



ੴ

# ໂຮດາຣ໌ ຣເຮ່ຣາສ ສາສິບ

ການເດີນທາງສູ່ຈິຕວິຖຽນາດ

ແປລໄທຍ

# สารบัญ

1. โชดาร์ ร่าหรัส ซาฮิบ-----	1
2. คำอธิษฐาน-----	15
3. ประชญาสำหรับการเดินทาง-----	19
4. บทบาทของสตรี-----	21
5. ความสำคัญของผ้าโพกหัว-----	25
6. ความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นสิ่งสำคัญในการเดินทางของคุณ----	27



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

This Sewa has been done by Sewadars & SikhBookClub.

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

Publisher: SikhBookClub.com

## ਸੇ ਦੁ ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧

ໂໄໂ ດາຣຸຣາກູ ອາສາມາເລາ 1

### ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

พระเจ้าเป็นหนึ่งเดียวที่สามารถพบได้โดยพระคุณของ Satguru

### ਸੇ ਦੁ ਤੇਰਾ ਕੇਹਾ ਸੇ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥

เฮ้ นรินคาร! ประตุ (อธิบายไม่ได้) ของคุณเป็นอย่างไร ที่พำนักนั้นเป็นอย่างไร ที่คุณนั่งปกป้องสิ่งสร้างทั้งหมดได้อย่างไร? (จะบรรยายยังไงดี).

### ਵਾਜੇ ਤੇਰੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

O รูปแบบนรินคาร! เสียงศักดิ์สิทธิ์นับไม่ถ้วนดังก้องอยู่ที่ประตูของคุณ มากมายอยู่ที่นั่น

### ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਹਿ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

ที่ประตูของคุณ มี ragas ที่มี ragas มากมาย และมีคนมากมายที่ร้องเพลง ragas และ raginis เหล่านั้น

### ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥

(เขาอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับนักร้อง) O Akal Purush! คุณถูกขับชานโดยเทพเจ้าแห่งลม น้ำ และไฟ เป็นต้น และธรรมราชายังร้องเพลงสรรเสริญของคุณที่ประตูบ้านของคุณอีกด้วย

### ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਨਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥

จิตราคูปต์ผู้เขียนมงคลชีวิตสรรเสริญคุณและนึกถึงกรรมดีชั่วด้วยการเขียน

### ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਈਸਰੁ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇਵੀ ਸੇਹਨਿ ਤੇਰੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

พระอิสวรและพระพรหมกำลังสรรเสริญคุณด้วยพลังอันศักดิ์สิทธิ์ซึ่งได้รับการตกแต่งโดยคุณเสมอ

### ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਇੰਦ੍ਰੁ ਇੰਦ੍ਰਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

แม้แต่พระอินทร์ซึ่งประทับบนบัลลังก์พร้อมกับเทวดาก็ร้องเพลงสรรเสริญคุณ

### ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਸਾਧ ਬੀਚਾਰੇ ॥

ลัทธาผู้ตั้งอยู่ในสมาธิก็ร้องเพลงสรรเสริญคุณเช่นกัน  
ปราชญ์ผู้มีความคิดก็สรรเสริญคุณเช่นกัน

### ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

Yeti ผู้คนที่ซื่อสัตย์และพึงพอใจต่างก็ยกย่องคุณเช่นกัน  
และผู้กล้าหาญก็ยกย่องคุณสมบัติของคุณเช่นกัน

**ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸੁਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥**

ด้วยการศึกษาพระเวทมาช้านาน นักปราชญ์ นักปราชญ์ ฯลฯ เล่าขานถึงชื่อเสียงของท่าน

**ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗੁ ਮਛੁ ਪਇਆਲੇ ॥**

ผู้หญิงที่น่าหลงใหลกำลังยกย่องคุณในสวรรค์ ความตาย และนรก

**ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥**

สิบสี่อัญมณีที่คุณสร้างขึ้นและแสวงบุญทุกสิบแปดแห่งในโลกก็ยกย่องคุณเช่นกัน

**ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੁਰਾ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥**

นักรบผู้ยิ่งใหญ่และกล้าหาญต่างก็ร้องเพลงสรรเสริญคุณเช่นกัน  
ต้นกำเนิดทั้งสี่ก็ร้องเพลงสรรเสริญคุณเช่นกัน

**ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੇ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਤੇਰੇ ਧਾਰੇ ॥**

สิ่งมีชีวิตในนาฬิกานี้ ทวีป และจักรวาล ฯลฯ  
ยังร้องเพลงสรรเสริญคุณซึ่งคุณได้สร้างและสถาปนาไว้ในโลกนี้

**ਸੇਈ ਤੁਧਨੇ ਗਾਵਨਿ ਜੇ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥**

ผู้ที่ชื่นชอบท่านและรักท่าน

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

มีอีกหลายคนกำลังสรรเสริญพระองค์ พวกเขาไม่ได้อยู่ในความคิดของฉัน

**ਸੇਈ ਸੇਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥**

Shri Guru Nanak Dev Ji กล่าวว่าฉันควรคิดอย่างไรกับเขา

**ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥**

สัตยา สวโรป นิรันกาล ล่วงไปแล้ว สัตยา สัมมานยังอยู่

**ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥**

อีกครั้งในอนาคต รูปร่างที่แท้จริงเช่นเดียวกันจะอยู่ที่นั่น ผู้ที่สร้างจักรวาลนี้  
จักรวาลนี้จะไม่ถูกทำลายหรือถูกทำลาย

**ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥**

พระเจ้าผู้สร้างผู้สร้างสัตว์ นก ฯลฯ ด้วยสี่ประเภทต่างๆ และภาพมายาประเภทต่างๆ  
พระเจ้าผู้สร้างนั้นมองเห็นโลกที่พระองค์สร้างขึ้นตามพระประสงค์ของพระองค์

**ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਫਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥**

เขาทำในสิ่งที่เขาพอใจ ไม่มีใครสั่งเขาอีกแล้ว

**ਸੇ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੧॥**

เฮ้ นานัก! เขาเป็นราชาแห่งราชามีสิทธิ์ที่จะอยู่ภายใต้คำสั่งของเขา 1 ॥

**आसा महला १ ॥**

อาสาพหะ 1 ॥

**ਸੁਣਿ ਵਡਾ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੇਇ ॥**

เฮ้ นิรันการ์ สวารูป! เมื่อได้ฟัง (จากคัมภีร์และผู้รู้) ใครๆ ก็เรียกท่านว่าผู้ยิ่งใหญ่

**ਕੇਵਡੁ ਵਡਾ ਡੀਠਾ ਹੋਇ ॥**

แต่จะใหญ่แค่ไหน ใครจะรู้ได้ก็ต่อเมื่อมีคนเห็นคุณหรือมีดาร์ชั้นของคุณ

**ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਇ ॥**

อันที่จริง ไม่มีใครประเมินมูลค่าของเทพเจ้า Sagun Swaroop องค์กรนั้นได้ และไม่มีใครสามารถบอกได้ว่าจุดจบของมันเป็นอย่างไรร  
เพราะพระองค์ไม่มีขอบเขตและไม่มีที่สิ้นสุด

**ਕਹਣੈ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਰਹੇ ਸਮਾਇ ॥੧॥**

บรรดาผู้พบที่สุดแห่งความรุ่งเรืองของท่าน คือ ได้รู้จักสัจฉมิตานันต์สวาโรปของท่าน พวกเขาจะแยกจากกันไม่ได้ในตัวท่าน ॥ 1 ॥

**ਵਡੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗਹਿਰ ਗੰਭੀਰਾ ਗੁਣੀ ਗਹੀਰਾ ॥**

โอ้มนุษย์ผู้เป็นอมตะของฉัน! ท่านเป็นผู้เลิศ มั่นคงในธรรม และเป็นที่ยึดแห่งธรรม

**ਕੇਇ ਨ ਜਾਣੈ ਤੇਰਾ ਕੇਤਾ ਕੇਵਡੁ ਚੀਰਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥**

ไม่มีใครรู้ว่าคุณกว้างใหญ่มาก ॥ 1 ॥

**ਸਭਿ ਸੁਰਤੀ ਮਿਲਿ ਸੁਰਤਿ ਕਮਾਈ ॥**

ผู้มีมานสมาบัติทั้งหลายก็พากันตั้งสติ

**ਸਭ ਕੀਮਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਮਤਿ ਪਾਈ ॥**

นักปราชญ์ทั้งหลายพยายามสืบหาจุดจบของเจ้า

**ਗਿਆਨੀ ਧਿਆਨੀ ਗੁਰ ਗੁਰਹਾਈ ॥**

Shastraveta, Pranayama, Guru และ Guru of Gurus

## ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ਤੇਰੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥੨॥

ไม่สามารถบรรยายความรุ่งโรจน์ของคุณแม้แต่ปาง 2 ॥

## ਸਭਿ ਸਤ ਸਭਿ ਤਪ ਸਭਿ ਚੰਗਿਆਈਆ ॥

คุณสมบัตินี้ดีทั้งหมด ความเข้มงวดทั้งหมด และการกระทำที่ดีทั้งหมด:

## ਸਿਧਾ ਪੁਰਖਾ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥

สิทธิ์ – ความยิ่งใหญ่เท่ากับความสำเร็จของมนุษย์

## ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥

หากปราศจากพระคุณของท่านก็ไม่มีใครบรรลุถึงคุณสมบัตินี้ดังกล่าว

## ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥੩॥

หากได้รับคุณสมบัตินี้เป็นมงคลเหล่านี้โดยพระคุณของพระเจ้าแล้ว ก็ไม่มีใครสามารถหยุดยั้งได้ 3 ॥

## ਆਖਣ ਵਾਲਾ ਕਿਆ ਵੇਚਾਰਾ ॥

ถ้ามีคนพูดว่า O Akal-Purush! ถ้าฉันสามารถเล่าถึงคำสรรเสริญของคุณได้แล้วชายผู้น่าสงสารคนนี้จะว่าอย่างไร?

## ਸਿਫਤੀ ਭਰੇ ਤੇਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ॥

เพราะพระเจ้าข้า! สมบัติแห่งการสรรเสริญของท่านมีอยู่ในพระเวท พระคัมภีร์ และหัวใจของสาวกของท่าน

## ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਤਿਸੈ ਕਿਆ ਚਾਰਾ ॥

ผู้ที่พระองค์ประทานความเฉลียวฉลาดที่จะสรรเสริญพระองค์ ใครจะทำอะไรกับพวกเขาได้อย่างไร

## ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੪॥੨॥

คุรูนานักจิกกล่าวว่าท่านเป็นร่างที่แท้จริงของพระเจ้าผู้ซึ่งประดับประดาทุกคน ॥ 4 ॥ 2 ॥

## ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

อาสาพหะ 1 ॥

## ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥

เฮ้แม่! ตราบใดที่ฉันจำพระนามขององค์ภควานได้ ฉันยังมีชีวิตอยู่ เมื่อฉันลืมชื่อนี้ ฉันถือว่าตัวเองตายไปแล้ว นั่นคือฉันรู้สึกมีความสุขในพระนามของพระเจ้าเท่านั้น มิฉะนั้น ฉันรู้สึกเศร้า

**ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥**

แต่พูดชื่อจริงยากมาก

**ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ ॥**

หากมีความปรารถนา (ความหิว) เพื่อพระนามที่แท้จริงขององค์พระผู้เป็นเจ้าของเจ้า

**ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੁਖ ॥੧॥**

ตั้งหนานั้นก็ดับทุกข์ทั้งปวงเสียได้ 1 ॥

**ਸੇ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥**

ก็แหมแม่! ทำไมฉันถึงลืมชื่อดังกล่าว?

**ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥**

ลอร์ดคนนั้นคือสัตยาและชื่อของเขาคือสัตยา , 1 ॥ อยู่

**ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥**

ชื่อเสียงที่แท้จริงของพระเจ้าเป็นเพียงฟาง

**ਆਖਿ ਥਕੇ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥**

(วยาสะดี มุนิ) เบื่อที่จะพูด แต่พวกเขาไม่สามารถรู้ถึงความสำคัญของมันได้

**ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥**

หากสรรพสัตว์ทั่วจักรวาลรวมใจกันสรรเสริญพระผู้มีพระภาคเจ้า

**ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥**

ตั้งนั้นมันจึงไม่เพิ่มขึ้นด้วยการชมเชยหรือลดลงด้วยการติเตียน 2 ॥

**ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੋਗੁ ॥**

ว่านรินกาลไม่มีวันตายไม่เคยโศกเศร้า

**ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੁਕੈ ਭੋਗੁ ॥**

เขายังคงให้อาหารและเครื่องดื่มแก่สิ่งมีชีวิตในโลกซึ่งไม่สิ้นสุดในร้านของเขา

**ਗੁਣੁ ਏਹੇ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥**

มีเพียงเขาเท่านั้นที่มีคุณภาพอย่าง Daneshwar Parmatma ไม่มีใครอื่น

**ਨਾ ਕੇ ਹੋਆ ਨਾ ਕੇ ਹੋਇ ॥੩॥**

ไม่เคยมีพระเจ้าเช่นนี้มาก่อนและจะไม่มีผู้ใดในอนาคต 3 ॥

**ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥**

การให้อภัยของพระองค์ก็ยิ่งใหญ่ไม่แพ้กัน

**ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥**

ผู้สร้างวันแล้วสร้างคืน

**ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥**

คนที่ลืมพระเจ้าเช่นนั้นก็ใจร้าย

**ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਬੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥**

Guru Nanak ji กล่าวว่หากไม่ได้เอ่ยชื่อพระเจ้า มนุษย์ก็อยู่ในวาระที่คับแคบ , 4 ॥ 3 ॥

**ਰਾਗੁ ਗੁਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥**

Ragu Gujri Mahala 4 ॥

**ਹਰਿ ਕੇ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸਤਪੁਰਖਾ ਬਿਨਉ ਕਰਉ ਗੁਰ ਪਾਸਿ ॥**

โอ้พระเจ้า Satguru Sat Purush ji! ฉันขอให้คุณว่า

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

ฉันเป็นสิ่งมีชีวิตที่เหมือนหนอนที่บอบบางมาก ดังนั้น O Satguru ji!  
ข้าพระองค์อยู่ในที่ลี้ภัยของพระองค์ โปรดเปล่งพระนามของพระเจ้าในใจข้าพระองค์ 1 ॥

**ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਗੁਰਦੇਵ ਮੇ ਕਉ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥**

กูรูเดฟเพื่อนของฉัน! ให้แสงชื่อรามแก่ข้าพเจ้า

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

ผู้ที่สวดพระนามของพระเจ้าตามคำแนะนำของครูคือผู้ช่วยชีวิตของฉัน  
มันเป็นธรรมเนียมของฉันที่จะท่องสรรเสริญพระสิริของพระเจ้า 1 ॥ อยู่

**ਹਰਿ ਜਨ ਕੇ ਵਡ ਭਾਗ ਵਡੇਰੇ ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਰਧਾ ਹਰਿ ਪਿਆਸ ॥**

เฮ้ Satguru ji! ด้วยพระคุณของคุณ  
ฉันรู้ว่าบรรดาผู้ศรัทธาในวันฮารีรายอที่มีศรัทธาในพระนามของพระเจ้า  
และปรารถนาที่จะสวดภาวนานั้น เป็นผู้โชคดี

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



เพราะเพียงได้รับชื่อของ Hari สาวกของเขาได้รับความพึงพอใจและโดยการได้รับ บริษัท  
นักบุญแสงของความรู้ในคุณสมบัติของ Hari ในหัวใจของพวกเขา

**ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਸੁ ਨਾਮੁ ਨ ਪਾਇਆ ਤੇ ਭਾਗਹੀਣ ਜਮ ਪਾਸਿ ॥**

ผู้ที่ไม่ได้ลิ้มรสน้ำทิพย์ของ Hari Hari

เช่นผู้ที่ไม่ได้รวมเข้าด้วยกันในนามของพระเจ้าพวกเขาจะติดอยู่ในเงื้อมมือของ Yamas  
ที่โชคร้าย

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

วิบัติแก่ชีวิตของคนแปลกแยกเหล่านั้นที่ไม่ได้รับสหายของ Satguru โดยการเข้ามาลี้ภัยของ  
Satguru และวิบัติต่อชีวิตของพวกเขาในอนาคต 3 ॥

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

ผู้นับถือ Hari เหล่านั้นซึ่งมีกลุ่มของ Satguru อักษรมงคลเขียนไว้ในสมองของพวกเขาโดย  
Akal-Purush แม้กระทั่งก่อนเกิด

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

คำสั่งของ Satguru ji คือ O Nirankar! ความสุขคือการคบหาสมาคมที่ดีซึ่ง Hari-rasa  
ได้รับมาและสาวกของพระเจ้าได้รับความรู้ - แสงจากชื่อของเขา นั้นเป็นเหตุผลที่ O Satguru ji!  
โปรดยกโทษให้ฉันในนามของ Akal-Purush 4 ॥ 4 ॥

**ਰਾਗੁ ਗੁਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥**

Raag Gujari Mahal 5 ॥

**ਕਾਹੇ ਰੇ ਮਨ ਚਿਤਵਹਿ ਉਦਮੁ ਜਾ ਆਹਰਿ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪਰਿਆ ॥**

เฮ้ใจ! ทำไมคุณถึงคิด ในเมื่อ Akal Purush เองกำลังทำหน้าที่จัดการจักรวาลทั้งหมด

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

นิรันคารได้เตรียมอาหารสำหรับสิ่งมีชีวิตที่นิรันการสร้างไว้ในหินและก้อนหินแล้ว 1 ॥

**ਮੇਰੇ ਮਾਧਉ ਜੀ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੁ ਤਰਿਆ ॥**

เฮ้ นิรันการ! ใครก็ตามที่ไปนั่งร่วมกับนักบุญผู้นั้นข้ามมหาสมุทรแห่งการดำรงอยู่แล้ว

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

เขาบรรลุปรมัตถะ (ความรอด)

ด้วยพระคุณของครูและหัวใจของเขากลายเป็นราวกับว่าไม้แห้งเปลี่ยนเป็นสีเขียว ॥ 1 ॥ อยู่

**ਜਨਨਿ ਪਿਤਾ ਲੋਕ ਸੁਤ ਬਨਿਤਾ ਕੇਇ ਨ ਕਿਸ ਕੀ ਧਰਿਆ ॥**

ในชีวิต มารดา บิดา บุตร ภรรยา และญาติอื่น ๆ ไม่มีที่พึ่งในที่ใดเลย.

**सिरी सिरी रिजकु संघाटे ठाकुरु काटे मन भुओ करिआ ॥२॥**

หลังจากสร้างทุกสรรพชีวิตในจักรวาลแล้ว นිරันการเองก็มอบความสุขให้แล้ว โอ มายด์!  
จะกล่าวทำไม 2 ॥

**ਉਤੇ ਉਤਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੇਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਛਰਿਆ ॥**

ฝูงจกจันบินไปไกลหลายร้อยไมล์และหึ่งลูกไว้ข้างหลัง (ในรัง)

**ਤਿਨ ਕਵਣੁ ਖਲਾਵੈ ਕਵਣੁ ਚੁਗਾਵੈ ਮਨ ਮਹਿ ਸਿਮਰਨੁ ਕਰਿਆ ॥੩॥**

ใครเลี้ยงเขา ใครเลี้ยงเขา นั่นคือผู้เลี้ยงดูพวกเขาโดยไม่มีแม่ (ตอบ) แม่ของพวกเขาจำลูก ๆ  
ของเธอไว้ในใจ นั่นคือวิธีการหล่อเลี้ยงของพวกเขา ॥ 3 ॥

**ਸਭਿ ਨਿਧਾਨ ਦਸ ਅਸਟ ਸਿਧਾਨ ਠਾਕੁਰ ਕਰ ਤਲ ਧਰਿਆ ॥**

สมบัติทั้งเก้าและสิบแปดความสำเร็จถูก Nirankar เก็บไว้บนฝ่ามือของเขา

**ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਲਿ ਬਲਿ ਸਦ ਬਲਿ ਜਾਈਐ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰਾਵਰਿਆ ॥੪॥੫॥**

เฮ้ นานัก! ข้าพเจ้ายอมสละตนเพื่อบุรุษผู้เป็นอมตะเช่นนี้เสมอ ไม่มีกำหนด  
และสิ้นสุดที่นิรันตกาลอันหาที่ยุติมิได้ ॥4 ॥5 ॥

**आसा महला ४ मै पुरुषु**

ragu asa mahala 4 ดั่งนั้น purkhu

**ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥**

พระเจ้าเป็นหนึ่งเดียวที่สามารถพบได้โดยพระคุณของ Satguru

**ਸੇ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਅਗਮਾ ਅਗਮ ਅਪਾਰਾ ॥**

Akal Purush นั้นแผ่พานไปในสิ่งมีชีวิตทั้งหมดของจักรวาล แต่มันก็เหนือธรรมชาติ  
เป็นทางตันและเป็นนิรันดร์

**ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਸਚੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ॥**

โอ้ผู้สร้างความจริงสูงสุด! ในอดีตทุกคนเคยให้ความสนใจคุณ ตอนนี้กำลังทำอยู่  
และจะทำต่อไปในอนาคตด้วย

**ਸਭਿ ਜੀਅ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀ ਤੂੰ ਜੀਆ ਕਾ ਦਾਤਾਰਾ ॥**

สิ่งมีชีวิตทั้งหมดในจักรวาลคือการสร้างของคุณ  
และคุณเองเป็นผู้มอบความเพลิดเพลินและปลดปล่อยสิ่งมีชีวิต

**ਹਰਿ ਧਿਆਵਹੁ ਸੰਤਹੁ ਜੀ ਸਭਿ ਦੂਖ ਵਿਸਾਰਣਹਾਰਾ ॥**

สาวกเฮ! ระลึกถึงพระนิรันตรายผู้ให้ความสุข ดับทุกข์ทั้งปวง

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

Nirankar เองเป็นนายและตัวเองเป็นคนรับใช้ดังนั้น O Nanak!

ความสามารถอะไรในตัวฉันซึ่งเป็นสัตว์ที่นำเสนอสารที่ฉันสามารถอธิบายถึงพระเจ้าที่อธิบายไม่ได้  
1 ॥

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

พระนิรันตรายที่แผ่ซ่านไปทั่วกำลังแผ่ซ่านอยู่ในใจของสรรพสัตว์

**ਇਕਿ ਦਾਤੇ ਇਕਿ ਭੇਖਾਰੀ ਜੀ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਚੇਜ ਵਿਡਾਣਾ ॥**

บุคคลผู้หนึ่งในโลกนี้เป็นผู้บริจาคทานแล้ว บุคคลผู้หนึ่งได้อุปบัติเป็นสมณะ โอ  
ข้าแต่พระผู้มีพระภาค! ทั้งหมดนี้เป็นการสรรเสริญที่ยอดเยียมของคุณ

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

ตัวคุณเองคือผู้ให้และคุณคือผู้เพลิดเพลิน ไม่มีใครรู้จักใครนอกจากคุณ

**ਤੂੰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਬੇਅੰਤੁ ਬੇਅੰਤੁ ਜੀ ਤੇਰੇ ਕਿਆ ਗੁਣ ਆਖਿ ਵਖਾਣਾ ॥**

ท่านคือพรหมพรหม เป็นอนันต์จักรวาล

ข้าพเจ้าจะบรรยายคุณสมบัตินี้ของท่านด้วยปากได้อย่างไร

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

Satguru ji

กล่าวว่าฉันเสียสละตนเองเพื่อสิ่งมีชีวิตเหล่านั้นที่จดจำคุณจากหัวใจของพวกเขาซึ่งอุทิศตนเพื่อ  
รับใช้ 2 ॥

**ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਮੇ ਜਨ ਜੁਗ ਮਹਿ ਸੁਖਵਾਸੀ ॥**

เฮ้ นิรันดร์! ผู้รำพึงถึงท่านด้วยจิตและวาจา มนุษย์เหล่านั้น ย่อมเสวยสุขอยู่เป็นนิตย์

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

ผู้ที่สวดให้ท่านได้รับอิสรภาพจากโลกนี้ และยมราชของพวกเขาที่แตกสลาย

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

ผู้ที่ทำสมาธิในรูปแบบที่ปราศจากความกลัวของ Akal-Purush ซึ่งปราศจากความกลัว  
เขาจะขจัดความกลัวในชีวิตของพวกเขาทั้งหมด (การเกิด-ตาย และ Yamadi)

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

ผู้ที่ใคร่ครวญ Nirankar ซึมซาบด้วยจิตวิญญานแห่งการรับใช้  
พวกเขารวมร่างเศร้า โสภของคุณ

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

เฮ้ นานัก! สาธุชนผู้สวดนรินทร์นคารแบบนารายัน ข้าพเจ้าขอนอบน้อม ๒ ๓ ॥

**ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ ਜੀ ਭਰੇ ਬਿਅੰਤ ਬੇਅੰਤਾ ॥**

โ้ว! ไร้รูปรูปแบบ! สมบัติแห่งการอุทิศตนของท่านสถิตย้อยู่ในใจของผู้อุทิศตนช้วนรินทร์

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

ศิษย์ของท่านร้องเพลงสรรเสริญท่านทั้งสามครั้ง ข้าแต่พระเจ้า!  
คุณมีหลายรูปแบบและไม่มีที่สิ้นสุด

**ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ ਤੇਰੀ ਅਨਿਕ ਕਰਹਿ ਹਰਿ ਪੂਜਾ ਜੀ ਤੁਧੁ ਤਾਪਹਿ ਜਪਹਿ ਬੇਅੰਤਾ ॥**

ในทางโลกมีการบูชาต่าง ๆ กัน และบูชาด้วยการสวด

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

นักปราชญ์และนักวิชาการจำนวนมากร้องเพลงสรรเสริญคุณโดยการศึกษาพระคัมภีร์ประเภทต่าง  
ๆ ความทรงจำ และโดยการทำ Shat-Karma งานทางศาสนาของ Yagyadi

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

เฮ้ นานัก! อุบาสกอุบาสิกาเหล่านั้นล้วนเป็นคนดีในโลกที่พระนรินทร์ราย ๒ ๔ ॥ ชอบ

**ਤੂੰ ਆਦਿ ਪੁਰਖੁ ਅਪਰੰਪਰੁ ਕਰਤਾ ਜੀ ਤੁਧੁ ਜੇਵਡੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੇਈ ॥**

เฮ้ อากาล เพอร์รี่ช! ท่านคือพรหมพรหมที่นับไม่ถ้วน ไม่มีใครเสมอเหมือนท่าน

**ਤੂੰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੇ ਸਦਾ ਸਦਾ ਤੂੰ ਏਕੇ ਜੀ ਤੂੰ ਨਿਹਚਲੁ ਕਰਤਾ ਸੇਈ ॥**

คุณเป็นหนึ่งในยุคสมัย คุณเป็นรูปแบบที่ไม่เหมือนใครเสมอ และคุณคือผู้สร้างที่ไม่เปลี่ยนแปลง

**ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਭਾਵੈ ਸੇਈ ਵਰਤੈ ਜੀ ਤੂੰ ਆਪੇ ਕਰਹਿ ਸੁ ਰੋਈ ॥**

สิ่งที่คุณชอบเกิดขึ้น สิ่งที่คุณทำด้วยความเต็มใจ นั่นคือสิ่งที่เกิดขึ้น

**ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਸਭ ਉਪਾਈ ਜੀ ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਸਿਰਜਿ ਸਭ ਰੋਈ ॥**

คุณเองได้สร้างจักรวาลนี้ขึ้นมา และการสร้างมันขึ้นมาเอง มันก็ทำลายมันเช่นกัน

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

เฮ้ นานัก! ข้าพเจ้าขอถวายสดุดีแด่พระผู้สร้าง  
ผู้ทรงเป็นผู้สร้างสรรพสิ่งหรือผู้ทรงรู้ถึงสิ่งที่อยู่ภายในที่สุดของสรรพสัตว์ ॥ 5 ॥ 1 ॥

## आसा मल्ला ४ ॥

อาสาฬหะ 4 ॥

## ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਸਚਿਆਰੁ ਮੈਤਾ ਸਾਂਈ ॥

เฮ้ นิรันดร์! คุณคือผู้สร้าง ศูนย์รวมแห่งความจริง และเป็นเจ้านายของฉัน

## ਜੇ ਤਉ ਭਾਵੈ ਸੇਈ ਥੀਸੀ ਜੇ ਤੂੰ ਦੇਹਿ ਸੇਈ ਹਉ ਪਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ฉันได้รับสิ่งที่คุณให้ 1 ॥ อยู่

## ਸਭ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਸਭਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

จักรวาลทั้งหมดเกิดจากคุณ คุณเป็นที่จดจำของสิ่งมีชีวิตทั้งหมด

## ਜਿਸ ਨੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹਿ ਤਿਨਿ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਪਾਇਆ ॥

แต่บรรดาผู้ที่พระองค์ทรงเมตตา มีเพียงพวกเขาเท่านั้นที่ได้รับอัญมณีในรูปชื่อของพระองค์

## ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਧਾ ਮਨਮੁਖਿ ਗਵਾਇਆ ॥

อัญมณีชื่อนี้ถูกค้นพบโดยผู้แสวงหาที่ดีที่สุดและผู้ที่เขาแต่ใจตนเองจะสูญเสียมันไป

## ਤੁਧੁ ਆਪਿ ਵਿਛੋੜਿਆ ਆਪਿ ਮਿਲਾਇਆ ॥੧॥

คุณแยกตัวเองและคุณเข้าร่วม , 1 ॥

## ਤੂੰ ਦਰੀਆਉ ਸਭ ਤੁਝ ਹੀ ਮਾਰਿ ॥

โอ้พระเจ้า! คุณคือแม่น้ำ จักรวาลทั้งหมดเป็นเหมือนคลื่นในตัวคุณ

## ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਦੁਜਾ ਕੋਈ ਨਾਰਿ ॥

ไม่มีใครนอกจากคุณ

## ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੇਰਾ ਖੇਲੁ ॥

สิ่งมีชีวิตทั้งเล็กและใหญ่ในจักรวาลเป็นที่สรรเสริญของคุณ

## ਵਿਜੇਗਿ ਮਿਲਿ ਵਿਛੁੜਿਆ ਸੰਜੇਗੀ ਮੇਲੁ ॥੨॥

ผู้ที่ห่มกมุนอยู่กับคุณเพราะการกระทำที่ร้ายฉานถูกแยกออกจากกันและเพราะความบังเอิญที่แยก  
จากกันมาหาคุณ คือโดยพระคุณของท่าน พวกที่มีได้คบเพื่อนดีก็แยกจากท่าน  
และพวกที่คบหมุ่ธรรมิกชนก็ได้รับความเลื่อมใสจากท่าน 2 ॥

**ਜਿਸ ਨੇ ਤੂ ਜਾਣਾਇਹਿ ਸੇਈ ਜਨੁ ਜਾਣੈ ॥**

โอ้พระเจ้า! ผู้ที่ท่านให้ความรู้ผ่านครุ มีเพียงเขาเท่านั้นที่รู้วิธีการนี้  
แล้วเล่าถึงคุณงามความดีของท่านอยู่เสมอ

**ਹਰਿ ਗੁਣ ਸਦ ਹੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੈ ॥**

แล้วเล่าถึงคุณงามความดีของท่านอยู่เสมอ

**ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥**

ผู้ที่ระลึกได้ว่า เอกัลบุรุษ เป็นผู้บรรลุลความสุขทางใจ

**ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥੩॥**

จากนั้นชายผู้สูงสุดคนนั้นก็รวมเป็นหนึ่งในนามขององค์พระผู้เป็นเจ้าได้อย่างง่ายดาย 3 ॥

**ਤੂ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਹੋਇ ॥**

คุณเองเป็นผู้สร้างทุกอย่างเกิดขึ้นตามคำสั่งของคุณ

**ਤੂਧੁ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥**

ไม่มีใครนอกจากคุณ

**ਤੂ ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖਹਿ ਜਾਣਹਿ ਸੇਇ ॥**

คุณคือผู้สร้างและเห็นคุณค่าของสิ่งมีชีวิตและรู้ทุกอย่างเกี่ยวกับพวกเขา

**ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥੪॥੨॥**

เฮ้ นานัก! ความแตกต่างนี้สองให้เห็นในบุคคลที่มุ่งไปทางครุ 4 ॥ 2 ॥

**ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥**

อาสาพหะ 1 ॥

**ਤਿਤੁ ਸਰਵਰਚੈ ਭਈਲੇ ਨਿਵਾਸਾ ਪਾਣੀ ਪਾਵਕੁ ਤਿਨਹਿ ਕੀਆ ॥**

เฮ้ใจ! คุณได้อาศัยอยู่ในมหาสมุทรโลกที่มีน้ำและความกระหายในรูปของคำพูดและสัมผัส

**ਪੰਕਜੁ ਮੋਹ ਪਗੁ ਨਹੀ ਚਾਲੈ ਹਮ ਦੇਖਾ ਤਹ ਤੂਬੀਅਲੇ ॥੧॥**

ติดอยู่ในโคลนแห่งภาพลวงตา

เท้าของคุณเช่นสติปัญญาจะไม่สามารถก้าวไปสู่ความจงรักภักดีต่อพระเจ้าได้

ในมหาสมุทรนั้นเราได้เห็นสิ่งมีชีวิตที่เอาแต่ใจตัวเอง (ซึ่งมีจิตใจ) กำลังจมน้ำ 1 ॥

**ਮਨ ਏਕੁ ਨ ਚੇਤਸਿ ਮੂੜ ਮਨਾ ॥**

โอ จิตตก! หากท่านไม่ปลุกเสกพระอย่างตั้งอกตั้งใจ

**ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਲਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥**

ดังนั้นเมื่อลืมน Hari-Prabhu คุณสมบัติทั้งหมดของคุณจะถูกทำลาย หรือโดยการลืมนพระเจ้า บ่วง (ของ Yamadi) จะตกลงมาที่คอของคุณ 1 ॥ อยู่

**ਨਾ ਹਉ ਜਤੀ ਸਤੀ ਨਹੀ ਪੜਿਆ ਮੂਰਖ ਮੁਗਧਾ ਜਨਮੁ ਭਇਆ ॥**

นั่นเป็นเหตุผลที่ใจ O! คุณร้องขอต่อหน้า Akal Purush ว่าฉันยังไม่เป็น สติ และปัญญา ชีวิตของฉันก็ไร้ผลเหมือนคนโง่เขลา

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

เฮ้ นานัก! ข้าพเจ้าขอลี้ภัยต่อวิสุทธิชนเหล่านั้นและกราบไหว้ผู้นั้น

**ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥**

อาสาพหะ 5 ॥

**ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥**

โ้มนุษย์! คุณได้เกิดเป็นมนุษย์นี้

**ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥**

นี่เป็นโอกาสดีที่คุณจะได้พบกับพระเจ้า

นั่นคือคุณได้เกิดมาเป็นมนุษย์เพื่อร้องออกพระนามขององค์พระผู้เป็นเจ้าเท่านั้น

**ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੈ ਨ ਕਾਮ ॥**

นอกจากนี้ งานทางโลกที่ทำก็ไม่มีประโยชน์สำหรับคุณ

**ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥੧॥**

ลองคิดว่า Akal-Purush ในกลุ่มปราชญ์และนักบุญ 1 ॥

**ਸਰੰਜਾਮਿ ਲਾਗੁ ਭਵਜਲ ਤਰਨ ਕੈ ॥**

นั่นเป็นเหตุผลที่เข้าร่วมในการผจญภัยเพื่อข้ามมหาสมุทรโลกนี้

**ਜਨਮੁ ਬਿਊਠਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥**

มิฉะนั้นชีวิตนี้ของเธอจะสูญเปล่าในความรักของมายา 1 ॥ อยู่

**ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਧਰਮੁ ਨ ਕਮਾਇਆ ॥**

โอมมนุษย์! คุณไม่ได้สวดมนต์ การตบะและการยับยั้งชั่งใจ  
และคุณไม่ได้ได้รับศาสนาจากการทำงานด้านศาสนาใดๆ

**ਸੇਵਾ ਸਾਧ ਨ ਜਾਨਿਆ ਹਰਿ ਰਾਇਆ ॥**

ไม่ปรนนิบัติปราชญ์หรือระลึกถึงพระเจ้า

**ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਮ ਨੀਚ ਕਰੰਮਾ ॥**

เฮ้ นานัก! เราเป็นสิ่งมีชีวิตที่ทำงานช้า

**ਸਰਣਿ ਪਰੇ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮਾ ॥੨॥੪॥**

เก็บความอายที่ย่อมจํานนต่อฉัน 2 ॥ 4 ॥



## ਅਰਦਾਸ ਸ਼ਾਦਮਨਟ

### ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ ॥

พระเจ้าเป็นหนึ่งเดียว ชัยชนะทั้งหมดเป็นของคุรมหีศวรรย์ (พระเจ้า)

### ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

ขอให้ดาบที่นับถือ (พระเจ้าในรูปแบบของผู้ทำลายล้างผู้ทำความชั่ว) ช่วยเรา!

### ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

บทกวีของดาบที่เคาะรพทองโดยคุรทีลิส

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

ก่อนอื่นให้นึกถึงดาบ (พระเจ้าในรูปแบบของผู้ทำลายล้างผู้ทำความชั่ว); จากนั้นระลึกถึง Nanak (อาศัยการบริจาดทางจิตวิญญาณของเขา)

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

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

### ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੈ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ ॥

ระลึกถึงและรำพึงถึงคุรอรจัน คุรฮาร์โกบิन्द์ และคุรฮารายที่เคาะรพ (อาศัยการบริจาดทางจิตวิญญาณของพวกเขา)

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

ระลึกถึงและรำพึงถึงท่านคุร Har Krishan ผู้เป็นที่เคาะรพ ความเจ็บปวดทั้งหมดจะหายไป (อาศัยการบริจาดทางจิตวิญญาณของพวกเขา)

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

ระลึกถึง Guru Tegh Bahadur  
แล้วแหล่งความมั่งคั่งทางจิตวิญญาณทั้งเก้าแห่งจะริบมาที่บ้านของคุณ

## ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ ॥

ໄວ້พระเจ้า! กรุณาช่วยเราทุกที่โดยแสดงเส้นทางให้เราเห็น

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

ระลึกถึงกुरु Gobind Singh ที่เคารพนับถือ (อาศัยผลงานทางจิตวิญญาณของเขา)

ໄວ້พระเจ้า! กรุณาช่วยเราทุกที่โดยแสดงเส้นทางให้เราเห็น

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

คิดและตรึกตรองถึงแสงสว่างอันศักดิ์สิทธิ์ของกษัตริย์ทั้งสิบองค์ที่มีอยู่ใน Guru Granth Sahib อันเป็นที่นับถือ

แล้วเปลี่ยนความคิดของคุณไปสู่คำสอนอันศักดิ์สิทธิ์และรับความเพลิดเพลินจากสายตาของ Guru Granth Sahib Utter Wahe Guru (พระเจ้ามหัศจรรย์)!

## 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 ! ਬੋਲੇ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ!

คิดถึงการกระทำของผู้เป็นที่รักทั้งห้าของลูกชายทั้งสี่คน (ของ Guru Gobind Singh);

ของสี่สิบมรณสักขี; ของชาวซิกข์ผู้กล้าหาญในความมุ่งมั่นไม่ย่อท้อ

ของสาวกผู้เปี่ยมด้วยสี่ของน้ำ; ของผู้ที่ถูกดุดกสินในนอ้าม

ของผู้ที่ระลึกถึงนามและแบ่งปันอาหารของพวกเขาด้วยความเป็นเพื่อน ของผู้ที่เริ่มต้นครวัฟริ

ของผู้ที่ไต่ดาบของพวกเขา (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

ผู้ซึ่งถูกมัดและหม่นอยู่บนล้อและหັกเป็นชิ้นๆ ผู้ที่ถูกถลกหนังทั้งเป็น;

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

**ਪੰਜਾਂ ਤਖਤਾਂ, ਸਰਬੱਤ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ ਬੋਲੇ 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 ਫ਼ਤਹਿ,  
ਬਿਰਦ ਕੀ ਪੈਜ, ਪੰਥ ਕੀ ਜੀਤ, ਸ੍ਰੀ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਸਹਾਇ, ਖਾਲਸੇ ਜੀ ਕੇ ਬੋਲ ਬਾਲੇ, ਬੋਲੇ ਜੀ  
ਵਾਹਿਗੁਰੂ!**

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

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

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।**

ขอให้จิตใจของชาวซิกข์ทั้งหมดยังคงอ่อนน้อมถ่อมตนและมีปัญญาสูงส่ง 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  
ที่พึ่งพิงของผู้ไร้ที่พึ่งพิง เราขออนอบน้อมต่อหน้าคุณ...

..(แทนโอกาสหรือคำอธิษฐานที่ทำไว้ที่นี่)

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

โปรดยกโทษให้กับข้อผิดพลาดและความบกพร่องของเราในการท่องเที่ยวตามมนต์ข้างต้น  
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

ปรัชญาของศาสนาซิกข์มีลักษณะเป็นดรรชนี ความครอบคลุม และแนวทาง "ปราศจากความหรรษา" ต่อโลกแห่งจิตวิญญาณและวัตถุ เทววิทยาของมันถูกทำเครื่องหมายด้วยความเรียบง่าย ในจริยธรรมของซิกข์ไม่มีความขัดแย้งระหว่างหน้าที่ของแต่ละบุคคลต่อตนเองและต่อสังคม (สังคม)

ศาสนาซิกข์เป็นศาสนาโลกที่อายุน้อยที่สุดที่ก่อตั้งโดยคุรนาถเมือประมาณ 500 ปีที่แล้ว มันเน้นความเชื่อในหนึ่งสิ่งมีชีวิตสูงสุดและผู้สร้าง (Whegur) ของจักรวาล มันนำเสนอเส้นทางตรงที่เรียบง่ายไปสู่ความสุขนิรันดร์และกระจายข้อความแห่งความรักและภราดรภาพสากล ศาสนาซิกข์เป็นศาสนาที่มีพระเจ้าองค์เดียวอย่างเคร่งครัดและยอมรับว่าพระเจ้าเป็นองค์เดียวที่ไม่อยู่ภายใต้การจำกัดของเวลาหรือพื้นที่

ศาสนาซิกข์เชื่อว่ามีพระเจ้าเพียงองค์เดียวซึ่งเป็นผู้สร้าง ผู้ค้ำจุน ผู้ทำลาย และไม่ได้อยู่ในร่างมนุษย์ ทฤษฎีการกลับชาติมาเกิดไม่มีอยู่ในศาสนาซิกข์ มันไม่ได้ให้คุณค่ากับเทพเจ้า เทพธิดา และเทพเจ้าอื่น ๆ

ในศาสนาซิกข์ จริยธรรมและศาสนาไปด้วยกัน ต้องปลูกฝังคุณธรรมและประพฤติพรหมจรรย์ในชีวิตประจำวันเพื่อก้าวไปสู่การพัฒนาทางจิตวิญญาณ คุณสมบัติต่างๆ เช่น ความซื่อสัตย์ ความเห็นอกเห็นใจ ความเอื้ออาทร ความอดทน และความอ่อนน้อมถ่อมตนสามารถสร้างขึ้นได้ด้วยความพยายามและความอดสาหะเท่านั้น 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 ลางบอกเหตุและความเข้มงวดถูกปฏิเสธในศาสนาซิกข์ เป้าหมายของชีวิตมนุษย์คือการรวมเข้ากับพระเจ้าและสิ่งนี้สำเร็จได้โดยปฏิบัติตามคำสอนของคุรแกรนธ์ซาฮิบ 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  
ปรมาจารย์เน้นเรื่องความเท่าเทียมกันของผู้หญิงและปฏิเสธการฆ่าล้างเผ่าพันธุ์หญิงและการ  
ปฏิบัติแบบ Sati (การเผาแม่มาয়)  
พวกเขายังเผยแพร่การแต่งงานใหม่ของหญิงมาอย่างแข็งขันและปฏิเสธระบบ purdah  
(ผู้หญิงสวมผ้าคลุมหน้า) เพื่อให้จิตใจจดจ่ออยู่กับพระองค์  
เราต้องทำสมาธิในนามศักดิ์สิทธิ์ (นาม) และบำเพ็ญประโยชน์และการกุศล  
การทำมาหากินด้วยอาชีพสัจจิต (กิริติกรรม) ถือเป็นเกียรติ  
มิใช่ด้วยการขอรทานหรือวิธีทุจริต วันฉักนา  
การแบ่งปันกับผู้อื่นถือเป็นความรับผิดชอบต่อสังคมเช่นกัน  
บุคคลนั้นคาดว่าจะช่วยเหลือผู้ที่ต้องการผ่าน Daswandh (10% ของรายได้ของเขา) Seva  
การบริการชุมชนเป็นส่วนสำคัญของศาสนาซิกข์ ครุฑชุมชนฟรี (langar)  
ที่พบในครุฑวาระทุกแห่งและเปิดให้กับผู้คนจากทุกศาสนาเป็นการแสดงออกอย่างหนึ่งของ  
บริการชุมชนนี้

ศาสนาซิกข์สนับสนุนการมองโลกในแง่ดีและความหวัง  
ไม่ยอมรับอุดมการณ์ของการมองโลกในแง่ร้าย

guru เชื่อว่าชีวิตนี้มีจุดประสงค์และเป้าหมาย มันเปิดโอกาสให้ตัวเองและพระเจ้าตระหนัก  
นอกจากนี้มนุษย์ยังต้องรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง  
เขาไม่สามารถเรียกร้องความคุ้มกันจากผลของการกระทำของเขา  
เขาจึงต้องระมัดระวังอย่างมากในสิ่งที่เขาทำ

คัมภีร์ซิกข์ ครุแกรนธ์ซาฮิบเป็นครุณิรันดร์  
นี่เป็นศาสนาเดียวที่กำหนดให้หนังสือศักดิ์สิทธิ์มีสถานะเป็นพระอุปัชฌาย์ในศาสนา  
ไม่มีที่สำหรับครุมนุชย์ที่มีชีวิต (Dehdhari) ในศาสนาซิกข์  
ขอคุณภาพจาก [www.sikhpoint.com](http://www.sikhpoint.com)

## บทบาทของสตรีในศาสนาซิกข์

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

ศาสนาซิกข์เป็นศาสนาหลักแห่งแรกของโลกที่ให้ความเท่าเทียมกันแก่ชายและหญิง  
คุณานักเทศนาเรื่องความเท่าเทียมทางเพศ

และปรมาจารย์ที่สืบทอดตำแหน่งต่อจากเขาสันับสนุนให้ผู้หญิงมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่ในกิจกรรมทั้งหมดของการบูชาซิกข์และการปฏิบัติ

### คุรุแกรนธ์ซาฮิบกล่าวว่า

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

ประวัติศาสตร์ซิกข์ได้บันทึกบทบาทของสตรีที่แสดงให้เห็นความเท่าเทียมกันในการรับใช้ การอุทิศตน การเสียสละ และความกล้าหาญต่อบุรุษ ตัวอย่างมากมายเกี่ยวกับศักดิ์ศรีทางศีลธรรมของผู้หญิง และการรับใช้ และการเสียสละตนเองเขียนขึ้นในประเพณีซิกข์

ตามความเชื่อของศาสนาซิกข์ ผู้ชายและผู้หญิงเป็นสองด้านของเหรียญเดียวกัน ในระบบความสัมพันธ์และการพึ่งพาอาศัยกันที่ชายเกิดจากหญิงและหญิงเกิดจากเชื้อสายของชาย ตามความเชื่อของศาสนาซิกข์ ผู้ชายไม่สามารถรู้สึกลดภัยและสมบูรณ์ในชีวิตของเขาได้หากไม่มีผู้หญิง และความสำเร็จของชายเกี่ยวข้องกับความรักและการสนับสนุนของผู้หญิงที่ใช้ชีวิตร่วมกับเขา และในทางกลับกัน คุณานัก กล่าวไว้ว่า:

"[มัน] เป็นผู้หญิงที่ทำให้เผ่าพันธุ์ดำเนินต่อไป" และเราไม่ควร  
"ถือว่าผู้หญิงถูกสาปแช่งและถูกประณาม [เมื่อ] จากผู้หญิงเกิดมาเป็นผู้นำและกษัตริย์" SGGS  
หน้า 473

### ความรอด:

ประเด็นสำคัญที่ต้องยกขึ้นคือศาสนาพิจารณาว่าผู้หญิงสามารถบรรลุความรอด การสำนึกในพระเจ้าที่นี่ หรืออาณาจักรทางจิตวิญญาณสูงสุดหรือไม่ คุรุแกรนธ์ซาฮิบกล่าวว่า,

“องค์พระผู้เป็นเจ้าของเจ้าทรงแผ่ชานไปทั่วในสิ่งมีชีวิตทั้งปวง  
องค์พระผู้เป็นเจ้าของเจ้าทรงแผ่ชานไปทุกรูปแบบทั้งชายและหญิง” (คุรุแกรนธ์ ซาฮิบ หน้า 605)

จากข้อความข้างต้นของคุรุแกรนธ์ ซาฮิบ  
แสงสว่างของพระเจ้าสถิตกับทั้งสองเพศอย่างเท่าเทียมกัน  
ดังนั้นทั้งชายและหญิงจึงสามารถบรรลุความรอดได้เท่าเทียมกันโดยปฏิบัติตามคำสอนของคุรุ  
ในหลายศาสนา ผู้หญิงถือเป็นอุปสรรคต่อจิตวิญญาณของผู้ชาย แต่ไม่ใช่ในศาสนาซิกข์  
คุรุปฏิเสธรสสิ่งนี้ ใน 'ความคิดปัจจุบันเกี่ยวกับศาสนาซิกข์', Alice Basarke กล่าวว่า

“คุรุองค์แรกให้ผู้หญิงเสมอกับผู้ชาย...ผู้หญิงไม่ได้เป็นอุปสรรคต่อผู้ชาย  
แต่เป็นคุณในการรับใช้พระเจ้าและแสวงหาความรอด”

การแต่งงาน: คุรุนานคแนะนำครีษธา—ชีวิตของคฤหัสถ์ แทนที่จะเป็นโสดและการสละโสด  
สามีและภรรยาเป็นหุ้นส่วนที่เท่าเทียมกันและทั้งสองมีคำสั่งให้ซื่อสัตย์ต่อกัน ในโองการศักดิ์สิทธิ์  
ความสุขในบ้านถูกนำเสนอเป็นอุดมคติที่หวังแทน  
และการแต่งงานเป็นอุปมาอุปไมยสำหรับการแสดงความรักต่อพระเจ้า Bhai Gurdas  
กวีของศาสนาซิกข์ยุคแรกและเป็นลามที่มีอำนาจของหลักคำสอนของศาสนาซิกข์  
ยกย่องสตรีเป็นอย่างสูง เขาพูดว่า:

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

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

**การศึกษา:** การศึกษาถือว่าสำคัญมากในศาสนาซิกข์ เป็นกุญแจสู่ความสำเร็จของทุกคน  
เป็นกระบวนการพัฒนาตนและเป็นเหตุให้คุรุที่ 3 ตั้งโรงเรียนขึ้นมากมาย คุรุแกรนธ์ซาฮิบกล่าวว่า



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

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

ข้อ จำกัด เกี่ยวกับเสื้อผ้า: นอกเหนือจากการกำหนดให้ผู้หญิงไม่ต้องสวมผ้าคลุมหน้าแล้ว  
ศาสนาซิกข์ยังให้ค่าแก่สิ่งที่เรียบง่ายแต่สำคัญมากเกี่ยวกับการแต่งกาย  
สิ่งนี้ใช้กับชาวซิกข์ทุกคนโดยไม่คำนึงถึงเพศ ครูแกรนธ์ซาฮิบกล่าวว่า

“หลีกเลี่ยงการสวมเสื้อผ้าที่ร่างกายไม่สบายและจิตใจเต็มไปด้วยความคิดชั่วร้าย” SGGs, หน้า  
16

ดังนั้นชาวซิกข์จะตระหนักว่าเสื้อผ้าประเภทใดที่ทำให้จิตใจเต็มไปด้วยความคิดชั่วร้ายและควรห  
ลี่ยงเลี่ยง ผู้หญิงซิกข์ถูกคาดหวังให้ปกป้องตัวเองด้วย Kirpan (ดาบ) และอื่น ๆ  
นี่เป็นเรื่องเฉพาะสำหรับผู้หญิงเพราะนี่เป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ที่ผู้หญิงถูกคาดหวังให้ปกป้อง  
ตัวเองและพวกเธอไม่ได้รับการคาดหวังให้พึ่งพาผู้ชายในการป้องกันร่างกาย

**SGGS Quotes:** "ในแผ่นดินและในท้องฟ้า ฉันไม่เห็นวินาทีใดเลย 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  
ในที่สุดสิ่งนี้จะไม่น่าเปลืองมาให้เธอแม่แต่ครั้งเดียว คนก่อนหน้าเธอเคยใช้ผ้าคลุมหน้าของเธอ  
อย่าเดินตามรอยเท้าของเธอ ข้อดีข้อเดียวในการคลุมหน้าของคุณคือสองสามวัน ผู้คนจะพูดว่า  
"ข้างเป็นเจ้าสาวผู้สูงศักดิ์จริงๆ"

ผ้าคลุมหน้าของคุณจะเป็นจริงก็ต่อเมื่อคุณกระโดดโลดเต้นและร้องเพลง Glorious  
การสรรเสริญพระเจ้า - หน้า 484, SGGs

ผู้หญิงและวิญญาณทั้งหมดได้รับการสนับสนุนให้มีชีวิตทางจิตวิญญาณ: "มาเถิด  
พี่น้องสตรีที่รักและสหายทางวิญญาณ กอดฉันแน่นในอ้อมกอดของคุณ มาร่วมด้วยกันเถอะ  
และบอกเล่าเรื่องราวของพระเจ้าสามผู้ทรงอำนาจของเรา" - 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" หรือผ้าปาเตะด้านใน 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 dastar 'Dastar' เป็นคำภาษาเปอร์เซีย มันหมายถึง 'หัตถ์ของพระเจ้า' ซึ่งหมายถึงการอวยพรของพระองค์

ชาวซิกข์มีชื่อเสียงในด้านผ้าโพกหัวที่มีลักษณะเฉพาะและหลากหลาย ตามเนื้อผ้า ผ้าโพกศีรษะแสดงถึงความมีหน้ามีตา และเป็นสิ่งที่สงวนไว้สำหรับคนชั้นสูงเท่านั้น ในช่วงที่โมกุลปกครองอินเดีย มีเพียงชาวมุสลิมเท่านั้นที่ได้รับอนุญาตให้สวมผ้าโพกหัว ผู้ที่ไม่ใช่มุสลิมทุกคนถูกห้ามไม่ให้สวมใส่โดยเด็ดขาด

### Guru Gobind Singh

ในการต่อต้านการละเมิดนี้โดยชาวมุสลิมขอให้ชาวซิกข์ทุกคนสวมผ้าโพกหัว สิ่งนี้ควรสวมใส่เพื่อเป็นเกียรติแก่มาตรฐานทางศีลธรรมอันสูงส่งที่เขาได้กำหนดไว้ สำหรับผู้ติดตาม Khalsa ของเขา เขาต้องการให้ Khalsa ของเขาแตกต่างและมุ่งมั่นที่จะ "โดดเด่นกว่าส่วนอื่นๆ ของโลก" เขาต้องการให้พวกเขาเดินตามเส้นทางที่ไม่เหมือนใครซึ่งกำหนดโดยปรมาจารย์ซิกข์ ดังนั้นซิกข์ที่โพกหัวจึงโดดเด่นกว่าฝูงชนเสมอตามที่ครุตั้งใจไว้ เพราะเขาต้องการให้ 'Saint-Soldier' ของเขาไม่เพียงเป็นที่จดจำได้ง่ายเท่านั้น 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'

"ผ้าโพกศีรษะเป็นของขวัญที่ครุมอบให้เรา

มันเป็นวิธีที่เราสวมมงกุฎให้ตนเองในฐานะซิงห์และเคาร์ผู้นั่งบนบัลลังก์แห่งความมุ่ง  
มั่นสู่จิตสำนึกที่สูงขึ้น สำหรับบุรุษและสตรี 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 – ไม่ใช่ประโยคที่ถูกต่อต้านบน

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

คุณสมบัติทั้งห้านี้มีความสำคัญต่อชาวซิกข์และเป็นหน้าที่ของพวกเขาที่จะต้องนั่งส  
มาธิและท่อง Gurbani  
เพื่อปลูกฝังคุณธรรมเหล่านี้และทำให้พวกเขาเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพของพวกเขา

### สิ่งที่ Gurbani บอกเรา:

"ผลของความอ่อนน้อมถ่อมตนคือความสงบและความสุขโดยสัญชาตญาณ  
ด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนพวกเขายังคงใคร่ครวญถึงพระเจ้า  
สมบัติแห่งความเป็นเลิศ สิ่งมีชีวิตที่สำนึกในพระเจ้านี้มีความอ่อนน้อมถ่อมตน  
ผู้ที่หัวใจได้รับพรจากความเมตตาด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน  
ศาสนาซิกข์ถือว่าความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นการขอทาน ใส่บาตรต่อพระ"

ครุณานัก ครุคนแรกศาสนาซิกข์:

"การฟังและเชื่อด้วยความรักและความถ่อมใจในจิตใจของคุณ  
ชำระล้างตัวคุณเองด้วยพระนาม ณ ศาลเจ้าอันศักดิ์สิทธิ์ที่อยู่ลึกลงไป"- SGGG หน้า  
4

"จงทำความพอใจให้เป็นที่ครอบหุ จงนอบน้อมถ่อมตน  
และทำสมาธิกับซี้เถ้าที่คุณทาตามร่างกาย"-SGGG หน้า 6

"ในขอบเขตของความอ่อนน้อมถ่อมตน พระวณะคือความงาม  
รูปแบบของความงามที่หาที่เปรียบไม่ได้ถูกสร้างขึ้นที่นั่น" เอสจีจีเอส หน้า 8.

*"ความอ่อนน้อมถ่อมตน*

*ความอ่อนน้อมถ่อมตนและความเข้าใจโดยสัญชาตญาณคือแม่พิมพ์และพ่อตาของฉัน"*

*-SGGS หน้า 152*

## การเดินทางสู่จิตวิญญาณ

ครูแกรนธ์ซาฮิบเป็นครูที่มีชีวิตนิรันดร์ บทกวีของปรมาจารย์ซิกข์ ฮินดูและมุสลิม การรวบรวมเป็นของขวัญจากพระเจ้าผ่านพวกเขาไปยังมวลมนุษยชาติ

วิสยทัศน์ใน Guru Granth Sahib

คือสังคมที่ตั้งอยู่บนความยุติธรรมอันศักดิ์สิทธิ์โดยปราศจากการกดขี่ใดๆ

แม้ว่าแกรนธ์จะยอมรับและเคารพคัมภีร์ของศาสนาฮินดูและอิสลาม แต่ก็ได้ให้ความถึงการปรองดองทางศีลธรรมกับศาสนาใดศาสนาหนึ่งใน Guru Granth Sahib

ผู้หญิงได้รับความเคารพอย่างสูงและมีบทบาทเท่าเทียมกับผู้ชาย

ผู้หญิงมีจิตวิญญาณเช่นเดียวกับผู้ชาย

และด้วยเหตุนี้จึงมีสิทธิเท่าเทียมกันในการปลูกฝังจิตวิญญาณของตน โดยมีโอกาสเท่าเทียมกันในการบรรลุความหลุดพ้น

ผู้หญิงสามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางศาสนา วัฒนธรรม สังคม

และฆราวาสทั้งหมด รวมทั้งผู้นำทางศาสนา

ศาสนาซิกข์สนับสนุนความเสมอภาค ความยุติธรรมทางสังคม

การรับใช้มนุษยชาติ และความอดทนต่อศาสนาอื่น

ข้อความที่สำคัญของศาสนาซิกข์คือการอุทิศตนทางจิตวิญญาณและความเคารพ

ต่อพระเจ้าตลอดเวลาในขณะที่ปฏิบัติตามอุดมคติของความเห็นอกเห็นใจ

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](mailto:walnut@gmail.com) และเรายินดีที่จะร่วมเดินทางไปกับคุณ