ਧਿਆਨ
ਭਾਗ-2

ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਦੋਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ—

ਭੁਲ	ਯਾ	ਯਾਦ
ਕੁਸੰਗਤ	ਯਾ	ਸੰਗਤ
ਮਨਮੁਖਤਾਯਾ		ਗੁਰਮੁਖਤਾ
ਦੁਖ	ਯਾ	ਸੁਖ
ਨਰਕ	ਯਾ	ਸੁਰਗ

ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨੁਕਤਾ (crucial point) ਸਾਡੀ ਚੇਤੰਨਤਾ ਅਥਵਾ ਧਿਆਨ (consciousness) ਹੀ ਹੈ ।

ਜੇਕਰ ਸਾਡਾ 'ਧਿਆਨ' ਅਥਵਾ ਚੇਤਨਤਾ (consciousness) 'ਮਾਇਕੀ ਭਰਮ' ਨਾਲ ਸੰਗ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ 'ਮਨਮੁਖ' ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਲਾਹੀ ਮੰਡਲ ਨੂੰ 'ਭੁਲ' ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ—ਪਰ ਜੇ ਸਾਡਾ 'ਧਿਆਨ' ਅਥਵਾ ਚੇਤਨਤਾ ਆਤਮਿਕ ਸੰਗਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਦੈਵੀ ਚੇਤੰਨਤਾ (Divine consciousness) ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਦੈਵੀ ਚੇਤਨਤਾ (Divine consciousness) ਅਥਵਾ 'ਬਿਬੇਕ ਬੁੱਧੀ' ਨੇ ਹੀ ਮਾਨਸਿਕ ਯਾ ਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ ਅਥਵਾ 'ਚੰਗੀ' ਯਾ 'ਮਾੜੀ' ਸੰਗਤ ਦਾ—

ਨਿਰਨਾ ਕਰਨਾ ਹੈ
ਸੇਧ ਦੇਣੀ ਹੈ
ਚਿੰਤਨ ਕਰਨਾ ਹੈ
ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਹੈ
ਉੱਦਮ ਕਰਨਾ ਹੈ ।

ਸੁਭ ਚਿੰਤਨ ਗੋਬਿੰਦ ਰਮਣ ਨਿਰਮਲ ਸਾਧੂ ਸੰਗ ॥ (ਪੰਨਾ-459)

ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧਿ ਹੋਈ ॥ (ਪੰਨਾ-481)

ਸਾਧਸੰਗਿ ਨਾਨਕ ਬੁਧਿ ਪਾਈ ਹਰਿ ਕੀਰਤਨੁ ਆਧਾਰੋ ॥ (ਪੰਨਾ–498)

ਦੁਰਮਤਿ ਮੈਲੁ ਗਈ ਸਭ ਨੀਕਲਿ
ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਬੁਧਿ ਪਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ–881)

ਅੰਤਰ–ਆਤਮੇ 'ਜੋਤ' ਅਥਵਾ 'ਸਬਦ' ਦੀ ਚੇਤਨਤਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਿਆਨ (spiritual knowledge) ਨੂੰ 'ਅਨੁਭਵ' (intuition) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

'ਅਨੁਭਵ' (intuition) ਸਾਨੂੰ ਅਨੰਤ ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ ਦੀ ਸੋਝੀ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਬਖਸ਼ਦਾ ਹੈ ।

ਦਿਮਾਗੀ ਗਿਆਨ ਸਾਨੂੰ ਸੀਮਤ 'ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ' ਦੀ ਹੀ ਸੋਝੀ ਯਾ ਗਿਆਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ।

ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਕਿਸਮ ਦੇ 'ਗਿਆਨ'—

ਅਨੁਭਵੀ ਆਤਮਿਕ ਗਿਆਨ

ਦਿਮਾਗੀ ਮਾਇਕੀ ਗਿਆਨ

ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਾਡੀ ਚੇਤੰਨਤਾ ਅਥਵਾ 'ਧਿਆਨ' ਦੀ ਡੋਰੀ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ।

ਜੇਕਰ ਸਾਡੀ ਚੇਤੰਨਤਾ ਦੀ ਡੋਰੀ ਯਾ 'ਧਿਆਨ' ਦੈਵੀ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਵੇ ਅਥਵਾ ਆਤਮ ਪ੍ਰਾਇਣ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ 'ਸਤਸੰਗਤ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ 'ਚੇਤਨਤਾ' ਨੂੰ ਦੈਵੀ ਰੰਗਤ ਚੜ੍ਹਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਜੇ ਸਾਡੀ ਚੇਤਨਤਾ ਦੀ ਡੋਰੀ ਯਾ ਧਿਆਨ ਮਾਇਕੀ ਭਰਮ ਵਿਚ ਗਲਤਾਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ 'ਕੁਸੰਗਤ' ਅਥਵਾ ਨੀਵੀਂ ਸੰਗਤ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ—ਜਿਸ ਨਾਲ ਜੀਵ ਮਨਮੁਖ, ਮਾਇਆਧਾਰੀ ਅਤੇ ਸਾਕਤ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ ਨਾਲੋਂ ਟੁਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਾਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਜੀਵ ਦੀ—

'ਚੇਤੰਨਤਾ' ਅਥਵਾ 'ਧਿਆਨ'

ਅਤੇ

'ਮੇਲ' ਅਥਵਾ 'ਸੰਗਤ'

ਦਾ ਹੀ ਸੰਬੰਧ ਹੈ ।

ਹਰ ਇਕ ਕਰਮ (action) ਦੀ ਪੂਰਨ ਕਾਮਯਾਬੀ ਲਈ ਚੇਤਨਤਾ ਅਥਵਾ ਧਿਆਨ (attention) ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ।

ਇਕੁ ਮਨੁ ਇਕੁ ਵਰਤਦਾ ਜਿਤੁ ਲਗੈ ਸੋ ਥਾਇ ਪਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ–303)

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ 'ਸੰਗ' ਯਾ 'ਸੰਗਤ' ਕਰਨ ਦੇ ਮੁਕੰਮਲ ਲਾਭ, ਆਪਸ ਵਿਚ ਸਾਂਝ ਅਥਵਾ 'ਲੇਵਾ-ਦੇਵੀ' ਲਈ ਭੀ 'ਚੇਤਨਤਾ' ਅਥਵਾ 'ਧਿਆਨ' ਦੀ ਅਤੀ ਲੋੜ ਹੈ ।

ਜਦ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਯਾ ਚੀਜ਼ ਵਲ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦਾ ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਯਾ ਮੇਲ (communion) ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨਾਲ 'ਲੇਵਾ-ਦੇਵੀ' ਅਥਵਾ ਉਸ ਦਾ ਚੰਗਾ-ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਲੈਂਦੇ-ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਜਿਸ ਚੀਜ਼ ਯਾ ਗੱਲ ਵਲ ਸਾਡੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਨਾ ਹੋਵੇ—ਉਸ ਵਿਚ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਖੁੱਭਦਾ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਉਤੇ ਉਸ ਦਾ ਓਪਰਾ ਜਿਹਾ ਅਸਰ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਉਸ ਨਾਲ ਮੇਲ, ਸੰਗਤ, ਸਾਂਝ ਅਥਵਾ ਲੇਵਾ-ਦੇਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ।

ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ—

ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਰੇਡੀਓ (radio) ਯਾ ਟੇਪ ਰਿਕਾਰਡਰ (tape recorder) ਰਾਹੀਂ ਕੀਰਤਨ ਯਾ ਪਾਠ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਘਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਆਪਣੇ ਘਰੋਗੀ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਗਲਤਾਨ ਹਨ ਯਾ ਗਲਾਂ ਬਾਤਾਂ ਵਿਚ ਮਸਤ ਹਨ ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਅਸੀਂ ਖੁਦ ਪਾਠ ਯਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਚੇਤਨਤਾ ਹੋਰ 'ਅਨੇਕ ਚਿੰਤਨ' ਵਿਚ ਲਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ।

ਆਮ ਸੰਗਤ ਦੀ ਭੀ ਇਹੋ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਤੇ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਮਨ ਨਹੀਂ ਟਿਕਦਾ ।

ਜਦ ਸਾਡੀ ਚੇਤਨਤਾ ਯਾ 'ਧਿਆਨ' ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਥਵਾ ਸਿਮਰਨ ਵਲ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ, ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਸਾਡਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਅੰਤ੍ਰੀਵ ਆਤਮਿਕ ਭਾਵਾਂ ਨਾਲ 'ਸੰਗ' ਯਾ 'ਮੇਲ' ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦੀ ਸਾਂਝ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਚੀ-ਸੁੱਚੀ ਇਲਾਹੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ 'ਸੰਗਤ' ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ 'ਪਾਰਸ-ਕਲਾ' ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਪੜੀਐ ਗੁਨੀਐ ਨਾਮੁ ਸਭੁ ਸੁਨੀਐ ਅਨਭਉ ਭਾਉ ਨ ਦਰਸੈ ॥

ਲੋਹਾ ਕੰਚਨੁ ਹਿਰਨ ਹੋਇ ਕੈਸੈ ਜਉ ਪਾਰਸਹਿ ਨ ਪਰਸੈ ॥ (ਪੰਨਾ-973)

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ 'ਚੇਤਨਤਾ' ਯਾ 'ਧਿਆਨ' ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਜੋ ਕੁਝ ਭੀ ਕਰਮ-ਧਰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ—ਸਭ 'ਬੇ ਧਿਆਨੇ'-'ਗੈਰ ਹਾਜ਼ਰੀ' ਵਿਚ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ । ਇਸ ਲਈ ਅਸੀਂ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਯਾ ਸਤ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਪੂਰਾ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਪਾਠ, ਕੀਰਤਨ ਅਤੇ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਆਤਮਿਕ ਲਾਹੇ ਤੋਂ ਭੀ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਇਹੋ ਕਾਰਣ ਹੈ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਨਾਲੋਂ ਅਜ ਕਲ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ—

ਧਰਮ

ਧਰਮ ਗ੍ਰੰਥ

ਧਰਮ ਮੰਦਰ

ਧਰਮ-ਪ੍ਰਚਾਰ

ਸਤਸੰਗ-ਸਮਾਗਮ

ਪਾਠ

ਪੂਜਾ

ਕੀਰਤਨ

ਜਪ

ਤਪ

ਕਰਮ-ਕ੍ਰਿਆ

ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਭੀ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਬਲਕਿ ਸਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਨਿੱਘਰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਪੰਡਿਤ ਪੜਹਿ ਸਾਦੁ ਨ ਪਾਵਹਿ ॥
ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਮਾਇਆ ਮਨੁ ਭਰਮਾਵਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-116)

ਰਹਤ ਅਵਰ ਕਛੁ ਅਵਰ ਕਮਾਵਤ ॥
ਮਨਿ ਨਹੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਮੁਖਹੁ ਗੰਢ ਲਾਵਤ ॥ (ਪੰਨਾ-269)

ਪੜੇ ਸੁਨੇ ਕਿਆ ਹੋਈ ॥
ਜਉ ਸਹਜ ਨ ਮਿਲਿਓ ਸੋਈ ॥ (ਪੰਨਾ-655)

ਹ੍ਰਿਦੈ ਕਪਟੁ ਮੁਖ ਗਿਆਨੀ ॥
ਝੂਠੇ ਕਹਾ ਬਿਲੋਵਸਿ ਪਾਨੀ ॥ (ਪੰਨਾ-656)

ਅਖੀ ਤ ਮੀਟਹਿ ਨਾਕ ਪਕੜਹਿ ਠਗਣ ਕਉ ਸੰਸਾਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ-662)

ਚੇਤੰਨਤਾ ਅਥਵਾ ਧਿਆਨ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ 'ਨਿਰਜੀਵ' ਮਾਦਾ ਚੀਜ਼ਾਂ (matter) ਵਰਗਾ ਹੀ ਹੈ । ਇਸ ਲਈ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਆਪਸ ਵਿਚ ਸੂਖ਼ਮ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਸਤ੍ਹਾ ਤੇ ਮੇਲ-ਮਿਲਾਪ, ਸੰਗਤ, ਸਾਂਝ ਅਥਵਾ ਲੇਵਾ-ਦੇਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ।

ਮਿਲਿਐ ਮਿਲਿਆ ਨਾ ਮਿਲੈ ਮਿਲੈ ਮਿਲਿਆ ਜੇ ਹੋਇ ॥
ਅੰਤਰ ਆਤਮੈ ਜੋ ਮਿਲੈ ਮਿਲਿਆ ਕਹੀਐ ਸੋਇ ॥ (ਪੰਨਾ-791)

ਜੋ ਦਿਲਿ ਮਿਲਿਆ ਸੁ ਮਿਲਿ ਰਹਿਆ ਮਿਲਿਆ ਕਹੀਐ ਰੇ ਸੋਈ ॥

ਜੇ ਬਹੁਤੇਰਾ ਲੋਚੀਐ ਬਾਤੀ ਮੇਲੁ ਨ ਹੋਈ ॥ (ਪੰਨਾ-725)

ਇਨਸਾਨ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਿਚ ਇਸੇ 'ਚੇਤੰਨਤਾ' ਦਾ ਹੀ ਅੰਤਰ ਹੈ । ਇਨਸਾਨਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਚੇਤੰਨਤਾ (consciousness) ਅਤੀ ਤੀਖਣ, ਤੀਬਰ, ਸੂਖਮ ਭਾਵਨਾਵਾਂ (subtle feelings) ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ—ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਇਹ ਸੰਗਤ ਦੁਆਰਾ ਉੱਚੀਆਂ-ਸੁੱਚੀਆਂ ਆਤਮਿਕ ਪ੍ਰੇਮ-ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਰੰਗ-ਰਸ ਮਾਣ ਸਕਦੇ ਹਨ—ਪਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਿਚ ਇਹ 'ਚੇਤੰਨਤਾ' ਮੋਟੀ-ਠੁੱਲ੍ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸੂਖਮ ਆਤਮਿਕ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ 'ਗ੍ਰਹਿਣ' ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ।

ਸਾਡੀ ਦਿਲਚਸਪੀ (interest) ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦਾ 'ਧਿਆਨ' ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਸਾਡਾ ਮਨ ਇਲਾਹੀ ਮੰਡਲ ਤੋਂ ਟੁੱਟਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਗਲਤਾਨ ਹੋ ਕੇ ਸੂਖਮ ਪ੍ਰੇਮ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਅਸਮਰਥ ਹੋ ਚੁਕਿਆ ਹੈ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਦੈਵੀ ਚੇਤੰਨਤਾ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਸਾਡੀ ਚੇਤੰਨਤਾ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਰਗੀ ਠੁੱਲ੍ਹੀ ਹੋ ਚੁਕੀ ਹੈ ।

ਜੋ ਨ ਸੁਨਹਿ ਜਸੁ ਪਰਮਾਨੰਦਾ ॥
ਪਸੁ ਪੰਖੀ ਤ੍ਰਿਗਦ ਜੋਨਿ ਤੇ ਮੰਦਾ ॥ (ਪੰਨਾ-188)

ਕਰਤੂਤਿ ਪਸੂ ਕੀ ਮਾਨਸ ਜਾਤਿ ॥ (ਪੰਨਾ-267)

ਬਿਨੁ ਸੰਗਤੀ ਸਭਿ ਐਸੇ ਰਹਹਿ ਜੈਸੇ ਪਸੁ ਢੋਰ ॥ (ਪੰਨਾ-427)

ਜਿਹਵਾ ਇੰਦ੍ਰੀ ਸਾਦਿ ਲੋੁਭਾਨਾ ॥
ਪਸੂ ਭਏ ਨਹੀ ਮਿਟੈ ਨੀਸਾਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-903)

ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਛੋਡਿ ਮਹਾ ਬਿਖੁ ਪੀਵੈ ਮਾਇਆ ਕਾ ਦੇਵਾਨਾ ॥
ਕਿਰਤੁ ਨ ਮਿਟਈ ਹੁਕਮੁ ਨ ਬੂਝੈ ਪਸੂਆ ਮਾਹਿ ਸਮਾਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-1013)

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਕਬਹੂ ਨਹੀ ਕੀਨੀ ਰਚਿਓ ਧੰਧੈ ਝੂਠ ॥
ਸੁਆਨ ਸੂਕਰ ਬਾਇਸ ਜਿਵੈ ਭਟਕਤੁ ਚਾਲਿਓ ਊਠਿ ॥ (ਪੰਨਾ-1105)

ਮਨਮੁਖਿ ਅੰਧੁਲੇ ਗੁਰਮਤਿ ਨ ਭਾਈ ॥
ਪਸੂ ਭਏ ਅਭਿਮਾਨੁ ਨ ਜਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-1190)

ਮਨਮੁਖ ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਕੂੜਿਆਰ ਫਿਰਹਿ ਬੇਤਾਲਿਆ ॥
ਪਸੂ ਮਾਣਸ ਚੰਮਿ ਪਲੇਟੇ ਅੰਦਰਹੁ ਕਾਲਿਆ ॥ (ਪੰਨਾ-1284)

ਸਾਡੀ 'ਪਸੂ ਬਿਰਤੀ' ਯਾ ਨੀਵੀਂ 'ਚੇਤੰਨਤਾ' ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਅਥਵਾ ਉਚੇਰਾ, ਚੰਗੇਰਾ

ਅਤੇ 'ਆਤਮ-ਪ੍ਰਾਇਣ' ਕਰਨ ਲਈ—ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਕੋ-ਇਕ ਸਾਧਨ ਅਥਵਾ ਜੁਗਤੀ ਦਸੀ ਗਈ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ—

'ਸਤ ਸੰਗਤ' ਅਥਵਾ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ।
ਸਾਧੂ ਕੈ ਸੰਗਿ ਪਾਪ ਪਲਾਇਨ ॥
ਸਾਧਸੰਗਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਗੁਨ ਗਾਇਨ ॥ (ਪੰਨਾ-271)

ਜੋ ਜੋ ਜਪੈ ਤਿਸ ਕੀ ਗਤਿ ਹੋਇ ॥
ਸਾਧਸੰਗਿ ਪਾਵੈ ਜਨੁ ਕੋਇ ॥
ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਅੰਤਰਿ ਉਰ ਧਾਰੈ ॥
ਪਸੁ ਪ੍ਰੇਤ ਮੁਘਦ ਪਾਥਰ ਕਉ ਤਾਰੈ ॥ (ਪੰਨਾ-274)

ਕਰਿ ਕਰਿ ਹਾਰਿਓ ਅਨਿਕ ਬਹੁ ਭਾਤੀ ਛੋਡਹਿ ਕਤਹੂੰ ਨਾਹੀ ॥
ਏਕ ਬਾਤ ਸੁਨਿ ਤਾਕੀ ਓਟਾ ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਟਿ ਜਾਹੀ ॥ (ਪੰਨਾ-206)

ਊਠਤ ਬੈਠਤ ਹਰਿ ਭਜਹੁ ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਪਰੀਤਿ ॥
ਨਾਨਕ ਦੁਰਮਤਿ ਛੁਟਿ ਗਈ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਬਸੇ ਚੀਤਿ ॥ (ਪੰਨਾ-297)

ਆਨ ਉਪਾਵ ਨ ਕੋਊ ਸੂਝੈ ਹਰਿ ਦਾਸਾ ਸਰਣੀ ਪਰਿ ਰਹਾ ॥ (ਪੰਨਾ-1203)

ਜਿਉ ਛੁਹਿ ਪਾਰਸ ਮਨੂਰ ਭਏ ਕੰਚਨ ਤਿਉ ਪਤਿਤ ਜਨ
ਮਿਲਿ ਸੰਗਤੀ ਸੁਧ ਹੋਵਤ ਗੁਰਮਤੀ ਸੁਧ ਹਾਧੋ ॥ (ਪੰਨਾ-1297)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖ ਫਲੁ ਸਾਧਸੰਗੁ ਪਸੂ ਪਰੇਤ ਪਤਿਤ ਨਿਸਤਾਰੇ। (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 16/7)

ਕਿਸੇ ਖਿਆਲ ਨੂੰ ਇਕ ਨੁਕਤੇ ਉਤੇ ਇਕਾਗਰ ਕਰਨ ਨੂੰ 'ਧਿਆਨ' ਅਥਵਾ 'ਸੁਰਤੀ-ਬਿਰਤੀ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਸਾਡੀ ਮਾਇਕੀ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਤਰੱਕੀ ਅਥਵਾ ਕਾਮਯਾਬੀ ਲਈ 'ਧਿਆਨ' ਅਤੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ।

ਜਿਨਾਂ ਡੂੰਘਾ ਇਕ-ਸੂਈ, ਇਕਾਗਰ, ਤੀਖਣ ਧਿਆਨ ਕਿਸੇ ਕਾਰਜ ਵਿਚ ਲਾਵਾਂਗੇ, ਉਤਨਾ ਹੀ ਉਹ ਕਾਰਜ ਸੋਹਣਾ, ਕਾਮਯਾਬ ਅਤੇ ਲਾਭਵੰਦ ਹੋਵੇਗਾ ।

'ਧਿਆਨ' ਦਿਤੇ ਬਗੈਰ ਸਾਡੀ ਕੋਈ ਵਿਉਂਤ, ਸੋਚ-ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਕਾਰਜ ਸਿਰੇ ਨਹੀਂ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦਾ ।

ਓਪਰੇ ਜਿਹੇ ਮਨ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਕਾਰਜ—

ਅਧੂਰੇ
ਗਲਤ

ਲਾਭਹੀਣ
ਹਾਨੀਕਾਰਕ
ਦੁਖਦਾਈ

ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ 'ਧਿਆਨ' ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਧਾਰਮਿਕ ਪਾਠ, ਪੂਜਾ ਅਤੇ ਕਰਮ-ਕ੍ਰਿਆ ਭੀ—

ਫੋਕੇ
ਰਸ-ਹੀਣ
ਭਾਵਨਾ-ਹੀਣ
ਲਾਭ-ਹੀਣ
ਮੁਰਦਾ ਸਾਧਨ

ਹੀ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸੁਲਤਾਨਪੁਰ ਵਿਖੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਕਾਜੀਆਂ ਦੀ ਬੇ-ਧਿਆਨੀ ਨਮਾਜ਼ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਾ ਹੋਣਾ ਇਸੇ ਗੱਲ ਦਾ ਲਖਾਇਕ ਹੈ ਕਿ 'ਧਿਆਨ' ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਸਾਡੇ ਧਾਰਮਿਕ ਕਰਮ-ਕ੍ਰਿਆ ਭੀ ਨਿਸਫਲ ਹਨ।

ਜਿਨ ਕਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ਰਿਦੈ ਹਰਿ ਨਾਹੀ ਤਿਨ ਕੂਰੇ ਗਾਢਨ ਗਾਢੇ ॥ (ਪੰਨਾ-171)

ਜੋ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਸਾਕਤ ਕਾਮਨਾ ਅਰਥਿ ਦੁਰਗੰਧ ਸਰੇਵਦੇ
ਸੋ ਨਿਹਫਲ ਸਭੁ ਅਗਿਆਨੁ ॥
ਜਿਸ ਨੋ ਪਰਤੀਤਿ ਹੋਵੈ ਤਿਸ ਕਾ ਗਾਵਿਆ ਥਾਇ ਪਵੈ
ਸੋ ਪਾਵੈ ਦਰਗਹ ਮਾਨੁ ॥
ਜੋ ਬਿਨੁ ਪਰਤੀਤੀ ਕਪਟੀ ਕੂੜੀ ਕੂੜੀ ਅਖੀ ਮੀਟਦੇ
ਉਨ ਕਾ ਉਤਰਿ ਜਾਇਗਾ ਝੂਠੁ ਗੁਮਾਨੁ ॥ (ਪੰਨਾ-734)

ਕਿਆ ਉਜੂ ਪਾਕੁ ਕੀਆ ਮੁਹੁ ਧੋਇਆ ਕਿਆ ਮਸੀਤਿ ਸਿਰੁ ਲਾਇਆ ॥
ਜਉ ਦਿਲ ਮਹਿ ਕਪਟੁ ਨਿਵਾਜ ਗੁਜਾਰਹੁ
ਕਿਆ ਹਜ ਕਾਬੈ ਜਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-1350)

ਟੈਲੀਫੋਨ (telephone) ਰਾਹੀਂ ਗੱਲ ਕਰਨ, ਅਥਵਾ ਮੇਲ-ਜੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਨੰਬਰ ਦਾ ਮੇਲ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਨੰਬਰ ਨਾ ਮਿਲੇ ਯਾ ਰਿਸੀਵਰ (receiver) ਨਾ ਚੁਕਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਦੋਹਾਂ ਧਿਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ—

ਗੱਲ-ਬਾਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ
ਸੰਗ ਅਥਵਾ ਸੰਗਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ

ਸਾਂਝ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ
ਲੇਵਾ-ਦੇਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ
ਵਣਜ-ਵਪਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ।

ਐਨ ਏਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਪਾਠ-ਪੂਜਾ, ਭਜਨ-ਬੰਦਗੀ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਸਾਡਾ ਮਨ ਅਥਵਾ ਧਿਆਨ 'ਸਾਵਧਾਨ ਏਕਾਗਰ ਚੀਤ' ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਅੰਤ੍ਰੀਵ ਡੂੰਘੇ ਅਤਿ ਸੂਖ਼ਮ ਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਵਾਂਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਪਾਰਸ-ਕਲਾ ਸਾਡੇ ਤੇ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦੀ ।

ਤਦੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਅਤੇ ਤਾਕੀਦੀ ਹੁਕਮ ਹੈ—

ਇਕ ਮਨਿ ਏਕੁ ਧਿਆਈਐ ਮਨ ਕੀ ਲਾਹਿ ਭਰਾਂਤਿ ॥ (ਪੰਨਾ-47)

ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਉਸਤਤਿ ਕਰਹੁ ਸੰਤ ਮੀਤ ॥
ਸਾਵਧਾਨ ਏਕਾਗਰ ਚੀਤ ॥ (ਪੰਨਾ-295)

ਏ ਮਨ ਹਰਿ ਜੀ ਧਿਆਇ ਤੂ
ਇਕ ਮਨਿ ਇਕ ਚਿਤਿ ਭਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-653)

ਇਕ ਚਿਤਿ ਇਕ ਮਨਿ ਧਿਆਇ ਸੁਆਮੀ
ਲਾਇ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪਿਆਰੋ ॥ (ਪੰਨਾ-845)

ਨਾਨਕ ਵਾਹੁ ਵਾਹੁ ਜੋ ਮਨਿ ਚਿਤਿ ਕਰੇ
ਤਿਸੁ ਜਮਕੰਕਰੁ ਨੇੜਿ ਨ ਆਵੈ ॥ (ਪੰਨਾ-515)

ਮਨ ਬਚ ਕਰਮ ਅਰਾਧੇ ਕਰਤਾ
ਤਿਸੁ ਨਾਹੀ ਕਦੇ ਸਜਾਈ ਹੇ ॥ (ਪੰਨਾ-1071)

ਇਕ ਮਨ ਇਕੁ ਅਰਾਧਣਾ
ਗੁਰਮਤਿ ਆਪੁ ਗਵਾਇ ਸੁਹੇਲੇ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 5/6)

ਕੁਰਬਾਣੀ ਤਿਨ੍ਹਾ ਗੁਰਸਿਖਾਂ
ਹੋਇ ਇਕ ਮਨਿ ਗੁਰ ਜਾਪੁ ਜਪੰਦੇ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 12/2)

'ਧਿਆਨ' ਅਥਵਾ ਇਕਾਗਰਤਾ ਲਈ ਮਨ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬਾਬਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਤਾੜਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ—

ਇਹੁ ਮਨੂਆ ਖਿਨੁ ਨ ਟਿਕੈ ਬਹੁਰੰਗੀ
ਦਹ ਦਹ ਦਿਸਿ ਚਲਿ ਚਲਿ ਹਾਢੇ ॥ (ਪੰਨਾ-171)

ਰਹਤ ਅਵਰ ਕਛੁ ਅਵਰ ਕਮਾਵਤ ॥
ਮਨਿ ਨਹੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਮੁਖਹੁ ਗੰਢ ਲਾਵਤ ॥ (ਪੰਨਾ-269)

ਜਿਨ੍ ਮਨਿ ਹੋਰੁ ਮੁਖਿ ਹੋਰੁ ਸਿ ਕਾਂਢੇ ਕਚਿਆ ॥ (ਪੰਨਾ-488)

ਹਮਰੈ ਜੀਇ ਹੋਰੁ ਮੁਖਿ ਹੋਰੁ ਹੋਤ ਹੈ
ਹਮ ਕਰਮਹੀਣ ਕੂੜਿਆਰੀ ॥ (ਪੰਨਾ-528)

ਕਬਹੂ ਜੀਅੜਾ ਊਭਿ ਚੜਤੁ ਹੈ ਕਬਹੂ ਜਾਇ ਪਇਆਲੇ ॥
ਲੋਭੀ ਜੀਅੜਾ ਥਿਰੁ ਨ ਰਹਤੁ ਹੈ ਚਾਰੇ ਕੁੰਡਾ ਭਾਲੇ ॥ (ਪੰਨਾ-876)

ਅਸਲ ਵਿਚ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੇ ਅਮਲੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਸਾਡਾ ਆਪਣਾ 'ਮਾਇਕੀ ਜੀਵਨ' ਹੀ ਹੈ ।

ਜੀਵ ਹਉਮੈ ਦੇ ਭਰਮ-ਭੁਲਾਵੇ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਸੋਮੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ 'ਭੁਲ ਕੇ' ਅਥਵਾ 'ਵਿਛੜ ਕੇ' ਕਈ ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਮੋਹ-ਮਾਇਆ ਦੀ ਦਲ-ਦਲ ਵਿਚ ਖੁਭਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਥਵਾ ਦੂਜੇ ਭਾਉ ਵਿਚ ਗਲਤਾਨ ਹੈ ।

ਹਰਿ ਸਾਜਨੁ ਪੁਰਖੁ ਵਿਸਾਰਿ ਕੈ ਲਗੀ ਮਾਇਆ ਧੋਹੁ ॥
ਪੁਤ੍ਰ ਕਲਤ੍ਰ ਨ ਸੰਗਿ ਧਨਾ ਹਰਿ ਅਵਿਨਾਸੀ ਓਹੁ ॥
ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ ॥ (ਪੰਨਾ-133)

ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਨਟਿ ਬਾਜੀ ਪਾਈ ॥
ਮਨਮੁਖ ਅੰਧ ਰਹੇ ਲਪਟਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-230)

ਨਾਥ ਕਛੂਅ ਨ ਜਾਨਉ ॥
ਮਨੁ ਮਾਇਆ ਕੈ ਹਾਥਿ ਬਿਕਾਨਉ ॥...........
ਇਨ ਪੰਚਨ ਮੇਰੋ ਮਨੁ ਜੁ ਬਿਗਾਰਿਓ ॥
ਪਲੁ ਪਲੁ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇ ਅੰਤਰੁ ਪਾਰਿਓ ॥ (ਪੰਨਾ-710)

ਅਨਿਕ ਜਨਮ ਬੀਤੀਅਨ ਭਰਮਾਈ ॥
ਘਰਿ ਵਾਸੁ ਨ ਦੇਵੈ ਦੁਤਰ ਮਾਈ ॥
ਦਿਨੁ ਰੈਨਿ ਅਪਨਾ ਕੀਆ ਪਾਈ ॥
ਕਿਸੁ ਦੋਸੁ ਨ ਦੀਜੈ ਕਿਰਤੁ ਭਵਾਈ ॥ (ਪੰਨਾ-745)

ਜਨਮਾਂ-ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਇਸ ਝੂਠੀ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਇਤਨੇ ਗਲਤਾਨ ਹੋਇ ਹੋਏ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡਾ 'ਜੀਵਨ' ਹੀ 'ਮਾਇਆ' ਦਾ ਰੂਪ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਸੇ ਲਈ ਸਾਡੇ —

ਖਿਆਲ
ਕਲਪਨਾ
ਸੋਚ
ਰੀਝਾਂ
ਆਸਾਂ

ਪਿਆਰ
ਭਾਵਨਾ
ਨਿਸਚਾ
ਸ਼ਰਧਾ
ਸੰਗਤ
ਲੇਵਾ-ਦੇਵੀ
ਕਰਮ
ਧਰਮ
ਘਾਲਣਾ

ਅਥਵਾ ਸਮੁੱਚੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਹੀ ਮੋਹ-ਮਾਇਆ ਦੀ 'ਗੂੜ੍ਹੀ ਰੰਗਤ' ਚੜ੍ਹੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਸਾਡੀ—

ਚੇਤਨਤਾ
ਧਿਆਨ
ਸੁਰਤੀ
ਬਿਰਤੀ
ਲਿਵ

ਇਸ ਝੂਠੀ ਮਾਇਆ ਵਿਚ ਅਚੇਤ ਸਹਿਜ-ਸੁਭਾਇ, ਅਣਜਾਣੇ ਹੀ ਐਸੀ 'ਖੁੱਭੀ-ਚੁੱਭੀ' ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਪਾਸੇ ਸਾਡਾ 'ਧਿਆਨ' ਜਾਣਾ ਅਸੰਭਵ ਹੈ ।

ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਇਸ ਝੂਠੀ ਮਾਇਆ ਦੀ—

ਚੇਤੰਨਤਾ
ਖਿਆਲ
ਧਿਆਨ
ਰੰਗਤ
ਵਿਸ਼ਵਾਸ
ਬਿਰਤੀ
ਲਿਵ

ਪਿਛਲੇ ਅਨੇਕਾਂ ਜਨਮਾਂ ਵਿਚ, ਮਾਇਆ ਦੀ—

ਸੰਗਤ ਕਰਨ
ਖਿਆਲ ਕਰਨ
ਯਾਦ ਕਰਨ

ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ
ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ

ਤੋਂ ਉਪਜੀ ਤੇ ਇਤਨੀ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਮਾਇਕੀ ਚੇਤੰਨਤਾ (materialistic consciousness) ਦੁਆਰਾ 'ਮਾਇਆ' ਹੀ ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ-ਰੂਪ ਬਣ ਚੁਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ 'ਮਾਇਕੀ ਜੀਵਨ' ਵਿਚ ਹੀ ਅਸੀਂ—

ਜੰਮਦੇ
ਜੀਉਂਦੇ
ਵਿਚਰਦੇ
ਕਰਮ ਕਰਦੇ
ਨਤੀਜੇ ਭੁਗਤਦੇ
ਮਰਦੇ
ਜਮਾਂ ਦੇ ਵੱਸ ਪੈਂਦੇ ਅਤੇ
ਫਿਰ ਜੰਮਦੇ ਹਾਂ ।

ਤ੍ਰਉਦਸੀ ਤੀਨਿ ਤਾਪ ਸੰਸਾਰ ॥
ਆਵਤ ਜਾਤ ਨਰਕ ਅਵਤਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ-299)

ਹਰਿ ਬਿਸਰਿਐ ਕਿਉ ਤ੍ਰਿਪਤਾਵੈ ਨਾ ਮਨੁ ਰੰਜੀਐ ॥
ਪ੍ਰਭੂ ਛੋਡਿ ਅਨ ਲਾਗੈ ਨਰਕਿ ਸਮੰਜੀਐ ॥ (ਪੰਨਾ-708)

ਜਮਿ ਜਮਿ ਮਰੈ ਮਰੈ ਫਿਰਿ ਜੰਮੈ ॥
ਬਹੁਤੁ ਸਜਾਇ ਪਇਆ ਦੇਸਿ ਲੰਮੈ ॥
ਜਿਨਿ ਕੀਤਾ ਤਿਸੈ ਨ ਜਾਣੀ ਅੰਧਾ ਤਾ ਦੁਖੁ ਸਹੈ ਪਰਾਣੀਆ ॥ (ਪੰ.-1020)

ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਬਹੁ ਭਰਮਿਆ ॥
ਕਿਰਤ ਰੇਖ ਕਰਿ ਕਰਮਿਆ ॥ (ਪੰਨਾ-1193)

ਜੇਕਰ ਇਨਸਾਨੀ 'ਜੀਵਨ' ਨੂੰ 'ਮਾਇਕੀ ਰੰਗਤ' ਚਾੜ੍ਹਨ ਅਥਵਾ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰਣ ਲਈ ਬੇਅੰਤ ਜਨਮਾਂ ਦੇ ਮਾਇਆ ਨਾਲ ਸੰਗ ਅਥਵਾ ਮੇਲ-ਜੋਲ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਸ ਦੇ ਐਨ ਉਲਟ 'ਮਾਇਕੀ ਜੀਵਨ' ਨੂੰ 'ਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ' ਵਿਚ ਬਦਲਣ, ਢਾਲਣ ਅਥਵਾ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਇਸ ਤੋਂ ਭੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਲਈ ਉਚੀ-ਸੁੱਚੀ ਆਤਮਿਕ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਅਥਵਾ 'ਸਤਸੰਗਤ' ਕਰਨੀ ਅਤਿਅੰਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਅਤੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ।

ਇਹ 'ਉਲਟੀ ਖੇਲ' ਅਥਵਾ ਆਤਮਿਕ ਤਬਦੀਲੀ ਅਤੀ ਲਮੇਰੀ ਅਤੇ ਕਠਿਨ 'ਪ੍ਰਿਮ

ਖੇਲ' ਹੈ ਜੋ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ ਮਹਾਂਪੁਰਖਾਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਸੰਗਤ ਅਤੇ ਸੇਵਾ-ਭਾਵਨੀ ਨਾਲ ਸੌਖੀ ਤੇ ਸ਼ੀਘਰ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ।

ਖਿਨਹੂੰ ਕਿਰਪਾ ਸਾਧੂ ਸੰਗ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਰੰਗੁ ਲਾਇਓ ॥ (ਪੰਨਾ-409)

ਪਿਛਲੇ ਲੇਖ ਵਿਚ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਕਿਸੇ ਨੀਵੇਂ ਖਿਆਲ ਯਾ ਚੀਜ਼ ਵਲ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮਨ ਦਾ ਰੁਖ ਯਾ 'ਧਿਆਨ' ਫੌਰਨ ਉਚੇਰੇ-ਚੰਗੇਰੇ ਰੁਖ ਵੱਲ ਮੋੜਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਪਰ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮਲੀਨ ਘੁੰਮਣ-ਘੇਰੇ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਸਾਡਾ ਮਨ ਅਤਿ ਨਿਰਬਲ ਹੋ ਚੁਕਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਮਨ ਦਾ ਰੁਖ ਅਥਵਾ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਨੀਵੇਂ ਪਾਸਿਉਂ ਉਚੇਰੇ ਪਾਸੇ ਵਲ ਮੋੜਨਾ ਅਤਿ ਕਠਿਨ ਹੈ ।

ਜਦ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਜ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਵਾਹ ਅਥਵਾ ਜ਼ੋਰ ਲਾ ਕੇ ਅਸਮਰਥ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ ਦੀ ਓਟ ਅਥਵਾ ਆਸਰਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ । ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦ ਸਾਡਾ ਮਨ ਆਪਣੇ ਵੱਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਥਵਾ ਕਾਬੂ ਕਰਨ (control) ਤੋਂ ਅਸਮਰਥ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਸ਼ਕਤੀਮਾਨ ਦੈਵੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਅਥਵਾ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੀ ਓਟ ਅਥਵਾ ਆਸਰਾ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ।

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨ ਕਤਹੂੰ ਧਾਵੈ ॥
ਸਾਧਸੰਗਿ ਅਸਥਿਤਿ ਮਨੁ ਪਾਵੈ ॥ (ਪੰਨਾ-271)

ਨਾਨਕ ਤਿਨ ਸੰਤਨ ਸਰਣਾਗਤੀ ਜਿਨ ਮਨੁ ਵਸਿ ਕੀਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-815)

ਮਨੂਆ ਚਲੈ ਚਲੈ ਬਹੁ ਬਹੁ ਬਿਧਿ
ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਵਸਗਤਿ ਕਰਿਆ ॥ (ਪੰਨਾ-1294)

ਮਨੁ ਅਸਾਧੁ ਨ ਸਾਧੀਐ
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖ ਫਲੁ ਸਾਧਿ ਸਧਾਇਆ ।
ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਮਨ ਵਸਿ ਆਇਆ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 482)

ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਸੰਗਤਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਸੁਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤਕ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਰਹੀਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਥਵਾ ਮਾਇਕੀ ਫੁਰਨੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ, ਪਰ ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਮਨ ਉਤੇ ਮਾਇਆ ਹਾਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਹੀ ਹਾਲ ।

ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਾਨੂੰ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ਅਥਵਾ 'ਸਤ ਸੰਗਤ' ਕਰਨ ਲਈ ਤਾਕੀਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ —

ਸੁਣਿ ਸਾਜਨ ਮੇਰੇ ਮੀਤ ਪਿਆਰੇ ॥
ਸਾਧਸੰਗਿ ਖਿਨ ਮਾਹਿ ਉਧਾਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-103)

ਕੋਟਿ ਬਿਘਨ ਹਿਰੇ ਖਿਨ ਮਾਹਿ ॥

ਹਰਿ ਹਰਿ ਕਥਾ ਸਾਧ ਸੰਗਿ ਸੁਨਾਹਿ ॥ (ਪੰਨਾ-195)

ਜੀਤਿ ਜਨਮੁ ਇਹੁ ਰਤਨੁ ਅਮੋਲਕੁ
ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਜਪਿ ਇਕ ਖਿਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-210)

ਮਹਾ ਪਵਿਤ੍ਰ ਸਾਧ ਕਾ ਸੰਗੁ ॥
ਜਿਸੁ ਭੇਟਤ ਲਾਗੈ ਪ੍ਰਭ ਰੰਗੁ ॥ (ਪੰਨਾ-393)

ਨਾਨਕ ਪਤਿਤ ਪਵਿਤ ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ
ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਪਾਛੈ ਛੁਕਟੀ ॥ (ਪੰਨਾ-528)

ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵਹੁ ਪੂਰਨ ਹੋਵੈ ਘਾਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ-617)

ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਵਿਚ ਅਤਿਅੰਤ 'ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ' (gravity) ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਨਾਲ ਹਰ ਇਕ ਚੀਜ਼ ਧਰਤੀ ਵਲ ਖਿੱਚੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ।

ਸਾਡੀ ਧਰਤੀ ਦੇ ਉਦਾਲੇ-ਪੁਦਾਲੇ ਕਈਆਂ ਮੀਲਾਂ ਤਾਈਂ ਇਹ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਤੋਂ ਉਪਰ ਅਨੰਤ ਪੁਲਾੜ (space) ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਨਹੀਂ ਹੈ । ਇਸ ਪੁਲਾੜ ਵਿਚ ਜੇ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਪਹੁੰਚ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਥੇ ਹੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਖੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ।

ਇਸ ਅਨੰਤ ਪੁਲਾੜ ਵਿਚ, ਸਾਡੀ 'ਧਰਤੀ' ਵਾਂਗ ਹੋਰ ਬੇਅੰਤ 'ਗ੍ਰਹਿ' ਅਤੇ 'ਉਪ ਗ੍ਰਹਿ' ਯਾ ਸਤਾਰੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਦਾਲੇ ਭੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਰਜੇ ਦੀ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਜਦ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਪੁਲਾੜ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਭੀ ਗ੍ਰਹਿ ਦੇ ਵਾਯੂ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਗ੍ਰਹਿ ਦੀ ਆਪਣੀ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਲ ਖਿੱਚ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ।

ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਗਿਆਨਿਕਾਂ ਨੇ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ 'ਚੰਦ੍ਰ ਗ੍ਰਹਿ' ਵਿਚ ਭੀ ਉਸਦੀ ਆਪਣੀ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਹੈ, ਤੇ ਜੋ ਚੀਜ਼ ਭੀ ਚੰਦ੍ਰਮਾ ਦੇ ਵਾਯੂ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਚੀਜ਼ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਚੰਦ੍ਰਮਾ ਦੇ ਕੇਂਦਰ (centre) ਵਲ ਖਿੱਚੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਐਨ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡਾ 'ਮਨ' ਭੀ ਭਰਮ-ਮਈ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਸਹਿਜ-ਸੁਭਾਇ ਮਾਇਆ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਨਾਲ ਉਸ ਵਲ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਅਸੀਂ ਅਣਜਾਣੇ ਹੀ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਇਸ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਪਲਚ-ਪਲਚ ਕੇ ਖੁਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ।

ਪਲਚਿ ਪਲਚਿ ਸਗਲੀ ਮੁਈ ਝੂਠੈ ਧੰਧੈ ਮੋਹੁ ॥ (ਪੰਨਾ-133)

ਮੰਦਾ ਚਿਤਵਤ ਚਿਤਵਤ ਪਚਿਆ

ਜਿਨਿ ਰਚਿਆ ਤਿਨਿ ਦੀਨਾ ਧਾਕੁ ॥ (ਪੰਨਾ–825)

'ਅਨੁਭਵੀ ਗਿਆਨ' ਦੀ ਆਤਮਿਕ ਸ਼ਕਤੀ ਨਾਲ ਹੀ ਅਸੀਂ ਇਸ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਦੀ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਨੂੰ ਬੁੱਝ–ਸੀਝ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ 'ਸਤ ਸੰਗਤ' ਅਥਵਾ 'ਸਾਧ ਸੰਗਤ' ਦੇ ਆਸਰੇ ਹੀ ਮਾਇਕੀ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਸਲੀ 'ਨਿਜ ਘਰ', ਬੇਗਮਪੁਰੇ ਦੇ ਸੱਚੇ–ਸੁੱਚੇ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਆਤਮਿਕ ਦੇਸ਼ ਅਥਵਾ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇ ਦੇਸ਼ ਸਚਖੰਡ ਵਲ ਸਾਡੇ ਮਨ ਦਾ ਰੁਖ ਮੁੜ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਐਥੇ ਨੁਕਤੇ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ 'ਧਿਆਨ' ਨੂੰ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੀ ਆਤਮਿਕ ਕਲਾ (inspiration) ਦੁਆਰਾ ਇਕਾਗਰ ਕਰਕੇ ਮਾਇਕੀ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਤੋਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਜਦ ਭੀ ਸਾਡਾ ਮਨ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਇਕੀ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਸਾਡੇ ਮਨ ਉੱਤੇ ਹਾਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅਸੀਂ ਫਿਰ ਮਾਇਕੀ 'ਅਗਨ ਸੋਕ ਸਾਗਰ' ਵਿਚ ਗੋਤੇ ਖਾਣ ਲਗ ਪੈਂਦੇ ਹਾਂ ।

ਮਹਾ ਅਭਾਗ ਅਭਾਗ ਹੈ ਜਿਨ ਕੇ ਤਿਨ ਸਾਧੂ ਧੂਰਿ ਨ ਪੀਜੈ ॥
ਤਿਨਾ ਤਿਸਨਾ ਜਲਤ ਜਲਤ ਨਹੀ ਬੂਝਹਿ
ਡੰਡੁ ਧਰਮ ਰਾਇ ਕਾ ਦੀਜੈ ॥ (ਪੰਨਾ–1325)

ਇਸੇ ਲਈ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਤਾਈਂ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ (environment) ਵਿਚ ਰਹੀਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚਿਰ ਮਨ ਇਕਾਗਰ ਹੋਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 'ਧਿਆਨ' ਨਾਮ–ਬਾਣੀ–ਸੇਵਾ–ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ । ਪਰ ਜਦ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੋਈਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫੌਰਨ 'ਧਿਆਨ' ਮਾਇਆ, ਵਲ ਅਣਜਾਣੇ, ਸਹਿਜ–ਸੁਭਾਇ ਹੀ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਬਾਣੀ–ਨਾਮ–ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਰੰਗ–ਰਸ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ।

ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੁਆਰਾ ਸਾਡੇ ਧਿਆਨ ਦੀ 'ਸੁਰਤੀ' ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲਾਂ ਦੀ ਦੈਵੀ ਪ੍ਰੇਮ–ਸਵੈਪਨਾਂ ਦੇ ਅਕਾਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਉਡਾਰੀਆਂ ਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਉਲਟ ਸਾਧਸੰਗਤ ਦੇ ਆਤਮਿਕ ਵਾਤਾਵਰਣ (aura) ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਦਿਆਂ ਹੀ ਸਾਡੇ ਅੰਤਿਸ਼ਕਰਨ ਦੇ ਨੀਵੇਂ ਸੁਭਾਉ ਅਤੇ ਮਲੀਨ ਰੁਚੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਮੁੜ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਵਲ ਖਿੱਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਇਸ ਲਈ ਮਨ ਦੇ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਸੱਚੀ–ਸੁੱਚੀ ਜੀਉਂਦੀ–ਜਾਗਦੀ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੁਆਰਾ ਨਾਮ–ਬਾਣੀ–ਸਿਮਰਨ ਵਲ ਮੋੜਨ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ।

ਗੁਰ ਕੈ ਸਬਦਿ ਮਨੁ ਜੀਤਿਆ ਗਤਿ ਮੁਕਤਿ ਘਰੈ ਮਹਿ ਪਾਇ ॥

ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈਐ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮੇਲਿ ਮਿਲਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-26)

ਸਤਸੰਗਤਿ ਲਗਿ ਹਰਿ ਧਿਆਈਐ
ਹਰਿ ਹਰਿ ਚਲੈ ਤੇਰੈ ਨਾਲਿ ॥ (ਪੰਨਾ-234)

ਸਾਧਸੰਗਿ ਹਰਿ ਕੈ ਰੰਗਿ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿਮਰਣ ਲਾਗਿਆ ॥ (ਪੰਨਾ-457)

ਸਤਸੰਗਤਿ ਗੁਰ ਕੀ ਹਰਿ ਪਿਆਰੀ
ਜਿਨ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮੀਠਾ ਮਨਿ ਭਾਇਆ ॥ (ਪੰਨਾ-494)

ਸਾਧਸੰਗਿ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਚਿਤਾਰਾ ॥ (ਪੰਨਾ-717)

ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਈਐ ॥ (ਪੰਨਾ-804)

ਮਨਿ ਤਨਿ ਪ੍ਰਭੁ ਆਰਾਧੀਐ ਮਿਲਿ ਸਾਧ ਸਮਾਗੈ ॥ (ਪੰਨਾ-817)

ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਸਚੁ ਨਾਉ ਗੁਰ ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਸਿਖਾ ਸਮਝਾਇਆ ।
(ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 6/1)

ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਕਰਿ ਸਾਧਨਾ ਇਕ ਮਨਿ ਇਕੁ ਧਿਆਈ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 9/5)

ਇਹ 'ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ' ਅਥਵਾ 'ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ' ਕੋਈ ਅੱਡਰੇ ਦੇਸ਼, ਟਾਪੂ, ਗ੍ਰਹਿ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਇਹ ਤਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਵਲਵਲਿਆਂ ਅਥਵਾ 'ਪ੍ਰੇਮ ਸਵੈਪਨਾ' ਦਾ ਸਾਡੇ 'ਧਿਆਨ' ਅਥਵਾ 'ਸੁਰਤੀ-ਬਿਰਤੀ (consciousness) ਦੇ ਉਤਰਾਉ-ਚੜ੍ਹਾਉ ਦੀ ਸੂਖਮ ਅਵਸਥਾ ਅਥਵਾ ਖੇਲ ਹੈ'—ਜਿਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਗੁਰਮੁਖ ਹੀ ਜਾਣਦਾ ਯਾ ਪਹਿਚਾਣਦਾ ਹੈ—

ਵਿਰਲੇ ਕਉ ਸੋਝੀ ਪਈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਮਨੁ ਸਮਝਾਇ ॥ (ਪੰਨਾ-62)

ਗੁਰਮੁਖਿ ਖੋਟੇ ਖਰੇ ਪਛਾਣੁ ॥
ਗੁਰਮੁਖਿ ਲਾਗੈ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ ॥ (ਪੰਨਾ-942)

ਸਾਧਿਕ ਸਿਧ ਸਗਲ ਮੁਨਿ ਲੋਚਹਿ ਬਿਰਲੇ ਲਾਗੈ ਧਿਆਨੁ ॥
ਜਿਸਹਿ ਕ੍ਰਿਪਾਲੁ ਹੋਇ ਮੇਰਾ ਸੁਆਮੀ ਪੂਰਨ ਤਾ ਕੋ ਕਾਮੁ ॥ (ਪੰਨਾ-1226)

ਗੁਰਸਿਖ ਮਨਿ ਪਰਗਾਸੁ ਹੈ ਪਿਰਮ ਪਿਆਲਾ ਅਜਰੁ ਜਰੰਦੇ ।
ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਪੂਰਨ ਬ੍ਰਹਮੁ ਬ੍ਰਹਮੁ ਬਿਬੇਕੀ ਧਿਆਨੁ ਧਰੰਦੇ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 6/14)

ਦਿਬ ਦਿਸਟਿ ਗੁਰ ਧਿਆਨੁ ਧਰਿ ਸਿਖ ਵਿਰਲਾ ਕੋਈ ।
ਰਤਨ ਪਾਰਖੂ ਹੋਇ ਕੈ ਰਤਨਾ ਅਵਲੋਈ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 9/7)

'ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ' ਦੀ ਓਟ, ਆਸਰਾ, ਪ੍ਰੇਰਨਾ, ਅਗਵਾਈ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈ ਕੇ ਮਨ ਦਾ

ਧਿਆਨ ਯਾ 'ਸੁਰਤੀ-ਬਿਰਤੀ' ਦੇ ਰੁਖ ਨੂੰ ਆਤਮਿਕ ਮੰਡਲ ਵਲ ਮੋੜਨਾ ਜਗਿਆਸੂਆਂ ਦਾ ਦੈਵੀ ਉੱਦਮ ਤੇ ਕਰਤੱਵ ਹੈ ।

ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵਹੁ ਪੂਰਨ ਹੋਵੈ ਘਾਲਾ ॥ (ਪੰਨਾ-617)

ਗੁਨ ਗੋਬਿੰਦ ਨਿਤ ਗਾਈਐ ॥
ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਧਿਆਈਐ ॥ (ਪੰਨਾ-624)

ਸਾਧਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ
ਇਹੁ ਜਨਮੁ ਪਦਾਰਥੁ ਜੀਤਾ ਰੇ ॥ (ਪੰਨਾ-404)

ਸਾਧੂ ਸੰਗਿ ਭਜਹੁ ਗੁਪਾਲ ॥
ਆਨ ਸੰਜਮ ਕਿਛੁ ਨ ਸੂਝੈ ਇਹ ਜਤਨ ਕਾਟਿ ਕਲਿ ਕਾਲ ॥ (ਪੰਨਾ-675)

ਇਸ ਤੋਂ ਅਗੇ ਆਤਮ-ਮੰਡਲ ਦੀ 'ਅਚਰਜ ਕਥਾ' ਅਥਵਾ 'ਆਤਮ ਖੇਲ' ਨਿਰਾਲੀ ਤੇ ਹੋਰਵੇਂ ਹੈ ।

ਮਛਲੀ ਜਦ 'ਮਾਛੀ' ਦੀ ਕੁੰਡੀ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ 'ਮਾਛੀ' ਉਸ ਨੂੰ ਅਪਣੀ ਡੋਰੀ ਦੁਆਰਾ ਖਿੱਚ ਲੈਂਦਾ ਹੈ । ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਕਿਸੇ ਦੈਵੀ ਸੁਹਾਵਣੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਸੁਰਤੀ-ਬਿਰਤੀ ਇਤਨੀ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਨੰਤ 'ਪ੍ਰੇਮ ਸਵੈਪਨਾ' ਦੇ ਕਿੰਗਰਿਆਂ ਅਥਵਾ ਨਾਮ ਦੀ 'ਪਾਰਸ-ਕਲਾ' ਨੂੰ ਜਾ ਛੋਂਹਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਮ ਦੀ 'ਪ੍ਰੇਮ ਡੋਰੀ' ਨਾਲ 'ਬੱਝ' ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੀ ਸੁਰਤੀ ਨਾਮ ਦੇ 'ਪ੍ਰਿਮ ਰਸ' ਵਿਚ ਅਲਮਸਤ ਮਤਵਾਰੀ ਹੋਈ ਆਤਮ 'ਪ੍ਰੇਮ-ਡੋਰੀ ਨਾਲ ਖਿੱਚੀਂਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਇਹ ਸਭ 'ਨਾਮ' ਦੀ ਅਕਲ ਕਲਾ ਦੀ 'ਪਾਰਸ ਛੋਹ' ਹੈ ਜੋ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਅਪਾਰ ਕ੍ਰਿਪਾ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਨਦਰ-ਕਰਮ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਜਗਿਆਸੂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਜ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ।

ਅਲਖ ਅਭੇਉ ਹਰਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਏ ॥
ਉਪਾਇ ਨ ਕਿਤੀ ਪਾਇਆ ਜਾਏ ॥
ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਤਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਭੇਟੈ ਨਦਰੀ ਮੇਲਿ ਮਿਲਾਵਣਿਆ ॥ (ਪੰਨਾ-127)

ਜਨ ਨਾਨਕ ਕਰਮੀ ਪਾਈਅਨਿ ਹਰਿ ਨਾਮਾ ਭਗਤਿ ਭੰਡਾਰ ॥ (ਪੰਨਾ-162)

ਕਰਮਿ ਮਿਲੈ ਤਾ ਪਾਈਐ ਹੋਰ ਹਿਕਮਤਿ ਹੁਕਮੁ ਖੁਆਰੁ ॥ (ਪੰਨਾ-465)

ਇਹੁ ਪਿਰਮ ਪਿਆਲਾ ਖਸਮ ਕਾ ਜੈ ਭਾਵੈ ਤੈ ਦੇਇ ॥ (ਪੰਨਾ-947)

ਜਿਸੁ ਕਰਮੁ ਹੋਵੈ ਸੋ ਸਤਿਗੁਰੁ ਪਾਏ
ਅਨਦਿਨੁ ਲਾਗੈ ਸਹਜ ਧਿਆਨਾ ॥ (ਪੰਨਾ-797)

ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਸੂਖਮ ਸੁਰਤੀ 'ਸਬਦ ਧੁਨੀ' ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਡੋਰੀ ਨਾਲ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੀਡੀ ਹੋ

ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਮਾਇਕੀ ਸ਼ਕਤੀ ਇਸ ਡੋਰੀ ਨੂੰ ਤੋੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ ।

ਮੂ ਲਾਲਨ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ਬਨੀ ॥
ਤੋਰੀ ਨ ਤੂਟੈ ਛੋਰੀ ਨ ਛੂਟੈ ਐਸੀ ਮਾਧੋ ਖਿੰਚ ਤਨੀ ॥ (ਪੰਨਾ–827)

ਜਦ ਤਾਈਂ ਜਗਿਆਸੂ ਅਪਣੇ ਮਨ ਦੇ ਰੁਖ ਨੂੰ ਮਾਇਕੀ ਮੰਡਲ ਦੀ ਆਕਰਖਣ ਸ਼ਕਤੀ (gravity) ਵਿਚੋਂ ਕੱਢ ਕੇ ਆਤਮ–ਮੰਡਲ ਵਲ ਲਾਉਣ ਦਾ ਉਦਮ ਯਾ ਤਰਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਦ ਤਾਈਂ ਇਸ ਕਰਤਬ ਨੂੰ 'ਧਿਆਨ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਪਰ ਜਦ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਯਾ 'ਸੁਰਤੀ' ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਇ ਕਿਸੇ ਅਕਹਿ ਰਸ ਦੀ ਮਸਤੀ ਵਿਚ ਇਲਾਹੀ ਪ੍ਰੀਤ–ਡੋਰੀ ਨਾਲ ਖਿੱਚੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ 'ਸੁਰਤੀ' ਦਾ ਪ੍ਰਿਮ ਖੇਲ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਅਲੌਕਿਕ 'ਆਤਮ–ਪ੍ਰਿਮ–ਖੇਲ' ਵਿਚ ਜਗਿਆਸੂ ਦਾ ਕੋਈ ਉਦਮ ਯਾ ਜਤਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ।

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, 'ਬੀਨ' ਦੀ ਮਧੁਰ ਧੁਨੀ ਸੁਣ ਕੇ 'ਸਰਪ' ਮਸਤ ਹੋ ਕੇ ਮੇਲ੍ਹਣ ਲਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ 'ਧੁਨੀ' ਦਾ 'ਚੇਲਾ' ਬਣ ਕੇ ਮਗਰ–ਮਗਰ ਰਿੜਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ ।

ਐਨ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਸ 'ਪ੍ਰਿਮ ਖੇਲ' ਵਿਚ ਸਾਡੀ 'ਸੁਰਤ' ਗੁਰ ਸਬਦ ਦੀ 'ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ' ਸੁਣਕੇ, ਅਲਮਸਤ ਮਤਵਾਰੀ ਹੋ ਕੇ, 'ਸਬਦ ਧੁਨੀ' ਦੀ ਚੇਲੀ ਬਣ ਕੇ ਖਿੱਚੀਂਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਇਸ 'ਸਬਦ–ਸੁਰਤ' ਦੀ ਇਲਾਹੀ ਪ੍ਰਿਮ ਖੇਲ ਨੂੰ —

"ਸਬਦੁ ਗੁਰੂ ਸੁਰਤਿ ਧੁਨਿ ਚੇਲਾ ॥" (ਪੰਨਾ–943)

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ।

ਐਸੇ 'ਸਹਿਜ ਧਿਆਨ' ਦੀ ਆਤਮਿਕ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਅਚਰਜ ਅਕਥ–ਕਥਾ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਉਂ ਬਿਆਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ —

ਜੋ ਧੁਰਿ ਰਾਖਿਅਨੁ ਮੇਲਿ ਮਿਲਾਇ ॥ ਕਦੇ ਨ ਵਿਛੁੜਹਿ ਸਬਦਿ ਸਮਾਇ॥
ਆਪਣੀ ਕਲਾ ਆਪੇ ਹੀ ਜਾਣੈ ॥
ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਪਛਾਣੈ ॥ (ਪੰਨਾ–159)

ਧੁਨਿ ਮਹਿ ਧਿਆਨੁ ਧਿਆਨ ਮਹਿ ਜਾਨਿਆ
ਗੁਰਮੁਖਿ ਅਕਥ ਕਹਾਨੀ ॥ (ਪੰਨਾ–879)

ਚਰਨ ਕਮਲ ਸਿਉ ਲਾਗੋ ਧਿਆਨਾ ਸਾਚੈ ਦਰਸਿ ਸਮਾਈ ਸੰਤਹੁ ॥ (ਪੰ.–916)

ਅਮਰ ਪਦਾਰਥ ਤੇ ਕਿਰਤਾਰਥ
ਸਹਜ ਧਿਆਨ ਲਿਵ ਲਾਈਐ ॥ (ਪੰਨਾ–1127)

ਮਾਈ ਰੀ ਪੇਖਿ ਰਹੀ ਬਿਸਮਾਦ ॥
ਅਨਹਦ ਧੁਨੀ ਮੇਰਾ ਮਨੁ ਮੋਹਿਓ ਅਚਰਜ ਤਾ ਕੇ ਸ੍ਵਾਦ ॥ (ਪੰਨਾ–1226)

ਸਬਦੁ ਗੁਰੂ ਗੁਰੁ ਜਾਣੀਐ ਗੁਰਮੁਖਿ ਹੋਇ ਸੁਰਤਿ ਧੁਨ ਚੇਲਾ ।
ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਸਚਖੰਡ ਵਿਚਿ ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤਿ ਪਰਚੈ ਹੋਇ ਮੇਲਾ ।
ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਸਿਮਰਣੁ ਜੁਗਤਿ
ਕੂੰਜ ਕਰਮ ਹੰਸ ਵੰਸ ਨਵੇਲਾ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 7/20)

ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਪਰਚਾਇ ਕੈ ਨਿਤ ਨੇਹੁ ਨਵੇਲਾ ।
ਵੀਹ ਇਕੀਹ ਚੜਾਉ ਚੜਿ ਸਿਖ ਗੁਰੁ ਗੁਰੁ ਚੇਲਾ ।
ਅਪਿਉ ਪੀਐ ਅਜਰੁ ਜਰੈ ਗੁਰ ਸੇਵ ਸੁਹੇਲਾ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 13/14)

ਇਕ ਮਨਿ ਇਕੁ ਧਿਆਇਦੇ ਦੂਜੇ ਭਾਇ ਨ ਜਾਇ ਫਿਰੰਦੇ ।
ਸਬਦੁ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵ ਅਲਖੁ ਲਖੰਦੇ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 16/8)

ਸਬਦੁ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵ ਪਿਰਮ ਰਸੁ
ਅਕਥ ਕਹਾਣੀ ਕਥੀ ਨ ਜਾਏ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 16/10)

ਗਿਆਨ ਧਿਆਨ ਸਿਮਰਣਿ ਸਦਾ
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸਬਦਿ ਸੁਰਤਿ ਲਿਵਲਾਈ।.....
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਖ ਫਲੁ ਕੀਮ ਨ ਪਾਈ । (ਵਾ. ਭਾ. ਗੁ. 25/14)

ਸਬਦ ਸੁਰਤ ਪਰਮਾਰਥ ਪਰਮਪਦ
ਸਬਦ ਸੁਰਤ ਸੁਖ ਸਹਜ ਨਿਵਾਸ ਹੈ । (ਕ. ਭਾ. ਗੁ. 62)

ਸਬਦ ਬਿਬੇਕ ਏਕ ਟੇਕ ਜਾਂਕੈ ਮਨ ਬਸੈ
ਮਾਨ ਗੁਰ ਗਯਾਨ ਸੋਈ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਹੈ ।
ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਿ ਦਰਸ ਅਰੁ ਸਬਦ ਸੁਰਤਿ ਮਿਲਿ
ਪ੍ਰੇਮੀ ਪ੍ਰਿਅ ਪ੍ਰੇਮ ਉਨਮਨ ਉਨ ਮਾਨੀ ਹੈ ।
ਸਹਜ ਸਮਾਧਿ ਸਾਧ ਸੰਗਿ ਇਕ ਰੰਗ ਜੋਈ
ਸੋਈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਿਰਮਲ ਨਿਰਬਾਨੀ ਹੈ । (ਕਾ. ਭਾ. ਗੁ. 327)

(ਸਮਾਪਤ)