ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਨਾਮੁ ਤੁਮ੍ਹ੍ਹਾਰਾ ਠਾਕੁਰ ਏਹੁ ਮਹਾ ਰਸੁ ਜਨਹਿ ਪੀਓ ॥ ਜਨਮ ਜਨਮ ਚੂਕੇ ਭੈ ਭਾਰੇ ਦੁਰਤੁ ਬਿਨਾਸਿਓ ਭਰਮੁ ਬੀਓ ॥੧ ॥ ਦਰਸਨੁ ਪੇਖਤ ਮੈ ਜੀਓ ॥ ਸੁਨਿ ਕਰਿ ਬਚਨ ਤੁਮ੍ਹ੍ਹਾਰੇ ਸਤਿਗੁਰ ਮਨੁ ਤਨੁ ਮੇਰਾ ਠਾਰੁ ਥੀਓ ॥੧ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਤੁਮ੍ਹ੍ਹਰੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ ਭਇਓ ਸਾਧਸੰਗੁ ਏਹੁ ਕਾਜੁ ਤੁਮ੍ਹ੍ਹ ਆਪਿ ਕੀਓ ॥ ਦਿੜ੍ਹ ਕਰਿ ਚਰਣ ਗਹੇ ਪ੍ਰਭ ਤੁਮ੍ਹ੍ਹਰੇ ਸਹਜੇ ਬਿਖਿਆ ਭਈ ਖੀਓ ॥੨॥ ਸੁਖ ਨਿਧਾਨ ਨਾਮੁ ਪ੍ਰਭ ਤੁਮਰਾ ਏਹੁ ਅਬਿਨਾਸੀ ਮੰਤ੍ਰੁ ਲੀਓ ॥ ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਮੋਹਿ ਸਤਿਗੁਰਿ ਦੀਨਾ ਤਾਪੁ ਸੰਤਾਪੁ ਮੇਰਾ ਬੈਰੁ ਗੀਓ ॥੩ ॥ ਧੰਨੁ ਸੁ ਮਾਣਸ ਦੇਹੀ ਪਾਈ ਜਿਤੁ ਪ੍ਰਭਿ ਅਪਨੈ ਮੇਲਿ ਲੀਓ ॥ ਧੰਨੁ ਸੁ ਕਲਿਜੁਗੁ ਸਾਧਸੰਗਿ ਕੀਰਤਨੁ ਗਾਈਐ ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਅਧਾਰੁ ਹੀਓ ॥੪॥੮॥੪੭॥ {ਪੰਨਾ 382}

ਪਦਅਰਥ:- ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ—ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਜਲ। ਠਾਕੁਰ —ਹੇ ਪਾਲਣਹਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ! ਜਨਹਿ—ਜਨ ਨੇ ਹੀ , ਦਾਸ ਨੇ ਹੀ। ਭੈ —{ਲਫ਼ਜ਼ 'ਭਉ' ਤੋਂ ਬਹੁ -ਵਚਨ}। ਭਾਰੇ—ਬੋਝ, ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ। ਦੁਰਤੁ—ਪਾਪ। ਬੀਓ—ਦੂਜਾ।1।

ਮੈ ਜੀਓ—ਮੈਨੂੰ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਸਤਿਗੁਰ —ਹੇ ਸਤਿਗੁਰ! ਠਾਰੁ—ਸੀਤਲ, ਠੰਢਾ, ਸ਼ਾਂਤ।1। ਰਹਾਉ।

ਤੇ—ਤੋਂ, ਨਾਲ। ਦਿੜ੍ਹ ਕਰਿ—ਪੱਕੇ ਕਰਕੇ, ਘੁੱਟ ਕੇ। ਗਹੇ—ਫੜ ਲਏ। ਸਹਜੇ—ਸਹਜਿ, ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਟਿਕਿਆਂ। ਬਿਖਿਆ—ਮਾਇਆ (ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ)। ਖੀਓ—ਖੈ, ਨਾਸ।2।

ਸੁਖ ਨਿਧਾਨ—ਹੇ ਸੁਖਾਂ ਦੇ ਖ਼ਜ਼ਾਨੇ ! ਅਬਿਨਾਸੀ—ਕਦੇ ਨਾਸ ਨਾਹ ਹੋਣ ਵਾਲਾ। ਮੋਹਿ —ਮੈਨੂੰ। ਸਤਿਗੁਰਿ—ਗੁਰੂ ਨੇ। ਗੀਓ—ਚਲਾ ਲਿਆ ਹੈ।3।

ਦੇਹੀ—ਸਰੀਰ। ਜਿਤੁ —ਜਿਸ ਦੀ ਰਾਹੀਂ। ਪ੍ਰਭਿ —ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ। ਸਾਧ ਸੰਗਿ —ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ। ਹੀਓ—ਹਿਰਦੇ ਦਾ। ਅਧਾਰੁ—ਆਸਰਾ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਸਤਿਗੁਰੂ! ਤੇਰਾ ਦਰਸਨ ਕਰ ਕੇ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ , ਤੇਰੇ ਬਚਨ ਸੁਣ ਕੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਮੇਰਾ ਤਨ ਠੰਡਾ-ਠਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਠਾਕੁਰ! ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਜਲ ਹੈ (ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ) ਇਹ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ-ਰਸ ਤੇਰੇ ਕਿਸੇ ਦਾਸ ਨੇ ਹੀ ਪੀਤਾ ਹੈ (ਜਿਸ ਨੇ ਪੀਤਾ ਉਸ ਦੇ) ਜਨਮਾਂ ਜਨਮਾਂਤਰਾਂ ਦੇ ਡਰ ਤੇ (ਕੀਤੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ) ਭਾਰ ਮੁੱਕ ਗਏ, (ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਪਾਪ ਨਾਸ ਹੋ ਗਿਆ (ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ)

ਦੂਜੀ ਭਟਕਣਾ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਭਟਕਣਾ) ਦੂਰ ਹੋ ਗਈ।1।

ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਤੇਰੀ ਮੇਹਰ ਨਾਲ (ਮੈਨੂੰ) ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਹਾਸਲ ਹੋਈ, ਇਹ (ਸੋਹਣਾ) ਕੰਮ ਤੂੰ ਆਪ ਹੀ ਕੀਤਾ, (ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨਾਲ) ਮੈਂ, ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ ! ਤੇਰੇ ਚਰਨ ਘੁੱਟ ਕੇ ਫੜ ਲਏ , ਮੈਂ ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ ਟਿਕ ਗਿਆ ਤੇ (ਮੇਰੇ ਅੰਦਰੋਂ) ਮਾਇਆ ਦਾ ਜ਼ੋਰ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।2।

ਹੇ ਸੁਖਾਂ ਦੇ ਖ਼ਜ਼ਾਨੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਕਦੇ ਨਾਹ ਨਾਸ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਤੇਰਾ ਨਾਮ -ਮੰਤ੍ਰ ਮੈਂ ਜਪਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਤੇਰਾ ਇਹ ਨਾਮ -ਮੰਤ੍ਰ ਮੇਹਰ ਕਰ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਸਤਿਗੁਰੂ ਨੇ ਦਿੱਤਾ (ਜਿਸ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ) ਮੇਰੇ ਅੰਦਰੋਂ (ਹਰੇਕ ਕਿਸਮ ਦਾ) ਦੁੱਖ ਕਲੇਸ਼ ਤੇ ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ ਦੂਰ ਹੋ ਗਿਆ।3।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਆਖ—) ਮੈਨੂੰ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖਾ ਸਰੀਰ ਮਿਲਿਆ ਜਿਸ ਦੀ ਬਰਕਤਿ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਜੋੜ ਲਿਆ (ਲੋਕ ਕਲਿਜੁਗ ਨੂੰ ਨਿੰਦਦੇ ਹਨ , ਪਰ) ਇਹ ਕਲਿਜੁਗ ਭੀ ਮੁਬਾਰਿਕ ਹੈ ਜੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਟਿਕ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਕੀਤਾ ਜਾਏ ਤੇ ਜੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹਿਰਦੇ ਦਾ ਆਸਰਾ ਬਣਿਆ ਰਹੇ।4।8। 47।