

! ਜਪੁ ਜੀ ਸਾਹਿਬ !

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਆਂਵਦੋ ਨਾਰਾਇਨ ਸਰੂਪ ॥ ਹੋਮਾਨਾ ਨਿਰੰਜਨ ਨਿਰੰਕਾਰ ਰੂਪ ॥



Queridos amigos. Ambrosio y Andrea, del Centro Avagar (Madrid), os ofrecen una transliteración castellana del Jap Ji. Eso facilita la lectura y la práctica al hispanohablante, a costa, eso sí, de perder las sutilezas de la pronunciación punjabi original.

Sat Nam



Jap Ji

Ek ong kar

Dios y su creación son uno

sat nam

ésta es la verdadera identidad de todo.

karta purk

Él crea la realidad

nirbo

sin miedo

nirber

sin ira

akal murt

el tiempo no existe

ajuni

no proviene de un útero

sei bang

Él existe por mí mismo

gur prasad *

obtengo este conocimiento gracias al Guru.

jap *

medito:

ad sach

ésta es la Verdad Primordial

jugad sach *

a lo largo de todas las era

hebi sach

en este instante presente

nanak hosi bi sach*

Nanak, la verdad para siempre.

Pauri 1

socha soch na hovei
je sochi lak var *

No podemos comprender a Dios mediante la razón / aunque pensáramos en Él millones de veces.

chupa chup na hovei
je lai raha liv tar *

Ni tampoco meditando en silencio, no importa cuán largamente te sentaras

bukia buk na utri
je bana puria bar *

El hambre de esta gente hambrienta (de conocimiento) no se calmaría ni aún con todo el pan (riquezas) del mundo

sehas sianpa lak hoe
ta ik na chale nal *

Por más inteligente que fueras, tu intelecto no te llevará (a conocerlo)

kev sechara hoie
kev kure tute pal *

¿Cómo alcanzar la Verdad?
¿Cómo rasgar el velo de la falsedad?

hukem rejai chalna
nanak likia nal.* 1

Nanak dice: rindiéndote a la Voluntad Divina, lo sepas o no (aceptando la Realidad; haciendo tuya Su voluntad)

Este pauri combate la depresión, la inseguridad, las pérdidas y las pesadillas. Es un antídoto para la más profunda depresión. Contiene el éxtasis

Pauri 2

hukmi hoven akar
hukam na kehia jai *

Es por su Voluntad que existen todas las formas,
pero su Voluntad no puede ser descrita.

hukmi hoven ji
hukam mile vadiai *

Es por su Voluntad que existen almas encarnadas;
es por su voluntad que encuentran grandeza

hukmi utam nich
hukam lik duk suk paie*

Es por su Voluntad que hay personas grandes y
pequeñas, que sufren o gozan

ikna hukmi bakshis
ik hukmi sada bavaie *

Es por su Voluntad que algunos se liberan,
mientras que otros vagan por ciclos de vida y
muerte

hukme andar sab ko
bahar hukam na koe *

Todos los seres viven bajo su Voluntad, nada
escapa a Ello.

nanak hukme je buje
ta home kehe na koe.* 2

Nanak dice: quien entienda su Voluntad, quedará
libre del ego.

Imparte paciencia y estabilidad

Pauri 3

gave ko tan hove kise tan *
gave ko dat jane nisan *

Algunas personas poderosas cantan su poder, ¿a quién pertenece dicho poder? / Algunas personas caritativas cantan su generosidad, como si de una marca Suya se tratara

gave ko gun vadiaia char *
gave ko vidia vikam vichar *

Algunos cantan Su grandeza y belleza / Algunos sabios cantan Su sabiduría, obtenida costosamente en estados de meditación profunda

gave ko sach kare tan ke *
gave ko jia le fir de *

Algunos cantan que Él, habiendo creado los cuerpos, después los reduce a polvo / Algunos cantan que Él permite que las almas se vayan y retornen

gave ko jape dise dur *
gave ko veke hadra hadur *

Algunos cantan que Él se halla muy lejos / Algunos cantan que Él está presente en cada presencia

katna kati na ave tot *
kat kat kati koti kot kot *

En los discursos religiosos, la relación de sus atributos no tiene fin / Aunque millones de personas lo hayan descrito de millones de formas

denda de lende tak pae *
juga jugantar kahi kae *

El Dador da incansable y las personas se cansan de recibir / El Dador da a lo largo de las eras, y las personas continúan consumiendo

hukmi hukam chalaeh raho *
nanak vegse verparvaho. * 3

Él es el que ordena, y por su Orden, el universo se mueve / Oh Nanak, El permanece despreocupado e infinitamente gozoso.

Transforma la insuficiencia en suficiencia y la baja autoestima en completa autoconfianza

Pauri 04

sacha sahib sach nae
bakia bao apar *

ake mange de de
dat kare datar *

fer ki ague rakie
jit dise darbar *

moho ke bolan bolie
jit sun dare piar *

amrit vela sach nao
vediai vichar *

karmi ave kapra
nadri mok duar *

nanak eve janie
sab ape sachiar.* 4

Verdadero Dios, Verdadera Justicia
Las personas hablan de Su infinito amor

Piden, y luego suplican: "dame, dame"
y el Dador da

¿Qué puedo ofrecer a Dios para que me
vea?

¿Qué palabras deben salir de mi boca para
que Él me oiga y me ame?

En las horas ambrosiales, medita
profundamente en el Nombre Verdadero

Los karmas serán cubiertos y la puerta de la
liberación se abrirá

Oh Nanak, la persona verdadera contiene
en sí el universo entero.

*Bendice a los que están atrapados en el
sentimiento de pobreza, sin recursos o carentes de
sentido*

Pauri 05

tapia na jae kita na hoe *
ape ap nirinjan soe *

jín sevia tin paia man *
nanak gavié guni nidan *

gavié sunie man rakie bao *
duk parhar suk gar le jae *

gurmuk nadang
gurmuk vedang
gurmuk reha samai *

gur ishar gur gorak brama
gur parbati mai *

je ho jana aka nahi
kehana katan na jai *

gura ek de bujai *

sabna jia ka ek data
so me visar na jai.* 5

Él nunca fue establecido ni creado / El
Uno es el Puro Uno por Sí Mismo

Quien le sirve obtiene la gloria en el
mundo / Oh Nanak, cántale a Él,
tesoro de virtudes

Cántale, escúchalo, mantén al amor
en tu mente / el dolor se irá y la paz
anidará en tu hogar

A través del Guru se activa el Naad (el
flujo de sonido), a través del Guru se
obtienen los Vedas (el conocimiento) /
A través del Guru nos unimos a Él

El Guru es Shiva, Visnu y Brama /
El Guru es Pravati y Maya

Aunque lo conociera a Él, no lo podría
explicar / no hay discurso posible

El Guru me ha hecho comprender una
cosa:

todas las Almas vienen de un Dador
Ojala no lo olvide

*Recita este Sauri cuando te sientas
fracasado. Te dará éxito*

Pauri 06

tirat nava je tis bava
vin bane ke nae kari * *

jeti sirat upai veka
vin karma ke mile lei *

mat vich ratan javahar manek
je ik gur ki sikh suni *

gura ik de bujai *

sabna jia ka ik data
so me visar na jai.* 6

Me baño en los lugares de peregrinaje
para complacerlo a Él / pero sin la
experiencia interna, ¿de qué valen los
rituales?

¡Cuántos seres hay creados! / pero sin
acciones conscientes ¿qué se puede
encontrar?

Obtendrás el Tesoro / con escuchar una
sola de las lecciones del Guru

El Guru me ha hecho comprender una
cosa:

todas las Almas vienen de un Dador
Ojala no lo olvide

*Disipa las limitaciones. Cántalo cuando te
sientas forzado, atascado o atrapado*

Pauri 07

je jug chare arja
hor dasuni hoe *

Aunque alguien viviera cuatro eras
Incluso diez veces más

navaa kanna vich janie
nal chale sab koe *

O fuera conocido en nueve reinos
Y seguido por todas sus gentes

changa nao rakae ke
jas kirat jag lee *

O adquirido un buen nombre
Aclamado y cantado en todas partes

je tis nadar na ave
ta vat na puche ke *

Si la persona carece de la vision
(espiritual) / nada de esto importa

kita andar kit kar
dosi dos dare *

Sería un gusano entre los gusanos
Y las personas culposas le culparían

nanak nirgun gun kare
gun vantia gun de *

Oh Nanak, quien posee virtudes es
porque Él se las da / y no se las da a
quienes no las poseen

teha koe na sujei
ji tis gun koe kare.* 7

Pero no existe persona alguna / que
pueda darle o quitarle nada a Él.

*Este pauri te sanará cuando sufras de envidia,
prepotencia, locura por el poder, necesidad de
control o cuando seas demasiado territorial*

Pauri 8

sunie sid pir sur nat *
sunie darat daval akas *

sunie dip loa patal *
sunie poe na sake kal *

nanak bagta sada viga *
sunie duk pap ka nas. *8

En silencio obtienes poderes sobrenaturales, te vuelves santo, semidios y yogui / en silencio se revelan la tierra, la fuerza del toro y el éter

En silencio accedes a los océanos, a los cielos y a los inframundos / En silencio, la muerte (el tiempo) no te toca

Oh Nanak, quienes lo conocen, viven en éxtasis / el silencio borra el dolor y los errores

Te hará ser un sabio perfecto

Pauri 9

sunie ishar brama ind *
sunie muk salahand mand *

sunie jog jugat tan bed *
sunie sasat simrit ved *

nanak bagta sada viga *
sunie duk pap ka nas. *9

En silencio te conviertes Shiva, Brama e Indra / en silencio los malvados se transforman

En silencio se abre el camino del yoga y se revelan los misterios del cuerpo / en silencio comprendes las escrituras sagradas (shasstras, smritis, vedas)

Oh Nanak, quienes lo conocen, viven en éxtasis / el silencio borra el dolor y los errores

Da expansión

Pauri 10

sunie sat santok guian *
sunie at sat ka isnan *

En silencio eres honesto, paciente y sabio / estar en silencio es como peregrinar a todos los lugares sagrados existentes

sunie par par pave man *
suni-e lague sahech dian *

En silencio, la erudición es exitosa / en silencio, la meditación resulta fácil

nanak bagta sada vigan *
sunie duk pap ka nas. * 10

Oh Nanak, quienes lo conocen, viven en éxtasis / el silencio borra el dolor y los errores

Te dará la gracia

Pauri 11

sunie sara guna ke ga *
sunie sek pir patsha *

En silencio asimilas las más profundas virtudes / en silencio llegas a lo más alto de la espiritualidad

sunie ande pave ra *
sunie hat hove asga *

En silencio, los desorientados hallan el camino / en silencio, lo inalcanzable se vuelve accesible

nanak bagta sada vigan *
sunie duk pap ka nas. * 11

Oh Nanak, quienes lo conocen, viven en éxtasis / el silencio borra el dolor y los errores

Te dará la virtud

Pauri 12

mane ki gat kehi na jae *
je ko kehe piche puchtae *

kagad kalam na likanhar *
mane ka be karan vichar *

aesa nam nirinjan hoe *
je ko man jane man koe.* 12

El estado de conciencia de la persona que acepta (la Realidad) no puede ser descrito / si alguien lo hiciera, luego se arrepentiría

No hay papel, pluma o escritor capaz de describir / lo que experimenta quien acepta en estado de meditación

Así es el Nombre: hace que la persona se vuelva pura / cuando comprende en profundidad el poder de la aceptación

Quando te sientas menospreciado, este pauri te dará autoestima, respeto por ti mismo y conexión con tu ser superior.

Pauri 13

mane surat hove man bud *
mane sagal bhavan ki sud *

mane mu chota na kae *
mane jam ke sat na jae *

aesa nam nirinjan hoe *
je ko man jane man koe.* 13

Quien acepta tiene el poder de escuchar y una mente intuitiva / Quien acepta obtiene el conocimiento del universo entero

Quien acepta no es humillado / ni se deja asustar por la muerte

Así es el Nombre: hace que la persona se vuelva pura / cuando comprende en profundidad el poder de la aceptación

Otorga conocimiento del infinito y una profunda intuición

Pauri 14

mane marag tak na pae *
mane pat sio pargat jae *

Quien acepta tiene su camino libre
de obstáculos / quien acepta es
radiante y honorable

mane mag na chale pant *
mane daram seti sanband *

Quien acepta está desapegado de
los asuntos mundanos / Quien
acepta abraza el dharma

aesa nam nirinjan hoe *
je ko man jane man koe.* 14

Así es el Nombre: hace que la persona
se vuelva pura /
cuando comprende en profundidad el
poder de la aceptación

*Este pauri te mostrará el camino cuando no
puedas encontrar tu camino en la vida, o no
veas la dirección de tu destino, o cuando no
puedas sentir satisfacción*

Pauri 15

mane pave mok duar *
mane parvare sadhar *

Quien acepta abre las puertas de la
liberación (décima puerta) / Quien
acepta salva también a su familia

mane tare taare gur sikh *
mane nanak bhava na bik *

Quien acepta atraviesa el océano de
la vida y hace que otros lo naden
también / Quien acepta, Oh Nanak,
no volverá a vagar en este mundo
como mendigo

aesa nam nirinjan hoe *
je ko man jane man koe.* 15

Así es el Nombre: hace que la persona
se vuelva pura /
cuando comprende en profundidad el
poder de la aceptación

Te trae la salvación

Pauri 16

panch parvan panch pardhan *
panche pave darghe man *

panche sohe dar rajan *
pancha ka gur ek dian *

je ko kehe kare vichar *
karte ke karne nahi sumar *

doal dharam daia ka put *
santok tap rakia jin sut *

je ko buje hove sachiaar *
davale upar keta bar *

dharti hor pare hor hor *
tis te bar tale kavan jor *

ji jat ranga ke nav *
sabna likia vuri kalam *

eo leka lek jane koe *
leka likia keta hoe *

keta tan sualia rup *
keti dat jane kon kut *

kita pasao eko kavao *
tis te hoe lak dariao *

kudrat kavan kaha vichar *
varia na java ek var *

jo tud bave sai bali kar *
tu sada salamat nirankar.* 16

Los elegidos son de crédito, los
elegidos son supremos / los elegidos
encuentran honores mundanos

Los elegidos tienen bella presencia
en la corte del rey / los elegidos
viven focalizados en el Guru

Nadie, desde su meditación
profunda, podría comprender
(enumerar) las acciones del Creador
El dharma, hijo de la compasión,
es el toro (soporta la tierra) / da lugar
a la paciencia y sostiene el hilo
conductor

Quien entiende esto se convierte
en una persona verdadera / ¡qué
grande es el peso que soporta el
toro (dharma)

Muchos son los mundos paralelos
¿qué poder los sostiene?

Tántas son las almas de todo tipo y
color / y todas ellas escritas por una
pluma infatigable

Si alguien supiera describir todo
esto
¿Cuántos escritos produciría?

¡Qué poder (música divina)! ¡Qué
bellas formas! / ¿Quién conoce la
extensión de todos estos regalos?

Un solo gesto, una palabra / y
surgieron 10000 ríos

Cuando medito en el poder de la
naturaleza, ¿qué puedo decir?
¿Qué puedo hacer (ofrecer,
sacrificar)?

Lo que place a Dios son las buenas
acciones / Él siempre está en paz y
sin forma

*Te dará el conocimiento de la estructura
del universo*

Pauri 17

asank jap asank bhao *
asank puja asank tap tao*

asank grant muk ved pat *
asank jog man rehe udas *

asank bagat gun guian vichar *
asank sati asank datar *

asank sur mu bak sar *
asank mon liv lae tar *

kudrat kavan kaha vichar *
vari-a na java ik var *

jo tud bave sai bali kar *
tu sada salamat nirankar.* 17

Innumerables cantos, innumerables modos de amar / innumerables rituales, innumerable energía

Innumerables libros, innumerables modos de recitar las escrituras sagradas / innumerables los yoguis que viven desapegados de sus mentes

Innumerables los devotos, las virtudes, el conocimiento y los modos de meditación profunda / innumerables las personas verdaderas y los generosas

Innumerables los héroes que se enfrentan al acero / innumerables los santos que añoran reunirse con Él

Cuando medito en el poder de la naturaleza, ¿qué puedo decir? / ¿Qué puedo hacer (ofrecer, sacrificar)?

Lo que place a Dios son las buenas acciones / Él siempre está en paz y sin forma

Te traerá libertad y resurrección

Pauri 18

asank murak and gor *
asank chor haram kor *

Innumerables los estúpidos y los carentes de visión (psíquica) / Innumerables los ladrones y los que delinquen

asank amar kar jahe jor *
asank gal vad hatia kamae *

Innumerables los poderosos que se creen inmortales / Innumerables los asesinos

asank papi pap kar jae *
asank kuriar kure firae *

Innumerables los que pecan y huyen / Innumerables los mentirosos que caen en las redes de sus mentiras

asank malech mal bak kae *
asank nindak sir kare bar *

Innumerables los pícaros que se comen la porquería / Innumerables los difamadores que arrastran sus calumnias dentro de su propia mente

nanak nich kehe vichar *
varia na java ek var *

Nanak, el más bajo y humilde de todos ellos, habla desde su meditación profunda / ¿Qué puedo hacer (ofrecer, sacrificar)?

jo tud bave sai bali kar *
tu sada salamat nirankar.* 18

Lo que place a Dios son las buenas acciones / Él siempre está en paz y sin forma

Combate la demencia, el sentimiento de inferioridad y los comportamientos autodestructivos

Pauri 19

asank nav asank tav *
agam agam asank lo *

Innumerables los nombres y lugares
/Innumerables las dimensiones
paralelas imposibles de acceder

asank kahe sir bar hoe *
akri nam akri sala *

La propia palabra "innumerables" es una
pesada carga para la mente / en el flujo
del sonido están los nombres y las
oraciones

akri guian guit gun ga *

en el flujo del sonido están el
conocimiento y las canciones virtuosas

akri likan bolan ban *
akra sir sanjog vakan *

En el flujo del sonido está la palabra,
hablada o escrita / En el flujo del sonido
está tu bendito destino escrito en tu
frente

jiv ehe like tis sir nahe *
jiv furmae tiv tiv pahe *

Pero el Uno que escribió en tu frente, nada
escrito tiene en la Suya / tal como Él dicta,
de ese modo las personas se mueven

jeta kita teta nao *
vin nave nahi ko tao *

Así como de inmensa es la creación, así de
inmenso es el sonido (Nam) / más allá del
sonido, nada existe

kudrat kavan kaha vichar *
varia na java ek var *

Cuando medito en el poder de la
naturaleza, ¿qué puedo decir? / ¿Qué
puedo hacer (ofrecer, sacrificar)?

jo tud bhava sai bali kar *
tu sada salamat nirankar.* 19

Lo que place a Dios son las buenas
acciones / Él siempre está en paz y sin
forma

*Te dará el conocimiento universal, inspiración y
la revelación. No tendrás problemas para
entender cualquier cosa*

Pauri 20

barie hat per tan de *
pani dote utras ke *

Cuando las manos, los pies y el cuerpo están
sucios / se limpian con agua, y el polvo se va

mut paliti kapar hoe *
de sabun leie o doe *

Cuando las ropas se ensucian de orín / el jabón
lava las manchas,

barie mat papa ke sang *
oh dope nave ke rang *

Cuando la mente se llena de pecados / ésta se
lava con el amor al Nombre

punni papi akan nahe *
kar kar karna lik le jao *

Los santos y los pecadores no lo son por lo que
dicen / sino por lo que hacen, lo quieras o no

ape bij ape hi kao *
nanak hukmi avo jao.* 20

Así siembras, así recogerás / Nanak dice: es
por su voluntad que venimos y nos vamos

Este pauri borra los pecados

Pauri 21

tirat tap deia dat dan *
je ko pave til ka man *

sunia mania man kita bhao *
antar gat tirat mal nao *

sab gun tere me nahi koe *
vin gun kite bagat na hoe *

suast at bani barmao *
sat suhan sada man chao *

kavan su vela vakat kavan
kavan tit kavan var *

kavan se ruti mao kavan
jit hoa akar *

vel na paia pandati
je hove lek puran *

vakat na paio kadia
je likan lek kuran *

tit var na jogui jane
rut maho na koi *

ja karta sirti ko saje
ape jane soi *

kiv kar aka kiv salahi
kio varni kiv jana *

nanak akan sab ko ake
ek du ek siana *

vada sahib vadi nai
kita ja ka hove *

nanak je ko apo jane
age gea na sohe.* 21.

Bañarse en lugares sagrados, ser austero,
tener misericordia o hacer donaciones / sólo
otorga un mínimo de honorabilidad

Pero quien escucha, asume y ama la
Realidad / queda lavado de toda suciedad
interna

Las virtudes son de Dios, yo no soy dueño
de ninguna / Sin virtudes no hay verdadera
devoción

Saludo a Brahma, la palabra primordial / el
de mente bella, honesta y feliz

¿A qué hora, en qué tiempo / cuál fue el día
o la noche,

el mes o la estación / en el que el universo
fue creado?

Los sabios lo desconocen, pues en caso
contrario lo hubieran escrito en los Puranas
(textos sagrados)

Tampoco los jueces y maestros lo saben,
pues aparecería en el Corán

Ni los yoguis saben cuál fue ese día, noche,
mes o estación, ¡nadie lo conoce!

Sólo el Creador de la Creación, sólo Él lo
sabe

¿Cómo hablar, cómo rezar / cómo imaginar,
cómo saber?

Oh, Nanak, todos hablan y hablan, cada
uno más listo que el anterior

Grande es el señor, grande su justicia /
todo está hecho de Su Sustancia

Oh Nanak, quien crea que hace las cosas
por sí mismo / no será recordado una vez
muerto

Mantendrá tu gracia y tu estatus

Pauri 22

patala patale
lak agasa agase *

orak orak bal take
Ved kahen ek vat *

sahes atara kahen
kateba asulu ek dat *

leke hoe ta likie
leke hoe vinas *

nanak vada akie
ape jane ap.* 22.

Existen cientos de miles de
submundos y de éteres sobre el éter

Investigándolos, las personas se
cansan / pero los Vedas dicen que sólo
existe el Uno Verdadero

El Torah, la Biblia y el Corán hablan de
18000 mundos / pero al principio hubo
Un solo elemento

Si estos mundos pudieran ser
descritos, y alguien lo intentara /
moriría escribiendo

Oh Nanak, se dice que Dios es grande
Pero solo Él se conoce a Sí Mismo

*Te hará buen estrategia y dará la victoria en
los asuntos legales*

Pauri 23

salahi salaha
ati surat na paia *

nadia ate vao
pave samund na janie *

samund sa sultan
quirha seti mal dan *

kiri tul na hovni
je tis mano na visare.*23.

Recitar oraciones / no otorga el poder
de la escucha

Los arroyos y los ríos desembocan en el
océano / y ahí pierden su identidad

El sultán de los reyes del océano / con
sus montañas de abundancia y tesoros

vale menos que una hormiga / que no
haya olvidado al Creador en su mente

Eleva al ser y disipa la oscuridad

Pauri 24

ant na sifti kehen na ant *
ant na karne den na ant *

No hay final para las oraciones o los
consejos / No hay final para hacer o dar

ant na vekan sunan na ant *
ant na jape kia man mant *

No hay final para ver o escuchar / el fin no
aparece, ¿qué mantra ocupa la mente del
Creador?

ant na jape kita akare *
ant na jape para avar *

No hay final en el número de estructuras
creadas / No hay final en las extensiones

ant karan kete bil-lahe *
ta ke ant na pae jae *

¡Cuánto sufrimiento por el final / pero no
existe fin para el Uno

eho ant na jane koe *
bauta keie bauta hoe *

Nadie conoce el final / cuanto más
avanzas, más te queda

vada sahib ucha tao *
uche upar ucha nao *

Grande es el Señor, alto su lugar
Su Nombre es lo más alto de lo alto

evad ucha hove koe *
tis uche ko jane soe *

Así de grande hubiera alguien de ser /
para conocerlo a Él

jevar ap jane ap ap *
nanak nadri karmi dat.* 24.

Solo Él conoce lo grande que es Él, Él /
Un guiño suyo te libera de tus karmas

*Rompe las limitaciones con la fuerza de un rayo.
Es tan poderoso que afecta a generaciones
enteras. Elimina la desventura*

Pauri 25

bauta karam likia na jae *
vada data til na tamae *

Hay tanto karma que no se puede describir / El
Gran Dador no tiene ni semilla de avaricia

kete mangué jod apar *
ketia ganat nehi vichar *

Muchos guerreros suplican por el Infinito
Incontables son los meditadores

kete kap tute vekar *
kete le le mukar pae *

Abundan los desgraciados, las personas rotas, los
que no respetan derechos / Otros muchos
obtienen y obtienen, y se vuelven desagradecidos

kete murak kahi kae *

Los hay necios, glotones comedores

ketia duk buk sad mar *
ehe bi dat teri datar *

Tanto es el dolor y el hambre, siempre presentes
También estos son regalos del Dador

band kalasi bane hoe *
hor ak na sake koe *

La liberación de las ataduras es por Su voluntad
Nadie hay capaz de entender esto

je ko kaek akan pae *
o jane jetia mo kae *

Si algún tonto lo pretendiera / experimentaría su
necedad

ape jane ape de *
ake se be kei ke *

Dios da, Dios conoce / pero son pocas las
personas que proclaman esto

jis no bakse sifat salaha *
nanak patsahi patsa * 25.

Aquellos bendecidos con la prudencia y buenas
cualidades / Oh Nanak, son reyes entre reyes

*Satisface tus necesidades. Te vendrá la prosperidad, la
virtud, el estatus y la riqueza sin siquiera pedirlos*

Pauri 26

amul gun amul vapar *
amul vaparie amul bandar *

Inapreciables las virtudes y los negocios;
Inapreciables los marchantes y los tesoros

amul ave amul le jae *
amul bae amula samae *

Inapreciables vienen y van; Inapreciables los amantes, inapreciables aquellos en samadhi

amul daram amul diban *
amul tul amul parvan *

Inapreciable el dharma; Inapreciable el trono donde se sienta el rey / Inapreciables ponderaciones, inapreciables las personas de mérito

amul baksish amul nisan *
amul karam amul furman *

Inapreciable es el afecto, inapreciables sus manifestaciones / Inapreciables las acciones y las órdenes

amulo amul akia na jae *
ak ak rehe liv lae *

Inapreciable... lo inapreciable no puede ser descrito / hablando y hablando, muchos se estacan en la nostalgia

ake ved pat puran *
ake pare kare vekian *

Los Vedas y los Puranas hablan / los estudiosos e intelectuales hablan

ake brame ake ind *
ake gopi te govind *

Los brahmas, los indras hablan / los gopis y los krishnas, hablan

ake ishar akeh sid *
ake kete kite bud *

Los shivas (isars) y los magos hablan / ¡Cuántos son los que, convertidos en sabios, hablan!

ake danav ake dev *
ake sur nar mun jan sev *

Los demonios y los dioses / los ángeles, los jainistas y los sirvientes hablan

kete ake akan pae *
kete ke ke ut ut jae *

Cuántos son los que hablan y hablan / y hablando mueren

ete kite hor karee *
ta ak na sake kei ke *

¡Tántos discursos creados! pero por más que se multiplicaran / no podrían describirlo a Él ni un mínimo

jevar bave tevar hoe *
nanak jane sacha soe *

Tan grande como le place, así de grande Él se vuelve / Oh Nanak, ése Uno Verdadero sí sabe.

je ko ake bol vigar *
ta likie sir gavara gavar.* 26.

Quien escriba discursos discordantes / sobre su frente estará escrito "tonto entre los tontos"

Desvanece las pérdidas, la miseria y la desventura en los negocios. Transforma la nada en todo

Pauri 27

so dar keha so gar keha
jit bae sarab samale *

vaje nad anek asanka
kete vavan hare *

kete rag pari sio kehia
kete gavan hare *

gave tuhno paun pani besantar
gave raja daram duare *

gave chit gupat lik jane
lik lik daram vichare *

gave isar brama devi
soan sada savare *

gave ind indasan bete
devtia dar nale *

gave sid samadi andar
gavan sad vichare *

gavan jati sati santoki
gave vir karare *

gavan pandit paran rekisar
jug jug veda nale *

gave mohania man mohan
surga mach piale *

gavan ratan upae tere
at sat tirat nale *

¿Tras qué puerta, en qué casa,
sobre qué asiento Él es recordado?

¡Innumerables sonidos emitidos por tantos
músicos!

¡Cuántas ragas cantadas por bellas voces
femeninas / cuantos cantantes!

Ellos cantan para tí el viento, el agua y el
fuego / el mismo rey del dharma canta en la
puerta

Canta la mente capaz de escribir lo
consciente e inconsciente / el dharma se
refleja profundamente en lo escrito

Cantan Shiva, Brahma y Devi,
tan bellos, siempre decorados

Canta Indra sentado en su trono / junto los
semidioses en la entrada

Los psíquicos cantan desde las
profundidades de su samhadi / los
disciplinados cantan desde la profundidad
de su reflexión

Cantan los castos, los honestos, lo llenos de
paciencia / Los héroes, fuertes, cantan

Cantan los letrados estudiosos y los siete
rishis / cantan a lo largo de las eras de los
Vedas

Cantan las mujeres de belleza hechicera, en
los cielos, en la tierra, en los submundos

Cantan aquellos de conciencia como
diamantes / en los 68 lugares sagrados

gave jod maha bal sura
gave kani chare *

gave kand mandal varbanda
kar kar rake dare *

sei tud no gave jo tud bavan
rate ter bagat rasale *

hor kete gavan se me chit na avan
nanak kia vichare *

soi soi sada sach sahib
sacha sachi nai *

he bi hosi jae na jasi
rachana jin rachai *

rangui rangui bati kar kar
jinsi maia jin upai *

kar kar vekei kita apana
jiv tis di vidiai *

jo tis bave soi karsi
hukam na karna jai *

so patsaho saha patsahib
nanak rehen rajai.* 27.

Cantan los soldados y los valerosos
guerreros / cantan las cuatro fuentes de
la creación

Cantan los planetas, los sistemas solares
y las galaxias / creados y suspendidos en
su lugar

Le cantan a Él, lo que a Él le plazca /
sus devotos están llenos de amor y gozo

¡Tantos le cantan que ni los recuerdo! /
Oh Nanak, no lo puedo describir

Ese Uno, ese Uno siempre verdadero
Señor verdadero, verdadera grandeza

Él es, ahora y para siempre; no tiene
origen ni fin / Él es el creador de la
creación

Creador de tantos y tantos colores de
todo tipo y naturaleza / Él creó a Maya

Habiendo creado, contempla su creación/
a semejanza de su grandeza

Él hace lo que le place /
nada está por encima suyo

Ése es el Emperador, el Supremo Señor
de todos los reyes /
Oh Nanak, vive en su voluntad

*Elimina los obstáculos. Cuando no logras ver
las oportunidades, este pauri te abre el camino*

Pauri 28

munda santok saram pat joli
dian ki kare bibut *

kinta kal kuari kaia
jugat danda partit *

ai panti sagal jamati
man jite jag jit *

ades tese ades *
ad anil anad anahat
jug jug eko ves.* 28.

Haz de la paciencia tus ganancias, que la
modestia sea tu platillo y tu monedero
Haz de la meditación tus cenizas

Que la muerte sea tu abrigo remendado,
ten un cuerpo casto / que la práctica y la
fe sean tu bastón de ciego

Haz de la humanidad tu secta / conquista
tu mente y conquistarás el mundo

Yo te saludo, Primordial, sin color, sin
comienzo, indestructible / a lo largo de
las eras, existe sólo una forma.

*Este pauri es la combinación de palabras más
potente que existe. Te une con Dios*

Pauri 29

bugat guian daia bandaran
gat gat vaje nad *

ap nat nati sab ja ki
rid sid avara sad *

sanjog vijog doe kar chalave
leke ave bag *

ades tese ades *
ad anil anad anahat
jug jug eko ves.* 29.

Deja que tu placer sea la sabiduría y
que tu ayudante sea el cariño / en
todos los corazones resuena la
corriente de sonido

Sólo Él es el Maestro, a quien todas
las maestrías pertenecen / la riqueza,
los poderes psíquicos, los placeres

Unión y separación, ambas acciones Él
las produce / de lo escrito provienen
buenos destinos

Yo te saludo, Primordial, sin color, sin
comienzo, indestructible / a lo largo de
las eras, existe sólo una forma.

*Escudo de protección. Desvanece a aquellos
que te desean el mal*

Pauri 30

eka mai jugat viai
tin chele parvan *

ek sansari ek bandari
ek lae diban *

jiv tis bave tive chalave
jiv hove furman *

o veke ona nadar na ave
bauta eho vidan *

ades tese ades *
ad anil anad anahat
jug jug eko ves.* 30.

El Uno y la Madre van a casarse
hay tres valiosos estudiantes

Uno es el mundano, otro es el
organizador / y otro sostiene la corte

Como a Él le plazca, así hace que las
cosas se muevan / siguiendo su orden

Él ve, mientras que otros no echan
siquiera un vistazo / grande es el milagro

Yo te saludo, Primordial, sin color, sin
comienzo, indestructible / a lo largo de
las eras, existe sólo una forma.

*Te convierte en un sabio y en un santo. Te
coloca en el trono de la divinidad.*

Pauri 31

asan loe loe bandar *
jo kich paia so eka var *

kar kar veke sirjanhar *
nanak sache ki sachi kar *

ades tese ades *
ad anil anad anahat
jug jug eko ves.* 31.

Él está sentado en todas las esferas
creadas, en todos los objetos ahí
puestos / todo lo creado lo hace una
sola vez, y no se repone

El Creador hace y hace, y observa lo
hecho / Oh Nanak, la obra del Uno
Verdadero es verdadera

Yo te saludo, Primordial, sin color, sin
comienzo, indestructible / a lo largo de
las eras, existe sólo una forma.

Te traerá todas las virtudes del cielo .

Pauri 32

ek du jibo lak hoe
lak hove lak vis *

lak lak guera akie
eka nam jagdis *

et rae pat pavaria
charie hoi ekis *

sun gala akas ki
kita ae ris *

nanak nadri paie
kuri kure tis.* 32.

De una boca surgen 100.000
y de 100.000 surgen 20 veces 100.000

100.000 veces 100.000 repeticiones
pronunciando / el nombre del Uno, el Señor
del mundo

En el camino del Maestro hay escalones /
subiéndolos te vuelves uno con Dios

Escuchando los asunto etéricos / incluso los
gusanos añorarán volver a Casa

Oh Nanak, es por Su gracia que lo
obtenemos
aquellos que digan que lo hicieron por ellos
mismos, son unos farsantes.

Paga tus deudas y completa tu karma

Pauri 33

akan jor chupe na jor *
jor na mangan den na jor *

jor na jivan marane ne jor *
jor na raj mal man sor *

jor na surti guian vichar *
jor na jugti chute sansar *

jes hat jor kar veke soe *
nanak utam nich na koe.* 33

Sin poder para hablar, sin poder para estar
en silencio / Sin poder para suplicar, sin
poder para dar

Sin poder para vivir, o morir / el
enriquecimiento no puede calmar el
desorden de la mente

Sin poder para escuchar, conocer o meditar
Sin poder para decidir el modo en que uno
abandona esta vida

Todo el poder se encuentra en las manos
del Uno, quien, tras actuar, contempla / Oh
Nanak, nadie es alto o bajo por sí mismo.

*Destruye el ego y la negatividad. Previene que
hagas daño a otros*

Pauri 34

rati ruti titi var *
pavan pani agani patal *

tis vich darti tap raki daram sal *
tis vich ji jugat ke rang *

tin ke nam anek anant *

karmi karmi hoe vichar *
sacha ap sachar darbar *

tite sohan panch parvan *
nadri karam pave nisan *

kach pakai ote pae *
nanak guea jape jae.* 34

Días solares y días lunares, estaciones /
vientos, aguas, fuegos, inframundos

Sobre la tierra, Él colocó el refugio del
Dharma / en ella habitan almas de todo
tipo y color

Sus nombres son incontables

Todos serán considerados por sus actos
Él es la Verdad, su corte es verdadera

en ella, los auto-elegidos resplandecen
belleza y perfección / en su visión, y por
sus actos, obtienen la marca

tanto los evolucionados como
los inmaduros / Oh Nanak, una vez las
cosas finalizan, se vuelven aparentes.

Trae estabilidad

Pauri 35

daram kand ka eho daram *
guian kand ka ako karam *

Habiendo descrito las esferas del dharma /
hablemos ahora del dominio de la sabiduría
espiritual y la acción.

kete pavan pani vesantar
kete kan mahes *

Cuántos vientos, aguas y fuegos,
cuántos Krishnas y Shivas

kete barme garat garie
rup rang ke ves *

Cuántos Brahmas fabricados / de tantas
formas, colores y ropajes

ketia karam bumi mer kete
kete du updes *

Cuántos planetas y montañas donde las
personas trabajan su karma / cuántas son
las lecciones de Dhurva (la compasión)

kete Ind chand sur kete
kete mandal des *

Cuántos Indras, lunas y soles
cuántas galaxias y lugares

kete sid bud nat kete
kete devi ves *

Cuántos magos, iluminados, maestros de
yoga / cuántas diosas vestidas de diferentes
modos

kete dev davan mun kete
kete ratan samund *

Muchos son los dioses, muchos los
demonios, muchos los santos silenciosos /
muchos los océanos de joyas

ketia khani ketia bani
kete pat narind *

Son tantas las maneras de vivir, tantas las
lenguas / tantas las dinastías reales

ketia surti sevak kete
nanak ant na ant.* 35

Tantos los modos de escuchar y de servir /
Oh Nanak, no hay límite.

*Ta da la vitalidad que necesitas para cumplir con tu
deber y tus responsabilidades*

Pauri 36

guian kand me guian parchand *
tite nad binod kot anand *

saram kand ki bani rup *
tite garat garie baut anup *

ta kia gala katia na jae *
je ko kahe piche puchtae *

tite garie surat mat man bud *
tite garie sura sida ki sud. *36.

En las esferas del conocimiento espiritual, todo posee gran intensidad / aquí residen naads (flujos del sonido) músicas deliciosas y visiones extasiantes

En los dominios de la realización espiritual, la palabra es precisa / y toda forma construida resulta bella

Dicho mundo no puede ser descrito / si alguien lo intentara, se arrepentiría después.

De este lugar provienen el poder de la escucha, la sabiduría y la intuición / de aquí surge la conciencia de los santos y los poderes psíquicos.

*Concede el completo entendimiento de los cielos y la tierra.
Te realiza en la divinidad*

Pauri 37

karam kand ki bani jor *
tiite hor na koi hor *

En las esferas de la Gracia, la palabra es poder / no otro tipo de palabra existe

tiite jor mahabal sur *
tin me ram rehia barpur *

Aquí residen guerreros y e imponentes soldados / plenos de Dios

tite sito sita mema mae *
take rup na katne jae *

Aquí residen mujeres calmas y llenas de gracia / cuya belleza es indescriptible

na o mare na tague jae *
jin ke ram vase man mae *

Ni mueren ni hallan obstáculos / aquellos cuya mente no olvida a Dios

tite bagat vase ke loa *
kare anand sacha man soe *

Aquí viven santos luminosos / rebosantes de éxtasis al experimentar al Uno en su mente

sach kand vase nirankar *
kar kar veke nadar nihai *

En las esferas de la verdad vive el Uno-Sin-Forma / que habiendo creado la creación, la contempla, y por cuya mirada, los seres son felices

tite kan mandal varband *
je ko kate ta ant na ant *

Esferas, mundos, galaxias... ahí están / si se trataran de describir, no encontraríamos el final

tite loa loa akar *
jiv jiv hukam tive tiv kar *

En ese lugar esta la luz, los dominios, los cuerpos / Así Él lo ordena, así es la creación

veke vigse kar vichar *
nanak katna karara sar.* 37.

Habiendo meditado profundamente, Él contempla y se regocija / Oh Nanak, esta descripción se me hace dura como el hierro.

Corta el karma y elimina el impacto del mal karma

Pauri 38

jal pahara dirach suniar *
aeran mat ved hatiar *

La fragua es la continencia (auto-control), el orfebre la paciencia / el yunque el entendimiento y la sabiduría profunda, el instrumento

bao kala agan tap tao *
banda bao amrit tit dal *

El fuelle es el miedo, y el fuego es la energía corporal / el amor es la olla de la que se extrae el néctar

garie shabad sachi taksal *
jin ko nadar karam tin kar *

El shabad (el flujo de la Palabra) es la verdadera moneda / este karma sucede a quienes Él ha echado un vistazo

nanak nadri nadar nihal. 38.
shalok *

Oh Nanak, El Misericordioso, con su Mirada, nos llena de bendiciones

Trae el poder de reescribir el propio destino

Salok

pavan guru pani pita
mata darat mahate *

El Aire es el Guru, El Agua es el Padre
y la Tierra es la Gran Madre

divse rat doe dai daia
kele sagale jagate *

El Día y La Noche, ambos cuidador y
cuidadora / ponen a funcionar el universo
entero

changiaia buriiaia
vache darma hadur *

Las buenas y malas acciones / serán
evaluadas por uno mismo en presencia
del Dharma

karmi apo apani
ke nere ke dur *

De acuerdo con sus propios actos /
algunos estarán cerca y otros lejos

jini nam diaia
gue masakat gale *

Aquellos que han dirigido su
concentración en El Nombre / trabajando
duro y pasando momentos difíciles

nanak te muk ujale
keti chuti nale *

Oh Nanak, sus caras resplandecen / y
muchos serán liberados con ellos.

*Te dará autoestima, elevación, reconocimiento y
respeto*