20 Essential Punjabi Phrases for Daily Conversations

Punjabi	Romanised Punjabi	English
ਸਤ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ	Sat Sri Akaal	Hello
ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਹੋ?	Tusi Kivein Ho?	How are you?
ਮੈਂ ਠੀਕ ਹਾਂ	Main Theek Haan	I am fine
ਧੰਨਵਾਦ	Dhannvaad	Thank you
ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ	Koi Gall Nahi	No problem
ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ	Kirpa Karke	Please
ਮਾਫ਼ ਕਰਨਾ	Maaf Karna	Excuse me / Sorry
ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੋਂ ਹੋ?	Tusi Kitthon Ho?	Where are you from?
ਮੈਂ ___ ਤੋਂ ਹਾਂ	Main ___ Ton Haan	I am from ___
ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਮ ਕੀ ਹੈ?	Tuhada Naam Ki Hai?	What is your name?
ਮੇਰਾ ਨਾਮ ___ ਹੈ	Mera Naam ___ Hai	My name is ___
ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਈ	Tuhanu Mil Ke Khushi Hoi	Nice to meet you
ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ?	Ki Tusi Angrezi Bolde Ho?	Do you speak English?
ਮੈਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਈ	Mainu Samajh Nahi Aayi	I don't understand
ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦੁਬਾਰਾ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ?	Ki Tusi Dubara Keh Sakde Ho?	Can you say that again?
ਇਹ ਕਿੰਨੇ ਦਾ ਹੈ?	Eh Kinne Da Hai?	How much is this?
ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਪਸੰਦ ਹੈ	Mainu Eh Pasand Hai	I like this
ਮੈਨੂੰ ਮਦਦ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ	Mainu Madad Chahidi Hai	I need help

ਮੈਂ ਪੰਜਾਬੀ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ ਹਾਂ	Main Punjabi Sikh Riha Haan	I am learning Punjabi
ਫਿਰ ਮਿਲਾਂਗੇ	Phir Milange	See you later

Practice Challenge

Use at least five of these phrases today. Start with greetings, introductions, and simple questions. Regular practice with everyday phrases is one of the fastest ways to become comfortable speaking Punjabi.