ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਪੁਰਖੁ ਪੂਰਨ ਸੁਖਹ ਦਾਤਾ ਸੰਗਿ ਬਸਤੋ ਨੀਤ ॥ ਮਰੈ ਨ ਆਵੈ ਨ ਜਾਇ ਬਿਨਸੈ ਬਿਆਪਤ ਉਸਨ ਨ ਸੀਤ ॥੧॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਨਾਮ ਸਿਉ ਕਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥ ਚੇਤਿ ਮਨ ਮਹਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਿਧਾਨਾ ਏਹ ਨਿਰਮਲ ਰੀਤਿ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਕ੍ਰਿਪਾਲ ਦਇਆਲ ਗੋਪਾਲ ਗੋਬਿਦ ਜੋ ਜਪੈ ਤਿਸੁ ਸੀਧਿ ॥ ਨਵਲ ਨਵਤਨ ਚਤੁਰ ਸੁੰਦਰ ਮਨੁ ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਸੰਗਿਬੀਧਿ ॥੨॥੩॥੨੬॥ {ਪੰਨਾ 1006}

ਪਦਅਰਥ:- ਪੁਰਖੁ ਪੂਰਨ—ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਪਰਮਾਤਮਾ। ਸੁਖਹ ਦਾਤਾ—ਸਾਰੇ ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ। ਸੰਗਿ—(ਹਰੇਕ ਦੇ) ਨਾਲ। ਨੀਤ—ਸਦਾ। ਆਵੈ ਨ ਜਾਇ—ਨਾਹ ਜੰਮਦਾ ਹੈ ਨਾਹ ਮਰਦਾ ਹੈ। ਉਸਨ—ਗਰਮੀ, ਸੋਗ। ਸੀਤ—ਠੰਢਕ, ਖ਼ੁਸ਼ੀ, ਹਰਖ। ਨ ਬਿਆਪਤ—ਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ।1।

ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਸਿਉ—ਨਾਲ। ਮਨ ਮਹਿ—ਮਨ ਵਿਚ। ਚੇਤਿ—ਚੇਤੇ ਕਰ, ਯਾਦ ਕਰ। ਨਿਧਾਨਾ—(ਸਾਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ) ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ। ਰੀਤਿ—ਜੀਵਨ-ਮਰਯਾਦਾ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਗੁਜ਼ਾਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ। ਨਿਰਮਲ—ਪਵਿੱਤਰ।1। ਰਹਾਉ।

ਗੋਪਾਲ—ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਪਾਲਣ ਵਾਲਾ। ਸੀਧਿ—ਸਿੱਧੀ, ਸਫਲਤਾ, ਕਾਮਯਾਬੀ। ਨਵਲ—ਨਵਾਂ। ਨਵਤਨ—ਨਵਾਂ। ਚਤੁਰ—ਸਿਆਣਾ। ਨਾਨਕ—ਹੇ ਨਾਨਕ! ਬੀਧਿ—ਵਿੰਨ੍ਹ ਲੈ, ਪ੍ਰੋ ਰੱਖ।2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪਾਈ ਰੱਖ। ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਹੜਾ ਪ੍ਰਭੂ ਸਾਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਯਾਦ ਕਰਿਆ ਕਰ। ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਰੱਖਣ ਦਾ ਇਹੀ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਉਹ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਦਾ ਹੀ (ਹਰੇਕ ਦੇ) ਨਾਲ ਵੱਸਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਨਾਹ ਜੰਮਦਾ ਹੈ ਨਾਹ ਮਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਨਾਸ-ਰਹਿਤ ਹੈ। ਨਾਹ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਾਹ ਗ਼ਮੀ—ਕੋਈ ਭੀ ਉਸ ਉਤੇ ਆਪਣਾ ਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦੀ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਕਿਰਪਾ ਦਾ ਘਰ ਹੈ ਦਇਆ ਦਾ ਸੋਮਾ ਹੈ, ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਪਾਲਣ ਵਾਲਾ ਗੋਬਿੰਦ ਹੈ। ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ (ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ) ਜਪਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਆਖ—ਹੇ ਭਾਈ!) ਪਰਮਾਤਮਾ ਹਰ ਵੇਲੇ ਨਵਾਂ ਹੈ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਪਿਆਰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਨਵਾਂ ਹੈ), ਪਰਮਾਤਮਾ ਸਿਆਣਾ ਹੈ ਸੋਹਣਾ ਹੈ। ਉਸ ਨਾਲ (ਉਸ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ) ਆਪਣਾ ਮਨ ਪ੍ਰੋਈ ਰੱਖ।2।3। 26।