

**God's Name:
Panacea for Pain & Misery**

- ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥
- ਸੰਤ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ॥ਤਬ ਤੇ ਧਾਵਤੁ ਮਨੁ ਤ੍ਰਿਪਤਾਇਆ ॥੧॥
- ਸੁਖ ਬਿਸ੍ਰਾਮੁ ਪਾਇਆ ਗੁਣ ਗਾਇ ॥ਸ੍ਰਮੁ ਮਿਟਿਆ ਮੇਰੀ ਹਤੀ ਬਲਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
 - ਚਰਨ ਕਮਲ ਅਰਾਧਿ ਭਗਵੰਤਾ ॥ਹਰਿ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਮਿਟੀ ਮੇਰੀ ਚਿੰਤਾ ॥੨॥
- ਸਭ ਤਜਿ ਅਨਾਥੁ ਏਕ ਸਰਣਿ ਆਇਓ ॥ਉਚ ਅਸਥਾਨੁ ਤਬ ਸਹਜੇ ਪਾਇਓ ॥੩॥ |
- ਦੁਖੁ ਦਰਦੁ ਭਰਮੁ ਭਉ ਨਸਿਆ ॥ਕਰਣਹਾਰੁ ਨਾਨਕ ਮਨਿ ਬਸਿਆ ॥੪॥੫੦॥੧੧੯॥

[SGGS: 189]

Translation*

With Guru's grace I meditate on the
Holy Name -

And thus have I tamed my restless
mind. [1]

Singing His praises I have been at
peace,
My restlessness gone, the struggle has
ceased.[1]

Remembering 'lotus feet' of the Lord
All my worries seem to disappear. [2]

Forsaking all else, the helpless seek His
support;
And are thus qualified for place in his
Court. [3]

All my pain and suffering, doubts and
fears vanished
When gracious Lord Himself in Nanak's
heart settled. [4.