ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਜਾ ਕੈ ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਸਮ ਕਰਿ ਜਾਪੈ ॥ ਤਾ ਕਉ ਕਾੜਾ ਕਹਾ ਬਿਆਪੈ ॥੧॥ ਸਹਜ ਅਨੰਦ ਹਰਿ ਸਾਧੂ ਮਾਹਿ ॥ ਆਗਿਆਕਾਰੀ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਾਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਜਾ ਕੈ ਅਚਿੰਤੁ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥ ਤਾ ਕਉ ਚਿੰਤਾ ਕਤਹੂੰ ਨਾਹਿ ॥੨॥ ਜਾ ਕੈ ਬਿਨਸਿਓ ਮਨ ਤੇ ਭਰਮਾ ॥ ਤਾ ਕੈ ਕਛੂ ਨਾਹੀ ਡਰੁ ਜਮਾ ॥੩॥ ਜਾ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਦੀਓ ਗੁਰਿ ਨਾਮਾ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੈ ਸਗਲ ਨਿਧਾਨਾ ॥੪॥੩੪॥੧੦੩॥ {ਪੰਨਾ 186}

ਪਦਅਰਥ:- ਜਾ ਕੈ—ਜਾ ਕੇ (ਹਿਰਦੇ), ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ। ਸਮ—ਬਰਾਬਰ, ਇਕੋ ਜਿਹਾ। ਜਾਪੈ—ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਾੜਾ—ਝੋਰਾ, ਚਿੰਤਾ। ਬਿਆਪੈ—ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਂਦਾ ਹੈ।1।

ਸਹਜ—ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ। ਹਰਿ ਸਾਧੂ—ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਭਗਤ।1। ਰਹਾਉ।

ਅਚਿੰਤੁ—ਚਿੰਤਾ-ਰਹਿਤ ਪ੍ਰਭੂ। ਮਨਿ—ਮਨ ਵਿਚ। ਕਤਹੂੰ—ਕਦੇ ਭੀ।2।

ਮਨ ਤੇ—ਮਨ ਤੋਂ। ਭਰਮਾ—ਭਟਕਣਾ। ਤਾ ਕੈ—ਤਾ ਕੈ ਹਿਰਦੈ।3।

ਗੁਰਿ—ਗੁਰੂ ਨੇ। ਸਗਲ—ਸਾਰੇ। ਨਿਧਾਨਾ—ਖ਼ਜ਼ਾਨੇ।4।

ਅਰਥ:- (ਹੇ ਭਾਈ!) ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਭਗਤ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ (ਸਦਾ) ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, (ਸਦਾ) ਆਨੰਦ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, (ਹਰੀ ਦਾ ਭਗਤ) ਹਰਿ-ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਵਿਚ ਹੀ ਤੁਰਦਾ ਹੈ।1। ਰਹਾਉ।

(ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿਚ ਤੁਰਨ ਦੇ ਕਾਰਨ) ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਹਰੇਕ ਦੁੱਖ ਸੁਖ ਇਕੋ ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ-ਫ਼ਿਕਰ ਕਦੇ ਦਬਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।1।

(ਹੇ ਭਾਈ!) ਚਿੰਤਾ-ਰਹਿਤ ਪਰਮਾਤਮਾ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਕਦੇ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਪੋਂਹਦੀ।2।

ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਤੋਂ ਭਟਕਣਾ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ ਭੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ।3।

ਹੇ ਨਾਨਕ! ਆਖ—ਗੁਰੂ ਨੇ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਟਿਕਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਮਾਨੋ, ਸਾਰੇ ਖ਼ਜ਼ਾਨੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।4। 34।103।