

# ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ

By admin - September 25, 2020

## ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ

ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ, B.Sc., M.A., M.Ed., ਸਟੇਟ ਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਅਵਾਰਡੀ, ਹੈਡਮਾਸਟਰ (ਸੇਵਾ ਮੁਕਤ) 105,

ਮਾਇਆ ਨਗਰ, ਸਿਵਲ ਲਾਈਨਜ਼ (ਲੁਧਿਆਣਾ) ੯੯੧੫੫-੧੫੪੩੬

### ੴ ਸਤਿ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ

ਜੇਕਰ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿੱਖੀ ਨੂੰ ਵਾਚਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਹਰ ਪ੍ਰਾਣੀ ਸੁਖ ਦੀ ਭਾਲ ਹੀ ਕਰਦਾ ਫਿਰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਮਨੁੱਖ; ਦੁੱਖ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਪਰ ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਸੁੱਖ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਜ਼ਰੂਰ ਹਨ। ਜੀਵਨ ਦੀ ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਚੱਲਦੀ ਹੈ ਪਰ ਆਮ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜੀਵਨ ਦੌੜ; ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਏਨੇ ਯਤਨਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਣਕਿਆਸੇ ਦੁੱਖ ਸਾਡੀ ਝੋਲੀ ਵਿੱਚ ਆਣ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਅਸੀਂ ਕਦੀ ਕੋਈ ਯਤਨ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ। ਅਦਿਸ਼ਟ ਜਾ ਅੰਤਰੀਵ ਦੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣ ਲਈ ਵੀ ਮਨੁੱਖ; ਕੋਈ ਸਾਰਥਕ ਯਤਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਾਹਿਬ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਜਤਨ ਬਹੁਤ ਸੁਖ ਕੇ ਕੀਏ, ਦੁਖ ਕੇ ਕੀਓ ਨ ਕੋਇ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ! ਸੁਨਿ ਰੇ ਮਨਾ ! ਹਰਿ ਭਾਵੈ, ਸੇ ਹੋਇ ॥" (ਮਹਲਾ ੯/੧੪੨੮)

ਸੁੱਖ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਖੇਡੇ ਨਾਲ ਭਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਿਪਰੀਤ ਦੁੱਖਾਂ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸੋਗ, ਚਿੰਤਾ ਤੇ ਉਦਾਸੀ ਛਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਖਚਿਤ ਹੋ ਜਾਣ ਨਾਲ ਵੀ ਅਸੀਂ ਕਈ ਵਾਰ ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਦਹਿਲੀਜ਼ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਹਰੇਕ ਸੁੱਖ ਸੀਮਾ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਨਿਕਲ ਕੇ ਦੁੱਖ ਹੋ ਨਿਬੜਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸੁਖਦਾਈ ਭੋਗ ਵੀ ਹੱਦ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਆਣ ਘੋਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਦੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਵੈਸੇ ਤਾਂ ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਸਿੱਖੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਨਾਲ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਮਾਰੂ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ "ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਜੋਗੁ, ਮੇਰੈ ਪ੍ਰਭਿ ਕੀਏ ॥ ਸਿੱਖਿ ਉਪਾਇ, ਦੁਖਾ ਸੁਖ ਦੀਏ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੧੦੩੨)

ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਚਾਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਾਰੇ ਦੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦੁੱਖ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਪਏ ਵਿਛੋੜੇ ਦਾ ਦੁੱਖ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਦੂਜਾ ਦੁੱਖ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਮਨ ਅੰਦਰ ਉੱਠੀ ਹੋਈ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ (ਲਾਲਸਾ) ਹੈ। ਤੀਸਰਾ ਦੁੱਖ ਮੌਤ ਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚੌਥਾ ਇਸ ਪੰਜ ਭੌਤਿਕ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਤਨ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਾਰੇ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਦੁਖੁ ਵੇਛੋੜਾ, ਇਕੁ ਦੁਖੁ ਭੁਖੁ ॥ ਇਕੁ ਦੁਖੁ ਸਕਤਵਾਰ ਜਮਦੂਤੁ ॥ ਇਕੁ ਦੁਖੁ; ਰੋਗੁ ਲਗੈ ਤਨਿ ਧਾਇ ॥ ਵੈਦ ਨ ਭੋਲੇ ! ਦਾਰੁ ਲਾਇ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੧੨੫੬)

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਵੈਦ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੇਰੇ ਕੋਲ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਤਨ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਹੀ ਇਲਾਜ ਹੈ, ਪਰ ਜਿਹੜੇ ਰੋਗ ਤਨ ਦੇ ਅੰਦਰ (ਭਾਵ ਮਨ ਦੇ ਰੋਗ) ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਵਿਰਤੀ; ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਵਿਛੋੜੇ ਦੇ ਦੁੱਖ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਆਪਣੀ ਪਵਿੱਤਰ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਇਕ ਸਰੋਵਰ ਦੀ ਉਦਾਹਰਨ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪਾਣੀ ਦਾ ਇੱਕ ਸਰੋਵਰ ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਲੰਘਣ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਸਰੋਵਰ ਵਿੱਚ ਕਮਲ ਦੇ ਫੁੱਲ ਉਗੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਖਿੜੇ ਹੋਏ ਕਮਲ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਮਹਿਕ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਭੰਵਰੇ; ਉਸ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਪਰਕਰਮਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਸ ਦੀ ਸੁਗੰਧੀ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹਨ। ਆਉਣ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਰਾਹੀ ਵੀ ਇਸ ਨਜ਼ਾਰੇ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਲਈ ਸਰੋਵਰ ਦੇ ਕੰਢੇ 'ਤੇ ਬੈਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਉਸੇ ਹੀ ਸਰੋਵਰ ਵਿੱਚ ਕਮਲ ਦੇ ਫੁੱਲ ਮੁਰਝਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਸਰੋਵਰ ਦਾ ਜਲ ਵੀ ਨਿਰਮਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਸਗੋਂ ਉਸ ਵਿੱਚੋਂ ਬਦਬੋ ਆਉਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸਾਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਸਰੋਵਰ ਨੂੰ ਸਵਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੇਰੀ ਇਹ ਹਾਲਤ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਗਈ ? ਤਾਂ ਉਹ ਅਗਿਓਂ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬਰਕਤ ਨਾਲ ਕਮਲ ਫੁੱਲ ਖਿੜੇ ਹੋਏ ਸਨ, ਉਸ ਪਾਣੀ ਨਾਲੋਂ ਮੇਰਾ ਵਿਛੋੜਾ ਪੈ ਗਿਆ। ਜਿਸ ਸੇਮੇ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਪਾਣੀ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਉਸ ਨਾਲੋਂ ਮੇਰਾ ਸੰਬੰਧ ਟੁੱਟ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਇਸ ਵਿਛੋੜੇ ਕਾਰਨ ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹਾਂ ਤੇ ਮੇਰਾ ਜੁੱਸਾ (ਤਕੜਾ ਸਰੀਰ) ਵੀ ਕਾਲਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦੁਰਗੰਧ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਈ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੇ ਇਸ ਸਾਰੀ ਵਾਰਤਾ ਦਾ ਵਰਣਨ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤਾ ਹੈ "ਪਬਰ ! ਤੂੰ ਹਰੀਆਵਲਾ; ਕਵਲਾ ਕੰਚਨ ਵੀਨਿ ॥ ਕੈ ਦੇਖੜੈ ਸੜਿਓਹਿ; ਕਾਲੀ ਹੋਈਆ ਦੇਹੁਰੀ; ਨਾਨਕ ! ਮੈ ਤਨਿ ਭੰਗੁ ॥" ਅਗੋਂ ਸਰੋਵਰ ਜੁਆਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ - "ਜਾਣਾ ਪਾਣੀ ਨਾ ਲਹਾਂ; ਜੈ ਸੇਤੀ ਮੇਰਾ ਸੰਗੁ ॥ ਜਿਤੁ ਡਿਠੈ ਤਨੁ ਪਰਫੁੜੈ; ਚੜੈ ਚਵਗਾਣਿ ਵੰਨੁ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੧੪੧੨)

ਇਹੀ ਹਾਲ ਮਨੁੱਖਾ ਸਰੀਰ ਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਦੀ ਲਿਵ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਰਹੇਗੀ ਤਾਂ ਮਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਖੁਸ਼ੀ ਖੇਡੇ ਤੇ ਅਨੰਦ ਵਿੱਚ ਰਹੇਗੀ ਅਤੇ ਚਿਹਰਾ ਵੀ ਜਲ-ਜਲਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹੇਗਾ। ਹਰ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਵੇਗਾ ਖੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਵੀ ਇੱਕ ਸਰੋਵਰ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਹੈ। ਜੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਰਹੇਗਾ ਤਾਂ "ਨਾਨਕ ! ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥" ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਬਣੀ ਰਹੇਗੀ,

ਪਰ ਜੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟ ਗਿਆ ਤਾਂ ਅਵਸਥਾ ਉਸ ਸਰੋਵਰ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਦੇ ਕੋਲੋਂ ਲੰਘਣਾ ਵੀ ਕੋਈ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟ ਕੇ ਫਿਰ ਮਨੁੱਖ ਸੰਸਾਰਕ ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਵਿੱਚ ਫਸਿਆ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਦੁੱਖ ਹੀ ਦੁੱਖ ਖੱਟੇਗਾ। ਗੁਰੂ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟੇ ਹੋਏ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਉੱਪਰ ਪਾਇਆ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਲਿਵ ਛੁੜਕੀ, ਲਗੀ ਤ੍ਰਿਸਨਾ; ਮਾਇਆ ਅਮਰੁ ਵਰਤਾਇਆ ॥" (ਅਨੰਦ/ਮਹਲਾ ੩/੯੨੧)

ਕਈ ਜਨਮਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ ਵਿਛੜ ਕੇ ਅਸੀਂ ਦੁੱਖ ਪਾਉਂਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਦੀ ਯਾਦ; ਮਨ ਵਿੱਚ ਵਸਾ ਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ "ਹਉ ਆਇਆ ਦੂਰਹੁ ਚਲਿ ਕੈ; ਮੈ ਤਕੀ ਤਉ ਸਰਣਾਇ ਜੀਉ ॥ ਮੈ ਆਸਾ ਰਖੀ ਚਿਤਿ ਮਹਿ; ਮੇਰਾ ਸਭੇ ਦੁਖੁ ਗਵਾਇ ਜੀਉ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੭੬੩) ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਹੀ ਦੁੱਖ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ। ਬਾਰਹਮਾਹਾ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ "ਪਰਮੇਸਰ ਤੇ ਭੁਲਿਆ; ਵਿਆਪਨਿ ਸਭੇ ਰੋਗ ॥ ਵੇਮੁਖ ਹੋਏ ਰਾਮ ਤੇ; ਲਗਨਿ ਜਨਮ ਵਿਜੋਗ ॥" (ਮਹਲਾ ੫/੧੩੫)

ਪਰਿਵਾਰ 'ਚੋਂ ਸਰੀਰਕ ਵਿਛੋੜਾ ਵੀ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਘਰ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਪਿਆਰੇ ਦਾ ਅਚਾਨਕ ਮਰ ਜਾਣਾ ਵੀ ਦੁਖਦਾਈ ਜਾਪਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਲਿਵ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਅਜਿਹੇ ਸਰੀਰਕ ਵਿਛੋੜਿਆਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਰੱਬੀ ਹੁਕਮ ਅੱਗੇ ਸਿਰ ਨਿਵਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਇਹ ਗੱਲ ਮਨ ਵਿੱਚ ਵਸਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, "ਆਵਨ ਜਾਨੁ ਇਕੁ ਖੇਲੁ ਬਨਾਇਆ ॥" (ਸੁਖਮਨੀ/ਮਹਲਾ ੫/੨੯੪) ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਹੀ ਇਹ ਹੈ, "ਜੰਮਣੁ ਮਰਣਾ ਹੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥" (ਮਹਲਾ ੩/੩੬੪)

ਦੂਸਰਾ ਦੁੱਖ ਹੈ ਭੁੱਖ ਦਾ। ਭੁੱਖ ਦੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੈ : ਇਕ ਤਨ ਦੀ ਭੁੱਖ ਤੇ ਦੂਜੀ ਮਨ ਦੀ ਭੁੱਖ। ਤਨ ਦੀ ਭੁੱਖ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਛੇਤੀ ਮਿਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਮਨ ਦੀ ਭੁੱਖ; ਗੁਰੂ ਉਪਦੇਸ਼ 'ਤੇ ਪਹਿਰਾ ਦੇਣ ਨਾਲ ਹੀ ਮਿਟਦੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਤਨ ਦੀ ਭੁੱਖ ਵੀ ਕਸ਼ਟ ਦਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਪਰ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵੀ ਸਹਿਣ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਕਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਘੇਰਾ ਲਗਾਤਾਰ ਅੱਠ ਮਹੀਨੇ ਪਿਆ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਅੰਦਰ ਜੇ ਰਾਸ਼ਨ ਪਾਣੀ ਸੀ, ਸਭ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਗਿਆ, ਪਰ ਸਿੰਘਾਂ ਨੇ ਹੌਂਸਲਾ ਨਾ ਛੱਡਿਆ।

ਬਾਬਾ ਬੰਦਾ ਸਿੰਘ ਬਹਾਦਰ ਵੇਲੇ ਵੀ ਗੁਰਦਾਸ ਨੰਗਲ ਦੀ ਗੜ੍ਹੀ ਵਿੱਚ ਏਨਾ ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਹੀ ਘੇਰਾ ਪਿਆ ਰਿਹਾ। ਅੰਨ ਪਾਣੀ ਰਾਸ਼ਨ ਸਭ ਕੁੱਝ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਗਿਆ। ਦਰਖ਼ਤਾਂ ਦੇ ਪਤੇ ਖਾ ਕੇ ਵੀ ਸਿੰਘਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰ ਮਨਾਇਆ। ਫਿਰ ਵੀ ਸਰੀਰਕ ਭੁੱਖ ਤਾਂ ਕੁੱਝ ਖਾਣ ਪੀਣ ਨਾਲ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਮਨ ਦੀ ਭੁੱਖ; ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਉਸ 'ਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਨ, ਚੰਚਲ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪਿਆ ਵੇਖ ਕੇ ਵੀ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਰੁਪਏ ਉੱਤੇ ਵੀ ਬੇਈਮਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦਾ ਸਿੱਖ; ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ, ਗੁਰੂ ਪਾਸੋਂ ਸਮਝ ਚੁੱਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤਾ ਧਨ ਵੀ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ ਤੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਧਨ ਵਾਲਾ ਵੀ ਭਟਕਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹੀ ਸੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਰੂ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਜਿਸੁ ਗ੍ਰਿਹਿ ਬਹੁਤ; ਤਿਸੈ ਗ੍ਰਿਹਿ ਚਿੰਤਾ ॥ ਜਿਸੁ ਗ੍ਰਿਹਿ ਥੋਰੀ; ਸੁ ਫਿਰੈ ਭ੍ਰਮੰਤਾ ॥ ਦੁਹੁ ਬਿਵਸਥਾ ਤੇ ਜੋ ਮੁਕਤਾ; ਸੋਈ ਸੁਹੇਲਾ ਭਾਲੀਐ ॥" (ਮਹਲਾ ੫/੧੦੧੯)

ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਕਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਈ ਸੀਹਾਂ ਜੀ ਸਾਰੇ ਦਿਨ 'ਚ ਦੇ ਪੈਸੇ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦਾ ਆਟਾ, ਦਾਲ, ਆਦਿ ਲੈਣ ਬਾਬਾ ਲਹਿਣਾ ਜੀ ਦੀ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਜਾਇਆ ਸਕਦੇ ਸਨ। ਉਸ ਦੀ ਗ਼ਰੀਬੀ ਵੇਖ ਕੇ ਬਾਬਾ ਲਹਿਣਾ ਜੀ ਕੁੱਝ ਆਟਾ ਆਪਣੇ ਕੋਲੋਂ ਵਾਧੂ ਪਾ ਦਿਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਭਾਈ ਸੀਹਾਂ ਜੀ; ਵਾਧੂ ਆਟਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੇਰੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਹੁਕਮ ਹੈ ਕਿ ਧਰਮ ਦੀ ਕਿਰਤ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਦੀ ਕਿਰਤ-ਕਾਰ ਚਲਾਉਣੀ ਹੈ। ਇਉਂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ 'ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਮਨ ਦੀ ਭੁੱਖ ਤੇ ਤ੍ਰਿਸਨਾਵਾਂ ਉੱਪਰ ਕਾਬੂ ਪਾ ਕੇ ਸੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। 'ਜਪੁ' ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਫੁਰਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ "ਕੋਤਿਆ; ਦੂਖ ਭੂਖ ਸਦ ਮਾਰ ॥ ਏਹਿ ਭਿ ਦਾਤਿ ਤੇਰੀ; ਦਾਤਾਰ ! ॥੨੫॥, ਪਰ ਮਨਮੁਖ ਬੰਦਾ ਕਦੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰੱਜਦਾ; ਜਿਵੇਂ ਅੱਗ; ਲੱਕੜਾਂ ਨਾਲ ਤ੍ਰਿਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਸੰਤ ਕਾ ਦੇਖੀ; ਭੂਖਾ, ਨਹੀ ਰਾਜੈ ॥ ਜਿਉ ਪਾਵਕੁ; ਈਧਨਿ ਨਹੀ ਧ੍ਰਾਪੈ ॥" (ਸੁਖਮਨੀ/ਮਹਲਾ ੫/੨੯੦)

ਤੀਜਾ ਦੁੱਖ ਜੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੇ ਬਿਆਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਹ ਹੈ : ਜਮਦੂਤਾਂ ਦਾ ਡਰ ਭਾਵ ਮੌਤ ਦਾ ਦੁੱਖ। ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦੁੱਖ; ਮੌਤ ਦਾ ਭੈ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦੀ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਕਮਾਈ ਕਈ ਵਾਰ ਮਨੁੱਖ ਮੌਤ ਦੇ ਡਰ ਤੋਂ ਬਚਨ ਲਈ ਤਾਕਤਵਾਰ ਅੱਗੇ ਢੇਰੀ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਵਾਸਤਾ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਮੌਤ ਦਾ ਦੁੱਖ; ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਤਾਉਂਦਾ ਹੈ ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਵੀ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਦਿਨ ਆਉਣੀ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਕਿ ਕਦੋਂ, ਕਿੱਥੇ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਆ ਜਾਣੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ; ਮਨ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੌਤ ਵੱਲੋਂ ਬੇਫ਼ਿਕਰ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਇਤਿਹਾਸ ਪੜ੍ਹੀਏ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉੱਚੇ ਸੁੱਚੇ ਜੀਵਨ ਵਾਲੇ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰੇ ਮੌਤ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਭਾਈ ਸਤੀ ਦਾਸ ਜੀ, ਭਾਈ ਮਤੀ ਦਾਸ ਜੀ, ਭਾਈ ਦਿਆਲਾ ਜੀ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਅੰਤਾਂ ਦੇ ਤਸੀਹੇ ਦੇ ਕੇ ਸ਼ਹੀਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਪਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਵਚਨਾਂ 'ਤੇ ਕਾਇਮ ਰਹੇ। ਸੱਤ ਤੇ ਨੌਂ ਸਾਲ ਦੇ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਲਾਲ; ਮੌਤ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਸਨ, ਇਸ ਲਈ ਅੰਤ ਤੱਕ ਬੁਲੰਦ ਹੌਂਸਲੇ ਰੱਖੇ।

ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਕਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਗੁਰੂ ਹਰਿਗੋਬਿੰਦ ਜੀ ਦੇ ਨੌਂ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਬਾਬਾ ਅਟਲ ਰਾਏ ਜੀ ਅਕਾਲ ਚਲਾਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਕੋਈ ਉਦਾਸੀ ਨਹੀਂ ਵੇਖੀ ਗਈ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਂਝੂ ਭਾਈ ਸਾਂਝੀ ਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਜਦੋਂ ਕਾਰਨ ਪੁੱਛਿਆ ਤਾਂ ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜਮੀਨ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਲਕੀਰ ਖਿੱਚਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਤੇ ਫਿਰ ਉਹੋ ਲਕੀਰ ਮਿਟਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਫਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਇਆ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਕੀਰ ਖਿੱਚਣ ਵੇਲੇ ਤੇ ਮਿਟਾਉਣ ਵੇਲੇ ਕੋਈ ਖੁਸ਼ੀ ਜਾਂ ਗਮੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਤਾਂ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਬਾਬਾ ਅਟਲ ਰਾਏ ਜੀ ਵੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਲਕੀਰ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਹੀ ਆਏ ਸਨ ਤੇ ਲਕੀਰ ਮਿਟਣ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਚਲੇ ਗਏ ਫਿਰ ਉਦਾਸੀ ਕਿਸ ਗੱਲ ਦੀ।

ਭਾਈ ਭਿਖਾਰੀ ਦਾ ਜੀਵਨ ਵਾਚੀਏ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਅਵਸਥਾ ਬਣੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਇੱਕ ਦਿਨ ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਵਿਆਹ ਹੈ ਤੇ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਪੁੱਤਰ ਚੜ੍ਹਾਈ ਕਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਦੋਵੇਂ ਦਿਨ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਰਹੀ ਕਿਉਂਕਿ ਲਿਵ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਸੀ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਹੈ ਹੀ ਮਿਲਣਾ, ਵਿਛੜਨਾ। ਸੰਜੋਗ ਤੇ ਵਿਜੋਗ ਨਾਲ ਹੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗਤੀ ਚੱਲਦੀ ਹੈ। ਮਿਲਾਪ ਜਿੱਥੇ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ ਉੱਥੇ ਵਿਛੋੜਾ ਦਰਦ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਦਰਦ ਦੀ ਕੋਈ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕਿਸੇ ਪਿਆਰੇ ਦੇ ਜਾਣ ਨਾਲ ਵਿਛੋੜਾ ਦਰਦ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨ ਉਦਾਸੀ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨਾਲ ਬਿਤਾਏ ਹੋਏ ਪਲ ਦੀ ਯਾਦ ਕਿਸੇ ਅਨੋਖੇ ਦਰਦ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਉਦਾਸੀ, ਪੀੜਾ ਜਾਂ ਦਰਦ ਕਦੇ ਮੁੜ ਉਸ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ। ਬਸ ਫਿਰ ਉਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਹੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਤੱਤ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰੇ ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਮਾਨ ਜਾਣ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਸੁਖਦਾਈ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਾਰੂ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਸਗਲੇ ਦੁਖ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਕਰਿ ਪੀਵੈ; ਬਾਹੁੜਿ ਦੁਖੁ ਨ ਪਾਇਦਾ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੧੦੩੪)

ਚੌਥਾ ਰੋਗ ਹੈ ਤਨ ਦਾ ਰੋਗ, ਜਿਸ ਦੀ ਦਵਾ ਵੈਦ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਸਰੀਰਕ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਰੱਦ ਤੱਕ ਬਚਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਐਸੀ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਸਮਝਾਈ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਖਾਣਾ ਪੀਣਾ, ਉੱਠਣਾ ਬਹਿਣਾ, ਪਹਿਨਣਾ, ਸੌਣਾ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖੁਰਾਕ; ਉਹ ਖਾਧੀ ਜਾਵੇ ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਸ਼ਟ ਨਾ ਦੇਵੇ ਤੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਰ ਪੈਦਾ ਨਾ ਕਰੇ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਬਚਨ ਹਨ "ਬਾਬਾ! ਹੋਰੁ ਖਾਣਾ ਖੁਸੀ ਖੁਆਰੁ ॥ ਜਿਤੁ ਖਾਧੈ, ਤਨੁ ਪੀੜੀਐ; ਮਨ ਮਹਿ ਚਲਹਿ ਵਿਕਾਰ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੧੬)

ਸਰੀਰਕ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕਾਮ ਵਾਸਨਾ 'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਨਾ ਹੋਣਾ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਬਚਨ ਹਨ "ਨਿਮਖ ਕਾਮ ਸੁਆਦ ਕਾਰਣਿ; ਕੋਟਿ ਦਿਨਸ ਦੁਖੁ ਪਾਵਹਿ ॥ ਘਰੀ ਮੁਹਤ ਰੰਗ ਮਾਣਹਿ; ਫਿਰਿ ਬਹੁਰਿ ਬਹੁਰਿ ਪਛੁਤਾਵਹਿ ॥" (ਮਹਲਾ ੫/੪੦੩)

ਕਾਮ ਅਤੇ ਕ੍ਰੋਧ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਗਾਲ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕ੍ਰੋਧ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਰਕਤ ਦਬਾ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਰੋਗ ਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਕਾਮੁ ਕ੍ਰੋਧੁ; ਕਾਇਆ ਕਉ ਗਾਲੈ ॥ ਜਿਉ ਕੰਚਨ ਸੋਹਾਗਾ ਢਾਲੈ ॥" (ਓਅੰਕਾਰ/ਮਹਲਾ ੧/੯੩੨)

ਆਮ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਿਆਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਗੁੱਸਾ ਆਉਣਾ ਸੁਭਾਵਕ ਹੈ ਪਰ ਉਹ ਛਿਨ ਭਰ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਜੇ ਗੁੱਸੇ ਨੂੰ ਮਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਦੁਖਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਬਾ ਫ਼ਰੀਦ ਜੀ ਦੱਸਦੇ ਹਨ "ਫਰੀਦਾ! ਬੁਰੇ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰਿ; ਗੁਸਾ ਮਨਿ ਨ ਹਛਾਇ ॥ ਦੇਹੀ ਰੋਗੁ ਨ ਲਗਈ; ਪਲੈ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਪਾਇ ॥" (ਬਾਬਾ ਫ਼ਰੀਦ ਜੀ/੧੩੮੨)

ਲੋਭ-ਲਾਲਚ ਦੀ ਬਿਰਤੀ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਰੋਗੀ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਗਰ ਲੱਗ ਕੇ ਆਪਣੀ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਨਾਸ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅਸਲ ਮਨੋਰਥ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਗਾਉਂਦੀ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਮੁਚੁ ਭੂਭੁ ਕਮਾਵਹਿ; ਬਹੁਤੁ ਉਠਾਵਹਿ ਭਾਰੇ ॥ ਤੂੰ ਕਾਇਆ ਮੈ ਰੁਲਦੀ ਦੇਖੀ; ਜਿਉ ਧਰ ਉਪਰਿ ਛਾਰੇ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੧੫੪) ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਲਾਲਚ ਵਾਲੀ ਬਿਰਤੀ ਦੁਖਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿਖਿਆ 'ਤੇ ਅਮਲ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਇਹ ਵਾਸਨਾ ਖ਼ਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ "ਲਾਲਚੁ ਛੋਡਹੁ ਅੰਧਿਹੋ; ਲਾਲਚਿ ਦੁਖੁ ਭਾਰੀ ॥ ਸਾਚੈ ਸਾਹਿਬੁ ਮਨਿ ਵਸੈ; ਹਉਮੈ ਬਿਖੁ ਮਾਰੀ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੪੧੯)

ਭਾਈ ਸੱਤਾ ਤੇ ਭਾਈ ਬਲਵੰਡ ਜੀ ਰਾਮਕਲੀ ਕੀ ਵਾਰ ਵਿੱਚ ਬਿਆਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਪਾਣੀ ਉੱਤੇ ਹਰਿਆਵਲ ਜੰਮ ਜਾਏ ਤੇ ਉਹ ਪਾਣੀ; ਦੁਰਗੰਧ ਮਾਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪੀਣ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਾਲਚ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਰੋਗੀ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਦੁੱਖਾਂ ਨਾਲ ਤੜਫਦਾ ਹੈ "ਲਬੁ ਵਿਣਾਹੇ ਮਾਣਸਾ; ਜਿਉ ਪਾਣੀ ਬੁਰੁ ॥" (ਬਲਵੰਡ ਸਤ/੯੬੭)

ਧਨ ਕਮਾਉਣ ਦੇ ਲਾਲਚ ਪਿੱਛੇ ਮਨੁੱਖ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਖੁਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਗੁਆ ਕੇ ਦੁੱਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਖੀਰ ਕਮਾਇਆ ਹੋਇਆ ਧਨ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਅਰੋਗ ਕਰਨ 'ਤੇ ਖ਼ਰਚ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ 'ਚ ਤਿੰਨ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਨਮੋਤੀ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਤਾਪ ਵੀ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ : 'ਆਧਿ, ਵਿਆਦਿ, ਉਪਾਧਿ' ਭਾਵ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ, ਸਰੀਰਕ ਰੋਗ ਅਤੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਝਗੜੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਦੀ ਨਵਿਰਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ

ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਤੀਨੇ ਤਾਪ ਨਿਵਾਰਣਹਾਰ, ਦੁਖ ਹੰਤਾ ਸੁਖ ਰਾਸਿ ॥ ਤਾ ਕਉ ਬਿਘਨੁ ਨ ਕੋਊ ਲਾਗੈ; ਜਾ ਕੀ ਪ੍ਰਭ ਆਗੈ ਅਰਦਾਸਿ ॥" (ਮਹਲਾ ੫/੭੧੪)

ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੁੱਖ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਵਿਸਾਰ ਕੇ ਰਸਾਂ ਕਸਾਂ ਵਿੱਚ ਖਚਿਤ ਹੋਣ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰੋਗੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਬਚਨ ਹਨ "ਖਸਮੁ ਵਿਸਾਰਿ, ਕੀਏ ਰਸ ਭੋਗ ॥ ਤਾਂ ਤਨਿ ਉਠਿ ਖਲੋਏ ਰੋਗ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੧੨੫੬)

ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਦੁਖੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁੱਖੀ ਹੈ ਉਹ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਹੀ ਦੁੱਖੀ ਹਾਂ ਬਾਕੀ ਸਾਰੇ ਸੁਖੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਪਰ ਜੇ ਸਾਰੇ ਪਾਸੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੀਏ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਦੁੱਖੀ ਹੈ। ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਜੀ ਫੁਰਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ "ਫਰੀਦਾ ! ਮੈਂ ਜਾਨਿਆ ਦੁਖ ਮੁਝ ਭੁ; ਦੁਖ ਸਬਾਇਐ ਜਗਿ ॥ ਉਚੇ ਚੜ੍ਹਿ ਕੈ ਦੇਖਿਆ; ਤਾਂ ਘਰਿ ਘਰਿ ਏਹਾ ਅਗਿ ॥" (ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਜੀ ੧੩੮੨), ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜੀ ਦਾ ਵੀ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ "ਨਾਨਕ ! ਦੁਖੀਆ ਸਭੁ ਸੰਸਾਰੁ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੯੫੪)

ਕੋਈ ਸਰੀਰਕ ਰੋਗ ਕਾਰਨ ਤੇ ਕੋਈ ਆਤਮਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਕਾਰਨ ਦੁੱਖੀ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਰੋਗ ਜਾਂ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਵੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਦੀ ਸਾਨੂੰ ਚਿੰਤ-ਚੇਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਘਟਨਾਵਾਂ ਅਚਾਨਕ ਵਾਪਰ ਜਾਂਦੀਆਂ, ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਉੱਤੇ ਕੋਈ ਵੱਸ ਨਹੀਂ ਚੱਲਦਾ। ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਰਾਜਨੀਤਕ ਉਥਲ-ਪੁਥਲ, ਜਿਸ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਨਾਲ ਕੋਈ ਦੂਰ ਦਾ ਵਾਸਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਮਾਰ ਹੇਠ ਆ ਕੇ ਦੁਖਦਾਈ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ; ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੰਨ 1947 ਵਿੱਚ ਅਤੇ 1984 ਵਿੱਚ ਵਾਪਰੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਹਨ।

ਇਹ ਸਭ ਕੁੱਝ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਆਪਣੇ ਭਾਣੇ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਉਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅੱਗੇ ਪੁਕਾਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ; ਬਾਬਰਵਾਣੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਬਾਬਰ ਦੇ ਹਮਲੇ ਸਮੇਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਜੋ ਦੁਖ ਝੱਲੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਦੇ ਹਨ "ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਤੇਰੈ ਭਾਣੈ ਹੋਵੈ; ਕਿਸ ਥੈ ਜਾਇ ਹੁਆਈਐ ॥ ਹੁਕਮੀ ਹੁਕਮਿ ਚਲਾਏ ਵਿਗਾਸੈ; ਨਾਨਕ ! ਲਿਖਿਆ ਪਾਈਐ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੪੧੮)

ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਸਿੱਖਾਂ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜੀ ਭਗਤਾਂ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਕਿਉਂ ਵਾਪਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੇ ਸਮਝਾਇਆ ਕਿ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਰੱਬ; ਦੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਜਲਦੀ ਸਮਝ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਸੁੱਖ; ਦੋਹਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਭਗਤਾਂ ਦੀ ਪਰਖ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸੁੱਖ ਦੇ ਕੇ ਵੀ ਉਹ ਪਰਖ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਭਗਤ ਕਿਤੇ ਮਾਇਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਖਚਿਤ ਹੋ ਕੇ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਜੀਵਨ ਵੱਲੋਂ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜ ਗਿਆ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁੱਖ ਦੇ ਕੇ ਵੀ ਪਰਖ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਗਤ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਆ ਗਿਆ ਜੇ ਭਗਤੀ ਕਰਕੇ ਵੀ ਦੁੱਖ ਹੀ ਮਿਲਣੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕੀ ਲੋੜ ਹੈ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਲਿਵ; ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਸੁੱਖ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਪਹਿਨਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਨਾਨਕ ! ਬੋਲਣੁ ਝਖਣਾ; ਦੁਖ ਛਡਿ, ਮੰਗੀਅਹਿ ਸੁਖ ॥ ਸੁਖੁ ਦੁਖੁ ਦੁਇ ਦਰਿ ਕਪੜੈ; ਪਹਿਰਹਿ ਜਾਇ ਮਨੁਖ ॥" (ਮਹਲਾ ੧/੧੪੯)

ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਸੁੱਖ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਖੇਡ (ਰਜਾ) ਹਨ। ਜੇ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਸਮਝ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੁੱਖੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਬੰਦਾ ਇਹ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ, ਦੁਖੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹੁਕਮ ਸਮਝਣ 'ਤੇ ਹੀ ਸੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਦੇ ਬਚਨ ਹਨ "ਜਬ ਲਗੁ ਹੁਕਮੁ ਨ ਬੁਝਤਾ; ਤਬ ਹੀ ਲਉ ਦੁਖੀਆ ॥ ਗੁਰ ਮਿਲਿ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਣਿਆ; ਤਬ ਹੀ ਤੇ ਸੁਖੀਆ ॥" (ਮਹਲਾ ੫/੪੦੦)

ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਜਿਸ ਕੋਲ ਵੱਧ ਧਨ ਪਦਾਰਥ ਹਨ ਅਤੇ ਉੱਚ ਪਦਵੀ 'ਤੇ ਹੈ, ਉਹ ਸੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜਿਸ ਕੋਲ ਧਨ ਦੌਲਤ ਸੀਮਤ ਹੈ, ਉਹ ਦੁੱਖੀ ਹੈ। ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਤਾਂ ਮਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਜੋ ਸਾਰੇ ਦੇਸ਼ 'ਤੇ ਰਾਜ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਵੀ ਦੁੱਖੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੇ ਸੁੱਖਾਂ ਦਾ ਸਾਧਨ ਕੇਵਲ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਹੈ। ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਸਗਲ ਸ੍ਰਿਸਟਿ ਕੇ ਰਾਜਾ ਦੁਖੀਆ ॥ ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ; ਜਪਤ ਹੋਇ ਸੁਖੀਆ ॥" (ਮਹਲਾ ੫/੨੬੪) ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਜਉ ਸੁਖ ਕਉ ਚਾਹੈ ਸਦਾ; ਸਰਨਿ ਰਾਮ ਕੀ ਲੇਹ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ! ਸੁਨਿ ਰੇ ਮਨਾ! ਦੁਰਲਭ ਮਾਨੁਖ ਦੇਹ ॥" (ਮਹਲਾ ੯/੧੪੨੭)

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਗੁਰਮੁਖ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਲਿਵ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੈ ਉਹ ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਹਿਜ ਅਵਸਥਾ ਮਾਣਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਲੜ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਇਉਂ ਇਹ ਹੁੰਦੀ ਹੈ "ਜੇ ਸੁਖੁ ਦੇਹਿ; ਤ ਤੁਝਹਿ ਅਰਾਧੀ; ਦੁਖਿ ਭੀ, ਤੁਝੈ ਧਿਆਈ ॥ ਜੇ ਭੁਖ ਦੇਹਿ; ਤ ਇਤ ਹੀ ਰਾਜਾ; ਦੁਖ ਵਿਚਿ, ਸੁਖ ਮਨਾਈ ॥" (ਮਹਲਾ ੪/੭੫੭)

ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਬਹੁਤ ਧਨ ਕਮਾਉਣ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ। ਨਾ ਹੀ ਬਹੁਤੇ ਨਾਟਕ ਚੇਟਕ (ਨੱਚਣ ਦੇ ਸ਼ੌਕ) ਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਨਾ ਹੀ ਬਹੁਤੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਭਰਮਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਸੁੱਖ ਕੇਵਲ ਸਰਬ ਸੁੱਖਾਂ ਦੇ ਦਾਤੇ ਨਾਲ ਇਕ-ਮਿਕਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਭੈਰਉ ਰਾਗ ਵਿੱਚ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ, ਬਹੁਤੈ ਧਨਿ ਖਾਟੇ ॥ ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ, ਪੇਖੇ ਨਿਰਤਿ ਨਾਟੇ ॥ ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ; ਬਹੁ ਦੇਸ ਕਮਾਏ ॥ ਸਰਬ ਸੁਖਾ; ਹਰਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ ॥" (ਮਹਲਾ ੫/੧੧੪੭)

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਜੀਵਨ ਵਾਚੀਏ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵੀ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਤਖ਼ਤ ਲਾ ਕੇ ਦੀਵਾਨ ਸਜਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਵੇਲੇ ਸੰਗਤਾਂ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਉਹ ਵੀ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਾਛੀਵਾੜੇ ਦੇ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ, ਪੈਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਲਾਂ ਚੁਭੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਦੋਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਇਕੋ ਜਿਹੀ ਹੈ। ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਵਿੱਚ ਹਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬਿਖੜੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਔਰੰਗਜ਼ੇਬ ਨੂੰ ਜਿੱਤ ਦੀ ਚਿੱਠੀ ਜ਼ਫ਼ਰਨਾਮਾ ਲਿਖਦੇ ਹਨ। ਚਾਰੇ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦੇ, ਮਾਤਾ ਗੁਜਰੀ ਅਤੇ ਅਨੇਕਾਂ ਪਿਆਰੇ ਸਿੱਖ ਸ਼ਹੀਦ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਜ਼ਫ਼ਰਨਾਮੇ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਹਨ "ਨ ਸਾਜ਼ੇ, ਨ ਬਾਜ਼ੇ; ਨ ਫ਼ੌਜੋ ਨ ਫ਼ਰਸ਼ ॥ ਖੁਦਾਵੰਦ ਬਖ਼ਸ਼ਿੰਦਏ ਐਸ਼ੁ ਅਰਸ਼ ॥੪॥ (ਜ਼ਫ਼ਰਨਾਮਾ) ਭਾਵ ਨਾ ਸਾਜੇ-ਸਮਾਨ ਹੈ, ਨਾ ਬਾਜ਼, ਨਾ ਫ਼ੌਜ, ਨਾ ਗ਼ਲੀਚੇ ਫਿਰ ਵੀ ਰੱਬ; ਸੁਰਗ ਵਰਗਾ ਅਨੰਦ ਬਖ਼ਸ਼ਦਾ ਹੈ।

ਹੁਮਾ ਪੰਛੀ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਸ ਦੇ ਸਿਰ ਉੱਪਰ ਹੁਮਾ ਪੰਛੀ (ਭਾਵ ਰੱਬ) ਦਾ ਸਾਇਆ ਹੋਵੇ ਫਿਰ ਚਲਾਕ ਕਾਂ (ਔਰੰਗਜ਼ੇਬ) ਵੀ ਕੀ ਵਿਗਾੜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕਿੰਨਾ ਵੀ ਦਲੇਰ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ ? ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਦੇ ਹਨ "ਹੁਮਾ ਰਾ ਕਸੇ ਸਾਯਹ ਆਯਦ ਬਜ਼ਰ ॥ ਬਰੇ ਦਸਤ ਦਾਰਦ ਨ ਜ਼ਾਗੋ ਦਲੇਰ ॥੧੬॥" (ਜ਼ਫ਼ਰਨਾਮਾ)

ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਹੈ ਸੁੱਖ ਨਾਲ । ਗੁਰਮਤਿ ਨੇ ਸੁੱਖ ਤੇ ਦੁੱਖ ਵੇਲੇ; ਸਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ। ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਕਾਰਣੁ ਕਰਤਾ ਜੋ ਕਰੈ; ਸਿਰਿ ਧਰਿ ਮੰਨਿ ਕਰੈ ਸੁਕਰਾਣਾ। ਰਾਜੀ ਹੋਇ ਰਜਾਇ ਵਿਚਿ; ਦੁਨੀਆਂ ਅੰਦਰਿ ਜਿਉ ਮਿਹਮਾਣਾ।" (ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ/ਵਾਰ ੧੮ ਪਉੜੀ ੨੧) ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਰੱਬ; ਜਿਵੇਂ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ; ਓਵੇਂ ਹੀ ਰਹਿਣਾ ਸੁਖਦਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ "ਜਿਉ ਰਾਮੁ ਰਾਖੈ; ਤਿਉ ਰਹੀਐ ਰੇ ਭਾਈ ! ॥" (ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ/੧੧੬੪)

ਸੇ ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਸੁੱਖ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅਨਿਖੜਵੇਂ ਅੰਗ ਹਨ। ਜਿਹੜਾ ਕਰਮ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਉਹ ਸੁੱਖ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਕਰਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪ੍ਰਤਿਕੂਲ (ਵਿਰੋਧ ਵਜੋਂ) ਹੋਵੇ, ਉਹ ਦੁਖਦਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਪਦਾਰਥ ਕਿਸੇ ਲਈ ਦੁਖਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਜਦਕਿ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਈ ਉਹੀ ਸੁਖਦਾਈ ਹੈ। ਜੇ ਕੁਝ ਦੂਜੇ ਕੋਲ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਨਹੀਂ, ਉਹੀ ਦੁਖਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਵਿਚਾਰ ਮੇਰੇ ਅਨੁਕੂਲ ਨਹੀਂ ਉਹ ਦੁਖਦਾਈ ਹਨ, ਪਰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਇਕ-ਮਿਕ ਹੋਈ ਆਤਮਾ ਲਈ ਸਭ ਸੁੱਖ ਹੀ ਸੁੱਖ ਹਨ। ਜੇ ਉੱਚੀ ਸੋਚ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਉਸ ਲਈ ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਇਕ ਸਮਾਨ ਹਨ। ਕਾਮ, ਕਰੋਧ, ਲੋਭ, ਮੋਹ, ਹੰਕਾਰ; ਦੁਖਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤਦ ਬਣਦੇ ਹਨ ਜਦ ਇਹ ਸਾਡੀ ਅੰਦਰ ਆਤਮਾ ਤੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ; ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਤਮਾ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਛੁਹਦੇ ਉਹ ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ "ਸੁਖੁ ਦੁਖੁ ਜਿਹ ਪਰਸੈ ਨਹੀ; ਲੇਭੁ ਮੋਹੁ ਅਭਿਮਾਨੁ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ! ਸੁਨੁ ਰੇ ਮਨਾ ! ਸੇ ਮੂਰਤਿ ਭਗਵਾਨ ॥" (ਮਹਲਾ ੯/੧੪੨੭)

ਸੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦੁੱਖ ਤੇ ਸੁੱਖ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਨਿਤਨੇਮ 'ਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਾਂ "ਹੁਕਮਿ ਲਿਖਿ ਦੁਖ ਸੁਖ ਪਾਈਅਹਿ ॥" (ਜਪੁ) ਬੱਚਾ ਜਦੋਂ ਕਸ਼ਟ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਾਂ ਨੂੰ ਗਲਵਕੜੀ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖ ਵੀ ਜਦ ਪੀੜਾ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਰੱਬ ਨੂੰ ਚੇਤੇ ਕਰਨ ਨਾਲ ਡੋਲਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਢਾਰਸ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੇ ਬਚਨ ਹਨ "ਡੰਡਉਤਿ ਬੰਦਨ ਅਨਿਕ ਬਾਰ; ਸਰਬ ਕਲਾ ਸਮਰਥ ॥ ਡੋਲਨ ਤੇ ਰਾਖਹੁ ਪ੍ਰਭੂ ! ਨਾਨਕ ਦੇ ਕਰਿ ਹਥ ॥" (ਮਹਲਾ ੫/੨੫੬) ਸੁੱਖ ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਹੋ ? ਕਿਸ ਅਹੁਦੇ 'ਤੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿੰਨੀ ਜਾਇਦਾਦ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹੋ ਬਲਕਿ ਸੁਖਦਾਈ ਜੀਵਨ; ਸੁੱਖਾਂ ਜਾਂ ਦੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਗੁਰੂ ਹੁਕਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਸੁੱਖੀ ਹੋਵੇਗਾ । ਇਹੀ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਆਉਣਾ ਸਫਲ ਜੀਵਨ ਅਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ।

Like | 0

Dislike | 0

admin