

## ਭਾਗ-11

‘ਸਿਮਰਨ’ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਦੇ ਸੰਖੇਪ ਤੌਰ ਤੇ ਦੋ ਪੱਖ ਹਨ—

1. ਬਾਹਰਮੁਖੀ-ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਕ੍ਰਿਆ ।
2. ਅੰਤ੍ਰਮੁਖੀ — ਆਤਮਿਕ ਨਿਜੀ ਤਜਰਬਾ ਅਥਵਾ ‘ਅਨੁਭਵੀਪ੍ਰਕਾਸ਼’ ।

ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਦੀ ਬਾਬਤ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਚੁਕੀ ਹੈ । ਕੁਝ ਹੋਰ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਪੱਖਾਂ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਦੀ ਬਾਬਤ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ —

ਧਰਤੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਪਾਣੀ ਹੈ । ਇਸ ਹੇਠਲੇ ਨਿਰਮਲ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ । ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਧਰਤੀ ਵਿਚ ਬੋਰਿੰਗ (boring) ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ । ਜਦ ਹੇਠਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਤਹਿ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀਤੇ ‘ਬੋਰ’ ਵਿਚ ਨਲਕੇ ਦੀ ਪਾਈਪ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਹੇਠਲਾ ਪਾਣੀ ਉਪਰ ਚੜ੍ਹ ਆਉਂਦਾ ਹੈ । ਪਰ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਅਤੇ ਚਲਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਬੋਰੀ ਪਾ ਕੇ ਨਲਕਾ ਗੇੜਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ । ਨਵਾਂ ਬੋਰ ਕਰਨ ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ-2 ਵਿਚ ਨਲਕਾ ਗੇੜਨ ਤੇ ਵੀ ਪਾਣੀ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਨਲਕੇ ਦੀ ਪਾਈਪ ਵਿਚ ‘ਹਵਾ’ ਭਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਚਿਰ ਨਲਕੇ ਵਿਚੋਂ ‘ਹਵਾ’ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦੀ, ਹੇਠਲਾ ਪਾਣੀ ਉਪਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਖਿਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ । ਨਲਕੇ ਵਿਚਲੀ ‘ਹਵਾ’ ਨੂੰ ਕੱਢਕੇ ਪਾਣੀ ਚਲਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਪਾਣੀ ਪਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਿਉਂ-2 ਅਸੀਂ ਨਲਕਾ ਗੇੜਦੇ ਹਾਂ, ‘ਹਵਾ’ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਲਗਾਤਾਰ ਚੱਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ।

ਠੀਕ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਰਮਾਰਥ ਵਿਚ ਵੀ ਅਸੀਂ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਦੁਆਰਾ ਅੰਤ੍ਰਮੁਖੀ ਬੋਰਿੰਗ ਕਰਦੇ ਹਾਂ । ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਇਹ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਘਾਲਣਾ ਸਾਡੀ ਸੁਰਤੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਂਦ ਤਕ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ‘ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ’ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ । ਇਸ ਦਾ ਕਾਰਣ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਤਹਿ ਵਿਚ ਨਲਕੇ ਵਿਚਲੀ ‘ਹਵਾ’ ਵਾਂਗ ‘ਹਉਮੈ’ ਦੀ ਅੰਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ —

ਮੈਂ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਾ ਹਾਂ  
ਮੇਰਾ ਸਿਮਰਨ ਚਲਦਾ ਹੈ  
ਮੇਰੀ ਅਵਸਥਾ ਉੱਚੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ

L120.1

## SIMRAN 11

*O divine beings, detach yourself from worldly wisdom  
And immerse yourself in God's meditation*

Briefly the action of simran has two aspects:

1. External - physical and mental action.
2. Internal - Spiritual personal experience.

The act of physical and mental simran has been discussed in detail. The connection between the two aspects is discussed in detail. The connection between the two aspects is discussed below with more examples.

Under the earth there is water. We take out this underground pure water to fulfill our needs. To take out this water we have to bore the earth. When the layer of water is reached, the water comes up through a pipe which has been inserted through the boring. But to bring out the water and to get it to flow, we have to put in the water and work the hand pump. In a newly made bore the water does not come out because there is air in the pipe. Until this air comes out, the underground water cannot be sucked up. We have to take out this air and put in water from outside. We keep on working at the hand pump until the air comes out and a continuous flow of water starts.

Exactly in the same way we do internal boring with simran to achieve our religious aim. The external effort through simran can take our attention to a certain limited height: it cannot reach the spiritual sphere.

This is so because within the folds of our simran activity, just like the pipe having air, there is the constituent of ego, such as -

I am meditating  
My simran is working  
My level (spiritual) is high already

11.1

ਮੈਂ ਭਲਾ-ਭਲੇਰਾ ਜਾਂ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਬਣ ਜਾਵਾਂਗਾ  
ਮੇਰੀ ਉਪਮਾ ਹੋਵੇਗੀ  
ਲੋਕ ਪੈਰੀਂ ਪੈਣਗੇ  
ਮੈਂ ਮੁਕਤੀ ਪਾ ਲਵਾਂਗਾ

ਆਦਿ !

ਹਉਮੈ ਦੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ 'ਭਾਵਨਾਵਾਂ', ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਿਆਂ ਵੀ, ਸਾਡਾ ਪਿੱਛਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੀਆਂ ।

ਹਉਮੈ ਦਾ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਤੇ ਇਲਾਹੀ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਉਲਟ ਤੇ ਮੁਤਜ਼ਾਦ ਹਨ ।

ਹਉਮੈ ਨਾਵੇ ਨਾਲਿ ਵਿਰੋਧੁ ਹੈ ਦੁਇ ਨ ਵਸਹਿ ਇਕ ਠਾਇ ॥  
(ਪੰਨਾ-੫੬੦)

ਕਿਉਂਕਿ—

ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਵਈ ਹੁਕਮੁ ਨ ਬੁਝਿਆ ਜਾਇ ॥  
ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਜੀਉ ਬੰਧੁ ਹੈ ਨਾਮੁ ਨ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥  
(ਪੰਨਾ-੫੬੦)

‘ਸਿਮਰਨ’ ਅਥਵਾ ‘ਇਲਾਹੀ ਯਾਦ’ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਦੈਵੀ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਖੇਡ ਹੈ — ਜੋ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ‘ਦਾਤ’ ਹੈ । ਇਸ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਹਉਂ-ਧਾਰੀ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਦਖਲ ਅਥਵਾ ਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਤਾਂ ‘ਗੁਰਪ੍ਰਸਾਦਿ’ ਹੈ । ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਜਾਂ ਨਦਰ ਕਰਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਹ ਆਤਮਿਕ ਦਾਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ।

ਦਾਤੈ ਦਾਤਿ ਰਖੀ ਹਥਿ ਅਪਣੈ ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਦੇਈ ॥  
(ਪੰਨਾ-੬੦੪)

ਜੋਰੁ ਨ ਮੰਗਣਿ ਦੇਣਿ ਨ ਜੋਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੭)

ਆਪਣਾ ਲਾਇਆ ਪਿਰਮੁ ਨ ਲਗਈ ਜੇ ਲੋਚੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥  
ਏਹੁ ਪਿਰਮੁ ਪਿਆਲਾ ਖਸਮ ਕਾ ਜੈ ਭਾਵੈ ਤੈ ਦੇਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੭੮)  
ਦੇਵਣ ਵਾਲੇ ਕੈ ਹਥਿ ਦਾਤਿ ਹੈ ਗੁਰੂ ਦੁਆਰੈ ਪਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੩੩)

ਇਸ ਇਲਾਹੀ ‘ਦਾਤ’ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਸਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ‘ਹਉਮੈ ਰੂਪੀ ਹਵਾ’ ਦਾ ਭਰਮ ਭੁਲਾਵਾ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਜਾਂ ਮਨ ਉਤੋਂ ਮਾਨਸਿਕ ਮੈਲ ਲੱਥ ਜਾਵੇ ਤੇ ਇਸ ‘ਦਾਤ’ ਲਈ ਭੁਖ ਜਾਂ ਕਾਂਖੀ ਲੱਗ ਜਾਵੇ !

ਜਿਨ ਕਉ ਲਗੀ ਪਿਆਸ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸੇਇ ਖਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੯੬੨)

I shall become good and noble or become a holy person  
I shall be praised  
People will touch my feet  
I shall achieve salvation etc.

Such desires of ego do not leave us even when we are doing simran.  
This egoistic feeling and the divine desire are opposed to each other.

1 *Ego is at variance with the Naam.  
The two dwell not in one place.* 560

because

2 *In self conceit Lord's devotional service cannot be performed nor,  
can His Will be realised.  
In ego, the soul is imprisoned and the Naam cannot abide in the mind.* 560

Simran or divine remembering is the play of very subtle divine desires which are the gift of God. In this we, the ego filled beings, have no part or power, it is Guru's Grace. Without the grace or favour of Satguru Ji, this spiritual gift cannot be obtained.

3 *The beauteous Lord has kept the bounties in His hand and He gives these to him alone, whom He likes.* 604

4 *(I have) no strength to ask and no power to give.* 7

5 *By one's effort, the love for the Lord is obtained not, even though all may long for it.  
This cup of love belongs to the Lord. He gives it to him whom He likes.* 1378

6 *The gift is in the hand of the Giver. We receive it at the Guru's Door.* 33

This divine gift is obtained when the doubt fallacy of egoism, like air, is distanced from our mind or when the mental dirt is removed from it and there is hunger and desire for this gift.

2.7 *They who feel thirst for You partake(drink) of Your Nectar.* 962  
11.2

ਜੈਸੀ ਪਿਆਸ ਹੋਇ ਮਨ ਅੰਤਰਿ ਤੈਸੇ ਜਲੁ ਦੇਵਹਿ ਪਰਕਾਰ ॥  
(ਪੰਨਾ-੫੦੪)

ਜਿਨਾ ਚਿਰ ਮਨ ਉਤੋਂ ਹਉਮੈ ਦੀ ਮੈਲ ਨਹੀਂ ਲੱਥਦੀ, ਅਥਵਾ ਮੈਂ ਮੇਰੀ ਦਾ  
ਭਰਮ-ਭੁਲੇਖਾ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਉਨਾ ਚਿਰ ਅਸੀਂ ਇਲਾਹੀ-ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ  
ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ —

ਜਬ ਹਮ ਹੋਤੇ ਤਬ ਤੂ ਨਾਹੀ ਅਬ ਤੂਹੀ ਮੈ ਨਾਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੫੭)  
ਜਬ ਇਹ ਜਾਨੈ ਮੈ ਕਿਛੁ ਕਰਤਾ ॥  
ਤਬ ਲਗੁ ਗਰਭ ਜੋਨਿ ਮਹਿ ਫਿਰਤਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੭੮)  
ਕਬੀਰ ਤੂੰ ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਤੂ ਹੂਆ ਮੁਝ ਮਹਿ ਰਹਾ ਨ ਹੂੰ ॥  
ਜਬ ਆਪਾ ਪਰ ਕਾ ਮਿਟਿ ਗਇਆ ਜਤ ਦੇਖਉ ਤਤ ਤੂ ॥  
(ਪੰਨਾ-੧੩੭੫)

ਇਹ 'ਹਉਮੈ' ਰੂਪੀ ਮੈਲ ਸਾਧਸੰਗਤ ਵਿਚ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ ਨਾਲ ਸੇਵਾ-  
ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਗੁਰ-ਕਿਰਪਾ ਦੁਆਰਾ ਲਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ :—

ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਲੁ ਲਾਥੀ ॥  
ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਭਇਓ ਸਾਥੀ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੨੫)

ਨਲਕੇ ਵਿਚ ਬਾਹਰੋਂ ਪਾਣੀ ਪਾਉਣਾ ਸਤਿਗੁਰਾਂ ਦੀ ਦੈਵੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਦਾ  
ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ ।

ਇਥੇ 'ਖਲਾਅ' (vacuum) ਦੀ ਇਕ ਹੋਰ ਢੁੱਕਵੀਂ ਮਿਸਾਲ ਦਿਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ  
ਹੈ ।

ਸਾਡੇ ਨਲਕੇ ਵਿਚੋਂ ਜਦ ਪਾਣੀ ਘੱਟ ਆਵੇ ਜਾਂ ਉੱਕਾ ਹੀ ਨਾ ਆਵੇ ਤਾਂ  
ਮਿਸਤਰੀ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਵਿਚ 'ਹਵਾ' ਲੀਕ (leak) ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਜਦ ਨਲਕੇ  
ਨੂੰ ਪੁਟਕੇ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨਲਕੇ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਜੰਗ ਨਾਲ ਗਲਕੇ ਉਸ  
ਵਿਚ ਛੋਕ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ । ਇਸੇ ਛੋਕ ਬਾਣੀ 'ਹਵਾ' ਲੀਕ (leak) ਹੋ ਕੇ  
ਬਾਹਰੋਂ ਅੰਦਰ ਵਲ ਧਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਨਾਲ ਨਲਕੇ ਵਿਚਲਾ  
'ਖਲਾਅ' ਘਟਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਇਹ 'ਖਲਾਅ' ਘਟਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,  
ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ਅੰਦਰਲੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਨਿਕਾਲ-ਸ਼ਕਤੀ ਜਾਂ ਵੇਗ (expulsive  
power) ਘੱਟਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਆਖਿਰ ਵਿਚ ਖਲਾਅ ਉੱਕਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਜਿਸ  
ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਚੜ੍ਹਾਉ— (spontaneous flow) ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪੈ  
ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਐਨ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ 'ਸਿਮਰਨ' ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਜਦ ਸਾਡੇ ਮਨ ਅੰਦਰ  
'ਹਉਮੈ-ਭਾਵ' ਰੂਪੀ ਬਾਹਰਲੀ 'ਹਵਾ' ਦੀ ਅੰਸ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਡੇ

1 *As is the thirst in man's mind, so is the type of water, which  
you give to him.* 504

As long as the dirt of egoism is not removed from the mind or the  
doubt- fallacy of my-mine is not distanced, until then we remain  
deprived of the Divine Grace.

2 *When there was egoism in me, You were not with me.  
Now that You are there, there is no egoism.* 657

3 *As long as this man deems that he is the doer of something,,  
Until then he wanders in the womb of existences.* 278

4 *Kabir, repeating Your Naam I have become like You.  
In me now "I" has remained not.  
When difference between me and others has been removed,  
Then wheresoever, I see, there I see but Your O Lord.* 1375

This dirt of egoism can be removed through guru's grace in the  
company of holy (evolved) people through sincere service and simran.

5 *In the society of saints man's filth is washed off,  
And the supreme Lord becomes his friend.* 625

Putting water in the pipe from the outside is symbolic of the True  
Guru's Divine Grace.

Here another relevant example of the "vacuum" can be given. When  
there is little or no water coming from our tap, the plumbers tell us that  
there is air leaking into it. When the pipe is unearthed, some rust is  
seen and in the rusty area is a hole. Air rushes in through this hole from  
outside thus reducing the vacuum in the tap. Just as the volume of  
vacuum reduces, the expulsive power of the water also reduces.  
Eventually no vacuum is left and the spontaneous flow of the water is  
obstructed..

Exactly in the same way when a part of the external air of egoism  
enter our mind while doing simran

11.3

‘ਅੰਤ੍ਰ-ਆਤਮੇ’ ਸਤਿਗੁਰ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਘੱਟਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਦਸ਼ਾ ਵਿਚ ਸਾਡਾ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਭਾਵਨਾਹੀਣ, ਰੁਖਾ-ਸੁਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਆਤਮਿਕ ਅਵੱਸਥਾ ‘ਖੜਦੀਆਂ-ਕਲਾਂ’ ਵਿਚ ਚਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ—

ਜਿਚਰੁ ਇਹੁ ਮਨੁ ਲਹਰੀ ਵਿਚਿ ਹੈ ਹਉਮੈ ਬਹੁਤੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ॥  
ਸਬਦੈ ਸਾਦੁ ਨ ਆਵਈ ਨਾਮਿ ਨ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ ॥  
ਸੇਵਾ ਥਾਇ ਨ ਪਵਈ ਤਿਸ ਕੀ ਖਪਿ ਖਪਿ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੪੭)

ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਿਆਂ ਜਗਿਆਸੂ ਦੇ ਮਨ ਅੰਦਰ—

1. ਹਉਮੈ ਦਾ ‘ਅਭਾਵ’ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਨਾਵੈ ਨਾਲਿ ਵਿਰੋਧ ਹੈ

ਦੁਇ ਨ ਵਸਹਿ ਇਕ ਠਾਇ ॥

(ਪੰਨਾ-੫੬੦)

2. ਕੋਈ ਲਾਲਚ ਅਥਵਾ ਆਸਾ-ਮਨਸਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਆਸਾ ਮਨਸਾ ਸਗਲ ਤਿਆਗੈ ਜਗ ਤੇ ਰਹੈ ਨਿਰਾਸਾ ॥

(ਪੰਨਾ-੬੩੬)

3. ‘ਪ੍ਰੇਮ-ਭਾਵਨਾ’ ਨਾਲ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮੁਖਿ ਜਪੀਐ ਅੰਤਰਿ ਪਿਆਰਿ ॥

(ਪੰਨਾ-੬੪੧)

‘ਹਉਮੈ’ ਦਾ ਖਿਆਲ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦੀ ‘ਭੁੱਲ’ ਵਿਚੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ। ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦੀ ਯਾਦ ਜਾਂ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਦੁਆਰਾ ਹਉਮੈ-ਵੇੜੀ ‘ਮੈਂ-ਮੇਰੀ’ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜੋ ‘ਉਲਟੀ ਖੋਲ ਪ੍ਰੇਮ’ ਦੀ ਹੈ। ਇਹ ‘ਪ੍ਰੇਮ-ਭਾਵਨਾ’ ਅਥਵਾ ‘ਭਾਉ-ਭਗਤ’ ਵੀ ਸਤਿਗੁਰ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਹੈ, ਨਦਰ-ਕਰਮ ਹੈ, ਗੁਰਪ੍ਰਸਾਦਿ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਧ-ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ—

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਬਿਨਾ ਭਾਉ ਨਹੀ ਉਪਜੈ

ਭਾਵ ਬਿਨੁ ਭਗਤਿ ਨਹੀ ਹੋਇ ਤੇਰੀ ॥

(ਪੰਨਾ-੬੯੪)

ਇਹ ਪ੍ਰੀਤ-ਪ੍ਰੇਮ-ਪਿਆਰ ‘ਅਕਾਲ-ਪੁਰਖ’ ਦਾ ‘ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਰੂਪ’ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ‘ਸੂਰ੍ਯ’ ਸੂਰਜ ਦੀ, ਜਾਂ ‘ਖੁਸ਼ਬੂ’ ਫੁਲ ਦੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼-ਰੂਪ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਨੂੰ ‘ਅਤਿ-ਪ੍ਰੀਤਮ’, ‘ਪ੍ਰਿਅ’, ‘ਪ੍ਰੇਮ-ਪੁਰਖ’ ਆਦਿ ਲਫਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੋਧਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ—

ਅਤਿ ਪ੍ਰੀਤਮ ਮਨ ਮੋਹਨਾ ਘਟ ਸੋਹਨਾ ਪ੍ਰਾਨ ਅਧਾਰਾ ਰਾਮ ॥

(ਪੰਨਾ-੫੪੨)

then the grace of Satguru Ji on us begins to reduce. In this situation our simran becomes simran which lacks faith, that is unenjoyable, insipid and our spiritual progress becomes stagnant.

1 *As long as this mind is inconstant, man indulges in great pride and ego. He relishes not the Guru's Word and loves not the Naam. His service becomes unacceptable and fretting, fretting, he feels miserable.* 1247

This means what while doing simran, the truth seeker's mind should:

1. Not be having egoism

2 *Ego is at variance with the Naam. The two cannot dwell in one place.* 560

2. Not be having any desire or motive.

3 *He who renounces all hope and yearning, remains desire free in this world.* 633

3. Do simran with faith and love

4 *The gurmukh (guru orientated) man contemplates his Lord with hearty love.* 941

The thought of egoism sprouts from forgetting God. It is necessary to change this egoistic desire of me-mine by doing just the ‘opposite - the play of love’ by remembering God and doing simran. This love with faith, and meditation with love, is the blessing of the Satguru, is the deed of favour, is the grace of the Satguru which are automatically obtained while associating with the Sadh sangat.

5 *Without the society of saints, Lord's love wells up not and Without love, your service cannot be performed.* 694

This attachment - affection -love, is God's enlightened form just like sunshine is to the sun or fragrance to the flower. For this reason God is referred to as ‘The Dearest’, ‘My Beloved’ ‘Love Personified’.-

6 *The fascinating Lord, the winner of the heart, the ornament of the soul is the support of life.* 542

11.4

ਪ੍ਰਿਅ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪਿਆਰੋ ਮੋਰੇ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੩੦੬)

ਇਸ 'ਪ੍ਰਿਅ-ਭਾਵਨਾ' ਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਾਲਣਾ 'ਮਾਂ' ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਨਰਸ (nurse) ਵੀ । 'ਮਾਂ' ਪਿਆਰ-ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੀ ਹੋਈ ਉਸ ਉਤੋਂ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਵਾਰਦੀ ਹੈ, ਪਰ 'ਨਰਸ' ਭਾਵਨਾ-ਹੀਣ 'ਡਿਊਟੀ' ਪੂਰੀ ਕਰਦੀ ਹੈ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਦੀ 'ਘਾਲਣਾ' ਵਿਚ ਸੂਖਮ ਫ਼ਰਕ ਹੈ — ਜਿਸਦਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਬੜਾ ਡੂੰਘਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ । ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਚਪਨ ਵਿਚ 'ਮਾਂ' ਦਾ ਪਿਆਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਉਸਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਇਸਦੀ ਘਾਟ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰੇਮ-ਭਗਤੀ ਜਾਂ ਪਿਆਰ-ਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਅਖੌਤੀ ਸਾਧਾਂ-ਸੰਤਾਂ ਤੇ ਜੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ 'ਸਿਮਰਨ' ਜਾਂ 'ਸਮਾਧੀ' ਵੀ ਮਨ-ਹੱਠ ਕ੍ਰਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ 'ਹਉ'-ਭਾਵ ਦੀ ਅੰਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਸੇਧ—

ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਹਾਸਲ ਕਰਨੀਆਂ  
ਉਮਰ ਲੰਮੀ ਕਰਨੀ  
ਰਿਧੀਆਂ-ਸਿਧੀਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ  
ਜਾਦੂ-ਟੂਣੇ  
ਨਾਟਕ-ਚੇਟਕ  
ਕਰਾਮਾਤਾਂ  
ਵਾਕ-ਸਿਧੀ  
ਭਵਿਖ-ਬਾਣੀ  
ਵਰ-ਸਰਾਪ  
ਅੰਤ੍ਰਯਾਮਤਾ  
ਤਾਂਤਰਿਕ-ਜਾਦੂ  
ਮਦਾਰੀਆਂ ਦੇ ਤਮਾਸ਼ੇ

— ਆਦਿ, ਤਕ ਹੀ ਸੀਮਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਿਧੀਆਂ-ਸਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੂਖਮ ਹਉਮੈ ਨੂੰ 'ਫੂਕ' ਮਿਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਕਰਾਮਾਤਾਂ ਦਿਖਾਉਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਵਰ-ਸਰਾਪ ਦੇਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਗਰਜਮੰਦ ਜਨਤਾ ਖਿੱਚੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਚੇਤ ਹੀ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸੂਖਮ ਮਾਣ-ਵਡਿਆਈ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਮਾਣ-ਵਡਿਆਈ ਅਤੇ ਪਰਤਿਸ਼ਠਾ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ 'ਹਉਮੈ' ਦਾ 'ਨਸ਼ਾ' ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਖੱਚਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ — ਇਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ 'ਮਨ-ਪ੍ਰਚਾਵਾ' ਤੇ 'ਪਰਮਾਰਥ' ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਪਰ ਗੁਰਬਾਣੀ

## 1 My groom is the lover of affection. 1306

To explain this love-filled faith more examples are given.

A child is brought up by the mother. He can also be brought up by a nurse. The mother brings up the child with faith filled with love and sacrifices herself but the nurse carries out this duty without this love. There is a subtle difference between the efforts of these two- and its effect is deep on the child from the time of his early upbringing to the various stages in his later life. A child who doesn't get his mother's love during his childhood is clearly seen to be lacking something in his life.

In the same way, doing the simran or contemplation, of the so called saints and ascetics, that is devoid of worship with love or faith filled with love, is the stubborn effort of the mind in which ego is partly present. Their aim in life is limited to:

Achieving mental powers  
Lengthening their lives  
Obtaining spiritual powers  
Witch-craft, charms  
Pleasure giving performances  
miracles  
Spoken word manifesting itself  
Forecasting  
Blessing - cursing  
Reading the mind  
Tantric charms  
Juggler's performance  
etc.

With these miraculous powers, their subtle ego gets inflated and they begin to show miracles, bless and curse people, thereby attracting the common people who have some need to fulfil. In this way unconsciously, the seekers' minds succumb to subtle honour - praise. With this honour - praise glory they become intoxicated with mental egoism and get deeply entangled in these mental prowess. These then become their only mind gratifying activity and prime path. But according to gurbani:

ਅਨੁਸਾਰ —

ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਸਭੁ ਮੋਹੁ ਹੈ ਨਾਮੁ ਨ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੫੯੩)

ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਪੈਨਣੁ ਖਾਣੁ ਸਭੁ ਬਾਦਿ ਹੈ ਧਿਗੁ ਸਿਧੀ ਧਿਗੁ ਕਰਮਾਤਿ ॥  
(ਪੰਨਾ-੬੫੦)

ਇਸ ਮਾਣ-ਵਡਿਆਈ ਦੇ ਸੂਖਮ 'ਨਬੋ' ਵਿਚ ਜਗਿਆਸੂ ਇਤਨਾ ਗਲਤਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਉਚੇਰੀ ਰੂਹਾਨੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਨੂੰ ਉੱਕਾ ਹੀ ਭੁਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਸਦੀ ਆਤਮਿਕ ਤਰੱਕੀ ਰੁਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਹ 'ਖੜ੍ਹਦੀਆਂ-ਕਲਾ' ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਾ ਹੋਇਆ ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ਰਸਾਤਲ ਵਲ ਰੁੜ੍ਹਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਥਵਾ ਮਨਮੋਹਣੇ ਠਾਠ-ਬਾਠ ਰਚਾਕੇ ਚੇਲਿਆਂ-ਚਾਟੜਿਆਂ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਬੀਰ ਸਿਖ ਸਾਖਾ ਬਹੁਤੇ ਕੀਏ ਕੇਸੇ ਕੀਓ ਨ ਮੀਤੁ ॥  
ਚਾਲੇ ਬੇ ਹਰਿ ਮਿਲਨ ਕਉ ਬੀਚੈ ਅਟਕਿਓ ਚੀਤੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੬੯)

ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਅਜਿਹੇ ਕਈ ਉਦਾਹਰਣ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਗੋਰਖ ਨਾਥ, ਭੰਗਰ ਨਾਥ, ਨੂਰ-ਸ਼ਾਹ, ਵਲੀ ਕੰਧਾਰੀ, ਆਦਿ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਬਾਬੇ ਨੇ ਫੌਕੇ ਮਨ-ਹੱਠ ਜੋਗ ਵਿਚੋਂ ਕੱਢਕੇ, ਪ੍ਰੇਮ-ਭਗਤੀ ਵੱਲ ਲਾਇਆ।

ਅੱਜ ਕਲ੍ਹ ਮਨ-ਹੱਠ, ਫੌਕੇ ਤੇ ਮਕੈਨੀਕਲ 'ਸਿਮਰਨ' ਦਾ ਬੋਲ-ਬਾਲਾ ਤੇ ਵਰਤ-ਵਰਤਾਰਾ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਹੈ। ਦੇਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦੇਸਾਂ ਵਿਚ ਕਈ ਰੂਹਾਨੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ (spiritual institutions) ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਐਸੇ 'ਫੌਕੇ' ਸਿਮਰਨ (mechanical meditation) ਦੇ ਸਮੇ-ਬੱਧ ਕੋਰਸ (time-bound course) ਵਿਕਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਵੀ ਬਹੁਤ ਮਹਿੰਗੇ।

ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚ ਭਾਵਨਾਹੀਣ, ਦਿਮਾਗੀ ਤੇ ਫੌਕਾ 'ਸਿਮਰਨ' ਜਾਂ 'ਮੰਤਰ ਦਾ ਰਟਨ' ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਨੂੰ 'ਮਾਨਸਿਕ ਸੁੰਨ' ਜਾਂ 'ਸੁੰਨ ਅਵਸਥਾ' (thoughtless state of mind) ਤੱਕ ਤਾਂ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਆਤਮਿਕ-ਅਨੁਭਵ ਦੀਆਂ ਉਚਿਆਈਆਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਲਿਜਾ ਸਕਦਾ। ਜੋਗੀਆਂ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਰਸ-ਹੀਣ ਅਤੇ ਅਫੂਰ ਸੁੰਨ ਅਵਸਥਾ ਕੇਵਲ ਸਰੀਰਕ-ਸਮਾਧੀ ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਕਾਇਮ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, 'ਜਾਗਰਤ-ਅਵਸਥਾ' ਵਿਚ ਇਸ 'ਸੁੰਨ' ਦਾ ਕੋਈ ਅਰਥ ਜਾਂ ਲਾਭ ਨਹੀਂ।

ਐਸੇ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰਤ 'ਕੁਕੜ-ਉਡਾਰੀ' ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਪਰਮਾਰਥਕ ਪੁਲਾੜ (space) ਜਾਂ 'ਖਲਾਅ' ਤਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਉਹ 'ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ' ਦੇ ਪ੍ਰਿਮ-ਰਸ ਦਾ ਸਵਾਦ ਨਹੀਂ ਚੱਖ ਸਕਦੇ। ਇਹ 'ਸੁੰਨ-ਸਮਾਧ' ਜਗਿਆਸੂ ਦੇ 'ਆਤਮਿਕ-ਪੰਧ' ਵਿਚ ਸੂਖਮ ਤੇ ਸਬਲ ਰੁਕਾਵਟ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚੋਂ ਜੋਗੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ।

L120.6

1 Riches and miracles are all worldly attachments and hence the Naam cannot abide in the mind. (593)

2 Without the Naam, in vain are all the robes and dishes and accursed is the saintliness and accursed is the supernatural power. 650

The seeker of truth gets such subtle intoxication with this honour-praise that he becomes absorbed in it and forgets his higher spiritual destination. With this, his spiritual progress stops and passing slowly through a period of 'stagnation' he slides towards hell (degradation) in other words he puts on a big show by performing mind boggling deeds and gets trapped among his disciples and followers.

3 Kabir has made many disciples and followers, but he has not made God his friend.  
HE had set out to meet his God, but his mind failed him half-way. 1369

In history we get many examples such as Gurakn Nath, Bhangar Nath, Nur Shah, Wali Kandhari etc. whom guru ji saved from empty adamant yogic contemplation and guided them towards contemplation of love.

Nowadays the practice of stubborn, hollow and mechanical 'simran' is predominant and is the established practice. In India and other countries, many spiritual institutions are found where such mechanical 'simran', and time-bound courses are being sold and that too at a high price.

The desireless, mental and mechanical simran or the repetition of a hymn in such institutions can take the truth seeker up to the stage of thoughtless state of mind but cannot take their lives to spiritual intutional height. Such unpleasant and thoughtless state of mind of the ascetics is confined to their physical contemplation ; in the stage of wakefulness such thoughtlessness has no meaning or benefit.

The focus of such truth seekers is like the 'flight of a cockerel' - it is limited up to space or vacuum only. Beyond this they cannot enjoy the blissful taste of the spiritual world. The stage of the thoughtless state of mind is a subtle and strong obstacle in the spiritual path of the truth seeker from which the ascetic cannot escape by himself.

11.6

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਉਦਾਹਰਣ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਨੁਕਤੇ ਨੂੰ ਭਲੀ-ਭਾਂਤ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ —

ਸਾਇੰਸਦਾਨ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਉਪਰ ਚੰਦਰਮਾ ਵਲ ਸਪੂਤਨਿਕ (sputnik) ਭੇਜਦੇ ਹਨ, ਜਿਸਦੇ ਤਿੰਨ ਪੜਾਅ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਪਹਿਲਾਂ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਉਪਰ ਪੁਲਾੜ ਵਿਚ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਰਾਕਟ (rocket) ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਸਨੂੰ ਧਰਤੀ ਦੀ ਖਿੱਚ (gravity) ਤੋਂ ਉਪਰ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਥੇ ਆਕੇ ਉਹ ਸਪੂਤਨਿਕ ਖਲਾਅ (space) ਵਿਚ ਹੀ ਚੱਕਰ ਲਾਈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਤੱਕ ਕਿ ਉਸਤੋਂ ਵੀ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ‘ਰਾਕਟ’ ਉਸਨੂੰ ਚੰਦਰਮਾ ਦੀ ਖਿੱਚ (gravity) ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਅੰਦਰ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾ ਦਿੰਦਾ । ਚੰਦਰਮਾ ਦੀ ਖਿੱਚ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਤੇ ਉਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ‘ਰਾਕਟ’ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ ਤੇ ਉਹ ਆਪ-ਮੁਹਾਰੇ ਚੰਦਰਮਾ ਦੀ ਖਿੱਚ ਨਾਲ ਖਿਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਤੇ ਆਤਮਿਕ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਹਨ । ਜਦ ਜੀਵ ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ‘ਖੇਲ-ਅਖਾੜੇ’ ਤੋਂ ਅਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋ ਕੇ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਦੁਆਰਾ ਬਿਰਤੀ ਇਕਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ‘ਸੁੰਨ-ਸਮਾਧ’ ਦੇ ਸੁੰਵੇ ਖਲਾਅ ਵਿਚ ਜਾ ਵੜਦਾ ਹੈ । ਅਕਾਲ-ਪੁਰਖ ਦੇ ਅਨੁਭਵੀ ਮੰਡਲ ਤਾਈ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਇਸ ‘ਸੁੰਨ’ ਜਾਂ ‘ਸ਼ੂਨ’ ਹਾਲਤ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ।

ਜਦ ਜਗਿਆਸੂ ਦੀ ਸੁਰਤਿ ਮਾਨਸਿਕ ‘ਸੁੰਨ-ਸਮਾਧ’ ਵਿਚ ‘ਅਸਥਿਤ’ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ —

ਸ਼ਾਂਤੀ

ਠੰਢ

ਸੁਖ

ਇਕਾਂਤ

—ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਨੂੰ ਦਿਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ । ਇਸੇ ਤੋਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋ ਕੇ, ਜਾਂ ਇਸੇ ਰੁਖੀ-ਸੁਕੀ ‘ਸੁੰਨ-ਸਮਾਧ’ ਨੂੰ ਹੀ ਆਤਮਿਕ-ਜੀਵਨ ਦੀ ‘ਮੰਜ਼ਿਲ’ ਸਮਝਕੇ, ਜਗਿਆਸੂ ਇਸ ਤੋਂ ਉਚੇਰੀ ਅਵਸਥਾ—

ਪ੍ਰੇਮ-ਭਗਤੀ

ਸਹਿਜ-ਸਮਾਧ

ਸਹਿਜ-ਅਨੰਦ

ਨਾਮ

ਸ਼ਬਦ

— ਨੂੰ ਭੁਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

This point can be easily understood through the example given below.

In sending sputniks to the moon scientists go through 3 stages. Firstly with the help of a rocket the sputnik is sent into space beyond the gravity of the earth. Here the sputnik circles in the space until another more powerful rocket pushes it into the gravitational field of the moon. Once in this sphere it needs no rocket and it automatically gets pulled by the gravity of the moon.

In the same way man has physical, mental and spiritual stages. When man, dissatisfied with ‘play arena’ of the physical and mental stages, focuses his attention through simran, he enters the lonely space of ‘thoughtless state of mind’. To reach the intuitional sphere of God, one has to pass this condition of the ‘thoughtless state of mind’.

When the truth-seeker’s attention is involved in the mental thoughtless state of mind contemplation, he experiences:-

calmness

coolness

comfort

peace

- from which he does not like to come out. Satisfied with this, or regarding this-tasteless - dry, thoughtless state of mind contemplation - as life’s spiritual destination, he forgets the higher stage of :-

love fill meditation

simple contemplation

Intuitional bliss

Naam

Word

ਇਸ ਸੂਖਮ ਪਰਮਾਰਥਕ ਭਰਮ-ਭੁਲੇਖੇ ਦੀ 'ਸੁੰਨ' ਜਾਂ 'ਖਲਾਅ' ਵਿਚੋਂ ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਦੁਆਰਾ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਹੀ ਨਿਕਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਗੁਭੇ ਭੇਦ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ —

ਸਤਿਗੁਰੁ ਭੇਟੈ ਤਾ ਸਹਸਾ ਭੂਟੈ ਧਾਵਤੁ ਵਰਜਿ ਰਹਾਈਐ ॥  
ਨਿਝਰੁ ਝਰੈ ਸਹਜ ਧੁਨਿ ਲਾਗੈ ਘਰ ਹੀ ਪਰਚਾ ਪਾਈਐ ॥  
(ਪੰਨਾ-੭੩੦)

ਖਟ ਕਰਮ ਕਿਰਿਆ ਕਰਿ ਬਹੁ ਬਹੁ ਬਿਸਥਾਰ  
ਸਿਧ ਸਾਧਿਕ ਜੋਗੀਆ ਕਰਿ ਜਟ ਜਟਾ ਜਟ ਜਾਟ ॥  
ਕਰਿ ਭੇਖ ਨ ਪਾਈਐ ਹਰਿ ਬ੍ਰਹਮ ਜੋਗੁ ਹਰਿ ਪਾਈਐ ਸਤਸੰਗਤੀ  
ਉਪਦੇਸਿ ਗੁਰੁ ਗੁਰ ਸੰਤ ਜਨਾ ਖੋਲਿ ਖੋਲਿ ਕਪਾਟ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੨੯੭)  
ਜੋਗੁ ਨ ਭਗਵੀ ਕਪੜੀ ਜੋਗੁ ਨ ਮੈਲੇ ਵੇਸਿ ॥  
ਨਾਨਕ ਘਰਿ ਬੈਠਿਆ ਜੋਗੁ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰ ਕੈ ਉਪਦੇਸਿ ॥  
(ਪੰਨਾ-੧੪੨੧)

ਅੱਜ-ਕਲ੍ਹ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਬੇਅੰਤ ਧਾਰਮਿਕ ਕਰਮ-ਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮਾਨਸਿਕ ਗਿਲਾਨੀ ਵਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਪਰਮਾਰਥ ਵਲ ਸਾਡਾ ਯਤਨ ਓਪਰਾ ਤੇ ਅਪੂਰਨ ਯਾ ਗਲਤ ਹੈ।

ਇਸ ਨੁਕਤੇ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ —  
ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮੁ ਨ ਹੋਇ ॥  
ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਰਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸੈ ਤਾ ਫਲੁ ਪਾਵੈ ਕੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੪੯੧)  
ਕਬੀਰ ਰਾਮ ਕਹਨ ਮਹਿ ਭੇਦੁ ਹੈ ਤਾ ਮਹਿ ਏਕੁ ਬਿਚਾਰੁ ॥  
ਸੋਈ ਰਾਮੁ ਸਭੈ ਕਹਹਿ ਸੋਈ ਕਉਤਕਹਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੭੪)  
ਇਹ ਭੇਦ ਹੈ—

ਭਾਉ-ਭਗਤ  
ਪ੍ਰੇਮ-ਭਾਵਨਾ  
ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ

ਗੁਰਪ੍ਰਸਾਦਿ ਦਾ ।

ਇਸ ਆਤਮਿਕ ਭੇਦ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਗੁਰਮੁਖ ਹੀ ਵਿਚਾਰਦਾ ਤੇ ਬੁਝਦਾ ਹੈ —

ਐਸੇ ਜਨ ਵਿਰਲੇ ਸੰਸਾਰੇ ॥  
ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰਹਿ ਰਹਹਿ ਨਿਰਾਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੦੩੯)

Only with Guru's Grace and in the company of spiritually elevated souls can one come out of such subtle spiritual doubt-filled fallacious thoughtless state of mind or vacuum. This hidden secret is mentioned by Gurbani thus:

- 1 *If man meets with the True Guru, then his doubts are dispelled and the wondering mind is restrained.  
It rains nectar, celestial music plays, and from within his mind, man obtains divine knowledge.* 730
- 2 *Some perform six types of rituals and deed,  
The perfect persons, seekers and yogis practice good many ostentations, some remain in natural form and some wear tresses and matted hair.  
The Lord's union is attained, not by wearing false garbs, but through the society of spiritually evolved souls.  
Through the great Guru's teaching, God is met. The holy evolved ones open widely the door of deliverance.* 1267
- 3 *Union with the Lord is obtained not through ostentatious robes, nor is the union obtained through dirty dress.  
Nanak, union with the Lord is obtained, under the True Guru's instruction, even while sitting in one's own home.* 1421

Despite unlimited religious rituals in the world nowadays, mental degradation is on the increase. From this it is clear that our effort towards spirituality is superficial and half-hearted or wrong.

This point is illustrated in Gurbani as follows:

- 4 *Everyone utters God's Name, but by such utterances man does not become at one with the Lord.  
If by Guru's grace the Lord abides in the mind, then alone does anyone gather fruit.* 491
- 5 *Kabir, there is a secret in worshipping 'Raam'. Therein lies a point worthy of consideration.  
The same word everyone uses for Dasrath's son, and same word for the wonderous Lord.* 1374

The secret is -

Love filled meditation  
Love filled desire  
faith filled desire  
Guru's Grace

This spiritual secret is considered and recognised only by some rare spiritual soul:-

- 6 *Rare are such people in this world.  
Who reflect over the Guru's Word and remain detached.* 1039

11.8



ਗੁਰਮਤਿ ਚਲਦੇ ਵਿਰਲੇ ਬੰਦੇ ॥ (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ.੨੮/੨੦)

ਜਦ ਅਜਿਹੇ ‘ਗੁਰਮੁਖ-ਜਨ’ ਅਥਵਾ ‘ਹਰਿਜਨ-ਪਿਆਰੇ’ ਆਪਣੀਆਂ ਉਕਤੀਆਂ-ਜੁਗਤੀਆਂ ਤੇ ‘ਕਿਉਂ-ਕਿਆ-ਕੈਸੇ’ ਦੇ ਢਕੋਂ-ਸਲੇ ਛੱਡਕੇ, ਭਾਉ-ਭਗਤ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮ-ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਦੁਆਰਾ ਸਬਦ-ਸੁਰਤ ਵਿਚ ਲਿਵ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀਆਂ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦੇ ਪਾਤਰ ਬਣਦੇ ਹਨ —

ਭਾਇ ਭਗਤਿ ਭਰਮ ਭਉ ਨਾਸੈ ਹਰਿ ਨਾਨਕ ਸਦਾ ਹਜੂਰਿ ॥  
(ਪੰਨਾ-੪੦੬)

ਗੋਬਿੰਦ ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਦਾ ਭੂਖਾ ॥ (ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ. ੧੦/੭)

ਭਾਵਨੀ ਭਗਤਿ ਭਾਇ ਕਉਡੀ ਅਗੂ ਭਾਗ ਰਾਖੈ  
ਤਾਹਿ ਗੁਰ ਸਰਬ ਨਿਧਾਨ ਦਾਨ ਦੇਤ ਹੈ ॥ (ਕ.ਭਾ.ਗੁ.-੧੧੧)

ਪ੍ਰੇਮ ਪ੍ਰੀਤਿ ਭਾਇ ਭਗਤੀ ਪਾਈਐ ਸਤਿਗੁਰਿ ਬੂਝ ਬੁਝਾਈ ॥  
(ਪੰਨਾ-੨੪੫)

ਜਿਨ ਪ੍ਰੇਮ ਕੀਓ ਤਿਨ ਹੀ ਪ੍ਰਭ ਪਾਇਓ ॥ (ਸੱਵਯੋ ਪਾ.-੧੦)

ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਿਰਮਲ ‘ਪ੍ਰੇਮ’ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸਾਉਣ ਲਈ ਅਕਾਲ-ਪੁਰਖ ਤੇ ਸ਼ਰਧਾ ਭਾਵਨੀ ਹੋਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ।

ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਨਿੱਕੇ ਬੱਚੇ (baby) ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਲਈ ‘ਭੋਲੇ-ਭਾਇ’ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਬੱਚਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ‘ਮਾਂ’ ਦਾ ਲਵਜ਼ ਸਿਖਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਮਾਂ ਉਤੇ ਉਸਦਾ ਪੂਰਾ ਭਰੋਸਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਬਾਲਪਨ ਦੇ ਭੋਲੇਪਨ (innocence) ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ‘ਮਾਂ’ ਹੀ ਉਸ ਦਾ —

ਗੁਰੂ  
ਰੱਬ  
ਦਾਤੀ  
ਰਾਖੀ  
ਸਭੋ-ਕੁਛ

—ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ‘ਮਾਂ’ ਵੀ ਆਪਣੇ ‘ਮਾਂ-ਪਿਆਰ’ ਦੀ ਮਮਤਾ ਵਿਚ ‘ਬੇਬੀ’ ਦੀ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਤੇ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੀ ਹੋਈ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਡੂੰਘਾਈਆਂ ਵਿਚੋਂ ਉਸਨੂੰ ਨਿਰਛਲ ਪਿਆਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ । ‘ਬੱਚਾ’ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦੇ ਆਸਰੇ —

ਲਾਡ-ਲਡਾਉਂਦਾ  
ਖੇਲ-ਖਿਲਾਉਂਦਾ

1 *Rare are the people who follow the Guru's path.* VBG 28/29

When such ‘guru-orientated persons’ or ‘God’s beloved servants’ discard their deceptive mental acrobatics and ‘why-what how’ and immerse themselves in the word with attention through devoted worship and faith filled with love, then they become eligible to receive the blessings of the Satguru -

2 *By Lord's devotional service, doubt and dread depart and one finds O Nanak, ever in the presence of God.* 406

3 *The Lord of the World is hungry for love and worship.* vbg 10/7

4 *A worshipper, who places before the Satguru even a worthless coin with love and faith, the Satguru blesses him with all the treasures.* kbg 111

5 *The True Guru has imparted this understanding onto me, that the Lord is obtained through love, affection, reverential regard and meditation.* 245

6 *Those who love, only they will realise God.* Sawayeh Patshahi 10

To enshrine God’s pure ‘love’ in the heart, it is essential to have total faith on the Infinite Lord.

For example a baby, in its innocence has full of devotion in his/her mind for its mother. The baby first learns the word ‘mother’ and has full faith in her. In this stage of childhood innocence, for the child, the mother is his/her

guru

God

giver

protector

everything

On the other hand the mother too in her motherliness and ‘mother’s-love’ looks after and nurtures the child with undivided love from depths of her heart. The child, dependent on the mother

loves and cuddles

has fun and frolic

11.9

ਇਲਤਾਂ ਕਰਦਾ  
ਦਾਤਾਂ ਮੰਗਦਾ  
ਹੱਸਦਾ-ਰੋਂਦਾ  
ਲੜਦਾ-ਭਿੜਦਾ  
ਰੁਸਦਾ-ਮੰਨਦਾ

— ਬੇ-ਪ੍ਰਵਾਹ, ਬੇ-ਫਿਕਰ 'ਭੋਲਾ-ਜੀਵਨ' ਬਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ।

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਜੀਵ' ਦਾ ਇਹ ਭੋਲੇਪਨ ਦਾ ਨਿਰਫਲ ਜੀਵਨ,  
ਅਥਵਾ 'ਬਚਪਨ' ਉਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁਖਦਾਈ,  
ਨਿਸਚਿੰਤ ਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ —

ਪਾਇਓਂ ਬਾਲ ਬੁਧਿ ਸੁਖੁ ਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੧੪)

ਮਾਂ ਦੇ 'ਪਿਆਰ' ਤੇ 'ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ' ਵਿਚ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਅਬੋਲ ਬੋਲੀ  
ਵਿਚ ਸਹਿਜ-ਸੁਭਾਇ, ਅਨਜਾਣੇ ਹੀ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦਾ—

ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ  
ਧਿਆਉਂਦਾ ਹੈ  
ਅਗਧਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ  
ਪਿਆਰ ਮਾਣਦਾ ਹੈ

ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਬੱਚੇ ਦਾ ਦਿਮਾਗੀ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਗਿਆਨ  
ਤੇ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਚਮਕੀਲੇ ਕਉਤਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਕੇ ਭਰਮ-ਜਾਲ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦਾ  
ਹੈ । ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਉਸ ਦੀ 'ਮਾਂ' ਪ੍ਰਤੀ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ ਘਟਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ  
ਉਹ ਆਪਣੀ ਸਿਆਣਪ ਵਿਚ 'ਕਰਮ-ਬਧ' ਹੋ ਕੇ 'ਮਾਂ-ਪਿਆਰ' ਦੀ ਨਿੱਘੀ  
ਗੋਦ ਦੇ ਸੁੱਖ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ 'ਜੀਵ' ਮਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਵਿਚ ਕੁਹੱਥੜੇ ਥਾਂ ਉਲਟਾ ਲਟਕਿਆ  
ਹੋਇਆ 'ਅਟੁੱਟ-ਸਿਮਰਨ' ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਉਸਦੀ 'ਲਿਵ' ਲੱਗੀ ਹੁੰਦੀ  
ਹੈ ।

ਜਦ ਉਹ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਮਨ ਉਤੇ —

'ਮਾਇਆ' ਦਾ ਪ੍ਰਛਾਵਾਂ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ  
'ਹਉਮੈ' ਦਾ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ  
'ਮੈਂ-ਮੇਰੀ' ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਉਪਜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ  
'ਦੂਜਾ-ਭਾਓ' ਚਿੰਬੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ  
'ਤ੍ਰਿਬਨਾ' ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

is mischievous  
requests gifts  
laughs - cries  
quarrels - fights  
gets annoyed - makes up

is care -less, without a worry and leads an innocent life.

It is said that from man's whole life, this period of carefree innocence or childhood is most comfortable, free from worry and joyous.

1 O, adopting a child's mind, I have attained peace .

214

Filled by mother's faithful affection and love, a child in his unspoken language, spontaneously and unknowingly-

contemplates on the mother

worships the mother

remembers the mother

enjoys mother's love.

As the child's mind develops he gets entangled in the web of doubt on seeing the scintillating miracles of knowledge and science. Gradually his faith and affection towards the mother lessens and caught in his own wisdom, he deprives himself of the mother's love comfort and warmth.

In the same way, hanging up side down in the unearthly place of the mother's womb, the child is continuously doing simran and his mind is absorbed in the Lord.

When he comes into this world his mind

is affected by the shadow of 'materialism'

is influenced by the doubt-fallacy of the 'ego'

is faced with the growth of the 'me-mine' desire

is entrapped in 'duality'

is infected by desire

11.10

‘ਹਰੀ ਵਿਸਰ’ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲੋਂ ਲਿਵ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਜੈਸੀ ਅਗਨਿ ਉਦਰ ਮਹਿ ਤੈਸੀ ਬਾਹਰਿ ਮਾਇਆ ॥

ਮਾਇਆ ਅਗਨਿ ਸਭ ਇਕੋ ਜੇਹੀ ਕਰਤੇ ਖੇਲੁ ਰਚਾਇਆ ॥

ਜਾ ਤਿਸੁ ਭਾਣਾ ਤਾ ਜੰਮਿਆ ਪਰਵਾਰਿ ਭਲਾ ਭਾਇਆ ॥

ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ ਲਗੀ ਕ੍ਰਿਸਨਾ ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥

(ਪੰਨਾ-੯੨੧)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਨਸਾਨ ਮਾਇਆ ਦੇ ਚਕਾਚੌਧ ਤੇ ਜਾਦੂਮਈ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਿਆਂ ਦੇ ਅਸਰ ਅਧੀਨ ਸਿਆਣਪਾਂ ਘੋਟਦਾ ਹੋਇਆ ‘ਇਲਾਹੀ-ਮਾਤਾ’ ਅਰਥਾਤ ਅਕਾਲ-ਪੁਰਖ ਦੀ ਨਿੱਘੀ-ਗੋਦ ਦੇ ਸੁਖ-ਅਨੰਦ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸਾਨੂੰ ਇਉਂ ਤਾੜਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ —

ਸੇਖਾ ਚਉਚਕਿਆ ਚਉਵਾਇਆ ਏਹੁ ਮਨੁ ਇਕਤੁ ਘਰਿ ਆਣਿ ॥

ਏਹੜ ਤੇਹੜ ਛਡਿ ਤੂ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਪਛਾਣੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੪੬)

ਆਪਣੇ ਭਾਣੇ ਜੋ ਚਲੇ ਭਾਈ ਵਿਛੁੜਿ ਚੋਟਾ ਖਾਵੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੦੧)

ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਮੁੜ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਸੁਖਦਾਈ ਗੋਦ ਦਾ ਨਿੱਘ ਮਾਨਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਨਿੱਕੇ-ਬੱਚੇ (baby) ਵਾਂਗ ‘ਅਕਾਲ-ਪੁਰਖ’ ਉਤੇ ਪੂਰਨ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ । ਹਉਮੈ-ਵੇੜੀਆਂ ਸਿਆਣਪਾਂ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਉਪਜੇ ‘ਫਿਕਰ-ਚਿੰਤਾ-ਚਿਖਾ’ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸਾਨੂੰ ਇਉਂ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ —

ਤਜਹੁ ਸਿਆਨਪ ਸੁਰਿ ਜਨਹੁ ਸਿਮਰਹੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਰਾਇ ॥

ਏਕ ਆਸ ਹਰਿ ਮਨਿ ਰਖਹੁ ਨਾਨਕ ਦੂਖ ਭਰਮੁ ਭਉ ਜਾਇ ॥

(ਪੰਨਾ-੨੮੧)

ਅਥਿਨਾਸੀ ਖੇਮ ਚਾਹਹਿ ਜੇ ਨਾਨਕ ਸਦਾ ਸਿਮਰਿ ਨਾਰਾਇਣ ॥

(ਪੰਨਾ-੭੧੪)

ਚਾਕਰੀਆ ਚੰਗਿਆਈਆ ਅਵਰ ਸਿਆਣਪ ਕਿਤੁ ॥

ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਸਮਾਲਿ ਤੂੰ ਬਧਾ ਛੁਟਹਿ ਜਿਤੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੭੨੯)

ਹੁਣ ਸਵਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ‘ਬੇਬੀ’ ਵਰਗੇ ਭੋਲੇ-ਭਾਇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ,

ਪਿਆਰ-ਭਾਵਨਾ ਤੇ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵੇ ?

forgets the Lord

breaks the link with the Lord.

- 1 *As is the fire of womb within, so is the fire of worldliness without. The fire of worldly valuables and the fire of the womb are all the same, a play, the creator has set in motion. When it pleases HIM then the child is born into a good family (human form). When the Lord's love departs, greed takes its place and worldliness spreads its charm.* 921

In this way, man under the influence of the scintillating miraculous charms of worldliness, imposes his wisdom and deprives himself of the comfort and the bliss of the warm bosom of the ‘Divine Mother’ that is God.

In this situation Gurbani warns us as follows:-

- 2 *You O Sheikh, who are wondering in four directions and blown by the four winds, bring this mind of yours into the Lord's One Mansion. Abandon you crooked ways and realize the Guru's instructions.* 646
- 3 *He who walks according to his own will, O brother, is separated from the Lord and bears blows.* 601

*If we wish to enjoy again the warmth of God's comfortable bosom, then like the baby, we have to have place our full faith and affection in the INFINITE LORD. To eescape from the ego ridden wisdom and the 'fear- anxiety-problems that arise from 9such wisdom), Gurbani urges us to:-*

- 4 *Abandon your cleverness, O good man and remember the Lord God. Keep hope in the One Lord in your mind, and your distress, doubt and dread shall depart.* 281
- 5 *If you desire eternal bliss O Nanak, always remember the Omnipresent Lord.* 714
- 6 *Without the Naam of what use are the other services, virtues and cleverness. O Nanak contemplate on the Lord's Naam and you shall be released from your shackles.* 729

Now the question arises, - how can the baby like innocent confidence, love and affection, faith filled with love be obtained?

11.11

ਐਸਾ ਆਤਮਿਕ ਸਹਜ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਪਿਆਰ ਤੇ ਸ਼ਰਧਾ-ਭਾਵਨੀ

ਦਿਮਾਗੀ ਪੜ੍ਹਾਈਆਂ

ਫਿਲਾਸਫੀਆਂ

ਪਾਠ-ਪੂਜਾ

ਕਰਮ ਕਾਂਡਾਂ

ਜੋਗ ਸਾਧਨਾਵਾਂ

— ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਦਿਮਾਗੀ ਗਿਆਨ ਸਾਡੀ ‘ਅਲਪ-ਬੁਧੀ’ ਤਾਂਦੀ ਸੀਮਤ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀ ਰੰਗਤ ਅਨੁਸਾਰ ਬਦਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸਦੇ ਉਲਟ ਆਤਮਿਕ ਸ਼ਰਧਾ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਭਾਉ-ਭਗਤੀ ਸਾਡੇ ਅੰਤਰ-ਆਤਮਾ ਵਿਚੋਂ ਅਭੋਲ, ਸਹਜ-ਸੁਭਾਇ ਛੁੱਟਕੇ ਉਪਜਦੀ ਹੈ — ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਦ੍ਰਿੜ ਤੇ ਅੱਟਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਐਸਾ ਆਤਮਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ —

ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ

ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ

ਆਤਮ-ਜੀਵਨ ਵਾਲਿਆਂ

ਹਰਿ-ਜਨਾਂ

— ਦੀ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਹੀ ਉਪਜਦਾ ਤੇ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਾਨੂੰ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਸਾਧ-ਸੰਗਤ ਵਿਚ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ —

ਮੇਰੇ ਮਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ॥

ਕਰ ਸੰਗਤਿ ਨਿਤ ਸਾਧ ਕੀ ਗੁਰ ਚਰਣੀ ਚਿਤੁ ਲਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੪੭)

ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੇ ਨ ਕਾਮ ॥

ਮਿਲੁ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੨)

ਕਰਿ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਸਿਮਰੁ ਮਾਧੋ ਹੋਹਿ ਪਤਿਤ ਪੁਨੀਤ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੩੧)

ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਹੈ ਸਿਰਿ ਕਰਮਨ ਕੈ ਕਰਮਾ ॥

(ਪੰਨਾ-੬੪੨)

ਯਾਹੂ ਜਤਨ ਕਰਿ ਹੋਤ ਛੁਟਾਰਾ ॥

ਉਆਹੂ ਜਤਨ ਸਾਧਸੰਗਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੫੯)

—ਚਲਦਾ

Such spiritual spontaneous-confidence, affection and faith filled with love cannot be obtained through:-

Intellectual learning

Philosophies

Reading scriptures - worship

Rituals - ceremonies

Yogic disciplines

because the external intellectual knowledge is limited up to and by our tiny intellect which keeps on changing according to the hue (colouring) of our mind.

On the other hand spiritual faith, confidence and love filled worship springs forth without knowing, spontaneously from within our soul. For this reason it is assured and permanent.

Such spiritual confidence can only grow and develop in the service and the company of:-

God orientated (gurmukh) beloveds

the blessed and evolved souls

the ones with spiritual life

God's slaves.

For this reason we are continually urged in Gurbani to do simran in the sadh-sangat.

- 1 *O' my soul! Contemplate over the Name of the Lord.  
Always associate with the society of saints and fix your mind on the Guru's feet.* 47
- 2 *Other deeds are of no avail to you  
Join the society of holy/saintly people and contemplate alone on the Naam.* 12
- 3 *Join the society of saints / holy people and contemplate on the Lord of wealth,  
thus from a sinner you shall be holy.* 631
- 4 *Singing of God's praises in the society of saints / holy people, is the highest of  
all deeds.* 642
- 5 *Make the effort by which emancipation (freedom) can be obtained.  
Those efforts are made in the company of saints / holy people.* 259