

ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Gauree, Fifth Mehl:

ਰਸਨਾ ਜਪੀਐ ਏਕੁ ਨਾਮ ॥

With your tongue, chant the Name of the One Lord.

ਈਹਾ ਸੁਖੁ ਆਨੰਦੁ ਘਨਾ ਆਗੈ ਜੀਅ ਕੈ ਸੰਗਿ ਕਾਮ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

In this world, it shall bring you peace, comfort and great joy; hereafter, it shall go with your soul, and shall be of use to you. ||1||Pause||

ਕਟੀਐ ਤੇਰਾ ਅਹੰ ਰੋਗੁ ॥

The disease of your ego shall be eradicated.

ਤੂੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਕਰਿ ਰਾਜ ਜੋਗੁ ॥੧॥

By Guru's Grace, practice Raja Yoga, the Yoga of meditation and success. ||1||

ਹਰਿ ਰਸੁ ਜਿਨਿ ਜਨਿ ਚਾਖਿਆ ॥

Those who taste the sublime essence of the Lord

ਤਾ ਕੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਲਾਥੀਆ ॥੨॥

have their thirst quenched. ||2||

ਹਰਿ ਬਿਸੁਆਮ ਨਿਧਿ ਪਾਇਆ ॥

Those who have found the Lord, the Treasure of peace,

ਸੋ ਬਹੁਰਿ ਨ ਕਤ ਹੀ ਧਾਇਆ ॥੩॥

shall not go anywhere else again. ||3||

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਜਾ ਕਉ ਗੁਰਿ ਦੀਆ ॥

Those, unto whom the Guru has given the Lord's Name, Har, Har

ਨਾਨਕ ਤਾ ਕਾ ਭਉ ਗਇਆ ॥੪॥੮॥੧੪੬॥

- O Nanak, their fears are removed. ||4||8||146||