

ਗਉੜੀ ਗੁਆਰੇਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਆਨ ਰਸਾ ਜੇਤੇ ਤੈ ਚਾਖੇ ॥ ਨਿਮਖ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਤੇਰੀ ਲਾਥੇ ॥ ਹਰਿ
 ਰਸ ਕਾ ਤੂੰ ਚਾਖਹਿ ਸਾਦੁ ॥ ਚਾਖਤ ਹੋਇ ਰਹਹਿ ਬਿਸਮਾਦੁ ॥੧॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਰਸਨਾ ਪੀਉ ਪਿਆਰੀ ॥
 ਇਹ ਰਸ ਰਾਤੀ ਹੋਇ ਤ੍ਰਿਪਤਾਰੀ ॥੨॥ ਰਹਾਉ ॥ ਹੇ ਜਿਹਵੇ ਤੂੰ ਰਾਮ ਗੁਣ ਗਾਉ ॥ ਨਿਮਖ ਨਿਮਖ
 ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਧਿਆਉ ॥ ਆਨ ਨ ਸੁਨੀਐ ਕਤਹੂੰ ਜਾਈਐ ॥ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਵਡਭਾਗੀ ਪਾਈਐ
 ॥੩॥ ਆਠ ਪਹਰ ਜਿਹਵੇ ਆਰਾਧਿ ॥ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਠਾਕੁਰ ਆਗਾਧਿ ॥ ਈਹਾ ਉਹਾ ਸਦਾ ਸੁਹੇਲੀ ॥
 ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਵਤ ਰਸਨ ਅਮੋਲੀ ॥ ੩ ॥ ਬਨਸਪਤਿ ਮਉਲੀ ਫਲ ਫੁਲ ਪੇਡੇ ॥ ਇਹ ਰਸ ਰਾਤੀ
 ਬਹੁਰਿ ਨ ਛੋਡੇ ॥ ਆਨ ਨ ਰਸ ਕਸ ਲਵੈ ਨ ਲਾਈ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਗੁਰ ਭਏ ਹੈ ਸਹਾਈ
 ॥੪॥੧੫॥੮੪॥ {ਪੰਨਾ 180}

ਪਦਅਰਥ:- ਆਨ—ਹੋਰ {ANX}। ਜੇਤੇ—ਜਿਤਨੇ (ਭੀ)। ਤੈ—ਤੂੰ (ਹੇ ਮੇਰੀ ਜੀਭ!)। ਨਿਮਖ—ਅੱਖ ਝਮਕਣ
 ਜਿਤਨਾ ਸਮਾ {inmy—}। ਸਾਦੁ—ਸੁਆਦ। ਬਿਸਮਾਦੁ—ਅਸਚਰਜ, ਮਸਤ।1।

ਰਸਨਾ—ਹੇ ਜੀਭ! ਤ੍ਰਿਪਤਾਰੀ—ਤ੍ਰਿਪਤ, ਸੰਤੁਸ਼ਟ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਜਿਹਵੇ—ਹੇ ਜੀਭ! ਆਨ—ਹੋਰ। ਕਤ ਹੂੰ—ਕਿਤੇ ਭੀ।2।

ਆਰਾਧਿ—ਸਿਮਰ। ਆਗਾਧਿ—ਅਥਾਹ। ਈਹਾ—ਇਸ ਲੋਕ ਵਿਚ। ਉਹਾ—ਪਰਲੋਕ ਵਿਚ। ਸੁਹੇਲੀ—ਸੁਖੀ।
 ਰਸਨ—ਜੀਭ।3।

ਮਉਲੀ—ਖਿੜੀ ਹੋਈ। ਪੇਡ—ਡਾਲ। ਬਹੁਰਿ—ਮੁੜ। ਰਾਤੀ—ਰੱਤੀ ਹੋਈ, ਮਸਤ। ਰਸ ਕਸ—ਕਿਸਮ ਕਿਸਮ
 ਦੇ ਸੁਆਦ। ਲਵੈ ਨ ਲਾਈ—ਬਰਾਬਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ (ਮੇਰੀ) ਪਿਆਰੀ ਜੀਭ! ਤੂੰ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਨਾਮ-ਰਸ ਪੀ। ਜੇਹੜੀ ਜੀਭ ਇਸ ਨਾਮ-ਰਸ
 ਵਿਚ ਮਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ (ਹੋਰ ਰਸਾਂ ਵਲੋਂ) ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

(ਹੇ ਮੇਰੀ ਜੀਭ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ-ਰਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾ) ਹੋਰ ਜਿਤਨੇ ਭੀ ਰਸ ਤੂੰ ਚੱਖਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, (ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ)
 ਤੇਰੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਅੱਖ ਦੇ ਝਮਕਣ ਸਮੇਂ ਤਕ ਭੀ ਨਹੀਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ। ਜੇ ਤੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ-ਰਸ ਦਾ ਸੁਆਦ ਚੱਖੋ,
 ਚੱਖਦਿਆਂ ਹੀ ਤੂੰ (ਉਸ ਵਿਚ) ਮਸਤ ਹੋ ਜਾਏਂ।1।

ਹੇ (ਮੇਰੀ) ਜੀਭ! ਤੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾ, ਪਲ ਪਲ ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰ। (ਜੇ ਦੁਨੀਆ ਦੇ
 ਰਸਾਂ ਵਲੋਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾ) ਹੋਰ (ਫਿੱਕੋ ਬੋਲ) ਨਹੀਂ ਸੁਣਨੇ
 ਚਾਹੀਦੇ, (ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਤੋਂ ਬਿਨਾ) ਹੋਰ ਕਿਤੇ (ਵਿਕਾਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਥਾਂਵਾਂ ਤੇ) ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।
 (ਪਰ) ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਵੱਡੇ ਭਾਗਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।2।

ਹੇ (ਮੇਰੀ) ਜੀਭ! ਅੱਠੇ ਪਹਰ ਅਥਾਹ (ਗੁਣਾਂ ਵਾਲੇ) ਠਾਕੁਰ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣ
 ਗਾਂਦਿਆਂ ਜੀਭ ਬੜੀ ਕੀਮਤ ਵਾਲੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, (ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ) ਇਸ ਲੋਕ ਤੇ ਪਰਲੋਕ
 ਵਿਚ ਸਦਾ ਸੁਖੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।3।

(ਇਹ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਕੁਦਰਤਿ ਵਿਚ ਸਾਰੀ) ਬਨਸਪਤੀ ਖਿੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਰੁੱਖਾਂ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਫੁੱਲ
 ਫਲ ਲੱਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜੀਭ ਨਾਮ-ਰਸ ਵਿਚ ਮਸਤ ਹੈ ਉਹ (ਬਾਹਰ-ਦਿੱਸਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਨੂੰ ਤੱਕ
 ਕੇ ਨਾਮ-ਰਸ ਨੂੰ) ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦਾ।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਆਖ—ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਹਾਈ ਸਤਿਗੁਰੂ ਬਣਦਾ ਹੈ, (ਉਸ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਵਿਚ ਦੁਨੀਆ ਵਾਲੇ)
ਹੋਰ ਕਿਸਮ ਕਿਸਮ ਦੇ ਰਸ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ-ਰਸ ਦੀ) ਬਰਾਬਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।4।15। 84।