सो किछु करि जितु मैलु न लागै ॥

भाग - 1

'मैल' को समझने के लिए, इसके विपरीत, **'निर्मलता'** का ज्ञान आवश्यक है ।

जिस प्रकार **'अंधेरे'** का अपना कोई अस्तित्व नहीं, यह केवल प्रकाश की **अनुपस्थिति** या गैर-हाज़री से उत्पन्न होता है, इसी प्रकार **'मैल'** का भी अपना कोई अस्तित्व नहीं । यह केवल मायकी मंडल में, **अहम्-ग्रस्त मन के भ्रम-भुलाव की** –

परछाई
अक्स
प्रतिबिम्ब
भूल
अज्ञानता
'अंधकार' ही है ।

इसके विपरीत **'निर्मलता'** आत्मिक मंडल के प्रकाश का 'स्वै-गुण' है, जो–

निरंजन है
निराकार है
निर्लिप्त है
आत्म ज्योति है
ज्योति प्रकाश है
बाणी रूप है
सत् है
शबद है
नाम है ।

जिस प्रकार सूर्य का प्रकाश **'निर्मल'** होता है परन्तु बादल, धूल, धुएं आदि से **धुंधला** हो जाता है । इसी प्रकार हमारी अंतर-आत्मा में **'आत्म-ज्योति' निर्मल** है, परन्तु जब इसके **'प्रकाश' के चारों और** –

माया का **गिलाफ**
अहम् का **भ्रम-भुलाव**
तुच्छ ख्यालों के **बादल**
मायकी कर्मों की धूल
तुच्छ संगत की **रंगत**
'द्वैत – भाव' की **धुंध**
अंतःकरण की **भड़ास**
मैं-मेरी का **मैला गिलाफ**

चढ़ जाता है, तो आत्मिक 'निर्मल प्रकाश' से हम वंचित रह जाते हैं ।

बिजली का करंट तो **निर्मल** होता है, परन्तु बल्ब (bulb) भिन्न भिन्न रंग के होते हैं । इन बल्बों की **रंगत अनुसार हमें रंगीन रोशनी मिलती है ।**

इसी प्रकार हमारी **निगाह** (vision) **तो निर्मल होती है,** परन्तु भिन्न-भिन्न **रंगीन चश्मों** के अनुसार हमारी **नज़र** काली, पीली, हरी, लाल आदि **रंग वाली हो जाती है ।**

हम अपने-अपने **'रंगीन मन'** के **'चश्में' वाली रंगीन मैली दृष्टि को ही निर्मल तथा सच समझे हुए हैं ।**

इस प्रकार हम इलाही प्रकाश की **'निर्मलता' तथा वास्तविकता से** –

बेख़बर
अनजान
अनभिज्ञ
लापरवाह
बेपरवाह हैं ।

अकाल पुरुष के **'कवाउ'** या **'हुकुम'** अनुसार यह 'सृष्टि', प्राकृतिक **'पाँच तत्त्वों' का ही** –

मिश्रण है
प्रकृति है
प्रकटाव है
रचना है ।

इस प्रकार यह **'पाँच तत्त्व'** त्रि-गुणी मायकी मंडल के कुदरती बीज-रूप हैं, जिनके द्वारा सृष्टि की रचना हुई तथा चल रही है ।

गुरबाणी में समस्त **'मायकी रचना'** को कूड़, भ्रम तथा मिथ्या कहा गया है। इसलिए यह त्रि-गुणी 'मायकी मंडल' तथा उसके **'तत्त्व'** भी नश्वर, परिवर्तनशील तथा 'भ्रम' ही हैं। जो कूड़, भ्रम, मिथ्या, परिवर्तनशील तथा नश्वर है, वह सब कुछ **गंदला और मैला ही है,** क्योंकि सृष्टि तथा इसकी कुदरत, मायकी मंडल के **भ्रम-भुलाव की धुंधली परछाई तथा 'मैल' ही है ।**

वास्तव में यह सारी सृष्टि तथा इसके कुदरती 'तत्त्व' इलाही 'आदि – परम-तत्त', नाम अथवा शबद का ही –

अक्स
प्रतिबिम्ब
प्रकाश
विकास
प्रकृति
प्रवृत्ति ही है

दूसरे शब्दों में **'आदि-परम-तत्त'** या 'इलाही ज्योति' ही **सच तथा निर्मल** हो सकती है, या यूं कहो कि वास्तव में असली, अति सूक्ष्म, सच्ची, निरंजन, निराकार, **'निर्मलता'** – इलाही **'परम ज्योति',** नाम, शब्द का ही **'स्वै-गुण'** है।

गुरबाणी में इस **आत्मिक 'निर्मलता'** को यूँ दर्शाया गया है –

निरमलु साचा एकु तू होरु मैलु भरी सभ जाइ ।। (पृ. 57)

निरमल सबदु निरमल है बाणी ।।
निरमल जोति सभ माहि समाणी ।।........
निरमल ते सभ निरमल होवै ।।
निरमलु मनूआ हरि सबदि परोवै ।। (पृ. 121)

करि किरपा जिस कउ नामु दीआ ॥
नानक सो जनु निरमलु थीआ ॥ (पृ. 283)

गुरमुखे मनु निरमलु होआ निरमल हरि गुण गाए राम ॥ (पृ. 770)

सचि रते से निरमले हउमै तजि विकारा ॥ (पृ. 786)

निरमलु निराहारु निहकेवलु ॥
सूचै साचे न लागै मलु ॥ (पृ. 840)

कहै नानकु जिन मंनु निरमलु सदा रहहि गुर नाले ॥ (पृ. 919)

जिस नो तेरा अंगु सु निरमली हूं निरमला ॥ (पृ. 961)

नामि रते तिन निरमल देहा ॥
निरमल हंसा सदा सुखु नेहा ॥ (पृ. 1064)

आपु पछाणे सोई जनु निरमलु बाणी सबदु सुणाइदा ॥ (पृ. 1065)

सदा निरमल है जो सचि राते सचु वसिआ मनि सोई ॥ (पृ. 1133)

तूं आपि निरमलु तेरे जन है निरमल गुर कै सबदि वीचारे ॥ (पृ. 1155)

हरि नामि नावै सोई जनु निरमलु फिरि मैला मूलि न होई ॥ (पृ. 1234)

उपरोक्त विचारों से स्पष्ट है कि **'हरि'** की **'आदि परम ज्योति' का प्रकाश रूप 'नाम' या 'शबद' ही निर्मल है ।**

इस 'आत्म-ज्योति-प्रकाश' के **अतिरिक्त**, अन्य समस्त त्रि-गुणी मायकी मंडल की रचना तथा इस **रचना** में सारे कर्म, क्रिया, धर्म, योग-साधना आदि **मलिन तथा मैले हैं ।**

चहु जुगि मैले मलु भरे जिन मुखि नामु न होइ ॥ (पृ. 57)

मनि मैलै सभु किछु मैला तनि धोतै मनु हछा न होइ ॥ (पृ. 558)

हउमै मैला जगु फिरै मरि जंमै वारो वार ॥ **(पृ. 756)**

हरि बिनु सभु किछु मैला संतहु किआ हउ पूज चड़ाई ॥ (पृ. 910)

मैला ब्रहमा मैला इंदु ॥ रवि मैला मैला है चंदु ॥
मैला मलता इहु संसारु ॥
इकु हरि निरमलु जा का अंतु न पारु ॥ रहाउ॥

मैले ब्रहमंडाइ कै ईस ॥ मैले निसि बासुर दिन तीस ॥
मैला मोती मैला हीरु ॥ मैला पउनु पावकु अरु नीरु ॥
मैले सिव संकरा महेस ॥ मैले सिध साधिक अरु भेरव ॥
मैले जोगी जंगम जटा सहेति ॥ मैली काइआ हंस समेति ॥
कहि कबीर ते जन परवान ॥ निरमल ते जो रामहि जान ॥ (पृ. 1158)

मैला हरि के नाम बिनु जीउ ॥ (पृ. 1224)

नाम बिना सभु जगु है मैला दूजै भरमि पति खोई ॥ (पृ. 1234)

उपरोक्त विचारों में **'इलाही निर्मलता'** की व्याख्या की गई है । अब गुरबाणी के प्रकाश में, **'मैल'** के विषय में विचार की जाती है –

धूप की गर्मी से समुद्र का **प्रदूषित जल स्वच्छ तथा हल्का होकर, 'भाप' के रूप में** आकाश में उड़ जाता है । जब यह 'भाप' या 'बादल' पर्वत से टकराता है, तो वर्षा के रूप में धरती पर बरसता है । ज्यों-ज्यों यह **'निर्मल भाप' से बना हुआ 'जल', धरती के प्रदूषित वायुमंडल में से गुजरता है** – त्यों-त्यों यह जल फिर से **गंदला** होता जाता है । पर्वत, नदी, नहरों तथा नालों में बहता हुआ यह जल **धरती की मलिनता से और मलिन होता जाता है ।**

इसी प्रकार आकाश में **'वायु' स्वच्छ होती है** । परन्तु ज्यों-ज्यों धरती के वायुमंडल की धूल, धुआं, तथा दुर्गन्ध आदि से **'हवा' प्रदूषित** होती जाती है – त्यों-त्यों यह **भारी तथा 'मैली'** होती जाती है ।

शहरों में भी धुएँ, धूल, नालियों की दुर्गन्ध तथा कारखानों की प्रदूषित वायु से, **निर्मल हवा 'गंदली'** हो जाती है ।

इसी प्रकार खेतों के खुले वायुमंडल की हवा, शहरों की घनी आबादी की हवा की अपेक्षा, साफ-सुथरी तथा ताज़ी होती है ।

इन उदाहरणों से स्पष्ट है कि सभी प्राकृतिक तत्त्व, अपने वास्तविक 'तत्त-रूप' में **'स्वच्छ' तथा 'निर्मल'** होते हैं, परन्तु जब इन तत्वों से अन्य मलिन तत्त्व मिलते हैं, तो यही 'तत्व' गंदे तथा मलिन हो जाते हैं ।

समझने वाली आवश्यक बात यह है कि कुदरती 'तत्त्व' जैसे – प्रकाश, पानी, अग्नि, हवा, आकाश अपने आप में निर्मल तथा स्वच्छ होते हैं । जब इन

'तत्त्वों' पर दूसरी वस्तुओं का प्रभाव या अक्स पड़ता है, तो वही तत्त्व मलिन प्रतीत होते हैं, परन्तु वास्तव में यह 'तत्त्व' अपने आप में 'मैल रहित' होते हैं ।

उपरोक्त उदाहरण में जो 'मैल' दर्शायी गयी है, वह सब त्रि-गुणी मायकी मंडल की **'परछाई' या 'रंगत' ही है ।**

ठीक इसी प्रकार हमारी 'आत्म-परम-ज्योति' का प्रकाश 'निर्मल' होता है, परन्तु हमारे **तुच्छ मलिन विचारों की 'रंगत' से हमारा मन मैला हो जाता है ।**

यह हमारी आन्तरिक **'मैल'** हमने स्वयं ही लगाई हुई है – जो हमारी सुरति को मायकी मंडल की ओर बाहरमुखी करके, विखण्डित कर देती है । इस प्रकार आन्तरिक 'अग्नि-शोक-सागर' में हमारी सुरति 'तप' जाती है । यह हमारे मन की 'मैल', हमारी आन्तरिक अग्नि का धुआँ है, जो हमारी 'आत्मा' को मैला कर देता है । अपने ही तुच्छ तथा मैले विचारों की 'छुह' से, हमारा मन मलिन हो जाता है तथा **हमारी 'सुरति मायकी अग्नि' से** –

तप जाती है
विखण्डित हो जाती है
मैली हो जाती है
भारी हो जाती है

तथा हम 'पांच वाशनाओं' के अधीन कर्म करते और परिणाम भोगते हैं ।

इलाही हुकुम अनुसार दो भिन्न-भिन्न मंडल हैं –

1. आत्मिक मंडल – इसे गुरबाणी में 'सचखंड', 'बेगमपुरा', 'निजघर', 'सच घर' आदि कहा गया है । इस मंडल में 'आत्म ज्योति' का प्रेम-प्रकाश' है । इस प्रकाश को 'नाम', 'शबद', 'अकल-कला', 'हुकुम', 'सच' आदि शबदों में दर्शाया गया है। इस **'आत्म प्रकाश' के मंडल में** –

सदा सुख
सदा खुशी
सदा चाव
सदा प्रकाश
सदैवीय निर्मलता
सद जीवन
तत्त ज्ञान

प्रीत

प्रेम

सहज

दया

क्षमा

गुरप्रसादि

नदर-करम

हुकुम

नाम

शबद

का प्रवेश है, तथा इस मंडल में –

अहम्

मैल

दुख

क्लेश

मृत्यु

आवागमन

अज्ञानता

भ्रम

अंधकार

पाप

यम

आदि का 'अभाव' है ।

बेगम पुरा सहर को नाउ ॥
दूखु अंदोहु नही तिहि ठाउ ॥ (पृ. 345)

सूख महल जा के ऊच दुआरे ॥
ता महि वासहि भगत पिआरे ॥ (पृ. 739)

दूसरी ओर **'मायकी मंडल'** है, जिसमें त्रि-गुणी माया का **'खेल-अखाड़ा'** है तथा **'अहम्' का बोल बाला है ।**

इस **'मायकी मंडल'** में –

अहम्
भ्रम
अंधकार
मैल
द्वैत-भाव
ईर्ष्या-द्वेष
जलन
पाप-पुण्य
दुख-क्लेश
यम
नरक-स्वर्ग
मृत्यु
आवागमन
अज्ञानता
कर्म-धर्म
काम-क्रोध
लोभ-मोह
आशा-मनसा
तृष्णा
घृणा

आदि का **'बोल-बाला'** है ।

इस **'मायकी मंडल'** को गुरबाणी में यूँ दर्शाया गया है –

माया ममता मोहणी जिनि विणु दंता जगु खाइआ ॥
मनमुख खाधे गुरमुखि उबरे जिनी सचि नामि चितु लाइआ ॥(पृ. 643)

माई माया छलु ॥
त्रिण की अगनि मेघ की छाइआ गोबिद भजन बिनु हड़ का जलु ॥
(पृ. 717)

माया मोहु भवजलु है अवधू सबदि तरै कुल तारी ।। (पृ. 908)

माया मोहु अंधु अंधारा ।। हउमै मेरा पसरिआ पासारा ।।
अनदिनु जलत रहै दिनु राती गुर बिनु सांति न होई हे ।। (पृ. 1045)

बिनु करमा सभ भरमि भुलाई ।।
माया मोहि बहुतु दुखु पाई ।।
मनमुख अंधे ठउर न पाई ।।
बिसटा का कीड़ा बिसटा माहि समाई ।। (पृ. 1175)

माया मोहि सगल जगु छाइआ ।।
कामणि देखि कामि लोभाइआ ।।
सुत कंचन सिउ हेतु वधाइआ ।।
सभु किछु अपना इकु रामु पराइआ ।। (पृ. 1342)

माया मोहि जगु भरमिआ घरु मुसै खबरि न होइ ।।
काम क्रोधि मनु हिरि लइआ मनमुख अंधा लोइ ।। (पृ. 1414)

माया भुइअंगमु सरपु है जगु घेरिआ बिखु माइ ।। (पृ. 1415)

माया मोहु दुखु सागरु है बिखु दुतरु तरिआ न जाइ ।।
मेरा मेरा करदे पचि मुए हउमै करत विहाइ ।। (पृ. 1417)

वास्तव में **'मैल'** का मूल कारण, जीव का **'अहम्'** ही है । 'अहम्' की कल्पना द्वारा ही हमारी **'मैं-मेरी'** का अलग अस्तित्व बनता है ।

अहम् के भ्रम-भुलाव में से ही –

काम
क्रोध
लोभ
मोह
अहंकार

उत्पन्न होते हैं, जिनके प्रभाव अधीन अनेक तुच्छ तथा **मैले** –

विचार
तरंग
उमंग
भावनाएं
ईर्ष्या-द्वेष
गिले-शिकवे
शक
जलन
कुढ़न
वैर
विरोध
घृणा

आदि की **अनेक वाशनाएं उत्पन्न तथा प्रवृत्त होती हैं ।**

यह समस्त वाशनाएं या तुच्छ विचार – अहम्-ग्रस्त मन की 'मैल' ही है ।

गुरबाणी में भी **'मानसिक मैल' का मूल कारण 'अहम्'** तथा इससे उत्पन्न हुआ **'द्वैत-भाव'** ही बताया गया है –

मनमुख मैले मलु भरे हउमै त्रिसना विकारु ।। (पृ. 29)

जगि हउमै मैलु दुखु पाइआ मलु लागी दूजै भाइ ।।
मलु हउमै धोती किवै न उतरै जे सउ तीरथ नाइ ।।
बहु बिधि करम कमावदे दूणी मलु लागी आइ ।।
पड़िऐ मैलु न उतरै पूछहु गिआनीआ जाइ ।। (पृ. 39)

मनु मैला है दूजै भाइ ।। मैला चउका मैलै थाइ ।।
मैला खाइ फिरि मैलु वधाए मनमुख मैलु दुखु पावणिआ ।। (पृ. 121)

हंउमै माया मैलु है माया मैलु भरीजै राम ।। ....
नानक नामि रते से निरमल होर हउमै मैलु भरीजै ।। (पृ. 570)

हउमै मैला जगु फिरै मरि जंमै वारो वार ॥ (पृ. 756)

हउमै अंतरि मैलु है सबदि न काढहि धोइ ॥
नानक बिनु नावै मैलिआ मुए जनमु पदारथु खोइ ॥ (पृ. 1415)

गुरबाणी में इस **'मैल'** को और अधिक स्पष्ट करते हुए यूँ दर्शाया गया है –

जनम जनम की इसु मन कउ मलु लागी काला होआ सिआहु ॥
खंनली धोती उजली न होवई जे सउ धोवणि पाहु ॥ (पृ. 651)

जेता मोहु परीति सुआद ॥
सभा कालख दागा दाग ॥
दाग दोस मुहि चलिआ लाइ ॥
दरगह बैसण नाही जाइ ॥ (पृ. 662)

कोटि तीरथ मजन इसनाना इसु कलि महि मैलु भरीजै ॥ (पृ. 747)

सोई मलीनु दीनु हीनु जिसु प्रभु बिसराना ॥
करनैहारु न बूझई आपु गनै बिगाना ॥ (पृ. 813)

हरि बिनु सभु किछु मैला संतहु किआ हउ पूज चड़ाई ॥ (पृ. 910)

अंतरि लोभु मनि मैलै मलु लाए ॥ मैले करम करे दुखु पाए ॥
कूड़ो कूड़ु करे वापारा कूड़ु बोलि दुखु पाइदा ॥ (पृ. 1062)

नाम बिना सभु जगु है मैला दूजै भरमि पति खोई ॥ (पृ. 1234)

माया मोहु सबलु है भारी मोहु कालख दाग लगीजै ॥ (पृ. 1324)

ज्यों-ज्यों हम **'अहम्' तथा 'द्वैत भाव' का अपने दैनिक जीवन में अभ्यास करते हैं** – त्यों-त्यों मन की मैल **'गाढ़ी'** होती जाती है, जो हमें **आध्यात्मिक मार्ग से दूर ले जाती है ।**

बार-बार याद करके **दोहराने** से यह **'मैल'** हमारे हृदय की गहराईयों तथा **अन्तःकरण में उतरती जाती है,** इस प्रकार हमारी रुची, स्वभाव, आचरण तथा **व्यक्तित्व भी तुच्छ, मलिन तथा घृणित होता जाता है** तथा हमारा जीवन दुखी और नरकमय बनता जाता है । ऐसे मलिन तथा **घृणित स्वभाव तथा आचरण से, हमारे घर तथा समस्त संसार के वातावरण पर बुरा प्रभाव पड़ता जा रहा है ।** जिस कारण संसार में अशान्ति, वैर, विरोध, झगड़े तथा लड़ाईयाँ बढ़ रही हैं ।

तुच्छ विचारों तथा घृणित स्वभाव का सबसे अधिक हानिकारक प्रभाव हमारे **दैनिक जीवन के प्रत्येक** –

ख्याल
सोच
चिंतन
विचार
तरंग
भावना
ज्ञान
निश्चय
कर्म
धर्म
व्यवहार
कथन
रहन
सहन

आदि, **पर पड़ता है तथा हमारे व्यवहार तथा आचरण द्वारा प्रकट होता है, जिस कारण हमारा समस्त जीवन मैला, दुखी तथा घृणित होता जाता है।**

इतना ही बस नहीं, इन –

तुच्छ ख्यालों
मलिन सोच-विचार
घृणित-व्यवहार
गिले-शिकवे
जलन

आदि, को **दोहरा-दोहरा** कर हम अपने हृदय में अनगिनत फाइलें या **'गांठे'** बनाते रहते हैं ।

जब कभी किसी की याद आने से उसकी 'फाईल' खुलती है तो उसमें से ऐसी **'ज़हरीली भड़ास'** निकलती है कि हमारा तन-मन, क्रोध तथा घृणा से जल-भुन जाता है । हमने कई लोगों को यूं भी कहते सुना है, 'अरे तुमने, उस मनहूस का नाम क्यों ले लिया ? **उसकी याद से मेरे 'तन-बदन' में आग लग गई ।**

इस प्रकार की ज़हरीली मैल से भरी हुई अनेक 'गाँठें' या 'फाइलें' हमने अपने **हृदय की गहराईयों में भली प्रकार संभाल-संभाल कर रखी हुई हैं ।**

कितने दुख की बात है कि **जिस हृदय में अकाल पुरुष** का निर्मल नाम, शबद, प्रीत, प्रेम-भावना, रस तथा **चाव भरना था** – वहाँ इस प्रकार के गन्दे, मलिन, घृणित तथा अत्यन्त **ज़हरीली भावनाओं वाली गाँठें या फाइलों का कूड़ा-करकट अपने हृदय** के आंगन या स्टोर में संभाल-संभाल कर रखे हुए हैं, और **फिर भी अपने आप, 'भद्र-पुरुष' तथा 'धार्मिक' बनने का 'दावा' करते हैं ।**

इस प्रकार की मलिन भावनाओं से भरे हृदय में निर्मल 'सच', 'नाम', अथवा **'शबद' किस प्रकार बस सकता है ?**

मनि मैलै भगति न होवई नामु न पाइआ जाइ ॥ (पृ. 39)

किरिआचार करहि खटु करमा इतु राते संसारी ॥
अंतरि मैलु न उतरै हउमै बिनु गुर बाजी हारी ॥ (पृ. 495)

मनि मैलै सभु किछु मैला तनि धोतै मनु हछा न होइ ॥ ....
सिधा के आसण जे सिखै इंद्री वसि करि कमाइ ॥
मन की मैलु न उतरै हउमै मैलु न जाइ ॥ (पृ. 558)

मैला मलता इहु संसारु ॥
इकु हरि निरमलु जा का अंतु न पारु ॥ (पृ. 1158)

यही कारण है कि यद्यपि हम पाठ, पूजा, धर्म, कर्म, दान-पुण्य, योग-साधना तो बहुत करते हैं, परन्तु हमारी धार्मिक कर्म-क्रिया **'सार्थक'** नहीं होती तथा हमारी आत्मिक उन्नति नहीं होती ।

जिज्ञासुओं की यह आम शिकायत है कि पाठ या सिमरन करते हुए मन नहीं टिकता । इसका मूल कारण यह है कि हमारा मन बाहरमुखी होकर, मायकी मंडल में इतना 'चंचल' तथा मलिन हो गया है कि इसे टिकने या एकाग्र होने की विधि ही नहीं आती । जन्म-जन्मान्तरों से हमारा मन उल्टा 'मायकी चरखा' चलाता रहा है तथा हमारा बाहरमुखी मायकी वृत्ति वाला 'मन' **अत्यन्त मलिन हो चुका है ।** इसलिए इन बाहरमुखी चंचल वृत्तियों या ख्यालों को उल्टाकर, अन्तरमुखी एकाग्र करना अत्यन्त कठिन है ।

वृत्तियों को अंतरमुख एकाग्र किये बिना 'नाम-सिमरन' तथा 'शबद-सुरति' में लीनता नहीं हो सकती ।

हमारे अंदर आत्मिक ज्योति निर्मल है, जो 'सर्व-गुण' सम्पन्न है । जब इस ज्योति के चारों ओर अहम् का 'गिलाफ' चढ़ जाता है, तो इस गिलाफ या आवरण के ऊपर, तुच्छ बाहरमुखी मायकी ख्यालों की रंगत या मैल स्वतः चढ़ती जाती है। ऐसे अहम् के 'गिलाफ' को 'मन' कहा जाता है । ज्योति का प्रकाश तो वैसा ही होता है, परन्तु बल्ब के मैले शीशे अथवा 'मन' में से जो प्रकाश बाहर की ओर प्रकाशित होता है, वह धीमा तथा मैला होता जाता है । इस प्रकार ज्यों-ज्यों मलिन ख्यालों तथा तुच्छ रुचियों से हमारे मन का बल्ब मैला होता जाता है – त्यों-त्यों हमारे मन के भ्रम-भुलाव का अन्धकार बढ़ता जाता है **तथा आत्म प्रकाश का प्रकटाव धीमा होता जाता है ।**

इसके विपरीत, ज्यों-ज्यों हम फिर से अपने इलाही केन्द्र 'आत्मा' की ओर रुख करेंगे तथा इस इलाही 'ज्योति' के **अस्तित्व** को 'याद' या 'सिमरन' करेंगे त्यों-त्यों –

1. अज्ञानता का अंधकार कम होता जायेगा ।

2. भ्रम-भुलाव दूर होते जायेंगे ।

3. मन की मैल कम होती जायेंगी ।

4. तुच्छ रुचियाँ कम होती जायेंगी ।

5. इलाही गुण प्रवेश होते जायेंगे ।

6. इलाही देश की बख्शिशों के पात्र बनते जायेंगे ।

7. सतिगुरू की बख्शिशों का प्रवाह चल पड़ेगा ।

8. 'शबद-सुरति' **लीनता** प्राप्त होगी ।

9. आत्म-मंडल के प्रकाश मंडल में **निवास** होगा ।

हम केवल **बाहरमुखी दृश्टमान 'मैल'** से ही परिचित हैं तथा इस को **उतारने के अत्यधिक यत्न करते हैं,** जैसे –

नित्य स्नान करते हैं ।
दातुन कुल्ला करते हैं।

बार-बार हाथ धोते हैं ।
नित्य कपड़े धोकर प्रैस करते हैं ।
नित्य कपड़े बदलते हैं ।
घर की सफाई रखते हैं ।
आस-पास की सफाई रखते हैं ।

परन्तु फिर भी यह दृश्टमान **'मैल' हमें बार-बार चिपकती है** तथा इससे बचने के भी अनेक प्रबन्ध करते रहते हैं । इस **दृश्टमान मैल के अतिरिक्त, अन्य किसी 'मैल' के विषय में हमें** –

पता ही नहीं ।
सूझ ही नहीं ।
गौर ही नहीं करते ।
लापरवाह हैं ।
बेफिकर हैं ।

यद्यपि इसके अतिरिक्त – हमारे **मन में जो 'मैल' लगी हुई है,** उस के विषय में नित्य प्रति **धर्म ग्रंथों में से** कथा-कीर्तन आदि सुनते-पढ़ते हुए भी हमें इस **मानसिक मैल का ज्ञान नहीं होता ।**

गुरबाणी में हमारी इस **लापरवाही** के विषय में यूँ लिखा है –

वसत्र पखालि पखाले काइआ आपे संजमि होवै ।।
अंतरि मैलु लगी नही जाणै बाहरहु मलि मलि धोवै ।। (पृ. 139)

सोच करै दिनसु अरु राति ।। मन की मैलु न तन ते जाति ।।
इसु देही कउ बहु साधना करै ।। मन ते कबहू न बिखिआ टरै ।।
जलि धोवै बहु देह अनीति ।। सुध कहा होइ काची भीति ।। (पृ. 265)

जगि हउमै मैलु दुखु पाइआ मलु लागी दूजै भाइ ।।
मलु हउमै धोती किवै न उतरै जे सउ तीरथ नाइ ।।
बहु बिधि करम कमावदे दूणी मलु लागी आइ ।।
पड़िऐ मैलु न उतरै पूछहु गिआनीआ जाइ ।।
मन मेरे गुर सरणि आवै ता निरमलु होइ ।।
मनमुख हरि हरि करि थके मैलु न सकी धोइ ।। (पृ. 39)

'बाहर की मैल' तो शीघ्र उतर जाती है तथा हम इससे **बचाव के साधन भी** कर लेते हैं। परन्तु **'मन की मैल'** तो हमारी तुच्छ रुचियों तथा मलिन ख्यालों से, **नित्य-प्रति अनजाने ही गाढ़ी हो कर, हृदय की गहराईयों में उतरकर, हमारे अन्तःकरण के 'स्टोर' में जमा होती जाती है ।**

इस मानसिक मैल की ज़हरीली 'भड़ास' अनुसार हमारी –

दृष्टि
ख्याल
सोच
विचार
निश्चय
श्रद्धा-भावना
तरंग
धर्म
कर्म
स्वभाव
आचरण तथा
जीवन

अनजाने ही मैला बनता जा रहा है ।

चाहे यह **अन्दरूनी मानसिक मैल अत्यधिक दीर्घ तथा हानिकारक** है, परन्तु हमें इसकी **कोई सूझ नहीं** तथा न ही इसके **खतरनाक नतीजों का हमें कोई ज्ञान है ।**

अंतरि मैलु लगी नही जाणै बाहरहु मलि मलि धोवै ।। (पृ. 139)

आश्चर्यजनक बात तो यह है कि गुरबाणी में दर्शाये इसके **भयानक तथा खतरनाक परिणामों** के विषय में पढ़ते, सुनते, गाते हुए भी, हम इस **आन्तरिक मानसिक ग्लानि से अनजान, लापरवाह होकर, इससे बचने का कोई प्रयास नहीं कर रहे – बल्कि अपने साधारण दैनिक 'जीवन-वेग'**(routine) **में सहज-स्वभाव पल-पल और 'मैल' लगा रहे हैं ।**

(क्रमशः.................)

V V V