A Guide to Inner Awakening

JUP, SO DAR, SOHILA

ESPAÑOL

CONTENIDO

Prólogo	.....	2
Mensaje Universal	.....	3
Mi Viaje	.....	4
Yap	.....	5
So Dar	.....	40
Sohila	.....	55

PRÓLOGO

El Gurbani (las palabras de iluminación universal) es un océano de Sabiduría Divina. No está destinado a una lectura ritualista, sino a ser estudiado e implementado para lograr una transformación positiva dentro de uno mismo. Todo el Gurbani es poético, y por eso puede volverse complicado si lo leemos con traducciones literales. Para comprender su mensaje, en este libro se ha evitado deliberadamente la traducción literal de las palabras. Nuestro esfuerzo es presentar el mensaje esencial de cada línea para los lectores.

Recuerda: nadie en el pasado, presente o futuro puede afirmar que su interpretación del Gurbani es definitiva y correcta. Reconocemos esto en nuestro humilde esfuerzo. Estamos compartiendo lo que hemos comprendido hasta este momento. Estudiemos las enseñanzas del Guru e implementémoslas en nuestras vidas.

Mejores deseos para todos.
Todo es Uno.

Bhai Inderjit Singh Goraya

MENSAJE UNIVERSAL

Los valores que iluminan a una persona y la hacen noble no están limitados a una sola religión, región o nación. Estos valores son como joyas preciosas, disponibles para todos como un regalo universal y parte del patrimonio compartido de la humanidad.

El estilo de vida descrito en el Gurbani está destinado a toda la humanidad. Sus enseñanzas se aplican por igual a todas las personas, sin importar su origen o fe—ya sean hindúes, musulmanes, sijs, cristianos, jainistas, budistas, parsis o de cualquier otra creencia. Al vivir estos valores, los individuos pueden mejorar sus vidas y fomentar la armonía con los demás.

Este camino puro de vida se llama Sikhi. Aquellos que adoptan la sabiduría invaluable compartida por los Guru Sahibs se convierten humildemente en estudiantes de este sendero, dedicados al auto-mejoramiento. Tales individuos se mantienen firmes contra los males sociales y la injusticia.

Apreciemos este tesoro compartido de la humanidad y reflexionemos profundamente sobre los mensajes que nos transmite.

MI VIAJE

Mi viaje hacia lo divino comenzó sirviendo langar (comida comunitaria gratuita) a las personas necesitadas en el centro de Edmonton, Alberta, Canadá. Estas personas viven en condiciones lamentables, ya que la mayoría de ellas son personas sin hogar y con adicciones a las drogas. Durante muchos años intentamos cambiar su mentalidad ofreciéndoles comidas gratuitas, empleos y otras oportunidades para ayudarlos a salir de las calles. Aunque no logramos un cambio sustancial en sus vidas, seguimos dedicando nuestros esfuerzos a su bienestar.

Mientras servía a estas personas, me interesé en comprender la filosofía del Gurbani y comencé a escuchar a Bhai Sarabjit Singh Dhunda, Ranjit Singh Dhandariyawale, Veer Bhupinder Singh Ji, Bhai Inderjit Singh Goraya y el Dr. Karminder Singh Dhillon. Después de escuchar a todos ellos, sentí un profundo deseo de aprender y comprender el mensaje del Gurbani.

Para lograr armonía en el mundo, creo que debemos llegar a nuestra generación más joven y contribuir a su formación de carácter. Es esencial desarrollar programas para niños que los involucren en el servicio comunitario y los eduquen en valores fundamentales. También debemos acercarnos a los padres y alentarlos a participar con sus hijos en esta iniciativa. Para generar un cambio en la sociedad, debemos compartir el mensaje universal del Gurbani. Con el compromiso de difundir el mensaje de amor, paz y armonía en todo el mundo, nos dedicamos a hacer que el mensaje del Gurbani esté disponible en el mayor número posible de idiomas.

Todo es Uno.

Manjit Singh Nerval
Sikhs for humanit

ੴ

ek-o^{NG}kar
sat nam karta purkj nirbja-o nirver
akal murat ayuni seibha^{NG} gur prasad.

El Gurbani (las enseñanzas del Guru) es un océano de Sabiduría Divina. No está destinado a la lectura ritualista, sino a estudiar e implementar para lograr una transformación positiva dentro de uno mismo. Todo el Gurbani está en poesía, por eso se vuelve complicado si leemos las traducciones literales. Para entender el mensaje del Gurbani, se ha evitado deliberadamente la traducción literal en este libro. Nuestro esfuerzo es presentar el mensaje directo de cada línea a los lectores. Recuerda, nadie en el pasado, presente o futuro puede afirmar que sus interpretaciones del Gurbani son definitivas y "las" correctas. Esto también es nuestro humilde esfuerzo. Todo lo que hemos comprendido hasta este punto, lo presentamos. Estudiemos las enseñanzas del Guru e implementémoslas en nuestras vidas. Deseemos el bien a todos.

Esta composición se llama comúnmente el 'Mool Mantra'. El mantra en el sijismo nunca es un conjunto de palabras que, cuando se recitan ciertas veces, traen algunos milagros exteriores. En el sijismo, el mantra es la enseñanza/sabiduría del Guru. Toda la Gurbani es un mantra, la interiorización e implementación en la vida resulta en la Unidad con lo Divino interior. Así, el Mool Mantra consiste en los principios básicos de la Gurmat o los principios básicos de la sabiduría del Guru. El Guruji nos proporciona los valiosos principios con respecto a las Virtudes Divinas en el Mool Mantra, que sirven a los siguientes objetivos -

1. Definir/realizar a Dios con estas Virtudes.
2. Como Dios vive en nosotros, interiorizamos estas Virtudes Divinas para fundirnos en él.
3. Utilizar el Mool Mantra como el principio de referencia/ fundamento para entender el mensaje real de la Gurbani.

Por eso, el Mool Mantra se encuentra 568 veces en el Guru Granth Sahib, por lo que debemos tenerlo en cuenta mientras leemos y estudiamos la Gurbani.

Nota: El Mool Mantar no es parte de Jap Bani ni de ninguna otra bani. Es una composición independiente y como se mencionó anteriormente, el Mool Mantar es la referencia para entender cada shabad de la Gurbani, por lo que aparece una y otra vez en el Guru Granth Sahib.

੧ੴ **ek-o^{NG}kar**	Un Creador que está igualmente presente en todos. Uno en todos y todos en Uno. No está presente solo en un cuerpo, lugar o momento especial. Un Creador está presente en todos, en todos los lugares y en todo momento.
ਸਤਿ ਨਾਮੁ **sat nam**	Su virtud primordial es Su Existencia Eterna. Él es eterno. Es la vida en todos. La vida dentro de nosotros es la virtud de Su existencia.
ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ **karta purkj**	Él es el Creador. Y reside en Su propia creación. El poder creativo en todos los seres vivos es Su virtud.
ਨਿਰਭਉ **nirbja-o**	Él no teme ni infunde miedo.
ਨਿਰਵੈਰੁ **nirver**	Él está desprovisto de enemistad. Ni odia ni toma partido por alguien en contra de otros.

ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ akal murat	Él está más allá del tiempo. A diferencia del mundo físico, nunca cambia ni termina con el tiempo.
ਅਜੂਨੀ ayuni	Él nunca nace. El Creador nunca se encarna. Nunca tuvo padres. No es una persona.
ਸੈਭੰ seibhaNG	Él no es creado por nadie más. Nunca necesita el apoyo de otros. Él está por su cuenta.
ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ gur prasad	Solo a través de la sabiduría del Guru, al interiorizar estas virtudes divinas, podemos conocer y ser Uno con Dios.

Un Dios que está igualmente presente en todo. Uno en todo, y todo en Uno. No está presente solo en algún cuerpo especial, lugar o tiempo. Un Dios está presente en todo, en todos los lugares y en todo momento. Su virtud primordial es Su Existencia Eterna. Él es eterno. Él es la vida en todo. La vida dentro de nosotros es la virtud de Su existencia.
Él es el Creador. Y reside en su propia creación. El poder creativo en todos los seres vivos es Su virtud. Ni teme ni infunde temor. Él está libre de enemistad. Ni odia ni toma partido por alguien en contra de otros. Él está más allá del tiempo. A diferencia del mundo físico, Él nunca cambia ni termina con el tiempo. Nunca viene al nacer. Dios nunca se encarna. Nunca tuvo padres. No es una persona. No es creado por alguien más. Nunca necesita apoyo de alguien más. Él está por sí mismo. Solo a través de la sabiduría del Guru, al interiorizar estas virtudes divinas, podemos conocer y ser Uno con Dios.

YAP.

El nombre de la composición/bani que sigue es 'Jup'. Jup aquí significa el proceso de contemplar las enseñanzas del Guru tal como se encuentran en el bani Jup, y de implementarlas en la vida.

ad sache yugad sache.
jebhi sache Nanak josi bhi sach. ||1||

Este es el primer shloka de Jup Bani. Jup tiene dos shlokas, uno al principio y otro al final. Hay 38 Pauris/Estrofas. Este primer shloka significa: Dios está con nosotros todo el tiempo desde nuestro inicio/concepción. Él está con nosotros ahora y estará siempre presente a lo largo de nuestra existencia.

soche soch na jove-i ye sochi lakj var.
chupe chup na jove-i yi la-e raja liv tar.
bhukji-a bhukj na utri ye banna puri-a bhar.
se si-anpa lakj joe ta ik na chale nal.
kiv sachi-ara jo-i-e kiv kure tute pal.

Podemos lavar nuestro cuerpo cien mil veces en peregrinaciones sagradas, pero no podemos ser puros ya que la suciedad de la mente nunca desaparece con el baño exterior. Podemos sentarnos mucho tiempo en meditación silenciosa, pero el caos interior nunca desaparece con este acto exterior. Podemos acumular montones de material externo, pero nuestra mente nunca puede estar satisfecha con estos logros exteriores. Toda nuestra astucia/pretensiones exteriores fracasa en el camino para volverse realmente puros desde dentro. Entonces, ¿cómo podemos volvernos puros/iluminados desde dentro? ¿Cómo nos deshacemos de la malicia interna? Cuando vivimos de acuerdo con el Conciencia/Divino interior, solo entonces nos volvemos puros desde dentro.

jukmi jovan akar juk'm na keji-a ya-i.
jukmi jovan yi juk'm mile v-di-a-i.
jukmi utam nich juk'm likj dukj sukj pa-i-eh.

ikna jukmi bakjsis ik jukmi sada bhava-i-eh.
jukme andar sabh ko bajar juk'm na ko-e.
Nanak jukme ye buyhe ta jo-ume keje na ko-e. ||2||

Cuando seguimos al Divino interior, creamos un ser completamente nuevo. El poder/la belleza de esa Voz interior/Conciencia no se puede expresar con palabras. Cuando seguimos a ese Divino interior, obtenemos una vida completamente nueva en nuestro interior. Absorbemos las gloriosas virtudes Divinas cuando seguimos esa voz interna divina. Aquellos que viven según el Divino interior se elevan hacia la felicidad interior. Cuando no le hacemos caso, caemos en el sufrimiento interior. Aquellos que viven en sumisión al Divino interior siempre son bendecidos interiormente. Cuando no vivimos según ese Hukam, nuestra mente sigue vagando en vano. Todas nuestras realizaciones interiores provienen de seguir la voz interna de Dios/Conciencia. Nada bueno surge de desobedecerla. Si empezamos a seguir al Divino interior, nuestra mente dejará de caer en un ego malicioso.

gave ko tan jove kise tan.
gave ko dat yane nishan.
gave ko gun vadi-a-i-a char.
gave ko vidi-a vikjam vichar.
gave ko sall kare tan kje.
gave ko yi-e le fir de.
gave ko yape dise dur.
gave ko vekje jadra jadur.
kathna kathi na ave tot.
kath kath kathi koti kot kot.
denda de lede thak paje.
yuga yugantar kjaj kah.
jukmi juk'm chala-e rah.
Nanak vigse veiparvah. ||3||

Aquellos que siguen la Voz Interior (Hukam) de Dios/Conciencia reciben el poder Divino interno, y sus vidas reflejan esa fuerza

Divina. Aquellos que siguen el Divino Interior, sus vidas reflejan las Virtudes Divinas (regalos del Hukam) como indicadores/señales del camino hacia la Pureza Interior. Ejercitan las Virtudes Divinas y la gloria de la transformación positiva del carácter. Absorben la realización del Divino Interior que es considerada incomprensible por otros. Aquellos que viven en el Hukam Divino, esculpen una mente bella y pura. Y eliminan la malicia desde dentro. Al someterse al Señor interior, comprenden la pureza interior y luego transmiten esta sabiduría a su mente-intelecto-conciencia. Realizan al Señor interior que fue considerado distante. Quien vive en el Hukam Divino observa al Señor muy cerca. Siguiendo y poniendo en práctica la voz interior del Señor, no tienen carencias/falencias. Al continuar interiorizando y viviendo en el Hukam, las Virtudes Divinas en ellos crecen exponencialmente. El Señor interior continúa brindándonos sabiduría para un ser puro, y la mente que la recibe/sigue finalmente abandona la vagancia. Una mente así sigue interiorizando la Sabiduría Divina para transformarse desde impurezas internas hacia una pureza real. Cuando hacemos que nuestra mente siga el camino como lo muestra el Divino Interior, Nuestra mente vive en la dicha dejando atrás todo Miedo-Preocupación-Ansiedad.

sacha sajib sach na-e bhakji-a bha-o apar.
akje manguej de de dat k-re datar.
fer ke ague rakji-e yit dise darbar.
mujou ke bolan boli-e yit sun Dhare pi-ar.
amrit vela sach na-o v-di-a-i vichar.
karmi ave kaprha nadri mokj du-ar.
Nanak eve yani-e sabh ape sachiar. ||4||

El Señor misericordioso con su sabiduría eterna continúa guiándonos con amor cada vez que pedimos ayuda / una salida, el Señor Interior nos brinda comprensión y soluciones. Debemos dirigir nuestra mente de los vicios al Divino Interior para que

enfrentemos el asiento del Señor en nuestro interior siempre Nuestra mente debe tener una conversación con el Señor interior con la que desarrollemos amor hacia el Señor interior. Debemos hacer que nuestro tiempo / vida sea inmortal (no morir en vicios) al internalizar las Gloriosas Virtudes Divinas. Las virtudes con las que obtenemos un respeto verdadero y nos liberamos de la malicia interna. Al hacerlo, todo dentro de nosotros se vuelve veraz / puro (a semejanza del Señor)

thapi-a na ya-e kita na jo-e.
ape ap nirinyan so-e.
yin sevi-a tin pa-i-a man.
Nanak gavi-e guni niDhan.
gavi-e suni-e man rakji-e bha-o.
duk parjar sukj ghar le ya-e.
gurmukj nada^NG gurmukj veda^NG gurmukj reji-a sama-i.
gur isar gur gorakj barma gure parbati ma-i.
ye ja-o yana akja naji kehna kathan na ya-i.
gura ik de buyha-i.
sabhna yi-a ka ik data so me visar na ya-i. ||5||

Nadie puede establecernos o hacernos verdaderos / puros desde afuera. Esto sucede solo cuando nos sometemos al Divino interior y nos liberamos de la malicia interna. Aquellos que sirven (siguen) al Divino interior son bendecidos con la gloria de ser verdaderos Así es como nuestra vida debería cantar / ejercer el Hukam para recibir el tesoro de las Virtudes Divinas Al cantar / vivir esas virtudes, nuestro espíritu desarrolla amor por ellas Nos deshacemos de los sufrimientos (causados por los vicios), y llega la alegría y la paz (con virtudes como la contentamento y la paciencia). Este Guro Divino en nosotros nos guía, y al practicarlo / implementarlo, nos fusionamos en él Esta voz interior del Guro / de la Sabiduría nos nutre, nos protege de los vicios, crea la belleza / la pureza en nosotros y nos ayuda a superar los vicios. Si pensamos que podemos superar los

vicios con nuestra mente sabia y mundana, recuerda que el intelecto egoísta no nos llevará a ninguna parte. Entonces, debemos pedir esta comprensión al Guro interior que siempre debo recordar (someterme) al Señor que provee (guía) en su Hukam Divino todo en el exterior y en mí.

tirath nava ye tis bhava vin bhane ke na-e kari.
yeti sirath upa-i vekja vin karma ke mile le-i.
mat vich ratan yavajar manik ye ik gur ki sikj suni.
gura ik dehe buyha-i.
sabhna yi-a ka ik data so me visar na ya-i. ||6||

Si nos convertimos en lo que nuestro Señor Interior desea que seamos, entonces es un verdadero peregrinaje. Si no, ¿qué conseguiremos al bañarnos en lugares sagrados / peregrinajes externos? El mundo / la creación llenos de belleza y pureza que buscamos en nuestro interior no se pueden obtener sin aceptar / ejercer el Hukam Divino Solo escuchando / aceptando los consejos del Guru Interior podemos llenar nuestro intelecto con las perlas / tesoro de la Sabiduría Divina Por lo tanto, debemos pedir esta comprensión al Guru interior que siempre debo recordar (someterme) al Señor que provee (guía) en Su Hukam Divino todo afuera y adentro de mí.

ye yug chare arya jor dasuni jo-e.
nava kjanda vich yani-e nal chale sabh ko-e.
changa na-o rakja-e ke yas kirat yag le-e.
ye tis nadar na avei ta vat na puchhe ke.
kita ander kit kar dosi dos Dhare.
Nanak nirgun gun kare gunvanti-a gun de.
teja ko-e na suyeh-i yee tis gun ko-e kare. ||7||

Si mejoramos todas las etapas de nuestro proceso de pensamiento con la sabiduría del Guro, nuestra belleza interior crecerá exponencialmente. Si cada parte de nuestra conciencia ejercita la Sabiduría divina, entonces todos nos acompañarán hacia la verdad/

la pureza interior. Si colocamos esa hermosa virtud de vivir en el Hukam Divino en nuestros corazones, entonces recibimos un reconocimiento real en nuestro mundo interior. Pero si nuestra atención no está orientada hacia este desarrollo, fallaremos en pedir el camino para ser verdaderos / puros del Guro interior Y la responsabilidad de la caída continua de nuestro intelecto y recaerá solo en nosotros. Por lo tanto, debemos prestar atención al Divino interior para animar a nuestra mente malévola a absorberse en las virtudes, y no dejar de mejorar al practicar las virtudes. No hay nadie externo que pueda hacer que nuestra mente malévola amine en este camino. (Este es nuestro viaje interior).

suni-e siDh pir sur nath.
suni-e Dharat Dhaval akas.
suni-e dip lo-a patal.
suni-e poj na sake kal.
Nanak bhagta sada vigas.
suni-e dukj pap ka nas. ||8||

Al escuchar (rendirse) a la voz interna del Señor, alcanzamos la perfección, la conciencia superior, las virtudes divinas y el poder de ser dueños de nosotros mismos. Al escuchar al divino interno, obtenemos la sabiduría para apoyar a la mente a elevarse alto y vasto en los pensamientos (como el amplio cielo). Al escuchar al divino interno, obtenemos la luz de la sabiduría para la mente que ha caído muy bajo en la ignorancia y los vicios. Al escuchar al divino interno, la mente no muere (indulgencia hasta el punto de no retorno) en los vicios. Quien escucha / se somete al divino interno vive en la bienaventuranza eterna en su interior. Al escuchar al divino interno, la mente se libera de todo mal y de las sufrimientos nacidos de esos pensamientos maliciosos.

suni-e isar barma ind.
suni-e mukj salajan mand.

suni-e yog yugat tan bheed.
suni-e sasat simrit veed.
Nanak bhagta sada vigas.
suni-e dukj pap ka nas. ||9||

Escuchando lo divino interior, obtenemos el poder para crear un yo más nuevo/puro, nutrirlo con virtudes y gobernar nuestro propio ser. Escuchando la voz interior del Satguru, la mente abandona el camino de la malicia y regresa hacia las virtudes divinas. Escuchando lo divino interior, aprendemos el camino para fusionarnos con el Señor interior. Escuchando/sometiéndonos a lo divino interior, recogemos esa verdadera sabiduría que nos ayuda a vivir de manera veraz/pura. Aquel que escucha/se somete a lo divino interior vive en un gozo eterno interno. Al escuchar lo divino interior, la mente se deshace de todo mal y de los sufrimientos nacidos de esos pensamientos maliciosos.

suni-e sat santokj gi-an.
suni-e athsath ka ishnan.
suni-e parh parh pavee man.
suni-e lague sahey Dhi-an.
Nanak bhagta sada vigas.
suni-e dukj pap ka nas. ||10||

Escuchando lo divino interior, obtenemos el poder para crear un yo más nuevo/puro, nutrirlo con virtudes y gobernar nuestro propio ser. Escuchando la voz interior del Satguru, la mente abandona el camino de la malicia y regresa hacia las virtudes divinas. Escuchando lo divino interior, aprendemos el camino para fusionarnos con el Señor interior. Escuchando/sometiéndonos a lo divino interior, recogemos esa verdadera sabiduría que nos ayuda a vivir de manera veraz/pura. Aquel que escucha/se somete a lo divino interior vive en un gozo eterno interno. Al escuchar lo divino interior, la mente se deshace de todo mal y

de los sufrimientos nacidos de esos pensamientos maliciosos.

suni-e sara guna ke gah.
suni-e sekj pir patsaja.
suni-e anDhe pavee rah.
suni-e jath jove asgah.
Nanak bhagta sada vigas.
suni-e dukj pap ka nas. ||11||

Escuchando lo divino interior, realizamos las multitudes de virtudes divinas dentro de nosotros. Escuchando/Sometiéndonos a lo divino interior, nos enriquecemos y nos fortalecemos en las virtudes divinas. Escuchando lo divino interior, la mente cegada por los vicios encuentra el verdadero camino/claridad en la vida. Escuchando lo divino interior, nuestra mente encuentra el apoyo de la Sabiduría Divina en el océano de vicios. Aquel que escucha/se somete a lo divino interior vive en un gozo eterno interno. Al escuchar lo divino interior, la mente se libera de todo mal y de los sufrimientos nacidos de esos pensamientos maliciosos.

manne ki gat kaji na ya-e.
ye ko kaje pichhe pachhuta-e.
kagad kalam na likjanjar.
manne ka beh karan vichar.
esa nam nirinyan jo-e.
ye ko man yane man ko-e. ||12||

La liberación obtenida al interiorizar el Hukam/ sabiduría no puede lograrse con meras palabras. Si alguien habla de lograrlo con palabras, lamentará/fracasará. Esta liberación interna (de la malicia) no puede ser alcanzada escribiendo libros sobre sabiduría. Aquel que acepta la voz interior del Señor, su mente

se enfoca en las palabras de la sabiduría. El mensaje de lo divino interior es tan piadoso. Quien lo acepta en su mente se libera de toda la malicia de los vicios.

manne sur-t jove man buDh.
manne sagal bhavan ki suDh.
manne muj chota na kja-e.
manne yam ke sath na ya-e.
esa naam nirinyan jo-e.
ye ko man yane man ko-e. ||13||

Aceptando el Hukam divino aprendemos a cuidar nuestras mentes e intelecto. Aceptando lo divino interior comprendemos/ realizamos todo el mundo interior (de pensamientos). Aceptando lo divino interior ya no somos saqueados por los vicios. Aceptando el Hukam divino abandonamos la compañía de los vicios. El mensaje de lo divino interior es tan piadoso. Quien lo acepta en su mente se libera de toda la malicia de los vicios.

manne marag thak na pa-e.
manne pat si-o pargat ya-e.
manne mag na chale panth.
manne Dharam seti san-banDh.
esa naam nirinyan jo-e.
ye ko man yane man ko-e. ||14||

Aceptando el mandato de lo divino interior, no enfrentamos obstáculos en el camino hacia la pureza interna. Aceptando lo divino interior, nos mantenemos en honor ante el Señor interior. Aceptando lo divino interior, dejamos de practicar rituales exteriores pretenciosos y vacíos. Aceptando lo divino interior, establecemos relaciones con la rectitud interior. El mensaje de lo divino interior es tan piadoso. Quien lo acepta en su mente se libera de toda la malicia de los vicios.

manne pavee mokj du-ar.
manne parvare saDhar.
manne tare tare gur sikj.
manne Nanak bhavee na bjikj.
esa naam nirinyan jo-e.
ye ko man yane man ko-e. ||15||

Aceptando lo divino interior, encontramos el camino hacia la liberación interna en la Sabiduría Divina. Aceptando lo divino interior, purificamos/emancipamos a toda nuestra familia interna: mente, intelecto, conciencia. Aceptando lo divino interior, nos deshacemos de los vicios y también salvamos todos nuestros procesos de pensamiento de los vicios. Aceptando lo divino interior, dejamos de desear felicidad y liberación en logros exteriores. El mensaje de lo divino interior es tan piadoso. Quien lo acepta en su mente se libera de toda la malicia de los vicios.

panch parvan panch parDhan. panche pave dargue man.
panche sojeh dar rayan. pancha ka gur ek Dhi-an.
ye ko kaje kare vichar. karte ke karne naji sumar.
Dhaul Dharam de-i-a ka put. santokj thap rakji-a yin sut.
ye ko buyhe jove sachiar. Dhavle upar kehta bjar.
Dharti jor pare jor jor. tis te bjar tale kavan yor.
yi yat ranga ke nav. sabhna likji-a vuri kalam.
ej lekja likj yane ko-e. lekja likji-a keta jo-e.
keta tan su-alih rup. keti dat yane kaun kut.
kita pasa-o eko kova-o. tis te jo-e lakj dari-a-o.
kudrat kavan kaja vichar. vari-a na yava ek var.
yo tuDh bhave sa-i bhali kar. tu sada salamat nirankar.
||16||

La mente que escucha y acepta lo divino interior está verdaderamente iluminada. Es reconocida por el Señor interior y se vuelve capaz de guiarnos hacia la verdad/pureza. Una mente iluminada recibe la gloria de ser bendecida con Virtudes Divinas en la corte del Señor interior.

La mente iluminada (el rey interior de nuestros sentidos) se adorna con virtudes divinas en el lugar/asiento del Señor interior. La mente iluminada siempre está enfocada en la sabiduría del Gurú Interior. Quien practica/internaliza el Hukam Divino Se da cuenta de que toda esta enorme bendición (de iluminación a través de la sabiduría) proviene del Señor interior. La mente iluminada desarrolla compasión por nuestro estado interno, y esa compasión da origen a un deseo de apoyar la vida interior con sabiduría divina. La sabiduría divina proporciona al yo interior contentamiento/paciencia que ayuda a la mente a mantenerse en el camino hacia la verdad/pureza. Cuando alguien internaliza e implementa tal sabiduría en el yo interior, se vuelve veraz/puro internamente. Esta compasión por el estado interno ocurre solo cuando nos damos cuenta de cuánto está cargada nuestra conciencia con los vicios. No solo uno, hay multitudes de la expansión de vicios/maldad dentro de nosotros. ¿Qué apoyo hemos buscado contra esta carga interna? (Ninguno). Por eso, la mente sigue fluctuando/vagando en preocupaciones, miedos y ansiedades. Vivimos y morimos en numerosas vidas de diferentes tipos, altas y bajas, en nuestro interior. La mente iluminada graba/implementa continuamente la sabiduría divina en el yo interior para su transformación. Quien aprende cómo lograr este cambio interno Su mundo interior sigue creciendo magníficamente en Virtudes Divinas. El poder de las Virtudes da forma a la belleza divina en su yo interior. Nadie tiene el poder de estimar cuántas virtudes les está bendiciendo el Señor. Toda esta magnífica y hermosa expansión interna ocurre solo por un acto: prestar atención a la voz del Señor Interior. Este único acto de seguir el Hukam crea vastos ríos/flujos de sabiduría divina en todo nuestro ser interno. Incomprensible es la naturaleza del Hukam/Visión del Divino Interior. Todo lo que podemos hacer es rendirnos

a él hasta la totalidad de nuestro ser. Y creer que lo que nuestro Señor Interior desea de nosotros es lo mejor/beneficioso para implementar en nuestras vidas. Debemos preservar esa (enfoque en la) piadosa presencia del Señor interior al aceptar Su mandato.

asa^{N}kj yap asa^{N}kj bha-o. asa^{N}kj puya asa^{N}kj tap ta-o.
asa^{N}kj granth mukj veed path. asa^{N}kj yog man rejé udas.
asa^{N}kj bhag-t gun gi-an vichar. asa^{N}kj sati asa^{N}kj datar.
asa^{N}kj sur muh bhakj sar. asa^{N}kj mon liv la-e tar.
kudrat kavan kaja vichar. vari-a na yava ek var.
yo tuDh bhave sa-i bhali kar. tu sada salamat nirankar. ||17||

Nuestra visión se eleva con la implementación de la Sabiduría Divina, y nos damos cuenta de que tenemos un poder infinito para llevar a cabo tanto el bien como el mal. Una mente iluminada como tal se da cuenta de que dentro de mí hay un poder ilimitado para enfocar y amar. Un poder infinito reside dentro de la mente para adorar (someterse a los pensamientos), y la mente tiene un poder ilimitado para asumir dificultades por cualquier causa. Dentro de mí hay un poder ilimitado para leer/estudiar/aprender cualquier tipo de conocimiento. Mi mente tiene un enorme poder para desconectarse de las distracciones para cualquier propósito específico. Tengo una capacidad ilimitada para comprender e implementar Virtudes Divinas. Mi mente tiene una capacidad enorme para adoptar un buen carácter divino y abandonar el egoísmo para practicar el compartir. Tengo un poder ilimitado dentro de mí para enfrentar cualquier tipo de desafío. Una mente dedicada al Hukam/Visión Divina se da cuenta de que hay un poder infinito dentro de mí para sentarme enfocado y tranquilo. Tan incomprensible es la naturaleza del Hukam/Visión del Divino Interior. Todo lo que podemos hacer es rendirnos ante él hasta el último rincón de nuestra existencia. Y creer que lo que nuestro Señor Interior desea de nosotros es lo mejor/

beneficioso para implementar en nuestras vidas. Debemos preservar esa (enfoque en la) piadosa presencia del Señor interior al aceptar Su mandato.

asa^{N}kj murakj anDh ghor. asa^{N}kj chor jaramkjor.
asa^{N}kj amar kar yaje yor. asa^{N}kj galvadh jati-a kamae.
asa^{N}kj papi pap kar yae. asa^{N}kj kurhi-ar kurje firae.
asa^{N}kj malechh mal bhakj kjae. asa^{N}kj nindak sir kareh bhar.
Nanak nich kaje vichar. vari-a na yava ek var.
yo tuDh bhave sa-i bhali kar. tu sada salamat nirankar. ||18||

La mente iluminada se da cuenta de que tengo vicios ilimitados para actuar en tonterías hacia las malvadas acciones cegadoras. Dentro de mí, hay innumerables hábitos de engaño/robo. Dentro de mí, tengo innumerables habilidades malvadas para traicionar/decepcionar. Dentro de mí hay innumerables vicios en los que mato/oprimo la bondad en mí. Dentro de mí hay innumerables pecados/pensamientos malvados en los que cometo el crimen de no prestar atención al Divino Interior. Dentro de mí, mi mente está llena de malicia interminable que ejecuta continuamente el mal. Dentro de mí hay innumerables vicios que me involucran en el mal y sufro por ellos. Dentro de mí hay innumerables pensamientos que me hacen faltar el respeto al Divino Interior y acumular la carga de los vicios en mi conciencia. Una mente dedicada al Hukam Divino se da cuenta de que vivo de manera vil en los vicios, y debo prestar atención al Divino Interior para elevarme desde aquí. Todo lo que podemos hacer es rendirnos ante él hasta el último rincón de nuestra existencia. Y creer que lo que nuestro Señor Interior desea de nosotros es lo mejor/beneficioso para implementar en nuestras vidas. Debemos preservar esa (enfoque en la) piadosa presencia del Señor interior al aceptar Su mandato.

asa^{N}kj nav asa^{N}kj thav. agamm agamm asa^{N}kj lo-a.
asa^{N}kj kajeh sir bjar jo-e. akjri nam akjri salah.

akjri gui-an gi<u>t</u> gu<u>n</u> gah. akjri likja<u>n</u> bola<u>n</u> ba<u>n</u>.
akjra sir sanyog vekja<u>n</u>. yin eh likje <u>t</u>is sir naje.
yiv furma-e <u>t</u>iv <u>t</u>iv pahe. ye<u>t</u>a ki<u>t</u>a <u>t</u>e<u>t</u>a na-o.
vi<u>n</u> nave naji ko tha-o. ku<u>d</u>ra<u>t</u> kava<u>n</u> kaja vichar.
vari-a na yava ek var. yo <u>t</u>u<u>D</u>h <u>bh</u>ave sa-i <u>bh</u>ali kar.
<u>t</u>u sa<u>d</u>a salama<u>t</u> nirankar. ||19||

La mente iluminada se da cuenta de que hay innumerables asientos del Señor dentro y fuera, y cada parte de esta creación, dentro y fuera, está gobernada por las leyes del Señor. Quien internaliza el Hukam Divino se da cuenta de que la creación dentro y fuera de mí tiene multitudes de capas/expansión. Innumerables veces mi mente queda con arrepentimientos/fracasos al intentar comprender la creación. No hay nada más allá del Hukam/orden y gloria del Señor. Y no hay paralelo para una mente que internaliza/implementa la sabiduría derivada del glorioso Hukam. La mente iluminada practica pensamientos buenos y constructivos. Al prestar atención al Divino Interior, escribe/logra el hermoso destino de la Unidad con el Divino interior. Quien absorbe Virtudes Divinas mientras sigue el Hukam, se libera de la carga de los vicios de su conciencia. A medida que ejercita las virtudes divinas, recibe más virtudes. Y incluso después de recibir estas virtudes, sabe que esta maravillosa transformación es la bendición del Divino Hukam. No hay refuerzo más allá del Hukam Divino para calmar la mente. Tan maravillosa es la naturaleza/eficacia del Divino Interior. La mente solo puede ser un sacrificio (estar completamente sometida) ante ese Divino interior. Y desarrolla la fe de que lo que el Divino Interior desea/planifica para mí es lo mejor para mí. ¡Oh querida mente! Siempre debes mantener/preservar el piadoso Hukam (voz del Divino Interior).

<u>bh</u>ari-e jath per <u>t</u>an <u>d</u>ehe. pa<u>n</u>i <u>Dho</u>te u<u>t</u>ras <u>kj</u>eh.
mu<u>t</u> pali<u>ti</u> kapa<u>rh</u> jo-e. <u>d</u>e sabu<u>n</u> lei-e oh <u>Dho</u>-e.
<u>bh</u>ari-e ma<u>t</u> papa ke sang. oh <u>Dho</u>pe nave ke rang.

punni papi akjan naje. kar kar karna likj le yaho.
ape biy ape ji kjah. Nanak jukmi avho yaho. ||20||

Cuando nuestro cuerpo se ensucia, Lo lavamos con agua. Cuando la ropa se ensucia, La lavamos con jabón. Mi mente y mi intelecto están llenos de malicia, Esta malicia solo desaparece al prestar atención al Divino Interior. No podemos ser buenos o malos solo con palabras, Lo que (bueno o malo) practicamos en nuestros pensamientos internos, creamos nuestra realidad de esa manera. Lo que (bueno o malvado) sembramos en el suelo de nuestra mente, se convierte en alimento para nuestra conciencia/valores. Estos valores ganados nos llevan a alegrías internas y sufrimientos según el Hukam Divino.

tirath tap da-i-a dat dan. ye ko pave til ka man.
suni-a mani-a man kita bha-o. antargat tirath mal na-o.
sabh gun tere me naji ko-e. vin gun kite bhagat na jo-e.
su-ast ath bani barma-o. sat suhan sada man cha-o.
kavan so vela vakjat kavan kavan thit kavan var.
kavan se ruti maaja kavan yit jo-a akar.
vel na pa-i-a pandti ye jove lekj puran.
vakjat na pa-i-o kadi-a ye likjan lekj kuran.
thit var na yogui yane rut maju na ko-i.
ya karta sirthi ka-o saye ape yane so-i.
kiv kar akja kiv salajii ki-o varni kiv yana.
Nanak akjan sabh ko akjie ik du ik si-ana.
v-da sajib v-di na-i kita ya ka jove.
Nanak ye ko apou yane ague gue-i-a na sojhe. ||21||

Podemos hacer peregrinaciones y caridad movidos por compasión, Pero estos rituales externos aportan muy poco y efímero bienestar (porque nada cambió internamente). Pero cuando empezamos a escuchar y aceptar la voz interna de la conciencia y desarrollamos ese amor/fe en ella, Creamos una peregrinación dentro de nosotros donde nuestra

mente se baña continuamente para volverse pura de toda malicia. Tal mente se da cuenta de que el Señor Interior es el océano de Virtudes Divinas y no tengo ninguna en mí. Y si no internalizo/absorbo esas virtudes, entonces no habrá devoción (Todas las peregrinaciones exteriores, caridades y adoraciones no son devoción). Cuando la mente se da cuenta de esto, solo entonces se dirige a la voz interna del Señor que crea maravillas, Con lo cual siempre hay dicha y deleite en volverse veraz/puro internamente. (Una mente tan deleitosa está en reposo y no tiene prisa ni dudas sobre) A qué hora, en qué fecha, qué día, Qué estación y qué mes lograré la plenitud/unidad con Dios interior. (Nunca espera un momento específico y, en cambio, trabaja persistentemente con paciencia). Puedo convertirme en un erudito y escribir libros, pero la sabiduría/oportunidad de encontrarme con el Señor interior no proviene de la inteligencia externa. Alguien puede leer y escribir (repasar) todos los textos religiosos, pero el camino para encontrarse con el Señor interior no proviene del exterior. Alguien puede convertirse en un yogui, pero con sus actos yoguis no puede describir esa fecha-día-temporada para la unidad con el Divino interior. (Es un proceso continuo que ocurre en el interior). Quien camina por el sendero indicado por lo divino interior se da cuenta de que el Señor está detrás de la asombrosa creación de la bondad en mí. No puedo crear o apreciar, ni siquiera comprender, tal hermosa creación interna con mi propio intelecto malicioso. Aunque mi intelecto guiado por una mente corrupta tenga sus propios pensamientos/trucos sabios mundanos (pero ninguno de estos funciona en ese camino). El Señor que reside en mí es supremo, Su Hukam/Visión es superior y puede traer cualquier bondad en mí. Y si alguien cree que puede hacerlo con su propio intelecto, no podrá avanzar hacia la gloria de las Virtudes Divinas.

pa<u>t</u>ala pa<u>t</u>aal la<u>kj</u> agasa agas.
orhak orhak <u>bh</u>al thake ve<u>d</u> kejen ik va<u>t</u>.

sejes atharah kejen kateba asulu ik Dhat.
lekja jo-e ta liki-e lekje jo-e vinas.
Nanak v-da akji-e ape yane ap. ||22||

(Nuestro intelecto malicioso hace su mejor esfuerzo por encontrar los extremos del mundo exterior, pero nunca se da cuenta de que). Tengo estados más altos y más altos dentro de mi proceso de pensamiento donde puedo llegar practicando virtudes, y hay innumerables estados bajos de la mente donde sigo cayendo en vicios. La mente descansa de este continuo viaje de subir y bajar solo cuando escucha y acepta lo Divino Interior. Una vez que mi mente deja de contar los extremos exteriores de la creación y comienza a escuchar al Divino Interior, Solo entonces toda la carrera/vagabundeo llega a su fin, y se da cuenta de que no se puede lograr nada bueno de todos esos cálculos. En cambio, esta mente se vuelve realmente sabia cuando (en lugar de tratar de encontrar los extremos del mundo exterior) comienza a buscar su propio yo interior (lo malo que está lleno en mi propia conciencia y que necesito erradicar desde adentro).

salaji sala eti surt na pa-i-a.
nadi-a ate vah, paveji samund na yani-eh.
samund sah sultan girja seti mal Dhan.
kirhi tul na jovni ye tis manhu na visereh. ||23||

No podemos obtener / internalizar el Hukam divino / las virtudes mediante simples palabras. Para esto, debemos fusionar / someter toda nuestra conciencia en el Divino Interior, así como los ríos se fusionan en el océano y dejan sus propias identidades. El océano de la Sabiduría divina está lleno de tesoros de Virtudes divinas. Cuando alguien interioriza el Hukam divino con completa humildad y sumisión, su vida crece de manera incomparablemente vasta.

ant na sifti kejen na ant.
ant na karnei den na ant.
ant na vekjan sunan na ant.

ant na yape ki-a man mant.
ant na yape kita akaar.
ant na yape paravaar.
ant karan kete bilaje.
ta ke ant na pa-e yaje.
ee oant na yane ko-e.
bajuta kaji-e bajuta jo-e.
v-da sajib ucha tha-o.
uche upar ucha na-o.
evad ucha jove ko-e.
tis uche ka-o yane so-e.
yevad ap yane ap ap.
Nanak nadri karmi dat. ||24||

Una mente humilde se da cuenta de que no se puede encontrar el final de la gloria del Señor en palabras. Nunca podré devolver todo lo que el Señor me proporciona dentro y fuera de mí. Puedo decir / describirlo como Grande, pero nunca puedo encontrar un final a Su gloria dentro de mí. Ni siquiera puedo encontrar un final a los misterios de mi propia mente creados por Él. No puedo encontrar un final a la creación ilimitada (pensamientos, sentimientos, poderes creativos, etc.) dentro de mí. La mente absorbida en el Hukam Divino se da cuenta de que no hay fin a la inmensidad del orden del Señor. La mayoría de nosotros vivimos en una angustia interminable simplemente porque estamos más enfocados en tratar de encontrar los límites del Hukam Divino / Creación. Pero ocupados en estimaciones y argumentos, fallamos en comprender que no podemos comprenderlo. En realidad, no nos damos cuenta de esta cosa final, que Cuanto más decimos y tratamos de estimar Su Creación / Hukam, más queda por decir / explorar. Quien acepta / vive el Hukam se da cuenta de que el Magnífico Señor vive dentro de mí, y ese es Su asiento Supremo / el más puro. Y al colocar Su Hukam / Direcciones sobre mi proceso de pensamiento, yo también me vuelvo puro (conciencia superior). De esta manera, cuando

alcanzo la pureza interna (elevación de la conciencia) al vivir en las Virtudes Divinas, Reconozco y me fusiono con lo Divino interior. A través del autoanálisis y la mejora interna, nos elevamos y crecemos como una imagen del mismo Divino interior. Una mente virtuosa considera la interiorización y la implementación del Hukam como la bendición suprema del Señor interior.

bajuta karam likji-a na ya-e. v-da data til na tama-e.
kete mangeh yoDh apar. keti-a ganat naji vichar.
kete kjap tuteh vekar. kete le le mukar paji.
kete murakj kjaji kjahe. keti-a dukj bhukj sad mar.
e bhi dat teri datar. band kjalasi bhane jo-e.
jor akj na sake ko-e. ye ko kja-ik akjan pa-e.
oh yane yeti-a muhi kja-e. ape yane ape de-e.
akje se bhi ke-i ke-e. yis no bakjse sifat salah.
Nanak patsaji patsah. ||25||

Cuando escribimos / interiorizamos la bendición de las virtudes divinas dentro de nosotros, nunca desaparece. El Señor Supremo interior carece de cualquier deseo (de ser alabado por las bendiciones). Quien se fusiona en Él también abandona tales expectativas. Caminando en el camino hacia la unidad, solo piden el poder de ser un valiente luchador contra sus vicios internos. Implementan las virtudes en su vida y nunca se meten en cálculos (de lo que han logrado). Su fuerte determinación hace que innumerables vicios se rindan. Caminando / avanzando hacia la verdad / pureza interna, una mente así recibe beneficios de las virtudes divinas y sigue apartándose de los vicios. Su determinación acaba (pone fin) a la locura interna de la mente maliciosa. Se dan cuenta de que la separación del Ser Divino es la causa de su sufrimiento interno y desarrollan un hambre / necesidad de poner fin a esa distancia. Y para eso, llaman / buscan ayuda del Divino Interior. Este regalo del Amor Divino obtenido a través del autoanálisis es también un

regalo del Señor Interior. De esta manera, viviendo en el Hukam Divino, la mente se libera del vínculo de los vicios. Ninguno de los vicios / pensamientos maliciosos puede tentar a una mente así hacia el mal. Si alguna negatividad intenta venir de dentro o de fuera Enfrenta una fuerte resistencia de la mente determinada / virtuosa. Cuando una mente así recibe / aprende del divino interior y distribuye ese poder de percepción a los sentidos Todos esos sentidos (innumerables estados de conciencia) también dicen / ejercen las direcciones. Una mente que ha sido liberada de los vicios al impregnarse de las Virtudes Divinas Es el emperador virtuoso del reino interior (ya no es esclavo de las tentaciones y los vicios).

amul gun amul vapar. amul vapari-e amul bhandar.
amul avej amul le yaje. amul bha-e amula samae.
amul Dharam amul diban. amul tul amul parvaan.
amul bakjsis amul nisaan. amul karam amul furmaan.
amulo amul akji-a na ya-e. akj akj raje liv la-e.
akje ved path puran. akje parhe kare vekji-an.
akje barme akjeh ind. akje gopi te govind.
akje isar akje siDh. akje kete kite buDh.
akje danav akje dev. akje sur nar mun yan sev.
kete akje akjan paje. kete ke ke uth uth yae.
ete kite jor karei. ta akj na sakeh ke-i ke-e.
yevad bhave tevad jo-e. Nanak yane sacha so-e.
ye ko akje bolvigar. ta liki-e sir gavara gavar. ||26||

Este emperador interior adquiere virtudes preciosas a través del comercio interior precioso (abandonando vicios para ganar virtudes) Preciosos son aquellos que comercian (ejercen) virtudes para convertirse en un precioso almacén (fuente de inspiración) de virtudes internas. Al prestar atención al Divino Interior, uno se acerca al Señor precioso en el interior y se lleva Virtudes preciosas de Él. Una mente así desarrolla una atracción interminable por

las preciosas Virtudes Divinas, al internalizarlas, permanece fusionada en el Divino Interior. Una mente así ejerce continuamente la preciosa Sabiduría recibida del Señor Interior y establece una preciosa corte Divina para sus decisiones en la vida. En esta corte interior, la mente analiza/equilibra sus pensamientos, y mientras mejora/transforma el proceso de pensamiento para el bien, recibe un reconocimiento precioso en su interior. De esta manera, obtiene la gracia preciosa del Señor interior y avanza aún más hacia el signo/destino precioso de la verdad/pureza interna. Este camino de iluminación está guiado por la preciosa sabiduría y la Hukam/guía del Divino Interior. Así, al trabajar en (internalizar/implementar) las Virtudes Divinas, la mente sigue volviéndose más preciosa. Un estado mental así está más allá de las palabras. Son numerosos los que intentan lograrlo todo con simples palabras. Numerosos oradores escribieron grandes cantidades de sabiduría en textos. Y numerosos son aquellos que hablan sobre lo que está escrito en esos libros. Muchos pretenden ser creadores de sabiduría y muchos se convierten en reyes del paraíso solo en sus palabras. A muchos se les ha elevado al rango de dioses y muchos de sus discípulos solo en palabras. Los oradores afirman ser los cuidadores del mundo y perfectos en todo. En simples charlas, muchos afirman ser los más brillantes de mente (iluminados). En las charlas, podemos establecer a alguien como un diablo y a otro como un ángel. Las afirmaciones vacías de las charlas pueden hacer que las personas sirvan a aquellos que pretenden ser sabios y santos. Muchos de estos oradores intentan volverse sinceros/puros internamente con simples palabras. Y la mayoría pasa su vida entera en tales charlas vacías. Pueden venir más personas que afirmen de la misma manera. Aun así, el hecho sigue siendo que el estado de iluminación interna/verdad no se puede lograr con simples charlas. Debes convertirte/transformarte según lo que el Señor dentro de ti quiera que seas (no hay otro camino). Esta es la forma en que realizas el Ser Divino. Pero si

alguien aún intenta afirmar en su ego que puede lograrlo con su propia sabiduría mundana, Es la cima de la locura y nada menos. (El ego sabio mundano no ayuda en el camino de la autorrealización)

so dar keja so ghar keja yit be sarab samale.
vaye naad anek asankja kete vavanjare.
kete rag pari si-o keji-an kete gavanjare.
gavee tuhno pa-un pani besant-r,
gave raya Dharam du-are.
gavee chit gupat likj yaneh
likj likj Dharam vichare.
gave isar barma devi sohan sada savare.
gave ind indasan bethi devti-a dar nale.
gave siDh samaDhi andar gavan saDh vichare.
gavan yati sati santokji gave vir karare.
gavan pand-t parjan rakjisar yug yug veda nale.
gaveh mohni-a man mojan surga machh p-i-ale.
gavan ratan upa-e tere athsath tirath nale.
gaveh yodh majabal sura gaveh kjani chare.
gaveh kjand mandal varbhanda kar kar rakje Djare.
se-i tuDhno gave yo tuDh bhavan rate tere bhagat rasale.
jor kete gavan se me chit na avan Nanak ki-a vichare.
so-i so-i sada sach sajib sacha sachi na-i.
je bhi josi ya-e na yasi rachna yin racha-i.
rangi rangi bhati kar kar yinsi ma-i-a yin upa-i.
kar kar vekje kita apna yiv tis di v-dia-i.
yo tis bhave so-i karsi juk-m na karna ya-i.
so patsaju saja patsajib Nanak raejen reya-i. ||27||

Dejando el ego a un lado, la mente comienza a buscar / explorar la casa / asiento del Señor interior que cuida (nos guía) a través de Su Hukam / Sus Direcciones Escuchando a este Divino Interior, innumerables pensamientos comienzan a resonar / ejercer el Hukam Divino El Divino Interior nos guía a través de numerosas

direcciones suaves / simples desde el interior y nuestra mente, humilde de virtudes, comienza a cantar / implementarlas internamente Como el conjunto de elementos naturales externos que trabajan en armonía con las leyes naturales, la mente absorbida en las virtudes Divinas canta / se entrega a la Ley del Señor interior Una mente así canta / trabaja en el lado oculto del yo interior para transformarlo mediante la práctica del Hukam Divino (Dharam) Esta mente iluminada siempre canta / trabaja para embellecer el yo interior mejorándolo con el intelecto Divino que crea, nutre y protege las virtudes Divinas dentro de nosotros Al cantar / implementar el Hukam Divino, la mente se sienta en el trono interior de la conciencia superior junto a las virtudes divinas (Gobierna el cielo interior) Una mente iluminada de esta manera canta / alcanza la perfección al contemplar la Sabiduría Divina. Continúa perfeccionándose desde adentro al ejercer el Hukam Divino Una mente iluminada así canta / ejerce la verdadera pureza, la caridad, el contentamiento y se convierte en un auténtico guerrero que lucha continuamente contra las malicias y los vicios internos Una mente iluminada canta / implementa el Hukam estudiando y meditando en la Sabiduría Divina para transformar el yo interior de manera constante. Al cantar / vivir en las Virtudes Divinas, la totalidad de esta mente siempre está atraída / dedicada a las Virtudes / bondad Al cantar / implementar el Hukam Divino, se crean las gemas preciosas de la Sabiduría Divina, y esta sabiduría se convierte en el peregrinaje interno para lavar las malicias internas Al cantar / implementar el Hukam Divino, toda nuestra mente individual, su colección y la mente entera se absorben en la Ley de lo Divino Al cantar / escuchar el Hukam Divino, vivimos impregnados de amor Divino, devoción y en la esencia de las Virtudes Divinas Aquellos que cantan / escuchan el Divino interno no permiten que el ego entre en sus pensamientos. ¿Cómo puedo comprender su estado mental virtuoso? Siempre están centrados en el Divino interno que está eternamente presente en el interior con Su Hukam

perpetuo / infalible Siempre están inmersos en el Divino interno siguiendo el cual conduce a la creación de un yo verdadero / iluminado Gracias a su enfoque en el Divino interno, están a salvo de los diferentes colores / efectos de Maaya / ilusiones nacidas de la mente maliciosa Como están ocupados creando y cuidando esa belleza en sí mismos, que realmente es una bendición del Señor Hacen lo que el Señor interno ama / desea. Nunca intentan pasar por alto la voz de la conciencia Así, al vivir en armonía con el Divino interno, se convierten en los reyes de los reyes (Maestros de su cuerpo, mente y conciencia. Libres de la esclavitud de los vicios y las tentaciones)

mundaa santokj saram pat yoli
Dhi-an ki kareh bibjut.
kjintha kal ku-ari ka-i-a yug-t denda partit.
a-i panthi sagal yamati man yite yag yit.
ades tise ades.
ad anil anaad anajat yug yug eko ves. ||28||

Viviendo de acuerdo con lo Divino interno, recibimos un verdadero contentamiento a través del cual trabajamos duro para lograr el honor de las Virtudes Divinas, y vivimos centrados en la voz interna de la conciencia / Divina Recordando la impermanencia de la vida física, nos liberamos de los vicios y siempre tenemos fe en la Sabiduría Divina que recibimos desde adentro Seguimos el camino más elevado tratando a todos por igual, conquistamos nuestra propia mente ganando así todo el mundo interno de pensamientos, emociones y sentimientos Debemos someternos en obediencia al Divino interno El único, Inmutable, Eterno e Inmaculado Señor que es la voz de nuestra conciencia.

bhug-t gi-an de-i-a bhandaran
ghat ghat vaye naad.
ap nath nathi sabh ya ki
riDh siDh avra saad.

sanyog viyog du-i kar chalaveh
lekje aveh bhag.
ades tise ades.
ad anil anaad anajat yug yug eko vese. ||29||

El Intelecto Divino nos hace trabajar por las Virtudes Divinas en nuestro propio beneficio. Cuando lo hacemos, cada parte de nuestro universo interno resuena con el Hukam Divino Siguiendo al Divino Interior, nos convertimos en maestros de nuestro propio Ser Interno que luego reina sobre toda nuestra conciencia. Tal conciencia se da cuenta de que todo poder exterior (ilusión de) y toda perfección son el alimento de la mente maliciosa Dicha conciencia trabaja continuamente para absorber las Virtudes Divinas y deshacerse de los vicios desde adentro. De esta manera, construye un destino hermoso para sí misma Debemos someternos en obediencia al Divino interior El único, Inmutable, Eterno e Inmaculado Señor que es la voz de nuestra conciencia

eka ma-i yug-t vi-a-i tin chele parvan.
ik sansari ik bhandjari ik la-e diban.
yiv tis bhave tive chalave yiv jove furman.
oh vekje ona nadar na ave bahuta eje vidan.
ades tise adese.
ad anil anaad anajat yug yug eko vese. ||30||

La voz del Intelecto Divino resuena siempre dentro de nosotros. Aquellos que prestan atención a ella son los verdaderamente iluminados. Este Intelecto divino crea el mundo de las Virtudes Divinas, las nutre / las preserva y nos ayuda a diferenciar entre lo bueno y lo malo dentro de nosotros Según lo que el Divino Interior desea, esta Voz nos hace caminar por el sendero de la verdad según el Hukam Divino Y una tarea más grande de este Intelecto Divino es que cuando se encuentra con un pensamiento malvado / débil, lo elimina de nuestra conciencia Debemos someternos en obediencia al Divino interior El único, Inmutable, Eterno e Inmaculado Señor

que es la voz de nuestra conciencia

asan lo-e lo-e bhandar.
yo kichh pa-i-a so eka var.
kar kar vekje siryanjar.
Nanak sache ki sachi kar.
ades tise ades.
ad anil anaad anajat yug yug eko vese. ||31||

Vivir de acuerdo con el Hukam Divino desarrolla los asientos de tesoros infinitos de Sabiduría Divina dentro Y esta sabiduría infinita se obtiene a través del único y exclusivo Hukam Divino / conciencia interior Interiorizando y ejerciendo esta sabiduría reconocemos al Señor interior Interiorizar y prestar atención a la sabiduría Divina es el verdadero servicio al Señor Interno Debemos someternos en obediencia al Divino interior El único, Inmutable, Eterno e Inmaculado Señor que es la voz de nuestra conciencia

ik du yibou lakj johi lakj joveh lakj vis.
lakj lakj guerha akji-e ek nam yagdise.
et rah pat parvhari-a charji-e jo-e ikise.
sun galaa akas ki kita a-i rise.
Nanak nadri pa-i-e kurhi kurhe thise. ||32||

Si algo realmente pudiera ocurrir con simples palabras, entonces cambiemos nuestra lengua única por dos, por cientos o incluso por millones de lenguas Y con todas esas lenguas, repetimos continuamente ciertas palabras / una palabra específica (nada bueno surge de tal repetición mecánica) En el camino hacia la iluminación interior, necesitamos subir la escalera de la transformación interior ejercitando las virtudes Divinas para finalmente fusionarnos con el Divino Interno Pero solo escuchamos / leemos sobre tal transformación, nos emocionamos y deseamos lograrlo sin trabajar en nuestro yo interior oprimido por los vicios Olvidamos que la gracia de la unidad con el Divino Interno se logra solo al prestar atención a Sus palabras. Y la expectativa de tal vida

mediante la mera repetición / recitación de palabras no sirve para nada

akjan yor chupe nah yor.
yor na mangan den na yor.
yor na yivan maran nah yor.
yor na rallh mal man sor.
yor na surti gi-an vichar.
yor na yugti chhute sansar.
yis jath yor kar vekje so-e.
Nanak utam nich na ko-e. ||33||

Hablar / cantar con la lengua o permanecer en silencio no tiene ningún poder para lograr la unidad interior Ni el deseo / la petición (y no trabajar internamente), ni las ofrendas (caridad externa) tienen ningún poder para la iluminación El nacimiento y la muerte externos no tienen nada que ver con la fusión en el Señor interno (hasta que traigamos alguna transformación positiva internamente) Ni todos esos reinos y tesoros mundanos tienen ningún poder para lograr la Unidad. Todo esto es solo el ruido de nuestra mente (que puedo lograrlo todo con dinero) Las lecturas y discusiones conscientes externas no tienen ningún poder (hasta que internalicemos esa sabiduría internamente) Toda esa sabiduría / astucia mundana no tiene ningún poder para liberarnos de la malicia de los vicios Si alguien piensa que puede lograrlo con la astucia mundana, que lo intente La presencia o ausencia de todas estas potencias externas no determina si una persona es superior o inferior en el camino de la autorealización

rati ruti thiti var.
pavan pani agni pataal.
tis vich Dharti thap rakji Dharam sal.
tis vich yi-a yug-t ke rang.
tin ke nam anek anant.
karmi karmi jo-e vichar.

sacha aap sacha darbar.
tithe sohan panch parvaan.
nadri karam pave nisaan.
kach paka-io the pa-e.
Nanak gue-i-a yape ya-e. ||34||

Todos los elementos de la naturaleza crean la vida exterior limitada en el tiempo Y la Tierra / la vida terrenal se establece y se mantiene dentro de los límites de ese tiempo y las leyes naturales. De manera similar, dentro del cuerpo exterior de elementos gobernados por el tiempo, se encuentra la Tierra interna de nuestra conciencia donde debemos sentarnos para comprender e implementar el Hukam divino / la voz del Señor interno / la conciencia. En esa conciencia, recibimos instrucciones del Divino Interno sobre las formas de vivir de manera hermosa Es un tesoro ilimitado de ese Dharam - formas hermosas de vida - dentro de nosotros Cuando analizamos / revisamos cada una de nuestras acciones de acuerdo con este Dharam / Sabiduría Divina Nuestra mente se dirige hacia la verdad / la pureza interna y encuentra un lugar dentro de sí misma para seguir tomando decisiones según el Hukam Divino Una mente así es celebrada en el Darbar / Asiento eterno del Divino Interno A través de la bendición del Señor Interno, tal mente continúa cubriendo los hitos hacia la Unidad con el Ser Divino Sigue recibiendo / ejercitando las instrucciones desde dentro para transformar el proceso de pensamiento en uno iluminado Esto ocurre solo al internarse y escuchar / implementar la sabiduría divina

dharam kjand ka ejo Dharam.
gi-an kjand ka akjho karam.
kete pavan pani vesantar kete kan majes.
kete barme gharat ghahi-e ruup rang ke ves.
keti-a karam bhumi mer kete kete Dhu updese.
kete ind chand sur kete kete mandal dese.
kete siDh buDh nath kete kete devi vese.

kete dev danav mun kete kete ratan samund.
keti-a kjani keti-a bani kete pat narind.
keti-a surti sevak kete Nanak ant na ant. ||35||

La regla de DharamKhand - el estado de aprender las formas correctas de vivir - es trabajar hacia GyanKhand - el estado de aprendizaje continuo del Hukam divino Aprender / darse cuenta de que incontables virtudes divinas ya existen dentro del cuerpo / vida compuesto por elementos naturales Hay un poder ilimitado dentro de nosotros para esculpir una multitud de pensamientos buenos y malos En los diferentes estados de nuestra mente / conciencia, están las virtudes más altas, y la guía / instrucciones hacia el camino recto hacia la Unidad Interior En todas las partes de nuestra creación interior hay fuentes ilimitadas de sabiduría superior, las humildes virtudes divinas y los poderes de la sabiduría divina que se derraman Dentro de nosotros hay multitudes de niveles de conciencia listos para ayudarnos a subir / elevarnos espiritualmente Darse cuenta de que hay poderes ilimitados dentro de nosotros que nos ayudan a estudiar / contemplar la Sabiduría divina internamente para obtener las gemas preciosas de las virtudes divinas para una vida hermosa Darse cuenta de que dentro de nosotros se crea continuamente pensamientos desde diferentes bases que nos satisfacen de diferentes maneras Una multitud de conciencias y las acciones que sirven a esas conciencias. No hay fin a esta creación interna

gi-an kjand meh gi-an parchand.
tithe naad binod kod anand.
saram kjand ki bani rup.
tithe gharjat ghari-e bajut anup.
ta ki-a gala kathi-a na yae.
ye ko kaje pichhe pachhuta-e.
tithe ghari-e sur-t mat man buDh.
tithe ghari-e sura sidha ki sudh. ||36||

En este estado de aprendizaje - GyanKhand - el énfasis se pone en estudiar / analizar el yo interno (porque no podemos hacer ningún cambio sin darnos cuenta / analizarnos a nosotros mismos) Al analizar y trabajar en la autorrealización, obtenemos la dicha interna Ahora la mente se dirige hacia - ShramKhand - el estado en el que trabaja desde la transformación interna basada en el conocimiento del yo. Este estado mental se trata de la belleza interior Aquí tallamos / cincelamos un yo hermoso, muy hermoso El proceso de remodelar nuestra conciencia no es un tema de simples palabras. Requiere un trabajo arduo Si alguien dice que puede cambiarlo con simples palabras, lamentará al final Se necesita un trabajo arduo y dedicado para transformar la conciencia, el intelecto y la dirección de la mente El estado despierto en el interior se moldea a través de la sabiduría del Divino / del Guru

karam kjand ki bani yor.
tithe jor na ko-i jor.
tithe yoDh majabal sur.
tin meh ram reji-a bharpur.
tithe sito sita mehma maje.
ta ke rup na kathne yae.
na oh mareh na thage yae.
yin ke ram vase man maje.
tithe bhagat vaseh ke lo.
kareh anand sacha man so-e.
sach kjand vasei nirankar.
kar kar vekje nadar nijale.
tithe kjand mandal varbhand.
ye ko kathe ta ant na ant.
tithe lo-a lo-a akar.
yiv yiv juk-m tive tiv kar.
vekje vigse kar vichar.
Nanak kathna kararja sar. ||37||

ਓ

La mente que trabaja continuamente / dedicadamente en la transformación interna es alimentada por el Hukam Divino desde adentro Ninguna otra fuerza (de malicia y vicios) funciona dentro de una mente así Cada parte de una mente así es un valiente guerrero poderoso contra los vicios Cada parte de esa conciencia está habitada por el Señor (centrada en el Hukam Divino) Cada pensamiento en esa conciencia está cosido / centrado en lo Divino interior La belleza de una mente así llena de virtudes divinas no puede ser descrita Una mente así ni muere (cesa de seguir el Hukam) ni es saqueada (desprovista de virtudes) por los vicios Como cada parte de esa conciencia está centrada en lo Divino interior En una mente así ocurre el proceso de someterse al Señor interior a la luz / guía del Hukam Divino Este proceso conduce a la verdadera dicha eterna en el interior a través del Despertar / la Verdad / la Pureza interior Potenciada con la gracia / fuerza continua del Divino interior, la mente alcanza el estado - SachKhand - en el interior, donde reside eternamente el Señor Único Al interiorizar / ejercitar la voz divina de la conciencia, encuentra al Señor en su interior y vive en paz / felicidad Cada parte de esta conciencia divina está absorta en el Amor divino Nadie puede decir / pensar en un fin para un estado de ánimo tan grácil Un estado de ánimo así - SachKhand - está completamente inmerso en la luz de la Sabiduría Divina Actúa solo de acuerdo con las instrucciones / Hukam del Divino interior Solo queda un Señor Único (la mente se ha fusionado en él) que cuida de todo y bendice con sus virtudes gloriosas Este estado de Unidad con el Divino interior es incomprensible (solo puedes realizar esa dicha alcanzándola)

yat pajara Dhire suni-ar.
ehran mat ved jathi-ar.
bha-o kjala agan tap ta-o.
bhaNda bha-o amrit tit dhal.
gharji-e sabad sachi taksal.
yin ka-o nadar karam tin kar.

Nanak nadri nadar nijal. ||38||

El camino hacia el SachKhand - Reino de la Verdad / Pureza - dentro es trabajando con autocontrol / disciplina y paciencia / perseverancia en nuestro intelecto / conciencia con la ayuda de la Sabiduría Divina Manteniéndonos en el Hukam Divino, trabajamos diligentemente para internalizar / implementar la Sabiduría del Divino Interior Solo entonces el néctar del Amor Divino se filtra en el recipiente de nuestra conciencia En la palabra / sabiduría del Guru continúa moldeando / creando un yo reformado dentro Aquellos que observan este camino de crecimiento interno, absorben la palabra del Divino Interior en sus acciones Y con esta bendición divina de transformación, reciben la felicidad/florecimiento eterno en el interior

shlok. pavan guru pani pita mata Dharat majat.
divas rat du-e da-i da-i-a kjele sagal yagat.
changui-a-i-a buri-a-i-a vache Dharam jadur.
karmi apo apni ke nere ke dur.
yini naam Dhi-a-i-a geima skat ghal.
Nanak te mukj uyile keti chhuti naal. ||1||

Este es el segundo y último Shlok de Jap Ji Sahib Con cada aliento, en este cuerpo compuesto de elementos naturales A lo largo de las diferentes etapas de la vida, nuestra mente crea su propio mundo (juega dentro) Escucha / atiende al Divino Interior y aprende la diferencia entre el bien y el mal para darse cuenta del camino correcto de la vida Se da cuenta de que todas mis acciones (pensamientos, acciones) pueden acercarme al Divino Interior o alejarme de él. (El Señor nunca va a ningún lado; Permanece constantemente dentro) Aquellos que se enfocaron en las Virtudes divinas y trabajaron diligentemente en ellas Se vuelven radiantes / iluminados por dentro y son liberados de los vicios.

SO DAR

rag asa mehla 1

ik-oNkar satgur parsad.

Este shabad es del primer Nanak Ji en Raag Aasa. El título es El lugar/el asiento del Señor. Hay Un Señor que está presente en todo, en todo momento, cuya existencia es eterna, y es conocido/realizado a través de la palabra/sabiduría del Guru.

so dar tera kea so ghar kea yit baji sarab samale.
vee tere nad anek asankja kete tere vavanjare.
kete tere rag pari si-o kaji-aji kete tere gavanjare.
gavan tuDhno pavan pani besantar gave rea Dharam du-are.
gavan tuDhno chit gupat likj yanan likj likj Dharam bichare.
gavan tuDhno isar barahma devi sohan tere sada savare.
gavan tuDhno indar indarasan bethe deviti-a dar nale.
gavan tuDhno siDh samaDhi andar gavan tuDhno saDh bichare.
gavan tuDhno yati sati santokji gavan tuDhno vir karare.
gavan tuDhno pandit parjan rakjisur yug yug veda nale.
gavan tuDhno mohni-a man mohan surag machh pa-i-ale.
gavan tuDhno ratan upa-e tere athsath tirath nale.
gavan tuDhno yoDh majabal sura gavan tuDhno kjani chare.
gavan tuDhno kjand mandal barahmanda
kar kar rakje tere Dhare.
se-i tuDhno gavan yo tuDh bhavan rate tere bhagat rasale.
jor kete tuDhno gavan se me chit na avan
Nanak ki-a bichare.
so-i so-i sada sach sajib sacha sachi na-i.
he bji josi ya-e na yasi rachna yin racha-i.
rangi rangi bhati kar kar yinsi ma-i-a yin upa-i.
kar kar dekje kita apna yi-o tis di vadi-a-i.
yo tis bhave so-i karsi fir juk'm na karna ya-i.
so patisaju saja patisajib Nanak rajan rea-i. ||1||

Dejando el ego a un lado, la mente comienza a buscar/explorar

la casa/asiento del Señor interior que cuida (nos guía) a través de Su Hukam/Instrucciones Atendiendo a ese Divino Interior, nuestros innumerables pensamientos comienzan a resonar/ejercer el Divino Hukam El Divino Interior nos guía a través de numerosas direcciones suaves/simples desde el interior y nuestra mente humilde con virtudes comienza a cantar/implementarlas en su interior Como todos los elementos naturales externos que funcionan en sincronía con las leyes naturales, la mente absorbida en virtudes divinas canta/se entrega a la Hukam/Ley del Señor en el interior Una mente así canta/obra en el lado oculto del yo interno para transformarlo practicando el Divino Hukam (Dharam) Esa mente iluminada siempre canta/obra para embellecer el yo interno al mejorarlo con el intelecto divino que crea, nutre y protege las virtudes divinas en nosotros Cantando/Implementando el Divino Hukam, la mente se sienta en el trono interior de la conciencia superior junto con las virtudes divinas (Rige el cielo interior) Una mente así iluminada canta/alcanza la perfección al contemplar la Sabiduría Divina. Continúa perfeccionándose desde dentro al ejercitar el Divino Hukam Una mente así iluminada canta/ejerce la verdadera pureza, la caridad, el contentamiento, y se convierte en el auténtico guerrero que lucha continuamente contra la malicia y los vicios internos Una mente iluminada canta/implanta el Hukam estudiando y contemplando la Sabiduría Divina para transformar el yo interno de manera constante. Cantando/Viviendo en las Virtudes Divinas, la totalidad de una mente así está siempre atraída/dedicada a las Virtudes/bondad Cantar/ejecutar el Divino Hukam crea las preciosas gemas de la Sabiduría Divina, y esta sabiduría se convierte en el peregrinaje interior para lavar la malicia interna Cantando/implantando el Divino Hukam, toda la mente se convierte en un valiente luchador contra los vicios internos. Cantando/Ejerciendo el Divino Hukam, todos nuestros pensamientos individuales, su colección y toda la mente están absorbidos en la Ley del Divino Cantando/Atendiendo

al Divino Hukam, vivimos impregnados de amor divino, devoción y en la esencia de las Virtudes Divinas Aquellos que cantan/atienen al Divino interior no permiten que el ego entre en sus pensamientos. ¿Cómo puedo comprender su estado de ánimo virtuoso? Siempre están enfocados en el divino interior que está eternamente presente en su interior con su Hukam perpetuo / infalible Siempre están inmersos en el Divino interior que conduce a la creación de un ser verdadero / iluminado Debido a su enfoque en el Divino interior, están salvados de los diversos colores / efectos de Maaya/ ilusiones nacidas de la mente maliciosa Como están ocupados creando y cuidando tal belleza en sí mismos, que realmente es una bendición del Señor Hacen lo que el Señor interior gusta/desea. Nunca intentan anular la voz de la conciencia Así, al vivir de acuerdo con el Divino interior, se convierten en los reyes de los reyes (Soberanos de su cuerpo, mente y conciencia. Libres de la esclavitud de los vicios y las tentaciones)

asa mehla 1

sun vada akje sabh ko-e.
kevad vada ditha jo-e.
kimat pa-e na kaji-a ya-e.
kahne vale tere raje sama-e. ||1||

Todos dicen que Dios es grande solo al escucharlo de otros pero cuán grande eres, ¡Oh Señor! solo puede ser conocido al realizarte dentro de ti No puedes ser comprado/medido por ninguna cantidad terrenal, ni puedes ser descrito en palabras Aquellos que te realizan viven en Unidad contigo

vade mere sajiba gajir gambjira guni gajira.
ko-e na yane tera keta kevad chira. ||1|| raja-o.

¡Mi Señor! tú eres el océano de Virtudes Divinas Nadie puede conocer jamás el alcance de tu Hukam (La Orden Divina) Todos los que intentan encontrar el fin/extensión del Hukam a través de todo

pensamiento externo Todos los que intentan evaluar tu gloria a través de cantidades materiales externas Y todos esos eruditos y meditadores que afirman ser superiores al leer/estudiar libros Todos ellos tampoco pueden estimar la vastedad de tu Divino Hukam/Orden

sabh surti mil surat kama-i.
sabh kimat mil kimat pa-i.
gi-ani Dhi-ani gur gurja-i.
kajan na ya-i teri til vadi-a-i. ||2||

Toda la bondad, las virtudes, el esfuerzo que alguien está poniendo hacia la realización Divina Y toda esa gloria de la sabiduría para llevarse a uno mismo hacia la perfección/unidad Todo esto no se puede lograr sin vivir en (atender a) tu Hukam (La voz del Divino Interno) Quien ejercita/internaliza tu Hukam (Voluntad) nunca se encuentra con ninguna parada/obstáculo en el logro de virtudes/ gloria Divinas

sabh sat sabh tap sabh chang-a-i-a.
siDha purkja ki-a vadi-a-i-a.
tuDh vin siDhi kine na pa-i-a.
karam mile naji thak raja-i-a. ||3||

Aquel que interioriza/vive en estas virtudes Divinas nunca se vuelve indefenso/vulnerable Porque se convierte en un almacén de Virtudes internas Ninguno de los vicios puede dominar a aquel que recoge tal mérito del Divino Interno Porque el Divino Interno lo/la ha adornado desde adentro

akjan vala ki-a vechara.
sifti bhare tere bhandara.
yis tu deh tise ki-a chara.
Nanak sach savaranjara. ||4||2||

Si internalizo el Hukam divino (la voz interna de la conciencia), solo entonces vivo. De lo contrario, sigo muriendo en los vicios Pero para

la mente maliciosa, es muy difícil prestar atención/ someterse al Divino Interno Aquellos que desarrollan el deseo de implementar/ejercer el Hukam en sus vidas Este deseo/ hambre los hace comer/seguir la Voluntad Divina. Y de esta manera se deshacen del sufrimiento interno

asa mehla 1.

akja yiva visre mar ya-o.
akjan a-ukja sacha na-o.
sache nam ki lage bhukj.
ut bhukje kja-e chali-aji dukj. ||1||

¡Oh querido intelecto mío! Nunca ignores la voz del Divino Interno El verdadero maestro que está dentro de ti te guía con su sabiduría/ Hukam eterno

so ki-o visre meri ma-e.
sacha sajib sache na-e. ||1|| raja-o.

Incluso un poco de la gloria de ese Divino Hukam/Voluntad es tan magnífico que nuestra existencia se vuelve demasiado corta para comprenderlo Incluso si todos intentáramos estimar/comprender Su gloria juntos no podemos reducir Su magnificencia a palabras, ni afirmar su fin.

sache nam ki til vadi-a-i.
akj thake kimat naji pa-i.
ye sabh mil ke akjan paji.
vada na jove ghat na ya-e. ||2||

El Señor (y su eterna Voluntad) dentro de nosotros nunca se apaga, ni está equivocado/arrepentido jamás Siempre nos guía con la sabiduría divina desde nuestro interior. Este maravilloso proceso interno nunca llega a su fin Esta es la mayor virtud de ese Divino Interior, que nunca se encuentra en las voces de la mente maliciosa (vicios) No hay otro guía como esta voz interna de la conciencia. Nunca, jamás habrá otro.

na oh mare na jove sog.
deda raje na chuke bjog.
gun ejo jor naji ko-e.
na ko jo-a na ko jo-e. ||3||

Tan pura/verdadera como vive dentro de nosotros, así es su excepcional beneficio de virtudes divinas El beneficio/dádiva de virtudes que traen la luz (día) de la sabiduría, y ponen fin a la noche/ ignorancia/vicios Aquellos que pasan por alto a tal Señor Interno, se entregan a actos innobles En ausencia de virtudes divinas, continúan cayendo en lo bajo/corrupto.

yevad ap tevad teri dat.
yin din kar ke kiti rat.
kjasam visareh te kamyat.
Nanak nave be sanat. ||4||3||

Así como puro/verdadero vive dentro de nosotros, así es su excepcional dádiva de virtudes divinas. La dádiva/don de virtudes que trae la luz (el día) de la sabiduría y pone fin (la noche) a la ignorancia/vicios. Aquellos que desprecian a tal Señor Interno, se entregan a actos innobles. En ausencia de virtudes divinas, continúan cayendo en la corrupción y la degradación.

rag guyri mehla 4.

Shabad del cuarto Nanak Ji en Raag Gujri

jar ke yan satgur satpurkja
bina-o kara-o gur pas.
jam kire kiram satgur sarna-i
kar da-i-a nam pargas.||1||

Te ruego, mi verdadero compañero - la fuente de la Sabiduría 'Satguru' Vivo de manera despreciable en la ignorancia; Bendíceme con la luz/claridad a través de las Virtudes Divinas

mere mit gurdev mo ka-o ram nam pargas.
gurmat nam mera paran sakja-i

jar kirat jamri rahras. ||1|| raja-o.

¡Mi Guruji! Ilumíname con las Virtudes Divinas Las virtudes obtenidas a través de la sabiduría del Guru son mis verdaderos compañeros y mi verdadero capital/reserva para los altibajos del camino de la vida.

jar yan ke vad bhag vadere
yin jar jar sarDha jar pias.
jar jar nam mile tariptasaji
mil sangat gun pargas. ||2||

Afortunados son aquellos que han desarrollado la sed/ganas de absorber las Virtudes Divinas a través de la Sabiduría del Guru Alcanzan la satisfacción a través de esas virtudes y trabajan continuamente en iluminarse en compañía de la Sabiduría Divina

yin jar jar jar ras nam na pa-i-a
te bhaghin yam pas.
yo satgur saran sangat naji a-e
Dharig yive Dharig yivas.||3||

Pero aquellos que no han desarrollado tal sed son tan desafortunados que son presa de los vicios Aquellos que no interiorizan la Sabiduría Divina continúan viviendo en la mediocridad / despreciable

yin jar yan satgur sangat pa-i
tin Dhur mastak likji-a likjas.
Dhan Dhan satsangat yit jar ras pa-i-a
mil yan Nanak nam pargas. ||4||4||

Aquellos que practican la sabiduría del Guru, absorben las Virtudes Divinas en su conciencia / intelecto Bendita es la compañía de la sabiduría divina donde recibimos el Amor Divino y la Luz de las Virtudes Divinas

rag guyri mehla 5.

Shabad (composición poética) del quinto Nanak Ji

kaje re man chitvaji udam ya ajar jar yi-o pari-a.
sel patjar meh yant upa-e ta ka riyak age kar Dharia.||1||

¡Oh mi mente! ¿Por qué vives ansiosa/preocupada? ¡La fuente de la vida, el Señor, está contigo! Ha creado criaturas en las rocas duras y las provee allí también

mere maDha-o yi satsangat mile so tari-a.
gur parsad param pad pa-i-a suke kasat jari-a. ||1|| raja-o.

Aquellos que acompañan/siguen la Sabiduría Divina interior, se deshacen del océano de preocupaciones/ansiedades A través de la sabiduría/orientación del Guru, alcanzamos ese estado superior de Unidad con el Señor interior, donde todas las preocupaciones/miedos se transforman en fe/paz

yanan pita lok sut banita ko-e na kis ki Dhari-a.
sir sir riyak sambaje thakur kaje man bha-o kari-a. ||2||

¡Oh querido! Nadie en toda esta creación depende de alguien más (además del Señor) para el sustento de la vida El Señor provee a todos; ¿Por qué estás preocupado?

ude ud ave se kosa tis pachhe bachre chhari-a.
tin kavan kjalave kavan chugave man meh simran kari-a.||3||

Mira, las aves vuelan cientos de millas dejando atrás a sus crías Recuerda al Señor que provee tanto a las aves como a sus crías

sabh niDhan das asat sidhan
thakur kar tal Dhari-a.
yan Nanak bal bal sad bal ya-i-e
tera ant na paravaria.||4||5||

Date cuenta de esto a través de la compañía de la Sabiduría Divina, que el Señor ya ha colocado todos los poderes y tesoros en nuestras manos En lugar de preocuparnos, debemos vivir en gratitud hacia las innumerables bendiciones

rag asa mehla 4 so purakj
ik-o^{N}kar satgur parsad.

Este Shabad es del cuarto Nanak Ji en Raag Aasa El título es So Purakh - Ese Señor Creador Hay un único Señor presente en todo, en todo momento, cuya existencia es eterna, y se conoce/se realiza a través de la palabra/la sabiduría del Guru.

so purakj niranyan jar purakj niranyan
jar agma agam apara.
sabh Dhi-avaji sabh Dhi-avaji tuDh yi
jar sache siryanjara.
sabh yi-a tumare yi
tu^{N} yi-a ka datara.
jar Dhi-avaju santaju yi
sabh dukj visaranjara.
jar ape thakur jar ape sevak yi
ki-a Nanak yant vichara.||1||

El Señor Omnipresente es inmaculado y lleno de virtudes (Por lo tanto, reza) ¡Oh Señor! Todo el mundo viviente siempre está bajo tu consideración (bajo tu vigilancia) Tú has creado todo y bendices a todos con todos los poderes y virtudes ¡Oh mis Queridos Sentidos! Permanezcan enfocados en la (voluntad de) lo Divino Interior. Solo entonces te liberarás del sufrimiento (nacido de los vicios) Ese Señor no está separado de su creación. ¿Qué soy yo sin Él?

tu^{N} ghat ghat antar sarab nirantar yi
jar eko purakj samana.
ik date ik bhekjari yi
sabh tere choy vidana.
tu^{N} ape data ape bhugta yi
ja-o tuDh bin avar na yana.
tu^{N} parbarahm be-ant be-ant yi
tere ki-a gun akj vakjana.
yo seveh yo seveh tuDh yi

yan Nanak tin kurbana. ||2||

¡Oh Señor! Tú vives en todos - igualmente y en todo momento Lo que veo como rico y pobre es un juego maravilloso tuyo (más allá de mi comprensión) Tú eres el Proveedor, y Tú mismo vives en los receptores - ¿Qué más debo pensar? ¡Oh Señor! Tú eres ilimitado y nunca puedo descifrar tus virtudes con mi sabio intelecto mundano Soy un sacrificio para aquellos que sirven (viven de acuerdo con) tu voluntad.

jar Dhi-avaji jar Dhi-avaji tuDh yi
se yan yug meh sukjvasi.
se mukat se mukat bha-e
yin jar Dhi-a-i-a yi tin tuti yam ki fasi.
yin nirbha-o yin jar nirbha-o Dhi-a-i-a yi
tin ka bha-o sabh gavasi.
yin sevi-a yin sevi-a mera jar yi
te jar jar rup samasi.
se Dhan se Dhan yin jar Dhi-a-i-a yi
yan Nanak tin bal yasi. ||3||

Aquellos que recuerdan/realizan al Señor presente en todos, viven en paz Porque viven libres de los vicios y rompen los lazos de todos los miedos/preocupaciones nacidos de esos vicios Aquellos que escuchan al Señor intrépido dentro se liberan de todos los miedos Aquellos que sirven (siguen) al Divino interior se vuelven uno con el Señor Benditos son aquellos que viven de acuerdo con el Divino interior.

teri bhagat teri bhagat bhandar yi
bhare bi-ant be-anta.
tere bhagat tere bhagat salajan tuDh yi
jar anik anek ananta.
teri anik teri anik karaji jar puya yi
tap tapeh yapeh be-anta.
tere anek tere anek parjeh bajo simrit sasat yi

kar kiri-a kjat karam karanta.
se bhagat se bhagat bhale yan Nanak yi
yo bhaveh mere jar bhagvanta. ||4||

¡Oh Señor! Vivir en tu devoción (atender al Divino Interior) bendice con tesoros de Virtudes Divinas Aunque muchos afirmen ser devotos verdaderos y te alaben con palabras Muchos son los que te adoran de diferentes formas y realizan rituales rigurosos externamente Muchos son los que leen escrituras religiosas y siguen todas las prácticas religiosas externas Pero solo aquellos son los verdaderos devotos que te complacen (viviendo según tu Hukam / voluntad)

tu^{N} ad purakj aprampar karta yi
tuDh yevad avar na ko-i.
tu^{N} yug yug eko sada sada tu^{N} eko yi
tu^{N} nihchal karta so-i.
tuDh ape bhave so-i varte yi
tu^{N} ape karaji so jo-i.
tuDh ape sarisat sabh upa-i yi
tuDh ape sire sabh go-i.
yan Nanak gun gave karte ke yi
yo sabhse ka yano-i.||5||1||

¡Oh Señor! Eres nuestro principio, nuestro Creador. Nadie se iguala a ti. ¡Oh Señor Creador! Debo darme cuenta de que tú creas todo y vives en todos por igual Lo que te complace, solo eso debería suceder dentro de mí (debo rendirme solo a eso). Solo debe suceder a través de mí lo que deseas de mí Debo darme cuenta de que es tu Hukam / voluntad el que crea y termina toda la creación dentro de mí y también afuera Debo interiorizar esta virtud de que siempre haces lo que es mejor para todos

asa mehla 4.

Shabad del cuarto Nanak Ji en Raag Aasa

tu^{N} karta sachiar meda sa^{N}-i.

yo ta-o bhave so-i thisi yo tu^{N} deh so-i ja-o pa-i. ||1|| raja-o.

¡Oh Creador de todo! Eres mi Señor y amo Bendíceme con esta comprensión de que todo lo que te complace debería acontecer en mí. Lo que me das (la sabiduría / las direcciones) desde dentro, debo recibirlo / implementarlo en mi vida

sabh teri tu^{N} sabhni Dhi-a-i-a.
yis no kirpa karaji tin nam ratan pa-i-a.
gurmukj laDha manmukj gava-i-a.
tuDh ap vichjorji-a ap mila-i-a. ||1||

¡Toda esta creación es tuya, oh Señor! Y tú cuidas de todos (guías a todos hacia una vida veraz) Aquellos que reciben/consiguen la valiosa riqueza de las Virtudes Divinas, es la bendición de tu Hukam Divino (voz dentro de ellos) Aquellos que atienden las palabras del Guru reciben este tesoro, y aquellos que siguen la mente sabia mundana lo pierden todo (internamente) Aquellos que siguen la mente maliciosa se separan de ti, ¡oh Señor! Aquellos que atienden la sabiduría del Guru se funden en ti

tu^{N} dari-a-o sabh tuyh hi maji.
tuyh bin duya ko-i naji.
yi-a yant sabh tera kjel.
viyog mil vichhurji-a sanyogi mel. ||2||

Eres la fuente de todas las virtudes y la paz No hay otro que pueda proporcionar tales generosidades aparte de ti Todo el mundo viviente juega/vive en tu Hukam/voluntad Aquellos que niegan tu voluntad sufren la separación del Señor Interno. Aquellos que atienden al Hukam se funden en ti

yis no tu yana-iji so-i yan yane.
jar gun sad hi akj vakjane.
yin jar sevi-a tin sukj pa-i-a.

sehye hi jar nam sama-i-a. ||3||

Solo quienes se han convertido en uno contigo al vivir en tu Voluntad Divina pueden darse cuenta de esto Y ejercen/asimilan Virtudes Divinas siempre. Aquellos que sirven/integran el Hukam/Orden del Divino interno, viven en paz Reciben tranquilidad al escuchar la Sabiduría Divina y viven absorbidos en las Virtudes Divinas

tu ape karta tera ki-a sabh jo-e.
tuDh bin duya avar na ko-e.
tu kar kar vekjeh yaneh so-e.
yan Nanak gurmukj pargat jo-e. ||4||2||

¡Querido Señor! Tú eres el creador/hacedor dentro de nosotros. Todo (todas nuestras capacidades/poderes) es gracias a tu creación Sin ti, nadie más es capaz de crear algo dentro de nosotros. Solo esa mente te percibe, la que obedece a tu voluntad al encontrarte dentro Al someterse a la sabiduría del Guru, la mente te descubre dentro.

asa mehla 1.

Shabad del primer Nanak Ji en Raag Aasa

tit saravrarje bha-ile nivasa
pani pavak tineh ki-a.
panke moh pag naji chale
jam dekja tah dubi-ale. ||1||

Vivimos ardiendo en el fuego de los deseos/vicios interminables Y estamos tan atrapados en los apegos a estos vicios/deseos que no podemos salir de ellos. En cambio, seguimos hundiéndonos en ellos.

man ek na chetas murh mana.
jar bisrat tere gun gali-a. ||1|| raja-o.

¡Oh querida mente mía! Eres un tonto por no enfocarte en el Señor (por no implementar las instrucciones del Divino Interno)

Recuerda, perderás cualquier cosa buena que tengas contigo cuando descuides el Divino Interno.

na ja-o yati sati naji parji-a
murakj mugDha yanam bha-i-a.
paranvat Nanak tin ki sarna yin tu naji visri-a. ||2||3||

(Para deshacerme del fuego de los vicios, rezo) ¡Oh Señor! No soy ni un santo ni un erudito. He sido un tonto (me he entregado a los vicios) durante toda mi vida. Te ruego que me proporciones la compañía de esas Virtudes Divinas bajo cuya guía/jefatura nunca pueda olvidarte (y tu Hukam divino).

asa mehla 5.

Shabad del Quinto Nanak Ji en Raag Aasa.

bha-i parapat manukj deuri-a.
gobind milan ki ih teri bari-a.
avar ke tere kite na kam.
mil saDhsangat bhe keval nam. ||1||

¡Oh querida mente! Este cuerpo humano que has obtenido es suficiente para todas las actividades externas. (esfuerzos y logros) Pero esta es la oportunidad para que te unifiques con el Señor Interno (para vivir la vida de manera hermosa / con propósito) Ningún ritual externo puede ayudar a deshacerse de los sufrimientos internos nacidos de los vicios internos Interioriza solamente las Virtudes Divinas en compañía del Guru (Sabiduría Divina)

sara^{N}yam lag bhavyal taran ke.
yanam baritha yat rang ma-i-a ke. ||1|| raja-o.

Prepárate para nadar a través del vasto océano de vicios internos. Estás desperdiciando tu vida/tiempo entregándote solo a las ilusiones de los placeres y dolores externos.

yap tap sanyam Dharam na kama-i-a.
seva saDh na yani-a jar ra-i-a.

kajo Nanak jam nich karamma.
saran pare ki rakjo sarma. ||2||4||

(Reza al Señor) No he practicado ninguna meditación, ni afrontado dificultades ni disciplinas religiosas, ¡Oh Señor! Tampoco he interiorizado Virtudes en compañía de los buenos Me comprometo en actos atroces / vergonzosos, entregándome a los vicios Solo en tu refugio (sumisión completa al Divino Interno) puedo salvar mi honor.

SOHILA

rag ga-orji dipki mehla 1
ik-oNkar satgur parsad.

El nombre de esta Composición/Baani es “Sohela”. Sohila significa “Las canciones de aprecio”. Shabad/Composición poética del primer Guru Ji en Raag Gauri Deepki. Hay un único Señor presente en todos, en todo momento, cuya existencia es eterna, y se conoce/se realiza a través de la palabra/la sabiduría del Guru.

ye ghar kirat akji-e karte ka jo-e bicharo.
tit ghar gavhu sohila sivrihu siryanjaro. ||1||

El estado mental en el que puedes comprender la gloria del Señor Mantente enfocado en ese estado mental para cantar/interiorizar las glorias/gratitud del Señor

tum gavhu mere nirbha-o ka sohila.
ha-o vari yit sohile sada sukj jo-e. ||1|| raja-o.

¡Querida mente! Canta/ejercita las Virtudes divinas de la valentía Interiorizar estas virtudes trae dicha/paz eterna

nit nit yi-arje samali-an dekjega devanjar. tere dane kimat
na pave tis date kavan sumar. ||2||

El Señor Verdadero cuida de ti (siempre te respalda) y estará contigo para siempre La sabiduría mundana no puede proporcionar ningún bien para deshacerse de los miedos, pero la sumisión al Hukam/Voluntad Divina tiene todo el poder para hacerlo

sambat saja likji-a mil kar pavhu tel.
de sean asisrji-a yi-o jove sajib si-o mel. ||3||

Así como todas las preparaciones comienzan una vez que se fija la fecha/hora de la boda, de manera similar, tú (¡Oh mente!) fija el objetivo de fusionarte con el Divino Interno, y comienza a prepararte absorbiendo las Virtudes divinas Y recibe las bendiciones/enseñanzas del Guru a través de las cuales puedes encontrarte (ser

uno) con el Señor interior

ghar ghar ejo pajucha sad-rje nit pavann.
sadanjara simri-e Nanak se dih avann. ||4||1||

A todos los estados de tu conciencia, difunde el mensaje eterno de la voz del Divino Interno/Conciencia Y cuando te enfoques en esta voz/voluntad del Señor desde adentro, llegará el día/el momento de esa Unión Divina

rag asa mehla 1.

Shabad del primer Nanak Ji en Raag Aasa.

chhi-a ghar chhi-a gur chhi-a updes.
gur gur eko ves anek. ||1||

Aunque en el mundo exterior existen diferentes corrientes de pensamiento, sus propios Gurus/Maestros y sus mensajes distintos Pero en nuestro interior, solo hay un único Señor Verdadero que de diferentes maneras a través de Su Voluntad Divina nos guía hacia la rectitud

baba ye ghar karte kirat jo-e.
so ghar rakj vada-i to-e. ||1|| raja-o.

El estado mental en el que podemos cantar/someternos a la voluntad del Señor Debemos preservar ese estado (Permanecer sometidos y enfocados). Esta es la verdadera virtud.

visu-e chasi-a gharji-a pahra thiti vari maju jo-a.
sure eko rut anek. Nanak karte ke kete ves. ||2||2||

Al igual que en la creación exterior, el movimiento del sol nos ha dado diferentes longitudes de tiempo La posición del sol también trae diferentes estaciones De manera similar, el único Señor Creador dentro de nosotros nos guía de diferentes formas en nuestra conciencia. (Necesitamos sentarnos dentro para meditar en Él)

rag Dhanasri mehla 1.

Shabad del primer Nanak Ji en Raag Dhanaasri.

gagan me thal rav chand dipak bane
tarika mandal yanak moti.
Dhup mal-anlo pavan chavro kare
sagal banra-e fulant yoti. ||1||

Cuando miro el sol, la luna y las estrellas Y siento el viento fragante de las montañas, los árboles y la naturaleza llena de flores, debo hacerme una pregunta.

kesi arti jo-e.
bhav kjandna teri arti.
anhata sabad veant bheri. ||1|| raja-o.

¿Cómo puedo adorarte, ¡Oh Señor! (Tu adoración no depende de platos rituales con lámparas, flores, perlas, varitas de incienso, abanicos, etc.) La música melódica del Hukam/Orden Divino resuena en toda la creación, dentro y fuera de mí. (Tu adoración no depende de ninguna música/instrumento exterior)

sajas tav nen nan nen heh tohi ka-o
sajas murat nana ek tohi.
sajas pad bimal nan ek pad ganDh bin
sajas tav ganDh iv chalat mohi. ||2||

Todos estos miles de ojos y rostros a mi alrededor son tuyos, ¡Oh Señor! Sin embargo, no tienes un rostro específico ni un conjunto de ojos que deba adorar. Todos estos miles de pies son tuyos, ¡Oh Señor! y aún así, no hay pies específicos que deba adorar. Todos estos miles de olores a mi alrededor son tuyos, ¡Oh Señor! Sin embargo, no hay una fragancia específica que deba usar para complacerte.

sabh meh yot yot he so-e.
tis de chanan sabh meh chanan jo-e.
gur sakji yot pargat jo-e.

yo tis bhave so arti jo-e. ||3||

Todo a mi alrededor contiene la luz del mismo Señor. Porque todos están vivos/iluminados debido a la presencia del mismo Señor en ellos. (Entonces, ¿cómo puedo considerarlo separado y adorarlo por separado?) A través de la sabiduría del Guru, nos damos cuenta de la Luz Divina dentro de nosotros. Y después de tal realización, cuando comenzamos a hacer lo que complace al Divino Interior, esto es la adoración real.

jar charan kaval makrand lobjit mano
andino mohi aji pi-asa.
kirpa yal deh Nanak saring ka-o
jo-e ya te tere na-e vasa. ||4||3||

A través de la sabiduría del Guru, cuando desarrollo la sed/ganar de someterme al Divino Interior, Solo entonces mi mente recibe el néctar de la Sabiduría Divina con el cual me fundo en el Señor interior.

rag ga-orji purbi mehla 4.

Shabad del cuarto Nanak ji en Raag Gauri Poorabi.

kam karoDh nagar bajo bhari-a
mil saDhu kjandal kjanda he.
purab likjat likje gur pa-i-a
man jar liv mandal manda he. ||1||

La única manera de destruir los montones de vicios como la lujuria y la ira dentro de nosotros es internalizar/practicar la sabiduría del Guru. Todos esos pensamientos malignos ya escritos/grabados en nuestras mentes se lavan cuando la sabiduría del Guru se vierte/absorbe. Y al hacer esto, nuestra mente se eleva en el Amor Divino.

kar saDhu anyuli pun vada he.
kar dand-ut pun vada he. ||1|| raja-o.

¡Querida Mente! Pliega tus manos (Sé humilde) ante el Guru, la

fuente de la Sabiduría Divina, para conocer el camino para deshacerte de los vicios. Somete completamente a la sabiduría del Guru. Esta es la mayor virtud.

sakat jar ras sad na yani-a
tin antar ja-ume kanda he.
yi-o yi-o chaleh chubhe dukj pavaji
yamkal sajeh sir danda he. ||2||

Una mente absorta en los vicios no conoce el Amor Divino, y en su lugar tiene un gran ego. Esta espina del Ego pincha en cada paso de la vida y trae sufrimiento. En el Ego, esta mente es continuamente golpeada por los miedos nacidos de los vicios.

jar yan jar jar nam samane
dukj yanam maran bhav kjanda he.
abjinasi purakj pa-i-a parmesar
bajo sobh kjand barahmanda he. ||3||

Los amantes de lo Divino viven absortos en las Virtudes Divinas y se deshacen de las muertes/sufrimientos diarios traídos por el Ego. Se fusionan con el Señor eterno interior que los llena de auténtica gloria/belleza.

jam garib maskin parabh tere
jar rakj rakj vad vada he.
yan Nanak nam aDhar tek he
jar name hi sukj manda he. ||4||4||

(Para deshacerte de ese ego, reza) Soy demasiado pequeño/vacío (de bondad) desde adentro, ¡Oh Señor! Solo tengo el apoyo de tus Virtudes Divinas que pueden traer alegría/paz eterna en mi interior.

rag ga-orji purbi mehla 5.

Shabad del quinto Nanak Ji en Raag Gauri Purabi.

kara-o benanti sunhu mere mita
sant tajal ki bela.
iha kjat chalhu jar laja

age basan suhela. ||1||

¡Oh Querida Mente! Te pido que te des cuenta de que este es el momento para que sirvas (obedezcas) al Guru. Si ganas/internalizas la sabiduría del Guru ahora, podrás vivir fácilmente en el futuro (en todas las circunstancias).

a-oDh ghate dinas renare.
man gur mil ke savare. ||1|| raja-o.

Con cada día y cada noche que pasa, tu vida transcurre. Encuentra (somete) al Guru para cumplir el propósito de tu vida.

ih sansar bikar sanse meh
tari-o barahm gi-ani.
yisaji yaga-e pi-ave ih ras
akath katha tin yani. ||2||

Los vicios han llenado nuestras vidas de miedos y preocupaciones. La única salida es implementar la Sabiduría Divina. Esta sabiduría te despierta del letargo de los vicios, te llena de amor divino y te muestra el camino para encontrarte con el Señor dentro de ti.

ya ka-o a-e so-i biheaju jar gur te maneh basera.
niy ghar majal pavhu sukj sehye bajur na jo-igo fera. ||3||

Gana/Comprende el propósito por el cual has venido al Guru. Absorbe en el amor por lo Divino a través de la sabiduría del Guru. Encontrarás el palacio/asiento de la paz dentro de ti. Y no vagarás en una búsqueda constante de felicidad.

antaryami purakj biDhate sarDha man ki pure.
Nanak das ihe sukj mage mo ka-o kar santan ki Dhure.
||4||5||

(Para tal felicidad, reza) Tú conoces todo lo que sucede dentro de mí, ¡Oh Señor! Por favor, cumple mi deseo. Todo lo que pido en nombre de la felicidad es que me someta completamente a la sabiduría/orientación del verdadero Guru.

Sikhi for Humanity

sikhiforhumanity.com

This book is published by **Guru Nanak Foundation for Humanity**
O/A **Sikhi for Humanity** - Edmonton, Alberta, Canada
Email us at **allisone1469@gmail.com**