

ਭਾਗ-2

ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ 'ਜੀਵ' ਲਈ ਦੋ ਅੱਡ-ਅੱਡ ਮੁਤਜਾਦ ਚਣੌਤੀਆ ਹਨ—

'ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ'

ਅਤੇ

'ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ'

'ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ' ਅਥਵਾ 'ਅਗਨ-ਸੌਕ-ਸਾਗਰ' ਵਿਚ, ਅਸੀਂ ਮਾਇਕੀ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੇ ਅਨ੍ਹੇਰ-ਖਾਤੇ ਜਾਂ 'ਮਿਥਨ-ਸੌਹ-ਸਾਗਰ' ਵਿਚ, ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਜੰਮਦੇ-ਮਰਦੇ ਹੋਏ, ਅਨੇਕਾਂ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਆਏ ਹਾਂ ।

ਇਸ 'ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ' ਨਾਲ ਅਸੀਂ 'ਹੰਢੇ' ਹੋਏ ਹਾਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਕਈ ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਇਸੇ 'ਅਗਨ-ਸੌਕ-ਸਾਗਰ' ਵਿਚ ਹੀ ਅਸੀਂ—

ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਹੁੰਦੇ

ਪਲਚਦੇ

ਤਪਦੇ

ਜਲਦੇ

ਬਲਦੇ

ਸੜਦੇ

ਖਪਦੇ

ਖੁਆਰ ਹੁੰਦੇ

ਜਮਾਂ ਦੇ ਡੰਡ ਸਹਿੰਦੇ

ਨਰਕ ਭੱਗਦੇ

ਹੋਏ ਅਤਿਅੰਤ—

ਦਰਦਨਾਂਕ

ਫਿਯਾਨਕ

ਤਲਖ

Lekh 39 Part 2 **Aatas duneaaa khunak naam khodhaa-i-aa.**
Kal taatee thaan-dhaa har naaO.

According to Gurbani there are two distinct inter-dependent challenges for the mortal,

'The world of fire'

and

'The Lord's cool and soothing Name'

In the 'hot world' or 'the fiery ocean of grief' we have been dying and taking birth from ages in the dark ditch or the ocean of falsehood and attachment of materialistic doubt-fallacy - we have been passing through many lives.

We are used to this 'world of fire' because from many births it is in this 'fire – grief – ocean' that we while:-

getting involved in worldly life

suffering

bearing the heat

burning

smoldering

blistering

worrying

undergoing inconvenience

bearing the blows of Yamas

experiencing hell

have undergone extremely:-

painful

fearful

bitter

'ਨਿਜੀ ਤਜਰਬੇ' ਕਰਦੇ ਆਏ ਹਾਂ । ਪਰ, ਇਸ ਦੇ ਅੰਤ੍ਰੀਵ ਗੁੱਝੇ ਭੇਦ ਯਾ ਅਸਲੀਅਤ ਤੋਂ
ਬਿਲਕੁਲ—

ਅਨਜਾਣ
ਬੇ-ਖਬਰ
ਬੇ-ਪ੍ਰਵਾਹ
ਅਵੇਸਲੇ
ਮਚਲੇ

ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਾਂ !

ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ 'ਆਤਮ ਦੁਨੀਆ' ਵਿਚ—

ਸੜਦੇ-ਬਲਦੇ
'ਹੈ-ਬੁ' ਕਰਦੇ
'ਹਾਲ-ਦੁਹਾਈ' ਮਚਾਉਂਦੇ
'ਰੋਂਦੇ-ਪਿੱਟਢੇ'
'ਤੋਂਬਾ-ਤੋਂਬਾ' ਕਰਦੇ
ਕ੍ਰਾਹ-ਕ੍ਰਾਹ ਕਰਦੇ

ਹੋਏ ਭੀ, ਇਸ ਗੁੱਝੀ ਅੱਗ ਦੇ ਕਾਰਨ ਜਾਂ ਭੇਦ ਨੂੰ—

ਸਮਝਣ
ਜਾਣਨ
ਬੁੱਝਣ
ਵਿਚਾਰਨ
ਖੋਜਣ

ਜਾਂ ਨਿਰਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਕਦੇ ਖਿਆਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਅਤੇ ਨਾ ਲੋੜ ਹੀ ਭਾਸਦੀ ਹੈ !!

ਭਾਵੇਂ ਅਨੇਕਾਂ ਗੁਰੂਆਂ, ਅਵਤਾਰਾਂ, ਭਗਤਾਂ ਨੇ ਇਸ 'ਆਤਮ ਦੁਨੀਆ' ਦੀ ਬਾਬਤ
ਸਾਨੂੰ—

ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ,
ਭਾੜਨਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਤੇ
ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ

ਸਰਲ ਗਿਆਨ ਰਾਹੀਂ ਸੌਖੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਬਖਸ਼ੇ ਹਨ ।

ਮਨ ਮੂਰਖ ਅਜਹੂ ਨਹ ਸਮਝਤ ਸਿਖ ਦੇ ਹਾਰਿਓ ਨੀਤ ॥ (ਪੰਨਾ-੫੩੬)

ਢੇਦ ਬਖਿਆਨ ਕਰਤ ਸਾਧੂ ਜਨ ਭਾਗੀਨੀ ਸਮਝਤੁ ਨਹੀ ਖਲੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੭੧੭)

personal experiences. But we are completely

ignorant
uninformed
careless
indifferent
feigning ignorance

about its innate hidden secret or its reality.

The surprising thing is that despite

burning – smouldering
shouting in pain
making hue and cry
wailing and mourning
making expressions of horror
crying in agony

in this 'burning world' we do not try to –

understand
know
discover
discuss
research

the cause or secret of this hidden fire nor do we get the thought of
identifying it, nor is there any need felt to do so, even though numerous
Gurus, incarnations, saints through down to earth knowledge have given us
simple advice about this 'burning world',

to make us understand,
to warn us and
to protect ourselves from it.

- 1 The foolish mind has not yet reformed itself, although I have grown
weary of continually instructing it. 536
- 2 The Holy Saints preach the teachings of the Vedas, but the unfortunate
fools do not understand them. 717

ਪਰ, ਆਪਣੀ ਰੰਜ਼ਾਨਾ 'ਜੀਵਨ-ਰੋੜ੍ਹ' (routine) ਵਿਚ ਪਰਚ ਕੇ, ਅਸੀਂ ਇਤਨੇ ਗਲਤਾਨ ਹੋਏ ਹਾਂ, ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਖਤਰਨਾਕ ਅਤੇ ਦੁਖਦਾਈ ਨਤੀਜਿਆਂ ਤੋਂ—

ਮਚਲੇ
ਦੀਠ
ਮਟਰੋੜ
ਅਵੇਸਠੇ
ਬੇ-ਪ੍ਰਵਾਹ

ਹੋ ਕੇ "ਕਿਝੁ ਨ ਬੁਝੇ ਕਿਝੁ ਨ ਸੁਝੇ ਦੁਨੀਆ ਗੁਝੀ ਭਾਹਿ" ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਥਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਆਪਣੀ ਫੌਕੀ ਅਤੇ ਕੂੜੀ ਦਿਮਾਗੀ ਸਿਆਣਪ ਦੀ 'ਅਗਿਆਨਤਾ' ਵਿਚ, ਮੈਂ-ਮੇਰੀ ਦੀ ਨਿੱਕੀ-ਜਿਹੀ ਆਪ੍ਰ-ਸਹੇੜੀ 'ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ' ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ—

ਊਚੇਰੀ
ਚੰਗੇਰੀ
ਸੁਹਣੇਰੀ
ਸੁਚੱਜੀ
ਸ਼ਾਂਤ
ਸੁਖਦਾਈ
ਠੰਢੀ
ਪ੍ਰੰਮ ਸਵੈਪਨਾ ਵਾਲੀ
ਪ੍ਰੰਮ-ਰਸ ਵਾਲੀ
ਰੁਣ-ਰੁਣ ਵਾਲੀ
ਚਾਉ ਵਾਲੀ
ਹੁਲਾਸ ਵਾਲੀ
ਖੇੜੇ ਵਾਲੀ
ਮਸਤੀ ਵਾਲੀ
'ਨਾਮ' ਵਾਲੀ

ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਅੰਤ੍ਰੀਵ ਭੇਦ ਨੂੰ—

ਸਮਝਣ
ਜਾਨਣ
ਵਿਚਾਰਨ
ਬੁਝਣ
ਖੋਜਣ
ਲੱਭਣ

But we are so absorbed in our daily routine that we —

are feigning ignorance
are stubborn
are incorrigible
are indifferent
are careless

vis-a-vis (about) the dangerous and painful results (of this attitude towards the burning world). Thus we are leading the life of 'I know nothing; I understand nothing. The world is a smouldering fire.'

In the 'ignorance' of our hollow and intellectual cleverness, other than tiny self inflicted 'burning world' of me-mine ness, the thought of the existence of some -

high
good
beautiful
decent
calm
comfortable
cool (world with)
affection for the innate divine within self
love taste
celestial music
eagerness
elation
joy
intoxication
Name

(value added) existences and the need to understand

know
discuss
discover
research
find

the intrinsic secret of their existence

ਦੀ ਕਦੇ ਲੋੜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਭਾਸਦੀ, ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ—

‘ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ’

‘ਠਾਂਢਾ ਹਰਿ ਨਾਉ’

‘ਸੀਤਲੁ ਥੀਵੈ ਨਾਨਕਾ ਜਪੰਦੜੋ ਹਰਿ ਨਾਮੁ’

ਦੀ ਸਚਾਈ ਦਾ ਸਾਨੂੰ ‘ਨਿਸਚਾ’ ਹੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਪੰਗਤੀ—“ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ” ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਦੇ, ਸੁਣਦੇ, ਗਾਉਂਦੇ ਅਤੇ ਓਪਰਾ ਜਿਹਾ ਗਿਆਨ ਘੱਟਦੇ ਹੋਏ ਸਿਰ ਹਿਲਾ ਕੇ, ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਝੁੰਟੀ ਜਿਹੀ ਤਸੱਲੀ ਦੇ ਛੱਡਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਰੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਓਪਰੇ ਦਿਮਾਗੀ ਗਿਆਨ ਦੁਆਰਾ ਕਥਾ-ਵਾਰਤਾ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ ! ਜਦ ਕਿ ਅਸੀਂ ਖੁਦ ਇਸੇ—

‘ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ’

‘ਜਗਤ ਜਲੰਦਾ’

‘ਅਗਨ ਝੁੰਟ’

‘ਮਿਥਨ ਮੋਹ ਅਗਨ ਸੋਕ ਸਾਗਰ’

ਵਿਚ ਪਲਚ-ਪਲਚ ਕੇ ਸੜ-ਬਲ ਰਹੇ ਹਾਂ ।

ਪੜਿ ਪੰਡਿਤੁ ਅਵਰਾ ਸਮਝਾਏ ॥

ਘਰ ਜਲਤੇ ਕੀ ਖਬਰਿ ਨ ਪਾਏ ॥

ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਸੇਵੇ ਨਾਮੁ ਨ ਪਾਈਐ ਪੜਿ ਥਾਕੇ ਸਾਂਤਿ ਨ ਆਈ ਹੋ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੦੪੬)

ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਆਵੀ ਵੇਦਿ ਮਥਿ

ਅਗਨੀ ਅੰਦਰਿ ਤਪਤਿ ਤਪਾਇਆ ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੧/੧੧)

ਜੇਕਰ ਇਕ ਪਾਸੇ ਅੱਗ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਮਚਾ ਦੇਈਏ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਬਰਫ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰ ਦੇਈਏ, ਤਾਂ ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਅੱਗ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜਾਵਾਂਗੇ, ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ‘ਸੋਕ’ ਵਧਦਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ‘ਠੰਢ’ ਘੱਟਦੀ ਜਾਵੇਗੀ । ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਜੇ ਅੱਗ ਵਲ ਪਿੱਠ ਕਰਕੇ ‘ਬਰਫ’ ਵਲ ਮੁੜਾਂਗੇ ਤਾਂ ‘ਠੰਢ’ ਵੱਧਦੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਸੋਕ ਘੱਟਦਾ ਜਾਵੇਗਾ ।

ਇਹੋ ਅਸੂਲ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਹਾਲਤ ਉਤੇ ‘ਹੁ-ਬ-ਹੁ’ ਘਟਦਾ ਹੈ ।

ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ‘ਠਾਂਢਾ ਹਰਿ ਨਾਉ’ ਵਲ ਪਿੱਠ ਕਰਕੇ, ਭੁਲ ਕੇ ਜਾਂ ਬੇ-ਮੁਖ ਹੋ ਕੇ, ‘ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ’ ਵਲ ਸਾਡੀ ਬਿਰਤੀ-ਸੁਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ‘ਹਰਿ ਨਾਉ’ ਦੀ ‘ਆਤਮਿਕ ਠੰਢ’ ਘਟਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸੇ ਮਿਕਦਾਰ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ‘ਨਾਮ’ ਦੀ ‘ਠੰਢ’ ਤੋਂ ਵਾਝੇ ਹੁੰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ।

hasn’t ever arisen, nor do we ‘believe’ in the truthfulness of (the following words of the Guru) –

‘Cool is the Lord’s Name’

‘The Lord’s Name is soothing and cool’

‘It is rendered cool, O Nanak, by repeating the Lord’s Name’.

We read, hear, sing the Gurbani’s line – ‘This world is but fire and cool is the Lord’s Name’ and superficially expanding our knowledge and shaking our head we falsely convince ourselves and present to the audience religious discourses with superficial intellectual knowledge when we ourselves are suffering and burning in this very –

‘fiery world’

‘smouldering world’

‘pit of fire’

‘Attachment to lust is an ocean of fire and pain’

1 The Pandit, the religious scholar, reads and instructs others, 1046
but he does not realize that his own home is on fire.

Without serving the True Guru, the Naam is not obtained. You can read until you are exhausted, but you shall not find peace and tranquility.

2 Obtaining no peace by churning of the Vedas he started scorching one
and all in the heat of his ego. V Bh Gur 1/11

If at one end we light up flames of fire and at the other end we store up ice, then as we go towards the fire, we will experience more and more heat and less and less cold. Opposed to this if we turn our backs towards the fire and move towards the ice, then the cold will increase and the heat will decrease.

Similarly this very principle applies to our mental condition.

As we turn our back towards the ‘Lord’s cool Name’, forget or turn away and focus our attention on the ‘burning world’, the ‘spiritual coldness’ of the Lord’s Name becomes less and less and in the same proportion we will deprive ourselves of the ‘Coolness’ of the ‘Name’.

ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ, ਅਸੀਂ ਮਾਇਆ ਦੀ 'ਦਲ-ਦਲ' ਵਿਚ ਇਤਨਾ ਖੁੱਭ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਕਿ ਸਾਨੂੰ 'ਠਾਂਢਾ ਹਰਿ ਨਾਉ' ਦੀ ਬਾਬਤ—

ਚੇਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ।
ਖਿਆਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ !
ਨਿਸਚਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ !
ਸ਼ਰਧਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਉਪਜਦੀ !
ਲੋੜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਭਾਸਦੀ !!

- 1 ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਾਵਜੂਦ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਹੇਠਲੀਆਂ ਪੰਗਤੀਆਂ—
ਅਗਨਿ ਕੁਟੰਬ ਸਾਗਰ ਸੰਸਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੭੫)
ਭਰਮ ਮੋਹ ਅਗਿਆਨ ਅੰਧਾਰ ॥
- 2 ਮਾਇਆ ਅਗਨ ਜਲੈ ਸੰਸਾਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ ੧੦੪੯)
ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਿਵਾਰੈ ਸਬਦਿ ਵੀਚਾਰੇ ॥
- 3 ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੨੯੧)
ਗੂੜੀ ਭਾਹਿ ਜਲੈ ਸੰਸਾਰਾ ਭਗਤ ਨ ਬਿਆਪੈ ਮਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੭੩)
- 4 ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-੯੨੧)
ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੈ ਖੋਲ੍ਹ ਰਚਾਇਆ ॥

ਨੂੰ ਸਾਰੀ ਉਮਰ—

ਪੜ੍ਹਦੇ-ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ
ਸੁਣਦੇ-ਸੁਣਾਉਂਦੇ
ਸਮਝਦੇ-ਸਮਝਾਉਂਦੇ
ਕਥਾ-ਵਾਰਤਾ ਕਰਦੇ
ਫੌਕੇ ਗਿਆਨ ਘੱਟਦੇ
ਗਾਉਂਦੇ

ਹੋਏ ਭੀ, ਇਸ 'ਅਗਨ-ਸੌਕ-ਸਾਗਰ' ਤੋਂ ਬਚਣ ਜਾਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਕਦੇ ਖਿਆਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ! ਬਲਕਿ ਆਪਣੀ ਕੂੜੀ ਸਿਆਣਪ ਨਾਲ ਇਸ ਗੁੱਝੇ 'ਅਗਨ-ਕੁੰਟ' ਵਿਚ ਹੋਰ ਡੁੱਬੇ 'ਨਿਘਰਦੇ' ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ !!

ਚੰਗੀ ਯਾ ਮਾੜੀ ਸੰਗਤ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਸਾਡਾ—

ਸੁਭਾਉ
ਕੁਚੀ
ਆਦਰਾਂ
ਸਦਾਚਾਰ

L39.5

With the passage of time, we get stuck so much in the quagmire of materialism that we:-

do not remember,
do not think,
do not have faith,
do not have trust,
do not feel the need,

about the 'coolness of the Lord's Name'.

The following lines from Gurbani -

- 1 Family and worldly affairs are an ocean of fire.
Through doubt, emotional attachment and ignorance, we are enveloped in darkness. 675
- 2 The world is burning in the fire of Maya.
The Gurmukh extinguishes this fire, by contemplating the Shabad. 1049
- 3 The world is on fire; the Name of the Lord is cooling and soothing. 1291
- 4 The world is being consumed by this hidden fire, but Maya does not cling to the Lord's devotees. 673
- 5 As is the fire within the womb, so is Maya outside.
The fire of Maya is one and the same; the Creator has staged this play. 921

despite

reading
listening
understanding
expounding
acquiring hollow knowledge
singing

them all our life, we do not think of saving ourselves or escaping from this 'fire-grief-ocean'! On the contrary with our false sense of cleverness we are degenerating even further in the deep invisible 'pit of fire'.

It is according to good or bad company that our

behaviour
interest
habits
morality
L39.5

ਆਚਰਨ
ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ
'ਭਾਗ'

ਬਣਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕਰਮ-ਬੱਧ ਹੋ ਕੇ ਅਸੀਂ ਚੰਗੇ-ਮਾੜੇ ਕਰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਨਤੀਜੇ
ਕੁਗਤਦੇ ਹਾਂ।

ਜੋ ਜੈਸੀ ਸੰਗਤਿ ਮਿਲੇ ਸੋ ਤੈਸੇ ਫਲੁ ਖਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੬੯)

ਸਾਡਾ ਮਨ ਇਸ 'ਅਗਨ-ਸੌਕ-ਸਾਗਰ' ਦੀ 'ਗੁੱਝੀ ਭਾਹਿ' ਵਿਚ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਸੜ-ਬਲ
ਕੇ 'ਮਟਰੋੜ' ਅਤੇ 'ਮਨੂਰ' ਹੋ ਚੁਕਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦਾ 'ਮੱਚ' ਮਰ ਚੁਕਿਆ ਹੈ।
ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਇਸ 'ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ' ਵਿਚ ਹੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਅਤੇ ਮਸਤ ਹਾਂ। ਤਦੇ ਤਾਂ ਇਸ
ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਕਦੇ ਖਿਆਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।

ਜਦ ਕਦੇ ਇਹ ਗੁੱਝੀ 'ਮਾਨਸਿਕ ਅੱਗ' ਤੀਬਰ ਯਾ ਅਸਹਿ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ
ਦਾ ਦੋਸ਼ 'ਹੋਰਨਾਂ' ਯਾ 'ਰੱਬ' ਉਤੇ 'ਬੱਧ' ਕੇ, ਆਪਣਾ ਮਨ ਹੌਲਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ 'ਅਮਲ', ਜਿਹਾ ਕਿ—

ਸ਼ਰਾਬ
ਅਫੀਮ
ਗਾਂਜਾ
ਤੰਬਾਕੂ
'ਹੀਰੋਈਨ'
ਨਸ਼ਈ ਗੋਲੀਆਂ

ਰਾਹੀਂ ਯਾ ਅਨੇਕਾਂ ਹੋਰ ਮਾਨਸਿਕ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਦੁਆਰਾ—

ਸਰੀਰਕ ਐਸ਼
ਮਨੋਰੰਜਨ
ਸਿਨੇਮਾ
ਟੀ, ਵੀ. (T.V.)
ਰੇਡੀਓ
ਸਵਾਦਾਂ ਦੀ ਚੋਸ਼ਣਾ
ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੇ ਭੋਗ
ਗੰਦੇ ਨਾਵਲ
ਵਿਭਚਾਰ

L39.6

conduct
subconsciousness
'fate'

are formed and in all these states, bound by action and reaction, we carry out
good and bad actions and experience the consequences.

According to the company it keeps, so are the fruits it eats. 1369

Our mind having been burnt from previous lives in the 'invisible fire' of the
ocean of fire and sorrow has become incorrigible and is nothing more than
slag or dross. In this way the fervour of the mind has suffered death.
Therefore we are quite content and happy in this 'invisible fire'. That is why
no thought ever occurs to come out of it.

Whenever this invisible 'mental fire' becomes intense or unbearable,
blame is laid on 'others' or on 'God' to lighten our mind.

Besides this, through many kinds of addictions such as—

alcohol
opium
ganja
tobacco
heroin
ecstasy pills

or many other 'sensual desires'

physical pleasure
entertainment
cinema
T.V.
radio
desire of taste
indulgence in sex
dirty novels
adultery

L39.6

ਤਾਸ਼
ਜੁਆ
ਗੱਪਾਂ
ਚੁਗਲੀ
ਨਿੰਦਿਆ

playing cards
gambling
gossiping
back biting
slandering

ਆਦਿ, ਦੁਆਰਾ 'ਮਨ' ਨੂੰ 'ਰਿਝਾ ਕੇ' ਅਤੇ 'ਭਰਮਾ ਕੇ', ਆਪਣੀ ਅੰਦਰਲੀ—

ਚਿੰਤਾ-ਚਿਖਾ
ਨਫਰਤ ਦੀ ਅੱਗ
ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ ਦੇ ਭਾਂਬੜ
ਸਾੜਾ
ਕੁਲਝਣਾ
ਅਸ਼ਾਂਤੀ
ਦੁਖ-ਕਲੇਸ਼
ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪੁਆੜੇ
ਗ੍ਰਿਹਸਤ ਦਾ ਖਲਜਗਨ
ਘਰੰਗੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ

ਆਦਿ, ਨੂੰ 'ਭੁਲਾਉਣ' ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਹ ਸਾਰੇ 'ਮਨੋਰੋਜਨ', ਮਨ ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ 'ਮੌੜਕੇ' ਜਾਂ 'ਟਾਲ ਕੇ', ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਲਾਉਣ ਜਾਂ 'ਭੁਲਾਉਣ' ਦਾ ਆਰਜ਼ੀ ਉਪਾਉ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਕੁਝ ਚਿਰ ਲਈ ਓਪਰੀ ਜਿਹੀ ਖੁਸ਼ੀ ਜਾਂ ਤਸੱਲੀ ਤਾਂ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਮਨ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਗੁੱਝੇ 'ਭਾਂਬੜ' ਨਹੀਂ ਬੁੱਝਦੇ ਅਤੇ ਨਾਂ ਹੀ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ 'ਠੰਢ' ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਅੰਤਰਿ ਚਿੰਤਾ ਨੈਣੀ ਸੁਖੀ ਮੂਲਿ ਨ ਉਤਰੈ ਭੁਖ ॥ (ਪੰਨਾ-੩੧੯)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪ ਹੀ—

'ਆਪੇ' ਨਾਲ ਧੌਖਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
ਬੇਅੰਤ ਮਾਇਆ ਜਾਇਆ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
ਸਿਹਤ ਖਰਾਬ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
ਲਾ-ਇਲਾਜ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।
ਭੈੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਸਹੇੜ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।
ਭੈੜੇ 'ਅਮਲਾਂ' ਦੇ ਆਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

L39.7

etc. we 'please' and 'deceive' our 'mind' and try to 'forget' our internal-

fire of worry
fire of hatred
flames of enmity and confrontation
envy
boiling
restlessness
pain and misery
problems of life
confusions of family life
domestic problems etc.

All these 'recreations' are temporary means of 'turning away' or 'diverting' the focus of the mind and engaging it on the other side or making it forget the mental problems. With this there is a superficial type of happiness or solace but the internal invisible 'flames' of the mind are not put out and neither is any peace of mind obtained.

He harbors anxiety within himself, but to the eyes, he appears to be happy; his hunger never departs. 319

In this way we ourselves –

deceive our own 'self'
waste an unlimited amount of money
ruin our health
acquire incurable diseases
indulge in bad habits
become habitual in bad 'addictions'

Lekh 39.7

ਬਲਦੀ ਉਤੇ ਤੇਲ ਪਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ।
ਆਚਰਨ ਗੰਦਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ।
ਬਦਨਾਮੀ ਖਟਦੇ ਹਾਂ ।
ਭਾਗ 'ਮੰਦੇ' ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ।
ਅਮੌਲਕ ਜੀਵਨ ਅਜਾਈਂ ਗਵਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ।
ਨਰਕ-ਰੂਪੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ।
'ਬਿਗੜ-ਰੂਪ' ਹੋ ਕੇ ਜਮਾਂ ਦੇ ਵਸ ਪੈਂਦੇ ਹਾਂ ।

Pour oil on burning flames
pollute our character
earn bad reputation
'dirty' our fate
waste our invaluable life
live hell-like life
having degenerated face the yamas (couriers of death)

ਇਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ 'ਮਨੋਰੰਜਨਾਂ' ਦੇ ਤਹਿ ਵਿਚ ਇਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ 'ਨੁਕਤਾ' ਹੈ । ਉਹ ਹੈ—
ਮਨ ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਨੂੰ ਮੋੜ ਕੇ, ਦੂਜੇ ਪਾਸ ਲਾਉਣਾ ।
ਉਪਰ ਦੱਸੇ 'ਮਨੋਰੰਜਨਾਂ' ਦੇ ਸਾਰੇ ਉਪਾਉ—

In the folds of all these recreations (however) there is one special 'point' and that is – turn around the attention of the mind and refocus it on to the other side.

All the measures of the above mentioned pursuits are –

ਆਰਜੀ
ਕੂੜੇ
ਗਲਤ
ਹਾਨੀਕਾਰਕ
ਦੁਖਦਾਈ

temporary
false
wrong
destructive
painful
going to bring dreadful results
deceiving one's self

ਭਿਆਨਕ ਨਤੀਜਿਆਂ ਵਾਲੇ
'ਆਪੇ' ਨਾਲ ਧੋਖਾ

because they put 'oil' on the invisible mental flames of the mind and light up more flames instead of decreasing or putting out the 'invisible mental fires'.

'The ailment worsened as more medication was given'.

Bhai Gurdas Ji has explained this condition in his 'Vaars' thus

ਹਨ । ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਾਰੇ ਉਪਾਉ, ਮਨ ਦੀ ਅਸਲੀ 'ਮਰਜ਼' ਯਾਨਿ 'ਮਾਨਸਿਕ ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ' ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਜਾ ਬੁਝਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਮਨ ਦੇ ਗੁੱਝੇ ਮਾਨਸਿਕ ਭਾਂਬੜ ਨੂੰ 'ਤੇਲ' ਪਾ ਕੇ ਹੋਰ ਭਾਂਬੜ ਮਚਾਉਂਦੇ ਹਨ !!

1 *Hopes and desires always attracts his mind and being attracted by evil inclination he never attains peace.
How can a manmukh extinguish fire by putting oil on it? Bh Gur V 15/9*

2 *Many hopes and disappointments scare man day in and day out and the fire of desires is never quenched.*

'ਮਰਜ਼ ਬੜ੍ਹਤੀ ਗਈ ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਦਵਾ ਕੀ' ।

• *Plenty of gold, wealth, rubies and pearls are worn by man and he further wearing beautiful silken garments scatters around the fragrance of sandal etc.*

ਇਸ ਹਾਲਤ ਦੀ ਬਾਬਤ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਵਾਰਾਂ ਵਿਚ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਹੈ—

• *Man keeps elephants, horses, palaces, and fruit ladden gardens.*

ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਮੋਹਣੀ ਤਾਮਸੁ ਤਿਸਨਾ ਸਾਤਿ ਨ ਆਵੈ ।

ਬਲਦੀ ਅੰਦਰ ਤੇਲ ਪਾਇ ਕਿਉ ਮਨ ਮੂਰਖੁ ਅਗਿ ਬੁਝਾਵੈ । (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੧੫/੯)

• *Enjoying the pleasure-giving bed along with beautiful women, he remains engrossed in many deceptions and infatuations.*

ਚਿਤਵਣੀਆ ਲਖ ਰਾਤਿ ਦਿਹੁ ਤ੍ਰਾਸ ਨ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਅਗਨਿ ਬੁਝਾਏ ।

ਸੁਇਨਾ ਰੂਪਾ ਅਗਲਾ ਮਾਣਕ ਮੋਤੀ ਅੰਗਿ ਹੰਢਾਏ ।

• *They all are fuels to the fire and man spends life in the sufferings of hopes and desires.*

ਪਾਟ ਪਟੰਬਰ ਪੈਨ੍ਹਕੇ ਚੰਘਾ ਚੰਦਨ ਮਹ ਮਹਕਾਏ ।

ਹਾਥੀ ਘੋੜੇ ਪਾਖਰੇ ਮਹਲ ਬਗੀਚੇ ਸੁਫਲ ਫਲਾਏ ।

ਸੁੰਦਰ ਨਾਰੀ ਸੋਜ ਸੁਖ ਸਾਇਆ ਮੋਹਿ ਧੋਹਿ ਲਪਟਾਏ ।

ਬਲਦੀ ਅੰਦਰ ਤੇਲ ਜਿਉ ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਦੁਖਿ ਵਿਹਾਏ ।

• *He has to reach the abode of Yama (death god) if he remains without the perfect Guru.*
Bh Gur V 15/13

ਗੁਰ ਪੂਰੇ ਵਿਣੁ ਜਮਪੁਰਿ ਜਾਏ ॥

(ਵ.ਭਾ.ਗੁ. ੧੫/੧੪)

ਜਿਥੇ 'ਅੱਗ' ਹੈ—ਓਥੇ 'ਠੰਢ' ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ।

ਜਿਥੇ 'ਠੰਢ' ਹੈ—ਓਥੇ 'ਗਰਮੀ' ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਅੱਗ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਵਿਚੋਂ 'ਠੰਢ' ਲਭਣੀ, ਹਾਸੋ-ਹੀਣੀ ਮੂਰਖਤਾ ਹੈ ।

ਪਰ, ਹੈਰਾਨੀ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਕਿ ਅਸੀਂ ਬੜੇ ਸਿਆਣੇ, ਵਿਦਵਾਨ ਅਤੇ 'ਅਕਲ-ਲਤੀਫ' ਕਹਿਲਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਭੀ —

'ਮਿਥਨ ਮੌਹ ਅਗਨ ਸੌਕ ਸਾਗਰ'

'ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ'

'ਜਗਤ ਜਲੰਦਾ'

'ਅਗਨ ਕੁੰਟ'

ਵਿਚੋਂ 'ਠੰਢ' ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵਿਚ ਗਲਤਾਨ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਅਗੇ ਵਧਣ ਲਈ ਦੌੜ ਲਾਈ ਹੋਈ ਹੈ ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਅਗਿਆਨਤਾ ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਵਿਚ—

ਐਸ਼

ਮਨੋਰੰਜਨ

ਵਾਸਨਾਵਾਂ

ਕਾਮ-ਕ੍ਰੋਧ

ਲੋਭ-ਲਹਿਰ

ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੇ ਭੋਗ

ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ

ਈਰਖਾ-ਦਵੇਤ

ਸਿਆਣਪਾਂ

ਚਤੁਰਾਈਆਂ

ਫੌਕੇ ਗਿਆਨ

'ਨਜ਼ਿਆਂ'

ਦੀ 'ਪੂਰਤੀ' ਵਿਚ ਹੀ, ਮਨ ਦੀ ਸੁਖ-ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਠੰਢ ਭਾਲਦੇ ਵਿਰਦੇ ਹਾਂ ।

ਭਾਵੇਂ ਇਹਨਾਂ ਫੌਕੇ ਅਤੇ ਗਲਤ ਸਾਧਨਾਂ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਖੁਸ਼ੀ, ਰਸ ਅਤੇ 'ਨਸ਼ਾ' ਜਿਹਾ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਆਰਜ਼ੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਛੇਤੀ ਹੀ ਲਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵੇਰ ਅਮਲੀਆਂ ਦੀ 'ਟੋਟ' ਵਾਂਗ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਹਾਲਤ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਭੀ ਭੈੜੀ ਅਤੇ ਦੁਖਦਾਈ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

L39.9

Where there is 'fire' – 'coolness' cannot stay there.

Where there is 'coolness' – heat is absent.

To find 'coolness' from the flames of fire is a ridiculous folly.

But, the surprising thing is that despite regarding ourselves as clever, scholars with subtle intelligence, we are absorbed in making efforts of looking for 'coolness' in –

'love of fornication which is a ocean of fire and sorrow'

'Hot world'

'Burning world'

'Pit of fire'

and are in the run to compete and be ahead of one another.

In this way in the doubt fallacy of ignorance we look for coolness and calmness of our mind by indulging in –

pleasures

recreations

sensual desires

lust-anger

waves of greed

indulgence of sex

enmity-confrontation

jealousy – duality

cleverness

cunningness

hollow knowledge

intoxicants.

Although with these hollow and wrong methods we somewhat experience mental happiness, delight and intoxication which is temporary and wears off fast, then like the 'deficiency' felt by addicts, our mental condition becomes worse and more painful compared to what it was before.

Lekh 39-9

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਰਜ਼ੀ ਐਸ਼ ਅਤੇ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੀ 'ਪੁਰਤੀ'—ਸਾਡੀ ਅੰਦਰਲੀ ਖੁੱਖਦੀ ਗੁੱਝੀ 'ਅੱਗ' ਨੂੰ ਸੁਲਘਾ ਕੇ, ਮਘਾ ਕੇ, ਮਚਾ ਕੇ, 'ਭਾਂਬੜ' ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਲਕੜਾਂ, ਤੇਲ ਅਤੇ ਪੈਟਰੋਲ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਭਿਆਨਕ 'ਲਾਟਾਂ' ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਹੋਰ ਸੜਦੇ-ਬਲਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਭੀ ਆਪਣੀਆਂ ਚੰਗਿਆੜੀਆਂ ਅਤੇ ਲਾਟਾਂ ਨਾਲ 'ਚੁਆਤੀ' ਲਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ !!

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੀ 'ਭੱਠੀ' ਦਾ ਅਟਟ 'ਗੋੜ', ਦਾਣੇ ਭੁੰਨਣ ਵਾਲੀ 'ਭੱਠੀ' ਵਾਗ, ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਭਾਂਬੜ ਪਿਛੋਂ ਅਸੀਂ—ਸੁਖੀ, ਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਠੰਢੇ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਹੋਰ ਭੀ—

ਕਾਲੇ
ਕੱਝੇ
ਮਟਰੋੜ
ਮਨੁਰ
ਮਨਮੁਖ
ਦੁਖੀ

ਹੁੰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ 'ਠੰਢ' ਲਈ ਅਸੀਂ ਧਾਰਮਿਕ ਅਸਥਾਨਾਂ ਵਲ ਦੌੜਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਓਥੇ ਭੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅੰਦਰਲੀ ਗੁੱਝੀ ਮਾਨਸਿਕ 'ਅੱਗ' ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਜਿਸ ਨਾਲ ਧਰਮ ਅਸਥਾਨਾਂ ਵਿਚ ਭੀ—

ਈਰਖਾ
ਦਵੈਤ
ਦੂਜਾ ਭਾਉ
ਹਉਮੋ
ਫੇਰ
ਵਿਰੋਧ
ਰੋਸੇ
ਗਿਲੇ
ਲੋਭ
ਮੈਂ-ਮੇਰੀ

ਦੀ 'ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ' ਦਾ ਹੀ 'ਬੱਲ-ਬਾਲਾ' ਅਤੇ ਵਰਤ-ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ।

ਸਾਡੀ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ—

L39.10

Thus the fulfillment of temporary pleasures and sensual desires do the work of wood, oil and petrol by lighting, heating and igniting our internal simmering invisible fire into 'huge flames'. We burn and fret with such dreadful 'flames' and also affect others with our embers and flames by passing on the spark to them.

In this way the continuous cycle of the furnace of our lives keeps on moving just like the furnace for roasting grains and instead of becoming comfortable, calm and cool after every burst of flame we in fact are becoming –

black
ugly
incorrigible
rusty
apostate
grieved.

In addition to this we run towards religious places for mental and spiritual 'coolness' but when we go there we also take along our internal invisible mental 'fire'.

By taking along our internal invisible mental 'fire' to religious places,

jealousy
duality
second love
ego
enmity
opposition
anger
grief
greed
me-miness

(the off springs of) this invisible mental fire continue to predominate and flourish.

This condition of ours has been described in Gurbani thus –

10

ਅੰਤਰਿ ਅਗਨਿ ਬਾਹਰਿ ਤਨ ਸੁਆਹ ॥
 ਗਲਿ ਪਾਬਰ ਕੈਸੇ ਤਰੈ ਅਥਾਹ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੬੭)

ਅਗਨਿ ਕੁਟੰਬ ਸਾਗਰ ਸੰਸਾਰ ॥
 ਭਰਮ ਮੋਹ ਅਗਿਆਨ ਅੰਧਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੭੫)

ਕਾਇਆ ਆਰਣੁ ਮਨੁ ਵਿਚਿ ਲੋਹਾ ਪੰਚ ਅਗਨ ਤਿਤੁ ਲਾਗਿ ਰਹੀ ॥
 ਕੋਇਲੇ ਪਾਪ ਪੜੇ ਤਿਸੁ ਉਪਰਿ ਮਨੁ ਜਲਿਆ ਸੰਨੀ ਚਿੰਤ ਭਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੯੯੦)

ਅੰਤਰਿ ਅਗਨਿ ਜਲੈ ਭੜਕਾਰੇ ॥
 ਮਨਮੁਖੁ ਤਕੇ ਕੁੰਡਾ ਚਾਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੦੨੨)

ਪਾਪੀ ਕਾ ਘਰੁ ਅਗਨੇ ਮਾਹਿ ॥
 ਜਲਤ ਰਹੈ ਮਿਟਵੈ ਕਬ ਨਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੧੬੫)

ਮਨਮੁਖ ਬੋਲੇ ਅੰਧੁਲੇ ਤਿਸੁ ਮਹਿ ਅਗਨੀ ਕਾ ਵਾਸੁ ॥
 ਲਖ ਚਉਰਾਸੀਹ ਮੇਦਨੀ ਤਿਸਨਾ ਜਲਤੀ ਕਰੇ ਪੁਕਾਰ ॥
 ਇਹੁ ਮੋਹੁ ਮਾਇਆ ਸਭੁ ਪਸਰਿਆ ਨਾਲਿ ਚਲੇ ਨ ਅੰਤੀ ਵਾਰ ॥
 ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਸਾਂਤਿ ਨ ਆਵਈ ਕਿਸੁ ਆਗੈ ਕਰੀ ਪੁਕਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੪੧੬)

ਮਾਇਆ ਮੋਹੀ ਮੇਦਨੀ ਕਲਿ ਕਲਿ ਵਾਲੀ ਸਭਿ ਭਰਮਾਈ ।
 ਉਠੀ ਗਿਲਾਨਿ ਜਗਤ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਅੰਦਰਿ ਜਲੈ ਲੁਕਾਈ । (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੧/੭)

ਮਾਇਆ ਡਰ ਡਰਪਤ ਹਾਰਿ ਗੁਰ ਦੁਆਰੇ ਜਾਵੇ
 ਤਰਾਂ ਜਉ ਮਾਇਆ ਬਿਆਪੈ ਕਹਾਂ ਠਹਰਾਈਐ ॥ (ਕ.ਭਾ.ਗੁ. ੫੪੪)

‘ਅੱਗ’ ਅਤੇ ‘ਠੰਢ’—ਦੇ ਮੁਤਜਾਦ, ਵਿਰੋਧੀ ਅਤੇ ਉਲਟ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ।
 ਤ੍ਰੈ-ਗੁਣੀ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਵਿਚ, ‘ਮਾਨਸਿਕ ਅੱਗ’ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ‘ਮਰ’ ਰਹੇ ਹਨ । ਤਦੇ

ਇਸ ਨੂੰ—

‘ਆਤਿਸ ਦੁਨਿਆ’
 ‘ਅਗਨ ਕੁੰਟ’
 ‘ਜਗਤ ਜਲੰਦਾ’
 ‘ਅਗਨ ਸੋਕ ਸਾਗਰ’

ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ।

ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ—

ਦਿਲ
 ਚਿਤ
 ਦਿਮਾਗ

L39.11

- 1 The fire of desire rages within; outwardly they apply ashes to their bodies. There is a stone around their neck - how can they cross the unfathomable ocean? 267
- 2 Family and worldly affairs are an ocean of fire. Through doubt, emotional attachment and ignorance, we are enveloped in darkness. 675
- 3 The body is a furnace, and the mind is the iron within it; the five fires are heating it. Sin is the charcoal placed upon it, which burns the mind; the tongs are anxiety and worry. 990
- 4 The great fire of desire blazes within her. The self-willed manmukh looks around in the four directions. 1022
- 5 The home of the sinner is on fire. It keeps burning, and the fire cannot be extinguished. 1165
- 6 The self-willed manmukhs are deaf and blind; they are filled with the fire of desire. 1415
- 7 The 8.4 million species of beings burn in desire and cry in pain. All this show of emotional attachment to Maya shall not go with you at that very last instant. Without the Lord, peace and tranquility do not come; unto whom should we go and complain? 1416
- 8 The entire earth got enticed by mammon and the antics of the Kaljug put everyone into delusion. Hatred and degeneracy engrossed the people and ego burnt one and all V Bh G 1/7
- 9 A person scared of the fear of maya finally goes to the Gurdwara but if maya afflicts him even in this place then where else can he go for solace? Kab Bh G 544

‘Fire’ and ‘coolness – are two conflicting, opposed, opposite things.

In the materialistic sphere of ‘trigun’ (three qualities), flames of mental fire are burning. That is why it is said to be –

‘hot world’
 ‘pit of fire’
 ‘burning world’
 ‘ocean of fire and grief’.

In every aspect of life –

heart
 mind
 intellect

L39.11

ਜਿਸਮ
 ਸਿਆਣਪ
 ਗਿਆਨ
 ਗਰੀਬੀ
 ਅਮੀਰੀ
 ਐਸ਼
 ਪਿਆਰ
 ਜਪ
 ਤਪ
 ਪਾਠ
 ਪੂਜਾ
 ਭੱਠ
 ਜੋਗ
 ਸੇਵਾ
 ਕਰਮ
 ਧਰਮ
 ਹਾਸੇ
 ਰੋਣੇ
 ਰੀਝਾਂ
 ਰੋਸੇ
 ਗਿਲੇ
 ਦਾਨ
 ਪੁੰਨ
 ਦੀਨ
 ਦੁਨੀ

body
 cleverness
 knowledge
 poverty
 prosperity
 pleasures
 love
 meditation
 penance
 scripture reading
 worship
 determination
 asceticism
 service
 actions
 religion
 laughter
 crying
 inclinations
 anger
 grief
 donation
 charity
 sect
 world

ਵਿਚ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਇਸ 'ਮਾਨਸਿਕ ਗੁੱਝੀ ਅੱਗ' ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਮਚਾਏ ਹੋਏ ਹਨ !

ਇਸ ਗੁੱਝੀ 'ਮਾਨਸਿਕ ਅੱਗ' ਤੋਂ ਘਬਰਾ ਕੇ ਅਤੇ ਤੰਗ ਆ ਕੇ, ਲੋਕਾਈ ਕਿਸੇ 'ਠੰਢ' ਦੀ ਭਾਲ ਵਿਚ ਹੈ, ਅਤੇ—

ਨੱਠ-ਭੱਜ ਕਰਦੀ ਹੈ
 ਘਾਲਣਾ ਘਾਲਦੀ ਹੈ
 ਵਿਦਿਆ ਪੜ੍ਹਦੀ ਹੈ

L39.12

we have ourselves lighted the inferno of the 'invisible mental fire'.

Becoming confused and distressed with this invisible 'mental fire' the masses (people) in search of some 'coolness and are

struggling
 making efforts
 acquiring education

L39.12

ਵਿਗਿਆਨਕ ਖੋਜ ਕਰਦੀ ਹੈ
ਗਿਆਨ ਘੱਟਦੀ ਹੈ
ਫਿਲਾਸਫੀਆਂ ਘੱਖਦੀ ਹੈ
ਧਰਮ-ਕਰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ
ਜਾਦੂ-ਟੂਣੇ ਕਰਦੀ ਹੈ
ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤਿਆਂ ਨੂੰ ਮਨਾਉਂਦੀ ਹੈ
ਪਾਠ-ਪੂਜਾ ਕਰਦੀ ਹੈ
'ਰੱਬ' ਨਾਲ 'ਸੌਦੇ-ਬਾਜ਼ੀ' ਕਰਦੀ ਹੈ
'ਭੋਟਾ' ਚਾੜ੍ਹਦੀ ਹੈ
'ਧਰਮ' ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ
'ਜ਼ੱਫਰ' ਜਾਲਦੀ ਹੈ
ਕੁਹ-ਕੁਹ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਪਰ, ਫਿਰ ਭੀ ਕਿਤੋਂ 'ਠੰਢ' ਨਹੀਂ ਲੱਭਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ—

ਸੁਰਤੀਆਂ-ਬਿਰਤੀਆਂ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਖਿੰਡੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ।
ਖਿੰਡੀਆਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਇਕੀ ਸੇਕ ਲਗਦਾ ਹੈ ।
ਮਨ, 'ਬਿਰ' ਨਹੀਂ ਹੈ ।
ਚਿਤ ਵਿਚ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ।
ਧਰਮਾਂ ਨੂੰ ਤਅੱਸਬ ਦੀ 'ਅੱਗ' ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ ।
ਵਿਦਿਅਕ ਅਸਥਾਨਾਂ ਵਿਚ ਖੁਦ-ਗਰਜ਼ੀ ਹੈ ।
ਸਭਾ-ਸੁਸਾਇਟੀਆਂ ਵਿਚ 'ਈਰਖਾ-ਦਵੈਤ' ਦੀ ਅੱਗ ਹੈ ।
ਦਫਤਰਾਂ ਵਿਚ 'ਲੋਭ-ਲਹਿਰ' ਚਲ ਰਹੀ ਹੈ ।
ਯੂ. ਐਨ. ਓ. (U, N, O.) ਵਰਗੀਆਂ 'ਵਿਸ਼ਵ-ਸੰਸਥਾਵਾਂ' ਵਿਚ ਭੀ
'ਖਿਚੋਤਾਣ' ਹੈ ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਰ ਪਾਸੇ, ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿਚ, ਇਸ ਗੁੱਝੀ ਅੱਗ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਮੱਚ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੁਕਾਈ 'ਮਿਥਨ-ਮੌਹ-ਅਗਨਿ-ਸੌਕ-ਸਾਗਰ' ਵਿਚ 'ਗੁੱਝੇ ਭਾਹਿ' ਸੜ-ਬਲ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪੁਕਾਰ ਰਹੀ ਹੈ—

'ਹਾਏ ! ਠੰਢ ਕਿਥੇ' ??

ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਇਸ ਗੁੱਝੇ 'ਵਿਸ਼ਵ ਹਿਰਦੇ' ਦੀ ਪੁਕਾਰ ਦਾ ਜਵਾਬ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਇਉਂ ਦਿਤਾ ਹੈ—

ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੨੯੧)
ਕਲਿ ਤਾਤੀ ਠਾਂਢਾ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੮੮)

L39.13

doing scientific research
cramming knowledge
studying philosophies
performing rites and rituals
performing black magic
pleasing gods and goddesses
performing worship – reading scriptures
doing 'business' with God
giving donation
getting support of religion
bearing hardships
crying in pain,

but even then no 'coolness' is found from anywhere because –

our thoughts are dispersed (scattered) externally[
the dispersed thoughts are getting materialistic heat
the mind is not still.
there is no calmness in the mind
religions are afflicted by the 'fire' of jealousy.
there is self interest in educational institutions.
there is the fire of jealousy-duplicity in organisations & societies
the wave of greed is rampant in offices.
there is wrangling even in 'world bodies like the U.N.O.

In this way on all sides, in every aspect of life, flames of this invisible fire are burning and the people burning in the 'hidden fire' of the love of fornication (which is) an ocean of fire and sorrow, are calling for help.

Oh! Where is coolness (calmness, serenity)?

The answer to the call for help of this invisible 'world mind' is given by Guru Baba Ji through Gurbani thus –

1 The world is on fire; the Name of the Lord is cooling and soothing.

1291

2 The Dark Age of Kali Yuga is so hot; the Lord's Name is soothing and cool.

288

L39.13

ਇਸ ਗੁੱਝੇ ਭਾਂਬੜ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ, ਖਲਕਤ ਦੇ ਤਰਲਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ, ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਖਲਕਤ ਨੂੰ ਇਉਂ ਦਿਲਾਸਾ ਦਿਤਾ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ-ਸੋਧ ਬਖਸ਼ੀ—

ਮਨ ਮੇਰੇ ਗੁਰੁ ਹਰਿ ਨਾਮ ਕਾ ਓਲਾ ॥

ਤੁਝੈ ਨ ਲਾਗੈ ਤਾਤਾ ਝੋਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੭੯)

ਸੀਤਲ ਸਾਂਤਿ ਸੁਖ ਹਰਿ ਸਰਣੀ ਜਲਤੀ ਅਗਨਿ ਨਿਵਾਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੧੦)

ਤਪਤਿ ਨ ਕਤਹਿ ਬੁਝੈ ਬਿਨੁ ਸੁਆਮੀ ਸਰਣਾ ਰਾਮ । (ਪੰਨਾ-੫੪੫)

ਏਹੁ ਜਗੁ ਜਲਤਾ ਦੇਖਿ ਕੈ ਭਜਿ ਪਏ ਹਰਿ ਸਰਣਾਈ ਰਾਮ ॥ (ਪੰਨਾ-੫੭੧)

ਅਗਨਿ ਸਾਗਰ ਬੂਝਤ ਸੰਸਾਰਾ ।

ਨਾਨਕ ਬਾਹ ਪਕਰਿ ਸਤਿਗੁਰਿ ਨਿਸਤਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੦੪)

ਮਹਾ ਤਪਤਿ ਤੇ ਭਈ ਸਾਂਤਿ ਪਰਸਤ ਪਾਪ ਨਾਠੇ ॥

ਅੰਧ ਕ੍ਰੂਪ ਮਹਿ ਗਲਤ ਥੇ ਕਾਢੇ ਦੇ ਹਾਥੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੧੩)

ਤਾਤੀ ਵਾਉ ਨ ਲਗਈ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਸਰਣਾਈ ॥

ਚਉਗਿਰਦ ਹਮਾਰੇ ਰਾਮ ਕਾਰ ਦੁਖੁ ਲਗੈ ਨ ਭਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੧੯)

ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਨ ਰਿਦੈ ਉਰਿ ਧਾਰੇ ॥

ਅਗਨਿ ਸਾਗਰ ਤੇ ਉਤਰੇ ਪਾਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੬੫)

ਜਦ ਨਿੱਕੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੱਟ ਵਜਦੀ ਹੈ ਯਾ ਕੁੱਤੇ-ਬਿੱਲੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ 'ਮੰਮੀ-ਮੰਮੀ' ਪੁਕਾਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਭੱਜ ਕੇ 'ਮਾਂ' ਕੋਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ— ਕਿਉਂਕਿ ਉਸਨੂੰ ਪੱਕਾ ਨਿਸਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਦੀ 'ਮਾਂ' ਉਸ ਨੂੰ ਆਫ਼ਤ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰ ਬਚਾ ਲਵੇਗੀ ਅਤੇ 'ਮਾਂ' ਦੀ ਗੋਦ ਵਿਚ ਹੀ ਉਸਦਾ 'ਬਚਾਓ' ਹੈ, ਜਿਥੇ ਕੋਈ ਦੁਖ-ਕਲੇਸ਼ ਅਥਵਾ ਆਫ਼ਤ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੀ।

ਪਾਇਓ ਬਾਲ ਬੁਧਿ ਸੁਖੁ ਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੧੪)

ਇਸ ਪੂਰਨ ਨਿਸਚੇ ਜਾਂ ਸ਼ਰਧਾ ਭਾਵਨੀ ਨਾਲ, ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੂੰ ਪੁਕਾਰਨਾ ਯਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ ਹੀ, ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ 'ਚਰਣ-ਸਰਣ' ਜਾਣਾ ਹੈ ਯਾ 'ਭੱਜ ਪਏ ਸਰਣਾਈ' ਹੈ।

ਨਿੱਕੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੁਨਿਆਵੀ 'ਮਾਂ' ਦੀ 'ਓਟ' ਲਈ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ— ਕੁਦਰਤੀ 'ਭੋਲੇ ਭਾਇ' ਹੀ ਹੈ, ਸਿਖੀ-ਸਿਖਾਈ ਨਹੀਂ।

ਪਰ, ਸਾਡੇ ਮਨਾਂ ਵਿਚ ਉਹੋ ਜਿਹੀ ਬੱਚੇ ਵਰਗੀ ਭੋਲੇ-ਭਾਇ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਬੜੇ ਸਿਆਣੇ ਤੇ 'ਹੁਜ਼ਤੀ' ਹੋ ਗਏ ਹਾਂ, ਇਸੇ ਲਈ ਸਾਡੀਆਂ ਅਰਦਾਸਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦੇ।

Seeing the yearning of the masses, Guru Baba through Gurbani gave them hope and spiritual guidelines for life to protect them from this invisible flame –

1 *O my mind, hold tight to the Support of the Lord's Name.
The hot winds shall never even touch you.* 179

2 *In the Lord's Sanctuary there is soothing coolness, peace and tranquility. He has extinguished the burning fire.* 210

3 *But still, my burning is not quenched, without the Sanctuary of the Lord Master.* 545

4 *Seeing that this world on fire, I have hurried to the Sanctuary of the Lord.* 571

5 *The world is drowning in the ocean of fire.
O Nanak, holding me by the arm, the True Guru has saved me.* 804

6 *The great fire is put out and cooled; meeting with the Guru, sins run away.
I fell into the deep dark pit; giving me His Hand, He pulled me out.* 813

7 *The hot wind does not even touch one who is under the Protection of the Supreme Lord God.
On all four sides I am surrounded by the Lord's Circle of Protection; pain does not afflict me, O Siblings of Destiny.* 819

8 *I have enshrined the Guru's feet within my heart,
and crossed over the ocean of fire.* 865

When a small child gets hurt or is set upon by cats or dogs he utters 'mummy-mummy' or runs to the 'mother' – because he has complete faith that his 'mother' will save him from the calamity and that in the bosom of his mother there is 'protection' for him where no suffering or disaster can reach him.

9 *Adopting the innocent mind of a child, I have found peace.* 214

Calling Satguru for help or doing meditation with such full faith or earnest desire is in fact going for the protection of Satguru or 'hastening to take Lords refuge'.

The earnest desire for the 'protection' of his worldly 'mother' is indeed the small child's natural innocent desire – it is not learnt or taught.

But the innocent earnest desire like that of a child has not remained in our minds. The reason for this is that we have become very clever and controversial. For this reason we are not getting results of our 'ardas' (prayers).

ਬੱਚਾ ਤਾਂ 'ਸਰੀਰਕ ਮਾਂ' ਦੀ ਗੋਦ ਵਿਚ ਭੱਜ ਕੇ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਜੋ 'ਭੱਜ ਪਏ ਸਰਣਾਈ' ਲਿਖਿਆ ਹੈ, ਇਸ ਵਿਚ ਕੁਝ ਅੰਤਰ ਅਤੇ 'ਭੇਦ' ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣ-ਬੁੱਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਜੀਵ ਦੀ 'ਹੋਂਦ' ਦੇ ਚਾਰ ਅੱਡ-ਅੱਡ ਦਾਇਰੇ ਹਨ—

1. ਸਰੀਰਕ
2. ਮਾਨਸਿਕ
3. ਭਾਵਕ
4. ਆਤਮਿਕ

ਇਹ ਗੁੱਝੀ ਅੰਦਰਲੀ 'ਅਗਨੀ', ਸਾਡੇ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਕ ਦਾਇਰੇ ਤਾਂਈ ਸੀਮਤ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ 'ਅੱਗ' ਦੇ ਭਾਹਿ ਜਾਂ ਸੋਕੇ ਦਾ ਅਸਰ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਭੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਿੰਨੇ ਦਾਇਰੇ ਯਾ ਤਬਕੇ, ਸਿਰਫ਼ ਤੂੰ-ਗੁਣੀ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਹੀ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਵਰਤੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚੋਂ ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ ਦੀ ਉਪਾਧੀ ਉਪਜਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਆਤਮਾ ਤੂੰ-ਗੁਣੀ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਦੇ ਅਸਰ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ, ਨਿਰਬਾਣ ਅਤੇ ਨਿਰਾਲਮ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੀ ਆਤਮਾ ਇਸ ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ।

ਆਤਮਿਕ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਨਿਰੋਲ ਇਲਾਹੀ—

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੈ
 ਚੁਪ-ਪ੍ਰੀਤ ਹੈ
 ਪਿਆਰ ਹੈ
 ਪ੍ਰੇਮ-ਸਵੈਪਨਾ ਹੈ
 ਮਹਾਂ-ਰਸ ਹੈ
 ਆਤਮ-ਰੰਗ ਹੈ
 ਚਾਉ ਹੈ
 ਸ਼ਬਦ ਹੈ
 ਨਾਮ ਹੈ
 ਸੁਖ ਹੈ
 ਸ਼ਾਂਤੀ ਹੈ
 ਠੰਢ ਹੈ।

ਦੂਜੇ ਲਫਜ਼ਾਂ ਵਿਚ, ਮਾਨਸਿਕ—

'ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ'
 'ਜਗਤ ਜਲੰਦਾ'
 'ਅਗਨ ਸੌਕ ਸਾਗਰ'

L39.15

The child runs to the bosom of the 'physical mother'. But in Gurbani is written 'hastening to the Lord's refuge' - in this there is some difference and 'secret' which is necessary to understand and unravel.

There are four separate spheres of existence of man-

- 1 Physical
- 2 Mental
- 3 Emotional
- 4 Spiritual

This invisible internal 'fire' is limited to our mental and emotional spheres and the heat of this 'fire' has the effect on our bodies. These three spheres are just matter and natural tendency of the doubt-fallacy of the trigun materialistic sphere from which the turbulence of the mental fire sprouts. Our soul is not influenced by the trigun materialistic sphere as it is unattached, free and pure. Therefore our soul is beyond the reach of this mental fire.

In the sphere of spiritual illumination there is pure divine —

illumination
 silence-love
 affection
 self love
 supreme bliss
 spiritual colour
 eagerness
 word
 Naam
 comfort
 peace
 calmness.

In other words diverting our attention-focus from the kiln of the mental-

'hot world'
 'burning world'
 'ocean of fire and grief'

L39.15

ਦੇ ਭੱਠ ਵਿਚੋਂ, ਆਪਣੀ ਸੁਰਤੀ-ਬਰਤੀ ਨੂੰ ਮੌੜ-ਮੌੜ ਕੇ, ਆਤਮ-ਮੰਡਲ ਦੇ—

ਸੀਤਲ
ਸ਼ਾਂਤ
ਸੁਖਦਾਈ
ਬਿਸਮਾਦੀ
ਠੰਢੇ
'ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ'

ਵਲ ਲਾਉਣਾ ਹੀ—

'ਚਰਣ-ਸਰਣ' ਜਾਣਾ ਹੈ
'ਭਜਿ ਪਏ ਹਰਿ ਸਰਣਾਈ' ਨੈ
'ਹਰਿ ਹਰਿ ਚਰਨ ਰਿਦੇ ਉਰਧਾਰੇ' ਹੈ !!

ਉਪਰਲੀ ਮਿਸਾਲ ਤੋਂ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੈ ਕਿ—

'ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ' ਦਾ 'ਸੋਕ'
ਯਾ

'ਹਰਿ ਨਾਮ' ਦੀ 'ਠੰਢ'

ਸਬਦ-ਸੁਰਤ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੯੧)

ਚਲਦਾ

towards the spiritual –sphere which is

cool
peaceful
comfortable
wonderful
calm
soothing Name

is-

'going towards the protection (of the Guru).
'hastening towards the Lord's refuge.
'keeping the Lord's feet in our mind'!!

From the above examples it is clear that –

the 'Heat' of the 'Hot World'

or

the calmness' of the Lord's Name

can only be obtained through the awareness of the word.

1 The world is on fire; the Name of the Lord is cooling and soothing.

cont:...../Lekh 40

1291

