ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ - ਸਬਦ ੨
ਕਾਇਆ ਲਾਹਣਿ ਆਪੁ ਮਦੁ ਮਜਲਸ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਧਾਤੁ ॥
ਰਾਗੁ ਬਿਹਾਗੜਾ, ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੫੫੩

ਕਾਇਆ ਲਾਹਣਿ ਆਪੁ ਮਦੁ ਮਜਲਸ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਧਾਤੁ ॥
ਮਨਸਾ ਕਟੋਰੀ ਕੂੜਿ ਭਰੀ ਪੀਲਾਏ ਜਮਕਾਲੁ ॥
ਇਤੁ ਮਦਿ ਪੀਤੈ ਨਾਨਕਾ ਬਹੁਤੇ ਖਟੀਅਹਿ ਬਿਕਾਰ ॥
ਗਿਆਨੁ ਗੁੜੁ ਸਾਲਾਹ ਮੰਡੇ ਭਉ ਮਾਸੁ ਆਹਾਰੁ ॥
ਨਾਨਕ ਇਹੁ ਭੋਜਨੁ ਸਚੁ ਹੈ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਆਧਾਰੁ ॥੨॥
ਕਾਂਯਾਂ ਲਾਹਣਿ ਆਪੁ ਮਦੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਤਿਸ ਕੀ ਧਾਰ ॥
ਸਤਸੰਗਤਿ ਸਿਉ ਮੇਲਾਪੁ ਹੋਇ ਲਿਵ ਕਟੋਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਭਰੀ ਪੀ ਪੀ ਕਟਹਿ ਬਿਕਾਰ ॥੩॥

ਸਾਰ: ਗੁਣ ਅਤੇ ਵਿਕਾਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਨਿਜ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਣ ਉਸਾਰੂ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਦਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਭਲੇ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਵਿਕਾਰ ਢਾਹੂਪੁਣੇ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਕਰ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਨੂੰ ਭੰਗ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਦਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੱਚੇ ਸਵੈ ਨਾਲ ਇਕਸੁਰ ਹੋਣ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਭਲਾਈ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਉਲਟ, ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ ਝੁਕਾ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਚੌਗਿਰਦੇ ਨਾਲ ਇਕਸੁਰ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਯੋਗਤਾ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਬਿਬੇਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸਾਡੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਵੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਅੰਤ ਅਸੀਂ ਰੂਹਾਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਛੜ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਕਾਇਆ ਲਾਹਣਿ ਆਪੁ ਮਦੁ ਮਜਲਸ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਧਾਤੁ ॥
ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਹਉਮੈ ਲਈ ਇੱਕ ਭਾਂਡੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਨਸ਼ੇ ਵਾਂਗ ਮਨ ਨੂੰ ਮੋਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਇਕੱਠ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ ਜੋ ਨਸ਼ੇ ਵੱਲ ਮੋਹਿਤ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜੀ ਬੈਠਾ ਹੋਵੇ।

ਮਨਸਾ ਕਟੋਰੀ ਕੂੜਿ ਭਰੀ ਪੀਲਾਏ ਜਮਕਾਲੁ ॥
ਇੱਛਾਵਾਂ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਪਿਆਲਾ ਝੂਠ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਇਸਦਾ ਸੇਵਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਤਮਿਕ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਤੁ ਮਦਿ ਪੀਤੈ ਨਾਨਕਾ ਬਹੁਤੇ ਖਟੀਅਹਿ ਬਿਕਾਰ ॥

ਨਾਨਕ, ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਖਪਤ ਹੋ ਇਕ ਨਸ਼ਈ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਚਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਅਣਗਿਣਤ ਢਾਹੂ ਇਰਾਦਿਆਂ ਵੱਲ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਿਆਨੁ ਗੁੜੁ ਸਾਲਾਹ ਮੰਡੇ ਭਉ ਮਾਸੁ ਆਹਾਰੁ ॥

ਰੂਹਾਨੀ ਗਿਆਨ ਦਾ ਸਵਾਦ ਗੁੜ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਖੋ, ਸ਼ੁਕਰਾਨੇ ਦਾ ਆਨੰਦ ਸਬਰ ਦੀ ਰੋਟੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਣੋ ਅਤੇ ਨੈਤਿਕ ਪਤਨ ਦੇ ਡਰ ਨੂੰ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਲੋ ਜਿਵੇਂ ਭੋਜਨ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪਾਲਦਾ ਹੈ।

ਨਾਨਕ ਇਹੁ ਭੋਜਨੁ ਸਚੁ ਹੈ ਸਚੁ ਨਾਮੁ ਆਧਾਰੁ ॥੨॥

ਨਾਨਕ, ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਗੁਣ ਸ਼ੁੱਧ ਭੋਜਨ ਹਨ, ਜਦਕਿ ਸੱਚ ਅਤੇ ਚਿੰਤਨ ਹੀ ਰੂਹਾਨੀ ਉੱਨਤੀ ਲਈ ਅਸਲ ਆਸਰਾ ਹਨ। (੨)

ਕਾਂਯਾਂ ਲਾਹਣਿ ਆਪੁ ਮਦੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਤਿਸ ਕੀ ਧਾਰ ॥

ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬਰਤਨ ਵਜੋਂ ਵਰਤੋ ਜੋ ਸਵੈ-ਬੋਧ ਦਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੈ ਜੋ ਬਿਬੇਕ ਦੀ ਧਾਰਾ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸਤਸੰਗਤਿ ਸਿਉ ਮੇਲਾਪੁ ਹੋਇ ਲਿਵ ਕਟੋਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਭਰੀ ਪੀ ਪੀ ਕਟਹਿ ਬਿਕਾਰ ॥੩॥

ਰੂਹਾਨੀ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਵਿੱਚ ਮਨ ਇੱਕ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਕਟੋਰੇ ਦੇ ਸਮਾਨ, ਜੋ ਬਿਬੇਕ ਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਭੈੜੇ ਇਰਾਦਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। (੩)

ਤੱਤ: ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਰੂਹਾਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਕਸਤ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸੱਚ ਨੂੰ ਮੂਰਤੀਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਰੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਨੀਂਹ ਹੈ। ਉਹ ਪ੍ਰਮਾਇਕ ਤੌਰ ਤੇ ਜੀਉਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਉਸ ਭਾਂਡੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿਚ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਬੋਧ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੁਰੇ ਇਰਾਦੇ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਕੰਮਾਂ, ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਇਰਾਦਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Oneness In Diversity Research Foundation
ਵੈੱਬਸਾਈਟ: OnenessInDiversity.com

ਈਮੇਲ: onenessindiversityfoundation@gmail.com