ਸੰਗਤਿ

ਭਾਗ-1●

‘ਕਾਲ’ ਅਥਵਾ ‘ਸਮੇਂ’ ਦੀ ‘ਸੰਗਤ’

ਸਾਰੀ ਕਾਇਨਾਤ ਤਿੰਨਾਂ ਕਾਲਾਂ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦੀ ਹੈ—

‘ਭੂਤ’ (past)
‘ਭਵਿੱਖ’ (future)
‘ਵਰਤਮਾਨ’ (present)

‘ਭੂਤ’ ਕਾਲ ਅਥਵਾ ਗੁਜ਼ਰੇ ਹੋਏ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਜੋ ਕੁਝ ਵਰਤਿਆ ਹੈ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਤਜਰਬਿਆਂ ਅਤੇ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਚੰਗਾ ਯਾ ਮਾੜਾ ‘ਅਸਰ’ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ‘ਕਾਲ’ ਅਥਵਾ ਸਮੇਂ ਦੀ ‘ਸੰਗਤ’ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ।

ਜੇਕਰ ਸਾਡੀ ਪਿਛਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਚੰਗੀ ਗੁਜ਼ਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸ ਚੰਗੇਰੀ, ਸੁਖਾਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ‘ਚੇਤੇ’ ਕਰਕੇ ਉਸ ਦੀ ‘ਅਣਹੋਂਦ’ ਦੇ ‘ਹਉਕਿਆਂ’ ਵਿਚ ਝੂਰਦੇ ਅਤੇ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਪਿਛਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੁਖਦਾਈ ਬੀਤੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਹੁਣ ਦੀ ਚੰਗੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਰਸ-ਭੋਗ ਵਿਚ ਗਲਤਾਨ ਹੋ ਕੇ ‘ਆਫਰੇ’ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਬਾਬਤ ‘ਆਸਾ-ਮਨਸਾ-ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ’ ਅਨੁਸਾਰ ਸੋਚਾਂ ਸੋਚਦੇ ਅਤੇ ਵਿਉਂਤਾਂ ਘੜਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮਨ ਦੀਆਂ ‘ਖਿਆਲੀ ਉਡਾਰੀਆਂ’ ਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ । ਜੇਕਰ ਸਾਡੀਆਂ ਇਹ ‘ਆਸਾ-ਮਨਸਾ’ ਪੂਰੀਆਂ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਅਤਿਅੰਤ ‘ਨਿਰਾਸਤਾ’ ਤੇ ਦੁਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਕਾਲਾਂ ਅਥਵਾ ‘ਭੂਤ’, ‘ਵਰਤਮਾਨ’ ਅਤੇ ‘ਭਵਿੱਖ’ ਦੇ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਖਿਆਲ ਵਿਚ ਸਾਡਾ ਮਨ ਗਲਤਾਨ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਖਿਆਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਅਸੀਂ ‘ਕਾਲ’ ਦੀ ‘ਸੰਗਤ’ ਯਾ ‘ਕੁਸੰਗਤ’ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ।

ਸਾਡੀਆਂ ‘ਭੂਤ ਕਾਲ’ ਵਿਚ ਵਰਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਿਚੋਂ ਚੰਗੀਆਂ ਤਾਂ ਘੱਟ ਹੀ ਚੇਤੇ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਬੇਇਨਸਾਫੀਆਂ, ਵਧੀਕੀਆਂ, ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ ਆਦਿ ਸਾਡੇ ਮਨ-ਚਿਤ-ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਡੂੰਘੇ ਧਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਸੜਦੇ-ਬਲਦੇ-ਸੁਲਘਦੇ ਅਤੇ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾ ਵਿਚ 'ਭੂਤ ਕਾਲ' ਵਿਚ ਬੀਤੇ 'ਤਲਖ' ਅਤੇ ਦੁਖਦਾਈ ਤਜਰਬਿਆਂ ਅਤੇ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀਆਂ 'ਮਿਸਲਾਂ' ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੌਕਾ ਮਿਲਣ ਤੇ ਪੁਰਾਣੀ ਈਰਖਾ-ਦਵੈਤ, ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ, ਘਿਰਨਾ ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਮਿਸਲਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਅੰਦਰਲੀ ਮਲੀਨ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ 'ਹਵਾੜ' ਕੱਢ ਕੇ ਮਨ 'ਹਉਲਾ' ਕਰਦੇ ਹਾਂ ।

ਜੇ ਅਪਨੀ ਬਿਰਥਾ ਕਹਹੁ ਅਵਰਾ ਪਹਿ
ਤਾ ਆਗੈ ਅਪਨੀ ਬਿਰਥਾ ਬਹੁ ਬਹੁਤੁ ਕਢਾਸਾ ॥ (ਪੰਨਾ-860)

ਦੁਖ ਕੀਆ ਪੰਡਾ ਖੁਲ੍ਹੀਆ ਸੁਖੁ ਨ ਨਿਕਲਿਓ ਕੋਇ ॥
ਦੁਖ ਵਿਚਿ ਜੀਉ ਜਲਾਇਆ ਦੁਖੀਆ ਚਲਿਆ ਰੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-1240)

ਦੁਖਿਆਰੇ ਦੁਖਿਆਰਿਆਂ ਮਿਲਿ ਮਿਲ ਅਪਣੇ ਦੁਖ ਰੁਵੰਦੇ ।
(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 5/4)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਜ਼ਰੇ ਹੋਏ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦੀਆਂ ਤਲਖ ਘਟਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਮਨ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ।

ਇਸੇ ਜਨਮ ਅੰਦਰ ਕਈ ਚੰਗੀਆਂ-ਮਾੜੀਆਂ-ਦੁਖਦਾਈ 'ਘਟਨਾਵਾਂ' ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਵਰਤਦੀਆਂ ਹਨ—ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ-ਮੁੜ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ—

ਹਉਕੇ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ
ਕੁਲਝਦੇ ਹਾਂ
ਸੜਦੇ ਹਾਂ
ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
ਈਰਖਾ-ਦਵੈਤ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਾਂ
'ਐਲਰਜੀ' ਨੂੰ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
'ਕਾਲੀ ਸੂਚੀ' ਲੰਮੇਰੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
ਜੀਵਨ ਤਲਖ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ
ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਮੈਲਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ।

ਸਾਡੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਇਸ ਜਨਮ ਦੀਆਂ 'ਘਟਨਾਵਾਂ' ਦੀ ਯਾਦ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ—ਪਰ, ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ-ਮਾੜੀ 'ਰੰਗਤ' ਅਥਵਾ 'ਤਤ-ਸਾਰ' (essence) ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਅਗਲੇ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਰੂਹ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਸੇ ਕਾਰਣ ਕਈ ਬੱਚੇ ਜਮਾਂਦਰੂ ਗੁਸੈਲ, ਲੜਾਕੇ, ਈਰਖਾਲੂ, ਡਰਾਕਲ ਤੇ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਭੈੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

ਉਹ ਬੱਚੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੀਆਂ ਦ੍ਰਿੜ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ 'ਭੈੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ' ਦੀ 'ਰੰਗਤ'—ਆਪਣੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮ

ਦੀ 'ਰੰਗਤ' ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ, ਇਸ ਜਨਮ ਦੀ ਨਵੀਂ 'ਜੀਵਨ ਸੇਧ' ਬਣਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਹੋਰ ਭੀ ਗੰਧਲਾ-ਦੁਖਦਾਈ ਅਤੇ ਨਰਕ-ਮਈ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਸਿੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੇ ਜੀਵਾਂ ਤੇ ਅਤਿਅੰਤ ਮਿਹਰ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੀਆਂ 'ਘਟਨਾਵਾਂ' ਦੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਉਤੇ ਉਕਰੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ । ਸਿਰਫ਼ ਉਹਨਾਂ ਦੀ 'ਰੰਗਤ' ਅਥਵਾ ਤਤ-ਸਾਰ ਹੀ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਚਿੰਮੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ—ਜੋ ਹਰ ਜਨਮ ਵਿਚ ਹੋਰ ਭੀ ਤੀਬਰ ਤੇ ਤੀਖਣ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਵਰਨਾ, ਜੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਬੇਅੰਤ ਘਟਨਾਵਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਜਨਮ ਵਿਚ ਯਾਦ ਰਹਿੰਦੀਆਂ— ਤਾਂ ਪਿਛਲੇ ਅਨੇਕਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਆਪੂੰ ਸਹੇੜੇ ਹੋਏ ਘਿਰਣਤ 'ਜੀਵਾਂ' ਦੀ ਸਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ 'ਭੀੜ' ਲਗੀ ਰਹਿਣੀ ਸੀ, ਅਤੇ ਈਰਖਾ-ਦਵੈਤ, ਕੁਲਝਣਾ, ਸਾੜੇ ਦੇ ਅਥਾਹ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਡਾ 'ਆਪਾ' ਗੁਆਚ ਜਾਣਾ ਸੀ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਈ ਜਨਮਾਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਮਲੀਨ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਨਾਲ ਐਸੀਆਂ ਰੂਹਾਂ ਢੀਠ, ਮੰਨੂਰ, ਸਾਕਤ, ਮਨਮੁਖ ਮੁਗਧ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਇਹ 'ਅਭਾਗੀ' ਰੂਹਾਂ ਅਣਜਾਣੇ ਹੀ ਅਪਣੇ ਡੂੰਘੇ-ਗੁਝੇ, ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੇ 'ਤਤ-ਸਾਰ' 'ਰੰਗਤ' ਦੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ । ਜਿਸ ਦੀ ਬਾਬਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੋਝੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ।

ਸਿਰਫ਼ ਇਸ ਜਨਮ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਕਾਰਣ ਹੀ ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ 'ਦੁੱਭਰ' ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ—ਤਾਂ ਅਨੇਕਾਂ ਜਨਮਾਂ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਤੇ ਐਲਰਜੀ (allergy) ਵਾਲੇ 'ਹਜੂਮ' ਦੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਕਿਤਨੀ ਦੁਖਦਾਈ ਤੇ ਭਿਆਨਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ! ਇਸ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਉਣਾ ਭੀ ਕਠਿਨ ਹੈ ।

ਇਸ ਲਈ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੀਆਂ ਬੇਅੰਤ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀਆਂ 'ਯਾਦਾਂ' ਨੂੰ 'ਮੇਟਣ' ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਲਈ, ਸਾਨੂੰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਅਤਿਅੰਤ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

'ਭੂਤ' ਕਾਲ ਦੀਆਂ ਦੁਖਦਾਈ ਯਾਦਾਂ ਅਤੇ

'ਭਵਿੱਖ' ਲਈ 'ਆਸਾ-ਮਨਸਾ-ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ' ਦੀਆਂ ਵਿਉਂਤਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਅਸੀਂ 'ਵਰਤਮਾਨ' ਅਮੋਲਕ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਅਜਾਈਂ ਗਵਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ 'ਭੂਤ' ਅਤੇ 'ਭਵਿੱਖ' ਕਾਲਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਯਾ ਕੁਸੰਗਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵਰਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਵਰਤਮਾਨ ਅਥਵਾ 'ਸਦ-ਹੁਣ' ਵਿਚ ਵਿਚਰਨ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦਿਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ।

ਸੁਰਗ ਬਾਸੁ ਨ ਬਾਛੀਐ ਡਰੀਐ ਨ ਨਰਕਿ ਨਿਵਾਸੁ ॥
ਹੋਨਾ ਹੈ ਸੋ ਹੋਈ ਹੈ ਮਨਹਿ ਨ ਕੀਜੈ ਆਸ ॥ (ਪੰਨਾ-337)

ਕਬੀਰ ਇਹ ਚੇਤਾਵਨੀ ਮਤ ਸਹਸਾ ਰਹਿ ਜਾਇ ॥

ਪਾਛੈ ਭੋਗ ਜੁ ਭੋਗਵੇ ਤਿਨ ਕੋ ਗੁੜੁ ਲੈ ਖਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-1366)

ਵਰਤਮਾਨ ਵਿਚਿ ਵਰਤਦਾ ਹੋਵਣਹਾਰ ਸੋਈ ਪਰਵਾਣਾ ।
(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 18/21)

ਵਰਤਮਾਨ ਵੀਚਿ ਵਿਸਵੇ ਹੋਇ ਇਕੀਹ ਸਹਜਿ ਘਰਿ ਆਇਆ ।
(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 24/9)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਇਹ 'ਛਿਨ-ਪਲ' ਲਗਾਤਾਰ ਅਟੁੱਟ ਨਾਮ-ਸਿਮਰਨ-ਅਭਿਆਸ-ਕਮਾਈ ਵਿਚ ਲੀਣ ਹੋਣ ਤਾਂ ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ ਦੀ 'ਸਦ-ਹੁਣ' ਮਾਣਦੇ ਹਾਂ ।

ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਉਤਮ ਕਲਿਆਣਕਾਰੀ ਉਪਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਕੇ, ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਵਲੋਂ ਜਾਣ-ਬੁਝ ਕੇ ਮਚਲੇ ਹੋ ਕੇ, ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਐਨ 'ਉਲਟ' ਅਪਣੀ ਮਲੀਨ ਰੁਚੀਆਂ ਦੀ ਪੁਰਾਣੀ ਰੋੜ੍ਹ ਵਿਚ ਗੁਜ਼ਰੇ ਹੋਏ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦੇ ਤਲਖ ਅਤੇ ਦੁਖਦਾਈ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨੂੰ—ਮੁੜ-ਮੁੜ ਯਾਦ ਕਰਕੇ, ਘੋਟ-ਘੋਟ ਕੇ, ਅਭਿਆਸ ਕਰਕੇ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ—ਈਰਖਾ, ਦਵੈਤ, ਵੈਰ, ਵਿਰੋਧ, ਘਿਰਨਾ, ਸਾੜਾ, ਐਲਰਜੀ ਆਦਿ, ਦੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹੋਰ ਭੀ ਡੂੰਘੀਆਂ—ਧੱਸਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਵੱਸਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਰਸਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਸਮਾਂਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡਾ 'ਵਰਤਮਾਨ ਜੀਵਨ' ਹੋਰ ਭੀ ਤਲਖ, ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਅਤੇ ਦੁਖਦਾਈ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਬੇਲੋੜੇ 'ਭੂਤ' ਕਾਲ ਦੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਅਤੇ ਅਣਹੋਣੇ 'ਭਵਿੱਖਤ' ਬਾਬਤ ਸੋਚਾਂ-ਫਿਕਰਾਂ ਨਾਲ, 'ਮਲੀਨ ਰੰਗਤ' ਹੋਰ ਭੀ ਸੂਖਮ, ਪ੍ਰਬਲ ਅਤੇ 'ਦਾਮਨਿਕ' ਹੁੰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ—ਜਿਸ ਦੀ 'ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਰੰਗਤ' ਵਰਤਮਾਨ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪੱਖ ਵਿਚ ਸਹਿਜ-ਸੁਭਾਇ ਅਣਜਾਣੇ ਹੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ ਨਰਕ-ਮਈ ਬਣਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਥੇ ਹੀ ਬਸ ਨਹੀਂ, ਰੋਸੇ-ਗਿਲੇ, ਈਰਖਾ-ਦਵੈਤ, ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ, ਘਿਰਨਾ ਆਦਿ ਦੀ 'ਮਲੀਨ ਰੰਗਤ' ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਅਗਲੇ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ ਭੀ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡਾ ਮਨ, ਮਲੀਨ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਵਿਚ ਕਈ ਜਨਮਾਂ ਤਾਈਂ ਗਲਤਾਨ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ।

ਮਨ ਦੀ 'ਫੱਟੀ' ਉਤੇ ਲਿਖੇ ਹੋਏ 'ਕਾਲੇ ਲੇਖ' ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ 'ਮਾਨਸਿਕ ਰੰਗਤ' ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮੇਟੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੋਵੇ—ਪਰ 'ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ' ਵਿਚ ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂਤਰਾਂ ਤੋਂ ਡੂੰਘੀ ਉਕਰੀ ਹੋਈ 'ਮਲੀਨ ਰੰਗਤ' ਨੂੰ ਮੇਟਣਾ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੈ।

ਜਦ ਤਾਂਈਂ ਮਨ ਉਤੋਂ ਇਹ 'ਭੂਤ ਕਾਲ' ਦੇ ਗਹਿਰੇ ਉਕਰੇ ਹੋਏ 'ਕਾਲੇ ਲੇਖ' ਮੇਟੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ, ਅਥਵਾ ਮਨ ਦੀ 'ਫੱਟੀ' ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ—ਤਦ ਤਾਂਈਂ ਅਸੀਂ ਪੁਰਾਣੀ ਨਰਕ ਮਈ 'ਜੀਵਨ ਰੋੜ੍ਹ' ਵਿਚ ਰੁੜ੍ਹੀ ਜਾਵਾਂਗੇ ਤੇ ਭੂਤ ਕਾਲ ਦੀ 'ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਰੰਗਤ' ਦੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਮੱਲੋ-ਮੱਲੀ ਸਹਿਜ-ਸੁਭਾਇ ਹੁੰਦੀ ਰਹੇਗੀ ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ –

ਅਪਣੇ ਮਲੀਨ ਖਿਆਲਾਂ ਨਾਲ ਆਪੂੰ 'ਸਹੇੜੇ' ਹੋਏ
ਮੁੜ-ਮੁੜ ਯਾਦ ਕਰਕੇ 'ਪਾਲੇ ਹੋਏ'
ਤੀਬਰ ਘਿਰਨਾ ਨਾਲ ਦਾਮਨਿਕ (dynamic) ਬਣਾਏ ਹੋਏ,
ਐਲਰਜੀ (allergy) ਨਾਲ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ 'ਵਸਾਏ' ਹੋਏ,
ਸਿਮਰਨ ਕਰਕੇ 'ਰੂਪਮਾਨ' ਕੀਤੇ ਹੋਏ,

'ਮਨੋਕਲਪਤ ਭੂਤਾਂ' ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਬੇਵੱਸ ਹੋ ਕੇ, ਮੱਲੋ-ਮੱਲੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਜੇਕਰ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਅਣਹੋਣੇ-ਗੁੱਝੇ ਮਨੋਕਲਪਤ 'ਖਿਆਲੀ ਭੂਤ' ਬਾਬਤ ਸੋਝੀ ਯਾ ਅਹਿਸਾਸ ਭੀ ਹੋ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਤੰਗ ਆ ਕੇ, ਇਸ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਈਏ, ਤਾਂ ਭੀ ਇਹ ਸਾਡੇ 'ਗਲੋਂ' ਨਹੀਂ ਲਹਿ ਸਕਦੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਨੇ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਉਤੇ ਜ਼ਬਰਦਸਤ 'ਕਬਜ਼ਾ' ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ।

ਅਜ ਕਲ ਦੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਵਾਂਗ – ਇਹ ਆਪੂੰ ਵਸਾਏ ਹੋਏ 'ਭੂਤਕਾਲ' ਦੇ ਦੁਖਦਾਈ 'ਮਨੋਕਲਪਤ ਭੂਤ' ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਉਤੇ ਕਬਜ਼ਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਪੱਖ ਉਤੇ ਅਪਣੀ ਮਲੀਨ ਰੰਗਤ ਚਾੜ੍ਹਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ । ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਅਵੱਸ਼ ਹੀ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ।

ਅਵਰਿ ਪੰਚ ਹਮ ਏਕ ਜਨਾ ਕਿਉ ਰਾਖਉ ਘਰ ਬਾਰੁ ਮਨਾ ॥
ਮਾਰਹਿ ਲੂਟਹਿ ਨੀਤ ਨੀਤ ਕਿਸੁ ਆਗੈ ਕਰੀ ਪੁਕਾਰ ਜਨਾ ॥ (ਪੰ.-155)

ਪੰਚ ਬਿਖਾਦੀ ਏਕੁ ਗਰੀਬਾ ਰਾਖਹੁ ਰਾਖਨਹਾਰੇ ॥
ਖੇਦੁ ਕਰਹਿ ਅਰੁ ਬਹੁਤੁ ਸੰਤਾਵਹਿ ਆਇਓ ਸਰਨਿ ਤੁਹਾਰੇ ॥ (ਪੰ.-205-6)

ਬੈਰ ਬਿਰੋਧ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਮੋਹ ॥
ਝੂਠ ਬਿਕਾਰ ਮਹਾ ਲੋਭ ਧ੍ਰੋਹ ॥
ਇਆਹੂ ਜੁਗਤਿ ਬਿਹਾਨੇ ਕਈ ਜਨਮ ॥
ਨਾਨਕ ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਆਪਨ ਕਰਿ ਕਰਮ ॥ (ਪੰਨਾ-267-68)

ਇਨ ਪੰਚਨ ਮੇਰੋ ਮਨੁ ਜੁ ਬਿਗਾਰਿਓ ॥
ਪਲੁ ਪਲੁ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇ ਅੰਤਰੁ ਪਾਰਿਓ ॥...
ਇਨ ਦੂਤਨ ਖਲੁ ਬਧੁ ਕਰਿ ਮਾਰਿਓ ॥
ਬਡੋ ਨਿਲਾਜੁ ਅਜਹੂ ਨਹੀ ਹਾਰਿਓ ॥ (ਪੰਨਾ-710)

ਇਨਿ੍ ਮਾਇਆ ਜਗਦੀਸ ਗੁਸਾਈ ਤੁਮ੍ਰੇ ਚਰਨ ਬਿਸਾਰੇ ॥
ਕਿੰਚਤ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨ ਉਪਜੈ ਜਨ ਕਉ ਜਨ ਕਹਾ ਕਰਹਿ ਬੇਚਾਰੇ ॥
(ਪੰਨਾ-857)

ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ 'ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ' ਤੇ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ

ਦੁਆਰਾ’ ਹੀ ਇਸ ਦੁਖਦਾਈ ਮਲੀਨ ‘ਜੀਵਨ-ਚੱਕਰ’ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਹੋਇ ਨਿਰਮਲਾ ਕਟੀਐ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸ ॥ (ਪੰਨਾ-44)

ਮੈ ਜੁਗਿ ਜੁਗਿ ਦਯੈ ਸੇਵੜੀ ॥
ਗੁਰਿ ਕਟੀ ਮਿਹਡੀ ਜੇਵੜੀ ॥ (ਪੰਨਾ-74)

ਆਪੁ ਤਿਆਗਿ ਮਿਟੈ ਆਵਣ ਜਾਣਾ ॥
ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪਛਾਣਾ ॥ (ਪੰਨਾ-183)

ਯਾਹੂ ਜਤਨ ਕਰਿ ਹੋਤ ਛੁਟਾਰਾ ॥
ਉਆਹੂ ਜਤਨ ਸਾਧ ਸੰਗਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ-259)

ਮੋਹ ਰੋਗ ਸੋਗ ਤਨੁ ਬਾਧਿਓ ਬਹੁ ਜੋਨੀ ਭਰਮਾਈਐ ॥
ਟਿਕਨੁ ਨ ਪਾਵੈ ਬਿਨੁ ਸਤਸੰਗਤਿ ਕਿਸੁ ਆਗੈ ਜਾਇ ਰੂਆਈਐ ॥
(ਪੰਨਾ-532)

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਨ ਲੀਏ ਛਡਾਇ ॥
ਜਿਸ ਕੇ ਸੇ ਤਿਨਿ ਰਖੇ ਹਟਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-865)

ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਰ ਪਲ ‘ਵਰਤਮਾਨ ਕਾਲ’ ਤੋਂ ‘ਭੂਤ ਕਾਲ’ ਵਿਚ ਬਦਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ।

‘ਭੂਤ ਕਾਲ’ ਸਾਡੇ ਵਸ ਵਿਚੋਂ ‘ਖਿਸਕ’ ਚੁਕਾ ਹੈ ।

‘ਭਵਿੱਖਤ ਕਾਲ’ ਅਨਿਸਚਿਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਅਣਜਾਣ ਹਾਂ ।

ਇਸ ਲਈ ਸਾਡੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਸਿਰਫ਼ ਵਰਤਮਾਨ ਦਾ ‘ਕਾਲ’ ਯਾ ‘ਸਮਾਂ’ ਹੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਯਾ ਮਾੜੇ ਪਾਸੇ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ‘ਹੁਣ’ ਦੇ ‘ਖਿਨ-ਪਲ’ ਹੀ ਸਾਡੇ ਵਸ ਵਿਚ ਹਨ । ਇਹੀ ‘ਖਿਨ’ ਅਗਲੇ ਪਲਕ ਹੀ ‘ਭੂਤਕਾਲ’ ਵਿਚ ਬਦਲ ਕੇ ਸਾਡੇ ਵਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ।

ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਸ ਵਾਲੇ ਹੁਣ ਦੇ ‘ਖਿਨ-ਪਲ’ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸੇ ਹੁਣ ਦੇ ‘ਖਿਨ-ਪਲ’ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ‘ਸੰਗਤ’ ਯਾ ‘ਕੁਸੰਗਤ’ ਦੁਆਰਾ ਚੰਗੀ ਯਾ ਮਾੜੀ ‘ਸੇਧ’ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਵਰਤਮਾਨ ਦੇ ‘ਖਿਨ-ਪਲਾਂ’ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤੌਰ ਤੇ ‘ਸਾਧ ਸੰਗਤ’ ਵਿਚ ਗੁਜ਼ਾਰੀਏ ਅਥਵਾ ‘ਵਿਹਾਈਏ’ ਤਾਂ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ‘ਖਿਨ-ਪਲਾਂ’ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਰੰਗਤ ਦੁਆਰਾ ਸਾਡਾ ਉਚਾ-ਸੁਚਾ ਦੈਵੀ ਗੁਰਮੁਖ ਜੀਵਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਕਵਨ ਸੰਜੋਗ ਮਿਲਉ ਪ੍ਰਭ ਅਪਨੇ ॥

ਪਲੁ ਪਲੁ ਨਿਮਖ ਸਦਾ ਹਰਿ ਜਪਨੇ ॥ (ਪੰਨਾ–806)

ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਬੇਦ ਅਰੁ ਬਾਦਿ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਰਸਨਾ ਸਾਦਿ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਲਪਟਿ ਸੰਗਿ ਨਾਰੀ ॥
ਸੰਤ ਰਚੇ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ਮੁਰਾਰੀ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਖੇਲਤ ਜੂਆ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਅਮਲੀ ਹੂਆ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਪਰ ਦਰਬ ਚੋੁਰਾਏ ॥
ਹਰਿ ਜਨ ਬਿਹਾਵੈ ਨਾਮ ਧਿਆਏ ॥.....
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਨਟ ਨਾਟਿਕ ਨਿਰਤੇ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਜੀਆ ਇਹ ਹਿਰਤੇ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਰਾਜ ਮਹਿ ਡਰਤੇ ॥
ਸੰਤ ਬਿਹਾਵੈ ਹਰਿ ਜਸੁ ਕਰਤੇ ॥ (ਪੰਨਾ–914)

ਏਕ ਚਿਤ ਜਿਹਿ ਇਕ ਛਿਨ ਧਯਾਯੋ ॥
ਕਾਲ ਫਾਸ ਕੇ ਬੀਚ ਨ ਆਯੋ ॥ (ਪੰਨਾ–10)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਸਡਾ ਮਨ ਵਰਤਮਾਨ ਦੇ 'ਖਿਨ–ਪਲਾਂ' ਨੂੰ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਲਗਾਤਾਰ ਨਾਮ–ਸਿਮਰਨ–ਅਭਿਆਸ ਕਮਾਈ ਕਰਦਾ ਰਹੇ—ਤਾਂ ਹੀ ਅਟੁੱਟ 'ਸਦ–ਹੁਣ' ਦਾ ਆਤਮਿਕ ਰੰਗ–ਰਸ ਮਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਇਹਨਾਂ 'ਖਿਨ–ਪਲਾਂ' ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਰਵਾਨਗੀ ਵਿਚ ਹੀ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਅਥਵਾ 'ਸੰਗਤ' ਯਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਕੇ ਚੰਗਾ ਯਾ ਮਾੜਾ 'ਜੀਵਨ' ਬਣਦਾ ਹੈ—ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅਤੇ ਕੀਮਤੀ 'ਖਿਨ–ਪਲਾਂ' ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਅਜਾਈਂ ਗਵਾ ਰਹੇ ਹਾਂ ।

ਹਰਿ ਜਸੁ ਰੇ ਮਨਾ ਗਾਇ ਲੈ ਜੋ ਸੰਗੀ ਹੈ ਤੇਰੋ ॥
ਅਉਸਰੁ ਬੀਤਿਓ ਜਾਤੁ ਹੈ ਕਹਿਓ ਮਾਨ ਲੈ ਮੇਰੋ ॥ (ਪੰਨਾ–727)

ਤਿਲੁ ਤਿਲੁ ਪਲੁ ਪਲੁ ਅਉਧ ਫੁਨਿ ਘਾਟੈ ਬੂਝਿ ਨ ਸਕੈ ਗਵਾਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ–1200)

ਬੀਤ ਜੈਹੈ ਬੀਤ ਜੈਹੈ ਜਨਮੁ ਅਕਾਜੁ ਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ–1352)

ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਆਰਾਧਹੁ ਪਿਆਰੋ ਨਿਮਖ ਨ ਕੀਜੈ ਢੀਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ–498)

Forget the dead 'past', which is, beyond our control.
Do not worry about the 'Future', which is uncertain.
Live in the realty of the 'present' and make the best of it.

ਕਿਸੇ 'ਖਿਆਲ' ਯਾ 'ਵਲਵਲੇ' ਨੂੰ ਮੁੜ–ਮੁੜ ਚੇਤੇ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਉਸ ਖਿਆਲ ਦੀ

ਚੰਗੀ ਯਾ ਮਾੜੀ 'ਭਾਵਨਾ' ਨਾਲ—

'ਛੋਂਹਦੇ' ਹਾਂ
'ਸੰਗ' ਕਰਦੇ ਹਾਂ
'ਰੰਗਤ' ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ
'ਸੰਗਤ' ਕਰਦੇ ਹਾਂ
'ਅਭਿਆਸ' ਕਰਦੇ ਹਾਂ
'ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ' ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹ ਖਿਆਲ, ਵਲਵਲੇ ਯਾ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਾਡੇ ਮਨ-ਬੁੱਧੀ-ਚਿਤ ਵਿਚ ਸਹਿਜ-ਸੁਭਾਇ ਹੀ ਉਤਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਲਗਾਤਾਰ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਖਿਆਲ ਯਾ ਵਲਵਲੇ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਧੱਸ, ਵਸ, ਰਸ, ਸਮਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਇਹ ਖਿਆਲ, ਵਲਵਲੇ ਅਥਵਾ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਾਡੇ ਮਨ-ਚਿਤ-ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਉਤਰਦੇ ਯਾ ਨਿੱਘਰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ਇਹ 'ਭਾਵਨਾਵਾਂ' ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਹੁੰਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ 'ਐਟਮ' ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾਮਨਿਕ (dynamic) ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਇਸ ਦਾਮਨਿਕ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਖਿਆਲ ਯਾ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਮਾਨਸਿਕ 'ਵਲਵਲੇ' ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ, ਬਲਕਿ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਪ੍ਰਬਲ ਦਾਮਨਿਕ 'ਸ਼ਖਸੀਅਤ' (dynamic personality) ਦਾ ਸੂਖਮ ਰੂਪ ਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ—ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਮਨ ਦਿਨ-ਰਾਤ—

'ਮੇਲ' ਕਰਦਾ ਹੈ
'ਸੰਗ' ਕਰਦਾ ਹੈ
'ਸੰਗਤ' ਕਰਦਾ ਹੈ
'ਪਰਸਦਾ' ਹੈ
'ਛੋਹ' ਲੈਂਦਾ ਹੈ
'ਅਸਰ' ਲੈਂਦਾ ਹੈ
'ਰੰਗਤ' ਲੈਂਦਾ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਢਾਲਦਾ ਹੈ ।

ਬਾਹਰਲੇ ਓਪਰੇ ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਤੋਂ ਜਦ ਮਨ ਵਿਹਲਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਬਾਹਰਲੀ ਕਿਸੇ ਉਕਸਾਹਟ ਦਾ ਕਾਰਣ ਨਾ ਭੀ ਹੋਵੇ—ਤਾਂ ਭੀ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਆਪੂੰ ਪਾਲੀ-ਪੋਸੀ ਅਤੇ ਤਕੜੀ ਕੀਤੀ ਦਾਮਨਿਕ ਗੁੱਝੀ 'ਮਲੀਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ', ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ, ਮੌਕਾ ਤਾੜ ਕੇ, ਚੁਆਤੀ ਲਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਤੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਹੀ ਸੁਲਗਾਈ ਅੱਗ ਅਥਵਾ ਉਸ ਖਾਸ ਵਾਸ਼ਨਾ ਵਿਚ ਸੜਦੇ-ਬਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਐਸੀ ਅੰਦਰਲੀ ਗੁੱਝੀ ਦਾਮਨਿਕ ਸੂਖਮ 'ਮਲੀਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਨੂੰ ਹੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਸਰਪਨੀ', 'ਛਲਣੀ', 'ਨਾਗਨੀ', 'ਮੋਹਣੀ', 'ਮਾਇਆ', 'ਪੰਚ ਬਿਖਾਦੀ', 'ਪੰਚ ਚੰਡਾਲ', 'ਠਗਵਾਰੀ', ਆਦਿ ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ।

ਮਾਰੁ ਮਾਰੁ ਸ੍ਰਪਨੀ ਨਿਰਮਲ ਜਲਿ ਪੈਠੀ ॥
ਜਿਨਿ ਤ੍ਰਿਭਵਣੁ ਡਸੀਅਲੇ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਡੀਠੀ ॥ (ਪੰਨਾ-480)

ਮਾਇਆ ਹੋਈ ਨਾਗਨੀ ਜਗਤਿ ਰਹੀ ਲਪਟਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-510)

ਮਾਈ ਮਾਇਆ ਛਲੁ ॥ (ਪੰਨਾ-717)

ਮਾਇਆ ਐਸੀ ਮੋਹਨੀ ਭਾਈ ॥ ਜੇਤੇ ਜੀਅ ਤੇਤੇ ਡਹਕਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-1160)

ਇਹ ਠਗਵਾਰੀ ਬਹੁਤੁ ਘਰ ਗਾਲੇ ॥ (ਪੰਨਾ-1347)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਬਾਹਰਲੀ ਕੁਸੰਗਤ ਤੋਂ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਉਪਾਉ ਦੁਆਰਾ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੀ ਮਲੀਨ 'ਰੰਗਤ' ਦੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਧਸ-ਵਸ-ਰਸ ਕੇ ਸਮਾ ਚੁਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਸਾਡੇ ਮਨ ਉਤੇ ਅਨਿਕ ਭਾਂਤ ਦੇ ਵਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤਤਪਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ।

ਪੰਚ ਦੂਤ ਮੁਹਹਿ ਸੰਸਾਰਾ ॥
ਮਨਮੁਖ ਅੰਧੇ ਸੁਧਿ ਨ ਸਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ-113)

ਬਿਖੈ ਬਿਖੈ ਕੀ ਬਾਸਨਾ ਤਜੀਅ ਨਹ ਜਾਈ ॥
ਅਨਿਕ ਜਤਨ ਕਰਿ ਰਾਖੀਐ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਲਪਟਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-855-56)

ਕਿਰਤੁ ਓਨ੍ਾ ਕਾ ਮਿਟਸਿ ਨਾਹਿ ॥
ਓਇ ਅਪਣਾ ਬੀਜਿਆ ਆਪਿ ਖਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-1183)

ਕਬੀਰ ਆਈ ਮੁਝਹਿ ਪਹਿ ਅਨਿਕ ਕਰੇ ਕਰਿ ਭੇਸ ॥ (ਪੰਨਾ-1364)

ਮਾਇਆ ਮਮਤਾ ਕਰਤੈ ਲਾਈ ॥
ਏਹੁ ਹੁਕਮੁ ਕਰਿ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਉਪਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-1261)

ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੇ ਇਹ 'ਦੂਜੇ ਭਾਉ' ਵਾਲੀ ਕੁਦਰਤ ਅਥਵਾ 'ਮਾਇਆ' ਸਾਜੀ ਹੈ ।

ਇਸ ਮਾਇਆ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਅਥਵਾ 'ਕੁਦਰਤ' ਦੇ ਅਪਾਰ ਨਾਟਕ (drama) ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਲਈ 'ਜੀਵ' ਦੇ ਅੰਦਰ 'ਪੰਚ ਤਤ' ਯਾ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ'—ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਹੋਇਆ ।

ਪੰਚ ਪੂਤ ਜਣੇ ਇਕ ਮਾਇ ॥
ਉਤਭੁਜ ਖੇਲੁ ਕਰਿ ਜਗਤ ਵਿਆਇ ॥ (ਪੰਨਾ-865)

ਇਹਨਾਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਵਾਲੀ ਮਾਇਕੀ 'ਕੁਦਰਤ' ਦਾ ਮੋਢੀ ਯਾ 'ਰਾਜਾ' 'ਹਉਮੈਂ' ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਬਾਕੀ ਸਾਰੀਆਂ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਇਸ ਹਉਮੈ ਵਿਚੋਂ ਹੀ ਉਪਜਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹਉਮੈ ਰੋਗਿ ਸਭੁ ਜਗਤੁ ਬਿਆਪਿਆ
ਤਿਨ ਕਉ ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੁਖੁ ਭਾਰੀ ॥ (ਪੰਨਾ-735)

ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਮਾਨੁਖ ਕਉ ਦੀਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-1140)

ਇਹਨਾਂ 'ਪੰਚ ਚੋਰ' ਯਾ 'ਬਿਖਾਦੀ' ਰੂਪ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਵਿਚੋਂ ਕਈ ਹੋਰ ਸੂਖਮ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੇ 'ਤਰੰਗ' ਉਠਦੇ ਹਨ—ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਹਠੀਲੀ ਫੌਜ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਵਡੀ ਕੋਮ ਵਸਿ ਭਾਗਹਿ ਨਾਹੀ ਮੁਹਕਮ ਫਉਜ ਹਠਲੀ ਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-404)

ਪਾਂਚ ਪਚੀਸ ਮੋਹ ਮਦ ਮਤਸਰ ਆਡੀ ਪਰਬਲ ਮਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-1161)

ਲਾਖ ਅਹੇਰੀ ਏਕੁ ਜੀਉ ਕੇਤਾ ਬੰਚਉ ਕਾਲੁ ॥ (ਪੰਨਾ-1367)

ਸਰਵਰ ਪੰਖੀ ਹੇਕੜੋ ਫਾਹੀਵਾਲ ਪਚਾਸ ॥ (ਪੰਨਾ-1384)

ਇਥੇ ਯਾਦ ਰਖਣ ਵਾਲਾ ਜ਼ਰੂਰੀ 'ਨੁਕਤਾ' ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਯਾ ਇਸ ਦੀ 'ਹਠੀਲੀ ਫੌਜ' ਦਾ ਕੋਈ ਅਸਥੂਲ ਸਰੂਪ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਡੇ ਖਿਆਲਾਂ-'ਵਲਵਲਿਆਂ' ਅਤੇ 'ਭਾਵਨਾਵਾਂ' ਉਤੇ ਹੀ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ 'ਰੰਗਤ' ਚਾੜ੍ਹ ਦੇਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਲਈ 'ਖਿਆਲਾਂ'-'ਵਲਵਲਿਆਂ' ਅਤੇ 'ਕਰਮਾਂ' ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਸੂਖਮ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਨੂੰ ਅਸੀਂ—ਮੁੜ-ਮੁੜ ਯਾਦ ਕਰਕੇ, ਅਭਿਆਸ ਕਰਕੇ, ਸੰਗਤ ਕਰਕੇ, ਕਮਾ ਕੇ, ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰਕੇ 'ਪ੍ਰਬਲ' ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ਇਹ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਸਾਡੇ ਮਨ-ਚਿਤ-ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ—

ਧੱਸ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਵੱਸ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਰੱਸ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹਨਾਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੀ 'ਰੰਗਤ' ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਓਤ-ਪੋਤ ਸਮਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਥੋਂ ਤਾਂਈਂ ਕਿ ਇਹ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਸਾਡੇ ਮਾਨਸਿਕ 'ਆਪੇ' ਉਤੇ 'ਕਬਜ਼ਾ' ਕਰ ਲੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੇ 'ਬੈਖਰੀਦ ਗੋਲੇ' ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਇਹ 'ਪੰਜੇ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਸਾਡੇ ਮਨ ਉਤੇ ਮੌਕਾ ਤਾੜ ਕੇ ਆਪੋ-ਆਪਣਾ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਸਾਡੇ ਅਭਿਆਸ ਅਨੁਸਾਰ ਕੋਈ ਇਕ 'ਖਾਸ ਵਾਸ਼ਨਾ' ਸਾਡੇ ਉਤੇ 'ਹਾਵੀ' ਅਥਵਾ 'ਪ੍ਰਬਲ' ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ 'ਖਾਸ ਰੰਗਤ' ਅਨੁਸਾਰ ਅਸੀਂ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ ਚਿਤਵਦੇ ਹਾਂ, ਰੀਝਾਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਵਲਵਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਉਡਾਰੀਆਂ

ਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਵਿਉਂਤਾਂ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਫੈਸਲੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਘਾਲਣਾ ਘਾਲਦੇ ਹਾਂ, ਕਰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਨਤੀਜੇ ਭੁਗਤਦੇ ਹਾਂ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਸਾਡੇ 'ਮਾਇਕੀ ਆਪੇ' ਨੂੰ ਇਸ ਖਾਸ 'ਵਾਸ਼ਨਾ' ਦਾ 'ਭੂਤ' ਚਿਮੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 'ਰੂਪਮਾਨ' ਹੋ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਵਾਸ਼ਨਾ ਅਥਵਾ 'ਕਾਮ'–'ਕ੍ਰੋਧ', 'ਲੋਭ' ਆਦਿ ਦੀ ਕੈਦ ਵਿਚ 'ਜਕੜ' ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚੋਂ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਬਗੈਰ, 'ਛੁਟਕਾਰਾ' ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ।

ਕਰਿ ਕਰਿ ਹਾਰਿਓ ਅਨਿਕ ਬਹੁ ਭਾਤੀ ਛੋਡਹਿ ਕਤਹੂੰ ਨਾਹੀ ॥
ਏਕ ਬਾਤ ਸੁਨਿ ਤਾਕੀ ਓਟਾ ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਟਿ ਜਾਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ–206)

ਸਤਸੰਗਤਿ ਸਿਉ ਮੇਲਾਪੁ ਹੋਇ ਲਿਵ ਕਟੋਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਭਰੀ
ਪੀ ਪੀ ਕਟਹਿ ਬਿਕਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ–553)

ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਸਾਡਾ 'ਮਾਇਕੀ ਆਪਾ' ਇਸ ਖਾਸ ਪ੍ਰਬਲ ਦਾਮਨਿਕ ਵਾਸ਼ਨਾ ਦਾ 'ਸਰੂਪ' ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉਦਾਹਰਣ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ—

ਬੋਤਲ ਵਿਚ ਪਈ 'ਸ਼ਰਾਬ' ਦੀ 'ਹਸਤੀ' ਸਿਰਫ਼ ਰੰਗ–ਬਰੰਗੇ, ਕੌੜੇ ਮਿਲ–ਗੋਭੇ ਘੋਲੂਏ (solution) ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਯਾ ਗਿਆਨ ਭੀ 'ਫੋਕਾ' ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਉਸੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਪੈਗ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸ਼ਰਾਬੀ ਕੋਈ ਅਨੋਖੇ ਸਰੀਰਕ ਤਜਰਬੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਸਰੂਰ, ਮਸਤੀ, ਖੁਸ਼ੀ, ਉਮਾਹ, ਰੁਣ–ਝੁਣ, ਜੋਸ਼, ਚਾਉ ਮਾਣਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸ਼ਰਾਬੀ ਦੇ ਤਨ–ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਫੁੱਟ ਕੇ ਮੱਲੋ–ਮੱਲੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਪੈਗ ਪੀ ਕੇ ਅਥਵਾ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ 'ਸੰਗਤ' ਕਰਕੇ— ਅਸੀਂ ਸ਼ਰਾਬ ਨੂੰ 'ਜੀਵਨ' ਦੇ ਕੇ ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਦੇ ਅਸਰ ਅਥਵਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ 'ਸ਼ਰਾਬੀ' ਦੀ ਹਰ ਇਕ ਹਰਕਤ, ਅਦਾ ,ਬੋਲ, ਤੱਕਣੀ, ਵਤੀਰਾ, ਸੋਚਣੀ, ਫੈਸਲੇ, ਆਦਿ ਵਿਚ 'ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਰੰਗਤ' ਦਾ ਹੀ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ 'ਸ਼ਰਾਬੀ' ਦਾ 'ਮਾਇਕੀ ਆਪਾ' ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ 'ਰੂਪ' ਧਾਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ 'ਸ਼ਰਾਬੀ' ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ—

1. ਸ਼ਰਾਬ ਹੀ ਉਸ ਦਾ 'ਜੀਵਨ'
2. 'ਸਰੂਰ' ਉਸ ਦਾ 'ਜੀਵਨ ਰੂਪ'
3. 'ਸ਼ਰਾਬ' ਅਤੇ 'ਸ਼ਰਾਬੀ' ਇਕੋ ਰੂਪ

ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖ 'ਸ਼ਰਾਬ' ਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਸੇਵਨ ਅਥਵਾ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ 'ਸਰੂਪ' ਧਾਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦੁਆਰਾ ਭੀ ਉਹਨਾਂ

'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਦਾ 'ਸਰੂਪ' ਹੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ, ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਸੂਖਮ ਖਿਆਲ-ਸਰੂਪ ਬਲਹੀਣ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਗਾਤਾਰ ਅਭਿਆਸ ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਨਾਲ ਇਤਨਾ ਪ੍ਰਬਲ ਤੇ 'ਦਾਮਨਿਕ' ਬਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ 'ਦਾਮਨਿਕ ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਦਾ ਸਰੂਪ ਧਾਰ ਲੈਂਦੀਆ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਦਾ ਲਈ ਮਾਇਕੀ ਜੀਵ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਗੁਲਾਮ ਬਣਾਈ ਰਖਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਇਸ ਦਾਮਨਿਕ ਵਾਸ਼ਨਾਵੀ 'ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਦੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਅਤੇ 'ਗੁਲਾਮੀ' ਕਰਦੇ ਹਾਂ ।

ਇਸ ਵਾਸ਼ਨਾ ਦੀ ਗੁਲਾਮੀ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਇਤਨੇ ਜਕੜੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਚੰਗੇਰੇ, ਉਚੇਰੇ, ਸੁਹਣੇਰੇ 'ਖਿਆਲਾਂ' ਅਤੇ 'ਵਲਵਲਿਆਂ' ਵਲ, ਸਾਡਾ ਮਨ ਜਾਂਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਅਸੀਂ 'ਪਰਮਾਰਥ' ਤੋਂ ਹੋਰ ਭੀ ਦੁਰੇਡੇ ਤੇ ਸੱਖਣੇ ਹੁੰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

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

ਮੰਦਾ ਚਿਤਵਤ ਚਿਤਵਤ ਪਚਿਆ
ਜਿਨਿ ਰਚਿਆ ਤਿਨਿ ਦੀਨਾ ਧਾਕੁ ॥ (ਪੰਨਾ-825)

ਜੰਮਣੁ ਮਰਣੁ ਨ ਚੁਕਈ ਰੰਗੁ ਲਗਾ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ॥
ਬੰਧਨਿ ਬੰਧਿ ਭਵਾਈਅਨੁ ਕਰਣਾ ਕਛੂ ਨ ਜਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-1414)

ਕਿਤਨੀ ਦੁਖਦਾਈ ਤੇ ਹਾਸੋਹੀਣੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ 'ਜੋਤ ਸਰੂਪੀ' 'ਮਨ' ਆਪਣੀ ਘੋਰ ਅਗਿਆਨਤਾ ਅਤੇ ਮਾਇਕੀ ਭਰਮ ਭੁਲਾਵੇ ਵਿਚ, ਇਹਨਾਂ ਨੀਵੀਂਆਂ ਦੁਖਦਾਈ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ' ਦਾ 'ਸਰੂਪ' ਹੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਮਨੁ ਮੈਗਲੁ ਸਾਕਤੁ ਦੇਵਾਨਾ ॥
ਬਨ ਖੰਡਿ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਹੈਰਾਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-415)

ਮਨ ਤੂੰ ਗਾਰਬਿ ਅਟਿਆ ਗਾਰਬਿ ਲਦਿਆ ਜਾਹਿ ॥
ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਮੋਹਿਆ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੂਨੀ ਭਵਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-441)

ਤਦੇ ਸਾਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਤਾੜਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ—

ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ ॥
ਮਨ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲਿ ਹੈ ਗੁਰਮਤੀ ਰੰਗੁ ਮਾਣੁ ॥ (ਪੰਨਾ-441)

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਘਰ ਵਿਚ ਜਮ੍ਹਾ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਗੰਦੀ ਰੂੜੀ ਦੀ ਹਵਾੜ ਤੋਂ ਕੋਈ ਬਚਾਉ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ—ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਆਪੂੰ ਸਹੇੜੀ ਅਤੇ ਪਾਲੀ-ਪੋਸੀ ਤਕੜੀ ਕੀਤੀ ਹੋਈ 'ਵਾਸ਼ਨਾ ਸਰੂਪ' ਪ੍ਰਬਲ ਅਤੇ ਦਾਮਨਿਕ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵੀ-ਸ਼ਖਸੀਅਤ'

ਦੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਤੋਂ ਕੋਈ ਬਚਾਉ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਵਾਸ਼ਨਾ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਰਸ-ਵਸ ਕੇ ਸਮਾਈ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਆਪੇ ਨੂੰ 'ਭੂਤ-ਪ੍ਰੇਤ' ਵਾਂਗ, ਦਿਨ-ਰਾਤ ਚਿਮੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਉਤੇ 'ਹਾਵੀ' ਅਥਵਾ ਪ੍ਰਬਲ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ।

ਹਰ ਇਕ ਜੀਵ ਵਿਚ ਰੱਬੀ 'ਜੋਤ' ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਹੈ ।
ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸਗਲੇ ਜੰਤ ॥ (ਪੰਨਾ-284)

ਸਭਨੀ ਘਟੀ ਸਹੁ ਵਸੈ ਸਹ ਬਿਨੁ ਘਟੁ ਨ ਕੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-1412)

ਕਾਇਨਾਤ ਦੇ ਜ਼ੱਰੇ ਜ਼ੱਰੇ ਵਿਚ ਰੱਬੀ 'ਜੋਤ' ਭਰਪੂਰ ਹੈ ।
ਆਪਨ ਸੂਤਿ ਸਭੁ ਜਗਤੁ ਪਰੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-292)

ਸਰਬ ਜੋਤਿ ਤੇਰੀ ਪਸਰਿ ਰਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ-876)

ਪਸਰੀ ਕਿਰਣਿ ਜੋਤਿ ਉਜਿਆਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ-1033)

'ਰੱਬੀ ਜੋਤ' ਵਿਚ 'ਪਿਆਰ ਦੀ ਅੰਸ਼' ਹੈ—ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਹਰ ਸ਼ੈ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਵਲ 'ਖਿੱਚੀ' ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ । ਇਸ 'ਆਤਮਿਕ ਖਿੱਚ' ਨੂੰ ਪਿਆਰ, ਪ੍ਰੇਮ, ਪ੍ਰੀਤ, ਨੇਹੁ ਆਦਿ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਸ 'ਆਤਮਿਕ ਖਿੱਚ' ਨੂੰ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਭੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ—ਜਿਸ ਦੇ ਅਸੂਲ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਕੋ ਮਾਨਸਿਕ 'ਸਤਹ' ਅਥਵਾ ਸੁਭਾਉ ਵਾਲੇ ਜੀਵ, ਇਕ-ਦੂਜੇ ਵਲ ਖਿੱਚੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੇ ਮਾਨਸਿਕ 'ਦਾਇਰੇ' ਵਿਚ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਵਰਤ-ਵਰਤਾਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ।

Like attracts like.

ਇਹ ਅਸੂਲ ਸਿਰਫ਼ 'ਜੀਵਾਂ' ਤੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਘਟਦਾ, ਬਲਕਿ ਕੁਦਰਤ ਦੇ 'ਮਾਦਾ' ਅਤੇ 'ਤੱਤਾਂ' ਵਿਚਕਾਰ ਭੀ ਇਹੋ ਅਸੂਲ ਵਰਤਦਾ ਹੈ ।

ਜੇਕਰ ਜਲੰਧਰ ਰੇਡੀਓ ਸਟੇਸ਼ਨ ਤੋਂ 343 ਮੀਟਰ ਉਤੇ ਆਵਾਜ਼ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ (broadcast) ਹੁੰਦੀ ਹੈ—ਤਾਂ ਉਹ ਆਵਾਜ਼ ਉਸੇ ਮੀਟਰ ਦੀ ਵੇਵਲੈਂਥ ਉਤੇ ਹਰ ਰੇਡੀਓ ਦੁਆਰਾ 'ਪਕੜੀ' ਅਥਵਾ 'ਸੁਣੀ' ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ । ਜਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਆਵਾਜ਼ ਵਰਗੇ ਸੂਖਮ 'ਤੱਤ' ਦਾ ਭੀ ਆਪਣੀ ਹੀ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਸਤਹ ਤੇ ਹੀ 'ਮੇਲ' ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਇਹੀ ਅਸੂਲ ਪਸ਼ੂ-ਪੰਛੀਆਂ-ਇਨਸਾਨਾਂ ਉਤੇ ਭੀ ਘਟਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੇ ਆਪੋ-ਆਪਣੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੀਆਂ ਟੋਲੀਆਂ ਵਿਚ 'ਮੇਲ-ਜੋਲ', 'ਸੰਗ' ਅਥਵਾ 'ਸੰਗਤ' ਕਰਦੇ ਹਨ ।

ਇਸ ਨੁਕਤੇ ਬਾਬਤ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਸਥਾਰ ਸਹਿਤ ਨਿਰਣਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁਕਿਆ ਹੈ ਕਿ—

'ਸੰਗਤ' ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,

ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ 'ਸੰਗਤ' ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਲਾਭ,

ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਦੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਨਤੀਜੇ ।

ਇਹ ਸਾਰੀ ਵਿਚਾਰ 'ਮੇਲ-ਜੋਲ', 'ਸੰਗ', 'ਸਤਸੰਗਤ', 'ਕੁਸੰਗਤ' ਬਾਬਤ 'ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਸ਼ਖਸੀ ਸਤਹ' ਤੇ ਹੀ ਹੈ ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਾਡੇ ਅੰਤ੍ਰਗਤ 'ਮਾਨਸਿਕ ਸਤਹ' ਤੇ ਭੀ 'ਮੇਲ-ਜੋਲ', 'ਚਿਤਵਨੀ', 'ਸੰਗਤ' ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਭੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ । ਐਸੀ ਮਾਨਸਿਕ 'ਸੰਗਤ' ਯਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਦਰਜੇ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬੜੀ 'ਪ੍ਰਬਲ' ਹੁੰਦੀ ਹੈ — ਜਿਸ ਦਾ ਅਸਰ ਯਾ ਨਤੀਜਾ ਭੀ ਤੀਖਣ ਅਤੇ ਤੀਬਰ (intense and serious) ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਹਰਲੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਤੋਂ ਤਾਂ ਕੋਈ ਬਚਾਉ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ — ਪਰ ਅੰਦਰਲੇ ਗੁੱਝੇ ਭੇਤੀ ਦੁਸ਼ਮਣ ਤੋਂ ਕੋਈ ਬਚਾਓ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ, ਜਿਸ ਦੀ 'ਗੁੱਝੀ ਮਾਰ' ਦਾ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ । ਇਸ ਲਈ ਅੰਦਰਲੇ 'ਬੁੱਕਲ ਵਿਚ ਬੈਠੇ' ਵੈਰੀ ਦੇ ਵਾਰ ਤੋਂ 'ਬਚਾਓ' ਭੀ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਵਾਰ ਭੀ ਅਤਿਅੰਤ ਡੂੰਘਾ ਅਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਅਸੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਅੰਦਰ ਦੋ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ 'ਸੂਚੀਆਂ' ਬਣਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ —

1. ਪਿਆਰ ਵਾਲੀਆਂ ਅਥਵਾ ਗੁਰਮੁਖ ਹਸਤੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ :— ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰਕੇ ਅਥਵਾ ਖਿਆਲਾਂ ਅਤੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਦੁਆਰਾ 'ਮੇਲ' ਯਾ 'ਸਤਸੰਗ' ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਮਨ ਅਤੇ ਅੰਤ੍ਰ-ਆਤਮੇ ਵਿਚ ਖੁਸ਼ੀ, ਸ਼ਾਂਤੀ, ਹੁਲਾਸ, ਸਿਦਕ, ਸ਼ਰਧਾ, ਭਰੋਸਾ, ਪਿਆਰ, ਖਿੱਚ, ਹਰਿ ਰਸ, ਹਰਿ ਰੰਗ, ਪ੍ਰਿਮ ਰਸ, ਹਮਦਰਦੀ, ਦਇਆ, ਖਿਮਾ, ਸਤਿਕਾਰ, ਪਰਉਪਕਾਰ, ਵਿਗਾਸ ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਦੈਵੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਉਪਜਦੀਆਂ ਹਨ ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਐਸੇ ਉਤਮ 'ਮੇਲ' ਯਾ 'ਸਤਸੰਗਤ' ਨੂੰ ਇਉਂ ਬਿਆਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ —

ਜਿਨ ਡਿਠਿਆ ਮਨੁ ਰਹਸੀਐ ਕਿਉ ਪਾਈਐ ਤਿਨ੍ ਸੰਗੁ ਜੀਉ ॥
ਸੰਤ ਸਜਨ ਮਨ ਮਿਤ੍ਰ ਸੇ ਲਾਇਨਿ ਪ੍ਰਭ ਸਿਉ ਰੰਗੁ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ-760)

ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਜੋ ਮਿਲੈ ਮਿਲਿਆ ਕਹੀਐ ਸੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-791)

ਰਾਮ ਮੋ ਕਉ ਹਰਿ ਜਨ ਮੇਲਿ ਮਨਿ ਭਾਵੈ ॥
ਅਮਿਉ ਅਮਿਉ ਹਰਿ ਰਸੁ ਹੈ ਮੀਠਾ ਮਿਲਿ ਸੰਤ ਜਨਾ ਮੁਖਿ ਪਾਵੈ ॥
(ਪੰਨਾ-881)

ਕੁਰਬਾਣੀ ਤਿਨਾਂ ਗੁਰਸਿਖਾਂ ਮਨਿ ਮੇਲੀ ਕਰਿ ਮੇਲਿ ਮਿਲੰਦੇ ।
(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 12/2)

ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਨੀ ਵਿਚ 'ਸਤਸੰਗ'–'ਸਾਧ ਸੰਗਤ'–'ਸੱਚੀ ਸੰਗਤ' ਆਦਿ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ।

ਇਹ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ਸਿਰਫ਼ 'ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਮਾਨਸਿਕ ਸਤਹ ਉਤੇ ਖਿਆਲਾਂ ਅਤੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਨਾਲ ਚੇਤੇ ਕਰਕੇ ਕਥਾ, ਕੀਰਤਨ ਅਤੇ 'ਯਾਦਾਂ' ਦੁਆਰਾ ਭੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਐਸੀ ਉਚੀ ਦੈਵੀ 'ਸਤ ਸੰਗਤ' ਕਰਕੇ ਮਨ—

ਕਿਸੇ ਚਾਉ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ
ਕਿਸੇ ਉਮਾਹ ਵਿਚ ਉਮਕਦਾ ਹੈ
ਪਿਆਰ ਦੇ ਤੁਣਕੇ ਵੱਜਦੇ ਹਨ
ਪ੍ਰੇਮ–ਸਵੈਪਨਾ ਦੇ ਹੰਡੋਲੇ ਮਾਣਦਾ ਹੈ
ਪ੍ਰੀਤ–ਵਲਵਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਉਡਾਰੀਆਂ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਪ੍ਰੇਮ–ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
'ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ' ਵਿਚ ਮੋਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
'ਪ੍ਰਿਮ–ਰਸ' ਵਿਚ ਵਿਸਮਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
'ਆਤਮ ਪਿਆਰ' ਦੀ 'ਖਿੱਚ' ਖਾਂਦਾ ਹੈ
'ਪ੍ਰੇਮ–ਪਿਆਰ' ਦੀ 'ਖੁਮਾਰੀ' ਚੜ੍ਹਦੀ ਹੈ
'ਆਤਮ ਛੋਹ' ਦੀ 'ਕੰਬਣੀ' ਛਿੜਦੀ ਹੈ
'ਚੁਪ–ਪ੍ਰੀਤ' ਦੇ ਸੌਦੇ ਕਰਦਾ ਹੈ
'ਆਤਮ ਰੰਗ' ਦਾ ਵਣਜ ਕਰਦਾ ਹੈ
'ਮਹਾਂ ਰਸ' ਦੀ ਲੇਵਾ–ਦੇਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਨਉ ਨਿਧਿ 'ਨਾਮ' ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਆਪਣੇ ਮਲੀਨ ਮਨ ਦੁਆਰਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਕੇ 'ਹੋਰਨਾਂ' ਨਾਲ—ਰੋਸੇ –ਗਿਲੇ, ਈਰਖਾ–ਦਵੈਤ, ਨਿੰਦਾ–ਚੁਗਲੀ, ਵੈਰ–ਵਿਰੋਧ, ਘਿਰਨਾ, ਕੁਲਝਣਾ, ਝਗੜੇ ਆਦਿ ਸਹੇੜ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨ–ਚਿਤ–ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਘਿਰਨਾ ਵਾਲਿਆਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ 'ਕਾਲੀ ਸੂਚੀ' ਬਣਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ।

ਜੇਕਰ ਇਹ 'ਕਾਲੀ ਸੂਚੀ' ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਸਾਥੋਂ ਦੂਰ ਭੀ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਭੀ ਸਾਡਾ ਵਿਹਲਾ ਮਲੀਨ ਮਨ ਇਸ 'ਕਾਲੀ ਸੂਚੀ' ਦੀ 'ਮਿਸਲ' ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਤਹ ਤੇ ਉਸ ਉਤੇ ਆਪਣੀ ਘਿਰਨਾ ਵਾਲੀ ਟੀਕਾ–ਟਿੱਪਣੀ ਦੀ ਜ਼ਹਿਰ ਘੋਟਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਸ ਦੀ ਗੈਰ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿਚ ਭੀ ਉਸ ਨੂੰ ਈਰਖਾ–ਦਵੈਤ–ਘਿਰਨਾ ਨਾਲ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨ–ਚਿਤ–ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਨੂੰ ਸਾੜੀ–ਬਾਲੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਭੀ ਕੋਈ 'ਕਾਲੀ ਸੂਚੀ' ਵਾਲੀ ਹਸਤੀ ਚੇਤੇ ਆ ਜਾਵੇ, ਯਾ ਹੋਰ

ਕੋਈ ਚੇਤੇ ਕਰਾ ਦੇਵੇ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਿਤਨਾ ਚਿਰ ਹੀ ਇਸ ਕੁਸੰਗਤ ਕਾਰਣ ਉਸ ਪ੍ਤੀ ਘਿਰਨਾ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਭਾਂਬੜ ਵਿਚ ਸੜਦੇ-ਬਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਐਸੀ ਘਿਰਨਾ ਯਾ ਐਲਰਜੀ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਵਿਚ ਸੜਦੇ-ਬਲਦੇ ਹੋਏ ਭੀ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਲੀਨ ਅਤੇ ਅਤਿ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਅੰਦਰਲੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਦੀ ਗੁੱਝੀ ਜ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਬਲਕਿ ਏਗਜ਼ੀਮਾ (aczema) ਦੀ ਖੁਰਕ ਵਾਂਗ, ਇਸ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਮਾਨਸਿਕ 'ਖੁਰਕ' ਵਿਚ ਬੜਾ ਸੁਆਦ ਮਾਣਦੇ ਹਾਂ !!

ਜੇਕਰ 'ਕਾਲੀ ਸੂਚੀ' ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਕੋਈ 'ਨਿੰਦਾ-ਚੁਗਲੀ' ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਨਿੰਦਾ ਬੜੀ ਸੁਆਦਲੀ ਲਗਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਹੋਰ ਅਉਗੁਣ ਸੁਣਨ ਲਈ ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਨ ਲਈ ਬੜੇ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਦ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇ ਆਪਣੇ ਵਲੋਂ ਭੀ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ 'ਚੁਆਤੀ' ਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ 'ਨਿੰਦਾ' ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ 'ਭੱਠ' ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਵਿਚ ਆਪੇ ਸੜਦੇ -ਬਲਦੇ-ਭੁੱਜਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਐਸੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਇਉਂ ਨਿਖੇਧੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ—

ਨਿੰਦਕੁ ਸੋ ਜੋ ਨਿੰਦਾ ਹੋਰੈ ॥ (ਪੰਨਾ-339)

ਨਿੰਦਕੁ ਨਿੰਦਾ ਕਰਿ ਮਲੁ ਧੋਵੈ ਓਹੁ ਮਲਭਖੁ ਮਾਇਆਧਾਰੀ ॥ (ਪੰਨਾ-507)

ਮੁਹ ਕਾਲੇ ਤਿਨਾ ਨਿੰਦਕਾ ਤਿਤੁ ਸਚੈ ਦਰਬਾਰਿ ॥ (ਪੰਨਾ-649)

ਨਿੰਦਕ ਕੀ ਗਤਿ ਕਤਹੂੰ ਨਾਹੀ ਖਸਮੈ ਏਵੈ ਭਾਣਾ ॥ (ਪੰਨਾ-381)

ਨਿੰਦਾ ਭਲੀ ਕਿਸੈ ਕੀ ਨਾਹੀ ਮਨਮੁਖ ਮੁਗਧ ਕਰੰਨਿ ॥
ਮੁਹ ਕਾਲੇ ਤਿਨ ਨਿੰਦਕਾ ਨਰਕੇ ਘੋਰਿ ਪਵੰਨਿ ॥ (ਪੰਨਾ-755)

ਜੇਕਰ ਆਪਣੇ ਵਿਹੜੇ ਵਿਚ ਗੰਦਗੀ ਦੀ 'ਰੂੜੀ' ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਢਕ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਭੀ ਗੰਦਗੀ ਦੀ 'ਹਵਾੜ' ਕਦੇ ਨਾਂ ਕਦੇ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਸਾਰਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਅਣਸੁਖਾਵਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਮਲੀਨ ਖਿਆਲਾਂ ਅਤੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਮੁੜ ਚੇਤੇ ਕਰਕੇ, ਅਭਿਆਸ ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਦੁਆਰਾ, ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਰੰਗਤ ਨੂੰ ਮਨ-ਚਿਤ- ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ।ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ਮਲੀਨ ਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਖਿਆਲਾਂ ਨੂੰ ਘੋਟ ਘੋਟ ਕੇ ਪ੍ਬਲ ਅਤੇ ਦਾਮਨਿਕ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ।ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਲੀਨ ਖਿਆਲਾਂ ਦੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਅਭਿਆਸ ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਨਾਲ ਇਹ 'ਮਾਨਸਿਕ ਮਲੀਨਤਾ' ਦੀ ਬਦਬੋ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਧਸ-ਵਸ-ਰਸ ਕੇ ਸਾਡੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਹੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਘੜੀ ਹੋਈ 'ਮਲੀਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਉਚੇਰੀ-ਚੰਗੇਰੀ-ਸੁਹਣੇਰੀ 'ਭਾਵਨਾ' ਉਪਜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ ।ਐਸੀ 'ਮਲੀਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਵਿਚੋਂ ਤਾਂ ਨੀਵੇਂ ਮਲੀਨ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ

ਖਿਆਲ ਅਤੇ ਵਲਵਲੇ ਹੀ ਉਪਜਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਅਤਿ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਜੇਕਰ ਆਪੂੰ ਬਣਾਈ 'ਕਾਲੀ ਸੂਚੀ' ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ—

ਹਾਜ਼ਰ ਯਾ ਗੈਰ ਹਾਜ਼ਰ
ਨੇੜੇ ਯਾ ਦੂਰ
ਜੀਉਂਦੀ ਯਾ ਮੋਈ

ਹਸਤੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਕੇ—

ਨੁਕਤਾਚੀਨੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
ਅਉਗੁਣ ਛਾਂਟਦੇ ਹਾਂ
ਛਿਦਰ ਫੋਲਦੇ ਹਾਂ
ਦਵੈਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
ਨਿੰਦਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
ਘਿਰਨਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
ਬੁਰਾ ਲੋਚਦੇ ਹਾਂ
ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਉਪਜਦੀ ਹੈ

ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨਾਲ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਜੇਕਰ, ਐਸੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਦਿਆਂ ਉਸ ਹਸਤੀ ਬਾਬਤ—

ਨੱਕ ਚਾੜ੍ਹਦੇ ਹਾਂ
ਮੱਥੇ ਵੱਟ ਪਾਂਦੇ ਹਾਂ
ਸੜਦੇ-ਬਲਦੇ ਹਾਂ
ਜ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਉਬਲਦੇ ਹਾਂ
ਸਣ-ਕਪੜੀਂ ਅੱਗ ਲਗਦੀ ਹੈ
ਨਿੰਦਾ ਸੁਣ ਕੇ ਸੁਆਦ ਮਾਣਦੇ ਹਾਂ
ਦੁਖੀ ਦੇਖ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ
ਨੁਕਸਾਨ ਵੇਖ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ
ਤਰੱਕੀ ਦੇਖ ਕੇ ਸੜਦੇ ਹਾਂ
ਵਡਿਆਈ ਨਹੀਂ ਸੁਣ ਸਕਦੇ
ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਭੀ ਆਪਣੀ ਮੈਲੀ ਰੰਗਤ ਚਾੜ੍ਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ,

ਤਾਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਸਬੂਤ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਮਨ ਅਤਿ ਮਲੀਨ ਹੋ ਚੁਕਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਆਪੂੰ ਲਾਏ ਹੋਏ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਭਾਂਬੜ ਵਿਚ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਆਪ ਹੀ ਜਲੀ-ਬਲੀ- ਸੜੀ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲਾਂ, ਵਲਵਲਿਆਂ ਅਤੇ ਰੁਚੀਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਅਮੋਲਕ

ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮਲੀਨ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਫੈਲਾ ਰਹੇ ਹਾਂ ।

ਜਉ ਦੇਖੈ ਛਿਦ੍ਰੁ ਤਉ ਨਿੰਦਕੁ ਉਮਾਹੈ ਭਲੋ ਦੇਖਿ ਦੁਖ ਭਰੀਐ ॥
ਆਠ ਪਹਰ ਚਿਤਵੈ ਨਹੀ ਪਹੁਚੈ ਬੁਰਾ ਚਿਤਵਤ ਚਿਤਵਤ ਮਰੀਐ ॥ (ਪੰਨਾ–823)

ਨਿੰਦਕ ਦੁਸਟ ਵਡਿਆਈ ਵੇਖਿ ਨ ਸਕਨਿ
ਓਨ੍ਹਾ ਪਰਾਇਆ ਭਲਾ ਨ ਸੁਖਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ–850)

ਐਸੀ ਨਿੱਘਰੀ ਹੋਈ ਮਲੀਨ ਮਾਨਸਿਕ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਜੋ ਭੀ ਕਰਮ–ਕਾਂਡ, ਪਾਠ–ਪੂਜਾ, ਧਾਰਮਿਕ ਸਾਧਨਾ ਅਤੇ ਪਰਮਾਰਥ ਦੇ ਕਰਮ–ਕ੍ਰਿਆ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਸਭ ਬਿਰਥਾ ਅਤੇ ਨਿਹਫਲ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

ਮਨਿ ਮੈਲੈ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਵਈ ਨਾਮੁ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ–39)

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

ਹਉ ਹਉ ਕਰਤੇ ਕਰਮ ਰਤ ਤਾ ਕੋ ਭਾਰੁ ਅਫਾਰ ॥
ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਹੀ ਜਉ ਨਾਮ ਸਿਉ ਤਉ ਏਊ ਕਰਮ ਬਿਕਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ–252)

ਜੇਤੇ ਜਤਨ ਕਰਤ ਤੇ ਡੂਬੇ ਭਵ ਸਾਗਰੁ ਨਹੀ ਤਾਰਿਓ ਰੇ ॥
ਕਰਮ ਧਰਮ ਕਰਤੇ ਬਹੁ ਸੰਜਮ ਅਹੰਬੁਧਿ ਮਨੁ ਜਾਰਿਓ ਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ–335)

ਤੀਰਥ ਨਾਇ ਨ ਉਤਰਸਿ ਮੈਲੁ ॥
ਕਰਮ ਧਰਮ ਸਭਿ ਹਉਮੈ ਫੈਲੁ ॥ (ਪੰਨਾ–890)

ਮਨਮੁਖ ਚੰਚਲ ਮਤਿ ਹੈ ਅੰਤਰਿ ਬਹੁਤੁ ਚਤੁਰਾਈ ॥
ਕੀਤਾ ਕਰਤਿਆ ਬਿਰਥਾ ਗਇਆ ਇਕੁ ਤਿਲੁ ਥਾਇ ਨ ਪਾਈ ॥
(ਪੰਨਾ–1414)

ਕਰਮ ਧਰਮ ਸੁਚਿ ਸੰਜਮੁ ਕਰਹਿ ਅੰਤਰਿ ਲੋਭੁ ਵਿਕਾਰ ॥
ਨਾਨਕ ਮਨਮੁਖਿ ਜਿ ਕਮਾਵੈ ਸੁ ਥਾਇ ਨ ਪਵੈ
ਦਰਗਹ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ–1423)

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਪੂੰ ਘੜੇ ਮਲੀਨ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ 'ਭਵਜਲ' ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਇਕੋ–ਇਕ ਸਾਧਨ 'ਸਤ ਸੰਗਤ' ਅਥਵਾ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ਹੀ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ —

ਮਿਲਿ ਸਤਸੰਗਤਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ
ਜਗੁ ਭਉਜਲੁ ਦੁਤਰੁ ਤਰੀਐ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ–95)

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਉਨਿ ਭਉਜਲੁ ਤਰਿਆ

ਸਗਲ ਦੂਤ ਉਨਿ ਸਾਧੇ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ–102)

ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਤਰੀਜੈ ਸਾਗਰੁ ਕਟੀਐ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸਾ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ–108)

ਦੁਤਰੁ ਤਰੇ ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥ (ਪੰਨਾ–185)

ਤਾਰੀਲੇ ਭਵਜਲੁ ਤਾਰੂ ਬਿਖੜਾ ਬੋਹਿਥ ਸਾਧੂ ਸੰਗਾ ॥ (ਪੰਨਾ–208)

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਕੈ ਅੰਚਲਿ ਲਾਵਹੁ ਬਿਖਮ ਨਦੀ ਜਾਇ ਤਰਣੀ ॥ (ਪੰਨਾ–702)

ਉਪਰਲੀ ਵਿਚਾਰ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਨਿਚੋੜ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ—

1. ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬਾਹਰਮੁਖੀ, ਠੁੱਲੀ ਬਿਰਤੀ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿਰਫ਼ ਬਾਹਰਲੇ ਸਰੀਰਕ 'ਮੇਲ' ਨੂੰ ਹੀ 'ਸੰਗਤ' ਯਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਸਮਝੀ ਬੈਠੇ ਹਾਂ—ਜਿਸ ਦਾ ਅਸਰ ਓਪਰਾ ਜਿਹਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਛੇਤੀ ਹੀ ਲਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਯਾ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

2. ਸਾਡੇ ਮਨ, ਚਿਤ, ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੀ ਸੂਖਮ ਸਤਹ ਉਤੇ ਖਿਆਲਾਂ, ਵਲਵਲਿਆਂ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਅਤਿਅੰਤ ਗੁੱਝਾ, ਡੂੰਘਾ, ਤੀਬਰ, ਤੀਖਣ, ਪ੍ਰਬਲ, ਦਾਮਨਿਕ, ਅਮਿਟਵਾਂ, ਅਤਿ ਸੂਖਮ 'ਅਸਰ' ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ । ਸਹਜੇ-ਸਹਜੇ, ਅਣਜਾਣੇ ਹੀ ਇਹ ਸੂਖਮ ਗੁੱਝਾ ਦਾਮਨਿਕ ਅਸਰ ਸਾਡਾ ਸਮੁੱਚਾ 'ਜੀਵਨ' ਅਥਵਾ 'ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਹੀ 'ਬਦਲ' ਦਿੰਦਾ ਹੈ । ਐਸੀ ਸੂਖਮ ਦਾਮਨਿਕ ਆਪੂੰ ਘੜੀ 'ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਨੂੰ ਮੁੜ-ਬਦਲਣਾ ਅਤਿ ਕਠਿਨ ਯਾ ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੈ ।

3. ਆਮ ਜਨਤਾ ਦੇ ਸਮਝ ਗੋਚਰੇ ਲਈ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ਅਤੇ ਕੁਸੰਗਤ ਦੇ 'ਲਛਣਾਂ' ਦਾ 'ਨਿਰਣਾ' ਇਉਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ—

ਸੂਖਮ 'ਸਤਸੰਗਤ' ਦੇ ਲੱਛਣ		'ਕੁਸੰਗਤ' ਦੇ ਲੱਛਣ
ਆਤਮਿਕ ਗਿਆਨ ਹੈ	—	ਮਾਇਕੀ ਭਰਮ-ਭੁਲੇਖੇ ਹਨ
ਤੂੰ-ਤੇਰੀ ਹੈ	—	ਮੈਂ-ਮੇਰੀ ਹੈ
ਸ਼ੁਕਰ ਹੈ	—	ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਹੈ
ਪਿਆਰ	—	ਘਿਰਨਾ
ਰਵਾਦਾਰੀ	—	ਈਰਖਾ-ਦਵੈਤ
ਮਿਲਵਰਤਣ	—	ਵੈਰ-ਵਿਰੋਧ
ਆਪਾ ਵਾਰਨਾ	—	ਖ਼ੁਦਗਰਜ਼ੀ
ਨਾਮ-ਬਾਣੀ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ	—	ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਗਲਤਾਨ
'ਸੁਖ ਰੈਣ ਵਿਹਾਣੀ'	—	ਦੁਖ-ਕਲੇਸ਼ ਦੀ ਕਲਪਨਾ
ਪ੍ਰੇਮ ਸਵੈਪਨਾ	—	ਮਾਇਕੀ ਕੁਲਝਣਾ
ਪ੍ਰੇਮ-ਖਿੱਚ ਹੈ	—	ਖਿੱਚੋਤਾਣ ਹੈ
ਹੁਕਮ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ	—	ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ ਹੋਣਾ

ਨਿਮਰਤਾ	—	ਅਹੰਕਾਰ
ਨਿਰਮਲਤਾ	—	ਮੈਲ
ਆਤਮਿਕ ਖੁਸ਼ਬੋ	—	ਮਾਇਕੀ ਸੜ੍ਹਿਹਾਂਦ ।

ਇਸ ਬਿਉਰੇ ਤੋਂ ਜਗਿਆਸੂ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਨਿਰਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਨ 'ਦੈਵੀ' ਖਿਆਲਾਂ ਅਤੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਨਾਲ 'ਸਤ ਸੰਗਤ' ਯਾ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ਕਰਦਾ ਹੈ, ਯਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਦਾ ਹੈ ।

ਇਸ 'ਨਿਰਣੇ' ਦੁਆਰਾ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ 'ਜੀਵਨ' ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਆਤਮਿਕ ਸੇਧ ਦੇ ਕੇ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸਕਾਰਥ ਤੇ ਸਫਲ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ।

ਚਲਦਾ..............