

ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਤਜਿ ਆਪੁ ਬਿਨਸੀ ਤਾਪੁ ਰੇਣ ਸਾਧੂ ਥੀਉ ॥ ਤਿਸਹਿ ਪਰਾਪਤਿ ਨਾਮੁ ਤੇਰਾ ਕਰਿ
ਕ੍ਰਿਪਾ ਜਿਸੁ ਦੀਉ ॥ ੧ ॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਨਾਮੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪੀਉ ॥ ਆਨ ਸਾਦ ਬਿਸਾਰਿ ਹੋਛੇ ਅਮਰੁ ਜੁਗੁ
ਜੁਗੁ ਜੀਉ ॥ ੧ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਨਾਮੁ ਇਕ ਰਸ ਰੰਗ ਨਾਮਾ ਨਾਮਿ ਲਾਗੀ ਲੀਉ ॥ ਮੀਤੁ ਸਾਜਨੁ ਸਖਾ
ਬੰਧਪੁ ਹਰਿ ਏਕੁ ਨਾਨਕ ਕੀਉ ॥੨॥੫॥੨੮॥ {ਪੰਨਾ 1007}

ਪਦਅਰਥ:- ਤਜਿ—ਛੱਡ। ਆਪੁ—ਆਪਾ-ਭਾਵ। ਬਿਨਸੀ—ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਇਗਾ। ਤਾਪੁ—ਚਿੰਤਾ-ਫਿਕਰ, ਕਲੇਸ਼।
ਰੇਣ ਸਾਧੂ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਚਰਨ-ਧੂੜ। ਥੀਉ—ਹੋ ਜਾ। ਤਿਸਹਿ—{ਤਿਸੁ ਹੀ। ਕ੍ਰਿਪਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣ 'ਹੀ' ਦੇ ਕਾਰਨ
ਲਫਜ਼ 'ਤਿਸੁ' ਦਾ ੁ ਉੱਡ ਗਿਆ ਹੈ}। ਕਰਿ—ਕਰ ਕੇ। ਦੀਉ—(ਤੂੰ) ਦਿੱਤਾ ਹੈ।1।

ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ—ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਜਲ। ਆਨ ਸਾਦ—ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਸੁਆਦ। ਹੋਛੇ—ਛੇਤੀ
ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਣ ਵਾਲੇ। ਅਮਰੁ—ਅਟੱਲ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਾਲਕ। ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ—ਸਦਾ ਲਈ। ਜੀਉ—
ਜੀਵੇ।1। ਰਹਾਉ।

ਨਾਮੁ ਇਕ—ਇਕ (ਪ੍ਰਭੂ) ਦਾ ਨਾਮ। ਰਸ—(ਮਾਇਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ) ਸੁਆਦ। ਰੰਗ—(ਦੁਨੀਆ ਦੇ) ਰੰਗ-
ਤਮਾਸ਼ੇ। ਨਾਮਿ—ਨਾਮ ਵਿਚ। ਲੀਉ—ਲਿਵ। ਬੰਧਪੁ—ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ। ਕੀਉ—ਕੀਤਾ। ਨਾਨਕ—ਹੇ ਨਾਨਕ!।2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਵਾਲਾ ਹਰਿ-ਨਾਮ-ਜਲ ਪੀਆ ਕਰ (ਨਾਮ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਹੋਰ
ਸਾਰੇ (ਮਾਇਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ) ਨਾਸਵੰਤ ਚਸਕੇ ਭੁਲਾ ਕੇ ਸਦਾ ਲਈ ਅਟੱਲ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਗੁਜ਼ਾਰ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਆਪਾ-ਭਾਵ ਛੱਡ ਦੇਹ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਚਰਨ-ਧੂੜ ਬਣ ਜਾ, ਤੇਰਾ ਸਾਰਾ ਦੁੱਖ-ਕਲੇਸ਼ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਇਗਾ। ਹੇ
ਪ੍ਰਭੂ! ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਉਸੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੂੰ ਆਪ ਮਿਹਰ ਕਰ ਕੇ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।1।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਆਖ—ਹੇ ਭਾਈ!) ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਇੱਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਹੀ ਆਪਣਾ ਸੱਜਣ ਮਿੱਤਰ ਤੇ ਸਨਬੰਧੀ
ਬਣਾ ਲਿਆ, ਉਸ ਦੀ ਲਿਵ ਸਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਉਸ ਦੇ
ਵਾਸਤੇ (ਮਾਇਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੁਆਦ ਹਨ), ਨਾਮ ਹੀ ਉਸ ਲਈ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਰੰਗ-ਤਮਾਸ਼ੇ ਹਨ।2।5। 28।