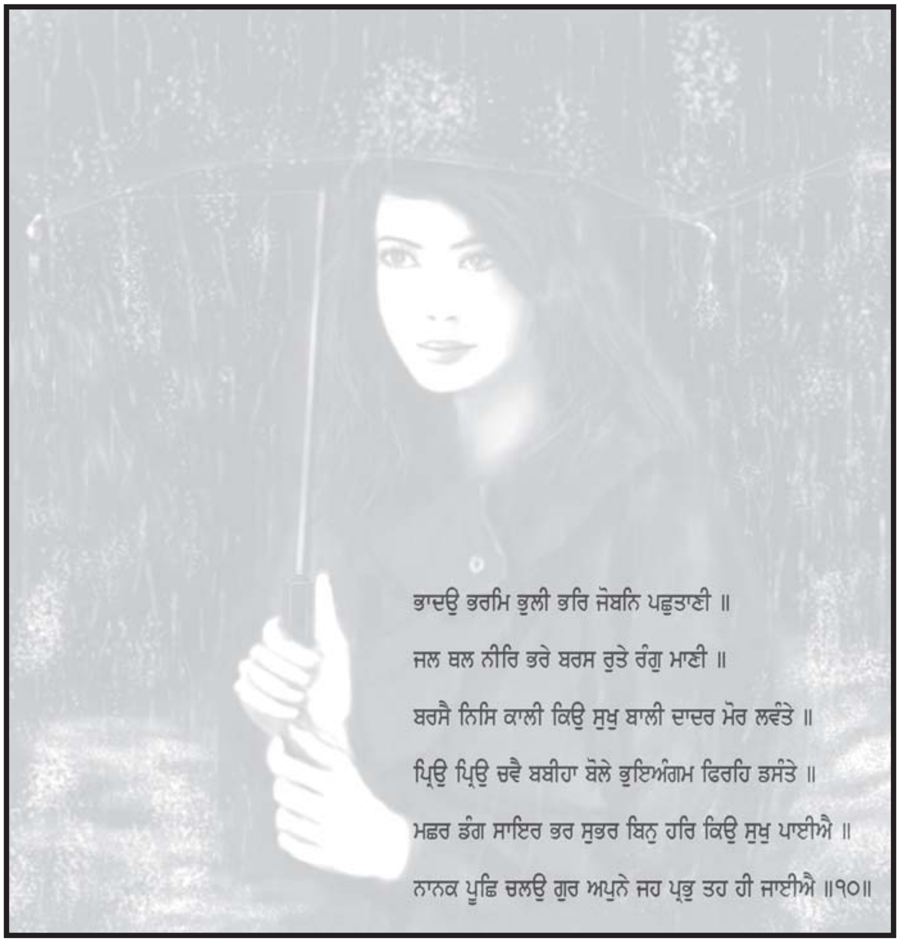
ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ

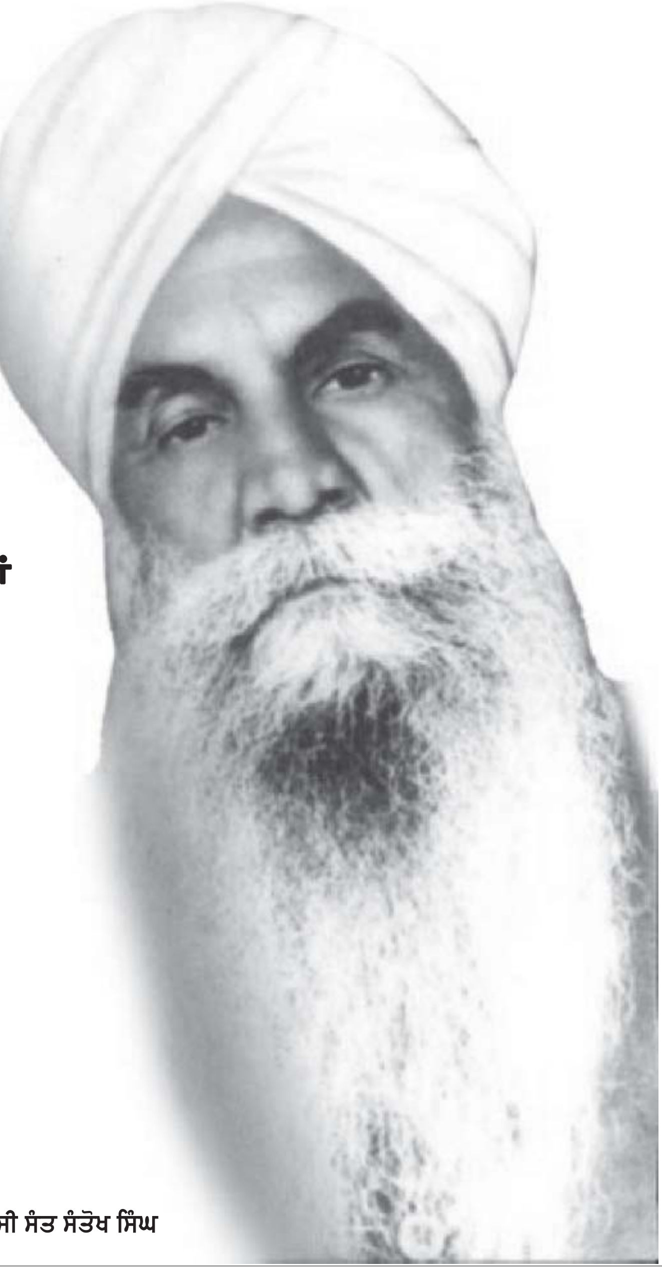
ਅਗਸਤ 2013



Source : a2ztuts.blogspot.com

ਆਨਰੇਰੀ ਸੰਪਾਦਕ
ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ

ਮੁੱਲ 15/-



ਪੈਂਤੀ ਅੱਖਰੀ–ਕਾਫ਼ੀਆਂ

ਡ

ਡੋਲੇਂ ਕਾਹਨੂੰ ਫਿਰਦਾ ਬੰਦਿਆ,
ਤੇਰਾ ਰਬ ਸਹਾਈ ਹੂ।

ਦੁਖ ਔਕੜਾਂ, ਕਿੰਨੀਆਂ ਆਵਨ,
ਰਹਿਵਣ ਮੂਲ ਨ ਕਾਈ ਹੂ।

ਵਿਚ ਭਰੋਸੇ ਰਬ ਦੇ ਰਹਿੰਦੇ,
ਵੇਖੇ ਸਭ ਖੁਦਾਈ ਹੂ।

ਸੰਤੋਖ, ਬੇੜੇ ਸਿਦਕਾਂ ਦੇ ਤਰਦੇ
ਤੂੰ ਭੀ ਪੈ ਸ਼ਰਨਾਈ ਹੂ।

ਪੁਸਤਕ –ਗੁੱਝੀਆਂ ਰਮਜ਼ਾਂ : ਕਵੀ ਸੁਰਗਵਾਸੀ ਸੰਤ ਸੰਤੋਖ ਸਿੰਘ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ

ਸੰਪਾਦਕ (ਆਨਰੇਰੀ)

ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ

ਐਮ.ਏ. (ਸੰਗੀਤ, ਪੰਜਾਬੀ, ਧਾਰਮਿਕ ਅਧਿਐਨ), ਪੀਐਚ. ਡੀ

ਸਹਿਯੋਗੀ

ਸ. ਹਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ▲ ਸ. ਉੱਤਮ ਸਿੰਘ

ਆਨਰੇਰੀ ਸਲਾਹਕਾਰ

ਸ: ਹਰਚੰਦਨ 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: ੪/੮/੯੦ ਮਿਤੀ ੨੦/੨/੯੧ ਅਨੁਸਾਰ ਰਾਜ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਹੈ।

ਚੰਦੇ ਦਾ ਵੇਰਵਾ

- ▲ ਦੇਸ਼: ਇਕ ਕਾਪੀ 15 ਰੁ., ਦੇਸ਼ ਸਾਲਾਨਾ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ 150 ਰੁ., ਕੋਰੀਅਰ ਰਾਹੀਂ 500 ਰੁਪਏ
  ਜੀਵਨ ਮੈਂਬਰ 1500 ਰੁ.
- ▲ ਵਿਦੇਸ਼: ਸਲਾਨਾ 30 £, ਜੀਵਨ ਮੈਂਬਰ 300 £
- ▲ 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ' ਲਈ ਡਰਾਫਟ

ਮਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾ, ਚਿੱਠੀ ਪੱਤਰ ਅਤੇ ਰਚਨਾਵਾਂ ਭੇਜਣ ਲਈ ਪਤਾ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ ਟ੍ਰਸਟ (ਰਜਿ.)
422, ਸੈਕਟਰ 15-ਏ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 160 015
ਫੋਨ : 0172-2772660, 098140 53630

e-mail: drjagirsingh@gmail.com
Website : www.amritkirtan.com, www.gurshabad.com

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।

Type Setting & Designed by :
Rajpreet Singh Khural - 9915545084

ਇਸ ਅੰਕ ਵਿਚ

ਮ੍ਰਿਤ ਅਸਾਡੜੇ ਸੇਈ 4

ਕਰਉ ਬੇਨੰਤੀਆ-ਆਪਣਾ ਮੂਲ ਪਛਾਣ 5

ਕੀਰਤਨ ਰਸ-ਆਤਮਯੋਗ

ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਨੀਲਧਾਰੀ 6

ਪੁਸਤਕ ਬੋਧ

ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਨੀਲਧਾਰੀ 10

ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਅਕਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਿਕ ਸੰਗੀਤ
ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ 13

संगीत के चिकित्सकीय आयाम

सरबजीत सिंह 16

The Benefits of Music Education

By Laura Lewis Brown 19

ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਤਬਲਾ ਵਾਦਕ ਅਤੇ ਰਾਗੀ - ਭਾਈ ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ

ਪ੍ਰੋ: ਮੰਗਤ ਸਿੰਘ ਮਸਤਾਨਾ 24

ਸੁਰ ਲਿਪੀ 25

ਸੁਰ ਲਿਪੀ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥ 26

ਮਾਇਕ ਸਹਾਇਤਾ ਭੇਜਣ ਦੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰੋ ਜੀ

ਚੈੱਕ ਜਾਂ ਡਰਾਫਟ 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ ਟ੍ਰਸਟ' ਦੇ ਨਾਮ ਹੀ ਭੇਜੇ ਜਾਣ ਜੀ। ਜਾਂ State Bank of Patiala ਵਿਚ Amrit Kirtan Trust A/c 65079603302 ਵਿਚ ਸਿੱਧਾ ਜਮਾਂ ਕਰਾ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ ਜੀ

Donations are eligible for relief u/s 80 G of Income-Tax Act, 1961 (43 of 1961) vide CIT/-I/ CHD/ Tech./ 80-G/ 2008-939 dated 19-05-2008 valid upto 31/03/2012

✉ ਮਿਤ੍ਰ ਅਸਾਡੜੇ ਸੇਈ

ਆਦਰਯੋਗ ਡਾਕਟਰ ਸਾਹਿਬ

ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ !!!

ਇਸ ਵਾਰ ਦੇ 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ' ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਪੁਰਾਣੇ ਸਹਿਕਰਮੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸ ਪ੍ਰਤਿ ਆਪਣਾ ਸਨੇਹ ਪ੍ਰਗਟਾਉਣ ਦੀ ਇਹ ਨਿਵੇਕਲੀ ਜਾਚ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ। ਲੋਕੀਂ ਚੰਨ ਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਆਖਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਚਾਨਣੀ ਨੂੰ ਸਰਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਝਰ ਝਰ ਪੈਂਦੀ ਉਸ ਚਾਨਣੀ ਨੂੰ 'ਚਾਨਣ-ਰਿਸ਼ਮਾ' ਆਖਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਚੰਨ ਤਾਂ, ਵਿਗਿਆਨੀ ਦੱਸਦੇ ਹਨ, ਬੇਆਬਾਦ ਧਰਤੀ ਜਿਹੀ ਹੈ, ਉਸ ਕੋਲ ਚਾਨਣ ਕਿੱਥੇ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਾ ਸੂਰਜ ਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ੀ-ਮੁਨੀ ਹਰ ਸਵੇਰ ਪ੍ਰਣਾਮ ਕਰਦੇ ਆਏ ਹਨ। ਜੀਵਨ ਦਾ ਨਿੱਘ ਵੀ ਉਸੇ ਸੂਰਜ ਤੋਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਿਫ਼ਤ ਭਰੇ ਸ਼ਬਦ ਵਰਤੇ ਹਨ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਨੋਹਰ ਅਤੇ ਦਿਆਲੂ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਦਾ ਹੀ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੈ। ਮੈਂ ਖ਼ਾਕ ਹਾਂ ਜਿਸ ਦੇ ਜ਼ੱਰੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਿਹਰ ਨਾਲ ਨੂਰ ਹੋਏ ਪਰਤੀਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਪੇਂਡੂ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਹਰ ਸਵੇਰ ਤੋਂ ਕੀਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਜੀਵਨ-ਦਾਨ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੈਂ ਕੁਦਰਤ ਵੱਲੋਂ ਨਿਤ ਵਰੋਸਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਆਪਣੀ ਸਵੇਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮੇਰੀਆਂ ਸਵੇਰਾਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਮਹਿਮਾਮਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਦਾ ਬਖਾਨ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਹੈ। ਹਰ ਸਵੇਰ ਅਨੋਖੀ, ਵਿਚਿੱਤਰ ਅਤੇ ਚਮਤਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਵੇਰ, ਜਿਸ ਲਈ ਸਾਡੀ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕਾਂ ਪਿਆਰੇ ਸ਼ਬਦ ਹਨ, ਮੈਨੂੰ ਇੰਨਾ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਸੁਵੱਖਤੇ ਉੱਠਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਜਾਣੋ ਉੱਡ ਪੈਂਦਾ ਹਾਂ। ਸਾਰੇ ਦਿਨ ਦੀ ਨੱਸ-ਭੱਜ, ਸ਼ੋਰ, ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਤੇ ਤਣਾਉ ਉਪਜਾਂਦੀਆਂ ਹੋਰ ਹਾਲਤਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਲਈ ਤੜਕੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬਾਹਰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਗੁਜ਼ਾਰਨਾ ਮੈਨੂੰ ਬੜਾ ਕਾਰਗਰ ਤਰੀਕਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ ਨਿਰਮਲ, ਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਪਵਿੱਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੱਚ-ਮੁੱਚ ਤਦ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਝਰਦਾ ਹੈ, ਬਾਬੇ ਨਾਨਕ ਦਾ 'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ' ਭਰਪੂਰਤਾ ਨਾਲ ਸਾਰੀ ਕਾਇਨਾਤ ਨੂੰ ਸਰਸ਼ਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪੰਛੀ ਤਦ ਉਸ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਫੁੱਲ-ਬੂਟੇ, ਘਾਹ ਦੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ ਤੱਕ ਵੀ, ਨਿੱਤ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਅੰਦਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਿਰ ਝੁਕਦਾ ਹੈ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਅਨੰਤ ਰੰਗਾਂ ਅੱਗੇ। ਇਹੋ ਮੇਰੀ ਪੂਜਾ- ਅਰਚਨਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਇਕੱਲਾ ਤੁਰਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕਿ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਇੱਕ-ਮਿਕ ਹੋਏ ਮੇਰੇ ਆਪੇ ਨੂੰ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਛਿਣਾਂ ਦੀ ਅਨੋਖੀ ਪਕੜ ਨੂੰ, ਕੋਈ ਖੰਡਿਤ ਨਾ ਕਰੇ, ਕੋਈ ਵਿਘਨ ਨਾ ਪਵੇ।

ਮੇਰੀ ਦਾਦੀ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਤੜਕੇ ਉੱਠਣ ਦੀ ਜਾਗ ਲਾਈ ਸੀ। ਉਸ ਸਦਕਾ ਹੀ ਮੈਨੂੰ ਹਰ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਤੀਬਰ ਤਾਂਘ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਜੋ ਜਾਗਦਾ ਹੈ, ਸਵੇਰ ਉਸ ਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੀ ਜਾਗ ਅਨੋਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸਦਾ ਸਰੂਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਸਬੱਬ ਮੈਂ ਜੋ ਇੰਨੇ ਵਰ੍ਹੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਗਤ ਮਾਣਦਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ, ਉਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਅਖੁੱਟ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਗੱਲੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਭਾਗਾ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ। ਚੰਦਨ ਦੇ ਰੁੱਖ ਵਾਂਗ ਤੁਸੀਂ ਅਨੇਕਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸੱਜਣਾਂ-ਮਿੱਤਰਾਂ ਤੀਕ ਖ਼ੁਸ਼ਬੋਈ ਦੀਆਂ ਲਪਟਾਂ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡਾ ਇਹ ਉਪਕਾਰ ਵੱਡਾ ਹੈ।

ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ

ਤੁਹਾਡਾ ਹਿਤੂ

ਕਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਸੋਮਲ

ਮੋਬਾਇਲ : ●9814157137

ਕਰਉ ਬੇਨੰਤੀਆ

ਆਪਣਾ ਮੂਲ ਪਛਾਣ

ਮਨ ਤੂੰ ਜੋ ਸਰੂਪ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਮੂਲ ਪਛਾਣ-ਆਮ ਤੌਰ ’ਤੇ ਇਸ ਤੁਕ ਰਾਹੀਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਸਲੀਅਤ ਪਛਾਣਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਸਹਿਜੇ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਪਰ ਜੇ ਮੂਲ ਦੇ ਅਰਥ ‘ਮੁੱਲ’ ਭਾਵ ਕੀਮਤ ਕਰ ਲਈਏ ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਆਮ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣਾ ਆਪ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਪਣ ਲੱਗ ਪਵੇ। ਕੋਈ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਜਦੋਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਪਏ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਕੇ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Burke Hedges ਦੀ ਲਿਖੀ ਪੁਸਤਕ 'You Inc.' ਵਿਚ ਇਕ ਕਹਾਣੀ ਤੋਂ ਇਹ ਗੱਲ ਵਧੇਰੇ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ..। ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਇਕ ਘਰ ਦੇ ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਨੀਲਾਮੀ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ। ਬਾਕੀ ਸਮਾਨ ਵਿਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨੀਲਾਮੀ ਦੀ ਬੋਲੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨੇ ਇਕ ਪੁਰਾਣਾ ਮੈਲਾ ਜਿਹਾ ਵਾਇਲਨ ਚੁੱਕਿਆ ਤੇ ਕਿਹਾ, “ਇਸ ਦੇ 100 ਡਾਲਰ ਕੋਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ?” ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਬੋਲਿਆ।

ਕੋਈ 50 ਜਾਂ 10 ਡਾਲਰ। ਚਲੋ 5 ਡਾਲਰ ਹੀ ਦਿਉ।” ਕੋਈ ਵੀ ਬੋਲੀ ਦੇਣ ਨਹੀਂ ਉੱਠਿਆ। ਸਗੋਂ ਲੋਕ ਹੱਸਣ ਲੱਗ ਪਏ। ਇਤਨੇ ਨੂੰ ਇਕ ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਦਮੀ ਉੱਠਿਆ ਤੇ ਉਹ ਨੀਲਾਮੀਕਾਰ ਨੂੰ ਬੋਲਿਆ, “ਸਰ! ਕੀ ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?”

ਉਸ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਰੁਮਾਲ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਵਾਇਲਨ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕੀਤਾ ਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਚਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਘੁਮਾ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਰ ਕੀਤਾ। ਫਿਰ ਗਜ਼ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਕੇ ਉਹ ਵਾਇਲਨ ਵਜਾਉਣ ਲੱਗਾ। ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁੰਦਰ, ਪਿਆਰੀ ਧੁਨ ਸਾਰੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਫੈਲ ਗਈ ਅਤੇ ਉਥੇ ਬੈਠਾ ਹਰ ਸ਼ਖਸ ਜਿਵੇਂ ਕੀਲਿਆ ਗਿਆ। ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੇ ਆਪਣੀ ਧੁਨ ਖਤਮ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਝੁਕਾਉਂਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਵਾਇਲਨ ਬੋਲੀਕਾਰ ਦੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਫੜਾ ਦਿੱਤੀ। ਉਹ ਬਜ਼ੁਰਗ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਤੁਰਦਾ ਬਾਹਰ ਚਲਿਆ ਗਿਆ। ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਚੁੱਪ ਛਾਈ ਹੋਈ ਸੀ। ਮੁਸਕਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਬੋਲੀਕਾਰ ਨੇ ਦੁਬਾਰਾ ਉਸ ਵਾਇਲਨ ਦੀ ਬੋਲੀ ਦੇਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ...। ਹੁਣ ਇਸ ਅਦਭੁਤ ਸਾਜ਼ ਦੀ ਕੀ ਕੀਮਤ ਲਗਾਵਾਂਗੇ। ਇਕ ਬੰਦਾ ਖੜ੍ਹਾ ਹੋਇਆ, ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਇਕ ਹਜ਼ਾਰ, ਦੂਜੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਦੋ ਹਜ਼ਾਰ, ਤੀਜੇ ਨੇ ਤਿੰਨ, ਚੌਥੇ ਨੇ ਚਾਰ। ਉਸ ਵਾਇਲਨ ਦੀ ਕੀਮਤ ਵਧਦੀ ਹੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ....ਆਉ, ਆਪਾ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਟਿਊਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਕੀਮਤ ਵਧਾਉਣ ਕੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੀਏ।

ਕੀਰਤਨ ਰਸ-ਆਤਮਯੋਗ

ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਨੀਲਧਾਰੀ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਸਾਰੀ ਰਚਨਾ ਹੀ ਰਾਗ ਸੰਗੀਤ ਵਿਚ ਹੈ ਅਤੇ ਰਾਗ ਰਹਿਤ ਬਾਣੀ ਦਾ ਗਾਇਨ ਕੀਰਤਨ ਰਾਗ ਸੰਗੀਤ ਵਿਚ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਵੱਖਰੀ ਹੈ ਰਾਗ ਰਹਿਤ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਕੀਰਤਨੀਆ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰਾਗ ਲਈ ਗਾਇਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸੁਤੰਤਰ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੀਰਤਨੀਏ ਸਾਰੀ ਰਾਗ ਸੰਯੁਕਤ ਬਾਣੀ ਨਾਲ ਲੈਣ ਦੀ ਮਨਮਰਜ਼ੀ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਪੁਰਾਤਨ ਮਰਯਾਦਾ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰੇਕ ਰਾਗ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਗਾਇਨ ਦੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਹੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਰਾਗ ਵਿਚ ਗਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾ ਤੇ ਸਮਰਥਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੀ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਗਾਇਨ ਲਈ ਚੁਣੇ ਰਾਗ ਦਾ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਵਿਧਾਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸਟੀਕ ਸਮਾਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਰਾਗ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧੀ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਉਚਾਰਨ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਰਾਗ ਸਮਾਂ ਮਰਯਾਦਾ ਵਿਚ ਕੀਤੇ ਕੀਰਤਨ ਵਿਚੋਂ ਬ੍ਰਹਮ ਨਾਦ ਉਤਪਤੀ ਦੀ ਆਸ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਾਗ ਗਾਇਨ ਦੀ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਮਰਯਾਦਾ ਵਿਚ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਗਾਇਨ ਵਾਦਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤਨ-ਮਇਅਤਾ ਦਾ ਰਸ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਰਸ ਮਗਨਤਾ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਸਾਜ਼ ਦੀ ਧੁਨਿ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ (ਗੀਤ-ਬਾਣੀ) ਦੀ ਗਾਇਨ ਧੁਨੀ ਤੋਂ ਉਪਜੀ ਧੁਨੀਕਾਰ (ਨਾਦ) ਦੀ ਹਿਰਦੇ ਦੀ ਧੜਕਣ (ਅਨਾਹਨਾਦ) ਨਾਲ ਮਿੱਲਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਸੱਚੀ ਆਰਾਧਨਾ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਬਦ-ਸੁਰਤਿ ਦੇ ਇਸ ਸੰਜੋਗ ਦਾ ਗਾਇਕ ਆਪ ਹੀ ਸ੍ਰੋਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਤਮ ਵਿਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਗੁਰੂ (ਨਾਦ) ਚੇਲਾ (ਸੁਰਤਿ) ਦਾ ਸੰਗਮ ਨਾਦ, ਨਾਦੀ, ਗੁਰੂ ਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਇਕ ਰਸ ਵਿਸਮਾਦ ਦਾ ਰੂਪ ਦੇ ਦੇਂਦੀ ਹੈ। ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਐਸੇ ਗਾਇਨ-ਕੀਰਤਨ ਦੇ ਵਿਸਮਾਦੀ ਰੰਗ ਨੂੰ ਇੰਝ ਦਰਜ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਜਿਉਂ ਜੰਤੀ ਹਥਿ ਜੰਤ ਲੈ ਸਭਿ ਰਾਗ ਵਜਾਏ॥
ਆਪੇ ਸੁਣਿ ਸੁਣਿ ਮਗਨੁ ਹੋਇ ਆਪੇ ਗੁਣ ਗਾਏ॥
ਸਬਦਿ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵਲੀਣੁ ਹੋਇ ਆਪਿ ਰੀਝਿ ਰੀਝਾਏ।
ਕਥਤਾ ਬਕਤਾ ਆਪਿ ਹੈ ਸੁਰਤਾ ਲਿਵ ਲਾਏ।
ਆਪੇ ਹੀ ਵਿਸਮਾਦ ਹੋਇ ਸਰਬੰਗਿ ਸਮਾਏ।
ਆਪੇ ਆਪ ਵਰਤਦਾ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪਤੀਆਏ॥ (ਵਾਰ-2, ਪਉੜੀ-2)

ਵਜੰਤ੍ਰੀ ਦਾ ਇਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਪਹਿਲੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਆਰਸੀ (ਆਈਨੇ) ਵਿਚ ਛਬੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਰਣ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।ਆਈਨਾਂ ਫੜ ਕੇ ਆਪਣੀ ਛਬੀ ਦੇਖੇ ਤਾਂ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਏਗੀ ਜੈਸਾ ਉਸ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਭਾਵ ਹੈ। ਆਰਸੀ ਜੇਕਰ ਪਰਤਾਮਤਾ ਦੇ ਹੱਥ ਵਿਚ ਫੜੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਛੇ ਸ਼ਾਸਤਰਾਂ ਦੇ ਭਾਵ ਵਿਚ ਉਸਦੀ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਛਬੀ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਆਏਗੀ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਹੁਕਮ ਹੈ:

ਛਿਆ ਘਰ ਛਿਅ ਗੁਰ ਛਿਅ ਉਪਦੇਸ॥
ਗੁਰੁ ਗੁਰੁ ਏਕੋ ਵੇਸ ਅਨੇਕ॥

ਜੇਹੋ ਜੇਹਾ ਫਲਸਫਾਈ ਰੂਪ ਕਰਤਾਪੁਰਖ ਧਾਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਉਹੀ ਉਸ ਦਰਸ਼ਨ ਸ਼ਾਸਤਰ ਦੀ ਛਬੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਚਿਹਰਾ ਹੱਸਦਾ ਹੋਏ ਤਾਂ ਹਸਦਾ ਹੀ ਦਿਸੇਗਾ। ਜੇ ਕੋਈ ਰੋ ਰਿਹਾ ਹੋਏ ਤਾਂ ਰੋਂਦਾ ਹੀ ਅੱਖ ਪਲਕ ਵਿਚ ਹੋ ਜਾਏਗਾ। ਆਪ ਪਰਮਾਤਮਾ ਸਤਿ ਸਰੁਪ ਹੈ ਤੇ ਸਤਿ ਸੰਗੀ ਨੂੰ ਛੇ ਸ਼ਾਸਤਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੇਵਲ ਉਸ ਸਤਿ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਮੁਹਾਂਦਰੇ ਦਿਸਣਗੇ।

ਸਤਿ ਸੰਗ ਦਾ ਪਰੁਚਿਆ ਕੀਰਤਨੀਆ ਤਾਂ ਆਪ ਸਤਿ ਸਰੂਪ ਦੀ ਆਰਸੀ ਦਾ ਛਬੀ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਿਹੜੇ ਕੀਰਤਨੀਏ ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦੀ ਆਰਾਧਨਾ ਕਰਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸੰਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਰਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਸ਼ਬਦ (ਨਾਦ) ਤੇ ਸੁਰਤਿ ਦੇ ਸੰਜੋਗ ਦਾ ਅਕਥ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਅਨੰਦ ਦੇ ਰਸੀਏ ਤਾਨਸੇਨ ਦੇ ਗੁਰੂ ਬਾਬਾ ਹਰੀ ਦਾਸ ਵੀ ਸਨ। ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ ਜੀ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਇਹ ਰਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਿਆ ਤਾਂ ਫੇਰ ਸਾਖੀਆਂ ਵਿਚ ਉਸਦੇ ਭੁੱਖ ਦੇ ਪ੍ਰਸੰਗ ਖਤਮ ਹੋ ਗਏ ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਸਾਖੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਕਰਨ ਵੀ ਲੁਪਤ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

ਗੁਰਸਿੱਖ ਦਾ ਜੀਵਨ ਜਪੁ ਰੂਪੀ ਕਰਮਯੋਗ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਕੇ ਕੀਰਤਨ ਰੂਪੀ ਆਤਮ ਰਸ ਯੋਗ ਨਾਲ ਹੀ ਗੁਰਸਿੱਖ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਸਾਰਥਕ ਕਰਦਾ ਹੈ

ਬਾਹਰਿ ਭੀਤਰਿ ਏਕੋ ਜਾਨਹੁ ਇਹੁ ਗੁਰ ਗਿਆਨੁ ਬਤਾਈ॥
ਜਨ ਨਾਨਕ ਬਿਨ ਆਪਾ ਚੀਨੈ ਮਿਟੈ ਨ ਭ੍ਰਮ ਕੀ ਕਾਈ॥ (684)

ਜੀਵਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਮਾਨਤਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਗੁਜਾਰਨਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਅੰਤਰ ਆਤਮੇ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਹੋਏ, ਦੋਹਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਉਦਮ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਮਯੋਗ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਰਮਯੋਗ ਲਈ ਸ਼ਰੀਰ ਦਾ ਸੁਅਸਥ ਅਤੇ ਸੁਡੋਲ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਕਰਮਯੋਗ ਚਾਹੇ ਸਿੱਖਿਆ, ਵਪਾਰ, ਉਦਯੋਗ, ਵਿਗਿਆਨ ਜਾਂ ਆਤਮ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਵੇ, ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਹੀ ਕਰਮਯੋਗ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗੀਤਾ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਮਯੋਗ ਕਰਨਾ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਸ ਵਿਚ ਹੈ ਪਰ ਕਰਮਫਲ ਕਰਮਯੋਗੀ ਦੇ ਵਸ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਰੇ ਕਰਮ ਯੋਗ ਅਨਾਸਕਤ (ਨਿਰਲੇਪ) ਭਾਵ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਸਿਧਾਂਤ, ਇਸ ਨਿਰਲੇਪਤਾ ਨੂੰ ਹਉਮੈ ਤਿਆਗ ਦਾ ਕਰਮਯੋਗ ਬਣਾ ਕੇ, ਹੁਕਮ ਦੇ ਸੂਖਮ ਮੰਡਲ

ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਢੰਗ ਬਣਾਂਦਾ ਹੈ।

ਉਦਮੁ ਕਰੇਦਿਆ ਜੀਉ ਤੂੰ ਕਮਾਵਿਦਆ ਸੁਖ ਭੁੰਚ ॥
ਧਿਆਇਦਿਆ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲ ਨਾਨਕ ਉਤਰੀ ਚਿੰਤ ॥ (522)

ਹਉਮੈ ਤਿਆਗ ਦੇ ਕਰਮਯੋਗ ਅਤੇ ਹੁਕਮ ਦੇ ਆਤਮ ਗਿਆਨ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਧਰਮਯੋਗ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਰ ਵਿਵਹਾਰ ਨਿਰਲੇਪ ਹੋ ਕੇ ਕਰਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਸਿਹਤ ਰੱਖਿਆ ਹਰ ਹਾਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਪਰ ਸਿਹਤ ਰੱਖਿਆ ਦੇ ਕਰਮ ਨਾਲ ਸੰਜਮ ਅਤੇ ਸਾਦਗੀ ਜੋੜ ਕੇ ਰੱਖਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਲਪ ਆਹਾਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਉ ਤਾਂ ਨਿੰਦਰਾ ਆਪ ਹੀ ਸੁਲਪ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਨਿੰਦਰਾ ਸੁਲਪ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹੁਕਮੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਖਾਵਾਂ ਸਮਾਂ/ਅਰਥਾਤ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਰਾਤ ਦਾ ਚੌਥਾ ਪਹਿਰ) ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਨੇਮ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਤਮ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਮਾਰਗ ਭਜਨ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਭਜਨ ਲਈ ਫਕੀਰਾਂ-ਸੰਤਾਂ-ਸਾਧਾਂ ਨੇ ਰਾਤ ਦੇ ਚੌਥੇ ਪਹਿਰ ਨੂੰ ਬ੍ਰਹਮ ਮੂਰਹਤ ਕਿਹਾ ਹੈ।

ਫਰੀਦਾ ਪਿਛਲ ਰਾਤਿ ਨ ਜਾਗਿਓਹਿ ਜੀਵਦੜੋ ਮੁਇਓਹਿ ॥
ਜੇ ਤੈ ਰਬੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਤ ਰਬਿ ਨ ਵਿਸਰਿਓਹਿ ॥ 107)

ਭਜਨ ਰੂਪੀ ਕਰਮਯੋਗ ਲਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਨੇਮ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਕੇ ਦਿਨ ਸਮੇਂ ਆਜੀਵਕਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਕਰਮਯੋਗ ਵੀ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਗੁਰੂ ਕੇ ਸਿੱਖ ਦਾ ਦੈਨਿਕ ਕਰਮ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਇਸ ਵਿਚ ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰ ਕਰਮਯੋਗ ਦੀ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਦੀ ਹੈ।

ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਜੋ ਸਿਖੁ ਅਖਾਏ ਸੁ ਭਲਕੇ ਉਠਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ ॥
ਉਦਮ ਕਰੇ ਭਲਕੇ ਪਰਭਾਤੀ ਇਸਨਾਨੁ ਕਰੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਰਿ ਨਾਵੈ ॥
ਉਪਦੇਸਿ ਗੁਰੂ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਪੁ ਜਾਪੈ ਸਭਿ ਕਿਲਵਿਖ ਪਾਪ ਦੋਖ ਲਹਿ ਜਾਵੈ ॥
ਫਿਰਿ ਚੜੈ ਦਿਵਸੁ ਗੁਰਬਾਣੀ ਗਾਵੈ ਬਹਦਿਆ ਉਠਦਿਆ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ ॥
ਜੋ ਸਾਸਿ ਗਿਰਾਸਿ ਧਿਆਏ ਮੇਰਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸੋ ਗੁਰਸਿਖੁ ਗੁਰੂ ਮਨਿ ਭਾਵੈ ॥
ਜਿਸ ਨੋ ਦਇਆਲੁ ਹੋਵੈ ਮੇਰਾ ਸੁਆਮੀ ਤਿਸੁ ਗੁਰਸਿਖ ਗੁਰੂ ਉਪਦੇਸੁ ਸੁਣਾਵੈ ॥
ਜਨੁ ਨਾਨਕੁ ਧੂੜਿ ਮੰਗੈ ਤਿਸੁ ਗੁਰਸਿਖ ਕੀ ਜੋ ਆਪਿ ਜਪੈ ਅਵਰਹ ਨਾਮੁ ਜਪਾਵੈ ॥੨॥

ਜਿਹੜਾ ਗੁਰ ਸਿੱਖ ਆਤਮਰਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਸਿੱਖ ਤੋਂ ਗੁਰੂ ਵੀ ਬਲਿਹਾਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿੱਖੀ ਦੀ ਇਹੋ ਸਾਰਥਕਤਾ ਹੈ। ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਕੇ ਨਾਮ ਜਪਨ ਦਾ ਨਿਤਨੇਮ ਬਣਾ ਕੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪਾਠ ਕਰਨਾ। ਨਾਮ ਸਿਰਮਨ ਨੂੰ ਸਵਾਸਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਆਤਮ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਦੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਨਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਏ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਭਰਮ ਮਿਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅੰਤਰ ਬਾਹਰ ਸਭ ਥਾਂ

ਗੋਬਿੰਦ ਦੇ ਹੀ ਦਰਸ਼ਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗਾਇਨ ਅਤੇ ਜਪੁ ਦਾ ਸਿਖਰ ਹਿਰਦੇ ਦੇ ਸੁਅਸਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਕੀਰਤਨ ਰਸ ਹੀ ਆਤਮਯੋਗ ਹੈ।

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, ਮੋਬਾਇਲ : 9417143360, 9888213360

POSITIVE THINKING

- True guidance is like a small lamp in a dark forest. It does not show everything at once but gives enough light for the next step.
- Telant will take you to high position in your career. But behaviour will help to maintain the high position in others hearts.
- God is not the only sole Author of our destiny. We are also the co-authors of our destiny. If we do the best, He will do the rest.
- A bird sitting on a tree is never afraid of breaking of the branch because her trust is not on the branch but on her own wings. Believe in yourself.

With best Compliments from a Well Wisher

ਪੁਸਤਕ ਬੋਧ

ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਨੀਲਧਾਰੀ

ਪੁਸਤਕ : ਪਵਨਿ ਪਰੋਇਓ ਸਗਲ...

ਕ੍ਰਿਤ : ਪਵਨ ਪਰਵਿੰਦਰ ਰਤਨ - ਸੰਤ ਮਾਤਾ ਸ਼ਿਵ ਬਾਣੀ

ਸੰਪਾਦਕ : ਡਾਕਟਰ ਰਮਾ ਰਤਨ

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ : ਸਾਰੰਗ ਲੋਕ ਮੋਹਾਲੀ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਕਲਜੁਗ ਮਹਿ ਕੀਰਤਨ ਪਰਧਾਨਾ (1075) ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਸਫਰ ਬਣਾ ਕੇ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਸੰਗੀਤ ਸਾਧਕ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਸਾਧਨਾ ਦੇ ਬੀਜ ਮੰਤਰ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜਾਂ ਸਤਿਨਾਮ) ਨੂੰ ਸਵਾਸਾਂ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਬਣਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੀ ਇਹ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਚਰਿਤਾਰਥ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਰਾਜ ਲੀਲਾ ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਬਣਾਈ॥

ਜੋਗੁ ਬਨਿਆ ਤੇਰਾ ਕੀਰਤਨ ਗਾਈ (385)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਭੱਟ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਚਾਰ ਚਿਤ ਰਾਜ ਯੋਗ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਇਕ ਕਿਨਾਰਾ ਹੀ ਗੁਰਬਾਣੀ-ਗੁਰੂ-ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਸੰਪਰਕ ਲਈ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੰਗੀਤ ਰਾਗ ਵਿਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ ਵਿਚ ਵੀ ਅੱਜਕੱਲ ਸੰਗੀਤ ਨਾਦ (ਅਲਾਪ ਤਾਨ ਆਦਿਕ ਨੂੰ ਗੌਣ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਗਾਇਕ ਕੀਰਤਨੀਆਂ ਅਤੇ ਸ੍ਰੋਤਾ ਨਾਦ ਦੀ ਅਖਰਾਤੀਤ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟਤਾ ਤੋਂ ਸਖਣੇ ਹੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜ਼ਰੂਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਚਾਰ ਖਾਣੀਆਂ (ਉੱਤਪਤੀਆਂ -ਅੰਡਜ਼ -ਜੇਰਜ -ਸੇਤਜ - ਉਤਭਜ) ਅਤੇ ਚਾਰ ਬਾਣੀਆਂ (ਪਰਾ-ਪਸੰਤੀ-ਮਧਿਅਮਾ-ਬੈਖਰੀ) ਹਨ। ਜਦੋਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਧੁਰ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜਾਂ ਖਸਮ ਕੀ ਬਾਣੀ ਮੰਨਿਆਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫੇਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਮੂਲ ਧਰਾਤਲ ਪਰਾ ਬਾਣੀ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਾਲੇ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਤਾਂ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਹੀ ਹੋਏ ਹਨ। ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਪਾਠ ਅਤੇ ਕੀਰਤਨ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਾਲੇ ਅੱਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਹਨ ਜੋ ਨਾਦ ਬ੍ਰਹਮ ਦਾ ਚਿੰਤਨ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ? ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਰੋਟੀਆਂ ਕਾਰਣਿ ਪੂਰੇ ਤਾਲ (465) ਦੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖਤਾ ਵੀ ਹੈ।

ਸੰਗੀਤ ਦੀ ਵਿਵਸਥਿਤ ਪੜ੍ਹਾਈ ਐੱਮ. ਏ. ਕਰਕੇ ਐੱਮ. ਫਿਲ (ਖੋਜ ਪੱਤਰ ਰਾਹੀਂ) ਕਰਕੇ ਪਵਨ (ਪਰਵਿੰਦਰ ਰਤਨ ਨੇ ਸੰਗੀਤ ਸ਼ਾਸਤਰਾਂ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਅਧਿਐਨ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਪੀਐਚ. ਡੀ. ਲਈ ਥੀਸਿਸ ਲਿਖਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਪਰ ਮਨ ਪੰਖੀ ਦੀ ਉਡਾਰੀ ਤੇ ਗਤੀ ਇਹਨਾਂ ਸੰਦਰਭ ਸੰਕਲਨਾ ਦੀ

ਸੀਮਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪਾਰ ਲੈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਪੈਤੀਂਸ ਸਾਲ 2 ਮਹੀਨੇ 10 ਦਿਨ ਦੀ ਉਮਰ (ਜਨਮ 18 ਅਕਤੂਬਰ 1958 ਤੇ ਸੰਨਿਆਸ 28 ਦਸੰਬਰ 1993) ਵਿਚ ਪਵਨ (ਸੰਤ ਮਾਤਾ) ਸ਼ਿਵ ਬਾਣੀ ਬਣ ਗਈ। ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਸਾਤਵਿਕ ਮਾਹੌਲ ਨੇ ਇਸ ਜੋਗਣ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਬੈਖਰੀ ਰੂਪ ਵਿਚੋਂ ਪਰਾਬਾਣੀ ਦੇ ਮੂਲ (ਨਾਦ) ਨਾਲ ਉਡਾਰੀ ਮਾਰਨ ਦੀ ਹਰੇਕ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ। ਵੈਰਾਗ ਦੀ ਤੀਬਰਤਾ ਵਿਚ ਸੰਨਿਆਸ ਧਾਰਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਛਾਂ ਵਿਚ ਆਨੰਦ ਵਲ ਸਫਰ ਕਰਨਾ ਪੁਰਾਣੇ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਦਾ ਸੰਗਮ ਹੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਸੰਪਾਦਨਾ ਪਵਨ ਸ਼ਿਵ ਬਾਣੀ ਦੀ ਅਗ੍ਰਜਾ ਡਾ. ਰਮਾ ਰਤਨ ਨੇ ਕੀਤੀ ਹੈ। "ਪੁਸਤਕ ਬਾਰੇ" ਸੂਚਨਾ ਦੇਂਦੇ ਹੋਏ ਡਾ. ਰਮਾ ਲਿਖਦੀ ਹੈ- 'ਕਈ ਪੰਨਿਆਂ ਦੀ ਪਿੱਠ ਤੇ ਉਸ ਵੱਲੋਂ ਲਿਖੀ ਇਬਾਰਤ ਜਦ ਨਜ਼ਰੀ ਪਈ ਤਾਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਰੁਕ ਗਈਆਂ ਅਤੇ ਉਹ ਇਬਾਰਤ ਇਉਂ ਬੋਲਣ ਲੱਗੀ ਜਿਵੇਂ ਪਵਨ ਖੁਦ ਬੋਲ ਪਈ ਹੋਵੇ।" ਦੂਜੇ ਪੈਰੇ ਵਿਚ ਸੰਪਾਦਿਕਾ ਦੱਸਦੀ ਹੈ, "ਇਹ ਸਭ ਉਸਨੇ ਕਦੋਂ ਲਿਖਿਆ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਇਹਨਾਂ ਪਰੂਫਾਂ ਵਿਚ ਰਚ ਮਿਚ ਗਿਆ ਦੇ ਰਹੱਸ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੀ।" ਸਥੂਲ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਮਾਨਤਾ ਤੋਂ ਸੂਖਮ ਅਦ੍ਰਿਸ਼ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਅਨੰਦ-ਅਗੋਚਰ ਦੀ ਸੀਮਾ ਰੇਖਾ ਨੂੰ ਛੋਹਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਅੰਤਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਅਨੁਭਵ (ਅਨੁਭੂਤੀ) ਜਦੋਂ ਅੱਖਰੀਂ ਉਤਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵੀ ਪਾਠਕ ਲਈ ਅਬੂਝ ਪਹੇਲੀ (ਰਹੱਸ) ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੱਥਲੀ ਪੁਸਤਕ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਹਿੱਸਾ ਉਸਨੇ ਸੰਨਿਆਸ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਧਿਆਪਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਪੀ.ਐਚ ਡੀ ਕਰਨ ਦੇ ਖਿਆਲ ਨਾਲ ਲਿਖਿਆ ਸੀ।

ਪਹਿਲੇ ਹਿੱਸੇ 'ਚ ਇਕ ਕਰਮੱਠ ਅਧਿਆਪਿਕਾ ਉਚਤਰ ਡਿਗਰੀ ਲੈਣ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਸੰਬੰਧਿਤ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਸੰਕਲਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਉਥੇ ਰਾਗ ਨਾਦ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਸਥੂਲ ਤੇ ਸੂਖਮ ਰੂਪ ਦੇ ਵਿਵੇਚਨ ਤੇ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਲਈ ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਦੀ ਸ਼ਰਣਾਗਤ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਕਲਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਗੀਤ ਖੋਜ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਲਈ ਬਣਿਆ ਬਣਾਇਆ ਥੀਸਿਸ ਦਾ ਮੂਲ ਰੂਪ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਵਿਚ ਸਥੂਲ ਤੋਂ ਸੂਖਮ ਵਿਚ ਉਡਾਰੀ ਮਾਰਨ ਦੀ ਬਿਹਬਲਤਾ ਦੇ ਰੰਗ ਸ਼ਾਇਦ ਸਥੂਲ ਪੁਸਤਕ ਤਕ ਸੀਮਤ ਵਿਦਵਾਨ ਲਈ ਰਹੱਸਮਈ ਹੀ ਬਣੇ ਰਹਿਣਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਸੁਰਤਿ ਸਮਾਗਮਾਂ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਇਹ ਥੀਸਿਸ ਇਕ ਨਗਾਰਾ ਤਾਂ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਪ੍ਰੀਤ ਵੀਣਾ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੀ।ਮੇਰਾ ਅਨੁਭਵ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਇਹ ਥੀਸਿਸ ਅੱਜ ਵੀ ਕਿਸੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਜਾਂ ਜਿੱਥੋਂ ਖੋਜ ਵਿਸ਼ਾ ਰਜਿਸਟਰਡ ਕਰਾਇਆ ਸੀ ਅੱਗੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਗਿਆਨ ਤੇ ਵਿਆਕਰਣ ਤਕ ਸੀਮਤ ਬੋਧਿਕਤਾ ਲਈ ਪਰਖ ਕਰਨਾ ਅਸੰਭਵ ਹੀ ਹੋਏਗਾ। ਪਵਨ ਸ਼ਿਵ ਬਾਣੀ ਲਈ ਅੰਤਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿਚ ਇਸ ਕਾਰਜ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਰਵਾਜ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਧਰਤੀ ਦਾ ਸਫਰ ਸਮਝ ਕੇ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਵਿਦਵਤਾ ਦੇ ਸਫਰ ਵਿਚ ਪਵਨ ਨੂੰ ਰਾਗ ਸੰਗੀਤ (ਅੱਖਰੀ ਗਾਇਨ ਤੇ ਅਲਾਪ) ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਨਾਦ ਨਾਲ ਸੁਰ ਮਿਲਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਹਿੱਸੇ ਵਿਚ ਕੀਰਤਨ ਰਾਗ ਸੰਗੀਤ ਗਾਇਨ ਰਾਹੀਂ ਬੈਖਰੀ ਤੋਂ ਉਪਾਂਸ਼ੂ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਰਾਹ ਨਾਲ ਪਰਾ ਨਾਦ ਤਕ ਪੁੱਜਣ ਲਈ ਉਹ ਸੇਧ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਰਹੀ ਲਗਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਤੀਜੇ ਅਧਿਆਏ ਸ਼ਬਦ ਗੁਰੂ ਸੁਰਤਿ ਧੁਨਿ ਦੇ ਨਾ ਅਧੀਨ 10 ਬਾਣੀ ਖੰਡਾਂ

(ਪੰਨਾ 87-123) ਦਾ ਅਰਥ ਬੋਧ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਦਿਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸੀਮਾ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸਥੂਲ ਅਰਥਾਂ ਦੇ ਸੂਖਮ ਚਿੰਤਨ ਤਕ ਸੀਮਤ ਹੈ।" ਸਭਿਆਚਾਰ ਦੀ ਸੂਝ (122-141 ਪੰਨਾ) ਵਿਚ ਉਸ ਦੀ ਆਤਮ ਉਡਾਰੀ, ਸਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅਰਥ, ਫਿਲਾਸਫਰ ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾਂ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਅੰਸ਼ ਇਸ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦਾ ਆਈਨਾ ਦਿਖਾ ਦੇਣਗੇ (131)

ਜੀਵਨ ਸੰਸਾਰ ਸੰਚਾਲਨ ਸਰਗ (ਜਨਮ) ਤੇ ਮਰਗ (ਮੌਤ) ਦੇ ਵਿਚਲਾ ਮੱਧ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਏਸ ਦਾ ਆਦਿ ਅਸੀਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਅੰਤ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਤੇ ਅਗਲੀ ਯਾਤਰਾ ਬਾਰੇ ਵੀ ਅਸੀਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ। ਪਵਨ ਸ਼ਿਵ ਬਾਣੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਸਾਰਥਕ ਕਰਕੇ ਪਵਨ ਗੁਰੂ (ਪ੍ਰਾਣ) ਦੇ ਆਧਾਰ ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ ਤੇ ਧਰਤਿ ਮਹਤ ਦਾ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਮਨੁੱਖਾ ਸਰੀਰ ਹੀ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਅਨੰਦ ਆਕਾਸ਼ ਤਕ ਉਡਾਰੀ ਮਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੁਰਤਿ ਦੇ ਜਾਗਰਣ ਵਿਚ ਤ੍ਰਿਕੁਟੀ ਵਿਚ ਜੋ ਪਹਿਲੀ ਹਲ ਚਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਜੋਗੀਆਂ ਨੇ ਸੁਸਰੀ ਜਾਂ ਚੀਂਟੀ ਦੀ ਗਤੀ ਕਿਹਾ ਹੈ। ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਇਹ ਗਤੀ ਮੇਂਡਕ (ਡੱਡੂ) ਗਤੀ ਬਣ ਕੇ ਸਥੂਲ ਤੋਂ ਸੂਖਮ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਰਥ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੀਸਰੀ ਗਤੀ ਬਾਂਦਰ ਦੀ ਕਹੀ ਗਈ ਹੈ। ਮਸਤੀ ਦੀ ਇਸ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਵਿਚ ਨਾਮਧਾਰੀ ਮਸਤਾਨੇ ਤੇ ਕੁਝ ਸੂਫੀ ਫਕੀਰਾਂ ਦੀ ਬੇਖੁਦੀ ਦੇ ਮੰਜਰ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਹੀ ਇਸ਼ਟ ਅੱਗੇ ਕੇਸਾਂ ਦਾ ਚਵਰ ਢਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਵਿਚੋਂ ਹੀ ਸੰਨਿਆਸ (ਮਨ ਦਾ ਤੇ ਭੇਖ ਦਾ) ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਗਲੀ ਸਹਿਜ ਗਤੀ ਪੰਖੀ ਦੀ ਉਡਾਰੀ ਵਾਂਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਇਸੇ ਲਈ ਸਮਰਥ ਸਾਧਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹੰਗਮ ਆਕਾਸ਼ ਗਮਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੰਖੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਤੁੱਛ ਬੁੱਧੀ ਅਨੁਸਾਰ ਪਵਨ ਸ਼ਿਵ ਬਾਣੀ ਨੇ ਬਿਹੰਗਮ ਬਣ ਕੇ ਜੋ ਵੀ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਤੰਦਰਾਵਾਂ ਕਲਮ ਬੱਧ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਵਿਸ਼ਾਲ ਬਿਹੰਗਮ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਪਰਿਣਾਮ ਹਨ। ਇਸ ਪੰਖੀ ਚਿਤਵਨ ਵਿਚ ਪਵਨ ਸ਼ਿਵ ਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾ ਦਾ ਉੱਤਰ ਸਹਿਜਤਾ ਨਾਲ ਦੇ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਥੀਸਿਸ ਵਿਚ ਉਹ ਆਪ ਲੱਭ ਰਹੀ ਸੀ।

ਮਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਨਾਲ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਪਰਿਵਰਤਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਭਿਆਚਾਰ ਵਰਗੇ ਸਾਧਾਰਨ ਪਰਿਭਾਸ਼ਕ ਸਾਮਾਜਕ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਚ ਇਕ ਨਵਾਂ ਉਪਨਿਸ਼ਦ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਗਿਆ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਉਪਨਿਸ਼ਟ ਆਤਮ ਖੋਜ ਦੀ ਪਰੀਖਣ, ਨਿਰੀਖਣ ਤੇ ਪਰਿਣਾਮਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹਨ। ਪਵਨ ਸ਼ਿਵ ਬਾਣੀ ਦਾ ਇਹ ਉਪਨਿਸ਼ਦ (ਆਤਮ ਗਿਆਨ) ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਇਕ ਇਕ ਸੁਆਸ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨ ਦਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਆਧਾਰਤ ਗੰਭੀਰ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਚਿੰਤਨ ਵਿਆਖਿਆ ਦਾ ਜੋ ਰਸ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਮਿਲਿਆ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਝਾਤ ਕਿਸੇ ਟੀਕੇ ਜਾਂ ਵਿਆਖਿਆ ਗ੍ਰੰਥ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਦਿਸਦੀ। ਕਿਉਂਕਿ ਅੰਦਰੁਹ ਅੰਨਾ ਬਾਹਰਹੁ ਅੰਨਾ ਕੂੜੀ ਕੂੜੀ ਗਾਵੈ (960) ਪਰ ਅੰਦਰਹੁ ਜਿਨ ਕਾ ਮੋਹੁ ਤੁਟਾ ਤਿਨ ਕਾ ਸਬਦੁ ਸਚੈ ਸਵਾਰਿਆ (917) ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਸ਼ਬਦ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, ਮੋਬਾਇਲ : 9417143360, 9888213360

ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਅਕਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਿਕ ਸੰਗੀਤ

ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ

ਹਿੰਦੀ ਸਿਨੇਮਾਂ ਆਪਣੀ 100 ਵੀ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ ਮਨਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਦਾਦਾ ਸਾਹਿਬ ਫਾਲਕੇ ਦੀ 'ਰਾਜਾ ਹਰੀਸ਼ਚੰਦਰ' ਫ਼ਿਲਮ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਮੌਨ ਫ਼ਿਲਮ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ 3 ਮਈ, 1913 ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੌਨ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਇਸ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸੰਵਾਦ (ਡਾਇਲਾਗ) ਅਤੇ ਗੀਤ-ਸੰਗੀਤ ਆਦਿ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਦਾ ਆਕਰਸ਼ਣ ਵਧਾਉਂਣ ਲਈ ਬਾਹਰ ਤੋਂ ਗਾਇਕ, ਤਬਲਾ ਵਾਦਕ ਅਤੇ ਹਾਰਮੋਨੀਅਮ ਵਾਦਕ ਆਦਿ ਬੁਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਜੋ ਫ਼ਿਲਮ ਵਿਚਲੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸੰਗੀਤ ਦਿੰਦੇ ਸਨ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ 1931 ਨੂੰ ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਨੇ ਬੋਲਣਾਂ ਅਤੇ ਗਾਉਂਣਾ ਸਿੱਖਿਆ। ਹੁਣ ਇਹਨਾਂ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਦੇ ਅਦਾਕਾਰ ਬੋਲਦੇ ਅਤੇ ਗਾਉਂਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਸਨ। ਗੀਤ-ਸੰਗੀਤ ਵੀ ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਦਾ ਅਟੁੱਟ ਅੰਗ ਬਣ ਗਿਆ ਸੀ।

ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ, ਭਾਰਤੀ ਸੰਗੀਤ ਦੀ ਇਕ ਐਸੀ ਵਿਧਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਰਚਾਰ-ਪਰਸਾਰ ਲਈ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਹਰ ਰੂਪ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਗੁਰੇਜ਼ ਤੋਂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੇ ਸ਼ਾਸਤਰੀ, ਉਪ-ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਸੰਗੀਤ, ਪੱਛਮੀ-ਸੰਗੀਤ, ਪੌਪ-ਸੰਗੀਤ, ਸੂਫ਼ੀ-ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਰੈਪ-ਰੈਗੇ ਆਦਿ ਸੰਗੀਤ ਦੀ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ ਖੁੱਲ ਕੇ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਇਸ ਆਰੰਭਿਕ ਦੌਰ (1931) 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ ਇਸ ਦਹਾਕੇ ਦਾ ਸੰਗੀਤ ਸ਼ਾਸਤਰੀ, ਅਰਧ-ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਅਤੇ ਪਾਰਸੀ ਥਿਏਟਰ ਸ਼ੈਲੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰ ਦੇ ਸੰਗੀਤਕਾਰਾਂ ਨੇ ਰਾਗਾਂ ਦੇ ਸਰੂਪ ਨਾਲ ਕੋਈ ਛੇੜ-ਛਾੜ ਨਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਰਾਗ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਨੂੰ ਗੀਤਾਂ ਵਿਚ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਿਆ। ਇਸੇ ਦਹਾਕੇ ਵਿਚ ਹੀ ਪੰਕਜ ਮਲਿਕ ਅਤੇ ਕੇ.ਸੀ.ਡੇ. ਆਦਿ ਦੇ ਗੀਤਾਂ ਵਿਚ ਬੰਗਾਲੀ-ਸ਼ੈਲੀ ਵੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਗੋਚਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

1940-50 ਦਾ ਸਮਾਂ ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਨੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਵਟ ਬਦਲੀ ਕਿ ਗੀਤਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਸੰਗੀਤ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸੁਗਮ ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਲੋਕ ਸੰਗੀਤ ਵੀ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕੀਤਾ ਜਾਣ ਲੱਗਾ। ਇਹ ਰੁਝਾਨ ਇਸ ਲਈ ਵੀ ਵਧਿਆ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਸਮੇਂ ਫ਼ਿਲਮ ਨਗਰੀ ਵਿਚ ਵੱਖੋਂ-ਵੱਖਰੇ ਸੂਬਿਆਂ ਤੋਂ ਕਈ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਆਪਣਾ ਸਿੱਕਾ ਚਲਾਉਂਣ ਆਏ। ਇਹਨਾਂ ਸੰਗੀਤਕਾਰਾਂ ਨੇ ਫ਼ਿਲਮ ਦੀਆਂ ਪਰਸਥਿਤਿਆਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸੰਗੀਤ ਦੇਣਾ ਤਾਂ ਆਰੰਭ ਕੀਤਾ ਹੀ ਪਰ ਜੋ ਸੰਗੀਤ ਇਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਰਗਾਂ ਵਿਚ ਦੋੜ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਵਿਸਾਰ ਸਕਦੇ ਸਨ ? ਸੋ ਇਹਨਾਂ ਸੰਗੀਤਕਾਰਾਂ ਜਿਵੇਂ ਗ਼ੁਲਾਮ ਹੈਦਰ, ਨੌਸ਼ਾਦ, ਐਸ.ਡੀ. ਬਰਮਨ, ਵਿਨੋਦ, ਅਤੇ ਸਲਿਲ ਚੌਧਰੀ ਆਦਿ ਨੇ ਆਪਣੀ ਦੇਹਾਤੀ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਨੂੰ ਐਨੇ ਸੁਚੱਜੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਿਖੇਰਿਆ ਕਿ

ਖੇਤਰੀ-ਸੰਗੀਤ ਹੁਣ ਤੱਕ ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਦਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅੰਗ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਿਕ ਸੰਗੀਤ ਨੂੰ ਵਰਤਾਰੇ ਵਿਚ ਲਿਆਉਂਣ ਲਈ ਇਸ 'ਚ ਗੰਢ-ਤੁਪ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਵਰਤਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਮਾਸਟਰ ਗ਼ੁਲਾਮ ਹੈਦਰ ਨੂੰ ਮੋਢੀ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਫ਼ਿਲਮ 'ਖ਼ਜ਼ਾਨਚੀ' (1941) ਦੇ 'ਦੀਵਾਲੀ ਫਿਰ ਆ ਗਈ ਸਜਨੀ' ਗੀਤ ਵਿਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਲੋਕ-ਥਾਪ (ਰਿਧਮ) ਨੂੰ ਢੋਲਕ 'ਤੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ। ਇਸੇ ਕੜੀ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਜੋੜਦਿਆਂ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਨੌਸ਼ਾਦ ਨੇ ਵੀ 'ਰਤਨ' (1944) ਫ਼ਿਲਮ ਦੇ 'ਜਬ ਤੁਮ ਹੀ ਗਏ ਪ੍ਰਦੇਸ' ਗੀਤ ਵਿਚ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ ਦੀ ਲੋਕ-ਥਾਪ (ਰਿਧਮ) ਨੂੰ ਢੋਲਕ 'ਤੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬਾਕੀ ਗੀਤਾਂ ਵਿਚ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ ਦੀਆਂ ਲੋਕ-ਧੁਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ। 'ਲਾਰਾ ਲੱਪਾ ਲਾਰਾ ਲੱਪਾ ਲਾਈ ਰੱਖਦਾ' ਗੀਤ 'ਏਕ ਥੀ ਲੜਕੀ' (1949) ਫ਼ਿਲਮ ਵਿਚੋਂ ਹੈ। ਇਹ ਗੀਤ ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ ਦੇ ਕਾਂਗੜੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਲੋਕ-ਧੁਨ (ਜੁੱਤੀ ਮੇਰੀ ਜਾਂਦੀ ਐ ਪਹਾੜੀਏ ਦੇ ਨਾਲ, ਤੇ ਪੌਲਾ ਮੇਰਾ ਜਾਂਦਾ ਇਸ ਡੋਗਰੇ ਦੇ ਨਾਲ) ਨਾਲ ਓਤ-ਪੋਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਵਿਨੋਦ ਨੇ ਵਰਤਿਆ। ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਰੌਸ਼ਨ ਵੀ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਸਰਗਰਮ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਸੁਰ-ਬੱਧ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ 'ਅਨਹੋਨੀ' (1952) ਫ਼ਿਲਮ ਦਾ 'ਮੈਂ ਦਿਲ ਹੂੰ ਇਕ ਅਰਮਾਨ ਭਰਾ' ਗੀਤ ਬੰਗਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰਚੱਲਿਤ 'ਗੋਥਾ ਨੋਏ ਆਜੀ ਰਾਤੇ' ਗੀਤ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ।

'ਮਦਰ ਇੰਡੀਆ' (1957) ਫ਼ਿਲਮ ਨੂੰ ਇਕ ਇਤਿਹਾਸਕ ਮਾਣ ਹਾਸਿਲ ਹੈ। ਇਸ ਫ਼ਿਲਮ ਵਿਚ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਨੌਸ਼ਾਦ ਨੇ 'ਹੋਲੀ ਆਈ ਰੇ' ਅਤੇ 'ਘੂੰਘਟ ਨਾ ਖੋਲੂਗੀ ਸਈਆਂ ਤੋਰੇ ਆਗੇ' ਗੀਤਾਂ ਵਿਚ ਪੂਰਬੀ ਲੋਕ-ਅੰਗ ਦੇ ਸੰਗੀਤ ਦੀ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਓ.ਪੀ. ਨਈਅਰ ਵੀ ਫ਼ਿਲਮ 'ਨਯਾਂ ਦੌਰ' (1957) ਦੇ ਸੰਗੀਤ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਅਲਮਸਤੀ ਅਤੇ ਇਥੋਂ ਦੀਆਂ ਲੋਕ-ਧੁਨਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਆਏ। ਇਸ ਫ਼ਿਲਮ ਦਾ 'ਉੜੇਂ ਜਬ ਜਬ ਯੁਲਫ਼ੇ ਤੇਰੀ' ਗੀਤ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ-ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਅਤਿ-ਲੋਕਪ੍ਰਿਯ 'ਟੱਪਿਆਂ' ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਇਸੇ ਫ਼ਿਲਮ ਦਾ 'ਰੇਸ਼ਮੀ ਸਲਵਾਰ ਕੁੜਤਾ ਜਾਲੀ ਕਾ' ਗੀਤ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਗੀਤ 'ਸੜਕੇ ਸੜਕੇ ਜਾਂਦੀਏਂ ਮੁਟਿਆਰੇ ਨੀ' ਦੀ ਧੁਨ ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ। 'ਯੇ ਦੇਸ ਹੈ ਵੀਰ ਜਵਾਨੋਂ ਕਾ' ਗੀਤ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਲੋਕ ਧੁਨ 'ਜੁਗਨੀ''ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ।

ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਜਗਤ ਵਿਚ ਐਸ.ਡੀ. ਬਰਮਨ ਇਕ ਵੱਡਾ ਨਾਮ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਇਸ ਇੰਡਸਟਰੀ ਨੂੰ ਸਦਾਬਹਾਰ ਗੀਤਾਂ ਨਾਲ ਨਿਵਾਜਿਆ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰ-ਬੱਧ ਕੀਤੀ ਫ਼ਿਲਮ 'ਸੁਜਾਤਾ' (1959) ਦਾ 'ਸੁਨ ਮੇਰੇ ਬੰਧੂਰੇ' ਅਤੇ 'ਬੰਦਿਨੀ' (1960) ਦਾ 'ਓ ਮਾਝੀ ਮੇਰੇ ਸਾਜਨ ਹੈ ਉਸ ਪਾਰ' ਗੀਤ ਬੰਗਾਲ ਦੀ ਭਟਿਆਰੀ ਲੋਕ-ਸ਼ੈਲੀ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹਨ।

60-70 ਦੇ ਦਹਾਕੇ ਵਿਚ ਵੀ ਇਹ ਰੁਝਾਨ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਬਰਕਰਾਰ ਰਿਹਾ। ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਮਦਨ ਮੋਹਨ ਵੀ ਇਸ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਿਖਾਉਂਦਿਆਂ 'ਨੈਨ ਲੜ ਜਈ ਹੈ ਤੋ ਮਨਵਾਮਾ ਕਸਕ ਹੋਈਬੇ ਕਰੀ' (ਗੰਗਾ-ਜੰਮੁਨਾ, 1961) ਅਤੇ 'ਝੁਮਕਾ ਗਿਰਾ ਰੇ ਬਰੇਲੀ ਕੇ ਬਾਜ਼ਾਰ ਮੇ' (ਮੇਰਾ ਸਾਇਆ [1966]) ਗੀਤਾਂ ਵਿਚ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ ਦੀ ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਲੋਕ-ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਸੁਮਧੁਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ। ਇਸੇ ਤਰਜ਼ 'ਤੇ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਲਕਸ਼ਮੀਕਾਂਤ-ਪਿਆਰੇਲਾਲ ਨੇ ਵੀ ਰਾਜਸਥਾਨੀ ਲੋਕ-ਸ਼ੈਲੀ 'ਤੇ

ਅਧਾਰਿਤ 'ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਹੈ ਚਮੇਲੀ ਮੈਂ ਹੂੰ ਮਾਲਨ ਅਲਬੇਲੀ' ਗੀਤ 'ਰਾਜਾ ਔਰ ਰੰਕ' (1968) ਫ਼ਿਲਮ ਲਈ ਸੁਰ-ਬੱਧ ਕੀਤਾ। 'ਬੌਬੀ' (1973) ਫ਼ਿਲਮ ਵੀ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਪਰਹਿੱਟ ਫ਼ਿਲਮ ਸੀ। ਇਸ ਫ਼ਿਲਮ ਦੇ 'ਨਾ ਮਾਂਗੂ ਸੋਨਾ ਚਾਂਦੀ' ਗੀਤ ਵਿਚ ਗੋਆ ਦੀ ਸਥਾਨਕ ਸ਼ੈਲੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ ਦੀ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਸੰਯੋਜਨ ਐਨੇ ਸੁਲਭ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਗੀਤ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਵਿਚ ਇਕ ਵੱਖਰਾ ਸਥਾਨ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

80 ਦੇ ਦਹਾਕੇ ਵਿਚ ਵੀ ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਵਿਚ ਖੇਤਰੀ ਸੰਗੀਤ ਸੁਣਨ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਿਲਮ 'ਹੀਰੋ' (1982) ਦਾ 'ਲੰਬੀ ਜੁਦਾਈ' ਗੀਤ ਪੰਜਾਬੀ ਲਹਿਜੇ ਦਾ ਗੀਤ ਹੈ। ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਹਿਰਦੇਨਾਥ ਮੰਗੇਸ਼ਕਰ ਦੀਆਂ ਧੁਨਾਂ ਨਾਲ ਸਜੀ 'ਲੇਕਿਨ' ਫ਼ਿਲਮ ਦਾ ਪ੍ਰਦਸ਼ਣ 1991 ਵਿਚ ਹੋਇਆ। ਇਸ ਫ਼ਿਲਮ ਦੇ 'ਕੇਸਰੀਆ ਬਾਲਮਾਂ ਆਇਉ ਮਾਰੇ ਦੇਸ' ਗੀਤ ਨੂੰ ਰਾਜਸਥਾਨ ਦੀ ਮਾਂਡ ਲੋਕ-ਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ 'ਯਾਰਾ ਸੀਲੀ ਸੀਲੀ ਬਿਰਹਾ ਕੀ ਰਾਤ ਕਾ ਜਲਨਾ' ਵਿਚ ਰਾਜਸਥਾਨ ਦੀ ਸਥਾਨਕ ਸ਼ੈਲੀ ਦੀ ਝਲਕ ਪੈਦੀ ਹੈ।

21 ਵੀ ਸਦੀ ਦੇ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਿਕ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬ ਸੂਬੇ ਦੇ ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਵਧੇਰੇ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਤਕਰੀਬਨ ਹਰੇਕ ਫ਼ਿਲਮ ਵਿਚ ਇਕ ਗੀਤ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਤੜਕਾ ਲਾ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਸ਼ੰਕਰ-ਅਹਿਸਾਨ-ਲੌਏ ਨੇ ਫ਼ਿਲਮ 'ਮਿਸ਼ਨ ਕਸ਼ਮੀਰ' (2000) ਵਿਚ ਕਸ਼ਮੀਰ ਦਾ ਲੋਕ-ਗੀਤ 'ਭੂਮਰੋ ਭੂਮਰੋ' ਲੈ ਕੇ ਆਏ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ 'ਸਿੰਗ ਇਜ਼ ਕਿੰਗ' (2008), 'ਜਬ ਵੁਈ ਮੈਟ' (2008) ਅਤੇ 'ਦਿਲ ਬੋਲੇ ਹੜੀਪਾ' (2009) ਆਦਿ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬੀ ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਮੋਹਰੀ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜੋ ਹੁਣ ਤੱਕ ਕਾਇਮ ਹੈ। 'ਸਸੁਰਾਲ ਗੈਂਦਾ ਫੂਲ' ਬੁੰਦੇਲਖੰਡ ਇਲਾਕੇ ਦਾ ਲੋਕ-ਗੀਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਏ.ਆਰ. ਰਹਿਮਾਨ ਨੇ 'ਦਿੱਲੀ-6' (2009) ਫ਼ਿਲਮ ਵਿਚ ਵਰਤ ਕੇ ਵਾਹ-ਵਾਹੀ ਖੱਟੀ ਹੈ। 2012 ਵਿਚ ਪ੍ਰਦਸ਼ਿਤ ਹੋਈ 'ਕੋਕਟੇਲ' ਫ਼ਿਲਮ ਵਿਚ ਵੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕ-ਗੀਤ ਜੁਗਨੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਹਿੰਦੀ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਦੀ ਉਮਰ ਲਗਭਗ 82 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਹੈ। ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਿਕ ਸੰਗੀਤ ਦੇ ਹੋਏ ਪ੍ਰਯੋਗ ਨਾਲ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਦੀ ਇਕ ਵੱਖਰੀ ਨੁਹਾਰ ਪੇਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਲੇਖਿਤ ਗੀਤਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਕਈ ਅਜਿਹੇ ਗੀਤ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੂਬਿਆਂ ਦੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਅਕਸ ਸਾਫ਼ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਦੇ ਪ੍ਰਾਂਤਾਂ ਕੋਲ ਮੌਲਿਕ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਐਨਾ ਅਖੁੱਟ ਖਜ਼ਾਨਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਦਾ ਫ਼ਿਲਮ ਸੰਗੀਤ ਨੂੰ ਭਰਪੂਰ ਰੱਖਣਗੇ।

ਗੁਰਮਤਿ ਸੰਗੀਤ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ। ਈਮੇਲ :
amrinder.gs@gmail.com, ਮੋਬਾਈਲ : 9888114583

ਗੁਰਸਿੱਖ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਗੁਰਸਿੱਖ ਸੰਜੋਗ ਪੰਦਰਾ-ਰੋਜ਼ਾ ਪੱਤਰ

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਅਕਾਲੀ ਬਾਬਾ ਫੂਲਾ ਸਿੰਘ ਪੂਸਾ ਰੋਡ,
ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 110 060 ਫੋਨ : 25862955

संगीत के चिकित्सकीय आयाम

सरबजीत सिंह

संगीत मानव भावनाओं की अभिव्यंजना का सशक्त एवं सुन्दरतम साधन है! यह निश्चय ही आत्मा की लयबद्ध, तालयुक्त, संवेदनशील व भावुकतापूर्ण वह मधुरवाणी है, जो व्यक्ति विशेष के चेतन मन के मनोभावों को अभिव्यक्त कराता है। जीवन के प्रत्येक क्षण के साथ संगीत जुड़ा हुआ है। संगीत के माध्यम से मनुष्य की दुर्बल मानसिकता को बदल कर शक्तिशाली बनाने, प्रेम, करूण, दया एवं साहस जैसे श्रेष्ठ गुणों को उत्पन्न करने की असीम शक्ति है।

संगीत की ध्वनि की सकारात्मक प्रभावी प्रतिक्रिया सीधे मस्तिष्क में होती है। जिससे शरीर के भीतर का समस्त विषाक्त पदार्थ उत्तेजित होकर सातों निसर्ग मार्ग से बाहर निकल जातें हैं और तुरन्त आरोग्य लाभ होता है। आधुनिक समय में इसे 'संगीत चिकित्सा अथवा 'Music Therapy' कहा जाता है। जिसका अर्थ इस प्रकार बताया जाता है विभिन्न विपरीत तथा विकृत परिस्थितियों में ध्वनि अथवा स्वरों के प्रभाव द्वारा उत्पन्न शारीरिक क्रियाओं का परिवर्तन ही ''संगीत चिकित्सा प्रणाली अथवा म्युज़िक थेरेपी है। संगीत की महिमा अपार है। संगीत में मनुष्य के हृदय को छू लेने की एक अपार शक्ति विद्यमान है तथा मनुष्य के हृदय में तरह–तरह की उठने वाली भावनाओं को वश में करके प्रभु–भक्ति की तरफ प्रेरित करती है और शरीर में संतुलन बनाती है। विभिन्न शोध–अध्ययनों के अनुसार विभिन्न स्रोतों से उत्पन्न होने वाली ध्वनि तरंगों को कान ग्रहण करते हैं। वहां से ये तरंगे, संवेदी तंत्रिकाओं द्वारा दिमाग के मध्य भाग की संरचना द्वारा दिमाग के अन्य भाग में पहुंचती है। दिमाग का दाहिनी गोलार्द्ध संगीत आदि रचनात्मक कलाओं को तीव्रता से ग्रहण करता है इस सम्बन्ध में एक विशेष बात जान लेना अत्यावश्यक है कि संगीत के माध्यम से उपचार काफी हद तक दिमाग की ग्रहण शक्ति पर निर्भर करता है। इस विषय से संबंधित कुछ शोधों से यह तथ्य भी सामने आया है कि संगीत की रोग चिकित्सा में यही भूमिका हो सकती है जो ध्यान आदि यौगिक प्रक्रियाओं की होती है।

संगीत का उपयोग चिकित्सा के रूप में अतिप्रचीन काल से ही किया जा रहा है। संगीत के इतिहास का अध्ययन करने पर हमें यह ज्ञात होता है कि संगीत में निहित चिकित्सकीय एवं उपचारीय प्रभाव को मनुष्य ने काफी पहले ही जान लिया था तथा संगीत का उपयोग रोगों के उपचार हेतु करना आरम्भ कर दिया था!

मध्यकाल में जहां संगीत के स्तर में सुधार आया वहीं कई सांगीतिक विद्वान भी हुए जिन्होनें अपने संगीत की वजह से चमत्कारिक तथा चिकित्सकीय प्रभाव उत्पन्न किए।

इसके पश्चात् जैसे–जैसे संगीत ने आधुनिक काल में प्रवेश किया संगीत पर वैज्ञानिक अनुसंधान तथा प्रयोग होने लगें। इसके अतिरिक्त संगीत की उपचारीय क्षमता की भी खोज होने लगी तथा उसके लिए शोधकार्य एवं प्रयोग किए जाने लगे!

आज हम यदि संगीत के वर्तमान पर दृष्टि डालें तो हम पातें हैं कि संगीत के प्रभाव आदि को ज्ञात करने के लिए बहुत से अनुसंधान किए जा चुके हैं तथा अभी भी किए जा रहे हैं। विशेषकर संगीत में निहित रोग उपचारिक क्षमता को जानने हेतु वैज्ञानिको का ध्यान पिछले 200–300 वर्ष पूर्व से ही आकर्षित हुआ तथा कई अनुसंधान भी किए गए हैं! हमारे भारतवर्ष में भी संगीत चिकित्सा को जानने हेतु कई अनुसंधान किए जा रहे हैं तथा संगीत द्वारा चिकित्सा किए जाने के भी कई उदाहरण हमें प्राप्त होते हैं! विदेशों में तो संगीत चिकित्सा हमारे देश की अपेक्षा अधिक प्रसिद्ध है एवं वहां संगीत चिकित्सा पद्धति को अन्य चिकित्सा पद्धतियों के बराबर का स्तर भी प्राप्त है! जिस तरह से संगीत चिकित्सा के विषय में हमें प्राचीन काल से एतिहासिक उदाहरण प्राप्त होते हैं इसी प्रकार हमें विदेशों में भी संगीत का उपयोग चिकित्सा के रूप में किए जाने के उदाहरण बहुत प्राचीन काल से प्राप्त होते हैं, जिससे यह ज्ञात होता है कि न केवल भारतीय बल्कि गैर भारतीय संगीत ने भी इतनी उन्नति कर ली थी कि उसका उपयोग चिकित्सा के रूप में किया जाने लगा था। अन्य देशों की तरह ही पश्चिम जर्मनी में संगीत चिकित्सा का इतिहास काफी प्राचीन माना जाता है! वहां प्राप्त एक वाद्य यत्रं पर अंकित है कि किसी भी प्रकार के दुख दर्द को मिटाने में जब सभी प्रकार की औषधियां असफल हो जाती है तो संगीत उपचार ही काम आता है!

इस प्रकार संगीत की उन्नति के साथ–साथ ताल वाद्यों तथा अन्य तत्रं वाद्यों तथा अन्य तत्रं वाद्यों का भी आविष्कार हुआ! जिसके फलस्वरूप इन वाद्यों का उपयोग गीतों के सहयोगी रूप में या फिर एकल रूप में चिकित्सा हेतु प्रयोग किया जाने लगा! यह वाद्य संगीत भी इतना ही प्रभावी था जितना कि गीत गायन! इस तरह संगीत की यह वादन शाखा भी चिकित्सा मे उतनी ही महत्व रखती है तथा प्रभावी सिद्ध हुई है!

संगीत की तीसरी शाखा नृत्य चिकित्सा में कुछ कम प्रभावी सिद्ध नहीं हुई है। वैसे तो हमारी मान्यताओं के अनुसार गायन, वादन और नृत्य तीनों का उद्‌गम देवताओं से एवं एक साथ ही माना जाता है एवं स्वास्थ्य की दृष्टि से भी नृत्य कुछ कम महत्वपूर्ण नहीं हैं क्योंकि इससे सम्पूर्ण शरीर का व्यायाम होता है! यदि हम इतिहास का अध्ययन करें तो हम पातें हैं कि नृत्य भी चिकित्सा के रूप में प्रचीन काल से प्रयुक्त होता आया है! इस तरह संगीत को प्रचीन काल से ही प्रयोग में लाया जा रहा है!

प्राचीन ऋषियों–मुनियों ने भी रोगियों की चिकित्सा के लिए संगीत की उपयोगिता का महत्व स्वीकार किया है! वह अपने संगीत के द्वारा बीमारियों को ठीक किया करते थे और अपने शिष्यों को गला, जुकाम, सिरदर्द, पेट दर्द, कमर दर्द, छाती दर्द आदि रोग होने पर अनको इस तरह से रियाज़ का तरीका बताते थे जिससे रोग दूर हो जाता था! यहां तक

जो विद्यार्थियों को तोतलापन की आदत थी उन्हें निश्चित सरगम तथा अनोखे स्वर लगाव द्वारा इसका भी समाधान किया जाता था। गायन, वादन, और नृत्य के समावेश से संगीत बना है तथा संगीत की हर शाखा चिकित्सा में उपयोग की जाती है! शास्त्रीय संगीत में गायन में राग भारतीय संगीत की बुनियाद है तथा इसका महत्वपूर्ण स्थान है! शोध के अनुसार अध्ययन किया गया है कि राग रोगों को मिटाने व नाश करने की क्षमता रखता है तथा अनेक रागों के गायन या वादन से रोगों को नाश करने की क्षमता होती है जैसे–राग अहीर भैरव–नर्वस ब्रेकडाउन, राग श्री, केदार, श्याम कल्याण–दमा, राग पूरिया–खून की कमी, राग मेघ मल्हार–चर्म रोग आदि।

संगीत की ध्वनि की सकारात्मक प्रभावी प्रतिक्रिया सीधे मस्तिष्क में होती है। जिससे शरीर के भीतर का समस्त विषाक्त पदार्थ उत्तेजित होकर सातों विसर्ग मार्ग से बाहर निकल जाते हैं और तुरन्त आरोग्य लाभ होता है।

व्यस्त दिनचर्या एवं जीवन की समस्याओं में आज का मानव अपनी मानसिक शान्ति खो बैठा है और इस मानसिक अशान्ति और अनेकानेक चिन्ताओं से ग्रस्त मानव मानसिक और शारिरिक रूप से अस्वथ्य होता जा रहा है। मानसिक अशान्ति एवं अस्थिरता के कारण उत्पन्न तनाव ने विश्व के मानव समुदाय को अनेक शारिरिक व्याधियों से ग्रसित कर रखा है और ये स्थिति दिनोदिन भयानक रूप धारण करती जा रही है। जिससे मानव जीवन असहज, असन्तुलित तथा अस्वस्थ्य होता जा रहा है। हालांकि आधुनिक चिकित्सा प्रणाली और आधुनिक औषधियां तकनीकी रूप से तो बहुत उन्नत प्रतीत होती हैं और ये रोग का नियन्त्रण भी कर रही है। परन्तु रोगों का जड़ से मिटाने में अक्षम है। साथ ही ये शरीर पर अपने कुप्रभाव एवं भयंकर अतिरिक्त प्रभाव भी उत्पन्न करती है। स्वस्थ्य रहने के लिए शरीर का तनाव मुक्त रहना अत्यन्त आवश्यक है। जब तक हमारी शारिरिक और मानसिक स्थिति तनाव मुक्त नहीं रहती, तब तक हमारा पूर्ण रूप से स्वस्थ्य रहना असम्भव है और तनाव से मुक्ति मिलने का एक ही सहज व सरल उपाय है। प्राप्त प्रयोग निष्कर्ष यह दर्शाते हैं कि संगीत में उपचार करने की शक्ति है। रोग चाहे शारिरिक हो या मानसिक, संगीत उसे ठीक करने में सक्षम है।

पड़ताल का अर्थ है ताल बदल–2 कर गाना अर्थात् वह गायन शैली जिसके शब्द (वदिश) वही रहता है, परन्तु ताल बदल जाती है जैसे यदि स्थाई तीन ताल में गाई जा रही है तो अंतरा किसी और ताल में गाया जाएगा।

उपरोक्त गायन शैलियों के वर्णन से ज्ञात होता है कि यह गायन शेलियाँ न केवल गुरमति संगीत बल्कि भारतीय संगीत का भी अभिन्न अंग है, जो प्राचीन काल का प्रचलित गायन शैलियाँ थी, परन्तु वर्तमान समय यह गायन शैलिक प्रचलित तो यह परन्तु जैसे पड़ताल, होली (धमार गायन शैली) का प्रयोग नित प्रति न होकर किसी विशेष समारोह में ही होता है। इतना होते हुए भी यह गायन शैलियाँ अपने में एक विशिष्टता को सजोए हुए है।

The Benefits of Music Education

By Laura Lewis Brown

A boy getting a piano lessonWhether your child is the next Beyonce or more likely to sing her solos in the shower, she is bound to benefit from some form of music education. Research shows that learning the do-re-mis can help children excel in ways beyond the basic ABCs.

More Than Just Music

Research has found that learning music facilitates learning other subjects and enhances skills that children inevitably use in other areas. "A music-rich experience for children of singing, listening and moving is really bringing a very serious benefit to children as they progress into more formal learning," says Mary Luehrisen, executive director of the National Association of Music Merchants (NAMM) Foundation, a not-for-profit association that promotes the benefits of making music.

Making music involves more than the voice or fingers playing an instrument; a child learning about music has to tap into multiple skill sets, often simultaneously. For instance, people use their ears and eyes, as well as large and small muscles, says Kenneth Guilmartin, cofounder of Music Together, an early childhood music development program for infants through kindergarteners that involves parents or caregivers in the classes.

"Music learning supports all learning. Not that Mozart makes you smarter, but it's a very integrating, stimulating pastime or activity," Guilmartin says.

Language Development

When you look at children ages two to nine, one of the breakthroughs in

that area is music's benefit for language development, which is so important at that stage," says Luehrisen. While children come into the world ready to decode sounds and words, music education helps enhance those natural abilities. "Growing up in a musically rich environment is often advantageous for children's language development," she says. But Luehrisen adds that those inborn capacities need to be "reinforced, practiced, celebrated," which can be done at home or in a more formal music education setting.

According to the Children's Music Workshop, the effect of music education on language development can be seen in the brain. "Recent studies have clearly indicated that musical training physically develops the part of the left side of the brain known to be involved with processing language, and can actually wire the brain's circuits in specific ways. Linking familiar songs to new information can also help imprint information on young minds," the group claims.

This relationship between music and language development is also socially advantageous to young children. "The development of language over time tends to enhance parts of the brain that help process music," says Dr. Kyle Pruett, clinical professor of child psychiatry at Yale School of Medicine and a practicing musician. "Language competence is at the root of social competence. Musical experience strengthens the capacity to be verbally competent."

Increased IQ

A study by E. Glenn Schellenberg at the University of Toronto at Mississauga, as published in a 2004 issue of Psychological Science, found a small increase in the IQs of six-year-olds who were given weekly voice and piano lessons. Schellenberg provided nine months of piano and voice lessons to a dozen six-year-olds, drama lessons (to see if exposure to arts in general versus just music had an effect) to a second group of six-year-olds, and no lessons to a third group. The children's IQs were tested before entering the first grade, then again before entering the second grade.

Surprisingly, the children who were given music lessons over the school

year tested on average three IQ points higher than the other groups. The drama group didn't have the same increase in IQ, but did experience increased social behavior benefits not seen in the music-only group.

The Brain Works Harder

Research indicates the brain of a musician, even a young one, works differently than that of a nonmusician. "There's some good neuroscience research that children involved in music have larger growth of neural activity than people not in music training. When you're a musician and you're playing an instrument, you have to be using more of your brain," says Dr. Eric Rasmussen, chair of the Early Childhood Music Department at the Peabody Preparatory of The Johns Hopkins University, where he teaches a specialized music curriculum for children aged two months to nine years.

In fact, a study led by Ellen Winner, professor of psychology at Boston College, and Gottfried Schlaug, professor of neurology at Beth Israel Deaconess Medical Center and Harvard Medical School, found changes in the brain images of children who underwent 15 months of weekly music instruction and practice. The students in the study who received music instruction had improved sound discrimination and fine motor tasks, and brain imaging showed changes to the networks in the brain associated with those abilities, according to the Dana Foundation, a private philanthropic organization that supports brain research.

Spatial-Temporal Skills

Research has also found a causal link between music and spatial intelligence, which means that understanding music can help children visualize various elements that should go together, like they would do when solving a math problem.

"We have some pretty good data that music instruction does reliably improve spatial-temporal skills in children over time," explains Pruett, who helped found the Performing Arts Medicine Association. These skills come into play in solving multistep problems one would encounter in architecture, engineering, math, art, gaming, and especially working with

computers.

Improved Test Scores

A study published in 2007 by Christopher Johnson, professor of music education and music therapy at the University of Kansas, revealed that students in elementary schools with superior music education programs scored around 22 percent higher in English and 20 percent higher in math scores on standardized tests, compared to schools with low-quality music programs, regardless of socioeconomic disparities among the schools or school districts. Johnson compares the concentration that music training requires to the focus needed to perform well on a standardized test.

Aside from test score results, Johnson's study highlights the positive effects that a quality music education can have on a young child's success. Luehrisen explains this psychological phenomenon in two sentences: "Schools that have rigorous programs and high-quality music and arts teachers probably have high-quality teachers in other areas. If you have an environment where there are a lot of people doing creative, smart, great things, joyful things, even people who aren't doing that have a tendency to go up and do better."

And it doesn't end there: along with better performance results on concentration-based tasks, music training can help with basic memory recall. "Formal training in music is also associated with other cognitive strengths such as verbal recall proficiency," Pruett says. "People who have had formal musical training tend to be pretty good at remembering verbal information stored in memory."

Being Musical

Music can improve your child' abilities in learning and other nonmusic tasks, but it's important to understand that music does not make one smarter. As Pruett explains, the many intrinsic benefits to music education include being disciplined, learning a skill, being part of the music world, managing performance, being part of something you can be proud of, and even struggling with a less than perfect teacher.

"It's important not to oversell how smart music can make you," Pruett says.

"Music makes your kid interesting and happy, and smart will come later. It enriches his or her appetite for things that bring you pleasure and for the friends you meet."

While parents may hope that enrolling their child in a music program will make her a better student, the primary reasons to provide your child with a musical education should be to help them become more musical, to appreciate all aspects of music, and to respect the process of learning an instrument or learning to sing, which is valuable on its own merit.

"There is a massive benefit from being musical that we don't understand, but it's individual. Music is for music's sake," Rasmussen says. "The benefit of music education for me is about being musical. It gives you have a better understanding of yourself. The horizons are higher when you are involved in music," he adds. "Your understanding of art and the world, and how you can think and express yourself, are enhanced."

source : http://www.pbs.org

IF YOU WANT TO DONATE

for Amrit Kirtan Magazine & Kirtan CD Sewa, you can send by Money Orders, Demand Drafts, Cheque to Amrit Kirtan Trust, # 422, Sector 15-A, Chandigarh or deposit online direct in Amrit Kirtan Trust Account No. 65079603302, State Bank of Patiala, IFS Code STBP 0000240, Sector 22-B, Chandigarh. For more information contact : Dr. Jagir Singh, Mobile : 09814053630

THE SIKH REVIEW
(A Monthly Magazine)

116, Karnani Mansion
25-A, Park Street, Kolkata

ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪਾਠਕਾਂ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ

ਹੁਣ ਆਪ ਜੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ ਵੈਬਸਾਈਟ www.amritkirtan.com ਉਪਰ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਮੰਗਵਾਉਣਾ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਟ੍ਰਸਟ ਦਾ ਕਾਫੀ ਖਰਚਾ ਬਚਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਤਬਲਾ ਵਾਦਕ ਅਤੇ ਰਾਗੀ - ਭਾਈ ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ

ਪ੍ਰੋ: ਮੰਗਤ ਸਿੰਘ ਮਸਤਾਨਾ

ਮਲੋਟ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਕਸਬਾ ਹੈ। ਪਰ ਇੱਥੇ ਕਈ ਮਿਹਨਤੀ ਕੀਰਤਨੀਏ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤਕਾਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਕੀਰਤਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀਰਤਨ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਲਗਨ ਸਦਾ ਰਹੀ ਹੈ।ਇਹ ਕੀਰਤਨੀਏ ਮਲੋਟ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬਾਨ ਵਿਖੇ ਕੀਰਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਈ ਨੇੜਲੇ ਕਸਬਿਆਂ ਅਤੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਰਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੀਰਤਨੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਢਲੀ ਸੰਗੀਤ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣ ਦਾ ਮਾਣ ਦਾਸ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਹੈ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕੀਰਤਨੀਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਾਂ ਬਾਤਾਂ ਸੁਣਕੇ ਇਥੋਂ ਦੇ ਕੀਰਤਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਚੇਸ਼ਟਾ ਜਾਗਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਧਰੇ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਅਖਬਾਰ ਜਾਂ ਰਸਾਲੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਛਪੇ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਦੇ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਕੀਰਤਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨੀਆਂ ਛਾਪਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਵਾਰ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਇੱਕ ਕੀਰਤਨੀਏ ਭਾਈ ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਬਾਰੇ ਲਿਖ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਭਾਈ ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਮਿਤੀ 27-07-1984 ਵਿਚ ਘੁਮਿਆਰਾ ਖੇੜਾ (ਸ੍ਰੀ ਮੁਕਤਸਰ ਸਾਹਿਬ) ਵਿਖੇ ਸਵ: ਭਾਈ ਬੂਟਾ ਸਿੰਘ ਗਰੰਥੀ ਦੇ ਘਰ ਮਾਤਾ ਜਸਵੀਰ ਕੌਰ ਦੇ ਕੁੱਖੋਂ ਹੋਇਆ।ਪਰਿਵਾਰਕ ਮਜਬੂਰੀਆਂ ਕਾਰਨ ਇਹ ਉਚੇਰੀ ਵਿਦਿਆ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇ। ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲ ਪਿੰਡ ਕਿਲਿਆ ਵਾਲੀ ਤੋਂ ਕੇਵਲ 7 ਜਮਾਤਾਂ ਤੱਕ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਸੰਥਿਆ ਭਾਈ ਜੋਗਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਜੋਤ ਹੈੱਡ ਗਰੰਥੀ ਅਤੇ ਰਾਗੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਕਲਗੀਧਰ ਸਾਹਿਬ ਪਿੰਡ ਦਾਨੇ ਵਾਲਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਭਾਈ ਪਰਮਿੰਦਰ ਅਤੇ ਭਾਈ ਕੇਹਰ ਸਿੰਘ ਕੋਮਲ ਰਾਗੀ ਪਾਸੋਂ ਤਬਲਾ ਸਿੱਖਿਆ। ਪ੍ਰੋ: ਐੱਮ. ਐੱਸ. ਮਸਤਾਨਾ ਮਲੋਟ ਵਾਲਿਆਂ ਪਾਸੋਂ ਸ਼ਬਦ ਕੀਰਤਨ (ਕਲਾਸੀਕਲ ਸੰਗੀਤ) ਸਿੱਖਿਆ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ। ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਪਿਤਾ ਭਾਈ ਬੂਟਾ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਵੀ ਮਸਤਾਨਾ ਜੀ ਪਾਸੋਂ ਕੀਰਤਨ ਸਿੱਖਿਆ ਸੀ।ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਉੱਤੇ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਮੰਦਰ ਸਾਹਿਬ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਰਾਗੀ ਅਤੇ ਗ੍ਰੰਥੀ ਸਾਹਿਬ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। ਆਪ ਜਦੋਂ ਵੀ ਹੁਕਮਨਾਮਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦ ਕੀਰਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸੁਨਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਇਹ ਭੁਲੇਖਾ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਮੰਦਰ ਸਾਿਹਬ ਦੇ ਗਰੰਥੀ ਸਿੰਘਾ ਅਤੇ ਰਾਗੀ ਸਿੰਘਾ ਜੈਸਾ ਹੈ।

ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਈਮਾਨਦਾਰ ਅਤੇ ਮਿਲਣਸਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਹਨ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਮਲੋਟ ਗੁਰ: ਵਿਸ਼ਵਕਰਮਾ ਭਵਨ ਮਲੋਟ ਗੁ: ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਾ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮਲੋਟ ਗੁ: ਸਾਹਿਬ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਨਗਰੀ ਮਲੋਟ ਗੁ: ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਮੰਡੀ ਡੱਬਵਾਲੀ ਗੁ: ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਫਾਜਿਲਕਾ, ਗੁ: ਬਾਬਾ ਨਾਮਦੇਵ ਭਵਨ ਮਲੋਟ ਅਤੇ ਗੁ: ਸਾਹਿਬ ਮਾਡਲ ਟਾਊਨ ਲੁਧਿਆਣਾ ਤਬਲੇ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਅੱਜਕੱਲ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਗੁ: ਗੁਰੂਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮੁਹੱਲਾ ਕਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਮਲੋਟ ਵਿਖੇ ਤਬਲੇ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਮਾਫਰਤ ਸੰਗਤ ਰੇਡੀਓ ਐਂਡ ਟੀ. ਵੀ. ਕਾਲਿਜ, ਟੀ. ਵੀ. ਰੋਡ, ਮਲੋਟ-152107, (ਸ੍ਰੀ ਮੁਕਤਸਰ ਸਾਹਿਬ), ਮੋ: 94637 82514

ਰਾਗ ਮਲ੍ਹਾਰ (ਮੀਆਂ ਮਲ੍ਹਾਰ)

ਪ੍ਰਿੰ: ਦਿਆਲ ਸਿੰਘ

ਵਾਦੀ-ਸ, ਸੰਵਾਦੀ-ਪ, ਠਾਟ-ਕਾਫੀ, ਜਾਤੀ ਵੱਕ੍ਰ-ਸੰਪੂਰਨ, ਸਮਾਂ : ਅੱਧੀ ਰਾਤ (ਵਰਖਾ ਰੁਤ ਵਿਚ ਹਰ ਸਮੇਂ)
ਵਿਸ਼ੇਸ਼-ਗੰਧਾਰ-ਧੈਵਤ ਅੰਦੋਲਿਤ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਨਿਖਾਦ ਸਾਥ-ਸਾਥ ਵੀ ਲਗਦੇ ਹਨ।

ਮ (above ਨ਼ਸ); ਧ (above ਨੁਪ); ਮ ਮ (above ਗੁ, ਗੁ)
ਆਰੋਹ-ਸ ਨ਼ੁਧ਼ , ਨ਼ੁਧ਼ ਨ਼ਸ , ਰ ਪ, ਨੁਧ ਨੁਧ ਨਸਂ।ਅਵਰੋਹ-ਸਂ ਨੁਪ, ਮਪ ਗੁ, ਗੁ, ਮ ਰ, ਸ।

ਧ਼ (above ਨ਼ੁ-ਪ਼); ਮ ਮ ਮ (above ਗੁ ਗੁ ਗੁ)
ਪਕੜ - ਨ਼ਸ ਰਸ ਨ਼ੁ-ਪ਼ , ਮ਼ ਪ਼ ਨ਼ੁ-ਧ਼ ਨ਼ੁ ਧ ਨ਼ ਸ, ਰ ਪ ਗੁ ਗੁ ਗੁ ਮ ਰ, ਸ।

x				੨				0				੩			
													ਪ		
											ਪ	ਪ	ਨੁ	ਮ	ਪ
											ਬ	ਰ	ਸ	s	ਘ
ਨ		ਪ	ਪ	ਮ									ਪ		
ਸਂ	–	ਨ	ਪ	ਗੁ	ਮ	ਰ	ਸ	ਰ	ਸ	–	ਪ	ਪ	ਨੁ	ਮ	ਪ
ਨਾ	s	s	ਮੇ	ਰਾ	s	ਮ	ਨ	ਭੀ	ਨਾ	s	ਬ	ਰ	ਸ	s	ਘ
ਨ		ਪ		ਮ								ਧ਼	ਧ਼	ਧ਼	
ਸਂ	–	ਨੁ	ਪ	ਗੁ	ਮ	ਰ	ਸ	ਰ	–	ਸ	–	ਨ਼ੁ	ਨ਼ੁ	ਨ਼ੁ	ਧ਼
ਨਾ	s	s	ਮੇ	ਰਾ	s	ਮ	ਨ	ਭੀ	s	ਨਾ	s	ਅੰ	s	ਮ੍ਰਿ	ਤ
				ਮ											
ਨੁ.	–	ਸ	ਸ	ਗੁ	ਮ	ਰ	ਸ	ਰ	ਰ	ਸ	–	ਮ	ਰ	ਪ	–
ਬੂੰ	s	ਦ	ਸੁ	ਹਾ	s	ਨੀ	s	ਹੀ	ਅ	ਰੈ	s	ਗੁ	ਰ	ਮੋ	s
ਨੁ	ਧ	ਨ	ਨ	ਸਂ	ਸਂ	ਸਂ	ਸਂ	ਰਂ	ਸਂ	–					
ਹੀ	s	ਮ	ਨ	ਹ	ਰਿ	ਰ	ਸ	ਲੀ	ਨਾ	s	ਬਰ..				

ਅੰਤਰਾ

ਮ	ਰ	ਪ	ਪ	ਨੁ	ਧ	ਨ	ਨ	ਸਂ	ਸਂ	ਸਂ	–	ਨ	–	ਸਂ	ਸਂ
ਕ	ਰਉ	s	ਬਿ	ਨਉ	s	ਗੁ	ਰ	ਅ	ਪ	ਨੇ	s	ਪ੍ਰੀ	s	ਤ	ਮ
ਧ	ਧ											ਸਂ		ਧ	
ਨੁ	ਨੁ	ਨੁ	ਧ	ਨ	–	ਸਂ	ਸਂ	ਰਂ	–	–	–	ਨ	ਸਂ	ਨੁ	ਪ
ਹ	ਰਿ	ਵ	ਰ	ਆ	s	ਣ	ਮਿ	ਲਾ	s	s	s	s	s	ਵੈ	s
ਸਂ						ਧ		ਮ	ਮ	ਮ					
ਨ	ਨ	ਸਂ	ਨ	ਸਂ	–	ਨੁ	ਪ	ਗੁ	ਗੁ	ਗੁ	ਮ	ਰੁ	–	ਸ	–
ਸੁ	ਣ	ਘ	ਨ	ਘੋ	s	ਰ	ਸੀ	ਤ	ਲ	ਮ	ਨ	ਮੇ	s	ਰਾ	s
				ਧ											
ਮ	ਰ	ਪ	ਪ	ਨੁ	ਧ	ਨ	ਸਂ	ਰਂ	ਸਂ	–					
ਲਾ	s	ਲ	ਰ	ਤੀ	s	ਗੁ	ਣ	ਗਾ	ਵੈ	s	ਬਰ...				

ਸੁਰ ਲਿਪੀ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਅਰਥ

ਅੰਗ ੧੨੫੪

ਮਲਾਰ ਮਹਲਾ ੧ ॥

Malaar, First Mehl:

ਕਰਉ ਬਿਨਉ ਗੁਰ ਅਪਨੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਹਰਿ ਵਰੁ ਆਣਿ ਮਿਲਾਵੈ ॥

I offer prayers to my Beloved Guru, that He may unite me with my Husband Lord.

ਸੁਣਿ ਘਨ ਘੋਰ ਸੀਤਲੁ ਮਨੁ ਮੋਰਾ ਲਾਲ ਰਤੀ ਗੁਣ ਗਾਵੈ ॥੧॥

I hear the thunder in the clouds, and my mind is cooled and soothed; imbued with the Love of my Dear Beloved, I sing His Glorious Praises. ||1||

ਬਰਸੁ ਘਨਾ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਭੀਨਾ ॥

The rain pours down, and my mind is drenched with His Love.

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬੂੰਦ ਸੁਹਾਨੀ ਹੀਅਰੈ ਗੁਰਿ ਮੋਹੀ ਮਨੁ ਹਰਿ ਰਸਿ ਲੀਨਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

The drop of Ambrosial Nectar pleases my heart; the Guru has fascinated my mind, which is drenched in the sublime essence of the Lord. ||1||Pause||

ਸਹਜਿ ਸੁਖੀ ਵਰ ਕਾਮਣਿ ਪਿਆਰੀ ਜਿਸੁ ਗੁਰ ਬਚਨੀ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ॥

With intuitive peace and poise, the soul-bride is loved by her Husband Lord; her mind is pleased and appeased by the Guru's Teachings.

ਹਰਿ ਵਰਿ ਨਾਰਿ ਭਈ ਸੋਹਾਗਣਿ ਮਨਿ ਤਨਿ ਪ੍ਰੇਮੁ ਸੁਖਾਨਿਆ ॥੨॥

She is the happy soul-bride of her Husband Lord; her mind and body are filled with joy by His Love. ||2||

ਅਵਗਣ ਤਿਆਗਿ ਭਈ ਬੈਰਾਗਨਿ ਅਸਥਿਰੁ ਵਰੁ ਸੋਹਾਗੁ ਹਰੀ ॥

Discarding her demerits, she becomes detached; with the Lord as her Husband, her marriage is eternal.

ਸੋਗੁ ਵਿਜੋਗੁ ਤਿਸੁ ਕਦੇ ਨ ਵਿਆਪੈ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭਿ ਅਪਣੀ ਕਿਰਪਾ ਕਰੀ ॥੩॥

She never suffers separation or sorrow; her Lord God showers her with His Grace. ||3||

ਆਵਣ ਜਾਣੁ ਨਹੀ ਮਨੁ ਨਿਹਚਲੁ ਪੂਰੇ ਗੁਰ ਕੀ ਓਟ ਗਹੀ ॥

Her mind is steady and stable; she does not come and go in reincarnation.

ਨਾਨਕ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਜਪਿ ਗੁਰਮੁਖਿ ਧਨੁ ਸੋਹਾਗਣਿ ਸਚੁ ਸਹੀ ॥੪॥੨॥

She takes the Shelter of the Perfect Guru. O Nanak, as Gurmukh, chant the Naam; you shall be accepted as the true soul-bride of the Lord. ||4||2||

Communication Centre
Formal Restaurants
Exhibition Rooms
Accommodation
Informal Eating
Tours & Travels
Conferencing
Floral Shop

THE AROMA

Premium Event Centre
Millennium Centre
Deliberations
Abhinandan
Exporama
Mind Set
Art Craft

Sector: 22 - C, Chandigarh,
Ph.: 2700045-48 **Fax :** 0172-2700051
E-mail : hotelaroma@glide.net.in
Website : www.hotelaroma.com

ੴ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ

ਡਾ. ਜਾਗੀਰ ਸਿੰਘ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ

ਬਰਸੁ ਮੇਘ ਜੀ

BARAS MEGH JI

- ਬਰਸੁ ਮੇਘ ਜੀ
- ਮੋਰੀ ਰੁਣ ਝੁਣ ਲਾਇਆ
- ਬਰਸੁ ਘਨਾ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਭੀਨਾ
- ਕਿਆ ਨਾਹੀ ਘਰਿ ਤੇਰੈ

- Baras Megh ji
- Mori Run Jhun Laya
- Baras Ghana Mera Man Bheena
- Kiya Nahi Ghar Tere

DR. JAGIR SINGH
422, Sector 15-A, Chandigarh
Ph : 0172-2772660, 098140 53630
e-mail : drjagirsingh@gmail.com
www.amritkirtan.com

ਇਸ ਸੀ. ਡੀ. ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਐਂਡਰੈੱਸ
ਮੋਬਾਇਲ ਨੰ: 9855640630 ਉੱਤੇ ਐੱਸ. ਐੱਮ. ਐੱਸ. ਕਰੋ ਜੀ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀਰਤਨ

422, ਸੈਕਟਰ 15-ਏ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ-160 015, ਮੋਬਾਇਲ : 9855640630
E-mail : drjagirsingh@gmail.com   Webstie : www.amritkirtan.com

Postal Regd. No. G/CHD /0045/2012-14 RNI Regd. No. 46788/89 ISSN 0972-2335