ਕਲਿਆਨ ਮਹਲਾ ੪ ॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਜਪਿ ਹਰਿ ਗੁਨ ਅਕਥ ਸੁਨਥਈ ॥ ਧਰਮੁ ਅਰਥੁ ਸਭੁ ਕਾਮੁ ਮੋਖੁ ਹੈ ਜਨ ਪੀਛੈ ਲਗਿ ਫਿਰਥਈ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸੋ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ ਹਰਿ ਜਨੁ ਜਿਸੁ ਬਡਭਾਗ ਮਥਈ ॥ ਜਹ ਦਰਗਹਿ ਪ੍ਰਭੁ ਲੇਖਾ ਮਾਗੈ ਤਹ ਛੁਟੈ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਥਈ ॥੧॥ ਹਮਰੇ ਦੋਖ ਬਹੁ ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ ਦੁਖੁ ਹਉਮੈ ਮੈਲੁ ਲਗਥਈ ॥ ਗੁਰਿ ਧਾਰਿ ਕ੍ਰਿਪਾ ਹਰਿ ਜਲਿ ਨਾਵਾਏ ਸਭ ਕਿਲਬਿਖ ਪਾਪ ਗਥਈ ॥੨॥ ਜਨ ਕੈ ਰਿਦ ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਸੁਆਮੀ ਜਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਭਜਥਈ ॥ ਜਹ ਅੰਤੀ ਅਉਸਰੁ ਆਇ ਬਨਤੁ ਹੈ ਤਹ ਰਾਖੈ ਨਾਮੁ ਸਾਥਈ ॥੩॥ ਜਨ ਤੇਰਾ ਜਸੁ ਗਾਵਹਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭ ਹਰਿ ਜਪਿਓ ਜਗੰਨਥਈ ॥ ਜਨ ਨਾਨਕ ਕੇ ਪ੍ਰਭ ਰਾਖੇ ਸੁਆਮੀ ਹਮ ਪਾਥਰ ਰਖੁ ਬੁਡਥਈ ॥੪॥੪॥ {ਪੰਨਾ 1320}

ਪਦ ਅਰਥ:- ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਜਪਿ—ਜਪਿਆ ਕਰ। ਅਕਥ—ਅ-ਕੱਥ, ਜਿਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਗੁਣ ਬਿਆਨ ਨਾਹ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ। ਸੁਨਥਈ—ਸੁਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਭੁ—ਸਾਰੇ ਦਾ ਸਾਰਾ। ਲਗਿ—ਲੱਗ ਕੇ। ਜਨ ਪੀਛੈ—ਭਗਤ ਦੇ ਪਿੱਛੇ। ਫਿਰਥਈ—ਤੁਰਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਧਿਆਵੈ—ਸਿਮਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸੁ ਮਥਈ—ਜਿਸ ਦੇ ਮੱਥੇ ਉੱਤੇ। ਜਹ—ਜਿੱਥੇ। ਮਾਗੈ—ਮੰਗਦਾ ਹੈ (ਇਕ-ਵਚਨ)। ਛੁਟੈ—ਸੁਰਖ਼ਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਧਿਆਇਥਈ—ਧਿਆਇ, ਸਿਮਰ ਕੇ।1।

ਦੋਖ—ਐਬ, ਪਾਪ। ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ—ਅਨੇਕਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੇ। ਲਗਥਈ—ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਿ—ਗੁਰੂ ਨੇ। ਹਰਿ ਜਲਿ—ਹਰੀ-ਨਾਮ-ਜਲ ਵਿਚ। ਨਾਵਾਏ—ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਾਇਆ। ਕਿਲਬਿਖ—ਪਾਪ। ਗਥਈ—ਦੂਰ ਹੋ ਗਿਆ।2।

ਰਿਦ—ਹਿਰਦਾ। ਕੈ ਰਿਦ ਅੰਤਰਿ—ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। ਭਜਥਈ—ਭਜਦਾ ਹੈ, ਭਜਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਸਿਮਰਦਾ ਹੈ। ਅਉਸਰੁ—ਮੌਕਾ। ਅੰਤੀ—ਅਖ਼ੀਰਲੀ। ਤਹ—ਉਥੇ। ਸਾਥਈ—ਸਾਥੀ (ਬਣ ਕੇ)।3।

ਗਾਵਹਿ—ਗਾਂਦੇ ਹਨ। ਹਰਿ ਹਰਿ—ਹੇ ਹਰੀ! ਜਗੰਨਥਈ—ਜਗੰਨਾਥ, ਜਗਤ ਦਾ ਨਾਥ। ਪ੍ਰਭ—ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਰਾਖੇ ਸੁਆਮੀ—ਹੇ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੁਆਮੀ! ਰਖੁ—ਰੱਖਿਆ ਕਰ। ਬੁਡਥਈ—ਡੁੱਬ ਰਿਹਾਂ ਨੂੰ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣ ਯਾਦ ਕਰਿਆ ਕਰ ਜੋ ਅਕੱਥ ਸੁਣਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਧਰਮ ਅਰਥ ਕਾਮ ਮੋਖ—(ਇਹੀ ਹੈ) ਸਾਰਾ (ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ, ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਹਰੇਕ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ) ਭਗਤ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਪਿੱਛੇ ਤੁਰਿਆ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮੱਥੇ ਉੱਤੇ ਵੱਡਾ ਭਾਗ (ਜਾਗ ਪੈਂਦਾ) ਹੈ, ਉਹ ਭਗਤ-ਜਨ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਦਾ ਸਿਮਰਦਾ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ (ਆਪਣੀ) ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ (ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਕੀਤੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ) ਲੇਖਾ ਮੰਗਦਾ ਹੈ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰ ਕੇ ਹੀ ਉੱਥੇ ਮਨੁੱਖ ਸੁਰਖ਼ਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਅਸਾਂ ਜੀਵਾਂ ਦੇ (ਅੰਦਰ) ਅਨੇਕਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਐਬ ਇਕੱਠੇ ਹੋਏ ਪਏ ਹਨ, (ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ) ਦੁੱਖ (ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ), ਹਉਮੈ ਦੀ ਮੈਲ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਡਭਾਗੀਆਂ ਨੂੰ) ਗੁਰੂ ਨੇ ਮਿਹਰ ਕਰ ਕੇ ਹਰਿ-ਨਾਮ-ਜਲ ਵਿਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਾ ਦਿੱਤਾ, (ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਪਾਪਾਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਸਾਰੀ (ਮੈਲ) ਦੂਰ ਹੋ ਗਈ।2।

ਹੇ ਭਾਈ! ਭਗਤ ਜਨਾਂ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਮਾਲਕ-ਪ੍ਰਭੂ ਵੱਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਭਗਤ ਜਨਾਂ ਨੇ ਸਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਅਖ਼ੀਰਲਾ ਵਕਤ ਆ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਉਥੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਾਥੀ (ਬਣ ਕੇ) ਰਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।3।

ਹੇ ਹਰੀ! (ਤੇਰੇ) ਭਗਤ ਤੇਰਾ ਜਸ (ਸਦਾ) ਗਾਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਹੇ ਜਗਤ ਦੇ ਨਾਥ ਪ੍ਰਭੂ! (ਤੇਰੇ ਭਗਤਾਂ ਨੇ) ਸਦਾ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਹੈ। ਹੇ ਦਾਸ ਨਾਨਕ ਦੇ ਰਖਵਾਲੇ ਮਾਲਕ ਪ੍ਰਭੂ! ਅਸਾਂ ਪੱਥਰ (ਵਾਂਗ) ਡੁੱਬਦੇ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰ।4। 4।