ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਬਿਭਾਸ ਪੜਤਾਲ ਮਹਲਾ ੪ ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥ ਜਪਿ ਮਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨ ॥ ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਪਾਵਹਿ ਮਾਨ ॥ ਜਿਨਿ ਜਪਿਆ ਤੇ ਪਾਰਿ ਪਰਾਨ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸੁਨਿ ਮਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਕਰਿ ਧਿਆਨੁ ॥ ਸੁਨਿ ਮਨ ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਅਠਸਠਿ ਮਜਾਨੁ ॥ ਸੁਨਿ ਮਨ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਾਵਹਿ ਮਾਨੁ ॥੧॥ ਜਪਿ ਮਨ ਪਰਮੇਸੁਰੁ ਪਰਧਾਨੁ ॥ ਖਿਨ ਖੋਵੈ ਪਾਪ ਕੋਟਾਨ ॥ ਮਿਲੁ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਭਗਵਾਨ ॥੨॥੧॥੭॥ {ਪੰਨਾ 1337}

ਪੜਤਾਲ—ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਗਾਵਣ ਵੇਲੇ ਤਾਲ ਮੁੜ ਮੁੜ ਪਰਤਣਾ ਹੈ।

ਪਦ ਅਰਥ:- ਜਪਿ—ਜਪਿਆ ਕਰ। ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਨਿਧਾਨ—ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ। ਪਾਵਹਿ—ਤੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰੇਂਗਾ। ਮਾਨ—ਆਦਰ। ਜਿਨਿ—ਜਿਨਿ ਜਿਨਿ, ਜਿਸ ਜਿਸ ਨੇ। ਤੇ—ਉਹ (ਬਹੁ-ਵਚਨ)। ਪਾਰਿ ਪਰਾਨ—(ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ) ਪਾਰ ਲੰਘ ਗਏ।1। ਰਹਾਉ।

ਕਰਿ ਧਿਆਨੁ—ਧਿਆਨ ਕਰ ਕੇ, ਧਿਆਨ ਨਾਲ। ਕੀਰਤਿ—ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ। ਅਠਸਠਿ—ਅਠਾਹਠ ਤੀਰਥ। ਮਜਾਨੁ—ਮੱਜਨ, ਇਸ਼ਨਾਨ। ਗੁਰਮੁਖਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ।1।

ਕੋਟਾਨ ਪਾਪ—ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਪਾਪਾਂ (ਦਾ ਨਾਸ)। ਮਿਲੁ—ਮਿਲਿਆ ਰਹੁ।2।

ਅਰਥ:- ਹੇ (ਮੇਰੇ) ਮਨ! ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰ (ਇਹੀ ਹੈ ਅਸਲ) ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ। (ਨਾਮ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਤੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ ਆਦਰ ਹਾਸਲ ਕਰੇਂਗਾ। ਜਿਸ ਜਿਸ ਨੇ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਹੈ ਉਹ ਸਭ (ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ) ਪਾਰ ਲੰਘ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ (ਮੇਰੇ) ਮਨ! ਧਿਆਨ ਜੋੜ ਕੇ ਸਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸੁਣਿਆ ਕਰ। ਹੇ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਸੁਣਿਆ ਕਰ (ਇਹੀ ਹੈ) ਅਠਾਹਠ ਤੀਰਥਾਂ ਦਾ ਇਸ਼ਨਾਨ। ਹੇ ਮਨ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ) ਸੁਣਿਆ ਕਰ (ਲੋਕ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ) ਇੱਜ਼ਤ ਖੱਟੇਂਗਾ।1।

ਹੇ ਮਨ! ਪਰਮੇਸਰ (ਦਾ ਨਾਮ) ਜਪਿਆ ਕਰ (ਉਹੀ ਸਭ ਤੋਂ) ਵੱਡਾ (ਹੈ)। (ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਪਾਪਾਂ ਦਾ ਨਾਸ (ਇਕ) ਖਿਨ ਵਿਚ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਸਦਾ ਹਰੀ ਭਗਵਾਨ (ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ) ਜੁੜਿਆ ਰਹੁ।2।1।7।