

ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਗੁਰ ਕੈ ਬਚਨਿ ਰਿਦੈ ਧਿਆਨੁ ਧਾਰੀ ॥ ਰਸਨਾ ਜਾਪੁ ਜਪਉ ਬਨਵਾਰੀ ॥ ੧॥  
 ਸਫਲ ਮੂਰਤਿ ਦਰਸਨ ਬਲਿਹਾਰੀ ॥ ਚਰਣ ਕਮਲ ਮਨ ਪ੍ਰਾਣ ਅਧਾਰੀ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸਾਧਸੰਗਿ  
 ਜਨਮ ਮਰਣ ਨਿਵਾਰੀ ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕਥਾ ਸੁਣਿ ਕਰਨ ਅਧਾਰੀ ॥ ੨॥ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮੋਹ ਤਜਾਰੀ ॥  
 ਦ੍ਰਿੜੁ ਨਾਮ ਦਾਨੁ ਇਸਨਾਨੁ ਸੁਚਾਰੀ ॥ ੩॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਇਹੁ ਤਤੁ ਬੀਚਾਰੀ ॥ ਰਾਮ ਨਾਮ ਜਪਿ  
 ਪਾਰਿ ਉਤਾਰੀ ॥੪॥੧੨॥੧੮॥ {ਪੰਨਾ 740}

ਪਦਅਰਥ:- ਕੈ ਬਚਨਿ—ਦੇ ਬਚਨ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਰਿਦੈ—ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। ਧਾਰੀ—ਧਾਰੀ, ਮੈਂ ਧਾਰਦਾ ਹਾਂ।  
 ਰਸਨਾ—ਜੀਭ (ਨਾਲ)। ਜਪਉ—ਜਪਉ, ਮੈਂ ਜਪਦਾ ਹਾਂ। ਬਨਵਾਰੀ—{vnmwiln`—ਜੰਗਲੀ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ  
 ਮਾਲਾ ਵਾਲਾ} ਪਰਮਾਤਮਾ।1।

ਮੂਰਤਿ—ਹਸਤੀ, ਹੋਂਦ, ਸਰੂਪ। ਸਫਲ ਮੂਰਤਿ—(ਉਹ ਗੁਰੂ) ਜਿਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਦਾ ਫਲ ਦੇਣ ਵਾਲੀ  
 ਹੈ। ਬਲਿਹਾਰੀ—ਸਦਕੇ। ਚਰਣ ਕਮਲ—ਕੌਲ ਫੁੱਲਾਂ ਵਰਗੇ ਕੋਮਲ ਚਰਨ। ਅਧਾਰੀ—ਆਸਰਾ ਬਣਾਂਦਾ ਹਾਂ।1।  
 ਰਹਾਉ।

ਸਾਧ ਸੰਗਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ। ਨਿਵਾਰੀ—ਨਿਵਾਰੀ, ਮੈਂ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕਥਾ—ਆਤਮਕ  
 ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ। ਕਰਨ ਅਧਾਰੀ—ਕੰਨਾਂ ਨੂੰ ਆਸਰਾ ਦੇਂਦਾ ਹਾਂ।2।

ਤਜਾਰੀ—ਤਿਆਗਦਾ ਹਾਂ। ਦ੍ਰਿੜੁ—(ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ) ਪੱਕਾ ਟਿਕਾਣਾ। ਦਾਨੁ—ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ। ਇਸਨਾਨੁ—  
 ਪਵਿਤ੍ਰ ਆਚਰਨ। ਸੁਚਾਰੀ—ਚੰਗੀ ਜੀਵਨ-ਮਰਯਾਦਾ।3।

ਨਾਨਕ—ਹੇ ਨਾਨਕ! ਤਤੁ—ਨਿਚੋੜ, ਅਸਲੀਅਤ। ਜਪਿ—ਜਪ ਕੇ। ਉਤਾਰੀ—ਉਤਾਰਿ, ਲੰਘਾ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਹਸਤੀ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਫਲ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੈ। ਮੈਂ (ਗੁਰੂ ਦੇ) ਦਰਸਨ ਤੋਂ ਸਦਕੇ  
 ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ। ਗੁਰੂ ਦੇ ਕੋਮਲ ਚਰਨਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦਾ ਜਿੰਦ ਦਾ ਆਸਰਾ ਬਣਾਂਦਾ ਹਾਂ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਦਾ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਆਪਣੀ  
 ਜੀਭ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ (ਦੇ ਨਾਮ) ਦਾ ਜਾਪ ਜਪਦਾ ਹਾਂ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ (ਰਹਿ ਕੇ) ਮੈਂ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਗੋੜ ਮੁਕਾ ਲਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ  
 ਵਾਲੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਸੁਣ ਕੇ (ਇਸ ਨੂੰ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦਾ) ਆਸਰਾ ਬਣਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।2।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਮੈਂ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮੋਹ (ਆਦਿਕ) ਨੂੰ ਤਿਆਗਿਆ ਹੈ। ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ-  
 ਨਾਮ ਨੂੰ ਪੱਕਾ ਕਰ ਕੇ ਟਿਕਾਣਾ, ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨੀ, ਆਚਰਨ ਨੂੰ ਪਵਿਤ੍ਰ ਰੱਖਣਾ—ਇਹ ਮੈਂ ਚੰਗੀ ਜੀਵਨ-  
 ਮਰਯਾਦਾ ਬਣਾ ਲਈ ਹੈ।3।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਆਖ—(ਹੇ ਭਾਈ! ਤੂੰ ਭੀ) ਇਹ ਅਸਲੀਅਤ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾ ਲੈ, ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ  
 ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪ ਕੇ (ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ) ਪਾਰ ਲੰਘਾ ਲੈ।4।12। 18।