ਸਿਰੀਰਾਗੁ ਮਹਲਾ ੩ ॥ ਜੇ ਵੇਲਾ ਵਖਤੁ ਵੀਚਾਰੀਐ ਤਾ ਕਿਤੁ ਵੇਲਾ ਭਗਤਿ ਹੋਇ ॥ ਅਨਦਿਨੁ ਨਾਮੇ ਰਤਿਆ ਸਚੇ ਸਚੀ ਸੋਇ ॥ ਇਕੁ ਤਿਲੁ ਪਿਆਰਾ ਵਿਸਰੈ ਭਗਤਿ ਕਿਨੇਹੀ ਹੋਇ ॥ ਮਨੁ ਤਨੁ ਸੀਤਲੁ ਸਾਚ ਸਿਉ ਸਾਸੁ ਨ ਬਿਰਥਾ ਕੋਇ ॥੧॥ ਮੇਰੇ ਮਨ ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ॥ ਸਾਚੀ ਭਗਤਿ ਤਾ ਥੀਐ ਜਾ ਹਰਿ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸਹਜੇ ਖੇਤੀ ਰਾਹੀਐ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਬੀਜੁ ਪਾਇ ॥ ਖੇਤੀ ਜੰਮੀ ਅਗਲੀ ਮਨੂਆ ਰਜਾ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਇ ॥ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਹੈ ਜਿਤੁ ਪੀਤੈ ਤਿਖ ਜਾਇ ॥ ਇਹੁ ਮਨੁ ਸਾਚਾ ਸਚਿ ਰਤਾ ਸਚੇ ਰਹਿਆ ਸਮਾਇ ॥ ੨॥ ਆਖਣੁ ਵੇਖਣੁ ਬੋਲਣਾ ਸਬਦੇ ਰਹਿਆ ਸਮਾਇ ॥ ਬਾਣੀ ਵਜੀ ਚਹੁ ਜੁਗੀ ਸਚੋ ਸਚੁ ਸੁਣਾਇ ॥ ਹਉਮੈ ਮੇਰਾ ਰਹਿ ਗਇਆ ਸਚੈ ਲਇਆ ਮਿਲਾਇ ॥ ਤਿਨ ਕਉ ਮਹਲੁ ਹਦੂਰਿ ਹੈ ਜੋ ਸਚਿ ਰਹੇ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥ ੩॥ ਨਦਰੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈਐ ਵਿਣੁ ਕਰਮਾ ਪਾਇਆ ਨ ਜਾਇ ॥ ਪੂਰੈ ਭਾਗਿ ਸਤਸੰਗਤਿ ਲਹੈ ਸਤਗੁਰੁ ਭੇਟੈ ਜਿਸੁ ਆਇ ॥ ਅਨਦਿਨੁ ਨਾਮੇ ਰਤਿਆ ਦੁਖੁ ਬਿਖਿਆ ਵਿਚਹੁ ਜਾਇ ॥ ਨਾਨਕ ਸਬਦਿ ਮਿਲਾਵੜਾ ਨਾਮੇ ਨਾਮਿ ਸਮਾਇ ॥੪॥੨੨॥੫੫॥ {ਪੰਨਾ 35}

ਪਦਅਰਥ:- ਕਿਤੁ—ਕਿਸ ਵਿਚ? {ਲਫ਼ਜ਼ 'ਕਿਤੁ' ਲਫ਼ਜ਼ 'ਕਿਸ' ਤੋਂ ਅਧਿਕਰਣ ਕਾਰਕ ਇਕ-ਵਚਨ ਹੈ}। ਕਿਤੁ ਵੇਲਾ—ਕਿਸ ਵੇਲੇ? ਅਨਦਿਨੁ—ਹਰ ਰੋਜ਼, ਹਰ ਵੇਲੇ? ਨਾਮੇ—ਨਾਮਿ ਹੀ, ਨਾਮ ਵਿਚ ਹੀ। ਸੋਇ—ਸੋਭਾ। ਸਚੀ—ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ। ਕਿਨੇਹੀ—ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ? ਸਾਚੁ ਸਿਉ—ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਲ। ਸਾਸੁ—ਸੁਆਸ।1।

ਤਾ—ਤਦੋਂ। ਥੀਐ—ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਾ—ਜਦੋਂ। ਮਨਿ—ਮਨ ਵਿਚ।1। ਰਹਾਉ।

ਸਹਜੇ—ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ। ਰਾਹੀਐ—ਬੀਜਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਚੁ—ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ। ਪਾਇ—ਪਾ ਕੇ, ਬੀਜ ਕੇ। ਅਗਲੀ—ਬਹੁਤੀ। ਸੁਭਾਇ—ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ (ਟਿਕ ਕੇ)। ਜਿਤੁ—ਜਿਸ ਦੀ ਰਾਹੀਂ (ਲਫ਼ਜ਼ 'ਜਿਸ' ਤੋਂ ਅਧਿਕਰਣ ਕਾਰਕ ਇਕ-ਵਚਨ)। ਜਿਤੁ ਪੀਤੈ—ਜਿਸ ਦੇ ਪੀਣ ਨਾਲ। ਤਿਖ—ਪਿਆਸ। ਸਚਿ—ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ।2।

ਸਬਦੇ—ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਹੀ, ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਹੀ। ਵਜੀ—ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੋ ਗਈ। ਚਹੁ ਜੁਗੀ—ਚਹੁਆਂ ਜੁਗਾਂ ਵਿਚ, ਸਦਾ ਲਈ। ਸਚੋ ਸਚੁ—ਸੱਚ ਹੀ ਸੱਚ, ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ। ਰਹਿ ਗਇਆ—ਮੁੱਕ ਗਿਆ। ਸਚੈ—ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ। ਮਹਲੁ—ਟਿਕਾਣਾ।3।

ਨਦਰੀ—(ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਮਿਹਰ ਦੀ) ਨਿਗਾਹ ਨਾਲ। ਕਰਮ—ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼। ਵਿਣੁ ਕਰਮਾ—ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਮਿਹਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾ। ਭੇਟੇ ਜਿਸੁ—ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਆਇ—ਆ ਕੇ। ਬਿਖਿਆ—ਮਾਇਆ। ਦੁਖੁ ਬਿਖਿਆ—ਮਾਇਆ ਦਾ ਮੋਹ-ਰੂਪ ਦੁੱਖ। ਸਬਦਿ—ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਨਾਮੇ ਨਾਮਿ—ਵਿਚ ਹੀ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰ। ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਭੂ-ਭਗਤੀ ਤਦੋਂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ (ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਵੱਸੇ।1। ਰਹਾਉ।

ਜੇ (ਭਗਤੀ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ) ਕੋਈ ਖ਼ਾਸ ਵੇਲਾ ਕੋਈ ਖ਼ਾਸ ਵਕਤ ਨਿਯਤ ਕਰਨਾ ਵਿਚਾਰਦੇ ਰਹੀਏ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਭੀ ਭਗਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਰਿਹਾਂ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਸੋਭਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਕਾਹਦੀ ਭਗਤੀ ਹੋਈ ਜੇ ਇਕ ਖਿਨ ਭਰ ਭੀ

ਪਿਆਰਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵਿੱਸਰ ਜਾਏ? ਜੇ ਇਕ ਸਾਹ ਭੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਯਾਦ ਤੋਂ ਖ਼ਾਲੀ ਨਾਹ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆਂ ਮਨ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਰੀਰ (ਭੀ) ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।1।

ਜੇ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਟਿਕ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਨਾਮ-ਬੀ ਬੀਜ ਕੇ (ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ) ਫ਼ਸਲ ਬੀਜੀਏ; ਤਾਂ ਇਹ ਫਸਲ ਬਹੁਤ ਉੱਗਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਫ਼ਸਲ ਬੀਜਣ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਜੁੜ ਕੇ (ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ) ਰੱਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਤਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ (ਐਸਾ) ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਹੈ (ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਜਲ ਹੈ) ਜਿਸ ਦੇ ਪੀਤਿਆਂ (ਮਾਇਆ ਦੀ) ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਨਾਮ-ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ) ਇਹ ਮਨ ਅਡੋਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ ਰੰਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ (ਦੀ ਯਾਦ) ਵਿਚ ਹੀ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।2।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦਾ ਆਖਣਾ ਵੇਖਣਾ ਬੋਲਣਾ (ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਹੀ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਭਾਵ, ਜੇਹੜੇ ਬੰਦੇ ਸਦਾ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਵਿਚ ਹੀ ਮਗਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਤੇ ਹਰ ਪਾਸੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਹੀ (ਵੇਖਦੇ ਹਨ) ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ (ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ) ਸੁਣਾ ਸੁਣਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੋਭਾ (ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ) ਸਦਾ ਲਈ ਕਾਇਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਜੋੜੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਅਪਣੱਤ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜੇਹੜੇ ਬੰਦੇ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ ਲਿਵ ਲਾਈ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ ਥਾਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।3।

ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਮਿਹਰ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਮਿਹਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਉਹ ਮਿਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਕਿਸਮਤ ਨਾਲ ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਆ ਕੇ ਮਿਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ (ਇਸ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਹਰ ਵੇਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ (-ਰੰਗ) ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਮਾਇਆ (ਦੇ ਮੋਹ) ਦਾ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ) ਮਿਲਾਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ (ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਹੀ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।4। 22। 55।