



“आसन”

अज दे इस रुहानी सतसंग विच जो शब्द बक्शीश कीता है, ओ है “आसन” ।

“खोजत - खोजत दरसन चाहे । भांत भांत बन बन अवगाहे । निरगुण - सरगुण हरि हरि मेरा । कोई है जीउ आण मिलावे जीउ । खट सासत बिचरत मुख गिआना । पूजा तिलक तीरथ इसनाना । निवली करम आसन चउरासीह इन महि सांत न आवै जीउ ।”

(5-98)

● ^{६६}हरि दर सेवे अलख अभेवे निहचल आसण पाइआ । तह
जनम न मरण न आवण जाणा संसा दूखु मिटाइआ । चित्रगुप्त
का कागद फारिआ जमदूता कछू न चली । नानक सिख देइ
मन प्रीतम हरि लेद खेप सवली । ^{११} (5-79)

● ^{६६}प्रथमे तिआगी हउमै प्रीत । दुतीआ तिआगी लोणा रीत । त्रै
गुण तिआगं दुरजन मीत समाने । तुरीआ गुण मिल साथ
पछाने । सहज गुणा महि आसण बाधिआ । जीत सरूप
अनाहद वाजिआ । महा अनंद गुर सबद बीचार । प्रिअ सिउ
राती धन सोहागण नार । ^{११} (5-370)

● अष्टांग (पतंजलि ऋषि) = (1) यम (छोड़ना) (2) नियम
(अपनाना) (3) आसन (84) (4) प्राणायाम (सांस-
साधना) (5) प्रत्याहार (बाहर से अन्दर) (6) ध्यान
(एकाकाचित्र) (7) धारणा (एकाग्रता) (8) समाधि (दुनिया
भुलाना)

● (1) यम (त्याग) (ए) झूठ (बी) हिंसा (मन, वचन, कर्म)
(सी) अस्तेय (वस्तु न लेना, चोरी न करना) (डी) ब्रह्मचर्य
(वासना नजर मन - वचन - काया) (इ) अपरिग्रह (संग्रह
अधिक नहीं, लालच नहीं)

● (2) नियम (लागू) (ए) शौच (सफाई) (शरीर - भोजन
विचार स्थान) (बी) संतोष (भाग्य) (सी) तप (आत्म संयम)

(इन्द्रीय-दुख, हानि-गरीबी) (डी) अध्ययन (वाणियों ग्रथों)
(इ) रजा (मोहरा-प्रेमाआनन्द) (यकीन प्रजेन्ट)

(पाठी माँ साहिबा)

हक्क हक्क हक्क

(शब्द गुरु प्रत्यक्षता)

इस शब्द विच गुरु साहबां ने आसन नाल सम्बन्धित जो उपदेश दिता है, ओ की है ! रूहानियत दा जो आसन है ओ सचखण्ड दे नाल सम्बन्ध रखदा है और इस लोक दे विच इस आसन दी कितनी महतता है और कित्थे तक असी इसनूं प्राप्त कर सकदे हां, सतिगुरु इस शब्द दे राही स्पष्ट करदे हन । आसन दा सम्बन्ध वेदा - शास्त्रां दे विच इक कर्मकाण्ड है जिसनूं असी योग कह के पुकारदे हां । उसनूं अष्टांग वी केहा जांदा है यानि कि योग दे अठ अंग, उसदे विच जो तीसरा अंग है ओ आसन नाल सम्बन्ध रखदा है । यम और नियम, आसन और प्राणायाम, प्रत्याहार और ध्यान, धारणा और समाधि, ऐ अठ अंग हन । इन अठ अंगां दे विच पहला जो अंग है ओ यम है, सतिगुरु बड़े सक्षिप्त रूप दे विच इस मजमून नूं जो कि भ्रम दे नाल भरया होया है उसनूं स्पष्ट करदे हन । यम दे पंज अंग हन, यम दा भाव है कुछ गल्लां

दा त्याग करना । नियम दा भाव है, कि कुछ गल्लां नूं असी धारण करना है । हुण त्याग किसदा करना है ? हिंसा दा । दूसरे नम्बर ते ब्रह्मचर्य, तीसरे नम्बर ते झूठ दा त्याग । फिर अस्तेय, फिर अपरिग्रह फिर पंज अंग हन यम दे । इसदा इक अंग वी है अगर जीवात्मा धारण कर लवे ते उसनूं कुछ फल दी प्राप्ति जरूर हो जायेगी, पर जगत विच असी की देखदे हां, वड्डे - 2 बैनर लगे होये ने, आचार्य वड्डे - वड्डे हैन भाषण देंदे हन, इस योग दे नाल सम्बन्ध रखदे हन, पर न ते ओ आप इन्हां नियमां दा पालन करदे ने, न ही सुणन वाले करदे ने । तां रूहानियत जो है इस तीसरे अंग नूं धारण नहीं करदी, संतां ने इस निचली कर्म निचली श्रेणी दा कर्म कह के इसदा उपदेश दिता है । हुण पहला जो अंग है इसदा, उसदे पंज उपअंग हन, उन्हां दे विच असी किस तरह पूरे उतर सकदे हां, उसदे लई जीवात्मा नूं उद्यम करना पैदा है । पहला सच, हुण सच नूं धारण करना है, झूठ नूं त्यागणा है । जद दे ऐ सत्संग चल रहे ने, सतिगुरां ने पहले ही ऐ शब्द बक्शीश कीता सी, कि असी सच्चे होंणा है, क्यों ! असी ओ सच नूं प्राप्त करना चाहंदे हां और असी अज तक इस सच नूं धारण नहीं कीता । अहिंसा, शारीरिक तौर ते हो सकदा है असी आपणे आप नूं सीमित कर

लईये कोई अहिंसा न करिये, किसी नूं कष्ट न पहुँचाईये, पर मानसिक तौर ते जुबान दे तौर ते, न असी जुबान दे स्वाद नूं त्यागया है, न क्रोध नूं त्यागया है । पूर्ण सतिगुरां दे कोल बैठ करके वी असी ऐसे - 2 कोड़े वचन बोलदे हां कि जख्म ते छः महीने साल विच भर जायेगा, पर ओ जेड़े वचन बोले गये ने, ओ जीवात्मा जदों वी उसदा ध्यान करदी है, ओ बचनां नूं याद करके तड़फदी है, तड़फ करके क्या ओ दुआ देंदी होयेगी ? सारी उम्र ऐ बचन कोई नहीं भुलदे यानि कि असी ऐसी हिंसा कर दिती इस जुबान दे नाल, कि ओ रोग जो है सारी उम्र वास्ते लग गया । आपणे वी करम बणाये और दूसरा जिसनूं केहा, ओ वी निन्दया कर रेहा है और ओ वी करम बणांदा है । ते असी किस तरीके नाल आपणे आप नूं अहिंसक कह सकदे हां ! काम दे नाल सम्बन्धित है ब्रह्मचर्य । हुण शारीरिक तौर ते कितने ने इस जगत दे विच जेड़े ब्रह्मचारी ने ! शारीरिक तौर ते कोई विरला मिलेगा बहुत ही मुश्किल । पर मानसिक तौर ते अखां दे जरिये, गुरु साहबां ने पिछे स्पष्ट कीता सी, अखां दे ऊपर पहरा बिठाणा, यानि कि इस अख दे नाल, वासना दी दृष्टि दे नाल किसी नूं नहीं देखणा, इक पल इक क्षण वास्ते । और इक क्षण दा वी भुगतान कितना है ? इक, कोट दिवस

कष्ट पांदी है जीवात्मा नरकां दे विच । हुण विचार करो, जो शारीरिक तौर ते ब्रह्मचर्य है कोई विरला, ते अख दे तौर ते क्या ओ ब्रह्मचर्य है ? उसने कोई पालन कीता है ? नहीं असम्भव । उस तों अगे चलिये अस्तेयः न किसे दी वस्तु नूं चोरी करना, न उसदे ऊपर कोई ऐसा बुरा ख्याल रखणा, न किसे कोलों कोई वस्तु लैणी । ऐ नहीं कि किसे दी चीज पई है, ओ बंदा ऐत्थे नहीं है अगल - बगल देखया चुक के जेब विच पा लई, यानि इसदा परहेज करना । हुण साडे विच्छों ऐसे कितने ने, जेड़े कि सामणे दे बुऐ (दरवाजे) ते अगर कोई ऐसी चीज आ खलोती है, जेड़ी इन्हां अखां नूं भा गई है, ते अन्दर ही अन्दर उसनूं आपणा बनाण दा उपराला करना शुरू नहीं कर देंदी है ! यानि ऐ वी असम्भव, किसे ने धारण नहीं कीता । अपरिग्रहः जरूरत तों ज्यादा किसे वी चीज दा संग्रह न करना । यानि कि इस शरीर नूं, इस जीवात्मा नूं जिनियां वस्तुआं दी लोड़ है सीमित रूप दे विच, इतनियां ही इकट्ठियां करनियां । हुण विचार करके देखिये, सानूं सतिगुरां ने झोपड़ी दे विच नहीं, महलां दे विच रखया है और इन्हां महलां दे विच रहण दे बावजूद असी आपणे पौत्रे - पौत्रियां दे घर पक्के करन लगे होये हां । यानि कि पंजों दे पंजों अंग जेड़े कि रूहानियत दी

पहले अंग दा उपअंग है, असी इन्हां उपअंगां दे विच्यों इक वी अंग धारण नहीं कीता अजे तक, और जेड़े जगत दे विच आपणे आप नूं योगी रोग शिविर चला करके इसदा प्रचार करदे ने, ओ आप वी अन्ने ने, जेड़े सुण रहे ने ओ वी अन्ने ने, यानि अन्ना अन्ने नूं रस्ता दस रेहा है, ऐ किस तरीके नाल पार होया जा सकदा है ? यानि कि न ते ओ आप अमल करदे ने, न सुणन वाले, क्योंकि ऐ सारा भार जो है आत्मा दे नाल सम्बन्ध रखदा है और असी मन दे हुकम विच बैठे हां । जद तकण इस मन दे हुकम विच्यों निकल कर आत्मा दे हुकम विच नहीं आवागे, जेड़ी चेन पुठठी चल रही है उसनूं असी सिधा नहीं चलावागे, तद तकण असी इन्हां अंगां नूं धारण ही नहीं कर सकदे सूक्ष्म तौर ते । हुण दूसरे पासे असी की देखदे हां, कि शरीर दा सम्बन्ध जो है आसन दे नाल है और सतिगुरां ने पूरे संतां दी बाणी दे विच इस आसन अंग नूं धारण नहीं कीता । सो असी वी ऐत्थे सतिगुरु जो उपदेश कर रहे ने ओदे नाल कोई वी वड्डा सम्बन्ध नहीं है, क्यों ! क्योंकि ऐ निचली श्रेणी दा करम है, इन्हां अंगां नूं करके यानि कि किसे वी तरीके दे आसन लगा करके असी उस वस्तु नूं प्राप्त नहीं कर सकदे जिस वस्तु दा दावा ऐ प्रचार करन वाले करदे ने । अगर उसदे

इक उपअंग नूं वी असी धारण नहीं कीता, ते किस तरीके दे नाल इसदा जो result है, शास्त्रां दे विच जो ध्यान, रिद्धियां - सिद्धियां, जो ताकतां, जो इन्हां अंतर दे चक्र नूं सिद्ध करन वास्ते प्राप्त कीतियां जादियां ने, ओ अठ दे अठ अंगां दे विच, उपअंगां सहित पूर्ण होंण दे बावजूद ऐ जीवात्मा बहुत ही विरली भागां वाली गुरु दी रहमत दे नाल प्राप्त कर पांदी है । ते अगर ऐ सारे उपअंगां नूं भुल करके असी किस भ्रम दे विच बैठे हां, कि शरीर नूं टेडा - मेडा मरोड़ करके कुछ आसन लगा करके, असी उस ख्याल नूं इकट्ठा कर लागे, उस ताकत नूं प्राप्त कर लवागे, जिस ताकत दे जरिये असी निरोग हो जावागे या रिद्धियां - सिद्धियां नूं हासिल कर लवागे या आज्ञा चक्र नूं सिद्ध कर लवागे, जेड़ा कि छटा चक्र है जित्थों दी संतां दा पड़ाव शुरू होंदा है ते ऐ इक कोरी कल्पना है । हुण इसे मजमून नूं अगर असी होर अच्छे तरीके नाल जाणना चाहिये, ते इक डॉक्टर है ओ सिर्फ शरीर दे इक अंग नूं उसदी डॉक्टरी करन वास्ते उसनूं छब्बीस साल लगदे ने, छब्बीस साल दा समय जिन्दगी दा महत्वपूर्ण समां निकल जांदा है । और ऐ जो डॉक्टर ने, जिन्हानूं असी योगाचार्य कहंदे हां सिर्फ अध्ये घटे दी डॉक्टरी है । सड़क दे किनारे ऐ literature मिलदा है,

किस तरीके दे नाल ? जिस तरह इस जगत दे विच कीमती वस्तुआं दी चोरी कीती जांदी है उन्हां दे चोर मौजूद ने, उसे तरीके दे नाल अज दे जो आचार्य ने, ओ इन्हां शास्त्रां दे विच्छों, इन्हां तुकां दे अधूरे अर्थ कडदे ने, क्यों ! क्योंकि पूर्ण सतिगुरु ते है ही नहीं, न उन्हां दी शरण लई । इन्हां शास्त्रां दा ज्ञान कौण दे सकदा सी ? पूर्ण सतिगुरु दे सकदे सी पर उन्हांनूं पूर्ण सतिगुरु दे मुतलक कोई सोझी नहीं और मनगणत तरीके दे नाल इन्हां दे अर्थ कड के और सिर्फ आसनां दे ऊपर जोर दे करके असी उस मूल तत्व नूं प्राप्त नहीं कर सकदे । अगर ऐ सौदा इतना सस्ता होंदा ते संतां नूं इतने उपराले करन दी, आपणियां कुर्बानियां देंग दी लोड़ ही नहीं सी । ४५ आसन ते इक छोटा जेआ बच्चा वी लगा सकदा है और इसदी शिक्षा वी दे सकदा है उसदे लई कोई वड्डे उपराले या उपक्रम दी जरूरत नहीं सी । तां इसी चीज नूं असी तकसीम करिये रूहानियत दे विच, ते रूहानियत इस तों अलग नहीं है, रूहानियत वी ओ ही चीज है । असी सतिगुरु कहंदे हां, नाम कहंदे हां, दोनां दी आपणे अन्दर इतनी विशालता और इतनी वड्डी कीमत है कि असी उसदे गुण गाणां चाहिए तद वी नहीं गा सकदे । बाणी दे विच कबीर जी ने की केहा है कि पर्वत जेड़े ने समुंद्र विच

घोल देईऐ, दरखतां (पेड़ा) दी कलम बणा लईऐ, धरती दा कागज बणा लईऐ, ते ऐ सारे साधन थुड जाणगे, कदे वी सतिगुरु दी महिमा असी पूरी नहीं कर पावागे और अगर सतिगुरु नूं असी सार्थक नहीं कर सके, ते उस परमात्मा दी आवाज नूं असी किस तरह प्राप्त कर लवागे ! ठीक इसे तरीके दे नाल, ऐ जो अठ अंग ने, अठां दे विच्चों दो अंग जेड़े ने ओ रूहानियत जो है धारण नहीं करदे । पहला जो है ओ आसन नाल संबंधित है, दूसरा है प्राणायाम । ऐ दोनों कर्मकाण्ड नाल सम्बन्ध रखदे ने और कर्मकाण्ड दा उपदेश संतां दी नगरी विच बिल्कुल जो है निषेध है । बाकी दे जेड़े छह अंग ने उपअंगां सहित रूहानियत बड़े अच्छे तरीके दे नाल धारण करदी है । रूहानियत कोई नवीं नहीं है, ऐ कोई नवीं नहीं शुरू होई, सतिगुरां ने की उपदेश दिता है बाणी दे विच, ऐ ओ पुरानी शराब है सिर्फ नवियां (नई) बोटलां दे विच रख करके ते पेश कीती जा रही है सिर्फ लफजां दा फर्क है ओ ही रूहानियत है ओ ही काल है ओ ही गुरु हन, ओ ही सब कुछ है, जो पहले सी, ओ ही हुण है सिर्फ लफजां दा फर्क है । तो इस मजमून नूं अगर असी अच्छे तरीके दे नाल समझागे नहीं, ते धारण वी नहीं कर सकागे और अगर धारण नहीं करागे, ते जिस तरह

योगी भ्रम दे विच बैठे ने कि असी उस ख्याल नूं इकट्ठा कर
लागे, उस ताकत नूं प्राप्त कर लागे, अन्दर दे विच जो तपश
पैदा होंदी है उसदे नाल असी बहुत सारे कम साध लवागे ।
जद तकण ओ अंगां नूं पूरा नहीं कर लेंदे, तद तक उसनूं प्राप्त
नहीं कर सकदे । उसे तरीके नाल रूहानियत है, अगर असी
सतिगुरु और नाम ही नाम करदे रवागे (रहागे) ते असी वी
इन्हां उपअंगां नूं धारण कीते बगैर कदे वी न सतिगुरु शब्द नूं
हासिल कर सकागे और अगर सतिगुरु पूरे नहीं हो पाणगे ते
असी उस परमात्मा दी आवाज नूं प्राप्त ही नहीं कर सकदे,
सुण ही नहीं सकदे । सो ऐ जो भाव है, समझण दा भाव है ऐ
कोई इतना सस्ता और आसान मजमून नहीं है कि लाईन विच
लगे और मामला खत्म, बंदखलासी । ऐ इतना सस्ता मजमून
नहीं है, ऐ ते पल - पल झुलसण वाला मजमून है, क्यों !
क्योंकि असी पल - पल इस जगत दे विच मन दे नाल जुड़े
होये हां और मन दे हुकम विच्यों असी निकलना नहीं चाहंदे
और जद तकण इसदे हुकम विच्यों नहीं निकलागे, ते सतिगुरु
दे जेड़े उपअंग हन, उन्हांनूं धारण कीते बिना उस शरीर नूं जो
कि सतिगुरु है रूहानियत दा, ओनूं असी कदे वी प्राप्त नहीं
कर सकदे । सब तों पहलां जो उपदेश है, ओ ऐ ही है कि जो

सतिगुरु उपदेश करदे ने, आपणे सत्संग दे राही, जो वेदां - शास्त्रां दे विच नाम दे संबंधित जितने वी उपअंग ने, ओ सारे इक - इक करके इस जीवात्मा नूं धारण करने पैणगे । संत आंदे ने, संत - संत कवाण (कहलाण) वास्ते नहीं आंदे, संत बनाण वास्ते आंदे ने । ओ महान कवाण वास्ते नहीं आंदे, उन्हां दी महानता ते असी गा ही नहीं सकदे । जरा विचार करके देखो, असी उन्हां तक पहुँचे ही नहीं, उन्हां दे अंतर दी गति नूं असी जाणदे ही नहीं, ते उन्हां दे की गुण गावागे ! किस तरह उन्हां दी महानता नूं जाणागे और अगर असी ऐ कहंदे रहिए कि सतिगुरु बड़े महान ने, बहुत महान ने, महान कहण दे नाल क्या असी महान बण जावागे ? ओ क्यों महान बणदे ने, क्यों आपणे character नूं जाहिर करदे ने ? सिर्फ इस करके, कि तुसी वी महान बणों, तुसी वी आपणे अन्दर इस character नूं उजागर करो और जद तकण ओ महानता दे गुण ऐ जीवात्मा आपणे अन्दरों उजागर नहीं कर लैदी, तद तकण असी उस महानता नूं प्राप्त नहीं कर सकदे । सतिगुरु आपणे नाल बिठाण वास्ते सानूं ऐत्थे आंदे ने, किस वास्ते ? कि असी मनमुख तों गुरुमुख बण जाईऐ, इस आवागमन तों मुक्त हो जाईऐ, उस सत्पुरुष नूं प्राप्त कर लईये । पर ओ ताहीं

संभव है जद तकण असी ऐ सारे उपअंगां ते पूरे नहीं उतरदे । सतिगुरु की उपदेश करदे ने, कि अगर असी इक वाणी नूं पढ़दे हां, दूसरे पासे सुणदे हां और अगर असी उसदे ऊपर अमल नहीं करदे, ते साडा पढ़या ते सुणया किसे कम दा नहीं । असी सतिगुरु दी शरण विच गये, सतिगुरु की उपदेश करदे ने “जो बचन गुरु के सति सति कर मानै तिस आगे काढ धरीजै ।” सतिगुरु जो ओ दात देंण वास्ते आये ने ओ सिर्फ उसे नूं देंदे ने जेड़ा उन्हां दे बचनां नूं सत करके मनदा है । जो नहीं मनदा, जो सिर्फ मौखिक तरीके नाल आंदा है, ते मौखिक तरीके दे नाल उन्हांनूं रहमत दे देंदे ने दर्शनां दे राही, पर ओ मुक्ति, ओ नहीं प्राप्त हो सकदी । ओ अगर प्राप्त होयेगी ते इन्हां अंगां दे विच पूरे पल - पल उतर के ही होयेगी । सो शरीर दे नाल जो सम्बन्ध रखदा है रूहानियत दा, ओ की है, ओ सिर्फ इतना ही भाव रखदा है कि असी जेड़ा वी आसन लगाणा है, ओ सिर्फ इतना होवे कि असी आपणे शरीर नूं भुल सकिये, इस तों अगे उसदा कुछ वी भाव नहीं है । अगर असी कोई विशेष मुद्रा बणादे हां, ते विचार करके देखो साडी ओ ताकत यानि कि ख्याल ओ आत्मा दी ताकत है ओ उसदे विच लगदी है कि असी उस मुद्रा नूं कायम रखिए । और अगर साडा

ध्यान उस मुद्रा नूं कायम रखण विच रमया रेहा, ते विचार करके देखो, ओ उपदेश कि सुरत नूं समेटणा, ओ ख्याल किस तरह निकलेगा ? किस तरह ऐ शरीर दे विच्छों निकल के, जगत विच्छों निकल के ते असी दसवें द्वार ते इकट्टे हो सकागे ! सो ऐ इक बहुत बड्डा भ्रम है । असी दिखावा नहीं करना कि असी कोई विशेष कम कर रहे हां इस तरीके दी मुद्रा बणा करके । अज कल ते जो शरीर दा हाल चल रेहा है, ओ इतना बुरा चल रेहा है कि असी परहेज ही नहीं करदे किसे वी तरीके दा । अगर लोक दे आधार ते असी देखिये कि जिंना (जितना) मान - सम्मान योगियां नूं मिल रेहा है ओदी वजह की है, फिर भीड़ क्यों इकट्टी हो रही है ओ सिर्फ इतनी वजह है कि असी, बीमारी आंदी है करमां दे नाल, बीमारी जायेगी वी करमां दे नाल, पर इस लोक दे विच इस चोले दे विच आ करके जो समर्था, जो ताकत कर्मानुसार सतिगुरु ने सानूं बक्शी होई है, ओ बहुत बड्डी रहमत और दया है । होंदा की है, कि असी मन दे हुकम विच आ करके इस मशीन दे ऊपर अगर 25 किलो दा load चाहिदा है ते असी 100 किलो 150 किलो 200 किलो दा load पाया होया है यानि कि इतना वजन फालतू दा पाया होया है, ऐ मशीन की करेगी, इक सीमा तक कम

करेगी, उस तों बाद ऐदे अंग जो ने आपणी समर्था खोणी शुरू कर देंगे, यानि उन्हां दी क्षमता जो है ओ पल - पल घटदी जायेगी । ज्यों - ज्यों क्षमता घटेगी, असी मौत दे नेड़े जादे जावागे, होर कई तरीके दीआं बीमारियां जेड़ियां ने ओ साडे सामणे आ जाणगीआं । हुण ऐ जो इक चौथा हिस्सा है इस लोक दे विच इस जन्म दे विच आ करके असी खोटे करम करदे हां, खोटे दा भाव है शरीर दे मुतलक यानि कि शरीर नूं जरूरत तों ज्यादा खुराक देंगी । सतिगुरु की उपदेश करदे ने, घिओ (घी) की है, अमृत है इस शरीर दे वास्ते, पर साध - संगत जी इक सीमा तक । इक सीमा दे बाद ऐ ही घिओ जेड़ा कि अमृत है इस शरीर वास्ते, हड्डियां बणांदा है, दिमाग दे विच कम आंदा है उसदे बाद ऐ जहर दा कम करदा है । विचार करके देखो, जिन्हांनूं शुगर है उन्हां दा की हाल हो रेहा है, दिन - रात जिन्हां दा ब्लड प्रेशर तेज है, इक वारी ऐ नाड़ी दी धड़कन बढ़ गई, यकीन करके जाण लो जितने मर्जी इंजेक्शन लगा लो, जितने मर्जी इलाज करा लो, ओ ताकत ओ समर्था इस शरीर नूं दुबारा प्राप्त नहीं होंगी । ते असी ओ ताकत नूं पल - पल किस तरीके दे नाल मन दे हुकम विच आ करके गवां रहे हां इस शरीर दे ऊपर जरूरत तों ज्यादा

वजन पा के अगर शरीर नूं 500 कैलोरी दी लोड़ है, कैलोरी की है, ऐ इक पैमाना है शरीर दी energy दा, और असी ओदे ऊपर 2000, 3000 कैलोरी रोज दी दे रहे हां । हुण शरीर की करेगा ! बादाम दा सत रोगन अगर असी सिधे इस तरीके दे नाल इस शरीर नूं दे देईये और शरीर मर चुका है उसनूं जरूरत नहीं है, ते याद रखणा ऐ शरीर वास्ते ज़हर है, मिठठा ज़हर और ऐ शरीर वास्ते की होयेगा, ऐ इक भार होयेगा । सिर्फ मुँह तों गंद पाया है और थल्लों दी गंद नूं कडणा है । शरीर ने सारी क्षमता इस गंद नूं कडण वास्ते व्यर्थ कर दिती । हुण ओ जेड़ी ताकत सी, जेड़ी असी उस भजन दे विच, उस ख्याल नूं पक्का करन लई उस जप नूं पूरा करन लई असी ताकत दा इस्तेमाल करना सी, ओ ते इस शरीर ने इस गंद दे विच ही सारी खत्म कर लई । ते ऐ किस तरीके दे नाल असी सतिगुरु दे उस उपदेश नूं जिसनूं जप केहा जांदा है असी पूरे उतर सकदे हां ! असी जप किस तरह करदे हां, आसन लगा के पहले ते इक मुद्रा दा नाटक करदे हां, कदे वी ऐ विचार नहीं करदे कि असी किसी नूं दिखाणा नहीं है, असी इस शरीर नूं वी भुल जाणा है । ते साडा ख्याल इस शरीर, इस सारे समाज विच है, कि देखो मैं कितनी भक्ति करदा वां । उसदे बाद जप दी गल है, डाकू

क्यों जप दे विच पूरे उतर जादे ने ? क्यों परमपद नूं प्राप्त कर लेंदे ने ? बाल्मीकि सी, इक डाकू सी, क्यों ! क्योंकि उसनूं तलवार चलाणी सी, उसनूं दुश्मन दा पता सी, कि अगर दुश्मन दे ऊपर ऐ वार मैं पूरा नहीं कीता, ते जरा वी कमजोरी रह गई, या ते ऐ मैंनूं घायल कर देगा या पुलिस दे विच पकड़या जावांगा कि सारी उम्र जेलखाने दे विच मैंनूं सड़ना पवेगा । ऐ भाव ओदे अन्दर कुट - कुट के भरया होया है और जिस वेले उसदे ख्याल नूं मैंनूं जो है जप वाले पासे लगा देंदे ने फिर ओ इन्हां शब्दां नूं किस तरीके नाल इकबाल करदा है आपणे दुश्मन दे खिलाफ । दुश्मन कौण है ? मन, मन की है ? काल, और ऐ जप की है ? हथियार है शब्द दा । ओनूं बिल्कुल इक तलवार दे तरीके दे नाल यानि कि इको वार विच बंदखलासी, ऐदर ते न ओदर यानि कि ओ परमपद नूं प्राप्त कर लेंदा है । और असी ते पहले ही अधमरे होंदे हां, क्यों ! क्योंकि ओ जेड़ी ताकत सी, ओ ते इस शरीर ने या ते भोजन नूं थल्ले कडण वास्ते व्याप्त कीती होर या जगत नूं भोगण वास्ते दौड़ - भज विच सारी दिनचर्या असी खत्म कर दिती । हुण ओ उस तौं बाद थोड़ा बहुत समां असी खिच - खिच के कडया वी सी मौखिक रूप दे विच सिर्फ सतिगुरु दे उपदेश नूं पूरा करन

वास्ते, याद रखणा सतिगुरु जेड़े हन, ऐ कौण हन ! ऐ सत्पुरुष अवतार ने और इक गल सतिगुरु स्पष्ट करदे ने, कि सत्पुरुष बहुत ज्यादा ईर्ष्यालु ने, यानि कि ईर्ष्या दा भाव सत्पुरुष दे विच कुट - 2 के भरया होया है । कैसी ईर्ष्या ? अगर ऐ जीवात्मा इस लोक दे विच किसी वी वस्तु दे नाल सूक्ष्म तौर दे विच वी प्रीत रखदी है न, ते याद रखणा सतिगुरु कदे वी ओ दरवाजा नहीं खोलणगे यानि कि ऐ कितना ईर्ष्यालु है परमात्मा उस परमात्मा नूं असी इतनियां सारीआं प्रीतां जगत दीआं रख करके किस तरह प्राप्त कर सकदे हां ? सतिगुरु उपदेश करदे ने, कि इक टेंकी दे विच्यों पाणी आ रेहा है, दस टूटिआं नें, दसों खुलियां पईयां ने, यानि कि जगत दे विच असी ऐ प्रीत वंडी होई है, धीयां - पुत्र, जमीन - जायदाद या और धन - सम्पदा दे जरिये यानि प्रीत वंडी गई, ते ओदा प्रेशर कितना रहेगा ? दस टूटियां खुलियां ने पाणी दा की प्रेशर है ? अगर सारीआं बंद कर दितियां जाण, ते पाणी आपणे आप ही first floor तक पहुँच जायेगा । ऐ ही रुहानियत है और सतिगुरां ने आपणे अन्दरों घोल के कुछ नहीं देंगा । जदों इतने ईर्ष्यालु ने ते सानूं देंगे की! विचार करके देखो, ऐ सारी समर्था, सारी ताकत जीवात्मा दे अन्दर मौजूद है, सिर्फ इतना

है कि असी आपणे ख्याल नूं मोड़ना है, जगत दे विच्यों कडणा है ते सतिगुरु विच लगाणा है, उपदेशां अनुसार जो सतिगुरु उपदेश करदे ने । ओ शरीर दा जो आसन दे नाल सम्बन्ध रखदा है ऐ झूठा है और खण्डां - ब्राह्ममण्डां ते लगाया गया आसन ओ वी झूठा है, क्यों ! इस देह ने वी खत्म हो जाणा है और प्रलय महाप्रलय दे विच खण्ड - ब्रह्ममण्ड ने सारी सृष्टि ने खत्म हो जाणा है । फिर केड़े आसन दी गल जेड़ी है रूहानियत करदी है ! ओ आसन जो है सिर्फ सचखण्ड दे विच सत्पुरुष आप लगा करके बैठदे ने और रूहानियत जो उपदेश देंदी है रूहानियत नाल संबंधित, ओ ऐ ही उपदेश है इस जीवात्मा लई, कि ऐ सारे ख्यालां विच्यों निकल के उस सत्पुरुष दे ख्याल दा आसन पक्का कर और सत्पुरुष दे ख्याल दा आसन सिर्फ दसवें द्वार लगाया जा सकदा है हालाकि ओ आसन वी झूठा है पर उस ख्याल दे उस आसन नूं पक्का करके ही ऐ जीवात्मा पौढ़ी दर पौढ़ी चढ़दी होई अंतर दे उस मजमून नूं उस सचखण्ड दे उस सच्चे आसन नूं प्राप्त कर सकदी है । तो आसन दा जो भाव रूहानियत दे विच है ओ है सत्पुरुष दी प्राप्ति सो गुरबाणी दे विच गुरु अर्जुन देव पातशाह जी ने जो उपदेश दिता है, ओ बिल्कुल स्पष्ट उपदेश दिता है “**खोजत-**

खोजत दरसन चाहे ।” हुण खोजन दा भाव की है, कि हर जीवात्मा जो है ऐ खोज रही है, किसनूं ? उस परमात्मा नूं । आपणी बुद्धि अनुसार, करमानुसार वृत्ति जो बणी है, जिस तरीके दी वृत्ति है, उसनूं सोझी नहीं, पंजवां तत्व इसनूं मिलया है, बुद्धि मिली है पर करमानुसार वृत्ति ऐसी है कि उस दा झुकाव इक विशेष हिस्से दी तरफ ज्यादा है और उस विशेष हिस्से दी तरफ ज्यादा होंण करके ऐ उसी पासे उसदी तलाश, उसदी खोज करदी है, इसनूं समझ नहीं । “भाति – भाति बन बन अववाहे ।” यानि कि भ्रमण, जंगलां दे विच भ्रमण, पर्वतां दे विच भ्रमण, होर कई तरीके दे इलाकेयां दे विच भ्रमण जेड़ा कि ऐ भ्रम है, ऐ जीवात्मा रख के बैठी है मन दे हुकम दे राही कि ओ परमात्मा किसी विशेष जगह ते मिलदा है, सो ऐ भ्रम है, इस तरीके दे नाल उस परमात्मा दी प्राप्ति नहीं हो सकदी । सतिगुरु उपदेश करदे ने, कि ओ परमात्मा की है ! “निरगुण-सरगुण हरि हरि मेरा ।” ओ कहंदे ने, ओ परमात्मा जो है ओ निरगुण है, निरगुण की है माया । ऐ जो सृष्टि असी देखदे हां इन्हां अखां दे नाल, ऐ सारा पसारा तिनां गुणां विच है, हुण तिनों गुण जेड़े ने झूठे ने और ऐ माया झूठी है और माया दे विच असी उस परमात्मा नूं लभ रहे हां और ओ परमात्मा जो

है, ओ माया तों परे है । ओ फिर कहंदे ने, ओ सरगुण । सरगुण दा की भाव है ! असी इक, दो, चार छत्तीह गुणां दी की गल करिये, ओ जितने गुण, असी उसदे गुण गा ही नहीं सकदे । अनन्त गुणां दा स्वामी यानि कि ओ सरगुण है, अनन्त गुणां दा स्वामी ओ है हरि यानि कि सत्पुरुष । इस हरि शब्द नूं दो वारी इस्तेमाल कीता है “हरि - हरि मेरा” दूसरा शब्द “हरि - हरि मेरा” इसदा भाव होर है, उसदा की भाव है “कोई है जीउ आण मिलावे जीउ।” ऐ सवाल करदे ने, जीवात्मा सवाल करदी है कि उस हरि नूं, कि कौण है जो कि निरगुण है और सब गुणां दा मालिक यानि अनन्त गुणां दा स्वामी है, अनन्त है, असीम है, ओनूं किस तरह प्राप्त कीता जा सकदा है ? ऐ विच दा जेड़ा शब्द है “हरि मेरा” यानि कि मेरा हरि कौण है ? हुण जिन्हां जीवात्मा नूं सोझी है उसनूं पता है कि मेरा हरि कौण है, मेरा हरि सतिगुरु है । ऐ सतिगुरु ऐदे विच छुपे बैठे ने हरि दे विच, क्योंकि उन्हां दा हरि सतिगुरु दे विच है, और सतिगुरु हरी दे विच है । यानि कि अगर तूं उस निरगुण नूं अनन्त गुणां दे स्वामी नूं तूं प्राप्त करना चाहंदा हैं, ते ओ होर किसे जगह नहीं है, तैनूं भटकण दी लोड़ नहीं है तूं सतिगुरु दी शरण विच जा ताहीं जा करके तूं उसनूं प्राप्त कर सकदा हैं । “खट सासत

विचरत मुख गिआना ।^{११} छह शास्त्र इन्हानूं पढ़ना और ज्ञान -
धिआन दीआं गलां करनियां, असी ऐ की करदे हां बाणी नूं पढ़
के कुछ श्लोकां नूं रट करके आपणे आप नूं ज्ञानी कहलाण
लग जादे हां और ऐ समझ बैठदे हां कि प्रभु प्रसन्न है, प्रभु जो
है इन्हां दे विच ही रमया होया है । किनां दे विच ? इन्हां वेदां
- शास्त्रां दे विच, ते इन्हां पौथियां दे विच । सतिगुरु कहंदे ने
ऐ वी तेरा भ्रम है । “पूजा तिलक तीरथ इसनाना ।” चार शब्द
ने, ऐ जितने वी तरीके दी पूजा जीवात्मा कर रही है, ऐ मन दे
हुकम नाल कर रही है । सतिगुरु उपदेश करदे ने, ऐ सारीआं
पूजा जेड़ियां ने ऐ निचली श्रेणी दी है, तिलक, तिलक दा इशारा
है ठाकुरां नूं तिलक करना, यानि मूर्ति पूजा दी तरफ, मूर्तियां
नूं पूजणा ऐ वी निचली श्रेणी दा करम है । उस तों अगे कहंदे
ने “तीरथ” तीर्थां दा भ्रमण, हुण जीवात्मा लभ रही है उस
परमात्मा नूं तीरथां ते, तीरथ की ने ? जेड़े ऋषि - मुनि सतिगुरु
जित्थे आये बैठे, सत्संग कीते, गुरबाणी उच्चारि, उस परमात्मा
नूं मिलण दीआं विधियां दसियां, ओ चोला छड गये, उन्हानूं
असी तीरथ बणा दिता । हुण विचार करके देख लो, जो तत्त
सी, जो मोती सी, ओ ते निकल गया और उन्हां स्थानां नूं मत्थे
टेकण दे नाल, भ्रमण करन दे नाल क्या असी इस जीवात्मा

दा उद्धार कर लवागे ? यानि ऐ वी निचली श्रेणी दा करम हो गया । **“इसनाना”** इसनान दा भाव है कि कई जीवात्मा पूरे जगत दे विच जित्थे वी सरोवर बणे होये ने, कोई शक नहीं जिस वेलें पूर्ण सतिगुरु बैठे सन, उन्हाने ऐ सरोवर बणाये सन, आप बणाये ने, वर वी दिते सन, पर जिस वेलें सरकार चल रही सी, उन्हां दा हुकम वी चल रेहा सी, नियम वी चल रहे सन । जिस वेलें सरकार ही चली गई, हुण विचार करके देखो इस लोक दे विच जिस वेलें कोई नवीं सरकार आंदी है ते कुछ नवें नियम वी देंदी है विच गल इको ही होंदी है, विच तत्त इको ही होंदा है, पर ओ आपणी सरकार नूं चलाण वास्ते जो माहौल, जो समां उस युग दा होंदा है उसदे अनुसार ओ उपदेश कर देंदे ने । उन्हाने इक रोगी नूं निरोगी करना है, ओनू निरोगी करन वास्ते ओ कोई वी उपक्रम, कोई वी उपराला अपना लेंग । सतिगुरु साडे ऐत्थे की करदे ने, इक जल है, पाणी दी शीशी देंदे ने, ओ आबे हयात है, देवी - देवते वी तरसदे ने, क्यों ! क्योंकि उन्हां दे मुखारबिंद विच्चों वाणी ओ शब्द, ओ नाम उत्पन्न होंदा है कि इसदी बूंद मुँह विच पाओ, तुसी निरोगी हो जाओगे, ते जद तकण उन्हां दे मुखारबिंद विच्चों ऐ बचन उत्पन्न नहीं होंगें, ओ पाणी है, पाणी तो अगे कुछ वी नहीं है,

और अगर ओ बचन नहीं ने, ते असी जितनियां मर्जी शीशीयां भर - 2 के लोगां नूं देई जाईये, क्या जीवात्मा दा उद्धार हो जायेगा ? ओ निरोगी हो जायेगी ? कितना वड्डा भ्रम है यानि कि जो इसनान है, ऐ इसनाना दे नाल वी कदे वी इस जीवात्मा दी मुक्ति नहीं हो सकदी । **“निचली करम आसन चउरासीह”**

“आसन चउरासीह” इस अंग नूं स्पष्ट कर दिता है सतिगुरां ने, कि ऐ जेड़े उत्ते जितने वी करम दसे ने **“निचली”** दा भाव है निचली श्रेणी दे निकृष्ट करम । यानि कि ऐ स्वीकृत नहीं ने रूहानियत दे विच, और 84 आसन जो ने ओ वी ऐ निचली श्रेणी दे विच ही शामिल ने, कदे वी इस तरीके दे नाल अगर 22 घंटे असी दिन - रात ऐसी हवस दे विच ऐसे भयानक करम कीते ने, उन्हांनूं असी धोंण वास्ते असी घंटा दो घंटे अख बंद करके ऐ 84 दे 84 आसन वी अगर लगा लैदे हां, ते इस जीवात्मा दा इक पल इक क्षण वास्ते वी जरा वी उद्धार असी नहीं कर सकदे । ऐ आवागमन दे विच है और उसी दे विच रहेगी और जन्म - मरण दा जो दुख है ओ इसनूं बार - बार इन्हां जूनियां दे विच आ करके भोगणा पयेगा । ते ऐ निकृष्ट करम जो ने, ऐ त्यागण दा उपदेश इन्हां पहलियां चार तुकां दे विच सतिगुरां ने दिता है । उस तों बाद उपदेश करदे ने, फिर

तूं किस तरीके दे नाल उसनूं अनन्त गुणां दे स्वामी नूं तूं प्राप्त कर सकदा हैं ! फिर उपदेश करदे ने “हरि दर सेवे अलख अथेवे निहचल आसण पाइआ ।” “हरि दर सेवे” हरी दी सेवा, “हरि की सेवा सतिगुरु पूजै कर किरपा आप तरावे ।” स्पष्ट हो गया, कोई भेदभाव ही नहीं रखया, कि अगर असी उस हरि दी सेवा करना चाहंदे हां, ते सतिगुरु नूं पूजो । हुण सतिगुरु दी पूजा की है ! “बचन गुरु सति सति कर मानै ।” सति शब्द नूं दो वारी इस्तेमाल कीता है, इसदा की भाव है, जो गुरां ने उपदेश दिते ने उन्हांनूं सिर्फ यकीन करके नहीं मनणा, कि ऐ यकीन करना कि ऐ सच्चे उपदेश ने “सति सति” यानि कि आपणी प्रैक्टिकल जिन्दगी दे विच इसनूं अमली जामा वी पहनाणा है ताहीं जा करके ऐ दो शब्द “सति सति कर मानै” ताहीं जा करके ऐ तुक दा भाव सार्थक होयेगा और जद तकण ऐ तुक दा भाव सार्थक नहीं होयेगा, अगली तुक की कहंदी है “तिस आगे काढि धरीजै ।” उसी दे अगे कढ के धरदे ने उस परमात्मा दी आवाज नूं उसी दा दरवाजा खोलदे ने जेड़े इस पहली तुक नूं सार्थक कर लेंदे ने यानि कि हरि की सेवा सतिगुरु दी पूजा है “अलख अथेवे” ओ हरि की है जिसनूं लखया नहीं जा सकदा, “अथेवे” यानि कि उसनूं भय नहीं है

। जपुजी साहिब विच की आंदा है पहले मूल - मंतर विच स्पष्ट है निरभउ निरवैर अजूनी सैभं ऐ जेड़े चार शब्द हन, ओदे विच स्पष्ट है कि ओनूं किसे दा भय नहीं, किसे दे नाल वैर नहीं, अगर उसनूं किसे दे नाल वैर होवे, किसी दा भय होवे, ते ऐ सृष्टि चल ही नहीं सकदी । यानि कि इक तरफा मोड़ लै लेगी, ओनूं किसे दे नाल कोई गल नहीं है, ओ आपणी सहज अवस्था दे विच निश्चल आसन दे विच आपणी मौज दे विच मस्त है । उसने सतिगुरां नूं भेजया है आपणी उन्हां रूहां नूं लै जाण वास्ते और उन्हां दे ही दरवाजे खोले जादे ने जेड़े इन्हां उपदेशां दे ऊपर पल - पल अमल करदे ने, और जेड़े अमल करदे ने ओ ही जो है ने **“निहचल आसन पाइआ”** उसी नूं प्राप्त होंदा है । सचखण्ड दी प्राप्ति, सत्पुरुष दी प्राप्ति सिर्फ उन्हां जीवात्मा नूं होंदी है जेड़े इन्हां तुकां दे विच पूरे उतरदे ने । अगे होर स्पष्ट करदे ने, की स्पष्ट करदे ने, कि जितने वी 84 लख जूनां ने **“तह जनम न भुख न आवण जाणा संसा दूख मिटाइआ ।”** हुण संसारिक दुख जितने वी ने जीवात्मा किसे वी चोले विच जन्म लवे, जन्म लैंदे ही उसदे नाल दुख लग जादे ने । सुख ते क्षण भर दा है, दुख दी ते काली शा रात है कटण विच ही नहीं आंदी, यानि कि ऐ आवागमन तों मुक्ति

और जन्म - मरण दा दुख, ऐ सिर्फ तांही खत्म होंदा है जीवात्मा लई, जदों ओ निश्चल आसण नूं सचखण्ड दे विच है लगा लैदी है यानि कि उसनूं प्राप्त कर लैदी है । उसदे बाद गुरु नानक साहब उपदेश करदे ने सिखां वास्ते । **“सिख देइ मन प्रीतम”** देइ मन दा भाव है, कि ऐ सिखो ! सिखो दा भाव है, हे शिष्यो ! आपणे मन नूं समझाओ, प्रीतम यानि कि प्रीतम कौण है इस जगत दे विच ? इस जीवात्मा दा प्रीतम इको ही है, इन्हां तुकां दे विच जीवात्मा नूं नारी कह करके, उस सत्पुरुष नूं जो कि सत्पुरुष दे अवतार सतिगुरु दे विच मौजूद हन, उन्हांनूं प्रीतम कह करके दर्शाया जा रेहा है, कि आपणे प्रीतम दे उपदेश दे ऊपर चलो । हरि दा व्यापार ही जो है सवेला है यानि कि फायदे वाला व्यापार इस लोक दे विच केड़ा है ? ओ हरि नूं सचखण्ड दे विच प्राप्त करना और ओ कदों हो सकदा है, जदों तुसी आपणे इस प्रीतम नूं प्राप्त कर लो । ओ प्रीतम दी प्राप्ति ऐ है, कि ओदे उपदेशां दे ऊपर अमल करके, होर कोई वी तरीका, कोई वी रस्ता ऐसा नहीं है कि इस जीवात्मा नूं आवागमन तों मुक्त करा सके । अगली तुकां विच होर स्पष्ट करदे ने, कि किस तरीके दे नाल तूं इस हरि नूं यानि कि जो प्रीतम है उसनूं तूं सार्थक कर सकदा हैं, अगर सतिगुरु सार्थक

नहीं होंगें, ते परमात्मा दी आवाज दी प्राप्ति हो ही नहीं सकदी । अगर आवाज दी प्राप्ति नहीं होयेगी ते ऐ जीवात्मा न जींदे - जी ओदे विच लिपट करके सचखण्ड दी चढ़ाई कर सकदी है और न ही उसनूं ऐ मुक्ति प्राप्त हो सकदी है की उपदेश करदे ने सब तों पहला **“प्रथमै तिआगी हउमै प्रीत ।”** सब तों पहला कम तूं ऐ कर, जीवात्मा नूं उपदेश कर रहे ने, कि ऐ हउमै दी प्रीत, हउमै की है ? ऐ मन दा इक विकार है, असी ऐ जगत दे नाल जो बंधे हां, ऐ मन करके बंधे हां, तो स्पष्ट है उपदेश, कि तुसी मन दे हुकम विच्यों निकलो, मन नूं जो आप इन्हां इन्द्रियां दा दास है, इन्हां इन्द्रियां दी दासतां तों इसनूं मुक्त कराओ । जद तकण ऐ इन्द्रियां दी दासता तों मुक्त नहीं होयेगा, ऐ निरमल नहीं हो सकदा । ऐ जगत दे विच जेड़ियां गलां असी कहंदे हां, ऐ मेरा है, ऐ मैं बनाया है, ऐ मैं करांगां, ऐ सब मैं जो सम्बन्ध रखदी है जगत दे नाल हउमै दी प्रीत है, यानि कि ऐ प्रीत झूठी है, क्यों ! क्योंकि जगत झूठा है, मन वी झूठा है, मन ने ब्रह्म विच लीन हो जाणा है, जगत ने प्रलय महाप्रलय विच खत्म हो जाणा है । जद हर चीज ने खत्म ही हो जाणा है ते फिर ओदे नाल कीती गई प्रीत किवें सच्ची हो सकदी है ? यानि ऐ जगत दी प्रीत सारी होमै दी प्रीत है । तो

पहला उपदेश ऐ है, कि तूं इस प्रीत नूं होमै दी नूं त्याग ।
“दुतीआ तिआगी लोग रीत ।” उसदे बाद फिर जगत दी तरफ
इशारा करदे ने, कि जगत दीआं जितनियां वी रीतां यानि कि
कर्मकाण्ड चल रहे ने, असी वड्डे - वड्डे दावे करदे हां न आपणे
मन दीआं दलीलां नूं मुख रख के, सतिगुरु दे उपदेशां नूं ते
बिल्कुल side ते रख देंदे हां, दावा बेशक करदे हां, सामणे
फोटो वी रख लेंदे हां, सवेरे - शाम मत्था वी टेक देंदे हां, तो
विच किते निकल करके असी सतिगुरु दे डेरे वी हो आंदे हां,
पर ऐ सारे झूठे उपक्रम ने, क्यों ! क्योंकि असी लोकां दी रीत
जो इस मन ने बणाई है, ओनूं मुख रख करके असी ओदे
अनुसार करम करदे हां । ते दूसरा उपदेश ऐ करदे ने कि ऐ
सारीआं रीतां दा त्याग कर । असी कहंदे हां, जी बहुत जरूरी
है, जो जम (जन्म) गया है ओ मर गया है, ऐ रिवाज है ऐ रीत
है साडा जाणा लाजिमी है । ठीक है भाई, जाणा लाजिमी है ते
जाओ, जेड़ियां घड़ियां मिलियां सन, सतिगुरु ने रहमत करके,
दया करके बक्शीयां सन, ओ काल दे चरनी भेंटा कर आओ,
सतिगुरु नूं किस चीज दा ऐतराज हो सकदा है ! सिर्फ इतना
ही ऐ है कि जीवात्मा नरकां दे विच कल्पेगी, भिखलायेगी, उस
वेले वी फिर सतिगुरु वी आपणी मौज दे मालिक ने, जमानत

देवण या न देवण, ऐ सतिगुरां दी आपणी मौज है । उन्हां दे बचन ठीक उसे तरीके दे नाल 100% झूठे और सच्चे वी ने, जिन्हाने अमल कर लेआ उन्हां ने उपदेशां नूं सार्थक कर लेआ, सच्चा कर लेआ, नहीं ते ऐ बचन वी झूठे ने । सतिगुरु लैण आणगे जरूर लैण आणगे, जे अमल कीता होयेगा, जे अमल ही नहीं कीता, ते ऐ सारी लीला काल दी है, काल दे विच रमे हां, काल दे मुतलक करम कीते ने, ते फिर विचार करके देखो, कि सतिगुरां नूं की लोड़ है लिआण दी ! ओ वी उपदेश ऐ ही करनगे कि ऐनूं थोड़ा चिर जो है निचले जामे दो - चार - छह दे देओ, ऐदी जो आशा - तृष्णा सी न, लोक रीत दी, हउमै प्रीत दी ओ पूरी हो जावै । जिस वेले ओ पूरी हो जायेगी, उन्हां दी मौज है केड़े युग दे विच केड़ा समां आयेगा, कि ओ फिर जा करके जमानत देंगे । कोई शक नहीं, सतिगुरु इक वारी बाँह फड़ लैण छडदे नहीं, पर उस तों अगला मजमून जीवात्मा दा है कि ओ उस हुकम नूं, उस फड़ी बाँह नूं कितने घट समय दे विच सार्थक कर लैंदी है, ऐ जीवात्मा दी आपणी मौज है । अगर सतिगुरु दी आपणी मौज है, ते उन्हाने इस जीवात्मा नूं वी पूरी छूट दिती है, कि सारी लोकां दी रीत और होमै दी प्रीत त्याग और सतिगुरु दे नाल प्रीत कर, ओदे बचनां दे नाल प्रीत

कर, ओ बचन केड़े ने, दो - चार - छह शब्द नहीं ने, उन्हां दे मुखारबिंद तों जो वी लफज, जो वी तरंग उत्पन्न होई इस सृष्टि दे विच लफज बण के साडे कनां नूं सुणन वास्ते मिली, ओ ही नाम है, ओ ही शब्द है, ओ ही कीर्तन है और उसनूं जितने समय दे विच जीवात्मा चाहे सार्थक कर सकदी है । चाहे ओ दो, चार, छह, दस सालां विच सार्थक कर लवे, चाहे अनगिनत कल्पां तक नरकां दा भोगी बण के, भोगणा ही है उसने । जैसे खोटे करम कीते ने उसने, ऐ उस जीवात्मा दी आपणी मर्जी है, सो ऐ पहली तुक विच ही गुरु साहबां ने स्पष्ट कर दिता है कि जद तकण असी ऐ उपअंगां नूं सार्थक नहीं कर लैंदे, धारण नहीं कर लैंदे तद तकण असी रूहानियत दे इस मजमून नूं यानि कि इसदी इक पौढ़ी दे ऊपर वी पैर नहीं रख सकदे और दावा असी करदे हां उस निचोड़ दा यानि कि असी धुन प्राप्त कर लई है । विचार करके देखो कितनियां भाग्यशाली जीवात्मा ने जिन्हाने उस परमात्मा दी आवाज नूं अंतर दे विच सुणना शुरू कर दिता है ? असी ते हजे पहली पौढ़ी जप यानि कि जुबान नूं ही सार्थक नहीं कर सके । जितने पहरे, उपदेश सतिगुरां ने दिते सन, अजे ते असी विचार ही नहीं कीता भाई, साडियां गलां ही नहीं खत्म होईयां, साडे घरां दे सत्संग ही नहीं

खत्म होये ! होर दुनिया भर दी निन्दया करदे हां इस जुबान दे राही, अजे ते ओ ही खत्म नहीं होई, ते कदों समां निकलेगा कि ऐ जो बचन सतिगुरु करदे ने, ऐ नाम नूं असी सार्थक करागे किस तरीके दे नाल, जिस तरह योगी भ्रम विच बैठे ने, इक कोरी कल्पना लै करके कि असी ख्याल नूं इकट्ठा करके, असी ओ सारे मजमून नूं जो योगी हजारों साल जंगलां दे विच आसन लगा करके पूरा नहीं कर सके, ते असी किस तरीके दे नाल अंग मोड़ करके इसनूं सार्थक कर लवागे ? ऐ कोरी कल्पना जिस तरह उन्हां दी है, उसे तरीके दे नाल असी मन दे हुकम विच बैठ करके कोरी कल्पना ही रखी होई है कि असी सचखण्ड जावागे, सत्पुरुष नूं प्राप्त करागे कल्पना कि असी नाम वी लै लेया है और सतिगुरु नूं वी बणा आये हां, विचार कर लो अजे असी उन्हां दा इक अंग, इक पौढ़ी ते पैर नहीं रखया यानि जप ही नहीं पूरा कीता, कदों जप पूरा होयेगा, ते दूजी पौढ़ी सतिगुरु अन्दर नूरानी रूप विच आ के ख्याल पक्का कराणगे, ओ धुन ओ आवाज कदों सानूं प्राप्त होयेगी ? ऐ सोचण दा मजमून है विचार करन दा, निन्दया वडिआई दा या होमै विच रमण दा नहीं है । होमै विच ते असी पहले वी सी, कोई न कोई मत या धर्म विच साडा जन्म होंदा है, जंगल

विच्चों पकड़ के ते कोई लियाआ नहीं सी ! साडे माँ - पिओ
ने जेड़ा कोई वी मत या धर्म धारण कीता सी, असी वी अख
बंद करके उसनूं धारण कर लेआ, कदी किसी ने विचार करके
देखया है कि असी संत - संत करदे हां, संतां दी की वाणी है !
संतां ने की उपदेश दिता है ! कदे उसनूं धारण कीते बिना या
अमल कीते बिना, क्या असी संतां दा जो निचोड़ है ओ
आवाज, उसनूं सुण लवागे ? और उस आवाज नूं सुणे बगैर
इस जीवात्मा दा उद्धार हो जायेगा ? इस तों वड्डे होर सूक्ष्म भ्रम
केड़े ? सतिगुरु सारे ही भ्रमां नूं दूर करदे ने, कि जद तकण
असी इन्हां ऊपर पूरे नहीं उतरदे तद तकण असी रूहानियत
दी पहली पौढ़ी ते अजे तक पैर वी नहीं रखया । हुण अगली
तुक विच होर स्पष्ट करदे ने, कि जित्थे तूं ऐ लोकां दीआं रीतां
नूं प्यार करदा हैं, ओत्थे ही जो सतिगुरु उपदेश करदे ने, उन्हां
दे ऊपर तूं पूरा ही उतरना है, तन, मन, धन, वचन और कर्म
दी टेक लैणी है । फिर उपदेश करदे ने, ऐ आसण कित्थे
लगाणा है, **“सहज गुणां महि आसण बाधिआ । जीत सरूप
अनाहद बाजिआ ।”** हुण हौले - 2 अन्दर लै करके जादे ने,
किस तरीके दे नाल ! कि जिस वेले तूं ऐ सारीआं चीजां दा
त्याग कर देंगा, सारी प्रीतां छड देंगा, उस वेले सतिगुरु तैनूं

अंतर दे विच, ऐ दसवें द्वार दा जेड़ा आसन है, जिस वेले तेरा जप पूरा होयेगा, ऐ ख्याल नूं पक्का करनगे । ऐ जो आत्मा अंतर दे विच इकट्ठी होंदी है और ऐ जो सतिगुरु अन्दर प्रगट होंदे ने नूरानी रूप दे विच उसदे विच ख्याल नूं पक्का करादे ने, ऐ है अन्दर दा जप और ऐ ही आसन नूं असी पूरा करना है, पक्का करना है । किस तरीके दे नाल, ऐ आवाज कैसी है ? “अनाहद” दा भाव ऐ है कि जिसदे शुरू दा और आखिर दा सानूं पता नही, कि कित्यों शुरू है और कित्थे खत्म हो रेहा है, इस करके ऐ अनाहद है । अनाहद दे नाल ही है जोत सरूप यानि कि इसदे विच प्रकाश वी है, इक जोत रूप दे विच ही है यानि सतिगुरु असी कहंदे हां शब्द रूप ने, शब्द दा भाव ऐ है, उन्हां दा जो नूरानी रूप है ओ प्रकाश प्रगट हो गया है । उसदे बाद जिस वेले शब्द रूप विच आये, ओ प्रकाश दे नाल ओ धुन वी सानूं मिलण लग पर्ई, यानि कि ऐ अन्दर दा मजमून सिर्फ सतिगुरु दे अधीन है किसी वी भौतिक या वर्णनात्मक लफज दे विच परमात्मा या सतिगुरु कैद नहीं, उन्हाने इक पौढ़ी ते पैर पक्का करन लई इस ख्याल नूं संसार विच्छों, ख्याल नूं कडण लई सिर्फ ऐ लफज साडी झोली विच पाये ने, यानि कि सब तों पहले जगत तों अख नूं बंद करना है । जो

पहरे अख ते बिठाये ने, ओ पहरे बिठाणे ने, तांहीं अख बंद करके ऐ लफजां नूं दोहराण दा भाव की है, ऐ इक लड़ाई है अन्दर दी लड़ाई, मन दे नाल लड़ाई, जदों अख बंद करके असी इक ऐसे आसन ते बैठे हां जिसदे विच शरीर नूं वी भुल जाणा है, मुद्रा दी ते कोई गल ही नहीं, शरीर नूं वी भुलणा है और बाहर दे ख्याल वी सारे समेटणे ने । हुण मन की करदा है, ओ दौड़ के बाहर जांदा है । ऐ लड़ाई शुरू है यानि उस आसन ते बैठ के असी लड़ाई करनी है और आसन जो है ओ अडोल होंणा चाहिदा है, अगर हिलागे डुलागे ते यानि के साडा ख्याल जो है शरीर दे विच है और अगर बाहर जांदा है ते असी लड़ाई नूं पूरा नहीं कर सकदे, मैदान विच्चों असी वी दौड़ रहे हां । तो असी करना की है, अख बंद करके जिस वेले मन बाहर दौड़दा है ओनूं पकड़ के सामणे खड़ा कर देंदे हां और ऐ जो तलवार सतिगुरां ने सानूं दिती है ओ इस तरीके नाल चलाणी है कि मन थक जाये, ओ हताश हो जाये, ओ बाहर दौड़दा - 2 जांदा थक जावै, ओनूं सा (सांस) चढ़ जावै, ऐ तलवार इस तरीके नाल चलाणी है और ऐ तरीके नाल तलवार असी तांहीं चला सकदे हां जदों असी सूरमे बणागे, और सूरमे तांहीं बणागे जदों असी इस ताकत नूं बचा करके रखागे यानि

कि भोग सिर्फ काम नाल सम्बन्ध नहीं है, ऐ जगत नूं भोगणा
हर तरीके दे नाल, चाहे जुबान नाल भोग रहे हां, चाहे नजर
नाल, चाहे कन नाल । कन दे विच असी ऐसियां - 2 धुनां
असी सुणना चाहंदे हां कि सतिगुरु दी बक्शी होई धुन नूं कदी
कोई कशिष पैदा ही नहीं कीती कि असी इसनूं वी सुणना है,
ऐ कैसी हो सकदी है किस तरीके दे नाल असी पार उतरना है,
उसदे नाल साडी कोई प्रीत नहीं, यानि कि ऐ जो अन्दर दी
लड़ाई है ऐ आसन ते बैठ करके यानि शरीर दा भाव ऐ है ।