

ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਰਾਖੁ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥ ਨਾਮੁ ਸਿਮਰਿ ਚਿੰਤਾ ਸਭ ਜਾਹਿ ॥ ਬਿਨੁ
 ਭਗਵੰਤ ਨਾਹੀ ਅਨ ਕੋਇ ॥ ਮਾਰੈ ਰਾਖੈ ਏਕੋ ਸੋਇ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਣ ਰਿਦੈ ਉਰਿ ਧਾਰਿ
 ॥ ਅਗਨਿ ਸਾਗਰੁ ਜਪਿ ਉਤਰਹਿ ਪਾਰਿ ॥ ੨ ॥ ਗੁਰ ਮੂਰਤਿ ਸਿਉ ਲਾਇ ਧਿਆਨੁ ॥ ਈਹਾ ਉਹਾ
 ਪਾਵਹਿ ਮਾਨੁ ॥ ੩ ॥ ਸਗਲ ਤਿਆਗਿ ਗੁਰ ਸਰਣੀ ਆਇਆ ॥ ਮਿਟੇ ਅੰਦੇਸੇ ਨਾਨਕ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ
 ॥੪॥੬੧॥੧੩੦॥ {ਪੰਨਾ 192}

ਪਦਅਰਥ:- ਮਾਹਿ—ਵਿਚ। ਜਾਹਿ—ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।1।

ਭਗਵੰਤ—ਭਗਵਾਨ, ਪਰਮਾਤਮਾ। ਅਨ—{ANX} ਹੋਰ। ਸੋਇ—ਉਹੀ।1। ਰਹਾਉ।

ਉਰਿ—ਦਿਲ ਵਿਚ {ars}। ਧਾਰਿ—ਰੱਖ। ਜਪਿ—ਜਪ ਕੇ।2।

ਗੁਰ ਮੂਰਤਿ—ਗੁਰੂ ਦਾ ਰੂਪ, ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ {‘ਗੁਰ ਮੂਰਤਿ ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਹੈ’—ਭਾ: ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ। ਨੋਟ:- ਮਨੁੱਖ
 ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮੁਹਾਂਦਰੇ ਵਿਚ ਤਾਂ ਪ੍ਰਤੱਖ ਫ਼ਰਕ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਪੈਰਾਂ ਵਿਚ ਫ਼ਰਕ ਲੱਭਣਾ ਬਹੁਤ ਕਠਨ ਹੈ। ਜੇ ਗੁਰ-
 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਨ ਦੀ ਹਿਦਾਇਤ ਸਮਝੀ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਅਨੇਕਾਂ
 ਵਾਰੀ ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦਾ ਹੀ ਜ਼ਿਕਰ ਹੈ। ਲਫ਼ਜ਼ ‘ਗੁਰ-ਮੂਰਤਿ’ ਤਾਂ ਇਕ ਦੋ ਵਾਰੀ ਹੀ ਆਇਆ ਹੈ। ਪਰਮਾਤਮਾ
 ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਨਾ ਭੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਲਿਖਿਆ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚੋਂ
 ਅਹੰਕਾਰ ਕੱਢ ਕੇ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਵਿਚ ਸੁਰਤਿ ਜੋੜਨੀ ਹੈ, ਜਾਂ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਜੁੜਨਾ ਹੈ।

ਸਿਉ—ਨਾਲ। ਈਹਾ—ਇਸ ਲੋਕ ਵਿਚ। ਉਹਾ—ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ।3।

ਸਗਲ—ਸਾਰੇ (ਆਸਰੇ)। ਅੰਦੇਸੇ—ਫਿਕਰ।4।

ਅਰਥ:- (ਹੇ ਭਾਈ!) ਭਗਵਾਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ (ਜੀਵਾਂ ਦਾ) ਹੋਰ ਕੋਈ ਆਸਰਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹ ਭਗਵਾਨ ਹੀ (ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ)
 ਮਾਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਭਗਵਾਨ ਹੀ (ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ) ਪਾਲਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

(ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇ ਉਸ ਭਗਵਾਨ ਦਾ ਆਸਰਾ ਮਨ ਵਿਚ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ) ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ (ਆਪਣੇ) ਮਨ ਵਿਚ
 ਟਿਕਾਈ ਰੱਖ (ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਭਗਵਾਨ ਦਾ) ਨਾਮ ਸਿਮਰ, ਤੇਰੇ ਸਾਰੇ ਚਿੰਤਾ-ਫਿਕਰ ਦੂਰ ਹੋ
 ਜਾਣਗੇ।1।

(ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇ ਭਗਵਾਨ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ) ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਦਿਲ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨ ਵਸਾ (ਭਾਵ,
 ਨਿਮੜਾ ਨਾਲ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪਉ)। (ਗੁਰੂ ਦੇ ਦੱਸੇ ਰਾਹ ਉਤੇ ਤੁਰ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ) ਜਪ ਕੇ ਤੂੰ (ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ
 ਦੀ) ਅੱਗ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘ ਜਾਏਂਗਾ।2।

(ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਗੁਰੂ ਦੀ ਮੂਰਤਿ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਦਾ ਸਰੂਪ ਹੈ) ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਸੁਰਤਿ ਜੋੜ,
 ਤੂੰ ਇਸ ਲੋਕ ਵਿਚ ਤੇ ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ ਆਦਰ ਹਾਸਲ ਕਰੇਂਗਾ।3।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਆਸਰੇ ਛੱਡ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਚਿੰਤਾ-ਫਿਕਰ ਮੁੱਕ
 ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹੈ।4। 6।1।30।