

Beware, the ruinous Impulses!
Turn to God.

ਮਨ ਰੇ ਕਹਾ ਭਇਓ ਤੈ ਬਉਰਾ ॥
ਅਹਿਨਿਸਿ ਅਉਧ ਘਟੈ ਨਹੀ ਜਾਨੈ ਭਇਓ ਲੋਭ ਸੰਗਿ ਹਉਰਾ ॥੧॥ਰਹਾਉ॥
ਜੋ ਤਨੁ ਤੈ ਅਪਨੋ ਕਰਿ ਮਾਨਿਓ ਅਰੁ ਸੁੰਦਰ ਗ੍ਰਿਹ ਨਾਰੀ ॥
ਇਨ ਮੈ ਕਛੁ ਤੇਰੇ ਰੇ ਨਾਹਿਨ ਦੇਖੇ ਸੋਚ ਬਿਚਾਰੀ ॥੧॥
ਰਤਨ ਜਨਮੁ ਅਪਨੋ ਤੈ ਹਾਰਿਓ ਗੋਬਿੰਦ ਗਤਿ ਨਹੀ ਜਾਨੀ ॥
ਨਿਮਖ ਨ ਲੀਨ ਭਇਓ ਚਰਨਨ ਸਿਉ ਬਿਰਥਾ ਅਉਧ ਸਿਰਾਨੀ ॥੨॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸੋਈ ਨਰੁ ਸੁਖੀਆ ਰਾਮ ਨਾਮ ਗੁਨ ਗਾਵੈ ॥
ਅਉਰ ਸਗਲ ਜਗੁ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿਆ ਨਿਰਭੈ ਪਦੁ ਨਹੀ ਪਾਵੈ ॥੩॥੮॥

Translation

Raag Gauri: Hymn by Ninth Nanak

O mortal! Why do you behave like a maniac;
Day and night your life is curtailed;
With greed you are ruining yourself. (Pause 1)

This body which you call your own
And the beautiful wife who adorns your home,
None of them is yours; none will abide. (1)

Think and reflect over it seriously.
This jewel-like life you have wasted away
And have turned not your mind to God;
Your years you have wasted and whiled away. (2)

O Nanak, that man is truly happy
Who sings God's glory through His Name,
The world is infatuated with low desires;
It cannot attain the fearlessness of the saint. (3) (8)

[SGGS:220]

* Translation by the late Dr. Trilochan Singh, MA, D. Litt. (*The Sikh Review*, January 1976).