪ੍ਰਭਿ ਰਚੀ ਬਹੁ ਬਿਧਿ ਅਨਿਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ॥੧॥
نانک رچنا پربھ رچی بہو بِڈھ انک پرکار-
ای نانک، خداوند این جهان را به روش ها و صورت های بی شمار آفریده است.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
آسٹپدی
آشتاپادي:
ਕਈ ਕੋਟਿ ਹੋਏ ਪੂਜਾਰੀ ॥
کئی کوٹ ہوئے پوجاری-

میلیون ها نفر عبادت کننده او هستند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਆਚਾਰ ਬਿਉਹਾਰੀ ॥
کئی کوٹ آچار بیوہاری-
میلیون ها نفر مراسم مذهبی و وظایف دنیوی را انجام می دهند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਭਏ ਤੀਰਥ ਵਾਸੀ ॥
کئی کوٹ بھائے تیرتھ واسی-
میلیون‌ها نفر در اماکن زیارتی زندگی می‌کنند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਬਨ ਭ੍ਰਮਹਿ ਉਦਾਸੀ ॥
کئی کوٹ بن بھرمہ اداسی-
.میلیون‌ها نفر در بیابان سرگردان می گردن.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਬੇਦ ਕੇ ਸ੍ਰੋਤੇ ॥
کئی کوٹ بید کے سروتے-
میلیون‌ها نفر به این وداس گوش فرا می‌دهند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਤਪੀਸੁਰ ਹੋਤੇ ॥
کئی کوٹ تپیسور ہوتے-
میلیون‌ها نفر برای خشنود ساختن خدا دست به مراسم مجازات خود می‌زنند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਆਤਮ ਧਿਆਨੁ ਧਾਰਹਿ ॥
کئی کوٹ آتم دھیان دھارے-
بسیاری از میلیون‌ها نفر بر باطن خود تعمق می‌کنند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਕਬਿ ਕਾਬਿ ਬੀਚਾਰਹਿ ॥
کئی کوٹ کب کاب بیچارے-
میلیون ها نفر به شعر تنظیم شده توسط بسیاری از شاعران می اندیشند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਨਵਤਨ ਨਾਮ ਧਿਆਵਹਿ ॥
کئی کوٹ نوتن نام دھیاوہی-
میلیون‌ها نفر هر بار که نام جدیدی برای او به کار می‌برند، در او تفکر می‌کنند.

ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਵਹਿ ॥੧॥
نانک کرتے کا انت نہ پاوہی-
ای نانک، هیچ کس نمی‌تواند حد و حدود فضایل آفریدگار را پیدا کند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਭਏ ਅਭਿਮਾਨੀ ॥
کئی کوٹ بھائے ابھمانی-

میلیون‌ها نفر خودپرست هستند.
ਕਈ ਕੋਟਿ ਅੰਧ ਅਗਿਆਨੀ ॥
کئی کوٹ اندھ اگیانی-
بسیاری از انسان‌ها به دلیل نادانی کور شده‌اند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਕਿਰਪਨ ਕਠੋਰ ॥
کئی کوٹ کرپن کٹھور-
میلیون‌ها نفر از مردم بی‌نوا و سنگدل هستند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਅਭਿਗ ਆਤਮ ਨਿਕੋਰ ॥
کئی کوٹ ابھگ آتم نکور-
بسیاری از انسان‌ها نسبت به پیام خدا بی‌احساس و عاری از دلسوزی هستند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਪਰ ਦਰਬ ਕਉ ਹਿਰਹਿ ॥
کئی کوٹ پر درب کو ہرے-
میلیون‌ها نفر ثروت دیگران را می‌دزدند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਪਰ ਦੂਖਨਾ ਕਰਹਿ ॥
کئی کوٹ پر دوکھنا کرہی-
میلیون‌ها نفر به دیگران تهمت می‌زنند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਮਾਇਆ ਸ੍ਰਮ ਮਾਹਿ ॥
کئی کوٹ مائیا سرم ماہی-
میلیون ها نفر در تمام زندگی خود برای به دست آوردن ثروت دنیوی تلاش می کنند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਪਰਦੇਸ ਭ੍ਰਮਾਹਿ ॥
کئی کوٹ پردیس بھرماہی-
میلیون‌ها نفر در سرزمین‌های بیگانه سرگردان هستند.

ਜਿਤੁ ਜਿਤੁ ਲਾਵਹੁ ਤਿਤੁ ਤਿਤੁ ਲਗਨਾ ॥
جت جت لاوہو تت تت لگنا-
خدایا، مردم کاری را که تو به آن‌ها محول می‌کنی، انجام می‌دهند.

ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕੀ ਜਾਨੈ ਕਰਤਾ ਰਚਨਾ ॥੨॥
نانک کرتے کی جانئے کرتا رچنا۔
ای ناناک ، فقط خالق با کارهای خلقت خودش آشناست.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਸਿਧ ਜਤੀ ਜੋਗੀ ॥
کئی کوٹ سدھ جتی جوگی۔

میلیون ها نفر سیدهاس، سلیبیتز و یوگی هستند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਰਾਜੇ ਰਸ ਭੋਗੀ ॥
کئی کوٹ راجے رس بھوگی۔
میلیون ها نفر پادشاه هستند و از لذت های دنیوی لذت می برند

ਕਈ ਕੋਟਿ ਪੰਖੀ ਸਰਪ ਉਪਾਏ ॥
کئی کوٹ پنکھی سرپ اپائے۔
میلیون‌ها پرنده و مار آفریده شده‌اند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਪਾਥਰ ਬਿਰਖ ਨਿਪਜਾਏ ॥
کئی کوٹ پتھر برکھ نپجائے۔
میلیون ها سنگ و درخت تولید شده است.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰ ॥
کئی کوٹ پونو پانی بیسنتر۔
میلیون‌ها باد، آب و آتش وجود دارد.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਦੇਸ ਭੂ ਮੰਡਲ ॥
کئی کوٹ دیس بھو منڈل۔
میلیون‌ها زمین و سامانه‌های سیاره‌ای هستند

ਕਈ ਕੋਟਿ ਸਸੀਅਰ ਸੂਰ ਨਖ੍ਯਤ੍ਰ ॥
کئی کوٹ سسیآر سور نخیاتر۔
میلیون‌ها ماه‌ها، خورشیدها و ستارگان وجود دارد.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਦੇਵ ਦਾਨਵ ਇੰਦ੍ਰ ਸਿਰਿ ਛਤ੍ਰ ॥
کئی کوٹ دیو دانو اندر سر چھتر۔
میلیون‌ها نفر از آن‌ها فرشتگان، شیاطین و ایندراس هستند که در زیر سلطه‌ی آن‌ها قرار دارند.

ਸਗਲ ਸਮਗ੍ਰੀ ਅਪਨੈ ਸੂਤਿ ਧਾਰੈ ॥
سگل سمگری آپنے سوت دھارئے۔
او تمام خلقت را مانند مهره هایی که در تاری به هم زده اند، تحت فرمان او قرار داده است.

ਨਾਨਕ ਜਿਸੁ ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਤਿਸੁ ਨਿਸਤਾਰੈ ॥੩॥
نانک جس جس بھاوئے تس تس نستارئے۔
ای نانك كه از او راضی است آنها را از اقیانوس جهانی رذیلتها عبور می دهد .

ਕਈ ਕੋਟਿ ਰਾਜਸ ਤਾਮਸ ਸਾਤਕ ॥
کئی کوٹ راجس تامس ساٹک-
میلیون‌ها نفر در قدرت، رذیلت و فضیلت می‌مانند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਬੇਦ ਪੁਰਾਨ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਅਰੁ ਸਾਸਤ ॥
کئی کوٹ بید پُران سمرت ار ساسٹ-
میلیون‌ها نفر وداس، پوراناس، اسمریتیس و شستراس (کتاب‌های مقدس) را مطالعه می‌کنند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਕੀਏ ਰਤਨ ਸਮੁਦ ॥
کئی کوٹ کیئے رتن سمود-
خداوند میلیون ها جواهر را در اقیانوس ها خلق کرده است.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਨਾਨਾ ਪ੍ਰਕਾਰ ਜੰਤ ॥
کئی کوٹ نانا پرکار جنت-
او میلیون ها نوع موجود مختلف را خلق کرده است.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਕੀਏ ਚਿਰ ਜੀਵੇ ॥
کئی کوٹ کیئے چر جیوے-
میلیون ها نفر خلق شده اند که عمر طولانی دارند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਗਿਰੀ ਮੇਰ ਸੁਵਰਨ ਥੀਵੇ ॥
کئی کوٹ گری میر سُورن تھیوے-
او میلیون ها کوه از طلا خلق کرده

ਕਈ ਕੋਟਿ ਜਖ੍ ਕਿੰਨਰ ਪਿਸਾਚ ॥
کئی کوٹ جکھے کنر پِساچ-
میلیون‌ها نفر یاکشاس (خادمان خدای ثروت)، کینارها (رقصنده‌ها) و پیساچ (افراد با موقعیت اجتماعی پایین‌تر) هستند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਭੂਤ ਪ੍ਰੇਤ ਸੂਕਰ ਮ੍ਰਿਗਾਚ ॥
کئی کوٹ بھوت پریت سوکر مریگاچ-
میلیون ارواح شیطانی، ارواح، خوک ها و شیرها موجود است.

ਸਭ ਤੇ ਨੇਰੈ ਸਭਹੂ ਤੇ ਦੂਰਿ ॥
سبھ تے نیرئے سبھو تے دور-
او به همه نزدیک است و از همه دور است.

ਨਾਨਕ ਆਪਿ ਅਲਿਪਤੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ ॥੪॥
نانک آپ الپت رہیا بھرپور-
ای نانک، او هم جدا است و هم در افرینش خود نفوذ دارد.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਪਾਤਾਲ ਕੇ ਵਾਸੀ ॥
کئی کوٹ پاتال کے واسی-
میلیون ها نفر در مناطق زیر زمین زندگی می کنند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਨਰਕ ਸੁਰਗ ਨਿਵਾਸੀ ॥
کئی کوٹ نرک سرگ نواسی۔
میلیون ها نفر در درد و غم و اندوه شدید مانند جهنم زندگی می کنند و میلیون ها نفر زندگی لوکس مانند بودن در بهشت زندگی می کنند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਜਨਮਹਿ ਜੀਵਹਿ ਮਰਹਿ ॥
کئی کوٹ جنمہ جیوہے مارہے۔
میلیون ها نفر متولد می شوند، زندگی می کنند و می میرند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਬਹੁ ਜੋਨੀ ਫਿਰਹਿ ॥
کئی کوٹ بہو جونی فرہے۔
میلیون ها نفر در چرخه تولد و مرگ سرگردان هستند.
ਕਈ ਕੋਟਿ ਬੈਠਤ ਹੀ ਖਾਹਿ ॥
کئی کوٹ بیٹھت ہی کھاہی۔
بسیاری از میلیون ها نفر بدون زحمت زندگی خود را به دست می اورند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਘਾਲਹਿ ਥਕਿ ਪਾਹਿ ॥
کئی کوٹ گھالے تھک پاہی۔
میلیون ها نفر در تلاش برای کسب درامد خود را خسته می کنند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਕੀਏ ਧਨਵੰਤ ॥
کئی کوٹ کیئے دنونت۔
در حالی که خدا میلیون ها نفر را ثروتمند کرده است.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਮਾਇਆ ਮਹਿ ਚਿੰਤ ॥
کئی کوٹ مائیا مہ چنت۔
میلیون ها نفر در اضطراب مالی باقی می مانند.

ਜਹ ਜਹ ਭਾਣਾ ਤਹ ਤਹ ਰਾਖੇ ॥
جہ جہ بھانا تہ تہ راکھے۔
هر جا که بخواهد، مردم را در انجا نگه می دارد.

ਨਾਨਕ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਹਾਥੇ ॥੫॥
نانک سبھ کچھ پربھ کے ہاتھے۔
ای ناناک، همه چیز تحت فرمان خداست.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਭਏ ਬੈਰਾਗੀ ॥
کیِري کوٹ بیراگی۔
میلیون ها نفر از امور دنیوی جدا می شوند،

ਰਾਮ ਨਾਮ ਸੰਗਿ ਤਿਨਿ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ॥
رام نوم سنگ تن لیو لڑي
و با نام خدا هماهنگ می مانند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਪ੍ਰਭ ਕਉ ਖੋਜੰਤੇ ॥
كيړي كوټ پربه كو كوجنتي
میلیون ها نفر در جستجوی خدا هستند،

ਆਤਮ ਮਹਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਲਹੰਤੇ ॥
آتم مي پاربر هم لهانتي.

و حضور خدا را در درون خود درک می کنند

ਕਈ ਕੋਟਿ ਦਰਸਨ ਪ੍ਰਭ ਪਿਆਸ ॥
كيړي كوټ درسن پربه پیاس
میلیون ها نفر در آرزوی دیدار خدا هستند،
ਤਿਨ ਕਉ ਮਿਲਿਓ ਪ੍ਰਭੁ ਅਬਿਨਾਸ ॥
تین كو مليو پربه ابناس
و به خدای ابدی پی می برند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਮਾਗਹਿ ਸਤਸੰਗੁ ॥
كيړي كوټ ماګي ستپنګ
میلیون ها نفر برای جماعت مقدس دعا می کنند،

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਤਿਨ ਲਾਗਾ ਰੰਗੁ
پاربر هم تن لاګه رنګ.
آغشته به محبت خداوند متعال هستند.

ਜਿਨ ਕਉ ਹੋਏ ਆਪਿ ਸੁਪ੍ਰਸੰਨ ॥
نانک تي جان سدا دهن دہن
کسانی که خودش از آنها بسیار خشنود است،

ਨਾਨਕ ਤੇ ਜਨ ਸਦਾ ਧਨਿ ਧੰਨਿ ॥੬॥
كيړي كوټ خاني او خند.
ای نانک، آنها تا ابد مبارک و پر برکت هستند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਖਾਣੀ ਅਰੁ ਖੰਡ ॥
كيړي كوټ اكاس براهمند
میلیون‌ها مخلوق از طریق چهار منبع خلقت، در 9 منطقه زمین خلق شده‌اند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਅਕਾਸ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ॥
كيړي كوټ هوي اوتار
میلیون ها موجود در آسمان و منظومه شمسی وجود دارد.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਹੋਏ ਅਵਤਾਰ ॥
كيړي جګت كينو بستار
میلیون ها موجود در حال تولد هستند.

ਕਈ ਜੁਗਤਿ ਕੀਨੋ ਬਿਸਥਾਰ ॥
کيړي بار پسريو پاسار
از بسیاری جهات، خدا جهان را افریده است.

ਕਈ ਬਾਰ ਪਸਰਿਓ ਪਾਸਾਰ ॥
سدا سدا اک اکانکار
او بارها و بارها خلقت خود را گسترش داده است

ਸਦਾ ਸਦਾ ਇਕੁ ਏਕੰਕਾਰ ॥
کيړي کوټ کيني بهو بهات
و هنوز هم برای همیشه و همیشه خالق همان بوده است.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਕੀਨੇ ਬਹੁ ਭਾਤਿ ॥
پربه تي هوي پربه ماهي سمات
خداوند میلیونها مخلوق را در انواع مختلف خلق کرده است.

ਪ੍ਰਭ ਤੇ ਹੋਏ ਪ੍ਰਭ ਮਾਹਿ ਸਮਾਤਿ ॥
تا کا انت نه جانئ کوئ
انها توسط خدا خلق می شوند و به سوی خدا باز می گردند.

ਤਾ ਕਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਨੈ ਕੋਇ ॥
پي آپ نانک پربه سوئ
هیچ از محدودیت های خلقتش اطلاعی ندارد.

ਆਪੇ ਆਪਿ ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋਇ ॥੭॥
کيړي کوټ پاربرهم کي داس
ای نانک، تنها خداست که شبیه خودش است.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕੇ ਦਾਸ ॥
تين هووت آتم پرگاس
بسیاری از میلیون ها نفر از پیروان خدای متعال هستند.

ਤਿਨ ਹੋਵਤ ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ॥
کيړي کوټ تت کي بيتي
که نور الهی در درون آنها آشکار می شود

ਕਈ ਕੋਟਿ ਤਤ ਕੇ ਬੇਤੇ ॥
سدا نهاره ايکو نيتري
میلیون ها نفر جوهر واقعیت (خدا) را می دانند،

ਸਦਾ ਨਿਹਾਰਹਿ ਏਕੋ ਨੇਤ੍ਰੇ ॥
کيړي کوټ نام رس پيوي
و با چشمان خود (دید معنوی) همیشه خدای یکتا را می بینند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਨਾਮ ਰਸੁ ਪੀਵਹਿ ॥
امر بهي سد سد هی جیوې
میلیون ها نفر از شهد نام استفاده می کنند.

ਅਮਰ ਭਏ ਸਦ ਸਦ ਹੀ ਜੀਵਹਿ ॥
کیړي کوټ نام گون گاوه
با آزاد شدن از تولد و مرگ، آنها جاودانه می شوند.

ਕਈ ਕੋਟਿ ਨਾਮ ਗੁਨ ਗਾਵਹਿ ॥
آتم رس سخ سهج سماوې
میلیون ها نفر هستند که فضایل خدا را می خوانند.

ਆਤਮ ਰਸਿ ਸੁਖਿ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵਹਿ ॥
آپوني جان کپوني ساس ساس سماري
انها به طور مستقیم در صلح و سعادت معنوی جذب می شوند.

ਅਪੁਨੇ ਜਨ ਕਉ ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਸਮਾਰੇ ॥
نانک اوي پرميسور کي پياري
خداوند با هر نفس از بندگانش مراقبت می کند.

ਨਾਨਕ ਓਇ ਪਰਮੇਸੁਰ ਕੇ ਪਿਆਰੇ ॥੮॥੧੦॥
نانک آپ الپت رہیا بهرپور-
ای ناناک، انها محبوب خدا هستند.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਪ੍ਰਭੁ ਏਕੁ ਹੈ ਦੂਸਰ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥
کارن کارن پربه ایک هي دوسر نه کوئ
تنها خدا خالق جهان است و هیچ چیز دیگری وجود ندارد.

ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਬਲਿਹਾਰਣੈ ਜਲਿ ਥਲਿ ਮਹੀਅਲਿ ਸੋਇ ॥੧॥
نانک تس باليهارني جل تهل مهيال سوئ.

ای نانک، من خود را وقف آن کسی می کنم که آب و زمین و آسمان را فرا گرفته است.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
اساتپدی
آشتاپادي:

ਕਰਨ ਕਰਾਵਨ ਕਰਨੈ ਜੋਗੁ ॥
کارن کراون کرني جوگ
خداوند قدرت انجام هر کاری را دارد.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਹੋਗੁ ॥
جو تس بھاوي سوی ھوگ
هر چه او را خشنود می کند، فقط آن اتفاق می افتد.

ਖਿਨ ਮਹਿ ਥਾਪਿ ਉਥਾਪਨਹਾਰਾ ॥
کھن مي تھاپ اتھاپنھارا
در یک لحظه مخلوق خود را می آفریند و نابود می کند.

ਅੰਤੁ ਨਹੀ ਕਿਛੁ ਪਾਰਾਵਾਰਾ ॥
انت نه کچ پاراوارا
هیچ پایان یا محدودیتی برای قدرت او وجود ندارد

ਹੁਕਮੇ ਧਾਰਿ ਅਧਰ ਰਹਾਵੈ ॥
حکمے دھار ادھار رھاوي
به فرمان او زمین را برپا کرد و بدون هیچ تکیه گاه جسمانی از آن نگهداری می کند.

ਹੁਕਮੇ ਉਪਜੈ ਹੁਕਮਿ ਸਮਾਵੈ ॥
حکمے اپجي حکم سماوي
آنچه به دستور او آفریده می شود، در نهایت به دستور او در او ادغام می شود.

ਹੁਕਮੇ ਊਚ ਨੀਚ ਬਿਉਹਾਰ ॥
حکمے اوچ نيچ بياهار
به دستور او است که مردم خود را به عنوان بالا یا پایین هدایت می کنند.

ਹੁਕਮੇ ਅਨਿਕ ਰੰਗ ਪਰਕਾਰ ॥
حکمے انک رنگ پرکار
دستور او است که مردم خوشی ها و سرگرمی های مختلف را بدست می آورند.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਅਪਨੀ ਵਡਿਆਈ ॥
کر کر ديکھي آپني ودی آئی
پس از خلقت، او عظمت خود را می بیند.

ਨਾਨਕ ਸਭ ਮਹਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ ॥੧॥
نانک سبھ مي رہيا سمائی.
ای ناناک، او در همه چیز نفوذ می کند.

ਪ੍ਰਭ ਭਾਵੈ ਮਾਨੁਖ ਗਤਿ ਪਾਵੈ ॥
پربھ بھاوی مانوکھ گت پاوي
اگر خدا را راضی کند،انسان فانی به یک وضعیت معنوی بالا دست می یابد.

ਪ੍ਰਭ ਭਾਵੈ ਤਾ ਪਾਥਰ ਤਰਾਵੈ ॥
پربھ بھاوی تا پتھر تراوي
اگر خدا بخواهد، حتی افراد سنگدل (وحشی) را نیز آزاد می کند.

ਪ੍ਰਭ ਭਾਵੈ ਬਿਨੁ ਸਾਸ ਤੇ ਰਾਖੈ ॥
پربه بهاوی بن ساس تي راخي
اگر خدا راضی باشد، انسان را بدون نفس هم زنده نگه می دارد.

ਪ੍ਰਭ ਭਾਵੈ ਤਾ ਹਰਿ ਗੁਣ ਭਾਖੈ ॥
پربه بهاوی تا هر گن بهاخي
اگر خدا را می پسندد، پس خدا را ستایش می کند.

ਪ੍ਰਭ ਭਾਵੈ ਤਾ ਪਤਿਤ ਉਧਾਰੈ ॥
پربه بهاوی تا پتیت اڈاري

اگر خدا بخواهد، گناهکاران را از گناهان نجات میدهد.

ਆਪਿ ਕਰੈ ਆਪਨ ਬੀਚਾਰੈ ॥
آپ کرئے آپن بیچارئے
هر کاری که او انجام می دهد مطابق افکار اوست.

ਦੁਹਾ ਸਿਰਿਆ ਕਾ ਆਪਿ ਸੁਆਮੀ ॥
دو ها سریا کا آپ سوامی
او خودش سرور هر دو جهان (دنیای اینجا و آخرت) است.

ਖੇਲੈ ਬਿਗਸੈ ਅੰਤਰਜਾਮੀ ॥
خیلی بگسے انترجامی
کسی که همه چیز را می بیند و از دیدن ان لذت می برد.

ਜੋ ਭਾਵੈ ਸੋ ਕਾਰ ਕਰਾਵੈ ॥
جو بهاوي سو کار کرائے
هر چه را که بخواهد، انسان را به آن عمل وادار می کند.

ਨਾਨਕ ਦ੍ਰਿਸਟੀ ਅਵਰੁ ਨ ਆਵੈ ॥੨॥
نانک درستی اور نہ آوے.

ای نانک، من هیچ کس دیگری را مانند او نمی بینم.

ਕਹੁ ਮਾਨੁਖ ਤੇ ਕਿਆ ਹੋਇ ਆਵੈ ॥
کہو مانوک تے کیا ہوئے آوے
به من بگو، یک انسان به تنهایی چه کاری می تواند انجام دهد؟

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਾਵੈ ॥
جو تس بهاوي سوئی کرائے
هر چه خدا را راضی کند، او این کار را از فانی ها انجام می دهد.

ਇਸ ਕੈ ਹਾਥਿ ਹੋਇ ਤਾ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਲੇਇ ॥

اس کے ہاتھ ہوئے تا سبھ کچھ لئے
اگر در دست فانی می بود، همه چیز را میگرفت.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰੇਇ ॥
جو تس بھاوې سوئی کرائی
اما خدا هر کاری را که راضی باشد انجام می دهد.

ਅਨਜਾਨਤ ਬਿਖਿਆ ਮਹਿ ਰਚੈ ॥
انجانت بکھیا مي رچائی

به دلیل جهل، یکی در مایا (فریب های دنیوی) غرق می شود .

ਜੇ ਜਾਨਤ ਆਪਨ ਆਪ ਬਚੈ ॥
جے جانت اپان اپ بچی
اگر بهتر بدا ند خود را از آن نجات می دهد.

ਭਰਮੇ ਭੂਲਾ ਦਹ ਦਿਸਿ ਧਾਵੈ ॥
بھرمي بوله ده دس ڍھاوي
او که از تردید فریب خورده است، در همه جهات سرگردان است.

ਨਿਮਖ ਮਾਹਿ ਚਾਰਿ ਕੁੰਟ ਫਿਰਿ ਆਵੈ ॥
نمک ماهی چار کنټ فر آوي
در یک لحظه ذهن در چهار گوشه جهان حلقه می زند.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਸੁ ਅਪਨੀ ਭਗਤਿ ਦੇਇ ॥
کر کرپا جس اپنی بھگت دےے
کسانی که خداوند انان را به رحمت خود می امرزد.

ਨਾਨਕ ਤੇ ਜਨ ਨਾਮਿ ਮਿਲੇਇ ॥੩॥
نانک تي جان نام ملیے۔
ای ناناک، آنها در نام ادغام شده اند.

ਖਿਨ ਮਹਿ ਨੀਚ ਕੀਟ ਕਉ ਰਾਜ ॥
خن مي نیچ کیت که و راجہ

در یک لحظه، او می تواند یک کرم مانند یک فرد را به یک پادشاه تبدیل کند.

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਗਰੀਬ ਨਿਵਾਜ ॥
پاربرہم گریب نواجہ

خداوند متعال حافظ فقرای متواضع است.

ਜਾ ਕਾ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਕਛੂ ਨ ਆਵੈ ॥
جا که دریست کچھو نه آوېہ

حتی کسی که به نظر می رسد فضیلت ندارد،

ਤਿਸੁ ਤਤਕਾਲ ਦਹ ਦਿਸ ਪ੍ਰਗਟਾਵੈ ॥
تس تتکال ده دس پرگٹاوے

در یک لحظه خدا او را در همه جا محبوب می کند.

ਜਾ ਕਉ ਅਪੁਨੀ ਕਰੈ ਬਖਸੀਸ ॥
جا که اپني کري بخشیس

کسی که بر او نعمت می بخشد،

ਤਾ ਕਾ ਲੇਖਾ ਨ ਗਨੈ ਜਗਦੀਸ ॥
تا که لیکه نه گني جگدیس

ارباب دنیا او را به حساب خود نگه نمی دارد.

ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਸਭ ਤਿਸ ਕੀ ਰਾਸਿ ॥
جیو پنڈ سبه تس کی راس

روح و جسم همه دارایی اوست که به انسان فانی داده شده است.

ਘਟਿ ਘਟਿ ਪੂਰਨ ਬ੍ਰਹਮ ਪ੍ਰਗਾਸ ॥
گهٹ گهٹ پورن برهم پرگاس

همه قلب ها توسط خدای کامل فراگیر روشن شده است

ਅਪਨੀ ਬਣਤ ਆਪਿ ਬਨਾਈ ॥
اپنی بنت آپ بنائے

مخلوق خود را همه به دست خود آفریده است،

ਨਾਨਕ ਜੀਵੈ ਦੇਖਿ ਬਡਾਈ ॥੪॥
نانک جیوے دیکه بدائے
ای نانک، او در حالی که عظمت خود را می بیند، شادی می کند

ਇਸ ਕਾ ਬਲੁ ਨਾਹੀ ਇਸੁ ਹਾਥ ॥
اس که بل نهئ اس هاتھ

قدرت فانی در کنترلش نیست،

ਕਰਨ ਕਰਾਵਨ ਸਰਬ ਕੋ ਨਾਥ ॥
کرن کروان سرب کو ناتھ

مولای یکتا فاعل و عامل اسباب است.

ਆਗਿਆਕਾਰੀ ਬਪੁਰਾ ਜੀਉ ॥

آکی-آکاری بپورا جیو۔

انسان عاجز تابع فرمان اوست،

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਫੁਨਿ ਥੀਉ ॥
جو تس بھاوئ سوئ فن تیو

زیرا در نهایت آن چیزی است که او را خشنود می کند.

ਕਬਹੂ ਊਚ ਨੀਚ ਮਹਿ ਬਸੈ ॥
کبھو اوچ نیچ میه بسی
انسان گاه در حالت خوشی است و گاه در حالت خفگان است.

ਕਬਹੂ ਸੋਗ ਹਰਖ ਰੰਗਿ ਹਸੈ ॥
کبھو سوگ هرهکه رنگ هسی
گاهی اوقات غمگین به نظر می رسد و گاهی به نظر می رسد که از خوشحالی می خندد.

ਕਬਹੂ ਨਿੰਦ ਚਿੰਦ ਬਿਉਹਾਰ ॥
کبھو نیند چیند بیوهار
گاهی اوقات یک نفر در تهمت افراط می کند و از دیگران بد می گوید.

ਕਬਹੂ ਊਭ ਅਕਾਸ ਪਇਆਲ ॥
کبھو اوچ اکاس پیال
گاهی اوقات او احساس می کند که در اسمان پرواز می کند و گاهی اوقات انقدر افسرده است که گویی در عمق جهان پایین تر است.

ਕਬਹੂ ਬੇਤਾ ਬ੍ਰਹਮ ਬੀਚਾਰ ॥
که بو بیته برهم بیچار
گاهی اوقات او طوری رفتار می کند که گویا همه چیز را در مورد دانش الهی می داند.

ਨਾਨਕ ਆਪਿ ਮਿਲਾਵਣਹਾਰ ॥੫॥
نانک اپ ملاوانهار.
ای ناناک، خود خداوند انسان ها را با خود متحد می کند.

ਕਬਹੂ ਨਿਰਤਿ ਕਰੈ ਬਹੁ ਭਾਤਿ ॥
که بو نیرت کری بہو بھات
گاهی انسان فانی به شیوه های مختلف می رقصد.

ਕਬਹੂ ਸੋਇ ਰਹੈ ਦਿਨੁ ਰਾਤਿ ॥
که بو سوئے رهی دین رات
گاهی شب و روز در حالت جهل در خواب می ماند.

ਕਬਹੂ ਮਹਾ ਕ੍ਰੋਧ ਬਿਕਰਾਲ ॥
که بو مہا کروڈ بکرال
گاهی اوقات او از خشم وحشتناک بد به نظر می رسد.

ਕਬਹੂੰ ਸਰਬ ਕੀ ਹੋਤ ਰਵਾਲ ॥
کبهون سرب کی ہوت روال

گاه خاک پای همه می شود (بی نهایت متواضع).

ਕਬਹੂ ਹੋਇ ਬਹੈ ਬਡ ਰਾਜਾ ॥
که بو ہوئے بہئی باد راجا
گاهی اوقات، اودرحالت مانند یک پادشاه بزرگ قرار می گیرد.

ਕਬਹੂ ਭੇਖਾਰੀ ਨੀਚ ਕਾ ਸਾਜਾ ॥
کبهو بهیکهاری نیچ کا ساجا
گاهی اوقات او حالت گدای حقیر را به خود می گیرد.

ਕਬਹੂ ਅਪਕੀਰਤਿ ਮਹਿ ਆਵੈ ॥
که بو اپکیرت مه آوئی
گاهی (با انجام اعمال زشت) به شهرت بد می افتد.

ਕਬਹੂ ਭਲਾ ਭਲਾ ਕਹਾਵੈ ॥
که بو بهلاء بهلاء کہاوئی
گاهی طوری رفتار می کند که مورد تمجید همه قرار می گیرد.

ਜਿਉ ਪ੍ਰਭੁ ਰਾਖੈ ਤਿਵ ਹੀ ਰਹੈ ॥
جیو پربھ راخئے تیو ہی رہئے
در هر حالتی که خدا نگه دارد، فانی در آن حالت زندگی می کند.

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਕਹੈ ॥੬॥
.گور پرساد نانک سچ کہئے
ای ناناک، فقط یک فرد نادر به لطف استاد مذهبی در مورد خدا تعمق می کند.

ਕਬਹੂ ਹੋਇ ਪੰਡਿਤੁ ਕਰੇ ਬਖ੍ਯ਼ਾਨੁ ॥
که بو ہوئے پنڈت کرئے بکھیان
گاهی اوقات، به عنوان یک کارشناس، دیگران را نصیحت می کند.

ਕਬਹੂ ਮੋਨਿਧਾਰੀ ਲਾਵੈ ਧਿਆਨੁ ॥
.کبهو منیڈهاری لائی ذیان
گاهی با تبدیل شدن به یک حکیم خاموش، وارد مراقبه می شود.

ਕਬਹੂ ਤਟ ਤੀਰਥ ਇਸਨਾਨ ॥
که بو تت تیرتھ اسنان
گاه در اماکن زیارتی اقامت می کند و غسل می کند.

ਕਬਹੂ ਸਿਧ ਸਾਧਿਕ ਮੁਖਿ ਗਿਆਨ ॥
.که بو سدھ سادھک مکھ گیان

گاهی به عنوان یک متخصص و گاهی به عنوان یک محقق از معنویت صحبت می کند.
.
ਕਬਹੂ ਕੀਟ ਹਸਤਿ ਪਤੰਗ ਹੋਇ ਜੀਆ ॥
که بو کیت حستِ پتنگ ہوئے جیا
گاهی اوقات، او کرم، فیل یا پروانه می شود،

ਅਨਿਕ ਜੋਨਿ ਭਰਮੈ ਭਰਮੀਆ ॥
انک جون برمئے برمیا
و از شک و تردید گیج شده است و در زندگی های بی شماری سرگردان است.

ਨਾਨਾ ਰੂਪ ਜਿਉ ਸ੍ਵਾਗੀ ਦਿਖਾਵੈ ॥
نانا روپ جیو سواگی دکھائی.
مانند یک مجری، او با لباس مدل های مختلف دیده می شود.

ਜਿਉ ਪ੍ਰਭ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਨਚਾਵੈ ॥
بجیو پربھ بھاوئے تیوے نچائی.
همانطور که خدا راضی است، او انسان را بر اساس آن می رقصد.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਹੋਇ ॥
جو تس بھاوئے سوئی ہوئے
هر چه او را خشنود می کند، اتفاق می افتد.

ਨਾਨਕ ਦੂਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥੭॥
نانک دوجا اور نہ کوئے
ای ناناک، هیچ کس دیگری مانند او نیست.

ਕਬਹੂ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਇਹੁ ਪਾਵੈ ॥
که بو سادھسنگت اہ پاوئے
هنگامی که این شخص به شرکت مقدس دست یافت.

ਉਸੁ ਅਸਥਾਨ ਤੇ ਬਹੁਰਿ ਨ ਆਵੈ ॥
اس استھان تے بہر نہ آوئے
سپس او از آن حالت روحی شاد بیرون نمی آید،

ਅੰਤਰਿ ਹੋਇ ਗਿਆਨ ਪਰਗਾਸੁ ॥
انتر ہوئے گیان پرگاس
زیرا در آن همراهی ذهن او به علم الهی روشن می شود.

ਉਸੁ ਅਸਥਾਨ ਕਾ ਨਹੀ ਬਿਨਾਸੁ ॥
اس استھان کا نہیں بیناس

و آن حالت روشن فکر هرگز از بین نمی رود.

ਮਨ ਤਨ ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਇਕ ਰੰਗਿ ॥

من تن نام رتی اک رنگ
(در این حالت) بدن و ذهن فرد با عشق به خدا آغشته می شود،

ਸਦਾ ਬਸਹਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥
سدا بسي پاربرہم کی سنگ
و او برای همیشه با خدای متعال است.

ਜਿਉ ਜਲ ਮਹਿ ਜਲੁ ਆਇ ਖਟਾਨਾ ॥
جیو جل مي جل آئی ختانا
همانطور که آب با آب مخلوط می شود،

ਤਿਉ ਜੋਤੀ ਸੰਗਿ ਜੋਤਿ ਸਮਾਨਾ ॥
تیو جوتی سنگ جوت سمانا
به همین گونه است که روح او با روح بزرگ ترکیب می شود.

ਮਿਟਿ ਗਏ ਗਵਨ ਪਾਏ ਬਿਸ੍ਰਾਮ ॥
مت گائی گوان پائی بسرام
چرخه تولد و مرگ او متوقف می شود و او به آرامش ابدی می رسد.

ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਦ ਕੁਰਬਾਨ ॥੮॥੧੧॥
نانک پرب کی سد کربا
ای نانک، ما باید برای همیشه خود را برای خدا فدا کنیم.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਸੁਖੀ ਬਸੈ ਮਸਕੀਨੀਆ ਆਪੁ ਨਿਵਾਰਿ ਤਲੇ ॥
سکه بسی مسکینی آپ نوار تلی
با رها کردن خودپسندی، فرد فروتن در صلح زندگی می کند.

ਬਡੇ ਬਡੇ ਅਹੰਕਾਰੀਆ ਨਾਨਕ ਗਰਬਿ ਗਲੇ ॥੧॥
کر کرپا جس کی ہردی گریبی بساوئی
ای نانک، مردم متکبر قدرتمند با غرور و خود مصرف می شوند.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپدي

اشتاپادي

ਜਿਸ ਕੈ ਅੰਤਰਿ ਰਾਜ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥
بدی بدی اهنکاری نانک گرب گلی.
کسی که به مالکیت و قدرت در ذهن افتخار می کند،

ਸੋ ਨਰਕਪਾਤੀ ਹੋਵਤ ਸੁਆਨੁ ॥
جس کی انتر راج ابھمان
مانند سگی که در جهنم است، مجازات می شود.

ਜੋ ਜਾਨੈ ਮੈ ਜੋਬਨਵੰਤੁ ॥
سو نرکپاتی هووت سوآن
کسی که خودپسندانه خود را جوان و خوش تیپ می داند،

ਸੋ ਹੋਵਤ ਬਿਸਟਾ ਕਾ ਜੰਤੁ ॥
جو جانی می جوبنونت
او مانند کرمی است که در پلیدی می باشد.

ਆਪਸ ਕਉ ਕਰਮਵੰਤੁ ਕਹਾਵੈ ॥
سو هووت بستا کا جنت
کسی که خود را به عنوان فرد صالح در نفس خود می خواند.

ਜਨਮਿ ਮਰੈ ਬਹੁ ਜੋਨਿ ਭ੍ਰਮਾਵੈ ॥
آپس کاو کرمونت کہاوئی
درد و رنج را در چرخه تولد و مرگ نگه می دارد.

ਧਨ ਭੂਮਿ ਕਾ ਜੋ ਕਰੈ ਗੁਮਾਨੁ ॥
جنم مرئی بہو جون برماوئی
کسی که به ثروت و سرزمین خود افتخار می کند.

ਸੋ ਮੂਰਖੁ ਅੰਧਾ ਅਗਿਆਨੁ ॥
دهن بهوم کا جو کرئی گمان
احمق، کور و نادان است.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਸ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਗਰੀਬੀ ਬਸਾਵੈ ॥
سو مورخ انڈاہ اگیان
کسی که خدا در قلبش رحمت می کند،

ਨਾਨਕ ਈਹਾ ਮੁਕਤੁ ਆਗੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵੈ ॥੧॥
نانک ابا مکت آگئی سخ پاؤئی. |

ای ناناک، او در اینجا از شرارت ازاد می شود و از این پس صلح را به دست می اورد.

ਧਨਵੰਤਾ ਹੋਇ ਕਰਿ ਗਰਬਾਵੈ ॥
دھنونتا ہووت کر گرباوئی
پس از ثروتمند شدن، به ثروت خود افتخار می کند.

ਤ੍ਰਿਣ ਸਮਾਨਿ ਕਛੁ ਸੰਗਿ ਨ ਜਾਵੈ ॥
ترین سمان کچ سنگ نہ جاوئی
باید درک کرد که هیچ چیز در نهایت با او نخواهد رفت، حتی یک نی.

ਬਹੁ ਲਸਕਰ ਮਾਨੁਖ ਊਪਰਿ ਕਰੇ ਆਸ ॥
بہو لسکار مانوخ اوپر کری آس
او ممکن است امید خود را به یک ارتش بزرگ و مردان قرار دهد.

ਪਲ ਭੀਤਰਿ ਤਾ ਕਾ ਹੋਇ ਬਿਨਾਸ ॥
پل بهیتر تا کا ہووت بیناس
همه این چیزها در یک لحظه نابود می شوند.

ਸਭ ਤੇ ਆਪ ਜਾਨੈ ਬਲਵੰਤੁ ॥
سب تِی آپ جانی بالونت
کسی که خود را قوی تر از همه می داند،

ਖਿਨ ਮਹਿ ਹੋਇ ਜਾਇ ਭਸਮੰਤੁ ॥
کهن می هووت جائی بهسمنت
در یک لحظه که ممکن است به خاکستر تبدیل شود.

ਕਿਸੈ ਨ ਬਦੈ ਆਪਿ ਅਹੰਕਾਰੀ ॥
کسی نہ بدی آپ اهنکاری
کسی که آنقدر مغرور است و به دیگری اهمیت نمیدهد.

ਧਰਮ ਰਾਇ ਤਿਸੁ ਕਰੇ ਖੁਆਰੀ ॥
دهرم را ئی تس کری خواری
به شدت توسط قاضی عادل رسوا می شود.

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਜਾ ਕਾ ਮਿਟੈ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥
گور پرساد جا کا مٹئی ابهمان
کسی که نفسش با لطف معلم مذهبی از بین می رود،

ਸੋ ਜਨੁ ਨਾਨਕ ਦਰਗਹ ਪਰਵਾਨੁ ॥੨॥
سو جن نانک درگی پرواں
ای نانک، آن شخص مورد تایید دربار خداست.

ਕੋਟਿ ਕਰਮ ਕਰੈ ਹਉ ਧਾਰੇ ॥
سو جن نانک درگی پرواں. |

اگر کسي میلیون ها کار خیر انجام دهد و به آن کارها نیز احساس غرور کند،

ਸ੍ਰਮੁ ਪਾਵੈ ਸਗਲੇ ਬਿਰਥਾਰੇ ॥
کوٹ کرم کرئے ہاؤتے
آن شخص فقط کار سختی انجام می دهد و همه آن کارها ضایع است.

ਅਨਿਕ ਤਪਸਿਆ ਕਰੇ ਅਹੰਕਾਰ ॥
سرم پاؤئے سگلی برتھاری

کسی که توبه‌های بی‌شمار انجام می‌دهد و به منیت می‌پردازد،

ਨਰਕ ਸੁਰਗ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਅਵਤਾਰ ॥
انک تپسیا کری اهنکار
درد و لذت را تحمل می کند، گویی بارها و بارها از بهشت و جهنم می گذرد

ਅਨਿਕ ਜਤਨ ਕਰਿ ਆਤਮ ਨਹੀ ਦ੍ਰਵੈ ॥
نرک سورگ فر فر اوتار
اگر با وجود تلاش های فراوان، مهربان و دلسوز نشد،

ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਕਹੁ ਕੈਸੇ ਗਵੈ ॥
انک جتن کر آتم نه دروائے
پس چگونه می تواند به بارگاه خدا برسد؟

ਆਪਸ ਕਉ ਜੋ ਭਲਾ ਕਹਾਵੈ ॥
ہر درگی کہو کیسی گوائے
کسی که ادعای فضیلت دارد،

ਤਿਸਹਿ ਭਲਾਈ ਨਿਕਟਿ ਨ ਆਵੈ ॥
آپس کاو جو بهلاء کہاوئے
فضیلت حتی به آن یکی هم نمی رسد.

ਸਰਬ ਕੀ ਰੇਨ ਜਾ ਕਾ ਮਨੁ ਹੋਇ ॥
تسی بهلائی نکت نه آوائے
کسی که ذهنش نسبت به همه متواضع باشد،

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੀ ਨਿਰਮਲ ਸੋਇ ॥੩॥
سرب کی رای جا کا من هووی

ای ناناک، او زیبایی خاص دارد .

ਜਬ ਲਗੁ ਜਾਨੈ ਮੁਝ ਤੇ ਕਛੁ ਹੋਇ ॥
کہو نانک تا کی نرمل سوئی
تا زمانی که کسی فکر می کند که می تواند با قدرتش کاری انجام دهد،

ਤਬ ਇਸ ਕਉ ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥
جب لگ جانئے مجھ تے کچھ ہوئے
تا آن موقع او شخص نمیتواند به ارامش دست پیدا کند.

ਜਬ ਇਹ ਜਾਨੈ ਮੈ ਕਿਛੁ ਕਰਤਾ ॥
تب اس کو سخ ناهی کوئے
تا زمانی که این فانی فکر می کند که انجام دهنده هر کاری است،

ਤਬ ਲਗੁ ਗਰਭ ਜੋਨਿ ਮਹਿ ਫਿਰਤਾ ॥

جب اہ جانئے مئ کچھ کرتا
تا آن زمان در چرخه تولد و مرگ سرگردان است.

ਜਬ ਧਾਰੈ ਕੋਊ ਬੈਰੀ ਮੀਤੁ ॥
تب لگ گرب جون می فرتا
تا زمانی که یکی را دشمن بداند و دیگری را دوست،

ਤਬ ਲਗੁ ਨਿਹਚਲੁ ਨਾਹੀ ਚੀਤੁ ॥
جب ڈارئے کوو بیری میت
تا آن زمان ذهن آن شخص ثابت و آرام نخواهد شد

ਜਬ ਲਗੁ ਮੋਹ ਮਗਨ ਸੰਗਿ ਮਾਇ ॥
تب لگ نهچل ناهی چیت
تا زمانی که او غرق در مایا (ثروت های دنیوی) است.

ਤਬ ਲਗੁ ਧਰਮ ਰਾਇ ਦੇਇ ਸਜਾਇ ॥
جب لگ موہ مگن سنگ مای
قاضی عادل به اجرای مجازات ادامه می دهد.

ਪ੍ਰਭ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਬੰਧਨ ਤੂਟੈ ॥
تب لگ دهرم را ئے دئے سجائے
پیوندهای مایا (وابستگی های دنیوی) به لطف خدا در هم می شکند،

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਨਕ ਹਉ ਛੂਟੈ ॥੪॥
گور پرساد نانک ہاؤتی
ای ناناک، منیت شخص به لطف معلم مذهبی از بین می رود.

ਸਹਸ ਖਟੇ ਲਖ ਕਉ ਉਠਿ ਧਾਵੈ ॥
سہاس کهتی لکھ کاو اوٹ ڈاوئی
بعد از کسب هزار، دنبال میلیون می دود.

ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਆਵੈ ਮਾਇਆ ਪਾਛੈ ਪਾਵੈ ॥
تریپت نا آوائی ما ئی پاچائی
او به جمع آوری ثروت ادامه می دهد، اما هرگز سیر نمی شود.

ਅਨਿਕ ਭੋਗ ਬਿਖਿਆ ਕੇ ਕਰੈ ॥
انک بهوگ بکهیا کی کرئی
او از بسیاری از لذت های دنیوی لذت می برد،

ਨਹ ਤ੍ਰਿਪਤਾਵੈ ਖਪਿ ਖਪਿ ਮਰੈ ॥
نہ ترپتائی کهپ کهپ مرائی
اما احساس رضایت نمی کند و بدبخت می شود.

ਬਿਨਾ ਸੰਤੋਖ ਨਹੀ ਕੋਊ ਰਾਜੈ ॥

بنا سنتوک نہ کوو راجائی
بدون رضایت هیچکس راضی نیست.

ਸੁਪਨ ਮਨੋਰਥ ਬ੍ਰਿਥੇ ਸਭ ਕਾਜੈ ॥
سپن منورتھ برتھی سب کاجئی
تمام تلاش های یک فرد ناراضی مانند توهمات یک رویا بیهوده است

ਨਾਮ ਰੰਗਿ ਸਰਬ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥
نام رنگ سرب سکھ هووی
در عشق نام آرامش کامل است.

ਬਡਭਾਗੀ ਕਿਸੈ ਪਰਾਪਤਿ ਹੋਇ ॥
بدبھاگی کسی پراپت هووی
فقط یک خوشبخت از این سعادت برخوردار است.

ਕਰਨ ਕਰਾਵਨ ਆਪੇ ਆਪਿ ॥
کرن کراون آپی آپ

خدا خودش فاعل و عامل همه اسباب است.

ਸਦਾ ਸਦਾ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਜਾਪਿ ॥੫॥
سدا سدا نانک هر جاپ
ای نانک، او را با ارادت پرمهر تا ابد یاد کن.

ਕਰਨ ਕਰਾਵਨ ਕਰਨੈਹਾਰੁ ॥
کرن کراون کرنیہار
این خداوند است که هر کاری را انجام می دهد و باعث می شود همه چیز انجام شود.

ਇਸ ਕੈ ਹਾਥਿ ਕਹਾ ਬੀਚਾਰੁ ॥
اس کی هات کہا بیچار
به این واقعیت فکر کنید؛ که چیزی تحت کنترل فانی نیست.

ਜੈਸੀ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਕਰੇ ਤੈਸਾ ਹੋਇ ॥
جیسی درسات کری تیسا هووی
همان گونه که لطف خدا بر فانی است، او نیز می شود.

ਆਪੇ ਆਪਿ ਆਪਿ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋਇ ॥
آپی آپ آپ پرب سوئی
خدا همه چیز خودش است.

ਜੋ ਕਿਛੁ ਕੀਨੋ ਸੁ ਅਪਨੈ ਰੰਗਿ ॥
جو کچھ کینو سو اپنئے رنگ
هر چه آفریده است از روی رضایت اوست.

ਸਭ ਤੇ ਦੂਰਿ ਸਭਹੂ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥
سب تی دور سبھو کی سنگ
او در مخلوق خود است، اما تحت تأثیر آن قرار نگرفته است.

ਬੂਝੈ ਦੇਖੈ ਕਰੈ ਬਿਬੇਕ ॥
بوجھی دیکھی کری بیبیک
او می‌فهمد، اعمال ما را می‌بیند و قضاوت می‌کند.

ਆਪਹਿ ਏਕ ਆਪਹਿ ਅਨੇਕ ॥
آپی ایک آپی انیک
او خودش یگانه است و در اشکال مختلف است.

ਮਰੈ ਨ ਬਿਨਸੈ ਆਵੈ ਨ ਜਾਇ ॥
مرائی نہ بنسائی آوائے نہ جائے

او نمی میرد و از تولد و مرگ آزاد است.

ਨਾਨਕ ਸਦ ਹੀ ਰਹਿਆ ਸਮਾਇ ॥੬॥
نانک سد ہی رہیے سمائے
ای ناناک، او برای همیشه فراگیر می ماند.

ਆਪਿ ਉਪਦੇਸੈ ਸਮਝੈ ਆਪਿ ॥
آپ اپدیسئے سمجھائے آپ
او خودش دستور می دهد و خودش می آموزد.

ਆਪੇ ਰਚਿਆ ਸਭ ਕੈ ਸਾਥਿ ॥
آپے رچیا سبھ کی ساتھ
زیرا او خود با همه آمیخته است.

ਆਪਿ ਕੀਨੋ ਆਪਨ ਬਿਸਥਾਰੁ ॥
آپ کینو آپن بستار
او خودش وسعت خود (جهان) را آفریده است.

ਸਭੁ ਕਛੁ ਉਸ ਕਾ ਓਹੁ ਕਰਨੈਹਾਰੁ ॥
سب تہ اس کا او کرنیہار
همه چیز از آن اوست، او خالق است.

ਉਸ ਤੇ ਭਿੰਨ ਕਹਹੁ ਕਿਛੁ ਹੋਇ ॥
استی بھن کہو کچھ ہووی
به من بگو، مگر می شود چیزی بدون اراده او اتفاق بیفتد؟

ਥਾਨ ਥਨੰਤਰਿ ਏਕੈ ਸੋਇ ॥
تہان تہننتر ایکی سوئی
در فضاها وفراتر ار فضاها، اوست که همه جا را فرا گرفته است.

ਅਪੁਨੇ ਚਲਿਤ ਆਪਿ ਕਰਣੈਹਾਰ ॥
اپنی چلت آپ کرنیہار
در بازی خود، او خودش بازیکن است.

ਕਉਤਕ ਕਰੈ ਰੰਗ ਆਪਾਰ ॥
کاؤتِک کری رنگ آپار
او بازی های خود را با تنوع بی نهایت انجام می دهد.

ਮਨ ਮਹਿ ਆਪਿ ਮਨ ਅਪੁਨੇ ਮਾਹਿ ॥
ست ست ست پربھ سوئی
او در ذهن همه است و همه در ذهن اوست.
ਨਾਨਕ ਕੀਮਤਿ ਕਹਨੁ ਨ ਜਾਇ ॥੭॥
نانک کیمت کہاں نہ جائے
او ناناک، ارزش او را نمی توان تخمین زد.

ਸਤਿ ਸਤਿ ਸਤਿ ਪ੍ਰਭੁ ਸੁਆਮੀ ॥
گور پرساد کنی وخیانی
خدا، استاد متعال برای همیشه رستگار، و ابدی است.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਕਿਨੈ ਵਖਿਆਨੀ ॥
سچ سچ سچ سبھ کینا
فقط یک فرد نادر است که به لطف معلم مذهبی این واقعیت را توصیف کرده است.

ਸਚੁ ਸਚੁ ਸਚੁ ਸਭੁ ਕੀਨਾ ॥
کوٹ مِری کنی برلی چینا
خداوند ازلی است و خلقت او نیز کامل و کامل است

ਕੋਟਿ ਮਧੇ ਕਿਨੈ ਬਿਰਲੈ ਚੀਨਾ ॥
بھلاء بھلاء بھلاء تیرا روپ
از بین میلیون ها نفر افراد کمی است که این واقعیت را تشخیص دهد.

ਭਲਾ ਭਲਾ ਭਲਾ ਤੇਰਾ ਰੂਪ ॥
اٹ سندر اپار انوپ
ای خدا شما بسیار زیبا هستین.

ਅਤਿ ਸੁੰਦਰ ਅਪਾਰ ਅਨੂਪ ॥
نرمل نرمل نرمل تیری بنی
شما فوق العاده زیبا، بی نهایت و غیر قابل مقایسه هستید

ਨਿਰਮਲ ਨਿਰਮਲ ਨਿਰਮਲ ਤੇਰੀ ਬਾਣੀ ॥
گھٹ گھٹ سنی سرون بخیانی
کلام الهی تو پاک و شیرین است

ਘਟਿ ਘਟਿ ਸੁਨੀ ਸ੍ਰਵਨ ਬਖ੍ਯਾਣੀ ॥

پاوتر پاوتر پاوتر پونیت

که در هر قلب از طریق گوش شنیده می شود و از طریق زبان بیان می شود

ਪਵਿਤ੍ਰ ਪਵਿਤ੍ਰ ਪਵਿਤ੍ਰ ਪੁਨੀਤ ॥
بدبھاگی کسی پراپت ھو
او بسیار پاک و مقدس می شود،

ਨਾਮੁ ਜਪੈ ਨਾਨਕ ਮਨਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥੮॥੧੨॥
نام جپائے نانک من پریت
ای نانک، کسی که عاشقانه نام خدا را یاد می کند.
ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਸੰਤ ਸਰਨਿ ਜੋ ਜਨੁ ਪਰੈ ਸੋ ਜਨੁ ਉਧਰਨਹਾਰ ॥
سنت سرن جو جان پرئے سو جان اڈھرنھار
کسی که به دنبال پناهگاه مقدسین است، از بند این امور دنیوی نجات می یابد.

ਸੰਤ ਕੀ ਨਿੰਦਾ ਨਾਨਕਾ ਬਹੁਰਿ ਬਹੁਰਿ ਅਵਤਾਰ ॥੧॥
سنت کی ننداا نانکا بھر بھر اوتار.
ای ناناک، تهمت دهنده به مقدسات، در چرخه تولد و مرگ می افتد.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپدي
آشتاپادي:

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਆਰਜਾ ਘਟੈ ॥
سنت کی دوخن ارجه رتی
بخشی از زندگی که در بی احترامی به مقدسات سپری می شود به هدر می رود

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਜਮ ਤੇ ਨਹੀ ਛੁਟੈ ॥
سنت کی دوخن جم تی نه چتی
با تهمت زدن به مقدسین از شیطان مرگ در امان نمی ماند.

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਸੁਖੁ ਸਭੁ ਜਾਇ ॥
سنت کی دوخن سخ سبه جائے
با تهمت زدن به مقدسین تمام آرامش از بین می رود

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਨਰਕ ਮਹਿ ਪਾਇ ॥
سنت کی دوخن نرک می پائے
تهمت زدن به مقدسین، به جهنم می افتد (درد می کشد)

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਮਤਿ ਹੋਇ ਮਲੀਨ ॥

سنت کی دوخن مت ھاؤی ملین

با تهمت زدن به پرهیزگاران، عقل فاسد می شود.

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਸੋਭਾ ਤੇ ਹੀਨ ॥
سنت کی دوخن سوبھا تی ھین
با تهمت زدن به مقدسین، آبروی فرد از بین می رود.

ਸੰਤ ਕੇ ਹਤੇ ਕਉ ਰਖੈ ਨ ਕੋਇ ॥
سنت کی ہتی کی رکھئے نہ کوئے
هیچ کس به شخص مورد لعنت مقدس پناه نمی دهد

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਥਾਨ ਭ੍ਰਸਟੁ ਹੋਇ ॥
سنت کی دوخن تھان برسات هووی
با تلاش برای ایراد گرفتن از مقدسین، قلب فاسد می شود.

ਸੰਤ ਕ੍ਰਿਪਾਲ ਕ੍ਰਿਪਾ ਜੇ ਕਰੈ ॥
سنت کیرپال کرپا جی کرئے
اما اگر پرهیزگار مهربان مهربانی خود را نشان دهد،

ਨਾਨਕ ਸੰਤਸੰਗਿ ਨਿੰਦਕੁ ਭੀ ਤਰੈ ॥੧॥
نانک ستسنگ نندک بی ترئے.
ای نانک، پس همراه با پرهیزگار، حتی یک فاسق نیز نجات می یابد.

ਸੰਤ ਕੇ ਦੂਖਨ ਤੇ ਮੁਖੁ ਭਵੈ ॥
سنت کی دوخن تی مکھ بھووی
با تهمت زدن به پرهیزگار، فرد از خدا دور می شود.

ਸੰਤਨ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਕਾਗ ਜਿਉ ਲਵੈ ॥
سنتن کی دوخن کاگ جیو لووی
با تهمت زدن به یک پرهیزگار، شخص همچنان سرگردان است و مانند یک مرکبی ناخوشایند صدا می کند.

ਸੰਤਨ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਸਰਪ ਜੋਨਿ ਪਾਇ ॥
سنتن کی دوخن سرپ جون پائے
با تهمت زدن به مقدسین، فرد دوباره مانند مار متولد می شود.

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਤ੍ਰਿਗਦ ਜੋਨਿ ਕਿਰਮਾਇ ॥
سنت کی دوخن تریگد جون کرمائے
با تهمت زدن به مقدسین، شخص دوباره به عنوان یک کرم متولد می شود.

ਸੰਤਨ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਹਿ ਜਲੈ ॥
سنتن کی دوخن ترسنا می جلائے

تهمت زدن به مقدسین، در آتش آرزو می سوزد.

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਸਭੁ ਕੋ ਛਲੈ ॥
سنت کی دوخن سبھ کو چھلائے
تهمت زننده به پرهیزگاران همه را فریب می دهد.

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਤੇਜੁ ਸਭੁ ਜਾਇ ॥
سنت کی دوخن تیج سبھ جائے
با صدمه زدن به پرهیزگار، تمام قدرت فرد از بین می رود.

ਸੰਤ ਕੈ ਦੂਖਨਿ ਨੀਚੁ ਨੀਚਾਇ ॥
سنت کی دوخن نیچ نیچایے
با احترامی کردن به پرهیزگاران ، انسان پست ترین افراد می شود.

ਸੰਤ ਦੋਖੀ ਕਾ ਥਾਉ ਕੋ ਨਾਹਿ ॥
سنت دوخی کا تھو کو نہی
هیچ پناهی برای تهمت زن به مقدسات نیست.

ਨਾਨਕ ਸੰਤ ਭਾਵੈ ਤਾ ਓਇ ਭੀ ਗਤਿ ਪਾਹਿ ॥੨॥
نانک سنت بھاوئے تا اوی گت پاہی.
ای ناناک، اگر پرهیزگار بخواهد، حتی بدکاران نیز از نظر روحی بالا می‌روند.

ਸੰਤ ਕਾ ਨਿੰਦਕੁ ਮਹਾ ਅਤਤਾਈ ॥
سنت کا نندک مہا اتائی
تهمت زننده پرهیزگار بدترین بدکار است.

ਸੰਤ ਕਾ ਨਿੰਦਕੁ ਖਿਨੁ ਟਿਕਨੁ ਨ ਪਾਈ ॥
سنت کا نندک خن تِکن نہ پائی
تهمت زننده به پرهیزگار حتی لحظه ای آرامش نمی یابد.

ਸੰਤ ਕਾ ਨਿੰਦਕੁ ਮਹਾ ਹਤਿਆਰਾ ॥
سنت کا نندک مہا ہتیارا
تهمت زن پرهیزگار به بی رحم ترین قاتل تبدیل می شود.

ਸੰਤ ਕਾ ਨਿੰਦਕੁ ਪਰਮੇਸੁਰਿ ਮਾਰਾ ॥
سنت کا نندک پرمیسور مارا
تهمت زننده پرگیز لعنت خداست.

ਸੰਤ ਕਾ ਨਿੰਦਕੁ ਰਾਜ ਤੇ ਹੀਨੁ ॥
سنت کا نندک راج تی ہین

تهمت زننده پرهیزگار قدرت و لذت دنیوی ندارد.

ਸੰਤ ਕਾ ਨਿੰਦਕੁ ਦੁਖੀਆ ਅਰੁ ਦੀਨੁ ॥
سنت کا نندک دخیا ار دین
تهمت زن قدیس بدبخت و فقیر می شود.

ਸੰਤ ਕੇ ਨਿੰਦਕ ਕਉ ਸਰਬ ਰੋਗ ॥
سنت کی نندک کی سرب روگ
تهمت زننده قدیس به انواع بیماریها مبتلاست.

ਸੰਤ ਕੇ ਨਿੰਦਕ ਕਉ ਸਦਾ ਬਿਜੋਗ ॥
سنت کی نندک کی سدا بیجوگ
تهمت زننده قدیس برای همیشه از خدا جدا می شود.

ਸੰਤ ਕੀ ਨਿੰਦਾ ਦੋਖ ਮਹਿ ਦੋਖੁ ॥
سنت کی نندا دوخ می دوخ
تهمت زدن به قدیس بدترین گناه از همه گناهان است.
ਨਾਨਕ ਸੰਤ ਭਾਵੈ ਤਾ ਉਸ ਕਾ ਭੀ ਹੋਇ ਮੋਖੁ ॥੩॥
نانک سنت بھاوئے تا اوس کا بی هووی موخ. |
ای نانک، اگر کسی پرهیزکار را خشنود کند، حتی چنین بدکاری هم آزاد می شود.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਸਦਾ ਅਪਵਿਤੁ ॥
سنت کا دوخی سدا اپویت
کسی که به پرهیزکار بی احترامی می کند فکر همه ناپاک است.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਕਿਸੈ ਕਾ ਨਹੀ ਮਿਤੁ ॥
سنت کا دوخی کسی کا نهی مت
تهمتزن قدیس دوست هیچکس نیست.

ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ ਕਉ ਡਾਨੁ ਲਾਗੈ ॥
سنت کی دوخی کی دان لاگئے
تهمت زننده قدیس توسط قاضی عادل مجازات می شود.

ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ ਕਉ ਸਭ ਤਿਆਗੈ ॥
سنت کی دوخی کی سبھ تیاگئے
تهمت زننده قدیس توسط همه رها شده است.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਮਹਾ ਅਹੰਕਾਰੀ ॥
سنت کا دوخی مہا اهنکاری

تهمت زننده مقدسین کاملاً خود محور است.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਸਦਾ ਬਿਕਾਰੀ ॥
سنت کا دوخی سدا بکاری
تهمت زننده قدیس همیشه در کارهای شیطانی افراط می کند.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਜਨਮੈ ਮਰੈ ॥
سنت کا دوخی جنمئے مرئے
تهمت زننده مقدسین چرخه های تولد و مرگ را ادامه می دهد

ਸੰਤ ਕੀ ਦੂਖਨਾ ਸੁਖ ਤੇ ਟਰੈ ॥

سنت کی دوخنا سخ تی ترئے
به خاطر بی احترامی به مقدسات، او از صلح بی بهره می ماند.

ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ ਕਉ ਨਾਹੀ ਠਾਉ ॥
سنت کی دوخی کی نهی تهو
تهمت زننده قدیس جایی برای پناه گرفتن ندارد.

ਨਾਨਕ ਸੰਤ ਭਾਵੈ ਤਾ ਲਏ ਮਿਲਾਇ ॥੪॥
نانک سنت بهاوئے تا لائے ملاہے. |
ای نانک، اگر کسی پرهیزگار را خشنود کند، حتی چنین بدکاری هم آزاد می شود.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਅਧ ਬੀਚ ਤੇ ਟੂਟੈ ॥
سنت کا دوخی اڈ بیچ تی ٹوٹئے
کسی که به مقدسات بی احترامی می کند در وسط انجام هر کاری شکست می خورد.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਕਿਤੈ ਕਾਜਿ ਨ ਪਹੂਚੈ ॥
سنت کا دوخی کتی کاج نہ پهوچئے
تهمت زننده به مقدسات نمی تواند هیچ وظیفه ای را انجام دهد.

ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ ਕਉ ਉਦਿਆਨ ਭ੍ਰਮਾਈਐ ॥
سنت کی دوخی کی اڈیان برمائیی
تهمت زننده قدیس در بیابان سرگردان است.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਉਝੜਿ ਪਾਈਐ ॥
سنت کا دوخی اڈڑر پائیی
تهمت زننده قدیس به ویرانی گمراه می شود.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਅੰਤਰ ਤੇ ਥੋਥਾ ॥
سنت کا دوخی انتر تی تتا
تهمت زننده قدیس از هدف واقعی زندگی غافل است،

ਜਿਉ ਸਾਸ ਬਿਨਾ ਮਿਰਤਕ ਕੀ ਲੋਥਾ ॥
جیو ساس بنا مرتک کی لوتا
مثل جسد مرده، بدون نفس .

ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ ਕੀ ਜੜ ਕਿਛੁ ਨਾਹਿ ॥
سنت کی دوخی کی جڑ کچه نهی
تهمت زننده قدیس هیچ پایه محکم و معنوی ندارد.

ਆਪਨ ਬੀਜਿ ਆਪੇ ਹੀ ਖਾਹਿ ॥
اپن بیج اپی هی خائیی
خودش باید چیزی را که کاشته است بخورد.

ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ ਕਉ ਅਵਰੁ ਨ ਰਾਖਨਹਾਰੁ ॥
سنت کی دوخی کی اور نہ راکهنهار

تہمت زننده قدیس را هیچ کس دیگری نمی تواند از این عادت تہمت نجات دهد

ਨਾਨਕ ਸੰਤ ਭਾਵੈ ਤਾ ਲਏ ਉਬਾਰਿ ॥੫॥
نانک سنت بھاوئے تا لائے اوبار.
ای نانک، اگر کسی پرهیزگار را خشنود کند، حتی چنین بدکاری هم آزاد می شود.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਇਉ ਬਿਲਲਾਇ ॥
سنت کا دوخی او بلائے
تہمت زننده قدیس ناله می کند،

ਜਿਉ ਜਲ ਬਿਹੂਨ ਮਛੁਲੀ ਤੜਫੜਾਇ ॥
جیو جل بھون مچھولی ترھفرھائے
مثل ماهی بیرون از آب که از درد می پیچد.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਭੂਖਾ ਨਹੀ ਰਾਜੈ ॥
سنت کا دوخی بوکھا نھی راجئے
تہمت زننده قدیس هرگز از میل تہمت سیر نمی شود،

ਜਿਉ ਪਾਵਕੁ ਈਧਨਿ ਨਹੀ ਧ੍ਰਾਪੈ ॥
جیو پاوک ایدھن نھی دھراپئے
همانطور که آتش با هیچ مقدار هیزم سیر نمی شود.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਛੁਟੈ ਇਕੇਲਾ ॥
سنت کا دوخی چتئے اکیلا

تہمت زننده مقدسات تنها می ماند،

ਜਿਉ ਬੂਆੜੁ ਤਿਲੁ ਖੇਤ ਮਾਹਿ ਦੁਹੇਲਾ ॥
جیو بوار تل کھیت ماهی دوھیلا
مانند گیاه کنجد بی حاصل که در مزرعه انداخته شده است.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਧਰਮ ਤੇ ਰਹਤ ॥
سنت کا دوخی دھرم تی راهت
تہمت زننده قدیس خالی از ایمان است.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਸਦ ਮਿਥਿਆ ਕਹਤ ॥
سنت کا دوخی سد میتیا کاهت
تہمت زن به مقدسات همیشه دروغ می گوید.

ਕਿਰਤੁ ਨਿੰਦਕ ਕਾ ਧੁਰਿ ਹੀ ਪਇਆ ॥
کرت نندک کا دھر ہی پائیا
تہمت زن، عمل تہمت را انجام می دهد، زیرا سرنوشت از پیش تعیین شده او چنین است.

ਨਾਨਕ ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਥਿਆ ॥੬॥
نانک جو تس بھاوئے سوی تھیا.

ای نانک هر چه خدا بخواهد می شود.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਬਿਗੜ ਰੂਪੁ ਹੋਇ ਜਾਇ ॥
سنت کا دوخی بگڑ روپ هوی جائے
تهمت زننده قدیس انقدر بدنام است که گویا از شکل افتاده است.

ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ ਕਉ ਦਰਗਹ ਮਿਲੈ ਸਜਾਇ ॥
سنت کی دوخی کی درگی ملای سجائے
تهمت زننده مقدسات مجازات خود را در دادگاه خدا میبیند.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਸਦਾ ਸਹਕਾਈਐ ॥
سنت کا دوخی سدا سحکائیی
تهمت زننده قدیس همیشه در عذابی وحشتناک است،

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਨ ਮਰੈ ਨ ਜੀਵਾਈਐ ॥
سنت کا دوخی نه مرئی نه جیوائیی
تهمت زننده قدیس از نظر روحی بین زندگی و مرگ رنج می برد .

ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ ਕੀ ਪੁਜੈ ਨ ਆਸਾ ॥
سنت کی دوخی کی پجئی نه آسا
آرزوی تهمت زنده مقدسات برآورده نمی شود.

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਉਠਿ ਚਲੈ ਨਿਰਾਸਾ ॥
سنت کا دوخی اٹ چلای نراسا
تهمت زنده قدیس ناامید از دنیا می رود.

ਸੰਤ ਕੈ ਦੋਖਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਟੈ ਕੋਇ ॥
سنت کی دوخی نہ ترستئی کوئے
با تهمت زدن به قدیس، هیچ کس از میل تهمت سیر نمی شود.

ਜੈਸਾ ਭਾਵੈ ਤੈਸਾ ਕੋਈ ਹੋਇ ॥
جیسا بهاوئے تیسا کوئے
عادات انسان بر اساس نیت او شکل می گیرد.

ਪਇਆ ਕਿਰਤੁ ਨ ਮੇਟੈ ਕੋਇ ॥
پائیا کرت نہ میٹئی کوئے
اعمال گذشته توسط هیچ کس قابل پاک کردن نیست.

ਨਾਨਕ ਜਾਨੈ ਸਚਾ ਸੋਇ ॥੭॥
نانک جانئی سچا سوی.
ای نانک، این راز را فقط خدای ازلی می داند.

ਸਭ ਘਟ ਤਿਸ ਕੇ ਓਹੁ ਕਰਨੈਹਾਰੁ ॥
سبه گٹ تس کی او کرنئی

همه موجودات از آن او هستند و او خالق است.

ਸਦਾ ਸਦਾ ਤਿਸ ਕਉ ਨਮਸਕਾਰੁ ॥
سدا سدا تس کاو نمسکار
برای همیشه و همیشه با احترام به او تعظیم کنید.

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਉਸਤਤਿ ਕਰਹੁ ਦਿਨੁ ਰਾਤਿ ॥
پرب کی اوستت کرهو دین رات
روز و شب حمد خدا را بخوانید.

ਤਿਸਹਿ ਧਿਆਵਹੁ ਸਾਸਿ ਗਿਰਾਸਿ ॥
تسی ڈیاو هو ساس گراس

با هر نفسی در مورد او تفکر کن.

ਸਭੁ ਕਛੁ ਵਰਤੈ ਤਿਸ ਕਾ ਕੀਆ ॥
سبھ کچھ ورتئے تس کا کی
همه چیز طبق رفتار او اتفاق می افتد.

ਜੈਸਾ ਕਰੇ ਤੈਸਾ ਕੋ ਥੀਆ ॥
جیسا کرے تیسا کو تهیا
همانطور که خدا هر کسی را می‌سازد، انسان فانی هم می‌شود.

ਅਪਨਾ ਖੇਲੁ ਆਪਿ ਕਰਨੈਹਾਰੁ ॥
اپنا خیل آپ کرنئی
او خودش مجری بازی اوست.

ਦੂਸਰ ਕਉਨੁ ਕਹੈ ਬੀਚਾਰੁ ॥
دوسر کاون کہی بیچار
چه کسی دیگری می تواند در این مورد صحبت کند یا در مورد آن تصمیم بگیرد؟

ਜਿਸ ਨੋ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੈ ਤਿਸੁ ਆਪਨ ਨਾਮੁ ਦੇਇ ॥
جس نو کرپا کرئے تس آپن نام دئے
هر کس بر او رحمت کند، نام را بر او عطا می کند.

ਬਡਭਾਗੀ ਨਾਨਕ ਜਨ ਸੇਇ ॥੮॥੧੩॥
بدبهاگی نانک جن سئے
ای ناناک، چنین افرادی بسیار خوش شانس هستند.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਤਜਹੁ ਸਿਆਨਪ ਸੁਰਿ ਜਨਹੁ ਸਿਮਰਹੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਾਇ ॥
تجهو سیانپ سور جنهو سمرهو هر هر رائے

ای مردم خوب! زیرکی خود را رها کنید و خدای متعال را با فداکاری عاشقانه یاد کنید.

ਏਕ ਆਸ ਹਰਿ ਮਨਿ ਰਖਹੁ ਨਾਨਕ ਦੂਖੁ ਭਰਮੁ ਭਉ ਜਾਇ ॥੧॥
ایک آس ہر من رکھو نانک دوخ بھرم بھاو جائے
ای نانک، در دلت همه امیدت را به خدا ببند، اینگونه همه درد و تردید و ترست از بین می رود.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپدی
اشتاپادي

ਮਾਨੁਖ ਕੀ ਟੇਕ ਬ੍ਰਿਥੀ ਸਭ ਜਾਨੁ ॥
مانوک کی تیک بڑتی سبھ جان
این را خوب بدانید که اتکا به حمایت انسانی کاملاً بی فایده است،

ਦੇਵਨ ਕਉ ਏਕੈ ਭਗਵਾਨੁ ॥
دیون کاونکی ایکی بھگوان
زیرا خداوند تنها بخشنده همه است

ਜਿਸ ਕੈ ਦੀਐ ਰਹੈ ਅਘਾਇ ॥
جس کیدیئے رهئے آگاے
با هدایای او همیشه راضی می ماند،

ਬਹੁਰਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਗੈ ਆਇ ॥
بہر نہ ترسنا لائی آئے
و او دیگر فریفته اموال دنیوی نمی شود

ਮਾਰੈ ਰਾਖੈ ਏਕੋ ਆਪਿ ॥
مارئی راکھئے ایکو آپ
خود خداوند انسان ها را نابود می کند و حفظ می کند.

ਮਾਨੁਖ ਕੈ ਕਿਛੁ ਨਾਹੀ ਹਾਥਿ ॥
مانوک کی کچھ ناھی ہات
اصلاً هیچ چیز در دست فانی نیست.

ਤਿਸ ਕਾ ਹੁਕਮੁ ਬੂਝਿ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥
تس کا حکم بوجھ سکھ ہوئے
صلح با درک و پذیرش فرمان او حاصل می شود.

ਤਿਸ ਕਾ ਨਾਮੁ ਰਖੁ ਕੰਠਿ ਪਰੋਇ ॥
سمر سمر سمر پرب سوئے.
بنابراین همیشه نام او را در قلب خود حفظ می کنند.

ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋਇ ॥
نانک بگھن نہ لائی کوئے.

خدا را همیشه با عشق و ارادت یاد کنید.

ਨਾਨਕ ਬਿਘਨੁ ਨ ਲਾਗੈ ਕੋਇ ॥੧॥
اوستت من می کر نرنکار
ای ناناک، هیچ مانعی نباید سر راهت قرار بده.

ਉਸਤਤਿ ਮਨ ਮਹਿ ਕਰਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥
کر من میرے ست بیئار
خدا را در ذهن خود ستایش کنید.

ਕਰਿ ਮਨ ਮੇਰੇ ਸਤਿ ਬਿਉਹਾਰ ॥
نرمل رسنا امرت پیئو
به نظر من، این اعمال واقعی خود را انجام دهید.

ਨਿਰਮਲ ਰਸਨਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪੀਉ ॥
سدا سوہیلہ کر لئے جیو
با خوردن شهد نام، زبان (کلمات) شما پاک می شود.

ਸਦਾ ਸੁਹੇਲਾ ਕਰਿ ਲੇਹਿ ਜੀਉ ॥
نینہو پیکھ تھاکر کا رنگ
و روحت برای همیشه آرام خواهد بود.

ਨੈਨਹੁ ਪੇਖੁ ਠਾਕੁਰ ਕਾ ਰੰਗੁ ॥
سادھسنگ بنسئی سبھ سنگ
با چشمان خود بازی شگفت انگیز استاد (خدا) را ببینید.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਬਿਨਸੈ ਸਭ ਸੰਗੁ ॥
چرن چلای مارگ گوبند
در جماعت پرهیزکاران، تمام وابستگی های دنیوی فرد ناپدید می شوند.

ਚਰਨ ਚਲਉ ਮਾਰਗਿ ਗੋਬਿੰਦ ॥
مٹئی پاپ جپئی ہر بند
با پاهای خود، راه مالک جهان را بروید.

ਮਿਟਹਿ ਪਾਪ ਜਪੀਐ ਹਰਿ ਬਿੰਦ ॥
کر ہر کرم سرون ہر کتھای

با تفکر در مورد خدا حتی برای مدت کوتاهی، تمام گناهان فرد ریشه کن می شود.

ਕਰ ਹਰਿ ਕਰਮ ਸ੍ਰਵਨਿ ਹਰਿ ਕਥਾ ॥
ہر درگہ نانک اوجل مٹھا.
با دستان خود در کارهای الهی شرکت کنید و با گوش های خود به ستایش او گوش دهید.

ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਨਾਨਕ ਊਜਲ ਮਥਾ ॥੨॥
بدبھاگی تی جان جگ ماھی

ای ناناک، به این ترتیب، یکی در دربار خدا باعزت می شود.

ਬਡਭਾਗੀ ਤੇ ਜਨ ਜਗ ਮਾਹਿ ॥
سدا سدا ہر کی گن گاہی
در این دنیا، واقعا خوش شانس هستند،

ਸਦਾ ਸਦਾ ਹਰਿ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਹਿ ॥
جس نو کرپا کرئے تس آپن نام دئے.
کسانی که خدا را تا ابد ستایش می کنند.

ਰਾਮ ਨਾਮ ਜੋ ਕਰਹਿ ਬੀਚਾਰ ॥
رام نام جو کرئے بیچار
کسانی که نام خدا را می اندیشند

ਸੇ ਧਨਵੰਤ ਗਨੀ ਸੰਸਾਰ ॥
سی دھنونت گنی سنسار
انها واقعا از نظر معنوی در جهان ثروتمند هستند.

ਮਨਿ ਤਨਿ ਮੁਖਿ ਬੋਲਹਿ ਹਰਿ ਮੁਖੀ ॥
من تن مکھ بولے ہر مکھی
کسانی که با روح، بدن و زبان خود نام خدا را تکرار می کنند.

ਸਦਾ ਸਦਾ ਜਾਨਹੁ ਤੇ ਸੁਖੀ ॥
سدا سدا جانئی تی سکھی
در نظر داشته باشید که انها همیشه در صلح هستند.

ਏਕੋ ਏਕੁ ਏਕੁ ਪਛਾਨੈ ॥
ایکو ایک ایک پچھانئے
کسی که تنها و تنها خدا را می شناسد،

ਇਤ ਉਤ ਕੀ ਓਹੁ ਸੋਝੀ ਜਾਨੈ ॥
نام سنگ جس کا من مانیا.
دنیا و آخرت را می فهمد.

ਨਾਮ ਸੰਗਿ ਜਿਸ ਕਾ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ॥
نانک تینے نرنجن جانئے.
کسی که هنگام تعمق در نام خدا، ذهنش خشنود است.

ਨਾਨਕ ਤਿਨਹਿ ਨਿਰੰਜਨੁ ਜਾਨਿਆ ॥੩॥
گور پرساد آپن آپ سجائے
ای نانک، آن شخص به خدای پاک پی برده است.|

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਆਪਨ ਆਪੁ ਸੁਝੈ ॥
تس کی جانئی ترسنا بوجھائے

به لطف معلم مذهبی ، کسی که خود را درک می کند.

ਤਿਸ ਕੀ ਜਾਨਹੁ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੁਝੈ ॥
سادھسنگ ہر ہر جس کہت
در نظر بگیرید که اشتیاق او برای برآوردن خواسته های دنیوی فرو نشانده شده است.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਸੁ ਕਹਤ ॥
سرب روگ تے اوہ ہر جان راہت
در جماعت مقدس، کسی که حمد خدا را می‌خواند،

ਸਰਬ ਰੋਗ ਤੇ ਓਹੁ ਹਰਿ ਜਨੁ ਰਹਤ ॥
اندن کیرتن کیول بخیان
چنین عابد خدا از انواع بیماری ها در امان است

ਅਨਦਿਨੁ ਕੀਰਤਨੁ ਕੇਵਲ ਬਖ੍ਯ੍ਯਾਨੁ ॥
گریسات می سوئی نربان
کسی که همیشه حمد خدا را می خواند،

ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਮਹਿ ਸੋਈ ਨਿਰਬਾਨੁ ॥
ایک اوپر جس جان کی آسا
در حالی که هنوز در خانه زندگی می کند (از مایا) جدا شده است.

ਏਕ ਊਪਰਿ ਜਿਸੁ ਜਨ ਕੀ ਆਸਾ ॥
تس کی کٹیئے جم کی فاسا
کسی که تمام امیدش را فقط به خدا بسته است

ਤਿਸ ਕੀ ਕਟੀਐ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸਾ ॥
پاربھرم کی جس من بوکھ
طناب مرگ بریده می شود و از چرخه تولد و مرگ نجات می یابد.

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕੀ ਜਿਸੁ ਮਨਿ ਭੂਖ ॥
جس کو ہر پربھ من چت آوئے
کسی که ذهنش آرزوی اتحاد با خدا را دارد،

ਨਾਨਕ ਤਿਸਹਿ ਨ ਲਾਗਹਿ ਦੂਖ ॥੪॥
نانک تسی نہ لاگی دوخ
ای ناناک، این شخص هرگز دچار غم و اندوه نمی شود.

ਜਿਸ ਕਉ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਮਨਿ ਚਿਤਿ ਆਵੈ ॥
سو سنت سوہیلہ نہی دولائے
کسی که همیشه در ذهنش به یاد خدا باشد،

ਸੋ ਸੰਤੁ ਸੁਹੇਲਾ ਨਹੀ ਡੁਲਾਵੈ ॥
جس پربھ آپنا کرپا کرئے

این پرهیزگار همیشه در آرامش است و هرگز تزلزل نمی کند.

ਜਿਸੁ ਪ੍ਰਭੁ ਅਪੁਨਾ ਕਿਰਪਾ ਕਰੈ ॥
سوی سیوک کہو کس تی درئے
کسی که خداوند به او لطف خود را داده است،

ਸੋ ਸੇਵਕੁ ਕਹੁ ਕਿਸ ਤੇ ਡਰੈ ॥
جیسا سا تیسا درستائیے
بگو: از چه کسی باید بترسد؟

ਜੈਸਾ ਸਾ ਤੈਸਾ ਦ੍ਰਿਸਟਾਇਆ ॥
آپنی کارج می آپ سمائیے
چنین شخصی قادر است خدا را آنگونه که هست تجسم کند،

ਅਪੁਨੇ ਕਾਰਜ ਮਹਿ ਆਪਿ ਸਮਾਇਆ ॥
سودھت سودھت سودھت سیجھیے
او خودش در خلقتش نفوذ دارد.

ਸੋਧਤ ਸੋਧਤ ਸੋਧਤ ਸੀਝਿਆ ॥
گور پرساد تت سبھ بوجھئے
با یادآوری بیشنر ، او در نهایت موفق به درک خدا می شود،

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤਤੁ ਸਭੁ ਬੂਝਿਆ ॥
جب دیکھاؤ تب سبھ کچھ مول

و به لطف استاد مذهبی، واقعیت خدا و خلقت او را درک می کند.

ਜਬ ਦੇਖਉ ਤਬ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਮੂਲੁ ॥
دوسر کاون کہی بیچار
وقتی سیل می کنم، آنگاه خدا را در ریشه همه چیز می بینم.

ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੂਖਮੁ ਸੋਈ ਅਸਥੂਲੁ ॥੫॥
نانک سو سوخم سوئے اسٹھول.
ای نانک، اوست که نامحسوس است و اوست که محسوس است.

ਨਹ ਕਿਛੁ ਜਨਮੈ ਨਹ ਕਿਛੁ ਮਰੈ ॥
نہ کچھ جنمئے نہ کچھ مرئے
هیچ چیز متولد نمی شود و هیچ چیز نمی میرد.

ਆਪਨ ਚਲਿਤੁ ਆਪ ਹੀ ਕਰੈ ॥
آپن چلت آپ ہی کرئے
او خودش هر کاری را انجام می دهد.

ਆਵਨੁ ਜਾਵਨੁ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਅਨਦ੍ਰਿਸਟਿ ॥
آون جاون درست اندرست

همه ولادت ها و مرگ ها، دیده ها و نادیده ها،

ਆਗਿਆਕਾਰੀ ਧਾਰੀ ਸਭ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ॥
آگیآکاری دهاری سبھ سرست
خداوند تمام این جهان را مطیع اراده خود قرار داده است.

ਆਪੇ ਆਪਿ ਸਗਲ ਮਹਿ ਆਪਿ ॥
آپے آپ سگل می آپ
او به تنهایی است و در همه جا نفوذ می کند.

ਅਨਿਕ ਜੁਗਤਿ ਰਚਿ ਥਾਪਿ ਉਥਾਪਿ ॥
انک جگت رچ ٹھاپ اٹھاپ
به روش های بی شماری، او جهان را ایجاد و نابود می کند.

ਅਬਿਨਾਸੀ ਨਾਹੀ ਕਿਛੁ ਖੰਡ ॥
ابھناسی ناھی کچھ کھنڈ
اوابدی است. و هیچ چیز از او نابود نمی شود.

ਧਾਰਣ ਧਾਰਿ ਰਹਿਓ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ॥
دھارن دھار رہئو برمند
اوخودش در حال برنامه ریزی و حمایت از جهان است.

ਅਲਖ ਅਭੇਵ ਪੁਰਖ ਪਰਤਾਪ ॥
الکھ ابھیو پرکھ پرتاپ
عظمت خداوند نامفهوم و غیرقابل درک است.

ਆਪਿ ਜਪਾਏ ਤ ਨਾਨਕ ਜਾਪ ॥੬॥
آپ جپائے تا نانک جاپ. |
ای نانک، همانطور که او الهام می کند، ما نیز در مورد او تفکر می کنیم.

ਜਿਨ ਪ੍ਰਭੁ ਜਾਤਾ ਸੁ ਸੋਭਾਵੰਤ ॥
جن پربھ جاتا سو سوبھاونت
کسانی که خدا را درک کرده اند با شکوه هستند.

ਸਗਲ ਸੰਸਾਰੁ ਉਧਰੈ ਤਿਨ ਮੰਤ ॥
سگل سنسار اڑھرئی تن منت
آموزه های آنها کل جهان را از رذایل نجات می دهد.

ਪ੍ਰਭ ਕੇ ਸੇਵਕ ਸਗਲ ਉਧਾਰਨ ॥
پربھ کی سیوک سگل اڑھارن
بندگان خدا قادرند همه را از رذایل نجات دهند.

ਪ੍ਰਭ ਕੇ ਸੇਵਕ ਦੂਖ ਬਿਸਾਰਨ ॥
پربھ کی سیوک دوخ بسارن.

بندگان خدا می توانند غم و اندوه همه را از بین ببرند.

ਆਪੇ ਮੇਲਿ ਲਏ ਕਿਰਪਾਲ ॥
آپے میل لائے کرپال.
خود خدای مهربان آنها را با خود متحد می کند.

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਜਪਿ ਭਏ ਨਿਹਾਲ ॥
گور کا سبد جپ بھائے نہال
با یادآوری عاشقانه در کلام استاد مذهبی، آنها احساس خوشحالی می کنند.

ਉਨ ਕੀ ਸੇਵਾ ਸੋਈ ਲਾਗੈ ॥
ان کی سیوا سوئے لاگئے
تنها او می تواند به بندگان خدا خدمت کند.

ਜਿਸ ਨੋ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹਿ ਬਡਭਾਗੈ ॥
جس نو کرپا کرہی بدبھاگئے
کسی که خوش شانس است و از تو برکت می گیرد.

ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਪਾਵਹਿ ਬਿਸ੍ਰਾਮੁ ॥
نام جپت پاوہی بسرام
با یاد کردن نام خدا به طور عاشقانه، پیروان صلح را به دست می اورند.

ਨਾਨਕ ਤਿਨ ਪੁਰਖ ਕਉ ਊਤਮ ਕਰਿ ਮਾਨੁ ॥੭॥
نانک تن پرخ کئے اوٹم کر مان.
ای ناناک، به آن افراد به عنوان نجیب ترین افراد احترام بگذار.

ਜੋ ਕਿਛੁ ਕਰੈ ਸੁ ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥
جو کچھ کرئے سو پربھ کی رنگ
هر کاری که بنده انجام می دهد از روی عشق به خداست.

ਸਦਾ ਸਦਾ ਬਸੈ ਹਰਿ ਸੰਗਿ ॥
سدا سدا بسئے ہر سنگ
و همیشه در پیشگاه خداوند می ماند.

ਸਹਜ ਸੁਭਾਇ ਹੋਵੈ ਸੋ ਹੋਇ ॥
سہج سبھائے ہوئے سو ہوئے
هر اتفاقی که بیفتد، او ان را به عنوان اراده خدا می پذیرد.

ਕਰਣੈਹਾਰੁ ਪਛਾਣੈ ਸੋਇ ॥
کرنئےہار پچھانئے سوئے
و او را به عنوان خالق می شناسد.

ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਕੀਆ ਜਨ ਮੀਠ ਲਗਾਨਾ ॥
پربھ کا کیا جن میت لگانا
بندگان هر کاری که خدا انجام می دهد را می پذیرند.

ਜੈਸਾ ਸਾ ਤੈਸਾ ਦ੍ਰਿਸਟਾਨਾ ॥
جیسا سا تیسا درستانا
زیرا او همان گونه که هست بر آنها ظاهر می شود.

ਜਿਸ ਤੇ ਉਪਜੇ ਤਿਸੁ ਮਾਹਿ ਸਮਾਏ ॥
جس تےٖ اپجے تس ماہی سمائے
از کسانی که به دنیا می آیند، در او غوطه ور می مانند.

ਓਇ ਸੁਖ ਨਿਧਾਨ ਉਨਹੂ ਬਨਿ ਆਏ ॥
اوہ سکھ ندھان اونہو بن آئے
آنها گنجینه صلح می شوند و خودشان به تنهایی شایسته این مقام هستند.

ਆਪਸ ਕਉ ਆਪਿ ਦੀਨੋ ਮਾਨੁ ॥
آپس کو آپ دینو من

خداوند به بندگان خود احترام می دهد.

ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ ਜਨੁ ਏਕੋ ਜਾਨੁ ॥੮॥੧੪॥
نانک پربھ جن اکو جان. |
ای ناناک، خدا و بنده را یکی و یکسان در نظر داشته باش.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਸਰਬ ਕਲਾ ਭਰਪੂਰ ਪ੍ਰਭ ਬਿਰਥਾ ਜਾਨਨਹਾਰ ॥
سرب کلاء بھرپور پربھ برتھا جاننہار
خدا با تمام قدرت ها اغشته شده است. او از دردها و رنجهای ما اگاه است.

ਜਾ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਉਧਰੀਐ ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਬਲਿਹਾਰ ॥੧॥
جا کی سمرن اڑھرئی نانک تس بلیہار.
ای ناناک، ما باید خودمان را فدای خدای قادر مطلق کنیم، که یادآوری او ما را از بدی ها نجات می دهد.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپدی
اشتاپادي:

ਟੂਟੀ ਗਾਢਨਹਾਰ ਗੋੁਪਾਲ ॥
ٹوٹی گادھنار گوپال
خود خدا قادر است که قلب بیگانه ما را با خود متحد کند.

ਸਰਬ ਜੀਆ ਆਪੇ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ॥
سرب جیئہ آپے پرتپال

او خودش همه موجودات را زیر نظر دارد.

ਸਗਲ ਕੀ ਚਿੰਤਾ ਜਿਸੁ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥
سگل کی چنتا جس من ماہی
خداوند مراقبت از همه را در ذهن خود دارد.

ਤਿਸ ਤੇ ਬਿਰਥਾ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ॥
تس تی برتھا کوئی نہی
هیچ کس از او رویگردان نیست.

ਰੇ ਮਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਹਰਿ ਜਾਪਿ ॥
رے من میرے سدا ہر جاپ
ای ذهن من، همیشه با محبت خدا را یاد کن.

ਅਬਿਨਾਸੀ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪੇ ਆਪਿ ॥
ابھناسی پربھ آپے آپ
خدای فنا ناپذیر همه در همه است.

ਆਪਨ ਕੀਆ ਕਛੂ ਨ ਹੋਇ ॥
آپن کیا کچھو نہ ہوئے
با اعمال خود کسی، هیچ چیز به دست نمی آید،

ਜੇ ਸਉ ਪ੍ਰਾਨੀ ਲੋਚੈ ਕੋਇ ॥
جے سؤ پرانی لوچئے کوئی
حتی اگر انسان فانی صدها بار آرزو کند.

ਤਿਸੁ ਬਿਨੁ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਕਿਛੁ ਕਾਮ ॥
تس بن ناہی تیری کچھ کام
غیر از او، هیچ چیز دیگری برای شما مفید نیست.

ਗਤਿ ਨਾਨਕ ਜਪਿ ਏਕ ਹਰਿ ਨਾਮ ॥੧॥
گت نانک جپ ایک ہر نام.
ای ناناک، تو فقط با یاد کردن نام خدا نجات خواهی یافت.

ਰੂਪਵੰਤੁ ਹੋਇ ਨਾਹੀ ਮੋਹੈ ॥
روپونت ہوئے ناہی موہئے
کسی که خوش قیافه است نباید بیهوده باشد.

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਜੋਤਿ ਸਗਲ ਘਟ ਸੋਹੈ ॥
پربھ کی جوت سگل گھت سوھئے
زیرا نور خدا در همه می درخشد.

ਧਨਵੰਤਾ ਹੋਇ ਕਿਆ ਕੋ ਗਰਬੈ ॥
دھنونتا ہوئے کیا کو گربئے

چرا کسی باید از ثروتمند بودن مغرور باشد؟

ਜਾ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਤਿਸ ਕਾ ਦੀਆ ਦਰਬੈ ॥
جا سبھ کچھ تس کا دیئے دربئے.

وقتی همه ثروتها نعمت او هستند.

ਅਤਿ ਸੂਰਾ ਜੇ ਕੋਊ ਕਹਾਵੈ ॥
اے سورا جیسے کوئی کہاوے
اگه کسی خودش رو خیلی شجاع صدا میزنه

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਕਲਾ ਬਿਨਾ ਕਹ ਧਾਵੈ ॥
پربھ کی کلاء بنا کہ دھاوے
او باید درک کند که بدون قدرت خدا، چه کاری می تواند انجام دهد؟

ਜੇ ਕੋ ਹੋਇ ਬਹੈ ਦਾਤਾਰੁ ॥
جے کو ہوئے بہئی داتار
کسی که صدقه می دهد و سپس به نیکوکاری خود لاف می زند،

ਤਿਸੁ ਦੇਨਹਾਰੁ ਜਾਨੈ ਗਾਵਾਰੁ ॥
تس دینہار جانئے گاوار
چنین احمقی باید بداند که خدا تنها بخشنده همه است.

ਜਿਸੁ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਤੂਟੈ ਹਉ ਰੋਗੁ ॥
جس گر پرساد ٹوٹئے ہیو روگ
به معلم مذهبی که بیماری نفسانی اش درمان می شود،

ਨਾਨਕ ਸੋ ਜਨੁ ਸਦਾ ਅਰੋਗੁ ॥੨॥
نانک سو جن سدا آروگ.
ای ناناک، آن شخص از نظر روحی برای همیشه سالم است.

ਜਿਉ ਮੰਦਰ ਕਉ ਥਾਮੈ ਥੰਮਨੁ ॥
جیئو مندر کو تھامئے تھمن
همانطور که یک ستون پشت بام خانه را نگه می دارد.

ਤਿਉ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਮਨਹਿ ਅਸਥੰਮਨੁ ॥
تیئو گور کا سبد منہ آستھمن
به طور مشابه، کلام استاد مذهبی از ذهن پشتیبانی می کند.

ਜਿਉ ਪਾਖਾਣੁ ਨਾਵ ਚੜਿ ਤਰੈ ॥
جیئو پاکھان ناو چڑھ ترئے
درست همانطور که سنگی که در قایق گذاشته شده از رودخانه عبور می کند،

ਪ੍ਰਾਣੀ ਗੁਰ ਚਰਣ ਲਗਤੁ ਨਿਸਤਰੈ ॥

پرانی گور چرن لگت نسترئے
به همین ترتیب، با پیروی دقیق از آموزه‌های استاد مذهبی، یک فانی قلب سنگی از اقیانوس دنیوی رذایل عبور می‌کند.

ਜਿਉ ਅੰਧਕਾਰ ਦੀਪਕ ਪਰਗਾਸੁ ॥
جیئو اندھکار دیپک پرگاس
همانطور که تاریکی توسط لامپ روشن می شود،

ਗੁਰ ਦਰਸਨੁ ਦੇਖਿ ਮਨਿ ਹੋਇ ਬਿਗਾਸੁ ॥
گور درسن دیکھ من ہئو بگاس
به همین ترتیب ذهن با دیدن دید معلم مذهبی خوشحال می شود.

ਜਿਉ ਮਹਾ ਉਦਿਆਨ ਮਹਿ ਮਾਰਗੁ ਪਾਵੈ ॥
جیئو مہا اوڈیآن مہ مارگ پائے
درست همانطور که کسی راهی از میان بیابان بزرگ پیدا می کند،

ਤਿਉ ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਜੋਤਿ ਪ੍ਰਗਟਾਵੈ ॥
تیئو سادھو سنگ مل جوت پرگٹائے
به همین ترتیب نور الهی در جمع مقدسین آشکار می شود.

ਤਿਨ ਸੰਤਨ ਕੀ ਬਾਛਉ ਧੂਰਿ ॥
تن سنتن کی بچھا او دھور
من به دنبال خدمت فروتنانه آن مقدسین هستم.

ਨਾਨਕ ਕੀ ਹਰਿ ਲੋਚਾ ਪੂਰਿ ॥੩॥
نانک کی ہر لوچا پور. |
خدایا این آرزوی نانک را برآورده کن .

ਮਨ ਮੂਰਖ ਕਾਹੇ ਬਿਲਲਾਈਐ ॥
من مورکھ کاہے بلایئے
ای عقل احمق من، چرا گریه می کنی و ناله می کنی؟

ਪੁਰਬ ਲਿਖੇ ਕਾ ਲਿਖਿਆ ਪਾਈਐ ॥
پورب لکھے کا لکھیئے
شما هر آنچه را که از پیش تعیین شده است، بر اساس اعمال قبلی خود دریافت می کنید.

ਦੂਖ ਸੂਖ ਪ੍ਰਭ ਦੇਵਨਹਾਰੁ ॥
دوکھ سوکھ پربھ دیونہار
خداوند بخشنده درد و لذت است.

ਅਵਰ ਤਿਆਗਿ ਤੂ ਤਿਸਹਿ ਚਿਤਾਰੁ ॥
اور تیاگ تو تسہ چتار

بنابراین، حمایت دیگران را کنار بگذارید و تنها او را با محبت یاد کنید.

ਜੋ ਕਛੁ ਕਰੈ ਸੋਈ ਸੁਖੁ ਮਾਨੁ ॥
جو کچھ کرئے سوئے سکھ من
در هر کاری که او انجام می دهد آرامش داشته باشید.

ਭੂਲਾ ਕਾਹੇ ਫਿਰਹਿ ਅਜਾਨ ॥
بھولا کاہے فرہ اجان
ای نادان چرا سرگردان استی؟

ਕਉਨ ਬਸਤੁ ਆਈ ਤੇਰੈ ਸੰਗ ॥
کاؤن بست آئی تیری سنگ
چه چیزهایی با خودت آوردی؟

ਲਪਟਿ ਰਹਿਓ ਰਸਿ ਲੋਭੀ ਪਤੰਗ ॥
لپٹ رہیو رس لوبھی پتنگ
ای پروانه حریص، شما در لذت های دنیوی غرق می شوید.

ਰਾਮ ਨਾਮ ਜਪਿ ਹਿਰਦੇ ਮਾਹਿ ॥
رام نام جپ ہردئے ماہی
نام خدا را در قلب خود قرار دهید.

ਨਾਨਕ ਪਤਿ ਸੇਤੀ ਘਰਿ ਜਾਹਿ ॥੪॥
نانک پت سیتی گھر جاہی.
ای ناناک، پس با افتخار به خانه الهی بازگردی.

ਜਿਸੁ ਵਖਰ ਕਉ ਲੈਨਿ ਤੂ ਆਇਆ ॥
جس وکھر کاہو لین تو آئیا
ثروتی که برای ان به دنیا امده اید

ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਸੰਤਨ ਘਰਿ ਪਾਇਆ ॥
رام نام سنتن گھر پائیا
آن را در جماعت مقدس به دست می اورید.

ਤਜਿ ਅਭਿਮਾਨੁ ਲੇਹੁ ਮਨ ਮੋਲਿ ॥
تج ابھمان لیہو من مول
غرور خودخواهانه را از ذهن خود کنار بگذارید و در عوض ثروت نام خدا را بخرید.

ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਹਿਰਦੇ ਮਹਿ ਤੋਲਿ ॥
رام نام ہردئے مہ تول.
نام خدا را در قلب خود نگه کنید.

ਲਾਦਿ ਖੇਪ ਸੰਤਹ ਸੰਗਿ ਚਾਲੁ ॥
لاد کھیپ سنتہ سنگ چال
این ثروت نام را با تفکر عاشقانه در مورد نام خدا در جماعت مقدس پر کنید.

ਅਵਰ ਤਿਆਗਿ ਬਿਖਿਆ ਜੰਜਾਲ ॥
اور تیاگ بکھیا جنجال
و هر چیز دیگری را از بین ببرید.

ਧੰਨਿ ਧੰਨਿ ਕਹੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥
دھن دھن کہئے سبھ کوئی
اگر این کار را انجام دهید، همه شما را تحسین خواهند کرد.

ਮੁਖ ਊਜਲ ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਸੋਇ ॥
مکھ اوجل ہر درگہ سوئے
وشما در بارگاه خدای متعال عزت دریافت خواهید کرد.

ਇਹੁ ਵਾਪਾਰੁ ਵਿਰਲਾ ਵਾਪਾਰੈ ॥
اہ واپار ورلاہ واپارئے
اما فقط یک شخص نادر درگیر یاد کردن نام خدا می شود.

ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੈ ਸਦ ਬਲਿਹਾਰੈ ॥੫॥
نانک تا کئی سد بلیہارئے.
ناناک، من برای همیشه خود را فدای چنین شخصی می کنم.

ਚਰਨ ਸਾਧ ਕੇ ਧੋਇ ਧੋਇ ਪੀਉ ॥
چرن سادھ کے دھوئے دھوئے پیو
از سخنان مقدسین با نهایت فروتنی و فرمانبرداری پیروی کنید.

ਅਰਪਿ ਸਾਧ ਕਉ ਅਪਨਾ ਜੀਉ ॥
ارپ سادھ کاپنا جیو
روح خود را به استاد مذهبی تسلیم کنید.

ਸਾਧ ਕੀ ਧੂਰਿ ਕਰਹੁ ਇਸਨਾਨੁ ॥
سادھ کی دھور کرہو اسنان
با پذیرش صادقانه تعالیم معلم مذهبی حمام پاک کنید.

ਸਾਧ ਊਪਰਿ ਜਾਈਐ ਕੁਰਬਾਨੁ ॥
سادھ اوپر جائئو کربان

زندگی خود را وقف استاد مذهبی تان کنید.

ਸਾਧ ਸੇਵਾ ਵਡਭਾਗੀ ਪਾਈਐ ॥
سادھ سیوا ودبھاگی پائیئے
اموزش معلم مذهبی با ثروت بزرگ دریافت می شود.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਹਰਿ ਕੀਰਤਨੁ ਗਾਈਐ ॥
سادھسنگ ہر کیرتن گائیئے
حمد و ثنای خداوند را فقط در جماعت مقدس می توان خواند

ਅਨਿਕ ਬਿਘਨ ਤੇ ਸਾਧੂ ਰਾਖੈ ॥
انک بگھن تے سادھو راکھئے
پرهیزگار در سفر روحانی ما را از انواع خطرات نجات می دهد.

ਹਰਿ ਗੁਨ ਗਾਇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸੁ ਚਾਖੈ ॥
ہر گن گائے امرت رس چاکھئے
هر که حمد و ثنای خدا را بخواند شهد نام را می چشد.

ਓਟ ਗਹੀ ਸੰਤਹ ਦਰਿ ਆਇਆ ॥
اوٹ گھی سنتے در آئیا
کسی که از اولیای الهی حمایت کرده و به پناه آنها آمده است،

ਸਰਬ ਸੂਖ ਨਾਨਕ ਤਿਹ ਪਾਇਆ ॥੬॥
سرب سوکھ نانک تہ پائیئے.
ای ناناک، او تمام آسایش و آرامش را دریافت کرده است.

ਮਿਰਤਕ ਕਉ ਜੀਵਾਲਨਹਾਰ ॥
مرتک کائو جیوالنہار
خداوند قادر است زندگی را به مردگان روحانی بازگرداند.

ਭੂਖੇ ਕਉ ਦੇਵਤ ਅਧਾਰ ॥
بھوکھے کائو دیوت اڈار
او به گرسنگان روزی می دهد.

ਸਰਬ ਨਿਧਾਨ ਜਾ ਕੀ ਦ੍ਰਿਸਟੀ ਮਾਹਿ ॥
سرب ندھان جا کی درستی ماہی
همه گنجینه ها در نگاه لطف اوست،

ਪੁਰਬ ਲਿਖੇ ਕਾ ਲਹਣਾ ਪਾਹਿ ॥
پورب لکھے کا لہنا پائیئے
اما مردم آنچه را که در سرنوشتشان مقرر شده است دریافت می کنند.

ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਤਿਸ ਕਾ ਓਹੁ ਕਰਨੈ ਜੋਗੁ ॥
سبھ کچھ تس کا اوہ کرنئے جوگ
همه چیز از آن اوست و او قادر به انجام هر کاری است

ਤਿਸੁ ਬਿਨੁ ਦੂਸਰ ਹੋਆ ਨ ਹੋਗੁ ॥
تس بن دوسر ہوآ نہ ہوگ
غیر از او هرگز نبوده و نخواهد بود

ਜਪਿ ਜਨ ਸਦਾ ਸਦਾ ਦਿਨੁ ਰੈਣੀ ॥
جپ جن سدا سدا دن رینی.
ای بنده، شب و روز در او تا ابد و همیشه فکر کن.

ਸਭ ਤੇ ਊਚ ਨਿਰਮਲ ਇਹ ਕਰਣੀ ॥
سبھ تے اوچ نرمل اہ کرنی
این عالی ترین و پاک ترین کار هاست.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਸ ਕਉ ਨਾਮੁ ਦੀਆ ॥
کر کرپا جس کائو نام دیئا
به لطف او که خداوند نامش را برکت می دهد،

ਨਾਨਕ ਸੋ ਜਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਥੀਆ ॥੭॥
نانک سو جن نرمل تھیآ.
ای نانک، آن شخص پاک و مطهّر می شود.

ਜਾ ਕੈ ਮਨਿ ਗੁਰ ਕੀ ਪਰਤੀਤਿ ॥
جا کئی من گر کی پرتیت
کسی که ذهنش پر از ایمان راسخ به معلم مذهبی است،

ਤਿਸੁ ਜਨ ਆਵੈ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਚੀਤਿ ॥
تس جن آوئے ہر پربھ چیت
خداوند تا ابد در وجدان او ساکن است.

ਭਗਤੁ ਭਗਤੁ ਸੁਨੀਐ ਤਿਹੁ ਲੋਇ ॥
بھگت بھگت سنیئے تہ لوئے
او به عنوان یک فداکار، یک فداکار فروتن در سراسر جهان تحسین شده است،

ਜਾ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਏਕੋ ਹੋਇ ॥
جا کئی ہردئے ایکو ہوآئے
که در دل او یگانه (خدا) ساکن است.

ਸਚੁ ਕਰਣੀ ਸਚੁ ਤਾ ਕੀ ਰਹਤ ॥
سچ کرنی سچ تا کی راہت
اعمال و روش زندگی او درست است.

ਸਚੁ ਹਿਰਦੈ ਸਤਿ ਮੁਖਿ ਕਹਤ ॥
سچ ہردئے ست مکھ کہت
خدا در قلب اوست و حقیقت (نام خدا) همان چیزی است که به زبان می آورد.

ਸਾਚੀ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਸਾਚਾ ਆਕਾਰੁ ॥
ساچی درست ساچا اکار
چشم انداز این طرفدار با عشق به خدا اغشته شده است، بنابراین او می بیند که خدا در تمام جهان نفوذ دارد.

ਸਚੁ ਵਰਤੈ ਸਾਚਾ ਪਾਸਾਰੁ ॥
سچ ورتئے ساچا پاسار
او می داند که خدا همه جا را فرا گرفته است و این همه از آن خداست.

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਜਿਨਿ ਸਚੁ ਕਰਿ ਜਾਤਾ ॥
نانک سو جن سچ سماتا
کسی که خدای متعال را به عنوان ابدیت می شناسد،

ਨਾਨਕ ਸੋ ਜਨੁ ਸਚਿ ਸਮਾਤਾ ॥੮॥੧੫॥
پاربرہم جن سچ کر جاتا
ای نانک، آن موجود فروتن در حقیقت جذب می شود.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਰੂਪੁ ਨ ਰੇਖ ਨ ਰੰਗੁ ਕਿਛੁ ਤ੍ਰਿਹੁ ਗੁਣ ਤੇ ਪ੍ਰਭ ਭਿੰਨ ॥
روپ نہ ریکھ نہ رنگ کچھ ترہو گن تے پربھ بن
خدا نه شکل دارد، نه جسم، نه رنگ. و عاری از سه ویژگی مایا (قدرت، فساد و فضیلت) است.

ਤਿਸਹਿ ਬੁਝਾਏ ਨਾਨਕਾ ਜਿਸੁ ਹੋਵੈ ਸੁਪ੍ਰਸੰਨ ॥੧॥
تسی بجھائے نانکا جس ہوئے سپرسن.

ای نانک، خدا خودش کسی را قادر می سازد تا درک کند که از او خشنود باشد.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
آسٹپدی
اشتاپادي:

ਅਬਿਨਾਸੀ ਪ੍ਰਭੁ ਮਨ ਮਹਿ ਰਾਖੁ ॥
ابھیناسی پربھ من مہ راکھ
خدای جاودانه را در ذهن خود نگه دارید،

ਮਾਨੁਖ ਕੀ ਤੂ ਪ੍ਰੀਤਿ ਤਿਆਗੁ ॥
مانوکھ کی تو پریت تیاگ
و از عشق و وابستگی خود به هر انسانی دست بردارید.

ਤਿਸ ਤੇ ਪਰੈ ਨਾਹੀ ਕਿਛੁ ਕੋਇ ॥
تس تے پرائی ناہی کچھ کوئے
فراتر از او، هیچ چیز وجود ندارد

ਸਰਬ ਨਿਰੰਤਰਿ ਏਕੋ ਸੋਇ ॥
سرب نرنتر ایکو سوئے
خدای یگانه در میان همه نفوذ دارد

ਆਪੇ ਬੀਨਾ ਆਪੇ ਦਾਨਾ ॥
آپے بینا آپے دانا

او خودش همه چیز را می بیند و همه را می داند

ਗਹਿਰ ਗੰਭੀਰੁ ਗਹੀਰੁ ਸੁਜਾਨਾ ॥
گہر گمبھیر گہیر سجانا
او غیرقابل درک،عمیق و خردمند است

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਪਰਮੇਸੁਰ ਗੋਬਿੰਦ ॥
پاربرہم پرمیسور گوبند
ای خدای متعال، برترین موجود و سرور عالم،

ਕ੍ਰਿਪਾ ਨਿਧਾਨ ਦਇਆਲ ਬਖਸੰਦ ॥
کرپا ندھان دیآل بخشند
گنجینه رحمت، شفقت و بخشش،

ਸਾਧ ਤੇਰੇ ਕੀ ਚਰਨੀ ਪਾਉ ॥
سادھ تیرے کی چرنی پاؤ
خواهش می کنم که بنده حقیر اولیای تو باشم.

ਨਾਨਕ ਕੈ ਮਨਿ ਇਹੁ ਅਨਰਾਉ ॥੧॥
نانک کئی من اہ انراؤ.
این آرزوی در ذهن ناناک است.

ਮਨਸਾ ਪੂਰਨ ਸਰਨਾ ਜੋਗ ॥
منسا پورن سرنا جوگ
خداوند قادر است خواسته های ما را برآورده کند و پناه دهد.

ਜੋ ਕਰਿ ਪਾਇਆ ਸੋਈ ਹੋਗੁ ॥
جو کر پائیآ سوئے ہوگ
هر چه خداوند در سرنوشت انسان نوشته است همان اتفاق می افتد.

ਹਰਨ ਭਰਨ ਜਾ ਕਾ ਨੇਤ੍ਰ ਫੋਰੁ ॥ਤਿਸ ਕਾ ਮੰਤ੍ਰੁ ਨ ਜਾਨੈ ਹੋਰੁ ॥
ہرن بھرن جا کا نیتر فور
خداوند می تواند در یک چشم به هم زدن جهان را بیافریند یا نابود کند

ਅਨਦ ਰੂਪ ਮੰਗਲ ਸਦ ਜਾ ਕੈ ॥
تس کا منتر نہ جانئ ہور
هیچ کس غیر از او، مانترا را نمی داند.

ਸਰਬ ਥੋਕ ਸੁਨੀਅਹਿ ਘਰਿ ਤਾ ਕੈ ॥
اند روپ منگل سد جا کئ
مظهر سعادت و شادی ابدی است،

ਰਾਜ ਮਹਿ ਰਾਜੁ ਜੋਗ ਮਹਿ ਜੋਗੀ ॥
سرب تھوک سنیآ گھر تا کئ

و شنیده می شود که همه هدایا در اختیار اوست.

ਤਪ ਮਹਿ ਤਪੀਸਰੁ ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਮਹਿ ਭੋਗੀ ॥
راج مہ راج جوگ مہ جوگی
در میان پادشاهان، او بزرگترین پادشاه است. در میان یوگی ها، او مقدس ترین یوگی است.

ਧਿਆਇ ਧਿਆਇ ਭਗਤਹ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥
دھیآ دہیآ بھگتہ سکھ پائیآ
در میان زاهدان، او بالاترین زاهد است; در میان اهل خانه، او صاحب خانه خواری است.

ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਪੁਰਖ ਕਾ ਕਿਨੈ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੨॥
نانک تس پورک کا کنئ انت نہ پائیآ. |
با یاآوری مداوم آن ، بندگانش آرامش پیدا کرده اند.

ਜਾ ਕੀ ਲੀਲਾ ਕੀ ਮਿਤਿ ਨਾਹਿ ॥
تپ مہ تپیسر گرہست مہ بھوگی
ای نانک، هیچکس حدود آن خدای متعال را پیدا نکرده است.

ਸਗਲ ਦੇਵ ਹਾਰੇ ਅਵਗਾਹਿ ॥
جا کی لیلاء کی مت ناہی
هیچ محدودیتی برای بازی دنیوی او وجود ندارد،

ਪਿਤਾ ਕਾ ਜਨਮੁ ਕਿ ਜਾਨੈ ਪੂਤੁ ॥
سگل دیو ہارے اوگاہی
همه فرشتگان از جستجوی او خسته شده اند.

ਸਗਲ ਪਰੋਈ ਅਪੁਨੈ ਸੂਤਿ ॥
پتا کا جنم کے جانئ پوت
همانطور که پسر نمی تواند راز تولد پدرش را بداند، خلقت نیز نمی تواند از تولد خالق خود مطلع شود.

ਸੁਮਤਿ ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਜਿਨ ਦੇਇ ॥ਜਨ ਦਾਸ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵਹਿ ਸੇਇ ॥
سگل پروئی اپنئ سوت
او تمام خلقت را تحت قانون خود مانند مهره هایی که در تسبیح اویزان شده اند، محدود کرده است.

ਤਿਹੁ ਗੁਣ ਮਹਿ ਜਾ ਕਉ ਭਰਮਾਏ ॥
سمت گیان دھیان جن دیآئے
کسانی که او را به خوبی می فهمند، حکمت معنوی و تمایل به تفکر می کنند.

ਜਨਮਿ ਮਰੈ ਫਿਰਿ ਆਵੈ ਜਾਏ ॥
جن داس نام دھیآوہی سئی
این افراد با عشق و محبت او را به یاد می سپارند.

ਊਚ ਨੀਚ ਤਿਸ ਕੇ ਅਸਥਾਨ ॥
تہو گن مہ جا کئ بھرمائے

هر را که به سه دلیل گمراه کند،

ਜੈਸਾ ਜਨਾਵੈ ਤੈਸਾ ਨਾਨਕ ਜਾਨ ॥੩॥
جیسا جناوی تیسا نانک جان.
ای نانک، هر عقلی که خداوند به او بدهد، او را به همان اندازه می شناسد.

ਨਾਨਾ ਰੂਪ ਨਾਨਾ ਜਾ ਕੇ ਰੰਗ ॥
نانا روپ نانا جا کے رنگ

اشکال او بسیار است. بسیاری از رنگ های او هستند.

ਨਾਨਾ ਭੇਖ ਕਰਹਿ ਇਕ ਰੰਗ ॥
نانا بیکھ کرہی اک رنگ
بسیاری از انها ظاهری هستند که او فرض می کند و با این حال، او تنها یکی از نوع ان است.

ਨਾਨਾ ਬਿਧਿ ਕੀਨੋ ਬਿਸਥਾਰੁ ॥
نانا بِڈھ کِینو بِستار
در بسیاری از موارد او این جهان را گسترش داده است،

ਪ੍ਰਭੁ ਅਬਿਨਾਸੀ ਏਕੰਕਾਰੁ ॥
پربھ ابھیناسی ایکنکار
اما با این حال، او ابدی و تنها خالق است.

ਨਾਨਾ ਚਲਿਤ ਕਰੇ ਖਿਨ ਮਾਹਿ ॥
نانا چلت کرے کھن ماہی
او بسیاری از کار های خود را در یک لحظه انجام می دهد.

ਪੂਰਿ ਰਹਿਓ ਪੂਰਨੁ ਸਭ ਠਾਇ ॥
پور رہیئو پورن سبھ تھا-آئے
خدای کامل همه جا را در بر می گیرد.

ਨਾਨਾ ਬਿਧਿ ਕਰਿ ਬਨਤ ਬਨਾਈ ॥
نانا بِڈھ کره بنت بنائی
او در بسیاری از موارد افرینش را افریده است.

ਅਪਨੀ ਕੀਮਤਿ ਆਪੇ ਪਾਈ ॥
اپنی کیمت آپے پائی

و تنها او ارزش خود را می داند.

ਸਭ ਘਟ ਤਿਸ ਕੇ ਸਭ ਤਿਸ ਕੇ ਠਾਉ ॥
سبھ گھٹ تس کے، سبھ تس کے ٹھاو
همه چیز و همه جا و همه موجودات از ان اوست.

ਜਪਿ ਜਪਿ ਜੀਵੈ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥੪॥

جپ جپ جیوے، نانک ہر ناو.
ای ناناک، پیرو او با تفکر در مورد نام خدا زندگی می کند.

ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸਗਲੇ ਜੰਤ ॥
نام کے دھارے سگلے جنت
نعم پشتیبان همه موجودات است.

ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਖੰਡ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ॥
نام کے دھارے کھنڈ برہمند
نام تکیه گاه زمین و منظومه های شمسی است.

ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਬੇਦ ਪੁਰਾਨ ॥
نام کے دھارے سمرت بید پران
نام اساس (کتاب مقدس هندو)، سیمریتیس، وداس و پوراناس است.
ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸੁਨਨ ਗਿਆਨ ਧਿਆਨ ॥
نام کے دھارے سنن گیان دھیان
با حمایت نام در مورد دانش فکر می کنیم.

ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਆਗਾਸ ਪਾਤਾਲ ॥
نام کے دھارے آگاس پاتال
خدا پشتیبان آسمان ها و نواحی پایین است.

ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸਗਲ ਆਕਾਰ ॥
نام کے دھارے سگل آکار
نام پشتیبان همه بدنها (همه اشکال زندگی) است.

ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਪੁਰੀਆ ਸਭ ਭਵਨ ॥
نام کے دھارے پوریا سبھ بھوان
نام تکیه گاه همه عالم است.

ਨਾਮ ਕੈ ਸੰਗਿ ਉਧਰੇ ਸੁਨਿ ਸ੍ਰਵਨ ॥
نام کے سنگ اڈھرے سن سروان

با مراقبه و گوش دادن به نام، بسیاری از بدکاران نجات یافته اند.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਸੁ ਆਪਨੈ ਨਾਮਿ ਲਾਏ ॥
کر کرپا جس آپنے نام لائے
رحمت خود را خدا به او کسی می دهد، که با لای آن لطف کرده.

ਨਾਨਕ ਚਉਥੇ ਪਦ ਮਹਿ ਸੋ ਜਨੁ ਗਤਿ ਪਾਏ ॥੫॥
نانک چوتھے پد مہ سو جن گت پائے.
ای نانك در مرحله چهارم سعادت الهی، آن عابد خاضع به مقام عالی معنوی می رسد.

ਰੂਪੁ ਸਤਿ ਜਾ ਕਾ ਸਤਿ ਅਸਥਾਨੁ ॥
روپ ست جا کا ست اسٹھان

خدایی که صورتش ابدی و مسند قدرتش ابدی است،

ਪੁਰਖੁ ਸਤਿ ਕੇਵਲ ਪਰਧਾਨੁ ॥
پورک ست کیوال پردهان
تنها چیزی که در این جهان وجود دارد، این است که همه چیز در حال افزایش است.

ਕਰਤੂਤਿ ਸਤਿ ਸਤਿ ਜਾ ਕੀ ਬਾਣੀ ॥ਸਤਿ ਪੁਰਖ ਸਭ ਮਾਹਿ ਸਮਾਣੀ ॥
کرتوت ست ست جا کی بنی
کسی که کردارش جاودانه و حرفش حق است

ਸਤਿ ਕਰਮੁ ਜਾ ਕੀ ਰਚਨਾ ਸਤਿ ॥
ست پورکھ سبھ ماہی سمانی
که خدای ابدی در همه وجود دارد.
ਮੂਲੁ ਸਤਿ ਸਤਿ ਉਤਪਤਿ ॥
ست کرم جا کی رچنا ست
خلقت او حق است و اعمال او حق است.

ਸਤਿ ਕਰਣੀ ਨਿਰਮਲ ਨਿਰਮਲੀ ॥
مول ست ست اتپت
اصل او حق است و حقیقت آن چیزي است که از آن سرچشمه مي گیرد.

ਜਿਸਹਿ ਬੁਝਾਏ ਤਿਸਹਿ ਸਭ ਭਲੀ ॥
ست کرنی نرمل نرملی
اراده او حق است، پاکترین پاکان.

ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਸੁਖਦਾਈ ॥
ست نام پربھ کا سخ دائی-
همه چیز به خوبی پیش می رود برای کسی که او را قادر می سازد تا اراده خود را درک کند.

ਬਿਸ੍ਵਾਸੁ ਸਤਿ ਨਾਨਕ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਈ ॥੬॥
بسواس ست نانک گُرو تے پائی-
ای ناناک، این عقیده فقط از معلم مذهبی دریافت می شود.|

ਸਤਿ ਬਚਨ ਸਾਧੂ ਉਪਦੇਸ ॥
ست بچن سادھو اُپدیس
آموزه هایااستاد مذهبی برای همیشه صادق است.

ਸਤਿ ਤੇ ਜਨ ਜਾ ਕੈ ਰਿਦੈ ਪ੍ਰਵੇਸ ॥
ست تے جن جا کے ردئے پرویس
کسانی که این آموزه‌ها در دلشان نفوذ می‌کند نیز به حقیقت تبدیل می‌شوند و از چرخه تولد و مرگ رهایی می‌یابند.

ਸਤਿ ਨਿਰਤਿ ਬੂਝੈ ਜੇ ਕੋਇ ॥
ست نرت بوجھے جے کوئے
اگر کسی به عمق عشق ابدی خدا پی می برد،

ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਹੋਇ ॥
نام جپت تا کی گت ہوئے۔
آن شخص در نعم فکر می کند و به وضعیت معنوی والایی دست می یابد

ਆਪਿ ਸਤਿ ਕੀਆ ਸਭੁ ਸਤਿ ॥
آپ ست کیا سبھ ست۔
خدا خودش جاودانه است و هر چه آفریده است ابدی است.

ਆਪੇ ਜਾਨੈ ਅਪਨੀ ਮਿਤਿ ਗਤਿ ॥
آپے جانئے اپنی مت گت۔
او خودش قدر و حد خودش را می داند.

ਜਿਸ ਕੀ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਸੁ ਕਰਣੈਹਾਰੁ ॥
جس کی سرست سو کرنیہار۔
او که این جهان به او تعلق دارد، خالق آن است.

ਅਵਰ ਨ ਬੂਝਿ ਕਰਤ ਬੀਚਾਰੁ ॥
اوَر نہ بوجھ کرت بیچار۔
به غیر از خدا فکر نکنید که کی حافظ کائنات است

ਕਰਤੇ ਕੀ ਮਿਤਿ ਨ ਜਾਨੈ ਕੀਆ ॥
کرتے کی مت نہ جانئے کیا۔
مخلوق نمی تواند میزان خالق را بداند.

ਨਾਨਕ ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋ ਵਰਤੀਆ ॥੭॥
نانک جو تس بھاوئے سو ورتئے۔
ای نانک، هر چه او را خشنود سازد، به وقوع می پیوندد.

ਬਿਸਮਨ ਬਿਸਮ ਭਏ ਬਿਸਮਾਦ ॥
بسمن بسم بھائے بسماد۔
با دیدن به شگفتی شگفت انگیز او، طرفداران او شگفت زده و حیران می شوند.

ਜਿਨਿ ਬੂਝਿਆ ਤਿਸੁ ਆਇਆ ਸ੍ਵਾਦ ॥
جن بوجھیا تس آئیا سواد۔
کسانی که خدا را شناخته اند، از سعادت او لذت بردند.

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਰੰਗਿ ਰਾਚਿ ਜਨ ਰਹੇ ॥
پربھ کے رنگ راچ جن رہئے۔
بندگان فروتن خدا در عشق او جذب می شوند،

ਗੁਰ ਕੈ ਬਚਨਿ ਪਦਾਰਥ ਲਹੇ ॥
گرو کے بچن پدارت لہئے۔
و از طریق آموزه‌های استاد مذهبی، ثروت نعم را دریافت می‌کنند.

ਓਇ ਦਾਤੇ ਦੁਖ ਕਾਟਨਹਾਰ ॥
آئے داتے دکھ کٹنہار۔
آنها خودشان خیرخواه و برطرف کننده بلاهای دیگران می شوند

ਜਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ਤਰੈ ਸੰਸਾਰ ॥
جا کے سنگ ترئے سنسار۔
و با همراهی آنها، بشریت در سراسر اقیانوس جهانی رذایل شنا می کند.

ਜਨ ਕਾ ਸੇਵਕੁ ਸੋ ਵਡਭਾਗੀ ॥
جن کا سےوک سو ودبھاگی۔
خوشبخت کسی است که در خدمت بندگان خدا باشد

ਜਨ ਕੈ ਸੰਗਿ ਏਕ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ॥
جن کے سنگ ایک لیو لاگی۔

در همرای با چنین بندگان ، انسان با عشق خدا هماهنگ می شود.

ਗੁਨ ਗੋਬਿਦ ਕੀਰਤਨੁ ਜਨੁ ਗਾਵੈ ॥
گن گوبِد کیرتن جن گاوے۔
بنده ای که حمد خدا را می سراید

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਨਕ ਫਲੁ ਪਾਵੈ ॥੮॥੧੬॥
گُرو پرساد نانک فل پاوے۔ |
ای ناناک، به لطف معلم مذهبی، او پاداش نعام را دریافت می کند

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥
اَد سچ جُگد سچ۔
خدا قبل از اغاز زمان و قبل از پیدایش بشریت وجود داشته است.

ਹੈ ਭਿ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭਿ ਸਚੁ ॥੧॥
ہے بھی سچ نانک ہوسی بھی سچ۔
ای . نانک، خدا اکنون حضور دارد و در اینده نیز حضور خواهد داشت

ਅਸਟਪਦੀ ॥
اَسٹپدی۔
اشتاپادي

ਚਰਨ ਸਤਿ ਸਤਿ ਪਰਸਨਹਾਰ ॥
چارن ست ست پرسنہار۔

حضور خدا ازلی است و کسانی که حضور او را درک می کنند نیز ابدی می شوند (از چرخه تولد و مرگ رها می شوند).

ਪੂਜਾ ਸਤਿ ਸਤਿ ਸੇਵਦਾਰ ॥
پوجا ست ست سیودار۔
عبادت او برای همیشه است و کسانی که با محبت در او عبادت می کنند، جاودانه خواهند شد.

ਦਰਸਨੁ ਸਤਿ ਸਤਿ ਪੇਖਨਹਾਰ ॥
درسن ست ست پیکھنہار۔

رؤیت او حق است و کسانی که او را می بینند نیز حقیقت را می یابند (از چرخه تولد و مرگ رها می شوند).

ਨਾਮੁ ਸਤਿ ਸਤਿ ਧਿਆਵਨਹਾਰ ॥
نام ست ست دھیاونہار
نام او حق است و راستین کسانی هستند که با محبت در آن تفکر می کنند.

ਆਪਿ ਸਤਿ ਸਤਿ ਸਭ ਧਾਰੀ ॥
آپ ست ست سبھ دھاری۔
او خودش صادق است و صادق بودن چیزی است که دارای آن است.

ਆਪੇ ਗੁਣ ਆਪੇ ਗੁਣਕਾਰੀ ॥
آپے گن آپے گنکاری۔
او خودش تجسم دهنده فضیلت است و اوست که فضیلت ها را عطا می کند.

ਸਬਦੁ ਸਤਿ ਸਤਿ ਪ੍ਰਭੁ ਬਕਤਾ ॥
سبد ست ست پربھ بکتا۔
کلمه حمد او جاودانه است و جاودانه است کسی که آن کلمه راستین حمد او را بر زبان می آورد.

ਸੁਰਤਿ ਸਤਿ ਸਤਿ ਜਸੁ ਸੁਨਤਾ ॥
سورت ست ست جس سُنتا۔
یا دآوری خدا حق است ، و حق است کسی که به ستایش خدا گوش می دهد.

ਬੁਝਨਹਾਰ ਕਉ ਸਤਿ ਸਭ ਹੋਇ ॥
بجھنہار کو ست سبھ ہوئے۔
کسی که می داند خدا جاودانه است، می داند که هر چیزی که توسط او افریده شده است نیز جاودانه است.

ਨਾਨਕ ਸਤਿ ਸਤਿ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋਇ ॥੧॥
نانک ست ست پربھ سوئے۔
ای ناناک، خداوند جاودانه است.

ਸਤਿ ਸਰੂਪੁ ਰਿਦੈ ਜਿਨਿ ਮਾਨਿਆ ॥
ست سروپ ردئے جن منیا۔
کسی که خداوند را که مظهر حق است در دل خود جای داده است،

ਕਰਨ ਕਰਾਵਨ ਤਿਨਿ ਮੂਲੁ ਪਛਾਨਿਆ ॥
کرن کرواں تن مول پچھانیا۔

خداوند را عامل علل و ریشه همه دانسته است.

ਜਾ ਕੈ ਰਿਦੈ ਬਿਸ੍ਵਾਸੁ ਪ੍ਰਭ ਆਇਆ ॥
جا کے ردئے بسواس پربھ آئیا۔
کسی که قلبش کاملاً از حضور خدا مطمئن باشد،

ਤਤੁ ਗਿਆਨੁ ਤਿਸੁ ਮਨਿ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ॥
تت گیان تس من پرگٹآئیا۔
حکمت حقیقی بر او اشکار می شود.

ਭੈ ਤੇ ਨਿਰਭਉ ਹੋਇ ਬਸਾਨਾ ॥
بھئی تے نربھاؤ ہوئے بسانا۔
با از بین رفتن تمام ترس، چنین شخصی در حالت ذهنی بی باک باقی می ماند،

ਜਿਸ ਤੇ ਉਪਜਿਆ ਤਿਸੁ ਮਾਹਿ ਸਮਾਨਾ ॥
جس تے اپجئا تس ماہی سمانا۔
و سپس به سوی کسی که از او اغاز شده است، می کاهد.

ਬਸਤੁ ਮਾਹਿ ਲੇ ਬਸਤੁ ਗਡਾਈ ॥ ਤਾ ਕਉ ਭਿੰਨ ਨ ਕਹਨਾ ਜਾਈ ॥
بست ماہی لے بست گدائی۔
درست مانند زمانی که یک چیز با بیشتر از همان مخلوط می شود، این دو را نمی توان متمایز کرد،

ਬੂਝੈ ਬੂਝਨਹਾਰੁ ਬਿਬੇਕ ॥
بوجھئے بوجھنہار بِبیک۔
فقط یک فرد نادر آن را درک می کند

ਨਾਰਾਇਨ ਮਿਲੇ ਨਾਨਕ ਏਕ ॥੨॥
نارائن ملے نانک ایک۔ |
ای نانک، کسانی که خدا را درک کرده اند با او یکی شده اند.

ਠਾਕੁਰ ਕਾ ਸੇਵਕੁ ਆਗਿਆਕਾਰੀ ॥
ٹھاکر کا سےوک آگیآکاری۔
بنده خدا فرمانبردار اوست.

ਠਾਕੁਰ ਕਾ ਸੇਵਕੁ ਸਦਾ ਪੂਜਾਰੀ ॥
ٹھاکر کا سےوک سدا پوجاری۔
بنده خدا همیشه او را عبادت می کند.

ਠਾਕੁਰ ਕੇ ਸੇਵਕ ਕੈ ਮਨਿ ਪਰਤੀਤਿ ॥
ٹھاکر کے سےوک کے من پرتیت۔
ذهن بنده به خدا ایمان کامل دارد.

ਠਾਕੁਰ ਕੇ ਸੇਵਕ ਕੀ ਨਿਰਮਲ ਰੀਤਿ ॥
تھاکر کے سےوک کی نرمل ریت۔
طهارت راه و رسم عابد خداست.

ਠਾਕੁਰ ਕਉ ਸੇਵਕੁ ਜਾਨੈ ਸੰਗਿ ॥
تھاکر کو سےوک جانئے سنگ۔
بنده خدا معتقد است که خدا همیشه با اوست.

ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਸੇਵਕੁ ਨਾਮ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥
پربھ کا سےوک نام کے رنگ۔
بنده خدا همیشه با عشق نعم آغشته می ماند.

ਸੇਵਕ ਕਉ ਪ੍ਰਭ ਪਾਲਨਹਾਰਾ ॥
سےوک کو پربھ پالنہارا۔
خداوند مولای بنده خود است.

ਸੇਵਕ ਕੀ ਰਾਖੈ ਨਿਰੰਕਾਰਾ ॥
سےوک کی راکھئے نرنکارا۔
خدای بی شکل عزت بنده خود را حفظ می کند.

ਸੋ ਸੇਵਕੁ ਜਿਸੁ ਦਇਆ ਪ੍ਰਭੁ ਧਾਰੈ ॥
سو سےوک جس دئیا پربھ دھارئے۔
بنده او کسی است که خداوند به او لطف می کند.

ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੇਵਕੁ ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਸਮਾਰੈ ॥੩॥
نانک سو سےوک ساس ساس سمارئے.
ای نانک، آن بنده با هر نفس او را یاد می کند.

ਅਪੁਨੇ ਜਨ ਕਾ ਪਰਦਾ ਢਾਕੈ ॥
اپنے جن کا پردا دھاکئے۔
خداوند عیب های بنده خود را می پوشاند

ਅਪਨੇ ਸੇਵਕ ਕੀ ਸਰਪਰ ਰਾਖੈ ॥
اپنے سےوک کی سرپر راخئے۔
او کاملا عزت بنده خود را حفظ می کند.

ਅਪਨੇ ਦਾਸ ਕਉ ਦੇਇ ਵਡਾਈ ॥
اپنے داس کو دئے ودائی۔
خداوند بنده خود را عزت می بخشد.

ਅਪਨੇ ਸੇਵਕ ਕਉ ਨਾਮੁ ਜਪਾਈ ॥
اپنے سےوک کو نام جپائی۔
او به بنده خود برکت می دهد تا نام را یاد کند.

ਅਪਨੇ ਸੇਵਕ ਕੀ ਆਪਿ ਪਤਿ ਰਾਖੈ ॥
اپنے سےوک کی آپ پٹ راخئے۔
او خودش حرمت بنده خود را حفظ می کند.

ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਮਿਤਿ ਕੋਇ ਨ ਲਾਖੈ ॥
تا کی گت مت کوئے نہ لاخئے۔
هیچ کس نمی تواند وضعیت معنوی بالاتر بنده خدا را تخمین بزند.

ਪ੍ਰਭ ਕੇ ਸੇਵਕ ਕਉ ਕੋ ਨ ਪਹੂਚੈ ॥
پربھ کے سےوک کو کو نہ پھچھئے۔
هیچ کس از نظر معنوی با بنده خدا مقایسه نمی شود،

ਪ੍ਰਭ ਕੇ ਸੇਵਕ ਊਚ ਤੇ ਊਚੇ ॥
پربھ کے سےوک اُچ تے اُچے۔
زیرا بندگان خدا از مقام بالای برخوردارهستند.

ਜੋ ਪ੍ਰਭਿ ਅਪਨੀ ਸੇਵਾ ਲਾਇਆ ॥
جو پربھ اپنی سےوا لائیآ۔
کسی که خداوند او را به عبادت خود مشغول کند،

ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੇਵਕੁ ਦਹ ਦਿਸਿ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ॥੪॥
نانک سو سےوک دہ دس پرگٹآئیے. |
ای ناناک، اون بنده همه جا مشهور میشه

ਨੀਕੀ ਕੀਰੀ ਮਹਿ ਕਲ ਰਾਖੈ ॥
نیکی کیری مہ کل راخئے۔

اگر خداوند قدرت خود را به یک انسان بسیار ضعیف (ضعیف مثل مورچه کوچک) تزریق کند.

ਭਸਮ ਕਰੈ ਲਸਕਰ ਕੋਟਿ ਲਾਖੈ ॥
بھسم کرئے لسکر کوٹ لاخئے۔
آنگاه آن شخص می تواند ارتش های میلیونی را به خاکستر تبدیل کند.

ਜਿਸ ਕਾ ਸਾਸੁ ਨ ਕਾਢਤ ਆਪਿ ॥
جس کا ساس نہ کادھت آپ۔
کسی که نفس زندگی او را خود خدا نمی گیرد.

ਤਾ ਕਉ ਰਾਖਤ ਦੇ ਕਰਿ ਹਾਥ ॥
تا کاو راخت دے کر ہاتھ
از آن شخص محافظت می کند.

ਮਾਨਸ ਜਤਨ ਕਰਤ ਬਹੁ ਭਾਤਿ ॥
مانس جتن کرت بہو بھات۔
انسان هر نوع تلاش می خود را می کند،

ਤਿਸ ਕੇ ਕਰਤਬ ਬਿਰਥੇ ਜਾਤਿ ॥
تس کے کرتب برتھئے جات۔
اما همه این تلاش ها بدون اراده خدا بیهوده است.

ਮਾਰੈ ਨ ਰਾਖੈ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥ ਸਰਬ ਜੀਆ ਕਾ ਰਾਖਾ ਸੋਇ ॥
مارئے نہ راخئے اور نہ کوئے۔
زیرا خداوند خود حافظ همه موجودات است.

ਕਾਹੇ ਸੋਚ ਕਰਹਿ ਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ॥
کاہے سوچ کرہے رے پرانی۔
پس ای انسان فانی چرا نگران هستی؟

ਜਪਿ ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ॥੫॥
جپ نانک پربھ الکھ ودانی۔
ای ناناک، عاشقانه در آن خدای لایزال و شگفت انگیز تأمل کن.

ਬਾਰੰ ਬਾਰ ਬਾਰ ਪ੍ਰਭੁ ਜਪੀਐ ॥
باراں بار بار پربھ جپیئے۔
بیایید بارها و بارها با فداکاری عاشقانه در مورد خدا تفکر کنیم،

ਪੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਇਹੁ ਮਨੁ ਤਨੁ ਧ੍ਰਪੀਐ ॥
پی امرت اہ من تن دھرپیئے۔
و با خوردن اکسیر نعم ذهن و جسم خود را سیر کنیم.

ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਜਿਨਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਾਇਆ ॥
نام رتن جن گرمکھ پائیا۔
پیرو استاد مذهبی که ثروت گرانبهای نعام را دریافت کرده است

ਤਿਸੁ ਕਿਛੁ ਅਵਰੁ ਨਾਹੀ ਦ੍ਰਿਸਟਾਇਆ ॥
تس کچھ اور ناہی درستائیا۔
چیزی جز حضور خدا در همه جا نمی بیند.

ਨਾਮੁ ਧਨੁ ਨਾਮੋ ਰੂਪੁ ਰੰਗੁ ॥
نام دھن نامو روپ رنگ۔
برای او، نعم زیبایی و خوشبختی واقعی ثروت اوست.

ਨਾਮੋ ਸੁਖੁ ਹਰਿ ਨਾਮ ਕਾ ਸੰਗੁ ॥
نامو سُکھ ہر نام کا سنگ۔
نام خدا یار و ارامش روح اوست

ਨਾਮ ਰਸਿ ਜੋ ਜਨ ਤ੍ਰਿਪਤਾਨੇ ॥
نام رس جو جن ترپتانئے۔
کسانی که با شهد نعم سیر می شوند ذهن و بدن آنها به نام خدا ادغام می شود.

ਮਨ ਤਨ ਨਾਮਹਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਨੇ ॥
اُٹھت بیٹھت سووت نام۔
مراقبه در نام خدا همیشه،

ਊਠਤ ਬੈਠਤ ਸੋਵਤ ਨਾਮ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਜਨ ਕੈ ਸਦ ਕਾਮ ॥੬॥
کہو نانک جن کے سد کام۔
ناناک میگوید: دعای مداوم کنید بند گان خدا.

ਬੋਲਹੁ ਜਸੁ ਜਿਹਬਾ ਦਿਨੁ ਰਾਤਿ ॥
بولہو جس جبہا دن رات۔

شب و روز از زبانی که خدا برای آنها داده برای ستایش او استفاده کنید.

ਪ੍ਰਭਿ ਅਪਨੈ ਜਨ ਕੀਨੀ ਦਾਤਿ ॥
پربھ اپنے جن کی دات۔
این محبت ستایش او توسط خود خداوند به بنده هابش اعطا شده است.

ਕਰਹਿ ਭਗਤਿ ਆਤਮ ਕੈ ਚਾਇ ॥
کرہی بھگت آتم کے چاہئے۔
بنده های او با عشق قلبی عبادت او را انجام می دهند،

ਪ੍ਰਭ ਅਪਨੇ ਸਿਉ ਰਹਹਿ ਸਮਾਇ ॥
پربھ اپنے سیو رہے سمائے۔
و بدین ترتیب در محبت خدا غرق هستند.

ਜੋ ਹੋਆ ਹੋਵਤ ਸੋ ਜਾਨੈ ॥ ਪ੍ਰਭ ਅਪਨੇ ਕਾ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਨੈ ॥
جو ہوا ہووت سو جانئے۔
بنده خدا می داند که چه اتفاقی افتاده است، و یا در حال حاضر اتفاق می افتد،

ਤਿਸ ਕੀ ਮਹਿਮਾ ਕਉਨ ਬਖਾਨਉ ॥
پربھ اپنے کا ہکم پچھانئے۔
و اراده خدا را در همه چیز درک می کند.

ਤਿਸ ਕਾ ਗੁਨੁ ਕਹਿ ਏਕ ਨ ਜਾਨਉ ॥
تس کی مہما کون بکھانؤ۔
کدام یک از فضیلت های چنین عابدی را می توانم توصیف کنم؟

ਆਠ ਪਹਰ ਪ੍ਰਭ ਬਸਹਿ ਹਜੂਰੇ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸੇਈ ਜਨ ਪੂਰੇ ॥੭॥
کہو نانک سئے جن پورے۔
نمی دانم حتی یک مورد از فضایل او را چگونه توصیف کنم

ਮਨ ਮੇਰੇ ਤਿਨ ਕੀ ਓਟ ਲੇਹਿ ॥
من میرے تن کی اوٹ لئی۔

کسانی که همیشه در پیشگاه خداوند ساکن هستند،

ਮਨੁ ਤਨੁ ਅਪਨਾ ਤਿਨ ਜਨ ਦੇਹਿ ॥
آٹھ پہر پربھ بسہ حجورے۔
ناناک می گوید، بنده گان کامل هستند

ਜਿਨਿ ਜਨਿ ਅਪਨਾ ਪ੍ਰਭੂ ਪਛਾਤਾ ॥ ਸੋ ਜਨੁ ਸਰਬ ਥੋਕ ਕਾ ਦਾਤਾ ॥
من تن اپنا تن جن دیہہ۔
ای ذهن من، از کسانی حمایت کن که همیشه در پیشگاه خداوند ساکن هستند

ਤਿਸ ਕੀ ਸਰਨਿ ਸਰਬ ਸੁਖ ਪਾਵਹਿ ॥
جن جن اپنا پربھو پچھاتا۔
ذهن و بدن خود را به این افراد اختصاص دهید.

ਤਿਸ ਕੈ ਦਰਸਿ ਸਭ ਪਾਪ ਮਿਟਾਵਹਿ ॥
سو جن سرب تھوک کا داتا۔
او بنده ای که خدا را شناخت

ਅਵਰ ਸਿਆਨਪ ਸਗਲੀ ਛਾਡੁ ॥
تس کی سرن سرب سکھ پاوہی۔
خیرخواه همه چیز می شود.

ਤਿਸੁ ਜਨ ਕੀ ਤੂ ਸੇਵਾ ਲਾਗੁ ॥
تس کے درس سبھ پاپ مٹاوہی۔
شما در پناه او همه آسایش ها را دریافت خواهید کرد.

ਆਵਨੁ ਜਾਨੁ ਨ ਹੋਵੀ ਤੇਰਾ ॥ ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਜਨ ਕੇ ਪੂਜਹੁ ਸਦ ਪੈਰਾ ॥੮॥੧੭॥
نانک تس جن کے پوجہو سد پیرا۔
ای نانک، همیشه با احترام به توصیه های چنین فداکاری عمل کن.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਸਤਿ ਪੁਰਖੁ ਜਿਨਿ ਜਾਨਿਆ ਸਤਿਗੁਰੁ ਤਿਸ ਕਾ ਨਾਉ ॥
ست پورکھ جن جانیآ ستگُ
کسی که خدای واقعی همه جا حاضر را درک کرده است، معلم مذهبی واقعی نامیده می شود.

ਤਿਸ ਕੈ ਸੰਗਿ ਸਿਖੁ ਉਧਰੈ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਗੁਨ ਗਾਉ ॥੧॥
تس کے سنگ سِکھ اُدھرئے، نانک ہر گن گاؤ۔
در یاری با او، یک پیرو از بدی ها نجات می یابد. بنابراین ای ناناک، شما همچنین باید ستایش خدا را با چنین استاد مذهبی واقعی بخوانید.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپدی

اشتابادی

ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਿਖ ਕੀ ਕਰੈ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ॥
ستگُرو سِکھ کی کرئے پرتِپال۔
استاد واقعی شاگردش را گرامی می دارد

ਸੇਵਕ ਕਉ ਗੁਰੁ ਸਦਾ ਦਇਆਲ ॥
سےوک کو گُر سدا دیآل۔
استاد همیشه نسبت به شاگردش مهربان است

ਸਿਖ ਕੀ ਗੁਰੁ ਦੁਰਮਤਿ ਮਲੁ ਹਿਰੈ ॥
سِکھ کی گُر دُرمت مل ہِرئے۔
معلم مذهبی کثافت عقل شیطانی را از ذهن شاگرد پاک می کند،

ਗੁਰ ਬਚਨੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਉਚਰੈ ॥
گُر بچنی ہر نام اُچرئے۔
از آنجا که شاگرد به توصیه معلم مذهبی عمل می کند، نام خدا را می خواند.

ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਿਖ ਕੇ ਬੰਧਨ ਕਾਟੈ ॥
ستگُرو سِکھ کے بندھن کٹئے۔
استاد واقعی پیرو خود را از بند دنیوی مایا آزاد می کند

ਗੁਰ ਕਾ ਸਿਖੁ ਬਿਕਾਰ ਤੇ ਹਾਟੈ ॥
گُر کا سِکھ بِکار تے ہٹئے۔
سیک (شاگرد) استاد مذهبی از افراط در رذایل خودداری می کند.

ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਿਖ ਕਉ ਨਾਮ ਧਨੁ ਦੇਇ ॥
ستگُرو سِکھ کو نام دھن دیآ۔

استاد مذهبی واقعی به شاگرد خود ثروت نعم را می دهد،

ਗੁਰ ਕਾ ਸਿਖੁ ਵਡਭਾਗੀ ਹੇ ॥
گُر کا سِکھ ودبھاگی ہے۔
شاگرد معام مذهبی بسیار خوش شانس است

ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਿਖ ਕਾ ਹਲਤੁ ਪਲਤੁ ਸਵਾਰੈ ॥
ستگُرو سِکھ کا حالت پلاٹ سوارئے۔
یک معلم مذهبی واقعی زندگی یک شاگرد را هم در اینجا و هم در آخرت زینت می بخشد.

ਨਾਨਕ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਿਖ ਕਉ ਜੀਅ ਨਾਲਿ ਸਮਾਰੈ ॥੧॥
نانک ستگُرو سِکھ کو جیآ نال سمارئے۔
ای ناناک، استاد واقعی شاگرد خود را از ته قلبش دوست دارد

ਗੁਰ ਕੈ ਗ੍ਰਿਹਿ ਸੇਵਕੁ ਜੋ ਰਹੈ ॥
گُر کے گڑھی سےوک جو رہئے۔

پیروی که همیشه به دنبال تعالیم معلم مذهبی است،

ਗੁਰ ਕੀ ਆਗਿਆ ਮਨ ਮਹਿ ਸਹੈ ॥
گُر کی آگیآ من مہ سہئے۔
دستورات معلم مذهبی را با تمام وجودش اطاعت می کند،

ਆਪਸ ਕਉ ਕਰਿ ਕਛੁ ਨ ਜਨਾਵੈ ॥
آپس کو کر کچھ نہ جناوئے۔
هرگز به هیچ وجه غرور نشان نمی دهد،

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਰਿਦੈ ਸਦ ਧਿਆਵੈ ॥
ہر ہر نام ردئے سد دھیائے۔
همیشه با عشق و ارادت در نام خدا تعمق می کند،

ਮਨੁ ਬੇਚੈ ਸਤਿਗੁਰ ਕੈ ਪਾਸਿ ॥
من بیچئے ستگُر کے پاس۔
ذهن خود را به گورو واقعی تسلیم می کند،

ਤਿਸੁ ਸੇਵਕ ਕੇ ਕਾਰਜ ਰਾਸਿ ॥
تس سےوک کے کارج راس۔
امور بنده متواضع با موفقیت حل می شود.

ਸੇਵਾ ਕਰਤ ਹੋਇ ਨਿਹਕਾਮੀ ॥
سےوا کرت ہوئے نہکامی۔
کسی که خدمت ایثارگرانه انجام می دهد، بدون فکر پاداش،

ਤਿਸ ਕਉ ਹੋਤ ਪਰਾਪਤਿ ਸੁਆਮੀ ॥
اپنی کرپا جس آپ کرےئے۔
او خدای خود خواهد شناخت.

ਅਪਨੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਜਿਸੁ ਆਪਿ ਕਰੇਇ ॥
نانک سو سےوک گُر کی مت لئےئے۔
ای ناناک، فقط آن فداکار به دنبال تعالیم استاد مذهبی است.

ਨਾਨਕ ਸੋ ਸੇਵਕੁ ਗੁਰ ਕੀ ਮਤਿ ਲੇਇ ॥੨॥
بیس بسوے گُر کا من مانئے۔
کسی که گورو را به فداکاری کامل خود متقاعد کرده است

ਬੀਸ ਬਿਸਵੇ ਗੁਰ ਕਾ ਮਨੁ ਮਾਨੈ ॥
سو سےوک پرمیسور کی گت جانئے۔
آن عابد با حالت عرفانی خداوند متعال آشنا می شود.

ਸੋ ਸੇਵਕੁ ਪਰਮੇਸੁਰ ਕੀ ਗਤਿ ਜਾਨੈ ॥
سو ستگُر جس ردئے ہر ناو۔

استاد مذهبی واقعی کسی است که نام خدا در قلب او ثبت شده است.

ਸੋ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜਿਸੁ ਰਿਦੈ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥
انک بار گُر کو بل جاوئے۔
من بارها خودم را وقف آن معلم مذهبی می کنم.

ਅਨਿਕ ਬਾਰ ਗੁਰ ਕਉ ਬਲਿ ਜਾਉ ॥
سرب ندهان جیآ کا داتا۔
استاد واقعی بخشنده همه گنج ها و زندگی معنوی است

ਸਰਬ ਨਿਧਾਨ ਜੀਅ ਕਾ ਦਾਤਾ ॥
آٹھ پہر پاربرہم رنگ راتا۔
او همیشه با عشق خدا آغشته می ماند

ਆਠ ਪਹਰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਰੰਗਿ ਰਾਤਾ ॥
برہم مہ جن جن مہ پاربرہم۔

استاد واقعی در خداوند متعال جذب می شود و خدای متعال در پیروان او ساکن است

ਬ੍ਰਹਮ ਮਹਿ ਜਨੁ ਜਨ ਮਹਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ॥
ایکہ آپ نہیں کچھ بھرم
شکی ا ست که خدا و استاد واقعی یکی هستند.

ਏਕਹਿ ਆਪਿ ਨਹੀ ਕਛੁ ਭਰਮੁ ॥
سہس سیانپ لئیا نہ جائئے۔
حتی با صدها عقل زیرک نمی توانیم یک استاد مذهبی واقعی را ملاقات کنیم

ਸਹਸ ਸਿਆਨਪ ਲਇਆ ਨ ਜਾਈਐ ॥
نانک ایسا گُر بدبھاگی پائئے۔
ای ناناک، فقط از روی خوش شانسی است که با چنین استادی آشنا می شویم.

ਨਾਨਕ ਐਸਾ ਗੁਰੁ ਬਡਭਾਗੀ ਪਾਈਐ ॥੩॥
سفل درسن پیکھت پُنیت۔
برکت اتحاد با استاد واقعی است. پس از پذیرش اموزه های استاد تقدیس می شود.

ਸਫਲ ਦਰਸਨੁ ਪੇਖਤ ਪੁਨੀਤ ॥
پرست چرن گت نرمل ریت۔
پس از پیروی صادقانه از اموزه های استاد مذهبی، وضعیت ذهنی فرد بالا می رود و رفتار در سفر زندگی بی عیب و نقص می شود.

ਪਰਸਤ ਚਰਨ ਗਤਿ ਨਿਰਮਲ ਰੀਤਿ ॥
پاربرہم کی درگہ گوئے۔
با ساکن شدن در جمع استاد مذهبی، به خواندن ستایش خداوند ملحق می شود.

ਭੇਟਤ ਸੰਗਿ ਰਾਮ ਗੁਨ ਰਵੇ ॥

بھیتت سنگ رام گُن روئے۔
و به بارگاه ا خداوند متعای می رسد.

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕੀ ਦਰਗਹ ਗਵੇ ॥
سن کر بچن کرن آغانے۔
با گوش دادن به آموزه های استاد مذهبی گوش های فرد اشباع می شود.

ਸੁਨਿ ਕਰਿ ਬਚਨ ਕਰਨ ਆਘਾਨੇ ॥
من سنتوکھ آتم پتیانے۔
ذهن راضی و روح براورده می شود

ਮਨਿ ਸੰਤੋਖੁ ਆਤਮ ਪਤੀਆਨੇ ॥
پورا گُر اکھیآوئے جا کا منتر۔
استاد مذهبی کامل است و اموزه های او تا ابد درست است.

ਪੂਰਾ ਗੁਰੁ ਅਖੵਓ ਜਾ ਕਾ ਮੰਤ੍ਰ ॥
امرت درست پیکھئے ہوئے سنت۔
به کسی که معلم مذهبی نگاهی به او می کند ، آن شخص پرهیزگار می شود.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਪੇਖੈ ਹੋਇ ਸੰਤ ॥
گُن بیانت کیمت نہیں پائے۔
فضیلت های یک معلم مذهبی واقعی بی نهایت است و هیچ نمی تواند ارزش او را تخمین بزند.

ਗੁਣ ਬਿਅੰਤ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਇ ॥
نانک جس بھاوئے تس لئے ملائے۔
ای نانک، خداوند آن شخص را با استادی که از او راضی است متحد می کند.

ਜਿਹਬਾ ਏਕ ਉਸਤਤਿ ਅਨੇਕ ॥
جبھا ایک اُستت انیک۔
انسان فقط یک زبان دارد، اما حمد و ثنای خداوند بی شمار است.

ਸਤਿ ਪੁਰਖ ਪੂਰਨ ਬਿਬੇਕ ॥
ست پُرخ پورن بِبیک۔
که موجودی ابدی، کامل و بصیر است

ਕਾਹੂ ਬੋਲ ਨ ਪਹੁਚਤ ਪ੍ਰਾਨੀ ॥
کاہو بول نہ پہچھت پرانی۔
یک انسان فانی نمی تواند فضایل خدا را با هیچ کلمه ای توصیف کند،

ਅਗਮ ਅਗੋਚਰ ਪ੍ਰਭ ਨਿਰਬਾਨੀ ॥
اگم اگوچر پربھ نربانی۔
که دست نیافتنی، غیرقابل درک و عاری از هر آرزویی است.

ਨਿਰਾਹਾਰ ਨਿਰਵੈਰ ਸੁਖਦਾਈ ॥
نراہار نِرویر سُخ دائے۔
او نیازی به رزق و روزی ندارد، دشمنی ندارد و صلحبخش است.

ਤਾ ਕੀ ਕੀਮਤਿ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈ ॥
تا کی کیمت کنئی نہ پائے۔

هیچ کس نتوانسته است ارزش فضایل او را مشخص کند.

ਅਨਿਕ ਭਗਤ ਬੰਦਨ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ॥
انک بھگت بندن نت کرہی۔
پیروان بی شماری روزانه به احترام او تعظیم می کنند،

ਚਰਨ ਕਮਲ ਹਿਰਦੈ ਸਿਮਰਹਿ ॥
چرن کمل ہردئے سمرہی۔
و او را با عشق و ارادت یاد می کنند.

ਸਦ ਬਲਿਹਾਰੀ ਸਤਿਗੁਰ ਅਪਨੇ ॥
نانک جس پرساد ایسا پربھ جپنے۔ |
ای نانک به لطف که می توانم عاشقانه نام خدا یاد کنم.

ਨਾਨਕ ਜਿਸੁ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਐਸਾ ਪ੍ਰਭੁ ਜਪਨੇ ॥੫॥
اہ ہر رس پاوئے جن کوئے۔
فقط یک شخص بسیار نادر از ذات نام خدا لذت می برد،

ਇਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਵੈ ਜਨੁ ਕੋਇ ॥
امرت پیوئے امر سو ہوئے۔
با خوردن شهد نعم جاودانه می شوید.

ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪੀਵੈ ਅਮਰੁ ਸੋ ਹੋਇ ॥
اس پُرخ کا ناہیں کدے بناس۔
آن شخص هرگز هلاک نمی شود (مرگ را بارها و بارها تحمل نمی کند)

ਉਸੁ ਪੁਰਖ ਕਾ ਨਾਹੀ ਕਦੇ ਬਿਨਾਸ ॥
جا کے من پرگتے گُنتاس۔
در ذهن کسی که خدا گنجینه فضیلت ها را اشکار می کند،

ਜਾ ਕੈ ਮਨਿ ਪ੍ਰਗਟੇ ਗੁਨਤਾਸ ॥
آٹھ پہر ہر کا نام لئے۔
چنین عابدی همیشه نام خدا را یاد می کند،

ਆਠ ਪਹਰ ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਲੇਇ ॥
سچ اُپدیس سےوک کو دئے۔

و همین نصایح واقعی را به شاگرد خود نیز می دهد.

ਸਚੁ ਉਪਦੇਸੁ ਸੇਵਕ ਕਉ ਦੇਇ ॥
موہ مائیا کے سنگ نہ لیپ-
او به مایا (آرزوهای دنیوی) وابسته نیست.

ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨ ਲੇਪੁ ॥
من مہ راکھئے ہر ہر ایک-
و همیشه خدا را در ذهن خود جای می دهد.

ਮਨ ਮਹਿ ਰਾਖੈ ਹਰਿ ਹਰਿ ਏਕੁ ॥
اندھکار دیپک پرگاسے-
آن که تاریکی جهلش را نور نعم جایگزین کرده است.

ਅੰਧਕਾਰ ਦੀਪਕ ਪਰਗਾਸੇ ॥
سےوک کو گُر سدا دیآل-
فقط یک شخص بسیار نادر از ذات نام خدا لذت می برد،
ਨਾਨਕ ਭਰਮ ਮੋਹ ਦੁਖ ਤਹ ਤੇ ਨਾਸੇ ॥੬॥
نانک بھرم موہ دکھ تہ تے ناسے-
ای نانک، شک و دلبستگی عاطفی و غم هایش می گریزد.

ਤਪਤਿ ਮਾਹਿ ਠਾਢਿ ਵਰਤਾਈ ॥
تپت ماہی تھادھ ورتائی-
از طریق آموزه های گورو، صلح حاکم شده است، حتی زمانی که در گرمای رذایل زندگی می کنید،

ਅਨਦੁ ਭਇਆ ਦੁਖ ਨਾਠੇ ਭਾਈ ॥
اند بھئیا دکھ ناتھے بھائی-
و ای برادر من، حالت سعادت حاکم می شود و همه مصائب از بین می رود.

ਜਨਮ ਮਰਨ ਕੇ ਮਿਟੇ ਅੰਦੇਸੇ ॥
جنم مرن کے مٹے اندیسے-
ترس از تولد و مرگ از بین می رود،

ਸਾਧੂ ਕੇ ਪੂਰਨ ਉਪਦੇਸੇ ॥
سادھو کے پورن اپدیسے-
از طریق آموزه های کامل استاد مذهبی.

ਭਉ ਚੂਕਾ ਨਿਰਭਉ ਹੋਇ ਬਸੇ ॥
بھائو چوکا نربائو ہوئے بسے-
همه ترس ها از بین رفته است، و اکنون ما در آرامش زندگی می کنیم،

ਸਗਲ ਬਿਆਧਿ ਮਨ ਤੇ ਖੈ ਨਸੇ ॥
سگل بھیاڈ من تے کھئے نسے-
و تمام بیماری ها از بین می رود و از ذهن بیرون می شود.

ਜਿਸ ਕਾ ਸਾ ਤਿਨਿ ਕਿਰਪਾ ਧਾਰੀ ॥
جس کا سا تن کرپا ڈھاری-
استادی که ما به او تسلیم شدیم، رحم کرده است.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਜਪਿ ਨਾਮੁ ਮੁਰਾਰੀ ॥
سادھسنگ جپ نام مراری-
با یاد کردن نام خدا در جماعت مقدس،

ਥਿਤਿ ਪਾਈ ਚੂਕੇ ਭ੍ਰਮ ਗਵਨ ॥
تھت پائی چوکے بھرم گوان-
ما به ثبات روحی رسیده ایم و تردیدها و سرگردانی های ما پایان یافته است.

ਸੁਨਿ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਸੁ ਸ੍ਰਵਨ ॥੭॥
سن نانک ہر ہر جس سرلاں-
ای نانک این اتفاق با گوش دادن به حمد و ثنای خداوند رخ داده است.

ਨਿਰਗੁਨੁ ਆਪਿ ਸਰਗੁਨੁ ਭੀ ਓਹੀ ॥
نرگن آپ سرگن بھی اُہی-
او خودش نامحسوس است (تحت تاثیر مایا قرار نمی گیرد). و خود او اشکار است

ਕਲਾ ਧਾਰਿ ਜਿਨਿ ਸਗਲੀ ਮੋਹੀ ॥
کلہا ڈھار جن سگلی موہی-
او با نشان دادن قدرتش کل جهان را مجذوب خود کرده است.

ਅਪਨੇ ਚਰਿਤ ਪ੍ਰਭਿ ਆਪਿ ਬਨਾਏ ॥
اپنے چرت پربھ آپ بنائے-
او خودش شگفتی های را خلق کرده است

ਅਪੁਨੀ ਕੀਮਤਿ ਆਪੇ ਪਾਏ ॥
اپنی کیمت آپے پائے-
خود او ارزش خود را مشخص می کند.

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥
ہر بن دوجا ناہیں کوئے-
غیر از خدا هیچ کس دیگری مانند او نیست.

ਸਰਬ ਨਿਰੰਤਰਿ ਏਕੋ ਸੋਇ ॥
سرب نرنتر ایکو سوئے-
او یگانه است که در همه جا نفوذ می کند.

ਓਤਿ ਪੋਤਿ ਰਵਿਆ ਰੂਪ ਰੰਗ ॥
اوت پوت روورا روپ رنگ-
از طریق ممکن ، او در همه اشکال و رنگ ها نفوذ می کند.

ਭਏ ਪ੍ਰਗਾਸ ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗ ॥
بهائے پرگاس سادھ کے سنگ۔
این روشنگری در همراهی معلم مذهبی آشکار می شود.

ਰਚਿ ਰਚਨਾ ਅਪਨੀ ਕਲ ਧਾਰੀ ॥
رچ رچنا آپنی کل ڈھاری۔
پس از خلقت، قدرت خود را در آن دمیده است

ਅਨਿਕ ਬਾਰ ਨਾਨਕ ਬਲਿਹਾਰੀ ॥੮॥੧੮॥
نک بار نانک بلہاری۔
ای نانک، من زندگیم را بی شمار به او تقدیم می کنم.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਸਾਥਿ ਨ ਚਾਲੈ ਬਿਨੁ ਭਜਨ ਬਿਖਿਆ ਸਗਲੀ ਛਾਰੁ ॥
ساتھ نہ چالئے بن بھجن بکھیا سگلی چھار۔
جز عبادت خدا، چیزی با انسان همراه نیست. همه مال دنیا پس از مرگ مانند خاکستر بی ارزش می شود.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਕਮਾਵਨਾ ਨਾਨਕ ਇਹੁ ਧਨੁ ਸਾਰੁ ॥੧॥
ہر ہر نام کماونا نانک اہ دھن سار۔
ای نانک، تعمق در نام خدا همراه با عبادت، کسب عالی ترین مال است، ثروتی که پس از مرگ با انسان فانی همراه است.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپیدی
اشتاپادي:

ਸੰਤ ਜਨਾ ਮਿਲਿ ਕਰਹੁ ਬੀਚਾਰੁ ॥
سنت جنا مل کرہو بیچار۔
در فضایل خدا در جمع اولیاء تفکر کنید.

ਏਕੁ ਸਿਮਰਿ ਨਾਮ ਆਧਾਰੁ ॥
ایک سِمر نام آدھار۔
با عبادت عاشقانه در مورد خدا تفکر کنید و نعم را پشتیبان خود قرار دهید.

ਅਵਰਿ ਉਪਾਵ ਸਭਿ ਮੀਤ ਬਿਸਾਰਹੁ ॥
اور اُپاو سبھ میت بسارہو۔
ای دوست من، تمام تلاش های دیگر را فراموش کن،

ਚਰਨ ਕਮਲ ਰਿਦ ਮਹਿ ਉਰਿ ਧਾਰਹੁ ॥
چرن کمل رد مہ اُر دھارہو۔
و فضایل خدا را در دل خود جای دهید.

ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਸਮਰਥੁ ॥
کرن کارن سو پربھ سمرتھ
که خداوند قادر است هر کاری را انجام دهد و به انجام برساند.

ਦ੍ਰਿੜੁ ਕਰਿ ਗਹਹੁ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਵਥੁ ॥
درر کر گہو نام ہر وتھ
بنابراین، ارزش نام خدا را محکم درک کنید.

ਇਹੁ ਧਨੁ ਸੰਚਹੁ ਹੋਵਹੁ ਭਗਵੰਤ ॥
اہ دھن سنچہو ہووہو بھگونت۔
این ثروت نعم را جمع کن و بسیار خوشبخت شو.

ਸੰਤ ਜਨਾ ਕਾ ਨਿਰਮਲ ਮੰਤ ॥
سنت جنا کا نرمل منت۔
این تعلیم بی‌عیب قوم پرهیزگار است.
ਏਕ ਆਸ ਰਾਖਹੁ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥
ایک آس راکھو من ماہی۔
ایمان به خدای یگانه را در ذهن خود حفظ کنید.

ਸਰਬ ਰੋਗ ਨਾਨਕ ਮਿਟਿ ਜਾਹਿ ॥੧॥
سرب روگ نانک مٹ جاہی۔

ای نانك، به این ترتیب تمام بیماری های تو برطرف می شود.

ਜਿਸੁ ਧਨ ਕਉ ਚਾਰਿ ਕੁੰਟ ਉਠਿ ਧਾਵਹਿ ॥
جس دھن کاو چار کنت اٹھ دھاوہی۔
ثروتی که از هر جهت به دنبال آن می گردی،

ਸੋ ਧਨੁ ਹਰਿ ਸੇਵਾ ਤੇ ਪਾਵਹਿ ॥
سو دھن ہر سیوا تے پاوہی۔
آن ثروت را با یاد کردن عاشقانه نام خدا به دست خواهی آورد

ਜਿਸੁ ਸੁਖ ਕਉ ਨਿਤ ਬਾਛਹਿ ਮੀਤ ॥
جس سُکھ کاو نت باچھہے میت۔
ای دوست، آرامشی که همیشه آرزویش را داری،

ਸੋ ਸੁਖੁ ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਪਰੀਤਿ ॥
سو سُکھ سادھو سنگ پریت۔
آن صلح با محبت به خدا در جماعت مقدس حاصل می شود.

ਜਿਸੁ ਸੋਭਾ ਕਉ ਕਰਹਿ ਭਲੀ ਕਰਨੀ ॥
جس سوبھا کاو کرہی بھلی کرنی۔
جلالی که برای آن اعمال نیک انجام می دهید،

ਸਾ ਸੋਭਾ ਭਜੁ ਹਰਿ ਕੀ ਸਰਨੀ ॥
سا سوبھا بھج ہر کی سرنی-
آن جلال را با پناه بردن به خدا به دست خواهید آورد.

ਅਨਿਕ ਉਪਾਵੀ ਰੋਗੁ ਨ ਜਾਇ ॥
انک اُپاوی روگ نہ جائے-
همه درمانی بیماری نفس را درمان نمی کند ،

ਰੋਗੁ ਮਿਟੈ ਹਰਿ ਅਵਖਧੁ ਲਾਇ ॥
روگ مٹئے ہر اوکھڈ لائے-
دا ناروغي د هاري په نوم د درملو په کارولو سره درملنه کیږي

ਸਰਬ ਨਿਧਾਨ ਮਹਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ॥
سرب ندھان مہ ہر نام ندھان-
این بیماری با استفاده از یاداروی نام خدا درمان می شود
ਜਪਿ ਨਾਨਕ ਦਰਗਹਿ ਪਰਵਾਨੁ ॥੨॥
جپ نانک درگہی پروان-
ای ناناک، نام او را یاد کن و در دربار خدا مورد تایید قرار خواهد گرفتید.

ਮਨੁ ਪਰਬੋਧਹੁ ਹਰਿ ਕੈ ਨਾਇ ॥
من پربودھہو ہر کے نائے-
ذهن خود را با نام خدا روشن کنید.

ਦਹ ਦਿਸਿ ਧਾਵਤ ਆਵੈ ਠਾਇ ॥
دہ دس دھاوت آوی تھائے-
به این ترتیب ذهنی که مدام در جهات مختلف می دود تثبیت می شود.

ਤਾ ਕਉ ਬਿਘਨੁ ਨ ਲਾਗੈ ਕੋਇ ॥
تا کاو بگھن نہ لاگئی کوئے-
هیچ مانعی بر سر راه کسی قرار نمی گیرد،

ਜਾ ਕੈ ਰਿਦੈ ਬਸੈ ਹਰਿ ਸੋਇ ॥
جا کے رِدئے بسئے ہر سوئے-
کسی که خدا را در دل خود جای داده است.

ਕਲਿ ਤਾਤੀ ਠਾਂਢਾ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥
کل تاتّی تھانڈا ہر نائو-
در این عصر تاریک شر (کالیوگ)، یاد کردن خدا، ارامش تسکین دهنده ای را برای انسان هایی که در گرمای شدید رنج می برند، فراهم می کند.

ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਸਦਾ ਸੁਖ ਪਾਉ ॥
سِمر سِمر سدا سُکھ پائو-
همیشه با محبت خدا را یاد کنید و صلح ابدی را دریافت کنید.

ਭਉ ਬਿਨਸੈ ਪੂਰਨ ਹੋਇ ਆਸ ॥
بھائو بنسئے پورن ہوئے آس-
با یاآوری نام او، ترس از بین می رود و خواسته ها براورده می شود.

ਭਗਤਿ ਭਾਇ ਆਤਮ ਪਰਗਾਸ ॥
بھگت بھائے آتم پرگاس-
از طریق عشق به خدا، روح روشن می شود.

ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਜਾਇ ਬਸੈ ਅਬਿਨਾਸੀ ॥
تت گھر جا ئے بسئے ابھناسی-

خدای متعال در قلب کسی که در نعم تفکر می کند، ساکن می شود.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਕਾਟੀ ਜਮ ਫਾਸੀ ॥੩॥
کہو نانک کٹی جم فاسی-
ناناک می گوید، به این ترتیب طناب شیطان مرگ شکسته می شود و از چرخه تولد و مرگ خلاص می شود.
ਤਤੁ ਬੀਚਾਰੁ ਕਹੈ ਜਨੁ ਸਾਚਾ ॥
تت بیچار کہئے جن ساچا-
کسی که به فضیلت های خدا فکر می کند، گفته می شود که انسان واقعی است.

ਜਨਮਿ ਮਰੈ ਸੋ ਕਾਚੋ ਕਾਚਾ ॥
جنم مرئے سو کاچو کاچا-
اما کسی که فقط برای مردن متولد می شود و در مورد خدا تفکر نمی کند، روحانی دروغین است.

ਆਵਾ ਗਵਨੁ ਮਿਟੈ ਪ੍ਰਭ ਸੇਵ ॥
آوا گوان مٹئے پربھ سیو.
چرخه تولد و مرگ با عشق به خدا به پایان می رسد.

ਆਪੁ ਤਿਆਗਿ ਸਰਨਿ ਗੁਰਦੇਵ ॥
آپ تیاگ سرن گردیو.
با رها کردن خودپسندی و پناه بردن به استاد مذهبی.

ਇਉ ਰਤਨ ਜਨਮ ਕਾ ਹੋਇ ਉਧਾਰੁ ॥
ئو رتن جنم کا ہوئے اُڈار-
به این ترتیب جان گرانبهای انسان نجات می یابد.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਿਮਰਿ ਪ੍ਰਾਨ ਆਧਾਰੁ ॥
ہر ہر سمر پران آدھار-
پس با محبت خدا را یاد کن که تکیه گاه زندگی است.

ਅਨਿਕ ਉਪਾਵ ਨ ਛੂਟਨਹਾਰੇ ॥
انک اُپاو نہ چھوٹنہارے-
نمی توان با تلاش راه های بی شمار از دور تولد و مرگ فرار کرد،

ਸਿੰਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ ਬੇਦ ਬੀਚਾਰੇ ॥

سمرت ساست بید بیچارے۔
یا با مطالعه اسمریتس ، شاستراس و وداس.

ਹਰਿ ਕੀ ਭਗਤਿ ਕਰਹੁ ਮਨੁ ਲਾਇ ॥
ہر کی بھگت کرہو من لائے۔
پس خدا را به طور مداوم عبادت کنید.

ਮਨਿ ਬੰਛਤ ਨਾਨਕ ਫਲ ਪਾਇ ॥੪॥
من بنشھت نانک فل پائے
ای نانک، هر که با محبت خدا را عبادت کند، آرزوهای دلش برآورده می شود.

ਸੰਗਿ ਨ ਚਾਲਸਿ ਤੇਰੈ ਧਨਾ ॥
سنگ نہ چالس تیرے دھنا۔
این مال دنیا با تو نخواهد رفت

ਤੂੰ ਕਿਆ ਲਪਟਾਵਹਿ ਮੂਰਖ ਮਨਾ ॥
توں کیا لپٹاوہی مورخ منا۔
ای انسان نادان، چرا به آن چسبیده ای؟

ਸੁਤ ਮੀਤ ਕੁਟੰਬ ਅਰੁ ਬਨਿਤਾ ॥
ست میت کُتمب ار بنتا۔
فرزندان، دوستان، خانواده و همسر،

ਇਨ ਤੇ ਕਹਹੁ ਤੁਮ ਕਵਨ ਸਨਾਥਾ ॥
ان تے کہہو تم کون سناتا۔
کدام یک از اینها در نهایت ناجی شما خواهد بود؟

ਰਾਜ ਰੰਗ ਮਾਇਆ ਬਿਸਥਾਰ ॥
راج رنگ مائیا بستار۔
قدرت، لذت و وسعت گسترده مایا (ثروت دنیوی)،

ਇਨ ਤੇ ਕਹਹੁ ਕਵਨ ਛੁਟਕਾਰ ॥
ان تے کہہو کون چھٹکار۔
به من بگو برای چه کسی تا به حال این ها مانده است.

ਅਸੁ ਹਸਤੀ ਰਥ ਅਸਵਾਰੀ ॥
اس ہستی رتھ اسواری۔
سواری بر اسب، فیل، ارابه (وسایل نقلیه گسترده گذشته)،

ਝੂਠਾ ਡੰਫੁ ਝੂਠੁ ਪਾਸਾਰੀ ॥
جھوٹا دمف جھوٹ پاساری۔

تمام شکوه و جلال کاذب است و کسی که همه آن را به نمایش می گذارد.

ਜਿਨਿ ਦੀਏ ਤਿਸੁ ਬੁਝੈ ਨ ਬਿਗਾਨਾ ॥
جن دیئے تس بجھئے نہ بگانا-
انسان جاهل خدایی را که این نعمت ها را داده است، نمی پزیرد.

ਨਾਮੁ ਬਿਸਾਰਿ ਨਾਨਕ ਪਛੁਤਾਨਾ ॥੫॥
نام بسار نانک پچھٹانا-
ای نانک با ترک نام خدا در نهایت اینها غمگین می شود.

ਗੁਰ ਕੀ ਮਤਿ ਤੂੰ ਲੇਹਿ ਇਆਨੇ ॥
گر کی مت توں لئی ایانے-
ای نادان، از تعالیم استاد مذهبی پیروی کن،

ਭਗਤਿ ਬਿਨਾ ਬਹੁ ਡੂਬੇ ਸਿਆਨੇ ॥
بھگت بنا بہو دوبے سیانے-
بدون عبادت خدا، حتی خردمندان فوق العاده در اقیانوس جهانی گناهان غرق شده اند.
ਹਰਿ ਕੀ ਭਗਤਿ ਕਰਹੁ ਮਨ ਮੀਤ ॥
ہر کی بھگت کرہو من میت-
ای ذهن دوست داشتنی من، خدا را با عشق و ارادت عبادت کن،

ਨਿਰਮਲ ਹੋਇ ਤੁਮ੍ਹ੍ਹਾਰੋ ਚੀਤ ॥
نرمل ہوئے تمہارو چیت-
اگاهی شما پاک خواهد شد.

ਚਰਨ ਕਮਲ ਰਾਖਹੁ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥
چرن کمل راکھو من ماہی-
نام خدا را در ذهن خود ثبت کنید؛

ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ ਕਿਲਬਿਖ ਜਾਹਿ ॥
جنم جنم کے کلبکھ جاہی-
و گناهان مردم های بی شماری دور خواهد شد.

ਆਪਿ ਜਪਹੁ ਅਵਰਾ ਨਾਮੁ ਜਪਾਵਹੁ ॥
آپ جپہو اورا نام جپاوہو-
نام خدا یاد کنید و دیگران را نیز به یاد کردن بر تشویق کنید.

ਸੁਨਤ ਕਹਤ ਰਹਤ ਗਤਿ ਪਾਵਹੁ ॥
سنت کہت رہت گت پاوہو-
حالت معنوی بالاتر با شنیدن و گفتن نعم و با داشتن زندگی صالح به دست می آید.

ਸਾਰ ਭੂਤ ਸਤਿ ਹਰਿ ਕੋ ਨਾਉ ॥
سار بھوت ست ہر کو ناؤ-
نام خدا ذات همه چیز و جاودانه است.

ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਇ ਨਾਨਕ ਗੁਨ ਗਾਉ ॥੬॥

سہج سبہاے نانک گن گاؤ۔
ای نانک، به ستایش خدا در حالت صلح و ارامش ادامه بده.

ਗੁਨ ਗਾਵਤ ਤੇਰੀ ਉਤਰਸਿ ਮੈਲੁ ॥
گن گاوت تیری اترس میل۔
با اواز خواندن فضیلت های او، کثافت شرارت های شما شسته می شود.

ਬਿਨਸਿ ਜਾਇ ਹਉਮੈ ਬਿਖੁ ਫੈਲੁ ॥
بنس جائے ہومئے بکھ فیل۔
و زهر نفس همه جانبه ریشه کن خواهد شد

ਹੋਹਿ ਅਚਿੰਤੁ ਬਸੈ ਸੁਖ ਨਾਲਿ ॥
ہوہی اچنت بسئے سُکھ نال۔
شما ازاد خواهید شد و در صلح زندگی خواهید کرد.

ਸਾਸਿ ਗ੍ਰਾਸਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸਮਾਲਿ ॥
ساس گراس ہر نام سمال۔
نام خدا را با هر نفس و هر نفسی به یاد داشته باشید

ਛਾਡਿ ਸਿਆਨਪ ਸਗਲੀ ਮਨਾ ॥
چھاد سیانپ سگلی منا۔
به نظر من، تمام هوش خود را کنار بگذارید،

ਸਾਧਸੰਗਿ ਪਾਵਹਿ ਸਚੁ ਧਨਾ ॥
سادھسنگ پاوہی سچ دھنا۔
ثروت ابدی نعام را در جماعت مقدس دریافت خواهید کرد.

ਹਰਿ ਪੂੰਜੀ ਸੰਚਿ ਕਰਹੁ ਬਿਉਹਾਰੁ ॥
ہر پونجی سنچ کرہو بیؤہار۔
مال نام خدا را جمع کن و به این عمل راستین بپرداز.

ਈਹਾ ਸੁਖੁ ਦਰਗਹ ਜੈਕਾਰੁ ॥
ایہا سُکھ درگہی جیکار۔
در اینجا آرامش و عزت در بارگاه خدا به دست خواهید آورد

ਸਰਬ ਨਿਰੰਤਰਿ ਏਕੋ ਦੇਖੁ ॥
سرب نرنتر ایکو دیکھ
بنگر که در همه جا نفوذ دارد

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਜਾ ਕੈ ਮਸਤਕਿ ਲੇਖੁ ॥੭॥
کہو نانک جا کے مستک لیکھ
ناناک می گوید، کسی که از پیش مقدر شده است این برکت را دریافت می کند.

ਏਕੋ ਜਪਿ ਏਕੋ ਸਾਲਾਹਿ ॥

ایکو جپ ایکو سلاہی۔
فقط در مورد خدا فکر کنید و فقط ان را ستایش کنید

ਏਕੁ ਸਿਮਰਿ ਏਕੋ ਮਨ ਆਹਿ ॥
ایک سِمر ایک من آہی۔
یگانه را به خاطر بسپارید و در ذهن خود مشتاق آن باشید

ਏਕਸ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਉ ਅਨੰਤ ॥
ایکس کے گن گاؤ اننت۔
ستایش های بی پایان با شکوه یکی را بخوان

ਮਨਿ ਤਨਿ ਜਾਪਿ ਏਕ ਭਗਵੰਤ ॥
من تن جاپ ایک بھگونت۔
با ذهن و جسم، در مورد خدای یگانه مراقبه کنید

ਏਕੋ ਏਕੁ ਏਕੁ ਹਰਿ ਆਪਿ ॥
ایکو ایک ایک ہر آپ۔
خود خدای یگانه یگانه و یگانه است

ਪੂਰਨ ਪੂਰਿ ਰਹਿਓ ਪ੍ਰਭੁ ਬਿਆਪਿ ॥
پورن پور رہیو پربھ بیؤہ۔
خدای کامل در همه جا حضور دارد

ਅਨਿਕ ਬਿਸਥਾਰ ਏਕ ਤੇ ਭਏ ॥
انک بستار ایک تے بھائے۔

گستره های فراوان خلقت همگی از سوی یگانه آمده است

ਏਕੁ ਅਰਾਧਿ ਪਰਾਛਤ ਗਏ ॥
ایک ارادھ پرچھٹ گئے۔
با یاد کردن خدای یگانه با عبادت عبادت عاشقانه، همه گناهان پاک می شود

ਮਨ ਤਨ ਅੰਤਰਿ ਏਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਰਾਤਾ ॥
من تن انتر ایک پربھ راتا۔
کسی که ذهن و بدن خود را با عشق یکی (خدا) اغشته است

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਨਕ ਇਕੁ ਜਾਤਾ ॥੮॥੧੯॥
گر پرساد نانک اک جاتا۔
ای نانک، به لطف استاد مذهبی، او به یگانگی پی برده است.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਫਿਰਤ ਫਿਰਤ ਪ੍ਰਭ ਆਇਆ ਪਰਿਆ ਤਉ ਸਰਨਾਇ ॥
فرت فرت پربھ آئیا پریا تاؤ سرنا-آئے-
خدایا، پس از سرگردانی در تجسم های بی شمار، به پناه تو آمده ام.

ਨਾਨਕ ਕੀ ਪ੍ਰਭ ਬੇਨਤੀ ਅਪਨੀ ਭਗਤੀ ਲਾਇ ॥੧॥
نانک کی پربھ بینتی اپنی بھگتی لائے-
خدایا این دعای خضوع نانک است، مرا به عبادتت برکت بده.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
آسٹپدی
اشتاپادي

ਜਾਚਕ ਜਨੁ ਜਾਚੈ ਪ੍ਰਭ ਦਾਨੁ ॥
جاچک جن جاچے پربھ دان-
خدایا این بنده حقیر از تو عطای نعام را طلب می کند.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਦੇਵਹੁ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ॥
کر کرپا دیوہو ہر نام-
خواهش می کنم به من رحم کن و نام را به من برکت دهید.

ਸਾਧ ਜਨਾ ਕੀ ਮਾਗਉ ਧੂਰਿ ॥
سادھ جنا کی ماگؤ دھور-
من برای فروتنانه ترین خدمت مقدسین درخواست می کنم

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਮੇਰੀ ਸਰਧਾ ਪੂਰਿ ॥
پاربرہم میری سردھا پور-
خدای بزرگ، لطفا این اشتیاق من را براورده کن.

ਸਦਾ ਸਦਾ ਪ੍ਰਭ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਵਉ ॥
سدا سدا پربھ کے گن گاوا-ؤ-
من می توانم فضایل خدا را برای همیشه و همیشه بخوانم

ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਪ੍ਰਭ ਤੁਮਹਿ ਧਿਆਵਉ ॥
ساس ساس پربھ تمہ دھیاوا-ؤ-
خدایا من ممکن است عاشقانه با هر نفس در مورد تو فکر کنم.

ਚਰਨ ਕਮਲ ਸਿਉ ਲਾਗੈ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥
چرن کمل سیو لاگئے پریت-
باشد که من با عشق به نام بی عیب و نقص شما اغشته شوم،

ਭਗਤਿ ਕਰਉ ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਨਿਤ ਨੀਤਿ ॥
بھگت کرو پربھ کی نت نیت-
و خدا را هر روز با احترام به یاد اورم

ਏਕ ਓਟ ਏਕੋ ਆਧਾਰੁ ॥
ایک اوٹ ایکو آدھار۔
نام خدا تنها پناهگاه من است، تنها حمایت من

ਨਾਨਕੁ ਮਾਗੈ ਨਾਮੁ ਪ੍ਰਭ ਸਾਰੁ ॥੧॥
نانک ماگئے نام پربھ سار۔
ناناک بزرگترین نام خدا را می خواهد.

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਮਹਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥
پربھ کی درشٹ مہا سُکھ ہوئے۔
نگاه لطف خداوند سعادت عالی را به ارمغان می آورد

ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਵੈ ਬਿਰਲਾ ਕੋਇ ॥
ہر رس پاوے برلا کوئے۔
اما فقط یک نفر نادر شهد نام خدا را دریافت می کند

ਜਿਨ ਚਾਖਿਆ ਸੇ ਜਨ ਤ੍ਰਿਪਤਾਨੇ ॥
جن چاکھیا سے جن ترپتانے۔

کسانی که از شهد نعم خورده اند کاملا راضی هستند

ਪੂਰਨ ਪੁਰਖ ਨਹੀ ਡੋਲਾਨੇ ॥
پورن پروخ نہیں ڈولانے۔
آنها انسان های کاملی شده اند و در هیچ شرایطی تزلزل نمی کنند

ਸੁਭਰ ਭਰੇ ਪ੍ਰੇਮ ਰਸ ਰੰਗਿ ॥
سبھر بھرے پریم رس رنگ۔
آنها کاملاً مملو از لذت شیرین عشق به خدا هستند

ਉਪਜੈ ਚਾਉ ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥
اپجئے چاؤ سادھ کے سنگ۔
اشتیاق به اتحاد با خدا در شرکت مقدس در آنها موج می زند

ਪਰੇ ਸਰਨਿ ਆਨ ਸਭ ਤਿਆਗਿ ॥
پرے سرن آن سبھ تیاگ۔
با کنار گذاشتن حمایت دیگران به پناه خدا می آیند

ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰਗਾਸ ਅਨਦਿਨੁ ਲਿਵ ਲਾਗਿ ॥
انتر پرگاس اندن لگ لائے۔
آنها که از نظر روحی روشن شده اند، شب و روز به خدا تعظیم می کنند

ਬਡਭਾਗੀ ਜਪਿਆ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋਇ ॥
بدبھاگی جپیا پربھ سوئے۔
خوشا به حال کسانی که خدا را دوست دارند

ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥੨॥
نانک نام رتے سُکھ ہوئے
ای نانک، با آغشته شدن به نعم، آرامش حاصل می شود

ਸੇਵਕ ਕੀ ਮਨਸਾ ਪੂਰੀ ਭਈ ॥
سیوک کی منسا پوری ہوئی-
خواسته های ذهن یک پیرو براورده می شود،

ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਨਿਰਮਲ ਮਤਿ ਲਈ ॥
ستگروں تے نرمل مت لائی-
پس از دریافت اموزش های بی نظیر از استاد واقعی

ਜਨ ਕਉ ਪ੍ਰਭੁ ਹੋਇਓ ਦਇਆਲੁ ॥
جن کو پربھ ہوئو دیال-
خدا به بنده فروتن خود رحم می کند

ਸੇਵਕੁ ਕੀਨੋ ਸਦਾ ਨਿਹਾਲੁ ॥
سیوک کینوں سدا نہال-
و تا ابد از او راضی است

ਬੰਧਨ ਕਾਟਿ ਮੁਕਤਿ ਜਨੁ ਭਇਆ ॥
بندھن کاٹ مکت جن بھئے-
با قطع تمام پیوندهای مایا، آن بنده آزاد می شود،

ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੂਖੁ ਭ੍ਰਮੁ ਗਇਆ ॥
جنم مرن دوکھ بھرم گئے-
درد چرخه تولد و مرگ و شک از بین می رود.

ਇਛ ਪੁਨੀ ਸਰਧਾ ਸਭ ਪੂਰੀ ॥
اچھ پنی سردھا سبھ پوری-
میل فداکار برای رهایی برآورده می شود، فداکاری او به طور کامل پاداش می گیرد

ਰਵਿ ਰਹਿਆ ਸਦ ਸੰਗਿ ਹਜੂਰੀ ॥
رو رہیا سد سنگ ہجوری-
حضور خدا را در همه جا و در درون خود برای همیشه احساس می کند

ਜਿਸ ਕਾ ਸਾ ਤਿਨਿ ਲੀਆ ਮਿਲਾਇ ॥
جس کا سا تن لئیا ملائے-
عابد با خدایی که از آن تعلق دارد متحد می شود،

ਨਾਨਕ ਭਗਤੀ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇ ॥੩॥
نانک بھگتی نام سمائے.
ای نانک، با عبادت عبادی، آن بنده در نعم می ماند.

ਸੋ ਕਿਉ ਬਿਸਰੈ ਜਿ ਘਾਲ ਨ ਭਾਨੈ ॥
سو کیوں بسرائی جے غال نہ بھانے؟
چرا او را فراموش کنیم که نمی گذارد زحمات انسان ها هدر رود؟

ਸੋ ਕਿਉ ਬਿਸਰੈ ਜਿ ਕੀਆ ਜਾਨੈ ॥
سو کیوں بسرائی جے کیا جانے؟
چرا او را فراموش کنیم، کسی انچه را که ما انجام می دهیم تصدیق می کند؟

ਸੋ ਕਿਉ ਬਿਸਰੈ ਜਿਨਿ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਦੀਆ ॥
سو کیوں بسرائی جن سبھ کچھ دیا؟

چرا او را فراموش کنیم، کسی که همه چیز را به ما داده است؟

ਸੋ ਕਿਉ ਬਿਸਰੈ ਜਿ ਜੀਵਨ ਜੀਆ ॥
سوکیو بسرس جی جیوان جیا
چرا او را که حیات موجودات زنده است فراموش کنیم؟

ਸੋ ਕਿਉ ਬਿਸਰੈ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਰਾਖੈ ॥
سو کیو بیسرئے جے آگن مي راخئے۔
چرا او را فراموش کنیم که ما را در آتش رحم حفظ می کند؟

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਕੋ ਬਿਰਲਾ ਲਾਖੈ ॥
گر پرساد کو برلا لاخئے۔
افرد اندکی است که این را با لطف استاد درک می کند،

ਸੋ ਕਿਉ ਬਿਸਰੈ ਜਿ ਬਿਖੁ ਤੇ ਕਾਢੈ ॥
سو کیو بیسرئے جے بیخ تي کادئے۔
چرا او را فراموش کنیم، کسی که ما را از گناهان دنیوی نجات می دهد؟

ਜਨਮ ਜਨਮ ਕਾ ਟੂਟਾ ਗਾਢੈ ॥
جنم جنم کا توتا گادئے۔
و فانی را که برای عمرهای بی شماری از او جدا شده بود با او متحد می کند؟

ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਤਤੁ ਇਹੈ ਬੁਝਾਇਆ ॥
گر پوري تت اہئے بجھائیئے۔
پیروانی که گوروی کامل آنها را برای درک این ماهیت ساخته است،

ਪ੍ਰਭੁ ਅਪਨਾ ਨਾਨਕ ਜਨ ਧਿਆਇਆ ॥੪॥
پربه اپنا نانک جن دھیائیئے۔
ای نانک، آنها با عشق و ارادت در مورد استاد خود تفکر کرده اند

ਸਾਜਨ ਸੰਤ ਕਰਹੁ ਇਹੁ ਕਾਮੁ ॥
ساجن سنت کرھو اہئے کام۔
ای دوستان مقدس من، این وظیفه را به عهده بگیرید،

ਆਨ ਤਿਆਗਿ ਜਪਹੁ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ॥
آن تیاگ جپھو ہر نام-
یاد کردن نام خدا تفکر و رد تمام اعمال ایینی دیگر کرده باشید.

ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਸੁਖ ਪਾਵਹੁ ॥
سمر سمر سمر سکھ پاؤ ہو-

پیوسته در نام خدا تعمق کنید و از طعم سعادت لذت ببرید

ਆਪਿ ਜਪਹੁ ਅਵਰਹ ਨਾਮੁ ਜਪਾਵਹੁ ॥
آپ جپھو آورہ نام جپاؤ ہو-
خودتان روی نام تقکر کنید و دیگران را نیز تشویق کنید که همین کار را انجام دهند

ਭਗਤਿ ਭਾਇ ਤਰੀਐ ਸੰਸਾਰੁ ॥
بھگت بھا-ئے تری-ئے سنسار-
انسان با عشق به عبادت از اقیانوس جهانی رذایل عبور می کند

ਬਿਨੁ ਭਗਤੀ ਤਨੁ ਹੋਸੀ ਛਾਰੁ ॥
بن بھگتی تن ہوسی چھار-
اگر انسانی عبادت خدا را نکند پس این انسان عبث پیدا شده.

ਸਰਬ ਕਲਿਆਣ ਸੂਖ ਨਿਧਿ ਨਾਮੁ ॥
سرب کلیاں سوکھ ندھ نام-
نعم گنجینه همه خوشبختی و آرامش است

ਬੂਡਤ ਜਾਤ ਪਾਏ ਬਿਸ੍ਰਾਮੁ ॥
بودت جات پائے بسرام-
حتی کسی که در رذیلت ها غرق می شود، با مراقبه در نعام نجات پیدا می کند

ਸਗਲ ਦੂਖ ਕਾ ਹੋਵਤ ਨਾਸੁ ॥
سگل دوکھ کا ہووت ناس-
همه غم ها با یاد خدا از بین می رود

ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਗੁਨਤਾਸੁ ॥੫॥
نانک نام جپھو گنتاس-
پس ای نانک در نعم که گنجینه فضایل است تأمل کن

ਉਪਜੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪ੍ਰੇਮ ਰਸੁ ਚਾਉ ॥
اپجی پریت پریم رس چاؤ-
کسی که در آن عشق و محبت و اشتیاق به خدا رجوع کرده است،

ਮਨ ਤਨ ਅੰਤਰਿ ਇਹੀ ਸੁਆਉ ॥
من تن انتر ایہ سوآؤ-
فقط همین هدیه نعام را می خواهد

ਨੇਤ੍ਰਹੁ ਪੇਖਿ ਦਰਸੁ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥
نیترہو پیکھ درس سکھ ہوئے۔

با توجه به چشم انداز پر برکت او (به دنبال توصیه گورو)، احساس سعادت می کند

ਮਨੁ ਬਿਗਸੈ ਸਾਧ ਚਰਨ ਧੋਇ ॥
من بگسئے صادھ چرن دوئے۔
ذهن او با پیروی صادقانه از اموزه های گورو در خوشی زیاد شگوفا می شود

ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੈ ਮਨਿ ਤਨਿ ਰੰਗੁ ॥
بھگت جنا کئی من تن رنگ۔
زیرا روح و جسم خداوند با عشق او امیخته شده است

ਬਿਰਲਾ ਕੋਊ ਪਾਵੈ ਸੰਗੁ ॥
برلا کوؤ پاوئے سنگ۔
کمتر کسی است که به جمع این گونه بندگان خدا بپیوندد

ਏਕ ਬਸਤੁ ਦੀਜੈ ਕਰਿ ਮਇਆ ॥
ایک بست دیجئے کر مئیا۔
خدایا این یک هدیه را به ما برکت بده

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਮੁ ਜਪਿ ਲਇਆ ॥
گر پرساد نام جپ لئیا۔
تا به لطف معلم مذهبی بتوانیم نام شما را یا د کنیم

ਤਾ ਕੀ ਉਪਮਾ ਕਹੀ ਨ ਜਾਇ ॥
تا کی اپما کھی نہ جائے۔
عظمت او قابل توصیف نیست

ਨਾਨਕ ਰਹਿਆ ਸਰਬ ਸਮਾਇ ॥੬॥
نانک رہیا سرب سمائے۔
ای نانک، او همه را فرا گرفته است

ਪ੍ਰਭ ਬਖਸੰਦ ਦੀਨ ਦਇਆਲ ॥
پربھ بخشند دین دیال۔
ای خداوند بخشنده و مهربان حلیم،

ਭਗਤਿ ਵਛਲ ਸਦਾ ਕਿਰਪਾਲ ॥
بھگت وچھل سدا کرپال۔
ای بخشنده و مهربان!

ਅਨਾਥ ਨਾਥ ਗੋਬਿੰਦ ਗੁਪਾਲ ॥
اناتھ ناتھ گوبند گپال۔

شما پشتیبان افراد بی پشتوانه، محافظ جهان هستید

ਸਰਬ ਘਟਾ ਕਰਤ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ॥
سرب غٹا کرت پرتیپال
ای نگهدارنده همه موجودات

ਆਦਿ ਪੁਰਖ ਕਾਰਣ ਕਰਤਾਰ ॥
آد پورخ کارن کرتار۔
شما موجود اولیه هستید، شما خالق جهان هستید

ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੇ ਪ੍ਰਾਨ ਅਧਾਰ ॥
بھگت جنا کے پران اڈار۔
ای پشتیبان زندگی بنده گان !

ਜੋ ਜੋ ਜਪੈ ਸੁ ਹੋਇ ਪੁਨੀਤ ॥
جو جو جپئے سو ہوئے پنیت۔
هر کس در تو تدبر کند مقدس است

ਭਗਤਿ ਭਾਇ ਲਾਵੈ ਮਨ ਹੀਤ ॥
بھگت بھاۓ لاوئے من ہیت۔
در حالی که ذهن را در عشق به عبادت عبادی متمرکز می کنیم.

ਹਮ ਨਿਰਗੁਨੀਆਰ ਨੀਚ ਅਜਾਨ ॥
ہم نرگنیار نیچ اجان۔
ما بی لیاقت، نادان و بدخواه هستیم،

ਨਾਨਕ ਤੁਮਰੀ ਸਰਨਿ ਪੁਰਖ ਭਗਵਾਨ ॥੭॥
نانک تمری سرن پورخ بھگوان۔
ای نانک دعا کن و بگو خدایا به حرم تو آمده ایم. |

ਸਰਬ ਬੈਕੁੰਠ ਮੁਕਤਿ ਮੋਖ ਪਾਏ ॥
سرب بیکنٹ مکت موخ پائے۔
کسی را در نظر بگیرید که تمام آسایش های آسمانی، رهایی از رذایل و رهایی از چرخه های تولد و مرگ را دریافت کرده است،

ਏਕ ਨਿਮਖ ਹਰਿ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਏ ॥
ایک نمخ ہر کے گن گائے۔

اگر کسی حمد و ثنای خداوند را حتی برای یک لحظه خوانده باشد.

ਅਨਿਕ ਰਾਜ ਭੋਗ ਬਡਿਆਈ ॥
انک راج بھوگ بڑیآئی۔
یکی را در نظر بگیرید که قدرت پادشاهی ها، لذت ها و جلال بی شماری را دریافت کرده است.

ਹਰਿ ਕੇ ਨਾਮ ਕੀ ਕਥਾ ਮਨਿ ਭਾਈ ॥
ہر کے نام کی کتھا من بھائی۔

که دوست دارد حمد خدا را بخواند.

ਬਹੁ ਭੋਜਨ ਕਾਪਰ ਸੰਗੀਤ ॥
بہو بھوجن کاپر سنگیت۔
در نظر بگیرید که یک نفر تمام لذت دنیوی را از لباس های زیبا، غذاهای خوشمزه و موسیقی آرام بخش دریافت کرده است

ਰਸਨਾ ਜਪਤੀ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨੀਤ ॥
رسنا جپتی ہر ہر نیت۔
که همیشه به یاد خداست و نام خدا را بر زبان می آورد.

ਭਲੀ ਸੁ ਕਰਨੀ ਸੋਭਾ ਧਨਵੰਤ ॥
بھلی سو کرنی سوبھا دھنونت۔
اعمال آن شخص با فضیلت است، جلال می یابد و از نظر روحی غنی است

ਹਿਰਦੈ ਬਸੇ ਪੂਰਨ ਗੁਰ ਮੰਤ ॥
ہردئی بسے پورن گر منت۔
که در قلب او تعالیم گورو ساکن است

ਸਾਧਸੰਗਿ ਪ੍ਰਭ ਦੇਹੁ ਨਿਵਾਸ ॥
سادھسنگ پربھ دئے نواس۔
خدایا به من جایگاهی در هیئت حضرت حق عطا کن.

ਸਰਬ ਸੂਖ ਨਾਨਕ ਪਰਗਾਸ ॥੮॥੨੦॥
سرب سوکھ نانک پرگاس۔
ای نانك، با اقامت در کنار او، همه آسایش ها آشکار می شود

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک

شالوک:

ਸਰਗੁਨ ਨਿਰਗੁਨ ਨਿਰੰਕਾਰ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧੀ ਆਪਿ ॥
سرگن نرگن نرنکار سن سمادھی آپ۔
خداوند همه چیز را می گزیند و همه چیز را نمی گزیند. او خودش در مراقبه مطلق باقی می ماند

ਆਪਨ ਕੀਆ ਨਾਨਕਾ ਆਪੇ ਹੀ ਫਿਰਿ ਜਾਪਿ ॥੧॥
آپن کیا نانکا آپے ہی فر جاپ۔
ای نانک، او خودش این جهان را افریده است و از طریق افرینش خود بر خود تفکر می کند.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
استپدی
اشتاپادي

ਜਬ ਅਕਾਰੁ ਇਹੁ ਕਛੁ ਨ ਦ੍ਰਿਸਟੇਤਾ ॥

جب اکار اہ کچھ نہ درستیتا۔
زمانی که این جهان هنوز به هیچ شکل قابل مشاهده ای ظاهر نشده بود،

ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਤਬ ਕਹ ਤੇ ਹੋਤਾ ॥
پاپ پن تب کہ تے ہوتا۔
چه کسی مرتکب گناه و اعمال نیک شد؟

ਜਬ ਧਾਰੀ ਆਪਨ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧਿ ॥
جب ڈھاری آپن سن سمادھ
هنگامی که خدا در عمق وجودش بود،

ਤਬ ਬੈਰ ਬਿਰੋਧ ਕਿਸੁ ਸੰਗਿ ਕਮਾਤਿ ॥
تب بیر برود کس سنگ کمات۔
پس نفرت و حسادت به چه کسی هدایت شد؟

ਜਬ ਇਸ ਕਾ ਬਰਨੁ ਚਿਹਨੁ ਨ ਜਾਪਤ ॥
جب اس کا برن چہن نہ جاپت۔
زمانی که هیچ رنگ و شکلی از این دنیا دیده نمی شد،

ਤਬ ਹਰਖ ਸੋਗ ਕਹੁ ਕਿਸਹਿ ਬਿਆਪਤ ॥
تب ہرکھ سوگ کہو کسے بئاپت۔

پس چه کسی شادی و غم را تجربه کرد؟

ਜਬ ਆਪਨ ਆਪ ਆਪਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ॥
جب آپن آپ آپ پاربرہم۔
وقتی خدای متعال تنها بود،

ਤਬ ਮੋਹ ਕਹਾ ਕਿਸੁ ਹੋਵਤ ਭਰਮ ॥
تب موہ کہا کس ہوت بھرم۔
پس وابستگی عاطفی کجا بود و چه کسی شک داشت؟

ਆਪਨ ਖੇਲੁ ਆਪਿ ਵਰਤੀਜਾ ॥
نانک کرنیہار نہ دوجا۔
ای ناناک، خالق دیگری وجود ندارد

ਨਾਨਕ ਕਰਨੈਹਾਰੁ ਨ ਦੂਜਾ ॥੧॥
جب ہوت پربہ کیول دھنی۔
هنگامی که فقط خدا وجود داشت، استاد،

ਜਬ ਹੋਵਤ ਪ੍ਰਭ ਕੇਵਲ ਧਨੀ ॥
تب بندھ مکت کہو کس کؤ گنی۔
پس چه کسی به مایا وابسته بود یا از مایا ازاد شد؟

ਤਬ ਬੰਧ ਮੁਕਤਿ ਕਹੁ ਕਿਸ ਕਉ ਗਨੀ ॥

جب ایکہ ہر اگم اپار۔

زمانی که فقط خدای ن غیر قابل درک و نامتناهی وجود داشت،

ਜਬ ਏਕਹਿ ਹਰਿ ਅਗਮ ਅਪਾਰ ॥
تب نرک سرگ کہو کاؤن اتار۔
پس چه کسی وارد جهنم شد و چه کسی وارد بهشت شد؟

ਤਬ ਨਰਕ ਸੁਰਗ ਕਹੁ ਕਉਨ ਅਉਤਾਰ ॥
جب نرگن پربھ سہج سبھائے۔
زمانی که خداوند بدون صفات و در مقام مطلق بود،

ਜਬ ਨਿਰਗੁਨ ਪ੍ਰਭ ਸਹਜ ਸੁਭਾਇ ॥
تب سوی سکت کہہو کت ٹھائے۔

پس روح (شیوا) کجا و (شکتی) کجا بود

ਤਬ ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਕਹਹੁ ਕਿਤੁ ਠਾਇ ॥
جب آپہ آپ اپنی جوت دھرئی۔
هنگامی که نور خود را بر خود نگه داشت،

ਜਬ ਆਪਹਿ ਆਪਿ ਅਪਨੀ ਜੋਤਿ ਧਰੈ ॥
تب کون ندار کون کٹ درئی۔
پس چه کسی نترس بود و چه کسی از کسی می ترسید؟

ਤਬ ਕਵਨ ਨਿਡਰੁ ਕਵਨ ਕਤ ਡਰੈ ॥
آپن چلت آپ کرنیہار۔
او خودش بازیگر بازی های خود است.

ਆਪਨ ਚਲਿਤ ਆਪਿ ਕਰਨੈਹਾਰ ॥
نانک تھاکور اگم اپار۔
ای نانک، استاد اعظم نامحدود و نامتناهی است.

ਨਾਨਕ ਠਾਕੁਰ ਅਗਮ ਅਪਾਰ ॥੨॥
ابہناسی سکھ آپن آسن۔
هنگامی که خداوند در ارامش خود غرق شد،

ਅਬਿਨਾਸੀ ਸੁਖ ਆਪਨ ਆਸਨ ॥
تہ جنم مرن کہو کہا بناسن۔
تولد، مرگ و نابودی کجا بود؟

ਤਹ ਜਨਮ ਮਰਨ ਕਹੁ ਕਹਾ ਬਿਨਾਸਨ ॥
جب پورن کرتا پربھ سوئے۔
هنگامی که فقط خدا وجود داشت، خالق کامل،

ਜਬ ਪੂਰਨ ਕਰਤਾ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋਇ ॥
تب جم کی تراس کہو کس ہوئے۔

پس چه کسی از مرگ می ترسید؟

ਤਬ ਜਮ ਕੀ ਤ੍ਰਾਸ ਕਹਹੁ ਕਿਸੁ ਹੋਇ ॥
جب ابگت اگچر پربھ ایکا۔
زمانی که تنها خدای یگانه بود، آشکار و نامفهوم،

ਜਬ ਅਬਿਗਤ ਅਗੋਚਰ ਪ੍ਰਭ ਏਕਾ ॥
تب چتر گپت کس پوچھت لیکھا۔
پس چه کسانی از انان درخواست کردند که حساب کارهایشان را بدهند؟

ਤਬ ਚਿਤ੍ਰ ਗੁਪਤ ਕਿਸੁ ਪੂਛਤ ਲੇਖਾ ॥
جب ناتھ نرنجن اگچر اگادھے۔
زمانی که فقط استاد معصوم، نامفهوم و غیر قابل درک وجود داشت،

ਜਬ ਨਾਥ ਨਿਰੰਜਨ ਅਗੋਚਰ ਅਗਾਧੇ ॥
تب کاؤن چھتے کاؤن بندھن بادھے۔
پس چه کسی رها شد و چه کسی در قید و بندهای مایا بود؟

ਤਬ ਕਉਨ ਛੁਟੇ ਕਉਨ ਬੰਧਨ ਬਾਧੇ ॥
آپن آپ آپ ہی اچرجا۔
آن خدای شگفت انگیز به تنهایی مانند خودش است

ਆਪਨ ਆਪ ਆਪ ਹੀ ਅਚਰਜਾ ॥
نانک آپن روپ آپ ہی اپرجا۔
ای نانک، او خودش شکل خودش را خلق کرده است.

ਜਹ ਨਿਰਮਲ ਪੁਰਖੁ ਪੁਰਖ ਪਤਿ ਹੋਤਾ ॥
جہ نرمل پرخ پرخ پت ہوتا۔
زمانی که وجود معصوم، ارباب بشر، تماماً به تنهایی بود،

ਤਹ ਬਿਨੁ ਮੈਲੁ ਕਹਹੁ ਕਿਆ ਧੋਤਾ ॥
تہ بن میل کہو کیا دھوتا۔
هیچ پلیدی از گناه وجود نداشت، پس چه چیزی برای شستن وجود داشت؟

ਜਹ ਨਿਰੰਜਨ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਿਰਬਾਨ ॥
جہ نرنجن نرنکار نربان۔
زمانی که فقط خدای بی آلایش، بی شکل و بی آرزو وجود داشت،

ਤਹ ਕਉਨ ਕਉ ਮਾਨ ਕਉਨ ਅਭਿਮਾਨ ॥
کرن کراون کرنیہار۔
پس چه کسی عزت نفس داشت و چه کسی خودخواهی داشت؟

ਜਹ ਸਰੂਪ ਕੇਵਲ ਜਗਦੀਸ ॥
تہ کاؤن کو من کاؤن ابھمان۔

وقتی فقط ارباب جهان بود

ਤਹ ਛਲ ਛਿਦ੍ਰ ਲਗਤ ਕਹੁ ਕੀਸ ॥
جہ سروپ کیول جگدیس۔
پس چه کسی با فریب و گناه الوده شده است؟

ਜਹ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੀ ਜੋਤਿ ਸੰਗਿ ਸਮਾਵੈ ॥
تہ چھل چھدر لگت کہو کیس۔

وقتی تجسم نور (خدا) در نور خودش غوطه ور شد،

ਤਹ ਕਿਸਹਿ ਭੂਖ ਕਵਨੁ ਤ੍ਰਿਪਤਾਵੈ ॥
جہ جوت سروپی جوت سنگ سماوے۔
پس چه کسی در حسرت مایا بود و چه کسی راضی بود؟

ਕਰਨ ਕਰਾਵਨ ਕਰਨੈਹਾਰੁ ॥
تہ کسہ بھوک کون ترپتاوے۔
خداوند فاعل هر چیزی و مسبب همه اسباب است

ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕਾ ਨਾਹਿ ਸੁਮਾਰੁ ॥੪॥
نانک کرتے کا نہیں سمار۔
ای نانک، آفریدگار فراتر از تخمین است

ਜਬ ਅਪਨੀ ਸੋਭਾ ਆਪਨ ਸੰਗਿ ਬਨਾਈ ॥
جب اپنی صبا آپن سنگ بنائی۔
هنگامی که او جلال خود را در درون خود داشت،

ਤਬ ਕਵਨ ਮਾਇ ਬਾਪ ਮਿਤ੍ਰ ਸੁਤ ਭਾਈ ॥
تب کون ماں باپ متر ست بھائی۔
پس مادر، پدر، دوست، فرزند یا خواهر و برادر کی بود؟

ਜਹ ਸਰਬ ਕਲਾ ਆਪਹਿ ਪਰਬੀਨ ॥
جہ سرب کلہ آپہ پربین۔
هنگامی که خود خدا در تمام قدرتها نهایت بود،

ਤਹ ਬੇਦ ਕਤੇਬ ਕਹਾ ਕੋਊ ਚੀਨ ॥
تہ بید کتیب کہا کوئ چین۔
پس کجا کسی بود که وداها و کیتباس (کتاب های مذهبی) را می خواند؟

ਜਬ ਆਪਨ ਆਪੁ ਆਪਿ ਉਰਿ ਧਾਰੈ ॥
جب آپن آپ آپ ار دھارئے۔
وقتی خودش را برای خودش نگه داشت،

ਤਉ ਸਗਨ ਅਪਸਗਨ ਕਹਾ ਬੀਚਾਰੈ ॥

تۆ سگن اپسگن کہا بیچارئے۔

پس چه کسی فال را خوب یا بد دانست؟

ਜਹ ਆਪਨ ਊਚ ਆਪਨ ਆਪਿ ਨੇਰਾ ॥
جہ آپن اوچ آپن آپ نیرا۔
در حالی که او برتر و پایین تر بود.

ਤਹ ਕਉਨ ਠਾਕੁਰੁ ਕਉਨੁ ਕਹੀਐ ਚੇਰਾ ॥
تہ کون تھاکور کون کہئے چیرا۔
پس چه کسی ارباب بود و چه کسی خدمتکار بود؟

ਬਿਸਮਨ ਬਿਸਮ ਰਹੇ ਬਿਸਮਾਦ ॥
بسمن بسم رہے بسماد۔
مردم از شگفتی های شگفت انگیز خلقت شما شگفت زده می شوند.

ਨਾਨਕ ਅਪਨੀ ਗਤਿ ਜਾਨਹੁ ਆਪਿ ॥੫॥
نانک آپنی گت جانہو آپ۔
ناناک می گوید، ای خدا فقط تو وضعیتت را می دانی

ਜਹ ਅਛਲ ਅਛੇਦ ਅਭੇਦ ਸਮਾਇਆ ॥
جہ اچھل اچھید ابھید سمائیا۔
وقتی فریب ناپذیر، نابود نشدنی، نامفهوم، خود را فرو می برد.

ਊਹਾ ਕਿਸਹਿ ਬਿਆਪਤ ਮਾਇਆ ॥
اوہا کسہ بئاپت مائیا۔
پس چه کسی تحت تأثیر مایا (حواس پرتی دنیوی) قرار گرفت؟

ਆਪਸ ਕਉ ਆਪਹਿ ਆਦੇਸੁ ॥
آپس کو آپہ آدئس۔
هنگامی که به خود ادای احترام کرد،

ਤਿਹੁ ਗੁਣ ਕਾ ਨਾਹੀ ਪਰਵੇਸੁ ॥
تہو گن کا نہی پرویس۔
سپس سه حالت مایا (قدرت، رذایل و فضیلت) غالب نشدند

ਜਹ ਏਕਹਿ ਏਕ ਏਕ ਭਗਵੰਤਾ ॥
جہ ایکہ ایک ایک بھگونتا۔
زمانی که تنها خدای یگانه و برتر وجود داشت،

ਤਹ ਕਉਨੁ ਅਚਿੰਤੁ ਕਿਸੁ ਲਾਗੈ ਚਿੰਤਾ ॥
تہ کون اچنت کس لاگئ چنتا۔

پس چه کسی مضطرب نبود و چه کسی احساس اضطراب کرد؟

ਜਹ ਆਪਨ ਆਪੁ ਆਪਿ ਪਤੀਆਰਾ ॥
جہ آپن آپ آپ پتی آرا۔
وقتی فقط خودش آنجا بود تا او را خشنود کند،

ਤਹ ਕਉਨੁ ਕਥੈ ਕਉਨੁ ਸੁਨਨੈਹਾਰਾ ॥
تہ کون کتھئے کون سنئہارا۔
پس گوینده کی بود و شنونده کی بود؟

ਬਹੁ ਬੇਅੰਤ ਊਚ ਤੇ ਊਚਾ ॥
نانک آپس کو آپہ پہوچا۔
او بسیار نامتناهی و والاترین در میان است.

ਨਾਨਕ ਆਪਸ ਕਉ ਆਪਹਿ ਪਹੂਚਾ ॥੬॥
جہ آپ رچیو پرپنچ اکار۔
ای ناناک، او به تنهایی می تواند خود را درک کند.

ਜਹ ਆਪਿ ਰਚਿਓ ਪਰਪੰਚੁ ਅਕਾਰੁ ॥
تہ گن مہ کیونو بستار۔
هنگامی که خدا این جهان را به شکل قابل مشاهده افرید،

ਤਿਹੁ ਗੁਣ ਮਹਿ ਕੀਨੋ ਬਿਸਥਾਰੁ ॥
پاپ پن تہ بھئی کہاوت۔
او جهان را در معرض سه حالت مایا (فساد، فضیلت و قدرت) قرار داد.

ਪਾਪੁ ਪੁੰਨੁ ਤਹ ਭਈ ਕਹਾਵਤ ॥
کوئ نرک کوئ سرگ بنچھاؤت۔
سپس مفهوم گناه و فضیلت به وجود امد.

ਕੋਊ ਨਰਕ ਕੋਊ ਸੁਰਗ ਬੰਛਾਵਤ ॥
آل جال مائیا جنجال۔
در نتیجه، برخی به جهنم رفتند و برخی ارزوی بهشت کردند

ਆਲ ਜਾਲ ਮਾਇਆ ਜੰਜਾਲ ॥
ھومئ موہ بھرم بھئ بار۔

دام های خانگی و گرفتاری های مایا،

ਹਉਮੈ ਮੋਹ ਭਰਮ ਭੈ ਭਾਰ ॥
دُکھ سُکھ مان اپمان۔
بارهای خودپرستی، دلبستگی، شک و ترس،

ਦੂਖ ਸੂਖ ਮਾਨ ਅਪਮਾਨ ॥
انک پرکار کیو بخیان۔
غم و لذت، عزت و آبرو،

ਅਨਿਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਕੀਓ ਬਖ੍ਯਾਨ ॥
آپن کھیل آپ کر دیکھئے-
همه اینها به طرق مختلف توصیف شد

ਆਪਨ ਖੇਲੁ ਆਪਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ॥
تب کون ندار کون کٹ درئی-
او بازی خود را می بیند که او خودش را آفریده است

ਖੇਲੁ ਸੰਕੋਚੈ ਤਉ ਨਾਨਕ ਏਕੈ ॥੭॥
کھیل سنکوچئے تؤ نانک ایکئے-
ای ناناک، وقتی او بازی خود را به پایان می رساند، آنگاه تنها می ماند.

ਜਹ ਅਬਿਗਤੁ ਭਗਤੁ ਤਹ ਆਪਿ ॥
ابھناسی سکھ آپن آسن-
هر جا که بنده خدای غیرمحسوس باشد، خودش هم انجاست.

ਜਹ ਪਸਰੈ ਪਾਸਾਰੁ ਸੰਤ ਪਰਤਾਪਿ ॥
تہ جنم مرن کہو کہا بناسن-
او از افرینش خود برای جلال مقدسین خود استفاده می کند.

ਦੁਹੂ ਪਾਖ ਕਾ ਆਪਹਿ ਧਨੀ ॥
جب پورن کرتا پربھ سوئے-
او صاحب اختیار هر دو طرف (حالت آشکار و پنهان خود) است.

ਉਨ ਕੀ ਸੋਭਾ ਉਨਹੂ ਬਨੀ ॥
تب جم کی تراس کہو کس ہوئے-
جلال آن اولیای الهی تنها بر آنهاست

ਆਪਹਿ ਕਉਤਕ ਕਰੈ ਅਨਦ ਚੋਜ ॥
جب ابگت اگچر پربھ ایکا-
او خودش معجزات و شادی های سعادتمند خود را انجام می دهد

ਆਪਹਿ ਰਸ ਭੋਗਨ ਨਿਰਜੋਗ ॥
تب چتر گپت کس پوچھت لیکھا-
او خودش از لذت ها لذت می برد، اما تحت تأثیر آن لذت ها قرار نمی گیرد.

ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਆਪਨ ਨਾਇ ਲਾਵੈ ॥
جب ناتھ نرنجن اگچر اگادھے-
هرکه را که بخواهد، به نام خود برکت می دهد.

ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਖੇਲ ਖਿਲਾਵੈ ॥
تب کاؤن چھتے کاؤن بندھن بادھے-
و هر که را بخواهد گرفتار خوشی های دنیوی می کند.

ਬੇਸੁਮਾਰ ਅਥਾਹ ਅਗਨਤ ਅਤੋਲੈ ॥
جیو بلاؤ تیو نانک داس بولئے۔
ای خدای بی نهایت، غیر قابل درک و ابدی،

ਜਿਉ ਬੁਲਾਵਹੁ ਤਿਉ ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਬੋਲੈ ॥੮॥੨੧॥
جی-و بولاهو تی-او ناناک دااس بولی
ای ناناک، همانطور که پیروانت را هدایت می کنی، انها اینگونه صحبت می کنند.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਜੀਅ ਜੰਤ ਕੇ ਠਾਕੁਰਾ ਆਪੇ ਵਰਤਣਹਾਰ ॥
جیا جنت کے ٹھاکورا آپے ورتنہار۔
ای مولای همه موجودات و مخلوقات، تو خودت بر همه جا غالب هستی.

ਨਾਨਕ ਏਕੋ ਪਸਰਿਆ ਦੂਜਾ ਕਹ ਦ੍ਰਿਸਟਾਰ ॥੧॥
نانک ایکو پسریا دوجا کہ درستار۔
ای نانک، خدا همه چیز را در بر دارد. به جز او، کجا دیده می شود؟

ਅਸਟਪਦੀ ॥
اشتاپدي
اشتاپادي

ਆਪਿ ਕਥੈ ਆਪਿ ਸੁਨਨੈਹਾਰੁ ॥
آپ کتھئے آپ سنئہار۔
خدا خودش ناطق و شنونده است

ਆਪਹਿ ਏਕੁ ਆਪਿ ਬਿਸਥਾਰੁ ॥
آپہ ایک آپ بستار۔
او خودش یکی است و کثیر است. (در خلقت او غالب است)

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਾ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਉਪਾਏ ॥
جا کو بھائے تا سرسٹ اپائے۔
هنگامی که او را راضی می کند، جهان را می افریند.

ਆਪਨੈ ਭਾਣੈ ਲਏ ਸਮਾਏ ॥
آپنۓ بھانۓ لئے سمائے۔
و هر گاه بخواهد آن را به خود باز می گرداند.

ਤੁਮ ਤੇ ਭਿੰਨ ਨਹੀ ਕਿਛੁ ਹੋਇ ॥
تم تے بھن نہیں کچھ ہوئے۔
خدایا بیرون از تو چیزی نیست.

ਆਪਨ ਸੂਤਿ ਸਭੁ ਜਗਤੁ ਪਰੋਇ ॥
آپن سوت سب جگت پروئے۔
تو تمام جهان را تابع فرمان خود نگه داشته ای.

ਜਾ ਕਉ ਪ੍ਰਭ ਜੀਉ ਆਪਿ ਬੁਝਾਏ ॥
جا کو پربھ جیو آپ بجھائے۔
خدایی که خودش کسی را قادر می سازد این مفهوم را درک کند،

ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਏ ॥
سچ نام سوئی جن پائے۔
آن شخص به تنهایی به نعم ابدی پی می برد

ਸੋ ਸਮਦਰਸੀ ਤਤ ਕਾ ਬੇਤਾ ॥
سو سمدرسی تت کا بیتا۔
چنین فردی بی طرفانه به همه نگاه می کند و دانای واقعیت است

ਨਾਨਕ ਸਗਲ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਜੇਤਾ ॥੧॥
نانک سگل سرسٹ کا جیتا۔
ای ناناک، او فاتح تمام جهان است.

ਜੀਅ ਜੰਤ੍ਰ ਸਭ ਤਾ ਕੈ ਹਾਥ ॥
جیا جنتر سبھ تا کئ ہاتھ
همه موجودات و مخلوقات تحت فرمان او هستند.

ਦੀਨ ਦਇਆਲ ਅਨਾਥ ਕੋ ਨਾਥੁ ॥
دین دیاال اناٹھ کو ناتھ

او نسبت به فروتنان و حمایت از ناتوانان مهربان است.

ਜਿਸੁ ਰਾਖੈ ਤਿਸੁ ਕੋਇ ਨ ਮਾਰੈ ॥
جس راکھئ تس کوئ نہ مارئے۔
هیچ کس نمی تواند کسی را که خدا از او محافظت می کند نابود کند.

ਸੋ ਮੂਆ ਜਿਸੁ ਮਨਹੁ ਬਿਸਾਰੈ ॥
سو موآ جس منہ بسارئے۔
با این حال، یک مرده روحانی را در نظر بگیرید که خدا او را رها کرده است.

ਤਿਸੁ ਤਜਿ ਅਵਰ ਕਹਾ ਕੋ ਜਾਇ ॥
تس تج اور کہا کو جائے۔
با ترک او، کسی کجا می تواند برود؟

ਸਭ ਸਿਰਿ ਏਕੁ ਨਿਰੰਜਨ ਰਾਇ ॥
سبھ سر ایک نرنجن رائے۔
خداوند متعال حافظ همه است.

ਜੀਅ ਕੀ ਜੁਗਤਿ ਜਾ ਕੈ ਸਭ ਹਾਥਿ ॥
جیا کی جگت جا کئ سبھ ہاتھ
او تمام اسرار همه موجودات را کنترل می کند.

ਅੰਤਰਿ ਬਾਹਰਿ ਜਾਨਹੁ ਸਾਥਿ ॥
انتر باہر جانہو ساتھ
بدانید که خداوند همیشه در درون و بیرون با شماست.

ਗੁਨ ਨਿਧਾਨ ਬੇਅੰਤ ਅਪਾਰ ॥
گن ندھان بیانت اپار-
کسی که گنجینه فضایل ، بی نهایت و بی پایان است ،

ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਸਦਾ ਬਲਿਹਾਰ ॥੨॥
نانک داس سدا بلیہار-
ای ناناک، پیروان خدا برای همیشه به او اختصاص داده شده است.

ਪੂਰਨ ਪੂਰਿ ਰਹੇ ਦਇਆਲ ॥
پورن پور رہے دیآل-
خدای مهربان در همه جا وجود دارد.

ਸਭ ਊਪਰਿ ਹੋਵਤ ਕਿਰਪਾਲ ॥
سبھ اوپر ہووت کرپال-

و مهربانی او به همه گسترش می یابد.

ਅਪਨੇ ਕਰਤਬ ਜਾਨੈ ਆਪਿ ॥
آپنے کرتب جانے آپ-
او خودش راه های خودش را می داند.

ਅੰਤਰਜਾਮੀ ਰਹਿਓ ਬਿਆਪਿ ॥
انترجامی رہئو بیاپ-
کسی که تفکر ما را می اندیشد، در همه جا وجود دارد.

ਪ੍ਰਤਿਪਾਲੈ ਜੀਅਨ ਬਹੁ ਭਾਤਿ ॥
پرتپالئے جیآں بہو بھات-
او موجودات زنده خود را به طرق مختلف گرامی می دارد.

ਜੋ ਜੋ ਰਚਿਓ ਸੁ ਤਿਸਹਿ ਧਿਆਤਿ ॥
جو جو رچئو سو تسہ ڈھیآت-
هر که را که آفریده او را یاد می کند.

ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਲਏ ਮਿਲਾਇ ॥
جو جو رچئو سو تسہ ڈھیآت-
هر که او را خشنود سازد، آن شخص را با خود محشور می کند.

ਭਗਤਿ ਕਰਹਿ ਹਰਿ ਕੇ ਗੁਣ ਗਾਇ ॥
بھگت کرہی ہر کے گن گائے۔
و این افراد او را با اواز خواندن ستایش می کنند.

ਮਨ ਅੰਤਰਿ ਬਿਸ੍ਵਾਸੁ ਕਰਿ ਮਾਨਿਆ ॥
کرنہار نانک اک جانیآ۔
ای نانک، او به آفریننده یگانه ایمان آورده است .

ਕਰਨਹਾਰੁ ਨਾਨਕ ਇਕੁ ਜਾਨਿਆ ॥੩॥
جن لاگا ہر اِکے نائے۔
عابدی که فقط با نام خدا هماهنگ است،

ਜਨੁ ਲਾਗਾ ਹਰਿ ਏਕੈ ਨਾਇ ॥
تس کی آس نہ بِرتھی جائے۔

آرزوهای او بیهوده نمی شوند.

ਤਿਸ ਕੀ ਆਸ ਨ ਬਿਰਥੀ ਜਾਇ ॥
سیوک کو سیوا بن آئی۔
عابد شایسته است که در خدا تفکر کند و به خلق او خدمت کند.

ਸੇਵਕ ਕਉ ਸੇਵਾ ਬਨਿ ਆਈ ॥
حکم بوجھ پرم پد پائی۔
با درک اراده خدا، او به عالی ترین حالت روحانی دست می یابد.

ਹੁਕਮੁ ਬੂਝਿ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਈ ॥
اس تے اوپر نہیں بیچار۔
هیچ تفکری بهتر از تعمق در نام خدا برای کسانی نیست،

ਇਸ ਤੇ ਊਪਰਿ ਨਹੀ ਬੀਚਾਰੁ ॥
جا کے من بسیآ نرنکار۔
در دل کسی که خدای بی شکل ساکن است.

ਜਾ ਕੈ ਮਨਿ ਬਸਿਆ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ॥
بنڈھن توڑ بھئے نر ویر۔
با شکستن پیوندهای مایا، آنها از دشمنی آزاد می شوند،

ਬੰਧਨ ਤੋਰਿ ਭਏ ਨਿਰਵੈਰ ॥
اندن پوجہ گر کے پیر۔
و همیشه با احترام از توصیه های استاد مذهبی پیروی می کنند.

ਅਨਦਿਨੁ ਪੂਜਹਿ ਗੁਰ ਕੇ ਪੈਰ ॥
اہ لوک سکیئ پرلوک سہیلے۔
آنها در این دنیا و در آخرت در آرامش هستند

ਇਹ ਲੋਕ ਸੁਖੀਏ ਪਰਲੋਕ ਸੁਹੇਲੇ ॥
صادھ سنگ مل کرہو انند۔
خدایی که خودش کسی را قادر می سازد این مفهوم را درک کند،

ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭਿ ਆਪਹਿ ਮੇਲੇ ॥੪॥
نانک ہر پربھ آپہ میلے۔
ای ناناک، خداوند آنها را با خود محشور کرده است.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਕਰਹੁ ਅਨੰਦ ॥
صادھ سنگ مل کرہو انند۔
به گروه مقدسین بپیوندید و از سعادت واقعی لذت ببرید

ਗੁਨ ਗਾਵਹੁ ਪ੍ਰਭ ਪਰਮਾਨੰਦ ॥
رام نام تت کرہو بیچار۔
حمد خدا را بخوان که مظهر سعادت عالی است

ਰਾਮ ਨਾਮ ਤਤੁ ਕਰਹੁ ਬੀਚਾਰੁ ॥
درالبھ دئہ کا کرہو ادھار۔
در ذات نام خدا تأمل کنید،

ਦੁਲਭ ਦੇਹ ਕਾ ਕਰਹੁ ਉਧਾਰੁ ॥
امرت بچن ہر کے گن گاؤ۔
و این بدن انسان را که به دست آوردن آن بسیار دشوار است، نجات دهید

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਚਨ ਹਰਿ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਉ ॥
پران ترن کا ایئ سؤآؤ۔
سرودهای حمدهای خدا را با احترام بخوانید.

ਪ੍ਰਾਨ ਤਰਨ ਕਾ ਇਹੈ ਸੁਆਉ ॥
آٹھ پہر پربھ پیکھو نیرا۔
این تنها راه نجات زندگی شما از شرارت است

ਆਠ ਪਹਰ ਪ੍ਰਭ ਪੇਖਹੁ ਨੇਰਾ ॥
مٹائی اگیان بنسئی انڈھیرا۔
حضور خدا را در درون خود، بیست و چهار ساعت شبانه روز احساس کنید.

ਮਿਟੈ ਅਗਿਆਨੁ ਬਿਨਸੈ ਅੰਧੇਰਾ ॥
سن اپدیس ہردئ بساؤہو۔
جهل شما از بین خواهد رفت و تاریکی مایا از گم خواهد رفت.

ਸੁਨਿ ਉਪਦੇਸੁ ਹਿਰਦੈ ਬਸਾਵਹੁ ॥
جیا کی جگت جا کئ سبھ ہاتھ
به آموزه های گورو گوش دهید و آنها را در قلب خود ثبت کنید،

ਮਨ ਇਛੇ ਨਾਨਕ ਫਲ ਪਾਵਹੁ ॥੫॥
من اچھئ نانک فل پاؤہو۔
ای ناناک، تمام آرزو وهایت برآورده خواهد شد.

ਹਲਤੁ ਪਲਤੁ ਦੁਇ ਲੇਹੁ ਸਵਾਰਿ ॥
ہالت پلت دوئے لائو سوار۔
دنیا و آخرت را زینت ده،

ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਅੰਤਰਿ ਉਰਿ ਧਾਰਿ ॥
تس کی آس نہ بِرتھی جائے۔

نام خدا را در اعماق قلب خود قرار دهید

ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਕੀ ਪੂਰੀ ਦੀਖਿਆ ॥
پورے گُر کی پوری دیکھیآ۔
کامل اموزش گوروی کامل است.

ਜਿਸੁ ਮਨਿ ਬਸੈ ਤਿਸੁ ਸਾਚੁ ਪਰੀਖਿਆ ॥
جس من بسئ تس ساچ پریکھیآ۔
کسی که در قلب او ساکن است، خدای ابدی را درک می کند

ਮਨਿ ਤਨਿ ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥
من تن نام جپہ لِو لائے۔
با ذهن و جسم خود نعم را عاشقانه بخوانید و خود را با آن هماهنگ کنید

ਦੂਖੁ ਦਰਦੁ ਮਨ ਤੇ ਭਉ ਜਾਇ ॥
دکھ درد من تے بھاؤ جائے۔
اندوه، درد و ترس از ذهن تان دور خواهد شد

ਸਚੁ ਵਾਪਾਰੁ ਕਰਹੁ ਵਾਪਾਰੀ ॥
سچ واپار کرہو واپاری۔
ای فانی، تجارت واقعی تعمق در نام خدا را انجام ده،

ਦਰਗਹ ਨਿਬਹੈ ਖੇਪ ਤੁਮਾਰੀ ॥
درگہ نبھئہ کھیپ تماری۔
تا تجارت (مال نعم) در بارگاه خدا تأیید شود

ਏਕਾ ਟੇਕ ਰਖਹੁ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥
ایکا تیک رکھہ من ماہی۔
حمایت واقعی خداوند را به خاطر داشته باشید.

ਨਾਨਕ ਬਹੁਰਿ ਨ ਆਵਹਿ ਜਾਹਿ ॥੬॥
نانک بہور نہ آوہ جاہی۔ |
ای ناناک، از چرخه تولد و مرگ رهایی خواهی یافت.

ਤਿਸ ਤੇ ਦੂਰਿ ਕਹਾ ਕੋ ਜਾਇ ॥
تس تے دور کہا کو جائے۔
کجا می تواند کسی برود تا از او دور شود؟

ਉਬਰੈ ਰਾਖਨਹਾਰੁ ਧਿਆਇ ॥
اُبڑئ رکنہار دھیآئے۔

تنها با تفکر در مورد خدای حامی نجات می یابید.

ਨਿਰਭਉ ਜਪੈ ਸਗਲ ਭਉ ਮਿਟੈ ॥
نربھاؤ جپہی سگل بھاؤ مٹائ۔
با تعمق در خدای بی باک، هر ترسی از بین می رود،

ਪ੍ਰਭ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਛੁਟੈ ॥
پربھ کرپا تے پرانی چھٹائے۔
(زیرا) تنها به لطف خدا انسان از هر ترسی رها می شود.

ਜਿਸੁ ਪ੍ਰਭੁ ਰਾਖੈ ਤਿਸੁ ਨਾਹੀ ਦੂਖ ॥
جس پربھ راکھئ تس نہیں دکھ۔
کسی که خدا او را حفظ کند، هرگز دچار غم و اندوه نمی شود.

ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਮਨਿ ਹੋਵਤ ਸੂਖ ॥
نام جپت من ہووت سوکھ۔
با تعمق در نعم با عشق و ارادت، ذهن آرام می شود

ਚਿੰਤਾ ਜਾਇ ਮਿਟੈ ਅਹੰਕਾਰੁ ॥
چنتا جائے مٹائے اہنکار۔
اضطراب از بین می رود و نفس حذف می شود.

ਤਿਸੁ ਜਨ ਕਉ ਕੋਇ ਨ ਪਹੁਚਨਹਾਰੁ ॥
تس جن کاو کوئے نہ پہچنہار۔
هیچ کس نمی تواند خود را با آن عابد خدا مقایسه کند

ਸਿਰ ਊਪਰਿ ਠਾਢਾ ਗੁਰੁ ਸੂਰਾ ॥
نانک تا کے کارج پورا۔
ای نانک تمام وظایفش انجام شده است.

ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੇ ਕਾਰਜ ਪੂਰਾ ॥੭॥
مت پوری امرت جا کی درست۔
خدایی که حکمتش کامل است و نگاهش ابروست

ਮਤਿ ਪੂਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਜਾ ਕੀ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ॥
درسن پیکھت اُدھرت سرست۔

با دیدن چشم انداز او، جهان نجات یافته است

ਦਰਸਨੁ ਪੇਖਤ ਉਧਰਤ ਸ੍ਰਿਸਟਿ
چرن کمل جا کے انوپ۔
خداوندی که نعمت هایش بسیار بزرگ است

ਚਰਨ ਕਮਲ ਜਾ ਕੇ ਅਨੂਪ ॥
سفل درسن سندر ہر روپ۔
زیبا است صورت او و پاداش ان چشم انداز اوست

ਸਫਲ ਦਰਸਨੁ ਸੁੰਦਰ ਹਰਿ ਰੂਪ ॥
دھن سیوا سیواک پروان۔
نام خدا را در اعماق قلب خود قرار دهید

ਧੰਨੁ ਸੇਵਾ ਸੇਵਕੁ ਪਰਵਾਨੁ ॥
انترجامی پرخ پرڈھان۔
خوشا به حال عبادت او و مقبول آن عابد در بارگاه خدا

ਅੰਤਰਜਾਮੀ ਪੁਰਖੁ ਪ੍ਰਧਾਨੁ ॥
جس من بسئ سو ہوت نہال۔
خداوندا، باخبر از درون انسان، و والاترین حق تعالی است

ਜਿਸੁ ਮਨਿ ਬਸੈ ਸੁ ਹੋਤ ਨਿਹਾਲੁ ॥
تا کے نکت نہ آوت کال۔
کسی که خدا در ذهن اوست، خوشحال می شود

ਤਾ ਕੈ ਨਿਕਟਿ ਨ ਆਵਤ ਕਾਲੁ ॥
امر بھئے امرا پد پائئے۔
ترس از مرگ به او نزدیک نمی شود

ਅਮਰ ਭਏ ਅਮਰਾ ਪਦੁ ਪਾਇਆ ॥
ہر جگہ موجود، سب کا سردار ہے۔
آنها جاودانه شده اند و مقامی جاودانه دریافت کرده اند،

ਸਾਧਸੰਗਿ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥੮॥੨੨॥
صادھسنگ نانک ہر دھیائئے۔
ای نانک، با تفکر در مورد خدا در جماعت مقدس.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک۔
شالوک:

ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਗੁਰਿ ਦੀਆ ਅਗਿਆਨ ਅੰਧੇਰ ਬਿਨਾਸੁ ॥
ہر کرم کی برکت سے سنتوں کو بھیتیا۔
هنگامی که استاد مذهبی با مرهم حکمت الهی به شخص برکت دهد، تاریکی جهل او از بین می رود.

ਹਰਿ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਸੰਤ ਭੇਟਿਆ ਨਾਨਕ ਮਨਿ ਪਰਗਾਸੁ ॥੧॥
ہر کرپا تے سنت بھیتیآ نانک من پرگاس۔
ای ناناک، به لطف خدا، وقتی کسی با استاد مذهبی واقعی ملاقات می کند، ذهنش به علم الهی روشن می شود.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
اشتپدی
اشتاپادي

ਸੰਤਸੰਗਿ ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਡੀਠਾ ॥
ستسنگ انتر پربھ دیتھا۔
در جماعت مقدس، کسی که خدا را در درون خود درک کرده است،

ਨਾਮੁ ਪ੍ਰਭੂ ਕਾ ਲਾਗਾ ਮੀਠਾ ॥
نام پربھو کا لاگا میٹھا۔
شروع به پرستش نام خدا می کند

ਸਗਲ ਸਮਿਗ੍ਰੀ ਏਕਸੁ ਘਟ ਮਾਹਿ ॥
سگل سمگری ایکس گھٹ ماہی۔
این شخص همه چیز دنیا را در خداوند متعال می بیند

ਅਨਿਕ ਰੰਗ ਨਾਨਾ ਦ੍ਰਿਸਟਾਹਿ ॥
انک رنگ نانا درستاہی۔
و پدیده های بی شماری در رنگ ها و اشکال مختلف از او سرچشمه می گیرد

ਨਉ ਨਿਧਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਨਾਮੁ ॥
ناؤ ندھ امرت پربھ کا نام۔
نام خدا مانند نه گنجینه جهان است

ਦੇਹੀ ਮਹਿ ਇਸ ਕਾ ਬਿਸ੍ਰਾਮੁ ॥
دئیہی مہ اس کا بسرام۔
و در خود بدن انسان ساکن است

ਸੁੰਨ ਸਮਾਧਿ ਅਨਹਤ ਤਹ ਨਾਦ ॥
سن سمادھ انہت طہ ناد۔
در حالت عمیق ترین مراقبه، موسیقی آسمانی بی وقفه به نواختن ادامه می دهد.

ਕਹਨੁ ਨ ਜਾਈ ਅਚਰਜ ਬਿਸਮਾਦ ॥
کہان نا جائئ اچرج بسماد۔

سعادت چنین وجد فوق العاده ای را نمی توان توصیف کرد.

ਤਿਨਿ ਦੇਖਿਆ ਜਿਸੁ ਆਪਿ ਦਿਖਾਏ ॥
تن دیکھیا جس آپ دکھایا۔
کسی که خدا به او نشان می دهد، این سعادت را تجربه می کند.

ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਜਨ ਸੋਝੀ ਪਾਏ ॥੧॥
نانک تس جن سوجھی پائے-
ای ناناک، خدا این درک را فقط به چنین بنده ای می دهد.

ਸੋ ਅੰਤਰਿ ਸੋ ਬਾਹਰਿ ਅਨੰਤ ॥
سو اندر سو باہر اننت-
خدای لایتناهی هم در درون و هم در بیرون انسان است.

ਘਟਿ ਘਟਿ ਬਿਆਪਿ ਰਹਿਆ ਭਗਵੰਤ ॥
گھٹ گھٹ بیآپ رہیا بھگونت-
خداوند در هر قلب و هر یک از قلب ها وجود دارد.

ਧਰਨਿ ਮਾਹਿ ਆਕਾਸ ਪਇਆਲ ॥
دھرن ماہی آکاس پئیال-
او در زمین، در اسمان و در مناطق زیر زمین نفوذ دارد

ਸਰਬ ਲੋਕ ਪੂਰਨ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ॥
سرب لوک پورن پرتپال-
او بهترین نگهدارنده تمام جهان است

ਬਨਿ ਤਿਨਿ ਪਰਬਤਿ ਹੈ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ॥
بن تن پربت ہے پاربرہم-
خدای متعال در جنگل ها، مزارع و کوه ها نفوذ کرده.

ਜੈਸੀ ਆਗਿਆ ਤੈਸਾ ਕਰਮੁ ॥
جیسی آگیا تیسا کرم-
به فرمان او، عمل مخلوق نیز چنین است

ਪਉਣ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰ ਮਾਹਿ ॥
پاون پانی بیسنتر ماہی-
او در باد، اب و اتش نفوذ می کند

ਚਾਰਿ ਕੁੰਟ ਦਹ ਦਿਸੇ ਸਮਾਹਿ ॥
چار کنت دہ دسے سماہی-
او در چهار گوشه و در ده جهت (همه جا وجود دارد) نفوذ می کند.

ਤਿਸ ਤੇ ਭਿੰਨ ਨਹੀ ਕੋ ਠਾਉ ॥
تس تے بھن نہیں کو تھا-و-
جایی نیست که او نباشد.

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਨਕ ਸੁਖੁ ਪਾਉ ॥੨॥
گُر پرساد نانک سُکھ پا-و-
ای ناناک، صلح توسط فیض استاد مذهبی دریافت می شود.

ਬੇਦ ਪੁਰਾਨ ਸਿੰਮ੍ਰਿਤਿ ਮਹਿ ਦੇਖੁ ॥
بیید پوران سمرت میں دیکھ
او را در تعالیم وداس، پوراناس و اسمریتس ببینید

ਸਸੀਅਰ ਸੂਰ ਨਖ੍ਯ੍ਯਤ੍ਰ ਮਹਿ ਏਕੁ ॥
سسیآر سور نخیاتر میں ایک۔
همان یکی در ماه و خورشید و ستارگان نفوذ می کند

ਬਾਣੀ ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਸਭੁ ਕੋ ਬੋਲੈ ॥
بنی پربھ کی سب کو بولے۔
همه کلام خدا را بر زبان می آورند،

ਆਪਿ ਅਡੋਲੁ ਨ ਕਬਹੂ ਡੋਲੈ ॥
آپ ادول نہ کبھو دولے۔
اما با وجود حضور در همه، او خودش تزلزل ناپذیر است و هرگز متزلزل نیست.

ਸਰਬ ਕਲਾ ਕਰਿ ਖੇਲੈ ਖੇਲ ॥
سرب کلہ کر کھیلے کھیل۔
او پس از ایجاد تمام قدرت ها، بازی های دنیوی را انجام می دهد.

ਮੋਲਿ ਨ ਪਾਈਐ ਗੁਣਹ ਅਮੋਲ ॥
مول نہ پائئےآئی گنہ امول۔
فضایل او بسیار ارزشمند است و مقام او قابل ارزیابی نیست

ਸਰਬ ਜੋਤਿ ਮਹਿ ਜਾ ਕੀ ਜੋਤਿ ॥
سرب جوت میں جا کی جوت۔
او که نورش همه موجودات را روشن می کند،

ਧਾਰਿ ਰਹਿਓ ਸੁਆਮੀ ਓਤਿ ਪੋਤਿ ॥
دھار رہیؤ سوآمی اوٹ پوت۔

که استاد در حال ارائه پشتیبانی از همه جانبه است.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਭਰਮ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥
نانک تن مہیں اہو بساس۔
ای ناناک، آنها راسخ معتقدند که خداوند قادر مطلق است.

ਨਾਨਕ ਤਿਨ ਮਹਿ ਏਹੁ ਬਿਸਾਸੁ ॥੩॥
سنت جنا کا پیکھن سبھ برہم۔
مقدسین خدا را در همه جا می بینند

ਸੰਤ ਜਨਾ ਕਾ ਪੇਖਨੁ ਸਭੁ ਬ੍ਰਹਮ ॥
سنت جنا کے ہردائی سبھ دھرم۔
در قلب مقدسین، تمام افکاری که به وجود می آیند مربوط به عدالت هستند.

ਸੰਤ ਜਨਾ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਸਭਿ ਧਰਮ ॥
سنت جنا سنیہ سُبھ بچن۔
مقدسین فقط به سخنان نیک گوش می دهند،

ਸੰਤ ਜਨਾ ਸੁਨਹਿ ਸੁਭ ਬਚਨ ॥
سرب بیآپی رام سنگ رچن۔
و همیشه در همه جا به خدا می رسند.

ਸਰਬ ਬਿਆਪੀ ਰਾਮ ਸੰਗਿ ਰਚਨ ॥
جن جاتا تس کی اہی رہت۔
این است راه زندگی کسی که خدا را شناخته است.

ਜਿਨਿ ਜਾਤਾ ਤਿਸ ਕੀ ਇਹ ਰਹਤ ॥
ست بچن سادھو سبھ کہت۔
آن قدیس فقط کلمات الهی (کلمات حمد خدا) را بر زبان می آورد

ਸਤਿ ਬਚਨ ਸਾਧੂ ਸਭਿ ਕਹਤ ॥
جو جو ہوئے سوئے سُکھ منائے۔
هر اتفاقی که بیفتد با آرامش می پذیرد

ਜੋ ਜੋ ਹੋਇ ਸੋਈ ਸੁਖੁ ਮਾਨੈ ॥
کرن کرواونہار پربھ جانے۔

او خدا را عمل هر چیز می داند

ਕਰਨ ਕਰਾਵਨਹਾਰੁ ਪ੍ਰਭੁ ਜਾਨੈ ॥
اندر بسے باہر بھی اوہی۔
او معتقد است که همان خدایی که در درون انسان وجود دارد ا،در بیرون نیز هست.

ਅੰਤਰਿ ਬਸੇ ਬਾਹਰਿ ਭੀ ਓਹੀ ॥
سرب کلہ کر کھیلے کھیل۔
جایی نیست که او نباشد یعنی در هرجای خدا وجود دارد.

ਨਾਨਕ ਦਰਸਨੁ ਦੇਖਿ ਸਭ ਮੋਹੀ ॥੪॥
نانک درسن دیکھ سبھ موہی۔
ای ناناک، با دیدن این منظره فراگیر خداوند، همه جهان مجذوب می شوند.

ਆਪਿ ਸਤਿ ਕੀਆ ਸਭੁ ਸਤਿ ॥
آپ ست کیا سبھ ست۔
او خودش حق است و هر چه ساخته است نیز حقیقت است و باطل نیست.

ਤਿਸੁ ਪ੍ਰਭ ਤੇ ਸਗਲੀ ਉਤਪਤਿ ॥
تس پربھ تے سگلی اتپت۔
همه خلقت را خدا آفریده است

ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਾ ਕਰੇ ਬਿਸਥਾਰੁ ॥
تس بھاوے تا کرے بستار۔
آن گونه که او را بپسندد، وسعت را می آفریند،

ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਾ ਏਕੰਕਾਰੁ ॥
تس بھاوے تا اکنکار۔
و همانطور که او را خشنود می کند، او دوباره یگانه و یگانه می شود.

ਅਨਿਕ ਕਲਾ ਲਖੀ ਨਹ ਜਾਇ ॥
انک کلاء لکھی نہ جائے۔
قدرت های او چند برابر است که نمی توان آنها را شناخت

ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਲਏ ਮਿਲਾਇ ॥
جس بھاوے تس لائے ملائے۔
هر که را بخواهد با خودش متحد می کند.

ਕਵਨ ਨਿਕਟਿ ਕਵਨ ਕਹੀਐ ਦੂਰਿ ॥
کون نکت کون کہیئے دور۔
نمی توان گفت که او به او نزدیک است و چه کسی از او دور است.

ਆਪੇ ਆਪਿ ਆਪ ਭਰਪੂਰਿ ॥
آپے آپ آپ بھرپور۔

زیرا خودش همه جا را فرا گرفته است.

ਅੰਤਰਗਤਿ ਜਿਸੁ ਆਪਿ ਜਨਾਏ ॥
نانک، اُس جن کو خدا خود سمجھاتا ہے۔
ای ناناک، او خودش را به آن شخص نشان می دهد.

ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਜਨ ਆਪਿ ਬੁਝਾਏ ॥੫॥
وہ خود ہی سب مخلوقات کو پرورش دیتا ہے۔
او خودش در همه موجودات نفوذ دارد،

ਸਰਬ ਭੂਤ ਆਪਿ ਵਰਤਾਰਾ ॥
وہ خود ہی سب ناظروں کو دیکھتا ہے۔
از طریق تمام چشم ها، او خود بیننده است.

ਸਰਬ ਨੈਨ ਆਪਿ ਪੇਖਨਹਾਰਾ ॥
سب کچھ اُس کے تن پر منحصر ہے۔
تمام خلقت بدن اوست

ਸਗਲ ਸਮਗ੍ਰੀ ਜਾ ਕਾ ਤਨਾ ॥
اپنی تسبیح خود ہی سناتا ہے۔
دا د تولې نړۍ تخلیق د هغه بدن دی

ਆਪਨ ਜਸੁ ਆਪ ਹੀ ਸੁਨਾ ॥
آنے جانے کو اک کھیل بنا ئیا ہے۔
او خودش به ستایش خود گوش می دهد.

ਆਵਨ ਜਾਨੁ ਇਕੁ ਖੇਲੁ ਬਨਾਇਆ ॥
آگیاکاری (آگے والے) نے مائیا (مایہ) بنائی ہے۔
خداوند مرگ و تولد را خلق کرده است.

ਆਗਿਆਕਾਰੀ ਕੀਨੀ ਮਾਇਆ ॥
سب کے دلوں میں اُسی کا واسطہ رہے گا۔
و مایا را مطیع اراده خود قرار داده است.

ਸਭ ਕੈ ਮਧਿ ਅਲਿਪਤੋ ਰਹੈ ॥
جو کچھ کہنا ہے، وہ خود ہی کہے گا۔

در میان همه، او بی‌تفاوت می‌ماند.

ਜੋ ਕਿਛੁ ਕਹਣਾ ਸੁ ਆਪੇ ਕਹੈ ॥
آگیاکاری آتی ہے اور آگیاکاری جاتی ہے۔
هر چه باید گفته شود، خودش می گوید.

ਆਗਿਆ ਆਵੈ ਆਗਿਆ ਜਾਇ ॥
جو بھی ہوتا ہے، وہی سکون مناتا ہے۔
به دستور او یکی به دنیا می آید و به فرمان او می میرد.

ਨਾਨਕ ਜਾ ਭਾਵੈ ਤਾ ਲਏ ਸਮਾਇ ॥੬॥
نانک، جو بھاوے وہی سوچ میں لے لیتا ہے۔
ای نانك، هرگاه او را خشنود سازد، آنها را در خود متحد می کند.

ਇਸ ਤੇ ਹੋਇ ਸੁ ਨਾਹੀ ਬੁਰਾ ॥
جو اِس سے ہوتا ہے، سو برا نہیں ہوتا۔
هر چه ازطرف او می آید نمی تواند بد باشد.

ਓਰੈ ਕਹਹੁ ਕਿਨੈ ਕਛੁ ਕਰਾ ॥
اور کچھ کرنے والے سے پوچھو، کچھ نہیں کرتا۔
غیر از او چه کسی می تواند کاری انجام دهد؟

ਆਪਿ ਭਲਾ ਕਰਤੂਤਿ ਅਤਿ ਨੀਕੀ ॥
خود بھلا کاروائی اتنی نیکی ہے۔
او خودش خوب است. اعمال او بهترین است.

ਆਪੇ ਜਾਨੈ ਅਪਨੇ ਜੀ ਕੀ ॥
خود ہی اپنے جی کو جانتا ہے۔
او تنها می داند آنچه در ذهن اوست.

ਆਪਿ ਸਾਚੁ ਧਾਰੀ ਸਭ ਸਾਚੁ ॥
خود سچ کو دھاری ہے، سبھ سچ ہے۔
او راست است و هر چیزی که او ایجاد کرده است نیز درست است نه یک دروغی.

ਓਤਿ ਪੋਤਿ ਆਪਨ ਸੰਗਿ ਰਾਚੁ ॥
اُت پُت اپنے سنگ راچھ بنا رکھی ہے۔
از هر طریقی، او با خلق خود آمیخته می شود.

ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਮਿਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਇ ॥
اس کی گت مٹ کہی نہ جائے۔
عظمت و وسعت او قابل توصیف نیست.

ਦੂਸਰ ਹੋਇ ਤ ਸੋਝੀ ਪਾਇ ॥
دوسرا ہوئے تو سمجھ پائے گا۔
اگر دیگری مانند او وجود داشت، تنها در آن صورت بود که می شد او را درک کرد.

ਤਿਸ ਕਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਪਰਵਾਨੁ ॥
تس کا کیا کیا سب پروان۔
هر کاری که توسط او انجام می شود باید مورد قبول همه باشد.

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਨਕ ਇਹੁ ਜਾਨੁ ॥੭॥
گروہان کے فضل نانک یہ جانے۔
ای نانک، این فقط از طریق لطف معلم مذهبی شناخته می شود.

ਜੋ ਜਾਨੈ ਤਿਸੁ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥
جو جانتا ہے، تس صدا سکھ ہوتا ہے۔
کسی که او را درک کند، آرامش ابدی دریافت می کند.

ਆਪਿ ਮਿਲਾਇ ਲਏ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋਇ ॥
خود ملائے، لے پربھ سوہے۔
خداوند آن شخص را با خودش متحد می کند.

ਓਹੁ ਧਨਵੰਤੁ ਕੁਲਵੰਤੁ ਪਤਿਵੰਤੁ ॥
تم تے بھن نہیں کچھ ہوئے۔
آن شخص از نظر روحی ثروتمند، از خانواده اصیل و شریف است،

ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਜਿਸੁ ਰਿਦੈ ਭਗਵੰਤੁ
وہ دھنونت، کلونت، پتونت ہے۔
خداوند در قلب او ساکن است، در حالی که هنوز زنده است از چرخه تولد و مرگ آزاد می شود.

ਧੰਨੁ ਧੰਨੁ ਧੰਨੁ ਜਨੁ ਆਇਆ ॥
جیون مکت جس ردئے بھگونت۔
ظهور چنین انسانی در جهان بسیار خجسته است

ਜਿਸੁ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਸਭੁ ਜਗਤੁ ਤਰਾਇਆ ॥
دھن، دھن، دھن جن آئیا۔
به لطف او، تمام جهان نجات یافته است.

ਜਨ ਆਵਨ ਕਾ ਇਹੈ ਸੁਆਉ ॥
جس فضل سبھ جگت ترائیا۔
چنین عابد خدا به دنیا می آید که

ਜਨ ਕੈ ਸੰਗਿ ਚਿਤਿ ਆਵੈ ਨਾਉ ॥
جن آون کا اہی سوآو۔
همه کسانی که با او تماس می گیرند شروع به یاد کردن نام می کنند.

ਆਪਿ ਮੁਕਤੁ ਮੁਕਤੁ ਕਰੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥
جن کے سنگ چت آوے ناؤ۔

چنین شخصی او ازاد است و بقیه جهان را نیز ازاد می کند

ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਜਨ ਕਉ ਸਦਾ ਨਮਸਕਾਰੁ ॥੮॥੨੩॥
نانک، اس جن کا سدا نمسکار ہوتا ہے۔
ای ناناک، من تا ابد به این بنده خدا احترام می گزارم.

ਸਲੋਕੁ ॥
سلوک
شالوک:

ਪੂਰਾ ਪ੍ਰਭੁ ਆਰਾਧਿਆ ਪੂਰਾ ਜਾ ਕਾ ਨਾਉ ॥
پورا پربھ آرادھیا پورا جا کا نام۔
کسی که در مورد ان خدای کامل که نامش ابدی است، تفکر کرده است

ਨਾਨਕ ਪੂਰਾ ਪਾਇਆ ਪੂਰੇ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਉ ॥੧॥
نانک، پورا پائیا پورے کے گن گائو۔
ای ناناک، اون شخص خدای کامل رو درک کرده بنابراین، شما همچنین باید ستایش یکی از کامل را بخوانید.

ਅਸਟਪਦੀ ॥
اشٹپدی
اشتاپادي

ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਕਾ ਸੁਨਿ ਉਪਦੇਸੁ ॥
پورے گروہ کا سنو اپدیس۔
ای ذهن من، به آموزه های استاد مذهبی واقعی گوش کن.

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਨਿਕਟਿ ਕਰਿ ਪੇਖੁ ॥
پار برہم نکٹ کر پیکھ
و خدای متعال را در نزدیکی خود احساس کن.

ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਸਿਮਰਹੁ ਗੋਬਿੰਦ ॥
ساس ساس سِمرہو گوبِند۔
با هر نفسی در مورد خدا تفکر کن،

ਮਨ ਅੰਤਰ ਕੀ ਉਤਰੈ ਚਿੰਦ ॥
من اندر کی اُتری چِند۔
به طوری که اضطراب در ذهن شما از بین برود.

ਆਸ ਅਨਿਤ ਤਿਆਗਹੁ ਤਰੰਗ ॥
آس انت تِیاگہو ترنگ۔
ای ذهن من، امواج آرزوها را برای امر گذرا رها کن،

ਸੰਤ ਜਨਾ ਕੀ ਧੂਰਿ ਮਨ ਮੰਗ ॥
سنت جنا کی دُور من منگ۔
و خدمت فروتنانه افراد مقدس را بخواهید

ਆਪੁ ਛੋਡਿ ਬੇਨਤੀ ਕਰਹੁ ॥
آپ چھوڑ بینتی کرہو۔
با چشم پوشی از خودبزرگ بینی، به درگاه خدا فروتنانه دعا کنید،

ਸਾਧਸੰਗਿ ਅਗਨਿ ਸਾਗਰੁ ਤਰਹੁ ॥
سادھسنگ اگن ساگر ترہو۔
و در جمع افراد مقدس، اقیانوس آتشین رذایل را شنا کنید

ਹਰਿ ਧਨ ਕੇ ਭਰਿ ਲੇਹੁ ਭੰਡਾਰ ॥
ہر دھن کے بھر لیھو بھندار۔
دلت را از ارزش نام خدا پر کن،

ਨਾਨਕ ਗੁਰ ਪੂਰੇ ਨਮਸਕਾਰ ॥੧॥
نانک گروہ پورے نمسکار۔
و ای ناناک، با فروتنی در برابر گورو کامل تعظیم کن.

ਖੇਮ ਕੁਸਲ ਸਹਜ ਆਨੰਦ ॥
کھیم کشل سہج آنند۔
آرامش ابدی، آسایش زندگی، و سعادت اعتدال نصیب شما خواهد شد

ਸਾਧਸੰਗਿ ਭਜੁ ਪਰਮਾਨੰਦ ॥
سادھسنگ بھج پرمانند۔
با تعمق عاشقانه در مورد خدای متعال در جماعت مقدس

ਨਰਕ ਨਿਵਾਰਿ ਉਧਾਰਹੁ ਜੀਉ ॥
نرک نوار اُڈھارہو جیو۔
روحت را از دردهای جهنم نجات بده

ਗੁਨ ਗੋਬਿੰਦ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸੁ ਪੀਉ ॥
گن گوبِند امرت رس پیو۔

با خواندن حمد و ثنای الهی.

ਚਿਤਿ ਚਿਤਵਹੁ ਨਾਰਾਇਣ ਏਕ ॥
چِت چِتوہو نارائن ایک۔
در ذهن خود به خدای واحد بی اندیش،

ਏਕ ਰੂਪ ਜਾ ਕੇ ਰੰਗ ਅਨੇਕ ॥
ایک روپ جا کے رنگ انیک۔
که یکی است، اما به اشکال مختلف ظاهر می شود

ਗੋਪਾਲ ਦਾਮੋਦਰ ਦੀਨ ਦਇਆਲ ॥
گوپال دامودر دین دئیال۔
نگهدارنده جهان، استاد جهان و مهربان به فروتنان،

ਦੁਖ ਭੰਜਨ ਪੂਰਨ ਕਿਰਪਾਲ ॥
دکھ بھنجن پورن کرپال۔
او همه چیز را نابود می کند و مهربان است.

ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਨਾਮੁ ਬਾਰੰ ਬਾਰ ॥
نانک جیو کا اہی اڈار۔
با عشق و ارادت بارها و بارها نام او را یاد کن.

ਨਾਨਕ ਜੀਅ ਕਾ ਇਹੈ ਅਧਾਰ ॥੨॥
اُتم سلوک سادھ کے بچن۔
ای نانک، نعم تنها تکیه گاه روح است.

ਉਤਮ ਸਲੋਕ ਸਾਧ ਕੇ ਬਚਨ ॥
املیک لال اہی رتن۔
کلمات گورو عالی ترین سرودها هستند.

ਅਮੁਲੀਕ ਲਾਲ ਏਹਿ ਰਤਨ ॥
سُنت کماوت ہوت اُدار۔
اینها مانند مرواریدها و جواهرات گرانبها هستند.

ਸੁਨਤ ਕਮਾਵਤ ਹੋਤ ਉਧਾਰ ॥
آپ ترئے لوکاہ نِستار۔
کسی که به اینها گوش دهد و عمل کند از چرخه تولد و مرگ نجات می یابد.

ਆਪਿ ਤਰੈ ਲੋਕਹ ਨਿਸਤਾਰ ॥
سفل جیون سفل تا کا سنگ۔
او در سراسر اقیانوس رذیلت های جهان شنا می کند و به دیگران کمک می کند تا از آن شنا کنند.

ਸਫਲ ਜੀਵਨੁ ਸਫਲੁ ਤਾ ਕਾ ਸੰਗੁ ॥
جا کے من لاگا ہر رنگ۔
زندگی او کامل و همراهی او سودمند است،

ਜਾ ਕੈ ਮਨਿ ਲਾਗਾ ਹਰਿ ਰੰਗੁ ॥
جے جے سبد اناہد واجے۔
که ذهنش سرشار از عشق خداست.

ਜੈ ਜੈ ਸਬਦੁ ਅਨਾਹਦੁ ਵਾਜੈ ॥
سُن سُن انند کرے پربھ گاجے۔
در درون او یک موسیقی پیوسته الهی می لرزد که او را در روحیه بالا نگه می دارد.

ਸੁਨਿ ਸੁਨਿ ਅਨਦ ਕਰੇ ਪ੍ਰਭੁ ਗਾਜੈ ॥
پرگٹے گُپال مہانت کے ماتھے۔
بارها و بارها با گوش دادن به آن فرد در سعادت است زیرا از درک خدا در درون لذت می برد.

ਪ੍ਰਗਟੇ ਗੁਪਾਲ ਮਹਾਂਤ ਕੈ ਮਾਥੇ ॥
وہ جوں چاہے ایکنکار ہوتا ہے۔
ارباب عالم از طریق شخص الهی تجلی می کند.

ਨਾਨਕ ਉਧਰੇ ਤਿਨ ਕੈ ਸਾਥੇ ॥੩॥
نانک اُڈھرے تِن کے ساتھے۔
ای ناناک، همراه با چنین شخصی، بسیاری دیگر نجات می یابند.

ਸਰਨਿ ਜੋਗੁ ਸੁਨਿ ਸਰਨੀ ਆਏ ॥
سرن جوگ سن سرنی آئے۔
با شنیدن اینکه شما قادر به ارائه پناهگاه هستید، ما به پناهگاه شما امدیم.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਪ੍ਰਭ ਆਪ ਮਿਲਾਏ ॥
کر کرپا پربھ آپ مِلائے۔
خدایا به رحمتت ما را با خودت پیوند دادی.

ਮਿਟਿ ਗਏ ਬੈਰ ਭਏ ਸਭ ਰੇਨ ॥
مِٹ گئے بیر بھئے سبھ رین۔
اکنون دشمنی های ما از بین رفته است و با همه کاملا فروتن شده ایم.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਸਾਧਸੰਗਿ ਲੈਨ ॥
امرت نام سادھسنگ لین۔
در جماعت مقدس در حال یادآوری نام هستیم.

ਸੁਪ੍ਰਸੰਨ ਭਏ ਗੁਰਦੇਵ ॥
سُپرسن بھئے گُردیو۔
استاد الهی بسیار خشنود است.

ਪੂਰਨ ਹੋਈ ਸੇਵਕ ਕੀ ਸੇਵ ॥
پورن ہوئی سیوک کی سیو
و به این ترتیب خدمت ارادتمندان ثواب داشته است.

ਆਲ ਜੰਜਾਲ ਬਿਕਾਰ ਤੇ ਰਹਤੇ ॥
آل جنجال بکار تے رہتے۔
اکنون ما از گرفتاری ها و رذیلت های دنیوی نجات یافته ایم.

ਰਾਮ ਨਾਮ ਸੁਨਿ ਰਸਨਾ ਕਹਤੇ ॥
رام نام سُن رسنا کہتے۔
با شنیدن و بر زبان آوردن نام خدا،

ਕਰਿ ਪ੍ਰਸਾਦੁ ਦਇਆ ਪ੍ਰਭਿ ਧਾਰੀ ॥
کر پرساد دئیا پربھ دھاری۔
خداوند به لطف خود، رحمت خود را عطا کرده است.

ਨਾਨਕ ਨਿਬਹੀ ਖੇਪ ਹਮਾਰੀ ॥੪॥
نانک نبھی کھیپ ہماری۔
و ای نانك، مال نعم در بارگاه خدا پذیرفته شده است.

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਉਸਤਤਿ ਕਰਹੁ ਸੰਤ ਮੀਤ ॥
پربھ کی اُستت کرہو سنت میت۔
ای دوستان پاک من، حمد خدا را بخوانید،

ਸਾਵਧਾਨ ਏਕਾਗਰ ਚੀਤ ॥
ساودھان اَیکاگر چیت۔
با تمرکز کامل و یک ذهنیت.

ਸੁਖਮਨੀ ਸਹਜ ਗੋਬਿੰਦ ਗੁਨ ਨਾਮ ॥
سُخمنیے سہج گوبِند گن نام۔

حمد خداوند و نام خدا تاج صلح و آرامش آسمانی است.

ਜਿਸੁ ਮਨਿ ਬਸੈ ਸੁ ਹੋਤ ਨਿਧਾਨ ॥
جس من بسے سو ہوت نِدھان۔
کسی که در ذهنش نعم ساکن است، گنجینه فضایل می شود.

ਸਰਬ ਇਛਾ ਤਾ ਕੀ ਪੂਰਨ ਹੋਇ ॥
سرب اِچھا تا کی پورن ہوئے۔
تمام خواسته های او برآورده می شود،

ਪ੍ਰਧਾਨ ਪੁਰਖੁ ਪ੍ਰਗਟੁ ਸਭ ਲੋਇ ॥
پرچھان پُرخ پرگٹ سبھ لوئے۔
و در سراسر جهان به عنوان یک شخص بزرگ شناخته می شود.

ਸਭ ਤੇ ਊਚ ਪਾਏ ਅਸਥਾਨੁ ॥
سبھ تے اُچ پائے اَسٹھان۔
او عالی ترین حالت معنوی را دریافت می کند.

ਬਹੁਰਿ ਨ ਹੋਵੈ ਆਵਨ ਜਾਨੁ ॥
بہُر نہ ہووے آون جان۔
او چرخه تولد و مرگ را طی نمی کند

ਹਰਿ ਧਨੁ ਖਾਟਿ ਚਲੈ ਜਨੁ ਸੋਇ ॥
ہر دھن کھات چلے جن سوئے۔
آن کس پس از جمع آوری ثروت به نام خدا از دنیا می رود،

ਨਾਨਕ ਜਿਸਹਿ ਪਰਾਪਤਿ ਹੋਇ ॥੫॥
نانک جسہِ پراپت ہوئے۔ |
ای نانک، که توسط خدا با این هدیه برکت داده شده است.

ਖੇਮ ਸਾਂਤਿ ਰਿਧਿ ਨਵ ਨਿਧਿ ॥
کھیم سانت رِدھ نَو نِدھ
صلح ابدی، ارامش، تمام قدرت برای انجام معجزات و نه گنجینه ثروت دنیوی،

ਬੁਧਿ ਗਿਆਨੁ ਸਰਬ ਤਹ ਸਿਧਿ ॥
بُدھ گیان سرب تہ سِدھ
حکمت، دانش و قدرت های ماوراء الطبیعه به ان شخص می اید (کسی که در نام خدا را یاد می کند)

ਬਿਦਿਆ ਤਪੁ ਜੋਗੁ ਪ੍ਰਭ ਧਿਆਨੁ ॥
بِدیا تَپ جوگ پربھ دھِیان۔
دانش، توبه، یوگا و تفکر در مورد خدا؛

ਗਿਆਨੁ ਸ੍ਰੇਸਟ ਊਤਮ ਇਸਨਾਨੁ ॥
گیان سریسٹ اُتم اِسنان۔
عالی ترین حکمت و عالی ترین وضو،

ਚਾਰਿ ਪਦਾਰਥ ਕਮਲ ਪ੍ਰਗਾਸ ॥
چار پدارت کمل پرگاس۔
چهار نعمت اصلی است (ایمان، ثروت، زایش و رهایی) و چنان شادی درونی که گویی قلب مانند نیلوفر آبی شکوفا شده است.

ਸਭ ਕੈ ਮਧਿ ਸਗਲ ਤੇ ਉਦਾਸ ॥
سبھ کے مَدھ سگل تے اُداس۔
جدایی از تمام وابستگی های دنیوی در حالی که در میان همه زندگی می کنند؛

ਸੁੰਦਰੁ ਚਤੁਰੁ ਤਤ ਕਾ ਬੇਤਾ ॥
سُندر چتُر تت کا بَیتا۔
از نظر معنوی زیبا، زیرک و اگاه از ماهیت واقعیت،

ਸਮਦਰਸੀ ਏਕ ਦ੍ਰਿਸਟੇਤਾ ॥
سمدرسی ایک دَرستیتا۔
قادر به نگاه بی طرفانه به همه، و تنها یک (خدا) در همه چیز را ببینید.

ਇਹ ਫਲ ਤਿਸੁ ਜਨ ਕੈ ਮੁਖਿ ਭਨੇ ॥
گُر نانک نام بچن من سنے۔
ای ناناک کی با عشق نام خدا را به زبان می‌آورد و با دقت به تعالیم معلم مذهبی گوش می‌دهد و عمل می‌کند.

ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਬਚਨ ਮਨਿ ਸੁਨੇ ॥੬॥
اِہ نِدھان جپئے من کوئے۔

هر کس که به این گنج نعم از قلب خود می‌اندیشد،

ਇਹੁ ਨਿਧਾਨੁ ਜਪੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥
سبھ جُگ مہ تا کی گت ہوئے۔
تمام زندگی خود را در یک وضعیت روحانی بالا می‌گذراند

ਸਭ ਜੁਗ ਮਹਿ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਹੋਇ ॥
گُن گوبِند نام دھُن بنی۔
کلمات معمولی چنین شخصی مانند خواندن ستایش خدا است.

ਗੁਣ ਗੋਬਿੰਦ ਨਾਮ ਧੁਨਿ ਬਾਣੀ ॥
سِمرت ساسٹر بیب بکھانی۔
این امر همچنین در اسمریتس، شاستراس و وداس بیان شده است.

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰ ਬੇਦ ਬਖਾਣੀ ॥
سگل متانت کیوَل ہر نام۔
اساس همه ادیان این است که نام خدا را یاد کنید،

ਸਗਲ ਮਤਾਂਤ ਕੇਵਲ ਹਰਿ ਨਾਮ ॥
گوبِند بھگت کی من بسرام۔
و این نام در قلب بندگان خدا جای دارد.

ਗੋਬਿੰਦ ਭਗਤ ਕੈ ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਰਾਮ ॥
کوٹ اپرادھ سادھسنگ مِٹئے۔
میلیون‌ها گناه از این دسته از بندگان که نام را با عشق می‌خوانند در همراهی با پرهیزگاران پاک می‌شود.

ਕੋਟਿ ਅਪ੍ਰਾਧ ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਟੈ ॥
سنت کرپا تے جم تے چھٹئے۔
به لطف پروردگار، چنین فردی از جهنم نجات میابد.

ਸੰਤ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ ਜਮ ਤੇ ਛੁਟੈ ॥
جا کے مستک کرم پربھ پائے۔
کسانی که چنین سرنوشت از پیش تعیین شده‌ای دارند،

ਜਾ ਕੈ ਮਸਤਕਿ ਕਰਮ ਪ੍ਰਭਿ ਪਾਏ ॥
سادھ سرن نانک تے آئے۔
ای ناناک، انها تنها به معلم مذهبی پناه می اورند.

ਸਾਧ ਸਰਣਿ ਨਾਨਕ ਤੇ ਆਏ ॥੭॥
جس من بسے سُنئے لائے پریت۔
کسی که در قلبش نام وجود دارد و با عشق به نام گوش می دهد.

ਜਿਸੁ ਮਨਿ ਬਸੈ ਸੁਨੈ ਲਾਇ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥
تم تے بھن نہیں کچھ ہوئے۔
این بنده خدا را اگاهانه به یاد می اورد.

ਤਿਸੁ ਜਨ ਆਵੈ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਚੀਤਿ ॥
تِس جن آوئے ہر پربھ چیت۔
درد تولد و مرگ چنین فردی برداشته می شود،

ਜਨਮ ਮਰਨ ਤਾ ਕਾ ਦੂਖੁ ਨਿਵਾਰੈ ॥
جنَم مرن تا کا دُکھ نِوارئے۔
درد تولد و مرگ چنین فردی برداشته می شود،

ਦੁਲਭ ਦੇਹ ਤਤਕਾਲ ਉਧਾਰੈ ॥
دُلبھ دیہ تتکال اُدّھارئے۔
بدن انسان که بدست آوردنش خیلی سخت است، بلافاصله او را از شر شرارت ها نجات میده.

ਨਿਰਮਲ ਸੋਭਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਤਾ ਕੀ ਬਾਨੀ ॥
نِرمل صوبہ امرت تا کی بانی۔
شهرت او بی عیب و نقص است، و کلماتی که او صحبت می کند بسیار مطبوع است.

ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਮਨ ਮਾਹਿ ਸਮਾਨੀ ॥
ایک نام من ماہی سمانی۔
چون ذهنش کاملا به نام وابسته است.

ਦੂਖ ਰੋਗ ਬਿਨਸੇ ਭੈ ਭਰਮ ॥
دُکھ روگ بنسے بھئے بھرم۔
غم و اندوه، بیماری، ترس و شک از او دور می شود.

ਸਾਧ ਨਾਮ ਨਿਰਮਲ ਤਾ ਕੇ ਕਰਮ ॥
سادھ نام نِرمل تا کے کرم۔
او به عنوان یک قدیس شناخته شده است و اقدامات او بی عیب و نقص است.

ਸਭ ਤੇ ਊਚ ਤਾ ਕੀ ਸੋਭਾ ਬਨੀ ॥
سبھ تے اُچ تا کی صوبہ بنی۔
شکوه و جلال او به والاترین مقام عالم تبدیل می‌شود.

ਨਾਨਕ ਇਹ ਗੁਣਿ ਨਾਮੁ ਸੁਖਮਨੀ ॥੮॥੨੪॥
نانک اِہ گُن نام سُخمنی۔
ای ناناک، به خاطر چنین فضیلت هایی، نام خدا جواهر تاج تمام لذت ها و صلح است.

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ
رامکلی مهلا ۳ انند.
راگ رامکلی، گوروی سوم، آناند آهنگ از سعادت:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
ایکونکار ستگورو پرساد.
یک خدای ابدی، که به لطف استاد مذهبی واقعی شناخته شده است:

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥
انند بها-آ میرو ما-ای ستگورو می پا-ا-آ.
ای مادر، سعادت در درون من موج می‌زند، زیرا من گوروی واقعی را دیده‌ام:

ਸਤਿਗੁਰੁ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥
ستگور ته پا-ا-آ سهجی ستی من ویجی-آ وادها-ایی-آ.
هنگام ملاقات با معلم واقعی، در یک وضعیت صلح و آرامش بصری قرار گرفته ام، انگار یک صدای خوشی در ذهنم می لرزد.

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥
راق رتن پروار پری-آ سبد گاون آ-ای-آ.
به نظر می‌رسد که موسیقی‌ای جواهر مانند همراه با همسرایان پری‌وار آمده‌اند تا خدا را ستایش کنند.

ਸਬਦੋ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥
سبدو ته گاهو هرو کیرا من جنی وسا-ا-آ.
بیایید خدا را با کسانی که در ذهن خود خدا را تقدیس کرده‌اند و از آن خرسند هستند، یاد کینم.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥
کهی نانک انند هو-آ ستگورو می پا-ا-آ.
ناناک می‌گوید: من در سعادت هستم، چون من گوروی واقعی را ملاقات کرده‌ام.

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥
ای من میری-آ تو صدا رهو هر نالی.
ای ذهن من، همیشه به خدا وابسته باش.

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥
هر نال رهو تو من میری دوخ سبح ویسارنا.
ای ذهن من، بر خدا متمرکز شو، او همه دردها را ریشه کن خواهد کرد.

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥
انگیکار اوہ کیری تیرا کاراج سب سوارنا.
او همیشه به شما کمک خواهد کرد و تمام وظایفتان را انجام خواهد داد.
ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥
سبھنا گلا سمرت سو-آمی سو کی-او منھو وساری.
چرا فکر می‌کنید که چه کسی قادر است هر کاری را انجام دهد؟

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥
کھی نانک من میری صدا رھو ھر نالی.
نانـــک می‌گوید: اوه ذهن من همیشه روی خدا تمرکز می‌کند.

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥
سچی ساحبا کی-آ ناھی غر تیری.
ای خدای ابدی، در خانهٔ آسمانی تو چه چیزی نیست؟

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥
غر ته تیری سب کچ ھی جس دح سو پاو-ای.
همه چیز تحت کنترل شماست، اما فقط آن شخص است که شما خود را دریافت می‌کند.

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥
صدا صفت سلاح تیری نام من ویساوا-ای.
پس از آن، همیشه از تو تمجید می‌کند و نام تو را در دل می‌ستاید.

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥
نام جن کی من ویسی-آ واجی سبد گھنیری.
آهنگ الهی شباد در ذهن محل سکونت نعیم به ارتعاش در می آید.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥
کیھی نانک سچی صاحب کی-آ ناھی گھر تیری.
نااک می‌گوید: ای ارباب واقعی، چه چیزی هست که تو نداری؟

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥
ساچا نام میرا آدھارو.
نام ابدی او تنها حامی من است.

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥
سچ نام ادھار میرا جین بھوخا سب گیوا-ای-آ.
نام واقعی تنها تکیه گاه من است که تمام حرص و طمع من را از بین برده است.

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥
کر سانت سخ من آ-ای ویسی-آ جین ایچھا سب پوجا-ای-آ.
با آوردن صلح و آرامش، نعم در قلب من جاودانه جلوه داده است و همه آرزوهایم را برآورده کرده است

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥
صدا کربان کیتا گورو ویتیھو جیس دیی-آ ایھی ویدی-آ-ای-آ.
من برای همیشه وقف گورو هستم که چنین شکوه و عظمتی دارد

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੋ ॥
کهی نانک سنهو سنتهو سبد دهارهو پیی-آرو.
ناناک می گوید: ای مقدسین گوش کنید، عشق به کلام گورو را در دل خود جای دهید.

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥੪॥
سچا نام میرا آدهارو .
نام ابدی تکیه گاه زندگی من است.

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ॥
واجی پنچ سبد تیتّ گهر سبهاگی.
آن قلب مبارک چنان احساس می کند که گویی پنج صدای اولیه در آنجا ارتعاش می کنند

ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥
گهر سبهاگی سبد واجی کالا جتّ گر دهارری-آ
ای خدا، آن دل مبارک که در آن قدرت خود را نهاده‌ای، می‌بیند که موسیقی الهی پیوسته نواخته می‌شود

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥
پنچ دوت تود وس کیتي کال کنتک ماریه.
شما تمام پنج شیطان (شهوت، خشم، حرص، دلبستگی و نفس) آن شخص را تحت کنترل درآورده اید و ترس از مرگ را از بین برده اید.

ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ਪਾਇਆ ਤੁਧੁ ਜਿਨ ਕਉ ਸਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਕੈ ਲਾਗੇ ॥
در کرم پایه تود جن کئ سی نام هر کئ لاگی.

فقط کسانی بر نام خدا متمرکز شدند که از همان ابتدا نعمت نعم را در سرنوشتشان قرار دادی

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤਹ ਸੁਖੁ ਹੋਆ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ ॥੫॥
کهی نانک، تہ سکھ ہوا، تیت گر انہد واجی.
نانک می گوید، در آن ذهن آرامش حاکم می شود که گویی ملودی موسیقی پیوسته الهی در حال پخش است.

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥
ساچی لیوِ بنده نیمانی.

بدون اشتیاق واقعی به خدا، این بدن انسان کاملاً درمانده است

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥
دیی نیمانی لیوی بجاهو کیا کرے وچاریه.

بدون اشتیاق واقعی به خدا، این بدن بی پناه چه می تواند بکند؟
ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥
تود باج سمرت کوئ نهی کرپا کر بنواریه.

ای مولای عالم هیچ کس جز تو قادر مطلق نیست. لطفا رحمت کنید

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥
آیس ناو هور تهاو نهی سبد لاگ سواریه.

این بدن جز تو هیچ تکیه گاه دیگری ندارد، فقط با هماهنگی با کلام گورو می توان آن را زینت داد.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥
کہے نانک، لیوی بجاهو کیا کرے وچاریه
ناناک بدون عشق به خدا می‌گوید این بدن درمانده چه می‌تواند بکند؟

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੂ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥
آنند آنند سب کو کہے آنند گرو تے جانیه.

هر کس از سعادت سخن می‌گوید، اما سعادت تنها از طریق گورو شناخته می‌شود

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥
جانیه آنند سدا گرو تے کرپا کرے پیاریه.

دوستان عزیزم، فقط وقتی گورو لطف خودش را نشان می‌دهد، آدم متوجه سعادت واقعی گورو می‌شود

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥
کر کرپا کلوک کتے گیان انجن ساریه.

پس از مرگ او، او را به‌طور کامل به هوش می‌آورند و به او ایمان می‌آورند

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥
اندراهو جن کا موه تٹا تن کا سبد سچی سواریه.

کسانی که دلبستگی به چیزهای دنیوی را از درون از بین می‌برند، زندگی‌شان از سوی خدای ابدی زینت یافته است

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਅਨੰਦੁ ਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥੭॥
کهی نانک، ایهو آنند هی، آنند گرو تی جانیه.

ناناک میگه، این یه سعادت واقعیه و این نوع سعادت فقط از طریق گورو شناخته میشه

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥
بابا، جس تو دیه، سوی جان پاوي.

خدای من، فقط آن کسی که تو به او عطا می‌کنی، این سعادت را دریافت می‌کند.

ਪਾਵੈ ਤ ਸੋ ਜਨੁ ਦੇਹਿ ਜਿਸ ਨੋ ਹੋਰਿ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਵੇਚਾਰਿਆ ॥
پاوي تا سو جان دیه، جس نو هور کیا کره وچاریه.

بلی، تنها اوست که این نعمت نیکو را دریافت می‌کند؛ آن را به چه کسی می‌دهی؛ و حالا مخلوقات ناتوان چه می‌توانند بکنند؟

ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥
اک بهرم بهلے فره ده دس اک نام لاگ سواریه.

عده ای هستند که با فریب شک و تردید، در هر ده جهت سرگردان هستند، اما برخی دیگر هستند که شما زندگی آنها را با چسباندن آنها به نام زینت می دهید

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥
گرو پرسادی من بهایه نرمل جنا بهانا بهاوے.

به لطف گورو، ذهن کسانی که اراده شما برایشان خشنود است، پاک می شود

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥੮॥
کہے نانک جس دیه پیارے، سوئ جان پاوے.

نانک می گوید: خدایا این سعادت را تنها او به او می بخشد

ਆਵਹੁ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਹੋ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥
آوهو سنت پیاریه، اکت کی کره کهانی.
بیایید ای مقدسین عزیز، در فضایل خدای وصف ناپذیر تأمل کنیم

ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥
کره کهانی اکت کیری، کت دواری پائیئ.

بیایید در مورد آن خدای وصف ناشدنی صحبت کنیم و در مورد راهی که از طریق آن می توان او را درک کرد بیندیشیم

ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥
تن من دهن سبھ ساپ گرو کاؤ حکم منیئے پائیئے.

خدا را می توان با تسلیم بدن، ذهن، ثروت و همه چیز خود به گورو و با اطاعت از فرمان او درک کرد.

ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥
حکم منیه گرو کیرا گاوهو ساچی بنی.

ای مردم مقدس، فرمان گورو را اطاعت کنید و خدا را ستایش کنید

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥
کہے نانک، سنهو سنته، کتهو اکت کهانی.

نانک می گوید، ای مقدسین گوش کنید، در فضایل خدای وصف ناپذیر تأمل کنید.

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥
آي من چنچلا چتورائي کناي نه پائیئ.

ای ذهن بی‌ثبات، از طریق زیرکی، هیچ کس هرگز خدا را درک نکرده است.

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥
چتورائي نه پائیئ کناي، تو سن من میریئ.

ای ذهن من، گوش کن، هیچ کس تا به حال خدا را با زیرکی درک نکرده است

ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥
ایه مایا مونی جن ایت بهرم بهلائیه.

این مایا بسیار جذاب است. که همه را در تردید گمراه کرده است

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥
مایا تا موهنی تنای کیتی جن تهگولی پائیئ.
این مایا جذاب توسط همان خدایی خلق شده است که این معجون فریبنده توهم دنیوی را نیز در اختیار انسان های فانی قرار داده است.

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥
کربان کیتا تسئ ویتھو، جن موہ میٹا لائیئ۔

من خودم را وقف خدا می کنم که دلبستگی به مایا را بسیار شیرین کرده است

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥
کہے نانک، من چنچل چتورائی کنای نہ پائیئ۔

نانک می گوید ای ذهن مرکور من، هیچکس با زیرکی خدا را درک نکرده است.

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥
آیہ من پیاریہ، تو سدا سچ سمالے

ای جان من، خدای جاویدان را همیشه با عشق و ارادت یاد کن

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥
آیہ کوتمب تو جے دیکھدا چلے نہی تیرے نالے

این خانواده ای که می بینید بعد از مرگ با شما همراه نمی شوند

ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥
ساتھ تیرے چلے نہی تس نال۔ کیو چت لائیئے؟

چرا از نظر عاطفی خود را به چیزی که در نهایت با شما همراهی نخواهد کرد، متصل می کنید؟

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥
ایسا کام مولے نہ کیچے، جت انت پچھوتائیئے.

هرگز چنین کاری را انجام نده که در نهایت توبه کنی

ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥
ستگرو کا اُپدیس سن تو ہووے تیرے نالے

به آموزه های گورو واقعی گوش دهید، که برای همیشه با شما خواهد ماند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥
کہے نانک، من پیارے تو سدا سچ سمالے.

نانک میگه ای جان من همیشه با محبت خدای همیشگی رو یاد کن.

ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥
اگم اگوچارا، تیرا انت نہ پائیئے.

ای خدای نامفهوم و غیر قابل درک، هیچ کس حد تو را پیدا نکرده است

ਅੰਤੋ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥
انتو نه پائیئ کنای، تیرا آپنا آپ تو جانهے.

بله، هیچ کس محدودیت های شما را پیدا نکرده است و فقط شما خودتان را می شناسید

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੋ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥
جیا جنت سب کھیل تیرا، کیا کو آخ وخانه؟

همه موجودات و مخلوقات بازی تو هستند. چگونه کسی می تواند تو را توصیف کند؟

ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥
آکھہ تا ویکھہ سبھ توهی، جن جگت اپائیئے.

این تو هستی که این جهان را آفریده ای، این تو هستی که از طریق هر موجود زنده ای صحبت می کنی و از آنها مراقبت می کنی

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤੂ ਸਦਾ ਅਗੰਮੁ ਹੈ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੨॥
کہے نانک، تو سدا اگم ہے، تیرا انت نہ پائیئے.
نانک می گوید: خدایا! تو همیشه نامفهومی و هیچکس حد و مرز فضایل تو را پیدا نکرده است.

ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਖੋਜਦੇ ਸੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥
سور نر من جان امرت کھوجدے- سو امرت گرو تے پائیئے.

فرشتگان و حکیمان به دنبال شهد آمبروسیال می گردند. اما این شهد فقط از گورو به دست می آید

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥
پائیئے امرت گرو کرپا کینیے- سچا من وسائیئے.

کسی که گورو بر او رحمت کرده است، شهد نعم را دریافت کرده است، زیرا او خدای ابدی را در ذهن خود جای داده است

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥
جیا جنت سب تدھ اپائے، اک ویکھ پرسن آئیئے.
خدایا همه موجودات زنده آفریده تو هستند. بسیاری از مردم با دیدن گورو پیش او می آیند تا از او برکت بگیرند

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੁਕਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥
لب لوب آهنکار چوکا، ستگرو بهلا بهائیئے

طمع و خودخواهی آنها از بین می رود و گورو واقعی خوشایند به نظر می رسد

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਤੁਠਾ ਤਿਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥੧੩॥
کہے نانک، جس نو آپ توتها تن امرت گرو تے پائیئے۔
نانک می گوید، تنها کسی که خداوند بر او لطف کرده است، شهد نعام را از مرشد دریافت کرده است.

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥
بهگتا کی چال نیرالی.

سبک زندگی فداییان منحصر به فرد و متمایز است

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥
چالا نیرالی بهگتا کیری بکهم مارگ چلنا.

بله، سبک زندگی فداییان منحصر به فرد و متمایز است. سخت ترین راه را دنبال می کنند

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥
لب لوب آهنکار تاج ترسنا بہت نیہ بولنا.

آنها از طمع، خودپرستی و امیال دنیوی دست می کشند. آنها زیاد در مورد خودشان صحبت نمی کنند.

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥
خانی اہو ٹیکی والهو نکی ایت مارگ جانا.

مسیری که آنها در زندگی دنبال می‌کنند از یک شمشیر دو لبه تیزتر و از یک مو ظریف تر است (سخت‌انگیز و چالش‌برانگیز).

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥
گور پرسادی جنی آپ تاجیا ہر وسنا سمانی.

به لطف گورو، کسانی که خودبزرگ بینی خود را کنار گذاشته اند. میل آنها به مایا با یاد خدا از بین می رود

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥
کہے نانک، چال بهگتا جگہو جگہ نیرالی۔
ناناک می‌گوید، سبک زندگی فدائیان خدا از هر زمان دیگری منحصر به فرد و متمایز بوده است.

ਜਿਉ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵ ਚਲਹ ਸੁਆਮੀ ਹੋਰੁ ਕਿਆ ਜਾਣਾ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ॥
جیو تو چلائیہ تیو چلا سوامی، ہور کیا جانا گن تیرے.

ای مولای خدا، مخلوقات تو چنان رفتار می کنند که تو می خواهی. من دیگر از فضایل شما اطلاعی ندارم

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥
جیو تو چلائیہ تیوہی چلا جنا مارگ پاوہے.

در هر راهی که ما را قرار دهی، آن گونه که تو می خواهی رفتار می کنیم

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥
کر کرپا جن نام لائیہ سے ہر ہر سدا دھیاوہے.

با ابراز رحمت که با نعم هماهنگ می کنی، همیشه تو را با محبت یاد می کنند

ਜਿਸ ਨੋ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥
جس نو کتھا سنائیہ آپنی سے گردوارئی سکھ پاوہے.

کسانی که کلمات الهی ستایش خود را برای آنها می خوانی، از طریق مرشد در جماعت مقدس از آرامش برخوردار شوند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥
کہے نانک، سچے صاحب جیو بھاوئی تیوہی چلائیہ.

نانک می گوید ای خدای ازلی، هر طور که می خواهی، موجودات را بر این اساس رفتار می کنی.

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥
اےہو سہلا سبد سہاوا.

این آهنگ سعادت زیباترین کلام الهی است

ਸਬਦੋ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥
سبدو سہاوا سدا سہلا ستگرو سنائیئے.

گورو واقعی این آهنگ شادی ابدی را که با کلام الهی مزین شده است، خوانده است.

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥
اےو تین کے من وسیئے جن دھرہو لکھیا آئیئے.
این آهنگ سعادت در اذهان کسانی که اینقدر مقدر شده اند گنجانده شده است

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥
اک فریہ غنیرے کراہی گلا گلی کنہی نہ پائیئے.

بسیاری از انسان‌ها در اطراف سرگردانند و به دانش کم عمق خود مباهات می‌کنند، اما هیچ‌کس تا کنون خدا را درک نکرده و سعادت را صرفاً با گفتار دریافت نکرده است

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥
کہے نانک، سبد سہلا ستگرو سنائیئے.

نانک می‌گوید که گورو واقعی کلمه الهی سعادت را تلاوت کرده است.

ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥
پاوٹ ہوئے سے جانا، جنی ہر دھیاوہے.

زندگی آن عابدانی که در خدا تدبر کرده اند، پاك شده است

ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥
ہر دھیاوہے پاوٹ ہوئے، گرمکہ جنی دھیاوہے

بله، کسانی که عاشقانه در مورد خدا از طریق گورو تعمق کرده اند، معصوم شده اند

ਪਵਿਤੁ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤੁ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥
پاوٹ ماتا پتا کتمب سہت سیو پاوٹ سنگت سبائیئے.

مادر، پدر، خانواده‌هایشان و همه کسانی که با آنها در تماس هستند تقدیس شده اند.

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥
کہڑے پاوٹ سندے پاوٹ سے پاوٹ جنی من وسائیئے.

نام خدا چنان مایه سعادت است که گویندگان و شنوندگان پاک می شوند. کسانی که آن را در ذهن خود ثبت می کنند نیز پاک می شوند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥੧੭॥
کہے نانک، سے پاوٹ جنی گرمکہ ہر ہر دھیاوہے.
نانک می گوید، همه کسانی که در نام خدا تعمق کرده اند، پاک شده اند.

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਊਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥
کرمی سہج نہ اوپجے ون سہجے سسا نہ جائے.
حالت تعادل شهودی از طریق اعمال تشریفاتی به وجود نمی آید، و بدون متانت شهودی، شک و تردید از بین نمی رود

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੈ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥
نہ جائے سسا کتے سنجم رہے، کرم کمائے.

مردم پس از انجام انواع کارها دست از کار کشیده اند، زیرا شک و تردید صرفاً با اعمال تشریفاتی از بین نمی رود

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ ॥
سسائی جیو ملین ہے کتے سنجم دھوتا جائے.

ذهن آلوده به شک و تردید است. چگونه می توان آن را پاک کرد؟

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥
من دھووہو سبد لاگوہو ہر سیو رہو چٹ لائے.

ذهن خود را با هماهنگی با کلام گورو پاک کنید و آگاهی خود را بر خدا متمرکز کنید

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਸਹਜੁ ਉਪਜੈ ਇਹੁ ਸਹਸਾ ਇਵ ਜਾਇ ॥੧੮॥
کہے نانک، گرو پرسادی سہج اپجے، اہ سسا اوہ جائے.

ناناک می‌گوید که به کمک فیض شهودی گورو، این تردید از بین می‌رود.

ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥
جیاہو، میلے باہراہو، نرمل.

بعضی‌ها ظاهرا پاک به نظر می‌رسند، اما مغزشان آلوده به شرارت است

ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥
باہراہو، نرمل جیاہو، تا میلے تینی جنم جوئی ہاریا.

بله، آنان که ظاهرا پاک و آلوده‌اند، زندگی انسانی خود را در این بازی از دست داده‌اند

ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥
اے تسنا وڈا روگ لگا مرن منہوں وساریا.

آنها به بیماری هولناک هوس های دنیوی مبتلا شده اند و حتی فکر مرگ را از ذهن خود رها کرده اند

ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੋ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥
ویدا مہ نام اتم سو سنہ ناہیں فریہ جیو بیتالیا.
در وداها، نام خدا عالی اعلام شده است، اما آنها به این توصیه گوش نمی دهند و مانند ارواح به سرگردانی ادامه می دهند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਸਚੁ ਤਜਿਆ ਕੂੜੇ ਲਾਗੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥੧੯॥
کہے نانک، جن سچ تاجیا کورے لاگے، تینی جنم جوئی ہاریا.

ناناک می گوید، کسانی که حقیقت (خدا) را رها می کنند و به باطل (مایا) می چسبند، در این بازی جان انسانی خود را از دست داده اند.

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥
جیاہو، نرمل باہراہو، نرمل.

کسانی که از درون پاکند و از بیرون هم پاکند

ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥
باہراہو تا نرمل، جیاہو نرمل، ستگرو تے کرنی کمانی.

کسانی که رفتار و شیوه زندگی خود را از گوروی واقعی آموخته اند، بله از درون پاک و از بیرون پاک هستند

ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥
کور کی سوئے پہنچائے ناہیں منسا سچ سمانی.

حتی ذره ای دروغ به آنها نمی رسد و آرزوهای آنها برای مایا به عبادت عبادی ختم می شود

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥
جنم رتن جینی کھٹیا بھلے سے ونجارے.

بهترین معامله گران نام هستند که با به دست آوردن مال نعم به مقصود زندگی بشری دست یافته اند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਮੰਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਸਦਾ ਰਹਹਿ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥੨੦॥
کہے نانک، جن من نرمل سدا رہے گرو نالے.

ناناک می گوید، کسانی که ذهنشان پاک است، همیشه روی کلام گورو متمرکز می مانند.

ਜੇ ਕੋ ਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥
جے کو سکھ گرو سیتی سنمکھ ہووے

اگر هر شاگردی بخواهد واقعاً به گورو وفادار می شود

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥
ہووے تا سنمکھ سکھ کوئی، جیاہو رہے گر نالے.
بله، اگر شاگردی بخواهد به گورو وفادار شود، باید آموزه های گورو را صادقانه دنبال کند

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥
گر کے چرن ہردئی دھیائے، انتر آتمی سمالے.

او باید در آموزه های گورو فکر کند و آنها را در ضمیر درونی محفوظ نگه دارد

ਆਪੁ ਛਡਿ ਸਦਾ ਰਹੈ ਪਰਣੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਏ ॥
آپ چھڈ سدا رہے پرنئے، گر بن اوار نہ جائنے کوئی.

با چشم پوشی از خودبزرگ بینی، چنین شخصی باید همیشه به گورو وابسته باشد و به جز گورو، نباید از کس دیگری برای راهنمایی معنوی پیروی کند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੋ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥
کہے نانک، سنہو سنتہو، سو سکھ سنمکھ ہوئے.

ناناک می گوید، ای مقدسین گوش کنید: چنین شاگردی با ایمان خالصانه به سمت گورو روی می آورد و به گورو وفادار می شود.

ਜੇ ਕੋ ਗੁਰ ਤੇ ਵੇਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਵੈ ॥
جے کو گر تے ویمکھ ہووے، بن ستگرو مکت نہ پاوے.

اگر کسی بدون پیروی از آموزه های گورو واقعی، از کلام گورو روی برگرداند، رهایی از دست مایا نخواهد یافت

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥
پاوے مکت نہ ہور تھئے، کوئی پوچھو بِبیکیا جائے.

هرگز نمی توان رهایی از پیوند مایا را در هیچ جای دیگری یافت. برو و این را از خردمندان بپرس

ਅਨੇਕ ਜੂਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥
انیک جونی بھرم آوے، بن ستگر مکت نہ پائے.

چنین شخصی در تولدهای بی‌شماری سرگردان است، اما بدون پیروی از آموزه‌های گورو واقعی، رهایی از بند مایا نخواهد یافت

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥
فر مکت پائے لاگ چرنی ستگر سبد سنائے.

رهایی از قید و بندهای مایا تنها با آمدن به پناهگاه گورو به دست می آید، زیرا تنها گورو واقعی راه درست زندگی را از طریق کلام الهی آموزش می دهد

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਵੀਚਾਰਿ ਦੇਖਹੁ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥੨੨॥
کہے نانک، وچار دیکھو، بن ستگرو مکت نہ پائے۔

ناناک می‌گوید، به این فکر کنید و ببینید که بدون کلام گورو واقعی، فرد از قید و بندهای مایا رهایی پیدا نمی‌کند.

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੂ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥
آوہو سکھ ستگرو کے پیاریو، گاؤہو سچی بنی.

ای شاگردان محبوب گوروی راستین، بیایید و کلام الهی گورو را بخوانید

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥
بنی تا گاؤہو گرو کیری بنیاں، سر بنی.

کلمات الهي، کلمات برتر (بني) همه را بخوان که توسط گورو گفته شده است

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥
جن کاو ندر کرم ہووے، ہردئی تینا سمانی.

این کلمات الهی که توسط گورو بیان شده است در قلب کسانی که از لطف خداوند برخوردار هستند، گنجانده می شود

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥
پیوہو امرت، سدا رہو ہر رنگ، جپیوہو ساریگپانی.

شهد آمبروسیال نام را بخورید، تا ابد با عشق خدا آغشته بمانید و با فداکاری عاشقانه در مورد خدا تفکر کنید

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥
کہے نانک، سدا گاؤہو ایہ سچی بنی۔

ناناک می گوید، برای همیشه این سرودهای الهی را که توسط گورو گفته می شود برای همیشه بخوانید.

ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥
ستگرو بنا ہور کچی ہے بنی

کلماتی که توسط کسی غیر از گورو واقعی بیان می شود، نادرست است

ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥
بنی تا کچی ستگرو بجھاہو، ہور کچی بنی.
بله، بدون اینکه توسط گورو واقعی گفته یا تایید شود، همه سرودهای دیگر نادرست هستند

ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸੁਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥
کہدے کچے، سندے کچے، کچیں آخ وخانی.

باطلند قاریان، باطلند شنوندگان، و باطلند کسانی که بر بنی باطل سخن می گویند

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੂ ਨ ਜਾਣੀ ॥
ہر ہر نت کرہی رسنا کہیا کچھو نہ جانی.

آنها ممکن است دائماً نام خدا را با زبان خود بخوانند، اما نمی فهمند چه می خوانند
ਚਿਤੁ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੋਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥
چٹ جن کا ہر لائیا مایا بولن پائے روانی.

خودآگاه آنها فریب مایا را خورده است، آنها فقط کلماتی را بدون هیچ درکی می گویند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੪॥
کہے نانک، ستگرو بجھاہو، ہور کچی بنی.

ناناک می گوید که بدون بیان یا تایید گورو واقعی، همه بانی (کلمات) دیگر نادرست است.

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥
گر کا سبد رتن ہے ہیرے، جت جڑہاؤ.

کلام گورو مانند یک هدیه گرانبها است که با فضایل خدا آغشته شده است

ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥
سبد رتن جت من لاگا، ایہو ہوا سماؤ.

کسی که ذهنش با کلمه ارزشمند گورو هماهنگ است، در این ادغام می شود

ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥
سبد سیتی من ملیا، سچائی لائیا بھاؤ.

کسی که ذهنش بر کلام گورو متمرکز است، عشق به خدای ابدی را در خود پرورش می دهد

ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੋ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥
آپے ہیرا رتن، آپے جس نو دے ابجھائے.

کسی که خداوند این درک را به او برکت دهد، درمی یابد که نام خدا و کلمه حمد او بی ارزش است

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥
کہے نانک، سبد رتن ہے ہیرا، جت جڑہاو.

ناناک می گوید، کلام گورو مانند یک هدیه گرانبها است که با فضایل ارزشمند خداوند آغشته شده است.

ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥
سوہ سکت آپ اپائے کے کرتا، آپے حکم ورتائے.

پس از خلقت روح و مایا، آفریدگار آنها را تابع فرمان خود می‌کند

ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥
حکم ورتائے آپ ویکھے، گرمکھ کسی بجھائے.

او با اجرای دستور خود، بازی بین ذهن و مایا را می بیند. او درک این نمایشنامه را فقط به پیروان نادر گورو می دهد

ਤੋੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥
توڑے بندھن ہووے مکت، سبد من وسائے

چنین شخصی کلام گورو را در ذهن محفوظ می دارد و با شکستن پیوندهای مایا رهایی می یابد

ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਵੈ ਏਕਸ ਸਿਉ ਲਿਵ ਲਾਏ ॥
گرمکھ جس نو آپ کرے، سو ہووے ایکس سئو لِو لائے.

کسی که خود خدا حکمت پیروی از آموزه های گورو را به او عطا می کند، او عاشقانه ذهن خود را با خدا هماهنگ می کند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥
کہے نانک، آپ کرتا آپے حکم بجھائے.

نانک می گوید: او خود خالق است و خودش فرمانش را آشکار می کند.

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥
سمرت ساستر پن پاپ بیچاردے، تتے سار نہ جانی.

خوانندگان اسمریت و شاسترا بر خیر و شر منعکس می‌کنند، اما ماهیت واقعی واقعیت را درک نمی‌کنند

ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥
تتے سار نہ جانی، گرو بجھاہو، تتے سار نہ جانی.

بله، آنها جوهر واقعی واقعیت را درک نمی کنند و بدون آموزه های گورو نمی توانند جوهر واقعی واقعیت را بشناسند

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥
تہی گُنی سنسار بھرم ست. آ ستیا رات ویہانی.
تمام جهان در سه حالت مایا و شک غرق شده است. شب عمرش را در خواب نادانی می گذراند

ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਸੇ ਜਨ ਜਾਗੇ ਜਿਨਾ ਹਰਿ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਬੋਲਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ॥
گر کرپا تے سے جن جاگے، جنا ہر من وسیا بولے، امرت بنی۔

به لطف گورو، تنها کسانی از این خواب جهل بیدار می مانند که خدا در درون آنها ساکن است و کلام غم انگیز گورو را سر می دهند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੋ ਤਤੁ ਪਾਏ ਜਿਸ ਨੋ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ ਜਾਗਤ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥੨੭॥
کہے نانک، سو تت پائے جس نو اندن ہر لِو لائے، جاگت رات ویہانی۔

ناناک می گوید که فقط آن شخص به واقعیت ذاتی (خدا) پی می برد که همیشه با عشق خدا آغشته است و زندگی خود را در بیدار ماندن و هوشیاری نسبت به جذابیت های مایا می گذراند.

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥
ماتا کے ادر مہ پرتیپال کرے، سو کیوں منہوں وِساری.

چرا باید آن خدایی را که در شکم مادر روزی می دهد ترک کرد؟

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥
منہوں کیوں وِساری ؟ ایواد داتا جے آگن مہ آہار پہچاوے.

آری، چرا چنین نیکوکار بزرگی را که در آتش رحم روزی می دهد، فراموش می کنیم؟

ਓਸ ਨੋ ਕਿਹੁ ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੀ ਜਿਸ ਨਉ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਲਾਵਏ ॥
اوس نو کہو پوھی نہ سکی، جس ناؤ آپنی لِو لاوے.

هیچ چیز نمی تواند به کسی که خداوند او را با محبت خود آغشته می کند، آسیب برساند

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥
آپنی لِو آپے لائے، گرمکھ سدا سمالیئی.

خدا خودش عشقش را القا می‌کند، بنابراین با پیروی از آموزه‌های گورو، باید همیشه او را با عشق و از خود گذشتگی یاد کنیم.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥
کہے نانک، ایواد داتا سو کیوں منہوں وساری.

نانک می گوید چرا چنین خیر بزرگی را از ذهن فراموش می کنیم؟

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥
جیسی آگن ادر مہ، تیسی بہار مائیا.
همانطور که آتش در داخل رحم است، میل به مایا در خارج نیز وجود دارد

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥
مائیا آگن سب اکو جہیے، کرتے کھیل رچائیا.

آتش در رحم، و میل شعله ور به مایا (ثروت و قدرت دنیوی) ماهیت مشابهی دارند. این نمایشنامه ای است که خالق برپا کرده است

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥
جا تس بھانا تا جمیا پروار بھلہ بھائیا.

وقتی خدا بخواهد طفلی به دنیا می آید و خانواده بسیار خشنود می شوند

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥
لِو چھڑکی لگی ترسنا مائیا، امر ورتائیا.

عشق به خدا از بین می رود و کودک دلبسته امیال دنیوی می شود; فیلمنامه مایا مسیر خود را طی می کند

ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੋਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥
ایہ مائیا جت ہر وِسرئے، موہ اُپجئے بھاؤ دوجا لائیے.

این مایا است که به خاطر آن خدا فراموش شده است، وابستگی عاطفی و عشق به دوگانگی به وجود می آید

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨਾ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਤਿਨੀ ਵਿਚੇ ਮਾਇਆ ਪਾਇਆ ॥੨੯॥
کہے نانک، گرو پرسادی، جنا لِو لگی تینے وِچے، مائیا پائیا.

ناناک می گوید، به لطف گورو، کسانی که با خدا هماهنگ می مانند، او را درک کرده اند، در حالی که در میان مایا زندگی می کنند

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥
ہر آپ امولک ہے، مُول نہ پائیا جائے.

خدا خودش قیمت نداره. ارزش او را نمی توان تخمین زد

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥
مُول نہ پائیا جائے، کسی وِٹھو رہے لوک وِلا ئے.

بله، ارزش او را هیچ کس نمی توان تخمین زد، مردم از تلاش خسته شده اند

ਐਸਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤਿਸ ਨੋ ਸਿਰੁ ਸਉਪੀਐ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਜਾਇ ॥
ایسا ستگُرو جے ملائے، تس نو سر سوپیئے وِچھو آپ جائے.

اگر کسی آموزه‌های چنین گوروی واقعی را ملاقات کند و از آن پیروی کند، خودبزرگ بینی از بین می‌رود، پس باید خود را کاملاً تسلیم آن گورو کند.

ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥
جس دا جیئو تس مل رہئے، ہر وسئے من آئے.

وقتی کسی با عشق خدا آغشته می ماند، آنگاه خدایی که به او تعلق دارد، در ذهن او ساکن می شود

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਕੇ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਹਰਿ ਪਲੈ ਪਾਇ ॥੩੦॥
ہر آپ امولک ہے، بھاگ تینا کے نانکا، جن ہر پلئے پائے.

ای نانک، خود خدا قیمتی ندارد، اما آنها بسیار خوش شانس هستند که خدا آنها را به گورو متحد می کند

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥
ہر راس میری من ونجارا.

نام خدا مال من و عقل من تاجر نعم اس

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥
ہر راس میری من ونجارا، ستگُر تے راس جانی.

بلی، نام خدا ثروت واقعی من است و ذهن من تاجر نعم است. از گوروی واقعی است که من با این ثروت آشنا شدم

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥
ہر ہر نت جپیہو جیئو، لاھا کھتیہو دیہاری.

ای انسانها، هر روز در نام خدا با عبادت محبت آمیز تدبر کنید و هر روز سود آن را بدست آورید

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥
ایہ دھن تینا ملیا جن ہر آپے بھانا

فقط کسانی این ثروت را دریافت کرده اند که خدا خودش دوست دارد به آنها بدهد

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥
کہے نانک، ہر راس میری من ہوا ونجارا.

نانک می گوید: نام خدا ثروت واقعی من است و عقل تاجر آن شده است

ਏ ਰਸਨਾ ਤੂ ਅਨ ਰਸਿ ਰਾਚਿ ਰਹੀ ਤੇਰੀ ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ॥
ایہ رسنا تو ان رس راچ رہی، تیری پیاس نہ جائے.

ای زبانم، تو غرق در چشیدن ذائقه‌های مختلف هستی، این‌گونه اشتیاق تو به ذائقه دنیوی از بین نمی‌رود

ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ਹੋਰਤੁ ਕਿਤੈ ਜਿਚਰੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਲੈ ਨ ਪਾਇ ॥
پیاس نہ جائے ہورت کتے، جچر ہر رس پلئے نہ پائے.

بله، تا زمانی که به ذات لطیف نام خدا دست یابید، تمایل شما به ذائقه‌های مختلف دنیوی به هیچ وجه از بین نمی‌رود

ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇ ਪਲੈ ਪੀਐ ਹਰਿ ਰਸੁ ਬਹੁੜਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਗੈ ਆਇ ॥
ہر رس پائے پلئے پیئے، ہر رس بہڑ نہ ترسنا لاگئی آئے.

اگر جوهر لطیف نام خدا را دریافت کنید و از این جوهر نام خدا بهره مند شوید، دیگر از هیچ آرزوی دیگری ناراحت نخواهید شد

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥
ایہو ہر رس کرمی پائیئے، ستگرو ملائی جس آئے.

به لطف خدا، این جوهر لطیف از نام خدا توسط کسی که از آموزه های گورو واقعی پیروی می کند دریافت می کند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹੋਰਿ ਅਨ ਰਸ ਸਭਿ ਵੀਸਰੇ ਜਾ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥੩੨॥
کہے نانک، ہور ان رس سبھ وِسرے جا ہر وسئے من آئے.

نانک می گوید وقتی سعادت نعم در ذهن ساکن شود، همه لذت های دنیوی دیگر فراموش می شوند

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥
ایہ سریرا میریا، ہر تم مہ جوت رکھی تا تو جگ مہ آیا.

ای جسم من، وقتی خداوند نور الهی خود را به تو تزریق کرد، آنگاه به دنیا آمدی

ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥
ہر جوت رکھی تُدھ وِچ، تا تو جگ مہ آیا.

بله، تنها زمانی که خداوند نور الهی خود را در شما قرار داد، آنگاه به این دنیا آمدید

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥
ہر آپے ماتا آپے پتا، جن جیئو اُپائے جگت دکھائیا.
خود خداوند مادر و خودش پدر است که پس از خلقت انسان، مراقب موجودات است

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥
گُر پرسادی بُجھیا تا چلت ہوا، چلت ندری آئیا.

وقتی به لطف گورو، کسی واقعیت این جهان را درک کرد، آنگاه متوجه می‌شود که این جهان یک بازی است و چیزی جز بازی خدا نیست

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਮੂਲੁ ਰਚਿਆ ਜੋਤਿ ਰਾਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥੩੩॥
کہے نانک، سریسٹ کا مول رچیا، جوت رکھی تا تو جگ میں آیا.

نانک می گوید، وقتی خدا پایه و اساس جهان را گذاشت و نور الهی خود را در شما قرار داد، تنها در آن صورت به این دنیا آمدید

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥
من چاؤ بھئیا، پربھ آگم سُنئیا.

وقتی متوجه حضور خدا در قلبم شدم ذهنم شاد شد

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥
ہر منگل گاؤ سخی گڑیہو مندر بنیا.

ای دوست من؛ سرودهای شادی بخوان، زیرا قلب من معبدی برای خدا شده است

ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੋਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥
ہر گاؤ منگل نت سخیئے، سوگ دُکھ نہ ویاپائے.

بلی، ای دوست من، همیشه سرودهای شادی بخش ستایش خداوند را بخوان. با انجام این کار هیچ غم و دردی هرگز مبتلا نمی شود

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥
گُرو چرن لاگے دن سبھاگے، آپنا پیر جاپئے.

خوشا به حال روزهایی که به کلام گورو دلبسته باشم و عاشقانه در مورد استاد-خدای خود تأمل کنم

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੋ ॥
اَنْہَٹ بنی، گُرو صبَد جانی، ہر نام ہر رس بھوگو.

از طریق کلام گورو است که به آهنگ پیوسته ستایش های خدا پی برده ام و اکنون از ذوق نام خدا لذت می برم.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੋ ॥੩੪॥
کہے نانک، پربھ آپ ملیا، کارن کارن جوگو.

نانک میگه خود خدا که توانایی انجام هر کاری رو داره من را ملاقات کرده

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇ ਕੈ ਕਿਆ ਤੁਧੁ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ॥
ایہ سریرا میریا، اِس جگ مہ آئیا کے کیا تُدھ کرم کمائیا.

ای تن من، با آمدن به این دنیا چه کارهای ارزشمندی انجام دادی؟

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥
کے کرم کمائیا تُدھ سریرا، جا تو جگ مہ آئیا.

بلی ای تن من از زمانی که به این دنیا آمدی چه کار نیکی انجام دادی؟

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥
جن ہر تیرا رچن رچیا، سو ہر من نہ وسائیا.

تو در ذهنت نگفته ای که خدایی که تو را آفریده است

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥
گُر پرسادی ہر من وسیا، پُورب لکھیا پائیا.

به لطف گورو، خدا در ذهن شخصی که سرنوشت از پیش تعیین شده او محقق شده است، ساکن می شود

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਪਰਵਾਣੁ ਹੋਆ ਜਿਨਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥੩੫॥
کہے نانک اَیہو سریر پروان ہوا، جن ستگرو سِئو چت لائیا.

ناناک می گوید، کسی که ذهن خود را بر آموزه های گورو متمرکز کرده است، به هدف زندگی انسان دست یافته و در پیشگاه خداوند مورد تایید قرار گرفته است

ਏ ਨੇਤ੍ਰਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਧਰੀ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ॥
ایہ نیترہو میریو، ہر تم مہ جوت دھری، ہر بن اَور نہ دیکھو کوئی.

ای چشمان من، خداوند نور خود را در تو جاری کرده است. پس غیر از خدا کسی را نبینید (بلکه ببینید خداوند در همه و همه جا نفوذ کرده است)

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥
ہر بن اَور نہ دیکھو کوئی، ندری ہر نہالیا.

جز این که خداوند همه جا را فرا گرفته است، چیز دیگری را نبینید، تنها خدا سزاوار دیدن است

ਏਹੁ ਵਿਸੁ ਸੰਸਾਰੁ ਤੁਮ ਦੇਖਦੇ ਏਹੁ ਹਰਿ ਕਾ ਰੂਪੁ ਹੈ ਹਰਿ ਰੂਪੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥
ایہ وِس سنسار تم دیکھ دے، ایہو ہر کا روپ ہے، ہر روپ ندری آئیا.

ای چشمان من، تمام این دنیایی که تو می بینی تجلی خداست. این شکل خداست که چشمان من می بینند

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਜਾ ਵੇਖਾ ਹਰਿ ਇਕੁ ਹੈ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥
گُر پرسادی بُجھیا جا ویکھا ہر اِک ہے، ہر بن اَور نہ کوئی.

به لطف گورو این را فهمیدم و اکنون هر جا را می بینم فقط یک خدا را می بینم و جز خدا هیچ کس دیگری نیست.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹਿ ਨੇਤ੍ਰ ਅੰਧ ਸੇ ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਦਿਬ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਹੋਈ ॥੩੬॥
کہے نانک، ایہی نیتر اندھ سے ستگر ملیئے، دِب درِسَت ہوئی.

نانک می گوید: قبلاً این چشم ها از نظر روحی نابینا بودند، با ملاقات با گورو واقعی نور الهی در آنها ظاهر شد و اکنون این چشم ها خدا را همه جا می بینند

ਏ ਸ੍ਰਵਣਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥
ایہ سرورنہو میریو، سچائی سُننئے نو پتھائے.

ای گوش های من، تو فقط برای شنیدن حمد و ستایش خداوند به اینجا فرستاده شده ای

ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥
سچائی سُننئے نو پتھائے، سریر لائیے سُنہو صَد بنی.

بله، شما به بدن دلبسته اید و به اینجا فرستاده شده اید تا به سخنان الهی گورو در مورد ستایش خدا گوش دهید

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥
جت سُنی من تن ہریا ہوا، رسنا رس سمانی.

ذهن و بدن با گوش دادن به سخنان الهی گورو در مورد ستایش خداوند تجدید قوا می کند و زبان در شهد نعام غوطه ور می شود

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥
سچ الکھ ودانی، تا کی گت کہی نہ جائے.

خدا آنقدر شگفت انگیز و غیر قابل درک است که نمی توان حالت او را توصیف کرد

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਸੁਣਹੁ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੋਵਹੁ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥੩੭॥
کہے نانک، امرت نام سُنہو پاوِتر ہوُو، سچائی سُننئے نو پتھائے.
نانک می گوید: به نعم آمبروسی گوش کن و پاک شو، تو فقط برای شنیدن کلام الهی آفریده شده ای

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥

هر جیو گُفا اندر رکھ کے واجا پون وجائیا.

خداوند با قرار دادن روح در غار بدن، مانند دمیدن هوا در آلات موسیقی، نفس حیات را در آن دمید

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥

وجائیا وجا پون نئو دُوارے پرگٹ کیاے، دسواں گُپت رکھاے.

بلی، خداوند نفس حیات را در بدن دمید و نه عضو بدن را از نه در (دو چشم، دو گوش، دو سوراخ بینی، یک زبان و دو خروجی ادرار و مدفوع) آشکار کرد، اما در دهم را مخفی نگاه داشت

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

گُردُعارئ لائے بھاونی اکنا دسواں دُوار دکھائیا.

خداوند به آنان که از طریق مرشد عشق به نعم را برکت داد، دهمین در را نیز برایشان آشکار کرد

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

تہ انیک روپ ناو ندھ تس دا انت نہ جائے پائیا.

در آن حالت معنوی عالی که در آن در دهم آشکار شده است، شخص به ثروت بی حد و حصر نام خدا در اشکال بسیار زیبا پی می برد

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

کہے نانک، ہر پیارے جیو، گُفا اندر رکھ کے واجا پون وجائیا۔

نانک می گوید با قرار دادن روح در غار بدن، خدای عزیز نفس زندگی را در آن دمید، مثل دمیدن هوا در ساز موسیقی

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥

ایہو سچا سوہیلہ، سچئی گھر گاوہو۔

این آهنگ واقعی ستایش خداوند را در جماعت مقدس بخوانید

ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥

گاوہو تا سوہیلہ گھر سچئی، جِتھے سدا سچ ڈھیاوہے.

بلی، این سرود سعادت را در جماعت مقدس بخوان، جایی که همیشه عاشقانه در مورد خدای ابدی تأمل می کنند

ਸਚੋ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥
سچو ڈھیاوہی جا تُدھ بھاویے، گُرمُکھ جنا بُجھاوہے.
ای خداوندا، آنها فقط زمانی در مورد تو تأمل می کنند که تو را خشنود کند و تو از طریق مرشد این درک را به آنها عطا کنی.

ਇਹੁ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਖਸਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਬਖਸੇ ਸੋ ਜਨੁ ਪਾਵਹੇ ॥
ایہ سچ سبھنا کا خسم ہے، جس بخشے سو جن پاوہے.
خدای ابدی سرور همه است، فقط آنها او را می شناسند که او بر او رحمت می کند

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥
کہے نانک، سچ سوہیلہ سچئی گھر گاوھی.
نانک می گوید با پیوستن به جماعت مقدس، حمد خدا را می خوانند

ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥
اند سُنہو ودبھاگیہو، سگل منورتھ پوری.
ای افراد خوش‌شانس به سرود سعادت گوش فرا دهید و با گوش دادن به این سرود همهٔ آرزوهای خود را به انجام برسانید

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੂਰੇ ॥
پاربھرم پربھ پائیا، اُتری سگل وسوری.
کسانی که سرود سعادت را شنیده‌اند، خدا را شناخته‌اند و نگرانی‌هایشان برطرف شده است.

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥
دُکھ روگ سنتاپ اُتری، سنی سچی بنی-
با گوش فرا دادن به کلام خدا تمام غم‌ها و مصیبت‌های ایشان برطرف شده است.

ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥
سنت ساجن بھائے سرسے پوری، گُر تے جانی-
با درک کلام الهی از گورو واقعی، همهٔ قدیسین و دوستان شاد می‌شوند.

ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥
سُنتے پُنیت کہتے پاوِت، ستگُر رہیا بھرپوری.
کسانی که به کلام گورو گوش فرا می‌دهند یا به آن گوش می‌دهند، در این سرود، که سرود سعادت است، گوروی واقعی را می‌بینند، معصوم می‌شوند.

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

بِنونت نانک، گُر چرن لاگی، واجی اَنہد توری۔

ناناک فروتنانه می‌گوید که کسانی که به کلام گورو توجه می‌کنند، در درون آن‌ها غرق می‌شوند گویی ملودی‌های الهی بی‌وقفه در ذهنشان بازی می‌کنند.

ਸੋ ਦਰੁ ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧
سو در راگ آسا مهلا ١
سودر آن دروازه، راگ آسا. گورو اول:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
ایک اونکار ستگر پرساد.
یک خدای ابدی که به لطف گورو واقعی شناخته شده :

ਸੋ ਦਰੁ ਤੇਰਾ ਕੇਹਾ ਸੋ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥
سو دہر ترہ کیهي، سو غر کیهي چیت بہهی سراب سمالي.
ای خدا، خانهٔ تو چقدر عالی است و آن در چقدر شگفت‌انگیز است. تو از آنجا از همهٔ آفریده‌هایت مراقبت می‌کنی.

ਵਾਜੇ ਤੇਰੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥
واجے تیرے ناد انیک اسنخا کیتے، تیرے واونہارے.
در این آفرینش شگفت انگیز شما، نوازندگان بی شماری که آلات موسیقی بی شماری را می نوازند، تعداد بی شماری از ملودی ها را تولید می کنند.

ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਹਿ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥
کیتے تیرے راگ پری سیو کهی اہی کیتے تیرے گاونہارے.
خوانندەهای بی‌شماری همراه با همنوعان خود، بسیاری از آهنگ‌ها را می‌خوانند.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥
گاوان تورنو پوني، پاني بیسنتر گاوي راجا دهرم دواري.
باد و آب و آتش به شیوه خود از تو می خوانند. حتی دارامرج، داور اعمال ما، در آستان تو ستایش می کند.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਨਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥
گاوان تورنو چٹ گپٹ لیک جانان لیک لیک دهرم بیچاري.
چیترا و گوپتا (فرشتگان) که گزارش اعمال مردم را می نویسند و دارامرج در پرونده آنها قضاوت می کند، نیز ستایش تو را می خوانند.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਈਸਰੁ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਤੇਰੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥
گاوان تورنو ایسار برهما دیوی، سوهن تیرے صدا سوارے.
خدای شیوا، براهما و الهه‌هایی که توسط شما آراسته شده‌اند، نیز در حال خواندن ستایش شما هستند

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਇੰਦ੍ਰ ਇੰਦ੍ਰਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥
گاوان تورنو اندر اندراساں بیٹے دیوتیا در نالي
خدای ایندرا که بر تختش نشسته است همراه با بسیاری از فرشتگان دیگر که در آستان تو ایستاده اند، تو را می ستایند.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਾਧ ਬੀਚਾਰੇ ॥
گاوان تورنو سدھ سمادھی اندر، گاوان تورنو صاح بیچاری.
مردان مقدس بی‌شماری شما را در مراقبه عمیق ستایش می‌کنند، قدیسان بی‌شماری شما را تحسین می‌کنند و غرق در افکار شما می‌شوند.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥
گاوان توڑنو جتی ستی سنتوکی، گاوان توڑنو ویر کارارے
ای خدا، این مردان انضباط، نیکوکار، قناعت، و جنگجویان شجاع، همه در ستایش تو سرود می‌خوانند.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸੁਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥
گاوان توڑنو پندت پڑھن راکھیسور، جگ جگ ویدا نالي
پاندیت ها و حکیمان بزرگی که ازقرن ها پیش وداها را می خوانند، تو را می ستایند.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗੁ ਮਛੁ ਪਇਆਲੇ ॥
گاوان توڑنو موهنیا من موهن سورگ مچ پايالي.
کنیزان زیبا و جذاب در بهشت، زمین و نواحی پایین، تو را می ستایند

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥
گاوان توڑنو رتن اپا-ي، تیرے اٹھسٹ تیرتھ نالي
جواهرات گرانبهایی که شما خلق کرده‌اید، همراه با تمام شصت و هشت محل زیارت، سرود شما را می‌خوانند.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥
گاوان توڑنو جودھ مہابل سورا، گاوان توڑنو خاني چارے
جنگجویان و مخلوقات شجاع و توانا از هر چهار منبع حیات، تو را می ستایند.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਤੇਰੇ ਧਾਰੇ ॥
گاوان توڑنو خند مندل برهمندا کر کر رکھي تیرے دھاڑ
تمام قاره‌ها، کهکشان‌ها و منظومه‌های خورشیدی در کل جهان که توسط تو ساخته و حمایت می‌شوند،سرود تو را می‌خوانند.

ਸੇਈ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਨਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥
سائی توڑنو گاوان جو توڑ بھاون رتے تیرے بھگت رسالے
فقط کسانی ستایش های شما را می خوانند که برای شما خشنود هستند و واقعاً فداکار و آغشته به عشق شما هستند.

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਬੀਚਾਰੇ ॥
هور کیتے توڑنو گاوان سے میں چت نہ آون، نانک کیا بیچارے؟
خیلی بیشتر از اونها از عظمت تو می خو انند که به ذهنم خطور نمی کنه، ناناک چطور می تواند به کسایی فکر کنه که تو رو ستایش می کنن؟

ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥
سوئے سوئے صدا سچ ساحب، ساچا ساچی نائی.
فقط خداست که همیشه وجود دارد، عظمت و جلال او جاودانه است.

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥
ہے بھی ہوسی جائے نہ جاسی رچنا جن رچائی.
خدایی که این عالم را آفریده، اکنون حاضر است، در آینده نیز حضور خواهد داشت. او نه متولد شد و نه خواهد مرد.

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥
رنگی رنگی بھاٹی کر کر جنسی مائیا جن اپائی.
خدایی که مایا را در رنگ ها، گونه ها و گونه های بسیار آفریده است.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥
کر کر دیکھے کیتا آپنا جیئو تس دی وڈیائی
او خلق می کند و سپس به میل خود از خلقت خود مراقبت می کند.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਫਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥
جو تس بھاوے سوئی کرسی فرم ہکم نہ کرنا جائی
او هر کاری که دلش بخواهد انجام می‌دهد و هیچ کس نمی‌تواند به او دستور دهد.

ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੧॥
سو پتیساهو ساہا، پتیساهب نانک رہن راجائی-

ای نانک، خدا امپراتور امپراتوران است و زندگی مطابق خواست او برای همه بهتر است.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥
آسا میهلا ١-
راگ آسا، گورو اول:

ਸੁਣਿ ਵਡਾ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥
سن ودا آکھے سبھ کوئے.
خدایا، وقتی از دیگران می‌شنوم همه می‌گویند تو عالی هستی.

ਕੇਵਡੁ ਵਡਾ ਡੀਠਾ ਹੋਇ ॥
کیوڈ وڈا دیتا ہوئی.
اما تو واقعا چقدر عالی هستی، فقط بعد از اینکه تو را تصور می‌کنم می‌توانم بگویم

ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਇ ॥
قیمت پائی نہ کہیا جائے.
خلقت شما را نمی توان تخمین زد یا به طور کامل توصیف کرد.

ਕਹਣੈ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਰਹੇ ਸਮਾਇ ॥੧॥
کہنے والے تیرے رہے سمائے-
آنهایی که سعی می کنند شرح دهند، هویت خود را از دست داده و در شما ادغام شده اند.

ਵਡੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗਹਿਰ ਗੰਭੀਰਾ ਗੁਣੀ ਗਹੀਰਾ ॥
وَدے میرے ساحِبا، گہِر گمبھِیرا، گُنی گہِیرا۔
ای استاد بزرگ من، شما بسیار سخاوتمند و بحری از فضایل هستید.

ਕੋਇ ਨ ਜਾਣੈ ਤੇਰਾ ਕੇਤਾ ਕੇਵਡੁ ਚੀਰਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
کوئی نہ جانے تیرا کیتا کیود چیرا۔ رہاؤ۔
هیچ کس از بزرگی و بزرگی این محیط خبر ندارد.

ਸਭਿ ਸੁਰਤੀ ਮਿਲਿ ਸੁਰਤਿ ਕਮਾਈ ॥
سبھ سرتی مل سُرت کمائی۔
برای اینکه عظمت تو را تخمین بزنند، بسیاری با اتحاد با بسیاری دیگر به تو فکر کردند.

ਸਭ ਕੀਮਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਮਤਿ ਪਾਈ ॥
سبھ کیمت مل کیمت پائی۔
و بسیاری از (فیلسوفان) سعی کردند ارزش تو را با کمک بسیاری دیگر تخمین بزنند.

ਗਿਆਨੀ ਧਿਆਨੀ ਗੁਰ ਗੁਰਹਾਈ ॥
گیانی دھیانی گُر گُرہائی۔
عالمان، صاحب نظران، خردمندان و بزرگانشان، همه کوشیدند عظمت تو را بیان کنند.

ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ਤੇਰੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥੨॥
کہن نہ جائے تیری تِل وَدیآئی۔
اما حتی ذره ای از عظمت تو را نمی توان توصیف کرد.

ਸਭਿ ਸਤ ਸਭਿ ਤਪ ਸਭਿ ਚੰਗਿਆਈਆ ॥
تُوں بِنُ سِدھی کِنَئی نَہ پائیآئیا۔
همه کارهای خیر، همه ریاضت‌ها، همه فضیلت‌ها،

ਸਿਧਾ ਪੁਰਖਾ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥
کرم مِلائی ناہی تھاک رہائیا۔
و تمام عظمت سیدها با قدرت های معجزه آسا،

ਤੁਧੁ ਵਿਣੁ ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥
تد وین سدھی کینی نپایی.
بدون لطف شما هیچ کس نمیتونه به هیچ کدوم از این قدرت ها دست پیدا کنه

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥੩॥
کرم میلی ناهی تاک رهاییی.
اونا فقط با لطف شما به این قدرت‌ها دست پیدا می‌کنن، هیچ کس نمی‌تواند جلوش را بگیرد.

ਆਖਣ ਵਾਲਾ ਕਿਆ ਵੇਚਾਰਾ ॥
آکھن والا کیا وچارا؟
ای خدا، چگونه یک انسان درمانده می‌تواند فضایل تو را توصیف کند؟

ਸਿਫਤੀ ਭਰੇ ਤੇਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ॥
سِفتی بھرے تیرے بندارا۔
گنجهای تو پر از فضایل توست.

ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਤਿਸੈ ਕਿਆ ਚਾਰਾ ॥
جِس تُو دہ تِسئے کیا چارا؟
هر کس را با این فضیلت ها سعادت می دهی، هیچ کس قدرتی ندارد که مانع راه او شود.

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੪॥੨॥
نانک سچ سوارنہارا۔
O’ Nanak, God Himself is the embellisher of that fortunate one.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥
آسا میہلہ ۱۔
راگ آسا، اولین گورو:

ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥
آکھا جیوا وسرائی مر جاؤ.
وقتی نام او را به زبان می‌آورم، از لحاظ روحانی زنده می‌شوم، اما اگر او را فراموش کنم، از لحاظ روحانی مرده‌ام.

ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥
آکھن أکھا ساچا ناو۔
(به همین دلیل) به سختی می‌توان نام او را بر زبان آورد.

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ ॥
ساچے نام کی لاگئی بھوک۔
وقتی آدم دلش می‌خواهد او را با ستایش به یاد بیاورد،

ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੂਖ ॥੧॥
أُٹ بھوکھے کھاے چلیاہی دُکھ
سپس با اراده آن آرزو، همه دردها پایان می‌یابند

ਸੋ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥
سو کیوں وسرائی میری مائے۔
ای مادر من، چرا باید کسی این خدا را ترک کند؟

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
ساچا ساحب، ساچی نا-ئے۔ رہاؤ۔
کیست استاد حقیقی و جلال او ابدی.

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥
ساچے نام کی تِل وڈیآئی۔
سعی می‌کرد حتی ذره‌ای از عظمت خدای ابدی را توصیف کند.

ਆਖਿ ਥਕੇ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥
آکھ تھکے کیمت نہیں پائی
مردم خسته شده‌اند، اما نتوانسته‌اند آن را توصیف کنند.

ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥
جے سبھ مل کئے آکھن پاہی
حتی اگر همه دور هم جمع شوند و از عظمت او سخن بگویند.

ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥
وَڈا نہ ہووَے گھاٹ نہ جائے۔
او نه بزرگتر و نه کوچکتر می شود.

ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੋਗੁ ॥
نا اوہ مرے نہ ہووَے سوگ
خدا نمی میرد؛ دلیلی برای عزاداری وجود ندارد

ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੂਕੈ ਭੋਗੁ ॥
دیدا رہے نہ چوکے بھوگ۔
او همچنان به بخشیدن ادامه می‌دهد و بخشش‌هایش هرگز کوتاه نمی‌آید.

ਗੁਣੁ ਏਹੋ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥
گُن اَیہو ہور ناہی کوئی
فضیلت بزرگ این است که هیچکس مثل او نیست.

ਨਾ ਕੋ ਹੋਆ ਨਾ ਕੋ ਹੋਇ ॥੩॥
نا کو ہوا نا کو ہوئے۔
هرگز (کسی مثل او) نبوده و نخواهد بود.

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥
جیوَد آپ تیوَد تیری دات۔
(خدایا) بخشش تو به اندازه تو بزرگ است

ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥
جِن دِن کر کئی کیتی رات۔
(خداوندا) این تو هستی که روز و شب را آفریده ای

ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥
کھسم وِسارے تے کمجات
کسانی که چنین استاد خدایی را فراموش می کنند، بدبخت و حقیر هستند.

ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥
نانک ناوے باجھ سنات۔
ای نانك، کسی که نام(ذکر خدا) نداشته باشد، بدبخت رانده شده است

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥
راگ گوجری مہلہ ۴
راگ گوجاری، گورو چهارم:

ਹਰਿ ਕੇ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸਤ ਪੁਰਖਾ ਹਉ ਬਿਨਉ ਕਰਉ ਗੁਰ ਪਾਸਿ ॥
ہر کے جن ستگُرو ست پُرکھا ہاؤ بِنو کراؤ گرو پاس-
ای فداکار خدا، استاد واقعی، ای موجود اولیه واقعی، من دعاهایم را به تو تقدیم می کنم، استاد من

ਹਮ ਕੀਰੇ ਕਿਰਮ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਾਈ ਕਰਿ ਦਇਆ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥੧॥
ہم کیرے کرم ستگرو سرنائی کر دئیا نام پرگاس-
ای مرشد راستین، من متواضعم و مانند کرمی حقیر، آمده ام به تو پناه ببرم، لطف کن و مرا به نعم روشن کن.
ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਗੁਰਦੇਵ ਮੋ ਕਉ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥
میرے میت گُردیو مو کاؤ رام نام پرگاس-
ای دوست من، ای معلم الهی، نام خدا را به من یاد بده

ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਾਨ ਸਖਾਈ ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਹਮਰੀ ਰਹਰਾਸਿ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
گُرمت نام میرا پران سخائی ہر کیرت ہمری رہراس-
نامی که از طریق آموزه‌های گورو دریافت می‌شود ممکن است نفس زندگی من باقی بماند و خواندن ستایش خدا ممکن است راه زندگی من شود.
ਹਰਿ ਜਨ ਕੇ ਵਡਭਾਗ ਵਡੇਰੇ ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਰਧਾ ਹਰਿ ਪਿਆਸ ॥
ہر جن کے وڈبھاگ وڈیرے جن ہر ہر سردھا ہر پیاس-
بسیار خوش شانس آن دسته از فدائیان خدا هستند که همیشه اشتیاق تعمق در نام خدا دارند.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮਿਲੈ ਤ੍ਰਿਪਤਾਸਹਿ ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ ਗੁਣ ਪਰਗਾਸਿ ॥੨॥
ہر ہر نام مِلے ترپتاسہی مِل سنگت گن پرگاس-
با پی بردن به نام خدا، اشتیاق آنان به هوس های دنیوی رفع می شود و با پیوستن به صفات مقدسین، فضایل الهی در آنان تجلی می یابد.
ਜਿਨ੍ ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਸੁ ਨਾਮੁ ਨ ਪਾਇਆ ਤੇ ਭਾਗਹੀਣ ਜਮ ਪਾਸਿ ॥
جنہں ہر ہر ہر رس نام نہ پائیا تے بھاگیں جم پاس-
کسانی که ایلکسر نام خدا را دریافت نکرده‌اند، متاسفانه از لحاظ روحانی مرده‌اند.

ਜੋ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਿ ਸੰਗਤਿ ਨਹੀ ਆਏ ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵੇ ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵਾਸਿ ॥੩॥
جو ستگُرو سرن سنگت نہیں آئے، دھرگ جیوے، دھرگ جیواس-
کسانی که به پناهگاه و جماعت گورو واقعی نیایند، زندگی خود را نفرین کرده‌اند و امید به زندگی را نفرین کرده‌اند.
ਜਿਨ ਹਰਿ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸੰਗਤਿ ਪਾਈ ਤਿਨ ਧੁਰਿ ਮਸਤਕਿ ਲਿਖਿਆ ਲਿਖਾਸਿ ॥
جن ہر جن ستگرو سنگت پائی تن دھر مستک لکھیا لکھاس-
آن دسته از بندگان خدا که با گورو واقعی آشنا شده‌اند، چنین سرنوشت از پیش تعیین شده‌ای دارند

ਧੰਨੁ ਧੰਨੁ ਸਤਸੰਗਤਿ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇਆ ਮਿਲਿ ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥੪॥੧॥
دھن دھن ستسنگت جت ہر رس پائیا مِل نانک نام پرگاس-
ای ناناک، خوشا به حال جماعت مقدسی که در آن شخص به ایلیکسر نام خدا می‌رسد و ذهن او با نعم روشن می‌شود.

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥
راگ گوجری مہلہ ۵۔
راگ گوجاری، گورو پنجم:

ਕਾਹੇ ਰੇ ਮਨ ਚਿਤਵਹਿ ਉਦਮੁ ਜਾ ਆਹਰਿ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪਰਿਆ ॥
کاہے رے من چتواہی اُدم جا اہر ہر جیو پریا۔
ای فکرم، چرا نگران تلاش برای رزق و روزی که خداوند از قبل به آن عنایت کرده استی ؟

ਸੈਲ ਪਥਰ ਮਹਿ ਜੰਤ ਉਪਾਏ ਤਾ ਕਾ ਰਿਜਕੁ ਆਗੈ ਕਰਿ ਧਰਿਆ ॥੧॥
سیل پتھر مہ جنت اُپائے تا کا رِجک آگے کر دھریا۔
حتی در صخره ها و سنگ های متروک، موجودات زنده را آفرید و غذای آنها را قبلاً در آنجا قرار داده است.

ਮੇਰੇ ਮਾਧਉ ਜੀ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੁ ਤਰਿਆ ॥
میرے مادھاو جی، ستسنگت ملے سے تریا۔
ای خدای عزیز، هر که به جماعت مقدسین بپیوندد، می تواند از اقیانوس رذیلت های دنیوی عبور کند.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਇਆ ਸੂਕੇ ਕਾਸਟ ਹਰਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
گُر پرساد پرم پد پائیا سوکے کاست ہریا رہاؤ۔
به لطف گورو، او به بالاترین حالت معنوی دست می یابد و چنین انرژی معنوی جدیدی را به دست می آورد، مانند درخت خشکی که دوباره سبز می شود.

ਜਨਨਿ ਪਿਤਾ ਲੋਕ ਸੁਤ ਬਨਿਤਾ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਕੀ ਧਰਿਆ ॥
جنن پِتا لوک سُت بَنِتا کوئے نا کس کی دھریا۔
ای فکر من، مادر، پدر، دوستان، فرزندان و همسر، هیچکس تکیه گاه شما نیست.

ਸਿਰਿ ਸਿਰਿ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹੇ ਠਾਕੁਰੁ ਕਾਹੇ ਮਨ ਭਉ ਕਰਿਆ ॥੨॥
سر سر رِجک سمباہے تھاکُر کاہے من بھاؤ کریا۔
ای فکر من، خداوند به تک تک افراد روزی می دهد، چرا از آن می ترسی؟

ਊਡੇ ਊਡਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੋਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਛਰਿਆ ॥
اودئی اود آوے سائی کوسا تس پاچھی بچرے چھریا۔
فلامینگو ها صدها مایل پرواز می کنند و بچه های خود را پشت سر می گذارند.

ਤਿਨ ਕਵਣੁ ਖਲਾਵੈ ਕਵਣੁ ਚੁਗਾਵੈ ਮਨ ਮਹਿ ਸਿਮਰਨੁ ਕਰਿਆ ॥੩॥
اُن کون کھلاوے کون چُگاوے من مہ سِمرن کریا۔
به من بگویید چه کسی به آنها غذا می دهد و چه کسی به آنها یاد می دهد که خودشان غذا بدهند؟ فلامینگو فقط آنها را به یاد می آورد (و برای تغذیه آنها به عقب پرواز می کند)

ਸਭ ਨਿਧਾਨ ਦਸ ਅਸਟ ਸਿਧਾਨ ਠਾਕੁਰ ਕਰ ਤਲ ਧਰਿਆ ॥
سبھ نِدھان دس اَسَت سِدھان تھاکُر کر تل دھریا۔
تمام گنجینه ها و هجده نیروی معجزه آسای سیدها در کنترل خداوند است، گویی اینها در کف دست او هستند

ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਲਿ ਬਲਿ ਸਦ ਬਲਿ ਜਾਈਐ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰਾਵਰਿਆ ॥੪॥੧॥
جن نانک بل بل سد بل جائیٔے تیرا آنت نہ پراوریا۔
ای نانک، ما باید همیشه خود را فدای چنین استاد بزرگی کنیم و بگوییم: خدایا، خلقتت پایانی ندارد.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ਸੋ ਪੁਰਖੁ
راگ آسا مہلہ ۴۔ سو پُرخ
راگ آسا، گورو چهارم، سو پوراخ:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
ایکونکار ستگر پرساد
یک خدای ابدی که با فیض معلم مذهبی واقعی شناخته است:

ਸੋ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਅਗਮਾ ਅਗਮ ਅਪਾਰਾ ॥
سو پرخ نرنجن ہر، پرخ نرنجن ہر؛ اگما، اگم اپارا.
اینکه همه‌ی خدا در این جهان معصوم است (و عاری از نفوذ پیوست‌های دنیوی) غیرقابل درک، غیرقابل دسترس و نامحدود است

ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਸਚੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ॥
سبھ دھیاوہی، سبھ دھیاوہی تُدھ جیئے ہر، سچے سرجنہارا.
ای خالق ابدی، همه با عشق و علاقه تو را به یاد می‌آورند.

ਸਭਿ ਜੀਅ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀ ਤੂੰ ਜੀਆ ਕਾ ਦਾਤਾਰਾ ॥
سبھ جیا تمارے جیئے، توں جیا کا داتارا.
خدایا، همه موجودات زنده به تو تعلق دارند و تو ولی نعمت آنها هستی.

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹੁ ਸੰਤਹੁ ਜੀ ਸਭਿ ਦੂਖ ਵਿਸਾਰਣਹਾਰਾ ॥
ہر دھیاوہو سنتہو جی، سبھ دُکھ وسارنہارا.
سینت های عزیز، همیشه خدا را به یاد دارند که نابودگر همه دردها است

ਹਰਿ ਆਪੇ ਠਾਕੁਰੁ ਹਰਿ ਆਪੇ ਸੇਵਕੁ ਜੀ ਕਿਆ ਨਾਨਕ ਜੰਤ ਵਿਚਾਰਾ ॥੧॥
ہر آپے تھاکر، ہر آپے سیوک، کیا نانک جنت وچارا؟
در این میان، خدای متعال و خدای بی‌خدای بی‌همتا چه هستی‌ای برای انسان‌های بی‌نوا دارد؟

ਤੂੰ ਘਟ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਸਰਬ ਨਿਰੰਤਰਿ ਜੀ ਹਰਿ ਏਕੋ ਪੁਰਖੁ ਸਮਾਣਾ ॥
توں گھٹ گھٹ اندر سرب نرنتر جی، ہر ایکو پُرخ سمانا۔
خدایا تو در همه دلها نفوذ کرده ای و تنها تو همه جا حضورداری.

ਇਕਿ ਦਾਤੇ ਇਕਿ ਭੇਖਾਰੀ ਜੀ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਚੋਜ ਵਿਡਾਣਾ ॥
ایک داتے ایک بھیکھاری جی، سب تیرے چوج ودانا۔
برخی بخشنده اند، برخی گدا، همه اینها بازی شگفت انگیز شماست!

ਤੂੰ ਆਪੇ ਦਾਤਾ ਆਪੇ ਭੁਗਤਾ ਜੀ ਹਉ ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣਾ ॥
توں آپے داتا، آپے بھگتا جی، ہاؤ تُدھ بِن اوڑ نہ جانا۔
تو خودت بخشنده هستی و تو خود لذت آور هستی. من غیر از تو هیچ کس دیگری را مانند تو نمی شناسم.

ਤੂੰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਬੇਅੰਤੁ ਬੇਅੰਤੁ ਜੀ ਤੇਰੇ ਕਿਆ ਗੁਣ ਆਖਿ ਵਖਾਣਾ ॥
توں پاربرہم، بے انت بے انت جی، تیرے کیا گُن آکھ وکھانا۔
تو خدای متعالی، بی حد و حصر و نامتناهی. می توانم از چه فضایل شما صحبت کنم و توصیف کنم؟

ਜੋ ਸੇਵਹਿ ਜੋ ਸੇਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਤਿਨ ਕੁਰਬਾਣਾ ॥੨॥
جو سیوہے، جو سیوہے تُدھ جی، جن نانک تن کربانا
خدایا، نانک تقدیم به کسانی است که تو را یاد می کنند و عاشقانه در تو تفکر می کنند.

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਸੇ ਜਨ ਜੁਗ ਮਹਿ ਸੁਖਵਾਸੀ ॥
ہر دھیاوہی، ہر دھیاوہی تُدھ جیئے، سے جن جگ مہ سُکھواسی
خدایا آنهایی که همیشه تو را با عشق و ارادت یاد می کنند در آرامش زندگی کنند.

ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਭਏ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਤਿਨ ਤੂਟੀ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸੀ ॥
سے مُکت، سے مُکت بھئے جن ہر دھیآئیا جی، تن ٹوٹی جم کی فاسی۔
کسانی که با محبت خدا را یاد می کردند از بند مادی گرایی و ترس از مرگ رهایی یافته اند.

ਜਿਨ ਨਿਰਭਉ ਜਿਨ ਹਰਿ ਨਿਰਭਉ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਤਿਨ ਕਾ ਭਉ ਸਭੁ ਗਵਾਸੀ ॥
جن نربھاؤ جن ہر نربھاؤ دھیآئیا جی، تن کا بھاؤ سب گواسی.
کسانی که همیشه خدای بی باک را با پرستش یاد می کنند، او همه ترس هایشان را ریشه کن می کند.

ਜਿਨ ਸੇਵਿਆ ਜਿਨ ਸੇਵਿਆ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰੂਪਿ ਸਮਾਸੀ ॥
جن سیوئیا، جن سیوئیا میرا ہر جیئے، تے ہر ہر روپ سماسی۔
کسانی که همیشه خدا را با عشق و علاقه به یاد می‌آورند، در نهایت در او ادغام می‌شوند.

ਸੇ ਧੰਨੁ ਸੇ ਧੰਨੁ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਤਿਨ ਬਲਿ ਜਾਸੀ ॥੩॥
سے دھن سے دھن جن ہر دھیآئیآ جیئے، جن نانک تن بل جاسی۔
در این میان ناناک تنها کسی است که با عشق و علاقه به یاد خدا می‌افتد و خود را وقف او می‌کند.

ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ ਜੀ ਭਰੇ ਬਿਅੰਤ ਬੇਅੰਤਾ ॥
تیری بھگت، تیری بھگت بھنڈار جی بھرے، بے انت بے انتا.
خداوندا، گنجینه های بیکران عبادت تو لبریز است.

ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਸਲਾਹਨਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਅਨਿਕ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤਾ ॥
تیرے بھگت، تیرے بھگت سلاماں تُدھ جیئے، ہر انک انک اننتا۔
ای خدا، بی‌شمار بندگان تو هستند که تو را به هزاران طریق ستایش می‌کنند.

ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ ਕਰਹਿ ਹਰਿ ਪੂਜਾ ਜੀ ਤਪੁ ਤਾਪਹਿ ਜਪਹਿ ਬੇਅੰਤਾ ॥
تیری انک، تیری انک کرہی ہر پوجا جی، تپ تاپہ جاپہ بے انتا۔
خدایا، مردم بی‌شماری پرستش می‌کنند، نام تو را می‌خوانند، و توبه می‌کنند.

ਤੇਰੇ ਅਨੇਕ ਤੇਰੇ ਅਨੇਕ ਪੜਹਿ ਬਹੁ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ ਜੀ ਕਰਿ ਕਿਰਿਆ ਖਟੁ ਕਰਮ ਕਰੰਤਾ ॥
تیرے انک، تیرے انک پڑھے بہت سمرتی ساسٹ جی کر کریا کھٹ کرم کرنتا۔
تعداد بیشماری از مریدان شما، اسمهای مختلف و شاسترها (کتابهای مذهبی) را می خوانند و شش نوع آیین و مراسم مذهبی را انجام می دهند

ਸੇ ਭਗਤ ਸੇ ਭਗਤ ਭਲੇ ਜਨ ਨਾਨਕ ਜੀ ਜੋ ਭਾਵਹਿ ਮੇਰੇ ਹਰਿ ਭਗਵੰਤਾ ॥੪॥
سے بھگت، سے بھگت بھلے جن نانک جی، جو بھاوے میرے ہر بھگوانتا۔
ای ناناک، خوشا به حال آن مریدان که خدای مرا میپسندند.

ਤੂੰ ਆਦਿ ਪੁਰਖੁ ਅਪਰੰਪਰੁ ਕਰਤਾ ਜੀ ਤੁਧੁ ਜੇਵਡੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥
توں آد پُرخ اپرمپار کرتا جی، تُدھ جیوَد اوَر نہ کوئی.
خدایا، تو برترین موجود اولیه هستی، خالق هستی فراگیر و بی حد و حصر. هیچکس به بزرگی تو نیست.

ਤੂੰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਸਦਾ ਸਦਾ ਤੂੰ ਏਕੋ ਜੀ ਤੂੰ ਨਿਹਚਲੁ ਕਰਤਾ ਸੋਈ ॥
توں جُگ جُگ ایکو، سدا سدا توں ایکو جی، توں نِہچل کرتا سوئی۔
پیری و سالمندی تو یکی هست، همیشه و همیشه تو همان خالق ابدی هستی.

ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਵਰਤੈ ਜੀ ਤੂੰ ਆਪੇ ਕਰਹਿ ਸੁ ਹੋਈ ॥
تُدھ آپے بھاوے، سوئی ورتی جی، تُوں آپے کرہی، سو ہوئی۔
خدایا، هرچه دلت بخواهد میگذرد و تنها همان چیزی میشود که خودت انجام میدهی
ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਸਭ ਉਪਾਈ ਜੀ ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸਿਰਜਿ ਸਭ ਗੋਈ ॥
تُدھ آپے سرسط سبھ اُپائی جی، تُدھ آپے سِرج سبھ گوئی۔
خدایا! تو کل جهان رو خلق کردی و با این کار، این تویی که نابودش کردی.

ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ਕਰਤੇ ਕੇ ਜੀ ਜੋ ਸਭਸੈ ਕਾ ਜਾਣੋਈ ॥੫॥੧॥
جن نانک گن گاوے کرتے کے جی، جو سبسے کا جانوئی۔
دیوتی نانک ستایش آفریننده عزیز را که دانای همه است می خواند.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ॥
آسا، مہلہ ۴
راگ اسا ، گورو چهارم:

ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਸਚਿਆਰੁ ਮੈਡਾ ਸਾਂਈ ॥
توں کرتا سچیار میدا سانی
ای خدا، تو خالق ابدی و ارباب من هستی.

ਜੋ ਤਉ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਥੀਸੀ ਜੋ ਤੂੰ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਹਉ ਪਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
جو توُں بھاوے سوئی تھیسی، جو توں دے سوئی ہاؤ پائی- رہاؤ-
فقط چیزی که تو را راضی میکند اتفاق میافتد و من آنچه را که به من میدهی میپذیرم

ਸਭ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਸਭਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥
سبھ تیری توں سبھنی دھیائیا.
ای خدا، تمام جهان، آفریده تو است و همه بر تو تامل میکنند (هر کس تحت فرمان تو زندگی میکند)

ਜਿਸ ਨੋ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹਿ ਤਿਨਿ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਪਾਇਆ ॥
جس نو کرپا کرہی تن نام رتن پائیآ.
هر که به او رحم کنی، نام گرانبها را می یابد.

ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਧਾ ਮਨਮੁਖਿ ਗਵਾਇਆ ॥
گرمُخ لادھا منمُخ گوائیآ.
پیرو گورو به خدا پی برد و خودخواهان فرصت درک او را از دست دادند.

ਤੁਧੁ ਆਪਿ ਵਿਛੋੜਿਆ ਆਪਿ ਮਿਲਾਇਆ ॥੧॥
تُدھ آپ وچھڑیا، آپ ملائیا.
خدایا تو خود بعضی ها را از خود جدا می کنی و بعضی ها را براساس اعمالشان با خود یکی می کنی.

ਤੂੰ ਦਰੀਆਉ ਸਭ ਤੁਝ ਹੀ ਮਾਹਿ ॥
توں داریاو سبھ تجھ ہی ماہی.
خدایا تو نهر زندگی هستی و همه موجودات در آن نهر موجی هستند.

ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ॥
تجھ بِن دُوجا کوئی ناہیں.
خدایا غیر از تو کسی مثل تو نیست.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੇਰਾ ਖੇਲੁ ॥
جیاں جنت سبھ تیرا کھیل.
همه موجودات زنده بخشی از بازی شگفت انگیز شما هستند،

ਵਿਜੋਗਿ ਮਿਲਿ ਵਿਛੁੜਿਆ ਸੰਜੋਗੀ ਮੇਲੁ ॥੨॥
وجوگ مل وچھڑیا سنجوگیے میل.
هر کس مقدر شده باشد که جدا شود از تو جدا می‌ماند و دیگران به خواست تو متحد می‌شوند

ਜਿਸ ਨੋ ਤੂ ਜਾਣਾਇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਜਾਣੈ ॥
جس نو تو جانائیہ سوئی جن جانئے
خدایا، کسی که تو به او الهام کنی که او را بفهمد، تنها او راه درست زندگی را می فهمد.

ਹਰਿ ਗੁਣ ਸਦ ਹੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੈ ॥
ہر گن سد ہی آکھ وکھانئے.
و همیشه تو را می‌خواند و فضایل تو را برای دیگران توصیف می‌کند.

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥
جن ہر سیوئیا تن سُکھ پائیآ.
هر کس خدا را با عبادت به عشق و محبت یاد کند، آرامش درونی به دست می آورد.

ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥੩॥
سہجے ہی ہر نام سمائیا.
و در نام تو در حالت روحی ادغام میشه.

ਤੂ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਹੋਇ ॥
تو آپے کرتا، تیرا کیا سب ہوئے-
خدایا! تو خودت خالق هستی و همه چیز با اعمالت رخ می‌دهد.

ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥
تُدھ بِن دُوجا اَور نہ کوئی-
به غیر از تو کسی مثل تو نیست.

ਤੂ ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖਹਿ ਜਾਣਹਿ ਸੋਇ ॥
تو کر کر ویکھے جانے سوئے-
شما کل جهان را کرده اید، از آن مراقبت می‌کنید و از نیازهای همه آگاه هستید.

ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥੪॥੨॥
جن نانک گُرمُخ پرگٹ ہوئے-
ای ناناک، کسی که از آموزه های گورو پیروی می کند، خداوند در او ظاهر می شود

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥
آسا، مہلا ۱.
راگ آسا گورو اول:

ਤਿਤੁ ਸਰਵਰੜੈ ਭਈਲੇ ਨਿਵਾਸਾ ਪਾਣੀ ਪਾਵਕੁ ਤਿਨਹਿ ਕੀਆ ॥
تِت سرواڑہی بھئیلے نواسا، پانی پاوک تِنہ کیا-
ما در این دنیا ساکن هستیم که مانند حوض وحشتناکی است که خداوند به جای آب آتش هوسهای دنیا را در آن قرار داده است.

ਪੰਕਜੁ ਮੋਹ ਪਗੁ ਨਹੀ ਚਾਲੈ ਹਮ ਦੇਖਾ ਤਹ ਡੂਬੀਅਲੇ ॥੧॥
پنکج موہ پگ نہیں چالئی ہم دیکھا تہ ڈوبیالے-
و در این گل و لای انباشته از خواسته های دنیوی، مردم نمی توانند (به سوی رشد معنوی) حرکت کنند، من بسیاری از مردم را می بینم که در آن غرق می شوند.

ਮਨ ਏਕੁ ਨ ਚੇਤਸਿ ਮੂੜ ਮਨਾ ॥
من ایک نہ چیتس مورہ منا.
ای ذهن احمقانه من، تو خدا را به یاد نمی‌آوری.

ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਲਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
ہر بسرت تیرے گُن گلیا. رہاؤ-
هرچه قدر که خدا را فراموش می کنید، فضایل شما از بین می رود.

ਨਾ ਹਉ ਜਤੀ ਸਤੀ ਨਹੀ ਪੜਿਆ ਮੂਰਖ ਮੁਗਧਾ ਜਨਮੁ ਭਇਆ ॥
نا ہاؤ جتی ساتی نہیں پڑھیا مورخ مُگدھا جنم بھئیا-
ای فکرم، به خدا دعا کن، من نه مجرد هستم، نه دلسوز و نه عالم، در حقیقت من در تمام عمرم احمق ساده‌ای بودهام

ਪ੍ਰਣਵਤਿ ਨਾਨਕ ਤਿਨ ਕੀ ਸਰਣਾ ਜਿਨ ਤੂ ਨਾਹੀ ਵੀਸਰਿਆ ॥੨॥੩॥
پرنوت نانک تِن کی سرنا جِن تو ناہی ویسریا۔
ناناک دعا می‌کند: خدایا مرا در پناه کسانی نگه دار که تو را فراموش نکرده‌اند.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥
آسا، مہلا ۵.
راگ آسا، گورو پنجم:

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥
بھائی پراپت مانوکھ دیہریا۔
تو با یک بدن زیبای انسانی خوشبخت شده ای.

ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥
گوبِند مِلن کی اِہ تیری بریا۔
این تنها فرصت شما برای متحد شدن با خداست.

ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੈ ਨ ਕਾਮ ॥
اوّر کاج تیرے کِتے نہ کام۔
دیگر اعمال دنیوی برای شما فایده‌ای ندارد،

ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥੧॥
مِل سادھسنگت بھج کیوال نام۔
از این رو، به جماعت مقدس بپیوندید و نام خدا را با مهربانی به یاد آورید.

ਸਰੰਜਾਮਿ ਲਾਗੁ ਭਵਜਲ ਤਰਨ ਕੈ ॥
سرنجام لاگ بھوجل ترن کی۔
تمام تلاش خود را برای عبور از این بحرجهانی شرارت انجام دهید،

ਜਨਮੁ ਬ੍ਰਿਥਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
جنم بریتھا جات رنگ مائیا کی رہاؤ۔
غیر از اون، زندگی تو در عشق به مایا بیهوده سپری میشه

ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਧਰਮੁ ਨ ਕਮਾਇਆ ॥
جپ تپ سنجم دھرم نہ کمائیا۔
من به هیچ وجه تفکر، توبه، خویشتنداری و زندگی‌ای صالح را تمرین نکرده‌ام.

ਸੇਵਾ ਸਾਧ ਨ ਜਾਨਿਆ ਹਰਿ ਰਾਇਆ ॥
سیوا سادھ نہ جانیا ہر راعیا۔
ای خدای مقتدر، من حتی یاد نگرفته ام که از آموزه های گورو پیروی کنم.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਮ ਨੀਚ ਕਰੰਮਾ ॥
کہو نانک ہم نیچ کرما
ناناک می‌گوید، ای خدا، اعمال ما خوار است؛

ਸਰਣਿ ਪਰੇ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮਾ ॥੨॥੪॥
سرن پری کی راکھو سرما۔
ما به پناهگاه شما اومده ایم لطفا عزت ما را حفظ کنید.

ੴ ਸਤਿਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
ایکو نکار ستنام کارتا پورخ نربهاو نرفیر اکال مورت اجوني سیبهان گور پرساد.
تنها یک خدا وجود دارد.که نام او حقیقت است (تا ابد وجود دارد)، او خالق همه چیز است. او ترسی ندارد، هیچ تنفری هم ندارد. وجود او فراتر از زمان است. او از چرخه تولد و مرگ خارج است. او خودش را روشن کرده.و او به لطف معلم مذهبی شناخته میشود شناخته می‌شود.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥
آسا مهلا ۱.
راگ آسا، گوروی اول:

ਵਾਰ ਸਲੋਕਾ ਨਾਲਿ ਸਲੋਕ ਭੀ ਮਹਲੇ ਪਹਿਲੇ ਕੇ ਲਿਖੇ ਟੁੰਡੇ ਅਸ ਰਾਜੈ ਕੀ ਧੁਨੀ ॥
وار سلوکا نال سلوک بهی محلی پہلی کی لکهی تندی اس راجئ کی دهنی.
وار همرای سلو کاس،سلوکاس نیز نوشته اولین گورو، در آهنگ «توندا عاص راجای» خوانده شده
ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مهلا ۱.
سالوک، گوروی اول:

ਬਲਿਹਾਰੀ ਗੁਰ ਆਪਣੇ ਦਿਉਹਾੜੀ ਸਦ ਵਾਰ ॥
بلاهاری گر آپنی دی اوهاری سد وار.
من عاشقانه خودم را برای همیشه به استادم تسلیم می کنم

ਜਿਨਿ ਮਾਣਸ ਤੇ ਦੇਵਤੇ ਕੀਏ ਕਰਤ ਨ ਲਾਗੀ ਵਾਰ ॥੧॥
جن مانس تے دیوتے کیئے کرت نہ لاگی وار.
که از نظر روحی انسانها را به فرشتگان رسانده است و برای این کار وقت نمی گذارد

ਮਹਲਾ ੨ ॥
مهلا ۲.
سالوک، گورو دوم:

ਜੇ ਸਉ ਚੰਦਾ ਉਗਵਹਿ ਸੂਰਜ ਚੜਹਿ ਹਜਾਰ ॥
جے ساو چندا اوگوهی سورج چڑہے ہزار.
اگر صد ماه طلوع می‌کرد و هزاران خورشید ظاهر می‌شد،

ਏਤੇ ਚਾਨਣ ਹੋਦਿਆਂ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਘੋਰ ਅੰਧਾਰ ॥੨॥
ایتے چانان ہدیاں گر بن غور اندهار.

حتی با وجود این همه روشنایی، تاریکی مطلق بدون گورو باقی می‌ماند. (مهم نیست که ما چقدر دانش را از منابع دیگر کسب کنیم، بدون گورو ما نمی توانیم روشنگری واقعی یا حکمت الهی را به دست آوریم)

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ١.
سالوک، گوروی اول:

ਨਾਨਕ ਗੁਰੁ ਨ ਚੇਤਨੀ ਮਨਿ ਆਪਣੈ ਸੁਚੇਤ ॥
نانک گرو نہ چیتنی من آپنے سچے ت.
ای ناناک، کسانی که گورو را به یاد نمی آورند و خود را بسیار باهوش می دانند

ਛੁਟੇ ਤਿਲ ਬੂਆੜ ਜਿਉ ਸੁੰਞੇ ਅੰਦਰਿ ਖੇਤ ॥
چھٹے تل بوآڑ جیو سنجے اندر کھیت.
آنها مانند گیاهان کنجد تقلبی که در مزرعه رها شده اند ناخواسته هستند

ਖੇਤੈ ਅੰਦਰਿ ਛੁਟਿਆ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸਉ ਨਾਹ ॥
کھیتئی اندر چھٹیئے کہو نانک ساو ناہ.
ای ناناک، به این ترتیب تنها مانده اند، مانند کسانی که به جای یک استاد صدها استاد دارند (و در نتیجه هیچ استاد واقعی ندارند) بدبخت به نظر می رسند

ਫਲੀਅਹਿ ਫੁਲੀਅਹਿ ਬਪੁੜੇ ਭੀ ਤਨ ਵਿਚਿ ਸੁਆਹ ॥੩॥
فلیئہ فلیئہ بابرھے بھی تن وچ سواہ.
به نظر می رسد که گیاهان کنجد تقلبی در حال گلدهی و شکوفایی هستند اما با چیزی جز خاکستر پر شده اند.
به همین ترتیب، کسانی که از آموزه‌های گورو پیروی نمی‌کنند، علیرغم اینکه مرفه هستند، از نظر روحی مرده‌اند

ਪਉੜੀ ॥
پوری.
پاوری

ਆਪੀਨ੍ਹ੍ਹੈ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ ਆਪੀਨ੍ਹ੍ਹੈ ਰਚਿਓ ਨਾਉ ॥
آپینھے آپ ساجیو، آپینھے رچیو ناو.
خدا خودش را آفرید و جلالش را خودش آفرید

ਦੁਯੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜੀਐ ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੋ ਚਾਉ ॥
دوئی کدرت ساجیئے کر آسان دیتھو چاؤ.
ثانیاً خلقت را شکل داد. در آفرینش نفوذ می کند و با لذت به آن می نگرد

ਦਾਤਾ ਕਰਤਾ ਆਪਿ ਤੂੰ ਤੁਸਿ ਦੇਵਹਿ ਕਰਹਿ ਪਸਾਉ ॥
داتا کرتا آپ توں تس دیوہ کرہی پساؤ.
خدایا تو خودت بخشنده و آفریدگار همه موجودات هستی و به خشنودی خود بر آنها لطف می‌کنی

ਤੂੰ ਜਾਣੋਈ ਸਭਸੈ ਦੇ ਲੈਸਹਿ ਜਿੰਦੁ ਕਵਾਉ ॥
توں جانوئی سبھسے دے لیسہی جند کواو.
تو دانای همه هستی ; تو زندگی می دهی و با کلامت آن را می گیری

ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੋ ਚਾਉ ॥੧॥
کر آسان دیتھو چاؤ.
در آفرینش نفوذ کرده، مشتاقانه به تماشای نمایش (دنیا) می نشین

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مهیلا ۱.
سالوک، اولین گورو:

ਸਚੇ ਤੇਰੇ ਖੰਡ ਸਚੇ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ॥
سچے تیرے خاند سچے براهمند.
ای خدای متعال، قاره های تو حق (ابدی) و عالم تو حق است

ਸਚੇ ਤੇਰੇ ਲੋਅ ਸਚੇ ਆਕਾਰ ॥
سچے تیرے لوآ سچے اکار.
حق (ابدی) عوالم توست و حق است خلقت تو

ਸਚੇ ਤੇਰੇ ਕਰਣੇ ਸਰਬ ਬੀਚਾਰ ॥
سچے تیرے کرنے سرب بیچار.
اعمال و تمام افکار شما درست است

ਸਚਾ ਤੇਰਾ ਅਮਰੁ ਸਚਾ ਦੀਬਾਣੁ ॥
سچا تیرا امر سچا دیبان
حق است فرمان تو و حق است دادگاه تو

ਸਚਾ ਤੇਰਾ ਹੁਕਮੁ ਸਚਾ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥
سچا تیرا حکم سچا فرمان.
فرمان اراده شما درست است، امر شما درست است

ਸਚਾ ਤੇਰਾ ਕਰਮੁ ਸਚਾ ਨੀਸਾਣੁ ॥
سچا تیرا کرم، سچا نیسان.
حق رحمتت، حق است عطایای تو (نشانه لطف تو)

ਸਚੇ ਤੁਧੁ ਆਖਹਿ ਲਖ ਕਰੋੜਿ ॥
سچے تُدھ آکھہی لکھ کروڑ.
میلیون ها نفری که در مورد تو فکر می کنند نیز صادق هستند

ਸਚੈ ਸਭਿ ਤਾਣਿ ਸਚੈ ਸਭਿ ਜੋਰਿ ॥
سچائی سب تان سچائی سب جور.
تمام خلقت با قدرت و قدرت تو پشتیبانی می شود

ਸਚੀ ਤੇਰੀ ਸਿਫਤਿ ਸਚੀ ਸਾਲਾਹ ॥
سچی تیری صفت، سچی سلاح.
حمد و ستایش تو راست است

ਸਚੀ ਤੇਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਚੇ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥
سچی تیری قدرت، سچے پاتیساہ.
ای پادشاه حقیقی، مخلوق تو ابدی است

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਧਿਆਇਨਿ ਸਚੁ ॥
نانک سچ دھیئن سچ.
ای ناناک، کسانی که با عشق و علاقه در خدای حقیقی تعمق می‌کنند، خود به خدا می‌پیوندند

ਜੋ ਮਰਿ ਜੰਮੇ ਸੁ ਕਚੁ ਨਿਕਚੁ ॥੧॥
جو مر جمے سو کچ نکچ.
اما آنانی که از چرخهٔ تولد و مرگ می‌گذرند، فریب دروغ را می‌خورند و نمی‌توانند با خدا ادغام شوند

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ۱.
سالوک، اولین گورو:

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਵਡਾ ਨਾਉ ॥
وڑی وڈیآئی جا ودا ناو.
عظمت او به اندازه جلال او بزرگ است

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਸਚੁ ਨਿਆਉ ॥
وڑی وڈیآئی جا سچ نیآو.
عظمت او بزرگ و عدالت او صادق است

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਨਿਹਚਲ ਥਾਉ ॥
وڑی وڈیآئی جا نہچل تھاو.
عظمت او بزرگ است، به اندازه سکونت او دائمی

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾਣੈ ਆਲਾਉ ॥
وڑی وڈیآئی جانئے آلاؤ.
عظمت او بزرگ است، زیرا او دعای ما را می داند

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਬੁਝੈ ਸਭਿ ਭਾਉ ॥
وڑی وڈیآئی بجھئے سبھ بھاؤ.
جلال او بزرگ است، زیرا او همه احساسات ما را درک می کند

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਪੁਛਿ ਨ ਦਾਤਿ ॥
وڑی وڈیآئی جا پوچھ نہ دات.
عظمت او بزرگ است، چنان که بدون درخواست می دهد

ਵਡੀ ਵਡਿਆਈ ਜਾ ਆਪੇ ਆਪਿ ॥
وڑی وڈیائی جا آپے آپ۔
جلال او بزرگ است، زیرا او خود همه چیز است

ਨਾਨਕ ਕਾਰ ਨ ਕਥਨੀ ਜਾਇ ॥
نانک کار نه کتهنی جا-ای.
کارهای او را نمی‌توان توصیف کرد

ਕੀਤਾ ਕਰਣਾ ਸਰਬ ਰਜਾਇ ॥੨॥
کیتا کرنا سراب راجا-ای
هر کاری که او کرده یا خواهد کرد، تنها با خواست خودش است.

ਮਹਲਾ ੨ ॥
مہلا ۲
سالوک، گورو دوم:

ਇਹੁ ਜਗੁ ਸਚੈ ਕੀ ਹੈ ਕੋਠੜੀ ਸਚੇ ਕਾ ਵਿਚਿ ਵਾਸੁ ॥
ایه جگ سچئی کی ہے کوٹھری سچے کا وچ واس.
این دنیا سرای خدای ازلی است و او در آن ساکن است

ਇਕਨ੍ਹ੍ਹਾ ਹੁਕਮਿ ਸਮਾਇ ਲਏ ਇਕਨ੍ਹ੍ਹਾ ਹੁਕਮੇ ਕਰੇ ਵਿਣਾਸੁ ॥
اکنها ہکم سما-ے لائے، اکنها ہکمے کرے وناس.
به فرمان او برخی در او آمیخته می شوند و برخی به امر او نابود می شوند

ਇਕਨ੍ਹ੍ਹਾ ਭਾਣੈ ਕਢਿ ਲਏ ਇਕਨ੍ਹ੍ਹਾ ਮਾਇਆ ਵਿਚਿ ਨਿਵਾਸੁ ॥
اکنها بھانے کدھ لائے، اکنها مایا وچ نواس
برخی به خواست خدا از وابستگی‌های دنیوی نجات می‌یابند، در حالی که برخی دیگر به این دلبستگی‌ها مشغول می‌شوند

ਏਵ ਭਿ ਆਖਿ ਨ ਜਾਪਈ ਜਿ ਕਿਸੈ ਆਣੇ ਰਾਸਿ ॥
ایو بھی آخ نہ جاپی جے کسئی آنے راس
هیچ کس نمی‌تواند بگوید که چه کسی از وابستگی‌های دنیوی رهایی خواهد یافت

ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਕਉ ਆਪਿ ਕਰੇ ਪਰਗਾਸੁ ॥੩॥
نانک گرمکھ جانیئے، جا کؤ آپ کرے پرگاس
ای ناناک، تنها پیرو گورو با این راز آشنا می‌شود؛ رازی که او با دانش الهی روشن می‌سازد

ਪਉੜੀ ॥
پوری۔
پاوری

ਨਾਨਕ ਜੀਅ ਉਪਾਇ ਕੈ ਲਿਖਿ ਨਾਵੈ ਧਰਮੁ ਬਹਾਲਿਆ ॥
نانک جیئے اپائے کے لکھ ناوے دھرم بہالیا۔
ای نانک، خداوند پس از آفریدن ارواح، قاضی انصاف را برای ثبت گزارش اعمال آنها قرار داده است

ਓਥੈ ਸਚੇ ਹੀ ਸਚਿ ਨਿਬੜੈ ਚੁਣਿ ਵਖਿ ਕਢੇ ਜਜਮਾਲਿਆ ॥
اُدھی سچی ہی سچ نبرھائی، چون وخ کدھی ججمالیا.
در آنجا آدمیان تنها بر پایه‌های حق و تنها بر حق داوری می‌شوند؛ و بدخواهان نشان داده می‌شوند و از راستان جدا شده‌اند

ਥਾਉ ਨ ਪਾਇਨਿ ਕੂੜਿਆਰ ਮੁਹ ਕਾਲ੍ਹੈ ਦੋਜਕਿ ਚਾਲਿਆ ॥
تھاؤ نہ پائیں کوڑہیار، مُہ کالہے دوجک چالیا.
در بارگاه خدا برای خطاکاران جایی وجود ندارد و آنان با بی‌آبرویی و بی‌آبرویی تمام به بیرون رانده می‌شوند

ਤੇਰੈ ਨਾਇ ਰਤੇ ਸੇ ਜਿਣਿ ਗਏ ਹਾਰਿ ਗਏ ਸਿ ਠਗਣ ਵਾਲਿਆ ॥
تیری نائی رتی سی جن گئی، ہار گئی سی ٹھگن والیا.
کسانی که با عشق به نام تو آلوده شده اند، از اینجا برنده می شوند، در حالی که افراد متقلب بازی زندگی را از دست می دهند

ਲਿਖਿ ਨਾਵੈ ਧਰਮੁ ਬਹਾਲਿਆ ॥੨॥
لکھ ناوے دھرم بہالیا
ای خدا، تو داور عادل را تعیین کرده‌ای تا اعمال انسان‌ها را گزارش کند

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلا ١.
سالوک، اولین گورو

ਵਿਸਮਾਦੁ ਨਾਦ ਵਿਸਮਾਦੁ ਵੇਦ ॥
وسماد ناد وسماد وید
شگفت انگیزه جریان های صوتی زیادی وجود داره، دانش وداها شگفت انگیز است.

ਵਿਸਮਾਦੁ ਜੀਅ ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੇਦ ॥
وسماد جی پھ وسماد بھید
شگفت انگیزند ، موجودات شگفت انگیزند

ਵਿਸਮਾਦੁ ਰੂਪ ਵਿਸਮਾਦੁ ਰੰਗ ॥
وسماد روپ وسماد رنگ
اشکال عالی هستند، رنگ‌ها عالی‌اند

ਵਿਸਮਾਦੁ ਨਾਗੇ ਫਿਰਹਿ ਜੰਤ ॥
وسماد ناگي فیره جانت.
با دیدن این همه موجود که لخت پرسه می‌زنند، در حالت حیرت هستم

ਵਿਸਮਾਦੁ ਪਉਣੁ ਵਿਸਮਾਦੁ ਪਾਣੀ ॥
وسماد پاون وسماد پانی.
تعجب می کنم که می بینم در جایی باد می وزد و جایی آب جاری است،

ਵਿਸਮਾਦੁ ਅਗਨੀ ਖੇਡਹਿ ਵਿਡਾਣੀ ॥
وسماد اگنی خیده ویدانی.
شگفت انگیز است که چگونه آتش بازی های شگفت انگیز خود را به نمایش می گذارد

ਵਿਸਮਾਦੁ ਧਰਤੀ ਵਿਸਮਾਦੁ ਖਾਣੀ ॥
وسماد دهرتی وسماد خانی.
من از نگاه کردن به این زمین که موجوداتی را از همه منابع زندگی نگهداری می کند، شگفت زده می شوم

ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਾਦਿ ਲਗਹਿ ਪਰਾਣੀ ॥
وسماد ساد لگي پارانی.
شگفت انگیز است که انسان ها چگونه در بهره مندی از نعمت های تو نقش دارند

ਵਿਸਮਾਦੁ ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਸਮਾਦੁ ਵਿਜੋਗੁ ॥
وسماد سنجوک وسماد ویجوک.
حیرت انگیز پروسه ای است که از طریق آن افراد متحد یا جدا می شوند

ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੁਖ ਵਿਸਮਾਦੁ ਭੋਗੁ ॥
وسماد بوکه وسماد بهوک.
خدای بزرگ، به سختی می‌توان باور کرد که در جایی به اندازهٔ کافی گرسنگی وجود دارد و در جایی دیگر به فراوانی از همه چیز لذت می‌برند

ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਿਫਤਿ ਵਿਸਮਾਦੁ ਸਾਲਾਹ ॥
وسماد صفت وسماد صلاح.
جایی که خالق ستایش و ستایش شده است،

ਵਿਸਮਾਦੁ ਉਝੜ ਵਿਸਮਾਦੁ ਰਾਹ ॥
وسماد اژره وسماد راه
در جایی بیابان هست و در جاهای دیگر جاده‌های هموار و زیبایی وجود دارد. دیدن این نمایش حیرت‌انگیز شما حیرت‌آور است

ਵਿਸਮਾਦੁ ਨੇੜੈ ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੂਰਿ ॥
وسماد نیرهی وسماد دور
خیلی جالب است که بعضیها میگن نزدیک هستی یکی میگه که خیلی دور هستی

ਵਿਸਮਾਦੁ ਦੇਖੈ ਹਾਜਰਾ ਹਜੂਰਿ ॥
وسماد دیکهی حاضره حجور.
در حالی که دیگران شما را درست در کنار خود می بینند (در همه جا نفوذ می کنند)

ਵੇਖਿ ਵਿਡਾਣੁ ਰਹਿਆ ਵਿਸਮਾਦੁ ॥
ویکھ ویدان رہیا وسماد.
چون این عجایب را دیدم، حیران شدم

ਨਾਨਕ ਬੁਝਣੁ ਪੂਰੈ ਭਾਗਿ ॥੧॥
نانک بجھن پورئ بھاگ
ای نانک، کسانی که این شگفتی های شگفت انگیز تو را درک می کنند، سرنوشت کاملی دارند

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ۱
سالوک، توسط اولین گورو:

ਕੁਦਰਤਿ ਦਿਸੈ ਕੁਦਰਤਿ ਸੁਣੀਐ ਕੁਦਰਤਿ ਭਉ ਸੁਖ ਸਾਰੁ ॥
کدرت ديسي کدرت سونیيِئ کدرت بھؤ سکھ سار.
هر آنچه در طبیعت دیده می شود یا در طبیعت شنیده می شود شگفتی قدرت توست. ترس محترمانه از تو که جوهر آرامش است، تمام بازی توست

ਕੁਦਰਤਿ ਪਾਤਾਲੀ ਆਕਾਸੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਰਬ ਆਕਾਰੁ ॥
کدرت پتالی آکاسی کدرت سرب اکار.
این قدرت توست که در دنیاهای پایین و آسمانها و همه اشکال جهان نمایان می شود

ਕੁਦਰਤਿ ਵੇਦ ਪੁਰਾਣ ਕਤੇਬਾ ਕੁਦਰਤਿ ਸਰਬ ਵੀਚਾਰੁ ॥
کدرت وید پوران کتابہ کدرت سرب ویچار
وداها و پوراناها و کتاب های سامی و افکاری که در اینها بیان شده است به قدرت تو ممکن شده است

ਕੁਦਰਤਿ ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਪੈਨ੍ਹਣੁ ਕੁਦਰਤਿ ਸਰਬ ਪਿਆਰੁ ॥
کدرت خانه پینه پئنه کدرت سرب پیار
این انرژی زیربنایی شماست که در پس پدیده های خوردن، آشامیدن، لباس پوشیدن و احساس عشق در موجودات زنده کار می کند

ਕੁਦਰਤਿ ਜਾਤੀ ਜਿਨਸੀ ਰੰਗੀ ਕੁਦਰਤਿ ਜੀਅ ਜਹਾਨ ॥
کدرت جاتی جینسی رنگی کدرت جیا جهان.
به قدرت تو انواع و اقسام انواع و رنگها می آیند. به قدرت تو موجودات زنده جهان وجود دارند

ਕੁਦਰਤਿ ਨੇਕੀਆ ਕੁਦਰਤਿ ਬਦੀਆ ਕੁਦਰਤਿ ਮਾਨੁ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥
کدرت نیکیاں کدرت بدیاں کدرت مان ابھیمان.
حتّی همه ی نیکی ها، بدی ها، شرافت ها و بی حرمتی ها به قدرت و اراده ی تو روی می دهد

ਕੁਦਰਤਿ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਕੁਦਰਤਿ ਧਰਤੀ ਖਾਕੁ ॥
کدرت پائن پانی بیسنتر کدرت دھرتی خاک
به قدرت تو باد، آب و آتش وجود دارد. به قدرت تو زمین و غبار وجود دارد

ਸਭ ਤੇਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਤੂੰ ਕਾਦਿਰੁ ਕਰਤਾ ਪਾਕੀ ਨਾਈ ਪਾਕੁ ॥
سبھ تیری کدرت توں قادر کرتا پاکی نائی پاک.
خدایا همه چیز در اختیار توست، تو خالق توانا هستی. نام تو مقدس ترین مقدسات است

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਵੇਖੈ ਵਰਤੈ ਤਾਕੋ ਤਾਕੁ ॥੨॥
نانک ہکمئ اندر ویکھئ ورتئ تاکو تاک
ای نانک، او خلقت را به فرمانش گرامی می دارد و به خودی خود همه جا را فرا می گیرد

ਪਉੜੀ ॥
پوری۔
پاوری

ਆਪੀਨ੍ਹੈ ਭੋਗ ਭੋਗਿ ਕੈ ਹੋਇ ਭਸਮੜਿ ਭਉਰੁ ਸਿਧਾਇਆ ॥
آپنھیں بھوگ بھوگ کے ہوئے بھسمر بھاؤ سدھائیا۔
پس از گذراندن دردها و لذت های زندگی، بدن انسان به تلی از خاک تبدیل می شود و روح از بین می رود

ਵਡਾ ਹੋਆ ਦੁਨੀਦਾਰੁ ਗਲਿ ਸੰਗਲੁ ਘਤਿ ਚਲਾਇਆ ॥
وڈا ہوآ دنیدار گل سنگل گچھلائیا۔
وقتی کسی که گرفتار امور دنیوی است بمیرد، او را به دادگاه قاضی عادل می برند

ਅਗੈ ਕਰਣੀ ਕੀਰਤਿ ਵਾਚੀਐ ਬਹਿ ਲੇਖਾ ਕਰਿ ਸਮਝਾਇਆ ॥
آگے کرنی کیرت واچیئے، بہی لیکھا کر سمجھائیا۔
در آنجا حساب کارهای خوب و بد او جمع می شود و برایش توضیح داده می شود

ਥਾਉ ਨ ਹੋਵੀ ਪਉਦੀਈ ਹੁਣਿ ਸੁਣੀਐ ਕਿਆ ਰੂਆਇਆ ॥
تھاو نہ ہووی پاؤدیئے، ہن سنیئے کیا روئیئے
نه جایی برای پنهان شدن پیدا می کند و نه کسی فریادهای دردناک او را می شنود

ਮਨਿ ਅੰਧੈ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ ॥੩॥
من اندھی جنم گوائیا
او به دلیل نادانی، تولد انسان را بیهوده هدر داده است

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلا ١۔
سالوک، اولین گورو:

ਭੈ ਵਿਚਿ ਪਵਣੁ ਵਹੈ ਸਦਵਾਉ ॥
بھائی وچ پاون وہے سدواو۔
در ترس خدا، باد و نسیم تا ابد می وزد

ਭੈ ਵਿਚਿ ਚਲਹਿ ਲਖ ਦਰੀਆਉ ॥
بھائی وچ چلہ لکھ داریآو۔
در ترس خداوند، بزرگوار (تحت اراده) هزاران رودخانه جاری است

ਭੈ ਵਿਚਿ ਅਗਨਿ ਕਢੈ ਵੇਗਾਰਿ ॥
بھائی وچ آگن کدھے ویگار۔
در خوف خدا ی بزرگ ، آتش انجام وظایف داده شده می باشد

ਭੈ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਦਬੀ ਭਾਰਿ ॥
در خوف بزرگ خدا، زمین بار خلقت را به دوش می کشد
بھائی وچ دھرتی دبی بھار۔

ਭੈ ਵਿਚਿ ਇੰਦੁ ਫਿਰੈ ਸਿਰ ਭਾਰਿ ॥
بھائی وچ اند فرائی سر بھار۔
در ترس خدای بزرگ (تحت فرمان او)، پادشاه ایندرا، خدای باران به شکل ابر به صورت وارونه آویزان است، گویی روی سر راه می رود

ਭੈ ਵਿਚਿ ਰਾਜਾ ਧਰਮ ਦੁਆਰੁ ॥
بھائی وچ راجا دھرم دوار۔
در ترس از خدا، قاضی عادل دارما دردروازه او می ایستد

ਭੈ ਵਿਚਿ ਸੂਰਜੁ ਭੈ ਵਿਚਿ ਚੰਦੁ ॥
بھائی وچ سورج، بھائی وچ چاند۔
تحت فرمان او خورشید می درخشد و ماه بازتاب می کند

ਕੋਹ ਕਰੋੜੀ ਚਲਤ ਨ ਅੰਤੁ ॥
کوہ کروری چلتنا انت۔
آنها میلیون ها مایل، بی پایان سفر می کنند

ਭੈ ਵਿਚਿ ਸਿਧ ਬੁਧ ਸੁਰ ਨਾਥ ॥
بھائی وچ سیدھبدھسور ناتھ
سیداها، بوداها، نیمه خدایان و یوگی ها در ترس محترمانه از خدا (تحت فرمان او) زندگی کنید

ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਡਾਣੇ ਆਕਾਸ ॥
بھائی وچ آدانے آکاس۔
در ترس ارجمند اوست که آسمان بر زمین کشیده شده است

ਭੈ ਵਿਚਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ ॥
بھائی وچ جودھمہابل سور۔
به خواست خدا، رزمندگان و قدرتمندترین قهرمانان هستند

ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਵਹਿ ਜਾਵਹਿ ਪੂਰ ॥
بھائی وچ آواھی جاوہے پور۔
در ترس مورد احترام او، انبوهی از انسان ها و موجودات متولد می شوند و می میرند

ਸਗਲਿਆ ਭਉ ਲਿਖਿਆ ਸਿਰਿ ਲੇਖੁ ॥
سگلیاں بھاؤ لکھیا سر لیکھ
کل خلقت تحت ترس (فرمان) محترم او عمل می کند

ਨਾਨਕ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਸਚੁ ਏਕੁ ॥੧॥
نانک نربھاؤ نرانکار سچ ایک
ای ناناک، تنها خدای ازلی و بی شکل است که هیچ ترسی ندارد

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ۱
سالوک، اولین گورو:

ਨਾਨਕ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਰਾਮ ਰਵਾਲ ॥
نانک نربھاؤ نرانکار ہور کیتے رام روال۔
ای نانک، تنها خدای بی شکل است که بی باک است. هزاران خدای دیگر در برابر او ناچیز هستند

ਕੇਤੀਆ ਕੰਨ੍ਹ ਕਹਾਣੀਆ ਕੇਤੇ ਬੇਦ ਬੀਚਾਰ ॥
کیتیاں کنکہانیاں کیتے بیدبچار۔
داستان های زیادی در مورد کریشنا وجود دارد، بسیاری از کسانی که در مورد وداها فکر می کنند

ਕੇਤੇ ਨਚਹਿ ਮੰਗਤੇ ਗਿੜਿ ਮੁੜਿ ਪੂਰਹਿ ਤਾਲ ॥
کیتے نچے منگتے گرھمرپورے تال۔
بسیاری از گداها می رقصند و با صدای طبل دور خود می چرخند

ਬਾਜਾਰੀ ਬਾਜਾਰ ਮਹਿ ਆਇ ਕਢਹਿ ਬਾਜਾਰ ॥
باجاری باجار مہ آئے کدہ باجار۔
جادوگران جادوی خود را در بازار انجام می دهند و توهم کاذبی ایجاد می کنند

ਗਾਵਹਿ ਰਾਜੇ ਰਾਣੀਆ ਬੋਲਹਿ ਆਲ ਪਤਾਲ ॥
گاوہی راجے رانیاں بولے آل پتال۔
آنها در مورد پادشاهان و ملکه ها می خوانند و داستان های نامربوط را نقل می کنند

ਲਖ ਟਕਿਆ ਕੇ ਮੁੰਦੜੇ ਲਖ ਟਕਿਆ ਕੇ ਹਾਰ ॥
لاکھتکیاں کے مندرے لاکھتکیاں کے ہار۔
آنها گوشواره ها و گردنبندهای گسترده ای را می پوشند

ਜਿਤੁ ਤਨਿ ਪਾਈਅਹਿ ਨਾਨਕਾ ਸੇ ਤਨ ਹੋਵਹਿ ਛਾਰ ॥
جتن پائیاہ نانکا سے تن ہووے چھار۔
ای ناناک، اجسادی که جواهرات بر روی آنها پوشیده می شود، در نهایت خاکستر می شوند

ਗਿਆਨੁ ਨ ਗਲੀਈ ਢੂਢੀਐ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥
گیان نہ گلیئی دھودھیئے کتھنا کربا سار۔
حکمت الهی را نمی توان با گفتار صرف به دست آورد. توضیح چگونگی کسب علم الهی مانند جویدن فولاد بسیار دشوار است

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਤਾ ਪਾਈਐ ਹੋਰ ਹਿਕਮਤਿ ਹੁਕਮੁ ਖੁਆਰੁ ॥੨॥
کرم ملائے تا پائیاہ، ہور حکمت حکم خوار
تنها زمانی که از فیض او برخوردار شویم. تمام تلاش ها و فرمان های دیگر به چیزی جز ناامیدی منجر نمی شود

ਪਉੜੀ ॥
پوری۔
پاوری:

ਨਦਰਿ ਕਰਹਿ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਨਦਰੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਪਾਇਆ ॥
ندر کرہی جے آپنی، تا ندری ستگرو پائیا۔
خدایا، تنها زمانی که نظر لطف خود را بیاندازی، آنگاه به لطف تو با گورو واقعی ملاقات می‌شود

ਏਹੁ ਜੀਉ ਬਹੁਤੇ ਜਨਮ ਭਰੰਮਿਆ ਤਾ ਸਤਿਗੁਰਿ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਇਆ ॥
ایہو جیو بہتے جنم بھرمیا، تا ستگر سبد سنائیا۔
این روح در بسیاری از تولدها سرگردان بود تا اینکه گورو واقعی کلام الهی را برای او به زبان آورد

ਸਤਿਗੁਰ ਜੇਵਡੁ ਦਾਤਾ ਕੋ ਨਹੀ ਸਭਿ ਸੁਣਿਅਹੁ ਲੋਕ ਸਬਾਇਆ ॥
ستگر جیواد داتا کو نہیں، سبھ سنیئوہ لوک سبائیا۔
ای همه مردم با دقت گوش کنید، هیچ خیری به بزرگی گورو واقعی وجود ندارد

ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਸਚੁ ਪਾਇਆ ਜਿਨ੍ਹੀ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਗਵਾਇਆ ॥
ستگرو ملیئے سچ پائیا، جنہیں وچھوں آپ گوائیا۔
آنهایی که خودبزرگ بینی خود را از درون، با ملاقات با گوروی واقعی دور ریخته اند، به خدا پی برده اند

ਜਿਨਿ ਸਚੋ ਸਚੁ ਬੁਝਾਇਆ ॥੪॥
جن سچو سچ بجھائیا۔
فقط گوروی واقعی درک خدای ابدی را آشکار می کند

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلا ١۔
سالوک، اولین گورو:

ਘੜੀਆ ਸਭੇ ਗੋਪੀਆ ਪਹਰ ਕੰਨ੍ਹ ਗੋਪਾਲ ॥
گھڑیاں سبھے گوپیاں پہر کنہ گوپال۔
این جهان مانند یک بازی خداست که در آن همه گهریان (دوره زمانی 24 دقیقه) مانند گوپی ها یا دوشیران و همه پهارها (دوره زمانی سه ساعت) مانند کریشانا هستند

ਗਹਣੇ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਚੰਦੁ ਸੂਰਜੁ ਅਵਤਾਰ ॥
گہنے پاؤن پانی بیسنتر چند سورج اوتار۔
در این نمایش دنیوی، باد، آب و آتش مانند زیورآلاتی است که گوپی ها می پوشند. خورشید و ماه مانند دو تجسم هستند

ਸਗਲੀ ਧਰਤੀ ਮਾਲੁ ਧਨੁ ਵਰਤਣਿ ਸਰਬ ਜੰਜਾਲ ॥
سگلی دھرتی مال دھن ورتن سرب جنجال.
تمام زمین منابع لازم را فراهم می کند و گرفتاری های دنیوی لوازم مورد نیاز برای اجرای این نمایش است

ਨਾਨਕ ਮੁਸੈ ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣੀ ਖਾਇ ਗਇਆ ਜਮਕਾਲੁ ॥੧॥
نانک موسی گیان وھونی کھائے گئیا جمکال
(در این نمایش توهمات دنیوی) ای ناناک، بدون علم الهی، کل بشریت فریب خورده و فریب دیو مرگ را می خورد

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ١.
سالوک، اولین گورو

ਵਾਇਨਿ ਚੇਲੇ ਨਚਨਿ ਗੁਰ ॥
وائیں چلے نچن گر
در حین اجرای این نمایش ها، پیروان موسیقی می نوازند و گوروها می رقصند

ਪੈਰ ਹਲਾਇਨਿ ਫੇਰਨਿ੍ਹ ਸਿਰ ॥
پیر ہلائیں فیرنیں سر.
در حین رقص به دور پاهایشان لگد می زنند و دور سرشان می چرخند

ਉਡਿ ਉਡਿ ਰਾਵਾ ਝਾਟੈ ਪਾਇ ॥
اُد اُد راواں جھٹائی پائے.
گرد و غبار بالا می شود و روی سرشان می ریزد

ਵੇਖੈ ਲੋਕੁ ਹਸੈ ਘਰਿ ਜਾਇ ॥
ویکھے لوک ہسے گھر جائے.
مردم با دیدن آنها می خندند و سپس به خانه می روند

ਰੋਟੀਆ ਕਾਰਣਿ ਪੂਰਹਿ ਤਾਲ ॥
روتیاں کارن پورے تال.
برای نان (برای کسب روزی) طبلہ می زنند

ਆਪੁ ਪਛਾੜਹਿ ਧਰਤੀ ਨਾਲਿ ॥
آپ پچھاڑے دھرتی نال.
خود را روی زمین می اندازند

ਗਾਵਨਿ ਗੋਪੀਆ ਗਾਵਨਿ ਕਾਨ੍ਹ ॥
گاوں گوپیاں گاوں کنہ.
آنها با لباس مبدل شیر دوش و کریشنا آواز می خوانند

ਗਾਵਨਿ ਸੀਤਾ ਰਾਜੇ ਰਾਮ ॥
گاون سیتا راجے رام۔
آن‌ها به شکل سیتاس، راماس و دیگر پادشاهان ظاهر می‌شوند

ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ॥
نربھاؤ نرانکار سچ نام۔
خدا بی‌باک و بی‌شکل است و نامش حقیقت است

ਜਾ ਕਾ ਕੀਆ ਸਗਲ ਜਹਾਨੁ ॥
جا کا کیا سگل جہان۔
تمام کائنات مخلوق اوست

ਸੇਵਕ ਸੇਵਹਿ ਕਰਮਿ ਚੜਾਉ ॥
سیوک سیوہ کرم چڑھائو۔
تنها کسانی که او را به‌خوبی به یاد می‌آورند، که به لطف او دارای روحی والا هستند

ਭਿੰਨੀ ਰੈਣਿ ਜਿਨ੍ਹ੍ਹਾ ਮਨਿ ਚਾਉ ॥
بھنی رین جنہا من چاؤ۔
آنان که اشتیاق شدید به خوشنود ساختن خدا در ذهن دارند، زندگی‌شان را مملو از لطف الهی می‌سازند

ਸਿਖੀ ਸਿਖਿਆ ਗੁਰ ਵੀਚਾਰਿ ॥
سکھی سکھیا گرویچار۔
در تفکر به گورو، کسانی که این تعالیم را آموخته‌اند

ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਲਘਾਏ ਪਾਰਿ ॥
ندری کرم لگائے پار۔
خدا به آنان یاری می‌رساند تا از اقیانوس شرارت‌ها عبور کنند

ਕੋਲੂ ਚਰਖਾ ਚਕੀ ਚਕੁ ॥
کولو چرخا چکی چک۔
ماشین پرس روغن، چرخ ریسندگی، سنگ زنی، چرخ کوزه گری،

ਥਲ ਵਾਰੋਲੇ ਬਹੁਤੁ ਅਨੰਤੁ ॥
تھل وارولے بہت اننت۔
گردبادهای بی‌شمار در بیابان

ਲਾਟੂ ਮਾਧਾਣੀਆ ਅਨਗਾਹ ॥
لاٹو مادھانیاں انگاہ۔
قله‌های چرخان، چوب‌های در حال چرخش، آستانه‌ها،

ਪੰਖੀ ਭਉਦੀਆ ਲੈਨਿ ਨ ਸਾਹ ॥
پنکھی بھاودیاں لین نہ ساہ۔
هیاهوی نفس‌زنان پرندگان،

ਸੂਐ ਚਾੜਿ ਭਵਾਈਅਹਿ ਜੰਤ ॥
سوئی چڑھ بھوایا جنت۔
و موجوداتی که روی اسدونها میچرخند،

ਨਾਨਕ ਭਉਦਿਆ ਗਣਤ ਨ ਅੰਤ ॥
نانک بھاؤدیا گنت نہ انت۔
ای ناناک، هیچ محدودیتی برای تعداد موجودات و چیزهایی که به این سرعت در حال چرخش هستند، وجود ندارد

ਬੰਧਨ ਬੰਧਿ ਭਵਾਏ ਸੋਇ ॥
بندھن بندھ بھوایے سوئے۔
در حالی که خداوند موجودات را در بند مایا قرار میدهد، آنها را به اطراف میچرخاند

ਪਇਐ ਕਿਰਤਿ ਨਚੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥
پائیئے کرت نچائے سبھ کوئے۔
همه بر اساس تقدیر و بر اساس گذشته اش به این طرف و آن طرف می دوند

ਨਚਿ ਨਚਿ ਹਸਹਿ ਚਲਹਿ ਸੇ ਰੋਇ ॥
نچ نچ ہسے چلے سے روئے۔
کسانی که تمام عمر خود را میگردانند و در آخرین سفر خود گریه میکنند

ਉਡਿ ਨ ਜਾਹੀ ਸਿਧ ਨ ਹੋਹਿ ॥
اُد نہ جاہی سِدھ نہ ہوہی۔
آنان نه به اوج روحانی میرسند و نه در امور دنیوی تبحر پیدا میکنند.

ਨਚਣੁ ਕੁਦਣੁ ਮਨ ਕਾ ਚਾਉ ॥
نچن کودن من کا چاؤ۔
همه رقصیدن و پریدن در اطراف آنها صرفا یک سرگرمی ذهن است

ਨਾਨਕ ਜਿਨ੍ਹ ਮਨਿ ਭਉ ਤਿਨ੍ਹਾ ਮਨਿ ਭਾਉ ॥੨॥
نانک جنہ من بھاؤ تنہا من بھاؤ
ای ناناک، آنها به تنهایی عشق به خدا را در ذهن خود دارند، کسی که ترس مقدس از خدا دارد

ਪਉੜੀ ॥
پوری۔
پاوری:

ਨਾਉ ਤੇਰਾ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਹੈ ਨਾਇ ਲਇਐ ਨਰਕਿ ਨ ਜਾਈਐ ॥
ناو تیرا نرانکار ہے، نا اے لائیے نرک نہ جائے
خدایا نام تو بی شکل است و اگر تو را با ارادت محبت یاد کنیم از همه رنج ها رهایی می یابیم.

ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਸਭੁ ਤਿਸ ਦਾ ਦੇ ਖਾਜੈ ਆਖਿ ਗਵਾਈਐ ॥
جیو پنڈ سبھ تس دا دے، کھاجئے آخ گوائیے.
روح و جسم همه از آن اوست. درخواست از او که به ما روزی بدهد ضایع است.

ਜੇ ਲੋੜਹਿ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਕਰਿ ਪੁੰਨਹੁ ਨੀਚੁ ਸਦਾਈਐ ॥
جے لوڑہے چنگا آپنا کر پنہو نیچ سدائیے.
اگر آرزوی رفاه خود را دارید، اعمال نیک انجام دهید و خشوع کنید

ਜੇ ਜਰਵਾਣਾ ਪਰਹਰੈ ਜਰੁ ਵੇਸ ਕਰੇਦੀ ਆਈਐ ॥
جے جروانا پرہرئے جر ویس کریدی آئیے.
حتی اگر یک فرد قدرتمند سعی کند علائم پیری را از بین ببرد، باز هم پیری به روش های مختلف پنهان می شود.

ਕੋ ਰਹੈ ਨ ਭਰੀਐ ਪਾਈਐ ॥੫॥
کو رہئے نہ بھریئے پائیئے
وقتی نفس های از پیش تعیین شده تمام شود، هیچکس نمی تواند در این دنیا بماند

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلا ١.
شالوک، اثر اولین گورو:

ਮੁਸਲਮਾਨਾ ਸਿਫਤਿ ਸਰੀਅਤਿ ਪੜਿ ਪੜਿ ਕਰਹਿ ਬੀਚਾਰੁ ॥
مسلمانانه سفت سریات پڑ پڑکري بيچار
مسلمانان شریعت اسلامی را ستایش می کنند، آنها آن را می خوانند و بر آن فکر می کنند

ਬੰਦੇ ਸੇ ਜਿ ਪਵਹਿ ਵਿਚਿ ਬੰਦੀ ਵੇਖਣ ਕਉ ਦੀਦਾਰੁ ॥
بنده سي جي په وچ بندی ویخان کي دیدار
به عقیده آنها، بندگان خدا فقط کسانی هستند که برای دیدن رؤیت خداوند به شدت از شریعت اسلام پیروی می کنند

ਹਿੰਦੂ ਸਾਲਾਹੀ ਸਾਲਾਹਨਿ ਦਰਸਨਿ ਰੂਪਿ ਅਪਾਰੁ ॥
هندو سالاهي سالاهان درسن روپ اپار
هندوها خدای ستوده، زیبا و بی حد و حصر را از طریق کتاب مقدس خود ستایش می کنند

ਤੀਰਥਿ ਨਾਵਹਿ ਅਰਚਾ ਪੂਜਾ ਅਗਰ ਵਾਸੁ ਬਹਕਾਰੁ ॥
تیرتھ ناوہہ ارچا پوجا اگر واس بہھکار.
آنان در حرم‌های مقدس خدا غسل می‌کنند، گل می‌ریزند و در برابر بت‌ها خوشبویی می‌سوزانند

ਜੋਗੀ ਸੁੰਨਿ ਧਿਆਵਨ੍ਹਿ ਜੇਤੇ ਅਲਖ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾਰੁ ॥
جوگی سُن دھیاونیہ ژې الکھ نام کرتار.
یوگی ها به خلأ کیهانی و نام خالق به عنوان الاخ (غیر قابل درک) می اندیشند

ਸਤੀਆ ਮਨਿ ਸੰਤੋਖੁ ਉਪਜੈ ਦੇਣੈ ਕੈ ਵੀਚਾਰਿ ॥
ستیا من سنتوخ اپجے دینے کے ویچار
فکر صدقه موجب خشنودی در ذهن افراد نیکوکار می شود

ਦੇ ਦੇ ਮੰਗਹਿ ਸਹਸਾ ਗੂਣਾ ਸੋਭ ਕਰੇ ਸੰਸਾਰੁ ॥
دے دے منگے سہسا گونا، سبھ کرے سنسار
آنها با نیت خودخواهانه صدقه می دهند، زیرا هزار برابر آنچه می دهند از خدا می خواهند و انتظار دارند که دنیا بخشش آنها را جلال دهد

ਚੋਰਾ ਜਾਰਾ ਤੈ ਕੂੜਿਆਰਾ ਖਾਰਾਬਾ ਵੇਕਾਰ ॥
چورا جارا تی کورهیاره خرابه ویکار
ازطرف دیگر دزدان و زناکاران و دروغگویان و بدکاران و شریران،

ਇਕਿ ਹੋਦਾ ਖਾਇ ਚਲਹਿ ਐਥਾਊ ਤਿਨਾ ਭਿ ਕਾਈ ਕਾਰ ॥
اک ہودا خاہے چلے اٹھاو تنا بہ کاہی کار
پس از این که اعمال گناه‌آلود خود را با ارتکاب اعمال گناه‌آلود به درستی انجام دادند، دست خالی از دنیا به سوی آنان رانده خواهند شد. اونا چه کار بی‌فایده‌ای میکنن؟

ਜਲਿ ਥਲਿ ਜੀਆ ਪੁਰੀਆ ਲੋਆ ਆਕਾਰਾ ਆਕਾਰ ॥
جل تھل جیائے پوریاں لائے اکارا اکار
در جهان‌ها و کهکشان‌های مختلف، گونه‌های بسیار زیادی از موجودات در آب و زمین زندگی می‌کنند

ਓਇ ਜਿ ਆਖਹਿ ਸੁ ਤੂੰਹੈ ਜਾਣਹਿ ਤਿਨਾ ਭਿ ਤੇਰੀ ਸਾਰ ॥
اوے جے آکھی سو تونھی جانہے، تنا بہ تیری سار
فقط خدا می‌داند که این موجودات چه می‌خواهند. آنان برای امرار معاش به شما وابسته‌اند

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਭੁਖ ਸਾਲਾਹਣੁ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਆਧਾਰੁ ॥
نانک بھگتا بھوکھ سالاہان، سچ نام آذار
ای نانک، مریدان همیشه مشتاق ستایش خدا هستند و نام ابدی تنها پشتیبان آنهاست

ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਰਹਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਗੁਣਵੰਤਿਆ ਪਾ ਛਾਰੁ ॥੧॥
سدا آنند رہے دن راتی، گنونتیا پا چھار .
آن‌ها همیشه در سعادت ابدی به سر می‌برند و نسبت به اشخاص نیکوکار بسیار متواضع هستند

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ۱
سالوک، اولین گورو

ਮਿਟੀ ਮੁਸਲਮਾਨ ਕੀ ਪੇੜੈ ਪਈ ਕੁਮ੍ਹਿਆਰ ॥
متی مسلمان کی پڑھائی پائی کمیار
بقایای یک انسان مثل گل سر از چرخ کوزه‌گر در می‌آورد

ਘੜਿ ਭਾਂਡੇ ਇਟਾ ਕੀਆ ਜਲਦੀ ਕਰੇ ਪੁਕਾਰ ॥
غڑ بانڈِ اته کیا جلدی کری پکار
از آن کوزه ها و آجرها ساخته می شود و وقتی در کوره می سوزد فریاد می زند

ਜਲਿ ਜਲਿ ਰੋਵੈ ਬਪੁੜੀ ਝੜਿ ਝੜਿ ਪਵਹਿ ਅੰਗਿਆਰ ॥
جل جل رووی بابڑی، ژر ژر پویي انگیار.
در حال سوختن در کوره، این خشت (باقی مانده از نفر) طوری می ترقد که انگار در جهنم می سوزد

ਨਾਨਕ ਜਿਨਿ ਕਰਤੈ ਕਾਰਣੁ ਕੀਆ ਸੋ ਜਾਣੈ ਕਰਤਾਰੁ ॥੨॥
نانک جن کرتے کاران کیا، سو جانے کرتار.
ای ناناک، خالق آفرینش، تنها می‌داند چه کسی به بهشت یا جهنم می‌رود. (رفتن به جهنم یا بهشت بستگی به روش دفع باقی مانده ندارد)

ਪਉੜੀ ॥
پوری
پاوری

ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਓ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥
بن ستگر کنی نا پاویو، بن ستگر کنی نا پاویا.
بدون پیروی از آموزه های گورو واقعی، هیچ کس هرگز خدا را درک نکرده است، بله بدون پیروی از آموزه های گورو واقعی، هیچ کس خدا را درک نکرده است

ਸਤਿਗੁਰ ਵਿਚਿ ਆਪੁ ਰਖਿਓਨੁ ਕਰਿ ਪਰਗਟੁ ਆਖਿ ਸੁਣਾਇਆ ॥
ستگر ویچ آپ رکهیاں کر پرگٹ اکهی سونایا.
او خود را در گوروی واقعی جای داده است. با آشکار شدن خود، این را آشکارا اعلام می کند

ਸਤਿਗੁਰ ਮਿਲਿਐ ਸਦਾ ਮੁਕਤੁ ਹੈ ਜਿਨਿ ਵਿਚਹੁ ਮੋਹੁ ਚੁਕਾਇਆ ॥
ستگر میلي-ئي سدا مخت هي جن وچهو موه چکا-ئي
با ملاقات با گورو واقعی، شخصی که دلبستگی به ثروت و قدرت دنیوی را کنار می‌زند، برای همیشه آزاد می‌شود

ਉਤਮੁ ਏਹੁ ਬੀਚਾਰੁ ਹੈ ਜਿਨਿ ਸਚੇ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥ ਜਗਜੀਵਨੁ ਦਾਤਾ ਪਾਇਆ ॥੬॥
اعتم ایو بیچار هي جن سچي سره چٹ لائیے. جگجیون دتا پایي.
والاترین این اندیشه است که هر که ذهن خود را با خدا هماهنگ کرده است، او را که حیات بخش به جهان است، درک کرده است

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ١
سالوک، اولین گورو

ਹਉ ਵਿਚਿ ਆਇਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਗਇਆ ॥
هاو ویچایي هاو ویچ گایي.
در ایگو (حالتی که شخص خود را جدا از خدا می داند) انسان به دنیا می آید و در ایگو از این دنیا می رود

ਹਉ ਵਿਚਿ ਜੰਮਿਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਮੁਆ ॥
هاو ويـچ جميا هاو ويـچ موآ.
در نفس انسان متولد می‌شود و در نفس او می‌میرد

ਹਉ ਵਿਚਿ ਦਿਤਾ ਹਉ ਵਿਚਿ ਲਇਆ ॥
هاو وچ ديتا هاو وچ لييا .
برای حفظ نفس (هويت جداگانه)، فرد صدقه را می‌دهد و قبول می‌کند

ਹਉ ਵਿਚਿ ਖਟਿਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਗਇਆ ॥
هاو وچ کهتی آ هاو وچ گيا.
در نفس، شخص به دست می‌آورد و در نفس خود می‌بازد

ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਚਿਆਰੁ ਕੂੜਿਆਰੁ ॥
هاو وچ سچاير کورهيار.
در نفس، شخص صادق يا نادرست می‌شود

ਹਉ ਵਿਚਿ ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਵੀਚਾਰੁ ॥
هاو وچ پاپ پون ويچار.
در نفس خود به اعمال گناه‌آلود و پسنديده می‌انديشيم

ਹਉ ਵਿਚਿ ਨਰਕਿ ਸੁਰਗਿ ਅਵਤਾਰੁ ॥
هاو وچ نرک سورج اوتار.
اين به خاطر خودخواهی است که گاهی انسان در آسايش و گاهی در رنج است

ਹਉ ਵਿਚਿ ਹਸੈ ਹਉ ਵਿਚਿ ਰੋਵੈ ॥
ها وچ هسی هاو وچ رويی.
انسان در نفس خود احساس شادی می‌کند و در نفس خود می‌لرزد

ਹਉ ਵਿਚਿ ਭਰੀਐ ਹਉ ਵਿਚਿ ਧੋਵੈ ॥
هاو وچ بهرييا هاو وچ دهويی.
در نفس بعضی اوقات ذهن فرد از چرک و کثافت پر می‌شود و بعضی وقت‌ها با نفس خود تلاش می‌کند اين کثافت را از خود براند

ਹਉ ਵਿਚਿ ਜਾਤੀ ਜਿਨਸੀ ਖੋਵੈ ॥
هاو وچ جاتی جنسی کهويی.
بعضی وقت‌ها در نفس، وضع اجتماعی و طبقه را از دست می‌دهند

ਹਉ ਵਿਚਿ ਮੂਰਖੁ ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਿਆਣਾ ॥
هاو وچ مورکه هاو وچ سييانا.
در ايگو، گاهی انسان به عنوان يک جاهل عمل می کند و گاهی به عنوان يک فرد عاقل عمل می کند

ਮੋਖ ਮੁਕਤਿ ਕੀ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣਾ ॥
موخ موکت کیی سار نه جانا.
او قدر رستگاری و رهایی را نمی داند

ਹਉ ਵਿਚਿ ਮਾਇਆ ਹਉ ਵਿਚਿ ਛਾਇਆ ॥
هاو وچ ماآیی هاو وچ چها آیی.
در نفس بودن فرد یا درگیر عشق به ثروت و قدرت دنیوی است یا در تاریکی جهل باقی می ماند

ਹਉਮੈ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜੰਤ ਉਪਾਇਆ ॥
هاومی کر کر جنت اوپایی.
با زندگی در نفس، فانی بارها و بارها به دنیا می آید

ਹਉਮੈ ਬੂਝੈ ਤਾ ਦਰੁ ਸੂਝੈ
ایهاومی بوجهی تا در سوجهی.
وقتی انسان نفس را درک می کند، آنگاه راه بارگاه خدا را می شناسد

ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣਾ ਕਥਿ ਕਥਿ ਲੂਝੈ ॥
گیان ویهونا کت کت لوجهی.
بدون خرد معنوی، شخص در گفتگوها و بحث های بیهوده رنج می برد

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੀ ਲਿਖੀਐ ਲੇਖੁ ॥
نانک حکمی لیکایی لیکه.
ای نانک، به فرمان خداست که سرنوشت انسان نوشته می شود

ਜੇਹਾ ਵੇਖਹਿ ਤੇਹਾ ਵੇਖੁ ॥੧॥
جیها ویکهیه تیها ویکه.
همانطور که شخص دیگران را می بیند (در نظر می گیرد)، پس از مدتی ویژگی هایی مانند آنها در خود پیدا می کند

ਮਹਲਾ ੨ ॥
مهلا۲.
سالوک، گورو دوم:

ਹਉਮੈ ਏਹਾ ਜਾਤਿ ਹੈ ਹਉਮੈ ਕਰਮ ਕਮਾਹਿ ॥
هاومی ایها جاٹ هی هاومی کرم کماهی.
این ماهیت نفس است که مردم اعمال خود را در نفس انجام می دهند

ਹਉਮੈ ਏਈ ਬੰਧਨਾ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੋਨੀ ਪਾਹਿ ॥
هاومی ایی بندهنا فر فر جونی پاهی.
این اسارت نفس است که بارها و بارها دوباره متولد می شوند

ਹਉਮੈ ਕਿਥਹੁ ਊਪਜੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਇਹ ਜਾਇ ॥
هاومی کتھو اوپجی کیت سنجم ایه جایی.
نفس از کجا می آید؟ چگونه می توان آن را حذف کرد؟

ਹਉਮੈ ਏਹੋ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਪਇਐ ਕਿਰਤਿ ਫਿਰਾਹਿ ॥
هاومی ایهو حکم هی پایی کیرت فیراهی.
این نفس به دستور خدا وجود دارد. مردم بر اساس اعمال گذشته خود سرگردان هستند

ਹਉਮੈ ਦੀਰਘ ਰੋਗੁ ਹੈ ਦਾਰੂ ਭੀ ਇਸੁ ਮਾਹਿ ॥
هاومی دیراگه روگ هی دارو بهیی ایس ماهی.
ایگو یک بیماری مزمن است، اما راه چاره آن نیز در خود اوست

ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਜੇ ਆਪਣੀ ਤਾ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕਮਾਹਿ ॥
کیرپا کری جی آپنی تا گور کا سبد کماهی.
اگر خدا رحمتش را اعطا کند، انسان مطابق با تعالیم گورو عمل می‌کند

ਨਾਨਕੁ ਕਹੈ ਸੁਣਹੁ ਜਨਹੁ ਇਤੁ ਸੰਜਮਿ ਦੁਖ ਜਾਹਿ ॥੨॥
نانک کهی سنهو جنهو ایت سنجم دوکح جاهی.
ناناک می‌گوید گوش کن ای مردم، به این طریق (با تدبر در نام خدا) دردها ناشی از بیماری نفس از میان می‌رود

ਪਉੜੀ ॥
پوری
پاوری

ਸੇਵ ਕੀਤੀ ਸੰਤੋਖੀਈ ਜਿਨ੍ਹੀ ਸਚੋ ਸਚੁ ਧਿਆਇਆ ॥
سیو کیتی سنتکهیین جینهی سچی دیهایی.
فقط آن افراد راضی که با عشق و ارادت در مورد ازلی (خدا) تعمق می کنند، واقعاً او را عبادت می کنند

ਓਨ੍ਹੀ ਦੁਨੀਆ ਤੋੜੇ ਬੰਧਨਾ ਅੰਨੁ ਪਾਣੀ ਥੋੜਾ ਖਾਇਆ ॥
انهی دونی آ ترهی بندهنا ان پانی تهورها کهایی.
از قیود دنیوی جدا شده اند و در مصرف غذا و آب به اعتدال (برای بقا کافی است)

ਤੂੰ ਬਖਸੀਸੀ ਅਗਲਾ ਨਿਤ ਦੇਵਹਿ ਚੜਹਿ ਸਵਾਇਆ ॥
تون بکهسیسی اگلا نیت دیویح چرهیه سوایی.
خدایا تو بزرگترین بخشنده هستی که پیوسته و بیشتر و بیشتر میبخشی

ਵਡਿਆਈ ਵਡਾ ਪਾਇਆ ॥੭॥
ودیایی ودا پایی.
آنان با جلال دادن او، خدای بزرگ را به‌خوبی می‌شناسند

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مهلا ۱.
سالوک، اولین گورو

ਪੁਰਖਾਂ ਬਿਰਖਾਂ ਤੀਰਥਾਂ ਤਟਾਂ ਮੇਘਾਂ ਖੇਤਾਂਹ ॥
پرکهان بیرکهان تیرتهان تتان میگهان کهی تان.
تنها خداست که از شمارش و احوال همه انسانها، درختان، زیارتگاه ها، کرانه های نهرها، ابرها و کشتزارها آگاه است

ਦੀਪਾਂ ਲੋਆਂ ਮੰਡਲਾਂ ਖੰਡਾਂ ਵਰਭੰਡਾਂਹ ॥
ڈیپان لوآن مندلان کهندان وربهندان.
فقط او می داند که چند جزیره، قاره، جهان و منظومه شمسی در کیهان ها وجود دارد

ਅੰਡਜ ਜੇਰਜ ਉਤਭੁਜਾਂ ਖਾਣੀ ਸੇਤਜਾਂਹ ॥
انڈج جیرج اوتبهوجان کهانی سیتجان.
فقط او در مورد موجوداتی که از طریق چهار منبع خلقت، مثل تخم، رحم، زمین و عرق متولد می شوند، می داند

ਸੋ ਮਿਤਿ ਜਾਣੈ ਨਾਨਕਾ ਸਰਾਂ ਮੇਰਾਂ ਜੰਤਾਹ ॥
سو میت جانئ نانکه سره میرا جانته
ناناک، فقط خدا در مورد تعداد تمام دریاها، کوه ها و وضعیت موجوداتی که در آنها زندگی می کنند می داند

ਨਾਨਕ ਜੰਤ ਉਪਾਇ ਕੈ ਸੰਮਾਲੇ ਸਭਨਾਹ ॥
نانک جنت اوپاي کي سميلي سبنا.
اوناناک، با خلق این موجودات، همه آنها را عزیز می‌شمارد

ਜਿਨਿ ਕਰਤੈ ਕਰਣਾ ਕੀਆ ਚਿੰਤਾ ਭਿ ਕਰਣੀ ਤਾਹ ॥
جن کرتے کرنا کیا چنتا بهی کرنی تاه
خدایی که آفرینش را خلق کرده از آن نیز مراقبت می‌کند

ਸੋ ਕਰਤਾ ਚਿੰਤਾ ਕਰੇ ਜਿਨਿ ਉਪਾਇਆ ਜਗੁ ॥
سو کرتا چنتا کرے جن اوپا ایا جگ
بلی، آفریدگاری که جهان را آفریده است، به آن نیز اهمیت می‌دهد

ਤਿਸੁ ਜੋਹਾਰੀ ਸੁਅਸਤਿ ਤਿਸੁ ਤਿਸੁ ਦੀਬਾਣੁ ਅਭਗੁ ॥
تس جوهري سوئیست تس تس دیبان ابهاگ
به او تعظیم می‌کنم و احترام می‌گذارم، کسی‌که سیستم حمایتش جاودانی است

ਨਾਨਕ ਸਚੇ ਨਾਮ ਬਿਨੁ ਕਿਆ ਟਿਕਾ ਕਿਆ ਤਗੁ ॥੧॥
نانک سچے نام بن کیا ٹکا کیا ٹگ.
علایم های مذهبی دیگر چون جنو و تیکا بدون تفکر بر نام او معنایی ندارند

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ۱
سالوک، اولین گورو:

ਲਖ ਨੇਕੀਆ ਚੰਗਿਆਈਆ ਲਖ ਪੁੰਨਾ ਪਰਵਾਣੁ ॥
لکھ نیکیاں چنگیائیاں، لکھ پنیاں پروان

می‌توان میلیون‌ها کار خیر و نیکو و هزاران خیرات را که مورد قبول جامعه است انجام داد

ਲਖ ਤਪ ਉਪਰਿ ਤੀਰਥਾਂ ਸਹਜ ਜੋਗ ਬੇਬਾਣ ॥
لکھ تپ اوپر تیرتھاں سہج جوگ بیبان
فرد ممکن است میلیون‌ها توبه را در زیارتگاه‌های مقدس انجام دهد، و در بیابان به تمرین یوگا در حالت متانت می‌رود

ਲਖ ਸੂਰਤਣ ਸੰਗਰਾਮ ਰਣ ਮਹਿ ਛੁਟਹਿ ਪਰਾਣ ॥
لکھ سورتاں سنگرام رن مے چھٹے پاران
ممکن است کسی به میدان جنگ برود و میلیون‌ها عمل شجاعانه نشان دهد و حتی زندگی خود را در آنجا از دست بدهد

ਲਖ ਸੁਰਤੀ ਲਖ ਗਿਆਨ ਧਿਆਨ ਪੜੀਅਹਿ ਪਾਠ ਪੁਰਾਣ ॥
لکھ سورتی لکھ گیان دھیان پڑھیا پاتھ پوران.
انسان می‌تواند با تعمق کردن و خواندن وداها و پورانها، درک الهی و حکمت الهی فراوانی به دست آورد،

ਜਿਨਿ ਕਰਤੈ ਕਰਣਾ ਕੀਆ ਲਿਖਿਆ ਆਵਣ ਜਾਣੁ ॥
جن کرتے کرنا کیا لکھیا آون جان.
خالق، کسی که این آفرینش را خلق کرده و زمان تولد و مرگ را از پیش تعیین کرده است

ਨਾਨਕ ਮਤੀ ਮਿਥਿਆ ਕਰਮੁ ਸਚਾ ਨੀਸਾਣੁ ॥੨॥
نانک مٹی مٹھیا کرم سچا نیشان.
نانک، تمام این حقه‌های زیرکانه، غلط و بی فایده‌اند
تنها اعلی حضرت مهر یا نشان واقعی برای پذیرش در دربار اوست

ਪਉੜੀ ॥
پوری.
پاوری:

ਸਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਏਕੁ ਤੂੰ ਜਿਨਿ ਸਚੋ ਸਚੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥
سچا صاحب ایک توں جن سچو سچ ورتائیا.
خدایا تو تنها استاد حقیقی هستی که حق (عدالت) را در همه جا منتشر کرده ای

ਜਿਸੁ ਤੂੰ ਦੇਹਿ ਤਿਸੁ ਮਿਲੈ ਸਚੁ ਤਾ ਤਿਨ੍ਹ੍ਹੀ ਸਚੁ ਕਮਾਇਆ ॥
جس توں دے تس ملائی سچ تا تنھی سچ کمائیا.
او تنها حقیقت را دریافت مي کند که تو آن را به او مي دهي. سپس، او حقیقت را تمرین می کند

ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਸਚੁ ਪਾਇਆ ਜਿਨ੍ਹ੍ਹ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਸਚੁ ਵਸਾਇਆ ॥
ستگُرو مِلِئے سچ پائیا جِنہ کی ہردَئی سچ وَسائیا۔
تنها با ملاقات و پیروی از آموزه های گورو واقعی است که مردم به حقیقت پی برده اند. گورو حقیقت را در قلب خود جای می دهد

ਮੂਰਖ ਸਚੁ ਨ ਜਾਣਨ੍ਹ੍ਹੀ ਮਨਮੁਖੀ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ ॥
مورخ سچ نہ جاننھی منمکی جنم گوائیا۔
خودخواهان نادان نمی دانند حقیقت چیست و زندگی خود را بیهوده تلف می کنند

ਵਿਚਿ ਦੁਨੀਆ ਕਾਹੇ ਆਇਆ ॥੮॥
وچ دنیا کاھے آئیا۔
اصلا چرا به دنیا آمده اند؟

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ١
سالوک، اولین گورو:

ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀ ਲਦੀਅਹਿ ਪੜਿ ਪੜਿ ਭਰੀਅਹਿ ਸਾਥ ॥
پڑھ پڑھ گڈی لدیاں، پڑھ پڑھ بھریاں ساتھ
حتی اگر گاری های کتاب بخوانیم و مطالعه کنیم و بعد از مطالعه انبوهی از کتاب ها را بسازیم

ਪੜਿ ਪੜਿ ਬੇੜੀ ਪਾਈਐ ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀਅਹਿ ਖਾਤ ॥
پڑھ پڑھ بیری پائیئے، پڑھ پڑھ گڈیاں کھات۔
اگر آنقدر کتاب بخوانیم که بتوان یک قایق یا گودال های زیادی را با آنها پر کرد

ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਬਰਸ ਬਰਸ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਮਾਸ ॥
پڑھیاں جیتے برس برس، پڑھیاں جیتے ماس۔
ممکن است سال به سال آنها را بخوانیم. ما ممکن است آنها را به تعداد ماه های یک سال بخوانیم

ਪੜੀਐ ਜੇਤੀ ਆਰਜਾ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਸਾਸ ॥
پڑھیئے جیتے آرجا، پڑھیاں جیتے ساس۔
ما ممکن است آنها را در تمام زندگی خود بخوانیم. ممکن است با هر نفس آنها را بخوانیم

ਨਾਨਕ ਲੇਖੈ ਇਕ ਗਲ ਹੋਰੁ ਹਉਮੈ ਝਖਣਾ ਝਾਖ ॥੧॥
نانک لیکھے اک گل ہور ہمئی جھکنا جھاک۔
ای نانک، تنها چیزی که در دربار او اهمیت دارد، تسبیح و تعمق در نام اوست. همه چیز مانند سرگردانی در نفس خود است.

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ١
سالوک، اولین گورو:

ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਪੜਿਆ ॥ਤੇਤਾ ਕੜਿਆ ॥
لکھ لکھ پڑھیا، تیتا کریا۔
هر چه انسان بیشتر بنویسد و بخواند، بیشتر خودخواه و مغرور می شود

ਬਹੁ ਤੀਰਥ ਭਵਿਆ ॥ਤੇਤੋ ਲਵਿਆ ॥
بہو تیرتھ بھاویا، تیتو لاویا۔
هر چه انسان در حرم های زیارتی سرگردان باشد، بیشتر بیهوده (مثل کاهن) صحبت می کند

ਬਹੁ ਭੇਖ ਕੀਆ ਦੇਹੀ ਦੁਖੁ ਦੀਆ ॥
بہو بیاکھ کیا دیہی دکھ دیا۔
هر چه کسي لباس مذهبي بیشتري بپوشد، استرس بیشتري به خود وارد مي کند

ਸਹੁ ਵੇ ਜੀਆ ਅਪਣਾ ਕੀਆ ॥
ساہو وے جیا آپنا کیا۔
ای دوست من باید عواقب اعمال خودت را تحمل کنی

ਅੰਨੁ ਨ ਖਾਇਆ ਸਾਦੁ ਗਵਾਇਆ ॥
ان نہ کھائیا، ساد گوائیا۔
با نخوردن غذا، انسان هیچ امتیاز معنوی به دست نیاورده است، به سادگی فرصت لذت بردن از آن را از دست داده است

ਬਹੁ ਦੁਖੁ ਪਾਇਆ ਦੂਜਾ ਭਾਇਆ ॥
بہو دکھ پائیا، دوجا بھائیا۔
او به دلیل عشق به دوگانگی (عمالی غیر از محبت و یاد خدا) رنج زیادی کشیده است

ਬਸਤ੍ਰ ਨ ਪਹਿਰੈ ॥ ਅਹਿਨਿਸਿ ਕਹਰੈ ॥
بستر نہ پہنرئے، اہنس کہرئے۔
کسی که هیچ لباسی نمی پوشد، شب و روز بدن خود را در معرض هوای شدید قرار می دهد

ਮੋਨਿ ਵਿਗੂਤਾ ॥ ਕਿਉ ਜਾਗੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਸੂਤਾ ॥
من وگوتا، کیوں جاگئے گر بن سوتا۔
غرق در سکوت، گمراه می شود (از راه راست). چگونه می توان او را بدون تعالیم گورو از خواب جهل بیدار کرد؟

ਪਗ ਉਪੇਤਾਣਾ ॥ ਅਪਣਾ ਕੀਆ ਕਮਾਣਾ ॥
پاگ اُپیتانا، آپنا کیا کمانا۔
کسی که پابرهنه می رود، با صدمه زدن به پاهایش، از اعمال خود رنج می برد

ਅਲੁ ਮਲੁ ਖਾਈ ਸਿਰਿ ਛਾਈ ਪਾਈ ॥
ال مال کھائی سر چھائی پائی۔
کسی که پسماندهای ناپاک می خورد و خاکستر بر سرش می ریزد،

ਮੂਰਖਿ ਅੰਧੈ ਪਤਿ ਗਵਾਈ ॥
مورخ اندھے پٹ گوائی۔
شخص نادان (نافهم) کور آبروی خود را از دست داده است

ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਕਿਛੁ ਥਾਇ ਨ ਪਾਈ ॥
ون ناوی کچھ تھائے نہ پائی۔
بدون تعمق در نام خدا، هیچ چیز در دادگاه او تایید نمی شود

ਰਹੈ ਬੇਬਾਣੀ ਮੜੀ ਮਸਾਣੀ ॥
راہے بیبانی مرہی مسانی۔
فرد ممکن است در بیابان، در گورستان ها یا در محوطه سوزاندن مرده زندگی کند،

ਅੰਧੁ ਨ ਜਾਣੈ ਫਿਰਿ ਪਛੁਤਾਣੀ ॥
اندھ نہ جائے فر پچھٹانی۔
چنین نابینای روحی راه درست شناخت خدا را نمی داند، در نهایت پشیمان می شود و توبه می کند

ਸਤਿਗੁਰੁ ਭੇਟੇ ਸੋ ਸੁਖੁ ਪਾਏ ॥
ستگُرو بھیتے سو سُکھ پائے۔
تنها کسی که با گورو واقعی ملاقات می کند از آرامش لذت می برد

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥
ہر کا نام من وسائے۔
زیرا او نام خدا را در ذهن خود جای داده است

ਨਾਨਕ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਸੋ ਪਾਏ ॥
نانک نادر کرے سو پائے۔
ای ناناک، تنها کسی که خداوند بر او لطف خود را ارزانی دارد، با مرشد ملاقات می کند

ਆਸ ਅੰਦੇਸੇ ਤੇ ਨਿਹਕੇਵਲੁ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਜਲਾਏ ॥੨॥
آس اندیسے تے نہکیوال ہمئے، سبد جلائے۔
سپس تحت تأثیر هیچ گونه امید و نگرانی قرار نمی گیرد و به قول گورو عمل می کند، نفس خود را می سوزاند

ਪਉੜੀ ॥
پوری۔
پاوری

ਭਗਤ ਤੇਰੈ ਮਨਿ ਭਾਵਦੇ ਦਰਿ ਸੋਹਨਿ ਕੀਰਤਿ ਗਾਵਦੇ ॥
بھگت تیرے من بھاودے، در سوہن کیرت گاودے۔
خدایا، عابدانت مورد پسند تو هستند. آنها در آستان شما زیبا به نظر می رسند و ستایش های شما را می خوانند

ਨਾਨਕ ਕਰਮਾ ਬਾਹਰੇ ਦਰਿ ਢੋਅ ਨ ਲਹਨ੍ਹੀ ਧਾਵਦੇ ॥
نانک کرما باہرے در ڈھوا نہ لہنھی ڈھاودے۔
ای نانک، آنان که از فیض خدا محرومند، در بارگاه او پناهی نمی یابند و بی هدف به سرگردانی می پردازند

ਇਕਿ ਮੂਲੁ ਨ ਬੁਝਨ੍ਹਿ ਆਪਣਾ ਅਣਹੋਦਾ ਆਪੁ ਗਣਾਇਦੇ ॥
اک مول نہ بُجھنیں آپنا انہودا آپ گنائیے۔
عده ای هستند که ریشه خود را نمی فهمند و بدون هیچ شایستگی معنوی خود را بزرگ می نامند

ਹਉ ਢਾਢੀ ਕਾ ਨੀਚ ਜਾਤਿ ਹੋਰਿ ਉਤਮ ਜਾਤਿ ਸਦਾਇਦੇ ॥
ہؤ دھادی کا نیچ جات ہور اتم جات سدا آیدے۔
خدایا، در حالی که دیگران ادعا می‌کنند که به منزلت اجتماعی والای تعلق دارند، من فقط یک خادمان پست اجتماعی هستم

ਤਿਨ੍ਹ ਮੰਗਾ ਜਿ ਤੁਝੈ ਧਿਆਇਦੇ ॥੯॥
تنہ مانگا جے تجھے دھیائیے۔
من فقط به دنبال همراهی با کسانی هستم که در مورد تو فکر می کنند

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ١
سالوک، اولین گورو

ਕੂੜੁ ਰਾਜਾ ਕੂੜੁ ਪਰਜਾ ਕੂੜੁ ਸਭੁ ਸੰਸਾਰੁ ॥
کورہ راجا، کورہ پرجا، کورہ سبھ سنسار۔
تمام این دنیا توهمی است مانند عمل یک جادوگر. در این دنیای دروغین، دروغ (کوتاه عمر) پادشاه است و باطل رعایای او.

ਕੂੜੁ ਮੰਡਪ ਕੂੜੁ ਮਾੜੀ ਕੂੜੁ ਬੈਸਣਹਾਰੁ ॥
کورہ مندپ، کورہ مارہی، کورہ بیسنہار۔
کاخ ها و عمارت ها باطلند و ساکنان آن ها فناپذیرند

ਕੂੜੁ ਸੁਇਨਾ ਕੂੜੁ ਰੁਪਾ ਕੂੜੁ ਪੈਨ੍ਹਣਹਾਰੁ ॥
کورہ سوئنا، کورہ روپا، کورہ پینہنار۔
زیورهای طلا و نقره باطل است و پوشندگان باطل

ਕੂੜੁ ਕਾਇਆ ਕੂੜੁ ਕਪੜੁ ਕੂੜੁ ਰੂਪੁ ਅਪਾਰੁ ॥
کورہ کائیا، کورہ کپڑ، کورہ روپ اپار۔
باطل اندام است، باطل لباس ها و توهم زیبایی افراطی است

ਕੂੜੁ ਮੀਆ ਕੂੜੁ ਬੀਬੀ ਖਪਿ ਹੋਏ ਖਾਰੁ ॥
کورہ میاں، کورہ بیبی، کھپ ہوئے کھار۔
رابطه زن و شوهر بسیار کوتاه است و در درگیری های کاذب تلف می شوند

ਕੂੜਿ ਕੂੜੈ ਨੇਹੁ ਲਗਾ ਵਿਸਰਿਆ ਕਰਤਾਰੁ ॥
کوڑہ کوڑہے نیہو لگا وسریا کرتار۔
باطل ها باطل را دوست دارند و خالق خود را فراموش می کنند

ਕਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕੀਚੈ ਦੋਸਤੀ ਸਭੁ ਜਗੁ ਚਲਣਹਾਰੁ ॥
کس نال کیچے دوستی، سبھ جگ چلنہار۔
وقتی همه دنیا گذرا است با چه کسی دوست شویم؟

ਕੂੜੁ ਮਿਠਾ ਕੂੜੁ ਮਾਖਿਉ ਕੂੜੁ ਡੋਬੇ ਪੂਰੁ ॥
کوڑہ مٹھا، کوڑہ ماکھیو، کوڑہ ڈوبے پور
برای انسان‌ها این دنیای واهی مانند عسل شیرین به نظر می‌رسد و به همین دلیل است که این توهم کاذب انبوهی از مردم را نابود می‌کند

ਨਾਨਕੁ ਵਖਾਣੈ ਬੇਨਤੀ ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਕੂੜੋ ਕੂੜੁ ॥੧॥
نانک وکھانئے بینتی تُدھ بجھ کوڑہ کوڑہ۔
خدایا نانک این دعا را می کند که بدون تو همه چیز باطل و واهی است

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ۱
سالوک، گورو اول:

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਸਚਾ ਹੋਇ ॥
سچ تاں پر جانئےآئی، جا ردے سچا ہوئے۔
تنها زمانی حقیقت را می شناسد که خدا در قلب او ساکن باشد

ਕੂੜ ਕੀ ਮਲੁ ਉਤਰੈ ਤਨੁ ਕਰੇ ਹਛਾ ਧੋਇ ॥
کوڑہ کی مل اُترے تن کرے ہچھا دھوئے۔
کثافت دروغ از میان رفته و ذهن و جسم از شر شرارت‌ها رها شده است

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਚਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰ
سچ تاں پر جانئےآئی، جا سچ دھرے پیار۔
تنها زمانی حقیقت را در مورد جهان می‌دانیم که به خدا محبت داشته باشد

ਨਾਉ ਸੁਣਿ ਮਨੁ ਰਹਸੀਐ ਤਾ ਪਾਏ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥
ناو سن من رہسئیئے، تا پائے موکھ دوار۔
انسان با شنیدن نام خدا از افکار خود راضی می‌شود، سپس به آزادی از گرفتاری‌های دنیوی می‌رسد

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਜੁਗਤਿ ਜਾਣੈ ਜੀਉ ॥
سچ تاں پر جانئےآئی، جا جگت جانئے جیو۔
فقط زمانی حقیقت را می‌توان شناخت که راه و رسم زندگی را بلد باشد

ਧਰਤਿ ਕਾਇਆ ਸਾਧਿ ਕੈ ਵਿਚਿ ਦੇਇ ਕਰਤਾ ਬੀਉ ॥
دھرت کائیا سادھ کئی وچ دےئے کرتا بیئو.
او بدن را مانند مزرعه‌ای آماده می‌کند و بذر نام خدا را می‌کارد

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਿਖ ਸਚੀ ਲੇਇ ॥
سچ تاں پر جانئےآئی، جا سِکھ سچی لےئے.
انسان تنها زمانی حقیقت را می‌فهمد که تعالیم حقیقی را از گورو دریافت کند

ਦਇਆ ਜਾਣੈ ਜੀਅ ਕੀ ਕਿਛੁ ਪੁੰਨੁ ਦਾਨੁ ਕਰੇਇ ॥
دعاء جانئے جیو کی کچھ پن دان کرائی.
به دیگران رحمت نشان می‌دهد، و بعضی از کارهای نیک و مهربانانه را انجام می‌دهد

ਸਚੁ ਤਾਂ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਆਤਮ ਤੀਰਥਿ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥
سچ تاں پر جانئےآئی، جا آتم تیرتھ کرے نواس.
تنها زمانی حقیقت را می‌توان شناخت که در معبد مقدس خویش به سر برد

ਸਤਿਗੁਰੂ ਨੋ ਪੁਛਿ ਕੈ ਬਹਿ ਰਹੈ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥ ॥
ستگرو نو پوچھ کے بہی رہئے کرے نواس.
به دست آوردن تعالیم از گورو واقعی، او به تمرکز بر خود درونی ادامه می‌دهد

ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਹੋਇ ਦਾਰੂ ਪਾਪ ਕਢੈ ਧੋਇ ॥
سچ سبھنا ہوئے دارو، پاپ کدھئے دھوئے.
خدا خودش علاج همه دردها می‌شود و همه گناهان را بیرون می‌آورد
ਨਾਨਕੁ ਵਖਾਣੈ ਬੇਨਤੀ ਜਿਨ ਸਚੁ ਪਲੈ ਹੋਇ ॥੨॥
نانک وکھانئی بینتی جن سچ پلائی ہوئی.
نانک با فروتنی به دنبال کسانی می‌گردد که در دل خود به راستی نشسته‌اند

ਪਉੜੀ ॥
پوری.
پاوری:

ਦਾਨੁ ਮਹਿੰਡਾ ਤਲੀ ਖਾਕੁ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤ ਮਸਤਕਿ ਲਾਈਐ ॥
دان مہندا تلی کھاک جے ملائے، تا مستک لائیئے
هدیه ای که من به دنبال آن هستم فروتنی است. اگر بخواهم آن را بدست بیاورم، خود را بسیار خوش شانس می دانم

ਕੂੜਾ ਲਾਲਚੁ ਛਡੀਐ ਹੋਇ ਇਕ ਮਨਿ ਅਲਖੁ ਧਿਆਈਐ ॥
کوړا لالچ چھڈائیئے، ہوئے اک من الکھ دھیائیئے.
از طمع کاذب دست بردارید و در مورد خدای غیرقابل درک با یک فکر فکر کنید

ਫਲੁ ਤੇਵੇਹੋ ਪਾਈਐ ਜੇਵੇਹੀ ਕਾਰ ਕਮਾਈਐ ॥
فل تیوہو پائیئے، جیوہی کار کمائیئے.
همانطور که اعمالی که انجام می‌دهیم، پاداش‌هایی که دریافت می‌کنیم نیز هستند

ਜੇ ਹੋਵੈ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਤਾ ਧੂੜਿ ਤਿਨ੍ਹਾ ਦੀ ਪਾਈਐ ॥
جے ہووے پورب لکھیا، تا دور تنہاں دی پائیئے۔
اگر چنین از پیش تعیین شده باشد، آنگاه فرد باید با فروتنی به مقدسین خدمت کند

ਮਤਿ ਥੋੜੀ ਸੇਵ ਗਵਾਈਐ ॥੧੦॥
مت تھوڑی سیو گوائیئے۔
به دلیل عقل محدودمان، ما شایستگی خدمت فداکارانه را از دست می دهیم

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ۱
سالوک، اولین گورو:

ਸਚਿ ਕਾਲੁ ਕੂੜੁ ਵਰਤਿਆ ਕਲਿ ਕਾਲਖ ਬੇਤਾਲ ॥
سچ کال کورہ ورتیئا، کل کالکھ بیتال۔
زندگی درست نادر شده است، باطل همه جا را فرا گرفته است و مردم به دلیل گناهان و بدی های کالیوگ مانند شیاطین رفتار می کنند

ਬੀਉ ਬੀਜਿ ਪਤਿ ਲੈ ਗਏ ਅਬ ਕਿਉ ਉਗਵੈ ਦਾਲਿ ॥
بیئو بیج پٹ لئے گئے، اب کیوں اُگوائی دال۔
آنها که به درستی زندگی کردند (بذر عدالت را در ذهن خود کاشتند) با عزت رفتند. کسانی که ذهنشان در دوگانگی شکافته است، چگونه بذر عدالت در ذهنشان جوانه می زند؟

ਜੇ ਇਕੁ ਹੋਇ ਤ ਉਗਵੈ ਰੁਤੀ ਹੂ ਰੁਤਿ ਹੋਇ ॥
جے اک ہوئے تا اُگوائی رُتی ہو رہے۔
اگر ذهن به دوگانگی شکافته نشود و فضای مناسبی مانند فضای خنک و آرام صبح زود وجود داشته باشد، بذر عشق به خدا جوانه می زند

ਨਾਨਕ ਪਾਹੈ ਬਾਹਰਾ ਕੋਰੈ ਰੰਗੁ ਨ ਸੋਇ ॥
نانک پاہے بہرا کوڑئی رنگ نہ سوئے۔
ای ناناک، همانطور که بدون پیش درمان، پارچه خام به زیبایی رنگ نمی شود

ਭੈ ਵਿਚਿ ਖੁੰਬਿ ਚੜਾਈਐ ਸਰਮੁ ਪਾਹੁ ਤਨਿ ਹੋਇ ॥
بھائی وچ کھمب چڑائیے، سرم پاہو تن ہوئے۔
به همین ترتیب، برای آغشته کردن ذهن به عشق به خدا، پیش درمان (برای ذهن) ایجاد ترس از خدا با کار سخت است

ਨਾਨਕ ਭਗਤੀ ਜੇ ਰਪੈ ਕੂੜੈ ਸੋਇ ਨ ਕੋਇ ॥੧॥
نانک بھگتی جے راپئے کورہے، سوئے نہ کوئے۔
ای نانك، وقتی به این ترتیب ذهن با محبت و عبادت خدا آغشته شود، هیچ فکری از باطل در آن به وجود نمی آید

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ۱
سالوک، اولین گورو

ਲਬੁ ਪਾਪੁ ਦੁਇ ਰਾਜਾ ਮਹਤਾ ਕੂੜੁ ਹੋਆ ਸਿਕਦਾਰੁ ॥
لب پاپ دوئے راجا مہتا کوڑہ ہوآ سکیدار۔
(اوضاع جهان خوب نیست است, چنین به نظر میرسد که) هم طمع و هم گناه, پادشاه و یاور او شده اند و هم دروغ و از روایتگران است

ਕਾਮੁ ਨੇਬੁ ਸਦਿ ਪੁਛੀਐ ਬਹਿ ਬਹਿ ਕਰੇ ਬੀਚਾਰੁ ॥
کام نیب سدھ پوچھئیے، بہی بہی کرے بیچار۔
شهوت مانند مشاور ارشدشان است، از او نصیحت می‌خواهند و بعد با هم نشسته‌اند و به راه‌های مختلف برای فریب دادن مردم فکر می‌کنند

ਅੰਧੀ ਰਯਤਿ ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣੀ ਭਾਹਿ ਭਰੇ ਮੁਰਦਾਰੁ ॥
اندھی ریت گیان وھونی، بھاہی بھرے مردار۔
رعایای آنها به دلیل عدم آگاهی ناآگاهند و از آتش هوسهای دنیوی پر شده و از نظر روحی مرده اند

ਗਿਆਨੀ ਨਚਹਿ ਵਾਜੇ ਵਾਵਹਿ ਰੂਪ ਕਰਹਿ ਸੀਗਾਰੁ ॥
گیانی نچے واجے واوے، روپ کرہے سیگار۔
افرادی که به آن‌ها عاقل می‌گویند، به سادگی می‌رقصند و سازهای موسیقی‌شان را می‌نوازند، و خود را به تزیینات زیبا آراسته می‌سازند

ਊਚੇ ਕੂਕਹਿ ਵਾਦਾ ਗਾਵਹਿ ਜੋਧਾ ਕਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥
اوچے کوکھ وادا گاوہی، جوڑا کا ویچار۔
آن‌ها با صدای بلند آواز می‌خوانند و دربارهٔ نبردهای گذشته و حماسه‌های قهرمانان آواز می‌خوانند

ਮੂਰਖ ਪੰਡਿਤ ਹਿਕਮਤਿ ਹੁਜਤਿ ਸੰਜੈ ਕਰਹਿ ਪਿਆਰੁ ॥
مورخ پنڈت حکمت ہجت سنجائے، کرہی پیار۔
دانشمندان نادان و پندت ها دوست دارند با استدلال‌ها و ترفندهای زیرکانه ثروت‌های دنیا را جمع کنند

ਧਰਮੀ ਧਰਮੁ ਕਰਹਿ ਗਾਵਾਵਹਿ ਮੰਗਹਿ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥
دھرمی دھرم کرہی گاواویے، منگے موکھ دوار۔
انسان‌های عادل نیز با درخواست نجات از خدا ارزش عدالت خود را از دست می‌دهند.

ਜਤੀ ਸਦਾਵਹਿ ਜੁਗਤਿ ਨ ਜਾਣਹਿ ਛਡਿ ਬਹਹਿ ਘਰ ਬਾਰੁ ॥
جتی سداویے جگت نہ جانے، چھڈ بہیہ گھر بار۔
آن‌ها خود را مجرد می‌خوانند و خانه و کاشانه‌شان را رها می‌کنند، اما راه و رسم زندگی واقعی را نمی‌دانند

ਸਭੁ ਕੋ ਪੂਰਾ ਆਪੇ ਹੋਵੈ ਘਟਿ ਨ ਕੋਈ ਆਖੈ ॥
سبھ کو پورا آپے ہووے، گھٹ نہ کوئی آکھے۔
همهٔ ما خود را کامل می‌دانیم و هیچ کس خود را ناکامل نمی‌نامد

ਪਤਿ ਪਰਵਾਣਾ ਪਿਛੈ ਪਾਈਐ ਤਾ ਨਾਨਕ ਤੋਲਿਆ ਜਾਪੈ ॥੨॥
پٹ پروانا پچھے پائیئے، تا نانک ٹولیئا جاپئے۔
از این رو، شایستگی واقعی هر شخص تنها زمانی معلوم می‌شود که آن شخص بر اساس معیار عزت و شرف مورد قضاوت قرار گیرد

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ١
سالوک، توسط اولین گورو:

ਵਦੀ ਸੁ ਵਜਗਿ ਨਾਨਕਾ ਸਚਾ ਵੇਖੈ ਸੋਇ ॥
وڈی سو وجگ نانکا، سچا ویکھئے سوئے۔
ای نانك، آنچه خدا مقرّر کرده است، مسلماً تحقق می‌یابد، زیرا او خود ناظر آن است (که همه چیز به فرمان او باشد)

ਸਭਨੀ ਛਾਲਾ ਮਾਰੀਆ ਕਰਤਾ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਇ ॥
سبھنے چھالا ماریئا، کرتا کرے سو ہوئے۔
هر کس تلاش زیادی می کند تا کارها را مطابق میل خود انجام دهد، اما این به تنهایی اتفاق می افتد که خالق انجام می دهد

ਅਗੈ ਜਾਤਿ ਨ ਜੋਰੁ ਹੈ ਅਗੈ ਜੀਉ ਨਵੇ ॥
آگے جات نہ جور ہے، آگے جیو نوے۔
در دربار خدا، موقعیت اجتماعی و قدرت معنایی ندارد، زیرا در آنجا باید با افراد کاملاً جدیدی سروکار داشت (که تحت تأثیر موقعیت کسی قرار نمی گیرند)

ਜਿਨ ਕੀ ਲੇਖੈ ਪਤਿ ਪਵੈ ਚੰਗੇ ਸੇਈ ਕੇਇ ॥੩॥
جن کی لیکھئے پت پاوے چنگے سئے کئے۔
فقط آن عده معدودی نیکو یا نیک شمرده می‌شوند که وقتی حسابشان در دادگاه خدا بررسی می‌شود، ممتاز می‌شوند

ਪਉੜੀ ॥
پوری۔
پاوری:

ਧੁਰਿ ਕਰਮੁ ਜਿਨਾ ਕਉ ਤੁਧੁ ਪਾਇਆ ਤਾ ਤਿਨੀ ਖਸਮੁ ਧਿਆਇਆ ॥
دھر کرم جنا کا تدھ پائیا تا تینے خسم دھیائیا۔
خدایا فقط کسانی با عشق و علاقه در تو تفکر کرده اند که چنین مقدر شده اند

ਏਨਾ ਜੰਤਾ ਕੈ ਵਸਿ ਕਿਛੁ ਨਾਹੀ ਤੁਧੁ ਵੇਕੀ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥
اینا جنتا کے وس کچھ نہیں تدھ ویکی جگت اُپائیا۔
هیچ چیز در اختیار این موجودات نیست؛ شما این دنیا را با افرادی با توانایی ها و تمایلات گوناگون خلق کرده اید

ਇਕਨਾ ਨੋ ਤੂੰ ਮੇਲਿ ਲੈਹਿ ਇਕਿ ਆਪਹੁ ਤੁਧੁ ਖੁਆਇਆ ॥
اکنا نو توں میل لائیہ، اک آپہ تدھ کھوئیا۔
برخی را با خود متحد می کنی و برخی را گمراه می کنی

ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ਜਿਥੈ ਤੁਧੁ ਆਪੁ ਬੁਝਾਇਆ ॥
گُر کرپا تے جانیئا، جتھے تُدھ آپ بُجھائیا۔
کسی که خودت را به او نشان دادی، از طریق فیض گورو تو را درک کرده است

ਸਹਜੇ ਹੀ ਸਚਿ ਸਮਾਇਆ ॥੧੧॥
سہجے ہی سچ سمائیا۔
او به طور نامحسوس در تو ادغام شده است

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ١
سالوک، اولین گورو:

ਦੁਖੁ ਦਾਰੂ ਸੁਖੁ ਰੋਗੁ ਭਇਆ ਜਾ ਸੁਖੁ ਤਾਮਿ ਨ ਹੋਈ ॥
دکھ دارو سکھ روگ بھئیا، جا سکھ تام نہ ہوئی۔
خدایا چه عجیب است این دنیای تو که درد و رنج درمان می شود و لذت بیماری. جایی که سعادت هست، غمی نیست

ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਕਰਣਾ ਮੈ ਨਾਹੀ ਜਾ ਹਉ ਕਰੀ ਨ ਹੋਈ ॥੧॥
توں کرتا کرنا میں نہیں، جاہاں کری نہ ہوئی
خدایا تو خالق و انجام دهنده همه چیز هستی، من هیچم. حتی اگر تلاش کنم هیچ اتفاقی نمی افتد

ਬਲਿਹਾਰੀ ਕੁਦਰਤਿ ਵਸਿਆ ॥
بلیہاری کدرت وسیا۔
ای خالق فراگیر، من خودم را وقف تو می کنم

ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਲਖਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
تیرا انت نا جائے لکھیا۔ ||1|| رہاؤ۔
حدود شما را نمی توان شناخت

ਜਾਤਿ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਜੋਤਿ ਮਹਿ ਜਾਤਾ ਅਕਲ ਕਲਾ ਭਰਪੂਰਿ ਰਹਿਆ ॥
جات مہ جوت، جوت مہ جاتا، اکل کلاء بھرپور رہیا۔
نور تو سراسر هستی را فرا گرفته است و تو در همه مخلوقات نور دیده می شوی. قدرت متعالی تو در همه جا جاری است

ਤੂੰ ਸਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਿਫਤਿ ਸੁਆਲ੍ਹਿਉ ਜਿਨਿ ਕੀਤੀ ਸੋ ਪਾਰਿ ਪਇਆ ॥
توں سچا صاحب صفت سُعالیحاؤ۔ جن کیتی سو پار پائیا۔
خدایا تو استاد حقیقی هستی. ستایش شما خیلی زیباست کسی که ستایش تو را می خواند، به اقیانوس رذیلت های جهان منتقل می شود

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕੀਆ ਬਾਤਾ ਜੋ ਕਿਛੁ ਕਰਣਾ ਸੁ ਕਰਿ ਰਹਿਆ ॥੨॥
کہو، نانک، کرتے کیا باتا جو کچھ کرنا، سو کر رہیا۔
ای ناناک، ستایش خالق را بخوان. هر کاری که دوست دارد انجام دهد، انجام می دهد

ਮਃ ੨ ॥
مہلہ ٢
سالوک، گورو دوم

ਜੋਗ ਸਬਦੰ ਗਿਆਨ ਸਬਦੰ ਬੇਦ ਸਬਦੰ ਬ੍ਰਾਹਮਣਹ ॥
جوگ سبداں گیان سبداں، بید سبداں براہمنے۔
وظیفه واقعی یک یوگی به دست آوردن حکمت الهی است. و وظیفه یک برهمن (کشیش هندو) مطالعه و تأمل در وداها است

ਖਤ੍ਰੀ ਸਬਦੰ ਸੂਰ ਸਬਦੰ ਸੂਦ੍ਰ ਸਬਦੰ ਪਰਾ ਕ੍ਰਿਤਹ ॥
کھتری سبداں، سور سبداں، سودر سبداں، پارہ کیرتے۔
وظیفه کشاتریا جنگیدن شجاعانه در میدان نبرد و وظیفه شدراها خدمت به دیگران است

ਸਰਬ ਸਬਦੰ ਏਕ ਸਬਦੰ ਜੇ ਕੋ ਜਾਣੈ ਭੇਉ ॥ ਨਾਨਕੁ ਤਾ ਕਾ ਦਾਸੁ ਹੈ ਸੋਈ ਨਿਰੰਜਨ ਦੇਉ ॥੩॥
سرب سبداں ایک سبداں، جے کو جانئے بھئیو۔ نانک تا کا داس ہے، سوئے نرنجن دیو۔
اما وظیفه همه تعمق در نام خداست. نانک بنده ی آن است که این راز را می داند زیرا او مظهر خدای مطهر است

ਮਃ ੨ ॥
مہلہ ۲
سالوک، گورو دوم:
ਏਕ ਕ੍ਰਿਸਨੰ ਸਰਬ ਦੇਵਾ ਦੇਵ ਦੇਵਾ ਤ ਆਤਮਾ ॥
ایک کرشن سرب دیوا دیو دیوا تا آتما۔
خدای یگانه روح برتر همه خدایان است

ਆਤਮਾ ਬਾਸੁਦੇਵਸਿ੍ਯ੍ਯ ਜੇ ਕੋ ਜਾਣੈ ਭੇਉ ॥ ਨਾਨਕੁ ਤਾ ਕਾ ਦਾਸੁ ਹੈ ਸੋਈ ਨਿਰੰਜਨ ਦੇਉ ॥੪॥
آتما بسدیوسی جے کو جانئے بھئیو۔ نانک تا کا داس ہے، سوئے نرنجن دیو۔
کسی که این راز را بفهمد که نفس خود خداست، مظهر خدای مطهر است و نانک بنده اوست

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ۱
سالوک، اولین گورو:

ਕੁੰਭੇ ਬਧਾ ਜਲੁ ਰਹੈ ਜਲ ਬਿਨੁ ਕੁੰਭੁ ਨ ਹੋਇ ॥
کمبھے بڑھا جل رہے، جل بن کمبھ نہ ہوئے۔
درست همان‌طور که آب در حوض باقی می‌ماند، اما بدون آب، حوض نمی‌توانست شکل بگیرد

ਗਿਆਨ ਕਾ ਬਧਾ ਮਨੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਗਿਆਨੁ ਨ ਹੋਇ ॥੫॥
گیان کا بڑھا من رہے، گُرو بن گیان نہ ہوئے۔
به‌طور مشابه، ذهن توسط دانش الهی از شرارت دور نگه داشته می‌شود، اما دانش الهی بدون آموزه‌های گورو به دست نمی‌آید

ਪਉੜੀ ॥
پوری۔
پاوری

ਪੜਿਆ ਹੋਵੈ ਗੁਨਹਗਾਰੁ ਤਾ ਓਮੀ ਸਾਧੁ ਨ ਮਾਰੀਐ ॥
پڑھیا ہووے گناہگار، تا اُمی صادھ نہ ماریئے۔
اگر تحصیلکرده گناهکار باشد مجازات می شود، ولی انسان نیکوکار هر چند بی سواد باشد، مجازات نمی شود

ਜੇਹਾ ਘਾਲੇ ਘਾਲਣਾ ਤੇਵੇਹੋ ਨਾਉ ਪਚਾਰੀਐ ॥
جہاں گھالے گھالنا تیوہو ناؤ پچاریئے۔
همان گونه که اعمال انجام می شود، شهرت و اعتباری که فرد به دست می آورد نیز به همان اندازه است

ਐਸੀ ਕਲਾ ਨ ਖੇਡੀਐ ਜਿਤੁ ਦਰਗਹ ਗਇਆ ਹਾਰੀਐ ॥
ایسی کلاء نہ کھائیئے جت درگہ گئیا ہاریئے۔
پس اینگونه بازی نکنید که شما را در بازی تولد انسان در بارگاه خدا باخت

ਪੜਿਆ ਅਤੈ ਓਮੀਆ ਵੀਚਾਰੁ ਅਗੈ ਵੀਚਾਰੀਐ ॥
پڑھیا اتے اومیا ویچار، اگے ویچاریئے۔
حساب تحصیلکردگان و بی سوادان در دادگاه خدا رسیدگی می شود.

ਮੁਹਿ ਚਲੈ ਸੁ ਅਗੈ ਮਾਰੀਐ ॥੧੨॥
موہی چلائی سو آگے ماریئے۔
کسی که به جای پیروی از تعالیم گورو، سرسختانه از ذهن خود پیروی کند، در دادگاه خدا مجازات می شود.

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ١
سالوک، توسط اولین گورو:

ਨਾਨਕ ਮੇਰੁ ਸਰੀਰ ਕਾ ਇਕੁ ਰਥੁ ਇਕੁ ਰਥਵਾਹੁ ॥.
نانک، میرے سریر کا ایک رتھ، ایک رتھواہو۔
ای نانک، بدن انسان که در میان همه گونه ها برتر است، دارای یک ارابه (ارزش های اخلاقی) و یک ارابه سوار (اصول راهنما) است

ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਫੇਰਿ ਵਟਾਈਅਹਿ ਗਿਆਨੀ ਬੁਝਹਿ ਤਾਹਿ ॥
جگ جگ فیر وٹائیاں گیانی بجھے تاہی۔
در هر عصری این ارزش ها و اصول راهنما مدام در حال تغییر هستند. فقط مردم عاقل این را می فهمند

ਸਤਜੁਗਿ ਰਥੁ ਸੰਤੋਖ ਕਾ ਧਰਮੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥
ستجگ رتھ سنتوخ کا دھرم اگے رتھواہو۔
در جک سات، قناعت ارابه (ارزش اخلاقی) و درستکاری ارابه سوار (اصل راهنما) بود

ਤ੍ਰੇਤੈ ਰਥੁ ਜਤੈ ਕਾ ਜੋਰੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥
تریتے رتھ جتے کا جور اگے رتھواہو۔
در عصر ترتا، تجرد ارابه بود و ارابه‌ران را نیرو می‌داد

ਦੁਆਪੁਰਿ ਰਥੁ ਤਪੈ ਕਾ ਸਤੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥
دوآپر رتھ تپے کا ست اگے رتھواہو۔
در عصر دواپار، توبه ارابه بود و شخصیت والای اخلاقی ارابه سوار بود

ਕਲਜੁਗਿ ਰਥੁ ਅਗਨਿ ਕਾ ਕੂੜੁ ਅਗੈ ਰਥਵਾਹੁ ॥੧॥
کلجگ رتھ اگن کا کوڑہ اگے رتھواہو۔
در این عصر کالجوگ، آتش آرزوهای ثروت و قدرت دنیوی ارابه است و دروغ ارابه سوار

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ۱
سالوک، اولین گورو:

ਸਾਮ ਕਹੈ ਸੇਤੰਬਰੁ ਸੁਆਮੀ ਸਚ ਮਹਿ ਆਛੈ ਸਾਚਿ ਰਹੇ ॥ ਸਭੁ ਕੋ ਸਚਿ ਸਮਾਵੈ ॥
سام کہے سیتمبر سوئامی، سچ مہ آچھے سچ رہے۔ سبھ کو سچ سماوے۔
سام ودا می گوید که (در کوزه سات) ارباب جهان (خدا) به سایتامبر معروف بود. در آن عصر، همه خواهان حقیقت بودند، از حقیقت پیروی کردند و درست زندگی کردند

ਰਿਗੁ ਕਹੈ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ ॥ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਦੇਵਾ ਮਹਿ ਸੂਰੁ ॥
رگ کہے رہیا بھرپور، رام نام دیوا میں سور۔
ریگ ودا می گوید که (در کوزه ترته) خداوند همه جا را فرا گرفته است و در میان خدایان نام خداوند راما از همه بالاتر است که مانند خورشید می درخشد

ਨਾਇ ਲਇਐ ਪਰਾਛਤ ਜਾਹਿ ॥ ਨਾਨਕ ਤਉ ਮੋਖੰਤਰੁ ਪਾਹਿ ॥
نا اے لئیئے پراچھت جاہی۔ نانک توں مختنتر پائی۔
ای ناناک، (به گفته ریگ ودا)، تمام گناهان با خواندن نام خداوند راما نابود می شوند، سپس فانی به نجات می رسند

ਜੁਜ ਮਹਿ ਜੋਰਿ ਛਲੀ ਚੰਦ੍ਰਾਵਲਿ ਕਾਨ੍ਹ੍ਹ ਕ੍ਰਿਸਨੁ ਜਾਦਮੁ ਭਇਆ ॥
جج مہ جور چھلی چندراول کانہ، کرشن جادم بھئیا۔
یاجور ویدا می گوید که (در کوزه دواپار)، استاد جهان به عنوان لرد کریشنا از قبیله یاداوا شناخته می شد، که شاهزاده خانم چاندراوالی را با قدرت الهی خود فریب داد

ਪਾਰਜਾਤੁ ਗੋਪੀ ਲੈ ਆਇਆ ਬਿੰਦ੍ਰਾਬਨ ਮਹਿ ਰੰਗੁ ਕੀਆ ॥
پارجات گوپی لئی آئیا برنداہن میں رنگ کیا۔
او درخت افسانه ای برآورده کننده آرزوها به نام پرجات را برای گوپی (عابد زن) خود آورد و در وریندااوان شادی کرد

ਕਲਿ ਮਹਿ ਬੇਦੁ ਅਥਰਬਣੁ ਹੂਆ ਨਾਉ ਖੁਦਾਈ ਅਲਹੁ ਭਇਆ ॥
کل میں بید اتھربان ہوا، نام خدائی الہ بن گیا۔
در عصر کالی یوگا، آتاروا ودا برجسته شد. الله نام خدا شد

ਨੀਲ ਬਸਤ੍ਰ ਲੇ ਕਪੜੇ ਪਹਿਰੇ ਤੁਰਕ ਪਠਾਣੀ ਅਮਲੁ ਕੀਆ ॥
نیل بستر لے کپڑے پہنے ترک پٹھانی عمل کیا۔
ترک ها و پاتان ها قدرت را به دست گرفتند و شروع به پوشیدن لباس های آبی کردند.

ਚਾਰੇ ਵੇਦ ਹੋਏ ਸਚਿਆਰ ॥
چارے وید ہوئے سچیار۔
به این ترتیب هر چهار ودا مطابق با زمان خود ادعای حقیقت خود را دارند

ਪੜਹਿ ਗੁਣਹਿ ਤਿਨ੍ਹ ਚਾਰ ਵੀਚਾਰ ॥
پڑھے گنہ تنہا چار ویچار۔
با خواندن و تأمل در این وداها، افراد افکار خوب را در ذهن خود پرورش می دهند

ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਕਰਿ ਨੀਚੁ ਸਦਾਏ ॥ ਤਉ ਨਾਨਕ ਮੋਖੰਤਰੁ ਪਾਏ ॥੨॥
بھاؤ بھگت کر نیچ سدائے۔ تاں نانک مختنتر پائے۔
اما ای نانک، تنها کسی که عاشقانه خدا را پرستش کند و متواضع باشد به رهایی می رسد.

ਪਉੜੀ ॥
پوری
پاوری:

ਸਤਿਗੁਰ ਵਿਟਹੁ ਵਾਰਿਆ ਜਿਤੁ ਮਿਲਿਐ ਖਸਮੁ ਸਮਾਲਿਆ ॥
ستگرو وٹہو واریا جت ملیئے خسم سمالیئے۔
من زندگی ام را وقف گورو واقعی می کنم. برای دیدار با او آمده ام تا خدا را گرامی بدارم

ਜਿਨਿ ਕਰਿ ਉਪਦੇਸੁ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਦੀਆ ਇਨ੍ਹੀ ਨੇਤ੍ਰੀ ਜਗਤੁ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥
جن کر اُپدیس گیان انجن دیا، انہیں نیترے جگت نہالیئے۔
گوروی واقعی که با تعالیم خود چنان ذهن مرا روشن کرده است که گویی مرهمی از علم الهی در چشمانم زده است که به موجب آن حقیقت جهان را می بینم

ਖਸਮੁ ਛੋਡਿ ਦੂਜੈ ਲਗੇ ਡੁਬੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰਿਆ ॥
خسم چھوڑ دوجئی لگے دوبے سے ونجاریئے۔
کسانی که استاد واقعی خود را رها می کنند و خود را به دیگری وابسته می کنند،
در اقیانوس دنیوی رذایل غرق شده اند

ਸਤਿਗੁਰੂ ਹੈ ਬੋਹਿਥਾ ਵਿਰਲੈ ਕਿਨੈ ਵੀਚਾਰਿਆ ॥
ساتگورو ہے بہتھا ورلے کنئی ویچاریئے۔
فقط تعداد کمی می دانند که گورو واقعی مانند یک کشتی است
(تا ما را از اقیانوس رذیلت های دنیوی ببرد)

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਪਾਰਿ ਉਤਾਰਿਆ ॥੧੩॥
کر کرپا پار اتاریئے۔
با اعطای لطف خود، او به من کمک کرد تا از اقیانوس رذیلت های دنیوی عبور کنم

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ۱
سالوک،گوروی اول :

ਸਿੰਮਲ ਰੁਖੁ ਸਰਾਇਰਾ ਅਤਿ ਦੀਰਘ ਅਤਿ ਮੁਚੁ ॥
سمل رُخ سرائیرا ات دیراغ ات مُچھ
درخت سیممال مستقیم مانند تیر است. بسیار بلند و بسیار پهن است

ਓਇ ਜਿ ਆਵਹਿ ਆਸ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ਨਿਰਾਸੇ ਕਿਤੁ ॥
اوئے جے آواہی آس کر جاہی نراسے کٹ.
اما پرندگانی که می آیند و به امید خوردن میوه اش روی آن می نشینند، چرا ناامید می روند؟

ਫਲ ਫਿਕੇ ਫੁਲ ਬਕਬਕੇ ਕੰਮਿ ਨ ਆਵਹਿ ਪਤ ॥
فل فکے، پھول بکبکے، کام نہ آواہی پٹ
چون میوه هایش بی مزه، گل ها حالت تهوع آور و برگ ها بی فایده است

ਮਿਠਤੁ ਨੀਵੀ ਨਾਨਕਾ ਗੁਣ ਚੰਗਿਆਈਆ ਤਤੁ ॥
میتھت نیوی نانکا گن چنگیاں تت.
(به همین ترتیب بدون شیرینی و فروتنی، تمام نمایش بزرگی فایده ای ندارد). ای نانك، خصلت حلاوت با خضوع، ذات همه فضائل است

ਸਭੁ ਕੋ ਨਿਵੈ ਆਪ ਕਉ ਪਰ ਕਉ ਨਿਵੈ ਨ ਕੋਇ ॥
سبھ کو نوائی آپ کو، پر کو نوائی نہ کوئی.
هر کس به خاطر خود عبادت می کند، نه به خاطر دیگران

ਧਰਿ ਤਾਰਾਜੂ ਤੋਲੀਐ ਨਿਵੈ ਸੁ ਗਉਰਾ ਹੋਇ ॥
دھر تاراجو ٹولیئے، نوائی سو گروہ ہوئے.
باید توجه داشته باشیم که وقتی چیزی روی ترازو قرار می گیرد،
طرفی که پایین‌تر است سنگین‌تر تلقی می‌شود (به همین ترتیب، کسی که فروتنی نشان می‌دهد فرد بهتری تلقی می‌شود)

ਅਪਰਾਧੀ ਦੂਣਾ ਨਿਵੈ ਜੋ ਹੰਤਾ ਮਿਰਗਾਹਿ ॥
اپرادھی دونا نوائی جو ہنتا مرغابی.
یک گناهکار، مانند شکارچی آهو، به خاطر هدف خودخواهانه خود دو برابر خم می شود

ਸੀਸਿ ਨਿਵਾਇਐ ਕਿਆ ਥੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਕੁਸੁਧੇ ਜਾਹਿ ॥੧॥
سیس نوائیئے کیا تھیئے جا رِدے کسُڈھے جاہی
اما اگر دل از باطل و نیرنگ پر شود، با فروتنی و فروتنی چه می توان به دست آورد.

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ۱
سالوک، اولین گورو

ਪੜਿ ਪੁਸਤਕ ਸੰਧਿਆ ਬਾਦੰ ॥
پڑھ پُستک سندھیا بادن.
یک پاندیت کتاب های مقدس را می خواند و نمازهای یومیه می خواند و سپس وارد بحث می شود

ਸਿਲ ਪੂਜਸਿ ਬਗੁਲ ਸਮਾਧੰ ॥
سِل پوجاس بگل سمادهن۔
او سنگ ها را پرستش می کند و سپس مانند لک لک می نشیند و وانمود می کند که در صمدحی است

ਮੁਖਿ ਝੂਠ ਬਿਭੂਖਣ ਸਾਰੰ ॥
مُکھ جھوٹ بِبھوکھن ساراں۔
دروغ می‌گوید، و دروغ‌هایش را چون زیور زیبا زینت می‌بخشد

ਤ੍ਰੈਪਾਲ ਤਿਹਾਲ ਬਿਚਾਰੰ ॥
تریپال تِہال بِچاراں۔
او سه بار در روز سه بار شعر گیاترا را می‌خواند

ਗਲਿ ਮਾਲਾ ਤਿਲਕੁ ਲਿਲਾਟੰ ॥
گل مالا تِلک لِلاٹاں۔
در اطراف گردن او یک گلاب است و بر پیشانی او علامت مقدس است؛

ਦੁਇ ਧੋਤੀ ਬਸਤ੍ਰ ਕਪਾਟੰ ॥
دوئے دھوتی بستر کپاتاں۔
او همیشه دو تا دستمال سفره می‌گذارد و هنگام دعا عمامه‌ای بر سر می‌گذارد

ਜੇ ਜਾਣਸਿ ਬ੍ਰਹਮੰ ਕਰਮੰ ॥
جے جانس برہمن کرمن۔
اما اگر اعمال الهی را می‌دانست،

ਸਭਿ ਫੋਕਟ ਨਿਸਚਉ ਕਰਮੰ ॥
سبھ فوکٹ نسچاؤ کرمن۔
آنگاه مطمئناً متوجه خواهد شد که همه این اعتقادات و مناسک بیهوده است

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਨਿਹਚਉ ਧਿਆਵੈ ॥
کہو، نانک، نیچاؤ دھیاوے۔
ای نانک، با ایمان کامل در مورد خدا تفکر کن

ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਵਾਟ ਨ ਪਾਵੈ ॥੨॥
وِن ستگُرواٹ نہ پاوَے
بدون آموزه های گورو واقعی، هیچ کس راه درست را نمی یابد

ਪਉੜੀ ॥
پوری
پاوری:

ਕਪੜੁ ਰੂਪੁ ਸੁਹਾਵਣਾ ਛਡਿ ਦੁਨੀਆ ਅੰਦਰਿ ਜਾਵਣਾ ॥
کپڑ روپ سُہاونا چھڈ دُنیا اندر جاونا۔
آدم از دنیا می رود و بدن زیبا را اینجا می گذارد

ਮੰਦਾ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕੀਤਾ ਪਾਵਣਾ ॥
مندا چنگا آپنا آپے ہی کیتا پاونا۔
عواقب اعمال خوب و بد خود را به دوش خواهد کشید

ਹੁਕਮ ਕੀਏ ਮਨਿ ਭਾਵਦੇ ਰਾਹਿ ਭੀੜੈ ਅਗੈ ਜਾਵਣਾ ॥
ہکم کیئے من بھاودے راہی بھیرہی آگے جاونا۔
شخصی که زندگی را مطابق میل خود گذرانده است (به هوس خود دستور می دهد بدون اینکه اهمیتی دهد
که چه رنجی برای دیگران ایجاد کرده است)
باید چنین شکنجه هایی را تحمل کند، گویی در مسیری باریک در آینده تحت فشار قرار می گیرد.

ਨੰਗਾ ਦੋਜਕਿ ਚਾਲਿਆ ਤਾ ਦਿਸੈ ਖਰਾ ਡਰਾਵਣਾ ॥
ننگا دوجک چالیا تا دِسے کھرا دراونا۔
وقتی اعمال گناه آلود او آشکار می شود، در حالی که رنج می کشد بسیار شنیع به نظر می رسد

ਕਰਿ ਅਉਗਣ ਪਛੋਤਾਵਣਾ ॥੧੪॥
کر اوگن پچھوتاونا
سپس از گناهانی که انجام داده پشیمان می شود

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ١
سالوک، اولین گورو

ਦਇਆ ਕਪਾਹ ਸੰਤੋਖੁ ਸੂਤੁ ਜਤੁ ਗੰਢੀ ਸਤੁ ਵਟੁ ॥
دایند کپاہ سنتوک سوت جتِ گنده ست وٹ۔
ای پندت، تاری که به جای نخ پنبه از دلسوزی، قناعت، تجرد و شخصیت والای اخلاقی ساخته شده است .

ਏਹੁ ਜਨੇਊ ਜੀਅ ਕਾ ਹਈ ਤ ਪਾਡੇ ਘਤੁ ॥
ایہو جانئو جیا کا ہئی تا پاڈے غاٹ۔
تار مقدس روح است; اگر آن را دارید، پس بروید و آن را روی من بگذارید

ਨਾ ਏਹੁ ਤੁਟੈ ਨ ਮਲੁ ਲਗੈ ਨਾ ਏਹੁ ਜਲੈ ਨ ਜਾਇ ॥
نہ ایہو تٹی نہ مال لگاي نہ ایهو جلای نہ جاي۔
نه می شکند، نه با کثیفی کثیف می شود، نه می سوزد و نه گم می شود

ਧੰਨੁ ਸੁ ਮਾਣਸ ਨਾਨਕਾ ਜੋ ਗਲਿ ਚਲੇ ਪਾਇ ॥
دھن سو مناس نانکا جو گل چلے پائے۔
ای نانک، خوشا به حال مردگانی که چنین تاری به گردن دارند

ਚਉਕੜਿ ਮੁਲਿ ਅਣਾਇਆ ਬਹਿ ਚਉਕੈ ਪਾਇਆ ॥
چھ اکڑھ مُل انائیاں بہی چھ اکڑے پائیاں۔
این نخ را چهار پول می‌خری، در آشپزخانه میزبان می‌نشینی، آن را دور گردنش می‌گذاری

ਸਿਖਾ ਕੰਨਿ ਚੜਾਈਆ ਗੁਰੁ ਬ੍ਰਾਹਮਣੁ ਥਿਆ ॥
سِکھا کن چڑھائیا گُر براہمن تھیا۔
سپس در گوش او زمزمه می کنید که از این به بعد برهمن استاد شماست

ਓਹੁ ਮੁਆ ਓਹੁ ਝੜਿ ਪਇਆ ਵੇਤਗਾ ਗਇਆ ॥੧॥
اوہ مُوا اوہ جھڑ پائیاہ، ویتگا گیا۔
اما هنگامی که او می میرد، تار مقدس از بین می رود و روح بدون آن می رود

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ۱
سالوک، اولین گورو:

ਲਖ ਚੋਰੀਆ ਲਖ ਜਾਰੀਆ ਲਖ ਕੂੜੀਆ ਲਖ ਗਾਲਿ ॥
لکھ چوریا لکھ جاریا لکھ کوریا لکھ گال۔
یک انسان هزاران مورد دزدی، هزاران مورد زنا، هزاران مورد دروغ و هزاران مورد بدرفتاری لفظی را مرتکب می‌شود

ਲਖ ਠਗੀਆ ਪਹਿਨਾਮੀਆ ਰਾਤਿ ਦਿਨਸੁ ਜੀਅ ਨਾਲਿ ॥
لکھ ٹھگیاں پہنامیاں رات دناس جیا نال۔
او هزاران فریب و نیرنگ و کارهای مخفی را در شب و روز علیه همنوعان خود به کار می‌برد

ਤਗੁ ਕਪਾਹਹੁ ਕਤੀਐ ਬਾਮ੍ਹ੍ਹਣੁ ਵਟੇ ਆਇ ॥
تگ کپاہو کٹائیئے بامحن وٹائے آئے۔
تار مقدس از پنبه می‌چرخد، و برهمن می‌آید و آن را می‌پیچاند

ਕੁਹਿ ਬਕਰਾ ਰਿੰਨ੍ਹ੍ਹਿ ਖਾਇਆ ਸਭੁ ਕੋ ਆਖੈ ਪਾਇ ॥
کوھی بکرا رننیه کھائیا سبھ کو آکھے پائے۔
بز کشته ، پخته و خورده می‌شود، و همه می‌گویند که نار مقدس پوشیده شده است

ਹੋਇ ਪੁਰਾਣਾ ਸੁਟੀਐ ਭੀ ਫਿਰਿ ਪਾਈਐ ਹੋਰੁ ॥
ہوئے پُرانا سوتیئے بھی فِر پائیئے ہور۔
وقتی تار مقدس از بین می‌رود، دور می‌شود و دیگری را می‌پوشد

ਨਾਨਕ ਤਗੁ ਨ ਤੁਟਈ ਜੇ ਤਗਿ ਹੋਵੈ ਜੋਰੁ ॥੨॥
نانک تگ نہ ٹوٹی جے تگ ہووے جور ۔۲۔
ای ناناک، این تار اگر قدرت شفقت، رضایت و شخصیت اخلاقی بالا داشته باشد نمی شکند

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ۱
سالوک، اولین گورو

ਨਾਇ ਮੰਨਿਐ ਪਤਿ ਊਪਜੈ ਸਾਲਾਹੀ ਸਚੁ ਸੂਤੁ ॥
نائے منیئے پٹ اوپجئے سلاہی سچ سوت.
ما تنها زمانی در بارگاه خدا شرافت پیدا می کنیم که نام او را در قلب خود ثبت کنیم، زیرا ستایش خداوند ریسمان مقدس واقعی است

ਦਰਗਹ ਅੰਦਰਿ ਪਾਈਐ ਤਗੁ ਨ ਤੂਟਸਿ ਪੂਤ ॥੩॥
درگہ اندر پائیئے تگ نہ ٹوٹس پوت .٣.
.با پوشیدن چنین نخ مقدسی، عزت در بارگاه خداوند حاصل می شود. این رشته مقدس هرگز پاره نمی شود

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ١
سالوک، توسط اولین گورو:

ਤਗੁ ਨ ਇੰਦ੍ਰੀ ਤਗੁ ਨ ਨਾਰੀ ॥
تگ نہ اندری تگ نہ ناری.
پاندیت هیچ نخی نمی‌بندد تا حواس و بدنش را از شرارت باز دارد

ਭਲਕੇ ਥੁਕ ਪਵੈ ਨਿਤ ਦਾੜੀ ॥
بھلکے تھک پاوے نِت داری.
او هر روز مرتکب گناه می شود و در نتیجه ذلیل می شود

ਤਗੁ ਨ ਪੈਰੀ ਤਗੁ ਨ ਹਥੀ ॥
تگ نہ پیری تگ نہ ہاتھی.
نه نخ مقدسی به پاهایش می بندد تا به جاهای بد نرود، و نه نخی به دستش که او را از کار بد باز دارد

ਤਗੁ ਨ ਜਿਹਵਾ ਤਗੁ ਨ ਅਖੀ ॥
تگ نہ جبھا تگ نہ آنکھی.
نه نخی برای زبانش دارد که از تهمت جلوگیری کند و نه نخی برای چشمانش که از نیت بد نگاه نکند

ਵੇਤਗਾ ਆਪੇ ਵਤੈ ॥ਵਟਿ ਧਾਗੇ ਅਵਰਾ ਘਤੈ ॥
ویتگا آپے وٹائے. وٹ دھاگے اورا گھٹائی. وٹ دھاگے اورا گھٹائی.
گرچه خودش بدون هیچ گونه بند اخلاقی در حال پرسه زدن است، اما به دیگران نخ می زند و می زند.

ਲੈ ਭਾੜਿ ਕਰੇ ਵੀਆਹੁ ॥
لائی بھار کرے ویآہو.
او برای انجام ازدواج پول می گیرد

ਕਢਿ ਕਾਗਲੁ ਦਸੇ ਰਾਹੁ ॥
کدھ کاگل دسے راہو.
با خواندن طالع بینی آنها راه را به آنها نشان می دهد.

ਸੁਣਿ ਵੇਖਹੁ ਲੋਕਾ ਏਹੁ ਵਿਡਾਣੁ ॥
سنو ویکھو لوکا ایہو ودیان.
ای مردم، نگاه کنید و به این نمایش شگفت انگیز گوش دهید،

ਮਨਿ ਅੰਧਾ ਨਾਉ ਸੁਜਾਣੁ ॥੪॥
من اندھا نا او سُجان .۴.
خود آن پاندیت نادان است و با این حال خود را دانا می خواند

ਪਉੜੀ ॥
پوری.
پاوری:

ਸਾਹਿਬੁ ਹੋਇ ਦਇਆਲੁ ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਤਾ ਸਾਈ ਕਾਰ ਕਰਾਇਸੀ ॥
صاحب ہوئے دیال کرم فرمائے تا سائی کار کراہیسی.
هنگامی که مولا به کسی رحمت کند و به کسی رحم کند، او را تنها کاری را وادار می کند که او را خشنود سازد

ਸੋ ਸੇਵਕੁ ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਜਿਸ ਨੋ ਹੁਕਮੁ ਮਨਾਇਸੀ ॥
سو سیوک سیوا کرے جس نوں حکم منائے-ایسی.
آن بنده ای که خداوند او را به اطاعت امر خود وا دارد، واقعاً او را خدمت می کند.

ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਹੋਵੈ ਪਰਵਾਣੁ ਤਾ ਖਸਮੈ ਕਾ ਮਹਲੁ ਪਾਇਸੀ ॥
حکم منیئے ہووے پروان تا کھسمئی کا محل پائیسی.
با اطاعت از فرمان او در بارگاه خدا مقبول می شود و سپس با او در می آمیزد

ਖਸਮੈ ਭਾਵੈ ਸੋ ਕਰੇ ਮਨਹੁ ਚਿੰਦਿਆ ਸੋ ਫਲੁ ਪਾਇਸੀ ॥
کھسمئی بھاوے سو کرے منہو چندیآ سو فل پائیسی.
وقتی کسی کاری را انجام می دهد که ارباب خود را خشنود می کند، ثمره خواسته های ذهن خود را به دست می آورد

ਤਾ ਦਰਗਹ ਪੈਧਾ ਜਾਇਸੀ ॥੧੫॥
تا درگہ پیدا جائیسی. ۱۵.
سپس به احترام به بارگاه خدا می رود

ਸਲੋਕ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ۱
سالوک، اولین گورو:

ਗਊ ਬਿਰਾਹਮਣ ਕਉ ਕਰੁ ਲਾਵਹੁ ਗੋਬਰਿ ਤਰਣੁ ਨ ਜਾਈ ॥
گاؤ براہمن کا کرو لاوہو گوبار ترن نہ جائی.
ای پاندیت از یک طرف بر گاوها و برهمن ها مالیات می گذاری و از طرف دیگر برای پاک کردن کف آشپزخانه را سرگین گاو می گذاری. به یاد داشته باشید که این به شما کمکی نمی کند تا از اقیانوس جهانی رذایل عبور کنید

ਧੋਤੀ ਟਿਕਾ ਤੈ ਜਪਮਾਲੀ ਧਾਨੁ ਮਲੇਛਾਂ ਖਾਈ ॥
دھوتی ٹکا تائی جپمالی دھان ملیچھاں کھائی.
شما پارچه کمر می پوشید، علامت جلو می گذارید، و تسبیح ها را حمل می کنید، اما غلاتی را می خورید که مالک (آلوده ها) عرضه می کند

ਅੰਤਰਿ ਪੂਜਾ ਪੜਹਿ ਕਤੇਬਾ ਸੰਜਮੁ ਤੁਰਕਾ ਭਾਈ ॥
انتر پوجا پڑھے کتیبا سنجم ترکا بھائی.
ای برادر، تو در خانه خود عبادت می کنی، اما در بیرون کتاب های سامی را می خوانی و ریاضت های مردم را رعایت می کنی

ਛੋਡੀਲੇ ਪਾਖੰਡਾ ॥
چھوڑیلے پاکھنڈا
از ریاکاری خود دست بردارید،

ਨਾਮਿ ਲਇਐ ਜਾਹਿ ਤਰੰਦਾ ॥੧॥
نام لائیئے جاہی ترندا.
زیرا تنها با یادآوری نام خدا است که در اقیانوس رذیلت های دنیوی شنا خواهید کرد

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ١
سالوک، اولین گورو:

ਮਾਣਸ ਖਾਣੇ ਕਰਹਿ ਨਿਵਾਜ ॥
مانس کھانے کرہی نواج.
حاکمان فاسد، دعاهای یومیه خود را می خوانند، اما به رعایای خود ظلم می کنند

ਛੁਰੀ ਵਗਾਇਨਿ ਤਿਨ ਗਲਿ ਤਾਗ ॥
چھری وگائیں تن گل تاگ.
آنها تار مقدس را به گردن می زنند و فقرا را شکنجه می کنند

ਤਿਨ ਘਰਿ ਬ੍ਰਹਮਣ ਪੂਰਹਿ ਨਾਦ ॥
تن گھر براہمن پورے ناد.
برهمن‌ها در خانه‌هایشان صدای شانخ (کنچ) می‌دهند تا پاداش بگیرند

ਉਨ੍ਹ੍ਹਾ ਭਿ ਆਵਹਿ ਓਈ ਸਾਦ ॥
انہاں بھی آواہی اوئے صاد

برهمن ها نیز از طعم ثروت به دست آمده لذت می برند

ਕੂੜੀ ਰਾਸਿ ਕੂੜਾ ਵਾਪਾਰੁ ॥
کوری راس کورہا واپار.
سرمایه آنها باطل است و تجارت آنها باطل است

ਕੂੜੁ ਬੋਲਿ ਕਰਹਿ ਆਹਾਰੁ ॥
کوڑہ بول کرہی آہار۔
آنها با گفتن دروغ امرار معاش می کنند

ਸਰਮ ਧਰਮ ਕਾ ਡੇਰਾ ਦੂਰਿ ॥
سرم اور دھرم کا دائرہ دور۔
نه احساس شرم دارند و نه عمل صالح انجام می دهند

ਨਾਨਕ ਕੂੜੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ ॥
نانک کوڑہ رہیاں بھرپور۔
ای ناناک، باطل همه جا را فرا گرفته است

ਮਥੈ ਟਿਕਾ ਤੇੜਿ ਧੋਤੀ ਕਖਾਈ ॥
مٹھائی ٹکا تیرہ دھوتی ککھائی۔
با نشانه‌های مقدس بر پیشانی‌شان، و پارچه‌ای زعفرانی رنگی به دور کمرشان (تقدیس از بیرون اظهار قداست)

ਹਥਿ ਛੁਰੀ ਜਗਤ ਕਾਸਾਈ ॥
ہتھ چھری جگت کاسائی۔
اما در زندگی واقعی، آنها فاسدترین مقاماتی هستند که آماده شکنجه تمام دنیا هستند، گویی قصابان جهان با چاقو در دست هستند

ਨੀਲ ਵਸਤ੍ਰ ਪਹਿਰਿ ਹੋਵਹਿ ਪਰਵਾਣੁ ॥
نیل وستر پہنر حوہے پروان۔
آنها با پوشیدن لباس آبی، به دنبال تأیید حاکمان خود هستند

ਮਲੇਛ ਧਾਨੁ ਲੇ ਪੂਜਹਿ ਪੁਰਾਣੁ ॥
ملیچھ دھان لے پوجہہ پوران۔
آنها از حاکمان پول می گیرند، اما همچنان پورانا را می پرستند

ਅਭਾਖਿਆ ਕਾ ਕੁਠਾ ਬਕਰਾ ਖਾਣਾ ॥
ابھاخیا کا کٹھا بکرا کھانا۔
آنها گوشت بزها را می خورند که پس از خواندن نماز بر آنها (بی رحمانه) کشته می شوند

ਚਉਕੇ ਉਪਰਿ ਕਿਸੈ ਨ ਜਾਣਾ ॥
چھاؤکے اوپر کسی نہ جانا۔
و با این حال به هیچ کس دیگری اجازه ورود به آشپزخانه آنها را نمی دهند

ਦੇ ਕੈ ਚਉਕਾ ਕਢੀ ਕਾਰ ॥
دے کے چھت کدھی کار۔
پس از پاک کردن آشپزخانه با سرگین گاو، خط مرزی را ترسیم می کنند

ਉਪਰਿ ਆਇ ਬੈਠੇ ਕੂੜਿਆਰ ॥
اوپر آئے بیٹھے کوڑیار۔
کارشناسان دروغین می آیند و روی زمین آشپزخانه می نشینند

ਮਤੁ ਭਿਟੈ ਵੇ ਮਤੁ ਭਿਟੈ ॥ ਇਹੁ ਅੰਨੁ ਅਸਾਡਾ ਫਿਟੈ ॥
مت بھتائی وے، مت بھتائی۔ اہ ان آن اسادا فٹائی۔
به دیگران می گویند نزدیک آشپزخانه ما نشوید که آشپزخانه و غذای ما آلوده شود

ਤਨਿ ਫਿਟੈ ਫੇੜ ਕਰੇਨਿ ॥
تن فٹائی فیر کریں۔
اما با بدن آلوده خود مرتکب اعمال بد می شوند

ਮਨਿ ਜੂਠੈ ਚੁਲੀ ਭਰੇਨਿ ॥
من جوتھے چلی بھریں۔

ذهن آنها از رذیله آلوده است، اما سعی می کنند با آب دهان خود را پاک کنند

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਧਿਆਈਐ ॥
کہو نانک سچ دیائیئے۔
نانک می گوید با عشق و ارادت در مورد خدا تفکر کن

ਸੁਚਿ ਹੋਵੈ ਤਾ ਸਚੁ ਪਾਈਐ ॥੨॥
سچ ہووے تا سچ پائیئے۔
خداوند تنها زمانی شناخته می شود که ذهن ما پاک باشد (عاری از رذایل و افکار شیطانی)

ਪਉੜੀ ॥
پوری
پاوری:

ਚਿਤੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੋ ਵੇਖਿ ਨਦਰੀ ਹੇਠਿ ਚਲਾਇਦਾ ॥
چیتا اندر سبھ کو ویکھ ندری ہیت چلائدا۔
خداوند همه را در ذهن خود نگه می دارد و همه را وادار می کند تا طبق لطف خود عمل کنند.

ਆਪੇ ਦੇ ਵਡਿਆਈਆ ਆਪੇ ਹੀ ਕਰਮ ਕਰਾਇਦਾ ॥
آپے دے وڈیائیا، آپے ہی کرم کرائدا۔
او خودش کرامات را می بخشد و خودش باعث عمل آنها می شود

ਵਡਹੁ ਵਡਾ ਵਡ ਮੇਦਨੀ ਸਿਰੇ ਸਿਰਿ ਧੰਧੈ ਲਾਇਦਾ ॥
وڈاہو ودا ود میدنی سرے سر ڈنڈی لائدا۔
او بزرگ ترین بزرگان است; دنیای او بزرگ است او همه را به وظایفشان امر می کند.
ਨਦਰਿ ਉਪਠੀ ਜੇ ਕਰੇ ਸੁਲਤਾਨਾ ਘਾਹੁ ਕਰਾਇਦਾ ॥
ندر اوٹھی جے کرے سلطانا گھو کرائدا۔
اگر فیض خود را پس بگیرد، می‌تواند حتی پادشاهان را مانند قطه کننده علف بی‌پول کند

ਦਰਿ ਮੰਗਨਿ ਭਿਖ ਨ ਪਾਇਦਾ ॥੧੬॥
در مانگن بھک نہ پائدا.
حتی وقتی از در به خانه گدایی می کنند، هیچ کس به آنها صدقه نمی دهد

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک، مہلا ۱.
سالوک، اولین گورو:

ਜੇ ਮੋਹਾਕਾ ਘਰੁ ਮੁਹੈ ਘਰੁ ਮੁਹਿ ਪਿਤਰੀ ਦੇਇ ॥
جے موہاکا گھر موہے گھر مہی پتری دےئے.
اگر دزدی خانه ای را غارت کند و اجناس دزدیده شده را به یک برهمن تقدیم کند، با این باور که او به اجداد مرده خود تحویل خواهد داد

ਅਗੈ ਵਸਤੁ ਸਿਞਾਣੀਐ ਪਿਤਰੀ ਚੋਰ ਕਰੇਇ ॥
اگئی وساط سنجانیئے، پتری چور کرایئے.
در دنیا آخرت این اموال مسروقه شناخته می شود و اجداد او نیز دزد محسوب می شوند

ਵਢੀਅਹਿ ਹਥ ਦਲਾਲ ਕੇ ਮੁਸਫੀ ਏਹ ਕਰੇਇ ॥
وڈیآہ ہتھ دلال کے مصفی اے، کرایئے.
دست‌های واسطه (برهمن) قطع می‌شود. این عدالت قاضی عادل است

ਨਾਨਕ ਅਗੈ ਸੋ ਮਿਲੈ ਜਿ ਖਟੇ ਘਾਲੇ ਦੇਇ ॥੧॥
نانک، اگئے سو ملائے جے کٹھے گالے دئے.
ای نانک، در دنیا آخرت، به تنهایی دریافت می شود که از درآمد خود به نیازمندان می دهد

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ۱ .
سالوک، اولین گورو:

ਜਿਉ ਜੋਰੂ ਸਿਰਨਾਵਣੀ ਆਵੈ ਵਾਰੋ ਵਾਰ ॥
جیو جورو سرناونی آوے وارو وار.
درست مثل ماه به ماه که یک زن دوره قاعدگی خود را می گذراند.

ਜੂਠੇ ਜੂਠਾ ਮੁਖਿ ਵਸੈ ਨਿਤ ਨਿਤ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ ॥
جوتھے جوتھا مُکھ وسے نت نت ہوئے خُوار.
به همین ترتیب، دروغ همیشه در دهان افراد دروغگو غالب است و آنها هر روز در پریشانی رنج می برند

ਸੂਚੇ ਏਹਿ ਨ ਆਖੀਅਹਿ ਬਹਨਿ ਜਿ ਪਿੰਡਾ ਧੋਇ ॥
سوچے اےہی نہ آکھیاں بہن جے پنڈا دھوئے.
به آنها پاک نمی گویند که پس از شستن بدن خود بنشینند

ਸੁਚੇ ਸੇਈ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਸੋਇ ॥੨॥
سوچے سائی نانکا جن من وسیا، صوائے ۔
ای نانك، تنها آنها پاكند كه خدا در دل آنها ساكن است

ਪਉੜੀ ॥
پوری.
پاوری:

ਤੁਰੇ ਪਲਾਣੇ ਪਉਣ ਵੇਗ ਹਰ ਰੰਗੀ ਹਰਮ ਸਵਾਰਿਆ ॥
تُرے پالانے پاؤں ویگ ہر رنگی ہرم سواریئے۔
با اسب های زین شده، به سرعت باد، و حرمسراهایی که از هر نظر تزئین شده اند

ਕੋਠੇ ਮੰਡਪ ਮਾੜੀਆ ਲਾਇ ਬੈਠੇ ਕਰਿ ਪਾਸਾਰਿਆ ॥
کوٹھے مندپ ماریئیاں لائیئے بیٹھے کر پاساریئے۔
در خانه‌ها و آلاچیق‌ها و عمارت‌های رفیع ساکن می‌شوند و جلوه‌ای مفصل می‌سازند

ਚੀਜ ਕਰਨਿ ਮਨਿ ਭਾਵਦੇ ਹਰਿ ਬੁਝਨਿ ਨਾਹੀ ਹਾਰਿਆ ॥
چیج کرن من بھاودے ہر بجھن ناہی ہاریئے۔
آنان که به کام دل خود به شادی می پردازند، اما به خدا فکر نمی کنند، هدف زندگی انسانی خود را از دست می دهند

ਕਰਿ ਫੁਰਮਾਇਸਿ ਖਾਇਆ ਵੇਖਿ ਮਹਲਤਿ ਮਰਣੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥
کر فرمائش کھائیا ویکھ مہلت مرن وساریئے۔
آنها با ابراز اقتدار، امرار معاش می کنند و با دیدن خانه های خود، مرگ را فراموش می کنند

ਜਰੁ ਆਈ ਜੋਬਨਿ ਹਾਰਿਆ ॥੧੭॥
جر آئی جوبن ہاریئے۔
وقتی پیری فرا می رسد، نشاط جوانی را از دست می دهند

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلا ١
سالوک، اولین گورو:

ਜੇ ਕਰਿ ਸੂਤਕੁ ਮੰਨੀਐ ਸਭ ਤੈ ਸੂਤਕੁ ਹੋਇ ॥
جے کر سوتک منیئے، سبھ تے سوتک ہوئے۔
اگر انسان مفهوم نجاست را بپذیرد، همه جا نجاست است

ਗੋਹੇ ਅਤੈ ਲਕੜੀ ਅੰਦਰਿ ਕੀੜਾ ਹੋਇ ॥
گوہے اتے لکڑی اندر کیرہا ہوئے۔
در سرگین گاو و چوب کرم وجود دارد

ਜੇਤੇ ਦਾਣੇ ਅੰਨ ਕੇ ਜੀਆ ਬਾਝੁ ਨ ਕੋਇ ॥
جیتے دانے ان کے جیوہ بجھ نہ کوئے۔
از آنجایی که دانه های غذا بسیار هستند، هیچ کدام بدون زندگی نیستند

ਪਹਿਲਾ ਪਾਣੀ ਜੀਉ ਹੈ ਜਿਤੁ ਹਰਿਆ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥
پہلا پانی جیو ہے، جت ہریا سب کوئے۔
اول، زندگی در آب است که به وسیله آن همه چیز جان می گیرد و سبز می شود

ਸੂਤਕੁ ਕਿਉ ਕਰਿ ਰਖੀਐ ਸੂਤਕੁ ਪਵੈ ਰਸੋਇ ॥
سوتک کیوں کر رکھیئے، سوتک پوائے رسوئے۔
چگونه می توانیم خود را از ناپاکی محافظت کنیم، زیرا این ناخالصی همیشه در آشپزخانه ما وجود دارد

ਨਾਨਕ ਸੂਤਕੁ ਏਵ ਨ ਉਤਰੈ ਗਿਆਨੁ ਉਤਾਰੇ ਧੋਇ ॥੧॥
نانک، سوتک ایو نہ اترے، گیان اتارے دھوئے۔
ای نانک، نجاست را نمی توان با این باورهای نادرست از بین برد. فقط با خرد معنوی شسته می شود

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ۱
سالوک، اولین گورو:

ਮਨ ਕਾ ਸੂਤਕੁ ਲੋਭੁ ਹੈ ਜਿਹਵਾ ਸੂਤਕੁ ਕੂੜੁ ॥
من کا سوتک لوبھ ہے، جبھا سوتک کورہ۔
نجاست عقل طمع است و نجاست زبان باطل

ਅਖੀ ਸੂਤਕੁ ਵੇਖਣਾ ਪਰ ਤ੍ਰਿਅ ਪਰ ਧਨ ਰੂਪੁ ॥
اکھی سوتک ویکھنا پر تریئے، پر دھن روپ۔
نجاست چشم این است که به زیبایی زن مرد و مال او با نیت بد بنگردی.

ਕੰਨੀ ਸੂਤਕੁ ਕੰਨਿ ਪੈ ਲਾਇਤਬਾਰੀ ਖਾਹਿ ॥
کنی سوتک کن پائی لا-اطباری کھاہی۔
نجاست گوش گوش دادن به تهمت دیگران است

ਨਾਨਕ ਹੰਸਾ ਆਦਮੀ ਬਧੇ ਜਮ ਪੁਰਿ ਜਾਹਿ ॥੨॥
نانک ہنسا آدمی بدھے جم پر جاہی۔
ای نانک، به خاطر همین اعتقادات ناپاکی است که حتی قوها را مانند آدم های زیبا می بندند و به جهنم می برند

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ۱
سالوک، اولین گورو:

ਸਭੋ ਸੂਤਕੁ ਭਰਮੁ ਹੈ ਦੂਜੈ ਲਗੈ ਜਾਇ ॥
سبھو سوتک بھرم ہے، دوجے لگائے جائے.
همه ناپاکی ها از شک و دلبستگی به دوگانگی ناشی می شود

ਜੰਮਣੁ ਮਰਣਾ ਹੁਕਮੁ ਹੈ ਭਾਣੈ ਆਵੈ ਜਾਇ ॥
جمن مرنا ہکم ہے، بھانے آوے جائے
تولد و مرگ تابع امر اوست; به خواست خدا به این دنیا می آییم و از اینجا می رویم.

ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੈ ਦਿਤੋਨੁ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹਿ ॥
کھانا پینا پاوتر ہے، دتوں رجک سمباہی.
خوردن و آشامیدن پاک است، زیرا خداوند همه را روزی می دهد

ਨਾਨਕ ਜਿਨ੍ਹ੍ਹੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਬੁਝਿਆ ਤਿਨ੍ਹ੍ਹਾ ਸੂਤਕੁ ਨਾਹਿ ॥੩॥
نانک، جنہیں گرمکھ بجھیا، تنہا سوتک نہیں
ای ناناک، کسانی که از طریق آموزه های گورو این مفهوم باورهای غلط را درک کرده اند، برای آنها ناپاکی نیست.

ਪਉੜੀ ॥
پوری
پاوری:

ਸਤਿਗੁਰੁ ਵਡਾ ਕਰਿ ਸਾਲਾਹੀਐ ਜਿਸੁ ਵਿਚਿ ਵਡੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥
ستگرو وڈا کر سلاحیئے جس وچ ودیا ودیآئیا.
ما باید گورو واقعی را ستایش کنیم که او را بزرگترین می داند. بزرگ ترین فضایل در درون آن ها نهفته است

ਸਹਿ ਮੇਲੇ ਤਾ ਨਦਰੀ ਆਈਆ ॥
سہ میلیتا ندری آئیا.
وقتی خداوند ما را به ملاقات گورو وادار می کند، آنگاه ما به دیدن این فضیلت می رسیم.

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਮਨਿ ਵਸਾਈਆ ॥
جا تس بھانا تا من وسایا.
هنگامی که او را خشنود می کند، این فضایل در ذهن ما ساکن می شود

ਕਰਿ ਹੁਕਮੁ ਮਸਤਕਿ ਹਥੁ ਧਰਿ ਵਿਚਹੁ ਮਾਰਿ ਕਢੀਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ॥
کر ہکم مستک ہتھ دھر وچھو مار کدھیا بریآئیا.
با مهربان شدن، گورو بدی ها را از ذهن ما دور می کند.

ਸਹਿ ਤੁਠੈ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈਆ ॥੧੮॥
شے تتھے ناؤ ندھ پائیا.
وقتی خدا کاملاً راضی باشد، تمام گنجینه های زندگی به دست می آید

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلا
سالوک، اولین گورو:

ਪਹਿਲਾ ਸੁਚਾ ਆਪਿ ਹੋਇ ਸੁਚੈ ਬੈਠਾ ਆਇ ॥
پہلا سچا آپ ہوئے، سچائی بیٹھا آیا۔
ابتدا برهمن در برای پاک کردن خود می آید و در محوطه پاک خود می نشیند
ਸੁਚੇ ਅਗੈ ਰਖਿਓਨੁ ਕੋਇ ਨ ਭਿਟਿਓ ਜਾਇ ॥
سچے آگے رکھیوں کوئی نہبتیوں جائے
غذاهای پاکی که هیچ کس به آنها دست نزده است، پیش او گذاشته می شود

ਸੁਚਾ ਹੋਇ ਕੈ ਜੇਵਿਆ ਲਗਾ ਪੜਣਿ ਸਲੋਕੁ ॥
سچا ہوئے کے جیویا لگا پڑھن سلوک۔
پس از پاک شدن، از این غذا می خورد و شروع به خواندن آیات شریفه می کند

ਕੁਹਥੀ ਜਾਈ ਸਟਿਆ ਕਿਸੁ ਏਹੁ ਲਗਾ ਦੋਖੁ ॥
کوٹھی جائے ستیا کس ایہو لگادوکھ؟
این غذای پاک را در مکانی کثیف (معده او) می اندازند، پس چه کسی مسئول آلودگی چنین غذای نابی است؟

ਅੰਨੁ ਦੇਵਤਾ ਪਾਣੀ ਦੇਵਤਾ ਬੈਸੰਤਰੁ ਦੇਵਤਾ ਲੂਣੁ ਪੰਜਵਾ ਪਾਇਆ ਘਿਰਤੁ ॥ ਤਾ ਹੋਆ ਪਾਕੁ ਪਵਿਤੁ ॥
ندیوتا پانیدیوتا بیسنتردیوتا لون پنجواں پا آگئی آغرت، تا ہوا پاک پاوت۔
(طبق عقیده خود برهمن)، دانه مقدس است، آب مقدس است. آتش و نمک نیز مقدس هستند. وقتی پنجمین چیز قیمه اضافه شود، غذا پاک و مقدّس می شود

ਪਾਪੀ ਸਿਉ ਤਨੁ ਗਡਿਆ ਥੁਕਾ ਪਈਆ ਤਿਤੁ ॥
پاپی سیوتن گدیا تھکا پئیا آتتت۔
هنگامی که این غذای پاک با بدن انسان گناهکار تماس پیدا می کند، غذای پاک و مطهر آنقدر نجس می شود (ضایعات انسانی) که بوی تعفن می دهد

ਜਿਤੁ ਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਨ ਊਚਰਹਿ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਰਸ ਖਾਹਿ ॥
جت مُکھ نام نہ اوچرہی بِن ناوئے رسکھاہی۔
کسی که بدون تعمق در نام خدا غذاهای خوش طعم می خورد،

ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ ਤਿਤੁ ਮੁਖਿ ਥੁਕਾ ਪਾਹਿ ॥੧॥
نانک ایوے جانیئتت مُکھ تھکا پائی۔
ای نانک این را بدان که چنین شخصی رسوا است

ਮਃ ੧ ॥
مہلا ۱
سالوک، اولین گورو:

ਭੰਡਿ ਜੰਮੀਐ ਭੰਡਿ ਨਿੰਮੀਐ ਭੰਡਿ ਮੰਗਣੁ ਵੀਆਹੁ ॥
بھند جمیائے بھند نمیائے بھند منگن ویاہو.
مرد در زن باردار می شود و از زن متولد می شود. به زنی که نامزد و ازدواج کرده است

ਭੰਡਹੁ ਹੋਵੈ ਦੋਸਤੀ ਭੰਡਹੁ ਚਲੈ ਰਾਹੁ ॥
بنده ہووے دوستی، بندہہ چلائے راہو.
زن دوست او می شود. ازاین طریق زن، نسل های آینده می آیند

ਭੰਡੁ ਮੁਆ ਭੰਡੁ ਭਾਲੀਐ ਭੰਡਿ ਹੋਵੈ ਬੰਧਾਨੁ ॥
بند مُعا بندبھالیا بند ہووے بنڈھان.
وقتی زنش می میرد، دنبال زن دیگری می گردد. وازاین طریق زن است که ما با را به جهان وابسته می کند.

ਸੋ ਕਿਉ ਮੰਦਾ ਆਖੀਐ ਜਿਤੁ ਜੰਮਹਿ ਰਾਜਾਨ ॥
سو کیوں مندا آکھیئے جت جمہ راجان.
پس چرا بهش میگی بد؟ پادشاهان از او متولد می شوند

ਭੰਡਹੁ ਹੀ ਭੰਡੁ ਊਪਜੈ ਭੰਡੈ ਬਾਝੁ ਨ ਕੋਇ ॥
بنده ہی بند اوپجی بندئے بجھ نہ کوئے.
از زن، زن متولد می شود. بدون زن، اصلاً کسی وجود نخواهد داشت

ਨਾਨਕ ਭੰਡੈ ਬਾਹਰਾ ਏਕੋ ਸਚਾ ਸੋਇ ॥
نانک بندئے باہرا ایکو سچا سوئے.
ای نانک، تنها خداست که بدون گذر از رحم زن آنجا بوده است.

ਜਿਤੁ ਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਾਲਾਹੀਐ ਭਾਗਾ ਰਤੀ ਚਾਰਿ ॥
جت مُکھ سدا سلاہیابھاگا رتی چار.
کسی که خدا را مدام ستایش می کند، سعادتمند و زیباست

ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਊਜਲੇ ਤਿਤੁ ਸਚੈ ਦਰਬਾਰਿ ॥੨॥
نانکتے مُکھ اُجلےتت سچے دربار.
ای نانک، آن چهره ها در بارگاه خدا از آبرو می درخشد

ਪਉੜੀ ॥
پوری.
پاوری:

ਸਭੁ ਕੋ ਆਖੈ ਆਪਣਾ ਜਿਸੁ ਨਾਹੀ ਸੋ ਚੁਣਿ ਕਢੀਐ ॥
سب کو آکھے آپنا جس ناہیں سو چن کھڑیئے.
همه در این دنیا وابستگی های عاطفی دارند، کسی را که این وابستگی ها را ندارد جدا کنید

ਕੀਤਾ ਆਪੋ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਲੇਖਾ ਸੰਢੀਐ ॥
کیتا آپو آپنا آپے ہی لیکھا سندھیئے۔
(سرانجام) هرکس عواقب اعمال خود را به دوش می کشد

ਜਾ ਰਹਣਾ ਨਾਹੀ ਐਤੁ ਜਗਿ ਤਾ ਕਾਇਤੁ ਗਾਰਬਿ ਹੰਢੀਐ ॥
جا رہنا نہیں ایت جگتا کاٹ گارب ہندیئے۔
چون مقدر نیست که برای همیشه در این دنیا بماند، چرا باید خود را در غرور تباه کرد؟

ਮੰਦਾ ਕਿਸੈ ਨ ਆਖੀਐ ਪੜਿ ਅਖਰੁ ਏਹੋ ਬੁਝੀਐ ॥ ਮੂਰਖੈ ਨਾਲਿ ਨ ਲੁਝੀਐ ॥੧੯॥
مندا کسی نہ آکھیئے پڑھ اکھر ایہو بجھیئے، مورخی نال نہ لجیئے۔
این سخنان حکیمانه را بخوانید و بفهمید که کسی را بد خطاب نکنیم و با احمق ها بحث نکنیم

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلہ ۱۔
سالوک، اولین گورو:

ਨਾਨਕ ਫਿਕੈ ਬੋਲਿਐ ਤਨੁ ਮਨੁ ਫਿਕਾ ਹੋਇ ॥
نانک فیکئی بولی-ایتن من فیکا ہوئے۔
ای ناناک، کسی که همیشه بی ادبانه صحبت می کند، بی ادب می شود

ਫਿਕੋ ਫਿਕਾ ਸਦੀਐ ਫਿਕੇ ਫਿਕੀ ਸੋਇ ॥
فکو فِکا سدیئے، فکے فِکی سو۔
همه او را بی ادب می خوانند و آبرویش می رود.

ਫਿਕਾ ਦਰਗਹ ਸਟੀਐ ਮੁਹਿ ਥੁਕਾ ਫਿਕੇ ਪਾਇ ॥
فکا درگہ ستیئے، موہی تھکا فکے پا۔
شخص گستاخ رسوا می شود و در بارگاه خدا پذیرفته نمی شود

ਫਿਕਾ ਮੂਰਖੁ ਆਖੀਐ ਪਾਣਾ ਲਹੈ ਸਜਾਇ ॥੧॥
فکا مورخ آکھیئے، پانا لہے سجاے۔
به بی ادب احمق می گویند و همه جا تحقیر می شود

ਮਃ ੧ ॥
مہلہ ۱۔
سالوک، اولین گورو:

ਅੰਦਰਹੁ ਝੂਠੇ ਪੈਜ ਬਾਹਰਿ ਦੁਨੀਆ ਅੰਦਰਿ ਫੈਲੁ ॥
اندرہوجھوتے پیج بہاردونیا اندر فیل۔
در این دنیا افراد زیادی هستند که از درون دروغ می گویند، اما از بیرون توانسته اند شرافت خود را تثبیت کنند

ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਜੇ ਨਾਵਹਿ ਉਤਰੈ ਨਾਹੀ ਮੈਲੁ ॥
ٹھسٹ تیرتھ جے ناوے اترے نہیں میل۔
هر چند در شصت و هشت بقاع متبرکه زیارتی غسل کنند، باز هم پلیدی رذایل از ذهنشان دور نمی شود

ਜਿਨ੍ਹ ਪਟੁ ਅੰਦਰਿ ਬਾਹਰਿ ਗੁਦੜੁ ਤੇ ਭਲੇ ਸੰਸਾਰਿ ॥
جنہں پٹ اندر بھاڑ باہر گدڑ تیبھلے سنسار.
کسانی که باطن دلسوزی و مهربانی دارند اما از بیرون ممکن است گستاخ به نظر برسند، نیکوکاران این دنیا هستند

ਤਿਨ੍ਹ ਨੇਹੁ ਲਗਾ ਰਬ ਸੇਤੀ ਦੇਖਨ੍ਹੇ ਵੀਚਾਰਿ ॥
تنہاں نیہو لگا رب سیتدیکھنہے ویچار.
آنها عشق به خدا را در آغوش می گیرند و با دیدن او به تفکر می پردازند

ਰੰਗਿ ਹਸਹਿ ਰੰਗਿ ਰੋਵਹਿ ਚੁਪ ਭੀ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ॥
رنگ ہسےہ رنگ روہےہ چپ بھی کر جاہی.
در عشق خدا می خندند و در عشق خدا گریه می کنند و همچنین سکوت می کنند

ਪਰਵਾਹ ਨਾਹੀ ਕਿਸੈ ਕੇਰੀ ਬਾਝੁ ਸਚੇ ਨਾਹ ॥
پرواہ نہیں کسی کیری بجھ سچے ناہ.
آنها به غیر از استاد واقعی خود به هیچ کس دیگری وابسته نیستند

ਦਰਿ ਵਾਟ ਉਪਰਿ ਖਰਚੁ ਮੰਗਾ ਜਬੈ ਦੇਇ ਤ ਖਾਹਿ ॥
در وات اپارکھرچ منگا جبیدے ایٹکاہی.
آن ها نام را به عنوان غذای جان خود طلب می کنند و چون عطا می کند از آن شریک می شوند

ਦੀਬਾਨੁ ਏਕੋ ਕਲਮ ਏਕਾ ਹਮਾ ਤੁਮ੍ਹਾ ਮੇਲੁ ॥
دیبان ایکو کلم ایکا ہماتمہا میل
فقط یک قاضی و یک نظام عدالت برای همه وجود دارد و همه افراد دارای اعمال خوب یا بد در نهایت در دادگاه او ملاقات می کنند

ਦਰਿ ਲਏ ਲੇਖਾ ਪੀੜਿ ਛੁਟੈ ਨਾਨਕਾ ਜਿਉ ਤੇਲੁ ॥੨॥
در لائے لیکھا پیر چھٹائے نانکا جی اوتیل.
ای نانک، در بارگاه خدا، حساب همه بررسی می شود و گناهکاران، مانند دانه های روغنی که در دستگاه روغن کشی له می شوند، سخت مجازات می شوند

ਪਉੜੀ ॥
پا اوڑہی.
پاوری:

ਆਪੇ ਹੀ ਕਰਣਾ ਕੀਓ ਕਲ ਆਪੇ ਹੀ ਤੈ ਧਾਰੀਐ ॥
آپے ہی کرنا کیوں کل آپے ہی طے دھاریئے.
خدایا تو خود مخلوقات را آفریده ای و خودت قدرت خود را در آن جاری کرده ای.

ਦੇਖਹਿ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਧਰਿ ਕਚੀ ਪਕੀ ਸਾਰੀਐ ॥
دیکھیئے کیتا آپنا دھار کچی پکی ساریئے۔
شما خلقت خود را مانند یک بازی رومیزی می بینید و تصمیم می گیرید که کدام مهره ها (فانی) درست است (که به هدف زندگی انسانی خود رسیده اند) و کدام نادرست

ਜੋ ਆਇਆ ਸੋ ਚਲਸੀ ਸਭੁ ਕੋਈ ਆਈ ਵਾਰੀਐ ॥
جو آئیا سو چلسی سبھ کوئی آئیا واریئے۔
هر که به این دنیا آمده، خواهد رفت. همه نوبت خود را خواهند داشت

ਜਿਸ ਕੇ ਜੀਅ ਪਰਾਣ ਹਹਿ ਕਿਉ ਸਾਹਿਬੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥
جس کے جیا پاران ہے کیوں صاحب منہوں وساریئے۔
او که صاحب روح و نفس ماست - چرا باید آن استاد را از ذهن خود فراموش کنیم؟

ਆਪਣ ਹਥੀ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕਾਜੁ ਸਵਾਰੀਐ ॥੨੦॥
آپن ہتھی آپنا آپے ہی کاج سواریئے
ما باید خودمان وظیفه ی ادغام با خدا را با تعمق در نام او انجام دهیم

ਸਲੋਕੁ ਮਹਲਾ ੨ ॥
سلوک مہلہ ۲.
سالوک، توسط گورو دوم:

ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਆਸਕੀ ਦੂਜੈ ਲਗੈ ਜਾਇ ॥
ایہ کنہیں آسکی دوجئی لگائی جاے۔
این چه نوع عشقی است که به دوگانگی (دوست داشتن غیر خدا) می چسبد؟

ਨਾਨਕ ਆਸਕੁ ਕਾਂਢੀਐ ਸਦ ਹੀ ਰਹੈ ਸਮਾਇ ॥
نانک آسک کانڈیئے، سد ہی رہے سمائے۔
ای ناناک، او به تنهایی یک عاشق واقعی محسوب می شود که برای همیشه غرق در عشق معشوق (خدا) می ماند

ਚੰਗੈ ਚੰਗਾ ਕਰਿ ਮੰਨੇ ਮੰਦੈ ਮੰਦਾ ਹੋਇ ॥
چنگائی چنگا کر منّے، منّے مندائی مندا ہوئے۔
اما کسی که تنها زمانی احساس خوشبختی می‌کند که اتفاقات خوب می‌افتد، و وقتی اوضاع بد پیش می‌رود طردد می‌کند،

ਆਸਕੁ ਏਹੁ ਨ ਆਖੀਐ ਜਿ ਲੇਖੈ ਵਰਤੈ ਸੋਇ ॥੧॥
آسک ایہو نہ آکھیئے جے لیکھہی ورتے سوئے۔
نباید او را عاشق واقعی خدا نامید، زیرا او با خدا در چنین تجارتی مانند مد معامله می کند
ਮਹਲਾ ੨ ॥
مہلہ ۲.
سالوک، گورو دوم:

ਸਲਾਮੁ ਜਬਾਬੁ ਦੋਵੈ ਕਰੇ ਮੁੰਢਹੁ ਘੁਥਾ ਜਾਇ ॥
سلام جواب دووے کرے مندھو گھٹا جائے۔
کسی که به استادش هم سلام محترمانه و هم امتناع بی ادبانه بدهد، اساساً از همان ابتدا به بیراهه می رود.

ਨਾਨਕ ਦੋਵੈ ਕੂੜੀਆ ਥਾਇ ਨ ਕਾਈ ਪਾਇ ॥੨॥
نانک دووے کوڑیا تھائے، نہ کائی پائے
ای نانک، این هر دو نگرش نادرست است و در بارگاه خدا پذیرفته نیست

ਪਉੜੀ ॥
پاؤڑی۔
پاوری:

ਜਿਤੁ ਸੇਵਿਐ ਸੁਖੁ ਪਾਈਐ ਸੋ ਸਾਹਿਬੁ ਸਦਾ ਸਮ੍ਹ੍ਹਾਲੀਐ ॥
جت سیوئیے سُکھ پائیے، سو ساحب سدا سمہالیئے۔
مراقبه در مورد کسی که صلح حاصل شود; که استاد را باید همیشه به یاد آورد

ਜਿਤੁ ਕੀਤਾ ਪਾਈਐ ਆਪਣਾ ਸਾ ਘਾਲ ਬੁਰੀ ਕਿਉ ਘਾਲੀਐ ॥
جت کیتا پائیے، آپنا سا گھال بری کیوں گھالیئے؟
وقتی می دانیم که باید عواقب اعمال خود را به دوش بکشیم پس چرا باید کارهای بد انجام دهیم؟

ਮੰਦਾ ਮੂਲਿ ਨ ਕੀਚਈ ਦੇ ਲੰਮੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲੀਐ ॥
مندا مول نہ کیچی دے، لمی ندر نہالیئے۔
ما اصلاً نباید هیچ بدی انجام دهیم. عواقب آن را باید با آینده نگری در نظر گرفت

ਜਿਉ ਸਾਹਿਬ ਨਾਲਿ ਨ ਹਾਰੀਐ ਤੇਵੇਹਾ ਪਾਸਾ ਢਾਲੀਐ ॥
جیو ساحب نال نہ ہاریئے، تویہاں پاسا ڈھالیئے۔
ما باید جوری بازی زندگی را انجام دهیم که در برابر ارباب خود بازنده تلقی نشویم

ਕਿਛੁ ਲਾਹੇ ਉਪਰਿ ਘਾਲੀਐ ॥੨੧॥
کچھ لاہے اُپر گھالیئے۔
(در این جان گرانبهای بشری) باید کارهایی را انجام دهیم که در بارگاه خدا برای ما عزت و عزت داشته باشد

ਸਲੋਕੁ ਮਹਲਾ ੨ ॥
سلوک مہلہ ۲۔
سالوک، گورو دوم:

ਚਾਕਰੁ ਲਗੈ ਚਾਕਰੀ ਨਾਲੇ ਗਾਰਬੁ ਵਾਦੁ ॥
چاکر لگائے چاکری نالے گارب واد.
اگر بنده خدمتی انجام دهد در حالی که خودخواه و مغرور است،

ਗਲਾ ਕਰੇ ਘਣੇਰੀਆ ਖਸਮ ਨ ਪਾਏ ਸਾਦੁ ॥
گلہ کرے گھنیریاں، خسم نہ پائے سعد.
او ممکن است هر چقدر که می خواهد صحبت کند، اما برای استادش خوشایند نخواهد بود

ਆਪੁ ਗਵਾਇ ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਤਾ ਕਿਛੁ ਪਾਏ ਮਾਨੁ ॥
آپ گواہی سیوا کرے تا کچھ پائے مان.
اما اگر او بدون ایگو خدمت کند، آنگاه به رسمیت شناخته می شود

ਨਾਨਕ ਜਿਸ ਨੋ ਲਗਾ ਤਿਸੁ ਮਿਲੈ ਲਗਾ ਸੋ ਪਰਵਾਨੁ ॥੧॥
نانک جس نو لگا تس ملائے، لگا سو پروان.
ای نانك، اگر با کسی که به او تعلق دارد، درآید، دلبستگی او پسندیده می شود

ਮਹਲਾ ੨ ॥
مہلہ ۲
سالوک، گورو دوم

ਜੋ ਜੀਇ ਹੋਇ ਸੁ ਉਗਵੈ ਮੁਹ ਕਾ ਕਹਿਆ ਵਾਉ ॥
جو جیئے ہوئے سو اُگوے، منہ کا کہیا واو.
هر چه در ذهن است در صورت آشکار می شود; کلمات گفته شده به خودی خود می توانند عبارات نادرستی باشند

ਬੀਜੇ ਬਿਖੁ ਮੰਗੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਵੇਖਹੁ ਏਹੁ ਨਿਆਉ ॥੨॥
بیجے بکھ مانگے امرت ویکھہو، اےہو نیئو.
ببین آدم توقع چه عدالتی را دارد که زهر می کارد اما در ازای آن شهد می خواهد؟ (انجام کارهای بد و انتظار نتیجه خوب)

ਮਹਲਾ ੨ ॥
مہلہ ۲
سالوک، گورو دوم:

ਨਾਲਿ ਇਆਣੇ ਦੋਸਤੀ ਕਦੇ ਨ ਆਵੈ ਰਾਸਿ ॥
نال آنے دوستی کدے نہ آوے راس.
دوستی با فردی با ذهن ناپاک هرگز به نتیجه نمی رسد

ਜੇਹਾ ਜਾਣੈ ਤੇਹੋ ਵਰਤੈ ਵੇਖਹੁ ਕੋ ਨਿਰਜਾਸਿ ॥
جہاں جانے تہو ورتے ویکھو، کو نرجاس
همانطور که می داند، عمل می کند. هر کسی می تواند به طور عینی این را برای خودش امتحان کند

ਵਸਤੂ ਅੰਦਰਿ ਵਸਤੁ ਸਮਾਵੈ ਦੂਜੀ ਹੋਵੈ ਪਾਸਿ ॥
وستو اندر وسط سماوے دوجی ہووے پاس.
تنها در صورتی می توان یک چیز را در چیز دیگری جذب کرد که آن چیزی که در آن وجود دارد ابتدا کنار گذاشته شود (به همین ترتیب، تنها زمانی می توان خدا را در قلب خود جای داد که ابتدا نفس و رذایل را از ذهن خارج کند)

ਸਾਹਿਬ ਸੇਤੀ ਹੁਕਮੁ ਨ ਚਲੈ ਕਹੀ ਬਣੈ ਅਰਦਾਸਿ ॥
صاحب سیتی حکم نہ چلائے، کہیں بنائی ارداس
این امر نیست، بلکه دعای خضوع است که با استاد کار می کند

ਕੂੜਿ ਕਮਾਣੈ ਕੂੜੋ ਹੋਵੈ ਨਾਨਕ ਸਿਫਤਿ ਵਿਗਾਸਿ ॥੩॥
کوره کمانے کوره ہووے، نانک صفت وگاس.
ای ناناک، نتیجهٔ دروغ گفتن باطل است و تنها ستایش خدا شادی می آورد .

ਮਹਲਾ ੨ ॥
مہلہ ۲
سالوک، گورو دوم:

ਨਾਲਿ ਇਆਣੇ ਦੋਸਤੀ ਵਡਾਰੂ ਸਿਉ ਨੇਹੁ ॥
نال آنے دوستی ودارو سیو نیہو.
دوستی با یک فرد نافهم، و عشق با یک شخص مغرور،

ਪਾਣੀ ਅੰਦਰਿ ਲੀਕ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦਾ ਥਾਉ ਨ ਥੇਹੁ ॥੪॥
پانی اندر لیک جیو تس دا تھاو نہ تھیو.
مثل خطوطی هستند که در آب کشیده شده‌اند و هیچ ردی یا علامتی بر جای نگذاشته‌اند

ਮਹਲਾ ੨ ॥
مہلہ ۲
سالوک، گورو دوم:

ਹੋਇ ਇਆਣਾ ਕਰੇ ਕੰਮੁ ਆਣਿ ਨ ਸਕੈ ਰਾਸਿ ॥
وئے آنا کرے کام آن نہ سکے راس.
اگر یک فرد بی تجربه کاری را انجام دهد، نمی تواند آن را درست انجام دهد

ਜੇ ਇਕ ਅਧ ਚੰਗੀ ਕਰੇ ਦੂਜੀ ਭੀ ਵੇਰਾਸਿ ॥੫॥
جے اک ادھ چنگی کرے، دوجی بھی ویراس
حتی اگر کاری را درست انجام دهد، کار بعدی را اشتباه انجام می دهد

ਪਉੜੀ ॥
پوری
پاوری:
ਚਾਕਰੁ ਲਗੈ ਚਾਕਰੀ ਜੇ ਚਲੈ ਖਸਮੈ ਭਾਇ ॥
چاکر لگائے چاکری جے چلائے کھسمے بھا-ے
اگر نوکری در حین انجام خدمت از وصیت مالک خود اطاعت کند

ਹੁਰਮਤਿ ਤਿਸ ਨੋ ਅਗਲੀ ਓਹੁ ਵਜਹੁ ਭਿ ਦੂਣਾ ਖਾਇ ॥
حرمت تس نو اگلی اوہ وجاہو، بھی دونا کھائے
عزتش زیاد می شود و اجر دوبرابر می گیرد

ਖਸਮੈ ਕਰੇ ਬਰਾਬਰੀ ਫਿਰਿ ਗੈਰਤਿ ਅੰਦਰਿ ਪਾਇ ॥
کھسمے کرے برابری فر غیرت اندر پائے
اما اگر ادعا کند با استادش برابری می کند، نارضایتی استادش را به دست می آورد

ਵਜਹੁ ਗਵਾਏ ਅਗਲਾ ਮੁਹੇ ਮੁਹਿ ਪਾਣਾ ਖਾਇ ॥
وجاہو گوائے اگلے مُہے مُہی پانا کھائے.
او حتی حقوق (پاداش) خود را از دست می دهد و با ذلت مواجه می شود

ਜਿਸ ਦਾ ਦਿਤਾ ਖਾਵਣਾ ਤਿਸੁ ਕਹੀਐ ਸਾਬਾਸਿ ॥
جس دا دیتا کھاونا تس کہیئے سباس.
پس همگی خدایی را که او برای ما روزی می دهد ، تحسین کنیم

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੁ ਨ ਚਲਈ ਨਾਲਿ ਖਸਮ ਚਲੈ ਅਰਦਾਸਿ ॥੨੨॥
نانک ہکم نہ چلئے نال کھسم چلائے ارداس.
ای نانک، این امر نیست، بلکه دعای خضوع است که با استاد کار می کند

ਸਲੋਕੁ ਮਹਲਾ ੨ ॥
سلوک مہلہ ۲
سالوک، گورو دوم

ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਦਾਤਿ ਆਪਸ ਤੇ ਜੋ ਪਾਈਐ ॥
ایہ کنایہ دات آپس تے جو پائیئے.
اگر ادعا کنیم که آن را با تلاش خود به دست آورده ایم چه نوع هدیه ای است؟

ਨਾਨਕ ਸਾ ਕਰਮਾਤਿ ਸਾਹਿਬ ਤੁਠੈ ਜੋ ਮਿਲੈ ॥੧॥
نانک سا کرامات ساہب تُتھے جو ملائے۔
ای نانک، این شگفت انگیزترین هدیه ای است که از جانب خداوند در صورت رضایت کامل دریافت می شود

ਮਹਲਾ ੨ ॥
مہلہ ۲
سالوک، گورو دوم

ਏਹ ਕਿਨੇਹੀ ਚਾਕਰੀ ਜਿਤੁ ਭਉ ਖਸਮ ਨ ਜਾਇ ॥
ایہ کنایہ چاکری جت بھاؤ خسم نہ جائے
این چه خدمتی است که به موجب آن ترس از ارباب از میان نمی‌رود؟

ਨਾਨਕ ਸੇਵਕੁ ਕਾਢੀਐ ਜਿ ਸੇਤੀ ਖਸਮ ਸਮਾਇ ॥੨॥
نانک سےوک کاڈیئے جے سیتی خسم سما ئے.
به همین دلیل به او می‌گویند: «ای ناناک» که به تنهایی خادم حقیقی است که با ارباب یکی می‌شود

ਪਉੜੀ ॥
پاوربی
پاوری:

ਨਾਨਕ ਅੰਤ ਨ ਜਾਪਨ੍ਹੀ ਹਰਿ ਤਾ ਕੇ ਪਾਰਾਵਾਰ ॥
نانک انت نہ جاپنہی ہر تا کے پاراوار۔
ای نانک، حدود خدا را نمی توان شناخت. او پایان و محدودیتی ندارد

ਆਪਿ ਕਰਾਏ ਸਾਖਤੀ ਫਿਰਿ ਆਪਿ ਕਰਾਏ ਮਾਰ ॥
آپ کرائے ساکھتی فر آپ کرائے مار۔
خودش می آفریند و بعد خودش نابود می کند

ਇਕਨ੍ਹਾ ਗਲੀ ਜੰਜੀਰੀਆ ਇਕਿ ਤੁਰੀ ਚੜਹਿ ਬਿਸੀਆਰ ॥
اکنھا گلی جنجیریا، اک توری چڑے بسیار۔
بعضی‌ها مثل خدمتکارانی کار می‌کنند که انگار زنجیر به گردن دارند، در حالی که بعضی‌ها آنقدر ثروتمند هستند که سوار بر اسب‌های تندرو هستند

ਆਪਿ ਕਰਾਏ ਕਰੇ ਆਪਿ ਹਉ ਕੈ ਸਿਉ ਕਰੀ ਪੁਕਾਰ ॥
آپ کرائے کرے، آپ ہی کے سیوں کری پُکار۔
او خودش عمل می کند و خودش ما را وادار به عمل می کند. به چه کسی شکایت کنم؟

ਨਾਨਕ ਕਰਣਾ ਜਿਨਿ ਕੀਆ ਫਿਰਿ ਤਿਸ ਹੀ ਕਰਣੀ ਸਾਰ ॥੨੩॥
نانک کرنا جن کیا، فر تس ہی کرنی سار۔
ای نانك، خالقی كه خلق كرده ـ او خود مراقب آن است

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥
سلوک مہلا ۱
سالوک، گوروی اول:

ਆਪੇ ਭਾਂਡੇ ਸਾਜਿਅਨੁ ਆਪੇ ਪੂਰਣੁ ਦੇਇ ॥
آپے بھاندے ساجیاں، آپے پورن دےآئے۔
خدا خودش بدن انسان ها را می آفریند و خودش آرامش یا رنج را به آنها عطا می کند

ਇਕਨ੍ਹ੍ਹੀ ਦੁਧੁ ਸਮਾਈਐ ਇਕਿ ਚੁਲ੍ਹ੍ਹੈ ਰਹਨ੍ਹ੍ਹਿ ਚੜੇ ॥
اکنہی دودھ سمائیئے، اک چولہے رہنیہ چڑھے۔
در سرنوشت برخی، او همه راحتی ها را می نویسد، در حالی که برخی دیگر محکوم به رنج کشیدن هستند

ਇਕਿ ਨਿਹਾਲੀ ਪੈ ਸਵਨ੍ਹ੍ਹਿ ਇਕਿ ਉਪਰਿ ਰਹਨਿ ਖੜੇ ॥
اک نہالی پئے سونیہ، اک اُپر رہن کھڑے۔
برخی روی تخت های نرم دراز می کشند و می خوابند، در حالی که برخی دیگر به عنوان نگهبان در کنار آنها ایستاده اند

ਤਿਨ੍ਹ੍ਹਾ ਸਵਾਰੇ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ੍ਹ੍ਹ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ॥੧॥
تنہا سوارے نانکا جنہ کا نادر کرے۔
ای نانك، او فقط زندگی کسی را که نظر لطف خود را بر آنها می افکند، زینت می دهد

ਮਹਲਾ ੨ ॥
مہلا ۲
سالوک، گوروی دوم:

ਆਪੇ ਸਾਜੇ ਕਰੇ ਆਪਿ ਜਾਈ ਭਿ ਰਖੈ ਆਪਿ ॥
آپے ساجے کرے، آپ جائے بھی رکھے، آپ ہی کرتے ہیں۔
او خودش دنیا را می آفریند و مد می کند و خودش آن را مرتب می کند.

ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੰਤ ਉਪਾਇ ਕੈ ਦੇਖੈ ਥਾਪਿ ਉਥਾਪਿ ॥
تس وچ جنت اُپائے کے دیکھے تھاپ اُٹھاپ۔
با آفریدن موجودات درون آن، بر رشد و نابودی آنها نظارت می کند.

ਕਿਸ ਨੋ ਕਹੀਐ ਨਾਨਕਾ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਆਪੇ ਆਪਿ ॥੨॥
کس نو کہئے نانکا، سبھ کچھ آپے آپ۔
ای ناناک، به او که می‌توانیم هر چیزی در این مورد بگوییم. او خودش عامل و عامل هر چیزی است.

ਪਉੜੀ ॥
پوری
پاوری

ਵਡੇ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ਕਿਛੁ ਕਹਣਾ ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਇ ॥
وادے کیا وڈیآئیا کچھ کہنا کہاں نہ جائے۔
در مورد عظمت بزرگ (خدا) چیزی نمی توان گفت.

ਸੋ ਕਰਤਾ ਕਾਦਰ ਕਰੀਮੁ ਦੇ ਜੀਆ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹਿ ॥
سو کرتا کدار کریم دے جیا راجک سمباہی۔
او آفریدگار و نیکوکار است و به همه موجودات روزی می‌دهد.

ਸਾਈ ਕਾਰ ਕਮਾਵਣੀ ਧੁਰਿ ਛੋਡੀ ਤਿੰਨੈ ਪਾਇ ॥
سا-ئی کار کمانی دھر چھوڑی تن نئے پائے۔
فانی ها کارهایی را انجام میدهند که خداوند مقدر کرده برای آنها انجام شود.

ਨਾਨਕ ਏਕੀ ਬਾਹਰੀ ਹੋਰ ਦੂਜੀ ਨਾਹੀ ਜਾਇ ॥
نانک ائی بہری ہور دوجی نہیں جائے۔
ای ناناک، به جز حمایت خدا، هیچ حمایت دیگری از آن موجود نیست.

ਸੋ ਕਰੇ ਜਿ ਤਿਸੈ ਰਜਾਇ ॥੨੪॥੧॥ ਸੁਧੁ
سو کرے جے تسئے راجائے صدھو ۔
او هر کاری که بخواهد می‌کند.

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ॥

تیگ بهادر سمرئیئی گهر نو ندھ آوے دھائی

یاد داشته باشید گورو تیک بهادر و بعد نه منبع ثروت معنوی با عجله به خانه ات میاید به

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥

سب ٹهائی ہوئی سہائی

خدای من! با نشان دادن راه به ما در همه جا به کمک ما بشتابید.

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

دسواں پاتشاہ گرو گوبند سنگھ جی سبھ ٹهائی ہوئی سہائی

گورو گوبایند سینگ، دهمین گوروی معروف خود را به یاد آورید و به خدمت روحانی خود ادامه دهید.

خدای من! با نشان دادن راه به ما در همه جا به کمک ما بشتابید.

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

دسم پاتساہیا دی جوت سری گرو گرنتھ ساہب جی، دے پاٹھ دیدار دا دهیان دهر کے بولو جی واہیگورو

به نور الهی ده پادشاه موجود در گورو گرانیت صاحب محترم فکر کنید و در آن تعمق کنید و افکار خود را (به تعالیم الهی تبدیل کنید و از دیدن گورو گرانیت صاحب لذت می برند؛) خداوند متعال

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!

پنجہ پیاریا، چوہا ساحبزادیا، چلیا مختیا، ہٹیا، جوپیا، ٹوپیا، جینا نم جوپیا، وند شکیا، دیگ چلائی، تیگ واہی، دیکھ کے اندھت کیتا، تهینہ پیاریا، سچیاریا دی کمائی، دا دهیان دهر کے بولو جی واہیگورو

به اعمال پنج عزیز کشته شده ، از چهار پسر (گورو گوبند سینگ)؛ از چهل شهید؛ از سیک‌های شجاع مصمم، از مریدان غوطه‌ور در رنگ ناعام؛ از کسانی که جذب در ناعام؛ از کسانی که به یاد ننام و در حال اشتراک در خوراک خود را؛ از کسانی که شروع به جورکردن آشپزخانه‌های رایگان کردن؛ از کسانی که دست به دست زدن به شمشیر؛ از کسانی که از کاستی‌های دیگران چشم پوشی می‌کردند؛ همه کسانی که ذکر (شد پاک و واقعا اختصاص یافته‌اند؛ فکر کنید. کامل واهی گورو، (خداوند شگفت انگیز!

ਸੋਹਿਲਾ ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਦੀਪਕੀ ਮਹਲਾ ੧

سوہیلا راگ، گوری دیپکی، مہسلہ ۱.

سهیلا، سرود ستایش خد. راگ گاری دیپکی، اولین گورو:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ایکونکار ستگر پرساد.

یک خدای ابدی که به لطف معلم مذهبی واقعی شناخته پیدا کرده:

ਜੈ ਘਰਿ ਕੀਰਤਿ ਆਖੀਐ ਕਰਤੇ ਕਾ ਹੋਇ ਬੀਚਾਰੋ ॥

جے گھر کیرت اکھیئی کرتی کا ہوئی بچارو.

ای برادر، آن جماعت مقدس که در آن حمد و ثنای خدا خوانده می‌شود و فضایل او به تعمق در می‌آید،

ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਿਵਰਿਹੁ ਸਿਰਜਣਹਾਰੋ ॥੧॥

تِت گھر گاوہو سوہیلا سوریہ سرجنہارو-

شما نیز به این جماعت مقدس می‌روید، سرود حمد و ستایش خدا را می‌خوانید و با مهربانی بر آفریدگار فکر می‌کنید.

ਤੁਮ ਗਾਵਹੁ ਮੇਰੇ ਨਿਰਭਉ ਕਾ ਸੋਹਿਲਾ ॥

تم گاوہو میری نربھاؤ کا سوہیلا-

ای برادر، از خدای بی باک من سهیلا بخوان.

ਹਉ ਵਾਰੀ ਜਿਤੁ ਸੋਹਿਲੈ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ہاؤ واری جت سوہیلئی سدا سکھ ہوئی- رہاؤ-

من خود را به این آواز حمد و ثنای خدا که آرامش ابدی به ارمغان می‌آورد، وقف می‌کنم.

ਨਿਤ ਨਿਤ ਜੀਅੜੇ ਸਮਾਲੀਅਨਿ ਦੇਖੈਗਾ ਦੇਵਣਹਾਰੁ ॥

نِت نِت جی آرہی سمالیاں دیکھیگا دیونہار-

ولی نعمت بزرگ که آفرینش او را هر روز به انجام می رساند نیز به نیازهای شما رسیدگی خواهد کرد.

ਤੇਰੇ ਦਾਨੈ ਕੀਮਤਿ ਨਾ ਪਵੈ ਤਿਸੁ ਦਾਤੇ ਕਵਣੁ ਸੁਮਾਰੁ ॥੨॥

تیری دانائی کیمت نا پاوی تس داتی کون سمار-

ای فانی، وقتی که ارزش هدایای او را نمی‌توانی ارزیابی کنی، پس چگونه می‌توانی ارزش آن ولی نعمت را بسنجی؟

ਸੰਬਤਿ ਸਾਹਾ ਲਿਖਿਆ ਮਿਲਿ ਕਰਿ ਪਾਵਹੁ ਤੇਲੁ ॥

سمبت ساہا لکھیا مل کر پاوہو تیل-

زمان خروج من از این دنیا از پیش تعیین شده است. ای دوستان، مرا برای عزیمت به خانه استادم آماده کنید.

ਦੇਹੁ ਸਜਣ ਅਸੀਸੜੀਆ ਜਿਉ ਹੋਵੈ ਸਾਹਿਬ ਸਿਉ ਮੇਲੁ ॥੩॥
ده سجن اسیسرہیا جیو ہووی ساحب سیو میل-
ای دوستان من برکت عطا کنید تا با مولای خود محشور شوم.

ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹੋ ਪਾਹੁਚਾ ਸਦੜੇ ਨਿਤ ਪਵੰਨਿ ॥
گھر گھر ایہو پاہچا سدرہی نِت پاون-
اخبار خروج از این دنیا به خانه پشت سر هم می رسد و هر روز با مردم تماس می گیرد.

ਸਦਣਹਾਰਾ ਸਿਮਰੀਐ ਨਾਨਕ ਸੇ ਦਿਹ ਆਵੰਨਿ ॥੪॥੧॥
سدنہارا سمرئیئی نانک سی ده آون-
ای نانک، ما باید با محبت خدا را یاد کنیم که همه ما را فرا می خواند، زیرا روز رحلت ما نیز نزدیک است.

ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥
راگ آسا، مہلہ ١.
راگ آسا، اولین گورو:

ਛਿਅ ਘਰ ਛਿਅ ਗੁਰ ਛਿਅ ਉਪਦੇਸ ॥
چھیا گھر چھیا گُرو چھیا اُپدیس-
شش شاستراس، شش معلم و شش دکترین وجود دارد:

ਗੁਰੁ ਗੁਰੁ ਏਕੋ ਵੇਸ ਅਨੇਕ ॥੧॥
گُرو گُرو ایک ویس انیک-
اما معلم همه معلمان خود خداست به اشکال بی شمار.

ਬਾਬਾ ਜੈ ਘਰਿ ਕਰਤੇ ਕੀਰਤਿ ਹੋਇ ॥
بابا جی گھر کرتی کیرت ہوئی-
ای برادر، در آن مکان یا جماعت مقدسی که در آن سرود های خالق خوانده می شود، بمان.

ਸੋ ਘਰੁ ਰਾਖੁ ਵਡਾਈ ਤੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
سو گھر راکھو دائی توئی- رہاؤ-
و در آن جماعت مقدس بمانید; شکوه تو در آن است.

ਵਿਸੁਏ ਚਸਿਆ ਘੜੀਆ ਪਹਰਾ ਥਿਤੀ ਵਾਰੀ ਮਾਹੁ ਹੋਆ ॥
وسوئی چسیا گھریا پہرا تھتی واری ماہو ہوا
چندین ثانیه، دقیقه، ساعت، روز، هفته و ماه وجود دارد،

ਸੂਰਜੁ ਏਕੋ ਰੁਤਿ ਅਨੇਕ ॥
سورج ایکو رت انیک۔
و در یک سال فصول مختلفی وجود دارد که همه از یک خورشید سرچشمه می گیرند

ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕੇ ਕੇਤੇ ਵੇਸ ॥੨॥੨॥
نانک کرتی کی کیتی ویس۔
ای نانک، به همین ترتیب، مظاهر خالق بی‌شماری است، اما او یکتا است.

ਰਾਗੁ ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧ ॥
راگ دھناسری، مہلہ ١.
راگ داناساری، اولین گورو:

ਗਗਨ ਮੈ ਥਾਲੁ ਰਵਿ ਚੰਦੁ ਦੀਪਕ ਬਨੇ ਤਾਰਿਕਾ ਮੰਡਲ ਜਨਕ ਮੋਤੀ ॥
گگن میں تھال راو چند دیپک بنی تارکا مندل جنک موتی۔
خداوندا، همه خلقت در حال عبادت تو هستند، آسمان مانند بشقاب است که خورشید و ماه در آن مانند دو چراغ و خوشه های ستارگان مانند مروارید هستند.

ਧੂਪੁ ਮਲਆਨਲੋ ਪਵਣੁ ਚਵਰੋ ਕਰੇ ਸਗਲ ਬਨਰਾਇ ਫੂਲੰਤ ਜੋਤੀ ॥੧॥
دھوپ ملانلو پوان چھاورو کری سگل بنرائی فولنت جوتی
هوای خوش کوهستان مالایی مانند بخور است، باد موافق مانند چاوار کیهانی است و کل پوشش گیاهی گل هایی را برای آرتی عرضه می کنند.

ਕੈਸੀ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥ ਭਵ ਖੰਡਨਾ ਤੇਰੀ ਆਰਤੀ ॥
کیسی آرتی ہوئی۔ بھاو کھنڈنا تیری آرتی۔
ای نابود کننده ترس از تولد و مرگ، چه عبادت شگفت انگیزی از تو انجام می شود؟

ਅਨਹਤਾ ਸਬਦ ਵਾਜੰਤ ਭੇਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
انہتا سبد واجنت بھیری۔ رہاؤ
صدای مداوم ضربان قلب تمام موجودات زنده مثل صدای طبل‌هایی است که در کاروان شما نواخته می‌شود

ਸਹਸ ਤਵ ਨੈਨ ਨਨ ਨੈਨ ਹਹਿ ਤੋਹਿ ਕਉ ਸਹਸ ਮੂਰਤਿ ਨਨਾ ਏਕ ਤੁੋਹੀ ॥
سہس توا نین نان نین ہی توہی کاؤ۔ سہس مورت ننا اک توہی۔
خدایا تو هزاران چشم داری (چون همه را فرا گرفته ای) اما از خودت چشمی نداری. شما هزاران شکل دارید، اما هیچ شکل خاصی از خودتان ندارید.
ਸਹਸ ਪਦ ਬਿਮਲ ਨਨ ਏਕ ਪਦ ਗੰਧ ਬਿਨੁ ਸਹਸ ਤਵ ਗੰਧ ਇਵ ਚਲਤ ਮੋਹੀ ॥੨॥
سہس پد بمل نن اک پد گندھ بن۔ سہس توا گندھ ویو چلت موہی۔
تو هزاران پای پاک داری، اما بی شکلی، پا نداری، و هزاران بینی داری، با این حال بینی نداری. این نمایشنامه های شگفت انگیز شما مرا جذب می کند.

ਸਭ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਜੋਤਿ ਹੈ ਸੋਇ ॥
سبھ مہ جوت جوت ہی سوئی-
نوری که در همه جاری است همان نور عالی خداوند است.

ਤਿਸ ਦੈ ਚਾਨਣਿ ਸਭ ਮਹਿ ਚਾਨਣੁ ਹੋਇ ॥
تس دی چانن سبھ مہ چانن ہوئی-
نور که ذهن همه را روشن می‌کند همان نور الهی است.

ਗੁਰ ਸਾਖੀ ਜੋਤਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥
گُرو ساکھی جوت پرگٹ ہوئی-
اما نفوذ این نور الهی در همه چیز تنها از طریق تعالیم استاد مذهبی آشکار می‌شود.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੁ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥੩॥
جو تس بھاوی سو آرتی ہوئی-
بنابراین، پذیرفتن آنچه خدا را خوشنود می‌سازد، اصل حقیقی اوست (عبادت).

ਹਰਿ ਚਰਣ ਕਵਲ ਮਕਰੰਦ ਲੋਭਿਤ ਮਨੋ ਅਨਦਿਨੋ ਮੋਹਿ ਆਹੀ ਪਿਆਸਾ ॥
ہر چرن کوال مکرند لوبھت من اندینو موہی آہی پیاسا-
ای خدا، دل من در انتظار نام پاک تو است؛ من همیشه تشنه شهد نام تو هستم، مانند زنبوری که برای گل نیلوفر به کار می‌رود.

ਕ੍ਰਿਪਾ ਜਲੁ ਦੇਹਿ ਨਾਨਕ ਸਾਰਿੰਗ ਕਉ ਹੋਇ ਜਾ ਤੇ ਤੇਰੈ ਨਾਇ ਵਾਸਾ ॥੪॥੩॥
کرپا جل دےہ نانک سارنگ کاؤ ہوئی جا تی تیرے نا-ئی واسا-
خداوندا بر سارنگ نانک رحمت فرما و شهد نامت را برکت ده تا در نام تو بمانم.

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥
راگ گائوڑی پوربی، مہلہ ۴.
راگ گاری پوربی، گورو چهارم:

ਕਾਮਿ ਕਰੋਧਿ ਨਗਰੁ ਬਹੁ ਭਰਿਆ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਖੰਡਲ ਖੰਡਾ ਹੇ ॥
کام کروڈھ نگر بھو بھریا. مل صادھو کھنڈل کھند ہی-
این بدن انسان مملو از شهوت و خشم است، این رذایل تنها با ملاقات و پیروی از آموزه های گورو واقعی از بین می رود.

ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਤ ਲਿਖੇ ਗੁਰੁ ਪਾਇਆ ਮਨਿ ਹਰਿ ਲਿਵ ਮੰਡਲ ਮੰਡਾ ਹੇ ॥੧॥
پورب لکھت لکھی گُرو پائیا من ہر لیو مندل مندا ہی-
کسی که طبق سرنوشت از پیش تعیین شده با گورو ملاقات می کند، ذهنش با عشق خدا هماهنگ می شود.

ਕਰਿ ਸਾਧੂ ਅੰਜੁਲੀ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥
کر صادھو انجولی پن وڈا ہی۔
ای برادر، با فروتنی به معلم مذهبی تعظیم کن، این کار خیلی شایسته‌ای است،

ਕਰਿ ਡੰਡਉਤ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
کر دند-وٹ پن وڈا ہی۔ رہاؤ۔
در برابر او تعظیم کن، این عمل نیکو است.

ਸਾਕਤ ਹਰਿ ਰਸ ਸਾਦੁ ਨ ਜਾਣਿਆ ਤਿਨ ਅੰਤਰਿ ਹਉਮੈ ਕੰਡਾ ਹੇ ॥
ساکت ہر رس ساد نہ جانیا۔ تن انتر ہومئ کنڈا ہی۔
بدخواهان بی‌ایمان، طعم گوهر متعالی نام خدا را نمی‌دانند، زیرا خودپرستی مانند خاری در اعماق آنها نهفته است.

ਜਿਉ ਜਿਉ ਚਲਹਿ ਚੁਭੈ ਦੁਖੁ ਪਾਵਹਿ ਜਮਕਾਲੁ ਸਹਹਿ ਸਿਰਿ ਡੰਡਾ ਹੇ ॥੨॥
جیو جیو چلہ چبھئے دکھ پاوہی جمکال سہہ سر دندا ہی۔
هرچه زندگی می کنند، خار نفس آنها را بیشتر می آزارد و شکنجه مرگ معنوی را بر سر خود می کشند.

ਹਰਿ ਜਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਣੇ ਦੁਖੁ ਜਨਮ ਮਰਣ ਭਵ ਖੰਡਾ ਹੇ ॥
ہر جن ہر ہر نام سمانی۔ دکھ جنم مرن بھاو کھنڈا ہی۔
اما بندگان خدا در نام او غوطه ور می مانند و غم و اندوه تمام زندگی آنها، از تولد تا مرگ، ریشه کن می شود.

ਅਬਿਨਾਸੀ ਪੁਰਖੁ ਪਾਇਆ ਪਰਮੇਸਰੁ ਬਹੁ ਸੋਭ ਖੰਡ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਹੇ ॥੩॥
ابھناسی پُرخ پائیا پرمیسر بہو سوبھ کھنڈ برہمندا ہی۔
آنان به این حقیقت پی برده‌اند که خدای متعال در تمام عالم نفوذ کرده است و آوازه‌شان در همه جا پخش شده است.

ਹਮ ਗਰੀਬ ਮਸਕੀਨ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੇ ਹਰਿ ਰਾਖੁ ਰਾਖੁ ਵਡ ਵਡਾ ਹੇ ॥
ہم گریب مسکین پربھ تیری ہر راکھ راکھ وڈا ہی۔
خدایا ما عاجز و حلیم ولی باز هم مال تو و تو بزرگ ترین بزرگان هستی ما را از این بدی ها حفظ کن

ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਟੇਕ ਹੈ ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਹੀ ਸੁਖੁ ਮੰਡਾ ਹੇ ॥੪॥੪॥
جان نانک نام ادھار تیک ہے۔ ہر نامے ہی سُکھ مندا ہے۔
ای نانک که تنها رزق و تکیه گاه او در زندگی نام است، به واسطه نام از سعادت معنوی برخوردار است.

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥
راگ گائوڑی پوربی، مہلہ ۵.
راگ گاری پوربی، گورو پنجم:

ਕਰਉ ਬੇਨੰਤੀ ਸੁਣਹੁ ਮੇਰੇ ਮੀਤਾ ਸੰਤ ਟਹਲ ਕੀ ਬੇਲਾ ॥
کرو بیننتی سنہو میرے میتا۔ سنت تہل کی بیلا۔
ای دوستان من، گوش کنید! من به شما تسلیم می‌کنم که این زندگی انسانی تنها فرصتی است برای پیروی از آموزه‌های گورو.

ਈਹਾ ਖਾਟਿ ਚਲਹੁ ਹਰਿ ਲਾਹਾ ਆਗੈ ਬਸਨੁ ਸੁਹੇਲਾ ॥੧॥
ایہاں کھات چلہو ہر لاہا۔ آگے بسن سہیلہ۔
زندگی انسان فرصتی است برای کسب نام خدا تا در جهان پس از آن آرام باشید.

ਅਉਧ ਘਟੈ ਦਿਨਸੁ ਰੈਣਾਰੇ ॥
آؤ دھ گھٹائی دنس رینارے۔
زندگی هر روز و شب در حال زوال است:

ਮਨ ਗੁਰ ਮਿਲਿ ਕਾਜ ਸਵਾਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
من گُرو مل کاج سوارے۔ رہاؤ
از این رو، با پیروی از تعالیم گورو به هدف زندگی خود می‌رسیم.

ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਬਿਕਾਰੁ ਸੰਸੇ ਮਹਿ ਤਰਿਓ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ॥
اہ سنسار بکار سنسے مہ تریئو برہم گیانی۔
این دنیا پر از شرارت و بدبینی است و تنها حکمت الهی قادر است که بر اقیانوس شرارت‌ها شنا کند.

ਜਿਸਹਿ ਜਗਾਇ ਪੀਆਵੈ ਇਹੁ ਰਸੁ ਅਕਥ ਕਥਾ ਤਿਨਿ ਜਾਨੀ ॥੨॥
جسہی جگا-ئے پیاوے اہ رس اکتھ کتھا تن جانی۔
کسی که خداوند او را از خواب غفلت دنیوی بیدار کند و به نوشیدن اکسیر نعم کمک کند، فضایل وصف ناپذیر خداوند را درک می کند.

ਜਾ ਕਉ ਆਏ ਸੋਈ ਬਿਹਾਝਹੁ ਹਰਿ ਗੁਰ ਤੇ ਮਨਹਿ ਬਸੇਰਾ ॥
جا کاؤ آئے سوئے بھیاجھو ہر گرو تی منہ بسیرا۔
ای دوستان من فقط آن ثروتی را جمع آوری کنید که برای آن به این دنیا آمده اید. تنها از طریق گورو است که خدا در ذهن فرد تجلی می یابد.

ਨਿਜ ਘਰਿ ਮਹਲੁ ਪਾਵਹੁ ਸੁਖ ਸਹਜੇ ਬਹੁਰਿ ਨ ਹੋਇਗੋ ਫੇਰਾ ॥੩॥

نج گھر محل پائو سُکھ سہجی بہور نہ ہوئ و فیرا۔

به طور شهودی حضور خدا را در درون خود درک کنید، دیگر به چرخه های تولد و مرگ محول نخواهید شد

ਅੰਤਰਜਾਮੀ ਪੁਰਖ ਬਿਧਾਤੇ ਸਰਧਾ ਮਨ ਕੀ ਪੂਰੇ ॥

انترجامی پُرخ بدھاتی سردھا من کی پوری۔

ای خالق همه‌چیز، ای خدا، خواهش می‌کنم آنچه را که در دلم می‌گذرد برآورده اش کنید،

ਨਾਨਕ ਦਾਸੁ ਇਹੈ ਸੁਖੁ ਮਾਗੈ ਮੋ ਕਉ ਕਰਿ ਸੰਤਨ ਕੀ ਧੂਰੇ ॥੪॥੫॥

نانک داس اِہی سُکھ ماگی موں کاؤ کر سنتن کی دوری۔

و مرا فروتن‌ترین بنده‌ی قدیسین خود قرار دهید، فداکار شما ناناک، فقط برای این خوشبختی دعا می‌کند.

ਅਰਦਾਸ

ارداس

دعا

੧ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ॥

ایکوانکار؛ واهی گورو جی کی فاتح

خدا یکتاست. تمام پیروزی ها از آن گورو شگفت انگیز (خدا) است

ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

سری بهاگوتی جی ساهی .

شاید شمشیر احترام شده (خداوند در قالب ویرانگر بدکاران) به ما کمک کند!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੌਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦||

وار سری بهاگوتی جی کی پاتشاهی دسوی.

قصیده شمشیر محترم که توسط گورو دهم خوانده شده.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੌਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ॥

پریتم بهاگوتی سیمارکی؛ گورونانک لیی دهایی.

ابتدا شمشیر را به یاد آورید (خداوند در شکل نابودگر بدکاران). سپس نانک را به یاد آورید (درباره سهم معنوی او درنگ کنید)

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ॥

انقد گر تی آمرداس؛ رامداسی هوییی ساهی.

سپس گورو آنگاد، گورو آمار داس و گورو رام داس را به خاطر بسپارید و در مورد آنها فکر کنید. شاید (که آنها به ما کمک کنند! (درباره سهم معنوی آنها صحبت کنید

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੋ ਸਿਮਰੌ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ॥

ا رجن هرگوبند نه سمرو سری هر رای

گورو ارجان، گورو هارگوبیند و گورو محترم هار رای را به خاطر بسپارید و در مورد آنها فکر کنید. (درباره سهم معنوی آنها صحبت کنید))

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ॥

سری هرکرشن دیائی جس دیتهی سب دکه جائی

گورو محترم هار کریشان را به یاد بیاورید و در مورد او فکر کنید که با دیدن او همه دردها از بین می رود. (درباره سهم معنوی آنها صحبت کنید)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ॥
تیگ بہادر سمرئیئی گھر نو ندھ آوے دھائی
یاد داشته باشید گورو تیک بهادر و بعد نه منبع ثروت معنوی با عجله به خانه ات میاید به

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥
سب ٹھائی ہوئی سہائی
خدای من! با نشان دادن راه به ما در همه جا به کمک ما بشتابید.

ਦਸਵਾਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ! ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥
دسواں پاتشاہ گرو گوبند سنگھ جی سبھ ٹھائی ہوئی سہائی
گورو گوبایند سینگ، دهمین گوروی معروف خود را به یاد آورید و به خدمت روحانی خود ادامه دهید.
خدای من! با نشان دادن راه به ما در همه جا به کمک ما بشتابید.

ਦਸਾਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀਆਂ ਦੀ ਜੋਤ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਪਾਠ ਦੀਦਾਰ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!
دسہ پاتساہیا دی جوت سری گرو گرنتھ ساہب جی، دے پاٹھ دیدار دا دھیان دھر کے بولو جی واہیگورو

به نور الهی ده پادشاه موجود در گورو گرانیت صاحب محترم فکر کنید و در آن تعمق کنید و افکار خود را به تعالیم الهی تبدیل کنید و از دیدن گورو گرانیت صاحب لذت می برند؛(خداوند متعال!)

ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਚੌਹਾਂ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ, ਚਾਲ੍ਹੀਆਂ ਮੁਕਤਿਆਂ, ਹਠੀਆਂ ਜਪੀਆਂ, ਤਪੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ, ਵੰਡ ਛਕਿਆ, ਦੇਗ ਚਲਾਈ, ਤੇਗ ਵਾਹੀ, ਦੇਖ ਕੇ ਅਣਡਿੱਠ ਕੀਤਾ, ਤਿਨ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਸਚਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ, ਖਾਲਸਾ ਜੀ ! ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!
پنجہ پیاریا، چوہا ساحبزادیا، چلیا مختیا، ہٹیا، جوپیا، ٹوپیا، جینا نم جوپیا، وند شکیا، دیگ چلائی، تیگ واہی، دیکھ کے اندھت کیتا، تھینہ پیاریا، سچیاریا دی کمائی، دا دھیان دھر کے بولو جی واہیگورو

به اعمال پنج عزیز کشته شده ، از چهار پسر (گورو گوبند سینگ)؛ از چهل شهید؛ از سیک‌های شجاع مصمم، از مریدان غوطه‌ور در رنگ ناعام؛ از کسانی که جذب در ناعام؛ از کسانی که به یاد ننام و در حال اشتراک در خوراک خود را؛ از کسانی که شروع به جورکردن آشپزخانه‌های رایگان کردن؛ از کسانی که دست به دست زدن به شمشیر؛ از کسانی که از کاستی‌های دیگران چشم پوشی می‌کردند؛ همه کسانی که ذکر شد پاک و واقعا اختصاص یافته‌اند؛ فکر کنید. کامل واهی گورو، (خداوند شگفت انگیز!)

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

جینا سنگا سنگھنیا نے دھرم حیت سیس دیتے، بند بند کٹائی، کھوپریا لہاییا، چارکریا تے چڑھے، آریا نال چڑھائے گئے، گردوارئیا دی سیوا لئے قربانیا کیتیاں، دھرم نہیں ہاریے، سکھی کیسا سواسا نال نباہی، تینا دی کمائی دا دھیان دھر کے بولو جی واہیگورو

به خدمات منحصر به فرد آن مردان و زنان شجاع سیک که سرهای خود را فدا کردند اما دین سیک خود را تسلیم نکردند، فکر کنید و به یاد بیاورید. که خود را از هر یک از مفاصل بدن تکه تکه کردند. چه کسانی پوست سر خود را برداشتند. که بر روی چرخ ها بسته شدند و می چرخانند و تکه تکه می شدند. کسانی که با اره بریده شدند. کسانی که زنده پوست شدند. کسانی که خود را فدا کردند تا حرمت گوردواراس را حفظ کنند. که ایمان سیک خود را ترک نکردند. که مذهب سیک خود را حفظ کردند و موهای بلند خود را تا آخرین نفس حفظ کردند. گورو کامل واهی (خدای شگفت انگیز)

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

سارے تختہ سربت گردواریا دا دھیان دھر کے بولو جی واہیگورو.

به همه جایگاه‌های دین سیک و تمام گوردواره‌ها توجه کنید؛ به خدا سوگند بخورید!

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

پرمے سربت خالصا جی کی ارداس ہے جی، سربت خالصا جی کو واہیگورو واہیگورو واہیگورو چٹ آوے چٹ آون کا صدقہ سرب سکھ ہووے

اول از همه خالصه صاحب این دعا را می‌کند که نام تو را یاد کنند و تمام لذات و راحتی‌ها از این طریق چنین یادآوری حاصل شود.

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, ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

جہاں جہاں خالصا جی ساحب، تہاں تہاں روچھیا ریاہت، دیگ تیگ فتح، بیرا کی پیج، پنتھ کی جیت، سری ساحب جی سہائی خالص جی کو بول بالے، بولو جی واہیگورو

هر جا که خالصه محترم حضور دارد، حمایت و لطف خود را عنایت می فرماید. شاید آشپزخانه و شمشیر رایگان هرگز شکست نخورند. آبروی فدائیان خود را حفظ کنید. اعطای پیروزی به مردم سیک. شاید که شمشیر محترم همیشه به کمک ما بیاید. شاید که خالصه همیشه افتخار داشته باشد. گورو کامل واهی(خدای شگفت انگیز)!

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, ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!

سِکھانو سِکھی دان، کیش دان، رہت دان، بِبیک دان، بھروسا دان، دانا سر دان نام دان، چونکیا جھنڈے بُنگے جُگو جُگ اِٹّل، دھرم کا جیٔ

با مهربانی به سیک ها هدیه ای از قبیل سیک ها، دادن موهای بلند، به آنها برای رعایت قوانین سیک، موهبت دانش الهی، موهبت ایمان راسخ، موهبت اعتقاد، و بزرگترین هدیه نام اعطا کنید. خدایا! شاید در این میان، گروه‌های کر، خانه‌ها، و پرچم‌ها برای همیشه وجود داشته باشند؛ شاید حقیقت همیشه پیروز شود؛ خداوند متعال.

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

سِکھا دا من نیوا، مت اُچی، مت پت دا راکھا آپ واہیگورو

خدایا! باشد که ذهن همهٔ سیک‌ها متواضع و حکمشان والا باشد! تو محافظ حکمت هستی.

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

(ھے نمنیا دے مان، نتنیا دے تان، نیوتیا دی اوت، سچے پِتا واہیگورو (آپ دی حضور...دی ارداس ہے جی

ای پدر حقیقی، ای واهه گورو! تو افتخار فروتنان، قدرت درماندگان، پناه بی پناه هستی، ما فروتنانه در حضور تو دعا می‌کنیم.

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

اکھر واڈا گھٹا بھول چک معاف کرنی، سربت دے کارج راس کرنی.

از اشتباهات و خطاهای ما در خواندن دعای فوق معذرت بخواهید. با مهربانی به اهداف همه رسیدگی کنید.

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

سی پیارے میل، جنا ملیا تیرا نام چت آوی، نانک نام چرھی کالا، تیرے بھانی سربت دا بھلا

با مهربانی ما را با آن فداییان واقعی ملاقات کن که ممکن است نام تو را به یاد آوریم و در آن فکر کنیم.
خدایا! از طریق گورو ناناک واقعی، باشد که نام شما برافراشته شود و همه مطابق میل شما موفق شوند.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

واہیگورو جی کا خالصا، واہیگورو جی کی فتح

خالصه متعلق به خداست و تمام پیروزی ها پیروزی خداست

فلسفه برای سفر

فلسفه سیکیسم با منطق، جامعیت و رویکرد «بدون نقص» آن به دنیای مادی و معنوی مشخص می‌شود. این واژه به سادگی به کار می‌رود. در اخلاق سیک تعارضی بین وظیفه فرد نسبت به خود و نسبت به جامعه (سنگات) وجود ندارد. سیک قدیمی مذهب جهان است که توسط گورو ناناک در حدود 500 سال پیش تاسیس شده است. این نظریه بر باور به وجود مطلق و آفریدگار (وهاگورو) جهان تاکید دارد. این کتاب یک مسیر مستقیم ساده به سوی سعادت ابدی ارائه می دهد و پیام عشق و برادری جهانی را پخش می کند. سیخیسم به شدت یک اعتقاد توحیدی است و خدا را به عنوان تنها خدایی که در معرض محدودیت زمان یا فضا نیست، به رسمیت می شناسد. سیخیسم معتقد است که تنها یک خدا وجود دارد که خالق، پایدار، ویرانگر و شکل انسان نیست. نظریه تجسم هیچ جایی در سیک ها ندارد. برای خدایان و الهه‌ها و دیگر خدایان هیچ ارزشی قائل نیست.

مذهب و اخلاقیات در سیکیسم با هم ترکیب می شوند. برای پیشرفت روحانی باید خصوصیات اخلاقی را در خود پرورش داد و در زندگی روزمره از فضایل بهره جست. خصوصیاتی همچون صداقت، دلسوزی، سخاوت، صبر و فروتنی را فقط می‌توان با پشتکار و تلاش بنا کرد. زندگی گورهای بزرگ ما منبع الهام در این مسیر است.

دین سیک تعلیم می دهد که هدف از زندگی انسان شکستن چرخه تولد و مرگ و ادغام با خدا است. این امر می‌تواند با پیروی از آموزه‌های گورو، مراقبه نام مقدس (نام خدا) و انجام اعمال خدمات و خیریه انجام شود.

نعم مارگ تاکید می‌کند که هر روز خدا را به یاد می‌آورد. یکی باید کنترل پنج احساس Loabh (خشم)، Krodh (میل)، Kam، غرور) برای رسیدن به رستگاری. اتحاد آداب و رسوم روزمره مانند روزه (Ahankar دلبستگی دنیوی) و Moh (حرص و طمع)، داری و زیارت، نشانه ها و ریاضت ها در دین سیک رد. هدف زندگی انسان ادغام با خدا است و این امر با پیروی از آموزه های گورو گرانیت صاحب تحقق می یابد. سیخیسم بر مارگ باگاتی یا راه از خودگذشتگی تاکید دارد. با این حال، این کتاب اهمیت جیان مارگ (راه دانش) و کرم مرگ (راه عمل) را تشخیص می‌دهد. این کتاب برای رسیدن به هدف روحانی‌اش، تاکید زیادی بر نیاز به دریافت فیض خدا می‌گذارد.

سیک یک دین مدرن، منطقی و عملی است. زندگی خانوادگی معمولی (Grahest) مانعی برای نجات نیست. برای دستیابی به رستگاری، تجرد یا طرد دنیا ضروری نیست. ممکن است در میان سختی‌ها و وسوسه‌های دنیوی جدا از هم زندگی کنیم. یک فرد فداکار باید در دنیا زندگی کند و در عین حال سرش را بالاتر از تنش و آشوب معمول نگه دارد. او باید یک سرباز عالم و مقدس برای خدا باشد.

سیکیسم یک «مذهب سکولار» و یک جهان وطنی است و از اینرو تمام تمایزات مبتنی بر طبقه اجتماعی, کیش, نژاد یا جنسیت را رد می کند. این باور وجود دارد که همه انسان‌ها در چشم خدا برابر هستند. گورس بر برابری زنان تاکید کرد و عمل سوزاندن زنان و نوزادان و ساتی (سوزاندن بیوه) را رد کرد. آنها همچنین ازدواج مجدد بیوه زنان را فعالانه تبلیغ کرده و سیستم خرید (زنان با حجاب) را رد می کنند. برای این که ذهن انسان بر او متمرکز شود، باید بر نام مقدس او (نعم) تعمق کرد و اعمال خیر و خدمت به او انجام داد. کسب درآمد از طریق کار صادقانه (کیرات کارنا) و نه از طریق گدایی یا نادرست، یک کار شرافتمندانه محسوب می شود. وند چاکنا، به اشتراک گذاری با دیگران، نیز یک مسئولیت اجتماعی است. انتظار می رود که فرد 10 درصد درآمدش را از طریق این صندوق به افراد نیازمند کمک کند. سوآ، خدمات اجتماعی نیز بخشی جدایی ناپذیر از سیک‌ها است. آشپزخانه جامعه آزاد (لانگار) که در هر گردواره یافت می‌شود و برای همه مردم از همه ادیان باز است، یک بیان از این خدمات اجتماعی است.

دین سیک طرفدار خوش بینی و امید است. ایدئولوژی بدبینی را نمی‌پذیرد. گورو معتقد بود که این زندگی هدف و مقصودی دارد. این فرصت را برای خود و خدا درک می‌کند. به علاوه، انسان مسئول اعمال خود است. او نمی‌تواند مدعی مصونیت از نتایج اقدامات خود شود. پس باید در کاری که می‌کند بسیار هوشیار باشد.

کتاب مقدس سیک، گورو گرنت صاحب، یک گورو ابدی است. این تنها دینی است که به کتاب مقدس وضعیت آموزگارانی مذهبی بخشیده‌است. در دین سیک جایی برای یک انسان زنده گوروی (دهدهاری) وجود ندارد.

با تشکر از

قش زن در آیین سیک

نقش زنان

اصول سیکسیسم بیان می‌کند که زنان هم همان روح مردان را دارند و هم دارای حق برابر برای تقویت معنویت خود هستند. آنها می‌توانند جماعات مذهبی را رهبری کنند، در مسیر آکند (خواندن مستمر کتاب مقدس)، قرتان (خواندن جماعت سرودهای مذهبی)، و در مقام کاهن اعظم کار کنند. آنها می‌توانند در تمام فعالیت‌های مذهبی، فرهنگی، اجتماعی و سکولار شرکت کنند. سیک از اولین مذاهب بزرگ جهان بود که برابری مردان و زنان را نشان دادند. گورو ناناک، در مورد برابری جنسیتی موعظه می کرد و گورهایی که جانشین او شدند، زنان را تشویق می کردند تا در همه فعالیت های عبادت و تمرین سیک شرکت کنند.

صاحب گورو گرانت صاحب می گوید:

«زنان و مردان همه به دست خدا آفریده شده‌اند. همه این‌ها نمایش خداست. ناناک می گوید، تمام خلقت تو خوب و مقدس است» -***SGGS*** .304

تاریخ سیک نقش زنانی را به تصویر کشیده است که در خدمت، ایثار، فداکاری، و شجاعت برابر مردان به تصویر کشیده شده اند. نمونه‌های زیادی از شان اخلاقی، خدمت و فداکاری زنان در سنت سیک نوشته شده‌است.

بر اساس نظر سیک‌ها، مردان و زنان دو روی یک سکه هستند. در سیستم روابط و وابستگی متقابل که در آن مرد از زن متولد می‌شود و زن از نسل مرد متولد می‌شود. بر اساس عقاید سیکسیسم، یک مرد بدون زن نمی‌تواند در زندگی خود احساس امنیت و کامل کند و موفقیت یک مرد به عشق و حمایت زنی که زندگی‌اش را با او شریک می‌سازد، و بالعکس ارتباط دارد. گورو ناناک می گوید:

"[این] زنی است که مسابقه را ادامه می دهد» و ما نباید «زنان را ملعون و محکوم کنیم [هنگامی] که از زن رهبران و پادشاهان به دنیا می آیند.»***SGGS*** صفحه 473.

رستگاری: نکته مهمی که برای بالا بردن آن اهمیت دارد این است که آیا یک دین، زنان را قادر به دستیابی به رستگاری، تحقق خدا در اینجا یا بالاترین قلمرو روحانی می‌داند. گورو گرانت صاحب می‌گوید:

«در همه موجودات خداوند همه جا را فرا گرفته است، خداوند همه شکل‌های مرد و زن را فرا می‌گیرد» (گورو گرانت صاحب، 605).

در بیانیه بالا از گورو گرانت صاحب، نور خدا به طور مساوی بین دو زن و مرد قرار گرفته است. بنابراین، هم مردان و هم زنان می‌توانند با پیروی از آموزه‌های گورو به رستگاری مساوی دست یابند. در بسیاری از ادیان، زن به عنوان مانع معنویت مرد تلقی می‌شود، اما نه در سیگیسیم. گورو این را رد میکند. آلیس باسارکه در کتاب ‹افکار جاری در مورد سیک‌ها› می‌گوید:

«اولین گورو، زن را با مرد مقایسه کرد... زن، مانعی برای مرد نبود، بلکه شریکی برای خدمت به خدا و نجات یافتن بود».

گورو ناناک، گراحستها را وصیت کرد - زندگی یک صاحب خانه، به جای مجرد بودن و کناره‌گیری، زن و :ازدواج شوهر شریک و وفاداری برابر با هر دو بود. در آیات مقدس، سعادت خانگی به عنوان یک آرمان و ازدواج مطرح شده‌است که استعاره‌ای دووجهی برای ابراز عشق به خدا ارائه می‌کند. بهای گورداس، شاعر سیک های اولیه و یک مفسر موثق دکترین سیک، خراج زیادی به زنان می پردازد. او می‌گوید:

یک زند در خانه پدری اش بسیار محبوب است که پدر و مادرش او را خیلی دوست دارند. در خانه ی شوهر خواهرش, او ستون خانواده است, ضامن خوشبختی و سعادت آن... شریک شدن در حکمت معنوی و روشنگری و با ویژگی های برجسته ای که از یک زن، نیمی دیگر از مرد، او را به درب آزادی همراهی می کند. (**V**Varan**.**16)

وضعیت برابر: برای اطمینان از وضعیت مساوی بین مردان و زنان، گورو ها هیچ تمایزی بین دو جنس در زمینه شروع، آموزش یا مشارکت در فعالیت های سنگات (یاران مقدس) و پانگات (خوردن با هم) قائل نشد. بر اساس گزارش‌های Sarup Das Bhalla، ماهما پراکاش، گورو عمار داس استفاده از حجاب توسط زنان را رد کرد. او زنانی را برای نظارت بر برخی از جوامع شاگردان تعیین کرد و بر ضد رسوم ساتی‌ها موعظه کرد. تاریخ سیک نام چندین زن را ثبت کرده است؛ از جمله ماتا گوجری مای باگو، ماتا سانداری، رانی صاحب کائور، رانی سادا کوار و ماهارانی جیند کوار که نقش های مهمی در رویدادهای زمان خود بازی کرده اند.

آموزش و پرورش: آموزش و پرورش در سیک‌ها بسیار مهم تلقی می‌شود. این کلید موفقیت هر کسی است. این یک روند توسعه شخصی است و به همین دلیل است که معلم سوم بسیاری از مدارس را ایجاد کرده است. گورو گرانت صاحب می‌گوید:

.(831 همه دانش و تفکر الهی از طریق گورو به دست می‌آید» (گورو گرانث صاحب«

آموزش برای همه ضروری است و همه باید برای رسیدن به بهترین چیزی که می توانند، تلاش کنند. پنجاه و دو مبلغ سیک که توسط گورو سوم فرستاده شده بودند، زن بودند. دکتر موهیندر کوار گیل در کتاب «نقش و وضعیت زنان سیک» می‌نویسد:

».گورو عمار داس متقاعد شده بود که هیچ آموزه‌ای نمی‌تواند ریشه بگیرد مگر اینکه توسط زنان بومی پذیرفته شود**»**

محدودیت‌های لباس: جدا از الزام زنان به پوشیدن حجاب، سیک‌ها یک بیانیه ساده و در عین حال مهم در مورد پوشش می‌دهد. این در مورد همه سیک ها بدون توجه به جنسیت آنها صدق می کند. صاحب گورو گرانت صاحب می گوید:

از پوشیدن آن لباس‌هایی که بدن در آن معذب است و ذهن از افکار بد پر شده، » بپرهیزید**.» SGGS** صفحه **16**

بنابراین سیک‌ها متوجه می‌شوند که چه نوع لباس‌هایی ذهن را از افکار شیطانی پر می‌کند و باید از آن‌ها اجتناب کنند. از زنان سیک انتظار می رود که با قرپان (شمشیر) و دیگران از خود دفاع کنند و این برای زنان منحصر به فرد است؛ زیرا این نخستین بار در تاریخ است که از زنان انتظار می رود که از خود دفاع کنند و آنها انتظار نمی رود که برای محافظت فیزیکی وابسته به مردان باشند.

نقل قول های **::SGGS**«در زمین و در آسمان، من هیچ ثانیه ای نمی بینم. در میان تمام زنان و مردان، نور او می‌درخشد. صفحه 223. از زن، مرد متولد می‌شود؛ توسط، مرد زن حامله می‌شود؛ به زن نامزد می‌شود و ازدواج می‌کند. زن دوست او می‌شود؛ از طریق زن، نسل‌های آینده می‌آیند. هنگامی که زن او می‌میرد، او به دنبال زن دیگری می گردد و او

به زن‌ها وابسته است. پس چرا برایش شمیگی بد؟ از او، پادشاهان متولد میشوند. از زن، زن متولد می‌شود، بدون زن، هیچ کس وجود نخواهد داشت. گورو ناناک، **SGGS**صفحه 473

در مورد مهریه: «پروردگارم! نام خود را به عنوان هدیه‌ی عروسی و مهریه‌ام به من بده.» شری گورو رام داس جی، صفحه 78، خط SGGS 18

در مورد رسم و رسومات این نوشته چنین آمده است: «بمان، عروس، بمان، نقاب بر چهره مگذار. در آخر، این حتی نصف صدفی هم برای شما نخواهد آورد. آن که پیش از تو چهره‌اش را می‌پوشاند؛ در جای پای او گام بر نمی‌داشت. تنها دلیلی که در حجاب چهره شما وجود دارد این است که چند روزی است که مردم می گویند، «چه عروس شریفی آمده است.» روبند تو باید درست باشه... فقط وقتی که فرار کنی... برقص و آواز حمد خدا را بخوان. – صفحه . 484، SGGS

زنان و تمام ارواح به شدت تشویق شدند که یک زندگی معنوی داشته باشند: «بیایید خواهران عزیز و همراهان روحانی من، مرا در آغوش خود بکشید. بیایید با هم متحد شویم و داستان‌هایی از شوهر قدرتمندمان، لرد تعریف کنیم.»-گورو ناناک، صفحه 17، ***SGGS***.

«دوست من، پوشیدن هر لباس دیگر شادی را خراب می‌کند، پوشیدن که به اندام و بدن آسیب می‌رساند و با افکار ناپاک ذهن را پر می‌کند»- ***SGGS*** صفحه 16

بیدار باش

عمامه همواره بخشی جدایی ناپذیر از یک سیک بوده و هست. از حدود سال 1500 میلادی و زمان گورو ناناک، بنیانگذار سیک ها، عمامه بر سر کرده است.

عمامه یا «پگری» که اغلب به «پگ» یا «دستار» خلاصه می‌شود، کلمات متفاوتی هستند که در همان مقاله به گویش‌های مختلف استفاده شده‌اند. همهٔ این کلمات به لباسی اطلاق می‌شود که مردان و زنان برای پوشاندن سر خود بر تن می‌کنند. چادری ای است متشکل از یک قطعه پارچه دراز شبیه شال که دور سر پیچیده شده است یا گاهی یک «کلاه» یا تکه ای درونی. به‌طور سنتی در هند، عمامه تنها توسط افراد با موقعیت‌های بالا در جامعه پوشیده می‌شد؛ مردانی با موقعیت پایین یا طبقات پایین‌تر مجاز به پوشیدن عمامه نبودند.

اگر چه نگه داشتن موهای بدون کوتاه توسط گورو گوبیند سینگ به عنوان یکی از پنج ک'ها یا پنج اصل از ایمان اجباری بود، اما از زمان شروع سیکیسم در سال 1469، ارتباط نزدیکی با سیخیسم داشت. سیک تنها مذهب در جهان است که در آن پوشیدن عمامه برای مردان بزرگسال اجباری است. اکثریت قریب به اتفاق کسانی که در کشورهای غربی عمامه بر سر می گذارند، سیک هستند. سیک پاگدی نیز دستار نامیده می شود. «دستار» یک واژه فارسی است. منظور از ‹دست خدا› برکت اوست.

سیک ها به خاطر عمامه های متعدد و متمایز خود معروف هستند. به طور سنتی، عمامه نشان دهنده احترام است و مدت ها است که فقط برای نجبا در نظر گرفته می شده است. در زمان تسلط مغول‌ها بر هند، تنها مسلمانان مجاز به استفاده از عمامه بودند. غیر مسلمانان اکیدا از پوشیدن یک پیراهن منع شده‌اند.

گورو گوبیند سینگ، در مخالفت با این تخلف مغول‌ها از تمام سیک‌های خود خواست که عمامه بپوشند. این کار به پاس معیارهای والای اخلاقی که برای پیروان خالصه اش در نظر گرفته بود، انجام می شد. او می‌خواست خالصه‌اش متمایز باشد و مصمم باشد «تا از بقیه جهان متمایز باشد». او می خواست آنها مسیر منحصر به فردی را دنبال کنند که توسط گوروس های سیک مشخص شده بود. از این رو، سیک‌های عمامه‌ای همیشه آن‌طور که گورو می‌خواسته از میان جمعیت بیرون آمده‌اند، زیرا او می‌خواسته که «سنت-سربازان» او نه تنها به راحتی قابل تشخیص باشد، بلکه به راحتی نیز پیدا شود.

وقتی یک مرد یا زن سیک عمامه ای را می بندد، عمامه دیگر تنها یک دسته پارچه نیست؛ زیرا در سر سیک هم یکی و یکسان می شود. عمامه و چهار اصل دینی دیگر که سیک ها آن را می پوشند، از نظر معنوی و زمانی دارای اهمیت بسیار زیادی هستند. با وجود اینکه نمادگرایی که در پوشیدن عمامه به کار می‌رود بسیار زیاد است - سلطنت، فداکاری، عزت نفس، شجاعت و تقوا، اما!، دلیل اصلی پوشیدن عمامه توسط سیک‌ها، نشان دادن عشق، اطاعت و احترام به بنیانگذار خالسا گورو گوباند سینگ است.

کلمات فوق روشنتر را باید با واژه‌ای دیگر جایگزین کرد. ممکن است ‹دلیلی برای›

«عمامه هدیه معلم ما به ماست. این گونه است که ما خود را به عنوان یک سین گان و کورا تاجگذاری می کنیم که بر روی تاج و تخت تعهد به آگاهی بالاتر خود ما نشسته اند. این هویت تصویری برای زنان و مردان یکسان حق و امتیاز و یکتایی را به همراه دارد. این نشانه‌ای است برای دیگران که ما در تصویر بی‌نهایت زندگی می‌کنیم و به خدمت به همه اختصاص داریم. عمامه هیچ چیزی رو به جز تعهد کامل نشون نمیده وقتی شما تصمیم می‌گیرید که با بستن دستار خود متمایز شوید، بدون ترس به عنوان یک فرد مجرد می‌ایستید که از جمعیت شش میلیارد نفری بیرون آمده است. این یک موضوع بسیار مهم است.» (به نقل از سیخنت)

فروتنی جوهر اصلی در سفر شما

تواضع یکی از جنبه‌های مهم سیک‌گرایی است. بر این اساس سیک‌ها باید در برابر خدا فروتن باشند. در پنجابی واژه‌هایی هستند که ارتباط نزدیکی با هم دارند. نیمراتا فضیلتی است ،فروتنی یا نیمراتا یا «خیرخواهی» ،«که به شدت در قبانی ترویج داده می‌شود. ترجمه این کلمه پنجابی «فروتنی است. کسی که حواسش پرت نشه با این فکر که اون بهتر یا مهمتر از یک نفر باشه «فروتنی»

منطقه مشکل - یک جمله صحیح در بالا نیست

این یک ویژگی مهم برای همه انسان ها برای پرورش است و بخش مهمی از ذهنیت سیک است و این کیفیت باید همیشه با سیک ها همراه باشد. چهار ویژگی دیگر در زرادخانه سیک عبارتند از:

حقیقت، رضایت (سنتوخ)، شفقت (دایا) و عشق (پیار).

این پنج ویژگی برای یک سیک ضروری است و وظیفه انها تفکر و خواندن گوربانی برای القای این فضیلت ها و تبدیل انها به بخشی از شخصیت انها است.

انچه گوربانی به ما می گوید:

«ثمره تواضع صلح و لذت بصری است. آنان با فروتنی همچنان به گنج پرشکوه خدا یعنی گنج تعالی می‌اندیشند. خدای آگاه در تواضع غوطه‌ور است. مردی که دلش از رحمت و فروتنی پایدار برخوردار است. سیک ها همچون کاسه گدایی در برابر خداوند فروتنی می کنند.»

گورو ناناک، اولین گورو از سیکیسم:

«گوش دادن و باور کردن با عشق و فروتنی در ذهن خود را با نام پاک کنید، در حرم مقدس عمیق درون.»- *SGGS* صفحه 4.

«دل خود را با گوشواره‌های خود نرم کنید، زانو بزنید و بر خاکستر خود تامل کنید.»-*SGGS* صفحهٔ 6.

در قلمرو تواضع، کلمه زیبایی است. در این مسجد اشکال گوناگون و بی مانندی از زیبایی به کار رفته است. صفحه 8.

«تواضع، فروتنی و درک بصری مادر زن و پدر زن من هستند» - *SGS* صفحه 152.

معنویت سوی به سفر

و هندو سیک، قدیسان گوروی از شعری ترکیب یک که است ابدی زنده گورو یک صاحب گرانت گورو
.شودمی داده هاهمهٔ انسان به آن طریق از که باشدمی خدا جانب از ای‌هدیه مجموعه این .است مسلمان
و الهی عدالت پایه بر که است ای جامعه **(Guru Granth Mahb)** صاحب گرانیت گورو در رویای
می احترام اسلام و هندویسم های‌نوشته به گرانت گرچه .است شده بنا ستمگری و سرکوب هیچ بدون
بسیار زنان صاحب گرانت گورو در .نیست دین دو این از یک هیچ با اخلاقی آشتی معنای به گذارد، اما
قرار مردان وضعیت همان در هم زنان .دارند مردان عنوان به مساوی های‌نقش و هستند احترام مورد
.باشند می آزادی به رسیدن برای برابر شانس با معنویت تقویت برای برابر حق دارای رو این از و دارند
های‌جماعت رهبری جمله از غیرمذهبی و مذهبی، فرهنگی، اجتماعی های‌فعالیت تمام در توانندمی زنان
.کنند شرکت مذهبی

هاسیک اصلی پیام .است دیگر عقاید تحمل بشریت، و به اجتماعی، خدمت برابری، عدالت مدافع سیک
شفقت، صداقت، های‌آرمان به کردن عمل حال عین در و سازمان همه در خداوند به احترام و معنوی وقف
آوردن یاد به و تفکر حال در سیک مذهب گانه سه اصول .است روزمره زندگی در سخاوت و تواضع
.هستند دیگران با شدن سهیم و صادقانه زندگی برای خدا، تلاش

نزدیک اصل به توانندمی هرگز ترجمه .روح برای معنوی سفر این راه در تلاش برای گویم‌می تبریک
دشوار بسیار را کار استعاره از استفاده و است شعردر کامل صاحب گرانث گورو که زمانی ویژه‌باشد، به
و پراالاد، هارناکاش، لاکسمی، براهما از اغلب مسلمان و هندو اساطیری های‌الهی، داستان پیام در .کندمی
ما اصلی هدف .کنید درک را آنها اصلی پیام بلکه نخوانید لفظی طور به را آنها لطفا .شودمی استفاده غیره
.خداست با هاانسان اتحاد

شما اگر .برساند شما زبان به را الهی پیام تا است شده انجام داوطلب چندین توسط ها سال طول در کار این
سفر این در شما به داریم دوست ما و **walnut@gmail.com** ایمیل به خیال بی سوال، لطفا گونه هر
.بپیوندید