

ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੫ ਘਰੁ ੬ ਦੁਪਦੇ ੧ੳ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਛੋਡਿ ਸਗਲ ਸਿਆਣਪਾ ਮਿਲਿ ਸਾਧ
ਤਿਆਗਿ ਗੁਮਾਨੁ ॥ ਅਵਰੁ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਮਿਥਿਆ ਰਸਨਾ ਰਾਮ ਰਾਮ ਵਖਾਨੁ ॥ ੧ ॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਕਰਨ
ਸੁਣਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ॥ ਮਿਟਹਿ ਅਘ ਤੇਰੇ ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ ਕਵਨੁ ਬਪੁਰੇ ਜਾਮੁ ॥ ੧ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਦੁਖ
ਦੀਨ ਨ ਭਉ ਬਿਆਪੈ ਮਿਲੈ ਸੁਖ ਬਿਸੁਮੁ ॥ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਨਾਨਕੁ ਬਖਾਨੈ ਹਰਿ ਭਜਨੁ ਤਤੁ ਗਿਆਨੁ
॥੨॥੧॥੨੪॥ {ਪੰਨਾ 1006}

ਪਦਅਰਥ:- ਸਗਲ—ਸਾਰੀਆਂ। ਮਿਲਿ ਸਾਧ—ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ। ਗੁਮਾਨੁ—ਅਹੰਕਾਰ। ਮਿਥਿਆ—ਨਾਸਵੰਤ।
ਰਸਨਾ—ਜੀਭ ਨਾਲ। ਵਖਾਨੁ—ਉੱਚਾਰਨ ਕਰ।1।

ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਕਰਨ—ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ। ਮਿਟਹਿ—ਮਿਟ ਜਾਣਗੇ। ਅਘ—ਪਾਪ {ਬਹੁ-ਵਚਨ}। ਜਾਮੁ—ਜਮ।
ਬਪੁਰਾ—ਵਿਚਾਰ।1। ਰਹਾਉ।

ਦੀਨ—ਦੀਨਤਾ, ਮੁਥਾਜੀ। ਨ ਬਿਆਪੈ—ਆਪਣਾ ਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ। ਮਿਲੈ—ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੁਖ
ਬਿਸੁਮ—ਸੁਖਾਂ ਵਿਚ ਟਿਕਾਣਾ। ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ। ਨਾਨਕੁ ਬਖਾਨੈ—ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ।
ਤਤੁ ਗਿਆਨੁ—ਅਸਲ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੂਝ।2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸੁਣਿਆ ਕਰ। (ਨਾਮ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਤੇਰੇ ਅਨੇਕਾਂ
ਜਨਮਾਂ ਦੇ (ਕੀਤੇ ਹੋਏ) ਪਾਪ ਮਿਟ ਜਾਣਗੇ। ਵਿਚਾਰਾ ਜਮ ਭੀ ਕੌਣ ਹੈ (ਜੋ ਤੈਨੂੰ ਡਰਾ ਸਕੇ)?।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਸਾਰੀਆਂ (ਢੋਕੀਆਂ) ਚਤੁਰਾਈਆਂ ਛੱਡ ਦੇਹ, ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ (ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਅਹੰਕਾਰ ਦੂਰ ਕਰ।
ਆਪਣੀ ਜੀਭ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਿਆ ਕਰ। (ਨਾਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾ) ਹੋਰ ਸਭ ਕੁਝ ਨਾਸਵੰਤ ਹੈ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ (ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਨਾਮ ਸਿਮਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਉੱਤੇ ਦੁਨੀਆ ਦੇ) ਦੁੱਖ, ਮੁਥਾਜੀ, (ਹਰੇਕ
ਕਿਸਮ ਦਾ) ਡਰ—(ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਭੀ) ਆਪਣਾ ਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਭਜਨ ਕਰਨਾ ਹੀ
ਅਸਲ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੂਝ ਹੈ (ਪਰ ਇਹ ਨਾਮ) ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ (ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ)।2।1। 24।