ਕਾਨੜਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਰੰਗਾ ਰੰਗ ਰੰਗਨ ਕੇ ਰੰਗਾ ॥ ਕੀਟ ਹਸਤ ਪੂਰਨ ਸਭ ਸੰਗਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਬਰਤ ਨੇਮ ਤੀਰਥ ਸਹਿਤ ਗੰਗਾ ॥ ਜਲੁ ਹੇਵਤ ਭੂਖ ਅਰੁ ਨੰਗਾ ॥ ਪੂਜਾਚਾਰ ਕਰਤ ਮੇਲੰਗਾ ॥ ਚਕ੍ਰ ਕਰਮ ਤਿਲਕ ਖਾਟੰਗਾ ॥ ਦਰਸਨੁ ਭੇਟੇ ਬਿਨੁ ਸਤਸੰਗਾ ॥੧॥ ਹਠਿ ਨਿਗ੍ਰਹਿ ਅਤਿ ਰਹਤ ਬਿਟੰਗਾ ॥ ਹਉ ਰੋਗੁ ਬਿਆਪੈ ਚੁਕੈ ਨ ਭੰਗਾ ॥ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਅਤਿ ਤ੍ਰਿਸਨ ਜਰੰਗਾ ॥ ਸੋ ਮੁਕਤੁ ਨਾਨਕ ਜਿਸੁ ਸਤਿਗੁਰੁ ਚੰਗਾ ॥੨॥੩॥੩੬॥ {ਪੰਨਾ 1305}

ਪਦ ਅਰਥ:- ਕੀਟ—ਕੀੜਾ। ਹਸਤ—ਹਸਤਿ, ਹਾਥੀ। ਪੂਰਨ—ਵਿਆਪਕ।1। ਰਹਾਉ।

ਸਹਿਤ—ਸਮੇਤ। ਹੇਵਤ—ਬਰਫ਼। ਅਰੁ—ਅਤੇ। ਪੂਜਾਚਾਰ—ਪੂਜਾ-ਆਚਾਰ, ਪੂਜਾ ਆਦਿਕ ਦੇ ਕਰਮ। ਮੇਲੰਗਾ—ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਮੇਲ ਕੇ, ਆਸਣ ਜਮਾ ਕੇ। ਖਾਟੰਗਾ—ਖਟ ਅੰਗਾ ਤੇ, (ਦੋਵੇਂ ਲੱਤਾਂ, ਦੋਵੇਂ ਬਾਹਾਂ, ਛਾਤੀ, ਸਿਰ—ਇਹਨਾਂ) ਛੇ ਅੰਗਾਂ ਤੇ। ਦਰਸਨੁ ਸਤ ਸੰਗਾ—ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਦਾ ਦਰਸਨ।1।

ਹਠਿ—ਹਠ ਨਾਲ। ਨਿਗ੍ਰਹਿ—ਇੰਦ੍ਰਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੇ ਜਤਨ ਨਾਲ। ਬਿਟੰਗਾ—ਟੰਗਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾ, ਸਿਰ ਭਾਰ, ਸਿਰ-ਪਰਨੇ। ਹਉ ਰੋਗੁ—ਹਉਮੈ ਦਾ ਰੋਗ। ਬਿਆਪੈ—ਜ਼ੋਰ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਚੁਕੈ ਨ—ਮੁੱਕਦਾ ਨਹੀਂ। ਭੰਗਾ—ਤੋਟ, ਵਿੱਥ। ਤ੍ਰਿਸਨ—ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ। ਜਰੰਗਾ—ਜਲਦੇ ਹਨ ਅੰਗ। ਮੁਕਤੁ—(ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ) ਸੁਤੰਤਰ।2।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ (ਇਸ ਜਗਤ-ਤਮਾਸ਼ੇ ਵਿਚ) ਅਨੇਕਾਂ ਹੀ ਰੰਗਾਂ ਵਿਚ (ਵੱਸ ਰਿਹਾ ਹੈ) ਕੀੜੀ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹਾਥੀ ਤਕ ਸਭਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵੱਸਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਦਰਸਨ ਕਰਨ ਲਈ) ਕੋਈ ਵਰਤ ਨੇਮ ਰੱਖ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਗੰਗਾ ਸਮੇਤ ਸਾਰੇ ਤੀਰਥਾਂ ਦਾ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਕੋਈ (ਠੰਢੇ) ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਬਰਫ਼ (ਦੀ ਠੰਢ ਸਹਾਰ ਰਿਹਾ ਹੈ), ਕੋਈ ਭੁੱਖਾਂ ਕੱਟਦਾ ਹੈ ਕੋਈ ਨੰਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ; ਕੋਈ ਆਸਣ ਜਮਾ ਦੇ ਪੂਜਾ ਆਦਿਕ ਦੇ ਕਰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਛੇ ਅੰਗਾਂ ਉਤੇ ਚੱਕਰ ਤਿਲਕ ਆਦਿਕ ਲਾਣ ਦੇ ਕਰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਦਾ ਦਰਸਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ (ਇਹ ਸਾਰੇ ਕਰਮ ਵਿਅਰਥ ਹਨ)।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਅਨੇਕਾਂ ਰੰਗਾਂ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਦਰਸਨ ਕਰਨ ਲਈ) ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਹਠ ਨਾਲ ਇੰਦ੍ਰਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੇ ਜਤਨ ਨਾਲ ਸਿਰ ਪਰਨੇ ਹੋਇਆ ਹੈ। (ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਗੋਂ) ਹਉਮੈ ਦਾ ਰੋਗ (ਮਨੁੱਖ ਉਤੇ) ਜ਼ੋਰ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, (ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ) ਤੋਟ ਮੁੱਕਦੀ ਨਹੀਂ, ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ (ਦੀ ਅੱਗ) ਵਿਚ ਸੜਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਤੋਂ) ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਬਚਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੋਹਣਾ ਗੁਰੂ ਮਿਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।2।3। 31।