ੴ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚਾਰ

22

★ ਪਾਪ ਪੁੰਨ

''ਖੋਜੀ''

ਪਾਪ ਪੁੰਨ

ਸਿਮ੍ਰਿਤ ਸਾਸਤ੍ਰ ਪੁੰਨ ਪਾਪ ਬੀਚਾਰਦੇ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ਗੁਰੂ ਬਾਝਹੁ ਤਤੈ ਸਾਰ ਨ ਜਾਣੀ ॥

ਤਿਹੀ ਗੁਣੀ ਸੰਸਾਰੁ ਭ੍ਰਮਿ ਸੁਤਾ ਸੁਤਿਆ ਰੈਣਿ ਵਿਹਾਣੀ ॥ (ਪੰਨਾ—920)

ਕਲਿ ਮਹਿ ਏਹੋ ਪੁੰਨੁ ਗੁਣ ਗੋਵਿੰਦ ਗਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ—962)

ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਵਰਤੈ ਸੰਸਾਰਾ ॥ ਹਰਖੁ ਸੋਗੁ ਸਭੁ ਦੁਖੁ ਹੈ ਭਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ—1052)

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਇਸ ਪੰਕਤੀ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ **'ਪੁੰਨ-ਪਾਪ'** ਸਿਰਫ ਇਸ ਮਾਇਕੀ ਦੁਨੀਆਂ ਅਰਥਾਤ ਤ੍ਰੈਗੁਣਾਂ ਦੀ ਹੀ **ਕਲਪਨਾ** ਹੈ। ਇਹ ਕਲਪਨਾ ਉਦੋਂ ਤਾਈਂ ਰਹੇਗੀ ਜਦ ਤਾਈਂ ਜੀਵ ਆਪਣੇ ਕੇਂਦਰ, ਤਤ-ਰੂਪ **'ਆਪੇ'** ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਹਿਚਾਣਦਾ।

ਇਸ **'ਤਤ-ਰੂਪ'** ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਆਪਾ', 'ਸ਼ਬਦ', 'ਨਾਮ' ਆਦਿ ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ **'ਤੱਤ'** (Essence) ਰੂਪ ਹੈ, ਇਸ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਸਾਡੀ **ਬੁੱਧੀ ਦੀ ਪਕੜ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ।** ਇਸ **ਸੂਖਮ ਤੋਂ ਸੂਖਮ 'ਤੱਤ'** ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਆਤਮਿਕ **'ਅਨੁਭਵ'** ਦੁਆਰਾ ਹੀ **ਜਾਣਿਆ, ਬੁਝਿੱਆ, ਚੀਨਿਆ, ਸੀਝਿਆ, ਪਹਿਚਾਣਿਆ** ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। **'ਚੌਥੇ ਪਦ' ਦੇ ਇਲਾਹੀ ਮੰਡਲ ਵਿਚ,** ਪਾਪ-ਪੁੰਨ ਦੀ ਕਲਪਨਾ **ਓਪਰੀ ਤੇ ਬੇਲੋੜੀ ਹੈ।**

ਵਖ-ਵਖ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਲੋਕਾਂ ਦੇ 'ਪਾਪ-ਪੁੰਨ' ਦੀਆਂ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ **'ਕਸਵਟੀਆਂ'** ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਇਕ ਪਾਸੇ 'ਜੀਵ-ਹਤਿਆ' ਨੂੰ ਦੀਰਘ **'ਪਾਪ'** ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਜੀਵਾਂ ਦੀ **ਕੁਰਬਾਨੀ ਦੇਣੀ 'ਪੁੰਨ ਹੀ ਨਹੀਂ',** ਬਲਕਿ ਪਰਮਾਰਥ ਦਾ **ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅੰਗ** ਮੰਨਿਆ **ਜਾਂਦਾ ਹੈ।** ਸਾਡੀਆਂ ਕਚਹਿਰੀਆਂ ਵਿਚ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਈ **ਦਰਜੇ ਦੇ ਜੁਰਮ** ਗਿਣੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜੁਰਮਾਂ ਪਿਛੇ, ਕਾਰਣ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾ (motivation) ਦਾ ਖ਼ਿਆਲ ਰਖਿਆ **ਜਾਂਦਾ ਹੈ।** ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਮਾਨਸਿਕ ਪਾਪਾਂ ਦੇ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਦਰਜੇ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਪਾਪ ਤਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿਚ ਵੰਡੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ :—

1. **ਸਰੀਰਕ 'ਪਾਪ'** :— ਜਿਸ ਵਿਚ ਚੋਰੀ, ਯਾਰੀ, ਮਾਰ-ਕੁਟਾਈ ਆਦਿ ਆ

ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਰੀਰਕ ਪਾਪਾਂ ਦੀ ਤਹਿ ਵਿਚ, ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਨਸਿਕ **ਕਲਪਨਾ**, (motivation) ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਸਰੀਰ **ਤਾਂ** ਸਿਰਫ਼ ਮਨੋ-ਕਲਪਨਾ ਦਾ 'ਹਥਿਆਰ' ਹੀ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਇਹ **ਮਾਨਸਿਕ ਪਾਪਾਂ** ਦੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿਚ ਗਿਣੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

2. **ਮਾਨਸਿਕ ਪਾਪ** :—ਇਹ ਪਾਪ ਸਾਡੇ ਮਨ **ਦੇ** ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਜਾਂ ਇਸ ਦੀ ਗਿਰਾਵਟ **ਦੇ** ਕਾਰਣ, **ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ** ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ **'ਦੋਸ਼ੀ'** ਤਾਂ **'ਮਨ' ਹੁੰਦਾ ਹੈ** ਪਰ **'ਸਜ਼ਾ' ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।** ਇਹ **ਕਾਨੂੰਨ** ਜੋ ਮਾਨਸਿਕ **ਪਾਪਾਂ ਲਈ** ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਜ਼ਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਉਚਿਤ ਨਹੀਂ।

ਇਹ **ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ** ਹਨ, ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਂ ਦਾ **ਇਲਾਜ, ਮਾਨਸਿਕ ਤੇ ਆਤਮਿਕ ਸਤਹਿ ਤੇ** ਹੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। **'ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀ'** ਦਾ **ਇਲਾਜ, ਮਾਨਸਿਕ ਸੁਧਾਰ ਨਾਲ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ,** ਤਾਂ ਜੋ **ਮੁੜ ਕੇ** ਉਹ ਪਾਪ ਨਾ ਕਰੇ। ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ **ਮਾਨਸਿਕ ਸੁਧਾਰ** ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਤੇ **ਪੱਕਾ ਇਲਾਜ, 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ'** ਦੇ 'ਹਸਪਤਾਲ' ਵਿਚ, ਬਾਣੀ ਤੇ **'ਨਾਮ ਅਉਖਧ'** ਨਾਲ **'ਸਿਮਰਨ' ਦੁਆਰਾ, ਸ਼ੀਘਰ ਤੇ ਨਿਸਚੇ ਹੀ** ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਇਲਾਜ ਅਧੂਰੇ, ਅਨਿਸਚਿਤ **ਤੇ** ਫੋਕਟ ਹਨ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਪਾਪਾਂ ਦੇ **ਛੇਤੀ ਤੇ ਪੱਕੇ ਇਲਾਜ** ਦਾ, ਅਤੀ ਹੀ ਸੋਹਣਾ **ਤੇ** ਸੌਖਾ ਸਾਧਨ ਦਸਿਆ ਗਿਆ **ਹੈ** :—

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਮਨ ਮੇਰੇ
ਜਿਤੁ ਸਿਮਰਤ ਸਭਿ ਕਿਲਵਿਖ ਪਾਪ ਲਹਾਤੀ ॥ (ਪੰਨਾ— 88)
ਹਰਿ ਬੋਲਤ ਸਭ ਪਾਪ ਲਹਿ ਜਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ—165)
ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਕੋਟਿ ਪਾਪ ਖੋਵੈ ॥ (ਪੰਨਾ—264)
ਕੋਟਿ ਅਪ੍ਰਾਧ ਸਾਧ ਸੰਗਿ ਮਿਟੈ ॥ ਸੰਤ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ ਜਮ ਤੇ ਛੁਟੈ ॥ (ਪੰਨਾ—296)
ਰਾਮ ਦਾਸਿ ਸਰੋਵਰ ਨਾਤੇ ॥ ਸਭ ਲਾਥੇ ਪਾਪ ਕਮਾਤੇ ॥ (ਪੰਨਾ—624)
ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ਪਾਪ ਗਵਾਵਣਾ ॥ (ਪੰਨਾ—652)
ਕੋਟਿ ਪਰਾਧ ਮਿਟੇ ਖਿਨ ਭੀਤਰਿ ਜਾਂ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਸਮਾਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ—670)
ਨਾਮੁ ਲੈਤ ਕੋਟਿ ਅਘ ਨਾਸੇ ਭਗਤ ਬਾਛਹਿ ਸਭਿ ਧੂਰੀ ॥ (ਪੰਨਾ - 672)
ਵਡੈ ਭਾਗਿ ਭੇਟੇ ਗੁਰਦੇਵਾ ॥ ਕੋਟਿ ਪਰਾਧ ਮਿਟੇ ਹਰਿ ਸੇਵਾ ॥ (ਪੰਨਾ—683)

ਕੋਟਿ ਅਪ੍ਰਾਧੀ ਸੰਤ ਸੰਗਿ ਉਧਰੈ ਜਮੁ ਤਾਕੈ ਨੇੜਿ ਨਾ ਆਵੈ ॥ (ਪੰਨਾ—748)

ਕੋਟਿ ਜਨਮ ਕੇ ਬਿਨਸੇ ਪਾਪ ॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਪਤ ਨਾਹੀ ਸੰਤਾਪ ॥ (ਪੰਨਾ—897)

ਏਕੁ ਧਿਆਈਐ ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ। ਪਾਪ ਬਿਨਾਸੇ ਨਾਮ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥ (ਪੰਨਾ—900)

ਹਰਿ ਹਰਿ ਮਨ ਮਹਿ ਨਾਮ ਕਹਿਉ ॥
ਕੋਟਿ ਅਪ੍ਰਾਧ ਮਿਟਹਿ ਖਿਨ ਭੀਤਰਿ ਤਾਕਾ ਦੁਖੁ ਨ ਰਹਿਓ ॥ (ਪੰਨਾ—979)

ਨਾਮੁ ਲੈਤ ਪਾਪੁ ਤਨ ਤੇ ਗਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ—1142)

ਸੰਤ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਪਾਪ ਬਿਨਾਸਨੁ ॥ (ਪੰਨਾ—1146)

......ਰਾਮ ਨਾਮ ਰਸਿ ਰਹੈ ਅਘਾਇ ॥
ਕੋਟ ਕੋਟੰਤਰ ਕੇ ਪਾਪ ਜਲਿ ਜਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ—1175)

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕਾਟੈ ਕੋਟਿ ਕਰਮ ॥ (ਪੰਨਾ—1195)

ਸਾਧੂ ਕੀ ਜਉ ਲੇਹਿ ਓਟ ॥
ਤੇਰੇ ਮਿਟਹਿ ਪਾਪ ਸਭ ਕੋਟਿ ਕੋਟਿ ॥ (ਪੰਨਾ—1196)

ਕਟੇ ਪਾਪ ਅਸੰਖ ਨਾਵੈ ਇਕ ਕਣੀ ॥ (ਪੰਨਾ—1283)

ਸਭਿ ਕਹਹੁ ਮੁਖਹੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰੇ ਹਰਿ ਹਰਿ ਹਰੇ
ਹਰਿ ਬੋਲਤ ਸਭਿ ਪਾਪ ਲਹੰਗੀਆ ॥ (ਪੰਨਾ—1313)

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪਾਪਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ **ਤਾੜਨਾ** ਇਉਂ ਕੀਤੀ ਹੈ :—

ਅਨਿਕ ਪੜਦੇ ਮਹਿ ਕਮਾਵੈ ਵਿਕਾਰ ॥
ਖਿਨ ਮਹਿ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਹਿ ਸੰਸਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ—194)

ਜਿਸੁ ਪਾਸਿ ਲੁਕਾਇਦੜੋ ਸੋ ਵੇਖੀ ਸਾਥੈ ॥
ਸੰਗਿ ਦੇਖੈ ਕਰਣਹਾਰਾ ਕਾਇ ਪਾਪੁ ਕਮਾਈਐ ॥ (ਪੰਨਾ—461)

ਜਿਤੁ ਕੀਤਾ ਪਾਈਐ ਆਪਣਾ ਸਾ ਘਾਲ ਬੁਰੀ ਕਿਉ ਘਾਲੀਐ ॥
ਮੰਦਾ ਮੂਲਿ ਨ ਕੀਚਈ ਦੇ ਲੰਮੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲੀਐ ॥ (ਪੰਨਾ—474)

ਤੂੰ ਵਲਵੰਚ ਲੂਕਿ ਕਰਹਿ ਸਭ ਜਾਣੈ ਜਾਣੀ ਰਾਮ ॥
ਲੇਖਾ ਧਰਮ ਭਇਆ ਤਿਲ ਪੀੜੇ ਘਾਣੀ ਰਾਮ ॥ (ਪੰਨਾ—546)

ਨਾਨਕ ਅਉਗੁਣ ਜੇਤੜੇ ਤੇਤੇ ਗਲੀ ਜੰਜੀਰ ॥ (ਪੰਨਾ—595)

ਲੂਕ ਕਰਤ ਬਿਕਾਰ ਬਿਖੜੇ ਪ੍ਰਭ ਨੇਰਹੂ ਤੇ ਨੇਰਿਆ ॥ (ਪੰਨਾ—704)

ਜਾਨਿ ਬੂਝ ਕੈ ਬਾਵਰੇ ਤੈ ਕਾਜੁ ਬਿਗਾਰਿਉ ॥
ਪਾਪ ਕਰਤ ਸੁਕਚਿਓ ਨਹੀ ਨਹ ਗਰਬੁ ਨਿਵਾਰਿਓ ॥ (ਪੰਨਾ—727)

ਕਰਿ ਕਰਿ ਪਾਪ ਦਰਬੁ ਕੀਆ ਵਰਤਣ ਕੈ ਤਾਈ ॥
ਮਾਟੀ ਸਿਉ ਮਾਟੀ ਰਲੀ ਨਾਗਾ ਉਠਿ ਜਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ—809)

ਨਰਕਿ ਪੜੰਤਉ ਕਿਉ ਰਹੈ ਕਿਉ ਬੰਚੈ ਜਮਕਾਲੁ ॥
ਕਿਉ ਆਵਣ ਜਾਣਾ ਵੀਸਰੈ ਝੂਠੁ ਬੁਰਾ ਖੈਕਾਲੁ ॥
ਮਨੁ ਜੰਜਾਲੀ ਵੇੜਿਆ ਭੀ ਜੰਜਾਲਾ ਮਾਹਿ ॥
ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਕਿਉ ਛੂਟੀਐ ਪਾਪੇ ਪਚਹਿ ਪਚਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ—935)
ਪਾਪ ਕਰੇਦੜ ਸਰਪਰ ਮੁਠੇ ॥ ਅਜਰਾਈਲਿ ਫੜੇ ਫੜਿ ਕੁਠੇ ॥
ਦੋਜਕਿ ਪਾਏ ਸਿਰਜਣਹਾਰੈ ਲੇਖਾ ਮੰਗੈ ਬਾਣੀਆ ॥
ਸੰਗਿ ਨ ਕੋਈ ਭਈਆ ਬੇਬਾ ॥ ਮਾਲੁ ਜੋਬਨੁ ਧਨੁ ਛੋਡਿ ਵਞੇਸਾ ॥
ਕਰਣ ਕਰੀਮ ਨ ਜਾਤੋ ਕਰਤਾ ਤਿਲ ਪੀੜੇ ਜਿਉ ਘਾਣੀਆ ॥
ਖੁਸਿ ਖੁਸਿ ਲੈਦਾ ਵਸਤੁ ਪਰਾਈ ॥
ਵੇਖੈ ਸੁਣੇ ਤੇਰੈ ਨਾਲਿ ਖੁਦਾਈ ॥
ਦੁਨੀਆ ਲਬਿ ਪਇਆ ਖਾਤ ਅੰਦਰਿ ਅਗਲੀ ਗਲ ਨ ਜਾਣੀਆ ॥
ਜਮਿ ਜਮਿ ਮਰੈ ਮਰੈ ਫਿਰਿ ਜੰਮੈ ॥ ਬਹੁਤੁ ਸਜਾਇ ਪਇਆ ਦੇਸਿ ਲੰਮੈ ॥
ਜਿਨਿ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਨ ਜਾਣੀ ਅੰਧਾ
ਤਾ ਦੁਖੁ ਸਹੈ ਪਰਾਣੀਆ ॥ 4 ॥ (ਪੰਨਾ—1019-20)
ਦੇਹ ਸੰਜੋਗੀ ਕਰਮ ਅਭਿਆਸਾ ॥
ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਦੁਇ ਮਸਤਕਿ ਲੀਖੇ ਪਾਪੁ ਪੁੰਨੁ ਬੀਜਾਇਦਾ ॥ (ਪੰਨਾ—1038)
ਪਾਪੀ ਕਾ ਘਰੁ ਅਗਨੇ ਮਾਹਿ ॥
ਜਲਤ ਰਹੈ ਮਿਟਵੈ ਕਬ ਨਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ—1165)

ਕਬੀਰ ਜੇਤੇ ਪਾਪ ਕੀਏ ਰਾਖੇ ਤਲੈ ਦੁਰਾਇ ॥
ਪਰਗਟ ਭਏ ਨਿਦਾਨ ਸਭ ਜਬ ਪੂਛੇ ਧਰਮਰਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ—1370)

ਕਬੀਰ ਮਨੁ ਜਾਨੈ ਸਭ ਬਾਤ ਜਾਨਤ ਹੀ ਅਉਗਨੁ ਕਰੈ ॥
ਕਾਹੇ ਕੀ ਕੁਸਲਾਤ ਹਾਥਿ ਦੀਪੁ ਕੂਏ ਪਰੈ ॥ (ਪੰਨਾ—1376)

ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਨੇ, ਆਪਣੀ **'ਮੌਜ'** ਵਿਚ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਦੀ **ਕਵਾਉ ਦੁਆਰਾ** ਰਚਨਾ ਕੀਤੀ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਰਖਣ ਲਈ, ਅਤਿ ਹੀ ਸੂਖਮ, ਅਟਲ, ਪੂਰਨ, ਨਿਯਮ-ਬੱਧ ਅਸੂਲ ਜਾਂ **'ਕਾਨੂੰਨ' ਬਣਾਏ** ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਇਲਾਹੀ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਬਾਣੀ ਵਿਚ **'ਰਜ਼ਾ'**, **'ਹੁਕਮ'** ਜਾਂ **'ਭਾਣਾ'** ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੋ ਬਾਹਰਿ ਹੁਕਮ ਨ ਕੋਇ ॥
ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਜੇ ਬੁਝੈ ਤ ਹਉਮੈ ਕਹੈ ਨ ਕੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ—1)

ਇਹ ਇਲਾਹੀ ਹੁਕਮ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਇਤਨਾ ਪੂਰਨ, ਨੁਕਸਹੀਣ, ਅਭੁਲ, ਅਪਾਰ **ਲਾਭਦਾਇਕ** ਤੇ **ਸੁਖਦਾਈ ਹੈ** ਕਿ ਇਸ ਵਿਚ ਕਦੇ ਤਰਮੀਮ ਕਰਨ ਦੀ **ਲੋੜ** ਨਹੀਂ **ਜਾਪੀ।** ਜਦ ਇਹ ਇਲਾਹੀ **'ਹੁਕਮ'** (Divine will) ਇਤਨਾ ਮੁਕੰਮਲ, ਲਾਭਦਾਇਕ **ਤੇ** ਸੁਖਦਾਈ ਹੈ ਤਾਂ ਜੀਵਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੁਖੀ **ਤੇ** ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਰਖਣ ਲਈ, ਮੁਕੰਮਲ ਤੌਰ ਤੇ ਇਸ **'ਹੁਕਮ ਦੀ ਰਵਾਨੀ ਦੇ ਸੁਰ'** (in-tune) ਵਿਚ **ਰੁੜੀ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ,** ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ **'ਆਤਮਿਕ ਰੌਂ'** ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੋ ਕੇ **'ਭਾਣੇ'** ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ 'ਹੁਕਮ' ਹਰ ਇਕ ਜੀਵ ਦੇ **'ਨਾਲ'** ਹੀ ਲਿਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥ (ਪੰਨਾ – 1)

ਸਿਵਾਏ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੇ, ਬਾਕੀ ਸਭ ਜੂਨਾਂ ਇਸ **'ਨਾਲ' ਲਿਖੇ 'ਹੁਕਮ' ਦੇ ਸੁਰ ਵਿਚ** ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਇਨਸਾਨ, ਆਪਣੀ ਬੁੱਧੀ ਦੇ ਆਸਰੇ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ **ਸਿਆਣਾ** ਸਮਝਦਾ **ਹੈ** ਤੇ ਰੱਬੀ 'ਹੁਕਮ' ਤੋਂ **ਅਨਜਾਣ,** ਜਾਂ **ਅਵੇਸਲਾ** ਹੋ ਕੇ **'ਬੇਸੁਰਾ'** (out of tune) ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ **ਇਨਸਾਨ** ਹੀ ਇਕੋ ਜੂਨ ਹੈ, ਜੋ **ਆਪਣੀ ਬੁੱਧੀ ਤੇ ਹਉਮੈਂ ਦੇ ਕਾਰਨ** ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਦੁਖ ਤੇ ਕਲੇਸ਼ ਭੋਗਦਾ ਹੋਇਆ **ਰਸਾਤਲ ਵਲ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।** ਇਹ ਇਨਸਾਨ ਲਈ ਇਕ **ਗੰਭੀਰ ਸਮਸਿਆ** (Serious Tragedy) ਹੈ, ਕਿ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਜੂਨਾਂ ਦਾ **'ਸਿਰ-ਤਾਜ'** ਹੁੰਦਾ ਹੋਇਆ ਤੇ **ਬੇਅੰਤ ਬੁੱਧੀ ਤੇ ਸੋਚਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ** ਮਾਲਕ **ਹੁੰਦਿਆਂ,** ਇਹੋ ਜਿਹੀ **ਅਧੋਗਤੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ।** ਜਿਸ ਤੇ ਬੜਾ ਅਫ਼ਸੋਸ ਭੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ **'ਹਾਸਾ' ਭੀ।**

ਅਸਲ ਵਿਚ ਇਸ **'ਨਾਲ ਲਿਖੇ' ਹੁਕਮ ਤੋਂ ਬੇਸੁਰੇ ਹੋ ਕੇ ਹੀ,** ਆਪਣੀ **ਹਉਮੈਂ" ਦੇ ਅਧੀਨ** ਪੰਜ ਚੋਰ, ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਹੰਕਾਰ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਕੇ ਹੀ **ਸਾਰੇ ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲ,** ਆਸ਼ਾ, ਮਨਸਾ ਤੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਉਪਜਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਸਾਰੇ **ਨੀਵੇਂ** ਕਰਮਾਂ ਤੇ ਪਾਪਾਂ ਦੇ **'ਮੂਲ' ਕਾਰਣ ਹਨ।**

ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੋਇਆ ਕਿ ਸਾਡੇ ਪਾਪਾਂ ਦਾ **ਮੁੱਢਲਾ ਤੇ ਅਸਲੀ ਕਾਰਣ,** ਸਾਡਾ **'ਹੁਕਮ' ਤੋਂ ਬੇਮੁਖ** ਜਾਂ **'ਬੇਸੁਰੇ' ਹੋਣਾ ਹੀ ਹੈ।** ਜਦ ਅਸੀਂ ਰਬੀ ਹੁਕਮ ਦੇ **'ਸੁਰ'** ਵਿਚ ਹੋਵਾਂਗੇ, ਤਾਂ ਕੋਈ **ਮਾਇਕੀ ਅਉਗੁਣ ਹੋ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ,** ਤੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ **ਦੈਵੀ ਗੁਣ ਹੀ ਉਪਜਣਗੇ** ਤੇ ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਇ ਹੀ **ਨੇਕੀ ਜਾਂ** ਪੁੰਨ **ਦੀ ਰੁਚੀ ਹੋਵੇਗੀ।** ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ, **ਹੁਕਮ ਤੋਂ 'ਬੇਸੁਰੇ' ਹੋਣਾ ਹੀ 'ਪਾਪ'** ਹੈ ਤੇ **'ਸੁਰ' ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਹੀ ਪੁੰਨ ਹੈ।**

ਸੋ ਸਿਖੁ ਸਖਾ ਬੰਧਪੁ ਹੈ ਭਾਈ ਜਿ ਗੁਰ ਕੇ ਭਾਣੇ ਵਿਚਿ ਆਵੈ ॥
ਆਪਣੈ ਭਾਣੈ ਜੋ ਚਲੈ ਭਾਈ ਵਿਛੁੜਿ ਚੋਟਾ ਖਾਵੈ ॥ (ਪੰਨਾ—601-2)

ਕਲਗੀਧਰ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦਾ ਇਕ ਬਚਨ ਜੋ ਕਿ ਲੋਕ ਅਖਾਣ ਬਣ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ "ਪਾਪੀ ਕੇ ਮਾਰਨੇ ਕੋ ਪਾਪ ਮਹਾਂ ਬਲੀ ਹੈ।"

ਮਨੁੱਖ **ਆਪਣੇ ਭਾਣੇ ਵਿਚ ਨੀਵੀਂ** ਰੁਚੀ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹੋ ਕੇ **'ਪਾਪ' ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੋਇਆ,** ਆਪਣਾ ਮਨ ਇਨ੍ਹਾਂ **ਮਲੀਨ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ** ਕਿ ਉਹ **ਮੈਲੇ ਮਨ ਦੁਆਰਾ 'ਕਰਮ-ਬੰਧ' ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,** ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ **ਮੱਲੋ-ਮੱਲੀ ਆਪਣੇ ਆਪ** (spontaneously) **'ਪਾਪ' ਹੁੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ** ਤੇ ਆਖਰ ਉਸ ਦੇ **ਪਾਪ ਦੀ ਰੁਚੀ** ਅਤੀ ਦੀਰਘ **ਤੇ ਡੂੰਘੀ** ਹੋ ਕੇ, ਉਸਦੇ ਤਨ, ਮਨ ਅਤੇ ਅੰਤਹਿਕਰਨ ਵਿਚ **ਧੱਸ, ਵੱਸ, ਰੱਸ,** ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ **ਰਸਾਤਲ ਵਲ ਰੁੜ੍ਹਿਆ** ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀ **ਤਬਾਹੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਦਾ** ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ **ਇਲਾਹੀ ਹੁਕਮ ਬੁੱਝ ਕੇ, ਭਾਣੇ** ਵਿਚ **'ਸੁਰ' ਹੋ ਕੇ** ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ, ਅਸੀਂ ਸਦਾ ਲਈ **ਪਾਪਾਂ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹਾਂ,** ਤੇ **ਲੋਕ ਸੁਖੀ ਤੇ ਪਰਲੋਕ ਸੋਹੇਲੇ** ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪਰ ਇਲਾਹੀ ਹੁਕਮ ਨੂੰ **ਬੁਝਣ ਲਈ** ਤੇ ਇਸ ਦੇ **ਭਾਣੇ ਵਿਚ ਚਲਣ ਲਈ** ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ **ਅਗਵਾਈ** ਵਿਚ **ਸਤਿਸੰਗ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੁਆਰਾ** ਅਟੁੱਟ **ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ ਦੇ** ਅਭਿਆਸ **ਦੀ** ਲੋੜ ਹੈ।

3. ਆਤਮਿਕ ਪੱਖ

ਭਾਣੇ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਭਗਤ, ਸਾਧ-ਸੰਤ, ਗੁਰਮੁਖ, ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਵਿਰਲੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ **ਤੇ** ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਇਹ **ਅਤਿ ਹੀ ਪਿਆਰੇ** ਹੋਣ ਕਾਰਣ, ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਦਾ ਹੀ **ਪੈਜ ਰਖਦਾ ਤੇ ਰੱਛਾ ਕਰਦਾ ਆਇਆ ਹੈ।**

ਹਰਿ ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਭਗਤ ਉਪਾਇਆ
ਪੈਜ ਰਖਦਾ ਆਇਆ ਰਾਮ ਰਾਜੇ ॥ (ਪੰਨਾ—451)
ਸੰਤਨ ਦੁਖ ਪਾਏ ਤੇ ਦੁਖੀ ॥
ਸੁਖ ਪਾਏ ਸਾਧੁਨ ਕੇ ਸੁਖੀ ॥ (ਚੌਪਈ ਪਾ:—10)

ਜਦ ਕੋਈ ਭੁਲੜ ਮਨਮੁਖ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਹਾਂ ਪੁਰਖਾਂ ਦੀ **ਨਿੰਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ,** ਤਾਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ **ਨੂੰ ਦੁਖ ਹੁੰਦਾ** ਹੈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਹ ਹਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ :—

ਸੰਤ ਜਨਾ ਕੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਹਿ ਦੁਸਟੁ ਦੇਤੁ ਚਿੜਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ—1133)

ਜੋ ਨਿੰਦਾ ਦੁਸਟ ਕਰਹਿ ਭਗਤਾ ਕੀ
ਹਰਨਾਖਸ ਜਿਉ ਪਚਿ ਜਾਵੈਗੋ ॥ (ਪੰਨਾ—1309)

ਜਿਨਿ ਜਿਨਿ ਕਰੀ ਅਵਗਿਆ ਜਨ ਕੀ ਤੇ ਤੈਂ ਦੀਏ ਰੁੜਾਈ ॥
(ਪੰਨਾ—1235)

ਭਗਤ ਕੀ ਨਿੰਦਾ ਕੰਧੁ ਛੇਦਾਵੈ ॥ ਭਗਤ ਕੀ ਨਿੰਦਾ ਨਰਕੁ ਭੁੰਚਾਵੈ ॥
ਭਗਤ ਕੀ ਨਿੰਦਾ ਗਰਭ ਮਹਿ ਗਲੈ ॥
ਚੋਰ ਜਾਰ ਜੁਆਰ ਤੇ ਬੁਰਾ ॥ ਅਣਹੋਦਾ ਭਾਰੁ ਨਿੰਦਕਿ ਸਿਰਿ ਧਰਾ ॥
(ਪੰਨਾ—1145)

ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿੰਦਕਾਂ-ਦੋਖੀਆਂ ਦੀ ਸਜਾ, ਤ੍ਰੈ-ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ (Law of Karma) **ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ**, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਆਪ ਭੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ **ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਬਗੈਰ,** ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ, ਹੋਰ ਕੋਈ **'ਢੋਈ' ਨਹੀਂ ਹੈ।** ਸਿਰਫ ਉਹ **'ਮਾਫ'** ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸੰਤ ਕਾ ਨਿੰਦਕੁ ਮਹਾ ਹਤਿਆਰਾ ॥
ਸੰਤ ਕਾ ਨਿੰਦਕੁ ਪਰਮੇਸੁਰਿ ਮਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ–280)

ਸੰਤ ਕਾ ਦੋਖੀ ਇਉ ਬਿਲਲਾਇ ॥ ਜਿਉ ਜਲ ਬਿਹੂਨ ਮਛੁਲੀ ਤੜਫੜਾਇ ॥
ਸੰਤ ਕੇ ਦੋਖੀ ਕਉ ਅਵਰੁ ਨ ਰਾਖਨਹਾਰੁ ॥
ਨਾਨਕ ਸੰਤ ਭਾਵੈ ਤਾ ਲਏ ਉਬਾਰਿ ॥ (ਪੰਨਾ–280)

ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਐਸੇ **'ਆਤਮਿਕ ਪਾਪਾਂ' ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਰਹਿਣ ਦਾ** ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ **ਹੈ।**

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਇਕ ਹੋਰ ਆਤਮਿਕ ਪਾਪ ਹੈ ਜੋ ਅਗਿਆਨਤਾ ਕਾਰਣ, ਅਸੀਂ **ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਇ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।** (Opposition to the Aspiring Soul) 'ਆਤਮਾ' ਨੂੰ ਉਪਰ ਉਠਣ ਤੋਂ ਪਰਫੁਲਤ ਹੋਣ ਦਾ **ਮੌਕਾ** (Chance) **ਭਾਗਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ,** ਤੇ ਜਦੋਂ ਇਹੋ ਜਿਹਾ **ਮੌਕਾ** ਮਿਲੇ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ **ਵਿਰੋਧਤਾ ਕਰਨੀ ਦੀਰਘ ਆਤਮਿਕ ਪਾਪ ਹੈ।**

ਕਾਇਨਾਤ ਵਿਚ ਹਰ ਇਕ ਚੀਜ਼ ਅੰਦਰ **'ਵਿਕਾਸ'** ਹੋਣ ਦੀ **ਕੁਦਰਤੀ ਰੁਚੀ ਜਾਂ ਹੁਕਮ ਹੈ।** ਏਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੀ ਆਤਮਾਂ ਵੀ **'ਵਿਕਸਤ'** ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤੇ ਆਪਣੇ ਕੇਂਦਰ 'ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ' ਵਲ **ਖਿਚੀਂਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।** ਜਦ ਇਹੋ ਜਿਹੀ **'ਸੁਰਤ'** ਜ਼ਾਂ ਆਤਮਾਂ ਆਪਣੇ **ਵਿਕਾਸ ਲਈ, ਕੋਈ ਉਦਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਣਜਾਣ ਤੇ**

ਭੁਲੜ ਲੋਕ, **ਵਿਰੋਧ ਨਾਲ ਦਬਾਉਣਾ ਜਾਂ ਬਦਨਾਮ ਕਰਨਾ ਲੋੜਦੇ ਹਨ,** ਤੇ ਉਸ ਰੂਹ **ਦੇ ਵਧਣ ਫੁਲਣ ਤੇ ਪਰਫੁਲਤ ਹੋਣ ਵਿਚ ਰੋੜੇ ਅਟਕਾਉਂਦੇ ਹਨ।** ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਈ ਅਖੌਤੀ ਸਾਧ, ਸੰਤ,. ਗੁਰੂ ਭੀ, ਭੋਲੀਆ ਰੂਹਾਂ ਨੂੰ **ਭੁਲੇਖੇ** (misguide) **ਤੇ ਭੰਬਲ ਭੂਸਿਆਂ ਵਿਚ** ਪਾ ਕੇ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਦਾ ਜੀਵਨ **ਤਬਾਹ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।** ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭੀ ਅਸੀਂ **ਆਤਮਿਕ ਪਾਪਾਂ ਦੇ ਦੋਸ਼ੀ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ,** ਤੇ ਇਹ ਭੀ ਦੀਰਘ (serious) **ਆਤਮਿਕ ਪਾਪ ਹਨ।**

ਕਿਸੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਨੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਹੈ :—

All virtues and noble persuits, are the *reflections* and attributes of *spirituality*, and have *roots in Divinity*.

Similarly, all lower thoughts and actions, and resultant 'evils'—are the reflections and attributes of '*Maya*'—expressed and (projected) through our false *Egoistic conception of 'I', 'me' and 'mine'*.

All mankind's problems stem from man's *disobedience* of God's unchanging and compassionate *Laws*, and only *man's perversity* keeps him from becoming the creature, *God intended him to be*.

The world does not enjoy peace and happiness because it is *more materialistic* than *Godly*.

Jealousies, prejudices, hatred and selfishness—*deprive* the society of peace, happiness and heavenly Bliss and Love.

Men go through their lives *without* Joy, Bliss and love, because--they are ignorant and *unconscious* of their *Divine Heritage*, and are *isolated* from the inspiring, blissful, loving *Flow of Divine stream of God's Grace*.

In the degree, thoughts are again *spiritualised*, do they become *subtle and powerful*—with *reflections from Divine Light and Grace*; and we beceme *'Channels'* for the *outward flow* and *expression* of all noble virtues and sublime attributes of kindness, compassion, *Joy, Bliss, Love and Grace of God*. This *spiritualising* is in accordance with the Divine law of Grace and is *within the power of all*.

ਇਸ ਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ ਇਉਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ :—

ਮਾਨਵਤਾ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮਸਿਆਵਾਂ, ਮਨੁੱਖ ਵਲੋਂ ਅਟੱਲ ਰੱਬੀ ਨਿਯਮਾਂ **'ਹੁਕਮ' ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਤੋਂ ਉਪਜਦੀਆਂ ਹਨ** ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ **ਕੁਰਾਹੇ** ਪੈ ਜਾਣ ਦੀ **ਪਰਵਿਰਤੀ ਹੀ** ਉਸ ਨੂੰ ਰੱਬੀ ਚਾਹ ਅਨੁਸਾਰ **'ਆਦਰਸ਼ਕ ਮਨੁੱਖ'** ਬਣਨ **ਤੋਂ ਵਾਂਝਿਆਂ ਰਖਦੀ ਹੈ।**

ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਤੋਂ ਉਪਜੇ **'ਪਾਪ'**, ਮਾਇਆ ਦੇ ਭ੍ਰਮ **ਭੁਲਾਵੇ** ਵਿਚ "ਹਉਮੈ" ਤੇ 'ਮੈਂ-ਮੇਰੀ' **ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਜਾਂ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਹਨ।**

ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ **ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਣ** ਇਹ ਹੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ **'ਅਧਿ-ਆਤਮਿਕ' ਨਾਲੋਂ, ਵਧੇਰੇ 'ਪਦਾਰਥਿਕ' ਹਾਂ।**

ਈਰਖਾ, ਦਵੈਤ, ਨਫ਼ਰਤ ਅਤੇ **'ਨਿੱਜ-ਸੁਆਰਥ'** ਹੀ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਅਨੰਦ ਤੋਂ **ਵਿਰਵਿਆਂ ਰਖਦੇ ਹਨ।**

ਮਨੁੱਖ, ਬਿਨਾਂ **ਖੁਸ਼ੀ**, ਬਿਨਾਂ ਸ਼ਾਂਤੀ, ਬਿਨਾਂ ਖੇੜੇ, ਬਿਨਾਂ ਰੱਸ, ਬਿਨਾਂ ਪਿਆਰ ਦੇ, **ਰੁਖਾ-ਸੁਖਾ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ,** ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ **'ਆਤਮਿਕ ਵਿਰਸੇ'** ਤੋਂ **ਅਗਿਆਤ ਹੈ,** ਅਤੇ ਇਲਾਹੀ **'ਪਿਆਰ ਮਈ' 'ਜੀਵਨ ਰੌ'** ਤੋਂ **ਟੁਟ-ਕੇ,** ਪ੍ਰੀਤ-ਪਿਆਰ-ਰਸ-ਚਾਉ ਦੀਆਂ **ਰੱਬੀ ਦਾਤਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**

ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ **'ਸਾਧ ਸੰਗਤ'** ਅਤੇ **'ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ'** ਦੁਆਰਾ, ਸਾਡੀਆਂ ਬਿਰਤੀਆਂ ਉਚੀਆਂ ਉਠ ਕੇ **'ਦੈਵੀ'** ਹੁੰਦੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ ਤੇ **'ਆਤਮਿਕ ਛੋਹ'** ਦੁਆਰਾ **ਸੂਖਮ ਤੇ ਪ੍ਰਬਲ** ਹੁੰਦੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ, ਅਸੀਂ, ਅਥਵਾ **'ਸਾਡਾ-ਆਪਾ'** ਇਲਾਹੀ ਸੁਖ, ਪ੍ਰੇਮ, ਪਿਆਰ, ਰਸ, ਚਾਓ ਵਾਲਾ ਇਲਾਹੀ **'ਜੀਵਨ ਰੌ'** ਦੇ 'ਵਹਾਉ' ਲਈ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡਾ ਤਨ, ਮਨ, ਹਿਰਦਾ, ਸਾਰੇ **'ਦੈਵੀ ਗੁਣਾਂ'** ਦੇ **ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਅਤੇ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਦੇ 'ਸਾਧਨ' ਬਣ ਜਾਣਗੇ।**

ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕਲਜੁਗ ਵਿਚ ਇਹ ਹੀ **'ਪੁੰਨ'** ਹੈ।

ਕਲਿ ਮਹਿ ਏਹੋ ਪੁੰਨੁ ਗੁਣ ਗੋਵਿੰਦ ਗਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ—962)

ਸਾਡੇ ਮਨ-ਤਨ-ਹਿਰਦੇ ਨੂੰ **'ਆਤਮ ਪ੍ਰਾਇਣ'** ਕਰਕੇ **'ਨਾਮ ਦੀ ਰੰਗਣ' ਚਾੜ੍ਹਨੀ ਇਲਾਹੀ 'ਰਜ਼ਾ' ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ** ਅਤੇ ਹਰਿ ਇਕ ਜੀਵ ਦੀ **ਪ੍ਰਤਗਿਆ** ਹੈ ਅਤੇ **ਕਰਤੱਵ ਹੈ।**

ਜਦ ਸਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਰੀਰਕ ਰੋਗ ਲਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕੋਈ ਓਹੜ-ਪੋਹੜ ਕਰਦੇ

ਹਾਂ, ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਭਜਦੇ ਹਾਂ। ਡਾਕਟਰ ਸਾਡੇ ਰੋਗ ਦੀ ਜਾਂਚ (diognosis) **ਕਰਕੇ** ਸਾਡੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਕਾਰਣ (causation) ਲਭਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਰ ਕਈ ਵਾਰੀ ਤਪਦਿਕ, **ਕੈਂ**ਸਰ, ਕੋਹੜ ਆਦਿ ਮੋਹਿ**ਲਕ** ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਸਾਨੂੰ **'ਅਹਿਸਾਸ' ਜਾਂ ਪਤਾ** ਹੀ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ **ਅਤੇ ਅਸੀਂ** ਮਾੜੀ-ਮੋਟੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਨੂੰ ਮੱਲ-ਦੱਲ ਕੇ ਸਹਾਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਨੀਮ-ਹਕੀਮਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਜ ਕਰਾ ਕੇ **'ਡੰਗ ਟਪਾਈ'** **ਜਾਂਦੇ** ਹਾਂ। ਜਿਸ ਦਾ **ਨਤੀਜਾ** ਇਹ ਹੁੰਦਾ **ਹੈ** ਕਿ ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ, ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ, ਇਹ ਰੋਗ ਦੀਰਘ (serious) ਬਣ **ਜਾਂਦੇ** ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਣਗਹਿਲੀ **ਕਾਰਣ,** ਆਪਣੇ ਸਰੀਰਕ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ; ਖਤਰਨਾਕ ਬਣਾ **ਲੈਂਦੇ** ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਹੀ ਬੇ-ਪ੍ਰਵਾਹੀ ਕਾਰ**ਣ** ਅਤਿਅੰ**ਤ** ਦੁਖ ਕਲੇਸ਼ ਭੋਗਦੇ ਹਾਂ :

ਐਨ ਏਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੀ **'ਮਾਨਸਿਕ'** ਹਾਲਤ ਹੈ :

ਸਾਡੀਆਂ **ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ** ਵਿਚੋਂ ਨੀਵੇਂ ਅਤੇ ਭੈੜੇ ਕਰਮ ਜਾ ਪਾਪ ਉਪਜਦੇ ਹਨ। ਬਾਹਰਲੀ **ਕੁਸੰਗਤ** ਦਾ ਅਸਰ ਅਤੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੀ ਰੰਗਤ ਦੀ **'ਹਵਾੜ'** **ਵਿਚੋਂ ਹੀ ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਉਪਜਦੀਆਂ ਹਨ।**

ਪਿਛਲੇ ਨੀਵੇਂ ਕਰਮ ਅਤੇ ਖਿਆਲਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੀ **ਰੰਗਤ** ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਮਾਨਸਿਕ **'ਰੰਗਤ' ਜਾਂ** 'ਹ**ਵਾੜ' ਜਾਂ 'ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ'** ਨੂੰ ਹੀ, **'ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ'** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਮੁੱਢ-ਕਾਰਣ ਸਾਡੀ **'ਹਉਮੈਂ'** ਹੀ ਹੈ।

ਮਾਇਆ ਦੇ **ਭ੍ਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੇ ਹਨੇਰੇ** ਵਿਚੋਂ ਹੀ **'ਹਉਮੈਂ' ਉਪਜਦੀ** ਅਤੇ **ਪਲਦੀ ਹੈ।**

ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੇ 'ਹਨੇਰ' ਵਿਚ ਹੀ ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਉਪਜਦੀਆਂ ਤੇ ਪਰਵਿਰਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ **'ਗੈਰ ਹਾਜ਼ਰੀ'** ਜਾਂ **ਭੁਲ** ਤੋਂ ਹੀ ਮਾਇਆ ਦਾ **'ਭਰਮ'** ਉਪਜਦਾ ਹੈ।

ਜਿਥੇ ਇਲਾਹੀ **ਪ੍ਰਕਾਸ਼** ਹੈ ਉਥੇ ਮਾਇਕੀ **'ਭਰਮ ਦਾ ਹਨੇਰ' ਨਹੀਂ** ਰਹਿ **ਸਕਦਾ।**

'ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਅਤੇ 'ਹਨੇਰਾ' **ਇਕੋ ਵਕਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।**

ਹਨੇਰਾ-ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦੀ **'ਗੈਰ ਹਾਜਰੀ** ਜਾਂ **ਅਣਹੋਂਦ'** ਦਾ ਹੀ ਨਾਮ ਹੈ।

ਜਬ ਹਮ ਹੋਤੇ ਤਬ ਤੂ ਨਾਹੀ ॥ ਅਬ ਤੂਹੀ ਮੈ ਨਾਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ-657)

ਉਪਰਲੀ ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈਕਿ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ 'ਭੁੱਲ' ਹੀ ਸਾਡੇ ਸਾਰੇ **'ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ** ਦਾ **ਮੁੱਢਲਾ ਕਾਰਣ'** ਹੈ।

ਪਰਮੇਸਰ ਤੇ ਭੁਲਿਆਂ ਵਿਆਪਨਿ ਸਭੇ ਰੋਗ ॥
ਵੇਮੁਖ ਹੋਏ ਰਾਮ ਤੇ ਲਗਨਿ ਜਨਮ ਵਿਜੋਗ ॥ (ਪੰਨਾ-135)

ਜਦ ਸਾਡਾ ਮਨ **'ਬੀਮਾਰ'** ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ **'ਅਸਰ'** ਸਰੀਰ ਉਤੇ ਹੋਣਾ ਅਵੱਸ਼ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਦੀਰਘ ਸਰੀਰਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਮੁੱਢਲਾ ਕਾਰਣ, ਸਾਡੇ **'ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ' ਹੀ ਹਨ।**

ਏਸੇ ਕਰਕੇ ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਲਫਜ਼ **'ਰੋਗ'** ਦੇ ਮੁਹਰੇ **'ਸਭੇ'** ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਨ ਲਾ ਕੇ ਇਹ ਗੱਲ **ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰਾਈ ਹੈ** ਕਿ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਨੂੰ **ਭੁੱਲਣ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਰੇ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਲਗਦੇ ਹਨ।**

ਬੀਮਾਰ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਮੈਲੀਆਂ ਤੇ **ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਉਪਜਦੀਆਂ ਹਨ।**
ਮਾੜੇ ਖਿਆਲਾਂ ਤੋਂ ਮਾੜੇ ਕਰਮ ਜਾਂ **ਪਾਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।**
ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਤੋਂ **ਮਾੜੇ ਖਿਆਲ ਉਪਜਦੇ ਹਨ।**

'ਜੋ ਮੈ ਕੀਆ, ਸੋ ਮੈ ਪਾਇਆ' ਦੇ ਇਲਾਹੀ ਅਸੂਲ ਅਨੁਸਾਰ ਮਾੜੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਨਤੀਜਾ, ਦੁਖ, ਕਲੇਸ਼, ਆਦਿ ਭੁਗਤਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਾਪਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਅਸੀਂ **ਜਮਾਂ ਦੇ ਵਸ ਪੈਂਦੇ ਹਾਂ।**

ਦੂਜੇ ਲਫਜ਼ਾਂ ਵਿਚ, ਸਾਡੇ
ਮਾੜੇ ਖਿਆਲ
ਨੀਵੀਆਂ ਰੁੱਚੀਆਂ
ਮੈਲਾ ਮਨ
ਮੈਲਾ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ
ਮਾੜੇ ਕਰਮ
ਪਾਪ
ਜਮ-ਜੇਵੜੀ
ਜ਼ਮਾਂ ਦੀ ਸਜ਼ਾ
ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ
ਸਰੀਰਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ
ਦੁਖ ਕਲੇਸ
ਨਰਕ

ਆਦਿ ਹਾਲਤਾਂ, ਤ੍ਰੈਗੁਣੀ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਦੇ ਗੰਧਲੇ ਤੇ **ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਮਾਨਸਿਕ 'ਚੱਕਰ'** (vicious circle) ਤੋਂ ਹੀ ਉਪਜਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਮੁੱਢਲਾ ਕਾਰਣ ਜਾ **'ਬੀਜ ਕਾਰਣ'** (root cause) **ਪਰਮੇਸਰ ਨੂੰ 'ਭੁਲਣਾ'** ਹੀ ਹੈ।

ਇਸ **'ਭੁਲ'** ਵਿਚੋਂ ਹੀ **'ਹਉਮੈ' ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ** ਅਤੇ 'ਹਉਮੈ' ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੇ 'ਹਨੇਰ' (Darkness of Illusive Ego) ਵਿਚ ਹੀ, ਇਹ ਸਾਰਾ ਤ੍ਰੈ-ਗੁਣੀ **ਮਾਇਕੀ 'ਚੱਕਰ' ਉਪਜਦਾ, ਪਲਦਾ** ਅਤੇ **ਵਰਤਦਾ** ਹੈ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿ ਹਨੇਰ ਕੋਠਰੀ ਜਾਂ ਗੁਫ਼ਾ ਵਿਚ, ਸੱਪ, ਠੂੰਹੇ, ਮੱਛਰ ਆਦਿ ਉਪਜਦੇ, ਪਲਦੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੂੰ ਵਿਸਰਹਿ ਤਾਂ ਸਭੁ ਕੋ ਲਾਗੂ
ਚੀਤਿ ਆਵਹਿ ਤਾਂ ਸੇਵਾ ॥ (ਪੰਨਾ-383)

ਦੁਖੁ ਤਦੇ ਜਾ ਵਿਸਰਿ ਜਾਵੈ ॥
ਭੁਖ ਵਿਆਪੈ ਬਹੁ ਬਿਧਿ ਧਾਵੈ ॥ (ਪੰਨਾ-98)

ਇਸ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿਚ, **ਸਾਡੇ ਮਨ ਬਹੁਤ ਰੋਗੀ ਹ ਗਏ ਹਨ,** ਜਿਸ ਕਾਰਣ **ਸਰੀਰਕ ਰੋਗ ਭੀ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਗਏ ਹਨ** ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਬੇਅੰਤ ਨੁਸਖੇ, ਟੀਕੇ, ਦਵਾਈਆਂ ਪ੍ਰਚਲਤ ਹਨ, ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਡਾਕਟਰ, ਹਕੀਮ, ਹਸਪਤਾਲ ਭੀ ਬੇਅੰਤ ਵੱਧ ਗਏ ਹਨ। ਏਥੋਂ ਤਾਈ ਕਿ ਹਰ ਇਕ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਖ਼ਾਸ ਡਾਕਟਰ (specialist) ਬਣ ਗਏ ਹਨ।

ਅਸੀਂ ਭੀ ਇਤਨੇ **ਚੌਕੰਨੇ** (alert) ਹੋ ਗਏ ਹਾਂ ਕਿ ਮਾੜਾ ਜਿਹਾ ਦਰਦ ਜਾਂ ਬੁਖਾਰ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ ਝੱਟ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਭਜਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਟੀਕਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਟਿੱਕੀਆਂ (ਗੋਲੀਆਂ) ਭੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਾਂਦਿਆਂ ਅੱਕ ਜਾਈਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਟੀਕਿਆਂ ਅਤੇ ਗੋਲੀਆਂ ਨਾਲ ਜੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਕੋਈ ਇਲਾਮਤ ਘਟਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਹੋਰ ਇਲਾਮਤਾਂ (side effect) ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਾਂ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਇਉਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ **ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਚੱਕਰ** (vicious circle) ਚਲਦਾ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਤਾਂਈ **'ਮੌਤ'** ਸਾਡਾ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਉਂਦੀ।

ਏਸੇ ਕਰਕੇ ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ :—

ਜੋ ਜੋ ਦੀਸੈ ਸੋ ਸੋ ਰੋਗੀ ॥ ਰੋਗ ਰਹਿਤ ਮੇਰਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜੋਗੀ ॥ (ਪੰਨਾ—1140)

ਕਿਉਂਕਿ ਜੇ ਕੋਈ **ਸਰੀਰਕ ਰੋਗ** ਤੋਂ ਬੱਚਿਆ ਭੀ ਹੈ ਤਾਂ **'ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ' ਤਾਂ ਸਭਨਾਂ ਨੂੰ ਲਗੇ ਹੋਏ ਹਨ।**

ਇਹ ਇਕ ਦੀਰਘ ਸਮਸਿਆ (serious problem) ਹੈ ਕਿ **ਬਾਵਜੂਦ** ਚਕਿਤਸਾ ਵਿਗਿਆਨ (Medical Science) ਦੀ **ਇਤਨੀ ਤਰੱਕੀ** ਅਤੇ ਬੇਅੰਤ ਇਲਾਜ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੇ, ਸਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ **ਸਿਹਤ ਦਾ ਪੱਧਰ**, ਪਿਛਲੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਨਾਲੋਂ **ਬਹੁਤ ਗਿਰ ਗਿਆ ਹੈ।** ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਬੜੀ ਡੂੰਘੀ ਅਤੇ ਦੀਰਘ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਘੋਖ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਪੁਰਾਣੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿਚ ਲੋਕ ਸਿਧੇ-ਸਾਦੇ, ਭੋਲੇ-ਭਾਲੇ, ਦੈਵੀ ਰੁਚੀਆਂ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ ਨਿਰਮਲ, ਨਿਰਛੱਲ, ਨਰੋਏ, ਸੇਵਾ ਭਾਵ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਸ਼ਰਧਾ ਭਾਵਨੀ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕੁਦਰਤ ਅਨੁਸਾਰ **ਸਾਦਾ ਅਤੇ ਨਿਰਛਲ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਸਨ,** ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ **ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਰੋਗ ਘਟ ਹੀ** ਲਗਦੇ ਸਨ।

ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਵਿਦਿਅਕ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨਕ **ਤਰੱਕੀ** ਹੁੰਦੀ ਗਈ, ਸਾਡੀ ਸਭਿਅਤਾ (civilization) ਵਿਚ ਪ੍ਰੀਵਰਤਨ ਆਉਂਦਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਡੇ

ਖਿਆਲ
ਸੋਚਣੀ
ਚਿਤਵਨੀ
ਰੁੱਚੀਆਂ
ਰੀਝਾਂ
ਗਿਆਨ
ਕਰਮ
ਧਰਮ
ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ
ਕਹਿਣੀ
ਸਹਿਣੀ

ਆਦਿ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਵਿਚ **ਕਰਾਂਤੀ** ਆਉਂਦੀ ਗਈ, ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਹਉਮੈ ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੇ **'ਹਨੇਰ'** ਦੁਆਰਾ **ਜੀਵਨ ਦਾ ਗਿਆਨ** ਅਤੇ **'ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ'** ਭੀ **ਬਦਲਦੀਆਂ ਗਈਆਂ।** ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ :—

ਖੁਦਗਰਜ਼ੀ
ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ
ਕਾਮ
ਕ੍ਰੋਧ

ਲੋਭ

ਮੋਹ

ਹੰਕਾਰ

ਈਰਖਾ

ਦਵੈਤ

ਵੈਰ

ਵਿਰੋਧ

ਝਗੜੇ

ਲੜਾਈਆਂ

ਆਦਿ **ਨੀਵੇਂ ਮਾਇਕੀ ਅਉਗੁਣ ਵਧਦੇ ਗਏ,** ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ ਤੇ **'ਰੋਗੀ'** ਹੁੰਦੇ ਗਏ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਵਿਚੋਂ **'ਦੈਵੀ ਗੁਣ' ਘਟਦੇ ਗਏ,** ਅਤੇ **ਅਸੁਰੀ ਅਉਗੁਣ ਵਧਦੇ ਤੇ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦੇ ਗਏ।** ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਸਾਡਾ ਮਨ, ਬੁੱਧੀ, ਚਿਤ, ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਆਦਿ ਮੈਲੇ, ਗੰਦਲੇ ਹੋ ਗਏ, ਅਤੇ ਖੁਦਗਰਜ਼ੀ, ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ, ਹੰਕਾਰ, ਈਰਖਾ, ਦਵੈਤ ਆਦਿ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰੀ (corrupt) ਹੁੰਦਾ ਗਿਆ। ਇਸ **'ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ' ਦਾ ਅਸਰ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਅਵੱਸ਼ ਪੈਣਾ ਸੀ,** ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਭੀ **ਵਧਦੇ** ਗਏ। ਜਿਸ ਦਾ **ਸਬੂਤ** ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ **ਪ੍ਰਤੱਖ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।**

ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਮੈਲੇ ਅਤੇ **ਰੋਗੀ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਨੀਵੀਆਂ ਰੁੱਚੀਆਂ ਤੇ ਨੀਵੇਂ ਕਰਮ ਹੀ ਉਪਜਦੇ ਹਨ,** ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਖੁਦ-ਗਰਜ਼ੀ, ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ, ਈਰਖਾ-ਦਵੈਤ, ਲੁਟ-ਘਸੁਟ, ਖੋਹਾ-ਖਾਈ ਅਤੇ **ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ,** ਅਤੇ **ਧੋਖਾ, ਬੇਈਮਾਨੀ, ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰੀ** ਦਾ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ **ਹਰ ਪਾਸੇ ਬੋਲ-ਬਾਲਾ ਹੈ।** ਦੂਜੇ ਲਫਜ਼ਾਂ ਵਿਚ **ਸਮੁੱਚੀ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੇ ਰਗੋ-ਰੇਸ਼ੇ** ਵਿਚ **ਮਾਨਸਿਕ 'ਗਿਲਾਨੀ'** ਦਾ **'ਜ਼ਹਿਰ'** (vicious poison of corruption) **ਧਸ, ਵੱਸ, ਰੱਸ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ** ਅਤੇ ਇਹ **'ਛੂਤ' ਦੀ 'ਮਾਰੂ' ਬੀਮਾਰੀ** (infections epidemic) **ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ,** ਜਿਸ ਨਾਲ ਝਗੜੇ, ਲੜਾਈਆਂ, **ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਵਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।** ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਗਿਲਾਨੀ ਦੀ **'ਬਦਬੋ'** ਜਾਂ **'ਹਵਾੜ'** ਸਾਡੇ :—

ਹਿਰਦਿਆਂ

ਮਨਾਂ

ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ

ਭਾਈਚਾਰੇ

ਕੌਮਾਂ

ਦੇਸ਼ਾਂ

ਮਜ਼ਹਬਾਂ

ਨੌਕਰਸ਼ਾਹੀ

ਮਹਿਕਮਿਆਂ

ਸਰਕਾਰਾਂ

ਧਾਰਮਿਕ ਅਸਥਾਨਾਂ

ਵਿਸ਼ਵ

ਦੇ 'ਰਗੋ-ਰੇਸ਼ੇ' ਵਿਚ ਸਮਾ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਸਾਡੇ **ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।**

ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੱਧਰ ਤੇ ਯੂ. ਐਨ. ਓ. (U. N. O.) ਵਰਗੀਆਂ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਵਿਸ਼ਵ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਭੀ ਇਸ **'ਗਿਲਾਨੀ' ਨੂੰ 'ਹਟਾਉਣ' ਜਾਂ 'ਘਟਾਉਣ' ਵਿਚ ਨਾਕਾਮਯਾਬ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।**

ਧਰਮ ਅਤੇ ਧਰਮ ਅਸਥਾਨ ਭੀ ਇਸ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਮਾਇਕੀ 'ਗਿਲਾਨੀ' ਦੇ ਅਸਰ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਬਚ ਸਕੇ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਉਤੇ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਬੜੀਆਂ ਆਸਾਂ ਸਨ ਕਿ ਇਸ ਮਾਰੂ ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀ ਨੂੰ **ਰੋਕਣ ਜਾਂ 'ਠੱਲ'** ਪਾਉਣਗੀਆਂ। ਅਫ਼ਸੋਸ ਅਤੇ ਦੁਖਦਾਈ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਉਚੇ-ਸੁੱਚੇ **'ਮਿਆਰ'** ਦੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਭੀ, ਇਸ ਮਾਨਸਿਕ ਗਿਲਾਨੀ ਦੀ **'ਲਾਗ'** (infection) ਹੋ ਰਹੀ **ਹੈ।**

ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਤੱਖ ਸਬੂਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਯੂ. ਐਨ. ਓ. (U. N. O.) ਦੀਆਂ **ਕਮੇਟੀਆਂ ਵੱਧਦੀਆਂ ਗਈਆਂ** ਅਤੇ ਧਰਮ ਅਸਥਾਨ **ਤੇ ਧਰਮ ਪ੍ਰਚਾਰ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ,** ਉਸੇ ਲਿਹਾਜ਼ ਨਾਲ (in proportion) **ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਗਿਲਾਨੀ** (corruption) **ਵੀ ਵਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ,** ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ **'ਪਾਪ', ਅਤਿਆਚਾਰ, ਜ਼ੁਲਮ, ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਭੀ ਵਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।**

"ਮਰਜ਼ ਬੜ੍ਹਤੀ ਗਈ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਦੱਵਾ ਕੀ।"

ਸਾਡੀ ਗਿਲਾਨੀ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ 500 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਖਿੱਚੀ ਸੀ :

ਕਲਿ ਕਾਤੀ ਰਾਜੇ ਕਾਸਾਈ ਧਰਮੁ ਪੰਖ ਕਰਿ ਉਡਰਿਆ ॥
ਕੂੜੁ ਅਮਾਵਸ **ਸਚੁ** ਚੰਦ੍ਰਮਾ ਦੀਸੈ ਨਾਹੀ ਕਹ ਚੜਿਆ ॥
ਹਉ ਭਾਲਿ ਵਿਕੁੰਨੀ ਹੋਈ ॥ ਆਧੇਰੈ ਰਾਹੁ ਨ ਕੋਈ ॥

ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਕਰਿ ਦੁਖੁ ਰੋਈ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਕਿਨਿ ਬਿਧਿ ਗਤਿ ਹੋਈ ॥

(ਪੰਨਾ—154)

ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਭੀ ਇਸ ਗਿਲਾਨੀ ਉਤੇ ਇਉਂ ਟਕੋਰ ਮਾਰੀ ਹੈ :—

ਕਲਿ ਆਈ ਕੁਤੇ ਮੁਹੀ ਖਾਜੁ ਹੋਇਆ ਮੁਰਦਾਰ ਗੁਸਾਈ ।
ਰਾਜੇ ਪਾਪ ਕਮਾਵਦੇ ਉਲਟੀ ਵਾੜ ਖੇਤ ਕਉ ਖਾਈ ।
ਪਰਜਾ ਅੰਧੀ ਗਿਆਨ ਬਿਨੁ ਕੂੜੁ ਕੁਸਤਿ ਮੁਖਹੁ ਆਲਾਈ ।
ਚੇਲੇ ਸਾਜ ਵਜਾਇਦੇ ਨਚਨਿ ਗੁਰੂ ਬਹੁਤੁ ਬਿਧਿ ਭਾਈ ।
ਸੇਵਕ ਬੈਠਨਿ ਘਰਾਂ ਵਿਚਿ ਗੁਰ ਉਠਿ ਘਰੀ ਤਿਨਾੜੇ ਜਾਈ ।
ਕਾਜੀ ਹੋਏ ਰਿਸਵਤੀ ਵਢੀ ਲੈ ਕੇ ਹਕ ਗਵਾਈ ।
ਇਸਤ੍ਰੀ ਪੁਰਖੈ ਦਾਮ ਹਿਤ ਭਾਵੈ ਆਇ ਕਿਥਾਊ ਜਾਈ ।
ਵਰਤਿਆ ਪਾਪ ਸਭਸ ਜਗ ਮਾਂਹੀ ॥ (ਵਾਰ ਭ: ਗੁ: 1: 30)

ਅਜ ਕਲ ਇਹ **'ਮਾਨਸਿਕ ਗਿਲਾਨੀ'** ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਈ ਗੁਣਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ **'ਵਧ' ਗਈ ਹੈ** ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ **'ਰਗੋ-ਰੇਸ਼ੇ' ਵਿਚ ਰੱਚ ਮਿੱਚ ਗਈ ਹੈ** ਅਤੇ **ਲਾ-ਇਲਾਜ ਭਾਸਦੀ ਹੈ ।**

ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਦੀ ਇਸ ਭਿਆਨਕ ਅਤੇ ਦੁਖਦਾਈ **'ਅਧੋਗਤੀ'** (human tragedy) **ਦੇ 'ਕਾਰਣ'** ਅਤੇ **'ਇਲਾਜ'** ਦੀ ਬਾਬਤ ਦੀਰਘ ਵੀਚਾਰ **ਅਤੇ 'ਖੋਜ' ਕਰਨ ਦੀ ਅਤਿਅੰਤ ਲੋੜ ਹੈ ।**

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਇਸ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅਤੇ ਦੀਰਘ (important and serious problem) ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਉਦਮ, ਹੇਠਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ : —

ਜਦ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕੋਈ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਫੌਰਨ ਉਸ ਦਾ ਓਹੜ-ਪੋਹੜ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਦ ਤਾਂਈ ਤਕਲੀਫ਼ ਦੂਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪਰਹੇਜ਼ ਭੀ ਰਖਦੇ ਹਾਂ ।

ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਅਸੀਂ **ਕਈ ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਬੀਮਾਰ ਹਾਂ** ਅਤੇ **ਮਾਨਸਿਕ ਗਿਲਾਨੀ** ਨਾਲ **'ਲਥ-ਪਥ'** ਹੋ ਕੇ ਅਤਿਅੰਤ ਦੁਖੀ ਹੋ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ **'ਹਾਏ-ਹਾਏ' ਕਰਕੇ ਵਿਰਲਾਪ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ।**

ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੀ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਮਲੁ ਲਾਗੀ ਕਾਲਾ ਹੋਆ ਸਿਆਹੁ ॥
ਖੰਨਲੀ ਧੋਤੀ ਉਜਲੀ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਸਉ ਧੋਵਣਿ ਪਾਹੁ ॥ (ਪੰਨਾ—651)

ਪਾਪੀ ਕਰਮ ਕਮਾਵਦੇ ਕਰਦੇ ਹਾਏ ਹਾਇ ॥
ਨਾਨਕ ਜਿਉ ਮਥਨਿ ਮਾਧਾਣੀਆ ਤਿਉ ਮਥੇ ਧ੍ਰਮਰਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ—1425)

ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਬਹੁ ਕਰਮ ਕਮਾਵਹਿ ਹੋਰਿ ॥
ਨਾਨਕ ਜਮਪੁਰਿ ਬਧੇ ਮਾਰੀਅਹਿ ਜਿਉ ਸੰਨੀ ਉਪਰਿ ਚੋਰ ॥ (ਪੰਨਾ—1247)
ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ ॥ (ਪੰਨਾ—133)

ਹੈਰਾਨੀ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਗਿਲਾਨੀ ਵਾਲੇ **ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਵਿਚ** ਭਾਂਤ-ਭਾਂਤ ਦੇ ਅਤਿਅੰਤ ਦੁਖਦਾਈ **ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਰੋਗ ਭੁਗਤਦਿਆਂ** ਅਤੇ 'ਹਾਏ-ਹਾਏ' ਕਰਨ ਦੇ **'ਬਾਵਜੂਦ'**, ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੀਰਘ ਤਰਸਯੋਗ, **ਦੁਖਦਾਈ 'ਅਧੋਗਤੀ'** ਦਾ :—

ਅਹਿਸਾਸ ਹੀ ਨਹੀਂ
ਖਿਆਲ ਹੀ ਨਹੀਂ
ਸਮਝ ਹੀ ਨਹੀਂ
ਖੋਜ ਹੀ ਨਹੀਂ

ਅਤੇ ਐਸੀ **'ਜ਼ਹਿਰਲੀ ਗਿਲਾਨੀ' ਤੋਂ ਬੱਚਣ ਦਾ** ਕੋਈ—

ਓਹੜ-ਪੋਹੜ
ਸਾਧਨ
ਉਦਮ
ਇਲਾਜ

ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਸੀ !

ਏਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਸ **'ਗਿਲਾਨੀ'** ਦੇ **ਮੁੱਢਲੇ ਕਾਰਨਾਂ** (root causes) ਨੂੰ—

ਜਾਨਣ
ਸਮਝਨ
ਵਿਚਾਰਨ
ਪਹਿਚਾਨਣ
ਬੁਝਣ
ਖੋਜਣ

ਦੀ ਲੋੜ ਭੀ ਨਹੀਂ ਭਾਸਦੀ ।

ਯਾਦ ਰਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਇਹ ਹਨ :—

1. ਦੀਰਘ ਖਤਰਨਾਕ ਸਰੀਰਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤਪਦਿਕ, ਕੋਹੜ, ਕੈਂਸਰ ਆਦਿ ਤਾਂ **ਸਰੀਰ ਛਡਣ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਲਹਿ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ।**

2. ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਗਿਲਾਨੀ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤਾਂ **ਮੌਤ ਦੇ ਮਗਰੋਂ ਭੀ, 'ਜੀਵ' ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।**

3. ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ **ਅਗਲਿਆਂ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ ਭੀ** 'ਸੂਦ-ਦਰ-ਸੂਦ' (Cummulative compound Interest) ਵਾਂਗ **ਅਤੇ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ** ਅਤੇ ਅਸੀਂ **ਆਪਣੇ 'ਸਹੇੜੇ' ਹੋਏ ਪਾਪਾਂ ਦੇ ਅਸਰ ਹੇਠ 'ਕਰਮ ਬੱਧ' ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।**

4. ਸਾਹੂਕਾਰਾਂ ਦੇ ਖਾਤੇ ਵਾਂਗ, ਸਾਡੇ ਕਰਮਾਂ, ਅਥਵਾ **ਪਾਪਾਂ ਦਾ 'ਖਾਤਾ'** ਜਾਂ ਲੇਖਾ ਜਨਮਾਂ ਤਾਂਈ **'ਬੇ-ਬਾਕ'** (clear) ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਿਸ ਕਾਰਣ **'ਜਮ-ਜੇਵਰੀ'** ਦੀ ਗੁਲਾਮੀ ਸਾਡੇ **ਗਲੋਂ ਨਹੀਂ ਲਹਿੰਦੀ।**

5. ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਜੇ ਕੋਈ ਪਾਠ, ਪੂਜਾ, **ਕਰਮ-ਕਾਂਡ ਕਰਦੇ ਭੀ ਹਾਂ,** ਤਾਂ **ਉਸ ਦਾ ਮਾੜਾ ਮੋਟਾ 'ਫਲ' ਪਿਛਲੇ ਘੋਰ** 'ਪਾਪਾਂ' **ਦੇ** 'ਸੂਦ' **ਵਿਚ ਹੀ ਕਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ** ਅਤੇ **ਸਾਡਾ ਲੇਖਾ ਨਹੀਂ ਨਿਬੜਦਾ।**

ਕਰਮ ਧਰਮ ਪਾਖੰਡ ਜੋ ਦੀਸਹਿ ਤਿਨ ਜਮੁ **ਜਾਗਾਤੀ** ਲੂਟੈ ॥

(ਪੰਨਾ—747)

6. ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ **ਦੇ ਪਾਪਾਂ ਦੀ ਗਿਲਾਨੀ** ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਮਨ ਅਤੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ **'ਮਨੂਰ'** ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ **'ਗੰਦਗੀ ਦੇ ਕੀੜਿਆਂ' ਵਾਂਗ** ਇਸ ਗਿਲਾਨੀ ਵਾਲੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਹੀ **'ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਜਾਂ ਢੀਠ'** (immune) ਹੋ ਕੇ, **ਤ੍ਰੈਗੁਣੀ** ਮਾਇਕੀ **ਮੰਡਲ ਦੇ 'ਅਥਾਹ ਬਿਖਮ ਸਾਗਰ', 'ਅੰਧ ਗਹੇਰੇ' ਸੰਸਾਰ** ਵਿਚ **ਗੋਤੇ ਖਾ ਰਹੇ ਹਾਂ।**

ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੇ ਮੋਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ—133)

ਜੁਗਾਂ-ਜੁਗਾਤਰਾਂ ਤੋਂ ਗੁਰੂ, ਅਵਤਾਰ, ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸਖਸ਼ੀ ਜੀਵਨੀਆਂ ਅਤੇ ਬਾਣੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਇਸ **ਆਤਮਿਕ ਗਿਲਾਨੀ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਉਪਦੇਸ਼** ਦੁਆਰਾ **ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ ਅਤੇ** '**ਤਾੜਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ :**

ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਭੀ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਇਲਾਹੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਤਾੜਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ :—

ਮਨ ਮੇਰੇ ਭੂਲੇ ਕਪਟੁ ਨ ਕੀਜੈ ॥
ਅੰਤਿ ਨਿਬੇਰਾ ਤੇਰੇ ਜੀਅ ਪਹਿ ਲੀਜੈ ॥ (ਪੰਨਾ—656)

ਮਨ ਰੇ ਸੰਸਾਰੁ ਅੰਧ ਗਹੇਰਾ ॥ ਚਹੁ ਦਿਸ ਪਸਰਿਓ ਹੈ ਜਮ ਜੇਵਰਾ ॥
ਰਾਮ ਨਾਮ ਬਿਨੁ ਸਭੈ ਬਿਗੂਤੇ ਦੇਖਹੁ ਨਿਰਖਿ ਸਰੀਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ—654)

ਕੋਟਿ ਬਿਘਨ ਤਿਸੁ ਲਾਗਤੇ ਜਿਸ ਨੋ ਵਿਸਰੈ ਨਾਉ ।
ਨਾਨਕ ਅਨਦਿਨੁ ਬਿਲਪਤੇ ਜਿਉ ਸੁੰਞੈ ਘਰਿ ਕਾਉ । [ਪੰਨਾ—522]

ਅਨਕਾਏ ਰਾਤੜਿਆ ਵਾਟ ਦੁਹੇਲੀ ਰਾਮ ॥
ਪਾਪ ਕਮਾਵਦਿਆ ਤੇਰਾ ਕੋਇ ਨ ਬੇਲੀ ਰਾਮ ॥
ਕੋਏ ਨ ਬੇਲੀ ਹੋਇ ਤੇਰਾ ਸਦਾ ਪਛੋਤਾਵਹੇ ॥
ਗੁਨ ਗੁਪਾਲ ਨ ਜਪਹਿ ਰਸਨਾ ਫਿਰਿ ਕਦਹੁ ਸੇ ਦਿਹ ਆਵਹੇ ।
ਤਰਵਰ ਵਿਛੁੰਨੇ ਨਹ ਪਾਤ ਜੁੜਤੇ ਜਮ ਮਗਿ ਗਉਨੁ ਇਕੇਲੀ ।
ਬਿਨਵੰਤ ਨਾਨਕ ਬਿਨੁ ਨਾਮ ਹਰਿ ਕੇ ਸਦਾ ਫਿਰਤ ਦੁਹੇਲੀ ।
[ਪੰਨਾ—546]

ਪਾਪ ਕਰੇਦੜ ਸਰਪਰ ਮੁਠੇ ॥ ਅਜਰਾਈਲਿ ਫੜੇ ਫੜਿ ਕੁਠੇ ॥
ਦੋਜਕਿ ਪਾਏ ਸਿਰਜਣਹਾਰੈ ਲੇਖਾ ਮੰਗੈ ਬਾਣੀਆ ॥
ਸੰਗਿ ਨ ਕੋਈ ਭਈਆ ਬੇਬਾ ॥ ਮਾਲੁ ਜੋਬਨੁ ਧਨੁ ਛੋਡਿ ਵਞੇਸਾ ॥
ਕਰਣ ਕਰੀਮ ਨ ਜਾਤੋ ਕਰਤਾ ਤਿਲ ਪੀੜੇ ਜਿਉ ਘਾਣੀਆ ॥
ਖੁਸਿ ਖੁਸਿ ਲੈਦਾ ਵਸਤੁ ਪਰਾਈ ॥ ਵੇਖੈ ਸੁਣੇ ਤੇਰੈ ਨਾਲਿ ਖੁਦਾਈ ॥
ਦੁਨੀਆ ਲਬਿ ਪਇਆ ਖਾਤ ਅੰਦਰਿ ਅਗਲੀ ਗਲ ਨ ਜਾਣੀਆ ॥
ਜਮਿ ਜਮਿ ਮਰੈ ਮਰੈ ਫਿਰਿ ਜੰਮੈ ॥ ਬਹੁਤੁ ਸਜਾਇ ਪਇਆ ਦੇਸਿ ਲੰਮੈ ॥
ਜਿਨਿ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਨ ਜਾਣੀ ਅੰਧਾ ਤਾ ਦੁਖੁ ਸਹੈ ਪਰਾਣੀਆ ।
[ਪੰਨਾ—1019-20]

ਪਰ ਸਾਡੀ ਬੁੱਧੀ ਇਤਨੀ ਮਲੀਨ ਹੋ ਚੁਕੀ ਹੈ ਕਿ ਇਤਨੇ ਪਾਠ, ਕਥਾ, ਕੀਰਤਨ ਕਰਦਿਆਂ ਅਤੇ ਸੁਣਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਭੀ ਸਾਡੇ ਮਨ ਅੰਦਰ **ਜੂੰ ਨਹੀਂ ਸਰਕਦੀ ! ਅਤੇ** ਨਾ ਕੋਈ '**ਚੋਟ ਲਗਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਇਆ ਦੀ ਗੂੜ੍ਹੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਘੂਕ ਸੁਤੇ ਪਏ ਹਾਂ ।**

ਜੇ ਕਦੇ ਮਾੜਾ-ਮੋਟਾ ਮਾਨਸਿਕ '**ਹਲੋਰਾ**' ਜਾਂ ਵੈਰਾਗ (emotional feelings) ਆਉਂਦਾ ਭੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ 'ਹਲੋਰਾ' ਭੀ ਸਾਡੇ **ਮਨ ਵਿਚ ਜੰਮੀ ਹੋਈ ਗਿਲਾਨੀ ਦੀ** '**ਹਵਾੜ**' ਨਾਲ **ਛੇਤੀ ਹੀ ਉਡ-ਪੁਡ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,** ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਹੀ **ਅਣਭਿਜ ਪੱਥਰ**

ਸਿਮਰਉ ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਸੁਖੁ ਪਾਵਉ ॥ ਕਲਿ ਕਲੇਸ ਤਨ ਮਾਹਿ ਮਿਟਾਵਉ ॥
[ਪੰਨਾ—262]

ਮੇਰੇ ਮਨ ਨਾਮੁ ਨਿਤ ਨਿਤ ਲੇਹ ॥ ਜਲਤ ਨਾਹੀ ਅਗਨਿ ਸਾਗਰ
ਸੂਖੁ ਮਨਿ ਤਨਿ ਦੇਹ । [ਪੰਨਾ—1006]

ਪ੍ਰਭੁ ਚਿਤਿ ਆਵੈ ਤਾ ਕੈਸੀ ਭੀੜ ॥
ਹਰਿ ਸੇਵਕ ਨਾਹੀ ਜਮ ਪੀੜ ॥ [ਪੰਨਾ—802]

ਸਾਸਿ ਗਿਰਾਸਿ ਸਦਾ ਮਨਿ ਵਸੈ ਜਮੁ ਜੋਹਿ ਨ ਸਕੈ ਤਿਸੁ ॥ ਪੰਨਾ—854]

ਕੋਟਿ ਅਪ੍ਰਾਧ ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਟੈ ॥ ਸੰਤ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ ਜਮ ਤੇ ਛੁਟੈ ॥ [ਪੰਨਾ—296]

ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਤਰੀਜੈ ਸਾਗਰੁ ਕਟੀਐ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸਾ ਜੀਉ ॥ [ਪੰਨਾ—108]

ਸਾਜਨ ਸੰਤ ਕਰਹੁ **ਇਹੁ ਕਾਮੁ ।** ਆਨ ਤਿਆਗਿ ਜਪਹੁ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ॥
[ਪੰਨਾ—290]

ਸਾਡਾ ਮਨ ਬੜਾ ਚੰਚਲ ਅਤੇ '**ਲਾਈ-ਲਗ**' (highly susceptible) **ਹੈ** । 'ਜਿੰਨੀ ਲਾਈ ਗਲੀਂ, ਉਸੇ ਨਾਲ ਉਠ ਚਲੀ', ਕਹਾਵਤ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਡਾ ਮਨ ਬਹੁਤ ਛੇਤੀ **ਬਾਹਰਲਾ ਅਸਰ 'ਗ੍ਰਹਿਣ' ਕਰਕੇ** 'ਤਾਤਾ-ਸੀਰਾ' ਹੋ ਜਾਂਦਾ **ਹੈ** ।

ਅਸੀਂ ਜਨਮ ਜਨਮਾਤਰਾਂ ਤੋਂ ਬੇਅੰਤ ਬਾਹਰਲੇ ਅਸਰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦੇ ਆਏ ਹਾਂ । ਉਨ੍ਹਾਂ ਖਿਆਲਾਂ ਨੂੰ '**ਦੁਹਰਾ ਕੇ**' ਜਾਂ '**ਘੋਟ ਕੇ**' (repeat) ਆਪਣੇ '**ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੇ ਸਟੋਰ**' (Sub-conscious mind) ਵਿਚ **ਜਮ੍ਹਾ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ।** ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਬਾਹਰਲੀ ਉਕਸਾਹਟ (exciting cause) ਮਿਲਦੀ **ਹੈ** ਤਾਂ **ਅੰ**ਤਿਸ਼ਕਰਨ (inner computer) ਦੀਆਂ ਡੂੰਘੀਆਂ '**ਤੈਹਾਂ**' **ਵਿਚੋਂ** ਪੁਰਾਣੀ ਮਾਨਸਿਕ '**ਗਿਲਾਨੀ**' **ਦੀ** '**ਹਵਾੜ**' **ਉਭਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ** ਅਤੇ ਅਸੀਂ **ਉ**ਸ ਮਾਨਸਿਕ '**ਰੰਗਤ**' **ਦੇ ਅਸਰ ਹੇਠ ਬੇਬਸ, ਕਰਮ-ਬੱਧ ਹੋ ਕੇ** ਅਨੇਕਾਂ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ **ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ,** ਅਤੇ **ਜਾਣਦੇ ਬੁਝਦੇ ਹੋਏ ਭੈੜੇ ਕਰਮ ਜਾਂ ਪਾਪ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ।**

ਕਬੀਰ ਮਨੁ ਜਾਨੈ ਸਭ ਬਾਤ ਜਾਨਤ ਹੀ ਅਉਗਨੁ ਕਰੈ ॥
ਕਾਹੇ ਕੀ ਕੁਸਲਾਤ ਹਾਥਿ ਦੀਪੁ ਕੂਏ ਪਰੈ । [ਪੰਨਾ—1376]

ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਫਾਹੀ ਫਾਸੈ ਕਊਆ ।
ਫਿਰਿ ਪਛੁਤਾਨਾ ਅਬ ਕਿਆ ਹੂਆ ॥ [ਪੰਨਾ—935]

ਜਾਨਿ ਬੂਝ ਕੈ ਬਾਵਰੇ ਤੈ ਕਾਜੁ ਬਿਗਾਰਿਉ ॥ [ਪੰਨਾ—727]

ਸਭੇ ਗਲਾ ਜਾਤੀਆ ਸੁਣਿਕੈ ਚੁਪ ਕੀਆ ॥ [ਪੰਨਾ—217]

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੇ :—

ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲਾਂ

ਨੀਵੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ

ਮਲੀਨ ਸੰਗਤ

ਮਾਨਸਿਕ ਗਿਲਾਨੀ

ਭੈੜੇ ਕਰਮ

ਪਾਪ

ਲਈ, **ਅਸੀਂ ਆਪ ਹੀ ਜ਼ਿਮੇਂਵਾਰ ਹਾਂ** ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ **ਨਤੀਜਾ ਭੀ** ਸਾਡੇ '**ਜੀਵ**' ਨੂੰ **ਹੀ ਭੁਗਤਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।**

ਸਾਡੇ ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲਾਂ ਜਾਂ ਰੁੱਚੀਆਂ ਦਾ '**ਕਾਰਣ**' ਸਾਡੀ '**ਸੰਗਤ**' ਹੀ ਹੈ। 'ਸੰਗਤ' ਸਿਰਫ ਇਨਸਾਨਾਂ ਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਬਲਕਿ ਕਿਤਾਬਾਂ, 'ਖਿਆਲਾਂ' ਜਾਂ '**ਯਾਦਾਂ**' ਦੀ ਭੀ ਸੰਗਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ 'ਸੰਗਤ' ਤੋਂ ਅਲਿਪਤ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਸਾਡੇ **ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਤੇਹਾਂ ਵਿਚਲੀ ਹਵਾੜ** ਤੋਂ **ਬਚਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ।** ਉਹ ਤਾਂ, ਆਪੇ ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਇ ਹੀ **ਅੰਦਰੋਂ ਹੀ ਉਭਰਦੀ ਹੈ** ਅਤੇ **ਸਾਡੀਆਂ ਰੁੱਚੀਆਂ ਨੂੰ ਗੰਦਿਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ।**

"ਜੋ ਜੈਸੀ ਸੰਗਤ ਕਰੇ ਸੋ ਤੈਸਾ ਫਲ ਪਾਇ ॥"

ਇਸੇ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਉਚੀ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਸੋਈ ਪਿਆਰੇ ਮੇਲੀਂ ਜਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਚਿਤ ਆਵੇ। (ਅਰਦਾਸ)

ਮਾਧੋ ਸਾਧੂ ਜਨ ਦੇਹੁ ਮਿਲਾਇ ॥
ਦੇਖਤ ਦਰਸੁ ਪਾਪ ਸਭਿ ਨਾਸਹਿ ਪਵਿਤ੍ਰ ਪਰਮ ਪਦੁ ਪਾਇ ॥
(ਪੰਨਾ-1178)

ਮਹਾ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸਾਧ ਕਾ ਸੰਗੁ ॥ ਜਿਸੁ ਭੇਟਤ ਲਾਗੈ ਪ੍ਰਭ ਰੰਗੁ ॥ (ਪੰਨਾ-393)

ਸੰਤ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਹਰਿ ਮਨਿ ਵਸੈ ॥ ਸੰਤ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਦੁਰਤੁ ਸਭੁ ਨਸੈ ॥
ਸੰਤ ਮੰਡਲ ਮਹਿ ਨਿਰਮਲ ਰੀਤਿ ॥ ਸੰਤ ਸੰਗਿ ਹੋਇ ਏਕ ਪਰੀਤਿ ॥
(ਪੰਨਾ-1146)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਕੈ ਬਾਸਬੈ ਕਲਮਲ ਸਭਿ ਨਸਨਾ ॥
ਪ੍ਰਭ ਸੇਤੀ ਰੰਗਿ ਰਾਤਿਆ ਤਾ ਤੇ ਗਰਭਿ ਨ ਗ੍ਰਸਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-811)
ਹੋਹੁ ਕ੍ਰਿਪਾਲ ਸੁਆਮੀ ਮੇਰੇ ਸੰਤਾਂ ਸੰਗਿ ਵਿਹਾਵੇ ॥
ਤੁਧਹੁ ਭੁਲੇ ਸਿ ਜਮਿ ਜਮਿ ਮਰਦੇ ਤਿਨ ਕਦੇ ਨ ਚੁਕਨਿ ਹਾਵੇ ॥
(ਪੰਨਾ-961)

ਸੰਤਨ ਸਿਉ ਮੇਰੀ ਲੇਵਾ ਦੇਵੀ ਸੰਤਨ ਸਿਉ ਬਿਉਹਾਰਾ ।
ਸੰਤਨ ਸਿਉ ਹਮ ਲਾਹਾ ਖਾਟਿਆ ਹਰਿ ਭਗਤਿ ਭਰੇ ਭੰਡਾਰਾ ।।

(ਪੰਨਾ-614)

ਇਸ **ਦੇ ਉਲਟ** ਜਦ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰੋਂ ਮਲੀਨ ਖਿਆਲ ਉਠਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ **ਹੋਰ 'ਘੋਟਦੇ'** ਹਾਂ ਜਾਂ **'ਅਭਿਆਸ'** ਕਰਦੇ ਹਾਂ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀਆਂ **ਡੂੰਘਾਈਆਂ ਵਿਚ ਹੋਰ 'ਧਸ' ਜਾਂਦੇ ਹਨ,** ਅਤੇ ਫੇਰ ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ **ਵੱਸ, ਰੱਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ,** ਅਤੇ ਸਾਡਾ **'ਸੁਭਾਉ' ਜਾਂ 'ਸਦਾਚਾਰ' ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,** ਜੋ ਕਿ ਮੌਕਾ ਮਿਲਣ ਤੇ **'ਹਵਾੜ' ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ,** ਬਾਹਰ **ਪ੍ਰਗਟ** ਹੋ **ਕੇ,** ਸਾਡੇ **ਕਰਮ ਜਾਂ 'ਭਾਗ' ਬਣਦੇ** ਹਨ ।

ਉਪਰਲੀ ਵੀਚਾਰ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲਗਾ ਕਿ **'ਸੰਗਤ' ਦੇ ਅਸਰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਨਾਲ** ਹੀ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀ **ਚੰਗੀ ਜਾਂ ਮਾੜੀ 'ਰੰਗਤ ਬਣਦੀ ਹੈ ।**

'ਸੰਗਤ' ਤਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ **ਹੈ** :—

1. ਸਖਸ਼ੀ ਸੰਗਤ
2. ਲਿਖਤੀ ਸੰਗਤ
3. ਖਿਆਲੀ ਸੰਗਤ

ਸਖਸ਼ੀ ਅਤੇ ਲਿਖਤੀ ਸੰਗਤ ਦੇ **ਅਸਰਾਂ** ਤੋਂ ਤਾਂ ਜਨਤਾ ਵਾਕਿਫ ਹੈ, **ਜਾਂ** ਤਜਰਬਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇਗਾ, ਪਰ **'ਖਿਆਲੀ ਸੰਗਤ'** ਸੂਖਮ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਇਸ ਤੋਂ **ਲੋਕ ਅਣਜਾਣ ਅਤੇ ਬੇ-ਪ੍ਰਵਾਹ ਹਨ ।** ਅਸਲ ਵਿਚ ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੇ **ਖਿਆਲਾਂ ਤੇ ਸੋਚਣੀ ਅਨੁਸਾਰ** ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ **ਚੰਗੀ ਜਾਂ ਮਾੜੀ ਦੁਨੀਆ ਰੱਚਦਾ ਤੇ ਵਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ।**

Man is incessantly weaving his own good or bad world, inside and around himself, by his own thoughts, like a silkworm; and suffers the consequences of his own thoughts and deeds; thereby creating his own fate and destiny.

ਜਦ ਸਾਨੂੰ **ਕੋਈ ਬੰਦਾ 'ਚੇਤੇ'** ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਚੰਗੇ ਮਾੜੇ ਗੁਣ, ਅਉਗੁਣ ਸਾਡੇ **ਮਨ ਦੇ ਸ਼ੀਸ਼ੇ** (screen) **ਉਤੇ ਉਘੜ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ।** ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ 'ਗੁਰਮੁਖ' ਜਨ ਦੀ ਯਾਦ ਆਵੇ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਤਨ, ਮਨ, ਹਿਰਦਾ, ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ, ਪ੍ਰੀਤ, ਪ੍ਰੇਮ, ਰਸ-ਚਾਓ, ਖੇੜਾਂ, **ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ** ! ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਜੇ ਕੋਈ 'ਮਨਮੁਖ' ਚੇਤੇ ਆ ਜਾਵੇ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ **ਨਫ਼ਰਤ** (allergy) ਹੋਵੇ, ਤਾਂ

ਫੌਰਨ ਸਾਡਾ ਮਨ, ਤਨ, ਹਿਰਦਾ, ਈਰਖਾ, ਦਵੈਤ, **ਕ੍ਰੋਧ ਨਫਰਤ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ 'ਮਲੀਨ'** ਹੋ ਜਾਂਦਾ **ਹੈ**। ਜਿਸ ਦਾ ਅਸਰ ਸਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਨਫਰਤ ਤੇ **ਕ੍ਰੋਧ ਦੀ 'ਝਲਕ'** ਅਤੇ **ਮੱਥੇ 'ਉਤੇ ਤਿਊੜੀਆਂ', ਰਾਹੀਂ ਫੌਰਨ ਪ੍ਰਗਟ** ਹੋ **ਜਾਂਦਾ ਹੈ।** ਕਈ ਵਾਰੀ ਸਾਡੇ ਸਮੁੱਚੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ **'ਸਣ-ਕਪੜੀ' ਕ੍ਰੋਧ ਅਤੇ ਘਿਰਣਾ ਦੀ 'ਅੱਗ' ਲਗ ਜਾਂਦੀ** ਹੈ ਜਿਸ ਦਾਂ ਅਸਰ ਢੇਰ ਚਿਰ ਤਾਈਂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ **ਆਪਣੀ ਲਾਈ ਹੋਈ ਅਗ ਦੇ 'ਭਾਂਬੜ' ਵਿਚ ਸੜਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।**

ਸਾਡੀ **ਅੰਦਰਲੀ ਖਿਆਲੀ ਦੁਨੀਆਂ** ਵਿਚ, 'ਉਤਮ ਪੁਰਸ਼' ਤਾਂ **ਥੋੜੇ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ,** ਅਤੇ ਉਹ ਸਾਨੂੰ **ਯਾਦ ਵੀ ਘਟ** ਹੀ **ਆਉਂਦੇ** ਹਨ, **ਪਰ** ਨੀਵੀਆਂ **ਰੁਚੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤਾਂ** ਸਾਡੀ **ਖਿਆਲੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ** ਭੀੜ **ਲਗੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਜੋ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਭੜਥੂ ਪਾਈ ਰਖਦੇ ਹਨ।** ਜੇ ਇਕ 'ਮਨਮੁਖ' ਦੀ **'ਖਿਆਲੀ ਸੰਗਤ' ਦਾ ਭਾਂਬੜ** ਠੰਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਮਨਮੁਖ ਯਾਦ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ **ਫਿਰ ਉਸੇ** ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਫਰਤ ਅਤੇ **ਕ੍ਰੋਧ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।** ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ **ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ, ਆਪ ਵਸਾਈ ਹੋਈ ਖਿਆਲੀ ਦੁਨੀਆਂ** ਦੇ ਨਫਰਤ **ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ, ਕ੍ਰੋਧ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਵਿਚ, ਸੜਦੇ, ਬਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ** ਤੇ ਸਾਡਾ ਮਨ ਮਨੂਰ **ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ** ਹੈ।

ਬਾਹਰਲੀ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਅਸੀਂ 'ਅਲੇਪ' ਰਹਿ ਕੇ **ਬਚ ਸਕਦੇ ਹਾਂ** ਪਰ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੇ **ਧੁਰ ਤੈਹਾਂ ਵਿਚ ਵਸਾਈ ਹੋਈ 'ਖਿਆਲੀ ਦੁਨੀਆਂ' ਦੇ** ਅਸਰ ਤੋਂ ਬਚਣਾ **ਅਤੀ ਕਠਿਨ ਹੈ,** ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤਾਂ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਸਾਡੇ **ਰਗੋ-ਰੇਸ਼ੇ ਵਿਚ ਵਸ ਰਹੀ ਹੈ।** ਜਦ ਕਦੇ ਸਾਡਾ ਮਨ ਬਾਹਰਲੇ ਰੁਝੇਵੇਂ ਤੋਂ **ਵੇਹਲਾ** ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ **ਯਾਦ ਕਰਵਾ ਦੇਵੇ,** ਤਾਂ ਅੰਤ੍ਰੀਵ ਰੋਸੇ-ਗਿਲੇ, ਈਰਖਾ ਦਵੈਤ, ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ ਦੀਆਂ **ਗੁਝੀਆਂ ਮਿਸਲਾਂ** (unwritten case files) **ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ** ਅਸੀਂ 'ਖਾਹਮਖਾਹ' **ਮਾਨਸਿਕ ਕਲਪਨਾ, ਕਲੇਸ਼, ਕਰਿਝਣਾ, ਸਾੜੇ ਸਹੇੜ ਕੇ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।** ਏਥੇ ਹੀ ਬਸ ਨਹੀਂ, ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਹਾਨੀਕਾਰਕ **ਕਲਪਨਾ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰ** ਨੂੰ **ਹਰ ਵਾਰੀ 'ਘੋਟਨ'** ਨਾਲ, ਮਨ ਅਤੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਇਹ **ਮਾਨਸਿਕ 'ਗਿਲਾਨੀ'** ਹੋਰ ਭੀ **ਧੱਸਦੀ ਅਤੇ 'ਵਸਦੀ' ਜਾਂਦੀ ਹੈ।** ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਨ 'ਮਨੂਰ' ਹੋ ਕੇ **ਉਚਿਆਂ ਆਤਮਿਕ ਖਿਆਲਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ** ਤੋਂ **ਅਸਮਰਥ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ** ਅਤੇ **ਅਗਲੇ ਜਨਮਾਂ** ਵਿਚ ਵੀ ਇਹ **ਜ਼ਹਿਰਲੀ ਗਿਲਾਨੀ ਨਾਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।**

Influence of our CONTACT with, and COMPANY of the surrounding world, and our's *inner thought world* have pro-

found affect in moulding or *changing* our thoughts, beliefs or consciousness, which form the basis of our *good or bad lives*, fate and destiny.

It is obvious that the *important and crucial point* of our Egoistic lives is the INFLUENCE OF THE COMPANY *we keep*—which can *MAKE or MAR* our fate.

Therefore it is apparent that a *sublime 'company'*, ('ਸਾਧ ਸੰਗਤ') is *imperative and essential* for change or transformation of our consciousness.

This *transformation* in our thoughts, beliefs and conceptions, can be brought only *through the 'company'* of Awakened, *Illuminated and Blessed souls*.

When this transformation of our consciousness takes place, our soul is *awakened and illuminated* with the Divine Light and Glory, and the darkness of the false egoistic illusion 'ਭਰਮ' *spontaneously FADE AWAY*—just as the darkness of night fades away on the rising of the SUN.

It is matter of *substitution* of darkness with light and not destruction of darkness.

ਇਹੋ ਜਿਹੀ **'ਮਾਨਸਿਕ ਗਿਲਾਨੀ'** ਵਿਚੋਂ ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲ, ਨੀਵੀਆਂ ਰੁੱਚੀਆਂ, ਨੀਵੇਂ ਕਰਮ, **ਪਾਪ ਹੀ ਉਪਜਦੇ** ਹਨ । ਜੇ ਕੋਈ ਚੰਗੇ 'ਖਿਆਲ' **ਜਾਂ ਪੁੰਨ** (ਚੰਗੇ ਕਰਮ) ਕਰਦੇ ਭੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਭੀ **'ਹਉਮੈ ਵੇੜ੍ਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।**

ਹਉ ਵਿਚਿ ਸਚਿਆਰੁ ਕੂੜਿਆਰੁ ॥
ਹਉ ਵਿਚਿ ਪਾਪ ਪੁੰਨ ਵੀਚਾਰੁ ॥
ਹਉ ਵਿਚਿ ਨਰਕਿ ਸੁਰਗਿ ਅਵਤਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ–466)

ਉਪਰ ਦਸੀ 'ਮਾਨਸਿਕ **ਗਿਲਾਨੀ' ਦੀ 'ਅੱਗ' ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਵਿਚ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਲਿਪਟੀ ਹੋਈ ਹੈ ।**

ਗੁਝੀ ਭਾਹਿ ਜਲੈ ਸੰਸਾਰਾ ਭਗਤ ਨ ਬਿਆਪੈ ਮਾਇਆ ॥ ਪੰਨਾ-673)

ਇਸ **ਗੁੱਝੀ ਅੱਗ'ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਸਾਧਨ** ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ **ਹੈ** :

ਆਤਸ ਦੁਨੀਆ ਖੁਨਕ ਨਾਮੁ ਖੁਦਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-1291)

ਤਾਤੀ ਵਾਉ ਨ ਲਗਈ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਸਰਣਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-819)

ਏਹੁ ਜਗੁ ਜਲਦਾ ਦੇਖਿ ਕੈ ਭਜਿ ਪਏ ਹਰਿ ਸਰਣਾਈ ਰਾਮ ॥ (ਪੰਨਾ-571)

ਮਨ ਮੇਰੇ ਗਹੁ ਹਰਿ ਨਾਮ ਕਾ ਓਲਾ ॥
ਤੁਝੈ ਨ ਲਾਗੈ ਤਾਤਾ ਝੋਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ-179)

ਪਿੱਛੇ ਦਸਿਆ ਜਾ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ ਕਿ :—

1. ਸਾਰੇ ਦੈਵੀ ਗੁਣ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਦਾਤਾਂ, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ **'ਨਾਮ' ਤੋਂ ਉਪਜਦੀਆਂ ਹਨ ।**
2. ਸਾਰੇ ਔਗੁਣ, ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲ, ਨੀਵੀਆਂ ਰੁੱਚੀਆਂ, ਪਾਪ, ਤ੍ਰੈਗੁਣੀ **ਮਾਇਆ ਦੇ ਹਨੇਰ ਜਾਂ ਭਰਮ ਵਿਚੋਂ ਉਪਜਦੇ ਹਨ ।**
3. 'ਮਾਇਆ' ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ **ਪ੍ਰਕਾਸ਼ (ਨਾਮ) ਦੀ 'ਗੈਰ-ਹਾਜ਼ਰੀ'** ਜਾਂ **'ਅਣਹੋਂਦ'** ਦਾ ਹੀ ਨਾਉਂ **ਹੈ** ।

ਇਸ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਦੇ **'ਪ੍ਰਕਾਸ਼'** ਹੋਣ ਨਾਲ, ਆਪੇ ਹੀ **ਮਾਇਆ ਦਾ 'ਹਨੇਰ' ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ**, ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ **'ਲਾਓ-ਲਸ਼ਕਰ'**, ਹਉਮੈ, ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਹੰਕਾਰ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਉਪਜੇ ਸਾਰੇ ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲ, **ਨੀਵੀਂਆਂ ਰੁਚੀਆਂ 'ਪਾਪ' ਆਦਿ ਭੀ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।**

ਇਸ ਮਾਇਆ ਦੇ **'ਅੰਧ ਗੁਬਾਰ' 'ਹਨੇਰ' ਨੂੰ** ਹੀ **'ਭਰਮ'** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ **ਹੈ :**

ਸਾਧੋ ਇਹੁ ਜਗੁ ਭਰਮ ਭੁਲਾਨਾ ॥
ਰਾਮ ਨਾਮ ਕਾ ਸਿਮਰਨੁ ਛੋਡਿਆ ਮਾਇਆ ਹਾਥਿ ਬਿਕਾਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-684)

ਭਰਮੇ ਭੂਲਾ ਫਿਰੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥ ਮਰਿ ਜਨਮੈ ਜਮੁ ਕਰੇ ਖੁਆਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ-560)

ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਭ੍ਰਮਿ ਭ੍ਰਮਿ ਭ੍ਰਮਿ ਖਪਿਆ ॥ (ਪੰਨਾ-1140)

ਐਸਾ ਤੈਂ ਜਗੁ ਭਰਮਿ ਲਾਇਆ ॥
ਕੈਸੇ ਬੂਝੈ ਜਬ ਮੋਹਿਆ ਹੈ ਮਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-92)

ਇਸ ਭਰਮ ਰੂਪੀ ਮਾਇਆ ਦੇ ਹਨੇਰ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਇਹ ਵਿਧੀ ਦਸੀ ਹੈ :—

ਰਾਮ ਨਾਮ ਰਸੁ ਚਾਖਿਆ ਹਰਿਨਾਮਾ ਹਰ ਤਾਰਿ ॥
ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਕੰਚਨੁ ਭਇਆ ਭ੍ਰਮੁ ਗਇਆ ਸਮੁਦ੍ਰੈ ਪਾਰਿ ॥ (ਪੰਨਾ-1103)

ਅੰਤਰਿ ਸਬਦੁ ਮਿਟਿਆ ਅਗਿਆਨੁ ਅੰਧੇਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ-798)

ਭ੍ਰਮ ਭੈ ਬਿਨਸਿ ਗਏ ਖਿਨ ਭੀਤਰਿ ਅੰਧਕਾਰ ਪ੍ਰਗਟੇ **ਚਾਨਾਣੁ** ॥
ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਆਰਾਧੈ ਨਾਨਕੁ ਸਦਾ ਸਦਾ ਜਾਈਐ **ਕੁਰਬਾਣੁ** ॥ (ਪੰਨਾ-825)

ਇਸ ਸਾਰੇ ਲੇਖ ਦੀਆਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅਤੇ ਦੀਰਘ 'ਚਣੌਤੀ' (important and crucial choice) ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ '**ਜੀਵਨ**' ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ '**ਪੱਖਾਂ**' **ਦਾ ਨਿਰਨਾ** (discrimination) ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਉਚੇਰੀ, ਚੰਗੇਰੀ; ਸੁਹਨੇਰੀ ਅਤੇ ਕਲਿਆਨ ਰੂਪੀ '**ਸੇਧ ਦੇਣੀ ਹੈ।** ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ '**ਪੱਖਾਂ**' ਦੀ '**ਚਣੌਤੀ ਕਰਕੇ**, '**ਕਮਾ ਕੇ**' ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰਨਾ ਹੈ :—

ਚੰਗੇ	ਤੇ	ਮਾੜੇ ਖਿਆਲ
ਚੰਗੀਆਂ	ਤੇ	ਮਾੜੀਆਂ ਰੁੱਚੀਆਂ
ਦੈਵੀ	ਤੇ	ਨੀਵੇਂ ਕਰਮ
ਨਿਰਮਲ ਮਨ	ਤੇ	ਮੈਲਾ ਮਨ,
ਸਾਧ ਸੰਗਤ	ਤੇ	ਕੁਸੰਗਤ,
ਪੁੰਨ	ਤੇ	ਪਾਪ,
ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ	ਤੇ	ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ
ਆਤਮਿਕ ਪ੍ਰਕਾਸ	ਤੇ	ਮਾਇਕੀ ਭਰਮ
ਆਤਮਿਕ ਰੱਸ	ਤੇ	ਮਾਇਕੀ ਅਨ-ਰਸ
ਆਤਮਿਕ ਧਨ	ਤੇ	ਮਾਇਕੀ ਧਨ
ਆਤਮਿਕ ਖੁਸ਼ੀ	ਤੇ	ਮਾਇਕੀ ਖੁਸ਼ੀ
ਸਵਰਗ	ਤੇ	ਨਰਕ
ਜੀਵਨ	ਤੇ	ਮੌਤ
ਗੁਰਮਤ	ਤੇ	ਮਨਮਤਿ
ਗੁਰਮੁਖ	ਤੇ	ਮਨਮੁਖ
ਅਨੁਭਵ	ਤੇ	ਦਿਮਾਗੀ ਗਿਆਨ

ਇਹ **'ਚਣੌਤੀ'** (discrimination) **ਕੀਤੇ ਬਗੈਰ** ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ **ਕੋਈ** ਪ੍ਰੀਵਰਤਨ ਜਾਂ **ਤਬਦੀਲੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ** ਅਤੇ ਸਾਡੇ **'ਜੀਵਨ ਦੀ ਕਿਸ਼ਤੀ'**, **ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ 'ਸੇਧ' ਦੇ** ਮਾਇਆ ਦੇ 'ਬਿਖਮ-ਅਗਨ-ਸੋਕ-ਸਾਗਰ ਦੇ ਤੁਫਾਨਾਂ ਵਿਚ **ਗੋਤੇ ਖਾਂਦੀ ਰਹੇਗੀ।**

ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੇ ਧੰਧੇ ਮੋਹੁ ॥ (ਪੰਨਾ—133)

ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਤਖ ਸਬੂਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਤਨੇ ਪਾਠ, ਪੂਜਾ, ਕਰਮ-ਧਰਮ; ਕਿਰਿਆ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆ ਭੀ, ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ **ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ,** ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਸੇ ਮਾਇਕੀ **ਗਿਲਾਨੀ ਦੀ ਪੁਰਾਣੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿਚ ਹੀ ਰੁੜ੍ਹੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ।**

ਇਹ **'ਚਣੌਤੀ',** ਅਨੁਭਵੀ ਆਤਮਿਕ ਗਿਆਨ ਵਾਲੀ **'ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ' ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।** ਨਿਰਾ-ਪੁਰਾ ਦਿਮਾਗੀ ਗਿਆਨ, ਸਿਆਣਪਾਂ ਅਤੇ ਫ਼ਿਲੋਸੋਫ਼ੀਆਂ ਸਾਨੂੰ ਹੋਰ ਭੀ ਭੰਬਲ-ਭੂਸਿਆਂ ਅਤੇ ਅੰਧ-ਗੁਬਾਰ, 'ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵਿਆਂ' ਵਿਚ **ਫਸਾ ਦਿੰਦੀਆਂ** ਹਨ।

ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਹੋਰ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਦਸਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ :—

1. ਮਾਇਕੀ ਭ੍ਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦਾ **'ਹਨੇਰ'** ਹੀ ਸਾਰੇ ਦੁਖ ਕਲੇਸ਼, ਜਮ, ਜਮ-ਜੇਵਰੀ, ਜਮ-ਡੰਡ, ਆਵਾ-ਗਵਨ, ਨਰਕ ਆਦਿ ਦਾ **ਮੁੱਢਲਾ ਕਾਰਣ ਹੈ** ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਮਾਇਕੀ **'ਗਿਲਾਨੀ' ਦੇ** 'ਬਿਖਮ-ਅਗਨ-ਸੋਕ-ਸਾਗਰ' ਵਿਚ **'ਗੋਤੇ'** ਖਾ ਰਹੇ ਹਾਂ।

2. ਆਤਮ-ਪ੍ਰਕਾਸ਼ **ਦੇ 'ਚਾਨਣ' (ਨਾਮ) ਵਿਚ** ਸਦੀਵੀ ਸੁਖ **'ਅਬਿਨਾਸੀ** ਖੇਮ' **ਪ੍ਰੀਤ, ਪ੍ਰੇਮ, ਰੱਸ, ਚਾਉ, ਖੇੜਾ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ।**

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੂਰਜ ਵਲ **ਮੂੰਹ ਕੀਤਿਆਂ,** ਰੌਸ਼ਨੀ, ਨਿਘ, ਜੀਵਨ, ਖੇੜਾ ਆਦਿ ਅਨੇਕ ਗੁਣ, **ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ** ਅਤੇ **'ਹਨੇਰੇ' ਵਲ** ਆਪਣੇ ਆਪ **'ਪਿੱਠ' ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।**

ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ, ਸੂਰਜ ਵਲ **ਪਿੱਠ ਕੀਤਿਆਂ** ਜਾਂ **ਓਲ੍ਹੇ ਹੁੰਦਿਆਂ, ਸੂਰਜ ਦੇ ਅਨੇਕ ਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝਿਆਂ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੈ** ਅਤੇ **ਹਨੇਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅਉਗੁਣ** ਸਾਡੇ **'ਪੱਲੇ' ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ,** ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਸਾਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਦੁਖ ਕਲੇਸ਼ ਭੁਗਤਣੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ।

ਐਨ ਏਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਅਸੀਂ **'ਨਾਮ' ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼** ਵਲ **ਧਿਆਨ, ਯਾਦ ਜਾਂ 'ਸਿਮਰਨ'** ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਸਾਰੇ **ਇਲਾਹੀ ਆਤਮਿਕ 'ਗੁਣ' ਸਹਿਜੇ ਹੀ 'ਪ੍ਰਵੇਸ਼' ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ** ਅਤੇ ਸਹਿਜੇ ਹੀ **ਸਾਡੀ 'ਪਿੱਠ' ਹਨੇਰ ਵਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ,** ਅਤੇ **ਹਨੇਰੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅਉਗੁਣਾਂ ਤੇ ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ** ਸਹਿਜੇ ਹੀ **ਛੁਟਕਾਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**

ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅਤੇ ਦੀਰਘ **'ਹਾਲਾਤਾਂ'** (essential and serious condition) **ਦੇ 'ਵਿਚਕਾਰ'** ਇਕ ਗੁਪਤ **'ਨੁਕਤਾ' ਹੈ।** (secret crucial point)

ਜਿਸ ਤੋਂ ਅਡ-ਅਡ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ **ਉਲਟ ਰਾਹ** (opposition and contrary directions) **ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ**, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਾਡੀ **ਚੰਗੀ ਜਾਂ ਮਾੜੀ 'ਜੀਵਨ-ਸੇਧ' ਬਣਦੀ ਹੈ।**

ਲਿਵ ਧਾਤੁ ਦੁਇ ਰਾਹ ਹੈ ਹੁਕਮੀਕਾਰ ਕਮਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ—87)

ਦੁਇ ਪੰਦੀ ਦੁਇ ਰਾਹ ਚਲਾਏ ॥ (ਪੰਨਾ—1032)

ਰਾਹ ਦੋਵੈ ਇਕੁ ਜਾਣੈ ਸੋਈ ਸਿਝਸੀ ॥ (ਪੰਨਾ—142)

ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨੁਕਤਾ ਸਾਡੇ **ਮਨ ਦੀ** 'ਰੰਗਤ' **ਦਾ ਹੈ।**

'**ਮਲੀਨ**' **ਮਨ ਵਿਚੋਂ** ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ '**ਰੁਖ**' **ਅਵੱਸ਼ ਹੀ** '**ਮਾਇਕੀ ਰਸਾਤਲ**' **ਵਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,** ਅਤੇ '**ਨਿਰਮਲ**' **ਮਨ ਦੀ** '**ਰੁਚੀ**' **ਆਪੇ ਹੀ** '**ਨਾਮ**' **ਵਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।** ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ '**ਚਾਨਣ**' ਹੋਣ ਨਾਲ '**ਹਨੇਰ**' **ਆਪੇ ਹੀ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕੱਢਣਾ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ।** ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ '**ਨਾਮ**' ਦੇ '**ਪ੍ਰਕਾਸ਼**' **ਹੋਣ ਨਾਲ,** ਮਾਇਕੀ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦਾ '**ਹਨੇਰ**' ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ '**ਲਾਉ-ਲਸ਼ਕਰ**' ਅਤੇ '**ਹਠੀਲੀ ਫ਼ੌਜ**' **ਭੀ ਆਪੇ ਹੀ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।**

ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਦਾ ਅੰਤਲਾ '**ਸਿੱਟਾ**' **ਜਾਂ ਨਿਚੋੜ ਇਹ ਹੈ ਕਿ :—**

ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੇ **ਹਨੇਰ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਹੀ** — **'ਪਾਪ' ਹੈ**

ਨਾਮ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਵਿਚਰਨਾ ਹੀ — **'ਪੁੰਨ ਹੈ'**

ਅਥਵਾ—ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ

'ਭੁੱਲ' ਹੀ — **'ਪਾਪ' ਹੈ ਅਤੇ**

'ਯਾਦ' ਹੀ — **'ਪੁੰਨ' ਹੈ।**

ਕਲਿ ਮਹਿ ਏਹੋ ਪੁੰਨੁ ਗੁਣ ਗੋਵਿੰਦ ਗਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ—962)

'ਗੁਰਬਾਣੀ' ਵਿਚਾਰ **ਦੀ ਲੜੀ ਦੇ** ਲੇਖ ਨੰ: 67 ਵਿਚ 'ਸਾਕਤ ਸਿਉ ਕਰ ਉਲਟੀ ਰੇ' ਦੇ ਸਿਰਲੇਖ ਹੇਠ ਵਿਸਥਾਰ ਸਹਿਤ, ਇਸ 'ਉਲਟੀ ਖੇਲ' ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਖੇਚਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਸਾਡੇ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ, **ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਆਸ਼ੇ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਉਲਟ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।**

ਜਿਹੜੀ '**ਗੱਲ**' **ਨੂੰ** ਅਸੀਂ '**ਭੁਲਾਣਾ**' ਹੈ ਉਸੇ ਗੱਲ ਨੂੰ '**ਯਾਦ ਕਰਕੇ**', **ਘੋਟ ਕੇ** ਸਿਮਰਨ ਕਰਕੇ, **ਦ੍ਰਿੜ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।**

ਇਸ **ਦੇ ਉਲਟ,** ਜਿਹੜੀ ਗੱਲ ਨੂੰ '**ਯਾਦ**' ਕਰਨਾ ਹੈ, **ਅਭਿਆਸ** ਕਰਨਾ ਹੈ,

ਜਿਤਾਉਣਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਨੂੰ **ਬਿਲਕੁਲ 'ਭੁਲਾਈ' ਬੈਠੇ ਹਾਂ** ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ **ਅਵੇਸਲੇ ਜਾਂ ਮੱਚਲੇ** ਹੋਏ ਬੈਠੇ ਹਾਂ !

ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਨੁਕਤੇ (crucial point) ਦੀ ਬਾਬਤ ਇਉਂ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਤੇ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ :—

'ਦੇਖ ਕੇ ਅਣਡਿਠ ਕਰਨਾ'
'ਸੁਣ ਕੇ ਅਣਸੁਣ ਕਰਨਾ'
'ਰੋਸ ਨਾ ਕਾਹੂ ਸੰਗ ਕਰਹੋ',
'ਦਇਆ ਖਿਮਾ ਤਨ ਪ੍ਰੀਤ',
'ਅਉਗੁਣ ਕੋ ਨਾ ਚਿਤਾਰੇ',
'ਹਥੋਂ ਦੇ ਕੇ ਭਲਾ ਮਨਾਏ',
'ਅਣਹੋਂਦਾ ਆਪ ਵੰਡਾਇ',
'ਨਿੰਦਾ ਭਲੀ ਕਿਸੇ ਕੀ ਨਾਹੀ',
'ਪਰ ਕਾ ਬੁਰਾ ਨ ਰਾਖਹੁ ਚੀਤ',
'ਗੁਸਾ ਮਨਿ ਨ ਹੰਢਾਇ',
'ਤਜਹੁ ਸਿਆਨਪ ਸੁਰਜਨਹੁ',
'ਸਿਮਰਹੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਾਇ',
'ਸਭੇ ਗਲਾਂ ਵਿਸਰਨ'
'ਇਕੋ ਵਿਸਰ ਨ ਜਾਇ',
'ਨਾ ਕੋ ਬੈਰੀ ਨਹੀ ਬਿਗਾਨਾ',
'ਸਗਲ ਸੰਗਿ ਹਮ ਕਉ ਬਨਿ ਆਈ',
'ਆਪ ਗਵਾਇ ਸੇਵਾ ਕਰੇ',
'ਅਵਰ ਉਪਾਵ ਸਭ ਤਿਆਗਿਆ',
'ਦਾਰੂ ਨਾਮ ਲਿਆ',
'ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਸਭਿ ਕੂੜ ਗਾਲੀ ਹੋਛੀਆਂ',
'ਨਾਨਕ ਲੇਖੈ ਇਕ ਗਲ, ਹੋਰ ਹਉਮੈ ਝਖਣਾ ਝਾਖ ।'

ਪਰ ਸਾਡੇ **ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ** ਦਾ **'ਰਵਈਆ'**, ਏਸ ਦੇ **ਐਨ ਉਲਟ** ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ ।

ਇਹਨਾਂ ਇਲਾਹੀ ਉਪਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅਮਲੀ ਤੌਰ ਤੇ **ਕਮਾਉਣ ਲਈ,** ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕੁਝ 'ਸੁਝਾਉ' (practical suggestion) ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ।

ਜਦ ਕਦੇ ਈਰਖਾ, ਦਵੈਤ, ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਘਿਰਣਾ, ਨਿੰਦਾ ਆਦਿ **ਨੀਵੀਆਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਖਿਆਲ ਉਪਜਨ ਤਾਂ** ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ **ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਫੌਰਨ:—**

'ਕੋਈ ਨਾ' ਕਹਿ ਕੇ,

'ਹੋਅ-ਓ' ਕਰਕੇ

'ਭੁੱਲਾ ਕੇ'

ਕਿਸੇ ਹੋਰ **ਉਚੇਰੇ ਫੁਰਨੇ ਵਲ ਧਿਆਨ ਕਰਕੇ,**

ਆਪਣੇ **'ਚੇਤੇ' ਵਿਚੋਂ ਉਸ ਮਲੀਨ ਕਲਪਨਾ ਨੂੰ ਮੇਟਨ** ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ **ਫੇਰ ਭੀ** ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲ ਜਾਂ ਰੁੱਚੀਆਂ **ਤੰਗ ਕਰਨ** ਤਾਂ :—

1. ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ **ਪਾਠ, ਕੀਰਤਨ** ਕਰੋ, ਜਾਂ ਸੁਣੋ।
2. ਉਚੀ-ਉਚੀ **'ਵਾਹਿਗੁਰੂ'** ਦਾ ਜਾਪ ਕਰੋ।
3. ਉਚੀਆਂ ਪਿਆਰ, ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨਾਂ ਵਾਲੀਆਂ **ਸਾਖੀਆਂ ਪੜ੍ਹੋ ਜਾਂ ਸੁਣਾਓ।**
4. ਭੱਜ ਕੇ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ ਕੋਲ **ਜਾ ਕੇ ਸੰਗਤ ਕਰੋ।**
5. ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਮਹਾਂ ਪੁਰਖਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਭਾਵਨੀ ਨਾਲ **ਯਾਦ ਕਰੋ।**
6. ਅਤੇ **ਉਨ੍ਹਾਂ** ਦੀਆਂ ਲਿਖਤਾਂ, ਪੁਸਤਕਾਂ, **ਗਰੰਥ ਪੜ੍ਹੋ।**
7. ਉਚੀ-ਸੁਚੀ **'ਸੇਵਾ'** ਵਿਚ **'ਰੁਝ' ਜਾਓ।**

ਜ਼ਰੂਰੀ ਨੁਕਤਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ **ਨੀਵੀਂ ਰੁੱਚੀ ਵਾਲੇ** ਸੰਕਲਪ ਜਾਂ ਖਿਆਲ ਨੂੰ **ਜੇ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਫੌਰਨ :–**

1. **ਟਾਲਿਆ ਨਾ ਗਿਆ,**
2. **ਭੁਲਾਇਆ ਨਾ ਗਿਆ,**
3. **ਮਨ ਦੀ 'ਫੱਟੀ' ਤੋਂ ਮੇਟਿਆ ਨਾ ਗਿਆ,**

ਤਾਂ ਇਹ ਨੀਵਾ ਸੰਕਲਪ ਜਾਂ ਖਿਆਲ, **ਸਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ :—**

1. **ਮੁੜ ਮੁੜ** ਯਾਦ ਆਵੇਗਾ,
2. **ਘੋਟਿਆ** ਜਾਵੇਗਾ।
3. **ਅਭਿਆਸ** ਹੁੰਦਾ ਜਾਵੇਗਾ।
4. ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ **'ਧਸ, ਵੱਸ, ਰੱਸ'** ਜਾਵੇਗਾ।
5. ਇਸ ਦੀ **ਗਿਲਾਨੀ ਦਾ 'ਜ਼ਹਿਰ' ਵੱਧਦਾ ਜਾਵੇਗਾ।**
6. ਅੰਦਰਲੀ **'ਗੁਝੀ ਅੱਗ'** ਵਿਚ **ਸੜਦੇ, ਬਲਦੇ ਰਹਾਂਗੇ।**

7. ਅਵੱਸ਼, ਸਹਿਜੇ ਹੀ 'ਪਾਪ' **ਹੁੰਦੇ ਰਹਿਣਗੇ।**

8. **ਜਮਾਂ ਦੇ ਚੀਰੇ ਵਿਚ** ਆ ਜਾਵਾਂਗੇ।

9. ਉੱਚੀ ਸੁੱਚੀ ਭਾਵਨਾ ਤੋਂ **ਕੋਰੇ ਅਤੇ ਮਨੂਰ ਹੋ ਜਾਵਾਂਗੇ।**

10. ਜਮਾਂ ਦੇ **ਵਸ ਪੈ ਜਾਵਾਂਗੇ।**

11. ਲੋਕ ਪ੍ਰਲੋਕ **ਅਜਾਈਂ ਗਵਾ ਕੇ, ਆਵਾ-ਗਵਨ ਦੇ ਚੱਕਰ** ਵਿਚ ਪਏ ਫਿਰਾਂਗੇ।

ਏਸੇ ਕਰਕੇ ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਤਾੜਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ :—

ਨਾਨਕ ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਆਲੂਦਿਆ ਜਿਤੀ ਹੋਰੁ ਖਿਆਲੁ ॥ (ਪੰਨਾ—1097)

ਦੁਖੁ ਤਦੇ ਜਾ ਵਿਸਰਿ ਜਾਵੈ ॥
ਭੁਖ ਵਿਆਪੈ ਬਹੁ ਬਿਧਿ ਧਾਵੈ ॥ (ਪੰਨਾ—98)

ਨਾਮ ਸੰਗਿ ਮਨਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨ ਲਾਵੈ ॥ ਕੋਟਿ ਕਰਮ ਕਰਤੋ ਨਰਕਿ ਜਾਵੈ ॥
(ਪੰਨਾ—240)

ਕੋਟਿ ਬਿਘਨ ਤਿਸੁ ਲਾਗਤੇ ਜਿਸ ਨੋ ਵਿਸਰੈ ਨਾਉ ॥ (ਪੰਨਾ—522)

ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਬਹੁ ਕਰਮ ਕਮਾਵਹਿ ਹੋਰਿ ॥
ਨਾਨਕ ਜਮਪੁਰਿ ਬਧੇ ਮਾਰੀਅਹਿ ਜਿਉ ਸੰਨੀ ਉਪਰਿ ਚੋਰ ॥ (ਪੰਨਾ—1247)

ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਬੰਧਨੀ ਭਾਈ ਕਰਮ ਧਰਮ ਬੰਧਕਾਰੀ ॥ (ਪੰਨਾ—635)

ਵਿਣੁ ਗੁਰੁ ਹੋਰੁ ਧਿਆਨੁ ਹੈ ਸਭ ਦੂਜਾ ਭਾਉ।
ਵਿਣੁ ਗੁਰੁ ਸਬਦ ਗਿਆਨੁ ਹੈ ਫਿਕਾ ਆਲਾਉ।
ਵਿਣੁ ਗੁਰੁ ਚਰਨਾ ਪੂਜਣਾ ਸਭੁ ਕੂੜਾ ਸੁਆਉ।
(ਭ: ਗ: ਵਾਰ 27 ਪੌ: 17)

ਉਪਰਲੀਆਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ :—

Every thought that passes through our mind, leaves an *indelible trace*--amongest the million cells of our brain. These traces are unconsciously and *constantly accumulating* in our *mental computer*-which *affect and shape* thoughts, conception, and faith. Their sum-total is manifested in our habits, character and *Personality*.

90 *per cent* of this **PERSONALITY** is made-up of, and dependent on, our *inner* mental, emotional and spiritual *qualities*. Only 10% is attributable to *outer* features and factors.

Everything we do--makes it *easier to do* the same thing *over again*. This is because--electric currents *record* all that happened to us--by creating path-ways or *grooves*-among the cells of our brain. The more *frequently* thoughts and actions are *repeated*-the *deeper and broader*, the grooves become !

Every smallest *stroke* of virtue or vice-leaves behind 'never-so-little' *scar* on our mind--good or bad'.

The drunkard excuses himself for every fresh dereliction by saying 'I won't count it this time.' Well, he may not count it, but it is *being counted* 'none-the-less' in his *Mental Computer* ! Down among his Nerve-Cells and fibres--the molecules and electrons are *counting it, registering and storing* it up to be used *against* him--when the next temptation comes !

In other words, Man is *incessantly weaving* his own good or bad *world* around himself by his own thoughts and deeds; thus *shaping* his own *Fate and Destiny*.

Thought have *tremendous powers*, which can be developed to *un-limited degree*--by *repetition*, contemplation. *concentration and meditation.*

The lower depraved thoughts should be forgotten or *brushed aside at once*, as they come--by *diverting the mind* to higher, nobler and *inspiring thoughts*. If these depraved thoughts are *not forgotten or diverted, in the first instance,* and are *entertained and cultivated* they percolate and *penetrate deep* into mind and sub-consciousness. Gradually in course of time, they become *insidious and powerful*—to make us corrupt, depraved and vulgar--with a trail of lower elements of selfishness, envy, prejudice, avarice, jealousy, hatred, anger, egocentric, aggressive, wicked and cruel, and what not !

The easiest and quickest way

1. to *get out* of this *vicious circle* of depraved and harmful thoughts, and
2, to *save ourselves* from the *horrible consequences* of these

vicious thoughts--

is

1. to *replace and substitute* them with higher, nobler, *inspiring* thoughts
2. to *divert our mind* to sublime contemplation and *meditation*

and

3. to *seek* Awakened and Enlightened Souls and *imbibe sublime inspirations* in their holy company.

But the *crucial point* is to develop *inner discriminating power* whereby we can *distiguish* between :--

Right	and	wrong
Good	and	Bad
Virtue	and	Vice,
Morality	and	Sin,
Spirituality	and	Materialism,
Love	and	Hâte,
God	and	Devil,

and make the *important choice* of future course for higher and nobler lives.

Without this discrimination and choice, our lives are like compass-less and radar-less '*ships*'. *drifting about aimlessly* and knocked about and batterd by storms and vagaries of the vast ocean.

To :--

1. develop the power of *discrimination*,
2. making decision of *crucial* choice of life-course,
3. taking a '*turning point*' of life,
4. *walking* on the choosen course of life,

inspiration, help and guidance of Enlightened and Blessed Souls is necessary--rather *essential*.

It is really difficult and tardy *to adopt and work* the *REVERSE process* of New Course of Nobler life--but it becomes *easy and smooth* in the *company of* Illuminated and Enlightened Souls.

As the Reverse process takes place in our life, our mind is gradually *purified and spiritualised* in the Sadh sangat, and becomes *amenable and conductive* to the sublime influence of *subtle vibrations* of Divine Light and Grace.

At the same time the influence of 'materialism' is imperptibly reduce and *eliminated* from our consciousness.

The more thoughts are *spiritualised* by sublime company and meditation, the more they become *subtler, powerful and dynamic*--with reflections from Divine Light and Grace.

Ultimately, when our souls are awakened and illuminated by the Grace of Guru--we, in turn, become channel or '*pipe-line*' for the

1. outward flow, and
2. expression of

all Divine attributes of *JOY, BLISS, LOVE and COMPASSION* ; thereby inpiring, helping and guiding other aspiring souls.

0—0

'ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚਾਰੁ'

ਏਸੇ ਕਲਮ ਦੇ ਲਿਖੇ ਹੋਏ 'ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚਾਰੁ' ਦੀ ਲੜੀ ਵਿਚ 71 ਲੇਖ ਛਪ ਚੁਕੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੇਖ ਛਪਦੇ ਰਹਿਣਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਕੁ ਲੇਖਾਂ ਦਾ ਹਿੰਦੀ ਤੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਤਰਜਮਾ ਵੀ ਛਪਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਚਾਹਵਾਨ ਸੱਜਣ ਇਹ ਲੇਖ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪਤੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ :—

1. ਸੈਕਟਰੀ, 'ਬ੍ਰਹਮ ਬੁੰਗਾ ਟ੍ਰਸਟ ਦੋਦੜਾ' ਪਿੰਡ ਦੋਦੜਾ,
ਡਾਕ ਘਰ ਬਛੋਆਣਾ, (ਬਰਾਸਤਾ ਬੁਢਲਾਡਾ);
ਜ਼ਿਲਾ ਬਠਿੰਡਾ (ਪੰਜਾਬ)

2. ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਤਸੰਗ ਮੰਡਲ, ਗੁਰੂ ਨਿਵਾਸ,
2/211, ਸੁਭਾਸ਼ ਨਗਰ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ–110027
Phone : 591661

3. S. SURJIT SINGH
3016, 48 Street N-E, Calgary Alberta,
Canada-TIY-IH3 Phone : (403) 280-1529

4. S. BHUPINDER SINGH
490, Phase-IV Mohali (Chandigarh)
Distt. Ropar (Pb.)

5. S. PRITAM SINGH
29/1A, Gurupada, Halder Road, Calcutta-700026
Tel No. : 475541

6. DR. HARBHAJAN SINGH
48, Defence Colony, Jallandher City-144001

7. PROF. SUNDER SINGH
317 North 50th Street, Grand Forks,
N. D. 58201 U.S.A. Tel. (701) 746-8233

8. Dr. SATINDER SINGH Ph.D.
18 Spring Street, Somerset, New Jersey 08873
Tel. (201) 846-6691

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ : 1000 ਕਾਪੀਆਂ ਦਸੰਬਰ, 1983

ਦੂਜੀ ਵਾਰ : 5000 ਕਾਪੀਆਂ ਮਾਰਚ, 1987

ਛਾਪਕ :—ਸੁੰਦਰ ਪ੍ਰਿੰਟਰਜ਼, ਪਹਾੜ ਗੰਜ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ। Tele : 520939, 772725