ਗੋਂਡ ਮਹਲਾ ੪ ॥ ਐਸਾ ਹਰਿ ਸੇਵੀਐ ਨਿਤ ਧਿਆਈਐ ਜੋ ਖਿਨ ਮਹਿ ਕਿਲਵਿਖ ਸਭਿ ਕਰੇ ਬਿਨਾਸਾ ॥ ਜੇ ਹਰਿ ਤਿਆਗਿ ਅਵਰ ਕੀ ਆਸ ਕੀਜੈ ਤਾ ਹਰਿ ਨਿਹਫਲ ਸਭ ਘਾਲ ਗਵਾਸਾ ॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਹਰਿ ਸੇਵਿਹੁ ਸੁਖਦਾਤਾ ਸੁਆਮੀ ਜਿਸੁ ਸੇਵਿਐ ਸਭ ਭੁਖ ਲਹਾਸਾ ॥੧॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਹਰਿ ਊਪਰਿ ਕੀਜੈ ਭਰਵਾਸਾ ॥ ਜਹ ਜਾਈਐ ਤਹ ਨਾਲਿ ਮੇਰਾ ਸੁਆਮੀ ਹਰਿ ਅਪਨੀ ਪੈਜ ਰਖੈ ਜਨ ਦਾਸਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਜੇ ਅਪਨੀ ਬਿਰਥਾ ਕਹਹੁ ਅਵਰਾ ਪਹਿ ਤਾਆਗੈ ਅਪਨੀ ਬਿਰਥਾ ਬਹੁ ਬਹੁਤੁ ਕਢਾਸਾ ॥ ਅਪਨੀ ਬਿਰਥਾ ਕਹਹੁ ਹਰਿ ਅਪੁਨੇ ਸੁਆਮੀ ਪਹਿ ਜੋ ਤੁਮ੍ਰੇ ਦੂਖ ਤਤਕਾਲ ਕਟਾਸਾ ॥ ਸੋ ਐਸਾ ਪ੍ਰਭੁ ਛੋਡਿ ਅਪਨੀ ਬਿਰਥਾ ਅਵਰਾ ਪਹਿ ਕਹੀਐ ਅਵਰਾ ਪਹਿ ਕਹਿ ਮਨ ਲਾਜ ਮਰਾਸਾ ॥੨॥ ਜੋ ਸੰਸਾਰੈ ਕੇ ਕੁਟੰਬ ਮਿਤ੍ਰ ਭਾਈ ਦੀਸਹਿ ਮਨ ਮੇਰੇ ਤੇ ਸਭਿ ਅਪਨੈ ਸੁਆਇ ਮਿਲਾਸਾ ॥ ਜਿਤੁ ਦਿਨਿ ਉਨ੍ ਕਾ ਸੁਆਉ ਹੋਇ ਨ ਆਵੈ ਤਿਤੁ ਦਿਨਿ ਨੇੜੈ ਕੋ ਨ ਢੁਕਾਸਾ ॥ ਮਨ ਮੇਰੇ ਅਪਨਾ ਹਰਿ ਸੇਵਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਜੋ ਤੁਧੁ ਉਪਕਰੈ ਦੂਖਿ ਸੁਖਾਸਾ ॥ ੩॥ ਤਿਸ ਕਾ ਭਰਵਾਸਾ ਕਿਉ ਕੀਜੈ ਮਨ ਮੇਰੇ ਜੋ ਅੰਤੀ ਅਉਸਰਿ ਰਖਿ ਨ ਸਕਾਸਾ ॥ ਹਰਿ ਜਪੁ ਮੰਤੁ ਗੁਰ ਉਪਦੇਸੁ ਲੈ ਜਾਪਹੁ ਤਿਨ੍ ਅੰਤਿ ਛਡਾਏ ਜਿਨ੍ ਹਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਚਿਤਾਸਾ ॥ ਜਨ ਨਾਨਕ ਅਨਦਿਨੁ ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਹਰਿ ਸੰਤਹੁ ਇਹੁ ਛੂਟਣ ਕਾ ਸਾਚਾ ਭਰਵਾਸਾ ॥੪॥੨॥ {ਪੰਨਾ 860}

ਪਦਅਰਥ:- ਸੇਵੀਐ—ਸਿਮਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਧਿਆਈਐ—ਧਿਆਨ ਧਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਲਵਿਖ—ਪਾਪ। ਸਭਿ—ਸਾਰੇ। ਤਿਆਗਿ—ਤਿਆਗ ਕੇ। ਕੀਜੈ—ਕੀਤੀ ਜਾਏ। ਘਾਲ—ਮੇਹਨਤ। ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਜਿਸੁ ਸੇਵਿਐ—ਜਿਸ ਦੀ ਸੇਵਾ-ਭਗਤੀ ਕੀਤਿਆਂ। ਸਭ ਭੁਖ—ਸਾਰੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ। ਲਹਾਸਾ—ਲਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।1।

ਕੀਜੈ—ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਹ—ਜਿੱਥੇ। ਪੈਜ—ਲਾਜ, ਇੱਜ਼ਤ।1। ਰਹਾਉ।

ਬਿਰਥਾ—{ÒXQw} ਪੀੜਾ, ਦੁੱਖ। ਪਹਿ—ਪਾਸ, ਕੋਲ। ਕਢਾਸਾ—ਕੱਢਦੇ ਹਨ, ਸੁਣਾਂਦੇ ਹਨ। ਤਤਕਾਲ—ਤੁਰਤ। ਛੋਡਿ—ਛੱਡ ਕੇ। ਕਹੀਐ—ਜੇ ਆਖੀਏ। ਕਹਿ—ਆਖ ਕੇ। ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਲਾਜ ਮਰਾਸਾ—ਸ਼ਰਮ ਨਾਲ ਮਰੀਦਾ ਹੈ, ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਹੋਵੀਦਾ ਹੈ।2।

ਦੀਸਹਿ—ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ। ਅਪਨੈ ਸੁਆਇ—ਅਪਣੀ ਗ਼ਰਜ਼ ਦੇ ਕਾਰਨ {ਸੁਆਇ—ਲਫ਼ਜ਼ 'ਸੁਆਉ' ਤੋਂ 'ਕਰਨ ਕਾਰਕ', ਇਕ-ਵਚਨ}। ਜਿਤੁ—ਜਿਸ ਵਿਚ। ਦਿਨਿ—ਦਿਨ ਵਿਚ। ਜਿਤੁ ਦਿਨਿ—ਜਿਸ ਦਿਨ ਵਿਚ। ਸੁਆਉ—ਮਨੋਰਥ, ਗ਼ਰਜ਼। ਹੋਇ ਨ ਆਵੈ—ਪੂਰਾ ਨਾਹ ਹੋ ਸਕੇ। ਤਿਤੁ—ਉਸ ਵਿਚ। ਤਿਤੁ ਦਿਨਿ—ਉਸ ਦਿਨ ਵਿਚ (on that day)। ਸੇਵਿ—ਸਿਮਰ। ਉਪਕਰੈ—ਪੁੱਕਰਦਾ ਹੈ, (ਦੁਖ ਸੁਖ ਵੇਲੇ) ਬਹੁੜਦਾ ਹੈ। ਦੂਖਿ—ਦੁਖ ਵਿਚ, ਦੁਖ ਵੇਲੇ।3।

ਤਿਸ ਕਾ—{ਲਫ਼ਜ਼ 'ਤਿਸੁ ਦਾ ਨਾਹ ੁ ਸੰਬੰਧਕ 'ਕਾ' ਦੇ ਕਾਰਨ ਉੱਡ ਗਿਆ ਹੈ}। ਅੰਤੀ—ਅਖ਼ੀਰਲੇ। ਅਉਸਰਿ—ਅਉਸਰ ਵਿਚ, ਸਮੇ ਵਿਚ, ਮੌਕੇ ਤੇ। ਲੈ—ਲੈ ਕੇ। ਅੰਤਿ—ਅਖ਼ੀਰਲੇ ਸਮੇ। ਅਨਦਿਨੁ—{Anuidnz} ਹਰ ਰੋਜ਼। ਸੰਤਹੁ—ਹੇ ਸੰਤ ਜਨੋ!।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! (ਸਦਾ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਉਤੇ ਭਰੋਸਾ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ, ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਜਿੱਥੇ ਭੀ ਜਾਈਏ, ਉਹ ਮੇਰਾ ਮਾਲਕ-ਪ੍ਰਭੂ ਸਦਾ ਅੰਗ-ਸੰਗ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤੇ, ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਆਪਣੇ ਦਾਸਾਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਸੇਵਕਾਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਜੇਹੜਾ ਹਰੀ ਇਕ ਖਿਨ ਵਿਚ ਸਾਰੇ ਪਾਪ ਨਾਸ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸਦਾ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਮਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ,

ਸਦਾ ਉਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਮਨ! ਜੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ (ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ) ਆਸ ਰੱਖੀਏ, ਤਾਂ ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ (ਜੀਵ ਦੀ ਉਸ) ਸਾਰੀ ਕੀਤੀ ਮੇਹਨਤ ਨੂੰ ਅਸਫਲ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਜ਼ਾਇਆ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਸੋ, ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਾਲਕ ਹਰੀ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਿਆ ਕਰ, ਉਸ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਰੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ-ਭੁੱਖ ਲਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇ ਤੂੰ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਦੁੱਖ-ਦਰਦ (ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ) ਹੋਰਨਾਂ ਅੱਗੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਫਿਰੇਂਗਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਲੋਕ ਅੱਗੋਂ ਆਪਣੇ ਅਨੇਕਾਂ ਦੁੱਖ-ਦਰਦ ਸੁਣਾ ਦੇਣਗੇ। ਹੇ ਭਾਈ! ਆਪਣਾ ਹਰੇਕ ਦੁੱਖ-ਦਰਦ ਆਪਣੇ ਮਾਲਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਪਾਸ ਹੀ ਬਿਆਨ ਕਰ, ਉਹ ਤਾਂ ਤੇਰੇ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖ ਤੁਰਤ ਕੱਟ ਕੇ ਰੱਖ ਦੇਵੇਗਾ। ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਸਮਰੱਥ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਆਪਣੀ ਪੀੜਾ ਹੋਰਨਾਂ ਅੱਗੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਇਗੀ, ਹੋਰਨਾਂ ਪਾਸ ਆਖ ਕੇ, ਹੇ ਮਨ! ਸ਼ਰਮਿੰਦਾ ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।2।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਦੁਨੀਆ ਵਾਲੇ ਇਹ ਸਾਕ-ਅੰਗ, ਮਿੱਤਰ, ਭਰਾ ਜੇਹੜੇ ਭੀ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਤਾਂ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਗ਼ਰਜ਼ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ ਹੀ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗ਼ਰਜ਼ ਪੂਰੀ ਨਾਹ ਹੋ ਸਕੇ, ਤਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਭੀ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਛੁਂਹਦਾ। ਸੋ, ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਦਿਨ ਰਾਤ ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਾ ਰਹੁ, ਉਹੀ ਹਰੇਕ ਦੁਖ ਸੁਖ ਵਿਚ ਤੈਨੂੰ ਪੁੱਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।3।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਜੇਹੜਾ ਕੋਈ ਅੰਤਲੇ ਸਮੇ (ਮੌਤ ਪਾਸੋਂ ਸਾਨੂੰ) ਬਚਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਉਸ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਗੁਰੂ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਲੈ ਕੇ (ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਉਤੇ ਤੁਰ ਕੇ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ-ਮੰਤ੍ਰ ਜਪਿਆ ਕਰ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਚਿੱਤ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਪਿਆਰ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਅਖ਼ੀਰ ਵੇਲੇ (ਜਮਾਂ ਦੇ ਡਰ ਤੋਂ) ਛੁਡਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਦਾਸ ਨਾਨਕ! (ਆਖ—) ਹੇ ਸੰਤ ਜਨੋ! ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰੋ। (ਦੁੱਖਾਂ ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ) ਬਚਣ ਦਾ ਇਹੀ ਪੱਕਾ ਵਸੀਲਾ ਹੈ।4।2।