ਮਾਲੀ ਗਉੜਾ ਮਹਲਾ ੪ ॥ ਜਪਿ ਮਨ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਸੁਖਦਾਤਾ ॥ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਹਰਿ ਸਾਦੁ ਆਇਆ ਗੁਰਮੁਖਿ ਬ੍ਰਹਮੁ ਪਛਾਤਾ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਵਡਭਾਗੀ ਗੁਰ ਦਰਸਨੁ ਪਾਇਆ ਗੁਰਿ ਮਿਲਿਐ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਜਾਤਾ ॥ ਦੁਰਮਤਿ ਮੈਲੁ ਗਈ ਸਭ ਨੀਕਰਿ ਹਰਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤਿ ਹਰਿ ਸਰਿ ਨਾਤਾ ॥੧॥ ਧਨੁ ਧਨੁ ਸਾਧ ਜਿਨੀ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਆ ਤਿਨ੍ ਪੂਛਉ ਹਰਿ ਕੀ ਬਾਤਾ ॥ ਪਾਇ ਲਗਉ ਨਿਤ ਕਰਉ ਜੁਦਰੀਆ ਹਰਿ ਮੇਲਹੁ ਕਰਮਿ ਬਿਧਾਤਾ ॥ ੨॥ ਲਿਲਾਟ ਲਿਖੇ ਪਾਇਆ ਗੁਰੁ ਸਾਧੂ ਗੁਰ ਬਚਨੀ ਮਨੁ ਤਨੁ ਰਾਤਾ ॥ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭ ਆਇ ਮਿਲੇ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ਸਭ ਕਿਲਵਿਖ ਪਾਪ ਗਵਾਤਾ ॥੩॥ ਰਾਮ ਰਸਾਇਣੁ ਜਿਨ੍ ਗੁਰਮਤਿ ਪਾਇਆ ਤਿਨ੍ ਕੀ ਊਤਮ ਬਾਤਾ ॥ ਤਿਨ ਕੀ ਪੰਕ ਪਾਈਐ ਵਡਭਾਗੀ ਜਨ ਨਾਨਕੁ ਚਰਨਿ ਪਰਾਤਾ ॥੪॥੨॥ {ਪੰਨਾ 984}

ਪਦਅਰਥ:- ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਮਿਲਿ—ਮਿਲ ਕੇ। ਸਾਦੁ—ਸੁਆਦ, ਅਨੰਦ। ਗੁਰਮੁਖਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ। ਬ੍ਰਹਮੁ ਪਛਾਤਾ—ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਪਾ ਲਈ।1। ਰਹਾਉ।

ਵਡਭਾਗੀ—ਵੱਡੇ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਨੇ। ਗੁਰਿ—ਮਿਲਿਐ—ਜੇ ਗੁਰੂ ਮਿਲ ਪਏ। ਪ੍ਰਭੁ ਜਾਤਾ—ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਦੁਰਮਤਿ—ਖੋਟੀ ਮਤਿ। ਗਈ ਨੀਕਰਿ—ਨਿਕਲ ਗਈ। ਅੰਮ੍ਰਿਤਿ—ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨਾਮ-ਜਲ ਵਿਚ। ਹਰਿ ਸਰਿ—ਹਰੀ ਦੇ ਸਰ ਵਿਚ, ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ।1।

ਸਾਧ—{ਬਹੁ-ਵਚਨ} ਗੁਰਮੁਖ ਸੰਤ ਜਨ। ਜਿਨ੍ਹੀ—ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ। ਪਾਇਆ—ਲੱਭ ਲਿਆ। ਪੂਛਉ—ਪੂਛਉਂ, ਮੈਂ ਪੁੱਛਉਂ, ਪੁੱਛਦਾ ਹਾਂ। ਪਾਇ ਲਗਉ—ਪਾਇ ਲਗਉਂ, ਮੈਂ ਚਰਨੀਂ ਲੱਗਦਾ ਹਾਂ। ਕਰਉ—ਕਰਉਂ, ਮੈਂ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਜੁਦਰੀਆ—ਜੋਦੜੀ, ਅਰਜ਼ੋਈ। ਕਰਮਿ—ਮਿਹਰ ਨਾਲ, ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ। ਬਿਧਾਤਾ—ਸਿਰਜਣਹਾਰ।2।

ਲਿਲਾਟ—ਮੱਥਾ। ਲਿਲਾਟ ਲਿਖੇ—ਮੱਥੇ ਦੇ ਲਿਖੇ ਲੇਖਾਂ ਅਨੁਸਾਰ। ਗੁਰ ਬਚਨੀ—ਗੁਰੂ ਦੇ ਬਚਨਾਂ ਵਿਚ। ਰਾਤਾ—ਰੰਗਿਆ ਗਿਆ। ਕਿਲਵਿਖ—ਪਾਪ। ਗਵਾਤਾ—ਦੂਰ ਹੋ ਗਏ।3।

ਰਸਾਇਣੁ—{ਰਸ-ਅਯਨ} ਰਸਾਂ ਦਾ ਘਰ, ਸਭ ਤੋਂ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਰਸ। ਊਤਮ ਬਾਤਾ—ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਸੋਭਾ। ਪੰਕ—ਚਰਨ-ਧੂੜ। ਚਰਨਿ—ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ (ਚਰਨੀਂ)। ਪਰਾਤਾ—ਪੈਂਦਾ ਹੈ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਮਿਲ ਕੇ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਆਨੰਦ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ, ਉਸ ਨੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਪਾ ਲਈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਮਨ! ਕਿਸੇ ਵਡਭਾਗੀ ਨੇ ਹੀ ਗੁਰੂ ਦਰਸਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੈ, (ਕਿਉਂਕਿ) ਜੇ ਗੁਰੂ ਮਿਲ ਪਏ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨਾਮ-ਜਲ ਦੇ ਸਰੋਵਰ ਵਿਚ (ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਆਤਮਕ) ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਭੈੜੀ ਮਤਿ ਦੀ ਸਾਰੀ ਮੈਲ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।1।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ ਹਨ ਉਹ ਸੰਤ ਜਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਹਾਸਲ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਭੀ (ਜੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਮਿਹਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ) ਉਹਨਾਂ ਪਾਸੋਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਪੁੱਛਾਂ। ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਚਰਨੀਂ ਲੱਗਾਂ, ਮੈਂ ਨਿੱਤ ਉਹਨਾਂ ਅੱਗੇ ਅਰਜ਼ੋਈ ਕਰਾਂ ਕਿ ਮਿਹਰ ਕਰ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਕਰਾ ਦਿਉ।2।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਮੱਥੇ ਦੇ ਲਿਖੇ ਲੇਖਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਗੁਰੂ ਮਹਾਂ ਪੁਰਖ ਲੱਭ ਲਿਆ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਉਸ ਦਾ ਤਨ ਗੁਰੂ ਦੇ ਬਚਨਾਂ ਵਿਚ ਰੰਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। (ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਜਿਸ ਨੂੰ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਮਿਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ

ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਾਪ ਵਿਕਾਰ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।3।

ਹੇ ਮਨ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਲੈ ਕੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਨਾਮ-ਰਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਿਆ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ (ਲੋਕ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ) ਬਹੁਤ ਸੋਭਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਧੂੜ ਵੱਡੇ ਭਾਗਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਦਾਸ ਨਾਨਕ (ਭੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ) ਚਰਨੀਂ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।4।2।