

ਗੁਜਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਆਪਨਾ ਗੁਰੁ ਸੇਵਿ ਸਦ ਹੀ ਰਮਹੁ ਗੁਣ ਗੋਬਿੰਦ ॥ ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਅਰਾਧਿ ਹਰਿ
ਹਰਿ ਲਹਿ ਜਾਇ ਮਨ ਕੀ ਚਿੰਦ ॥੧॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਜਾਪਿ ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਨਾਉ ॥ ਸੂਖ ਸਹਜ ਅਨੰਦ ਪਾਵਹਿ
ਮਿਲੀ ਨਿਰਮਲ ਥਾਉ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸਾਧਸੰਗਿ ਉਧਾਰਿ ਇਹੁ ਮਨੁ ਆਠ ਪਹਰ ਆਰਾਧਿ ॥ ਕਾਮੁ
ਕ੍ਰੋਧੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਬਿਨਸੈ ਮਿਟੈ ਸਗਲ ਉਪਾਧਿ ॥੨॥ ਅਟਲ ਅਛੇਦ ਅਭੇਦ ਸੁਆਮੀ ਸਰਣਿ ਤਾ ਕੀ
ਆਉ ॥ ਚਰਣ ਕਮਲ ਅਰਾਧਿ ਹਿਰਦੈ ਏਕ ਸਿਉ ਲਿਵ ਲਾਉ ॥ ੩॥ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮਿ ਪ੍ਰਭਿ ਦਇਆ
ਧਾਰੀ ਬਖਸਿ ਲੀਨੇ ਆਪਿ ॥ ਸਰਬ ਸੁਖ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਦੀਆ ਨਾਨਕ ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਜਾਪਿ ॥ ੪॥੨॥੨੮॥
{ਪੰਨਾ 501}

ਪਦਅਰਥ:- ਗੁਰੁ ਸੇਵਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ। ਸਦ—ਸਦਾ। ਰਮਹੁ—ਚੇਤੇ ਕਰਦਾ ਰਹੁ। ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ—ਹਰੇਕ
ਸਾਹ ਦੇ ਨਾਲ। ਚਿੰਦ—ਚਿੰਤਾ।1।

ਸਹਜ—ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ। ਮਿਲੀ—ਮਿਲਿਆ ਰਹੇਗਾ। ਨਿਰਮਲ—ਪਵਿਤ੍ਰ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ।1। ਰਹਾਉ।

ਸੰਗਿ—ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ। ਉਧਾਰਿ—(ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ) ਬਚਾ ਲੈ। ਉਪਾਧਿ—ਰੋਗ।2।

ਅਛੇਦ—ਅਵਿਨਾਸੀ। ਅਭੇਦ—ਡੂੰਘਾ, ਜਿਸ ਦਾ ਭੇਤ ਨਾ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਲਿਵ—ਲਗਨ।3।

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮਿ—ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਨੇ। ਪ੍ਰਭਿ—ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ। ਨਾਨਕ—ਹੇ ਨਾਨਕ!।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਰਹੁ (ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਸੁਖ, ਆਤਮਕ
ਅਡੋਲਤਾ, ਅਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇਗਾ, ਤੈਨੂੰ ਉਹ ਥਾਂ ਮਿਲਿਆ ਰਹੇਗਾ ਜੇਹੜਾ ਤੈਨੂੰ ਸਦਾ ਸੁੱਚਾ ਰੱਖ ਸਕੇ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈ ਕੇ ਸਦਾ ਹੀ ਗੋਵਿੰਦ ਦੇ ਗੁਣ ਯਾਦ ਕਰਦਾ ਰਹੁ, ਆਪਣੇ ਹਰੇਕ ਸਾਹ ਦੇ
ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਆਰਾਧਨ ਕਰਦਾ ਰਹੁ, ਤੇਰੇ ਮਨ ਦੀ ਹਰੇਕ ਚਿੰਤਾ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਇਗੀ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਟਿਕ ਕੇ ਆਪਣੇ ਇਸ ਮਨ ਨੂੰ (ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ) ਬਚਾਈ ਰੱਖ, ਅੱਠੇ ਪਹਰ
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਆਰਾਧਨ ਕਰਦਾ ਰਹੁ, (ਤੇਰੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਅਹੰਕਾਰ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਇਗਾ, ਤੇਰਾ ਹਰੇਕ ਰੋਗ
ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਇਗਾ।2।

ਹੇ ਭਾਈ! ਉਸ ਮਾਲਕ-ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਰਨ ਵਿਚ ਟਿਕਿਆ ਰਹੁ ਜੋ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹੈ ਜੋ ਨਾਸ-ਰਹਿਤ ਹੈ
ਜਿਸ ਦਾ ਭੇਤ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਹੇ ਭਾਈ! ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਸੋਹਣੇ ਕੋਮਲ ਚਰਨਾਂ ਦਾ
ਆਰਾਧਨ ਕਰਿਆ ਕਰ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪਾਈ ਰੱਖ।3।

ਹੇ ਭਾਈ! ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਉਤੇ ਮੇਹਰ ਕੀਤੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਨੇ ਆਪ ਬਖਸ਼ ਲਿਆ (ਉਹਨਾਂ ਦੇ
ਪਿਛਲੇ ਪਾਪ ਖਿਮਾ ਕਰ ਦਿੱਤੇ) ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸਨੇ ਸਾਰੇ ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਖਜ਼ਾਨਾ ਆਪਣਾ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਦੇ ਦਿੱਤਾ। ਹੇ
ਨਾਨਕ! (ਆਖ—ਹੇ ਭਾਈ!) ਤੂੰ ਭੀ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰ।4।2। 28।