



Sodar Rehras Sahib

Un voyage vers la spiritualité

Traduction française

INDICE

1. Sodar Rehras Sahib -----	1
2. Prière d'Ardas -----	21
3. Chemin de l'âme -----	27
4. Philosophie du cheminement -----	29
5. Rôle de la femme -----	31
6. Importance du turban -----	34
7. L'humilité, clé de votre cheminement -----	36



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

Chino, Ca 91710

ਸੋ ਦਰੁ ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧॥

So dar raag aasa méhla péhla

Alors Dar~ cette porte, Raag Aasaa par premier guru :

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ék onkar satgur parsad

Un seul Dieu créateur. Réalisé par la grâce du véritable gourou :

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

So dar téra kéha so ghar kéha jit béh sarab samalé

Combien magnifique est cet endroit, combien étonnante est cette demeure d'où vous prenez soin de tout le monde ?

ਵਾਜੇ ਤੇਰੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

Vajé téré naad anék ansenkha kété téré vavanharé

Dans ce lieu étonnant, d'innombrables musiciens chantent vos louanges en jouant d'innombrables instruments de musique et en produisant d'innombrables mélodies.

ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਰੀਅਹਿ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

Kété téré raag pari siü kahéa kété téré gavanharé

D'innombrables chanteurs chantent vos louanges dans d'innombrables mesures musicales.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥

Gaavan tudhno pavan paani bèsantar gavé raja dharam duaré

Les vents, les mers, les feux, tous chantent vos louanges. Le juge de nos actes, Dharamraj, chante aussi vos louanges, debout à votre porte.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਨਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥

Gaavan tudhno chit gupat likh jaanan likh likh dharam bicharé

Chitr et Gupt, les anges du conscient et du subconscient qui tiennent le registre des actions, et le Juge juste du Dharma qui lit ce registre, chantent de vous.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਈਸਰੁ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਤੇਰੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

Gaavan tudhno isar brahma dévi sohan téré sada saware

Shiva, Brahma et les déesses, qui brillent toujours dans votre splendeur,

chantent aussi nirankar dhun.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਇੰਦ੍ਰ ਇੰਦ੍ਰਾਸਨਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

Gaavan tudhno indre indradsan baithé dévta dar nalé

Indra, assis sur son magnifique trône, ainsi que d'autres dieux et déesses admirent le nirankar.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਾਧ ਬੀਚਾਰੇ ॥

Gaavan tudhno sid samadhi andar gaavan tudhno saadh bicharé

D'innombrables saints hommes vous louent dans une profonde méditation, d'innombrables saints m'admirent en s'absorbant dans vos pensées.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

Gaavan tudhno jati sati santokhi gaavan tudhno veer kararé

Les auto disciplinés, les philanthropes, les guerriers satisfaits et sans peur, tous chantent vos louanges.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸੁਰ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

Gaavan tudhno pandit padan rakhisur jug jug véda nalé

Les pandits et les connaisseurs spirituels qui, depuis des siècles, lisent les vedas, chantent vos louanges.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗੁ ਮਛੁ ਪਇਆਲੇ ॥

Gaavan tudhno mohnia man mohan sutag mach pialé

Les belles filles fascinantes des cieux, de la terre et des régions inférieures chantent Dieu.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥

Gaavan tudhno ratan upaé téré ath sath teerath naalé

D'innombrables bijoux et tous les lieux saints chantent vos louanges (sont créés par vous).

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੁਰਾ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥

Gaavan tudhni jodh mahabal sura gaava tudhno khani charé

Les puissants guerriers, le saint aux grands pouvoirs spirituels et les créatures des quatre sources de vie chantent vos louanges.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਕਰਿ ਰਖੇ ਤੇਰੇ ਧਾਰੇ ॥

Gaavan tudhno khand mandal bharmanda kar kar rekhé téré dharé

D'innombrables continents, systèmes solaires et galaxies créés et soutenus par vous, chantent de vous (fonctionnant sans faille sous votre commandement).

ਸੋਈ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਨਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥

Soyi tudhno gaavan jo tudh bhaavan reté téré bhagat rasalé

Seuls ceux qui peuvent chanter vos louanges, qui vous sont agréables, et qui sont imprégnés de votre amour et de votre dévotion.

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

Hor kété tudhno gaavan sé méh chit na aavan nanak kia bicharé

O' Nanak, tant d'autres chanteurs de Vous, ils ne me viennent même pas à l'esprit, comment pourrais-je les décrire tous?

ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥

Soi soi sada sach sahib sachha sachi naī

Lui et seulement Lui (Dieu) existe pour toujours. Ce maître est vrai et sa grandeur est éternelle.

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥

Hai bhi hosi nahi na jassi rachna jan rachai

Lui, qui a créé cet univers, existe maintenant, existera aussi dans le futur. Il n'est pas né et ne mourra pas.

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥

Rangi rangi bhati kar kar jinsi maéa jan upaī

Il a créé des mayas (illusions du monde) de couleurs, d'espèces et de variétés diverses.

ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥

Kar kar dékhé kita aapna jiū tis té vadiaī

Ayant créé la création, Il la surveille Lui-même, c'est là Sa Grandeur.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਫਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥

Jo tis bhavé soī karsi fir hukam na karna jāī

Il fait ce qu'il lui plaît. Aucun ordre ne peut Lui être donné.

ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੧॥

So paatsah saha paatsahibe nanak réhan rajaī

O' Nanak, Il est l'Empereur des Empereurs, il est impératif de se conformer à Sa volonté.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Aasa méhla péhla

Raag Aasaa, par Premier Guru:

ਸੁਣਿ ਵਡਾ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

Sun vadaa aakhè sab koī

Ô Dieu, en entendant les autres, tout le monde dit que vous êtes grand.

ਕੇਵਡੁ ਵਡਾ ਡੀਠਾ ਹੋਇ ॥

Kévad vada dhita hoī

Vous existez, on ne peut le dire qu'après vous avoir vu.

ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਇ ॥

Kimat paī ne kahiä jāī

Votre création ne peut être estimée ou décrite de manière complète.

ਕਹਣੈ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਰਹੇ ਸਮਾਇ ॥੧॥

Kèhné vaalé téré rehé samaī

Ceux qui tentent de décrire ont perdu leur propre identité, et fusionnent en vous.

ਵਡੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗਹਿਰ ਗੰਭੀਰਾ ਗੁਣੀ ਗਹੀਰਾ ॥

Vadé méré sahiba gehar gambhira guni gahira

O' mon grand Maître, Vous êtes immensément généreux et océan de vertus.

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

Koï na jané téra kéta kévad chira 1. Rehaö

Personne ne connaît l'étendue ou l'immensité de votre étendue. ||| Pause||

ਸਭਿ ਸੁਰਤੀ ਮਿਲਿ ਸੁਰਤਿ ਕਮਾਈ ॥

Sabh surti mil surti kamaï

Afin d'estimer ta grandeur, beaucoup t'ont contemplé en union avec beaucoup d'autres,

ਸਭ ਕੀਮਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਮਤਿ ਪਾਈ ॥

Sabh kimat mil kimat paï

et beaucoup (de philosophes) ont essayé d'estimer votre valeur avec l'aide de beaucoup d'autres.

ਗਿਆਨੀ ਧਿਆਨੀ ਗੁਰ ਗੁਰਹਾਈ ॥

Giani dhiani gur gurahi

les savants, les experts en méditation, les sages et leurs aînés, tous ont essayé de décrire votre grandeur,

ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ਤੇਰੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥੨॥

Kèhan na jaï téri til vadiaï . 2

mais ne pouvaient pas décrire ne serait-ce qu'un iota de Votre Grandeur.

ਸਭਿ ਸਤ ਸਭਿ ਤਪ ਸਭਿ ਚੰਗਿਆਈਆ ॥

Sabh sat sabh tap sabh changaï

Toute la Vérité, toute la discipline austère, toute la bonté,

ਸਿਧਾ ਪੁਰਖਾ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥

Sidha purakh kiä vadiaï

tous les grands pouvoirs spirituels miraculeux des Siddhas (hommes saints),

ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥

Tudh vin sidh kiné ne païä

Sans Votre Grâce, personne ne pourrait atteindre aucune de ces vertus.

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥੩॥

Karam milè nahi thak rahaiä

Lorsque par Votre Grâce ils obtiennent ces vertus, personne ne peut les empêcher de recevoir ces vertus.

ਆਖਣ ਵਾਲਾ ਕਿਆ ਵੇਚਾਰਾ ॥

Aakhan vala kiä véchara

Comment un mortel impuissant peut-il décrire vos vertus ?

ਸਿਫਤੀ ਭਰੇ ਤੇਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ॥

Sifati bharé téré bhandara

La création est pleine de vos vertus.

ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਤਿਸੈ ਕਿਆ ਚਾਰਾ ॥

Jis tu déhi tisé kiä chara

Celui que tu bénis de ces vertus, personne n'a le pouvoir d'entraver son chemin.

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੪॥੨॥

Nanak sach sawaranhara . 4.2

O' Nanak, Dieu Lui-même est l'embellisseur de cette personne chanceuse.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Aasa méhla péhla

Raag Aasaa, par premier guru :

ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥

Aakha jeeva visré mar jaö

Lorsque je prononce le nom de Dieu, je me sens spirituellement vivant, mais si je ne le fais pas, je me sens spirituellement mort.

ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥

Aakhan aukha sachä naö

(Malgré le fait de savoir cela), prononcer le nom de Dieu semble si difficile.

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ ॥

Saché naam ki lagè bhukhe

Quand on ressent un fort besoin de se souvenir de Lui avec amour et dévotion,

ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੁਖ ॥੧॥

Ut bukhé khaï chaléa dukhe

Alors en satisfaisant cette envie, toutes ses souffrances terminent.

ਸੋ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥

So ko visré méri mai

O' ma mère, pourquoi on abandonne ce Dieu,

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Sacha sahib saché naï . 1. Rehaö

qui est le vrai Maître et dont la grandeur est éternelle.

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥

Saché naam ki til vadiaï

Essayer de décrire ne serait-ce qu'un iota de la grandeur du vrai maître,

ਆਖਿ ਥਕੇ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥

Aakhe thaké kimat nahi paï

Les gens se sont lassés, mais ils n'ont pas été capables de l'évaluer.

ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥

Jé sab milké aakhan pahé

Même si tout le monde se rassemblait et parlait de sa grandeur.

ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥

Vada na hové ghaat ne jaï

Il ne deviendrait ni plus grand ni plus petit. ||2||

ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੋਗੁ ॥

Na o maré na hové soge

Que Dieu ne meurt pas, il n'y a pas de raison de pleurer.

ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੁਕੈ ਭੋਗੁ ॥

Déda rahé na chuké bhoge

Il continue à donner, et ses provisions ne manquent jamais.

ਗੁਣੁ ਏਹੋ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥

Gun ého hor nahi koï

Cette Vertu n'appartient qu'à Lui, il n'y en a pas d'autre comme Lui.

ਨਾ ਕੋ ਹੋਆ ਨਾ ਕੋ ਹੋਇ ॥੩॥

Na ko hoä na ko hoï

Il n'y a jamais eu, et il n'y aura jamais (personne comme Lui). ||3||

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥

Jévad aap tévad téri daat

(O' Dieu), Vos dons sont aussi grands que vous êtes.

ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥

Tin din karké kiti raat

Celui qui a créé le jour et la nuit.

ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥

Khasam visré té kamjaat

Ceux qui oublient un tel maître (Dieu) sont vils et méprisables.

ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਤੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥

Nanak navé bajh sunaat . 4.3

O' Nanak, une personne sans Naam (souvenir de Dieu) est une disgrâce.

ਰਾਗੁ ਗੁਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

Raag gujri méhla chotha

Raag Gujar, par le quatrième Guru :

ਹਰਿ ਕੇ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸਤਪੁਰਖਾ ਬਿਨਉ ਕਰਉ ਗੁਰ ਪਾਸਿ ॥

Har ké jan satgur satpurkha bil kar gur paas

O' l'homme de Dieu, vrai guru, l'âme élevée, je vous présente mon humble

prière.

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

Ham kiré karam satgur sarnaï kar diä naam pargase

que je suis une personne basse et humble qui est venue à votre refuge, ayez pitié et éclairez-moi avec le nom de Dieu.

ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਗੁਰਦੇਵ ਮੋ ਕਉ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥

Méré mit gurdév mo ko ram naam pargase

O' mon cher ami, mon Divin Guru, s'il vous plaît éclairez-moi avec le nom de Dieu.

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

Gurmat naam méra paran sakhaï har kirat humari rëhraas . 1 rehaö

Grâce à l'enseignement de Guru, que le nom de Dieu devienne ma partenaire pour la vie et chanter Ses louanges ma vraie richesse.

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

Har jan ké vad bhaag vadéré jan har har sardha man péas

Très chanceux sont les gens qui aiment Dieu et qui ont toujours une dévotion amoureuse et un désir ardent pour Lui.

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

Har har naam milè triptasé mil sangat gun pargase . 2

Lorsqu'ils sont bénis par Son Nom, ils deviennent satisfaits (Maya non affectée). En compagnie des personnes qui aiment Dieu, ils deviennent éclairés par les vertus.

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

Jan har har har ras naam ne paéa bhaagin jam paas

Par contre ceux qui n'ont pas expérimenté le goût de Son Nom Divin, sont très malheureux, ils restent toujours effrayés par la mort.

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

Jo satgur saran sangat nahi aé dhrige jivé jivase

Ceux qui ne sont pas venus à l'abri du vrai gourou et qui ne recherchent pas la

compagnie de personnes qui aiment Dieu, sont une honte en tant qu'être vivant, leur vie est une honte.

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

Jin har jan satgur sangat paī tin dhar mastak likhia likhase

Ces personnes qui aiment Dieu qui ont eu la chance d'être en compagnie du vrai guru, ils ont été préordonnés (pour trouver le vrai gourou).

ਧਨੁ ਧੰਨੁ ਸਤਸੰਗਤਿ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇਆ ਮਿਲਿ ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥੩॥੪॥

Dhan dhan satsangat jit har ras paéa mil jan nanak naam pargase. 4.4

O' Nanak, bénie est cette sainte congrégation, où ils apprécient le goût béat de Son Nom. C'est la compagnie de telles âmes fortunées qui illumine l'esprit avec Son Nom divin.

ਰਾਗੁ ਗੁਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Raag gujri méhla punjva

Raag Gujarī, par cinquième guru ;

ਕਾਹੇ ਰੇ ਮਨ ਚਿਤਵਹਿ ਉਦਮੁ ਜਾ ਆਹਰਿ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪਰਿਆ ॥

Kahé ré man chitvé udam ja aahar har jiö paréa

Ô mon esprit, pourquoi continues-tu à t'inquiéter de ta subsistance, alors que Dieu Lui-même s'en charge ?

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

Sèl pathar méh jant upaé ta ka rijak agè kar dharéa

Même pour les créatures qu'Il a créées dans les rochers et les pierres, Il a prévu à l'avance leur subsistance.

ਮੇਰੇ ਮਾਧਉ ਜੀ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੁ ਤਰਿਆ ॥

Méré madhaü ji satsang milé tu taréa

O' mon Divin Maître, les personnes qui vivent en compagnie de Vos dévots sont préservées de tels soucis.

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

Gur parsad param pat paéa suké kaste haréa 1 rehaö

Par la grâce de Guru, ceux qui atteignent le statut suprême (le contentement

avec une foi totale en Dieu) deviennent spirituellement vivants comme un arbre sec devient vert quand il est arrosé.

ਜਨਨਿ ਪਿਤਾ ਲੋਕ ਸਤ ਬਨਿਤਾ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਕੀ ਧਰਿਆ ॥

Janni pita lok sat bnita koī na kiski dharéa

Les parents, les amis, les enfants et les conjoints – personne n'est le soutien de quelqu'un d'autre.

ਸਿਰਿ ਰਿਜਕੁ ਸੰਬਾਰੇ ਠਾਕੁਰੁ ਕਾਹੇ ਮਨ ਭਉ ਕਰਿਆ ॥੨॥

Sir sir rijak sambhalé thakur kahé man bhau karéa

Ô mon esprit, Dieu fournit la subsistance à chacun et à tous. Pourquoi es-tu si craintif?

ਊਡੇ ਊਡਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੋਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਫਰਿਆ ॥

Udé ude aavé sé kosa tis paché bachré charéa

Les flamants roses volent sur des centaines de kilomètres, laissant leurs petits derrière eux.

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

Tin kavan khalavé kavan chugavé man méh simran karéa

Qui nourrit ces petits poussins? Qui leur apprend à se nourrir eux-mêmes ? (c'est-à-dire qu'il n'y a personne pour les nourrir). La mère flamant rose se souvient constamment de ses poussins (et se souvenir lui-même les maintient en vie).

ਸਭਿ ਨਿਧਾਨ ਦਸ ਅਸਟ ਸਿਧਾਨ ਠਾਕੁਰ ਕਰ ਤਲ ਧਰਿਆ ॥

Sab nidhan das asat sidhan thakur kar tel dharéa

O' Dieu, on a l'impression que tous les trésors et les pouvoirs miraculeux surnaturels sont à votre porte.

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

Jan nanak bal bal sad jaéa téra ant ne paravaréa

O' Nanak, consacre-toi à un maître aussi merveilleux et dis: O' Dieu, il n'y a pas de fin à votre création, vous êtes sans limites.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੳ ਸੋ ਪੁਰਖੁ॥

Raag aasa méhla chotha so purakh

Raag Aasaa, par quatrième guru, So Purakh :

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

Ék onkar satgur parsad

Un Créateur Suprême Unique, réalisé par la Grâce du Vrai Guru :

ਸੋ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਅਗਮਾ ਅਗਮ ਅਪਾਰਾ ॥

So purakh niranjan har purakh niranjan har agma agam apara

Ce Dieu immaculé (libre de l'influence des attachements mondains), est incompréhensible, inaccessible et sans limites.

ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਸਚੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ॥

Sab dhiavé sab dhiavé tudh ji har saché sirjanhara

O' vrai Créateur, tout le monde médite sur vous avec une dévotion amoureuse.

ਸਭਿ ਜੀਅ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀ ਤੂੰ ਜੀਆ ਕਾ ਦਾਤਾਰਾ ॥

Sab jiö tumharé ji tu jiä ka datra

O' Dieu, tous les êtres vivants sont à vous et vous êtes leur pourvoyeur.

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹੁ ਸੰਤਹੁ ਜੀ ਸਭਿ ਦੁਖ ਵਿਸਾਰਣਹਾਰਾ ॥

Har dhiavé santö ji sab dukh visaranhara

O' mes chers Saints, méditez sur Dieu avec amour et dévotion, qui est le destructeur de toutes les peines.

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

Har aapé thakur har aapé seéwak ji kiä nanak ant vichara

O' Nanak, Dieu Lui-même est le Maître et Lui-même le serviteur. Quelle existence les pauvres êtres vivants peuvent-ils avoir (sans Lui)?

ਤੂੰ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਸਰਬ ਨਿਰੰਤਰਿ ਜੀ ਹਰਿ ਏਕੋ ਪੁਰਖੁ ਸਮਾਣਾ ॥

Tu ghat ghat antar sarab nirantar ji sab téré choj samana

O' Dieu, vous seul pénétre dans tous les cœurs, et vous vous manifestez toujours partout.

ਇਕਿ ਦਾਤੇ ਇਕਿ ਭੇਖਾਰੀ ਜੀ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਚੋਜ ਵਿਡਾਣਾ ॥

Ik daat ik békhari ji sab téré choj vidana

Certains sont des donateurs, d'autres des mendiants. Tout ceci est Votre jeu merveilleux.

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

Tu aapé data aapé bhugta ji hau tudh bin avar ne jana

Vous êtes vous-même le Donneur, et vous êtes vous-même le Joueur (consommateur). Je ne connais rien d'autre que vous.

ਤੂੰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਬੇਅੰਤੁ ਜੀ ਤੇਰੇ ਕਿਆ ਗੁਣ ਆਖਿ ਵਖਾਣਾ ॥

Tu parbham béant béant ji téré kiä gun aakh vakhana

Vous êtes le Dieu suprême, sans limites et infini. Quelles sont Vos vertus dont je peux parler et que je peux décrire?

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

Jo sévéh so sévéh tudh ji jan nanak tin kurbana

Nanak dédie sa vie à ceux qui se souviennent toujours de vous avec une dévotion affectueuse.

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹਿ ਹਰਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਸੇ ਜਨ ਜੁਗ ਮਹਿ ਸੁਖਵਾਸੀ ॥

Har dhiavé har dhiavé tudh ji sé jan jag méh sukhvasi

O' Dieu, ceux qui se souviennent toujours de vous avec amour et dévotion, vivent leur vie en paix.

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

Sé mukat sé mukat bhaé jan har dhiaéa ji tan tuti jam ki phasi

Ceux qui se sont souvenus de Dieu avec amour et dévotion, pour toujours ils sont libérés des liens des richesses et des pouvoirs mondains et de la peur de la mort.

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

Jin nirbhaü jin har nirbhaü dhiaéa ji tan ka bhaü sab gavasi

Ceux qui méditent toujours sur Dieu sans peur, avec amour et dévotion, toutes leurs craintes sont dissipées.

ਜਿਨ ਸੇਵਿਆ ਜਿਨ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇ ਹਰਿ ਰੂਪਿ ਸਮਾਸੀ ॥

Jin seviä jin séviä méra har ji té har har rup samasi

Ceux qui se souviennent toujours de Dieu avec une dévotion aimante, finissent par se fondre en lui.

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

Sé dhan sé shan jin har dhiaéa ji jan nanak til ban jasi

Vraiment bénis et chanceux sont ceux qui se sont souvenus de Dieu avec amour et dévotion. Nanak leur dédie sa vie.

ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ ਜੀ ਭਰੇ ਬਿਅੰਤ ਬੇਅੰਤਾ ॥

Téri bhagat तरी bhagat bhandar ji bharé béant béanta

O' Dieu, les trésors infinis de votre méditation débordent.

ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਤੇਰੇ ਸਲਾਹਨਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਅਨਿਕ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤਾ ॥

Téré bhagat तरी bhagat salahan tudh ji har anek anék ananta

D'innombrables adeptes chantent Vos louanges de diverses manières innombrables.

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

Téri anek तरी anek karéh har puja ji tap tapéh japéh béanta

D'innombrables personnes vous vénèrent, récitent Votre Nom avec une dévotion aimante et pratiquent des pénitences (pour vous réaliser).

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

Téré anék तरी anék pahad bahu simrit sasat ji kar karéa khat karam karanta

Vos innombrables adeptes lisent de nombreux smritis et shastras (livres saints hindous), et accomplissent les six rites religieux et les autres rituels décrits dans ces livres.

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

Sé bhagat sé bhagat bhalé jan nanak ji ji bhavé méré har bhagvanta

O' Nanak, seuls les adeptes sont vraiment vertueux, qui plaisent à mon Maître.

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

Tu aad purakh aprampar ji tudh jévaadh avar ne koï

O' Dieu, vous êtes l'être suprême primitif, omniprésent, créateur illimité de l'univers. Personne n'est aussi grand que vous.

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

Tu jug jug éko sada sada tu éko ji tu nihchal karta soï

Âge après âge, vous êtes toujours les mêmes. Vous êtes le Créateur impérissable.

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

Tudh aapé bhavé soï varté ji tu aapé karéh su hoï

Tout se passe selon votre volonté. Vous-même accomplissez tout ce qui se passe.

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

Tudh aapé sristi sabh upāi ji tudh aapé saraj sab goï

Vous avez vous-même créé l'univers entier, et après l'avoir façonné, vous le détruisez tout entier.

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

Jan nanak gun gavé karté ji jo sabsè ka janoï

Le serviteur Nanak chante les louanges glorieuses du Cher Créateur, le Connaisseur de tout.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ॥

Aasa méhla chotha

Raag Aasaa, par le Quatrième Guru

ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਸਚਿਆਰੁ ਮੈਡਾ ਸਾਂਈ ॥

Tu karta sachéar méda saï

Ô Dieu, Vous êtes le vrai Créateur, et mon Maître.

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

Jo tudh bhavé soï thisi jo tu déh soï haü paï . 1 rehaö

Il n'arrive que ce qui vous plaît, et je reçois ce que vous m'accordez.

ਸਭ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਸਭਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

Sab téri tu sabhni dhiaéa

O' Dieu, l'univers entier est votre création, et tous méditent sur vous avec une dévotion amoureuse.

ਜਿਸ ਨੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹਿ ਤਿਨਿ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਪਾਇਆ ॥

Jisno kirpa karéh tin naam ratan paéa

Celui sur qui vous devenez miséricordieux réalise votre précieux naam.

ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਧਾ ਮਨਮੁਖਿ ਗਵਾਇਆ ॥

Gurmukh ladha manmukh gavaéa

Celui qui a suivi les enseignements de Guru a expérimenté la félicité de votre Nom, et celui qui a suivi son mental égoïste a perdu cette précieuse expérience.

ਤੁਧੁ ਆਪਿ ਵਿਛੋੜਿਆ ਆਪਿ ਮਿਲਾਇਆ ॥੧॥

Tudh aap vichodéa aap milaéa

Ô Dieu, Vous séparez vous-même les volontaires de vous-même. Vous-même unissez les adeptes de guru avec Vous.

ਤੂੰ ਦਰੀਆਉ ਸਭ ਤੁਝ ਹੀ ਮਾਹਿ ॥

Tu daréo sab tujh hi mai

O' Dieu, Vous êtes le fleuve de la vie et toutes les créatures ne sont que des vagues dans ce fleuve.

ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ॥

Tujh bin duja koï nai

Il n'y a personne en dehors de Vous.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੇਰਾ ਖੇਲੁ ॥

Jiö ant sab téra khél

Tous les êtres vivants font partie de Votre merveilleux jeu de la vie.

ਵਿਜੋਗਿ ਮਿਲਿ ਵਿਛੁੜਿਆ ਸੰਜੋਗੀ ਮੇਲੁ ॥੨॥

Vijog mil vicharéa sanjogi mél

La séparation ou l'union avec Dieu est prédestinée. Certains restent séparés de vous, tandis que d'autres se réunissent avec vous, selon leur destin et votre volonté.

ਜਿਸ ਨੋ ਤੂ ਜਾਣਾਇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਜਾਣੈ ॥

Jis nu tu janéa soī jan jané

Celui que vous inspirez à comprendre, lui seul comprend la bonne façon de vivre.

ਹਰਿ ਗੁਣ ਸਦ ਹੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੈ ॥

Har gun sada hi aakh vakhané

Il chante toujours vos louanges et décrit vos vertus aux autres.

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥

Jin har sévia tin sukh paéa

Ceux qui se souviennent de vous avec une dévotion aimante ont obtenu la paix et le confort.

ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥੩॥

Sehjé hi har naam samaéa

Intuitivement, il se fond dans le nom de Dieu.

ਤੂ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਹੋਇ ॥

Tu aapé karta téra kiä sab hoī

Vous êtes vous-même le Créateur. Tout ce qui arrive est de votre fait.

ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥

Tudh bin duja avar na koī

Il n'y a pas d'autre que Vous.

ਤੂ ਕਰਿ ਵੇਖਹਿ ਜਾਣਹਿ ਸੋਇ ॥

Tu kar kar vékhé jané soī

Vous avez créé l'univers entier, vous le surveillez et le comprenez. Vous êtes conscient des besoins de chacun.

ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥੪॥੨॥

Jan nanak gurmukh pargat hoï . 4.2

O' Nanak, Dieu se révèle au sein de ceux qui vivent selon les enseignements de Guru.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Aasa méhla péhla

Raag Aasaa, par premier guru ;

ਤਿਤੁ ਸਰਵਰੜੈ ਭਈਲੇ ਨਿਵਾਸਾ ਪਾਣੀ ਪਾਵਕੁ ਤਿਨਹਿ ਕੀਆ ॥

Tit sarvarè bhaélé nivasa pani pavak tiné kiä

Nous, les êtres humains, habitons dans le marécage du monde. Au lieu de l'eau, Dieu a rempli ce marécage avec le feu des désirs de possessions mondaines.

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

Pankaj moh pag nāī chalé hum dékha taü dubéalé

Dans ce marécage, les gens sont coincés dans la boue dense des attachements émotionnels et s'y noient (incapables de faire le moindre effort vers l'avancement spirituel).

ਮਨ ਏਕੁ ਨ ਚੇਤਸਿ ਮੂੜ ਮਨਾ ॥

Man ék ne chétas mudh mana

Ô mon esprit insensé, tu ne te souviens pas (se souvenir de Nom de Dieu) de Dieu unique et tout-puissant.

ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਲਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Har bisrat téré gun galéa . 1 rehaö

Comme vous continuez à oublier Dieu, vos vertus s'étiolent.

ਨਾ ਹਉ ਜਤੀ ਸਤੀ ਨਹੀ ਪੜਿਆ ਮੁਰਖ ਮੁਗਧਾ ਜਨਮੁ ਭਇਆ ॥

Na har jati sati nāī padéa murakh mugdha janak bhaéa

O' Dieu, je ne suis ni un yogi, ni un saint, et je ne suis même pas éduqué et j'ai vécu comme un idiot ignorant. (incapable de me sauver des vices dangereux)

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

Pranvat nanak tin ki sarna jin tu naī visaréa

Nanak prie : Ô Dieu, gardez-moi dans le refuge des disciples de Guru qui ne vous ont jamais abandonné.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Aasa méhla punjva

Raag Aasaa, par cinquième guru :

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥

Bhai parapat manukh déréea

Vous avez eu la chance d'avoir un corps humain magnifique.

ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥

Gobind milan ki éh téri baréa

C'est votre seule opportunité de réaliser et de fusionner avec Dieu.

ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੇ ਨ ਕਾਮ ॥

Avar kaaj téré kité ne kaaam

Toutes les autres tâches (acquérir la richesse et le pouvoir du monde) ne vous sont d'aucune utilité.

ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥੧॥

Mil sadhsangat bhaj kéval naam

Par conséquent, rejoignez la sainte congrégation et méditez uniquement sur Son Nom avec amour et dévotion.

ਸਰੰਜਾਮਿ ਲਾਗੁ ਭਵਜਲ ਤਰਨ ਕੈ ॥

Saranjam laag bhavjal taran ké

Faites tous les efforts possibles pour traverser ce monde-océan terrifiant de vices.

ਜਨਮੁ ਬ੍ਰਿਥਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Janam britha jaat rang maéa ké. 1 rehaö

Vous gaspillez cette vie dans l'amour des richesses et des pouvoirs du monde.

ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਧਰਮੁ ਨ ਕਮਾਇਆ ॥

Jap tap sanjam dharam ne kamaéa

Vous n'avez pas pratiqué la méditation, l'autodiscipline, la retenue ou la vie juste.

ਸੇਵਾ ਸਾਧ ਨ ਜਾਨਿਆ ਹਰਿ ਰਾਇਆ ॥

Séva sadh ne janéa har raéa

Tu n'as pas suivi les enseignements de guru, et tu ne t'es pas souvenu de Dieu (se souvenir du Nom de guru).

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਮ ਨੀਚ ਕਰੰਮਾ ॥

Kahu nanak hum neech karma

O Dieu, nous (les êtres humains) sommes des créatures aux actions modestes, dit Nanak.

ਸਰਣਿ ਪਰੇ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮਾ ॥੨॥੪॥

Sarn pré ki rakh sarma. 2.4

Nous cherchons votre protection, veuillez préserver notre honneur.

ਅਰਦਾਸ
ARDAS
Prère

ਤੂੰ ਠਾਕੁਰੁ ਤੁਮ ਪਹਿ ਅਰਦਾਸਿ ॥ ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਸਭੁ ਤੇਰੀ ਰਾਸਿ ॥

TU THAAKUR TUM PEH ARDAAS, JEEO PIND SABH TERI RAAS

(Waheguruji), Vous êtes notre maître, nous (les êtres humains) ne pouvons que vous implorer (pour nos besoins), car ce corps et cette âme (que vous nous avez donnés) sont vos bénédictions.

ਤੁਮ ਮਾਤ ਪਿਤਾ ਹਮ ਬਾਰਿਕ ਤੇਰੇ ॥ ਤੁਮਰੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਮਹਿ ਸੁਖ ਘਨੇਰੇ ॥

TUM MAAT PITA HAM BAAREK TERE, TUMRI KIRPA MEH SOOKH GHANERE

Vous êtes notre mère et notre père(notre créateur), nous sommes vos enfants. Dans votre grâce sont des plusieurs joies et des comforts.

ਕੋਇ ਨ ਜਾਨੈ ਤੁਮਰਾ ਅੰਤੁ ॥ ਉਚੇ ਤੇ ਉਚਾ ਭਗਵੰਤ ॥

KOE NA JAANAE TUMRA ANT, OOCHE TE OOCHE BHAGWANT

Personne ne connaît l'étendue de votre étendue. O dieu, vous êtes plus haut que le plus élevé (il n'y a personne comme vous)

ਸਗਲ ਸਮਗ੍ਰੀ ਤੁਮਰੈ ਸੁਤ੍ਰਿ ਧਾਰੀ ॥ ਤੁਮ ਤੇ ਹੋਇ ਸੁ ਆਗਿਆਕਾਰੀ ॥

SAGAL SAMAGRI TUMRE SOOTER DHAARI, TUM TE HOE SO AAGYA KAARI

L'univers fonctionne sur votre loi divine, enfilé en un seul brin.
Tout ce qui vient de votre création est sur votre ordre.

ਤੁਮਰੀ ਗਤਿ ਮਿਤਿ ਤੁਮ ਹੀ ਜਾਨੀ ॥ ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਨੀ ॥

TUMRI GAT MIT TUM HI JAANI, NANAK DAAS SADAA KURBAANI

Ce que vous êtes et à quel point êtes- vous formidable, seulement vous connaissez. Nanak, votre adepte, est redevable à vous pour toujours.

ੴਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫ਼ਤਹਿ॥

Ek-Oankar. Waheguroo Ji Ki Fateh

Dieu est Un. Toute la victoire est de Guru merveilleux (Dieu)

ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Sri Bhagouti Ji Sahai

Que Dieu respecté sous la forme du Destructeur des malfaiteurs nous aide!

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Vaar Sri Bhagouti Ji Ki Paatshaahee Dasvee

Ode de Dieu respecté récitée par le dixième guru.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈਂ ਧਿਆਇ॥

Pritham Bhagouti Simar Kai, Guru Naanak Layee Dhiyae

Premièrement, se souvenir de Dieu en forme du Destructeur des malfaiteurs, ensuite se souvenir de Nanak. (demeurer sur sa contribution spirituelle)

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈਂ ਸਹਾਇ॥

Angad Gur Te Amar Das, Raamdaasai Hoye Sahai

Ensuite se souvenir et méditer sur Guru Angad, Guru Amar Das et Guru Ram Das; peuvent-ils nous aider!

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੋ ਸਿਮਰੈ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ॥

Arjan Hargobind No Simrou Sri Har Rai

Se souvenir et méditer sur Guru Arjan, Guru Hargobind et Guru Har Rai respecté

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ॥

Sri HarKrishan Dhiyaa-eeai Jis Dhithi Sabh Dukh Jaye

Se souvenir et méditer sur Guru Har Krishan respecté, en ayant la vue de qui, toutes les douleurs s'évanouissent. (s'attarder sur sa contribution spirituelle)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ॥

Teg Bahadur Simareeai Ghar No Nidh Avai Dhai

Se souvenir de Guru Tegh Bahadur et les neuf sources de richesses

spirituelle viendra en hâte chez vous.

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥

Sabh Thai Ho-e Sahaai

O Dieu, s'il vous plaît, nous aide partout en montrant le chemin.

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

Dasvaa Paatshaah Guru Gobind Singh Ji Sabh Thai Ho-e Sahaai

Se souvenir de dixième Guru respecté (s'attarder sur sa contribution spirituelle) O Dieu, s'il vous plaît, nous aide partout en montrant le chemin.

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

Dasa Paatsaaheea Di Jot Sri Guru Granth Sahib Ji, De Paath Deedaar Daa Dhiyaan Dhar Ke Bolo Ji Waheguroo

Méditer sur la lumière éternelle de dix rois contenue dans Guru Granth Sahib respecté et tourner votre pensée vers ses enseignements divins et avoir du plaisir de la vue de Guru Granth Sahib; Tout le monde dit Waheguru(Dieu Merveilleux)!

ਪੰਜਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਚੌਹਾਂ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ, ਚਾਲੀਆਂ ਮੁਕਤਿਆਂ, ਹਠੀਆਂ ਜਪੀਆਂ, ਤਪੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ, ਵੰਡ ਛਕਿਆਂ, ਦੇਗ ਚਲਾਈ, ਤੇਗ ਵਾਹੀ, ਦੇਖ ਕੇ ਅਣਡਿੱਠ ਕੀਤਾ, ਤਿਨ੍ਹਾਂ ਪਿਆਰਿਆਂ, ਸਚਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰ ਕੇ, ਖਾਲਸਾ ਜੀ ! ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ !

Panja Piyariya, Chauhaa Sahibzadiya, Chaliya Mukhtiya, Huthiya, Jupiya, Tupiya, Jina Nam Jupiya, Vand Shakiya, Deg Chalahee, Teg Vaahee, Dekh Ke Andhith Keetaa, Tinhaa Piariyaa, Sachiaariyaa Dee Kamaahee, Da Dhiyaan Dhar Ke Bolo Ji Waheguroo

Pensez aux actes des Cinq Bien-Aimés, des quatre fils (de Guru Gobind Singh); des Quarante Martyrs ; des braves Sikhs à la détermination indomptable ; des adeptes imprégnés de la couleur du Naam ; de ceux qui étaient absorbés dans le Naam ; de ceux qui se sont souvenus du Naam et ont partagé leur nourriture en compagnie; de ceux qui ont lancé des cuisines gratuites ; de ceux qui ont brandi leurs épées (pour préserver la vérité); de ceux qui ont ignoré les défauts des autres; Tous ceux-là étaient purs et vraiment dévoués ; tout le monde dit Waheguru (Dieu Merveilleux)!

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 ! ਬੋਲੋ ਜੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ !

Jinaa Singhaa Singhneeyaa Ne Dharam Het Sees Dithe, Bund Bund Kuttai,
Khopriya Luhayiya, Charukriya Te Churhe, Aariaa Naal Chiraa Ge,
Gurdwariya Di Seva Layee Kurbania Keethiya, Dharam Nehee Haariye,
Sikhi Kesaa Suwaasaa Naal Nibaahee, Tina Dee Kamaaee Daa Dhiyaan Dhar
Ke Bolo Ji Waheguroo

Pensez et souvenez-vous du service unique rendu par ces braves hommes et femmes sikhs, qui ont sacrifié leur tête mais n'ont pas abandonné leur religion sikh ; Qui se sont fait couper en morceaux aux articulations du corps; Qui s'est fait enlever le cuir chevelu ; Qui ont été attachés et tournés sur les roues et brisés en morceaux ; Qui ont été coupés par des scies; Qui ont été écorchés vifs ; Qui se sont sacrifiés pour maintenir la dignité des Gurdwaras ; Qui n'a pas abandonné sa foi sikh ; Qui ont gardé leur religion sikhe et ont gardé leurs cheveux non coupés jusqu'à leur dernier souffle ; tout le monde dit Waheguru (Dieu Merveilleux) !

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

Saarey Takhta Sarbat Gurdwariya Daa Dhiyaan Dhur Ke Bolo Ji Waheguroo
Tournez vos pensées vers tous les sièges de la religion sikhe et tous les Gurdwaras; tout le monde dit Waheguru (Dieu Merveilleux)!

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

Prithme Sarbat Khaalsaa Ji Ki Ardaas Hai Ji, Sarbat Khaalsaa Ji Ko
Waheguroo Waheguroo Waheguroo Chit Aavai Chit Aavan Ka Sadkaa
Surab Sukh Hovai

Tout d'abord, tous les Khalsa respectés font cette supplication qu'ils méditent sur votre Nom ; et en conséquence, la paix et le bonheur soient comblés à tous.

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 !

Jahaa Jahaa Khaalsaa Ji Saahib, Tahaa Tahaa Ruchhiya Riyaa-it, Deg Teg Fateh, Bira Ki Paij, Panth Ki Jeet, Sree Saahib Ji Sahaai Khaalse Ji Ko Bol Baaley, Bolo Ji Waheguroo

Que Dieu étende sa protection et sa miséricorde à Khalsa, n'importe où ils sont. Que Khalsa soient Khalsa soit victorieux en assurant le bien-être et la protection de la communauté, que Dieu déverse sa grâce sur Khalsa, qu'il soit notre protecteur contre la tyrannie et l'oppression, que Khalsa prévale, tout le monde dit Waheguru (Dieu Merveilleux) !

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!!!

Sikhaa Noo Sikhee Daan, Kesh Daan, Rehit Daan, Bibek Daan, Bharosaa Daan, Daanaa Sir Daan Naam Daan, Chounkiyaa Jhande Bunge Jugo Jug Attal, Dharam Ka Jai Kaar Bolo Ji Waheguroo

Veuillez conférer aux sikhs le don du sikhisme, le don de cheveux longs, le don de suivre les lois sikh, le don de connaissance divine, le don de foi ferme, le don de croyance et le plus grand don de Naam. O Dieu! Que les chœurs, le manoir et les bannières existent pour toujours; que la vérité triomphe toujours; Dit Waheguru (Dieu Merveilleux) !

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

Sikhaa Daa Man Neevaa, Mat Uchee, Mat Pat Daa Raakhaa Aap Waheguroo

Que les esprits de tous les sikhs restent humble et sa sagesse exaltée; O Dieu! Vous êtes le protecteur de la sagesse.

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

Hey Nimaneeaa De Maan, Nitaneeaa De Taan, Nioteeaa Di Ot, Sachey Pita Waheguroo (Aap Di Hazoor....Di Aardas hai Ji)

O vrai père, Waheguru! Vous êtes l'honneur de doux, le pouvoir de

impuissant, l'abri de sans abri, nous faisons humblement la prière en votre présence..... (remplacez l'occasion ou la prière faite ici).

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

Akhar Vaadhaa Ghaataa Bhul Chuk Maaf Karnee, Sarbat De Kaaraj Raas Karney.

Veillez, pardonner nos erreurs et lacunes en récitant la prière ci-dessus.
Veillez remplir les objectifs de tous.

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

Seyee Piyare Mel, Jina Miliya Teraa Naam Chit Aavai, Naanak Naam Chardi Kala, Tere Bhaaney Sarbat Daa Bhalaa

Veillez nous amener à rencontrer ces vrais adeptes en rencontrant ceux dont nous pouvons nous souvenir et méditer sur Votre Nom. Oh mon dieu! que votre Nom (révélé par Guru Nanak) apporte un esprit toujours ascendant et que tous prospèrent selon votre volonté.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

Waheguroo Ji Ka Khaalsaa Waheguroo Ji Ki Fateh

Khalsa appartient à Dieu; toute la victoire est la victoire de Dieu.

Embarquez pour un voyage de l'âme : nourrissez votre esprit

Découvrez des pratiques pour élever votre cheminement spirituel et trouver un sens plus profond à la vie.

Les trois principes fondamentaux du sikhisme pour ce cheminement :

Naam Japna : se souvenir du Divin

Kirat Karni : travailler honnêtement,

Vand Chhakna : partager avec les autres.

Guidez-nous vers la libération spirituelle (mukti) et une société juste. Ces principes, inscrits dans le Guru Granth Sahib, constituent le fondement de la vie sikh.

4e Sagesse du Guru Ram Das Ji pour la pratique quotidienne : Dans le Guru Granth Sahib (pages 305-306), il offre des aperçus profonds sur le voyage spirituel quotidien d'un Sikh :

1ère tâche de la journée : Un véritable disciple du Guru commence chaque journée en se souvenant avec amour du Divin.

Purifiez le corps et l'esprit : Levez-vous tôt, baignez-vous et plongez-vous dans le souvenir de Dieu, sentant votre âme baignée dans le nectar divin.

Libération par le souvenir : suivre les enseignements du gourou et se souvenir du nom divin avec dévotion élimine la souffrance et les troubles intérieurs causés par les attachements mondains.

Chantez et réfléchissez : chantez continuellement des louanges divines et réfléchissez au nom divin tout au long de vos activités quotidiennes.

Devenez un phare de paix : le disciple d'un gourou qui se souvient avec amour

du nom divin à chaque respiration devient une âme sereine et inspirante.

Recevez la sagesse divine : Le gourou confère cette profonde sagesse à ceux qui ont gagné sa grâce.

Inspirez les autres : Guru Nanak s'incline devant le disciple qui non seulement se souvient du Nom Divin mais inspire également les autres à faire de même.

Âmes rares et précieuses : Les individus véritablement dévoués sont rares, mais leur souvenir du Divin profite spirituellement à d'innombrables autres personnes.

Évitez la négativité : Éloignez-vous de ceux qui ignorent les enseignements du gourou et restent prisonniers du cycle de l'ignorance spirituelle. Méfiez-vous de ceux qui vous parlent gentiment, mais répandent la négativité dans votre dos.

Philosophie du voyage

La philosophie du sikhisme se décrit par la logique, l'exhaustivité, et son approche "sans fioritures" du monde spirituel et matériel. Sa théologie est marquée par la simplicité. En sikhisme, il n'y a pas un conflit dans le devoir d'un individu à soi et que vers la société (sangat).

Le sikhisme est la plus jeune religion du monde. Guru Nanak l'avait fondé, il y a 500 ans. Il met l'accent sur la croyance en Un Être Suprême qui est le créateur d'univers. Il offre un chemin droit simple à béatitude éternelle et diffuse un message d'amour et de fraternité.

Le sikhisme est une foi monothéiste et reconnaît Dieu comme l'Un qui n'est pas soumis à des limites de temps ou espace. Le sikhisme croit qu'il y a seulement un Dieu, qui est le créateur, le soutien, le destructeur, et ne prend pas une forme humaine. La théorie d'Avtarvad <l'incarnation> n'a aucune place dans le Sikhisme. Il n'attache aucune valeur aux Dieux et Déesses et aux autres divinités. Dans le Sikhisme, les éthiques et la religion vont de pair. On doit inclure les qualités morales et pratiquer les vertus dans notre vie quotidienne afin d'avancer vers le développement spirituel. Les qualités comme l'honnêteté, la compassion, la générosité, la patience et l'humilité ne s'acquièrent que par des efforts et de la persévérance. Les vies de nos grands Gurus sont la source d'inspiration dans cette direction.

La religion Sikhisme enseigne que le but de la vie humaine est de casser le cycle de la naissance et la mort et de fusionner en Dieu. Ce peut réaliser en suivant les enseignements de Guru, la méditation sur le nom saint <Naam> et l'accomplissement d'actes de service et de charité.

Le chemin de Naam met l'accent sur la dévotion constante au souvenir de Dieu. On doit contrôler les cinq vices, Kam<le désir>, Krodh<la colère>, Lobh<l'avidité>, Moah<les attachements mondains> et Ahankar<la fierté> à réaliser le salut. Les rituels et les pratiques de routine comme le jeûne et le pèlerinage, les présages et les austérités sont rejetés en Sikhisme. On doit suivre les enseignements de Guru Granth Sahib. Le sikhisme met l'accent sur le chemin de dévotion. Cependant, il reconnaît d'importance

du chemin de connaissance et le chemin d'action. Il insiste sur le besoin de gagner la grâces de Guru à fin de réaliser le but spirituel.

Le sikhisme est une religion moderne, logique et pratique. Il croit qu'une vie normale <Grahast> n'est aucun obstacle au salut. Le célibat ou le renoncement au monde n'est pas nécessaire pour obtenir le salut. C'est possible de vivre détaché au milieu des maux et des tentations du monde. Un adepte doit vivre dans ce monde et pourtant garder la tête haute des tensions habituelles et de l'agitation. Il doit être un soldat savant et un saint pour Dieu.

Le sikhisme est cosmopolite et une religion séculière et donc il rejette tous les différences sur le caste, la croyance, le race ou la sexe. Il croit que tous les êtres humains sont égaux dans les yeux de Dieu. Gurus insistent sur l'égalité des hommes et des femmes et rejettent l'infanticide féminin et Sati <pratique de brûler des veuves>. Ils propagent le remariage des veuves et rejettent le système de purdah <femmes portant le voile>. À fin de se concentrer sur Dieu, il faut qu'on médite sur le nom saint <Naam> et fait des actes de service et charité. Il est considéré comme honorable de gagner sa vie quotidienne par un travail honnête <Kirat Karna> et pas en mendiant ou par le moyen malhonnête. Vand Chhakna, partager avec les autres, est une responsabilité sociale. L'individu devrait aider ceux qui en ont besoin. Seva, le service communauté est une partie intégrale du Sikhisme. La cuisine communautaire gratuite <langar> aux gurdwaras qui sont ouverts aux gens de toutes les religions est une expression de ce service communautaire. La religion Sikhisme recommande l'optimisme et l'espoir. Il n'accepte pas l'idéologie de pessimisme.

Gurus croient que cette vie a un but. Il offre une opportunité pour la réalisation de soi et Dieu. De plus, un homme est responsable pour ses actions. Il ne peut prétendre à l'immunité du résultat de ses actes. Il doit donc être très vigilant dans ce qu'il fait.

L'écriture Sikhisme, Guru Granth Sahib, est Guru éternel. C'est la seule religion qui a donné un livre saint, le statut d'un précepteur religieux. Il n'y a pas une place pour un guru humain vivant <Dehdhari> dans la religion sikhisme.

Rôle des femmes

Les principes de Sikhisme déclarent que les femmes ont les mêmes âmes que les hommes et ont un droit égal de cultiver leur spiritualité. Elles peuvent mener les congrégations spirituelles, participer dans Akhand Path <<le récitation continue des Saintes Ecritures>>, fait Kirtan <<(chant en assemblée d'hymnes)>>, travail comme Granthis <<prêtresses>>. Elles peuvent participer dans toutes les activités religieuses, culturelles, sociales et laïques. Le Sikhisme était la première religion du monde qui donne l'égalité aux femmes. Guru Nanak a prêché l'égalité sur le genre, et Gurus qui lui a succédé, encourageant les femmes de participer dans tous les activités d'adoration et pratique de Sikh.

Guru Granth Sahib indique,

<<Les femmes et les hommes, sont créés par Dieu. Tout cela est le jeu de Dieu. Dit Nanak, toute votre création est bonne, sainte>> SGGS page 304.

L'histoire sikhe a enregistré le rôle des femmes les décrivant comme égales en service, dévotion, sacrifice et bravoure aux hommes. Plein d'exemples de dignité morale, de service, d'abnégation sont écrits dans la tradition Sikhe.

Selon le Sikhisme, les hommes et les femmes sont les deux côtés de la même pièce de monnaie. Dans le système de corrélation et d'interdépendance, un homme est né d'une femme et une femme est née de la semence d'un homme. Selon le sikhisme, un homme ne peut pas sentir sur et complet dans sa vie sans une femme et la succès d'un homme est liée à l'amour et au soutien de la femme qui partage sa vie avec lui, et vice versa.

Guru Nanak dit:

<<C'est une femme qui fait avancer la course>> et on ne doit pas <<considérer les femmes maudites et condamnées, <quand> des femmes naissent des rois et des chefs. SGGS Page 473.

Le salut:

Un point important à soulever est de savoir si une religion considère une femme capable de atteindre le salut, la réalisation de Dieu ou le royaume spirituel le plus élevé.

Guru Granth Sahib stipule:

"Dans tous les êtres, Dieu est omniprésent, et imprègne toutes les formes masculines et féminines" (SGGS, Page 605).

D'après la déclaration ci-dessus du Guru Granth Sahib, la lumière de Dieu repose également sur les deux sexes. Les hommes et les femmes peuvent, donc atteindre le salut également en obéissant Guru. Guru rejette cette notion. Dans <<Pensées actuelles sur le sikhisme>>, Alice Basarke stipule,<<Premier Guru a mis la femme à égalité avec l'homme..La femme n'était pas un obstacle au homme mais un partenaire en servant Dieu et en cherchant le salut. >>

Le Mariage:

Guru Nanak a recommandé grihastha- la vie d'un chef de famille. Au lieu de célibat et de renonciation, la femme et le mari étaient les partenaires égaux et la fidélité était imposée aux deux. Dans les versets sacrés, le bonheur domestique est présenté comme un idéal chéri.

Le statut Égal:

Pour assurer l'égalité de statut entre les hommes et les femmes, Gurus ne font aucune distinction entre les sexes en matière d'initiation, d'instruction ou de participation en sangat (la sainte fraternité) et pangat (manger ensemble) activités.

Selon Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash, Guru Amar Das a défavorisé le port du voile par les femmes. Il a assigné des femmes à superviser quelques communautés et prêcher contre la coutume de sati. L'histoire de Sikhisme a enregistré les noms de plusieurs femmes, comme Mata Gujri, Mai Bhago, Mata Sundari, Rani Sahib Kaur, Rani Sada Kaur and Maharani Jind Kaur, qui ont joué des rôles importants dans les événements dans ses époque.

L'Éducation:

L'éducation est considérée très importante dans le Sikhisme. C'est la clé du succès de quelqu'un. C'est le processus de développement personnel et c'est la raison d'installer plusieurs écoles par le troisième Guru.

Guru Granth Sahib stipule:

<<Toute la connaissance divine et la contemplation est atteinte par Guru.>>
SGGS, Page 831.

L'éducation pour tous est indispensable et tout le monde doit travailler pour être le meilleur possible. Cinquante deux de missionnaires sikhs envoyés par le troisième Guru étaient des femmes. Dans <<Le rôle et le statut des femmes sikhs>>, Dr. Mohinder Kaur Gill écrit, <<Guru Amar Das était convaincu qu'aucun enseignement ne peut prendre racine tant qu'il n'est pas accepté par les femmes.>>

La restriction sur les vêtements:

En plus d'obliger les femmes à ne pas porter de voile, le sikhisme fait une déclaration simple mais très importante concernant le code vestimentaire. Ceci s'applique à tous les sikhs quel que soit le sexe. Guru Granth Sahib stipule, <<Éviter de porter les vêtements dans lesquels le corps n'est pas confortable et l'esprit est rempli de mauvaises pensées.>> SGGS, Page16

L'autodéfense par les femmes:

Les femmes sikhs sont censées se défendre avec Kirpan (épée) et d'autres armes. C'est unique pour les femmes parce que c'est la première fois dans l'histoire que les femmes sont censées se défendre. Elles ne sont pas censées être dépendent des hommes pour la protection physique.

SGGS Cite:

<<Dans le monde et dans le ciel, je ne vois aucune seconde. Parmi tous les hommes et les femmes, sa lumière brille.>> SGGS Page223.

De la femme naît l'homme ; dans la femme, l'homme est conçu ; à une femme, il est fiancé et marié. La femme devienne son ami; par une femme la génération future vient. Quand sa femme mort, il cherche autre femme; à la femme il attache. Donc, pourquoi on l'appelle mauvaise? De la femme, les rois sont nés. De la femme, les femmes sont nées; sans femmes, il n'y aurait personne du tout. Guru Nanak, SGGS Page 473

En matière de dot: <<O mon Dieu, donnez-moi son nom en cadeau de mariage et en dot.>> Shri Guru Ram Das ji, Page 78, line 18 SGGS

L'Importance De Un Turban Sikh

Le turban a été une partie inséparable d'un Sikh. Depuis le temps de Guru Nanak, le fondateur de Sikhisme, les Sikhs ont orné le turban. Le turban à un Sikh est beaucoup plus qu'une couronne à un roi.

'Dastar' est un autre nom pour le turban sikhisme qui se rapporte à la bénédiction de Dieu. Tous ces mots font référence au vêtement porté par les hommes et les femmes pour couvrir leurs cheveux non tondus. C'est une coiffe composée d'un long morceau de tissu en forme de foulard porté autour de la tête.

Même si le maintien de cheveux non tondus a été mandaté par Guru Gobind Singh comme un des cinq <K>, ou les articles de foi, il a longtemps été associé au sikhisme depuis le début du sikhi en 1469. Le sikhisme n'est qu'une religion dans le monde dans laquelle de porter un turban est nécessaire pour tout le monde. La majorité des gens qui portent des turbans dans les pays de l'Ouest sont Sikhs.

Traditionnellement, le turban représente la respectabilité, et a longtemps été un objet autrefois réservé à la noblesse. Dans l'époque, en Inde le turban n'était porté que par les hommes de statut haut dans la société. Pendant la domination de Moghols d'Inde, seulement les musulmans ont été autorisés à porter un turban. Tous les non-musulmans étaient strictement interdits de porter un turban.

Guru Gobind Singh, au mépris des statuts de Moghols, demande à tous ses Sikhs de porter le turban. Il reconnaissait des normes morales élevées qu'il avait planifié pour ses disciples de Khalsa. Il voulait son Khalsa d'être différent et d'être déterminé << se démarquer du reste du monde>> et de suivre le chemin unique qui avait été établi par les Gurus sikhs. Donc, un sikh

avec un turban s'est toujours démarqué de la foule, comme Guru voulait
voulait que ses << Saint-Soldats >> soient facilement reconnaissables.

Quand un homme ou une femme Sikh porte un turban, le turban cesse d'être
juste une bande de tissu, car il devient partie intégrale de la tenue
vestimentaire. Les raisons de porter le turban peuvent être la souveraineté,
le dévouement, le respect de soi, le courage, la piété, etc. mais les Sikhs le
porte pour montrer ses adoration, obéissance et respect pour le fondateur
de Khalsa Guru Gobind Singh.

Le turban est le cadeau de notre Guru pour nous. C'est ainsi que nous nous
couronnons en tant que Singhs et Kauras assis sur le trône de l'engagement
à notre propre conscience supérieure. Pour les hommes comme pour les
femmes, cette identité projective transmet la royauté, la grâce et l'unicité.
C'est un signal pour les autres que nous vivons dans l'image d'infinité et
sommes dédiés au service de tous.

Le turban ne représente rien d'autre qu'un engagement total. Quand vous
choisissez de vous démarquer en portant un turban, vous vous tenez sans
crainte comme une seule personne se démarquant parmi six milliards de
personnes. C'est un acte génial.

L'humilité est l'essence même de votre parcours

L'humilité est un aspect important de Sikhisme. Les sikhs doivent toujours s'incliner devant Dieu. L'humilité ou <Nimrata> en Punjabi sont liés. Nimrata est une vertu qui est vigoureusement promue à Gurbani. La traduction de ce mot punjabi est << bienveillance >> ou << humilité >>.

Il s'agit d'une qualité importante que tous les humains doivent cultiver et qui fait partie intégrante de l'état d'esprit d'un sikh à tout moment. Les quatre autres qualités de l'arsenal sikh sont :

Vérité (Sat), Contentement (Santokh), Compassion (Daya) et Amour (Pyar).

Ces cinq qualités sont essentielles pour un sikh et il est son devoir de méditer et réciter Gurbani pour inculquer ces vertus et en faire une partie de leur personnalité.

Ce que Gurbani nous dit :

<<Le fruit de l'humilité est la paix intuitive et le plaisir. Avec l'humilité, on doit continuer à méditer sur Dieu, le trésor d'excellence. Ce qui est miséricordieusement béni reste imprégné d'humilité.

Guru Nanak, le premier Guru de Sikhisme:

<<En écoutant et croyant avec amour et humilité dans votre esprit, purifiez-vous avec Naam, au sanctuaire sacré au plus profond de moi.>> SGGs page 4

<<Faites contentement vos boucles d'oreille, humilité votre bol de mendicité, et la méditation les cendres que vous appliquez sur vos corps.>> SGGs Page 6

La course vers la spiritualité

Guru Granth Sahib est Guru vivant éternel, une composition poétique de Sikh Gurus, saints hindous et musulmans. La compilation est un don de Dieu à toute l'humanité. La vision de Guru Granth Sahib est celle d'une société fondée sur la justice divine sans oppression d'aucune sorte. Pendant que Granth reconnaît et respecte les écritures de Hindouisme et Islam, cela n'implique pas une réconciliation morale avec l'une ou l'autre de ces religions. Dans Guru Granth Sahib les femmes sont plus respectées avec les rôles égaux comme hommes. Les femmes ont les mêmes âmes comme les hommes et donc possèdent un droit égal de cultiver leur spiritualité avec le choix égal d'atteindre la libération.

Les femmes peuvent participer dans tous les activités religieux, culturels, sociaux et séculiers, y compris la direction de congrégations religieuses. Le sikhisme prône l'égalité, la justice sociale, le service de l'humanité et la tolérance pour les autres religions. Le message essentiel du sikhisme est spirituel dévotion et révérence de Dieu à tout moment tout en pratiquant les idéaux de compassion, honnêteté, humilité et générosité au quotidien. Les trois principes fondamentaux de la religion sikh sont la méditation et le souvenir de Dieu, travailler pour une vie honnête et partager avec les autres.

Félicitations pour avoir fait un effort pour faire ce voyage spirituel pour l'âme. La traduction ne peut jamais être proche de l'original, surtout lorsque Guru Granth Sahib complet est dans la poésie et l'utilisation de métaphores rend la tâche extrêmement difficile. Dans le message Divin, les histoires mythologiques hindous et musulmanes sont souvent utilisées Pralahad, Harnakash, laxmi, Brahma etc. S'il vous plaît ne les lisez pas littéralement mais comprenez leur message sous-jacent. L'accent est mis sur le fait que Dieu est un et avoir l'union avec Lui est le but de la vie humaine. Ce travail a été fait au fil des années par plusieurs bénévoles, pour vous faire parvenir le message divin dans votre langue. Si vous avez des questions, s'il vous plaît N'hésitez pas à envoyer un e-mail à walnut@gmail.com et nous serions ravis de vous rejoindre sur ce voyage.