

ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Maaroo, First Mehl:

ਜਹ ਦੇਖਾ ਤਹ ਦੀਨ ਦਇਆਲਾ ॥

Wherever I look, I see the Lord, merciful to the meek.

ਆਇ ਨ ਜਾਈ ਪ੍ਰਭੁ ਕਿਰਪਾਲਾ ॥

God is compassionate; He does not come or go in reincarnation.

ਜੀਆ ਅੰਦਰਿ ਜੁਗਤਿ ਸਮਾਈ ਰਹਿਓ ਨਿਰਾਲਮੁ ਰਾਇਆ ॥੧॥

He pervades all beings in His mysterious way; the Sovereign Lord remains detached. ||1||

ਜਗੁ ਤਿਸ ਕੀ ਛਾਇਆ ਜਿਸੁ ਬਾਪੁ ਨ ਮਾਇਆ ॥

The world is a reflection of Him; He has no father or mother.

ਨਾ ਤਿਸੁ ਭੈਣ ਨ ਭਰਾਉ ਕਮਾਇਆ ॥

He has not acquired any sister or brother.

ਨਾ ਤਿਸੁ ਓਪਤਿ ਖਪਤਿ ਕੁਲ ਜਾਤੀ ਓਹੁ ਅਜਰਾਵਰੁ ਮਨਿ ਭਾਇਆ ॥੨॥

There is no creation or destruction for Him; He has no ancestry or social status. The Ageless Lord is pleasing to my mind. ||2||

ਤੂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਨਾਹੀ ਸਿਰਿ ਕਾਲਾ ॥

You are the Deathless Primal Being. Death does not hover over Your head.

ਤੂ ਪੁਰਖੁ ਅਲੇਖ ਅਗੰਮ ਨਿਰਾਲਾ ॥

You are the unseen inaccessible and detached Primal Lord.

ਸਤ ਸੰਤੋਖਿ ਸਬਦਿ ਅਤਿ ਸੀਤਲੁ ਸਹਜ ਭਾਇ ਲਿਵ ਲਾਇਆ ॥੩॥

You are true and content; the Word of Your Shabad is cool and soothing. Through it, we are lovingly, intuitively attuned to You. ||3||

ਤ੍ਰੈ ਵਰਤਾਇ ਚਉਥੈ ਘਰਿ ਵਾਸਾ ॥

The three qualities are pervasive; the Lord dwells in His home, the fourth state.

ਕਾਲ ਬਿਕਾਲ ਕੀਏ ਇਕ ਗ੍ਰਾਸਾ ॥

He has made death and birth into a bite of food.

ਨਿਰਮਲ ਜੋਤਿ ਸਰਬ ਜਗਜੀਵਨੁ ਗੁਰਿ ਅਨਹਦ ਸਬਦਿ ਦਿਖਾਇਆ ॥੪॥

The immaculate Light is the Life of the whole world. The Guru reveals the unstruck melody of the Shabad. ||4||

ਉਤਮ ਜਨ ਸੰਤ ਭਲੇ ਹਰਿ ਪਿਆਰੇ ॥

Sublime and good are those humble Saints, the Beloveds of the Lord.

ਹਰਿ ਰਸ ਮਾਤੇ ਪਾਰਿ ਉਤਾਰੇ ॥

They are intoxicated with the sublime essence of the Lord, and are carried across to the other side.

ਨਾਨਕ ਰੇਣ ਸੰਤ ਜਨ ਸੰਗਤਿ ਹਰਿ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਪਾਇਆ ॥੫॥

Nanak is the dust of the Society of the Saints; by Guru's Grace, he finds the Lord. ||5||

ਤੂ ਅੰਤਰਜਾਮੀ ਜੀਅ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ॥

You are the Inner-knower, the Searcher of hearts. All beings belong to You.

ਤੂ ਦਾਤਾ ਹਮ ਸੇਵਕ ਤੇਰੇ ॥

You are the Great Giver; I am Your slave.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਿ ਦੀਜੈ ਗੁਰਿ ਗਿਆਨ ਰਤਨੁ ਦੀਪਾਇਆ ॥੬॥

Please be merciful and bless me with Your Ambrosial Naam, and the jewel, the lamp of the Guru's spiritual wisdom. ||6||

ਪੰਚ ਤਤੁ ਮਿਲਿ ਇਹੁ ਤਨੁ ਕੀਆ ॥

From the union of the five elements, this body was made.

ਆਤਮ ਰਾਮ ਪਾਏ ਸੁਖੁ ਥੀਆ ॥

Finding the Lord, the Supreme Soul, peace is established.

ਕਰਮ ਕਰਤੂਤਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਫਲੁ ਲਾਗਾ ਹਰਿ ਨਾਮ ਰਤਨੁ ਮਨਿ ਪਾਇਆ ॥੭॥

The good karma of past actions brings fruitful rewards, and man is blessed with the jewel of the Lord's Name. ||7||

ਨਾ ਤਿਸੁ ਭੁਖ ਪਿਆਸ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ॥

His mind does not feel any hunger or thirst.

ਸਰਬ ਨਿਰੰਜਨੁ ਘਟਿ ਘਟਿ ਜਾਨਿਆ ॥

He knows the Immaculate Lord to be everywhere, in each and every heart.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸਿ ਰਾਤਾ ਕੇਵਲ ਬੈਰਾਗੀ ਗੁਰਮਤਿ ਭਾਇ ਸੁਭਾਇਆ ॥੮॥

Imbued with the Lord's Ambrosial essence, he becomes a pure, detached renunciate; he is lovingly absorbed in the Guru's Teachings. ||8||

ਅਧਿਆਤਮ ਕਰਮ ਕਰੇ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ॥

Whoever does the deeds of the soul, day and night,

ਨਿਰਮਲ ਜੋਤਿ ਨਿਰੰਤਰਿ ਜਾਤੀ ॥

sees the immaculate Divine Light deep within.

ਸਬਦੁ ਰਸਾਲੁ ਰਸਨ ਰਸਿ ਰਸਨਾ ਬੇਣੁ ਰਸਾਲੁ ਵਜਾਇਆ ॥੯॥

Enraptured with the delightful essence of the Shabad, the source of nectar, my tongue plays the sweet music of the flute. ||9||

ਬੇਣੁ ਰਸਾਲ ਵਜਾਵੈ ਸੋਈ ॥

He alone plays the sweet music of this flute,

ਜਾ ਕੀ ਤ੍ਰਿਭਵਣ ਸੋਈ ਹੋਈ ॥

who knows the three worlds.

ਨਾਨਕ ਬੁਝਹੁ ਇਹ ਬਿਧਿ ਗੁਰਮਤਿ ਹਰਿ ਰਾਮ ਨਾਮਿ ਲਿਵ ਲਾਇਆ ॥੧੦॥

O Nanak, know this, through the Guru's Teachings, and lovingly focus yourself on the Lord's Name. ||10||

ਐਸੇ ਜਨ ਵਿਰਲੇ ਸੰਸਾਰੇ ॥

Rare are those beings in this world,

ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰਹਿ ਰਹਿ ਨਿਰਾਰੇ ॥

who contemplate the Word of the Guru's Shabad, and remain detached.

ਆਪਿ ਤਰਹਿ ਸੰਗਤਿ ਕੁਲ ਤਾਰਹਿ ਤਿਨ ਸਫਲ ਜਨਮੁ ਜਗਿ ਆਇਆ ॥੧੧॥

They save themselves, and save all their associates and ancestors; fruitful is their birth and coming into this world. ||11||

ਘਰੁ ਦਰੁ ਮੰਦਰੁ ਜਾਣੈ ਸੋਈ ॥

He alone knows the home of his own heart, and the door to the temple,

ਜਿਸੁ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਸੋਝੀ ਹੋਈ ॥

who obtains perfect understanding from the Guru.

ਕਾਇਆ ਗੜ ਮਹਲ ਮਹਲੀ ਪ੍ਰਭੁ ਸਾਚਾ ਸਚੁ ਸਾਚਾ ਤਖਤੁ ਰਚਾਇਆ ॥੧੨॥

In the body-fortress is the palace; God is the True Master of this Palace. The True Lord established His True Throne there. ||12||

ਚਤੁਰ ਦਸ ਹਾਟ ਦੀਵੇ ਦੁਇ ਸਾਖੀ ॥

The fourteen realms and the two lamps are the witnesses.

ਸੇਵਕ ਪੰਚ ਨਾਹੀ ਬਿਖੁ ਚਾਖੀ ॥

The Lord's servants, the self-elect, do not taste the poison of corruption.

ਅੰਤਰਿ ਵਸਤੁ ਅਨੂਪ ਨਿਰਮੋਲਕ ਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਹਰਿ ਧਨੁ ਪਾਇਆ ॥੧੩॥

Deep within, is the priceless, incomparable commodity; meeting with the Guru, the wealth of the Lord is obtained. ||13||

ਤਖਤਿ ਬਹੈ ਤਖਤੈ ਕੀ ਲਾਇਕ ॥

He alone sits on the throne, who is worthy of the throne.

ਪੰਚ ਸਮਾਏ ਗੁਰਮਤਿ ਪਾਇਕ ॥

Following the Guru's Teachings, he subdues the five demons, and becomes the Lord's foot soldier.

ਆਦਿ ਜੁਗਾਦੀ ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਸਹਸਾ ਭਰਮੁ ਚੁਕਾਇਆ ॥੧੪॥

He has existed from the very beginning of time and throughout the ages; He exists here and now, and will always exist. Meditating on Him, skepticism and doubt are dispelled. ||14||

ਤਖਤਿ ਸਲਾਮੁ ਹੋਵੈ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ॥

The Lord of the Throne is greeted and worshipped day and night.

ਇਹੁ ਸਾਚੁ ਵਡਾਈ ਗੁਰਮਤਿ ਲਿਵ ਜਾਤੀ ॥

This true glorious greatness comes to those who love the Guru's Teachings.

ਨਾਨਕ ਰਾਮੁ ਜਪਹੁ ਤਰੁ ਤਾਰੀ ਹਰਿ ਅੰਤਿ ਸਖਾਈ ਪਾਇਆ ॥੧੫॥੧॥੧੮॥

O Nanak, meditate on the Lord, and swim across the river; they find the Lord, their best friend, in the end. ||15||1||18||