



อานันท์ ฐาฮิบ

การเดินทางสู่จิตวิญญาณ
แปลไทย

สารบัญ

1. อานันท์ ซาฮิบ-----	1
2. คำอธิษฐาน-----	18
3. ปรัชญาสำหรับการเดินทาง-----	22
4. บทบาทของสตรี-----	24
5. ความสำคัญของผ้าโพกหัว-----	28
6. ความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นสิ่งสำคัญในการเดินทางของคุณ---	30



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

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ

ਰਾਮਕਾਲੀ ਮਹਲਾ 3 ਆਨੰਦ

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

॥ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ॥

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

ਓਐਮੇਜ਼ਾ! ਹਿੰਦੁਸ਼ਤੀ ਬਣ ਗਈ ਸੁਖ ਦੁਖ ਦਾ ਮੇਰਾ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ

ਸਤਿਗੁਰੂ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

ਸਤਿਗੁਰੂ ਤੋਂ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨ ਵਿਚ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ

ਸਬਦੇ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

ਸਬਦੇ ਤੋਂ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

Nanak ਕਹਾਵੈ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੂ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥੁ ਸੁਆਮੀ ਸੇ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੇ ॥

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੇ

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੇ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

คุณมีทุกอย่างในบ้านของคุณ แต่คุณได้รับสิ่งที่คุณให้

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

ผู้ที่ร้องเพลงสรรเสริญพระองค์อยู่เสมอ พระนามนั้นจะสถิตอยู่ในจิตใจของพวกเขา

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

ผู้ที่มีชื่ออยู่ในจิตใจของพวกเขา ในใจของพวกเขาจะมีเครื่องมือของคำพูดที่ไม่มีที่สิ้นสุดดังขึ้น

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

น่านกกล่าวว่า โอ้ อาจารย์ที่แท้จริง! ไม่มีอะไรดีในบ้านของคุณ? 3 ॥

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥

ชื่อที่แท้จริงของพระเจ้าคือฐานของฉัน

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

ชื่อที่แท้จริงของเขาคือการสนับสนุนของฉันซึ่งได้ขจัดความหิวโหยทุกชนิด

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

ชื่อว่า สำเร็จความปรารถนาทั้งปวงแล้ว ย่อม สงบร่มเย็นเป็นสุข.

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

ข้าพเจ้าขออนอบน้อมต่อครูผู้ให้ทานบารมีแก่ข้าพเจ้าเสมอมา

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੇ ॥

Nanak กล่าวว่า O ปราชญ์ ฟังอย่างระมัดระวัง; รักคำว่าครู.

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੇ ॥੪॥

พระนามที่แท้จริงขององค์พระผู้เป็นเจ้าเป็นที่พึ่งทางใจของข้าพเจ้า4 ॥

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ॥

ในเรือนใจแห่งโศคนั้น มีคำไม่สิ้นสุดพร้อมเสียงห้าชนิด คือ รอบาบ ภคវัจ ตาล ดงรุ และหอยสังข์

ਘਰਿ ਸਭਾਰੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

หาคำดังก็กก้องในเรือนใจที่โศคดี บ้านที่พระเจ้าทรงรักษาท่านาจของพระองค์ไว้

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

โอ้พระเจ้า! คุณได้ฆ่าเวลาอันเลวร้ายด้วยการปราบผู้ส่งสารทั้งห้าแห่งคามาดิก

ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ਪਾਇਆ ਤੁਧੁ ਜਿਨ ਕਉ ਸਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਕੈ ਲਾਗੇ ॥

เฉพาะสิ่งมีชีวิตเหล่านั้นเท่านั้นที่มีส่วนร่วมในพระนามของพระเจ้าซึ่งโชคชะตาเขียนไว้เช่นนั้นตั้งแต่นั้น

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤਹ ਸੁਖੁ ਹੋਆ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ ॥੫॥

น่านักบอกว่าในหัวใจและบ้านมีเสียงที่ไม่สิ้นสุดความสุขมีอยู่ 5 ॥

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

ร่างกายนี้ไม่มีนัยสำคัญหากปราศจากการอุทิศตนอย่างแท้จริงต่อพระเจ้า

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

ร่างกายเล็กๆ ที่น่าสงสารจะทำอะไรได้หากปราศจากความหลงใหลอย่างแท้จริง?

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੇਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

เฮ้ บัณฑิต! ไม่มีใครมีความสามารถนอกจากคุณ แสดงความเมตตาของคุณ

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

ร่างกายนี้ไม่มีที่อื่น มันสามารถปรับปรุงได้โดยการมีส่วนร่วมในคำเท่านั้น

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

น่านักกล่าวว่าร่างกายที่น่าสงสารนี้จะทำอะไรได้บ้างโดยไม่อุทิศตนเพื่อพระเจ้า 6 ॥

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੇ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੁ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

ใครๆ ก็พูดถึงอานันท์ อานันท์ แต่อานันท์ตัวจริงได้รับรู้จากคุรุ

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥

ความสุขที่แท้จริงเรียนรู้จากคุรุผู้ใจดีต่อผู้รับใช้ที่รักของเขาเสมอ

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥

คุรุทำลายบาปทั้งหมดด้วยพระคุณของเขาและทำให้พลังแห่งความรู้อยู่ในดวงตา

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

ผู้ที่หมดความยึดมั่นในหัวใจ พระเจ้าที่แท้จริงได้ทำให้ชีวิตของพวกเขาสวยงามผ่านทางพระวจนะ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਅੰਨੰਦੁ ਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥੭॥

น่านักกล่าวว่านี่คือความสุขที่แท้จริง สุขภาพที่เรารู้ได้จากคุรุ 7 ॥

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੁ ਦੇਹਿ ਸੇਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥

เฮ้พ่อ! ให้กับใครคนนั้นก็รับ

ਪਾਵੈ ਤ ਸੇ ਜਨੁ ਦੇਹਿ ਜਿਸ ਨੇ ਹੋਰਿ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਵੇਚਾਰਿਆ ॥

เฉพาะบุคคลนั้นเท่านั้นที่ได้รับซึ่งตนเองมอบให้สิ่งที่คนยากจนคนอื่น ๆ สามารถทำได้

ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥

บ้างก็หลงผิดหลงไปทั้งสิบทิศ แต่บ้างก็ สำเร็จชีวิตด้วยการยึดธาตุน้ำ

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥

บรรดาผู้ขอบน้ำพระทัยของพระเจ้า จิตใจของพวกเขาเขาก็บริสุทธิ์ด้วยพระคุณของครู

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੇਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥ ੮ ॥

น่านกกล่าวว่าผู้ที่พระเจ้าผู้เป็นที่รักมอบให้บุคคลนั้นได้รับ 8 ॥

ਆਵਹੁ ਸੰਤੁ ਪਿਆਰਿਹੇ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥

เฮ้นักบุญที่รัก! มาเถิด ให้เราด้วยกันบอกเล่าเรื่องราวขององค์พระผู้เป็นเจ้าที่ไร้คำบรรยาย

ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥

ให้เราพูดถึงพระเจ้าที่ไม่สามารถบรรยายได้และลองคิดว่าวิธีใดที่สามารถบรรลุได้

ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥

จะพบพระเจ้าได้ก็ต่อเมื่อมอบร่างกาย จิตใจ ทรัพย์สมบัติ
และทุกสิ่งให้กับครูและปฏิบัติตามคำสั่งของเขา

ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ปฏิบัติตามคำสั่งของครูและร้องเพลงเสียงที่แท้จริงของเขา

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥ ੯ ॥

Nanak กล่าวว่า O นักบุญ! ฟังบอกเล่าเรื่องราวของพระเจ้า 6 ॥

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

โอใจโลเล! ไม่มีใครบรรลุถึงพระเจ้าด้วยความเฉลียวฉลาด

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

ใจเอ๋ย! ท่านจงฟังข้าพเจ้าให้ดี ไม่มีใครพบพระเจ้าด้วยความเฉลียวฉลาด

ਏਹੁ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

ภาพลวงตานี้เป็นเสน่ห์ที่ทำให้สิ่งมีชีวิตลืมนิจความจริงโดยทำให้พวกเขาสับสน

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਇਆ ॥

Mohini Maya

นี่ถูกสร้างขึ้นโดยพระเจ้าผู้ซึ่งใส่การหลอกลวงในปากของสิ่งมีชีวิตในรูปแบบของภาพลวงตา

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

ฉันเสียสละตัวเองเพื่อพระเจ้าองค์นั้นซึ่งมีสิ่งที่แนบมากับ (ชื่อ)

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

น่านกบอกว่า ใจโลเล! ไม่มีใครบรรลุถึงพระเจ้าด้วยความเฉลียวฉลาด 10 ॥

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

โอ้ใจที่รัก! ท่านใคร่ครวญธรรมอยู่เสมอ

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

ครอบครัวนี้ที่คุณเห็นไม่ได้ไปกับคุณ

ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥

ทำไมคุณถึงยุ่งกับครอบครัวที่ไม่ได้ไปด้วย

ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੇਤਾਈਐ ॥

ไม่ควรทำงานดังกล่าวเนื่องจากต้องกลับใจในที่สุด

ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

คุณฟังคำแนะนำของ Satguru สิ่งนี้จะยังคงอยู่กับคุณ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥

คุณฟังคำแนะนำของ Satguru สิ่งนี้จะยังคงอยู่กับคุณ

ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥

โอ้พระเจ้าที่มองไม่เห็นและมองไม่เห็น! ไม่มีใครบรรลุจุดจบของคุณ

ਅੰਤੈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥

ไม่มีใครพบจุดจบของคุณ คุณเองรู้ด้วยตัวเอง

ਜੀਅ ਜੰਤੁ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੇ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥

สิ่งมีชีวิตทั้งหมดเหล่านี้เป็นการเล่นของคุณ (ลีลา) ในบริบทนี้ใครจะอธิบายได้ด้วยการพูดว่า

ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥

ผู้สร้างโลกนี้คุณกำลังพูดและเห็นทั้งหมด

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤੂ ਸਦਾ ਅਗੰਮੁ ਹੈ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੨॥

น่านกพูดว่า โอ้พระเจ้า! คุณเข้าไม่ถึงเสมอ ไม่มีใครพบจุดจบของคุณ 12 ॥

ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਖੇਜਦੇ ਸੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥

น้ำทิพย์ที่เทวดา มนุษย์ และนักปราชญ์แสวงหา ข้าพเจ้าได้รับน้ำทิพย์นั้นจากพระศาสดาแล้ว

ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

ด้วยความกรุณาของครู ฉันได้รับน้ำทิพย์และความจริงอันสมบูรณ์ได้ตกลงในใจของฉัน

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

โอ้พระเจ้า ! คุณสร้างสิ่งมีชีวิตทั้งหมด แต่มีเพียงไม่กี่คนเท่านั้นที่มาเยี่ยมชมและสัมผัสเท้าของครู

ਲਬੁ ਲੇਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

ความโลภ ความโลภ และความเยอหยิ่งของเขาหายไป และเขาได้พบ Satguru ที่ดีเท่านั้น

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਿ ਤੁਠਾ ਤਿਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥੧੩॥

Nanak กล่าวว่าผู้ที่ Supreme Soul ยินดีได้รับน้ำหวานจาก Guru 13 ॥

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

การประพฤติปฏิบัติตนของผู้ปฏิบัติธรรมนั้นแตกต่างจากชาวโลกทั่วไป

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

การดำเนินชีวิตของผู้นับถือนั้นมีลักษณะเฉพาะเพราะต้องเดินบนทางที่ลำบากมาก

ਲਬੁ ਲੇਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੇਲਣਾ ॥

พวกเขาไม่ต้องการพุดมากโดยละทิ้งความโลภ ความโลภ อวดตา และความกระหาย

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

พวกเขาต้องเดินบนเส้นทางนี้ซึ่งคมกว่าคมดาบและเล็กลงกว่าเส้นทางผม

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ด้วยพระคุณของครู ผู้ที่ละทิ้งอวดตาแล้ว ความปรารถนาของพวกเขาได้รวมกันอยู่ในสวรรค์

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

น่านักกล่าวว่า การดำเนินชีวิตของผู้นับถือศรัทธานั้นแตกต่างจากผู้คนในโลกนี้มาแต่ไหนแต่ไร 14 ॥

ਜਿਉ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵ ਚਲਹ ਸੁਆਮੀ ਹੋਰੁ ਕਿਆ ਜਾਣਾ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ॥

ข้าแต่พระเจ้า! เราเดินอย่างที่คุณเดิน ฉันไม่รู้คุณสมบัติของคุณ

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

เมื่อพระองค์ทรงนำ เราจะเดินไปตามทางที่พระองค์ทรงนำ

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

ด้วยพระคุณของท่าน ผู้ซึ่งท่านระลึกถึงพระนามนั้น มักจะรำพึงถึงท่านอยู่เสมอ

ਜਿਸ ਨੇ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

คุณเล่าเรื่องของคุณให้ใครฟัง พวกเขาจะได้รับความสุขที่ประดุจของคุณ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥

น่านกกล่าวว่า โอ้ อาจารย์ที่แท้จริง! เมื่อท่านอนุมัติ สรรพสัตว์ก็วิ่งตามไปด้วย ॥ 15 ॥

ਏਹੁ ਸੇਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

คำที่สวयงามนี้เป็นคำสรรเสริญพระเจ้า

ਸਬਦੇ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੇਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥

Satguru ได้ร้องเพลงสรรเสริญคำที่สวयงามเสมอ

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

มันเข้ามาและตกลงในใจของผู้ที่ชะตากรรมนั้นถูกเขียนไว้ตั้งแต่เริ่มต้น

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

บางคนเหี่ยวพเนจรพุดมากแต่ไม่มีใครได้ประโยชน์จากการพุด

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੇਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

Nanak กล่าวว่า Satguru ได้บรรยายความรุ่งโรจน์ของคำเท่านั้น 16 ॥

ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥

ผู้ที่รำพึงถึงพระเจ้ายกย่อง

ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

เฉพาะผู้ที่บริสุทธิโดยการใคร่ครวญถึงพระเจ้า

ਪਵਿਤੁ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤੁ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

เขากลายเป็นผู้บริสุทธิพร้อมกับบิดามารดาและครอบครัวของเขา

และบรรดาผู้ตั้งภาคีกับเขาก็กลายเป็นผู้บริสุทธิด้วย

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

ผู้ที่สวดพระนามของฮารีด้วยปากและได้ยินด้วยหูก็บริสุทธิ

และผู้ทีประดิษฐานพระนามนี้ไว้ในใจก็บริสุทธิเช่นกัน

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥੧੭॥

Nanak กล่าวว่าผู้ที่ใคร่ครวญถึงพระเจ้าโดยการเป็น Gurumukh นั้นบริสุทธิ 17 ॥

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਊਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥

การทำกรรมอันชอบธรรม ความรู้สัจญาณจะไม่เกิดขึ้นในจิตใจ
หากไม่มีความรู้สัจญาณ ความกังวลของจิตใจจะไม่หายไป

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਭੈ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥

ความกังวลนี้ไม่ได้หายไปจากจิตใจแต่อย่างใด และหลายๆ
คนก็เบื่อกับการทำพิธีกรรมต่างๆ

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ ॥

ตัวตนภายในนี้เปื้อนด้วยความสงสัยและความกังวล จะชำระให้บริสุทธิ์ได้อย่างไร

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥

เพื่อชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ มีส่วนร่วมกับพระวาทะ และมีส่วนร่วมกับพระเจ้า

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਸਹਜੁ ਉਪਜੈ ਇਹੁ ਸਹਸਾ ਇਵ ਜਾਇ ॥੧੮॥

Nanak

กล่าวว่าด้วยพระคุณของครูความรู้ที่ยังรู้ได้เกิดขึ้นและด้วยวิธีนี้ความสงสัยและความกังวลก็หายไป
ไปจากจิตใจ ॥ 18 ॥

ਜੀਅਹੁ ਮੇਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

บางคนสกปรกที่ใจ แต่สร้างทำเป็นว่าสะอาดจากภายนอก

ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੇਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥

ผู้ที่สร้างว่าบริสุทธิ์จากภายนอกและสกปรกจากภายในได้เสียกำเนิดในการพนัน

ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥

เขาเป็นโรคกระหายน้ำมาก และเขาสීමความตายในจิตใจของเขา

ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੇ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥

ข้อนี้ได้รับการอธิบายว่าดีที่สุดในพระเวท แต่คนเหล่านี้ไม่ฟังเลยและเที่ยวเตร่เหมือนผี

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਸਚੁ ਤਜਿਆ ਕੂੜੇ ਲਾਗੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥੧੯॥

น่านคกล่าวว่าผู้ที่ละทิ้งความจริงและยึดติดกับความเท็จได้สูญเสียกำเนิดอันมีค่าไปกับการพนัน
16 ॥

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

บางคนบริสุทธิ์จากใจและบริสุทธิ์จากภายนอกด้วย

ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥

บุคคลผู้มีจิตบริสุทธิ์ภายนอก ย่อมได้บุญ ประพฤติดีตามคำสอนของสัตครู
बुद्ध की सेवि पवुचै नाही मनसा सचि समाਣी ॥

ความเท็จไม่ได้แต่ต้องพาเขาและจิตใจของพวกเขา ยังคงรวมเข้ากับความจริง

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

มีเพียงพอคำที่เก่งที่สุดเท่านั้นที่ได้รับประโยชน์จากการเกิดอันล้ำค่าเช่นอัญมณี

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਮੰਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਸਦਾ ਰਹਹਿ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥੨੦॥

Nanak กล่าวว่าผู้ที่มีความบริสุทธิ์พวกเขาจะอยู่กับคุรุเสมอ ॥ 20 ॥

ਜੇ ਕੇ ਸਿਖੁ ਗੁਰੁ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥

หากศิษย์หันหน้าเข้าหาคุรุ

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

หากสาวกเผชิญหน้ากับคุรุ เขายังคงอยู่กับคุรุแม้จากใจจริง

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੇ ਸਮਾਲੇ ॥

เขานั่งสมาธิแทบเท้าของคุรุในใจและยังคงหมกมุ่นอยู่ในความทรงจำของเขาในจิตวิญญาณภายใน

ਆਪੁ ਛਡਿ ਸਦਾ ਰਹੈ ਪਰਣੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਅਵਹੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਏ ॥

ทิ้งอัตตาของเขา เขาวางอยู่บนคุรุและไม่รู้จักใครนอกจากคุรุ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੇ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥

Nanak กล่าวว่า O นักบุญ! ตั้งใจฟัง; ศิษย์เท่านั้นที่อยู่ต่อหน้าคุรุ 21 ॥

ਜੇ ਕੇ ਗੁਰ ਤੇ ਵੇਖੁ ਹੋਵੈ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਵੈ ॥

หากสาวกหันเหจากคุรุ เขาก็ไม่ได้รับความรอดหากไม่มีสัทคุรุ

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਬੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

เขาไม่ได้รับความรอดในที่อื่น ๆ แม้ว่าใครจะไปถามปราชญ์ผู้ยิ่งใหญ่ในบริบทนี้

ਅਨੇਕ ਜੁਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

แม้ว่าเขาจะพเนจรไปในการเกิดมากมายและกลับมาสร้างมนุษย์

เขาก็ไม่สามารถบรรลุความรอดได้หากไม่มีคุรุ

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

เขาบรรลุความรอดโดยการเข้าร่วมเท้าของคุรุอีกครั้งเมื่อ Satguru บรรยายคำ (คำสอน) ให้เขาฟัง

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਵੀਚਾਰਿ ਦੇਖਹੁ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥੨੨॥

Nanak กล่าวว่า คิดและดู วิญญาณที่แปลกแยกไม่สามารถบรรลุความรอดได้หากไม่มี
Satguru 22 ॥

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੂ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

สาวกของครูทั้งหลายเอ๋ย! มาร้องเพลงเสียงจริง

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੂ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

ร้องเฉพาะเสียงกูที่สุดยอดทุกเสียง

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

ผู้ที่ได้รับพรจากพระเจ้า คำพูดนี้เข้าสู่หัวใจของพวกเขา

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

ดื่มน้ำอมฤต; ชิมซับในสีของพระเจ้าเสมอและท่องพระนามของพระเจ้าอยู่เสมอ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥

น่านกบอกว่าให้ร้องเพลงเสียงที่แท้จริงนี้อยู่เสมอ 23 ॥

ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥

หากไม่มี Satguru คำพูดอื่น ๆ ก็ดิบ มีเพียงคำพูดที่เปล่งออกมาจากปากของ Guru เท่านั้นที่เป็นความจริง

ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ทุกอย่างนอกเหนือจากคำพูดของครูเป็นเท็จ

ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸੁਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥

ผู้ที่สวดมนต์และฟังคำพูดดิบก็ดิบเช่นกัน นั่นคือพวกเขาเป็นคนโกหก และพูดเท็จ พวกเขาพูดแต่คำพูดดิบๆ

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੁ ਨ ਜਾਣੀ ॥

คนเหล่านี้เออแต่สวดมนต์ชื่อฮาริทุกวันด้วยความหลงใหล แต่ไม่รู้อะไรเลย

ਚਿਤੁ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੇਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥

ผู้ที่จิตใจถูกมายาขโมยไป พวกเขาทำลึงพูดโดยเปล่าประโยชน์

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੪॥

Nanak กล่าวว่า มีเพียงคำพูดที่เปล่งออกมาจากปากของ Satguru เท่านั้นที่เป็นความจริง คำพูดอื่น ๆ ทั้งหมดนั้นดิบนั่นคือ เท็จ 24 ॥

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥

คำพูดของครูคืออัญมณีที่ประเมินค่าไม่ได้ซึ่งเพชรอันล้ำค่าในรูปแบบของคุณธรรมนั้นถูกประดับไว้

ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥

ผู้มีใจหมกมุ่นอยู่ในพระวจนะอันหาค่ามิได้ ผู้นั้นหมกมุ่นอยู่กับสิ่งนั้น

ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥

ผู้ที่จิตใจรวมเข้ากับพระวจนะ เขาตกหลุมรักความจริง

ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੇ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥

พระเจ้าเองเป็นอัญมณีในรูปแบบของคำพูดและครูเองก็เป็นเพชรในรูปแบบของคำพูด ผู้ซึ่งได้รับอัญมณีนี้ในรูปแบบของคำพูดเข้าใจข้อเท็จจริงนี้

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥

น่านกกล่าวว่า คำว่า ครู คือ อัญมณีล้ำค่า ซึ่งเพชรอันมีค่าในรูปแบบของคุณธรรมจะถูกประดับไว้ ॥ 25 ॥

ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥

โดยการสร้าง Shiv Shakti (จิตสำนึกและภาพลวงตา) พระเจ้าเองกำลังดำเนินการตามคำสั่งของเขา

ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥

ตัวเขาเองสังเกตงานอดิเรกของเขาโดยออกคำสั่ง แต่ให้ความคิดเกี่ยวกับความลับนี้แก่ Gurmukh เท่านั้น

ਤੇੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

ในใจของใครก็ตามที่มีพระวจนะอยู่ เขาทำลายพันธนาการทั้งหมดและเป็นอิสระ

ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਿ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਵੈ ਏਕਸ ਸਿਉ ਲਿਵ ਲਾਏ ॥

ผู้ที่พระเจ้าสร้างขึ้นเอง เขากลายเป็น Gurmukh และเขารำพึงถึงพระเจ้าองค์เดียว

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥

Nanak กล่าวว่าผู้สร้างเองให้ความเข้าใจในคำสั่งของเขา 26 ॥

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੇ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

ความทรงจำและพระคัมภีร์คิดเกี่ยวกับบาปและคุณธรรม แต่พวกเขาไม่รู้สาระสำคัญเช่นกัน

ਤਤੇ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੇ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

หากไม่มีครู ก็ไม่รู้จักแก่นแท้ แก่นแท้ก็ไม่บรรล

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

โลกทั้งสามหลับใหลอยู่ในความหลับใหลแห่งอวิชชา
และราตรีแห่งชีวิตก็อาศัยความหลับใหลในความหลับใหลแห่งอวิชชา

ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਮੇ ਜਨ ਜਾਗੇ ਜਿਨਾ ਹਰਿ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਬੇਲਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ॥

ด้วยพระคุณของครู เฉพาะดวงวิญญาณที่ตื่นขึ้นจากความหลับใหลแห่งอวิชชา
ซึ่งมีดวงวิญญาณสูงสุดสถิตอยู่ในดวงจิต ท่องคาถาอันเป็นทิพย์ต่อไป

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੈ ਤਤੁ ਪਾਏ ਜਿਸ ਨੇ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ ਜਾਗਤ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥੨੭॥

น่านักกล่าวว่ามิเพียงเขาเท่านั้นที่รู้ธาตุต่างๆ
ซึ่งกลางวันและกลางคืนเขามีสวนร่วมในพระเจ้าและชีวิตของเขาผ่านไปด้วยการตื่นทั้งกลางวันและกลางคืน 27 ॥

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਮੈ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

ผู้เลี้ยงดูแม่ในครรภ์มารดา ไฉนจะลืมเขาเสียจากใจเล่า?

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

เขาเป็นผู้ให้ที่ยิ่งใหญ่ จิตใจผู้ป้อนอาหารมาให้เราตั้งแต่อยูในครรภ์จะถูกลืมได้อย่างไร

ਓਸ ਨੇ ਕਿਹੁ ਪੇਹਿ ਨ ਸਕੀ ਜਿਸ ਨਉ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਲਾਵਏ ॥

บุคคลผู้ประกอบความกำหนัด ความเจ็บ ความโศก ย่อมไม่แตะต้องเขา.

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥

ความจริงก็คือตัวเขาเองใส่ความหลงใหลและเขาควรได้รับการจดจำเสมอด้วยการเป็น
Gurumukh

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਮੈ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

น่านักบอกว่าผู้ให้ที่ยิ่งใหญ่ขนาดนี้ ทำไมถึงลืมเขาไปจากใจ? , 28 ॥

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

ไฟอยู่ในครรภ์มารดาฉันใด มายาภายนอกฉันนั้น

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੇ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

มายาและไฟแห่งครรภ์ทั้งสองเหมือนกัน (เจ็บปวด) พระเจ้าสร้างลีลานี้

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

เด็กเกิดมาเมื่อพระเจ้าประสงค์เท่านั้นเนื่องจากบรรยากาศแห่งความสุขถูกสร้างขึ้นในทั้งครอบครัว
ว

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

เมื่อเด็กเกิด เขาสูญเสียความผูกพันกับพระเจ้า กระหายน้ำ และมายาก็ออกคำสั่งกับเธอ

ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੇਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

มายานี้เป็นลักษณะที่จิตวิญญาณลืมนิจิตวิญญาณสูงสุด
จากนั้นความยึดติดก็เกิดขึ้นในจิตใจของเขาและความเป็นคู่ก็เข้ามา

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨਾ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਤਿਨੀ ਵਿਚੇ ਮਾਇਆ ਪਾਇਆ ॥੨੯॥

Nanak กล่าวว่าโดยพระคุณของครู ผู้ที่อุทิศตนเพื่อพระเจ้า ได้บรรลุถึงพระองค์แม้ในมายา 26
॥

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

พระเจ้าเองเป็นสิ่งล้ำค่าและประเมินค่าไม่ได้

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥

ไม่มีใครสามารถตัดสินคุณค่าที่แท้จริงของมันได้
ผู้คนจำนวนมากเสียชีวิตด้วยการร้องไห้และโหยหามัน

ਐਸਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤਿਸ ਨੇ ਸਿਰੁ ਸਉਪੀਐ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਜਾਇ ॥

ถ้าพบสัตครู ก็ควรยอมก้มหัวเสีย เพราะอวดตาของจิตก็หายไปด้วยประการฉะนี้

ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥

ชีวิตนี้ถูกประทานให้แก่ผู้ใด ถ้าดวงวิญญาณรวมเป็นหนึ่งกับชีวิตนั้นแล้ว
พระเจ้าก็สถิตอยู่ในจิตใจ

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਕੇ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਹਰਿ ਪਲੈ ਪਾਇ ॥੩੦॥

เฮ้ นานก! พระเจ้าเองไม่มีค่าและมีเพียงเขาเท่านั้นที่โชคดียิ่งได้รับเขา 30 ॥

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥

Hari-naam เป็นอาหารของฉันและจิตใจของฉันเป็นพ่อค้า

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥

จิตใจของฉันเป็นพ่อค้าและ Hari-Naam เป็นอาหารชีวิตของฉัน ฉันได้รับความรู้จาก Satguru

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥

สวดมนต์ชื่อ Hari ทุกวันจากใจของคุณและรับผลประโยชน์จากชื่อทุกวัน

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥

มีเพียงคนเหล่านั้นเท่านั้นที่ได้ชื่อนี้และความมั่งคั่งซึ่งพระเจ้าประทานให้ตามความประสงค์ของเขา

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥

Nanak บอกว่าชื่อของ Hari เป็นสัจญาณชีวิตของฉันและจิตใจกลายเป็นพอคำ 31 ॥

ਏ ਰਸਨਾ ਤੂ ਅਨ ਰਸਿ ਰਾਚਿ ਰਹੀ ਤੇਰੀ ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ॥

เฮ้ ราสนา! คุณหมกมุ่นอยู่กับน้ำผลไม้อื่น ๆ แต่ความกระหายของคุณไม่ได้ดับลง

ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ਹੋਰਤੁ ਕਿਤੇ ਜਿਚਰੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਲੈ ਨ ਪਾਇ ॥

ความกระหายของคุณไม่สามารถดับด้วยวิธีอื่นใดจนกว่าคุณจะได้รับ Hari-Ras และดื่ม

ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇ ਪਲੈ ਪੀਐ ਹਰਿ ਰਸੁ ਬਹੁੜਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਰੈ ਆਇ ॥

เมื่อได้ฮาริรายอแล้ว จงดื่มเสีย เพราะหลังจากดื่มฮาริรายอแล้วจะไม่กระหายอีก

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

Hari-Ras นี้ได้มาโดยการกระทำที่เป็นมงคลที่ได้รับ Satguru

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹੋਰਿ ਅਨ ਰਸ ਸਭਿ ਵੀਸਰੇ ਜਾ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥੩੨॥

Nanak กล่าวว่าเมื่อพระเจ้าสถิตอยู่ในจิตใจ ความหลงใหลอื่น ๆ ทั้งหมดจะถูกลืม 32 ॥

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੂਮ ਮਹਿ ਜੇਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

โอ้ร่างกายของฉัน! คุณเข้ามาในโลกนี้ก็ต่อเมื่อพระเจ้าทรงสร้างความสว่างในตัวคุณ

ਹਰਿ ਜੇਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

คุณเข้ามาในโลกก็ต่อเมื่อพระเจ้าสร้างแสงสว่างเท่านั้น

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

ตัวเขาเองเป็นผู้ปกครองของทุกคนซึ่งได้แสดงให้เห็นโดยการสร้างสิ่งมีชีวิตทั้งหมด

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

เข้าใจในพระคุณของครู เป็นที่สรรเสริญว่า โลกนี้ถูกขมว่าน่าสรรเสริญ

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਮੂਲੁ ਰਚਿਆ ਜੇਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥੩੩॥

น่านกล่าวว่าเมื่อพระเจ้าสร้างแกนกลางของจักรวาล

พระองค์ได้ทรงสร้างแสงสว่างของพระองค์ในตัวคุณ และจากนั้นคุณก็เข้ามาในโลกนี้ 33 ॥

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

เมื่อได้ยินข่าวดีเรื่องการเสด็จมาของพระเจ้า ความเร่าร้อนก็เกิดขึ้นในจิตใจ

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

โอ้เพื่อนเอ๋ย! สรรเสริญพระเจ้า เรือนใจนี้ได้กลายเป็นวิหารศักดิ์สิทธิ์

ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੇਗੁ ਦੂਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥

ว่าไงเพื่อน! ไม่มีความเศร้าโศก ความเจ็บปวด และความกังวล
ด้วยการสวดมนต์สรรเสริญพระเจ้าทุกวัน

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥

วันนั้นเป็นวันที่โชคดีเมื่อจิตแนบกับเท้าของครูและรู้สึกถึงองค์ผู้เป็นที่รัก

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੇ ॥

จากคำพูดของครูได้รับความรู้เกี่ยวกับคำพูดที่ไม่สิ้นสุดให้สวดมนต์ Hari-Naam และดื่ม Hari-Ras

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੇ ॥੩੪॥

Nanak กล่าวว่าพระเจ้าเองที่สามารถทำทุกอย่างได้มา 34 ॥

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇ ਕੈ ਕਿਆ ਤੁਧੁ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ॥

โอร่างกายของฉัน! ท่านได้ทำความดีอะไรไว้ในโลกนี้

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

โอร่างกาย! ท่านมาในโลกนี้ทำงานอะไร

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੇ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

พระเจ้าผู้ทรงสร้างคุณไม่ได้ตั้งรกรากอยู่ในจิตใจ

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥

ด้วยพระคุณของครู พระเจ้าจึงประทับอยู่ในจิตของเขา เพราะเหตุแห่งกรรมเก่าของเขา
จึงได้ผลอย่างนี้.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਪਰਵਾਣੁ ਹੋਆ ਜਿਨਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥੩੫॥

น่านักกล่าวว่าใครก็ตามที่มีใจจดจ่ออยู่กับ Satguru ร่างกายของเขาก็ประสบความสำเร็จ 35 ॥

ਏ ਨੇਤ੍ਰਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੇਤਿ ਧਰੀ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ॥

ตาของฉัน! พระเจ้าทรงสร้างความสว่างในตัวคุณ ดังนั้นอย่ามองคนอื่นนอกจากพระองค์

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥

อย่ามองใครอื่นนอกจากองค์พระผู้เป็นเจ้า เพราะท่านได้เห็นโดยพระคุณของพระองค์

ਏਹੁ ਵਿਸੁ ਸੰਸਾਰੁ ਤੁਮ ਦੇਖਦੇ ਏਹੁ ਹਰਿ ਕਾ ਰੂਪੁ ਹੈ ਹਰਿ ਰੂਪੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

โลกที่คุณเห็นนี้เป็นรูปแบบของพระเจ้าและมีเพียงรูปแบบของพระเจ้าเท่านั้นที่มองเห็นได้

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਜਾ ਵੇਖਾ ਹਰਿ ਇਕੁ ਹੈ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥

ด้วยพระคุณของครู ฉันจึงเข้าใจความลับนี้ มองไปทางไหนก็เห็นแต่พระเจ้าองค์เดียว
ไม่มีอื่นใดนอกจากพระองค์

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹਿ ਨੇਤ੍ਰੁ ਅੰਧੁ ਸੇ ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਦਿਬ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਹੋਈ ॥੩੬॥

Nanak กล่าวว่าตาเหล่านี้เคยบอดมาก่อน แต่เมื่อได้พบกับ Satguru
พวกเขาได้บรรลุนิยามทัศน์อันศักดิ์สิทธิ์ 36 ॥

ਏ ਸੁਣਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੇ ਪਠਾਏ ॥

หูของฉัน! พระเจ้าส่งคุณมาในโลกเพื่อฟังความจริง

ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੇ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥

เพื่อฟังความจริง พระเจ้าได้ส่งมันมาในโลกโดยแนบไว้กับร่างกาย ดังนั้นจงฟังเสียงแห่งความจริง

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥

โดยการฟังซึ่งจิตใจและร่างกายจะร่าเริงและ rasna รวมใน Hari-rasa

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥

การเคลื่อนไหวที่แปลกประหลาดของความจริงสูงสุดที่ไร้จดหมายและองค์พระผู้เป็นเจ้าที่ยอดเยี่ย
มนั้นอธิบายไม่ได้

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਨਾਮੁ ਸੁਣਹੁ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਵਹੁ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੇ ਪਠਾਏ ॥੩੭॥

น่านักบอกว่าฟังน้ำฤทธิแล้วบริสุทธิ พระเจ้าส่งเจ้ามาในโลกเพื่อฟังความจริง 37.

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥

พระเจ้าทรงเล่นเครื่องดนตรีแห่งชีวิตโดยเก็บวิญญาณไว้ในถ้ำของร่างกาย

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥

เขาเล่นเครื่องดนตรีของพรานา เช่น สื่อสารลมหายใจแห่งชีวิต
เปิดเผยประตูทั้งเก้าของร่างกายที่เหมือนถ้ำ ตา หู ปาก จมูก ฯลฯ
และประตูที่สิบถูกเก็บเป็นความลับ

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

ท่านได้แสดงประตูที่ 10 ด้วยศรัทธาต่อครู

ਤਹੁ ਅਨੇਕ ਰੂਪੁ ਨਾਉ ਨਵ ਨਿਧਿ ਤਿਸ ਦਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਪਾਇਆ ॥

ในประตูที่สิบมีชื่อที่มีรูปร่างมากมายและสมบัติเก้าอย่างที่เป็นความลับซึ่งไม่สามารถค้นพบได้

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਪਿਆਰੈ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥੩੮॥

Nanak กล่าวว่าพระเจ้าที่รักได้วางวิญญูณไว้ในถ้ำในรูปแบบของร่างกายและสื่อบารพพลังชีวิต
38 ॥

ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥

ร้องเพลง kirtan ที่แท้จริงของพระเจ้าขณะนั่งอยู่ในบ้านที่แท้จริง (satsangati)

ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥

นั่งในบ้านที่แท้จริง (satsangati) และร้องเพลงสรรเสริญที่แท้จริง

ਸਚੈ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥

โอ้พระเจ้า ! พวกที่พึงใจท่านและพวกกุรมุขที่ได้รับการรู้ เฉพาะพวกเข้ามานปรมัตถ์

ਇਹੁ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਖਸਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਬਖਸੇ ਸੇ ਜਨੁ ਪਾਵਹੇ ॥

ความจริงสูงสุดนี้เป็นเจ้านายของทุกสิ่ง ความจริงจะบรรลुได้เฉพาะผู้ที่ประทานเท่านั้น

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥

น่านักกล่าวว่าขณะที่นั่งอยู่ในบ้านที่แท้จริง (Satsangati)

ให้ร้องเพลงสรรเสริญความจริงสูงสุดต่อไป 36 ॥

ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥

โอ้ผู้โชคดี! คุณพึง Anand Vani ด้วยความทุ่มเท

ความปรารถนาทั้งหมดของคุณจะสำเร็จด้วยการพึง

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪੁਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੁਰੇ ॥

ผู้ใดบรรลुพระผู้มีพระภาคแล้ว ความโศกและทุกข์ทั้งปวงก็ดับไป

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

ผู้ได้สดับพระสัทธรรมแล้ว โทมนัส โรคภัย โทสะทั้งปวงก็ดับไป

ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥

ผู้ได้ทราบความดาร์สนี้จากพระครูผู้สมบูรณ์แล้ว บัณฑิตเหล่านั้นล้วนเป็นสุข

ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥

ผู้ที่ฟังคำพูดนี้จะบริสุทธิ์และผู้ที่สวดมนต์ก็จะบริสุทธิ์เช่นกัน Satguru

มีความครอบคลุมในคำพูดของเขา

ਬਿਨਵੰਤਿ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਚਰਣ ਲਾਗੇ ਵਾਸੇ ਅਨਹਦ ਤੂਰੇ ॥੪੦॥੧॥

น่านักอธิษฐานว่าเนื่องจากการอยู่แทบเท้าของครู

เครื่องดนตรีที่มีเสียงไม่สิ้นสุดกำลังเล่นอยู่ในจิตใจ ॥ 40 ॥ 1 ॥

ਅਰਦਾਸ

ਸ਼ਾਵਮਨਟ

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ ॥

พระเจ้าเป็นหนึ่งเดียว ชัยชนะทั้งหมดเป็นของคุรมุหัจจุรย์ (พระเจ้า)

ਸ੍ਰੀ ਭਗੰਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

ขอให้ดาบที่นับถือ (พระเจ้าในรูปแบบของผู้ทำลายล้างผู้ทำความชั่ว) ช่วยเรา!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੰਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

บทกวีของดาบที่เคารพทองโดยคุรที่สิบ

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੰਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈ ਧਿਆਇ ॥

ก่อนอื่นให้นึกถึงดาบ (พระเจ้าในรูปแบบของผู้ทำลายล้างผู้ทำความชั่ว); จากนั้นระลึกถึง Nanak (อาศัยการบริจาดทางจิตวิญญาณของเขา)

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈ ਸਹਾਇ ॥

จากนั้นจำและรำพึงถึง Guru Angad, Guru Amar Das และ Guru Ram Das; ขอให้พวกเขาช่วยเรา! (อาศัยการบริจาดทางจิตวิญญาณของพวกเขา)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੈ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

ระลึกถึงและรำพึงถึงคุรอรจัน คุรฮาร์โกบินด์ และคุรฮารายที่เคารพ (อาศัยการบริจาดทางจิตวิญญาณของพวกเขา)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ ॥

ระลึกถึงและรำพึงถึงท่านคุร Har Krishan ผู้เป็นที่เคารพ ความเจ็บปวดทั้งหมดจะหายไป (อาศัยการบริจาดทางจิตวิญญาณของพวกเขา)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ ॥

ระลึกถึง Guru Tegh Bahadur แล้วแหล่งความมั่งคั่งทางจิตวิญญาณทั้งเก้าแห่งจะริบมาที่บ้านของคุณ

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥

ໂອ້ພຣະເຈົ້າ! ກຣຸນາຊ່ວຍເຫຼົ່າທຸກທີ່ໂດຍແສດສະໜອງເຮົາເຫັນ

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

ระลึกถึงกुरु Gobind Singh ที่เคารพนับถือ (อาศัยผลงานทางจิตวิญญาณของเขา)

ໂອ້ພຣະເຈົ້າ! ກຣຸນາຊ່ວຍເຫຼົ່າທຸກທີ່ໂດຍແສດສະໜອງເຮົາເຫັນ

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

คิดและตรึกตรองถึงแสงสว่างอันศักดิ์สิทธิ์ของกษัตริย์ทั้งสิบองค์ที่มีอยู่ใน Guru Granth Sahib อันเป็นที่นับถือ

แล้วเปลี่ยนความคิดของคุณไปสู่คำสอนอันศักดิ์สิทธิ์และรับความเปล็ดเปล็นจากสายตาของ Guru Granth Sahib Utter Wahe Guru (พระเจ้ามหัศจรรย์)!

ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਚੌਹਾਂ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ, ਚਾਲੀਆਂ 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 ! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

คิดถึงการทำของผู้เป็นที่รักทั้งห้าของลูกชายทั้งสี่คน (ของ Guru Gobind Singh);

ของสี่สิบมรณสักขี; ของชาวซิกข์ผู้กล้าหาญในความมุ่งมั่นไม่ย่อท้อ

ของสาวกผู้เปี่ยมด้วยสี่ของน้ำ; ของผู้ที่ถูกดุดคั่นในนาอัม

ของผู้ที่ระลึกถึงนามและแบ่งปันอาหารของพวกเขาด้วยความเป็นเพื่อน ของผู้ที่เริ่มต้นครวัฟร์

ของผู้ที่ไต่ถามของพวกเขา (เพื่อรักษาความจริง); ของผู้ที่มองข้ามข้อบกพร่องของผู้อื่น

ทั้งหมดที่กล่าวมาล้วนเป็นผู้บริสุทธิ์และอุทิศตนอย่างแท้จริง Utter Wahe Guru

(พระเจ้ามหัศจรรย์)!

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਿੰਘਾਂ ਸਿੰਘਣੀਆਂ ਨੇ ਧਰਮ ਹੇਤ ਸੀਸ ਦਿੱਤੇ, ਬੰਦ ਬੰਦ ਕਟਾਏ, ਖੋਪਰੀਆਂ 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! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

นึกถึงและระลึกถึงการรับใช้ที่ไม่เหมือนใครของชายชาวซิกข์ผู้กล้าหาญและสตรีผู้เสียสละศีร
ษะของตนแต่ไม่ยอมจำนนต่อศาสนาซิกข์ของตน ผู้ซึ่งถูกตัดออกเป็นชิ้น ๆ

จากข้อต่อของร่างกายแต่ละข้อ ใครกันที่ถลกหนังหัวออก

ผู้ซึ่งถูกมัดและหม่นอยู่บนล้อและหักเป็นชิ้นๆ ผู้ถูกเลื่อยตัด; ที่ถูกถลกหนังทั้งเป็น;

ผู้เสียสละตนเองเพื่อรักษาศักดิ์ศรีของ Gurdwaras; ผู้ไม่ละทิ้งศรัทธาซิกข์;
ผู้ทรงรักษาศาสนาซิกข์และไว้ผมยาวตราบนามหทัยใจสุดท้าย Utter Wahe Guru
(พระเจ้ามหัศจรรย์)!

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

เปลี่ยนความคิดของคุณไปยังที่นั้งทั้งหมดของศาสนาซิกข์และครุฑวาราทั้งหมด เปล่ง Wahe
Guru (พระเจ้ามหัศจรรย์)!

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

ก่อนอื่น Khalsa ที่นับถือทั้งหมดทำการวิงวอนนี้เพื่อที่พวกเขาจะได้รำพึงถึงชื่อของคุณ
และขอให้ความสุขและความสบายทั้งหมดเกิดขึ้นด้วยการทำสมาธิเช่นนี้

**ਜਹਾਂ ਜਹਾਂ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਸਾਹਿਬ, ਤਹਾਂ ਤਹਾਂ ਰਛਿਆ ਰਿਆਇਤ, ਦੇਗ ਤੇਗ ਫਤਹਿ,
ਬਿਰਦ ਕੀ ਪੈਜ, ਪੰਥ ਕੀ ਜੀਤ, ਸ੍ਰੀ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਸਹਾਇ, ਖਾਲਸੇ ਜੀ ਕੇ ਬੈਲ ਬਾਲੇ, ਬੈਲੇ ਜੀ
ਵਾਹਿਗੁਰੂ!**

Khalsa ที่เคารพนับถืออยู่ที่ใด จงให้ความคุ้มครองและพระคุณของพระองค์
ขอให้ห้องครัวและดาบที่เป็นอิสระไม่เคยล้มเหลว รักษาเกียรติของผู้นับถือของคุณ
มอบชัยชนะแก่ชาวซิกข์ ขอให้ดาบที่เคารพมาช่วยเหลือเราเสมอ ขอให้ Khalsa
ได้รับเกียรติเสมอ Utter Wahe Guru (พระเจ้ามหัศจรรย์)!

**ਮਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਮਿੱਖੀ 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, ਬੈਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!!!**

กรุณามอบของประทานแห่งศาสนาซิกข์แก่ชาวซิกข์, ของประทานแห่งผมยาว,
ของประทานแห่งการปฏิบัติตามกฎของซิกข์, ของประทานแห่งความรู้อันศักดิ์สิทธิ์,
ของประทานแห่งศรัทธาอันมั่นคง,
ของประทานแห่งความเชื่อและของประทานที่ใหญ่ที่สุดแห่งชื่อ โอ้พระเจ้า!
ขอให้คณะนักร้องประสานเสียง คฤหาสน์ และแบนเนอร์คงอยู่ตลอดไป
ขอให้ความจริงมีชัยชนะเสมอ เปล่ง Wahe Guru (พระเจ้ามหัศจรรย์)!

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

ขอให้จิตใจของชาวซิกข์ทั้งหมดยังคงอ่อนน้อมถ่อมตนและมีปัญญาส่งส่ง โอ้พระเจ้า!
คุณเป็นผู้พิทักษ์แห่งปัญญา

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

โอ พ่อที่แท้จริง Wahe Guru! คุณคือเกียรติของผู้อ่อนโยน พลังของผู้ไร้ที่พึ่ง
ที่פקพึงของผู้ไร้ที่פקพึง เราขอนอบน้อมต่อหน้าคุณ...
..(แทนโอกาสหรือคำอธิษฐานที่ทำไว้ที่นี่)

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

โปรดยกโทษให้กับข้อผิดพลาดและความบกพร่องของเราในการท่องบทสวดมนต์ข้างต้น
ขอจงสำเร็จตามวัตถุประสงค์ทุกประการเทอญ.

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

ขอความกรุณาโปรดดลบันดาลให้เราได้พบกับผู้ศรัทธาที่แท้จริงโดยการพบปะผู้ที่เราจะได้รับ
ลึกลงและรำพึงถึงพระนามของพระองค์ โอ้พระเจ้า! โดย True Guru Nanak
ขอให้ชื่อของคุณเป็นที่ยกย่องและอาจประสบความสำเร็จตามความประสงค์ของคุณ

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

Khalsa เป็นของพระเจ้า ชัยชนะทั้งหมดคือชัยชนะของพระเจ้า

ปรัชญาเพื่อการเดินทาง

ปรัชญาของศาสนาซิกข์มีลักษณะเป็นตรรกะ ความครอบคลุม และแนวทาง "ปราศจากความหุรหุรา" ต่อโลกแห่งจิตวิญญาณและวัตถุ เทววิทยาของมันถูกทำเครื่องหมายด้วยความเรียบง่าย ในจริยธรรมของซิกข์ไม่มีความขัดแย้งระหว่างหน้าที่ของแต่ละบุคคลต่อตนเองและต่อสังคม (สังคม)

ศาสนาซิกข์เป็นศาสนาโลกที่อายุน้อยที่สุดที่ก่อตั้งโดยครุณานักเมื่อประมาณ 500 ปีที่แล้ว มันเน้นความเชื่อในหนึ่งสิ่งมีชีวิตสูงสุดและผู้สร้าง (Whegur) ของจักรวาล มันนำเสนอเส้นทางตรงที่เรียบง่ายไปสู่ความสุขนิรันดร์และกระจายข้อความแห่งความรักและภราดรภาพสากล ศาสนาซิกข์เป็นศาสนาที่มีพระเจ้าองค์เดียวอย่างเคร่งครัดและยอมรับว่าพระเจ้าเป็นองค์เดียวที่ไม่อยู่ภายใต้การจำกัดของเวลาหรือพื้นที่

ศาสนาซิกข์เชื่อว่ามีพระเจ้าเพียงองค์เดียวซึ่งเป็นผู้สร้าง ผู้ค้ำจุน ผู้ทำลาย และไม่ได้อยู่ในร่างมนุษย์ ทฤษฎีการกลับชาติมาเกิดไม่ได้อยู่ในศาสนาซิกข์ มันไม่ได้ให้คุณค่ากับเทพเจ้าเทพธิดาและเทพเจ้าอื่น ๆ

ในศาสนาซิกข์ จริยธรรมและศาสนาไปด้วยกัน ต้องปลูกฝังคุณธรรมและประพฤติพรหมจรรย์ในชีวิตประจำวันเพื่อก้าวไปสู่การพัฒนาทางจิตวิญญาณ คุณสมบัติต่างๆ เช่น ความซื่อสัตย์ ความเห็นอกเห็นใจ ความเอื้ออาทร ความอดทน และความอ่อนน้อมถ่อมตนสามารถสร้างขึ้นได้ด้วยความพยายามและความอดสาเหเท่านั้น ชีวิตของปรมาจารย์ผู้ยิ่งใหญ่ของเราเป็นแหล่งของแรงบันดาลใจในทิศทางนี้

ศาสนาซิกข์สอนว่าเป้าหมายของชีวิตมนุษย์คือการทำลายวงจรการเกิดและการตายและรวมเข้ากับพระเจ้า สิ่งนี้สามารถทำได้โดยการปฏิบัติตามคำสอนของครู การทำสมาธิในนามศักดิ์สิทธิ์ (นาม) และการบำเพ็ญประโยชน์และการกุศล

นาม มาร์ก เน้นย้ำถึงการอุทิศตนทุกวันเพื่อระลึกถึงพระผู้เป็นเจ้า เราต้องควบคุมความรู้สึกทั้งห้า ได้แก่ กาม (ความปรารถนา) Krodh (ความโกรธ) Loabh (ความโลภ) Moh (ความยึดติดทางโลก) และ Ahankar (ความเยอหยิ่ง) เพื่อให้บรรลุความรอด สหภาพ พิธีกรรมและการปฏิบัติกิจวัตรเช่นการถือศีลอดและการแสวงบุญ ล้างบอกเหตและความข่มขืนวอดถูกปฏิเสธในศาสนาซิกข์ เป้าหมายของชีวิตมนุษย์คือการรวมเข้ากับพระเจ้าและสิ่งนี้สำเร็จได้โดยปฏิบัติตามคำสอนของครูแกรนด์ชาฮิบ ศาสนาซิกข์เน้นที่ Bhagti Marg หรือเส้นทางแห่งการอุทิศตน อย่างไรก็ตาม ตระหนักถึงความสำคัญของ Gian Marg (เส้นทางแห่งความรู้) และ Karam Marg (เส้นทางแห่งการปฏิบัติ) มันเน้นย้ำถึงความจำเป็นในการได้รับพระคุณของพระเจ้าเพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายทางจิตวิญญาณ

ศาสนาซิกข์เป็นศาสนาสมัยใหม่ที่มีเหตุผลและปฏิบัติได้ เชื่อว่าชีวิตครอบครัวปกติ (Grahast) ไม่ใช่อุปสรรคต่อความรอด
พรหมจรรย์หรือการสละทางโลกไม่จำเป็นต่อการบรรลุความหลุดพ้น
เป็นไปได้ที่จะอยู่อย่างโดดเดี่ยวท่ามกลางความเจ็บป่วยทางโลกและการล่อลวง
ผู้นับถือศรัทธาต้องอยู่ในโลกและยังคงอยู่เหนือความตึงเครียดและความวุ่นวายตามปกติ
เขาต้องเป็นทหารที่เก่งกาจและเป็นนักบุญสำหรับพระเจ้า

ศาสนาซิกข์เป็นศาสนาสากลและเป็น "ศาสนาฆราวาส"
ดังนั้นจึงปฏิเสธความแตกต่างทั้งหมดตามวรรณะ ความเชื่อ เชื้อชาติหรือเพศ
เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนเท่าเทียมกันในสายพระเนตรของพระเจ้า
ปรมาจารย์เน้นเรื่องความเท่าเทียมกันของผู้หญิงและปฏิเสธการฆ่าล้างเผ่าพันธุ์หญิงและการปฏิบัติแบบ Sati (การเผาแม่ม้าย)
พวกเขายังเผยแพร่การแต่งงานใหม่ของหญิงม่ายอย่างแข็งขันและปฏิเสธระบบ purdah (ผู้หญิงสวมผ้าคลุมหน้า) เพื่อให้จิตใจจดจ่ออยู่กับพระองค์
เราต้องทำสมาธิในนามศักดิ์สิทธิ์ (นาม) และบำเพ็ญประโยชน์และการกุศล
การทำมาหากินด้วยอาชีพสุจริต (กิริติกรรม) ถือเป็นเกียรติ
มิใช่ด้วยการขอร้องหรือวิธีทุจริต วันฉัคนา
การแบ่งปันกับผู้อื่นถือเป็นความรับผิดชอบต่อสังคมเช่นกัน
บุคคลนั้นคาดว่าจะช่วยเหลือผู้ที่ต้องการผ่าน Daswandh (10% ของรายได้ของเขา) Seva
การบริการชุมชนเป็นส่วนสำคัญของศาสนาซิกข์ ครั้วชุมชนฟรี (langar)
ที่พบในครุทวารทุกแห่งและเปิดให้กับผู้คนจากทุกศาสนาเป็นการแสดงออกอย่างหนึ่งของ
บริการชุมชนนี้

ศาสนาซิกข์สนับสนุนการมองโลกในแง่ดีและความหวัง
ไม่ยอมรับอุดมการณ์ของการมองโลกในแง่ร้าย

กูรูเชื่อว่าชีวิตนี้มีจุดประสงค์และเป้าหมาย มันเปิดโอกาสให้ตัวเองและพระเจ้าตระหนัก
นอกจากนี้มนุษย์ยังต้องรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง
เขาไม่สามารถเรียกร้องความคุ้มกันจากผลของการกระทำของเขา
เขาจึงต้องระมัดระวังอย่างมากในสิ่งที่เขาทำ

คัมภีร์ซิกข์ ครุแกรนธ์ซาฮิบเป็นครุนิรันดร์
นี่เป็นศาสนาเดียวที่กำหนดให้หนังสือศักดิ์สิทธิ์มีสถานะเป็นพระอุปัชฌาย์ในศาสนา
ไม่มีที่สำหรับครุมนุษย์ที่มีชีวิต (Dehdhari) ในศาสนาซิกข์
ขอบคุณภาพจาก www.sikhpoint.com

บทบาทของสตรีในศาสนาซิกข์

หลักการของศาสนาซิกข์ระบุว่าผู้หญิงมีจิตวิญญาณเช่นเดียวกับผู้ชายและมีสิทธิเท่าเทียมกันในการปลุกฝังจิตวิญญาณของตน พวกเขาสามารถเป็นผู้นำกลุ่มทางศาสนา มีส่วนร่วมในเส้นทาง Akhand (การท่องพระคัมภีร์อย่างต่อเนื่อง) แสดง Kirtan (การร้องเพลงสวดในที่ชุมนุม) ทำงานเป็น Granthis (นักบวช) พวกเขาสามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา วัฒนธรรม สังคมและฆราวาสทั้งหมด

ศาสนาซิกข์เป็นศาสนาหลักแห่งแรกของโลกที่ให้ความเท่าเทียมกันแก่ชายและหญิง

ครุณานักเทศนาเรื่องความเท่าเทียมทางเพศ

และปรมาจารย์ที่สืบทอดตำแหน่งต่อจากเขาสันนิษฐานให้ผู้หญิงมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่ในกิจกรรมทั้งหมดของการบูชาซิกข์และการปฏิบัติ

ครุแกรนธ์ซาฮิบกล่าวว่า

"ผู้หญิงและผู้ชาย ล้วนถูกสร้างขึ้นโดยพระเจ้า ทั้งหมดนี้คือบทละครของพระเจ้า Nanak กล่าวว่า การสร้างทั้งหมดของคุณนั้นดีและศักดิ์สิทธิ์" -SGGS p.304

ประวัติศาสตร์ซิกข์ได้บันทึกบทบาทของสตรีที่แสดงให้เห็นความเท่าเทียมกันในการรับใช้

การอุทิศตน

การเสียสละ

และความกล้าหาญต่อมารุช

ตัวอย่างมากมายเกี่ยวกับศักดิ์ศรีทางศีลธรรมของผู้หญิง

การรับใช้

และการเสียสละตนเองเขียนขึ้นในประเพณีซิกข์

ตามความเชื่อของศาสนาซิกข์

ผู้ชายและผู้หญิงเป็นสองด้านของเหรียญเดียวกัน

ในระบบความสัมพันธ์และการพึ่งพาอาศัยกันที่ชายเกิดจากหญิงและหญิงเกิดจากเชื้อสายของชาย

ตามความเชื่อของศาสนาซิกข์

ผู้ชายไม่สามารถรู้สึกลดภัยและสมบูรณ์ในชีวิตของเขาได้หากไม่มีผู้หญิง

และความสำเร็จของผู้ชายเกี่ยวข้องกับความรักและการสนับสนุนของผู้หญิงที่ใช้ชีวิตร่วมกับเขา

และในทางกลับกัน ครุณานัก กล่าวว่า:

"[มัน] เป็นผู้หญิงที่ทำให้เผ่าพันธุ์ดำเนินต่อไป"

และเราไม่ควร

"ถือว่าผู้หญิงถูกสาปแช่งและถูกประณาม [เมื่อ] จากผู้หญิงเกิดมาเป็นผู้นำและกษัตริย์" SGGS หน้า 473

ความรอด:

ประเด็นสำคัญที่ต้องยกขึ้นคือศาสนาพิจารณาว่าผู้หญิงสามารถบรรลุความรอด

การสำนึกในพระเจ้าที่นี้ หรืออาณาจักรทางจิตวิญญาณสูงสุดหรือไม่ ครุแกรนธ์ซาฮิบกล่าวว่า,

“องค์พระผู้เป็นเจ้าทรงแผ่ชานไปทั่วในสิ่งมีชีวิตทั้งปวง
องค์พระผู้เป็นเจ้าทรงแผ่ชานไปทุกรูปแบบทั้งชายและหญิง” (ครุแกรนธ์ ซาฮิบ หน้า 605)

จากข้อความข้างต้นของครุแกรนธ์ ซาฮิบ
แสงสว่างของพระเจ้าสถิตกับทั้งสองเพศอย่างเท่าเทียมกัน
ดังนั้นทั้งชายและหญิงจึงสามารถบรรลุความรอดได้เท่าเทียมกันโดยปฏิบัติตามคำสอนของครู
ในหลายศาสนา ผู้หญิงถือเป็นอุปสรรคต่อจิตวิญญาณของผู้ชาย แต่ไม่ใช่ในศาสนาซิกข์
ครุปฏิเสธรสิ่งนี้ ใน 'ความคิดปัจจุบันเกี่ยวกับศาสนาซิกข์', Alice Basarke กล่าวว่า

“ครูองค์แรกให้ผู้หญิงเสมอกับผู้ชาย...ผู้หญิงไม่ได้เป็นอุปสรรคต่อผู้ชาย
แต่เป็นคู่หูในการรับใช้พระเจ้าและแสวงหาความรอด”

การแต่งงาน: ครุณานัคแนะนำครุสธา—ชีวิตของคฤหัสถ์ แทนที่จะเป็นโสดและการสละโสด
สามีและภรรยาเป็นหุ้นส่วนที่เท่าเทียมกันและทั้งสองมีคำสั่งให้ซื่อสัตย์ต่อกัน ในโองการศักดิ์สิทธิ์
ความสุขในบ้านถูกนำเสนอเป็นอุดมคติที่หวงแหน
และการแต่งงานเป็นอุปมาอุปไมยสำหรับการแสดงความรักต่อพระเจ้า Bhai Gurdas
กวีของศาสนาซิกข์ยุคแรกและเป็นลามี่มีอำนาจของหลักคำสอนของศาสนาซิกข์
ยกย่องสตรีเป็นอย่างสูง เขาพูดว่า:

"ผู้หญิงเป็นที่รักของบิดามารดา เป็นที่รักยิ่งของบิดาและมารดา ในบ้านของเขย
เธอเป็นเสาหลักของครอบครัว รับประกันความโชคดี... และการตรัสรู้และด้วยคุณสมบัติอันสูงส่ง
ผู้หญิงซึ่งเป็นอีกครั้งหนึ่งของผู้ชาย จะพาเขาไปที่ประตูแห่งความหลุดพ้น" (วารัน V.16)

สถานะที่เท่าเทียมกัน: เพื่อให้มั่นใจถึงสถานะที่เท่าเทียมกันระหว่างชายและหญิง
ครูไม่ได้แยกความแตกต่างระหว่างเพศในเรื่องของการเริ่มต้น การสั่งสอน
หรือการมีส่วนร่วมในกิจกรรมสังฆะ ตามคำกล่าวของ Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, Guru
Amar Das ไม่สนับสนุนการใช้ผ้าคลุมหน้าของผู้หญิง
เขามอบหมายให้ผู้หญิงดูแลชุมชนบางแห่งในหมู่บ้านและเทศนาต่อต้านประเพณีของ Sati
ประวัติศาสตร์ซิกข์บันทึกชื่อสตรีหลายคน เช่น Mata Gujri Mai Bhago, Mata Sundari, Rani
Sahib Kaur, Rani Sada Kaur และ Maharani Jind Kaur ซึ่งมีบทบาทสำคัญในเหตุการณ์ต่างๆ
ในยุคนั้น

การศึกษา: การศึกษาถือว่าสำคัญมากในศาสนาซิกข์ เป็นกุญแจสู่ความสำเร็จของทุกคน
เป็นกระบวนการพัฒนาตนและเป็นเหตุให้ครุที่ 3 ตั้งโรงเรียนขึ้นมากมาย ครุแกรนธ์ซาฮิบกล่าวว่า

“ความรู้อันศักดิ์สิทธิ์และการใคร่ครวญทั้งหมดได้รับผ่านครู” (Guru Granth Sahib, p.831)

การศึกษาสำหรับทุกคนเป็นสิ่งสำคัญและทุกคนต้องทำงานให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้
ผู้สอนศาสนาซิกข์ห้าสิบสองคนที่ครูคนที่ 3 ส่งออกไปเป็นผู้หญิง ใน
'บทบาทและสถานะของสตรีซิกข์' ดร. โมฮินเดอร์ เคาร์ กิลล์ เขียนว่า "ครู Amar Das
เชื่อมั่นว่าไม่มีคำสอนใดที่สามารถหยั่งรากได้จนกว่าและเว้นแต่จะได้รับการยอมรับจากกลุ่มสตรี"

ข้อ จำกัด เกี่ยวกับเสื้อผ้า: นอกเหนือจากการกำหนดให้ผู้หญิงไม่ต้องสวมผ้าคลุมหน้าแล้ว
ศาสนาซิกข์ยังให้คำแนะนำที่เรียบง่ายแต่สำคัญมากเกี่ยวกับการแต่งกาย
สิ่งนี้ใช้กับชาวซิกข์ทุกคนโดยไม่คำนึงถึงเพศ ครูแกรนธซาฮิบกล่าวว่า

“หลีกเลี่ยงการสวมเสื้อผ้าที่ร่างกายไม่สบายและจิตใจเต็มไปด้วยความคิดชั่วร้าย” SGGS, หน้า
16

ดังนั้นชาวซิกข์จะตระหนักว่าเสื้อผ้าประเภทใดที่ทำให้จิตใจเต็มไปด้วยความคิดชั่วร้ายและควรห
ลือเลี่ยง ผู้หญิงซิกข์ถูกคาดหวังให้ปกป้องตัวเองด้วย Kirpan (ดาบ) และอื่น ๆ
นี่เป็นเรื่องเฉพาะสำหรับผู้หญิงเพราะนี่เป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ที่ผู้หญิงถูกคาดหวังให้ปกป้อง
ตัวเองและพวกเธอไม่ได้รับการคาดหวังให้พึ่งพาผู้ชายในการป้องกันร่างกาย

SGGS Quotes: "ในแผ่นดินและในท้องฟ้า ฉันไม่เห็นรินาที่ใดเลย ในบรรดาผู้หญิงและผู้ชาย
แสงของพระองค์ส่องประกาย" Sggs หน้า 223 จากผู้หญิง ผู้ชายเกิดจาก;
ภายในผู้หญิงผู้ชายรู้สึก; กับผู้หญิงที่เขาหมั่นหมายและแต่งงานแล้ว
ผู้หญิงกลายเป็นเพื่อนของเขา คนรุ่นหลังจะมาถึงโดยผู้หญิง เมื่อผู้หญิงของเขาตาย
เขาไปหาผู้หญิงคนอื่น เขาผูกพันกับผู้หญิง เหตุใดจึงเรียกเธอว่าไม่ดี กษัตริย์ถือกำเนิดจากเธอ
ผู้หญิงเกิดจากผู้หญิง หากไม่มีผู้หญิงก็จะมีใครเลย ครุณานัก, SGGS หน้า 473

ในเรื่องสินสอด: "ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้า
โปรดประทานนามของพระองค์แก่ข้าพระองค์เป็นของกำนัลและสินสอดทองหมั้น" Shri Guru
Ram Das ji, หน้า 78, บรรทัดที่ 18 SGGS

เกี่ยวกับการปฏิบัติของ Purdah: "อยู่ อยู่ ลูกสะใภ้ - อย่าปิดหน้าของเธอด้วยผ้าคลุมหน้า
ในที่สุดสิ่งนี้จะไม่น่าแปลกใจมาให้เธอแม้แต่ครั้งเดียว คนก่อนหน้าเธอเคยใช้ผ้าคลุมหน้าของเธอ
อย่าเดินตามรอยเท้าของเธอ ข้อดีข้อเดียวในการคลุมหน้าของคุณคือสองสามวัน ผู้คนจะพูดว่า
"ช่างเป็นเจ้าสาวผู้สูงศักดิ์จริงๆ"

ผ้าคลุมหน้าของคุณจะเป็นจริงก็ต่อเมื่อคุณกระโดดโลดเต้นและร้องเพลง Glorious
การสรรเสริญพระเจ้า - หน้า 484, SGGS

ผู้หญิงและวิญญาณทั้งหมดได้รับการสนับสนุนให้มีชีวิตทางจิตวิญญาณ: "มาเถิด
พี่น้องสตรีที่รักและสหายทางวิญญาณ กอดฉันแน่นในอ้อมกอดของคุณ มาร่วมด้วยกันเถอะ
และบอกเล่าเรื่องราวของพระเจ้าสามิผู้ทรงอำนาจของเรา" - ครุ นานัก , หน้า 17, SGGS

"เพื่อนเอ๋ย เครื่องแต่งกายอื่น ๆ ทำลายความสุข เครื่องแต่งกายที่แขนขาเป็นความทรमान
และความคิดที่เลวร้ายจะเต็มไปด้วยจิตใจ"-SGGS หน้า 16

ความสำคัญของผ้าโพกหัว

ผ้าโพกหัวเป็นส่วนหนึ่งของซิกข์ที่แยกกันไม่ออก ตั้งแต่ประมาณ ค.ศ. 1500 และสมัยของ Guru Nanak ผู้ก่อตั้งศาสนาซิกข์ ชาวซิกข์จะสวมผ้าโพกหัว

ผ้าโพกหัวหรือ "pagri" มักย่อเป็น "pag" หรือ "dastar" เป็นคำที่แตกต่างกันในภาษาต่างๆ สำหรับบทความเดียวกัน คำเหล่านี้หมายถึงเสื้อผ้าที่สวมใส่โดยทั้งชายและหญิงเพื่อคลุมศีรษะ เป็นผ้าโพกศีรษะที่ประกอบด้วยผ้าชิ้นเดียวคล้ายผ้าพันคอยาวพันรอบศีรษะ หรือบางครั้งมี "หมวก" หรือผ้าปาเต๊ะด้านใน ตามเนื้อผ้าในอินเดียผ้าโพกหัวจะสวมใส่โดยผู้ชายที่มีสถานะสูงในสังคมเท่านั้น ผู้ชายที่มีฐานะต่ำหรือวรรณะต่ำไม่ได้รับอนุญาตให้สวมผ้าโพกหัว

แม้ว่า Guru Gobind Singh จะได้รับคำสั่งจาก Guru Gobind Singh ให้เป็นหนึ่งใน Five K's หรือหลักแห่งความเชื่อห้าข้อ แต่ก็มีความเกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิดกับศาสนาซิกข์มาช้านานตั้งแต่จุดเริ่มต้นของ Sikhi ในปี 1469 ศาสนาซิกข์เป็นศาสนาเดียวในโลกใน ซึ่งการสวมผ้าโพกหัวเป็นข้อบังคับสำหรับผู้ชายที่เป็นผู้ใหญ่ทุกคน คนส่วนใหญ่ที่สวมผ้าโพกหัวในประเทศตะวันตกเป็นซิกข์ ซิก pagdi เรียกอีกอย่างว่า dastaar 'Dastar' เป็นคำภาษาเปอร์เซีย มันหมายถึง 'หัตถ์ของพระเจ้า' ซึ่งหมายถึงการอวยพรของพระองค์

ชาวซิกข์มีชื่อเสียงในด้านผ้าโพกหัวที่มีลักษณะเฉพาะและหลากหลาย ตามเนื้อผ้า ผ้าโพกศีรษะแสดงถึงความเป็นหนึ่งเดียว และเป็นสิ่งที่สงวนไว้สำหรับคนชั้นสูงเท่านั้น ในช่วงที่โมกุลปกครองอินเดีย มีเพียงชาวมุสลิมเท่านั้นที่ได้รับอนุญาตให้สวมผ้าโพกหัว ผู้ที่ไม่ใช่มุสลิมทุกคนถูกห้ามไม่ให้สวมใส่โดยเด็ดขาด

Guru Gobind Singh

ในการต่อต้านการละเมิดนี้โดยชาวมุสลิมขอให้ชาวซิกข์ทุกคนสวมผ้าโพกหัว สิ่งนี้ควรสวมใส่เพื่อเป็นเกียรติแก่มาตรฐานทางศีลธรรมอันสูงส่งที่เขาได้กำหนดไว้สำหรับผู้ติดตาม Khalsa ของเขา เขาต้องการให้ Khalsa ของเขาแตกต่างและมุ่งมั่นที่จะ "โดดเด่นกว่าส่วนอื่นๆ ของโลก" เขาต้องการให้พวกเขาเดินตามเส้นทางที่ไม่เหมือนใครซึ่งกำหนดโดยปรมาจารย์ซิกข์ ดังนั้นซิกข์ที่โพกหัวจึงโดดเด่นกว่าฝูงชนเสมอตามที่คร่ำครวญไว้ เพราะเขาต้องการให้ 'Saint-Soldier' ของเขาไม่เพียงแต่เป็นที่ยึดใจได้ง่ายเท่านั้น แต่ยังหาเจอได้ง่ายอีกด้วย

เมื่อชายหรือหญิงชาวซิกข์สวมผ้าโพกหัว ผ้าโพกศีรษะจะเล็กเป็นเพียงผ้าโพกศีรษะ เพราะมันเป็นหนึ่งเดียวกับศีรษะของซิกข์ ผ้าโพกศีรษะ

ตลอดจนหลักความเชื่ออีกสี่ข้อที่ชาวซิกข์สวมใส่
มีความสำคัญทางโลกและทางวิญญาณอย่างมาก
ในขณะที่สัญลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับการสวมผ้าโพกศีรษะมีมากมาย เช่น
อำนาจอธิปไตย การอุทิศตน ความเคารพตนเอง ความกล้าหาญ และความกตัญญู
แต่! เหตุผลหลักที่ชาวซิกข์สวมผ้าโพกศีรษะคือการแสดงความรัก การเชื่อฟัง
และความเคารพต่อผู้ก่อตั้ง Khalsa Guru Gobind Singh

คำที่เน้นสีด้านบนจำเป็นต้องแทนที่ด้วยสิ่งอื่น อาจเป็น 'เหตุผล'

"ผ้าโพกศีรษะเป็นของขวัญที่ครูมอบให้เรา
มันเป็นวิธีที่เราสวมมงกุฎให้ตนเองในฐานะซิงห์และเคารพผู้นั่งบนบัลลังก์แห่งความมั่ง
มันสุจริตสำนึกที่สูงขึ้น สำหรับนุรุษและสตรี เอกลักษณ์ที่ฉายออกมานี้สื่อถึงราชวงศ์
ความสง่างาม และความเป็นเอกลักษณ์ เป็นสัญญาณบอกคนอื่น ๆ
ว่าเราอยู่ในภาพลักษณ์ของอินฟินิตี้และอุทิศตนเพื่อรับใช้ทุกคน
ผ้าโพกหัวไม่ได้แสดงถึงสิ่งใดนอกจากความมุ่งมั่นอย่างเต็มที่
เมื่อคุณเลือกที่จะโดดเด่นด้วยการผูกผ้าโพกหัวของคุณ
คุณจะยืนหยัดเป็นหนึ่งในเดียวอย่างไม่เกรงกลัว
บุคคลที่โดดเด่นจากหกพันล้านคนเป็นการกระทำที่โดดเด่นที่สุด "
(อ้างจากซิกเน็ต)

ความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นสิ่งสำคัญในการเดินทางของคุณ

ความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นสิ่งสำคัญของศาสนาซิกข์ ตามนี้
ชาวซิกข์ต้องนอบน้อมต่อหน้าพระเจ้าด้วยความนอบน้อม ความอ่อนน้อมถ่อมตนหรือ
Nimrata ในปัญจาบเป็นคำที่เกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิด Nimrata
เป็นคุณธรรมที่ได้รับการส่งเสริมอย่างจริงจังใน Gurbani คำแปลของคำปัญจาบนี้คือ
"ความอ่อนน้อมถ่อมตน", "ความเมตตากรุณา" หรือ "ความอ่อนน้อมถ่อมตน"
คนที่จิตใจไม่ฟุ้งซ่านโดยคิดว่าตนดีกว่าหรือสำคัญกว่าใคร

พื้นที่ปัญหา – ไม่ใช่ประโยคที่ถูกต้องด้านบน

นี่เป็นคุณสมบัติที่สำคัญสำหรับมนุษย์ทุกคนที่จะต้องเลี้ยงดูและเป็นสิ่งที่เป็นส่วนสำคัญของ
ชุดความคิดของชาวซิกข์ และคุณสมบัตินี้จะต้องมาพร้อมกับซิกข์ตลอดเวลา
คุณสมบัติอีกสี่ประการในคลังแสงซิกข์คือ:
ความจริง (เสาร์) ความพอใจ (สันโด) ความเมตตา (ดาया) และความรัก (Pyaar)

คุณสมบัติทั้งห้านี้มีความสำคัญต่อชาวซิกข์และเป็นหน้าที่ของพวกเขาที่จะต้องนั่งส
มาธิและท่อง Gurbani
เพื่อปลูกฝังคุณธรรมเหล่านี้และทำให้พวกเขาเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพของพวกเขา

สิ่งที่ Gurbani บอกเรา:

"ผลของความอ่อนน้อมถ่อมตนคือความสงบและความสุขโดยสัญชาตญาณ
ด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนพวกเขายังคงใคร่ครวญถึงพระเจ้า
สมบัติแห่งความเป็นเลิศ สิ่งมีชีวิตที่สำนึกในพระเจ้ามีความอ่อนน้อมถ่อมตน
ผู้ที่หัวใจได้รับพรจากความเมตตาด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน
ศาสนาซิกข์ถือว่าความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นการขอทาน ใส่บาตรต่อพระ"

ครุณานัก ครุคนแรกของศาสนาซิกข์:

"การพึ่งและเชื่อด้วยความรักและความถ่อมใจในจิตใจของคุณ
ขำระล้างตัวคุณเองด้วยพระนาม ณ ศาลเจ้าอันศักดิ์สิทธิ์ที่อยู่ลึกลงไป"- SGGS หน้า
4

"จงทำความพอใจให้เป็นที่ครอบหุ จงนอบน้อมถ่อมตน
และทำสมาธิกับขีไถ่ที่คุณทาตามร่างกาย"-SGGS หน้า 6

"ในขอบเขตของความอ่อนน้อมถ่อมตน พระวณะคือความงาม
รูปแบบของความงามที่หาที่เปรียบไม่ได้ถูกสร้างขึ้นที่นั่น" เอสจีจีเอส หน้า 8.

"ความอ่อนน้อมถ่อมตน

ความอ่อนน้อมถ่อมตนและความเข้าใจโดยสัญชาตญาณคือแม่พิมพ์และพ่อตาของฉัน"

-SGGS หน้า 152

การเดินทางสู่จิตวิญญาณ

คุรุแกรนธ์ซาฮิบเป็นคุรุที่มีชีวิตนิรันดร์ บทกวีของปรมาจารย์ซิกข์ ฮินดูและมุสลิม
การรวบรวมเป็นของขวัญจากพระเจ้าผ่านพวกเขาไปยังมวลมนุษยชาติ
วิสัยทัศน์ใน Guru Granth Sahib

คือสังคมที่ตั้งอยู่บนความยุติธรรมอันศักดิ์สิทธิ์โดยปราศจากการกดขี่ใดๆ
แม้ว่าแกรนธ์จะยอมรับและเคารพคัมภีร์ของศาสนาฮินดูและอิสลาม
แต่ก็ไม่ได้หมายความว่ามีการปรองดองทางศีลธรรมกับศาสนาใดศาสนาหนึ่ง ใน
Guru Granth Sahib

ผู้หญิงได้รับความเคารพอย่างสูงและมีบทบาทเท่าเทียมกับผู้ชาย
ผู้หญิงมีจิตวิญญาณเช่นเดียวกับผู้ชาย
และด้วยเหตุนี้จึงมีสิทธิเท่าเทียมกันในการปลูกฝังจิตวิญญาณของตนโดยมีโอกา
สเท่าเทียมกันในการบรรลุความหลุดพ้น
ผู้หญิงสามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา วัฒนธรรม สังคม
และฆราวาสทั้งหมด รวมทั้งผู้นำทางศาสนา

ศาสนาซิกข์สนับสนุนความเสมอภาค ความยุติธรรมทางสังคม
การรับใช้มนุษยชาติ และความอดทนต่อศาสนาอื่น
ข้อความที่สำคัญของศาสนาซิกข์คือการอุทิศตนทางจิตวิญญาณและความเคาร
พต่อพระเจ้าตลอดเวลาในขณะที่ปฏิบัติตามอุดมคติของความเห็นอกเห็นใจ
ความซื่อสัตย์ ความอ่อนน้อมถ่อมตน และความเอื้ออาทรในชีวิตประจำวัน
หลักการสำคัญสามประการของศาสนาซิกข์คือการนั่งสมาธิและระลึกถึงพระเจ้า
ทำงานเพื่อชีวิตที่ซื่อสัตย์และแบ่งปันกับผู้อื่น.

ขอแสดงความยินดีที่พยายามเดินทางทางจิตวิญญาณเพื่อจิตวิญญาณ
การแปลไม่สามารถใกล้เคียงกับต้นฉบับ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อ Guru Granth
Sahib ฉบับสมบูรณ์อยู่ในบทกวี
และการใช้คำอุปมาอุปไมยทำให้งานยากเหลือเกิน ในข้อความของพระเจ้า
เรื่องราวในตำนานของฮินดูและมุสลิมมักจะใช้ Pralahad , Harnakash, laxmi,
Brahma เป็นต้น โปรดอย่าอ่านตามตัวอักษร แต่ให้เข้าใจข้อความเบื้องหลัง
จุดเน้นอยู่ที่ความจริงที่ว่าพระเจ้าทรงเป็นหนึ่งเดียวและการมีหนึ่งเดียวกับพระองค์
คือเป้าหมายของชีวิตมนุษย์

อาสาสมัครหลายคนทำงานนี้เป็นเวลาหลายปี
เพื่อนำศาสนของพระเจ้าในภาษาของคุณมาให้คุณ หากคุณมีคำถามใดๆ
โปรดส่งอีเมลมาที่ walnut@gmail.com และเรายินดีที่จะร่วมเดินทางไปกับคุณ