

ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੩ ॥

Siree Raag, Third Mehl:

ਕਾਂਇਆ ਸਾਧੈ ਉਰਧ ਤਪੁ ਕਰੈ ਵਿਚਹੁ ਹਉਮੈ ਨ ਜਾਇ ॥

You may torment your body with extremes of self-discipline, practice intensive meditation and hang upside-down, but your ego will not be eliminated from within.

ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਜੇ ਕਰੇ ਨਾਮੁ ਨ ਕਬ ਹੀ ਪਾਇ ॥

You may perform religious rituals, and still never obtain the Naam, the Name of the Lord.

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਜੀਵਤੁ ਮਰੈ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥੧॥

Through the Word of the Guru's Shabad, remain dead while yet alive, and the Name of the Lord shall come to dwell within the mind. ||1||

ਸੁਣਿ ਮਨ ਮੇਰੇ ਭਜੁ ਸਤਗੁਰ ਸਰਣਾ ॥

Listen, O my mind: hurry to the Protection of the Guru's Sanctuary.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਛੁਟੀਐ ਬਿਖੁ ਭਵਜਲੁ ਸਬਦਿ ਗੁਰ ਤਰਣਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

By Guru's Grace you shall be saved. Through the Word of the Guru's Shabad, you shall cross over the terrifying world-ocean of poison. ||1||Pause||

ਤ੍ਰੈ ਗੁਣ ਸਭਾ ਧਾਤੁ ਹੈ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਵਿਕਾਰੁ ॥

Everything under the influence of the three qualities shall perish; the love of duality is corrupting.

ਪੰਡਿਤੁ ਪੜੈ ਬੰਧਨ ਮੋਹ ਬਾਧਾ ਨਹ ਬੂਝੈ ਬਿਖਿਆ ਪਿਆਰਿ ॥

The Pandits, the religious scholars, read the scriptures, but they are trapped in the bondage of emotional attachment. In love with evil, they do not understand.

ਸਤਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਤ੍ਰਿਕੁਟੀ ਛੁਟੈ ਚਉਥੈ ਪਦਿ ਮੁਕਤਿ ਦੁਆਰੁ ॥੨॥

Meeting the Guru, the bondage of the three qualities is cut away, and in the fourth state, the Door of Liberation is attained. ||2||

ਗੁਰ ਤੇ ਮਾਰਗੁ ਪਾਈਐ ਚੁਕੈ ਮੋਹੁ ਗੁਬਾਰੁ ॥

Through the Guru, the Path is found, and the darkness of emotional attachment is dispelled.

ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਤਾ ਉਧਰੈ ਪਾਏ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥

If one dies through the Shabad, then salvation is obtained, and one finds the Door of Liberation.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਮਿਲਿ ਰਹੈ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾਰੁ ॥੩॥

By Guru's Grace, one remains blended with the True Name of the Creator.  
||3||

ਇਹੁ ਮਨੁਆ ਅਤਿ ਸਬਲ ਹੈ ਛੁਡੇ ਨ ਕਿਤੈ ਉਪਾਇ ॥

This mind is very powerful; we cannot escape it just by trying.

ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਦੁਖੁ ਲਾਇਦਾ ਬਹੁਤੀ ਦੇਇ ਸਜਾਇ ॥

In the love of duality, people suffer in pain, condemned to terrible punishment.

ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਲਗੇ ਸੇ ਉਬਰੇ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਗਵਾਇ ॥੪॥੧੮॥੫੧॥

O Nanak, those who are attached to the Naam are saved; through the Shabad, their ego is banished. ||4||18||51||