

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Aasaa, Fifth Mehl:

ਜੀਉ ਮਨੁ ਤਨੁ ਪ੍ਰਾਨ ਪ੍ਰਭ ਕੇ ਦੀਏ ਸਭਿ ਰਸ ਭੋਗ ॥

The soul, the mind, the body and the breath of life belong to God. He has given all tastes and pleasures.

ਦੀਨ ਬੰਧਪ ਜੀਅ ਦਾਤਾ ਸਰਣਿ ਰਾਖਣ ਜੋਗੁ ॥੧॥

He is the Friend of the poor, the Giver of life, the Protector of those who seek His Sanctuary. ||1||

ਮੇਰੇ ਮਨ ਧਿਆਇ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥

O my mind, meditate on the Name of the Lord, Har, Har.

ਹਲਤਿ ਪਲਤਿ ਸਹਾਇ ਸੰਗੇ ਏਕ ਸਿਉ ਲਿਵ ਲਾਉ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Here and hereafter, He is our Helper and Companion; embrace love and affection for the One Lord. ||1||Pause||

ਬੇਦ ਸਾਸਤ੍ਰੁ ਜਨ ਧਿਆਵਹਿ ਤਰਣ ਕਉ ਸੰਸਾਰੁ ॥

They meditate on the Vedas and the Shaastras, to swim across the world-ocean.

ਕਰਮ ਧਰਮ ਅਨੇਕ ਕਿਰਿਆ ਸਭ ਉਪਰਿ ਨਾਮੁ ਅਚਾਰੁ ॥੨॥

The many religious rituals, good deeds of karma and Dharmic worship - above all of these is the Naam, the Name of the Lord. ||2||

ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਬਿਨਸੈ ਮਿਲੈ ਸਤਿਗੁਰ ਦੇਵ ॥

Sexual desire, anger, and egotism depart, meeting with the Divine True Guru.

ਨਾਮੁ ਦ੍ਰਿੜੁ ਕਰਿ ਭਗਤਿ ਹਰਿ ਕੀ ਭਲੀ ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਸੇਵ ॥੩॥

Implant the Naam within, perform devotional worship to the Lord and serve God - this is good. ||3||

ਚਰਣ ਸਰਣ ਦਇਆਲ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਨਿਮਾਣੇ ਮਾਣੁ ॥

I seek the Sanctuary of Your Feet, O Merciful Lord; You are the Honor of the dishonored.

ਜੀਅ ਪ੍ਰਾਣ ਅਧਾਰੁ ਤੇਰਾ ਨਾਨਕ ਕਾ ਪ੍ਰਭ ਤਾਣੁ ॥੪॥੨॥੧੩੭॥

You are the Support of my soul, my breath of life; O God, You are Nanak's strength. ||4||2||137||