

ੴ

Sodar Rehras Sahib

Eine Reise zur Spiritualität
Deutsche Übersetzung

INDEX

1. Sodar Rehras Sahib -----	1
2. Ardaas-Gebet -----	19
3. Der Weg der Seele -----	24
4. Philosophie für die Reise -----	26
5. Rolle der Frau -----	28
6. Die Bedeutung des Turbans -----	32
7. Demut – die Essenz deiner Reise -----	34

With deep love and respect, we dedicate this work to Hanumaan Singh Ji, whose unwavering commitment to Sikh endeavors served as a powerful inspiration for us in undertaking and completing this significant Kannada translation .



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 aasaa mehlaa 1

So-daru, Rag Asa M

ੴ ਸਿਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ik-o^Nkaar satgur parsaad.

Der Einzige Purusha, Er ist ewig, immerwährend

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

so dar tayraa kayhaa so ghar kayhaa jit bahi sarab samaalay.

Er ist durch die Gnade des Gurus erreichbar, Wie ist Deine Pforte? Was für ein Wohnsitz ist Deiner?

ਵਾਜੇ ਤੇਰੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

vaajay tayray naad anayk asankhaa kaytay tayray vaavanhaaray.

Wo wohnst Du und sorgst für alle? Zahllos sind Deine Gesänge. unzählbar sind deren Dolmetscher.

ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਹਿ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

kaytay tayray raag patee si-o kahee-ahi kaytay tayray gaavanhaaray.

Unzählbar sind die Melodien und zahllos sind ihre Sänger.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥

gaavan tuDhno pavan paanee baisantar gaavai raajaa Dharam du-aaray.

Die Luft singt für Dich, ebenso das Wasser und das Feuer. Dharamraja - der König der Totenwelt verehrt Dich.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਨਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥

gaavan tuDhno chit gupat likh jaanan likh likh Dharam beechaaray.

Die Engel singen auch. die unsere Taten in das Protokoll eintragen, Damit Dharmraja die Gerechtigkeit ausüben könnte.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਈਸਰੁ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਤੇਰੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

gaavan tuDhno eesar barahmaa dayvee sohan tayray sadaa savaaray.

Shiva singt, Indra singt, ebenso die Göttin Parvati: sie alle sind so glorreich.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਇੰਦ੍ਰ ਇੰਦ੍ਰਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

gaavan tuDhno indar indaraasan baithay dayviti-aa dar naalay.

Auf ihren Thronen sitzend singen des Indras zusammen mit den Engeln.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਾਧ ਬੀਚਾਰੇ ॥

gaavan tuDhno siDh samaaDhee andar gaavan tuDhno saaDh beechaaray.

Unzählige heilige Männer loben Dich in tiefer Meditation, unzählige Heilige bewundern Dich, während sie in Deine Gedanken versunken sind.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

gaavan tuDhno jatee satee santokhee gaavan tuDhno veer karaaray.

O Gott, alle Männer der Disziplin, der Nächstenliebe, der Zufriedenheit und die tapferen Krieger singen Dein Lob.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸੁਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

gaavan tuDhno pandit parhan rakheesur jug jug vaydaa naalay.

Des Pandits und die Rishis singen. die Vedas lesen. Ebenso die Vedas selbst singen.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗੁ ਮਛੁ ਪਇਆਲੇ ॥

gaavan tuDhno mohnee-aa man mohan surag machh pa-i-aalay.

Die Mohnis, die schönen Jungfrauen singen. Die Erde, die Hölle, der Himmel und das Paradies singen.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥

gaavan tuDhno ratan upaa-ay tayray athsath tirath naalay.

Die Juwelen singen, die Du geschafft hast.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥

gaavan tuDhno joDh mahaabal sooraa gaavan tuDhno khaanee chaaray.

Die achtundsechzig Pilgerorte singen. Die allmächtigen Krieger singen. und die Vier Quellen der Erschaffung singen.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਤੇਰੇ ਧਾਰੇ ॥

gaavan tuDhno khand mandal barahmandaa kar kar rakhay tayray Dhaaray.

Alles ist Deine Erschaffung.

ਸੇਈ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਨਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥

say-ee tuDhno gaavan jo tuDh bhaavan ratay tayray bhagat rasaalay.

Aber nur singen die dir gefallen. Deine Verehrer senken sich in Deiner Liebe ein. Man kann nicht sagen, wie viele andere auch singen.

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

hor kaytay tuDhno gaavan say mai chit na aavan naanak ki-aa beechaaray.

Nanak, der Geringste, kann es auch nicht sagen.

ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥

so-ee so-ee sadaa sach saahib saachaa saachee naa-ee.

Der Herr ist ewig, die Ewigkeit, Er ist die Wahrheit.

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥

hai bhee hosee jaa-ay na jaasee rachnaa jin rachaa-ee.

Prächtig ist Sein Name. Er, der jetzt, in Zukunft und in aller Ewigkeit sein wird, hat das Universum erschafft.

ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥

rangee rangee bhaatee kar kar jinsee maa-i-aa jin upaa-ee.

Die Schöpfung besteht aus verschiedenen Farben, Arten. Gattungen Formen.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੇ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥

kar kar daykhai keetaa aapnaa ji-o tis dee vadi-aa-ee.

Der Herr, der die Schöpfung ins Leben gerufen hat, Er überwacht Seine Erschaffung und sorgt für alle. Alles ist Seine Pracht.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਫਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥

jo tis bhaavai so-ee karsee fir hukam na karnaa jaa-ee.

Er tut, was Ihm gefällt. Niemand kann Ihm sagen, was Er tun sollte.

ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੧॥

so paatisaahu saahaa patisaahib naanak rahan rajaa-ee. ||1||

Der Erhabene - der König der Könige- ist Er. Nanak. wir sollen gemäß seinem Willen leben.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

aasaa mehlaa 1.

Asa M. 1

ਸੁਣਿ ਵਡਾ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

sun vadaa aakhai sabh ko-ay.

Alle, die über Deine Erhabenheit gehört haben, sind von Deiner Pracht begeistert,

ਕੇਵਡੁ ਵਡਾ ਡੀਠਾ ਹੋਇ ॥

kayvad vadaa deethaa ho-ay.

Nirgends kann jemand Seine Betrachtung beschreiben,

ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਇ ॥

keemat paa-ay na kahi-aa jaa-ay.

Außer, wenn man Ihn gesehen hätte.

ਕਹਣੈ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਰਹੇ ਸਮਾਇ ॥੧॥

kahnai vaalay tayray rahay samaa-ay. ||1||

Nirgendwo kann einer Seinen Wert schätze. Nirgendwo kann einer Ihn beschreiben.

ਵਡੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗਹਿਰ ਗੰਭੀਰਾ ਗੁਣੀ ਗਹੀਰਾ ॥

vaday mayray saahibaa gahir gambheeraa gunee gaheeraa.

Diejenigen, die bestrebt sind Dich zu beschreiben, o Herr, werden mit Deinem Willen vereint. O Allmächtiger, O Erhabener, O unser Gebieter,

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

ko-ay na jaanai tayraa kaytaa kayvad cheeraa. ||1|| rahaa-o.

Unermesslich sind Deine Tugenden! Nirgendwo weiß einer die Grenzen Deines Umfangs, (I-Pause)

ਸਭਿ ਸੁਰਤੀ ਮਿਲਿ ਸੁਰਤਿ ਕਮਾਈ ॥

sabh surtee mil surat kamaa-ee.

Diejenigen, die über Deinen Namen nachdenken verehren Dich.

ਸਭ ਕੀਮਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਮਤਿ ਪਾਈ ॥

sabh keemat mil keemat paa-ee.

Alle versuchen Deine Werte zu erkennen.

ਗਿਆਨੀ ਧਿਆਨੀ ਗੁਰ ਗੁਰਹਾਈ ॥

gi-aanee Dhi-aanee gur gurhaa-ee.

Weisen, Propheten und die Heiligsten der Heiligen verkünden über Dich.

ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ਤੇਰੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥੨॥

kahan na jaa-ee tayree til vadi-aa-ee. ||2||

Aber sie schaffen es noch nicht mal einen winzigen Teil Deiner Herrlichkeit zu beschreiben. (2)

ਸਭਿ ਸਤ ਸਭਿ ਤਪ ਸਭਿ ਚੰਗਿਆਈਆ ॥

sabh sat sabh tap sabh chang-aa-ee-aa.

Alle Wahrheit, die Härte, die Tugenden.

ਸਿਧਾ ਪੁਰਖਾ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥

siDhaa purkhaa kee-aa vadi-aa-ee-aa.

Die außerordentlichen Verdienste und Veranschaulichung der Eingeweihten.

ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥

tuDh vin siDhee kinai na paa-ee-aa.

All diese sind Sein Geschenk. Ohne Deine Barmherzigkeit kann niemand etwas vollbringen.

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥੩॥

karam milai naahee thaak rahaa-ee-aa. ||3||

Nirgends kann einer die Ausgabe Deiner Gnade verhindern. (3)

ਆਖਣ ਵਾਲਾ ਕਿਆ ਵੇਚਾਰਾ ॥

aakhan vaalaa ki-aa vaychaaraa.

Wer über Deine Güte zu verkünden versucht, wird nicht aufhören können.

ਸਿਫਤੀ ਭਰੇ ਤੇਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ॥

siftee bharay tayray bhandaaraa.

Weil Deine Schatzkammern von Deinem Lob überfüllt Sind.

ਜਿਸ ਤੂ ਦੇਹਿ ਤਿਸੈ ਕਿਆ ਚਾਰਾ ॥

jis too deh tisai ki-aa chaaraa.

Wer seine Gaben bekommt, soll nur Dich lobpreisen.

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੪॥੨॥

naanak sach savaaranhaaraa. ||4||2||

Nanak, wahr ist der Herr, Alle Vollendung fließt von dem Herrn. [4-2]

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

aasaa mehlaa 1.

Asa M. 1

ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥

aakhaa jeevaa visrai mar jaa-o.

Ich verkünde Seinen Namen und bleibe am Leben.

ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥

aakhan a-ukhaa saachaa naa-o.

Wenn ich Seinen Namen vergesse, werde ich sterben.

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ ॥

saachay naam kee laagai bhookh.

Wie schwer ist es, über Seinen Namen nachzudenken. Wenn irgendeiner
sehnlich den Namen des Herrn verlangt,

ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੂਖ ॥੧॥

ut bhookhai khaa-ay chalee-ahi dookh. ||1||

Den wahren Namen des Gebieters, Dann vergehen alle seinen Schmerzen - in
diesem Heiligen Hunger.

ਸੋ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥

so ki-o visrai mayree maa-ay.

Der Gebieter ist wahr und ewig. Wahr ist Sein Name.

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

saachaa saahib saachai naa-ay. ||1|| rahaa-o.

Weshalb soll ich den Herrn vergessen, O meine Mutter!

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥

saachay naam kee til vadi-aa-ee.

Falls man versuchen sollte, einen wenigsten Teil Seiner Pracht zu schätzen.

ਆਖਿ ਥਕੇ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥

aakh thakay keemat nahee paa-ee.

Wird man durch das Bestreben selbst ermüdet. Niemand kann den Wert des Herrn finden.

ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥

jay sabh mil kai aakhan paahi.

Selbst wenn die ganze Welt versuchte, Ihn zu lobpreisen,

ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥

vadaa na hovai ghaat na jaa-ay. ||2||

Wird Seine Herrlichkeit weder vergrößert noch vermindert.

ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੋਗੁ ॥

naa oh marai na hovai sog.

Er stirbt weder, noch wird Er betrauert.

ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੁਕੈ ਭੋਗੁ ॥

daydaa rahai na chookai bhog.

Seine Güte und Seine Gaben Sind grenzenlos.

ਗੁਣੁ ਏਹੋ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥

gun ayho hor naahee ko-ay.

Nur dies ist Seine einzige Tugend, Es gibt keinen wie Ihn,

ਨਾ ਕੋ ਹੋਆ ਨਾ ਕੋ ਹੋਇ ॥੩॥

naa ko ho-aa naa ko ho-ay. ||3||

Und niemand wird Ihm gleichen.

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥

jayvad aap tayvad tayree daat.

O Herr, Du bist wahrlich prächtig.

ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥

jin din kar kai keetee raat.

Und riesig sind Deine Gaben! Du hast den Tag und die Nacht erschaffen.

ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥

khasam visaareh tay kamjaat.

Wer den Herrn vergisst, ist ein Paria.

ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥

naanak naavai baajh sanaat. ||4||3||

Nanak, derjenige, der Seinen Namen nicht beachtet, der ist am kleinsten.

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

raag goojree mehlaa 4.

Gudjri M. 4

ਹਰਿ ਕੇ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸਤਪੁਰਖਾ ਬਿਨਉ ਕਰਉ ਗੁਰ ਪਾਸਿ ॥

har kay jan satgur sat purkhaa ha-o bin-o kara-o gur paas.

O wahrer Guru, O Diener des Herrn. Du bist die Verkörperung der Wahrheit selbst.

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

ham keeray kiram satgur sarnaa-ee kar da-i-aa naam pargaas. ||1||

Wir Sind wie die Würmer. Wir bitten dich, dass du den Namen des Herrn in unserem Geist erweckst.

ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਗੁਰਦੇਵ ਮੋ ਕਉ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥

mayray meet gurdayv mo ka-o raam naam pargaas.

O mein Freund, O mein göttlicher Guru, Offenbar mir den Namen des Herrn! Auf diese Weise erleuchtet sich mein Geist.

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

gurmat naam mayraa paraan sakhaa-ee har keerat hamree rahraas. ||1||
rahaa-o.

Der Name des Herrn, das Geschenk des Gurus, ist der Freund meiner Seele,
Die Lobgesänge die ich meinen Herrn erbringe ist meine tägliche Berufung

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

har jan kay vadbhaag vadayray jin har har sarDhaa har pi-aas.

Würdevoll, prächtig ist das Schicksal der Diener des Herrn.

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

har har naam milai tariptaasahi mil sangat gun pargaas. ||2||

Nur der Name des Herrn kann sie sättigen. Sie Sind mit der Gesellschaft der Urteilsfähigen gesegnet. Und sie erlangen die ehrlichen Tugenden (Werte),

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

jinH har har har ras naam na paa-i-aa tay bhaagheen jam paas.

Diejenigen, die den Geschmack des Namens nicht genießen, sind wahrlich unglücklich und sie erleiden das Sterben der Seele.

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

jo satgur saran sangat nahee aa-ay Dharig jeevay Dharig jeevaas. ||3||

Diejenigen, die nicht die Zuflucht beim wahren Guru, in der Gesellschaft der Heiligen, aufsucht haben. Abscheulich ist ihr Leben und verächtlich ist ihre Zukunft.

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

jin har jan satgur sangat paa-ee tin Dhur mastak likhi-aa likhaas.

Die Diener des Herrn erreichen die Gesellschaft der Heiligen, die Gemeinde des wahren Gurus. Seit ihrer Geburt erscheint auf ihren Stirnen das ehrliche Schicksal.

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

Dhan Dhan satsangat jit har ras paa-i-aa mil naanak naam pargaas. ||4||1||

Gesegnet sei die Gesellschaft der Heiligen! In ihrer Gemeinschaft genießt man den Namen des Herrn. In der Gesellschaft der Urteilsfähigen, O Nanak. Offenbart der Herr Seinen Namen.

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

raag goojree mehlaa 5.

Gudjri M. 5

ਕਾਹੇ ਰੇ ਮਨ ਚਿਤਵਹਿ ਉਦਮੁ ਜਾ ਆਹਰਿ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪਰਿਆ ॥

kaahay ray man chitvahi udam jaa aahar har jee-o pari-aa.

O mein Geist, warum beunruhigst du dich wegen deinem Nahrungsmittel? Der Herr hat schon für dich gesorgt.

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

sail pathar meh jant upaa-ay taa kaa rijak aagai kar Dhari-aa. ||1||

Es gibt Geschöpfe, die in den Felsen und Steinen leben. Der Herr hat auch schon für sie gesorgt.

ਮੇਰੇ ਮਾਧਉ ਜੀ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੁ ਤਰਿਆ ॥

mayray maaDha-o jee satsangat milay se tari-aa.

O mein Gebieter, der in der Gesellschaft der Urteilsfähigen (Heiligen) aufgenommen ist, hat den Ozean des Lebens überquert.

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

gur parsaad param pad paa-i-aa sookay kaasat hari-aa. ||1|| rahaa-o.

Durch die Gnade des Gurus hat er die Seligkeit erlangt, als wäre er ein ausgedörrtes Holz (Baum), und er wird grün und erzeugt Frucht,

ਜਨਨਿ ਪਿਤਾ ਲੋਕ ਸੁਤ ਬਨਿਤਾ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਕੀ ਧਰਿਆ ॥

janan pitaa lok sut banitaa ko-ay na kis kee Dhari-aa.

Weder auf den Vater. noch auf die Mutter, weder auf Freunde, noch auf die Begleiter. Weder auf die Ehe Frau, noch auf die Söhne

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

sir sir rijak sambahay thaakur kaahay man bha-o kari-aa. ||2||

Kann man sich verlassen. Der Herr versorgt die gesamte Welt. Warum sollen Wir beängstigt sein?

ਉਡੇ ਉਡਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੋਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਫਰਿਆ ॥

oodai ood aavai sai kosaa tis paachhai bachray chhari-aa.

Die Kraniche fliegen Meile um Meile herum.

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

un kavan khalaavai kavan chugaavai man meh simran kari-aa. ||3||

Sie lassen ihre Vögelchen und Küken in ihrem Nesten allein. Wer sorgt für sie? Denke darüber nach!

ਸਭਿ ਨਿਧਾਨ ਦਸ ਅਸਟ ਸਿਧਾਨ ਠਾਕੁਰ ਕਰ ਤਲ ਧਰਿਆ ॥

sabh niDhaan das asat sidhaan thaakur kar tal Dhari-aa.

Die neun Schätze, die achtzehn okkulten Mächte. Hält der Herr in Seiner Hand.

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

jan naanak bal bal sad bal jaa-ee-ai tayraa ant na paraavari-aa. ||4||1||

Nanak, Dein Diener, opfert sich immer für Dich, O Allmächtiger. Keiner kennt weder Deine Grenzen noch Dein Ende.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ਸੋ ਪੁਰਖੁ

raag aasaa mehlaa 4 so purakh

Asa M, 4 So-Purkhu

ੴ ਸਿਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ik-o^Nkaar satgur parsaad.

Der Einzige Purusha, Er ist ewig, immerwährend. Er ist durch die Gnade des Gurus erreichbar.

ਸੋ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਅਗਮਾ ਅਗਮ ਅਪਾਰਾ ॥

so purakh niranjan har purakh niranjan har agmaa agam apaaraa.

Herr, der Mensch, ist rein und fleckenlos. Er ist unmessbar und unergründlich,

ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਸਚੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ॥

sabh Dhi-aavahi sabh Dhi-aavahi tuDh jee har sachay sirjanhaaraa.

Jeder denkt über Dich nach, O Gebieter! Du bist der wahre Erschaffer der Welt.

ਸਭਿ ਜੀਅ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀ ਤੂੰ ਜੀਆ ਕਾ ਦਾਤਾਰਾ ॥

sabh jee-a tumaaray jee tooN jee-aa kaa daataaraa.

Alle Geschöpfe gehören Dir, O Herr! Du hütest und versorgst alle.

ਹਰਿ ਧਿਆਵਹੁ ਸੰਤਹੁ ਜੀ ਸਭਿ ਦੁਖ ਵਿਸਾਰਣਹਾਰਾ ॥

har Dhi-aavahu santahu jee sabh dookh visaaranhaaraa.

O Heilige, Sinnt über den Herrn nach! Er wird dir die Schmerzen und Leiden wegnehmen.

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

har aapay thaakur har aapay sayvak jee ki-aa naanak jant vichaaraa. ||1||

Er selbst ist der Gebieter und selbst der Anbeter. Nanak. wir sind so unbedeutend.

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

tooN ghat ghat antar sarab nirantar jee har ayko purakh samaanaa.

O Allmächtiger, Du bist in jedem Herzen verwurzelt. Du beseelst alle Welt.

ਇਕਿ ਦਾਤੇ ਇਕਿ ਭੇਖਾਰੀ ਜੀ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਚੋਜ ਵਿਡਾਣਾ ॥

ik daatay ik bhaykhaaree jee sabh tayray choj vidaanaa.

Jeder Körper beherbergt denselben Geist, manche sind menschenfreundlich - die anderen sind Bettler.

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

tooN aapay daataa aapay bhugtaa jee ha-o tuDh bin avar na jaanaa.

Wahrlich, dies ist nur Deine wundervolle Tat. Du selbst gibst Deine Geschenke, und Du selbst nimmst sie entgegen.

ਤੂੰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਬੇਅੰਤੁ ਬੇਅੰਤੁ ਜੀ ਤੇਰੇ ਕਿਆ ਗੁਣ ਆਖਿ ਵਖਾਣਾ ॥

tooN paarbarahm bay-ant bay-ant jee tayray ki-aa gun aakh vakhaanaa.

In der ganzen Erschaffung erkenne ich außer Dir niemanden. Du bist apriorisch, transzendent, Du bist grenzenlos, unendlich.

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

jo sayveh jo sayveh tuDh jee jan naanak tin kurbaanaa. ||2||

Auf welche Weise kann ich Deine Qualität, Deine Werte beschreiben? Nanak opfert sich für die, Die, die Dir dienen.

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

har Dhi-aavahi har Dhi-aavahi tuDh jee say jan jug meh sukhvaasee.

Diejenigen, die über Dich nachsinnen, die verehren Dich, wohnen in Freude in der Welt.

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

say mukat say mukat bha-ay jin har Dhi-aa-i-aa jee tin tootee jam kee faasee.

Diejenigen, die den Herrn im Sinne haben, erreichen ihre Freiheit – Sie Befreien sich von der Schlinge des Yamas.

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

jin nirbha-o jin har nirbha-o Dhi-aa-i-aa jee tin kaa bha-o sabh gavaasee.

Diejenigen, die die furchtlosen Allmächtige nachsinnen, Sie Befreien sich vor jeder Furcht.

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

jin sayvi-aa jin sayvi-aa mayraa har jee tay har har roop samaasee.

Diejenigen, die über den Herrn die Allmächtige meditieren. Sie einverleiben sich in den Herrn.

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

say Dhan say Dhan jin har Dhi-aa-i-aa jee jan naanak tin bal jaasee. ||3||

Sie sind gesegnet und bekommen die Huldigung. Diejenigen, die über den Herrn nachsinnen, Nanak opfert sich für Derartige.

ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ ਜੀ ਭਰੇ ਬਿਅੰਤ ਬੇਅੰਤਾ ॥

tayree bhagat tayree bhagat bhandaar jee bharay bi-ant bay-antaa.

O Gebieter, Dein Vorrat ist unerschöpflich, Er ist vor lauter Verehrung bis zum Rande gefüllt.

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

tayray bhagat tayray bhagat salaahan tuDh jee har anik anayk anantaa.

Unzählbar sind die Heiligen und die Urteilsfähigen, Die die Würde Deines Namens verehren.

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

tayree anik tayree anik karahi har poojaa jee tap taapeh jaapeh bay-antaa.

Sie ertragen die Härte und verehren Deinen Namen. Unzählbar sind die Smritis und die Shastras, und ihre Leser.

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

tayray anayk tayray anayk parheh baho simrit saasat jee kar kiri-aa khat karam karantaa.

Sie lesen die Heiligen Bücher und üben die sechs¹ religiösen Bräuche aus.

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

say bhagat say bhagat bhalay jan naanak jee jo bhaaveh mayray har bhagvantaa.

Aber nur sie sind die wahren Heiligen , die dem Herrn gefallen.

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

tooN aad purakh aprampar kartaa jee tuDh jayvad avar na ko-ee.

Du bist das ursprüngliche Wesen. Du bist der Schöpfer. Du bist grenzenlos - niemand ist Dir gleich.

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

tooN jug jug ayko sadaa sadaa tooN ayko jee tooN nihchal kartaa so-ee.

Über den Zeiten hinweg bist Du derselbe, unveränderliche Erschaffer. Alles, was Du verlangst. O Herr, geschieht nach Deinem Willen.

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

tuDh aapay bhaavai so-ee vartai jee tooN aapay karahi so ho-ee.

Dein Wille herrscht überall und ewig. Du selbst hast die Kreation geschaffen.

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

tuDh aapay sarisat sabh upaa-ee jee tuDh aapay siraj sabh go-ee.

Alles geschieht durch Deine Führung.

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

jan naanak gun gaavai kartay kay jee jo sabhsai kaa jaano-ee. ||5||1||

Nanak, lobpreise den Herrn - er ist allwissend!

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ॥

aasaa mehlaa 4.

Asa M. 4

ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਸਚਿਆਰੁ ਮੈਡਾ ਸਾਂਈ ॥

tooN kartaa sachiaar maidaa saaN-ee.

Du bist der wahre Erschaffer, O mein Gebieter,

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

jo ta-o bhaavai so-ee theesee jo tooN deh so-ee ha-o paa-ee. ||1|| rahaa-o.

Nichts geschieht Ohne Deinen Willen. Ich bekomme nur das, was Du mir gibst,

ਸਭ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਸਭਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

sabh tayree tooN sabhnee Dhi-aa-i-aa.

Alles gehört Dir, alle verehren Dich

ਜਿਸ ਨੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਹਿ ਤਿਨਿ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਪਾਇਆ ॥

jis no kirpaa karahi tin naam ratan paa-i-aa.

Diejenigen, die Deine Gnade bekommen, erlangen die Perle von Deinem Namen.

ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਧਾ ਮਨਮੁਖਿ ਗਵਾਇਆ ॥

gurmukh laaDhaa manmukh gavaa-i-aa.

Die Gottesfürchtigen² gewinnen sie (die Perle). die Eingebildeten verlieren sie.

ਤੁਧੁ ਆਪਿ ਵਿਛੋੜਿਆ ਆਪਿ ਮਿਲਾਇਆ ॥੧॥

tuDh aap vichhorhi-aa aap milaa-i-aa. ||1||

Du selbst vereinigst die ersten und entfernst die anderen.

ਤੂੰ ਦਰੀਆਉ ਸਭ ਤੁਝ ਹੀ ਮਾਹਿ ॥

tooN daree-aa-o sabh tujh hee maahi.

Du bist der Ozean, in dem alles lebt.

ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ॥

tujh bin doojaa ko-ee naahi.

Ohne Dich wird nichts da sein.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੇਰਾ ਖੇਲੁ ॥

jee-a jant sabh tayraa khayl.

Die Schöpfung ist nur Dein Schauspiel.

ਵਿਜੋਗਿ ਮਿਲਿ ਵਿਛੁੜਿਆ ਸੰਜੋਗੀ ਮੇਲੁ ॥੨॥

vijog mil vichhurhi-aa sanjogee mayl. ||2||

Manche vereinigen sich mit Dir; manche trennen sich von Dir

ਜਿਸ ਨੇ ਤੂ ਜਾਣਾਇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਜਾਣੈ ॥

jis no too jaanaa-ihī so-ee jan jaanai.

Derjenige, den du unterrichtest, wird Dein Anwesen empfinden,

ਹਰਿ ਗੁਣ ਸਦ ਹੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੈ ॥

har gun sad hee aakh vakhaanai.

Und er wird dich lobpreisen. stets und überall.

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥

jini har sayvi-aa tin sukh paa-i-aa.

Derjenige, der dem Herrn dient, ist immer zufrieden und glücklich,

ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥੩॥

sehjay hee har naam samaa-i-aa. ||3||

Und er verschmilzt sich unbemerkt mit dem göttlichen Namen.

ਤੂੰ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਹੋਇ ॥

too aapay kartaa tayraa kee-aa sabh ho-ay.

Du bist der Erschaffer, alles ist Deine Kunst.

ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਦੂਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥

tuDh bin doojaa avar na ko-ay.

Außer Dir selbst ist niemand Dir ähnlich.

ਤੂੰ ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖਹਿ ਜਾਣਹਿ ਸੋਇ ॥

too kar kar vaykheh jaaneh so-ay.

Du selbst erzeugst, Du siehst deine Schöpfung, Du kennst sie.

ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥੪॥੨॥

jan naanak gurmukh pargat ho-ay. ||4||2||

Nanak, der Herr offenbart sich dem, Der den vom Guru gezeigten Weg beschreitet und ihm folgt.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

aasaa mehlaa 1.

Asa M. 1

ਤਿਤੁ ਸਰਵਰਹੈ ਭਈਲੇ ਨਿਵਾਸਾ ਪਾਣੀ ਪਾਵਕੁ ਤਿਨਹਿ ਕੀਆ ॥

tit saravrarhai bha-eelay nivaasaa paanee paavak tineh kee-aa.

Wir wohnen in dem Teich der Welt. Darin hat der Herr das Wasser und das Feuer gestellt.

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

pankaj moh pag nahee chaalai ham daykhaa tah doobee-alay. ||1||

Mit den Füßen in dem Schlamm seiner Sehnsucht gefangen, Wird man unfähig, weitere Schritte zu machen. Ich habe viele Menschen gesehen, die in dem Sumpf ertrinken,

ਮਨ ਏਕੁ ਨ ਚੇਤਸਿ ਮੂੜ ਮਨਾ ॥

Man-ayk na chaytas moorh manaa.

O Mein Geist, O unwissender Geist,

ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਲਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

har bisrat tayray gun gali-aa. ||1|| rahaa-o.

Warum denkst du nicht über den Herrn nach? Wenn man den Herrn vergisst, sterben alle seine Werte.

ਨਾ ਹਉ ਜਤੀ ਸਤੀ ਨਹੀ ਪੜਿਆ ਮੂਰਖ ਮੁਗਧਾ ਜਨਮੁ ਭਇਆ ॥

naa ha-o jatee satee nahee parhi-aa moorakh mugDhaa janam bha-i-aa.

Ich bin weder keusch noch aufrichtig noch gelehrt. Mein Leben ist ähnlich dem der Tiere.

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

paranvat naanak tin kee sarnaa jin too naahee veesri-aa. ||2||3||

Deshalb, Nanak, versuche den Schutz der Heiligen zu finden, Die auf keine Weise den Namen des Herrn aufgeben.

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥

aasaa mehlaa 5.

Asa M. 5

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥

bha-ee paraapat maanukh dayhuree-aa.

O Sterblicher, der Herr hat dir den menschlichen Körper gewährt.

ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥

gobind milan kee ih tayree baree-aa.

Nun ist die Zeit, dass du versuchst, dem Herrn zu begegnen.

ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੇ ਨ ਕਾਮ ॥

avar kaaj tayrai kitai na kaam.

Alles andere ist ohne Nutzen.

ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥੧॥

mil saaDhsangat bhaj kayval naam. ||1||

In der Gesellschaft der Heiligen verehere immer nur Naam!

ਸਰੰਜਾਮਿ ਲਾਗੁ ਭਵਜਲ ਤਰਨ ਕੈ ॥

sara^Njaam laag bhavjal taran kai.

Versuche, den schrecklichen Ozean beharrlich zu überqueren!

ਜਨਮੁ ਬ੍ਰਿਥਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

janam baritha jaat rang maa-i-aa kai. ||1|| rahaa-o.

Gefangen in der Liebe der Sinnestäuschung der Welt, Geht dein Leben in leerer Hoffnung verloren.

ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਧਰਮੁ ਨ ਕਮਾਇਆ ॥

jap tap sanjam Dharam na kamaa-i-aa.

Ich habe weder über deinen Namen nachgesonnen,

ਸੇਵਾ ਸਾਧ ਨ ਜਾਨਿਆ ਹਰਿ ਰਾਇਆ ॥

sayvaa saaDh na jaani-aa har raa-i-aa.

Noch Buße betrieben.O Herr, ich habe nicht den Heiligen gedient.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਮ ਨੀਚ ਕਰੰਮਾ ॥

kaho naanak ham neech kammaa.

Nanak sagt: " Meine Taten sind unwürdig,

ਸਰਣਿ ਪਰੇ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮਾ ॥੨॥੪॥

saran paray kee raakho sarmaa. ||2||4||

Ich verlasse mich auf Dich.O Herr, schütze mich und meine Ehre!

ਅਰਦਾਸ

ARDAS

Gebet

ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ॥

Ek-Oankar. Waheguroo Ji Ki Fateh

Gott ist einer. Aller Sieg kommt vom wundersamen Guru (Gott).

ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਸਹਾਇ।

Sri Bhagouti ji Sahai

Möge uns der geachtete Gott in Gestalt des Vernichters der Übeltäter helfen !

ਵਾਰ ਸ੍ਰੀ ਭਗੋਤੀ ਜੀ ਕੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ੧੦॥

Vaar Sri Bhagouti Ji Ki Paatshaahee Dasvee

Ode des respektierten Gottes, rezitiert vom Zehnten-Guru.

ਪ੍ਰਿਥਮ ਭਗੋਤੀ ਸਿਮਰਿ ਕੈ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਲਈ ਧਿਆਇ॥

Pritham Bhagouti Simar Kai, Guru Naanak Layee Dhiyae

Erinnere dich zuerst an Gott in Form des Zerstörers der Übeltäter; dann erinnere dich an Nanak. (verweile bei seinem spirituellen Beitrag)

ਫਿਰ ਅੰਗਦ ਗੁਰ ਤੇ ਅਮਰਦਾਸੁ ਰਾਮਦਾਸੈ ਹੋਈ ਸਹਾਇ॥

Angad Gur Te Amar Das, Raamdaasai Hoye Sahai

Dann erinnere dich und meditiere über Guru Angad, Guru Amar Das und Guru Ram Das; mögen sie uns helfen ! (verweile bei ihrem spirituellen Beitrag)

ਅਰਜਨ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਨੇ ਸਿਮਰੈ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਰਾਇ॥

Arjan Hargobind No Simrou Sri Har Rai

Erinnere dich und meditiere über Guru Arjan, Guru Hargobind und den respektierten Guru Har Rai. (verweile bei ihrem spirituellen Beitrag)

ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਧਿਆਈਐ ਜਿਸ ਡਿਠੈ ਸਭਿ ਦੁਖ ਜਾਇ॥

Sri HarKrishan Dhiyaa-eeai Jis Dhithi Sabh Dukh Jaye

Erinnere dich und meditiere über Guru Arjan, Guru Hargobind und den

respektierten Guru Har Rai. (verweile bei ihrem spirituellen Beitrag)

ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਿਮਰਿਐ ਘਰ ਨਉ ਨਿਧਿ ਆਵੈ ਧਾਇ॥

[Teg Bahadur Simareeai Ghar No Nidh Avai Dhai](#)

Erinnere dich an Guru Tegh Bahadur und dann werden neun Quellen spirituellen Reichtums zu dir nach Hause eilen.

ਸਭ ਥਾਂਈ ਹੋਇ ਸਹਾਇ॥

[Sabh Thai Ho-e Sahaai](#)

O Gott! Hilf uns überall, indem du uns den Weg zeigst.

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

[Dasvaa Paatshaah Guru Gobind Singh Ji Sabh Thai Ho-e Sahaai](#)

Denken Sie an den respektierten zehnten Guru Gobind Singh (verweilen Sie bei seinem spirituellen Beitrag). O Gott! Hilf uns überall, indem du uns den Weg zeigst.

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](#)

Meditieren Sie über das göttliche Licht der Zehn Könige, das im respektierten Guru Granth Sahib enthalten ist, wenden Sie Ihre Gedanken ihren göttlichen Lehren zu und genießen Sie den Anblick von Guru Granth Sahib. Jeder sagt Waheguru (Wunderbarer Gott) !

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

[Panja Piyariya, Chauhaa Sahibzadiya, Chaliya Mukhtiya, Huthiya, Jupiya, Tupiya, Jina Nam Jupiya, Vand Shakiya, Deg Chalaeee, Teg Vaahee, Dekh Ke Andhith Keetaa, Tinhaa Piariyaa, Sachiaariyaa Dee Kamaeee, Da Dhiyaan Dhar Ke Bolo Ji Waheguroo](#)

Denken Sie an die Taten der Fünf Geliebten, der Vier Söhne (von Guru Gobind Singh); die vierzig Märtyrer; der tapferen Sikhs mit unbeugsamer Entschlossenheit; von den Devotees, die in die Farbe von Naam getaucht

sind; von denen, die in Naam versunken waren; von denen, die sich an Naam erinnerten und ihr Essen in Gesellschaft teilten; von denen, die freie Küchen angingen; von denen, die ihre Schwerter geschwungen haben (um die Wahrheit zu bewahren); von denen, die die Mängel anderer übersehen haben; All dies war rein und wahrhaft hingebungsvoll; jeder sagt Waheguru (Wunderbarer Gott) !

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 Chiraae Ge, Gurdwaraiya Di Seva Layee Kurbaniya Keethiya, Dharam Nehee Haariye, Sikhi Kesaa Suwaasaa Naal Nibaahee, Tina Dee Kamaaee Daa Dhiyaan Dhar Ke Bolo Ji Waheguroo

Denke und erinnere dich an den einzigartigen Dienst dieser tapferen Sikh-Männer und -Frauen, die ihre Köpfe opferten, aber ihre Sikh-Religion nicht aufgaben; Wer könnte von den Gelenken des Körpers in Stücke geschnitten werden; Wem wurde die Kopfhaut entfernt; Die wurden gebunden und auf Rädern gedreht und in Stücke gebrochen; Mit Sägen geschnitten; Die lebendig gehäutet wurden; Die sich selbst geopfert haben, um die Würde der Gurdwaras zu wahren; Die ihren Sikh-Glauben nicht aufgegeben haben; Die ihre Sikh-Religion bewahrten und ihre Haare bis zum letzten Atemzug ungeschnitten hielten; jeder sagt Waheguru (Wunderbarer Gott) !

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

Saarey Takhta Sarbat Gurdwariya Daa Dhiyaan Dhur Ke Bolo Ji Waheguroo

Wenden Sie Ihre Gedanken allen Sitzen der Sikh-Religion und allen Gurdwaras zu; jeder sagt Waheguru (Wunderbarer Gott) !

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

Zuerst bitten alle respektierten Khalsa darum, über Deinen Namen zu

meditieren; und als Ergebnis werden alle mit Frieden und Glück überschüttet.

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

Möge Gott den Khalsa seinen Schutz und seine Barmherzigkeit gewähren, wo immer sie sind. Möge die Khalsa siegreich sein, indem sie das Wohlergehen und den Schutz der Gemeinschaft sicherstellt, möge Gott Seine Gnade über die Khalsa ausschütten, möge Er unser Beschützer gegen Tyrannei und Unterdrückung sein, möge die Khalsa siegreich sein, jeder sagt Waheguru (Wunderbarer Gott) !

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 !!!

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

Schenke den Sikhs freundlicherweise die Gabe des Sikhismus, die Gabe langer Haare, die Gabe der Einhaltung der Sikh-Gesetze, die Gabe göttlichen Wissens, die Gabe des festen Glaubens, die Gabe des Glaubens und die größte Gabe von Naam. Oh Gott ! Mögen die Chöre, das Herrenhaus und die Banner für immer stehen; möge die Wahrheit jemals triumphieren; absoluter Wahe Guru (Wunderbarer Gott) !

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

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

Mögen die Geister aller Sikhs demütig und ihre Weisheit erhaben bleiben; Oh Gott ! Du bist der Beschützer der Weisheit.

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 Wahrer Vater, Wahe Guru! Du bist der Ruhm der Sanftmütigen, die Stärke der Hilflosen, die Zuflucht der Obdachlosen, wir beten demütig in deiner Gegenwart.

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

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

Bitte verzeihe unsere Fehler und Unzulänglichkeiten beim Rezitieren des obigen Gebets. Bitte erfülle alle Objekte.

ਸੇਈ ਪਿਆਰੇ ਮੇਲ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਿਲਿਆਂ ਤੇਰਾ ਨ ਚਿੱਤਆਵੇ। 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

Bringe uns freundlicherweise dazu, diese wahren Devotees zu treffen, indem wir uns treffen, damit wir uns an Deinen Namen erinnern und über ihn meditieren können. Oh Gott! möge Dein Name (offenbart von Guru Nanak) immer aufsteigenden Geist bringen und möge alles nach Deinem Willen gedeihen.

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ

Waheguroo Ji Ka Khaalsaa Waheguroo Ji Ki Fateh

Die Khalsa gehört Gott; Jeder Sieg ist der Sieg Gottes.

Begeben Sie sich auf eine Reise der Seele: Pflegen Sie Ihren Geist

Entdecken Sie Praktiken, die Ihre spirituelle Reise bereichern und tieferen Sinn im Leben finden.

Die drei Grundprinzipien des Sikhismus für diese Reise :

Naam Japna : Sich an das Göttliche erinnern,

Kirat Karni: Ehrlich arbeiten,

Vand Chhakna : Mit anderen teilen.

Sie führen uns zu spiritueller Befreiung (Mukti) und einer gerechten Gesellschaft. Diese im Guru Granth Sahib verankerten Prinzipien bilden die Grundlage des Sikh-Lebens.

4. Guru Ram Das Jis Weisheit für die tägliche Praxis : Im Guru Granth Sahib (Seiten 305-306) bietet er tiefe Einblicke in die tägliche spirituelle Reise eines Sikhs:

- 1. Aufgabe des Tages:** Ein wahrer Schüler des Gurus beginnt jeden Tag mit einer liebevollen Erinnerung an das Göttliche.
- 2. Reinigen Sie Körper und Geist:** Stehen Sie früh auf, baden Sie und vertiefen Sie sich in die Erinnerung an Gott. Fühlen Sie, wie Ihre Seele in göttlichem Nektar badet.
- 3. Befreiung durch Erinnerung:** Indem man den Lehren des Gurus folgt und sich hingebungsvoll an den göttlichen Namen erinnert, beseitigt man Leiden und innere Unruhe, die durch weltliche Bindungen verursacht werden.
- 4. Singen und nachdenken:** Singen Sie bei Ihren täglichen Aktivitäten kontinuierlich Loblieder auf Gott und denken Sie über den Namen Gottes nach.
- 5. Werden Sie zu einem Leuchtfeuer des Friedens:** Ein Anhänger eines

Gurus, der sich mit jedem Atemzug liebevoll an den göttlichen Namen erinnert, wird zu einer heiteren und inspirierenden Seele.

- 6. Empfangen Sie göttliche Weisheit:** Der Guru schenkt diese tiefe Weisheit denen, die seine Gnade verdient haben.
- 7. Andere inspirieren:** Guru Nanak verneigt sich vor dem Schüler, der sich nicht nur an den göttlichen Namen erinnert, sondern auch andere dazu inspiriert, dasselbe zu tun.
- 8. Seltene und kostbare Seelen:** Wirklich hingebungsvolle Menschen sind selten, doch ihre Erinnerung an das Göttliche kommt unzähligen anderen spirituell zugute.
- 9. Vermeiden Sie Negativität:** Distanzieren Sie sich von denen, die die Lehren des Gurus ignorieren und im Kreislauf spiritueller Unwissenheit gefangen bleiben. Hüten Sie sich vor denen, die in Ihrer Gegenwart schönreden, aber hinter Ihrem Rücken Negativität verbreiten.

Philosophie für die Reise

Die Philosophie des Sikhismus zeichnet sich durch Logik, Vollständigkeit und ihre „schnörkellose“ Herangehensweise an die spirituelle und materielle Welt aus. Ihre Theologie ist von Einfachheit geprägt. In der Sikh-Ethik gibt es keinen Konflikt zwischen der Pflicht des Einzelnen gegenüber sich selbst und der gegenüber der Gesellschaft (sangat).

Der Sikhismus ist die jüngste Weltreligion. Der Sikhismus wurde vor etwa 500 Jahren von Guru Nanak gegründet. Es betont den Glauben an ein Höchstes Wesen, das der Schöpfer des Universums ist. Es bietet einen einfachen geraden Weg zur ewigen Glückseligkeit und verbreitet eine Botschaft der Liebe und der universellen Brüderlichkeit. Der Sikhismus ist ein streng monotheistischer Glaube und erkennt Gott als den Einzigen an, der keinen zeitlichen oder räumlichen Beschränkungen unterliegt. Der Sikhismus glaubt, dass es nur einen Gott gibt, der der Schöpfer, Erhalter, Zerstörer ist und keine menschliche Form annimmt. Die Theorie von Avtarvad (Inkarnation) hat im Sikhismus keinen Platz. Sie misst Göttern und Göttinnen und anderen Gottheiten keinen Wert bei.

Im Sikhismus gehören Ethik und Religion zusammen. Man muss moralische Qualitäten einprägen und Tugenden im Alltag praktizieren, um einen Schritt in Richtung spiritueller Entwicklung zu machen. Eigenschaften wie Ehrlichkeit, Mitgefühl, Großzügigkeit, Geduld und Demut können nur durch Anstrengung und Ausdauer aufgebaut werden. Die Leben unserer großen Gurus sind eine Quelle der Inspiration in dieser Richtung. Die Sikh-Religion lehrt, dass das Ziel des menschlichen Lebens darin besteht, den Kreislauf von Geburt und Tod zu durchbrechen und mit Gott zu verschmelzen. Dies kann erreicht werden, indem man den Lehren des Gurus folgt, über den Heiligen Namen (Naam) meditiert und Taten des Dienens und der Nächstenliebe ausführt.

Naam Marg betont die ständige Hingabe an die Erinnerung an Gott. Man muss die fünf Laster kontrollieren, nämlich Kam (Verlangen), Krodh (Wut), Lobhe (Gier), Moah (weltliche Bindung) und Ahankar (Stolz), um Erlösung zu erlangen. Die Rituale und Routinepraktiken wie Fasten und Pilgern, Omen und Strenge werden in der Sikh-Religion abgelehnt. Man sollte den Lehren von Guru Granth Sahib folgen. Der Sikhismus betont Bhagti Marg oder den Weg der Hingabe. Es erkennt jedoch die Bedeutung von Gian Marg (Weg des Wissens) und Karam Marg (Weg des Handelns) an. Es legt großen Wert auf die

Notwendigkeit, Gottes Gnade zu verdienen, um das spirituelle Ziel zu erreichen.

Der Sikhismus ist eine moderne, logische und praktische Religion. Sie glaubt, dass ein normales Familienleben (Grahast) kein Hindernis für die Erlösung darstellt. Zölibat oder Entsagung der Welt ist nicht notwendig, um Erlösung zu erlangen. Es ist möglich, inmitten weltlicher Übel und Versuchungen losgelöst zu leben. Ein Devotee muss in der Welt leben und dennoch seinen Kopf über die übliche Anspannung und den Aufruhr bewahren. Er muss ein gelehrter Soldat und ein Heiliger Gottes sein.

Der Sikhismus ist eine kosmopolitische und "säkulare Religion" und lehnt daher alle Unterscheidungen von Kaste, Glauben, Rasse oder Geschlecht ab. Sie glaubt, dass alle Menschen in den Augen Gottes gleich sind. Die Gurus betonten die Gleichheit von Männern und Frauen und wandten sich gegen die Praxis des Tötens weiblicher Kinder und Sati (Witwenverbrennung). Sie befürworteten auch aktiv die Wiederverheiratung von Witwen und lehnten das Purdah-System (Frauen, die Schleier tragen) ab. Um den Geist auf Ihn gerichtet zu halten, muss man über den heiligen Namen (Naam) meditieren und Taten des Dienstes und der Nächstenliebe vollbringen. Es wird als ehrenhaft angesehen, seinen täglichen Lebensunterhalt durch ehrliche Arbeit und Arbeit (kirat karna) zu verdienen und nicht durch Betteln oder den Einsatz unehrlicher Mittel. Vand Chhakna, das Teilen mit anderen ist auch eine soziale Verantwortung. Es wird erwartet, dass der Einzelne den Bedürftigen hilft. Auch Seva, Zivildienst, ist ein fester Bestandteil des Sikhismus. Ausdruck dieses Gemeinschaftsdienstes ist die kostenlose Gemeinschaftsküche (langar), die es in jedem Gurdwara gibt und die Menschen aller Religionen offen steht.

Die Sikh-Religion befürwortet Optimismus und Hoffnung. Sie akzeptiert die Ideologie des Pessimismus nicht. Die Gurus glaubten, dass dieses Leben einen Zweck und ein Ziel hat. Es bietet eine Gelegenheit zur Selbstverwirklichung und Gottverwirklichung. Darüber hinaus sind die Menschen für ihr eigenes Handeln verantwortlich. Er kann keine Immunität von den Ergebnissen seiner Handlungen beanspruchen. Er muss daher bei dem, was er tut, sehr wachsam sein.

Sikh-Schrift, Guru Granth Sahib ist der ewige Guru. Dies ist die einzige Religion, die dem Heiligen Buch den Status eines religiösen Lehrers verliehen hat. In der Sikh-Religion ist kein Platz für einen lebenden menschlichen Guru (Dehdhari).

Rolle der Frauen

Die Prinzipien des Sikhismus besagen, dass Frauen die gleiche Seele wie Männer haben und das gleiche Recht auf spirituelle Entwicklung haben. Sie können religiöse Gemeinden leiten, am Akhand Path (der kontinuierlichen Rezitation der Heiligen Schrift) teilnehmen, Kirtan (gemeinsames Singen von Hymnen) aufführen und als Granthis (Priester) wirken. Sie können an allen religiösen, kulturellen, sozialen und weltlichen Aktivitäten teilnehmen. Der Sikhismus war die erste große Weltreligion, die Mann und Frau gleichberechtigt machte. Guru Nanak predigte die Gleichberechtigung der Geschlechter, und seine Nachfolger ermutigten Frauen, sich voll und ganz an allen Aktivitäten des Sikh-Gottesdienstes und der Sikh-Praxis zu beteiligen.

Der Guru Granth Sahib erklärt:

„ Frauen und Männer, alle sind von Gott geschaffen. All dies ist Gottes Spiel. Nanak sagt: Deine ganze Schöpfung ist gut und heilig.“ – SGGGS S. 304

Die Sikh-Geschichte hat die Rolle der Frau dokumentiert und sie als den Männern in Dienstbereitschaft, Hingabe, Opferbereitschaft und Tapferkeit ebenbürtig dargestellt. Zahlreiche Beispiele für die moralische Würde, den Dienst und die Selbstaufopferung der Frau sind in der Sikh-Tradition niedergeschrieben.

Im Sikhismus sind Mann und Frau zwei Seiten derselben Medaille. In einem System wechselseitiger Beziehungen und gegenseitiger Abhängigkeit wird der Mann von der Frau und die Frau aus dem Samen des Mannes geboren. Laut Sikhismus kann sich ein Mann ohne eine Frau in seinem Leben nicht sicher und erfüllt fühlen, und sein Erfolg hängt von der Liebe und Unterstützung der Frau ab, die ihr Leben mit ihm teilt, und umgekehrt. Guru Nanak sagte:

„Es ist die Frau, die die Menschheit am Leben erhält“, und wir sollten „Frauen nicht als verflucht und verdammt betrachten, wenn doch aus Frauen Anführer und Könige geboren werden.“ SGGGS Seite 473.

Erlösung: Ein wichtiger Punkt ist, ob eine Religion Frauen für fähig hält, Erlösung, Gotteserkenntnis oder die höchste spirituelle Ebene zu erlangen. Der Guru Granth Sahib schreibt:

„Der Herr durchdringt alle Wesen, der Herr durchdringt alle Formen, männlich und weiblich“ (Guru Granth Sahib, S. 605).

Laut der obigen Aussage des Guru Granth Sahib ruht das Licht Gottes gleichermaßen auf beiden Geschlechtern. Sowohl Männer als auch Frauen können daher in gleichem Maße Erlösung erlangen, wenn sie den Lehren des Gurus folgen. In vielen Religionen gelten Frauen als Hindernis für die Spiritualität des Mannes, nicht jedoch im Sikhismus. Der Guru lehnt dies ab. In „Current

Thoughts on Sikhism“ erklärt Alice Basarke :

„Der erste Guru stellte die Frau auf eine Stufe mit dem Mann ... Die Frau war für den Mann kein Hindernis, sondern eine Partnerin im Dienst Gottes und auf der Suche nach Erlösung . “

Ehe: Guru Nanak empfahl Grhastha – das Leben eines Haushälters. Anstelle von Zölibat und Entsagung waren Mann und Frau gleichberechtigte Partner und beiden wurde Treue auferlegt. In den heiligen Versen wird häusliches Glück als geschätztes Ideal dargestellt und die Ehe diene als gängige Metapher für den Ausdruck der Liebe zum Göttlichen. Bhai Gurdas , Dichter des frühen Sikhismus und maßgeblicher Interpret der Sikh-Doktrin, zollt den Frauen großen Respekt. Er sagt:

„Eine Frau ist im Elternhaus der Liebling und wird von Vater und Mutter innig geliebt. Im Haus ihrer Schwiegereltern ist sie die Stütze der Familie, die Garantie ihres Glücks. ... Mit spiritueller Weisheit und Erleuchtung und edlen Eigenschaften ausgestattet, begleitet die Frau, die andere Hälfte des Mannes, ihn zur Tür der Befreiung.“ (Varan, V.16)

Gleichstellung : Um die Gleichstellung von Mann und Frau zu gewährleisten, machten die Gurus bei Initiation, Unterricht oder Teilnahme an Sangat (heilige Gemeinschaft) und Pangat (gemeinsame Mahlzeiten) keinen Unterschied zwischen den Geschlechtern. Laut Sarup Das Bhalla, Mahima Prakash und Guru Amar Das missbilligte das Tragen des Schleiers durch Frauen. Er beauftragte Frauen mit der Aufsicht einiger Schülergemeinschaften und predigte gegen den Brauch des Sati . Die Sikh-Geschichte verzeichnet die Namen mehrerer Frauen, darunter Mata Gujri Mai Bhago , Mata Sundari , Rani Sahib Kaur , Rani Sada Kaur und Maharani Jind Kaur, die in den Ereignissen ihrer Zeit eine wichtige Rolle spielten

Bildung: Bildung wird im Sikhismus als sehr wichtig erachtet. Sie ist der Schlüssel zum Erfolg. Sie ist ein Prozess der persönlichen Entwicklung und der Grund, warum der dritte Guru zahlreiche Schulen gründete. Der Guru Granth Sahib schreibt:

„Alles göttliche Wissen und alle Kontemplation erlangt man durch den Guru“ (Guru Granth Sahib, S. 831).

Bildung ist für alle unerlässlich, und jeder muss daran arbeiten, sein Bestes zu geben. 52 der vom dritten Guru ausgesandten Sikh-Missionare waren Frauen. In „Die Rolle und der Status der Sikh-Frauen“ schreibt Dr. Mohinder Kaur Gill: **„Guru Amar Das war überzeugt, dass Lehren erst dann Fuß fassen können, wenn sie von Frauen angenommen werden .“**

Kleidervorschriften : Neben der Verpflichtung für Frauen, keinen Schleier zu tragen, gibt es im Sikhismus eine einfache, aber wichtige Aussage zur Kleiderordnung. Diese gilt für alle Sikhs, unabhängig vom Geschlecht. Der Guru Granth Sahib schreibt:

„Vermeiden Sie das Tragen von Kleidung, die Ihren Körper unbequem macht und Ihren Geist mit bösen Gedanken erfüllt.“ SGGs, Seite 16.

So erkennen die Sikhs, welche Art von Kleidung Ihren Geist mit bösen Gedanken erfüllt und sollten diese vermeiden. Von Sikh-Frauen wird erwartet, sich mit Kirpan (Schwert) und anderen Mitteln zu verteidigen. Dies ist für Frauen einzigartig, da es das erste Mal in der Geschichte war, dass von Frauen erwartet wurde, sich selbst zu verteidigen, und sie nicht für ihren körperlichen Schutz auf Männer angewiesen waren.

Zitate von SGGs : „ Auf Erden und im Himmel sehe ich keine Sekunde. Unter allen Frauen und Männern leuchtet sein Licht.“ Sggs Seite 223. Aus einer Frau wird der Mann geboren; in einer Frau wird der Mann gezeugt; mit einer Frau verlobt und verheiratet er sich. Die Frau wird seine Freundin; durch sie kommen die zukünftigen Generationen. Wenn seine Frau stirbt, sucht er eine andere; an sie ist er gebunden. Warum also sie schlecht nennen? Aus ihr werden Könige geboren. Aus einer Frau wird eine Frau geboren; ohne sie gäbe es niemanden. Guru Nanak, SGGs Seite 473

In Bezug auf die Mitgift: „O mein Herr, gib mir deinen Namen als Hochzeitsgeschenk und Mitgift.“ Shri Guru Ram Das ji, Seite 78, Zeile 18 SGGs

Zur Praxis der Purdah: „Bleib, bleib, Schwiegertochter – verhülle dein Gesicht nicht mit einem Schleier. Am Ende wird dir das nicht einmal die Hälfte einbringen. Die vor dir pflegte ihr Gesicht zu verhüllen; folge nicht ihrem Beispiel. Der einzige Vorteil, dein Gesicht zu verhüllen, ist, dass die Leute ein paar Tage lang sagen werden: „Was für eine edle Braut ist gekommen!“ Dein Schleier wird nur dann wahr sein, wenn du hüpfst, tanzt und die glorreichen Lobpreisungen Gottes singst. – S. 484, SGGs

Frauen und tatsächlich alle Seelen wurden nachdrücklich ermutigt, ein spirituelles Leben zu führen: „Kommt, meine lieben Schwestern und spirituellen Gefährtinnen, drückt mich fest in eure Arme. Lasst uns zusammenkommen und Geschichten von unserem allmächtigen Ehemann Herrn erzählen.“ – Guru Nanak, S. 17, SGGs.

„Freund, jede andere Abnutzung zerstört das Glück, die Abnutzung, die den Gliedern Qualen bereitet und den Geist mit üblen Gedanken erfüllt“ – SGGs Seite 16

Bedeutung des Turbans

Turban war schon immer ein untrennbarer Bestandteil eines Sikhs. Seit Guru Nanak, dem Gründer des Sikhismus, schmücken Sikhs den Turban. Ein Turban ist für einen Sikh viel mehr als eine Krone für einen König.

Dastar“ ist ein anderer Name für den Sikh-Turban, der sich auf „Segen des Gurus“ bezieht. Alle diese Wörter beziehen sich auf das Kleidungsstück, das sowohl von Männern als auch von Frauen getragen wird, um ihre ungeschorenen Haare zu bedecken. Es ist ein Kopfschmuck, der aus einem langen, schalartigen Stoffstück besteht, das um den Kopf getragen wird.

Obwohl es von Guru Gobind Singh als einer der fünf Ks oder fünf Glaubensartikel vorgeschrieben wurde, das Haar ungeschoren zu lassen, wird es seit der Entstehung von Sikhi im Jahr 1469 lange mit dem Sikhismus in Verbindung gebracht. Das Tragen eines Turbans ist für alle obligatorisch. Die überwiegende Mehrheit der Menschen, die in westlichen Ländern Turbane tragen, sind Sikhs.

Traditionell steht der Turban für Seriosität und war lange Zeit ein Gegenstand, der einst dem Adel vorbehalten war. In früheren Zeiten wurde der Turban in Indien nur von Männern mit hohem Status in der Gesellschaft getragen. Während der Mogulherrschaft in Indien durften nur Muslime einen Turban tragen. Allen Nicht-Muslimen war das Tragen eines Turban strengstens untersagt.

Guru Gobind Singh forderte trotz dieser Satzungen der Moguln alle seine Sikhs auf, den Turban zu tragen. Dies sollte in Anerkennung der hohen moralischen Standards getragen werden, die er für seine Khalsa-Anhänger aufgestellt hatte. Er wollte, dass sein Khalsa anders und entschlossen war, „sich vom Rest der Welt abzuheben“ und dem einzigartigen Weg zu folgen, der von den Sikh-Gurus vorgegeben worden war. So hat sich ein Sikh mit Turban immer von der Masse abgehoben, da der Guru beabsichtigte, dass seine „Saint-Soldiers“ leicht erkennbar sind.

Wenn ein Sikh-Mann oder eine Sikh-Frau einen Turban trägt, ist der Turban nicht mehr nur ein Stoffband, sondern wird zu einem integralen Bestandteil der Kleidung. Die Gründe für das Tragen eines Turbans können vielfältig sein, wie Souveränität, Hingabe, Selbstachtung, Mut, Frömmigkeit usw. Aber warum die

Sikhs ihn tragen, ist es hauptsächlich, ihre Liebe, ihren Gehorsam und ihren Respekt für den Gründer des Khalsa-Guru zu zeigen, Gobind Singh.

Der Turban ist das Geschenk unseres Gurus an uns. So krönen wir uns selbst als die Singhs und Kaur, die auf dem Thron der Hingabe an unser eigenes höheres Bewusstsein sitzen. Für Männer und Frauen gleichermaßen vermittelt diese projektive Identität Königtum, Anmut und Einzigartigkeit. Es ist ein Signal für andere, dass wir im Bild der Unendlichkeit leben und uns dem Dienst an allen verschrieben haben. Der Turban repräsentiert nichts als vollkommene Hingabe. Wenn Sie sich entscheiden, sich durch das Binden Ihres Turbans abzuheben, treten Sie furchtlos als eine Person unter sechs Milliarden Menschen auf. Es ist eine herausragende Tat.

Demut ist der Schlüssel zu Ihrer Reise

Demut ist ein wichtiger Aspekt des Sikhismus . Demnach müssen sich Sikhs demütig vor Gott verneigen. Demut oder Nimrata sind im Punjabi eng verwandte Wörter. **Nimrata ist eine Tugend, die im Gurbani stark gefördert wird** . Die Übersetzung dieses Punjabi- Worts lautet „**Demut**“ , „**Güte**“ oder „**Bescheidenheit**“. Jemand, dessen Geist nicht von dem Gedanken abgelenkt wird, besser oder wichtiger als jemand anderes zu sein.

Problembereich - der obige Satz ist nicht korrekt

Dies ist eine wichtige Eigenschaft, die jeder Mensch pflegen sollte. Sie ist ein wesentlicher Bestandteil der Denkweise eines Sikhs und muss den Sikh stets begleiten. Die anderen vier Eigenschaften im Arsenal der Sikhs sind : Wahrheit (Sat), Zufriedenheit (Santokh), Mitgefühl (Daya) und Liebe (Py a ar).Diese fünf Eigenschaften sind für einen Sikh von wesentlicher Bedeutung und es ist seine Pflicht, zu meditieren und Gurbani zu rezitieren , um diese Tugenden zu verinnerlichen und sie zu einem Teil seiner Persönlichkeit zu machen.

Was Gurbani uns erzählt:

Die Frucht der Demut ist intuitiver Frieden und Freude. Mit Demut meditieren sie weiterhin über Gott, den Schatz der Vortrefflichkeit. Das gottesbewusste Wesen ist von Demut durchdrungen. Jemand, dessen Herz gnädigerweise mit bleibender Demut gesegnet ist. Im Sikhismus wird Demut als Bettelschale vor Gott betrachtet.

Guru Nanak, erster Guru des Sikhismus:

„Hören Sie zu und glauben Sie mit Liebe und Demut in Ihrem Geist und reinigen Sie sich mit dem Namen am heiligen Schrein tief in Ihrem Inneren.“ – SGGS, Seite 4.

„Machen Sie Zufriedenheit zu Ihren Ohrringen, Demut zu Ihrer Bettelschale und Meditation zur Asche, die Sie auf Ihren Körper auftragen.“ – SGGS, Seite 6.

„Im Reich der Demut ist das Wort Schönheit. Dort werden Formen von unvergleichlicher Schönheit geschaffen.“ SGGS Seite 8.

„Bescheidenheit, Demut und intuitives Verständnis sind meine Schwiegermutter und mein Schwiegervater“ – SGGS Seite 152.

Reise zur Spiritualität

Guru Granth Sahib ist ein ewig lebender Guru, eine poetische Komposition von Sikh-Gurus sowie hinduistischen und muslimischen Heiligen. Diese Zusammenstellung ist ein Geschenk Gottes an die gesamte Menschheit. Die Vision des Guru Granth Sahib ist eine Gesellschaft, die auf göttlicher Gerechtigkeit basiert und frei von jeglicher Unterdrückung ist. Obwohl der Guru Granth die Schriften des Hinduismus und des Islam anerkennt und respektiert, bedeutet dies keine moralische Versöhnung mit einer dieser Religionen. Im Guru Granth Sahib genießen Frauen hohes Ansehen und haben die gleiche Rolle wie Männer. Frauen haben die gleiche Seele wie Männer und daher das gleiche Recht, ihre Spiritualität zu pflegen und die gleiche Chance auf Befreiung zu erlangen. Frauen können an allen religiösen, kulturellen, sozialen und weltlichen Aktivitäten teilnehmen, einschließlich der Leitung religiöser Gemeinden.

Der Sikhismus befürwortet Gleichheit, soziale Gerechtigkeit, Dienst an der Menschheit und Toleranz gegenüber anderen Religionen. Die zentrale Botschaft des Sikhismus ist spirituelle Hingabe und Ehrfurcht vor Gott zu jeder Zeit, während im Alltag die Ideale von Mitgefühl, Ehrlichkeit, Bescheidenheit und Großzügigkeit praktiziert werden. Die drei Grundprinzipien der Sikh-Religion sind Meditation und Gotteserinnerung, das Streben nach einem ehrlichen Leben und das Teilen mit anderen.

Herzlichen Glückwunsch zu Ihrer Anstrengung, diese spirituelle Reise für die Seele anzutreten. Die Übersetzung kann nie annähernd dem Original entsprechen, insbesondere wenn der gesamte Guru Granth Sahib in Gedichtform vorliegt und die Verwendung von Metaphern die Aufgabe außerordentlich erschwert. In der göttlichen Botschaft werden oft hinduistische und muslimische mythologische Geschichten verwendet, Pralahad , Harnakash , Laxmi , Brahma usw. Bitte lesen Sie sie nicht wörtlich, sondern verstehen Sie ihre zugrunde liegende Botschaft. Der Schwerpunkt liegt auf der Tatsache, dass Gott einer ist und die Einheit mit ihm das Ziel des menschlichen Lebens ist.

Diese Arbeit wurde jahrelang von mehreren Freiwilligen geleistet, um Ihnen die göttliche Botschaft in Ihrer Sprache zu übermitteln. Bei Fragen schreiben Sie uns gerne eine E-Mail an walnut@gmail.com. Wir freuen uns, Sie auf diesem Weg zu begleiten.