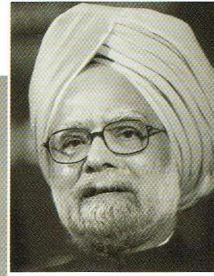


## Guru Nanak



*Kahan Singh Nabha,  
1861–1938*



*Bhai Randhir Singh,  
1878–1961*



*Sratam  
Kaur Khalsa,  
born 1972*

*Minoan Singh,  
born 1932*

Virtù e vizi non sono soltanto parole. Le vostre azioni reiterate vengono incise nell'anima. Raccoglierete ciò che avete seminato.  
*(Guru Granth Sahib, p. 4)*

Fai della compassione il cotone, della soddisfazione il filo, della modestia il nodo e della verità l'anello. Questo è il filo sacro dell'anima; se lo avete, mettetelo pure su di me. Non si rompe, non può sporcarsi, non può essere bruciato o perduto. Nanak dice, benedetti, sono quegli esseri mortali che indossano un tale filo intorno al collo.  
*(Guru Granth Sahib, p. 471)*

Se volete fare del bene a voi stessi, allora fate del bene agli altri e siate umili.  
*(Guru Grana Sahib, p. 465)*

L' uomo nasce dalla donna, una donna concepisce e crea un embrione, essa è fidanzata e sposata. La donna diventa sua amica, attraverso la donna vengono le generazioni future. Allora, perché parlare male di lei quando da lei nascono grandi re?  
*(Guru Grana Sahib, p. 473)*

Se sei saggio, sii semplice. Se sei potente, sii debole. E quando non c'è niente da condividere, allora dividilo con gli altri. Quanto è raro un devoto come questo. Non pronunciate nemmeno una sola parola dura; il vostro vero Signore e Maestro risiede in tutti. Non spezzare il cuore di nessuno. Questi sono tutti gioielli inestimabili.  
*(Guru Grana Sahib, p. 1384)*

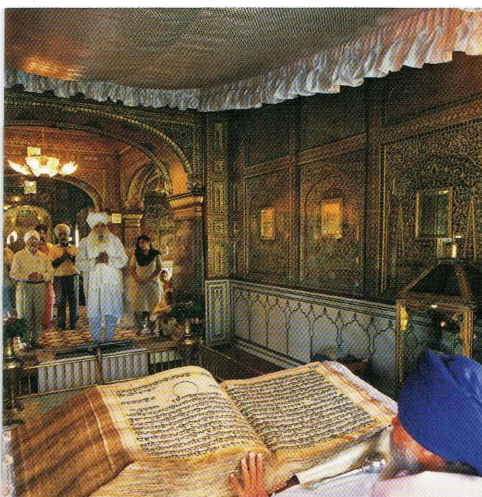
Il fondatore della religione Sikh, Guru Nanak Dev, è nato nel 1469 nel Punjab, nel nord dell'India. Dopo di lui vennero nove maestri (guru), l'ultimo dei quali, Guru Gobind Singh, nel 1699 inaugurò la confraternita della khalsa (i "puri"), esattamente 200 anni dopo che Nanak iniziò la sua missione. Gobind Singh consolidò gli scritti definitivi dei guru e di numerosi uomini santi nel **Granth Sahib**. Nel 1708 dichiarò il Granth Sahib il guru spirituale immortale dei credenti.

Un adulto diventa membro della fraternità pura, in altre parole la religione sikh, attraverso una sorta di battesimo. **Ammrit**, il "nettare dell'immortalità", viene versato cinque volte nelle mani aperte degli iniziati. I Sikh battezzati portano i seguenti **cinque capi** (i cinque "ks"): capelli non tagliati, un pettine per i capelli (kangha), un pugnale (kirpan) per difendere i deboli e gli innocenti, un bracciale (kara) e un lungo indumento intimo (kacchera) come simbolo di disciplina sessuale.

Il **turbante** (dastar) indossato per coprire i capelli non tagliati è la caratteristica più sorprendente dei Sikh maschi.

In tutto il mondo ci sono circa 23 milioni di seguaci del Sikhismo, di cui l'80% vive in India. Nel Regno Unito ci sono circa 500.000 Sikh. Negli Stati Uniti circa 250.000.

Shrine with Granth Sahib



Preparing langar



Temple in the UK



The Golden Temple in Amritsar

