यम

भाग - २

'स्वर्ग–नरक' कोई अलग देश या द्वीप नहीं हैं।

यह तो हमारे मन की 'रंगत' या 'अन्तःकरण' की दुर्गन्ध या सुगन्ध ही है, जिस अनुसार हम **सुख–दुख या स्वर्ग–नरक** भोगते हैं।

गुरबाणी में कई ऐसे शब्द प्रयोग किये गये हैं, जो – युगों से भारत में प्रचलित हैं तथा हमारी संस्कृति में धंस–बस चुके हैं।

किसी देश में प्रचलित बोली, कहावतों, गीतों, रहस्यमयी कविताओं तथा लोगों में, युग–युगान्तरों से प्रविष्ट हुई धारणाओं तथा रीतियों के उदाहरण प्रयोग करके, सूक्ष्म तथ्यों या गुप्त भेदों को समझाने बुझाने में सहायता मिलती है।

भारत की जनता में –

यम

यम–काल

यम–दूत

जल्लाद–यम

देवी–देवता

राक्षस

दैत्य

धर्मराज

इज़राईल फरिश्ता (मौत का देवता)

धर्मराज का दफ्तर

स्वर्ग–नरक

आदि अनेक शब्द **युगों से प्रचलित हैं।** इसी कारण गुरबाणी में, **सूक्ष्म तथा गुप्त भेदों** को समझाने के लिए, ऐसे प्रचलित शब्दों का प्रयोग दृष्टांत मात्र या उदाहरणस्वरूप किया गया है, जिनके द्वारा संगत, गुरबाणी के सूक्ष्म भेदों को सरलता से समझ सके।

वास्तव में आत्मिक मंडल की **'दिव्य शक्ति'** ही हर तरफ काम कर रही है तथा दिव्य **'हुकुम'** का ही चारों तरफ ओत – प्रोत 'प्रसार, 'प्रबंध' तथा 'खेल – अखाड़ा' है, परन्तु इस **'गुप्त भेद' को कोई विरला गुरमुख ही 'बुझता' है।**

हुकमी होवनि आकार हुकमु न कहिआ जाई ।।
हुकमी होवनि जीअ हुकमि मिलै वडिआई ।।
हुकमी उतमु नीचु हुकमि लिखि दुख सुख पाईअहि ।।
इकना हुकमी बखसीस इकि हुकमी सदा भवाईअहि ।।
हुकमै अंदरि सभु को बाहरि हुकम न कोइ ।।
नानक हुकमै जे बुझै त हउमै कहै न कोइ ।। (पृ. १)

कालु बुरा खै कालु सिरि दुनीआईऐ ।।
हुकमी सिरि जंदारु मारे दाईऐ ।। (पृ. १४७)

तेरा हुकमु अपार है कोई अंतु न पाए ।।
जिस गुरु पूरा भेटसी सो चलै रजाए ।। (पृ. ३९६)

ता का हुकमु न बूझै बपुड़ा नरकि सुरगि अवतारी ।। (पृ. ४२३)

हुकमै अंदरि आइआ पिआरे हुकमे जादो जाइ ।।
हुकमे बंन्हि चलाईऐ पिआरे मनमुखि लहै सजाइ ।।
हुकमे सबदि पछाणीए पिआरे दरगह पैधा जाइ ।।
हुकमे गणत गणाईऐ पिआरे हुकमे हउमै दोइ ।।
हुकमे भवै भवाईऐ पिआरे अवगणि मुठी रोइ ।।
हुकमु सिञापै साह का पिआरे सचु मिलै वडिआई होइ ।। (पृ. ६३६)

सभना खसमु एकु है गुरमुखि जाणीऐ ।।
हुकमी लिखै सिरि लेखु विणु कलम मसवाणीऐ ।। (पृ १२८०)

उपरोक्त विचार अनुसार हमारे अपने **'कर्म'** ही, पलट कर, हमारे **समक्ष** (boomerang) आते हैं। गुरबाणी इस विचार की यूं पुष्टि करती है तथा साथ ही

सख्त ताड़ना भी करती है –

जेहा बीजै सो लुणै करमा संदड़ा खेतु ।। **(पृ. १३४)**

ददै दोसु न देऊ किसै दोसु करंमा आपणिआ ।।
जो मै कीआ सो मै पाइआ दोसु न दीजै अवर जना ।। (पृ. ४३३)

जितु कीता पाईऐ आपणा सा घाल बुरी किउ घालीऐ ।। (पृ. ४७४)

मन मेरे भूले कपटु न कीजै ।।
अंति निबेरा तेरे जीअ पहि लीजै ।। (पृ. ६५६)

मन कहा बिसारिओ राम नामु ।।
तनु बिनसै जम सिउ परै कामु ।। (पृ. ११८६)

पापी के मारने को पाप महा बली है ।। (दसम् ग्रंथ)

वास्तव में इलाही 'हुकुम' की 'गुप्त शक्ति' ही **'यम' के कई 'रूपों' में काम कर रही है।** 'यम' के कई सूक्ष्म तथा गुप्त स्वरूप हैं –

१. अन्तःकरण की आवाज का स्वरूप (silent whisper of conscience)। जब हम कोई **'पाप'** करते हैं, तब हमारा 'अन्तःकरण' हमारी अन्तर – आत्मा में हमें **फटकारता** है तथा हम मानसिक क्लेश (mental torture) भोगते हैं और पश्चाताप करते हैं।

२. अनुचित कर्म करते हुए यदि पकड़े जायें, तो उसी समय पुलिस (Police) रूपी 'यम' हमें सज़ा देते हैं।

३. यदि पुलिस से बच भी जायें, तो **समाज** (society) **रूपी 'यम' हमें धिक्कारता है** (social torture)।

४. यदि समाज से भी बच जायें, तो हमारे कर्मों की **'भड़ास'** या जहरीली 'मानसिक अग्नि' हमारे अन्दर सुलगती (broil) रहती है। इन समस्त कर्मों की ज्वाला या जहर (cumulative vicious elements) एकत्रित होकर 'यम' का रूप धारण कर लेती है और फिर 'फूटकर' (volcanic eruption) अनेकों संकट एवं क्लेश का कारण बनती है।

५. यदि इस जीवन में हम अपने कर्मों के फल से किसी तरह बच भी जायें या **बकाया** (debit balance) रह जाये, तब मृत्यु उपरान्त **'अंति निबेरा तेरे जीअ पहि लीजै'** अनुसार सूक्ष्म रूप में 'यम' हमारे कर्मों का दण्ड भुगतान करवाता है।

६. यदि हमारे पाप दीर्घ (serious) तथा बहुत अधिक हों, तब हमें पुनः **'योनि' धारण करनी पड़ेगी** तथा अगले जन्म में, हमारे कर्मो की बाकी 'भड़ास' या 'रंगत' हमारे अन्तःकरण की रंगत के रूप में (carry over of debit balance) हमारे जीव के साथ जाती है तथा यह पिछले **'पापों की 'भड़ास' ही, यम के रूप में** हमें भयानक रूप में सज़ा देकर दण्ड भुगतान करवाती है, ताकि हमारा **पिछला 'बकाया' चुकता हो जाए।** यही कारण है कि कई नेक तथा गुरमुख जनों को भी दुख – क्लेश भोगने पड़ते हैं, ताकि उनके पिछले कर्मों का **बकाया या कर्ज़ा 'निपट' जाये ।**

७. हमारे जीवन में पति – पत्नी, मां – बाप, बच्चे, मित्र तथा रिश्तेदार आदि, पूर्व कर्मों के 'हिसाब' का बकाया निपटाने के लिए या बदला लेने के लिए, अनेक 'सम्बंधो तथा रूपों' में हमें अति दुखी करते हैं तथा क्लेश का कारण बनते हैं।

८. किसी होनहार **अभिलाषी 'रूह' के आत्मिक मार्ग में –**

विघ्न डालने
रोड़ा अटकाने
कुमार्ग पर डालने
दुख देने

वाली मायिकी शक्तियां, अनेक सम्बंधियों के रूप में 'यम' का स्वरूप धारण करके, जिज्ञासु को आत्मिक मंडल की ओर चलने या उभरने से रोकती हैं या विघ्न डालती हैं, जैसे हिरण्यकश्यप तथा कंस जैसे मनमुख तथा नास्तिक ।

प्रभ सुआमी कंत विहुणीआ मीत सजण सभि जाम ।। (पृ. १३३)

इस प्रकार हमारे कर्म ही **'यम' का स्वरूप धारण करके, हमारा सुधार करते हैं।**

आजकल कम्पयुटर (electronic Computer) बन गये हैं। यह 'मशीनी दिमाग' है । इनमें जो – जो आंकड़े (data) लिख कर डाले जाते हैं, कम्पयूटर उनकी छानबीन तथा जांच करके समस्या (problem) का अन्तिम निष्कर्ष प्रकट करता है।

हमारा अन्तःकरण (consciousness) भी दिव्य कम्पयूटर (computer) है, जिस पर पिछले जन्मों की 'रंगत' तथा वर्तमान रव्यालों की 'रंगत' (data) मिलकर, समस्त रव्यालों तथा कर्मों का कुल परिणाम (cumulative effect)

साथ – ही – साथ हमारे अन्तःकरण (sub-conscious mind) में प्रकट होता जाता है। यह कुल परिणाम (cumulative composition) एक सार नहीं रहता, क्योंकि प्रतिक्षण हमारे प्रत्येक रव्याल या कर्म का 'प्रभाव' हमारे मन पर पड़ता है तथा साथ – ही – साथ अन्तःकरण की सामूहिक रंगत भी स्वतः (automatically) बदलती रहती है।

उपरोक्त विचार से सिद्ध हुआ कि यदि हम चाहते हैं कि हमारा अन्तःकरण निर्मल हो जाये तथा हम **'यम' से बचे रहें,** तो प्रतिक्षण, पल – पल हमें अपनी अन्तर – आत्मा में, कप्प्यूटर रूपी अन्तःकरण में, अच्छे उत्तम रव्याल या निर्मल कर्मों द्वारा आत्मिक रंगत वाले 'गुण' (data) **डालने चाहिए**, ताकि हमारे अन्तःकरण की 'रंगत' परिवर्तित होकर स्वच्छ तथा निर्मल होती जाये।

भरीऐ मति पापा कै संगि।।
ओहु धोपै नावै कै रंगि।। (पृ. ४)

यह अन्तःकरण की 'रंगत' ही हमारा 'चाल – चलन' (character), स्वभाव तथा भाग्य है, जो हमारे प्रत्येक, छोटे – से – छोटे, अच्छे बुरे रव्यालों या कर्मों द्वारा अपने आप अनजाने ही बदलते रहते है, जिस का 'परिणाम' साथ – ही – साथ या समयोपरांत भोगना पड़ता है।

वर्तमान के कर्म ही अगले 'पल' 'पूर्व कर्म' बन जाते हैं, जो धीरे – धीरे हमारे मूल कर्म (धुर कर्म) अथवा 'भाग्य' बन जाते हैं।

दिनु राति कमाइअड़ो सो आइओ माथै।। (पृ. ४६१)

इस आन्तरिक ईश्वरीय नियम अथवा कम्पयूटर की कार्यवाही (process) 'इलाही हुकुम' अनुसार, सहज – स्वभाव तथा अनजाने ही हो रही है, जिससे हम बेखबर तथा लापरवाह हैं।

मशीनी कम्पयूटर (electronic Computer) में आंकड़े (data) भरने में तो हमारी कोई कमी या त्रुटि हो सकती है, जिस कारण 'परिणाम' भी गलत हो सकता है, परन्तु अन्तःकरण के दिव्य कम्पयुटर में **कभी कमी या गलती नहीं हो सकती,** क्योंकि यह त्रुटिरहित इलाही 'खेल' है, जो अन्तर – आत्मा में स्वतः ही (automatic) सहज – स्वभाव हो रहा है।

इस प्रकार 'अच्छा या बुरा' भाग्य, साथ – ही – साथ, हमारे प्रत्येक रव्याल या कर्म द्वारा बनता रहता है, जिसका परिणाम हमें अवश्य भोगना पड़ता है।

यह सारा गुप्त इलाही 'प्रबन्ध' या कार्यवाही 'हुकुम' अनुसार हो रही है, जो पूर्णतया सच तथा **'धर्म–न्याय'** (न्यायसंगत) (perfect and just) हैं।

इसलिए हमारे दुख–सुख, क्लेश, किस्मत या भाग्य हमारे स्वयं आमंत्रित किये हुए हैं –

जो मै कीआ सो मै पाइआ दोसु न दीजै अवर जना ।। (पृ. ४३३)

जैसे ख्याल हम अन्तःकरण में डालेंगे, वैसे ही परिणाम हमें भुगतने पड़ेगें ।

जो पावहि भांडे विचि वसतु सा निकलै किआ कोई करे वेचारा ।।
(पृ. ४४९)

उपरोक्त विचार का संक्षिप्त निचोड़ यूं किया जा सकता है –

१. हमारा अन्तःकरण ही गुप्त पुलिस', अदालत तथा जज है।

२. इसमें से जो **'भड़ास'** या दुर्गन्ध निकलती है, वह ही **फैसला** या सजा (sentence) है।

३. इस 'दुर्गन्ध' अनुसार हमें **'दण्ड'** भोगना पड़ता है।

४. हमारे अन्तःकरण की यह 'भड़ास' या 'दुर्गन्ध' ही **'यम–रूप'** है।

५. अन्तःकरण की **'सम्पुर्ण रंगत'** ही हमारा स्वभाव, **'चाल–चलन'** या 'भाग्य' है।

६. हमारे **'भाग्य'**, हमारे 'अच्छे–बुरे' ख्यालों या कर्मों अनुसार साथ–ही–साथ बदलते रहते हैं।

७. अच्छे उत्तम ख्यालों या कर्मो द्वारा हम अपने **'भाग्य' उत्तम बना सकते हैं** तथा **'यम' की सज़ा से भी बच सकते हैं।**

८. यह सारा इलाही 'हुकुम' का खेल अन्तर–आत्मा में, अदृष्ट तथा गुप्त रूप में प्रवृत्त है।

पुलिस, अदालत तथा जेल इसलिए बनाये गये हैं कि इनके 'भय' में हम 'बुरे कर्मों' से बचे रहें तथा गलती भी हो जाये तो उसकी सज़ा **'भुगत कर'** हमारा सुधार हो जाये, ताकि हम पुनः बुरे कर्मों से संकोच करें ।इस तरह यह सारा 'यमों' का सिलसिला, गुप्त रूप से हमारे लिए 'लाभदायक' है तथा हमारी भलाई के लिए

ही है, क्योंकि यह हमें बुरे कर्मों से 'रोकता' है तथा यम के दण्ड से बचाता है।

The whole system of police, judiciary and jail is meant to serve as-

Preventive
deterent
punitive
corrective
reformative

measures to change & transform our deprayed mind and to make us better and ideal citizens. However, the underlying esoteric principle, behind all this esoteric and secret process, is Divine kindness, compassion, Love and Grace of GOD for His 'prodigal sons'.

मां – बाप बच्चों से प्यार करते हैं, परन्तु जब बच्चा, मां – बाप की **भय – भावना से बाहर होकर अपनी मन – मर्जी करता है,** तब मां – बाप ही बच्चे को 'सुधारने के लिए' **सज़ा देते हैं।** इस सख्ती या सज़ा के पीछे, मां – बाप के भीतरी हृदय में बच्चे के प्रति अति गहरा तथा स्नेहपूर्ण प्रेम होता है। बच्चे को **'सुधारने'** तथा उसे **'बिगड़ने' से बचाने के लिए ही** मां – बाप को अपने प्यारे बच्चे पर **सख्ती करनी पड़ती है।**

इससे यह सिद्ध होता है कि हमारे इलाही **'मां – बाप' अकाल पुरूष को भी,** अपने 'बिगड़े', भूले – भटके और **'बागी' बच्चों के सुधार** तथा विकास के लिए, अपनी हुकुम रूपी शक्ति को हमारे कर्मों अनुसार, **'यम' के कई रूपों में प्रयोग करना पड़ता है।** इस प्रकार इस इलाही हुकुम के 'खेल – अखाड़े' के अन्तर्गत, 'अति प्रीतम', प्रेम पुरूष' का, हम भूले हुए जीवों के लिए गुप्त रूप में, अति गहरा तथा **स्नेहपूर्ण प्यार** – कई रूपों, रंगों, रेखाओं तथा 'कौतुकी – क्रीड़ा' में प्रवृत्त है तथा **'दुख – दारू'** बनकर हमारा भला करता है। परन्तु हम सदा शिकायतें तथा **'रोष'** ही प्रकट करते रहते हैं ।

तुम करहु भला हम भलो न जानह तुम सदा सदा दइआला ।। (पृ. ६१३)

These so called 'jams' or 'yamas' are one of the numerous necessary principles in the vast drama of the Divine Cosmos. They

are our reformers and benefactors in disguise, created for our good, and should therefore be understood, appreciated and tolerated with grace, rather than blaming, hating and abhoring them.

हम तुच्छ तथा बुरे कर्मों द्वारा **'यम'** के वश पड़ते हैं।

तुच्छ कर्म हमारी तुच्छ **'रूचियों'** से प्रकट होते हैं।

तुच्छ 'रूचियां, हमारे अन्तःकरण की 'रंगत' तथा बाहरी कुसंगति' द्वारा बनती हैं।

'अन्तःकरण' हमारे पूर्व कर्मों तथा विचारों से बनता है।

तुच्छ विचार या कर्म अहम् के अन्धकार में से उत्पन्न तथा विकसित होते हैं।

'अहम्', त्रिगुण मायिकी मंडल का 'भ्रम – भुलाव' है।

माया अकाल पुरूष की 'गैर हाजरी' या 'भूल' में से उत्पन्न हुई है।

इसलिए **अकाल पुरूष को 'भूलना' ही यम के वश पड़ने का मूल कारण है।**

अहम् के भ्रम के 'अन्धकार' में ही **'यम'** की उत्पत्ति होती है।

नाम के प्रकाश से ही अहम् के भ्रम का अन्धकार दूर हो सकता है। जहां 'अहम्' है, वहां **'नाम' का प्रकाश नहीं हो सकता ।**

हउमै नावै नालि विरोधु है दुइ न वसहि इकि ठाइ ।। (पृ. ५६०)

ईश्वर को भूलना या उससे **विमुख होना ही यम के वश पड़ना है।**

परमेशर ते भुलियां विआपनि सभे रोग ।।
वेमुख होए राम ते लगनि जनम विजोग ।। (पृ. १३५)

तूं विसरहि तां सभु को लागू चीति आवहि तां सेवा ।। (पृ. ३८३)

भरमे भूला फिरै संसारु ।।
मरि जनमै जमु करे खुआरु ।। (पृ. ५६०)

साकत हरि रस सादु न जाणिआ तिन अंतरि हउमै कंडा हे ।।
जिउ जिउ चलहि चुभै दुखु पावहि जमकालु सहसि सिरि डंडा हे।। (पृ. १३)

माइआ मोहु परेतु है कामु क्रोधु अहंकारा ।।
एह जम की सिरकार है एन्हा उपरि जम का डंडु करारा ।।
मनमुख जम मगि पाईअन्हि जिन्ह दूजा भाउ पिआरा ।।
जम पुरि बधे मारीअनि को सुणै न पूकारा ।। (पृ. ५१३)

गुरबाणी में **'यम'** के विषय में वर्णन, ताड़ना तथा उपदेशों को समझने तथा ग्रहण करने से पहले, निम्नांकित तथ्यों को पुनः दोहराने तथा दृढ़ करने की आवश्यकता है –

१. **'जो मै किआ सो मै पाइआ'** का अटल नियम, केवल त्रि–गुणी मायिकी मंडल में ही लागू होता है, क्योंकि त्रि–गुणी मायिकी मंडल में ही **'द्वैत भाव'** (duality) प्रवृत है, जिसमें ईश्वरीय 'एकसारता' तथा 'सहज' की **अपेक्षा,** प्रत्येक तत् की 'जोड़ी' अथवा 'द्वैत भाव' काम करता है, जैसे –

प्रकाश	–	अन्धकार
पुण्य	–	पाप
गुण	–	अवगुण
सुख	–	दुख
स्वर्ग	–	नरक
देवता	–	यम
प्रेम	–	घृणा
ठण्डा	–	गर्म, आदि

इस 'द्वैत भाव' में से निकल कर ही हम 'यम' से बच सकते हैं।

२. सूक्ष्म इलाही मंडल में न तो कोई 'पाप' होता है तथा न ही 'यम' की आवश्यकता है। वहां तो मात्र एक परमेश्वर का ही ओत–प्रोत परिपूर्ण विस्तार है।

किस नो कहीऐ नानका सभु किछु आपे आपि ।। (पृ. ४७५)

आपे रसीआ आपि रसु आपे रावणहारु ।।
आपे होवै चोलड़ा आपे सेज भतारु ।। (पृ. २३)

३. अहम् के भ्रम–भुलाव द्वारा ही हम इलाही मंडल से **'फिसल' कर,** त्रि–गुणी मायिकी मंडल में प्रवेश करते हैं।

४. त्रि–गुणी मायिकी मंडल में, 'संगति' तथा मन की 'रंगत' अनुसार हम कर्म करते तथा परिणाम भोगते हैं।

५. इसलिए हमारा 'मन' ही वास्तविक 'अपराधी' या 'दोषी' है, शरीर नहीं। परन्तु शरीर को भी साथ ही सजा भोगनी पड़ती है, क्योंकि शरीर ओछे मन की कुसंगति करता है।

६. तुच्छ कर्मों या 'पापों' द्वारा ही हम यम के वश पड़ते हैं तथा सज़ा भोगते हैं।

७. अपनी तुच्छ मायिकी रूचियों द्वारा मोह – माया में फंसकर ही हम अकाल पुरूष को भूलते हैं।

दुखु तदे जा विसरि जावै।।
भुख विआपै बहु बिधि धावै ।। (पृ. ९८)

मेरे मन नाम बिना जो दूजै लागे
ते साकत नर जमि घुटीऐ ।। (पृ १७०)

तूं विसरहि तां सभु को लागू चीति आवहि तां सेवा ।। (पृ. ३८३)

८. ईश्वर को 'भूलने' से ही हम 'यम' के वश पड़ते हैं –

नामु बिसारि सहहि जम दूख ।। (पृ. २२६)

भरमे भूला फिरै संसारु ।।
मरि जनमै जमु करे खुआरु ।। (पृ. ५६०)

जिसु खसमु न आवै चिति तिसु जमु डंडु दे ।। (पृ. ९६४)

मन कहा बिसारिओ राम नामु ।।
तनु बिनसै जम सिउ परै कामु ।। (पृ. ११८६)

जिनी नामु विसारिआ बहु करम कमावहि होरि ।।
नानक जम पुरि बधे मारीअहि जिउ संन्ही उपरि चोर ।। (पृ १२४७)

९. 'यम' से बचने का एक मात्र साधन यह है कि हम पुनः अकाल पुरूष की –

'भूल'
में से निकल कर
'याद'
में आयें ।

प्रभ कै सिमरनि नाही जम त्रासा ।। (पृ. २६३)

हरि हरि नामु जपंतिआ कछु न कहै जमकालु ।। (पृ. ४५७)

नामु लैत जमु नेड़ि न आवै ।। (पृ. ११४२)

१०. 'याद' में आने के लिए गुरू साहिब ने बहुत सरल 'युक्ति' बतायी है –

मिलु साधसंगति भजु केवल नाम ।। (पृ. १२)

हरि हरि नामु जपहु मन मेरे
जितु सिमरत सभि किलविख पाप लहाती ।। (पृ. ८८)

सिमरउ सिमरि सिमरि सुखु पावउ ।।
कलि कलेश तन माहि मिटावउ ।। (पृ. २६२)

प्रभ का सिमरनु साध कै संगि ।। (पृ. २६२)

ऊठत बैठत सोवत नाम ।।
कहु नानक जन कै सद काम ।। (पृ. २८६)

कवन संजोग मिलउ प्रभ अपने ।।
पलु पलु निमख सदा हरि जपने ।। (पृ. ८०६)

एकु धिआईऐ साथ कै संगि ।।
पाप बिनासे नाम कै रंगि ।। (पृ. ९००)

गुरबाणी में 'यम' के विषय में हमें इस प्रकार चेतावनी दी गयी है –

माइआ मोहि हरि चेतै नाही ।।
जम पुरि बधा दुख सहाही ।। (पृ.१११)

जितु दिनि देह बिनससी तितु वेलै कहसनि प्रेतु ।।
पकड़ि चलाइनि दूत जम किसै न देनी भेतु ।।
छडि खड़ोते खिनै माहि जिन सिउ लगा हेतु ।।
हथ मरोड़ै तनु कपे सिआहहु होआ सेतु ।।
जेहा बीजै सो लुणै करमा संदड़ा खेतु ।। (पृ. १३४)

साध जना ते बाहरी से रहनि इकेलड़ीआह ।।
तिन दुखु न कबहू उतरै से जम कै वसि पड़ीआह ।। (पृ. १३५)

हरि का नामु जिनि मनि न आराधा ।।
चोर की निआई जम पुरि बाधा ।। (पृ. २४०)

जम पुरि घोर अंधारु महा गुबारु ना तिथै भैण न भाई ।। (पृ. ५८४)

नानक नावहु घुथिआ हलतु पलतु सभु जाइ ।।
जपु तपु संजमु सभु हिरि लइआ मुठी दूजै भाइ।।
जम दरि बधे मारीअहि बहुती मिलै सजाइ ।। (पृ. ६४८)

पारखंडि कीनै जमु नही छोडै लै जासी पति गवाई ।। (पृ. ९१०)

साकत जम की काणि न चूकै ।।
जम का डंडु न कबहू मूकै ।। (पृ १०३०)

मनमुखु निंदा करि करि विगुता ।।
अंतरि लोभु भउकै जिसु कुता ।।
जमकालु तिसु कदे न छोडै अंति गइआ पछुताई हे ।। (पृ. १०४६)

मनमुख फिरहि सदा अंधु कमावहि
जम का जेवड़ा गति फाहा हे ।। (पृ १०५३)

दिसंतरु भवै अंतरु नही भाले ।।
माइआ मोहि बधा जमकाले ।।
जम की फासी कबहू न तूटै दूजै भाइ भरमाइदा ।। (पृ १०६०)

हउमै करदिआ जनमु गवाइआ ।।
आगै मोहु न चूकै माइआ ।।
अगै जमकालु लेखा लेवै जिउ तिल घाणी पीड़ाइदा ।। (पृ १०६३)

बिनु नावै मनमुख जम पुरि जाहि ।।
अउखे होवहि चोटा खाहि ।। (पृ ११२९)

मन कहा बिसारिओ राम नामु ।।
तनु बिनसै जम सिउ परै कामु ।। (पृ ११८६)

हरि का सिमरनु निमख न सिमरिओ जमकंकर करत खुआर।। (पृ १२२३)

पुत्र कलत्रु मोहु हेतु है सभु दुखु सबाइआ ।।
जम दरि बधे मारीअहि भरमहि भरमाइआ ।। (पृ. १२३८)

कबीर जम का ठेंगा बुरा है ओहु नही सहिआ जाइ ।।
एकु जु साधू मोहि मिलिओ तिन्हि लीआ अंचलि लाइ ।। (पृ. १३६८)

गुरबाणी में गुरू साहिब ने **यम से बचने के लिए** तथा हमारे कल्याण के लिए **बहुत आसान तथा सरल साधन बताये हैं –**

१. **सिमरन** – गुरबाणी में यम से बचने के लिए **'सिमरन'** के पवित्र – पावन साधन का यूं वर्णन किया गया है –

जिसु सिमरत दुख डेरा ढहै ।।
जिसु सिमरत जमु किछु न कहै ।। (पृ. १८२)

जमकालु तिन कउ लगै नाही जो इक मनि धिआवहे ।। (पृ. २४८)

प्रभ कै सिमरनि दूखु जमु नसै ।। (पृ. २६२)

हरि हरि नामु जपंतिआ कछु न कहै जमकालु ।।
नानक मनु तनु सुखी होइ अंते मिलै गोपालु ।। (पृ ४५७)

नानक वाहु वाहु जो मनि चिति करे
तिसु जमकंकरु नेड़ि न आवै ।। (पृ. ५१५)

रवि दासु जपै राम नामा ।। मोहि जम सिउ नाही कामा ।। (पृ. ६५९)

सिमरि सिमरि सुआमी प्रभु अपुना निकटि न आवै जाम ।। (पृ. ६८२)

हरि आराधे जम पंथु साधे दूखु न विआपै कोई ।। (पृ. ७८०)

कहु नानक जपहि जन नाम ।।
ता के निकटि न आवै जाम ।। (पृ. ८०६)

हरि सिमरत जमु कछु न कहै ।। (पृ. ८८९)

नामु लैत जमु नेड़ि न आवै ।। (पृ. ११४२)

कहु नानक भजु हरि मना परै न जम की फास ।। (पृ. १४२६)

२ **'संगति'– 'साध संगति' अथवा 'सत् संगति' भी यम से बचने का एक सरल साधन है–**

संता संगति पाईऐ ।। जितु जम कै पंथि न जाईऐ ।। (पृ. १३२)

भेटत साधू संग जम पुरि नह जाईऐ ।। (पृ. ४५६)

अनाथा नाथ भगत भै मेटन ।।
साधसंगि जमदूत न भेटन ।। (पृ. ७६०)

संत मंडल महि जमु किछु न कहै ।। (पृ. ११४६)

३ **'कीर्तन' अथवा हरि के गुण–गायन करने से भी यम से छुटकारा हो सकता है–**

साधसंगि कीरतन फलु पाइआ ।।
जम का मारगु द्रिसटि न आइआ ।। (पृ. १९७)

जो तुधु सच सलाहदे तिन जम कंकरु नेड़ि न आवै ।। (पृ. ३०२)

उचरत गुन गोपाल जसु दूर ते जमु भागै ।। (पृ. ८१७)

जम दूतु तिसु निकटि न आवै ।।
साध संगि हरि कीरतनु गावै ।। (पृ. १०७९)

नानक जन हरि कीरति गाई छूटि गइओ जम का सभ सोर।। (पृ. १२६५)

जिहबा गुन गोबिंद भजहु करन सुनहु हरि नामु ।।
कहु नानक सुनि रे मना परहि न जम कै धाम ।। (पृ. १४२७)

४. **'सेवा' – सतिगुरू की सेवा भी यम से बचने का उत्तम साधन है–**

प्रभ सेवा जमु लगै न नेरे ।। (पृ. १९७)

करि किरपा टहल हरि लाइओ तउ जमि छोडी मोरी लागि ।। (पृ. ७०१)

जिन्ही सतिगुरु सेविआ ताणु निताणे तिसु ।।
सासि गिरसि सदा मनि वसै जमु जोहि न सकै तिसु ।। (पृ. ८५४)

पूरै भागि गुर सेवा होई ।। नदरि करे ता सेवे कोई।।
जम कालु तिसु नेड़ि न आवै महलि सचै सुखु पाइदा ।। (पृ. १०६३)

सतिगुरु सेवहि से जन साचे काटे जम का फाहा हे ।। (पृ. १०५३)

इसीलिए परमात्मा के सेवकों या संतो – भक्तों के समीप 'यम' नहीं जा सकते। गुरू – वाक है –

भगता नो जमु जोहि न साकै कालु न नेड़ै जाई ।। (पृ. ६३७)

प्रभु चिति आवै ता कैसी भीड़ ।।
हरि सेवक नाही जम पीड़ ।। (पृ. ८०२)

संत जना कउ जमु जोहि न साकै रती अंच दूरव न लाई।। (पृ. ११५५)

जहां **'अन्धकार'** होता है – वहां ही मच्छर, बिच्छु, सांप आदि दुरवदायी जीव – जन्तु उत्पन्न होते तथा पलते हैं। इनकी **'अन्धकारमयी दुनिया'** में विचरण करते हुए इनके **जहरीले 'डंक' सहने ही पड़ते हैं।**

इसी प्रकार जब हम 'नाम' के प्रकाश या **'प्रभु की याद' में से निकल कर,** मायिकी अन्धकारमयी दुनिया अर्थात **'ईश्वर की भूल' में रहते हैं,** तब हमारा 'अन्धकार रूपी' मायिकी यम से वास्ता पड़ता है तथा हम **यम की सरकार** के अधीन आ जाते हैं। इस प्रकार **'यम के चीरे' या 'लेखे'** में विचरण करते हुए, **यम की फांसी** हमारे गले में पड़ जाती है, जिस कारण हम **यम का दण्ड**, अपने जीवन में तथा मृत्यु के उपरांत भी सहते रहते हैं।

सभु को जम के चीरे विचि है जेता सभु आकारु ।।
हुकमी ही जमु लगदा सो उबरै जिसु बखसै करतारु ।। (पृ ८५१)

माइआ मोहु परेतु है कामु क्रोधु अहंकारा ।।
एह जम की सिरकार है एन्हा उपरि जम का डंडु करारा ।।
मनमुख जम मगि पाईअनि जिन्ह दूजा भाउ पिआरा ।।
जम पुरि बधे मारीअनि को सूणै न पूकारा ।। (पृ. ५१३)

हमारे इस **दयनीय पतन पर द्रवित होकर, हमें –**

१. इस यम की सरकार की **'गुलामी'** में से निकलने के लिए,

२. इस यम की **'फांसी'** को हमारे गले में से उतारने के लिए

३. मायिकी कर्मों के **'दण्ड़'** से बचाने के लिए,

बहुत सरल तथा ताकीदी **'उपदेश'** यूं दिये गये हैं –

से मुकतु से मुकतु भए जिन हरि धिआइआ जी
तिन तूटी जम की फासी ।। (पृ. ११)

एक ऊपरि जिसु जन की आसा ।।
तिस की कटीए जम की फासा ।। (पृ. २८१)

कोटि अप्राध साधसंगि मिटै ।।

संत क्रिपा ते जम ते छुटै ।। (पृ. २९६)

राम नामि मनु लागा ।। जमु लजाइ करि भागा ।। (पृ. ६२६)

जो बोलहि हरि हरि नाउ तिनु जमु छडि गइआ ।। (पृ. ६४५)

साधसंगि भजीऐ गोपालु ।। गुन गावत तूटै जम जालु ।। (पृ. ८०७)

सुणि कै जम के दूत नाइ तेरै छडि जाहि ।। (पृ. ९६२)

नामु सुणत जमु दूरहु भागै ।। (पृ. ११५०)

अब यह हमारे अपने अधीन है कि हम **'बुरे मार्ग'** पर चलकर **यम के वश पड़ जाएं** या **'दिव्य मार्ग'** के असीम सुख से आनन्दित हों ।

(क्रमशः)