

ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Sorat'h, Fifth Mehl:

ਗੁਣ ਗਾਵਹੁ ਪੂਰਨ ਅਬਿਨਾਸੀ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਬਿਖੁ ਜਾਰੇ ॥

Sing the Glorious Praises of the Perfect, Imperishable Lord, and the poison of sexual desire and anger shall be burnt away.

ਮਹਾ ਬਿਖਮੁ ਅਗਨਿ ਕੋ ਸਾਗਰੁ ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਉਧਾਰੇ ॥੧॥

You shall cross over the awesome, arduous ocean of fire, in the Saadh Sangat, the Company of the Holy. ||1||

ਪੂਰੈ ਗੁਰਿ ਮੇਟਿਓ ਭਰਮੁ ਅੰਧੇਰਾ ॥

The Perfect Guru has dispelled the darkness of doubt.

ਭਜੁ ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਪ੍ਰਭੁ ਨੇਰਾ ॥ ਰਹਾਉ ॥

Remember God with love and devotion; He is near at hand. ||Pause||

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ਰਸੁ ਪੀਆ ਮਨੁ ਤਨੁ ਰਹੇ ਅਘਾਈ ॥

Drink in the sublime essence, the treasure of the Name of the Lord, Har, Har, and your mind and body shall remain satisfied.

ਜਤ ਕਤ ਪੂਰਿ ਰਹਿਓ ਪਰਮੇਸਰੁ ਕਤ ਆਵੈ ਕਤ ਜਾਈ ॥੨॥

The Transcendent Lord is totally permeating and pervading everywhere; where would He come from, and where would He go? ||2||

ਜਪ ਤਪ ਸੰਜਮ ਗਿਆਨੁ ਤਤ ਬੇਤਾ ਜਿਸੁ ਮਨਿ ਵਸੈ ਗੋਪਾਲਾ ॥

One whose mind is filled with the Lord, is a person of meditation, penance, self-restraint and spiritual wisdom, and a knower of reality.

ਨਾਮੁ ਰਤਨੁ ਜਿਨਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਾਇਆ ਤਾ ਕੀ ਪੂਰਨ ਘਾਲਾ ॥੩॥

The Gurmukh obtains the jewel of the Naam; his efforts come to perfect fruition. ||3||

ਕਲਿ ਕਲੇਸ ਮਿਟੇ ਦੁਖ ਸਗਲੇ ਕਾਟੀ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸਾ ॥

All his struggles, sufferings and pains are dispelled, and the noose of death is cut away from him.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭਿ ਕਿਰਪਾ ਧਾਰੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਭਏ ਬਿਗਾਸਾ ॥੪॥੧੨॥੨੩॥

Says Nanak, God has extended His Mercy, and so his mind and body blossom forth. ||4||12||23||