

ਮਾਰੂ ਮਹਲਾ ੩ ॥

Maaroo, Third Mehl:

ਆਪੇ ਆਪੁ ਉਪਾਇ ਉਪੰਨਾ ॥

He Himself created Himself, and came into being.

ਸਭ ਮਹਿ ਵਰਤੈ ਏਕੁ ਪਰਛੰਨਾ ॥

The One Lord is pervading in all, remaining hidden.

ਸਭਨਾ ਸਾਰ ਕਰੇ ਜਗਜੀਵਨੁ ਜਿਨਿ ਅਪਣਾ ਆਪੁ ਪਛਾਤਾ ਹੇ ॥੧॥

The Lord, the Life of the world, takes care of all. Whoever knows his own self, realizes God. ||1||

ਜਿਨਿ ਬ੍ਰਹਮਾ ਬਿਸਨੁ ਮਹੇਸੁ ਉਪਾਏ ॥

He who created Brahma, Vishnu and Shiva,

ਸਿਰਿ ਸਿਰਿ ਧੰਧੈ ਆਪੇ ਲਾਏ ॥

links each and every being to its tasks.

ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਆਪੇ ਮੇਲੇ ਜਿਨਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਏਕੋ ਜਾਤਾ ਹੇ ॥੨॥

He merges into Himself, whoever is pleasing to His Will. The Gurmukh knows the One Lord. ||2||

ਆਵਾ ਗਉਣੁ ਹੈ ਸੰਸਾਰਾ ॥

The world is coming and going in reincarnation.

ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਬਹੁ ਚਿਤੈ ਬਿਕਾਰਾ ॥

Attached to Maya, it dwells on its many sins.

ਬਿਰੁ ਸਾਚਾ ਸਾਲਾਹੀ ਸਦ ਹੀ ਜਿਨਿ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਪਛਾਤਾ ਹੇ ॥੩॥

One who realizes the Word of the Guru's Shabad, praises forever the eternal, unchanging True Lord. ||3||

ਇਕਿ ਮੂਲਿ ਲਗੇ ਓਨੀ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥

Some are attached to the root - they find peace.

ਡਾਲੀ ਲਾਗੇ ਤਿਨੀ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇਆ ॥

But those who are attached to the branches, waste their lives away uselessly.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਫਲ ਤਿਨ ਜਨ ਕਉ ਲਾਗੇ ਜੋ ਬੋਲਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਤਾ ਹੇ ॥੪॥

Those humble beings, who chant the Name of the Ambrosial Lord, produce the ambrosial fruit. ||4||

ਹਮ ਗੁਣ ਨਾਹੀ ਕਿਆ ਬੋਲਹ ਬੋਲ ॥

I have no virtues; what words should I speak?

ਤੂ ਸਭਨਾ ਦੇਖਹਿ ਤੋਲਹਿ ਤੋਲ ॥

You see all, and weigh them on Your scale.

ਜਿਉ ਭਾਵੈ ਤਿਉ ਰਾਖਹਿ ਰਹਣਾ ਗੁਰਮੁਖਿ ਏਕੋ ਜਾਤਾ ਹੇ ॥੫॥

By Your will, You preserve me, and so do I remain. The Gurmukh knows the One Lord. ||5||

ਜਾ ਤੁਧੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਸਚੀ ਕਾਰੈ ਲਾਏ ॥

According to Your Will, You link me to my true tasks.

ਅਵਗਣ ਛੋਡਿ ਗੁਣ ਮਾਹਿ ਸਮਾਏ ॥

Renouncing vice, I am immersed in virtue.

ਗੁਣ ਮਹਿ ਏਕੋ ਨਿਰਮਲੁ ਸਾਚਾ ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਪਛਾਤਾ ਹੇ ॥੬॥

The One Immaculate True Lord abides in virtue; through the Word of the Guru's Shabad, He is realized. ||6||

ਜਹ ਦੇਖਾ ਤਹ ਏਕੋ ਸੋਈ ॥

Wherever I look, there I see Him.

ਦੂਜੀ ਦੁਰਮਤਿ ਸਬਦੇ ਖੋਈ ॥

Duality and evil-mindedness are destroyed through the Shabad.

ਏਕਸੁ ਮਹਿ ਪ੍ਰਭੁ ਏਕੁ ਸਮਾਣਾ ਅਪਣੈ ਰੰਗਿ ਸਦ ਰਾਤਾ ਹੇ ॥੭॥

The One Lord God is immersed in His Oneness. He is attuned forever to His own delight. ||7||

ਕਾਇਆ ਕਮਲੁ ਹੈ ਕੁਮਲਾਣਾ ॥

The body-lotus is withering away,

ਮਨਮੁਖੁ ਸਬਦੁ ਨ ਬੁਝੈ ਇਆਣਾ ॥

but the ignorant, self-willed manmukh does not understand the Shabad.

ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਕਾਇਆ ਖੋਜੇ ਪਾਏ ਜਗਜੀਵਨੁ ਦਾਤਾ ਹੇ ॥੮॥

By Guru's Grace, he searches his body, and finds the Great Giver, the Life of the world. ||8||

ਕੋਟ ਗਹੀ ਕੇ ਪਾਪ ਨਿਵਾਰੇ ॥

The Lord frees up the body-fortress, which was seized by sins,

ਸਦਾ ਹਰਿ ਜੀਉ ਰਾਖੈ ਉਰ ਧਾਰੇ ॥

when one keeps the Dear Lord enshrined forever in the heart.

ਜੋ ਇਛੇ ਸੋਈ ਫਲੁ ਪਾਏ ਜਿਉ ਰੰਗੁ ਮਜੀਠੈ ਰਾਤਾ ਹੇ ॥੯॥

The fruits of his desires are obtained, and he is dyed in the permanent color of the Lord's Love. ||9||

ਮਨਮੁਖੁ ਗਿਆਨੁ ਕਥੇ ਨ ਹੋਈ ॥

The self-willed manmukh speaks of spiritual wisdom, but does not understand.

ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਆਵੈ ਠਉਰ ਨ ਕੋਈ ॥

Again and again, he comes into the world, but he finds no place of rest.

ਗੁਰਮੁਖਿ ਗਿਆਨੁ ਸਦਾ ਸਾਲਾਹੇ ਜੁਗਿ ਜੁਗਿ ਏਕੋ ਜਾਤਾ ਹੇ ॥੧੦॥

The Gurmukh is spiritually wise, and praises the Lord forever. Throughout each and every age, the Gurmukh knows the One Lord. ||10||

ਮਨਮੁਖੁ ਕਾਰ ਕਰੇ ਸਭਿ ਦੁਖ ਸਬਾਏ ॥

All the deeds which the manmukh does bring pain - nothing but pain.

ਅੰਤਰਿ ਸਬਦੁ ਨਾਹੀ ਕਿਉ ਦਰਿ ਜਾਏ ॥

The Word of the Shabad is not within him; how can he go to the Court of the Lord?

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਬਦੁ ਵਸੈ ਮਨਿ ਸਾਚਾ ਸਦ ਸੇਵੇ ਸੁਖਦਾਤਾ ਹੇ ॥੧੧॥

The True Shabad dwells deep within the mind of the Gurmukh; he serves the Giver of peace forever. ||11||

ਜਹ ਦੇਖਾ ਤੂ ਸਭਨੀ ਥਾਈ ॥

Wherever I look, I see You, everywhere.

ਪੂਰੈ ਗੁਰਿ ਸਭ ਸੋਈ ਪਾਈ ॥

Through the Perfect Guru, all this is known.

ਨਾਮੋ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈਐ ਸਦਾ ਸਦ ਇਹੁ ਮਨੁ ਨਾਮੇ ਰਾਤਾ ਹੇ ॥੧੨॥

I meditate forever and ever on the Naam; this mind is imbued with the Naam. ||12||

ਨਾਮੇ ਰਾਤਾ ਪਵਿਤੁ ਸਰੀਰਾ ॥

Imbued with the Naam, the body is sanctified.

ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਡੁਬਿ ਮੁਏ ਬਿਨੁ ਨੀਰਾ ॥

Without the Naam, they are drowned and die without water.

ਆਵਹਿ ਜਾਵਹਿ ਨਾਮੁ ਨਹੀ ਬੂਝਹਿ ਇਕਨਾ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਬਦੁ ਪਛਾਤਾ ਹੇ ॥੧੩॥

They come and go, but do not understand the Naam. Some, as Gurmukh, realize the Word of the Shabad. ||13||

ਪੂਰੈ ਸਤਿਗੁਰਿ ਬੂਝ ਬੁਝਾਈ ॥

The Perfect True Guru has imparted this understanding.

ਵਿਨੁ ਨਾਵੈ ਮੁਕਤਿ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਈ ॥

Without the Name, no one attains liberation.

ਨਾਮੇ ਨਾਮਿ ਮਿਲੈ ਵਡਿਆਈ ਸਹਜਿ ਰਹੈ ਰੰਗਿ ਰਾਤਾ ਹੇ ॥੧੪॥

Through the Naam, the Name of the Lord, one is blessed with glorious greatness; he remains intuitively attuned to the Lord's Love. ||14||

ਕਾਇਆ ਨਗਰੁ ਢਹੈ ਢਹਿ ਢੇਰੀ ॥

The body-village crumbles and collapses into a pile of dust.

ਬਿਨੁ ਸਬਦੈ ਚੁਕੈ ਨਹੀ ਫੇਰੀ ॥

Without the Shabad, the cycle of reincarnation is not brought to an end.

ਸਾਚੁ ਸਲਾਹੇ ਸਾਚਿ ਸਮਾਵੈ ਜਿਨਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਏਕੋ ਜਾਤਾ ਹੇ ॥੧੫॥

One who knows the One Lord, through the True Guru, praises the True Lord, and remains immersed in the True Lord. ||15||

ਜਿਸ ਨੇ ਨਦਰਿ ਕਰੇ ਸੋ ਪਾਏ ॥ ਸਾਚਾ ਸਬਦੁ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਏ ॥

The True Word of the Shabad comes to dwell in the mind, when the Lord bestows His Glance of Grace.

ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਨਿਰੰਕਾਰੀ ਦਰਿ ਸਾਚੈ ਸਾਚੁ ਪਛਾਤਾ ਹੇ ॥੧੬॥੮॥

O Nanak, those who are attuned to the Naam, the Name of the Formless Lord, realize the True Lord in His True Court. ||16||8||