ਰਾਗੁ ਮਲਾਰ ਮਹਲਾ ੪ ਘਰੁ ੧ ਚਉਪਦੇ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇਓ ਹਿਰਦੈ ਮਤਿ ਗੁਰਮਤਿ ਦੂਖ ਵਿਸਾਰੀ ॥ ਸਭ ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਬੰਧਨ ਤੂਟੇ ਹਰਿ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭਿ ਕਿਰਪਾ ਧਾਰੀ ॥੧॥ ਨੈਨੀ ਹਰਿ ਹਰਿ ਲਾਗੀ ਤਾਰੀ ॥ ਸਤਿਗੁਰੁ ਦੇਖਿ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਬਿਗਸਿਓ ਜਨੁ ਹਰਿ ਭੇਟਿਓ ਬਨਵਾਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਜਿਨਿ ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਤਿਸ ਕੈ ਕੁਲਿ ਲਾਗੀ ਗਾਰੀ ॥ ਹਰਿ ਤਿਸ ਕੈ ਕੁਲਿ ਪਰਸੂਤਿ ਨ ਕਰੀਅਹੁ ਤਿਸੁ ਬਿਧਵਾ ਕਰਿ ਮਹਤਾਰੀ ॥੨॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਆਨਿ ਮਿਲਾਵਹੁ ਗੁਰੁ ਸਾਧੂ ਜਿਸੁ ਅਹਿਨਿਸਿ ਹਰਿ ਉਰਿ ਧਾਰੀ ॥ ਗੁਰਿ ਡੀਠੈ ਗੁਰ ਕਾ ਸਿਖੁ ਬਿਗਸੈ ਜਿਉ ਬਾਰਿਕੁ ਦੇਖਿ ਮਹਤਾਰੀ ॥੩॥ ਧਨ ਪਿਰ ਕਾ ਇਕ ਹੀ ਸੰਗਿ ਵਾਸਾ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਕਰਾਰੀ ॥ ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਤੋਰੀ ਜਨ ਨਾਨਕ ਮਿਲੇ ਬਨਵਾਰੀ ॥੪॥੧॥ {ਪੰਨਾ 1262-1263}

ਪਦ ਅਰਥ:- ਅਨਦਿਨੁ—ਹਰ ਰੋਜ਼, ਹਰ ਵੇਲੇ। ਹਿਰਦੈ—ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। ਮਨਸਾ—(mnl—w) ਮਨ ਦੇ ਫੁਰਨੇ। ਪ੍ਰਭਿ—ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ।1।

ਨੈਨੀ—ਨੈਨੀਂ, ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ। ਤਾਰੀ—ਤਾੜੀ, ਬ੍ਰਿਤੀ, ਇਕਾਗ੍ਰਤਾ। ਦੇਖਿ—ਵੇਖ ਕੇ। ਬਿਗਸਿਓ—ਖਿੜ ਪਿਆ ਹੈ। ਜਨੁ—ਸੇਵਕ। ਭੇਟਿਓ—ਮਿਲਿਆ। ਬਨਵਾਰੀ—ਪਰਮਾਤਮਾ।1। ਰਹਾਉ।

ਜਿਨਿ—ਜਿਸ (ਮਨੁੱਖ) ਨੇ। ਕੈ ਕੁਲਿ—ਦੀ ਕੁਲ ਵਿਚ। ਤਿਸ ਕੈ—(ਸੰਬੰਧਕ 'ਕੈ' ਦੇ ਕਾਰਨ ਲਫ਼ਜ਼ 'ਤਿਸੁ' ਦਾ ੁ ਉੱਡ ਗਿਆ ਹੈ)। ਗਾਰੀ—ਗਾਲੀ। ਹਰਿ—ਹੇ ਹਰੀ! ਪਰਸੂਤਿ—ਜਨਮ। ਮਹਤਾਰੀ—ਮਾਂ।2।

ਆਨਿ—ਲਿਆ ਕੇ। ਹਰਿ—ਹੇ ਹਰੀ! ਅਹਿ—ਦਿਨ। ਨਿਸਿ—ਰਾਤ। ਉਰਿ—ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। ਗੁਰਿ ਡੀਠੈ—ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਵੇਖਿਆਂ, ਜੇ ਗੁਰੂ ਦਿੱਸ ਪਏ। ਬਿਗਸੈ—ਖਿੜ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਰਿਕੁ—ਬਾਲਕ, ਬੱਚਾ। ਦੇਖਿ ਮਹਤਾਰੀ—ਮਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ।3।

ਧਨ—ਇਸਤ੍ਰੀ, ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ। ਪਿਰ—ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ। ਸੰਗਿ—ਨਾਲ। ਇਕ ਹੀ ਸੰਗਿ—ਇਕੋ ਹੀ ਥਾਂ ਵਿਚ। ਭੀਤਿ—ਕੰਧ। ਕਰਾਰੀ—ਕਰੜੀ, ਸਖ਼ਤ। ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ—ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਨੇ। ਤੋਰੀ—ਤੋੜ ਦਿੱਤੀ। ਬਨਵਾਰੀ—ਪਰਮਾਤਮਾ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਮੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਤਾਰ ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਖਿੜ ਪਿਆ ਹੈ, ਦਾਸ (ਨਾਨਕ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਹੀ) ਬਨਵਾਰੀ-ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਹੜਾ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ (ਆਪਣੀ) ਮਤਿ ਨੂੰ ਬਣਾ ਕੇ ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸਿਮਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਉੱਤੇ ਹਰੀ-ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਮਿਹਰ ਕੀਤੀ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਆਸਾਂ ਅਤੇ ਮਨ ਦੇ ਫੁਰਨਿਆਂ ਦੇ ਬੰਧਨ ਟੁੱਟ ਗਏ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਵਿਸਾਰ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸ ਨੇ ਹਰਿ-ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਯਾਦ ਭੁਲਾ ਦਿੱਤੀ, ਉਸ ਦੀ (ਸਾਰੀ) ਕੁਲ ਹੀ ਗਾਲੀ ਲੱਗਦੀ ਹੈ (ਉਸ ਦੀ ਸਾਰੀ ਕੁਲ ਹੀ ਕਲੰਕਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ)। ਹੇ ਹਰੀ! ਉਸ (ਨਾਮ-ਹੀਣ ਬੰਦੇ) ਦੀ ਕੁਲ ਵਿਚ (ਕਿਸੇ ਨੂੰ) ਜਨਮ ਹੀ ਨਾਹ ਦੇਵੀਂ, ਉਸ (ਨਾਮ-ਹੀਣ ਮਨੁੱਖ) ਦੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਵਿਧਵਾ ਕਰ ਦੇਵੇਂ (ਤਾਂ ਚੰਗਾ ਹੈ ਤਾਕਿ ਨਾਮ-ਹੀਣ ਘਰ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਦਾ ਜਨਮ ਹੀ ਨਾਹ ਹੋਵੇ)।2।

ਹੇ ਹਰੀ! (ਮਿਹਰ ਕਰ, ਮੈਨੂੰ ਉਹ) ਸਾਧੂ ਗੁਰੂ ਲਿਆ ਕੇ ਮਿਲਾ ਦੇ, ਜਿਸ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ, ਹੇ ਹਰੀ! ਦਿਨ ਰਾਤ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਵੱਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ ਹੋ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਦਾ ਸਿੱਖ ਇਉਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ

ਜਿਵੇਂ ਬੱਚਾ (ਆਪਣੀ) ਮਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ।3।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਦਾ ਇਕੋ ਹੀ (ਹਿਰਦੇ-) ਥਾਂ ਵਿਚ ਵਸੇਬਾ ਹੈ, ਪਰ (ਦੋਹਾਂ ਦੇ) ਵਿਚ (ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਦੀ) ਹਉਮੈ ਦੀ ਕਰੜੀ ਕੰਧ (ਬਣੀ ਪਈ) ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਨੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਕਾਂ (ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਇਹ) ਹਉਮੈ ਦੀ ਕੰਧ ਤੋੜ ਦਿੱਤੀ, ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਮਿਲ ਪਏ।4।1।