

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੩ ॥ ਆਸਾ ਆਸ ਕਰੇ ਸਭੁ ਕੋਈ ॥ ਹੁਕਮੈ ਬੂਝੈ ਨਿਰਾਸਾ ਹੋਈ ॥ ਆਸਾ ਵਿਚਿ
ਸੁਤੇ ਕਈ ਲੋਈ ॥ ਸੋ ਜਾ ਗੈ ਜਾਗਾਵੈ ਸੋਈ ॥ ੧ ॥ ਸਤਿਗੁਰਿ ਨਾਮੁ ਬੁਝਾਇਆ ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਭੁਖ ਨ
ਜਾਈ ॥ ਨਾਮੇ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਅਗਨਿ ਬੁਝੈ ਨਾਮੁ ਮਿਲੈ ਤਿਸੈ ਰਜਾਈ ॥ ੨ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਕਲਿ ਕੀਰਤਿ ਸਬਦੁ
ਪਛਾਨੁ ॥ ਏਹਾ ਭਗਤਿ ਚੂਕੈ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸੇਵਿਐ ਹੋਵੈ ਪਰਵਾਨੁ ॥ ਜਿਨਿ ਆਸਾ ਕੀਤੀ
ਤਿਸ ਨੋ ਜਾਨੁ ॥ ੩ ॥ ਤਿਸੁ ਕਿਆ ਦੀਜੈ ਜਿ ਸਬਦੁ ਸੁਣਾਏ ॥ ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਨਾਮੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ ॥
ਇਹੁ ਸਿਰੁ ਦੀਜੈ ਆਪੁ ਗਵਾਏ ॥ ਹੁਕਮੈ ਬੂਝੈ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਪਾਏ ॥ ੪ ॥ ਆਪਿ ਕਰੇ ਤੈ ਆਪਿ ਕਰਾਏ
॥ ਆਪੇ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਵਸਾਏ ॥ ਆਪਿ ਭੁਲਾਵੈ ਆਪਿ ਮਾਰਗਿ ਪਾਏ ॥ ਸਚੈ ਸਬਦਿ ਸਚਿ ਸਮਾਏ
॥ ੫ ॥ ਸਚਾ ਸਬਦੁ ਸਚੀ ਹੈ ਬਾਣੀ ॥ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜੁਗਿ ਜੁਗਿ ਆਖਿ ਵਖਾਣੀ ॥ ਮਨਮੁਖਿ ਮੋਹਿ ਭਰਮਿ
ਭੋਲਾਣੀ ॥ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਸਭ ਫਿਰੈ ਬਉਰਾਣੀ ॥ ੬ ॥ ਤੀਨਿ ਭਵਨ ਮਹਿ ਏਕਾ ਮਾਇਆ ॥ ਮੂਰਖਿ ਪੜਿ
ਪੜਿ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਦ੍ਰਿੜਾਇਆ ॥ ਬਹੁ ਕਰਮ ਕਮਾਵੈ ਦੁਖੁ ਸਬਾਇਆ ॥ ਸਤਿਗੁਰੁ ਸੇਵਿ ਸਦਾ ਸੁਖੁ
ਪਾਇਆ ॥ ੭ ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਮੀਠਾ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰਿ ॥ ਅਨਦਿਨੁ ਭੋਗੇ ਹਉਮੈ ਮਾਰਿ ॥ ਸਹਜਿ ਅਨੰਦਿ
ਕਿਰਪਾ ਧਾਰਿ ॥ ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਸਦਾ ਸਚਿ ਪਿਆਰਿ ॥ ੮ ॥ ਹਰਿ ਜਪਿ ਪੜੀਐ ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰਿ ॥
ਹਰਿ ਜਪਿ ਪੜੀਐ ਹਉਮੈ ਮਾਰਿ ॥ ਹਰਿ ਜਪੀਐ ਭਇ ਸਚਿ ਪਿਆਰਿ ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਗੁਰਮਤਿ
ਉਰ ਧਾਰਿ ॥ ੯ ॥ ੧੨੫ ॥ {ਪੰਨਾ 423-424}

ਪਦਅਰਥ:- ਆਸਾ ਆਸ ਕਰੇ—ਆਸਾਂ ਹੀ ਆਸਾਂ ਬਣਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਭੁ ਕੋਈ—ਹਰੇਕ ਜੀਵ। ਨਿਰਾਸਾ—ਆਸਾਂ ਤੋਂ
ਸੁਤੰਤਰ। ਲੋਈ—ਲੋਕ। ਸੋਈ—ਉਹ ਆਪ ਹੀ। 1।

ਸਤਿਗੁਰਿ—ਗੁਰੂ ਨੇ। ਨਾਮੇ—ਨਾਮ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਹੀ। ਤਿਸੈ ਰਜਾਈ—ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨਾਲ ਹੀ। 1।
ਰਹਾਉ।

ਕੀਰਤਿ—ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ। ਕਲਿ—ਇਸ ਜਗਤ ਵਿਚ। ਚੂਕੈ—ਮੁੱਕਦਾ ਹੈ। ਸੇਵਿਐ—ਸੇਵਾ ਕੀਤਿਆਂ।
ਜਿਨਿ—ਜਿਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੇ। 2।

ਤਿਸੁ—ਉਸ (ਗੁਰੂ) ਨੂੰ। ਦੀਜੈ—ਦੇਈਏ। ਜਿ—ਜੇਹੜਾ। ਮੰਨਿ—ਮਨਿ, ਮਨ ਵਿਚ। ਆਪੁ—ਆਪਾ-ਭਾਵ,
ਹਉਮੈ। ਗਵਾਇ—ਗਵਾ ਕੇ। 3।

ਤੈ—ਅਤੇ। ਗੁਰਮੁਖਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਮਾਰਗਿ—ਰਸਤੇ ਉਤੇ। ਸਬਦਿ—ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਸਚਿ—ਸਦਾ-
ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਵਿਚ। 4।

ਜੁਗਿ ਜੁਗਿ—ਹਰੇਕ ਜੁਗ ਵਿਚ। ਗੁਰਮੁਖਿ—ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਨਮੁਖ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ। ਮਨਮੁਖਿ—ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ
ਪਿੱਛੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲਾ। ਮੋਹਿ—ਮੋਹ ਵਿਚ। ਭਰਮਿ—ਭਟਕਣਾ ਵਿਚ। ਬਉਰਾਣੀ—ਕਮਲੀ, ਪਾਗਲ। 5।

ਮੂਰਖਿ—ਮੂਰਖ ਨੇ। ਕਰਮ—(ਮਿਥੇ ਹੋਏ ਧਾਰਮਿਕ) ਕੰਮ। ਸਬਾਇਆ—ਸਾਰਾ ਹੀ। 6।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਬਦੁ—ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਸ਼ਬਦ। ਅਨਦਿਨੁ—ਹਰ ਰੋਜ਼। ਮਾਰਿ—ਮਾਰ ਕੇ। ਸਹਜਿ—
ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ। ਅਨੰਦਿ—ਆਨੰਦ ਵਿਚ। ਨਾਮਿ—ਨਾਮ ਵਿਚ। ਰਤੇ—ਰੰਗੇ ਹੋਏ। ਸਚਿ—ਸਦਾ-
ਥਿਰ ਵਿਚ। ਪਿਆਰਿ—ਪਿਆਰ ਵਿਚ। 7।

ਜਪਿ—ਜਪ ਕੇ, ਜਪੀਏ। ਵੀਚਾਰਿ—ਵਿਚਾਰ ਕੇ। ਭਇ—ਭਉ ਵਿਚ। 8।

ਅਰਥ:- (ਹੇ ਭਾਈ! ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ) ਹਰੇਕ ਜੀਵ ਆਸਾਂ ਹੀ ਆਸਾਂ ਬਣਾਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ ਸਮਝ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਆਸਾਂ ਦੇ ਜਾਲ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। (ਹੇ ਭਾਈ!) ਬੇਅੰਤ ਲੁਕਾਈ ਆਸਾਂ (ਦੇ ਜਾਲ) ਵਿਚ (ਫਸ ਕੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚ) ਸੁੱਤੀ ਪਈ ਹੈ। ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ (ਇਸ ਨੀਂਦ ਵਿਚੋਂ) ਜਾਗਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ (ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪਾ ਕੇ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਆਪ ਜਗਾਂਦਾ ਹੈ।11

(ਹੇ ਭਾਈ! ਮਾਇਆ ਦੀ) ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਅੱਗ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਬੁੱਝਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਨਾਮ ਉਸ ਮਾਲਕ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਅਨੁਸਾਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ (ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ)। ਗੁਰੂ ਨੇ (ਜਿਸ ਨੂੰ) ਹਰਿ-ਨਾਮ (ਸਿਮਰਨਾ) ਸਿਖਾ ਦਿੱਤਾ (ਉਸ ਦੀ ਮਾਇਆ ਵਾਲੀ ਭੁੱਖ ਮਿਟ ਗਈ)। (ਹੇ ਭਾਈ!) ਹਰਿ-ਨਾਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾ (ਮਾਇਆ ਵਾਲੀ) ਭੁੱਖ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।11 ਰਹਾਉ।

(ਹੇ ਭਾਈ! ਇਸ ਵਿਕਾਰਾਂ-ਵੇੜ੍ਹੇ) ਜਗਤ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਰਦਾ ਰਹੁ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਪਾਈ ਰੱਖ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਭਗਤੀ ਹੀ ਹੈ (ਜਿਸ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਮਨ ਵਿਚੋਂ) ਅਹੰਕਾਰ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਦੱਸੀ ਸੇਵਾ ਕੀਤਿਆਂ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ ਕਬੂਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। (ਹੇ ਭਾਈ! ਇਹਨਾਂ ਆਸਾਂ ਦੇ ਜਾਲ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਲਈ) ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਬਣਾ ਜਿਸ ਨੇ ਆਸਾ (ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ) ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਹੈ।21

(ਹੇ ਭਾਈ!) ਜੇਹੜਾ (ਗੁਰੂ ਆਪਣਾ) ਸ਼ਬਦ ਸੁਣਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮੋਹਰ ਕਰ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ (ਸਾਡੇ) ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਕੇਹੜੀ ਭੇਟਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? (ਹੇ ਭਾਈ!) ਆਪਾ-ਭਾਵ ਦੂਰ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣਾ ਇਹ ਸਿਰ (ਗੁਰੂ ਅੱਗੇ) ਭੇਟਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ (ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣਾ-ਆਪ ਗੁਰੂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਸਦਾ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹੈ।31

(ਹੇ ਭਾਈ! ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਵਿਚ ਵਿਆਪਕ ਹੋ ਕੇ) ਪਰਮਾਤਮਾ ਸਭ ਕੁਝ ਆਪ ਹੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਪ ਹੀ ਜੀਵਾਂ ਪਾਸੋਂ ਕਰਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ (ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆਪਣਾ) ਨਾਮ ਵਸਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਆਪ ਹੀ ਕੁਰਾਹੇ ਪਾਂਦਾ ਹੈ ਆਪ ਹੀ ਸਹੀ ਰਸਤੇ ਪਾਂਦਾ ਹੈ (ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰਸਤੇ ਪਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਮਨੁੱਖ) ਸਦਾ-ਬਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਜੁੜ ਕੇ ਸਦਾ-ਬਿਰ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਵਿਚ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।41

(ਹੇ ਭਾਈ!) ਸਦਾ-ਬਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਸਦਾ-ਬਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਹੀ ਹਰੇਕ ਜੁਗ ਵਿਚ ਲੁਕਾਈ ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਾਹੀਂ ਉਚਾਰਦੀ ਆਈ ਹੈ (ਤੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਭਰਮ ਤੋਂ ਬਚਦੀ ਆਈ ਹੈ)। ਪਰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਤੁਰਨ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ (ਹਰੇਕ ਜੁਗ ਵਿਚ ਹੀ) ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਰਿਹਾ, ਮਾਇਆ ਦੀ ਭਟਕਣਾ ਵਿਚ ਪੈ ਕੇ ਕੁਰਾਹੇ ਪਿਆ ਰਿਹਾ। (ਹੇ ਭਾਈ!) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਕੇ (ਹਰੇਕ ਜੁਗ ਵਿਚ ਹੀ) ਝੱਲੀ ਹੋ ਕੇ ਲੁਕਾਈ ਭਟਕਦੀ ਰਹੀ ਹੈ।51

(ਹੇ ਭਾਈ!) ਤਿੰਨਾਂ ਹੀ ਭਵਨਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਮਾਇਆ ਦਾ ਹੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਚਲਿਆ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੂਰਖ ਮਨੁੱਖ ਨੇ (ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਕੇ ਸਿੰਮ੍ਰਿਤੀਆਂ ਸ਼ਾਸਤਰ ਆਦਿਕ) ਪੜ੍ਹ ਪੜ੍ਹ ਕੇ (ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਗੋਂ) ਮਾਇਆ ਦਾ ਪਿਆਰ ਹੀ ਪੱਕਾ ਕੀਤਾ। ਮੂਰਖ ਮਨੁੱਖ (ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਕੇ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਮਿਥੇ) ਅਨੇਕਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਿਰਾ ਦੁੱਖ ਹੀ ਸਹੇੜਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਦੱਸੀ ਸੇਵਾ ਕਰ ਕੇ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਸਦਾ ਟਿਕੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦਾ ਹੈ।61

ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰ ਕੇ (ਤੇ, ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਹਉਮੈ ਦੂਰ ਕਰ ਕੇ (ਵਡ-ਭਾਰੀ ਮਨੁੱਖ) ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਸੁਆਦਲਾ ਨਾਮ-ਰਸ ਹਰ ਵੇਲੇ ਮਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। (ਗੁਰੂ) ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਵਿਚ ਟਿਕਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। (ਹੇ ਭਾਈ!) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ-ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ

ਹੋਏ ਮਨੁੱਖ ਸਦਾ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਮਗਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਸਦਾ-ਬਿਰ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਵਿਚ ਲੀਨ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।7।

ਹੇ ਭਾਈ! ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੋਚ-ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਟਿਕਾ ਕੇ (ਤੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਹਉਮੈ ਦੂਰ ਕਰ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਹੀ ਜਾਪ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਪੜ੍ਹਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਡਰ-ਅਦਬ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਸਦਾ-ਬਿਰ ਹਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਮਸਤ ਹੋ ਕੇ ਹਰੀ-ਨਾਮ ਦਾ ਜਾਪ ਹੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਆਖ—ਹੇ ਭਾਈ!) ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਲੈ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਟਿਕਾਈ ਰੱਖ।8।3। 25।