ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਕਿਆ ਸੋਵਹਿ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਰਿ ਗਾਫਲ ਗਹਿਲਿਆ ॥ ਕਿਤੀ੍ਹ ਇਤੁ ਦਰੀਆਇ ਵੰਞਨ੍ਹਿ ਵਹਦਿਆ ॥੧॥ ਬੋਹਿਥੜਾ ਹਰਿ ਚਰਣ ਮਨ ਚੜਿ ਲੰਘੀਐ ॥ ਆਠ ਪਹਰ ਗੁਣ ਗਾਇ ਸਾਧੂ ਸੰਗੀਐ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਭੋਗਹਿ ਭੋਗ ਅਨੇਕ ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਸੁੰਞਿਆ ॥ ਹਰਿ ਕੀ ਭਗਤਿ ਬਿਨਾ ਮਰਿ ਮਰਿ ਰੁੰਨਿਆ ॥੨॥ ਕਪੜ ਭੋਗ ਸੁਗੰਧ ਤਨਿ ਮਰਦਨ ਮਾਲਣਾ ॥ ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਤਨੁ ਛਾਰੁ ਸਰਪਰ ਚਾਲਣਾ ॥੩॥ ਮਹਾ ਬਿਖਮੁ ਸੰਸਾਰੁ ਵਿਰਲੈ ਪੇਖਿਆ ॥ ਛੂਟਨੁ ਹਰਿ ਕੀ ਸਰਣਿ ਲੇਖੁ ਨਾਨਕ ਲੇਖਿਆ ॥੪॥੮॥੧੧੦॥ {ਪੰਨਾ 398}

ਪਦਅਰਥ:- ਕਿਆ ਸੋਵਹਿ—ਤੂੰ ਕਿਉਂ ਸੌਂ ਰਿਹਾ ਹੈਂ? ਵਿਸਾਰਿ—ਭੁਲਾ ਕੇ। ਗਾਫਲ—ਹੇ ਗ਼ਾਫ਼ਲ! ਗਹਿਲਿਆ—ਹੇ ਗਹਿਲੇ! ਹੇ ਬੇ-ਪਰਵਾਹ! ਕਿਤੀਹ—ਕਿਤਨੇ ਹੀ, ਅਨੇਕਾਂ ਜੀਵ। ਇਤੁ—ਇਸ ਵਿਚ। ਦਰੀਆਇ—(ਸੰਸਾਰ)-ਦਰਿਆ ਵਿਚ। ਵੰਞਨ੍ਹਿ—ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਵਹਦਿਆ—ਰੁੜ੍ਹਦੇ।1।

ਬੋਹਿਥੜਾ—ਸੋਹਣਾ ਜਹਾਜ਼। ਮਨ—ਹੇ ਮਨ! ਚੜਿ—ਚੜ੍ਹ ਕੇ। ਸਾਧੂ ਸੰਗੀਐ—ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ।1। ਰਹਾਉ।

ਭੋਗਹਿ—(ਜੀਵ) ਭੋਗਦੇ ਹਨ। ਸੁੰਞਿਆ—ਸੁੰਞੇ, ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਖ਼ਾਲੀ। ਮਰਿ ਮਰਿ—ਆਤਮਕ-ਮੌਤ ਸਹੇੜ ਕੇ। ਰੁੰਨਿਆ—ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।2।

ਤਨਿ—ਸਰੀਰ ਉਤੇ। ਮਰਦਨ—ਵਟਣਾ ਆਦਿਕ। ਮਾਲਣਾ—ਮਲਦੇ ਹਨ। ਛਾਰੁ—ਸੁਆਹ, ਮਿੱਟੀ। ਸਰਪਰ—ਜ਼ਰੂਰ।3।

ਬਿਖਮੁ—ਬਿਖੜਾ, ਔਖਾ। ਵਿਰਲੈ—ਕਿਸੇ ਵਿਰਲੇ ਮਨੁੱਖ ਨੇ। ਛੂਟਨੁ—(ਇਸ ਬਿਖਮ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ) ਖ਼ਲਾਸੀ।4।

ਅਰਥ:- ਹੇ (ਮੇਰੇ) ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਚਰਨ ਇਕ ਸੋਹਣਾ ਜਿਹਾ ਜਹਾਜ਼ ਹਨ; (ਇਸ ਜਹਾਜ਼ ਵਿਚ) ਚੜ੍ਹ ਕੇ (ਸੰਸਾਰ-ਸਮੁੰਦਰ ਤੋਂ ਪਾਰ) ਲੰਘ ਜਾਈਦਾ ਹੈ (ਇਸ ਵਾਸਤੇ, ਹੇ ਮਨ!) ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਅੱਠੇ ਪਹਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਕਰ।1। ਰਹਾਉ।

ਹੇ ਗ਼ਾਫ਼ਲ ਮਨ! ਹੇ ਬੇ-ਪਰਵਾਹ ਮਨ! ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਭੁਲਾ ਕੇ ਕਿਉਂ (ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚ) ਸੌਂ ਰਿਹਾ ਹੈਂ? (ਵੇਖ, ਨਾਮ ਵਿਸਾਰ ਕੇ) ਅਨੇਕਾਂ ਹੀ ਜੀਵ ਇਸ (ਸੰਸਾਰ-) ਨਦੀ ਵਿਚ ਰੁੜ੍ਹਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।1।

(ਹੇ ਮਨ! ਮੋਹ ਦੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਸੁੱਤੇ ਹੋਏ ਜੀਵ ਦੁਨੀਆ ਦੇ) ਅਨੇਕਾਂ ਭੋਗ ਭੋਗਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਵਲੋਂ ਖ਼ਾਲੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਭਗਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾ (ਅਜੇਹੇ ਜੀਵ) ਸਦਾ ਆਤਮਕ ਮੌਤ ਸਹੇੜ ਸਹੇੜ ਕੇ ਦੁੱਖੀ ਹੁੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।2।

(ਹੇ ਮਨ!) ਵੇਖ, ਜੀਵ (ਸੋਹਣੇ ਸੋਹਣੇ) ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਦੇ ਹਨ, ਸੁਆਦਲੇ ਪਦਾਰਥ ਖਾਂਦੇ ਹਨ, ਸਰੀਰ ਉਤੇ ਸੁਗੰਧੀ ਵਾਲੇ ਵਟਣੇ ਆਦਿਕ ਮਲਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਇਹ ਸਰੀਰ ਸੁਆਹ (ਸਮਾਨ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ) ਹੈ, ਇਸ ਸਰੀਰ ਨੇ ਤਾਂ ਆਖ਼ਰ ਜ਼ਰੂਰ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੈ।3।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਆਖ—) ਕਿਸੇ ਵਿਰਲੇ (ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ) ਨੇ ਵੇਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸੰਸਾਰ-(ਸਮੁੰਦਰ) ਬੜਾ ਭਿਆਨਕ ਹੈ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਰਨ ਪਿਆਂ ਹੀ ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਬਚਾਉ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। (ਓਹੀ ਬਚਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਮੱਥੇ ਉੱਤੇ ਪ੍ਰਭੂ-ਨਾਮ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਦਾ) ਲੇਖ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।4।8। 110।