

ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਬਿਖੈ ਰਾਜ ਤੇ ਅੰਧੁਲਾ ਭਾਰੀ ॥ ਦੁਖਿ ਲਾਗੈ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਚਿਤਾਰੀ ॥ ੧॥ ਤੇਰੇ  
ਦਾਸ ਕਉ ਤੁਹੀ ਵਡਿਆਈ ॥ ਮਾਇਆ ਮਗਨੁ ਨਰਕਿ ਲੈ ਜਾਈ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਰੋਗ ਗਿਰਸਤ  
ਚਿਤਾਰੇ ਨਾਉ ॥ ਬਿਖੁ ਮਾਤੇ ਕਾ ਠਉਰ ਨ ਠਾਉ ॥ ੨॥ ਚਰਨ ਕਮਲ ਸਿਉ ਲਾਗੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ॥ ਆਨ  
ਸੁਖਾ ਨਹੀ ਆਵਹਿ ਚੀਤਿ ॥ ੩॥ ਸਦਾ ਸਦਾ ਸਿਮਰਉ ਪ੍ਰਭ ਸੁਆਮੀ ॥ ਮਿਲੁ ਨਾਨਕ ਹਰਿ  
ਅੰਤਰਜਾਮੀ ॥੪॥੮੨॥੧੫੧॥ {ਪੰਨਾ 196}

ਪਦਅਰਥ:- ਬਿਖੈ ਰਾਜ ਤੇ—ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ। ਅੰਧੁਲਾ—(ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ) ਅੰਨ੍ਹਾ। ਦੁਖਿ—ਦੁੱਖ  
ਵਿਚ। ਲਾਗੈ—ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਫਸਦਾ ਹੈ। ਚਿਤਾਰੀ—ਚਿਤਾਰਦਾ ਹੈ।1।

ਕਉ—ਨੂੰ, ਵਾਸਤੇ। ਤੁਹੀ—ਤੂੰ ਹੀ, ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਹੀ। ਮਗਨੁ—ਮਸਤ। ਨਰਕਿ—ਨਰਕ ਵਿਚ।1। ਰਹਾਉ।

ਗਿਰਸਤ—ਘਿਰਿਆ ਹੋਇਆ। ਬਿਖੁ—(ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ) ਜ਼ਹਰ। ਮਾਤੇ ਕਾ—ਮਸਤ ਹੋਏ ਹੋਏ ਦਾ। ਠਉਰ  
ਠਾਉ—ਥਾਂ-ਥਿੱਤਾ, ਨਾਮ-ਨਿਸ਼ਾਨ।2।

ਸਿਉ—ਨਾਲ। ਆਨ—{ANX} ਹੋਰ ਹੋਰ। ਚੀਤਿ—ਚਿੱਤ ਵਿਚ।3।

ਸਿਮਰਉ—ਮੈਂ ਸਿਮਰਾਂ। ਪ੍ਰਭ—ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ। ਅੰਤਰਜਾਮੀ—ਹੇ ਸਭ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਜਾਣਨ ਵਾਲੇ।4।

ਅਰਥ:- (ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ!) ਤੇਰੇ ਦਾਸ ਦੇ ਵਾਸਤੇ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਹੀ (ਲੋਕ-ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ) ਇੱਜ਼ਤ ਹੈ। (ਤੇਰਾ ਦਾਸ ਜਾਣਦਾ  
ਹੈ ਕਿ) ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਮਸਤ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ (ਮਾਇਆ) ਨਰਕ ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਸਦਾ ਦੁਖੀ ਰੱਖਦੀ ਹੈ)।1।  
ਰਹਾਉ।

(ਹੇ ਭਾਈ!) ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ (ਮਨੁੱਖ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ) ਬਹੁਤ ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਤਦੋਂ ਉਸ ਨੂੰ  
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਕਦੇ ਭੀ ਨਹੀਂ ਸੁੱਝਦਾ, ਪਰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਜਦੋਂ ਉਹ) ਦੁੱਖ ਵਿਚ ਫਸਦਾ ਹੈ, ਤਦੋਂ  
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਚੇਤੇ ਕਰਦਾ ਹੈ।1।

(ਹੇ ਭਾਈ!) ਰੋਗਾਂ ਨਾਲ ਘਿਰਿਆ ਹੋਇਆ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਚੇਤੇ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਹਿਰ  
ਵਿਚ ਮਸਤ ਹੋਏ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਕਿਤੇ ਨਾਮ-ਨਿਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਲੱਭਦਾ, (ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਹਿਰ ਉਸ  
ਦੇ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਮਾਰ-ਮੁਕਾਂਦੀ ਹੈ)।2।

(ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ) ਸੋਹਣੇ ਚਰਨਾਂ ਨਾਲ (ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੀ) ਪ੍ਰੀਤਿ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆ ਵਾਲੇ  
ਹੋਰ ਹੋਰ ਸੁਖ ਚੇਤੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ।3।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਅਰਦਾਸ ਕਰ ਤੇ ਆਖ)—ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਹੇ ਸੁਆਮੀ! ਹੇ ਅੰਤਰਜਾਮੀ ਹਰੀ! (ਮੈਨੂੰ) ਮਿਲ, ਮੈਂ ਸਦਾ ਹੀ  
ਤੈਨੂੰ ਸਿਮਰਦਾ ਰਹਾਂ।4। 82। 15।