

ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Soohee, Fifth Mehl:

ਗੁਰ ਕੈ ਬਚਨਿ ਰਿਦੈ ਧਿਆਨੁ ਧਾਰੀ ॥

Within my heart, I meditate on the Word of the Guru's Teachings.

ਰਸਨਾ ਜਾਪੁ ਜਪਉ ਬਨਵਾਰੀ ॥੧॥

With my tongue, I chant the Chant of the Lord. ||1||

ਸਫਲ ਮੂਰਤਿ ਦਰਸਨ ਬਲਿਹਾਰੀ ॥

The image of His vision is fruitful; I am a sacrifice to it.

ਚਰਣ ਕਮਲ ਮਨ ਪ੍ਰਾਣ ਅਧਾਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

His Lotus Feet are the Support of the mind, the Support of the very breath of life. ||1||Pause||

ਸਾਧਸੰਗਿ ਜਨਮ ਮਰਣ ਨਿਵਾਰੀ ॥

In the Saadh Sangat, the Company of the Holy, the cycle of birth and death is ended.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕਥਾ ਸੁਣਿ ਕਰਨ ਅਧਾਰੀ ॥੨॥

To hear the Ambrosial Sermon is the support of my ears. ||2||

ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮੋਹ ਤਜਾਰੀ ॥

I have renounced sexual desire, anger, greed and emotional attachment.

ਦ੍ਰਿੜੁ ਨਾਮ ਦਾਨੁ ਇਸਨਾਨੁ ਸੁਚਾਰੀ ॥੩॥

I have enshrined the Naam within myself, with charity, true cleansing and righteous conduct. ||3||

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਇਹੁ ਤਤੁ ਬੀਚਾਰੀ ॥

Says Nanak, I have contemplated this essence of reality;

ਰਾਮ ਨਾਮ ਜਪਿ ਖਾਰਿ ਉਤਾਰੀ ॥੪॥੧੨॥੧੮॥

chanting the Name of the Lord, I am carried across. ||4||12||18||