ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ

ਅਪ੍ਰੈਲ 200

Amrit Kirtan

ਆਨਰੇਰੀ ਸੰਪਾਦਕ

ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ

ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਕੀਰਤਨ ਸਬੰਧੀ ਤ੍ਰੈਭਾਸ਼ੀ ਮਾਸਿਕ ਪੱਤਰ
ਅੰਕ 4 • ਸਾਲ ਉਨ੍ਹੀਵਾਂ • ਅਪ੍ਰੈਲ 2007

ਸੰਪਾਦਕ (ਆਨਰੇਰੀ)
ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ
ਐਮ.ਏ. (ਸੰਗੀਤ, ਪੰਜਾਬੀ, ਧਾਰਮਿਕ ਅਧਿਐਨ), ਪੀ.ਐਚ.ਡੀ

ਸਹਾਇਕ ਸੰਪਾਦਕ (ਆਨਰੇਰੀ)
ਡਾ. ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਬੈਦਵਾਣ, ਐਮ.ਏ., ਪੀ.ਐਚ.ਡੀ

ਸਹਿਯੋਗੀ
ਸ. ਹਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ▲ ਸ. ਉੱਤਮ ਸਿੰਘ

- ਲੇਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਵਿਚਾਰ ਲੇਖਕਾਂ ਦੇ ਨਿੱਜੀ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਾਦਕ ਜਾਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ ਟ੍ਰਸਟ ਦਾ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ' ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਪੰਜਾਬ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਪੱਤਰ ਨੰ: 4.8.90 ਮਿਤੀ 20.2.91 ਅਨੁਸਾਰ ਰਾਜ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਹੈ।
- Donations are eligible for relief u/s 80 G of Income-Tax Act, 1961 (43 of 1961) vide CIT/CHD/Tech./04-05/375 dated 30.04.2004/ 05.05.2004 valid upto 31.03.2007

ਚੰਦੇ ਦਾ ਵੇਰਵਾ

- ਦੇਸ਼: ਇਕ ਕਾਪੀ 15 ਰੁ., ਸਲਾਨਾ 150 ਰੁ. ਜੀਵਨ ਮੈਂਬਰ 1500 ਰੁ.
- ਵਿਦੇਸ਼: ਸਲਾਨਾ 30 $, ਜੀਵਨ ਮੈਂਬਰ 300 $
- 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ' ਲਈ ਡਰਾਫਟ 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ ਟ੍ਰਸਟ' ਦੇ ਨਾਮ ਹੀ ਭੇਜੇ ਜਾਣ ਜੀ।

ਚਿੱਠੀ ਪੱਤਰ ਲਈ ਪਤਾ
ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ ਟ੍ਰਸਟ (ਰਜਿ.)
422, ਸੈਕਟਰ 15-ਏ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 160 015

ਰਚਨਾਵਾਂ ਭੇਜਣ ਲਈ ਪਤਾ
ਸੰਪਾਦਕ, 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ'
422, ਸੈਕਟਰ 15-ਏ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 160 015
ਫੋਨ : 0172-2772660, 098140 53630

e-mail: drjagirsingh@gmail.com

ਕਰਉ ਬੇਨੰਤੀਆ *ਸੰਪਾਦਕੀ*	2
ਇਕ ਅਨੋਖਾ ਰਹਿਤਨਾਮਾ *ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ*	3
ਗਿਆਨੀ ਸੰਤ ਸਿੰਘ ਮਸਕੀਨ *ਭਾਈ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਰਤਨ*	9
ਕਰੀਏ ਸੈਰ ਭਾਵੇਂ ਹੋਵੇ ਕਹਿਰ *ਯਸ਼ਪਾਲ ਮਾਨਵੀ*	14
ਮਾਣਯੋਗ ਸ. ਹਰਕਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਧੂਪੀਆ *ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬਿੰਦਰਾ*	15
Gardening as Grief Therapy *Surinder Kaur Pura*	16
Relax with Music	21
ਸੁਰ ਲਿਪੀ *ਹਰਦੀਪ ਕੌਰ*	23
ਸੁਰ ਲਿਪੀ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਅਰਥ *ਹਰਦੀਪ ਕੌਰ*	24

ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰਧਾਨ 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ ਟ੍ਰਸਟ' ਨੇ ਸਿਰਜਣਾ ਪ੍ਰਿੰਟਰਜ਼ ਅਤੇ ਸਟੇਸ਼ਨਰਜ਼, ਐਸ. ਸੀ. ਐਫ. 107, ਫੇਜ਼-7, ਮੁਹਾਲੀ ਤੋਂ ਛਪਵਾ ਕੇ 422, ਸੈਕਟਰ 15-ਏ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ।

COMPUTER TYPE SETTING
sohal specials
Designers & Printers
Phone: 98145 25351

ਝਿਮ ਝਿਮ ਵਰਸੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਧਾਰਾ

ਰੁਪਿੰਦਰ ਕੌਰ ਜੀ ਡੇਹਰਾਦੂਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਦੂਜੀ ਸੀ.ਡੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ। ਇਸ ਸੀ.ਡੀ. ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਸ਼ਬਦ ਸੁਣਿਆ ਤਾਂ ਭਾਈ ਗੋਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਯਾਦ ਆਈ। ਲਗਭਗ 33 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਗਾਇਆ। ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਕਾਰਣ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਸਿਧੀ ਹੋਈ। ਰੁਪਿੰਦਰ ਕੌਰ ਜੀ ਨੇ ਵੀ ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਉਸੇ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਗਾਇਆ ਹੈ।

ਰੁਪਿੰਦਰ ਕੌਰ ਜੀ ਇਸ ਸਮੇਂ ਡੇਹਰਾਦੂਨ ਵਿਖੇ ਵੈਲਹਮ ਸਕੂਲ ਪੜ੍ਹਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਐਮ. ਏ. ਵੋਕਲ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਹੋਰ ਡੂੰਘੇਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਡਾਕਟਰ ਐਸ. ਮਿਸ ਕਾਲੇਕਰ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਸਲੋਚਨਾ ਬ੍ਰਿਹਸਪਤੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਸੰਗੀਤ ਮਹਾਂ ਭਾਰਤੀ (ਮੁੰਬਈ) ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਸੰਗੀਤ ਵਿਸ਼ਵਕੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਖੋਜ ਸਹਾਇਕ ਵਜੋਂ ਕਾਰਜ ਕੀਤਾ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ, ਕਨੇਡਾ, ਨਾਰਵੇ ਆਦਿ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਗੀਤ ਸਿਖਲਾਈ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਵੀ ਲਗਾਈਆਂ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਸਕਾਰ ਭਾਰਤੀ ਸੰਸਥਾ ਵਲੋਂ ਕਲਾ ਸ਼੍ਰਿਰੀ ਦੀ ਉਪਾਧੀ ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ।

ਇਸ ਵੇਲੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਬੱਚੀਆਂ (ਬਾਨੀ ਅਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਾ) ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਬਦ ਗਾਇਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਸੀ ਡੀ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਸੱਤ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਗਾਇਨ ਕੀਤਾ ਹੈ।

1 ਝਿਮ ਝਿਮ ਵਰਸੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਧਾਰਾ
2 ਕਾਹੇ ਰੇ ਬਨ ਖੋਜਨ ਜਾਈ
3 ਇਹ ਜਗਿ ਮੀਤੁ ਨ ਦੇਖਿਓ ਕੋਈ
4 ਪ੍ਰਭ ਜੀ ਤੂ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਾਣ ਆਧਾਰੇ
5 ਗੁਣ ਗੋਬਿੰਦ ਗਾਇਓ ਨਹੀਂ
6 ਮੈ ਅੰਧੁਲੇ ਕੀ ਟੇਕ
7 ਪ੍ਰਭ ਕੀਜੈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਨਿਧਾਨ

ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ "ਝਿਮ ਝਿਮ ਵਰਸੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਧਾਰਾ" ਸ਼ਬਦ ਰਾਗ ਮਲਾਰ ਵਿੱਚ, "ਇਹ ਜਗ ਮੀਤੁ ਨ ਦੇਖਿਉ ਕੋਈ" ਰਾਗ ਸੋਰਠ ਵਿੱਚ, "ਮੈਂ ਅੰਧੁਲੇ ਕੀ ਟੇਕ" ਰਾਗ ਤਿਲੰਗ ਵਿੱਚ ਅਤੇ "ਪ੍ਰਭ ਕੀਜੈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਨਿਧਾਨ" ਰਾਗ ਕਲਿਆਨ ਵਿੱਚ ਗਾਇਨ ਕੀਤੇ ਹਨ।

ਇਸ ਸੀ. ਡੀ. ਨੂੰ ਹਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਅਮਿਤ ਵਿਸ਼ਨੋਈ ਨੇ ਸੰਗੀਤ ਨਾਲ ਸਜਾਇਆ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਇਸ ਸੀ ਡੀ ਨੂੰ ਜੀ ਆਇਆਂ ਆਖਦੇ ਹਾਂ । ਆਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਸ਼ਰਧਾ, ਡੂੰਘਾਈ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਸੰਗੀਤ ਪ੍ਰਤੀ ਲਗਾਉ ਰਖਦਿਆਂ ਸਰੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਸ਼ਬਦ ਗਾਇਨ ਸੁਨਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦੇਣਗੇ।

ਇਕ ਅਨੋਖਾ ਰਹਿਤਨਾਮਾ

ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ

'ਰਹਿਤਨਾਮਾ' ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖ ਸਾਹਿਤ ਦੀ ਇਕ ਖਾਸ ਵਿਧਾ ਲਈ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਚਨਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਲਸਾ ਪੰਥ ਦੀ ਸਾਜਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਰਹਿਤਨਾਮਿਆਂ ਬਾਰੇ ਇਹ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਜੋ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਹਜ਼ੂਰੀ ਸਿੱਖਾਂ ਨੇ ਰਹਿਤਨਾਮਿਆਂ ਦੀ ਰਚਨਾ ਕੀਤੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਹਿਤਨਾਮਿਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੁਝ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਸਿੱਖ ਦੀ ਪਛਾਣ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਹਿਤਨਾਮਿਆਂ ਦੀ ਕਸਵੱਟੀ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਹਿਤਨਾਮਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਓਪਰੀਆਂ ਜਾਪਣ ਲੱਗ ਪਈਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਇਹ ਰਹਿਤਨਾਮੇ ਅੱਜ ਵੀ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਤੇ ਇਤਨੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਅਸੀਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਚਾਹੀਦਾ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਹਿਤਨਾਮਿਆਂ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਪਰ ਅਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਹਿਤਨਾਮਿਆਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਾਂ।

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਰਚਨਾ ਵਿਚ ਸਿੱਖ ਲਈ ਬੜੇ ਸਪਸ਼ਟ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਰਾਮਕਲੀ ਰਾਗ ਵਿਚ ਰਚਿਆ *ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰ ਸੰਨਿਆਸਾ* ਵਾਲਾ ਸ਼ਬਦ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਇਕ ਰਹਿਤਨਾਮਾ ਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਪਰਿਪੇਖ ਤੋਂ ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਅਰਥ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ:

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰ ਸੰਨਿਆਸਾ॥
ਬਨ ਸੇ ਸਦਨ ਸਬੈ ਕਰ ਸਮਝਹੁ
ਮਨ ਹੀ ਮਾਹਿ ਉਦਾਸਾ॥੧॥ ਰਹਾਉ॥
ਜਤ ਕੀ ਜਟਾ ਜੋਗ ਕੋ ਮਜਨ
ਨੇਮ ਕੇ ਨਖਨ ਬਢਾਓ॥
ਗਿਆਨ ਗੁਰੂ ਆਤਮ ਉਪਦੇਸਹੁ
ਨਾਮ ਬਿਭੂਤ ਲਗਾਓ॥
ਅਲਪ ਅਹਾਰ ਸੁਲਪ ਸੀ ਨਿੰਦ੍ਰਾ
ਦਯਾ ਛਿਮਾ ਤਨ ਪ੍ਰੀਤਿ॥
ਸੀਲ ਸੰਤੋਖ ਸਦਾ ਨਿਰਬਾਹਿਬੋ ਹ੍ਵੈਬੋ ਤ੍ਰਿਗੁਣ ਅਤੀਤਿ॥
ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਹੰਕਾਰ ਲੋਭ ਹਠ
ਮੋਹ ਨ ਮਨ ਸਿਉ ਲਯਾਵੈ॥
ਤਬ ਹੀ ਆਤਮ ਤਤ ਕੋ ਦਰਸੇ
ਪਰਮ ਪੁਰਖ ਕਹ ਪਾਵੈ॥

ਰਾਗ ਰਾਮਕਲੀ ਜੋਗੀਆਂ ਦਾ ਮਨ ਭਾਉਂਦਾ ਰਾਗ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਦਰਜ ਸਿੱਧ ਗੋਸਟਿ ਵੀ ਰਾਗ ਰਾਮਕਲੀ ਵਿਚ ਹੀ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਸੰਨਿਆਸ ਬਾਰੇ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਉਚਾਰਨ ਰਾਮਕਲੀ ਵਿਚ ਉਚਿਤ ਸਮਝਿਆ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਰਾਗ ਅਤੇ ਕਾਵਿ ਦੇ ਸਬੰਧ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਸਨ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪਰਮਾਣ ਇਸ ਰਾਗ ਵਿਚ ਰਚੇ ਇਕ ਹੋਰ ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਵੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਤੁਕ ਹੈ -

ਰੇ ਮਨ ਇਹ ਬਿਧਿ ਜੋਗ ਕਮਾਓ॥

ਵਿਚਾਰ ਅਧੀਨ ਸ਼ਬਦ ਦੀਆਂ ਰਹਾਉ ਦੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਹਨ:

ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰ ਸੰਨਿਆਸਾ॥
ਬਨ ਸੇ ਸਦਨ ਸਬੈ ਕਰ ਸਮਝਹੁ
ਮਨ ਹੀ ਮਾਹਿ ਉਦਾਸ॥

ਇਹ ਸਾਰਾ ਸ਼ਬਦ ਮਨ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕਾਵਿ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਇਹ ਵਿਧੀ ਆਮ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਰਹੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਮਨ ਰੇ' ਮਨ ਮੇਰੇ, ਮੇਰੇ ਮਨ ਆਦਿ ਸੰਬੋਧਨ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਹੀ ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਉਪਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਤੀ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ ਸਗੋਂ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਪਦੇਸ਼ਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਇਹ ਭਾਵ ਕਈ ਵਾਰੀ ਉਪਦੇਸ਼ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਵਿੱਦਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਵਿਚ ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਉਪਦੇਸ਼ਾਤਮਕ ਵਿਧੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਜਿਹੜਾ ਅਧਿਆਪਕ ਸਬੰਧਿਤ ਸਿੱਖਿਆ ਲੈਣ -ਦੇਣ ਵਿਚ ਆਪ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਕੇ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਗੇਰਾ ਅਧਿਆਪਕ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪੱਖ ਤੋਂ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਇਕ ਚੰਗੇਰੀ ਵਿਧੀ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਪਹਿਲੀ ਤੁਕ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਜੀ ਇਕ ਖਾਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੰਨਿਆਸ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹਨ। ਸੰਨਿਆਸਾ ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ *'ਐਸੋ'* ਸ਼ਬਦ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ *'ਰੇ ਮਨ ਐਸੋ ਕਰ ਸੰਨਿਆਸਾ'* ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਆਮ ਸੰਨਿਆਸ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਅਚਾਰੀਆਂ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਉਮਰ ਨੂੰ ਸੌ ਸਾਲ ਮੰਨ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਚਾਰ ਭਾਗ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਬ੍ਰਹਮਚਰਜ, ਦੂਜਾ ਗ੍ਰਿਹਸਥ, ਤੀਜਾ ਬਾਨਪ੍ਰਸਤ, ਚੌਥਾ ਸੰਨਿਆਸ। ਆਦਰਸ਼ਕ ਸਮਾਜ ਲਈ ਇਹ ਵੰਡ ਚੰਗੀ ਸੀ। ਪਰ ਇਹ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਾਇਮ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਤਾਂ ਪਹਿਲੀ ਉਮਰੇ ਹੀ ਸਮਾਜ ਦੇ ਝਮੇਲਿਆਂ ਤੋਂ ਇੰਨੇ ਤੰਗ ਆ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਕਿ ਸੰਨਿਆਸੀ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਬੁੱਢੇ ਵਾਰੇ ਵੀ ਗ੍ਰਿਹਸਥ ਦੇ ਚੱਕਰਾਂ ਵਿਚ ਫਸੇ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਇਸ ਸੰਨਿਆਸ ਨੂੰ ਨਕਾਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਖਾਸ ਸੰਨਿਆਸ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲੇ ਸੰਨਿਆਸੀ ਘਰ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ ਵਲੋਂ ਉਦਾਸੀਨ ਬਿਰਤੀ ਧਾਰਨ ਕਰਦੇ ਸਨ ਪਰ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਬਨ ਸੇ ਸਦਨ ਸਬੈ ਕਰ ਸਮਝਹੁ
ਮਨ ਹੀ ਮਾਹਿ ਉਦਾਸਾ॥

ਭਾਵ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਉਦਾਸੀ ਜਾਂ ਵਿਰਕਤਤਾ ਧਾਰਨ ਕਰਕੇ ਸਦਨ ਭਾਵ ਘਰ ਨੂੰ ਹੀ ਜੰਗਲ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਸਿੱਧਾਂ ਨੇ ਪੁਛਿਆ ਕਿ ਮੁਕਤੀ ਕਿਵੇਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ:

ਜੈਸੇ ਜਲ ਮਹਿ ਕਮਲੁ ਨਿਰਾਲਮੁ ਮੁਰਗਾਈ ਨੈਸਾਣੇ।
ਸੁਰਤਿ ਸਬਦਿ ਭਵ ਸਾਗਰੁ ਤਰੀਐ
ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਵਖਾਣੈ॥ ਪੰਨਾ 938)

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਉਚੇਰੀ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜੰਗਲ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ। ਉਹ ਤਾਂ ਇਸ ਸੰਸਾਰ (ਸਮਾਜ) ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਰੂਪ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਨੂੰ ਹੀ ਉਹ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਭਗਤੀ ਗਿਣਦੇ ਸਨ:

ਫਰੀਦਾ ਖਾਲਕੁ ਖਲਕ ਮਹਿ ਖਲਕ ਵਸੈ ਰਬ ਮਾਹਿ॥
ਮੰਦਾ ਕਿਸਨੋ ਆਖੀਐ ਜਾ ਤਿਸੁ ਬਿਨੁ ਕੋਈ ਨਾਹਿ॥
ਪੰਨਾ 2381)

ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜ ਦਾ ਮੋਹ, ਹਉਮੈ, ਸਵਾਰਥ ਆਦਿ ਭਾਵਾਂ ਦਾ ਤਿਆਗ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦਾ ਉਦਾਸੀ-ਭਾਵ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਭਾਵ ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਘਰ ਵੀ ਜੰਗਲ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੰਸਾਰਕ ਵਸਤਾਂ ਨਾ ਚੰਗੀਆਂ ਹਨ ਨਾ ਮਾੜੀਆਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਜਾਂ ਮਾੜਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਤੇ ਆਪਣੀ ਮਾਲਕੀ ਮੰਨ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਹੀ ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਵਸਤਾਂ ਮਾੜੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਸਮਾਜ ਸੇਵਾ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹੀ ਵਸਤਾਂ ਚੰਗੀਆਂ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹੀ ਹਾਲ ਘਰ ਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਬਣਿਆ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਖਚਤ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਘਰ ਮਾੜਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਇਹੋ ਘਰ ਸਮਾਜ ਸੇਵਾ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਚੰਗਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਘਰ ਨੂੰ ਜੰਗਲ ਸਮਝਣ ਦੀ ਹਦਾਇਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜਤ ਕੀ ਜਟਾ ਜੋਗ ਕੋ ਮਜਨੁ
ਨੇਮ ਕੇ ਨਖਨ ਬਢਾਓ

ਸੰਨਿਆਸੀ ਲੋਕ ਜਟਾਵਾਂ ਧਾਰਨ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਕੇਸਾਂ ਨੂੰ ਸੁਆਰਨਾ ਸਭਿਅਕ ਜਾਂ ਗ੍ਰਿਹਸਥ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸੰਨਿਆਸੀ ਲੋਕ ਕੰਘਾ ਕਰਨਾ ਛੱਡ ਭਾਵ ਗ੍ਰਿਹਸਥ ਤਿਆਗ ਕੇ ਕੇਸਾਂ ਦੀਆਂ ਜਟਾਵਾਂ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਉਸ ਸੰਨਿਆਸੀ ਨੂੰ ਜਿਹੜਾ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਉਦਾਸ ਧਾਰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰ ਨੂੰ ਹੀ ਜੰਗਲ ਸਮਝਦਾ ਹੈ, ਜਤ ਦੀਆਂ ਜਟਾਵਾਂ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਥੇ 'ਜਤ' ਜੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ ਜਤ ਨਹੀਂ ਕਿ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਖਤਮ ਹੀ ਕਰ ਲਓ। ਇਥੇ ਜਤ ਦਾ ਅਰਥ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਏਕਾ *ਨਾਰੀ ਜਤੀ* ਸੋਇ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ ਹੈ;

ਜਤਨ ਕਰੇ ਬਿੰਦੁ ਕਿਵੇ ਨ ਰਹਾਈ।

ਮਨੂਆ ਡੋਲੇ ਨਰਕੇ ਪਾਈ। ਪੰਨਾ ੭06)

ਭਾਈ ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਨਾਭਾ ਅਨੁਸਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੁਕਾਂ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕਿਤਨੇ ਹੀ ਜਤਨ ਕਰੋ ਵੀਰਜ ਰੁਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਹਠ ਨਾਲ ਬਿੰਦੂ ਰੋਕਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਜਤੀ ਕਹਿਣਾ ਉਚਿਤ ਨਹੀਂ। ਜੋ ਗ੍ਰਿਹਸਥੀ ਹੋ ਕੇ ਪਰ ਇਸਤਰੀ ਵੱਲ ਮੰਦੀ ਨਜ਼ਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਤਾਂ ਜਤੀ ਦੀ ਪਦਵੀ ਤੋਂ ਮੁੱਢੋਂ ਹੀ ਦੂਰ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਗ੍ਰਿਹਸਥ ਆਸ਼ਰਮ ਦੀ ਰਹਿਣੀ ਗੁਰ ਸ਼ਬਦ ਦੁਆਰਾ ਨਹੀਂ ਜਾਣੀ। ਗੁਰਮੁਖ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਨੇ ਜਤ ਦਾ ਤੱਤ ਵਿਚਾਰਿਆ ਹੈ। ਅਰਥਾਤ ਨਾ ਉਹ ਹਠ ਕਰਕੇ ਵੀਰਜ ਰੋਕ ਕੇ ਗ੍ਰਿਹਸਥ ਦੇ ਤਿਆਗੀ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾ ਵੀਰਜ ਲੰਪਟ ਹੋ ਕੇ ਇਸਤ੍ਰੀਵ੍ਰਤ ਤੋਂ ਪਤਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

(ਗੁਰਮਤਿ ਸੁਧਾਕਰ, ਪੰਨਾ 386)

ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਜਤੀ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਅਰਥ - ਵਿਸਥਾਰ ਕਰਦਿਆਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਮਾਰ ਲਿਆ ਹੈ ਉਹ ਜਤੀ ਹੈ।

ਗੁਰਮੁਖ ਜਤੀ ਸਲਾਹੀਅਨ ਜਿਨ ਹਉਮੈ ਮਾਰੀ॥

(ਵਾਰ 38 ਪਉੜੀ 7)

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੰਨਿਆਸ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਤ ਦੀਆਂ ਜਟਾਵਾਂ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਤੁਕ ਵਿਚ ਦੂਸਰਾ ਲੱਛਣ ਦੱਸਿਆ ਹੈ-ਜੋਗ ਕੇ ਮਜਨ, ਮਜਨ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨਾ। ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਬੜਾ ਮਹਾਤਮ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੋਗੀ ਲੋਕ ਜਾਂ ਜਿਹੜੇ ਘਰ-ਬਾਰ ਤਿਆਗ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਤੀਰਥਾਂ ਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਦਿਆਂ ਹੀ ਲੰਘਾ ਦਿੰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਇਸ਼ਨਾਨ ਦਾ ਮੰਤਵ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਫਾਈ ਨਹੀਂ ਸੀ ਸਗੋਂ ਕੇਵਲ ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧਾਰਮਕ ਭਰਮ ਸੀ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੀਰਥਾਂ 'ਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੁਕਤੀ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੋਗ ਰੂਪੀ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਦੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੋਗ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਜੋੜਨਾ ਜਾਂ ਜੁੜਨਾ। ਭਾਵ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰ ਨਾਲੋਂ ਤੋੜ ਕੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ। ਜੋਗੀ ਲੋਕ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਿਰਕਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਸਣ ਕਰਦੇ ਸਨ ਪਰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਅਜਿਹੇ ਜੋਗ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਨਹੀਂ ਸਮਝਿਆ ਗਿਆ:

ਸਿਧਾਂ ਕੇ ਆਸਣ ਜੇ ਸਿਖੇ ਇੰਦ੍ਰੀ ਵਸਿ ਕਰਿ ਕਮਾਇ॥

ਮਨ ਕੀ ਮੈਲੁ ਨ ਉਤਰੈ ਹਉਮੈ ਮੈਲੁ ਨਾ ਜਾਇ॥

(ਪੰਨਾ 558)

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਘਰ ਹੀ ਵਿਚ ਜੋਗੀ ਹੋਣ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰਦਿਆਂ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ :

ਅੰਜਨ ਮਾਹਿ ਨਿਰੰਜਨਿ ਰਹੀਐ

ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਇਵ ਪਾਈਐ॥ (ਪੰਨਾ 130)

ਸੰਨਿਆਸੀ ਲੋਕ ਨਹੁੰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕੱਟਦੇ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਪਿੱਛੇ ਭਾਵਨਾ ਕਰੂਪ ਦਿਸਣ ਦੀ ਹੀ ਹੋਵੇ। ਪਰ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਸੰਨਿਆਸ ਵਿਚ ਨੇਮ ਦੇ ਨਹੁੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖ ਸੰਨਿਆਸੀ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਿੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਰੱਖ ਕੇ ਨਿਯਮਬੱਧ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਿੱਖ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀ ਇਕ ਰਹਿਣੀ ਦੱਸੀ ਗਈ ਹੈ:

ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਜੋ ਸਿਖੁ ਅਖਾਏ॥

ਸੁ ਭਲਕੇ ਉਠਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ। (ਪੰਨਾ 305)

ਗਿਆਨ ਗੁਰੂ ਆਤਮ ਉਪਦੇਸਹੁ ਨਾਮ ਬਿਭੂਤ ਲਗਾਓ

ਭਾਰਤੀ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਦੀ ਬੜੀ ਮਹੱਤਤਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਆਮ ਕਹਾਵਤ ਹੈ ਕਿ ·ਗੁਰੂ ਬਿਨਾਂ ਗਤ ਨਹੀਂ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵਾਕ ਮਿਲਦਾ ਹੈ *'ਨਿਗੁਰੇ ਕਾ ਹੈ ਨਾਉ ਬੁਰਾ।'* ਪਰ ਦੇਹਧਾਰੀ ਗੁਰੂ ਦੇ ਜਿੱਥੇ ਲਾਭ ਹੁੰਦੇ ਸਨ ਉਥੇ ਹਾਨੀਆਂ ਵੀ ਸਨ। ਲਾਭ ਤਾਂ ਇਹ ਸਨ ਕਿ ਦੇਹਧਾਰੀ ਗੁਰੂ ਕੋਲੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿੱਤ ਦੀਆਂ ਸਮਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਅਗਵਾਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਸਾਂ। ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ ਚੰਗੇ ਮਾੜੇ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਪਰ ਦੇਹਧਾਰੀ ਗੁਰੂ ਕਈ ਵਾਰ ਡੋਲ ਵੀ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਕਈ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਸਵਾਰਥ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਰਾਹ ਪਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਗਲਤ ਰਾਹ ਵੀ ਪਾ ਦਿੰਦੇ ਸਨ। ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਨੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਭਾਵੇਂ ਇਕ ਆਦਰਸ਼ਕ ਗੁਰੂ ਵਾਲਾ ਬਿਤਾਇਆ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ, ਗੁਰਵਾਕ ਭਾਵ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਹੀ ਮੰਨਿਆ :

ਬਾਣੀ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਹੈ ਬਾਣੀ

ਵਿਚਿ ਬਾਣੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਾਰੇ॥

ਗੁਰਬਾਣੀ ਕਹੈ ਸੇਵਕੁ ਜਨੁ ਮਾਨੈ

ਪਰਤਖਿ ਗੁਰੂ ਨਿਸਤਾਰੇ। (ਪੰਨਾ 982)

ਸੋ ਸਿੱਖ ਸੰਨਿਆਸੀ ਦੇਹਧਾਰੀ ਗੁਰੂ ਧਾਰਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਸਗੋਂ ਗਿਆਨ ਰੂਪੀ ਗੁਰੂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਉਪਦੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੰਨਿਆਸੀ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਤੇ

ਸੁਆਹ ਜਾਂ ਬਿਭੂਤੀ ਵੀ ਮਲਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨਾਮ ਦੀ ਬਿਭੂਤੀ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਨਾਮ' ਦਾ ਅਰਥ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣਾਂ ਵਜੋਂ ਉਸ ਦੇ ਅਨੇਕ ਨਾਮ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਰੂਪੀ ਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਾਰ ਵਾਰ ਯਾਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਉਸ ਵਿਚ ਵੀ ਗੁਣ ਉਜਾਗਰ ਹੋਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਪੁਜੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ :

ਭਰੀਐ ਮਤਿ ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ॥
ਓਹੁ ਧੋਪੈ ਨਾਵੈ ਕੈ ਰੰਗਿ॥

ਨਾਮ ਦੀ ਬਿਭੂਤੀ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੀਤੇ ਮਾੜੇ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਮੈਲ ਨੂੰ ਧੋ ਦਿੰਦੀ ਹੈ:

ਅਲਪ ਅਹਾਰ ਸੁਲਪ ਸੀ ਨਿੰਦ੍ਰਾ
ਦਇਆ ਛਿਮਾ ਤਨ ਪ੍ਰੀਤ

ਸੰਨਿਆਸੀ ਲੋਕ ਭੁੱਖ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਲਈ ਕਈ ਕਈ ਦਿਨ ਵਰਤ ਰੱਖਦੇ ਸਨ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਕਈ ਗ੍ਰਿਹਸਥੀ ਲੋੜ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਖਾਂਦੇ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਵਿਚਕਾਰਲਾ ਰਸਤਾ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਥੋੜਾ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਆਸਾ ਦੀ ਵਾਰ ਵਿਚ ਦੱਸਦੇ ਹਨ:

ਓਨੀ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋੜੇ ਬੰਧਨਾਂ
ਅੰਨੁ ਪਾਣੀ ਥੋੜਾ ਖਾਇਆ॥ (ਪੰਨਾ 437)

ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਦੀਆਂ ਵਾਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਜੀਵਨ ਜੁਗਤ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਮਿਲਦੇ ਹਨ :

ਹਉ ਤਿਸ ਘੋਲਿ ਘੁਮਾਇਆ
ਥੋੜਾ ਸਵੈ ਥੋੜਾ ਹੀ ਖਾਵੈ॥

(ਵਾਰ 12 ਪਉੜੀ 5)

ਅਤੇ

ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਗੁਰਸਿਖ ਗੁਰ ਸਮਝਾਇਆ।
ਆਸਾ ਵਿਚਿ ਨਿਰਾਸਿ ਨਿਰਾਸੁ ਵਲਾਇਆ।
ਥੋੜਾ ਪਾਣੀ ਅੰਨ ਖਾਇ ਪੀਆਇਆ।
ਥੋੜਾ ਬੋਲਣ ਬੋਲਿ ਨਾ ਝਖਿ ਝਖਾਇਆ।
ਥੋੜੀ ਰਾਤੀ ਨੀਂਦ ਨ ਮੋਹਿ ਫਹਾਇਆ।

(ਵਾਰ 20, ਪਉੜੀ 15)

ਪਿਛਲ ਰਾਤੀ ਜਾਗਣਾ ਨਾਮ ਦਾਨ ਇਸ਼ਨਾਨ ਦ੍ਰਿੜਾਏ।
ਮਿਠਾ ਬੋਲਣ ਨਿਵ ਚਲਣ ਹਥਹੁ ਦੇ ਕੈ ਭਲਾ ਮਨਾਏ।
ਥੋੜਾ ਸਵਣਾ ਖਾਵਣਾ ਥੋੜਾ ਬੋਲਣ ਗੁਰਮਤ ਪਾਏ।

ਭਾਈ ਸੰਤੋਖ ਸਿੰਘ ਜੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਕਲਮਬਧ ਕਰਦਿਆਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ :

ਛੁਧਾ ਬਿਨਾ ਨਾਹਿ ਪੈ ਥੋ ਕਰੇ।
ਨੀਂਦ ਬਿਨਾ ਨਹਿ ਸੁਪਤਨ ਪਰੈ।
ਛੁਧ ਬਿਨ ਖਾਇ ਰੋਗ ਉਪਜਾਵੈ।
ਜੋ ਸੁਪਤੇ ਨਿਜ ਅਵਧਿ ਘਟਾਵੈ।

(ਗੁਰ ਪ੍ਰਤਾਪ ਸੂਰਜ, ਰਾਗ੧, ਅਧਿਆਇ 64)

ਗੁਰਸਿੱਖ ਰੂਪੀ ਸੰਨਿਆਸ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਦਇਆ ਭਾਵ ਲਿਆਵੇ। ਇਸ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵਿਚਰਨ ਲੱਗਿਆਂ, ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਦਇਆ ਬੜਾ ਅਹਿਮ ਜਜ਼ਬਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਜ਼ਜਬਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਮਾਜ ਦੇ ਤਹਿਸ ਨਹਿਸ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਇਆ ਦਾ ਭਾਵ ਆਪੇ ਨੂੰ, ਸਵਾਰਥ ਨੂੰ ਗੁਆਉਣ ਉਪਰੰਤ ਹੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਸਵਾਰਥ ਛੱਡ ਕੇ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਕੰਮ ਦਇਆ ਵੱਸ ਹੋ ਕੇ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਧਾਰਮਿਕ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਦਇਆ ਨੂੰ ਧਰਮ ਦੀ ਮਾਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਧੌਲ ਧਰਮੁ ਦਇਆ ਕਾ ਪੂਤੁ (ਪੰਨਾ 12)

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਆਸਾ ਦੀ ਵਾਰ ਵਿਚ ਵੀ ਦਇਆ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਿਖ ਸਚੀ ਲੇਇ।
ਦਇਆ ਜਾਣੈ ਜੀਅ ਕੀ ਕਿਛੁ ਪੁੰਨੁ ਦਾਨੁ ਕਰੇਇ।

(ਪੰਨਾ 468)

ਭਾਈ ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਨਾਭਾ ਗੁਰਮਤਿ ਮਾਰਤੰਡ ਦੇ ਪੰਨਾ 118 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੁਕਾਂ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਦਇਆ ਭਾਵ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਕਿ *"ਜੀਵਾਂ ਉਤੇ ਦਇਆ ਕਰਨ ਦੀ ਜੁਗਤ ਜਾਣ ਸੱਪ, ਠੂੰਹੇ, ਸ਼ੇਰ-ਬਘਿਆੜ ਅਤੇ ਹਲਕਾਏ ਕੁੱਤਿਆਂ ਆਦਿ ਉਤੇ ਦਇਆ ਕਰਕੇ ਪਾਪ ਦਾ ਭਾਗੀ ਨਾ ਬਣੇ ਅਤੇ ਜੀਵ ਮਾਰਨ ਦੇ ਭੈ ਤੋਂ ਜੁਤੀ ਤਿਆਗ ਕੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਪੱਟੀ ਨਾ ਬੰਨ੍ਹ ਬੈਠੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਅਧੀਨ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਭੁੱਖ, ਤ੍ਰੇਹ ਅਤੇ ਬੇਰਹਿਮਾਂ ਦੇ ਵਰਤਾਉ ਰੂਪ ਕਲੇਸ਼ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਸ਼ਕਤੀ ਭਰ ਜਤਨ ਕਰੇ।"* ਦਇਆ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਧਰਮ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਜਦੋਂ ਕਲਯੁਗ ਵਿਚ ਸਮਾਜ ਦੀ ਹਾਲਤ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ ਨੁਕਤੇ ਵੱਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੰਕੇਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ :

ਚਾਰੇ ਜਾਗੇ ਚਹੁ ਜੁਗੀ ਪੰਚਾਇਣ ਆਪੇ ਹੋਆ।
ਆਪੇ ਪਟੀ ਕਲਮਿ ਆਪਿ ਆਪ ਲਿਖਣਿਹਾਰਾ ਹੋਆ।
ਬਾਝੁ ਗੁਰੂ ਅੰਧੇਰ ਹੈ

ਖਹਿ ਖਹਿ ਮਰਦੇ ਬਹੁ ਬਿਧਿ ਲੋਆ।
ਵਰਤਿਆ ਪਾਪੁ ਜਗਤ੍ਰ ਤੇ
ਧਉਲ ਉਡੀਣਾ ਨਿਸਦਿਨ ਰੋਆ।
ਬਾਝ ਦਇਆ ਬਲਹੀਣ ਹੋਇ
ਨਿਘਰ ਚਲੋ ਰਸਾਤਲਿ ਟੋਆ।

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਇੰਨੇ ਜੰਗ ਯੁੱਧ ਕੀਤੇ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦਇਆ ਭਾਵ ਨੂੰ ਅੱਖੋਂ ਓਹਲੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤੀਰਾਂ ਨੂੰ ਸਵਾ ਤੋਲਾ ਸੋਨਾ ਲੱਗਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤੀਰ ਨਾਲ ਜੇ ਕਿਸੇ ਦਾ ਦੇਹਾਂਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਸੋਨੇ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਕਿਰਿਆ ਕਰਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹ ਸੋਨਾ ਉਸ ਦੇ ਬਾਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੰਮ ਵੀ ਆ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਜੇ ਤੀਰ ਨਾਲ ਕੋਈ ਫੱਟੜ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਵੀ ਉਸ ਸੋਨੇ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਸੀ। ਦਇਆ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਖਿਮਾ ਦਾ ਗੁਣ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਸੰਨਿਆਸੀ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਦਲੇ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਅਧੀਨ ਬਹਤੁ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੋਕ ਪੀੜੀਆਂ ਤਕ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦਇਆ ਅਤੇ ਖਿਮਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰੀਤ ਕਰਕੇ ਭਾਵ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਕੇ ਸਿੱਖ ਖਾਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੰਨਿਆਸੀ ਬਣੇ

ਸੀਲ ਸੰਤੋਖ ਸਦਾ ਨਿਰਬਾਹਿਬੋ ਹ੍ਵੈਬੋ ਤ੍ਰਿਗੁਣ ਅਤੀਤ

ਸੀਲ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਕਈ ਅਰਥ ਹਨ - ਮਨਨ ਕਰਨਾ, ਮਨ ਟਿਕਾਉਣਾ, ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ, ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਸਭਿਅ, ਸ਼ਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਆਦਿ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਇਹ ਗੁਣ ਵੀ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸੰਤੋਖ ਨੂੰ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਹੁਕਮ ਹੈ। ਸੰਤੋਖ ਇਕ ਧਾਗੇ ਵਾਂਗ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਸਮਾਜ ਦੀ ਮਾਲਾ ਪਰੋਈ ਹੋਈ ਹੈ। ਜਪੁਜੀ ਦੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਫਿਰ ਪੜ੍ਹ -ਵਾਚੀਏ:

ਧੌਲੁ ਧਰਮੁ ਦਇਆ ਕਾ ਪੂਤੁ।
ਸੰਤੋਖੁ ਥਾਪਿ ਰਖਿਆ ਜਿਨਿ ਸੂਤਿ। (ਪੰਨਾ 3)

ਇਸ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਵੀ ਅਨੇਕ ਤੁਕਾਂ ਵੀ ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਹਨ:

ਸਹਸ ਖਟੇ ਲਖ ਕਉ ਉਠਿ ਧਾਵੈ।
ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਆਵੈ ਮਾਇਆ ਪਾਛੈ ਪਾਵੈ।
ਅਨਿਕ ਭੋਗ ਬਿਖਿਆ ਕੇ ਕਰੈ।
ਨਹ ਤ੍ਰਿਪਤਾਵੈ ਖਪਿ ਖਪਿ ਮਰੈ।
ਬਿਨ ਸੰਤੋਖ ਨਹੀ ਕੋਊ ਰਾਜੈ।
ਸੁਪਨ ਮਨੋਰਥ ਬ੍ਰਿਥੇ ਸਭ ਕਾਜੈ। (ਪੰਨਾ 278)
ਸਤ ਸੰਤੋਖੁ ਦਇਆ ਕਮਾਵੈ
ਏਹ ਕਰਣੀ ਸਾਰ। (ਪੰਨਾ 51)
ਸਤ ਸੰਤੋਖਿ ਰਹਹੁ ਜਨ ਭਾਈ।
ਖਿਮਾ ਗਹਹੁ ਸਤਗੁਰ ਸਰਣਾਈ। (ਪੰਨਾ 1030)
ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਦਇਆ
ਧਰਮੁ ਸੀਗਾਰ ਬਨਾਵਉ। (ਪੰਨਾ 822)
ਸਤ ਸੰਤੋਖ ਸਦਾ ਸਚ ਪਲੈ
ਸਚ ਬੋਲੈ ਪਿਰ ਪਾਏ। (ਪੰਨਾ 764)

ਜਿਸ ਕਾਰਜ ਵਿਚ ਸਤ, ਸੰਤੋਖ, ਦਇਆ ਅਤੇ ਧਰਮ ਹੋਵੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉੱਤਮ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਗੁਰੂ ਭਾਵ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰੀ ਬੈਠੇ ਹਨ ਭਾਵ ਉਸਨੂੰ ਸੁਣਦੇ, ਪੜ੍ਹਦੇ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਦੇ ਹਨ:

- ਜਿਤ ਕਾਰਜ ਸਤ ਸੰਤੋਖਿ ਦਇਆ ਧਰਮੁ ਹੈ
ਗੁਰਮੁਖਿ ਬੂਝੈ ਕੋਈ।
- ਸੰਤੋਖ ਆਇਆ ਮਨ ਪੂਰਾ ਪਾਇ।
ਫਿਰ ਫਿਰ ਮਾਗਨ ਕਾਹੇ ਜਾਇ। (ਪੰਨਾ 891)

ਸੰਤੋਖ ਕਾਰਨ ਹੀ ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਸਵਾਰਥ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤ੍ਰਿਗੁਣ ਸ਼ਬਦ ਮਾਇਆ ਵਾਸਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਥੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋਵੇ:

ਪਰਹਰਿ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਝੂਠ ਨਿੰਦਾ
ਤਜ ਮਾਇਆ ਅਹੰਕਾਰ ਚੁਕਾਵੈ।
ਤਜਿ ਕਾਮ ਕਾਮਨੀ ਮੋਹੁ ਤਜੈ
ਤਾ ਅੰਜਨ ਮਾਹਿ ਨਿਰੰਜਨ ਪਾਵੈ। (ਪੰਨਾ 141)
ਕਾਮ ਕਰੋਧ ਹੰਕਾਰ ਲੋਭ ਹਠ ਮੋਹ
ਨਾ ਮਨ ਸਿਉ ਲਿਆਵੈ।

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕਾਮ, ਕਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਹੰਕਾਰ ਪੰਜਾਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹਠ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਵੱਖ ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਜ਼ਿਕਰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹੈ:

ਸਾਧੋ ਮਨ ਕਾ ਮਾਨੁ ਤਿਆਗਉ।
ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਸੰਗਤਿ ਦੁਰਜਨ ਕੀ ਤਾਤੇ ਅਹਿਨਿਸ ਭਾਗੋ।
(ਪੰਨਾ 219)

ਦੁਤੀਅ ਦੁਰਮਤਿ ਦੂਰਿ ਕਰ
ਗੁਰ ਸੇਵਾ ਕਰਿ ਨੀਤ।
ਰਾਮ ਰਤਨੁ ਮਨਿ ਤਨਿ ਬਸੈ
ਤਜ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭੁ ਮੀਤ। (ਪੰਨਾ 296)
ਗੁਰ ਕੇ ਚਰਣ ਕਮਲ ਨਮਸਕਾਰਿ।

ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ ਇਸ ਤਨ ਤੇ ਮਾਰਿ। (ਪੰਨਾ 866)

ਛੋਡਹੁ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧੁ ਬੁਰਿਆਈ।

ਹਉਮੈ ਧੰਧ ਛੋਡਹੁ ਲਪਟਾਈ। (ਪੰਨਾ 1026)

ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਅਸਲੀ ਬਹਾਦਰ ਦੇ ਸੂਰਮਾ ਗਿਣਦੇ ਹਨ ਜਿਸਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚੋਂ ਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ:

ਨਾਨਕ, ਸੋ ਸੂਰਾ ਵਰਿਆਮੁ

ਜਿਨ ਵਿਚਹੁ ਦੁਸਟੁ ਅਹੰਕਰਣੁ ਮਾਰਿਆ।

(ਪੰਨਾ 86)

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਦਸ ਚੁੱਕੇ ਹਾਂ ਕਿ ਹਠ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਪੰਜ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਲੋਕ ਗ੍ਰਹਿਸਥ ਤਿਆਗ ਕੇ ਹਠ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਵਾਸ਼ਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦੇ ਰਾਹ ਪੈਂਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਵੀ ਉਂਨਾ ਹੀ ਮਾੜਾ ਹੈ ਜਿਨਾ ਕਿ ਭੋਗਾਂ ਵਾਲਾ ਰਾਹ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਸਹਿਜ ਦਾ ਰਾਹ ਦਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਗ੍ਰਹਿਸਥ ਦੇ ਵਿਚ ਉਦਾਸੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਹੋਵੇ । ਇਸ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਜੋਗ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਹਠ ਬਾਰੇ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ:

ਹਠੁ ਕਰਿ ਮਰੈ ਨ ਲੇਖੈ ਪਾਵੈ। (ਪੰਨਾ 226)

ਹਠ ਨਾਲ ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਬ੍ਰਹਮਚਰਜ ਧਾਰਨ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਸ ਵਿਚ ਹੰਕਾਰ ਜ਼ਰੂਰ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ:

ਬ੍ਰਹਮਚਾਰਿ ਬ੍ਰਹਮਚਜੁ ਕੀਨਾ

ਹਿਰਦੈ ਭਇਆ ਗੁਮਾਨਾ।

ਸੰਨਿਆਸੀ ਹੋਇ ਕੈ ਤੀਰਥ ਭ੍ਰਮਿਓ

ਉਸ ਮਹਿ ਕ੍ਰੋਧ ਬਿਗਾਨਾ। (ਪੰਨਾ 1003)

ਉਪਰੋਕਤ ਦਸੇ ਸ਼ਬਦ ਵਾਲੇ ਰਾਹ ਤੇ ਚੱਲਣ ਵਾਲਾ ਸਿੱਖ ਸੰਨਿਆਸੀ ਪਰਮ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਪਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ:

ਤਬ ਹੀ ਆਤਮ ਤਤ ਕੋ ਦਰਸੈ ਪੁਰਖ ਕਹਿ ਪਾਵੈ

ਕਿੰਤਨਾ ਭਾਵਪੂਰਤ ਹੈ

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਇਹ ਰਹਿਤਨਾਮਾ।

422, ਸੈਕਟਰ 15-ਏ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ

ਗਿਆਨੀ ਸੰਤ ਸਿੰਘ ਮਸਕੀਨ

ਭਾਈ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਰਤਨ

ਗਿਆਨੀ ਸੰਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮਸਕੀਨ ਅਲਵਰ ਰਾਜਸਥਾਨ ਵਾਲੇ ਜੋ ਕਿ 18 ਫਰਵਰੀ 2005 ਨੂੰ ਇਟਾਵਾ ਸ਼ਹਿਰ ਯੂ.ਪੀ. ਵਿਖੇ, ਗੁਰਪੁਰੀ ਸਿਧਾਰ ਗਏ ਸਨ, ਦਾਸ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਨ 1972 ਵਿਚ ਮੇਰਠ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਦਾਸ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕਾਨਪੁਰ ਵਿਖੇ ਸੰਨ 1960 ਵਿਚ ਕੀਤੇ ਸਨ ਤੇ ਉਦੋਂ ਹੀ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਥਾ ਸੁਣੀ ਸੀ। ਦਾਸ ਉਨ੍ਹੀਂ ਦਿਨੀਂ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਲਾਟੂਸ ਰੋਡ ਕਾਨਪੁਰ ਵਿਖੇ, ਰਾਗੀ ਭਾਈ ਮਾਨ ਸਿੰਘ ਪੰਛੀ ਨਾਲ ਸਹਾਇਕ ਰਾਗੀ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਕਰਦਾ ਸੀ ਤੇ ਇਸ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਆਏ ਸਨ।

ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਗਾਹੇ ਬਗਾਹੇ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਹੁੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਪਰ ਪੂਰਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਸਾਡਾ ਸੰਨ 1972 ਵਿਚ ਮੇਰਠ ਵਿਖੇ ਹੀ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਦਾਸ ਉਦੋਂ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਥਾਪਰ ਨਗਰ ਮੇਰਠ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਖੇ ਜਥੇ ਸਮੇਤ ਕੀਰਤਨ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਕਰਦਾ ਸੀ, ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਉਦੋਂ ਮੇਰੇ ਸਾਥੀ ਸਨ, ਸਹਾਇਕ ਰਾਗੀ ਵਾਜੇ ਤੇ ਭਾਈ ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ (ਸੂਰਮਾ) ਜੋ ਪਿੰਡ ਮਦਨ ਪੁਰ ਨੇੜੇ ਰਾਜਪੁਰਾ ਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਤਬਲਾ ਵਜਾਉਣ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਮੇਰਾ ਛੋਟਾ ਭਰਾ ਭਾਈ ਹਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਸੋ ਮਸਕੀਨ ਜੀ ਉਦੋਂ ਮੇਰਠ ਦੀ ਸੰਗਤ ਦੇ ਸੱਦੇ 'ਤੇ ਪੰਜ ਦਿਨ ਲਈ ਕਥਾ ਕਰਨ ਆਏ ਸਨ, ਅਤੇ ਸਵੇਰ ਦੀ ਕਥਾ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਕਰਦੇ ਸਨ ਤੇ ਸ਼ਾਮ ਦੀ ਕਥਾ ਰਾਤ ਨੂੰ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਤਸੰਗ ਸਦਰ ਬਜ਼ਾਰ ਮੇਰਠ ਛਾਉਣੀ ਵਿਖੇ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਦੋਹਾਂ ਹੀ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਦਾਸ ਦਾ ਰਾਗੀ ਜਥਾ ਪਹਿਲੇ ਕੀਰਤਨ ਕਰਦਾ ਸੀ, ਫਿਰ ਮਸਕੀਨ ਜੀ ਕਥਾ ਕਰਦੇ ਸਨ।

ਅਖੀਰਲੇ ਦਿਨ ਜਿਸ ਦਿਨ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਵਾਪਸ ਅਲਵਰ ਜਾਣਾ ਸੀ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਬੁਲਾਇਆ। ਮੈਨੂੰ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ ਰਤਨ ਜੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੀਰਤਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਰਸ ਹੈ, ਤੇ ਅਸੀਂ ਮਾਰਚ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਅਲਵਰ ਵਿਖੇ ਗੁਰਮਤਿ ਸਮਾਗਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ , ਇਸ ਵਾਰ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਉਥੇ ਹਾਜ਼ਰ ਜ਼ਰੂਰ ਭਰੋ, ਮੈਂ ਉਸ ਸਮਾਗਮ ਬਾਰੇ ਪੜ੍ਹ ਸੁਣ ਤਾਂ ਰੱਖਿਆ ਸੀ, ਪਰ ਕਦੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਭਰੀ। ਸੋ ਮਸਕੀਨ ਜੀ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ ਮੇਰਾ ਮਨ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹੋਇਆ ਤੇ ਮੈਂ ਹਾਮੀ ਭਰ ਦਿੱਤੀ। ਜੀ ਮੈਂ ਐਤਕੀ ਜ਼ਰੂਰ ਹਾਜਰੀ ਭਰਾਂਗਾ। ਮਸਕੀਨ ਜੀ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ ਕਿ ਠੀਕ ਹੈ ਮੈਂ ਆਪ ਜੀ ਦਾ ਨਾਮ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਵਿਚ ਛਾਪ ਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੇਜ ਦੇਵਾਂਗਾ।

ਸੋ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਸੰਨ 1973 ਦੇ ਮਾਰਚ ਦੇ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਦਾਸ ਨੇ ਮਸਕੀਨ ਜੀ ਪਾਸ ਅਲਵਰ ਵਿਖੇ ਕੀਰਤਨ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰੀ। ਬਸ ਹਾਜ਼ਰੀ ਕੀ ਸੀ, ਕਿ ਪਹਿਲੇ ਹੀ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਪਿਤਾ ਵਾਲਾ ਪਿਆਰ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਇਤਨੇ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੋਏ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਅਨਾਉਂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਅੱਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਈ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਰਤਨ ਦਾ ਜਥਾ ਸਾਡੇ ਕਾਫ਼ਲੇ ਨਾਲ ਸਦਾ ਰਹੇਗਾ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿਥੇ ਜਿਥੇ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹੇ, ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਦੂਜੇ ਜਥਿਆਂ ਦੀ ਅਨਾਉਂਸਮੈਂਟ ਸਟੇਜ ਸਕੱਤਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਪਰ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਅਨਾਉਂਸ ਖੁਦ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਆਪ ਕਰਦੇ ਸਨ, ਸੋ ਸੰਨ 1972 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਤ ਸਮੇਂ ਤਕ ਸੰਨ 2005 ਤਕ ਦਾਸ ਨੇ ਤਕਰੀਬਨ 33 ਸਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਦਾਸ ਨੇ ਬਿਤਾਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਸਦਕਾ ਦਾਸ ਨੇ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਦਾ ਹਰ ਵੱਡਾ ਤੇ ਛੋਟਾ ਸ਼ਹਿਰ ਤੇ ਭਾਰਤ ਦੀ ਹਰ ਸਟੇਟ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਕੀਰਤਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੱਤੇ। ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਥਾਈਲੈਂਡ, ਮਲੇਸ਼ੀਆ, ਸਿੰਘਾਪੁਰ, ਹਾਂਗਕਾਂਗ, ਨਿਪਾਲ, ਡੁਬਈ, ਮਸਕਟ, ਜਾਰਡਨ, ਆਸਟਰੀਆ, ਸਵਿਟਜ਼ਰਲੈਂਡ, ਜਰਮਨ, ਹੌਲੈਂਡ, ਬੈਲਜ਼ੀਅਮ, ਫਰਾਂਸ (ਪੈਰਿਸ), ਇਟਲੀ, ਯੂ.ਕੇ. ਸਾਰਾ ਤੇ ਯੂ.ਐਸ.ਏ. ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਟੇਟਾਂ ਕੋਰੀਆ (ਸਿਓਲ) ਮਾਸਕੋ, ਬੰਗਲਾ ਦੇਸ਼, ਬਰਮਾ ਇਹ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸੈਰ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਕੀਰਤਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਿੱਤੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਰਹਿ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਥਾ ਸੁਣ ਸੁਣ ਕੇ ਸਾਨੂੰ

ਵੀ ਕਥਾ ਕਰਨੀ ਆ ਗਈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਹੋ ਕੇ ਦੇਖਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ। ਆਪ ਜੀ ਕਦੇ ਮੂਡ ਵਿਚ ਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ, ਕਿ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਕਬਰ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਦੇ ਨੌਂ ਰਤਨ ਸਨ, ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਾਈ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਵੀ ਸਾਡਾ ਇਕ ਰਤਨ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਨਾਮ ਦੇ ਸੰਤ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਹਨ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਤ ਅਖਵਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਲੋਕੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੰਤ ਮੰਨ ਕੇ ਮੱਥੇ ਵੀ ਟੇਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਅਸਲ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਉਹ ਸੰਤ ਗੀਰੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਸਿਰਫ਼ ਨਾਮ ਦੇ ਹੀ ਸੰਤ ਹਨ, ਪਰ ਸੰਤ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ ਜੋ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ ਸੰਤ ਦੀ ਡੈਫੀਨੇਸ਼ਨ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਲਿਖੀ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਇਕ ਇਕ ਅੱਖਰ ਤੇ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਪੂਰੀ ਉਤਰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਸੰਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋਇਆਂ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਤ ਨਹੀਂ ਅਖਵਾਇਆ। ਇਹ ਵੱਖਰੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਸੰਤ ਸਿੰਘ ਸੀ। ਸੋ ਉਹ ਗਿਆਨੀ ਵੀ ਸਨ, ਸੰਤ ਵੀ ਸਨ, ਸਿੰਘ (ਸ਼ੇਰ) ਵੀ ਸਨ ਤੇ ਮਸਕੀਨ (ਨਿਰਮਾਣ) ਵੀ ਸਨ (ਗਿਆਨੀ ਸੰਤ ਸਿੰਘ ਮਸਕੀਨ)।

ਆਪ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਕਸਬਾ ਲੱਕ ਸਰਵਤ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਬੰਨੂੰ ਸੂਬਾ ਸਰਹਦ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਵਿਖੇ ਸੰਨ 1934 ਵਿਚ ਸਤਕਾਰ ਯੋਗ ਪਿਤਾ ਸ. ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਘਰ ਮਾਤਾ ਰਾਮ ਕੌਰ ਦੀ ਕੁੱਖੋਂ ਹੋਇਆ। ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਤਕ ਸਿੱਖਿਆ ਖਾਲਸਾ ਸਕੂਲ ਬੰਨੂੰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਫਿਰ ਗੌਰਮਿੰਟ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਦਸਵੀਂ ਤਕ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ। 1947 ਵਿਚ ਵੰਡ ਹੋ ਜਾਣ ਮਗਰੋਂ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਰਾਜਸਥਾਨ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਲਵਰ ਦੇ ਪਿੰਡ ਬਹਾਦਰਪੁਰ ਵਿਖੇ, ਆਣ ਕੇ ਵਸੇ ਤੇ ਇਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਤਾ ਸੰਨ 1952 ਵਿਚ ਚੜ੍ਹਾਈ ਕਰ ਗਏ। ਕੰਮ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵਿਚ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਰੇਲਵੇ ਵਿਚ ਡਰਾਈਵਰ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਵੀ ਲਈ, ਪਰ ਰੁਚੀ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਸੰਤਾਂ ਵਾਲੀ ਸੀ। ਇਸ ਦੀ ਪ੍ਰਬਲਤਾ ਕਾਰਨ ਹੀ ਆਪ ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਤ ਬਣ ਗਏ। ਬੈਜਨਾਥ ਧਾਮ ਤੇ ਕਟਕ ਤੇ ਸੰਭਲਪੁਰ ਉੜੀਸਾ ਵਿਚ ਕਈ ਸਾਲ, ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸੰਤ ਬਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨਿਰਮਲੇ ਨਾਲ ਵਿਚਰਦੇ ਰਹੇ। ਏਧਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਤਾ ਪੁੱਤਰ ਵਿਯੋਗ ਵਿਚ ਸਦਾ ਉਦਾਸ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ। ਬਾਬਾ ਬਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਜੋ ਕੇ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਸਨ, ਅਤੇ ਵਿਦਵਾਨ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਪੂਰਨ ਤਿਆਗੀ ਵੀ ਸਨ, ਤੇ ਸੰਜਮੀ ਤੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਰਸੀਏ ਤੇ ਨਿਮਰਤਾ ਦੇ ਪੁੰਜ ਸਨ। ਸੋ ਮਸਕੀਨ ਜੀ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਰਹਿ ਕੇ ਜਿਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੁਣ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਕਥਾ ਕਰਨੀ ਵੀ ਸਿੱਖੀ। ਗਿਆਨੀ ਜੀ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਫਕੀਰੀ ਤਬੀਅਤ ਵਾਲਾ ਸੀ। ਇਸੇ ਲਈ ਬਾਬਾ ਬਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਆਪ ਜੀ ਨੂੰ ਮਸਕੀਨ ਲਕਬ (ਨਾਮ) ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਉਹ ਗਿਆਨੀ ਮਸਕੀਨ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੋ ਗਏ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮਿਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਆਪ ਸੰਭਲਪੁਰ ਉੜੀਸਾ ਪਹੁੰਚ ਗਏ। ਸੰਭਲਪੁਰ ਤੋਂ ਅਗਲਾ ਸਟੇਸ਼ਨ ਹੈ ਬੁਰਲਾ, ਜਿਥੇ ਅਜ ਕਲ ਹੀਰਾ ਕੁੰਡ ਡੈਮ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਪਿੰਡ ਵਰਗਾ ਕਸਬਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਆਪ ਜੀ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਰਹੇ, ਤੇ ਇਥੇ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਦਾ ਸਤਸੰਗ ਸੇਵਾ ਨਿਭਾਉਣੀ, ਫਿਰ ਵਿਹਲੇ ਸਮੇਂ ਦਿਨ ਅਤੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਵੀ ਨਾਲ ਹੀ ਉਚ ਇਕ ਪਹਾੜ ਹੈ, ਉਥੇ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨਭੂਮੀ ਹੈ। ਉਥੇ ਜਾ ਕੇ ਇਕਾਂਤ ਵਿਚ ਬੈਠ ਕੇ ਤਪਸਿਆ ਕਰਨੀ ਤੇ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ, ਤੇ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ। ਫਿਰ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਬਾਦ ਵਾਪਸ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡ ਬਹਾਦਰਪੁਰ ਘਰ ਆਏ। ਮਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਵਿਚ ਜਾਨ ਆ ਗਈ। ਜੋ ਪੁੱਤਰ ਦੇ ਵਿਯੋਗ ਵਿਚ ਦੁਬਲੀ ਪਤਲੀ ਹੋ ਗਈ ਸੀ ਤੇ ਪਿੰਡ ਆ ਕੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰ ਕੇ ਬਹਾਦੁਰ ਪੁਰ ਵਿਚ ਇਕ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬਣਵਾਇਆ ਅਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਰਹਿਣ ਸਮੇਂ ਆਪ ਜੀ ਕੋਲ ਸਤਸੰਗ ਲਈ ਸੰਤ ਮਹਾਂ ਪੁਰਸ਼ ਆ ਕੇ ਠਹਿਰਦੇ, ਅਤੇ ਆਪ ਜੀ ਜੋ ਮਾਇਆ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਆਉਂਦੀ ਉਹ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਦੇ ਖਰਚ ਪੂਰੇ ਕਰਕੇ ਬਾਕੀ ਸਾਧੂ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਵੰਡ ਦੇਂਦੇ। ਸੰਨ 1958 ਵਿਚ ਆਪ ਜੀ ਦੀ ਸ਼ਾਦੀ ਬੀਬੀ ਸੁੰਦਰ ਕੌਰ ਨਾਲ ਹੋਈ। ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਗ੍ਰਹਿਸਥ ਜੀਵਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਗੁਰਮਤਿ ਪ੍ਰਚਾਰ ਦਾ ਕੰਮ ਵੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਿਆ। ਫਿਰ ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਅਲਵਰ ਵਿਖੇ ਬਸ ਸਟੈਂਡ ਦੇ ਨੇੜੇ ਮਹੱਲਾ ਸੀਸਗਰਾਂ ਵਿਖੇ ਜਗ੍ਹਾ ਲੈ ਕੇ ਇਥੇ ਆਪਣੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਪੱਕੀ ਕਾਇਮ ਕੀਤੀ, ਜੋ ਅੱਜ ਤਕ ਇਥੇ ਹੀ ਹੈ।

ਆਪ ਜੀ ਦਾ ਜੀਵਨ ਬਹੁਤ ਸੰਘਰਸ਼ ਭਰਿਆ ਸੀ। ਗਰੀਬੀ ਨੇ ਕਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖਹਿੜਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਛੱਡਿਆ। ਕਈ ਵਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਕਈ ਮੀਲ ਪੈਦਲ ਚੱਲ ਕੇ

ਵੀ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਕਥਾ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇਣ ਜਾਣਾ ਪੈਂਦਾ ਸੀ। ਕਈ ਕਈ ਦਿਨ ਕਥਾ ਕਰਨ ਪਿਛੋਂ ਕੇਵਲ ਕੁਝ ਰੁਪਏ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭੇਟ ਹੁੰਦੇ ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਕੁਝ ਮੰਗਿਆ ਨਹੀਂ। ਜੋ ਕੁਝ ਸੰਗਤਾਂ ਸੇਵਾ ਕਰਦੀਆਂ ਉਹ ਬਿਨਾਂ ਗਿਣੇ ਹੀ ਆਪਣੀ ਜੇਬ ਵਿਚ ਪਾ ਲੈਂਦੇ। ਪਰ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਮੰਗਦੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਸਨ। ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਛੱਡਿਆ ਅਤੇ ਡਟ ਕੇ ਹਰ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕੀਤਾ। ਆਪ ਨੇ ਅੰਤਾਂ ਦੀ ਗਰੀਬੀ ਦੇਖੀ ਸੀ। ਇਸੇ ਲਈ ਗਰੀਬਾਂ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਅਥਾਹ ਦੀ ਹਮਦਰਦੀ ਸੀ, ਕੋਈ ਵੀ ਗਰੀਬ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲੋਂ ਆ ਕੇ ਕੁਝ ਵੀ ਮੰਗੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਜੋ ਵੀ ਕੋਲ ਹੁੰਦਾ ਦੇ ਦੇਂਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਕਈ ਗਰੀਬ ਪਰਿਵਾਰ, ਯਤੀਮ, ਵਿਧਵਾਵਾਂ ਆਦਿ ਗਿਆਨੀ ਜੀ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਸਰ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਥੇ ਇਕ ਘਟਨਾ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਮੈਂ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਾਂਗਾ। ਅਲਵਰ ਦਾ ਹੀ ਰਾਜਸਥਾਨੀ ਇਕ ਹਿੰਦੂ ਪਰਿਵਾਰ ਸੀ, ਉਸ ਹਿੰਦੂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਤਲ ਦੇ ਕੇਸ ਵਿਚ ਉਮਰ ਕੈਦ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਹੋ ਗਈ, ਤੇ ਜਦੋਂ ਪੁਲਿਸ ਵਾਲੇ ਉਸ ਕੈਦੀ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿਚ ਪੈਦਲ ਹੀ ਲੈ ਜਾ ਰਹੇ ਸਨ ਤਾਂ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਘਰ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਹੀ ਪੈਂਦਾ ਸੀ, ਉਹ ਪੁਲਿਸ ਵਾਲੇ ਜਦੋਂ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਘਰ ਕੋਲੋਂ ਲੰਘਣ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਉਸ ਕੈਦੀ ਨੇ ਪੁਲਿਸ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਤਾਂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸ ਲੈ ਚਲੋ। ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਵਾਲੇ ਉਸ ਕੈਦੀ ਨੂੰ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਘਰ ਲੈ ਆਏ। ਮਸਕੀਨ ਜੀ ਬਾਹਰ ਵਿਹੜੇ ਵਿਚ ਹੀ ਕੁਰਸੀ ਤੇ ਬੈਠੇ ਸਨ ਤਾਂ ਉਸ ਕੈਦੀ ਨੇ ਮਥਾ ਟੇਕਿਆ ਤੇ ਕੋਲ ਬੈਠ ਗਿਆ। ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੇ ਆਉਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਪੁਛਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਦਸਿਆ ਕਿ ਸੰਤ ਜੀ ਮੁਝੇ ਏਕ ਕਤਲ ਕੇ ਕੇਸ ਮੇਂ ਉਮਰ ਕੈਦ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਔਰ ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਗਰੀਬ ਆਦਮੀ ਹੂੰ। ਔਰ ਮੇਰੇ ਦੋ ਬੱਚੇ ਔਰ ਏਕ ਪਤਨੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੈਂ। ਪਤਨੀ ਕਾ ਵੀ ਕੋਈ ਸਹਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸੋ ਮੈਂ ਯਹੀ ਸੋਚ ਰਹਾ ਹੂੰ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੱਚੋਂ ਕੋ ਮੇਰੇ ਬਾਦ ਕੌਣ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੇਗਾ। ਕੋਈ ਕਮਾਨੇ ਵਾਲਾ ਵੀ ਨਹੀ। ਕੈਸੇ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਜੀਏਂਗੇ? ਇਹ ਸੁਣ ਗਿਆਨੀ ਜੀ ਦਾ ਹਿਰਦਾ ਪਿਘਲ ਗਿਆ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਤੂੰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰ। ਤੂੰ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇ ਘਰ ਆ ਗਿਆ ਹੈਂ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਆਪੇ ਤੇਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਗੇ। ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਜੋ ਹੋ ਸਕਿਆ ਅਸੀਂ ਕਰਾਂਗੇ। ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਫਿਕਰ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ, ਉਦੋਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਕੈਦੀ ਦੇ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤਕ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਉਸ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਖਰਚ ਉਸਦੇ ਘਰ ਭੇਜਦੇ ਦੇਂਦੇ ਸਨ। ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਧੀ ਜਵਾਨ ਹੋਣ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਬੱਚੀ ਦੀ ਸ਼ਾਦੀ ਵੀ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਧੂਮ ਧਾਮ ਨਾਲ ਕਰਵਾਈ। ਉਸ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਿਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਐਸੇ ਹਮਦਰਦ ਸਨ ਗਰੀਬਾਂ ਦੇ ਮਸਕੀਨ ਜੀ।

ਮਸਕੀਨ ਜੀ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਗਰੁੱਪਬਾਜ਼ੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੇ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਿਆਸੀ ਝਮੇਲਿਆਂ ਵਿਚ ਕਦੇ ਆਏ। ਸੰਨ 1960 ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅਲਵਰ ਵਿਖੇ ਆਪਣੇ ਵੱਡੇ ਲੜਕੇ ਅਮਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਜਨਮ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਖੇ ਗੁਰਮਤਿ ਸਮਾਗਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ। ਇਹ ਗੁਰਮਤਿ ਸਮਾਗਮ ਜੋ ਪਹਿਲੇ ਪਹਿਲ ਨਿਸਚਿਤ ਤਰੀਕਾਂ ਨਹੀਂ ਸਨ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਸਿਫਰ ਮਾਰਚ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ਵਿਚ ਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣ ਤੇ 1,2,3 ਮਾਰਚ ਤਰੀਕਾਂ ਨਿਸਚਿਤ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇਸ਼ ਵਿਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰਨ ਅਲਵਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਜੋ ਵੀ ਇਕ ਵਾਰ ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਆ ਗਿਆ ਉਹ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਾਲ ਇਹ ਸਮਾਗਮ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਸੀ ਖੁੰਝਦਾ। ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਅਲਵਰ ਦੀਆਂ ਸਭ ਸਰਾਵਾਂ ਤੇ ਸਭ ਸਕੂਲ ਸੰਗਤਾਂ ਲਈ ਬੁਕ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦੇ ਸਨ, ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਮਰੇ ਵੀ ਸੰਗਤਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਬਣਾਏ ਸਨ। ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਣ ਤੇ ਹੋਟਲਾਂ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵੀ ਬੁੱਕ ਕਰਵਾ ਲੈਂਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਸਮਾਗਮ ਦੇਸ਼ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਅਨੋਖਾ ਨਜ਼ਾਰਾ ਦੇਖਿਆ ਹੀ ਬਣਦਾ ਸੀ। ਦੂਰੋਂ ਦੂਰੋਂ ਰਾਗੀ ਕੀਰਤਨੀ ਜਥੇ, ਪ੍ਰਚਾਰਕ, ਕਥਾ ਵਾਚਕ, ਕਵੀ ਢਾਡੀ, ਵਿਦਵਾਨ ਇਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਪੰਜਾਂ ਤਖਤਾਂ ਦੇ ਜਥੇਦਾਰ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਹੈੱਡ ਗ੍ਰੰਥੀ ਸਭ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰਦੇ ਸਨ। ਰਾਗੀ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਡੇਢ ਸੌ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਬੜੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪੰਜ ਤੋਂ ਲੈ ਦਸ ਮਿੰਟ ਬੋਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਮਿਲਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਸਭ ਨੂੰ ਮਾਇਆ ਦੇਂਦੇ। ਜੋ ਕਿ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 1100/- ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 3100/ ਤਕ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਦਰਜਾ ਬਦਰਜਾ ਤੇ ਨਾਲ ਦੁਸ਼ਾਲੇ ਸਿਰੋਪਾ

ਵਜੋਂ ਦਿੰਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਤਿੰਨੇ ਚਾਰੇ ਦਿਨ ਲੰਗਰ ਵਧੀਆ ਘਰ ਵਰਗਾ ਦੇਸੀ ਘਿਓ ਦਾ ਹੀ ਚੱਲਦਾ ਸੀ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਛੇ ਸੱਤ ਲੱਖ ਰੁਪਿਆ ਖਰਚ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਜੋ ਸਾਰਾ ਆਪ ਆਪਣੇ ਪੱਲਿਓਂ ਹੀ ਖਰਚ ਕਰਦੇ ਸਨ, ਪਰ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਮਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨਹੀਂ ਲਈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮੰਗੀ। ਜੋ ਦੇਸ਼ ਵਿਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਕਥਾ ਕਰਕੇ ਕਮਾਉਂਦੇ ਸਨ, ਉਹ ਸਾਰਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮਾਗਮਾਂ 'ਤੇ ਖਰਚ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਸਨ।

ਅਲਵਰ ਵੀ ਆਸ ਪਾਸ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਕੁਝ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਆਪ ਨੇ ਬਣਵਾਏ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਖ ਰੇਖ ਵਿਚ ਹੀ ਅਲਵਰ ਵਿਚ ਦੋ ਸਕੂਲ ਵੀ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ। ਇਹਨਾਂ ਸਕੂਲਾਂ ਦਾ ਖਰਚ ਵੀ ਆਪ ਜੀ ਹੀ ਉਠਾਉਂਦੇ ਸਨ ਤੇ ਗਰੀਬ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੇ ਵਰਦੀਆਂ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਸਨ।

ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਸਖਸ਼ੀਅਤ ਐਸੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸੀ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਕੇ ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਸੀਸ ਝੁਕ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। (ਹਸਮੁਖ ਚਿਹਰਾ, ਹਰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਬੜੇ ਮਿੱਠੇ ਲਹਿਜੇ ਵਿਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ, ਤੇ ਸਭ ਨੂੰ ਗੁਰਮੁਖ ਜੀ ਜਾਂ ਗੁਰਮੁਖੋ ਕਹਿ ਕੇ ਬੁਲਾਉਣਾ, ਇਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸੇਵਕਾਂ ਤੇ ਸ਼ਾਗਿਰਦਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਬੁਲਾਉਣਾ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਇੱਜ਼ਤ ਦੇਣੀ। ਸਿਰ ਤੇ ਬੱਝਵੀਂ ਫਬਵੀਂ ਕਾਲ ਦਸਤਾਰ, ਗਲ ਵਿਚ ਵਧੀਆ ਕੁੜਤਾ, ਪਜ਼ਾਮਾ ਲੱਕ ਵਿਚ ਕਥਾ-ਕਾਰਾਂ ਸੰਤਾਂ ਵਾਲੀ ਡਰੈਸ, ਉਪਰ ਜੈਕਿਟ ਮੋਢੇ ਤੇ ਸ਼ਾਲ ਤੇ ਬੜੇ ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਕਦਮਾਂ ਨਾਲ ਚਹਿਲ ਕਦਮੀ ਕਰਦਿਆਂ ਚੱਲਣਾ, ਐਸੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਿੱਖ ਸੀ, ਰਾਤ ਨੂੰ ਭਾਵੇਂ ਕਿੰਨੇ ਵੀ ਲੇਟ ਸੌਣ, ਪਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਉਠ ਪੈਣਾ, ਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਕੇ, ਫਿਰ ਇਕ ਕੱਪ ਚਾਹ ਪੀ ਕੇ ਨਿਤਨੇਮ ਤੇ ਬੈਠ ਜਾਣਾ, ਪਹਿਲੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਕ ਘੰਟਾ ਜਾਂ ਅੱਧ ਘੰਟਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਜਾਪ ਉਚੀ ਸੁਰ ਵਿਚ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਕਰਨਾ, ਫਿਰ ਪੰਜਾਂ ਬਾਣੀਆਂ ਦਾ ਪਾਠ ਅਤੇ ਕੁਝ ਬੇਨਤੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰਨਾ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਉਚੀ ਸੁਰ ਵਿਚ ਵਜਦ ਵਿਚ ਆ ਕੇ ਕਰਨਾ, ਤੇ ਐਸੇ ਵਜਦ ਆ ਕੇ ਪਾਠ ਕਰਦੇ ਕਿ ਸੁਣਨ ਵਾਲੇ ਵੀ ਜੁੜ ਜਾਂਦੇ ਸਨ, ਸਰੋਤਿਆਂ ਦਾ ਮਨ ਕਰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਪਾਠ ਕਰੀ ਜਾਣ ਤੇ ਅਸੀਂ ਸੁਣਦੇ ਰਹੀਏ।

ਦਾਸ ਨੇ ਕਈ ਸੰਤਾਂ ਦੇ ਡੇਰਿਆਂ ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅੱਖੀਂ ਦੇਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੰਤਾਂ ਉੱਤੇ ਮਹਾਰਾਜ ਦਸਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦਾ ਇਹ ਸਵੈਯਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢੁਕਦਾ ਹੈ

ਆਖਨ ਭੀਤਰ ਤੇਲ ਕੋ ਡਾਰਸ
ਲੋਗਨ ਨੀਰ ਬਹਾਇ ਦਿਖਾਵੈ॥
ਜੋ ਧਨਵਾਨ ਲਖੈ ਨਿਜ ਸੇਵਕ
ਤਾਹਿ ਪਰੋਸ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਜਿਮਾਵੈ॥
ਜੋ ਧਨ ਹੀਨ ਲਖੈ ਤਿਂਹ ਦੇਤ
ਨ ਮਾਗਨ ਜਾਤ ਮੁਖੋਂ ਦਿਖਾਵੈ॥
ਲੂਟਤ ਹੈ ਪਸ ਲੋਗਨ ਕੋ
ਕਬਹੂੰ ਨ ਪ੍ਰਮੇਸਰ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਵੈ॥

ਆਮ ਸੰਤਾਂ ਦੇ ਡੇਰਿਆਂ ਵਿਚ ਦੇਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਧਨੀ ਤੇ ਮਾਇਆ ਵਾਲੇ, ਤੇ ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਲੀਡਰਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਆਓ ਭਗਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਸਤਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸੋਂ ਵੱਡੀ ਮਾਇਆ ਆਉਣ ਦੀ ਆਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸ ਕੋਈ ਰਾਗੀ ਜਾਂ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਚਲਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੜੀ ਨਫ਼ਰਤ ਭਰੀ ਨਿਗਾਹ ਨਾਲ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਰਾਗੀ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਨੂੰ ਬੜੇ ਕੁਰੱਖਤ ਬੋਲ ਬੋਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਮਸਕੀਨ ਜੀ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਰਾਗੀਆਂ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਨਾਲ ਸਦਾ ਹੀ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਕਈ ਕਈ ਰਾਗੀ ਜਥੇ ਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਹਰ ਥਾਂ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲਿਜਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵੀ ਕਰਵਾਏ ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪ ਸਭ ਨੂੰ ਕੀਰਤਨ ਭੇਟਾ ਦੇਣੀ, ਇਥੋਂ ਤਕ ਅਸੀਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਸ਼ਹਿਰ ਜਾਂ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਰਾਗੀ ਸਿੰਘਾਂ ਨੂੰ ਜਾਂ ਕਥਾ ਵਾਚਕਾਂ ਨੂੰ ਸੰਗਤਾਂ ਵਲੋਂ ਮਾਇਆ ਘੱਟ ਆਵੇ ਤਾਂ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਆਪਣੀ ਕਥਾ ਦੀ ਭੇਟਾ ਸਾਰੀ ਰਾਗੀ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਨੂੰ ਵੰਡ ਦੇਂਦੇ। ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਧਨੀ ਪੁਰਸ਼ ਨੂੰ ਜਾਂ ਲੀਡਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਸਨਮਾਇਆ ਜਾਂਦਾ। ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਚਾਲੀ ਪੰਜਾਹ ਬੰਦਿਆਂ ਦਾ ਕਾਫ਼ਲਾ ਹਰ ਵਕਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ ਤਾਂ ਹਰ ਬੰਦੇ ਦੀ ਲੋੜ ਦਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਿਆਲ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਜਿੰਨੇ ਵੀ ਸੱਜਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ, ਹਰ ਆਦਮੀ ਇਹੀ ਸਮਝਦਾ ਸੀ ਕਿ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਸਭ ਤੋਂ

ਜ਼ਿਆਦਾ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮੇਰੇ ਘਰ ਦੇ ਬੰਦੇ ਹਨ, ਜਦ ਕਿ ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਸਭ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਵਹਾਰ ਇਕੋ ਜਿਹਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਸੀ।

ਮਸਕੀਨ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਪਿਛਲੇ 50 ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਗੁਰਮਤਿ ਪ੍ਰਚਾਰ ਲਈ ਦੇਸ਼ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਜਿੰਨਾ ਸਫਰ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਆਇਆ ਹੋਵੇ। ਸੰਸਾਰ ਭਰ ਵਿਚ ਭਰਮਣ ਕਰਦਿਆਂ ਜਿਥੇ ਜਿਥੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਲੇਵਾ ਸੰਗਤਾਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਉਥੇ ਪੁੱਜ ਕੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੀ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚਾਇਆ। ਅਫਗਾਨਿਸਤਾਨ, ਪਾਕਿਸਤਾਨ, ਈਰਾਨ, ਕੁਵੈਤ, ਈਰਾਕ, ਡੁਬਈ, ਕਤਰ, ਬਹਿਰੀਨ, ਕੀਨੀਆ, ਤਨਜਾਨੀਆ, ਨੈਰੋਬੀ, ਯੁਗਾਂਡਾ, ਫਿਜ਼ੀ, ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ, ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ, ਸਿੰਘਾਪੁਰ, ਮਲੇਸ਼ੀਆ, ਹਾਂਗਕਾਂਗ, ਫਿਲਪਾਈਨ, ਜਾਪਾਨ, ਇੰਗਲੈਂਡ, ਜਰਮਨੀ, ਫਰਾਂਸ, ਨੀਦਰਲੈਂਡ, ਬੈਲਜ਼ੀਅਮ, ਆਸਟਰੀਆ, ਡੈਨਮਾਰਕ, ਸਵੀਡਨ, ਸਵਿਟਜ਼ਰਲੈਂਡ, ਅਮਰੀਕਾ ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਟੇਟਾਂ, ਸਭ ਰਾਜਾਂ ਵਿਚ ਗਏ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਤਕਰੀਬਨ ਹਰ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚ ਗਏ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਗੁਰਮਤਿ ਸਮਾਗਮ ਕਰਵਾਏ ਜਾਂਦੇ, ਜਿਥੇ ਤਖਤ ਸਾਹਿਬਾਂ ਦੇ ਜਥੇਦਾਰ ਵੀ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਸਮੇਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ ਰਾਗੀ ਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਦਾ ਵੱਡਾ ਸਾਰਾ ਕਾਫਲਾ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਸੀ।, ਜੋ ਚਾਹੀ ਪੰਜਾਹ ਸਾਲ ਤੋਂ ਕੁਝ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਰ ਸਾਲ ਪੱਕੇ ਸਨ, ਨਿਸਚਿਤ ਸਨ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦਾ ਗੁਰਪੁਰਬ ਬੰਬਈ, ਦਸਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦਾ ਪੁਰਬ ਪਟਨਾ ਸਾਹਿਬ, ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਿੱਲੀ ਸੀਸ ਗੰਜ ਸਾਹਿਬ, ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਦੇ ਪੁਰਬ ਤੋਂ ਦੀਵਾਲੀ ਤਕ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, ਵੈਸਾਖੀ ਕਲਕੱਤਾ, ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਰਾਏ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਗ੍ਰੇਟਰ ਕੈਲਾਸ਼ ਦਿੱਲੀ, ਇਹ ਪੱਕੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਨ ਅਤੇ 1 ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੋਂ 4 ਅਪ੍ਰੈਲ ਤਕ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਇਮਲੀ ਸਾਹਿਬ ਇੰਦੌਰ। ਕਮਾਲ ਦੀ ਗਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਸਕੀਨ ਸਹਿਬ ਨੇ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛਕਣ ਲਈ ਕੰਪੈਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਥਾ ਦਾ ਹੀ ਇਤਨਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸੀ, ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਥਾ ਅਤੇ ਕਥਾ ਦੀਆਂ ਕੈਸਟਾਂ ਸੁਣ ਸੁਣ ਕੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਕਈ ਮੁਸਲਮਾਨ ਤੇ ਈਸਾਈਆਂ ਨੇ ਆਪੇ ਹੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛਕ ਕੇ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲਿਆ ਸੀ। ਐਸੀ ਮਹਾਨ ਸਖਸ਼ੀਅਤ ਨੂੰ ਦਾਸ ਆਪਣੇ ਵਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਰਸੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਅਰਪਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਿਮਰਨ ਨਿਵਾਸ, ਗਲੀ ਨੰ: 1, ਨਿਊ ਬਸੰਤ ਵਿਹਾਰ,
ਕਾਕੋਵਾਲ ਰੋਡ, ਲੁਧਿਆਣਾ

ਕਰੀਏ ਸੈਰ ਭਾਵੇਂ ਹੋਵੇ ਕਹਿਰ

ਯਸ਼ਪਾਲ ਮਾਨਵੀ

ਮਸ਼ੀਨੀ ਯੁੱਗ ਦੀ ਚੜ੍ਹਤ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਵਰਜਸ਼ ਹੁਣ ਕੰਮ ਦੇ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਗਈ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਬਾਕੀ ਮੈਂਬਰ ਸਾਈਕਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦੇ। ਥੋੜੀ ਦੂਰ ਜਾਣ ਲਈ ਜਿਥੇ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਈਕਲ ਐਸ਼ ਲੱਗਦੀ ਸੀ ਹੁਣ ਇਸ ਦੀ ਥਾਂ ਸਕੂਟਰ ਨੇ ਲੈ ਲਈ। ਮਜ਼ਦੂਰ ਵਰਗ ਦਾ ਸਰੀਰ ਹੀ ਗਰਦਸ਼ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮੱਧ ਵਰਗ ਦੇ ਸੁੱਖਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰਕ ਸੁੱਖ ਨੂੰ ਜਨਮ ਤਾਂ ਦਿੱਤਾ ਪਰ ਨਾਲ ਦੀ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਚੜ੍ਹਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਖਾਣ ਪੀਣ ਤਕੜਾ ਹੈ। ਉਸ ਮੁਤਾਬਕ ਸਰੀਰ ਕਸਰਤ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਦੂਜਾ, ਮਾਨਸਿਕ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਇਸ ਵਰਗ ਨੂੰ ਵੱਧ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਤਣਾਅ ਵੀ ਇਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਭੰਨ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰ ਨਹੀਂ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਉਸ ਨੁਕਤੇ ਤੋਂ ਸੈਰ ਦੇ ਲਾਭ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਾਂ। ਮੈਂ ਤਾਂ ਇਕ ਇਸ ਸੈਰ ਦਾ ਸ਼ੁਦਾਈ ਹਾਂ। ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹਿੱਲ ਜੁਲ ਵਿਚ ਰੱਖਕੇ ਮਨ ਹੌਲਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦਿਲ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਧੜਕਦਾ ਹੈ। ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਾਲੀਆਂ ਆਰਾਮ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਸਾਫ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ। ਸਭ ਤੋਂ ਸੌਖਾ ਤੇ ਸਸਤਾ ਸਾਧਨ ਹੈ ਤੁਰਨਾ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੈਰ ਵੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਫਤ ਦੀ ਦਵਾਈ ਹੈ। ਬੱਸ ਲੋੜ ਹੈ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕ ਵੇਰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਲੋੜ ਬਣਾਉਣਾ। ਸੈਰ ਵੀ ਨਸ਼ੇ ਵਾਂਗ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਿੰਨਾ ਮਰਜੀ ਵਧੀਆ ਖਾਣਾ ਹੋਵੇ ਭੁੱਖ ਬਿਨਾਂ ਸਵਾਦ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ। ਸਰੀਰਕ ਹਿੱਲ ਜੁਲ ਭੁੱਖ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਰੱਜ ਕੇ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਭੁੱਖ ਨਾਲ ਖਾਧਾ ਖਾਣਾ ਹੀ ਹਾਜ਼ਮੇ ਦੇ ਵੱਧ ਲਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਧੱਕੇ ਨਾਲ ਖਾਧਾ ਤਾਂ ਇਕ ਸਜ਼ਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਹੁਣਚਾਰੀ ਵਿਚ ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕ ਬਾਰ ਬਾਰ ਚਾਹ, ਦੇ ਹਮਸਾਥੀ ਬਣ ਕੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਸ਼ਟ ਵਿਚ ਪਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਇੱਛਾ ਜਾਂ ਲੋੜ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਖਾਣਾ ਬਿਨਾਂ ਜੁਰਮ ਸਜ਼ਾ ਭੁਗਤਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਸੈਰ ਕਰਨ ਲਈ ਜੇ ਵਧੀਆ ਸਾਥ ਮਿਲ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸੋਨੇ ਤੇ ਸੁਹਾਗੇ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਕੱਲੇ ਦੀ ਸੈਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਵੇਗੀ। ਉਸਨੂੰ ਤੁਰਨਾ ਹਰ ਵੇਲੇ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਰਹੇਗਾ। ਵਧੀਆ ਸਾਥ ਵਿਚ ਇਕ ਘੰਟੇ ਦਾ ਤਾਂ ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਨਾਲੇ ਆਪਸ ਵਿਚ ਵਿਚਾਰ ਵਟਾਂਦਰੇ ਨਾਲ ਦੁੱਖ ਸੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਕਰ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਹੋਣ ਨਾਲ ਮਸਲਾ ਕਾਫ਼ੀ ਹੱਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੈਰ ਇਕ ਤਣਾਅ ਮੁਕਤ ਗੋਲੀ ਦਾ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਸਮਾਂ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੁਰਕੇ ਜਾਂ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਘਟਦੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਕ ਪੰਥ ਦੋ ਕਾਜ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਕੂਟਰ ਤੇ ਪੈਟਰੋਲ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿਚ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਸੋ ਤੁਰਨ ਵਰਗਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਪੁੰਨ ਨਹੀਂ। ਜਿਹੜਾ ਬੰਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਮੈਲਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਯੋਗਦਾਨ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ ਸਮਝੋ ਉਹ ਅਹਿਸਾਨ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਵਰਜ਼ਸ ਨਾਲ ਮੋਟਾਪਾ ਘੱਟ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਮਜ਼ਦੂਰ ਕਦੇ ਮੋਟਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਸਨੂੰ ਵਾਧੂ ਭੋਜਨ ਜਮਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਦੀ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਮੌਕਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ। ਵਾਧੂ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਅਮੀਰ ਲੋਕ ਫਿਰ ਪਤਲੇ ਹੋਣ ਲਈ ਦਵਾਈਆਂ ਤੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿਚ ਫਿਰਦੇ ਹਨ। ਸੈਰ ਵਾਧੂ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਜਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਵੇਗੀ। ਅਗੋਂ ਮੋਟਾਪਾ ਕਿਹੜਾ ਇਕ ਪੱਖ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹੋਰ ਕਈ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਰਾਹ ਪੱਧਰਾ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨੇੜੇ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਸੈਰ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੱਲ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕੋਈ ਬਹਾਨਾ ਨਾ ਬਣਾਉ। ਚੰਦ, ਤਾਰੇ, ਸੂਰਜ, ਸਭ ਗਰਦਸ਼ ਵਿਚ ਹਨ। ਕੁਦਰਤ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਵਿਚ ਹੈ। ਜਿਸ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਨਿਰਜੀਵ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ। ਉਸ ਵਿਚ ਇਲੈਕਟਰਾਨ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਨਿਊਕਲੀਅਸ ਦਆਲੇ ਚੱਕਰ ਕੱਟਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਘੱਟ ਤੇ ਸਾਦਾ ਖਾਣਾ, ਸਹਿਜ ਤੇ ਸੱਚਾ ਸੁੱਚਾ ਜੀਵਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਹਾਈ ਹੋਵੇਗਾ। ਲੱਗਦੇ ਹੱਥ ਸੈਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬੱਸ ਸਮਝੋ ਸਵਰਗ ਦਾ ਝੂਟਾ ਏਥੇ ਹੀ ਅਨੁਭਵ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਵੇਗਾ। ਸੈਰ ਦੀ ਆਦਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਆਲਸੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਸ ਇਸ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹਮਣੇ ਰੱਖ ਕੇ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿਚ ਰਜਾਈ ਵਗਾਹ ਕੇ ਮਾਰੋ ਤੇ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਪੱਖੇ ਤੇ ਏ.ਸੀ. ਕੋਲੋਂ ਕੌੜੀ ਘੁੱਟ ਭਰ ਲਵੋ। ਔਲੇ ਦੇ ਖਾਧੇ ਤੇ ਸਿਆਣੇ ਦੇ ਕਹਿਣ ਦਾ(ਸੈਰ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ) ਪਿਛੋਂ ਹੀ ਸੁਆਦ ਆਵੇਗਾ।

205, ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਕਲੋਨੀ, ਰਾਜਪੁਰਾ ਟਾਊਨ, ਪਟਿਆਲਾ

ਮਾਣਯੋਗ ਸ. ਹਰਕਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਧੂਪੀਆ

ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬਿੰਦਰਾ

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕਈ ਗੱਲਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੁਤੱਲਕ ਅਗਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦੱਸੇ ਤਾਂ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਇਹੀ ਗੱਲ ਮੇਰੇ ਅਤੇ ਧੂਪੀਆ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸਬੰਧ ਅਤੇ ਦੋਸਤੀ ਦੀ ਸੀ। ਅਸਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਇਕ ਵਾਰ ਵੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਪਰ ਪਿਛਲੇ 5-6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਇਦ ਹੀ ਕੋਈ ਦਿਨ ਹੋਵੇਗਾ, ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੈਨੂੰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨਾ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ।

ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਬੜੀ ਖੁਹਾਇਸ਼ ਸੀ ਕਿ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਜੋ ਟਕਸਾਲੀ ਕੀਰਤਨ ਇਕੱਠਾ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਸ਼ਕਲ ਮਿਲ ਜਾਵੇ ਕਿ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾ ਮੁੱਕ ਜਾਵਣ। ਮੇਰੀ ਕਈ ਵਾਰ ਗਲ ਮੇਰੇ ਮਿਹਰਬਾਨ ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ ਹੁਰਾਂ ਨਾਲ ਹੋਈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਅਤੇ ਵੈਸੇ ਵੀ ਕਈ ਹਸਤੀਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮੇਰੇ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਕੀਰਤਨ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲ ਲਿਆ ਜਾਵੇ, ਪਰ ਇਹ ਗੱਲ ਕਿਤੇ ਪੱਕੀ ਨਾ ਹੋ ਸਕੀ। ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਰਫ਼ਤ ਵੀ ਗੱਲ ਹੋਈ ਪਰ ਇਹ ਗੱਲ ਤੋੜ ਨਾ ਚੜ੍ਹੀ। ਅਕਸਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇਹ ਹੀ ਖੁਹਾਇਸ਼ ਸੀ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਗੱਲ ਉਥੇ ਹੀ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇ।

ਇਕ ਦਿਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਟੈਲੀਫੋਨ ਆਇਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸ. ਹਰਕਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਧੂਪੀਆ ਜੀ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ। ਮੈਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ ਕਿ ਧੂਪੀਆ ਸਹਿਬ ਸਹੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਦਮੀ ਹਨ। ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੈਸਟ ਭੇਜਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੀਡੀਜ਼ ਬਣਾਉਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਇਥੋਂ ਤਕ ਹੋ ਗਿਆ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਕਾਲ ਚਲਾਣਾ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਤਕ ਮੇਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 40 ਕੈਸਟ ਸਨ, ਜਿਹੜੇ ਮੈਂ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਨ ਦਿੱਤੇ। ਧੂਪੀਆ ਸਾਹਿਬ 9-10 ਸੀ.ਡੀਜ਼ 12-12 ਜਾਂ 15-15 ਘੰਟੇ ਦੀ ਬਣਾ ਚੁੱਕੇ ਸਨ। ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਿ ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ ਹੁਰਾਂ ਦੇ ਸੀਡੀਜ਼ ਸੈਂਟਰ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਵੰਡੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਥੇ ਮੈਂ ਵੀ ਜਿਸ ਨੇ ਇਹ ਸੀਡੀਜ਼ ਮੰਗੀਆਂ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਇਸ ਸਭ ਕਾਸੇ ਨੂੰ ਇਹ ਸਾਰੀ ਸ਼ਕਲ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਸ. ਧੂਪੀਆ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਧੂਪੀਆ ਸਾਹਿਬ ਬੜੇ ਨੇਕ ਖਿਆਲਾਂ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਉਦਮੀ ਹਸਤੀ ਦੇ ਸੱਜਣ ਸਨ, ਪਰ ਅੱਗੇ ਜੋ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਿਲ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਸੀ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੀਡੀਜ਼ ਤੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ 8-10 ਘੰਟੇ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਰਹੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਸੁਣਾਂਗੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅੱਗੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਬਖਸ਼ੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਤੋੜ ਚੜ੍ਹਾਏ।

R -15B, Windsor Court, DLF-IV,
Gurgaon(Haryana)

Gardening as Grief Therapy

Surinder Kaur Puar (USA)

(Spring/Summer 2005)

I usually look forward to spring and summer, particularly spring. The grass turns its color to lush green. The spring flowers and tulips begin to peak their heads out of their holes to say hello to dreary looking people who complained all through the harsh winter season about Nature's frigid temperatures. The trees turn on new buds, flowers and then leaves. The birds chirp in the early morning hours as if singing praises of God to thank Him for another beautiful season. The Nature is at its best. The entire universe seems to cheerful. The springs season has always inspired me to grow my flowers and vegetables garden.

This year I'm more enthusiastic to plan my garden than the previous year. The gardening has taken a new meaning for me the past two years since the passing on my son. It has turned out to be one of the major therapeutic remedies among other things to heal my pain and to grieve over the loss on my child. I have enjoyed gardening for as long as I can remember; however, I never thought about its healing powers. I believe I never had to, life had been good. My gardening passion basically had to do with enjoying the fresh taste of red juicy, luscious tomatoes and vegetables, particularly, my native ones. (I know that tomatoes are considered fruit, not vegetables and according to one organic magazine there are at-least 56 varieties of them).

It has always been intriguing to me to see tiny seedlings germinate, grow to healthy plants, bear abundance of fruit, satiate so many peoples' palates and then wither away without any complaint. I find my son's life so similar to these plants. He never was afraid of death. From early childhood, he had the wisdom to believe that the soul can find permanent peace only after leaving this physical body. The life that sprung out of me grew beautifully, flourished and left this world unpredictably and prematurely. Prematurely, at least in my book! The cycle of birth and death that is so natural to the order of Universe seems so cruel and unnatural when someone so young is taken away from you just as blight strikes some tender plants before they had a chance to ripe fully.

So, I begin to plan my garden this spring. This year is exceptionally unique. First of all, I enlist the help of my husband my giving him the responsibility of enlarging and a hard worker that comes with the territory of being a Punjabi Sikh man. The tedious job is the fencing around the garden. The deer

in our neighbor-hood eat every thing in sight and love it dearly. My husband had to extend the fence from three foot to six foot tall so that the deer won't dare to jump in. After tilling the ground, fencing around it and preparing the soil by adding organic dirt and fertilizers; I begin to plant a marathon of vegetables this spring.

I concentrate more on growing my native vegetables that are hard to find in supermarkets and in farmer's markets, even though I see them more and more readily available in the recent years. It also has to do with all the Indian grocery stores that have mushroomed all over in New Jersey. I know people here find exotic vegetables' fascinating. Any thing people are not familiar with, I often hear them remarking as exotic. My exotic vegetables include: Okra, Punjabi Tindas, Karelas (biter melon), Locky-Ghia or it is also called plain simple—Bud, depending on what part of India one is from. It also is called Gourd, the English version. Anyway, all these vegetables are quite popular among Punjabis. Bangan (eggplant) bhartha is another favorite of my family. But, that is no problem as the eggplants are plentiful and available in a number of varieties and in many shapes and sizes in the states. Punjabis love sarson daa saag (mustard greens cooked plain to go with MakkeeDee Roti—the bread made out of corn flour, also called Maize or, cooked with spinach and paneer, the English version of cheese).

Off course my garden had all the usual vegetables, such as, tomatoes, bell peppers, hot red peppers, Jalapenos, eggplants, spinach, corirander, mixed lettuce, methi, sweet basil and corn . I grew corn first time in my life this season. It reminder me the corn-firlds in Punjab except that over there, there are acres and acres of them growing for miles. The healthiest part of my gardening is that it is mostly organic. I refrain from using chemically loaded fertilizers and harsh sprays except in extreme Japanese beetle attacks that Bridgewater area has been swamped with for the last two summers. Even that I'm on my way to find the measure to prevent these beetles from growing in the first place. Good luck to me, right!

The most attractive part of my vegetable garden this summer was the marigolds and red Sylvias outside the fence and sun-flower plants inside. I meant to replant sun-flower plants at different ports in the yard. I didn't have the heart to dig them out to replant as they grew so big in a matter of days. The plants grew eight to ten feet tall with huge sun flowers on the top. The sun flowers are unique in a sense. I love to watch them turn their heads as the sun moves its direction throughout the day. I call them sun worshippers. Some of them could hardly move their heads because of their large size. In any event, people could see them right from the street before turning into our driveway.

I had a bumper crop of vegetables in spite of a long stretch of draught this summer. For weeks there wasn't a drop of rain in sight, clouds yes, but no rain.

The grass got burned down. the trees and shrubs looked all wilted and many of them died. My experience over the years tells me that I do better with my garden in less rain than in heavy monsoon season. I have to water my patch every day to grow a healthy harvest, the nutrients remain in place instead of washing away with down pours of rain.

My husband and I had such a great fun giving away gourds and other vegetables to family, friends and the Sangat (congregation) at the Gurdwara (Sikh temple) all summer. It seemed as if the more we gave away, the more it grew . I truly believe in the miracle of sharing.Going through grief is like fighting a horrific and terminal disease such as cancer. I know that a few cancers are curable but most still are not. I may find myself in remission from pain at times because of my involvement in a number of activities I enjoy. At the same time my inner self is always aware of the one I miss the most. The gardening is one of the activities that I can loose myself in for hours over the summer months and relax as soon I dig my hands in the dirt. I throw some seeds and dig some plants here and there, watch them grow and harvest my crop proudly. Most importantly, it keeps me grounded. It's a constant reminder that no matter what I do, eventually, my body will one day become part of this soil and my soul will merge into the Unseen and maintain its Eternity.

My passion for gardening has a number of reasons . First of all, I was brought up in an environment where produce is always picked out and cooked fresh throughout the year.

Secondly, my fascination to see the things grow and die. In addition to this, I find major health benefits by getting exercise needed without investing planned time and effort such as, running to a gym. Further more, for the last three summers, gardening has turned out to be one of the main therapied after my son's death.

Years ago there were hardly my vegetables available from my native land. You would think that if you haven't eaten the foods for years that were part of ones growing up, that one wouldn't miss them any more or lose the sense of taste. Not so, at all. As a matter of fact, the craving increases as the time goes on. Another fact I have noticed at least in my own family that the first generation American-born children mey not have liked their parents native foods as yougsters, but as they become adults and begin to live away from home, they would kill for a Punjabi-Indian home-cooked meal. It must run in their genes.

I grow a number of vegetables some people may not be familiar with. I often find people not trying out the new stuff, espacially meat and potato lovers. Anyway, I know Okra is grown in the Soughern United States, and is mostly used in soups, a very low calorie vegetable. Mushroom-gumbo-okra is my favorite. Okra, I usually grow from the seeds right in the ground as soon as prosumably all danger of frost is gone.

Some summers I have to seed second or third time when Mother-Nature plays unpredictable tricks. The okra plants can grow almost five to six feet tall with heavy foliage. I often cut off the branches to keep the plants under control as well as to promote more harvest and less energy on foliage. Ready to pick okras are five to six inches long, thin, medium green in color, sticking on top of the tall okra plants. Once they start growing, it is hard to keep up with them because of their fast growth. I must snap them every day to keep their taste and tenderness alive to enjoy the full flavor. Sometimes I feel they keep on growing as I still am in the garden and turn my back to tend to their cousin plants.

The other vegetable my husband and I miss in the states in Punjabi Tindas. They are round, four to five inches in diameter and medium green in color, little fuzzy on the surface. The best Tindas I have tasted are cooked by my mother. I give it a shot growing them every summer. I have been successful a few times. My success depends on the preparedness of the soil and the kindness of Mother-Nature, as it goes without saying for any thing I grow. Nonetheless, the tindas are not just fuzzy in looks, also fussy to grow.

Karelas, or bitter melon and sought after delicacy by Punjabis. There is Chinese variety also, and sometimes are called bitter squash. I can understand the bitter part because they are very bitter in taste, almost like quinine, has some medicinal properties in them as well. But I don't under the squash part as they resemble nothing like squash in looks or taste. The plants grow into vines and spread all over and outside the fence. Amazingly, deer don't touch the vines or the karelas. You can understand why? As my sister-in-law remarked the other day, "The children don't eat them, why would the deer"? Anyway, I had a bumper crop of karelas this summer. My childern never developed tast for tindas and karelas.

The next vegetable, I would like to write about is Gourd, also called locky, ghia or bud. The plants grow into vines with large leaves. This summer it took over three sides of the fence of my garden. It started just from a bunch of seeds I dug in the soil that turned into three plants, that's all, three plants. Once the gourds start to grow, they grow non-stop like weed, impossible to Control. The big difference between weed and gourd is that it can grow more than thirty inches long, eight to ten inches in diameter and comes out in dozens at a time. The vines have unbelievable strength and resiliency as the gourd hangs from the top of the vine facing the earth as if attempting to kiss the mother earth for its generosity and kindness. Gourd vines are so forgiving in nature. It never complains about the weight and abuncance of its springs just like the mothers of my mother's and my mother-in-law's generation, who have borne at least seven, eight or nine children. My mother, I remember, would refer to my siblings and me as 'sweet worms' to be let her frustration out occasionally.

Anyway, the gourd comes from squash family. The color is pale green and the taste slightly less robust than zucchini. It can be prepared at least in half a dozen ways, I know how.

No garden will be complete without some tomato plants as you know. Somehow, I was cheated by my tomato-plants this season. I thought I bought the usual big boy beef stakes. Instead, they trunen out to be cherry tomatoes, all siz plants, a case of false identity. I realized only once the plants grew tons of tomatoes and refused to grew bigger than the size of cherries. Nonetheless, they were extremely delicious in tast and a great hardship to pick. Jupiter, (our family dog) and I would spend at least forty-five minutes to an hour just picking out the tomatoes. Jupiter's favorite part is eating them. He loves catch and eat and play game, but only with tomatoes. I can never make him rum after a ball or catch Frisbee. I believe its all part of growing old. In his golden years, Jupiter has become rather lethargic except for his looks. Every passer by thinks he is an adorable puppy. He is the most finicky dog I know when it comes to food. He eats the most reddish and freshest tomatoes from the plants only, as they say, vine ripe ones. What a cute dog and a compforting company!

Indian and Punjabi cooking is done in general with a variety of spices and almost all dishes take plentiful of onions, garlic, ginger and fresh coriander as the main ingredients including ground cumin, salt, black pepper and hot red pepper, of course to taste. I find each family individual in terms of spiciness of the dishes as to the tolerance of each person's palate. In my own family we have layers of tolerance among us when it comes to the spiciness of dishes.

As the summer garden comes to an end, I still able to get a few heads of broccoli, some spinach, and mustard greens till Thanksgiving and, plant the onions bulbs and garlic cloves for the coming spring.

---

surinderkpuar@yahoo.com

Relax with Music

It is no more a myth that musicians in, ancient India could use the power of music to ignite fire. The power\ of music is now proven by scientists. Numerous medical institutions across the world are using music for therapeutic purpose. If in the West musicians are using the harp, the piano and other traditional instruments to soothe nerves of the ailing, the Indian music system the ragas, performed according to time and season, have always known to have carried soothing impact that helps ailing mind and body.

Music is a universal language. It influences all levels of human existence. Not only the humans who live at a conscious plane, even animals and plants have been known to benefit from music, a strong medium of communication, which can be both a pleasant and healing experience.

Modern science and medicine are now rediscovering the healing powers of the music. And music therapy, the specialized use to music in treating persons with special needs in mental and physical health, rehabilitation and special education is gaining ground. In the West it is now an accepted form of treatment even within orthodox medical practice.

In the traditional system of medicine of India, the Ayurveda, a holistic science which promotes a happy and healthy life-style music plays a very significant role. From time immemorial, music has been a part of Indian culture in the Vedas too, music has an important place. The 'Samveda' is full of music. "The doshas like Vata, Pitta and Kapha can be controlled effectively by music therapy, it is so believed in Ayurveda. Great composers of Indian classical music have attempted music therapy down the years. Legend has it that classical music maestro Thyagaraja brought a dead person back to life with his composition." Informs a researcher working on music therapy form Chennai.

It is believed that music stimulates the pituitary gland, whose secretions affect the nervous system and the flow of blood. It is believed that for heeling with music, it is necessary to vibrate the cells of the body, for it is through these vibrations that the diseased persons's consciousness can be changed effectively to promote health. The right kind of music helps one relax and refresh. Even during the course of working light music improves efficiency. Listening to music helps control negative aspects of our personalities like worry, blas and anger; in addition, it can help cure headache, abdominal pain and tension. Music therapy is one of the most effective ways of controlling emotions, blood pressure and restoring the functioning of the liver.

The Raga Research Centre in Chennai, is currently making a comprehensive study to Indian ragas and evaluating their therapeutic potential with the help or musicians, doctors and psychiatrists. It is believed that classical Indian ragas can benefit a whole host of conditions ranging from insomnia high and low blood pressure to schizophrenia and epilepsy. It is believed that there are other ragas that can help fight ageing and pain too.

Music is capable of improving happiness peace, health and concentration. It is however important to know the method and duration for which Music Therapy is to be administered. This knowledge can be obtained through regular experiments and experience. The first step towards this is the correct diagnosis of the disease and then the selection of the precise Raga that will be helpful. Procedure, discipline and a systematic method will help achieve this goal.

Courtesy *'Times of India'*

ਸੁਰ ਲਿਪੀ

ਹਰਦੀਪ ਕੌਰ

ਰਾਗੁ ਵਡਹੰਸ

ਰਾਗ ਵਡਹੰਸ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਅੱਠਵਾਂ ਰਾਗ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ 'ਵਡਹੰਸ' ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਭਾਵ ਅਰਥ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਹੈ:

1 "ਸਬਦਿ ਰਤੇ ਵਡਹੰਸ ਹੈ ਸਚੁ ਨਾਮ ਉਰਿਧਾਰਿ" ॥ (ਸਲੋਕ ਮ: 3, ਪੰਨਾ 585)

2 "ਮੈ ਜਾਨਿਆ ਵਡਹੰਸੁ ਹੈ ਤਾ ਮੈ ਕੀਆ ਸੰਗੁ ॥" (ਮ: 3, ਪੰਨਾ 585)

ਇਸ ਰਾਗ ਵਿਚ ਰਚੀਆਂ ਬਾਣੀਆਂ ਵਿਚ ਘੋੜੀਆਂ, ਜੋ ਵਿਆਹ ਦੇ ਮੌਕੇ ਤੇ ਗਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਅਲਾਹੁਣੀਆਂ ਦੀ ਬਾਣੀ, ਜੋ ਚਲਾਣੇ ਦੇ ਮੌਕੇ ਤੇ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਰਾਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਗਾਇਕ ਇਸ ਰਾਗ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਸ਼ਾਸ਼ਤਰੀ ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਲੋਕ ਗੀਤਾਂ ਦੀਆਂ ਧੁਨਾਂ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਖਮਾਜ ਥਾਟ ਦਾ ਸਾਡਵ-ਸੰਪੂਰਣ ਰਾਗ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਦੋਨੋਂ ਨਿਸ਼ਾਦ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਸ਼ੁੱਧ ਸੁਰ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਆਰੋਹ ਵਿਚ 'ਗੰਧਾਰ' ਵਰਜਿਤ ਹੈ। ਪੰਚਮ ਵਾਦੀ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਭ ਸੰਵਾਦੀ ਹੈ। ਗਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ - ਦੁਪਹਿਰ ਅਤੇ ਰਾਤ ਦਾ ਦੂਜਾ ਪਹਿਰ ਹੈ।

ਥਾਟ - ਖਮਾਜ (ਦੋਨੋਂ 'ਨ') ਜਾਤੀ - ਸ਼ਾਡਵ -ਸੰਪੂਰਨ (ਆਰੋਹ ਵਿਚ 'ਗ' ਵਰਜਿਤ)

ਸਮਾਂ - ਰਾਤ ਦਾ ਦੂਜਾ ਪਹਿਰ ਵਾਦੀ - ਪ ਸੰਵਾਦੀ - ਰ

ਆਰੋਹ - ਸ ਰ ਮ ਪ, ਧ ਨੁ ਪ, ਨ ਸੰ। ਅਵਰੋਹ - ਸੰ ਨੁ ਪ, ਧ ਮ ਗ ਰ, ਸ ਨ਼ ਸ।

ਮੁੱਖ ਅੰਗ - ਸ ਰ ਮ ਪ ਨੁ ਪ, ਧ ਮ ਗ ਰ, ਸ ਨੁ਼ ਪ਼ ਨ਼ ਸ।

ਤਾਲ ਦਾਦਰਾ

1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
X			0			X			0		
ਸਥਾਈ											
ਸਾ	ਰ	ਮ	ਪਨੁ	ਧ	ਪ	ਧ	ਮ	ਗੁਸ	ਰਮ	ਗ	ਰ
ਹਉ	ਵਾ	ਰੀ	ਵੰ	ਞਾ	ऽ	ਖੰ	ਨੀ	ਐऽ	ਵੰऽ	ਞਾ	ऽ
S	R	M	PN	D	P	D	M	GS	RM	G	R
HAO	*VAA*	*REE*	*VAN*	*JAA*	-	*KHAN*	*NE*	*AI-*	*VAN*	*JAA*	-
ਰ	ਮ	ਮ	ਪ	ਪ	ਪ	ਮਪ	ਨੁਧ	ਪ	ਧ	ਮ	ਗਰ
ਤ	ਉ	ਸਾ	ਹਿ	ਬ	ਕੇ	ਨਾ	ऽऽ	ऽ	ਵੈ	ऽ	ऽऽ
R	M	M	P	Ṗ	P	MP	ND	P	D	M	GR
TA	*O*	*SAA*	*HI*	*B*	*KAY*	*NAA-*	--	-	*VAI*	-	-
ਅੰਤਰਾ											
ਮ	ਮ	ਪ	ਧਨੁ	ਪ	ਨ	ਸੰ	ਸੰ	ਰੰਨ	ਸੰ	ਸੰ	ਸੰ
ਅ	ਮ	ਲੀ	ਅਮ	ਲੁ	ਨ	ਅੰ	ऽ	ਬऽ	ੜੈ	ऽ	ऽ
M	M	P	DN	P	N	Ṡ	Ṡ	ṘN	Ṡ	Ṡ	Ṡ
A	*M*	*LEE*	*AMA*	*L*	*NA*	*AM*	-	*B-*	*RHAI*	-	-
ਸੰ	ਸੰ	ਸੰਰੰ	ਸੰ	ਨੁ	ਪ	ਧ	ਮ	ਗੁਸ	ਰਮ	ਗ	ਰ
ਮ	ਛੀ	ऽऽ	ਨੀ	ਰੁ	ਨ	ਹੋ	ऽ	ऽऽ	ਇऽ	ऽ	ऽ
Ṡ	Ṡ	ṠṘ	Ṡ	N	P	D	M	GS	RM	G	R
MA	*CHEE*	--	*NEE*	*R*	*NA*	*HO*	-	--	*AY-*	-	-

ਸੁਰ-ਲਿਪੀ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਅਰਥ

ਹਰਦੀਪ ਕੌਰ

ਰਾਗੁ ਵਡਹੰਸੁ ਮਹਲਾ ੧ ਘਰੁ੧ ॥

Raag Wadhans, First Mehl, First House:

ਅਮਲੀ ਅਮਲੁ ਨ ਅੰਬੜੈ
ਮਛੀ ਨੀਰੁ ਨ ਹੋਇ ॥
ਜੋ ਰਤੇ ਸਹਿ ਆਪਣੈ
ਤਿਨ ਭਾਵੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥੧॥

To the addict, there is nothing like the drug; to the fish, there is nothing else like water. Those who are attuned to their Lord - everyone is pleasing to them.||1||

(ਅਫੀਮੀ ਆਦਿਕ) ਅਮਲੀਨੂੰ ਜੇ(ਅਫੀਮ ਆਦਿਕ) ਅਮਲ (ਨਸ਼ਾ) ਨਾ ਮਿਲੇ (ਤਾਂ ਉਹ ਮਰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ), ਜੇ ਮੱਛੀ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾ ਮਿਲੇ (ਤਾਂ ਉਹ ਤੜਫ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਉਹ ਤੇਰੀ ਯਾਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਰਹਿ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਵੀ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ)! ਜੋ ਬੰਦੇ ਆਪਣੇ ਖਸਮ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਹੋਏ ਹਨ (ਉਹ ਅੰਦਰੋਂ ਖਿੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਕੋਈ ਚੰਗਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।੧॥

ਹਉ ਵਾਰੀ ਵੰਞਾ ਖੰਨੀਐ ਵੰਞਾ
ਤਉ ਸਾਹਿਬ ਕੇ ਨਾਵੈ ॥
ਰਹਾਉ ॥

I am a sacrifice, cut apart into pieces, a sacrifice to Your Name, O Lord Master. ||1||
Pause||

ਹੇ ਮੇਰੇ ਸਾਹਿਬ! ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਸਦਕੇ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ, ਕੁਰਬਾਨ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ॥ ੧॥
ਰਹਾਉ॥

ਸਾਹਿਬੁ ਸਫਲਿਓ ਰੁਖੜਾ
ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਜਾ ਕਾ ਨਾਉ ॥
ਜਿਨ ਪੀਆ ਤੇ ਤ੍ਰਿਪਤ ਭਏ
ਹਉ ਤਿਨ ਬਲਿਹਾਰੈ ਜਾਉ ॥੨॥

The Lord is the fruitful tree; His Name is ambrosial nectar. Those who drink it in are satisfied; I am a sacrifice to them. ||2||

(ਸਾਡਾ) ਮਾਲਿਕ ਪ੍ਰਭੂ ਫਲਾਂ ਵਾਲਾ ਇਕ ਸੋਹਣਾ ਰੁੱਖ (ਸਮਝ ਲਵੋ), ਇਸ ਰੁੱਖ ਦਾ ਫ਼ਲ ਹੈ ਉਸਦਾ ਨਾਮ ਜੋ (ਜੀਵ ਨੂੰ) ਅਟੱਲ ਆਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ (ਰਸ) ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਰਸ ਪੀਤਾ ਹੈ ਉਹ(ਮਾਇਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਭੁੱਖ ਤ੍ਰੇਹ ਵਲੋਂ) ਰੱਜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕੁਰਬਾਨ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ।੨।

ਮੈ ਕੀ ਨਦਰਿ ਨ ਅਵਹੀ
ਵਸਹਿ ਹਭੀਆਂ ਨਾਲਿ ॥
ਤਿਖਾ ਤਿਹਾਇਆ ਕਿਉ ਲਹੈ
ਜਾ ਸਰ ਭੀਤਰਿ ਪਾਲਿ ॥੩॥

You are not visible to me, although You dwell with everyone. How can the thirst of the thirsty be quenched, with that wall between me and the pond? ||3||

(ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ) ਤੂੰ ਸਭ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਅੰਗ ਸੰਗ ਵੱਸਦਾ ਹੈਂ, ਪਰ ਤੂੰ ਮੈਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਸਦਾ। (ਜੀਵ ਦੀ ਇਹ ਕਿਤਨੀ ਅਭਾਗਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਦੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਪਾਣੀ ਦਾ ਸਰੋਵਰ ਹੋਵੇ ਤੇ ਉਹ ਪਿਆਸਾ ਤੜਫਦਾ ਫਿਰੇ! ਪਰ) ਤ੍ਰੇਹ ਨਾਲ ਤੜਪ ਰਹੇ ਨੂੰ (ਪਾਣੀ) ਲੱਭੇ ਵੀ ਕਿਵੇਂ, ਜਦੋਂ ਉਸ ਦੇ ਅਤੇ (ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ) ਸਰੋਵਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਕੰਧ ਬਣੀ ਹੋਵੇ? (ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ ਬਣੀ ਕੋਈ ਕੰਧ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਰੋਵਰ ਵਿਚੋਂ ਨਾਮ-ਜਲ ਤਕ ਪਹੁੰਚਣ ਨਹੀਂ ਦੇਂਦੀ। ੩।

ਨਾਨਕੁ ਤੇਰਾ ਬਾਣੀਆ
ਤੂ ਸਾਹਿਬੁ ਮੈ ਰਾਸਿ ॥
ਮਨ ਤੇ ਧੋਖਾ ਤਾ ਲਹੈ
ਜਾ ਸਿਫਤਿ ਕਰੀ
ਅਰਦਾਸਿ ॥੪॥੧॥ (ਪੰਨਾ 557)

Nanak is Your merchant; You, O Lord Master, are my merchandise. My mind is cleansed of doubt, only when I praise You, and pray to You.||4||1||

(ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ! ਮੇਹਰ ਕਰ, ਤੇਰਾ ਦਾਸ) ਨਾਨਕ ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਦਾ ਵਣਜਾਰਾ ਬਣ ਜਾਏ, ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਸ਼ਾਹ ਹੋਵੇਂ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਮੇਰੀ ਪੂੰਜੀ ਬਣੇ। ਮੇਰੇ ਮਨ ਤੋਂ ਦੁਨੀਆਂ ਵਾਲਾ ਸਹਮ ਤਦੋਂ ਹੀ ਦੂਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਮੈਂ ਸਦਾ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਰਦਾ ਰਹਾਂ, ਜੇ ਉਸ ਦਰ ਤੇ ਅਰਦਾਸ-ਅਰਜ਼ੋਈ ਕਰਦਾ ਰਹਾਂ।੪।੧।