

ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੩ ॥ ਜੁਗ ਛਤੀਹ ਕੀਓ ਗੁਬਾਰਾ ॥ ਤੂ ਆਪੇ ਜਾਣਹਿ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ॥ ਹੋਰ ਕਿਆ ਕੇ
ਕਹੈ ਕਿ ਆਖਿ ਵਖਾਣੈ ਤੂ ਆਪੇ ਕੀਮਤਿ ਪਾਇਦਾ ॥੧॥ ਓਅੰਕਾਰਿ ਸਭ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਉਪਾਈ ॥ ਸਭੁ
ਖੇਲੁ ਤਮਾਸਾ ਤੇਰੀ ਵਡਿਆਈ ॥ ਆਪੇ ਵੇਕ ਕਰੇ ਸਭਿ ਸਾਚਾ ਆਪੇ ਭੰਨਿ ਘੜਾਇਦਾ ॥ ੨ ॥
ਬਾਜੀਗਰਿ ਇਕ ਬਾਜੀ ਪਾਈ ॥ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਤੇ ਨਦਰੀ ਆਈ ॥ ਸਦਾ ਅਲਿਪਤੁ ਰਹੈ ਗੁਰ ਸਬਦੀ
ਸਾਚੇ ਸਿਉ ਚਿਤੁ ਲਾਇਦਾ ॥੩॥ ਬਾਜਹਿ ਬਾਜੇ ਧੁਨਿ ਆਕਾਰਾ ॥ ਆਪਿ ਵਜਾਏ ਵਜਾ ਵਣਹਾਰਾ ॥
ਘਟਿ ਘਟਿ ਪਉਣੁ ਵਹੈ ਇਕ ਰੰਗੀ ਮਿਲਿ ਪਵਣੈ ਸਭ ਵਜਾਇਦਾ ॥ {ਪੰਨਾ 1061}

ਪਦਅਰਥ:- ਜੁਗ ਛਤੀਹ—ਛੱਤੀ ਜੁਗ, ਅਨੇਕਾਂ ਜੁਗ, ਬੇਅੰਤ ਸਮਾ। ਗੁਬਾਰਾ—ਘੁੱਪ ਹਨੇਰਾ, ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਜੋ
ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਮਝ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ। ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ—ਹੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰ! ਕੋ—ਕੋਈ ਜੀਵ। ਹੋਰ ਕਿਆ ਕਹੈ—ਕੁਝ ਭੀ
ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦਾ। ਆਖਿ—ਆਖ ਕੇ। ਕਿ ਵਖਾਣੈ—ਕੀਹ ਬਿਆਨ ਕਰੇ? ਕੁਝ ਭੀ ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।1।
ਓਅੰਕਾਰਿ—ਓਅੰਕਾਰ ਨੇ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ। ਵੇਕ—ਵਖ ਵਖ। ਸਭਿ—ਸਾਰੇ। ਸਾਚਾ—ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ
ਵਾਲਾ ਪਰਮਾਤਮਾ। ਭੰਨਿ—ਭੰਨ ਕੇ, ਨਾਸ ਕਰ ਕੇ।2।

ਬਾਜੀਗਰਿ—ਬਾਜੀਗਰ ਨੇ। ਬਾਜੀ ਪਾਈ—ਤਮਾਸ਼ਾ ਰਚਿਆ ਹੈ। ਤੇ—ਤੋਂ, ਪਾਸੋਂ। ਨਦਰੀ ਆਈ—ਦਿੱਸ ਪਈ।
ਅਲਿਪਤੁ—ਨਿਰਲੇਪ। ਸਬਦੀ—ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਸਿਉ—ਨਾਲ।3।

ਆਕਾਰਾ—ਸਾਰੇ (ਦਿੱਸ ਰਹੇ) ਸਰੀਰ। ਬਾਜਹਿ—ਵੱਜ ਰਹੇ ਹਨ। ਧੁਨਿ—ਸੁਰ (ਨਾਲ)। ਘਟਿ ਘਟਿ—ਹਰੇਕ
ਸਰੀਰ ਵਿਚ। ਪਉਣੁ—ਹਵਾ, ਸਾਹ। ਵਹੈ—ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਕ ਰੰਗੀ—ਇਕ-ਰਸ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ
ਦੀ। ਮਿਲਿ—ਮਿਲ ਕੇ। ਪਵਣੈ—ਪਵਣ ਵਿਚ, ਸੁਆਸ ਵਿਚ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰ! (ਜਗਤ-ਰਚਨਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ) ਬੇਅੰਤ ਸਮਾ ਤੂੰ ਅਜਿਹੀ ਹਾਲਤ ਬਣਾਈ ਰੱਖੀ ਜੋ ਜੀਵਾਂ
ਦੀ ਸਮਝ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ। ਤੂੰ ਆਪ ਹੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈਂ (ਕਿ ਉਹ ਹਾਲਤ ਕੀਹ ਸੀ)। (ਉਸ ਗੁਬਾਰ ਦੀ ਬਾਬਤ) ਕੋਈ
ਜੀਵ ਕੁਝ ਭੀ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦਾ, ਕੋਈ ਜੀਵ ਆਖ ਕੇ ਕੁਝ ਭੀ ਨਹੀਂ ਬਿਆਨ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਤੂੰ ਆਪ ਹੀ ਉਸ ਦੀ
ਅਸਲੀਅਤ ਜਾਣਦਾ ਹੈਂ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਆਪ ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ। ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! (ਤੇਰਾ ਰਚਿਆ ਇਹ ਜਗਤ) ਸਾਰਾ ਤੇਰਾ
ਖੇਲ-ਤਮਾਸ਼ਾ ਹੈ, ਤੇਰੀ ਹੀ ਵਡਿਆਈ ਹੈ। ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਆਪ ਹੀ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਵਖ ਵਖ ਕਿਸਮ ਦੇ
ਬਣਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਪ ਹੀ ਨਾਸ ਕਰ ਕੇ ਆਪ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।2।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਪ੍ਰਭੂ-) ਬਾਜੀਗਰ ਨੇ (ਇਹ ਜਗਤ) ਇਕ ਤਮਾਸ਼ਾ ਰਚਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ
ਇਹ ਸਮਝ ਆ ਗਈ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਜੁੜ ਕੇ (ਇਸ ਜਗਤ-ਤਮਾਸ਼ੇ ਵਿਚ) ਨਿਰਲੇਪ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ,
ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਸਦਾ-ਬਿਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਮਨ ਜੋੜੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।3।

ਹੇ ਭਾਈ! ਇਹ ਸਾਰੇ ਦਿੱਸ ਰਹੇ ਸਰੀਰ (ਮਿੱਠੀ ਸੁਰ) ਨਾਲ (ਮਾਨੋ) ਵਾਜੇ ਵੱਜ ਰਹੇ ਹਨ। ਵਜਾਣ ਦੀ ਸਮਰਥਾ
ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪ ਹੀ ਇਹ (ਸਰੀਰ-) ਵਾਜੇ ਵਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਉਸ ਸਦਾ ਇਕ-ਰੰਗ ਰਹਿਣ
ਵਾਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਬਣਾਇਆ ਹੋਇਆ ਸੁਆਸ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, (ਉਸ ਆਪਣੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ) ਪਉਣ ਵਿਚ ਮਿਲ
ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਇਹ ਸਾਰੇ ਵਾਜੇ ਵਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।4।

ਕਰਤਾ ਕਰੇ ਸੁ ਨਿਹਚਉ ਹੋਵੈ ॥ ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦੇ ਹਉਮੈ ਖੋਵੈ ॥ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਕਿਸੈ ਦੇ ਵਡਿਆਈ
ਨਾਮੋ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਦਾ ॥੫॥ ਗੁਰ ਸੇਵੇ ਜੇਵਡੁ ਹੋਰੁ ਲਾਹਾ ਨਾਹੀ ॥ ਨਾਮੁ ਮੰਨਿ ਵਸੈ ਨਾਮੋ ਸਾਲਾਹੀ

॥ नामो नामु सदा सुखदाता नामो लाहा पाਇदा ॥ ६ ॥ बिनु नावै सभ दुखु संसारा ॥ बहुर
करम कमावहि वपहि विकारा ॥ नामु न सेवहि किउ सुखु पाਈअै बिनु नावै दुखु पाਇदा
॥७॥ आपि करे तै आपि कराए ॥ गुर परसादी किसै बुझाए ॥ गुरमुखि होवहि से बंधन
तेझहि मुकती कै वरि पाਇदा ॥८॥ {पं० 1062}

पदाअरथ:- निहचउ—जूरु। कै सबदे—दे सबद दी राहीं। परसादी—परसादि, किरपा नाल।
किसै—(जिस) विरले नूं। दे—दोदा है। नामो नामु—नाम ही नाम, हर वेले नाम।५।

जेवडु—जेडा, बराबर दा। लाहा—लाभा। मीनि—मनि, मन विच। सालाही—सालाहि, सलाहुंदे
हन।६।

संसार—संसारि, संसार विच। न सेवहि—नहीं सिमरदे। किउ पाਈअै—किवें पूपत हो सकदा है?।७।
तै—अते। किसै—किसे विरले नूं। बुझाए—समझ बखसदा है। से—उह {बहु-वचन}। मुकती कै
वरि—मुकती के वर विच, उह वर विच जिसे विकारां तें खलासी होई रहिंदी है।८।

अरथ:- हे भाਈ! गुरु दी किरपा नाल (जिस) किसे (विरले मनुख) नूं परमात्मा वडिआਈ दोदा है,
उह मनुख हर वेले हरि-नाम ही सिमरदा है, (उस मनुख नूं निश्चय हो जांदा है कि) जे कुछ परमात्मा
करदा है उह जरूर हुंदा है, उह मनुख गुरु के सबद दी बरकति नाल (आपणे अंदरें) हउमै दूर कर
लैदा है।५।

हे भाਈ! गुरु दी सरन पैठ के बराबर (जगत विच) होर केई लाभा नहीं है। (जिहडे मनुख गुरु दी
सरन पैठे हन, उहनां दे) मन विच (परमात्मा दा) नाम आ वसदा है, उह हर वेले हरि-नाम दी
सिद्धति करदे हन। हे भाਈ! परमात्मा दा नाम ही सदा सुख देण वाला है। हरि-नाम ही (असल)
लाभा मनुख खटदा है।६।

हे भाਈ! हरि-नाम तें खुंझिआं जगत विच हर पासे दुख ही दुख है। (जिहडे मनुख नाम नूं बुला के
पारमिक मिसे होए होर) अनेकां करम करदे हन (उहनां के अंदर सगें) विकार वपदे हन। हे भाਈ! जे
मनुख नाम नहीं सिमरदे तं आत्मक आनंद किवें मिल सकदा है? नाम तें खुंझ के मनुख दुख ही
सहेझदा है।७।

हे भाਈ! गुरु दी किरपा नाल किसे (विरले) नूं परमात्मा इह समझ दोदा है कि परमात्मा आप ही
सभ कुछ कर रिहा है अते (जीवां पासों) करा रिहा है। जिहडे मनुख गुरु के सनमुख रहिंदे हन, उह
(आपणे अंदरें माइआ के मेह दे) बंधन तेझ लैदे हन। गुरु उहनां नूं उस आत्मक टिकाणे विच
रखदा है जिसे उहनां नूं विकारां वलें खलासी मिली रहिंदी है।८।

गहृत गहै से जलै संसारा ॥ सहसा मूलि न चुकै विकारा ॥ गुरमुखि होवै सु गहृत चुकाए
सचे सचि समाइदा ॥९॥ जे सचु देइ त पाए केई ॥ गुर परसादी परगटु होई ॥ सचु
नामु सालाहे रींगि राता गुर किरपा ते सुखु पाइदा ॥१०॥ जपु तपु संजमु नामु पਿਆरा ॥
किलविख काटे काटहारा ॥ हरि कै नामि तनु मनु सीतलु होआ सहजे सहजि समाइदा

॥੧੧॥ ਅੰਤਰਿ ਲੋਭੁ ਮਨਿ ਮੈਲੈ ਮਲੁ ਲਾਏ ॥ ਮੈਲੇ ਕਰਮ ਕਰੇ ਦੁਖੁ ਪਾਏ ॥ ਕੂੜੇ ਕੂੜੁ ਕਰੇ ਵਾਪਾਰਾ
ਕੂੜੁ ਬੋਲਿ ਦੁਖੁ ਪਾਇਦਾ ॥੧੨॥ {ਪੰਨਾ 1062}

ਪਦਅਰਥ:- ਗਣਤ—ਮਾਇਆ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ-ਫਿਕਰ, ਗਿਣਤੀਆਂ। ਗਣੈ—ਗਿਣਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਲੈ—
(ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਅੱਗ ਵਿਚ) ਸੜਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਸੰਸਾਰਾ—ਸੰਸਾਰਿ, ਜਗਤ ਵਿਚ। ਸਹਸਾ—(ਮਾਇਆ ਬਾਰੇ)
ਸਹਮ। ਮੂਲਿ—ਬਿਲਕੁਲ। ਚੁਕੈ—ਮੁੱਕਦਾ। ਵਿਕਾਰਾ—ਬੇ-ਕਾਰ, ਵਿਅਰਥ। ਗੁਰਮੁਖਿ—ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਨਮੁਖ।
ਚੁਕਾਏ—ਮੁਕਾ ਦੋਂਦਾ ਹੈ। ਸਚੇ ਸਚਿ—ਹਰ ਵੇਲੇ ਸਦਾ-ਬਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ।9।

ਸਚੁ—ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪਰਮਾਤਮਾ। ਦੇਇ—ਦੇਵੇ। ਪਰਸਾਦੀ—ਪਰਸਾਦਿ, ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ।
ਰੰਗਿ—ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ। ਰਾਤਾ—ਰੰਗਿਆ ਹੋਇਆ। ਤੇ—ਤੋਂ, ਦੀ ਰਾਹੀਂ।10।

ਜਪੁ—(ਦੇਵਤਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸੰਨ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ) ਮੰਤ੍ਰਾਂ ਦਾ ਜਾਪ। ਤਪੁ—ਧੂਣੀਆਂ ਤਪਾ ਕੇ ਪੁੱਠੇ ਲਟਕ ਕੇ ਅਜਿਹੇ
ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਸ਼ਟ ਦੇਣੇ। ਸੰਜਮੁ—ਪਾਪ। ਕਾਟਣਹਾਰਾ—ਕੱਟਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਭੂ। ਕੈ
ਨਾਮਿ—ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਸਹਜੇ ਸਹਜਿ—ਹਰ ਵੇਲੇ ਸਹਜ (ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ) ਵਿਚ।11।

ਅੰਤਰਿ—ਅੰਦਰ। ਮਨਿ ਮੈਲੈ—ਮਨ ਮੈਲਾ ਰਹਿਣ ਦੇ ਕਾਰਨ। ਕੂੜੇ ਕੂੜੁ ਵਾਪਾਰਾ—ਹਰ ਵੇਲੇ ਨਾਸਵੰਤ
ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਕਮਾਣ ਦਾ ਧੰਧਾ। ਬੋਲਿ—ਬੋਲ ਕੇ। ਕੂੜੁ—ਝੂਠ।12।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਹਰ ਵੇਲੇ ਮਾਇਆ ਦੀਆਂ ਗਿਣਤੀਆਂ ਗਿਣਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਜਗਤ ਵਿਚ
ਸਦਾ (ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਅੱਗ ਵਿਚ) ਸੜਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਇਹ ਵਿਅਰਥ ਸਹਮ ਕਦੇ ਭੀ ਨਹੀਂ ਮੁੱਕਦਾ।
ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੁਨੀਆ ਵਾਲੇ ਚਿੰਤਾ-ਫਿਕਰ ਮੁਕਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਹਰ ਵੇਲੇ
ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।9।

ਪਰ, ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪਰਮਾਤਮਾ (ਆਪ ਹੀ ਇਹ ਬੇ-ਫਿਕਰੀ) ਬਖਸ਼ੇ, ਤਦੋਂ ਹੀ ਕੋਈ
ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ (ਪ੍ਰਭੂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਪਰਗਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ
ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਮਸਤ ਰਹਿ ਕੇ ਸਦਾ-ਬਿਰ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਸਿਮਰਦਾ ਹੈ, ਤੇ, ਆਤਮਕ
ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।10।

ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਮਿੱਠਾ ਨਾਮ (ਜਪਣਾ ਹੀ) ਜਪ ਹੈ ਤਪ ਹੈ ਸੰਜਮ ਹੈ। (ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਹੈ
ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ) ਪਾਪ (ਪਾਪ) ਕੱਟਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਕੱਟ ਦੋਂਦਾ ਹੈ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ
ਵਿਚ ਜੁੜਨ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਤਨ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸਦਾ ਹੀ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ
ਵਿਚ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।11।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ (ਮਾਇਆ ਦਾ) ਲਾਲਚ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਹਰ ਵੇਲੇ ਮੈਲਾ
ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ), ਮੈਲੇ ਮਨ ਦੇ ਕਾਰਨ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਲਾਲਚ ਦੀ ਹੋਰ ਮੈਲ (ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ) ਲਾਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। (ਜਿਉਂ
ਜਿਉਂ ਲਾਲਚ ਦੇ ਅਧੀਨ ਉਹ) ਮੈਲੇ ਕਰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ (ਆਤਮਕ) ਦੁੱਖ ਪਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਦਾ ਨਾਸਵੰਤ
ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਕਮਾਣ ਦਾ ਧੰਧਾ ਹੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਝੂਠ ਬੋਲ ਬੋਲ ਕੇ ਦੁੱਖ ਸਹਿੰਦਾ ਹੈ।12।

ਨਿਰਮਲ ਬਾਣੀ ਕੋ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਸਹਸਾ ਜਾਏ ॥ ਗੁਰ ਕੈ ਭਾਣੈ ਚਲੈ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ
ਨਾਮੁ ਚੇਤਿ ਸੁਖੁ ਪਾਇਦਾ ॥ ੧੩॥ ਆਪਿ ਸਿਰੰਦਾ ਸਚਾ ਸੋਈ ॥ ਆਪਿ ਉਪਾਇ ਖਪਾਏ ਸੋਈ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਹੋਵੈ ਸੁ ਸਦਾ ਸਲਾਹੇ ਮਿਲਿ ਸਾਚੇ ਸੁਖੁ ਪਾਇਦਾ ॥੧੪॥ ਅਨੇਕ ਜਤਨ ਕਰੇ ਇੰਦ੍ਰੀ ਵਸਿ ਨ
ਹੋਈ ॥ ਕਾਮਿ ਕਰੋਧਿ ਜਲੈ ਸਭੁ ਕੋਈ ॥ ਸਤਿਗੁਰ ਸੇਵੇ ਮਨੁ ਵਸਿ ਆਵੈ ਮਨ ਮਾਰੇ ਮਨਹਿ

ਸਮਾਇਦਾ ॥੧੫॥ ਮੇਰਾ ਤੇਰਾ ਤੁਧੁ ਆਪੇ ਕੀਆ ॥ ਸਭਿ ਤੇਰੇ ਜੰਤ ਤੇਰੇ ਸਭਿ ਜੀਆ ॥ ਨਾਨਕ
ਨਾਮੁ ਸਮਾਲਿ ਸਦਾ ਤੂ ਗੁਰਮਤੀ ਮੰਨਿ ਵਸਾਇਦਾ ॥੬॥੪॥੧੮॥ {ਪੰਨਾ 1062}

ਪਦਅਰਥ:- ਨਿਰਮਲ—(ਜੀਵਨ ਨੂੰ) ਪਵਿੱਤਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ। ਕੋ—ਜਿਹੜਾ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ। ਮੰਨਿ—ਮਨਿ, ਮਨ
ਵਿਚ। ਪਰਸਾਦੀ—ਪਰਸਾਦਿ, ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ। ਸਹਸਾ—ਸਹਮ। ਕੈ ਭਾਣੈ—ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ, ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ।
ਚੇਤਿ—ਯਾਦ ਕਰ ਕੇ, ਸਿਮਰ ਕੇ।13।

ਸਿਰੰਦਾ—ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ। ਸਚਾ—ਸਦਾ-ਬਿਰ ਪ੍ਰਭੂ। ਉਪਾਇ—ਪੈਦਾ ਕਰ ਕੇ। ਖਪਾਏ—ਨਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।
ਸੋਈ—ਉਹ (ਆਪ) ਹੀ। ਗੁਰਮੁਖਿ—ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਨਮੁਖ। ਸਲਾਹੇ—ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਿਲਿ—ਮਿਲ
ਕੇ।14।

ਇੰਦ੍ਰੀ—ਕਾਮ-ਵਾਸਨਾ। ਕਾਮਿ—ਕਾਮ ਵਿਚ। ਕਰੋਧਿ—ਕ੍ਰੋਧ ਵਿਚ। ਸਭੁ ਕੋਈ—ਹਰੇਕ ਜੀਵ। ਸਤਿਗੁਰ
ਸੇਵੇ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪਿਆਂ। ਵਸਿ—ਕਾਬੂ ਵਿਚ। ਮਨ ਮਾਰੇ—ਜੇ ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਰ ਲਏ, ਜੇ ਮਨ ਨੂੰ ਵੱਸ ਵਿਚ ਕਰ
ਲਏ। ਮਨਹਿ—ਮਨਿ ਹੀ, ਮਨ ਵਿਚ ਹੀ {ਕ੍ਰਿਆ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣ 'ਹੀ' ਦੇ ਕਾਰਨ ਲਫਜ਼ 'ਮਨਿ' ਦੀ 'ਿ' ਉੱਡ ਗਈ
ਹੈ}।15।

ਮੇਰਾ ਤੇਰਾ—ਮੇਰ-ਤੇਰ, ਵਿਤਕਰਾ। ਆਪੇ—ਆਪ ਹੀ। ਸਭਿ—ਸਾਰੇ। ਸਮਾਲਿ—ਯਾਦ ਕਰਦਾ ਰਹੁ। 16।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਹੜਾ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ (ਜੀਵਨ ਨੂੰ) ਪਵਿੱਤਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ (ਗੁਰ-) ਬਾਣੀ (ਆਪਣੇ) ਮਨ ਵਿਚ
ਵਸਾਂਦਾ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ (ਉਸ ਦਾ) ਸਹਮ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਦਿਨ ਰਾਤ ਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ
ਵਿਚ ਤੁਰਦਾ ਹੈ, ਹਰਿ-ਨਾਮ ਨੂੰ ਸਿਮਰ ਕੇ ਉਹ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹੈ।13।

ਹੇ ਭਾਈ! ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਆਪ ਹੀ (ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ) ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਆਪ ਪੈਦਾ ਕਰ
ਕੇ ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਨਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਸਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-
ਸਾਲਾਹ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਸਦਾ-ਬਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਮਿਲ ਕੇ ਉਹ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹੈ।14।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ) ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਜਤਨ ਭੀ ਮਨੁੱਖ ਕਰੇ ਤਾਂ ਭੀ ਕਾਮ-ਵਾਸਨਾ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ
ਆ ਸਕਦੀ। (ਪਿਆਨ ਮਾਰ ਕੇ ਵੇਖੋ) ਹਰੇਕ ਜੀਵ ਕਾਮ ਵਿਚ ਕ੍ਰੋਧ ਵਿਚ ਸੜ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪਿਆਂ ਹੀ
ਮਨ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮਨ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਲੋਂ) ਰੋਕ ਲਿਆ ਜਾਏ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਅੰਤਰ ਆਤਮੇ ਟਿਕਿਆ
ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਲ ਨਹੀਂ ਭਟਕਦਾ)।15।

ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! (ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ) ਮੇਰ-ਤੇਰ ਤੂੰ ਆਪ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਜੰਤ ਤੇਰੇ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਹੋਏ
ਹਨ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਦਾ ਯਾਦ ਕਰਦਾ ਰਹੁ। ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਉਤੇ ਤੁਰਿਆਂ (ਪ੍ਰਭੂ
ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਮਨੁੱਖ ਦੇ) ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਂਦਾ ਹੈ। 16।4। 18।