ਰੁਣ ਝੁਣੋ ਸਬਦੁ ਅਨਾਹਦੁ

ਰਾਮਕਲੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਰਾਮਕਲੀ ਰਾਗ ਵਿਚ ਉਚਾਰਣ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੰਨਾ ੯੨੫ ਤੇ ਅੰਕਿਤ ਹੈ।

ਰੁਣ ਝੁਣੋ ਸਬਦੁ ਅਨਾਹਦੁ ਨਿਤ ਉਠਿ ਗਾਈਐ ਸੰਤਨ ਕੈ ॥

ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ, ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਅਨ-ਆਹਤ (unstruck) ਸ਼ਬਦ (melody) ਜਾਂ ਧੁਨੀ ਦੀ ਗਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਕਾਇਨਾਤ ਵਿਚ ਸਭ ਧੁਨੀਆਂ ਆਹਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਭਾਵ, ਜੋ ਬਾਹਰੀ ਤਾਕਤ (force) ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ, ਸੱਟ ਮਾਰ ਕੇ, ਫੂਕ ਮਾਰ ਕੇ, ਹਵਾ ਭਰ ਕੇ, ਰਗੜ ਨਾਲ, ਆਦਿ। ਪਰ ਇਹ ਧੁਨੀ, ਬਿਨਾਂ ਸੱਟ ਦੇ, ਆਕਾਸ਼, space ਵਿਚ ਵਿਦਮਾਨ ਹੈ। ਇਹ ਅਧਿਆਤਮਕ, ਰੱਬੀ ਸੰਗੀਤ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਪਰਾ-ਬਾਣੀ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ, 'ਆਸਾ ਕੀ ਵਾਰ' ਵਿਚ ਇਸ '**ਅਨਹਦ ਸਬਦ**' ਬਾਰੇ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ 'ਆਪੁ' ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ, 'ਗੁਰ-ਜੋਤਿ' ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ; ਉਪਰੰਤ ਆਪਣਾ '**ਨਾਮ**', ਇਸ 'ਧੁਨੀ' ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ, ਤਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਸਾਜਨਾ ਕੀਤੀ ਅਤੇ 'ਗੁਰ-ਜੋਤਿ' ਰਾਹੀਂ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਕਰਕੇ, 'ਆਪੁ' ਨਿਰਗੁਣ ਪਰਮੇਸਰ ਆਸਣ ਲਗਾ ਕੇ ਬੜੇ ਚਾਅ ਨਾਲ ਸਭ ਜਗਤ ਤਮਾਸ਼ਾ ਵੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ- 'ਆਪੀਨੈ ਆਪੁ ਸਾਜਿਓ ਆਪੀਨੈ ਰਚਿਓ ਨਾਉ।। ਦੁਯੀ ਕੁਦਰਤਿ ਸਾਜੀਐ ਕਰਿ ਆਸਣੁ ਡਿਠੋ ਚਾਉ।।' ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ 'ਬਾਣੀ' ਲਫ਼ਜ਼, ਆਮ ਕਰਕੇ, ਇਸੇ '**ਅਨਹਦ ਸਬਦ**' ਵਲ ਹੀ ਸੰਕੇਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ '**ਸਬਦ**' ਜਾਂ '**ਧੁਨੀ**' ਨੂੰ ਹਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਸੁਣ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਲਈ, ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ intune ਹੋਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਲ frequency ਮਿਲਾਉਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਇਸੇ '**ਅਨਹਦ ਸਬਦ**' ਨਾਲ ਟਿਊਨਿੰਗ (intune) ਹੋਣ ਦੀ ਗਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਸ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਵੱਸਥਾ ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਇਸ 'ਧੁਨੀ', 'ਸਬਦ', 'ਬਾਣੀ', 'ਹੁਕਮ' ਨਾਲ ਟਿਊਨਿੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ '**ਧੁਨੀ**' ਦਾ ਹੀ ਕੁਝ ਹਿਸਾ, ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਬਦਲ ਕੇ ਸਾਡੇ ਪਾਵਨ ਗ੍ਰੰਥਾਂ - ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀ ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਉਤਨਾ ਕੁ ਹਿਸਾ ਹੀ, ਸਾਨੂੰ ਬਖ਼ਸ਼ਿਆ ਗਿਆ, ਜਿਤਨਾ, ਇਨਸਾਨੀ ਬੁਧੀ ਨੂੰ ਔਖਾ ਸੌਖਾ ਸਮਝ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। (ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਇਹ ਵੀ ਅਜ ਸਮਝ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਇਆ ਪਿਆ ਹੈ।)

ਅਰਥ : ਰੁਣਝੁਣੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਨਾਹਤ (Unstruck Melody) ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਟਿਊਨ (intune) ਹੋਣ ਲਈ, ਨਿਤ ਸਵੇਰੇ ਉਠ ਕੇ, ਸੰਤ ਜਨਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਵਾਹਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤ ਸਲਾਹ ਗਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਭਾਵ, ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਪੰਚਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ - 'ਮਿਲੁ ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ।।' ਇਹ ਗਲ ਅਗਲੀ ਪੰਕਤੀ ਵਿਚ ਹੋਰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਇਹ **ਅਨਾਹਤ ਸਬਦ** ਜਾਂ **ਧੁਨੀ** ਸੁਣਾਈ ਦੇਣ ਲਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਉਸਦੇ ਅੰਦਰ ਇਕ ਵਿਸਮਾਦਮਈ **ਰੁਣਝੁਣੀ** ਜ਼ਰੂਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਮਨੁਖ ਨੂੰ ਇਕ ਅਜੀਬ, ਵਿਸਮਾਦਕ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਨੁਖ ਪ੍ਰਭੂ-ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ

ਮਸਤਾਨਾ ਜਿਹਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਇਸ ਦਾ ਅਤਿ ਸੁੰਦਰ ਬਿਰਤਾਂਤ ਦਿਤਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਰੱਬੀ ਨੂਰ ਦੀਆਂ ਕਿਰਣਾਂ, ਮਨੁਖੀ ਹਿਰਦੇ ਅੰਦਰ, ਉਸ ਜੋਤਿ ਦਾ ਉਜਾਲਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸ ਗੁਰਮੁਖਿ ਦੇ ਅੰਦਰ **ਅਨਹਤ ਸ਼ਬਦ** ਦੀ ਧੁਨੀ ਨਾਲ, ਲਗਾਤਾਰ, **ਰੁਣਝੁਣ-ਕਾਰ** (ਕਾਰ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ 'ਇਕ ਰਸ ਲਗਾਤਾਰ') ਦਾ ਸਾਜ਼ ਵਜ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਮਨੁਖ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰ ਦੇ ਘਰ ਅਪੜ ਕੇ ਅਨਹਦ ਸਬਦ ਦਾ ਧੁਨੀ ਗਾਉਂਦਾ ਵਜਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਦਇਆਲੂ ਮਾਲਕ, ਇਹ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਾ ਕਰ ਕੇ ਆਪ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੋ ਕੇ ਵੇਖਦਾ ਹੈ - 'ਪਸਰੀ ਕਿਰਣਿ ਜੋਤਿ ਉਜਿਆਲਾ।। ਕਰਿ ਕਰਿ ਦੇਖੈ ਆਪਿ ਦਇਆਲਾ।। ਅਨਹਦ ਰੁਣ ਝੁਣਕਾਰੁ ਸਦਾ ਧੁਨਿ ਨਿਰਭਉ ਕੈ ਘਰਿ ਵਾਇਦਾ।।' ਇਸ ਰੁਣ ਝੁਣੀ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਕ, ਸਿਮਰਣ, ਸਿਰਫ਼, ਇਕ ਤੋਤਾ ਰਟਣ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਅਲੂਣੀ ਸਿਲ ਚਟਣ ਦੇ ਤੁਲ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵ, ਬੇ-ਸੁਆਦਾ ਕੰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਕ ਵੇਰ ਜਦੋਂ ਇਹ ਰੁਣਝੁਣੀ ਲਗ ਗਈ ਤਾਂ ਬਾਕੀ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸੁਆਦ, ਬੇ-ਸੁਆਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪਾਤਸ਼ਾਹ, ਇਸੇ ਤੱਥ ਨੂੰ, ਇੰਵ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਨਾਮ ਦੀ ਇਸ ਰੁਣ ਝੁਣਕਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਨੁਖ ਬੈਰਾਗੀ, ਭਾਵ, ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਅਤੀਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - 'ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਬੈਰਾਗੀ ਅਨਹਦ ਰੁਣ ਝੁਣਕਾਰੇ।।' ਪੰਨਾ ੪੩੬.

ਫ਼ਿਰ ਵੀ **ਅਨਹਦ ਸਬਦ** ਤੇ ਉਸਦੀ **ਰੁਣਝੁਣਕਾਰ**, ਬਿਆਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਦੀ ਹੱਦ ਤੋਂ ਬਾਹਰ, ਸਿਰਫ਼ ਮਾਣਨ ਦੀ ਗਲ ਹੈ, ਬਿਆਨ ਕਰਨਾ ਅਸੰਭਵ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ, ਇਸ ਅਨੁਭਵ ਦੇ, ਸਿਰਫ਼ ਇਸ਼ਾਰੇ ਹੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਿਲਵਿਖ ਸਭਿ ਦੋਖ ਬਿਨਾਸਨੁ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਜਪੀਐ ਗੁਰ ਮੰਤਨ ਕੈ ॥

ਅਰਥ : ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦਿਤੇ ਮੰਤਰ ਰਾਹੀਂ ਹਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਘੋਰ ਪਾਪ ਅਤੇ ਅਉਗੁਣਾਂ ਦਾ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

੧੦੭ ਪੰਨੇ ਤੇ ਵੀ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਫ਼ੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਣ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਅਉਗੁਣ ਲਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ, ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - 'ਸਿਮਰਤ ਨਾਮੁ ਦੋਖ ਸਭਿ ਲਾਥੇ।। ਅੰਤਰਿ ਬਾਹਰਿ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਸਾਥੇ।।' ਚੌਥੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ, ੧੬੯ ਪੰਨੇ ਤੇ, ਦਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਜਗ ਵਿਚ ਸਤ-ਰੂਪ **ਵਾਹਗੁਰੂ ਵਾਹਗੁਰੂ...** ਨਾਮ ਰੂਪੀ ਔਸ਼ਧੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਜੋ ਗੁਰੂ ਦੀ ਦਿਤੀ ਮਤ ਰਾਹੀਂ, ਭਾਵ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਦਿਤੇ ਮੰਤਰ - **ਵਾਹਗੁਰੂ ਵਾਹਗੁਰੂ...** ਦੇ ਜਾਪ ਰੂਪੀ ਰਸ ਨੂੰ ਪਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਾਪ, ਅਉਗੁਣ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ - 'ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਜਗਿ ਅਵਖਧੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਹਰਿ ਸਾਤੇ।। ਤਿਨ ਕੇ ਪਾਪ ਦੋਖ ਸਭਿ ਬਿਨਸੇ ਜੋ ਗੁਰਮਤਿ ਰਾਮ ਰਸੁ ਖਾਤੇ।।' ਪਰ ਇਹ ਕੰਮ, ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਵਿਚੋਲਗੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਤਸ਼ਾਹ, ਪੰਨਾ ੨੫੯ ਤੇ, ਦਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਨਾਮ ਔਸ਼ਧੀ ਹਰ ਇਕ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਪਈ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦੀ ਬਿਧਿ, ਪੂਰੇ ਗੁਰੂ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੀ - 'ਹਰਿ ਅਉਖਧੁ ਸਭ ਘਟ ਹੈ ਭਾਈ।। ਗੁਰ ਪੂਰੇ ਬਿਨੁ ਬਿਧਿ ਨ ਬਨਾਈ।।'

ਭਗਤੀ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ, ਜੋ, ਗਨਿਕਾ, ਅਜਾਮਲ, ਪੰਚਾਲੀ, ਆਦਿ ਦੀਆਂ ਜੋ ਮਿਸਾਲਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ, ਨਾਮ ਜਪ ਕੇ ਤਾਂ ਉਧਾਰ ਹੋ ਸਕਿਆ, ਕਿਉਂ ਜੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਮਹਾਤਮਾ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਨਾਲ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਖੇ ਲਗ ਕੇ, ਨਾਮ ਦਾ ਰੱਟਾ ਲਾਇਆ ਸੀ।

ਬਿਨਾਂ ਸਾਧੂ ਦੇ ਬਚਨ ਦੇ, ਨਾ ਤਾਂ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਉਧਾਰ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਇਥੇ ਗੁਰੂ ਮਹਾਰਾਜ ਦਾ ਬਚਨ ਹੈ - 'ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਜਪੀਐ ਗੁਰ ਮੰਤਨ ਕੈ।।'

ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਲੀਜੈ ਅਮਿਉ ਪੀਜੈ ਰੈਣਿ ਦਿਨਸੁ ਅਰਾਧੀਐ ॥

ਅਰਥ : ਇੰਞ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਕੇ, ਇਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਨਾਮ ਦਿਨ ਰਾਤ ਜਪੀਏ।

ਪੰਚਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ, ਪੰਨਾ ੧੩੨ ਤੇ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਮਈ ਨਾਮ, ਜੋ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਔਖਧ, ਔਸ਼ਧੀ, ਦਵਾਈ ਹੈ, ਪੀਵੀਏ ਅਤੇ, ਨਾਲ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਭਗਤ ਜਨ ਦੇ ਨਾਲ ਇਤਨਾ ਪ੍ਰੇਮ ਵਧਾਈਏ ਕਿ ਉਸ ਦੇ, ਸੋਹਣੇ ਮੁਖ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਵੇਖ ਕੇ ਜੀਵੀਏ - 'ਹਰਿ ਅਮਿਉ ਰਸਾਇਣੁ ਪੀਵੀਐ।। ਮੁਹਿ ਡਿਠੈ ਜਨ ਕੈ ਜੀਵੀਐ।।' ਪੰਨਾ ੫੧੮ ਤੇ, ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਰ ਰੋਜ਼, ਹਰ ਸਾਹ ਨਾਲ, ਹਰ ਗਰਾਂਹ ਨਾਲ ਉਸ ਪਾਲਣਹਾਰ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪੀਏ - 'ਨਿਤ ਜਪੀਐ ਸਾਸਿ ਗਿਰਾਸਿ ਨਾਉ ਪਰਵਦਿਗਾਰ ਦਾ।।'

ਜੋਗ ਦਾਨ ਅਨੇਕ ਕਿਰਿਆ ਲਗਿ ਚਰਣ ਕਮਲਹ ਸਾਧੀਐ ॥

ਅਰਥ : ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੇ ਨਾਲ ਅਨੇਕਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੋਗ, ਦਾਨ ਆਦਿਕ ਅਨੇਕ ਧਾਰਮਕ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਫ਼ਲ, ਸਿਮਰਣ ਦੇ ਵਿਚ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਸਾਧ ਜਨਾਂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਨਾਲ ਲਗ ਕੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਮ ਜਪ ਲਈਏ।

ਪਾਤਸ਼ਾਹ, ੪੬੧ ਪੰਨੇ ਤੇ, ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਾਧੂ ਸੰਗਤ ਕਰਦਿਆਂ, ਇਸ ਅੰਮ੍ਰਿਤ-ਰਸ ਨਾਮ ਦੇ ਸਾਗਰ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਜਾਣ ਨਾਲ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਰੂਪੀ ਅਖਾੜੇ ਵਿਚਲਾ ਰਣ, ਜਿਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - 'ਸੰਸਾਰ ਸਾਗਰੁ ਨਹ ਵਿਆਪੈ ਅਮਿਉ ਹਰਿ ਰਸੁ ਚਾਖਿਆ।। ਸਾਧ ਸੰਗੇ ਨਾਮ ਰੰਗੇ ਰਣੁ ਜੀਤਿ ਵਡਾ ਅਖਾੜਾ।।'

ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਦਇਆਲ ਮੋਹਨ ਦੂਖ ਸਗਲੇ ਪਰਹਰੈ ॥

ਅਰਥ : ਅਜਿਹੀ ਪ੍ਰੇਮਾ-ਭਗਤੀ ਨਾਲ ਪਿਆਰਾ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦਇਆਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੁਖ ਹਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਚੌਥੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦਾ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਹਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪ ਕੇ, ਉਸ ਵਲੋਂ, ਸਾਰੇ ਦੁਖ ਹਰੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ - 'ਨਾਨਕ ਨਾਮੁ ਪਵਿਤੁ ਹਰਿ ਮੁਖਿ ਬੋਲੀ ਸਭਿ ਦੁਖ ਪਰਹਰੀ।।' ਪੰਨਾ ੩੦੧. ਪੰਜਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਵੀ ਇਹੀ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦੋਂ ਪੂਰਾ ਗੁਰੂ, ਨਾਮ ਰੂਪੀ ਦਵਾਈ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਜਮ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫ਼ਿਰ ਕੋਈ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ - 'ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਸੰਜਮੁ ਕਰਿ ਦੀਆ।। ਨਾਨਕ ਤਉ ਫਿਰਿ ਦੂਖ ਨ ਥੀਆ।।' ਇਹ ਨੋਟ ਕਰਣ ਵਾਲੀ ਗਲ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਔਸ਼ਧੀ ਨਾਲ ਪਰਹੇਜ਼ ਵੀ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਬਿਨਵੰਤਿ ਨਾਨਕੁ ਤਰੈ ਸਾਗਰੁ ਧਿਆਇ ਸੁਆਮੀ ਨਰਹਰੈ ॥੧॥

ਅਰਥ : ਪੰਜਵੇਂ ਨਾਨਕ ਦਾ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਉਸ **ਨਰ-ਹਰਿ** ਸੁਆਮੀ, ਭਾਵ, ਉਸ ਭਗਤ ਵਛਲ ਦੇ ਧਿਆਉਣ, ਭਾਵ, ਸਿਮਰਣ ਕਰਣ ਨਾਲ ਭਵਜਲ ਸੰਸਾਰ ਸਾਗਰ ਪਾਰ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੈ।

ਨਰ-ਹਰਿ ਉਹ ਸਨ, ਜੋ ਭਗਤ ਪ੍ਰਹਲਾਦ ਨੂੰ ਹਰਨਾਖ਼ਸ਼ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਆਏ ਸੀ। ਗੁਰਬਾਣੀ

ਮੁਤਾਬਕ, ਉਹ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ ਦੀ ਹੀ **ਗੁਰ-ਜੋਤਿ** ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ - 'ਅਬ ਰਾਖਹੁ ਦਾਸ ਭਾਟ ਕੀ ਲਾਜ।। ਜੈਸੀ ਰਾਖੀ ਲਾਜ ਭਗਤ ਪ੍ਰਹਿਲਾਦ ਕੀ ਹਰਨਾਖਸ ਫਾਰੇ ਕਰ ਆਜ।।' ਪੰਨਾ ੧੪੦੦. ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਵਕਤ ਦੀ **ਗੁਰ-ਜੋਤਿ**, **ਨਰ-ਹਰਿ** ਬਾਬੇ ਨਾਨਕ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਮੁੜ ਗਰਭ ਜੋਨਿ ਦਾ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਭੋਗਣਾ ਪੈਂਦਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਸਾਫ਼ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਹੈ - 'ਗੁਰੁ ਨਾਨਕੁ ਜਿਨ ਸੁਣਿਆ ਪੇਖਿਆ ਸੇ ਫਿਰਿ ਗਰਭਾਸਿ ਨ ਪਰਿਆ ਰੇ।।' ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਆਪ ਪ੍ਰਤੱਖ ਨਾਰਾਇਣ ਹੀ ਹਨ, ਉਨਾਂ ਨੇ ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਵੀ ਰੂਪ ਧਾਰਣ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ। ਠੀਕ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦ੍ਰੋਪਦੀ, ਪੰਚਾਲੀ, ਵਕਤ ਦੇ **ਗੁਰ-ਜੋਤਿ**, ਸ੍ਰੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਜੀ ਨੂੰ, ਰਖਿਅਕ ਮੰਨਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਸਮੱਰਣ ਕਰਕੇ, ਵਡੀ ਬਿਪਤਾ ਤੋਂ ਬਚ ਗਈ ਸੀ, ਜਿਸ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਭਰੀ ਹੈ - 'ਪੰਚਾਲੀ ਕਉ ਰਾਜ ਸਭਾ ਮਹਿ ਰਾਮ ਨਾਮ ਸੁਧਿ ਆਈ।। ਤਾ ਕੋ ਦੂਖੁ ਹਰਿਓ ਕਰੁਣਾ ਮੈ ਅਪਨੀ ਪੈਜ ਬਢਾਈ।।' ਪੰਨਾ ੧੦੦੮. ਇਹੀ **ਨਰ-ਹਰਿ** ਸੁਆਮੀ ਹਰ ਸਮੇਂ ਤੇ ਆਪਣੇ ਭਗਤਾਂ ਦੀ ਰਖਿਆ ਕਰਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। ਕਲਿਜੁਗ ਵਿਚ ਵੀ ਨਾਨਕ ਰੂਪ ਹੋ ਕੇ, ਦਸ ਜਾਮੇ ਧਾਰ ਕੇ 'ਧਰਮ ਚਲਾਵਨ ਸੰਤ ਉਬਾਰਨ।। ਦੁਸਟ ਸਭਨ ਕੋ ਮੂਲ ਉਪਾਰਨ।।'(ਪਾ:੧੦) ਦਾ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ, ਗੁਰ ਮੰਤਰ ਦਾ ਜਾਪ ਜਪ ਕੇ, ਭਾਵ, 'ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਜਪੀਐ ਗੁਰ ਮੰਤਨ ਕੈ' ਵਾਲਾ ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇੰਝ, '**ਸਬਦੁ ਅਨਾਹਦੁ**' ਤਕ ਪੁਜ ਕੇ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਉਹ **ਰੁਣ ਝੁਣੀ** ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।