

ਮਲਾਰ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Malaar, Fifth Mehl:

ਹਰਿ ਕੈ ਭਜਨਿ ਕਉਨ ਕਉਨ ਨ ਤਾਰੇ ॥

Vibrating and meditating on the Lord, who has not been carried across?

ਖਗ ਤਨ ਮੀਨ ਤਨ ਮ੍ਰਿਗ ਤਨ ਬਰਾਹ ਤਨ ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਉਧਾਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Those reborn into the body of a bird, the body of a fish, the body of a deer, and the body of a bull - in the Saadh Sangat, the Company of the Holy, they are saved. ||1||Pause||

ਦੇਵ ਕੁਲ ਦੈਤ ਕੁਲ ਜਖੁ ਕਿੰਨਰ ਨਰ ਸਾਗਰ ਉਤਰੇ ਪਾਰੇ ॥

The families of gods, the families of demons, titans, celestial singers and human beings are carried across the ocean.

ਜੋ ਜੋ ਭਜਨੁ ਕਰੈ ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਤਾ ਕੇ ਦੁਖ ਬਿਦਾਰੇ ॥੧॥

Whoever meditates and vibrates on the Lord in the Saadh Sangat - his pains are taken away. ||1||

ਕਾਮ ਕਰੋਧ ਮਹਾ ਬਿਖਿਆ ਰਸ ਇਨ ਤੇ ਭਏ ਨਿਰਾਰੇ ॥

Sexual desire, anger and the pleasures of terrible corruption - he keeps away from these.

ਦੀਨ ਦਇਆਲ ਜਪਹਿ ਕਰੁਣਾ ਮੈ ਨਾਨਕ ਸਦ ਬਲਿਹਾਰੇ ॥੨॥੯॥੧੩॥

He meditates on the Lord, Merciful to the meek, the Embodiment of Compassion; Nanak is forever a sacrifice to Him. ||2||9||13||