ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੩ ॥ ਸੋ ਮੁਨਿ ਜਿ ਮਨ ਕੀ ਦੁਬਿਧਾ ਮਾਰੇ ॥ ਦੁਬਿਧਾ ਮਾਰਿ ਬ੍ਰਹਮੁ ਬੀਚਾਰੇ ॥੧॥ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਕੋਈ ਖੋਜਹੁ ਭਾਈ ॥ ਮਨੁ ਖੋਜਤ ਨਾਮੁ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਮੂਲੁ ਮੋਹੁ ਕਰਿ ਕਰਤੈ ਜਗਤੁ ਉਪਾਇਆ ॥ ਮਮਤਾ ਲਾਇ ਭਰਮਿ ਭੋੁਲਾਇਆ ॥ ੨॥ ਇਸੁ ਮਨ ਤੇ ਸਭ ਪਿੰਡ ਪਰਾਣਾ ॥ ਮਨ ਕੈ ਵੀਚਾਰਿ ਹੁਕਮੁ ਬੁਝਿ ਸਮਾਣਾ ॥੩॥ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਗੁਰੁ ਕਿਰਪਾ ਕਰੈ ॥ ਇਹੁ ਮਨੁ ਜਾਗੈ ਇਸੁ ਮਨ ਕੀ ਦੁਬਿਧਾ ਮਰੈ ॥ ੪॥ ਮਨ ਕਾ ਸੁਭਾਉ ਸਦਾ ਬੈਰਾਗੀ ॥ ਸਭ ਮਹਿ ਵਸੈ ਅਤੀਤੁ ਅਨਰਾਗੀ ॥ ੫॥ ਕਹਤ ਨਾਨਕੁ ਜੋ ਜਾਣੈ ਭੇਉ ॥ ਆਦਿ ਪੁਰਖੁ ਨਿ ਰੰਜਨ ਦੇਉ ॥ ੬॥੫॥ {ਪੰਨਾ 1128-1129}

ਪਦਅਰਥ:- ਮੁਨਿ—ਮੋਨ-ਧਾਰੀ ਸਾਧੂ। ਜਿ—ਜਿਹੜਾ। ਦੁਬਿਧਾ—ਦੁ-ਕਿਸਮਾ-ਪਨ, ਮੇਰ-ਤੇਰ। ਬ੍ਰਹਮੁ—ਪਰਮਾਤਮਾ। ਬੀਚਾਰੇ—ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਂਦਾ ਹੈ।1।

ਕਉ—ਨੂੰ। ਖੋਜਹੁ—ਪੜਤਾਲ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਭਾਈ—ਹੇ ਭਾਈ! ਖੋਜਤ—ਪੜਤਾਲ ਕਰਦਿਆਂ। ਨਉ ਨਿਧਿ—(ਧਰਤੀ ਦੇ ਸਾਰੇ) ਨੌ ਖ਼ਜ਼ਾਨੇ। ਪਾਈ—ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਮੂਲੁ—ਮੁੱਢ। ਕਰਿ—ਬਣਾ ਕੇ। ਕਰਤੈ—ਕਰਤਾਰ ਨੇ। ਮਮਤਾ—{ਮਮ—ਮੇਰਾ} ਮਲਕੀਅਤ ਬਣਾਣ ਦਾ ਸੁਭਾਉ, ਅਪਣੱਤ। ਭਰਮਿ—ਭਰਮ ਵਿਚ, ਭਟਕਣਾ ਵਿਚ। ਭੋੁਲਾਇਆ—{ਅੱਖਰ 'ਭ' ਦੇ ਨਾਲ ਦੋ ਲਗਾਂ ਹਨ—ੋ ਅਤੇ ੁ। ਅਸਲ ਲਫ਼ਜ਼ ਹੈ 'ਭੁਲਾਇਆ'। ਇਥੇ 'ਭੋਲਾਇਆ' ਪੜ੍ਹਨਾ ਹੈ}।2।

ਤੇ—ਤੋਂ। ਮਨ ਤੇ—ਮਨ ਤੋਂ, ਮਨ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਤੋਂ। ਪਿੰਡ ਪਰਾਣਾ—ਸਰੀਰ ਤੇ ਪ੍ਰਾਣ, ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਗੇੜ। ਕੈ ਵੀਚਾਰਿ—ਦੇ ਵੀਚਾਰ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਬੁਝਿ—ਸਮਝ ਕੇ। ਸਮਾਣਾ—(ਜਨਮ ਮਰਨ) ਮੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।3।

ਕਰਮੁ—(ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ) ਮਿਹਰ। ਜਾਗੈ—ਸੁਚੇਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਮਰੈ—ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।4।

ਸੁਭਾਉ—ਅਸਲਾ। ਬੈਰਾਗੀ—ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ। ਅਤੀਤੁ—ਵਿਰਕਤ। ਅਨਰਾਗੀ—ਰਾਗ-ਰਹਿਤ {ਅਨ-ਰਾਗੀ} ਨਿਰਮੋਹ।5।

ਭੇਉ—ਭੇਤ। ਪੁਰਖੁ—ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਭੂ। ਨਿਰੰਜਨ—{ਨਿਰ-ਅੰਜਨ। ਅੰਜਨ—ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ ਕਾਲਖ} ਨਿਰਲੇਪ। ਦੇਉ—ਪ੍ਰਕਾਸ਼-ਰੂਪ।6।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਆਪਣੇ ਇਸ ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਦੇ ਰਿਹਾ ਕਰੋ। ਮਨ (ਦੀ ਦੌੜ-ਭੱਜ) ਦੀ ਪੜਤਾਲ ਕਰਦਿਆਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਮ ਹੀ (ਮਾਨੋ) ਧਰਤੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਨੌ ਖ਼ਜ਼ਾਨੇ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਅਸਲ ਮੋਨ-ਧਾਰੀ ਸਾਧੂ ਉਹ ਹੈ ਜਿਹੜਾ (ਆਪਣੇ) ਮਨ ਦੀ ਮੇਰ-ਤੇਰ ਮੁਕਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੇਰ-ਤੇਰ ਮੁਕਾ ਕੇ (ਉਸ ਮੇਰ-ਤੇਰ ਦੇ ਥਾਂ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ (ਆਪਣੇ) ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਂਦਾ ਹੈ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਜਗਤ-ਰਚਨਾ ਦੇ) ਮੁੱਢ ਮੋਹ ਨੂੰ ਬਣਾ ਕੇ ਕਰਤਾਰ ਨੇ ਜਗਤ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ। ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣੱਤ ਚੰਬੋੜ ਕੇ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ) ਭਟਕਣਾ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ (ਉਸ ਨੇ ਆਪ ਹੀ) ਕੁਰਾਹੇ ਪਾ ਦਿੱਤਾ।2।

ਹੇ ਭਾਈ! ਇਹ ਮਨ (ਦੇ ਮੇਰ-ਤੇਰ ਅਪਣੱਤ ਆਦਿਕ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ) ਤੋਂ ਹੀ ਸਾਰਾ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਦੇ (ਸੁਚੱਜੇ) ਵੀਚਾਰ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਜੀਵ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।3।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜਦੋਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਮਿਹਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਗੁਰੂ (ਜੀਵ ਉੱਤੇ) ਕਿਰਪਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, (ਜੀਵ ਦਾ) ਇਹ ਮਨ

(ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚੋਂ) ਜਾਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਮਨ ਦੀ ਮੇਰ-ਤੇਰ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।4।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਜੀਵ ਦੇ) ਮਨ ਦਾ ਅਸਲਾ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਹੈ ਜੋ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਸਦਾ ਨਿਰਲੇਪ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਸਭ ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵਿਰਕਤ ਹੈ ਜੋ ਨਿਰਮੋਹ ਹੈ।5।

ਨਾਨਕ ਆਖਦਾ ਹੈ—ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ (ਆਪਣੇ ਇਸ ਅਸਲੇ ਬਾਰੇ) ਇਹ ਭੇਤ ਸਮਝ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਉਹ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਜੁੜ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਮਮਤਾ ਦੀ ਦੁਬਿਧਾ ਆਦਿਕ ਨੂੰ ਮੁਕਾ ਕੇ) ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਰੂਪ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਭ ਦਾ ਮੁੱਢ ਹੈ ਜੋ ਸਭ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ ਚਾਨਣ-ਰੂਪ ਹੈ।6।5।