‘ਸਬਦੁ’
ਭਾਗ-3

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

ਧੁਨਿ ਮਹਿ ਧਿਆਨੁ ਧਿਆਨ ਮਹਿ ਜਾਨਿਆ
ਗੁਰਮੁਖਿ ਅਕਥ ਕਹਾਨੀ॥ (ਪੰਨਾ-879)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵ ਅਲਖੁ ਲਖਾਏ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 5/5)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵ ਗੁਰ ਸਿਖ ਸੰਧਿ ਮਿਲੇ
ਸੋਹੰ ਹੰਸੋ ਏਕ ਮੇਕ ਆਪਾ ਆਪ ਚੀਨ ਹੈ। (ਕ.ਭਾ.ਗੁ 61)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵ ਲੀਨ ਪਰਬੀਨ ਭਏ
ਪੂਰਨ ਬ੍ਰਹਮ ਏਕੈ ਏਕ ਪਹਿਚਾਨੀਐ। (ਕ.ਭਾ.ਗੁ. 147)

‘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 ਬੂਝੈ ਕੋਇ॥ (ਪੰਨਾ-161)

ਤੇਰੇ ਦਰਸਨ ਕਉ ਕੇਤੀ ਬਿਲਲਾਇ॥
ਵਿਰਲਾ ਕੋ ਚੀਨਸਿ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਮਿਲਾਇ॥ (ਪੰਨਾ-1188)

ਰਾਗ ਨਾਦ ਸਭ ਕੋ ਸੁਣੈ ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਸਮਝੈ ਵਿਰਲੋਈ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 15/16)

ਅਨੇਕਾਂ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ ਭਟਕਣ ਤੋਂ ਬਾਦ ਸਾਨੂੰ ਮਨੁੱਖਾ ਦੇਹੀ ਮਿਲੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੇਵਲ 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 ਹੋ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ ‘ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ’ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਨੀ ਹੀ ਇਨਸਾਨ ਦਾ ਜੀਵਨ ਮਨੋਰਥ ਅਥਵਾ

ਸਰੇਸ਼ਟ ਧਰਮ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਦੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਪ੍ਰੋੜਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ —

ਸਬਦੁ ਕਮਾਈਐ ਖਾਈਐ ਸਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ–943)

ਇਸੁ ਜਗ ਮਹਿ ਸਬਦੁ ਕਰਣੀ ਹੈ ਸਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ–1342)

ਅਗੈ ਜਾਤਿ ਨ ਪੁਛੀਐ ਕਰਣੀ ਸਬਦੁ ਹੈ ਸਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ–1094)

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

ਗੁਰ ਦੇਵਹੁ ਸਬਦੁ ਸੁਭਾਇ ਮੈ ਮੂੜ ਨਿਸਤਾਰੀਐ ਰਾਮ॥ (ਪੰਨਾ–1114)

ਪਿਛਲੇ ਲੇਖ ਵਿਚ ਦਸਿਆ ਜਾ ਚੁਕਾ ਹੈ, ਕਿ —

1. ਭੈ–ਭਾਵਨੀ

2. ਬਿਸਮਾਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਅਤੇ

3. ਇਲਾਹੀ ਪ੍ਰੇਮ

ਹੀ 'ਸਬਦ–ਸੁਰਤਿ' ਦਾ ਅਦ੍ਰਿਸ਼ਟ ਤੇ ਸੂਖਮ 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 ਪੁਸਤਕਾਂ 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 ਬਗੈਰ 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 ਦਿਤੀ ਗਈ ਹੈ —

ਮਨ ਸਮਝਾਵਨ ਕਾਰਨੇ ਕਛੂਅਕ ਪੜੀਐ ਗਿਆਨ॥ (ਪੰਨਾ-340)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਨਮੁ ਸਕਾਰਥਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਿ ਸਮਝਿ ਸੁਣੇਹੀ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. -1/3)

ਗੁਰਸਿਖੀ ਦਾ ਬੁਝਣਾ ਗਿਆਨ ਧਿਆਨ ਅੰਦਰਿ ਕਿਵ ਆਵੈ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 28/3)

ਗੁਰਸਿਖੀ ਦਾ ਲਿਖਣਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸੁਣਿ ਸਮਝੈ ਲਿਖੈ। ....

ਗੁਰਸਿਖੀ ਦਾ ਬੁਝਣਾ ਬੁਝਿ ਅਬੁਝਿ ਹੋਵੈ ਲੈ ਭਿਖੈ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 28/5)

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 ਮੀਤ॥
ਸਾਵਧਾਨ ਏਕਾਗਰ ਚੀਤ॥ (ਪੰਨਾ-295)

ਏ ਮਨ ਹਰਿ ਜੀ ਧਿਆਇ ਤੂ ਇਕ ਮਨਿ ਇਕ ਚਿਤਿ ਭਾਇ॥ (ਪੰਨਾ-653)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਕਰਿ ਸਾਧਨਾ ਇਕ ਮਨਿ ਇਕੁ ਧਿਆਈ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 9/5)

ਕੁਰਬਾਣੀ ਤਿਨਾ ਗੁਰ ਸਿਖਾ ਹੁਇ ਇਕ ਮਨਿ ਗੁਰ ਜਾਪੁ ਜਪੰਦੇ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 12/2)

ਇਕ ਮਨਿ ਇਕੁ ਅਰਾਧਣਾ ਬਾਹਰਿ ਜਾਂਦਾ ਵਰਜਿ ਰਹਾਵੈ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 28/16)

ਇਕ ਮਨ ਜਿਨੇ ਧਿਆਇਆ ਕਾਟੀ ਗਲਹੁ ਤਿਸੈ ਜਮ ਫਾਸੀ।

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 40/21)

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 'ਧਿਆਨ' ਅਥਵਾ ਇਕਾਗਰਤਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ 'ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ-ਲਿਵਲੀਨ' ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਅਤਿ ਸੂਖਮ 'ਸਬਦ-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 —

ਆਤਸ਼ੀ 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।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਰ ਜਿਗਿਆਸੂ 'ਸਬਦ' ਨੂੰ ਧਿਆਨ 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 ਸੇਧ, ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਅਤੇ ਲਾਭ ਦਰਸਾਏ ਹਨ —

ਪਿਰੁ ਰੀਸਾਲੂ ਤਾ ਮਿਲੈ ਜਾ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸੁਣੀ॥ (ਪੰਨਾ-18)

ਜਿਨ ਸਬਦਿ ਗੁਰੂ ਸੁਣਿ ਮੰਨਿਆ
ਤਿਨ ਮਨਿ ਧਿਆਇਆ ਹਰਿ ਸੋਇ॥ (ਪੰਨਾ-27)

ਝਿਮਿ ਝਿਮਿ ਵਰਸੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਧਾਰਾ॥
ਮਨੁ ਪੀਵੈ ਸੁਨਿ ਸਬਦੁ ਬੀਚਾਰਾ॥ (ਪੰਨਾ-102)

ਸਬਦਿ ਸੁਣੀਐ ਸਬਦਿ ਬੁਝੀਐ ਸਚਿ ਰਹੈ ਲਿਵਲਾਇ॥ (ਪੰਨਾ-429)

ਕੰਨੀ ਸੁਣਿ ਸੁਣਿ ਸਬਦਿ ਸਲਾਹੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਿਦੈ ਵਸਾਈ॥ (ਪੰਨਾ–596)

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

ਸੁਆਦਾਂ
ਖਿਆਲਾਂ
ਵਲਵਲਿਆਂ
ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ
ਮਾਇਕੀ 'ਰੋਲ–ਘਚੋਲੇ'

ਵਿਚ ਖੱਚਤ ਹੋਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ, ਸਤਿਗੁਰੂ 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 ਘਚੋਲਾ॥ (ਪੰਨਾ–313)

ਰੇ ਜਨ ਉਥਾਰੈ ਦਬਿਓਹੁ ਸੁਤਿਆ ਗਈ ਵਿਹਾਇ॥
ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸੁਣਿ ਨ ਜਾਗਿਓ
ਅੰਤਰਿ ਨ ਉਪਜਿਓ ਚਾਉ॥ (ਪੰਨਾ–651)

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–158)

ਸਾਚੇ ਰਾਤੀ ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰ॥
ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪੀਵੈ ਨਿਰਮਲ ਧਾਰ॥ (ਪੰਨਾ–158)

ਅਹਿਨਿਸਿ ਰੰਗਿ ਰਾਤੀ ਜੀਉ ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰੇ॥ (ਪੰਨਾ–244)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਭਗਤਿ ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪਿਆਰੁ॥
ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਹਜਿ ਵੀਚਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ-364)

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਵੀਚਾਰਿ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਜਪੁ ਜਾਪਣਾ॥ (ਪੰਨਾ-516)

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 ਕਥਾ-ਵਾਰਤਾ ਕੇਵਲ ਦਿਮਾਗੀ ਸ਼ੁਗਲ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਉਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਜਿਸ 'ਵਿਚਾਰ' ਵੱਲ 'ਸਤਿਗੁਰੂ' ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਤਾਂ 'ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ' ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਧੁਰੋਂ 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' ਜਾਂ 'ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ' ਦੁਆਰਾ ਹੀ —

ਬੁੱਝਿਆ
ਸੀਝਿਆ
ਪਹਿਚਾਣਿਆ
ਚੀਨਿਆ
ਸੁਣਿਆ
ਸਮਝਿਆ
ਕਮਾਇਆ

ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ 'ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰ' (intuitional 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 ਨਿਰੰਜਨ ਲਾਇਆ॥
ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਤੌ ਅਨਭਉ ਪਾਇਆ॥ (ਪੰਨਾ–328)

ਜੀਵਤ ਪਾਵਹੁ ਮੋਖ ਦੁਆਰ॥
ਅਨੁਭਉ ਸਬਦੁ ਤਤੁ ਨਿਜੁ ਸਾਰ॥ (ਪੰਨਾ–343)

ਗੁਰਪਰਸਾਦੀ ਜਾਣੀਐ ਤਉ ਅਨਭਉ ਪਾਵੈ॥ (ਪੰਨਾ–725)

ਪੜੀਐ ਗੁਨੀਐ ਨਾਮੁ ਸਭੁ ਸੁਨੀਐ
ਅਨਭਉ ਭਾਉ ਨ ਦਰਸੈ॥ (ਪੰਨਾ–973)

ਗੁਰ ਉਪਦੇਸੁ ਅਵੇਸੁ ਕਰਿ ਅਨਭਉ ਪਦ ਪਾਈ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 9/5)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵਲੀਣ ਹੋਇ ਅਨਭਉ ਅਘੜ ਘੜਾਏ ਗਹਣਾ।
(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 18/22)

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

4. ਸਾਧ ਸੰਗਤ — ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਪੰਗਤੀ —

ਸੰਤਹੁ ਮਾਖਨੁ ਖਾਇਆ ਛਾਛਿ ਪੀਐ ਸੰਸਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ–1365)

ਅਨੁਸਾਰ, 'ਸਬਦ-ਰੂਪੀ ਦੁਧ' ਨੂੰ ਬਾਰੰਬਾਰ 'ਅਨੁਭਵੀ ਵਿਚਾਰੁ' 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 ਨਹੀ ਕਛੁ ਘਾਲ॥
ਦਰਸਨੁ ਭੇਟਤ ਹੋਤ ਨਿਹਾਲ॥ (ਪੰਨਾ-272)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਗੁਰੁ ਸਬਦੁ ਵਸੰਦਾ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 16/3)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਗੁਰੁ ਸਬਦ ਵਿਲੋਵੈ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 28/9)

ਗੁਰ ਮੂਰਤਿ ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਹੈ
ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਸਮਸਰਿ ਪਰਵਾਣਾ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 32/2)

5. ਬਿਸਮਾਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਸਾਲਾਹ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮਾ ਭਗਤੀ — ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ' ਦੀ ਬਾਬਤ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ —

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸਲਾਹਣਾ ਘਟਿ ਘਟਿ ਡੀਠੁ ਅਡੀਠੁ॥ (ਪੰਨਾ-54)

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸਲਾਹੀਐ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਸਮਾਵੈ॥ (ਪੰਨਾ-791)

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਸਲਾਹੀਐ ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰੇਮ ਪਿਆਰ॥ (ਪੰਨਾ-1286)

ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਤੇ 'ਗੁਰ-ਸਬਦ' ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ 'ਸਿਫ਼ਤ' ਤੇ 'ਪ੍ਰੇਮਾ ਭਗਤੀ' ਦੇ ਅਥਾਹ ਤੇ ਅਮੁੱਕ ਖਜ਼ਾਨੇ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਕੇਵਲ ਉਸਦੀ ਸਿਫ਼ਤ-ਸਾਲਾਹ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਹੀ ਮੁੱਖ ਸਾਧਨ ਦਸੇ ਹਨ। ਅਸਲ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ 'ਸਿਫ਼ਤ-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-773)

ਭੈ ਬਿਨੁ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਵਈ ਨਾਮਿ ਨ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ।। (ਪੰਨਾ–788)

ਭੈ ਬਿਨੁ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਈ ਕਬਹੀ
ਭੈ ਭਾਇ ਭਗਤਿ ਸਵਾਰੀ।। (ਪੰਨਾ–911)

ਭੈ ਤੇ ਬੈਰਾਗੁ ਊਪਜੈ ਹਰਿ ਖੋਜਤ ਫਿਰਣਾ।। (ਪੰਨਾ–1102)

ਉਪਰਲੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ 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 'ਪੇ੍ਮ' ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

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

ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਸਾਲਾਹਿ ਪੂਰਾ ਪਾਇਆ।। (ਪੰਨਾ–150)

ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਰਹਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ
ਗੁਣ ਕਹਿ ਗੁਣੀ ਸਮਾਵਣਿਆ।। (ਪੰਨਾ–122)

ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨ ਜਾਨ੍ਹਉ
ਕੀਨੀ ਭਗਤਿ ਪ੍ਰੇਮ ਲਿਵ ਲਾਈ।। (ਪੰਨਾ–1406)

ਸਾਚੁ ਕਹੋਂ ਸੁਨ ਲੇਹੁ ਸਭੈ
ਜਿਨ ਪ੍ਰੇਮ ਕੀਓ ਤਿਨ ਹੀ ਪ੍ਰਭ ਪਾਇਓ।। (ਸਵੱਯੇ ਪਾ. 10)

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–514)

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.–514)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪੀਵਣਾ ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਕਰਹਿ ਲਿਵ ਲਾਇ॥ (ਪੰਨਾ–515)

ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਗੁਰਸਿਖ ਨਿਤ ਸਭ ਕਰਹੁ
ਗੁਰ ਪੂਰੇ ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਭਾਵੈ॥ (ਪੰਨਾ–515)

'ਸਬਦ–ਸੁਰਤਿ' ਦੀ ਕਮਾਈ ਲਈ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਉਣੇ ਅਥਵਾ 'ਕੀਰਤਨ ਕਰਨਾ' ਅਤਿਅੰਤ ਸਹਾਇਕ ਹੈ।

'ਬਿਸਮਾਦੀ ਸਿਫ਼ਤ' ਅਤੇ 'ਪ੍ਰਭੂ–ਪ੍ਰੇਮ' ਦਾ ਰਸ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਿਜੀ ਹਸਤੀ ਯਾ 'ਵਡਿਆਈ' ਫੋਕੀ ਤੇ ਫ਼ਜ਼ੂਲ ਭਾਸਣ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ 'ਮਾਂ' — ਬੱਚੇ ਦੇ ਤੀਬਰ ਪਿਆਰ ਵਿਚ, ਉਸ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ–ਸਾਲਾਹ ਕਰਦੀ ਨਹੀਂ ਥਕਦੀ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰਮੁਖ ਜਨ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ–ਸਾਲਾਹ ਕਰਦੇ ਨਹੀਂ ਰਜਦੇ।

ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਸਾਲਾਹਿ ਨ ਰਜੈ ਤੁਧੁ ਕਰਤੇ
ਤੂ ਹਰਿ ਸੁਖ ਦਾਤਾ ਵਡਨੁ॥ (ਪੰਨਾ–552)

ਜਿਉਂ–ਜਿਉਂ ਸਿਫ਼ਤ–ਸਾਲਾਹ ਦਾ 'ਰਸ' ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਸਿਫ਼ਤ 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–407)

ਸਾਹਿਬੁ ਮੇਰਾ ਨੀਤ ਨਵਾ ਸਦਾ ਸਦਾ ਦਾਤਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ–660)

ਮਹਾ ਮੰਗਲੁ ਰਹਸੁ ਥੀਆ
ਪਿਰੁ ਦਇਆਲੁ ਸਦ ਨਵਰੰਗੀਆ॥ (ਪੰਨਾ–704)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਪਰਚਾਇਕੈ ਨਿਤ ਨੇਹੁ ਨਵੇਲਾ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 13/14)

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, ਅਹੰਕਾਰ 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 —

ਵਿਚਿਤ੍ਰਤਾ
ਨਵੀਨਤਾ
ਭਿੰਨਤਾ
ਵਖਰੇਵਾਂ

ਲੋੜਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਮਨਮੋਹਣੀ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਖੱਚਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਮਾਇਆ ਬਿਆਪਤ ਬਹੁ ਪਰਕਾਰੀ॥ (ਪੰਨਾ-182)

ਮਾਇਆ ਚਿਤ੍ਰ ਬਚਿਤ੍ਰ ਬਿਮੋਹਿਤ ਬਿਰਲਾ ਬੂਝੈ ਕੋਈ॥ (ਪੰਨਾ-485)

ਤ੍ਰਿਸਨ ਨ ਬੂਝੀ ਬਹੁ ਰੰਗ ਮਾਇਆ॥ (ਪੰਨਾ-1298)

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 ਨੂੰ —

ਨਵੀਂ
ਉਚੇਰੀ
ਰਸੀਲੀ
ਅਨਹਦ
ਅਸਚਰਜ

ਜੀਵਨ ਸੇਧ ਵੱਲ ਤੋਰਿਆ ਹੈ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ 'ਸਬਦ-ਸੁਰਤਿ' ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ —

1. 'ਸੁਰਤਿ' — ਮਾਇਕੀ ਰਸਾਂ-ਕਸਾਂ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

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

3. ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ —

ਬਿਸਮਾਦੀ ਸਿਫ਼ਤ
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 ਨਿਆਈਂ ਹੈ।

ਖਿੰਡੇ ਹੋਏ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਲੂ 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 ਦੂ ਜੀਭੌ ਲਖ ਹੋਹਿ ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ॥
ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੇੜਾ ਆਖੀਅਹਿ ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ॥ (ਪੰਨਾ-7)

ਉਚਰਹੁ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਲਖ ਬਾਰੀ॥ (ਪੰਨਾ-194)

ਬਾਰੰਬਾਰ ਬਾਰ ਪ੍ਰਭੁ ਜਪੀਐ॥
ਪੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਇਹੁ ਮਨੁ ਤਨੁ ਧ੍ਰਪੀਐ॥ (ਪੰਨਾ-286)

ਬਾਰ ਬਾਰ ਹਰਿ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਵਉ॥
ਗੁਰ ਗਮਿ ਭੇਦੁ ਸੁ ਹਰਿ ਕਾ ਪਾਵਉ॥ (ਪੰਨਾ-344)

ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਨਾਮੁ ਬਾਰੰਬਾਰ॥
ਨਾਨਕ ਜੀਅ ਕਾ ਇਹੈ ਆਧਾਰ॥ (ਪੰਨਾ-295)

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 ਪ੍ਰਾਪਤੀ' ਮੰਨ ਕੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹਨ। ਐਸੇ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਕੋਲੋਂ ਭੁੱਲ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ 'ਮੰਤਰ' ਦਾ ਭਾਵਨਾ-ਹੀਣ ਫੋਕਾ ਰਟਨ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਉਪਰਲੀ ਵਿਚਾਰ ਦੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦੀ ਹੈ —

ਸੁੰਨੋ ਸੁੰਨੁ ਕਹੈ ਸਭੁ ਕੋਈ॥
ਅਨਹਤ ਸੁੰਨੁ ਕਹਾ ਤੇ ਹੋਈ॥ (ਪੰਨਾ-943)

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-943-44)

'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 ਰੀ ਪੇਖਿ ਰਹੀ ਬਿਸਮਾਦ॥
ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਮੋਹਿਓ ਅਚਰਜ ਤਾ ਕੇ ਸ੍ਵਾਦ॥ (ਪੰਨਾ-1226)

ਸੁਨਹੁ ਲੋਕਾ ਮੈ ਪ੍ਰੇਮ ਰਸੁ ਪਾਇਆ॥
ਦੁਰਜਨ ਮਾਰੇ ਵੈਰੀ ਸੰਘਾਰੇ
ਸਤਿਗੁਰਿ ਮੋ ਕਉ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਦਿਵਾਇਆ॥ (ਪੰਨਾ-370)

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਜੋਗੀਆਂ ਦੀ ਰਸ-ਹੀਣ ਅਤੇ ਅਫੁਰ 'ਸੁੰਨ' ਕੇਵਲ 'ਸਰੀਰਕ-ਸਮਾਧੀ'

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 ਸਾਧਨਾ 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-102)

ਘਰ ਹੀ ਮਹਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਭਰਪੂਰ ਹੈ
ਮਨਮੁਖਾ ਸਾਦੁ ਨ ਪਾਇਆ॥ (ਪੰਨਾ-644)

ਸੁ ਸਬਦ ਕਉ ਨਿਰੰਤਰਿ ਵਾਸੁ ਅਲਖੰ
ਜਹ ਦੇਖਾ ਤਹ ਸੋਈ॥ (ਪੰਨਾ-944)

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 ਲਹਰੀ ਵਿਚਿ ਹੈ ਹਉਮੈ ਬਹੁਤੁ ਅਹੰਕਾਰੁ॥
ਸਬਦੈ ਸਾਦੁ ਨ ਆਵਈ ਨਾਮਿ ਨ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ॥ (ਪੰਨਾ-1247)

ਸਾਧੋ ਇਹੁ ਮਨੁ ਗਹਿਓ ਨ ਜਾਈ॥
ਚੰਚਲ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਸੰਗਿ ਬਸਤੁ ਹੈ ਯਾ ਤੇ ਥਿਰੁ ਨ ਰਹਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-219)

ਮਨੂਆ ਜੀਤੈ ਹਰਿ ਮਿਲੈ ਤਿਹ ਸੂਰਤਣ ਵੇਸ॥ (ਪੰਨਾ-256)

ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਬਾਰ-ਬਾਰ —

ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਣ
ਮਨ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ
ਮਨ ਨੂੰ ਘੜਨ

ਮਨ ਨੂੰ ਮਾਰਨ

ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦ੍ਰਿੜਾਉਂਦੀ 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-1128)

ਬੰਦੇ ਖੋਜੁ ਦਿਲ ਹਰ ਰੋਜ ਨਾ ਫਿਰੁ ਪਰੇਸਾਨੀ ਮਾਹਿ॥ (ਪੰਨਾ-727)

ਜਿਨੀ ਅੰਦਰੁ ਭਾਲਿਆ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਸੁਹਾਵੈ॥ (ਪੰਨਾ-1091)

ਹਰਿ ਮੰਦਰੁ ਸਬਦੇ ਖੋਜੀਐ ਹਰਿ ਨਾਮੋ ਲੇਹੁ ਸਮ੍ਾਲਿ॥ (ਪੰਨਾ-1346)

ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਿਨੁ ਆਪਾ ਚੀਨੈ ਮਿਟੈ ਨ ਭ੍ਰਮ ਕੀ ਕਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-684)

ਪੰਡਿਤ ਇਸੁ ਮਨ ਕਾ ਕਰਹੁ ਬੀਚਾਰੁ॥
ਅਵਰੁ ਕਿ ਬਹੁਤਾ ਪੜਹਿ ਉਠਾਵਹਿ ਭਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ-1261)

ਮਨ ਕੀ ਪਤ੍ਰੀ ਵਾਚਣੀ ਸੁਖੀ ਹੂ ਸੁਖੁ ਸਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ-1093)

ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ॥ (ਪੰਨਾ-8)

ਕੂਟਨੁ ਸੋਇ ਜੁ ਮਨ ਕਉ ਕੂਟੈ॥
ਮਨ ਕੂਟੈ ਤਉ ਜਮ ਤੇ ਛੂਟੈ॥ (ਪੰਨਾ-872)

ਮਨ ਮਰੈ ਧਾਤੁ ਮਰਿ ਜਾਇ॥
ਬਿਨੁ ਮਨ ਮੂਏ ਕੈਸੇ ਹਰਿ ਪਾਇ॥
ਇਹੁ ਮਨੁ ਮਰੈ ਦਾਰੂ ਜਾਣੈ ਕੋਇ॥

ਮਨੁ ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਬੂਝੈ ਜਨੁ ਸੋਇ॥ (ਪੰਨਾ-665)

ਫਰੀਦਾ ਜੇ ਤੂ ਅਕਲਿ ਲਤੀਫੁ ਕਾਲੇ ਲਿਖੁ ਨ ਲੇਖ॥
ਆਪਨੜੇ ਗਿਰੀਵਾਨ ਮਹਿ ਸਿਰੁ ਨੀਵਾਂ ਕਰਿ ਦੇਖੁ॥ (ਪੰਨਾ-1378)

ਭਗਤ ਸ਼ੇਖ ਫਰੀਦ ਜੀ ਦੀ ਉਪਰਲੀ ਪੰਗਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਆਧੁਨਿਕ ਮਨੁੱਖ 'ਅਕਲਿ ਲਤੀਫ' 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 ਪ੍ਰਾਇਣ

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. 6/19)

ਇਕ ਮਨਿ ਇਕੁ ਅਰਾਧਣਾ
ਬਾਹਰਿ ਜਾਂਦਾ ਵਰਜਿ ਰਹਾਵੈ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 28/16)

ਸੇ ਵਡਭਾਗੀ ਜਿਨ ਸਬਦੁ ਪਛਾਣਿਆ॥
ਬਾਹਰਿ ਜਾਦਾ ਘਰ ਮਹਿ ਆਣਿਆ॥ (ਪੰਨਾ-1175)

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਅੰਤਰਿ ਬ੍ਰਹਮੁ ਪਛਾਣੁ॥ (ਪੰਨਾ-364)

ਤਾਂ ਤੇ, ਮਨ ਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਖੋਜਣ ਦੇ ਨਾਲ —

ਮਨ ਦੀ ਭਟਕਣਾ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

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

ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੂਨੀ 'ਧਾਣਕ' ਜਾਂ 'ਭਿਆਨਕ' ਰੂਪ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰਕੇ ਅਹੰਕਾਰ 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 —

ਬਦਬੂ

ਸੜ੍ਹਾਂਦ

ਹਵਾੜ

ਭੜਾਸ

ਦੁਰਗੰਧ

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

ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਉਪਜੇ ਹਰ ਨੀਵੇਂ 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' ਚਾੜ੍ਹੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਨ ਕਾ ਸੁਭਾਉ ਮਨਹਿ ਬਿਆਪੀ॥
ਮਨਹਿ ਮਾਰਿ ਕਵਨ ਸਿਧਿ ਥਾਪੀ॥
ਕਵਨੁ ਸੁ ਮੁਨਿ ਜੋ ਮਨੁ ਮਾਰੈ॥
ਮਨ ਕਉ ਮਾਰਿ ਕਹਹੁ ਕਿਸੁ ਤਾਰੈ॥
ਮਨ ਅੰਤਰਿ ਬੋਲੈ ਸਭੁ ਕੋਈ॥
ਮਨ ਮਾਰੇ ਬਿਨੁ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਈ॥ (ਪੰਨਾ-329)

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

ਜਤੁ ਪਾਹਾਰਾ ਧੀਰਜੁ ਸੁਨਿਆਰੁ॥
ਅਹਰਣਿ ਮਤਿ ਵੇਦੁ ਹਥਿਆਰੁ॥ (ਪੰਨਾ-8)

ਸਬਦੁ ਸੂਝੈ ਤਾ ਮਨ ਸਿਉ ਲੂਝੈ
ਮਨਸਾ ਮਾਰਿ ਸਮਾਵਣਿਆ॥ (ਪੰਨਾ-113)

ਮਨੁ ਮਰੈ ਧਾਤੁ ਮਰਿ ਜਾਇ॥
ਬਿਨੁ ਮਨ ਮੂਏ ਕੈਸੇ ਹਰਿ ਪਾਇ॥

ਇਹੁ ਮਨੁ ਮਰੈ ਦਾਰੂ ਜਾਣੈ ਕੋਇ॥
ਮਨੁ ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਬੂਝੈ ਜਨੁ ਸੋਇ॥ (ਪੰਨਾ-665)

ਤਹ ਛੁਟੈ ਸੋਈ ਜੁ ਹਰਿ ਭਜੈ ਸਭ ਤਜੈ ਬਿਕਾਰਾ।
ਇਸ ਮਨ ਚੰਚਲ ਕਉ ਘੇਰ ਕਰਿ ਸਿਮਰੈ ਕਰਤਾਰਾ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 41/18)

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-271)

ਬਿਸ੍ਰਾਮ ਪਾਏ ਮਿਲਿ ਸਾਧਸੰਗਿ ਤਾ ਤੇ ਬਹੁੜਿ ਨ ਧਾਉ॥ (ਪੰਨਾ-818)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਅਰੁ ਗੁਰ ਕੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਤੇ
ਪਕਰਿਓ ਗਢ ਕੋ ਰਾਜਾ॥ (ਪੰਨਾ-1162)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਮਨ ਵਸਿ ਆਇਆ। (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 29/9)

(ਚਲਦਾ ....)