

ਕਾਨੜਾ ਮਹਲਾ ੪ ॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਜਪਿ ਚੀਤਿ ॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਵਸਤੁ ਮਾਇਆ  
ਗੜ੍ਹ ਵੇੜੀ ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਲੀਓ ਗੜ੍ਹ ਜੀਤਿ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਮਿਥਿਆ ਭਰਮਿ ਭਰਮਿ ਬਹੁ ਭ੍ਰਮਿਆ  
ਲੁਬਧੋ ਪੁਤ੍ਰ ਕਲਤ੍ਰ ਮੋਹ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥ ਜੈਸੇ ਤਰਵਰ ਕੀ ਤੁਛ ਛਾਇਆ ਖਿ ਨ ਮਹਿ ਬਿਨਸਿ ਜਾਇ ਦੇਹ  
ਭੀਤਿ ॥੧॥ ਹਮਰੇ ਪ੍ਰਾਨ ਪ੍ਰੀਤਮ ਜਨ ਉਤਮ ਜਿਨ ਮਿਲਿਆ ਮਨਿ ਹੋਇ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥ ਪਰਚੈ ਰਾਮੁ  
ਰਵਿਆ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਅਸਥਿਰੁ ਰਾਮੁ ਰਵਿਆ ਰੰਗਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥ ੨ ॥ ਹਰਿ ਕੇ ਸੰਤ ਸੰਤ ਜਨ ਨੀਕੇ  
ਜਿਨ ਮਿਲਿਆ ਮਨੁ ਰੰਗਿ ਰੰਗੀਤਿ ॥ ਹਰਿ ਰੰਗੁ ਲਹੈ ਨ ਉਤਰੈ ਕਬਹੂ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਾਇ ਮਿਲੈ ਹਰਿ  
ਪ੍ਰੀਤਿ ॥੩॥ ਹਮ ਬਹੁ ਪਾਪ ਕੀਏ ਅਪਰਾਧੀ ਗੁਰਿ ਕਾਟੇ ਕਟਿਤ ਕਟੀਤਿ ॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਦੀਓ  
ਮੁਖਿ ਅਉਖਧੁ ਜਨ ਨਾਨਕ ਪਤਿਤ ਪੁਨੀਤਿ ॥੪॥੫॥ {ਪੰਨਾ 1295-1296}

ਪਦ ਅਰਥ:- ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਜਪਿ—ਜਪਿਆ ਕਰ। ਚੀਤਿ—ਚਿੱਤ ਵਿਚ, ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ। ਵਸਤੁ—ਕੀਮਤੀ  
ਚੀਜ਼। ਗੜ੍ਹ—ਕਿਲ੍ਹੇ ਵਿਚ। ਵੇੜੀ—ਘਿਰੀ ਹੋਈ। ਕੈ ਸਬਦਿ—ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਗੜ੍ਹ—ਕਿਲ੍ਹਾ। 1। ਰਹਾਉ।

ਮਿਥਿਆ—ਨਾਸਵੰਤ (ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ)। ਭਰਮਿ—ਭਟਕ ਕੇ। ਭਰਮਿ ਭਰਮਿ ਭ੍ਰਮਿਆ—ਸਦਾ ਹੀ  
ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਲੁਬਧੋ—ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ। ਕਲਤ੍ਰ—ਇਸਤ੍ਰੀ। ਤਰਵਰ—ਰੁੱਖ। ਛਾਇਆ—ਛਾਂ। ਤੁਛ—  
ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੀ। ਦੇਹ—ਸਰੀਰ। ਭੀਤਿ—ਕੰਧ। 1।

ਪ੍ਰਾਨ ਪ੍ਰੀਤਮ—ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਤੋਂ ਪਿਆਰੇ। ਮਨਿ—ਮਨ ਵਿਚ। ਪ੍ਰੀਤਿ—ਸਰਧਾ। ਪਰਚੈ—ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰਵਿਆ—  
ਵਿਆਪਕ। ਘਟ ਅੰਤਰਿ—ਸਰੀਰ ਵਿਚ। ਅਸਥਿਰੁ—ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ। ਰੰਗਿ—ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ। 2।

ਨੀਕੇ—ਚੰਗੇ। ਰੰਗਿ ਰੰਗੀਤਿ—ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰੰਗੁ—ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ। ਜਾਇ—ਜਾ ਕੇ। 3।

ਗੁਰਿ—ਗੁਰੂ ਨੇ। ਕਟਿਤ ਕਟੀਤਿ—ਕੱਟ ਕੱਟ ਕੇ। ਕਾਟੇ ਕਟਿਤ ਕਟੀਤਿ—ਪੂਰਨ ਤੌਰ ਤੇ ਕੱਟ ਦਿੱਤੇ। ਮੁਖਿ—ਮੂੰਹ  
ਵਿਚ। ਅਉਖਧੁ—ਦਵਾਈ। ਪਤਿਤ—ਵਿਕਾਰੀ। ਪੁਨੀਤਿ—ਪਵਿੱਤਰ। 4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਦਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਜਪਿਆ ਕਰ। (ਹੇ ਭਾਈ! ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ)  
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਇਕ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ (ਹੈ, ਪਰ ਉਹ) ਮਾਇਆ ਦੇ (ਮੋਹ ਦੇ) ਕਿਲ੍ਹੇ ਵਿਚ ਘਿਰੀ ਪਈ ਹੈ  
(ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ) ਕਿਲ੍ਹੇ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਜਿੱਤ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। 1।  
ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਜੀਵ) ਨਾਸਵੰਤ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ ਸਦਾ ਹੀ ਭਟਕਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ, ਪੁੱਤਰ ਇਸਤ੍ਰੀ ਦੇ ਮੋਹ ਪਿਆਰ  
ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਿਵੇਂ ਰੁੱਖ ਦੀ ਛਾਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਹੀ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਿਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਆਪਣਾ ਹੀ  
ਸਰੀਰ ਇਕ ਖਿਨ ਵਿਚ ਢਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕੱਚੀ) ਕੰਧ। 1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਸੇਵਕ ਉੱਚੇ ਜੀਵਨ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਤੋਂ ਭੀ ਪਿਆਰੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ,  
ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਮਨ ਵਿਚ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਾਸਤੇ) ਸਰਧਾ ਪੈਂਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦਾ  
ਹੈ, ਸਭ ਸਰੀਰਾਂ ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਸਿਮਰਿਆ  
ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। 2।

ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਭਗਤ ਚੰਗੇ ਜੀਵਨ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਮਨ ਪ੍ਰੇਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ  
ਰੰਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਉਹ ਰੰਗ ਕਦੇ ਭੀ ਲਹਿੰਦਾ ਨਹੀਂ, ਕਦੇ ਭੀ ਉਤਰਦਾ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ  
ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਆ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ। 3।

ਹੇ ਭਾਈ! ਅਸੀਂ ਜੀਵ ਬੜੇ ਪਾਪ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਬੜੇ ਮੰਦ-ਕਰਮੀ ਹਾਂ (ਜਿਹੜੇ ਭੀ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ  
ਜਾ ਪਏ) ਗੁਰੂ ਨੇ (ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਾਪ) ਪੂਰਨ ਤੌਰ ਤੇ ਕੱਟ ਦਿੱਤੇ। ਹੇ ਦਾਸ ਨਾਨਕ! (ਆਖ—ਗੁਰੂ ਨੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ)  
ਮੁਖ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ-ਦਾਰੂ ਦਿੱਤਾ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਪਵਿੱਤਰ ਜੀਵਨ ਵਾਲੇ ਬਣਾ  
ਦਿੱਤਾ।4।5।