ਸਿਮਰਨ

ਭਾਗ-9

ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਲੜੀ ਦੇ ਪਿਛਲਿਆਂ ਭਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਚੁ

ਵਡਿਆਈ

ਮੱਹਤਤਾ

ਸਾਧਨਾ

ਲਾਭ

ਚੁ ਆਦਿ ਦੀ ਬਾਬਤ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।

ਹੁਣ ਸਿਮਰਨ ਨਾ ਕਰਨ , ਅਥਵਾ ਹਰੀ ਨੂੰ **ਵਿਸਾਰਨ** ਨਾਲ ਜੋ ਜੀਵ ਦੀ ਹਾਲਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਤੀਜੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਾਬਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਰੌ ਨੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਘੜ ਸੁਜਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਅਨੇਕ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਸਮਝਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਚੰਗੀਆਂ ਮੱਤਾਂ ਅਥਵਾ ਉੱਚੇ ਉਪਦੇ ਦਿੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਬੱਚਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਉਪਦੇ ਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਅਥਵਾ ਕਮਾਉਣ ਤੋਂ ਅਣਗਹਿਲੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਂ ਉਸਨੂੰ ਝਾੜਦੀ-ਝੰਬਦੀ ਤੇ ਤਾੜਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿ ਬੱਚਾ ਮਾਂ ਦੇ ਗੁਣਕਾਰੀ ਉਪਦੇ ਾਂ ਵੱਲ ਮੁੜ ਧਿਆਨ ਦੇਵੇ, ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਮਾ ਕੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਚੰਗੇਰਾ, ਉਚੇਰਾ ਬਣਾ ਸਕੇ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਗੁਰਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਅਨੇਕ ਤਰੀਕੇ ਵਰਤ ਕੇ ਉੱਚੇ-ਸੁੱਚੇ ਦੈਵੀ ਉਪਦੇ ਦਿਤੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਗੁਰਸਿੱਖ ਮਾਇਕੀ ਜੀਵਨ ਵਲੋਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜਕੇ, **ਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ** ਵੱਲ ਲੱਗ ਸਕਣ।

ਸਿਮਰਨ ਨਾ ਕਰਨ, ਅਥਵਾ ਹਰੀ ਨੂੰ **ਵਿਸਾਰਨ** ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਜੋ ਜੀਵ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਦੁਰਦ ਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਇਉਂ ਬਿਆਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਚੁ

ਨਰਾਇਣੁ ਨਹ ਸਿਮਰਿਓ ਮੋਹਿਓ ਸੁਆਦ ਬਿਕਾਰ॥
ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਬਿਸਾਰਿਐ **ਨਰਕ ਸੁਰਗ ਅਵਤਾਰ॥** (ਪੰਨਾ–298)

ਜਿਨਿ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਦੀਆ ਤਿਸੁ ਚਿਤਵਤ ਨਾਹਿ॥
ਮਹਾ ਬਿਖਿਆ ਮਹਿ ਦਿਨੁ ਰੈਨਿ ਜਾਹਿ॥ (ਪੰਨਾ–395)

ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ॥
ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ **ਸਨਾਤਿ॥** (ਪੰਨਾ–349)

ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਦਿਨੁ ਰੈਨਿ **ਬ੍ਰਿਥਾ ਬਿਹਾਇ॥**
ਮੇਘ ਬਿਨਾ ਜਿਉ ਖੇਤੀ ਜਾਇ॥ (ਪੰਨਾ–269)

ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ ਹਸਣਾ ਬਾਦਿ॥
ਜਬ ਲਗੁ ਰਿਦੈ ਨ ਆਵਹਿ **ਯਾਦਿ॥** (ਪੰਨਾ–351)

ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਜੋ ਜੀਵਨੁ ਬਲਨਾ **ਸਰਪ ਜੈਸੇ ਅਰਜਾਰੀ॥**
ਨਵ ਖੰਡਨ ਕੋ ਰਾਜੁ ਕਮਾਵੈ **ਅੰਤਿ ਚਲੈਗੋ ਹਾਰੀ॥** (ਪੰਨਾ–712)

ਨਿਤ ਨਿਤ ਖੁਸੀਆ ਮਨੁ ਕਰੇ ਨਿਤ ਨਿਤ ਮੰਗੈ ਸੁਖ ਜੀਉ॥
ਕਰਤਾ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਈ **ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਲਗਹਿ ਦੁਖ ਜੀਉ॥** (ਪੰਨਾ–751)

ਬਿਨੁ ਭਗਤੀ ਬਿਸਟਾ ਵਿਚਿ ਵਾਸਾ ....॥ (ਪੰਨਾ–1061)

ਜਦ ਅਸੀਂ ਹਰੀ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਮਾਇਆ ਦੇ ਪ੍ਰਾਇਣ ਹੋ ਕੇ, **ਅਥਵਾ ਮਾਇਆ ਦੀ ਕੁਸੰਗਤ ਕਰਕੇ ਮਾਇਕੀ ਬੰਧਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜਕੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ** ਤੇ ਕਰਮ–ਬਧ ਹੋ ਕੇ ਨਤੀਜੇ ਭੁਗਤਦੇ ਹਾਂ ਚੁ

ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਜੈਸੇ **ਸਰਪ ਆਰਜਾਰੀ॥**
ਤਿਉ ਜੀਵਹਿ ਸਾਕਤ **ਨਾਮੁ ਬਿਸਾਰੀ॥** (ਪੰਨਾ–239)

ਬਿਸਰਤ ਪ੍ਰਭ ਕੇਤੇ ਦੁਖ ਗਨੀਅਹਿ ਮਹਾ ਮੋਹਨੀ ਖਾਇਓ॥ (ਪੰਨਾ–501)

ਰਾਮ ਭਜਨ ਕੀ ਗਤਿ ਨਹੀ ਜਾਨੀ ਮਾਇਆ ਹਾਥਿ ਬਿਕਾਨਾ॥
ਉਰਝਿ ਰਹਿਓ ਬਿਖਿਅਨ ਸੰਗਿ ਬਉਰਾ ਨਾਮੁ ਰਤਨੁ ਬਿਸਰਾਨਾ॥ (ਪੰਨਾ–633)

ਕੋਟਿ ਕਲੇਸਾ ਊਪਜਹਿ ਨਾਨਕ ਬਿਸਰੈ ਨਾਉ॥ (ਪੰਨਾ–522)

ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਇਕੀ ਖਲਜਗਣਾਂ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਉਪਜੇ ਦੁੱਖਾਂ ਤੋਂ **ਸਿਮਰਨ ਬਗੈਰ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।**

ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਇਹੁ ਤਤੁ ਬੀਚਾਰਾ॥
ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਭਜਨ ਨਾਹੀ ਛੁਟਕਾਰਾ॥ (ਪੰਨਾ–188)

ਸਾਸਤ ਸਿੰਮ੍ਰਿਤਿ ਬੇਦ ਬੀਚਾਰੇ ਮਹਾ ਪੁਰਖਨ ਇਉ ਕਹਿਆ॥
ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਭਜਨ ਨਾਹੀ ਨਿਸਤਾਰਾ ਸੂਖੁ ਨ ਕਿਨਹੂੰ ਲਹਿਆ॥ (ਪੰਨਾ–215)

ਹਰੀ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਭੁਲਾਕੇ ਅਸੀਂ **ਮਾਇਆ ਦੇ ਪ੍ਰਾਇਣ** ਹੋ ਕੇ ਅਉਗੁਣ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਸਾਨੂੰ ਭੁਗਤਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਚੁ

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

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਾਇਕੀ ਅਉਗਣਾ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਜੀਵ ਨੂੰ **ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਗੀਦ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ ਨਾ ਕਰਨਾ ਹੀ ਪਾਪ ਕਮਾਉਣਾ ਹੈ ਚੁ**

ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਸਿਮਰਣ ਪਾਪਿ ਸੰਤਾਪੀ॥ (ਪੰਨਾ–356)

ਕਬੀਰ ਰਾਮੁ ਨ ਚੇਤਿਓ ਫਿਰਿਆ ਲਾਲਚ ਮਾਹਿ॥
ਪਾਪ ਕਰੰਤਾ ਮਰਿ ਗਇਆ ਅਉਧ ਪੁਨੀ ਖਿਨ ਮਾਹਿ॥ (ਪੰਨਾ–1376)

ਕਬੀਰ ਪਾਪੀ ਭਗਤਿ ਨ ਭਾਵਈ ਹਰਿ ਪੂਜਾ ਨ ਸੁਹਾਇ॥
ਮਾਖੀ ਚੰਦਨੁ ਪਰਹਰੈ ਜਹ ਬਿਗੰਧ ਤਹ ਜਾਇ॥ (ਪੰਨਾ–1368)

ਅਨ ਕਾਏ 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॥ (ਪੰਨਾ–546)

ਹਰੀ ਨੂੰ **ਵਿਸਾਰਨ** ਨਾਲ **ਅਨੇਕ ਦੁੱਖ** ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਚੁ

ਫਰੀਦਾ ਤਿਨਾ ਮੁਖ ਡਰਾਵਣੇ ਜਿਨਾ ਵਿਸਾਰਿਓਨੁ ਨਾਉ॥
ਐਥੈ ਦੁਖ ਘਣੇਰਿਆ ਅਗੈ ਠਉਰ ਨ ਠਾਉ॥ (ਪੰਨਾ–1383)

ਕੋਟਿ ਬਿਘਨ ਤਿਸੁ ਲਾਗਤੇ ਜਿਸ ਨੋ ਵਿਸਰੈ ਨਾਉ॥
ਨਾਨਕ ਅਨਦਿਨੁ ਬਿਲਪਤੇ ਜਿਉ ਸੁੰਞੈ ਘਰਿ ਕਾਉ॥ (ਪੰਨਾ–522)

ਸਭੇ ਦੁਖ ਸੰਤਾਪ ਜਾਂ ਤੁਧਹੁ ਭੁਲੀਐ॥
ਜੇ ਕੀਚਨਿ ਲਖ ਉਪਾਵ ਤਾਂ ਕਹੀ ਨ ਘੁਲੀਐ॥ (ਪੰਨਾ–964)

ਕਰਤਾ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਈ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਲਗਹਿ ਦੁਖ ਜੀਉ॥ (ਪੰਨਾ–751)

ਸਿਮਰਨ ਬਗੈਰ ਜਮਾਂ ਦੇ ਵੱਸ ਪਈਦਾ ਹੈਚੁ

ਜਿਸੁ ਖਸਮੁ ਨ ਆਵੈ ਚਿਤਿ **ਤਿਸੁ ਜਮੁ ਡੰਡੁ ਦੇ॥** (ਪੰਨਾ–964)

ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਰਿਆ **ਬਹੁ ਕਰਮ ਕਮਾਵਹਿ ਹੋਰਿ॥**
ਨਾਨਕ ਜਮ ਪੁਰਿ ਬਧੇ ਮਾਰੀਅਹਿ ਜਿਉ ਸੰਨ੍ਹੀ ਉਪਰਿ ਚੋਰ॥ (ਪੰਨਾ–1247)

ਰੰਗੁ ਨ ਲਗੀ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ **ਤਾ ਸਰਪਰ ਨਰਕੇ ਜਾਇ॥** (ਪੰਨਾ–70)

ਚਿਤਿ ਨ ਆਇਓ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਜਮਕੰਕਰ ਵਸਿ ਪਰਿਆ॥ (ਪੰਨਾ–71)

ਮਨ ਕਹਾ ਬਿਸਾਰਿਓ ਰਾਮ ਨਾਮੁ॥
ਤਨੁ ਬਿਨਸੈ ਜਮ ਸਿਉ ਪਰੈ ਕਾਮੁ॥ (ਪੰਨਾ–1186)

ਸਿਮਰਨ ਬਗੈਰ ਜੀਵ ਨੂੰ **ਸਦੀਵੀ ਸੁਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਚੁ**

ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਸਿਮਰਨ ਸੁਖੁ ਨਹੀ ਪਾਇਆ॥
ਆਨ ਰੰਗ ਫੀਕੇ ਸਭ ਮਾਇਆ॥ (ਪੰਨਾ–194)

ਸੋਧਤ ਸੋਧਤ ਸੋਧਿ ਤਤੁ ਬੀਚਾਰਿਆ॥
ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਸੁਖੁ ਨਾਹਿ ਸਰਪਰ ਹਾਰਿਆ॥ (ਪੰਨਾ–761-62)

ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਰੇ ਹਰਿ ਭਗਤਿ ਬਿਨਾ॥
ਜੀਤਿ ਜਨਮੁ ਇਹੁ ਰਤਨੁ ਅਮੋਲਕ
ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਜਪਿ ਇਕ ਖਿਨਾ॥ (ਪੰਨਾ–210)

ਹਰਿ ਬਿਸਰਤ ਕਾਹੇ ਸੁਖੁ ਜਾਨਹਿ॥ (ਪੰਨਾ–184)

ਸਿਮਰਨ ਬਗੈਰ ਕਈ ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਮਾਇਆ ਦੀ ਕੁਸੰਗਤ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਮਾਇਆ ਰੂਪੀ **ਬਿਸਟਾ** ਵਿੱਚ ਨਿਵਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਚੁ

ਵਿਸਟਾ ਅੰਦਰਿ ਵਾਸੁ ਹੈ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੂਨੀ ਪਾਇ॥
ਨਾਨਕ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਜਮੁ ਮਾਰਸੀ ਅੰਤਿ ਗਇਆ ਪਛੁਤਾਇ॥ (ਪੰਨਾ–591)

ਜਿਨਿ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਦੀਆ ਤਿਸੁ ਚਿਤਵਤ ਨਾਹਿ॥
ਮਹਾ ਬਿਖਿਆ ਮਹਿ ਦਿਨੁ ਰੈਨਿ ਜਾਹਿ॥ (ਪੰਨਾ–395)

ਬਿਨੁ ਭਗਤੀ ਬਿਸਟਾ ਵਿਚਿ ਵਾਸਾ ਬਿਸਟਾ ਵਿਚਿ ਫਿਰਿ ਪਾਇਦਾ॥ (ਪੰ.–1061)

ਰਾਮ ਭਜਨ ਕੀ ਗਤਿ ਨਹੀ ਜਾਨੀ ਮਾਇਆ ਹਾਥਿ ਬਿਕਾਨਾ॥
ਉਰਝਿ ਰਹਿਓ ਬਿਖਿਅਨ ਸੰਗਿ ਬਉਰਾ ਨਾਮੁ ਰਤਨੁ ਬਿਸਰਾਨਾ॥ (ਪੰਨਾ–633)

ਹਰੀ ਦੇ **ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ** ਮਾਇਆ ਦੇ ਖਲਜਗਣ ਵਿੱਚ ਗਲਤਾਨ ਹੋ ਕੇ ਨਰਕ ਭੋਗਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਚੁ

ਅਨਿਕ ਜਨਮ ਭ੍ਰਮੇ ਜੋਨਿ ਮਾਹਿ॥
ਹਰਿ ਸਿਮਰਨ ਬਿਨੁ ਨਰਕਿ ਪਾਹਿ॥ (ਪੰਨਾ–1192)

ਰੰਗੁ ਨ ਲਗੀ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਤਾ ਸਰਪਰ ਨਰਕੇ ਜਾਇ॥ (ਪੰਨਾ–70)

ਨਾਰਾਇਣੁ ਨਹ ਸਿਮਰਿਓ ਮੋਹਿਓ ਸੁਆਦ ਬਿਕਾਰ॥
ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਬਿਸਾਰਿਐ ਨਰਕ ਸੁਰਗ ਅਵਤਾਰ॥ (ਪੰਨਾ–298)

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

ਨਾਮੁ ਬਿਸਾਰਿ ਚਲਹਿ ਅਨ ਮਾਰਗਿ
ਨਰਕ ਘੋਰ ਮਹਿ ਪਾਹਿ॥ (ਪੰਨਾ–1225)

ਹਰੀ ਨੂੰ ਵਿਸਾਰਨ ਨਾਲ ਆਵਾਗਵਨ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਪਈਦਾ ਹੈ ਚੁ

ਤਿਸਹਿ ਤਿਆਗਿ ਅਵਰ ਲਪਟਾਵਹਿ
ਮਰਿ ਜਨਮਹਿ ਮੁਗਧ ਗਵਾਰਾ॥ (ਪੰਨਾ–530)

ਜਉ ਪੈ ਰਸਨਾ ਰਾਮੁ ਨ ਕਹਿਬੋ॥
ਉਪਜਤ ਬਿਨਸਤ ਰੋਵਤ ਰਹਿਬੋ॥ (ਪੰਨਾ–325)

ਭੋਗਹਿ ਭੋਗ ਅਨੇਕ ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਸੁੰਞਿਆ॥
ਹਰਿ ਕੀ ਭਗਤਿ ਬਿਨਾ ਮਰਿ ਮਰਿ ਰੁੰਨਿਆ॥ (ਪੰਨਾ–398)

ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਸੇਵੇ ਜਗਤੁ ਮੁਆ ਬਿਰਥਾ ਜਨਮੁ ਗਵਾਇ॥
ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਅਤਿ ਦੁਖੁ ਲਗਾ ਮਰਿ ਜੰਮੈ ਆਵੈ ਜਾਇ॥ (ਪੰਨਾ–591)

ਹਰੀ ਨੂੰ ਵਿਸਾਰਕੇ ਅਸੀਂ ਮਾਇਆ ਰੂਪੀ **ਸਰਪਨੀ** ਦੇ ਵੱਸ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਸਰਪ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੀ ਹਿਰ ਨਾਲ ਆਪ ਵੀ ਸੜਦਾ-ਬਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਹੜਾ ਵੀ ਉਸਦੇ ਨੇੜੇ ਆਵੇ ਚੁ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣਾ ਹਿਰੀਲਾ ਡੰਗ ਮਾਰਦਾ ਹੈ।

ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਜੋ ਜੀਵਨੁ ਬਲਨਾ
ਸਰਪ ਜੈਸੇ ਅਰਜਾਰੀ॥ (ਪੰਨਾ-712)

ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਜੈਸੇ ਸਰਪ ਆਰਜਾਰੀ॥
ਤਿਉ ਜੀਵਹਿ ਸਾਕਤ ਨਾਮੁ ਬਿਸਾਰੀ॥ (ਪੰਨਾ-239)

ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਬਿਨਾ ਜੋ ਵੀ ਕਰਮ ਅਸੀਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਸਭ ਧ੍ਰਿਗ ਹਨ ਚੁ

ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਧ੍ਰਿਗ ਕਰਮ ਕਰਾਸ॥
ਕਾਗ ਬਤਨ ਬਿਸਟਾ ਮਹਿ ਵਾਸ॥
ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਭਏ ਕੂਕਰ ਕਾਮ॥
ਸਾਕਤ ਬੇਸੁਆ ਪੂਤ ਨਿਨਾਮ॥ (ਪੰਨਾ-239)

ਸਉ ਓਲਾਮ੍ਹੇ ਦਿਨੈ ਕੇ ਰਾਤੀ ਮਿਲਨ੍ਹਿ ਸਹੰਸ॥
ਸਿਫਤਿ ਸਲਾਹਣੁ ਛਡਿ ਕੈ ਕਰੰਗੀ ਲਗਾ ਹੰਸੁ॥ (ਪੰਨਾ-790)

ਫਿਟੁ ਇਵੇਹਾ ਜੀਵਿਆ ਜਿਤੁ ਖਾਇ ਵਧਾਇਆ ਪੇਟੁ॥
ਨਾਨਕ ਸਚੇ ਨਾਮ ਵਿਣੁ ਸਭੋ ਦੁਸਮਨੁ ਹੇਤੁ॥ (ਪੰਨਾ-790)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ **ਸਿਮਰਨ ਨਾ ਕਰਨ,** ਜਾਂ ਹਰੀ ਨੂੰ ਵਿਸਾਰਨ ਨਾਲ ਜੀਵ ਦੀ ਕਿਤਨੀ ਦੁਰਦ ਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ! ਪਰ ਅਸੀਂ ਮਾਇਆ ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਤਨੇ ਖੱਚਤ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਾਂ ਕਿ **ਸਿਮਰਨ ਵੱਲ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।** ਆਪਣੀ ਇਸ **ਢੀਠਤਾਈ** ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਦੇ ਬਚਨ ਅਥਵਾ ਉਪਦੇ ਸਾਨੂੰ ਚੁ

ਪੋਂਹਦੇ ਹੀ ਨਹੀਂ
ਲੋੜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਭਾਸਦੀ
ਓਪਰੇ ਮਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹ-ਸੁਣ ਛੱਡਦੇ ਹਾਂ
ਕਮਾਉਣਾ ਤਾਂ ਕੀ ਸੀ !

ਮਾਇਆ ਦਾ ਸਾਡੇ ਮਨ ਉਤੇ ਇਤਨਾ ਬਰਦਸਤ ਅਸਰ ਹੋ ਚੁਕਾ ਹੈ ਕਿ **ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਚੁ**

ਸੁਣਨ

ਵਿਚਾਰਨ

ਸਮਝਣ

ਮੰਨਣ

ਚੁ ਦੀ ਸਾਨੂੰ **ਲੋੜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਭਾਸਦੀ।**

ਅਸੀਂ ਸਮਝੀ ਬੈਠੇ ਹਾਂ ਕਿ ਚੁ

1. ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਇਹ ਉਪਦੇ ਸਾਡੇ ਲਈ ਨਹੀਂ ਰਚੇ ਗਏ, ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਗਿਆਨੀਆਂ ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਆਗੂਆਂ ਲਈ ਰਚੇ ਗਏ ਹੋਣੇ ਹਨ !
2. ਅਸੀਂ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਲੋਕ ਹਾਂ, ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਗ੍ਰਹਿਸਤੀ-ਜੀਵਨ ਕਿਵੇਂ ਚੱਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ?

ਸਾਡੀ ਇਸ ਅਧੋਗਤੀ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਚੁ

ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਨ ਚੇਤਿਓ ਸੇ ਭਾਗਹੀਣ ਮਰਿ ਜਾਇ॥
ਓਇ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੋਨਿ ਭਵਾਈਅਹਿ ਮਰਿ ਜੰਮਹਿ ਆਵੈ ਜਾਇ॥
ਓਇ ਜਮ ਦਰਿ ਬਧੇ ਮਾਰੀਅਹਿ ਹਰਿ ਦਰਗਹ ਮਿਲੈ ਸਜਾਇ॥ (ਪੰਨਾ-996)

ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਨ ਚੇਤਿਓ
ਤਿਨ ਜੂਐ ਜਨਮੁ ਸਭੁ ਹਾਰਿ॥ (ਪੰਨਾ-1314)

ਹਉਮੈ ਮਮਤਾ ਮੋਹਣੀ **ਮਨਮੁਖਾ ਨੋ ਗਈ ਖਾਇ॥**
ਜੋ ਮੋਹਿ ਦੂਜੈ ਚਿਤੁ ਲਾਇਦੇ ਤਿਨਾ ਵਿਆਪਿ ਰਹੀ ਲਪਟਾਇ॥ (ਪੰਨਾ-513)

ਮਾਇਆ ਹੋਈ ਨਾਗਨੀ ਜਗਤਿ ਰਹੀ ਲਪਟਾਇ॥
ਇਸ ਕੀ ਸੇਵਾ ਜੋ ਕਰੇ ਤਿਸ ਹੀ ਕਉ ਫਿਰਿ ਖਾਇ॥ (ਪੰਨਾ-510)

ਹਰਿ ਸਾਜਨੁ ਪੁਰਖੁ ਵਿਸਾਰਿ ਕੈ ਲਗੀ ਮਾਇਆ ਧੋਹੁ॥
ਪੁਤ੍ਰ ਕਲਤ੍ਰ ਨ ਸੰਗਿ ਧਨਾ ਹਰਿ ਅਵਿਨਾਸੀ ਓਹੁ॥
ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ॥ (ਪੰਨਾ-133)

ਸਾਡੀ ਅਜਿਹੀ ਤਰਸਯੋਗ ਹਾਲਤ ਦੇਖਕੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਸਮਝਾ-ਬੁਝਾ ਕੇ ਸਿਮਰਨ ਵੱਲ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਢੰਗ ਤਰੀਕੇ ਵਰਤੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੁ

ਸਰਲ ਉਪਦੇ ਾਂ ਦੁਆਰਾ
ਪਲੋਸ ਪਲਾਸ ਕੇ
ਲਾਲਚ ਦੇ ਕੇ
ਪਿਆਰ ਨਾਲ !

ਪਰ ਜੇ ਗੁਰਸਿਖ ਫਿਰ ਵੀ ਮਾਇਆ ਵਿੱਚ ਗਲਤਾਨ ਹੋ ਕੇ ਹਰੀ ਨੂੰ **ਵਿਸਾਰਦੇ ਹਨ** ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੁ

ਝਾੜ-ਝੰਬ ਕੇ
ਝਿੜਕਾਂ ਦੇ ਕੇ
ਤਾੜਨਾ ਦੇ ਕੇ
ਤਾਹਨੇ ਮਿਹਣੇ ਦੇ ਕੇ
ਸ ਾ ਦਾ ਡਰਾਵਾ ਦੇ ਕੇ

ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ **ਪਲੋਸ-ਪਲਾਸ ਕੇ** ਗੁਰਸਿਖਾਂ ਨੂੰ ਇਉਂ ਸਿਮਰਨ ਵੱਲ ਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈਚੁ

ਮੇਰੇ ਸਾਜਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸਮਾਲਿ॥
ਸਾਧੂ ਸੰਗਤਿ ਮਨਿ ਵਸੈ ਪੂਰਨ ਹੋਵੈ ਘਾਲ॥ (ਪੰਨਾ-52)

ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਜੀਉ ਮਿਤ੍ਰਾ ਗੋਬਿੰਦ ਨਾਮੁ ਸਮਾਲੇ॥
ਮਨ ਪਿਆਰਿਆ ਜੀ ਮਿਤ੍ਰਾ ਹਰਿ ਨਿਬਹੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲੇ॥ (ਪੰਨਾ-79)

ਭਾਈ ਰੇ ਇਸੁ ਮਨ ਕਉ ਸਮਝਾਇ॥
ਏ ਮਨ ਆਲਸੁ ਕਿਆ ਕਰਹਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ॥ (ਪੰਨਾ-28)

ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈਐ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦੁੜੀਏ
ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਅਮੋਲੇ ਰਾਮ॥ (ਪੰਨਾ-537)

ਗੁਰਸਿਖਾਂ ਨੂੰ **ਪਿਆਰ** ਨਾਲ ਸਿਮਰਨ ਵੱਲ ਲਾਉਣ ਦੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਇਉਂ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਚੁ

ਰਾਮ ਨਾਮ ਗੁਣ ਗਾਇ ਲੇ ਮੀਤਾ॥
ਹਰਿ ਸਿਮਰਤ ਤੇਰੀ ਲਾਜ ਰਹੈ।
ਹਰਿ ਸਿਮਰਤ ਜਮੁ ਕਛੁ ਨ ਕਹੈ॥ (ਪੰਨਾ-889)

ਸੰਤ ਜਨਾ ਮਿਲਿ ਬੋਲਹੁ ਰਾਮ॥
ਸਭ ਤੇ ਨਿਰਮਲ ਪੂਰਨ ਕਾਮ॥ (ਪੰਨਾ-865)

ਨਾਮੁ ਜਪਹੁ ਮੇਰੇ ਸਾਜਨ ਸੈਨਾ॥
ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਮੈ ਅਵਰੁ ਨ ਕੋਈ ਵਡੈ ਭਾਗਿ ਗੁਰਮੁਖਿ **ਹਰਿ ਲੈਨਾ॥** (ਪੰ.-366)

ਗੁਰਸਿਖ ਹਰਿ ਬੋਲਹੁ ਮੇਰੇ ਭਾਈ॥
ਹਰਿ ਬੋਲਤ ਸਭ ਪਾਪ ਲਹਿ ਜਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-165)

ਮਨ ਮੇਰੇ ਸੁਖ ਸਹਜ ਸੇਤੀ ਜਪਿ ਨਾਉ॥
ਆਠ ਪਹਰ ਪ੍ਰਭੁ ਧਿਆਇ ਤੂੰ ਗੁਣ ਗੋਇੰਦ ਨਿਤ ਗਾਉ॥ (ਪੰਨਾ-44)

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ਹੈ ਮਿਲਿ ਪੀਵਹੁ ਭਾਈ॥
ਜਿਸੁ ਸਿਮਰਤ ਸੁਖੁ ਪਾਈਐ ਸਭ ਤਿਖਾ ਬੁਝਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-318)

ਏ ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਤੂ ਸਦਾ ਰਹੁ ਹਰਿ ਨਾਲੇ॥
ਹਰਿ ਨਾਲਿ ਰਹੁ ਤੂ ਮੰਨ ਮੇਰੇ ਦੂਖ ਸਭਿ ਵਿਸਾਰਣਾ॥ (ਪੰਨਾ-917)

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਬਹੁਤ ਅੜ੍ਹਬਾਈ ਕਰੇ ਜਾਂ ਕਹਿਣਾ ਨਾ ਮੰਨੇ ਤਾਂ ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਮਨ-ਭਾਉਂਦੀਆਂ ਚੀ ਾਂ ਅਥਵਾ ਚਾਕਲੇਟ (choclate) ਆਦਿ ਦਾ ਲਾਲਚ ਦੇ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਮਨਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨ-ਭਾਉਂਦੀਆਂ, ਸੁਹਣੀਆਂ, ਅਲੌਕਿਕ ਤੇ ਦੁਰੱਲਭ ਮਾਨਸਿਕ ਤੇ ਆਤਮਿਕ ਵਸਤੂਆਂ, ਜਾਂ ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਲਾਲਚ ਦਿਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ **ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜਕੇ ਪ੍ਰਮਾਰਥ ਵੱਲ ਲੱਗਣ।**

ਹਰਿ ਸਿਮਰਤ **ਸਭਿ ਮਿਟਹਿ ਕਲੇਸ॥**
ਚਰਣ ਕਮਲ ਮਨ ਮਹਿ ਪਰਵੇਸ॥ (ਪੰਨਾ-194)

ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਗਰਭਿ ਨ ਬਸੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਦੂਖੁ ਜਮੁ ਨਸੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਕਾਲੁ ਪਰਹਰੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਦੁਸਮਨੁ ਟਰੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਸਿਮਰਤ ਕਛੁ ਬਿਘਨੁ ਨ ਲਾਗੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਅਨਦਿਨੁ ਜਾਗੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਭਉ ਨ ਬਿਆਪੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਦੁਖੁ ਨ ਸੰਤਾਪੈ॥ (ਪੰਨਾ–262)

ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਸੇ ਮੁਕਤੁ ਭਏ ਜਿਨ ਹਰਿ ਧਿਆਇਆ ਜੀ
ਤਿਨ ਤੂਟੀ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸੀ॥ (ਪੰਨਾ–11)

ਜੋ ਬੋਲਹਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਉ ਤਿਨ ਜਮੁ ਛਡਿ ਗਇਆ॥ (ਪੰਨਾ–645)

ਹਰਿ ਸਿਮਰਤ ਤੇਰੀ **ਜਾਇ ਬਲਾਇ॥**
ਸਰਬ ਕਲਿਆਣ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ॥ (ਪੰਨਾ–193)

ਸਿਮਰਤ ਨਾਮੁ ਕਿਲਬਿਖ ਸਭਿ ਕਾਟੇ॥
ਧਰਮ ਰਾਇ ਕੇ ਕਾਗਰ ਫਾਟੇ॥ (ਪੰਨਾ–1348)

ਸਦਾ ਸਦਾ ਜਪੀਐ ਪ੍ਰਭ ਨਾਮ॥
ਜਰਾ ਮਰਾ ਕਛੁ ਦੂਖੁ ਨ ਬਿਆਪੈ ਆਗੈ ਦਰਗਹ ਪੂਰਨ ਕਾਮ॥ (ਪੰਨਾ–824)

ਇਛਾ ਪੂਰਕੁ ਸਰਬ ਸੁਖਦਾਤਾ ਹਰਿ
ਜਾ ਕੈ ਵਸਿ ਕੈ ਕਾਮਧੇਨਾ॥
ਸੋ ਐਸਾ ਹਰਿ ਧਿਆਈਐ ਮੇਰੇ ਜੀਅੜੇ
ਤਾ ਸਰਬ ਸੁਖ ਪਾਵਹਿ ਮੇਰੇ ਮਨਾ॥ (ਪੰਨਾ–669-70)

ਜਿਸੁ ਸਿਮਰਤ **ਹੋਤ ਸੂਕੇ ਹਰੇ॥**
ਜਿਸੁ ਸਿਮਰਤ ਡੂਬਤ ਪਾਹਨ ਤਰੇ॥ (ਪੰਨਾ–182-83)

ਜਦ ਬੱਚਾ ਪਿਆਰ, ਦੁਲਾਰ ਤੇ ਲਾਲਚ ਦੇਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਆਪਹੁਦਰਾ ਤੇ ਅੱਥਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਨੂੰ ਅਨੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਖਤੀ ਵਰਤਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਨੂੰ ਮਾਇਕੀ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵਿਆਂ ਅਥਵਾ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮਨਮੋਹਣੇ, ਚਿਲਕਵੇਂ ਤੇ ਧੋਖਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ **ਕ੍ਰਿਮਿਆਂ ਦੇ ਜਾਦੂ** ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਰੇ ਮਨ ਮੂੜ ਸਿਮਰਿ ਸੁਖਦਾਤਾ
ਨਾਨਕ ਦਾਸ ਤੁਝਹਿ ਸਮਝਾਵਤ॥ (ਪੰਨਾ-1388)

ਕਹਿ ਕਬੀਰ ਚੇਤੈ ਨਹੀ ਮੂਰਖੁ ਮੁਗਧੁ ਗਵਾਰੁ॥
ਰਾਮੁ ਨਾਮੁ ਜਾਨਿਓ ਨਹੀ ਕੈਸੇ ਉਤਰਸਿ ਪਾਰਿ॥ (ਪੰਨਾ-1105)

ਦੁਲਭ ਦੇਹ ਪਾਈ ਵਡਭਾਗੀ॥
ਨਾਮੁ ਨ ਜਪਹਿ ਤੇ ਆਤਮ ਘਾਤੀ॥
ਮਰਿ ਨ ਜਾਹੀ ਜਿਨਾ ਬਿਸਰਤ ਰਾਮ॥
ਨਾਮ ਬਿਹੂਨ ਜੀਵਨ ਕਉਨ ਕਾਮ॥ (ਪੰਨਾ-188)

ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਹਿ ਤੇ ਕਮਜਾਤਿ॥
ਨਾਨਕ ਨਾਵੈ ਬਾਝੁ ਸਨਾਤਿ॥ (ਪੰਨਾ-349)

ਨਾਮ ਨ ਜਾਨਿਆ ਰਾਮ ਕਾ॥
ਮੂੜੇ ਫਿਰਿ ਪਾਛੈ ਪਛੁਤਾਹਿ ਰੇ॥ (ਪੰਨਾ-156)

ਮਨ ਰੇ ਕਉਨੁ ਕੁਮਤਿ ਤੈ ਲੀਨੀ॥
ਪਰ ਦਾਰਾ ਨਿੰਦਿਆ ਰਸ ਰਚਿਓ
ਰਾਮ ਭਗਤਿ ਨਹਿ ਕੀਨੀ॥ (ਪੰਨਾ-631)

ਲਾਜ ਮਰੈ ਜੋ ਨਾਮੁ ਨ ਲੇਵੈ॥
ਨਾਮ ਬਿਹੂਨ ਸੁਖੀ ਕਿਉ ਸੋਵੈ॥ (ਪੰਨਾ-1148)

ਨਾਮਹੀਨ ਧ੍ਰਿਗ ਜੀਵਤੇ ਤਿਨ ਵਡ ਦੂਖ ਸਹੰਮਾ॥
ਓਇ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੋਨਿ ਭਵਾਈਅਹਿ ਮੰਦਭਾਗੀ ਮੂੜ ਅਕਰਮਾ॥ (ਪੰਨਾ-799)

ਪਰ ਇਨਸਾਨ ਐਨਾ ਬੇਮੁਖ, ਆਪਹੁਦਰਾ ਅਤੇ ਢੀਠ ਹੋ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਦੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਉਪਦੇ ਾ ਨੂੰ ਨਿਤਾਪ੍ਰਤੀ ਪੜ੍ਹਦੇ-ਸੁਣਦੇ-ਗਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਵੀ **ਕੰਨ ਮੋਢੇ ਮਾਰ ਕੇ ਅੰਨ੍ਹੇ-ਵਾਹ ਮਾਇਕੀ ਰੋੜ੍ਹ ਵਿੱਚ ਰੁੜ੍ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**

ਮਨ ਮੂਰਖ ਅਜਹੂ ਨਹ ਸਮਝਤ ਸਿਖ ਦੈ ਹਾਰਿਓ ਨੀਤ॥
ਨਾਨਕ ਭਉਜਲੁ ਪਾਰਿ ਪਰੈ ਜਉ ਗਾਵੈ ਪ੍ਰਭ ਕੇ ਗੀਤ॥ (ਪੰਨਾ-536)

ਅਜਹੂ ਸਮਝਿ ਕਛੁ ਬਿਗਰਿਓ ਨਾਹਿਨਿ **ਭਜਿ ਲੇ ਨਾਮੁ ਮੁਰਾਰਿ॥** (ਪੰਨਾ-633)

ਚੁਚਲਦਾ