

A Guide to
Inner Awakening



JUP, SO DAR, SOHILA
УКРАЇНСЬКА



1.	Передмова		2
2.	Універсальне послання		3
3.	Моя подорож		4
4.	Jap		7
5.	SoDar		53
6.	Sohila		72



ПЕРЕДМОВА

Гурбані (слова всесвітнього просвітлення) – це океан Божественної Мудрості. Воно не призначене для ритуалістичного читання, а для глибокого вивчення і впровадження в життя, щоб сприяти позитивній внутрішній трансформації. Уся Гурбані є поетичною, і саме тому буквальні переклади можуть ускладнювати її розуміння.

Щоб передати справжній зміст Гурбані, у цій книзі навмисно уникнуто дослівних перекладів слів. Наша мета – представити основний зміст кожного рядка для читачів.

Пам'ятайте: ніхто в минулому, теперішньому чи майбутньому не може стверджувати, що їхнє тлумачення Гурбані є остаточним і безпомилковим. Ми визнаємо це у своїх скромних зусиллях. Ми ділимося з вами тим, що нам вдалося зрозуміти на цей момент.

Давайте разом вивчати вчення Гуру і втілювати їх у своєму житті.



Бхай Індержіт Сінгх
Горая



УНІВЕРСАЛЬНЕ ПОСЛАННЯ

Цінності, які просвітлюють людину та роблять її благородною, не обмежуються жодною релігією, регіоном чи нацією. Ці цінності подібні до дорогоцінних коштовностей, доступних кожному як універсальний дар і частина спільної спадщини людства.

Спосіб життя, описаний у Гурбані, призначений для всього людства. Його вчення однаково застосовні до всіх, незалежно від походження чи віри — чи то індуїст, мусульманин, сикх, християнин, джайн, буддист, парс чи представник будь-якої іншої релігійної традиції. Живучи згідно з цими цінностями, люди можуть покращити своє життя та сприяти гармонії з іншими.

Цей чистий спосіб життя називається Сикхі. Ті, хто приймає безцінну мудрість, якою поділилися Гуру Сахібі, стають смиренними учнями цього шляху, відданими самовдосконаленню. Такі особистості твердо виступають проти суспільних пороків та несправедливості.

Давайте цінувати цей спільний скарб людства та глибоко замислюватися над посланнями, які він несе.



МОЯ ПОДОРОЖ

МОЯ ПОДОРОЖ ДО БОЖЕСТВЕННОГО ПОЧАЛАСЯ З СЛУЖІННЯ ЛАНГАРУ (БЕЗКОШТОВНОЇ ГРОМАДСЬКОЇ ЇЖІ) НУЖДЕНИМ ЛЮДЬМ У ЦЕНТРІ ЕДМОНТОНА, АЛЬБЕРТА, КАНАДА. ЦІ ЛЮДИ ЖИВУТЬ У ЖАЛЮГІДНИХ УМОВАХ, ОСКІЛЬКИ БІЛЬШІСТЬ ІЗ НИХ БЕЗДОМНІ ТА ЗАЛЕЖНІ ВІД НАРКОТИКІВ. ПРОТЯГОМ БАГАТЬОХ РОКІВ МИ НАМАГАЛИСЯ ЗМІНИТИ ЇХНІЙ СПОСІБ МИСЛЕННЯ, ПРОПОНУЮЧИ ЇМ БЕЗКОШТОВНУ ЇЖУ, РОБОТУ ТА ІНШІ МОЖЛИВОСТІ, ЩОБ ДОПОМОГТИ ЇМ ЗАЛИШИТИ ВУЛИЦЮ. НАМ НЕ ВДАЛОСЯ СУТТЄВО ЗМІНИТИ ЇХНЕ ЖИТТЯ, АЛЕ МИ ПРОДОВЖУЄМО ДОКЛАДАТИ ЗУСИЛЬ ДЛЯ ЇХНЬОГО ДОБРОБУТУ.

ПІД ЧАС СЛУЖІННЯ ЛЮДЬМ Я ЗАЦІКАВИВСЯ ФІЛОСОФІЄЮ ГУРБАНІ І ПОЧАВ СЛУХАТИ БХАЙ САРАБДЖІТ СІНГХ ДХУНДУ, РАНДЖІТ СІНГХ ДХАНДАРІЯВАЛЕ, ВІР БХУПІНДЕР СІНГХ ДЖІ, БХАЙ ІНДЕРЖІТ СІНГХ ГОРАЯ ТА ДОКТОРА КАРМІНДЕР СІНГХ ДХІЛЛОНА. ПРОСЛУХАВШИ ЇХ УСІХ, Я ВІДЧУВ СИЛЬНЕ ПРАГНЕННЯ ВИВЧАТИ ТА РОЗУМІТИ ПОСЛАННЯ ГУРБАНІ. ЩОБ ПРИНЕСТИ ГАРМОНІЮ У СВІТ, Я ВВАЖАЮ, ЩО МИ ПОВИННІ ЗВЕРНУТИСЯ ДО МОЛОДОГО ПОКОЛІННЯ ДЛЯ ЇХНЬОГО ВИХОВАННЯ ТА ФОРМУВАННЯ ХАРАКТЕРУ. НАМ ПОТРІБНО СТВОРЮВАТИ ПРОГРАМИ ДЛЯ ДІТЕЙ, ЗАЛУЧАТИ ЇХ ДО ГРОМАДСЬКИХ ІНІЦІАТИВ І НАВЧАТИ ЇХ ОСНОВНИМ ЛЮДСЬКИМ ЦІННОСТЯМ. ТАКОЖ ВАЖЛИВО ЗАЛУЧАТИ БАТЬКІВ І ЗАОХОЧУВАТИ ЇХ БРАТИ АКТИВНУ УЧАСТЬ РАЗОМ ІЗ ДІТЬМИ В ЦЬОМУ ПРОЦЕСІ.

ЩОБ ЗМІНИТИ СУСПІЛЬСТВО, МИ МАЄМО ДІЛИТИСЯ УНІВЕРСАЛЬНИМ ПОСЛАННЯМ ГУРБАНІ. ДЛЯ ПОШИРЕННЯ ПОСЛАННЯ ЛЮБОВІ, МИРУ ТА ГАРМОНІЇ У ВСЬОМУ СВІТІ МИ ПРАГНЕМО ЗРОБИТИ ГУРБАНІ ДОСТУПНИМ МАКСИМАЛЬНОЮ КІЛЬКІСТЮ МОВ.

УСЕ Є ЄДИНЕ.



МАНДЖІТ СІНГХ НЕРВАЛ
Sikhi for humanity



ik-oNkaar sat naam kartaa purakh nirbha-o

nirvair akaal moorat ajoonee saibhaN gur parsaad.

Ця композиція зазвичай називається «Mool Mantra». Мантра мовою сикхі ніколи не є набором слів, які, співаючи певний час, приносять якісь зовнішні чудеса. На сикхі Мантар - це вчення/ мудрість Гуру. Весь Гурбані є Мантрою, інтерналізація та реалізація її в житті призводить до Єдності з Божественним всередині.

Отже, Мул Мантра складається з основних принципів Гурмату або основних принципів мудрості Гуру. Гуруджі дає нам дорогоцінні принципи щодо божественних чеснот у мантрі Мул, яка служить наступним цілям:

1. Визначити/усвідомити Бога за допомогою цих чеснот.
2. Оскільки Бог живе в нас, ми засвоюємо ці Божі чесноти, щоб злитися з ними.
3. Використовувати мантру Мул як базовий/довідковий принцип для розуміння справжнього послання Гурбані.

Ось чому мантра Мул зустрічається 568 разів у Гуру Гранта Сахіба, тому ми повинні пам'ятати про це, читаючи та вивчаючи Гурбані. Примітка: Mool Mantar не є частиною Jap Bani або будь-якої іншої bani. Це незалежна композиція, і, як було сказано вище, Mool Mantar є посиланням на те, щоб зрозуміти кожен без винятку шабад Гурбані, і тому він з'являється знову і знову в Guru Granth Sahib».



ik-oNkaar

Один Бог, який однаково присутній у всіх. Один у всьому, і все в одному. Він присутній не лише в якомусь особливому тілі, місці чи часі. Один Бог присутній у всьому, у всіх місцях і в усі часи.

sat naam

Його первинна чеснота — Його Вічне Існування. Він назавжди. Він є життям у всьому. Життя всередині нас є чеснотою Його існування.

kartaa purakh

Він є Творець. І живе у власному творінні. Творча сила в усіх живих істотах є Його чеснотою.

nirbha-o

Він не боїться і не навіює страху.

nirvair

Він позбавлений ворожнечі. Він не ненавидить і не стає на бік когось проти інших.

akaal moorat

Він поза часом. На відміну від фізичного світу, Він ніколи не змінюється і не закінчується з часом.

ajoonnee

Він ніколи не народжується. Бог ніколи не втілюється. У нього ніколи не було батьків. Він не людина.

saibhaN

Він не створений кимось іншим. Він ніколи не потребує сторонньої підтримки. Він сам по собі.



gur parsaad.

Лише через мудрість Гуру, засвоївши ці божественні чесноти, ми можемо пізнати і бути Єдними з Богом.

JAP

Назва композиції попереду – «Джуп». Джуп тут означає процес споглядання вчень Гуру, що містяться в композиції Джуп, і застосування їх на практиці.

aad sach jugaad sach.

hai bhee sach naanak hosee bhee sach. ||1||

Це перша шлока Джуп Бані. Јур має дві шлоки, одну на початку і одну в кінці. Існує 38 паврисів/строф. Ця перша шлока означає - Бог з нами весь час від нашого початку/зачаття. Він з нами зараз і завжди буде протягом усього нашого існування.

sochai soch na hova-ee jay sochee lakh vaar.

Ми можемо сто тисяч разів обмивати наше тіло під час святих паломництв, але не можемо бути чистими, оскільки бруд розуму ніколи не йде разом із зовнішнім купанням.

chupai chup na hova-ee jay laa-ay rahaa liv taar.

Ми можемо довго сидіти в мовчазній медитації, але внутрішній хаос ніколи не зникає разом із цим зовнішнім актом.

bhukhi-aa bhukh na utree

jay bannaa puree-aa bhaar.

Ми можемо збирати купи зовнішнього матеріалу, але наш розум ніколи не може бути задоволений цими зовнішніми досягненнями

sahas si-aanpaa lakh hohi ta ik na chalai naal.

Уся наша зовнішня кмітливість/удавання зазнають невдачі на шляху до справжнього очищення зсередини



kiv sachi-aaraa ho-ee-ai kiv koorhai tutai paal.

Тоді як ми можемо стати чистими/просвітленими зсередини? Як позбутися внутрішньої злости?

**hukam rajaa-ee chalnaa
naanak likhi-aa naal. ||1||**

Коли ми живемо відповідно до Внутрішнього Божественного/Совісті, лише тоді ми стаємо чистими зсередини

**hukmee hovan aakaar
hukam na kahi-aa jaa-ee.**

Коли ми слідуємо внутрішньому Божественному, ми створюємо цілковито нове я. Силу/красу цього Внутрішнього Голосу/Совісті неможливо передати словами.

hukmee hovan jee-a hukam milai vadi-aa-ee.

Коли ми слідуємо цьому Внутрішньому Божественному, ми отримуємо ціле нове життя всередині. Ми занурюємося в славні Божественні чесноти, коли слідуємо цьому внутрішньому Божественному голосу.

hukmee utam neech hukam likh dukh sukh paa-ee-ah.

Ті, хто живуть відповідно до Божественного всередині, піднімаються до внутрішнього щастя. Коли ми не зважаємо на це, ми потрапляємо до внутрішнього страждання.

**iknaa hukmee bakhsees
ik hukmee sadaa bhavaa-ee-ah.**

Ті, хто живе в підпорядкуванні Внутрішньому Божественному, завжди благословенні всередині. Коли ми не живемо згідно з волею Бога, наш розум продовжує блукати марно

hukmai andar sabh ko baahar hukam na ko-ay.

Усі наші внутрішні досягнення приходять, коли слідуємо внутрішньому голосу Бога/Совісті. Нічого доброго не приходить, якщо не слухатися його.



naanak hukmai jay bujhai
ta ha-umai kahai na ko-ay. ||2||

Якщо ми почнемо слідувати Внутрішньому Божественному, наш розум перестане впадати в зловмисне его.

gaavai ko taan hovai kisai taan.

Ті, хто слідують Внутрішньому Голосу (Хукам) Бога/Совісті, отримують Божественну силу всередині, і їхнє життя відображає цю Божественну силу

gaavai ko daat jaanai neesaan.

Ті, хто слідують Внутрішньому Божественному, їхнє життя відображає Божественні Чесноти (дари Хукам) як індикатори/знаки шляху до Внутрішньої Чистоти

gaavai ko gun vadi-aa-ee-aa chaar.

Вони проявляють божественні чесноти та славу позитивної трансформації характеру

gaavai ko vidi-aa vikham veechaar.

Вони вбирають усвідомлення Внутрішнього Божественного, яке інші вважають незбагненим

gaavai ko saaj karay tan khayh.

Ті, хто живуть у Божественному Хукамі, виточують прекрасний чистий розум. І витирайте злобу зсередини

gaavai ko jee-a lai fir dayh.

Підкоряючись внутрішньому Господу, вони отримують розуміння внутрішньої чистоти, а потім передають цю мудрість своєму розуму-інтелекту-свідомості

gaavai ko jaapai disai door.

Вони усвідомлюють Господа всередині, якого вважали далеким

gaavai ko vaykhai haadraa hadoor.

Той, хто живе в Божественному Хукамі, спостерігає Господа дуже близько.



kathnaa kathee na aavai tot.

Слідуючи внутрішньому голосу Господа та застосовуючи його, вони залишаються без недоліків/недоліків

kath kath kathee kotee kot kot.

Оскільки вони продовжують інтерналізувати та жити в Хукамі, божественні чесноти в них зростають у різноманітті

daydaa day laiday thak paahi.

Господь усередині продовжує надавати нам мудрість для чистого «я», і розум, який отримує/слідую за нею, зрештою припиняє блукати.

jugaa jugantar khaahee khaahi.

Такий розум продовжує сприймати Божественну Мудрість, щоб перетворитися з внутрішньої нечистоти на справжню чистоту.

hukmee hukam chala-a-y raahu.

Коли ми змушуємо свій розум слідувати шляхом, який показує Внутрішнє Божественне

naanak vigsai vayparvaahu. ||3||

Наш розум живе в блаженстві, залишаючи позаду всі страхи-тривоги-тривоги.

saachaa saahib saach naa-ay

bhaakhi-aa bhaa-o apaar.

Милосердний Господь своєю вічною мудрістю не перестає провадити нас з любов'ю

aakhahi mangahi dayhi dayhi

daat karay daataar.

щоразу, коли ми просимо про будь-яку допомогу/вихід, Внутрішній Господь надає нам розуміння та рішення



fayr ke agai rakhee-ai jit disai darbaar.

Ми повинні відвернути свій розум від пороків до Внутрішнього Божественного, щоб завжди дивитися перед престолом Господа всередині

muhou ke bolan bolee-ai

jit sun Dharay pi-aar.

Наш розум має таку розмову з внутрішнім Господом, за допомогою якої ми розвиваємо любов до Господа всередині

amrit vaylaa sach naa-o vadi-aa-ee veechaar.

Ми повинні зробити наш час/життя безсмертними (а не вмирати в пороках) і засвоїти славетні божественні чесноти

karmee aavai kaprhaa nadree mokh du-aar.

Чесноти, за допомогою яких ми заслуговуємо справжню повагу і звільняємося від внутрішньої злости

naanak ayvai jaanee-ai sabh aapay sachiaar. ||4||

Завдяки цьому все всередині нас стає правдивим/чистим (як Господь)

thaapi-aa na jaa-ay keetaa na ho-ay.

Ніхто не може встановити чи зробити нас правдивими/чистими ззовні

aapay aap niranjan so-ay.

Це відбувається тільки тоді, коли ми підкоряємося внутрішньому Божественному і звільняємося від внутрішньої злости

jin sayvi-aa tin paa-i-aa maan.

Ті, хто служать (слідують) Внутрішньому Божественному, вони благословенні славою бути правдивими

naanak gaavee-ai gunee niDhaan.

Це спосіб, яким наше життя має співати/виконувати Хукам, щоб отримати скарб Божественних Чеснот



gaavee-ai sunee-ai man rakhee-ai bhaa-o.

Коли ми співаємо/живемо про ці чесноти, наш розум розвиває до них любов

dukh parhar sukh ghar lai jaa-ay.

Ми позбавляємося від страждань (спричинених пороками), і приходить радість і мир (з такими чеснотами, як задоволення та терпіння)

gurmukh naadaN gurmukh vaydaN

gurmukh rahi-aa samaa-ee.

Цей Божественний Гуру всередині нас веде нас, і, практикуючи/впроваджуючи його, ми зливаємося з ним

gur eesar gur gorakh barmaa

gur paarbatee maa-ee.

Цей внутрішній голос Гуру/Мудрості виховує нас, захищає від пороків, створює в нас красу/чистоту та допомагає нам подолати пороки

jay ha-o jaanaa aakhaa naahee

kahnaa kathan na jaa-ee.

Якщо ми думаємо, що можемо подолати пороки своїм світським мудрим розумом, то пам'ятайте, що егоїстичний інтелект нас нікуди не приведе

guraa ik dayhi bujhaa-ee.

Отже, ми повинні просити про це розуміння внутрішнього Гуру

sabhnaa jee-aa kaa ik daataa

so mai visar na jaa-ee. ||5||

що я повинен завжди пам'ятати (підкорятися) Господу, який забезпечує (веде) у Своєму Божественному Хукамі все ззовні та всередині мене.



**tirath naavaa jay tis bhaavaa
vin bhaanay ke naa-ay karee.**

Якщо ми стаємо такими, якими хоче нас бачити наш Внутрішній Господь, то це справжнє паломництво. Якщо ні, то що ми отримуємо від купання у зовнішніх Святих місцях/паломництвах?

**jaytee sirath upaa-ee vaykhaa
vin karmaa ke milai la-ee.**

Світ/творіння, сповнене краси та чистоти, якого ми шукаємо в собі, неможливо отримати без прийняття/здійснення Божественного Хукам

**mat vich ratan javaahar maanik
jay ik gur kee sikh sunee.**

Просто слухаючи/приймаючи поради Внутрішнього Гуру, ми можемо наповнити свій інтелект перлинами/скарбом Божественної Мудрості

guraa ik dayhi bujhaa-ee.

Тож ми повинні просити про це розуміння внутрішнього Гуру

**sabhnaa jee-aa kaa ik daataa
so mai visar na jaa-ee. ||6||**

що я повинен завжди пам'ятати (підкорятися) Господу, який забезпечує (веде) у Своєму Божественному Хукамі все ззовні та всередині мене

**jay jug chaaray aarjaa
hor dasoonee ho-ay.**

Якщо ми вдосконаliamo всі етапи нашого мисленнєвого процесу за допомогою мудрості Гуру, наша внутрішня краса зросте багаторазово



**navaa khanda vich jaanee-ai
naal chalai sabh ko-ay.**

Якщо кожна частина нашої свідомості застосовує божественну Мудрість, тоді всі вони будуть супроводжувати нас до внутрішньої правдивості/чистоти

**changa naa-o rakhaa-ay kai
jas keerat jag lay-ay.**

Якщо ми помістимо цю Прекрасну чесноту життя в Божественному Хукамі в наших серцях, тоді ми отримаємо справжнє визнання у своєму внутрішньому світі.

**jay tis nadar na aavee
ta vaat na puchhai kay.**

Але якщо ми не зосереджені на цьому розвитку, ми не зможемо запитати шлях стати правдивими/чистими у Внутрішнього гурӯ

**keetaa andar keet
kar dosee dos Dharay.**

І провина за безперервне падіння нашого інтелекту буде тільки на нас

**naanak nirgun gun karay
gunvanti-aa gun day.**

Отже, ми повинні прислухатися до Внутрішнього Божественного, щоб заохочувати наш злий розум заглиблюватися в чесноти і не переставати вдосконалюватися, практикуючи чесноти.

tayhaa ko-ay na sujh-ee je tis gun ko-ay karay. ||7||

Немає нікого ззовні, хто б змусив наш злий розум піти по цій дорозі. (Це наша внутрішня подорож)

sun-ai siDh peer sur naath.

Слухаючи (підкоряючись) внутрішньому голосу Господа, ми отримуємо досконалість, вищу свідомість, божественні чесноти та силу бути самим собою



sunī-ai Dharat Dhaval aakaas.

Слухання внутрішнього божественного дає мудрість, щоб підтримати розум, щоб піднятися високо і неосяжно в думках (як величезне небо)

sunī-ai deep lo-a paataal.

Слухання внутрішнього божественного дає світло мудрості розуму, який впав дуже низько через невігластво та пороки

sunī-ai pohi na sakai kaal.

Прислухаючись до внутрішнього божественного розум не вмирає (потурання до точки неповернення) в пороках

naanak bhagtaa sadaa vigaas.

Той, хто слухає/підкоряється внутрішньому божественному, живе у вічному блаженстві всередині

sunī-ai dookh paap kaa naas. ||8||

Прислухаючись до внутрішнього божественного, розум позбувається всього зла і страждань, породжених цими злими думками.

sunī-ai eesar barmaa ind.

Слухаючи внутрішнє божественне, ми отримуємо силу створити нове/чисте я, жити її чеснотами та керувати собою

sunī-ai mukh saalaahan mand.

Прислухаючись до внутрішнього голосу Сатгуру, розум залишає шлях злоби і повертається до божественних чеснот

sunī-ai jog jugat tan bhayd.

Слухаючи внутрішнє божественне, ми дізнаємося, як злитися з Господом всередині

sunī-ai saasat simrit vayd.

Слухаючи/підкоряючись внутрішньому божественному, ми збираємо справжню мудрість, яка допомагає нам жити правдиво/чисто



naanak bhagtaa sadaa vigaas.

Той, хто слухає/підкоряється внутрішньому божественному, живе у вічному блаженстві всередині

suni-ai dookh paap kaa naas. ||9||

Прислухаючись до внутрішнього божественного, розум позбувається всього зла і страждань, породжених цими злими думками.

suni-ai sat santokh gi-aan.

Слухаючи внутрішнє божественне, ми вчимося жити в правді та задоволенні/достатку

suni-ai athsath kaa isnaan.

Слухаючи нашого внутрішнього Гуру, ми купаємося в справжньому паломництві (Божественної Мудрості) всередині

suni-ai parh parh paavahi maan.

Слухаючи внутрішнього гуру, ми аналізуємо/відкриваємо свій власний розум, щоб отримати справжню славу стати чистим всередині

suni-ai laagai sahj Dhi-aan.

Слухаючи Внутрішнє Божественне, розум зосереджується на Внутрішньому Господі в постійному спокої

naanak bhagtaa sadaa vigaas.

Той, хто слухає/підкоряється внутрішньому Божественному, живе у вічному блаженстві всередині

suni-ai dookh paap kaa naas. ||10||

Слухаючи Внутрішнє божественне, розум позбавляється від усього зла і страждань, породжених цими злими думками.

suni-ai saraa gunaa kay gaah.

Слухаючи внутрішнє Божественне, ми усвідомлюємо безліч божественних чеснот всередині



sunī-ai saykh peer paatīsaah.

Слухаючи/підкоряючись внутрішньому Божественному, ми стаємо багатими та могутніми в Божественних чеснотах

sunī-ai anDhay paavahi raahu.

Слухаючи Внутрішнє Божественне, розум, засліплений пороками, знаходить справжній шлях/ясність у житті

sunī-ai haath hovai asgaahu.

Прислухаючись до внутрішнього Божественного, наш розум знаходить підтримку Божественної Мудрості в океані пороків

naanak bhagtaa sadaa vigaas.

Той, хто слухає/підкоряється внутрішньому Божественному, живе у вічному блаженстві всередині

sunī-ai dookh paap kaa naas. || 11 ||

Слухаючи Внутрішнє божественне, розум позбавляється від усього зла і страждань, породжених цими злими думками.

mannay kee gat kahee na jaa-ay.

Звільнення, отримане шляхом засвоєння Хукам/мудрості, неможливо отримати простими розмовами

jay ko kahai pichhai pachhuta-ay.

Якщо хтось говорить про досягнення цього словами, він пошкодує/зазнає невдачі

kaagad kalam na likhanhaar.

Цього внутрішнього звільнення (від злоби) неможливо досягти шляхом написання книг про мудрість

mannay kaa bahi karan veechaar.

Хто приймає внутрішній голос Господа, його розум зосереджується на словах мудрості

aisaa naam niranjan ho-ay.

Послання Внутрішнього божественного настільки благочестиве



jay ko man jaanai man ko-ay. ||12||

Кожен, хто приймає це у своєму розумі, звільняє себе від усієї злоби пороків

mannai surat hovai man buDh.

Приймаючи божественний Хукам, ми вчимося дбати про свій розум та інтелект

mannai sagal bhavan kee suDh.

Приймаючи внутрішнє божественне, ми розуміємо/усвідомлюємо весь внутрішній світ (думок)

mannai muhi chotaa naa khaa-ay.

Прийнявши Внутрішнє Божественне, нас більше не грабують пороки

mannai jam kai saath na jaa-ay.

Приймаючи Божественний Хукам, ми залишаємо товариство пороків

aisaa naam niranjan ho-ay.

Послання Внутрішнього божественного настільки благочестиве

jay ko man jaanai man ko-ay. ||13||

Кожен, хто приймає це у своєму розумі, звільняє себе від усієї злоби пороків

mannai maarag thaak na paa-ay.

Приймаючи веління Внутрішнього божества, ми не стикаємося з перешкодами на шляху до внутрішньої чистоти

mannai pat si-o pargat jaa-ay.

Приймаючи Внутрішнє Божественне, ми стоїмо в честі перед внутрішнім Господом

mannai mag na chalai panth.

Приймаючи Внутрішнє Божественне, ми залишаємо практикувати претензійні і порожні зовнішні ритуали



mannai Dharam saytee san-banDh.

Приймаючи Внутрішнє Божественне, ми встановлюємо стосунки з внутрішньою праведністю

aisaa naam niranjan ho-ay.

Послання Внутрішнього божественного настільки благочестиве

jay ko man jaanai man ko-ay. ||14||

Кожен, хто приймає це у своєму розумі, звільняє себе від усієї злоби пороків

mannai paavahi mokh du-aar.

Приймаючи Внутрішнє божественне, ми знаходимо шлях до внутрішнього звільнення в Божественній Мудрості

mannai parvaarai saaDhaar.

Приймаючи Внутрішнє Божественне, ми очищаємо/звільняємо всю нашу внутрішню родину - розум, інтелект, свідомість

mannai tarai taaray gur sikh.

Приймаючи Внутрішнє Божественне, ми позбавляємося пороків і позбавляємо від пороків усі наші процеси мислення.

mannai naanak bhavahi na bhikh.

Приймаючи внутрішнє Божественне, ми залишаємо бажання щастя та звільнення у зовнішніх досягненнях

aisaa naam niranjan ho-ay.

Послання Внутрішнього божественного настільки благочестиве

jay ko man jaanai man ko-ay. ||15||

Кожен, хто приймає це у своєму розумі, звільняє себе від усієї злоби пороків

panch parvaan panch parDhaan.

Розум, який слухає і приймає Внутрішнє Божественне, справді просвітлений. Це визнається Господом всередині і стає здатним вести нас до правдивості/чистоти



panchay paavahi dargahi maan.

Такий просвітлений розум отримує славу благословення Божественними чеснотами при дворі Внутрішнього Господа

panchay sohahi dar raajaan.

Просвітлений розум (внутрішній цар наших почуттів) стоїть прикрашений божественними чеснотами на місці/сидінні Внутрішнього Господа

panchaa kaa gur ayk Dhi-aan.

Просвітлений розум завжди зосереджений на мудрості Внутрішнього Гуру

jay ko kahai karai veechaar.

Будь-який, хто практикує/усвоює Божественний Хукам

kartay kai karnai naahee sumaar.

Усвідомлюю, що все це величезне благословення (просвітлення через мудрість) походить від Господа всередині

Dhoul Dharam da-i-aa kaa poot.

Просвітлений розум розвиває співчуття до нашого внутрішнього стану, і це співчуття породжує бажання підтримувати внутрішнє життя Божественною мудрістю.

santokh thaap rakhi-aa jin soot.

Божественна мудрість забезпечує внутрішнє я задоволеністю/терпінням, що допомагає розуму залишатися на правильному шляху на шляху до правдивості/чистоти

jay ko bujhai hovai sachiaar.

Коли хтось засвоює та реалізує таку мудрість всередині себе, він/вона стає правдивим/чистим усередині

Dhavlai upar kaytaa bhaar.

Це співчуття до внутрішнього стану виникає лише тоді, коли ми усвідомлюємо, наскільки наша свідомість обтяжена пороками



Dhartee hor parai hor hor.

Не один, у нас є безліч пороків/зла

tis tay bhaar talai kavan jor.

Якої підтримки ми шукали проти всього цього внутрішнього тягаря? (Жодного). Ось чому розум продовжує коливатися/блукати в турботах, страхах і тривогах

jee-a jaat rangaa kay naav.

Ми живемо та вмираємо у численних високих і низьких різних типах життів усередині

sabhnaa likhi-aa vurhee kalaam.

Просвітлений розум постійно закарбовує/впроваджує Божественну мудрість у внутрішнє я для його трансформації

ayhu laykhaa likh jaanai ko-ay.

Той, хто навчиться вносити цю зміну всередину

laykhaa likhi-aa kaytaa ho-ay.

Його/її внутрішній світ продовжує рости чудовим у Божественних чеснотах

kaytaa taan su-aali hu roop.

Сила Чеснот формує Божественну красу в їхній внутрішній сутності

kaytee daat jaanai koun koot.

Ніхто не має сили оцінити, наскільки вони благословенні чеснотами від Господа

keetaa pasaa-o ayko kavaa-o.

Весь цей чудово красивий простір внутрішнього зростання відбувається лише за допомогою однієї дії – дослухання до голосу Внутрішнього Господа

tis tay ho-ay lakh daree-aa-o.

Цей єдиний акт дотримання Хукама створює величезні ріки/потоки божественної мудрості у всьому нашому внутрішньому єстві



kudrat kavan kahaa veechaar.

Така незбагненна природа Хукама/Бачення Внутрішнього Божественного

vaari-aa na jaavaa ayk vaar.

Все, що ми можемо зробити, це віддатися йому до останнього

jo tuDh bhaavai saa-ee bhalee kaar.

І вірте, що все, чого наш Внутрішній Господь бажає від нас, найкраще/вигідно втілити в наше життя

too sadaa salaamat nirankaar. ||16||

Ми повинні зберегти цього (зосередитися на) благочестивого Господа всередині, прийнявши Його наказ.

asaNkh jap asaNkh bhaa-o.

Наше бачення зростає разом із впровадженням Божественної Мудрості, і ми усвідомлюємо, що маємо нескінченну силу чинити як добро, так і зло. Такий просвітлений розум усвідомлює, що в мені безмежна сила зосереджуватися й любити

asaNkh poojaa asaNkh tap taa-o.

Нескінченна сила знаходиться в розумі для поклоніння (віддатися думкам), і розум має безмежну силу брати на себе труднощі з будь-якої причини

asaNkh garanth mukh vayd paath.

У мене є безмежна сила читати/вивчати/засвоювати будь-які знання

asaNkh jog man rahahi udaas.

Мій розум має величезну силу відволікатися від відволікань заради будь-якої конкретної мети

asaNkh bhagat gun gi-aan veechaar.

Я маю безмежну здатність усвідомлювати та втілювати Божественні чесноти



asaNkh satee asaNkh daataar.

Мій розум має величезну здатність прийняти добрий Божественний характер і залишити егоїзм, щоб ділитися

asaNkh soor muh bhakh saar.

У мене є безмежна сила, щоб протистояти будь-яким викликам

asaNkh mon liv laa-ay taar.

Розум, відданий Божественному Хукаму/Баченню, усвідомлює, що в мені є нескінченна сила сидіти зосереджено та спокійно

kudrat kavan kahaa veechaar.

Така незбагненна природа Хукама/Бачення Внутрішнього Божественного

vaari-aa na jaavaa ayk vaar.

Все, що ми можемо зробити, це віддатися йому до останнього

jo tuDh bhaavai saa-ee bhalee kaar.

І вірте, що все, чого наш Внутрішній Господь бажає від нас, найкраще/вигідно втілити в наше життя

too sadaa salaamat nirankaar. ||17||

Ми повинні зберегти цього (зосередитися на) благочестивого Господа всередині, прийнявши Його наказ.

asaNkh moorakh anDh ghor.

Просвітлений розум усвідомлює, що я маю безмежні пороки, щоб діяти по-дурному проти сліпучих злих вчинків

asaNkh chor haraamkhor.

Всередині мене є незліченна кількість звичок обманювати/красти

asaNkh amar kar jaahi jor.

Всередині мене є незліченні злі здібності зраджувати/обманювати

asaNkh galvadh hati-aa kamaahi.

Всередині мене незліченні пороки, в яких я вбиваю/пригнічую доброту в собі



asaNkh paapee paap kar jaahi.

Всередині мене незліченна кількість гріхів/злих думок, у яких я вчиняю злочини, не звертаючи уваги на Внутрішнє Божественне

asaNkh koorhi-aar koorhay firaahi.

Всередині мене мій розум сповнений нескінченної злоби, яка постійно чинить зло

asaNkh malaychh mal bhakh khaahi.

Всередині мене незліченні пороки, які втягують мене в зло і страждають від них

asaNkh nindak sir karahi bhaar.

Всередині мене незліченна кількість думок, які змушують мене не поважати Внутрішнє Божественне і збирати тягар пороків на мою свідомість

naanak neech kahai veechaar.

Розум, відданий Божественному Хукаму, усвідомлює, що я живу скромно в пороках, і я повинен прислухатися до Внутрішнього Божества, щоб піднятися звідси

vaari-aa na jaavaa ayk vaar.

Все, що ми можемо зробити, це віддатися йому до останнього

jo tuDh bhaavai saa-ee bhalee kaar.

І вірте, що все, чого наш Внутрішній Господь бажає від нас, найкраще/вигідно втілити в наше життя

too sadaa salaamat nirankaar. ||18||

Ми повинні зберегти цього (зосередитися на) благочестивого Господа всередині, прийнявши Його наказ.

asaNkh naav asaNkh thaav.

Просвітлений розум усвідомлює, що існує незліченна кількість престолів Господа всередині та зовні, і кожна частина всього цього творіння, як зсередини, так і ззовні, керується законами Господа



agamm agamm asaNkh lo-a.

Той, хто сприймає Божественний Хукам, усвідомлює, що творіння всередині та поза мною має безліч шарів/простору

asaNkh kehahi sir bhaar ho-ay.

Незліченну кількість разів мій розум залишається з жалем/невдачами, намагаючись досягнути творіння

akhree naam akhree saalaah.

Немає нічого поза Хукам/порядком і славою Господа

akhree gi-aan geet gun gaah.

І немає паралелі такому розуму, який інтерналізує/реалізує мудрість, отриману від славного Хукама

akhree likhan bolan baan.

Просвітлений розум практикує хороші конструктивні думки

akhraa sir sanjog vakhaan.

Прислухаючись до внутрішнього Божественного, він пише/досягає прекрасної долі Єдності з внутрішнім Божественним

jin ayhi likhay tis sir naahi.

Той, хто вбирає Божественні чесноти, дотримуючись Хукам, позбавляється від вантажу пороків зі своєї свідомості.

jiv furmaa-ay tiv tiv paahi.

Використовуючи божественні чесноти, він отримує більше чеснот

jaytaa keetaa taytaa naa-o.

І навіть отримавши ці чесноти, він знає, що ця чудова трансформація є благословенням Божественного Хукама

vin naavai naahee ko thaa-o.

Немає іншого підкріплення, крім Божественного Хукама, щоб привести розум у спокій



kudrat kavan kahaa veechaar.

Така дивовижна природа/ефективність Внутрішнього Божественного

vaari-aa na jaavaa ayk vaar.

Розум може бути лише жертвою (бути в повному підпорядкуванні) такому Божественному всередині

jo tuDh bhaavai saa-ee bhalee kaar.

І розвиває віру в те, що все, що Внутрішнє Божественне бажає/планує для мене, є найкращим для мене.

too sadaa salaamat nirankaar. ||19||

О дорогий розум! Ви завжди повинні підтримувати/зберігати благочестивий Хукам (голос Внутрішнього Божества)

bharee-ai hath pair tan dayh.

Коли наше тіло забруднюється

paanee Dhotai utras khayh.

Змиваємо водою

moot paleetee kaparh ho-ay.

Коли одяг забрудниться

day saaboon la-ee-ai oh Dho-ay.

Миємо їх з милом

bharee-ai mat paapaa kai sang.

Мій розум сповнений злоби

oh Dhopai naavai kai rang.

Ця злоба зникає, лише прислухаючись до Внутрішнього Божественного

punnee paapee aakhan naahi.

Ми не можемо бути добрими чи поганими простими розмовами



kar kar karnaa likh lai jaahu.

Що б (хороше чи погане) ми не здійснювали у своїх внутрішніх думках, ми такою створюємо свою реальність

aapay beej aapay hee khaahu.

Все, що (добро чи зло) ми сіємо в ґрунт свого розуму, стає їжею для нашої свідомості/цінностей

naanak hukmee aavhu jaahu. ||20||

Ці зароблені цінності ведуть нас до внутрішніх радощів і страждань згідно з Божественним Хукам

tirath tap da-i-aa dat daan.

Ми можемо ходити в паломництва і займатися благодійністю з якогось співчуття

jay ko paavai til kaa maan.

Але ці зовнішні ритуали приносять дуже мало тимчасової користі (оскільки нічого не змінилося всередині)

sun-aa mani-aa man keetaa bhaa-o.

Але коли ми починаємо слухати і приймати внутрішній голос совісті і розвиваємо в ньому любов/віру

antargat tirath mal naa-o.

Ми створюємо паломництво всередині себе, де наш розум постійно купається, щоб стати чистим від усякої злоби

sabh gun tayray mai naahee ko-ay.

Такий розум усвідомлює, що Внутрішній Господь є океаном Божественних Чеснот, а я не маю жодної в собі

vin gun keetay bhagat na ho-ay.

І якщо я не засвою/поглину ці чесноти, тоді не буде відданості (Усі зовнішні паломництва-милосердя-поклоніння не є відданістю)



su-asat aath banee barmaa-o.

Лише тоді, коли розум усвідомлює це, він звертається до внутрішнього голосу Господа, який творить чудеса

sat suhaan sadaa man chaa-o.

З яким завжди є блаженство і насолода стати правдивим/чистим зсередини

kavan so vaylaa vakhat kavan kavan thit kavan vaar.

(Такий чудовий розум відпочиває, не поспішає і не сумнівається)
О котрій годині, яка дата, який день

kavan se rutee maahu kavan jit ho-aa aakaar.

У який сезон і в якому місяці я отримаю завершення/єдність із Богом усередині. (Він ніколи не чекає певного часу, а натомість наполегливо працює з терпінням)

vayl na paa-ee-aa pandtee je hovai laykh puraana.

Я можу стати вченим і писати книги, але мудрість/можливість зустріти Господа всередині не приходить із зовнішнім розумом

vakhat na paa-i-o kaadee-aa

je likhan laykh kuraan.

Хтось може читати і писати (переглядати) всі релігійні тексти, але шлях до зустрічі з внутрішнім Господом не приходить ззовні

thit vaar naa jogee jaanai rut maahu naa ko-ee.

Хтось може стати йогом, але своїми діями йоги не може описати ту дату-день-сезон для єдності з внутрішнім Божеством. (Це безперервний процес, який відбувається всередині)

jaa kartaa sirthee ka-o saajay aapay jaanai so-ee.

Той, хто йде шляхом, сказаним внутрішнім Божественним, усвідомлює, що Господь стоїть за чудовим творінням добра в мені



kiv kar aakhaa kiv saalaahēe

ki-o varnee kiv jaanaa.

Я не можу створити чи оцінити, чи навіть досягнути таке прекрасне внутрішнє творіння своїм власним злим інтелектом

naanak aakhan sabh ko aakhai ik doo ik si-aanaa.

Хоча мій інтелект, керований корумпованим розумом, має власні світські мудрі думки/трюки (але жодна з них ніколи не працює на цьому шляху)

vadaa saahib vadee naa-ee keetaa jaa kaa hovai.

Господь, який живе в мені, є вищим, Його Хукам/Бачення є вищим, що може принести в мене будь-яку доброту

naanak jay ko aapou jaanai

agai ga-i-aa na sohai. ||21||

і якщо хтось думає, що він/вона може зробити це своїм власним інтелектом, він/вона не може йти далі до слави Божественних чеснот

paataalaa paataal lakh aagaasaa aagaas.

(Наш зловмисний інтелект намагається з усіх сил знайти крайнощі зовнішнього світу, але ніколи цього не усвідомлює.) У моєму розумовому процесі є все вищі й вищі стани, де я можу досягти практичних чеснот, і є незліченна кількість низьких станів розуму, де я продовжую впасти в лещата

orhak orhak bhaal thakay vayd kahan ik vaat.

Розум відпочиває від цієї безперервної подорожі вгору і вниз лише тоді, коли він слухає і приймає Внутрішнє Божественне

sahas athaarah kahan kataybaa asuloo ik Dhaat.

Як тільки мій розум перестане рахувати зовнішні крайності творіння і почне слухати внутрішнє Божественне



laykhaa ho-ay ta likee-ai

laykhai ho-ay vinaas.

Тільки тоді всі біганини/блукання закінчуються, і воно розуміє, що нічого доброго з усіх цих розрахунків не вийде.

naanak vadaa aakhee-ai aapay jaanai aap. ||22||

Натомість цей розум стає справді мудрим, коли (замість того, щоб намагатися знайти кінці зовнішнього світу), він починає шукати власне внутрішнє я (те, що все погане заповнене в моїй власній свідомості, і мені потрібно викоринити це зсередини)

saalaahae saalaahi aytee surat na paa-ee-aa.

Ми не можемо отримати/засвоїти Божественний Хукам/чесноти простими розмовами

nadee-aa atai vaah pavahi samund na jaanee-ahi.

Для цього ми повинні злити/підпорядкувати всю нашу свідомість Внутрішньому Божественному так само, як річки вливаються в океан і залишають свою власну ідентичність.

samund saah sultaan girhaa saytee maal Dhan.

Океан Божественної Мудрості сповнений скарбами Божественних Чеснот

keerhee tul na hovnee

jay tis manhu na veesrahi. ||23||

Коли хтось засвоює Божественний Хукам із цілковитим смиренням і покорою, його/її життя стає незрівнянно великим

ant na siftee kahan na ant.

Такий скромний розум усвідомлює, що неможливо знайти кінця слави Господа в словах

ant na karnai dayn na ant.

Я ніколи не зможу відплатити за все, що Господь дає мені всередині і поза мною



ant na vaykhan sunan na ant.

Я можу сказати/описати Його Великим, але ніколи не зможу знайти кінця Його славі в мені

ant na jaapai ki-aa man mant.

Я навіть не можу знайти кінця таємницям мого власного розуму, створеного Ним

ant na jaapai keetaa aakaar.

Я не можу знайти кінця необмеженому творінню (думкам, почуттям, творчим силам тощо) всередині себе

ant na jaapai paaraavaar.

Розум, поглинений Божественним Хукамом, усвідомлює, що немає кінця неосяжності Господнього порядку

ant kaaran kaytay billaahi.

Більшість із нас живуть у нескінченних стражданнях лише тому, що ми більше зосереджені на спробі знайти кінець Божественного Хукам/Творіння

taa kay ant na paa-ay jaahi.

Але, займаючись оцінками та аргументами, ми не розуміємо, що не можемо цього зрозуміти

ayhu ant na jaanai ko-ay.

Насправді ми не усвідомлюємо цього останнього

bahutaa kahee-ai bahutaa ho-ay.

Чим більше ми говоримо і намагаємося оцінити Його Творіння/Хукам, тим більше залишається сказати/дослідити

vadaa saahib oochaa thaa-o.

Той, хто приймає/живе Хукам, усвідомлює, що Величний Господь живе в мені, і це Його Вищий/найчистіший престол



oochay upar oochaa naa-o.

І коли я ставлю Його Хукам/Настанови над моїм процесом мислення, я також стаю чистим (вищою свідомістю)

ayvad oochaa hovai ko-ay.

Таким чином я досягаю внутрішньої чистоти (підйому свідомості), живучи в Божественних чеснотах

tis oochay ka-o jaanai so-ay.

Я розпізнаю і зливаюся з Божественним всередині

jayvad aap jaanai aap aap.

Завдяки самоаналізу та внутрішньому вдосконаленню ми піднімаємось і ростемо як образ того самого Внутрішнього Божества

naanak nadree karmee daat. ||24||

Такий чеснотливий розум вважає засвоєння та впровадження Хукама найвищим благословенням внутрішнього Господа

bahutaa karam likhi-aa naa jaa-ay.

Коли ми записуємо/засвоюємо благословення божественних чеснот всередині, воно ніколи не зникає

vadaa daataa til na tamaa-ay.

Верховний Господь всередині позбавлений будь-якого бажання (отримати хвалу за благословення). Той, хто зливається з Ним, також залишає всі такі очікування

kaytay mangahi joDh apaar.

Йдучи по шляху до єдності, вони лише просять сили бути хоробрим борцем зі своїми внутрішніми вадами

kayti-aa ganat nahee veechaar.

Вони впроваджують чесноти у своє життя і ніколи не вдаються до розрахунків (того, чого вони досягли)



kaytay khap tutahi vaykaar.

Їхня сильна рішучість змушує відмовитися від багатьох пороків

kaytay lai lai mukar paahi.

Йдучи/Проходячи до внутрішньої правдивості/чистоти, такий розум отримує щедроти Божественних чеснот і продовжує відвертатися від пороків

kaytay moorakh khaahee khaahi.

Їхня рішучість з'їдає (припиняє) внутрішню дурість злого розуму

kayti-aa dookh bhookh sad maar.

Вони усвідомлюють відокремлення від Божественного Я як причину свого внутрішнього страждання та розвивають голод/потребу покінчити з цією дистанцією. І для цього вони дзвонять/шукають допомоги від Внутрішнього Божества

ayhi bhe daat tayree daataar.

Цей дар Божественної Любові, отриманий через самоаналіз, також є даром Внутрішнього Господа

band khalaasee bhaanai ho-ay.

Таким чином, живучи в Божественному Хукамі, розум звільняється від рабства пороків

hor aakh na sakai ko-ay.

Жоден із пороків/злих думок не може спокусити такий розум до зла

jay ko khaa-ik aakhan paa-ay.

Якщо якийсь негатив намагається вийти зсередини або ззовні

oh jaanai jaytee-aa muhi khaa-ay.

Це стикається з сильним опором рішучого/чеснотного розуму

aapay jaanai aapay day-ay.

Коли такий розум отримує/навчається від Внутрішнього божественного і поширює цю силу сприйняття почуттям



aakhahi se bhe kay-ee kay-ay.

Усі ці органічуття (незліченні стани свідомості) також вимовляють/ виконують вказівки

jis no bakhsay sifat saalaah.

Розум, який був врятований від пороків завдяки проникненню Божественних чеснот

naanak paatisaahē paatisaahu. ||25||

Є доброчесним імператором внутрішнього царства (Вже не є рабом спокус і пороків)

amul gun amul vaapaar.

Цей внутрішній імператор отримує дорогоцінні чесноти через дорогоцінну внутрішню торгівлю (віддавати вади, щоб заробити чесноти)

amul vaapaaree-ay amul bhandaar.

Цінніті, хто торгує (використовує) чесноти, щоб стати дорогоцінним джерелом (натхнення) чеснот всередині

amul aavahi amul lai jaahi.

Прислухаючись до Внутрішнього Божественного, людина наближається (ближче) до дорогоцінного Господа всередині та забирає у Нього дорогоцінні Чесноти

amul bhaa-ay amulaa samaahi.

Такий розум розвиває нескінченну прихильність до дорогоцінних Божественних Чеснот, втілюючи які він залишається злитими у Внутрішньому Божественному

amul Dharam amul deebaan.

Такий розум постійно використовує дорогоцінну Мудрість, отриману від Внутрішнього Господа, і встановлює дорогоцінний Божественний суд для своїх життєвих рішень



amul tul amul parvaan.

У цьому внутрішньому дворі аналіз розуму/врівноважує свої думки, і, покращуючи/трансформуючи процес мислення на користь, отримує цінне визнання всередині

amul bakhsees amul neesaan.

Таким чином він отримує дорогоцінну благодать від внутрішнього Господа і просувається далі до дорогоцінного знаку/призначення бути правдивим/чистим зсередини

amul karam amul furmaan.

Цей шлях просвітлення ведеться дорогоцінною мудрістю та Хукам/керівництвом внутрішнього божества

amulo amul aakhi-aa na jaa-ay.

Таким чином, працюючи над (інтерналізацією/реалізацією) Божественних чеснот, розум продовжує ставати ціннішим. Такий стан душі не передати словами

aakh aakh rahay liv laa-ay.

Чимало тих, хто намагається досягти всього лише словами

aakhahi vayd paath puraan.

Численні говоруни написали величезну кількість мудрості в текстах

aakhahi parhay karahi vakhi-aan.

І багато тих, хто говорить про те, що написано в тих книгах

aakhahi barmay aakhahi ind.

Багато прикидаються творцями мудрості, а багато стають царями небесними лише у своїх розмовах/словах

aakhahi gopee tai govind.

Багатьох з них зробили богами, а багатьох із їхніх учнів просто словами/розмовами



aakhahi eesar aakhahi siDh.

Говоруни заявляють, що вони берегині світу і досконалі в усьому

aakhahi kaytay keetay buDh.

У простих розмовах багато хто претендує на те, щоб бути найбільш розумними (освіченими).

aakhahi daanav aakhahi dayv.

У розмовах ми можемо вважати когось дияволом, а когось ангелом

aakhahi sur nar mun jan sayv.

Порожні заяви про розмови можуть змусити людей служити тим, кого називають мудрецями та святими

kaytay aakhahi aakhan paahi.

Багато таких балакунів намагаються стати правдивими/чистими всередині простими словами

kaytay kahi kahi uth uth jaahi.

І більшість все життя витрачає на такі порожні балачки

aytay keetay hor karayhi.

Можливо, прийде більше тих, хто стверджуватиме так само

taa aakh na sakahi kay-ee kay-ay.

авість тоді факт залишається фактом, що стану внутрішнього просвітлення/істинності неможливо досягти простими розмовами

jayvad bhaavai tayvad ho-ay.

Ви повинні стати/перетворитися таким, яким хоче бути Господь усередині вас (іншого шляху немає)

naanak jaanai saachaa so-ay.

Це спосіб, як ви усвідомлюєте Божественне Я



jay ko aakhai boluvigaarh.

Але якщо хтось все ще намагається претендувати на своє его/її досягнення цього за допомогою своєї власної мирської мудрості

taa likee-ai sir gaavaaraa gaavaar. ||26||

є верх дурості і не менше. (Світське мудре его не допомагає на шляху самореалізації)

so dar kayhaa so ghar kayhaa jit bahi sarab samaalay.

Залишаючи его осторонь, розум починає шукати/досліджувати будинок/престол Господа всередині, Який піклується (керує нами) через Свої Хукам/Напрямки

vaajay naad anayk asankhaa kaytay vaavanhaaray.

Прислухаючись до цього Внутрішнього Божественного, наші незліченні думки починають резонувати/здійснювати Божественний Хукам

kaytay raag paree si-o kahee-an kaytay gaavanhaaray.

Внутрішнє Божественне веде нас численними м'якими/простими вказівками зсередини, і наш розум, упокорений чеснотами, починає оспівувати/реалізовувати їх усередині

gaavahi tuhno pa-un paanee baisantar

gaavai raajaa Dharam du-aaray.

Подібно до всіх зовнішніх природних елементів, які працюють у синхронності з природними законами, розум, поглинений Божественними чеснотами, співає/підкоряється Хукаму/Закону Господа всередині

gaavahi chit gupat likh jaaneh

likh likh Dharam veechaaray.

Такий розум співає/працює над прихованою стороною внутрішнього «я», щоб трансформувати його, практикуючи Божественний Хукам (Дхарам)



**gaavahi eesar barmaa dayvee
sohan sadaa savaaray.**

Цей просвітлений розум завжди співає/працює, щоб прикрасити внутрішнє я, вдосконалюючи його Божественним інтелектом, який створює, живить і захищає Божественні чесноти всередині нас

gaavahi ind idaasan baithay dayviti-aa dar naalay.

Співаючи/впроваджуючи Божественний Хукам, розум сидить на внутрішньому троні вищої свідомості разом із божественними чеснотами (Він править небом всередині)

**gaavahi siDh samaaDhee andar gaavan saaDh
vichaaray.**

Такий просвітлений розум співає/досягає досконалості, споглядаючи Божественну Премудрість. Він продовжує вдосконалюватися зсередини, використовуючи Божественний Хукам

gaavan jatee satee santokhee gaavahi veer karaaray.

Такий просвітлений розум співає/виявляє справжню чистоту, милосердя, задоволеність і стає справжнім воїном, постійно борючись зі злобою та пороками всередині

**gaavan pandit parhan rakheesar
jug jug vaydaa naalay.**

Просвітлений розум співає/реалізує Хукам, вивчаючи та споглядаючи Божественну Мудрість, щоб послідовно трансформувати внутрішнє я.

**gaavahi mohnee-aa man mohan
surgaa machh pa-i-aalay.**

Співаючи/живучи в божественних чеснотах, весь такий розум завжди приваблюється/відданий чеснотам/доброті



**gaavan ratan upaa-ay tayray
athsath tirath naalay.**

Спів/виконання Божественного Хукама створює дорогоцінні камені Божественної Мудрості, і ця мудрість стає паломництвом всередині, щоб змити внутрішню злобу

**gaavahi joDh mahaabal sooraa
gaavahi khaanee chaaray.**

Співаючи/виконуючи Divine Hukat, весь розум стає відважним борцем із внутрішніми вадами.

**gaavahi khand mandal varbhandaa
kar kar rakhay Dhaaray.**

Співаючи/вправляючи Божественний Хукам, усі наші індивідуальні думки, їх сукупність і весь розум поглинені Законом Божественного

**say-ee tuDhuno gaavahi jo tuDh bhaavan
ratay tayray bhagat rasaalay.**

Співаючи/прислухаючись до Божественного Хукама, ми живемо пройняті Божественною любов'ю, відданістю та сутністю Божественних чеснот

**hor kaytay gaavan say mai chit na aavan
naanak ki-aa veechaaray.**

Ті, хто співає/прислухається до внутрішнього Божественного, не дозволяють его проникнути в свої думки. Як я можу зрозуміти їхній добродісний стан розуму?

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

Вони завжди зосереджені на Внутрішньому божественному, яке вічно присутнє всередині з його вічним/незмінним Хукам



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

Вони завжди занурені у Внутрішнє Божественне, слідування
якому веде до створення правдивого/просвітленого Я

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

Завдяки своїй зосередженості на Внутрішньому Божественному,
вони врятовані від різних кольорів/ефектів Майя/ілюзій,
породжених зловмисним розумом

**kar kar vaykhai keetaa aapnaa
jiv tis dee vadi-aa-ee.**

Оскільки вони зайняті створенням і піклуванням про таку красу
всередині себе, яка справді є благословенням Господа

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

Вони роблять те, що подобається/бажає Внутрішній Господь.
Вони ніколи не намагаються переважити голос сумління

**so paatisaahu saahaa paatisaahib
naanak rahan rajaa-ee. ||27||**

Таким чином, живучи згідно з Внутрішнім Божественним, стаєть
королями королів (Правителем свого тіла, розуму та свідомості.
Вільні від рабства пороків і спокус)

**munda santokh saram pat jholee
Dhi-aan kee karahi bibhoot.**

Живучи згідно з внутрішнім Божественним, ми отримуємо
справжнє задоволення, завдяки якому ми наполегливо
працюємо над досягненням честі Божественних чеснот, і живемо,
зосереджені на Внутрішньому голосі совісті/Божественного



**khinthaa kaal ku-aaree kaa-i-aa
jugat dandaa parteet.**

Пам'ятаючи про непостійність фізичного життя, ми звільняємося від пороків і завжди віримо в Божественну Мудрість, отриману зсередини.

**aa-ee panthee sagal jamaatee
man jeetai jag jeet.**

Ми йдемо вищим шляхом ставлення до всіх однаково, перемагаємо власний розум, тим самим перемагаючи весь внутрішній світ думок, емоцій і почуттів

aadays tisai aadays.

Ми повинні підкоритися в поклоні Внутрішньому Божественному

aad aneel anaad anaahat jug jug ayko vays. ||28||

Єдиний, Незмінний, Вічний і Непорочний Господь, який є голосом нашої совісті

**bhugat gi-aan da-i-aa bhandaraan
ghat ghat vaajeh naad.**

Божественний інтелект змушує нас працювати заради Божественних чеснот для нашої власної користі. Коли ми це робимо, кожна частина нашого внутрішнього всесвіту резонує з Божественним Хукам

aap naath naathee sabh jaa kee riDh siDh avraa saad.

Слідуючи Внутрішньому Божественному, ми стаємо таким володарем власного Внутрішнього Я, що потім панує над усією нашою свідомістю. Така свідомість усвідомлює, що все зовнішнє (ілюзія)



**sanjog vijog du-ay kaar chalaaveh
laykhay aavahi bhaag.**

Така свідомість безперервно працює, щоб поглинути Божественні Чесноти і позбутися пороків зсередини. Таким чином воно будуює собі красиву долю

aadays tisai aadays.

Ми повинні підкоритися в поклоні Внутрішньому Божественному

aad aneel anaad anaahat jug jug ayko vays. ||29||

Єдиний, Незмінний, Вічний і Непорочний Господь, який є голосом нашої совісті

aykaa maa-ee jugat vi-aa-ee tin chaylay parvaan.

Голос Божественного Інтелекту завжди грає всередині нас. Ті, хто дотримується цього, є справжніми просвітленими.

ik sansaaree ik bhandaree ik laa-ay deebaan.

Цей божественний Інтелект створює світ божественних чеснот, живить/зберігає їх і допомагає нам розрізняти добре і погане всередині нас

jiv tis bhaavai tivai chalaavai jiv hovai furmaan.

Як бажає Внутрішнє божество, цей Голос змушує нас йти шляхом правдивості згідно з Божественним Хукам

oh vaykhai onaa nadar na aavai bahutaa ayhu vidaan.

І ще одне важливе завдання цього Божественного Інтелекту полягає в тому, що коли він зустрічає будь-яку злу/слабку думку, він усуває її з нашої свідомості

aadays tisai aadays.

Ми повинні підкоритися в поклоні Внутрішньому Божественному

aad aneel anaad anaahat jug jug ayko vays. ||30||

Єдиний, Незмінний, Вічний і Непорочний Господь, який є голосом нашої совісті



aasan lo-ay lo-ay bhandaar.

Життя згідно з Божественним Хукам розвиває осередки нескінченних скарбів Божественної Мудрості всередині

jo kichh paa-i-aa so aykaa vaar.

І ця нескінченна мудрість отримана через єдиний Божественний Хукам/совість всередині

kar kar vaykhai sirjanhaar.

Засвоюючи та застосовуючи цю мудрість, ми розпізнаємо Господа всередині

naanak sachay kee saachee kaar.

Внутрішнє засвоєння Божественної мудрості та дослухання до неї є справжнім служінням Внутрішньому Господу

aadays tisai aadays.

Ми повинні підкоритися в поклоні Внутрішньому Божественному

aad aneel anaad anaahat jug jug ayko vays. ||31||

Єдиний, Незмінний, Вічний і Непорочний Господь, який є голосом нашої совісті

ik doo jeebhau lakh hohi lakh hoveh lakh vees.

Якщо щось справді може статися простими розмовами, то нехай наша одна мова буде замінена двома, лакхами чи навіть мільйонами мов

lakh lakh gayrhaa aakhee-ahi ayk naam jagdees.

І з усім цим ми постійно наспівуємо/повторюємо певні конкретні слова/слова (нічого хорошого з такого механічного повторення не виходить)

ayt raahi pat pavrhee-aa charhee-ai ho-ay ikees.

На шляху до внутрішнього просвітлення нам потрібно піднятися по сходах внутрішньої трансформації, використовуючи Божественні чесноти, щоб нарешті злитися з Внутрішнім Божественним



sun galaa aakaas kee keetaa aa-ee rees.

Але ми тільки чуємо/читаємо про таку трансформацію, захоплюємось і лише прагнемо її досягти, не працюючи над забитим пороками своїм внутрішнім я

naanak nadree paa-ee-ai

koorhee koorhai thees. ||32||

Ми забуваємо, що благодать Єдності з Внутрішнім Божественним досягається лише прислухаючись до Його слів. І очікування такого життя шляхом простого скандування/повторення слів ні до чого

aakhan jor chupai nah jor.

Розмова/спів язиком або мовчання не мають ніякої сили для досягнення єдності всередині

jor na mangan dayn na jor.

Ні бажання/прохання (і непраця всередині), ні пропозиції (зовнішня милосердя) не мають жодної сили для просвітлення

jor na jeevan maran nah jor.

Зовнішнє народження та смерть не мають нічого спільного з внутрішнім злиттям у Господі (поки ми не принесемо жодної позитивної трансформації всередині)

jor na raaj maal man sor.

Усі ці мирські королівства та скарби також не мають сили принести Єдність. Все це лише шум нашого розуму (що я можу досягти всього за гроші)

jor na surtee gi-aan veechaar.

Прості зовнішні свідомі читання та обговорення не мають сили (поки ми не засвоїмо цю мудрість усередині)

jor na jugtee chhutai sansaar.

ся ця світська мудрість/розум не має сили звільнити нас від злоби пороків



jis hath jor kar vaykhai so-ay.

Якщо хтось думає, що він/вона може зробити це зі світовою кмітливістю, він/вона повинен спробувати

naanak utam neech na ko-ay. ||33||

Наявність чи відсутність усіх цих зовнішніх сил не визначає, чи є людина вищою чи нижчою на шляху самореалізації.

raatee rutee thitee vaar. pavan paanee agnee paataal.

Усі елементи природи творять зовнішнє життя, обмежене в часі

tis vich Dhartee thaap rakhee Dharam saal.

А Земля/Земне життя встановлюється і зберігається в межах тогочасних і природних законів. Подібним чином у зовнішньому тілі елементів, керованих часом, є внутрішня Земля нашої свідомості, де ми повинні сидіти, щоб зрозуміти та реалізувати божественний Хукам/голос Внутрішнього Господа/Совісті.

tis vich jee-a jugat kay rang.

У цій свідомості ми отримуємо вказівки від Внутрішнього Божества про те, як жити красиво

tin kay naam anayk anant.

Це безмежний скарб такого Дхараму - прекрасного способу життя - всередині нас

karmee karmee ho-ay veechaar.

Коли ми аналізуємо/перевіряємо кожну свою дію відповідно до цього Дхараму/Божественної Мудрості

sachaa aap sachaa darbaar.

аш розум рухається до правдивості/внутрішньої чистоти та знаходить місце всередині, щоб продовжувати приймати рішення згідно з Божественним Хукам

tithai sohan panch parvaan.

Такий розум прославляється у вічному Дарбарі/Осідку Внутрішнього Божества



nadree karam pavai neesaan.

Завдяки благословенню Внутрішнього Господа такий розум продовжує долати віхи до Єдності з Божественним Я

kach pakaa-ee othai paa-ay.

Він продовжує отримувати/виконувати інструкції зсередини, щоб перетворити процес мислення на просвітлений

naanak ga-i-aa jaapai jaa-ay. ||34||

Це відбувається, лише якщо зайти та послухати/реалізувати Божественну мудрість

Dharam khand kaa ayho Dharam.

Правило DharamKhand - стан вивчення правильних способів життя - є

gi-aan khand kaa aakhhu karam.

працювати над GyanKhand - станом постійного навчання від Божественного Хукама

kaytay pavan paanee vaisantar kaytay kaan mahays.

Дізнатися/усвідомити, що незліченні божественні чесноти вже присутні в тілі/житті, що складається з природних елементів

kaytay barmay ghaarhat gharhee-ahi

roop rang kay vays.

Всередині є безмежна сила, щоб вирізати безліч хороших і поганих думок

kaytee-aa karam bhoomee mayr

kaytay kaytay Dhoo updays.

У різних станах нашого розуму/свідомості є найвищі з високих чеснот і керівництво/вказівки на прямий шлях до Внутрішньої Єдності



**kaytay ind chand soor kaytay
kaytay mandal days.**

У всіх частинах нашого внутрішнього творіння є безмежні джерела вищої мудрості, смиренних Божественних Чеснот і розливної сили Божественної Мудрості.

**kaytay siDh buDh naath
kaytay kaytay dayvee vays.**

Всередині нас є безліч вищої свідомості, готової допомогти нам піднятися/піднятися духовно

**kaytay dayv daanav mun kaytay
kaytay ratan samund.**

Усвідомити, що всередині нас є необмежені сили, які допомагають нам вивчати/споглядати Божественну Мудрість усередині, щоб отримати дорогоцінні камені Божественних чеснот для красивого життя

**kaytee-aa khaanee kaytee-aa banee
kaytay paat narind.**

Усвідомити, що всередині нас безперервно створюються думки з різних причин, які різними способами приносять нам задоволення

**kaytee-aa surtee sayvak kaytay
naanak ant na ant. ||35||**

Безліч свідомостей і дії, що служать цій свідомості. Немає кінця цьому внутрішньому творінню

gi-aan khand meh gi-aan parchand.

У цьому стані навчання -GyanKhand- наголос/фокус на вивченні/аналізі внутрішнього "я" (оскільки ми не можемо внести жодних змін, не усвідомивши/аналізуючи себе)



tithai naad binod kod anand.

Аналізуючи та працюючи над самореалізацією, ми отримуємо внутрішнє блаженство

saram khand kee banee roop.

Тепер розум повертається до -ShramKhand- стану, де він працює від внутрішньої трансформації, заснованої на пізнанні себе. Цей стан душі стосується внутрішньої краси

tithai ghaarhat gharhee-ai bahut anoop.

Тут ми вирізаємо/виточуємо красивого, дуже красивого себе

taa kee-aa galaa kathee-aa naa jaahi.

Процес перебудови нашої свідомості не є предметом простих розмов. Це вимагає важкої праці

jay ko kahai pichhai pachhuta-ay.

Якщо хтось скаже, що може змінити це простими словами, зрештою пошкодує

tithai gharhee-ai surat mat man buDh.

Щоб трансформувати свідомість, інтелект і спрямованість розуму, потрібна важка віддана робота

tithai gharhee-ai suraa siDhaa kee suDh. ||36||

Пробуджений стан всередині формується через мудрість Божественного/Гуру

karam khand kee banee jor.

Розум, який постійно/віддано працює над внутрішньою трансформацією, живиться Божественним Хукам зсередини

tithai hor na ko-ee hor.

Жодна інша сила (злости і пороків) не працює в такому розумі

tithai joDh mahaabal soor.

Кожна частина такого розуму є відважним могутнім воїном проти пороків



tin meh raam rahi-aa bharpoor.

Кожна частина такої свідомості населена Господом (зосередженим на Божественному Хукамі)

tithai seeto seetaa mahimaa maahi.

Кожна думка в такій свідомості зшита/центрована на Внутрішньому Божественному

taa kay roop na kathnay jaahi.

Красу такого розуму, наповненого Божественними чеснотами, неможливо описати

naa ohi mareh na thaagay jaahi.

Такий розум не вмирає (перестає слідувати Хукаму), ані не грабується (залишається без чеснот) пороками

jin kai raam vasai man maahi.

Оскільки кожна частина такої свідомості зосереджена на Внутрішньому Божественному

tithai bhagat vasesh kay lo-a.

У такому розумі відбувається процес підкорення себе Внутрішньому Господу у світлі/керівництві Божественного Хукама

karahi anand sachaa man so-ay.

Цей процес веде до справжнього вічного блаженства всередині через Просвітлення/Істинність/Внутрішню Чистоту

sach khand vasai nirankaar.

Підкріплений безперервною благодаттю/силою Внутрішнього Божества, розум досягає внутрішнього стану -SachKhand-, де вічно перебуває Єдиний Господь

kar kar vaykhai nadar nihaal.

Інтерналізуючи/застосовуючи Божественний голос совісті, він знаходить Господа всередині та живе в мирі/блаженстві



tithai khand mandal varbhand.

Кожна частина такої Божественної свідомості поглинена Божественною Любов'ю

jay ko kathai ta ant na ant.

Ніхто не може сказати/подумати про кінець такому витонченому стану розуму

tithai lo-a lo-a aakaar.

Такий - Сач Кханд - стан розуму повністю занурений у світло Божественної Мудрості

jiv jiv hukam tivai tiv kaar.

Він діє лише згідно з інструкціями/Хукам від Внутрішнього Божественного

vaykhai vigsai kar veechaar.

Залишається тільки один Господь (розум злився в нього), який піклується про все і благословляє своїми славними чеснотами

naanak kathnaa karrhaa saar. ||37||

Цей стан Єдності з Внутрішнім Божественним незбагнений (Ви можете усвідомити це блаженство, лише досягнувши туди)

jat paahaaraa Dheeraj suni-aar.

Шлях до Сач-Ханду - Царства Істини/Чистоти - всередині полягає в роботі з самоконтролем/дисципліною та терпінням/наполегливістю

ahran mat vayd hathee-aar.

на наш інтелект/свідомість за допомогою Божественної Мудрості

bha-o khalaagagan tap taa-o.

Зберігаючи себе в Божественному Хукамі, старанно працюйте над засвоєнням/реалізацією Мудрості Внутрішнього Божественного



bhaaNdaa bhaa-o amrit tit dhaal.

Тільки тоді нектар Божественної Любові просочується в чашу нашої свідомості

gharhee-ai sabad sachee taksaal.

У слові/мудрості Гуру продовжує формувати/створювати нове реформоване я всередині

jīn ka-o nadar karam tin kaar.

Ті, хто дотримується цього шляху внутрішнього зростання, вбирають у свої дії слово Внутрішнього Божественного

naanak nadree nadar nihaal. ||38||

І з цим божественним благословенням трансформації вони (стають образом Внутрішнього Божественного) отримують вічне блаженство/розквіт всередині

SALOK.

Це другий і останній Шлок Jap baani

pavan guroo paanee pitaa maataa Dharat mahat.

З кожним подихом, в цьому тілі, що складається з природних елементів

divas raat du-ay daa-ee daa-i-aa

khaylai sagal jagat.

На різних етапах життя наш розум створює власний світ (грає всередині)

chang-aa-ee-aa buri-aa-ee-aa vaachai Dharam hadoor.

Він слухає/зважає на Внутрішнє Божественне і дізнається різницю між добром і злом, щоб усвідомити правильний шлях життя

karmee aapo aapnee kay nayrhai kay door.

Усвідомлює, що всі мої вчинки (думки, дії) можуть або наблизити мене до Внутрішнього Божества, або віддалити від нього. (Господь ніколи нікуди не йде; Завжди постійно залишайся всередині)



jinee naam Dhi-aa-i-aa ga-ay maskat ghaal.

Ті, хто зосередився на божественних чеснотах і старанно працював над ними

naanak tay mukh ujlay kaytee chhutee naal. ||1||

Станьте сяючими/просвітленими всередині та звільніться від пороків



SO DAR

raag aasaa mehlaa 1

Цей шабад належить першому Нанаку Джі в Рааг Аасі. Назва: «Місце/престол Господа»

ik-oNkaar satgur parsaad.

Є Один Господь, який присутній у всьому, у всі часи, чиє існування вічне та відоме/реалізоване через слово/мудрість Гуру

so dar tayraa kayhaa so ghar kayhaa

jit bahi sarab samaalay.

Залишаючи его осторонь, розум починає шукати/досліджувати будинок/престол Господа всередині, Який піклується (керує нами) через Свої Хукам/Напрямки

vaajay tayray naad anayk asankhaa

kaytay tayray vaavanhaaray.

Прислухаючись до цього Внутрішнього Божественного, наші незліченні думки починають резонувати/здійснювати Божественний Хукам

kaytay tayray raag paree si-o kahee-ahi

kaytay tayray gaavanhaaray.

Внутрішнє Божественне веде нас численними м'якими/простими вказівками зсередини, і наш розум, упокорений чеснотами, починає оспівувати/реалізовувати їх усередині

gaavan tuDhno pavan paanee baisantar

gaavai raajaa Dharam du-aaray.

Подібно до всіх зовнішніх природних елементів, які працюють у синхронності з природними законами, розум, поглинений Божественними чеснотами, співає/підкоряється Хукаму/Закону Господа всередині



gaavan tuDhno chit gupat likh jaanan

likh likh Dharam beechaaray.

Такий розум співає/працює над прихованою стороною внутрішнього «я», щоб трансформувати його, практикуючи Божественний Хукам (Дхарам)

gaavan tuDhno eesar barahmaa dayvee

sohan tayray sadaa savaaray.

Цей просвітлений розум завжди співає/працює, щоб прикрасити внутрішнє я, вдосконалюючи його Божественним інтелектом, який створює, живить і захищає Божественні чесноти всередині нас

gaavan tuDhno indar indaraasan baithay

dayviti-aa dar naalay.

Співаючи/впроваджуючи Божественний Хукам, розум сидить на внутрішньому троні вищої свідомості разом із божественними чеснотами (Він править небом всередині)

gaavan tuDhno siDh samaaDhee andar

gaavan tuDhno saaDh beechaaray.

Такий просвітлений розум співає/досягає досконалості спогляданням Божественної Премудрості. Він продовжує вдосконалюватися зсередини, використовуючи Божественний Хукам

gaavan tuDhno jatee satee santokhee

gaavan tuDhno veer karaaray.

Такий просвітлений розум оспівує/вправляє справжню чистоту, милосердя, задоволеність і стає справжнім воїном, постійно борючись зі злобою та пороками всередині



gaavan tuDhno pandit parhan rakheesur

jug jug vaydaa naalay.

Просвітлений розум співає/реалізує Хукам, вивчаючи та споглядаючи Божественну Мудрість, щоб послідовно трансформувати внутрішнє я.

gaavan tuDhno mohnee-aa man mohan

surag machh pa-i-aalay.

Співаючи/живучи в божественних чеснотах, весь такий розум завжди приваблюється/відданий чеснотам/доброті

gaavan tuDhno ratan upaa-ay tayray

athsath tirath naalay.

Спів/виконання Божественного Хукама створює дорогоцінні камені Божественної Мудрості, і ця мудрість стає паломництвом всередині, щоб змити внутрішню злобу

gaavan tuDhno joDh mahaabal sooraa

gaavan tuDhno khaanee chaaray.

Співаючи/виконуючи Divine Hukam, весь розум стає відважним борцем із внутрішніми вадами.

gaavan tuDhno khand mandal barahmandaa

kar kar rakhay tayray Dhaaray.

Співаючи/вправляючи Божественний Хукам, усі наші індивідуальні думки, їх сукупність і весь розум поглинені Законом Божественного

say-ee tuDhno gaavan jo tuDh bhaavan

ratay tayray bhagat rasaalay.

Співаючи/прислухаючись до Божественного Хукама, ми живемо пройняті Божественною любов'ю, відданістю та сутністю Божественних чеснот



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

Ті, хто співає/прислухається до внутрішнього Божественного, не дозволяють его проникнути в свої думки. Як я можу зрозуміти їхній добродісний стан розуму?

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

Вони завжди зосереджені на Внутрішньому божественному, яке вічно присутнє всередині з його вічним/незмінним Хукам

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

Вони завжди занурені у Внутрішнє Божественне слідування, яке веде до створення правдивого/просвітленого Я

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

Завдяки своїй зосередженості на внутрішньому Божественному вони врятовані від різноманітних кольорів/ефектів майя/ілюзій, породжених зловмисним розумом

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

Оскільки вони зайняті створенням і піклуванням про таку красу всередині себе, яка справді є благословенням Господа

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

Вони роблять те, що подобається/бажає Внутрішній Господь. Вони ніколи не намагаються переважити голос сумління

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

Таким чином, живучи згідно з Внутрішнім Божественним, стаєте королями королів (Правителем свого тіла, розуму та свідомості. Вільні від рабства пороків і спокус)



aasaa mehlaa 1.

Шабад від першого Нанак Джі в Рааг Аасі

sun vadaa aakhai sabh ko-ay.

Усі кажуть, що Бог великий, просто чуючи від інших

kayvad vadaa deethaa ho-ay.

але який Ти великий, Господи! можна пізнати, лише усвідомивши себе всередині

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

Вас не можна купити/виміряти за будь-яку мирську суму, і не можна описати словами

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

Ті, хто усвідомлює вас, живуть у Єдності з вами

vaday mayray saahibaa

gahir gambheeraa gunee gaheeraa.

Мій Господи! ти океан божественних чеснот

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

Ніхто ніколи не може знати розмах/досяжність вашого Хукам (Божественний порядок)

sabh surtee mil surat kamaa-ee.

Усі, хто намагається знайти кінець/протяжність Хукама через усе зовнішнє мислення

sabh keemat mil keemat paa-ee.

Усіх, хто намагається оцінити твою славу через зовнішні матеріальні величини

gi-aanee Dhi-aanee gur guraa-ee.

І всі ті вчені та медитатори, які претендують на те, щоб бути вищими, читаючи/вивчаючи книги



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

Тоді також не можна оцінити величезність вашого Божественного
Хукам/Порядку

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

Усе добро, чесноти, наполегливу працю хтось докладає для
Божественної реалізації

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

І вся ця слава мудрості, щоб йти до досконалості/єдності

tuDh vin siDhee kinai na paa-ee-aa.

Усього цього неможливо досягти, не живучи (прислухаючись до)
свого Хукама (Голосу Внутрішнього Божества)

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

Той, хто здійснює/інтерналізує вашу Хукам (Волю), ніколи не
стикається з жодною зупинкою/перешкодою в досягненні
Божественних чеснот/слави

aakhan vaalaa ki-aa vaychaaraa.

Той, хто сприймає ці божественні чесноти/живе ними, ніколи не
стає безпорадним/вразливим

siftee bharay tayray bhandaraa.

Тому що він/вона стає сховищем чеснот всередині

jis too deh tisai ki-aa chaaraa.

Жоден із пороків не може подолати того, хто збирає таку заслугу
від Внутрішнього Божества

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

Тому що Внутрішнє Божественне прикрасило його/її зсередини



aasaa mehlaa 1.

Шабад від першого Нанака Джі в Раг Ааса

aakhaa jeevaa visrai mar jaa-o.

Лише тоді я живу, якщо я сприймаю божественний Хукам (внутрішній голос Совісті). Інакше я продовжую вмирати в лещатах

aakhan a-ukhaa saachaa naa-o.

Але для злого розуму дуже важко прислухатися/підкорятися Внутрішньому Божественному

saachay naam kee laagai bhookh.

Ті, у кого розвивається бажання впроваджувати/виконувати Хукам у своєму житті

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

Це бажання/голод змушує їх їсти/слідувати Божественній волі. І таким чином вони позбавляються внутрішнього страждання

so ki-o visrai mayree maa-ay.

О любий мій розум! Ніколи не ігноруйте голос Внутрішнього Божества

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

Справжній майстер, який всередині, веде вас Своєю вічною мудрістю/Хукам

saachay naam kee til vadi-aa-ee.

Навіть трохи слави того Божественного Хукама/Волі

aakh thakay keemat nahee paa-ee.

настільки чудовий, що саме наше існування стає надто коротким, щоб його осягнути

jay sabh mil kai aakhan paahi.

Навіть якщо ми всі разом спробуємо оцінити/пізнати Його славу



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

ми не можемо звести Його велич до слів, ані стверджувати, що він закінчився

naa oh marai na hovai sog.

Господь (і його вічний Хукам) всередині нас ніколи не вмирає, і ніколи не помиляється/жаліє

daydaa rahai na chookai bhog.

Воно завжди керує нами Божественною мудрістю, що виходить зсередини нас. Цей дивовижний внутрішній процес ніколи не закінчується

gun ayho hor naahee ko-ay.

Це найбільша чеснота того Внутрішнього Божества, якого ніколи не можна знайти в голосах злого розуму (порочності)

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

Немає іншого провідника, як цей Внутрішній голос Совісті. Ніколи не буде

jayvad aap tayvad tayree daat.

Наскільки чистим/істинним він живе всередині нас, так само є його виняткова благодійність Божественних чеснот

jin din kar kai keetee raat.

Благодійність/благо чеснот, які приносять світло (день) мудрості та припиняють ніч/кінець невігластву/порокам

hasam visaareh tay kamjaat.

Ті, хто нехтує таким Внутрішнім Господом, вони вдаються до неблагородних вчинків

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

За відсутності божественних чеснот вони продовжують падати низько/розбещено



raag goojree mehlaa 4.

Шабад четвертого Нанак Джі в Раг Гуджрі

har kay jan satgur satpurkhaa bina-o kara-o gur paas.

Молюся до тебе мій справжній супутник - джерело Мудрості
"Сатгुरु"

ham keeray kiram satgur sarnaa-ee

kar da-i-aa naam pargaas. ||1||

Я живу мерзенно в невігластві; Благослови мене світлом/ясністю
через божественні чесноти

mayray meet gurdayv mo ka-o raam naam pargaas.

Мій Гуруджі! Просвіти мене Божественними чеснотами

gurmat naam mayraa paraan sakhaa-ee har keerat

hamree rahraas. ||1|| rahaa-o.

Чесноти, отримані завдяки мудрості Гуру, є моїми справжніми
супутниками та моїм справжнім капіталом/резервом для злетів
і падінь життєвого шляху

har jan kay vad bhaag vadayray

jin har har sarDhaa har pi-aas.

Щасливіті, хто розвинув спрагу/потяг до поглинання Божественних
чеснот через мудрість Гуру

har har naam milai tariptaasahi

mil sangat gun pargaas. ||2||

Вони приходять до задоволення через ці чесноти та постійно
працюють над просвітленням у компанії Божественної Мудрості

jin har har har ras naam na paa-i-aa

tay bhaagheen jam paas.

Але ті, хто не розвинув такої спраги, настільки нещасні, що стають
жертвою пороків



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

Ті, хто не сприймає Божественну Мудрість, продовжують жити
низько/підлим життям

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

Ті, хто практикує мудрість Гуру, поглинають Божественні Чесноти
своєю свідомістю/інтелектом

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

Благословенна компанія Божественної мудрості, де ми отримуємо
Божественну Любов і Світло Божественних Чеснот

raag goojree mehlaa 5.

Шабад (поетична композиція) п'ятого Нанак Джі

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

О мій розум! Чому ти живеш тривожно/занепокоєно? Джерело
життя - Господь - з вами!

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

Він створив істот у твердих скелях і постачає їх там

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

Ті, хто супроводжують/слідують Божественній Мудрості
всередині, позбавляються океану турбот/тривоги

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

Завдяки мудрості/керівництву Гуру ми досягаємо вищого
стану Єдності з Господом всередині, де всі турботи/страхи
перетворюються на віру/мир



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

О любий! Ніхто у всьому цьому творінні не залежить від когось (окрім Господа) для підтримки життя

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

Господь забезпечує всіх; чому хвилюєшся?

**ooday ood aavai sai kosaa
tis paachhai bachray chhari-aa.**

Подивіться, птахи летять сотні миль, залишаючи своїх пташенят

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

Пам'ятайте про Господа, який піклується про птахів, а також про їхніх пташенят

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

Зрозумійте це в товаристві Божественної Мудрості, що Господь уже віддав усі сили та скарби в наші руки

**jan naanak bal bal sad bal jaa-ee-ai
tayraa ant na paraavari-aa. ||4||5||**

Замість того, щоб хвилюватися, ми повинні жити з вдячністю за незліченні щедроти



raag aasaa mehlaa 4

Цей Шабад належить четвертому Нанаку Джі в Рааг Аасі

SO PURAKH

Назва: «Со Пурах» — Господь Творець

ik-oNkaar satgur parsaad.

There is One Lord who's present in all, at all times, whose existence is eternal, and is known/realized through the word/wisdom of the Guru

so purakh niranjan har purakh niranjan

har agmaa agam apaaraa.

Всюдисущий Господь бездоганний і сповнений чеснот

sabh Dhi-aavahi sabh Dhi-aavahi tuDh jee

har sachay sirjanhaaraa.

(Отже, моліться) Господи! Весь живий світ завжди в твоїй увазі (під твоїм контролем)

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

Ти все створив і благословляєш усіх усіма силами та чеснотами

har Dhi-aavahu santahu jee

sabh dookh visaaranhaaraa.

О мої дорогі почуття! Залишайтеся зосередженими на (волі) Внутрішнього Божественного. Тільки тоді ти позбудишся страждань (народжених з пороків)

har aapay thaakur har aapay sayvak jee

ki-aa naanak jant vichaaraa. ||1||

Цей Господь не відділений від Свого творіння. що я без Нього?

tooN ghat ghat antar sarab niranantar jee

har ayko purakh samaanaa.

О Господи! Ти живеш у всіх -рівно і в усі часи



**ik daatay ik bhaykhaaree jee
sabh tayray choj vidaanaa.**

Незалежно від того, що я вважаю багатим і бідним, це ваша дивовижна гра (за межами мого розуміння)

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

Ви Постачальник, а самі живете в приймачах - Що мені ще думати?

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

О Господи! Ти безмежний, і я ніколи не зможу розшифрувати твої чесноти своїм світським мудрим інтелектом

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

Я — жертва для тих, хто служить (живе згідно) з твоєю волею

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

Ті, хто пам'ятають/усвідомлюють Господа, присутнього в усьому, живуть у мирі

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

Тому що вони живуть вільними від пороків і розривають петлі всіх страхів/занепокоєнь, породжених цими пороками

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

Ті, хто слухає безстрашного Господа всередині, звільняються від усіх страхів



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

Ті, хто служать (слідують) Внутрішньому Божественному, стають єдиними з Господом

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

Блаженні ті, хто живе згідно з Внутрішнім Божественним.

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

О Господи! Живучи у своїй відданості (прислухаючись до внутрішнього Божественного), людина отримує благословення скарбами Божественних чеснот

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

Хоча багато хто заявляє, що вони Істинні віддані, і можуть хвалити вас словами

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

Багато тих, хто поклоняється вам різними способами і зовнішньо виконує суворі ритуали

**tayray anayk tayray anayk parheh
baho simrit saasat jee**

kar kiri-aa khat karam karantaa.

Багато тих, хто читає релігійні писання і дотримується всіх зовнішніх релігійних практик



say bhagat say bhagat bhalay jan naanak jee

jo bhaaveh mayray har bhagvantaa. ||4||

Але тільки ті є справжніми відданими, які догоджають вам (живучи згідно з вашим Хукам/волею)

toon aad purakh aprampar kartaa jee

tuDh jayvad avar na ko-ee.

О Господи! Ти наш початок, наш Творець. Ніхто не дорівнює тобі.

toon jug jug ayko sadaa sadaa toon ayko jee

toon nihchal kartaa so-ee.

О Господи Творець! Я повинен усвідомити, що ти все створюєш і живеш у всьому однаково

tuDh aapay bhaavai so-ee vartai jee

toon aapay karahi so ho-ee.

Все, що тобі подобається, тільки те повинно відбуватися всередині мене (я повинен віддатися тільки цьому). Тільки через мене повинно статися те, що ти хочеш від мене

tuDh aapay sarisat sabh upaa-ee jee

tuDh aapay siraj sabh go-ee.

Я повинен усвідомити, що це ваша Хукам/воля, яка створює і закінчує все творіння всередині мене і зовні також

jan naanak gun gaavai kartay kay jee

jo sabhsai kaa jaano-ee. ||5||1||

Я повинен засвоїти ту чесноту, що ти робиш усе, що найкраще для всіх

aasaa mehlaa 4.

Шабад від четвертого Нанака Джі в Raag Aasa

toon kartaa sachiaar maidaa saaN-ee.

О Творець усього! Ти мій господар Господь



jo ta-o bhaavai so-ee theesee

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

Благослови мене цим розумінням того, що все, що тобі подобається, повинно відбуватися в мені. Те, що ти даєш мені (мудрість/вказівки) зсередини, я повинен отримати/реалізувати у своєму житті

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

Все це творіння твоє, о Господи! І ти піклуєшся про всіх (Ти ведеш усіх до правдивого життя)

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

Ті, хто отримує/досягає дорогоцінного багатства Божественних Чеснот, це благословення вашого Божественного Хукама (голосу в них)

gurmukh laaDhaa manmukh gavaa-i-aa.

Ті, хто прислухається до слів Гуру, отримують цей скарб, а ті, хто слідує мирському мудрому розуму, втрачають усе (всередині)

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

Ті, хто йде за злим розумом, відлучаються від тебе, Господи! Ті, хто прислухається до мудрості Гуру, зливаються з вами

tooN daree-aa-o sabh tujh hee maahi.

Ти є джерелом усіх чеснот і миру

tujh bin doojaa ko-ee naahi.

Немає нікого, крім вас, хто може надати такі щедроти

jee-a jant sabh tayraa khayl.

Весь живий світ грає/живе в твоєму Хукамі/волі

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

Ті, хто заперечує вашу волю, страждають від розлуки з Внутрішнім Господом. Ті, хто прислухається до Хукам, зливаються з тобою



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

Тільки ті можуть усвідомити це, хто став одним з вами, живучи у вашій Божественній Волі

har gun sad hee aakh vakhaanai.

І завжди вправляйте/засвоюйте божественні чесноти.

jīn har sayvi-aa tin sukh paa-i-aa.

Ті, хто служить/усвоює Хукам/Порядок внутрішнього Божества, живуть у мирі

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

Вони отримують спокій, прислухаючись до Божественної Мудрості, і живуть, поглинені Божественними Чеснотами

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

Дорогий Господи! Ви творець/виконавець у нас. Усе (усі наші можливості/влади) є результатом вашого створення

tuDh bin doojaa avar na ko-ay.

Без вас ніхто інший не зможе нічого створити всередині нас.

too kar kar vaykheh jaaneh so-ay.

Тільки той розум усвідомлює вас, який слухається вашої волі, знаходячи вас усередині

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

Підкоряючись мудрості Гуру, розум відкриває вас усередині

aasaa mehlāa 1.

Шабад від першого Нанака Джі в Рааг Ааса

tit saravrarhai bha-eelay nivaasaa

paanee paavak tineh kee-aa.

Ми живемо, горячи у вогні нескінченних бажань/вад



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

І ми настільки застрягли в прихильності до цих пороків/бажань, що не можемо від них позбутися. Натомість ми продовжуємо потонути в них

man ayk na chaytas moorh manaa.

О мій дорогий Розум! Ти дурень, що не зосереджуєшся на Господі (не виконуєш вказівки Внутрішнього Божества)

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

Пам'ятайте, що ви втратите все добре, що маєте з собою, коли знехтуєте Внутрішнім Божественним

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

(Щоб позбутися вогню пороків, молитися) Господи! Я не святий і не вчений. Я був дурнем (віддавався порокам) протягом усього свого життя

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

Я прошу вас, щоб ви дали мені компанію тих божественних чеснот, під керівництвом яких я можу ніколи не забути вас (і вашого божественного Хукама)

aasaa mehlaa 5.

Шабад п'ятого Нанака Джі в Рааг Ааса

bha-ee paraapat maanukh dayhuree-aa.

О дорогий Розуме! Цього людського тіла, яке у вас є, достатньо для всіх зовнішніх дій. (старання та досягнення)

gobind milan kee ih tayree baree-aa.

Але це можливість для вас поєднатися з Внутрішнім Господом (прожити життя красиво/цілеспрямовано)



avar kaaj tayrai kitai na kaam.

Жодні зовнішні ритуали не допоможуть позбутися внутрішніх страждань, породжених внутрішніми вадами

mil saaDhsangat bhaj kayval naam. ||1||

Засвоюйте лише божественні чесноти в компанії гуру (божественної мудрості)

saraNjaam laag bhavjal taran kai.

Приготуйтеся до перепливу величезного океану внутрішніх пороків

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

Ви витрачаєте своє життя/час, віддаючись лише ілюзіям зовнішніх задоволень і страждань

jap tap sanjam Dharam na kamaa-i-aa.

(Молитися до Господа) Я не практикував жодної медитації, труднощів чи релігійних дисциплін, Господи!

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

Я також не засвоїв чесноти в компанії хороших

kaho naanak ham neech karammaa.

Я вчиняю огидні/ганебні вчинки, віддаючись порокам

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

Тільки в твоєму притулку (повне підкорення Внутрішньому Божественному) я можу врятувати свою честь



SOHILAA

Назва цієї композиції / Baani - "Sohela". Сохіла означає «Пісні вдячності»

raag ga-orhee deepkee mehlaa 1

Шабад/Поетична композиція першого Гуру Джі в Raag Gauri Deepki

ik-oNkaar satgur parsaad.

Є Один Господь, який присутній у всьому, у всі часи, чиє існування вічне та відоме/реалізоване через слово/мудрість Гуру

jai ghar keerat aakhee-ai kartay kaa ho-ay beechaaro.

Стан розуму, в якому ви можете зрозуміти славу Господа

tit ghar gaavhu sohilaa sivrihu sirjanhaaro. ||1||

Залишайтеся зосередженими в такому стані розуму, щоб співати/усвідомлювати славу/вдячність Господу

tum gaavhu mayray nirbha-o kaa sohilaa.

Шановний розум! Співайте/вправляйте божественні чесноти безстрашності

ha-o vaaree jit sohilai sadaa sukh ho-ay. ||1|| rahaa-o.

Інтерналізація цих чеснот приносить вічне блаженство/мир

nit nit jee-arhay samaalee-an

daykhaigaa dayvanhaar.

Істинний Господь піклується про вас (завжди підтримує), і буде з вами завжди

tayray daanai keemat naa pavai

tis daatay kavan sumaar. ||2||

Світська мудрість не може дозволити/забезпечити будь-яку користь, щоб позбутися страхів, але підкорення Божественному Хукаму/Волі має всі сили для цього



sambat saahaa likhi-aa mil kar paavhu tayl.

Подібно до того, як усі приготування починаються після того, як визначено дату/час шлюбу, так само ви (о Розумі!) фіксуєте мету злиття з Внутрішнім Божественним і починаєте готуватися до цього, поглинаючи божественне

dayh sajan aseesrhee-aa ji-o hovai saahib si-o mayl. ||3||

Прийміть благословення/вчення Гуру, завдяки якому ви можете зустрітися (бути єдиним цілим) з Господом всередині

ghar ghar ayho paahuchaa sad-rhay nit pavann.

До всіх станів вашої свідомості поширюйте вічне послання голосу Внутрішнього Божества/Совісті

sadhanhaaraa simree-ai

naanak say dih aavann. ||4||1||

І коли ви зосередитеся на цьому голосі/волі Господа зсередини дня/часу того Божественного Союзу, прийде

raag aasaa mehlaa 1.

Шабад від першого Нанак Джі в Рааг Аасі

chhi-a ghar chhi-a gur chhi-a updays.

Хоча у зовнішньому світі існують різні школи думки, свої власні Гуру/Вчителі та їхні різні послання

gur gur ayko vays anayk. ||1||

Але всередині нас є лише один Істинний Господь, який різними шляхами через Свої Божественні Хукам веде нас до праведності

baabaa jai ghar kartay keerat ho-ay.

Стан душі, в якому ми можемо співати/підкорятися волі Господа

so ghar raakh vadaa-ee to-ay. ||1|| rahaa-o.

Ми повинні зберегти цей стан (залишатися підпорядкованими та зосередженими). Це справжня чеснота



**visu-ay chasi-aa gharhee-aa pahraa
thitee vaaree maahu ho-aa.**

Подібно до зовнішнього творіння, рух Сонця дав нам різну тривалість часу

sooraj ayko rut anayk.

Положення Сонця також приносить різні пори року

naanak kartay kay kaytay vays.

Подібним чином Єдиний Господь-Творець всередині нас веде нас різними шляхами в нашій свідомості. (Нам потрібно сидіти всередині, щоб споглядати на Нього)

raag Dhanaasree mehlaa 1.

Шабад від першого Нанака Джі в Рааг Дханаасрі

**gagan mai thaal rav chand deepak banay
taarika mandal janak motee.**

Коли я дивлюся на сонце, місяць і зірки

**Dhoop mal-aanlo pavan chavro karay
sagal banraa-ay foolant jotee. ||1||**

І відчути духмяний вітер з гір, дерев і природи, наповненої квітами, я повинен запитати себе

kaisee aartee ho-ay. bhav khandnaa tayree aartee.

Це як я можу поклонятися Тобі, Господи! (Ваше поклоніння не залежить від якихось ритуальних тарілок із лампадками, квітами, перлами, ароматичними паличками, віялами тощо.)

anhataa sabad vaajant bhayree. ||1|| rahaa-o.

Мелодійна музика Божественного Хукама/Порядку резонує по всьому творінню — у мені та поза мною. (Ваше поклоніння не залежить від зовнішньої музики/інструменту)



sahas tav nain nan nain heh tohi ka-o

sahas moorat nanaa ayk tohee.

Усі ці тисячі очей і облич навколо мене твої, Господи! Але у вас немає особливого обличчя чи очей, яким я мав би поклонятися

sahas pad bimal nan ayk pad ganDh bin

sahas tav ganDh iv chalat mohee. ||2||

Усі ці тисячі ніг твої, Господи! і все ж немає конкретних ніг, яким я мав би поклонятися. Усі ці тисячі запахів навколо мене — твої, Господи! Проте немає ніякої конкретності

sabh meh jot jot hai so-ay.

Все навколо мене містить світло того самого Господа

tis dai chaanan sabh meh chaanan ho-ay.

Бо всі живі/просвітлені завдяки присутності в них того самого Господа. (Тоді як я можу вважати його окремим і поклонятися йому окремо?)

gur saakhee jot pargat ho-ay.

Завдяки мудрості Гуру ми усвідомлюємо Божественне Світло всередині нас

jo tis bhaavai so aartee ho-ay. ||3||

І після такого усвідомлення, коли ми починаємо робити те, що подобається Внутрішньому Божеству — це і є справжнє Поклоніння

har charan kaval makrand lobhit mano

andino mohi aahee pi-aasaa.

Завдяки мудрості Гуру, коли я розвиваю спрагу/бажання підкоритися Внутрішньому Божественному

kirpaa jal deh naanak saaring ka-o

ho-ay jaa tay tayrai naa-ay vaasaa. ||4||3||

Тільки тоді мій розум отримує нектар Божественної Мудрості, з якою я зливаюсь в Господі всередині



raag ga-orhee poorbee mehlaa 4.

Шабад четвертого Нанака Джі в Рааг Гаурі Пурабі

kaam karoDh nagar baho bhari-aa

mil saaDhoo khandal khanda hay.

Єдиний спосіб знищити купи пороків, таких як хіть і гнів всередині нас, це засвоїти/практикувати мудрість Гуру

poorab likhat likhay gur paa-i-aa

man har liv mandal mandaa hay. ||1||

Усі ті злі думки, які вже написані/закарбовані в нашому розумі, змиваються, коли мудрість Гуру вливається/поглинається. І роблячи це, наш розум піднімається в Божественній Любові

kar saaDhoo anjulee pun vadaa hay.

Шановний розум! Складіть руки (Смириться) перед Гуру - джерелом Божественної Мудрості - щоб знати спосіб позбутися пороків

kar dand-ut pun vadaa hay. ||1|| rahaa-o.

Повністю підкоряйтеся мудрості Гуру. Це найбільша чеснота.

saakat har ras saad na jaani-aa

tin antar ha-umai kandaa hay.

Розум, захоплений пороками, не знає Божественної Любові, а натомість має велике его

ji-o ji-o chaleh chubhai dukh paavahi

jamkaal saheh sir dandaa hay. ||2||

Цей шип Его щипає на кожному кроці життя і приносить страждання. В Его такий розум безперервно збивається страхами, породженими пороками



**har jan har har naam samaanay
dukḥ janam maran bhav kḥanda hay.**

Любителі Божественного живуть, поглинені Божественними чеснотами, і вони позбавляються щоденних смертей/страждань, які приносить Его.

**abhinaasee purakh paa-i-aa parmaysar
baho sobh kḥand barahmandaa hay. ||3||**

Вони зливаються з вічним Господом усередині, який наповнює їх справжньою славою/красою

**ham gareeb maskeen parabḥ tayray
har raakh raakh vad vadaa hay.**

(Щоб позбутися цього его, моліться) Я занадто малий/порожній (від добра) зсередини, о Господи!

**jan naanak naam aDhaar tayk hai
har naamay hee sukh mandaa hay. ||4||4||**

Мене підтримують лише ваші божественні чесноти, які можуть принести вічну радість/мир усередині

raag ga-orhee poorbee mehlāa 5.

Шабад п'ятого Нанак Джі в Рааг Гаурі Пурабі

**kara-o baynantee sunḥu mayray meetaa
sant tahl kee baylāa.**

О дорогий Розуме! Я прошу вас усвідомити, що це час для вас служити (прислухатися до) Гуру

**eeḥaa kḥaat chalḥu har laāḥaa
aagai basan suḥaylāa. ||1||**

Якщо ви заробите/засвоїте мудрість Гуру зараз, ви зможете легко жити вперед (за будь-яких обставин)



a-oDh ghatai dinas rainaaray.

man gur mil kaaj savaaray. ||1|| rahaa-o.

З кожним днем і ніччю твоє життя проходить повз. Зустрітися (підкоритися) Гуру, щоб досягти мети свого життя

ih sansaar bikaar sansay meh

tari-o barahm gi-aanee.

Пороки змусили нас наповнити наше життя страхами та турботами. Єдиний вихід – реалізація Божої Премудрості

jisahi jagaa-ay pee-aavai ih ras

akath kathaa tin jaanee. ||2||

я мудрість пробуджує вас від сну пороків, наповнює вас божественною любов'ю та вказує шлях до зустрічі з Господом у вас

jaa ka-o aa-ay so-ee bihaajhahu

har gur tay maneh basayraa.

Заробити/усвідомити мету, з якою ви прийшли до Гуру. Поглиніть любов до Божественного через мудрість Гуру

nij ghar mahal paavhu sukh sehjay

bahur na ho-igo fayraa. ||3||

Ви знайдете палац/місце миру в собі. І не заблукаєш у подальших пошуках щастя

antarjaamee purakh biDhaatay

sarDhaa man kee pooray.

(За таке щастя моліться) Ти знаєш все, що в мені відбувається, Господи! Виконайте моє бажання



naanak daas ihai sukh maagai

mo ka-o kar santan kee Dhooray. ||4||5||

Усе, про що я прошу в ім'я щастя, це те, що я повинен повністю підкоритися мудрості/керівництву істинного Гуру.



sikhiforhumanity.com

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