

Translation courtesy of:



<http://www.sikhitothemax.com>

This Shabad is by Guru Amar Daas Ji in Raag Raamkalee on Pannaa 917

\*Note = As this shabad is sung, it focuses on the following section:

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇ ਕੈ ਕਿਆ ਤੁਧੁ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ॥

eae sar**ee**raa ma**er**iaa eis jag mehi **aa**e kai **kia**a thudhh karam kama**aa**eiaa ||  
*O my body, why have you come into this world? What actions have you committed?*

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

k karam kama**aa**eiaa thudhh sar**ee**raa **ja**a thoo jag mehi **aa**eiaa ||  
*And what actions have you committed, O my body, since you came into this world?*

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

**ji**n har th**ae**raa rachan rach**ia**a so har man n vas**aa**eiaa ||  
*The Lord who formed your form - you have not enshrined that Lord in your mind.*

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥

g**ur** paras**aa**dhee har ma(n)n vas**ia**a p**oo**rab likh**ia**a pa**aa**eiaa ||  
*By Guru's Grace, the Lord abides within the mind, and one's pre-ordained destiny is fulfilled.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਪਰਵਾਣੁ ਹੋਆ ਜਿਨਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥੩੫॥

keh**ai** naan**ak** ea**eh**u sar**ee**r parav**aa**n ho**aa** **ji**n sath**ig**ur s**io** ch**ith** la**aa**eiaa ||35||  
*Says Nanak, this body is adorned and honored, when one's consciousness is focused on the True Guru. ||35||*

This Shabad is by Guru Arjan Dev Ji in Raag Saarang on Panna 1215

ਸਾਰਗ ਮਹਲਾ ੫ ॥

saarag mehalaa 5 ॥  
Saarang, Fifth Mehl:

ਰਸਨਾ ਜਪਤੀ ਤੂੰਹੀ ਤੂੰਹੀ ॥

rasanaa japathee thoohee thoohee ॥  
My tongue chants Your Name, Your Name.

ਮਾਤ ਗਰਭ ਤੁਮ ਹੀ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਕ ਸ੍ਰਿਤ ਮੰਡਲ ਇਕ ਤੁਹੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

maath garabh thum hee prathipaalak srith ma(n)ddal eik thuhiee ॥1॥ rehaao ॥  
In the mother's womb, You sustained me, and in this mortal world, You alone help me.  
॥1॥Pause॥

ਤੁਮਹਿ ਪਿਤਾ ਤੁਮ ਹੀ ਫੁਨਿ ਮਾਤਾ ਤੁਮਹਿ ਮੀਤ ਹਿਤ ਭ੍ਰਾਤਾ ॥

thumehi pithaa thum hee fun maathaa thumehi meeth hith bhraathaa ॥  
You are my Father, and You are my Mother; You are my Loving Friend and Sibling.

ਤੁਮ ਪਰਵਾਰ ਤੁਮਹਿ ਆਧਾਰਾ ਤੁਮਹਿ ਜੀਅ ਪ੍ਰਾਨਦਾਤਾ ॥੧॥

thum paravaar thumehi aadhhaaraa thumehi jeeaa praanadhaathaa ॥1॥  
You are my Family, and You are my Support. You are the Giver of the Breath of Life. ॥1॥

ਤੁਮਹਿ ਖਜੀਨਾ ਤੁਮਹਿ ਜਰੀਨਾ ਤੁਮ ਹੀ ਮਾਣਿਕ ਲਾਲਾ ॥

thumehi khajeeanaa thumehi jareenaa thum hee maanik laalaa ॥  
You are my Treasure, and You are my Wealth. You are my Gems and Jewels.

ਤੁਮਹਿ ਪਾਰਜਾਤ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਏ ਤਉ ਨਾਨਕ ਭਏ ਨਿਹਾਲਾ ॥੨॥੩੩॥੫੬॥

thumehi paarajaath gur thae paaee tho naanak bheae nihaalaa ॥2॥33॥56॥  
You are the wish-fulfilling Elysian Tree. Nanak has found You through the Guru, and now he is enraptured. ॥2॥33॥56॥

---

\*Note = Full shabad, as stated in the Sri Guru Granth Sahib, for reference:

This Shabad is by Guru Amar Daas Ji in Raag Raamkalee on Pannaa 917

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੩ ਅਨੰਦੁ

raamakalee mehalaa 3 ana(n)dhu

*Raamkalee, Third Mehl, Anand ~ The Song Of Bliss:*

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ik oa(n)kaar sathigur prasadh ||

*One Universal Creator God. By The Grace Of The True Guru:*

ਅਨੰਦੁ ਭਇਆ ਮੇਰੀ ਮਾਏ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥

ana(n)dhu bhaeiaa maeree maeeae sathiguroo mai paaeiaa ||

*I am in ecstasy, O my mother, for I have found my True Guru.*

ਸਤਿਗੁਰੁ ਤ ਪਾਇਆ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਮਨਿ ਵਜੀਆ ਵਾਧਾਈਆ ॥

sathigur th paaeiaa sehaj saethee man vajeeaa vaadhhaaeaa ||

*I have found the True Guru, with intuitive ease, and my mind vibrates with the music of bliss.*

ਰਾਗ ਰਤਨ ਪਰਵਾਰ ਪਰੀਆ ਸਬਦ ਗਾਵਣ ਆਈਆ ॥

raag rathan paravaar pareeaa sabadh gaavan aaeaa ||

*The jewelled melodies and their related celestial harmonies have come to sing the Word of the Shabad.*

ਸਬਦੋ ਤ ਗਾਵਹੁ ਹਰੀ ਕੇਰਾ ਮਨਿ ਜਿਨੀ ਵਸਾਇਆ ॥

sabadho th gaavahu haree kaeraa man jinee vasaaeiaa ||

*The Lord dwells within the minds of those who sing the Shabad.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅਨੰਦੁ ਹੋਆ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮੈ ਪਾਇਆ ॥੧॥

kehai naanak ana(n)dhu hoaa sathiguroo mai paaeiaa ||1||

*Says Nanak, I am in ecstasy, for I have found my True Guru. ||1||*

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥

ae man maeriaa thoo sadhaa rahu har naalae ||

*O my mind, remain always with the Lord.*

ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੁਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ ॥

har naal rahu thoo ma(n)n maerae dhookh sabh visaaranaa ||

*Remain always with the Lord, O my mind, and all sufferings will be forgotten.*

ਅੰਗੀਕਾਰੁ ਓਹੁ ਕਰੇ ਤੇਰਾ ਕਾਰਜ ਸਭਿ ਸਵਾਰਣਾ ॥

a(n)geekaaar ouhu karae thaeaa kaaraj sabh savaaranaa ||

*He will accept You as His own, and all your affairs will be perfectly arranged.*

ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਸਮਰਥ ਸੁਆਮੀ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੇ ॥

sabhan**aa** gal**aa** samarathh **suaamee** so **kio** manah**u** **visaarae** ||  
*Our Lord and Master is all-powerful to do all things, so why forget Him from your mind?*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ ॥੨॥

keh**ai** naanak ma(n)n **maerae** sadh**aa** rah**u** har **naalae** ||2||  
*Says Nanak, O my mind, remain always with the Lord. ||2||*

ਸਾਚੇ ਸਾਹਿਬਾ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥

**saachae** **saahibaa** **kiaa** **naahee** ghar th**aerai** ||  
*O my True Lord and Master, what is there which is not in Your celestial home?*

ਘਰਿ ਤ ਤੇਰੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਸੁ ਪਾਵਏ ॥

ghar th **aerai** sabh kishh **hai** **jis** dh**aehi** s **paaveae** ||  
*Everything is in Your home; they receive, unto whom You give.*

ਸਦਾ ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹ ਤੇਰੀ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸਾਵਏ ॥

sadh**aa** si**fath** sal**aa**h th**aeree** **naam** man vas**aa**ve**ae** ||  
*Constantly singing Your Praises and Glories, Your Name is enshrined in the mind.*

ਨਾਮੁ ਜਿਨ ਕੈ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਵਾਜੇ ਸਬਦ ਘਨੇਰੇ ॥

**naam** **jin** **kai** man vas**iaa** **vaajae** sabadh ghan**aerae** ||  
*The divine melody of the Shabad vibrates for those, within whose minds the Naam abides.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ ॥੩॥

keh**ai** naanak sach**ae** **saahib** **kiaa** **naahee** ghar th**aerai** ||3||  
*Says Nanak, O my True Lord and Master, what is there which is not in Your home? ||3||*

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥

**saachaa** **naam** **maeraa** **aadhhaaro** ||  
*The True Name is my only support.*

ਸਾਚੁ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਮੇਰਾ ਜਿਨਿ ਭੁਖਾ ਸਭਿ ਗਵਾਈਆ ॥

**saach** **naam** **adhhaar** **maeraa** **jin** bh**ukhaa** sabh gav**aa**ee**aa** ||  
*The True Name is my only support; it satisfies all hunger.*

ਕਰਿ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਮਨਿ ਆਇ ਵਸਿਆ ਜਿਨਿ ਇਛਾ ਸਭਿ ਪੁਜਾਈਆ ॥

kar **sa**(n)th **sukh** man **aae** vas**iaa** **jin** eish**haa** sabh pu**ja**ee**aa** ||  
*It has brought peace and tranquility to my mind; it has fulfilled all my desires.*

ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਗੁਰੂ ਵਿਟਹੁ ਜਿਸ ਦੀਆ ਏਹਿ ਵਡਿਆਈਆ ॥

sadh**aa** kurab**aan** **keethaa** **guroo** vittah**u** **jis** dh**eeaa** **eae**hi vadd**ia**ee**aa** ||  
*I am forever a sacrifice to the Guru, who possesses such glorious greatness.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸਬਦਿ ਧਰਹੁ ਪਿਆਰੋ ॥

keh**ai** naanak **sunah** **u** sa(n)thah**u** sabadh dh**h**arah**u** **piaaro** ||

Says Nanak, listen, O Saints; enshrine love for the Shabad.

ਸਾਚਾ ਨਾਮੁ ਮੇਰਾ ਆਧਾਰੋ ॥੪॥

saachaa naam maeraa aadhhaaro ||4||  
The True Name is my only support. ||4||

ਵਾਜੇ ਪੰਚ ਸਬਦ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ॥

vaajae pa(n)ch sabadh thiith ghar sabhaagai ||  
The Panch Shabad, the five primal sounds, vibrate in that blessed house.

ਘਰਿ ਸਭਾਗੈ ਸਬਦ ਵਾਜੇ ਕਲਾ ਜਿਤੁ ਘਰਿ ਧਾਰੀਆ ॥

ghar sabhaagai sabadh vaajae kalaa jith ghar dhhaareeaa ||  
In that blessed house, the Shabad vibrates; He infuses His almighty power into it.

ਪੰਚ ਦੂਤ ਤੁਧੁ ਵਸਿ ਕੀਤੇ ਕਾਲੁ ਕੰਟਕੁ ਮਾਰਿਆ ॥

pa(n)ch dhooth thudhh vas keethae kaal ka(n)ttak maariaa ||  
Through You, we subdue the five demons of desire, and slay Death, the torturer.

ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ਪਾਇਆ ਤੁਧੁ ਜਿਨ ਕਉ ਸਿ ਨਾਮਿ ਹਰਿ ਕੈ ਲਾਗੇ ॥

dhhur karam paaeiaa thudhh jin ko s naam har kai laagae ||  
Those who have such pre-ordained destiny are attached to the Lord's Name.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤਹ ਸੁਖੁ ਹੋਆ ਤਿਤੁ ਘਰਿ ਅਨਹਦ ਵਾਜੇ ॥੫॥

keh ai naanak theh sukh hoaa thiith ghar anehadh vaajae ||5||  
Says Nanak, they are at peace, and the unstruck sound current vibrates within their homes. ||5||

ਸਾਚੀ ਲਿਵੈ ਬਿਨੁ ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ॥

saachee livai bin dhah nimaanee ||  
Without the true love of devotion, the body is without honor.

ਦੇਹ ਨਿਮਾਣੀ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥

dhah nimaanee livai baajhah u kiae karae vaechaareeaa ||  
The body is dishonored without devotional love; what can the poor wretches do?

ਤੁਧੁ ਬਾਝੁ ਸਮਰਥ ਕੋਇ ਨਾਹੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀਆ ॥

thudhh baajh samarathh koee naahee kirapaa kar banavaareeaa ||  
No one except You is all-powerful; please bestow Your Mercy, O Lord of all nature.

ਏਸ ਨਉ ਹੋਰੁ ਥਾਉ ਨਾਹੀ ਸਬਦਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰੀਆ ॥

eaes no hor thhaa naahee sabadh laag savavaareeaa ||  
There is no place of rest, other than the Name; attached to the Shabad, we are embellished with beauty.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਲਿਵੈ ਬਾਝਹੁ ਕਿਆ ਕਰੇ ਵੇਚਾਰੀਆ ॥੬॥

keh ai naanak livai baajhah u kiae karae vaechaareeaa ||6||  
Says Nanak, without devotional love, what can the poor wretches do? ||6||

ਆਨੰਦੁ ਆਨੰਦੁ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰੂ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥

**aa**na(n)dh **aa**na(n)dh sabh ko keh**ai** **aa**na(n)dh **guroo** th**ae** **jaaniaa** ||  
*Bliss, bliss - everyone talks of bliss; bliss is known only through the Guru.*

ਜਾਣਿਆ ਆਨੰਦੁ ਸਦਾ ਗੁਰ ਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੇ ਪਿਆਰਿਆ ॥

**jaaniaa** **aa**na(n)dh sadh**aa** **gur** th**ae** **kirapaa** kar**ae** **piaariaa** ||  
*Eternal bliss is known only through the Guru, when the Beloved Lord grants His Grace.*

ਕਰਿ ਕਰਪਾ ਕਿਲਵਿਖ ਕਟੇ ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਸਾਰਿਆ ॥

kar **kirapaa** **ki**lavikh katt**ae** **giaan** a(n)jan **saariaa** ||  
*Granting His Grace, He cuts away our sins; He blesses us with the healing ointment of spiritual wisdom.*

ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥

a(n)dharah**u** **jin** **kaa** **mohu** th**uttaa** **thin** **kaa** sabadh sach**ai** sav**aa**riaa ||  
*Those who eradicate attachment from within themselves, are adorned with the Shabad, the Word of the True Lord.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਅਨੰਦੁ ਹੈ ਆਨੰਦੁ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣਿਆ ॥੭॥

keh**ai** **naanak** **e**ah**u** ana(n)dh **hai** **aa**na(n)dh **gur** th**ae** **jaaniaa** ||7||  
*Says Nanak, this alone is bliss - bliss which is known through the Guru. ||7||*

ਬਾਬਾ ਜਿਸੁ ਤੂ ਦੇਹਿ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵੈ ॥

**baabaa** **jis** th**oo** dh**ae**hi **soee** jan **paavai** ||  
*O Baba, he alone receives it, unto whom You give it.*

ਪਾਵੈ ਤ ਸੋ ਜਨੁ ਦੇਹਿ ਜਿਸ ਨੋ ਹੋਰਿ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਵੇਚਾਰਿਆ ॥

**paavai** th **so** jan dh**ae**hi **jis** **no** **hor** **kiaa** kareh**i** **vae**ch**aa**riaa ||  
*He alone receives it, unto whom You give it; what can the other poor wretched beings do?*

ਇਕਿ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਫਿਰਹਿ ਦਹ ਦਿਸਿ ਇਕਿ ਨਾਮਿ ਲਾਗਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥

**eik** bharam bh**oolae** **fire**hi dheh dh**is** **eik** **naam** **laag** sav**aa**riaa ||  
*Some are deluded by doubt, wandering in the ten directions; some are adorned with attachment to the Naam.*

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਨੁ ਭਇਆ ਨਿਰਮਲੁ ਜਿਨਾ ਭਾਣਾ ਭਾਵਏ ॥

**gur** paras**aa**dh**ee** man bh**ae****iaa** **niramal** **jin****aa** bh**aa**naa bh**aa**ve**ae** ||  
*By Guru's Grace, the mind becomes immaculate and pure, for those who follow God's Will.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸੁ ਦੇਹਿ ਪਿਆਰੇ ਸੋਈ ਜਨੁ ਪਾਵਏ ॥੮॥

keh**ai** **naanak** **jis** dh**ae**hi **piaa**rae **soee** jan **paave**ae ||8||  
*Says Nanak, he alone receives it, unto whom You give it, O Beloved Lord. ||8||*

ਆਵਹੁ ਸੰਤ ਪਿਆਰਿਹੋ ਅਕਥ ਕੀ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ॥

**aa**vah**u** sa(n)th **piaari**h**o** akath**h** **kee** kareh keh**aa**nee ||  
*Come, Beloved Saints, let us speak the Unspoken Speech of the Lord.*

ਕਰਹ ਕਹਾਣੀ ਅਕਥ ਕੇਰੀ ਕਿਤੁ ਦੁਆਰੈ ਪਾਈਐ ॥

kareh keh**aa**nee akathh **ka**eree kith dh**ua**arai **pa**aeaeai ||  
*How can we speak the Unspoken Speech of the Lord? Through which door will we find Him?*

ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭੁ ਸਉਪਿ ਗੁਰ ਕਉ ਹੁਕਮਿ ਮੰਨਿਐ ਪਾਈਐ ॥

than man dhhan sabh sou**p** gur ko hu**k**am ma(n)n**ai** **pa**aeaeai ||  
*Surrender body, mind, wealth, and everything to the Guru; obey the Order of His Will, and you will find Him.*

ਹੁਕਮੁ ਮੰਨਿਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰਾ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

hu**k**am ma(n)n**ih**u gu**ro**o **ka**eraa gaavahu sach**ee** ba**aa**nee ||  
*Obey the Hukam of the Guru's Command, and sing the True Word of His Bani.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਕਥਿਹੁ ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ॥੯॥

keh**ai** naanak sunahu sa(n)thahu kath**hi**hu akathh keh**aa**nee ||9||  
*Says Nanak, listen, O Saints, and speak the Unspoken Speech of the Lord. ||9||*

ਏ ਮਨ ਚੰਚਲਾ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

ea**e** man cha(n)chal**aa** chathu**ra**ae kinai n **pa**aeiaa ||  
*O fickle mind, through cleverness, no one has found the Lord.*

ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨ ਮੇਰਿਆ ॥

chathu**ra**ae n **pa**aeiaa kinai th**oo** sun ma(n)n ma**er**iaa ||  
*Through cleverness, no one has found Him; listen, O my mind.*

ਏਹ ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਜਿਨਿ ਏਤੁ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇਆ ॥

ea**eh** ma**aa**ieiaa mohane**e** jin ea**eth** bharam bhul**aa**ieiaa ||  
*This Maya is so fascinating; because of it, people wander in doubt.*

ਮਾਇਆ ਤ ਮੋਹਣੀ ਤਿਨੈ ਕੀਤੀ ਜਿਨਿ ਠਗਉਲੀ ਪਾਈਆ ॥

ma**aa**ieiaa th mohane**e** thinai ke**eth**ee jin t(h)ago**ule**e **pa**aeieaa ||  
*This fascinating Maya was created by the One who has administered this potion.*

ਕੁਰਬਾਣੁ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਜਿਨਿ ਮੋਹੁ ਮੀਠਾ ਲਾਇਆ ॥

ku**ra**baan ke**eth**aa th**is**ai vittahu jin mohu meet(h)**aa** laaeiaa ||  
*I am a sacrifice to the One who has made emotional attachment sweet.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਚੰਚਲ ਚਤੁਰਾਈ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੦॥

keh**ai** naanak man cha(n)chal chathu**ra**ae kinai n **pa**aeiaa ||10||  
*Says Nanak, O fickle mind, no one has found Him through cleverness. ||10||*

ਏ ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥

ea**e** man pia**ar**iaa th**oo** sadha**aa** sach sama**aa**lae ||  
*O beloved mind, contemplate the True Lord forever.*

ਏਹੁ ਕੁਟੰਬੁ ਤੂ ਜਿ ਦੇਖਦਾ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥

**eaehu kutta(n)b thoo j dhaekhadhaa chalai naahee thaerai naalae ||**  
*This family which you see shall not go along with you.*

**ਸਾਥਿ ਤੇਰੈ ਚਲੈ ਨਾਹੀ ਤਿਸੁ ਨਾਲਿ ਕਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਈਐ ॥**

**saathh thaerai chalai naahee this naal kio chith laaeeai ||**  
*They shall not go along with you, so why do you focus your attention on them?*

**ਐਸਾ ਕੰਮੁ ਮੂਲੇ ਨ ਕੀਚੈ ਜਿਤੁ ਅੰਤਿ ਪਛੋਤਾਈਐ ॥**

**aisaa ka(n)m moolae n keechai jith a(n)th pashhothaeeai ||**  
*Don't do anything that you will regret in the end.*

**ਸਤਿਗੁਰੂ ਕਾ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਿ ਤੂ ਹੋਵੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ ॥**

**sathiguroo kaa oupadhaes sun thoo hovai thaerai naalae ||**  
*Listen to the Teachings of the True Guru - these shall go along with you.*

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਪਿਆਰੇ ਤੂ ਸਦਾ ਸਚੁ ਸਮਾਲੇ ॥੧੧॥**

**kehai naanak man piaarae thoo sadhaa sach samaalae ||11||**  
*Says Nanak, O beloved mind, contemplate the True Lord forever. ||11||*

**ਅਗਮ ਅਗੋਚਰਾ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥**

**agam agocharaa thaeraa a(n)th n paaeiaa ||**  
*O inaccessible and unfathomable Lord, Your limits cannot be found.*

**ਅੰਤੋ ਨ ਪਾਇਆ ਕਿਨੈ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਆਪੁ ਤੂ ਜਾਣਹੇ ॥**

**a(n)tho n paaeiaa kinai thaeraa aapanaa aap thoo jaanehae ||**  
*No one has found Your limits; only You Yourself know.*

**ਜੀਅ ਜੰਤੁ ਸਭਿ ਖੇਲੁ ਤੇਰਾ ਕਿਆ ਕੋ ਆਖਿ ਵਖਾਣਏ ॥**

**jeea ja(n)th sabh khael thaeraa kiaa ko aakh vakhaaneae ||**  
*All living beings and creatures are Your play; how can anyone describe You?*

**ਆਖਹਿ ਤ ਵੇਖਹਿ ਸਭੁ ਤੂਹੈ ਜਿਨਿ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥**

**aakhehi th vaekehhi sabh thoo hai jin jagath oupaaeiaa ||**  
*You speak, and You gaze upon all; You created the Universe.*

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਤੂ ਸਦਾ ਅਗੰਮੁ ਹੈ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੨॥**

**kehai naanak thoo sadhaa aga(n)m hai thaeraa a(n)th n paaeiaa ||12||**  
*Says Nanak, You are forever inaccessible; Your limits cannot be found. ||12||*

**ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਖੋਜਦੇ ਸੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥**

**sur nar mun jan a(n)mrith khojadhae s a(n)mrith gur thae paaeiaa ||**  
*The angelic beings and the silent sages search for the Ambrosial Nectar; this Amrit is obtained from the Guru.*

**ਪਾਇਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕੀਨੀ ਸਚਾ ਮਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥**

**paaeiaa a(n)mrith gur kirapaa keenee sachaa man vasaeeiaa ||**  
*This Amrit is obtained, when the Guru grants His Grace; He enshrines the True Lord within the*

mind.

ਜੀਅ ਜੰਤ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ਇਕਿ ਵੇਖਿ ਪਰਸਣਿ ਆਇਆ ॥

j<sup>ee</sup>a ja(n)th sabh th<sup>ud</sup>dh ou<sup>paa</sup>eae eik v<sup>ae</sup>kh parasan a<sup>ae</sup>iaa ||

All living beings and creatures were created by You; only some come to see the Guru, and seek His blessing.

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਚੂਕਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

lab lo<sup>bh</sup> aha(n)ka<sup>ar</sup> ch<sup>ook</sup>aa sath<sup>iguroo</sup> bhal<sup>aa</sup> bha<sup>ae</sup>iaa ||

Their greed, avarice and egotism are dispelled, and the True Guru seems sweet.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਤੁਠਾ ਤਿਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਗੁਰ ਤੇ ਪਾਇਆ ॥੧੩॥

keh<sup>ai</sup> naanak jis no aap th<sup>ut</sup>(h)a<sup>a</sup> th<sup>in</sup> a(n)mrith gur th<sup>ae</sup> p<sup>aa</sup>eiaa ||13||

Says Nanak, those with whom the Lord is pleased, obtain the Amrit, through the Guru. ||13||

ਭਗਤਾ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ ॥

bhagath<sup>aa</sup> kee chaal niraalee ||

The lifestyle of the devotees is unique and distinct.

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਣਾ ॥

chaal<sup>aa</sup> niraalee bhagath<sup>aa</sup>h ka<sup>ere</sup>e bikham ma<sup>arag</sup> chalan<sup>aa</sup> ||

The devotees' lifestyle is unique and distinct; they follow the most difficult path.

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ ॥

lab lo<sup>bh</sup> aha(n)ka<sup>ar</sup> thaj th<sup>ri</sup>san<sup>aa</sup> bah<sup>uth</sup> na<sup>ah</sup>ee bolana<sup>aa</sup> ||

They renounce greed, avarice, egotism and desire; they do not talk too much.

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ ॥

kha(n)ni<sup>ah</sup>u th<sup>ik</sup>hee va<sup>alah</sup>u ni<sup>ke</sup>e ea<sup>eth</sup> ma<sup>arag</sup> ja<sup>anaa</sup> ||

The path they take is sharper than a two-edged sword, and finer than a hair.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨੀ ਆਪੁ ਤਜਿਆ ਹਰਿ ਵਾਸਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

gur paras<sup>aa</sup>dh<sup>ee</sup> j<sup>inee</sup> aap thaj<sup>iaa</sup> har va<sup>asan</sup>aa sam<sup>aa</sup>nee ||

By Guru's Grace, they shed their selfishness and conceit; their hopes are merged in the Lord.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਚਾਲ ਭਗਤਾ ਜੁਗਹੁ ਜੁਗੁ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧੪॥

keh<sup>ai</sup> naanak chaal bhagath<sup>aa</sup> jugahu jug niraalee ||14||

Says Nanak, the lifestyle of the devotees, in each and every age, is unique and distinct. ||14||

ਜਿਉ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵ ਚਲਹ ਸੁਆਮੀ ਹੋਰੁ ਕਿਆ ਜਾਣਾ ਗੁਣ ਤੇਰੇ ॥

jio th<sup>oo</sup> chal<sup>aa</sup>eih<sup>i</sup> thiv chaleh su<sup>aa</sup>amee ho<sup>r</sup> kiaa ja<sup>anaa</sup> gun th<sup>ae</sup>rae ||

As You make me walk, so do I walk, O my Lord and Master; what else do I know of Your Glorious Virtues?

ਜਿਵ ਤੂ ਚਲਾਇਹਿ ਤਿਵੈ ਚਲਹ ਜਿਨਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਵਹੇ ॥

jiv th<sup>oo</sup> chal<sup>aa</sup>eih<sup>i</sup> thiv<sup>ai</sup> chaleh jin<sup>aa</sup> ma<sup>arag</sup> pa<sup>ave</sup>hae ||

As You cause them to walk, they walk - You have placed them on the Path.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਨ ਨਾਮਿ ਲਾਇਹਿ ਸਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਦਾ ਧਿਆਵਹੇ ॥

kar kīrapaa jīn naam laaeihī s har har sadhaa dhhaavehae ||

*In Your Mercy, You attach them to the Naam; they meditate forever on the Lord, Har, Har.*

ਜਿਸ ਨੋ ਕਥਾ ਸੁਣਾਇਹਿ ਆਪਣੀ ਸਿ ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹੇ ॥

jīs no kathhaa sunaaehī aapanēe s guradhuarai sukh paaavehae ||

*Those whom You cause to listen to Your sermon, find peace in the Gurdwara, the Guru's Gate.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੇ ਸਾਹਿਬ ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਵੈ ਚਲਾਵਹੇ ॥੧੫॥

kehāi naanak sachae saahib jīo bhavaai thivai chalaavehae ||15||

*Says Nanak, O my True Lord and Master, you make us walk according to Your Will. ||15||*

ਏਹੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਬਦੁ ਸੁਹਾਵਾ ॥

eaehu sohilaa sabadh suhaavaa ||

*This song of praise is the Shabad, the most beautiful Word of God.*

ਸਬਦੋ ਸੁਹਾਵਾ ਸਦਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥

sabadhō suhaavaa sadhaa sohilaa sathiguroo sunaaeiaa ||

*This beautiful Shabad is the everlasting song of praise, spoken by the True Guru.*

ਏਹੁ ਤਿਨ ਕੈ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਜਿਨ ਧੁਰਹੁ ਲਿਖਿਆ ਆਇਆ ॥

eaehu thin kai ma(n)n vasiaa jīn dhurahū likhiaa aaeiaa ||

*This is enshrined in the minds of those who are so pre-destined by the Lord.*

ਇਕਿ ਫਿਰਹਿ ਘਨੇਰੇ ਕਰਹਿ ਗਲਾ ਗਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਆ ॥

eik firehī ghanaerae karehī galaā galee kinai n paaeiaa ||

*Some wander around, babbling on and on, but none obtain Him by babbling.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਸੁਣਾਇਆ ॥੧੬॥

kehāi naanak sabadh sohilaa sathiguroo sunaaeiaa ||16||

*Says Nanak, the Shabad, this song of praise, has been spoken by the True Guru. ||16||*

ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਸੇ ਜਨਾ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥

pavith hoae sae janaa jīnee har dhhaaeiaa ||

*Those humble beings who meditate on the Lord become pure.*

ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਪਵਿਤੁ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨੀ ਧਿਆਇਆ ॥

har dhhaaeiaa pavith hoae guramukh jīnee dhhaaeiaa ||

*Meditating on the Lord, they become pure; as Gurmukh, they meditate on Him.*

ਪਵਿਤੁ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕੁਟੰਬ ਸਹਿਤ ਸਿਉ ਪਵਿਤੁ ਸੰਗਤਿ ਸਬਾਈਆ ॥

pavith maathaa pithaa kutta(n)b sehith sīo pavith sa(n)gath sabaeiaa ||

*They are pure, along with their mothers, fathers, family and friends; all their companions are pure as well.*

ਕਹਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੁਣਦੇ ਪਵਿਤੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਆ ॥

kehadh**ae** pavith **sunadh**ae**** pavith **sae** pavith **jinee** ma(n)n vas**aae**iaa ||  
*Pure are those who speak, and pure are those who listen; those who enshrine it within their minds are pure.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੇ ਪਵਿਤੁ ਜਿਨੀ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ॥੧੭॥

keh**ai** naanak **sae** pavith **jinee** guram**ukh** har har dh**h**ia**ae**iaa ||17||  
*Says Nanak, pure and holy are those who, as Gurmukh, meditate on the Lord, Har, Har. ||17||*

ਕਰਮੀ ਸਹਜੁ ਨ ਉਪਜੈ ਵਿਣੁ ਸਹਜੈ ਸਹਸਾ ਨ ਜਾਇ ॥

karam**ee** sehaj n **oopajai** vin sehaj**ai** sehas**aa** n **jaae** ||  
*By religious rituals, intuitive poise is not found; without intuitive poise, skepticism does not depart.*

ਨਹ ਜਾਇ ਸਹਸਾ ਕਿਤੈ ਸੰਜਮਿ ਰਹੇ ਕਰਮ ਕਮਾਏ ॥

neh **jaae** sehas**aa** kith**ai** sa(n)jam reh**ae** karam kam**aaeae** ||  
*Skepticism does not depart by contrived actions; everybody is tired of performing these rituals.*

ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ ਕਿਤੁ ਸੰਜਮਿ ਧੋਤਾ ਜਾਏ ॥

sehas**ai** **jeeo** mal**een** hai kith sa(n)jam dh**h**oth**aa** **jaaeae** ||  
*The soul is polluted by skepticism; how can it be cleansed?*

ਮੰਨੁ ਧੋਵਹੁ ਸਬਦਿ ਲਾਗਹੁ ਹਰਿ ਸਿਉ ਰਹਹੁ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥

ma(n)n dh**h**ov**ah**u sabadh **laa**g**ah**u har sio reh**ah**u ch**ith** **laae** ||  
*Wash your mind by attaching it to the Shabad, and keep your consciousness focused on the Lord.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਸਹਜੁ ਉਪਜੈ ਇਹੁ ਸਹਸਾ ਇਵ ਜਾਇ ॥੧੮॥

keh**ai** naanak gur paras**aad**h**ee** sehaj **oopajai** e**ihu** sehas**aa** eiv **jaae** ||18||  
*Says Nanak, by Guru's Grace, intuitive poise is produced, and this skepticism is dispelled. ||18||*

ਜੀਅਹੁ ਮੈਲੇ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

**jee**ah**u** mail**ae** ba**ah**arah**u** niramal ||  
*Inwardly polluted, and outwardly pure.*

ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਤ ਮੈਲੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੁਐ ਹਾਰਿਆ ॥

ba**ah**arah**u** niramal **jee**ah**u** th mail**ae** th**inee** janam j**oo**ai ha**ariaa** ||  
*Those who are outwardly pure and yet polluted within, lose their lives in the gamble.*

ਏਹ ਤਿਸਨਾ ਵਡਾ ਰੋਗੁ ਲਗਾ ਮਰਣੁ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ॥

e**ae**h thisan**aa** vadd**aa** rog lag**aa** maran manah**u** vis**aa**riaa ||  
*They contract this terrible disease of desire, and in their minds, they forget about dying.*

ਵੇਦਾ ਮਹਿ ਨਾਮੁ ਉਤਮੁ ਸੋ ਸੁਣਹਿ ਨਾਹੀ ਫਿਰਹਿ ਜਿਉ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥

va**ed**haa meh**i** naam **utham** so **sunehi** na**aa**h**ee** fireh**i** j**io** ba**etha**aliaa ||  
*In the Vedas, the ultimate objective is the Naam, the Name of the Lord; but they do not hear this, and they wander around like demons.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਸਚੁ ਤਜਿਆ ਕੂੜੇ ਲਾਗੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਜੂਐ ਹਾਰਿਆ ॥੧੯॥

keh**ai** naanak **jin** sach thaj**iaa** **koorrae** laagae thinee janam **jooi** haariaa ||19||  
Says Nanak, those who forsake Truth and cling to falsehood, lose their lives in the gamble. ||19||

ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਬਾਹਰਹੁ ਨਿਰਮਲ ॥

**jeeahu** niramal **baa**harahu niramal ||  
Inwardly pure, and outwardly pure.

ਬਾਹਰਹੁ ਤ ਨਿਰਮਲ ਜੀਅਹੁ ਨਿਰਮਲ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਕਰਣੀ ਕਮਾਣੀ ॥

**baa**harahu th niramal **jeeahu** niramal sath**igur** th**ae** karan**ee** kama**anee** ||  
Those who are outwardly pure and also pure within, through the Guru, perform good deeds.

ਕੂੜ ਕੀ ਸੋਇ ਪਹੁਚੈ ਨਾਹੀ ਮਨਸਾ ਸਚਿ ਸਮਾਣੀ ॥

**koorr** **kee** soe pah**uchai** naa**hee** manas**aa** sach sama**anee** ||  
Not even an iota of falsehood touches them; their hopes are absorbed in the Truth.

ਜਨਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨੀ ਖਟਿਆ ਭਲੇ ਸੇ ਵਣਜਾਰੇ ॥

janam rathan **jinee** khatt**iaa** bhal**ae** sae vanaj**aa**rae ||  
Those who earn the jewel of this human life, are the most excellent of merchants.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਮੰਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਸਦਾ ਰਹਹਿ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥੨੦॥

keh**ai** naanak **jin** ma(n)n niramal sadh**aa** rehe**hi** gur na**alae** ||20||  
Says Nanak, those whose minds are pure, abide with the Guru forever. ||20||

ਜੇ ਕੋ ਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਸੇਤੀ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ॥

**jae** ko sikh **guroo** sae**thee** sanam**ukh** hovai ||  
If a Sikh turns to the Guru with sincere faith, as sunmukh

ਹੋਵੈ ਤ ਸਨਮੁਖੁ ਸਿਖੁ ਕੋਈ ਜੀਅਹੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਨਾਲੇ ॥

**hovai** th sanam**ukh** sikh **koee** **jeeahu** reh**ai** gur na**alae** ||  
if a Sikh turns to the Guru with sincere faith, as sunmukh, his soul abides with the Guru.

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਹਿਰਦੈ ਧਿਆਏ ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਸਮਾਲੇ ॥

**gur** **kae** charan hirad**hai** dh**h**ia**ae** a(n)thar **aathamai** sama**alae** ||  
Within his heart, he meditates on the lotus feet of the Guru; deep within his soul, he contemplates Him.

ਆਪੁ ਛਡਿ ਸਦਾ ਰਹੈ ਪਰਣੈ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਏ ॥

**aap** shhadd sadh**aa** reh**ai** paran**ai** gur bin avar n **jaanai** ko**ae** ||  
Renouncing selfishness and conceit, he remains always on the side of the Guru; he does not know anyone except the Guru.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੁਣਹੁ ਸੰਤਹੁ ਸੋ ਸਿਖੁ ਸਨਮੁਖੁ ਹੋਏ ॥੨੧॥

keh**ai** naanak sunah**u** sa(n)thah**u** so sikh sanam**ukh** ho**ae** ||21||  
Says Nanak, listen, O Saints: such a Sikh turns toward the Guru with sincere faith, and becomes sunmukh. ||21||

ਜੇ ਕੋ ਗੁਰ ਤੇ ਵੇਮੁਖੁ ਹੋਵੈ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਵੈ ॥

**jae ko gur thae vaemukh hovai bin sathigur mukath n paavai ||**

*One who turns away from the Guru, and becomes baymukh - without the True Guru, he shall not find liberation.*

ਪਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਨ ਹੋਰ ਥੈ ਕੋਈ ਪੁਛਹੁ ਬਿਬੇਕੀਆ ਜਾਏ ॥

**paavai mukath n hor thhai koe pushhahu bibaekieaa jaaae ||**

*He shall not find liberation anywhere else either; go and ask the wise ones about this.*

ਅਨੇਕ ਜੂਨੀ ਭਰਮਿ ਆਵੈ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥

**anaek joonee bharam aavai vin sathigur mukath n paaeae ||**

*He shall wander through countless incarnations; without the True Guru, he shall not find liberation.*

ਫਿਰਿ ਮੁਕਤਿ ਪਾਏ ਲਾਗਿ ਚਰਣੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥

**fir mukath paaeae laag charanee sathiguroo sabadh sunaaeae ||**

*But liberation is attained, when one is attached to the feet of the True Guru, chanting the Word of the Shabad.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਵੀਚਾਰਿ ਦੇਖਹੁ ਵਿਣੁ ਸਤਿਗੁਰ ਮੁਕਤਿ ਨ ਪਾਏ ॥੨੨॥

**keh ai naanak veechaar dhakhahu vin sathigur mukath n paaeae ||22||**

*Says Nanak, contemplate this and see, that without the True Guru, there is no liberation. ||22||*

ਆਵਹੁ ਸਿਖ ਸਤਿਗੁਰੁ ਕੇ ਪਿਆਰਿਹੋ ਗਾਵਹੁ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥

**aaвахu sikh sathiguroo kae piariho gaavahu sach ee baanee ||**

*Come, O beloved Sikhs of the True Guru, and sing the True Word of His Bani.*

ਬਾਣੀ ਤ ਗਾਵਹੁ ਗੁਰੁ ਕੇਰੀ ਬਾਣੀਆ ਸਿਰਿ ਬਾਣੀ ॥

**baanee th gaavahu guroo kaeree baaneeaa sir baanee ||**

*Sing the Guru's Bani, the supreme Word of Words.*

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਹਿਰਦੈ ਤਿਨਾ ਸਮਾਣੀ ॥

**jin ko nadhar karam hovai hiradhai thinaa samaanee ||**

*Those who are blessed by the Lord's Glance of Grace - their hearts are imbued with this Bani.*

ਪੀਵਹੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਦਾ ਰਹਹੁ ਹਰਿ ਰੰਗਿ ਜਪਿਹੁ ਸਾਰਿਗਪਾਣੀ ॥

**peevahu a(n)mriith sadhaa rehahu har ra(n)g japihu saarigapaanee ||**

*Drink in this Ambrosial Nectar, and remain in the Lord's Love forever; meditate on the Lord, the Sustainer of the world.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਗਾਵਹੁ ਏਹ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੩॥

**keh ai naanak sadhaa gaavahu aeah sach ee baanee ||23||**

*Says Nanak, sing this True Bani forever. ||23||*

ਸਤਿਗੁਰੁ ਬਿਨਾ ਹੋਰ ਕਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥

**sathiguroo binaa hor kachee hai baanee ||**

*Without the True Guru, other songs are false.*

ਬਾਣੀ ਤ ਕਚੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥

baanee th kachee sathiguroo baa(j)hahu hor kachee baanee ||  
*The songs are false without the True Guru; all other songs are false.*

ਕਹਦੇ ਕਚੇ ਸੁਣਦੇ ਕਚੇ ਕਚੀ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥

kehadhae kachae sunadhae kachae kacha(n)ae aakh vakhaanee ||  
*The speakers are false, and the listeners are false; those who speak and recite are false.*

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਕਰਹਿ ਰਸਨਾ ਕਹਿਆ ਕਛੂ ਨ ਜਾਣੀ ॥

har har nith karehi rasanaa kehiaa kashhoo n jaanee ||  
*They may continually chant, 'Har, Har' with their tongues, but they do not know what they are saying.*

ਚਿਤੁ ਜਿਨ ਕਾ ਹਿਰਿ ਲਇਆ ਮਾਇਆ ਬੋਲਨਿ ਪਏ ਰਵਾਣੀ ॥

chith jin kaa hir laeiaa maaeiaa bolan peae ravaanee ||  
*Their consciousness is lured by Maya; they are just reciting mechanically.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਹੋਰ ਕਚੀ ਬਾਣੀ ॥੨੪॥

keh(ai) naanak sathiguroo baa(j)hahu hor kachee baanee ||24||  
*Says Nanak, without the True Guru, other songs are false. ||24||*

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਤੰਨੁ ਹੈ ਹੀਰੇ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥

gur kaa sabadh ratha(n)n hai heerae jith jarr(oo) ||  
*The Word of the Guru's Shabad is a jewel, studded with diamonds.*

ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਜਿਤੁ ਮੰਨੁ ਲਾਗਾ ਏਹੁ ਹੋਆ ਸਮਾਉ ॥

sabadh rathan jith ma(n)n laagaa eaehu hoaa sam(oo) ||  
*The mind which is attached to this jewel, merges into the Shabad.*

ਸਬਦ ਸੇਤੀ ਮਨੁ ਮਿਲਿਆ ਸਚੈ ਲਾਇਆ ਭਾਉ ॥

sabadh sae(he) man miliaa sach(ai) laa(e)iaa bh(oo) ||  
*One whose mind is attuned to the Shabad, enshrines love for the True Lord.*

ਆਪੇ ਹੀਰਾ ਰਤਨੁ ਆਪੇ ਜਿਸ ਨੋ ਦੇਇ ਬੁਝਾਇ ॥

aa(oo) heeraa rathan aa(oo) jis no dhae bu(j)haae ||  
*He Himself is the diamond, and He Himself is the jewel; one who is blessed, understands its value.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦੁ ਰਤਨੁ ਹੈ ਹੀਰਾ ਜਿਤੁ ਜੜਾਉ ॥੨੫॥

keh(ai) naanak sabadh rathan hai heeraa jith jarr(oo) ||25||  
*Says Nanak, the Shabad is a jewel, studded with diamonds. ||25||*

ਸਿਵ ਸਕਤਿ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਕੈ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ॥

siv sakath aa(oo) upaae kai karathaa aa(oo) hukam varathaa(oo) ||  
*He Himself created Shiva and Shakti, mind and matter; the Creator subjects them to His Command.*

ਹੁਕਮੁ ਵਰਤਾਏ ਆਪਿ ਵੇਖੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਸੈ ਬੁਝਾਏ ॥

hukam varathaaeae aap vae Khai guramukh kisai bujhaaeae ||  
*Enforcing His Order, He Himself sees all. How rare are those who, as Gurmukh, come to know Him.*

ਤੋੜੇ ਬੰਧਨ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤੁ ਸਬਦੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥

thorae ba(n)dhhan hovai mukath sabadh ma(n)n vasaaeae ||  
*They break their bonds, and attain liberation; they enshrine the Shabad within their minds.*

ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਸ ਨੋ ਆਪਿ ਕਰੇ ਸੁ ਹੋਵੈ ਏਕਸ ਸਿਉ ਲਿਵ ਲਾਏ ॥

guramukh jis no aap karae s hovai eekas sio liv laaeae ||  
*Those whom the Lord Himself makes Gurmukh, lovingly focus their consciousness on the One Lord.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਆਪਿ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਾਏ ॥੨੬॥

keh ai naanak aap karathaa aapae hukam bujhaaeae ||26||  
*Says Nanak, He Himself is the Creator; He Himself reveals the Hukam of His Command. ||26||*

ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

simrith saasathr pu(n)n paap beechaaradhae thathai saar n jaanee ||  
*The Simritees and the Shaastras discriminate between good and evil, but they do not know the true essence of reality.*

ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

thathai saar n jaanee guroo baajhahu thathai saar n jaanee ||  
*They do not know the true essence of reality without the Guru; they do not know the true essence of reality.*

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥

thihee gune sa(n)saar bhram suthaa suthiaa rai vihaanee ||  
*The world is asleep in the three modes and doubt; it passes the night of its life sleeping.*

ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਸੇ ਜਨ ਜਾਗੇ ਜਿਨਾ ਹਰਿ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਬੋਲਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਬਾਣੀ ॥

gur kirapaa thae sae jan jaagae jinaa har man vasiaa bolehi a(n)mriith baanee ||  
*Those humble beings remain awake and aware, within whose minds, by Guru's Grace, the Lord abides; they chant the Ambrosial Word of the Guru's Bani.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸੋ ਤਤੁ ਪਾਏ ਜਿਸ ਨੋ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਗੈ ਜਾਗਤ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥੨੭॥

keh ai naanak so thath paaae jis no anadhin har liv laagai jaagath rai vihaanee ||27||  
*Says Nanak, they alone obtain the essence of reality, who night and day remain lovingly absorbed in the Lord; they pass the night of their life awake and aware. ||27||*

ਮਾਤਾ ਕੇ ਉਦਰ ਮਹਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲ ਕਰੇ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥

maatha kae oudhar mehi prathipaal karae so kio manahu visaareeai ||  
*He nourished us in the mother's womb; why forget Him from the mind?*

ਮਨਹੁ ਕਿਉ ਵਿਸਾਰੀਐ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਜਿ ਅਗਨਿ ਮਹਿ ਆਹਾਰੁ ਪਹੁਚਾਵਏ ॥

manahu kio visaareeai aeavadd dhaathaa j agan mehi aahaar pahuchaaveae ||  
*Why forget from the mind such a Great Giver, who gave us sustenance in the fire of the womb?*

ਓਸ ਨੋ ਕਿਹੁ ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੀ ਜਿਸ ਨਉ ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਲਾਵਏ ॥

ous no kihu pohi n sakee jis no aapanee liv laaveae ||  
*Nothing can harm one, whom the Lord inspires to embrace His Love.*

ਆਪਣੀ ਲਿਵ ਆਪੇ ਲਾਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਸਮਾਲੀਐ ॥

aapanee liv aapae laaeae guramukh sadhaa samaaleeai ||  
*He Himself is the love, and He Himself is the embrace; the Gurmukh contemplates Him forever.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਵਡੁ ਦਾਤਾ ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ॥੨੮॥

kehai naanak aevadd dhaathaa so kio manahu visaareeai ||28||  
*Says Nanak, why forget such a Great Giver from the mind? ||28||*

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

jaisee agan oudhar mehi thaisee baahar maaeiaa ||  
*As is the fire within the womb, so is Maya outside.*

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

maaeiaa agan sabh eiko jaehee karathai khael rachaaeiaa ||  
*The fire of Maya is one and the same; the Creator has staged this play.*

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

jaa this bhaanaa thaa ja(n)miaa paravaar bhalaa bhaaeiaa ||  
*According to His Will, the child is born, and the family is very pleased.*

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

liv shhurrakee lagee thrisanaa maaeiaa amar varathaaeiaa ||  
*Love for the Lord wears off, and the child becomes attached to desires; the script of Maya runs its course.*

ਏਹ ਮਾਇਆ ਜਿਤੁ ਹਰਿ ਵਿਸਰੈ ਮੋਹੁ ਉਪਜੈ ਭਾਉ ਦੂਜਾ ਲਾਇਆ ॥

aeh maaeiaa jith har visarai mohu oupajai bhaao dhoojaa laaeiaa ||  
*This is Maya, by which the Lord is forgotten; emotional attachment and love of duality well up.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਜਿਨਾ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਤਿਨੀ ਵਿਚੇ ਮਾਇਆ ਪਾਇਆ ॥੨੯॥

kehai naanak gur parasaadhee jinaa liv laagee thinee vichae maaeiaa paaeiaa ||29||  
*Says Nanak, by Guru's Grace, those who enshrine love for the Lord find Him, in the midst of Maya. ||29||*

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥

har aap amulak hai mul n paaeiaa jaae ||  
*The Lord Himself is priceless; His worth cannot be estimated.*

ਮੁਲਿ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ਕਿਸੈ ਵਿਟਹੁ ਰਹੇ ਲੋਕ ਵਿਲਲਾਇ ॥

mul n paaeiaa jaae kisai vittahu rehae lok vilalaae ||  
*His worth cannot be estimated, even though people have grown weary of trying.*

ਐਸਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜੇ ਮਿਲੈ ਤਿਸ ਨੋ ਸਿਰੁ ਸਉਪੀਐ ਵਿਚਹੁ ਆਪੁ ਜਾਇ ॥

aisaa sathigur jae milai this no sir soupeeai vichahu aap jaae ||  
*If you meet such a True Guru, offer your head to Him; your selfishness and conceit will be eradicated from within.*

ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਉ ਤਿਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥

jis dhaa jeeo this mil rehahi har vasai man aae ||  
*Your soul belongs to Him; remain united with Him, and the Lord will come to dwell in your mind.*

ਹਰਿ ਆਪਿ ਅਮੁਲਕੁ ਹੈ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਕੇ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਹਰਿ ਪਲੈ ਪਾਇ ॥੩੦॥

har aap amulak hai bhag thinaa kae naanakaa jin har palai paae ||30||  
*The Lord Himself is priceless; very fortunate are those, O Nanak, who attain to the Lord. ||30||*

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ॥

har raas maeree man vanajaaraa ||  
*The Lord is my capital; my mind is the merchant.*

ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਵਣਜਾਰਾ ਸਤਿਗੁਰ ਤੇ ਰਾਸਿ ਜਾਣੀ ॥

har raas maeree man vanajaaraa sathigur thae raas jaanee ||  
*The Lord is my capital, and my mind is the merchant; through the True Guru, I know my capital.*

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਤ ਜਪਿਹੁ ਜੀਅਹੁ ਲਾਹਾ ਖਟਿਹੁ ਦਿਹਾੜੀ ॥

har har nith japihu jeeahu laahaa khattihu dhihaarree ||  
*Meditate continually on the Lord, Har, Har, O my soul, and you shall collect your profits daily.*

ਏਹੁ ਧਨੁ ਤਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਜਿਨ ਹਰਿ ਆਪੇ ਭਾਣਾ ॥

eaehu dhhan thinaa miliaa jin har aapae bhaanaa ||  
*This wealth is obtained by those who are pleasing to the Lord's Will.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ਮੇਰੀ ਮਨੁ ਹੋਆ ਵਣਜਾਰਾ ॥੩੧॥

kehahi naanak har raas maeree man hoaa vanajaaraa ||31||  
*Says Nanak, the Lord is my capital, and my mind is the merchant. ||31||*

ਏ ਰਸਨਾ ਤੂ ਅਨ ਰਸਿ ਰਾਚਿ ਰਹੀ ਤੇਰੀ ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ॥

ee rasanaa thoo an ras raach reh ee thaeeree piaas n jaae ||  
*O my tongue, you are engrossed in other tastes, but your thirsty desire is not quenched.*

ਪਿਆਸ ਨ ਜਾਇ ਹੋਰਤੁ ਕਿਤੈ ਜਿਚਰੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਲੈ ਨ ਪਾਇ ॥

piaas n jaae horath kithai jichar har ras palai n paae ||  
*Your thirst shall not be quenched by any means, until you attain the subtle essence of the Lord.*

ਹਰਿ ਰਸੁ ਪਾਇ ਪਲੈ ਪੀਐ ਹਰਿ ਰਸੁ ਬਹੁੜਿ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਗੈ ਆਇ ॥

har ras paae palai peeai har ras bahurrr n thrisanaa laagai aae ||  
*If you do obtain the subtle essence of the Lord, and drink in this essence of the Lord, you shall*

not be troubled by desire again.

ਏਹੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਕਰਮੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥

eaehu har ras karamee paaeeai sathigur milai jis aae ||

*This subtle essence of the Lord is obtained by good karma, when one comes to meet with the True Guru.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹੋਰਿ ਅਨ ਰਸ ਸਭਿ ਵੀਸਰੇ ਜਾ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥੩੨॥

kehai naanak hor an ras sabh veesarae jaa har vasai man aae ||32||

*Says Nanak, all other tastes and essences are forgotten, when the Lord comes to dwell within the mind. ||32||*

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

eae sareeeraa maeriaa har thum mehi joth rakhee thaa thoo jag mehi aaeiaa ||

*O my body, the Lord infused His Light into you, and then you came into the world.*

ਹਰਿ ਜੋਤਿ ਰਖੀ ਤੁਧੁ ਵਿਚਿ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

har joth rakhee thudhh vich thaa thoo jag mehi aaeiaa ||

*The Lord infused His Light into you, and then you came into the world.*

ਹਰਿ ਆਪੇ ਮਾਤਾ ਆਪੇ ਪਿਤਾ ਜਿਨਿ ਜੀਉ ਉਪਾਇ ਜਗਤੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

har aaae maathaa aaae pithaa jin jeeo oupaae jagath dhikhaaeiaa ||

*The Lord Himself is your mother, and He Himself is your father; He created the created beings, and revealed the world to them.*

ਗੁਰੁ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਤਾ ਚਲਤੁ ਹੋਆ ਚਲਤੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

gur parasaadhee bujhiaa thaa chalath hoaa chalath nadharee aaeiaa ||

*By Guru's Grace, some understand, and then it's a show; it seems like just a show.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕਾ ਮੂਲੁ ਰਚਿਆ ਜੋਤਿ ਰਾਖੀ ਤਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥੩੩॥

kehai naanak srisatt kaa mool rachiaa joth raakhee thaa thoo jag mehi aaeiaa ||33||

*Says Nanak, He laid the foundation of the Universe, and infused His Light, and then you came into the world. ||33||*

ਮਨਿ ਚਾਉ ਭਇਆ ਪ੍ਰਭ ਆਗਮੁ ਸੁਣਿਆ ॥

man chaao bhaeiaa prabh aagam suniaa ||

*My mind has become joyful, hearing of God's coming.*

ਹਰਿ ਮੰਗਲੁ ਗਾਉ ਸਖੀ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮੰਦਰੁ ਬਣਿਆ ॥

har ma(n)gal gaao sakhee grihu ma(n)dhar baniaa ||

*Sing the songs of joy to welcome the Lord, O my companions; my household has become the Lord's Mansion.*

ਹਰਿ ਗਾਉ ਮੰਗਲੁ ਨਿਤ ਸਖੀਏ ਸੋਗੁ ਦੁਖੁ ਨ ਵਿਆਪਏ ॥

har gaao ma(n)gal nith sakheeeae sog dhookh n viaapeae ||

*Sing continually the songs of joy to welcome the Lord, O my companions, and sorrow and suffering will not afflict you.*

ਗੁਰ ਚਰਨ ਲਾਗੇ ਦਿਨ ਸਭਾਗੇ ਆਪਣਾ ਪਿਰੁ ਜਾਪਏ ॥

gur charan laagae dhin sabhaagae aapanaa pir jaapeae ||  
*Blessed is that day, when I am attached to the Guru's feet and meditate on my Husband Lord.*

ਅਨਹਤ ਬਾਣੀ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਜਾਣੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਰਸੁ ਭੋਗੋ ॥

anehath baanee gur sabadh jaanee har naam har ras bhogo ||  
*I have come to know the unstruck sound current and the Word of the Guru's Shabad; I enjoy the sublime essence of the Lord, the Lord's Name.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਪ੍ਰਭੁ ਆਪਿ ਮਿਲਿਆ ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਜੋਗੋ ॥੩੪॥

keh ai naanak prabh aap miliaa karan kaaran jogo ||34||  
*Says Nanak, God Himself has met me; He is the Doer, the Cause of causes. ||34||*

ਏ ਸਰੀਰਾ ਮੇਰਿਆ ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇ ਕੈ ਕਿਆ ਤੁਧੁ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ॥

ae sareeraa maeriaa eis jag mehi aae kai kiaa thudhh karam kamaaiaa ||  
*O my body, why have you come into this world? What actions have you committed?*

ਕਿ ਕਰਮ ਕਮਾਇਆ ਤੁਧੁ ਸਰੀਰਾ ਜਾ ਤੂ ਜਗ ਮਹਿ ਆਇਆ ॥

k karam kamaaiaa thudhh sareeraa jaa thoo jag mehi aaeiaa ||  
*And what actions have you committed, O my body, since you came into this world?*

ਜਿਨਿ ਹਰਿ ਤੇਰਾ ਰਚਨੁ ਰਚਿਆ ਸੋ ਹਰਿ ਮਨਿ ਨ ਵਸਾਇਆ ॥

jin har thaeraa rachan rachiaa so har man n vasaaiaa ||  
*The Lord who formed your form - you have not enshrined that Lord in your mind.*

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਹਰਿ ਮੰਨਿ ਵਸਿਆ ਪੂਰਬਿ ਲਿਖਿਆ ਪਾਇਆ ॥

gur parasaadhee har ma(n)n vasiaa poorab likhiaa paaiaa ||  
*By Guru's Grace, the Lord abides within the mind, and one's pre-ordained destiny is fulfilled.*

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹੁ ਸਰੀਰੁ ਪਰਵਾਣੁ ਹੋਆ ਜਿਨਿ ਸਤਿਗੁਰ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਆ ॥੩੫॥

keh ai naanak aeahu sareer paravaan hoaa jin sathigur sio chith laaeiaa ||35||  
*Says Nanak, this body is adorned and honored, when one's consciousness is focused on the True Guru. ||35||*

ਏ ਨੇਤ੍ਰਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਹਰਿ ਤੁਮ ਮਹਿ ਜੋਤਿ ਧਰੀ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ॥

ae naethrahu maerihohar thum mehi joth dhharee har bin avar n dhakhahau koee ||  
*O my eyes, the Lord has infused His Light into you; do not look upon any other than the Lord.*

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਦੇਖਹੁ ਕੋਈ ਨਦਰੀ ਹਰਿ ਨਿਹਾਲਿਆ ॥

har bin avar n dhakhahau koee nadharee har nihaaliaa ||  
*Do not look upon any other than the Lord; the Lord alone is worthy of beholding.*

ਏਹੁ ਵਿਸੁ ਸੰਸਾਰੁ ਤੁਮ ਦੇਖਦੇ ਏਹੁ ਹਰਿ ਕਾ ਰੂਪੁ ਹੈ ਹਰਿ ਰੂਪੁ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥

aeahu vis sa(n)saar thum dhakhadh ae aeahu har kaa roop hai har roop nadharee  
aaiaa ||  
*This whole world which you see is the image of the Lord; only the image of the Lord is seen.*

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਬੁਝਿਆ ਜਾ ਵੇਖਾ ਹਰਿ ਇਕੁ ਹੈ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥

gur parasaa**dh**ee bujh**iaa** jaa vaekh**aa** har eik hai har bin avar n koe**e** ||  
By Guru's Grace, I understand, and I see only the One Lord; there is no one except the Lord.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਏਹਿ ਨੇੜੁ ਅੰਧ ਸੇ ਸਤਿਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਦਿਬ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਹੋਈ ॥੩੬॥

keh**ai** naanak e**ehi** nae**thr** a(n)dhh sa**e** sathigur mil**iai** dh**ib** dh**risatt** ho**ee** ||36||  
Says Nanak, these eyes were blind; but meeting the True Guru, they became all-seeing. ||36||

ਏ ਸ੍ਰਵਣਹੁ ਮੇਰਿਹੋ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥

e**ae** sravanah**u** ma**eri**ho sa**achai** sunan**ai** no pat(h)**aaeae** ||  
O my ears, you were created only to hear the Truth.

ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ਸਰੀਰਿ ਲਾਏ ਸੁਣਹੁ ਸਤਿ ਬਾਣੀ ॥

sa**achai** sunan**ai** no pat(h)**aaeae** sare**er** la**aeae** sunah**u** sath ba**anee** ||  
To hear the Truth, you were created and attached to the body; listen to the True Bani.

ਜਿਤੁ ਸੁਣੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਆ ਰਸਨਾ ਰਸਿ ਸਮਾਣੀ ॥

ji**th** su**nee** man than har**iaa** ho**aa** rasan**aa** ras sam**anee** ||  
Hearing it, the mind and body are rejuvenated, and the tongue is absorbed in Ambrosial Nectar.

ਸਚੁ ਅਲਖ ਵਿਡਾਣੀ ਤਾ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਏ ॥

sach alakh v**idd**aa**nee** tha**aa** ke**e** gath keh**ee** n ja**aeae** ||  
The True Lord is unseen and wondrous; His state cannot be described.

ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਸੁਣਹੁ ਪਵਿਤ੍ਰੁ ਹੋਵਹੁ ਸਾਚੈ ਸੁਨਣੈ ਨੋ ਪਠਾਏ ॥੩੭॥

keh**ai** naanak a(n)m**rith** na**am** sunah**u** pav**ithr** ho**vahu** sa**achai** sunan**ai** no pat(h)**aaeae** ||37||  
Says Nanak, listen to the Ambrosial Naam and become holy; you were created only to hear the Truth. ||37||

ਹਰਿ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥

har j**eeo** gu**faa** a(n)dhar rakh k**ai** va**ajaa** pavan vaj**aae**iaa ||  
The Lord placed the soul to the cave of the body, and blew the breath of life into the musical instrument of the body.

ਵਜਾਇਆ ਵਾਜਾ ਪਉਣ ਨਉ ਦੁਆਰੇ ਪਰਗਟੁ ਕੀਏ ਦਸਵਾ ਗੁਪਤੁ ਰਖਾਇਆ ॥

vaj**aae**iaa va**ajaa** pou**n** no dh**uaarae** paragatt k**eeae** dhasava**aa** gu**path** rakh**aae**iaa ||  
He blew the breath of life into the musical instrument of the body, and revealed the nine doors; but He kept the Tenth Door hidden.

ਗੁਰਦੁਆਰੈ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

guradh**uaarai** la**ae** bh**aa**van**ee** eikan**aa** dhasava**aa** dh**uaar** dh**ikhaae**iaa ||  
Through the Gurdwara, the Guru's Gate, some are blessed with loving faith, and the Tenth Door is revealed to them.

ਤਹ ਅਨੇਕ ਰੂਪ ਨਾਉ ਨਵ ਨਿਧਿ ਤਿਸ ਦਾ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਈ ਪਾਇਆ ॥

teh an**ae**k ro**op** na**ao** nav ni**dhh** thi**s** dh**aa** a(n)th n ja**ae** pa**ae**iaa ||

*There are many images of the Lord, and the nine treasures of the Naam; His limits cannot be found.*

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਹਰਿ ਪਿਆਰੈ ਜੀਉ ਗੁਫਾ ਅੰਦਰਿ ਰਖਿ ਕੈ ਵਾਜਾ ਪਵਣੁ ਵਜਾਇਆ ॥੩੮॥**

keh**ai** naanak har piaarai jeeo gu**faa** a(n)dhar rakh kai vaajaa pavan vaj**aaeiaa** ||38||  
*Says Nanak, the Lord placed the soul to the cave of the body, and blew the breath of life into the musical instrument of the body. ||38||*

**ਏਹੁ ਸਾਚਾ ਸੋਹਿਲਾ ਸਾਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੁ ॥**

e**ae**hu saachaa sohilaa saachai ghar gaavahu ||  
*Sing this true song of praise in the true home of your soul.*

**ਗਾਵਹੁ ਤ ਸੋਹਿਲਾ ਘਰਿ ਸਾਚੈ ਜਿਥੈ ਸਦਾ ਸਚੁ ਧਿਆਵਹੇ ॥**

gaavahu th sohilaa ghar saachai jithhai sadhaa sach dh**hiaavehae** ||  
*Sing the song of praise in your true home; meditate there on the True Lord forever.*

**ਸਚੇ ਧਿਆਵਹਿ ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਵਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਿਨਾ ਬੁਝਾਵਹੇ ॥**

sach**o** dh**hiaavehi** ja thudhh bh**aa**vehi guramukh jin**aa** bujh**aa**vehae ||  
*They alone meditate on You, O True Lord, who are pleasing to Your Will; as Gurmukh, they understand.*

**ਇਹੁ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਕਾ ਖਸਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਬਖਸੇ ਸੋ ਜਨੁ ਪਾਵਹੇ ॥**

e**ih**u sach sabhana**aa** ka**aa** khasam ha**i** jis**is** bakhas**ae** so jan paav**ehae** ||  
*This Truth is the Lord and Master of all; whoever is blessed, obtains it.*

**ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਚੁ ਸੋਹਿਲਾ ਸਚੈ ਘਰਿ ਗਾਵਹੇ ॥੩੯॥**

keh**ai** naanak sach sohilaa sachai ghar gaav**ehae** ||39||  
*Says Nanak, sing the true song of praise in the true home of your soul. ||39||*

**ਅਨਦੁ ਸੁਣਹੁ ਵਡਭਾਗੀਹੋ ਸਗਲ ਮਨੋਰਥ ਪੂਰੇ ॥**

anadh sunahu vaddabh**aa**ge**eh**o sagal man**o**rathh po**ora**e ||  
*Listen to the song of bliss, O most fortunate ones; all your longings shall be fulfilled.*

**ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਉਤਰੇ ਸਗਲ ਵਿਸੂਰੇ ॥**

paarabreham prabh p**aa**e**iaa** outhar**ae** sagal vis**oo**rae ||  
*I have obtained the Supreme Lord God, and all sorrows have been forgotten.*

**ਦੁਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ ॥**

dh**oo**kh ro**g** sa(n)th**aa**p outhar**ae** sun**ee** sach**ee** ba**aa**nee ||  
*Pain, illness and suffering have departed, listening to the True Bani.*

**ਸੰਤ ਸਾਜਨ ਭਏ ਸਰਸੇ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਜਾਣੀ ॥**

sa(n)th **sa**jan bhe**ae** saras**ae** po**ora**e gur th**ae** ja**aa**nee ||  
*The Saints and their friends are in ecstasy, knowing the Perfect Guru.*

**ਸੁਣਤੇ ਪੁਨੀਤ ਕਹਤੇ ਪਵਿਤੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥**

sunath**ae** pun**ee**th kehath**ae** pav**i**th sath**ig**ur reh**iaa** bharap**oo**rae ||

*Pure are the listeners, and pure are the speakers; the True Guru is all-pervading and permeating.*

**ਬਿਨਵੰਤਿ ਨਾਨਕੁ ਗੁਰ ਚਰਣ ਲਾਗੇ ਵਾਜੇ ਅਨਹਦ ਤੂਰੇ ॥੪੦॥੧॥**

**bi**nava(n)th **na**anak **gu**r charan **la**agae **va**ajae anehadh th**oo**rae ||40||1||

*Prays Nanak, touching the Guru's Feet, the unstruck sound current of the celestial bugles vibrates and resounds. ||40||1||*