ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਉਦਮੁ ਕਰਤ ਹੋਵੈ ਮਨੁ ਨਿਰਮਲੁ ਨਾਚੈ ਆਪੁ ਨਿਵਾਰੇ ॥ ਪੰਚ ਜਨਾ ਲੇ ਵਸਗਤਿ ਰਾਖੈ ਮਨ ਮਹਿ ਏਕੰਕਾਰੇ ॥੧॥ ਤੇਰਾ ਜਨੁ ਨਿਰਤਿ ਕਰੇ ਗੁਨ ਗਾਵੈ ॥ ਰਬਾਬੁ ਪਖਾਵਜ ਤਾਲ ਘੁੰਘਰੂ ਅਨਹਦ ਸਬਦੁ ਵਜਾਵੈ ॥ ੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਪ੍ਰਥਮੇ ਮਨੁ ਪਰਬੋਧੈ ਅਪਨਾ ਪਾਛੈ ਅਵਰ ਰੀਝਾਵੈ ॥ ਰਾਮ ਨਾਮ ਜਪੁ ਹਿਰਦੈ ਜਾਪੈ ਮੁਖ ਤੇ ਸਗਲ ਸੁਨਾਵੈ ॥ ੨॥ ਕਰ ਸੰਗਿ ਸਾਧੂ ਚਰਨ ਪਖਾਰੈ ਸੰਤ ਧੂਰਿ ਤਨਿ ਲਾਵੈ ॥ ਮਨੁ ਤਨੁ ਅਰਪਿ ਧਰੇ ਗੁਰ ਆਗੈ ਸਤਿ ਪਦਾਰਥੁ ਪਾਵੈ ॥੩॥ ਜੋ ਜੋ ਸੁਨੈ ਪੇਖੈ ਲਾਇ ਸਰਧਾ ਤਾ ਕਾ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੁਖੁ ਭਾਗੈ ॥ ਐਸੀ ਨਿਰਤਿ ਨਰਕ ਨਿਵਾਰੈ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਾਗੈ ॥੪॥੪॥੪੩॥ {ਪੰਨਾ 381}

ਪਦਅਰਥ:- ਨਿਰਮਲੁ—ਸਾਫ਼, ਪਵਿਤ੍ਰ। ਆਪੁ—ਆਪਾ-ਭਾਵ, ਅਹੰਕਾਰ। ਪੰਚ ਜਨਾ—ਕਾਮਾਦਿਕ ਪੰਜਾਂ ਨੂੰ। ਵਸਗਤਿ—ਕਾਬੂ ਵਿਚ।1।

ਨਿਰਤਿ—ਨਾਚ, ਭਗਤੀ ਦਾ ਨਾਚ। ਪਖਾਵਜ—ਜੋੜੀ, ਤਬਲਾ। ਤਾਲ—ਛੈਣੇ। ਅਨਹਦ—ਇਕ-ਰਸ, ਬਿਨਾ ਸਾਜ ਵਜਾਇਆਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਰਾਗ।1। ਰਹਾਉ।

ਪਰਬੋਧੈ—ਜਗਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਮਝਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਵਰ—ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ। ਰੀਝਾਵੈ—ਖ਼ੁਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੇ—ਤੋਂ।2।

ਕਰ ਸੰਗਿ—ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ। ਸਾਧੂ ਚਰਨ—ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੇ ਪੈਰ। ਪਖਾਰੈ—ਧੋਂਦਾ ਹੈ, ਪਖਾਲੈ। ਤਨਿ—ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ। ਅਰਪਿ—ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਕੇ। ਸਤਿ—ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ।3।

ਪੇਖੈ—ਵੇਖਦਾ ਹੈ। ਸਰਧਾ—ਯਕੀਨ। ਤਾ ਕਾ—ਉਸ ਦਾ। ਨਿਵਾਰੈ—ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰਮੁਖਿ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈਣਾ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! (ਦੇਵੀ ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੇ ਭਗਤ ਆਪਣੇ ਇਸ਼ਟ ਦੀ ਭਗਤੀ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਉਸ ਦੇ ਅੱਗੇ ਨਾਚ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ) ਤੇਰਾ ਭਗਤ ਤੇਰੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੇ ਗੀਤ ਗਾਂਦਾ ਹੈ (ਇਹ, ਮਾਨੋ) ਉਹ ਨਾਚ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਤੇਰਾ ਭਗਤ ਤੇਰੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ ਸ਼ਬਦ-ਰੂਪ ਵਾਜਾ (ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ) ਲਗਾਤਾਰ ਵਜਾਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ (ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ) ਇਹੀ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਵਾਸਤੇ ਰਬਾਬ ਤਬਲਾ ਛੈਣੇ ਘੁੰਘਰੂ (ਆਦਿਕ ਸਾਜ਼ਾਂ ਦਾ ਵੱਜਣਾ)।1। ਰਹਾਉ।

(ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਭਗਤ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ) ਉੱਦਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਮਨ ਪਵਿਤ੍ਰ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਆਪਾ-ਭਾਵ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਇਹ, ਮਾਨੋ, ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ) ਨਾਚ ਕਰਦਾ ਹੈ। (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸੇਵਕ) ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਵਸਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ (ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ) ਉਹ ਕਾਮਾਦਿਕ ਪੰਜਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।1।

(ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਭਗਤ) ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ (ਮੋਹ ਦੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚੋਂ) ਜਗਾਂਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ (ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ) ਰੀਝ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਹਿਲਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਉਹ ਜਾਪ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਭੀ ਸੁਣਾਂਦਾ ਹੈ।2।

(ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸੇਵਕ) ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੇ ਪੈਰ ਧੋਂਦਾ ਹੈ ਸੰਤ ਜਨਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਧੂੜ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਲਾਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਮਨ ਗੁਰੂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ ਆਪਣਾ ਸਰੀਰ (ਹਰੇਕ ਗਿਆਨ-ਇੰਦ੍ਰਾ) ਗੁਰੂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।3।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਇਕ ਐਸਾ ਨਾਚ ਹੈ ਕਿ) ਜੇਹੜਾ ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਦਕ ਧਾਰ ਕੇ ਸੁਣਦਾ ਵੇਖਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦੇ ਗੇੜ ਦਾ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਜੇਹਾ ਨਾਚ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਰਕਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ (ਇਸ ਨਾਚ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਉਹ (ਮੋਹ ਦੀ ਨੀਂਦ ਤੋਂ) ਜਾਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।4। 4। 43।