



ੴ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚਾਰ

60

ਸਥਦੁ

ਭਾਗ - ੩

‘ਖੜੀ’

‘ਸਬਦ’

ਭਾਗ-3

ਪਿਛਲੇ ਲੇਖਾਂ ਵਿਚ ‘ਸਬਦ’ ਅਤੇ ‘ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ ਮਾਰਗ’ ਪ੍ਰਥਮਾਂ ਵਿਚਾਰ ਹੋ ਚੁਕੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਆਤਮਿਕ ਮੰਜ਼ਿਲ ‘ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ-ਲਿਵਲੀਨ’ ਹੈ।

ਧੁਨਿ ਮਹਿ ਧਿਆਨੁ ਧਿਆਨ ਮਹਿ ਜਾਨਿਆ
ਗੁਰਮੁਖਿ ਅਕਥ ਕਹਾਨੀ॥

(ਪੰਨਾ-੮੭੯)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵ ਅਲਖੁ ਲਖਾਏ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੫/੫)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵ ਗੁਰ ਸਿਖ ਸੰਗਿ ਮਿਲੇ
ਸੋਹੁ ਹੰਸੋ ਏਕ ਮੇਕ ਆਪਾ ਆਪ ਚੀਨ ਹੈ।

(ਕ.ਭਾ.ਗੁ. ੬੧)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵ ਲੀਨ ਪਰਬੀਨ ਭਏ
ਪੂਰਨ ਬ੍ਰਹਮ ਏਕੈ ਏਕ ਪਹਿਚਾਨੀਐ।

(ਕ.ਭਾ.ਗੁ. ੧੪੨)

‘ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ-ਲਿਵਲੀਨ’ ਦੀ ਉਚੀ-ਸੁੱਚੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਕਮਾਈ ਅਤਿਅੰਤ ਲੰਬੀ ਤੇ ਕਠਨ ਹੋਣ ਕਾਰਣ, ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਇਸ ਕਠਨ ਸਾਧਨਾ ਨੂੰ ਘਾਲਦਾ ਜਾਂ ਅਪਨਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਅਨਦਿਨੁ ਭਗਤਿ ਗੁਰ ਸਬਦੀ ਹੋਇ॥

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਰਲਾ ਬੁੜੈ ਕੋਇ॥

(ਪੰਨਾ-੧੬੧)

ਤੇਰੇ ਦਰਸਨ ਕਉ ਕੇਤੀ ਬਿਲਲਾਇ॥

ਵਿਰਲਾ ਕੋ ਚੀਨਸਿ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਮਿਲਾਇ॥

(ਪੰਨਾ-੧੧੮੮)

ਰਾਗ ਨਾਦ ਸਭ ਕੋ ਸੁਣੈ ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਸਮਝੈ ਵਿਰਲੋਈ॥ (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੧੫/੧੬)

ਅਨੇਕਾਂ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ ਭਟਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਨੂੰ ਮਨੁੱਖਾ ਦੇਹੀ ਮਿਲੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੇ ਵਲ ਮਨੁੱਖਾ ਦੇਹੀ ਵਿਚ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਵਾਗਵਨ ਦਾ ਚੱਕਰ ਮੁਕਦਾ ਹੈ। ‘ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ’ ਦੀ ਕਮਾਈ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਨਹੀਂ ਹੈ

ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ 'ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ' ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਨੀ ਹੀ ਇਨਸਾਨ ਦਾ ਜੀਵਨ ਮਨੋਰਥ ਅਥਵਾ ਸਰੋਸ਼ਟ ਧਰਮ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਦੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਪ੍ਰੇਤਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ –

ਸਬਦੁ ਕਮਾਈਐ ਖਾਈਐ ਸਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ-੯੪੩)

ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਸਬਦੁ ਕਰਣੀ ਹੈ ਸਾਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੪੨)

ਅਗੈ ਜਾਤਿ ਨ ਪਛੀਐ ਕਰਣੀ ਸਬਦ ਹੈ ਸਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ-੧੦੯੪)

ਇਸ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਸਬਦ' ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਲਈ ਗੁਰੂ ਅੰਗੇ ਅਰਦਾਸ ਤੇ ਜੋਦੜੀ ਕਰਨ ਦੀ ਪੇਰਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ —

ਗੁਰ ਦੇਵਹੁ ਸਬਦੁ ਸੁਭਾਇ ਮੈ ਮੁੜ ਨਿਸਤਾਰੀਐ ਰਾਮ॥ (ਪੰਨਾ-੧੧੧੪)

ਪਿਛਲੇ ਲੇਖ ਵਿਚ ਦਸਤਾ ਜਾ ਚੁਕਾ ਹੈ, ਕਿ —

1. ଭୈ-ଭାବନୀ
 2. ସିମାଦୀ ସିଙ୍ଗତ ଅତେ
 3. ଇଲାହୀ ପେମ

ਹੀ 'ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ' ਦਾ ਅਦਿਸ਼ਟ ਤੇ ਸੁਖਮ ਮਾਰਗ ਹੈ।

ਇਸ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚਲਣ ਲਈ ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ 'ਗੁਰ ਸਬਦ' ਦੀ ਕਮਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। 'ਗੁਰ ਸਬਦ' ਦੀ ਕਮਾਈ ਦੇ 'ਮੂਲ ਅੰਗ' ਜਾਂ 'ਪੱਖ' ਹੇਠਾਂ ਦਿਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ –

1. ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਅੰਤ੍ਰੀਵ-ਭਾਵ ਸਮਝਣੇ — ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਧਾਰਮਿਕ ਪੁਸ਼ਟਕਾਂ ਵਿਚ ‘ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਗਿਆਨ’ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਆਮ ਸਾਧਾਰਣ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਮਝ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ‘ਧਰਮ’ — ਕੇਵਲ ਗਿਆਨੀਆਂ, ਵਿਦਵਾਨਾਂ, ਫਿਲਾਸਫਰਾਂ ਤੇ ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵਾਦ-ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੀ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਪਰ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਗਿਆਨ ਸਰਲ ਤੇ ਲੋਕ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤਾ, ਤਾਂ ਕਿ ਸਾਧਾਰਣ ਇਨਸਾਨ ਭੀ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਮਨੋਰਥ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਅਥਵਾ ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸਫਲਾ ਕਰ ਸਕੇ।

ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ, ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਦੇ ਅੰਤ੍ਰੀਵ ਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ, ਇਸ ਦਾ ਰਸ ਨਹੀਂ ਮਾਣਦੇ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਦਾ ਬੇ-ਧਿਆਨੇ ਪਾਠ ਕਰਕੇ ਹੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋਏ ਬੈਠੇ ਹਾਂ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਅਰਥ-ਬੋਧ ਤੋਂ ਬਹੁਰ ਇਸ ਦੀ ਵਿਚਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਅਤੇ ਭਉ-ਭਾਵਨੀ ਨਹੀਂ ਉਪਜ ਸਕਦੀ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਅੰਤ੍ਰੀਵ ਭਾਵ ਸਮਝ ਕੇ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰਨ ਲਈ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਇਉਂ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ —

ਮਨ ਸਮਝਾਵਨ ਕਾਰਨੇ ਕਛੂਅਕ ਪੜੀਐ ਗਿਆਨ॥ (ਪੰਨਾ-੩੪੦)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਨਮੁ ਸਕਾਰਬਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜਿ ਸਮਝਿ ਸੁਣੇਹੀ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. -੧/੩)

ਗੁਰਸਿਖੀ ਦਾ ਬੁਝਣਾ ਗਿਆਨ ਧਿਆਨ ਅੰਦਰਿ ਕਿਵ ਆਵੈ।

(वा. बा. गु. २८/३)

ਗੁਰਸਿਖੀ ਦਾ ਲਿਖਣਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸੁਣਿ ਸਮੱਝੈ ਲਿਖੈ।

ਗੁਰਸਿਖੀ ਦਾ ਬੁਝਣਾ ਬੁਝਿ ਅਬੁਝਿ ਹੋਵੇ ਲੈ ਭਿਖੇ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੨੮/੫)

2. ਧਿਆਨ — ‘ਧਿਆਨ’ ਅਥਵਾ ਇਕਾਗਰ ਚਿਤ ਹੋ ਕੇ ਸਬਦ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ —

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਉਸਤਤਿ ਕਰਹੁ ਸੰਤ ਮੀਤਾ॥

ਸਾਵਧਾਨ ਏਕਾਗਰ ਚੀਤਾ॥ (ਪੰਨਾ-੨੯੫)

ਏ ਮਨ ਹਰਿ ਜੀ ਧਿਆਇ ਤੂ ਇਕ ਮਨਿ ਇਕ ਚਿਤਿ ਭਾਇ॥ (ਪੰਨਾ-੯੫੩)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਕਰਿ ਸਾਧਨਾ ਇਕ ਮਨਿ ਇਕੁ ਧਿਆਈ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗ. ਦ/੪)

ਕੁਰਬਾਣੀ ਤਿਨਾ ਗੁਰ ਸਿਖਾ ਹੁਏ ਇਕ ਮਨਿ ਗੁਰ ਜਾਪੁ ਜਪੰਦੇ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗ. ੧੨/੨)

ਇਕ ਮਨਿ ਇਕੁ ਅਗਾਪਣਾ ਬਾਹਰਿ ਜਾਂਦਾ ਵਰਜਿ ਰਹਾਵੈ। (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. ੨੯/੧੬)

ਇਕ ਮਨ ਜਿਨੇ ਧਿਆਇਆ ਕਾਟੀ ਗਲਹੁ ਤਿਸੈ ਜਮ ਫਾਸੀ।

(वा. बा. गु. ४०/२१)

ਉਪਰਲੇ ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿ 'ਇਕਾਗਰਤਾ' ਜਾਂ 'ਧਿਆਨ', ਸਬਦ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅੰਗ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਯਾ 'ਸਬਦ' ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨ, ਪੜ੍ਹਨ, ਵਿਚਾਰਨ ਅਤੇ ਗਾਉਣ ਨਾਲ ਹੀ ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ ਦਾ 'ਮੇਲ' ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

‘ਸ਼ਬਦ’ ਦੀ ਵਿਚਾਰ, ਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਕਮਾਈ ਨੂੰ ਇਕ ਨੁਕਤੇ ਤੇ ਟਿਕਾਉਣਾ ਜਾਂ ‘ਇਕ ਸੁਰ’ ਕਰਨਾ ਹੀ ‘ਪਿਆਨ’ ਅਥਵਾ ਇਕਾਗਰਤਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ‘ਸ਼ਬਦ-ਸੁਰਤਿ-ਲਿਵਲੀਨ’ ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਅਤਿ ਸੁਖਮ ‘ਸ਼ਬਦ-ਸੁਰਤਿ’ ਦੀ ਕਮਾਈ ਲਈ ਚੇਤਨਤਾ, ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ, ਬੇਅੰਤ ਘਾਲਣਾ ਅਤੇ ਸਹੀ ਅਗਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

‘ਗੁਰਬਾਣੀ’ ਜਾਂ ‘ਸਬਦ’ ਨੂੰ ਇਕਾਗਰ ਚਿੱਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਇਕ ਉਦਾਹਰਣ ਦਿਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ —

ਆਤਸੀ ਸ਼ੀਸ਼ੇ (convex lens) ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਉਤੇ ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਪੈ ਕੇ, ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿਚ ਦੀ ਲੰਘਦੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਲੱਖਾਂ ਕਿਰਨਾਂ, ਇਕੱਠੀਆਂ ਅਤੇ ਇਕਾਗਰ (converge) ਹੋ ਕੇ, ਇਕ ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ ਗੂੜ੍ਹੀ ਕਿਰਨ (condensed powerful beam) ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਗੂੜ੍ਹੀ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਕਿਰਨ ਵਿਚ ਸੂਰਜ ਦੀ ਗਰਮੀ ਦੀ ਤੀਖਣਤਾ (intensity of heat) ਇਤਨੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਉਹ ਕਾਗਜ਼ ਨੂੰ ਸਾੜ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਕਿ ਸਾਧਾਰਨ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਕਾਗਜ਼ ਉਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਿਥੇ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ, ਕੇਂਦਰਤ ਕਿਰਨ ਵਿਚ ਗਰਮੀ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਥੇ ਇਸ ਕਿਰਨ ਵਿਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਵੀ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਵੇਂ ਹੀ 'ਸਬਦ' ਵਿਚ 'ਸੁਰਤਿ' ਜੋੜਨ ਨਾਲ, ਸੁਰਤਿ ਦੀ ਇਕਾਗਰ ਹੋਈ ਦਾਮਨਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦੇ ਤੇਜ਼ ਨਾਲ ਸਾਡੀਆਂ ਖਿੰਡੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ 'ਸੜ' ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜਿਆਦਾ ਤਰ ਜਿਗਿਆਸੂ 'ਸਬਦ' ਨੂੰ ਖਿਆਨ ਤੇ ਇਕਾਗਰ ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਦੇ ਜਾਂ ਸੁਣਦੇ, ਇਸੇ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਸਬਦ' ਦੀਆਂ ਦੈਵੀ ਬਰਕਤਾਂ ਨਸੀਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। 'ਸਬਦ' ਨੂੰ ਇਕਾਗਰ ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਾਰਨ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਪ੍ਰਤੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਸੋਧ, ਪੇਰਨਾ ਅਤੇ ਲਾਭ ਦਰਸਾਏ ਹਨ —

ਪਿਰੂ ਗੀਸਾਲ੍ਹ ਤਾ ਮਿਲੈ ਜਾ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸੁਣੀ॥

(ਪੰਨਾ-੧੮)

ਜਿਨ ਸਬਦਿ ਗੁਰੂ ਸ੍ਰਿਣਿ ਮੰਨਿਆ

ਤਿਨ ਮਨਿ ਧਿਆਇਆ ਹਰਿ ਸੇਇ॥

(ਪੰਨਾ-੨੨)

ਇਮਿ ਇਮਿ ਵਰਸੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਧਾਰਾ ॥

ਮਨੁ ਪੀਵੈ ਸੁਨਿ ਸਬਦੁ ਬੀਚਾਰਾ॥

(ਪੰਨਾ-੧੦੨)

ਸਬਦਿ ਸੁਣੀਐ ਸਬਦਿ ਬੁਝੀਐ ਸਚਿ ਰਹੈ ਲਿਵਲਾਇ॥

(ਪੰਨਾ-੪੨੮)

ਕੰਨੀ ਸੁਣਿ ਸੁਣਿ ਸਬਦਿ ਸਲਾਹੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਿਦੈ ਵਸਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-੫੮੯)

3. ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ — ਅਸਲ ਵਿਚ ਮਨ ਦੀਆਂ ਬਣੀਆਂ ਨੀਵੀਆਂ ਤੇ ਵਿਕਾਰੀ ਰੁਚੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਮਨੁੱਖੀ 'ਸੁਰਤਿ' ਦਿਨ-ਰਾਤ ਘਟੀਆ ਕਿਸਮ ਦੇ —

ਸੁਆਦਾਂ
ਖਿਆਲਾਂ
ਵਲਵਲਿਆਂ
ਦਿਸ਼ਾਂ
ਮਾਇਕੀ 'ਰੋਲ-ਘਰੋਲੇ'

ਵਿਚ ਖੱਚਤ ਹੋਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ, ਸਤਿਗੁਰ ਦਾ 'ਤਤ-ਸਬਦ' ਸੁਣਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮਿਠਾ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਚਾਈ ਬਾਬਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਕਟਾਖ ਕਰਦੀ ਹੈ —

ਮਾਇਆਧਾਰੀ ਅਤਿ ਅੰਨਾ ਬੋਲਾ॥

ਸਬਦੁ ਨ ਸੁਣਈ ਬਹੁ ਰੋਲ ਘਰੋਲਾ॥ (ਪੰਨਾ-੩੧੩)

ਰੇ ਜਨ ਉਥਾਰੈ ਦਬਿਓਹੁ ਸੁਤਿਆ ਗਈ ਵਿਹਾਇ॥

ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸੁਣਿ ਨ ਜਾਗਿਓ
ਅੰਤਰਿ ਨ ਉਪਜਿਓ ਚਾਉ॥ (ਪੰਨਾ-੯੪੧)

ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਅਤੇ ਅਗਵਾਈ ਅਥਵਾ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ਵਿਚ —

1. 'ਸਬਦ' ਦੀ ਸੂਖਮਤਾ, ਬਰੀਕੀ, ਗਹਿਰਾਈਆਂ ਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਣਨ ਲਈ,
2. 'ਸੁਰਤਿ' ਨੂੰ 'ਸੁਚੇਤ' ਤੇ ਸਾਵਧਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ,
3. 'ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ' ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਲਈ,
4. ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਪਾਠ, ਕੀਰਤਨ, ਨਿਤਨੇਮ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਨ ਲਈ, 'ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚਾਰ' ਅਤੇ ਸਬਦ ਦੀ ਕਮਾਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਊਤਮ ਕਰਣੀ ਸਬਦ ਬੀਚਾਰ॥

(ਪੰਨਾ-੧੫੮)

ਸਾਚੇ ਰਾਤੀ ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰ॥

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪੀਵੈ ਨਿਰਮਲ ਧਾਰ॥ (ਪੰਨਾ-੧੫੮)

ਅਹਿਨਿਸਿ ਰੰਗਿ ਰਾਤੀ ਜੀਉ ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰੇ॥

(ਪੰਨਾ-੨੪੪)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਭਗਤਿ ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪਿਆਰੁ॥

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਹਜਿ ਵੀਚਾਰੁ॥

(ਪੰਨਾ-੩੬੮)

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਵੀਚਾਰਿ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਜਖੁ ਜਾਪਣਾ॥

(ਪੰਨਾ-੫੧੯)

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਜਗਿਆਸੂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ 'ਦਿਮਾਗੀ ਵਿਚਾਰ' ਕਰਕੇ ਹੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਆਤਮਿਕ ਨਾਮ-ਰਸ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਸ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਢਾਲਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਕਬਾ-ਵਾਰਤਾ ਕੇਵਲ ਦਿਮਾਗੀ ਬੁਗਲ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਉਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਜਿਸ 'ਵਿਚਾਰ' ਵੱਲ 'ਸਤਿਗੁਰੂ' ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਤਾਂ 'ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ' ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਧੂਰੋਂ ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ ਵਿਚੋਂ ਆਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਿਚ ਦਰਸਾਏ ਆਤਮਿਕ ਗੁੱਝੇ ਭੇਦ, ਗਿਆਨ, 'ਨਾਮ', ਆਦਿ ਬੁੱਧੀ ਦੀ ਪਕੜ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ 'ਇਲਾਹੀ ਬਾਣੀ' ਨੂੰ 'ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ' ਦੁਆਰਾ ਹੀ —

ਬੁੱਝਿਆ

ਸੀਝਿਆ

ਪਹਿਚਾਣਿਆ

ਚੀਨਿਆ

ਸੁਣਿਆ

ਸਮਝਿਆ

ਕਮਾਇਆ

ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ 'ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ' (intuitive realization) ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ —

ਸ਼ਰਧਾ

ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ

ਲਗਨ

ਭਾਵਨਾ

ਇਕਾਗਰਤਾ

ਸਿਮਰਨ

ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਅਤੇ

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ

ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

‘ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ’ ਬਾਰੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਸਪਸ਼ਟ ਸੰਕੇਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ —

ਚੀਨਤ ਚੀਤੁ ਨਿਰਜਨ ਲਾਇਆ॥

ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਤੌ ਅਨਭਉ ਪਾਇਆ॥

(ਪੰਨਾ-੩੨੮)

ਜੀਵਤ ਪਾਵਹੁ ਮੋਖ ਦੁਆਰ॥

ਅਨੁਭਉ ਸਬਦੁ ਤਤੁ ਨਿਜੁ ਸਾਰ॥

(ਪੰਨਾ-੩੪੩)

ਗੁਰਪਰਸਾਦੀ ਜਾਣੀਐ ਤਉ ਅਨਭਉ ਪਾਵੈ॥

(ਪੰਨਾ-੨੨੫)

ਪੜੀਐ ਗੁਨੀਐ ਨਾਮੁ ਸਭੁ ਸੁਨੀਐ

ਅਨਭਉ ਭਾਉ ਨ ਦਰਸੈ॥

(ਪੰਨਾ-੯੨੩)

ਗੁਰ ਉਪਦੇਸੁ ਅਵੇਸੁ ਕਰਿ ਅਨਭਉ ਪਦ ਪਾਈ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੯/੪)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵਲੀਣ ਹੋਇ ਅਨਭਉ ਅਘੜ ਘੜਾਏ ਰਾਹਣਾ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੧੮/੨੨)

ਅਸਲ ਵਿਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ‘ਪਾਰਸ ਕਲਾ’ ਕੇਵਲ ‘ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ’ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਵਰਤਦੀ ਹੈ।

4. ਸਾਧ ਸੰਗਤ — ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਪੰਗਤੀ —

ਸੰਤਹੁ ਮਾਖਨੁ ਖਾਇਆ ਛਾਡਿ ਪੀਐ ਸੰਸਾਰੁ॥

(ਪੰਨਾ-੧੩੯੮)

ਅਨੁਸਾਰ, ‘ਸਬਦ-ਰੂਪੀ ਦੁਧ’ ਨੂੰ ਬਾਰੰਬਾਰ ‘ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ’ ਦੁਆਰਾ ‘ਰਿੜਕ ਕੇ’ ਅਥਵਾ ਅਭਿਆਸ-ਕਮਾਈ ਕਰਕੇ ਹੀ ਕੋਈ ਵਿਰਲੇ ਗੁਰਮੁਖ ਜਨ ‘ਮੱਖਣ’ ਅਥਵਾ ‘ਤਤ ਸਬਦ’ ਦਾ ਰਸ ਮਾਣਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਲਈ ‘ਸਬਦ’ ਦੀ —

ਕਮਾਈ

ਸੂਖਮਤਾ

ਗਹਿਰਾਈ

ਰਸ

ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ
ਤੱਤ

ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਅਥਵਾ ‘ਸਾਧ-ਸੰਗਤ’ ਕਰਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

‘ਸਬਦ ਦੀ ਕਮਾਈ’ ਕਰਨੀ ਜੋ ਕਿ ਲੋਹੇ ਨੂੰ ਚਬਾਉਣ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ, ‘ਸਾਧ ਸੰਗਤ’ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨ ਤੇ ਸਵਾਦਲੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਅਸਲੀਅਤ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਅਤੇ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਦੀਆਂ ਵਾਰਾਂ ਵਿਚ ਇਉਂ ਦ੍ਰਿੜਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ —

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨਹੀਂ ਕਛੁ ਘਾਲਾ॥

ਦਰਸਨੁ ਭੇਟਤ ਹੋਤ ਨਿਹਾਲਾ॥

(ਪੰਨਾ-੨੨੨)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਵਸੰਦਾ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੧੬/੩)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਗੁਰੁ ਸਬਦ ਵਿਲੋਵੈ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੨੮/੯)

ਗੁਰ ਮੂਰਤਿ ਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਹੈ

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਸਮਸਰਿ ਪਰਵਾਣਾ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੩੨/੨)

੫. ਬਿਸਮਾਦੀ ਸਿਫਤ ਸਾਲਾਹ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮਾ ਭਗਤੀ — ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ‘ਸਿਫਤ-ਸਾਲਾਹ’ ਦੀ ਬਾਬਤ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ —

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸਲਾਹਣਾ ਘਟਿ ਘਟਿ ਡੀਠੁ ਅਡੀਠੁ॥

(ਪੰਨਾ-੫੪)

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸਲਾਹੀਐ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਵੈ॥

(ਪੰਨਾ-੨੯੧)

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸਲਾਹੀਐ ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰੇਮ ਪਿਆਰ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੮੯)

ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਤੇ ‘ਗੁਰ-ਸਬਦ’ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ‘ਸਿਫਤ’ ਤੇ ‘ਪ੍ਰੇਮਾ ਭਗਤੀ’ ਦੇ ਅਥਾਹ ਤੇ ਅਮੁੱਕ ਖਜ਼ਾਨੇ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਕੇਵਲ ਉਸਦੀ ਸਿਫਤ-ਸਾਲਾਹ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਹੀ ਮੁੱਖ ਸਾਧਨ ਦਸੇ ਹਨ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ‘ਸਿਫਤ-ਸਾਲਾਹ’ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਨਿਰਮਲ ‘ਭੈ-ਭਾਵਨੀ’ ਅਤੇ ਫਿਰ ‘ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰੇਮ’ ਉਪਜਦਾ ਹੈ।

ਨਿਰਮਲੁ ਭਉ ਪਾਇਆ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਇਆ

ਹਰਿ ਵੇਖੈ ਰਾਮੁ ਹਦੂਰੇ॥

(ਪੰਨਾ-੨੨੩)

ਭੈ ਬਿਨੁ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਵਈ ਨਾਮਿ ਨ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ॥

(ਪੰਨਾ-੨੮੮)

ਭੈ ਬਿਨੁ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਈ ਕਬਹੀ

ਭੈ ਭਾਇ ਭਗਤਿ ਸਵਾਰੀ॥

(ਪੰਨਾ-੯੧੧)

ਭੈ ਤੇ ਬੈਰਾਗੁ ਉਪਜੈ ਹਰਿ ਖੋਜਤ ਫਿਰਣਾ॥

(ਪੰਨਾ-੧੧੦੨)

ਉਪਰਲੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਸਾਪਸ਼ਟ ਹੈ, ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਅੰਤਰਜਾਮੀ, ਸਰਬ-
ਵਿਆਪਕ, ਹਾਜ਼ਰਾ-ਹਜ਼ੂਰ, ਸਰਬ-ਸਮਰੱਥ, ਆਦਿ ਜਾਣ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ
ਕਰਨ ਨਾਲ, ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਿਰਮਲ 'ਭੈ' ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 'ਭੈ-ਭਾਵਨੀ' ਤੋਂ
'ਪੇਮ' ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ 'ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ' ਤੇ 'ਪੇਮਾ-ਭਗਤੀ' ਹੀ 'ਸਬਦ ਦੀ
ਕਮਾਈ' ਅਤੇ 'ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰਾਪਤੀ' ਦੇ ਮੁੱਖ ਸਾਧਨ ਹਨ —

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਾਲਾਹਿ ਪੂਰਾ ਪਾਇਆ॥

(ਪੰਨਾ-੧੫੦)

ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਰਹਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ

ਗੁਣ ਕਹਿ ਗੁਣੀ ਸਮਾਵਣਿਆ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੨)

ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨ ਜਾਨੁਓ

ਕੀਨੀ ਭਗਤਿ ਪ੍ਰੇਮ ਲਿਵ ਲਾਈ॥

(ਪੰਨਾ-੧੪੦੬)

ਸਾਚੁ ਕਹੋ ਸੁਨ ਲੇਹੁ ਸਭੈ

ਜਿਨ ਪ੍ਰੇਮ ਕੀਓ ਤਿਨ ਹੀ ਪ੍ਰਭ ਪਾਇਓ॥

(ਸਵੱਜੇ ਪਾ. ੧੦)

ਜਦ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ ਨਾਲ
'ਯਾਦ' ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸ
ਗੁਰਮੁਖ ਦੀ 'ਸੰਗਤ' ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਦੈਵੀ ਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਸ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਉਣ ਅਤੇ 'ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ' ਕਰਨ ਨਾਲ
ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਇਲਾਹੀ ਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਕਰਤਿਆ ਹਰਿ ਸਿਉ ਲਿਵ ਲਾਇ॥

ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਕਰਮੀ ਬੋਲੈ ਬੋਲਾਇ॥

(ਪੰਨਾ-੫੧੪)

ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਬਾਣੀ ਸਚੁ ਹੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਧੀ ਭਾਲਿ॥

ਵਾਹਿ ਵਾਹੁ ਸਬਦੇ ਉਚਰੈ ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਹਿਰਦੈ ਨਾਲਿ॥

ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਕਰਤਿਆ ਹਰਿ ਪਾਇਆ ਸਹਜੇ ਗੁਰਮੁਖਿ ਭਾਲਿ॥ (ਪੰ.-੫੧੪)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪੀਵਣਾ ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਕਰਹਿ ਲਿਵ ਲਾਇ॥ (ਪੰਨਾ-੫੧੫)

ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਗੁਰਸਿਖ ਨਿਤ ਸਭ ਕਰਹੁ
ਗੁਰ ਪੂਰੇ ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਭਾਵੈ॥ (ਪੰਨਾ-੫੧੫)

‘ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ’ ਦੀ ਕਮਾਈ ਲਈ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਉਣੇ ਅਥਵਾ ‘ਕੀਰਤਨ ਕਰਨਾ’ ਅਤਿਅੰਤ ਸਹਾਇਕ ਹੈ।

‘ਬਿਸਮਾਦੀ ਸਿਫਤ’ ਅਤੇ ‘ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰੇਮ’ ਦਾ ਰਸ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਜੰਗਿਆਸੂਨ੍ਹ ਆਪਣੀ ਨਿਜੀ ਹਸਤੀ ਯਾ ‘ਵਡਿਆਈ’ ਫੋਕੀ ਤੇ ਛਜੂਲ ਭਾਸਣ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ‘ਮਾਂ’ — ਬੱਚੇ ਦੇ ਤੀਬਰ ਪਿਆਰ ਵਿਚ, ਉਸ ਦੀ ਸਿਫਤ-ਸਾਲਾਹ ਕਰਦੀ ਨਹੀਂ ਬਕਦੀ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰਮੁਖ ਜਨ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫਤ-ਸਾਲਾਹ ਕਰਦੇ ਨਹੀਂ ਰਜਦੇ।

ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਸਾਲਾਹਿ ਨ ਰਜੈ ਤੁਧੁ ਕਰਤੇ
ਤੂ ਹਰਿ ਸੁਖ ਦਾਤਾ ਵਡਨੁ॥ (ਪੰਨਾ-੫੫੨)

ਜਿਉ—ਜਿਉ: ਸਿਫਤ-ਸਾਲਾਹ ਦਾ ‘ਰਸ’ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਸਿਫਤ ਕਰਨ ਦਾ ‘ਚਾਉ’ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਿਰਮਲ ‘ਭੈ’ ਅਤੇ ‘ਪ੍ਰੇਮ’ ਵੀ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਵਧਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਭੂ ਤੇ ਉਸਦੀ ਕੁਦਰਤ ਬੇਅੰਤ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਇਲਾਹੀ ਮੰਡਲ ਦੀ ‘ਅਸਚਰਜਤਾ’ ਅਤੇ ‘ਪ੍ਰਿਮ ਰਸ’ ਭੀ ਅਥਾਹ, ਅਪਾਰ, ਨਿਤ-ਨਵਾਂ ਅਤੇ ‘ਨੇਹੁ ਨਵੇਲਾ’ ਹੈ —

ਓਹੁ ਨੇਹੁ ਨਵੇਲਾ॥

ਅਪੁਨੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਸਿਉ ਲਾਗਿ ਰਹੈ॥ (ਪੰਨਾ-੪੦੨)

ਸਾਹਿਬੁ ਮੇਰਾ ਨੀਤ ਨਵਾ ਸਦਾ ਸਦਾ ਦਾਤਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ-੬੬੦)

ਮਹਾ ਮੰਗਲੁ ਰਹਸੁ ਥੀਆ

ਪਿਰੁ ਦਿਆਲੁ ਸਦ ਨਵਰੰਗੀਆ॥ (ਪੰਨਾ-੨੦੪)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਪਰਚਾਇਕੈ ਨਿਤ ਨੇਹੁ ਨਵੇਲਾ। (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. ੧੩/੧੪)

ਐਸੇ ‘ਰੱਬੀ-ਬਿਸਮਾਦ’ ਤੇ ‘ਇਲਾਹੀ ਪ੍ਰਿਮ ਰਸ’ ਦੇ ਅਹਿਲਾਦ ਵਿਚ ਮਾਇਆ ਦੀ ਹੋਂਦ ਤੇ ‘ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਮੋਹ’ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਅਲੋਪ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਏਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ‘ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ’ ਵਿਚ ‘ਲਿਵ-ਲੀਨ’ ਹੋਣ ਨਾਲ — ਮਨ, ਬੁੱਧੀ, ਅੰਹਕਾਰ ਅਥਵਾ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਦੀ ਸਾਰੀ ਕੁਦਰਤ ਹੀ ਛਾਈਂ-ਮਾਈਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਥੋਂ ਤਾਂਈ ਕਿ ਮਾਨਸਿਕ ਹਾਲਤ ਦਾ ਭੀ ਅਭਾਵ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

6. ਬਾਰੰਬਾਰ ਅਭਿਆਸ — ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਸਾਡੀ 'ਸੁਰਤਿ', ਮਾਇਆ ਦੇ ਬਹੁਰੰਗਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਹੋ ਕੇ ਰਸ ਲੈਣ ਲਈ —

‘विचित्रता
नवीनता
बिन्नता
व्यधरेवां

ਲੋੜਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਮਨਮੋਹਣੀ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਖੱਚਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਮਾਇਆ ਬਿਆਪਤ ਬਹੁ ਪਰਕਾਰੀ॥ (ਪੰਨਾ-੧੮੨)

ਮਾਇਆ ਚਿਤੁ ਬਚਿਤੁ ਬਿਮੋਹਿਤ ਬਿਰਲਾ ਬੁਝੈ ਕੋਈ॥ (ਪੰਨਾ-੪੮੫)

ਤ੍ਰਿਸਨ ਨੇ ਬੁਝੀ ਬਹੁ ਰੰਗ ਮਾਇਆ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੯੮)

ਇਸ ਲਈ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਸਾਡੀ ਸੁਰਤਿ ਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਮਾਇਕੀ ਰਸਾਂ ਤੋਂ ਮੋੜਨ ਲਈ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਅਨੰਤ ਤਰੰਗਾਂ ਵਾਲੀ ਰਸੀਲੀ ਤੇ ਬਿਸਮਾਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਸਾਲਾਹ ਅਤੇ ਨਿਤ ਨਵੀਂ ਤੇ ਰੰਗੀਲੀ 'ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ' ਦੇ —

ਬਾਰੰਬਾਰ ਅਭਿਆਸ ਦੁਆਰਾ

ਸੁਰਤਿ ਨੰ -

ਨਵੀਂ
ਉਚੇਰੀ
ਰਸੀਲੀ
ਅਨਹਦ
ਆਸਚਰਯ

ਜੀਵਨ ਸੇਧ ਵੱਲ ਤੈਰਿਆ ਹੈ।

ਦੂਜੇ ਲੁਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ 'ਸਬਦ-ਸਰਤਿ' ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ —

1. ‘ਸੁਰਤ’ – ਮਾਇਕੀ ਰਸਾਂ-ਕਸਾਂ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

2. 'ਮਾਨਸਿਕ ਸੁੰਨ' ਜਾਂ 'ਸੂਨ' (Mental psychological emptiness) ਵਿਚੋਂ
ਨਿਕਲ ਕੇ,

3. ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ —

ਬਿਸਮਾਦੀ ਸਿਫਤ
ਪ੍ਰੇਮ-ਸਵੈਪਨਾ
ਚੁਪ-ਪ੍ਰੀਤ
ਸ਼ੁਕਰ
ਅਰਦਾਸ
ਭੈ-ਭਾਵਨੀ
ਬੈਰਾਗ

ਦੇ ਇਲਾਹੀ ਮੰਡਲ ਦੇ ਅਨੁਭਵੀ ਵਲਵਲਿਆਂ ਵਿਚ ਉਡਾਰੀਆਂ ਲਾਉਂਦੀ ਹੈ।

'ਬਾਰੰਬਾਰ ਅਭਿਆਸ', ਸਬਦ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਇਕ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅੰਗ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਅਜ ਕਲ ਦੇ ਸਿਆਣੇ ਜਗਿਆਸੂ ਬਹੁਤ ਕੰਨੀ ਕਤਰਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਘਾਲਣਾ, ਧੀਰਜ ਅਤੇ ਸ਼ਰਧਾ ਲੋੜੀਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ 'ਅਲੂਣੀ ਸਿਲ ਚੱਟਣ' ਦੀ ਨਿਆਈ ਹੈ।

ਖਿੰਡੇ ਹੋਏ ਤਿਸ਼ਨਾਲੂ ਮਨ ਨੂੰ ਟਿਕਾਉਣ ਦਾ ਇਕੋ-ਇਕ ਸਾਧਨ ਭਾਵਨਾ
ਸਹਿਤ —

'ਸਬਦ' ਦਾ ਬਾਰੰਬਾਰ

ਅਭਿਆਸ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ ਤੇ ਵਿਧੀ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ
ਗਿਆ ਹੈ —

ਇਕ ਦੂਜੀਭੋਂ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸਾ॥

ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੋੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸਾ॥

(ਪੰਨਾ-੨)

ਉਚਰਹੁ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਲਖ ਬਾਰੀ॥

(ਪੰਨਾ-੧੯੪)

ਬਾਰੰਬਾਰ ਬਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਜਪੀਐ॥

ਪੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਇਹੁ ਮਨੁ ਤਨੁ ਧ੍ਰੀਐ॥

(ਪੰਨਾ-੨੮੬)

ਬਾਰ ਬਾਰ ਹਰਿ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਵਉ॥

ਗੁਰ ਗਮਿ ਭੇਦੁ ਸੁ ਹਰਿ ਕਾ ਪਾਵਉ॥

(ਪੰਨਾ-੩੪੪)

ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਨਾਮੁ ਬਾਰੰਬਾਰ॥
ਨਾਨਕ ਜੀਅ ਕਾ ਇਹੈ ਆਧਾਰ॥

(ਪੰਨਾ-੨੯੫)

ਵੇਖਣ ਵਿਚ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਜਗਿਆਸੂ 'ਮਾਨਸਿਕ ਸੁੰਨ' ਜਾਂ ਸ਼ੂਨ (thoughtless state of mind) ਨੂੰ ਹੀ 'ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ' ਦੀ 'ਅੰਤਿਮ ਮੰਜ਼ਿਲ' ਅਥਵਾ 'ਪੂਰਨ ਪਾਪਤੀ' ਮੰਨ ਕੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹਨ। ਐਸੇ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਕੋਲੋਂ ਭੁੱਲ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ 'ਮੰਤਰ' ਦਾ ਭਾਵਨਾ-ਹੀਣ ਫੇਕਾ ਰਟਨ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਉਪਰਲੀ ਵਿਚਾਰ ਦੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦੀ ਹੈ —

ਸੁੰਨੋ ਸੁੰਨੁ ਕਹੈ ਸਭੁ ਕੋਈ॥
ਅਨਹਤ ਸੁੰਨੁ ਕਹਾ ਤੇ ਹੋਈ॥

(ਪੰਨਾ-੯੪੩)

ਨਉਸਰ ਸੁਭਰ ਦਸਵੈ ਪੂਰੇ॥
ਤਹ ਅਨਹਤ ਸੁੰਨ ਵਜਾਵਹਿ ਤੂਰੇ॥
ਸਾਚੈ ਰਾਚੇ ਦੇਖਿ ਹਜੂਰੇ॥
ਘਟਿ ਘਟਿ ਸਾਚੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰੇ॥
ਗੁਪਤੀ ਬਾਣੀ ਪਰਗਟੁ ਹੋਇ॥
ਨਾਨਕ ਪਰਖਿ ਲਏ ਸਚ ਸੋਇ॥

(ਪੰਨਾ-੯੪੩-੪੪)

'ਜੋਗੀ', ਮਨ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰੀ ਚੇਸ਼ਟਾ ਤੋਂ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਹਾਲਤ ਨੂੰ 'ਸੁੰਨ' ਜਾਂ 'ਅਨਹਤ ਸੁੰਨ' ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਇਆ, ਕਿ ਇਸ ਸੁੰਨ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਨੌਵਾਂ ਗੋਲਕਾਂ ਤੇ ਬਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦੈਵੀ ਗੁਣਾਂ ਤੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸੁੰਨ (emptiness) ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਸੁਰਤਿ ਵਿਚ ਆਤਮ-ਮੰਡਲ ਦਾ ਰਸੀਲਾ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵ ਆਤਮਿਕ ਅਨੰਦ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੁਰਤਿ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਹਾਜ਼ਰ-ਨਾਜ਼ਰ ਪ੍ਰਤੱਖ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। 'ਸਬਦ' ਦਾ ਅਨੁਭਵੀ ਅਰਥ ਬੁੱਝ ਲਈਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ 'ਤੱਤ' ਵੱਲ 'ਸਬਦ' ਸੰਕੇਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ 'ਪ੍ਰਗਟ ਪਹਾਰੇ' ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਾਈ ਗੀ ਪੇਖਿ ਰਹੀ ਬਿਸਮਾਦ॥
ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਮੋਹਿਓ ਅਚਰਜ ਤਾ ਕੇ ਸ੍ਰਾਦ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੨੬)

ਸੁਨਹੁ ਲੋਕਾ ਮੇ ਪ੍ਰੇਮ ਰਸੁ ਪਾਇਆ॥
ਦੁਰਜਨ ਮਾਰੇ ਵੈਰੀ ਸੰਘਾਰੇ
ਸਤਿਗੁਰਿ ਮੋ ਕਉ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਦਿਵਾਇਆ॥

(ਪੰਨਾ-੩੨੦)

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਜੋਗੀਆਂ ਦੀ ਰਸ-ਹੀਣ ਅਤੇ ਅਫੁਰ 'ਸੁੰਨ' ਕੇਵਲ 'ਸਰੀਰਕ-ਸਮਾਪਿੰਨ' ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜਾਗਰਤ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਐਸੀ 'ਸੁੰਨ' ਦਾ ਕੋਈ ਅਰਥ ਜਾਂ ਲਾਭ ਨਹੀਂ।

7. ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਣਾ — ਸਾਧਾਰਣ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਾਇਕੀ ਤੇ ਸੰਸਾਰਕ ਜੀਵਨ, ਬਾਹਰ-ਮੁਖੀ ਬਿਰਤੀ ਵਾਲਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ, ਉਹ ਧਾਰਮਿਕ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸਾਧਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦਿਮਾਗੀ ਪੱਧਰ ਦੀ ਬਾਹਰਲੀ ਖੋਜ-ਪੜਤਾਲ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਸਮਝ ਬੈਠਦਾ ਹੈ। ਇਹੋ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਭੁਲੇਖਾ ਹੈ।

'ਸਬਦ' ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਤ੍ਰ-ਆਤਮੇ ਵਸਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਖੋਜ ਭੀ ਅੰਤ੍ਰ-ਮੁਖੀ ਸਬਦ ਕਮਾਈ ਦੁਆਰਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਭ ਕਿਛੁ ਘਰ ਮਹਿ ਬਾਹਰਿ ਨਾਹੀ॥

ਬਾਹਰਿ ਟੋਲੈ ਸੋ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਹੀ॥

(ਪੰਨਾ-੧੦੨)

ਘਰ ਹੀ ਮਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਭਰਪੂਰ ਹੈ

ਮਨਮੁਖਾ ਸਾਦੁ ਨ ਪਾਇਆ॥

(ਪੰਨਾ-੯੪੪)

ਸੁ ਸਬਦ ਕਉ ਨਿਰੰਤਰਿ ਵਾਸੁ ਅਲਖ

ਜਹ ਦੇਖਾ ਤਹ ਸੋਈ॥

(ਪੰਨਾ-੯੪੪)

ਅਸਲ ਵਿਚ ਸਾਡਾ ਮਨ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂਤਰਾਂ ਤੋਂ ਮਾਇਆ ਤੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿਚ 'ਅਨੇਕਾਂ-ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ' ਵੱਲ ਭਟਕਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਭਟਕਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਵੱਸ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਇਉਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ —

ਜਿਚਰੁ ਇਹੁ ਮਨੁ ਲਹਗੀ ਵਿਚਿ ਹੈ ਹਉਮੈ ਬਹੁਤੁ ਅਹੰਕਾਰੁ॥

ਸਬਦੈ ਸਾਦੁ ਨ ਆਵਈ ਨਾਮਿ ਨ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੪੨)

ਸਾਥੋ ਇਹੁ ਮਨੁ ਗਹਿਓ ਨ ਜਾਈ॥

ਚੰਚਲ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਸੰਗਿ ਬਸਤੁ ਹੈ ਯਾ ਤੇ ਬਿਰੁ ਨ ਰਹਾਈ॥

(ਪੰਨਾ-੨੧੯)

ਮਨੁਆ ਜੀਤੈ ਹਰਿ ਮਿਲੈ ਤਿਹ ਸੂਰਤਣ ਵੇਸ॥

(ਪੰਨਾ-੨੫੯)

ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਬਾਰ-ਬਾਰ —

ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਣ

ਮਨ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ

ਮਨ ਨੂੰ ਘੜਨ

ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਰਨ

ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੜਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਹੈ, ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਬਾਹਰਲੇ
ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਭਾਵਨਾ ਰਹਿਤ ਕਰਮ-ਕਾਂਡਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਤੇ ਮਸਤ ਹੈ। 'ਮਨ' ਯਾ
'ਦਿਲ' ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ —

ਇਸ ਮਨ ਕਉ ਕੋਈ ਖੋਜਹੁ ਭਾਈ॥

ਮਨੁ ਖੋਜਤ ਨਾਮੁ ਨਉਨਿਧਿ ਪਾਈ॥

(ਪੰਨਾ-੧੧੨੮)

ਬੰਦੇ ਖੋਜੁ ਦਿਲ ਹਰ ਰੋਜ ਨਾ ਫਿਰੁ ਪਰੇਸਾਨੀ ਮਾਹਿ॥

(ਪੰਨਾ-੨੨੭)

ਜਿਨੀ ਅੰਦਰੁ ਭਾਲਿਆ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਸੁਹਾਵੈ॥

(ਪੰਨਾ-੧੦੯੧)

ਹਰਿ ਮੰਦਰੁ ਸਬਦੇ ਖੋਜੀਐ ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਲੇਹੁ ਸਮਾਲਿ॥

(ਪੰਨਾ-੧੩੪੯)

ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਿਨੁ ਆਪਾ ਚੀਨੈ ਮਿਟੈ ਨ ਭ੍ਰਮ ਕੀ ਕਾਈ॥

(ਪੰਨਾ-੬੮੪)

ਪੰਡਿਤ ਇਸੁ ਮਨ ਕਾ ਕਰਹੁ ਬੀਚਾਰੁ॥

ਅਵਰੁ ਕਿ ਬਹੁਤਾ ਪੜਹਿ ਉਠਾਵਹਿ ਭਾਰੁ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੬੧)

ਮਨ ਕੀ ਪਤ੍ਰੀ ਵਾਚਣੀ ਸੁਖੀ ਹੂ ਸੁਖ ਸਾਰੁ॥

(ਪੰਨਾ-੧੦੯੩)

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ॥

(ਪੰਨਾ-੮)

ਕੂਟਨੁ ਸੋਇ ਜੁ ਮਨ ਕਉ ਕੂਟੈ॥

ਮਨ ਕੂਟੈ ਤਉ ਜਮ ਤੇ ਛੂਟੈ॥

(ਪੰਨਾ-੮੨੨)

ਮਨ ਮਰੈ ਧਾਤੁ ਮਰਿ ਜਾਇ॥

ਬਿਨੁ ਮਨ ਮੂਏ ਕੈਸੇ ਹਰਿ ਪਾਇ॥

ਇਹੁ ਮਨੁ ਮਰੈ ਦਾਰੂ ਜਾਣੇ ਕੋਇ॥

ਮਨੁ ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਬੂਝੈ ਜਨੁ ਸੋਇ॥

(ਪੰਨਾ-੬੬੫)

ਫਰੀਦਾ ਜੇ ਤੂ ਅਕਲਿ ਲਤੀਫ਼ ਕਾਲੇ ਲਿਖੁ ਨ ਲੇਖ॥

ਆਪਨੜੇ ਗਿਰੀਵਾਨ ਮਹਿ ਸਿਰੁ ਨੀਵਾਂ ਕਰਿ ਦੇਖੁ॥

(ਪੰਨਾ-੧੩੨੮)

ਭਗਤ ਸ਼ੇਖ ਫਰੀਦ ਜੀ ਦੀ ਉਪਰਲੀ ਪੰਗਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਆਧੁਨਿਕ ਮਨੁੱਖ 'ਅਕਲਿ
ਲਤੀਫ਼' ਦੀ ਅਤਿਅੰਤ ਬਾਰੀਕ ਤੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਬੁੱਧੀ ਜੇ ਭਟਕਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਤੇ ਘੜਨ
ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਏ, ਤਾਂ ਇਹ ਇਨਸਾਨ ਦੇ —

ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਮਾਇਕੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ
ਬਦਲ ਕੇ
ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਤੇ ਆਤਮ ਪਾਇਣ
ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਲਈ 'ਸਬਦ' ਦੁਆਰਾ ਲਗਾਤਾਰ ਭਾਵਨਾ ਸਹਿਤ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ —

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵ ਸਾਧ ਸੰਗਿ
ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਅੰਦਰਿ ਆਣੈ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੬/੧੯)

ਇਕ ਮਨਿ ਇਕੁ ਅਗਾਪਣਾ
ਬਾਹਰਿ ਜਾਂਦਾ ਵਰਜਿ ਰਹਾਵੈ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੨੮/੧੯)

ਸੇ ਵਡਭਾਗੀ ਜਿਨ ਸਬਦੁ ਪਛਾਣਿਆ॥
ਬਾਹਰਿ ਜਾਂਦਾ ਘਰ ਮੁਹਿ ਆਣਿਆ॥

(ਪੰਨਾ-੧੧੨੫)

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਅੰਤਰਿ ਬ੍ਰਹਮੁ ਪਛਾਣੁ॥

(ਪੰਨਾ-੩੬੪)

ਤਾਂ ਤੇ, ਮਨ ਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਖੋਜਣ ਦੇ ਨਾਲ —

ਮਨ ਦੀ ਭਟਕਣਾ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤਿਸ਼ਨਾ, ਚਿੰਤਾ, ਡਰ, ਦਵੈਤ ਆਦਿ ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਭਿਆਨਕ ਰੂਪ ਵਿਚ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੂਨੀ 'ਧਾਣਕ' ਜਾਂ 'ਭਿਆਨਕ' ਰੂਪ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰਕੇ ਅੰਕਾਰ ਟੁਟਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਬਦ-ਸੁਰਤਿ ਦਾ ਮੇਲ ਵੱਧਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਮੀਰ ਜਾਂ ਆਤਮਾ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਬਲਵਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਘਾਲਣਾ ਅਤਿ ਕਠਿਨ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਹੋਣ ਨਾਲ, ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਹਰ ਵਕਤ ਆਪਣੀ ਗੁੱਝੀ ਤੇ ਵਿਕਾਰੀ ਗਿਲਾਨੀ ਦੀ

ਬਦਸ਼ਾ
ਸੜ੍ਹਾਂਦ

ਹਵਾੜ

ਭੜਾਸ

ਦੁਰਗੰਧ

ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਅਤਿਅੰਤ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਉਪਜੇ ਹਰ ਨੀਵੋਂ ਖਿਆਲ, ਫੁਰਨੇ ਅਤੇ ਵਲਵਲੇ ਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨਤਾ ਅਤੇ ਗੁਰ ਸਬਦ ਦੁਆਰਾ, ਤਤ-ਛਿਨ ਪਛਾਣ ਕੇ, ਮਹਿਸੂਸ ਜਾਂ ਅਨੁਭਵ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਉਚੇਰੀ ਦੈਵੀ ਭਾਵਨਾ ਵੱਲ ਬਦਲਣਾ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਪੰਗਤੀਆਂ ਮਨ ਨੂੰ 'ਮਾਰਨ' ਪ੍ਰਤੀ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਮਨ ਦੇ ਖਿਆਲਾਂ, ਫੁਰਨਿਆਂ ਤੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਸਦਾ ਵਾਸਤੇ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਪਰ ਹਰ ਫੁਰਨੇ, ਖਿਆਲ ਤੇ ਭਾਵਨਾ ਉਤੇ ਨਵੀਂ ਆਤਮਿਕ 'ਪਿਉਂਦ' ਜਾਂ 'ਰੰਗਤ' ਚਾੜੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਨ ਕਾ ਸੁਭਾਉ ਮਨਹਿ ਬਿਆਪੀ॥

ਮਨਹਿ ਮਾਰਿ ਕਵਨ ਸਿਧਿ ਬਾਪੀ॥

ਕਵਨੁ ਸੁ ਮੁਨਿ ਜੋ ਮਨੁ ਮਾਰੈ॥

ਮਨ ਕਉ ਮਾਰਿ ਕਹਹੁ ਕਿਸੁ ਤਾਰੈ॥

ਮਨ ਅੰਤਰਿ ਬੋਲੈ ਸਭੁ ਕੋਈ॥

ਮਨ ਮਾਰੇ ਬਿਨੁ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਈ॥

(ਪੰਨਾ-੩੨੯)

ਇਸ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਜਿਥੇ ਭੀ ਮਨ ਨੂੰ 'ਮਾਰਨ' ਪ੍ਰਤੀ ਵਿਚਾਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਮਨ ਦੇ ਹਰ ਨੀਵੋਂ ਖਿਆਲ, ਦ੍ਰਿਸ਼, ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਗਿਆਨ ਰੂਪੀ ਹਥੋੜੇ ਨਾਲ ਸੱਟਾਂ ਮਾਰਨੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਆਸ਼-ਤਿਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ ਹੋੜ ਕੇ, ਨਿਰਮਲ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸੇਵਾ-ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਉਮਾਹ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਆਤਮਿਕ ਸੇਧ ਦੇਣੀ ਹੈ ਅਥਵਾ 'ਪਿਉਂਦ' ਚਾੜੀ ਹੈ —

ਜਤੁ ਪਾਹਾਰਾ ਧੀਰਜੁ ਸੁਨਿਆਰੁ॥

ਅਹਰਣਿ ਮਤਿ ਵੇਦੁ ਹਥਿਆਰੁ॥

(ਪੰਨਾ-੮)

ਸਬਦੁ ਸੁਝੈ ਤਾ ਮਨ ਸਿਉ ਲੁਝੈ

ਮਨਸਾ ਮਾਰਿ ਸਮਾਵਣਿਆ॥

(ਪੰਨਾ-੧੧੩)

ਮਨੁ ਮਰੈ ਧਾਤੁ ਮਰਿ ਜਾਇ॥
ਬਿਨੁ ਮਨ ਮੂਲੇ ਕੈਸੇ ਹਰਿ ਪਾਇ॥
ਇਹੁ ਮਨੁ ਮਰੈ ਦਾਤੁ ਜਾਣੈ ਕੋਇ॥
ਮਨੁ ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਬੁਝੈ ਜਨੁ ਸੋਇ॥

(ਪੰਨਾ-੬੬੫)

ਤਹ ਛੁਟੈ ਸੋਈ ਜੁ ਹਰਿ ਭਜੈ ਸਭ ਤਜੈ ਬਿਕਾਰਾ।
ਇਸ ਮਨ ਚੰਚਲ ਕਉ ਘੇਰ ਕਰਿ ਸਿਮਰੈ ਕਰਤਾਰਾ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੪੧/੧੮)

ਇਹ ਗਾਖੜੀ ਖੇਡ 'ਗੁਰਪ੍ਰਸਾਦਿ' ਅਤੇ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ
ਸੰਗਤ ਅਥਵਾ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ਵਿਚ ਆਸਾਨ ਤੇ ਸਵਾਦਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਛੇਤੀ
ਹੀ ਮਨ ਵਸ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ —

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨ ਕਤਹੂੰ ਧਾਵੈ॥
ਸਾਧ ਸੰਗਿ ਅਸਥਿਤਿ ਮਨੁ ਪਾਵੈ॥

(ਪੰਨਾ-੨੨੧)

ਬਿਸ਼ਾਮ ਪਾਏ ਮਿਲਿ ਸਾਧਸੰਗਿ ਤਾ ਤੇ ਬਹੁੜਿ ਨ ਧਾਉ॥

(ਪੰਨਾ-੮੧੮)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਅਰੁ ਗੁਰ ਕੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ
ਪਕਰਿਓ ਗਾਢ ਕੋ ਰਾਜਾ॥

(ਪੰਨਾ-੧੧੬੨)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਮਨ ਵਸਿ ਆਇਆ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੨੯/੯)

(ਚਲਦਾ)



© ਸਭ ਹੱਕ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ ।

ਏਸੇ ਕਲਮ ਦੇ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚਾਰੁ ਦੀ ਲੜੀ ਵਿੱਚ ਅੱਡ-ਅੱਡ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ 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 ਬ੍ਰਾਹਮ-ਬੁੰਗਾ, ਪਿੰਡ ਦੋਦੜਾ ਵਿਖੇ ਮਾਰਚ, ਸਤੰਬਰ ਅਤੇ ਦਸੰਬਰ (20-30) ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਜੂਨ ਵਿੱਚ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬ੍ਰਾਹਮ ਬੁੰਗਾ ਸਾਹਿਬ, ਦੱਖਣੀ ਬਾਈਪਾਸ ਦੋਰਾਹਾ ਵਿਖੇ ਹਰ ਸਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬ੍ਰਾਹਮ 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। ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਸਮਾਗਮ ਵੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸੰਗਤਾਂ ਵੱਲੋਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

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

Website : www.brahmbungadodra.org

E-mail : info@brahmbungadodra.org

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬ੍ਰਾਹਮ ਬੁੰਗਾ ਸਾਹਿਬ

ਪਿੰਡ ਤੇ ਡਾਕਖਾਨਾ : ਦੋਦੜਾ

ਤਹਿਸੀਲ-ਬੁਢਲਾਡਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਮਾਨਸਾ (ਪੰਜਾਬ)

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

❖ ਸ਼ਾਖਾ ❖

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬ੍ਰਾਹਮ ਬੁੰਗਾ ਸਾਹਿਬ (ਦੋਦੜਾ)

ਦੱਖਣੀ ਬਾਈ ਪਾਸ, ਦੋਰਾਹਾ

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਲੁਧਿਆਣਾ, ਪੰਜਾਬ

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

❖ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ ❖

ਸੈਕ੍ਰੈਟਰੀ, ਬ੍ਰਾਹਮ-ਬੁੰਗਾ ਟ੍ਰਸਟ (ਰਜਿ.)

ਪਿੰਡ ਤੇ ਡਾਕਖਾਨਾ : ਦੋਦੜਾ

ਤਹਿਸੀਲ-ਬੁਢਲਾਡਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਮਾਨਸਾ (ਪੰਜਾਬ)

ਫੋਨ : 73074-55096