



ੴ

# ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚਾਰ

41

ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ॥  
ਕਲਿ ਤਾਤੀ ਠਾਂਢਾ ਹਰਿ ਨਾਉ॥

ਭਾਗ - 4

‘ਬੰਜੀ’

## ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ ॥ ਕਲਿ ਤਾਤੀ ਠਾਂਢਾ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥

ਭਾਗ - 4

ਫਗੀਦਾ ਮੈ ਜਾਨਿਆ ਦੁਖੁ ਮੁੜ ਕੂ ਦੁਖੁ ਸਬਾਇਐ ਜਗਿ ॥

ਊਚੇ ਚੜ੍ਹ ਕੈ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹਾ ਅਗਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੮੨)

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਉਪਰਲੀ ਪੰਗਤੀ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਹ ‘ਸਰਬ-ਰਹੀ-ਭਰਪੂਰ’ ਗੁੱਝੀ  
ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ ਨੂੰ—

ਜਾਣਨ

ਸਮਝਣ

ਪਹਿਚਾਨਣ

ਬੁੱਝਣ

ਸ਼ਿਨਾਖਤ

ਕਰਨ ਦੀ ਅਤਿਅੰਤ ਲੋੜ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ‘ਮਰਜ਼’ ਦੀ ਸ਼ਿਨਾਖਤ ਕੀਤੇ ਬਗੈਰ—ਉਸ ਦਾ  
ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਯਾ ਗਲਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਪਿਛਲਿਆਂ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਅੰਦਰਲੀ ‘ਗੁੱਝੀ ਅੱਗ’ ਦੀ ਬਾਬਤ ਬਹੁਤ ਕੁਝ  
ਦਰਸਾਇਆ ਜਾ ਚੁਕਿਆ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ‘ਮਾਨਸਿਕ ਅੱਗ’ ਦੀ ਬਾਬਤ —

ਪੜ੍ਹ-ਪੜ੍ਹ ਕੇ

ਸਣ-ਸੁਣਾ ਕੇ

ਸਮਝ-ਸਮਝਾ ਕੇ

ਫੋਕਾ ਗਿਆਨ ਘੋਟ ਕੇ

ਵੇਦਾਂਤ ਦੀਆਂ ਫਿਲਾਸਫੀਆਂ ਘੋਖ ਕੇ

ਵਿਗਿਆਨਕ ਖੋਜਾਂ

ਅਨੇਕਾਂ ਭੇਖਾਂ

ਕਰਮ ਕਾਂਡਾਂ  
ਪਾਠ-ਪੂਜਾ  
ਦਾਨ-ਪੁੰਨ  
ਧਾਰਮਿਕ ਸਾਧਨਾ

ਦੁਆਰਾ—

ਜਾਣਿਆ  
ਸਮਝਿਆ  
ਚੀਨਿਆ  
ਪਹਿਚਾਣਿਆ

ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਪੜਿ ਪੰਡਿਤੁ ਅਵਰਾ ਸਮਝਾਏ ॥  
ਘਰ ਜਲਤੇ ਕੀ ਖਬਰਿ ਨ ਪਾਏ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੦੪੬)

ਛੋਡਿਹੁ ਨਿੰਦਾ ਤਾਤਿ ਪਰਾਈ ॥  
ਪੜਿ ਪੜਿ ਦੱਖਹਿ ਸਾਤਿ ਨ ਆਈ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੦੨੬)

ਅੰਤਰਿ ਅਗਨਿ ਬਾਹਰਿ ਤਨੁ ਸੁਆਹ ॥  
ਗਲਿ ਪਾਬਰ ਕੈਸੇ ਤਰੈ ਅਬਾਹ ॥

(ਪੰਨਾ-੨੬੭)

ਭੇਖ ਅਨੇਕ ਅਗਨਿ ਨਹੀਂ ਬੁਝੈ ॥  
ਕੋਟਿ ਉਪਾਵ ਦਰਗਹ ਨਹੀਂ ਸਿੱਖੈ ॥

(ਪੰਨਾ-੨੬੬)

ਤਿ੍ਰਪਤਿ ਨ ਆਵੀ ਵੇਦਿ ਮਥਿ ਅਗਨੀ ਅੰਦਰਿ ਤਪਤਿ ਤਪਾਇਆ ।

(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. ੧/੧੧)

ਇਹ ਗੁੱਝੀ ਮਾਨਸਿਕ ‘ਅੱਗ’, ਮੱਛਰ ਅਤੇ ਕੀਤਿਆਂ-ਮਕੌਤਿਆਂ ਵਾਂਗ, ਹਉਮੈ ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੇ ਹਨੇਰ ਯਾ ਮਾਇਕੀ ਅਗਿਆਨਤਾ ਦੁਆਰਾ, ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੇ ਸੂਖਮ ‘ਭਾਵਕ ਤਬਕੇ’ ਵਿਚ ਹੀ—

ਉਪਜਦੀ ਹੈ  
ਸੁਲਘਦੀ ਹੈ  
ਮੱਘਦੀ ਹੈ  
ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ  
ਗੱਜਦੀ ਹੈ  
ਲਾਟਾਂ ਛਡਦੀ ਹੈ  
ਭਾਂਬੜ ਮਚਾਉਂਦੀ ਹੈ

ਸਾੜਦੀ-ਬਾਲਦੀ ਹੈ  
ਤਬਾਹ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਦੂਜੇ ਲਫਜ਼ਾਂ ਵਿਚ, ਇਹਨਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੀ ਗੁੱਝੀ ਅੱਗ ਦੀ—

ਜਨਮ-ਭੂਮੀ  
ਜੀਵਨ-ਭੂਮੀ  
ਜੀਵਨ-ਖੜਕ  
ਖੇਲ-ਅਖਾੜਾ  
ਵਰਤ-ਵਰਤਾਰਾ  
ਬੋਲ-ਬਾਲੇ

ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਯਾ ਸੋਮਾਂ, ਸਾਡਾ ਅੰਦਰਲਾ ਮਾਨਸਿਕ ਮੰਡਲ ਅਥਵਾ—

ਮਨ  
ਚਿਤਾ  
ਬੁੱਧੀ  
ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ

ਤਾਈਂ ਸੀਮਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਉਕਸਾਹਟ ਦੇ ਕਾਰਨ, ‘ਜਵਾਲਾ ਮੁਖੀ’ ਵਾਂਗ,  
ਇਹ ਗੁੱਝੀ ਅੱਗ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਦੀ ਬਾਹਰ ਵੱਲ—

ਮੱਘ ਕੇ  
ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ  
ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਹੁੰਦੀ  
ਗੱਜਦੀ  
ਵੱਜਦੀ

ਤਬਾਹੀ ਮਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਗੁੱਝੀ ਅੱਗ ਪਹਿਚਾਣ ਕੇ ਅਥਵਾ ਬੁੱਝ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ‘ਬੁਝਾਉਣ’  
ਦਾ—

ਪ੍ਰਬੰਧ  
ਬਚਾਉ  
ਇਲਾਜ

ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਾਉ ਭੀ, ਸਾਡੇ ‘ਅੰਤਰ ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ’ ਵਿਚ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹਨੇਰਾ—ਰੋਸ਼ਨੀ ਦੀ ‘ਅਣਹੋਂਦ’ ਦਾ ਹੀ ਨਾਉਂ ਹੈ।

ਹਨੇਰਾ—‘ਛੋਣ’ ਨਾਲ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਅਗਨੀ—ਨੂੰ ਲਕੜਾਂ ਅਤੇ ਤੇਲ ਆਦਿ ਬਾਲਣ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਬੁਝਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ‘ਹਉਮੈ’ ਦਾ ਭਰਮ ਭੀ ਆਤਮਿਕ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਯਾ ਭੁੱਲ ਤੋਂ ਹੀ ਉਪਜਿਆ ਹੈ।

ਅਫਸੋਸ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਮਾਇਕੀ ਭ੍ਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੀ ਅਗਿਆਨਤਾ ਦੀ ਮਚਾਈ ਹੋਈ ਗੁੱਸੀ ਅਗਨੀ ਵਿਚ—

ਰਹਿੰਦਿਆਂ

ਬਹਿੰਦਿਆਂ

ਵਸਦਿਆਂ

ਜੰਮਦਿਆਂ

ਮਰਦਿਆਂ

ਦੁਖ ਭੋਗਦਿਆਂ

ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਹੁੰਦਿਆਂ

ਸਾਨੂੰ ਕਿਤਨੇ—

ਸਾਲ

ਉਮਰਾਂ

ਜਨਮ

ਜੁਗ

ਬੀਤ ਗਏ ਹਨ! ਪਰ, ਫਿਰ ਭੀ ਇਸ ‘ਗੁੱਸੀ ਅੱਗ’ ਦੀ ਬਾਬਤ ਸਾਨੂੰ—

ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ

ਗਿਆਨ ਹੀ ਨਹੀਂ

ਖਿਆਲ ਹੀ ਨਹੀਂ

ਪਹਿਚਾਣ ਹੀ ਨਹੀਂ

ਚਿੰਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ

ਨਿਸਚਾ ਹੀ ਨਹੀਂ!!

ਜਦੁੰ ‘ਮਰਜ਼’ ਦਾ ਖਿਆਲ ਯਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੀ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਇਲਾਜ ਯਾ ਬਚਾਊ ਦਾ ਸਵਾਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਉਠਦਾ!!!

ਇਹ 'ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ' ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ, ਮਨ, ਚਿਤਾ, ਬੁੱਧੀ ਅਤੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਇਤਨੀ—

ਪੱਸ  
ਵੱਸ  
ਰਸ  
ਸਮਾ

ਗਈ ਹੈ, ਕਿ ਇਹ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅਨਿਖੜਵਾਂ ਅੰਸ਼ ਬਣ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ 'ਪੱਖ' ਵਿਚ ਇਸ ਦੇ ਸੇਕ ਦਾ—

ਪ੍ਰਕਾਸ਼  
ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ  
ਬੋਲ-ਬਾਲਾ  
ਵਰਤ-ਵਰਤਾਰਾ

ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ —

ਭਾਹ  
ਜਲਵਾ  
ਸੇਕ  
ਲਾਟਾਂ  
ਭਾਂਬੜ  
ਸਾੜ  
ਧੂਆਂ  
ਕਾਲਖ  
ਤਬਾਹੀ

ਹਰ ਪਾਸੇ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ।

ਜਦ ਅਸੀਂ ਆਗਾਮ ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਸਾਧਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਅਸੀਂ ਹਰਕਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਯਾ ਦੌੜਦੇ ਹਾਂ — ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ਸਾਡਾ ਜਿਸਮ ਗਰਮ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਗੱਲ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਦੀ ਹੈ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਸਾਡੀਆਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਬਾਹਰ-ਮੁਖੀ ਹੋ ਕੇ ਦੌੜਦੀਆਂ ਹਨ—ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਵਿਚ ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ ਵੱਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੋਇਆ, ਕਿ ਬਿਰਤੀਆਂ ਦਾ—

ਬਾਹਰ ਮੁਖੀ ਹੋਣਾ ਹੀ  
'ਅਗਨੀ'

ਦਾ ਮੁਢਲਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਅਤੇ—

ਅੰਤਰ-ਮੁਖੀ ਰਹਿਣਾ ਹੀ  
‘ਠੰਢ’

ਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਤਦੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ, ਇਸ ‘ਅੰਦਰਲੀ ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ’ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਇਉਂ  
ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿਤੇ ਹਨ—

ਬਿਚੁ ਘਰਿ ਬੈਸਹੁ ਹਰਿ ਜਨ ਪਿਆਰੇ ॥

(ਪੰਨਾ-੨੦੧)

ਸਤਿਗੁਰਿ ਤੁਮਰੇ ਕਾਜ ਸਵਾਰੇ ॥

ਮਨ ਰੇ ਬਿਚੁ ਰਹੁ ਮਤੁ ਕਤ ਜਾਹੀ ਜੀਉ ॥

(ਪੰਨਾ-੫੯੮)

ਸੇਖਾ ਚਉਚਕਿਆ ਚਉਵਾਇਆ ਏਹੁ ਮਨੁ ਇਕਤੁ ਘਰਿ ਆਣਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੪੬)

ਕਲਿ ਤਾਤੀ ਠਾਂਢਾ ਹਰਿ ਨਾਉ ॥

ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਸਦਾ ਸੁਖ ਪਾਉ ॥

(ਪੰਨਾ-੨੮੮)

ਬੰਦੇ ਖੋਜੁ ਦਿਲ ਹਰ ਰੋਜ ਨ ਫਿਤੁ ਪਰੇਸਾਨੀ ਮਾਹਿ ॥

(ਪੰਨਾ-੨੨੨)

ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਕੋਈ ਖੋਜਹੁ ਭਾਈ ॥

ਮਨ ਖੋਜਤੁ ਨਾਮੁ ਨਉ ਨਿਧਿ ਪਾਈ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੧੨੮)

ਕਈ ਵਾਰੀ ਅਸੀਂ ਜਾਣ-ਬੁੱਝ ਕੇ ਯਾ ਰੀਸੇ-ਰੀਸੀ, ਬੇ-ਲੋੜੇ ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਜਾਂ  
ਝਮੇਲਿਆਂ ਵਿਚ ਇਤਨੇ ਗਲਤਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ‘ਸਿਰ ਖੁਰਕਣ’ ਦੀ ਫੁਰਸਤ  
ਭੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਲਈ ‘ਖਾਹ-ਮਖਾਹ’ ਅਜਾਈਂ ‘ਖਲਜਗਣਾਂ’ ਜਾਂ  
ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਬੇ-ਲੋੜੀ ਚਿੰਤਾ-ਫਿਕਰ ਸਹੇਲੀ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਆਪੂੰ ਸਹੇਲੇ, ਬੇ-ਲੋੜੇ ਝਮੇਲਿਆਂ (self created unnecessary  
problems) ਦੁਆਰਾ, ਅਸੀਂ ਕਈ ਖਲਜਗਣਾਂ ਅਤੇ ਪੇਚੀਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ  
(complicated problems) ਵਿਚ ਇਤਨੇ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ  
ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਡੀ ਬਿਰਤੀ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਖਰਚ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਹੀ  
ਕਲਪਨਾਵਾਂ ਦੇ ਚਿੰਤਾ-ਫਿਕਰ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਸੜਦੇ-ਬਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੩੩)

ਇਹੁ ਮਨੁ ਧੰਧੈ ਬਾਂਧਾ ਕਰਮ ਕਮਾਇ ॥

ਮਾਇਆ ਮੂਠਾ ਸਦਾ ਬਿਲਲਾਇ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੧੭੬)

ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਬਹੁ ਚਿਤਵਦੇ ਬਹੁ ਆਸਾ ਲੋਭ ਵਿਕਾਰ ॥

ਮਨਮੁਖਿ ਅਸਥਿਰੁ ਨਾ ਬੀਐ ਮਰਿ ਬਿਨਸਿ ਜਾਇ ਖਿਨ ਵਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੪੧੨)

ਪਰ, ਸਾਡਾ ਮਨ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂਤਰਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਦੌੜਨ ਦਾ ਇਤਨਾ ਆਈ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਕਿ ਇਕ ਖਿਨ-ਪਲ ਭੀ ਨਹੀਂ ਟਿਕਦਾ! ਤਦੇ ਇਸ ਨੂੰ ‘ਪਾਰੇ’ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ‘ਚੰਚਲ’ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਆਮ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਦੀ ਭੀ ਇਹੋ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਹੈ, ਕਿ ਪਾਠ, ਸੰਗਤ ਜਾਂ ਕੀਰਤਨ ਵਿਚ ਮਨ ਨਹੀਂ ਟਿਕਦਾ।

ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ, ਕਿ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ ਦੀ ਆਦਤ ਅਨੁਸਾਰ ‘ਬਾਹਰ ਦੌੜਨਾ’ ਮਨ ਦਾ—

ਸੁਭਾਉ

ਆਦਤ

ਫਿਤਰਤ

ਜੀਵਨ ਰੋੜ (Life flow)

ਹੀ ਬਣ ਚੁਕਿਆ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆ ਇਸ ‘ਮਾਨਸਿਕ ਅੱਗ’ ਵਿਚ ਜਲ-ਬਲ-ਸੜ ਕੇ ‘ਅਗਨੀ ਰੂਪ’ ਹੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਤਦੇ ਇਸ ਨੂੰ—

‘ਆਤਿਸ ਦੁਨੀਆ’

‘ਜਗਤ ਜਲੰਦਾ’

‘ਅਗਨ ਕੁੰਟ’

‘ਅਗਨ ਸੋਕ ਸਾਗਰ’

‘ਪਾਵਕ ਸਾਗਰ’

ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਜਦ ਸਾਡਾ ਮਨ ‘ਬਾਹਰ-ਮੁਖੀ’ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ—

1. ਆਪਣੇ ਇਲਾਹੀ ਕੇਂਦਰ ਅਥਵਾ ਅੰਤ੍ਰ-ਆਤਮੇ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੋ ਕੇ ਜਾਂ ‘ਭੁੱਲ’ ਕੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

2. ਬਿਰਤੀਆਂ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਹਰਕਤ ਜਾਂ ਦੌੜ (excretion) ਨਾਲ, ਮਨ ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

3. ਮਨ ਉਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਜਾਂ ‘ਕੁਸੰਗਤ’ ਦਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਬਾਹਰਲੀ ਉਕਸਾਹਟ ਨਾਲ, ਮਨ ਦੀ ‘ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ’ ਭਖ ਕੇ ਭਾਬੜ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

4. ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਸਿਰਫ ਆਪਣੇ ਮਨ-ਤਨ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ ‘ਸਾੜਦੇ’, ਬਲਕਿ ਨਾਲ ਦੇ ਸਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਭੀ ‘ਚੁਆਤੀ’ ਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

5. ਸਾਡੇ ਉਤਮ ਅਤੇ ਨੇਕ ਕਰਮ ਅਤੇ ਭਗਤੀ ਭਾਵਨਾ ਭੀ, ਗੁੱਸੀ ਅਗਨੀ ਨਾਲ ਰਗੜਾ ਖਾ ਕੇ, ਅੱਗ ਦਾ ਹੀ ਰੂਪ ਧਾਰ ਕੇ ਭਾਂਬੜ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

6. ਹਰ ‘ਭਾਂਬੜ’ ਮਗਰੋਂ ਸਾਡਾ ਮਨ ਕਮਜ਼ੋਰ, ਨਿਛਾਲ ਅਤੇ ਛਿੱਥਾ (frustrated) ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

7. ਫੇਰ ਅਮਲੀ ਦੀ ‘ਟੋਟ’ ਵਾਂਗ ਮੁੜਕੇ ਪਹਿਲੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਆਉਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਉਪਰਲੀ ਵਿਚਾਰ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਤਾਈਂ ਸਾਡਾ ਮਨ ‘ਬਾਹਰ-ਮੁਖੀ’ ਹੋ ਕੇ ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦਾ ਅਸਰ ਲੈਂਦਾ ਰਹੇਗਾ — ਉਨਾ ਚਿਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ‘ਗੁੱਸੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ’ ਤੋਂ ਬਚ ਨਹੀਂ ਸਕਾਂਗੇ। ਭਾਵੇਂ ਕਿਤਨੇ —

ਪਾਠ-ਪੂਜਾ  
ਕਥਾ-ਵਾਰਤਾ  
ਵਖਿਆਨ  
ਕਰਮ-ਕਾਂਡ  
ਹਠ-ਧਰਮ  
ਸੇਵਾ

**ਕਰੀ ਜਾਈਏ !!**

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਜੀਵ ਸਾਰੇ ਇਸ ‘ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ’ ਵਿਚ ‘ਗੁੱਝੇ ਭਾਹਿ’ ਸੜ-ਬਲ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ‘ਗੁੱਸੀ ਅੱਗ’ ਵਿਚ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਜੰਮਦੇ, ਪਲਦੇ, ਵਿਚਰਦੇ, ਪਲਚਦੇ ਅਤੇ ਮਰਦੇ ਆਏ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਹ ‘ਗੁੱਸੀ ਅੱਗ’ ਸਾਡਾ ‘ਜੀਵਨ ਅੰਗ’ ਬਣ ਚੁਕੀ ਹੈ।

ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੩)

ਚੰਮ ਰੰਗਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਵੇਹੜਿਆਂ ਵਿਚ ਚੰਮ ਦੀ ‘ਬਦਬੂ’ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ‘ਨੱਕ’ ਦੀ ‘ਸੁੰਘਣ ਸ਼ਕਤੀ’ ਮਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਾਹਰਲਾ ਆਦਮੀ ਜਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਮ ਦੀ ਬਦਬੂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਚਮਿਆਰ ਬਿਗਾਦਰੀ ਦਿਨ-ਰਾਤ, ਸਾਰੀ ਉਮਰ, ਉਸੇ ਬਦਬੂ ਵਾਲੇ ਵਾਯੂ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ‘ਗਿੱਝ’ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਮ ਦੀ ਬਦਬੂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੱਗ ਦੀ ਭੱਠੀ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਭੀ ਅੱਗ ਦੇ ਸੇਕ ਨਾਲ ‘ਹੰਢ’ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮੀ ਘੱਟ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਉਦਾਹਰਨ ਸਾਡੀ ਗੁੱਝੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ ਦੇ ਸੇਕ ਤੇ ਭੀ ਘੱਟਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਇਸ ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ ਦੇ ਗੁੱਝੇ ਸੇਕ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਆਏ ਹਾਂ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਗੁੱਝਾ ਸੇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੈ।

ਜਦ ਅਸੀਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਹੇਠਲੀਆਂ ਪੰਗਤੀਆਂ ਪੜ੍ਹਦੇ-ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਇਹਨਾਂ ਵੱਲ ਗਹੁ ਯਾ ਧਿਆਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਇਹ ਸਮਝੀ ਬੈਠੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਅਗਨੀ ਸਾਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲਗੀ! ਇਹ ਪੰਗਤੀਆਂ ਸਾਡੇ ਉਤੇ ਨਹੀਂ ਘਟਦੀਆਂ!! ਕਿਸੇ ਹੋਰ ‘ਮਨਮੁਖ’ ਲਈ ਇਹ ਬਾਣੀ ਰਚੀ ਗਈ ਹੋਵੇਗੀ!!!

ਮਨਮੁਖ ਮਾਇਆ ਮੌਹਿ ਵਿਆਪੇ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਮਨੂਆ ਬਿਰੁ ਨਾਹਿ ॥

ਅਨਦਿਨੁ ਜਲਤ ਰਹਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਰਉਮੈ ਖਪਹਿ ਖਪਾਹਿ ॥ (ਪੰ.-੯੪੨)

ਸਾਕਤ ਮੂੜ ਮਾਇਆ ਕੇ ਬਧਿਕ ਵਿਚਿ ਮਾਇਆ ਫਿਰਹਿ ਫਿਰਦੇ ॥

ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਜਲਤ ਕਿਰਤ ਕੇ ਬਾਧੇ ਜਿਉ ਤੇਲੀ ਬਲਦ ਭਵੰਦੇ ॥ (ਪੰ.-੮੦੦)

ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਅੰਧੁ ਅੰਧਾਰਾ ॥ ਰਉਮੈ ਮੇਰਾ ਪਸਰਿਆ ਪਾਸਾਰਾ ॥

ਅਨਦਿਨੁ ਜਲਤ ਰਹੈ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਸਾਂਤਿ ਨ ਹੋਈ ਹੇ ॥ (ਪੰ.-੧੦੪੫)

ਪਾਪੀ ਕਾ ਘਰੁ ਅਗਨੇ ਮਾਹਿ ॥

ਜਲਤ ਰਹੈ ਮਿਟਵੈ ਕਬ ਨਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੧੬੫)

ਮਨਮੁਖ ਬੋਲੇ ਅੰਧੁਲੇ ਤਿਸੁ ਮਹਿ ਅਗਨੀ ਕਾ ਵਾਸੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੪੧੫)

ਭਾਵੇਂ ਅਸੀਂ ਇਸ ਅੰਦਰਲੀ ‘ਗੁੱਝੀ ਅੱਗ’ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੀਏ ਜਾਂ ਨਾ, ਪਰ ਫਿਰ ਭੀ ਜਦ ਤਾਂਈ ਸਾਡੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਹੇਠਲੀਆਂ ਦਰਜ ਕੀਤੀਆਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ—

ਦੂਜਾ-ਭਾਵ

ਮੈਂ-ਮੇਰੀ

ਈਰਖਾ

ਦਵੈਤ

ਸ਼ਕ

ਸਾੜਾ

ਕੁਲਝਣਾ

ਰੋਸੇ

ਗਿਲੇ

ਤਾਅੱਸਬ

ਘਰਨਾ

ਸ਼ਿਕਾਇਤ

ਵੈਰ

ਵਿਰੋਧ

ਬਦਲਾ

ਕਾਮ

ਕ੍ਰੋਪ

ਲੋਭ

ਮੋਹ

ਹੰਕਾਰ

ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ।

ਆਦਿ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇਕ ਵੀ 'ਵਾਸ਼ਨਾ' ਦੀ ਅੰਸ਼ ਹੈ, ਉਦੋਂ ਤਾਈਂ ਸਾਨੂੰ ਨਿਸਚਾ ਕਰ  
ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਹਿਰਦੇ ਯਾ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਡੂੰਘਿਆਈਆਂ ਵਿਚ  
ਮਾਨਸਿਕ ਅਗਨੀ ਦੀ 'ਜੜ੍ਹ' ਜਾਂ 'ਤਤ' ਦਬਿਆ ਜਾਂ ਲੁਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ  
ਵੇਲੇ ਭੀ ਮਘ ਕੇ ਭਾਂਬੜ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਹਿਰਦਿਆਂ ਵਿਚ ਦਿਆਨਤਦਾਰੀ ਨਾਲ ਗਹੁ ਕਰਕੇ ਘੋਖਣਾ  
ਹੈ, ਕਿ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਇਹਨਾਂ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਦੀ ਕੋਈ 'ਅੰਸ਼' ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ?

ਜੇ ਹੈ — ਤਾਂ ਅਵੇਸਲੇ ਹੋਣ ਯਾ ਲੁਕਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਅਤੇ  
ਸਾਧਸੰਗਤ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਉਪਾਉ ਕਰਨਾ  
ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਿਉ-ਜਿਉ ਅਸੀਂ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆ ਅੰਤਰ-ਮੁਖੀ ਹੋ ਕੇ  
ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਕਰਾਂਗੇ, ਤਿਉ-ਤਿਉ ਇਹ ਗੁੱਝੇ 'ਅਗਨੀ-ਤੱਤ' ਮੱਠੇ ਪੈਂਦੇ ਜਾਣਗੇ  
ਅਤੇ ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ਬੁਝ ਜਾਣਗੇ।

ਜਗਤੁ ਜਲੰਦਾ ਛਿਠੁ ਮੇ ਹਉਮੇ ਦੂਜੇ ਭਾਇ ॥

ਨਾਨਕ ਗੁਰ ਸਰਣਾਈ ਉਬਰੇ ਸਚੁ ਮਨਿ ਸਬਦਿ ਧਿਆਇ ॥      (ਪੰਨਾ-੯੫੧)

ਪਰ ਇਹ ਗੱਲ ਆਮ ਦੇਖਣ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਇਸ  
ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਯਾ ਇਸ ਤੋਂ ਭੈ-ਭੀਤ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਇਸ ਤੋਂ  
ਜਾਣ-ਬੁਝ ਕੇ ਅਵੇਸਲੇ ਯਾ ਮਚਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹਨਾਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੀ  
'ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ' ਵਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤਾਕਤਵਰ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਇਸ  
ਅਣਗਹਿਲੀ ਯਾ ਮਚਲੇਪਨ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਅਸੀਂ ਦਿਨ-ਰਾਤ, ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਭੁਗਤਦੇ  
ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਬਲਕਿ ਇਹ 'ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ' ਸਾਡੇ ਜੀਵ ਦੇ ਨਾਲ ਅਗਲੇ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ

ਵੀ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ‘ਆਤਸ ਦੁਨੀਆਂ’ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਦਾ ਚੱਕਰ (vicious circle) ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਇਸ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ —

ਹੁਸੁ ਹੇਤੁ ਲੋਭੁ ਕੋਪੁ ਚਾਰੇ ਨਦੀਆ ਅਗਿ ॥

ਪਵਹਿ ਦਝਹਿ ਨਾਨਕਾ ਤਰੀਐ ਕਰਮੀ ਲਗਿ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੪੨)

ਗੁੜੀ ਭਾਹਿ ਜਲੈ ਸੰਸਾਰਾ ਭਗਤ ਨ ਬਿਆਪੈ ਮਾਇਆ ॥

(ਪੰਨਾ-੬੨੩)

ਅਗਨਿ ਕੁਟੰਬ ਸਾਗਰ ਸੰਸਾਰ ॥

ਭਰਮ ਮੋਹ ਅਗਿਆਨ ਅੰਧਾਰ ॥

(ਪੰਨਾ-੬੨੪)

ਤਿਸਨਾ ਅਗਨਿ ਜਲੈ ਸੰਸਾਰਾ ॥

ਜਲਿ ਜਲਿ ਖਪੈ ਬਹੁਤੁ ਵਿਕਾਰਾ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੦੪੪)

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਜਲੈ ਸੰਸਾਰੇ ॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਿਵਾਰੈ ਸਬਦਿ ਵੀਚਾਰੈ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੦੪੯)

ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਸੂਕਾ ਸੰਸਾਰੁ ।

ਅਗਨਿ ਤਿਸਨਾ ਜਲੈ ਵਾਰੋ ਵਾਰ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੧੨੩)

ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ ।

(ਪੰਨਾ-੧੨੯੧)

ਊਠੀ ਗਿਲਾਨਿ ਜਗਤਿ ਵਿਚਿ

ਹਉਮੈ ਅੰਦਰਿ ਜਲੈ ਲੁਕਾਈ ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੧/੨)

ਬਾਬਾ ਦੇਖੈ ਧਿਆਨੁ ਧਰਿ

ਜਲਤੀ ਸਭਿ ਪਿਖਵੀ ਦਿਸਿ ਆਈ ।

(ਵਾ.ਭਾ. ੧/੨੪)

ਇਹਨਾਂ ਉਪਰਲੀਆਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਅਮਲੀ (practical) ਉਦਾਹਰਨ ਦਿਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—

- ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਉਪਰ ਲਿਖੀਆਂ ਪੰਗਤੀਆਂ ਸੁਣਾ ਕੇ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਅਸੀਂ ਭੀ ਇਸੇ ‘ਗੁੜੀ ਅੱਗ’ ਵਿਚ ਸੜ-ਬਲ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਉਪਾਉ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਜਵਾਬ ਇਉਂ ਦਿਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, “ਜੀ, ਅਸੀਂ ਦੁਨੀਆਂਦਾਰ ਗਿਹਸਤੀ ਲੋਕ ਹਾਂ, ਸਾਡੇ ਲਈ ਇਤਨਾ ਹੀ ਬੱਸ ਹੈ, ਕਿ ਅਸੀਂ —

ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕ ਆਉਂਦੇ ਹਾਂ

ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰ ਆਉਂਦੇ ਹਾਂ

ਬਾਣੀ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰ ਛੱਡਦੇ ਹਾਂ

ਕੀਰਤਨ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ

ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ  
 ਦਾਨ-ਪੁੰਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ  
 ਬੁਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ  
 ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਭਲਾ ਕਰੀਦਾ ਹੈ,

ਇਸ ਤੋਂ ਅਗਾਹਾਂ ਗੂੜ੍ਹ-ਗਿਆਨ ਘੋਟਣਾ ਯਾ ਕਮਾਉਣਾ —  
 ਗਿਆਨੀਆਂ-ਧਿਆਨੀਆਂ, ਸਾਧਾਂ-ਸੰਤਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਹੈ,  
 ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਵਿਹਲੇ ਇਸੇ ਕੰਮ ਜ਼ੋਗੇ ਹਨ !”

2. ਜੇ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅੱਗੋਂ ਘੜਿਆ-  
 ਘੜਾਇਆ ਜੁਆਬ ਮਿਲਦਾ ਹੈ—

“ਜੀ ਅਸੀਂ ਗਿਹੁਸਤੀ ਲੋਕ ਹਾਂ। ਸਾਨੂੰ ਇਤਨੇ ਪੁਆੜੇ ਪਏ ਹੋਏ ਹਨ, ਕਿ  
 ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਛੁਰਸਤ ਹੀ ਕਿਥੇ ਹੈ? ਘਰੋਗੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਇਤਨੇ  
 ਰੁਝੇ ਹਾਂ ਕਿ ਹੋਰ ਕੁਝ ਸੁਝਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਕਿਤੇ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ  
 ਤਾਂ ਨੀਂਦ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਯਾ ਮਨ ਦੌੜਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ, ਇਕ ਪਲ ਲਈ ਭੀ  
 ਟਿਕਦਾ ਨਹੀਂ, ਗਿਹੁਸਤੀ ਲਈ ਤਾਂ —

ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਜਾ ਕੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕਣਾ  
 ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਪਾਠ ਕਰਨਾ  
 ਕਿਰਤ-ਵਿਰਤ ਕਰਨੀ  
 ਆਏ-ਗਏ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨੀ  
 ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਭਲਾ ਕਰਨਾ

ਹੀ ਕਾਢੀ ਹੈ — ਗਿਹੁਸਤੀ ਦਾ ਇਹੋ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਤੇ ਭਜਨ-ਬੰਦਰੀ ਹੈ।

3. ਜਦ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੁਖ-ਆਰਾਮ ਦੇ  
 ਸਾਧਨ ਹਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਪੁਆੜੇ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ — ਤਾਂ ‘ਲੰਮਾ’  
 ਸਾਰਾ ‘ਹਉਕਾ’ ਲੈ ਕੇ ਇਉਂ ਛੁਟਦਾ ਹੈ —

“ਜੀ ਪੁੱਛੋ ਨਾ! ਬੇਅੰਤ ਪੁਆੜਿਆਂ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਫਿਕਰਾਂ  
 ਨਾਲ ਲੱਕ ਟੁੱਟਿਆ ਪਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਖਹਿੜਾ ਨਹੀਂ  
 ਛੱਡਦੀ !

ਘਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਨਾਂ ਕੋਈ-ਬਿਮਾਰ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਲੜਕੀਆਂ ਜੁਆਨ ਹਨ, ਵਿਆਹੁਣ ਦਾ ਫਿਕਰ ਹੈ।

ਇਕ ਵਿਆਹੀ ਲੜਕੀ ਵਿਧਵਾ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।

ਦੂਜੀ ਦਾ ਪਤੀ ਵੈਲੀ ਹੈ।

ਤੀਜੀ ਦਾ ਪਤੀ ਲੈਣ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।  
 ਨੂੰਹ ਦੇ ਲੜਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਕੁੜੀਆਂ ਹੀ ਜੰਮਦੀਆਂ ਹਨ।  
 ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਨਾਲ ਝਗੜਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।  
 ਲੈਹਣੇਦਾਰਾਂ ਨਾਲ ਮੁਕੱਦਮੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹਨ।  
 ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਰੌਲਾ ਪਿਆ ਹੈ।  
 ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਦੀ ਪੇਸ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।  
 ਇਕ ਲੜਕਾ ਵੈਲੀ ਹੈ, ਘਰ ਉਜਾੜਦਾ ਹੈ।  
 ਦੂਜੇ ਦਾ ਵਪਾਰ ਫੇਲ੍ਹੁ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।  
 ਅਤੇ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਝਮੇਲਿਆਂ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਧੁਖ-ਧੁਖੀ ਲੱਗੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ!  
 “ਸਿਮਰਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ?”

4. ਜਦ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਐਨੀ ਚੰਗੀ ਰਹਿਣੀ (living standard) ਕਿਵੇਂ ਰਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੁਆਬ ਮਿਲਦਾ ਹੈ –

ਜੀ, ਮੈਂ ਪਟਵਾਰੀ ਹਾਂ।  
 ਘਰ ਵਾਲੀ ਟੀਚਰ ਹੈ।  
 ਇਕ ਲੜਕਾ ਕਲਰਕ ਹੈ।

ਹਾਂ ਜੀ, ਸਾਡੀ ਤਨਖਾਹ ਤਾਂ ਬੋੜੀ ਹੈ, ਪਰ ਸੁਖ ਨਾਲ ਉਪਰੋਂ ਚੰਗੀ ਸੋਹਣੀ ਕਮਾਈ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰਵਾਲੀ ਨੇ ਟਿਊਸ਼ਨਾਂ ਭੀ ਰੱਖੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ।

5. ਜਦ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸ਼ੁਗਲ ਕੀ ਹੈ? ਤਾਂ ਝੱਟ ਕਹਿ ਉਠੇ –

“ਘਰ ਦੇ ਪੁਆੜੇ ਐਨੇ ਹਨ ਕਿ ਸ਼ੁਗਲ ਕਿਥੇ ਸੁਝਦੇ ਹਨ। ਫਿਕਰਾਂ ਨਾਲ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਗੋਲੀ ਖਾਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਯਾ ਸ਼ਗਾਬ ਦਾ ਪਉਆ ਪੀਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।”

6. ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸਤਸੰਗ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਜਾਣ ਨੂੰ ਕਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੋਗ ਜੁਆਬ ਮਿਲਦਾ ਹੈ –

ਜੀ, ਅਸੀਂ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।  
 ਮੱਥਾ ਟੇਕ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।  
 ਵਾਕ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।  
 ਰੱਬ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਹੈ।

ਹੋਰ ਕਿਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ।  
 ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਨਾਲ ਕੰਮ ਵਿਗੜਦੇ ਹਨ।  
 ਖੇਚਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।  
 ਖਰਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

7. ਜਦ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿ 'ਉਪਰਲੀ ਕਮਾਈ' ਯਾ 'ਗਿਣਵਤ' ਨਾਜਾਇਜ਼ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਦਸਾਂ ਨੌਹਾਂ ਦੀ ਕਿਰਤ ਕਰਨ ਦਾ ਹੁਕਮ ਹੈ, ਤਾਂ ਨਿਧਕ ਹੋ ਕੇ ਜੁਆਬ ਦਿਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ –

“ਭੋਲਿਓ ਲੋਕੋ !! ਤੁਸੀਂ ਤਾਂ ਪੁਰਾਣੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਅਜਕਲੁ ਤਾਂ ਉਪਰਲੀ ਕਮਾਈ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਦ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦਾ ਕੰਮ ਸਵਾਰ ਦੇਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਗਲਾ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਹੀ ਭੇਟਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਕਿਹੜਾ ਮੰਗਦੇ ਹਾਂ? ਇਹ ਨਾਜਾਇਜ਼ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ? ਦੂਜੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ, ਕਿ ਉਪਰਲੀ ਕਮਾਈ ਜਾਂ ਵੱਡੀ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਤਾਣੇ-ਪੇਟੇ, ਓਤ-ਪੋਤ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਇਤਨੀ ਧਸ-ਰਸ ਗਈ ਹੈ, ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਕੋਈ ਕੰਮ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਛੋਟੇ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਵੱਡੇ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਅਫਸਰ ਦੇ ਖੂਨ ਵਿਚ ਇਹ ਰਚ-ਮਿਚ ਚੁਕੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਵੱਡੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ 'ਜਾਇਜ਼' ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਗਰੀਬਾਂ ਲਈ ਕਿਵੇਂ ਨਾਜਾਇਜ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ? ਸਾਡਾ ਗਰੀਬਾਂ ਦਾ ਤਾਂ ਡੰਗ ਹੀ ਇਸੇ ਨਾਲ ਚਲਦਾ ਹੈ—ਨਿਰੀਪੁਰੀ ਤਨਖਾਹ ਨਾਲ ਤਾਂ ਰੋਟੀ ਭੀ ਨਹੀਂ ਚਲਦੀ — ਬਾਕੀ ਹੋਰ ਖਰਚੇ ਕਿਥੋਂ ਪੂਰੇ ਕਰੀਏ?”

8. ਜਦ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਸ਼ਰਾਬ ਬਹੁਤ ਬੁਰੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ — ਇਸ ਦੇ ਬੜੇ ਭੈੜੇ ਨਤੀਜੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੁਆਬ ਮਿਲਦਾ ਹੈ —

“ਸ਼ਰਾਬ ਤਾਂ ਜੋਗੀਆਂ ਅਤੇ ਦੇਵਤਿਆਂ ਦਾ 'ਸੋਮ-ਰਸ' ਹੈ ਅਤੇ ਰਾਜਿਆਂ, ਮਹਾਰਾਜਿਆਂ, ਨਵਾਬਾਂ ਅਤੇ ਅਮੀਰਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਗਲ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਸਿਆਣੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜਾਇਜ਼ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਗਰੀਬਾਂ ਲਈ ਕਿਉਂ ਮਾੜੀ ਹੈ? ਅਸੀਂ ਤਾਂ ਫਿਕਰ ਚਿੰਤਾ ਨੂੰ ਟਾਲਣ ਲਈ 'ਘੁਟ' ਪੀਂਦੇ ਹਾਂ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਤਨਾਓ (nervous tension) ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਅਗਿਆਨਤਾ ਵਿਚ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ—

ਸਿਆਣਪਾਂ

ਚਤੁਰਾਈਆਂ

ਢਕੋਸਲੇ

ਬਹਾਨੇ

ਗੁੱਜਤਾਂ

ਛੁੱਚਰਾਂ

ਘੜ-ਘੜ ਕੇ, ਆਪਣੇ ਨਾਜਾਇਜ਼ ਖਿਆਲਾਂ ਅਤੇ ਕਰਮਾਂ ਨੂੰ ਜਾਇਜ਼ ਬਣਾ ਕੇ  
ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਝੂਠੀ ਤਸੱਲੀ ਦੇ ਕੇ, ਅਪਣੇ 'ਆਪੇ' ਨਾਲ 'ਧੋਖਾ' ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ  
ਮਨ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਲੀਨ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰਲੀ 'ਗੁੱਝੀ ਅਗਨੀ' ਵਿਚ ਤੇਲ  
ਪਾ ਰਹੇ ਹਾਂ — ਜਿਸ ਨਾਲ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੀ ਅੱਗ ਨੂੰ ਮਘਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਮਾਨਸਿਕ  
ਭਾਂਬੜ ਵਧਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ —

ਮੁਖਿ ਨਿੰਦਾ ਆਖਾ ਦਿਨੁ ਰਾਤਿ ॥ ਪਰ ਘਰੁ ਜੋਹੀ ਨੀਚ ਸਨਾਤਿ ॥

ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਤਨਿ ਵਸਹਿ ਚੰਡਾਲ ॥ ਧਾਣਕ ਰੂਪਿ ਰਹਾ ਕਰਤਾਰ ॥

ਫਾਹੀ ਸੁਰਤਿ ਮਲੂਕੀ ਵੇਸੁ ॥ ਹਉ ਠਗਵਾੜਾ ਠਗੀ ਦੇਸੁ ॥

ਖਰਾ ਸਿਆਣਾ ਬਹੁਤਾ ਭਾਰੁ ॥

ਧਾਣਕ ਰੂਪਿ ਰਹਾ ਕਰਤਾਰ ॥੨॥

(ਪੰਨਾ-੨੪)

ਗੋਬਿੰਦ ਹਮ ਐਸੇ ਅਪਰਾਧੀ ॥

ਜਿਨਿ ਪ੍ਰਭਿ ਜੀਉ ਪਿੜ੍ਹ ਥਾ ਦੀਆ ਤਿਸ ਕੀ ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਨਹੀ ਸਾਧੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਪਰ ਧਨ ਪਰ ਤਨ ਪਰ ਤੀ ਨਿੰਦਾ ਪਰ ਅਪਬਾਦੁ ਨ ਛੂਟੈ ॥

ਆਵਾ ਗਵਨੁ ਹੋਤੁ ਹੈ ਫੁਨਿ ਫੁਨਿ ਇਹੁ ਪਰਸੰਗੁ ਤ ਤੂਟੈ ॥੨॥

ਜਿਹ ਘਰਿ ਕਥਾ ਹੋਤ ਹਰਿ ਸੰਤਨ ਇਕ ਨਿਮਖ ਨ ਕੀਨੋ ਮੈ ਫੇਰਾ ॥

ਲੰਪਟ ਚੌਰ ਦੂਤ ਮਤਵਾਰੇ ਤਿਨ ਸੰਗਿ ਸਦਾ ਬਸੇਰਾ ॥  
 ਕਾਮ ਕੋਧ ਮਾਇਆ ਮਦ ਮਤਸਰ ਏ ਸੰਪੈ ਮੋ ਮਾਹੀ ॥  
 ਦਇਆ ਧਰਮੁ ਅਰੁ ਗੁਰ ਕੀ ਸੇਵਾ ਏ ਸੁਪਨੰਤਰਿ ਨਾਹੀ ॥      (ਪੰਨਾ-੯੭੧)  
 ਜਾਨਿ ਬੂਝ ਕੈ ਬਾਵਰੇ ਤੈ ਕਾਜੁ ਬਿਗਾਰਿਓ ॥  
 ਪਾਪ ਕਰਤ ਸੁਕਚਿਓ ਨਹੀ ਨਹ ਗਰਬੁ ਨਿਵਾਰਿਓ ॥      (ਪੰਨਾ-੨੨੨)  
 ਕਬੀਰ ਮਨੁ ਜਾਨੈ ਸਭ ਬਾਤ ਜਾਨਤ ਹੀ ਅਉਗਨੁ ਕਰੈ ॥  
 ਕਾਹੇ ਕੀ ਕੁਸਲਾਤ ਹਾਥਿ ਦੀਪੁ ਕੂਦੇ ਪਰੈ ॥      (ਪੰਨਾ-੧੩੭੬)

(ਚਲਦਾ.....)



© ਸਭ ਹੱਕ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ।

ਏਸੇ ਕਲਮ ਦੇ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚਾਰੁ ਦੀ ਲੜੀ ਵਿੱਚ ਅੱਡ-ਅੱਡ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ 132 ਲੇਖ (13 ਕਿਤਾਬਾਂ) ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੇਖਾਂ ਦਾ ਹਿੰਦੀ ਤਰਜਮਾ ਵੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਪੰਜ ਲੇਖ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਹਨ।

ਕੀਰਤਨ ਅਤੇ ਨਾਮ-ਅਭਿਆਸ ਕਮਾਈ ਦੇ ਅੱਠ ਦਿਨਾਂ ਜਪ-ਤਪ ਸਮਾਗਮ, ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬ੍ਰਹਮ-ਬੁੰਗਾ, ਪਿੰਡ ਦੋਦੜਾ ਵਿਖੇ ਮਾਰਚ, ਸਤੰਬਰ ਅਤੇ ਦਸੰਬਰ (20-30) ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਜੂਨ ਵਿੱਚ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬ੍ਰਹਮ ਬੁੰਗਾ ਸਾਹਿਬ, ਦੱਖਣੀ ਬਾਈਪਾਸ ਦੋਰਾਹਾ ਵਿਖੇ ਹਰ ਸਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬ੍ਰਹਮ ਬੁੰਗਾ ਸਾਹਿਬ, ਦੱਖਣੀ ਬਾਈਪਾਸ ਦੋਰਾਹਾ ਵਿਖੇ ਪੰਦਰਾਂ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਸਮਾਗਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਅਨੁਸਾਰ 15-15 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅਰਸੇ ਬਾਅਦ, ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਸਮਾਗਮ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਫ਼ਤਾਵਾਰੀ ਸਮਾਗਮ ਵੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸੰਗਤਾਂ ਵੱਲੋਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪਿੰਡ ਦੋਦੜਾ, ਬੁਢਲਾਡਾ-ਸੁਨਾਮ, ਬਰਾਸਤਾ (ਵਾਇਆ) ਜਥੇਪਲ ਲਿੰਕ ਰੋਡ ਤੇ ਹੈ। ਚਾਹਵਾਨ ਸੱਜਣ ਇਹ ਲੇਖ ਅਤੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪਤੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ :-

**Website : [www.brahmbungadodra.org](http://www.brahmbungadodra.org)**

**E-mail : [info@brahmbungadodra.org](mailto:info@brahmbungadodra.org)**

**ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬ੍ਰਹਮ ਬੁੰਗਾ ਸਾਹਿਬ**

**ਪਿੰਡ ਤੇ ਡਾਕਖਾਨਾ : ਦੋਦੜਾ**

**ਤਹਿਸੀਲ-ਬੁਢਲਾਡਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਮਾਨਸਾ (ਪੰਜਾਬ)**

**ਫੋਨ : 073074-55097, 01652-255097, 99149-55098**

**❖ ਸ਼ਾਖਾ ❖**

**ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬ੍ਰਹਮ ਬੁੰਗਾ ਸਾਹਿਬ (ਦੋਦੜਾ)**

**ਦੱਖਣੀ ਬਾਈ ਪਾਸ, ਦੋਰਾਹਾ**

**ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਲੁਧਿਆਣਾ, ਪੰਜਾਬ**

**ਫੋਨ : 073074-55098, 01628-258697, 099149-55098**

**❖ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ ❖**

**ਸੈਕ੍ਰੇਟਰੀ, ਬ੍ਰਹਮ-ਬੁੰਗਾ ਟ੍ਰਸਟ (ਰਜਿ.)**

**ਪਿੰਡ ਤੇ ਡਾਕਖਾਨਾ : ਦੋਦੜਾ**

**ਤਹਿਸੀਲ-ਬੁਢਲਾਡਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਮਾਨਸਾ (ਪੰਜਾਬ)**

**ਫੋਨ : 73074-55096**