

Пойте из пупочного центра

A+B

Аад саЧ джугаад саЧ Хээ бхе саЧ наанак хоосии бхе саЧ

*Истина была в начале, Истина была во все времена. Истина есть и сейчас. О, Нанак, Истина пребудет вовеки!*

ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਲੋਚੈ || ਗੁਰ ਦਰਸਨ ਤਾਈ ||

ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਲੋਚੈ || ਗੁਰ ਦਰਸਨ ਤਾਈ ||

*Мой ум страстно желает Благословенного видения Даршана Гуру.*

ਬਿਲਪ ਕਰੇ || ਚਾਤ੍ਰਿਕ ਕੀ ਨਿਆਈ ||

ਬਿਲਪ ਕਰੇ || ਚਾਤ੍ਰਿਕ ਕੀ ਨਿਆਈ ||

*Он кричит, как томимая жаждой певчая птица.*

ਤ੍ਰਿਖਾ ਨ ਉਤਰੈ | ਸਾਂਤਿ ਨ ਆਵੈ || ਬਿਨੁ ਦਰਸਨ ਸੰਤ ਪਿਆਰੇ ਜੀਉ

ਤ੍ਰਿਖਾ ਨ ਉਤਰੈ | ਸਾਂਤਿ ਨ ਆਵੈ || ਬਿਨੁ ਦਰਸਨ ਸੰਤ ਪਿਆਰੇ ਜੀਉ

*Моя жажда неутолима. Мне нет покоя без Благословенного видения Возлюбленного Святого.*

ਹਉ ਘੋਲੀ ਜੀਉ | ਘੋਲਿ ਘੁਮਾਈ || ਗੁਰ ਦਰਸਨ ਸੰਤ ਪਿਆਰੇ ਜੀਉ || ਰਹਾਉ ||

ਹਉ ਘੋਲੀ ਜੀਉ | ਘੋਲਿ ਘੁਮਾਈ || ਗੁਰ ਦਰਸਨ ਸੰਤ ਪਿਆਰੇ ਜੀਉ || ਰਹਾਉ ||

*Я - жертва, моя душа - жертва Благословенному видению Возлюбленного Святого Гуру. || пауза ||*

C+D

Аад саЧ джугаад саЧ Хээ бхе саЧ наанак хоосии бхе саЧ

ਤੇਰਾ ਮੁਖੁ ਸੁਹਾਵਾ ਜੀਉ || ਸਹਜ ਧੁਨਿ ਬਾਣੀ ||

ਤੇਰਾ ਮੁਖੁ ਸੁਹਾਵਾ ਜੀਉ || ਸਹਜ ਧੁਨਿ ਬਾਣੀ ||

*Твоё Лицо так прекрасно, звук Твоих Слов распространяет интуитивную Мудрость.*

ਚਿਰੁ ਹੋਆ || ਦੇਖੇ ਸਾਰਿੰਗ ਪਾਣੀ ||

ਚਿਰੁ ਹੋਆ || ਦੇਖੇ ਸਾਰਿੰਗ ਪਾਣੀ ||

*Так много времени прошло с тех пор, как эта птица пила глоток воды.*

ਧੰਨੁ ਸੁ ਦੇਸੁ | ਜਹਾ ਤੂੰ ਵਸਿਆ || ਮੇਰੇ ਸਜਣ ਮੀਤ ਮੁਰਾਰੇ ਜੀਉ ||

ਧੰਨੁ ਸੁ ਦੇਸੁ | ਜਹਾ ਤੂੰ ਵਸਿਆ || ਮੇਰੇ ਸਜਣ ਮੀਤ ਮੁਰਾਰੇ ਜੀਉ ||

*Благословенна та земля, в которой Ты обитаешь, о, мой Друг, сокровенный Божественный Гуру.*

ਹਉ ਘੋਲੀ ਹਉ | ਘੋਲਿ ਘੁਮਾਈ || ਗੁਰ ਸਜਣ ਮੀਤ ਮੁਰਾਰੇ ਜੀਉ || ਰਹਾਉ ||

ਹਉ ਘੋਲੀ ਹਉ | ਘੋਲਿ ਘੁਮਾਈ || ਗੁਰ ਸਜਣ ਮੀਤ ਮੁਰਾਰੇ ਜੀਉ || ਰਹਾਉ ||

*Я – жертва, я – жертва навсегда для моего Друга и близкого Божественного Гуру. || пауза ||*

A+B

Аад саЧ джугаад саЧ Хээ бхе саЧ наанак хоосии бхе саЧ

ਇਕ ਘੜੀ ਨ ਮਿਲਤੇ || ਤਾ ਕਲਿਜੁਗੁ ਹੇਤਾ ||

ਇਕ ਘੜੀ ਨ ਮਿਲਤੇ || ਤਾ ਕਲਿਜੁਗੁ ਹੇਤਾ ||

*Когда я не могу быть с Тобой хотя бы на мгновенье, темный век Кали Юги опускается на меня.*

ਹੁਣਿ ਕਦਿ ਮਿਲੀਐ || ਪ੍ਰਿਅ ਤੁਧੁ ਭਗਵੰਤਾ ||

ਹੁਣਿ ਕਦਿ ਮਿਲੀਐ || ਪ੍ਰਿਅ ਤੁਧੁ ਭਗਵੰਤਾ ||

*Когда я встречу Тебя, о мой Возлюбленный Господь?*

ਮੇਹਿ ਰੈਣਿ ਨ ਵਿਹਾਵੈ | ਨੀਦ ਨ ਆਵੈ || ਬਿਨੁ ਦੇਖੇ ਗੁਰ ਦਰਬਾਰੇ ਜੀਉ ||

Моохи рээН на вихаавээ | ниид на аавээ || бин дее<sup>й</sup>кхее гур дарбаарее джиоу ||

*Я не могу пережить ночь, и сон не приходит ко мне без возможности видеть покои Возлюбленного Гуру.*

ਹਉ ਘੋਲੀ ਜੀਉ | ਘੋਲਿ ਘੁਮਾਈ || ਤਿਸੁ ਸਚੇ ਗੁਰ ਦਰਬਾਰੇ ਜੀਉ || ਰਹਾਉ ||

Хоу коолии джиоу | коол кумааии || тис сачее гур дарбаарее джиоу || рахаау ||

*Я - жертва, и моя душа - жертва для Истинного Двора Возлюбленного Гуру. || пауза||*

## C+D

Аад саЧ джугаад саЧ Хээ бхе саЧ наанак хоосии бхе саЧ

ਭਾਗੁ ਹੋਆ || ਗੁਰਿ ਸੰਤੁ ਮਿਲਾਇਆ ||

пааг хооаа || гур са(н)т милааиаа ||

*По великой удаче я встретил Святого Гуру.*

ਪ੍ਰਭੁ ਅਬਿਨਾਸੀ || ਘਰ ਮਹਿ ਪਾਇਆ ||

Праб абинаасии || кар мехе пааиаа ||

*Я нашёл Бессмертного Бога в моём собственном доме.*

ਸੇਵ ਕਰੀ | ਪਲੁ ਚਸਾ ਨ ਵਿਛੁੜਾ || ਜਨ ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀਉ ||

Сее<sup>й</sup>в карии | пал часаа на вичхуРаа || джан наанак даас тумаарее джиоу ||

*Я буду служить Тебе всегда, меня невозможно отделить от Тебя даже на мгновение. Слуга Нанак Твой раб, о Возлюбленный Мастер.*

ਹਉ ਘੋਲੀ ਜੀਉ | ਘੋਲਿ ਘੁਮਾਈ || ਜਨ ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਤੁਮਾਰੇ ਜੀਉ || ਰਹਾਉ ||

Хоу коолии джиоу | коол кумааии || джан наанак даас тумаарее джиоу || рахаау ||

*Я - жертва, и моя душа - жертва для Истинного Двора Возлюбленного Гуру. || пауза ||*

## Все вместе:

Аад саЧ джугаад саЧ Хээ бхе саЧ наанак хоосии бхе саЧ

Аад саЧ джугаад саЧ Хээ бхе саЧ наанак хоосии бхе саЧ

Аад саЧ джугаад саЧ Хээ бхе саЧ наанак хоосии бхе саЧ

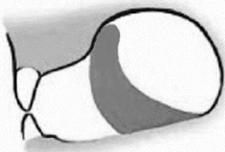
Аад саЧ джугаад саЧ Хээ бхе саЧ наанак хоосии бхе саЧ

## ПРОИЗНОШЕНИЕ ЗВУКОВ

саЧ – произносите звук Ч протяжно, с шипением.

(н) - произносится с выраженным назальным оттенком («в нос»).

**п, к, д, б, т** – произносятся с силой, из пупочного центра.



**Н, Р,** – ретрофлексные согласные, язык поднимается к твёрдому нёбу и загибается назад. Произношение согласных **Р** и **Н** дополнительно сопровождается движением языка сверху вниз.

Долгие гласные	Краткие гласные
Ээ (рот открыт, корень языка опущен, челюсть - вперёд)	а – кр. А е – кр. Э
Ее (произносится как Ээ, но с поднятым корнем языка и с прикрытым ртом, губы в улыбке)	И – произносится ближе к ы, очень краткий звук