

ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Maaroo, First Mehl:

ਕੁਦਰਤਿ ਕਰਨੈਹਾਰ ਅਪਾਰਾ ॥

The Creator Lord is infinite; His creative power is wondrous.

ਕੀਤੇ ਕਾ ਨਾਹੀ ਕਿਹੁ ਚਾਰਾ ॥

Created beings have no power over Him.

ਜੀਅ ਉਪਾਇ ਰਿਜਕੁ ਦੇ ਆਪੇ ਸਿਰਿ ਸਿਰਿ ਹੁਕਮੁ ਚਲਾਇਆ ॥੧॥

He formed the living beings, and He Himself sustains them; the Hukam of His Command controls each and every one. ||1||

ਹੁਕਮੁ ਚਲਾਇ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ ॥

The all-pervading Lord orchestrates all through His Hukam.

ਕਿਸੁ ਨੇੜੈ ਕਿਸੁ ਆਖਾਂ ਦੂਰੇ ॥

Who is near, and who is far away?

ਗੁਪਤ ਪ੍ਰਗਟ ਹਰਿ ਘਟਿ ਘਟਿ ਦੇਖਹੁ ਵਰਤੈ ਤਾਕੁ ਸਬਾਇਆ ॥੨॥

Behold the Lord, both hidden and manifest, in each and every heart; the unique Lord is permeating all. ||2||

ਜਿਸ ਕਉ ਮੇਲੇ ਸੁਰਤਿ ਸਮਾਏ ॥

One whom the Lord unites with Himself, merges in conscious awareness.

ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਏ ॥

Through the Word of the Guru's Shabad, meditate on the Lord's Name.

ਆਨਦ ਰੂਪ ਅਨੂਪ ਅਗੋਚਰ ਗੁਰ ਮਿਲਿਐ ਭਰਮੁ ਜਾਇਆ ॥੩॥

God is the embodiment of bliss, incomparably beautiful and unfathomable; meeting with the Guru, doubt is dispelled. ||3||

ਮਨ ਤਨ ਧਨ ਤੇ ਨਾਮੁ ਧਿਆਰਾ ॥

The Naam, the Name of the Lord, is more dear to me than my mind, body and wealth.

ਅੰਤਿ ਸਖਾਈ ਚਲਣਵਾਰਾ ॥

In the end, when I must depart, it shall be my only help and support.

ਮੋਹ ਪਸਾਰ ਨਹੀ ਸੰਗਿ ਬੇਲੀ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਗੁਰ ਕਿਨਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥੪॥

In this world of love and attachment, no one is anyone else's friend or companion; without the Lord, without the Guru, who has ever found peace?
||4||

ਜਿਸ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਗੁਰੁ ਪੂਰਾ ॥

He, unto whom the Perfect Guru grants His Grace,

ਸਬਦਿ ਮਿਲਾਏ ਗੁਰਮਤਿ ਸੂਰਾ ॥

is merged in the Word of the Shabad, through the Teachings of the brave,
heroic Guru.

ਨਾਨਕ ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਸਰੇਵਹੁ ਜਿਨਿ ਭੂਲਾ ਮਾਰਗਿ ਪਾਇਆ ॥੫॥

O Nanak, dwell upon, and serve at the Guru's feet; He places those who
wander back on the Path. ||5||

ਸੰਤ ਜਨਾਂ ਹਰਿ ਧਨੁ ਜਸੁ ਪਿਆਰਾ ॥

The wealth of the Lord's Praise is very dear to the humble Saints.

ਗੁਰਮਤਿ ਪਾਇਆ ਨਾਮੁ ਤੁਮਾਰਾ ॥

Through the Guru's Teachings, I have obtained Your Name, Lord.

ਜਾਚਿਕੁ ਸੇਵ ਕਰੇ ਦਰਿ ਹਰਿ ਕੈ ਹਰਿ ਦਰਗਹੁ ਜਸੁ ਗਾਇਆ ॥੬॥

The beggar serves at the Lord's door, and in the Court of the Lord, sings His
Praises. ||6||

ਸਤਿਗੁਰੁ ਮਿਲੈ ਤ ਮਹਲਿ ਬੁਲਾਏ ॥

When one meets the True Guru, he is called into the Mansion of the Lord's
Presence.

ਸਾਚੀ ਦਰਗਹੁ ਗਤਿ ਪਤਿ ਪਾਏ ॥

In the True Court, he is blessed with salvation and honor.

ਸਾਕਤ ਠਉਰ ਨਾਹੀ ਹਰਿ ਮੰਦਰ ਜਨਮ ਮਰੈ ਦੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥੭॥

The faithless cynic has no place of rest in the Lord's palace; he suffers the
pains of birth and death. ||7||

ਸੇਵਹੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸਮੁੰਦੁ ਅਥਾਹਾ ॥

So serve the True Guru, the unfathomable ocean,

ਪਾਵਹੁ ਨਾਮੁ ਰਤਨੁ ਧਨੁ ਲਾਹਾ ॥

and you shall obtain the profit, the wealth, the jewel of the Naam.

ਬਿਖਿਆ ਮਲੁ ਜਾਇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਰਿ ਨਾਵਹੁ ਗੁਰ ਸਰ ਸੰਤੋਖੁ ਪਾਇਆ ॥੮॥

The filth of corruption is washed away, by bathing in the pool of Ambrosial Nectar. In the Guru's pool, contentment is obtained. ||8||

ਸਤਿਗੁਰ ਸੇਵਹੁ ਸੰਕ ਨ ਕੀਜੈ ॥

So serve the Guru without hesitation.

ਆਸਾ ਮਾਹਿ ਨਿਰਾਸੁ ਰਹੀਜੈ ॥

And in the midst of hope, remain unmoved by hope.

ਸੰਸਾ ਦੂਖ ਬਿਨਾਸਨੁ ਸੇਵਹੁ ਫਿਰਿ ਬਾਹੁੜਿ ਰੋਗੁ ਨ ਲਾਇਆ ॥੯॥

Serve the Eradicator of cynicism and suffering, and you shall never again be afflicted by the disease. ||9||

ਸਾਚੇ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਵਡੀਆਏ ॥

One who is pleasing to the True Lord is blessed with glorious greatness.

ਕਉਨੁ ਸੁ ਦੂਜਾ ਤਿਸੁ ਸਮਝਾਏ ॥

Who else can teach him anything?

ਹਰਿ ਗੁਰ ਮੂਰਤਿ ਏਕਾ ਵਰਤੈ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਗੁਰ ਭਾਇਆ ॥੧੦॥

The Lord and the Guru are pervading in one form. O Nanak, the Lord loves the Guru. ||10||

ਵਾਚਹਿ ਪੁਸਤਕ ਵੇਦ ਪੁਰਾਨਾਂ ॥

Some read scriptures, the Vedas and the Puraanas.

ਇਕ ਬਹਿ ਸੁਨਹਿ ਸੁਨਾਵਹਿ ਕਾਨਾਂ ॥

Some sit and listen, and read to others.

ਅਜਗਰ ਕਪਟੁ ਕਹਹੁ ਕਿਉ ਖੁਲੈ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਤਤੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੧॥

Tell me, how can the heavy, rigid doors be opened? Without the True Guru, the essence of reality is not realized. ||11||

ਕਰਹਿ ਬਿਭੂਤਿ ਲਗਾਵਹਿ ਭਸਮੈ ॥

Some collect dust, and smear their bodies with ashes;

ਅੰਤਰਿ ਕ੍ਰੋਧੁ ਚੰਡਾਲੁ ਸੁ ਹਉਮੈ ॥

but deep within them are the outcasts of anger and egotism.

ਪਾਖੰਡ ਕੀਨੇ ਜੋਗੁ ਨ ਪਾਈਐ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਅਲਖੁ ਨ ਪਾਇਆ ॥੧੨॥

Practicing hypocrisy, Yoga is not obtained; without the True Guru, the unseen Lord is not found. ||12||

ਤੀਰਥ ਵਰਤ ਨੇਮ ਕਰਹਿ ਉਦਿਆਨਾ ॥

Some make vows to visit sacred shrines of pilgrimage, keep fasts and live in the forest.

ਜਤੁ ਸਤੁ ਸੰਜਮੁ ਕਥਹਿ ਗਿਆਨਾ ॥

Some practice chastity, charity and self-discipline, and speak of spiritual wisdom.

ਰਾਮ ਨਾਮ ਬਿਨੁ ਕਿਉ ਸੁਖੁ ਪਾਈਐ ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਭਰਮੁ ਨ ਜਾਇਆ ॥੧੩॥

But without the Lord's Name, how can anyone find peace? Without the True Guru, doubt is not dispelled. ||13||

ਨਿਉਲੀ ਕਰਮ ਭੁਇਅੰਗਮ ਭਾਠੀ ॥

Inner cleansing techniques, channeling the energy to raise the Kundalini to the Tenth Gate,

ਰੇਚਕ ਕੁੰਭਕ ਪੂਰਕ ਮਨ ਹਾਠੀ ॥

inhaling, exhaling and holding the breath by the force of the mind -

ਪਾਖੰਡ ਧਰਮੁ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਹੀ ਹਰਿ ਸਉ ਗੁਰ ਸਬਦ ਮਹਾ ਰਸੁ ਪਾਇਆ ॥੧੪॥

by empty hypocritical practices, Dharmic love for the Lord is not produced. Only through the Word of the Guru's Shabad is the sublime, supreme essence obtained. ||14||

ਕੁਦਰਤਿ ਦੇਖਿ ਰਹੇ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ॥

Seeing the Lord's creative power, my mind remains satisfied.

ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਸਭੁ ਬ੍ਰਹਮੁ ਪਛਾਨਿਆ ॥

Through the Guru's Shabad, I have realized that all is God.

ਨਾਨਕ ਆਤਮ ਰਾਮੁ ਸਬਾਇਆ ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਅਲਖੁ ਲਖਾਇਆ ॥੧੫॥੫॥੨੨॥

O Nanak, the Lord, the Supreme Soul, is in all. The Guru, the True Guru, has inspired me to see the unseen Lord. ||15||5||22||