



ੴ ਗੁਰਬਾਨੀ ਵਿਚਾਰ

GURBANI CONTEMPLATION

121

ਸਿਮਰਨੁ

SIMRAN

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਕੈ ਆਸਰੈ; ਪ੍ਰਭ ਸਿਉ ਰੰਗੁ ਲਾਏ

With the support of the holy company of saints, one
embraces affection for the Lord.

ਭਾਗ - 12

PART - 12

‘KHOJI’

SIMRAN (WORD CONTEMPLATION)
Part-12

ਪਰਮਾਰਥ ਵਿਚ ਜੀਵ ਦੀ 'ਸੁਰਤ' ਦੇ ਚਾਰ ਪੜਾਉ ਦੱਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—

1. ਜਾਗਰਤ ਅਵਸਥਾ

ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਜਦ ਜਾਗਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਮਨ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਮਾਇਕੀ ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਵਿਚ ਗਲਤਾਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ —

ਇਹੁ ਮਨੁ ਧੰਧੈ ਬਾਂਧਾ ਕਰਮ ਕਮਾਇ ॥
ਮਾਇਆ ਮੂਠਾ ਸਦਾ ਬਿਲਲਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੧੭੬)
ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੩)
ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਨ ਚੇਤਨੀ ਅਗਿਆਨੀ ਅੰਧੁਲੇ ਅਵਰੇ ਕਰਮ ਕਮਾਹਿ ॥
(ਪੰਨਾ-੬੪੮)

ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ 'ਹਉਮੈ' ਅਥਵਾ ਮਾਇਆ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਸੁਝਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ।

ਹਉਮੈ ਮਮਤਾ ਮੋਹਣੀ ਮਨਮੁਖਾ ਨੋ ਗਈ ਖਾਇ ॥
ਜੋ ਮੋਹਿ ਦੂਜੈ ਚਿਤੁ ਲਾਇਦੇ ਤਿਨਾ ਵਿਆਪਿ ਰਹੀ ਲਪਟਾਇ ॥
(ਪੰਨਾ-੫੧੩)

ਭੂਲਿਓ ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਉਰਝਾਇਓ ॥
ਜੋ ਜੋ ਕਰਮ ਕੀਓ ਲਾਲਚ ਲਗਿ ਤਿਹ ਤਿਹ ਆਪੁ ਬੰਧਾਇਓ ॥
(ਪੰਨਾ-੭੦੨)

ਸਾਧੋ ਇਹੁ ਜਗੁ ਭਰਮ ਭੁਲਾਨਾ ॥
ਰਾਮ ਨਾਮ ਕਾ ਸਿਮਰਨੁ ਛੋਡਿਆ ਮਾਇਆ ਹਾਥਿ ਬਿਕਾਨਾ ॥
(ਪੰਨਾ-੬੮੪)

ਐਸਾ ਤੈਂ ਜਗੁ ਭਰਮਿ ਲਾਇਆ ॥
ਕੈਸੇ ਬੂਝੈ ਜਬ ਮੋਹਿਆ ਹੈ ਮਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-੯੨)
ਹਉਮੈ ਵਿਚਿ ਜੀਉ ਬੰਧੁ ਹੈ ਨਾਮੁ ਨ ਵਸੈ ਮਨਿ ਆਇ ॥
(ਪੰਨਾ-੫੬੦)

ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਮੈ ਫਧਿ ਰਹਿਓ ਬਿਸਰਿਓ ਗੋਬਿੰਦ ਨਾਮੁ ॥
ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਭਜਨ ਜੀਵਨ ਕਉਨੈ ਕਾਮ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੪੨੮)

On the spiritual path, there are four stages of the seeker's 'consciousness' -

1. The Awareness Stage

When we all humans are awake, our mind is engrossed in the **external Mayaci routines** -

*Involvement in worldly affairs, this mind does evil deeds.
Beguiled by mammon, it ever bewails.* 1176

Entangled in false occupations and attachments, the whole world has perished. 133

Nanak, the unwise, blind ones, contemplate not on the Name, and engage themselves in other deeds. 648

At this stage, our mind **cannot think of anything** outside the 'ego' or *Maya sphere of influence*.

*Egotism and egoism stimulate the mammonish instinct and it eats up the apostates.
They who attach their mind to another's love this mammon sticks and clings to them.* 513

My erring soul is entangled with mammon. Whatever deeds I do attached with avarice, with them all. I am binding myself down. 702

*O saints, this world is gone astray in doubt.
It has forsaken the meditation of the Lord's Name and has sold itself to worldly attachments.* 684

*So much hast Thou, O Lord! misled the world in illusion.
How can it understand Thee, O Master! Since mammon has bewitched it?* 92

In ego, the soul is imprisoned and the Name comes not to abide in the mind. 560

*The man is entangled in mammon and has forgotten the Lord's Name.
Says Nanak, without the Lord's meditation, of what avail is his human life?* 1428

2. ਸੁਪਨ ਅਵਸਥਾ

ਜਦ ਸਾਨੂੰ ਨੀਂਦ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਕਰਮਾਂ ਦੀ ਫਿਲਮ (film) ਸਾਡੇ ਮਨ ਉੱਤੇ ਉਘੜ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ।

ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਅਵਸਥਾਵਾਂ – ‘ਜਾਗਰਤ’ ਤੇ ਸੁਪਨ ਵਿਚ ਹੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਤੇ ਗਲਤਾਨ ਹੈ । ਇਹ ਸਭ ਮਾਇਕੀ ‘ਬਾਹਰ ਮੁਖੀ’ ਦੂਜੇ ਭਾਉ ਵਾਲਾ ‘ਵਡ-ਖੇਲ-ਤਮਾਸ਼ਾ’ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਹਉਮੈ ਦਾ ਹੀ ਬੋਲ-ਬਾਲਾ ਤੇ ਵਰਤ-ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ ।

ਐਸੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤ੍-ਮੁਖੀ ‘ਆਤਮਿਕ-ਜੀਵਨ’ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਭਾਸਦੀ ਹੈ । ਕੋਈ ਵਿਰਲੇ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲੇ ‘ਗੁਰਮੁਖ-ਜਨ’ ਹੀ ਅੰਤ੍-ਮੁਖੀ ਹੋ ਕੇ ਆਤਮਿਕ-ਮੰਡਲ ਦੀ ‘ਪ੍ਰਿਮ-ਖੇਲ’ ਖੇਲਦੇ ਹਨ –

ਐਸੇ ਜਨ ਵਿਰਲੇ ਸੰਸਾਰੇ ॥

ਗੁਰ ਸਬਦੁ ਵੀਚਾਰਹਿ ਰਹਿ ਨਿਰਾਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੦੩੯)

ਕੋਟਿ ਮਧੇ ਕੋ ਵਿਰਲਾ ਸੇਵਕੁ ਹੋਰਿ ਸਗਲੇ ਬਿਉਹਾਰੀ (ਪੰਨਾ-੪੯੫)

ਕੋਟਨ ਮੈ ਨਾਨਕ ਕੋਊ ਨਾਰਾਇਨੁ ਜਿਹ ਚੀਤਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੪੨੭)

ਜਗ ਮਹਿ ਉਤਮ ਕਾਢੀਅਹਿ ਵਿਰਲੇ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੫੧੭)

ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਕੋ ਵਿਰਲਾ ਬੂਝੈ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੨੦)

ਨਾਨਕ ਬਿਰਲੇ ਪਾਈਅਹਿ ਜੋ ਨ ਰਚਹਿ ਪਰਪੰਚ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੯੭)

3. ਸੋਪਨੀ ਅਵਸਥਾ

ਇਹ ‘ਫੁਰਨਾ-ਹੀਣ’ ਸੁਰਤੀ ਦੀ ‘ਸੁਨ ਅਵਸਥਾ’ ਹੈ ।

ਸਿਮਰਨ ਦੁਆਰਾ ਮਨ ਇਕਾਗਰ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਜਗਿਆਸੂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਬੇਅੰਤ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵਰਤਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ—

ਰਿਧੀਆਂ ਸਿਧੀਆਂ

ਕਰਮਾਤਾਂ

ਹਿਪਨੋਟਿਜ਼ਮ (hypnotism)

ਮੈਸਮਰਿਜ਼ਮ (mesmerism)

ਕਾਲਾ-ਜਾਦੂ (black magic)

ਤਾਂਤ੍ਰਿਕ-ਜੋਗ

ਵਾਕ-ਸਿਧੀ

ਅੰਤਰਯਾਮਤਾ

2. The Dream State

When we fall asleep, the (movie) of our past deeds comes into play on the screen of our mind.

The whole world is **involved and engrossed** in these two ‘Awake’ and ‘Dream’ states. This entire *Mayaci* ‘external drama’ is the ‘great play’ of ‘duality’, in which only the ego is predominant and the mode for all give and take.

Such people do not know the inner ‘spiritual life’ nor have a desire to learn about it. It is only the rare fortunate ‘Gurmukhs’ who turn their consciousness inwards and **play the ‘love-game’ of the spiritual world.**

Rare are such persons in this world,

who reflect over the Guru's Word and remain detached.

1039

Out of millions hardly any one is a servant of God. All others are but traders.

495

But rare is the one among millions, who enshrines the Lord in his mind, O Nanak.

1427

Rare, very rare, indeed are such persons, who are said to be good men, in the world.

517

Rare is the person who understands the Guru's Shabad.

120

Nanak scarcely are found such persons who get not get engrossed in the world.

297

3. The Thoughtless State

This ‘**thought free**’ state of consciousness is known as the ‘**zero state**’.

Through *Simran* the mind is concentrated, and the seeker **becomes aware of unlimited powers** within himself which he makes use of in various ways such as: -

Occult powers

Miracles

Hypnotism

Mesmerism

Black magic

Tantric yoga

Power of the spoken word

Thought reading

ਆਦਿ ।

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

ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚ—

1. ਮਾਇਆ ਦੀ 'ਛਾਇਆ' ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

2. ਸੁਖਮ 'ਹਉਮੈ' ਦੀ ਅੰਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

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

ਉਚੇਰਾ

ਚੰਗੇਰਾ

ਸੁਹਣੇਰਾ

ਸੁਖਦਾਈ

ਅੰਤ੍ਰਮੁਖੀ

'ਆਤਮ-ਜੀਵਨ' ਵੀ ਹੈ ।

ਸਾਡਾ ਮਨ ਬਾਹਰਮੁਖੀ 'ਮਾਇਕੀ-ਮੰਡਲ' ਵਿਚ ਹੀ ਬੇਪ੍ਰਵਾਹ ਹੋ ਕੇ 'ਦੁੜੰਗੇ' ਲਾਉਣ ਗਿਝਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ! ਇਸ ਨੂੰ ਅੰਤ੍ਰਮੁਖੀ ਹੋਣਾ ਔਖਾ ਤੇ ਅਨਹੋਣਾ ਲਗਦਾ ਹੈ —

ਆਖਣਿ ਅਉਖਾ ਸਾਚਾ ਨਾਉ ॥ (ਪੰਨਾ-੯)

ਪਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁਕਮ ਹੈ —

ਬਾਹਰਿ ਜਾਤੋ ਠਾਕਿ ਰਹਾਵੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਹਜਿ ਸਮਾਵੈ ॥
(ਪੰਨਾ-੧੩੩੨)

ਸੇਖਾ ਚਉਚਕਿਆ ਚਉਵਾਇਆ ਏਹੁ ਮਨੁ ਇਕਤੁ ਘਰਿ ਆਣਿ ॥
ਏਹੜ ਤੇਹੜ ਛਡਿ ਤੂ ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਪਛਾਣੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੪੬)

ਮਨ ਮੇਰਿਆ ਅੰਤਰਿ ਤੇਰੈ ਨਿਧਾਨੁ ਹੈ ਬਾਹਰਿ ਵਸਤੁ ਨ ਭਾਲਿ ॥

ਜੋ ਭਾਵੈ ਸੋ ਭੁੰਚਿ ਤੂ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲਿ ॥

ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲਿ ਮਨ ਮੇਰੇ ਅੰਤਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸਖਾਈ ॥

ਮਨਮੁਖ ਅੰਧਲੇ ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣੇ ਦੂਜੇ ਭਾਇ ਖੁਆਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੫੬੯)

Etc.

The seeker **gets ensnared** by these attractive, unusual and magical powers and begins to believe this to be his **final spiritual 'destination'**. Generally, this is the spiritual level to which the Yogis are limited.

However, in all these **three** stages -

1. The '**reflection**' of *Maya* (Illusion) is present

2. A **part** of the subtle '**Ego**' is present.

We have passed through the external *Mayaci* world for numerous births. Due to our ignorance we are never aware that **except** this external materialistic life there is a -

higher

better

more beautiful

happier

and inward orientated,

'**spiritual life**' also exists.

Our mind is **habitually addicted** to '**indulging and enjoying**' the external '*Mayaci*-world' in a totally carefree manner! It **finds rather difficult and impossible to turn inwards** -

Difficult to utter is the True Name.

9

But, in Gurbani there are specific instructions -

His outgoing mind, he stops and stays by the Guru's grace, merges he in the Lord.

1332

Thou, O Sheikh, who art wandering in four directions, and art flown by four winds, bring this mind of thine into the Lord's One Mansion. Abandon thou thine crooked ways and realize the Guru's Shabad.

646

O My mind, within thee is treasure; search thou not the thing without.

Eat thou only which is pleasing to the Lord and be happy through the Exalted Guru's Grace. O my soul, Lord Master the Helper, is within thee. By Guru's instruction, be holy and see Him with thine eyes.

The egocentrics are blind and bereft of duality and another's love has ruined them

569

ਮਿਲਿਐ ਮਿਲਿਆ ਨਾ ਮਿਲੈ ਮਿਲੈ ਮਿਲਿਆ ਜੇ ਹੋਇ ॥
ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਜੋ ਮਿਲੈ ਮਿਲਿਆ ਕਹੀਐ ਸੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੭੯੧)

4. ਚੌਥਾ ਪਦ :

ਜਿਸ ਨੂੰ—

ਆਤਮ-ਮੰਡਲ

ਤੁਰੀਆ-ਅਵਸਥਾ

ਬ੍ਰਹਮ-ਮੰਡਲ

ਪਰਮਪਦ

ਨਿਜ-ਘਰ

ਸਹਿਜ-ਘਰ

ਅਨਭਉ ਨਗਰ

ਅਬਿਚਲ ਨਗਰ

ਬੇਗਮ-ਪੁਰਾ

ਸਚ-ਖੰਡ

—ਆਦਿ ਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਥੇ —

ਨਾਮ ਦਾ ਪ੍ਰਗਾਸ ਹੈ

ਨਾਮ ਦੀ ਰੁਣ-ਝੁਣ ਹੈ

ਨਾਮ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਰੌ ਹੈ

ਨਾਮ ਦਾ ਮਹਾਂ-ਰਸ ਹੈ

ਨਾਮ ਦਾ ਰੰਗ ਹੈ

ਨਾਮ ਦੀ ਮਸਤੀ ਹੈ

ਨਾਮ ਦਾ ਅਹਿਲਾਦ ਹੈ

ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ ਵਜਦੀ ਹੈ

ਅਨਹਦ ਸ਼ਬਦ ਰਵਿ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰ ਹੈ ।

ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖ-ਪਿਆਰੇ ਵਸਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਪਾਵਨ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿਚ 'ਪ੍ਰਿਮ-ਪਿਆਲੇ' ਦਾ ਰੰਗ-ਰਸ ਭੁੰਚ ਕੇ ਅਲਮਸਤ

*By uniting outwardly, the united one unites not, if he meets, he meets not.
He who meets in spirit is said to have really met.*

4. The Fourth State

This is known as the -

Spiritual - Realm

Fourth - State

God - Realm

Highest - Stage

Home of Truth

Tranquility

Realized Self

Eternal Consciousness

City of No-Sorrow

Realm of Truth

- etc., and is known by many other names.

In this stage,

The *Naam* is Radiant

The *Naam* is in Melody

The *Naam* is the Life Current

The *Naam* is the Ultimate Elixir

The *Naam* is imbued with Love

The *Naam* is Intoxicating

The *Naam* is Steadfast Immoveable

His Name

The Unstruck Melody is Played

The Unstruck *Shabad* is Pervading everywhere.

I this state the blessed beloved Gurmukhs reside, who in the Pure Presence of God quaff His cup of Love and remain intoxicated in His elixir.

ਮਤਵਾਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—

ਬਾਬਾ ਮਨੁ ਮਤਵਾਰੇ ਨਾਮ ਰਸੁ ਪੀਵੈ ਸਹਜ ਰੰਗ ਰਚਿ ਰਹਿਆ ॥
ਅਹਿਨਿਸਿ ਬਨੀ ਪ੍ਰੇਮ ਲਿਵ ਲਾਗੀ ਸਬਦੁ ਅਨਾਹਦ ਗਹਿਆ ॥

(ਪੰਨਾ-੩੬੦)

ਇਥੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਆਪਣੇ ਰੰਗ-ਰਤਨਾਂ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਨਾਲ—

ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਲਾਡ ਲਡਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਖੇਲ ਖਿਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਪ੍ਰਿਤਪਾਲਦਾ ਹੈ
ਨਿਤ ਸਾਰ ਸਮਾਲਦਾ ਹੈ
ਪਾਪ ਕੱਟਦਾ ਹੈ
ਕਲ-ਕਲੇਸ਼ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਜਮਾਂ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਮੁਕਤੀ ਬਖਸ਼ਦਾ ਹੈ
ਪ੍ਰਿਮ-ਪਿਆਲੇ ਪਿਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਪ੍ਰੀਤ ਡੋਰੀ ਨਾਲ ਖਿੱਚਦਾ ਹੈ
ਸਿਮਰਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਸਿਮਰਨ-ਜੀਵਨ ਬਖਸ਼ਦਾ ਹੈ ।

ਖੇਲਿ ਖਿਲਾਇ ਲਾਡ ਲਾਡਾਵੈ ਸਦਾ ਸਦਾ ਅਨਦਾਈ ॥
ਪ੍ਰਤਿਪਾਲੈ ਬਾਰਿਕ ਕੀ ਨਿਆਈ ਜੈਸੇ ਮਾਤ ਪਿਤਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੨੧੩)
ਹਰਿ ਜੀ ਮਾਤਾ ਹਰਿ ਜੀ ਪਿਤਾ ਹਰਿ ਜੀਉ ਪ੍ਰਤਿਪਾਲਕ ॥
ਹਰਿ ਜੀ ਮੇਰੀ ਸਾਰ ਕਰੇ ਹਮ ਹਰਿ ਕੇ ਬਾਲਕ ॥
ਸਹਜੇ ਸਹਜਿ ਖਿਲਾਇਦਾ ਨਹੀ ਕਰਦਾ ਆਲਕ ॥
ਅਉਗਣੁ ਕੋ ਨ ਚਿਤਾਰਦਾ ਗਲ ਸੇਤੀ ਲਾਇਕ ॥
ਮੁਹਿ ਮੰਗਾਂ ਸੋਈ ਦੇਵਦਾ ਹਰਿ ਪਿਤਾ ਸੁਖਦਾਇਕ ॥
ਗਿਆਨੁ ਰਾਸਿ ਨਾਮੁ ਧਨੁ ਸਉਪਿਓਨੁ ਇਸੁ ਸਉਦੇ ਲਾਇਕ ॥
ਸਾਝੀ ਗੁਰ ਨਾਲਿ ਬਹਾਲਿਆ ਸਰਬ ਸੁਖ ਪਾਇਕ ॥
ਮੈ ਨਾਲਹੁ ਕਦੇ ਨ ਵਿਛੁੜੈ ਹਰਿ ਪਿਤਾ ਸਭਨਾ ਗਲਾ ਲਾਇਕ ॥
(ਪੰਨਾ-੧੧੦੧-੦੨)

ਇਹ ਆਤਮ ਮੰਡਲ—

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

5

*By fixing attention on God's affection and hearing celestial strain, day and night
become fruitful.*

*O Sire! By quaffing the Name-Nectar, mind becomes intoxicated and easily remains
absorbed in Lord's Love.* 360

Here, the *Satguru* with His Love Imbued *Gurmukhs* -

Showers them with Love
Fondles and cuddles them
Plays and pampers them
Sustains and nurtures them
Daily provides for them
Destroys their sins
Protects them from sorrow and grief
Protects them from death's couriers
Blesses them with salvation
Makes them drink the Cups of Love
Pulls them with His Love strings
Enables them to do *Simran*
Blesses them with a *Simran*-life.

*He plays with me and fondles me and ever and ever blesses me.
He takes care of me as parents take care of their child.* 1213

*The Reverend Lord is my mother, Ravened Lord my father and the Reverend Lord
my Cherisher.
Reverend God takes care of me and I am the child of God.
Slowly and steadily, he feeds me and makes not delay.
He reminds me not of my demerits and hugs me to His bosom.
He blesses me with, what I as for with my mouth. God is my Peace-giving father.
The Lord has blessed me with the capital of Divine knowledge and the wealth of His
Name and made me worthy of this merchandise.
He has made me a partner with the Guru and I have obtained all the comforts.
The Lord, My Father, who is potent to do all the things, separates not from me ever.*
1101 - 02

This **Spiritual Realm** is -

**Pure and totally pure
Devoid of the shadow of Maya
Totally devoid of Ego**

5

ਇਥੇ —

ਸਦਾ ਖੈਰ
 ਸਦਾ ਸੁਖ
 ਸਦਾ ਖੁਸ਼ੀ
 ਪ੍ਰੀਤ
 ਪ੍ਰੇਮ
 ਰਸ
 ਚਾਉ
 ਨਾਮ

Here, there is -

Eternal bliss
 Eternal comfort
 Eternal happiness
 Attraction
 Love
 Elixir
 Exuberance
 Naam

ਵਰਤ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

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

ਗੁਰਮੁਖਿ ਵਿਰਲਾ ਕੋਈ ਬੁਝੈ ਸਬਦੇ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ ॥
 (ਪੰਨਾ-੧੩੩੨)

ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਹੋਈ ॥
 ਗੁਰਮੁਖਿ ਵਿਰਲਾ ਬੁਝੈ ਕੋਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੪੧)

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

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਜਗਿਆਸੂ ‘ਗੁਰਮੰਤਰ’ ਦਾ ਮਨ-ਚਿਤ ਨਾਲ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ‘ਗੁਰਮੰਤਰ’ ਉਸਦੇ ਮਨ-ਚਿਤ-ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਧਸ-ਵਸ-ਰਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਗਿਆਸੂ ‘ਸਿਮਰਨ’ ਦਾ ਹੀ ਸਰੂਪ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ‘ਸਿਮਰਨ’ ਦੀ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ —

ਕਬੀਰ ਤੂੰ ਤੂੰ ਕਰਤਾ ਤੂੰ ਹੂਆ ਮੁਝ ਮਹਿ ਰਹਾ ਨ ਹੂੰ ॥
 ਜਬ ਆਪਾ ਪਰ ਕਾ ਮਿਟਿ ਗਇਆ ਜਤ ਦੇਖਉ ਤਤ ਤੂ ॥
 (ਪੰਨਾ-੧੩੭੫)

are ever present and functioning.

In reality, our limited minds **cannot grasp this subtle spiritual state** and are **incapable of describing** it because this is ‘Divine essence’ which can only be **experienced, felt and enjoyed** within the soul **through ‘self-realization’**, with the Grace of the Guru. Only a rare seeker achieves this state -

Some rare one realizes, by the Guru's grace, that the Lord is contained in the Guru's Shabad. 1332

Imbued with the Name one is ever in peace.
By Guru's grace some rare one understands this. 841

The liquor drinker by habitual consumption, **himself becomes a ‘form’ of alcohol**. He then does not just think of alcohol, instead his whole self, i.e. body, mind and consciousness, **his ‘whole self’, cry for alcohol** and each thought, deed and action is **naturally colored by the hue of alcohol**.

Similarly, as the seeker wholeheartedly does ‘Simran’ of ‘Gurmantar’, the ‘Gurmantar’ slowly-steadily seeps, settles and ultimately becomes deeply embedded within his mind, heart and consciousness, and the seeker then becomes an **embodiment of ‘Simran’**. This stage of ‘Simran’ is visualized in Gurbani as follows:

Kabir, repeating "Thy Name" I have become like Thee, in me now "I" has remained not.
When difference between others and myself has been removed, then wheresoever I see, there I see but Thee, O Lord. 1375

ਬੋਤਲ ਵਿਚ ਪਈ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਸਰੂਪ ਕੌੜਾ-ਕਸੈਲਾ, ਰੰਗ-ਬਰੰਗਾ, ਮਿਲਗੋਭਾ ਘੋਲ (colored solution) ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ — ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਪੀਣ ਨਾਲ ਜੋ 'ਸਰੂਰ' ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵਿਲੱਖਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਨਿਰਾ-ਪੁਰਾ

ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਅੱਖਰੀ ਨਾਮ,
ਦਿਮਾਗੀ ਜਾਣਕਾਰੀ,
ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਬੋਤਲਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ
ਜਾਂ

ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਗੁਣ-ਅਉਗਣਾ ਦੇ ਗਿਆਨ ਨਾਲ — 'ਸਰੂਰ' ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦਾ । ਇਹ 'ਸਰੂਰ' ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ 'ਅੱਖਰੀ ਗਿਆਨ' ਤੋਂ ਵਿਲੱਖਣ ਹੈ, ਹੋਰਵੇਂ ਹੈ ।

ਪਰ ਜਦ ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਉਹੀ ਸ਼ਰਾਬ ਕਿਸੇ ਅਕਹਿ ਸਰੂਰ ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਹਸਤੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ — ਪਰ ਉਸਦਾ ਅਸਰ ਅਨੋਖੇ ਉਮਾਹ, ਉਤਸ਼ਾਹ, ਸਰੂਰ ਤੇ ਮਸਤੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪ੍ਰਵਿਰਤ ਹੋ ਕੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ।

ਠੀਕ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਮਰਨ-ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੇ-ਕਰਦੇ 'ਗੁਰਮੰਤਰ' ਸਾਡੇ ਤਨ-ਮਨ-ਬੁਧੀ-ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਉਤਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਸੁਭਾਗੇ ਸਮੇਂ 'ਆਤਮਕਲਾ' ਦੀ 'ਛੁਹ' ਨਾਲ ਇਹ ਇਲਾਹੀ ਰਸ-ਰੰਗ-ਪ੍ਰੀਤ-ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

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

ਗੁਰਮੁਖ-ਜਨ ਨਾਮ ਦੇ ਰੰਗ-ਰਸ ਵਿਚ ਅਲਮਸਤ-ਮਤਵਾਰਾ ਹੋ ਕੇ ਅਕਹਿ ਆਤਮਿਕ ਉਤਸ਼ਾਹ-ਉਮਾਹ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ 'ਚੜ੍ਹਦੀਆਂ ਕਲਾਂ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਮਾਈ ਗੀ ਪੇਖਿ ਰਹੀ ਬਿਸਮਾਦ ॥

ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਮੋਹਿਓ ਅਚਰਜ ਤਾ ਕੇ ਸੁਾਦ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੨੬)

ਦੇਖਹੁ ਅਚਰਜੁ ਭਇਆ ॥

ਜਿਹ ਠਾਕਰੁ ਕਉ ਸੁਨਤ ਅਗਾਧਿ ਬੋਧਿ ਸੋ ਰਿਦੈ ਗੁਰਿ ਦਇਆ ॥

(ਪੰਨਾ-੬੧੨)

ਯਾਦ ਰਖਣ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ 'ਸਰੂਰ' ਆਰਜ਼ੀ ਤੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੈ, ਪਰ 'ਨਾਮ' ਦਾ ਸਰੂਰ ਅਥਵਾ 'ਖੁਮਾਰੀ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਚੜ੍ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ।

The liquor within a bottle is merely a bitter (colored solution) but on the drinking of which, the 'euphoria' experienced is entirely different.

By just only -

the word alcohol,
intellectual knowledge,
being just in the midst of bottles
or

by the knowledge of virtues or vices of alcohol — 'intoxication' cannot come about. This 'intoxication' is different from the knowledge of alcohol as expressed by the 'alcohol word'.

But, when the alcohol is drunk, the same alcohol is converted into an indescribable euphoria. The visible alcohol disappears - instead its effect produces a unique euphoria, elation, pleasure and intoxication.

Exactly the same way, by the continuous practice of *Simran*, the 'Gurmantar' becomes deeply embedded in our body, mind, intellect and consciousness and at some blessed moment is 'infected' by a 'spiritual miracle' and transmutes into Divine-Elixir-Hue-Devotion-Love.

In this manner the seeker's *Simran* becomes 'Meditation' and his 'Living Form.'

The blessed *Gurmukh* imbued by the hue/love of *Naam* is intoxicated and experiences an indescribable spiritual joy and exhilaration which in *Gurmat* (Guru's teaching) is described as '*Chardhian Kala*' (uplifting spirits).

O My mother, I am wonder struck to see my Lord.

My soul is bewitched by the unstruck melody, wonderful is whose relish.

1226

Lo a wonderful thing has happened.

The Lord, whose knowledge is spoken as unfathomable, Hi, the Guru has enshrined within my mind.

612

It is important to remember that the 'intoxication' of alcohol is temporary and harmful but the exhilaration or 'intoxication' of '*Naam*' is everlasting.

ਹਰਿ ਰਸੁ ਪੀਵਤ ਸਦ ਹੀ ਰਾਤਾ ॥
 ਆਨ ਰਸਾ ਖਿਨ ਮਹਿ ਲਹਿ ਜਾਤਾ ॥
 ਹਰਿ ਰਸ ਕੇ ਮਾਤੇ ਮਨਿ ਸਦਾ ਅਨੰਦ ॥
 ਆਨ ਰਸਾ ਮਹਿ ਵਿਆਪੈ ਚਿੰਦ ॥

(ਪੰਨਾ-੩੭੭)

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

ਇਕੁ ਉਤਮ ਪੰਥੁ ਸੁਨਿਓ ਗੁਰ ਸੰਗਤਿ
 ਤਿਹ ਮਿਲੰਤ ਜਮ ਤ੍ਰਾਸ ਮਿਟਾਈ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੪੦੬)

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਕੈ ਆਸਰੈ ਪ੍ਰਭ ਸਿਉ ਰੰਗੁ ਲਾਏ ॥
 ਅਉਗਣ ਕਟਿ ਮੁਖੁ ਉਜਲਾ ਹਰਿ ਨਾਮਿ ਤਰਾਏ ॥

(ਪੰਨਾ-੯੬੬)

ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਹੈ ਸਿਰਿ ਕਰਮਨ ਕੈ ਕਰਮਾ ॥
 ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਭਇਓ ਪਰਾਪਤਿ ਜਿਸੁ ਪੁਰਬ ਲਿਖੇ ਕਾ ਲਹਨਾ ॥

(ਪੰਨਾ-੬੪੨)

ਕੋਟਿ ਕਰਮ ਕਰਿ ਦੇਹ ਨ ਸੋਧਾ ॥
 ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਮਹਿ ਮਨੁ ਪਰਬੋਧਾ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੯੯)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਮਾਰਗੁ ਧੰਨੁ ਹੈ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਸੰਗੁ ਚਲਾਇਆ ॥

(ਵਾ.ਭਾ.ਗੁ.੬/੧੬)

ਸਾਧ ਜਨਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ਭਵਜਲੁ ਤਾਰੀਅਨੁ ॥
 ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ ਇਹੁ ਜਨਮੁ ਪਦਾਰਥੁ ਜੀਤਾ ਰੇ ॥

(ਪੰਨਾ-੪੦੪)

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

ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਅਪਾਰ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਦੁਆਰਾ ਜਗਿਆਸੂ ਦੇ ਨਿਰਮਲ ਹਿਰਦੇ ਦੀਆਂ ਕਿੰਗਰੀਆਂ ਉਤੇ ਜਦ ਕਦੇ ਆਤਮਿਕ 'ਲਿਸ਼ਕ' ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਅਥਵਾ ਨਾਮ ਦੀ 'ਕਲਾ ਵਰਤਦੀ ਹੈ' ਤਾਂ ਜਗਿਆਸੂ ਇਸ 'ਅਨੋਖੇ ਅੰਤ੍ਰਆਤਮੇ' ਤਜਰਬੇ ਤੋਂ ਹੈਰਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਰੁਣ-ਝੁਣ ਅਥਵਾ ਕੰਬਣੀ ਜਿਹੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ —

ਦਰਸਨ ਦੇਖਤ ਹੀ ਸੁਧ ਕੀ ਨ ਸੁਧਿ ਰਹੀ
 ਬੁਧਿ ਕੀ ਨ ਬੁਧਿ ਰਹੀ ਮਤਿ ਮੈ ਨ ਮਤਿ ਹੈ ॥

(ਕ.ਭਾ.ਗੁ.-੯)

ਦੇਖਿ ਚਰਿਤ੍ਰ ਭਈ ਹਉ ਬਿਸਮਨਿ
 ਗੁਰਿ ਸਤਿਗੁਰਿ ਪੁਰਖਿ ਮਿਲਾਈ ॥

(ਪੰਨਾ-੧੨੦੭)

*He, who God's elixir, ever remains imbued.
 All other relishes wear off in a moment.
 Intoxicated with Lord's essence one is ever happy in mind.
 In other revilements, anxiety befalls one.*

377

We are household people and are incapable of the *Samadhi*, (meditations) practiced by the Yogis. For this reason, *Satguru* has shown us '*Sadh-Sangat*' or *Satsangat* the easy 'method', which is called 'equipoise' or 'tranquil meditation', which is known as '*Sahaj Yoga*' or '*Sahaj Samadhi*'. -

I have heard that the Guru's congregation alone is the sublime path, adhering to which, the fear of death is shed. 1406

With the support of the society of saints, one embraces affection for the Lord. Effacing demerits, man's countenance becomes bright and through God's Name he ferries across the world-ocean. 966

Singing of God's praise in the saints' holy company is the highest of all the deeds. Says Nanak, he alone obtains it. who is pre-destined to receive it. 642

The body is purified not by performing a myriad ritual. In the holy company of saints alone this mind is awakened. 1298

Blessed is the Gurmukh's path, which is initiated in the Sadh Sangat. VBG 6/16
In the society of the holy-men, I have crossed the life's dreadful ocean. 517

Joining the holy company of Saints, I have won this precious human life by singing God's praise. 404

Join the holy company of saints, and contemplate, thou, on the Lord of wealth, thus, from a sinner, thou, shalt be holy. 631

While doing *Simran* and by the Infinite Grace of *Satguru*, when edges of the seeker's pure heart receive a flash of the spiritual glimpse or the 'miracle' of *Naam*, he is wonder struck by this unique experience and becomes aware of a thrilling melodious vibration within his body.

Upon seeing Him, my genius has not remained the same genius, my intelligence has not remained the same intelligence and my mind has not remained the same mind.

KBG / 9

I am wonder-struck seeing the wondrous plays of God and the great True Guru has made me meet with Him. 1207

ਲੋਇਣ ਦੇਖਿ ਰਹੇ ਬਿਸਮਾਦੀ ਚਿਤੁ ਅਦਿਸਟਿ ਲਗਾਈ ॥

(ਪੰਨਾ-੯੧੦)

ਜੇ ਜਗਿਆਸੂ ਦੇ ਵਡੇ ਭਾਗ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਹ ਅੰਤਰ-ਆਤਮੇ ਤਜਰਬੇ 'ਨਾਮ ਕਲਾ', ਜਾਂ 'ਰੁਣ-ਬੁਣ' ਛੇਤੀ-ਛੇਤੀ ਹੋਣ ਲਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਐਸੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਸੋਝੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹ 'ਆਤਮਿਕ ਕੌਤਕ' ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਅਪਾਰ 'ਬਖਸ਼ਿਸ਼' ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਅੰਤ੍ਰ-ਆਤਮੇ ਮਾਨਣ ਤੇ 'ਜੀਉਰਨ' ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਇਸ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਅਤੇ 'ਨਾਜੁਕ ਅਵਸਥਾ' ਵਿਚ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਅਤਿ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

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

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

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਜਿਉਂ-ਜਿਉਂ ਜਗਿਆਸੂ ਇਸ ਨਾਮ-ਕਲਾ ਨੂੰ ਅੰਤ੍ਰ-ਆਤਮੇ ਮਾਣਦਾ ਤੇ ਜੀਉਰਦਾ ਹੈ, ਤਿਉਂ-ਤਿਉਂ ਉਸਦਾ ਮਨ ਨਿਮਰਤਾ ਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਨੇ ਵਿਚ ਭਿਜਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦਾ ਪਾਤਰ ਬਣਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਜੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ ਫੋਕਾ, ਮਸ਼ੀਨੀ (mechanical) 'ਸਿਮਰਨ' ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਹ ਤਾਂ ਪ੍ਰੇਮ-ਭਗਤੀ ਤੋਂ ਉਪਜਿਆ 'ਸਿਮਰਨ ਜੀਵਨ' ਹੈ ਅਤੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰੋਂ-ਘਰੋਂ —

ਆਤਮਿਕ ਦਾਤ ਹੈ
ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦ ਹੈ
ਨਦਰ-ਕਰਮ ਹੈ
ਪ੍ਰੇਮ-ਭਗਤਿ ਹੈ
ਪ੍ਰਿਮ-ਖੇਲ ਹੈ
ਪਿਰਮ-ਪਿਆਲਾ ਹੈ
ਪ੍ਰੇਮ-ਪਦਾਰਥ ਹੈ
ਨਾਮ ਹੈ
ਨਾਮ ਦੀ ਕਲਾ ਹੈ
ਨਾਮ ਦਾ ਰਸ ਹੈ

His eyes behold the wondrous Lord and His mind remains attached to the Unseeable Lord.
910

If the seeker is blessed with great fortune, these inner spiritual experiences of 'the miracle of Naam' and thrilling 'celestial melody' begin to happen quickly. At this stage, the seeker must realize that these 'spiritual wonders' are the infinite 'Grace' of Satguru, which is needed to be enjoyed and 'endured' within.

In this very subtle and 'delicate state', there is the utmost need of support and assistance of beloved Gurmukhs.

However, it has been observed that some individuals in the *Sangat* exhibit many types of **unreal signs to attract attention** of the *Sangat* to themselves. In this manner, such individuals' **spiritual progress is obstructed** and with time they start to descend to **lower- levels**.

Some seekers of the spiritual path abuse these **invaluable 'unendurable gifts'** from the spiritual realm for materialistic gains and self-praise to feed their ego, **which is a spiritual sin**.

On the other hand, as the sincere seeker **enjoys and endures** the internal spiritual experiences, **his mind becomes humbler and filled with gratefulness** he becomes heir-apparent to further blessings from the *Satguru*.

This is not the hollow mechanical '*Simran*' of the yogis. Instead it is the '*Simran-Life*' that has sprouted from love and devotion, and emanating from the court of the *Satguru* is a -

A Spiritual Gift
Grace of the Guru
His Blessed Vision
Love and Devotion
Divine Play
Divine Cup of Elixir
Gift of Love
Is Naam
The Miracle of Naam
The Elixir of Naam

ਨਾਮ ਦਾ ਰੰਗ ਹੈ
ਜੀਵਨ-ਪਦਵੀ ਹੈ

The Hue of Naam
The Pedestal of Life

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

ਉਪਜੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪ੍ਰੇਮ ਰਸੁ ਚਾਉ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੯੦)

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

ਇਸ ਉਚਮ-ਉਚੀ, ਸੂਚਮ-ਸੂਚੀ ਆਤਮਿਕ ਅਵਸਥਾ ਅਥਵਾ ਦ੍ਰਿੜ ਹੋਏ ਸਿਮਰਨ ਦੀ 'ਸਹਿਜ-ਸਮਾਧ' ਵਿਚ ਇਤਨਾ ਮਹਾਂ-ਰਸ ਤੇ ਚਾਉ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ 'ਜੀਵ' ਇਸ ਪ੍ਰਿਮ-ਰਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ।

ਤੇਰਾ ਜਨੁ ਰਾਮ ਰਸਾਇਣਿ ਮਾਤਾ ॥
ਪ੍ਰੇਮ ਰਸਾ ਨਿਧਿ ਜਾ ਕਉ ਉਪਜੀ ਛੋਡਿ ਨ ਕਤਹੂ ਜਾਤਾ ॥
(ਪੰਨਾ-੫੩੨)

ਮੂ ਲਾਲਨ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ਬਨੀ ॥ ਰਹਾਉ ॥
ਤੇਰੀ ਨ ਤੂਟੈ ਛੋਰੀ ਨ ਛੂਟੈ ਐਸੀ ਮਾਧੋ ਖਿੰਚ ਤਨੀ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੨੭)

ਬਿਸਰਤ ਨਾਹਿ ਮਨ ਤੇ ਹਰੀ ॥
ਅਬ ਇਹ ਪ੍ਰੀਤਿ ਮਹਾ ਪ੍ਰਬਲ ਭਈ ਆਨ ਬਿਖੈ ਜਰੀ ॥
(ਪੰਨਾ-੧੧੨੦)

ਜਿਵੇਂ ਸ਼ਰਾਬੀ ਨੂੰ ਵੇਲੇ ਸਿਰ ਸ਼ਰਾਬ ਨ ਮਿਲੇ, ਤਾਂ 'ਟੋਟ' ਵਿਚ ਉਸਦਾ ਬੁਰਾ ਹਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਕਦੇ ਜੀਵ ਦਾ 'ਧਿਆਨ' ਇਸ ਪ੍ਰਿਮ-ਰਸ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ, ਉਸਦੇ ਭਾ ਦਾ 'ਮਰਨ' ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਹਰਿ ਨ ਸਕਉ ਇਕ ਰਾਤੀ ॥
ਜਿਉ ਬਿਨੁ ਅਮਲੈ ਅਮਲੀ ਮਰਿ ਜਾਈ ਹੈ
ਤਿਉ ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਹਮ ਮਰਿ ਜਾਤੀ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੬੮)

ਐਸੀ ਬਿਸਮਾਦੀ, ਰਹੱਸ-ਮਈ ਆਤਮਿਕ-ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਜੀਵ, ਆਪਣੇ

At times through *Simran* in the *Sadh Sangat*, whenever the seeker feels the 'pull of the spiritual Love-cord', then within his soul for his Spiritual Mother, the Timeless Lord, Love wells up, for His remembrance, longing and attraction, and he begins to enjoy the warmth, peace and love in the lap of his Spiritual Mother.

The savour of love and affection and yearning for God have sprung up in me. 290

The Love and relish of *Gurmantar* is then experienced and slowly but surely it **deeply** penetrates, lives and is absorbed in our mind, consciousness, **every cell of the body and solidifies. Our mind, then itself becomes a 'Form' of 'Gurmantar'.**

In this higher than high and purer than pure spiritual state, i.e. '*Sahaj Samadhi*', (Tranquil-Meditation) **of the solidified *Simran*** there is so much joy and ecstasy that the seeker is **unable to give up this Elixir of the Husband Lord.**

*Thy servant, O Lord, is intoxicated with Thy elixir.
He, who obtains the treasure of the Nectar of love, forsakes it not to go elsewhere.*
532

*I have contracted love with my Beloved. Pause.
The Lord of wealth has drawn me with such a string, that by breaking, it breaks not, and by letting it go, it goes not.*
827

*From my mind, I forget not my God now.
This love has become very strong now and it has burnt other sinful affections.*
1120

Like an alcoholic not getting liquor in time becomes desperate due to the 'hangover'. Similarly, when a seeker's '**attention**' is diverted from the Elixir of Husband Lord, it's like '**death**' for him.

*Without God, I can live not even for a second.
As an opium-addict dies without opium, so perish I without the Lord.*
668

In such an ecstatic, elixir-enjoying spiritual state the seeker experiences-

ਅੰਤਰਆਤਮੇ —

ਰੁਣ-ਝੁਣ

ਸ਼ਬਦ-ਸੁਰਤ

ਨਾਮ-ਰਸ

ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ

ਪ੍ਰੀਤ

ਪ੍ਰੇਮ

ਰਸ

ਚਾਓ

—ਮਾਣਦਾ ਹੋਇਆ 'ਸਹਿਜ-ਸਮਾਧ' ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਐਸੇ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਜਗਿਆਸੂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ—

ਸਾਚਿ ਨਾਮਿ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਲਾਗਾ ॥

ਲੋਗਨ ਸਿਉ ਮੇਰਾ ਠਾਠਾ ਬਾਗਾ ॥੧॥

ਬਾਹਰਿ ਸੂਤੁ ਸਗਲ ਸਿਉ ਮਉਲਾ ॥

ਅਲਿਪਤੁ ਰਹਉ ਜੈਸੇ ਜਲ ਮਹਿ ਕਉਲਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਮੁਖ ਕੀ ਬਾਤ ਸਗਲ ਸਿਉ ਕਰਤਾ ॥

ਜੀਅ ਸੰਗਿ ਪ੍ਰਭੁ ਅਪੁਨਾ ਧਰਤਾ ॥੨॥

ਦੀਸਿ ਆਵਤ ਹੈ ਬਹੁਤੁ ਭੀਹਾਲਾ ॥

ਸਗਲ ਚਰਨ ਕੀ ਇਹੁ ਮਨੁ ਰਾਲਾ ॥੩॥

ਨਾਨਕ ਜਨਿ ਗੁਰੁ ਪੂਰਾ ਪਾਇਆ ॥

ਅੰਤਰਿ ਬਾਹਰਿ ਏਕੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥

(ਪੰਨਾ-੩੮੪-੮੫)

ਇਹ 'ਆਤਮ-ਜੀਵਨ' —

ਸਿਮਰਨ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ

ਪਿਆਰ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ

ਬਰ-ਬਰਾਉਂਦਾ ਜੀਵਨ ਹੈ

ਲਰਜਰਾਉਂਦਾ ਜੀਵਨ ਹੈ

ਰਸ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ

ਰੰਗ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ

ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ

ਰੁਣ-ਝੁਣ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ

ਨਾਮ-ਖੁਮਾਰੀ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ

within his soul -

Thrilling Melody

The Wordless Word-Consciousness

Naam-Elixir

Unstruck Sound

Adoration

Love

Relish

Joy

and enjoying all these he merges into 'Sahaj Samadhi' (Tranquil Meditation).

The condition of such blessed souls is described in Gurbani as follows:

With the True Name, my soul is attached.

With people I have but artificial dealing.

My ties are but external and I am happy with all.

Like lotus in water, I live separate from them. Pause.

By words of mouth I talk with all.

But my Lord, I keep close to my heart.

Though, I appear to be very terrible,

but my mind is the dust of all men's feet.

This serf, O Nanak, has found the perfect Guru.

Within and without, who has shown me the one Lord.

384-85

This 'spiritual life' is -

Life of Simran

Life of Love

Life of Thrilling Vibrations

Life of Joy/Ecstasy

Elixir Imbued Life

Love Imbued Life

Peaceful Life

Life of Melody

Life of Naam Euphoria

ਬਿਸਮਾਦੀ ਜੀਵਨ ਹੈ
 ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
 ਸਹਿਜ-ਸਮਾਧ ਹੈ
 ਨਾਮ ਦੀ ਅਕਲ ਕਲਾ ਹੈ ।

ਐਸੇ 'ਬਿਸਮਾਦੀ ਜੀਵਨ' ਨੂੰ ਅੰਤ-ਆਤਮੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਤੇ ਮਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਇਹ ਅਨੋਖੀ 'ਆਤਮ-ਮੰਡਲ' ਅਥਵਾ 'ਸ਼ਬਦ-ਸੁਰਤ' ਦੀ ਖੇਲ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਗੁਰਮੁਖ ਹੀ—

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

ਇਹ 'ਸ਼ਬਦ-ਸੁਰਤ' ਦੀ 'ਆਤਮ-ਖੇਲ' ਸਾਡੀ ਅਲਪ-ਬੁਧੀ ਦੀ

ਸਮਝ
 ਗਿਆਨ
 ਫਿਲਾਸਫੀ
 ਕਿਆਸ-ਅਰਾਈਆਂ
 ਅੰਦਾਜ਼ੇ

— ਤੋਂ ਪਰੇ ਤੇ ਵਿੱਲਖਣ ਹੈ ।

ਗਿਆਨ ਨ ਗਲੀਈ ਢੂਢੀਐ ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੪੬੫)

ਕਥਨੀ ਕਹਿ ਭਰਮੁ ਨ ਜਾਈ ॥

ਸਭ ਕਥਿ ਕਥਿ ਰਹੀ ਲੁਕਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੫੫)

ਇਹ ਉਚਮ-ਉਚੀ, ਸੂਚਮ-ਸੂਚੀ ਅਵਸਥਾ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗੀ ਸਾਧਨਾਂ ਯਾ 'ਜੋਰ' ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ —

ਜੋਰੁ ਨ ਸੁਰਤੀ ਗਿਆਨਿ ਵਿਚਾਰਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੭)

ਦਾਤੈ ਦਾਤਿ ਰਖੀ ਹਥਿ ਅਪਣੈ

ਜਿਸੁ ਭਾਵੈ ਤਿਸੁ ਦੇਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੦੪)

ਇਹੁ ਪਿਰਮ ਪਿਆਲਾ ਖਸਮ ਕਾ

ਜੈ ਭਾਵੈ ਤੈ ਦੇਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੯੪੭)

—ਚਲਦਾ

Life of Ecstasy
 Life of Unstruck Melody
 Life of *Sahaj Samadhi* (Tranquil Meditation)
 The Ultimate Miracle of *Naam*

Such a 'life of ecstasy' can only be realized and experienced within the soul through the Grace of the Guru.

This unique 'spiritual-realm' is a play of the 'Wordless Word-Consciousness' which only a rare Gurmukh -

discovers
 understands
 realizes
 achieves
 experiences.

This 'spiritual play' of 'Wordless Word-Consciousness' is beyond our limited knowledge's -

understanding
 comprehension
 philosophy
 imagination-conjecture
 estimation

- and is totally different.

Divine Knowledge is not sought by mere words. To explain it is hard like iron. 465

By uttering sermons, the doubt is dispelled not. Through telling and describing, the whole public has grown weary. 655

This higher than high and purer than pure state cannot be obtained through our mental/intellect practices, or physical prowess.

I have no power to gain understanding of Divine Knowledge and Lord's meditation. 7

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

This is the Lord's cup of Love. He gives it to him, whomsoever, He wills. 947