

ਆਸਾਵਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਏਕਾ ਓਟ ਗੁਰੁ ਹਾਂ ॥ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕਹੁ ਹਾਂ ॥ ਆਗਿਆ ਸਤਿ ਸਹੁ ਹਾਂ  
 ॥ ਮਨਹਿ ਨਿਧਾਨੁ ਲਹੁ ਹਾਂ ॥ ਸੁਖਹਿ ਸਮਾਈਐ ਮੇਰੇ ਮਨਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਜੀਵਤ ਜੋ ਮਰੈ ਹਾਂ ॥  
 ਦੁਤਰੁ ਸੋ ਤਰੈ ਹਾਂ ॥ ਸਭ ਕੀ ਰੇਨੁ ਹੋਇ ਹਾਂ ॥ ਨਿਰਭਉ ਕਹਉ ਸੋਇ ਹਾਂ ॥ ਮਿਟੇ ਅੰਦੇਸਿਆ ਹਾਂ ॥  
 ਸੰਤ ਉਪਦੇਸਿਆ ਮੇਰੇ ਮਨਾ ॥੧॥ ਜਿਸੁ ਜਨ ਨਾਮ ਸੁਖੁ ਹਾਂ ॥ ਤਿਸੁ ਨਿਕਟਿ ਨ ਕਦੇ ਦੁਖੁ ਹਾਂ ॥ ਜੋ  
 ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਸੁ ਸੁਨੇ ਹਾਂ ॥ ਸਭੁ ਕੋ ਤਿਸੁ ਮੰਨੇ ਹਾਂ ॥ ਸਫਲੁ ਸੁ ਆਇਆ ਹਾਂ ॥ ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ  
 ਭਾਇਆ ਮੇਰੇ ਮਨਾ ॥੨॥੧੬੦॥ {ਪੰਨਾ 410}

ਪਦਅਰਥ:- ਏਕਾ ਓਟ—ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਆਸਰਾ। ਗੁਰੁ—ਫੜ। ਕਹੁ—ਉਚਾਰ। ਆਗਿਆ—ਰਜ਼ਾ,  
 ਹੁਕਮ। ਸਹੁ—ਸਹਾਰ, ਮੰਨ। ਸਤਿ—ਠੀਕ, ਸੱਚੀ (ਜਾਣ ਕੇ)। ਮਨਹਿ—ਮਨ ਵਿਚ। ਨਿਧਾਨੁ—(ਸਾਰੇ ਪਦਾਰਥਾਂ  
 ਦਾ) ਖਜ਼ਾਨਾ। ਲਹੁ—ਲੈ। ਸੁਖਹਿ—ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਵਿਚ। 1। ਰਹਾਉ।

ਜੋ—ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ। ਮਰੈ—(ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਲੋਂ) ਅਛੋਹ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੁਤਰੁ—{duÔqr} ਜਿਸ ਤੋਂ ਪਾਰ  
 ਲੰਘਣਾ ਔਖਾ ਹੈ। ਰੇਨੁ—ਚਰਨ-ਧੂੜ। ਹੋਇ—ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਹਉ—ਮੈਂ ਆਖਦਾ ਹਾਂ, ਕਹਉ। ਸੋਇ—ਉਸ  
 ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਹੀ। 1।

ਜਿਸੁ ਜਨ—ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ। ਤਿਸੁ ਨਿਕਟਿ—ਉਸ ਦੇ ਨੇੜੇ। ਸਭੁ ਕੋ—ਹਰੇਕ ਜੀਵ। ਮੰਨੇ—ਆਦਰ ਦੋਦਾ ਹੈ।  
 ਸੁ—ਉਹ ਮਨੁੱਖ। ਸਫਲ—ਕਾਮਯਾਬ। ਪ੍ਰਭ ਭਾਇਆ—ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਲੱਗਾ। 2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਇਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਪੱਲਾ ਫੜ, ਸਦਾ ਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਉਚਾਰਦਾ ਰਹ। ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ!  
 ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ ਮਿੱਠੀ ਕਰ ਕੇ ਮੰਨ। (ਹੇ ਭਾਈ!) ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵੱਸਦੇ ਸਾਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਖਜ਼ਾਨੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ  
 ਲੱਭ ਲੈ। ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! (ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਦਾ) ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਵਿਚ ਲੀਨ ਰਹੀਦਾ ਹੈ। 1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਕਿਰਤ-ਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਲੋਂ ਅਛੋਹ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ  
 ਇਸ ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚੋਂ ਪਾਰ ਲੰਘਣਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਸਭਨਾਂ ਦੇ  
 ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਧੂੜ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। (ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਜੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ) ਮੈਂ ਭੀ ਉਸ ਨਿਰਭਉ  
 ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਰਦਾ ਰਹਾਂ। ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ  
 ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਫਿਕਰ ਮਿਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। 1।

ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਕੋਈ ਦੁੱਖ ਉਸ ਦੇ ਨੇੜੇ  
 ਨਹੀਂ ਢੁੱਕਦਾ। ਹੇ ਮਨ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਸਦਾ ਸੁਣਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਦੁਨੀਆ  
 ਵਿਚ) ਹਰੇਕ ਮਨੁੱਖ ਉਸ ਦਾ ਆਦਰ-ਸਤਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਆਖ—) ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਜਗਤ ਵਿਚ ਜੰਮਿਆ ਹੋਇਆ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਕਾਮਯਾਬ ਜੀਵਨ ਵਾਲਾ ਹੈ  
 ਜੇਹੜਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਲੱਗ ਗਿਆ ਹੈ। 2। 4। 160।