# ਸੰਗਤਿ

## ਭਾਗ-10

### 'ਕਾਲ' ਅਥਵਾ 'ਸਮੇਂ' ਦੀ 'ਸੰਗਤ'

ਸਾਰੀ ਕਾਇਨਾਤ ਤਿੰਨਾਂ ਕਾਲਾਂ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦੀ ਹੈ –

'ਭੂਤ' (past)
'ਭਵਿੱਖ' (future)
'ਵਰਤਮਾਨ' (present)

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

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

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

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

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

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



# COMPANY

Part 10

THE COMPANY OF 'TIME'

The whole creation exists in three phases of time -

past
future
present

Whatever happened in the past phase or within the time that has left us, we tend to remember those experiences and happenings and dwell upon their good or bad effects. In this way we are keeping the company of time.

If our past life has been spent well, then the sighs brought about by the remembrance of the absence of that beautiful comfortable life, lead us into (a state of) lament and misery.

On the other hand if the life that we led in the past was miserable or painful then we feel 'puffed up' or excessively proud of being thoroughly absorbed in the relish and indulgence of our present good life.

In the same way we habour thoughts about 'hopes-wishes-desires' about our future and indulge in planning and scheming with the mind taking fanciful flights. If these 'hopes-wishes' do not materialize, then we experience extreme 'frustration' and suffering.

Our mind in one way or another is always absorbed in some thought in these three time frames namely 'past', 'present' and 'future', and through these thoughts we keep the 'company' or 'negative company' of 'time'.

Among the episodes that have taken place in our 'past time frame', the good ones are seldom remembered, but the injustices, excess, enmity-confrontation committed against us are deeply embedded in our mind-consciousness-subconsciousness. By remembering these we continue to simmer-burn-smoulder and (in consequence) suffer.

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

ਜੇ ਅਪਨੀ ਬਿਰਥਾ ਕਹਹੁ ਅਵਰਾ ਪਹਿ
ਤਾ ਆਗੈ ਅਪਨੀ ਬਿਰਥਾ ਬਹੁ ਬਹੁਤੁ ਕਢਾਸਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੬੦)

ਦੁਖ ਕੀਆ ਪੰਡਾ ਖੁਲੀਆ ਸੁਖੁ ਨ ਨਿਕਲਿਓ ਕੋਇ ॥
ਦੁਖ ਵਿਚਿ ਜੀਉ ਜਲਾਇਆ ਦੁਖੀਆ ਚਲਿਆ ਰੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੨੪੦)

ਦੁਖਿਆਰੇ ਦੁਖਿਆਰਿਆਂ ਮਿਲਿ ਮਿਲ ਅਪਣੇ ਦੁਖ ਰੁਵੰਦੇ ।
(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. ੫/੪)

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

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

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

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

ਉਹ ਬੱਚੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮਾਂ ਦੀਆਂ ਦ੍ਰਿੜ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ 'ਭੈੜੀਆਂ ਆਦਤਾਂ' ਦੀ 'ਰੰਗਤ' — ਆਪਣੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ ਜਨਮ ਦੀ 'ਰੰਗਤ' ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ, ਇਸ ਜਨਮ ਦੀ ਨਵੀਂ 'ਜੀਵਨ ਸੇਧ' ਬਣਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਹੋਰ ਭੀ ਗੰਧਲਾ-ਦੁਖਦਾਈ ਅਤੇ ਨਰਕ-ਮਈ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।



In other words the 'files' about the 'bitter' and painful experiences and events that took place in the time that is past keep accumulating within our sub-consciousness. When a situation arises we 'lighten' our mind by unplugging our internal impure, poisonous 'steam' by remembering the files on old jealousy-duality, enmity-confrontation, hatred etc .

*1 If you tell your sorrows to another, then he, in return, will tell you of his greater sorrows. 860*

*2 The packages of pain are untied, but peace does not emerge.*
*In pain, the soul burns; in pain, it departs weeping and wailing. 1240*

*3 The afflicted meet the afflicted ones and share their sufferings. VBG 5/4*

In this way our mind participates in the 'negative-company' of the bitter events and poisonous emotions that took place in the (time that has) past.

In this life term of ours many good-bad-painful 'events' take place—by remembering which we—

sigh
writhe
burn
meditate
increase jealousy-duality (you you-me me ness)
reinforce the 'allergy'
lengthen (the existence of )the 'black file'
give rise to bitterness in life
pollute the subconsciousness.

After our death the remembrance of our life's 'events' does not accompany our subconsciousness—but, their good-bad 'hue or colour' or 'essence' goes to the next births with our souls through the subconsciousness. This is the reason why from birth itself many children get provoked easily, are quarrelsome, are fearful and also display many other negative traits.

These children bring along the hue or colour of the 'negative traits' ingrained in their past lives through their subconsciousness and it is according to the 'hue or colour' of these previous births that a new direction is laid in this life. This gives rise to an even more murky-painful and hell-like life.

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

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

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

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

'ਭੂਤ' ਕਾਲ ਦੀਆਂ **ਦੁਖਦਾਈ ਯਾਦਾਂ** ਅਤੇ

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

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

ਸੁਰਗ ਬਾਸੁ ਨ ਬਾਛੀਐ ਡਰੀਐ ਨ ਨਰਕਿ ਨਿਵਾਸੁ ॥
**ਹੋਨਾ ਹੈ ਸੋ ਹੋਈ ਹੈ ਮਨਹਿ ਨ ਕੀਜੈ ਆਸ ॥** (ਪੰਨਾ-੩੩੭)

ਕਬੀਰ ਇਹ ਚੇਤਾਵਨੀ ਮਤ ਸਹਸਾ ਰਹਿ ਜਾਇ ॥
**ਪਾਛੈ ਭੋਗ ਜੁ ਭੋਗਵੇ ਤਿਨ ਕੋ ਗੁੜੁ ਲੈ ਖਾਹਿ ॥** (ਪੰਨਾ-੧੩੬੬)

**ਵਰਤਮਾਨ ਵਿਚਿ ਵਰਤਦਾ ਹੋਵਣਹਾਰ ਸੋਈ ਪਰਵਾਣਾ ।**
(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. ੧੮/੨੧)

**ਵਰਤਮਾਨ ਵੀਚਿ ਵਿਸਵੇ ਹੋਇ ਇਕੀਹ ਸਹਜਿ ਘਰਿ ਆਇਆ ।**
(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. ੨੪/੯)

L87.3

It is clear from this discussion that the Infinite Being has showered immense blessings on mankind, in that the remembrance of the 'happenings' of the previous lives do not get carved on the subconsciousness. Only that 'hue' or 'essence' of those keeps clinging to the subconsciousness which becomes even more intense and sharp with every birth. Otherwise, if all the numerous happenings of previous births remained in the memory in this birth—then our mind would indeed be crowded with the self afflicted hatred of the previous numerous lives, so much so that our 'SELF' would have got lost in the bottomless poisonous ocean of jealousy-duality, resentfulness, and envy. In this way by participating in 'negative' company over numerous births such souls turn out to be obstinate, hard - uncompromising, materialistic, mind-orientated and foolish.

In other words these 'unfortunate' souls unknowingly continue to keep the negative-company of their deep-seated-hidden 'essence' hue about which they have no knowledge whatsoever.

Just the remembrance of the happenings of this birth (alone) has caused our life to be so unbearable—then (can you imagine) how painful and terrible the remembrance of numerous births of the allergy afflicted masses can be! It is very difficult to imagine this (state).

Therefore to get the blessings to erase the 'remembrances' of the previous births, we have to incessantly offer thanks to the Infinite Being.

We are unnecessarily wasting our valuable 'PRESENT' time in

the painful remembrances of the 'past' and
the planning and scheming for the hopes-wants-desires of the future.

That is why we have been forbidden to dwell upon the negative company of the remembrance of the 'past' and 'future' time frames and (instead) advised to abide in the present or the 'ever-nowness'.

*1 Don't wish for a home in heaven, and don't be afraid to live in hell.*
*Whatever will be will be, so don't get your hopes up in your mind. 337*

*2 Kabeer, let me remind you of this. Do not be skeptical or cynical.*
*Those pleasures which you enjoyed so much in the past - now you must eat their fruits. 1366*

3 *He always moves in the present i.e. never ignores the contemporary situations and side by side accepts whatever is likely to happen. VBG 18/21*

*4 Guru Angad the Cosmic spirit ( Purakh) having manifested the supreme spirit, (Guru Amar Das), himself merged in the supreme light. VBG 24/9*

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

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

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

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

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

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

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ –

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



In this way if one can get absorbed 'even for a moment' in the unceasing contemplative practice of Naam Simran, then the 'ever-now-ness' of the divine realm can be experienced.

But by forgetting these lofty emancipating teachings, or knowingly feigning ignorance, we are doing the exact opposite by repeatedly, doggedly and meditatively reinforcing the impure tendencies of our old life flow's bitter and painful experiences. In this way the remembrances of – jealousy, duality, enmity, hostility, hatred, envy, allergy etc penetrate, permeate, pervade and suffuse even more deeply into us thereby making our 'present life' even more bitter, poisonous and painful.

With the unnecessary remembrances of the 'past' and the thoughts and worries of the 'future' that have not taken place, the 'impure hue or colour' becomes even more subtle, powerful and dynamic – and the 'poisonous hue or colour' of this state spontaneously keeps manifesting and surfacing in every facet of the present life thereby making our life even more hell-like.

(All this) does not stop here the 'impure hue or colour' of jealousy, duality, enmity, hostility, hatred etc will certainly accompany us into the next life through our subconsciousness. In this way our mind keeps getting embroiled with the impure, poisonous negative company over many births

The 'black writings' written on the 'slate' of the mind and the poisonous 'mental hue or colour' can be erased by some means or other – but it is impossible to erase the deeply carved 'impure hue or colour' (which) over numerous births (has impacted) the subconsciousness.

Until as such time as the deeply carved 'black writings' of the past are not erased or the 'slate' of the mind is not cleared completely – until then we will continue to drift along the old hell-like 'life-flow' and the negative company of the 'poisonous hue or colour' of the past will inevitably, spontaneously continue to take place.

In this way –

with our impure self adopted thoughts,
that have been nurtured through continuous remembrance,
made dynamic through intense hatred,
housed in the subconsciousness through allergy,
and manifested by doing simran (regular remembrance)

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

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

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

ਅਵਰਿ ਪੰਚ ਹਮ ਏਕ ਜਨਾ ਕਿਉ ਰਾਖਉ ਘਰ ਬਾਰੁ ਮਨਾ ॥
ਮਾਰਹਿ ਲੂਟਹਿ ਨੀਤ ਨੀਤ ਕਿਸੁ ਆਗੈ ਕਰੀ ਪੁਕਾਰ ਜਨਾ ॥
(ਪੰਨਾ-੧੫੫)

ਪੰਚ ਬਿਖਾਦੀ ਏਕੁ ਗਰੀਬਾ ਰਾਖਹੁ ਰਾਖਨਹਾਰੇ ॥
ਖੇਦੁ ਕਰਹਿ ਅਰੁ ਬਹੁਤੁ ਸੰਤਾਵਹਿ ਆਇਓ ਸਰਨਿ ਤੁਹਾਰੇ ॥
(ਪੰਨਾ-੨੦੫-੬)

ਬੈਰ ਬਿਰੋਧ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਮੋਹ ॥
ਝੂਠ ਬਿਕਾਰ ਮਹਾ ਲੋਭ ਧ੍ਰੋਹ ॥
ਇਆਹੂ ਜੁਗਤਿ ਬਿਹਾਨੇ ਕਈ ਜਨਮ ॥
ਨਾਨਕ ਰਾਖਿ ਲੇਹੁ ਆਪਨ ਕਰਿ ਕਰਮ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੬੭-੬੮)

ਇਨ ਪੰਚਨ ਮੇਰੋ ਮਨੁ ਜੁ ਬਿਗਾਰਿਓ ॥
ਪਲੁ ਪਲੁ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇ ਅੰਤਰੁ ਪਾਰਿਓ ॥...
ਇਨ ਦੂਤਨ ਖਲੁ ਬਧੁ ਕਰਿ ਮਾਰਿਓ ॥
ਬਡੋ ਨਿਲਾਜੁ ਅਜਹੂ ਨਹੀ ਹਾਰਿਓ ॥ (ਪੰਨਾ-੭੧੦)

ਇਨਿ ਮਾਇਆ ਜਗਦੀਸ ਗੁਸਾਈ ਤੁਮ੍ਰੇ ਚਰਨ ਬਿਸਾਰੇ ॥
ਕਿੰਚਤ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨ ਉਪਜੈ ਜਨ ਕਉ ਜਨ ਕਹਾ ਕਰਹਿ ਬੇਚਾਰੇ ॥
(ਪੰਨਾ-੮੫੭)

ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ 'ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ' ਤੇ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੁਆਰਾ' ਹੀ ਇਸ ਦੁਖਦਾਈ ਮਲੀਨ 'ਜੀਵਨ-ਚੱਕਰ' ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਹੋਇ ਨਿਰਮਲਾ ਕਟੀਐ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸ ॥ (ਪੰਨਾ-੪੪)

ਮੈ ਜੁਗਿ ਜੁਗਿ ਦਯੈ ਸੇਵੜੀ ॥
ਗੁਰਿ ਕਟੀ ਮਿਹਡੀ ਜੇਵੜੀ ॥ (ਪੰਨਾ-੭੪)



we will helplessly and inevitably continue to maintain the imagined 'negative company of the ghosts (of the past)'.

Even if we come to know about these non-existent, invisible, imagined thought ghosts, and out of frustration we want to get rid of them, even then we will not be able to escape from their clutches because they have forcefully taken control of our subconsciousness.

Like the tenants of today – these self inhabited painful and 'imagined ghosts' from the time (that is past) , having taken possession of our subconsciousness, they are continually spreading the impure hue or colouring on every aspect of our life. It is impossible to escape from them which inevitably have to lead a poisonous life.

1 *There are five of them, but I am all alone. How can I protect my hearth and home, O my mind?*
*They are beating and plundering me over and over again; unto whom can I complain?* 155

2 *The five vicious thieves are assaulting my poor being; save me, O Savior Lord!*
*They are tormenting and torturing me. I have come, seeking Your Sanctuary.* 205-206

3 *Hate, conflict, sexual desire, anger, emotional attachment,*
*falsehood, corruption, immense greed and deceit:*
*So many lifetimes are wasted in these ways.*
*Nanak: uplift them, and redeem them, O Lord - show Your Mercy!* 267-268

4 *The five vices have corrupted my mind.*
*Moment by moment, they lead me further away from the Lord....*
*These demons have fooled, bound and destroyed me.*
*I am very shameless - even now, I am not tired of them.* 710

5 *This Maya has made me forget Your feet, O Lord of the World, Master of the Universe.*
*Not even a bit of love wells up in Your humble servant; what can Your poor servant do?* 857

That is why it has been stated in Gurbani that it is only through the 'blessings of the Guru' and the 'sadh sangat', the company of the holy that we can get a release from this painful, impure 'life-cycle'.

*In the Saadh Sangat, the Company of the Holy, you shall become absolutely pure, and the noose of death shall be cut away.* 44

*Through age after age, I am the servant of the Merciful Lord.*
*The Guru has cut away my bonds.* 74

ਆਪੁ ਤਿਆਗਿ ਮਿਟੈ ਆਵਣ ਜਾਣਾ ॥
**ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪਛਾਣਾ ॥** (ਪੰਨਾ-੧੮੩)

ਯਾਹੂ ਜਤਨ ਕਰਿ ਹੋਤ ਛੁਟਾਰਾ ॥
**ਉਆਹੂ ਜਤਨ ਸਾਧ ਸੰਗਾਰਾ ॥** (ਪੰਨਾ-੨੫੯)

ਮੋਹ ਰੋਗ ਸੋਗ ਤਨੁ ਬਾਧਿਓ ਬਹੁ ਜੋਨੀ ਭਰਮਾਈਐ ॥
**ਟਿਕਨੁ ਨ ਪਾਵੈ ਬਿਨੁ ਸਤਸੰਗਤਿ ਕਿਸੁ ਆਗੈ ਜਾਇ ਰੂਆਈਐ ॥**
(ਪੰਨਾ-੫੩੨)

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਨ ਲੀਏ ਛਡਾਇ ॥
ਜਿਸ ਕੇ ਸੇ ਤਿਨਿ ਰਖੇ ਹਟਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੬੫)

ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਰ ਪਲ 'ਵਰਤਮਾਨ ਕਾਲ' ਤੋਂ 'ਭੂਤ ਕਾਲ' ਵਿਚ **ਬਦਲ** ਰਿਹਾ ਹੈ ।

'ਭੂਤ ਕਾਲ' ਸਾਡੇ ਵਸ ਵਿਚੋਂ **'ਖਿਸਕ' ਚੁਕਾ** ਹੈ ।

'ਭਵਿੱਖਤ ਕਾਲ' **ਅਨਿਸਚਿਤ** ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਅਣਜਾਣ ਹਾਂ ।

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

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

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

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

ਕਵਨ ਸੰਜੋਗ ਮਿਲਉ ਪ੍ਰਭ ਅਪਨੇ ॥
**ਪਲੁ ਪਲੁ ਨਿਮਖ ਸਦਾ ਹਰਿ ਜਪਨੇ ॥** (ਪੰਨਾ-੮੦੬)

ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਬੇਦ ਅਰੁ ਬਾਦਿ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਰਸਨਾ ਸਾਦਿ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਲਪਟਿ ਸੰਗਿ ਨਾਰੀ ॥
**ਸੰਤ ਰਚੇ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ਮੁਰਾਰੀ ॥**
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਖੇਲਤ ਜੂਆ ॥



1 *Renouncing selfishness and conceit, coming and going come to an end.*
*In the Saadh Sangat, the Company of the Holy, the Supreme Lord God is recognized.* 183

2 *Those efforts, by which emancipation may be attained*
*- those efforts are made in the Saadh Sangat, the Company of the Holy. 259*

3 *The body is tied up with emotional attachment, disease and sorrow, and so it is lured into countless reincarnations.*
*He finds no place of rest without the Saadh Sangat, the Company of the Holy; to whom should he go and cry?* 532

4 *In His Mercy, He saves His humble servants.*
*They belong to Him, and so He saves them by driving out the five. 865*

In our life every moment of the 'present time' is changing into the 'past time'.

The 'past time' has 'eased out' of our control.

The 'future time' is uncertain, for we are unaware of it.

For this reason all we have in our hand is the present time' or 'moment' which we can use either for a good purpose or bad.

In other words, only this very moment of 'now-ness' is within our control. This very moment, a moment from now will change into a time frame that is past and will no more be under our control.

For this reason in Gurbani stress has been laid on the need for us to take care of the moment that is still within our control because it is only through this 'moment' of now-ness that we can give our life good or bad direction through maintaining (holy) company or negative company.

In other words it is only through the proper expending or passing of these present 'moments' in the 'sadh sangat' that the overall hue or colour of these 'moments' can fashion our life into one that is lofty –pure, divine and guru-orientated.

5 *What blessed destiny will lead me to meet my God?*
*Each and every moment and instant, I continually meditate on the Lord. 806*

6 *Some pass their lives in arguments and debates about scriptures.*
*Some pass their lives tasting flavors.*
*Some pass their lives attached to women.*
*The Saints are absorbed only in the Name of the Lord. ||2||*
*Some pass their lives gambling.*

ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਅਮਲੀ ਹੂਆ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਪਰ ਦਰਬ ਚੁਰਾਏ ॥
ਹਰਿ ਜਨ ਬਿਹਾਵੈ ਨਾਮ ਧਿਆਏ ॥.....
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਨਟ ਨਾਟਿਕ ਨਿਰਤੇ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਜੀਆ ਇਹ ਹਿਰਤੇ ॥
ਕਾਹੂ ਬਿਹਾਵੈ ਰਾਜ ਮਹਿ ਡਰਤੇ ॥
**ਸੰਤ ਬਿਹਾਵੈ ਹਰਿ ਜਸੁ ਕਰਤੇ ॥** (ਪੰਨਾ-੯੧੪)

**ਏਕ ਚਿਤ ਜਿਹਿ ਇਕ ਛਿਨ ਧਯਾਯੋ ॥**
**ਕਾਲ ਫਾਸ ਕੇ ਬੀਚ ਨ ਆਯੋ ॥** (੫-: ੧੦)

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

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

ਹਰਿ ਜਸੁ ਰੇ ਮਨਾ ਗਾਇ ਲੈ ਜੋ ਸੰਗੀ ਹੈ ਤੇਰੋ ॥
ਅਉਸਰੁ ਬੀਤਿਓ ਜਾਤੁ ਹੈ ਕਹਿਓ ਮਾਨ ਲੈ ਮੇਰੋ ॥ (ਪੰਨਾ-੭੨੭)

ਤਿਲੁ ਤਿਲੁ ਪਲੁ ਪਲੁ ਅਉਧ ਫੁਨਿ ਘਾਟੈ ਬੂਝਿ ਨ ਸਕੈ ਗਵਾਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੨੦੦)

ਬੀਤ ਜੈਹੈ ਬੀਤ ਜੈਹੈ ਜਨਮੁ ਅਕਾਜੁ ਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੫੨)

ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਆਰਾਧਹੁ ਪਿਆਰੋ ਨਿਮਖ ਨ ਕੀਜੈ ਢੀਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੪੯੯)

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

ਕਿਸੇ 'ਖਿਆਲ' ਯਾ 'ਵਲਵਲੇ' ਨੂੰ ਮੁੜ-ਮੁੜ ਚੇਤੇ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਉਸ ਖਿਆਲ ਦੀ ਚੰਗੀ ਯਾ ਮਾੜੀ 'ਭਾਵਨਾ' ਨਾਲ –

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

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



1 *Some pass their lives getting drunk.*
*Some pass their lives stealing the property of others.*
*The humble servants of the Lord pass their lives meditating on the Naam......*
*Some pass their lives as actors, acting and dancing.*
*Some pass their lives taking the lives of others.*
*Some pass their lives ruling by intimidation.*
*The Saints pass their lives chanting the Lord's Praises.* 914

2 *One who is one pointed in his contemplation of Timeless Being even for a moment will not have to face death.* P 10

In this way if our mind takes care of the present time 'moment to moment' and ceaselessly continues to dwell upon the practice of Naam – only then can he truly find joy in the incessant spiritual hue or colour of the 'ever-now-ness'

Leading ones whole life in the continuous 'moment of moments' flow or (put it another way) being in (positive) company)' or negative company will shape 'life' into one that is good or bad – but we are simply wasting away these very important and valuable 'moment of moments'.

3 *Sing the Lord's Praises, O mind; He is your only true companion.*
*Your time is passing away; listen carefully to what I say.* 727

4 *He does things which will not go along with him in the end. This is the lifestyle of the faithless cynic.* 1200

5 *Slipping away - your life is uselessly slipping away.* 1352

6 *Worship the Lord in adoration, day and night, O my dear - do not delay for a moment.* 499

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

By repeatedly remembering a 'thought' or 'emotion' with good or bad feelings we are (indeed)

touching it
keeping it company
experiencing pleasure from it
maintaining its 'company'
contemplating upon it
deeply ingraining it.

In this way those thoughts, emotions or feelings spontaneously descend into our mind, intellect and consciousness. With regular practice or contemplation these

ਮਾਨਸਿਕ ਖਿਆਲ ਯਾ ਵਲਵਲੇ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਧੱਸ, ਵਸ, ਰਸ, ਸਮਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

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

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

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

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

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

ਮਾਰੁ ਮਾਰੁ ਸ੍ਰਪਨੀ ਨਿਰਮਲ ਜਲਿ ਪੈਠੀ ॥
ਜਿਨਿ ਤ੍ਰਿਭਵਣੁ ਡਸੀਅਲੇ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ਡੀਠੀ ॥ (ਪੰਨਾ-੪੮੦)

ਮਾਇਆ ਹੋਈ ਨਾਗਨੀ ਜਗਤਿ ਰਹੀ ਲਪਟਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੫੧੦)

ਮਾਈ ਮਾਇਆ ਛਲੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੭੧੭)

ਮਾਇਆ ਐਸੀ ਮੋਹਨੀ ਭਾਈ ॥ ਜੇਤੇ ਜੀਅ ਤੇਤੇ ਡਹਕਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੧੬੦)

ਇਹ ਠਗਵਾਰੀ ਬਹੁਤੁ ਘਰ ਗਾਲੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੪੭)

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਬਾਹਰਲੀ ਕੁਸੰਗਤ ਤੋਂ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਉਪਾਉ ਦੁਆਰਾ ਬਚ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੀ ਮਲੀਨ 'ਰੰਗਤ' ਦੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਤੋਂ ਬਚਣਾ



mental thoughts or emotions will thrust, permeate, pervade and diffuse into our subconsciousness.

As these thought, emotions or feeling descend or harden in our mind-consciousness – subconsciousness, to the same degree these 'feelings' become extremely subtle, and like an 'atom' they become dynamic.

In this dynamic state our thoughts or feelings do not remain extremely subtle mental emotions, instead they assume the subtle form of the extremely subtle, powerful dynamic personality – with which our mind day and night –

keeps meeting
keeps communing
keeps company
keeps touching
keeps associating
gets influenced
gets pleasure
fashions life.

When the mind frees itself from the external chores and even if there is no external provocation or incitement – even then the self nurtured and strengthened hidden dynamic 'defiled or impure personality' in our sub-consciousness, lurks for the opportunity and lights a spark, and we continue to burn and fume in our own smouldering fire or some specific odour or sensuality.

Such an internal, hidden dynamic subtle 'defiled personality' indeed has been referred to in Gurbani with words such as a 'serpent-like', deceitful, snake-like, beguiling, enticing, plundering five, blood-thirsty five, thievery etc.

1 *Having bitten and struck them down, she now sits in the immaculate waters.*
*By Guru's Grace, I have seen her, who has bitten the three worlds.* 480

2 *Maya is a serpent, clinging to the world.* 510

3 *O my mother, Maya is so misleading and deceptive.* 717

4 *Such are the enticements of Maya, O Siblings of Destiny.*
*As many living beings are there are, have been deceived.* 1160

5 *These cheating thieves have plundered so many homes.* 1347

In this way, through some effort, we can save ourselves from the external negative company, but it is not possible to save ourselves from the defiled 'hue-

ਨਾਮੁਮਕਿਨ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਧਸ-ਵਸ-ਰਸ ਕੇ ਸਮਾ ਚੁਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਸਾਡੇ ਮਨ ਉਤੇ ਅਨਿਕ ਭਾਂਤ ਦੇ ਵਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤਤਪਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ।

**ਪੰਚ ਦੂਤ ਮੁਹਹਿ ਸੰਸਾਰਾ ॥**
ਮਨਮੁਖ ਅੰਧੇ ਸੁਧਿ ਨ ਸਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੧੩)

**ਬਿਖੈ ਬਿਖੈ ਕੀ ਬਾਸਨਾ ਤਜੀਅ ਨਹ ਜਾਈ ॥**
**ਅਨਿਕ ਜਤਨ ਕਰਿ ਰਾਖੀਐ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਲਪਟਾਈ ॥**
(ਪੰਨਾ-੮੫੫-੫੬)

ਕਿਰਤੁ ਓਨਾ ਕਾ ਮਿਟਸਿ ਨਾਹਿ ॥
ਓਇ ਅਪਣਾ ਬੀਜਿਆ ਆਪਿ ਖਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੧੮੩)

ਕਬੀਰ ਆਈ ਮੁਝਹਿ ਪਹਿ **ਅਨਿਕ ਕਰੇ ਕਰਿ ਭੇਸ ॥** (ਪੰਨਾ-੧੩੬੪)

ਮਾਇਆ ਮਮਤਾ ਕਰਤੈ ਲਾਈ ॥
ਏਹੁ ਹੁਕਮੁ ਕਰਿ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਉਪਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੨੬੧)

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

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

**ਪੰਚ ਪੂਤ ਜਣੇ ਇਕ ਮਾਇ ॥**
**ਉਤਭੁਜ ਖੇਲੁ ਕਰਿ ਜਗਤ ਵਿਆਇ ॥** (ਪੰਨਾ-੮੬੫)

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

**ਹਉਮੈ ਰੋਗਿ ਸਭੁ ਜਗਤੁ ਬਿਆਪਿਆ**
**ਤਿਨ ਕਉ ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੁਖੁ ਭਾਰੀ ॥** (ਪੰਨਾ-੭੩੫)

**ਹਉਮੈ ਰੋਗੁ ਮਾਨੁਖ ਕਉ ਦੀਨਾ ॥** (ਪੰਨਾ-੧੧੪੦)

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

ਵਡੀ ਕੋਮ ਵਸਿ ਭਾਗਹਿ ਨਾਹੀ **ਮੁਹਕਮ ਫਉਜ ਹਠਲੀ ਰੇ ॥** (ਪੰਨਾ-੪੦੪)

ਪਾਂਚ ਪਚੀਸ ਮੋਹ ਮਦ ਮਤਸਰ ਆਡੀ ਪਰਬਲ ਮਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੧੬੧)

**ਲਾਖ ਅਹੇਰੀ ਏਕੁ ਜੀਉ ਕੇਤਾ ਬੰਚਉ ਕਾਲੁ ॥** (ਪੰਨਾ-੧੩੬੭)

**ਸਰਵਰ ਪੰਖੀ ਹੇਕੜੋ ਫਾਹੀਵਾਲ ਪਚਾਸ ॥** (ਪੰਨਾ-੧੩੮੪)



colour' of the subconsciousness, because it has diffused into our subconsciousness through thrust-inhabitation-permeation and day and night it is ever ready to launch a multi-pronged attack upon our mind.

1 *The five enemies are plundering the world.*
*The blind, self-willed manmukhs do not understand or appreciate this. 113*

2 *I cannot escape my desire for sin and corruption.*
*I make all sorts of efforts to hold back from this desire, but it clings to me, again and again. 855*

3 *The record of their past actions cannot be erased.*
*They harvest and eat what they have planted. 1183*

4 *Kabeer, she came to me in various forms and disguises. 1364*

5 *The Creator has attached it to Maya and possessiveness.*
*Enforcing His Order, He created the world. 1261*

This creation of 'second love' or materialism was made by the Timeless Being

To enable materialism to flourish or to allow the drama of boundless creation to take place, the placement of 'five elements' or 'mental states' – lust, anger, greed, attachment in 'man' took place.

6 *The One Mother gave birth to the five sons,*
*and began the play of the created world. 865*

The leader or king of these mental states of the materialistic creation is 'ego', because all other mental states indeed arise from within egotism.

7 *The entire world is afflicted by the disease of egotism. They suffer the terrible pains of birth and death. 734*

8 *Mankind is afflicted with the disease of egotism. 1140*

From within these five thieves or the 'pain giving' form of 'mental states' many other waves of subtle mental states arise – which are referred to as the 'unyielding army'

9 *They are so awesome and great; they cannot be controlled, and they do not run away. Their army is mighty and unyielding. 404*

10 *It is defended by the five elements, the twenty-five categories, attachment, pride, jealousy and the awesomely powerful Maya. 1161*

11 *Thousands of hunters are chasing after the soul; how long can it escape death? 1367*

12 *There is only one bird in the lake, but there are fifty trappers. 1384*

L87.9

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

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

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

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

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

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

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

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

ਕਰਿ ਕਰਿ ਹਾਰਿਓ ਅਨਿਕ ਬਹੁ ਭਾਤੀ ਛੋਡਹਿ ਕਤਹੂੰ ਨਾਹੀ ॥
ਏਕ ਬਾਤ ਸੁਨਿ ਤਾਕੀ ਓਟਾ ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਟਿ ਜਾਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੦੬)

ਸਤਸੰਗਤਿ ਸਿਉ ਮੇਲਾਪੁ ਹੋਇ ਲਿਵ ਕਟੋਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਭਰੀ
ਪੀ ਪੀ ਕਟਹਿ ਬਿਕਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ-੫੫੩)

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

ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉਦਾਹਰਣ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ —

ਬੋਤਲ ਵਿਚ ਪਈ 'ਸ਼ਰਾਬ' ਦੀ 'ਹਸਤੀ' ਸਿਰਫ਼ ਰੰਗ-ਬਰੰਗੇ, ਕੌੜੇ ਮਿਲ-ਗੋਭੇ ਘੋਲੂਏ (solution) ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਯਾ ਗਿਆਨ ਭੀ 'ਫੋਕਾ' ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਉਸੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਪੈਗ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸ਼ਰਾਬੀ ਕੋਈ ਅਨੋਖੇ ਸਰੀਰਕ



The important point to remember here is that these 'mental states' or its 'unyielding army' has no subtle form. They just influence our thoughts- 'emotions' and 'desires' and graft them with their hue or colour.

That is why it's only through 'thought'-'emotions' and 'actions' that these mental states manifest themselves.

By remembering these subtle 'mental-states' over and over again, contemplating upon them, communing with them, cultivating them, ingraining them we continue to make them 'stronger'.

By and by these negative mental-states penetrate, permeate and pervade our mind - consciousness –subconsciousness.

In this way the 'hue or colour' of these negative mental states weave and diffuse themselves into our subconsciousness to such an extent that these 'negative mental states' take control of our mental 'self' and we become their purchased slaves.

These 'five negative mental states' keep lurking for opportunities to impose their will our mind, but depending on our meditative state one specific negative mental state bears down on us or becomes powerful. Under its specific hue or colour day and night we keep thinking, pondering, desiring, indulging in flights of emotions, planning, making decisions, expending more and more efforts, doing things and (eventually) facing the consequences.

In other words the spirit of this negative mental state clings to our 'materialistic self' and taking form it captures and imprisons us in one such negative mental state or 'lust', 'anger', 'greed' etc. Without the mercy or blessings of the 'holy company' and the Guru, one cannot 'escape' (from its clutches).

1 *Trying all sorts of things, I have grown weary, but still, they will not leave me alone. But I have heard that they can be rooted out, in the Saadh Sangat, the Company of the Holy; and so I seek their Shelter.* *206*

2 *Meeting with the Society of the Saints, the cup of the Lord's Love is filled with this Ambrosial Nectar; drinking it in, one's corruptions and sins are wiped away.* *553*

By and by our 'mental –self' becomes the embodiment of this specific dynamic negative mental state.

To clarify this subject even further and example is being given.

Alcohol in a bottle when seen appears to be just some multi-coloured bitter solution. This information or knowledge indeed is hollow. Upon drinking a peg, the alcoholic

ਤਜਰਬੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਖ਼ਾਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਸਰੂਰ, ਮਸਤੀ, ਖ਼ੁਸ਼ੀ, ਉਮਾਹ, ਰੁਣ-ਝੁਣ, ਜੋਸ਼, ਚਾਉ ਮਾਣਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸ਼ਰਾਬੀ ਦੇ ਤਨ-ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਫੁੱਟ ਕੇ ਮੱਲੋ-ਮੱਲੀ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

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

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

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ —

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

ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

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

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

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

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

ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੩੩)

ਮੰਦਾ ਚਿਤਵਤ ਚਿਤਵਤ ਪਚਿਆ
ਜਿਨਿ ਰਚਿਆ ਤਿਨਿ ਦੀਨਾ ਧਾਕੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੨੫)

ਜੰਮਣੁ ਮਰਣੁ ਨ ਚੁਕਈ ਰੰਗੁ ਲਗਾ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ॥
ਬੰਧਨਿ ਬੰਧਿ ਭਵਾਈਅਨੁ ਕਰਣਾ ਕਛੂ ਨ ਜਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੪੧੪)



begins to feel some unusual physical experiences in which he senses some special tipsiness, intoxication, happiness, elation, melody, vigour, and pleasure. Such feelings burst forth from the alcoholic's body and mind and manifest themselves spontaneously.

In other words upon drinking a peg of liquor or keeping the 'company' of liquor - we make it powerful by giving 'life' to it and under its effect or influence in every movement, gesture, word, glance, behaviour, thought, decision there is the manifestation of the 'colour or hue of liquor'.

In this way over a period of time the' alcoholic's' 'materialistic self' becomes the embodiment of alcohol and he is referred to as an 'alcoholic'.

In this way –

1 Alcohol is his 'life'
2 'intoxication' is his 'life form'
3 'Alcohol' and the alcoholic' assume one form one.

Just as a man, with regular consumption or contemplation of 'alcohol' becomes an embodiment of it, in the same way through the contemplation of other sensual mental states too he becomes the 'embodiment' of those 'sensual mental states'.

In other words through the continuous contemplation of these subtle thought-form powerless 'sensual mental states' or their 'negative company', they become so powerful and 'dynamic' that those sensual mental states' take on the form of 'dynamic personality', and forever the materialistic man gets enslaved by them.

In this condition we keep the 'negative company' of this dynamic sensual mental personality and end up in its slavery.

We get so engrossed in the slavery of these 'sensual mental states' that apart from these our mind does not move towards any good, lofty, beautiful 'thoughts and 'emotions' and we are getting even further and vacant from 'spirituality'.

1 *Entangled and enmeshed in the love of false occupations, the whole world is perishing.* *133*

2 *Plotting and planning evil, he was destroyed. The One who created him, gave him a push.* *825*

3 *Their comings and goings in reincarnation do not end; they are imbued with the love of duality.* *1414*
*Bound in bondage, they are made to wander, and they cannot do anything about it.*

L87.11

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

ਮਨੁ ਮੈਗਲੁ ਸਾਕਤੁ ਦੇਵਾਨਾ ॥
ਬਨ ਖੰਡਿ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਹੈਰਾਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੪੧੫)

ਮਨ ਤੂੰ ਗਾਰਬਿ ਅਟਿਆ ਗਾਰਬਿ ਲਦਿਆ ਜਾਹਿ ॥
ਮਾਇਆ ਮੋਹਣੀ ਮੋਹਿਆ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜੂਨੀ ਭਵਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੪੪੧)

ਤਦੇ ਸਾਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਉਂ ਤਾੜਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ –

ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ ॥
ਮਨ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲਿ ਹੈ ਗੁਰਮਤੀ ਰੰਗੁ ਮਾਣੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੪੪੧)

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਘਰ ਵਿਚ ਜਮ੍ਹਾ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਗੰਦੀ ਰੂੜੀ ਦੀ ਹਵਾੜ ਤੋਂ ਕੋਈ ਬਚਾਉ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ – ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਆਪੂੰ ਸਹੇੜੀ ਅਤੇ ਪਾਲੀ-ਪੋਸੀ ਤਕੜੀ ਕੀਤੀ ਹੋਈ 'ਵਾਸ਼ਨਾ ਸਰੂਪ' ਪ੍ਰਬਲ ਅਤੇ ਦਾਮਨਿਕ 'ਵਾਸ਼ਨਾਵੀ-ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਦੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਤੋਂ ਕੋਈ ਬਚਾਉ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਵਾਸ਼ਨਾ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਰਸ-ਵਸ ਕੇ ਸਮਾਈ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਆਪੇ ਨੂੰ 'ਭੂਤ-ਪ੍ਰੇਤ' ਵਾਂਗ, ਦਿਨ-ਰਾਤ ਚਿਮੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਉਤੇ 'ਹਾਵੀ' ਅਥਵਾ ਪ੍ਰਬਲ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ।

ਹਰ ਇਕ ਜੀਵ ਵਿਚ ਰੱਬੀ 'ਜੋਤ' ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਹੈ ।

ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸਗਲੇ ਜੰਤ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੮੪)

ਸਭਨੀ ਘਟੀ ਸਹੁ ਵਸੈ ਸਹ ਬਿਨੁ ਘਟੁ ਨ ਕੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੪੧੨)

ਕਾਇਨਾਤ ਦੇ ਜ਼ੱਰੇ ਜ਼ੱਰੇ ਵਿਚ ਰੱਬੀ 'ਜੋਤ' ਭਰਪੂਰ ਹੈ ।

ਆਪਨ ਸੂਤਿ ਸਭੁ ਜਗਤੁ ਪਰੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੯੨)

ਸਰਬ ਜੋਤਿ ਤੇਰੀ ਪਸਰਿ ਰਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੭੬)

ਪਸਰੀ ਕਿਰਣਿ ਜੋਤਿ ਉਜਿਆਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੦੩੩)

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

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

Like attracts like.



What a sad and ridiculous thing it is that the mind which is the 'embodiment of light', in its utter ignorance and materialistic doubt fallacy has assumed the 'form' of these base painful 'negative mental states'.

1 *The mind of the faithless cynic is like a crazy elephant.*
*It wanders around the forest, distracted by attachment to Maya. 415*

2 *O mind, you are so full of pride; loaded with pride, you shall depart.*
*The fascinating Maya has fascinated you, over and over again, and lured you into reincarnation. 441*

That is why Gurbani warns us –

3 *O my mind, you are the embodiment of the Divine Light - recognize your own origin.*
*O my mind, the Dear Lord is with you; through the Guru's Teachings, enjoy His Love.*
441

Just as one can never protect himself from the stench of manure which has been deposited in the house – in the same way one can never protect himself from 'the self induced, nurtured and strengthened 'negative mental state' and the powerful, dynamic personality's negative company in the subconsciousness, because this negative mental state has penetrated-inhabited and diffused into the subconsciousness. Day and night it bears upon us or remains strong and keeps clinging to our inner-self like a 'ghost – spirit'.

Manifest in every life form, is the Godly 'light'.

4 *The Naam is the Support of all creatures. 284*

5 *God the Cosmic Husband dwells within all hearts; without Him, there is no heart at all. 1412*

In every particle of the creation Godly 'light' is present

6 *Upon Your thread, You have strung the whole world. 292*

7 *Your Light is prevailing everywhere. 876*

8 *The rays of Divine Light have spread out their brilliant radiance. 1033*

In the 'Godly light' 'lies the offspring of love' – this being the reason why every thing belonging to the creation is being attracted to each other. This 'divine pull' is called love, affection, adoration, fondness etc.

This 'divine pull' is also called gravity – according to this law people of the same level or habit get attracted to each other and they get together and interact with each other in their own individual mental sphere.

Like attracts like.

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

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

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

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

'ਸੰਗਤ' ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,
ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ 'ਸੰਗਤ' ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਲਾਭ,
ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਦੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਨਤੀਜੇ ।

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

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

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

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

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



This law applies not only to 'human beings' but nature's 'matter' and 'elements' too are subject to this law.

If a sound is broadcasted on Jallandar Radio on meter 343 , then that sound can be 'captured' or 'heard' on that very wave length in all the radios. This means that a subtle 'element' such as sound can get connection only at that very subtle level.

This law applies to animals-birds-humans as well, where groups of similar levels 'interact', 'commune and 'associate' with each other.

This point has already been dealt with at length earlier with finding such as -

What is (Positive) 'company' or 'negative' company?
The different types of 'positive company' and their benefits,
Different types of 'negative company' and their harmful effects.

This whole discussion on 'interaction', 'communing', and 'true company', 'negative-company' (so far) is only at the 'external person to person level'.

Apart from this in our inner 'mental level', too 'interaction', 'pondering', '(positive) company' or 'negative company' is also taking place. Such mental (positive) company, or 'negative company is very powerful and takes place at a very subtle level. Its effect or consequence too is intense and serious.

It is said that some kind of defence can be put up in the face of an external enemy – but what defence can be put up against an internal, invisible, knowledgeable enemy whose 'invisible 'attack' we can never perceive. This is why there is no 'defence' against an internal enemy who is sitting 'within the lap or wimple' and its attack is very deep seated and dangerous.

All of us have created two types of 'files' within our hearts –

1 The files belonging to love-filled or Guru-orientated beings:- who consciously or through thoughts and emotions have 'interacted' or 'communed' and brought about in the innate self within the arising of divine feelings or desires like joy, calmness, delight, faith, conviction, trust, love, attraction, Lord's relish, Lord's love, affection, empathy, mercy, forgiveness, respect, selfless service, bliss etc.

L87.13

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

**ਜਿਨ ਡਿਠਿਆ ਮਨੁ ਰਹਸੀਐ ਕਿਉ ਪਾਈਐ ਤਿਨ੍ ਸੰਗੁ ਜੀਉ ॥**
**ਸੰਤ ਸਜਨ ਮਨ ਮਿਤ੍ ਸੇ ਲਾਇਨਿ ਪ੍ਰਭ ਸਿਉ ਰੰਗੁ ਜੀਉ ॥** (ਪੰਨਾ-੭੬੦)

**ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਜੋ ਮਿਲੈ ਮਿਲਿਆ ਕਹੀਐ ਸੋਇ ॥** (ਪੰਨਾ-੭੯੧)

**ਰਾਮ ਮੋ ਕਉ ਹਰਿ ਜਨ ਮੇਲਿ ਮਨਿ ਭਾਵੈ ॥**
ਅਮਿਉ ਅਮਿਉ ਹਰਿ ਰਸੁ ਹੈ ਮੀਠਾ ਮਿਲਿ ਸੰਤ ਜਨਾ ਮੁਖਿ ਪਾਵੈ ॥
(ਪੰਨਾ-੮੮੧)

ਕੁਰਬਾਣੀ ਤਿਨਾਂ ਗੁਰਸਿਖਾਂ ਮਨਿ ਮੇਲੀ ਕਰਿ ਮੇਲਿ ਮਿਲੰਦੇ ।
(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. ੧੨/੨)

ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ 'ਸਤਸੰਗ'-'ਸਾਧ ਸੰਗਤ'-'ਸੱਚੀ ਸੰਗਤ' ਆਦਿ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ।

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

ਐਸੀ ਉਚੀ ਦੈਵੀ 'ਸਤ ਸੰਗਤ' ਕਰਕੇ ਮਨ –

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

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



In Gurbani such a lofty 'association' or the 'company of truth' has been described in the following way –

1 *Gazing upon them, my mind is enraptured. How can I join them and be with them? They are Saints and friends, good friends of my mind, who inspire me and help me tune in to God's Love.* *760*

2 *But if he unites deep within his soul, then he is said to be united. 791*

3 *O Lord, my mind longs to meet with the humble servants of the Lord. The sweet, subtle essence of the Lord is immortalizing ambrosia. Meeting the Saints, I drink it in.* *881*

4 *I am sacrifice unto those Gursikhs who commune with those who whose mind are already in tuned (with the Lord). VBG 12/2*

In Gurbani this (state of communication) is called the 'company of truth' – the 'company of the devout' – the 'true company'.

The 'company of the devout' is not only through the physical meeting (of personalities) but it can also take place at the mental level via the conscious remembrance of katha (holy discourses), kirtan.

By participating in such lofty divine 'company of truth', the mind –

moves to a certain state of joy
experiences an overflowing of blissfulness
feels the sudden pull of love
enjoys the swings of Self love within
takes flight on the emotions of love
gets absorbed in the illumination of love
gets completely lost in the 'unstruck melody'
experiences wondrousness in the 'relish of love'
experiences the pull of 'divine love'
experiences the intoxication of 'love and affection'
experiences the 'shiver' of the 'divine touch'
does the transactions of 'silent love'
does the trading of 'divine love'
gets involved in the interaction of the 'supreme relish'
develops a relationship with 'Naam's' nine treasures.

On the other side by participating in 'negative company' through our defiled mind we acquire or load ourselves with grievances, jealousy-two mindedness, back-biting, enmity-confrontation, hatred, shamelessness, quarrels against others. In this way we keep creating in our mind-consciousness-subconsciousness a 'black list' of these people we feel an aversion to.

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

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਭੀ ਕੋਈ 'ਕਾਲੀ ਸੂਚੀ' ਵਾਲੀ ਹਸਤੀ ਚੇਤੇ ਆ ਜਾਵੇ, ਯਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਚੇਤੇ ਕਰਾ ਦੇਵੇ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਿਤਨਾ ਚਿਰ ਹੀ ਇਸ ਕੁਸੰਗਤ ਕਾਰਣ ਉਸ ਪ੍ਰਤੀ ਘਿਰਨਾ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਭਾਂਬੜ ਵਿਚ ਸੜਦੇ-ਬਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

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

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

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

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

ਨਿੰਦਕੁ ਸੋ ਜੋ ਨਿੰਦਾ ਹੋਰੈ ॥ (ਪੰਨਾ-੩੩੯)

ਨਿੰਦਕੁ ਨਿੰਦਾ ਕਰਿ ਮਲੁ ਧੋਵੈ ਓਹੁ ਮਲਭਖੁ ਮਾਇਆਧਾਰੀ ॥ (ਪੰਨਾ-੫੦੭)

ਮੁਹ ਕਾਲੇ ਤਿਨਾ ਨਿੰਦਕਾ ਤਿਤੁ ਸਚੈ ਦਰਬਾਰਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੬੪੯)

ਨਿੰਦਕ ਕੀ ਗਤਿ ਕਤਹੂੰ ਨਾਹੀ ਖਸਮੈ ਏਵੈ ਭਾਣਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੩੮੧)

ਨਿੰਦਾ ਭਲੀ ਕਿਸੈ ਕੀ ਨਾਹੀ ਮਨਮੁਖ ਮੁਗਧ ਕਰੰਨਿ ॥
ਮੁਹ ਕਾਲੇ ਤਿਨ ਨਿੰਦਕਾ ਨਰਕੇ ਘੋਰਿ ਪਵੰਨਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੭੫੫)

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

ਮਲੀਨ ਖਿਆਲਾਂ ਅਤੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਮੁੜ ਚੇਤੇ ਕਰਕੇ, ਅਭਿਆਸ ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਦੁਆਰਾ, ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀ ਰੰਗਤ ਨੂੰ ਮਨ-ਚਿਤ-ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਵਿਚ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ । ਸਹਿਜੇ-ਸਹਿਜੇ ਮਲੀਨ ਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਖਿਆਲਾਂ ਨੂੰ ਘੋਟ ਘੋਟ ਕੇ ਪ੍ਰਬਲ ਅਤੇ ਦਾਮਨਿਕ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ



Even if these people on the 'black list' are far away from us, still our free defiled mind is able to open this 'black list' file and at the mental level he begins to grind the aversion-filled poison of criticism. In this way, even in his (the other person's) absence we burn-scorch our mind-consciousness-subconsciousness by remembering him through our jealousy-duality and hatred.

In this way whenever a person in the 'black list' comes into our memory, or someone else triggers the remembrance, for a long time we keep burning-simmering in the poisonous blaze of hatred brought about by the negative company ( of the black list's).

The strange thing is that despite burning – simmering in the flames of this hatred or allergy, we have been unable to recognise or feel the hidden poison of our defiled and extremely harmful internal 'negative company' – instead, like the itchiness of an aczema, we tend to enjoy the poisonous mental 'itch'.

If someone does talk ill of those in the 'black list', that negative talk sounds very sweet and we show great enthusiasm in continuing to hear more of such negative talk or participating in the 'negative company' and when an opportunity presents itself we too ignite the poisonous spark.

In this way we continue to burn-simmer-roast in the poisonous 'furnace' of 'back-biting' or 'negative company'.

This is how the practice of 'slander' or back-biting is condemned in Gurbani:

1 *The slanderer is the one who prevents me from being slandered. 339*

2 *By slandering, the slanderer washes the filth off others; he is an eater of filth, and a worshipper of Maya. 507*

3 *The faces of these slanderers are blackened in the Court of the True Lord. 649*

4 *The slanderer shall never attain emancipation; this is the Will of the Lord and Master. 381*

5 *It is not good to slander anyone, but the foolish, self-willed manmukhs still do it. The faces of the slanderers turn black, and they fall into the most horrible hell. 755*

If we pile a heap of dung in the courtyard and cover it up, even then the stench of the rubbish, of and on, keeps surfacing thereby making the whole surrounding area unpleasant.

By remembering over and over again defiled thoughts and emotions, contemplating (upon them) or keeping their negative company, we implant their poisonous hue or colour into our mind-consciousness-subconsciousness. Slowly by regular reinforcement we make these defiled and poisonous thoughts strong and dynamic. In this way

ਮਲੀਨ ਖਿਆਲਾਂ ਦੇ ਵਲਵਲਿਆਂ ਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਅਭਿਆਸ ਅਥਵਾ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਨਾਲ ਇਹ 'ਮਾਨਸਿਕ ਮਲੀਨਤਾ' ਦੀ ਬਦਬੋ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਧਸ-ਵਸ-ਰਸ ਕੇ ਸਾਡੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਹੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਘੜੀ ਹੋਈ 'ਮਲੀਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਉਚੇਰੀ-ਚੰਗੇਰੀ-ਸੁਹਣੇਰੀ 'ਭਾਵਨਾ' ਉਪਜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ । ਐਸੀ 'ਮਲੀਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤ' ਵਿਚੋਂ ਤਾਂ ਨੀਵੇਂ ਮਲੀਨ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਖਿਆਲ ਅਤੇ ਵਲਵਲੇ ਹੀ ਉਪਜਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਅਤਿ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ।

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

ਹਾਜ਼ਰ ਯਾ ਗੈਰ ਹਾਜ਼ਰ
ਨੇੜੇ ਯਾ ਦੂਰ
ਜੀਉਂਦੀ ਯਾ ਮੋਈ

ਹਸਤੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਕੇ —

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

ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨਾਲ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਜੇਕਰ, ਐਸੀ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਕਰਦਿਆਂ ਉਸ ਹਸਤੀ ਬਾਬਤ —

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

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



through the continuous contemplation on emotions of foul thoughts or 'negative company' the stench of this 'mental foulness' penetrates-permeates-pervades into us and becomes our personality. From such a self fashioned 'foul personality', some lofty-good-beautiful desire cannot possible arise. From such a 'foul personality' only base, poisonous thoughts and emotions can arise and these are extremely harmful.

In other words by remembering some one from our self-fashioned 'black file' irrespective of whether (that person) is

present or not
near or far
alive or dead

we

level criticism
winnow the short-comings
rummage through mistakes
practice duality (by focussing on differences)
engage in slander and backbiting
express hatred
habour evil thoughts
exhibit thoughts of enmity-opposition

then (in this state) we are engaging in 'negative company'.

While engaged in such 'negative company' we

become high nosed
show contempt
simmer and burn
boil in the poison
exhibit uncontrolled temper
take pleasure in listening to slander and back-biting
feel happy at someone's pain
express joy at someone's misery
feel envy at someone's success
are unable to hear someone's praises
even graft virtues with our foul hue or colour

towards that individual, then this the stark proof that our mind has indeed become extremely foul, resulting in state where we keep burning and simmering in the poisonous flames that we ourselves have lit.

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲਾਂ, ਵਲਵਲਿਆਂ ਅਤੇ ਰੁਚੀਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਅਮੋਲਕ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮਲੀਨ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਚ ਫੈਲਾ ਰਹੇ ਹਾਂ ।

ਜਉ ਦੇਖੈ ਛਿਦ੍ਰੁ ਤਉ ਨਿੰਦਕੁ ਉਮਾਹੈ ਭਲੋ ਦੇਖਿ ਦੁਖ ਭਰੀਐ ॥
ਆਠ ਪਹਰ ਚਿਤਵੈ ਨਹੀ ਪਹੁਚੈ ਬੁਰਾ ਚਿਤਵਤ ਚਿਤਵਤ ਮਰੀਐ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੨੩)

ਨਿੰਦਕ ਦੁਸਟ ਵਡਿਆਈ ਵੇਖਿ ਨ ਸਕਨਿ
ਓਨ੍ਹਾ ਪਰਾਇਆ ਭਲਾ ਨ ਸੁਖਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੫੦)

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

ਮਨਿ ਮੈਲੈ ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਵਈ ਨਾਮੁ ਨ ਪਾਇਆ ਜਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-੩੯)

ਨਾਮ ਸੰਗਿ ਮਨਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨ ਲਾਵੈ ॥
ਕੋਟਿ ਕਰਮ ਕਰਤੋ ਨਰਕਿ ਜਾਵੈ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੪੦)

ਹਉ ਹਉ ਕਰਤੇ ਕਰਮ ਰਤ ਤਾ ਕੋ ਭਾਰੁ ਅਫਾਰ ॥
ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਹੀ ਜਉ ਨਾਮ ਸਿਉ ਤਉ ਏਊ ਕਰਮ ਬਿਕਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੫੨)

ਜੇਤੇ ਜਤਨ ਕਰਤ ਤੇ ਡੂਬੇ ਭਵ ਸਾਗਰੁ ਨਹੀ ਤਾਰਿਓ ਰੇ ॥
ਕਰਮ ਧਰਮ ਕਰਤੇ ਬਹੁ ਸੰਜਮ ਅਹੰਬੁਧਿ ਮਨੁ ਜਾਰਿਓ ਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-੩੩੫)

ਤੀਰਥ ਨਾਇ ਨ ਉਤਰਸਿ ਮੈਲੁ ॥
ਕਰਮ ਧਰਮ ਸਭਿ ਹਉਮੈ ਫੈਲੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੮੯੦)

ਮਨਮੁਖ ਚੰਚਲ ਮਤਿ ਹੈ ਅੰਤਰਿ ਬਹੁਤੁ ਚਤੁਰਾਈ ॥
ਕੀਤਾ ਕਰਤਿਆ ਬਿਰਥਾ ਗਇਆ ਇਕੁ ਤਿਲੁ ਥਾਇ ਨ ਪਾਈ ॥
(ਪੰਨਾ-੧੪੧੪)

ਕਰਮ ਧਰਮ ਸੁਚਿ ਸੰਜਮੁ ਕਰਹਿ ਅੰਤਰਿ ਲੋਭੁ ਵਿਕਾਰ ॥
ਨਾਨਕ ਮਨਮੁਖਿ ਜਿ ਕਮਾਵੈ ਸੁ ਥਾਇ ਨ ਪਵੈ
ਦਰਗਹ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੪੨੩)

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

ਮਿਲਿ ਸਤਸੰਗਤਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ
ਜਗੁ ਭਉਜਲੁ ਦੁਤਰੁ ਤਰੀਐ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ-੯੫)

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਉਨਿ ਭਉਜਲੁ ਤਰਿਆ
ਸਗਲ ਦੂਤ ਉਨਿ ਸਾਧੇ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੦੨)

ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਤਰੀਜੈ ਸਾਗਰੁ ਕਟੀਐ ਜਮ ਕੀ ਫਾਸਾ ਜੀਉ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੦੮)

ਦੁਤਰੁ ਤਰੇ ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥ (ਪੰਨਾ-੧੮੫)



In this way, through base thoughts, emotions and tendencies, we (apart from) destroying our precious life are also spreading our impure poisonous rays or waves into the world.

1 *When the slanderer sees a fault in someone else, he is pleased. Seeing goodness, he is depressed.*
*Twenty-four hours a day, he plots, but nothing works. The evil man dies, constantly thinking up evil plans.* 823

2 *The slanderers and evil-doers cannot see this glorious greatness; they do not appreciate the goodness of others.* 850

If we engage in some rite-ritual, prayer-worship, religious practice and spiritual activity in such weighty (solid-firm) impure mental condition, all (effort) will be wasted and fruitless.

3 *With a polluted mind, devotional service cannot be performed, and the Naam, the Name of the Lord, cannot be obtained.* 39

4 *One whose mind does not embrace love for the Naam*
*shall go to hell, even though he may perform millions of ceremonial rituals.* 240

5 *Acting in egotism, selfishness and conceit, the lovers of rituals carry the unbearable load.*
*When there is no love for the Naam, then these rituals are corrupt.* 252

6 *Those who try to do things by their own efforts are drowned in the terrifying world-ocean; they cannot cross over.*
*Those who practice religious rituals and strict self-discipline - their egotistical pride shall consume their minds.* 335

7 *Bathing at sacred shrines of pilgrimage, filth is not washed off.*
*Religious rituals are all just egotistical displays.* 890

8 *The intellect of the self-willed manmukh is fickle; he is very tricky and clever within.*
*Whatever he has done, and all that he does, is useless. Not even an iota of it is acceptable.* 1414

In Gurbani there is one and only one way – the 'true company' or the 'company of the practitioners (of truth)' to extricate or free oneself from the self imposed impure and poisonous 'terrifying world ocean'.

9 *Joining the Sat Sangat, the True Congregation, and singing the Glorious Praises of the Lord, you shall cross over the treacherous and terrifying world-ocean.* 95

10 *In the Saadh Sangat, the Company of the Holy, they cross over the terrifying world-ocean, and conquer all their evil passions.* 102

11 *In the Saadh Sangat, the Company of the Holy, cross over the world-ocean, and the noose of death shall be cut away.* 108

12 *I have crossed over the treacherous world-ocean in the Saadh Sangat, the Company of the Holy.* 185

L87.17

ਤਾਰੀਲੇ ਭਵਜਲੁ ਤਾਰੂ ਬਿਖੜਾ ਬੋਹਿਥ ਸਾਧੂ ਸੰਗਾ ॥ (ਪੰਨਾ-੨੦੮)

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਕੈ ਅੰਚਲਿ ਲਾਵਹੁ ਬਿਖਮ ਨਦੀ ਜਾਇ ਤਰਣੀ ॥(ਪੰਨਾ-੭੦੨)

ਉਪਰਲੀ ਵਿਚਾਰ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਨਿਚੋੜ ਇਉਂ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ –

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

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

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

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

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

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

**ਚਲਦਾ**..............



1 *The treacherous and terrifying world-ocean is crossed over, in the boat of the Saadh Sangat. 208*

2 *Please attach me to the hem of the robe of the Saadh Sangat, the Company of the Holy; help me to cross over the terrible river. 702*

The essence of the above discussion can be summarised as follows –

1 We, with our externally orientated, gross consciousness have come to regard only the external physical gathering to be (either) a (positive) 'congregation' or 'negative congregation' – the effect of which easily wears off or changes because it is superficial (in nature).

2 The exceedingly secret, deep sharp, intense, forceful, dynamic, inerasable effect on the thoughts, emotions and desires at the subtle level of our mind, consciousness and subconsciousness is a very delicate effect which we are unable to detect. By and by without our knowledge this subtle, secret, dynamic effect brings about a change in our whole 'life' or 'personality'. It is very difficult or (even) impossible to bring about another change in such subtle, dynamic self fashioned 'personality'.

3 According to the understanding of ordinary people the difference in the characteristics of the 'company of the holy' and the 'negative company' can expressed as follows -

| | **Holy company's characteristic** | | **Negative company's characteristic** |
|---|---|---|---|
| 1 | is divine knowledge | 1 | is materialisms doubt fallacy |
| 2 | is you-yours | 2 | is me-mine |
| 3 | is giving thanks | 3 | is complaint |
| 4 | is love | 4 | is hatred |
| 5 | is being considerate | 5 | is jealousy- duality |
| 6 | is cooperation | 6 | is enmity-confrontation |
| 7 | self sacrifice | 7 | is selfishness |
| 8 | is attachment to Nam Bani | 8 | is getting entangled in materialism |
| 9 | 'night of life passes peacefully | 9 | thoughts of pain and misery |
| 10 | love of the Self within | 10 | grapple with materialism |
| 11 | is a pull of love | 11 | harassment (push and pull) |
| 12 | abiding by the Will of God | 12 | is being self willed |
| 13 | is humility | 13 | is pride |
| 14 | is purity | 14 | is pollution |
| 15 | is spiritual fragrance | 15 | is materialistic stench |

The seeker can easily discern from this table whether his mind is keeping the true company or the holy company of 'divine' thoughts and emotions or is keeping the negative company.

Through this discernment we can give a new spiritual direction to our life and change it thus making our life purposeful and successful.

 Cont/........ Lekh 88