



Sohila Sahib

Isang paglalakbay patungo sa espirituwalidad
Pagsasalin sa Filipino

Index

1.	Sohila Sahib -----	1
2.	Ardas-Panalangin -----	7
3.	Landas ng Kaluluwa-----	12
4.	Pilosopiya para sa Paglalakbay-----	14
5.	Papel ng mga Babae-----	17
6.	Kahalagahan ng Turban-----	21
7.	Kababaang-loob na pangunahing esensya sa iyong Paglalakbay-----	23



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

ਸੋਹਿਲਾ ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਦੀਪਕੀ ਮਹਲਾ ੧

Sohilaa, Ang Awit Ng Mga Papuri ng Diyos. Raag Gauree Deepakee, Unang Guru:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

Isang walang hanggang Diyos, natanto sa pamamagitan ng biyaya ng Tunay na Guru:

ਜੈ ਘਰਿ ਕੀਰਤਿ ਆਖੀਐ ਕਰਤੇ ਕਾ ਹੋਇ ਬੀਚਾਰੇ ॥

O kapatid, ang banal na kongregasyon na kung saan ang mga papuri ng Diyos ay binibigkas at ang Kanyang mga birtud ay pinagmuni-muni,

ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਿਵਰਿਹੁ ਸਿਰਜਣਹਾਰੇ ॥੧॥

pumupunta ka rin sa banal na kongregasyong iyon, kantahin ang awit ng mga papuri ng Diyos at mapagmahal na magnilay sa Lumikha.

ਤੁਮ ਗਾਵਹੁ ਮੇਰੇ ਨਿਰਭਉ ਕਾ ਸੋਹਿਲਾ ॥

O 'kapatid, kantahin si Sohila (awit ng mga papuri) ng aking walang takot na Diyos.

ਹਉ ਵਾਰੀ ਜਿਤੁ ਸੋਹਿਲੈ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Inilaan ko ang aking sarili sa awit ng papuri ng Diyos na nagdudulot ng walang hanggang kapayapaan.

ਨਿਤ ਨਿਤ ਜੀਅੜੇ ਸਮਾਲੀਅਨਿ ਦੇਖੈਗਾ ਦੇਵਣਹਾਰੁ ॥

Ang dakilang Benefactor, na nag-aalaga ng Kanyang paglikha araw-araw, ay aalagaan din ang iyong mga pangangailangan.

ਤੇਰੇ ਦਾਨੈ ਕੀਮਤਿ ਨਾ ਪਵੈ ਤਿਸੁ ਦਾਤੇ ਕਵਣੁ ਸੁਮਾਰੁ ॥੨॥

O mortal, kapag hindi mo masuri ang halaga ng Kanyang Mga Regalo; kung gayon paano mo masusuri ang halaga ng Benefactor na iyon?

ਸੰਬਤਿ ਸਾਹਾ ਲਿਖਿਆ ਮਿਲਿ ਕਰਿ ਪਾਵਹੁ ਤੇਲੁ ॥

Ang oras ng aking pag-alis mula sa mundong ito ay paunang natukoy; O aking mga kaibigan, ihanda mo ako para sa aking pag-alis sa bahay ng aking Panginoon.

ਦੇਹੁ ਸਜਣ ਅਸੀਸੜੀਆ ਜਿਉ ਹੋਵੈ ਸਾਹਿਬ ਸਿਉ ਮੇਲੁ ॥੩॥

O mga kaibigan ko, magkaloob ng mga pagpapala, upang makiisa ako sa aking Master-Diyos.

ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹੇ ਪਾਹੁਚਾ ਸਦੜੇ ਨਿਤ ਪਵੰਨਿ ॥

Ang mga intimasyon tungkol sa pag-alis mula sa mundong ito ay inihahatid sa bahay pagkatapos ng bahay, at araw-araw na tinawag ang mga tao.

ਸਦਣਹਾਰਾ ਸਿਮਰੀਐ ਨਾਨਕ ਸੇ ਦਿਹ ਆਵੰਨਿ ॥੪॥੧॥

O Nanak, dapat nating mapagmahal na alalahanin ang Diyos, ang isa na tumatawag sa ating lahat, dahil ang araw ng ating pag-alis ay malapit na rin.

ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Raag Aasaa, Unang Guru:

ਛਿਅ ਘਰ ਛਿਅ ਗੁਰ ਛਿਅ ਉਪਦੇਸ ॥

Mayroong anim na Shastras, anim na guro at anim na doktrina.

ਗੁਰੁ ਗੁਰੁ ਏਕੋ ਵੇਸ ਅਨੇਕ ॥੧॥

Ngunit ang guro ng lahat ng mga guro ay ang Diyos Mismo sa hindi mabilang na mga anyo.

ਬਾਬਾ ਜੈ ਘਰਿ ਕਰਤੇ ਕੀਰਤਿ ਹੋਇ ॥

O 'kapatid, manatili sa lugar na iyon o banal na kongregasyon kung saan inaawit ang mga Papuri ng Lumikha,

ਸੇ ਘਰੁ ਰਾਖੁ ਵਡਾਈ ਤੇਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

at manatili sa banal na kongregasyong iyon; sa loob nito ay nakasalalay ang iyong kaluwalhatian.

ਵਿਸੁਏ ਚਸਿਆ ਘੜੀਆ ਪਹਰਾ ਥਿਤੀ ਵਾਰੀ ਮਾਹੁ ਹੋਆ ॥

Maraming segundo, minuto, oras, araw, linggo at buwan,

ਸੂਰਜੁ ਏਕੋ ਰੁਤਿ ਅਨੇਕ ॥

at mayroong iba't ibang mga panahon sa isang taon, lahat ay nagmula sa parehong Araw.

ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕੇ ਕੇਤੇ ਵੇਸ ॥੨॥੨॥

O Nanak, katulad din mayroong hindi mabilang na mga pagpapakita ng Lumikha ngunit Isa lamang Siya.

ਰਾਗੁ ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Raag Dhanasari, Unang Guru:

ਗਗਨ ਮੈ ਥਾਲੁ ਰਵਿ ਚੰਦੁ ਦੀਪਕ ਬਨੇ ਤਾਰਿਕਾ ਮੰਡਲ ਜਨਕ ਮੋਤੀ ॥

O 'Diyos, ang buong nilikha ay gumaganap ng lyong Aarti (pagsamba), ang kalangitan ay tulad ng isang pinggan kung saan ang Araw at ang Buwan ay tulad ng dalawang lampara at ang mga kumpol ng mga bituin ay tulad ng perlas.

ਧੂਪੁ ਮਲਆਨਲੋ ਪਵਣੁ ਚਵਰੇ ਕਰੇ ਸਗਲ ਬਨਰਾਇ ਫੂਲੰਤ ਜੋਤੀ ॥੧॥

Ang mabangong hangin mula sa bundok ng Malay ay tulad ng insenso, ang humihip na hangin ay tulad ng isang cosmic chavar (fan) at ang buong halaman ay nag-aalok ng mga bulaklak para sa Aarti.

ਕੈਸੀ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥ ਭਵ ਖੰਡਨਾ ਤੇਰੀ ਆਰਤੀ ॥

O ang maninira ng takot sa kapanganakan at kamatayan, anong kahanga-hangang Aarti (pagsamba) sa Iyo ang ginagawa?

ਅਨਹਤਾ ਸਬਦ ਵਾਜੰਤ ਭੇਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Ang patuloy na tunog ng mga tibok ng puso ng lahat ng nabubuhay na nilalang ay tulad ng tunog ng mga tambol na nilalaro sa lyong Aartee.

ਸਹਸ ਤਵ ਨੈਨ ਨਨ ਨੈਨ ਹਰਿ ਤੋਹਿ ਕਉ ਸਹਸ ਮੂਰਤਿ ਨਨਾ ਏਕ ਤੋਹੀ ॥

O Diyos, mayroon kang libu-libong mga mata (dahil lumaganap ka sa lahat), ngunit wala kang mga mata ng lyong sarili; Mayroon kang libu-libong mga anyo, ngunit wala kang tiyak na anyo ng lyong sarili.

ਸਹਸ ਪਦ ਬਿਮਲ ਨਨ ਏਕ ਪਦ ਗੰਧ ਬਿਨੁ ਸਹਸ ਤਵ ਗੰਧ ਇਵ ਚਲਤ ਮੋਹੀ ॥੨॥

Mayroon kang libu-libong malinis na paa, ngunit walang porma, wala kang mga paa, at mayroon kang libu-libong ilong, ngunit wala kang ilong; ang mga kamangha-manghang Pag-play ng Iyo ay pumapasok sa akin.

ਸਭ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਜੋਤਿ ਹੈ ਸੋਇ ॥

Ang ilaw na dumadaloy sa lahat ay ang parehong kataas-taasang ilaw ng Diyos.

ਤਿਸ ਦੈ ਚਾਨਣਿ ਸਭ ਮਹਿ ਚਾਨਣੁ ਹੋਇ ॥

Ang ilaw na nagpapaliwanag sa isipan ng lahat, ay ang parehong Banal na ilaw.

ਗੁਰ ਸਾਖੀ ਜੋਤਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥

Ngunit ang Divine-Light na lumalaganap sa lahat ay ipinahayag lamang ng mga turo ng Guru.

ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੁ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥੩॥

Samakatuwid, ang pagtanggap sa nakalulugod sa Diyos ay ang Kanyang tunay na aarti (pagsamba).

ਹਰਿ ਚਰਣ ਕਵਲ ਮਕਰੰਦ ਲੇਭਿਤ ਮਨੇ ਅਨਦਿਨੇ ਮੇਰਿ ਆਹੀ ਪਿਆਸਾ ॥

O 'Diyos, hinahangad ng aking puso ang lyong malinis na Pangalan; palagi akong nauuhaw sa nektar ng lyong Pangalan tulad ng isang bubuyog para sa bulaklak ng lotus.

ਕ੍ਰਿਪਾ ਜਲੁ ਦੇਹਿ ਨਾਨਕ ਸਾਰੰਗ ਕਉ ਹੋਇ ਜਾ ਤੇ ਤੇਰੈ ਨਾਇ ਵਾਸਾ ॥੪॥੩॥

O Diyos, ipagkaloob ang awa kay Saarang (songbird) Nanak at pagpalain ng nektar ng iyong Pangalan upang manatili akong hinihigop sa lyong Pangalan.

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

Raag Gauree Poorbee, Ika-apat na Guru:

ਕਾਮਿ ਕਰੋਧਿ ਨਗਰੁ ਬਹੁ ਭਰਿਆ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਖੰਡਲ ਖੰਡਾ ਹੇ ॥

Ang katawan ng tao na ito ay puno ng pagnanasa at galit, ang mga bisyo na ito ay maaaring sirain lamang sa pamamagitan ng pagpupulong at pagsunod sa mga turo ng tunay na Guru.

ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਤ ਲਿਖੇ ਗੁਰੁ ਪਾਇਆ ਮਨਿ ਹਰਿ ਲਿਵ ਮੰਡਲ ਮੰਡਾ ਹੇ ॥੧॥

Ang isa na nakakatugon sa Guru ayon sa naunang naorden na tadhana, ang kanyang isip ay nakakaayon sa pag-ibig ng Diyos.

ਕਰਿ ਸਾਧੂ ਅੰਜੁਲੀ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥

O 'kapatid, magbayad ng pagsunod sa Guru na may pagpapakumbaba, ito ay isang gawa ng dakilang merito,

ਕਰਿ ਡੰਡਉਤ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

yumuko sa harap niya; ito ay isang mabubuting kilos.

ਸਾਕਤ ਹਰਿ ਰਸ ਸਾਦੁ ਨ ਜਾਣਿਆ ਤਿਨ ਅੰਤਰਿ ਹਉਮੈ ਕੰਡਾ ਹੇ ॥

Ang mga walang pananampalataya na mapang-uyam ay hindi alam ang lasa ng kahanga-hangang diwa ng Pangalan ng Diyos, sapagkat ang pagkamakasarili ay naka-embed sa loob ng mga ito tulad ng isang tinik.

ਜਿਉ ਜਿਉ ਚਲਹਿ ਚੁਭੈ ਦੁਖੁ ਪਾਵਹਿ ਜਮਕਾਲੁ ਸਹਹਿ ਸਿਰਿ ਡੰਡਾ ਹੇ ॥੨॥

Habang pinamumunuan nila ang kanilang buhay, ang tinik ng kaakuhan ay masakit sa kanila nang higit pa at dinala nila sa kanilang ulo ang pagpapahirap sa espirituwal na kamatayan.

ਹਰਿ ਜਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਣੇ ਦੁਖੁ ਜਨਮ ਮਰਣ ਭਵ ਖੰਡਾ ਹੇ ॥

Ngunit ang mga deboto ng Diyos ay nananatiling nalubog sa Kanyang Pangalan at ang kanilang kalungkutan sa buong buhay, mula sa pagsilang hanggang kamatayan, ay tinanggal.

ਅਬਿਨਾਸੀ ਪੁਰਖੁ ਪਾਇਆ ਪਰਮੇਸਰੁ ਬਹੁ ਸੋਭ ਖੰਡ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਹੇ ॥੩॥

Napagtanto nila ang lahat ng lumalaganap na walang hanggang kataas-taasang Diyos, at ang kanilang katanyagan ay kumakalat sa lahat ng mga rehiyon ng sansinukob.

ਹਮ ਗਰੀਬ ਮਸਕੀਨ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੇ ਹਰਿ ਰਾਖੁ ਰਾਖੁ ਵਡ ਵਡਾ ਹੇ ॥

O 'Diyos, kami ay walang magawa at maamo, ngunit ang Iyo pa rin at Ikaw ang pinakadakila sa dakila, mangyaring protektahan kami mula sa mga bisyong ito.

ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਟੇਕ ਹੈ ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਹੀ ਸੁਖੁ ਮੰਡਾ ਹੇ ॥੪॥੪॥

O Nanak, isa na ang tanging kabuhayan at suporta sa buhay ay si Naam, tinatamasa niya ang espirituwal na kaligayahan sa pamamagitan ni Naam.

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Raag Gauree Poorbee, Ikalimang Guru:

ਕਰਉ ਬੇਨੰਤੀ ਸੁਣਹੁ ਮੇਰੇ ਮੀਤਾ ਸੰਤ ਟਹਲ ਕੀ ਬੇਲਾ ॥

O 'aking mga kaibigan, makinig ka! Isinumite ko sa iyo na ang buhay ng tao na ito ay ang tanging pagkakataon na sundin ang turo ng Guru.

ਈਹਾ ਖਾਟਿ ਚਲਹੁ ਹਰਿ ਲਾਹਾ ਆਗੈ ਬਸਨੁ ਸੁਹੇਲਾ ॥੧॥

Ang buhay ng tao ay ang pagkakataong kumita ng kayamanan ng Pangalan ng Diyos, upang maging mapayapa ka sa mundo pagkatapos nito.

ਅਉਧ ਘਟੈ ਦਿਨਸੁ ਰੈਣਾਰੇ ॥

Araw-araw at gabi ang natitirang buhay ng isang tao ay nababawasan:

ਮਨ ਗੁਰ ਮਿਲਿ ਕਾਜ ਸਵਾਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

O 'aking isipan, tuparin ang layunin ng buhay na ito sa pamamagitan ng pagsunod sa turo ng Guru.

ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਬਿਕਾਰੁ ਸੰਸੇ ਮਹਿ ਤਰਿਓ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ॥

Ang mundong ito ay nalulugod sa mga bisyo at pangungutya, tanging ang isang banal na matalinong tao ay maaaring lumangoy sa buong mundo-karagatan ng mga bisyo.

ਜਿਸਹਿ ਜਗਾਇ ਪੀਆਵੈ ਇਹੁ ਰਸੁ ਅਕਥ ਕਥਾ ਤਿਨਿ ਜਾਨੀ ॥੨॥

Ang isang taong nagising ang Diyos mula sa pagtulog ng mga makamundong kaguluhan at tumutulong na uminom ng elixir ni Naam, nauunawaan ang hindi mailalarawan na mga birtud ng Diyos.

ਜਾ ਕਉ ਆਏ ਸੋਈ ਬਿਹਾਝਹੁ ਹਰਿ ਗੁਰ ਤੇ ਮਨਹਿ ਬਸੇਰਾ ॥

O 'aking mga kaibigan, magtipon lamang ng kayamanan na iyong napunta sa mundong ito; sa pamamagitan lamang ng Guru na ipinahayag ng Diyos sa isipan ng isang tao.

ਨਿਜ ਘਰਿ ਮਹਲੁ ਪਾਵਹੁ ਸੁਖ ਸਹਜੇ ਬਹੁਰਿ ਨ ਹੋਇਗੋ ਫੇਰਾ ॥੩॥

Intuitively mapagtanto ang presensya ng Diyos sa loob ng iyong panloob na sarili, hindi ka dapat muling maipadala sa mga siklo ng kapanganakan at kamatayan.

ਅੰਤਰਜਾਮੀ ਪੁਰਖ ਬਿਧਾਤੇ ਸਰਧਾ ਮਨ ਕੀ ਪੂਰੇ ॥

O 'ang lahat ng lumalaganap, mahuhusay na tagalikha-Diyos, mangyaring tuparin ang pagnanasa ng aking isipan,

ਨਾਨਕ ਦਾਸੁ ਇਹੈ ਸੁਖੁ ਮਾਰੈ ਮੇ ਕਉ ਕਰਿ ਸੰਤਨ ਕੀ ਪੂਰੇ ॥੪॥੫॥

at gawin mo akong pinaka mapagpakumbabang lingkod ng Iyong mga banal; Ang iyong mapagpakumbabang deboto na si Nanak, ay humihingi lamang para sa kaligayahan na ito.

ਅਰਦਾਸ
Panalangin

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ ॥

Ang Diyos ay Isa. Ang lahat ng tagumpay ay mula sa Kamangha-manghang Guru (Diyos).

ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Nawa'y tulungan tayo ng iginagalang na espada (Diyos sa anyo ng Tagapukso ng mga gumagawa ng masama)!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Ode ng iginagalang na espada na binigkas ng Ikasampung Guru.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈ ਧਿਆਇ ॥

Alalahanin muna ang espada (Diyos sa anyo ng Tagapukso ng mga gumagawa ng masama); pagkatapos ay alalahanin si Nanak (mag-isip sa kanyang espirituwal na kontribusyon).

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈ ਸਹਾਇ ॥

Pagkatapos ay tandaan at pagnilayan ang Guru Angad, Guru Amar Das at Guru Ram Das; Nawa'y tulungan nila tayo! (isipin ang kanilang espirituwal na kontribusyon)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੋ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

Alalahanin at pagnilayan sina Guru Arjan, Guru Hargobind at Iginagalang na Guru Har Rai. (isipin ang kanilang espirituwal na kontribusyon)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

Alalahanin at pagnilayan ang iginagalang na Guru Har Krishan, sa pamamagitan ng pagkakaroon ng paningin kung kanino, lahat ng sakit ay nawawala. (isipin ang kanilang espirituwal na kontribusyon)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

Alalahanin si Guru Tegh Bahadur at pagkatapos ay siyam na pinagmumulan ng espirituwal na kayamanan ang darating na mabilis sa iyong tahanan.

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥

Oh Diyos! mabait na tulungan kami sa lahat ng dako sa pamamagitan ng pagpapakita sa amin ng landas.

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

Alalahanin ang iginagalang na Ikasampung Guru Gobind Singh (manahan ang kanyang espirituwal na kontribusyon). Oh Diyos! mabait na tulungan kami sa lahat ng dako sa pamamagitan ng pagpapakita sa amin ng landas.

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

Isipin at pagnilayan ang banal na liwanag ng Sampung Hari na nilalaman ng iginagalang na Guru Granth Sahib at ibaling ang iyong mga iniisip sa mga banal na turo ni at makakuha ng kasiyahan sa pamamagitan ng paningin ng Guru Granth Sahib; Utter Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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!

Isipin ang mga gawa ng Limang Minamahal, ng apat na anak na lalaki (ni Guru Gobind Singh); ng Apatnapung Martir; ng mga magigiting na Sikh ng walang patid na determinasyon; ng mga deboto na puno ng kulay ng Naam; ng mga taong nakatuon sa Naam; ng mga nakaalala sa Naam at nagbahagi ng kanilang pagkain sa pagsasama; ng mga nagsimula ng libreng kusina; ng mga yaong naghawak ng kanilang mga espada (para sa pagpapanatili ng katotohanan); ng mga taong hindi pinapansin ang mga pagkukulang ng iba; Ang lahat ng nabanggit ay dalisay at tunay na mga tapat; Utter Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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 ਨਿਬਾਰੀ, ਤਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਖਾਲਸਾ ਜੀ! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

Isipin at alalahanin ang kakaibang paglilingkod na ginawa ng matatapang na lalaking Sikh pati na rin ng mga kababaihan, na nag-alay ng kanilang mga ulo ngunit hindi isinuko ang kanilang Sikh na Relihiyon; Na pinaghiwa-hiwalay ang kanilang mga sarili mula sa bawat kasukasuan ng katawan; Sino ang tinanggal ang kanilang mga anit; Na nakatali at pinaikot sa mga gulong at pinagputolputol; Sino ang pinutol ng mga lagari; Sino ang na-flay na buhay; Sino ang nagsakripisyo ng kanilang sarili upang mapanatili ang dignidad ng mga Gurdwara; Sino ang hindi tinalikuran ang kanilang pananampalatayang Sikh; Na nagpapanatili ng kanilang Sikh Religion at nagligtas ng kanilang mahabang buhok hanggang sa kanilang huling hininga; Utter Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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

Ibaling ang iyong mga saloobin sa lahat ng mga upuan ng Sikh Religion at lahat ng Gurdwaras; bigkas Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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

Una ang buong iginagalang na Khalsa ay gumagawa ng pagsusumamo na ito ay nawa'y kanilang pagnilayan ang Iyong Pangalan; at nawa ang lahat ng kasiyahan at kaginhawaan ay dumating sa pamamagitan ng gayong pagninilay.

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

Saanman naroroon ang iginagalang na Khalsa, ibigay ang Iyong proteksyon at biyaya; Nawa'y hindi mabibigo ang libreng kusina at espada; Panatilihin ang dangal ng iyong mga deboto; Magbigay ng tagumpay sa mga taong Sikh; Nawa'y laging tumulong sa atin ang iginagalang na espada; Nawa'y laging

makakuha ng karangalan ang Khalsa; Utter Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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

Magiliw na igawad sa mga Sikh ang regalo ng Sikhism, ang regalo ng mahabang buhok, ang regalo ng pagsunod sa mga batas ng Sikh, ang regalo ng banal na kaalaman, ang regalo ng matatag na pananampalataya, ang regalo ng paniniwala at ang pinakamalaking regalo ng Pangalan. O Diyos! Nawa'y ang mga koro, ang mansyon at ang mga watawat ay umiral magpakailanman; nawa'y magtatagumpay ang katotohanan; bigkas Wahe Guru (Kamangha-manghang Diyos)!

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

Nawa'y ang isipan ng lahat ng mga Sikh ay manatiling mapagpakumbaba at ang kanilang karunungan ay dakila; O Diyos! Ikaw ang tagapagtanggol ng karunungan.

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

O Tunay na Ama, Wahe Guru! ikaw ang karangalan ng maamo, ang Kapangyarihan ng mga walang magawa, ang kanlungan ng mga walang tirahan, mapagpakumbabang nagdarasal kami sa iyong presensya...(palitan ang okasyon o panalangin na ginawa dito).

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

Ipagpaumanhin mo ang aming mga pagkakamali at pagkukulang sa pagbigkas ng Panalangin sa itaas. Mangyaring matupad ang mga bagay ng lahat.

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

Nawa'y bigyan mo kami ng kabaitan na makilala ang mga tunay na deboto sa pamamagitan ng pakikipagtagpo sa kanila, maaari naming maalala at

pagnilayan ang Iyong Pangalan. O Diyos! sa pamamagitan ng Tunay na Guru Nanak, nawa'y dakilain ang Iyong Pangalan, at umunlad nawa ang lahat ayon sa Iyong kalooban.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

Ang Khalsa ay pag-aari ng Diyos; lahat ng tagumpay ay tagumpay ng Diyos.

Sumakay sa Isang Paglalakbay ng Kaluluwa: Alagaan ang Iyong Espiritu

Tumuklas ng mga kasanayan upang iangat ang iyong espirituwal na paglalakbay at makahanap ng mas malalim na kahulugan sa buhay.

Ang tatlong pangunahing prinsipyo ng Sikhismo para sa paglalakbay:

Naam Japna: pag-alala kay Divine

Kirat Karni: magtrabaho nang tapat

Vand Chhakna: pagbabahagi sa iba

Gabayan kami tungo sa espirituwal na paglaya (mukti) at isang makatarungang lipunan. Ang mga prinsipyong ito, na nakasaad sa Guru Granth Sahib, ay bumubuo sa pundasyon ng buhay ng Sikh.

Ika-4 na Karunungan ni Guru Ram Das Ji para sa Pang-araw-araw na Pagsasanay: Sa Guru Granth Sahib (pahina 305-306), Siya ay nag-aalok ng malalim na mga pananaw sa pang-araw-araw na espirituwal na paglalakbay ng isang Sikh:

Unang Gawain ng Araw: Ang isang tunay na alagad ng Guru ay nagsisimula sa bawat araw sa pamamagitan ng pagmamahal na pag-alala sa Divine.

Linisin ang Katawan at Isip: Bumangon ng maaga, maligo, at isawsaw ang iyong sarili sa pag-alaala sa Diyos, pakiramdam ang iyong kaluluwa ay naliligo sa banal na nektar.

Pagpapalaya sa Pamamagitan ng Pag-alaala: Ang pagsunod sa mga turo ng Guru at ang pag-alala sa Pangalan ng Divine nang may debosyon ay nag-aalis ng pagdurusa at panloob na kaguluhan na dulot ng makamundong attachment.

Umawit at Magmuni-muni: Patuloy na umawit ng Banal na papuri at pagnilayan ang Banal na Pangalan sa iyong pang-araw-araw na gawain.

Maging Beacon ng Kapayapaan: Ang isang tagasunod ng Guru na buong pagmamahal na inaalala ang Banal na Pangalan sa bawat paghinga ay nagiging isang matahimik at nagbibigay-inspirasyong kaluluwa.

Tumanggap ng Banal na Karunungan: Ibinibigay ng Guru ang malalim na karunungan sa mga nakamit ng Kanyang biyaya.

Magbigay-inspirasyon sa Iba: Si Guru Nanak ay yumuko sa disipulo na hindi lamang naaalala ang Banal na Pangalan ngunit nagbibigay din ng inspirasyon sa iba na gawin din ito.

Bihira at Mahalagang mga Kaluluwa: Ang mga tunay na tapat na indibidwal ay bihira, ngunit ang kanilang pag-alaala sa Banal na mga benepisyo ay hindi mabilang na iba sa espirituwal na paraan.

Iwasan ang Negatibiti: Ilayo ang iyong sarili sa mga hindi binabalewala ang mga turo ng Guru at nananatiling nakulong sa ikot ng espirituwal na kamangmangan. Mag-ingat sa mga nagsasalita ng matamis sa iyong presensya ngunit nagkakalat ng negatibiti sa iyong likuran.

Pilosopiya para sa Paglalakbay

Ang Pilosopiya ng Sikhism ay nailalarawan sa pamamagitan ng lohika, pagiging komprehensibo at ang "walang frills" na diskarte nito sa espirituwal at materyal na mundo. Ang teolohiya nito ay minarkahan ng pagiging simple. Sa etika ng Sikh walang salungatan sa pagitan ng tungkulin ng indibidwal sa sarili at sa lipunan (sangat).

Ang Sikhism ay ang pinakabatang relihiyon sa mundo na itinatag ni Guru Nanak mga 500 taon na ang nakalilipas. Binibigyang-diin nito ang paniniwala sa One Supreme Being at ang Lumikha (Waheguru) ng uniberso. Nag-aalok ito ng simpleng tuwid na landas tungo sa walang hanggang kaligayahan at nagpapalaganap ng mensahe ng pag-ibig at unibersal na kapatiran. Ang Sikhismo ay mahigpit na isang pananampalatayang monoteistiko at kinikilala ang Diyos bilang ang tanging Isa na hindi napapailalim sa mga limitasyon ng panahon o espasyo. Ang teorya ng pagkakatawang-tao ay walang lugar sa Sikhismo. Hindi ito naglalagay ng anumang halaga sa mga diyos at diyosa at iba pang mga diyos.

Sa Sikhism ang etika at relihiyon ay nagsasama. Kailangang itanim ng isang tao ang mga katangiang moral at isagawa ang mga birtud sa pang-araw-araw na buhay upang humakbang tungo sa espirituwal na pag-unlad. Ang mga katangiang tulad ng katapatan, pakikiramay, pagkabukas-palad, pasensya at pagpapakumbaba ay mabubuo lamang ng mga pagsisikap at pagpupursige. Ang buhay ng ating mga Dakilang Guru ay pinagmumulan ng inspirasyon sa direksyong ito. Itinuturo ng relihiyong Sikh na ang layunin ng buhay ng tao ay sirain ang siklo ng kapanganakan at kamatayan at sumanib sa Diyos. Magagawa ito sa pamamagitan ng pagsunod sa mga turo ng Guru, pagninilay sa Banal na Pangalan (Naam) at pagsasagawa ng mga gawain ng paglilingkod at pag-ibig sa kapwa.

Binibigyang-diin ni Naam Marg ang pang-araw-araw na debosyon sa pag-alaala sa Diyos. Kailangang kontrolin ng isang tao ang limang damdamin, viz., Kam (Pagnanasa), Krodh (galit), Loabh (kasakiman), Moh (makamundong attachment) at Ahankar (pride) para makamit ang kaligtasan. unyon Ang mga ritwal at nakagawiang gawain tulad ng pag-aayuno at paglalakbay sa banal na lugar, mga tanda at austerities ay tinatanggi sa relihiyong Sikh. Ang layunin ng buhay ng tao ay sumanib sa Diyos at ito ay naisasagawa sa pamamagitan ng pagsunod sa mga turo ni Guru Granth Sahib. Binibigyang-diin ng Sikhismo

ang Bhagti Marg o ang landas ng debosyon. Gayunpaman, kinikilala nito ang kahalagahan ng Gian Marg (Path of Knowledge) at Karam Marg (Path of Action). Ito ay nagbibigay ng pinakamalaking diin sa pangangailangan para sa pagkamit ng Biyaya ng Diyos upang maabot ang espirituwal na layunin.

Ang Sikhism ay isang moderno, lohikal, at praktikal na relihiyon. Naniniwala ito na ang normal na buhay-pamilya (Grahast) ay hindi hadlang sa kaligtasan. Ang selibacy o pagtalikod sa mundo ay hindi kailangan para makamit ang kaligtasan. Posibleng mamuhay nang hiwalay sa gitna ng mga makamundong sakit at tukso. Ang isang deboto ay dapat mabuhay sa mundo ngunit panatilihin ang kanyang ulo sa itaas ng karaniwang pag-igting at kaguluhan. Siya ay dapat na isang iskolar na sundalo, at santo para sa Diyos.

Ang Sikhism ay isang kosmopolitan at isang "sekular na relihiyon" at sa gayon ay tinatanggi ang lahat ng pagkakaiba batay sa kasta, kredo, lahi o kasarian. Ito ay naniniwala na ang lahat ng tao ay pantay-pantay sa mata ng Diyos. Binigyang-diin ng mga Guru ang pagkakapantay-pantay ng mga kababaihan at tinanggihan ang gawaing pagpatay sa sanggol at Sati (pagsusunog ng balo). Aktibong din nilang pinalaganap ang muling pag-aasawa ng balo at tinanggihan ang purdah system (mga babaeng may suot na belo). Upang mapanatili ang pag-iisip na nakatuon sa Kanya ay dapat magnilay-nilay sa banal na Pangalan (Naam) at magsagawa ng mga gawain ng paglilingkod at pag-ibig sa kapwa. Itinuturing na marangal na kumita ng kabuhayan sa pamamagitan ng tapat na trabaho (Kirat Karna) at hindi sa pagmamalimos o hindi tapat na paraan. Si Vand Chhakna, na nagbabahagi sa iba, ay isa ring responsibilidad sa lipunan. Ang indibidwal ay inaasahang tutulong sa mga nangangailangan, sa pamamagitan ng Daswandh (10% ng kanyang mga kita). Seva, ang serbisyo sa komunidad ay isa ring mahalagang bahagi ng Sikhismo. Ang libreng kusina ng komunidad (langar) na makikita sa bawat gurdwara at bukas sa mga tao ng lahat ng relihiyon ay isang pagpapahayag ng serbisyong ito sa komunidad.

Ang relihiyong Sikh ay nagtataguyod ng optimismo at pag-asa. Hindi nito tinatanggap ang ideolohiya ng pesimismo. Naniniwala ang mga Guru na ang buhay na ito ay may layunin at layunin. Nag-aalok ito ng pagkakataon para sa sarili at sa Diyos na mapagtanto. Bukod dito, ang tao ay may pananagutan sa kanyang sariling mga aksyon. Hindi niya maangkin ang kaligtasan sa mga resulta ng kanyang mga aksyon. Samakatuwid, dapat siyang maging mapagmatyag sa kanyang ginagawa.

Ang Sikh Scripture, Guru Granth Sahib, ay ang Eternal Guru. Ito ang tanging relihiyon na nagbigay sa Banal na Aklat ng katayuan ng isang relihiyosong preceptor. Walang lugar para sa isang buhay na tao na Guru (Dehdhari) sa relihiyong Sikh.

Tungkulin Ng Babae

Ang mga prinsipyo ng Sikhismo ay nagsasaad na ang mga babae ay may parehong kaluluwa gaya ng mga lalaki at nagtataglay ng pantay na karapatan na linangin ang kanilang espirituwalidad. Maaari silang manguna sa mga relihiyosong kongregasyon, makilahok sa Akhand Path (ang tuluy-tuloy na pagbigkas ng Banal na Kasulatan), magsagawa ng Kirtan (pag-awit ng mga himno sa kongregasyon), magtrabaho bilang Granthi (mga pari). Maaari silang lumahok sa lahat ng gawaing panrelihiyon, pangkultura, panlipunan, at sekular. Ang Sikhism ang unang pangunahing relihiyon sa daigdig na nagbibigay ng pagkakapantay-pantay sa kalalakihan at kababaihan. Si Guru Nanak, ay nangaral ng pagkakapantay-pantay na batay sa kasarian, at ang mga guru na humalili sa kanya ay hinikayat ang mga kababaihan na ganap na makilahok sa lahat ng mga aktibidad ng pagsamba at pagsasanay sa Sikh.

Ang Guru Granth Sahib ay nagsasaad,

"Babae at lalaki, lahat ay nilikha ng Diyos. Ang lahat ng ito ay laro ng Diyos. Sabi ni Nanak, lahat ng iyong nilikha ay mabuti at Banal" -SGGS p.304

Ang kasaysayan ng Sikh ay naitala ang papel ng mga kababaihan na naglalarawan sa kanila bilang pantay sa paglilingkod, debosyon, sakripisyo, at katapangan sa mga lalaki. Maraming halimbawa ng moral na dignidad, paglilingkod, at pagsasakripisyo ng sarili ng kababaihan ang nakasulat sa tradisyon ng Sikh.

Ayon sa Sikhism, ang mga lalaki at babae ay dalawang panig ng parehong barya. Sa sistema ng ugnayan at pagtutulungan kung saan ang lalaki ay ipinanganak mula sa babae, at ang babae ay ipinanganak mula sa binhi ng lalaki. Ayon sa Sikhismo ang isang lalaki ay hindi makakaramdam ng katiwasayan at kumpleto sa kanyang buhay nang walang babae, at ang tagumpay ng isang lalaki ay nauugnay sa pagmamahal at suporta ng babae na nakikibahagi sa kanyang buhay sa kanya, at kabaliktaran. Sinabi ni Guru Nanak:

"[ito] ay isang babae na nagpatuloy sa karera" at hindi natin dapat "isipin ang babae na isinumpa at hinatulan, [kapag] mula sa babae ay ipinanganak na mga pinuno at mga hari." SGGS Pahina 473.

Kaligtasan: Isang mahalagang punto na dapat itaas ay kung itinuturing ng isang relihiyon ang mga kababaihan na may kakayahang makamit ang kaligtasan, pagsasakatuparan ng Diyos dito o ang pinakamataas na espirituwal na kaharian. Ang Guru Granth Sahib ay nagsasaad,

"Sa lahat ng nilalang ay ang Panginoon ay laganap, ang Panginoon ay sumasaklaw sa lahat ng anyo ng lalaki at babae" (Guru Granth Sahib, p.605).

Mula sa pahayag sa itaas mula sa Guru Granth Sahib, ang liwanag ng Diyos ay pantay na nakasalalay sa parehong kasarian. Ang parehong mga lalaki at babae ay maaaring magkamit ng pantay na kaligtasan sa pamamagitan ng pagsunod sa mga turo ni Guru. Sa maraming relihiyon, ang isang babae ay itinuturing na isang hadlang sa espirituwalidad ng lalaki, ngunit hindi sa Sikhismo. Tinatanggihan ito ng Guru. Sa 'Kasalukuyang Kaisipan sa Sikhism', sinabi ni Alice Basarke,

"Inilagay ng unang Guru ang babae sa isang par sa lalaki...ang babae ay hindi isang hadlang sa lalaki, ngunit isang katuwang sa paglilingkod sa Diyos at paghahanap ng kaligtasan".

Pag-aasawa: Inirerekomenda ni Guru Nanak ang grhastha—ang buhay ng isang may-bahay, Sa halip na hindi pag-aasawa at pagtalikod, ang mag-asawa ay pantay na magkasintahan at ang katapatan ay ipinag-uutos sa kanilang dalawa. Sa mga sagradong talata, ang kaligayahan sa tahanan ay ipinakita bilang isang itinatangi na ideyal at ang pag-aasawa ay nagbigay ng isang tumatakbong metapora para sa pagpapahayag ng pag-ibig para sa Banal. Si Bhai Gurdas, makata ng sinaunang Sikhism at isang makapangyarihang tagapagsalin ng doktrinang Sikh, ay nagbibigay ng mataas na pagpupugay sa mga kababaihan. sabi niya:

"Ang isang babae, ang paborito sa kanyang tahanan ng magulang, mahal na mahal ng kanyang ama at ina. Sa tahanan ng kanyang mga biyenang, siya ang haligi ng pamilya, ang garantiya ng magandang kapalaran nito... Nakikibahagi sa espirituwal na karunungan at kaliwanagan at may mga marangal na katangiang pinagkalooban, isang babae, ang kalahati ng lalaki, ang nag-escort sa kanya sa pintuan ng pagpapalaya." (Varan, V.16)

Pantay na Katayuan: Upang matiyak ang pantay na katayuan sa pagitan ng mga lalaki at babae, ang mga Guru ay hindi gumawa ng pagkakaiba sa pagitan ng mga kasarian sa mga bagay ng pagsisimula, pagtuturo o pakikilahok sa

mga aktibidad ng sangat (banal na pagsasama) at pangat (pagkain nang magkasama). Ayon kay Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, hindi pinaboran ni Guru Amar Das ang paggamit ng belo ng mga babae. Inatasan niya ang mga babae na mangasiwa sa ilang komunidad sa mga alagad at nangaral laban sa kaugalian ng sati. Itinala ng kasaysayan ng Sikh ang mga pangalan ng ilang kababaihan, tulad nina Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur at Maharani Jind Kaur, na gumanap ng mahahalagang papel sa mga kaganapan sa kanilang panahon

Edukasyon: Ang edukasyon ay itinuturing na napakahalaga sa Sikhismo. Ito ang susi sa tagumpay ng sinuman. Ito ay isang proseso ng personal na pag-unlad at ito ang dahilan kung bakit ang 3rd Guru ay nagtayo ng maraming paaralan. Ang Guru Granth Sahib ay nagsasaad,

"Ang lahat ng banal na kaalaman at pagmumuni-muni ay nakuha sa pamamagitan ng Guru" (Guru Granth Sahib, p.831).

Edukasyon para sa lahat ay mahalaga at lahat ay dapat magtrabaho upang maging ang pinakamahusay na kanilang makakaya. Limampu't dalawa sa mga misyonerong Sikh na ipinadala ng 3rd Guru ay mga babae. Sa, 'The Role and Status of Sikh Women', isinulat ni Dr Mohinder Kaur Gill, "Si Guru Amar Das ay kumbinsido na walang mga turo ang maaaring mag-ugat hanggang at maliban kung sila ay tinatanggap ng mga kababaihan".

Mga Paghihigpit sa Damit: Bukod sa pag-aatas sa kababaihan na huwag magsuot ng belo, ang Sikhismo ay gumagawa ng isang simple ngunit napakahalagang pahayag tungkol sa dress code. Nalalapat ito sa lahat ng mga Sikh anuman ang kasarian. Ang Guru Granth Sahib ay nagsasaad,

"Iwasang magsuot ng mga damit kung saan ang katawan ay hindi komportable at ang isip ay puno ng masasamang pag-iisip." SGGS, Pahina 16

Sa gayon, malalaman ng mga Sikh kung anong uri ng damit ang pumupuno sa isip ng masasamang kaisipan at dapat nilang iwasan ang mga ito. Inaasahang ipagtanggol ng mga babaeng Sikh ang kanilang sarili gamit ang Kirpan (espada) at iba pa, ito ay natatangi para sa mga kababaihan dahil ito ang unang pagkakataon sa kasaysayan na ang mga kababaihan ay inaasahang ipagtanggol ang kanilang sarili at hindi sila inaasahang umaasa sa mga lalaki para sa pisikal na proteksyon.

SGGS Quotes::"Sa lupa at sa langit, wala akong makitang segundo. Sa lahat ng babae at lalaki, ang Kanyang Liwanag ay nagniningning. " Sggs Page 223. Mula sa babae, lalaki ay ipinanganak; sa loob ng babae, lalaki ay ipinaglihi; sa babae siya ay pakasalan at kasal. Babae ay naging kanyang kaibigan; sa pamamagitan ng babae, ang mga susunod na henerasyon ay dumating. Kapag ang kanyang babae ay namatay, siya ay naghahanap ng ibang babae; sa babae siya ay nakatali

Tungkol sa dote: "O aking Panginoon, ibigay mo sa akin ang iyong pangalan bilang aking regalo sa kasal at dote." Shri Guru Ram Das ji, Pahina 78, linya 18 SGGS

Tungkol sa pagsasagawa ng Purdah: "Manatili, manatili, O manugang - huwag mong takpan ang iyong mukha ng isang belo. Sa huli, hindi ito magdadala sa iyo ng kahit kalahating shell. ;huwag mong sundan ang kanyang mga yapak Ang tanging karapat-dapat sa pagtatakip ng iyong mukha ay sa loob ng ilang araw, sasabihin ng mga tao, "Ang iyong belo ay magiging totoo lamang kung ikaw ay lumaktaw, sumayaw at umaawit sa Maluwalhati." mga papuri sa Diyos -P 484, SGGS

Ang mga kababaihan at sa katunayan ang lahat ng kaluluwa ay mahigpit na hinikayat na mamuhay sa isang espirituwal na buhay: "Halika, mahal kong mga kapatid na babae at espirituwal na mga kasama; yakapin mo ako nang mahigpit sa iyong yakap. Tayo'y magsama-sama, at magkuwento ng ating Makapangyarihang Asawa na Panginoon."-Guru Nanak , pg 17, SGGS.

"Kaibigan, lahat ng iba pang suot ay sumisira ng kaligayahan, ang suot na sa mga paa ay paghihirap, at may masamang pag-iisip ang pumupuno sa isipan"- SGGS Page 16

Maging Visual

Ang Turban ay at palaging isang hindi mapaghihiwalay na bahagi ng isang Sikh. Mula noong mga 1500 A.D at sa panahon ni Guru Nanak, ang tagapagtatag ng Sikhismo, ang mga Sikh ay nakasuot ng turban.

Ang turban o "pagri" na kadalasang pinaikli sa "pag" o "dastar" ay iba't ibang salita sa iba't ibang diyalekto para sa parehong artikulo. Ang lahat ng mga salitang ito ay tumutukoy sa kasuotan na isinusuot ng mga lalaki at babae upang takpan ang kanilang mga ulo. Ito ay isang headdress na binubuo ng isang mahabang scarf-like na solong piraso ng tela na sugat sa paligid ng ulo o kung minsan ay isang panloob na "sombbrero" o patka. Ayon sa kaugalian sa India, ang turban ay isinusuot lamang ng mga lalaking may mataas na katayuan sa lipunan; hindi pinahintulutang magsuot ng turban ang mga lalaking mababa ang katayuan o mababa ang caste.

Bagama't ang pag-iingat ng hindi ginupit na buhok ay ipinag-utos ni Guru Gobind Singh bilang isa sa Limang K o limang mga artikulo ng pananampalataya, matagal na itong malapit na nauugnay sa Sikhismo mula pa noong simula ng Sikhi noong 1469. Ang Sikhismo ay ang tanging relihiyon sa mundo sa na ang pagsusuot ng turban ay ipinag-uutos para sa lahat ng mga lalaking nasa hustong gulang. Karamihan sa mga taong nagsusuot ng turban sa mga bansa sa Kanluran ay mga Sikh. Ang Sikh pagdi ay tinatawag ding dastaar. Ang 'Dastar' ay isang salitang Persian. Nangangahulugan ito ng 'Kamay ng Diyos' na nagpapahiwatig ng Kanyang Pagpapala.

Ang mga Sikh ay sikat sa kanilang marami at natatanging turban. Ayon sa kaugalian, ang turban ay kumakatawan sa kagalang-galang, at matagal nang isang bagay na minsan ay nakalaan para sa maharlika lamang. Sa panahon ng dominasyon ng Mughal sa India, ang mga Muslim lamang ang pinahintulutang magsuot ng turban. Ang lahat ng hindi Muslim ay mahigpit na pinagbawalan na magsuot ng isa.

Si Guru Gobind Singh, sa pagsuway sa paglabag na ito ng mga Mughals ay hiniling sa lahat ng kanyang mga Sikh na magsuot ng turban. Ito ay isusuot bilang pagkilala sa matataas na pamantayang moral na kanyang itinala para sa kanyang mga tagasunod sa Khalsa. Nais niyang maging katangi-tangi ang kanyang Khalsa at maging determinadong "maging kakaiba sa ibang bahagi ng mundo". Nais niyang sundin nila ang natatanging landas na itinakda ng

mga Sikh Guru. Kaya, ang isang naka-turban na Sikh ay palaging namumukod-tangi sa karamihan, gaya ng inilaan ng Guru; dahil gusto niyang ang kanyang 'Saint-Soldiers' ay hindi lamang madaling makilala, ngunit madaling matagpuan din.

Kapag ang isang Sikh na lalaki o babae ay nagsuot ng turban, ang turban ay hindi na lamang isang banda ng tela; sapagkat ito ay nagiging isa at pareho sa ulo ng Sikh. Ang turban, gayundin ang apat na iba pang mga artikulo ng pananampalataya na isinusuot ng mga Sikh, ay may napakalaking espirituwal at temporal na kahalagahan. Habang ang simbolismo na nauugnay sa pagsusuot ng turban ay marami — soberanya, dedikasyon, paggalang sa sarili, katapangan at kabanalan, ngunit!, ang pangunahing dahilan kung bakit ang mga Sikh ay nagsusuot ng turban ay upang ipakita--ang kanilang pagmamahal, pagsunod at paggalang sa tagapagtatag ng Khalsa Guru Gobind Singh.

Ang mga nabanggit na salita sa itaas ay kailangang mapalitan ng ibang bagay. Maaaring maging 'dahilan para sa'

"Ang turban ay regalo ng aming Guru sa amin. Ito ay kung paano namin kinokoronahan ang aming sarili bilang mga Singh at Kaur na nakaupo sa trono ng pangako sa aming mas mataas na kamalayan. Para sa mga lalaki at babae, ang projective identity na ito ay naghahatid ng royalty, biyaya, at natatangi. . isang taong namumukod-tangi sa anim na bilyong tao.

Ang kababaang-loob na pangunahing Kakanyahan sa Iyong Paglalakbay

Ang pagpapakumbaba ay isang mahalagang aspeto ng Sikhism. Ayon dito, ang mga Sikh ay dapat yumukod sa pagpapakumbaba sa harap ng Diyos. Ang kapakumbabaan o Nimrata, sa Punjabi ay malapit na magkakaugnay na mga salita. Ang Nimrata ay isang birtud na masiglang itinataguyod sa Gurbani. Ang pagsasalin ng salitang Punjabi na ito ay "Kababaang-loob", "Kabaitan" o "Kababaang-loob." Isang tao na ang isip ay hindi ginulo ng pag-iisip na siya ay mas mabuti o mas mahalaga kaysa sa isang tao.

Lugar ng problema - hindi isang tamang pangungusap sa itaas

Ito ay isang mahalagang katangian para sa lahat ng mga tao na alagaan at isa na isang mahalagang bahagi ng set ng isip ng isang Sikh at ang kalidad na ito ay dapat na kasama ng Sikh sa lahat ng oras. Ang iba pang apat na katangian sa arsenal ng Sikh ay:

Katotohanan (Sab), Kasiyahan (Santokh), Habag (Daya) at Pag-ibig (Pyaar).

Ang limang katangiang ito ay mahalaga sa isang Sikh at tungkulin nilang magnilay at bigkasin ang Gurbani upang itanim ang mga birtud na ito at gawin itong bahagi ng kanilang pagkatao.

Ano ang sinasabi sa amin ni Gurbani:

"Ang bunga ng kababaang-loob ay intuitive na kapayapaan at kasiyahan. Sa Kababaang-loob ay patuloy silang nagninilay-nilay sa Diyos, ang Kayamanan ng kahusayan. Ang may kamalayan sa Diyos na nilalang ay puno ng kababaang-loob. Isa na ang puso ay maawaing biniyayaan ng matibay na kababaang-loob. Ang Sikhismo ay itinuturing ang Kapakumbabaan bilang namamalimos mangkok sa harap ng diyos,"

Guru Nanak, Unang Guru ng Sikhismo:

"Ang pakikinig at paniniwalang may pagmamahal at pagpapakumbaba sa iyong isipan ay linisin ang iyong sarili sa Pangalan, sa sagradong dambana sa kaibuturan." - SGGS Page 4.

"Gawin mong mga singsing sa tainga ang kasiyahan, ang kababaang-loob na iyong mangkok na nagmamakaawa, at ang pagninilay-nilay ang mga abo na itinapat mo sa iyong katawan."-SGGS Page 6.

"Sa larangan ng kababaang-loob, ang Salita ay Kagandahan. Ang mga anyo ng walang kapantay na kagandahan ay nahubog doon." SGGS Pahina 8.

"Kahinhinan, kababaang-loob at intuitive na pag-unawa ang aking biyenan at biyenan" -SGGS Page 152.

Paglalakbay Tungo sa Espirituwalidad

Si Guru Granth Sahib ay isang walang hanggang buhay na Guru, isang patula na komposisyon ng mga Sikh Gurus, Hindu at Muslim na mga Santo. Ang compilation ay isang regalo mula sa Diyos sa pamamagitan ng mga ito sa lahat ng sangkatauhan. Ang pangitain sa Guru Granth Sahib ay isang lipunang nakabatay sa Banal na hustisya na walang anumang uri ng pang-aapi. Habang kinikilala at iginagalang ng Granth ang mga banal na kasulatan ng Hinduismo at Islam, hindi ito nagpapahiwatig ng isang moral na pagkakasundo sa alinman sa mga relihiyong ito. Sa Guru Granth Sahib ang mga kababaihan ay lubos na iginagalang na may pantay na tungkulin bilang mga lalaki. Ang mga babae ay may parehong kaluluwa tulad ng mga lalaki at sa gayon ay nagtataglay ng pantay na karapatan na linangin ang kanilang espirituwalidad na may pantay na pagkakataon na makamit ang kalayaan. Maaaring lumahok ang mga kababaihan sa lahat ng mga gawaing panrelihiyon, pangkultura, panlipunan, at sekular kabilang ang mga nangungunang relihiyosong kongregasyon.

Ang Sikhism ay nagtataguyod ng pagkakapantay-pantay, katarungang panlipunan, paglilingkod sa sangkatauhan, at pagpaparaya para sa ibang mga relihiyon. Ang mahalagang mensahe ng Sikhism ay espirituwal na debosyon at paggalang sa Diyos sa lahat ng oras habang isinasagawa ang mga mithiin ng pakikiramay, katapatan, pagpapakumbaba at pagkabukas-palad sa pang-araw-araw na buhay. Ang tatlong pangunahing paniniwala ng relihiyong Sikh ay ang pagninilay at pag-alala sa Diyos, Paggawa para sa Matapat na pamumuhay at pagbabahagi sa iba.

Binabati kita sa pagsisikap na pumunta sa Espirituwal na Paglalakbay na ito para sa kaluluwa. Ang pagsasalin ay hindi kailanman maaaring malapit sa orihinal, lalo na kapag ang kumpletong Guru Granth Sahib ay nasa tula at ang paggamit ng mga metapora ay nagpapahirap sa gawain. Sa Banal na mensahe, ang mga kuwentong mitolohiya ng Hindu at Muslim ay kadalasang ginagamit Pralahad , Harnakash, laxmi, Brahma atbp. Mangyaring huwag basahin ang mga ito nang literal ngunit unawain ang kanilang pinagbabatayan na mensahe. Ang pokus ay sa katotohanan na ang Diyos ay iisa at ang pagkakaroon ng pagkakaisa sa Kanya ang layunin ng buhay ng tao.

Ang gawaing ito ay ginawa sa paglipas ng mga taon ng ilang mga boluntaryo, upang maihatid sa iyo ang Banal na mensahe sa iyong wika. Kung mayroon kang anumang mga katanungan, mangyaring huwag mag-atubiling mag-email sa walnut@gmail.com at gusto naming samahan ka sa paglalakbay na ito.