

ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੫ ॥

Maaroo, Fifth Mehl:

ਸਿਮਰਹੁ ਏਕੁ ਨਿਰੰਜਨ ਸੋਊ ॥

Meditate in remembrance on the One Immaculate Lord.

ਜਾ ਤੇ ਬਿਰਥਾ ਜਾਤ ਨ ਕੋਊ ॥

No one is turned away from Him empty-handed.

ਮਾਤ ਗਰਭ ਮਹਿ ਜਿਨਿ ਪ੍ਰਤਿਪਾਰਿਆ ॥

He cherished and preserved you in your mother's womb;

ਜੀਉ ਪਿੰਡੁ ਦੇ ਸਾਜਿ ਸਵਾਰਿਆ ॥

He blessed you with body and soul, and embellished you.

ਸੋਈ ਬਿਧਾਤਾ ਖਿਨੁ ਖਿਨੁ ਜਪੀਐ ॥

Each and every instant, meditate on that Creator Lord.

ਜਿਸੁ ਸਿਮਰਤ ਅਵਗੁਣ ਸਭਿ ਢਕੀਐ ॥

Meditating in remembrance on Him, all faults and mistakes are covered.

ਚਰਣ ਕਮਲ ਉਰ ਅੰਤਰਿ ਧਾਰਹੁ ॥

Enshrine the Lord's lotus feet deep within the nucleus of your self.

ਬਿਖਿਆ ਬਨ ਤੇ ਜੀਉ ਉਧਾਰਹੁ ॥

Save your soul from the waters of corruption.

ਕਰਣ ਪਲਾਹ ਮਿਟਹਿ ਬਿਲਲਾਟਾ ॥

Your cries and shrieks shall be ended;

ਜਪਿ ਗੋਵਿੰਦ ਭਰਮੁ ਭਉ ਫਾਟਾ ॥

meditating on the Lord of the Universe, your doubts and fears shall be dispelled.

ਸਾਧਸੰਗਿ ਵਿਰਲਾ ਕੋ ਪਾਏ ॥

Rare is that being, who finds the Saadh Sangat, the Company of the Holy.

ਨਾਨਕੁ ਤਾ ਕੈ ਬਲਿ ਬਲਿ ਜਾਏ ॥੧॥

Nanak is a sacrifice, a sacrifice to Him. ||1||

ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਮਨਿ ਤਨਿ ਆਧਾਰਾ ॥

The Lord's Name is the support of my mind and body.

ਜੋ ਸਿਮਰੈ ਤਿਸ ਕਾ ਨਿਸਤਾਰਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

Whoever meditates on Him is emancipated. ||1||Pause||

ਮਿਥਿਆ ਵਸਤੁ ਸਤਿ ਕਰਿ ਮਾਨੀ ॥

He believes that the false thing is true.

ਹਿਤੁ ਲਾਇਓ ਸਠ ਮੂੜ ਅਗਿਆਨੀ ॥

The ignorant fool falls in love with it.

ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮਦ ਮਾਤਾ ॥

He is intoxicated with the wine of sexual desire, anger and greed;

ਕਉਡੀ ਬਦਲੈ ਜਨਮੁ ਗਵਾਤਾ ॥

he loses this human life in exchange for a mere shell.

ਅਪਨਾ ਛੋਡਿ ਪਰਾਇਐ ਰਾਤਾ ॥

He abandons his own, and loves that of others.

ਮਾਇਆ ਮਦ ਮਨ ਤਨ ਸੰਗਿ ਜਾਤਾ ॥

His mind and body are permeated with the intoxication of Maya.

ਤ੍ਰਿਸਨ ਨ ਬੂਝੈ ਕਰਤ ਕਲੇਲਾ ॥

His thirsty desires are not quenched, although he indulges in pleasures.

ਉਣੀ ਆਸ ਮਿਥਿਆ ਸਭਿ ਬੋਲਾ ॥

His hopes are not fulfilled, and all his words are false.

ਆਵਤ ਇਕੇਲਾ ਜਾਤ ਇਕੇਲਾ ॥

He comes alone, and he goes alone.

ਹਮ ਤੁਮ ਸੰਗਿ ਝੁਠੇ ਸਭਿ ਬੋਲਾ ॥

False is all his talk of me and you.

ਪਾਇ ਠਗਉਰੀ ਆਪਿ ਭੁਲਾਇਓ ॥

The Lord Himself administers the poisonous potion, to mislead and delude.

ਨਾਨਕ ਕਿਰਤੁ ਨ ਜਾਇ ਮਿਟਾਇਓ ॥੨॥

O Nanak, the the karma of past actions cannot be erased. ||2||

ਪਸੁ ਪੰਖੀ ਭੂਤ ਅਰੁ ਪ੍ਰੇਤਾ ॥

Beasts, birds, demons and ghosts

ਬਹੁ ਬਿਧਿ ਜੋਨੀ ਫਿਰਤ ਅਨੇਤਾ ॥

- in these many ways, the false wander in reincarnation.

ਜਹ ਜਾਨੋ ਤਹ ਰਹਨੁ ਨ ਪਾਵੈ ॥

Wherever they go, they cannot remain there.

ਥਾਨ ਬਿਹੁਨ ਉਠਿ ਉਠਿ ਫਿਰਿ ਧਾਵੈ ॥

They have no place of rest; they rise up again and again and run around.

ਮਨਿ ਤਨਿ ਬਾਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਬਿਸਥਾਰਾ ॥

Their minds and bodies are filled with immense, expansive desires.

ਅਹੰਮੇਵ ਮੂਠੋ ਬੇਚਾਰਾ ॥

The poor wretches are cheated by egotism.

ਅਨਿਕ ਦੋਖ ਅਰੁ ਬਹੁਤੁ ਸਜਾਈ ॥

They are filled with countless sins, and are severely punished.

ਤਾ ਕੀ ਕੀਮਤਿ ਕਹਣੁ ਨ ਜਾਈ ॥

The extent of this cannot be estimated.

ਪ੍ਰਭ ਬਿਸਰਤ ਨਰਕ ਮਹਿ ਪਾਇਆ ॥

Forgetting God, they fall into hell.

ਤਹ ਮਾਤ ਨ ਬੰਧੁ ਨ ਮੀਤ ਨ ਜਾਇਆ ॥

There are no mothers there, no siblings, no friends and no spouses.

ਜਿਸ ਕਉ ਹੋਤ ਕ੍ਰਿਪਾਲ ਸੁਆਮੀ ॥

Those humble beings, unto whom the Lord and Master becomes Merciful,

ਸੋ ਜਨੁ ਨਾਨਕ ਪਾਰਗਰਾਮੀ ॥੩॥

O Nanak, cross over. ||3||

ਭ੍ਰਮਤ ਭ੍ਰਮਤ ਪ੍ਰਭ ਸਰਨੀ ਆਇਆ ॥

Rambling and roaming, wandering around, I came to seek the Sanctuary of God.

ਦੀਨਾ ਨਾਥ ਜਗਤ ਪਿਤ ਮਾਇਆ ॥

He is the Master of the meek, the father and mother of the world.

ਪ੍ਰਭ ਦਇਆਲ ਦੁਖ ਦਰਦ ਬਿਦਾਰਣ ॥

The Merciful Lord God is the Destroyer of sorrow and suffering.

ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸ ਹੀ ਨਿਸਤਾਰਣ ॥

He emancipates whoever He pleases.

ਅੰਧ ਕ੍ਰੁਪ ਤੇ ਕਾਢਨਹਾਰਾ ॥

He lifts them up and pulls him out of the deep dark pit.

ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਹੋਵਤ ਨਿਸਤਾਰਾ ॥

Emancipation comes through loving devotional worship.

ਸਾਧ ਰੂਪ ਅਪਨਾ ਤਨੁ ਧਾਰਿਆ ॥

The Holy Saint is the very embodiment of the Lord's form.

ਮਹਾ ਅਗਨਿ ਤੇ ਆਪਿ ਉਬਾਰਿਆ ॥

He Himself saves us from the great fire.

ਜਪ ਤਪ ਸੰਜਮ ਇਸ ਤੇ ਕਿਛੁ ਨਾਹੀ ॥

By myself, I cannot practice meditation, austerities, penance and self-discipline.

ਆਦਿ ਅੰਤਿ ਪ੍ਰਭ ਅਗਮ ਅਗਾਹੀ ॥

In the beginning and in the end, God is inaccessible and unfathomable.

ਨਾਮੁ ਦੇਹਿ ਮਾਗੈ ਦਾਸੁ ਤੇਰਾ ॥

Please bless me with Your Name, Lord; Your slave begs only for this.

ਹਰਿ ਜੀਵਨ ਪਦੁ ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭੁ ਮੇਰਾ ॥੪॥੩॥੧੯॥

O Nanak, my Lord God is the Giver of the true state of life. ||4||3||19||