

ਰਾਗੁ ਗਉੜੀ · ਪੂਰਬੀ ਮਹਲਾ ੫
Raag Gauree Poorbee, Fifth Mehl:

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

One Universal Creator God. By The Grace Of The True Guru:

ਹਰਿ ਹਰਿ ਕਬਹੂ ਨ ਮਨਹੁ ਬਿਸਾਰੇ ॥

Never forget the Lord, Har, Har, from your mind.

ਈਹਾ ਉਹਾ ਸਰਬ ਸੁਖਦਾਤਾ ਸਗਲ ਘਟਾ ਪ੍ਰਤਿਪਾਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Here and hereafter, He is the Giver of all peace. He is the Cherisher of all hearts. ||1||Pause||

ਮਹਾ ਕਸਟ ਕਾਟੈ ਖਿਨ ਭੀਤਰਿ ਰਸਨਾ ਨਾਮੁ ਚਿਤਾਰੇ ॥

He removes the most terrible pains in an instant, if the tongue repeats His Name.

ਸੀਤਲ ਸਾਂਤਿ ਸੂਖ ਹਰਿ ਸਰਣੀ ਜਲਤੀ ਅਗਨਿ ਨਿਵਾਰੇ ॥੧॥

In the Lord's Sanctuary there is soothing coolness, peace and tranquility. He has extinguished the burning fire. ||1||

ਗਰਭ ਕੁੰਡ ਨਰਕ ਤੇ ਰਾਖੈ ਭਵਜਲੁ ਪਾਰਿ ਉਤਾਰੇ ॥

He saves us from the hellish pit of the womb, and carries us across the terrifying world-ocean.

ਚਰਨ ਕਮਲ ਆਰਾਧਤ ਮਨ ਮਹਿ ਜਮ ਕੀ ਤ੍ਰਾਸ ਬਿਦਾਰੇ ॥੨॥

Adoring His Lotus Feet in the mind, the fear of death is banished. ||2||

ਪੂਰਨ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਪਰਮੇਸੁਰ ਉਚਾ ਅਗਮ ਅਪਾਰੇ ॥

He is the Perfect, Supreme Lord God, the Transcendent Lord, lofty, unfathomable and infinite.

ਗੁਣ ਗਾਵਤ ਧਿਆਵਤ ਸੁਖ ਸਾਗਰ ਜੂਏ ਜਨਮੁ ਨ ਹਾਰੇ ॥੩॥

Singing His Glorious Praises, and meditating on the Ocean of peace, one's life is not lost in the gamble. ||3||

ਕਾਮਿ ਕ੍ਰੋਧਿ ਲੋਭਿ ਮੋਹਿ ਮਨੁ ਲੀਨੋ ਨਿਰਗੁਣ ਕੇ ਦਾਤਾਰੇ ॥

My mind is engrossed in sexual desire, anger, greed and attachment, O Giver to the unworthy.

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਅਪੁਨੋ ਨਾਮੁ ਦੀਜੈ ਨਾਨਕ ਸਦ ਬਲਿਹਾਰੇ ॥੪॥੧॥੧੩੮॥

Please grant Your Grace, and bless me with Your Name; Nanak is forever a sacrifice to You. ||4||1||138||