

Sono il tocco della mano, una parola detta e il contatto degli occhi, che aprono il cuore dell'uomo, non la conoscenza di tutte le biblioteche del mondo."



Yogi Bhasan

RAKHE RAKHANHĀR

Rakhe rakhanhār āp ubārian.

Colui che salva, salvò noi tutti liberandoci.

Gur kī pairī pāe kāj savārian.

Cadendo ai piedi del Guru la nostra vita è diventata bellissima.

Hoā āp daiāl manho na visārian.

Egli è l'Essere Misericordioso che non dimentichiamo.

Sādh janā kai sang bhavjal tārian.

In compagnia dei Santi Tu ci hai fatto attraversare l'oceano della paura.

Sākat nindak dust khin, māhe bidārian.

In un istante Egli distrugge i veneratori del mondo, i calunniatori e i nemici.

Tis sāhib kī tek Nānak manai māhe.

O Nanak, prendiamo rifugio nel Signore tenendolo nella mente.

Jis simrat sukh hoe, sagal dūkh jāe.

Meditando e ripetendo il suo Nome saremo liberati da tutte le sofferenze.

Jis simrat sukh hoe, sagal dūkh jāe.



Global Solstice Sadhana: 4th Sutra Invitation
<https://www.youtube.com/watch?v=3tlujLS-WIY>

Global Solstice Sadhana: 4th Sutra Meditation
<https://youtu.be/JnjQDxwo7f0>