ਲਾਜ ਮਰੈ ਜੋ ਨਾਮੁ ਨ ਲੇਵੈ

ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੫ ॥
ਲਾਜ ਮਰੈ ਜੋ ਨਾਮੁ ਨ ਲੇਵੈ॥ ਨਾਮ ਬਿਹੂਨ ਸੁਖੀ ਕਿਉ ਸੋਵੈ॥
ਹਰਿ ਸਿਮਰਨੁ ਛਾਡਿ ਪਰਮਗਤਿ ਚਾਹੈ॥ ਮੂਲ ਬਿਨਾ ਸਾਖਾ ਕਤ ਆਹੈ॥੧॥

ਇਹ ਸ਼ਬਦ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਸਾਹਿਬ ਦਾ, ਭੈਰਉ ਰਾਗ ਵਿਚ ਉਚਾਰਣ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅੰਕ ੧੧੪੯ ਤੇ ਸੁਭਾਇਮਾਨ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਸਿਮਰਣ ਦੀ, ਬਹੁਤ ਭਾਰੀ ਲੋੜ ਦਸੀ ਗਈ ਹੈ। ਚੁਰਾਸੀ ਲਖ ਜੂਨਾਂ ਦੇ, ਜੁਗਾਂ ਬਧੀ ਲੰਮੇ ਗੇੜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਦੁਰਲਭ ਮਾਨਸ ਜਨਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਮੁਖ ਪ੍ਰਯੋਜਨ, ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਣ ਕਰ ਕੇ, ਉਸ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮਨੁਖ ਨੇ ਉਹੀ ਨਾ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਉਸ ਲਈ ਇਹ ਸ਼ਰਮ ਵਾਲੀ ਗਲ ਹੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਕੰਮ ਲਈ ਆਇਆ ਉਹੀ ਨਾ ਕੀਤਾ। ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਚੰਗੇ ਕਰਮ ਕਰਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਸਿਮਰਣ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਪਰਮ ਗਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਹਰੀ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ, ਸਿਮਰਣ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਕਿਸੇ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦਾ ਹੁਕਮ ਹੈ ਕਿ ਸਿਮਰਣ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਬਾਕੀ ਸਭ ਚੰਗੇ ਆਚਾਰ ਵਿਹਾਰ, ਚੰਗੇ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਕੀਤੇ ਧਰਮ ਕਰਮ ਵੀ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ, **ਸਾਧੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਨਾਲ ਲਗ ਕੇ ਸਿਮਰਣ ਕੀਤਿਆਂ ਹੀ** ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੇ ਗੇੜ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਸੰਭਵ ਹੈ – 'ਆਨ ਅਚਾਰ ਬਿਉਹਾਰ ਹੈ ਜੇਤੇ ਬਿਨੁ ਸਿਮਰਨ ਫੋਕ॥ ਨਾਨਕ ਜਨਮ ਮਰਣ ਭੈ ਕਾਟੇ ਮਿਲਿ ਸਾਧੂ ਬਿਨਸੇ ਸੋਕ॥', ਅੰਕ ੬੮੨.

ਲਾਜ ਮਰੈ ਜੋ ਨਾਮੁ ਨ ਲੇਵੈ॥ ਨਾਮ ਬਿਹੂਨ ਸੁਖੀ ਕਿਉ ਸੋਵੈ॥

– – ਜੋ ਮਨੁਖ, ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਜਪਦਾ, ਉਹ ਲੱਜਾ ਨਾਲ, ਸ਼ਰਮ ਨਾਲ ਮਰ ਹੀ ਜਾਏ। ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪੇ ਬਿਨਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਖ ਦੀ ਨੀਂਦ ਹੀ ਕਿਉਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ !!

ਪਾਤਸ਼ਾਹ, ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਧਿਕਾਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੈਨੂੰ ਸ਼ਰਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਤੂੰ ਸੁਖਾਂ ਦੇ ਸਾਗਰ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ, ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਨਾਮ ਸਿਮਰਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ! ਤੂੰ ਅਭਾਗਾ ਹੈਂ – '**ਅਭਾਗੇ ਤੈ** ਲਾਜ ਨਾਹੀ॥(!!) ਸੁਖ ਸਾਗਰ ਪੂਰਨ ਪਰਮੇਸਰੁ ਹਰਿ ਨ ਚੇਤਿਓ ਮਨ ਮਾਹੀ॥', ਅੰਕ ੮੯੨. ਸਮਾਂ ਬੀਤੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਇਤਨੇ ਥੋੜੇ ਮਿਲੇ ਹੋਏ ਸਮੇਂ (ਮਨੁਖਾ ਜਨਮ) ਵਿਚ ਵੀ ਸਿਮਰਣ ਨਾ ਕਰ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਅਜਾਈਂ ਗੁਆ ਲਿਆ ਤਾਂ ਬੜੀ ਸ਼ਰਮ ਵਾਲੀ ਗਲ ਹੈ।

'ਲਾਜ ਮਰੈ' ਕਹਿ ਕੇ ਨਾਮ ਨਾ ਜਪਣਾ ਸਿਧੇ ਸਿਧੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਬੇਸ਼ਰਮੀ, ਅਤੇ ਨਾਮ ਨਾ ਜਪਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰਲੱਜ, ਬੇਸ਼ਰਮ ਕਹਿਣਾ ਹੀ ਹੈ।

ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਨੇ ਵੀ ਨਾਮ ਨਾ ਜਪਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰਲੱਜ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਆਗਾਹ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸੂਰ, ਕੁਤੇ ਆਦਿ ਅਨੇਕ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਭਟਕਦਿਆਂ, ਤੈਨੂੰ ਮਨੁਖਾ ਜਨਮ ਮਿਲ ਗਿਆ ਹੈ, ਤੈਨੂੰ ਸ਼ਰਮ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ, ਤੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਸਿਮਰਣ ਨੂੰ ਛਡ ਕੇ, ਬਿਖ ਰੂਪ ਮਾਇਆ ਦੇ ਭੋਗ ਭੋਗ ਰਿਹਾ ਹੈਂ – '**ਸੂਕਰ ਕੂਕਰ ਜੋਨਿ ਭ੍ਰਮੇ ਤਊ ਲਾਜ ਨ ਆਈ॥ ਰਾਮ ਨਾਮ ਛਾਡਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕਾਹੇ ਬਿਖੁ ਖਾਈ॥**', ਅੰਕ ੬੯੨. ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਿਮਰਨ ਨਾ ਕਰਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਖ਼ਤ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਰਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਹੈ ਕਿ **ਜੋ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਨਾਮ ਜਪੇ ਬਿਨਾਂ ਸੁਆਦਲੇ ਪਦਾਰਥ ਖਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਉਂ ਜਾਣੋ ਜਿਵੇਂ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਥੁਕਾਂ ਪਾ ਰਹੇ ਹੋਣ** – '**ਜਿਤੁ ਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਨ**

ਉਚਰਹਿ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਰਸ ਖਾਹਿ॥ ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ ਤਿਤੁ ਮੁਖਿ ਥੁਕਾ ਪਾਹਿ॥', ਅੰਕ ੪੭੩. ਪੰਜਵੇਂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਅਨੁਸਾਰ ਜੋ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਵੀ ਪਹਿਨਦੇ, ਖਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਉਂ ਜਾਣੋ, ਜਿਵੇਂ ਕੁਤਾ ਜੂਠ ਵਿਚ ਮੂੰਹ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫ਼ਿਰ, ਮਨ ਵਿਚ ਨਾਮ ਜਪੇ ਬਿਨਾਂ ਜੋ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਚੋਰਾਂ ਵਾਂਙ, ਜਮਾਂ ਦੀ ਪੁਰੀ ਵਿਚ ਬੰਨ੍ਹ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - '**ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਜੋ ਪਹਿਰੈ ਖਾਇ॥ ਜਿਉ ਕੂਕਰੁ ਜੂਠਨ ਮਹਿ ਪਾਇ॥..ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਜਿਨਿ ਮਨਿ ਨ ਆਰਾਧਾ॥ ਚੋਰ ਕੀ ਨਿਆਈ ਜਮ ਪੁਰਿ ਬਾਧਾ॥**', ਅੰਕ ੨੪੦.

ਹਰਿ ਸਿਮਰਨੁ ਛਾਡਿ ਪਰਮਗਤਿ ਚਾਹੈ॥ ਮੂਲ ਬਿਨਾ ਸਾਖਾ ਕਤ ਆਹੈ॥

-- **ਜਿਹੜਾ ਮਨੁਖ, ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਣ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਪਰਮ ਗਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੜ੍ਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਟਹਿਣੀਆਂ ਕਿਵੇਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ !੧।**

ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ **ਸਿਮਰਨ ਮੂਲ ਹੈ**, ਜੜ੍ਹ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਮ-ਗਤੀ, ਮਨੁਖ ਦੇ ਪਰਮ-ਲਖ਼ਸ਼ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ, ਉਸ ਮੂਲ ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ਾਖਾ, ਟਹਿਣੀ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਆਪਣੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇਹ ਗਲ ਸਮਝਾਈ ਹੈ ਕਿ ਮੂਲ ਹੀ ਅਸਲ ਹੈ। ਮੂਲ ਨੂੰ ਛਡ ਕੇ, ਟਹਿਣੀ ਨਾਲ ਲਗਣ ਨਾਲ ਕੁਝ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਨਾਮ ਦੇ ਸਿਮਰਣ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਕੋਈ ਜਨਮ ਮਰਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਛੁਟ ਸਕਦਾ ਹੈ - 'ਮੂਲੁ ਛੋਡਿ ਡਾਲੀ ਲਗੇ ਕਿਆ ਪਾਵਹਿ ਛਾਈ॥ **ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਕਿਉ ਛੂਟੀਐ** ਜੇ ਜਾਣੈ ਕੋਈ॥', ਅੰਕ ੪੨੦. ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਿਮਰਨ ਹੀ ਮੂਲ ਹੈ, ਜੋ ਜਨ ਇਸ ਮੂਲ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹਨ, ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਪਰਵਾਨ ਹੋਏ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ **ਗੁਰੂ ਦੇ ਦਿਤੇ ਲਫ਼ਜ਼ ਦੁਆਰਾ** ਰਾਮ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ, ਦਿਨੇ ਰਾਤੀਂ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਇਕ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਜਾਣਿਆ ਹੈ - 'ਮੂਲਿ ਲਾਗੇ ਸੇ ਜਨ ਪਰਵਾਣੁ॥ ਅਨਦਿਨੁ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਜਪਿ ਹਿਰਦੈ **ਗੁਰ ਸਬਦੀ** ਹਰਿ ਏਕੋ ਜਾਣੁ॥', ਅੰਕ ੩੬੨.

ਗੁਰੁ ਗੋਵਿੰਦੁ ਮੇਰੇ ਮਨ ਧਿਆਇ॥
ਜਨਮ ਜਨਮ ਕੀ ਮੈਲੁ ਉਤਾਰੈ ਬੰਧਨ ਕਾਟਿ ਹਰਿ ਸੰਗਿ ਮਿਲਾਇ॥੧॥ਰਹਾਉ॥

-- ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਨ ! ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਅਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਨੂੰ ਸਦਾ ਹੀ ਮਨ ਵਿਚ ਧਿਆ, ਚੇਤੇ ਕਰ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਜਨਮਾਂ ਜਨਮ ਦੇ ਪਾਪਾਂ ਦੀ ਮੈਲ ਉਤਰ ਜਾਏਗੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਾਇਆ ਦੇ ਬੰਧਨ ਕਟੇ ਜਾਣਗੇ, ਇਸਦੇ ਫ਼ਲਸਰੂਪ ਗੁਰੂ, ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਹੋ ਜਾਏਗਾ।੧।ਰਹਾਉ।

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸਾਹਿਬ ਦੇ, ਅੰਕ ੮੨੫ ਤੇ ਬਚਨ ਹਨ ਕਿ 'ਹਰਿ ਹਰਿ', ਭਾਵ, **ਵਾਹਗੁਰੂ ਵਾਹਗੁਰੂ..** ਜਪਣ ਨਾਲ ਰੱਬੀ ਸੁਖ ਅਤੇ ਸਾਧੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਚਰਣਾਂ ਦੀ ਧੂੜ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜਨਮ ਮਰਣ ਦਾ ਦੁਖ ਮਿਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ - 'ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਜਪਤ ਸੁਖ ਸਹਜੇ ਮਜਨੁ ਹੋਵਤ ਸਾਧੂ ਧੂਰੇ॥ ਆਵਣ ਜਾਣ ਰਹੇ ਥਿਤਿ ਪਾਈ ਜਨਮ ਮਰਣ ਕੇ ਮਿਟੇ ਬਿਸੂਰੇ॥'

ਤੀਰਥਿ ਨਾਇ ਕਹਾ ਸੁਚਿ ਸੈਲੁ॥ ਮਨ ਕਉ ਵਿਆਪੈ ਹਉਮੈ ਮੈਲੁ॥
ਕੋਟਿ ਕਰਮ ਬੰਧਨ ਕਾ ਮੂਲੁ॥ ਹਰਿ ਕੇ ਭਜਨ ਬਿਨੁ ਬਿਰਥਾ ਪੂਲੁ॥੨॥

-- ਤੀਰਥਾਂ ਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਣ ਨਾਲ ਕਿਹੜਾ ਕੋਈ ਕਠੋਰ ਚਿਤ ਹਿਰਦਾ ਸੁਚਾ, ਪਵਿਤਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ! ਸਗੋਂ ਮਨ ਵਿਚ ਹਉਮੈ ਦੀ ਮੈਲ ਹੋਰ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ, ਅੰਕ ੭੮੯ ਤੇ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਖੋਟੇ ਮਨ ਵਾਲੇ ਚੋਰ ਬਿਰਤੀ ਵਾਲੇ, ਤੀਰਥਾਂ ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ੁਧ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ! ਮੈਲ ਦਾ ਜੇ ਇਕ ਹਿਸਾ ਉਤਰ ਵੀ ਜਾਏ ਤਾਂ, ਹੰਕਾਰ ਕਰ ਕੇ, ਦੋ ਹਿਸੇ ਮੈਲ ਹੋਰ ਚੜ੍ਹਾ ਲਈ - 'ਨਾਵਣ ਚਲੇ ਤੀਰਥੀ ਮਨਿ ਖੋਟੈ ਤਨਿ ਚੋਰ॥ ਇਕੁ ਭਾਉ ਲਥੀ ਨਾਤਿਆ ਦੁਇ ਭਾ ਚੜੀਅਸੁ ਹੋਰ॥'

ਕੋਟਿ ਕਰਮ ਬੰਧਨ ਕਾ ਮੂਲੁ॥ ਹਰਿ ਕੇ ਭਜਨ ਬਿਨੁ ਬਿਰਥਾ ਪੂਲੁ॥

-- **ਬੇਸ਼ੱਕ ਜਿਤਨੇ ਮਰਜ਼ੀ, ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਕਰਮ ਕਰ ਲਉ ਪਰ ਇਹ ਤਾਂ ਹੋਰ ਬੰਧਨਾਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹਨ। ਹਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਭਜਨ, ਸਿਮਰਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਇੰਞ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਦਾਣੇ ਛਡ ਕੇ, ਸਿਰ ਤੇ ਕੱਖਾਂ ਦੀ ਨਿਕੰਮੀ ਪੰਡ ਹੀ ਚੁਕੀ ਹੋਈ ਹੋਵੇ।**

ਚੰਗੇ ਕਰਮ ਚੰਗੇ ਜਨਮ ਦਿਵਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਬੁਰੇ ਕਰਮ ਬੁਰੇ ਜਨਮ ਦਿਵਾਉਣਗੇ। ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਨਮ, ਬੰਧਨ ਹੀ ਹਨ। ਸਿਰਫ਼ ਨਾਮ ਜਪ ਕੇ ਹੀ ਛੁਟਕਾਰਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਬਚਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ **ਜੋ ਮਨੁਖ ਨਾਮ ਸਿਮਰਣ ਨਾਲ ਪ੍ਰੀਤੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਹ ਕ੍ਰੋੜਾਂ ਚੰਗੇ ਮੰਦੇ ਕਰਮ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਵੀ ਨਰਕ ਦਾ ਹੀ ਭਾਗੀ ਬਣਦਾ ਹੈ**। ਆਪਣਾ ਨਾਂ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਜਿਤਨਾ ਮਰਜ਼ੀ ਖਲਾਰਾ ਪਾ ਲਵੇ, ਨਾਮ ਸਿਮਰਣ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਝੂਠ ਦਾ ਹੀ ਪਸਾਰਾ ਹੈ - 'ਨਾਮ ਸੰਗਿ ਮਨਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨ ਲਾਵੈ॥ **ਕੋਟਿ ਕਰਮ ਕਰਤੋ ਨਰਕ ਜਾਵੈ॥**.. ਲਾਖ ਅਡੰਬਰ ਬਹੁਤੁ ਬਿਸਥਾਰਾ॥ ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਝੂਠੇ ਪਾਸਾਰਾ॥', ਅੰਕ ੨੪੦. ਭਗਤ ਕਬੀਰ ਜੀ ਨੇ ਰਾਮ ਨਾਮ ਦੇ **ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਧਰਮ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਦੇ ਪਾਠ** ਵਰਗੇ ਧਰਮ ਕਰਮਾਂ ਨੂੰ ਵੀ **ਫ਼ਜ਼ੂਲ** ਮੰਨਿਆਂ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਖੋਤੇ ਨੇ ਭਾਵੇਂ ਚੰਦਨ ਲਦਿਆ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਉਸ ਲਈ ਤਾਂ ਉਹ ਨਿਰੱਰਥਕ ਭਾਰ ਹੀ ਹੈ। **ਭਵਸਾਗਰ ਤੋਂ ਪਾਰ ਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਰਾਮ ਨਾਮ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਹੋ ਸਕੀਦਾ ਹੈ** - 'ਬੇਦ ਪੁਰਾਨ ਪੜੇ ਕਾ ਕਿਆ ਗੁਨੁ ਖਰ ਚੰਦਨ ਜਸ ਭਾਰਾ॥ ਰਾਮ ਨਾਮ ਕੀ ਗਤਿ ਨਹੀ ਜਾਨੀ ਕੈਸੇ ਉਤਰਸਿ ਪਾਰਾ॥', ਅੰਕ ੧੧੦੨.

ਬਿਨੁ ਖਾਏ ਬੂਝੈ ਨਹੀ ਭੂਖ॥ ਰੋਗੁ ਜਾਇ ਤਾਂ ਉਤਰਹਿ ਦੂਖ॥

ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮੋਹਿ ਬਿਆਪਿਆ॥ ਜਿਨਿ ਪ੍ਰਭਿ ਕੀਨਾ ਸੋ ਪ੍ਰਭੁ ਨਹੀ ਜਾਪਿਆ॥੩॥

-- ਜਿਵੇਂ ਭੋਜਨ ਖਾਧੇ ਬਿਨਾਂ ਭੁਖ ਨਹੀਂ ਲਹਿੰਦੀ, ਤਿਵੇਂ ਰੋਗ ਦੂਰ ਹੋਏ ਬਿਨਾਂ ਦੁਖ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਰੋਗ ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਦੁਖ ਲਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਦਵਾਈ ਖਾਧੇ ਬਿਨਾਂ ਤਾਂ ਰੋਗ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ।

-- ਉਹ ਪ੍ਰਾਣੀ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧ ਲੋਭ ਮੋਹ ਆਦਿ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਫ਼ਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਸ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਜਿਸ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ, ਹਉਮੈ, ਵਿਕਾਰਾਂ ਆਦਿ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਗਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਜਨਮ ਮਰਣ ਆਦਿ ਦੁਖ ਬਣੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦੁਖ ਸਿਮਰਣ ਨਾਲ ਹੀ ਦੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ, ਅਗਿਆਨੀ ਮੂਰਖ ਮਨੁਖ ਦੀ ਗਲ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸਨੇ ਸਿਮਰਣ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਦਿਤਾ ਅਤੇ ਅਗਿਆਨਤਾ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਹੋਣ ਕਰ ਕੇ ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੇ ਗੇੜ ਵਿਚ ਫ਼ਸ ਕੇ

ਦੁਖ ਭੋਗਦਾ ਹੈ, ਖ਼ੁਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ - 'ਅੰਧੁਲੈ ਨਾਮੁ ਵਿਸਾਰਿਆ ਮਨਮੁਖਿ ਅੰਧ ਗੁਬਾਰੁ॥ ਆਵਣੁ ਜਾਣੁ ਨ ਚੁਕਈ ਮਰਿ ਜਨਮੈ ਹੋਇ ਖੁਆਰੁ॥', ਅੰਕ ੧੯.

ਧਨੁ ਧਨੁ ਸਾਧ ਧੰਨੁ ਹਰਿ ਨਾਉ॥ ਆਠ ਪਹਰ ਕੀਰਤਨੁ ਗੁਣ ਗਾਉ॥
ਧਨੁ ਹਰਿ ਭਗਤਿ ਧਨੁ ਕਰਣੈਹਾਰ॥ ਸਰਣਿ ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਭ ਪੁਰਖ ਅਪਾਰ॥੪॥੩੨॥੪੫॥

-- ਧੰਨ ਹੈ ਧੰਨ ਹੈ ਉਹ ਸਾਧੂ ਜਨ ਅਤੇ ਧੰਨ ਹੈ ਹਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ, ਜੋ ਉਸ ਸਾਧੂ ਨੇ ਅਠੇ ਪਹਿਰ ਵਾਹਗੁਰੂ ਦੀ ਕੀਰਤੀ, ਜੱਸ ਦਾ ਗੁਣਗਾਨ, ਸਿਮਰਣ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਪਿਆ ਹੈ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਬਚਨ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਭਗਤ ਧੰਨ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਹੈ, ਉਸਦਾ ਨਾਮ ਜਪਦੇ ਹਨ। ਧੰਨ ਹੈ ਉਹ ਮਸਤਕ ਜਿਹੜਾ ਤੇਰੇ ਚਰਣਾਂ ਤੇ ਲਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਨੇਤਰ ਜੋ ਤੇਰਾ ਦੀਦਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ - 'ਧਨੁ ਓਹੁ ਮਸਤਕੁ ਧਨੁ ਤੇਰੇ ਨੇਤ॥ ਧਨੁ ਓਇ ਭਗਤ ਜਿਨ ਤੁਮ ਸੰਗਿ ਹੇਤ॥', ਅੰਕ ੨੦੦. ਹੋਰ ਬਚਨ ਹਨ, ਧੰਨ ਹਨ ਉਹ ਭਗਤ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਤੇਰੀ ਭਗਤੀ ਕਰ ਕੇ, ਹੇ ਸਦਾ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭੂ ! ਤੇਰਾ ਦੀਦਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ - 'ਧੰਨੁ ਸੁ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਜਿਨ੍ਹੀ ਸਚੁ ਤੂੰ ਡਿਠਾ॥', ਅੰਕ ੯੬੬.

-- ਧੰਨ ਹੈ ਹਰੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਭਗਤ ਅਤੇ ਧੰਨ ਹੈ ਮਾਲਕ ਪ੍ਰਭੂ, ਜਿਸ ਨੇ ਅਜਿਹੇ ਭਗਤ ਨੂੰ ਭਗਤ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਪੰਜਵੇਂ ਨਾਨਕ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੈਂ ਅਜਿਹੇ ਅਪਾਰ ਪ੍ਰਭੂ ਅਤੇ ਉਸ ਭਗਤ ਪੁਰਖ ਦੀ ਸ਼ਰਨੀ ਪੈਂਦਾ ਹਾਂ।

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਵੀ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਣੀਂ ਢਹਿ ਪਵਾਂ, ਜੋ ਦਇਆ ਕਰ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਦਏ - 'ਹਉ ਗੁਰ ਸਰਣਾਈ ਢਹਿ ਪਵਾ ਕਰਿ ਦਇਆ ਮੇਲੇ ਪ੍ਰਭੁ ਸੋਇ॥', ਅੰਕ ੩੯. ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸਾਹਿਬ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਬਚਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੋ ਅਜਿਹੇ ਭਗਤ ਸੰਤ ਦੀ ਸ਼ਰਣ ਪੈ ਗਿਆ ਉਹ ਭਵਜਲ ਸੰਸਾਰ ਸਾਗਰ ਤੋਂ ਤਰ ਗਿਆ, ਸੰਤ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਨਾਲ ਅਜਿਹੀ ਆਸ ਪੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ - 'ਉਨ ਕੀ ਸਰਣਿ ਪਰੈ ਸੋ ਤਰਿਆ ਸੰਤ ਸੰਗਿ ਪੂਰਨ ਆਸਾ॥', ਅੰਕ ੨੦੭. ਸਤਿਗੁਰੂ ਫ਼ੁਰਮਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੈਂ ਉਸ ਭਗਤ ਜਨ ਤੋਂ ਵਾਰਨੇ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ ਜਿਸ ਨੇ ਮਨ ਤਨ ਨਾਲ ਤੇਰੀ ਅਰਾਧਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਸਾਧੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਨਾਲ ਭਵਜਲ ਸੰਸਾਰ ਸਾਗਰ ਤਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਵਿਕਾਰ ਵੀ ਸਾਧੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮੈਂ ਅਜਿਹੇ ਭਗਤਾਂ ਦੀ ਸ਼ਰਣ ਪਿਆ ਹਾਂ - 'ਵਾਰਿ ਵਾਰਿ ਜਾਈ ਤਿਸੁ ਵਿਟਹੁ ਜੋ ਮਨਿ ਤਨਿ ਤੁਧੁ ਆਰਾਧੇ ਜੀਉ॥..ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਉਨਿ ਭਉਜਲੁ ਤਰਿਆ ਸਗਲ ਦੂਤ ਉਨਿ ਸਾਧੇ ਜੀਉ॥ ਤਿਨ ਕੀ ਸਰਣਿ ਪਰਿਆ ਮਨੁ ਮੇਰਾ॥..', ਅੰਕ ੧੦੨.

ਆਉ ਅਸੀਂ ਵੀ ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿਮਰਨ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਜਨਮ ਸਫ਼ਲਾ ਕਰ ਕੇ ਜਨਮ ਮਰਨ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋ ਜਾਈਏ।