ਸੂਹੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਜੀਵਤ ਮਰੈ ਬੁਝੈ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋ ਇ ॥ ਤਿਸੁ ਜਨ ਕਰਮਿ ਪਰਾਪਤਿ ਹੋਇ ॥ ੧॥ ਸੁਣਿ ਸਾਜਨ ਇਉ ਦੁਤਰੁ ਤਰੀਐ ॥ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਉਚਰੀਐ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਏਕ ਬਿਨਾ ਦੂਜਾ ਨਹੀ ਜਾਨੈ ॥ ਘਟ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪਛਾਨੈ ॥੨॥ ਜੋ ਕਿਛੁ ਕਰੈ ਸੋਈ ਭਲ ਮਾਨੈ ॥ ਆਦਿ ਅੰਤ ਕੀ ਕੀਮਤਿ ਜਾਨੈ ॥੩॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਜਨ ਬਲਿਹਾਰੀ ॥ ਜਾ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਵਸਹਿ ਮੁਰਾਰੀ ॥੪॥੧੫॥੨੧॥ {ਪੰਨਾ 741}

ਪਦਅਰਥ:- ਜੀਵਤ—ਜੀਉਂਦਾ ਹੋਇਆ, ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਕੰਮ-ਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਹੀ। ਮਰੈ—(ਮੋਹ ਵਲੋਂ) ਮਰਦਾ ਹੈ, ਮੋਹ ਛੱਡ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਸੋਇ—ਉਹ ਮਨੁੱਖ। ਕਰਮਿ—ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਨਾਲ।1।

ਸਾਜਨ—ਹੇ ਸੱਜਣ! ਇਉ—ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ। ਦੁਤਰੁ—{duÔqr} ਉਹ ਸੰਸਾਰ ਜਿਸ ਤੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘਣਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੈ। ਤਰੀਐ—ਪਾਰ ਲੰਘ ਜਾਈਦਾ ਹੈ। ਮਿਲਿ—ਮਿਲ ਕੇ। ਸਾਧੂ—ਗੁਰੂ।1।

ਜਾਨੈ—ਦਿਲੀ ਸਾਂਝ ਪਾਂਦਾ। ਘਟ—ਸਰੀਰ। ਅੰਤਰਿ—ਅੰਦਰ, ਵਿਚ।2।

ਭਲ—ਭਲਾ, ਚੰਗਾ। ਆਦਿ ਅੰਤ ਕੀ—ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਜੋ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਅਖ਼ੀਰ ਤੇ ਭੀ ਰਹੇਗਾ। ਕੀਮਤਿ—ਕਦਰ।3।

ਬਲਿਹਾਰੀ—ਸਦਕੇ। ਕੈ ਹਿਰਦੈ—ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। ਵਸਹਿ—ਤੂੰ ਵੱਸਦਾ ਹੈਂ। ਮੁਰਾਰੀ—ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ!

ਅਰਥ:- ਹੇ ਸੱਜਣ! (ਮੇਰੀ ਬੇਨਤੀ) ਸੁਣ। ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘਣਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪਾਰ ਲੰਘ ਸਕੀਦਾ ਹੈ (ਕਿ) ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਿਆ ਜਾਏ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਹੀ (ਦੁਨੀਆ ਦਾ) ਮੋਹ ਤਿਆਗ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ) ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਮਿਲਾਪ) ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ ਦਿਲੀ ਸਾਂਝ ਨਹੀਂ ਪਾਂਦਾ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਹਰੇਕ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।2।

ਜੋ ਕੁਝ ਭੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਹਰੇਕ ਉਸ ਕੰਮ ਨੂੰ (ਦੁਨੀਆ ਵਾਸਤੇ) ਭਲਾ ਮੰਨਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਸਦਾ ਹੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਕਦਰ ਸਮਝ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।3।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਆਖ—ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸਦਾ ਤੂੰ ਵੱਸਦਾ ਹੈਂ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਦਾ ਤੂੰ ਚੇਤੇ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈਂ) ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ (ਮੈਂ) ਕੁਰਬਾਨ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ।4।15। 21।