

ਸਾਰਗ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਰਮਣ ਕਉ ਰਾਮ ਕੇ ਗੁਣ ਬਾਦ ॥ ਸਾਧਸੰਗਿ ਧਿਆਈਐ ਪਰਮੇਸਰੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ  
ਜਾ ਕੇ ਸੁਆਦ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸਿਮਰਤ ਏਕੁ ਅਚੁਤ ਅਬਿਨਾਸੀ ਬਿਨਸੇ ਮਾਇਆ ਮਾਦ ॥ ਸਹਜ  
ਅਨਦ ਅਨਹਦ ਧੁਨਿ ਬਾਣੀ ਬਹੁਰਿ ਨ ਭਏ ਬਿਖਾਦ ॥੧॥ ਸਨਕਾਦਿਕ ਬ੍ਰਹਮਾਦਿਕ ਗਾਵਤ ਗਾਵਤ  
ਸੁਕ ਪ੍ਰਹਿਲਾਦ ॥ ਪੀਵਤ ਅਮਿਉ ਮਨੋਹਰ ਹਰਿ ਰਸੁ ਜਪਿ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਬਿਸਮਾਦ  
॥੨॥੧੦॥੧੦੩॥ {ਪੰਨਾ 1224}

ਪਦਅਰਥ:- ਰਮਣ ਕਉ—ਸਿਮਰਨ ਵਾਸਤੇ। ਗੁਣ ਬਾਦ—ਗੁਣਾਨਵਾਦ, ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਉਚਾਰਨ। ਸੰਗਿ—ਸੰਗਤਿ  
ਵਿਚ। ਧਿਆਈਐ—ਸਿਮਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੰਮ੍ਰਿਤ—ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ। ਜਾ ਕੇ—ਜਿਸ  
(ਪਰਮਾਤਮਾ) ਦੇ। 1। ਰਹਾਉ।

ਅਚੁਤ—{ਅਚੁੱਤ} ਨਾਸ ਰਹਿਤ। ਮਾਦ—ਮਸਤੀਆਂ। ਸਹਜ ਆਨਦ—ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਦੇ ਆਨੰਦ।  
ਅਨਹਦ ਧੁਨਿ—ਇਕ-ਰਸ ਟਿਕੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਰੰ। ਬਹੁਰਿ—ਮੁੜ। ਬਿਖਾਦ—ਦੁੱਖ-ਕਲੇਸ਼। 1।

ਸਨਕਾਦਿਕ—(ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇ ਚਾਰ ਪੁੱਤਰ) ਸਨਕ, ਸਨਾਤਨ, ਸਨੰਦਨ, ਸਨਤਕੁਮਾਰ। ਗਾਵਤ—ਗਾਂਦੇ। ਸੁਕ—  
ਸੁਕਦੇਵ ਰਿਸ਼ੀ। ਪੀਵਤ—ਪੀਂਦਿਆਂ। ਅਮਿਉ—ਅੰਮ੍ਰਿਤ, ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ-ਜਲ। ਜਪਿ—  
ਜਪ ਕੇ। ਬਿਸਮਾਦ—ਵਿਸਮਾਦ-ਅਵਸਥਾ, ਬੇ-ਖੁਦੀ ਦੀ ਅਵਸਥਾ, ਆਤਮਕ ਮਸਤੀ। 2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਉਚਾਰਨ—ਇਹ ਹੀ ਸਿਮਰਨ ਵਾਸਤੇ (ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਦਾਤਿ ਹੈ)। ਹੇ ਭਾਈ!  
ਜਿਸ ਪਰਮੇਸਰ ਦੇ (ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੇ) ਰਸ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਹਨ, ਉਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ  
ਵਿਚ ਟਿਕ ਕੇ ਧਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। 1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਅਬਿਨਾਸੀ ਨਾਸ-ਰਹਿਤ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਦਿਆਂ ਮਾਇਆ ਦੇ ਸਾਰੇ ਨਸ਼ੇ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।  
(ਸਿਮਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਦੇ ਆਨੰਦ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਦੀ  
ਇਕ-ਰਸ ਰੰ ਜਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਦੁੱਖ-ਕਲੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ। 1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਸਨਕ ਆਦਿਕ ਬ੍ਰਹਮਾ ਦੇ ਚਾਰੇ ਪੁੱਤਰ, ਬ੍ਰਹਮਾ ਆਦਿਕ ਦੇਵਤੇ (ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੇ  
ਗੀਤ) ਗਾਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸੁਕਦੇਵ ਰਿਸ਼ੀ ਪ੍ਰਹਿਲਾਦ ਭਗਤ ਆਦਿਕ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਂਦੇ ਹਨ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਮਨ  
ਨੂੰ ਮੋਹਣ ਵਾਲੇ ਹਰੀ ਦਾ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ ਰਸ ਪੀਂਦਿਆਂ, ਹਰੀ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪ ਜਪ ਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ  
ਅੰਦਰ ਉਹ ਅਵਸਥਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਥੇ ਇਹ ਸਦਾ ਵਾਹ-ਵਾਹ ਦੀ ਮਸਤੀ ਵਿਚ ਟਿਕਿਆ  
ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। 2। 80। 103।