

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧ ॥ ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥ ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥ ਸਾਚੇ  
ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ ॥ ਉਤੁ ਭੂਖੈ ਖਾਇ ਚਲੀਅਹਿ ਦੂਖ ॥ ੧ ॥ ਸੇ ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ ਮੇਰੀ ਮਾਇ ॥  
ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚੈ ਨਾਇ ॥ ੧ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਤਿਲੁ ਵਡਿਆਈ ॥ ਆਖਿ ਥਕੇ  
ਕੀਮਤਿ ਨਹੀ ਪਾਈ ॥ ਜੇ ਸਭਿ ਮਿਲਿ ਕੈ ਆਖਣ ਪਾਹਿ ॥ ਵਡਾ ਨ ਹੋਵੈ ਘਾਟਿ ਨ ਜਾਇ ॥ ੨ ॥  
ਨਾ ਓਹੁ ਮਰੈ ਨ ਹੋਵੈ ਸੇਗੁ ॥ ਦੇਦਾ ਰਹੈ ਨ ਚੂਕੈ ਭੋਗੁ ॥ ਗੁਣੁ ਏਹੇ ਹੋਰੁ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥ ਨਾ ਕੇ ਹੋਆ  
ਨਾ ਕੇ ਹੋਇ ॥ ੩ ॥ ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਤੇਵਡ ਤੇਰੀ ਦਾਤਿ ॥ ਜਿਨਿ ਦਿਨੁ ਕਰਿ ਕੈ ਕੀਤੀ ਰਾਤਿ ॥  
ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ ॥੪॥੩॥ {ਪੰਨਾ 9}

ਪਦਅਰਥ:- ਆਖਾ—ਆਖਾਂ, (ਜਦੋਂ) ਮੈਂ (ਹਰਿ-ਨਾਮ) ਉਚਾਰਦਾ ਹਾਂ। ਜੀਵਾ—ਜੀਵਾਂ, ਮੈਂ ਜੀਉ ਪੈਦਾ  
ਹਾਂ, ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਰਿ ਜਾਉ —ਮਰਿ ਜਾਉਂ, ਮੈਂ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ,  
(ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ) ਮੇਰਾ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮੇਰੀ ਆਤਮਕ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।  
ਸਾਚਾ—ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ। ਉਤੁ —{ਲਫਜ਼ 'ਉਸ' ਤੋਂ ਕਰਣ ਕਾਰਕ। 'ਜਿਸ' ਤੋਂ 'ਜਿਤੁ'}।  
ਉਤੁ ਭੂਖੈ—ਉਸ ਭੁੱਖ ਦੇ ਕਾਰਨ। ਖਾਇ—(ਨਾਮ-ਭੋਜਨ) ਖਾ ਕੇ। ਚਲੀਅਹਿ—ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।1।  
ਮਾਇ—ਹੇ ਮਾਂ! ਨਾਇ—ਨਾਮ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਸਾਚੈ ਨਾਇ —ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹਰਿ —ਨਾਮ ਦੀ  
ਰਾਹੀਂ, ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹਰਿ-ਨਾਮ ਸਿਮਰੀਏ। ਕਿਉ ਵਿਸਰੈ—ਕਦੇ ਨਾਹ ਭੁੱਲੇ।1।  
ਰਹਾਉ।

ਤਿਲੁ—ਰਤਾ ਭਰ ਭੀ। ਆਖਿ —ਆਖ ਕੇ, ਬਿਆਨ ਕਰ ਕੇ। ਸਭਿ —ਸਾਰੇ ਜੀਵ। ਆਖਣਿ ਪਾਹਿ —  
ਆਖਣ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਨ {'ਆਖਣਿ ਪਾਇ' ਇਕ-ਵਚਨ ਹੈ 'ਜੇ ਕੇ ਖਾਇਕੁ ਆਖਣਿ ਪਾਇ'}।2।

ਸੇਗੁ—ਅਫਸੋਸ। ਦੇਦਾ—ਦੇਂਦਾ। ਨ ਚੂਕੈ —ਨਹੀਂ ਮੁੱਕਦਾ। ਭੋਗੁ —ਵਰਤਣਾ। ਗੁਣੁ ਏਹੇ —ਇਹੀ ਖੁਬੀ।  
ਕੇ—ਕੋਈ (ਹੋਰ)। ਹੋਆ—ਹੋਇਆ ਹੈ। ਨਾ ਹੋਇ—ਨਾਹ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ।3।

ਜੇਵਡੁ—ਜਿਤਨਾ ਵੱਡਾ। ਤੇਵਡ —ਉਤਨੀ ਵੱਡੀ। ਜਿਨਿ —ਜਿਸ (ਤੈਂ) ਨੇ। ਕਰਿ ਕੈ —ਪੈਦਾ ਕਰ ਕੇ।  
ਵਿਸਾਰਹਿ—ਭੁਲਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਤੇ —ਉਹ (ਬੰਦੇ) {ਬਹੁ-ਵਚਨ}। ਕਮਜਾਤਿ—ਭੈੜੀ ਜਾਤ ਵਾਲੇ। ਨਾਵੈ  
ਬਾਝੁ—ਹਰਿ-ਨਾਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾ। ਸਨਾਤਿ—ਨੀਚ।4।

ਅਰਥ:- (ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ) ਮੈਂ (ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ) ਨਾਮ ਸਿਮਰਦਾ ਹਾਂ, ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। (ਪਰ ਜਦੋਂ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ) ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਮੇਰੀ ਆਤਮਕ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। (ਇਹ ਪਤਾ ਹੁੰਦਿਆਂ ਭੀ) ਸਦਾ ਕਾਇਮ-ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨਾ ਐਖਾ (ਕੰਮ ਜਾਪਦਾ ਹੈ)। (ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਤਾਘ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਤਾਘ ਦੀ ਬਰਕ ਤਿ ਨਾਲ (ਹਰਿ-ਨਾਮ-ਭੋਜਨ) ਖਾ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।1।

ਹੇ ਮੇਰੀ ਮਾਂ! (ਅਰਦਾਸ ਕਰ ਕਿ) ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਮੈਨੂੰ ਕਦੇ ਭੀ ਨਾਹ ਭੁੱਲੇ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਉਸ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰੀਏ, ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਉਹ ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਮਾਲਕ (ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਵੱਸਦਾ ਹੈ)।1। ਰਹਾਉ।

ਸਦਾ ਕਾਇਮ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਰਤਾ ਜਿਤਨੀ ਭੀ ਮਹਿਮਾ ਬਿਆਨ ਕਰ ਕੇ (ਸਾਰੇ ਜੀਵ) ਥੱਕ ਗਏ ਹਨ (ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ)। ਕੋਈ ਭੀ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਿਆ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਦੀ ਕਿਹੜੀ ਹਸਤੀ ਹੈ। ਜੇ (ਜਗਤ ਦੇ) ਸਾਰੇ ਹੀ ਜੀਵ ਰਲ ਕੇ (ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ) ਬਿਆਨ ਕਰਨ ਦਾ ਜਤਨ ਕਰਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ (ਆਪਣੇ ਅਸਲੇ ਨਾਲੋਂ) ਵੱਡਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ (ਤੇ, ਜੇ ਕੋਈ ਭੀ ਉਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਨਾਹ ਕਰੇ), ਤਾਂ ਉਹ (ਅੱਗੇ ਨਾਲੋਂ) ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। (ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੇਭਾ ਦਾ ਲਾਲਚ ਨਹੀਂ)।2।

ਉਹ ਪ੍ਰਭੂ ਕਦੇ ਮਰਦਾ ਨਹੀਂ, ਨਾਹ ਹੀ (ਉਸ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ) ਸੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਦਾ (ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਰਿਜ਼ਕ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਦਾ ਵਰਤਣਾ ਕਦੇ ਮੁੱਕਦਾ ਨਹੀਂ (ਉਸ ਦੀਆਂ ਦਾਤਾਂ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਕਦੇ ਮੁਕਦੀਆਂ ਨਹੀਂ)। ਉਸ ਦੀ ਵੱਡੀ ਖ਼ੂਬੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਹੋਰ ਉਸ ਵਰਗਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, (ਉਸ ਵਰਗਾ ਅਜੇ ਤਕ) ਨਾਹ ਕੋਈ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਨਾਹ ਕਦੇ ਹੋਵੇਗਾ।3।

(ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ!) ਜਿਤਨਾ ਬੇਅੰਤ ਤੂੰ ਆਪ ਹੈਂ ਉਤਨੀ ਬੇਅੰਤ ਤੇਰੀ ਬਖ਼ਸ਼ਿਸ਼। (ਤੂੰ ਐਸਾ ਹੈਂ) ਜਿਸ ਨੇ ਦਿਨ ਬਣਾਇਆ ਹੈ ਤੇ ਰਾਤ ਬਣਾਈ ਹੈ।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਉਹ ਬੰਦੇ ਨੀਵੇਂ ਜੀਵਨ ਵਾਲੇ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ (ਅਜਿਹੇ) ਖਸਮ-ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਦੇਂਦੇ ਹਨ।  
ਨਾਮ ਤੋਂ ਖੁੰਝੇ ਹੋਏ ਜੀਵ (ਗੀ) ਨੀਚ ਹਨ।4।3।