

ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥  
One Universal Creator God. Truth Is The Name. Creative Being Personified.  
No Fear. No Hatred. Image Of The Undying. Beyond Birth. Self-Existent. By  
Guru's Grace:

ਰਾਗੁ ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੧ ਚਉਪਦੇ ਘਰੁ ੧  
Raag Soohi, First Mehl, Chau-Padas, First House:

ਭਾਂਡਾ ਧੋਇ ਬੈਸਿ ਧੁਪੁ ਦੇਵਹੁ ਤਉ ਦੁਧੈ ਕਉ ਜਾਵਹੁ ॥  
Wash the vessel, sit down and anoint it with fragrance; then, go out and get  
the milk.

ਦੁਧੁ ਕਰਮ ਫੁਨਿ ਸੁਰਤਿ ਸਮਾਇਣੁ ਹੋਇ ਨਿਰਾਸ ਜਮਾਵਹੁ ॥੧॥  
Add the rennet of clear consciousness to the milk of good deeds, and then,  
free of desire, let it curdle. ||1||

ਜਪਹੁ ਤ ਏਕੋ ਨਾਮਾ ॥  
Chant the Name of the One Lord.

ਅਵਰਿ ਨਿਰਾਫਲ ਕਾਮਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥  
All other actions are fruitless. ||1||Pause||

ਇਹੁ ਮਨੁ ਈਟੀ ਹਾਥਿ ਕਰਹੁ ਫੁਨਿ ਨੇਤ੍ਰਉ ਨੀਦ ਨ ਆਵੈ ॥  
Let your mind be the handles, and then churn it, without sleeping.

ਰਸਨਾ ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਤਬ ਮਥੀਐ ਇਨ ਬਿਧਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪਾਵਹੁ ॥੨॥  
If you chant the Naam, the Name of the Lord, with your tongue, then the curd  
will be churned. In this way, the Ambrosial Nectar is obtained. ||2||

ਮਨੁ ਸੰਪਟੁ ਜਿਤੁ ਸਤ ਸਰਿ ਨਾਵਣੁ ਭਾਵਨ ਪਾਤੀ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਕਰੇ ॥  
Wash your mind in the pool of Truth, and let it be the vessel of the Lord; let  
this be your offering to please Him.

ਪੂਜਾ ਪ੍ਰਾਣ ਸੇਵਕੁ ਜੇ ਸੇਵੇ ਇਨੁ ਬਿਧਿ ਸਾਹਿਬੁ ਰਵਤੁ ਰਹੈ ॥੩॥  
That humble servant who dedicates and offers his life, and who serves in this  
way, remains absorbed in his Lord and Master. ||3||

ਕਹਦੇ ਕਹਹਿ ਕਹੇ ਕਹਿ ਜਾਵਹਿ ਤੁਮ ਸਰਿ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ॥  
The speakers speak and speak and speak, and then they depart. There is no  
other to compare to You.

ਭਗਤਿ ਹੀਣੁ ਨਾਨਕੁ ਜਨੁ ਜੰਪੈ ਹਉ ਸਾਲਾਹੀ ਸਚਾ ਸੋਈ ॥੪॥੧॥

Servant Nanak, lacking devotion, humbly prays: may I sing the Praises of the True Lord. ||4||1||