

ਮਾਲੀ ਗਉੜਾ ਮਹਲਾ ੫ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਰੇ ਮਨ ਟਹਲ ਹਰਿ ਸੁਖ ਸਾਰ ॥ ਅਵਰ
ਟਹਲਾ ਝੂਠੀਆ ਨਿਤ ਕਰੈ ਜਮੁ ਸਿਰਿ ਮਾਰ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਜਿਨਾ ਮਸਤਕਿ ਲੀਖਿਆ ਤੇ ਮਿਲੇ
ਸੰਗਾਰ ॥ ਸੰਸਾਰੁ ਭਉਜਲੁ ਤਾਰਿਆ ਹਰਿ ਸੰਤ ਪੁਰਖ ਅਪਾਰ ॥ ੧॥ ਨਿਤ ਚਰਨ ਸੇਵਹੁ ਸਾਧ ਕੇ
ਤਜਿ ਲੋਭ ਮੋਹ ਬਿਕਾਰ ॥ ਸਭ ਤਜਹੁ ਦੂਜੀ ਆਸਤੀ ਰਖੁ ਆਸ ਇਕ ਨਿਰੰਕਾਰ ॥ ੨॥ ਇਕਿ
ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਸਾਕਤਾ ਬਿਨੁ ਗੁਰ ਅੰਧ ਅੰਧਾਰ ॥ ਧੁਰਿ ਹੋਵਨਾ ਸੁ ਹੋਇਆ ਕੇ ਨ ਮੇਟਣਹਾਰ ॥ ੩॥
ਅਗਮ ਰੂਪੁ ਗੋਬਿੰਦ ਕਾ ਅਨਿਕ ਨਾਮ ਅਪਾਰ ॥ ਧਨੁ ਧੰਨੁ ਤੇ ਜਨ ਨਾਨਕਾ ਜਿਨ ਹਰਿ ਨਾਮਾ ਉਰਿ
ਧਾਰ ॥੪॥੧॥ {ਪੰਨਾ 986}

ਪਦਅਰਥ:- ਟਹਲ ਹਰਿ—ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸੇਵਾ-ਭਗਤੀ। ਸਾਰ—ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ। ਕਰੈ—ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਮੁ—ਮੌਤ,
ਆਤਮਕ ਮੌਤ। ਸਿਰਿ—ਸਿਰ ਉਤੇ। ਮਾਰ—ਚੋਟ। 1। ਰਹਾਉ।

ਮਸਤਕਿ—ਮੱਥੇ ਉਤੇ। ਤੇ—ਉਹ ਬੰਦੇ {ਬਹੁ-ਵਚਨ}। ਸੰਗਾਰ—ਸਤਸੰਗ ਵਿਚ। ਭਉਜਲੁ—ਸਮੁੰਦਰ।
ਅਪਾਰ—ਬੇਅੰਤ। 1।

ਸਾਧ ਕੇ—ਗੁਰੂ ਦੇ। ਤਜਿ—ਛੱਡ ਕੇ। ਆਸਤੀ—ਕੋਈ ਆਸ। 2।

ਇਕਿ—{ਲਫਜ਼ 'ਇਕ' ਤੋਂ ਬਹੁ-ਵਚਨ} ਕਈ ਬੰਦੇ। ਭਰਮਿ—ਭੁਲੇਖੇ ਵਿਚ। ਭੂਲੇ—ਕੁਰਾਹੇ ਪਏ ਹੋਏ।
ਸਾਕਤ—ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟੇ ਹੋਏ। ਅੰਧ ਅੰਧਾਰ—ਬਿਲਕੁਲ ਅੰਨ੍ਹੇ, ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਵਲੋਂ ਨਿਰੋਲ ਅੰਨ੍ਹੇ। ਧੁਰਿ—
ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਅਨੁਸਾਰ। ਕੇ—ਕੋਈ ਭੀ ਜੀਵ। ਮੇਟਣਹਾਰ—ਮਿਟਾ ਸਕਣ ਜੋਗਾ। 3।

ਅਗਮ—ਅਪਹੁੰਚ। ਧਨੁ ਧੰਨੁ—ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ। ਤੇ ਜਨ—ਉਹ ਬੰਦੇ। ਉਰਿ—ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। 4।

ਅਰਥ:- ਹੇ (ਮੇਰੇ) ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸੇਵਾ-ਭਗਤੀ ਅਸਲ ਸੁਖ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੈ। ਹੋਰ ਹੋਰ (ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ)
ਟਹਲਾਂ ਵਿਅਰਥ ਹਨ, (ਹੋਰ ਟਹਲਾਂ-ਖੁਸ਼ਾਮਦਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ) ਆਤਮਕ ਮੌਤ (ਮਨੁੱਖ ਦੇ) ਸਿਰ ਉਤੇ ਸਦਾ ਸਵਾਰ
ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। 1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਮਨ! ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਮੱਥੇ ਉਤੇ (ਚੰਗਾ ਭਾਗ) ਲਿਖਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਸਤਸੰਗ ਵਿਚ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, (ਸਤਸੰਗ
ਵਿਚ) ਬੇਅੰਤ ਅਤੇ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਹਰੀ ਦੇ ਸੰਤ ਜਨ (ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ) ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। 1।

ਹੇ ਮਨ! ਲੋਭ ਮੋਹ ਆਦਿਕ ਵਿਕਾਰ ਛੱਡ ਕੇ ਸਦਾ ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਉਤੇ ਪਿਆ ਰਹੁ। ਹੇ ਮਨ! ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ
ਹੋਰ ਦੀ ਕੋਈ ਆਸ ਛੱਡ ਦੇਹ। ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹੀ ਆਸ ਰੱਖ। 2।

ਹੇ ਮਨ! ਕਈ ਐਸੇ ਬੰਦੇ (ਜਗਤ ਵਿਚ) ਹਨ ਜੋ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤੇ (ਮਾਇਆ ਦੀ) ਭਟਕਣਾ
ਵਿਚ ਪੈ ਕੇ ਕੁਰਾਹੇ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਉਹ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਵਲੋਂ ਉੱਕਾ ਹੀ ਅੰਨ੍ਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। (ਪਰ
ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭੀ ਕੀਹ ਵੱਸ?) ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਅਨੁਸਾਰ ਜੋ ਹੋਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹੀ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਹੋਣੀ ਨੂੰ ਕੋਈ
ਭੀ ਜੀਵ ਮਿਟਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। 3।

ਹੇ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹਸਤੀ ਅਪਹੁੰਚ ਹੈ, ਬੇਅੰਤ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਹੀ ਨਾਮ ਹਨ (ਉਸ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦੇ
ਕਾਰਨ)। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸਾਇਆ
ਹੋਇਆ ਹੈ। 4। 1।