ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੧ ॥ ਜੀਉ ਤਪਤੁ ਹੈ ਬਾਰੋ ਬਾਰ ॥ ਤਪਿ ਤਪਿ ਖਪੈ ਬਹੁਤੁ ਬੇਕਾਰ ॥ ਜੈ ਤਨਿ ਬਾਣੀ ਵਿਸਰਿ ਜਾਇ ॥ ਜਿਉ ਪਕਾ ਰੋਗੀ ਵਿਲਲਾਇ ॥੧॥ ਬਹੁਤਾ ਬੋਲਣੁ ਝਖਣੁ ਹੋਇ ॥ ਵਿਣੁ ਬੋਲੇ ਜਾਣੈ ਸਭੁ ਸੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਜਿਨਿ ਕਨ ਕੀਤੇ ਅਖੀ ਨਾਕੁ ॥ ਜਿਨਿ ਜਿਹਵਾ ਦਿਤੀ ਬੋਲੇ ਤਾਤੁ ॥ ਜਿਨਿ ਮਨੁ ਰਾਖਿਆ ਅਗਨੀ ਪਾਇ ॥ ਵਾਜੈ ਪਵਣੁ ਆਖੈ ਸਭ ਜਾਇ ॥ ੨॥ ਜੇਤਾ ਮੋਹੁ ਪਰੀਤਿ ਸੁਆਦ ॥ ਸਭਾ ਕਾਲਖ ਦਾਗਾ ਦਾਗ ॥ ਦਾਗ ਦੋਸ ਮੁਹਿ ਚਲਿਆ ਲਾਇ ॥ ਦਰਗਹ ਬੈਸਣ ਨਾਹੀ ਜਾਇ ॥੩॥ ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਆਖਣੁ ਤੇਰਾ ਨਾਉ ॥ ਜਿਤੁ ਲਗਿ ਤਰਣਾ ਹੋਰੁ ਨਹੀ ਥਾਉ ॥ ਜੇ ਕੋ ਡੂਬੈ ਫਿਰਿ ਹੋਵੈ ਸਾਰ ॥ ਨਾਨਕ ਸਾਚਾ ਸਰਬ ਦਾਤਾਰ ॥੪॥੩॥੫॥ {ਪੰਨਾ 661-662}

ਪਦਅਰਥ:- ਤਪਤੁ ਹੈ—ਦੁਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਾਰੋ ਬਾਰ—ਬਾਰ ਬਾਰ, ਮੁੜ ਮੁੜ। ਤਪਿ ਤਪਿ—ਤਪ ਕੇ ਤਪ ਕੇ, ਦੁਖੀ ਹੋ ਹੋ ਕੇ। ਬੇਕਾਰ—ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ। ਜੈ ਤਨਿ—ਜਿਸ ਸਰੀਰ ਵਿਚ। ਵਿਸਰਿ ਜਾਇ—ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਕਾ ਰੋਗੀ—ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਰੋਗ ਵਾਲਾ।1।

ਬਹੁਤਾ ਬੋਲਣੁ—(ਸਹੇੜੇ ਹੋਏ ਦੁੱਖਾਂ ਬਾਰੇ) ਬਹੁਤੇ ਗਿਲੇ। ਝਖਣੁ—ਵਿਅਰਥ ਬਕਵਾਸ। ਸੋਇ—ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ।1। ਰਹਾਉ।

ਜਿਨਿ—ਜਿਸ (ਪਰਮਾਤਮਾ) ਨੇ। ਤਾਤੁ—ਤੁਰਤ, ਛੇਤੀ ਛੇਤੀ। ਅਗਨੀ ਪਾਇ—(ਸਰੀਰ ਵਿਚ) ਅੱਗ (ਨਿੱਘ) ਪਾ ਕੇ। ਮਨੁ—ਜਿੰਦ। ਪਵਣੁ—ਸੁਆਸ। ਵਾਜੈ—ਵੱਜਦਾ ਹੈ, ਚੱਲਦਾ ਹੈ। ਆਖੈ—(ਜੀਵ) ਬੋਲਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਜਾਇ—ਹੋਰ ਥਾਂ।2।

ਦਾਗ ਦੋਸ—ਦੋਸਾਂ ਦੇ ਦਾਗ਼। ਮੁਹਿ—ਮੂੰਹ ਉਤੇ। ਲਾਇ—ਲਾ ਕੇ। ਜਾਇ—ਥਾਂ।3।

ਕਰਮਿ—ਮੇਹਰ ਨਾਲ, ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਨਾਲ। ਜਿਤੁ ਲਗਿ—ਜਿਸ ਵਿਚ ਲੱਗ ਕੇ। ਕੋ—ਕੋਈ ਜੀਵ। ਸਾਰ—ਸੰਭਾਲ।4।

ਅਰਥ:- (ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿਸਾਰਿਆਂ) ਜਿੰਦ ਮੁੜ ਮੁੜ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਦੁਖੀ ਹੋ ਹੋ ਕੇ (ਫਿਰ ਭੀ) ਹੋਰ ਹੋਰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਖ਼ੁਆਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਸਰੀਰ ਵਿਚ (ਭਾਵ, ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ) ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਸਦਾ ਇਉਂ ਵਿਲਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕੋੜ੍ਹ ਦੇ ਰੋਗ ਵਾਲਾ ਬੰਦਾ।1।

(ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਖ਼ਾਲੀ ਰਹਿਣ ਕਰ ਕੇ ਸਹੇੜੇ ਹੋਏ ਦੁੱਖਾਂ ਬਾਰੇ ਹੀ) ਬਹੁਤੇ ਗਿਲੇ ਕਰੀ ਜਾਣੇ ਵਿਅਰਥ ਬੋਲ-ਬੁਲਾਰਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਸਾਡੇ ਗਿਲੇ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਹੀ (ਸਾਡੇ ਰੋਗਾਂ ਦਾ) ਸਾਰਾ ਕਾਰਣ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

(ਦੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਵਾਸਤੇ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ) ਜਿਸ ਨੇ ਕੰਨ ਦਿੱਤੇ, ਅੱਖਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ, ਨੱਕ ਦਿੱਤਾ; ਜਿਸ ਨੇ ਜੀਭ ਦਿੱਤੀ ਜੋ ਛੇਤੀ ਛੇਤੀ ਬੋਲਦੀ ਹੈ; ਜਿਸ ਨੇ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਨਿੱਘ ਪਾ ਕੇ ਜਿੰਦ (ਸਰੀਰ ਵਿਚ) ਟਿਕਾ ਦਿੱਤੀ; (ਜਿਸ ਦੀ ਕਲਾ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਵਿਚ) ਸੁਆਸ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਹਰ ਥਾਂ (ਤੁਰ ਫਿਰ ਕੇ) ਬੋਲ ਚਾਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।2।

ਜਿਤਨਾ ਭੀ ਮਾਇਆ ਦਾ ਮੋਹ ਹੈ ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਹੈ ਰਸਾਂ ਦੇ ਸੁਆਦ ਹਨ, ਇਹ ਸਾਰੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਕਾਲਖ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਦਾਗ਼ ਹੀ ਲਾਂਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। (ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਸੁੰਞਾ ਰਹਿ ਕੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਫਸ ਕੇ) ਮਨੁੱਖ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਦਾਗ਼ ਆਪਣੇ ਮੱਥੇ ਤੇ ਲਾ ਕੇ (ਇਥੋਂ) ਚੱਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ ਇਸ ਨੂੰ ਬੈਠਣ ਲਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।3।

(ਪਰ, ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਜੀਵ ਦੇ ਭੀ ਕੀਹ ਵੱਸ?) ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ (ਦਾ ਗੁਣ) ਤੇਰੀ ਮੇਹਰ ਨਾਲ ਹੀ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ,

ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਹੀ ਲੱਗ ਕੇ (ਮੋਹ ਤੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਚੋਂ) ਪਾਰ ਲੰਘ ਸਕੀਦਾ ਹੈ, (ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ) ਹੋਰ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਨਿਰਾਸਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ) ਜੇ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ (ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਕੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ) ਡੁੱਬਦਾ ਭੀ ਹੈ (ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਇਤਨਾ ਦਿਆਲ ਹੈ ਕਿ) ਫਿਰ ਭੀ ਉਸ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਭੂ ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਦਾਤਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈ (ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵਿਰਵਾ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ)।4।3।5।