



Sodar Rehras Sahib

Një Udhëtim drejt Spiritualitetit
Perkthim Shqip

indeks

1.	Sodar Rehras Sahib-----	1
2.	Lutja e Ardës -----	15
3.	Udhëtimi i shpirtit -----	19
4.	Filozofia për udhëtime -----	21
5.	Roli i gruas -----	23
6.	Kuptimi i çallmës -----	25
7.	Çelësi i përulësisë është thelbi i udhëtimit tuaj -----	29



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

ਸੋ ਦਰੁ ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧

Pra, Dar~ atë derë, Raag Aasaa. Guru i parë:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

Një Perëndi i përjetshëm, i realizuar me hirin e Gurusit të vërtetë:

ਸੋ ਦਰੁ ਤੇਰਾ ਕੇਹਾ ਸੋ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥

O Perëndi, sa e mrekullueshme është banesa jote dhe sa e mahnitshme është ajo derë, nga ku Ti po kujdesesh për gjithë krijimin Tënd.

ਵਾਜੇ ਤੇਰੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

Në këtë krijim të mrekullueshëm të juaji, muzikantë të panumërt duke luajtur instrumente muzikore të panumërta, duke prodhuar një numër të pafund melodish.

ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਹਿ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

Këngëtarë të panumërt po këndojnë shumë masa muzikore së bashku me bashkëpunëtorët e tyre.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥

Era, uji dhe zjarri në rrugën e tyre po këndojnë për ty; edhe Dharamraxhët, gjykatësi i veprave tona, këndon lavdet e tua në pragun tënd.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਨਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥

Chitra dhe Gupta (engjëjt), të cilët shkruajnë rrëfimin e veprave të njerëzve dhe në regjistrimet e të cilëve dharamraj bën gjykim, po këndojnë gjithashtu lavdërimet e tua.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਈਸਰੁ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਤੇਰੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

Zoti Shiva, Brahma dhe perëndesha që janë zbukuruar nga Ti, po këndojnë gjithashtu lavdërimet e tua.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਇੰਦ੍ਰੁ ਇੰਦ੍ਰਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

Zoti Indra i ulur në fronin e tij me shumë engjëj të tjerë që qëndrojnë në pragun tënd po këndojnë lavdërimet e tua.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਸਾਧ ਬੀਚਾਰੇ ॥

Njerëz të panumërt të shenjtë po të lavdërojnë Ty në meditim të thellë, shenjtore të panumërt të admirojnë Ty ndërsa zhyten në mendimet e tua.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

O Zot, njerëzit e disiplinës, bamirësisë, kënaqësisë dhe luftëtarëve trima janë të gjithë duke kënduar lavdet e Tua.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸੁਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

Panditët dhe të urtët e mëdhenj që kanë lexuar Vedat që nga shekuj po këndojnë lavdërimet e tua.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗੁ ਮਛੁ ਪਇਆਲੇ ॥

Shërbëtoret e bukura interesante në qiell, në tokë dhe në rajonet e poshtme po këndojnë lavdërimet e tua.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥

Xhevahiret e çmuara të krijuara nga Ti, së bashku me të gjashtëdhjetë e tetë vendet e pelegrinazhit, po këndojnë lavdet e tua.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥

Luftëtarët dhe krijesat e guximshme dhe të fuqishme nga të katër burimet e jetës po këndojnë lavdërimet tuaja.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਤੇਰੇ ਧਾਰੇ ॥

Të gjitha kontinentet, galaktikat dhe sistemet diellore në tërë universin e krijuar dhe mbështetur nga Ti, po këndojnë për Ty.

ਸੇਈ ਤੁਧਨੇ ਗਾਵਨਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥

Vetëm ata këndojnë lavdet e tua që të pëlqejnë Ty dhe janë vërtet të devotshëm dhe të mbushur me dashurinë Tënde.

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਤੁਧਨੇ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਬੀਚਾਰੇ ॥

Shumë të tjerë po këndojnë për madhështinë tënde, të cilat nuk më vijnë në mendje; si mund të mendojë Nanaku për të gjithë ata që këndojnë lavdërimet e tua?

ਸੇਈ ਸੇਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥

Vetëm Perëndia ekziston gjithmonë, Zotëria dhe lavdia e Tij është e përrjetshme.

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥

Perëndia që e ka krijuar këtë univers, është i pranishëm tani, do të jetë gjithashtu i pranishëm në të ardhmen; as Ai nuk ka lindur dhe as nuk do të vdesë.

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥

Zoti që ka krijuar Maya, në shumë ngjyra, varietete dhe specie.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥

Ai krijon dhe pastaj kujdeset për krijimin e Tij sipas vullnetit të Tij.

ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੇਈ ਕਰਸੀ ਫਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥

Ai bën gjithçka që i pëlqen Atij dhe askush nuk mund t'i japë urdhër Atij.

ਸੇ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੧॥

O Nanak, Perëndia është perandori i perandorëve dhe të jetosh sipas vullnetit të Tij është më e mira për të gjithë.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Raag Aasaa, Guru i Parë:

ਸੁਣਿ ਵਡਾ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

O Perëndi, kur dëgjon nga të tjerët të gjithë thonë se Ti je i madh.

ਕੇਵਡੁ ਵਡਾ ਡੀਠਾ ਹੋਇ ॥

Por sa i mrekullueshëm jeni në të vërtetë, mund të thuhet vetëm pasi të vizualizoni Ty.

ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਇ ॥

Krijimi juaj nuk mund të vlerësohet ose përshkruhet plotësisht.

ਕਹਣੈ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਰਹੇ ਸਮਾਇ ॥੧॥

Ata që përpiqen të përshkruajnë, humbën identitetin e tyre dhe u bashkuan në Ty.

ਵਡੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗਹਿਰ ਰੰਭੀਰਾ ਗੁਣੀ ਗਹੀਰਾ ॥

O Mjeshtri im i madh, Ti je jashtëzakonisht bujar dhe oqean virtytësh.

ਕੋਇ ਨ ਜਾਣੈ ਤੇਰਾ ਕੇਤਾ ਕੇਵਡੁ ਚੀਰਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Askush nuk e di madhësinë e hapësirës Tënde.

ਸਭਿ ਸੁਰਤੀ ਮਿਲਿ ਸੁਰਤਿ ਕਮਾਈ ॥

Për të vlerësuar madhësinë tënde, shumë menduan mbi Ty në unison me shumë të tjerë,

ਸਭ ਕੀਮਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਮਤਿ ਪਾਈ ॥

dhe shumë (filozofë) u përpoqën të vlerësonin vlerën Tënde me ndihmën e shumë të tjerëve.

ਗਿਆਨੀ ਧਿਆਨੀ ਗੁਰ ਗੁਰਹਾਈ ॥

Të mësuarit, ekspertët në meditim, të mençurit dhe pleqtë e tyre, të gjithë u përpoqën të përshkruanin madhësinë Tënde,

ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ਤੇਰੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥੨॥

por nuk mund të përshkruaj as një pjesë të Madhësisë Tënde.

ਸਭਿ ਸਤ ਸਭਿ ਤਪ ਸਭਿ ਚੰਗਿਆਈਆ ॥

Të gjitha veprat bamirëse, të gjitha shtrëngimet, të gjitha virtytet,

ਸਿਧਾ ਪੁਰਖਾ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥

dhe gjithë madhësinë e siddhave me fuqitë e mrekullueshme,

ਤੁਧੁ ਵਿਣੁ ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥

Pa hirin Tënd, askush nuk mund të arrijë asnjë nga këto fuqi.

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥੩॥

Ata i arrijnë këto fuqi vetëm me anë të hirit Tënd, askush nuk mund ta ndalojë atë.

ਆਖਣ ਵਾਲਾ ਕਿਆ ਵੇਚਾਰਾ ॥

O Zot, si mund të përshkruajë virtytet e tua një qenie njerëzore e pafuqishme?

ਸਿਫਤੀ ਭਰੇ ਤੇਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ॥

Thesaret e tua janë plot me virtytet e tua.

ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਤਿਸੈ ਕਿਆ ਚਾਰਾ ॥

Të cilin e bekoni me këto virtyte, askush nuk ka fuqinë të pengojë rrugën e tij.

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੪॥੨॥

O Nanak, Perëndia Vetë është zburuesi i atij fatlumi.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Raag Aasaa, Guru i Parë:

ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥

Kur e shqiptoj Emrin e Tij, ndihem shpirtërisht i gjallë, por nëse e harroj Atë, ndihem i vdekur shpirtërisht.

ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥

(Pavarësisht se e di këtë), për të shqiptuar Emrin e Tij duket kaq e vështirë.

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ ॥

Kur dikush ndjen një dëshirë të fortë për ta kujtuar Atë me adhurim,

ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੁਖ ॥੧॥

atëherë duke kënaqur atë dëshirë, të gjitha vuajtjet e dikujt përfundojnë.

ਸੇ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥

O nëna ime, pse duhet ta braktisë këtë Zot?

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Kush është Mjeshtri i vërtetë dhe lavdia e të cilit është e përjetshme.

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥

Duke u përpjekur për të përshkruar madje edhe një pjesë të Madhësisë së Perëndisë së përjetshme,

ਆਖਿ ਥਕੇ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥

Njerëzit janë lodhur, por nuk kanë qenë në gjendje ta përshkruajnë atë.

ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥

Edhe sikur të gjithë të mblidheshin së bashku dhe të flisnin për madhësinë e Tij.

ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥

Ai nuk do të bëhej më i madh ose më i vogël. ||2||

ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੋਗੁ ॥

Perëndia nuk vdes, nuk ka arsye për të mbajtur zi.

ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੂਕੈ ਭੋਗੁ ॥

Ai vazhdon të japë, dhe mirësitë e Tij kurrë nuk shkurtojnë.

ਗੁਣੁ ਏਹੇ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥

Virtyti i madh është se nuk ka asnjë tjetër si Ai.

ਨਾ ਕੇ ਹੋਆ ਨਾ ਕੇ ਹੋਇ ॥੩॥

Nuk ka pasur kurrë dhe nuk do të ketë kurrë (dikush si Ai).

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥

(O Zot), dhuratat e tua janë po aq të mëdha sa edhe ti.

ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥

Ti ke krijuar ditën dhe natën.

ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥

Ata që harrojnë një Zot të tillë janë të mjerë dhe të neveritshëm.

ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥

O Nanak, një person pa Naam (përkujtimin e Zotit) janë të dëbuar mjerë.

ਰਾਗੁ ਗੁਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

Raag Gujari, Guru i katërt:

ਹਰਿ ਕੇ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸਤ ਪੁਰਖਾ ਹਉ ਬਿਨਉ ਕਰਉ ਗੁਰ ਪਾਸਿ ॥

O i devotshmi i Perëndisë, Guru i vërtetë, O Qenie e Vërtetë Primare, unë të ofroj lutjet e mia për Ty, mësuesin tim.

ਹਮ ਕੀਰੇ ਕਿਰਮ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਾਈ ਕਰਿ ਦਇਆ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥੧॥

O mësues i vërtetë, unë jam i përulur dhe si një krimb i përulur, kam ardhur të kërkoj strehimin tënd, të lutem trego mëshirë dhe më ndriço me Naamin.

ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਗੁਰਦੇਵ ਮੇ ਕਉ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥

O miku im, Guru hyjnor, më ndriço me Emrin e Zotit.

ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਾਨ ਸਖਾਈ ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਹਮਰੀ ਰਹਰਾਸਿ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Naami i marrë nëpërmjet mësimeve të mësuesve të mësuesve mund të mbetet fryma ime e jetës dhe këndimi i lavdërimeve të Perëndisë mund të bëhet rruga e jetës sime.

ਹਰਿ ਜਨ ਕੇ ਵਡਭਾਗ ਵਡੇਰੇ ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਰਧਾ ਹਰਿ ਪਿਆਸ ॥

Shumë me fat janë ata besimtarë të Perëndisë që gjithmonë kanë dëshirë për të medituar mbi Emrin e Zotit.

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮਿਲੈ ਤ੍ਰਿਪਤਾਸਹਿ ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ ਗੁਣ ਪਰਗਾਸਿ ॥੨॥

Duke realizuar Emrin e Perëndisë, dëshira e tyre për dëshirat e kësaj bote ngopet dhe duke u bashkuar me shoqërinë e personave të shenjtë, virtytet hyjnore manifestohen në to

ਜਿਨ੍ਹੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਸੁ ਨਾਮੁ ਨ ਪਾਇਆ ਤੇ ਭਾਗਹੀਣ ਜਮ ਪਾਸਿ ॥

Ata, që nuk kanë marrë eliksirin e Emrit të Zotit, janë fatkeq dhe mbeten të vdekur shpirtërisht.

ਜੇ ਸਤਿਗੁਰ ਸਰਣਿ ਸੰਗਤਿ ਨਹੀ ਆਏ ਪ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵੇ ਪ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵਾਸਿ ॥੩॥

Ata që nuk kanë ardhur në strehën dhe kongregacionin e mësuesve të vërtetë, e mallkuar është jeta e tyre dhe e mallkuar është shpresa e tyre për të jetuar.

ਜਿਨ ਹਰਿ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸੰਗਤਿ ਪਾਈ ਤਿਨ ਧੁਰਿ ਮਸਤਕਿ ਲਿਖਿਆ ਲਿਖਾਸਿ ॥

Ata besimtarë të Perëndisë, të cilët kanë arritur shoqërinë e mësuesit të vërtetë, kanë një fat të tillë të paracaktuar.

ਧੰਨੁ ਧੰਨੁ ਸਤਸੰਗਤਿ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇਆ ਮਿਲਿ ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥੪॥੧॥

O Nanak, bekuar është ajo kongregacion i shenjtë, ku dikush arrin eliksirin e Emrit të Perëndisë dhe mendja e dikujt ndriçohet me Naamin.

ਰਾਗੁ ਗੁਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Raag Gujari, Guru i Pestë:

ਕਾਰੇ ਰੇ ਮਨ ਚਿਤਵਹਿ ਉਦਮੁ ਜਾ ਆਹਰਿ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪਰਿਆ ॥

O mend, pse vazhdoni të shqetësoheni për përpjekjet për ushqim, për të cilat Perëndia tashmë po kujdeset?

ਸੈਲ ਪਥਰ ਮਹਿ ਜੰਤ ਉਪਾਏ ਤਾ ਕਾ ਰਿਜਕੁ ਆਗੈ ਕਰਿ ਧਰਿਆ ॥੧॥

Edhe në gurë dhe gurë të shkretuar, Ai krijoi qeniet e gjalla dhe Ai tashmë e ka vendosur ushqimin e tyre atje.

ਮੇਰੇ ਮਾਧਉ ਜੀ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੁ ਤਰਿਆ ॥

O Perëndia im i dashur, kushdo që bashkohet me kongregacionin e personave të shenjtë është në gjendje të kalojë oqeanin e veseve të kësaj bote.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦਿ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਇਆ ਸੂਕੇ ਕਾਸਟ ਹਰਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Me hirin e Gurusit, ai arrin gjendjen më të lartë shpirtërore dhe rifiton një energji të tillë të re shpirtërore, si një pemë e thatë që bëhet e gjelbër përsëri.

ਜਨਨਿ ਪਿਤਾ ਲੋਕ ਸੁਤ ਬਨਿਤਾ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਕੀ ਧਰਿਆ ॥

O mendja ime, nëna, babai, miqtë, fëmijët dhe bashkëshorti, askush nuk është mbështetja nga e cila mund të varet.

ਸਿਰਿ ਸਿਰਿ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਹੇ ਠਾਕੁਰੁ ਕਾਹੇ ਮਨ ਭਉ ਕਰਿਆ ॥੨॥

O mendja ime, Perëndia siguron ushqim për secilin individ, pse keni frikë për këtë? ||2||

ਊਡੈ ਊਡਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੋਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਛਰਿਆ ॥

Flamingot fluturojnë qindra milje duke lënë të rinjtë e tyre prapa.

ਤਿਨ ਕਵਨੁ ਖਲਾਵੈ ਕਵਨੁ ਚੁਗਾਵੈ ਮਨ ਮਹਿ ਸਿਮਰਨੁ ਕਰਿਆ ॥੩॥

Më thuaj, kush i ushqen ata dhe kush i mëson ata të ushqehen vetë? Flamingo vetëm mban mend ato (dhe fluturon përsëri për t'i ushqyer ato).

ਸਭ ਨਿਧਾਨ ਦਸ ਅਸਟ ਸਿਧਾਨ ਠਾਕੁਰ ਕਰ ਤਲ ਧਰਿਆ ॥

Të gjitha thesaret dhe tetëmbëdhjetë fuqitë e mrekullueshme të Siddhas janë nën kontrollin e Perëndisë sikur këto të ishin në pëllëmbën e dorës së Tij.

ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਲਿ ਬਲਿ ਸਦ ਬਲਿ ਜਾਈਐ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰਾਵਰਿਆ ॥੪॥੧॥

O Nanak, ne duhet t'i përkushtohemi gjithmonë një Mjeshtri kaq të mrekullueshëm dhe t'i themi: O Zot, krijimi Yt nuk ka fund.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ਸੈ ਪੁਰਖੁ

Raag Aasaa, Guru i katërt, Kështu Purakh:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

Një Perëndi i përjetshëm, i realizuar nga hiri i Gurusit të vërtetë:

ਸੈ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਅਗਮਾ ਅਗਮ ਅਪਾਰਾ ॥

Se i gjithë Perëndia që përhapet është i papërlyer (i lirë nga ndikimi i lidhjeve të kësaj bote), është e pakuptueshme, e paarritshme dhe e pakufishme.

ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਸਚੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ॥

O Krijuesi i përjetshëm, të gjithë të kujtojnë Ty me përkushtim dashamirës.

ਸਭਿ ਜੀਅ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀ ਤੂੰ ਜੀਆ ਕਾ ਦਾਤਾਰਾ ॥

O Perëndi, të gjitha qeniet e gjalla të përkasin Ty dhe Ti je bamirësi i tyre.

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹੁ ਸੰਤਹੁ ਜੀ ਸਭਿ ਦੁਖ ਵਿਸਾਰਣਹਾਰਾ ॥

O shenjtorë të dashur, kujtoni gjithmonë me dashuri Perëndinë, shkatërruesin e të gjitha dhimbjeve.

ਹਰਿ ਆਪੇ ਠਾਕੁਰੁ ਹਰਿ ਆਪੇ ਸੇਵਕੁ ਜੀ ਕਿਆ ਨਾਨਕ ਜੰਤ ਵਿਚਾਰਾ ॥੧॥

O Nanak, Vetë Perëndia është Mësues dhe Vetë shërbëtori; (pa Të) çfarë ekzistence mund të kenë qeniet e gjalla të gjalla?

ਤੂੰ ਘਟ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਸਰਬ ਨਿਰੰਤਰਿ ਜੀ ਹਰਿ ਏਕੇ ਪੁਰਖੁ ਸਮਾਣਾ ॥

O Zot, Ti përshkon në të gjitha zemrat dhe vetëm Ti je i pranishëm kudo.

ਇਕਿ ਦਾਤੇ ਇਕਿ ਭੇਖਾਰੀ ਜੀ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਚੇਜ ਵਿਡਾਣਾ ॥

Disa janë dhurues, disa janë lypës, e gjithë kjo është loja jote e mrekullueshme!

ਤੂੰ ਆਪੇ ਦਾਤਾ ਆਪੇ ਭੁਗਤਾ ਜੀ ਹਉ ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣਾ ॥

Ti vetë je dhënësi dhe ti vetë je kënaqësi; përveç teje nuk njoh askënd tjetër si ti.

ਤੂੰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਬੇਅੰਤੁ ਬੇਅੰਤੁ ਜੀ ਤੇਰੇ ਕਿਆ ਗੁਣ ਆਖਿ ਵਖਾਣਾ ॥

Ti je Zoti Suprem, i Pafund dhe i Pafund; cilat virtyte të tua mund të flas dhe të përshkruaj?

ਜੇ ਸੇਵਹਿ ਜੇ ਸੇਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਤਿਨ ਕੁਰਬਾਣਾ ॥੨॥

O Zot, Nanaku u është përkushtuar atyre që të kujtojnë Ty dhe meditojnë me dashuri për Ty.

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਸੇ ਜਨ ਜੁਗ ਮਹਿ ਸੁਖਵਾਸੀ ॥

O Zot, ata që gjithmonë të kujtojnë Ty me dashuri dhe devotshmëri, jetojnë në paqe.

ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਭਏ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਤਿਨ ਤੂਟੀ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸੀ ॥

Ata që kujtuan me dashuri Zotin u çliruan nga lidhjet e materializmit dhe nga frika e vdekjes.

ਜਿਨ ਨਿਰਭਉ ਜਿਨ ਹਰਿ ਨਿਰਭਉ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਤਿਨ ਕਾ ਭਉ ਸਭੁ ਗਵਾਸੀ ॥

Ata që gjithmonë e kujtojnë Perëndinë e patrembur me adhurim, Ai zhduk të gjitha frikat e tyre.

ਜਿਨ ਸੇਵਿਆ ਜਿਨ ਸੇਵਿਆ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰੂਪਿ ਸਮਾਸੀ ॥

Ata që gjithmonë e kujtojnë Perëndinë me përkushtim të dashur, përfundimisht bashkohen në Të.

ਸੇ ਧੰਨੁ ਸੇ ਧੰਨੁ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀ ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਤਿਨ ਬਲਿ ਜਾਸੀ ॥੩॥

Me të vërtetë të bekuar dhe me fat janë ata që e kujtuan Perëndinë me përkushtim dashamirës; Nanaku u është përkushtuar atyre.

ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ ਜੀ ਭਰੇ ਬਿਅੰਤ ਬੇਅੰਤਾ ॥

O Perëndi, thesaret e pafundme të adhurimit Tënd devocional janë të tejmbushura.

ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਸਲਾਹਨਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਅਨਿਕ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤਾ ॥

O Perëndi, të panumërt janë të devotshmit e tu që të lavdërojnë në mënyra të ndryshme.

ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ ਕਰਹਿ ਹਰਿ ਪੂਜਾ ਜੀ ਤਪੁ ਤਾਪਹਿ ਜਪਹਿ ਬੇਅੰਤਾ ॥

O Zot! njerëz të panumërt kryejnë adhurim, recitojnë Emrin Tënd dhe praktikojnë pendesat.

ਤੇਰੇ ਅਨੇਕ ਤੇਰੇ ਅਨੇਕ ਪੜਹਿ ਬਹੁ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ ਜੀ ਕਰਿ ਕਿਰਿਆ ਖਟੁ ਕਰਮ ਕਰੰਤਾ ॥

Adhuresit tuaj të panumërt lexojnë Smritis dhe Shastras (libra fetarë) të ndryshëm dhe kryejnë gjashtë llojet e ritualeve dhe ceremonive fetare të përshkruara.

ਸੇ ਭਗਤ ਸੇ ਭਗਤ ਭਲੇ ਜਨ ਨਾਨਕ ਜੀ ਜੇ ਭਾਵਹਿ ਮੇਰੇ ਹਰਿ ਭਗਵੰਤਾ ॥੪॥

O Nanak, të bekuar janë vetëm ata besimtarë që janë të kënaqur me Perëndinë tim.

ਤੂੰ ਆਦਿ ਪੁਰਖੁ ਅਪਰੰਪਰੁ ਕਰਤਾ ਜੀ ਤੁਧੁ ਜੇਵਡੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥

O Zot, Ti je Qenia Supreme, e gjithë krijuesi i pafund i universit; askush nuk është aq i madh sa Ti.

ਤੂੰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੇ ਸਦਾ ਸਦਾ ਤੂੰ ਏਕੇ ਜੀ ਤੂੰ ਨਿਹਚਲੁ ਕਰਤਾ ਸੋਈ ॥

Moshë pas moshe Ti je i njëjti, përgjithmonë dhe përgjithmonë Ti Vetë je i njëjti Krijues i përjetshëm.

ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਵਰਤੈ ਜੀ ਤੂੰ ਆਪੇ ਕਰਹਿ ਸੁ ਹੋਈ ॥

O Zot! Çfarëdo që të pëlqejë Ju ndodh dhe vetëm kjo ndodh që ju e bëni vetë.

ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਸਭ ਉਪਾਈ ਜੀ ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸਿਰਜਿ ਸਭ ਗੋਈ ॥

O Zot! Ju vetë e keni krijuar tërë universin dhe, pasi e keni bërë këtë, jeni ju që e shkatërroi atë.

ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ਕਰਤੇ ਕੇ ਜੀ ਜੋ ਸਭਸੈ ਕਾ ਜਾਣੇਈ ॥੫॥੧॥

I devotshmi Nanak këndon lavdërimet e Krijuesit të dashur, i cili është Njohësi i të gjithëve.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ॥

Raag Aasaa, Guru i katërt:

ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਸਚਿਆਰੁ ਮੈਡਾ ਸਾਂਈ ॥

O Zot, Ti je Krijuesi i përjetshëm dhe Zoti im.

ਜੇ ਤਉ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਥੀਸੀ ਜੇ ਤੂੰ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਹਉ ਪਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Vetëm ajo që të pëlqen Ty ndodh dhe unë marr atë që Ti më jep.

ਸਭ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਸਭਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

O Perëndi, i gjithë universi është krijimi Yt dhe të gjithë meditojnë mbi Ty (secili jeton nën urdhrin Tënd).

ਜਿਸ ਨੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹਿ ਤਿਨਿ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਪਾਇਆ ॥

Ai mbi të cilin Ti dhuron mëshirë, e kupton emrin e çmuar.

ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਧਾ ਮਨਮੁਖਿ ਗਵਾਇਆ ॥

Ndjekësi i mësuesve e kuptoi Perëndinë dhe vetë-vullneti humbi mundësinë për ta realizuar Atë.

ਤੁਧੁ ਆਪਿ ਵਿਛੋੜਿਆ ਆਪਿ ਮਿਲਾਇਆ ॥੧॥

O Zot, ti vetë ndan disa nga vetja dhe ti vetë bashkon disa me Ty sipas veprave të tyre.

ਤੂੰ ਦਰੀਆਉ ਸਭ ਤੁਝ ਹੀ ਮਾਹਿ ॥

O Perëndi, Ti je lumi i jetës dhe të gjitha krijesat janë thjesht valë në atë lumë.

ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ॥

O Perëndi, përveç Teje, nuk ka njeri si Ti.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੇਰਾ ਖੇਲੁ ॥

Të gjitha qeniet e gjalla janë pjesë e lojës Tënde të mrekullueshme,

ਵਿਜੋਗਿ ਮਿਲਿ ਵਿਛੁੜਿਆ ਸੰਜੋਗੀ ਮੇਲੁ ॥੨॥

Kush ka qenë i destinuar të ndahet mbetet i ndarë (nga Ti), dhe të tjerët janë të bashkuar sipas vullnetit Tënd.

ਜਿਸ ਨੇ ਤੂ ਜਾਣਾਇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਜਾਣੈ ॥

O Perëndi, që Ti frymëzon ta kuptosh, vetëm ai e kupton rrugën e drejtë të jetës,

ਹਰਿ ਗੁਣ ਸਦ ਹੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੈ ॥

Dhe ai gjithmonë këndon lavdërimet e tua dhe ua përshkruan virtytet e tua të tjerëve.

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥

Ai që e ka kujtuar Perëndinë me përkushtim të dashur ka fituar paqen e brendshme.

ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥੩॥

dhe ai bashkohet në Emrin Tënd në një gjendje të gatshme shpirtërore.

ਤੂ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਹੋਇ ॥

O Zot! Ju vetë jeni Krijuesi dhe gjithçka ndodh me veprimin tuaj.

ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥

Përveç teje, nuk ka njeri si ti.

ਤੂ ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖਹਿ ਜਾਣਹਿ ਸੋਇ ॥

Ju krijoni të gjithë universin, shikoni mbi të dhe jeni të vetëdijshëm për nevojat e të gjithëve.

ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥੪॥੨॥

O Nanak, ai që ndjek mësimet e Guruut, Zoti manifestohet brenda tij.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Raag Aasaa, Guru i Parë:

ਤਿਤੁ ਸਰਵਰੜੈ ਭਈਲੇ ਨਿਵਾਸਾ ਪਾਣੀ ਪਾਵਕੁ ਤਿਨਹਿ ਕੀਆ ॥

Ne banojmë në këtë botë që është si një pellg i tmerrshëm, ku Perëndia ka vënë zjarrin e dëshirave të kësaj bote në vend të ujit,

ਪੰਕਜੁ ਮੇਹ ਪਗੁ ਨਹੀ ਚਾਲੈ ਹਮ ਦੇਖਾ ਤਹ ਡੂਬੀਅਲੇ ॥੧॥

dhe të mbërthyer në këtë baltë të trashë të dëshirave të kësaj bote, njerëzit nuk mund të lëvizin (drejt rritjes shpirtërore); Unë shoh shumë njerëz duke u mbytur në të.

ਮਨ ਏਕੁ ਨ ਚੇਤਸਿ ਮੂੜ ਮਨਾ ॥

O mendja ime e marrë, ti nuk e mban mend Perëndinë.

ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਲਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Ndërsa vazhdoni ta harroni Perëndinë, virtytet tuaja po thahen.

ਨਾ ਹਉ ਜਤੀ ਸਤੀ ਨਹੀ ਪੜਿਆ ਮੂਰਖ ਮੁਗਧਾ ਜਨਮੁ ਭਇਆ ॥

O Perëndi, as unë nuk jam beqar, as i dhembshur, as një dijetar; në fakt, gjatë gjithë jetës sime kam qenë një i marrë i pastër injorant.

ਪ੍ਰਣਵਤਿ ਨਾਨਕ ਤਿਨ ਕੀ ਸਰਣਾ ਜਿਨ ਤੂ ਨਾਹੀ ਵੀਸਰਿਆ ॥੨॥੩॥

O Zot, më ruaj në strehën e atyre që nuk të kanë harruar, lutet Nanak.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Raag Aasaa, Guru i Pestë:

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥

Ju jeni bekuar me një trup të bukur njerëzor.

ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥

Kjo është mundësia juaj e vetme për t'u bashkuar me Perëndinë.

ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੈ ਨ ਕਾਮ ॥

Veprat e tjera të kësaj bote nuk janë të dobishme për ju për të kuptuar Perëndinë,

ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥੧॥

Prandaj, bashkohuni me kongregacionin e shenjtë dhe kujtoni me dashuri Emri i Perëndisë.

ਸਰੰਜਾਮਿ ਲਾਗੁ ਭਵਜਲ ਤਰਨ ਕੈ ॥

Bëni çdo përpjekje për të kaluar mbi këtë oqean të tmerrshëm botëror vesesh,

ਜਨਮੁ ਬ੍ਰਿਥਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

përndryshe jeta juaj po kalon kot në dashurinë për Maya.

ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਧਰਮੁ ਨ ਕਮਾਇਆ ॥

Unë nuk kam praktikuar meditim, pendesë, vetëpërmbytje apo jetesë të drejtë.

ਸੇਵਾ ਸਾਧ ਨ ਜਾਨਿਆ ਹਰਿ ਰਾਇਆ ॥

O Zot sovran, unë nuk kam mësuar as të ndjek mësimet e mësuesve të mësuesve.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਮ ਨੀਚ ਕਰੰਮਾ ॥

Nanak thotë, edhe veprimet e mia janë të neveritshme;

ਸਰਣਿ ਪਰੇ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮਾ ॥੨॥੪॥

Por unë kam ardhur në strehën tënde, të lutem shpëto nderin tim.

ਅਰਦਾਸ

Lutja

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ ॥

Zoti është Një. E gjithë fitorja është e Guru-t (Zotit) të Mrekullueshëm.

ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Na ndihmoftë shpata e nderuar (Zoti në formën e Shkatërruesit të keqbërësve)!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Oda e shpatës së respektuar e recituar nga Guru i Dhjetë.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈ ਧਿਆਇ ॥

Së pari kujtoni shpatën (Zoti në formën e Shkatërruesit të keqbërësve); pastaj kujtoni Nanakun (ndaluni në kontributin e tij shpirtëror).

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈ ਸਹਾਇ ॥

Pastaj mbani mend dhe medizioni mbi Guru Angad, Guru Amar Das dhe Guru Ram Das; Le të na ndihmojnë! (përqendrohuni në kontributin e tyre shpirtëror)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੋ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

Mbani mend dhe medizioni mbi Guru Arjan, Guru Hargobind dhe Guru të respektuar Har Rai. (përqendrohuni në kontributin e tyre shpirtëror)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

Mbani mend dhe medizioni mbi Gurunë e respektuar Har Krishan, duke pasur shikimin e të cilit zhduken të gjitha dhimbjet. (përqendrohuni në kontributin e tyre shpirtëror)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

Mbani mend Guru Tegh Bahadur dhe më pas nëntë burime të pasurisë shpirtërore do të vijnë shpejt në shtëpinë tuaj.

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥

O Zot! me dashamirësi na ndihmoni kudo duke na treguar rrugën.

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

Mbani mend Gurun e dhjetë të respektuar Gobind Singh (përqendrohuni në kontributin e tij shpirtëror). O Zot! me dashamirësi na ndihmoni kudo duke na treguar rrugën.

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

Mendoni dhe medizioni mbi dritën hyjnore të Dhjetë Mbretërve që përmban Guru i respektuar Granth Sahib dhe kthejini mendimet tuaja në mësimet hyjnore të dhe kënaquni me shikimin e Guru Granth Sahib; Utter Wahe Guru (Zoti i mrekullueshëm)!

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!

Mendoni për veprat e Pesë të Dashurve, të katër djemve (të Guru Gobind Singh); të Dyzet Dëshmorëve; të Sikhëve të guximshëm me vendosmëri të paepur; nga besimtarët e zhytur në ngjyrën e Naamit; nga ata që ishin të zhytur në Naam; prej atyre që e kujtuan Naamin dhe ndanë ushqimin e tyre në shoqëri; nga ata që filluan kuzhina falas; e atyre që përdorën shpatat e tyre (për ruajtjen e së vërtetës); e atyre që i shpërfillën të metat e të tjerëve; Të gjitha të lartpërmendurat ishin të pastra dhe vërtet të përkushtuara; Utter Wahe Guru (Zoti i mrekullueshëm)!

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

Mendoni dhe mbani mend shërbimin unik të ofruar nga ata burra të guximshëm sikhë si dhe gra, të cilët sakrifikuan kokën e tyre, por nuk dorëzuan fenë e tyre sikh; Të cilët u copëtuan nga secili nyje e trupit; Kujt iu hoqën

skalpat; Të cilët lidheshin dhe rrotulloheshin në rrota dhe u thyen në copa; Që u prenë me sharra; Të cilët u flakën të gjallë; Të cilët u sakrifikuan për të ruajtur dinjitetin e Gurdwaras; Të cilët nuk e braktisën besimin e tyre sikh; Të cilët e ruajtën fenë e tyre Sikh dhe i ruajtën flokët e gjata deri në frymën e fundit; Utter Wahe Guru (Zoti i mrekullueshëm)!

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

Kthejini mendimet tuaja në të gjitha vendet e fesë Sikh dhe të gjithë Gurdwaras; shqipto Wahe Guru (Zot i mrekullueshëm)!

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

Së pari gjithë Khalsa e respektuar e bën këtë lutje që të meditojnë për Emrin Tënd; dhe le të vijnë të gjitha kënaqësitë dhe rehatitë përmes një meditimi të tillë.

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!

Kudo që është e pranishme Khalsa e respektuar, jepi mbrojtjen dhe hirin Tënd; Kuzhina dhe shpata e lirë të mos dështojnë kurrë; Ruajeni nderin e besimtarëve tuaj; Jepni fitoren popullit Sikh; Na vjen gjithmonë në ndihmë shpata e respektuar; Uroj që Khalsa të ketë gjithmonë nderime; Utter Wahe Guru (Zoti i mrekullueshëm)!

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!!!

Jepini Sikhëve me dashamirësi dhuratën e sikizmit, dhuratën e flokëve të gjata, dhuratën e respektimit të ligjeve të Sikhut, dhuratën e dijes hyjnore, dhuratën e besimit të fortë, dhuratën e besimit dhe dhuratën më të madhe të Emrit. O Zot! Le të ekzistojnë përgjithmonë koret, rezidenca dhe banderolat; le të triumfojë e vërteta; shqipto Wahe Guru (Zot i mrekullueshëm)!

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

Le të mbeten mendjet e të gjithë Sikëve të përulur dhe mençuria e tyre e lartësuar; O Zot! Ju jeni mbrojtësi i mençurisë.

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

O Atë i Vërtetë, Uahe Guru! ti je nderi i zemërbutëve, Fuqia e të pafuqishmëve, streha e të pastrehuarve, ne me përulësi bëjmë lutje në praninë tënde.....(zëvendëso rastin ose lutjen e bërë këtu).

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

Ju lutemi na falni gabimet dhe mangësitë në recitim e lutjes së mësipërme. Me mirësi përmbushni objektet e të gjithëve.

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

Na bëj me dashamirësi të takojmë ata besimtarë të vërtetë duke i takuar të cilët ne mund të kujtojmë dhe meditojmë mbi Emrin Tënd. O Zot! nëpërmjet Guru Nanak të Vërtetë, emri Yt u lartësotë dhe të gjithë mund të përparojnë sipas vullnetit Tënd.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

Khalsa i përket Zotit; e gjithë fitorja është fitorja e Zotit.

Filloni në një udhëtim të shpirtit: ushqeni shpirtin tuaj

Zbuloni praktika për të lartësuar udhëtimin tuaj shpirtëror dhe për të gjetur kuptim më të thellë në jetë.

Tre parimet themelore të Sikhizmit për udhëtimin:

Naam Japna: duke kujtuar Hyjnoren

Kirat Karni: punoni me ndershmëri

Vand Chhakna: ndarja me të tjerët

Na udhëzo drejt çlirimit shpirtëror (mukti) dhe një shoqërie të drejtë. Këto parime, të mishëruara në Guru Granth Sahib, formojnë themelin e jetës sikh.

Urtësia e 4-të e Guru Ram Das Ji për praktikën e përditshme: Në Guru Granth Sahib (faqe 305-306), Ai ofron njohuri të thella në udhëtimin e përditshëm shpirtëror të një Sikh:

1. Detyra e parë e ditës: Një dishepull i vërtetë i Guru-së fillon çdo ditë duke kujtuar me dashuri Hyjnoren.

2. Pastroni trupin dhe mendjen: Ngrihuni herët, lahuni dhe zhytuni në përkujtimin e Zotit, duke e ndjerë shpirtin tuaj të larë në nektarin hyjnor.

3. Çlirimi përmes kujtimit: Ndjekja e mësimëve të Guru-së dhe kujtimi i Emrit Hyjnor me përkushtim largon vuajtjet dhe trazirat e brendshme të shkaktuara nga lidhjet e kësaj bote.

4. Këndoni dhe reflektoni: Këndoni vazhdimisht lavdërime hyjnore dhe reflektoni mbi Emrin Hyjnor gjatë aktiviteteve tuaja të përditshme.

5. Bëhuni një fener i paqes: Ndjekësi i një mësues feje që kujton me dashuri Emrin Hyjnor me çdo frymëmarrje bëhet një shpirt i qetë dhe frymëzues.

6. Merre urtësinë hyjnore: Guru-ja u jep këtë urtësi të thellë atyre që kanë fituar hirin e Tij.

7. Frymëzoni të tjerët: Guru Nanak përkulet para dishepullit që jo vetëm kujton Emrin Hyjnor, por gjithashtu frymëzon të tjerët të bëjnë të njëjtën gjë.

8. Shpirtrat e rrallë dhe të çmuar: Individët me të vërtetë të përkushtuar janë të rrallë, megjithatë kujtimi i tyre i Hyjnit sjell përfitime të panumërta të tjerëve shpirtërisht.

9. Shmangni Negativitetin: Distancohuni nga ata që injorojnë mësimet e Guru-së dhe mbeten të bllokuar në ciklin e injorancës shpirtërore. Kujdes nga ata që flasin ëmbël në praninë tuaj, por që përhapin negativitet pas shpine.

Filozofia për Udhëtimin

Filozofia e Sikizmit karakterizohet nga logjika, gjithëpërfshirja dhe qasja e saj "pa njolla" ndaj botës shpirtërore dhe materiale. Teologjia e saj karakterizohet nga thjeshtësia. Në etikën Sikh nuk ka asnjë konflikt midis detyrës së individit ndaj vetvetes dhe asaj ndaj shoqërisë (sangat).

Sikhizmi është feja më e re botërore e themeluar nga Guru Nanak rreth 500 vjet më parë. Ai thekson besimin në Një Qenie Supreme dhe Krijuesin (Waheguru) të universit. Ajo ofron një rrugë të thjeshtë të drejtë drejt lumturisë së përjetshme dhe përhap një mesazh dashurie dhe vëllazërie universale. Sikhizmi është rreptësisht një besim monoteist dhe e njeh Zotin si të vetmin që nuk i nënshtrohet kufijve të kohës ose hapësirës. Sikhizmi beson se ekziston vetëm një Zot, i cili është Krijuesi, Mbajtës, Shkatërrues dhe nuk merr formën njerëzore. Teoria e mishërimit nuk ka vend në sikizëm. Ajo nuk u jep asnjë vlerë perëndive, perëndeshave dhe hyjnive të tjera.

Në sikizëm etika dhe feja shkojnë së bashku. Njeriu duhet të rrënjos cilësitë morale dhe të praktikojë virtytet në jetën e përditshme për të ecur drejt zhvillimit shpirtëror. Cilësi të tilla si ndershmëria, dhembshuria, bujaria, durimi dhe përulesia mund të ndërtohen vetëm me përpjekje dhe këmbëngulje. Jetët e Guru-ve tanë të Mëdhenj janë një burim frymëzimi në këtë drejtim. Feja Sikh mëson se qëllimi i jetës njerëzore është të thyejë ciklin e lindjes dhe vdekjes dhe të bashkohet me Zotin. Kjo mund të arrihet duke ndjekur mësimet e Guru-së, meditimin mbi Emrin e Shenjtë (Naam) dhe kryerjen e akteve të shërbimit dhe bamirësisë.

Naam Marg thekson përkushtimin e përditshëm ndaj kujtimit të Zotit. Njeriu duhet të kontrollojë pesë ndjenjat, dmth., Kam (Dëshira), Krodh (zemërim), Loabh (lakmia), Moh (lidhja e kësaj bote) dhe Ahankar (krenaria) për të arritur shpëtimin. bashkim Ritualet dhe praktikat rutinë si agjërimi dhe pelegrinazhi, shenjat dhe masat shtrënguese refuzohen në fenë Sikh. Qëllimi i jetës njerëzore është të bashkohet me Zotin dhe kjo arrihet duke ndjekur mësimet e Guru Granth Sahib. Sikhizmi thekson Bhagti Marg ose rrugën e përkushtimit. Megjithatë, ai njeh rëndësinë e Gian Marg (Rruga e Dijes) dhe Karam Marg (Rruga e Veprimt). Ai vë theksin më të madh në nevojën për të fituar Hirin e Perëndisë për të arritur qëllimin shpirtëror.

Sikhizmi është një fe moderne, logjike dhe praktike. Ai beson se jeta normale familjare (Grahast) nuk është pengesë për shpëtimin. Beqaria ose heqja dorë nga bota nuk është e nevojshme për të arritur shpëtimin. Është e mundur të jetosh i shkëputur në mes të sëmundjeve dhe tundimeve të kësaj bote. Një besimtar duhet të jetojë në botë dhe megjithatë ta mbajë kokën mbi tensionin dhe trazirat e zakonshme. Ai duhet të jetë një ushtar dijetar dhe shenjtor për Zotin.

Sikhizmi është një kozmopolit dhe një "fe laike" dhe për këtë arsye refuzon të gjitha dallimet e bazuara në kastë, besim, racë ose seks. Ai beson se të gjithë njerëzit janë të barabartë në sytë e Zotit. Guru-të theksuan barazinë e grave dhe hodhën poshtë praktikën e vrasjes së foshnjave femra dhe Sati (djegia e vejushave). Ata gjithashtu përhapën në mënyrë aktive rimartesën e të vejave dhe refuzuan sistemin purdah (gratë me mbulesë). Për ta mbajtur mendjen të përqendruar tek Ai, njeriu duhet të meditojë mbi Emrin e shenjtë (Naam) dhe të kryejë aktet e shërbimit dhe bamirësisë. Konsiderohet e nderuar të fitosh jetesën me punë të ndershme (Kirat Karna) dhe jo me lypje apo mjete të pandershme. Vand Chhakna, ndarja me të tjerët, është gjithashtu një përgjegjësi sociale. Pritet që individit të ndihmojë ata në nevojë, përmes Daswandh (10% e të ardhurave të tij). Seva, shërbimi në komunitet është gjithashtu një pjesë integrale e Sikhizmit. Kuzhina falas e komunitetit (langar) që gjendet në çdo gurdwara dhe e hapur për njerëzit e të gjitha feve është një shprehje e këtij shërbimi komunitar.

Feja Sikh mbron optimizmin dhe shpresën. Nuk e pranon ideologjinë e pesimizmit. Gurusët besonin se kjo jetë ka një qëllim dhe një qëllim. Ajo ofron një mundësi për realizimin e vetes dhe të Zotit. Për më tepër, njeriu është përgjegjës për veprimet e tij. Ai nuk mund të pretendojë imunitet nga rezultatet e veprimeve të tij. Prandaj ai duhet të jetë shumë vigjilent në atë që bën.

Shkrimi Sikh, Guru Granth Sahib, është Guru i Përjetshëm. Kjo është feja e vetme që i ka dhënë Librit të Shenjtë statusin e një predikuesi fetar. Nuk ka vend për një guru njerëzor të gjallë (Dehdhari) në fenë Sikh.

Jini Vizual

Turban është dhe ka qenë gjithmonë një pjesë e pandashme e një Sikh. Që nga viti 1500 pas Krishtit dhe nga koha e Guru Nanak, themeluesit të Sikizmit, Sikhët kanë mbajtur çallmën.

Çallma ose "*pagri*" shpesh e shkurtuar në "*pag*" ose "*dastar*" janë fjalë të ndryshme në dialekt të ndryshëm për të njëjtin artikull. Të gjitha këto fjalë i referohen veshjes që veshin si burrat ashtu edhe gratë për të mbuluar kokën. Është një mbulesë koke e përbërë nga një copë pëlhere e gjatë si një shall, e mbështjellë rreth kokës ose nganjëherë një "kapelë" e brendshme ose patka. Tradicionalisht në Indi, çallma vishej vetëm nga burra me status të lartë në shoqëri; burrat me status të ulët ose të kastave më të ulëta nuk lejoheshin të mbanin çallmë.

Megjithëse mbajtja e flokëve të paprerë ishte mandatuar nga Guru Gobind Singh si një nga pesë K-të ose pesë nenet e besimit, ai ka qenë prej kohësh i lidhur ngushtë me Sikhizmin që nga fillimi i Sikhit në 1469. Sikhizmi është feja e vetme në botë në e cila veshja e çallmës është e detyrueshme për të gjithë meshkujt e rritur. Shumica dërrmuese e njerëzve që veshin çallma në vendet perëndimore janë sikë. Sikh *pagdi* quhet edhe *dastar*. "*Dastar*" është një fjalë persiane. Do të thotë "*Dora e Zotit*" që nënkupton bekimin e Tij.

Sikët janë të famshëm për çallmat e tyre të shumtë dhe të veçantë. Tradicionalisht, çallma përfaqëson respekt dhe ka qenë prej kohësh një artikull i rezervuar vetëm për fisnikërinë. Gjatë dominimit Mughal të Indisë, vetëm muslimanët lejoheshin të mbanin një çallmë. Të gjithë jomuslimanëve u ndalohej rreptësisht të vishnin një të tillë.

Guru Gobind Singh, në kundërshtim me këtë shkelje nga Mughals u kërkoi të gjithë Sikhëve të tij të mbanin çallmën. Kjo do të vishej në njohje të standardeve të larta morale që ai kishte hartuar për ndjekësit e tij Khalsa. Ai donte që Khalsa e tij të ishte e dallueshme dhe e vendosur "të dallohej nga pjesa tjetër e botës". Ai donte që ata të ndiqnin rrugën unike që ishte përcaktuar nga gurutë Sikh. Kështu, një Sikh me çallmë ka dalë gjithmonë nga turma, siç synonte guruja; sepse ai donte që 'Shen-Ushtarët' e tij jo vetëm të njiheshin lehtësisht, por edhe të gjendeshin lehtësisht.

Kur një burrë ose një grua sik vesh një çallmë, çallma pushon së qeni thjesht një rrip pëlhere; sepse ajo bëhet një dhe e njëjta me kokën e Sikhut. Çallma, si dhe katër artikujt e tjerë të besimit të veshur nga Sikhët, ka një rëndësi të madhe shpirtërore dhe materiale. Ndërsa simbolika që lidhet me veshjen e një çallmë janë të shumta - sovraniteti, përkushtimi, respekti për veten, guximi dhe devotshmëria, por!, arsyeja kryesore që Sikhët veshin një çallmë është për të treguar - dashurinë, bindjen dhe respektin e tyre për themeluesin e Khalsa Guru Gobind Singh.

Fjalët e theksuara të mësipërme duhet të zëvendësohen me diçka tjetër. Mund të jenë "arsye për"

"Çallma është dhurata e Guru-së tonë për ne. Kjo është mënyra se si ne kurorëzojmë veten si Singhs dhe Kauras që ulen në fronin e përkushtimit ndaj vetëdijes sonë më të lartë. Për burrat dhe gratë njësoj, ky identitet projektues përcjell mbretërinë, hirin dhe veçantinë. Është një sinjal për të tjerët se ne jetojmë në imazhin e Pafundësisë dhe jemi të përkushtuar për t'u shërbyer të gjithëve. Çallma nuk përfaqëson asgjë përveç angazhimit të plotë Një person që dallohet nga gjashtë miliardë njerëz është një akt më i shquar."

Roli i Femrës

Parimet e Sikhizmit thonë se gratë kanë të njëjtin shpirt si burrat dhe kanë të drejtë të barabartë për të kultivuar shpirtëroren e tyre. Ata mund të udhëheqin kongregacionet fetare, të marrin pjesë në Rrugën Akhand (recitimin e vazhdueshëm të Shkrimeve të Shenjta), të kryejnë Kirtan (këndim himnesh në kongregacion), të punojnë si Granthis (priftërinj). Ata mund të marrin pjesë në të gjitha aktivitetet fetare, kulturore, sociale dhe laike. Sikhizmi ishte feja e parë kryesore botërore që jepte barazi për burrat dhe gratë. Guru Nanak, predikoi barazinë e bazuar në gjini dhe gurutë që e pasuan atë i inkurajuan gratë të merrnin pjesë të plotë në të gjitha aktivitetet e adhurimit dhe praktikës Sikh.

Guru Granth Sahib thotë,

"Gratë dhe burrat, të gjithë janë krijuar nga Zoti. E gjithë kjo është lojë e Zotit. Thotë Nanak, gjithë krijimi yt është i mirë dhe i shenjtë" -SGGS f.304

Historia Sikh ka regjistruar rolin e grave duke i portretizuar ato si të barabarta në shërbim, përkushtim, sakrificë dhe trimëri ndaj burrave. Shumë shembuj të dinjitetit moral, të shërbimit dhe të vetëflimit të grave janë shkruar në traditën Sikh.

Sipas Sikhizmit, burrat dhe gratë janë dy anët e së njëjtës medalje. Në sistemin e ndërlidhjeve dhe ndërvarësisë ku burri lind nga gruaja dhe gruaja lind nga fara e burrit. Sipas Sikhizmit, një burrë nuk mund të ndihet i sigurt dhe i kompletuar në jetën e tij pa një grua, dhe suksesi i një burri lidhet me dashurinë dhe mbështetjen e gruas që ndan jetën e saj me të, dhe anasjelltas. Guru Nanak tha:

"[ajo] është një grua që e mban garën" dhe se ne nuk duhet "ta konsiderojmë gruan të mallkuar dhe të dënuar, [kur] nga gruaja lindin udhëheqës dhe mbretër". SGGGS Faqe 473.

Shpëtimi: Një pikë e rëndësishme për t'u ngritur është nëse një fe i konsideron gratë të afta për të arritur shpëtimin, realizimin e Zotit këtu apo sferën më të lartë shpirtërore. Guru Granth Sahib thotë,

“Zoti është i përhapur në të gjitha qeniet, Zoti përshkon të gjitha format e mashkullit dhe të femrës” (Guru Granth Sahib, f.605).

Nga thënia e mësipërme nga Guru Granth Sahib, drita e Zotit qëndron në mënyrë të barabartë me të dy gjinitë. Si burrat ashtu edhe gratë mund të arrijnë në mënyrë të barabartë shpëtimin duke ndjekur mësimet e Guru-së. Në shumë fe, një grua konsiderohet si një pengesë për spiritualitetin e burrit, por jo në Sikhizëm. Guru e refuzon këtë. Në "Mendimet aktuale mbi sikizmin", Alice Basarke thotë,

“Guru i parë e vendosi gruan në të njëjtin nivel me burrin... gruaja nuk ishte një pengesë për burrin, por një partnere në shërbimin ndaj Zotit dhe kërkimin e shpëtimit”.

Martesa: Guru Nanak rekomandoi grhastha-jetën e një pronari shtëpie, në vend të beqarisë dhe heqjes dorë, burri dhe gruaja ishin partnerë të barabartë dhe besnikëria u urdhërua të dyve. Në vargjet e shenjta, lumturia shtëpiake paraqitet si një ideal i dashur dhe martesa ofron një metaforë të rrjedhshme për shprehjen e dashurisë për Hyjnoren. Bhai Gurdas, poeti i sikizmit të hershëm dhe një interpretues autoritar i doktrinës sikh, u bën nderime të larta grave. Ai thote:

“Gruaja, është e preferuara në shtëpinë e saj prindërore, e dashuruar shumë nga babai dhe nëna, në shtëpinë e vjehrrit, ajo është shtylla e familjes, garancia e fatit të saj... Ndarja në urtësinë shpirtërore. dhe iluminizmi dhe me cilësi fisnike të pajisura, një grua, gjysma tjetër e burrit, e përcjell në derën e çlirimit”. (Varan, V.16)

Statusi i barabartë: Për të siguruar status të barabartë midis burrave dhe grave, Gurusët nuk bënë dallime midis gjinive në çështjet e fillimit, udhëzimit ose pjesëmarrjes në aktivitetet sangat (shoqëria e shenjtë) dhe pangat (ngrënia së bashku). Sipas Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, Guru Amar Das nuk favorizonte përdorimin e mbulesës nga gratë. Ai caktoi gra që të mbikëqyrnin disa komunitete në dishepuj dhe predikoi kundër zakonit të satit. Historia e Sikhut regjistron emrat e disa grave, si Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur dhe Maharani Jind Kaur, të cilat luajtën role të rëndësishme në ngjarjet e kohës së tyre.

Arsimi: Arsimi konsiderohet shumë i rëndësishëm në Sikhizëm. Është çelësi i suksesit të kujtdo. Është një proces i zhvillimit personal dhe është arsyeja pse

Guru i 3-të ngriti shumë shkolla. Guru Granth Sahib thotë,

***"E gjithë njohuria dhe meditimi hyjnor fitohet nëpërmjet Guru-së"* (Guru Granth Sahib, f.831).**

Arsimi për të gjithë është thelbësor dhe të gjithë duhet të punojnë për të qenë më të mirët që mundën. Pesëdhjetë e dy nga misionarët sikë të dërguar nga Guru i 3-të ishin gra. Në, "Roli dhe statusi i grave Sikh", Dr Mohinder Kaur Gill shkruan, ***"Guru Amar Das ishte i bindur se asnjë mësim nuk mund të zërë rrënjë derisa dhe nëse ato pranohen nga populli i grave"***.

Kufizimet në veshje: Përveç që u kërkon grave të mos mbajnë mbulesë, Sikhizmi bën një deklaratë të thjeshtë por shumë të rëndësishme në lidhje me kodin e veshjes. Kjo vlen për të gjithë Sikët, pavarësisht nga gjinia. Guru Granth Sahib thotë,

***"Shmangni veshjen e atyre rrobave në të cilat trupi është i parehatshëm dhe mendja është e mbushur me mendime të liga."* SGGs, Faqe 16**

Kështu, Sikët do të kuptojnë se çfarë lloj veshjesh mbushin mendjen me mendime të liga dhe duhet t'i shmangin ato. Gratë Sikh pritet të mbrohen me Kirpan (shpatë) dhe të tjerët, kjo është unike për gratë, sepse është hera e parë në histori kur gratë pritej të mbroheshin dhe nuk pritet të varen nga burrat për mbrojtje fizike.

Citate SGGs: "Në tokë dhe në qiell, unë nuk shoh asnjë sekondë. Mes të gjitha grave dhe burrave, Drita e Tij po shkëlqen. " Sggs Faqe 223. Nga gruaja lind burri; brenda gruas ngjizet burri; me gruan ai fejohehet dhe martohet. Gruaja bëhet shoqja e tij; nëpërmjet gruas vijnë brezat e ardhshëm. Kur gruaja i vdes, ai kërkon një grua tjetër; për gruan ai është i lidhur Pra, pse e quan të keqe prej saj, mbretërit. Nga gruaja lind gruaja; pa grua, nuk do të kishte njeri fare. Guru Nanak, SGGs Faqe 473

Për sa i përket prikës: "O Zoti im, më jep emrin tënd si dhuratë dhe pajë për martesë". Shri Guru Ram Das ji, Faqe 78, rreshti 18 SGGs

Për sa i përket praktikës së Purdahut: "Qëndro, qëndro, o nuse - mos e mbulo fytyrën me mbulesë. Në fund, kjo nuk do të të sjellë as gjysmën e lëvizshëm. Ajo para teje ia mbulonte fytyrën. Mos ndiq hapat e saj E vetmja meritë në mbulimin e fytyrës tënde është se për disa ditë njerëzit do të thonë:

"Çfarë nusesh fisnike do të jetë e vërtetë vetëm nëse e kapërceni, kërceni dhe këndon". lavdërimet e Zotit -P 484, SGGs

Gratë dhe në të vërtetë të gjithë shpirtrat u inkurajuan fuqimisht të bënin një jetë shpirtërore: "Ejani, motrat e mia të dashura dhe shoqet shpirtërore; më përqafoni afër në përqafimin tuaj. Le të bashkohemi së bashku dhe të tregojmë histori për Zotin tonë të Plotfuqishëm bashkëshortor."-Guru Nanak , fq 17, SGGs.

"Mik, të gjitha veshjet e tjera e prishin lumturinë, veshja e gjymtyrëve është mundim dhe me mendime të ndyra mbush mendjen"-SGGS Faqe 16

Thelbi kryesor i përlësisë në udhëtimin tuaj

Përlësia është një aspekt i rëndësishëm i sikizmit. Sipas kësaj, Sikhët duhet të përkulen me përlësi para Zotit. Përlësia ose Nimrata, në Punjabi janë fjale të lidhura ngushtë. **Nimrata** është një virtyt që promovohet fuqishëm në Gurbani. Përkthimi i kësaj fjale Punjabi është "**Përlësi**", "**Bëmirësi**" ose "**Përlësi**". Dikush mendja e të cilit nuk është e hutuar nga mendimi se ai ose ajo është më i mirë ose më i rëndësishëm se dikush.

Zona e problemit - jo një fjali e saktë më lart

Kjo është një cilësi e rëndësishme për t'u ushqyer nga të gjithë njerëzit dhe që është një pjesë thelbësore e mendjes së një Sikh dhe kjo cilësi duhet të shoqërojë Sikhun në çdo kohë. Katër cilësitë e tjera në arsenalin Sikh janë: *E vërteta (Sat), Kënaqësia (Santokh), Dhembshuria (Daya) dhe Dashuria (Pyaar).*

Këto pesë cilësi janë thelbësore për një Sikh dhe është detyra e tyre të meditojnë dhe të recitojnë Gurbani për t'i ngulitur këto virtyte dhe për t'i bërë ato pjesë të personalitetit të tyre.

Çfarë na thotë Gurbani:

"Fryti i përlësisë është paqja dhe kënaqësia intuitive. Me përlësi ata vazhdojnë të meditojnë mbi Zotin, Thesarin e përsosmërisë. Qenia e vetëdijshme për Zotin është e zhytur në përlësi. Ai zemra e të cilit është e bekuar me mëshirë me përlësi të qëndrueshme. Sikhizmi e trajton Përlësinë si lypje tas para zotit"

Guru Nanak, Guru i parë i Sikizmit:

"Dëgjimi dhe besimi me dashuri dhe përlësi në mendjen tuaj, pastroni veten me Emrin, në faltoren e shenjtë thellë brenda." - SGGGS Faqe 4.

"Bëni kënaqësi në vathët tuaj, përlësi tasin tuaj të lypjes dhe meditoni hirin që aplikoni në trupin tuaj."-SGGS Faqe 6.

"Në fushën e përlësisë, Fjala është Bukuri. Forma të bukurisë së pakrahasueshme janë krijuar atje." SGGGS Faqe 8.

"Modestia, përlësia dhe mirëkuptimi intuitiv janë vjehrra dhe vjehri im" - SGGGS Faqe 152.

Udhëtim drejt Spiritualitetit

Guru Granth Sahib është një guru i përjetshëm i gjallë, një kompozim poetik i Guruve Sikh, shenjtorëve hindu dhe myslimanë. Përmbledhja është një dhuratë nga Zoti nëpërmjet tyre për të gjithë njerëzimin. Vizioni në Guru Granth Sahib është i një shoqërie të bazuar në drejtësinë hyjnore pa asnjë lloj shtypjeje. Ndërsa Granth pranon dhe respekton shkrimet e hinduizmit dhe islamit, ai nuk nënkupton një pajtim moral me asnjërën prej këtyre feve. Në Guru Granth Sahib, gratë respektohen shumë me role të barabarta si burrat. Gratë kanë të njëjtin shpirt si burrat dhe kështu kanë të drejtë të barabartë për të kultivuar shpirtëroren e tyre me shanse të barabarta për të arritur çlirimin. Gratë mund të marrin pjesë në të gjitha aktivitetet fetare, kulturore, sociale dhe laike, duke përfshirë kongregacionet kryesore fetare.

Sikhizmi mbron barazinë, drejtësinë sociale, shërbimin ndaj njerëzimit dhe tolerancën për fetë e tjera. Mesazhi thelbësor i Sikhizmit është përkushtimi shpirtëror dhe nderimi i Zotit në çdo kohë duke praktikuar idealet e dhembshurisë, ndershmërisë, përvullësisë dhe bujarisë në jetën e përditshme. Tre parimet thelbësore të fesë Sikh janë meditimi dhe kujtimi i Zotit, Puna për të jetuarin e ndershëm dhe ndarja me të tjerët.

Urime për përpjekjen për të vazhduar këtë Udhëtim Shpirtëror për shpirtin. Përkthimi nuk mund të jetë kurrë afër origjinalit, veçanërisht kur i plotë Guru Granth Sahib është në poezi dhe përdorimi i metaforave e bën detyrën jashtëzakonisht të vështirë. Në mesazhin hyjnor, historitë mitologjike hindu dhe myslimane përdoren shpesh Pralahad, Harnakash, Ixmi, Brahma etj. Ju lutemi mos i lexoni ato fjalë për fjalë, por kuptoni mesazhin e tyre themelor. Fokusi është në faktin se Zoti është një dhe të kesh bashkim me Të është qëllimi i jetës njerëzore.

Kjo punë është bërë ndër vite nga disa vullnetarë, për t'ju përcjellë mesazhin hyjnor në gjuhën tuaj. Nëse keni ndonjë pyetje, ju lutemi mos ngurroni të dërgoni email në walnut@gmail.com dhe ne do të donim t'ju bashkoheshim në këtë udhëtim.