ਮਲਾਰ ਮਹਲਾ ੫ ॥ਪਰਮੇਸਰੁ ਹੋਆ ਦਇਆਲੁ ॥ ਮੇਘੁ ਵਰਸੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਧਾਰ ॥ ਸਗਲੇ ਜੀਅ ਜੰਤ ਤ੍ਰਿਪਤਾਸੇ ॥ ਕਾਰਜ ਆਏ ਪੂਰੇ ਰਾਸੇ ॥੧॥ ਸਦਾ ਸਦਾ ਮਨ ਨਾਮੁ ਸਮ੍ਾਲਿ ॥ ਗੁਰ ਪੂਰੇ ਕੀ ਸੇਵਾ ਪਾਇਆ ਐਥੈ ਓਥੈ ਨਿਬਹੈ ਨਾਲਿ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਦੁਖੁ ਭੰਨਾ ਭੈ ਭੰਜਨਹਾਰ ॥ ਆਪਣਿਆ ਜੀਆ ਕੀ ਕੀਤੀ ਸਾਰ ॥ ਰਾਖਨਹਾਰ ਸਦਾ ਮਿਹਰਵਾਨ ॥ ਸਦਾ ਸਦਾ ਜਾਈਐ ਕੁਰਬਾਨ ॥ ੨॥ ਕਾਲੁ ਗਵਾਇਆ ਕਰਤੈ ਆਪਿ ॥ ਸਦਾ ਸਦਾ ਮਨ ਤਿਸ ਨੋ ਜਾਪਿ ॥ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਧਾਰਿ ਰਾਖੇ ਸਭਿ ਜੰਤ ॥ ਗੁਣ ਗਾਵਹੁ ਨਿਤ ਨਿਤ ਭਗਵੰਤ ॥੩॥ ਏਕੋ ਕਰਤਾ ਆਪੇ ਆਪ ॥ ਹਰਿ ਕੇ ਭਗਤ ਜਾਣਹਿ ਪਰਤਾਪ ॥ ਨਾਵੈ ਕੀ ਪੈਜ ਰਖਦਾ ਆਇਆ ॥ ਨਾਨਕੁ ਬੋਲੈ ਤਿਸ ਕਾ ਬੋਲਾਇਆ ॥ ੪॥੩॥੨੧॥
{ਪੰਨਾ 1271}

ਪਦ ਅਰਥ:- ਪਰਮੇਸਰੁ—ਪਰਮ-ਈਸਰੁ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਮਾਲਕ-ਪ੍ਰਭੂ। ਦਇਆਲੁ—ਦਇਆਵਾਨ। ਮੇਘੁ—ਬੱਦਲ, ਨਾਮ-ਜਲ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਗੁਰ-ਉਪਦੇਸ਼। ਵਰਸੈ—ਵਰਖਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅੰਮ੍ਰਿਤ—ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ-ਜਲ। ਤ੍ਰਿਪਤਾਸੇ—ਰੱਜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਆਏ ਰਾਸੇ—ਰਾਸਿ ਆਏ, ਸਿਰੇ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।1।

ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਸਮ੍ਾਲਿ—ਸੰਭਾਲ, ਯਾਦ ਕਰਦਾ ਰਹੁ। ਸੇਵਾ—ਸਰਨ। ਐਥੈ ਓਥੈ—ਇਸ ਲੋਕ ਅਤੇ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ।1। ਰਹਾਉ।

ਭੰਨਾ—ਭੰਨ ਦਿੱਤਾ, ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਭੈ—(ਲਫ਼ਜ਼ 'ਭਉ' ਤੋਂ ਬਹੁ-ਵਚਨ) ਸਾਰੇ ਡਰ। ਸਾਰ—ਸੰਭਾਲ। ਰਾਖਣਹਾਰ—ਰੱਖਿਆ ਕਰ ਸਕਣ ਵਾਲਾ। ਜਾਈਐ—ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।2।

ਕਾਲੁ—ਮੌਤ, ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ, ਆਤਮਕ ਮੌਤ। ਕਰਤੈ—ਕਰਤਾਰ ਨੇ। ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਤਿਸ ਨੋ—(ਸੰਬੰਧਕ 'ਨੋ' ਦੇ ਕਾਰਨ 'ਲਫ਼ਜ਼' ਤਿਸੁ ਦਾ ੁ ਉੱਡ ਗਿਆ ਹੈ)। ਜਪਿ—ਜਪਿਆ ਕਰ। ਦ੍ਰਿਸਟਿ—ਮਿਹਰ ਦੀ ਨਿਗਾਹ। ਧਾਰਿ—ਧਾਰ ਕੇ, ਕਰ ਕੇ। ਸਭਿ—ਸਾਰੇ। ਨਿਤ—ਸਦਾ।3।

ਆਪੇ—ਆਪ ਹੀ। ਜਾਣਹਿ—ਜਾਣਦੇ ਹਨ (ਬਹੁ-ਵਚਨ)। ਨਾਵੈ ਕੀ ਪੈਜ—ਨਾਮ ਦੀ ਲਾਜ। ਨਾਨਕੁ—(ਕਰਤਾ ਕਾਰਕ, ਇਕ-ਵਚਨ)। ਨਾਨਕੁ ਬੋਲੈ—ਨਾਨਕ ਬੋਲਦਾ ਹੈ। ਤਿਸ ਕਾ—(ਸੰਬੰਧਕ 'ਕਾ' ਦੇ ਕਾਰਨ ਲਫ਼ਜ਼ 'ਤਿਸੁ' ਦਾ ੁ ਉੱਡ ਗਿਆ ਹੈ)।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ (ਮੇਰੇ) ਮਨ! ਸਦਾ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਯਾਦ ਕਰਦਾ ਰਹੁ (ਇਹ ਨਾਮ) ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪਿਆਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਲੋਕ ਤੇ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ (ਜੀਵ ਦੇ ਨਾਲ) ਸਾਥ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਉੱਤੇ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਇਆਵਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਉਸ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼-) ਬੱਦਲ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨਾਮ-ਜਲ ਦੀਆਂ ਧਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਖਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਉੱਤੇ ਇਹ ਵਰਖਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ) ਸਾਰੇ ਜੀਵ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ) ਰੱਜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਸਿਰੇ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਵਾਲਾ ਪਰਮਾਤਮਾ (ਜੀਵਾਂ ਉੱਤੇ) ਸਦਾ ਦਇਆਵਾਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ (ਚਰਨਾਂ) ਤੋਂ ਸਦਾ ਸਦਕੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। (ਜੀਵਾਂ ਦੇ) ਸਾਰੇ ਡਰ ਨਾਸ ਕਰ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਸਦਾ ਸੰਭਾਲ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤੇ (ਜੀਵਾਂ ਦਾ) ਹਰੇਕ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।2।

ਹੇ ਮਨ! ਸਦਾ ਹੀ ਸਦਾ ਹੀ ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰ, (ਜਿਸ ਨੇ ਭੀ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਹੈ) ਕਰਤਾਰ ਨੇ (ਉਸ ਦੇ ਸਿਰ ਤੋਂ ਆਤਮਕ) ਮੌਤ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਹੇ ਭਾਈ! ਭਗਵਾਨ ਦੇ ਗੁਣ ਸਦਾ ਹੀ ਗਾਂਦੇ ਰਹੋ। (ਉਸ

ਭਗਵਾਨ ਨੇ) ਮਿਹਰ ਦੀ ਨਿਗਾਹ ਕਰ ਕੇ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਦੀ (ਸਦਾ) ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਹੈ।3।

ਹੇ ਭਾਈ! ਕਰਤਾਰ ਆਪ ਹੀ ਆਪ (ਹਰ ਥਾਂ ਮੌਜੂਦ) ਹੈ ਉਸਦੇ ਭਗਤ ਉਸ ਦਾ ਤੇਜ-ਪਰਤਾਪ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। (ਉਹ ਸਰਨ-ਜੋਗ ਹੈ, ਸਰਨ ਪਿਆਂ ਦੀ ਬਾਂਹ ਫੜਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਇਸ) ਨਾਮ ਦੀ ਲਾਜ ਉਹ (ਸਦਾ ਹੀ) ਰੱਖਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਦਾਸ ਨਾਨਕ ਉਸ (ਕਰਤਾਰ) ਦਾ ਪਰੇਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੀ (ਉਸਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ ਬੋਲ) ਬੋਲਦਾ ਹੈ।4।3। 21।