

A Guide to
Spiritual Awakening



All is One

JUP, SODHAR, SOHILA
TAGALOG

Table of Contents

INTRODUCTION

<i>JUP</i>	1 - 82
<i>SODHAR</i>	83 - 115
<i>SOHILA</i>	116 - 128
<i>TESTIMONIALS</i>	129 - 131





Ang Gurbani (Ang mga turo ng Guru) ay isang karagatan ng Banal na Karunungan. Ito ay hindi para sa mga ritwalikstikong pagbabasa, sa halip ito ay ginagamit sa pagaaral and pagsasatupad ng pagkakaroon ng positibong transpormasyon o pagbabago sa sarili. Ang kabuoan ng Gurbani ay Patula, kaya naman ito ay nagiging komplikado kung ito ay babasahin ng nasa literal na pagsasalin. Upang maiintindihan ang mensahe ng Gurbani, ang literal na pagsasalin dito ay sadyang iniiwasan sa librong ito. Ang aming pagsisikap ay maipakita ang tuwid na mensahe ng bawat linya sa mga mambabasa. Tandaan, walang sinuman sa nakaraan, kasalukuyan, o hinaharap ang maaaring mag angkin na ang kanyang mga interpretasyon ng Gurbani ay pinal at "ang" tama. Ito rin ay ang aming mapagpakumbabang pagsisikap. Anuman ang aming naunawaan sa puntong ito ng oras, kami ay inilalathala. Pag-aralan natin ang mga turo ng Guru at ipatupad ito sa ating buhay. Hiling namin ang kabutihan para sa lahat.



Bhai Inderjit Singh Goraya

ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ikOankaar sat naam karataa purakh nirabhau niravair akaal
moorat ajoonee saibha(n) gur prasaadh ||

"Ang komposisyong ito ay karaniwang tinatawag na 'Mool Mantra'. Ang Mantar sa Sikhi ay hindi isang grupo ng mga salita na kapag binanggit ng makailang ulit ay mag resulta sa isang milagro or himala. Sa Sikhi, ang Mantar ay isang pagtuturo o karunungan ng Guru. Ang buong Gurbani ay ang Mantra na kung sasaloobin at sasabuhayin ay mag resulta ng pagiisa ng sarili at ng Dibino. Kaya ang Mool Mantra ay binubuo ng mga simpleng paniniwala ng Gurmat o kaya ay simpleng prinsipyo ng mga Karunungan ng Guru. Ang Guruji ang nagbibigay ng mga mahalagang prinsipyo patungkol sa mga banal na kabutihan na nasa Mool Mantra na naglalayon ng mga sumusunod -

1. Na matukoy at maunawaan ang Diyos gamit ang mga nabanggit na kabutihan.
2. Na habang ang Dyos ay nabubuhay sa atin ay naisasalooob natin ang mga kabutihang ito.
3. Upang gamitin ang Mool Mantra bilang pundasyon o sanguniang prinsipyo upang maintindihan ang totoong mensahe ng Gurbani.

Kaya naman makikita ng 568 na beses ang Mool Mantra sa Guru Granth Sahib upang madali itong matandaan at maisa-
isip habang ang Gurbani ay binabasa at inaaral.



Tala: Ang Mool Mantar ay hindi bahagi o parte ng Jap Bani o ng iba pang Bani. Ito ay isang malayang komposisyon, at gaya ng mga unang nasasaad ang Mool Mantar ay ang sanggunian sa pagintindi ng bawat isang shabad ng Gurbani. Kaya naman ito makailang ulit na makikita sa Guru Granth Sahib."



ikOankaar

Isang Diyos na makikita sa kalahatan. Isa para sa lahat, at lahat para sa isa. Siya ay hindi lamang makikita sa isang katawan, lugar o oras. Isang Diyos para sa lahat ng tao, lahat ng lugar at lahat ng oras.

ਸਤਿ ਨਾਮੁ

sat naam

Ang kanyang pangunahing katangian ay ang kanyang walang hanggang pag-iral. Sya ay magpakailanman. Ang kanyang pag-iral ay namumuhay sa ating mga sarili.

ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ

karataa purakh

Sya ang Lumikha at naninirahan sa kanyang sariling nilikha. Ang pagkamalikhang katangian sa kanyang mga nilalang ay parte ng kanyang kabanalan



ਨਿਰਭਉ

nirabhau

Hindi sya natatakot o nagtatanim ng takot.

ਨਿਰਵੈਰੁ

niravair

Sya ay walang kaalitan or kaaway. Hindi rin sya namumuhi o pumapanig sa sino mang kumakampi laban sa iba

ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ

akaal moorat

Sya ay hindi nasusukat ng panahon. Di katulad ng pisikal na mundo, Sya ay hindi nagbabago at hindi natatapos ng panahon.

ਅਜੂਨੀ

ajoonee

Sya ay hindi dumating sa kapanganakan. Kailanman ay hindi nagkatawang tao ang Diyos. Hindi sya nagkaroon ng mga magulang. Hindi sya tao.

ਸੈਭੰ

saibha(n)

Sya ay hindi nilikha ng kung sino man. Hindi niya kailanman kailangan ng tulong o suporta na galing sa iba. Sya ay nagiisa.



ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

gur prasaadh ॥

Sa pagsasalooob ng maka Diyos na karunungan ng Guru lamang malalaman at makakamit ang pagiging isa sa Diyos.

॥ ਜਪੁ ॥

॥ jap ॥

"Ang tawag sa mga pagtuturo na imaitatala ay ""Jup"". Ang ""Jup"" ay ang proseso ng paninilay-nilay ng mga aral na nakapaloob sa turo ng Guru o ispiritual na Guro at kung paano ito ipapatupad sa buhay o maisabubuhay. "

ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥ ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ
ਸਚੁ ॥੧॥

aadh sach jugaadh sach ॥

hai bhee sach naanak hosee bhee sach ॥1॥

Ito ang unang istraktura o awit ng pagtuturo ng Jup. Ang Jup ay may dalawang patulang awit o istraktura, isa sa unahan, isa sa hulihan at meron itong 38 na talata. Ang unang awit ay nangangahulugang - Ang Diyos ay kasama natin sa lahat ng panahon mula noong ating kapanganakan. Siya ay kasama din nating ngayon, at mananatiling kasama natin hanggang sa buong buhay natin.



ਸੋਚੈ ਸੋਚਿ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸੋਚੀ ਲਖ ਵਾਰ ॥

sochai soch na hoviee je sochee lakh vaar ॥

Maari nating hugasan ang ating katawan nang daang libong beses sa banal na paglalakbay, ngunit hindi parin ito magiging kasing puro o kasing dalisay sapagkat ang karumihan ng pagiiisip ay hindi nawawala sa pagligo lamang.

ਚੁਪੈ ਚੁਪ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵ ਤਾਰ ॥

chupai chup na hoviee je lai rahaa liv taar ॥

Maari tayong umupo at mag nilay-nilay ng matagal, ngunit ang alalahanin at kaguluhan na nasa kalooban ay hindi mawawala dahil lang ito ay iyong ginagawa.

ਭੁਖਿਆ ਭੁਖ ਨ ਉਤਰੀ ਜੇ ਬੰਨਾ ਪੁਰੀਆ ਭਾਰ ॥

bhukhiaa bhukh na utaree je ba(n)naa pureeaa bhaar ॥

Maari tayong mag ipon at magkamit ng maraming panlabas na materyal ngunit hindi nito kailanman mapupunuan ang kasiyahan na hinahangad ng ating isipan.

ਸਹਸ ਸਿਆਣਪਾ ਲਖ ਹੋਹਿ ਤ ਇਕ ਨ ਚਲੈ ਨਾਲਿ ॥

sahas siaanapaa lakh hoh ta ik na chalai naal ॥

Ang mapagkunwaring katalinuhan at kahusayan ay hindi kailan man tatahak sa tamang daan upang magkaroon ng dalisay na kalooban.



ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ ॥

kiv sachiaaraa hoieeaaai kiv kooRai tuTai paal ||

Kung gayon, papaano natin makakamit ang kadalisan o ang kaliwanagan ng kalooban? Papaano ma iaalis o iwawaksi ang malisya o masamang hangarin ng kalooban?

ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥੧॥

hukam rajaiee chalanaa naanak likhiaa naal ||1||

Kapag isinabuhay ang kabanalan o Inner Divine ay saka lamang makakamit ang kalidalian ng kaloobnan.

ਹੁਕਮੀ ਹੋਵਨਿ ਆਕਾਰ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਈ ॥

hukamee hovan aakaar hukam na kahiaa jaiee ||

Ang pag sunod sa kabanalan o Inner Divine ay tulad din ng paglikha ng isang bagong pagkatao. Ang kalakasan at kagandahan ng banal na tinig ay hindi maisasalintulad o mailalarawan ng mga salita.

ਹੁਕਮੀ ਹੋਵਨਿ ਜੀਅ ਹੁਕਮਿ ਮਿਲੈ ਵਡਿਆਈ ॥

hukamee hovan jeea hukam milai vaddiaaiee ||

Kapag sinunod ang nakapaloob na kabanalan ay makakapag kamit ng panibangong uri ng pamumuhay. Mararanasan ang maluwalhating pamumuhay kapag ka sinunod and banal na boses.



ਹੁਕਮੀ ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ ਹੁਕਮਿ ਲਿਖਿ ਦੁਖ ਸੁਖ ਪਾਈਅਹਿ ॥

hukamee utam neech hukam likh dhukh sukh paie'eeh ||

Ang sinumang isinabubuhay ang kabanalan ay makakamit ang naloloob na kasiyahan. Samantalang kapag ito ay hindi pinagkaingatan ay makakaranas ng kahirapan.

ਇਕਨਾ ਹੁਕਮੀ ਬਖਸੀਸ ਇਕਿ ਹੁਕਮੀ ਸਦਾ ਭਵਾਈਅਹਿ ॥

*eikanaa hukamee bakhasees ik hukamee sadhaa
bhavaie'eeh ||*

Ang sinumang magpapasakop at namumuhay sa kabanalan ay laging ipagpapala. Ang sinumang mabigong sumunod sa Banal na Kaayusam (Hukam) ay maliligaw sa buhay na walang kabuluhanan.

ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੋ ਬਾਹਰਿ ਹੁਕਮ ਨ ਕੋਇ ॥

hukamai a(n)dhara sabh ko baahar hukam na koi ||

Ang lahat ng katagumpayan ay makakamit sa pagsunod ng banal na boses ng Diyos. Walang magandang mangyayari sa pagsuway nito.

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਜੇ ਬੁਝੈ ਤ ਹਉਮੈ ਕਹੈ ਨ ਕੋਇ ॥੨॥

naanak hukamai je bujhai ta haumai kahai na koi ||2||

Kapag sinunod ang pamumuhay sa kabanalan, ang kaisipan ay mailalayo sa mga malisyosong kasarilinan.



ਗਾਵੈ ਕੋ ਤਾਣੁ ਹੋਵੈ ਕਿਸੈ ਤਾਣੁ ॥

gaavai ko taan hovai kisai taan ||

Ang sinumang susunod sa banal na tinig (Banal na Kaayusan) ng Diyos ay makakapagkamit ng kalakasan na ma isasalamin sa kanilang pamumuhay

ਗਾਵੈ ਕੋ ਦਾਤਿ ਜਾਣੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥

gaavai ko dhaat jaanai neesaan ||

Makikita or masasalamin sa buhay ng sinumang susunod sa kabanalan ang mga indikasyon o palatandaan ng isang dalisay na kalooban.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਗੁਣ ਵਡਿਆਈਆ ਚਾਰ ॥

gaavai ko gun vaddiaaieeaa chaar ||

Kanilang ginagamit ang mga banal na kabutihan at kaluwalhatian upang ipakita ang positibong pagbabago sa isang buhay.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਵਿਦਿਆ ਵਿਖਮੁ ਵੀਚਾਰੁ ॥

gaavai ko vidhiaa vikham veechaar ||

Pinapaniwalaan nila ang pagsasakatuparan ng kabanalang panloob na hindi kayang unawain ng iba.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਸਾਜਿ ਕਰੇ ਤਨੁ ਖੇਹ ॥

gaavai ko saaj kare tan kheh ||

Ang sinumang namumuhay sa banal na kaayusan ay magkakamit ng maganda at dalisay na pag-iisip at maiaalis ang masamang hangarin ng kalooban.



ਗਾਵੈ ਕੋ ਜੀਅ ਲੈ ਫਿਰਿ ਦੇਹ ॥

gaavai ko jeeai lai fir dheh ||

Sa pagpapasakop sa Diyos, ay makakamit nila ang pagkakaunawa patungkol sa panloob na kadalisan at itong karunungan ito ay maipapasa sa kanilang isip, katalinuhan at kamalayan.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਜਾਪੈ ਦਿਸੈ ਦੁਰਿ ॥

gaavai ko jaapai dhisai dhoor ||

Kanilang mapapagtanto ang Diyos sa kalooban na inaakalang nasa kalayuan.

ਗਾਵੈ ਕੋ ਵੇਖੈ ਹਾਦਰਾ ਹਦੁਰਿ ॥

gaavai ko vekhai haadharaa hadhoor ||

Ang sinumang isinabubuhay ang banal na kaayusan ay sinusunod ang Diyos ng mahigpit.

ਕਥਨਾ ਕਥੀ ਨ ਆਵੈ ਤੋਟਿ ॥

kathanaa kathee na aavai toT ||

Ang pagsunod sa banal na tinig ng Diyos ay hindi kailan man makakaranas ng pagkukulang o kakapusan.

ਕਥਿ ਕਥਿ ਕਥੀ ਕੋਟੀ ਕੋਟਿ ਕੋਟਿ ॥

kath kath kathee koTee koT koT ||

Habang patuloy nilang isinasalob at isinasabuhay ang banal na kaayusan, ang banal na kabutihan sa kanila ay mananatiling sari sari.



ਦੇਦਾ ਦੇ ਲੈਦੇ ਥਕਿ ਪਾਹਿ ॥

dhedhaa dhe laidhe thak paeh ||

Ang Diyos na nasa ating kalooban ay patuloy na magbibigay ng karunungan para sa isang dalisay na kasarilinan. At ang isip na tatanggap o susunod dito ay kalaunan ding susuko sa paggala.

ਜੁਗਾ ਜੁਗੰਤਰਿ ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥

jugaa juga(n)tar khaahee khaeh ||

Ang ganoong pag-iisip ay patuloy sa magsasaloob ng banal na karunungan na magbabago ng panloob na karumihan patungong tunay na kadalisayan.

ਹੁਕਮੀ ਹੁਕਮੁ ਚਲਾਏ ਰਾਹੁ ॥

hukamee hukam chalaae raahu ||

Kapag ating isinaiisip na sundan ang landas na ipinapakita ng kaloobang pang banal.

ਨਾਨਕ ਵਿਗਸੈ ਵੇਪਰਵਾਹੁ ॥੩॥

naanak vigaasai veparavaahu ||3||

Ang ating mga isip ay mabubuhay sa kaligayahan at ang mga takot, alalahanin at mga pagkabalisa ay maiiwan.

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੁ ਨਾਇ ਭਾਖਿਆ ਭਾਉ ਅਪਾਰੁ ॥

saachaa saahib saach nai bhaakhiaa bhaau apaar ||

Ang mahabaging Panginoon na may walang hanggang karunungan ay patuloy na gumagabay sa atin ng may pagmamahal



ਆਖਹਿ ਮੰਗਹਿ ਦੇਹਿ ਦੇਹਿ ਦਾਤਿ ਕਰੇ ਦਾਤਾਰੁ ॥

aakheh ma(n)geh dheh dheh dhaat kare dhaataar ॥

Sa tuwing tayo ay hihingi ng tulong o ng solusyon, ang Dyos ay laging nagbibigay ng pangunawa at pag gabay.

ਫੇਰਿ ਕਿ ਅਗੈ ਰਖੀਐ ਜਿਤੁ ਦਿਸੈ ਦਰਬਾਰੁ ॥

fer k agai rakheeaai jit dhisai dharabaar ॥

Dapat nating ibaling ang ating mga isip mula sa mga bisyo patungo sa panloob na kabanalan, upang lagi nating mahaharap ang luklukan ng Diyos sa ating kalooban.

ਮੁਹੌ ਕਿ ਬੋਲਣੁ ਬੋਲੀਐ ਜਿਤੁ ਸੁਣਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ ॥

muhau k bolan boleeaai jit sun dhare piaar ॥

Our ating isipan dapat ay parating may pakikipagusap sa Diyos upang tayo ay magkaroon ng pagmamahal sa ating kalooban.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ ॥

a(n)mirat velaa sach naau vaddiaaiee veechaar ॥

Dapat nating gawing makabuluhan ang ating buhay o oras na hindi ginagamit sa mga bisyo, habang isinasaloob ang maluwalhating banal na kabutihan.

ਕਰਮੀ ਆਵੈ ਕਪੜਾ ਨਦਰੀ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥

karamee aavai kapaRaa nadharee mokh dhuaar ॥

Mga kabutihan na kung saan tayo ay mairerespetong tunay at makakawala sa mga masasamang hangarin.



ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ ਸਭੁ ਆਪੇ ਸਚਿਆਰੁ ॥੪॥

naanak evai jaaneeaaai sabh aape sachiaar ॥4॥

Sa pamamagitan ng paggawa nito ang lahat ng nasa kalooban natin ay nagiging totoo at dalisay, katulad ng Panginoon.

ਥਾਪਿਆ ਨ ਜਾਇ ਕੀਤਾ ਨ ਹੋਇ ॥

thaapiaa na jai keetaa na hoi ॥

Walang sinuman ang maaaaring magtatag o gawing makatotohanan o dalisay tayo mula sa labas.

ਆਪੇ ਆਪਿ ਨਿਰੰਜਨੁ ਸੋਇ ॥

aape aap nira(n)jan soi ॥

Ito ay mangyayari lamang kung tayo ay magpapasakop sa panloob na kabanalan, at ating palalayain ang mga sarili mula sa mga panloob na malisya.

ਜਿਨਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਪਾਇਆ ਮਾਨੁ ॥

jini seviaa tin paiaa maan ॥

Ang mga naglilingkod o sumusunod sa panloob na kabanalan ay binibiyayaan ng kaluwalhatian at katotohanan.

ਨਾਨਕ ਗਾਵੀਐ ਗੁਣੀ ਨਿਧਾਨੁ ॥

naanak gaaveeaaai guneenidhaan ॥

Ito ang paraan kung paano dapat gamitin o sundan ang banal na kaayusan upang maipatupad o matanggap ang banal na kabutihan.



ਗਾਵੀਐ ਸੁਣੀਐ ਮਨਿ ਰਖੀਐ ਭਾਉ ॥

gaaveeaaai suneeaaai man rakheeeaaai bhaau ॥

Habang isinasabuhay ang mga kabutihang ito ay natutunan din ng ating mga isip na mahalín ito.

ਦੁਖੁ ਪਰਹਰਿ ਸੁਖੁ ਘਰਿ ਲੈ ਜਾਇ ॥

dhukh parahar sukh ghar lai jai ॥

Inaalís natin ang mga paghihirap at pasakit na dulot ng mga bisyo. At darating ang mga kagalakan at kapayapaan na galing sa mga kabutihang tulad ng kasiyahan at pag titiyaga.

ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਦੰ ਗੁਰਮੁਖਿ ਵੇਦੰ ਗੁਰਮੁਖਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ ॥

gurmukh naadha(n) gurmukh vedha(n) gurmukh rahiaa samaiee ॥

Ang banal na Guru na iyon na nasa loob natin ang gagabay at nagsasagawa nito.

ਗੁਰੁ ਈਸਰੁ ਗੁਰੁ ਗੋਰਖੁ ਬਰਮਾ ਗੁਰੁ ਪਾਰਬਤੀ ਮਾਈ ॥

gur ieesar gur gorakh baramaa gur paarabatee maiee ॥

Ang panloob na boses ng Guru o Karunungan ang nagaalaga, taga protekta mula sa mga bisyo, taga sagawa ng kagandahan at kadalísayan sa atin, at ang tumutulóng upang ating mapagtagumpayan ang alin mga mga kamalian.

ਜੇ ਹਉ ਜਾਣਾ ਆਖਾ ਨਾਹੀ ਕਹਣਾ ਕਥਨੁ ਨ ਜਾਈ ॥

je hau jaanaa aakhaa naahee kahanaa kathan na jaiee ॥

Kung sa tingin natin ay mapaglalampasan natin ang mga bisyo gamit lamang ang makamundong katalinuhan ng isip, ay dapat pakatandaan na ang makasariling katalinuhan ay walang kahahantungan



ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥

guraa ik dheh bujhaiee ||

Kaya dapat nating hilingin ang pang unawa sa karunungan panloob na ito.

ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੫॥

sabhanaa jeeaa kaa ik dhaataa so mai visar na jaiee ||5||

Upang lagi nating maalala na mag pasakop sa Panginoong tagapagtustos ng kanyang banal na kaayusan (Hukam) mula sa labas at ating kalooban.

ਤੀਰਥਿ ਨਾਵਾ ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵਾ ਵਿਣੁ ਭਾਣੇ ਕਿ ਨਾਇ ਕਰੀ ॥

teerath naavaa je tis bhaavaa vin bhaane k nai karee ||

Kung tayo ay nagiging kung anong gusto ng Panginoon na tayo ay maging, saka ito magiging tunay na paglalakbay sa banal na lugar. Kung hindi naman, ano ang makukuha natin sa pagligo sa mga Banal na Lugar.

ਜੇਤੀ ਸਿਰਠਿ ਉਪਾਈ ਵੇਖਾ ਵਿਣੁ ਕਰਮਾ ਕਿ ਮਿਲੈ ਲਈ ॥

jetee siraTh upaiee vekhaa vin karamaa k milai liee ||

Ang mundong nilkha na puno ng kagandahan at kadalisan na nasa ating kaibuturan, ay hindi kailan man maangkin na walang tanggap sa banal na Kaayusan.

ਮਤਿ ਵਿਚਿ ਰਤਨ ਜਵਾਹਰ ਮਾਣਿਕ ਜੇ ਇਕ ਗੁਰ ਕੀ ਸਿਖ ਸੁਣੀ ॥

mat vich ratan javaahar maanik je ik gur kee sikh sunee ||

Sa pakikinig at pagtanggap ng mga parangal at paalala ng kabanalan ay ating mapupunuan ang talino at yaman ng banal na Karunungan.



ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥

guraa ik dheh bujhaiee ||

Kaya't kailangan nating humingi ng pangunawa dito mula sa banal na tagapag Turo.

ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੬॥

sabhanaa jeeaa kaa ik dhaataa so mai visar na jaiee ||6||

Upang lagi nating maalala na mag pasakop sa Panginoong tagapagtustos ng kanyang banal na kaayusan (Hukam) mula sa labas at ating kalooban.

ਜੇ ਜੁਗ ਚਾਰੇ ਆਰਜਾ ਹੋਰ ਦਸੁਣੀ ਹੋਇ ॥

je jug chaare aarajaa hor dhasoonee hoi ||

Kung ating pagbubutihin ang lahat ng mga yugto ng proseso ng ating kaisipan patungkol sa Karunungan, and ating panloob na kagandahan ay lalago ng napakarami.

ਨਵਾ ਖੰਡਾ ਵਿਚਿ ਜਾਣੀਐ ਨਾਲਿ ਚਲੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

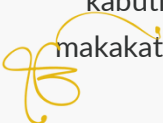
navaa kha(n)ddaa vich jaaneeai naal chalai sabh koi ||

Kung ang bawat bahagi ng ating kamalayan ay gagamit ng banal na karunungan, ay mag reresulta sa pangkalahatang pamatnubay nito patungo sa panloob na katotohanan o kadalisayan.

ਚੰਗਾ ਨਾਉ ਰਖਾਇ ਕੈ ਜਸੁ ਕੀਰਤਿ ਜਗਿ ਲੇਇ ॥

cha(n)gaa naau rakhai kai jas keerat jag lei ||

"Kung ilalagay natin sa ating mga puso ang magandang kabutihan ng pamumuhay sa banal na kaaayusan ay makakatanggap tayo ng isang tunay na pagkilala sa ating panloob na mundo."



ਜੇ ਤਿਸੁ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵਈ ਤ ਵਾਤ ਨ ਪੁਛੈ ਕੇ ॥

je tis nadhar na aaviee ta vaat na puchhai ke ||

Ngunit kung ang ating pagtutuunan ay hindi patungo sa pagunlad na ito ay mabibigo tayo na malaman ang daanan upang maging totoo at dalisay mula sa mula sa Tagapagturo.

ਕੀਟਾ ਅੰਦਰਿ ਕੀਟੁ ਕਰਿ ਦੋਸੀ ਦੋਸੁ ਧਰੇ ॥

keeTaa a(n)dhara keeT kar dhosee dhos dhare ||

At ang sisi sa patuloy na pagbagsak ng ating kaiisipan ay nasa sa atin lamang din.

ਨਾਨਕ ਨਿਰਗੁਣਿ ਗੁਣੁ ਕਰੇ ਗੁਣਵੰਤਿਆ ਗੁਣੁ ਦੇ ॥

naanak niragun gun kare gunava(n)tiaa gun dhe ||

Kaya naman, tayo ay nararapat lamang makinig sa Kabanalan na humihikayat ng ating makasalanang pag-iisip na intindihin at walang tigil na pagbutihin ang pagsasabuhay ng mga kabutihang ito.

ਤੇਹਾ ਕੋਇ ਨ ਸੁਝਈ ਜਿ ਤਿਸੁ ਗੁਣੁ ਕੋਇ ਕਰੇ ॥੭॥

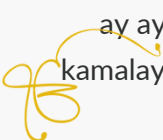
tehaa koi na sujhiee j tis gun koi kare ||7||

Walang sinumang iba ang makakapag engayo o makakapilit sa ating makasalanang pag-iisip na tahakin ang landas na ito. Ito aysarili nating paglalakbay.

ਸੁਣਿਐ ਸਿਧ ਪੀਰ ਸੁਰਿ ਨਾਥ ॥

suniaai sidh peer sur naath ||

Ang Pakikinig o Pagsuko sa panloob na boses ng Panginoon ay ay nag reresulta ng pagiging perpekto, mataas na kamalayan, banal na kabutihan, at kapangyarihang maging sariling maestro.



ਸੁਣਿਐ ਧਰਤਿ ਧਵਲ ਆਕਾਸ ॥

suniaai dharat dhaval aakaas ॥

Ang pakikinig sa kaayusang panloob ay nagbibigay ng karunungan upang suportahan, paangatin at palawakin ang taglay na kaisipan.

ਸੁਣਿਐ ਦੀਪ ਲੋਅ ਪਾਤਾਲ ॥

suniaai dheep loa paataal ॥

Ang pakikinig sa kaayusang panloob ay nagbibigay ng liwanag o karunungan sa isip na nahulog sa napakababang kamangmangan at mga bisyo.

ਸੁਣਿਐ ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੈ ਕਾਲੁ ॥

suniaai poh na sakai kaal ॥

Sa pakikinig ng kaayusang panloob, ang kaisipan ay hindi namamatay sa mga bisyo o sa puntong wala ng balikan.

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥

naanak bhagataa sadhaa vigaas ॥

Ang sino mang nakikinig o sumasailalim sa Banal na Panloob ay mabubuhay sa walang hanggang kaligayahan.

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੮॥੬

suniaai dhookh paap kaa naas ॥8॥

Ang pakikinig sa Banal na Panloob ay nakakawaksi ng mga kasamaan at pagdurusa na nagbunga mula masamang pagiisip.



ਸੁਣਿਐ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਇੰਦੁ ॥

suniaai ieesar baramaa i(n)dh ॥

Ang pakikinig ng Banal na Panloob ay nagbibigay ng kalakasan na bumuo ng bago at dalisay na pagkatao, na pinagyayaman ng mga kabutihan at pinamumunuan ng ating sarili.

ਸੁਣਿਐ ਮੁਖਿ ਸਾਲਾਹਣ ਮੰਦੁ ॥

suniaai mukh saalaahan ma(n)dh ॥

Ang pakikinig sa panloob na tinig ng Satguru, ang isip ay aalis sa landas ng kasamaan at babalik patungo sa banal na kabutihan.

ਸੁਣਿਐ ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਤਨਿ ਭੇਦੁ ॥

suniaai jog jugat tan bhedh ॥

Sa pakikinig ng panloob na Banal ay natututunan natin ang paraan upang sumama sa kalooban ng Panginoon.

ਸੁਣਿਐ ਸਾਸਤ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਵੇਦੁ ॥

suniaai saasat simirat vedh ॥

Sa pakikinig o pagsunod sa kabanalan na nasa loob natin ay matatamo natin sa pamamagitan ng tunay na karunungan ang buhay na totoo at dalisay.

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥

naanak bhagataa sadhaa vigaas ॥

Ang sino mang nakikinig o sumasailalim sa Banal na Panloob ay mabubuhay sa walang hanggang kaligayahan.



ਸੁਣਿਐ ਦੁਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੯॥

suniaai dhookh paap kaa naas ॥9॥

Ang pakikinig sa Banal na Panloob ay nakakawaksi ng mga kasamaan at pagdurusa na nagbunga mula masamang pagiisip.

ਸੁਣਿਐ ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਗਿਆਨੁ ॥

suniaai sat sa(n)tokh giaan ॥

Sa pakikinig sa Banal na Panloob ay natututo tayo na mamuhay ng makatotohanan, may kasiyahan at kasaganahan.

ਸੁਣਿਐ ਅਠਸਠਿ ਕਾ ਇਸਨਾਨੁ ॥

suniaai aThasaTh kaa isanaan ॥

Ang pakikinig sa panloob na Guru ay para ding pagligo ng totong paglalakabay sa banal na karunungan panloob.

ਸੁਣਿਐ ਪੜਿ ਪੜਿ ਪਾਵਹਿ ਮਾਨੁ ॥

suniaai paR paR paaveh maan ॥

Sa pakikinig sa panloob na Guru o Tagapagturo ay ating sinusuri o tinutuklas ang ating kaisipan upang matamo and tunay na kaluwalhatian ng pagiging dalisay ng kalooban,

ਸੁਣਿਐ ਲਾਗੈ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ ॥

suniaai laagai sahaj dhiaan ॥

Sa pakikinig ng Banal na Panloob, ng ating kaisipan ay nakatutok sa Panloob na Panginoon sa tuloy -tuloy na pagtitimpi.

ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥

naanak bhagataa sadhaa vigaas ॥



"Ang sino mang nakikinig o sumasailalim sa Banal na Panloob ay mabubuhay sa walang hanggang kaligayahan.

ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੦॥

suniaai dhookh paap kaa naas ||10||

Ang pakikinig sa Banal na Panloob ay nakakawaksi ng mga kasamaan at pagdurusang nagbunga mula masamang pagiisip.

ਸੁਣਿਐ ਸਰਾ ਗੁਣਾ ਕੇ ਗਾਹ ॥

suniaai saraa gunaa ke gaeh ||

Sa pakikinig ng panloob na banal, mapagtatanto natin na maraming uri ng banal na kabutihan ang mahahanap sa kalooban.

ਸੁਣਿਐ ਸੇਖ ਪੀਰ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥

suniaai sekh peer paatisaeh ||

Sa pakikinig o pagsuko sa panloob na banal, tayo lalagong mayaman at makapangyarihan sa banal na kabutihan.

ਸੁਣਿਐ ਅੰਧੇ ਪਾਵਹਿ ਰਾਹੁ ॥

suniaai a(n)dhe paaveh raahu ||

Sa pakikinig ng panloob na banal, ang isipan na binulag ng kasamaan and mga bisyo ay makakahanap ng landas patungo sa kalinawan ng buhay.

ਸੁਣਿਐ ਹਾਥ ਹੋਵੈ ਅਸਗਾਹੁ ॥

suniaai haath hovai asagaahu ||

Sa pakikinig ng panloob na banal, mahahanap ng kaisipan ang suporta ng Banal na Karunungan sa dagat ng masamang kaugalian.



ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥

naanak bhagataa sadhaa vigaas ||

Ang sino mang nakikinig o sumasailalim sa Banal na Panloob ay mabubuhay sa walang hanggang kaligayahan.

ਸੁਣਿਐ ਦੁਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੧॥

suniaai dhookh paap kaa naas ||11||

Ang pakikinig sa Banal na Panloob ay nakakawaksi ng mga kasamaan at pagdurusa na nagbunga mula masamang pagiisip.

ਮੰਨੇ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਇ ॥

ma(n)ne kee gat kahee na jai ||

Ang paglaya na nakuha mula sa pagsasaloob ng banal na Kaayusan ay hindi makukuha sa mga basta-bastang salita lamang.

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥

je ko kahai pichhai pachhutai ||

Ang sino mang magsasabi na makakamit nya ito gamit ang mga salita lamang ay manghihinayang at hindi mag tatagumpay.

ਕਾਗਦਿ ਕਲਮ ਨ ਲਿਖਣਹਾਰੁ ॥

kaagadh kalam na likhanahaar ||

Ang panloob na paglayang ito (mula sa malisya) ay hindi makakamit sa pagsusulat ng mga libro patungkol sa karunungan.



ਮੰਨੇ ਕਾ ਬਹਿ ਕਰਨਿ ਵੀਚਾਰੁ ॥

ma(n)ne kaa beh karan veechaar ॥

Ang sino mang tatanggap sa panloob na boses ng Panginoon ay may isip na nakatuon sa mga salita ng karunungan.

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥

aaisaa naam nira(n)jan hoi ॥

Ang mensahe ng panloob na banal ay sagrado.

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੨॥

je ko ma(n)n jaanai man koi ॥12॥

Kung sino man ang tatanggap dito ay mapapalaya ang sarili sa mga masamang hangarin at mga bisyo.

ਮੰਨੈ ਸੁਰਤਿ ਹੋਵੈ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥

ma(n)nai surat hovai man budh ॥

Sa pag tanggap sa banal na kaayusan ay matututong pangalagaan ang ating kaisipan at katalinuhan.

ਮੰਨੈ ਸਗਲ ਭਵਣ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥

ma(n)nai sagal bhavan kee sudh ॥

Sa pamamagitan ng pag tanggap sa panloob na banal ay ating mauunawaan o malalaman ang buong panloob na mundo ng isipan.

ਮੰਨੈ ਮੁਹਿ ਚੋਟਾ ਨਾ ਖਾਇ ॥

ma(n)nai muh choTaa naa khai ॥

Sa pag tanggap ng panloob na banal ay hindi na tayo muling mapagtatagumpayan ng mga bisyo.



ਮੰਨੈ ਜਮ ਕੈ ਸਾਥਿ ਨ ਜਾਇ ॥

ma(n)nai jam kai saath na jai ||

Sa pag tanggap ng banal na kaayusan, tayo ay lilisan sa mula sa pagsama sama sa maling kaugalian.

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥

aisaa naam nira(n)jan hoi ||

Ang mensahe ng panloob na banal ay sagrado.

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੩॥

je ko ma(n)n jaanai man koi ||13||

Kung sino man ang tatanggap dito ay mapapalaya ang sarili sa mga masamang hangarin at mga bisyo.

ਮੰਨੈ ਮਾਰਗਿ ਠਾਕ ਨ ਪਾਇ ॥

ma(n)nai maarag Thaak na pai ||

Sa pagtanggap ng panloob na banal, tayo ay makakasalubong ng mga balakid patungo sa landas ng panloob na kadalisan

ਮੰਨੈ ਪਤਿ ਸਿਉ ਪਰਗਟੁ ਜਾਇ ॥

ma(n)nai pat siau paragaT jai ||

Sa pagtanggap ng panloob na banal, tayo ay makakaharap ng may karangalan sa Panginoon.

ਮੰਨੈ ਮਗੁ ਨ ਚਲੈ ਪੰਥੁ ॥

ma(n)nai mag na chalai pa(n)th ||

Sa pagtanggap ng panloob na banal, ating iiwan ang mga mapagpanggap na pagtangkilik sa mga panlabas na mga ritwal.



ਮੰਨੈ ਧਰਮ ਸੇਤੀ ਸਨਬੰਧੁ ॥

ma(n)nai dharam setee sanaba(n)dh ||

Ang pagtanggap sa panloob na banal ay nagtatatag ng relasyon sa matuwid.

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥

aaisaa naam nira(n)jan hoi ||

Ang mensahe ng panloob na banal ay sagrado.

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੪॥

je ko ma(n)n jaanai man koi ||14||

Kung sino man ang tatanggap dito ay mapapalaya ang sarili sa mga masamang hangarin at mga bisyo.

ਮੰਨੈ ਪਾਵਹਿ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥

ma(n)nai paaveh mokh dhuaar ||

Mahamanap ang landas patungo sa panloob na pagpapalaya ng banal na karunungan sa pangtanggap ng panloob na banal.

ਮੰਨੈ ਪਰਵਾਰੈ ਸਾਧਾਰੁ ॥

ma(n)nai paravaarai saadhaar ||

Sa pagtanggap ng panloob na banal, nililinis at pinapalaya natin ang kabuuan ng ating pamilya, kaisipan at kamalayan.

ਮੰਨੈ ਤਰੈ ਤਾਰੇ ਗੁਰੁ ਸਿਖ ॥

ma(n)nai tarai taare gur sikh ||

Ang pagtanggap ng panloob na banal ay nag aalis ng mga bisyo at nagliligtas ng kabuuan ng mga proseso ng pag-iisip.

ਮੰਨੈ ਨਾਨਕ ਭਵਹਿ ਨ ਭਿਖ ॥

ma(n)nai naanak bhavah na bhikh ||

Ang pagtanggap sa panloob na banal ay magiiwan ng mga pagnanais sa kaligayahan at pagpapalaya ng mga panlabas na katagumpayan.

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥

aaisaa naam nira(n)jan hoi ||

Ang mensahe ng panloob na banal ay sagrado.

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੫॥

je ko ma(n)n jaanai man koi ||15||

Kung sino man ang tatanggap dito ay mapapalaya ang sarili sa mga masamang hangarin at mga bisyo.

ਪੰਚ ਪਰਵਾਣੁ ਪੰਚ ਪਰਧਾਨੁ ॥

pa(n)ch paravaan pa(n)ch paradhaan ||

Ang kaisipan na nakikinig at tumatanggap sa panloob na banal ay tunay ngang napaliwanagan. Ito ay kinikilala ng Panginoon sa loob at nagiging may kakayahang manguna patungo sa katotohanan o kadalisan.

ਪੰਚੇ ਪਾਵਹਿ ਦਰਗਹਿ ਮਾਨੁ ॥

pa(n)che paaveh dharageh maan ||

Ang gayong maliwanag na pag-iisip ay tumatanggap ng kaluwalhatian ng pagiging pinagpala ng mga banal na kabutihan sa korte ng Panginoon.



ਪੰਚੇ ਸੋਹਹਿ ਦਰਿ ਰਾਜਾਨੁ ॥

pa(n)che soheh dhar raajaan ||

Ang naliwanagan na kaisipan ay makakatayo sa lugar or luklukan ng Panginoon na pinalamutian ng mga banal na kabutihan.

ਪੰਚਾ ਕਾ ਗੁਰੁ ਏਕੁ ਧਿਆਨੁ ॥

pa(n)chaa kaa gur ek dhiaan ||

Ang napaliwanagan na kaisipan ay laging nakatuon sa karunungan ng Panloob na tagapag Turo.

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਕਰੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥

je ko kahai karai veechaar ||

Kung sino man ang nagsasagawa o nagsasanay ng banal na kaayusan.

ਕਰਤੇ ਕੈ ਕਰਣੈ ਨਾਹੀ ਸੁਮਾਰੁ ॥

karate kai karanai naahee sumaar ||

Ay mapagtatanto na ang lahat ng napakalaki o napakalawak na pagpapalang ito ay namumula sa Panginoon.

ਧੌਲੁ ਧਰਮੁ ਦਇਆ ਕਾ ਪੂਤੁ ॥

dhauul dharam dhiaa kaa poot ||

Ang naliwanagan na kaisipan at nag kakaroon ng habag sa ating panloob na kalagayan, at ang habang na iyon ay magsisilang ng isang pagnanasa na suportahan ang panloob na buhay na mayroong banal na karunungan.



ਸੰਤੋਖੁ ਥਾਪਿ ਰਖਿਆ ਜਿਨਿ ਸੂਤਿ ॥

sa(n)tokh thaap rakhiaa jin soot ||

Ang banal na Karunungan ay nagbibigay sa panloob na sarili ng mga kasiyahan na tumutulong sa isip na manatili sa landas ng katotohanan at kadalisan

ਜੇ ਕੋ ਬੁਝੈ ਹੋਵੈ ਸਚਿਆਰੁ ॥

je ko bujhai hovai sachiaar ||

Kapag ang isang tao ay isinasalob at isinasatupad ang gayong karunungan sa panloob na sarili, sya ay nagiging tapat o puro ang kalooban.

ਧਵਲੈ ਉਪਰਿ ਕੇਤਾ ਭਾਰੁ ॥

dhavalai upar ketaa bhaar ||

Ang pagkahabag na ito sa panloob na estado ay nangyayari lamang kapag napagtanto natin kung gaano ma kabigat ang ating kamalayan pagdating sa mga bisyo

ਧਰਤੀ ਹੋਰੁ ਪਰੈ ਹੋਰੁ ਹੋਰੁ ॥

dharatee hor parai hor hor ||

Hindi lang isa kundi mararaming uri ng bisyo o kasamaan ang nasa kalooban natin.

ਤਿਸ ਤੇ ਭਾਰੁ ਤਲੈ ਕਵਣੁ ਜੋਰੁ ॥

tis te bhaar talai kavan jor ||

Anong suporta ang hiinahangad natin laban sa mga panloob na pasanang ito? (Wala). Kaya naman ang pag-iisip ay patuloy na nag-aalinlangan o nag-aalala, natatakot o kaya naman ay nababalisa.



ਜੀਅ ਜਾਤਿ ਰੰਗਾ ਕੇ ਨਾਵ ॥

jeea jaat ra(n)gaa ke naav ॥

Tayo ay nabubuhay at namamatay sa maraming mataas at mababang iba't ibang uri ng panloob na buhay.

ਸਭਨਾ ਲਿਖਿਆ ਵੁੜੀ ਕਲਾਮ ॥

sabhanaa likhiaa vuRee kalaam ॥

Ang naliwanagang pag-iisip ay patuloy na umuukit o nagpapatupad ng mga banal na karunungan sa panloob na sarili nito para sa pagbabago.

ਏਹੁ ਲੇਖਾ ਲਿਖਿ ਜਾਣੈ ਕੋਇ ॥

eh lekhaa likh jaanai koi ॥

Kung sino man ang matututo na dalhin ang pagbabagong ito sa kanilang kalooban.

ਲੇਖਾ ਲਿਖਿਆ ਕੇਤਾ ਹੋਇ ॥

lekhaa likhiaa ketaa hoi ॥

Ay magkakaroon ng patuloy na kahanga-hangang paglago sa mga banal na kabutihang panloob na mga ito.

ਕੇਤਾ ਤਾਣੁ ਸੁਆਲਿਹੁ ਰੂਪੁ ॥

ketaa taan suaalih roop ॥

Ang kapangyarihan ng mga kabutihang ito ay ang humuhubog sa mga banal na kagandahang panloob ng sarili.

ਕੇਤੀ ਦਾਤਿ ਜਾਣੈ ਕੌਣੁ ਕੂਤੁ ॥

ketee dhaat jaanai kauan koot ॥

Walang sino man ang may kapangyarihan o kakayanang makapag sukat kung gaano sila pinagpapala ng mga kabutihang nagmula sa panloob na Diyos.



ਕੀਤਾ ਪਸਾਉ ਏਕੋ ਕਵਾਉ ॥

keetaa pasaau eko kavaau ॥

Itong buong kahanga-hanga o magandang paglawak ng panloob na paglago ng sarili ay nangyayari lamang sa pamamagitan ng isang kilos, ito at ang pagsunod o pagunawa sa tinig ng Panginoon.

ਤਿਸ ਤੇ ਹੋਏ ਲਖ ਦਰੀਆਉ ॥

tis te hoe lakh dhareeaaau ॥

Ang isang pagkilos na ito ng pakikinig o paguunawa sa mga Utos ng Panginoon ay lumilikha ng mga malalawak na daloy ng banal na karunungan sa kabuuan ng ating pagkatao.

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥

kudharat kavan kahaa veechaar ॥

Ang mga ganitong hindi madaling intindihin o unawain ay ang mga likas na katangian ng mga kaayusan at pananaw ng banal na panloob.

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥

vaariaa na jaavaa ek vaar ॥

Ang magagawa lang natin ay ang pagsuko o pagsunod sa mga ito hanggang sa huli ng ating kabuuan.

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥

jo tudh bhaavai saiee bhalee kaar ॥

At maniwala na kung ano mang mula sa atin ang ninanais ng ating pahloob na Panginoon ay ang pinakamabuti o kapaki-pakinabang na ipatupad sa ating mga buhay.



ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੬॥

too sadhaa salaamat nira(n)kaar ||16||

Dapat nating pangalagaan ang Poong Panginoon sa pamamagitan ng pangtanggap sa kanyang mga utos.

ਅਸੰਖ ਜਪ ਅਸੰਖ ਭਾਉ ॥

asa(n)kh jap asa(n)kh bhaau ||

Ang ating mga pananaw ay tumataas sa pagpapatupad ng mga banal na karunungan, at napapagtanto na tayo ay may roong walang katapusang kapangyarihan upang maisagawa ang kabutihan at kasamaan. Ang kaliwanagang pagiisip na ito ay nagbabatid na ang ating kalooban ay may walang limitasyon kakayahang tumuon at magmahal.

ਅਸੰਖ ਪੂਜਾ ਅਸੰਖ ਤਪ ਤਾਉ ॥

asa(n)kh poojaa asa(n)kh tap taau ||

Walang katapusang kakayahan ang nananahan sa kalooban ng isipan upang sumamba o sumuko sa kaisipan at wala din itong limitasyon sa pag sagawa ng mga paghihirap sa ano mang kadahilanan.

ਅਸੰਖ ਗਰੰਥ ਮੁਖਿ ਵੇਦ ਪਾਠ ॥

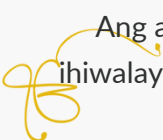
asa(n)kh gara(n)th mukh vedh paaTh ||

Mayroong walang limistasyong kakayahan sa aking sarili na magbasa at pagaralan ang ano mang uri ng mga kaalaman.

ਅਸੰਖ ਜੋਗ ਮਨਿ ਰਹਿ ਉਦਾਸ ॥

asa(n)kh jog man raheh udhaas ||

Ang aking kaisipan ay may malawak na kakayahan na ihiwalay ang sarili sa anumang mga uri ng paggambala para sa anumang partikular na layunin.



ਅਸੰਖ ਭਗਤ ਗੁਣ ਗਿਆਨ ਵੀਚਾਰ ॥

asa(n)kh bhagat gun giaan veechaar

Mayroon akong ka walang limitasyon na kakayahan na mapagtanto at magpatupad ng mg a banal na kabutihan.

ਅਸੰਖ ਸਤੀ ਅਸੰਖ ਦਾਤਾਰ ॥

asa(n)kh satee asa(n)kh dhaataar ॥

Ang aking kaisipan ay may malawak na kapasidad na magpatibay ng mga mabubuti at banal na katangian at iwanan ang pagiging makasarili sa sa pagsasagawa ng mga pagsasanay.

ਅਸੰਖ ਸੂਰ ਮੁਹ ਭਖ ਸਾਰ ॥

asa(n)kh soor muh bhakh saar ॥

Ako ay may walang limitasyon na kakayahan sa aking kalooban na harapin ang anumang mga uri ng hamon.

ਅਸੰਖ ਮੋਨਿ ਲਿਵ ਲਾਇ ਤਾਰ ॥

asa(n)kh mon liv lai taar ॥

Ang pagiiisip na tapat sa banal na kaayusan/pananaw ay mapagtatanto na mayroong walang katapusang kalakasan sa kaibuturan na umupo ng nakatutok at mahinahon.

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥

kudharat kavan kaha veechaar ॥

Ang mga ganitong hindi madaling intindihin o unawain ay ang mga likas na katangian ng mga kaayusan at pananaw ng banal na panloob.



ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥

vaariaa na jaavaa ek vaar ॥

Ang magagawa lang natin ay ang pagsuko o pagsunod sa mga ito hanggang sa huli ng ating kabuuan.

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥

jo tudh bhaavai saiee bhalee kaar ॥

At maniwala na kung ano mang mula sa atin ang ninanais ng ating panloob na Panginoon ay ang pinakamabuti o kapaki-pakinabang na ipatupad sa ating mga buhay.

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੭॥

too sadhaa salaamat nira(n)kaar ॥17॥

Dapat nating pangalagaan ang Poong Panginoon sa pamamagitan ng pangtanggap sa kanyang mga utos.

ਅਸੰਖ ਮੂਰਖ ਅੰਧ ਘੋਰ ॥

asa(n)kh moorakh a(n)dh ghor ॥

Ang pagiiisip na naliwanagan ay nauunawaan na tayo ay mayroong walang hanggangang kakayahan na umakto sa kalokohan o kahangalan patungo sa mga nakabubulag na masamang gawain.

ਅਸੰਖ ਚੋਰ ਹਰਾਮਖੋਰ ॥

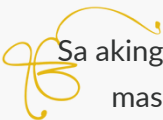
asa(n)kh chor haraamakhor ॥

Sa aking kalooban ay may mga hindi mabilang na paguugali ng pandaraya at pagnanakaw.

ਅਸੰਖ ਅਮਰ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ਜੋਰ ॥

asa(n)kh amar kar jaeh jor ॥

Sa aking kalooban matatagpuan ang mga hindi mabilang na masasamang kakayahang magkanulo o magnakaw.



ਅਸੰਖ ਗਲਵਚ ਹਤਿਆ ਕਮਾਹਿ ॥

asa(n)kh galavadd hatiaa kamaeh ||

Sa aking kalooban ay may hindi mabilang na masamang kaugalian na pumapatay o pumipigil sa kabutihang panloob.

ਅਸੰਖ ਪਾਪੀ ਪਾਪੁ ਕਰਿ ਜਾਹਿ ॥

asa(n)kh paapee paap kar jaeh ||

Sa aking kalooban ay may hindi mabilang na kasalanan o masasamang kaisipan na kung saan ako ay nakagawa ng mga kaganapan na hindi sumusunod sa banal na kalooban.

ਅਸੰਖ ਕੂੜਿਆਰ ਕੂੜੇ ਫਿਰਾਹਿ ॥

asa(n)kh kooRiaar kooRe firaeh ||

Sa aking kalooban ay ang aking pagiisip na puno ng walang katapusang malisya na patuloy na nagsasagawa ng kasamaan.

ਅਸੰਖ ਮਲੇਛ ਮਲੁ ਭਖਿ ਖਾਹਿ ॥

asa(n)kh malechh mal bhakh khaeh ||

Sa aking kalooban ay may iba't ibang uri ng mga masasamang paguugali na naghihimok ng kasamaan at magdusa sa mga ito.

ਅਸੰਖ ਨਿੰਦਕ ਸਿਰਿ ਕਰਹਿ ਭਾਰੁ ॥

asa(n)kh ni(n)dhak sir kareh bhaar ||

Sa aking kalooban ay may hindi mabilang na kaisipan na nagaalis ng pagalang o pag respeto sa banal kalooban ay nagiipon ng pasanin ng mga bisyo sa aking kamalayan.



ਨਾਨਕੁ ਨੀਚੁ ਕਹੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥

naanak neech kahai veechaar ||

Ang isang isip na nakatuon sa Banal na Kaayusan ay napagtanto na ako ay namumuhay nang mababa sa mga bisyo, at kailangan kong makinig sa banal na Kalooban upang makabangon mula rito

ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥

vaariaa na jaavaa ek vaar ||

Ang magagawa lang natin ay sumuko dito hanggang sa huli ng ating kabuuan

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥

jo tudh bhaavai saiee bhalee kaar ||

At maniwala na kung ano mang mula sa atin ang ninanais ng ating panloob na Panginoon ay ang pinakamabuti o kapaki-pakinabang na ipatupad sa ating mga buhay.

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੮॥

too sadhaa salaamat nira(n)kaar ||18||

Dapat nating pangalagaan ang Poong Panginoon sa pamamagitan ng pangtanggap sa kanyang mga utos.

ਅਸੰਖ ਨਾਵ ਅਸੰਖ ਥਾਵ ॥

asa(n)kh naav asa(n)kh thaav ||

Napagtatanto ng naliwanagan na isipan na mayroong hindi mabilang na mga upuan ng Panginoon sa loob at labas, at bawat bahagi ng buong nilikhang ito -sa loob at labas- ay pinamamahalaan ng mga batas ng Panginoon.



ਅਗੰਮ ਅਗੰਮ ਅਸੰਖ ਲੋਅ ॥

aga(n)m aga(n)m asa(n)kh loa ॥

Napagtatanto ng isa na nagsasalooob ng Banal na Kaayusan na ang paglikha sa loob at labas ko ay may maraming mga baitang/lawak.

ਅਸੰਖ ਕਹਹਿ ਸਿਰਿ ਭਾਰੁ ਹੋਇ ॥

asa(n)kh kaheh sir bhaar hoi ॥

Hindi mabilang na beses ang aking isip ay nananatiling may panghihinayang/pagkabigo kapag sinusubukang unawain ang paglikha

ਅਖਰੀ ਨਾਮੁ ਅਖਰੀ ਸਾਲਾਰ ॥

akharee naam akharee saalaeh ॥

"Walang higit sa Kaayusan at kaluwalhatian ng Panginoon

ਅਖਰੀ ਗਿਆਨੁ ਗੀਤ ਗੁਣ ਗਾਹ ॥

akharee giaan geet gun gaeh ॥

"At walang kapantay ang gayong pag-iisip na nagsalooob o nagpapatupad ng karunungan na nagmula sa maluwalhating Kaayusan.

ਅਖਰੀ ਲਿਖਣੁ ਬੋਲਣੁ ਬਾਣਿ ॥

akharee likhan bolan baan ॥

Ang naliwanagang isipan ay nagsasanay ng mabubuti at nakapang hihikayat na mga kaisipan.

ਅਖਰਾ ਸਿਰਿ ਸੰਜੋਗੁ ਵਖਾਣਿ ॥

akharaa sir sa(n)jog vakhaan ॥

Sa pakikinig o pagsunod sa banal na kalooban, naisusulat o nakakamit nito ang magandang kapalaran ng pagigising isa sa banal na panloob.

ਜਿਨਿ ਏਹਿ ਲਿਖੇ ਤਿਸੁ ਸਿਰਿ ਨਾਹਿ ॥

jin eh likhe tis sir naeh ॥

Ang sino mang makakapagkamit ng Banal na Kabutihan sa pag sunod sa Banal na Kaayusan (Hukam) ay makakapag alis ng mga kabigatan ng mga masasamang kaugalian sa kamalayan.

ਜਿਵ ਫੁਰਮਾਏ ਤਿਵ ਤਿਵ ਪਾਹਿ ॥

jiv furamaae tiv tiv paeh ॥

Habang ginagamit ang mga banal na Kabutihan ay nakakatanggap ito ng higit pang mga Kabutihan.

ਜੇਤਾ ਕੀਤਾ ਤੇਤਾ ਨਾਉ ॥

jetaa keetaa tetaa naau ॥

At kahit pagkatapos matanggap ang mga Kabutihan na ito ay alam nito ang mga pagbabago at pagpapala ng Banal na Kaayusan ay kahanga-hanga.

ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਨਾਹੀ ਕੋ ਥਾਉ ॥

vin naavai naahee ko thaau ॥

Walang ibang suporta maliban sa Banal na Kaayusan ang makakapag pahinga ng isipan.

ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥

vin naavai naahee ko thaau ॥

Ang gayong kahanga-hanga ay ang kalikasan o kabisaan ng banal na panloob.



ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥

vaariaa na jaavaa ek vaar ॥

Ang isip ay maaari lamang maging isang sakripisyo (upang maging ganap ang pagpapasakop) sa gayong Banal sa kalooban.

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥

jo tudh bhaavai saiee bhalee kaar ॥

At mapaunlad ang pananampalataya ng kung anuman ang nais o plano ng banal na kalooban para sa akin, ay ang pinakamabuti.

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੯॥

too sadhaa salaamat nira(n)kaar ॥19॥

O aking kaisipan! Dapat mong laging itaguyod o pangalagaan ang makadiyos na Kaayusan o tinig ng Banal na Kalooban.

ਭਰੀਐ ਹਥੁ ਪੈਰੁ ਤਨੁ ਦੇਹ ॥

bhareeaaai hath pair tan dheh ॥

Kapag ang ating katawan ay nadumihan

ਪਾਣੀ ਧੋਤੈ ਉਤਰਸੁ ਖੇਹ ॥

paanee dhotai utaras kheh ॥

Ito ay ating huhugasan ng tubig

ਮੂਤ ਪਲੀਤੀ ਕਪੜੁ ਹੋਇ ॥

moot paleetee kapaR hoi ॥

Kapag ang kasuotan ang nadumihan

ਦੇ ਸਾਬੂਣੁ ਲਈਐ ਓਹੁ ਧੋਇ ॥

dhe saaboon lieeaaai oh dhoi ॥

Lalabhan natin ito gamit ng sabon



ਭਰੀਐ ਮਤਿ ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥

bhareeai mat paapaa kai sa(n)g ||

Ang aking pag-iisip ay puno ng malisya

ਓਹੁ ਧੋਪੈ ਨਾਵੈ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥

oh dhopai naavai kai ra(n)g ||

Ang malisyang ito ay nawawala lamang sa pag sunod or pakikinig sa panloob na banal.

ਪੁੰਨੀ ਪਾਪੀ ਆਖਣੁ ਨਾਹਿ ॥

pu(n)nee paapee aakhan naeh ||

Hindi tayo maaaring maging mabuti o masama sa pamamagitan lamang ng pagsasalita.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਕਰਣਾ ਲਿਖਿ ਲੈ ਜਾਹੁ ॥

kar kar karanaa likh lai jaahu ||

Kahit ano man, mabuti o masama na ginagawa natin sa ating panloob na pag-iisip at binubuo natin ang ating reyalidad sa ganoon

ਆਪੇ ਬੀਜਿ ਆਪੇ ਹੀ ਖਾਹੁ ॥

aape beej aape hee khaahu ||

Anuman (mabuti o masama) ang itinanim natin sa lupa ng ating isipan, ay nagiging pagkain para sa ating kamalayan o mga pagpapahalaga

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੀ ਆਵਹੁ ਜਾਹੁ ॥੨੦॥

naanak hukamee aavahu jaahu ||20||

Ang mga nalikom na halagang ito ay humahantong sa ating panloob na kagalakan at pagdurusang ayon sa Banal na Utos (Hukam)



ਤੀਰਥ ਤਪੁ ਦਇਆ ਦਤੁ ਦਾਨੁ ॥

teerath tap dhiaa dhat dhaan ||

Maaari tayong pumunta o maglakbay sa mga banal na lugar at gumawa ng mga pagkakawanggawa na mula sa awa

ਜੇ ਕੋ ਪਾਵੈ ਤਿਲ ਕਾ ਮਾਨੁ ॥

je ko paavai til kaa maan ||

Ngunit ang mga panlabas na ritwal na ito na nagdudulot lamang ng kakaunti and pansamantalang kabutihan, dahil wala paring nababago sa kalooban o kaibuturan.

ਸੁਣਿਆ ਮੰਨਿਆ ਮਨਿ ਕੀਤਾ ਭਾਉ ॥

suniaa ma(n)niaa man keetaa bhaau ||

Pero kung tayo ay magsisimulang makinig at tumanggap sa panloob na boses ng konsensya at ang pagmamahal at pananampalataya dito ay pauunlarin.

ਅੰਤਰਗਤਿ ਤੀਰਥਿ ਮਲਿ ਨਾਉ ॥

a(n)taragat teerath mal naau ||

Tayo ay makakalikha ng banal na paglalakbay sa ating kalooban na kung saan ang ating kaisipan ay patuloy na naliligo upang maging puro o malinis sa lahat ng masasamang hangarin.

ਸਭਿ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ਮੈ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥

sabh gun tere mai naahee koi ||

Ang kaisipang tulad nito ay napagtatanto na ang Panloob na Panginoon ay ang dagat ng banal na kabutihan na wala sa aking kalooban o sarilii.



ਵਿਣੁ ਗੁਣ ਕੀਤੇ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਇ ॥

vin gun keete bhagat na hoi ||

At kung ako ay hindi magsasalooob o uunawa sa mga kabutihang ito ay hindi magkakaroon ng debosyon (Ang lahat ng panlabas na pilgrimages, kawanggawa, pagsamba ay walang debosyon)

ਸੁਅਸਤਿ ਆਥਿ ਬਾਣੀ ਬਰਮਾਉ ॥

suasat aath baanee baramaau ||

Kapag ang kaisipan ay nakaunawa nito ay saka lamang ito makakarating sa Panloob na tinig ng Panginoon na lumilikha ng mga kababalaghan.

ਸਤਿ ਸੁਹਾਣੁ ਸਦਾ ਮਨਿ ਚਾਉ ॥

sat suhaan sadhaa man chaau ||

Na kung saan laging may kaligayahan at kagalakan upang maging totoo o dalisay mula sa kalooban.

ਕਵਣੁ ਸੁ ਵੇਲਾ ਵਖਤੁ ਕਵਣੁ ਕਵਣ ਥਿਤਿ ਕਵਣੁ ਵਾਰੁ ॥

kavanu su velaa vakhat kavan kavan thit kavan vaar ||

(Ang gayong kasiya-siyang pagiisip ay nakapahinga na at walang pagmamadali o pagdududa tungkol sa) Sa anong oras, anong petsa, anong araw

ਕਵਣਿ ਸਿ ਰੁਤੀ ਮਾਹੁ ਕਵਣੁ ਜਿਤੁ ਹੋਆ ਆਕਾਰੁ ॥

kavan s rutee maahu kavan jit hoaa aakaar ||

Aling panahon at aling buwan ko makukuha ang pagkumpleto o pagkakaisa sa Diyos sa loob. (Hindi ito naghihintay ng isang partikular na oras, at sa halip ay patuloy na gumagana nang may pasensya)



ਵੇਲ ਨ ਪਾਈਆ ਪੰਡਤੀ ਜਿ ਹੋਵੈ ਲੇਖੁ ਪੁਰਾਣੁ ॥

vel na paieeaa pa(n)ddatee j hovai lekh puraana ||

Maaari akong maging isang iskolar at magsulat ng mga libro ngunit ang karunungan o pagkakataon upang makilala ang Panginoon ay hindi nagmumula sa panlabas na katalinuhan

ਵਖਤੁ ਨ ਪਾਇਓ ਕਾਦੀਆ ਜਿ ਲਿਖਨਿ ਲੇਖੁ ਕੁਰਾਣੁ ॥

vakhat na paio kaadheaaa j likhan lekh kuraana ||

Maaaring basahin at isulat ng isang tao ang lahat ng mga relihiyosong teksto ngunit ang paraan upang makilala ang panloob na Panginoon ay hindi nagmumula sa labas.

ਥਿਤਿ ਵਾਰੁ ਨਾ ਜੋਗੀ ਜਾਣੈ ਰੁਤਿ ਮਾਹੁ ਨਾ ਕੋਈ ॥

thit vaar naa jogee jaanai rut maahu naa koiee ||

Ang isang tao ay maaaring maging isang Yogi, ngunit sa kanyang mga Yogic na gawa ay hindi maaaring ilarawan ang petsa-araw-panahon para sa pagkakaisa sa panloob na Banal. (Ito ay isang patuloy na proseso na nangyayari sa kalooban)

ਜਾ ਕਰਤਾ ਸਿਰਠੀ ਕਉ ਸਾਜੇ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਸੋਈ ॥

jaa karataa siraThee kau saaje aape jaanai soiee ||

Ang isang taong naglalakad sa landas na sinabi ng panloob na Banal ay napagtanto na ang Panginoon ay nasa likod ng kamangha-manghang paglikha ng aking kabutihan.

ਕਿਵ ਕਰਿ ਆਖਾ ਕਿਵ ਸਾਲਾਹੀ ਕਿਉ ਵਰਨੀ ਕਿਵ ਜਾਣਾ ॥

kiv kar aakhaa kiv saalaahee kiau varanee kiv jaanaa ||

Hindi ko kayang likhain o pahalagahan, o intindihin man lang ang ganon kagandang panloob na nilikha gamit ang sarili kong malisyosong karunungan.

ਨਾਨਕ ਆਖਣਿ ਸਭੁ ਕੋ ਆਖੈ ਇਕ ਦੁ ਇਕੁ ਸਿਆਣਾ ॥

naanak aakhan sabh ko aakhai ik dhoo ik siaanaa ||

Bagama't ang aking talino na pinamumunuan ng tiwaling pag-iisip ay may sariling makamundong talino ng mga kaisipan o panlilinlang (ngunit wala sa mga ito ang gumagana sa landas na iyon)

ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ ਵਡੀ ਨਾਈ ਕੀਤਾ ਜਾ ਕਾ ਹੋਵੈ ॥

vaddaa saahib vaddee naiee keetaa jaa kaa hovai ||

Ang Panginoon na naninirahan sa loob ko ay kataas-taasan, ang Kanyang Kautusan o Pangitain ay nakahihigit na maaaring magdala ng anumang kabutihan sa akin

ਨਾਨਕ ਜੇ ਕੋ ਆਪੋ ਜਾਣੈ ਅਗੈ ਗਇਆ ਨ ਸੋਹੈ ॥੨੧॥

naanak je ko aapau jaanai agai giaa na sohai ||21||

At kung ang isang tao ay nag-iisip na magagawa niya ito sa kanyang sariling talino, hindi siya maaaring magpatuloy pa tungo sa kaluwalhatian ng mga Banal na Kabutihan.

ਪਾਤਾਲਾ ਪਾਤਾਲ ਲਖ ਆਗਾਸਾ ਆਗਾਸ ॥

paataalaa paataal lakh aagaasaa aagaas ||

(Ang aming panlabas na katalinuhan ay nagsisikap na hanapin ang mga kasukdulan ng panlabas na mundo, ngunit hindi ko napagtanto na) Mayroon akong mataas at mas mataas pa na mga estado sa loob ng aking pag-iisip na kung saan maaari kong maabot ang pagsasanay na mga birtud, at mayroong hindi mabilang na mga mababang estado ng pag-iisip kung saan ako ay patuloy na nahuhulog sa mga bisyo



ੳੳੳ ੳੳੳ ਭਾਲਿ ਥਕੇ ਵੇਦ ਕਹਨਿ ਇਕ ਵਾਤ ॥

oRak oRak bhaal thake vedh kahan ik vaat ||

Ang isip ay namamahinga mula sa patuloy na paglalakbay na pataas at pababa lamang kapag ito ay nakikinig at tinatanggap ang Panloob na Kabanalam.

ਸਹਸ ਅਠਾਰਹ ਕਹਨਿ ਕਤੇਬਾ ਅਸੁਲੂ ਇਕੁ ਧਾਤੁ ॥

sahas aThaareh kahan katebaa asuloo ik dhaat ||

Sa sandaling ang aking isip ay huminto sa pagbibilang ng mga panlabas na sukduhan ng paglikha at nagsimulang makinig sa panloob na Banal

ਲੇਖਾ ਹੋਇ ਤ ਲਿਖੀਐ ਲੇਖੇ ਹੋਇ ਵਿਣਾਸੁ ॥

lekhaa hoi ta likheeaai lekhai hoi vinaas ||

Ay doon lamang magtatapos ang lahat ng pagtakbo at paglaboy-laboy, at doon napagtanto na walang magandang makakamit mula sa lahat ng mga gannong kalkulasyon.

ਨਾਨਕ ਵਡਾ ਆਖੀਐ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਆਪੁ ॥੨੨॥

naanak vaddaa aakheeaai aape jaanai aap ||22||

Sa halip ang pag-iisip na ito ay nagiging tunay na matalino kapag (sa halip na subukang hanapin ang dulo ng panlabas na mundo) sinisimulan nitong hanapin ang sarili nitong panloob sa sarili (na ang lahat ng masama ay nanggaling sa aking sariling kamalayan at kailangan itong puksain mula sa kalooban)



ਸਾਲਾਹੀ ਸਾਲਾਹਿ ਏਤੀ ਸੁਰਤਿ ਨ ਪਾਈਆ ॥

saalaahē saalaeh etee surat na paieeaa ॥

Hindi natin maaaring makuha o maunawaan ang Banal na Kautusan o Kabutihan sa mga usapan lamang

ਨਦੀਆ ਅਤੇ ਵਾਹ ਪਵਹਿ ਸਮੁੰਦਿ ਨ ਜਾਣੀਅਹਿ ॥

nadheea atai vaeh paveh samu(n)dh na jaane'eeh ॥

Para dito kailangan nating pagsamahin o ipasailalim ang kabuuan ng ating kamalayan sa panloob na banal, tulad ng pagsasama ng mga ilog sa karagatan at iwanan ang kanilang sariling pagkakakilanlan

ਸਮੁੰਦ ਸਾਹ ਸੁਲਤਾਨ ਗਿਰਹਾ ਸੇਤੀ ਮਾਲੁ ਧਨੁ ॥

samu(n)dh saeh sulataan girahaa setee maal dhan ॥

Ang karagatan ng Banal na Karunungan ay puno ng mga kayamanan ng mga Banal na Kabutihan.

ਕੀੜੀ ਤੁਲਿ ਨ ਹੋਵਨੀ ਜੇ ਤਿਸੁ ਮਨਹੁ ਨ ਵੀਸਰਹਿ ॥੨੩॥

keeRee tul na hovanee je tis manahu na veesareh ॥23॥

Kapag ang isang tao ay isinasaloob ang Banal na Kaayusan na may ganap na pagpapakumbaba at pagpapasakop, ang kanyang buhay ay lalago nang walang katulad.

ਅੰਤੁ ਨ ਸਿਫਤੀ ਕਹਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥

a(n)t na sifatee kahan na a(n)t ॥

Napagtatanto ng gayong mapagpakumbabang isip na hindi mahahahap ng isang tao ang katapusan ng kaluwalhatian ng Panginoon sa mga salita



ਅੰਤੁ ਨ ਕਰਣੈ ਦੇਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥

a(n)t na karanai dhen na a(n)t ॥

Hindi ko kailanman masusuklian ang lahat ng ibinibigay sa akin ng Panginoon maging sa looban man o sa panlabas.

ਅੰਤੁ ਨ ਵੇਖਣਿ ਸੁਣਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥

a(n)t na vekhan sunan na a(n)t ॥

Maaari kong sabihin o ilarawan siya na malaki ngunit hinding-hindi ko mahahanap ang katapusan ng kanyang kaluwalhatian sa aking sarili.

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਕਿਆ ਮਨਿ ਮੰਤੁ ॥

a(n)t na jaapai kiasa man ma(n)t ॥

Ni hindi ko mahanap ang wakas sa mga misteryo ng sarili kong isip na kanyang nilikha

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਕੀਤਾ ਆਕਾਰੁ ॥

a(n)t na jaapai keetaa aakaar ॥

Hindi ko mahanap ang wakas sa walang limitasyong paglikha ng mga kaisipan, damdamin, malikhaing kakayahan atbp) sa loob ko

ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਪਾਰਾਵਾਰੁ ॥

a(n)t na jaapai paaraavaar ॥

Napagtatanto ng isip na nasa banal na Kaayusan ang walang katapusan ang kalawakan ng paguutos ng Panginoon.



ਅੰਤ ਕਾਰਣਿ ਕੇਤੇ ਬਿਲਲਾਹਿ ॥

a(n)t kaaran kete bilalaeh ||

Karamihan sa atin ay nabubuhay sa walang katapusang paghihirap dahil lamang tayo ay mas nakatuon sa pagsisikap na hanapin ang mga wakas sa Banal na Kaayusan o Paglikha

ਤਾ ਕੇ ਅੰਤ ਨ ਪਾਏ ਜਾਹਿ ॥

taa ke a(n)t na paae jaeh ||

Ngunit nakikibahagi sa mga pagtatantya at mga argumento na kung saan ay hindi natin napagtanto na hindi natin ito mauunawaan

ਏਹੁ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਇ ॥

eh a(n)t na jaanai koi ||

Sa katotohanan ay hindi natin nauunawaan na ang huling bagay na ito, ay iyon

ਬਹੁਤਾ ਕਹੀਐ ਬਹੁਤਾ ਹੋਇ ॥

bahutaa kaheeaai bahutaa hoi ||

Kung mas marami tayong sinasabi at sinusubukan na tantiyahin ang Kanyang mga nilikha o Kaayusan, mas marami ang natitira upang sabihin o kalugarin.

ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ ਉਚਾ ਥਾਉ ॥

vaddaa saahib uoochaa thaau ||

Ang isang tumatanggap o namumuhay sa Kaayusan ay napagtatanto na ang Kahanga-hangang Panginoon ay nabubuhay sa loob ko, at iyon ang kanyang Kataas-taasan o pinakadalisay na upuan



ਉਚੇ ਉਪਰਿ ਉਚਾ ਨਾਉ ॥

uooche upar uoochaa naau ॥

At habang inilalagay ko ang kanyang Kaayusan o mga direksyon sa proseso ng aking pag-iisip ako din ay nagiging dalisay(na may mas mataas na kamalayan)

ਏਵਡੁ ਉਚਾ ਹੋਵੈ ਕੋਇ ॥

evadd uoochaa hovai koi ॥

Sa ganitong paraan kapag natamo ko ang panloob na kadalisayan (pagbangon sa kamalayan) sa pamamagitan ng pamumuhay sa mga Banal na Kabutihan

ਤਿਸੁ ਉਚੇ ਕਉ ਜਾਣੈ ਸੋਇ ॥

tis uooche kau jaanai soi ॥

Aking kinikilala at ako'y nakikiisa sa Kabanalan ng loob.

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਜਾਣੈ ਆਪਿ ਆਪਿ ॥

jevadd aap jaanai aap aap ॥

Sa pamamagitan ng pagsusuri sa sarili at pagpapabuti ng loob tayo ay umaangat at lumalago bilang isang imahe ng parehong banal na panloob.

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਕਰਮੀ ਦਾਤਿ ॥੨੪॥

naanak nadhatee karamee dhaat ॥24॥

Isinasaalang-alang ng ganoong banal na pag-iisip ang pagpapasigla at pagpapatupad ng banal na kaayusan bilang pinakamataas na pagpapala ng panloob na Panginoon.



ਬਹੁਤਾ ਕਰਮੁ ਲਿਖਿਆ ਨਾ ਜਾਇ ॥

bahutaa karam likhiala naa jai ||

Kapag isinusulat o isinasalob natin ang pagpapala ng mga Banal na kabutihan ng kalooban hindi ito mawawala

ਵਡਾ ਦਾਤਾ ਤਿਲੁ ਨ ਤਮਾਇ ॥

vaddaa dhaataa til na tamai ||

Ang Kataas-taasang Panginoon sa kalooban ay may walang anumang uri ng pagnanais (na papurihan para sa mga pagpapala). Ang isa na sumanib sa Kanya ay mawawalan din ng lahat ng gayong mga inaasahan.

ਕੇਤੇ ਮੰਗਹਿ ਜੋਧ ਅਪਾਰ ॥

kete ma(n)geh jodh apaar ||

Sa paglalakad ng landas patungo sa Pagkakaisa, Sila ay hihingi lamang ng kapangyarihan o kakayahan na maging isang matapang na manlalaban sa panloob na bisyo.

ਕੇਤਿਆ ਗਣਤ ਨਹੀ ਵੀਚਾਰੁ ॥

ketiala ganat nahee veechaar ||

Ipinapatupad nila ang mga kabutihan sa kanilang buhay at hindi kailanman pumasok sa mga kalkulasyon (kung ano ang nakamit nila)

ਕੇਤੇ ਖਪਿ ਤੁਟਹਿ ਵੇਕਾਰ ॥

kete khap tuTeh vekaar ||

Ang kanilang matatag na determinasyon ay nagpapasuko sa hindi mabilang na mga bisyo



ਕੇਤੇ ਲੈ ਲੈ ਮੁਕਰੁ ਪਾਹਿ ॥

kete lai lai mukar paeh ||

Ang Paglalakbay o Pagpapatuloy patungo sa panloob na katotohanan o kadalisan, ang gayong pag-iisip ay tumatanggap ng mga biyaya ng Banal na mga kabutihan at patuloy na tumalikod sa mga bisyo

ਕੇਤੇ ਮੁਰਖ ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥

kete moorakh khaahee khaeh ||

Ang kanilang determinasyon ay nagtatapos sa panloob na kahangalan ng malisyosong pag-iisip

ਕੇਤਿਆ ਦੂਖ ਭੂਖ ਸਦ ਮਾਰ ॥

ketiaa dhookh bhookh sadh maar ||

Napagtanto nila na ang pagwalay mula sa Banal na Sarili bilang sanhi ng kanilang panloob na pagdurusa ay ang pagkakaroon ng kagutuman o pangangailangan upang tapusin ang distansyang iyon. At para doon tumawag o humingi ng tulong mula sa banal na panloob.

ਏਹਿ ਭਿ ਦਾਤਿ ਤੇਰੀ ਦਾਤਾਰ ॥

eh bh dhaat teree dhaataar ||

Ang Regalong ito na Banal na Pagibig na nag mula sa pagsusuri ng sarili ay isa ring regalo galing sa Panginoon.

ਬੰਦਿ ਖਲਾਸੀ ਭਾਣੈ ਹੋਇ ॥

ba(n)dh khalaasee bhaanai hoi ||

Sa ganitong paraan ng pamumuhay sa Banal na Utos ang isip ay nagpapalaya sa sarili mula sa mga pagkaalipin ng mga bisyo



ਹੋਰੁ ਆਖਿ ਨ ਸਕੈ ਕੋਇ ॥

hor aakh na sakai koi ॥

Walang ano man sa mga bisyo o mga malisyosong kaisipan ang makakatukso ng isip patungo sa kasamaan.

ਜੇ ਕੋ ਖਾਇਕੁ ਆਖਣਿ ਪਾਇ ॥

je ko khaik aakhan pai ॥

At kung may ilan mang negatibo ang susubok na magmula sa loob o labas nito

ਓਹੁ ਜਾਣੈ ਜੇਤੀਆ ਮੁਹਿ ਖਾਇ ॥

oh jaanai jeteaa muh khai ॥

At makakaranas ng malakas na pagtutol mula sa mga determinado o mga may banal na pagiisip.

ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਆਪੇ ਦੇਇ ॥

aape jaanai aape dheii ॥

Kapag ang gayong pagiisip ay tumanggap o natututo mula sa kaloobang banal at ipinamahagi ang kapangyarihan ng pang-unawa sa mga pandama

ਆਖਹਿ ਸਿ ਭਿ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥

aakheh s bh keiee kei ॥

Ang lahat ng mga pandama na iyon (mga hindi mabilang na estado ng kamalayan) ay nagsasabi/nagsasagawa din ng mga direksyon

ਜਿਸ ਨੋ ਬਖਸੇ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹ ॥

jis no bakhase sifat saalaeh ॥

Ang isip na nailigtas mula sa mga bisyo sa pamamagitan ng pag-imbis sa Banal na Kabutihan



ਨਾਨਕ ਪਾਤਿਸਾਹੀ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ॥੨੫॥

naanak paatisaahē paatisaahu ॥25॥

Ay ang banal na emperador ng panloob na kaharian (Hindi na alipin ng mga tukso at bisyo)

ਅਮੁਲ ਗੁਣ ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰ ॥

amul gun amul vaapaar ॥

Ang panloob na emperador na ito ay nakakakuha ng mga mahahalagang kabutihan sa pamamagitan ng mahalagang panloob na kalakalan (nagbibigay ng mga bisyo upang makakuha ng mga birtud)

ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰੀਏ ਅਮੁਲ ਭੰਡਾਰ ॥

amul vaapaare'e amul bha(n)ddaar ॥

Mahalaga ang mga nakikipagkalakalan (nag-eehersisyo) ng mga birtud upang maging isang mahalagang kamalig (inspirasyon) ng mga birtud sa loob

ਅਮੁਲ ਆਵਹਿ ਅਮੁਲ ਲੈ ਜਾਹਿ ॥

amul aaveh amul lai jaeh ॥

Ang pakikinig sa Banal na panloob ay naglalapit (mas lumalapit) sa mahal na Panginoon sa loob at inalis ang mahahalagang Kabutihan mula sa Kanya

ਅਮੁਲ ਭਾਇ ਅਮੁਲਾ ਸਮਾਹਿ ॥

amul bhai amulaa samaeh ॥

Ang gayong pag-iisip ay nagkakaroon ng walang hanggang pagkagusto sa mahalagang Banal na Katangian na nasa loob nito na nananatiling magkasama sa Banal na panloob.



ਅਮੁਲੁ ਧਰਮੁ ਅਮੁਲੁ ਦੀਬਾਣੁ ॥

amul dharam amul dheebaana ||

Ang gayong pag-iisip ay patuloy na ginagamit ang mahalagang Karunungan na natanggap mula sa panloob na Panginoon at nagtatatag ng mapagmahal na Banal na hukuman para sa kanilang mga desisyon sa buhay

ਅਮੁਲੁ ਤੁਲੁ ਅਮੁਲੁ ਪਰਵਾਣੁ ॥

amul tul amul paravaana ||

Sa panloob na hukuman na ito, ang pagsusuri ng kaisipan o kabalansehanb ng pagiisip habang pinagpapabuti o pinagbabago ang proseso ng pagiisip na ito na tumatanggap ng mahalagang pagkilala mula sa loob.

ਅਮੁਲੁ ਬਖਸੀਸ ਅਮੁਲੁ ਨੀਸਾਣੁ ॥

amul bakhasees amul neesaan ||

Sa ganitong paraan makakamit nito ang mahalagang biyaya mula sa panloob na Panginoon at magpapatuloy patungo sa mahalagang palatandaan o destinasyon ng pagiging makatotoo o may dalisay kalooban.

ਅਮੁਲੁ ਕਰਮੁ ਅਮੁਲੁ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥

amul karam amul furamaan ||

Ang landas na ito ng kaliwanagan ay pinangungunahan ng mahalagang karunungan ng Utos (Hukam) o Gabay mula sa panloob na banal.



ਅਮੁਲੋ ਅਮੁਲੁ ਆਖਿਆ ਨ ਜਾਇ ॥

amulo amul aakhiaa na jai ॥

Kaya sa pamamagitan ng paggawa (pagsasaloob / pagpapatupad) ng mga Banal na Kabutihang ang isip ay patuloy na nagiging mas mahalaga. Ang ganitong estado ng pag-iisip ay higit pa sa mga salita.

ਆਖਿ ਆਖਿ ਰਹੇ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥

aakh aakh rahe liv lai ॥

Marami ang mga naghahangad na makamit ang lahat gamit lamang ang salita.

ਆਖਹਿ ਵੇਦ ਪਾਠ ਪੁਰਾਣ ॥

aakheh vedh paaTh puraan ॥

Marami mga nagsasalita ang sumulat ng napakalaking halaga ng karunungan sa teksto.

ਆਖਹਿ ਪੜੇ ਕਰਹਿ ਵਖਿਆਣ ॥

aakheh paRe kareh vakhiaan ॥

At napakadami din na mga naguusap-usap patungkol sa mga nilalaman ng teksto na naisulat.

ਆਖਹਿ ਬਰਮੇ ਆਖਹਿ ਇੰਦ ॥

aakheh barama aakheh i(n)dh ॥

Maraming nagpapanggap na lumikha ng karunungan at marami ding naging hari ng kalangitan gamit lamang ang kanilang mga salita.



ਆਖਹਿ ਗੋਪੀ ਤੈ ਗੋਵਿੰਦ ॥

aakheh gopee tai govi(n)dh ॥

Marami ang ginawang Diyos, at marami ang naging alagad nito sa salita.

ਆਖਹਿ ਈਸਰ ਆਖਹਿ ਸਿਧ ॥

aakheh ieesar aakheh sidh ॥

Inangkin ng mga tagapagsalita na sila ang tagapangalaga ng mundo at sila ay perpekto sa kalahatan.

ਆਖਹਿ ਕੇਤੇ ਕੀਤੇ ਬੁਧ ॥

aakheh kete keete budh ॥

Sa mga usap-usapin, marami ang nag-aangkin na sila ang may pinakamaliwanag na pag-iisip (napaliwanagan).

ਆਖਹਿ ਦਾਨਵ ਆਖਹਿ ਦੇਵ ॥

aakheh dhaanav aakheh dhev ॥

Sa mga pag-uusap maaari nating itatag ang isang tao na isang diyablo at ang iba ay isang anghel

ਆਖਹਿ ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਸੇਵ ॥

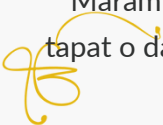
aakheh sur nar mun jan sev ॥

Ang mga walang laman na pag-aangkin ng mga pag-uusap ay maaaring maglingkod ang mga tao sa mga iginiit na mga pantas at santo.

ਕੇਤੇ ਆਖਹਿ ਆਖਣਿ ਪਾਹਿ ॥

kete aakheh aakhan paeh ॥

Maraming ganoong nagsasalita ang nagsisikap na maging tapat o dalisay ang kalooban sa pamamagitan lamang ng mga salita



ਕੇਤੇ ਕਹਿ ਕਹਿ ਉਠਿ ਉਠਿ ਜਾਹਿ ॥

kete keh keh uTh uTh jaeh ॥

At karamihan ay ginugugol ang kanilang buong buhay sa gayong walang laman na usapan.

ਏਤੇ ਕੀਤੇ ਹੋਰਿ ਕਰੇਹਿ ॥

ete keete hor kareh ॥

Maaaring may dumating pa na mag angkin sa parehong paraan.

ਤਾ ਆਖਿ ਨ ਸਕਹਿ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥

taa aakh na sakeh keiee kei ॥

Gayunpaman, mananatili ang katotohanan na ang kalagayan ng panloob na kaliwanagan o katoohan ay hindi makakamit sa pamamagitan lamang ng mga paguusap.

ਜੇਵਡੁ ਭਾਵੈ ਤੇਵਡੁ ਹੋਇ ॥

jevadd bhaavai tevadd hoi ॥

Kailangan mong maging o baguhin ang iyong sarili tulad sa kagustuhan ng Diyos sa iyong kalooban. (walang ibang paraan)

ਨਾਨਕ ਜਾਣੈ ਸਾਚਾ ਸੋਇ ॥

naanak jaanai saachaa soi ॥

Ito ang paraan kung paano mo mauunawaan ang Banal na sarili.

ਜੇ ਕੋ ਆਖੈ ਬੋਲੁਵਿਗਾਤੁ ॥

je ko aakhai boluvigaaR ॥

Ngunit kung mayroon paring susubok na umangkin sa kanyang kaakuhan upang makamit ang sariling makamundong karunungan.



ਤਾ ਲਿਖੀਐ ਸਿਰਿ ਗਾਵਾਰਾ ਗਾਵਾਰੁ ॥੨੬॥

taa likheeaai sir gaavaaraa gaavaar ||26||

Ito ay ang taas ng kalokohan at kawalan. (Ang makamundong talino ng kaakuhan ay hindi nakakatulong sa paraan ng pagkilala sa sarili.)

ਸੋ ਦਰੁ ਕੇਹਾ ਸੋ ਘਰੁ ਕੇਹਾ ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥

so dhar kehaa so ghar kehaa jit beh sarab samaale ||

Sa pagsasantabi ng kaakuhan ng sarili, nagsisimulang maghanap o magsiyasat ang pag-iisip sa pamamahay o luklukan ng Panginoon na siyang nagaalaga o gumagabay sa atin sa pamamagitan ng kanyang mga Utos omga Direksyon.

ਵਾਜੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

vaaje naadh anek asa(n)khaa kete vaavanahaare ||

Sa pakikinig ng panloob na banal na iyon, ang ating hindi mabilang na kaisipan ay nagsisimulang umalingawngaw o magganap ng Banal na Utos.

ਕੇਤੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਨਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

kete raag paree siau kaheean kete gaavanahaare ||

Ang Banal na panloob ang gumagabay sa atin sa mga napakaraming simpleng direksyon sa kalooban, at ang kaisipan na nagpakumbaba sa mga kabutihan ay inaawit o pinapatupad and mga ito.



ਗਾਵਹਿ ਤੁਹਨੋ ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥

gaaveh tuhano paun paanee baisa(n)tar gaavai raajaa dharam
dhuaare ॥

Tulad ng kabuuan ng natural na panlabas na elemento na gumagana kasabay ng natural na batas, ang pag-iisip na namuhay sa banal na kabutihan ay inaawit or isinusuko and sarili sa mga Utos o mga Batas ng Panginoon.

ਗਾਵਹਿ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਹਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਵੀਚਾਰੇ ॥

gaaveh chit gupat likh jaaneh likh likh dharam veechaare ॥

Ang gayong isip ay umaawit o gumagawa sa nakatagong bahagi ng panloob na sarili upang baguhin ito sa pamamagitan ng pagsasagawa ng Banal na Utos (Dharam)

ਗਾਵਹਿ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

gaaveh ieesar baramaa dhevee sohan sadhaa savaare ॥

Ang naliwanagan na isip na iyon ay laging umaawit o gumagawa upang pagandahin ang panloob na sarili sa pamamagitan ng pagpapabuti nito sa Banal na pag-iisip na lumilikha, nagpapalusog at nagpoprotekta sa maka-Diyos na mga kabutihan sa loob natin.



ਗਾਵਹਿ ਇੰਦ ਇਦਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

gaaveh i(n)dh idhaasan baiThe dhevatiaa dhar naale ॥

Sa pag-awit o Pagpapatupad ng Banal na Utos, ang isip ay nakaupo sa panloob na trono ng mas mataas na kamalayan kasama ang mga banal na birtud (Ito ay namamahala sa isang langit sa loob)

ਗਾਵਹਿ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਸਾਧ ਵਿਚਾਰੇ ॥

gaaveh sidh samaadhee a(n)dhar gaavan saadh vichaare ॥

Ang gayong maliwanag na pag-iisip ay umaawit o nakakamit ang pagiging perpekto sa pamamagitan ng paginilay-nilay sa Banal na Karunungan. Patuloy nitong na ginagawang perpekto ang sarili mula sa loob sa pamamagitan ng paggamit ng Banal na Utos.

ਗਾਵਨਿ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਹਿ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥

gaavan jatee satee sa(n)tokhee gaaveh veer karaare ॥

Ang gayong maliwanag na pag-iisip ay umaawit o nagsasagawa ng tunay na kadalisan, kawanggawa, kasiyahan, at nagiging tunay na mandirigma na patuloy na nakikipaglaban sa masamang hangarin at mga panloob na bisyo.



ਗਾਵਨਿ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

gaavan pa(n)ddit paRan rakheesar jug jug vedhaa naale ॥

Ang isang naliwanagan na isip ay umaawit o nagpapatupad ng Utos sa pamamagitan ng pag-aaral at pagninilay-nilay sa Banal na Karunungan upang baguhin ang panloob na sarili nang tuluy-tuloy.

ਗਾਵਹਿ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗਾ ਮਛ ਪਇਆਲੇ ॥

gaaveh mohaneaaa man mohan suragaa machh piaale ॥

Ang Pag-awit o Pamumuhay sa Banal na Kabutihan ang kabuuan ng gayong pag-iisip ay laging naakit o nakatuon sa mga Kabutihan.

ਗਾਵਨਿ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥

gaavan ratan upaae tere aThasaTh teerath naale ॥

Ang pag-awit o pagsagawa ng Banal na Kautusan ay lumilikha ng mga mahalagang hiyas ng Banal na Karunungan, at ang karunungan na ito ay nagiging pamamakay sa kalooban upang hugasan ang panloob na malisya.

ਗਾਵਹਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਹਿ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥

gaaveh jodh mahaabal sooraa gaaveh khaanee chaare ॥

Ang pag-awit o pagpapatupad ng Banal na Kautusan, ang buong isip ay nagiging matapang na palaban sa mga panloob na bisyo.



ਗਾਵਹਿ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਧਾਰੇ ॥

gaaveh kha(n)dd ma(n)ddal varabha(n)ddaa kar kar rakhe
dhaare ॥

"Sa pag-awit o pagsasagawa ng Banal na Kautusan, ang lahat ng ating mga indibidwal na kaisipan, ang kanilang koleksyon, at ang buong pag-iisip ay nakatuon sa Batas ng Banal.

ਸੇਈ ਤੁਧੁਨੋ ਗਾਵਹਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥

seiee tudhuno gaaveh jo tudh bhaavan rate tere bhagat
rasaale ॥

Sa Pag-awit o Pakikinig sa Banal na Kautusan, tayo na namumuhay na puno ng banal na pag-ibig, debosyon at sa diwa ng mga banal na kabutihan.

ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਵੀਚਾਰੇ ॥

hor kete gaavan se mai chit na aavan naanak kiaa veechaare ॥

Ang sino mang umaawit o nakikinig sa panloob na kabanalan ay hindi hinahayaang maghari ang kanilang kaakuhan na pumasok sa kanilang mga kaisipan. Paano ko mauunawaan ang mabuting kalagayan ng kanilang pag-iisip?



ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥

soiee soiee sadhaa sach saahib saachaa saachee naiee ॥

Sila ay palaging nakatutok sa kanilang panloob na banal na naroroon ng walang hanggan kasama ang walang katapusan o hindi magmamaliw na Kautusan.

ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥

hai bhee hosee jai na jaasee rachanaa jin rachaiee ॥

Palagi silang nahuhulog sa Banal na Panloob na sumusunod sakung sino ang hahantong sa paglikha ng isang makatotohanan o naliwanagan sa sarili.

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

ra(n)gee ra(n)gee bhaatee kar kar jinasee maiaa jin upaiee ॥

Dahil sa kanilang pagtutok sa panloob na banal sila ay naligtas mula sa iba't ibang uri o epekto ng Maaya o mga ilusyong nagmula sa malisyosong pag-iisip.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਵ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥

kar kar vekhai keetaa aapanaa jiv tis dhe vaddiaaiee ॥

Habang sila ay abala sa paglikha at pag-aalaga ng gayong kagandahan sa kanilang sarili na talagang isang pagpapala ng Panginoon.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥

jo tis bhaavai soiee karasee hukam na karanaa jaiee ॥

Ginagawa nila kung ano ang gusto o kagustuhan ng panloob na Panginoon. Hindi nila sinubukang pawalang-bisa ang tinig ng budhi.



ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ

॥੨੮॥

so paatisaahu saahaa paatisaahib naanak rahan rajaiee ||27||

Kaya sa pamamagitan ng pamumuhay ayon sa panloob na banal ay naging hari ng mga hari (Namumuno sa kanilang katawan, isip at kamalayan. Malaya sa pagkaalipin ng mga bisyo at tukso)

ਮੁੰਦਾ ਸੰਤੋਖੁ ਸਰਮੁ ਪਤੁ ਝੋਲੀ ਧਿਆਨ ਕੀ ਕਰਹਿ ਬਿਭੂਤਿ ॥

mu(n)dhaa sa(n)tokh saram pat jholee dhiaan kee kareh
bibhoot ||

Ang pamumuhay alinsunod sa panloob na Banal ay nakatatanggap tayo ng tunay na kasiyahan kung saan tayo ay nagsusumikap tungo sa pagkamit ng karangalan ng Banal na Kabutihian, at tayo ay namumuhay na nakatutok sa Panloob na tinig ng Konsensya o Kabanalan.

ਖਿੰਥਾ ਕਾਲੁ ਕੁਆਰੀ ਕਾਇਆ ਜੁਗਤਿ ਡੰਡਾ ਪਰਤੀਤਿ ॥

khi(n)thaa kaal kuaaree kaiaa jugat dda(n)ddaa parateet ||

Ang pag-alala sa kawalang-katagalan ng pisikal na buhay ay pinalalaya natin ang ating sarili mula sa mga bisyo, at laging nananalig sa Banal na Karunungan na tinatanggap mula sa loob.

ਆਈ ਪੰਥੀ ਸਗਲ ਜਮਾਤੀ ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ ॥

aaiee pa(n)thee sagal jamaatee man jeetai jag jeet ||

Sinusunod natin ang pinakamagaling na landas ng pagtrato sa lahat ng pantay-pantay, talunin ang sariling pagiisip sa pamamagitan ng pagkapanalo sa lahat ng panloob na mga kaisipan ng mundo, emosyon at damdamin.



ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ

॥੨੮॥

so paatisaahu saahaa paatisaahib naanak rahan rajaiee ||27||

Kaya sa pamamagitan ng pamumuhay ayon sa panloob na banal ay naging hari ng mga hari (Namumuno sa kanilang katawan, isip at kamalayan. Malaya sa pagkaalipin ng mga bisyo at tukso)

ਮੁੰਦਾ ਸੰਤੋਖੁ ਸਰਮੁ ਪਤੁ ਤੋਲੀ ਧਿਆਨ ਕੀ ਕਰਹਿ ਬਿਭੂਤਿ ॥

mu(n)dhaa sa(n)tokh saram pat jholee dhiaan kee kareh bibhoot ||

Ang pamumuhay alinsunod sa panloob na Banal ay nakatatanggap tayo ng tunay na kasiyahan kung saan tayo ay nagsusumikap tungo sa pagkamit ng karangalan ng Banal na Kabutihan, at tayo ay namumuhay na nakatutok sa Panloob na tinig ng Konsensya o Kabanalan.

ਆਪਿ ਨਾਥੁ ਨਾਥੀ ਸਭ ਜਾ ਕੀ ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਅਵਰਾ ਸਾਦ ॥

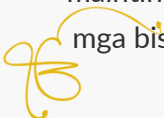
aap naath naathee sabh jaa kee ridh sidh avaraa saadh ||

Sa pagsunod ng panloob na banal, tayo ay nagiging maestro ng ating kalooban na syang naghahari sa ating buong kamalayan. Nababatid ng ganoong kamalayan na ang lahat ng panlabas na (ilusyon ng) kapangyarihan at kawastuan ay pagkain lamang ng malisyosong pagiiisip.

ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਜੋਗੁ ਦੁਇ ਕਾਰ ਚਲਾਵਹਿ ਲੇਖੇ ਆਵਹਿ ਭਾਗ ॥

sa(n)jog vijog dhui kaar chalaaveh lekhe aaveh bhaag ||

Ang kamalayan na ganon ay patuloy na gumagana upang maintindihan ang banal na kabutihan, at upang maalís ang mga bisyo sa kalooban. Sa parang ito, ito ay bumubuo ng isang magandang kapalaran para sa sarili.



ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥

aadhesh tisai aadhesh ॥

Dapat tayong magpasakop bilang paggalang sa panloob na banal

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੨੮॥

aadh aneel anaadh anaahat jug jug eko ves ॥28॥

Ang nag-iisang Panginoon na hindi nagbabago, walang hanggan at walang dungis na tinig ng ating konsensya

ਭੁਗਤਿ ਗਿਆਨੁ ਦਇਆ ਭੰਡਾਰਣਿ ਘਟਿ ਘਟਿ ਵਾਜਹਿ ਨਾਦ ॥

bhugat giaan dhiaa bha(n)ddaaran ghaT ghaT vaajeh naadh ॥

Ang banal na katalinuhan ay pinapasagawa sa atin ang banal na kabutihan para sa sarili nating kapakanan. Kapag ito ay ating ginawa, lahat ng bahagi ng ating panloob na uniberso ay sumasalamin sa Banal na Kautusan.

ਆਪਿ ਨਾਥੁ ਨਾਥੀ ਸਭ ਜਾ ਕੀ ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਅਵਰਾ ਸਾਦ ॥

aap naath naathee sabh jaa kee ridh sidh avaraa saadh ॥

Sa pagsunod ng panloob na banal, tayo ay nagiging maestro ng ating kalooban na syang naghahari sa ating buong kamalayan. Nababatid ng ganoong kamalayan na ang lahat ng panlabas na (ilusyon ng) kapangyarihan at kawastuan ay pagkain lamang ng malisyosong pag-iisip.

ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਜੋਗੁ ਦੁਇ ਕਾਰ ਚਲਾਵਹਿ ਲੇਖੇ ਆਵਹਿ ਭਾਗ ॥

sa(n)jog vijog dhui kaar chalaaveh lekhe aaveh bhaag ॥

Ang kamalayan na ganon ay patuloy na gumagana upang maintindihan ang banal na kabutihan, at upang maalís ang mga bisyo sa kalooban. Sa parang ito, ito ay bumubuo ng isang magandang kapalaran para sa sarili.



ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥

aadhes tisai aadhes ॥

Dapat tayong magpasakop bilang paggalang sa panloob na banal

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ

॥੨੯॥

aadh aneel anaadh anaahat jug jug eko ves ॥29॥

Ang nag-iisang Panginoon na hindi nagbabago, walang hanggan at walang dungis na tinig ng ating konsensya

ਏਕਾ ਮਾਈ ਜੁਗਤਿ ਵਿਆਈ ਤਿਨਿ ਚੇਲੇ ਪਰਵਾਣੁ ॥

ekaa maiee jugat viaaiee tin chele paravaan ॥

Ang tinig ng banal katalinuhan ay tumutugtog sa ating kalooban palagi. Ang mga nakikinig dito ay syang mga tunay na naliwanagan.

ਇਕੁ ਸੰਸਾਰੀ ਇਕੁ ਭੰਡਾਰੀ ਇਕੁ ਲਾਏ ਦੀਬਾਣੁ ॥

eik sa(n)saaree ik bha(n)ddaaree ik laae dheebaan ॥

Ang banal na katalinuhang ito ay lumilikha ng mundo ng mga banal na kabutihan, na nagpapalusog o nagpapanatili sa mga ito at tumutulong na kilalalin ang mabuti sa masamang kalooban natin.

ਜਿਵ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵੈ ਜਿਵ ਹੋਵੈ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥

jiv tis bhaavai tivai chalaavai jiv hovai furamaan ॥

Gaya ng kagustuhan ng banal na panloob, pinapalakad tayong Tinig na ito sa landas ng katotohanan ayon sa Banal na

Utos



ਓਹੁ ਵੇਖੈ ਓਨਾ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵੈ ਬਹੁਤਾ ਏਹੁ ਵਿਡਾਣੁ ॥

oh vekhai onaa nadhar na aavai bahutaa eh viddaan ||

At ang isa pang malaking gawain ng Banal na Pag-iisip ay kapag ito ay nakatagpo ng anumang kasamaan o kahinaan ng pag-iisip ay inaalís ito sa ating kamalayan.

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥

aadhes tisai aadhes ||

Dapat tayong magpasakop bilang paggalang sa panloob na banal

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ

॥੩੦॥

aadh aneel anaadh anaahat jug jug eko ves ||30||

Ang nag-iisang Panginoon na hindi nagbabago, walang hanggan at walang dungis na tinig ng ating konsensya

ਆਸਣੁ ਲੋਇ ਲੋਇ ਭੰਡਾਰ ॥

aasan loi loi bha(n)ddaar ||

Ang pamumuhay ayon sa banal na Kautusan ay nag papaunlad ng mga luklukan ng walang katapusang mga kayamanan ng panloob na banal na karunungan.

ਜੋ ਕਿਛੁ ਪਾਇਆ ਸੁ ਏਕਾ ਵਾਰ ॥

jo kichh paiaa su ekaa vaar ||

At ang walang katapusang karunungan na ito ay nakukuha sa pamamagitan ng nag-iisang Banal na Kautusan o panloob na konsensya.



ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸਿਰਜਣਹਾਰੁ ॥

kar kar vekhai sirajanahaar ||

Ang pagsasalooob at pag sasagawa ng karunungan na ito ay ang pagkilala sa panloob na Panginoon.

ਨਾਨਕ ਸਚੇ ਕੀ ਸਾਚੀ ਕਾਰ ॥

naanak sache kee saachee kaar ||

Ang pagsasalooob at pakikinig sa Banal na Karunungan ay ang tunay na paglilingkod sa panloob na Panginoon.

ਆਦੇਸੁ ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥

aadhes tisai aadhes ||

Dapat tayong magpasakop bilang paggalang sa panloob na banal

ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ

॥੩੧॥

aadh aneel anaadh anaahat jug jug eko ves ||31||

Ang nag-iisang Panginoon na hindi nagbabago, walang hanggan at walang dungis na tinig ng ating konsensya

ਇਕ ਦੂ ਜੀਭੋ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ ॥

eik dhoo jeebhau lakh hoh lakh hoveh lakh vees ||

Kung ang isang bagay ay maaring mangyari sa pamamagitan lamang ng pag-uusap ay hayaan ang isang dila ay mapalitan ng dalawa, isang daan o milyon pa.



ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੇੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ ॥

lakh lakh geRaa aakhe'eeh ek naam jagadhees ||

At ang lahat ng mga iyon ay patuloy na aawit or uulit ulitin ang mga partikular na mga salita (walang magandang lumalabas sa naturang mekanikal na pag-uulit).

ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ ॥

et raeh pat pavaReeaa chaReeaa hoi ikees ||

Sa landas patungo sa panloob na kaliwanagan. Kailangan nating umakyat sa hagdan ng panloob na pagbabago sa pamamagitan ng paggamit ng banal na kabutihan upang tuluyang sumanib sa panloob na banal.

ਸੁਣਿ ਗਲਾ ਆਕਾਸ ਕੀ ਕੀਟਾ ਆਈ ਰੀਸ ॥

sun galaa aakaas kee keeTaa aaiee rees ||

Ngunit naririnig o nababasa lamang natin ang ganitong pagbabago, nasasabik at nais lamang nating makamit ito nang hindi ginagawa ang ating panloob na sarili na naapi sa mga bisyo.

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਪਾਈਐ ਕੂੜੀ ਕੂੜੈ ਠੀਸ ॥੩੨॥

naanak nadharee paieeaa kooRee kooRai Thees ||32||

Nakakalimutan natin na ang biyaya ng pagkakaisa sa panloob na banal ay makamit lamang sa pamamagitan ng pagsunod sa kanyang mga salita. At ang pag-asa sa naturang buhay sa pamamagitan lamang ng pag-awit o pag uuli ng mga salita ay walang saysay.



ਆਖਣਿ ਜੋਰੁ ਚੁਪੈ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥

aakhan jor chupai neh jor ||

Ang pakikipag-usap o pag-awit gamit ang dila o pananatiling tahimik ay walang anumang kapangyarihan upang makamit ang panloob na pagkakaisa.

ਜੋਰੁ ਨ ਮੰਗਣਿ ਦੇਣਿ ਨ ਜੋਰੁ ॥

jor na ma(n)gan dhen na jor ||

Ang pagnanais / paghingi (at hindi nag tatrabaho sa loob) o pagaalay (panlabas na kawanggawa) ay walang kapangyarihan tungo sa kaliwanagan.

ਜੋਰੁ ਨ ਜੀਵਣਿ ਮਰਣਿ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥

jor na jeevan maran neh jor ||

Ang panlabas na kapanganakan at kamatayan ay walang kinalaman sa pagsasanib sa panloob na Panginoon. (hanggang sa tayo ay makapagdala ng anumang positibong pagbabago)

ਜੋਰੁ ਨ ਰਾਜਿ ਮਾਲਿ ਮਨਿ ਸੋਰੁ ॥

jor na raaj maal man sor ||

Ni ang lahat ng makamundong kaharian o kayamanan ay walang kapangyarihang maddala ng pagkakaisa. Ang lahat ng ito ay ingay lamang ng ating isipan. (na kaya kong makamit ang lahat sa pamamagitan ng pera)



ਜੋਰੁ ਨ ਸੁਰਤੀ ਗਿਆਨਿ ਵੀਚਾਰਿ ॥

jor na suratee giaan veechaar ||

Ang mga pagbabasa at talakayan lamang sa labas ng kamalayan ay walang kapangyarihan (hanggang sa maisalooob natin ang karunungan na iyon sa loob)

ਜੋਰੁ ਨ ਜੁਗਤੀ ਛੁਟੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥

jor na jugatee chhuTai sa(n)saar ||

Ang lahat ng makamundong karunungan o katalinuhan ay walang kapangyarihan na palayain tayo mula sa masamang hangarin ng mga bisyo.

ਜਿਸੁ ਹਥਿ ਜੋਰੁ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸੋਇ ॥

jis hath jor kar vekhai soi ||

Kung may isang taong nagiisip na magagawa nya ito sa pamamagitan ng makamundong katalinuhan, ay dapat nyang subukan.

ਨਾਨਕ ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ ਨ ਕੋਇ ॥੩੩॥

naanak utam neech na koi ||33||

Ang pagkakaroon o kawalan ng lahat ng mga panlabas na kapangyarihan na ito ay hindi tumutukoy kung ang isang tao ay nakahihigit sa landas ng pagsasakatuparan ng sarili.

ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ ॥ ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ ॥

raatee rutee thitee vaar || pavan paanee aganee paataal ||

Ang lahat ng mga elemento ng kalikasan ay lumilikha ng panlabas na buhay na nakatali sa oras.



ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਥਾਪਿ ਰਖੀ ਧਰਮ ਸਾਲ ॥

tis vich dharatee thaap rakhee dharam saal ॥

At ang buhay sa lupa ay itinatag at ipinangatili sa loob ng mga limitasyon ng panahong iyon at mga likas na batas. Katulad sa loob ng panlabas na katawan ng mga elementong sakop sa ilalim ng panahon, ay ang panloob na mundo ng ating kamalayan kung saan dapat tayong maupo upang maunawaan at ipatupad ang banal na kaayusan o tinig ng panloob na pangnoon o konsensya.

ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਕੇ ਰੰਗ ॥

tis vich jeeaa jugat ke ra(n)g ॥

Sa kamalayan, nakukuha natin ang pagtuturo mula sa panloob na banal tungkol sa mga paraan upang mamuhay nang maganda.

ਤਿਨ ਕੇ ਨਾਮ ਅਨੇਕ ਅਨੰਤ ॥

tin ke naam anek ana(n)t ॥

Ito ay isang walang limitasyong kayamanan ng naturang Dharam -magandang paraan ng pamumuhay- sa loob natin

ਕਰਮੀ ਕਰਮੀ ਹੋਇ ਵੀਚਾਰੁ ॥

karamee karamee hoi veechaar ॥

Kapag sinusuri/suriin natin ang bawat aksyon natin alinsunod sa Dharam/Banal na Karunungan na ito



ਸਚਾ ਆਪਿ ਸਚਾ ਦਰਬਾਰੁ ॥

sachaa aap sachaa dharabaar ॥

Ang ating isipan ay gumagalaw tungo sa pagiging totoo/kalinisan sa loob, at nakahanap ng lugar sa loob para magpatuloy sa paggawa ng mga desisyon ayon sa Banal na Utos

ਤਿਥੈ ਸੋਹਨਿ ਪੰਚ ਪਰਵਾਣੁ ॥

tithai sohan pa(n)ch paravaan ॥

"Ang gayong pag-iisip ay ipinagdiriwang sa walang hanggang Darbar o Upuan ng panloob na banal

ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਪਵੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥

nadharee karam pavai neesaan ॥

Sa pamamagitan ng pagpapala ng panloonb na panginoon, ang pagiisip na iyon ay patuloy na sumasakop sa mga milyahe tungo sa pagkakaisa sa banal na sarili.

ਕਚ ਪਕਾਈ ਓਥੈ ਪਾਇ ॥

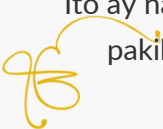
kach pakaiee othai pai ॥

Ito ay patuloy sa pagtanggap o paggamit ng mga tagubilin mula sa kalooban upang baguhin ang proseso ng pag-iisip ng isang napaliwanagan.

ਨਾਨਕ ਗਇਆ ਜਾਪੈ ਜਾਇ ॥੩੪॥

naanak giaa jaapai jai ॥34॥

Ito ay nangyayari lamang sa pamamagitan ng pagpasok at pakikinig o pagpapatupad ng banal na karunungan.



ਧਰਮ ਖੰਡ ਕਾ ਏਹੋ ਧਰਮੁ ॥

dharam kha(n)dd kaa eho dharam ||

Ang patakaran ng DharamKhand - ay estado ng pagaaral ng mga tamang paraan ng pamumuhay.

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਕਾ ਆਖਹੁ ਕਰਮੁ ॥

giaan kha(n)dd kaa aakhahu karam ||

Ay upang gumana patungo sa GyanKhand - ang estado ng patuloy na pagkatuto mula sa banal na Utos.

ਕੇਤੇ ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਵੈਸੰਤਰ ਕੇਤੇ ਕਾਨ ਮਹੇਸ ॥

kete pavan paanee vaisa(n)tar kete kaan mahes ||

Upang malaman o mapagtanto na ang hindi mabilang na mga banal na kabutihan ay naroroon na sa loob ng buhay ng katawan na binubuo ng mga natural na elemento.

ਕੇਤੇ ਬਰਮੇ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਅਹਿ ਰੂਪ ਰੰਗ ਕੇ ਵੇਸ ॥

kete barame ghaaRat ghaRe'eh roop ra(n)g ke ves ||

May walang limitasyong kapangyarihan sa loob na magpait ng maraming mabuti-masamang kaisipan

ਕੇਤੀਆ ਕਰਮ ਭੂਮੀ ਮੇਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਧੂ ਉਪਦੇਸ ॥

keteeaa karam bhoomee mer kete kete dhoo upadhes ||

Sa iba't ibang estado ng ating isip o kamalayan. Mayroong pinakamattas sa mga matataas na kabutihan, at ang patnubay o tagubilin upang bantayan ang tuwid na landas patungo sa panloob na pagkakaisa.



ਕੇਤੇ ਇੰਦ ਚੰਦ ਸੂਰ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਮੰਡਲ ਦੇਸ ॥

kete i(n)dh cha(n)dh soor kete kete ma(n)ddal dhes ॥

Sa lahat ng bahagi ng ating panloob na paglikha ay ang walang limistasyong pinagmumulan ng mas mataas na karunungan, ang mapagpakumbabang banal na kabutihan at ang mga nag-uumapaw na kapangyarihan ng banal na karunungan.

ਕੇਤੇ ਸਿਧ ਬੁਧ ਨਾਥ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਦੇਵੀ ਵੇਸ ॥

kete sidh budh naath kete kete dhevee ves ॥

Sa loob natin at ang maraming mas mataas na kamalayan na handang tumulong sa upang tayo ay umakyat o bumangon sa espirtual na paraan.

ਕੇਤੇ ਦੇਵ ਦਾਨਵ ਮੁਨਿ ਕੇਤੇ ਕੇਤੇ ਰਤਨ ਸਮੁੰਦ ॥

kete dhev dhaanav mun kete kete ratan samu(n)dh ॥

Upang mapagtanto na mayroong walang limitasyong mga kapangyarihan sa loob natin na tumutulong sa atin na pag-aralan o pagnilayan ang Banal na Karunungan sa loob upang makuha ang mahalagang hiyas ng Banal na Kabutihan para sa isang magandang buhay

ਕੇਤੀਆ ਖਾਣੀ ਕੇਤੀਆ ਬਾਣੀ ਕੇਤੇ ਪਾਤ ਨਰਿੰਦ ॥

keteeaa khaanee keteeaa baanee kete paat nari(n)dh ॥

Upang mapagtanto na sa loob natin ay patuloy ang paglikha ng mga kaisipan mula sa iba't ibang batayan na sa iba't ibang paraan ay nagpapasaya sa atin



ਕੇਤੀਆ ਸੁਰਤੀ ਸੇਵਕ ਕੇਤੇ ਨਾਨਕ ਅੰਤੁ ਨ ਅੰਤੁ ॥੩੫॥

keteeaa suratee sevak kete naanak a(n)t na a(n)t ||35||

Napakaraming kamalayan at ang mga aksyon na nagsisilbi sa kamalayan na iyon. Walang katapusan ang panloob na paglikhang ito

ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਮਹਿ ਗਿਆਨੁ ਪਰਚੰਡੁ ॥

giaan kha(n)dd meh giaan paracha(n)dd ||

Sa ganitong estado ng pag-aaral ng (GyanKhand) ang diin o pagpokus ay sa pag-aaral o pagsusuri ng panloob na sarili (dahil hindi tayo makakagawa ng anumang pagbabago nang hindi napagtatanto/nasusuri ang ating sarili)

ਤਿਥੈ ਨਾਦ ਬਿਨੋਦ ਕੋਡ ਅਨੰਦੁ ॥

tithai naadh binodh kodd ana(n)dh ||

Sa pamamagitan ng pagsusuri at pagtatrabaho sa pagsasakatuparan sa sarili, nakakatanggap tayo ng kaligayahan ating kalooban

ਸਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਰੂਪੁ ॥

saram kha(n)dd kee baanee roop ||

Ngayon ang isip ay lumiliko patungo sa -ShramKhand- ang estado kung saan ito gumagana mula sa panloob na pagbabagong-anyo batay sa kaalaman ng sarili. Ang estado ng pag-iisip ay tungkol sa panloob na kagandahan

ਤਿਥੈ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਐ ਬਹੁਤੁ ਅਨੂਪੁ ॥

tithai ghaaRat ghaReeai bahut anoop ||

Dito nāguukit o nagpapait ng maganda o napakagandang sarili



ਤਾ ਕੀਆ ਗਲਾ ਕਥੀਆ ਨਾ ਜਾਹਿ ॥

taa keeaa galaa katheaaa naa jaeh ||

Ang proseso ng muling paghubog ng ating kamalayan ay hindi isang paksa ng mga pag-uusap lamang. Ito ay nangangailangan ng pagsusumikap

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥

je ko kahai pichhai pachhutai ||

Kung sasabihin ng isang tao na kaya niyang baguhin ito sa pamamagitan lamang ng mga salita, magsisisi siya sa huli

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥

tithai ghaReeaaai surat mat man budh ||

Nangangailangan ng masipag na pagtutok sa gawain upang mabago ang kamalayan, talino at direksyon ng isip

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥੩੬॥

tithai ghaReeaaai suraa sidhaa kee sudh ||36||

Ang gising na kamalayan sa loob ay hinubog sa pamamagitan ng karunungan ng Banal o Guro

ਕਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜੋਰੁ ॥

karam kha(n)dd kee baanee jor ||

Ang isip na patuloy na nakatuon sa paggawa sa panloob na pagbabago ay pinalalakas ng Banal na Kautusan mula sa loob

ਤਿਥੈ ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ ॥

tithai hor na koiee hor ||



Walang ibang kapangyarihan (ng masamang hangarin at mga bisyo) ang gumagana sa loob ng gayong isip

ਤਿਥੈ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰ ॥

tithai jodh mahaabal soor ॥

Ang bawat bahagi ng gayong pag-iisip ay isang matapang na makapangyarihang mandirigma laban sa mga bisyo

ਤਿਨ ਮਹਿ ਰਾਮੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰ ॥

tin meh raam rahiaa bharapoor ॥

Ang bawat bahagi ng gayong kamalayan ay tinatahanan ng Panginoon (nakatuon sa Banal na Hukum)

ਤਿਥੈ ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ ਮਹਿਮਾ ਮਾਹਿ ॥

tithai seeto seetaa mahimaa maeh ॥

Ang bawat pag-iisip sa gayong kamalayan ay tinahi o nakasentro sa Banal na Panloob

ਤਾ ਕੇ ਰੂਪ ਨ ਕਥਨੇ ਜਾਹਿ ॥

taa ke roop na kathane jaeh ॥

Ang gayong kagandahan ng pag-iisip na puno ng Banal na mga kabutihan ay hindi mailalarawan

ਨਾ ਓਹਿ ਮਰਹਿ ਨ ਠਾਗੇ ਜਾਹਿ ॥

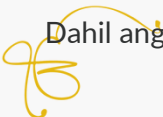
naa oh mareh na Thaage jaeh ॥

Ang gayong pag-iisip ay hindi namamatay (itigil sa pagsunod sa Utos) o nadarambong (naiwan na walang mga kabutihan) ng mga bisyo

ਜਿਨ ਕੈ ਰਾਮੁ ਵਸੈ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥

jिन kai raam vasai man maeh ॥

Dahil ang bawat bahagi ng naturang kamalayan ay nakatuon sa Banal na Kalooban



ਤਿਥੈ ਭਗਤ ਵਸਹਿ ਕੇ ਲੋਅ ॥

tithai bhagat vasesh ke loa ||

Sa loob ng gayong pag-iisip ay nangyayari ang proseso ng pagsusumite ng sarili sa Diyos na liwanag o patnubay ng Banal na Kautusan.

ਕਰਹਿ ਅਨੰਦੁ ਸਚਾ ਮਨਿ ਸੋਇ ॥

kareh ana(n)dh sachaa man soi ||

Ang prosesong ito ay humahantong sa tunay na walang hanggang kaligayahan sa Kalooban sa pamamagitan ng Kaliwanagan, Katotohanan at Panloob na Kadalisan

ਸਚ ਖੰਡਿ ਵਸੈ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ॥

sach kha(n)dd vasai nira(n)kaar ||

Pinapatakbo ng tuluy-tuloy na biyaya o puwersa ng banal na panloob, ang isip ay umabot sa estado -SachKhand- sa loob, kung saan namamalagi nang walang hanggan ang Isang Panginoon

ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥

kar kar vekhai nadhar nihaal ||

Ang pagsaloob o paggamit ng banal na tinig ng konsensya ay matatagpuan nito ang Panginoon sa loob at nabubuhay sa kapayapaan o kaligayahan

ਤਿਥੈ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡ ॥

tithai kha(n)dd ma(n)ddal varabha(n)dd ||

Ang pawat bahagi ng gayong Banal na kamalayan ay nababalot sa Banal na Pag-ibig



ਜੇ ਕੋ ਕਥੈ ਤ ਅੰਤ ਨ ਅੰਤ ॥

je ko kathai ta a(n)t na a(n)t ॥

Walang makapagsasabi/makapag-isip ng wakas sa ganitong
kaaya-ayang estado ng pag-iisip

ਤਿਥੈ ਲੋਅ ਲੋਅ ਆਕਾਰ ॥

tithai loa loa aakaar ॥

Ang nasabing -SachKhand- estado ng pag-iisip ay ganap na
nahuhulog sa liwanag ng Banal na Karunungan

ਜਿਵ ਜਿਵ ਹੁਕਮੁ ਤਿਵੈ ਤਿਵ ਕਾਰ ॥

jiv jiv hukam tivai tiv kaar ॥

"Ito ay kumikilos lamang alinsunod sa mga tagubilin o utos
mula sa banal na panloob

ਵੇਖੈ ਵਿਗਸੈ ਕਰਿ ਵੀਚਾਰੁ ॥

vekhai vigasai kar veechaar ॥

"Nananatili lamang ang Isang Panginoon (ang isip ay sumanib
dito) na nangangalaga sa lahat at nagpapala ng
maluwalhating mga kautusan nito

ਨਾਨਕ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥੩੭॥

naanak kathanaa karaRaa saar ॥37॥

"Ang kalagayang ito ng pagkakaisa sa panloob na banal ay
hindi maintindihan (Mauunawaan mo lang ang kaligayahang
iyon sa pamamagitan ng pag-abot doon)



ਜਤੁ ਪਾਹਾਰਾ ਧੀਰਜੁ ਸੁਨਿਆਰੁ ॥

jat paahaaraa dheeraj suniaar ||

"Ang landas patungo sa SaKhand -Lupain ng katotohanan o kadalisan- ay sa pamamagitan ng paggawa nang may pagpipigil sa sarili o disiplina at pasensya at tiyaga

ਅਹਰਣਿ ਮਤਿ ਵੇਦੁ ਹਥੀਆਰੁ ॥

aharan mat vedh hatheeaar ||

"sa ating talino o kamalayan, sa tulong ng Banal na Karunungan.

ਭਉ ਖਲਾ ਅਗਨਿ ਤਪ ਤਾਉ ॥

bhau khala agan tap taau ||

"Ang pananatili ng sarili sa Banal na Utos ay masigasig na magtrabaho upang isapuso o ipatupad ang Karunungan ng panloob na banal

ਭਾਂਡਾ ਭਾਉ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਤਿਤੁ ਢਾਲਿ ॥

bhaa(n)ddaa bhaau a(n)mrit tit ddaal ||

"Saka lamang tumagos ang nektar ng Banal na Pagibig sa mangkok ng ating kamalayan

ਘੜੀਐ ਸਬਦੁ ਸਚੀ ਟਕਸਾਲ ॥

ghaReeaaai sabadh sachee Takasaal ||

"Sa salita o karunungan ng Guru ay patuloy na hinuhubog o nililikha ang bagong repormang sarili



ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਤਿਨ ਕਾਰ ॥

ghaReeaa*i* sabadh *sachee* Takasaal ॥

"Ang mga mapagmasid sa landas na ito ng panloob na paglago, ay nababalot sa salita ng panloob na banal sa kanilang mga aksyon

ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥੩੮॥

naanak *nadharee nadhar nihaal* ॥38॥

"At sa banal na pagpapala ng pagbabagong ito sila (naging larawan ng panloob na banal) ay tumatanggap ng walang hanggang kaligayahan o pagmumulaklak sa loob.

ਸਲੋਕੁ ॥

salok ॥

Ito ang pangalawa at huling istraktura o awit ng pagtuturo ng Jup

ਪਵਣੁ ਗੁਰੂ ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ ਮਾਤਾ ਧਰਤਿ ਮਹਤੁ ॥

pavan *guroo paanee pitaa maataa dharat mahat* ॥

Sa bawat paghinga, sa katawan na ito ay binubuo ng mga natural na elemento

ਦਿਵਸੁ ਰਾਤਿ ਦੁਇ ਦਾਈ ਦਾਇਆ ਖੇਲੈ ਸਗਲ ਜਗਤੁ ॥

dhivas *raat dhui dhaiee dhaiaa khelai sagal jagat* ॥

Sa lahat ng iba't ibang yugto ng buhay, ang ating isip ay lumilikha ng sarili nitong mundo (naglalaro sa loob)



ਚੰਗਿਆਈਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ਵਾਚੈ ਧਰਮੁ ਹਦੁਰਿ ॥

cha(n)giaaieeaa buriaaieeaa vaachai dharam hadhoor ||

Ito ay nakikinig o sumusunod sa Panloob na Banal at natututo sa pagkakaiba ng mabuti at masama upang matanto ang tamang landas ng buhay.

ਕਰਮੀ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਕੇ ਨੇੜੈ ਕੇ ਦੁਰਿ ॥

karamee aapo aapanee ke neRai ke dhoor ||

"Napagtanto na ang lahat ng aking mga gawa (iisip, kilos) ay maaaring magdadala sa akin malapit sa Panloob na Banal o malayo mula dito. (Ang Panginoon ay hindi pumupunta kahit saan; Palaging manatili sa loob).

ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ਗਏ ਮਸਕਤਿ ਘਾਲਿ ॥

jinee naam dhiaaiaa ge masakat ghaal ||

"Yaong mga itinuon ang kanilang sarili sa mga banal na Kabutihan at masikap na nagtrabaho sa kanila.

ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ਕੇਤੀ ਛੁਟੀ ਨਾਲਿ ॥੧॥

naanak te mukh ujale ketee chhuTee naal ||1||

"Ay nagiging maliwanag o naliwanagan sakalooan, at napalaya mula sa mga bisyo.





ਸੋ ਦਰੁ ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧

so dhar raag aasaa mahalaa pehilaa

"Ang shabad na ito ay sa nagmula ng unang Nanak Ji sa Raag Aasa. Ang pamagat ay ""Ang lugar/upuan ng Panginoon""

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ikOankaar satigur prasaadh ||

"May Isang Panginoon na naroroon sa lahat, sa lahat ng panahon, na ang pag-iral ay walang hanggan, at nakikilala o naunawaan sa pamamagitan ng salita o mga karunungan ng Guru

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

so dhar teraa kehaa so ghar kehaa jit beh sarab samaale ||

"Ang pag-iwan sa kaakuhan sa isang tabi, ang isip ay nagsisimula sa paghahanap o paggalugad sa bahay/upuan ng Panginoon sa loob na nag-aalaga (gabay sa atin) sa pamamagitan ng Kanyang Utos o Mga Direksyon

ਵਾਜੇ ਤੇਰੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥

vaaje tere naadh anek asa(n)khaa kete tere vaavanahaare ||

Sa pakikinig ng panloob na banal na iyon, ang ating hindi mabilang na kaisipan ay nagsisimulang umalingawngaw o magganap ng Banal na Utos.

ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਰਾਗੁ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਹਿ ਕੇਤੇ ਤੇਰੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥

kete tere raag patee siau kahe'eeh kete tere gaavanahaare ||

Ang Panloob na Banal ay gumagabay sa atin sa pamamagitan ng ibat-ibang malumanay o simpleng direksyon mula sa loob at ang ating isip na nagpapakumbaba sa mga kabutihang ay nagsimulang umawit o isakatuparan ang mga ito sa loob.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪਵਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ ਦੁਆਰੇ ॥

gaavan tudhano pavan paanee baisa(n)tar gaavai raajaa
dharam dhuaare ॥

"Tulad ng kabuuan ng mga panlabas na natural na elemento na gumagana kasabay ng mga natural na batas, ang isip na nababalot sa Banal na mga kabutihan ay umaawit o nagsusuko ng sarili sa Utos o Batas ng Panginoon sa loob.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਨਿ ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥

gaavan tudhano chit gupat likh jaanan likh likh dharam
beechaare ॥

"Ang gayong isip ay umaawit o nagsasagawa sa nakatagong bahagi ng panloob na sarili upang baguhin ito sa pamamagitan ng pagsasagawa ng Banal na Kautusan (Dharam)

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਈਸਰੁ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇਵੀ ਸੋਹਨਿ ਤੇਰੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥

gaavan tudhano ieesar brahamaa dhevee sohan tere sadhaa
savaare ॥

Ang naliwanagan na isip na iyon ay laging umaawit o gumagawa upang pagandahin ang panloob na sarili sa pamamagitan ng pagpapabuti nito sa Banal na pag-iisip na lumilikha, nagpapalusog at nagpoprotekta sa maka-Diyos na mga kabutihan sa loob natin.



ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਇੰਦ੍ਰ ਇੰਦ੍ਰਾਸਣਿ ਬੈਠੇ ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥

gaavan tudhano i(n)dhr i(n)dhraasan baiThe dhevatiaa dhar
naale ॥

Sa pag-awit o Pagpapatupad ng Banal na Utos, ang isip ay nakaupo sa panloob na trono ng mas mataas na kamalayan kasama ang mga banal na birtud (Ito ay namamahala sa isang langit sa loob)

**ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਸਾਧ
ਬੀਚਾਰੇ ॥**

gaavan tudhano sidh samaadhee a(n)dhar gaavan tudhano
saadh beechaare ॥

Ang gayong maliwanag na pag-iisip ay umaawit o nakakamit ang pagiging perpekto sa pamamagitan ng pagninilay-nilay sa Banal na Karunungan. Patuloy nitong na ginagawang perpekto ang sarili mula sa loob sa pamamagitan ng paggamit ng Banal na Utos.

**ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਵੀਰ
ਕਰਾਰੇ ॥**

gaavan tudhano jatee satee sa(n)tokhee gaavan tudhano
veer karaare ॥

Ang gayong maliwanag na pag-iisip ay umaawit o nagsasagawa ng tunay na kadalisan, kawanggawa, kasiyahan, at nagiging tunay na mandirigma na patuloy na nakikipaglaban sa masamang hangarin at mga panloob na bisyo.



ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸੁਰ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥

gaavan tudhano pa(n)ddit paRan rakheesur jug jug vedhaa
naale ॥

Ang isang naliwanagan na isip ay umaawit o nagpapatupad ng Utos sa pamamagitan ng pag-aaral at pagninilay-nilay sa Banal na Karunungan upang baguhin ang panloob na sarili nang tuluy-tuloy.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ ਸੁਰਗੁ ਮਛੁ ਪਇਆਲੇ ॥

gaavan tudhano mohaneea man mohan surag machh piaale ॥

Ang Pag-awit o Pamumuhay sa Banal na Kabutihan ang kabuuan ng gayong pag-iisip ay laging naakit o nakatuon sa mga Kabutihan.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥

gaavan tudhano ratan upaae tere aThasaTh teerath naale ॥

Ang pag-awit o pagsagawa ng Banal na Kautusan ay lumilikha ng mga mahalagang hiyas ng Banal na Karunungan, at ang karunungan na ito ay nagiging pamamakay sa kalooban upang hugasan ang panloob na malisya.

ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥

gaavan tudhano jodh mahaabal sooraa gaavan tudhano
khaanee chaare ॥

Ang pag-awit o pagpapatupad ng Banal na Kautusan, ang buong isip ay nagiging matapang na palaban sa mga panloob na bisyo.



ਗਾਵਨਿ ਤੁਧਨੋ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਤੇਰੇ ਧਾਰੇ ॥

gaavan tudhano kha(n)dd ma(n)ddal brahama(n)ddaa kar kar
rakhe tere dhaare ॥

"Sa pag-awit o pagsasagawa ng Banal na Kautusan, ang lahat ng ating mga indibidwal na kaisipan, ang kanilang koleksyon, at ang buong pag-iisip ay nakatuon sa Batas ng Banal.

ਸੇਈ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਨਿ ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥

seiee tudhano gaavan jo tudh bhaavan rate tere bhagat rasaale ॥

Sa Pag-awit o Pakikinig sa Banal na Kautusan, tayo na namumuhay na puno ng banal na pag-ibig, debosyon at sa diwa ng mga banal na kabutihan.

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

hor kete tudhano gaavan se mai chit na aavan naanak kiaa
beechaare ॥

Ang sino mang umaawit o nakikinig sa panloob na kabanalan ay hindi hinahayaang maghari ang kanilang kaakuhan na pumasok sa kanilang mga kaisipan. Paano ko mauunawaan ang mabuting kalagayan ng kanilang pag-iisip?

ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥

soiee soiee sadhaa sach saahib saachaa saachee naiee ॥

Sila ay palaging nakatutok sa kanilang panloob na banal na naroroon ng walang hanggan kasama ang walang katapusan o hindi magmamaliw na Kautusan.



ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥

hai bhee hosee jai na jaasee rachanaa jin rachaiee ||

Palagi silang nahuhulog sa Banal na Panloob na sumusunod sakung sino ang hahantong sa paglikha ng isang makatotohanan o naliwanagan sa sarili.

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

ra(n)gee ra(n)gee bhaatee kar kar jinasee maiaa jin upaiee ||

Dahil sa kanilang pagtutok sa panloob na banal sila ay naligtas mula sa iba't ibang uri o epekto ng Maaya o mga ilusyong nagmula sa malisyosong pag-iisip.

ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ ਜਿਉ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥

kar kar dhekhai keetaa aapanaa jiau tis dhee vaddiaaiee ||

Habang sila ay abala sa paglikha at pag-aalaga ng gayong kagandahan sa kanilang sarili na talagang isang pagpapala ng Panginoon.

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ ਫਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥

jo tis bhaavai soiee karasee fir hukam na karanaa jaiee ||

Ginagawa nila kung ano ang gusto o kagustuhan ng panloob na Panginoon. Hindi nila sinubukang pawalang-bisa ang tinig ng budhi.



ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ਸਾਹਾ ਪਤਿਸਾਹਿਬੁ ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ

॥੧॥

so paatisaahu saahaa patisaahib naanak rahan rajaiee ||1||

Kaya sa pamamagitan ng pamumuhay ayon sa panloob na banal ay naging hari ng mga hari (Namumuno sa kanilang katawan, isip at kamalayan. Malaya sa pagkaalipin ng mga bisyo at tukso)

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

aasaa mahalaa pehilaa ||

Shabad na mula sa unang Nanak Ji sa Raag Aasa

ਸੁਣਿ ਵਡਾ ਆਖੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥

sun vaddaa aakhai sabh koi ||

Sinasabi ng lahat na ang Diyos ay dakila sa pamamagitan lamang ng pakikinig sa iba

ਕੇਵਡੁ ਵਡਾ ਡੀਠਾ ਹੋਇ ॥

kevadd vaddaa ddeeThaa hoi ||

ngunit ang kadakilaan mo O Panginoon aymalalaman lamang sa pamamagitan ng pagkilala sa iyo sa kalooban

ਕੀਮਤਿ ਪਾਇ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਇ ॥

keemat pai na kahiaa jai ||

Hindi ka mabibili o masusukat para sa anumang makamundong halaga, Hindi ka rin mailalarawan sa mga salita.



ਕਹਣੈ ਵਾਲੇ ਤੇਰੇ ਰਹੇ ਸਮਾਇ ॥੧॥

kahanai vaale tere rahe samai ||1||

Ang mga nakakilala sayo, ay namumuhay sa pakikiisa sayo.

ਵਡੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬਾ ਗਹਿਰ ਗੰਭੀਰਾ ਗੁਣੀ ਗਹੀਰਾ ॥

vadde mere saahibaa gahir ga(n)bheeraa gunee gaheeraa ||

"Panginoon ko! ikaw ang karagatan ng mga Banal na
Kabutihan

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

koi na jaanai teraa ketaa kevadd cheeraa ||1|| rahaau ||

"Walang sinuman ang makakaalam ng lawak at abot ng iyong
Kautusan (The Divine Order)

ਸਭਿ ਸੁਰਤੀ ਮਿਲਿ ਸੁਰਤਿ ਕਮਾਈ ॥

sabh suratee mil surat kamaiee ||

"Ang lahat ng nagsisikap na hanapin ang wakas o lawak ng
Utos (Hukam) sa pamamagitan ng lahat ng panlabas na pag-
iisip

ਸਭ ਕੀਮਤਿ ਮਿਲਿ ਕੀਮਤਿ ਪਾਈ ॥

sabh keemat mil keemat paiee ||

"Ang lahat ng sumusubok na tasahin ang iyong
kaluwalhatian sa pamamagitan ng mga panlabas na materyal
na halaga



ਗਿਆਨੀ ਧਿਆਨੀ ਗੁਰ ਗੁਰਹਾਈ ॥

giaanee dhiaanee gur gurahaiee ॥

"At lahat ng mga iskolar at mga nagninilay-nilay na nagsasabing sila ay nakatataas sa pamamagitan ng pagbabasa o pag-aaral ng mga libro

ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ਤੇਰੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥੨॥

kahan na jaiee teree til vaddiaaiee ॥2॥

"Ang Lahat sa mga ito ay hindi rin matantya ang lawak ng iyong Banal na Kautusan (Hukam)

ਸਭਿ ਸਤ ਸਭਿ ਤਪ ਸਭਿ ਚੰਗਿਆਈਆ ॥

sabh sat sabh tap sabh cha(n)giaaieeaa ॥

Lahat ng kabutihan, birtud, pagsusumikap na inilalagay ng isang tao tungo sa Banal na pagsasakatuparan

ਸਿਧਾ ਪੁਰਖਾ ਕੀਆ ਵਡਿਆਈਆ ॥

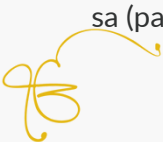
sidhaa purakhaa keeaa vaddiaaieeaa ॥

"At lahat na kaluwalhatian ng karunungan upang dalhin ang sarili tungo sa pagiging perpekto o pagkakaisa

ਤੁਧੁ ਵਿਣੁ ਸਿਧੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈਆ ॥

tudh vin sidhee kinai na paieeaa ॥

"Ang lahat ng ito ay hindi makakamit nang hindi nabubuhay sa (pag-iingat sa) iyong Utos (Ang tinig ng panloob na kabanalan.)



ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਨਾਹੀ ਠਾਕਿ ਰਹਾਈਆ ॥੩॥

karam milai naahee Thaa k rahaieeaa ||3||

"Ang sino man na nagsasanay o nagsasalooob ng iyong Hukam (Kalooban) ay hindi kailanman haharap sa anumang paghinto o hadlang sa pagkamit ng Banal na mga birtud/kaluwalhatian

ਆਖਣ ਵਾਲਾ ਕਿਆ ਵੇਚਾਰਾ ॥

aakhan vaalaa kaaa vechaaraa ||

"Ang isang taong nabubuhay o namumuhay sa mga Banal na birtud na ito ay hindi kailanman nagiging walang magawa/mahina

ਸਿਫਤੀ ਭਰੇ ਤੇਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ॥

sifatee bhare tere bha(n)ddaaraa ||

"Dahil siya ay nagiging kamalig ng mga Kabutihian sa loob

ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਤਿਸੈ ਕਿਆ ਚਾਰਾ ॥

jis too dheh tisai kaaa chaaraa ||

"Wala sa mga bisyong ito ang maaaring madaig ang sinumang nagtitipon ng gayong merito mula sa Banal na Panloob.

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੪॥੨॥

naanak sach savaaranahaaraa ||4||2||

"Dahil ang Banal na Panloob ay pinalalamutian siya nito mula sa kalooban

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

aasaa mahalaa pehilaa ||

Shabad na mula sa unang Nanak Ji sa Raag Aasa



ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥

aakhaa jeevaa visarai mar jaau ||

"Kung isinasalob ko ang banal na Kautusan (Ang panloob na tinig ng Konsensya), saka lamang ako mabubuhay. Kung hindi, patuloy akong namamatay sa mga bisyo

ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥

aakhan aaukhaa saachaa naau ||

Ngunit para sa malisyosong pag-iisip ay napakahirap na makinig at magpasakop sa Banal na Panloob

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ ॥

saache naam kee laagai bhookh ||

"Yaong nagkakaroon ng gana na ipatupad o isagawa ang mga Banal na Kautusan sa kanilang buhay

ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੁਖ ॥੧॥

aut bhookhai khai chale'eeh dhookh ||1||

"Ang paghihimok o kagutuman na ito ay nageenganyo sa kanila na sumunod sa Banal na Kalooban. At sa ganitong paraan ay inaalís nila ang mga panloob na pagdurusa

ਸੋ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥

so kiau visarai meree mai ||

"O mahal kong katalinuhan! Huwag kailanman balewalain ang tinig ng Banal na Panloob

ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

saachaa saahib saachai nai ||1|| rahaau ||

"Ang tunay na panginoon na nasa loob ay gumagabay sa iyo gamit ang Kanyang walang hanggang karunungan (Hukam)

ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥

saache naam kee til vaddiaaiee ||

"Kahit kaunti lang sa kaluwalhatian ng Banal Na Kautusan /
Kanaisan

ਆਖਿ ਥਕੇ ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥

aakh thake keemat nahee paiee ||

"ay napakaganda na ang ating mismong buhay ay nagiging
masyadong maikli upang maunawaan ito

ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥

je sabh mil kai aakhan paeh ||

"Kahit na subukan nating lahat na tantiyahin o kilalanin ang
Kanyang kaluwalhatian nang sama-sama

ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥੨॥

vaddaa na hovai ghaaT na jai ||2||

"ay hindi natin mababawasan ang Kanyang kadakilaan sa
mga salita, ni maangkin ang wakas nito

ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੋਗੁ ॥

naa oh marai na hovai sog ||

"Ang Panginoon (at ang kanyang walang hanggang Utos
(Hukam)) sa loob natin ay hindi kailanman namamatay, ni
hindi kailanman mali/nagsisisi

ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੁਕੈ ਭੋਗੁ ॥

dhedhaa rahai na chookai bhog ||

"Ito ay palaging gumagabay sa atin sa pamamagitan ng Banal
na karunungan mula sa ating kalooban. Ang kahanga-
hangang panloob na prosesong ito ay hindi natatapos



ਗੁਣੁ ਏਹੋ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥

gun eho hor naahee koi ||

"Ito ang pinakamalaking birtud ng Banal na Panloob na iyon, na hindi kailanman makikita sa mga tinig ng malisyosong isip (bisyo)

ਨਾ ਕੋ ਹੋਆ ਨਾ ਕੋ ਹੋਇ ॥੩॥

naa ko hoaa naa ko hoi ||3||

"Walang ibang patnubay na tulad nitong Panloob na boses ng Konsensya, At Hindi kailanman magiging..

ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥

jevadd aap tevadd teree dhaat ||

"Bilang dalisay o totoo ito ay nabubuhay sa loob natin, gayundin ang katangi-tanging kabutihan ng mga banal na birtud

ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥

jin dhin kar kai keetee raat ||

"Ang kabutihang loob o biyaya ng mga kabutihang ito na nagdudulot ng liwanag (araw) ng karunungan, at gumuhit ng gabi/pagtatapos sa kamangmangan/bisyo

ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥

khasam visaareh te kamajaat ||

"Ang mga bumabalewala sa Panloob na Diyos ay nagpapakasawa sa mga nakaka pakawalang galang na mga gawa.



ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥

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

"Sa kawalan ng mga banal na Kabutihan, sila ay patuloy na bumabagsak sa pinakamababa o pinakamasama

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

raag goojaree mahalaa chauthhaa ||

Shabad na mula sa pang apat na Nanak Ji sa Raag Gujri

ਹਰਿ ਕੇ ਜਨ ਸਤਿਗੁਰ ਸਤਪੁਰਖਾ ਬਿਨਉ ਕਰਉ ਗੁਰ ਪਾਸਿ ॥

har ke jan satigur satapurakhaa binau karau gur paas ||

Dumudulog ako sa iyo aking tunay na kaagapay - ang pinagmulan ng Katalinuhan "Satguru"

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

ham keere kiram satigur saranaiee kar dhiaa naam paragaas ||1||

"Ako ay nabubuhay na kasuklam-suklam sa kamangmangan; Pagpalain mo ako ng liwanag o kaliwanagan sa pamamagitan ng mga Banal na Kabutihan

ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਗੁਰਦੇਵ ਮੋ ਕਉ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸਿ ॥

mere meet gurdhev mo kau raam naam paragaas ||

"Aking Tagapagturo! Paliwanagan mo ako ng mga Banal na Kabutihan



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

gurmat naam meraa praan sakhaiee har keerat hamaree
raharaas ||1|| rahaau ||

Ang mga kabutihan na nakuha sa mula ng karunungan ng
Guru ay ang aking mga tunay na kasama, at ang aking tunay
na kapital/reserba para sa mga pagtaas at pagbaba ng landas
ng buhay

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

har jan ke vadd bhaag vaddere jin har har saradhaa har piaas
||

"Mapalad ang mga nakabuo ng pagkauhaw o pagnanasa na
magpasakop sa mga Banal na Kabutihan sa pamamagitan ng
Karunungan ng Guru

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

har har naam milai tirapataaseh mil sa(n)gat gun paragaas
||2||

Nagkakaroon sila ng kasiyahan sa pamamagitan ng mga
birtud na iyon at patuloy na nagsisikap sa pagliliwanag sa
kanilang sarili sa piling ng Banal na Karunungan



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

jin har har har ras naam na paiaa te bhaagaheen jam paas ॥

"Ngunit ang mga hindi nakaranas ng ganitong pagkauhaw ay
napaka kapuspalad dahil sila ay nabibiktima ng mga
kabisyohan

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

jo satigur saran sa(n)gat nahee aae dhirag jeeve dhirag
jeevaas ॥3॥

Ang mga hindi nagsaloob ng Banal na Karunungan sa
kanilang buhay ay patuloy na namumuhay nang
mababa/kasuklam-suklam

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

jin har jan satigur sa(n)gat paiee tin dhur masatak likhiaa
likhaas ॥

"Yaong mga nagsasagawa ng karunungan ng Guru, sila ay
nagpapasakop sa mga Banal na kabutihan sa kanilang
kamalayan o katalinuhan

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

dhan dha(n)n satasa(n)gat jit har ras paiaa mil jan naanak
naam paragaas ॥4॥4॥

"Mapalad ang samahan ng Banal na karunungan kung saan
natatanggap natin ang Banal na Pag-ibig at Liwanag ng Banal
na Kabutihan

ਰਾਗੁ ਗੂਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

raag goojaree mahalaa panjavaa ||

"Shabad (Komposisyong patula) mula sa pang limang Nanak
Ji

ਕਾਹੇ ਰੇ ਮਨ ਚਿਤਵਹਿ ਉਦਮੁ ਜਾ ਆਹਰਿ ਹਰਿ ਜੀਉ
ਪਰਿਆ ॥

kaahe re man chitaveh udham jaa aahar har jeeau pariaa ||

"O aking kaisipan! Bakit ka namumuhay na nababalisa at
nag-aalala? Ang pinagmumulan ng buhay -Ang Panginoon-
ay sumasaiyo!

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

sail pathar meh ja(n)t upaae taa kaa rijak aagai kar dhariaa

||1||

Nilikha niya ang mga nilalang mula sa matitigas na bato, at
doon din niya ipinangkaloob ang mga ito

ਮੇਰੇ ਮਾਧਉ ਜੀ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੁ ਤਰਿਆ ॥

mere maadhau jee satasa(n)gat mile su tariaa ||

"Ang mga sumasama o sumusunod sa Banal na Karunungan
panloob, ay inaalís ang karagatan ng mga
alalahanin/kabalisahan



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

gur parasaadh param padh paiaa sooke kaasaT hariaa ||1|| rahaau ||

"Sa pamamagitan ng karunungan at patnubay ng Guru, nakakamit natin ang nakahihigit na estado ng Pagighing isa sa panloob na Diyos, kung saan ang lahat ng alalahanin at takot ay nagiging pananampalataya o kapayapaan.

ਜਨਨਿ ਪਿਤਾ ਲੋਕ ਸੁਤ ਬਨਿਤਾ ਕੋਇ ਨ ਕਿਸ ਕੀ ਧਰਿਆ ॥

janan pitaa lok sut banitaa koi na kis kee dhariaa ||

"O mahal! Walang sinuman sa buong nilikhang ito ang umaasa sa iba (maliban sa Panginoon) para sa kanilang kabuhayan

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

sir sir rijak sa(n)baahe Thaakur kaahe man bhau kariaa ||2||

Ang Panginoon ay nagbibigay sa lahat; Bakit ka nagaalala?

ਊਡੇ ਊਡਿ ਆਵੈ ਸੈ ਕੋਸਾ ਤਿਸੁ ਪਾਛੈ ਬਚਰੇ ਫਰਿਆ ॥

uoodde uodd aavai sai kosaa tis paachhai bachare chhariaa ||

Tingnan mo, lumilipad ang mga ibon ng daan-daang milya na iniwan ang kanilang mga anak



ਤਿਨ ਕਵਣੁ ਖਲਾਵੈ ਕਵਣੁ ਚੁਗਾਵੈ ਮਨ ਮਹਿ ਸਿਮਰਨੁ ਕਰਿਆ

॥੩॥

tin kavan khalaavai kavan chugaavai man meh simaran kariaa

॥3॥

Alalahanin ang Panginoon na nagbibigay sa mga ibon
gayundin sa kanilang mga anak

ਸਭਿ ਨਿਧਾਨ ਦਸ ਅਸਟ ਸਿਧਾਨ ਠਾਕੁਰ ਕਰ ਤਲ ਧਰਿਆ ॥

sabh nidhaan dhas asaT sidhaan Thaakur kar tal dhariaa ॥

"Matatanto ito mula sa kumpanya ng Banal na Karunungan
na inilagay na ng Panginoon ang lahat ng kapangyarihan at
kayamanan sa ating mga kamay

ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਲਿ ਬਲਿ ਸਦ ਬਲਿ ਜਾਈਐ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ

ਪਾਰਾਵਰਿਆ ॥੪॥੫॥

jan naanak bal bal sadh bal jaieeai teraa a(n)t na

paaraavariaa ॥4॥5॥

"Sa halip na mag-alala dapat tayong mamuhay na may
pasasalamat sa hindi mabilang na mga biyaya

ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪

raag aasaa mahalaa chauthhaa

Itong Shabad na ito ay mula sa pang apat na Nanak Ji sa
Raas Aasa

ਸੋ ਪੁਰਖੁ

so purakhu

Ang pamagat ay "So Purakh" - Ang Panginoong Tagapaglikha



ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ikOankaar satigur prasaadh ||

"Mayroong Isang Panginoon na naroroon sa lahat, sa lahat ng oras, na ang pag-iral ay walang hanggan, at nakikilala o napagtatanto sa pamamagitan ng mga salita o karunungan ng Guru

ਸੋ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹਰਿ ਅਗਮਾ ਅਗਮ ਅਪਾਰਾ ॥

so purakh nira(n)jan har purakh nira(n)jan har agamaa agam
apaaraa ||

"Ang Sumasalat ng dako na Panginoon ay walang dungis, at puno ng mga kabutihan

ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਸਭਿ ਧਿਆਵਹਿ ਤੁਧੁ ਜੀ ਹਰਿ ਸਚੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ॥

sabh dhiaaveh sabh dhiaaveh tudh jee har sache
sirajanahaaraa ||

"(Kaya, manalangin) O Panginoon! Ang lahat ng buhay na mundo ay palaging nasa iyong pagsasaalang-alang (sa ilalim ng iyong gabay)

ਸਭਿ ਜੀਅ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀ ਤੂੰ ਜੀਆ ਕਾ ਦਾਤਾਰਾ ॥

sabh jeeaa tumaare jee too(n) jeeaa kaa dhaataaraa ||

Nilikha Mo ang lahat at pinagpapala Mo ang lahat gamit ang lahat ng iyong kapangyarihan at kabutihan



ਹਰਿ ਧਿਆਵਹੁ ਸੰਤਹੁ ਜੀ ਸਭਿ ਦੁਖ ਵਿਸਾਰਣਹਾਰਾ ॥

har dhiaavahu sa(n)tahu jee sabh dhookh visaaranahaaraa ||
"O aking Mga Pandama! Manatiling nakatutok sa (kalooban)
ng Panloob na Banal. Saka mo lamang maaalis ang mga
pagdurusa (na nagmula sa mga bisyo)

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

har aape Thaakur har aape sevak jee kias naanak ja(n)t
vichaaraa ||1||

"Ang Panginoong iyon ay hindi nawawalay sa Kanyang
nilikha. ano ako kung wala Siya?"

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

too(n) ghaT ghaT a(n)tar sarab nira(n)tar jee har eko purakh
samaanaa ||

O Panginoon! Nabubuhay ka sa lahat -pantay at sa lahat ng
oras

ਇਕਿ ਦਾਤੇ ਇਕਿ ਭੇਖਾਰੀ ਜੀ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਚੋਜ ਵਿਡਾਣਾ ॥

eik dhaate ik bhekhaaree jee sabh tere choj viddaanaa ||
Anuman ang nakikita ko bilang mayaman at mahirap ay isang
kahanga-hangang laro mo (higit sa aking pag-unawa)



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

too(n) aape dhaataa aape bhugataa jee hau tudh bin avar na
jaanaa ||

"Ikaw ang Tagapagbigay, at Ikaw mismo ay nakatira kasama
sa mga tumatanggap - Ano pa ang iisipin ko?"

ਤੂੰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਬੇਅੰਤੁ ਬੇਅੰਤੁ ਜੀ ਤੇਰੇ ਕਿਆ ਗੁਣ ਆਖਿ
ਵਖਾਣਾ ॥

too(n) paarabraham bea(n)t bea(n)t jee tere kiaa gun aakh
vakhaanaa ||

"O Panginoon! Ikaw ay walang limitasyon, at hindi ko
kailanman maiintindihan ang iyong mga kabutihan sa
pamamagitan ng aking matalinong talino

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

jo seveh jo seveh tudh jee jan naanak tin kurabaanaa ||2||
Isa akong sakripisyo sa mga naglilingkod (namumuhay ayon)
sa iyong kalooban

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

har dhiaaveh har dhiaaveh tudh jee se jan jug meh
sukhavaasee ||

Ang mga nakakaalala/nakakaunawa sa Panginoon na
naroroon sa lahat, ay namumuhay sa kapayapaan



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

se mukat se mukat bhe jin har dhiaaiaa jee tin tooTee jam
kee faasee ॥

"Dahil sila ay nabubuhay nang malaya mula sa mga bisyo at
kumakawala mula sa mga tali ng lahat ng mga takot/alala na
isinilang mula sa mga bisyong iyon.

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

jin nirabhau jin har nirabhau dhiaaiaa jee tin kaa bhau sabh
gavaasee ॥

Ang mga nakikinig sa walang takot na Panginoon sa loob ay
nakakalaya sa lahat ng mga takot

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

jin seviaa jin seviaa meraa har jee te har har roop samaasee ॥

"Ang mga naglilingkod (sumusunod) sa Banal na Panloob sila
ay nagiging isa sa Panginoonava

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

se dha(n)n se dha(n)n jin har dhiaaiaa jee jan naanak tin bal
jaasee ॥3॥

Mapalad ang mga namumuhay ayon sa Panloob na Banal



ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਤੇਰੀ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ ਜੀ ਭਰੇ ਬਿਅੰਤ ਬੇਅੰਤਾ ॥

teree bhagat teree bhagat bha(n)ddaar jee bhare bia(n)t
bea(n)taa ॥

"O Panginoon! Ang pamumuhay sa iyong debosyon
(pagsunod sa Panloob na Banal) ang isa ay mabibiyayaan ng
mga kayamanan ng Banal na Kabutihang

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

tere bhagat tere bhagat salaahan tudh jee har anik anek
ana(n)taa ॥

Bagama't marami ang nagsasabing sila'y mga Tunay na
deboto at maaaring purihin ka sa mga salita

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

teree anik teree anik kareh har poojaa jee tap taapeh japeh
bea(n)taa ॥

"Marami ang mga sumasamba sa iyo sa iba't ibang paraan at
nagsasagawa ng mga mahihirap na panlabas na ritual

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

tere anek tere anek paReh bahu simirat saasat jee kar kiriaa
khaT karam kara(n)taa ॥

Marami ang mga nagbabasa ng mga banal na kasulatan sa
relihiyon at sumusunod sa lahat ng panlabas na gawaing
pangrelihiyon



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

se bhagat se bhagat bhale jan naanak jee jo bhaaveh mere
har bhagava(n)taa ||4||

"Ngunit, ang mga tunay na deboto lamang ang nakalulugod
sa iyo (sa pamamagitan ng pamumuhay ayon sa iyong
Hukam/kalooban)

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

too(n) aadh purakh apara(n)par karataa jee tudh jevadd avar
na koiee ||

"O Panginoon! Ikaw ang aming simula, aming Tagapaglikha.
Walang makakapantay sayo.

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

too(n) jug jug eko sadhaa sadhaa too(n) eko jee too(n)
nihachal karataa soiee ||

"O Panginoong Lumikha! Dapat kong matanto na nilikha mo
ang lahat at nabubuhay sa lahat ng pantay-pantay

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

tudh aape bhaavai soiee varatai jee too(n) aape kareh su
hoiee ||

"Kung ano ang ikalulugod mo, iyon lang ang dapat mangyari
sa kalooban ko (Dapat lang ako sumuko dito). Iyon lang ang
dapat mangyari sa pamamagitan ko kung ano ang gusto mo
sa akin



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

tudh aape sirasaT sabh upaiee jee tudh aape siraj sabh goiee ||
Dapat kong matanto na ang iyong Utos o kalooban ang
lumilikha at nagtatapos sa buong paglikha sa aking panloob
at panlabas na kalooban.

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

jan naanak gun gaavai karate ke jee jo sabhasai kaa jaanoiee
||5||1||

"Dapat kong saloobin ang birtud na iyong ipinapasagawa na
kung ano ang pinakamabuti para sa lahat

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੪ ॥

aasaa mahalaa chauthhaa ||

Shabad na mula sa pang apat na Nanak Ji sa Raag Aasa

ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਸਚਿਆਰੁ ਮੈਡਾ ਸਾਂਈ ॥

too(n) karataa sachiaar maiddaa saa(n)iee ||

O tagapaglikha ng lahat! Ikaw ang aking Panginoon.

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

jo tau bhaavai soiee theesee jo too(n) dheh soiee hau paiee
||1|| rahaau ||

"Pagpalain mo ako ng pangunawa na kung ano mang
ikalulugod mo ay syang dapat maganap sa akin. Kung anong
ibinigay mo sa akin (ang karunungan/direksyon) na kalooban,
dapat kong tanggapin at ipatupad sa aking buhay



ਸਭ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਸਭਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

sabh teree too(n) sabhanee dhiaaiaa ॥

Lahat ng mga nilikhang ito ay para sa iyo O Panginoon! At pinapangalagaan mo ang lahat (Ginagabayan mo ang lahat patungo sa matuwid na pamumuhay.

ਜਿਸ ਨੋ ਕਿਰਪਾ ਕਰਹਿ ਤਿਨਿ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਪਾਇਆ ॥

jis no kirapaa kareh tin naam ratan paiaa ॥

"Ang mga tumanggap o nagkamit ng mahalagang kayamanan ng Banal na Kabutihan, ito ay mga pagpapala ng iyong Banal na Kautusan (tinig sa loob nito)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਧਾ ਮਨਮੁਖਿ ਗਵਾਇਆ ॥

gurmukh laadhaa manmukh gavaiaa ॥

Ang mga nakikinig sa mga salita ng Guru ay natatanggap ang kayamanang ito, at ang mga sumusunod sa mga makamundo o matalinong pag-iisip na ito ay nawawalan ng lahat (panloob)

ਤੁਧੁ ਆਪਿ ਵਿਛੋੜਿਆ ਆਪਿ ਮਿਲਾਇਆ ॥੧॥

tudh aap vichhoRiaa aap milaiaa ||1||

Ang mga sumusunod sa mga malisyosong kaisipan ay humiwalay sa iyo O Panginoon! Ang mga nakikinig sa karunungan ng Guru ay sumasama sa iyo.

ਤੂੰ ਦਰੀਆਉ ਸਭ ਤੁਝ ਹੀ ਮਾਹਿ ॥

too(n) dhareeaau sabh tujh hee maeh ॥

"Ikaw ang pinagmumulan ng lahat ng mga kabutihan at kapayapaan



ਤੁਝ ਬਿਨੁ ਦੁਜਾ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ॥

tujh bin dhoojaa koiee naeh ||

"Walang iba kundi ikaw ang makakapagbigay ng ganitong mga biyaya

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੇਰਾ ਖੇਲੁ ॥

jeea ja(n)t sabh teraa khel ||

"Buong mundo na may buhay ay gumaganap/naninirahan sa iyong kautusan/kalooban

ਵਿਜੋਗਿ ਮਿਲਿ ਵਿਛੁੜਿਆ ਸੰਜੋਗੀ ਮੇਲੁ ॥੨॥

vijog mil vichhuRiaa sa(n)jogee mel ||2||

"Yaong mga tumatanggi sa iyong kalooban ay dumaranasng paghihiwalay sa panloob na Diyos. Ang mga nakikinig sa Utos (Hukam) ay sumasama sa iyo

ਜਿਸ ਨੋ ਤੂ ਜਾਣਾਇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਜਾਣੈ ॥

jis no too jaanaieeh soiee jan jaanai ||

Sila lamang ang makakapagtanto nito na naging isa sa iyo sa pamamagitan ng pamumuhay sa iyong Banal na Kalooban

ਹਰਿ ਗੁਣ ਸਦ ਹੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੈ ॥

har gun sadh hee aakh vakhaanai ||

"At palagiang nagsasanay o mag-internalize ng Divine Virtues.

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥

jin har seviaa tin sukh paiaa ||

"Ang mga naglilingkod/nagsasalooob ng Utos (Hukam) ng panloob na Banal, ay namumuhay nang payapa



ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥੩॥

sahaje hee har naam samaiaa ||3||

"Nakatanggap sila ng katahimikan sa pamamagitan ng pagsunod sa Banal na Karunungan, at namumuhay na nasasaloob sa Banal na Kabutihan.

ਤੂ ਆਪੇ ਕਰਤਾ ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਹੋਇ ॥

thoo aapae karathaa thaeraa keeaa sabh hoe ||

Mahal na Panginoon! Ikaw ang lumikha/tagagawa sa kalooban namin. Ang lahat (lahat ng aming mga kapasidad/kapangyarihan) ay dahil sa iyong nilikha

ਤੁਧੁ ਬਿਨੁ ਦੁਜਾ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਇ ॥

thudhh bin dhoojaa avar n koe ||

Walang iba kundi ikaw ang may kakayahang makapaglikha ng kahit ano man sa kalooban namin.

ਤੂ ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖਹਿ ਜਾਣਹਿ ਸੋਇ ॥

thoo kar kar vaekhehi jaanehi soe ||

Tanging ang isip na nararamdaman na binibigyan mo ng pansin ang iyong pagnanasa ang nakakahanap sa iyong kalooban

ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥੪॥੨॥

jan naanak guramukh paragatt hoe ||4||2||

Ang pagpapasakop sa karunungan ng Guru, ng isip ay nagsasaliksik sa loob mismo

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

aasaa mahalaa pehilaa ||

Shabad na mula sa unang Nanak Ji sa Raag Aasa



ਤਿਤੁ ਸਰਵਰਤੈ ਭਈਲੇ ਨਿਵਾਸਾ ਪਾਣੀ ਪਾਵਕੁ ਤਿਨਹਿ ਕੀਆ ॥

tit saravaraRai bhieele nivaasaa paanee paavak tineh keea ||

Gustung-gusto namin na nasusunog sa apoy ng walang
katapusang mga bisyo o pagnanasa

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

pa(n)kaj moh pag nahee chaalai ham dhekhaa teh
ddoobeeale ||1||

At tayo ay naiipit sa pagkagiliw sa mga bisyo o pagnanasang
ito na dahilan kung bakit hindi tayo makasulong mula rito. Sa
kabilang banda, patuloy tayong nalulunod sa kanila

ਮਨ ਏਕੁ ਨ ਚੇਤਸਿ ਮੂੜ ਮਨਾ ॥

man ek na chetas mooR manaa ||

"O aking Kaisipan! Ikaw ay isang mang-mang na hindi
tumutok sa Panginoon (Hindi ipinatupad ang mga tagubilin
ng Banal na Panloob)

ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਤੇਰੇ ਗੁਣ ਗਲਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

har bisarat tere gun galiaa ||1|| rahaau ||

"Tandaan, mawawala sa iyo ang anumang kabutihang
mayroon ka kapag napabayaang mo ang Banal na Panloob

ਨਾ ਹਉ ਜਤੀ ਸਤੀ ਨਹੀ ਪੜਿਆ ਮੂਰਖ ਮੁਗਧਾ ਜਨਮੁ ਭਇਆ ॥

naa hau jatee satee nahee paRiaa moorakh mugadhaa janam
bhiaa ||

"(Upang mawala ang apoy ng mga bisyo, dapat manalangin)

O Panginoon! Hindi ako santo o scholar. Sa buong buhay ko,
ako ay naging mang-mang (napasabak sa mga bisyo).



ਪ੍ਰਣਵਤਿ ਨਾਨਕ ਤਿਨ ਕੀ ਸਰਣਾ ਜਿਨ ਤੂ ਨਾਹੀ ਵੀਸਰਿਆ

॥੨॥੩॥

pranavat naanak tin kee saranaa jin too naahee veesariaa

॥2॥3॥

"Dalangin kong ipagkaloob mo sa akin ang kasama ng mga Banal na Kabutihan na sa ilalim ng patnubay o pamumuno ay hindi kita malilimutan (at ang iyong banal na Kautusan)

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ਪ ॥

aasaa mahalaa panjavaa ||

Shabad na mula sa pang limang Nanak Ji sa Raag Aasa

ਭਈ ਪਰਾਪਤਿ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹੁਰੀਆ ॥

bhiee paraapat maanukh dhehureea ||

"O Kaisipan! Ang katawan ng tao na ito na mula sa iyo ay sapat na para sa lahat ng panlabas na aktibidad. (mga pagsisikap at tagumpay)

ਗੋਬਿੰਦ ਮਿਲਣ ਕੀ ਇਹ ਤੇਰੀ ਬਰੀਆ ॥

gobi(n)dh milan kee ieh teree bareea ||

"Ngunit ito ang pagkakataon para sa iyo na maging isa sa Panloob na Diyos (upang mamuhay nang maganda/may layunin)

ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੈ ਨ ਕਾਮ ॥

avar kaaj terai kitai na kaam ||

Walang panlabas na ritwal ang maaaring makatulong sa pag-alis ng mga panloob na pagdurusa na isinilang mula sa mga bisyo sa kalooban



ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥੧॥

mil saadhasa(n)gat bhaj keval naam ||1||

"Ipasaloob lamang ang mga Banal na Birtud sa piling ni Guru
(Banal na Karunungan)

ਸਰੰਜਾਮਿ ਲਾਗੁ ਭਵਜਲ ਤਰਨ ਕੈ ॥

sara(n)jaam laag bhavajal taran kai ||

"Ihanda ang sarili sa paglangoy sa malawak na karagatan ng
mga panloob na bisyo

ਜਨਮੁ ਬ੍ਰਿਥਾ ਜਾਤ ਰੰਗਿ ਮਾਇਆ ਕੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

janam birathaa jaat ra(n)g maiaa kai ||1|| rahaau ||

"Sinasayang mo ang iyong buhay at oras sa papakasawa sa
mga ilusyon ng panlabas na kasiyahan at kasakitan

ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਧਰਮੁ ਨ ਕਮਾਇਆ ॥

jap tap sa(n)jam dharam na kamaiaa ||

(Manalangin sa Panginoon) Hindi ako nagsagawa ng
anumang pagninilay, kahirapan o disiplina sa relihiyon O
Panginoon!

ਸੇਵਾ ਸਾਧ ਨ ਜਾਨਿਆ ਹਰਿ ਰਾਇਆ ॥

sevaa saadh na jaaniaa har raiaa ||

"Hindi ko rin isinasaloob ang mga Kabutihian sa piling ng
mabuti



ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਮ ਨੀਚ ਕਰੰਮਾ ॥

kahu naanak ham neech kara(n)maa ||

Nangangako ako sa mga karumal-dumal/kahiya-hiyang
gawain na pinapasok sa mga bisyo

ਸਰਣਿ ਪਰੇ ਕੀ ਰਾਖਹੁ ਸਰਮਾ ॥੨॥੪॥

saran pare kee raakhahu saramaa ||2||4||

"Tanging sa iyong kanlungan (ganap na pagpapasakop sa
Banal na Panloob) maaari kong mailigtas ang aking
karangalan





ਸੋਹਿਲਾ

sohilaa

"Ang pangalan ng Komposisyon (Bani) na ito ay ""Sohela"".
Ang ibig sabihin ng Sohila ay ""Ang mga awit ng
pagpapahalaga""

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਦੀਪਕੀ ਮਹਲਾ ੧

raag gauRee dheepakee mahalaa pehilaa

"Shabad o Patulang komposisyon ng unang Guru Ji sa Raag
Gauri Deepki

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ikOankaar satigur prasaadh ||

"Mayroong Isang Panginooon na naroroon sa lahat, sa lahat
ng oras, na ang pag-iral ay walang hanggan, at nakikilala o
napagtatanto sa pamamagitan ng mga salita o karunungan
ng Guru

ਜੈ ਘਰਿ ਕੀਰਤਿ ਆਖੀਐ ਕਰਤੇ ਕਾ ਹੋਇ ਬੀਚਾਰੋ ॥

jai ghar keerat aakheeaai karate kaa hoi beechaaro ||

"Ang estado ng isip na kung saan maaari mong maunawaan
ang kaluwalhatian ng Panginooon

ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਿਵਰਿਹੁ ਸਿਰਜਣਹਾਰੋ ॥੧॥

tit ghar gaavahu sohilaa sivarih sirajanahaaro ||1||

"Manatiling nakatutok sa ganoong estado ng pag-iisip upang
kumanta at magsalooob ng mga kaluwalhatian o pasasalamat
sa Panginooon



ਤੁਮ ਗਾਵਹੁ ਮੇਰੇ ਨਿਰਭਉ ਕਾ ਸੋਹਿਲਾ ॥

tum gaavahu mere nirabhau kaa sohilaa ||

"Aking Kaisipan! Awitin at isagawa ang mga banal na kabutihan ng walang takot

ਹਉ ਵਾਰੀ ਜਿਤੁ ਸੋਹਿਲੈ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

hau vaaree jit sohilai sadhaa sukh hoi ||1|| rahaau ||

"Ang pagsasalooob na mga kabutihang ito ay nagdudulot ng walang hanggang kaligayahan/kapayapaan

ਨਿਤ ਨਿਤ ਜੀਅੜੇ ਸਮਾਲੀਅਨਿ ਦੇਖੈਗਾ ਦੇਵਣਹਾਰੁ ॥

nit nit jeeare samaaleean dhekhaigaa dhevanahaar ||

Ang Tunay na Panginoon ay nag-aalaga sa iyo (laging sumusuporta sa iyo), at sasamahan ka magpakailanman

ਤੇਰੇ ਦਾਨੈ ਕੀਮਤਿ ਨਾ ਪਵੈ ਤਿਸੁ ਦਾਤੇ ਕਵਣੁ ਸੁਮਾਰੁ ॥੨॥

tere dhaanai keemat naa pavai tis dhaate kavan sumaar ||2||

"Ang makamundong karunungan ay hindi kayang magbigay ng anumang kabutihan upang maalís ang mga takot, ngunit ang pagpapasakop sa Banal na Hukam o Kalooban ay may kapangyarihan gawin ang lahat ng ito.

ਸੰਬਤਿ ਸਾਹਾ ਲਿਖਿਆ ਮਿਲਿ ਕਰਿ ਪਾਵਹੁ ਤੇਲੁ ॥

sa(n)bat saahaa likhial mil kar paavahu tel ||

Tulad ng lahat ng paghahanda na nagsisimula kapag ang petsa o oras ng kasal ay naayos na, katulad mo (O Isip!) ayusin ang pinupunteryang pagsasama sa Banal na Panloob, at simulang maghanda para dito sa pamamagitan ng pagsasalooob sa mga banal na Kabutihan



ਦੇਹੁ ਸਜਣ ਅਸੀਸੜੀਆ ਜਿਉ ਹੋਵੈ ਸਾਹਿਬ ਸਿਉ ਮੇਲੁ

॥੩॥

dheh sajan aseesaReeaa jiau hovai saahib siau mel ||3||

"At tanggapin ang mga pagpapala at aral ng Guru kung saan
maaari kang makatagpo (maging isa) sa Panginoon

ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹੋ ਪਾਹੁਚਾ ਸਦੜੇ ਨਿਤ ਪਵੰਨਿ ॥

ghar ghar eho paahuchaa sadhaRe nit pava(n)n ||

Sa lahat ng estado ng iyong kamalayan, ikalat ang walang
hanggang mensahe ng tinig ng Banal na Panloob/
konsiyensya

ਸਦਣਹਾਰਾ ਸਿਮਰੀਐ ਨਾਨਕ ਸੇ ਦਿਹ ਆਵੰਨਿ ॥੪॥੧॥

sadhanahaaraa simareeaaai naanak se dheh aava(n)n ||4||1||

"At kapag ikaw ay nakatutok sa tinig at kalooban ng
Panginoon mula sa loob ng araw o panahon ng Banal na
Unyon na iyon ay darating

ਰਾਗੁ ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥

raag aasaa mahalaa pehilaa ||

Shabad na mula sa unang Nanak Ji sa Raag Aasa

ਛਿਅ ਘਰ ਛਿਅ ਗੁਰ ਛਿਅ ਉਪਦੇਸ ॥

chhia ghar chhia gur chhia upadhes ||

Bagama't sa labas ng mundo mayroong iba't ibang mga
paaralan ng pag-iisip, kanilang sariling mga Guru/Guro, at
kanilang iba't ibang mga mensahe



ਗੁਰੁ ਗੁਰੁ ਏਕੋ ਵੇਸ ਅਨੇਕ ॥੧॥

gur gur eko ves anek ||1||

"Ngunit sa kalooban natin ay iisa lamang ang Tunay na Panginoon na sa iba't ibang paraan sa pamamagitan ng Kanyang Banal na Hukam ay umaakay sa atin sa katuwiran

ਬਾਬਾ ਜੈ ਘਰਿ ਕਰਤੇ ਕੀਰਤਿ ਹੋਇ ॥

baabaa jai ghar karate keerat hoi ||

Ang estado ng pag-iisip kung saan maaari tayong kumanta/magpasakop sa kalooban ng Panginoon

ਸੋ ਘਰੁ ਰਾਖੁ ਵਡਾਈ ਤੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

so ghar raakh vaddaiee toi ||1|| rahaau ||

Dapat nating pangalagaan ang estadong iyon (Manatiling nakasumite at nakatutok). Ito ay ang tunay na kabutihan

ਵਿਸੁਏ ਚਸਿਆ ਘੜੀਆ ਪਹਰਾ ਥਿਤੀ ਵਾਰੀ ਮਾਹੁ ਹੋਆ ॥

visue chasiaa ghaReeaa paharaa thitee vaaree maahu hoaa ||

Tulad ng panlabas na paglikha ang paggalaw ng Araw ay nagbigay sa atin ng iba't ibang haba ng panahon

ਸੂਰਜੁ ਏਕੋ ਰੁਤਿ ਅਨੇਕ ॥

sooraj eko rut anek ||

"Ang posisyon ng Araw ay nagbibigay din ng iba't ibang panahon



ਨਾਨਕ ਕਰਤੇ ਕੇ ਕੇਤੇ ਵੇਸ ॥੨॥੨॥

naanak karate ke kete ves ||2||2||

"Sa katulad na paraan, ginagabayan tayo ng Nag-iisang Panginoong Lumikha sa atin sa iba't ibang paraan ng ating kamalayan. (Kailangan nating umupo sa kalooban upang pagnilayan Siya)

ਰਾਗੁ ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧ ॥

raag dhanaasaree mahalaa pehilaa ||

Shabad ng unang Nanak ji sa Raag Dhanaasri

**ਗਗਨ ਮੈ ਥਾਲੁ ਰਵਿ ਚੰਦੁ ਦੀਪਕ ਬਨੇ ਤਾਰਿਕਾ ਮੰਡਲੁ
ਜਨਕ ਮੋਤੀ ॥**

gagan mai thaal rav cha(n)dh dheepak bane taarika
ma(n)ddal janak motee ||

Kapag tinitingnan ko ang Araw, Buwan at mga Bituin

**ਪੂਪੁ ਮਲਆਨਲੋ ਪਵਣੁ ਚਵਰੋ ਕਰੇ ਸਗਲ ਬਨਰਾਇ ਫੂਲੰਤੁ
ਜੋਤੀ ॥੧॥**

dhoop malaanalo pavan chavaro kare sagal banarai foola(n)t
jotee ||1||

"At maramdaman ang mabangong hangin na mula sa mga bundok, mga puno at kalikasan na puno ng mga bulaklak, dapat kong itanong sa aking sarili

ਕੈਸੀ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥ ਭਵ ਖੰਡਨਾ ਤੇਰੀ ਆਰਤੀ ॥

kaisee aaratee hoi || bhav kha(n)ddanaa teree aaratee ||

"Na Paano kita sasambahin, O Panginoon! (Ang iyong pagsamba ay hindi nakadepende sa ilangmga panritwal na bagay na may mga lampara, bulaklak, perlas, insenso, pamaypay atbp)



ਅਨਹਤਾ ਸਬਦ ਵਾਜੰਤ ਭੇਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

anahataa sabadh vaaja(n)t bheree ||1|| rahaau ||

"Ang malamyos na musika ng Banal na Kautusan ay umaalingawngaw sa buong nalikha -sa loob at labas ko. (Ang iyong pagsamba ay hindi nakadepende sa anumang panlabas na musika/instrumento)

**ਸਹਸ ਤਵ ਨੈਨ ਨਨ ਨੈਨ ਹਹਿ ਤੋਹਿ ਕਉ ਸਹਸ ਮੂਰਤਿ
ਨਨਾ ਏਕ ਤੋਹੀ ॥**

sahas tav nain nan nain heh toh kau sahas moorat nanaa ek tuohee ||

"Ang lahat ng libu-libong mata at mukha sa paligid ko ay sa iyo, O Panginoon! Ngunit wala kang anumang partikular na mukha o pares ng mata na dapat kong sambahin

**ਸਹਸ ਪਦ ਬਿਮਲ ਨਨ ਏਕ ਪਦ ਗੰਧ ਬਿਨੁ ਸਹਸ ਤਵ ਗੰਧ
ਇਵ ਚਲਤ ਮੋਹੀ ॥੨॥**

sahas padh bimal nan ek padh ga(n)dh bin sahas tav ga(n)dh iv chalat mohee ||2||

"Ang lahat ng libu-libong talampakang ito ay sa iyo, O Panginoon! ngunit walang partikular na mga paa na dapat kong sambahin. Ang lahat ng libu-libong amoy sa paligid ko ay sa iyo, O Panginoon! Ngunit walang partikular na bango na dapat kong gamitin para pasayahin ka.

ਸਭ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਜੋਤਿ ਹੈ ਸੋਇ ॥

sabh meh jot jot hai soi ||



Ang buong paligid ko ay naglalaman ng liwanag ng iisang Panginoon

ਤਿਸ ਦੈ ਚਾਨਣਿ ਸਭ ਮਹਿ ਚਾਨਣੁ ਹੋਇ ॥

tis dhai chaanan sabh meh chaanan hoi ||

"Sapagkat ang lahat ay nabubuhay at naliliwanag dahil sa presensya ng kanilang nagiisang Panginoon. (Kung gayon, paano ko siya maituturing na bukod upang sumamba nang nakahiwalay?)

ਗੁਰ ਸਾਖੀ ਜੋਤਿ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ ॥

gur saakhee jot paragaT hoi ||

"Sa pamamagitan ng karunungan ng Guru , ay napagtanto natin ang Banal na Liwanag sa kalooban natin

ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੁ ਆਰਤੀ ਹੋਇ ॥੩॥

jo tis bhaavai su aaratee hoi ||3||

"At pagkatapos ng pagkaunawang iyon, kapag sinimulan nating gawin ang nakalulugod sa Banal na Panloob - ito ang tunay na Pagsamba

**ਹਰਿ ਚਰਣ ਕਵਲ ਮਕਰੰਦ ਲੋਭਿਤ ਮਨੋ ਅਨਦਿਨੋ ਮੋਹਿ
ਆਹੀ ਪਿਆਸਾ ॥**

*har charan kaval makara(n)dh lobhit mano anadhinuo moh
aahee piaasaa ||*

Sa pamamagitan ng karunungan ni Guru kapag nagkakaroon ako ng pagka-uhaw o pagnanasang magpasakop sa Banal na Panloob

**ਕਿਰਪਾ ਜਲੁ ਦੇਹਿ ਨਾਨਕ ਸਾਰਿੰਗ ਕਉ ਹੋਇ ਜਾ ਤੇ ਤੇਰੈ
ਨਾਇ ਵਾਸਾ ॥੪॥੩॥**

*kirapaa jal dheh naanak saari(n)g kau hoi jaa te terai nai
vaasaa ||4||3||*

"Saka lamang natatanggap ng aking kaisipan ang nektar ng Banal na Karunungan kung saan ako sumanib sa Panginoon

sa loob

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥

raag gauRee poorabee mahalaa chauthhaa ||

Shabad ng ikaapat na Nanak ji sa Raag Gauri Poorabi

ਕਾਮਿ ਕਰੋਧਿ ਨਗਰੁ ਬਹੁ ਭਰਿਆ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਖੰਡਲ ਖੰਡਾ
ਹੇ ॥

kaam karodh nagar bahu bhariaa mil saadhoo kha(n)ddal
kha(n)ddaa he ||

"Ang tanging paraan upang sirain ang mga tambak na bisyo tulad ng pagnanasa at galit sa loob natin ay sa pamamagitan ng pagiintindi o pagsasanay sa karunungan ng Guru

ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਤ ਲਿਖੇ ਗੁਰੁ ਪਾਇਆ ਮਨਿ ਹਰਿ ਲਿਵ ਮੰਡਲ
ਮੰਡਾ ਹੇ ॥੧॥

poorab likhat likhe gur paiaa man har liv ma(n)ddal
ma(n)ddaa he ||1||

"Ang lahat ng masasamang kaisipang iyon na nakasulat/nakaukit na sa ating isipan ay nahuhugasan kapag ang karunungan ng Guru ay ibinuhos at isaloob dito . At sa paggawa nito ang ating isipan ay bumangon sa Banal na Pag-ibig

ਕਰਿ ਸਾਧੂ ਅੰਜੁਲੀ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥

kar saadhoo a(n)julee pun vaddaa he ||

"Aking Kaisipan! Paglapatin ang iyong mga kamay (Magpakumbaba) sa Guru -ang pinagmumulan ng Banal na Karunungan- upang malaman ang paraan para mawala ang mga bisyo



ਕਰਿ ਡੰਡਉਤ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

kar dda(n)ddaut pun vaddaa he ||1|| rahaau ||

"Magpasakop ng ganap sa karunungan ng Guru. Ito ang pinakamalaking Kabutihan.

ਕਾਮਿ ਕਰੋਧਿ ਨਗਰੁ ਬਹੁ ਭਰਿਆ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਖੰਡਲ ਖੰਡਾ
ਹੇ ॥

kaam karodh nagar bahu bhariaa mil saadhoo kha(n)ddal
kha(n)ddaa he ||

"Ang tanging paraan upang sirain ang mga tambak na bisyo tulad ng pagnanasa at galit sa loob natin ay sa pamamagitan ng pagiintindi o pagsasanay sa karunungan ng Guru

ਕਰਿ ਡੰਡਉਤ ਪੁਨੁ ਵਡਾ ਹੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

kar dda(n)ddaut pun vaddaa he ||1|| rahaau ||

"Magpasakop ng ganap sa karunungan ng Guru. Ito ang pinakamalaking Kabutihan.

ਸਾਕਤ ਹਰਿ ਰਸ ਸਾਦੁ ਨ ਜਾਣਿਆ ਤਿਨ ਅੰਤਰਿ ਹਉਮੈ
ਕੰਡਾ ਹੇ ॥

saakat har ras saadh na jaaniaa tin a(n)tar haumai ka(n)ddaa
he ||

"Ang isang isip na lulong sa mga bisyo ay hindi nakakaalam ng Banal na Pag-ibig, at sa halip ay may malaking kayabangan



ਜਿਉ ਜਿਉ ਚਲਹਿ ਚੁਭੈ ਦੁਖੁ ਪਾਵਹਿ ਜਮਕਾਲੁ ਸਹਿ ਸਿਰਿ ਡੰਡਾ ਹੇ ॥੨॥

jiau jiau chaleh chubhai dhukh paaveh jamakaal saheh sir
dda(n)ddaa he ||2||

"Ang tinik ng kayabangan na ito ay kumukurot sa bawat hakbang ng buhay at nagdadala ng pagdurusa. Sa kayabangan (kaakuhan), ang ganong pag-iisip ay patuloy na binubulabog ng takot na nagmula sa mga bisyo o masasamang gawi.

ਹਰਿ ਜਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਣੈ ਦੁਖੁ ਜਨਮ ਮਰਣ ਭਵ ਖੰਡਾ ਹੇ ॥

har jan har har naam samaane dhukh janam maran bhav
kha(n)ddaa he ||

"Ang mga nagmamahal sa Kabanalan ay nabubuhay sa mga Banal na Kabutihan at araw-araw ay nababawasan ang mga kamatayan at mga pagdurusa na nagmumula sa Kaaukahan (kayabangan)

ਅਬਿਨਾਸੀ ਪੁਰਖੁ ਪਾਇਆ ਪਰਮੇਸਰੁ ਬਹੁ ਸੋਭ ਖੰਡ ਬ੍ਰਹਮੰਡਾ ਹੇ ॥੩॥

abinaasee purakh paiaa paramesar bahu sobh kha(n)dd
brahama(n)ddaa he ||3||

"Nakikipagisa sila sa walang hanggang Panginoon na pumupuno ng kanilang kalooban ng tunay na kaluwalhatian/kagandahan



ਹਮ ਗਰੀਬ ਮਸਕੀਨ ਪ੍ਰਭ ਤੇਰੇ ਹਰਿ ਰਾਖੁ ਰਾਖੁ ਵਡ ਵਡਾ ਹੇ ॥

ham gareeb masakeen prabh tere har raakh raakh vadd
vaddaa he ||

"(Para maalis ang kayabangan na iyon, ay dapat manalangin)
Masyado akong maliit o may kakulangan (ng kabutihan) mula
sa loob, O Panginoon!

ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਟੇਕ ਹੈ ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਹੀ ਸੁਖੁ ਮੰਡਾ
ਹੇ ॥੪॥੪॥

jan naanak naam adhaar Tek hai har naame hee sukh
ma(n)ddaa he ||4||4||

"Ang nasa akin lamang ay suporta ng mga Banal na Kabutihan na
maaaring magdala o magbunga ng walang hanggang
kagalakan/kapayapaan ng kalooban

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ ਪੁਰਬੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

raag gauRee poorabee mahalaa panjavaa ||
Shabad ng ikalimang Nanak Ji sa Raag Gauri Porabi

ਕਰਉ ਬੇਨੰਤੀ ਸੁਣਹੁ ਮੇਰੇ ਮੀਤਾ ਸੰਤ ਟਹਲ ਕੀ ਬੇਲਾ ॥

karau bena(n)tee sunahu mere meetaa sa(n)t Tahal kee belaa ||
O Aking Kaisipan! Hinihiling ko na iyong mawari na ito na
ang oras para ikaw ay maglingkod (makinig) sa Guru.

ਈਹਾ ਖਾਟਿ ਚਲਹੁ ਹਰਿ ਲਾਹਾ ਆਗੈ ਬਸਨੁ ਸੁਹੇਲਾ ॥੧॥

e'eehaa khaaT chalahu har laahaa aagai basan suhelaa ||1||

"Kung ikaw ay magkakapag kamit o makakaintindi sa mga
karunungan ng Guru ngayon, ay maaari kang mamuhay nang
madali o matiwasay (sa lahat ng pagkakataon)



ਅਉਧ ਘਟੈ ਦਿਨਸੁ ਰੈਣਾਰੇ ॥ ਮਨ ਗੁਰ ਮਿਲਿ ਕਾਜ ਸਵਾਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

e'eehaa khaaT chalahu har laahaa aagai basan suhelaa ||1||

Sa bawat pagdaan ng araw at mga gabi ay lumilipas din ang iyong buhay. Kilalanin (ipasakop ang iyong sarili sa) ang Guru upang maisapatupad ang iyong mga layunin sa buhay.

ਇਹੁ ਸੰਸਾਰੁ ਬਿਕਾਰੁ ਸੰਸੇ ਮਹਿ ਤਰਿਓ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ॥

eih sa(n)saar bikaar sa(n)se meh tario braham giaanee ||

Dahil sa mga kabisyohan at masasamang gawi ay napupuno ang ating buhay ng takot at alalahanin. Ang tanging paraan upang makawala rito ay sa pamamagitan ng pagsasatupad ng Banal Na Karunungan.

ਜਿਸਹਿ ਜਗਾਇ ਪੀਆਵੈ ਇਹੁ ਰਸੁ ਅਕਥ ਕਥਾ ਤਿਨਿ ਜਾਨੀ ॥੨॥

jiseh jagai peeaavai ih ras akath kathaa tin jaanee ||2||

Ang karunungan ito ay gumising sa iyo mula sa pagkakatulog na dulot ng mga bisyo, pinupuno ka ng banal na pag-ibig, at ipinapakita sa iyo ang landas upang makilala ang Panginoon sa kalooban mo.

ਜਾ ਕਉ ਆਏ ਸੋਈ ਬਿਹਾਝਹੁ ਹਰਿ ਗੁਰ ਤੇ ਮਨਹਿ ਬਸੇਰਾ ॥

jaa kau aae soiee bihaajhahu har gur te maneh baseraa ||

Kamtan at Alamin ang iyong mga layunin na sa iyo ay nangangailangan mapalapit sa Guru. Magpasakop sa Pagibig na para sa Kabanalan na nagmumula sa karunungan ng Guru



ਨਿਜ ਘਰਿ ਮਹਲੁ ਪਾਵਹੁ ਸੁਖ ਸਹਜੇ ਬਹੁਰਿ ਨ ਹੋਇਗੋ ਫੇਰਾ

॥੩॥

nij ghar mahal paavahu sukh sahaje bahur na hoigo feraa ||3||

Iyong mahahanap ang lugar at luklukan ng kapayapaan sa iyong kalooban. At ikaw ay hindi na kailan man lalaboy upang makahanap ng karagdagang kasayahan.

ਅੰਤਰਜਾਮੀ ਪੁਰਖ ਬਿਧਾਤੇ ਸਰਧਾ ਮਨ ਕੀ ਪੂਰੇ ॥

a(n)tarajaamee purakh bidhaate saradhaa man kee poore ||

(Para sa gayong kaligayahan, dapat ay manalangin) Alam Mo ang lahat ng nangyayari sa kalooban ko, O Panginoon! Nawa'y pagbigyan ang aking kahilingan.

ਨਾਨਕ ਦਾਸੁ ਇਹੈ ਸੁਖੁ ਮਾਗੈ ਮੋ ਕਉ ਕਰਿ ਸੰਤਨ ਕੀ ਪੂਰੇ

॥੪॥੫॥

naanak dhaas ihai sukh maagai mo kau kar sa(n)tan kee
dhoore ||4||5||

Ang aking tanging hiling sa ngalan ng kaligayahan ay dapat kong ganap na isuko ang aking sarili sa karunungan at kapatnubayan ng tunay na Guru.





Aeryn Corpuz



Being given the opportunity to read and learn the sacred text of Gurbani while I was translating its thoughts and teachings in my mother language, gave me a chance to take a step back from the busy and harsh reality of life, and just think and meditate about the thoughts and teachings of the Guru, which is something that we already know but tends to neglect or ignore.

If one gets the chance to learn it, one realizes that these sacred teachings have always been there, matter of fact is that they can be considered as the basic rule of life, but they are also the most often forgotten as one tends to lose their way as they follow their own life path.

I do believe sharing these teachings will humble oneself and will take a person back to the roots, where life has always been beautiful, honesty is always the best, being humble and kind is majestic, and also peace and love can be easily found and shared to everyone.





J. C. Lutao

As someone who works in graphic design and art, designing the Gurbani scripture book resonates deeply with the truth within me. These words are not just true, but they are also incredibly freeing for humanity. These teach me the significance of humility and respect towards everyone, as we are all one in the end.

Through reading and interpreting the texts, I have come to understand the importance of knowing oneself and having a deeper awareness about life and wisdom. The scriptures have guided me in my artistic endeavors and have allowed me to better connect with my inner self, and even to one another - which has ultimately led to a greater sense of fulfillment and purpose in life.





Ang paglalakbay ko mula sa kabanalan ay nagsimula sa pagsisilbi ng mga nangangailangang tao sa downtown area ng Edmonton, Alberta, Canada sa pamamagitan ng pag babahagi ng libreng pagkain sa komunidad. Karamihan sa mga taong ito ay namumuhay ng may hindi kaayaayang sitwasyon dahil madalas sila ay walang tahanan o kundi naman ay mga nalulong sa droga. Maraming taon naming sinubukang makatulong sa pag babago ng kanilang pamumuhay sa pagbibigay ng libreng pagkain, trabaho at iba pang mga oportunidad upang maalis sila sa pag tira sa lansangan. Hindi man kami makapagbigay ng malaking pagbabago sa kanilang pamumuhay ngunit kami ay patuloy parin na nagsisikap na makapanghikayat para sa ika bubuti ng kanilang kapankanan.

Habang ako'y naglilingkod sa komunidad, ako ay naging interesado sa pagaaral at paguunawa sa pilosopiya ng Gurbani at dito'y aking sinimulan na makinig sa Bhai Sarabjit Singh Dhunda, Ranjit Singh Dhandariyawale, Veer Bhupinder Singh Ji, Bhai Inderjit Singh Goraya, at Dr. Karminder Singh Dhillon. Pagkatapos kong pakinggan ang mga ito ay nahikayat din akong aralin at unawain and mga minsahe ng Gurbani.

Sa aking pananaw, upang tayo ay makapagdulot ng pagkakaisa sa mundo, ay kailangan nating makahikayat sa mga kabataang henerasyon. Kailangan natin ng mga programang pang kabataan na maisasama sila sa mga serbisyong pang komunidad at turuan sila ng importansya ng pagpapahalaga sa edukasyon. Kailangan din nating makipag-ugnayan sa kanilang mga magulang at hikayatin silang makibahagi sa ganitong pangunguna. Nararapat na maibahagi natin ang pangkalahatang mensahe ng Gurbani upang magkapagdala ng pagbabago sa lipunan. Kami ay nakatuon sa pag salin ng mga mensahe ng Gurbani sa ibat-ibang klaseng lenggwahe upang maipalaganap ang mensahe ng pag-ibig, kapayapaan at pagkakaisa sa buong mundo.



All is One
Manjit Singh Nerval
Sikhs for Humanity Edmonton