

ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੫ ਦੁਤੁਕੇ ॥ ਜਉ ਲਉ ਭਾਉ ਅਭਾਉ ਇਹੁ ਮਾਨੈ ਤਉ ਲਉ ਮਿਲਣੁ ਦੂਰਾਈ ॥ ਆਨ  
ਆਪਨਾ ਕਰਤ ਬੀਚਾਰਾ ਤਉ ਲਉ ਬੀਚੁ ਬਿਖਾਈ ॥੧॥ ਮਾਧਵੇ ਐਸੀ ਦੇਹੁ ਬੁਝਾਈ ॥ ਸੇਵਉ ਸਾਧ  
ਗਹਉ ਓਟ ਚਰਨਾ ਨਹ ਬਿਸਰੈ ਮੁਹਤੁ ਚਸਾਈ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਰੇ ਮਨ ਮੁਗਧ ਅਚੇਤ ਚੰਚਲ ਚਿਤ  
ਤੁਮ ਐਸੀ ਰਿਦੈ ਨ ਆਈ ॥ ਪ੍ਰਾਨਪਤਿ ਤਿਆਗਿ ਆਨ ਤੂ ਰਚਿਆ ਉਰਝਿਓ ਸੰਗਿ ਬੈਰਾਈ ॥੨॥  
ਸੋਗੁ ਨ ਬਿਆਪੈ ਆਪੁ ਨ ਥਾਪੈ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਬੁਧਿ ਪਾਈ ॥ ਸਾਕਤ ਕਾ ਬਕਨਾ ਇਉ ਜਾਨਉ ਜੈਸੇ  
ਪਵਨੁ ਝੁਲਾਈ ॥੩॥ ਕੋਟਿ ਪਰਾਧ ਅਛਾਦਿਓ ਇਹੁ ਮਨੁ ਕਹਣਾ ਕਛੁ ਨ ਜਾਈ ॥ ਜਨ ਨਾਨਕ ਦੀਨ  
ਸਰਨਿ ਆਇਓ ਪ੍ਰਭ ਸਭੁ ਲੇਖਾ ਰਖਹੁ ਉਠਾਈ ॥੪॥੩॥ {ਪੰਨਾ 609}

ਨੋਟ:- ਦੁ-ਤੁਕੇ—ਦੋ ਦੋ ਤੁਕਾਂ ਵਾਲੇ ‘ਬੰਦ’।

ਪਦਅਰਥ:- ਜਉ ਲਉ—ਜਦ ਤਕ। ਭਾਉ—ਪਿਆਰ। ਅਭਾਉ—ਵੈਰ। ਤਉ ਲਉ—ਤਦ ਤਕ। ਦੂਰਾਈ—  
ਦੂਰ, ਮੁਸ਼ਕਿਲ। ਆਨ—ਬਿਗਾਨਾ। ਬੀਚੁ—ਵਿੱਥ, ਪਰਦਾ। ਬਿਖਾਈ—ਬਿਖਿਆ ਦਾ, ਮਾਇਆ (ਦੇ ਮੋਹ)  
ਦਾ। 1।

ਮਾਧਵੇ—{ਮਾ—ਮਾਇਆ। ਧਵ—ਪਤੀ} ਹੇ ਲੱਛਮੀ-ਪਤੀ! ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਬੁਝਾਈ—ਮਤਿ, ਸਮਝ। ਸੇਵਉ—ਮੈਂ ਸੇਵਾ  
ਕਰਦਾ ਰਹਾਂ। ਸਾਧ—ਗੁਰੂ। ਗਹਉ—ਗਹਉਂ, ਮੈਂ ਫੜੀ ਰੱਖਾਂ। ਬਿਸਰੈ—ਭੁੱਲ ਜਾਏ। ਮੁਹਤੁ—ਮੁਹੂਰਤ, ਰਤਾ-ਭਰ  
ਸਮੇ ਲਈ ਭੀ। ਚਸਾਈ—ਚਸਾ-ਭਰ ਲਈ ਭੀ, ਥੋੜੇ ਜਿਤਨੇ ਸਮੇ ਲਈ ਭੀ। ਰਹਾਉ।

ਮੁਗਧ—ਮੂਰਖ! ਅਚੇਤ—ਗਾਫਿਲ! ਚਿਤ—ਹੇ ਚਿੱਤ! ਰਿਦੈ—ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। ਰਿਦੈ ਨ ਆਈ—ਨਾਹ ਸੁੱਝੀ।  
ਤਿਆਗਿ—ਛੱਡ ਕੇ। ਆਨ—ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ। ਸੰਗਿ—ਨਾਲ। ਬੈਰਾਈ—ਵੈਰੀ। 2।

ਨ ਬਿਆਪੈ—ਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਪਾਂਦਾ। ਆਪੁ—ਅਪਣੱਤ, ਹਉਮੈ। ਥਾਪੈ—ਸਾਂਭੀ ਰੱਖਦਾ। ਸਾਕਤ—ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲੋਂ  
ਟੁੱਟਾ ਹੋਇਆ ਮਨੁੱਖ। ਜਾਨਉ—ਜਾਨਉਂ, ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਹਾਂ। ਪਵਨੁ ਝੁਲਾਈ—ਹਵਾ ਦਾ ਝੋਕਾ। 3।

ਕੋਟਿ—ਕ੍ਰੋੜਾਂ। ਅਛਾਦਿਓ—ਢਕਿਆ ਹੋਇਆ, ਦਬਾਇਆ ਹੋਇਆ। ਰਖਹੁ ਉਠਾਈ—ਮੁਕਾ ਦੇਹ। 4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਮੈਨੂੰ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਅਕਲ ਬਖਸ਼ (ਕਿ) ਮੈਂ ਗੁਰੂ ਦੀ (ਦੱਸੀ) ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਰਹਾਂ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦਾ  
ਆਸਰਾ ਫੜੀ ਰੱਖਾਂ। (ਇਹ ਆਸਰਾ) ਮੈਨੂੰ ਰਤਾ-ਭਰ ਸਮੇ ਲਈ ਭੀ ਨਾਹ ਭੁੱਲੇ। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜਦੋਂ ਤਕ (ਮਨੁੱਖ ਦਾ) ਇਹ ਮਨ (ਕਿਸੇ ਨਾਲ) ਮੋਹ (ਤੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ) ਵੈਰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ, ਤਦੋਂ ਤਕ (ਇਸ  
ਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ) ਮਿਲਾਪ ਦੂਰ ਦੀ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, (ਕਿਉਂਕਿ ਜਦੋਂ ਤਕ ਇਹ ਕਿਸੇ ਨੂੰ) ਆਪਣਾ (ਤੇ ਕਿਸੇ  
ਨੂੰ) ਬਿਗਾਨਾ (ਮੰਨਣ ਦੀਆਂ) ਵਿਚਾਰਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਦੋਂ ਤਕ (ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਮਾਇਆ (ਦੇ ਮੋਹ ਦਾ) ਪਰਦਾ  
ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਜੋ ਇਸ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲੋਂ ਵਿਛੋੜੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ)। 1।

ਹੇ ਮੂਰਖ ਗਾਫਿਲ ਮਨ! ਹੇ ਚੰਚਲ ਮਨ! ਤੈਨੂੰ ਕਦੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸੁੱਝੀ ਕਿ ਤੂੰ ਜਿੰਦ ਦੇ ਮਾਲਕ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਕੇ  
ਹੋਰਨਾਂ (ਦੇ ਮੋਹ) ਵਿਚ ਮਸਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, (ਤੇ ਕਾਮਾਦਿਕ) ਵੈਰੀਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਜੋੜੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। 2।

ਹੇ ਭਾਈ! ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚੋਂ ਮੈਂ ਤਾਂ ਇਹ ਅਕਲ ਸਿੱਖੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਅਪਣੱਤ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਚੰਬੜਿਆ  
ਰਹਿੰਦਾ, ਉਸ ਉਤੇ ਚਿੰਤਾ-ਫਿਕਰ ਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦਾ (ਤਾਂਹੀਏਂ) ਮੈਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟੇ ਹੋਏ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਗੱਲ  
ਨੂੰ ਇਉਂ ਸਮਝ ਛਡਦਾ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਇਹ ਹਵਾ ਦਾ ਝੋਕਾ ਹੈ (ਇਕ ਪਾਸਿਓਂ ਆਇਆ, ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਲੰਘ ਗਿਆ)। 3।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਮਨੁੱਖ ਦਾ) ਇਹ ਮਨ ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਪਾਪਾਂ ਹੇਠ ਦਬਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਇਸ ਮਨ ਦੀ ਮੰਦ-ਭਾਗਤਾ ਬਾਬਤ) ਕੁਝ  
ਕਿਹਾ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਹੇ ਦਾਸ ਨਾਨਕ! (ਪ੍ਰਭੂ-ਦਰ ਤੇ ਹੀ ਅਰਦਾਸਿ ਕਰ ਤੇ ਆਖ—) ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਮੈਂ ਨਿਮਾਣਾ

ਤੇਰੀ ਸਰਨ ਆਇਆ ਹਾਂ (ਮੇਰੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦਾ) ਸਾਰਾ ਲੇਖਾ ਮੁਕਾ ਦੇਹ।4।3।