

ਰਾਗੁ ਬਿਹਾਗੜਾ ਛੰਤ ਮਹਲਾ ੪ ਘਰੁ ੧

Raag Bihaagraa, Chhant, Fourth Mehl, First House:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

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

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈਐ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਅਮੋਲੇ ਰਾਮ ॥

Meditate on the Name of the Lord, Har, Har, O my soul; as Gurmukh, meditate on the invaluable Name of the Lord.

ਹਰਿ ਰਸਿ ਬੀਧਾ ਹਰਿ ਮਨੁ ਧਿਆਰਾ ਮਨੁ ਹਰਿ ਰਸਿ ਨਾਮਿ ਝਕੋਲੇ ਰਾਮ ॥

My mind is pierced through by the sublime essence of the Lord's Name. The Lord is dear to my mind. With the sublime essence of the Lord's Name, my mind is washed clean.

ਗੁਰਮਤਿ ਮਨੁ ਠਹਰਾਈਐ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਅਨਤ ਨ ਕਾਹੂ ਡੋਲੇ ਰਾਮ ॥

Under Guru's Instructions, hold your mind steady; O my soul, do not let it wander anywhere.

ਮਨ ਚਿੰਦਿਅਤਾ ਫਲੁ ਪਾਇਆ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਗੁਣ ਨਾਨਕ ਬਾਣੀ ਬੋਲੇ ਰਾਮ ॥੧॥

One who utters the Bani of the Praises of the Lord God, O Nanak, obtains the fruits of his heart's desires. ||1||

ਗੁਰਮਤਿ ਮਨਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਵੁਠਤਾ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਮੁਖਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬੈਣ ਅਲਾਏ ਰਾਮ ॥

Under Guru's Instruction, the Ambrosial Name abides within the mind, O my soul; with your mouth, utter the words of ambrosia.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੀ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਮਨਿ ਸੁਣੀਐ ਹਰਿ ਲਿਵ ਲਾਏ ਰਾਮ ॥

The Words of the devotees are Ambrosial Nectar, O my soul; hearing them in the mind, embrace loving affection for the Lord.

ਚਿਰੀ ਵਿਛੁੰਨਾ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਗਲਿ ਮਿਲਿਆ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਏ ਰਾਮ ॥

Separated for so very long, I have found the Lord God; He holds me close in His loving embrace.

ਜਨ ਨਾਨਕ ਮਨਿ ਅਨਦੁ ਭਇਆ ਹੈ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਅਨਹਤ ਸਬਦ ਵਜਾਏ ਰਾਮ ॥੨॥

Servant Nanak's mind is filled with bliss, O my soul; the unstruck sound-current of the Shabad vibrates within. ||2||

ਸਖੀ ਸਹੇਲੀ ਮੇਰੀਆ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਕੋਈ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਆਣਿ ਮਿਲਾਵੈ ਰਾਮ ॥

If only my friends and companions would come and unite me with my Lord God, O my soul.

ਹਉ ਮਨੁ ਦੇਵਉ ਤਿਸੁ ਆਪਣਾ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਕੀ ਹਰਿ ਕਥਾ ਸੁਣਾਵੈ ਰਾਮ ॥

I offer my mind to the one who recites the sermon of my Lord God, O my soul.

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਦਾ ਅਰਾਧਿ ਹਰਿ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਮਨ ਚਿੰਦਿਅਤਾ ਫਲੁ ਪਾਵੈ ਰਾਮ ॥

As Gurmukh, ever worship the Lord in adoration, O my soul, and you shall obtain the fruits of your heart's desires.

ਨਾਨਕ ਭਜੁ ਹਰਿ ਸਰਣਾਗਤੀ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਵਡਭਾਗੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ ਰਾਮ ॥੩॥

O Nanak, hurry to the Lord's Sanctuary; O my soul, those who meditate on the Lord's Name are very fortunate. ||3||

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਪ੍ਰਭੁ ਆਇ ਮਿਲੁ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮੁ ਪਰਗਾਸੇ ਰਾਮ ॥

By His Mercy, God comes to meet us, O my soul; through the Guru's Teachings, He reveals His Name.

ਹਉ ਹਰਿ ਬਾਝੁ ਉਡੀਣੀਆ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਜਿਉ ਜਲ ਬਿਨੁ ਕਮਲ ਉਦਾਸੇ ਰਾਮ ॥

Without the Lord, I am so sad, O my soul - as sad as the lotus without water.

ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਮੇਲਾਇਆ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਹਰਿ ਸਜਣੁ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਸੇ ਰਾਮ ॥

The Perfect Guru has united me, O my soul, with the Lord, my best friend, the Lord God.

ਧਨੁ ਧਨੁ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਦਸਿਆ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ ਜਨ ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਬਿਗਾਸੇ ਰਾਮ ॥੪॥੧॥

Blessed, blessed is the Guru, who has shown me the Lord, O my soul; servant Nanak blossoms forth in the Name of the Lord. ||4||1||