

ਕਾਨੜਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Kaanraa, Fifth Mehl:

ਆਰਾਧਉ ਤੁਝਹਿ ਸੁਆਮੀ ਅਪਨੇ ॥

I worship and adore You, my Lord and Master.

ਉਠਤ ਬੈਠਤ ਸੋਵਤ ਜਾਗਤ ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਹਰਿ ਜਪਨੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Standing up and sitting down, while sleeping and awake, with each and every breath, I meditate on the Lord. ||1||Pause||

ਤਾ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਬਸਿਓ ਨਾਮੁ ॥

The Naam, the Name of the Lord, abides within the hearts of those,

ਜਾ ਕਉ ਸੁਆਮੀ ਕੀਨੋ ਦਾਨੁ ॥੧॥

whose Lord and Master blesses them with this gift. ||1||

ਤਾ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਆਈ ਸਾਂਤਿ ॥

Peace and tranquility come into the hearts of those

ਠਾਕੁਰ ਭੇਟੇ ਗੁਰ ਬਚਨਾਂਤਿ ॥੨॥

who meet their Lord and Master, through the Word of the Guru. ||2||

ਸਰਬ ਕਲਾ ਸੋਈ ਪਰਬੀਨ ॥

Those are wise and blessed with all powers,

ਨਾਮ ਮੰਤ੍ਰੁ ਜਾ ਕਉ ਗੁਰਿ ਦੀਨ ॥੩॥

whom the Guru blesses with the Mantra of the Naam. ||3||

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੈ ਬਲਿ ਜਾਉ ॥

Says Nanak, I am a sacrifice to those

ਕਲਿਜੁਗ ਮਹਿ ਪਾਇਆ ਜਿਨਿ ਨਾਉ ॥੪॥੨॥

who are blessed with the Name in this Dark Age of Kali Yuga. ||4||2||