

ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Gauree, First Mehl:

ਜਿਨਿ ਅਕਥੁ ਕਹਾਇਆ ਅਪਿਓ ਪੀਆਇਆ ॥

Those who speak the Unspoken, drink in the Nectar.

ਅਨ ਭੈ ਵਿਸਰੇ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇਆ ॥੧॥

Other fears are forgotten, and they are absorbed into the Naam, the Name of the Lord. ||1||

ਕਿਆ ਡਰੀਐ ਡਰੁ ਡਰਹਿ ਸਮਾਨਾ ॥

Why should we fear, when fear is dispelled by the Fear of God?

ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਪਛਾਨਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Through the Shabad, the Word of the Perfect Guru, I recognize God.  
||1||Pause||

ਜਿਸੁ ਨਰ ਰਾਮੁ ਰਿਦੈ ਹਰਿ ਰਾਸਿ ॥ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਇ ਮਿਲੇ ਸਾਬਾਸਿ ॥੨॥

Those whose hearts are filled with the Lord's essence are blessed and acclaimed, and intuitively absorbed into the Lord. ||2||

ਜਾਹਿ ਸਵਾਰੈ ਸਾਝ ਬਿਆਲ ॥

Those whom the Lord puts to sleep, evening and morning

ਇਤ ਉਤ ਮਨਮੁਖ ਬਾਧੇ ਕਾਲ ॥੩॥

- those self-willed manmukhs are bound and gagged by Death, here and hereafter. ||3||

ਅਹਿਨਿਸਿ ਰਾਮੁ ਰਿਦੈ ਸੇ ਪੂਰੇ ॥

Those whose hearts are filled with the Lord, day and night, are perfect.

ਨਾਨਕ ਰਾਮ ਮਿਲੇ ਭ੍ਰਮ ਦੂਰੇ ॥੪॥੧੧॥

O Nanak, they merge into the Lord, and their doubts are cast away. ||4||11||