

ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੪ ॥ ਹਰਿ ਭਾਉ ਲਗਾ ਬੈਰਾਗੀਆ ਵਡਭਾਗੀ ਹਰਿ ਮਨਿ ਰਾਖੁ ॥ ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ ਸਰਧਾ  
 ਉਪਜੈ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਹਰਿ ਰਸੁ ਚਾਖੁ ॥ ਸਭੁ ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਹੋਇਆ ਗੁਰਬਾਣੀ ਹਰਿ ਗੁਣ ਭਾਖੁ  
 ॥੧॥ ਮਨ ਧਿਆਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮ ਰਸੁ ਚਾਖੁ ॥ ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਹਰਿ ਪਾਇਆ ਹਲਤਿ  
 ਪਲਤਿ ਪਤਿ ਰਾਖੁ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈਐ ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਚਾਖੁ ॥  
 ਤਨੁ ਧਰਤੀ ਹਰਿ ਬੀਜੀਐ ਵਿਚਿ ਸੰਗਤਿ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭ ਰਾਖੁ ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹੈ ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ  
 ਹਰਿ ਰਸੁ ਚਾਖੁ ॥੨॥ {ਪੰਨਾ 997}

ਪਦਅਰਥ:- ਭਾਉ—ਪਿਆਰ। ਬੈਰਾਗੀਆ—ਹੇ ਬੈਰਾਗੀ ਜੀਉੜੇ! ਵਡਭਾਗੀ—ਵੱਡੇ ਭਾਗਾਂ ਨਾਲ। ਮਨਿ—ਮਨ  
 ਵਿਚ। ਮਿਲਿ—ਮਿਲ ਕੇ। ਉਪਜੈ—ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰ ਸਬਦੀ—ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਚਾਖੁ—ਚੱਖ।  
 ਸਭੁ—ਸਾਰਾ। ਹਰਿ ਗੁਣ—ਹਰੀ ਦੇ ਗੁਣ। ਭਾਖੁ—ਉੱਚਾਰ।1।

ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਨਾਮ ਰਸੁ—ਨਾਮ ਦਾ ਸੁਆਦ। ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ—ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਹਲਤਿ—ਇਸ ਲੋਕ ਵਿਚ।  
 ਪਲਤਿ—ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ। ਪਤਿ—ਇੱਜ਼ਤ। ਰਾਖੁ—ਬਚਾ ਲੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਧਿਆਈਐ—ਧਿਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕੀਰਤਿ—ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ। ਗੁਰਮੁਖਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ।  
 ਬੀਜੀਐ—ਬੀਜਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਰਾਖੁ—ਰਾਖਾ। ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ—ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ। ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ—ਪੂਰੇ  
 ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ।2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਪਿਆਰੇ ਮਿੱਤਰ ਮਨ! ਸਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚੱਖਿਆ ਕਰ। ਪਰਮਾਤਮਾ (ਦਾ ਨਾਮ)  
 ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ (ਤੂੰ ਭੀ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪਉ, ਅਤੇ) ਇਸ ਲੋਕ ਤੇ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਇਜ਼ਤ  
 ਬਚਾ ਲੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਬੈਰਾਗੀ ਜੀਉੜੇ! ਵੱਡੇ ਭਾਗਾਂ ਨਾਲ (ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਪਿਆਰ ਬਣਿਆ ਹੈ, ਹੁਣ ਪਰਮਾਤਮਾ (ਦੇ  
 ਨਾਮ) ਨੂੰ (ਆਪਣੇ) ਮਨ ਵਿਚ ਸਾਂਭ ਰੱਖ। ਹੇ ਭਾਈ! ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਮਿਲ ਕੇ (ਹੀ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ) ਸਰਧਾ ਪੈਦਾ  
 ਹੁੰਦੀ ਹੈ, (ਤੂੰ ਭੀ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਟਿਕ ਕੇ) ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚੱਖਦਾ ਰਹ।  
 (ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਨਾਮ-ਰਸ ਚੱਖਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ) ਉਸ ਦਾ ਤਨ ਮਨ ਹਰ ਵੇਲੇ ਖਿੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ  
 ਦੀ ਬਾਣੀ ਦੀ ਰਾਹੀਂ (ਤੂੰ ਭੀ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣ ਉਚਾਰਿਆ ਕਰ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਸਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਧਿਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। (ਹੇ ਭਾਈ! ਤੂੰ) ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ  
 ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ (ਦਾ ਸੁਆਦ) ਚੱਖਿਆ ਕਰ। ਇਹ ਸਰੀਰ (ਮਾਨੋ) ਧਰਤੀ ਹੈ, (ਇਸ ਵਿਚ) ਪਰਮਾਤਮਾ  
 (ਦਾ ਨਾਮ-ਬੀਜ) ਬੀਜਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ (ਟਿਕੇ ਰਿਹਾ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਆਪ (ਉਸ ਨਾਮ-ਖੇਤੀ ਦਾ)  
 ਰਾਖਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ (ਤੂੰ ਭੀ)  
 ਪਰਮਾਤਮਾ (ਦੇ ਨਾਮ) ਦਾ ਸੁਆਦ ਚੱਖਦਾ ਰਹ।2।

ਮਨਮੁਖ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਭਰਿ ਰਹੇ ਮਨਿ ਆਸਾ ਦਹ ਦਿਸ ਬਹੁ ਲਾਖੁ ॥ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਧ੍ਰਿਗੁ ਜੀਵਦੇ ਵਿਚਿ  
 ਬਿਸਟਾ ਮਨਮੁਖ ਰਾਖੁ ॥ ਓਇ ਆਵਹਿ ਜਾਹਿ ਭਵਾਈਅਹਿ ਬਹੁ ਜੋਨੀ ਦੁਰਗੰਧ ਭਾਖੁ ॥ ੩॥ ਤ੍ਰਾਹਿ  
 ਤ੍ਰਾਹਿ ਸਰਣਾਗਤੀ ਹਰਿ ਦਇਆ ਧਾਰਿ ਪ੍ਰਭ ਰਾਖੁ ॥ ਸੰਤਸੰਗਤਿ ਮੇਲਾਪੁ ਕਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮਿਲੈ  
 ਪਤਿ ਸਾਖੁ ॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਨੁ ਪਾਇਆ ਜਨ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮਤਿ ਭਾਖੁ ॥੪॥੬॥ {ਪੰਨਾ 997}

ਪਦਅਰਥ:- ਮਨਮੁਖ—ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲੇ। ਭਰਿ ਰਹੇ—ਲਿੱਬੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਮਨਿ—ਮਨ

ਵਿਚ। ਦਹ ਦਿਸ—ਦਸੀਂ ਪਾਸੀਂ। ਲਾਖੁ—{।} ਨਿਸ਼ਾਨਾ। ਬਹੁ—ਅਕਸਰ ਕਰ ਕੇ। ਦਹ ਦਿਸ ਬਹੁ ਲਾਖੁ—  
ਅਕਸਰ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਦਸੇ ਦਿਸ਼ਾਂ ਹੀ ਹੈ, ਸਦਾ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਿਗੁ—ਫਿਟਕਾਰ-ਜੋਗ।  
ਮਨਮੁਖ ਰਾਖੁ—ਮਨਮੁਖਾਂ ਦਾ ਟਿਕਾਣਾ। ਓਇ—{ਲਫਜ਼ 'ਓਹ' ਤੋਂ ਬਹੁ-ਵਚਨ}। ਆਵਹਿ—ਆਉਂਦੇ ਹਨ,  
ਜੰਮਦੇ ਹਨ। ਜਾਹਿ—ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਮਰਦੇ ਹਨ। ਭਵਾਈਅਹਿ—ਭਵਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੁਰਗੰਧ—ਗੰਦ। ਭਾਖੁ—  
ਭੱਖ, ਖੁਰਾਕ ਹੈ।3।

ਤ੍ਰਾਹਿ—ਬਚਾ ਲੈ। ਸਰਣਾਗਤੀ—ਸਰਣ ਆਏ ਹਾਂ। ਹਰਿ ਪ੍ਰਭ—ਹੇ ਹਰੀ! ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਰਾਖੁ—ਰੱਖਿਆ ਕਰ।  
ਮਿਲੈ—ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਪਤਿ ਸਾਖੁ—ਇੱਜ਼ਤ-ਇਤਬਾਰ। ਗੁਰਮਤਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਉਤੇ ਤੁਰ ਕੇ। ਭਾਖੁ—  
ਉਚਾਰ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲੇ ਬੰਦੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ (ਦੀ ਮੈਲ) ਨਾਲ ਲਿੱਬੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ,  
(ਉਹਨਾਂ ਤੇ) ਮਨ ਵਿਚ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਹੀ) ਆਸਾ (ਟਿਕੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ), ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ)  
ਭਟਕਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਨਾਮ ਤੋਂ ਵਾਂਜੇ ਰਹਿ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜੀਊਣਾ ਫਿਟਕਾਰ-ਜੋਗ ਹੈ। ਮਨਮੁਖਾਂ ਦਾ ਟਿਕਾਣਾ  
(ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ) ਗੰਦ ਵਿਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਦਾ ਜੰਮਦੇ ਮਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਨੇਕਾਂ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਭਵਾਏ ਜਾਂਦੇ  
ਹਨ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਦਾ) ਗੰਦ (ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਦਾ) ਖੁਰਾਕ ਹੈ।3।

ਹੇ ਹਰੀ! ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਮਿਹਰ ਕਰ, (ਸਾਡੀ) ਰੱਖਿਆ ਕਰ, ਅਸੀਂ ਤੇਰੀ ਸਰਣ ਆਏ ਹਾਂ, ਸਾਨੂੰ ਬਚਾ ਲੈ ਬਚਾ ਲੈ। ਸੰਤਾਂ  
ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਸਾਡਾ ਮਿਲਾਪ ਬਣਾਈ ਰੱਖ, (ਉਥੇ ਹੀ) ਹਰਿ-ਨਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਨਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਉਸ  
ਨੂੰ ਲੋਕ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ) ਇੱਜ਼ਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਹੇ ਦਾਸ ਨਾਨਕ! (ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਹੀ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ  
ਨਾਮ-ਧਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਤੂੰ ਭੀ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਲੈ ਕੇ ਨਾਮ ਉਚਾਰਦਾ ਰਹ।4। 4।6।