ਸਿਮਰਨ

ਭਾਗ–12

ਪਰਮਾਰਥ ਵਿੱਚ ਜੀਵ ਦੀ ਸੁਰਤ ਦੇ ਚਾਰ ਪੜਾਉ ਦੱਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਚੁ

1. ਜਾਗਰਤ ਅਵੱਸਥਾ

ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਜਦ ਜਾਗਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਮਨ **ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਮਾਇਕੀ ਰੁਝੇਵਿਆਂ** ਵਿੱਚ ਗਲਤਾਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਚੁ

ਇਹੁ ਮਨੁ ਧੰਧੈ ਬਾਂਧਾ ਕਰਮ ਕਮਾਇ॥
ਮਾਇਆ ਮੂਠਾ ਸਦਾ ਬਿਲਲਾਇ॥ (ਪੰਨਾ–1176)

ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ॥ (ਪੰਨਾ–133)

ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਨ ਚੇਤਨੀ ਅਗਿਆਨੀ ਅੰਧੁਲੇ ਅਵਰੇ ਕਰਮ ਕਮਾਹਿ॥ (ਪੰ.–648)

ਇਸ ਅਵੱਸਥਾ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਅਥਵਾ ਮਾਇਆ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਤੋਂ **ਬਾਹਰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਸੁਝਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ**।

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

ਭੂਲਿਓ ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਉਰਝਾਇਓ॥
ਜੋ ਜੋ ਕਰਮ ਕੀਓ ਲਾਲਚ ਲਗਿ ਤਿਹ ਤਿਹ ਆਪੁ ਬੰਧਾਇਓ॥ (ਪੰਨਾ–702)

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

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

ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਜੀਉ ਬੰਧੁ ਹੈ ਨਾਮੁ ਨ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ॥ (ਪੰਨਾ–560)

ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਮੈ ਫਧਿ ਰਹਿਓ ਬਿਸਰਿਓ ਗੋਬਿੰਦ ਨਾਮੁ॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਭਜਨ ਜੀਵਨ ਕਉਨੇ ਕਾਮ॥ (ਪੰਨਾ-1428)

2. ਸੁਪਨ ਅਵੱਸਥਾ

ਜਦ ਸਾਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਿਲਮ (film) ਸਾਡੇ ਮਨ ਉਤੇ ਉੱਘੜ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਵੱਸਥਾਵਾਂ ਚੁ **ਜਾਗਰਤ** ਤੇ **ਸੁਪਨ** ਵਿੱਚ ਹੀ **ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਤੇ ਗਲਤਾਨ ਹੈ**। ਇਹ ਸਭ **ਮਾਇਕੀ ਬਾਹਰ ਮੁਖੀ ਦੂਜੇ ਭਾਉ** ਵਾਲਾ **ਵਡ-ਖੇਲ-ਤਮਾ ਾ** ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ **ਹਉਮੈ** ਦਾ ਹੀ ਬੋਲ-ਬਾਲਾ ਤੇ ਵਰਤ-ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ।

ਐਸੇ **ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤ੍ਰ-ਮੁਖੀ ਆਤਮਿਕ-ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੀ ਨਹੀਂ,** ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ **ਜਾਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਭਾਸਦੀ ਹੈ।** ਕੋਈ ਵਿਰਲੇ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ ਗੁਰਮੁਖ-ਜਨ ਹੀ ਅੰਤ੍ਰਮੁਖੀ ਹੋ ਕੇ **ਆਤਮਿਕ-ਮੰਡਲ ਦੀ ਪ੍ਰਿਮ-ਖੇਲ ਖੇਲਦੇ ਹਨ ਚੁ**

ਐਸੇ ਜਨ ਵਿਰਲੇ ਸੰਸਾਰੇ॥
ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰਹਿ ਰਹਹਿ ਨਿਰਾਰੇ॥ (ਪੰਨਾ-1039)

ਕੋਟਿ ਮਧੇ ਕੋ ਵਿਰਲਾ ਸੇਵਕੁ ਹੋਰਿ ਸਗਲੇ ਬਿਉਹਾਰੀ॥ (ਪੰਨਾ-495)

ਕੋਟਨ ਮੈ ਨਾਨਕ ਕੋਊ ਨਾਰਾਇਨੁ ਜਿਹ ਚੀਤਿ॥ (ਪੰਨਾ-1427)

ਜਗ ਮਹਿ ਉਤਮ ਕਾਢੀਅਹਿ ਵਿਰਲੇ ਕੇਈ ਕੇਇ॥ (ਪੰਨਾ-517)

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕੋ ਵਿਰਲਾ ਬੂਝੈ॥ (ਪੰਨਾ-120)

ਨਾਨਕ ਬਿਰਲੇ ਪਾਈਅਹਿ ਜੋ ਨ ਰਚਹਿ ਪਰਪੰਚ॥ (ਪੰਨਾ-297)

3. ਸਸੋਪਤੀ ਅਵੱਸਥਾ

ਇਹ **ਫੁਰਨਾ-ਹੀਣ** ਸੁਰਤੀ ਦੀ **ੂਨ ਅਵੱਸਥਾ** ਹੈ।

ਸਿਮਰਨ ਦੁਆਰਾ ਮਨ ਇਕਾਗਰ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਜਗਿਆਸੂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ **ਬੇਅੰਤ ਕਤੀਆਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ,** ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵਰਤਦਾ ਹੈ,

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੁ

ਰਿਧੀਆਂ ਸਿਧੀਆਂ

ਕਰਾਮਾਤਾਂ

ਹਿਪਨੌਟਿ ਮ (hypnotism)

ਮੈਸਮਰਿ ਮ (mesmerism)

ਕਾਲਾ-ਜਾਦੂ (black magic)

ਤਾਂਤ੍ਰਿਕ-ਜੋਗ

ਵਾਕ-ਸਿਧੀ

ਅੰਤਰਯਾਮਤਾ

ਆਦਿ।

ਜਗਿਆਸੂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਿਲਕਵੇਂ ਅਚੰਭਿਆਂ ਤੇ ਜਾਦੂ-ਟੂਣਿਆਂ ਵਿੱਚ **ਰਚ-ਮਿਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ** ਤੇ ਇਸੇ ਨੂੰ ਹੀ **ਆਤਮਿਕ ਮੰ ਲ ਸਮਝ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।** ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਜੋਗੀ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪਰਮਾਰਥ ਇਥੋਂ ਤਾਂਈ ਸੀਮਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਨ੍ਹਾਂ **ਤਿੰਨਾਂ** ਅੱਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਚੁ

1. **ਮਾਇਆ ਦੀ ਛਾਇਆ** ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

2. ਸੂਖਮ **ਹਉਮੈ ਦੀ ਅੰ** ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਜਨਮ-ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਮਾਇਕੀ-ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦੇ ਆਏ ਹਾਂ। ਸਾਨੂੰ ਅਗਿਆਨਤਾ ਵਿੱਚ ਸੋਝੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਕਿ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਮਾਇਕੀ ਜੀਵਨ ਤੋਂ **ਬਿਨਾਂ** ਕੋਈ ਚੁ

ਉਚੇਰਾ

ਚੰਗੇਰਾ

ਸੁਹਣੇਰਾ

ਸੁਖਦਾਈ

ਅੰਤ੍ਰਮੁਖੀ

ਆਤਮ-ਜੀਵਨ ਵੀ ਹੈ।

ਸਾਡਾ ਮਨ **ਬਾਹਰਮੁਖੀ** ਮਾਇਕੀ-ਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਬੇਪ੍ਰਵਾਹ ਹੋ ਕੇ **ਦੁੜੰਗੇ**

ਲਾਉਣ ਗਿਝਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ! ਇਸ ਨੂੰ **ਅੰਤ੍ਰਮੁਖੀ ਹੋਣਾ ਔਖਾ ਤੇ ਅਨਹੋਣਾ ਲਗਦਾ ਹੈਚੁ**

ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ॥ (ਪੰਨਾ–9)

ਪਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਸਪ ਟ ਹੁਕਮ ਹੈ ਚੁ

ਬਾਹਰਿ ਜਾਤੌ ਠਾਕਿ ਰਹਾਵੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵੈ॥ (ਪੰਨਾ–1332)

ਸੇਖਾ ਚਉਚਕਿਆ ਚਉਵਾਇਆ ਏਹੁ ਮਨੁ **ਇਕਤੁ ਘਰਿ ਆਣਿ॥**
ਏਹੜ ਤੇਹੜ ਛਡਿ ਤੂ **ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਪਛਾਣੁ॥** (ਪੰਨਾ–646)

ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਅੰਤਰਿ ਤੇਰੈ ਨਿਧਾਨੁ ਹੈ ਬਾਹਰਿ ਵਸਤੁ ਨ ਭਾਲਿ॥
ਜੋ ਭਾਵੈ ਸੋ ਭੁੰਚਿ ਤੂ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲਿ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲਿ ਮਨ ਮੇਰੇ ਅੰਤਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸਖਾਈ॥
ਮਨਮੁਖ ਅੰਧੁਲੇ ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣੇ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਖੁਆਈ॥ (ਪੰਨਾ–569)

ਮਿਲਿਐ ਮਿਲਿਆ ਨਾ ਮਿਲੈ ਮਿਲੈ ਮਿਲਿਆ ਜੇ ਹੋਇ॥
ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਜੋ ਮਿਲੈ ਮਿਲਿਆ ਕਹੀਐ ਸੋਇ॥ (ਪੰਨਾ–791)

4. ਚੌਥਾ ਪਦ

ਜਿਸ ਨੂੰ ਚੁ

ਆਤਮ–ਮੰਡਲ
ਤੁਰੀਆ–ਅਵੱਸਥਾ
ਬ੍ਰਹਮ–ਮੰਡਲ
ਪਰਮਪਦ
ਨਿੱਜ–ਘਰ
ਸਹਿਜ–ਘਰ
ਅਨਭਉ ਨਗਰ
ਅਬਿਚਲ ਨਗਰ
ਬੇਗਮ–ਪੁਰਾ
ਸਚ–ਖੰਡ

ਚੁ ਆਦਿ **ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**

ਇਥੇ ਚੁ

ਨਾਮ ਦਾ ਪ੍ਰਗਾਸ ਹੈ
ਨਾਮ ਦੀ ਰੁਣ-ਝੁਣ ਹੈ
ਨਾਮ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਰੌਂ ਹੈ
ਨਾਮ ਦਾ ਮਹਾਂ-ਰਸ ਹੈ
ਨਾਮ ਦਾ ਰੰਗ ਹੈ
ਨਾਮ ਦੀ ਮਸਤੀ ਹੈ
ਨਾਮ ਦਾ ਅਹਿਲਾਦ ਹੈ
ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ ਵਜਦੀ ਹੈ
ਅਨਹਦ ਬਦ ਰਵਿ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰ ਹੈ।

ਇਸ ਅਵੱਸਥਾ ਵਿੱਚ ਬਖੇ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖ-ਪਿਆਰੇ ਵਸਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਪਾਵਨ ਹ ੂਰੀ ਵਿੱਚ **ਪ੍ਰੇਮ-ਪਿਆਲੇ ਦਾ ਰੰਗ-ਰਸ ਭੁੰਚ ਕੇ ਅਲਮਸਤ ਮਤਵਾਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ** ਚੁ

ਬਾਬਾ ਮਨੁ ਮਤਵਾਰੋ ਨਾਮ ਰਸੁ ਪੀਵੈ ਸਹਜ ਰੰਗ ਰਚਿ ਰਹਿਆ॥
ਅਹਿਨਿਸਿ ਬਨੀ ਪ੍ਰੇਮ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਸਬਦੁ ਅਨਾਹਦ ਗਹਿਆ॥ (ਪੰਨਾ - 360)

ਇਥੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਆਪਣੇ ਰੰਗ-ਰਤੜਿਆਂ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਨਾਲ ਚੁ

ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਲਾਡ ਲਡਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਖੇਲ ਖਿਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਪ੍ਰਿਤਪਾਲਦਾ ਹੈ
ਨਿਤ ਸਾਰ ਸਮਾਲਦਾ ਹੈ
ਪਾਪ ਕੱਟਦਾ ਹੈ
ਕਲ-ਕਲੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਜਮਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਮੁਕਤੀ ਬਖ ਦਾ ਹੈ
ਪ੍ਰੇਮ-ਪਿਆਲੇ ਪਿਲਾਉਂਦਾ ਹੈ

ਪ੍ਰੀਤ ਡੋਰੀ ਨਾਲ ਖਿੱਚਦਾ ਹੈ
ਸਿਮਰਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਸਿਮਰਨ-ਜੀਵਨ ਬਖ ਦਾ ਹੈ।

ਖੇਲਿ ਖਿਲਾਇ ਲਾਡ ਲਾਡਾਵੈ ਸਦਾ ਸਦਾ ਅਨਦਾਈ॥
ਪ੍ਰਤਿਪਾਲੈ ਬਾਰਿਕ ਕੀ ਨਿਆਈ ਜੈਸੇ ਮਾਤ ਪਿਤਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-1213)

ਹਰਿ ਜੀ ਮਾਤਾ ਹਰਿ ਜੀ ਪਿਤਾ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਕ॥
ਹਰਿ ਜੀ ਮੇਰੀ ਸਾਰ ਕਰੇ ਹਮ ਹਰਿ ਕੇ ਬਾਲਕ॥
ਸਹਜੇ ਸਹਜਿ ਖਿਲਾਇਦਾ ਨਹੀ ਕਰਦਾ ਆਲਕ॥
ਅਉਗਣੁ ਕੋ ਨ ਚਿਤਾਰਦਾ ਗਲ ਸੇਤੀ ਲਾਇਕ॥
ਮੁਹਿ ਮੰਗਾਂ ਸੋਈ ਦੇਵਦਾ ਹਰਿ ਪਿਤਾ ਸੁਖਦਾਇਕ॥
ਗਿਆਨੁ ਰਾਸਿ ਨਾਮੁ ਧਨੁ ਸਉਪਿਓਨੁ ਇਸੁ ਸਉਦੇ ਲਾਇਕ॥
ਸਾਝੀ ਗੁਰ ਨਾਲਿ ਬਹਾਲਿਆ ਸਰਬ ਸੁਖ ਪਾਇਕ॥
ਮੈ ਨਾਲਹੁ ਕਦੇ ਨ ਵਿਛੁੜੈ ਹਰਿ ਪਿਤਾ ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਲਾਇਕ॥ (ਪੰ.-1101-02)

ਇਹ **ਆਤਮ ਮੰਡਲ ਚੁ**

ਨਿਰਮਲ ਹੂੰ ਅਤਿ ਨਿਰਮਲੀਆ ਹੈ।
ਏਥੇ ਮਾਇਆ ਦੀ ਛਾਇਆ ਨਹੀਂ ਹੈ।
ਏਥੇ ਹਉਮੈ ਦਾ ਅਭਾਵ ਹੈ।

ਇਥੇ ਚੁ

ਸਦਾ ਖੈਰ
ਸਦਾ ਸੁਖ
ਸਦਾ ਖੁ ੀ
ਪ੍ਰੀਤ
ਪ੍ਰੇਮ
ਰਸ
ਚਾਉ
ਨਾਮ

ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇਸ **ਸੂਖਮ ਆਤਮਿਕ ਅਵੱਸਥਾ** ਨੂੰ ਸਾਡੀ ਅਲਪ ਬੁਧੀ **ਪਕੜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ, ਬਿਆਨ ਹੀ** ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤਾਂ **ਅਨੁਭਵੀ-ਤੱਤ** (Divine essence) ਹੈ ਜੋ ਅੰਤਰ-ਆਤਮੇ **ਅਨੁਭਵ ਦੁਆਰਾ** ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਨਾਲ **ਬੁਝਿਆ-ਸੀਝਿਆ-ਮਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ,** ਜਿਸਨੂੰ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਜਗਿਆਸੂ ਹੀ ਬੁਝਦਾ ਹੈ ਚੁ

ਗੁਰਮੁਖਿ ਵਿਰਲਾ ਕੋਈ ਬੂਝੈ ਸਬਦੇ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-1332)

ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਈ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਵਿਰਲਾ ਬੂਝੈ ਕੋਈ॥ (ਪੰਨਾ-841)

ਸ਼ਰਾਬੀ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਕੇ **ਆਪ ਹੀ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਸਰੂਪ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।** ਫਿਰ ਉਹ ਸ਼ਰਾਬ ਨੂੰ ਆਪ ਨਹੀਂ ਯਾਦ ਕਰਦਾ, ਬਲਕਿ ਉਸਦਾ ਮਨ-ਤਨ-ਅੰਤਿ ਕਰਨ ਅਥਵਾ **ਸਮੁੱਚਾ ਆਪਾ ਸ਼ਰਾਬ ਲਈ ਕੂਕਾਂ ਮਾਰਦਾ** ਹੈ, ਤੇ ਉਸਦੇ ਹਰ ਇਕ ਖਿਆਲ, ਸੋਚਣੀ, ਕਰਤਬ ਵਿੱਚ **ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਰੰਗਤ ਸਹਿਜ-ਸੁਭਾਇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।**

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਜਗਿਆਸੂ ਗੁਰਮੰਤਰ ਦਾ ਮਨ-ਚਿੱਤ ਨਾਲ **ਸਿਮਰਨ** ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ਗੁਰਮੰਤਰ ਉਸਦੇ ਮਨ-ਚਿੱਤ-ਅੰਤਿ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਧਸ-ਵਸ-ਰਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਗਿਆਸੂ **ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਹੀ ਸਰੂਪ ਬਣ ਜਾਂਦਾ** ਹੈ। **ਸਿਮਰਨ** ਦੀ ਇਸ ਅਵੱਸਥਾ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਚੁ

ਕਬੀਰ ਤੂੰ ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਤੂ ਹੂਆ ਮੁਝ ਮਹਿ ਰਹਾ ਨ ਹੂੰ॥
ਜਬ ਆਪਾ ਪਰ ਕਾ ਮਿਟਿ ਗਇਆ ਜਤ ਦੇਖਉ ਤਤ ਤੂ॥ (ਪੰਨਾ - 1375)

ਬੋਤਲ ਵਿੱਚ ਪਈ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਸਰੂਪ ਕੌੜਾ-ਕਸੈਲਾ, ਰੰਗ-ਬਰੰਗਾ, ਮਿਲਗੋਭਾ **ਘੋਲ** (coloured solution) ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਚੁ ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਪੀਣ ਨਾਲ ਜੋ **ਸਰੂਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ,** ਉਹ **ਵਿਲੱਖਣ** ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਿਰਾ-ਪੁਰਾ

ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ **ਅੱਖਰੀ ਨਾਮ,**
ਦਿਮਾਗੀ **ਜਾਣਕਾਰੀ,**

ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਬੋਤਲਾਂ ਦੀ **ਸੰਗਤ**

ਜਾਂ

ਰਾਬ ਦੇ ਗੁਣ-ਅਉਗਣਾਂ ਦੇ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਚੁ **ਸਰੂਰ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਸਰੂਰ ਰਾਬ ਦੇ ਅੱਖਰੀ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਵਿੱਲਖਣ ਹੈ, ਹੋਰਵੇਂ ਹੈ।**

ਪਰ ਜਦ ਰਾਬ ਪੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਉਹੀ ਰਾਬ ਕਿਸੇ **ਅਕਹਿ ਸਰੂਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।** ਰਾਬ ਦੀ ਹਸਤੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ ਚੁ **ਪਰ ਉਸਦਾ ਅਸਰ ਅਨੋਖੇ ਉਮਾਹ, ਉਤ ਾਹ, ਸਰੂਰ ਤੇ ਮਸਤੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਹੋ ਕੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।**

ਠੀਕ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ **ਸਿਮਰਨ-ਅਭਿਆਸ** ਕਰਦੇ-ਕਰਦੇ ਗੁਰਮੰਤਰ ਸਾਡੇ ਤਨ-ਮਨ-ਬੁੱਧੀ-**ਅੰਤਿ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਤਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ** ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਸੁਭਾਗੇ ਸਮੇਂ **ਆਤਮ ਕਲਾ ਦੀ ਛੂਹ ਨਾਲ ਇਹ ਇਲਾਹੀ ਰਸ-ਰੰਗ-ਪ੍ਰੀਤ-ਪਿਆਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਗਿਆਸੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ **ਧਿਆਉਣਾ** ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦਾ **ਜੀਵਨ-ਰੂਪ ਹੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**

ਗੁਰਮੁਖ-ਜਨ ਨਾਮ **ਦੇ ਰੰਗ-ਰਸ ਵਿੱਚ ਅਲਮਸਤ-ਮਤਵਾਰਾ ਹੋ ਕੇ ਅਕਹਿ ਆਤਮਿਕ ਉਤ ਾਹ-ਉਮਾਹ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ,** ਜਿਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿੱਚ **ਚੜ੍ਹਦੀਆਂ ਕਲਾਂ** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

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

ਦੇਖਹੁ ਅਚਰਜ ਭਇਆ॥
ਜਿਹ ਠਾਕਰੁ ਕਉ ਸੁਨਤ ਅਗਾਧਿ ਬੋਧਿ **ਸੋ ਰਿਦੈ ਗੁਰਿ ਦਇਆ**॥ (ਪੰ.-612)

ਯਾਦ ਰਖਣ ਵਾਲੀ ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਰਾਬ ਦਾ **ਸਰੂਰ ਆਰ ੀ ਤੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੈ, ਪਰ ਨਾਮ ਦਾ ਸਰੂਰ ਅਥਵਾ ਖੁਮਾਰੀ ਹਮੇ ਾਂ ਚੜ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।**

ਹਰਿ ਰਸੁ ਪੀਵਤ **ਸਦ ਹੀ ਰਾਤਾ॥**
ਆਨ ਰਸਾ ਖਿਨ ਮਹਿ ਲਹਿ ਜਾਤਾ॥
ਹਰਿ ਰਸ ਕੇ ਮਾਤੇ ਮਨਿ ਸਦਾ ਅਨੰਦ॥
ਆਨ ਰਸਾ ਮਹਿ ਵਿਆਪੈ ਚਿੰਦ॥ (ਪੰਨਾ-377)

ਅਸੀਂ ਗ੍ਰਿਹਸਤੀ ਲੋਕ ਹਾਂ ਤੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲੋ ਜੋਗੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮਾਧੀਆਂ ਨਹੀਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ। ਇਸੇ ਲਈ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਨੇ ਸਾਨੂੰ **ਸਾਧ-ਸੰਗਤ** ਅਥਵਾ **ਸਤਿਸੰਗਤਿ ਦੀ ਸੌਖੀ ਸਾਧਨਾ** ਦੱਸੀ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ **ਸਹਿਜ-ਜੋਗ ਜਾਂ ਸਹਿਜ-ਸਮਾਧ** ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈਚੁ

ਇਕੁ ਉਤਮ ਪੰਥੁ ਸੁਨਿਓ ਗੁਰ ਸੰਗਤਿ
ਤਿਹ ਮਿਲੰਤ ਜਮ ਤ੍ਰਾਸ ਮਿਟਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-1406)

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਕੈ ਆਸਰੈ ਪ੍ਰਭ ਸਿਉ ਰੰਗੁ ਲਾਏ॥
ਅਉਗਣ ਕਟਿ ਮੁਖੁ ਉਜਲਾ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਤਰਾਏ॥ (ਪੰਨਾ-966)

ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਹੈ ਸਿਰਿ ਕਰਮਨ ਕੈ ਕਰਮਾ॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਭਇਓ ਪਰਾਪਤਿ ਜਿਸੁ ਪੁਰਬ ਲਿਖੇ ਕਾ ਲਹਨਾ॥ (ਪੰ.-642)

ਕੋਟਿ ਕਰਮ ਕਰਿ ਦੇਹ ਨ ਸੋਧਾ॥
ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਮਹਿ ਮਨੁ ਪਰਬੋਧਾ॥ (ਪੰਨਾ-1298)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਮਾਰਗੁ ਧੰਨੁ ਹੈ **ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਸੰਗੁ ਚਲਾਇਆ।**
(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. 6/16)

ਸਾਧ ਜਨਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ਭਵਜਲੁ ਤਾਰੀਅਨੁ॥ (ਪੰਨਾ-517)

ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ ਇਹੁ ਜਨਮੁ ਪਦਾਰਥੁ ਜੀਤਾ ਰੇ॥ (ਪੰ.-404)

ਕਰਿ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਸਿਮਰੁ ਮਾਧੋ ਹੋਹਿ ਪਤਿਤ ਪੁਨੀਤ॥ (ਪੰਨਾ-631)

ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਅਪਾਰ ਬਖ਼ਸ਼ ਦੁਆਰਾ ਜਗਿਆਸੂ ਦੇ **ਨਿਰਮਲ ਹਿਰਦੇ ਦੀਆਂ ਕਿੰਗਰੀਆਂ ਉਤੇ ਜਦ ਕਦੇ ਆਤਮਿਕ ਲਿ ਕ ਪੈਂਦੀ ਹੈ,** ਅਥਵਾ **ਨਾਮ ਦੀ ਕਲਾ ਵਰਤਦੀ ਹੈ** ਤਾਂ ਜਗਿਆਸੂ ਇਸ **ਅਨੋਖੇ ਅੰਤ੍ਰਆਤਮੇ ਤਜਰਬੇ ਤੋਂ ਹੈਰਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ** ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਰੁਣ-ਝੁਣ **ਅਥਵਾ ਕੰਬਣੀ ਜਿਹੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਚੁ**

ਦਰਸਨ ਦੇਖਤ ਹੀ ਸੁਧ ਕੀ ਨ ਸੁਧਿ ਰਹੀ
ਬੁਧਿ ਕੀ ਨ ਬੁਧਿ ਰਹੀ ਮਤਿ ਮੈ ਨ ਮਤਿ ਹੈ। (ਕ.ਭਾ.ਗੁ.-9)

ਦੇਖਿ ਚਰਿਤ੍ਰ ਭਈ ਹਉ ਬਿਸਮਨਿ
ਗੁਰਿ ਸਤਿਗੁਰਿ ਪੁਰਖਿ ਮਿਲਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-1207)

ਲੋਇਣ ਦੇਖਿ ਰਹੇ ਬਿਸਮਾਦੀ ਚਿਤੁ ਅਦਿਸਟਿ ਲਗਾਈ॥ (ਪੰਨਾ–910)

ਜੇ ਜਗਿਆਸੂ ਦੇ ਵਡੇ ਭਾਗ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਹ ਅੰਤਰ–ਆਤਮੇ ਤਜਰਬੇ **ਨਾਮ ਕਲਾ** , ਜਾਂ **ਰੁਣ–ਝੁਣ** ਛੇਤੀ–ਛੇਤੀ ਹੋਣ ਲਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਸੋਝੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ **ਆਤਮਿਕ ਕੌਤਕ** ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਅਪਾਰ **ਬਖ਼ਸ਼ ਹੈ,** ਜਿਸਨੂੰ ਅੰਤ੍ਰਆਤਮੇ **ਮਾਨਣ ਤੇ ਜੀਊਰਨ ਦੀ ਲੋੜ** ਹੈ।

ਇਸ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਅਤੇ ਨਾ_ਕ ਅਵੱਸਥਾ ਵਿੱਚ ਬਖੇ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਅਤਿ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪਰ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸੱਜਣ **ਦਿਖਾਵੇ** ਖਾਤਰ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ **ਅਨਹੋਣੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ** ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿ ਸੰਗਤਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਖਿਚਿਆ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ **ਦੀ ਆਤਮਿਕ ਤਰੱਕੀ ਰੁਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ** ਤੇ ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ **ਉਹ ਢਹਿੰਦੀਆਂ–ਕਲਾਂ** ਵੱਲ ਰੁੜ੍ਹਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਈ ਆਤਮਿਕ ਮਾਰਗ ਦੇ ਪਾਂਧੀ ਇਸ ਆਤਮ ਦੇ ਦੀ **ਅਮੋਲਕ ਅਜਰ ਵਸਤੂ** ਨੂੰ ਮਾਇਕੀ ਗਰ ਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਅਤੇ ਵਾਹ–ਵਾਹ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਲਈ ਵਰਤ ਕੇ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਪੱਠੇ ਪੁਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਇਕ **ਆਤਮਿਕ ਪਾਪ ਹੈ।**

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਜਿਉਂ–ਜਿਉਂ ਜਗਿਆਸੂ ਇਸ ਨਾਮ–ਕਲਾ ਨੂੰ ਅੰਤ੍ਰਆਤਮੇ **ਮਾਣਦਾ ਤੇ ਜੀਊਰਦਾ ਹੈ,** ਤਿਉਂ–ਤਿਉਂ ਉਸਦਾ ਮਨ **ਨਿਮਰਤਾ ਤੇ_ਕਰਾਨੇ ਵਿੱਚ ਭਿਜਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ** ਤੇ ਉਹ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਬਖ਼ਸ਼ ਾਂ ਦਾ ਪਾਤਰ ਬਣਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਜੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ ਫੋਕਾ, ਮ ੀਨੀ (mechanical) **ਸਿਮਰਨ** ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਹ ਤਾਂ ਪ੍ਰੇਮਾ–ਭਗਤੀ ਤੋਂ ਉਪਜਿਆ **ਸਿਮਰਨ ਜੀਵਨ** ਹੈ ਅਤੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰੋਂ–ਘਰੋਂ ਚੁ

ਆਤਮਿਕ ਦਾਤ ਹੈ
ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦ ਹੈ
ਨਦਰ–ਕਰਮ ਹੈ
ਪ੍ਰੇਮ–ਭਗਤਿ ਹੈ
ਪ੍ਰਿਮ–ਖੇਲ ਹੈ
ਪਿਰਮ–ਪਿਆਲਾ ਹੈ

ਪ੍ਰੇਮ-ਪਦਾਰਥ ਹੈ
ਨਾਮ ਹੈ
ਨਾਮ ਦੀ ਕਲਾ ਹੈ
ਨਾਮ ਦਾ ਰਸ ਹੈ
ਨਾਮ ਦਾ ਰੰਗ ਹੈ
ਜੀਵਨ-ਪਦਵੀ ਹੈ

ਜਦ ਕਦੀ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਸਿਮਰਨ ਦੁਆਰਾ ਜੀਵ ਇਲਾਹੀ **ਪ੍ਰੇਮ-ਡੋਰੀ ਦਾ ਤੁਣਕਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ** ਤਾਂ ਜੀਵ ਦੇ ਅੰਤਰ-ਆਤਮੇ ਆਪਣੀ ਇਲਾਹੀ ਮਾਂ ਅਕਾਲ-ਪੁਰਖ ਦੀ ਯਾਦ, ਤਾਂਘ, ਖਿੱਚ, ਪਿਆਰ ਉਪਜਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ **ਇਲਾਹੀ ਮਾਂ ਦੀ ਗੋਦ ਦਾ ਨਿੱਘਾ ਪਿਆਰ, ਰਸ, ਾਂਤੀ ਮਾਣਦਾ ਹੈ।**

ਉਪਜੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪ੍ਰੇਮ ਰਸੁ ਚਾਉ॥ (ਪੰਨਾ-290)

ਫਿਰ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਪਿਆਰਾ ਤੇ ਰਸਦਾਇਕ ਲਗਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ਸਾਡੇ ਮਨ-ਤਨ-ਅੰਤਿ ਕਰਨ-**ਰੋਮ-ਰੋਮ ਵਿੱਚ** ਡੂੰਘਾ ਧਸ-ਵਸ-ਰਸ ਕੇ **ਦ੍ਰਿੜ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਡਾ ਮਨ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਦਾ ਹੀ ਰੂਪ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।**

ਇਸ ਊਚਮ-ਊਚੀ, ਸੂਚਮ-ਸੂਚੀ ਆਤਮਿਕ ਅਵੱਸਥਾ ਅਥਵਾ **ਦ੍ਰਿੜ ਹੋਏ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਸਹਿਜ-ਸਮਾਧ** ਵਿੱਚ ਇਤਨਾ ਮਹਾਂ-ਰਸ ਤੇ ਚਾਉ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵ **ਇਸ ਪ੍ਰਿਮ-ਰਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।**

ਤੇਰਾ ਜਨੁ ਰਾਮ ਰਸਾਇਣਿ ਮਾਤਾ॥
ਪ੍ਰੇਮ ਰਸਾ ਨਿਧਿ ਜਾ ਕਉ ਉਪਜੀ ਛੋਡਿ ਨ ਕਤਹੂ ਜਾਤਾ॥ (ਪੰਨਾ-532)

ਮੂ ਲਾਲਨ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ਬਨੀ॥ ਰਹਾਉ॥
ਤੋਰੀ ਨ ਤੂਟੈ ਛੋਰੀ ਨ ਛੂਟੈ ਐਸੀ ਮਾਧੋ ਖਿੰਚ ਤਨੀ॥ (ਪੰਨਾ-827)

ਬਿਸਰਤ ਨਾਹਿ ਮਨ ਤੇ ਹਰੀ॥
ਅਬ ਇਹ ਪ੍ਰੀਤਿ ਮਹਾ ਪ੍ਰਬਲ ਭਈ ਆਨ ਬਿਖੈ ਜਰੀ॥ (ਪੰਨਾ-1120)

ਜਿਵੇਂ ਰਾਬੀ ਨੂੰ ਵੇਲੇ ਸਿਰ ਰਾਬ ਨ ਮਿਲੇ, ਤਾਂ ਟੋਟ ਵਿੱਚ ਉਸਦਾ ਬੁਰਾ ਹਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਕਦੇ ਜੀਵ ਦਾ **ਧਿਆਨ** ਇਸ ਪ੍ਰਿਮ-ਰਸ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ, ਉਸਦੇ ਭਾ ਦਾ **ਮਰਨ** ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਰਹਿ ਨ ਸਕਉ ਇਕ ਰਾਤੀ॥
ਜਿਉ ਬਿਨੁ ਅਮਲੈ ਅਮਲੀ ਮਰਿ ਜਾਈ ਹੈ
ਤਿਉ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਹਮ ਮਰਿ ਜਾਤੀ॥ (ਪੰਨਾ–668)

ਐਸੀ ਬਿਸਮਾਦੀ, ਰਹੱਸ–ਮਈ ਆਤਮਿਕ–ਅਵੱਸਥਾ ਵਿੱਚ ਜੀਵ, ਆਪਣੇ ਅੰਤ੍ਰਆਤਮੇ ਚੁ

ਰੁਣ–ਝੁਣ
ਬਦ–ਸੁਰਤ
ਨਾਮ–ਰਸ
ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ
ਪ੍ਰੀਤ
ਪ੍ਰੇਮ
ਰਸ
ਚਾਓ

ਚੁਮਾਣਦਾ ਹੋਇਆ ਸਹਿਜ–ਸਮਾਧ ਵਿੱਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਐਸੇ ਬਖੇ ਹੋਏ ਜਗਿਆਸੂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਚੁ

ਸਾਚਿ ਨਾਮਿ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਲਾਗਾ॥
ਲੋਗਨ ਸਿਉ ਮੇਰਾ ਠਾਠਾ ਬਾਗਾ॥1॥
ਬਾਹਰਿ ਸੂਤੁ ਸਗਲ ਸਿਉ ਮਉਲਾ॥
ਅਲਿਪਤੁ ਰਹਉ ਜੈਸੇ ਜਲ ਮਹਿ ਕਉਲਾ॥1॥ ਰਹਾਉ॥
ਮੁਖ ਕੀ ਬਾਤ ਸਗਲ ਸਿਉ ਕਰਤਾ॥
ਜੀਅ ਸੰਗਿ ਪ੍ਰਭੁ ਅਪੁਨਾ ਧਰਤਾ॥2॥
ਦੀਸਿ ਆਵਤ ਹੈ ਬਹੁਤੁ ਭੀਹਾਲਾ॥
ਸਗਲ ਚਰਨ ਕੀ ਇਹੁ ਮਨੁ ਰਾਲਾ॥3॥
ਨਾਨਕ ਜਨਿ ਗੁਰੁ ਪੂਰਾ ਪਾਇਆ॥
ਅੰਤਰਿ ਬਾਹਰਿ ਏਕੁ ਦਿਖਾਇਆ॥ (ਪੰਨਾ–384-85)

ਇਹ **ਆਤਮ-ਜੀਵਨ ਚੁ**

ਸਿਮਰਨ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਪਿਆਰ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਥਰ-ਥਰਾਉਂਦਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਲਰ ਰਾਉਂਦਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਰਸ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਰੰਗ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ੰਤੀ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਰੁਣ-ਝੁਣ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਨਾਮ-ਖੁਮਾਰੀ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਬਿਸਮਾਦੀ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਸਹਿਜ-ਸਮਾਧ ਹੈ
ਨਾਮ ਦੀ ਅਕਲ ਕਲਾ ਹੈ

ਐਸੇ **ਬਿਸਮਾਦੀ ਜੀਵਨ** ਨੂੰ ਅੰਤ੍ਰ-ਆਤਮੇ ਸਤਿਗੁਰੁ ਦੀ ਬਖ਼ਿ ਦੁਆਰਾ ਹੀ **ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਤੇ ਮਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।**

ਇਹ ਅਨੋਖੀ **ਆਤਮ-ਮੰਡਲ** ਅਥਵਾ **ਬਦ-ਸੁਰਤ ਦੀ ਖੇਲ ਹੈ,** ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਗੁਰਮੁਖ ਹੀ ਚੁ

ਬੁਝਦਾ ਹੈ
ਸੀਝਦਾ ਹੈ
ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਮਾਣਦਾ ਹੈ।

ਇਹ **ਬਦ-ਸੁਰਤ ਦੀ ਆਤਮ-ਖੇਲ** ਸਾਡੀ ਅਲਪ-ਬੁੱਧੀ ਦੀ

ਸਮਝ
ਗਿਆਨ

ਿ ਲਾ ਸੰ ੀ

ਕਿਆਸ-ਅਰਾਈਆਂ

ਅੰਦਾ ੇ

ਚੁਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਤੇ ਵਿਲੱਖਣ ਹੈ।

ਗਿਆਨੁ ਨ ਗਲੀਈ ਢੂਢੀਐ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ॥ (ਪੰਨਾ-465)

ਕਥਨੀ ਕਹਿ ਭਰਮੁ ਨ ਜਾਈ॥
ਸਭ ਕਥਿ ਕਥਿ ਰਹੀ ਲੁਕਾਈ॥ (ਪੰਨਾ-655)

ਇਹ ਊਚਮ-ਊਚੀ, ਸੂਚਮ-ਸੂਚੀ ਅਵੱਸਥਾ **ਸਾਡੇ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗੀ ਸਾਧਨਾਂ ਯਾ ੋਰ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਚੁ**

ਜੋਰੁ ਨ ਸੁਰਤੀ ਗਿਆਨਿ ਵਿਚਾਰਿ॥ (ਪੰਨਾ-7)

ਦਾਤੈ ਦਾਤਿ ਰਖੀ ਹਥਿ ਅਪਣੈ
ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਦੇਈ॥ (ਪੰਨਾ-604)

ਇਹੁ ਪਿਰਮ ਪਿਆਲਾ ਖਸਮ ਕਾ
ਜੈ ਭਾਵੈ ਤੈ ਦੇਇ॥ (ਪੰਨਾ-947)

ਚੁਚਲਦਾ