ਸਾਰਗ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਹਰਿ ਜਨ ਛੋਡਿਆ ਸਗਲਾ ਆਪੁ ॥ ਜਿਉ ਜਾਨਹੁ ਤਿਉ ਰਖਹੁ ਗੁਸਾਈ ਪੇਖਿ ਜੀਵਾਂ ਪਰਤਾਪੁ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਗੁਰ ਉਪਦੇਸਿ ਸਾਧ ਕੀ ਸੰਗਤਿ ਬਿਨਸਿਓ ਸਗਲ ਸੰਤਾਪੁ ॥ ਮਿਤ੍ਰ ਸਤ੍ਰ ਪੇਖਿ ਸਮਤੁ ਬੀਚਾਰਿਓ ਸਗਲ ਸੰਭਾਖਨ ਜਾਪੁ ॥ ੧॥ ਤਪਤਿ ਬੁਝੀ ਸੀਤਲ ਆਘਾਨੇ ਸੁਨਿ ਅਨਹਦ ਬਿਸਮ ਭਏ ਬਿਸਮਾਦ ॥ ਅਨਦੁ ਭਇਆ ਨਾਨਕ ਮਨਿ ਸਾਚਾ ਪੂਰਨ ਪੂਰੇ ਨਾਦ ॥੨॥੪੬॥੬੯॥ {ਪੰਨਾ 1217}

ਪਦਅਰਥ:- ਹਰਿ ਜਨ—ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਸੇਵਕਾਂ ਨੇ। ਆਪੁ—ਆਪਾ-ਭਾਵ, ਹਉਮੈ। ਗੁਸਾਈ—ਹੇ ਜਗਤ ਦੇ ਸਾਈਂ। ਪੇਖਿ—ਵੇਖ ਕੇ। ਜੀਵਾਂ—ਮੈਂ ਜੀਊਂਦਾ ਹਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਗੁਰ ਉਪਦੇਸਿ—ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਸੰਤਾਪੁ—ਦੁੱਖ-ਕਲੇਸ਼। ਸਤ੍ਰ—ਵੈਰੀ। ਸਮਤੁ—ਇਕ-ਸਮਾਨ। ਸੰਭਾਖਨ—ਬੋਲ-ਚਾਲ।1।

ਤਪਤਿ—ਸੜਨ। ਆਘਾਨੇ—ਰੱਜ ਗਏ। ਸੁਨਿ—ਸੁਣ ਕੇ। ਅਨਹਦ—ਇਕ-ਰਸ ਨਾਮ ਦੀ ਧੁਨਿ। ਬਿਸਮ—ਹੈਰਾਨ, ਅਸਚਰਜ। ਮਨਿ—ਮਨ ਵਿਚ। ਸਾਚਾ—ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ। ਪੂਰਨ—ਪੂਰੇ ਤੌਰ ਤੇ। ਪੂਰੇ ਨਾਦ—ਨਾਦ ਪੂਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਨਾਦ ਵੱਜਦੇ ਹਨ, ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਘਨਘੋਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ {ਜਿਵੇਂ, ਸੰਖ ਪੂਰਨਾ—ਸੰਖ ਵਜਾਣਾ}।2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! (ਜਿਵੇਂ) ਤੇਰੇ ਭਗਤਾਂ ਨੇ ਆਪਾ-ਭਾਵ ਤਿਆਗਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਤੇ, ਤੇਰੇ ਦਰ ਤੇ ਅਰਜ਼ੋਈ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਿਵੇਂ ਮੈਂ ਭੀ ਆਪਾ-ਭਾਵ ਛੱਡ ਕੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦਾ ਹਾਂ—) ਹੇ ਜਗਤ ਦੇ ਖਸਮ! ਜਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕੇ ਤਿਵੇਂ (ਇਸ ਮਾਇਆ ਦੇ ਹੱਥੋਂ) ਮੇਰੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰ। ਤੇਰਾ ਪਰਤਾਪ ਵੇਖ ਕੇ ਮੈਂ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਹਾਸਲ ਕਰਦਾ ਰਹਾਂ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੀ ਰਾਹੀਂ, ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ (ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਸਾਰਾ ਦੁੱਖ-ਕਲੇਸ਼ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਿੱਤਰਾਂ ਤੇ ਵੈਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ (ਸਭਨਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਹੀ ਜੋਤਿ) ਇਕ-ਸਮਾਨ ਸਮਝਦਾ ਹੈ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਹਰ ਵੇਲੇ ਦਾ ਬੋਲ-ਚਾਲ ਹੈ।1।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ) ਮਨ ਵਿਚ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਆ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, (ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੀ) ਸੜਨ ਬੁੱਝ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, (ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਹਿਰਦਾ) ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ) ਰੱਜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ; ਇਕ-ਰਸ ਨਾਮ ਦੀ ਧੁਨਿ ਸੁਣ ਕੇ ਉਹ ਅਸਚਰਜ ਹੀ ਅਸਚਰਜ ਹੋਏ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਪੂਰੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸੰਖ ਆਦਿਕ ਨਾਦ ਵੱਜ ਰਹੇ ਹਨ।2। 46। 69।