

ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Gauree Gwaarayree, Fifth Mehl:

ਆਨ ਰਸਾ ਜੇਤੇ ਤੈ ਚਾਖੇ ॥

You may taste the other flavors,

ਨਿਮਖ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਤੇਰੀ ਲਾਥੇ ॥

but your thirst shall not depart, even for an instant.

ਹਰਿ ਰਸ ਕਾ ਤੂੰ ਚਾਖਹਿ ਸਾਦੁ ॥

But when you taste the sweet flavor the the Lord's sublime essence

ਚਾਖਤ ਹੋਇ ਰਹਹਿ ਬਿਸਮਾਦੁ ॥੧॥

- upon tasting it, you shall be wonder-struck and amazed. ||1||

ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਰਸਨਾ ਪੀਉ ਪਿਆਰੀ ॥

O dear beloved tongue, drink in the Ambrosial Nectar.

ਇਹ ਰਸ ਰਾਤੀ ਹੋਇ ਤ੍ਰਿਪਤਾਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Imbued with this sublime essence, you shall be satisfied. ||1||Pause||

ਹੇ ਜਿਹਵੇ ਤੂੰ ਰਾਮ ਗੁਣ ਗਾਉ ॥

O tongue, sing the Glorious Praises of the Lord.

ਨਿਮਖ ਨਿਮਖ ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਉ ॥

Each and every moment, meditate on the Lord, Har, Har, Har.

ਆਨ ਨ ਸੁਨੀਐ ਕਤਹੂੰ ਜਾਈਐ ॥

Do not listen to any other, and do not go anywhere else.

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਵਡਭਾਗੀ ਪਾਈਐ ॥੨॥

By great good fortune, you shall find the Saadh Sangat, the Company of the Holy. ||2||

ਆਠ ਪਹਰ ਜਿਹਵੇ ਆਗਾਧਿ ॥ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਠਾਕੁਰ ਆਗਾਧਿ ॥

Twenty-four hours a day, O tongue, dwell upon God, the Unfathomable, Supreme Lord and Master.

ਈਹਾ ਉਹਾ ਸਦਾ ਸੁਹੇਲੀ ॥

Here and hereafter, you shall be happy forever.

ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਵਤ ਰਸਨ ਅਮੋਲੀ ॥੩॥

Chanting the Glorious Praises of the Lord, O tongue, you shall become priceless. ||3||

ਬਨਸਪਤਿ ਮਉਲੀ ਫਲ ਫੁਲ ਪੇਡੇ ॥

All the vegetation will blossom forth for you, flowering in fruition;

ਇਹ ਰਸ ਰਾਤੀ ਬਹੁਰਿ ਨ ਛੋਡੇ ॥

imbued with this sublime essence, you shall never leave it again.

ਆਨ ਨ ਰਸ ਕਸ ਲਵੈ ਨ ਲਾਈ ॥

No other sweet and tasty flavors can compare to it.

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਗੁਰ ਭਏ ਹੈ ਸਹਾਈ ॥੪॥੧੫॥੮੪॥

Says Nanak, the Guru has become my Support. ||4||15||84||