

ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਮਨ ਧਰ ਤਰਬੇ ਹਰਿ ਨਾਮ ਨੋ ॥ ਸਾਗਰ ਲਹਰਿ ਸੰਸਾ ਸੰਸਾਰੁ ਗੁਰੁ ਬੋਹਿਬੁ
 ਪਾਰ ਗਰਾਮਨੋ ॥ ੧ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਕਲਿ ਕਾਲਖ ਅੰਧਿਆਰੀਆ ॥ ਗੁਰ ਗਿਆਨ ਦੀਪਕ
 ਉਜਿਆਰੀਆ ॥੧॥ ਬਿਖੁ ਬਿਖਿਆ ਪਸਰੀ ਅਤਿ ਘਨੀ ॥ ਉਬਰੇ ਜਪਿ ਜਪਿ ਹਰਿ ਗੁਨੀ ॥ ੨ ॥
 ਮਤਵਾਰੋ ਮਾਇਆ ਸੋਇਆ ॥ ਗੁਰ ਭੇਟਤ ਭ੍ਰਮੁ ਭਉ ਖੋਇਆ ॥੩॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਏਕੁ ਧਿਆਇਆ
 ॥ ਘਟਿ ਘਟਿ ਨਦਰੀ ਆਇਆ ॥੪॥੨॥੧੪੦॥ {ਪੰਨਾ 210}

ਪਦਅਰਥ:- ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਧਰ—ਆਸਰਾ। ਤਰਬੇ—ਤਰਨ ਵਾਸਤੇ। ਨਾਮਨੋ—{nwmn} ਨਾਮ। ਸਾਗਰ—
 ਸਮੁੰਦਰ। ਸੰਸਾ—ਸਹਮ, ਫਿਕਰ। ਬੋਹਿਬੁ—ਜਹਾਜ਼। ਪਾਰ ਗਰਾਮਨੋ—ਪਾਰ ਲੰਘਣ ਲਈ।1। ਰਹਾਉ।

ਕਲਿ—{kil} (ਮਾਇਆ ਦੀ ਖਾਤਰ) ਝਗੜਾ ਬਖੇੜਾ। ਅੰਧਿਆਰੀਆ—ਹਨੇਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ। ਦੀਪਕ—
 ਦੀਵਾ। ਉਜਿਆਰੀਆ—ਚਾਨਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ।1।

ਬਿਖੁ—ਜ਼ਹਰ। ਬਿਖਿਆ—ਮਾਇਆ। ਪਸਰੀ—ਖਿਲਰੀ ਹੋਈ। ਘਨੀ—ਸੰਘਣੀ। ਉਬਰੇ—ਬਚ ਗਏ। ਹਰਿ
 ਗੁਨੀ—ਹਰੀ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ।2।

ਮਤਵਾਰੋ—ਮਸਤ, ਮਤਵਾਲਾ। ਭੇਟਤ—ਮਿਲਦਿਆਂ। ਭ੍ਰਮੁ—ਭਟਕਣਾ। ਖੋਇਆ—ਦੂਰ ਕਰ ਲਿਆ।3।

ਘਟਿ ਘਟਿ—ਹਰੇਕ ਘਟ ਵਿਚ, ਘਟ ਵਿਚ ਘਟ ਵਿਚ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ (ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ) ਪਾਰ ਲੰਘਣ ਲਈ ਆਸਰਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਸਹਿਮ-
 ਫਿਕਰਾਂ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਸਮੁੰਦਰ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਜਹਾਜ਼ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘਾਣ ਦੇ
 ਸਮਰੱਥ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

(ਹੇ ਭਾਈ! ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਖਾਤਰ) ਝਗੜੇ-ਬਖੇੜੇ (ਇਕ ਐਸੀ) ਕਾਲਖ ਹੈ (ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਮੋਹ ਦਾ) ਹਨੇਰਾ
 ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਦੀਵਾ ਹੈ ਜੋ (ਮਨ ਵਿਚ ਉੱਚੇ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦਾ) ਚਾਨਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ
 ਹੈ।1।

(ਹੇ ਭਾਈ!) ਮਾਇਆ (ਦੇ ਮੋਹ) ਦੀ ਜ਼ਹਰ (ਜਗਤ ਵਿਚ) ਬਹੁਤ ਸੰਘਣੀ ਖਿਲਰੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ
 ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰ ਕਰ ਕੇ ਹੀ (ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਜ਼ਹਰ ਦੀ ਮਾਰ ਤੋਂ) ਬਚ ਸਕਦੇ ਹਨ।2।

(ਹੇ ਭਾਈ!) ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਮਸਤ ਹੋਇਆ ਮਨੁੱਖ (ਮੋਹ ਦੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚ) ਸੁੱਤਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆਂ
 (ਮਨੁੱਖ ਮਾਇਆ ਦੀ ਖਾਤਰ) ਭਟਕਣ ਤੇ (ਦੁਨੀਆ ਦਾ) ਸਹਮ-ਡਰ ਦੂਰ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।3।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਆਖ—ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਹਰੇਕ ਸਰੀਰ
 ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਦਿੱਸ ਪਿਆ ਹੈ।4।2। 140।