

ਸਾਰਗ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਮਨ ਤੇ ਭੈ ਭਉ ਦੂਰਿ ਪਰਾਇਓ ॥ ਲਾਲ ਦਇਆਲ ਗੁਲਾਲ ਲਾਡਿਲੇ ਸਹਜਿ
 ਸਹਜਿ ਗੁਨ ਗਾਇਓ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਗੁਰ ਬਚਨਾਤਿ ਕਮਾਤ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ ਬਹੁਰਿ ਨ ਕਤਹੂ ਧਾਇਓ ॥
 ਰਹਤ ਉਪਾਧਿ ਸਮਾਧਿ ਸੁਖ ਆਸਨ ਭਗ ਤਿ ਵਛਲੁ ਗ੍ਰਿਹਿ ਪਾਇਓ ॥ ੧॥ ਨਾਦ ਬਿਨੋਦ ਕੋਡ
 ਆਨੰਦਾ ਸਹਜੇ ਸਹਜਿ ਸਮਾਇਓ ॥ ਕਰਨਾ ਆਪਿ ਕਰਾਵਨ ਆਪੇ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਆਪਿ ਆਪਾਇਓ
 ॥੨॥੩੦॥੫੩॥ {ਪੰਨਾ 1214}

ਪਦਅਰਥ:- ਤੇ—ਤੋਂ। ਭੈ ਭਉ—ਡਰਾਂ ਦਾ ਡਰ, ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਡਰਾਂ ਦਾ ਸਹਿਮ। ਦੂਰਿ ਪਰਾਇਓ—ਦੂਰ ਚਲਾ
 ਗਿਆ। ਸਹਜਿ—ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ (ਟਿਕ ਕੇ)। ਲਾਡਿਲੇ ਗੁਨ—ਪਿਆਰੇ ਦੇ ਗੁਣ। 1। ਰਹਾਉ।

ਕਮਾਤ—ਕਮਾਂਦਿਆਂ। ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ—(ਉਸ ਦੀ) ਮਿਹਰ ਨਾਲ। ਬਹੁਰਿ—ਮੁੜ। ਕਤਹੂ—ਹੋਰ ਕਿਤੇ ਭੀ। ਨ
 ਧਾਇਓ—ਨਹੀਂ ਭਟਕਦਾ। ਉਪਾਧਿ—ਵਿਕਾਰ। ਆਸਨ—ਟਿਕਾਉ। ਭਗਤਿ ਵਛਲੁ—ਭਗਤੀ ਨਾਲ ਪਿਆਰ
 ਕਰਨ ਵਾਲਾ। ਗ੍ਰਿਹਿ—ਹਿਰਦੇ-ਘਰ ਵਿਚ। 1।

ਨਾਦ—ਰਾਗ। ਬਿਨੋਦ—ਕੰਤਕ-ਤਮਾਸ਼ੇ। ਕੋਡ—ਕ੍ਰੋੜਾਂ। ਸਹਜੇ—ਸਹਜਿ, ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ। ਆਪੇ—
 ਆਪ ਹੀ। ਆਪਿ ਆਪਾਇਓ—ਆਪ ਹੀ ਆਪ। 2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! (ਜਦੋਂ) ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਟਿਕ ਕੇ ਸੋਹਣੇ ਦਿਆਲ ਪ੍ਰੇਮ-ਰਸ ਵਿਚ ਭਿੱਜੇ ਹੋਏ
 ਪਿਆਰੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਗੁਣ ਮੈਂ ਗਾਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ, ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਮਨ ਤੋਂ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਦਾ ਸਹਿਮ ਦੂਰ ਹੋ ਗਿਆ। 1।
 ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਬਚਨਾਂ ਨੂੰ (ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ) ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਕਮਾਂਦਿਆਂ (ਗੁਰੂ ਦੇ ਦੱਸੇ ਰਸਤੇ ਉੱਤੇ ਤੁਰਦਿਆਂ ਹੁਣ
 ਮੇਰਾ ਮਨ) ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਭੀ ਪਾਸੇ ਨਹੀਂ ਭਟਕਦਾ, (ਮੇਰਾ ਮਨ) ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚ ਗਿਆ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ
 ਲੀਨਤਾ ਦੇ ਸੁਖਾਂ ਵਿਚ ਟਿਕ ਗਿਆ ਹੈ, ਮੈਂ ਭਗਤੀ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਹਿਰਦੇ-ਘਰ ਵਿਚ ਲੱਭ
 ਲਿਆ ਹੈ। 1।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਆਖ—(ਹੇ ਭਾਈ! ਹੁਣ ਮੇਰਾ ਮਨ) ਸਦਾ ਹੀ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ,—(ਮਾਨੋ)
 ਸਾਰੇ ਰਾਗਾਂ ਅਤੇ ਤਮਾਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਹੀ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਏ ਹਨ, (ਹੁਣ ਇਉਂ ਨਿਸ਼ਚਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ)
 ਪਰਮਾਤਮਾ ਆਪ ਹੀ ਸਭ ਕੁਝ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ ਆਪ ਹੀ (ਜੀਵਾਂ ਪਾਸੋਂ) ਕਰਾਣ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਸਭ ਥਾਂ ਆਪ ਹੀ
 ਆਪ ਹੈ। 2। 30। 53।