

ਗੁਰਮਤਿ-ਨਾਮ

ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ



ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਤ ਸਦਨ
ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ-110001

10/

Gurmat-Naam

By: Bhai Vir Singh Ji

© ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਤ ਸਦਨ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਐਡੀਸ਼ਨ: 2006

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ ਤੇ ਪ੍ਰਿੰਟਰ:

ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਤ ਸਦਨ

ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਮਾਰਗ,

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ-110001

RS

20

15/3/2009

ਤਤਕਰਾ

ਕੀ?	ਕਿੱਥੇ?
ਗੁਰਮਤਿ-ਨਾਮ	1
ਜਿਹਬਾ ਜਪ ਤੇ ਮਨ ਦਾ ਸਿਮਰਨ	4
ਨਾਮ ਤੇ ਨਾਮੀ	9
ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਰਮ-ਨਾਮ	20
ਰਾਣਾ ਸੂਰਤ ਸਿੰਘ-ਨਾਮ	33
ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਸਾਧਨ	35
ਨਾਮ ਪਿਆਲਾ, ਨਾਮ ਰੂਪ	45

ਪੰਥਕ ਫੁੱਲੀ ਸਕੂਲ

ਗਿ. ਸਰੂਪ ਸਿੰਘ ਕਾਲਜ

ਪਿੰਡ-ਕਾਲਜ (ਕਿੰਨੋ) ਸਕੂਲ

Phone 01826-235075

Mobil- 98150-03075.

ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ

ਬੇਨਤੀ

ਅਬ ਕਲੂ ਆਇਓ ਰੇ ॥
ਇਕੁ ਨਾਮੁ ਬੋਵਹੁ ਬੋਵਹੁ ॥
ਅਨ ਰੂਤਿ ਨਾਹੀ ਨਾਹੀ ॥
ਮਤੁ ਭਰਮਿ ਭੂਲਹੁ ਭੂਲਹੁ ॥

(ਬਸੰਤੁ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੧੧੮੫)

ਸਤਿਗੁਰ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ, ਅੱਜ ਤੋਂ ਪੰਜ ਸੌ ਸਾਲ ਤੋਂ ਉਪਰ ਹੋਏ, ਨਾਮ ਦਾ ਪੱਲੂ ਫੇਰਿਆ ਸੀ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਨਾਮ ਜਪ ਬਾਰੇ ਬੜੀ ਤਾਕੀਦ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਕ ਵਾਰੀ ਇਕ ਵਿਦਵਾਨ ਸੱਜਣ ਨੇ ਦਾਸ ਨੂੰ ਦਸਿਆ ਸੀ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਇਤਨੀ ਵਾਰੀ ਨਾਮ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਵਰਤਾਓ ਆਇਆ ਹੈ। ਤਾਂ ਮੇਰਾ ਉਤਰ ਸੀ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਮਹਾਰਾਜ ਦੀ ਸਾਰੀ ਦੀ ਸਾਰੀ ਬਾਣੀ, ਆਦਿ ਤੋਂ ਅੰਤ ਤਕ, ਨਾਮ ਹੀ ਹੈ।

ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਰਚਨਾ ਵਿਚ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮ ਤੇ ਰੋਸ਼ਨੀ ਪਾਈ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਮ-ਜਪੁ ਦੇ ਵਿਭਿੰਨ ਪਹਿਲੂਆਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਬੁਧੀ ਤੇ ਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿਖ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੇ ਦਰਸਾਏ ਪੱਥ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸ ਤੇ ਚੱਲਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰ ਸਕੇ।

ਕੁਝ ਸਾਲ ਹੋਏ ਮੇਜਰ ਪ੍ਰੇਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਨਾਮ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਦੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਢੁਕਵੇਂ ਅੰਸ਼ (relevant extracts) ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਟ੍ਰੈਕਟਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਛਪਵਾ ਕੇ ਸੰਗਤਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕੀਤਾ। ਜਦ ਉਹ ਸਫਰ ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਜੇਬ ਵਿਚ ਕੁਝ ਕਾਪੀਆਂ ਰਖਦੇ ਤੇ ਰਾਹ ਜਾਂਦੇ ਜੋ ਸੱਜਣ ਮਿਲਦਾ ਉਸ ਨੂੰ ਕਾਪੀ ਦੇਂਦੇ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਕਿਸੇ ਸੱਜਣ ਨੇ ਪੁਛਣਾ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਭੇਟਾ ਕੀ ਹੈ? ਤਾਂ ਆਪ ਦਾ ਜਵਾਬ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਟ੍ਰੈਕਟ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਆਪਣੇ ਹੋਰ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਸਤੇ ਦੇਣਾ, ਇਹ ਹੀ ਇਸ ਦੀ ਭੇਟਾ ਹੈ।

ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਟ੍ਰੈਕਟ ਮਿਲਣੇ ਦੁਰਲਭ ਹੋ ਰਹੇ ਸਨ। ਸੰਗਤਾਂ ਦੀ ਤੀਬਰ ਮੰਗ ਨੂੰ ਮੁਖ ਰਖਦੇ ਹੋਏ ਹੁਣ ਇਹ ਨਵੀਂ ਸੰਕਲਨ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਤ ਸਦਨ ਵਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅਭਿਲਾਸ਼ੀ ਸੱਜਣ ਇਸ ਤੋਂ ਲਾਭ ਉਠਾ ਕੇ ਸ਼ਤਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਦੱਸੇ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚੱਲਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਣ।

ਪੁੰਨ ਦਾਨ ਜਪ ਤਪ ਜੇਤੇ ਸਭ ਉਪਰਿ ਨਾਮੁ॥

ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਸਨਾ ਜੋ ਜਪੈ ਤਿਸੁ ਪੂਰਨ ਕਾਮੁ॥

(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੪੦੧)

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 1986

ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ

ਆਨਰੇਰੀ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ

ਗੁਰਮਤਿ-ਨਾਮ

(੧) ਨਾਮੁ ਕਹਤ ਗੋਵਿੰਦ ਕਾ ਸੂਚੀ ਭਈ ਰਸਨਾ ॥
ਮਨ ਤਨ ਨਿਰਮਲ ਹੋਈ ਹੈ ਗੁਰ ਕਾ ਜਪੁ ਜਪਨਾ ॥੧॥
ਰਹਾਉ ॥

(ਬਿਲਾਵਲ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੮੧੧)

(੨) ਜਿਹਵਾ ਏਕ ਕਵਨ ਗੁਨ ਕਹੀਐ ॥
ਬੇਸੁਮਾਰ ਬੇਅੰਤ ਸੁਆਮੀ ਤੇਰੇ ਅੰਤ ਨ ਕਿਨਹੀ
ਲਹੀਐ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

(ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੬੭੪)

(੩) ਰਸਨਾ ਜਪੀਐ ਏਕੁ ਨਾਮ ॥
ਈਹਾ ਸੁਖੁ ਆਨੰਦੁ ਘਨਾ ਆਗੈ ਜੀਅ ਕੈ ਸੰਗਿ ਕਾਮ ॥੧॥
ਰਹਾਉ ॥

(ਰਾਗ ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੨੧੧)

(੪) ਕੀਰਤਿ ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਗਾਉ ਮੇਰੀ ਰਸਨਾ ॥
ਅਨਿਕ ਬਾਰ ਕਰਿ ਬੰਦਨ ਸੰਤਨ
ਉਹਾਂ ਚਰਨ ਗੋਬਿੰਦ ਜੀ ਕੇ ਬਸਨਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

(ਕਾਨੜਾ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੧੨੯੮)

(੫) ਇਕਦੂ ਜੀਭੋ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ ॥
ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੋੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ ॥
ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ ॥
(ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ, ਪੰਨਾ ੭)

(੬) ਬੋਲਹੁ ਜਸੁ ਜਿਹਬਾ ਦਿਨੁ ਰਾਤਿ ॥ ਪ੍ਰਭਿ ਅਪਨੈ ਜਨ
ਕੀਨੀ ਦਾਤਿ ॥
(ਗਉੜੀ ਸੁਖਮਨੀ ਮ: ੫, ਪੰਨਾ ੨੮੬)

(੭) ਰਸਨਾ ਜਪਤੀ ਤੂਹੀ ਤੂਹੀ ॥
ਮਾਤ ਗਰਭ ਤੁਮ ਹੀ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਕ ਮ੍ਰਿਤ ਮੰਡਲ ਇਕ
ਤੂਹੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
(ਸਾਰੰਗ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੧੨੧੫)

(੮) ਰਸਨਾ ਜਪੈ ਨ ਨਾਮੁ ਤਿਲੁ ਤਿਲੁ ਕਰਿ ਕਟੀਐ ॥
ਹਰਿਗੰ ਜਬ ਸਿਸਰੈ ਗੋਬਿੰਦ ਰਾਇ ਦਿਨੋ ਦਿਨੁ ਘਟੀਐ ॥
(ਫੁਨਹੇ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੧੩੬੨)

(੯) ਬਿਘਨ ਬਿਨਾਸਨ ਸਭਿ ਦੁਖ ਨਾਸਨ ਸਤਿਗੁਰ ਨਾਮੁ
ਦ੍ਰਿੜਾਇਆ ॥
ਖੋਏ ਪਾਪ ਭਏ ਸਭਿ ਪਾਵਨ ਜਨ ਨਾਨਕ ਸੁਖਿ ਘਰਿ
ਆਇਆ ॥੪॥
(ਸੋਰਠਿ ਮਹਲਾ ੫, ਪੰਨਾ ੬੨੨)

(੧੦) ਤਨ ਮਹਿ ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਹਉ ਮਮਤਾ ਕਠਿਨ ਪੀਰ ਅਤਿ ਭਾਰੀ॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਰਾਮ ਜਪਹੁ ਰਸੁ ਰਸਨਾ ਇਕ ਬਿਧਿ ਤਰੁ ਤੂ ਤਾਰੀ॥੨॥

(ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ ੧੧੨੬)

ਜਿਹਬਾ ਦਾ ਜਪ ਤੇ ਮਨ ਦਾ ਸਿਮਰਨ

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਕਦੇ ਮੁੰਡੇ ਪੜ੍ਹਦੇ ਡਿਠੇ ਨੇ। ਇਕ ਇਕ ਪਦ ਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰੀ ਘੋਖਦੇ ਹਨ। ਘੋਖਦਿਆਂ ਘੋਖਦਿਆਂ ਉਹ ਪਦ, ਉਸਦਾ ਅਰਥ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਬੈਠਦਾ, ਹੇਠਾਂ ਚਿਤ ਵਿਚ ਲਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਭੁੱਲਦਾ। ਸੋ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਨੂੰ ਘੜੀ ਮੁੜੀ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਵਸਾਉਂਦਿਆਂ ਉਹ ਅੰਦਰ ਘਟ ਵਿਚ, ਦਿਲ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਪਰਤ ਵਿਚ ਬੈਠਕੇ ਪੱਕੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹੋ ਸਾਡਾ ਗਿਆਨ ਹੈ ਤੇ ਉਹੋ ਸੁਖ ਦੋਂਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਜੇ ਗੱਲ ਇਕੋ ਵਾਰੀ ਸੁਣਕੇ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਵਸ ਜਾਂਦੀ ਉਸਨੂੰ ਜੀਭ ਨਾਲ ਦੁਹਰਾਈਦਾ ਹੈ। ਘੜੀ ਮੁੜੀ ਉਚਾਰੀਦਾ ਹੈ। ਰਟਨ ਕਰੀਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਫਿਰ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਵਸਦੀ ਹੈ, ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਸ਼ੈ ਨੂੰ ਵਸਾਉਣ ਲਈ ਉਸਦਾ ਬਾਰ ਬਾਰ ਰਟਨ ਕਰਨਾ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਤੈਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਸੀ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਨੂੰ ਬਾਰ ਬਾਰ ਵਸਾਇਆਂ ਉਹ ਗੱਲ ਚਿੱਤ ਵਿਚ ਮਨ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਪਰਤ ਵਿਚ ਵਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੋ ਪਰਤਖ ਹੈ ਕਿ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਵਸਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੇਰੀ ਸਾਨੂੰ ਰਸਨਾ ਦੇ ਰਟਨ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਕਿ ਰਟਨ ਨਾਲ ਬਾਰ ਬਾਰ ਉਚਾਰਨ ਨਾਲ, ਜਪਣ ਨਾਲ ਚੇਤੇ ਵਿਚ, ਯਾਦ ਵਿਚ, ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਗੱਲ ਵਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰਤੱਖ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਕਲਾ ਦੀ ਬਨਾਵਟ ਐਸੀ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਕੋਈ ਸਮਝਦਾ ਹੈ। ਜਿਤਨੇ ਵਿਦਵਾਨ ਹਨ ਸਭ ਨੇ ਵਿਦਯਾ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਟ ਰਟ ਤੇ ਯਾਦ ਕਰ ਕਰਕੇ ਅੰਦਰ ਵਸਾਈ ਹੈ। ਸੋ ਝੰਡਿਆ! ਜੇ ਤੂੰ ਖਲਾ ਹੋਵੇ ਕਿ 'ਸਾਈ' ਦੀ ਹੋਂਦ' ਸਾਡੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰੀ

ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ ਤਾਂ ਸਾਈਂ ਦਾ 'ਨਾਮ' ਰਸਨਾ ਤੇ ਬਿਠਾ ਕੇ ਜਪ ਕਰੀਏ, ਰਟਨ ਕਰੀਏ, ਬਾਰ ਬਾਰ ਉਚਾਰੀਏ। ਇਸ ਰਸਨਾ ਦੇ ਅਭਯਾਸ ਨਾਲ ਇਸ ਜੀਭ ਨਾਲ 'ਨਾਮ' ਜਪਣ ਨਾਲ ਸਾਈਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਯਾਦ ਵਿਚ ਵਸ ਜਾਵੇਗੀ। ਯਾਦ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਨਾ ਨਿਕਲਣ ਦੇਣ ਨਾਲ ਇਹ ਭਾਵ ਚਿੱਤ ਵਿਚ ਮਨ ਦੇ ਹੇਠਲੇ (sub-conscious mind) ਵਿਚ ਟਿਕ ਜਾਏਗੀ।

ਝੰਡਾ ਸਾਹ ਘੁੱਟ ਘੁੱਟ ਕੇ, ਸਾਰਾ ਧਯਾਨ ਲਾ ਲਾ ਕੇ ਸਮਝ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਹੁਣ ਇਕ ਲੰਮਾ ਸਾਹ ਲੈ ਕੇ ਤੇ 'ਉਫ' ਜਿਹੀ ਮੱਧਮ ਆਵਾਜ਼ ਕਰਕੇ ਆਖਣ ਲੱਗਾ - ਸੁਆਦ ਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਸਮਝੇ ਪੈ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਆਪ ਮੂਰਖ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਬੱਕ ਨ ਗਏ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਇਕ ਗੱਲ ਹੋਰ ਸਮਝਾ ਦਿਓ। ਇਹ ਤਾਂ ਡਾਢਾ ਸੁਹਣਾ ਸਮਝੇ ਪੈ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸਾਈਂ ਦੀ 'ਹੋਂਦ' ਸਾਡੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਹਰ ਛਿਨ ਵੱਸੇ, ਜੇ ਐਉਂ ਮਨ ਦੀ ਸੂਖਮ ਗਤੀ ਵਿਚ ਯਾਦ, ਅਰਥਾਤ ਸਾਈਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦੀ 'ਯਾਦ' ਲਗਾਤਾਰੀ ਹੋ ਕੇ ਨਾ ਵੱਸੇ, ਭੁੱਲ ਜਾਵੇ, ਮੁੜ ਭੁੱਲ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਸਾਈਂ ਦਾ ਨਾਮ ਰਸਨਾ ਨਾਲ ਜਪੋ। ਇਹ ਅਭਯਾਸ 'ਸਾਈਂ' ਦੀ ਹੋਂਦ ਦੇ ਭਾਵ ਨੂੰ ਯਾਦ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰੀ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਡਾਢਾ ਸੁਆਦ ਆਇਆ ਹੈ। ਲੋਕੀਂ ਜੋ ਹੁਜਤਾਂ ਘੜਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਵਿਚਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਮੇਰੇ ਜਿਹੇ ਮੂਰਖਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਜਪਣ ਨਾਲ ਨਾਮ-ਸਿਮਰਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹੋ ਦੱਸਿਆ ਜੇ ਨਾ? (ਸਿਰ ਹਿਲਾਕੇ ਤੇ ਤੱਕਕੇ ਚਿਹਰੇ ਵਲ, ਜਿਧਰੋਂ ਹਾਂ ਦਾ ਇਸ਼ਾਰਾ ਜਾਪਦਾ ਸੀ) ਕਿ ਸਿਮਰਣ ਨਾਲ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਭਾਵ ਚਿੱਤ ਵਿਚ ਟਿਕ ਜਾਏਗਾ। ਮੈਂ ਐਉਂ ਸਮਝਿਆ ਹੈ ਕਿ ਫਿਰ ਉਠਦਿਆਂ ਬਹਿੰਦਿਆਂ, ਟੁਰਦਿਆਂ, ਸੁਤਿਆਂ ਹਰ ਵੇਲੇ 'ਹੈ ਦਾ ਭਾਵ' ਇਕ ਲਗਾਤਾਰੀ ਭਾਵ ਅੰਦਰ ਰਹੇਗਾ, ਭਲਾ ਜੀ, ਫੇਰ ਕੰਮ ਕਾਜ ਤੇ ਹੋਰ ਰੁਝੇਵੇਂ ਤਾਂ ਉਧਰੋਂ ਨਹੀਂ ਉਕਾ ਦੇਣਗੇ।

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਝੰਡਿਆ! ਜਦ ਮਨ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਤਬਕ ਵਿਚ - ਸੰਸਕਾਰੀ ਮਨ ਵਿਚ, (ਮਨ ਦਾ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਜਿਸ ਵਿਚ ਸੰਸਕਾਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਨਾਮ ਵਸ ਜਾਵੇਗਾ ਤਦ ਇਹ ਕੰਮ ਕਾਜ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਉਪਰਲਾ ਮਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਨਾ, ਉਹ ਪਿਆ ਕਰੇਗਾ, ਪਰ ਉਸਦੇ ਅੰਦਰ ਨਾਮ ਦੀ ਰੋ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗੀ। ਜਦ ਹੀ ਕਿ ਉਪਰਲਾ ਮਨ ਰੁਝੇਵੇਂ ਤੋਂ ਵਿਹਲਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕੀ ਦੇਖੇਗਾ ਕਿ ਰੋ ਟੁਰ ਪਿਆ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਪਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਰਸਨਾ ਦਾ ਪਰਵਾਹ ਤਾਂ ਟੁਰਦਾ ਹੀ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਰੁਝੇਵੇਂ ਦੀ ਪਈ ਆਰਜ਼ੀ ਮੈਲ ਬੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਛੇਤੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਰੁਝੇਵੇਂ ਵੇਲੇ ਇਸੇ ਅੰਦਰਲੇ ਮਨ ਵਿਚ ਜਪ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਤੇ ਫੇਰ ਵਿਹਲੇ ਹੋ ਕੇ ਤੇ ਸਮਝ ਕੇ ਜਪੇ ਸਿਮਰਣ ਦੇ ਟੁਰ ਪੈਣ ਨਾਲ ਉਹ ਰੁਝੇਵੇਂ ਵੇਲੇ ਆ ਪਈ ਮੈਲ ਪਹਿਲੋਂ ਕਟੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਫੇਰ ਉਹ ਜਪ ਸਿਮਰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਝੰਡਾ - ਠੀਕ, ਆਪ ਨੇ ਇਹ ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਭਾਵ 'ਹੈ' ਦਾ ਯਾ ਇਉਂ ਕਹੋ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਗਿਆਨ ਯਾ ਉਸ ਦਾ 'ਸਤਿ ਸਰੂਪ' ਐਉਂ ਲਗਾਤਾਰੀ ਹੋ ਜਾਏਗਾ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ, ਇਹ ਭਾਵ ਆਪ ਨੂੰ ਲਖਾਉਂਦਾ ਰਹੇਗਾ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ।

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਹਾਂ 'ਹੈ' ਦਾ ਭਾਵ, ਜਦ ਅੰਦਰ ਲਗਾਤਾਰੀ ਹੋ ਜਾਏਗਾ, ਅੰਦਰਲਾ ਸਾਡਾ ਇਕ ਉਚਿਆਣ ਉੱਤੇ ਆਪੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰੇਗਾ, ਇਕ ਜਾਗ੍ਰਤ ਦਾ ਭਾਵ ਕਿ ਮਾਨੋ ਸੁੱਤੇ ਹੋਏ ਸਾਂ, ਹੁਣ ਜਾਗੋ ਹਾਂ, ਅੰਦਰ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ, ਤਾਜ਼ਗੀ ਤਾਜ਼ਗੀ, ਹਲਕਾ ਹਲਕਾਪਨ ਭਾਸੇਗਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੁਆਦ ਅੰਦਰਲੇ ਆਪੇ ਵਿਚ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਣਗੇ। ਉਸ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਉਨਮਨ ਕਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਉਚਿਆਣ ਵਿਚ ਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਯਾ ਇਉਂ ਕਹੋ ਕਿ ਆਪਾ ਦਾਬਵਾਂ ਤੇ ਗਿਰਾਵਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕੇ ਉੱਚਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਉਚਿਆਣ ਹੈਕੜ ਨਾ ਸਮਝਣੀ।

ਉਹ ਹੈਂਕੜ ਮਨ ਦੀ ਅਹੰਕਾਰ ਬ੍ਰਿਤੀ ਹੈ, ਉਹ ਉਹਯਾਣ ਆਪੇ ਦਾ ਆਪੇ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਉੱਚੇ ਹੋਣਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਸਰਾਂ ਤੋਂ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਕਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਹੁਣ ਤੇਰਾ ਮਨ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਅੰਦਰਲੇ ਦੀ ਅਸਲੀ ਉਚਯਾਣ ਤੇ ਹੈਂਕੜ ਵਾਲੀ ਉਚਯਾਣ ਦਾ ਫ਼ਰਕ ਹੁਣ ਸਮਝ ਲਿਆ ਨੇ? ਜਗਤ ਤੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਕਰੀ ਰਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਦਾ ਨੀਵੇਂ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮਨ ਦੀ ਅਸਲੀ ਉਚਯਾਣ ਦੀ ਸੋਝੀ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ, ਜਦੋਂ ਸਾਈਂ ਦੀ ਯਾਦ ਨਾਲ ਮਨ ਤੋਂ ਆਸ, ਅੰਦੇਸੇ, ਸੋਚਾਂ, ਆਦਿਕਾਂ ਦੇ ਬੋਝ ਢਹਿ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਮਨ ਇਸ ਉਚਯਾਣ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ।

“ਆਸ ਅੰਦੇਸਾ ਦੁਇ ਪਟ ਜੜੇ”

ਝੰਡਾ - ਇਹ ਜੋ ਆਪ ਨੇ ਫੁਰਮਾਇਆ ਹੈ ਸਾਡੇ ਮਨ ਤੇ ਸੁਭਾਵ ਦੀ ਬਣਤਰ ਐਸੀ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਗੱਲ ਅਸੀਂ ਬਾਰ ਬਾਰ ਰਟਨ ਕਰਾਂਗੇ ਸੋ ਚੇਤੇ ਵਿਚ ਵੱਸ ਜਾਏਗੀ, ਮੈਂ ਸਮਝ ਲਈ ਹੈ। ਜਿਸ ਗੱਲ ਦਾ ਚੇਤਾ ਅਸੀਂ ਲਗਾਤਾਰ ਰਖਾਂਗੇ, ਸੋ ਗੱਲ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਸਾਡਾ ਗਿਆਨ ਬਣ ਜਾਏਗੀ - ਲਗਾਤਾਰੀ ਗਿਆਨ, ਕਿਉਂ ਜੋ ਉਹ ਗਿਆਨ ਸਾਡਾ ਆਪਣਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਸੁਖ ਰਸ ਮਾਣਦੇ ਹਾਂ। ਇਉਂ ਮੈਂ ਸਮਝਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਕ ਲਗਾਤਾਰ 'ਭਾਵ' ਯਾ 'ਸੁਭਾਵ' ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਿਹੜੀ ਗੱਲ ਤੁਸਾਂ ਇਹ ਆਖੀ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਬਾਤ ਅਸੀਂ ਬਾਰ ਬਾਰ ਸਿਮਰਣ ਕਰਾਂਗੇ, ਉਹ ਸਾਡੇ ਚਿੱਤ ਵਿਚ ਟਿਕ ਜਾਏਗੀ, ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਪਰਤ ਵਿਚ (sub-conscious mind) ਵਿਚ ਬਹਿ ਜਾਵੇਗੀ।

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਚਮਤਕਾਰ ਪੁਰਬਾਰਧ ਪੰਨਾ ੨੭੩)



ਨਾਮ ਜਪ ਜਿਹਬਾ ਨਾਲ, ਅਰ ਸਿਮਰਨ ਹਿਰਦੇ ਨਾਲ
ਪਰਮਾਰਥ ਵਿਚ ਇਕੋ ਅਰਥ ਰਖਦੇ ਹਨ। ਨਾਮ ਜਪਣਾ, ਸਿਮਰਨ
ਕਰਨਾ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ ਉਸ ਸੈ ਦਾ ਵਧੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪਿਆਰੀ ਹੋਵੇ
ਤੇ ਜਿਸ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ। ਤਦ ਜੇ ਉਸ ਦੀ ਵਧੀਕ
ਸਿਮਰਨ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਪਿਆਨ ਉਸ ਵਿਚ ਜੁੜਨ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ
ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਪਿਆਨ ਸਦੀਵ ਰਹੇ, ਉਸ ਵਲ ਖਿੱਚ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਸਦਾ
ਖਿੱਚ ਜਿਸ ਵਲ ਲਗੀ ਰਹੇ ਉਸ ਵਿਚ ਹਿਤ ਯਾ ਪਿਆਰ ਲੱਗ
ਗਿਆ, ਤੇ ਇਹ ਸੁਤੇ ਸਿਧ ਗਿਆਨ ਹੈ, ਕਿ ਜਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਿਆਨ
ਲਾਈਏ ਉਹ ਸੈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

(ਟੈਕਟ ਨੰ: ੪੩੯ 'ਨਾਮ' ਖਾ: ਟ੍ਰੈ: ਸ: ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ)

‘ਨਾਮ’ ਤੇ ‘ਨਾਮੀ’

ਗੁਰੂ ਜੀ -‘ਰੱਬ ਦਾ ਨਾਮ’ ਆਖੋ, ਪਰ ਨਾਮ ਵਿਚ ਭਾਵਨਾ ਧਾਰ
ਕੇ ਨਾਮ ਲਓ।

ਬ੍ਰਾਹਮਣ - ਕਿਵੇਂ?

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਨਾਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ‘ਨਾਮੀ’ ਹੈ, ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਾ ਧਾਰੋ।
ਖਿਆਲ ਕਰੋ ਕਿ ‘ਨਾਮੀ’ ਹੈ। ਇਸ ਦਿੱਸਦੇ ਤੇ ਵੱਸਦੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ
ਇਸਦਾ ਮਾਲਕ ਤੇ ਪਾਲਕ ਵਸਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਇਸ ਘਰ ਹੈ, ਪਰ
ਦਿੱਸਦਾ ਨਹੀਂ। ਉਸਦਾ ਰੂਪ ਰੇਖ ਰੰਗ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਘਟਿ ਘਟਿ।
ਉਹ ਨਿਰੰਕਾਰ ਹੈ, ਉਹ ਜੋਤ ਸਰੂਪ ਹੈ, ਸਾਡਾ ਅੰਦਰਲਾ ਭੀ ਜੋਤ ਹੈ।
ਹਾਂ, ਨਿਰੰਕਾਰ ਮਿੱਟੀ ਅੰਧ ਵਾਂਙੂ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਜੀਉਂਦਾ ਜਾਗਦਾ ਸਦਾ
ਸੁਰਜੀਤ ਆਤਮਾ-ਤੱਤ ਹੈ। ਉਸਦੇ ਰੰਗ, ਉਸਦੇ ਕਰਨੇ, ਉਸਦੇ
ਵੀਚਾਰ, ਉਸਦੇ ਤਰੰਗ ਉਹੀ ਜਾਣੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਾਡੇ ਵਰਗੇ
ਨਹੀਂ। ਚਾਨਣੇ ਦੀ ਲਹਿਰ ਤੇ ਕਰਨੇ ਮਿੱਟੀ ਸਮਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਉਹ
ਜੋਤ ਹੈ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਸਾਡਾ ਅੰਦਰਲਾ ਬੀ ਜੋਤ ਹੈ, ਜੇ ਦੋਹਾਂ ਦਾ ਮੇਲ
ਰਹੇ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਨਿੱਕੀ ਜੋਤ ਦਾ ਚਾਨਣਾ ਵਧ ਜਾਵੇ, ਇਉਂ ਸਾਡਾ
ਅੰਦਰਲਾ ਖਿੜਿਆ ਰਹੇਗਾ। ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬੁਝੇ ਦੀਵੇ ਵਾਂਗ ਢੱਠਾ ਜਿਹਾ
ਤੇ ਸੋਚਾਂ ਵਿਚ ਦਿੱਸਣ ਵਾਲੇ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਿਚ ਮਨ ਰਹੇਗਾ ਤੇ ਦੁਖ
ਪਾਏਗਾ। ਸੋ ਉਸ ਮਹਾਂ ਜੋਤੀ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਵਿੱਥ ਕਿਵੇ. ਨਾ
ਪਵੇ, ਇਹ ਸਾਡਾ ਪਰਮ ਪਰਮਾਰਥ ਹੈ। ਉਸ ਜੋਤੀ ਸਰੂਪ ਨੂੰ ਆਖੋ
‘ਨਾਮੀ’ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨਾਉਂ ਨੂੰ ਆਖੋ ‘ਨਾਮ’। ਸੋ ਨਾਮ ਵਿਚ ਨਾਮੀ ਦੀ
ਭਾਵਨਾ ਧਾਰੋ, ਮਨ ਵਿਚ ਨਾਮ ਦਾ ਧਰੁਵਾ ਬੰਨ੍ਹੋ ਕਿ ਉਸਦਾ ਨਾਮ

ਜਪਦੇ ਹਾਂ। ਹੁਣ ਸੋਚ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦਾ ਨਾਮ ਲਈਏ ਤਾਂ ਧਿਆਨ ਇਸ ਜਗਤ ਦਾ ਸਾਰ ਹੈ। ਜਿਸ ਕੰਮ ਵਲ ਧਿਆਨ ਹੈ ਉਹ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਲੋਂ ਧਿਆਨ ਮੁੜਿਆ ਉਹ ਕੰਮ ਰਹਿ ਗਿਆ। ਹਾਲੀ ਧਿਆਨ ਹਲ ਤੇ ਬੋਲਦਾਂ ਵਿਚ ਦੋਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਲ ਵਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਧਿਆਨ ਵਿਦਿਆ ਵਿਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਦਿਆ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਤੋਂ ਉਚੇਰਾ ਨਹੀਂ ਉਠਦਾ, ਅਸਾਂ ਨਾਮੀ ਵਿਚ ਭਾਵਨਾ ਧਾਰ ਕੇ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਨੇ ਨਾਮੀ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਹੈ।

ਸੋ (੧) ਉਹ ਸਾਰੀ ਕ੍ਰਿਯਾ ਨੂੰ ਜੋ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਤੋਂ ਚੁੱਕਣ ਤੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾ ਵਿਚ ਲਾਉਣ ਤੇ ਖਰਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, 'ਨਾਮ' ਆਖਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਨਾਮ ਦੁਆਰਾ ਧਿਆਨ ਸਾਈਂ ਵਲ ਲਗ ਗਿਆ, ਤਦ (੨) ਉਸ ਧਿਆਨ ਦੇ ਲਗੇ ਰਹਿਣ ਨੂੰ 'ਨਾਮ' ਆਖਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ (੩) ਉਹ ਲੱਗਾ ਧਿਆਨ ਸਾਈਂ ਵਲੋਂ ਪਿਆਰ ਵਲਵਲੇ ਤੇ ਜੀਵਨ ਰੋ ਨਾਲ ਭਰੇ ਤੂੰਗ ਲੈ ਲੈ ਖੀਵਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਮਿਹਰ ਦੀ ਲਹਿਰ ਇਸ ਵਿਚ ਠਾਠਾਂ ਮਾਰਦੀ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ 'ਨਾਮ' ਆਖਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ (੪) ਇਸ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਹੋਇਆਂ ਘਟ ਘਟ ਵਿਚ, ਵਣ ਤ੍ਰਿਣ ਵਿਚ, ਪਿਆਰਾ ਹੀ ਪਿਆਰਾ ਦਿਸਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਨਾਮ ਆਖਦੇ ਹਨ। (੫) ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਉਤੋਂ ਚੁੱਕਣ ਦੇ 'ਪ੍ਰਿਥਮ ਤਰਦੱਦ' ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਨਾਮੀ ਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਣ ਤਕ ਦੇ ਸਾਰੇ ਰੰਗ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਨਾਮ ਆਖਦੇ ਹਾਂ। ਨਾਮ ਨਿਰਾ ਰਟਣ ਮਾਤਰ ਨਹੀਂ, ਨਾਮ ਰਟਣ ਹੈ, ਜਪ ਹੈ, ਸਿਮਰਣ ਹੈ। ਨਾਮ ਜੀਵਨ ਹੈ, ਨਾਮ ਮੇਹਰ ਹੈ, ਨਾਮ ਰੂਹ ਤੇ ਰੱਬ ਦਾ ਸੰਜੋਗ ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਪਿਆਰ, ਪ੍ਰੇਮ, ਤੂੰਗ, ਸੁਖ, ਰਸ, ਰੰਗ ਮਾਣਨ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜਦ 'ਨਾਮ' ਆਖਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੀਭ ਨਾਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਉਚਾਰਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੋ ਰੱਬੀ ਰੋਂ ਵਾਲੇ ਜੀਵਨ ਦੇ

ਸਾਰੇ ਹੁਲਾਰਿਆਂ ਤੇ ਉਮਾਹਾਂ ਦਾ ਇਕ ਉੱਜਲ ਪ੍ਰਜੁਲਤ ਦਗ ਦਗ ਕਰਦਾ ਸੂਰਜ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ। ਨਾਮ ਹੈ ਨਾਮੀ ਵਲ ਲੱਗਣਾ ਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਨਾਮ ਵਲੋਂ ਮੇਰ ਦਾ ਵਰਸਾਉ, ਹਾਂ ਉਸ ਵਲੋਂ ਉਤਰ ਰਹੇ ਪਿਆਰ, ਉਮਾਹ, ਅੰਦਰਲੀ ਸੋਝੀ ਤਕ ਦਾ ਨਾਉਂ 'ਨਾਮ' ਹੈ। ਸੋ ਤੁਸੀਂ ਵੇਖਲਓ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਾਮ ਜਪਦੇ ਸਾਓ, ਓਹ ਤੇ ਏਹ, ਕੁਝ ਫਰਕ ਰੱਖਦੇ ਹਨ?

ਬ੍ਰਾਹਮਣ - (ਠੰਡਾ ਸਾਹ ਲੈਕੇ) ਆਪ ਧੰਨਯ ਹੋ। ਮੇਰੇ ਸੁੱਤੇ ਦੀ ਜਾਗ ਖੋਲ੍ਹੀ ਜੇ, ਮੈਂ ਤਾਂ ਨਿਰਾ ਮਟਰ ਮਟਰ ਸ਼ਿਵ ਸ਼ਿਵ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕਿ ਲੋਕੀਂ ਪਏ ਸੁਣਨ ਕਿ ਭਗਤ ਹੈ ਤੇ ਜੀਭ ਤਾਲੂ ਨਾਲ ਪਈ ਵਜੇ ਦੰਦ ਪਏ ਦੰਦਾਂ ਨਾਲ ਖਾਣ ਖੜਕਾ ਤੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਪਿਆ ਮਣਕੇ ਤੇ ਮਣਕਾ ਠਾਹ ਠਾਹ ਵਜੇ, ਇਸ ਨੂੰ ਦੋ ਤ੍ਰੈ ਘੜੀ ਕਰ ਉੱਠਣਾ ਨਾਮ ਜਾਣਦਾ ਸਾਂ। ਹੁਣ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਜੀਭ ਨਾਲ ਜਪਣਾ ਹੈ ਨਿਸਫਲ।

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਫੇਰ ਭੁਲ ਵਿਚ ਚਲੇ ਗਏ ਹੋ। ਜੀਭ ਨਾਲ ਜਪਣਾ ਸਫਲ ਨਾਮ ਹੈ। ਜਪਣਾ ਕਰਮ ਹੀ ਜੀਭ ਦਾ ਹੈ, ਜੀਭ ਅੱਖਰ ਉਚਾਰਦੀ ਹੈ, ਨਾਮ ਭੀ ਅੱਖਰਾਂ ਦਾ ਹੈ। ਪਿਆਰਿਆ! ਸਾਰੀ ਗਲ ਮੁੜ ਸਮਝ ਲੈ : 'ਨਾਮ' ਆਤਮ-ਜਾਗ ਨੂੰ ਆਖੀ ਦਾ ਹੈ। ਮਨ 'ਮਾਇਆ' ਦੇ 'ਬਿਸਮਾਦ' ਵਿਚ ਸੌ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਮਰਨ ਤੁਲ ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਜਾਗ ਉੱਠਣਾ ਤੇ ਉਸ ਜਾਗ ਵਿਚ ਜਾਗਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਮ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੀ ਨੀਂਦ ਕਿ ਜਾਗ ਕੋਈ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੀ। ਮਨ 'ਮਾਇਆ ਬਿਸਮਾਦ' ਦੀ ਮੂਰਛਾਂ ਤੋਂ ਉੱਠਕੇ 'ਆਤਮ ਬਿਸਮਾਦ' ਦੀ ਜਾਗੂਤ ਵਿਚ ਆਕੇ ਇਕ ਰੱਬੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਰੋ ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਆਰੰਭ ਤਾਂ 'ਜੀਭ ਦੇ ਨਾਮ ਜਪਣ ਤੋਂ' ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਬ੍ਰਾਹਮਣ - ਜੀ ਫੇਰ ਮੇਰੀ ਭੁਲ ਦਿਖਲਾਓ ਜੋ ਮੈਂ ਨਿਰਸੰਸੇ ਸਮਝ ਜਾਵਾਂ।

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਤੇਰੀਆਂ ਭੁਲਾਂ ਦੇ ਹਨ, ਇਕ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਤੇ ਇਕ ਮਗਰਲੀ।

ਨਾਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਮੀ ਦਾ ਬਹੁ ਪਤਾ ਸੁਣੀਂਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ 'ਨਾਮੀ' ਹੈ ਫੇਰ 'ਨਾਮ' ਹੈ ਫੇਰ 'ਨਾਮੀ' ਹੈ। ਆਦਿ ਤੇ ਅੰਤ ਨਾਮੀ ਹੈ ਵਿਚ ਨਾਮ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਮੀ ਦੇ ਗੁਣ ਸੁਣੀਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਾਲਦਾ ਹੈ, ਮੱਤ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖਣਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਅਸੀਂ ਸਦਾ ਸੁਖੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਉਸ ਵਿਚ ਅੱਪੜਨਾ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਹੈ। ਜੀਉਂਦੇ ਜੀ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਣਾ ਤੇ ਨਾਲ ਵੱਸਣਾ ਸਾਡਾ ਪ੍ਰਮਾਰਥ ਹੈ। ਪਰ ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਦੁਖੀ। ਇਹ ਦੁੱਖ ਨਾਮੀ ਤੋਂ ਵਿਛੜੇ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਹੈ। ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਇਹ ਇੱਛਾ ਹੈ ਤੇ ਜਿਸ ਲਈ ਸਾਰੇ ਜਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸੁਖੀ ਹੋਈਏ ਪਰ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਸੁਖ ਨੂੰ ਭਾਲਣ ਕਰਕੇ ਸਾਰੇ ਦੁਖੀ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਮਾਇਆ ਪ੍ਰਮੇਸ਼ਰ ਤੋਂ ਉਲਟ ਭੁਲਾਵੇ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਮਾਇਆ ਪ੍ਰਮੇਸ਼ਰ ਤੇ ਸਾਡੀ ਵਿਚ 'ਵਿੱਥ' ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ ਤੇ ਸੱਚਾ ਸੁਖ ਹੈ ਉਸ ਨਾਲ ਮੇਲ ਵਿਚ। ਸੋ ਜੇ ਸਦਾ ਸੁਖ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਦਮੀ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਉੱਠਣ ਤੇ ਨਾਮੀ ਵਿਚ ਜਾਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਐਸੀ ਇੱਛਾ ਕਰੇ, ਉਹ ਨਾਮੀ ਦੇ ਗੁਣ, ਸਿਫਤ ਸਰੂਪ ਲਛਣਾਂ ਦਾ ਹਾਲ ਸਮਝਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੇ ਇਕ ਖਿਆਲ ਬਨਾਉਂਦਾ ਹੈ ਨਾਮੀ ਦੇ ਸਰੂਪ ਤੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ। ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਇਕ ਧਰੁਵਾ ਬੰਨ੍ਹਦਾ ਹੈ ਨਾਮੀ ਦਾ ਤੇ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਨਾਮ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਲਾ ਲੈਣ ਦਾ। ਸੋ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਭੁਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਾਮੀ ਦਾ ਖਿਆਲ ਬੰਨ੍ਹੋ ਬਿਨਾਂ ਤੇ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ (ਦਿੱਸਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਤੋਂ ਚੁਕ ਕੇ ਨਾਮੀ ਵਿਚ ਲਾ ਲੈਣ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਧਾਰੇ ਬਿਨਾਂ, ਨਾਮ ਰਟਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਜਦ ਨਾਮ ਦੇ ਅਰਥ ਵਲ ਪਹਿਲਾਂ ਭਾਵਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਧਾਰੀ

ਤਾਂ ਦਸੋ ਕਿਸਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦੇ ਹੋ? ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਮੋਦ ਵਿਚ ਭਾਵਨਾ ਧਾਰੋ, ਫੇਰ ਨਾਮ ਜਪੋ ਇਹ ਜਾਣਕੇ ਕੇ ਇਹ ਨਾਮ ਉਸ ਮਾਲਕ ਪਾਲਕ ਦਾ ਹੈ। ਜਪਦਿਆਂ ਇਸ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵਿਚ ਰਹੋ ਕਿ 'ਹਾਜ਼ਰਾ ਹਜ਼ੂਰ' ਦੀ 'ਹਜ਼ੂਰੀ' ਵਿਚ ਯਕੀਨ ਕਰਕੇ ਨਾਮ ਜੀ ਰਹੋ ਹਾਂ।

ਬ੍ਰਾਹਮਣ - ਠੀਕ ਹੈ, (ਸਿਰ ਹਿਲਾਕੇ) ਸ਼ਾਦ ਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਫੇਰ ਜੀ! ਜਦ ਇਹ ਖਿਆਲ ਬਣਾ ਲਿਆ ਤੇ ਮਨ ਲਗ ਗਿਆ ਫੇਰ ਜੀਭ ਦੀ ਕੀ ਲੋੜ ਰਹੀ?

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਏਥੇ ਹੀ ਨੁਕਤੇ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਜੇ ਤਾਂ ਇਹ 'ਨਾਮੀ ਦੇ ਵਜੂਦ ਜਾਂ ਖਿਆਲ' ਤੇ 'ਨਾਮੀ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਜੋੜ ਲੈਣ' ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਸਮਝ ਵਿਚ ਆਉਂਦਿਆਂ ਮਨ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਹੁਲਾਰਾ ਉਸ ਦਾ ਯਾਦ ਦਾ ਆ ਗਿਆ, ਸਾਈਂ ਦੀ ਕੀਰਤੀ ਤੇ ਪਿਆਰ ਜਾਗ ਪਿਆ, ਅਰਥਾਤ ਖਿਆਲ ਫੌਰਨ 'ਅਨੁਭਵ' ਵਿਚ ਬਦਲ ਗਿਆ ਤਦ ਕਾਰਜ ਹੋ ਗਿਆ, ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਵਿਚ ਵੱਸ ਜਾਏਗਾ, ਪਰ ਰਿਖੀ ਜੀ! ਐਸਾ ਹੁੰਦਾ ਨਹੀਂ ਸਿਵਾ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਇਆਂ ਦੇ। 'ਖਿਆਲ ਰੱਬ ਦੀ ਹੋਂਦ ਯਾ ਉਸਦੇ 'ਵਜੂਦ ਦਾ ਧਰੁਵ' ਬੰਨ੍ਹ ਲਈ ਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦਿੱਸਦੇ ਜਗਤ ਦਾ 'ਕਰਨ-ਹਾਰ ਹੈ' ਤੇ ਉਸਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਹੈ। ਪਰ ਫੇਰ ਭੁਲ ਜਾਈਦਾ ਹੈ, ਅਰਥਾਤ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ 'ਮਾਇਆ' ਤੋਂ ਉੱਠਕੇ ਇਕਦਮ 'ਨਾਮੀ' ਪਰ ਨਹੀਂ ਜਾ ਲੱਗਦਾ। ਸਮਝ ਭਾਵੇਂ ਸਮਝ ਜਾਵੇ, ਪਰ ਧਿਆਨ ਜਿਥੇ ਹੈ ਉੱਥੇ ਹੀ ਹੈ, ਇਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਮਾਨ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾ ਪਰ ਨਿਰੰਤਰ ਟਿਕ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਇਸ ਗਲ ਲਈ ਕਿ ਧਿਆਨ ਭੁਲ ਵਾਲੇ ਥਾਉਂ ਤੋਂ ਉੱਠੇ ਸਾਨੂੰ ਤਰੱਦਦ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਤਰੱਦਦ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਧਾਰੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜੀਦਾ ਹੈ।

ਫੇਰ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਕਿ ਦਿਲ ਦਾ ਇਕ ਤਰੱਦਦ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਅਸਾਂ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ, - 'ਰੱਬ ਹੈ', ਅਸਾਂ ਸਮਝ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਮਿਲਨਾਂ ਅਸਾਂ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੈ ਤੇ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਧਿਆਨ ਉੱਚਾ ਕਰਕੇ ਉਸ ਉਤੇ ਲਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਬੀ ਅਸੀਂ ਵਿਚਾਰ ਲਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਧਿਆਨ ਸਾਡੇ ਆਪੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਇਸ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਮੋੜਨ ਦਾ ਤਰੱਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਤਦ ਵਿਚਾਰ ਸਾਨੂੰ ਇਕ ਹੋਰ ਗੱਲ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਦਾ ਅਸਰ ਸਰੀਰ ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਅਸਰ ਮਨ ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕੰਮ ਸਰੀਰ ਕਰੇ ਮਨ ਉਸ ਦਾ ਅਕਸ ਲੈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਹਥਾਂ ਨਾਲ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਕਚਾਲੂ ਪੁਟੋ ਤਾਂ ਰਾਤ ਸੁਫਨੇ ਮਨ ਨੂੰ ਕਚਾਲੂ ਪੁੱਟਣ ਦੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਮਨ ਉਦਾਸ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਢਿੱਲਾ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗਲ ਸਮਝ ਕੇ ਅਸੀਂ ਰੂਪ ਰੇਖ ਤੋਂ ਪਰੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪਰ ਸਾਡੇ ਅੰਗ ਸੰਗ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ, ਨਾਮੀਂ ਦਾ ਇਕ 'ਅਖਰਾਂ ਵਾਲਾ ਨਾਮ' ਲਭਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਉਸ 'ਅਖਰਾਂ ਵਾਲੇ ਨਾਮ ਨੂੰ' ਜੀਭ ਤੇ ਰਖ ਦੇਂਦਾ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਜੀਭ ਨਾਲ ਜਪਦੇ ਹਾਂ:

'ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ।'

ਜਦ ਜੀਭ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਦ ਧਿਆਨ ਜੇ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਹੈ - ਮੋੜ ਖਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੱਖਰਾਂ ਵਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਅਗੇ ਅਸਾਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਵਜੂਦ, ਉਸਦੀ ਹੈ ਯਾ 'ਹੋਂਦ' ਦਾ ਖਿਆਲ ਕਾਇਮ ਕਰ ਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਸਰੂਪ, ਗੁਣਾਂ, ਸਿਫਤ ਸਲਾਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਰੂਪ ਬੰਨ੍ਹ ਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਸ ਵਿਚ ਲਿਵਲੀਨ ਹੋਣਾ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਬਣਾ ਲਿਆ, ਸੋ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਝੱਟ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਉੱਠਕੇ ਮਾਨਸਕ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਚਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲਗਾਤਾਰ ਨਾਮ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਜਪੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਨੁਹਕਰ ਦਾ ਅਕਸ ਮਾਨਸਕ ਮੰਡਲ ਤੇ ਪੈ ਕੇ ਮਾਨਸਕ ਮੰਡਲ ਈਸ਼ਵਰ ਧਿਆਨੀ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਿਰ ਨਾਮ ਮਾਨਸਕ

ਮੰਡਲ ਤੋਂ ਉੱਚਾ ਹੋ ਕੇ 'ਆਤਮ ਮੰਡਲ' ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫੇਰ 'ਨਾਮੀ' ਦੇ ਦੁਆਰੇ ਜਾਂ ਪਹੁੰਚੀਦਾ ਹੈ। ਸਮਝਣ ਸਮਝਾਉਣ ਮਾਤਰ ਲਈ ਐਉਂ ਕਹੀਦਾ ਹੈ, ਜੀਕੂੰ ਕਿਹਾ ਹੈ।

ਬ੍ਰਾਹਮਣ - ਬਹੁਤ ਠੀਕ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਮਨੁੱਖ ਸਾਰਾ ਧਿਆਨ ਸਰੀਰਕ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਵੇਖੋ ਲਗਪਗ ਪੌਣੇ ਤ੍ਰੈ ਪਹਿਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੀਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਸਰੀਰਕ ਸੁਖ ਵਾਸਤੇ ਹੈ, ਪੌਣੇ ਤ੍ਰੈ ਪਹਿਰ ਰੋਜ਼ ਲਗਪਗ ਰੋਜ਼ੀ ਕਮਾਉਣ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਪੁਰ ਖਰਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਦ ਬੀ ਸਰੀਰਕ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਹੀ ਧਿਆਨ ਰਿਹਾ। ਬਾਕੀ ਪੌਣੇ ਤ੍ਰੈ ਪਹਿਰ ਹੱਸਣ, ਖੇਡਣ, ਸੈਲ, ਤਮਾਸ਼ੇ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਲੰਘ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਬੀ ਸਰੀਰਕ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਰਖਦੇ ਹਨ। ਸੋ ਅੱਠੇ ਪਹਿਰ ਸਰੀਰਕ ਮੰਡਲ ਵੱਲ ਰੁਖ ਰਖਿਆਂ ਬੀਤੇ, ਹੁਣ ਧਿਆਨ ਮਾਨਸਕ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਜਾਵੇ ਕੀਕੂੰ ਤੇ ਕਿਹੜੇ ਵੇਲੇ? ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੋਵੇ ਭਾਵੇਂ ਨਹੀਂ, ਅੱਠੇ ਪਹਿਰ ਉਸਦਾ ਧਿਆਨ ਸਰੀਰਕ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਹੈ। ਸਿੱਧਾਂਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਲੱਗ ਰਹੇ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਰੀਰਕ ਕ੍ਰਿਆ ਨਾਲ ਚੁਕੀਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਰਸਨਾ ਨਾਲ ਨਾਮ ਦਾ ਜਪਣਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਧਿਆਨ, ਨਾਮੀ ਦੇ ਖਿਆਲ, ਉਸਦੀ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ ਤੇ ਸਰੂਪ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਟਿਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬ੍ਰਾਹਮਣ - ਜੋਗ ਅਭਿਆਸ ਨਾਮ ਤੋਂ ਉੱਚਾ ਹੈ?

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਅਭਿਆਸ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਚੁਕ ਕੇ ਨਿਰੰਕਾਰ ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਣ ਦੇ ਹੋਰ ਕਈ ਹਨ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਜੀਵ ਏਕਾਂਤ ਵਾਸੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਲਿਆਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਹੈ, ਜੇ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਏਕਾਂਤ ਵਾਸੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਕ ਗਲ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਜੇ ਅੰਦਰਲੇ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਤੇ ਉੱਨਤੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਵਾਹ ਪੈਣ ਨਾਲ

ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਏਕਾਂਤ ਵਿਚ ਅੰਦਰਲਾ ਏਕਾਂਤ ਜੋਗੀ ਹੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਉਂ ਜੇ ਸਾਰੇ ਬਨੀਂ ਜਾ ਬੈਠਣ ਤਾਂ ਰੋਟੀ ਸਾਰੇ ਕਿਥੋਂ ਖਾਣ। ਸੋ ਹੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬਨ ਵੱਸਕੇ ਸਾਧਨ ਕਰਨ, ਬਨ ਵੱਸਕੇ ਸਾਰੇ ਭੁੱਖੇ ਹੋ ਕੇ ਹੀ ਮਰ ਜਾਣਗੇ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਸਾਧਨ ਐਸਾ ਲੋੜੀਏ ਕਿ ਜੇ ਬੇਮਲੂਮੇ ਅਸਰ ਕਰੇ, ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਕਾਰ ਵਿਹਾਰ ਟੁਰੇ ਰਹਿਣ। ਜੀਵ ਕਿਰਤ ਕਰਕੇ ਰੋਟੀ ਖਾਂਦਾ ਰਹੇ, ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਧਿਆਨ ਮਾਇਆ ਤੇ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਉੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਲ ਰੁਖ ਕਰਦਿਆਂ ਕਰਦਿਆਂ ਨਿਰੰਤਰ ਅੰਦਰੋਂ ਰੱਬ ਨਾਲ ਮੇਲ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਫੇਰ ਅੰਦਰੋਂ ਸਾਈਂ ਨਾਲ ਮਿਲਿਆ ਰਹੇ ਤੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਕਾਰ ਬੀ ਕਰਦਾ ਰਹੇ। ਇਹ ਤਰੀਕਾ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਅਸਾਂ 'ਨਾਮ' ਕਿਹਾ ਸੀ। ਅੰਦਰੋਂ ਮਿਲਿਆ ਰਹਿਣਾ ਕੋਈ ਮੁਰਦਾ ਮੇਲ ਨਹੀਂ, ਕੋਈ ਦੋ ਜੜ੍ਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਸੰਗਮ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਉਹ ਮੇਲ ਜੀਵਨ ਹੈ, ਆਤਮ ਜੀਵਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ 'ਜੀਵਨ ਤੱਤਾਂ' ਦਾ ਮੇਲ ਹੈ। ਅਸਲ ਜੀਵਨ ਹੀ ਉਹ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸਾਈਂ ਵੱਸਿਆ ਉਹ ਜੀਉਂਦਾ ਹੈ।

ਸੋ ਜੀਵਿਆ ਜਿਸੁ ਮਨਿ ਵਸਿਆ ਸੋਇ ॥

ਨਾਨਕ ਅਵਰੁ ਨ ਜੀਵੈ ਕੋਇ ॥ (ਮਾਝ ਵਾਰ ਮ: ੧ ਪੰਨਾ ੧੪੨)

ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਹੀਂ ਵੱਸਿਆ ਉਹ ਮੁਰਦਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਲਗਾਤਾਰ ਰੋਂ ਹੈ ਸਾਡੇ ਧਿਆਨ ਦੀ ਸਾਈਂ ਵੱਲ, ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਰੋਂ ਹੈ ਸਾਈਂ ਦੇ ਧਿਆਨ ਦੀ ਸਾਡੇ ਵੱਲ। ਹਾਂ ਉਹ ਇਕ ਜੀਵਨ ਹੁਲਾਰਾ ਹੈ।

ਥਾਹਮਣ - ਦੂਸਰੀ ਭੁੱਲ ਬੀ ਦੱਸੋ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ?

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਦੂਸਰੀ ਭੁੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਨਾਮ ਜਪਦੇ ਹੋਏ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦੇ ਕਿ ਧਿਆਨ ਮਾਇਆ ਮੰਡਲ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ ਮਾਨਸਕ ਤੇ ਆਤਮਕ ਮੰਡਲ ਵੱਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ

ਮਾਇਆ ਦੀ ਪ੍ਰਬਲਤਾ ਉਹੋ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਰੁਮਕਾ ਰੱਬੀ ਨਹੀਂ ਫਿਰਦਾ, ਕਦੇ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਕਦੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨਮਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਕਦੇ ਚਾਉ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ, ਕੇਦ ਭੈ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ, ਕਦੇ ਪਿਆਰ ਰੋ ਨਹੀਂ ਫਿਰਦੀ, ਕਦੇ ਵੈਰਾਗ ਦੀ ਰਮਜ਼ ਨਹੀਂ ਵਜਦੀ, ਕਦੇ ਵਲਵਲਾ ਨਹੀਂ ਉਠਦਾ, ਕਦੇ ਸੁਕਰਦਾ ਭਾਵ ਨਹੀਂ ਉਗਮਦਾ। ਫੇਰ ਤੁਸੀਂ ਲੱਗ ਕੇ ਜਪਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ, ਐਵੇਂ ਕਹਿ ਛੱਡਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜਪਦੇ ਹਾਂ। ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਰਾਜ! ਇਹ ਬੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਆਤਮਾ ਦਾ ਜਗਿਆਸੂ ਸਤਿਸੰਗਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ, ਅਰਥਾਤ ਨਾਮ ਜਪਣ ਵਾਲੇ ਜੀਉਂਦੇ ਦੀ ਸੁਹਬਤ ਕਰੇ। ਨਾਮੀ ਦਾ ਆਦਰਸ਼ ਅੰਦਰ ਲੈ ਕੇ ਨਾਮ ਜਪੇ ਤਾਂ ਫੇਰ ਜੀਉ ਉਠੇਗਾ, ਹਾਂ ਜਪਣਾ ਹੀ 'ਜਾਗ੍ਰਤ' ਨੂੰ ਲੈ ਆਏਗਾ।

ਸੁਤੜੇ ਅਸੰਖ ਮਾਇਆ ਝੂਠੀ ਕਾਰਣੇ ॥

ਨਾਨਕ ਜੇ ਜਾਰੀਨਿ ਜਿ ਰਸਨਾ ਨਾਮੁ ਉਚਾਰਣੇ ॥

(ਸਲੋਕ ਮ: ੫ ਪੰਨਾ ੧੪੨੫)

ਤੁਸੀਂ ਮੁੱਢ ਵਿਚ 'ਸਾਈਂ ਦਾ ਸਰੂਪ', 'ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਜਨ' ਕੋਈ ਧਰੁਵਾ ਨਹੀਂ ਬੰਨ੍ਹਦੇ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਜਪਦੇ ਹੋਏ ਵੇਖਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਬਣ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਦ ਨਾਮ ਕੋਈ ਜਪੇਗਾ ਜ਼ਰੂਰ ਨਾਮੀ ਅੰਦਰ ਆਵੇਗਾ ਤੇ ਮਨ ਉਨਮਨ ਹੋਵੇਗਾ।

ਬ੍ਰਾਹਮਣ - ਜੀ ਮੇਰੀ ਨਿਸ਼ਾ ਹੋਈ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਧਰਮਸਾਲ ਬਣਾਓ, ਉਥੇ ਬੀ ਸਤਿਸੰਗਤ ਦਾ ਸਰੰਜਾਮ ਕਰੋ।

ਬ੍ਰਾਹਮਣ - ਸੱਤ ਬਚਨ, ਹੋਰ ਕੁਛ ਆਗਿਆ?

ਗੁਰੂ ਜੀ - ਹੋਰ ਬਾਣੀ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਧੁਰੋਂ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਲਓ, ਇਸ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਕਰਿਆ ਕਰੋ। ਬਾਣੀ ਦੇ ਕੀਰਤਨ ਨਾਲ ਮਨ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ ਦੇ ਘਰ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜਿਸਨੋ ਬਖਸੇ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹ॥ ਨਾਨਕ ਪਾਤਿਸਾਹੀ
ਪਾਤਿਸਾਹੁ॥

(ਜਪੁਜੀ)

ਯਾਦ ਰਖੋ! ਉਹ ਦਿਲ ਮੁਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ
ਦਾ ਰੁਮਕਾ ਨਹੀਂ ਫਿਰਦਾ। ਜ਼ਿਮੀਂ, ਅਸਮਾਨ, ਤਾਰੇ, ਚੰਦ, ਸੂਰਜ,
ਪਾਣੀ, ਪੌਣ ਸਭ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੇ ਇਹ ਨਾ
ਲੈ ਜਾਣ ਤਦ ਮਨ ਮਰਿਆ ਜਾਣੇ। ਜੇ ਜੀਉਣ ਚਾਹੋ, ਤਦ ਬਾਣੀ ਦਾ
ਕੀਰਤਨ ਕਰੋ, ਮੋਇਆ ਮਨ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ ਦੇ ਘਰ ਆ ਕੇ ਜੀਵੇ।
ਬਾਣੀ ਮਨ ਵਿਚ ਨਾਮ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬਾਣੀ ਨਾਮ
ਦੀ ਗੋਦ ਹੈ, ਬਾਣੀ ਤੋਂ ਨਾਮ ਵਿਚ, ਨਾਮ ਤੋਂ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਖੇਲਦੇ 'ਜਾਗੇ
ਮਨ' ਆਨੰਦ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਦੇਖ ਬ੍ਰਹਮਣ ਰਾਜ! ਤੂੰ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੈ,
ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੁੱਜਤੀ ਬਹੁਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਯਾਦ ਰੱਖ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦੇ ਦੇਸ਼ ਗੱਲਾਂ
ਤੇ ਹੁਜਤਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾ ਹੁੰਦਾ। ਅਕਲ ਦੀਵਾ ਹੈ, ਚਾਨਣ ਹੈ, ਜੇ
ਇਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤੋ ਤਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਹਿਸਾਬ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰੀਦੀ
ਹੈ। ਸਵੱਛ ਅਕਲ ਤੇ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਾਲੀ ਵਿਦਿਆ ਸਹਾਇਕ
ਹਨ ਨਾਮ ਦੀਆਂ, ਹਾਂ, ਨਿਰੰਕਾਰ ਦਾ ਦੇਸ਼ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਕਰਨੀ
ਨਾਲ ਜਾਈਦਾ ਹੈ। ਨਿਰੀ ਵਿਦਿਆ ਨਾਲ ਸਮਝ ਵਿਚ ਤਾਂ ਕੁਛ ਆ
ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਧਿਆਨ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਉਠਦਾ। ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਮਨ
ਦਾ ਧਿਆਨ ਨਾਮ ਨਾਲ ਉਠਦਾ ਹੈ, ਨਾਮ ਨੇ ਹੀ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਯਾ
ਅਨੁਭਵ ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਸਾਰੀਆਂ ਨੇਕੀਆਂ ਤੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ
ਸਫਲਤਾ ਅਨੁਭਵ ਵਿਚ ਹੈ। ਜਾਹੁ ਤੈਨੂੰ ਨਾਮ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਹੋਈ, ਜਪੁ
ਅਰ ਵੱਸ, ਉਨਮਨ ਹੋ ਅਰ ਦੇਖ ਕਿ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦਾ ਪਿਆਰ ਕੀ ਹੈ।

ਇਹ ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਦਾ ਹੱਥ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ
ਪਿਆ:

ਕਰਿ ਹੁਕਮੁ ਮਸਤਕਿ ਹਬੁ ਧਰਿ ਵਿਚਹੁ
ਮਾਰਿ ਕਢੀਆ ਬੁਰਿਆਈਆ ॥

(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ ੪੭੩)

ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਦੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਚੱਕਰ ਆ ਕੇ 'ਕੜੱਕ' ਜਿਹੀ ਹੋਈ, ਮਾਨੋਂ
ਕੋਈ ਛੋੜ ਕੱਟਿਆ ਗਿਆ। ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਆਵਰਨ ਢਹਿ ਪਿਆ। ਜਾਗ
ਆਈ, ਆਪ ਹਲਕਾ ਫੁਲ ਹੋ ਗਿਆ, ਸਰੀਰ ਦਾ ਭੀ ਭਾਰ ਮਾਨੋਂ ਹੈ
ਹੀ ਨਹੀਂ, ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਸਰੂਰ ਭਰ ਗਿਆ। ਲੂੰ ਲੂੰ ਵਿਚੋਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਝਰਨਾਟ ਫਿਰ ਨਿਕਲੀ। ਮਨ ਆਪੇ ਤੋਂ
ਉਚੇਰਾ ਹੋ ਕੇ 'ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾ ਰੰਗ' ਵਿਚ ਆ ਗਿਆ। ਤ੍ਰਾਟਕਾਂ ਨੇ ਮਾਇਆ
ਲੀਨ ਕਰਕੇ ਪੱਟ ਛੱਡਿਆ ਸੀ। ਅੱਜ ਡਿੱਠਾ ਕਿ ਗੁਰੂ ਬਾਬਾ ਜਦ
'ਨਾਮ' ਆਖਦਾ ਹੈ, ਤਦੋਂ ਕੀ ਆਖਦਾ ਹੈ, ਸਮਝੀਦਾ ਨਹੀਂ ਪੰਠ ਐਉਂ
ਬੁਝੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰੀਦਾ ਹੈ। ਵਾਹ ਵਾਹ ਹੇ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਤੇਰੇ
ਭਾਗ!

ਕੁਛ ਚਿਰ ਮਗਨ ਰਹਿ ਕੇ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਮੱਥਾ ਟੇਕ ਕੇ 'ਨਾਮ ਦਾਨ'
ਲੈਕੇ ਹਾਂ, 'ਜੀਅ ਦੀਨ' ਲੈ ਕੇ ਦੁਖ ਦੇਣ ਦੇ ਬਦਲੇ ਅਮਰ ਸੁਖ ਲੈ ਕੇ
ਨਗਰੀ ਨੂੰ ਚਲਾ ਗਿਆ ਤੇ ਉਹ ਮੌਜਾਂ ਦਾ ਸਾਈਂ ਸਮੁੰਦਰ ਕਿਨਾਰੇ
ਹੀ ਵਿਚਰਦਾ ਰਿਹਾ।

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਚਮਤਕਾਰ ਪ੍ਰਥਮਾਧ ਪੰਨਾ ੨੯੬)



ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਰਮ - ਨਾਮ

ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਦਾਨੁ ਇਸਨਾਨ ॥

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਰਮ ਹੈ 'ਨਾਮ'। ਪਿਆਰ ਨਾਲ, ਪਿਆਰ ਭਰੀ ਯਾਦ ਨਾਲ, ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਨਾਲ ਲੱਗੇ ਰਹਿਣਾ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੱਚਾ ਮਾਂ ਦੀ ਗੋਦ ਵਿਚ ਪਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਰਮ ਗੋਦ ਵਿਚ ਪਏ ਰਹਿਣਾ। ਜਗਤ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨੇ, ਪਰ ਗੋਦ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਨਾ, ਗੋਦੀ ਆਸਰੇ ਰਹਿ ਕੇ ਕਰਨੇ, ਇਹ ਨਾਮ ਹੈ। ਮਨ ਦਾ ਇਕ ਝੁਕਾਉ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਵੱਲ ਪਿਆ ਰਹੇ ਤੇ ਇਕ ਕੰਮਾਂ ਕਾਜਾਂ ਵੱਲ।

ਕਿਸੇ ਦਾ ਬੁਰਾ ਨਾ ਕਰਨਾ। ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਭਲਾ ਕਰਨਾ, ਇਹ ਦਾਨ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਭਲੇ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਰੱਖਣਾ ਜੋ ਮਨ ਦੀ ਭਾਵਨੀ ਭਲੀ ਰਹੇ, ਇਹ ਦਾਨ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੁਖ ਦੇਣਾ ਇਹ ਦਾਨ ਹੈ।

ਸਰੀਰ, ਮਨ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਕਰ ਕੇ ਸਾਫ ਰਹਿਣਾ ਇਹ ਇਸਨਾਨ ਹੈ।

ਬ੍ਰਿਸਟਰਾਣੀ - ਮਨ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਕੀਕੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖੀਦੀ ਹੈ?

ਬਾਬਾ - ਮਨ ਨੂੰ ਬੁੱਧੀ ਦੇ ਤਾਬੇ ਰੱਖੀਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਬੁੱਧੀ ਦੇ ਵੱਸ ਰਹਿ ਕੇ ਸਾਫ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਮਨ ਨੂੰ ਵੱਸ ਰੱਖ ਕੇ ਸਾਫ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਂਵ ਨਾਮ ਜੋ ਜਪੀਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਪੋਖੂ ਭੀ ਮਨ ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਦੀ ਸਫਾਈ ਉਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਧੁਪਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਬ੍ਰਿਸਟਰਾਣੀ - ਮਨ ਬੁੱਧਿ ਦਾ ਕੀ ਫਰਕ ਹੈ?

ਬਾਬਾ - ਜੇ ਚੀਜ਼ ਭਾ ਜਾਵੇ, ਚੰਗੀ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਉਸ ਦੇ ਮਗਰ ਉੱਠ ਭੱਜਣਾ, ਲੈਣ ਲਈ ਲਾਲਸਾ ਕਰਨੀ, ਇਹ ਅੰਦਰ ਜਿੱਥੇ ਫੁਰਨਾ ਹੈ ਉਹ ਮਨ ਹੈ। ਇਹ ਨਾ ਸੋਚਣਾ ਕਿ ਫਲ ਕੀ ਹੋਊ, ਪਰ ਜੋ ਭਾਵੇ ਸੋ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁਣਾ. ਇਹ ਕੰਮ ਮਨ ਦਾ ਹੈ! ਜੇ ਕੁਛ ਕਿ ਮਨ ਵਿਚ ਆਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਭਲਾ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਦਾ ਫਲ ਸੁੱਖ ਹੈ ਕਿ ਦੁੱਖ, ਇਸ ਤੋਂ ਪਾਪ ਹੋਊ ਕਿ ਪੁੰਨ? ਇਹ ਵਿਚਾਰਨਾ ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਕੰਮ ਹੈ। ਜਾਚਣਾ, ਤੋਲਣਾ, ਨਿਸਚੇ ਕਰਨਾ, ਕਿ ਕੀਹ ਠੀਕ ਹੈ, ਇਹ ਬੁੱਧੀ ਹੈ। ਸੋ ਜਦੋਂ ਮਨ ਬੁੱਧੀ ਦੇ ਵੱਸ ਹੋਵੇ ਤਦ ਮਨ ਮਾੜੀ ਲਾਲਸਾ ਤੋਂ ਸਾਫ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਇੱਛਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਬੁੱਧੀ ਦੱਸ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇੱਛਿਆ ਮਾੜੀ ਹੈ ਕਿ ਚੰਗੀ, ਤਦੋਂ ਮਨ ਮਾੜੀ ਇੱਛਾ ਛੱਡ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਮਨ ਦੀ ਸਫਾਈ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਬੁੱਧੀ ਠੀਕ ਜੋਖ ਕੇ ਮਨ ਉਤੇ ਵੱਸ ਪਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਬੁੱਧੀ ਵਿਚ ਪਾਪਾਂ ਦੀ ਮੈਲ ਨਹੀਂ ਜਮ੍ਹਾ ਹੁੰਦੀ, ਉਹ ਸਾਫ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸਾਂ ਸਾਡੀ ਅਰਦਾਸ ਨਹੀਂ ਕਦੇ ਸੁਣੀ। ਅਸੀਂ ਮੰਗਿਆ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਰੋਜ਼:

ਮਨ ਨੀਵਾਂ,

ਮਤਿ ਉੱਚੀ,

ਮਤਿ ਪਤਿ ਕਾ ਰਾਖਾ ਆਪ ਵਾਹਿਗੁਰੂ।

ਮਨ ਬੁੱਧੀ ਦੇ ਅੱਗੇ ਨੀਵਾਂ ਰਹੇ। ਬੁੱਧੀ (ਮਤ) ਮਨ ਦੇ ਉਤੇ ਉੱਚੀ ਰਹੇ, ਉਸ ਦਾ ਹੁਕਮ ਮਨ ਪਰ ਟੁਰੇ। ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਨਿਗਾਹਬਾਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿ ਬੁੱਧੀ ਜੋ ਭਾਵ ਜੋਖੇ ਉਹ ਪਰਮੇਸ਼ੁਰ ਦੇ ਹੁਕਮ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦਾ ਉਸ ਨੂੰ ਭਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ। ਬੁੱਧੀ ਤਾਂ ਹੋਵੇ ਰੱਬੀ ਨਿਗਾਹਬਾਨੀ ਵਿਚ ਤੇ ਮਨ ਹੋਵੇ ਐਸੀ ਬੁੱਧੀ ਦੀ ਨਿਗਾਹਬਾਨੀ ਵਿਚ। ਇਹ ਗੱਲ ਅਸੀਂ ਰੋਜ਼ ਜੀ ਤੋਂ ਮੰਗਦੇ ਹਾਂ।

ਬ੍ਰਿਸਟਰ - ਇਹ ਅਰਦਾਸ ਬੜੀ ਹੀ ਖੂਬਸੂਰਤ ਹੈ।

ਬਾਬਾ - ਸੋ ਤੁਸੀਂ ਡਿੱਠਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਦੇ ਅਰਥ ਕੀ ਹਨ? ਅਸੀਂ ਨਿਰੇ ਭਰਮ ਵਾਲੇ ਨ੍ਹਾਉਣ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ:

‘ਨਾਵਣ ਚਲੇ ਤੀਰਥੀ ਮਨਿ ਖੋਟੈ ਤਨਿ ਚੋਰ॥

ਇਕੁ ਭਾਉ ਲਥੀ ਨਾਤਿਆ ਦੁਇ ਭਾ ਚੜੀਅਸੁ ਹੋਰ॥

ਬਾਹਰਿ ਧੋਤੀ ਤੁਮੜੀ ਅੰਦਰਿ ਵਿਸੁ ਨਿਕੋਰ॥

ਸਾਧ ਭਲੇ ਅਣਨਾਤਿਆ ਚੋਰ ਸਿ ਚੋਰਾ ਚੋਰ॥’

(ਵਾਰ ਸੂਹੀ ਸਲੋਕ ਮਹਲਾ ੧, ਪੰਨਾ ੭੮੯,

ਬਾਬਾ ਨੌਧ ਸਿੰਘ, ਪੰਨਾ ੧੪੬-੪੭)

ਹੇ ਬੀਬੀ! ਉੱਠ ਉਸ ਮਾਯਾ ਵਿਚੋਂ, ਉਸ ਤੌਖਲੇ, ਉਸ ਸੰਸੇ ਤੇ ਭਰਮਵਿਚੋਂ, ਉਸ ਹਨੇਰੇ ਤੇ ਅਵਿੱਦਯਾ ਵਿਚੋਂ, ਹਾਂ, ਮਨ ਦੀ ਉਸ ਦਸ਼ਾ ਵਿਚੋਂ ਜਿਸ ਵਿਚ ਭੈ ਵੱਸ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਯਾਦ ਕਰ ਨਿਰਭੈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ, ਯਾਦ ਕਰ ਉਸ ਨਿਰਭਉ ਨੂੰ, ਹਾਂ ਸਿਮਰਨ ਕਰ ਉਸਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਕਲਯਾਨ ਦਾਤਾ ਸੁਖਦਾਤਾ ਆਖਦਾ ਹੈ:-

“ਨਿਰਭਉ ਜਪੈ ਸਗਲ ਭਉ ਮਿਟੇ॥”

ਤੇਰੇ ਆਤਮਾਂ ਵਿਚ ਸੰਕਲਪ ਵਿਕਲਪ ਫੁਰਨੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ-ਭੈ ਭਰਮਾਂ ਵਾਲੇ- ਨਾ ਉੱਠਣ, ਪਰ ਇਕ ਗੱਲ ਦਾ ਫੁਰਨਾ ਸਦਾ ਫੁਰੇ, “ਮੇਰਾ ਪ੍ਰੀਤਮ, ਮੇਰਾ ਪਯਾਰਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੈ, ਉਹ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਹੈ, ਉਹ ‘ਮੇਰਾ ਰਾਖਾ ਸਭਨੀ ਥਾਈ’ ਹੈ”, ਦੇਖ ! ਜੀਵਨ ਦਾਤਾ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ:-

ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਪਿਤਾ ਤੂੰ ਹੈ ਮੇਰਾ ਮਾਤਾ॥ ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਬੰਧਪੁ ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਭ੍ਰਾਤਾ॥

ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਰਾਖਾ ਸਭਨੀ ਥਾਈ ਤਾ ਭਉ ਕੇਹਾ ਕਾੜਾ ਜੀਉ॥੧॥

ਤੁਮਰੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ ਤੁਧੁ ਪਛਾਣਾ॥ ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਓਟ ਤੂੰ ਹੈ ਮੇਰਾ

ਮਾਣਾ ॥

ਤੁਝ ਬਿਨ ਦੂਜਾ ਅਵਰ ਨ ਕੋਈ ਸਭੁ ਤੇਰਾ ਬਿਲੁ ਅਖਾੜਾ
ਜੀਉ ॥੨॥

ਜੀਅ ਜੰਤੁ ਸਭਿ ਤੁਧੁ ਉਪਾਏ ॥ ਜਿਤੁ ਜਿਤੁ ਭਾਣਾ ਤਿਤੁ ਤਿਤੁ
ਲਾਏ ॥

ਸਭ ਕਿਛੁ ਕੀਤਾ ਤੇਰਾ ਹੋਵੈ ਨਾਹੀ ਕਿਛੁ ਅਸਾੜਾ ਜੀਉ ॥੩॥

ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ਮਹਾ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ॥ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਇ ਮੇਰਾ
ਮਨੁ ਸੀਤਲਾਇਆ ॥

ਗੁਰਿ ਪੂਰੇ ਵਜੀ ਵਾਧਾਈ ਨਾਨਕ ਜਿਤਾ ਬਿਖਾੜਾ
ਜੀਉ ॥੪॥੨੪॥੩੧॥

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਦੁਖ ਪਾਏ ਨੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੇ ਪਾਏ ਦੁਖਾਂ ਨੂੰ ਵੀ
ਭੁੱਲ ਜਾਈਂ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵੈਰ ਦੀ ਯਾਦ ਤੋਂ ਅੰਦਰ ਵੈਰ ਦਾ
ਅਕਸ ਪਾ ਕੇ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਵੈਰ ਦੀ ਮੈਲ ਤੇ ਕਾਈ ਪਾਏਗੀ। ਜੇ
ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੂੰ ਸੁਖ ਪਾਵੇਂ, ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਟਿਕ ਨਾਮ ਤੇ। ਸੁਖ ਬਾਹਰ
ਨਹੀਂ, ਸੁਖ ਅੰਦਰ ਹੈ, ਪਰ ਤਾਂ ਜੇ ਅੰਦਰ ਧਯਾਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵੱਲ ਰਹੇ,
ਮਨ ਤੇ ਅਕਸ ਪਏ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ। ਤਦੇ ਉਸ ਪਾਰ ਲੰਘਾਵਨ
ਹਾਰ' ਸਤਿਗੁਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ:

“ਉਠਤ ਬੈਠਤ ਸੇਵਤ ਨਾਮ ॥

ਗੀਠ

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਜਨ ਕੈ ਸਦ ਕਾਮ ॥”

“ਉਠਤ ਬੈਠਤ ਸੇਵਤ ਧਿਆਈਐ ॥

ਮਾਰਗਿ ਚਲਤ ਹਰੇ ਹਰਿ ਗਾਈਐ ॥”

ਦੇਖ ਬੀਬੀ! 'ਬਚਾਵਣਹਾਰ ਜੀ' ਆਖਦੇ ਹਨ:-

ਪ੍ਰਭ ਜੀ ਕੋ ਨਾਮੁ ਮਨਹਿ ਸਾਧਾਰੈ ॥

ਜੀਅ ਪ੍ਰਾਨ ਸੁਖ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਬਰਤਨਿ ਏਹ
ਹਮਾਰੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਨਾਮੁ ਜਾਤਿ ਨਾਮੁ ਮੇਰੀ ਪਤਿ ਹੈ ਨਾਮੁ ਮੇਰੈ ਪਰਵਾਰੈ ॥

ਨਾਮੁ ਸਖਾਈ ਸਦਾ ਮੇਰੈ ਸੰਗਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮੇਕਉ ਨਿਸਤਰੈ ॥੧॥

ਬਿਖੈ ਬਿਲਾਸ ਕਹੀਅਤ ਬਹੁਤੇਰੇ ਦਲਤ ਨ ਕਛੁ ਸੰਗਾਰੈ ॥

ਇਸਟ ਮੀਤੁ ਨਾਮੁ ਨਾਨਕ ਕੋ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮੇਰੈ ਭੰਡਾਰੈ ॥੨॥

ਅਭਾਗਣ (ਦਿਲ ਹਲਕੇ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈ ਕੇ) - ਹੇ ਭਲੇ
ਪੁਰਖ! ਇਹ ਦੱਸ ਕਿ ਕਿਆ ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਦੀ ਥਾਂ, ਪਿਤਾ ਦੀ ਥਾਂ, ਸਾਕ
ਸਨਬੰਧੀ ਸਖੀ ਸਹੇਲੀ ਦੀ ਥਾਂ, ਇਹ ਨਾਮ ਮੱਲੇਗਾ? ਕਿਆ ਮੇਰੀਆਂ
ਸਰਬ ਉੱਣਾਂ ਪੂਰਨ ਇਹ ਨਾਮ ਕਰ ਸਕੇਗਾ?

ਸਿੰਘ ਜੀ (ਨਿੰਮ੍ਰਤਾ ਨਾਲ) - ਮੈਂ ਤਾਂ ਭੁਲਣਹਾਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਹਾਂ, ਪਰ
ਮੇਰਾ ਸਾਹਿਬ, ਸੱਚਾ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਜਗਤ ਦਾ 'ਅਭੁੱਲ ਗੁਰੂ' ਆਖਦਾ ਹੈ:-
ਜਿਨਕੈ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਵਸਿਆ ਸਦ ਹਿਰਦੈ ਹਰਿ ਨਾਮੋ ਤਿਨ ਕਉ
ਰਖਣਹਾਰਾ ॥

ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਪਿਤਾ ਹਰਿ ਨਾਮੋ ਮਾਤਾ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸਖਾਈ ਮਿਤ੍ਰ
ਹਮਾਰਾ ॥

ਹਰਿ ਨਾਵੈ ਨਾਲਿ ਗਲਾ ਹਰਿ ਨਾਵੈ ਨਾਲਿ ਮਸਲਤਿ

ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਮਾਰੀ ਕਰਦਾ ਨਿਤ ਸਾਰਾ ॥

ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਮਾਰੀ ਸੰਗਤਿ ਅਤਿ ਪਿਆਰੀ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਕੁਲ
ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਪਰਵਾਰਾ ॥

ਜਨ ਨਾਨਕ ਕਉ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਗੁਰਿ ਦੀਆ,

ਹਰਿ ਹਲਤਿ ਪਲਤਿ ਸਦਾ ਕਰੇ ਨਿਸਤਾਰਾ ॥੧੫॥

ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਮਾਰਾ ਪ੍ਰਭੂ ਅਬਿਗਤੁ ਅਗੋਚਰੁ ਅਬਿਨਾਸੀ ਪੁਰਖੁ

ਬਿਧਾਤਾ ॥

ਹਰਿਨਾਮੁ ਹਮ ਸ਼ੇਵਹ ਹਰਿਨਾਮੁ ਹਮ ਪੂਜਹ ਹਰਿਨਾਮੇ ਹੀ ਮਨੁ
ਰਾਤਾ ॥

ਹਰਿਨਾਮੈ ਜੇਵਡੁ ਕੋਈ ਅਵਰੁ ਨ ਸੂਝੇ ਹਰਿਨਾਮੇ ਅੰਤਿ
ਛਡਾਤਾ ॥

ਹਰਿਨਾਮੁ ਦੀਆ ਗੁਰਿ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਧਨੁ ਧੰਨੁ ਗੁਰੂਕਾ ਪਿਤਾ
ਮਾਤਾ ॥

ਹੰਉ ਸਤਿਗੁਰ ਅਪੁਣੇ ਕੰਉ ਸਦਾ ਨਮਸਕਾਰੀ
ਜਿਤੁ ਮਿਲਿਐ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸੈ ਜਾਤਾ ॥੧੬॥

ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਮਾਰਾ ਭੋਜਨੁ ਛਤੀਹ ਪਰਕਾਰ ਜਿਤੁ ਖਾਈਐ ਹਮ
ਕਉ ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਭਈ ॥

ਹਰਿਨਾਮੁ ਹਮਾਰਾ ਪੈਨਣੁ ਜਿਤੁ ਫਿਰਿ ਨੰਗੇ ਨ ਹੋਵਹ
ਹੋਰ ਪੈਨਣ ਕੀ ਹਮਾਰੀ ਸਰਧ ਗਈ ॥

ਹਰਿਨਾਮੁ ਹਮਾਰਾ ਵਣਜੁ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਵਾਪਾਰੁ,

ਹਰਿ ਨਾਮੈ ਕੀ ਹਮ ਲੇਖਾ ਲਿਖਿਆ ਸਭ ਜਮ ਕੀ ਅਗਲੀ
ਕਾਣਿ ਗਈ ॥

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਗੁਰਮੁਖਿ ਕਿਨੈ ਵਿਰਲੈ ਧਿਆਇਆ,

ਜਿਨ ਕੰਉ ਧੁਰਿ ਕਰਮਿ ਪਰਾਪਤਿ ਲਿਖਤੁ ਪਈ ॥੧੭॥

ਅਭਾਗਣ (ਅੱਖਾਂ ਚਮਕ ਉਠੀਆਂ)- ਵਾਹ ਵਾਹ ! ਧੰਨ ਰੱਬ
ਹੈ, ਹੇ ਸ਼ੁਭ ਮੱਤ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਜੀਓ! ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸੋ ਜੋ
ਤੁਸੀਂ ਹਿੰਦੂ ਹੋ, ਮੁਸਲਮਾਨ ਹੋ, ਈਸਾਈ ਹੋ ਜਾਂ ਆਰੀਆ?

ਸਿੰਘ ਜੀ- ਸੈਂ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਨਹੀਂ। ਬੀਬੀ! ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੇ
ਸਚਮੁਚ ਦਾ ਧਰਮ ਨਹੀਂ ਧਾਰਿਆ ਤੇ ਨਾਮ ਧਰਮ ਦਾ ਜੋ ਜੀ ਕਰੇ

ਰਖਾ ਲਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕੀ ਲਾਭ ਹੈ। ਕਲੇਸ਼ ਜਗਤ ਵਿਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ
 ਫੈਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਧਰਮਹੀਨ ਲੋਕ ਧਰਮ ਵਾਲੇ ਕਹਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਨਾਮ
 ਧਰਮ ਦਾ ਰਖਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕਰਮ ਧਰਮ ਹੀਨਤਾ ਦੇ ਕਹਾਉਂਦੇ ਹਨ।
 ਸੱਚਾ ਧਰਮ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਹਿਗੁਰੂ ਸੱਚੇ ਦਾ ਅਕਸ ਸਾਡੇ ਦਿਲ ਤੇ
 ਲਗਾਤਾਰ ਪਵੇ, ਉਸ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਦਾ ਚਾਨਣ ਸੂਰਜ ਦੇ ਚਾਨਣੇ ਵਾਂਗ
 ਮਨ ਤੇ ਆਵੇ, ਜਾਂ ਐਉਂ ਕਿ ਸਾਥੋਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਐਸਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਸਾਡੇ
 ਮਨ ਵਿਚ, ਵਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ 'ਹੈ' ਦਾ ਫੁਰਨਾ ਬੰਦ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਐਉਂ
 ਆਖੋ ਕਿ ਮਨ ਵਿਚ ਪਯਾਨ ਵਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸਦਾ ਟਿਕੇ। ਇਹ ਹੈ ਸੁਭ
 ਮਤ ਜੋ ਅਸਾਂ ਸਿਖਣੀ ਹੈ ਤੇ ਸਿਖਾਵਣ ਲਈ ਅਰਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਯਾ
 ਦਾਤਾ ਤੇ ਜੀਅਦਾਨ ਦਾਤਾ ਆਇਆ, ਓਹਨੂੰ ਗੁਰੂ-ਦੈਵੀ ਗੁਰੂ-
 ਆਖਦੇ ਹਨ। ਓਸ ਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਤੋਂ ਬਲਿਹਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲਾ, ਸਿੱਖਣ
 ਵਾਲਾ ਤੇ ਜੀਅਦਾਨ ਦਾ ਮੰਗਤਾ ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਸਿਖ-ਹਾਂ, ਮੈਂ ਹਰਦੇਸ਼
 ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਮੇਰੇ ਮਨ ਤੇ ਉਹ ਮਾਲਕ
 ਬੈਠਾ ਰਹੈ। ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰਖਦਾ ਹਾਂ, ਤਰਲਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ
 ਮਨ ਦੇ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਉਸ ਤੋਂ ਨਾਂ ਵਿਛੁੜਾਂ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਹੀਦਾ ਹੈ 'ਨਾਮ',
 ਇਹ ਹੈ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮੇਲ। ਧਰਮ, ਮਤ, ਮਜ਼ਹਬ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ
 ਮਿਲਾਵੇ, ਜੋ ਮਾਯਾ ਨਾਲ ਮਿਲਾਵੇ ਉਹ ਅਧਰਮ, ਅਮੱਤ, ਅਮਜ਼ਹਬ
 ਹੈ। ਸੋ ਜੇ ਸੁਖ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਰਾਹ ਇਹ ਹੈ।

(ਬਾਬਾ ਨੰਧ ਸਿੰਘ, ਪੰਨਾ-੧੭,੧੮)

ਮਰਦਾਨਿਆਂ! ਜਦੋਂ ਮਨ 'ਬੱਝ' ਦੇ ਘਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਦੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
 ਕੋਈ ਕਾਰਣ ਵਰਤਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਕਾਰਣ ਲੱਭੀਏ, ਉਸ ਕਾਰਣ ਦਾ
 ਹੀਜ ਪਿਆਜ ਫੋਲੀਏ ਤੇ ਪੜਤਾਲੀਏ! ਫੇਰ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀਚਾਰ ਦੇ
 ਤੱਕੜ ਤੇ ਤੋਲੀਏ। ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੋਲ ਚੁਕਿਆਂ ਹੀ ਕਈ ਵੇਰ ਬੱਝ ਦੂਰ
 ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮਰਦਾਨਾ- ਪਾਤਸ਼ਾਹ ! ਕਦੇ ਐਉਂ ਬੀ ਨਹੀਂ ਕੁਛ ਬਣਦਾ।

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ- ਫੇਰ ਕੋਈ ਕਾਰਣ ਅਰਮਿ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹੁੰਦਾ ਅੰਦਰ ਹੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਹੀ ਫੇੜਿਆਂ ਦੇ- ਕੋਈ ਭੁੱਲ ਗਏ, ਲੁਕ ਗਏ ਪਰ ਕੀਤੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਉੱਗਰ ਉੱਗਰ ਕੇ ਤੰਗ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਕੀਤੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਹੀ ਦੁਖ ਸੁਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਚਾਹੇ ਅਜ ਦੇ, ਚਾਹੇ ਕਲ ਦੇ ਤੇ ਚਾਹੇ ਪਿਛਲੇ ਪਿਛਲੇ। ਏਸ ਦਾ ਦਾਰੂ ਹੈ ਨਾਮ, ਕੀਰਤਨ, ਬਾਣੀ ਦਾ ਪਾਠ, ਅਰਦਾਸ, ਸਤਿਸੰਗ, ਦਾਨ, ਇਸ਼ਨਾਨ, ਸੁਹਣੇ ਸੁਹਾਵੇ ਨਦੀਆਂ, ਬਨਾਂ, ਨਹਿਰਾਂ, ਪਹਾੜਾਂ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਦਰਸ਼ਨ, ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਦੇ ਨਾਦ, ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਉਮਾਹ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਿੱਠੇ ਮਿੱਠੇ ਇਕ ਦੋ ਤ੍ਰੈ ਸੁਰੇ ਰਾਗ, ਇਸ਼ਨਾਨ। ਹਾਂ, ਨਾਮ ਬਾਣੀ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਚਾਉ ਉਮਾਹ ਦੇ ਖੇੜੇ ਦੀ ਛੁਹ ਲੈ ਕੇ ਖਿੜ ਜਾਣਾ।

ਮਰਦਾਨਾ- ਹੁਣ ਮੇਰੇ ਬਾਬ ਕੀ ਵਰਤੀ?

ਗੁਰੂ ਜੀ- ਤੂੰ ਕਿਤੋਂ ਅਨਾਦਰ ਲਿਆ ਹੈ? ਓਥੇ ਤੂੰ ਅਗੋਂ ਅਨਾਦਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ, ਪਰ 'ਹੋਊ ਪਰੇ' ਬੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਿਆ, ਸੋ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ 'ਨਾ ਜਰੀ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀ' ਤੇ 'ਨਾ ਸੱਟੀ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀ' ਨਿਜ ਅਪਮਾਨ ਦੀ ਪੀੜਾ ਨੱਪੀ ਗਈ ਹੈ। ਫੇਰ ਤੇਰੇ ਮਨ ਨੇ ਇਸ 'ਕਾਰਣ ਵਲ' ਰੁਖ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਤੇ ਚੇਤੇ ਨੇ ਸਹਾਇਤਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ। ਸੋ ਮਲਕੜੇ ਤੇਰੀ ਨਾਮ ਵਾਲੀ ਖਿੜੀ ਸੁਰਤ ਦਬ ਗਈ ਹੈ ਤੇ ਨਾਲੇ ਹੀ ਖੇੜਾ ਟੁਰ ਗਿਆ ਹੈ।

ਮਰਦਾਨਾ- ਸੁਹਾਣ ਤੇਰੀ ਆਖੀ ਨੂੰ ਈਹਾ ਗੱਲ ਹੋਈ ਨੇ।

ਗੁਰੂ ਜੀ- ਕਿਵੇਂ?

ਮਰਦਾਨਾ- ਪਾਤਸ਼ਾਹ! ਸਾਰੇ ਜੋਰੀਆਂ ਦੇ ਗਿਆ ਹਾਂ। ਕਿਸੇ ਇਕ ਅੰਗਾਰੀ ਅੱਗ ਦੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ, ਦੋ ਲਕੜਾਂ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀਆਂ,

ਪਾ ਅੰਨ ਦਾ ਤਾਂ ਕੀ ਸਰਨਾ ਸੀ ਕਿਸੇ ਤੋਂ। ਆਖਦੇ ਹਨ ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਅਤੀਤ ਹਾਂ। ਫੇਰ ਮਿੱਠਾ ਬੀ ਨਹੀਂ ਕੂੰਦੇ। ਝਿੜਕ ਝਿੜਕ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਪਾਤਸ਼ਾਹ! ਭੁੱਖੇ ਨਹੀਂ ਬੈਠੇ, ਪਦਾਰਥ ਬੀ ਪਾਸ ਪਏ ਹੈਨੇ। ਏਸ ਤੋਂ ਤਾਂ ਗਿ੍ਹਸਤੀ ਚੰਗਾ, ਪ੍ਰਾਹੁਣਾ ਆਵੇ ਤਾਂ ਹਜ਼ਾਰ ਖਾਤਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਰਗਾ ਕੋਈ ਸਤ ਓਪਰਾ ਅਤੀਤ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਲੱਪ ਆਟੇ ਦੀ ਤਾਂ ਪਾ ਦੋਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਜੀ- ਫੇਰ ਮਰਦਾਨਿਆਂ! ਇਹੋ ਤਾਂ ਵੇਖਣ ਤੇ ਸੋਧਣ ਚੜ੍ਹੇ ਹਾਂ। ਤੂੰ ਦੁੱਖ ਕਿਉਂ ਮੰਨਿਆਂ। ਦੁਖ ਅੰਦਰ ਵਾੜਿਆ ਤਾਂ 'ਬੱਝ' ਪਈ, 'ਬੱਝ' ਪਈ ਤਾਂ ਨਾਮ ਗਿਆ, ਨਾਮ ਗਿਆ ਤਾਂ ਖੇੜਾ ਗਿਆ, ਖੇੜਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਕੀ ਰਹਿ ਗਿਆ? ਨਿਰਾ ਬਲਣਾ। ਜਿਵੇਂ ਚੁੱਲ੍ਹੇ ਵਿਚ ਬਾਲਣ ਬਲਣ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਤਿਵੇਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਅੰਨ ਦੇ ਬਲਣ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਹੈ। ਨਿਰਾ ਬਲਣਾ ਪਸੂ ਪੰਛੀਆਂ ਵਿਚ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਹੱਥ ਲਾਓ ਤਾਂ ਪੱਥਰਾਂ ਤੋਂ ਨਿੱਘੇ ਲਗਦੇ ਹਨ, ਹੈ ਨਾ ਨਿੱਘ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ। ਪਰ ਨਿਰਾ ਬਲਣਾ ਅਮਰ ਜੀਵਨ ਨਹੀਂ। ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜੇ ਬਲਣਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਹ ਸਰੀਰ ਜੀਵਨ ਲਈ ਨਿੱਘ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਣ ਜੀਵ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਅੱਗ ਬੁਝ ਗਈ ਜੀਵਨ ਫੇਰ ਓਥੇ ਨਹੀਂ ਦਿੱਸਦਾ। ਬਿਛ, ਪਸੂ, ਪੰਛੀ, ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਾਮੂਲੀ ਜੀਵਨ ਜੇ ਹੈ ਸੋ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਲਣਾ ਹੈ, ਹੋਇਆ ਜੁ ਬਲਣੇ ਦੇ ਆਸਰੇ। ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਇਕ ਜਾਗ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਉਸ ਵਿਚ ਖੇੜਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਜੇ ਜੀਵ ਉਸ ਖੇੜੇ ਵਿਚ ਖਿੜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੀਉਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਨਹੀਂ ਖਿੜਦਾ ਤਾਂ ਨਿਰਾ ਬਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖੇੜੇ ਦਾ ਜੀਵਨ ਅਮਰ ਖੇੜੇ ਦਾ ਜੀਵਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਜੀਏ ਕਿ ਮਰੇ, ਖੇੜੇ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਖੇੜਾ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਅਸਲੀ ਰੱਬੀ ਖੇੜੇ ਦੇ ਘਰ ਆ ਗਿਆ, ਓਥੇ ਖੇੜੇ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਤਾਂ ਤੇ ਹੋ ਮਰਦਾਨੇ! ਸਾਂਈ ਪਿਆਰ ਵਿਚ

ਖਿੜੇ ਰਹਿਣਾ ਅਸਲ ਜੀਵਨ ਹੈ।

ਮਰਦਾਨਾ-ਸੁਹਾਣ ਤੇਰੀ ਸੋਝੀ ਨੂੰ, ਸੁਹਾਣ ਤੇਰੀ ਆਖੀ ਨੂੰ।
ਡੂੰਮ ਕਦ ਦਾ ਤੇਰੇ ਨਾਲ ਹੈ, ਸਮਝਿਆ ਬੀ ਸੂ, ਹੱਥ ਪੈਰ ਬੀ ਮਾਰਦਾ
ਹੈ ਪਰ ਫੇਰ ਪੈਰ ਤਿਲਕ ਜਾਂਦੇ ਸੂ। ਤੇਰੇ ਬਚਨ ਹੀ ਅਮਰ ਖੇੜੇ ਹਨ,
ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਸੁਹਾਵੇ ਰਾਗ ਹਨਲਲ, ਪਾਤਸ਼ਾਹ! ਮੈਂ ਹੁਣ ਫਿਰ ਖਿੜ
ਆਇਆ ਹਾਂ, ਨੈਣ ਖੁੱਲ ਆਏ ਹਨ, ਲਹੂ ਗੋੜ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰਰ
ਸਰਰ ਕਰ ਉਠਿਆ ਹੈ, ਨਾਮ ਦੀ ਤਾਰ ਤਰੱਬੁਕ ਉੱਠੀ ਹੈ, ਸੁਰਜੀਤ
ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਸੁਹਾਣ ਤੇਰੀ ਮਿਹਰ ਦੇ 'ਸਤਿ ਸੁਹਾਣ ਸਦਾ ਮਨਿ ਚਾਉ'
ਤੁਸਾਂ ਕਿੰਨੀ ਵੇਰੀ ਫੁਰਮਾਇਆ ਹੈ, ਪਰ ਅੱਲ੍ਹੜ ਦੇ ਲੜ ਨਹੀਂ ਬੱਝਦਾ
ਇਹ ਨੁਕਤਾ। (ਠੰਢੇ ਸਾਹ ਤੇ ਲੰਮੇ ਸਾਹ ਲੈ ਕੇ) ਪਾਤਸ਼ਾਹ ! ਇਹ
ਕੀਹ ਵਰਤਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਮਨ ਦੀ ਦਰੇੜ ਦੇ ਮਗਰੋਂ ਸੁਖ
ਹੋਣ ਲਗਦਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਠੰਢੇ ਸਾਹ ਆਉਂਦੇ ਹਨ!

ਗੁਰੂ ਜੀ- ਤੈਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਸੀ ਕਿ ਸੁਰਤੇ ਪੁਰਖ ਨਾਮ ਵਿਚ
ਜੀਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਰੰਗ ਨਾਲ ਚਾਉ
ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚਾਉ ਜਰਨਾ ਕਠਨ ਹੈ, ਅਜਰ ਵਸਤੂ ਹੈ। ਨਾ
ਜਰ ਸਕਣ ਕਰਕੇ ਭੁੱਲਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਭੁੱਲਾਂ ਦਾ ਫਲ 'ਬੱਝ' ਆ
ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅੰਦਰ ਘੁੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨੱਪੇ ਆਵੇ ਵਾਂਙੂੰ ਘੁੱਟਿਆ ਮਨ
ਆਪੇ ਨੂੰ ਖਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸੁਰਤੇ ਪੁਰਖਾਂ ਦੀ 'ਬੱਝ' ਖੁੱਲ੍ਹੇ, ਨਾਮਾ ਦੀ
ਅਮਰੀ ਰੌਗੁਮਕੇ ਤੇ ਖੇੜੇ ਨੂੰ ਮੋੜੇ ਪੈਣ, ਉਸ ਵੇਲੇ ਮਰਦਾਨਿਆਂ! ਸੁਰਤ
ਮਨੋਂ ਪਰਬਤਾਂ ਦੇ ਭਾਰ ਹੇਠੋਂ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸੁਖ ਦੇ ਸਾਹ ਲੈਂਦੀ
ਹੈ। ਓਹ ਠੰਢੇ ਸਾਹ ਸੁਖ ਦੇ ਤੇ ਮੁੜਕੇ ਠੰਢ ਵਰਤਣ ਦੇ ਸਾਹ ਹੁੰਦੇ
ਹਨ, ਓਹ ਅੰਦਰ ਸਹੂਲਤ ਵਰਤਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ
ਫੇਰ ਖੇੜੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਰੌਸਾਫ ਟੁਰ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਵਧਾਨ ਰਿਹਾ ਕਰ।

ਮਰਦਾਨਾ। ਸਾਵਧਾਨ ਤੇਰੀ ਮਿਹਰ ਹੀ ਰਖ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਡੂੰਮ

ਤਾਂ ਓਧਰੇ 'ਬੱਝ' ਵਲ ਮੁੜ ਮੁੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵੇਖ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਹੁਣੇ ਤੂੰ ਮੈਨੂੰ ਚੰਗਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਹੁਣੇ ਫੁਰ ਪਈ ਹੈ ਫੇਰ ਸੋਚ ਕਿਕਕ ਰਾਤ ਆ ਰੰਗੀ ਹੈ, ਠੰਢ ਹੈ ਕਿਵੇਂ ਬੀਤਸੀ?

ਗੁਰੂ ਜੀ- ਕਦੇ ਤਾਂ ਫੁਰਨਿਆ ਦੀ ਨੈਂ ਨੂੰ ਤਰਿਆ ਬੀ ਕਰ। ਇਕ ਪਲ ਲਈ ਹੋੜਦੇ ਫੁਰਨੇ ਨੂੰ, ਆ ਜਾ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਘਰ, ਤੱਕ ਅੰਦਰ ਨੂੰ, ਫੁਰਨਾ ਰੋਕ, ਲੈ ਨਾਮ ਸਾਂਈਂ ਦਾ। ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰ ਕਿ ਉਸ ਨਾਲ ਲੱਗ ਫਿਰਾ ਹਾਂ ਜਿਸ ਦਾ ਨਾਮ ਰਸਨਾ ਪਰ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਆ ਜਾ, ਇਕ ਦਮ, ਲਈ ਹੀ ਆ ਜਾ, ਹਾਂ ਟਿਕ ਜਾ, ਆਪੇ ਵਿਚ ਦੇਖ ਹੁਣ ਜੋ ਤੂੰ 'ਹੈ' ਮਾਤ੍ਰ ਹੈਂ ਸੋ ਸਾਂਈਂ ਦੀ 'ਹੈ' ਨਾਲ ਲਗ ਰਿਹਾ ਹੈਂ। ਇਸ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਦੇਹ ਆਪ ਨੂੰ, ਸੋਚਾਂ ਨੂੰ ਹੋੜ ਦੇਹ; ਹੰਭਲਾ ਮਾਰ, ਰਾਤ ਆਪੇ ਬੀਤ ਜਾਏਗੀ। ਇਹ ਹੈ 'ਮੇਲਾ', ਇਹ ਹੈ 'ਜੋਗ ਸਾਂਈਂ ਨਾਲ', ਇਹ ਹੈ 'ਸਿਦਕ ਯਕੀਨ ਰੱਬ ਵਿਚ' - 'ਗਲ ਚੰਬੜ' ਸਾਂਈਂ ਜੀ ਨਾਲ। ਸੋ ਇਸ ਹਾਲ ਵਿਚ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਕਿ ਜਿਸ ਦੇ ਗਲ ਲੱਗੇ ਹਾਂ ਹੁਣ ਉਸ ਨੂੰ ਫਿਕਰ ਹੈ ਰਾਤ ਦਾ। ਕਦੇ ਤਾਂ ਫਿਕਰ ਛੱਡਕੇ ਟਿਕਾਉ ਦੇ ਘਰ ਆ ਕੇ ਦੇਖ ਕਿ ਕਾਦਰ ਦੀ ਕੁਦਰਤ ਕੀਹ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਤੂੰ ਫਿਕਰ ਕਰੇਂਗਾ ਤਾਂ ਕਰ, ਮਨ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਪਰ ਨਾਲ ਅਕਲਾਂ ਦੁੜਾ ਤੇ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰ! ਪਰ ਇਕ ਤਾਂ ਨਾਮ ਨਾ ਛੱਡੀਂ, ਦੂਜੇ ਤੇਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਨਾ ਸਿਰੇ ਚੜ੍ਹੀਆਂ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦੁੱਖ ਨਾ ਕਰੀਂ, ਤਾਂ ਤਾਂ ਖੇੜਾ ਮਾੜਾ ਮੋਟਾ ਬਚਿਆ ਰਹੂ। ਜੇ ਤੂੰ ਨਾ ਸਿਰੇ ਚੜ੍ਹੀਆਂ ਤੇ ਉਦਾਸ ਹੋਇਓਂ, - ਕ੍ਰੋਝਿਓਂ ਯਾ ਸਿਰੇ ਚੜ੍ਹੀਆਂ ਤੇ ਬਫਾਇਓਂ, ਹੰਕਾਰਿਓਂ ਤੇ ਪਾਟਿਓਂ ਤਾਂ ਖੇੜਾ ਟੁਰ ਜਾਏਗਾ; ਨਾਮ ਦੀ ਰੋਂ ਬੰਦ ਹੋਜਾਏਗੀ ਜਾਂ ਅਤਿ ਮੱਧਮ ਪੈ ਜਾਏਗੀ, ਫੇਰ ਸੁਰਤ ਵਿਚ 'ਬੱਝ' ਆ ਜਾਏਗੀ। ਤਦੋਂ ਤੂੰ ਦੁਖੀ ਹੋ ਆਖੇਂਗਾ, 'ਦੁੱਖਾਂ ਵਿਚ ਬੀਤ ਗਈ ਸਾਰੀ, ਦਿਨੇ ਦੁੱਖ ਰਾਤੀਂ ਦੁੱਖ, ਸੰਸਾਰ ਦੁੱਖ ਰੂਪ ਹੈ। ਕਿਉਂ ਦੁੱਖ ਹੈ ਏਥੇ? ਹਾਇ ਦੁੱਖ'।

ਮਰਦਾਨਾ- ਤੇ ਭਲਾ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਆਖਿਆ ਹੈ, ਮਨ ਨਾਮ ਨਾਲ ਟਿਕ ਗਿਆ ਤੁਸਾਂ ਦੀ ਮਿਹਰ ਸਦਕੇ, ਫੇਰ ਜੇ ਲੋੜ ਕਿ ਥੋੜ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕੀ ਉਹ ਪੂਰੀ ਆਪੇ ਹੋ ਜਾਏਗੀ?

ਗੁਰੂ ਜੀ- ਹੋਜਾਂਦੀ ਹੈ ਬਹੁਤੀ ਵੇਰ। ਪਰ ਜੇ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੁਰਤ ਦਾ (ਰੂਹਾਨੀ) ਖੇੜਾ ਤਾਂ ਬਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਨਾਮ ਤੇ ਸੁਰਤ ਦੀ ਤਾਰ ਤਾਂ ਤੁਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਨਾ। ਉਹ ਜੇ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਪੁੱਗਣਾ ਸੀ ਉਹ ਤਾਂ ਉਹੋ ਜਿਹਾ ਰਿਹਾ। ਉਹ ਤਾਂ ਅਕਲਾਂ ਨਾਲ ਬੀ ਕਦੇ ਪੁੱਗਦਾ ਹੈ, ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਪੁੱਗਦਾ। ਇਸ ਅੰਦਰੋਂ ਮਿਲੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਜੇ ਭਲਾ ਨਾ ਪੁੱਗਾ ਤਾਂ ਅੰਦਰ ਦੀ ਜਿੰਦ ਕਣੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਨਾ ਮਾਰੀ ਜਾਂਦੀ। ਅਤੇ ਜੇ ਅਸੀਂ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਉਹ ਪੁੱਗੇ ਹੀ ਤਾਂ ਨਾਮ ਵਿਚ ਲਗਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਪ੍ਰੇਮ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮਾ -ਭਗਤੀ ਨਾ ਹੋਈ ਇਹ ਵਟਾਂਦਰਾ ਤੇ ਸੌਦਾ ਜਿਹਾ ਹੋ ਗਿਆ।

ਮਰਦਾਨਾ- ਫੇਰ ਅਕਲ ਤੇ ਉੱਦਮ ਨਾ ਵਰਤੇ?

ਗੁਰੂ ਜੀ- ਫੇਰ ਤੂੰ ਉਹੋ ਲੱਲੀ ਲਾਈ ਹੈ, ਜੇ ਸੁੱਤੀਆਂ ਸੁਰਤਾਂ ਵਾਲੇ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਕਲ ਵਰਤੇ ਉੱਦਮ ਕਰੋ, ਕਿਉਂ ਨਾ ਕਰੋ? ਮੂਰਖਤਾ ਤੇ ਆਲਸ ਤਾਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਸਲਾਹੇ ਗਏ। ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਸੁਰਤੇ ਪੁਰਖਾਂ ਦੀ ਗਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਟਿਕਾਉ ਦੇ ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਆਤਮ ਚਾਉ ਦੇ ਘਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਯਾ ਜੇ ਅੰਦਰ ਖੇੜਾ ਸੁਰਜੀਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਜਗਤ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੁਖੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਤੂੰ ਇਸ ਆਪਣੀ ਸਿਰ ਬੀਤੀ ਉੱਤੇ ਹੀ ਸੋਚ ਕਿ ਉੱਦਮ ਤੇ ਅਕਲ ਨੂੰ ਤੂੰ ਵਰਤ ਆਇਆ ਹੈਂ ਬਣਿਆ ਕੁਛ ਨਹੀਂ ਪਰ ਸਗੋਂ ਨਾਮ ਤੇ ਖੇੜਾ ਗੁਆ ਆਇਆ ਹੈ। ਉੱਦਮ ਤੇ ਅਕਲ ਮਾੜੇ ਨਹੀਂ ਖੇੜਾ ਗੁਆ ਲੈਣਾ ਮਾੜਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਹੋਰ ਕੋਈ ਅਕਲ ਉੱਦਮ ਚਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਲਾ, ਪਰ ਖੇੜਾ ਸੰਭਾਲੀਂ। ਜੇ ਖੇੜਾ ਨਾ ਗੁਆਚਾ ਤਾਂ ਤੂੰ ਜੀਉਂਦਾ ਹੈਂ ਅਮਰੀ

ਜੀਵਨ ਵਿਚ। ਡੂੰਘੀ ਸੋਚ ਕਰ ਕਿ ਜਿਸ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਤੂੰ ਪਿਆ ਚੰਬੜ
 ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਨੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣਾ, ਪਰ ਖੇੜੇ ਦਾ ਜੀਵਨ, ਜੋ ਅਮਰ
 ਜੀਵਨ ਹੈ, ਉਹ ਰਹੇਗਾ। ਜੇ ਅਕਲ ਤੇ ਉੱਦਮ ਦੀ ਦੌੜ ਮੁੱਕ ਗਈ
 ਹਈ ਤਾਂ ਨਾਮ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲ, ਖੇੜੇ ਦੇ ਘਰ ਖਿੜ ਤੇ ਬਹਿ ਤੇ ਬਹਿ ਜਾ
 ਆਰਾਮ ਨਾਲ। 'ਹਰਿ ਸਿਉ' ਸਮਾਈ ਕਰ ਅੰਦਰ।' ਅੰਤਰ ਸਮਾਈ
 ਨਾਲ ਆਪਾ ਸੁਤੇ ਹੀ ਮਾਲਕ ਦੀ ਛੁਹ ਵਿਚ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ! ਬਹਿ
 ਜਾ ਏਸ ਮੌਜ ਵਿਚ। ਦੇਖ ਕਿ ਰਾਤ ਅੱਗੇ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਕੁਛ ਖਾਨ ਨੂੰ
 ਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਸਾਂਈ ਦੀ ਮਿਹਰ, ਜੇ ਨਾ ਆਇਆ ਤਾਂ ਇਸੇ ਰੰਗ ਬੈਠਾ
 ਰਹੁ, ਸਾਂਈ ਨਾਲੋਂ ਸਾਕਤ ਤਾਂ ਨਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਕ ਸ਼ੈ ਤੇ ਅਮੋਲਕ ਸ਼ੈ
 ਤਾਂ ਪੱਲੇ ਰਹਿ ਜਾਏਗੀ ਨਾ! ਕਿਉਂ ਸਮਝੋ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਗਲ?

ਮਰਦਾਨਾ- ਸੁਹਾਣੇ ਤੇਰੇ ਜੇਰੇ ਨੂੰ ਜੋ ਮੈਂ ਮੁਰਖ ਨਾਲ ਕੱਟਦੇ ਹੋ,
 ਕੱਟਦੇ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤੇ ਕੱਖਾਂ ਦੀ ਕੁੱਲੀ ਨੂੰ ਦੰਦ
 ਖੰਦ ਦੇ ਪਾੜਛੇ ਲਾਉਂਦੇ ਹੋ। ਸੁਹਾਣੇ ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਨੂੰ, ਤੇਰੇ ਖੇੜੇ ਨੂੰ, ਤੇ
 ਰੇ ਉਸ ਪਰਮਤੱਤ ਨੂੰ ਜਿਸਦੀ ਛੁਹ ਖੇੜੇ ਦੇ ਘਰ ਗਿਆਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ,
 ਹਿਕੇ ਜਿਸਦੇ ਚਜ਼ੂਰ ਮਨ ਹਾਜ਼ਰ ਕੀਤਿਆਂ ਉਸਦੀ ਛੁਹ ਮਿਲਦੀ ਹੈ
 ਤੇ ਛੁਹ ਖੇੜਾ ਲਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਲੈ ਹੁਣ ਮਿਹਰ ਕਰ ਜੋ ਤੇਰਾ ਲਾਇਆ
 ਬੂਟਾ ਰਾਤੀਂ ਲਹਿਰਾ ਲੈਂਦਾ ਰਹੇ। ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਮਰਦਾਨਾ 'ਸਤਿ
 ਕਰਤਾਰ' ਕਹਿ ਕੇ ਬਹਿ ਗਿਆ, ਟਿਕ ਕੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ। ਕੁਛ
 ਚਿਰ ਦੇ ਬਾਦ ਬੈਠੇ ਹੀ ਨੀਂਦ ਪੈ ਗਈ।

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਚਮਤਕਾਰ, ਪੂਰਬਾਰਧ (੧੨ਵੀਂ ਐਡੀਸ਼ਨ)

ਪ੍ਰਸੰਗ ੧੮ ਪੰਨਾ-੧੬੬

ਰਾਣਾ ਸੂਰਤ ਸਿੰਘ – ਨਾਮ

ਨਾਮ ਜਪਣ ਤੋਂ ਲਾਗ ਤੀਕ ਪਰਾਪਤੀ,
ਸਾਰੋ ਨੂੰ ਹੀ ਨਾਮ ਰਾਣੀ, ਆਖੀਏ।

(ਰਾਣਾ ਸੂਰਤ ਸਿੰਘ, ਪੰਨਾ ੨੦੭-੯)

ਨਾਮ ਜਪ

ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਅਸਾਂ 'ਸਰੂਪ ਹੈ ਨਹਿੰ ਦੇਖਿਆ
ਐਪਰ ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈਵਾਂ ਜਾਣਦੇ।
'ਏਸ ਨਾਮ ਨੂੰ ਚਿੱਤ ਅਸਾਂ ਵਸਾਵਣਾ,
ਜਿਸ ਦਾ ਹੈ ਹੁਣ ਮੁੱਢ ਕਰਨਾ ਦੇਹ ਤੋਂ
'ਦੇਹ' ਤੋਂ ਨਾਮ-ਅਰੰਭ ਹੁੰਦਾ ਐਕਰਾਂ:
ਰਸਨਾ ਤੇ ਉਸ ਨਾਮ ਲਓ ਬਹਾਲ ਜੀ।
ਜਿਹਬਾ ਜਪਦੀ ਨਾਮ ਹੈ ਜਦ ਓਸ ਦਾ
ਭਾਵ ਰਿਦੈ ਦਾ ਓਸ ਪ੍ਰਭੂ ਵਲ ਰੱਖ ਕੇ
ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਏਹ ਅੰਤਰ-ਰੁਖ ਕਰੇ
ਰਸਨਾ ਤੋਂ ਤਦ ਨਾਮ ਮਨ ਵਿਚ ਜਾਵਦਾ।

(ਰਾਣਾ ਸੂਰਤ ਸਿੰਘ, ਪੰਨਾ ੨੦੮)

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ

ਹਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਨਿਵਾਸ ਜਦ ਹੋ ਨਾਮ ਦਾ
ਸਿਮਰਣ ਇਸ ਨੂੰ 'ਰਾਜ' ਤਦ ਫਿਰ ਆਖੀਏ।

ਫੁਰਨੇ ਮਨ ਦੇ ਆਣ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਦੇ
ਪਰ ਇਹ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਹੋਲੇ ਹੋਵਦੇ
ਸਿਮਰਣ ਕਰ ਕੇ ਜ਼ੋਰ ਫੁਰਨਿਆਂ ਉੱਪਰੇ
ਹਾਵੀ ਜਾਵੇ ਹੋਇ ਤਰਲੈ ਲੈਦਿਆਂ।
ਮਨ ਵਿਚ ਇਦ੍ਰਾ ਨਿਵਾਸ ਪੱਕਾ ਹੋਵਦਾ।
ਇਹ ਹੈ 'ਮਨ ਦਾ ਨਾਮ' ਰਾਣੀ ਰਾਜ ਜੀ।

(ਰਾਣਾ ਸੂਰਤ ਸਿੰਘ, ਪੰਨਾ ੨੦੮)

ਮੇਲ

ਰਸਨਾ ਜਪੇ ਜੁ ਨਾਮ ਉਸ ਤੋਂ ਆਦਿ ਲੈ
ਕਾਲ ਪੁਰਖ ਸੰਗ ਮੇਲ ਹੋਣੇ ਤੱਕ ਨੂੰ
ਕਹੀਏ ਰਾਣੀ! ਨਾਮ ਗੁਰਮਤ ਦੇ ਵਿਖੇ।

(ਰਾਣਾ ਸੂਰਤ ਸਿੰਘ, ਪੰਨਾ ੨੦੯)

ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਸਾਧਨ

ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲੇ ਨਾਮ ਜੀਭ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਪੰਜ ਮਿੰਟ ਆਪਣੇ ਬਿਸਤਰੇ ਤੇ ਹੀ ਭਾਵੇਂ ਬੈਠ ਕੇ ਰਸਨਾ ਨਾਲ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਜਪੋ। ਹੌਲੇ ਹੌਲੇ ਸਮਾਂ ਵਧਾਓ। ਦਿਨੋ ਉਠਦੇ ਬੈਠਦਿਆਂ, ਟੁਰਦੇ ਫਿਰਦਿਆਂ ਯਤਨ ਕਰੋ ਕਿ ਜਦ ਵੀ ਸਮਾਂ ਕੋਈ ਵਿਹਲ ਦਾ ਮਿਲੇ ਖਲੀ ਨਾ ਜਾਏ। ਉਹ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਪੁਰੋਤਾ ਬੀਤੇ। ਧਿਆਨ ਸਿਰਫ਼ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਕਿ ਦਮ ਬਿਰਥਾ ਨਾ ਜਾਏ। ਰਸਨਾ ਤੋਂ ਨਾਮ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਨਾ ਵਿਸਰੇ। ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਸ਼ੈ ਦੇ ਧਿਆਨ ਧਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਕਬਿੱਤਾਂ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਹੈ:

ਤੈਸੇ ਗੁਰ ਸ਼ਬਦ ਸੁਨੇ ਕੈ ਪਰਮ ਪਦ
ਮੂਰਤ ਸਮੀਪ ਸਿੰਸ ਸਾਪ ਕੀ ਅਖੇਟ ਹੈ॥

(ਕਬਿੱਤ ੩੬੫) -

ਆਪ ਨੇ ਫਰਮਾਇਆ ਸੀ ਕਿ ਸਹਿਜ ਭਾਵ ਵਿਚ ਸਤੇ ਸਿਧ 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਸਿਮਰਨ ਕਰੋ। ਉਠਦਿਆਂ ਬੈਠਦਿਆਂ ਸਿਮਰਨ ਜਾਰੀ ਰਹੇ।

ਪਰ (ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ) ਨਾਲ ਬਾਣੀ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਰਖੋ। ਪੜ੍ਹੋ, ਗਾਵੋ, ਵਿਚਾਰੋ। ਬੁਧੀ ਉਸ ਨਾਲ ਵਿਵੇਚਨਾ ਵਿਚ ਜਾਏਗੀ, ਮਨ ਟਿਕੇਗਾ ਤੇ ਠੰਢ ਵਰਤੇਗੀ। ਬਾਣੀ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਨਾਮ ਦੀ ਕੀਮਤ ਦੀ ਸੋਝੀ ਤੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਰੁਚੀ ਵਧਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਉਖੜਿਆ ਤੇ ਤੋਟ ਪੈਣ ਵੇਲੇ, ਬਾਣੀ ਰਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ

ਬਾਣੀ ਗੁਰੂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਧੁਰੋਂ ਆਈ ਹੈ, ਇਹ ਧੁਰ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਤੁਰੇਗੀ, ਇਹ ਧੁਰ ਤੇ ਅਪੜਾਵੇਗੀ।

(ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਚਮਤਕਾਰ ਪੂਰਬਾਰਧ, ਪੰਨਾ ੯੦)

ਗੁਰ ਸ਼ਬਦ ਨਾਮ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਸਨੇਹ ਹੀ ਪਰਮ ਪਦ ਤੇ ਪੁਚਾਉਣ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਪਰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਮੂਰਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਤਾਂ ਸ਼ੇਰ ਤੇ ਸੱਪ ਦਾ ਮਾਨੋ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੈ, ਇਹ ਕੋਈ ਖੇਡ ਨਹੀਂ ਤੇ ਖਤਰੇ ਤੋਂ ਖਾਲੀ ਨਹੀਂ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਝਲਕਾ ਤਾਂ ਭਲਾ ਕਿਤੇ ਰਿਹਾ, ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ, ਭਾਈ ਬੁੱਢਾ ਆਦਿ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਮਹਾਨ ਗੁਰਮੁਖ ਸਿਖਾਂ ਦਾ ਵੀ ਝਲਕਾ ਨਹੀਂ ਸਹਾਰ ਸਕਦੇ। ਸੋ ਧਿਆਨ ਇਹ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਏ ਕਿ ਨਾਮ ਨਾ ਭੁਲੇ ਰਸਨਾ ਤੋਂ। ਫੇਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਇਹ ਨਾਮ ਦਾ ਅਰੋਗ ਸਿਮਰਣ, ਤੁਹਾਡੀ ਖੁਦ ਗਰਦਨ ਸਿੱਧੀ ਕਰੇਗਾ, ਜ਼ਬਾਨ ਤੋਂ ਹੇਠ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਉਤਰੇਗਾ, ਸੁਰਤ ਵਿਚ ਧਸੇਗਾ, ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਵਿਚ ਸਿੰਜਰੇਗਾ। ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਵਿਚ ਜਦ ਸਿੰਜਰ ਗਿਆ, ਫਿਰ ਤਰੱਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ : 'ਉਠਤ ਬੈਠਤ ਸੇਵਤ ਨਾਮ' ਆਪੋ ਜਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਵਿਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਸਹਿਜ ਦਾ ਮਾਰਗ ਹੈ, ਕਾਹਲ ਦਾ ਮਾਰਗ ਨਹੀਂ। ਪਹਿਲੋਂ ਨਾਮ ਮੈਲ ਕੱਟੇਗਾ। ਮਨ ਨਿਰਮਲ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ ਰਸ ਬਖਸ਼ੇਗਾ। ਨਿਕਾਗਰਤਾ ਇਹ ਆਪ ਲਿਆਏਗਾ, ਫਿਰ ਗਮਰੁੱਠਤਾਈ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਆਵੇਗੀ।

(ਗੁਰਮੁਖ ਜੀਵਨ, ਪੰਨਾ ੨੨੪-੨੫)



ਇਕ ਵਾਰ ਇਕ ਅਭਿਲਾਸ਼ੀ ਸੱਜਣ ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਪਾਸ ਪ੍ਰਮਾਰਥ ਦੀ ਸੋਝੀ ਲਈ ਤੇ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੇ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਇਆ। ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਕੁਝ ਦੇਰ ਚੁਪ ਰਹੇ। ਫਿਰ ਫਰਮਾਇਓ ਨੇ, "ਚਮਗਿੱਦੜੀ ਦੀ ਗੱਲ ਯਾਦ ਜੇ।"

ਉਹ ਸੱਜਣ ਕੁਝ ਹੈਰਾਨ ਹੋਇਆ ਤੇ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਬਚਨ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਲੱਗਾ। ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਫਰਮਾਇਆ "ਚਮਗਿੱਦੜੀ ਦੇ ਘਰ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਹੁਣੇ ਆਏ ਤੇ ਸੇਵਾ ਪੁਛੀ, ਚਮਗਿੱਦੜੀ ਬੋਲੀ - "ਭਾਈ ਜਿੱਥੇ ਮੈਂ ਲਟਕੀ ਹਾਂ, ਉਥੇ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਲਟਕ ਜਾਓ।"

ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਇਸ਼ਾਰਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸੀ ਕਿ ਅਸੀਂ ਜਿਵੇਂ ਸਾਈਂ-ਯਾਦ ਦੀ ਲਟਕ ਵਿਚ ਹਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਭੀ ਉਸੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਟਕ ਲਗਾ ਲਓ।

ਅਸੀਂ ਨਾਮ ਸੁਆਦ ਆਸਰੇ ਜਪਦੇ ਹਾਂ। ਸੁਆਦ ਤਾਂ ਐਸੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਜੋ ਜਾਣ ਬੁਝ ਕੇ ਪਾਪ ਕਰਵਾ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਦੇ ਪਾਪ ਵਿਚ ਰਸ ਨਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਪਾਪ ਕੌਣ ਕਰਦਾ? ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਨਾਮ ਦੇ ਆਦਿ ਵਿਚ ਰਸ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਕੌਣ ਨਾ ਜਪਦਾ? ਪਰ ਇਹ ਤਾਂ "ਸ਼ਿਲਾ ਅਲੂਣੀ ਚੱਟਣੀ; ਤੁਲਿ ਨ ਲਖ ਅਮਿਅ ਰਸ ਇਪੀ।"

ਇਹ ਜਿਹੜਾ ਅਲੂਣੀ ਸ਼ਿਲਾ ਦੇ ਚੱਟਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ, ਹਿੰਮਤ ਨਾਲ, ਕਸੀਸ ਵੱਟਣ ਨਾਲ ਸਫਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਰਸ ਕਿਤੋਂ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ ਤੇ ਨਾਮ ਜਪ ਲਿਆ ਤਾਂ ਕਿਹੜੀ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਹੋਈ? ਜਦੋਂ ਰਸ ਟੁੱਟੇ ਤਦੋਂ ਜਪੋ, ਕੀਸ ਵੱਟ ਕੇ ਜਪੋ, ਸਾਵਧਾਨ ਹੋ ਕੇ ਜਪੋ, ਤਦੋਂ ਤਾਂ ਸੁਆਦ ਹੈ। ਤਦੋਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਗੁਬਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੁਬਾਰ ਨਾਲ ਨਾਮ ਦਾ ਜੁੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੁੱਧ ਵਿਚ ਸੁੱਖ ਕਿੱਥੇ? ਜੁੱਧ ਵਿਚ ਤਾਂ ਸਾਵਧਾਨ ਅਤੇ ਇਕਾਗਰ ਹੋਕੇ ਗੋਲਾਬਾਰੀ ਕਰੀਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਸੁਆਸ ਵਿਚ ਨਾਮ ਦਾ ਫਾਇਰ ਕੀਤਿਆਂ ਗੜਾ ਗੜ ਵੈਰੀ ਦੇ ਕਿੰਗਰੇ ਢਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਮੋਰਚੇ ਬਾਦ ਮੋਰਚਾ ਫਤਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਹੱਤਾਕਿ ਕਿਲ੍ਹਾ ਸਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫੇਰ ਰਸ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਰਸ ਫਿਰ ਆਪੇ ਨਾਮ ਜਪਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਕਠਿਨ ਹੈ ਪਰ ਇਹੋ ਹੈ ਜੋ ਰਸ ਵਾਲੇ ਨਾਮ ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ: ਇਸ ਵਿਚ ਫਤਹ ਦਾ ਨੁਕਤਾ

ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਪੀ ਜਾਓ ਤੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨਾ ਕਰੋ । ਸੌ ਸੱਚ ਨੇੜੇ ਆਵੇ
 ਵਗਾਹ ਮਾਰੋ ਤੇ ਜੀਭ ਨੂੰ ਖਲੋਣ ਨਾ ਦੇਵੋ । ਦੁਗਾੜੇ ਫੈਕੋ, ਨਾਮ
 ਅਸਲ ਕਲਿਆਣ ਕਰਤਾ ਹੈ । ਸਾਨੂੰ ਚਾਰ ਕੁ ਦਿਨ ਰਸ ਆਠਕੇ ਜੇ
 ਫੇਰ ਗੁਬਾਰ ਪਵੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਇਸ ਰਸ ਦੇ ਇਸ਼ਕ ਵਿਚ ਬਾਵਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ
 ਹਾਂ ਤੇ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਸਾਡੀ ਸੁਸਤੀ ਤੇ ਘਬਰਾ ਵੈਰੀ ਨੂੰ ਬਲ ਦੇ
 ਰਿਹਾ ਹੈ । ਕਸੀਸ ਵੱਟ ਕੇ ਸੁਆਦ ਤੋਂ ਬੇਪ੍ਰਵਾਹ ਹੋ ਕੇ ਮੋਰਚਾ ਗੱਡ
 ਦਿਤਾ ਜਦ ਤਕ ਕਿ ਫਤਹ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ।

(ਪਿਆਰੇ ਜੀਓ-ਪੰਨਾ ੧੪੭)

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੰਸ ਹੈ । ਉਹ ਵਿਚਾਰਾਂ ਕਰਕੇ ਅੰਧੇ ਮਨ
 ਦੇ ਉਹਲੇ ਹੈ । ਮਨ ਦਾ ਅੰਧਕਾਰ ਨਾਮ ਨਾਲ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ
 ਕਾਇਆਂ ਦਿਬ ਤੇ ਆਤਮਾ ਵਿਚ ਪ੍ਰਤੀਤੀ ਅੰਦਰ ਹੋ ਕੇ ਉੱਜਲਾ ਪਨ
 ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੋਝੀ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਖ ਦੀ
 ਸੋਝੀ ਆਪੇ ਨੂੰ ਮਨ ਬੁਧੀ ਤੋਂ ਨਿਰਮਲ ਕਰਨੇ ਵਿਚ ਹੈ । ਦੇਖੋ ਅਗਲੇ
 ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਜੀ ਖੋਹਲ ਕੇ ਇਹ ਗੱਲ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ:-

ਦੁਖ ਮਹੁਰਾ ਮਾਰਣ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ॥

ਸਿਲਾ ਸੰਤੋਖ ਪੀਸਣੁ ਹਥਿ ਦਾਨੁ ॥

ਨਿਤ ਨਿਤ ਲੇਹੁ ਨ ਛੀਜੈ ਦੇਹ ॥

ਅੰਤ ਕਾਲਿ ਜਮੁ ਮਾਰੈ ਠੇਹ ॥੧॥

ਐਸਾ ਦਾਰੂ ਖਾਹਿ ਗਵਾਰ ॥

ਜਿਤੁ ਖਾਧੈ ਤੇਰੇ ਜਾਹਿ ਵਿਕਾਰ ॥

(ਮਲਾ: ਮ: ੧-੮)

ਅਰਥਾਤ ਦੁਖ ਇਕ ਜ਼ਹਿਰ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਖਾਣਾ
 ਚਾਹੁੰਦਾ ਪਰ ਇਹ ਜ਼ਹਿਰ ਦਵਾਈ ਬੀ ਹੈ । ਸਾਰੇ ਜ਼ਹਿਰ ਦਵਾਈਆਂ
 ਹਨ ਪਰ ਵਿਧੀ ਸੰਯੁਕਤ ਮਾਰਿਆਂ ਤੇ ਵਿਧੀ ਪੂਰਬਕ ਸੇਵਨ

ਕੀਤਿਆਂ। ਜਿਵੇਂ ਸੰਖੀਆ ਵਿਹੁ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਸੰਖੀਆ ਮਾਰੀਦਾ ਹੈ, ਤਿਵੇਂ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦੁਖ ਜ਼ਹਿਰ ਹੈ ਇਸ ਨੂੰ ਮਾਰ ਕੇ ਦਵਾਈ ਬਨਾਉਣ ਵਾਸਤੇ 'ਹਰਿ ਨਾਮ' ਇਸ ਦਾ ਮਾਰਣ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਹਰਿ ਨਾਮ ਨਾਲ ਮਾਰਕੇ, ਸੰਤੋਖੀ ਰੂਪੀ ਸਿਲਾ ਤੇ ਪੀਸੀਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਹੱਥ ਜੇਹੜੇ ਵੱਟੇ ਨੂੰ ਫੜ ਕੇ ਪੀਸਦੇ ਹਨ ਦਾਨ ਦੇ ਲੋੜੀਏ। ਅਰਥਾਤ ਨਾਮ, ਸੰਤੋਖ ਤੇ ਦਾਨ ਏ ਤ੍ਰੈ ਵਸਤਾਂ ਦੁੱਖ ਨੂੰ ਹੀ ਦਵਾਈ ਬਣਾ ਦੇਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਦਵਾਈ ਸਦਾ ਖਾਓ ਤਾਂ ਦੇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਅਰੋਗ ਰਹੇਗੀ ਤੇ ਅੰਤ ਸਮੇਂ ਜਮ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਠੇਹ ਕਰ ਕੇ ਮਾਰ ਲਓਗੇ। ਸੋ ਦੇਖੋ 'ਨਾਮ' ਦੁਖ ਨੂੰ ਹੀ ਦਾਰੂ ਬਣਾ ਦੇਵੇਗਾ ਦੁਖਾਂ ਦੇ ਦੂਰ ਕਰ ਦੇਣ ਦਾ। ਦਸ਼ਮੇਸ਼ ਪਿਤਾ ਜੀ ਨੇ ਫੁਰਮਾਇਆ ਹੈ:-

ਜਿਨ ਜਿਨ ਨਾਮੁ ਤਿਹਾਰੇ ਧਿਆਇਆ ॥

ਦੁਖ ਪਾਪ ਤਿਹ ਨਿਕਟ ਨ ਆਇਆ ॥ (ਪਾ:੧੦)

ਧ: ਸਿੰਘ-ਠੀਕ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਠੀਕ ਹੈ। ਪਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਸੰਸਾ ਅਜੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਫੜੀ ਬੈਠਾ ਹੈ, ਫੇਰ ਦੱਸੋ ਜੀ, ਨਾਮੀ ਪੁਰਖ ਤਾਂ ਦੁਖੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਏ?

ਸਿੰਘ- ਫੇਰ ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਲੀਕ ਵਿਚ ਜਾ ਪੈਂਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮਨ, ਜੋ ਪ੍ਰਬੁਧ ਨਹੀਂ, ਦੁਖ ਦੀ ਲੀਹ ਸਮਝਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਖਬਰੇ ਦੁਖ ਹੈ ਵੀ ਕਿ ਨਹੀਂ। ਸਾਡੀ ਤਾਂ ਅਜੇ ਸਿਆਣ ਹੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ। ਨਾਮ ਜਪਿਆਂ ਇਹ ਸਿਆਣ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਦੁਖ ਦਾ ਵਰਤਾਉ ਬਦਲੀ ਦਾ ਹੈ:-

ਦੀਵਾ ਮੇਰਾ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਦੁਖੁ ਵਿਚਿ ਪਾਇਆ ਤੇਲੂ ॥

(ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੧-੩੨)

ਜਿਵੇਂ ਪਹਿਲਵਾਨ ਦਾ ਸ਼ਗਿਰਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਖੀ ਦਿੱਸੇਗਾ। ਕਈ ਵੇਰ ਹੱਡੀ ਪਸੱਲੀ ਤੁੜਾ ਬੈਠੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਰੋਵੋਗੇ ਕਿ ਹਾਇ ਇਸ ਨੂੰ ਦੁਖ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਦੁਖ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਪਹਿਲਵਾਨਗੀ ਦੀ ਕਸਰਤ

ਹੈ। ਸੌ ਪ੍ਰਬੁਧ ਮਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਦੁਖ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਦੁਖ ਸਮਝ ਰਹੇ ਹੋ ਉਹ ਤਾਂ ਦੁਖਾਂ ਨੂੰ ਦਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਆਤਮ-ਬਲ ਨਾਲ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਲ ਕੇ ਮੁਕਤੀ ਦੀ ਪਹਿਲਵਾਨਗੀ ਪਾ ਕੇ ਸਾਂਝੀਂ ਨੂੰ ਜਾ ਮਿਲਨਾ ਹੈ, ਜੋ ਚੋਟੀ ਦਾ ਸੁਖ ਹੈ। ਦੇਖੋ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦਸਮੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ:-

ਜਿਨ ਮਤਿ ਬੇਦ ਕਿਤੇਬਨ ਤਿਆਗੀ ॥

ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਕੇ ਭੇ ਅਨੁਰਾਗੀ ॥

ਤਿਨ ਕੇ ਗੂੜ ਮੱਤ ਜੇ ਚਲਹੀ ॥

ਭਾਂਤ ਅਨੇਕ ਦੁਖਨ ਸੌ ਦਲ ਹੀ ॥ (ਬਚਿ: ਨਾ:)

ਭਾਵ ਇਹ ਕਿ ਪ੍ਰਬੁਧ ਮਨ ਵਾਲਾ ਜੋ ਨਾਮ ਜਪਦਾ ਤੇ ਦੁਖਾਂ ਦੇ ਟਾਕਰੇ ਕਰਦਾ ਹੈ ਦੁਖਾਂ ਨੂੰ ਦਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਓਹ ਦੁਖੀ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਰਾਹਕ ਵਾਂਙੂ ਹੈ ਜੋ ਜਗਤ ਜਦ ਸੁਖ ਦੀ ਨੀਂਦੇ ਸੁੱਤਾ ਪਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਨੀਂਦਰ ਦੇ ਵੇਲੇ ਹਲ ਵਾਹੁਣ ਦਾ ਦੁਖ ਭੋਗ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਉਹ ਅਸਲ ਵਿਚ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਭੋਗ ਰਿਹਾ ਓਹ ਆਪਨੇ ਲਈ, ਪਰਵਾਰ ਲਈ ਤੇ ਜਗਤ ਲਈ ਅੰਨ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰ ਕੇ ਸੋਝੀ ਵਿਚ ਆਏ ਦੀ ਪਦਵੀ, ਜੋ ਦੁਖਾਂ ਨਾਲ ਟਾਕਰੇ ਕਰਦਾ ਸਾਂਝੀਂ ਲਿਵ ਵਿਚ ਜੀ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਦਸਮੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਨੇ ਆਪ ਇਹ ਦੱਸੀ ਹੈ:-

“ਜੇ ਜੇ ਸਹਿਤ ਜਾਤ ਸੰਦੇਹ।

ਪ੍ਰਭੁ ਕੋ ਸੰਗਿ ਨ ਛੋਡਤ ਨੇਹ ।

ਤੇ ਤੇ ਪਰਮ ਪੁਰੀ ਕਹ ਜਾਹੀ।

ਤਿਨ ਹਰਿ ਸਿਉ ਅੰਤਰੁ ਕਛੁ ਨਾਹੀ।” (ਬਚਿ: ਨਾ:)

ਸੌ ਜਿਸ ਇਹ ਰਾਹ ਦੇ ਟੁਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਦੁਖੀ ਸਮਝੋਗੇ

, ਦੁਖ ਪਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਸੰਗ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਛੱਡ ਰਿਹਾ ਓਹ ਪਰਮ ਪੁਰੀ ਨੂੰ ਜਾਏਗਾ। ਉਸ ਦੇ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਿਚ ਵਿੱਥ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਗੀ।

ਜ਼ਰਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ, ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਮਿੱਠਾ ਮਿੱਠਾ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣ ਕੇ ਸੁਖੀ ਹੋਏ ਹੋ, ਪਰ ਪਤਾ ਜੇ ਕਿ ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਦੁਖਾਂ ਨਾਲ ਓਹ ਗੱਵਯੇ ਨੇ ਸਿਖਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਦੇ ਦੁਖ ਉਸ ਨੂੰ ਸੰਗੀਤ ਦੀਆਂ ਮਧੁਰ ਧੁਨ ਦੇ ਸੁਖਾਂ ਵਿਚ ਲੈ ਗਏ। ਕਸਰਤ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਜੇ ਪੀੜਾ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁਖ ਰੂਪ ਦਿੱਸ ਰਹੀ ਸੀ, ਪਰ ਓਹ ਪਰਮ ਰਸ ਰੂਪੀ ਸੁਖ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਰਹੀ ਸੀ।

ਧ: ਸਿੰਘ-ਮੈਂ ਸਭ ਕੁਝ ਸਮਝ ਤਾਂ ਲਿਆ ਹੈ, ਆਪ ਤਾਂ ਕੋਈ ਪਾਰਗਿਰਾਮੀ ਹੋ, ਐਸੀ ਸੁੰਦਰ ਸੋਝੀ ਦਿੱਤੀ ਨੇ, ਪਰ ਜੀਓ, ਸਭ ਕੁਝ ਸਮਝ ਕੇ ਬੀ ਜੀ ਚੁਰਾਉਂਦਾ ਹੀ ਹੈ ਦੁਖ ਤੋਂ।

ਸਿੰਘ-ਭਾਈ ਧਰਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ! ਇਕ ਵੀਚਾਰ ਕਰੋ ਮਨ ਚਿਤ ਏਕਾਗਰ ਕਰਕੇ। ਇਹ ਗਲ ਮੈਂ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ ਹਾਂ, ਡਾਢੀ ਡੂੰਘੀ ਸਮਝ ਤੇ ਕਰੜੇ ਤਜਰਬੇ ਦੀ ਹੈ। ਭਲਾ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਅਤੇ ਅਖੰਡ ਤੁਹਾਡੀ ਮਨ ਮਰਜ਼ੀ ਦਾ ਸੁਖ ਦਿਤਾ ਜਾਵੇ ਕਿ ਸੁਖ ਹੀ ਸੁਖ ਦੁਆਲੇ ਹੋ ਜਾਵੇ ਯਾ ਸਮਝੋ ਕਿਸੇ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਇਛਾ ਮੂਜਬ ਪੂਰਨ ਸੁਖ ਦੇ ਦਿਨ ਉਸ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਲ ਜਾਣ, ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਸੁਖ ਦੀ ਇਸ ਲਗਾਤਾਰਤਾ ਨੂੰ ਝੱਲ ਸਕੇਗਾ?

ਧਰਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਸੁਣਕੇ ਧਯਾਨ ਮਗਨ ਹੋ ਗਏ। ਕਿੰਨਾ ਚਿਰ ਸੋਚ ਵਿਚ ਸੁਖ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਅੱਖਾਂ ਅਗੇ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਖੜੇ ਰਹੇ। ਸਿੰਘ ਨੇ ਬੀ ਨਾਂ ਹਿਲਾਇਆ। ਕੁਛ ਚਿਰ ਮਗਰੋਂ ਆਪ ਨੇ ਨੈਣ ਖੁਲ੍ਹੇ, ਬੜਾ ਲੰਮਾ ਤੇ ਠੰਢਾ ਸਾਹ ਲੈ ਕੇ ਬੋਲੇ:- ਮੈਂ ਅੱਖਾਂ ਅਗੇ ਸਾਰੀ ਖੇਲ ਆਂਦੀ ਹੈ। ਆਪ ਨੇ ਡਾਢੇ ਮਰਮ ਵਾਲੇ ਥਾਂ ਤੇ ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ ਪੁਆਈ ਹੈ। ਸੱਚ

ਹੈ, ਲਗਾਤਾਰ ਅਖੰਡਕਾਰ ਸੁਖਾਂ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਟੁਰੀ ਜਾਣਾ ਬੀ ਸਾਨੂੰ ਉਕਤਾ ਦੇਵੇਗਾ, ਘਬਰਾ ਦੇਵੇਗਾ ਅਰ ਵਟਾਉ ਦੇ ਪੱਖ ਵਲ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਲਿਜਾਏਗਾ, ਅੰਤ ਸੁਖ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰਤਾ ਅਸਹਿ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

ਧ: ਸਿੰਘ- ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਫੁਰਮਾਇਆ ਹੈ: ਸੁਖ ਦੁਖ ਦੁਇ ਦਰਿ ਕਪੜੇ ਪਹਿਰਹਿ ਜਾਏ ਮਨੁੱਖ।" ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਚਾਹੀਏ ਕਿ 'ਸੁਖ ਦੇ ਮਗਰ ਸੁਦਾਈ ਨਾਂ ਹੋਵੇ, ਦੁਖ ਦਾ ਭੈ ਨਾ ਕਰੇ, ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਦੋਵੇਂ ਆਉਣ ਕਪੜੇ ਬਦਲਣ ਵਾਂਗੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝੇ। ਮਨ ਸਾਡੇ ਦੀ ਬਣਤਰ ਐਸੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਕ ਰਸ ਸੁਖ ਦੀ ਤਾਬ ਬੀ ਨਹੀਂ ਰਖਦਾ। ਸਿੱਟਾ ਹੁਣ ਕੀਹ ਹੋਇਆ? ਦੁਖ ਸੁਖ ਨੂੰ ਕਪੜੇ ਵਟਾਉਣ ਵਾਂਗੂੰ ਸਮਝਣਾ? ਦੇਖੋ ਸਜਣ ਜੀ ! ਹੁਣ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਸੋਝੀ ਨੇ ਕੈਸਾ ਵਟਾਉ ਖਾਧਾ ਹੈ ਸੁਖ ਦੁਖ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ। ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝ ਜਾਓਗੇ ਕਿ ਪ੍ਰਭਾਤੀ ਰਾਗ ਵਿਚ ਆਦਿ ਪਾਤਸ਼ਾਹੀ ਨੇ ਇਹ ਤੁਕ ਕਿਉਂ ਲਿਖੀ ਸੀ, 'ਦੁਖਾ ਤੇ ਸੁਖ ਉਪਜਹਿ ਸੁਖੀ ਹੋਵਹਿ ਦੁਖ।।' ਤੇ ਫੇਰ ਮਲਾਰ ਰਾਗ ਵਿਚ ਫੁਰਮਾਇਆ ਸਾਨੋ:- 'ਦੁਖ ਸੁਖ ਦੋਉ ਸਮ ਕਰਿ ਜਾਨੈ।।'

ਪਿਆਰੇ ਜੀਓ ! ਮਨ ਵਿਚ ਮੈਲਾਂ ਹਨ। ਭੋਗੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਰਸ ਟੋਟ ਦੀ ਅੰਦਰ ਮੈਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਨਭੋਗਿਆਂ ਲਈ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਮੈਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸੁਖ ਦੀ ਪਕੜ ਦੀ ਤੀਸਰੀ ਮੈਲ ਹੈ ਜੋ ਅੰਦਰ ਰਾਗ ਰੂਪ ਲੈ ਕੇ ਬੈਠੀ ਹੈ, ਦੁਖ ਤੋਂ ਨਫਰਤ ਦੀ ਚੌਥੀ ਮੈਲ ਹੈ ਜੋ ਦੁਖ ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਕੇ ਬੈਠੀ ਹੈ। ਸੰਸੇ ਬ੍ਰਿਤੀ ਦਾ ਬੋਟਿਕਾਣਾਪਣ। ਇਕ ਹੋਰ ਮੈਲ ਹੈ ਜੋ ਵਿਤ੍ਰੇਕ ਵਿਚਾਰ ਦੇ ਰਸਤੇ ਪਾ ਕੇ ਫਿਰ ਅਗੇ ਨਹੀਂ ਚੜ੍ਹਨ ਦੇਂਦੀ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚ ਵੀ ਫੜ ਬਹਾਂਦੀ ਹੈ,-ਸਹਸੈ ਜੀਉ ਮਲੀਣੁ ਹੈ-ਇਹ ਪੰਜਵੀਂ ਮੈਲ ਹੈ। ਛੇਵੀਂ ਮੈਲ ਹੈ, ਮੈਂ ਮੈਂ ਦੀ, ਹਉਂ ਨੂੰ ਹਉਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਤੀਤ ਕਰਕੇ ਹਉਂ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁਖਮ ਮੈਲਾਂ ਹਨ।

ਮਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਦੁਖ ਸੁਖ ਦੀ ਅਸਲੀ ਪਰਖ ਤੋਂ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਹੈ। ਇਸ ਹਨੇਰੇ ਨੂੰ ਜੋ ਨਿਵਾਰਨਾ ਹੈ, ਹੁਕਮ ਹੈ- ਆਸ ਅੰਦੇ ਸੇ ਤੇ ਨਿਹਕੇਵਲੁ ਹਉਮੈ ਸਬਦਿ ਜਲਾਏ ॥

(ਆਸਾ ਵਾਰ ਮਹਲਾ ੧-੯)

'ਆਸ' ਮਨ ਦਾ ਧਰਮ ਹੈ, 'ਸੰਸਾ' ਬੁੱਧੀ ਦਾ ਧਰਮ ਹੈ, 'ਹਉ' ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਧਰਮ ਹੈ। ਤਿੰਨਾਂ ਤੋਂ ਨਿਹਕੇਵਲ ਹੋਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਖ ਦੇ ਘਰ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਦਾਰੂ ਦੱਸਿਆ ਹੈ- ਰਹਿ ਕਾ ਨਾਮ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ। ਨਾਮ ਮਿਲਣਾ ਹੈ ਸਤਿਸੰਗ ਨਾਲ। ਸਤਿਸੰਗ ਨੇ ਨਾਮ ਦੇ ਰਸਤੇ ਪਾਉਣਾ ਹੈ, ਨਾਮ ਨੇ ਮੈਲ ਕੱਟਣੀ ਹੈ। ਨਾਮ ਹੈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੈ ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ। ਸਿਫਤ ਸਲਾਹ ਨੇ ਅੰਦਰ ਜਾਚ ਦੇ ਣੀ ਹੈ, ਸੱਤਿ ਅਸੱਤਿ ਦੀ, ਇਸੇ ਨੇ ਮਨ ਨੂੰ ਰਸਮਯ ਤੇ ਤਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਅਸੱਤਿ ਨਾਸ਼ਵਾਨ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕੂਤ ਫਿਰ ਸਾਡੇ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰੋਂ ਘਟ ਜਾਣੀ ਹੈ। ਸੱਤਿ ਵਸਤੂ ਨੇ ਬੋਝ ਕੀਮਤ ਤੇ ਅਮੋਲਕ ਜਚਣਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਮਿਲਣੀ ਹੈ। ਤਦੋਂ ਦਿੱਸੇਗਾ ਕਿ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੁਖ ਸਮਝਦੇ ਸਾਂ ਓਹ, ਦੁਇ ਕੀਹ ਹਨ। ਤਦੋਂ ਪਰਮ ਸੁਖ ਫਿਰ ਅਬਿਨਾਸ਼ੀ ਸੁਖ ਦਿੱਸੇਗਾ। ਅਬਿਨਾਸ਼ੀ ਸੁਖ ਅਬਿਨਾਸ਼ੀ ਦੇ ਪਿਆਰ ਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵਿਚ ਜਚੇਗਾ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗਲਾਂ ਵਿਚ ਪਹਲੇ ਸੁਖ ਵੇਖਦੇ ਸਾਂ ਓਹਨਾਂ ਵਿਚ ਦੁਖ ਦਿਸੇਗਾ। ਹਾਂ, ਫੇਰ ਦਿਸੇਗਾ:-

'ਜੇਤੇ ਰਸ ਸਰੀਰ ਕੇ ਤੇਤੇ ਲਗਾਹਿ ਦੁਖ ॥'

ਹਾਂ ਤਦੋਂ ਸਮਝ ਪਵੇਗੀ:-

ਦੁਖੀ ਦੁਨੀ ਸਹੇੜੀਐ ਜਾਇ ਤ ਲਗਾਹਿ ਦੁਖ ॥

(ਮਲਾਰ ਵਾਰ ਮ: ੧-੨੧)

ਤਾਂ ਫੇਰ ਪਤਾ ਲਗੇਗਾ:-

ਦੁਖੁ ਤਦੇ ਜਾ ਵਿਸਰਿ ਜਾਵੇ ॥ (ਮਾਝ ਮ: ੫-੧੫)

ਕੀ ਵਿਸਰਹਿ ਦੁਖੁ ਬਹੁਤਾ ਲਾਗੈ ॥

ਦੁਖੁ ਲਾਗੈ ਤੂੰ ਵਿਸਰੁ ਨਾਹੀ ॥ (ਆ: ਮ: ੧-੧੯)

ਫਿਰ ਸਮਝ ਆਵੇਗੀ ਕਿ ਅਸਾਂ ਦੁਖਾਂ ਨੂੰ ਦਲਨਾ ਹੈ।

ਸੁਖਾਂ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਿਚ ਕਮਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ। ਦੁਖੁ ਦਾਰੂ ਸੁਖੁ
ਰੋਗੁ ਭਇਆ ॥ ਤਦੋਂ ਪਤਾ ਲਗੇਗਾ ਕਿ ਸਾਡਾ ਕੰਮ ਹੈ:-

ਭਾਂਤ ਅਨੇਕ ਦੁਖਨ ਸੋ ਦਲਾਹੀ।

ਧਰਮ ਸਿੰਘ- ਫੇਰ ਸੁਖ ਦੀ ਵਾਸ਼ਨਾ ਨਾ ਰਹੇ?

ਸਿੰਘ- ਮੁੱਖ ਗੱਲ ਹੈ, ਇਸ ਸੁਖ ਦੁਖ ਦੀ ਪਰਖ ਸਿੱਖਣੀ ਜੋ
ਨਾਂਮ ਨਾਲ ਹੋਣੀ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗਲਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸੁਖ ਦੁਖ
ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲ ਇਹ ਰੁਖ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਏ:-

ਸੁਖ ਦੀ ਆਸ ਨਾ ਕਰਨੀ, ਦੁਖ ਤੋਂ ਭੈ ਨਾ ਖਾਣਾ।

ਸੁਖ ਆਵੇ ਤਾਂ ਮਦ ਮਤ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ, ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਤੇ ਭਲਾ
ਕਰਨਾ; ਦੁਖ ਆਵੇ ਤਾਂ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਤੇ ਦੁਖਾਂ ਨੂੰ ਦਲਨਾ। ਬ੍ਰਿਤੀ ਨੂੰ
ਢਹਿੰਦੀਆਂ ਕਲਾ ਵਿਚ ਨਾ ਜਾਣ ਦੇਣਾ।

ਸੁਖਦਾਈ ਇਮਾਰਤਾਂ, ਠੰਢ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ,
ਮਨੋਰੰਜਕ ਸੰਗੀਤਾਂ, ਸੁੰਦਰ ਫੁਲਵਾੜੀਆਂ, ਮਨ ਹਰਨ ਵਾਲੀਆਂ
ਮੂਰਤੀਆਂ, ਦਿਲ ਖਿੱਚ ਤਸਵੀਰਾਂ ਤੇ ਸੁਤੰਤ੍ਰਤਾ ਦੀ ਦੇਵੀ ਦੇ ਪਿਛੇ
ਜੇ ਧਿਆਨ ਜਮਾ ਕੇ ਸਮਾਧੀ ਲਾਓ ਤਾਂ ਪੀੜਾ ਰਿੱਧੇ ਪਾਓਂਦੀ ਦਰਸ਼ਨ
ਦੇਵੇਗੀ।

(ਸ੍ਰੀ ਕਲਗੀਧਰ ਜੀ ਦੀਨੇ ਪੰਨਾ, ੩੦-੩੯)

ਨਾਮ ਪਿਆਲਾ

ਨਾਮ ਸੋਹਣੇ ਦਾ ਭਰਿਆ ਪਿਆਲਾ
ਫੁਲ ਫੁਲ ਪੈ ਰਿਹਾ ਸਹੀਓ !
ਕੌਣ ਪੀਏ ਭਰ ਘੁਟ ਇਕ ਇਸ ਦਾ,
ਸਹੀਓ ਤਕਦੀਆਂ ਰਹੀਓ ।
ਸੱਧਰ ਪਯਾਲਾ ਜਿਸਦਾ ਆਪਣਾ
ਫੁਲ ਫੁਲ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ,
ਉਸ ਨੂੰ ਸੀਂਦੀ ਮਿਲੇ ਘੁਟ, ਪਰ
ਭੇਤ ਸੰਭਲ ਕੇ ਕਹੀਓ ।

(ਮੇਰੇ ਸਾਈਆਂ ਜੀਓ)

ਨਾਮ ਰੂਪ

'ਨਾਮ ਰੂਪ' ਤੋਂ ਪਰੇ ਵਸੋਨੈਂ !
ਮੈਂ ਵੱਸਾਂ ਵਿਚ 'ਰੂਪ' ਅਰੁ 'ਨਾਮ'ਯ
ਤੇਰਾ ਬੀ ਪਰ 'ਨਾਮ' ਸੁਣਯਾ ਮੈਂ,
ਪਕੜ ਲਿਆ ਮੈਂ ਤੇਰਾ ਨਾਮ
ਰੂਪ ਨਾਮ ਹੁਣ ਮੇਰਾ ਬੋਹ ਲੈ,
ਹੋ ਕੇ ਫਿਰ ਮੈਂ ਅਰੂਪ ਅਨਾਮ,
ਇਕ ਦੇਸੀ ਹੋ ਲਭ ਲਾਂ ਤੈਨੂੰ
ਤੈਂ ਸਰੂਪ ਵਿਚ ਕਰਾਂ ਅਰਾਮ

(ਸਿੱਕਾ ਸੱਧਰਾਂ)