

ਸੁਹੀ ਮਹਲਾ ੧ ਘਰੁ ੨ ॥
 ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥
 ਅੰਤਰਿ ਵਸੈ ਨ ਬਾਹਰਿ ਜਾਇ ॥
 ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਛੋਡਿ ਕਾਹੇ ਬਿਖੁ ਖਾਇ ॥੧॥
 ਐਸਾ ਗਿਆਨੁ ਜਪਹੁ ਮਨ ਮੇਰੇ ॥
 ਹੋਵਹੁ ਚਾਕਰ ਸਾਚੇ ਕੇਰੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
 ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਸਭੁ ਕੋਈ ਰਵੈ ॥
 ਬਾਂਧਨਿ ਬਾਂਧਿਆ ਸਭੁ ਜਗੁ ਭਵੈ ॥੨॥
 ਸੇਵਾ ਕਰੇ ਸੁ ਚਾਕਰੁ ਹੋਇ ॥
 ਜਲਿ ਥਲਿ ਮਹੀਅਲਿ ਰਵਿ ਰਹਿਆ ਸੋਇ ॥੩॥
 ਹਮ ਨਹੀ ਚੰਗੇ ਬੁਰਾ ਨਹੀ ਕੋਇ ॥
 ਪ੍ਰਣਵਤਿ ਨਾਨਕੁ ਤਾਰੇ ਸੋਇ ॥੪॥੧॥੨॥

Translation

Raag Suhi Mahala 1 (SGGS: 728)

(By the Grace of the One Supreme Being, the Eternal, the enlightener)

The Lord abides within thee (O mind), so why wander in search of him
 Out and afar, and forsake the Lord's nectar, to lick the poison (1)
 Reflect on such a wisdom, O my mind,
 That thou become the devotee of the True One above (1-pause)

Everyone talks of wisdom and cogitation
 But shackled to the bonds (of desire) everyone beats his wings in vain
 (2)

He who serves the Lord alone is His servant.
 The Lord (alone) pervades the waters, the earth and the interspace. (3)

(Than) how can I call myself good and another bad?
 Prays Nanak: "Hearken ye, O men, the emancipation is through the Lord
 alone." (4-1-2)

* From *Classics of the East: Sri Guru Granth Sahib*: (p. 646): Gopal Singh [The MP Birla Foundation, 8 Loudon Street, Calcutta - 700 017. India