ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਕਰਿ ਇਸਨਾਨੁ ਸਿਮਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਅਪਨਾ ਮਨ ਤਨ ਭਏ ਅਰੋਗਾ ॥ ਕੋਟਿ ਬਿਘਨ ਲਾਥੇ ਪ੍ਰਭ ਸਰਣਾ ਪ੍ਰਗਟੇ ਭਲੇ ਸੰਜੋਗਾ ॥੧॥ ਪ੍ਰਭ ਬਾਣੀ ਸਬਦੁ ਸੁਭਾਖਿਆ ॥ ਗਾਵਹੁ ਸੁਣਹੁ ਪੜਹੁ ਨਿਤ ਭਾਈ ਗੁਰ ਪੂਰੈ ਤੂ ਰਾਖਿਆ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਅਮਿਤਿ ਵਡਾਈ ਭਗਤਿ ਵਛਲ ਦਇਆਲਾ ॥ ਸੰਤਾ ਕੀ ਪੈਜ ਰਖਦਾ ਆਇਆ ਆਦਿ ਬਿਰਦੁ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਾ ॥੨॥ ਹਰਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਭੋਜਨੁ ਨਿਤ ਭੁੰਚਹੁ ਸਰਬ ਵੇਲਾ ਮੁਖਿ ਪਾਵਹੁ ॥ ਜਰਾ ਮਰਾ ਤਾਪੁ ਸਭੁ ਨਾਠਾ ਗੁਣ ਗੋਬਿੰਦ ਨਿਤ ਗਾਵਹੁ ॥੩॥ ਸੁਣੀ ਅਰਦਾਸਿ ਸੁਆਮੀ ਮੇਰੈ ਸਰਬ ਕਲਾ ਬਣਿ ਆਈ ॥ ਪ੍ਰਗਟ ਭਈ ਸਗਲੇ ਜੁਗ ਅੰਤਰਿ ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਕੀ ਵਡਿਆਈ ॥੪॥੧੧॥

{ਪੰਨਾ 611}

ਪਦਅਰਥ:- ਕਰਿ—ਕਰ ਕੇ। ਸਿਮਰਿ —ਸਿਮਰ ਕੇ। ਅਰੋਗਾ —ਨਰੋਏ। ਕੋਟਿ—ਕ੍ਰੋੜਾਂ। ਬਿਘਨ—(ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ) ਰੁਕਾਵਟਾਂ। ਪ੍ਰਗਟੇ—ਉੱਘੜ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਭਲੇ ਸੰਜੋਗਾ—ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਦੇ ਚੰਗੇ ਅਵਸਰ।1।

ਪ੍ਰਭ ਬਾਣੀ —ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ -ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ। ਸੁਭਾਖਿਆ —ਸੋਹਣਾ ਉਚਾਰਿਆ ਹੋਇਆ। ਭਾਈ—ਹੇ ਭਾਈ ! ਤੂ—ਤੈਨੂੰ। ਗੁਰ ਪੂਰੈ —ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਨੇ। ਰਾਖਿਆ —(ਜੀਵਨ-ਵਿਘਨਾਂ ਤੋਂ) ਬਚਾ ਲਿਆ। ਰਹਾਉ।

ਸਾਚਾ—ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ । ਅਮਿਤਿ—{ਮਿਤਿ—ਮਾਪ, ਹੱਦ} ਜਿਸ ਦੀ ਮਿਣਤੀ ਦੱਸੀ ਨਾਹ ਜਾ ਸਕੇ। ਵਛਲ —ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ। ਪੈਜ —ਇੱਜ਼ਤ। ਆਦਿ—ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ। ਬਿਰਦੁ—ਮੁੱਢ-ਕਦੀਮਾਂ ਦਾ ਸੁਭਾਉ।2।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ—ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ। ਭੁੰਚਹੁ —ਖਾਵੋ। ਮੁਖਿ —ਮੂੰਹ ਵਿਚ। ਜਰਾ —(ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਨੂੰ) ਬੁਢੇਪਾ। ਮਰਾ—ਮੌਤ। ਤਾਪੁ—ਦੁੱਖ ਕਲੇਸ਼।3।

ਸੁਆਮੀ ਮੇਰੈ—ਮੇਰੇ ਮਾਲਕ ਨੇ। ਸਰਬ ਕਲਾ—ਸਾਰੀ ਤਾਕਤ, ('ਕੋਟਿ ਬਿਘਨ' ਦਾ ਟਾਕਰਾ ਕਰਨ ਲਈ) ਸਾਰੀ ਸ਼ਕਤੀ। ਬਣਿ ਆਈ —ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਗਲੇ ਜੁਗ ਅੰਤਰਿ —ਸਾਰੇ ਜੁਗਾਂ ਵਿਚ, ਸਦਾ ਹੀ। ਗੁਰ ਨਾਨਕ ਕੀ—ਹੇ ਨਾਨਕ! ਗੁਰੂ ਦੀ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! (ਗੁਰੂ ਨੇ ਆਪਣਾ) ਸ਼ਬਦ ਸੋਹਣਾ ਉਚਾਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, (ਇਹ ਸ਼ਬਦ) ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਦੀ ਬਾਣੀ ਹੈ। (ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ) ਸਦਾ ਗਾਂਦੇ ਰਹੋ, ਸੁਣਦੇ ਰਹੋ, ਪੜ੍ਹਦੇ ਰਹੋ, (ਜੇ

ਇਹ ਉੱਦਮ ਕਰਦਾ ਰਹੇਂਗਾ, ਤਾਂ ਯਕੀਨ ਰੱਖ) ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਨੇ ਤੈਨੂੰ (ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਤੋਂ) ਬਚਾ ਲਿਆ। ਰਹਾਉ।

(ਹੇ ਭਾਈ! ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ) ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰ ਕੇ, ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰ ਕੇ ਮਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨਰੋਏ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ (ਕਿਉਂਕਿ) ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਰਨ ਪਿਆਂ (ਜੀਵਨ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ) ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ , ਤੇ, ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਦੇ ਚੰਗੇ ਅਵਸਰ ਉੱਘੜ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਮਾਲਕ-ਪ੍ਰਭੂ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਬਜ਼ੁਰਗੀ ਮਿਣੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ, ਉਹ ਭਗਤੀ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ , ਉਹ ਦਇਆ ਦਾ ਸੋਮਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਉਹ (ਸਦਾ ਤੋਂ ਹੀ) ਰੱਖਦਾ ਆਇਆ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਇਹ ਮੁੱਢ-ਕਦੀਮਾਂ ਦਾ ਸੁਭਾਉ ਉਹ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਪਾਲਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ।2।

ਹੇ ਭਾਈ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਹੈ , ਇਹ (ਆਤਮਕ) ਖ਼ੁਰਾਕ ਸਦਾ ਖਾਂਦੇ ਰਹੋ, ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਪਾਂਦੇ ਰਹੋ। ਹੇ ਭਾਈ ! ਗੋਬਿੰਦ ਦੇ ਗੁਣ ਸਦਾ ਗਾਂਦੇ ਰਹੋ (ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਨੂੰ) ਨਾਹ ਬੁਢੇਪਾ ਆਵੇਗਾ ਨਾ ਮੌਤ ਆਵੇਗੀ , ਹਰੇਕ ਦੁੱਖ -ਕਲੇਸ਼ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਇਗਾ।3।

ਹੇ ਭਾਈ! (ਜਿਸ ਭੀ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ) ਮੇਰੇ ਮਾਲਕ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਅਰਦਾਸਿ ਸੁਣ ਲਈ, (ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਵਿਘਨਾਂ ਦਾ ਟਾਕਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਪੂਰੀ ਤਾਕਤ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਗੁਰੂ ਦੀ ਇਹ ਅਜ਼ਮਤ ਸਾਰੇ ਜੁਗਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਪਰਤੱਖ ਉੱਘੜ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।4।11।