"…tu avrai capito la vita
NON quando tu farai il tuo dovere in mezzo agli uomini, ma quando lo farai nella solitudine.
NON quando, pur raggiunta la notorietà, potrai avere una condotta esemplare agli occhi degli uomini, ma quando l'avrai e nessuno lo saprà, neppure te stesso.
NON quando tu farai il bene e ne vedrai gli effetti, ma quando lo farai e non ti interesserà avere gratitudine, nè conoscere l'esito del tuo operato.
NON quando tu potrai aiutare efficacemente e disinteressatamente, ma quando aiuterai pur sapendo che il tuo aiuto a nessuno serve, neppure a te stesso.
NON quando tu ti sentirai responsabile di tutto ciò che fanno i tuoi simili, ma quando conserverai intatto il senso della tua responsabilità, pur sapendo d'essere l'unico uomo al mondo.
NON quando tu avrai compreso che tutti gli esseri hanno gli stessi tuoi diritti, ma quando tratterai l'essere più umile della terra come se fosse Colui che ha nelle Sue mani le tue sorti.
NON quando tu amerai i tuoi simili, ma quando tu stesso sarai i tuoi simili e l'amore…"

ਇਕ ਦੂ ਜੀਭੌ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ ॥ ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੇੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕ੍ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ ॥
ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ ॥ ਸੁਣਿ ਗਲਾ ਆਕਾਸ ਕੀ ਕੀਟਾ ਆਈ ਰੀਸ ॥
ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਪਾਈਐ ਕੂੜੀ ਕੂੜੈ ਠੀਸ ॥੩੨॥ ਕਓਰਮਓ
ਆਖਣਿ ਜੋਰੁ ਚੁਪੈ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥ ਜਰੋ੍ ਨ ਮੰਗਣਿ ਦੇਣਿ ਨ ਜੋਰੁ ॥ ਜੋਰੁ ਨ ਜੀਵਣਿ ਮਰਣਿ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥
ਜੋਰੁ ਨ ਰਾਜਿ ਮਾਲਿ ਮਨਿ ਸੋਰੁ ॥ ਜੋਰੁ ਨ ਸੁਰਤੀ ਗਿਆਨਿ ਵੀਚਾਰਿ ॥ ਜੋਰੁ ਨ ਜੁਗਤੀ ਛੁਟੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥
ਜਿਸੁ ਹਥਿ ਜੋਰੁ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸੋਇ ॥ ਨਾਨਕ ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ ਨ ਕੋਇ ॥੩੩॥ ਏਗੋ
ਬਹੁਤਾ ਕਰਮੁ ਲਿਖਿਆ ਨਾ ਜਾਇ ॥ ਵਡਾ ਦਾਤਾ ਤਿਲੁ ਨ ਤਮਾਇ ॥ ਕੇਤੇ ਮੰਗਹਿ ਜੋਧ ਅਪਾਰ ॥
ਕੇਤਿਆ ਗਣਤ ਨਹੀ ਵੀਚਾਰੁ ॥ ਕੇਤੇ ਖਪਿ ਤੁਟਹਿ ਵੇਕਾਰ ॥ ਕੇਤੇ ਲੈ ਲੈ ਮੁਕਰੁ ਪਾਹਿ ॥
ਕੇਤੇ ਮੂਰਖ ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥ ਕੇਤਿਆ ਦੂਖ ਭੂਖ ਸਦ ਮਾਰ ॥ ਏਹਿ ਭਿ ਦਾਤਿ ਤੇਰੀ ਦਾਤਾਰ ॥
ਬੰਦਿ ਖਲਾਸੀ ਭਾਣੈ ਹੋਇ ॥ ਹੋਰੁ ਆਖਿ ਨ ਸਕੈ ਕੋਇ ॥ ਜੇ ਕੋ ਖਾਇਕੁ ਆਖਣਿ ਪਾਇ ॥
ਓਹੁ ਜਾਣੈ ਜੇਤੀਆ ਮੁਹਿ ਖਾਇ ॥ ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਆਪੇ ਦੇਇ ॥ ਆਖਹਿ ਸਿ ਭਿ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥
ਜਿਸ ਨੋ ਬਖਸੇ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹ ॥ ਨਾਨਕ ਪਾਤਿਸਾਹੀ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ॥੨੫॥

ਧੰਨੁ ਧੰਨੁ ਰਾਮਦਾਸ ਗੁਰੁ ਜਿਨਿ ਸਿਰਿਆ ਤਿਨੈ ਸਵਾਰਿਆ ॥ ਪੂਰੀ ਹੋਈ ਕਰਾਮਾਤਿ ਆਪਿ ਸਿਰਜਣਹਾਰੈ ਧਾਰਿਆ ॥
ਸਿਖੀ ਅਤੈ ਸੰਗਤੀ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਕਰਿ ਨਮਸਕਾਰਿਆ ॥ ਅਟਲੁ ਅਥਾਹੁ ਅਤੋਲੁ ਤੂ ਤੇਰਾ ਅੰਤੁ ਨ ਪਾਰਾਵਾਰਿਆ ॥
ਜਿਨ੍ਹੀ ਤੂੰ ਸੇਵਿਆ ਭਾਉ ਕਰਿ ਸੇ ਤੁਧੁ ਪਾਰਿ ਉਤਾਰਿਆ ॥ ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਮੋਹੁ ਮਾਰਿ ਕਢੇ ਤੁਧੁ ਸਪਰਵਾਰਿਆ ॥
ਧੰਨੁ ਸੁ ਤੇਰਾ ਥਾਨੁ ਹੈ ਸਚੁ ਤੇਰਾ ਪੈਸਕਾਰਿਆ ॥ ਨਾਨਕੁ ਤੂ ਲਹਣਾ ਤੂਹੈ ਗੁਰੁ ਅਮਰੁ ਤੂ ਵੀਚਾਰਿਆ ॥
ਗੁਰੁ ਡਿਠਾ ਤਾਂ ਮਨੁ ਸਾਧਾਰਿਆ ॥੭॥
ਰੇ ਮਨ ਇਹ ਬਿਧਿ ਜੋਗੁ ਕਮਾਓ ॥ ਸਿੰਙੀ ਸਾਚ ਅਕਪਟ ਕੰਠਲਾ ਧਿਆਨ ਬਿਭੂਤ ਚੜਾਓ ॥ ੧॥ਰਹਾਉ ॥
ਤਾਤੀ–ਗਹੁ ਆਤਮ ਬਸਿ ਕਰ ਕੀ ਭਿੱਛਾ ਨਾਮ ਅਧਾਰੰ ॥ ਬਾਜੇ ਪਰਮ ਤਾਰ ਤਤੁ ਹਰਿ ਕੋ ਉਪਜੈ ਰਾਗ ਰਸਾਰੰ ॥ ੧॥
ਉਘਟੈ ਤਾਨ ਤਰੰਗ ਰੰਗ ਅਤਿ ਗਿਆਨ ਗੀਤ ਬੰਧਾਨੰ ॥ ਚਕਿ ਚਕਿ ਰਹੇ ਦੇਵ ਦਾਨਵ ਮੁਨਿ ਛਕਿ ਛਕਿ ਬਯੋਮ ਬਿਵਾਨੰ ॥
੨॥
ਆਤਮ ਉਪਦੇਸ ਭੇਸੁ ਸੰਜਮ ਕੋ ਜਾਪੁ ਸੁ ਅਜਪਾ ਜਾਪੈ ॥ ਸਦਾ ਰਹੈ ਕੰਚਨ ਸੀ ਕਾਯਾ ਕਾਲ ਨ ਕਬਹੂੰ ਬਯਾਪੈ ॥ ੩ ॥ ੨
॥
ਨੋ:ਨੋਵ:ਸਲੋਵ:ਦੋਨਟਚਰ:ਰਲਚਸ:ਰਏਸਪਰਿਏ:ਨਓਵਲ:ਨ