

ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੩ ॥

Bhairao, Third Mehl:

ਸੋ ਮੁਨਿ ਜਿ ਮਨ ਕੀ ਦੁਬਿਧਾ ਮਾਰੇ ॥

He alone is a silent sage, who subdues his mind's duality.

ਦੁਬਿਧਾ ਮਾਰਿ ਬ੍ਰਹਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥੧॥

Subduing his duality, he contemplates God. ||1||

ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਕੋਈ ਖੋਜਹੁ ਭਾਈ ॥

Let each person examine his own mind, O Siblings of Destiny.

ਮਨੁ ਖੋਜਤ ਨਾਮੁ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Examine your mind, and you shall obtain the nine treasures of the Naam.

||1||Pause||

ਮੂਲੁ ਮੋਹੁ ਕਰਿ ਕਰਤੈ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥

The Creator created the world, upon the foundation of worldly love and attachment.

ਮਮਤਾ ਲਾਇ ਭਰਮਿ ਭੋਲਾਇਆ ॥੨॥

Attaching it to possessiveness, He has led it into confusion with doubt. ||2||

ਇਸੁ ਮਨ ਤੇ ਸਭ ਪਿੰਡ ਪਰਾਣਾ ॥

From this Mind come all bodies, and the breath of life.

ਮਨ ਕੈ ਵੀਚਾਰਿ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਿ ਸਮਾਣਾ ॥੩॥

By mental contemplation, the mortal realizes the Hukam of the Lord's Command, and merges in Him. ||3||

ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਗੁਰੁ ਕਿਰਪਾ ਕਰੈ ॥

When the mortal has good karma, the Guru grants His Grace.

ਇਹੁ ਮਨੁ ਜਾਗੈ ਇਸੁ ਮਨ ਕੀ ਦੁਬਿਧਾ ਮਰੈ ॥੪॥

Then this mind is awakened, and the duality of this mind is subdued. ||4||

ਮਨ ਕਾ ਸੁਭਾਉ ਸਦਾ ਬੈਰਾਗੀ ॥

It is the innate nature of the mind to remain forever detached.

ਸਭ ਮਹਿ ਵਸੈ ਅਤੀਤੁ ਅਨਰਾਗੀ ॥੫॥

The Detached, Dispassionate Lord dwells within all. ||5||

ਕਹਤ ਨਾਨਕੁ ਜੋ ਜਾਣੈ ਭੇਉ ॥

Says Nanak, one who understands this mystery,

ਆਦਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਦੇਉ ॥੬॥੫॥

becomes the embodiment of the Primal, Immaculate, Divine Lord God.
||6||5||