

ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੯ ॥ ਜੋ ਨਰੁ ਦੁਖ ਮੈ ਦੁਖੁ ਨਹੀ ਮਾਨੈ ॥ ਸੁਖ ਸਨੇਹੁ ਅਰੁ ਭੈ ਨਹੀ ਜਾ ਕੈ ਕੰਚਨ
 ਮਾਟੀ ਮਾਨੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਨਹ ਨਿੰਦਿਆ ਨਹ ਉਸਤਤਿ ਜਾ ਕੈ ਲੋਭੁ ਮੋਹੁ ਅਭਿਮਾਨਾ ॥ ਹਰਖ
 ਸੋਗ ਤੇ ਰਹੈ ਨਿਆਰਉ ਨਾਹਿ ਮਾਨ ਅਪਮਾਨਾ ॥੧॥ ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਸਗਲ ਤਿਆਗੈ ਜਗ ਤੇ ਰਹੈ
 ਨਿਰਾਸਾ ॥ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਜਿਹ ਪਰਸੈ ਨਾਹਨਿ ਤਿਹ ਘਟਿ ਬ੍ਰਹਮੁ ਨਿਵਾਸਾ ॥੨॥ ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਜਿਹ
 ਨਰ ਕਉ ਕੀਨੀ ਤਿਹ ਇਹ ਜੁਗਤਿ ਪਛਾਨੀ ॥ ਨਾਨਕ ਲੀਨ ਭਇਓ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿਉ ਜਿਉ ਪਾਨੀ ਸੰਗਿ
 ਪਾਨੀ ॥੩॥੧੧॥ {ਪੰਨਾ 633}

ਪਦਅਰਥ:- ਦੁਖ ਮੈ—ਦੁੱਖਾਂ ਵਿਚ (ਘਿਰਿਆ ਹੋਇਆ ਭੀ)। ਨਹੀ ਮਾਨੈ—ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਦਾ, ਨਹੀਂ
 ਘਬਰਾਂਦਾ। ਸੁਖ ਸਨੇਹੁ—ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਮੋਹ। ਭੈ—{ਲਫਜ਼ ‘ਭਉ’ ਤੋਂ ਬਹੁ-ਵਚਨ}। ਜਾ ਕੈ—ਜਿਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ।
 ਕੰਚਨ—ਸੋਨਾ।1। ਰਹਾਉ।

ਨਿੰਦਿਆ—ਚੁਗਲੀ-ਬੁਰਾਈ। ਉਸਤਤਿ—ਖੁਸ਼ਾਮਦ। ਹਰਖ ਸੋਗ ਤੇ—ਖੁਸ਼ੀ ਗਮੀ ਤੋਂ। ਮਾਨ—ਆਦਰ।
 ਅਪਮਾਨਾ—ਨਿਰਾਦਰੀ।1।

ਮਨਸਾ—{mnl—w} ਮਨੋਕਾਮਨਾ। ਤੇ—ਤੋਂ। ਪਰਸੈ—ਛੁੰਦਾ। ਤਿਹ ਘਟਿ—ਉਸ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। ਬ੍ਰਹਮੁ
 ਨਿਵਾਸਾ—ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਿਵਾਸ।2।

ਗੁਰ—ਗੁਰੂ ਨੇ। ਜਿਹ ਨਰ ਕਉ—ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਉਤੇ। ਤਿਹ—ਉਸ ਨੇ। ਸਿਉ—ਨਾਲ, ਵਿਚ। ਸੰਗਿ—ਨਾਲ।3।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਦੁੱਖਾਂ ਵਿਚ ਘਬਰਾਂਦਾ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸੁਖਾਂ ਨਾਲ ਮੋਹ
 ਨਹੀਂ, ਅਤੇ (ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੇ) ਡਰ ਨਹੀਂ, ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਸੋਨੇ ਨੂੰ ਮਿੱਟੀ (ਸਮਾਨ) ਸਮਝਦਾ ਹੈ (ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ
 ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਿਵਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਚੁਗਲੀ-ਬੁਰਾਈ ਨਹੀਂ, ਕਿਸੇ ਦੀ ਖੁਸ਼ਾਮਦ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਾਹ
 ਲੋਭ ਹੈ, ਨਾਹ ਮੋਹ ਹੈ, ਨਾਹ ਅਹੰਕਾਰ ਹੈ; ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਗਮੀ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਨਾਹ
 ਆਦਰ ਪੋਹ ਸਕਦਾ ਹੈ ਨਾਹ ਨਿਰਾਦਰੀ (ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਿਵਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।1।

ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਆਸਾਂ ਉਮੈਦਾਂ ਸਭ ਤਿਆਗ ਦੋਂਦਾ ਹੈ, ਜਗਤ ਤੋਂ ਨਿਰਮੋਹ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ
 ਨਾਹ ਕਾਮ-ਵਾਸਨਾ ਛੋਹ ਸਕਦੀ ਹੈ ਨਾਹ ਕ੍ਰੋਧ ਛੋਹ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ
 ਨਿਵਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।2।

(ਪਰ) ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਆਖ—) ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਉੱਤੇ ਗੁਰੂ ਨੇ ਮੋਹਰ ਕੀਤੀ ਉਸ ਨੇ (ਹੀ ਜੀਵਨ ਦੀ) ਇਹ ਜਾਚ
 ਸਮਝੀ ਹੈ। ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਇਉਂ ਇਕ-ਮਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ
 ਹੈ।3।11।