

ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Gauree, Fifth Mehl:

ਗੁਰ ਸੇਵਾ ਤੇ ਨਾਮੇ ਲਾਗਾ ॥

Serving the Guru, one is committed to the Naam, the Name of the Lord.

ਤਿਸ ਕਉ ਮਿਲਿਆ ਜਿਸੁ ਮਸਤਕਿ ਭਾਗਾ ॥

It is received only by those who have such good destiny inscribed upon their foreheads.

ਤਿਸ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਰਵਿਆ ਸੋਇ ॥

The Lord dwells within their hearts.

ਮਨੁ ਤਨੁ ਸੀਤਲੁ ਨਿਹਚਲੁ ਹੋਇ ॥੧॥

Their minds and bodies become peaceful and stable. ||1||

ਐਸਾ ਕੀਰਤਨੁ ਕਰਿ ਮਨ ਮੇਰੇ ॥

O my mind, sing such Praises of the Lord,

ਈਹਾ ਉਹਾ ਜੋ ਕਾਮਿ ਤੇਰੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

which shall be of use to you here and hereafter. ||1||Pause||

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਭਉ ਅਪਦਾ ਜਾਇ ॥

Meditating on Him, fear and misfortune depart,

ਧਾਵਤ ਮਨੁਆ ਆਵੈ ਠਾਇ ॥

and the wandering mind is held steady.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਫਿਰਿ ਦੁਖੁ ਨ ਲਾਗੈ ॥

Meditating on Him, suffering shall never again overtake you.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਇਹ ਹਉਮੈ ਭਾਗੈ ॥੨॥

Meditating on Him, this ego runs away. ||2||

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਵਸਿ ਆਵਹਿ ਪੰਚਾ ॥

Meditating on Him, the five passions are overcome.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਰਿਦੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸੰਚਾ ॥

Meditating on Him, Ambrosial Nectar is collected in the heart.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਇਹ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬੁਝੈ ॥
Meditating on Him, this desire is quenched.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਸਿਝੈ ॥੩॥
Meditating on Him, one is approved in the Court of the Lord. ||3||

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਕੋਟਿ ਮਿਟਹਿ ਅਪਰਾਧ ॥
Meditating on Him, millions of mistakes are erased.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਹਰਿ ਹੋਵਹਿ ਸਾਧ ॥
Meditating on Him, one becomes Holy, blessed by the Lord.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਮਨੁ ਸੀਤਲੁ ਹੋਵੈ ॥
Meditating on Him, the mind is cooled and soothed.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਮਲੁ ਸਗਲੀ ਖੋਵੈ ॥੪॥
Meditating on Him, all filth is washed away. ||4||

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਰਤਨੁ ਹਰਿ ਮਿਲੈ ॥
Meditating on Him, the jewel of the Lord is obtained.

ਬਹੁਰਿ ਨ ਛੋਡੈ ਹਰਿ ਸੰਗਿ ਹਿਲੈ ॥
One is reconciled with the Lord, and shall not abandon Him again.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਕਈ ਬੈਕੁੰਠ ਵਾਸੁ ॥
Meditating on Him, many acquire a home in the heavens.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਸੁਖ ਸਹਜਿ ਨਿਵਾਸੁ ॥੫॥
Meditating on Him, one abides in intuitive peace. ||5||

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਇਹ ਅਗਨਿ ਨ ਪੋਹਤ ॥
Meditating on Him, one is not affected by this fire.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਇਹੁ ਕਾਲੁ ਨ ਜੋਹਤ ॥
Meditating on Him, one is not under the gaze of Death.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਤੇਰਾ ਨਿਰਮਲ ਮਾਥਾ ॥
Meditating on Him, your forehead shall be immaculate.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਸਗਲਾ ਦੁਖੁ ਲਾਥਾ ॥੬॥

Meditating on Him, all pains are destroyed. ||6||

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਮੁਸਕਲੁ ਕਛੁ ਨ ਬਨੈ ॥

Meditating on Him, no difficulties are encountered.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਸੁਣਿ ਅਨਹਤ ਧੁਨੈ ॥

Meditating on Him, one hears the unstruck melody.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਇਹ ਨਿਰਮਲ ਸੋਇ ॥

Meditating on Him, one acquires this pure reputation.

ਜਾਸੁ ਜਪਤ ਕਮਲੁ ਸੀਧਾ ਹੋਇ ॥੭॥

Meditating on Him, the heart-lotus is turned upright. ||7||

ਗੁਰਿ ਸੁਭ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਸਭ ਊਪਰਿ ਕਰੀ ॥

The Guru has bestowed His Glance of Grace upon all,

ਜਿਸ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਮੰਤ੍ਰੁ ਦੇ ਹਰੀ ॥

within whose hearts the Lord has implanted His Mantra.

ਅਖੰਡ ਕੀਰਤਨੁ ਤਿਨਿ ਭੋਜਨੁ ਚੁਰਾ ॥

The unbroken Kirtan of the Lord's Praises is their food and nourishment.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਜਿਸੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਪੂਰਾ ॥੮॥੨॥

Says Nanak, they have the Perfect True Guru. ||8||2||