ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥ ਤਿਨ੍ੀ ਅੰਤਰਿ ਹਰਿ ਆਰਾਧਿਆ ਜਿਨ ਕਉ ਧੁਰਿ ਲਿਖਿਆ ਲਿਖਤੁ ਲਿਲਾਰਾ ॥ ਤਿਨ ਕੀ ਬਖੀਲੀ ਕੋਈ ਕਿਆ ਕਰੇ ਜਿਨ ਕਾ ਅੰਗੁ ਕਰੇ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਕਰਤਾਰਾ ॥ ੧॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਇ ਮਨ ਮੇਰੇ ਮਨ ਧਿਆਇ ਹਰਿ ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੇ ਸਭਿ ਦੂਖ ਨਿਵਾਰਣਹਾਰਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਧੁਰਿ ਭਗਤ ਜਨਾ ਕਉ ਬਖਸਿਆ ਹਰਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰਾ ॥ ਮੂਰਖੁ ਹੋਵੈ ਸੁ ਉਨ ਕੀ ਰੀਸ ਕਰੇ ਤਿਸੁ ਹਲਤਿ ਪਲਤਿ ਮੁਹੁ ਕਾਰਾ ॥੨॥ ਸੇ ਭਗਤ ਸੇ ਸੇਵਕਾ ਜਿਨਾ ਹਰਿਨਾਮੁ ਪਿਆਰਾ ॥ ਤਿਨ ਕੀ ਸੇਵਾ ਤੇ ਹਰਿ ਪਾਈਐ ਸਿਰਿ ਨਿੰਦਕ ਕੈ ਪਵੈ ਛਾਰਾ ॥ ੩॥ ਜਿਸੁ ਘਰਿ ਵਿਰਤੀ ਸੋਈ ਜਾਣੈ ਜਗਤ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਪੂਛਿ ਕਰਹੁ ਬੀਚਾਰਾ ॥ ਚਹੁ ਪੀੜੀ ਆਦਿ ਜੁਗਾਦਿ ਬਖੀਲੀ ਕਿਨੈ ਨ ਪਾਇਓ ਹਰਿ ਸੇਵਕ ਭਾਇ ਨਿਸਤਾਰਾ ॥੪॥੨॥੯॥ {ਪੰਨਾ 733}

ਪਦਅਰਥ:- ਤਿਨ੍ੀ—ਉਹਨਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੇ। ਅੰਤਰਿ—ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। ਧੁਰਿ—ਧੁਰ ਦਰਗਾਹ ਤੋਂ। ਲਿਖਤੁ—ਲੇਖ। ਲਿਲਾਰਾ—ਲਿਲਾਟ, ਮੱਥੇ ਉਤੇ। ਬਖੀਲੀ—ਚੁਗ਼ਲੀ, ਨਿੰਦਾ। ਅੰਗੁ—ਪੱਖ।1।

ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਸਭਿ—ਸਾਰੇ। ਨਿਵਾਰਣਹਾਰਾ—ਦੂਰ ਕਰਨ ਜੋਗਾ।1। ਰਹਾਉ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਭਗਤਿ—ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਭਗਤੀ। ਭੰਡਾਰਾ—ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ। ਰੀਸ—ਬਰਾਬਰੀ। ਹਲਤਿ—ਇਸ ਲੋਕ ਵਿਚ {A>}। ਪਲਤਿ—{pr>} ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ। ਕਾਰਾ—ਕਾਲਾ।2।

ਤੇ—ਤੋਂ, ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਪਾਈਐ—ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਕੈ ਸਿਰਿ—ਦੇ ਸਿਰ ਉਤੇ। ਛਾਰਾ—ਸੁਆਹ। ਪਵੈ ਛਾਰਾ—ਸੁਆਹ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।3।

ਜਿਸੁ ਘਰਿ—ਜਿਸ ਦੇ ਘਰ ਵਿਚ, ਜਿਸ ਦੇ ਹਿਰਦੇ-ਘਰ ਵਿਚ। ਵਿਰਤੀ—ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ। ਪੂਛਿ—ਪੁੱਛ ਕੇ। ਚਹੁ ਪੀੜੀ—ਚਹੁ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਵਿਚ, ਕਦੇ ਭੀ। ਆਦਿ ਜੁਗਾਦਿ—ਜਗਤ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ, ਜੁਗਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ। ਬਖੀਲੀ—ਚੁਗਲੀ ਕਰਨ ਨਾਲ। ਕਿਨੈ—ਕਿਸ ਨੇ ਭੀ। ਭਾਇ—ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ। ਨਿਸਤਾਰਾ—ਪਾਰ-ਉਤਾਰਾ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਿਆ ਕਰ। ਹੇ ਮਨ! ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਿਆ ਕਰ। ਪਰਮਾਤਮਾ (ਜੀਵ ਦੇ) ਜਨਮਾਂ ਜਨਮਾਂਤਰਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਧੁਰ ਦਰਗਾਹ ਤੋਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਮੱਥੇ ਉਤੇ ਲੇਖ ਲਿਖਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਆਰਾਧਨ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਅਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹੀ ਪੱਖ ਕਰਦਾ ਹੈ)। ਪਿਆਰਾ ਕਰਤਾਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪੱਖ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੁਝ ਵਿਗਾੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਧੁਰ ਦਰਗਾਹ ਤੋਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਭਗਤਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਭਗਤੀ ਦਾ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਬਖ਼ਸ਼ਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਮੂਰਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬਰਾਬਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਇਸ ਈਰਖਾ ਦੇ ਕਾਰਨ, ਸਗੋਂ) ਉਸ ਦਾ ਮੂੰਹ ਇਸ ਲੋਕ ਤੇ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਕਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਉਹ ਲੋਕ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਬਦਨਾਮੀ ਖੱਟਦਾ ਹੈ)।2।

ਹੇ ਭਾਈ! ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਭਗਤ ਹਨ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ) ਸੇਵਕ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਪਿਆਰਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ (ਸੇਵਕਾਂ ਭਗਤਾਂ) ਦੀ ਸਰਨ ਪਿਆਂ ਪਰਮਾਤਮਾ (ਦਾ ਮਿਲਾਪ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। (ਸੇਵਕਾਂ ਭਗਤਾਂ ਦੇ) ਨਿੰਦਕ ਦੇ ਸਿਰ ਉਤੇ (ਤਾਂ ਜਗਤ ਵਲੋਂ) ਸੁਆਹ (ਹੀ) ਪੈਂਦੀ ਹੈ।3।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਉਂਵ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਫਿਟਕਾਰ ਨੂੰ) ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਇਹ ਬਖ਼ੀਲੀ ਵਾਲੀ ਦਸ਼ਾ) ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ। (ਪਰ) ਤੁਸੀ ਜਗਤ ਦੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ (ਪਾਤਸ਼ਾਹ) ਨੂੰ ਭੀ ਪੁੱਛ ਕੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ

ਵੇਖੋ (ਇਹ ਯਕੀਨ ਜਾਣੋ ਕਿ) ਜਗਤ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਯੁਗਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ, ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਨੇ (ਮਹਾ ਪੁਰਖਾਂ ਨਾਲ) ਈਰਖਾ ਦੀ ਰਾਹੀਂ (ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਧਨ) ਨਹੀਂ ਲੱਭਾ। (ਮਹਾਂ ਪੁਰਖਾਂ ਨਾਲ) ਸੇਵਕ-ਭਾਵਨਾ ਰੱਖਿਆਂ ਹੀ (ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ) ਪਾਰ-ਉਤਾਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।4।2।9।