Bani3470.docx ਭਾਗ 1 ਭਾਗ2 ਭਾਗ3 ਭਾਗ4 ਸੰਖੇਪ

ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਚੰਗੇ ਗੁਣ ਅਤੇ ਹੁਨਰ ਕਿਵੇਂ ਪੈਦਾ ਕਰੀਏ?

How to develop good qualities and skills to achieve success in your studies and life?

ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਬੁਢਾਪੇ ਤਕ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂ ਸਿਖਿਆ, ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰੇਕ ਪਹਿਲੂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵੇਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੜ੍ਹਾਈ ਹੋਵੇ। ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਆਮ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨ ਤੇ ਲਿਖਣ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਲੇਕਿਨ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਲਈ ਜਿਥੇ ਪੜ੍ਹਨ ਲਿਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਦਾ ਤਜਰਬਾ, ਆਪਸੀ ਸਾਂਝ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਗਲ ਬਾਤ ਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਾਰਜ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾਉਂਣ ਲਈ ਸਿਖਿਆ ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਸਿਲਸਲਾ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਤਨ ਕਾਲ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਗੁਰੁਕੁੱਲ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਸਿਖਿਆ ਲੈਂਦੇ ਸਨ ਤੇ ਅੱਜਕਲ ਉਹ ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀਆਂ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਸਿਖਿਆ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਪੁਰਤਨ ਕਾਲ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਵੀ ਸਿਖਾਈ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਪਰੰਤੂ ਅੱਜਕਲ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀਆਂ ਵਿਚ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਦਾ ਮਿਆਰ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਤਾਂ ਅਲੋਪ ਹੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਤਾਂ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹਉਮੈਂ ਵੀ ਵਧਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸੋਝੀ ਵਧਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਉਮੈਂ ਘਟਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਦੋਵੇਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸਭ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਦੁਨਿਆਵੀ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਿਖਿਆ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾਂ ਬਹੁਤ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਪਹਿਲੂਆਂ ਤੋਂ ਵੀਚਾਰਨ ਲਈ ਚਾਰ ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਵੰਡ ਕੇ ਸਾਂਝਾਂ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਭਾਗ 1 = ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਕਿਵੇਂ ਹੋਣਾ ਹੈ? {How to be successful in one’s education and research?}
ਭਾਗ 2 = ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨੀ ਹੈ? {How to carry out our studies}
ਭਾਗ 3 = ਸਫਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ? {How to develop good study habits for a successful life?}
ਭਾਗ 4 = ਚੰਗੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਗਿਆਨ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁਨਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਹੈ? {How to develop skills within yourself to gain good education and knowledge?}

ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਕਿਵੇਂ ਹੋਣਾ ਹੈ? {ਭਾਗ 1}

How to be successful in one’s education and research? {Part 1}

ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ, ਉੱਚੀ ਸ਼ਿਕਸ਼ਾ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ, ਪੀ.ਐਚ.ਡੀ, ਵਿਗਿਆਨਕ ਖੋਜ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਪਹਿਲੂਆਂ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਆਓ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਤੋਂ ਕੁਝ ਲਾਭ ਲੈਣ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰੀਏ।

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਸਿਖਿਆ ਜਾਂ ਹੁਨਰ ਦਾ ਸਾਡੇ ਤਨ ਮਨ ਨਾਲ ਰਚਿਆ ਹੋਣਾਂ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਜੇਹੇ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਪਾਏ ਗਏ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਵਰਤ ਕੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਕਾਰਜ ਸਫਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਜੀਵਨ ਭਰ ਦਾ ਸਾਥ, ਉਹੀ ਸਿਖਿਆ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਪੈ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਇਹ ਆਦਤ ਪਾਉਂਣੀ ਹੈ, ਕਿ ਆਪਣੀ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਠ ਸੁਣਨਾ ਹੈ, ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ ਸੁਣਾਉਣਾਂ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਅਧਿਆਪਕ ਪੜ੍ਹਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣਾ ਹੈ, ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਦੁਹਰਾਉਂਣਾਂ ਹੈ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸਦਾ ਲਈ ਵਸਾ ਲੈਣਾਂ ਹੈ। ਪੜ੍ਹਾਈ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਲਗਾ ਕੇ ਤੇ ਸਮਝ ਕੇ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਅਗਿਆਨੀਆਂ ਵਾਗੂੰ ਘੋਟੇ ਲਗਾ ਕੇ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਇਹ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਮਤਿਹਾਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਭੁਲ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਖੂਬ ਮੇਹਨਤ ਨਾਲ ਤੇ ਲਗਨ ਲਗਾ ਕੇ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਅਜੇਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਇਮਤਿਹਾਨ ਵਿਚ ਚੰਗੇ ਨੰਬਰ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣਾ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰਨ ਦੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਇਹੀ ਸਿਖਿਆ ਦਿਤੀ ਹੈ, ਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਹੈ, ਸੁਣਨਾਂ ਹੈ, ਸਮਝਣਾਂ ਹੈ, ਵੀਚਾਰਨਾਂ ਹੈ, ਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨਾਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਕੁਦਰਤਿ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਪਿਆਰ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤੇ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿਸਾ ਬਣ ਜਾਵੇ, ਅਜੇਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਅਨੰਦ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਗਾਵੀਐ ਸੁਣੀਐ ਮਨਿ ਰਖੀਐ ਭਾਉ ॥ ਦੁਖੁ ਪਰਹਰਿ ਸੁਖੁ ਘਰਿ ਲੈ ਜਾਇ ॥ {੨}

ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸਿਖਿਆ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਆਓ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਕੁਝ ਸਾਂਝ ਕਰੀਏ।

ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੰਤਵ {Aim in life}

ਜੇ ਕਰ ਅੰਦਰ ਭੁੱਖ ਲੱਗੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਖਾਂਣਾਂ ਵੀ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਵਾਦ ਵੀ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਕਰ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਕੋਈ ਮੰਤਵ {Aim} ਹੈ, ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਪਾਉਂਣ ਦੀ ਇਛਾਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਠੋਸ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰੇਗਾ, ਉਸ ਦੇ ਹਰੇਕ ਪਹਿਲੂ ਨੂੰ ਸਮਝੇਗਾ, ਵੀਚਾਰੇਗਾ, ਪਰਖੇਗਾ, ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਏਗਾ, ਉਸ ਲਈ ਪੂਰੀ ਮੇਹਨਤ ਕਰੇਗਾ ਤੇ ਇਕ ਦਿਨ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਮੰਜਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਮਨੁੱਖਾ ਜੂਨ ਵਿਚ ਮਿਲੇ ਹੋਏ ਵੱਡਮੁੱਲੇ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਨੂੰ ਸਫਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੰਤਵ ਸਮਝਣਾਂ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।

ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ ॥ ਮਨ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲਿ ਹੈ ਗੁਰਮਤੀ ਰੰਗੁ ਮਾਣੁ ॥ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣਹਿ ਤਾਂ ਸਹੁ ਜਾਣਹਿ ਮਰਣ ਜੀਵਣ ਕੀ ਸੋਝੀ ਹੋਈ ॥ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਏਕੋ ਜਾਣਹਿ ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਨ ਹੋਈ ॥ ਮਨਿ ਸਾਂਤਿ ਆਈ ਵਜੀ ਵਧਾਈ ਤਾ ਹੋਆ ਪਰਵਾਣੁ ॥ ਇਉ ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਅਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ ॥੫॥ {੪੪੧}

ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੀ ਬਣਨਾਂ ਹੈ, ਇਸ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਜਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਉਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੰਤਵ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੰਤਵ ਉਮਰ ਨਾਲ ਬਦਲਦਾ ਵੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦਾ ਫਰਜ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਆਸੇ ਪਾਸੇ ਦਾ ਮਹੌਲ ਠੀਕ ਰੱਖਣ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਚੰਗੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਸਹੀ ਵਿਕਾਸ ਕਰ ਸਕਣ। ਟੀ.ਵੀ, ਫਿਲਮਾਂ, ਅਖਬਾਰਾਂ ਵਿਚ ਜਿਆਦਾ ਤਰ ਪ੍ਰਚਾਰ ਆਪਣੇ ਸਵਾਰਥ ਲਈ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧੰਦਾ ਚਲਦਾ ਰਹੇ। ਇਸ ਲਈ ਅੱਜਕਲ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਮੰਤਵ ਪਹਿਚਾਨਣਾ ਤੇ ਚੁਣਨਾਂ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਚਾਈ ਵੀ ਵਿਖਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਹੰਸ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਰਖ ਕੇ ਦੁਧ ਵੱਖਰਾ ਤੇ ਪਾਣੀ ਵੱਖਰਾ ਕੋਈ ਵਿਰਲਾ ਹੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਚਾਈ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਸਮਝ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪ ਸੱਚੇ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੋਵੇ।

ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਚੋਣ {Selection of Subjects}

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਕੋਈ ਖਾਸ ਮੰਤਵ ਹੈ, ਠੀਕ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵੀ ਰੁਜਗਾਰ ਲਈ ਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜਰੂਰ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਮਨੁੱਖ ਵਿਚ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਖੂਬੀ ਜਰੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਉਸ ਨੂੰ ਰੁਚੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕੋਈ ਕੰਮ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਪੂਰੀ ਲਗਨ ਨਾਲ ਕਰੇਗਾ, ਤੇ ਬਹੁਤ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕੇਗਾ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਜੇ ਕਰ ਕੰਮ ਮਨ ਮਰਜੀ ਅਨੁਸਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਬੇਦਿਲੀ ਨਾਲ ਕਰੇਗਾ ਤੇ ਬਹੁਤ ਵਾਰੀ ਖਰਾਬੀ ਵੀ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਜਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਇੰਨਜੀਨੀਅਰ ਬਣਨਾ ਹੈ, ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਸੀਲੇ ਹਨ। ਜੇ ਕਰ ਰੁਚੀ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਸ਼ੇ ਨਾ ਲਏ ਜਾਣ ਤਾਂ ਚੰਗਾਂ ਬੱਚਾ ਵੀ ਅਸਫਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਚੋਣ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੁਚੀ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਠੀਕ ਗੁਰੂ, ਸਕੂਲ ਤੇ ਕਾਲਜ ਦੀ ਚੋਣ {Selection of a proper Guru, School or College}

ਚੰਗੀ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਲੈਂਣ ਲਈ ਯੋਗ ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀ ਦੀ ਸਹੀ ਚੋਣ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮਹਿੰਗਾ ਸਕੂਲ ਹੀ ਚੰਗਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਇਹ ਵੀ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਸਕੂਲ ਘਰ ਤੋਂ ਕਿੰਨੀ ਦੂਰ ਹੈ, ਕਿੰਨਾਂ ਸਮਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੈ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਰਵਈਆ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਾਕੀ ਸਿਖਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿਚ ਕੁਝ ਨਾਮ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਵੀ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖਣਾਂ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਆਪ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਆਂਉਂਦਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਿਖਿਆ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਕੇਗਾ। ਸਹੀ ਅਧਿਆਪਕ ਉਹੀ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਤੇ ਚਲਣ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਦੱਸਦਾ ਹੈ।

ਪਾਧਾ ਗੁਰਮੁਖਿ ਆਖੀਐ ਚਾਟੜਿਆ ਮਤਿ ਦੇਇ ॥ ਨਾਮੁ ਸਮਾਲਹੁ ਨਾਮੁ ਸੰਗਰਹੁ ਲਾਹਾ ਜਗ ਮਹਿ ਲੇਇ ॥ ਸਚੀ ਪਟੀ ਸਚੁ ਮਨਿ ਪੜੀਐ ਸਬਦੁ ਸੁ ਸਾਰੁ ॥ ਨਾਨਕ ਸੋ ਪੜਿਆ ਸੋ ਪੰਡਿਤੁ ਬੀਨਾ ਜਿਸੁ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਗਲਿ ਹਾਰੁ ॥੫੪॥੧॥ {੯੩੭, ੯੩੮}

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੰਗੀ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਲਈ, ਚੰਗੇ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਚੋਣ ਜਰੂਰੀ ਹੈ, ਠੀਕ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਹੀ ਸਿਖਿਆ ਲੈਂਣ ਲਈ ਉਚਿੱਤ ਗੁਰੂ ਦੀ ਚੋਣ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਇਹ ਜਨਮ ਦਾ ਤਾਂ ਕੀ, ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਈ ਪੀੜੀਆਂ ਵੀ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਸੀ ਸਬੰਧ, ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੇ ਮਾਹੌਲ, ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ ਜੋ ਅਸੀਂ ਅੱਜਕਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪੀੜੀਆਂ ਸਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਮਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੀਆਂ। ਫਿਰ ਸਵਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨੀ ਹੈ? ਉਸ ਲਈ ਕੀ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ? ਫਰੀਦ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਦਰੱਖਤ ਦੀ ਬੜੀ ਸੁੰਦਰ ਉਦਾਹਰਣ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਦਾ ਜਿਗਰਾ ਵੀ ਰੁੱਖ ਵਰਗਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਠੀਕ ਗੁਰੂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਖੁਦ ਆਪ ਰੁੱਖ ਵਰਗਾ ਬਣਨਾ ਪਵੇਗਾ।

ਫਰੀਦਾ ਸਾਹਿਬ ਕੀ ਕਰਿ ਚਾਕਰੀ ਦਿਲ ਹੀ ਲਾਹਿ ਭਰਾਂਦਿ ॥ ਦਰਵੇਸਾਂ ਨੋ ਲੋੜੀਐ ਰੁਖਾਂ ਦੀ ਜੀਰਾਂਦਿ ॥੬੦॥ {੧੩੮੧}

ਦਰੱਖਤ ਤੇ ਗਰਮੀ ਦਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ {ਅੰਦਰ ਕ੍ਰੋਧ ਨਹੀਂ}, ਸਰਦੀ ਦਾ ਅਸਰ ਨਹੀਂ {ਮੁਸੀਬਤ ਸਮੇਂ ਘਬਰਾਂਦਾ ਨਹੀਂ}, ਛਾਂ ਦੇਂਦਾ ਹੈ {ਠੰਡਕ}, ਤਪਸ਼ ਆਪ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਭੁੱਖ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਫਲ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਫੁਲਾਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੋ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਦਰੱਖਤ ਵੱਢਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਨਹੀਂ, ਕੁਲਹਾੜੀ ਦੀ ਹੱਥੀ ਲਈ ਲੱਕੜ ਵੀ ਆਪ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਲੱਕੜੀ ਕੱਟ ਕੇ ਬੇੜੀ ਬਣਾ ਲਉ, ਕਦੀ ਡੋਬਦਾ ਨਹੀਂ।

ਠੀਕ ਗੁਰੂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ ਵੀ ਇਹੀ ਹੈ। ਸਹੀ ਗੁਰੂ ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਗਰਮੀ ਕਰਕੇ ਕ੍ਰੋਧ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਮੁਸੀਬਤ ਸਮੇਂ ਘਬਰਾਂਦਾ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਸੇਵਕ ਨੂੰ ਹੌਂਸਲਾ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਤਪਸ਼ ਆਪ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਠੰਡਕ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਸੇਵਕਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮੁ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੋ ਵੰਡਦਾ ਹੈ, ਤੱਤੀ ਤਵੀ ਤੇ ਬਿਠਾਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਨਹੀਂ, ਸੇਵਕ ਦੀ ਭੁਲ ਮਾਫ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਜਰੂਰੀ ਕਿ ਅਸਲੀ ਗੁਰੂ, ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਵਿਚ ਉਹ ਸਭ ਗੁਣ ਸਨ, ਜੋ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਅੰਕਿਤ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਗੁਣ ਜੁਗੋ ਜੁਗ ਅਟੱਲ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਕੋਲੋ ਸਦੀਵੀ ਕਾਲ ਲਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਚੁਣਨ ਸਮੇਂ ਵੇਖ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿਚ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗੁਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਹੀ ਘਾੜਤ ਘੜ ਸਕੇ, ਤੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਸਹੀ ਰਸਤਾ ਦਸ ਸਕੇ।

ਸਮੇਂ ਦੀ ਪਾਬੰਦੀ ਤੇ ਕਦਰ {Value of a time}

ਆਪਣਾ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਖੋਜ ਦਾ ਕੰਮ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪਾਬੰਦੀ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕੀਤੇ ਕੰਮ ਨਾਲ ਹੀ ਨਤੀਜੇ ਠੀਕ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਵਿਚ ਤਜਰਬਾ ਕਰਨ ਦੁਰਾਨ ਘੜੀ ਦਾ ਸਮਾਂ ਠੀਕ ਵੇਲੇ ਨਾ ਵੇਖਣ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਯੰਤਰ {Instrument} ਦੀ ਰੀਡਿੰਗ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ ਨੋਟ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਾਰਾ ਕੀਤਾ ਕਰਾਇਆ ਖੂਹ ਵਿਚ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣਾ ਕਾਰਜ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿੰਣਾਂ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਕੋਈ ਖਾਮੀ ਨਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ, ਤੇ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੁਰਘਟਨਾ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ।

ਬੇੜਾ ਬੰਧਿ ਨ ਸਕਿਓ ਬੰਧਨ ਕੀ ਵੇਲਾ ॥ ਭਰਿ ਸਰਵਰੁ ਜਬ ਊਛਲੈ ਤਬ ਤਰਣੁ ਦੁਹੇਲਾ ॥੧॥ ਹਥੁ ਨ ਲਾਇ ਕਸੁੰਭੜੈ ਜਲਿ ਜਾਸੀ ਢੋਲਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ {੭੯੪}

ਇਸ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਇਕ ਵਾਰੀ ਚਲਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਫਿਰ ਵਾਪਿਸ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣਾ ਹੈ, "ਇਹ ਠਹਿਰਨ ਕਦੇ ਨਾ ਜਾਣਦਾ, ਮੁੜ ਗਿਆ ਨਾ ਕਦੇ ਆਂਵਦਾ" ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਵਾਨੀ ਤੇ ਫਿਰ ਬੁਢਾਪਾ, ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵਾਪਸੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਯੋਜਨਾ ਅਨੁਸਾਰ ਪੂਰੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰੀਏ।

ਸਮੇਂ ਦੀ ਵੰਡ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨੀ {Planning the Schedule and Time Table}

ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਖੋਜ ਦਾ ਕੰਮ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਰਜ ਆਪਣੇ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਕਾਲਜ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸਮੇਂ ਸਾਰਨੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਸਰੀਰਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਲਈ ਖੇਡਾਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਕਿੰਨਾਂ ਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੱਢਣਾਂ ਹੈ, ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਤੇ ਹੋਰ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾਂ ਹੈ, ਧਰਮ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਸਮਾਂ ਯੋਗ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ ਪੂਰੀ ਯੋਜਨਾਂ, ਰੋਜਾਨਾ, ਹੱਫਤਾ ਵਾਰ, ਮਹੀਨੇ ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤੇ ਉਸ ਉਪਰ ਅਮਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਮੰਤਵ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਰਹਿ ਗਈਆਂ ਖਾਮੀਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਵਿਚ ਤਰਮੀਮਾਂ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹੈ।

ਸਾਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਇਕ ਘੰਟੇ ਦੀ ਦੇਰੀ, ੧੦੦੦ ਬੰਦੇ ਲਈ ੧੦੦੦ ਘੰਟੇ ਭਾਵ ੧੨੫ ਦਿਹਾੜੀਆਂ ਦੀ ਬਰਬਾਦੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿ ਅਕਸਰ ਲੋਕ ਮਾਮੂਲੀ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਕੁਦਰਤਿ ਵਿਚ ਕਾਦਰ ਨੂੰ ਨਾ ਵੇਖਣਾਂ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਨਾ ਸਮਝਣਾਂ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਕਦਰ ਨਾ ਕਰਨਾ, ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਲਈ ਇਕ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਗਿਰਾਵਟ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਗਏ ਹਨ।

ਸਲੋਕ ਮ: ੧ ॥ ਕੁਦਰਤਿ ਕਰਿ ਕੈ ਵਸਿਆ ਸੋਇ ॥ ਵਖਤੁ ਵੀਚਾਰੇ ਸੁ ਬੰਦਾ ਹੋਇ ॥ {੮੩, ੮੪}

ਬਿਨਾਂ ਯੋਜਨਾ ਤੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੰਮ ਅਕਸਰ ਅਸਫਲ ਜਾਂ ਅਧੂਰੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਮੇਂ ਸਾਰਨੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੰਮ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮੇਂ ਅੰਦਰ ਪੂਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਉਤਰਾ ਚੜ੍ਹਾ ਜਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਵੀ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿੰਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਬਾਲ ਜੁਆਨੀ ਅਰੁ ਬਿਰਧਿ ਫੁਨਿ ਤੀਨਿ ਅਵਸਥਾ ਜਾਨਿ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਹਰਿ ਭਜਨ ਬਿਨੁ ਬਿਰਥਾ ਸਭ ਹੀ ਮਾਨੁ ॥ ॥੩੫॥ {੧੪੨੮}

ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ ਆਲਸ ਵੱਲ ਜਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਪੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਕੰਨੀ ਕਤਰਾਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਮਨ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਸਮੇਂ ਸਾਰਨੀ ਅਨੁਸਾਰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਕੰਮ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨੀ ਵੀ ਇਕ ਕਲ੍ਹਾ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਹਰੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਲਈ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਸਮੇਂ ਦੀ ਵੰਡ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜਾਚ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਹਰੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ, ਸਮੇਂ ਸਿਰ, ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਸਮਾਂ ਹੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ {Early Morning is the best time to study}

ਦਿਨ ਦੇ ਰੁਝੇਵੇ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ ਰੋਜਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਕਰਕੇ ਖਿੰਡਿਆ ਰਹਿੰਦਾਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੜ੍ਹਾਈ, ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੀ ਉਸਤੱਤ ਵਿਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੀਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ। ਰਾਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਾਹਰੀ ਸ਼ੋਰ ਬਹੁਤ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰਾਤ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪਹਿਰ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦਿਨ ਦੀ ਥਕਾਵਟ ਕਰਕੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੀਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰਾਤ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਅਤੇ ਤੀਸਰੇ ਪਹਿਰ ਵਿਚ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਸਰੀਰ ਤਾਜ਼ਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰਾਤ ਦੇ ਚੌਥੇ ਪਹਿਰ ਵਿਚ, ਭਾਵ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ, ਮਨੁੱਖਾ ਸਰੀਰ ਹਰ ਉੱਤਮ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਲਈ ਫਿਰ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ ॥ ਕਰਮੀ ਆਵੈ ਕਪੜਾ ਨਦਰੀ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥ ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ ਸਭੁ ਆਪੇ ਸਚਿਆਰੁ ॥੪॥ {੨}

ਇਸ ਸਮੇਂ ਵਾਤਾਵਰਨ ਬਹੁਤ ਸੁਹਾਵਨਾ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ, ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿਚ ਹਵਾ ਸਾਫ ਤੇ ਤਾਜ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਸਮਾਂ, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੀਨ ਹੋਣ ਲਈ ਉੱਤਮ ਹੈ। ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਰਾਤ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪਹਿਰ ਦੀ ਬੰਦਗੀ ਨੂੰ ਇਕ ਸੋਹਣੇ ਜਿਹੇ ਫੁੱਲ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗਿਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ ਫਲ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਦੀ ਬੰਦਗੀ ਨਾਲ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜੋ ਬੰਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਜਾਗਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਪਾਸੋਂ ਬਖ਼ਸ਼ਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਪਹਿਲੈ ਪਹਰੈ ਫੁਲੜਾ ਫਲੁ ਭੀ ਪਛਾ ਰਾਤਿ ॥ ਜੋ ਜਾਗੰਨਿ੍ ਲਹੰਨਿ ਸੇ ਸਾਈ ਕੰਨੋ ਦਾਤਿ ॥੧੧੨॥ {੧੩੮੩-੧੩੮੪}

ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਰੀਰ ਹਰ ਕਾਰਜ ਨਿਯਮ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰ ਵਿਹਾਰ ਤਾਂ ਸਹੀ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੇ ਕਰ ਉਹ ਉਚਿੱਤ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਕਾਰਜ ਲਈ ਸਮੇਂ ਦੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਵੰਡ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਕਾਰ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾਂ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੋਜ਼ੀ ਕਮਾਉਣ ਅਤੇ ਆਹਾਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹੀ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾਂ ਹੈ। ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਸ਼ਾਂਤ, ਸੁੰਦਰ, ਪਵਿੱਤਰ, ਟਿਕਾਊ ਵਾਤਾਵਰਣ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੜ੍ਹਾਈ ਬਹੁਤ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉੱਚੀ ਪਦਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਉਠ ਕੇ ਹੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਮੇਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਵੇਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿਚ ਹਵਾ ਸਾਫ ਸੁਥਰੀ ਤੇ ਤਾਜ਼ੀ ਹੋਣ ਕਰਕੇ, ਮਨੁੱਖ ਚੁਸਤ ਤੇ ਚਿੰਤਾਂ ਰਹਿਤ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਉਠਣ ਨਾਲ ਦਿਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਹੋਰ ਵਾਧਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਉੱਚੀ ਸੋਚ ਵੀਚਾਰ, ਨਵੇਂ ਖਿਆਲ, ਨਵੀਂਆਂ ਖੋਜ਼ਾਂ, ਆਤਮਿਕ ਵੀਚਾਰਧਾਰਾ, ਭਗਤੀ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਕਾਬੂ, ਆਦਿ ਸਭ ਸੱਜੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦੁਨਿਆਵੀ ਕੰਮ, ਹਿਸਾਬ ਕਿਤਾਬ, ਭਾਸ਼ਾ, ਕਿੱਤੇ ਵਿਚ ਨਿਪੰਨਤਾ, ਨੁੱਕਤਾ ਚੀਨੀ, ਆਦਿ ਸਭ ਖੱਬੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਨੇ ਨਵੀਂ ਵੀਚਾਰਧਾਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਬੱਖਸ਼ੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਸੱਜੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਹੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਖੱਬੇ ਦਿਮਾਗ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੋਂ ਵਿਚ ਲਿਆਂਦੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸਵੈ ਭਰੋਸਾ ਅਤੇ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਸੱਜੇ ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਹਿਨ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲ੍ਹਾ ਵਿਚ ਰਹਿੰਣ ਵਾਲੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਹੱਸਤੀਆਂ ਹੀ, ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਿਰਫ ੧੦ ਪਰੀਸ਼ਤ ਲੋਕ ਹੀ ਸੱਜੇ ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਉਹ ਸਭ ਉੱਚੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਲੋਕ ਹੀ ਹਨ। ਬਾਕੀ ਦੇ ੯੦ ਪਰੀਸ਼ਤ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ, ਸੱਜਾ

ਦਿਮਾਗ ਬਿਨਾ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੇ ਹੀ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਜੇਹੇ ਲੋਕ ਸੋਚਣ ਦਾ ਕੰਮ ਵੀ ਖੱਬੇ ਦਿਮਾਗ ਦੁਆਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਉੱਚੀ ਸਫਲਤਾ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਲਿਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਦੋਵੇ ਸੱਜੇ ਅਤੇ ਖੱਬੇ ਹਿਸਿਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਆਸਾਨ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, "ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ" ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ, ਵਿਰਸੇ ਵਿਚ, ਇਹ ਸਿਖਿਆਂ ਅਤੇ ਤਰੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ, ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਸਿੱਖ ਪਰਿਵਾਰਾ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਪਨੀਰੀ, ਘਰ ਵਿਚ ਪਿਆ ਖਜ਼ਾਨਾ ਲੱਭਣ ਦੀ ਥਾਂ ਬਾਹਰ ਟੱਕਰਾ ਮਾਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਰਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਬਾਹਰੀ ਸ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਨਾਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਤਰੰਗਾਂ ਘਟ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਮਨੁੱਖ ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਦੋਵੇ ਪਾਸੇ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉੱਚੀ ਸੋਚ ਵੀਚਾਰ ਵਾਲੇ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਖੱਬੇ ਦਿਮਾਗ ਰਾਹੀਂ ਵਰਤ ਵੀ ਸਕਦਾ ਹੈ।

http://www.sikhmarg.com/amrit-vela01.html

https://www.geocities.ws/sarbjitsingh/Bani2220GurMag.pdf

ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨੀ ਹੈ? {ਭਾਗ 2}

How to carry out our studies? {Part 2}

ਜਿਹੜੀ ਗੱਲ ਮਨੁੱਖ ਵਾਰ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਦੀ ਯਾਦ ਦਾ ਹਿਸਾ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਮਤਿਹਾਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾਉਂਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਬਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਤੇ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਬਿਹਤਰ ਇਹੀ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਸਬਕ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਵਾਰੀ ਪੜ੍ਹ ਲਿਆ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਸਬਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਲਾਸ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜੋ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਨਾਲੋ ਨਾਲ ਸੰਖੇਪ ਵਿਚ ਲਿਖ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਨ ਸਮੇਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝ ਆ ਜਾਵੇ। ਯਾਦ ਕੀਤੇ ਸਬਕ ਨੂੰ ਸੁਣਾਂ ਕੇ ਵੀ ਦੁਹਰਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਇਸ ਨਾਲ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਨੋਟਸ {Notes} ਬਣਾਉਂਣ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਤਿਹਾਨ ਸਮੇਂ ਘੱਟ ਗਲਤੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਤਿਹਾਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੁਹਰਾਉਂਣ ਲਈ ਵੀ ਆਸਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਆਸੇ ਪਾਸੇ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋਵੇ। ਰੌਲੇ ਰੱਪੇ ਵਿਚ ਤੇ ਟੀ.ਵੀ ਰੇਡਿਓ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿੰਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਮਨ ਲਗ ਸਕੇ। ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਵੱਖਰੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜਾਵੇ। ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਖੇਤਾਂ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਵੀ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਥੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਸ਼ਾਂਤ ਤੇ ਸੁਹਾਵਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭ ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰਕੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਪੂਰੀ ਲਗਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। "ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ " {੬}

ਪੜ੍ਹਾਈ ਸਮਝ ਕੇ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਘੋਟੇ ਵਾਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਕਸਰ ਭੁਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਮਝ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ। ਮਨ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਜਵਾਬ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ੰਕੇ ਦੂਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਕਿਸੇ ਕੋਲੋਂ ਪੁਛਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਗਾਤਾਰ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਹੋਰ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾਂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਣ ਨਾਲ ਹੋਰ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਲੈਕਚਰ ਜਾਂ ਸੈਂਮੀਨਾਰ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਅੱਗੇ ਖੜੇ ਹੋ ਕੇ ਦੁਹਰਾ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵੀਚਾਰ ਦੀ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ, ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਤਾਂ ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਮਿਲਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਜੀਵਾਂ ਨੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਤੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸਬਦ ਦੁਆਰਾ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਨਾਮੁ ਦੀ ਵੀਚਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸੱਚਾ ਚਾਨਣ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ, ਅਜੇਹਾ ਜੀਵ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਜੀਊਂਦਾ ਦਿੱਸਦਾ ਹੋਇਆ ਵੀ ਮੋਇਆ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਹੈ।

ਸਲੋਕ ਮ: ੩ ॥ ਸਤਿਗੁਰੁ ਜਿਨੀ ਨ ਸੇਵਿਓ ਸਬਦਿ ਨ ਕੀਤੋ ਵੀਚਾਰੁ ॥ ਅੰਤਰਿ ਗਿਆਨੁ ਨ ਆਇਓ ਮਿਰਤਕੁ ਹੈ ਸੰਸਾਰਿ ॥ {੮੮}

ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸਮਝ ਕੇ, ਵੀਚਾਰ ਕੇ, ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਤੇ ਪੂਰੀ ਲਗਨ ਨਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਦੁਨਿਆਵੀ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕੇ।

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪੰਜ ਗੁਰ ਅਪਨਾ ਲੈਂਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਪੰਜ ਤਰੀਕੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਰੰਭਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਸਰਵੇਖਣ, ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ ਕਰਨਾ, ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾਂ, ਮਨ ਵਿਚ ਤੇ ਬੋਲ ਕੇ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਹਰਾਉਂਣਾਂ, ਸਾਡੇ ਅਧਿਐਨ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਤਿੱਖਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

{੧} ਆਰੰਭਕ ਜਾਣਕਾਰੀ {Survey}

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਉਸ ਸਬੰਧੀ ਪਹਿਲਾਂ ਆਰੰਭਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਲੈਂਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਨਵੀਂ ਥਾਂ ਤੇ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੜਕਾਂ ਬਾਰੇ, ਰਹਿਣ ਬਾਰੇ, ਉਥੋਂ ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਤੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਥਾਂਵਾਂ ਬਾਰੇ, ਚਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਂਣ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸਬੰਧੀ ਆਰੰਭਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਂਣ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਜਲਦੀ ਸਮਝ ਆਂਉਂਦਾ ਹੈ, ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਮੇਂ ਦੀ ਬਚਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਚੰਗੇ ਨੰਬਰ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਪਹਿਲਾ ਵਸਤੁ ਸਿਞਾਣਿ ਕੈ ਤਾਂ ਕੀਚੈ ਵਾਪਾਰੁ ॥ {੧੪੧੦}

{੨} ਮਨ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ {Questioning}

ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਜਾਂ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਉਸ ਸਬੰਧੀ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਰਵਾਇਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਪਾਠ ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਭੇਖ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕੁਝ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾਂ ਹੈ। ਧਾਰਮਿਕ ਭੇਖਾਂ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਭਟਕਣਾ ਵਿਚ ਪਇਆ ਰਹਿੰਦਾ ਤੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤਿ ਤੇ ਤੁਰ ਕੇ ਹੀ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਰਸਨਾ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਨਾਮੁ ਦਾ ਸੁਆਦ ਟਿਕਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਦੱਸੇ ਗਏ ਮਾਰਗ ਨੂੰ ਅਪਨਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਿਖਿਆ ਦੇ ਪਾਠ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਮਝ ਕੇ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸਾ ਕੇ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਪਾਠੁ ਪੜੈ ਨਾ ਬੂਝਈ ਭੇਖੀ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇ ॥ ਗੁਰਮਤੀ ਹਰਿ ਸਦਾ ਪਾਇਆ ਰਸਨਾ ਹਰਿ ਰਸੁ ਸਮਾਇ ॥੩॥ {੬੬}

ਸਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਇਹ ਵੇਖਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਸਵਾਲ ਕੀ ਹੈ, ਕਿਉਂ ਹੈ, ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਉੱਤਰ ਕਿਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਲਈ ਕੀ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਹੈ, ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਤੇ ਸਮਝਣਾਂ ਹੈ, ਆਦਿ। ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਡੂੰਘੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਜਲਦੀ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਵਿਸ਼ਾ ਫਾਲਤੂ ਲੱਗਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਦਿਲਚਸਪ ਲਗਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਤੇ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਇਕ ਕਾਗਜ, ਕਾਪੀ, ਜਾਂ ਡਾਇਰੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਉੱਪਰ ਮਨ ਵਿਚ ਆਏ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ ਲਿਖਦੇ ਰਹਿੰਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਹ ਸੋਧ ਕੇ ਪੱਕੀ ਕਾਪੀ ਵਿਚ ਲਿਖ ਲੈਂਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

{੩} ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾਂ {Reading}}

ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ, ਕਾਪੀ, ਨੋਟਸ, ਪਾਠ, ਆਦਿ ਨੂੰ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਵਿਖਾਉਂਣ ਲਈ, ਗਲੋਂ ਲਾਹ ਕੇ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧਿਆਨ ਲਗਾ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮੋਟੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿਚ ਲਿਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਨੂੰ

ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਤਵੱਜੋਂ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਮਨ ਵਿਚ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀਚਾਰਨਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਬਕ ਦੇ ਵਿਚ ਦਿਤੇ ਗਏ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ ਤੇ ਹਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨਾਲੋ ਨਾਲ ਵੇਖ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਲੇਖ ਅਨੁਸਾਰ ਦਿੱਤੇ ਗਈ ਸਾਰਣੀ {Table} ਤੇ ਚਿੱਤਰ {Diagram} ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਮਝਣੇ ਤੇ ਵੀਚਾਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਡੂੰਘੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਤੇ ਯਾਦ ਕਰਨ ਵਿਚ ਆਸਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਮਝਾਂਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਸਦਾ ਕੁਰਬਾਨ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ, ਜਿਹੜੇ ਪੜ੍ਹ ਕੇ, ਤੇ ਸਮਝ ਕੇ, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦਾ ਨਾਮੁ, ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਨ, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੀ ਸਿਫਤ ਸਾਲਾਹ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਦਰ ਤੇ ਸੋਭਾ ਪਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹਉ ਵਾਰੀ ਜੀਉ ਵਾਰੀ ਪੜਿ ਬੁਝਿ ਮੰਨਿ ਵਸਾਵਣਿਆ ॥ ਗੁਰਮੁਖਿ ਪੜਹਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਸਲਾਹਹਿ ਦਰਿ ਸਚੈ ਸੋਭਾ ਪਾਵਣਿਆ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ {੧੨੭}

{੪} ਮਨ ਵਿਚ ਤੇ ਬੋਲ ਕੇ ਯਾਦ ਕਰਨਾ {Reciting}

ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਵਿਚ ਰੁਕ ਕੇ ਦੁਹਰਾ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖਾਸ ਖਾਸ ਗੱਲਾਂ {main points} ਨੂੰ ਉਚੇਚੇ ਤੌਰ ਤੇ ਲਿਖ ਲੈਂਣਾ ਤੇ ਵੀਚਾਰ ਲੈਂਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਵਿਚ ਵੀਚਾਰ ਕੇ ਵੇਖ ਲੈਂਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਕਿਨਾਂ ਕੁ ਸਮਝ ਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਾਂ ਯਾਦ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਰਵਾਇਤੀ ਤੌਰ ਤੇ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ ਤੇ ਸਮਝਇਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਤੇ ਸਿਆਣਾ ਪੰਡਿਤ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਦੇ ਸਬਦ ਅਨੁਸਾਰ ਵੀਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਦਾ ਹੈ, ਅੰਦਰੋਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਨੂੰ ਲੱਭਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਂਉਂਦਾ ਹੈ।

ਸੋ ਪੜਿਆ ਸੋ ਪੰਡਿਤੁ ਬੀਨਾ ਗੁਰ ਸਬਦਿ ਕਰੇ ਵੀਚਾਰੁ ॥ ਅੰਦਰੁ ਖੋਜੈ ਤਤੁ ਲਹੈ ਪਾਏ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥ {੬੫੦}

ਨੋਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਬਕ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਵਿਚ ਬੋਲ ਕੇ ਦੁਹਰਾ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਮਤਿਹਾਨ ਵਿਚ ਭੁਲੀਦਾ ਨਹੀਂ। ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਇਹੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਨੋਟਸ ਆਪਣੇ ਸਬਦਾਂ ਵਿਚ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਬਕ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਪੱਕਾ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਦੂਸਰੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਬੋਲ ਕੇ ਸੁਣਾਉਂਣ ਨਾਲ ਝਾਕਾ ਤਾਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ੰਕੇ ਵੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜੇਹੀ ਆਦਤ ਪਾਉਂਣ ਨਾਲ ਇੰਟਰਵਿਉ ਦੇਣ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਤੇ ਲੈਕਚਰ ਦੇਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

{੫} ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਹਰਾਉਂਣਾਂ {Reviewing}

ਵਖਤ ਦੇ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਸਬਦ ਵਾਰ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾ ਕੇ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ, ਉਹ ਤਾਂ ਯਾਦ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਾਕੀਆਂ ਦੇ ਭੁੱਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਨ ਵਿਚ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਹੈ, ਕਿ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ, ਭਾਵ ਹਫਤੇ ਜਾਂ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ, ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਹਰਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤੇ ਹੋਰ ਡੂੰਗਾ ਪਰਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਦੁਬਾਰਾ ਨੋਟਸ ਤੇ ਸਬਕ ਵੇਖਣ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰਹਿ ਗਏ ਸ਼ੰਕੇ ਵੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਮਤਿਹਾਨਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਦੋ ਵਾਰੀ ਜਰੂਰ ਦੁਹਰਾ ਲਿਆ ਜਾਵੇ। ਅਜੇਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਮਤਿਹਾਨ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੁਹਰਾਉਂਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਭ ਬਾਣੀ ਸਬਦੁ ਸੁਭਾਖਿਆ ॥ ਗਾਵਹੁ ਸੁਣਹੁ ਪੜਹੁ ਨਿਤ ਭਾਈ ਗੁਰ ਪੂਰੈ ਤੂ ਰਾਖਿਆ ॥ ਰਹਾਉ ॥ {੬੧੧}

ਸਾਡੇ ਭਲੇ ਲਈ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਜੁਗੋ ਜੁਗ ਅਟੱਲ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਸੋਹਣੇ ਸਬਦ ਉਚਾਰ ਕੇ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝ ਸਕੀਏ ਤੇ ਕਰ ਸਕੀਏ। ਇਸ ਲਈ ਸਬਦ ਨੂੰ ਸਦਾ ਗਾਉਂਦੇ ਰਹੋ, ਸੁਣਦੇ ਰਹੋ, ਪੜ੍ਹਦੇ ਰਹੋ। ਜਿਹੜਾ ਇਹ ਉੱਦਮ ਕਰਦਾ ਰਹੇਗਾ, ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਗੁਰੂ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਆਉਣ

ਵਾਲੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਲਏਗਾ। ਠੀਕ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਬਕ ਵਾਰ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਉਂਣ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਇਮਤਿਹਾਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਉਪਰ ਦੱਸੇ ਗਏ ਪੰਜ ਗੁਰ ਭਾਵ, ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਆਰੰਭਕ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਉਸ ਸਬੰਧੀ ਮਨ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ, ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾਂ, ਮਨ ਵਿਚ ਤੇ ਬੋਲ ਕੇ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਹਰਾਉਂਣਾਂ {Survey, Questioning, Reading, Reciting, Reviewing} ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਂਣ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪਉੜੀ ॥ ਧੰਨੁ ਧਨੁ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਭਗਤ ਜਨਾ ਜੋ ਹਰਿ ਨਾਮਾ ਹਰਿ ਮੁਖਿ ਕਹਤਿਆ ॥ ਧਨੁ ਧਨੁ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਸੰਤ ਜਨਾ ਜੋ ਹਰਿ ਜਸੁ ਸ੍ਰਵਣੀ ਸੁਣਤਿਆ ॥ ਧਨੁ ਧਨੁ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਸਾਧ ਜਨਾ ਹਰਿ ਕੀਰਤਨੁ ਗਾਇ ਗੁਣੀ ਜਨ ਬਣਤਿਆ ॥ ਧਨੁ ਧਨੁ ਭਾਗ ਤਿਨਾ ਗੁਰਮੁਖਾ ਜੋ ਗੁਰਸਿਖ ਲੈ ਮਨੁ ਜਿਣਤਿਆ ॥ ਸਭ ਦੂ ਵਡੇ ਭਾਗ ਗੁਰਸਿਖਾ ਕੇ ਜੋ ਗੁਰ ਚਰਣੀ ਸਿਖ ਪੜਤਿਆ ॥੧੮॥ {੬੪੯}

ਉਹਨਾਂ ਭਗਤਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਭਾਗ ਹਨ, ਜੋ ਮੂੰਹੋਂ ਹਰੀ ਦਾ ਨਾਮੁ ਉਚਾਰਦੇ ਹਨ, ਹਰੀ ਦਾ ਜਸ ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਸੁਣਦੇ ਹਨ, ਹਰੀ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਕਰ ਕੇ ਆਪ ਗੁਣਾਂ ਵਾਲੇ ਬਣਦੇ ਹਨ, ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਜਿੱਤਦੇ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਭਾਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੁਰਸਿੱਖਾਂ ਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਚਰਨੀਂ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਭਾਵ, ਜੋ ਆਪਣਾ ਆਪ ਮਿਟਾ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਓਟ ਆਸਰਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾਉਂਣ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਆਣਪਾਂ ਤੇ ਚਤੁਰਾਈਆਂ ਛੱਡ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦੱਸੇ ਰਾਹ ਤੇ ਤੁਰਨਾ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।

ਠੀਕ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾਉਂਣ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਹੈ, ਸੁਣਨਾਂ ਹੈ, ਸਮਝਣਾਂ ਹੈ, ਦੁਹਰਾਉਂਣਾਂ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਪੱਕਾ ਕਰ ਲੈਂਣਾਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ, ਖੋਜ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਪੜ੍ਹਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਤੇ ਆਦਤਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾਂ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।

ਸਫਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀਆਂ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਕਿਵੇਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ? {ਭਾਗ 3}

How to develop good study habits for a successful life? {Part 3}

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੇਟ ਵਿਚ ਖਾਣਾਂ ਪਾਉਂਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਸਿਰਫ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਹੈ, ਠੀਕ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਵਿਚ ਗਿਆਨ ਪਾਉਂਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਸਿਰਫ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਵੇਖਣ, ਮੂੰਹ ਨਾਲ ਬੋਲਣ, ਕੰਨਾਂ ਨਾਲ ਸੁਣਨ ਤੇ ਦਿਮਾਗ ਨਾਲ ਸੋਚਣ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਂਣੀ ਹੀ ਪਵੇਗੀ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਨ, ਸੁਣਨ ਤੇ ਵੀਚਾਰਨ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਕਿ ਅਸਾਂ ਇਸ ਵੱਲ ਕੋਈ ਤਵੱਜੋਂ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਅਗਿਆਨਤਾ ਵਿਚ ਭਟਕ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਤਾਂ ਸਿਰਫ ਇਕੋਂ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਹੀ ਸਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕਾਲਜ ਵਿਚ ਇਕ ਤੋਂ ਜਿਆਦਾ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਖੋਜ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਤਾਂ ਇਕੋ ਵਿਸ਼ੇ ਲਈ ਅਨੇਕਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਲੱਭਣੀਆਂ ਤੇ ਪੜ੍ਹਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਿਰਫ ਇਕ ਵਾਰੀ ਪੜ੍ਹ ਲਿਆ ਕਾਫੀ ਨਹੀਂ, ਉਸ ਸਬੰਧੀ ਸੰਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਵਾਰ ਵਾਰ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਮੰਤਵ ਸਮਝਣਾਂ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣਾ ਮੰਤਵ ਜਾਣ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਉਸ ਮੁਤਾਬਕ ਲੋੜੀਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਰਿਪੋਟਾਂ {Report} ਜਾਂ ਜਰਨਲ {Journal} ਪੜ੍ਹਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਚ ਗਵਾਚ ਜਾਈਏ।

ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੂਲ ਪਛਾਨਣ ਲਈ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਿਰਫ ਇਕੋ ਇਕ, ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਮੰਨਣ ਦਾ ਹੁਕਮੁ ਦਿੱਤਾ ਸੀ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਉਸ ਹੁਕਮੁ ਨੂੰ ਅਣਸੁਣਿਆ ਕਰਕੇ, ਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਮਾਰਗ ਛੱਡ ਕੇ, ਡੇਰੇ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਤੇ ਕੱਚੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਗਵਾਚ ਗਏ ਹਾਂ।

ਦੋਹਰਾ: ਆਗਿਆ ਭਈ ਅਕਾਲ ਕੀ ਤਬੈ ਚਲਾਯੋ ਪੰਥ॥ ਸਬ ਸਿਖਨ ਕੋ ਹੁਕਮ ਹੈ ਗੁਰੂ ਮਾਨੀਓ ਗ੍ਰੰਥ॥ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਕੋ ਮਾਨੀਓ ਪ੍ਰਗਟ ਗੁਰਾ ਕੀ ਦੇਹ॥ ਜੋ ਪ੍ਰਭ ਕੋ ਮਿਲਬੋ ਚਹੈ ਖੋਜ ਸਬਦ ਮੈਂ ਲੇਹ॥

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸਮਝਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇ ਇਤਨੀਆਂ ਪੋਥੀਆਂ ਪੜ੍ਹ ਲਈਏ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕਈ ਗੱਡੀਆਂ ਭਰ ਜਾਣ, ਢੇਰਾਂ ਦੇ ਢੇਰ ਲਗਾਏ ਜਾ ਸਕਣ, ਇਕ ਬੇੜੀ ਭਰੀ ਜਾ ਸਕੇ, ਤੇ ਕਈ ਖਾਤੇ ਪੂਰੇ ਜਾ ਸਕਣ। ਜੇ ਪੜ੍ਹ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਸਾਲ ਗੁਜ਼ਾਰੇ ਜਾਣ, ਪੜ੍ਹ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਾਲ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮਹੀਨੇ ਬਿਤਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ, ਪੁਸਤਕਾਂ ਪੜ੍ਹ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਗੁਜ਼ਾਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਏ, ਪੜ੍ਹ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੁਆਸ ਬਿਤਾਏ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਵੀ ਰੱਬ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਵੀ ਪਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਕੱਲਾ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਸਿਰਫ ਹੰਕਾਰ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਬੂਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਉੱਦਮ ਕਰਨਾ, ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਦੇ ਵਿਚ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਨਾ ਹੈ।

ਸਲੋਕੁ ਮ: ੧ ॥ ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀ ਲਦੀਅਹਿ ਪੜਿ ਪੜਿ ਭਰੀਅਹਿ ਸਾਥ ॥ ਪੜਿ ਪੜਿ ਬੇੜੀ ਪਾਈਐ ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀਅਹਿ ਖਾਤ ॥ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਬਰਸ ਬਰਸ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਮਾਸ ॥ ਪੜੀਐ ਜੇਤੀ ਆਰਜਾ ਪੜੀਅਹਿ ਜੇਤੇ ਸਾਸ ॥ ਨਾਨਕ ਲੇਖੈ ਇਕ ਗਲ ਹੋਰੁ ਹਉਮੈ ਝਖਣਾ ਝਾਖ ॥੧॥ {੪੬੭}

ਜਿਆਦਾ ਫਾਲਤੂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਵੀ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਵਿਚ ਸਿਰਫ ਹੰਕਾਰ ਪੈਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗਲਤ ਦਿਸ਼ਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤੇ ਇਹ ਅਨਮੋਲਕ ਸਮਾਂ ਵਿਆਰਥ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕਿਤਾਬਾਂ ਉਹੀ ਪੜ੍ਹਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੁਝ ਮੰਤਵ ਹੱਲ ਹੁੰਦਾਂ ਹੋਵੇ, ਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਲਾਭਦਾਇਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਸਕੇ।

ਵਿਸ਼ੇ ਜਾਂ ਲੇਖ ਸਬੰਧੀ ਨਿਚੋੜ ਲੱਭਣਾਂ {Getting the Main Idea}

ਜਿਸ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਲੇਖ ਸਬੰਧੀ ਪੜ੍ਹਿਆਂ ਤੇ ਵੀਚਾਰਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਨਿਚੋੜ ਜਾਂ ਸਿਟਾ ਲੱਭਣਾਂ ਤੇ ਸਮਝਣਾ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਰਹਾਉ ਦੀ ਪੰਗਤੀ ਰਾਹੀ ਹਰੇਕ ਬਾਣੀ ਜਾਂ ਸਬਦ ਦਾ ਨਿਚੋੜ ਲਿਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਲੱਭਣਾਂ ਨਾ ਪਏ, ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਕਿ ਅਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਗਵਾਚੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। ਕੀਰਤਨ ਸਮੇਂ ਟੇਕ **ਰਹਾਉ** ਦੀ ਪੰਗਤੀ ਦੀ ਲੈਣੀਂ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੰਗਤੀ ਦੀ। ਰਹਾਉ ਦੀ ਪੰਗਤੀ ਵਿਚ ਪੂਰੇ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਕੇਂਦਰੀ ਭਾਵ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਟੇਕ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪੰਗਤੀ ਦੀ ਲਵਾਂਗੇ ਤਾਂ ਅਸਲੀਅਤ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵਾਂਗੇ। ਆਮ ਜਰਨਲਾਂ {Journal} ਵਿਚ ਜਦੋਂ ਪੇਪਰ ਛਾਪਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਨਿਚੋੜ {Abstract} ਆਰੰਭ ਵਿਚ ਹੀ ਲਿਖ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਤੇ ਵੀਚਾਰਨਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੋਟੇ ਮੋਟੇ ਪੋਆਇੰਟ ਲੱਭ ਕੇ ਲਿਖਣੇ {Extracting Important Details}

ਕੋਈ ਵੀ ਚੈਪਟਰ, ਲੇਖ ਜਾਂ ਪੇਪਰ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ, ਉਸ ਵਿਚੋਂ ਵੀ ਖਾਸ ਖਾਸ ਜਾਣਕਾਰੀ {Main Points} ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ ਤੇ ਲਿਖ ਲੈਂਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਖਾਸ ਪੋਆਇੰਟ ਬਾਰੇ ਉਸ ਚੈਪਟਰ ਅੰਦਰ ਹੋਰ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪੂਰੇ ਚੈਪਟਰ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਰਾ ਚੈਪਟਰ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਇਮਤਿਹਾਨ ਸਮੇਂ ਦੁਹਰਾਉਂਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੪ ॥ ਹਰਿ ਪੜੁ ਹਰਿ ਲਿਖੁ ਹਰਿ ਜਪਿ ਹਰਿ ਗਾਉ ਹਰਿ ਭਉਜਲੁ ਪਾਰਿ ਉਤਾਰੀ ॥ ਮਨਿ ਬਚਨਿ ਰਿਦੈ ਧਿਆਇ ਹਰਿ ਹੋਇ ਸੰਤੁਸਟੁ ਇਵ ਭਣੁ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮੁਰਾਰੀ ॥੧॥ ਮਨਿ ਜਪੀਐ ਹਰਿ ਜਗਦੀਸ ॥ ਮਿਲਿ ਸੰਗਤਿ ਸਾਧੂ ਮੀਤ ॥ ਸਦਾ ਅਨੰਦੁ ਹੋਵੈ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਕਰਿ ਬਨਵਾਰੀ ॥ ਰਹਾਉ ॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਕਰੀ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਤਬ ਭਇਓ ਮਨਿ ਉਦਮੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਜਪਿਓ ਗਤਿ ਭਈ ਹਮਾਰੀ ॥ ਜਨ ਨਾਨਕ ਕੀ ਪਤਿ ਰਾਖੁ ਮੇਰੇ ਸੁਆਮੀ ਹਰਿ ਆਇ ਪਰਿਓ ਹੈ ਸਰਣਿ ਤੁਮਾਰੀ ॥੨॥੩॥੯॥ {੬੬੯}

ਉੱਚੀ ਬੋਲ ਕੇ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਚਾਹੀਦਾ {Don't Read Aloud to Yourself}

ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉੱਚੀ ਬੋਲ ਕੇ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਆਦਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਕੋਈ ਖਾਸ ਫਾਇਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੜ੍ਹਾਈ ਵੱਲ ਡੂੰਘੀ ਸੋਚ ਨਹੀਂ ਲਗ ਸਕਦੀ, ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਕਾਫੀ ਤਾਕਤ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਰਫਤਾਰ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਬੋਲਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਮਨ ਵਿਚ ਬੋਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹਾਂ ਉਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਰਫਤਾਰ ਵੀ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਬੀਰ ਸਾਹਿਬ ਵੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਹੀ ਸਮਝਾ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਆਦਾ ਉਚੇ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਤੇ ਉੱਚੀ ਬੋਲਣ ਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੋਈ ਫ਼ਾਇਦਾ ਨਹੀਂ। ਜਿਸ ਰੱਬ ਦੀ ਨਮਾਜ਼ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ ਤੂੰ ਬਾਂਗ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈਂ, ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਵੇਖ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਵੱਸਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਆਪਣੇ, ਅੰਦਰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ, ਸਿਰਫ਼ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਸੱਦ ਰਿਹਾ ਹੈਂ, ਤਾਂ ਖ਼ੁਦਾ ਬੋਲਾ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਤੇਰੇ ਦਿਲ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਠੱਗਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਕਬੀਰ ਮੁਲਾਂ ਮੁਨਾਰੇ ਕਿਆ ਚਢਹਿ ਸਾਂਈ ਨ ਬਹਰਾ ਹੋਇ ॥ ਜਾ ਕਾਰਨਿ ਤੂੰ ਬਾਂਗ ਦੇਹਿ ਦਿਲ ਹੀ ਭੀਤਰਿ ਜੋਇ ॥੧੮੪॥ {੧੩੭੪}

ਆਪਣੇ ਨੋਟਸ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ {Preparing Notes}

ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਜੋ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾਲੋ ਨਾਲ ਨੋਟ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਆ ਕੇ ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਨੋਟਸ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਲਿਖੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਯਾਦਾਸ਼ਤ ਦਾ ਪੱਕਾ ਹਿਸਾ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਨੋਟਸ ਵਿਚ ਤਰਮੀਮ ਤੇ ਵਾਧਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਭਾਵੇਂ ਮੇਹਨਤ ਜਿਆਦਾ ਲਗਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ। ਨੋਟਸ ਲਿਖਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਵੀਚਾਰ ਤੇ ਅਨੁਭਵ ਅਨੁਸਾਰ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਪਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ੰਕੇ ਵੀ ਨਾਲੋ ਨਾਲ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾਉਂਣ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਕਾਰਗਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਆਪਣ ਹਥੀ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕਾਜੁ ਸਵਾਰੀਐ ॥੨੦॥ {੪੭੪}

ਜਦੋਂ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਅਧਿਆਪਕ ਪੜ੍ਹਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਨਾਲੋ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਜੋ ਵੀ ਸਵਾਲ ਆਂਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਕ ਪਾਸੇ ਲਿਖਦੇ ਰਹਿੰਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਧਿਆਂਨ ਰੱਖਣਾਂ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲਾਂ ਵਿਚ ਗਵਾਚ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ, ਸਮਾਂ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਪੁੱਛ ਲਉ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਕ ਚੰਗੇ ਸਰੋਤੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣਾ ਲੈਕਚਰ ਪੂਰੇ ਧਿਆਂਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਹ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਸਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀਚਾਰਨਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਉੱਤਰ ਲੱਭ ਕੇ ਲਿਖ ਲੈਂਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਖੋਜ ਦੇ ਕਾਰਜ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਨੋਟਸ ਹੋਰ ਵੀ ਮਹੱਤਵ ਪੂਰਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਰਤੀਬ ਵਾਰ ਲਾਉਂਣਾਂ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਕ ਤੱਤਕਰਾ {index} ਬਣਾ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਵੱਖਰੇ ਵੱਖਰੇ ਕਾਗਜਾਂ ਉਪਰ ਨੋਟਸ ਬਣਾਏ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਤਰਤੀਬ ਵਿਚ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਪੇਪਰ ਦਾ ਟਾਈਟਲ ਤੇ ਹਵਾਲਾ {reference} ਨਾਲ ਹੀ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ

ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਹਵਾਲੇ {reference} ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੱਜਕਲ ਤਾਂ ਕੰਮਪਿਊਟਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਡਾਟਾਬੇਸ {database} ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਲੋੜੀਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਲੱਭੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਤੇ ਸੋਧ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲੋੜ ਪੈਂਣ ਤੇ ਛਾਪਿਆ {print} ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨੋਟਸ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਭਾਲਣੇ ਹਨ {How to maintain the Notes}

ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਨੋਟਸ ਜਲਦੀ ਨਾਲ ਲਿਖੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਆ ਕੇ ਸੋਧ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ, ਉਹ ਕਈ ਵਾਰੀ ਪੜ੍ਹੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ। ਆਪਣੇ ਨੋਟਸ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਭਾਲਣੇ ਆਂਉਂਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇ ਅਨੁਸਾਰ ਤਰਤੀਬ ਵਿਚ ਲਗਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤਤਕਰਾ ਵੀ ਬਣਾ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਆਸਾਨੀ ਹੋ ਸਕੇ। ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਕਾਗਜ, ਡਾਇਰੀ ਤੇ ਪੈਂਨ ਰੱਖਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਂਣ ਤੇ ਲਿਖ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਭੁੱਲ ਨਾ ਜਾਈਏ। ਜੇ ਕਰ ਕਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀਚਾਰ ਆਂਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਡਾਇਰੀ ਵਿਚ ਲਿਖ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਬੈਠ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀਚਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੋਧ ਕੇ ਲਿਖ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕਿਤਾਬ ਉੱਪਰ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਲਾਉਂਣੀਆਂ {Outlining Textbooks}

ਅਕਸਰ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ, ਜਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਥੱਲੇ ਲਾਇਨ ਲਗਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤਾਂ ਜੋ ਖਾਸ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਤੇ ਦੁਹਰਾਉਂਣ ਸਮੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾ ਆਵੇ। ਜਿਆਦਾ ਲਾਇਨਾਂ ਲਗਾਉਂਣ ਨਾਲ ਕਿਤਾਬ ਗੰਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਥੱਲੇ ਲਾਇਨ ਲਗਾਉਂਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਹਾਈਲਾਈਟਰ {highlighter} ਨਾਲ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਲਾਈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਿਤਾਬ ਸਾਫ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਝਮੇਲਾ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਹਾਈਲਾਈਟ ਕੀਤੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਤੇ ਯਾਦ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸੌਖ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਹਰਾਉਂਣਾਂ ਅਤੇ ਜਾਚਣਾ {Reviewing and Revising}

ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਮਤਿਹਾਨ ਜਾਂ ਇੰਟਰਵਿਉ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲੋੜੀਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕੁਝ ਵਾਰੀ ਜਰੂਰ ਦੁਹਰਾਉਂਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਸ਼ੰਕੇ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਣ। ਹਰੇਕ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂਚ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਕੋਈ ਖਾਮੀ ਨਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਆਦਤ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਪਾ ਲੈਂਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਕਲਾਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਆ ਕੇ ਆਪਣੇ ਨੋਟਸ ਇਕ ਵਾਰੀ ਜਰੂਰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਜਾਂਚ ਲੈਂਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਨਾਲੋ ਨਾਲ ਨੋਟਸ ਨੂੰ ਸੋਧ ਕੇ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਿਖ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਜਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਦੁਹਰਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਕੋ ਜੇਹੀਆਂ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ, ਚੀਜਾਂ, ਨਾਂਵਾਂ ਵਿਚ ਫਰਕ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਮਤਿਹਾਨ ਦੁਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਲਿਆ ਫਰਕਾਂ ਕਰਕੇ ਗਲਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਸਿਮਰਹੁ ਗੋਬਿੰਦ ॥ ਮਨ ਅੰਤਰ ਕੀ ਉਤਰੈ ਚਿੰਦ ॥ {੨੯੫}

ਸੰਖੇਪ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਠੀਕ ਗੁਰੂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਸਾਡਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਸਕੇ, ਉਪਯੋਗੀ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਉਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖ ਕੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ, ਨੋਟਸ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲਿਆ ਜਾਵੇ, ਕੇਂਦਰੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲ ਉਚੇਚਾ ਧਿਆਨ ਦਿਤਾ ਜਾਵੇ। ਉਪਯੋਗੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਸਮੀਖਿਆ ਅਤੇ ਸੋਧ ਦਾ ਯਤਨ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਚੰਗੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕੀਏ।

ਚੰਗੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਗਿਆਨ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੁਨਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਹੈ? {ਭਾਗ 4}

How to develop skills within yourself to gain good education and knowledge? {Part 4}

ਸਫਲ ਵਿਅਕਤੀ ਉਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੇਹੜੇ ਦ੍ਰਿੜ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਟੀਚਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੌਰਾਨ ਸਾਰੇ ਪੱਤੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਖੇਡਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਬਣਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਟੀਚੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਅਤੇ ਇੱਛਾ ਸ਼ਕਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਮੱਕੜੀ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਹੜੀ ਕੰਧ ਤੇ ਚੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ ਸੌ ਵਾਰ ਡਿੱਗ ਪਈ ਸੀ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ "ਜਿੱਥੇ ਚਾਹ ਉੱਥੇ ਰਾਹ"

ਮਨ ਵਿਚ ਚਾਹਤ {passion} ਅਤੇ ਦ੍ਰਿੜਤਾ {determination}

ਮਨ ਵਿਚ ਚਾਹਤ {passion}} ਅਤੇ ਦ੍ਰਿੜਤਾ {**determination**} ਹੋਈ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਨਾਂ ਹੀ ਹੈ, ਤੇ ਕਰਨਾਂ ਵੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ। ਇਸ ਮੰਤਵ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਪਾਵਉ ਦਾਨੁ ਢੀਠੁ ਹੋਇ ਮਾਗਉ ਮੁਖਿ ਲਾਗੈ ਸੰਤ ਰੇਨਾਰੇ ॥ ਜਨ ਨਾਨਕ ਕਉ ਗੁਰਿ ਕਿਰਪਾ ਧਾਰੀ ਪ੍ਰਭਿ ਹਾਥ ਦੇਇ ਨਿਸਤਾਰੇ ॥੪॥੬॥ {੭੩੮}

"Practice doesn't make perfect; perfect practice makes perfect" ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਕਰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਪਾਉਂਣਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮੰਜਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਵਸਦਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ, ਸੁਣਨਾ, ਸਮਝਣਾ ਤੇ ਅਮਲੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਪਨਾਉਂਣ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।

ਮਾਝ ਮਹਲਾ ੪ ॥ ਹਰਿ ਗੁਣ ਪੜੀਐ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗੁਣੀਐ ॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮ ਕਥਾ ਨਿਤ ਸੁਣੀਐ ॥ ਮਿਲਿ ਸਤਸੰਗਤਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ ਜਗੁ ਭਉਜਲੁ ਦੁਤਰੁ ਤਰੀਐ ਜੀਉ ॥੧॥ {੯੫}

ਇਕੱਠੇ ਰਲ ਕੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਯਾਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ੰਕੇ ਵੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਛੋਟਿਆਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਹਿਲੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਬਾਰੇ ਯਾਦਾਸ਼ਤ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤਾਜਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਘਾਲਿ ਖਾਇ ਕਿਛੁ ਹਥਹੁ ਦੇਇ ॥ ਨਾਨਕ ਰਾਹੁ ਪਛਾਣਹਿ ਸੇਇ ॥੧॥ {੧੨੪੫}

ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਸਫਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸਤੁ, ਸੰਤੋਖੁ ਅਤੇ ਵੀਚਾਰ

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਸਿਖਿਆ ਲੈਂਣ ਸਮੇਂ ਹਰੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿਚੋਂ ਗੁਜਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਠੀਕ ਹੈ ਤੇ ਕੀ ਗਲਤ ਹੈ, ਇਸ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਮੇਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਹੋਰ ਕੋਈ ਅਸਰਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਚੀਜਾਂ ਦਿਤੀਆਂ; ਸਤੁ, ਸੰਤੋਖੁ ਅਤੇ ਵੀਚਾਰ, ਤਾਂ ਜੋ ਨਾਮੁ ਰੂਪੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰ ਸਕੀਏ।

ਥਾਲ ਵਿਚਿ ਤਿੰਨਿ ਵਸਤੂ ਪਈਓ ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਵੀਚਾਰੋ ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਠਾਕੁਰ ਕਾ ਪਇਓ ਜਿਸ ਕਾ ਸਭਸੁ ਅਧਾਰੋ ॥ ਜੇ ਕੋ ਖਾਵੈ ਜੇ ਕੋ ਭੁੰਚੈ ਤਿਸ ਕਾ ਹੋਇ ਉਧਾਰੋ ॥ ਏਹ ਵਸਤੁ ਤਜੀ ਨਹ ਜਾਈ ਨਿਤ ਨਿਤ ਰਖੁ ਉਰਿ ਧਾਰੋ ॥ ਤਮ ਸੰਸਾਰੁ ਚਰਨ ਲਗਿ ਤਰੀਐ ਸਭੁ ਨਾਨਕ ਬ੍ਰਹਮ ਪਸਾਰੋ ॥੧॥ {੧੪੨੯}

ਅੰਦਰ ਸਚਾਈ ਹੈ ਤਾਂ ਸੱਚ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਕਰ ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ ਸੰਤੋਖੁ ਸਬਰ ਵਾਲਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਰੇਕ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨੂੰ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਸਹਾਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹਿੰਮਤ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਕਰ ਅੰਦਰ ਸਬਦ ਵੀਚਾਰ ਹੈ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਸਾਡਾ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਵੀ ਕਰਨਗੇ, ਜਿਸ ਸਦਕਾਂ ਸਾਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਰਸਤਾ ਮਿਲ ਸਕੇਗਾ।

ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੈ-ਰੂਪੀ ਥਾਲ ਵਿਚ ਸਤ, ਸੰਤੋਖ ਤੇ ਵੀਚਾਰ, ਇਹ ਤਿੰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਸ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਭੋਜਨ ਭਾਵ ਹਰੀ ਦਾ ਨਾਮ ਵਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਖਾਧਿਆਂ ਮਨ ਰੱਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਖ਼ਲਾਸੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸਲੋਕੁ ਮ: ੩ ॥ ਥਾਲੈ ਵਿਚਿ ਤੈ ਵਸਤੂ ਪਈਓ ਹਰਿ ਭੋਜਨੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਾਰੁ ॥ ਜਿਤੁ ਖਾਧੈ ਮਨੁ ਤ੍ਰਿਪਤੀਐ ਪਾਈਐ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥ ਇਹੁ ਭੋਜਨੁ ਅਲਭੁ ਹੈ ਸੰਤਹੁ ਲਭੈ ਗੁਰ ਵੀਚਾਰਿ ॥ ਏਹ ਮੁਦਾਵਣੀ ਕਿਉ ਵਿਚਹੁ ਕਢੀਐ ਸਦਾ ਰਖੀਐ ਉਰਿ ਧਾਰਿ ॥ ਏਹ ਮੁਦਾਵਣੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਪਾਈ ਗੁਰਸਿਖਾ ਲਧੀ ਭਾਲਿ ॥ ਨਾਨਕ ਜਿਸੁ ਬੁਝਾਏ ਸੁ ਬੁਝਸੀ ਹਰਿ ਪਾਇਆ ਗੁਰਮੁਖਿ ਘਾਲਿ ॥੧॥ {੬੪੫}

ਡੂੰਘਾ ਗਿਆਨ ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਮੇਹਨਤ {In depth knowledge and efforts}

ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਸਹੀ ਤੇ ਡੂੰਘਾ ਗਿਆਨ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਸਾਰੇ ਪਹਿਲੂਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਤੇ ਵੀਚਾਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਲਗਨ ਲਗਾ ਕੇ ਮੇਹਨਤ ਕਰਨੀ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।

ਸਲੋਕੁ ਮ: ੫ ॥ ਉਦਮੁ ਕਰੇਦਿਆ ਜੀਉ ਤੂੰ ਕਮਾਵਦਿਆ ਸੁਖ ਭੁੰਚੁ ॥ ਧਿਆਇਦਿਆ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਮਿਲੁ ਨਾਨਕ ਉਤਰੀ ਚਿੰਤ ॥੧॥ {੫੨੨}

ਵੱਡੀ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਰਬਾਨੀ {Sacrifice for great success}

ਵੱਡੀ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਰਾਲਾ ਵੀ ਵੱਡਾ ਹੀ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਸੁਖਾਂ ਲਈ ਕਈ ਵਾਰੀ ਆਪਣੇ ਵਰਤਮਾਨ ਸੁਖਾਂ ਦੀ ਕੁਰਬਾਨੀ ਵੀ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਖੋਜ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਕਈ ਵਾਰੀ ਖਤਰੇ ਦਾ ਵੀ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਪੂਰੀ ਸੋਚ, ਸਮਝ, ਯੋਜਨਾ ਤੇ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰਨਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਮਨੁੱਖ ਡੋਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਭਰੋਸਾ ਟੁੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜੇਹੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਜੇ ਕਰ ਠੀਕ ਗੁਰੂ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ ਤੇ ਪੂਰੀ ਸੇਵਾ ਭਾਵਨਾਂ ਨਾਲ, ਲਗਨ ਲਗਾ ਕੇ, ਬਿਨਾ ਡੋਲੇ, ਮੇਹਨਤ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਸਫਲਤਾ ਵੀ ਸਫਲਤਾ ਵਿਚ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਹਲਾ ੧ ॥ ਜਉ ਤਉ ਪ੍ਰੇਮ ਖੇਲਣ ਕਾ ਚਾਉ ॥ ਸਿਰੁ ਧਰਿ ਤਲੀ ਗਲੀ ਮੇਰੀ ਆਉ ॥ ਇਤੁ ਮਾਰਗਿ ਪੈਰੁ ਧਰੀਜੈ ॥ ਸਿਰੁ ਦੀਜੈ ਕਾਣਿ ਨ ਕੀਜੈ ॥ ੨੦ ॥ {੧੪੧੨}

ਉੱਚਾ ਮਨੋਬਲ {Will power}

ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਮਨ ਵਿਚ ਨਿਸਚਾਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣਾ ਮਨੋਬਲ {**will power**} ਉੱਚਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਮੰਤਵ ਨੂੰ ਠਾਣ ਲਿਆਂ ਹੈ, ਉਸ ਤੋਂ ਪਿਛੇ ਨਹੀਂ ਹੱਟਣਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਸੂਰਾ ਸੋ ਪਹਿਚਾਨੀਐ ਜੁ ਲਰੈ ਦੀਨ ਕੇ ਹੇਤ ॥ ਪੁਰਜਾ ਪੁਰਜਾ ਕਟਿ ਮਰੈ ਕਬਹੂ ਨ ਛਾਡੈ ਖੇਤੁ ॥੨॥੨॥ {੧੧੦੫}

ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਹੋਰ ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਫੇਲ ਹੋ ਚੁਕੇ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦਾ ਸਿਸਟਮ, ਜੋ ਕਿ ਪੂਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨੂੰ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਹ ਅਣਗਿਣਤ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਚਲਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਅਜੇਹੇ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਂਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋਣ ਲਈ, ਉਸ ਦੇ ਗੁਣ ਸਮਝਣੇ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹਨ। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਉਂਣ ਨਾਲ, ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਹੀ ਰਸਤੇ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਗੁਣ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਆਰੰਭ ਵਿਚ ਹੀ ਸਮਝਾ ਦਿਤੇ ਹਨ।

ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ "ਸਤਿ ਨਾਮੁ, ਕਰਤਾ, ਪੁਰਖੁ" ਅਤੇ "ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ, ਅਜੂਨੀ, ਸੈਭੰ" ਵਾਲੇ ਗੁਣ ਜੋ ਕਿ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰੰਤੂ ਉਸ ਵਰਗਾ ਹੋਣ ਲਈ ਉਪਰਾਲਾ ਕੀਤਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। "ਨਿਰਭਉ ਅਤੇ ਨਿਰਵੈਰੁ" ਵਾਲੇ ਗੁਣ, ਜੋ ਕਿ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਿਰਭਉ ਅਤੇ ਨਿਰਵੈਰੁ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਨਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣਾਂ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਡਰਨਾਂ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਖਿਆ ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ ਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਦਿਤੀ ਹੈ।

ਭੈ ਕਾਹੂ ਕਉ ਦੇਤ ਨਹਿ ਨਹਿ ਭੈ ਮਾਨਤ ਆਨ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਸੁਨਿ ਰੇ ਮਨਾ ਗਿਆਨੀ ਤਾਹਿ ਬਖਾਨਿ ॥੧੬॥ {੧੪੨੭}

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਤਾਂ ਹੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਕਰ ਅਸੀਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਡਰ, ਤੇ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਪਖਪਾਤ ਨਾਲ, ਸੱਚ ਦੇ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚਲਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਸਚਾਈ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਹਿਚਾਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਇਹ ਤਾਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੈ, ਜੇ ਕਰ ਅਸੀਂ ਸੱਚੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਉਸ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੀ ਜੁਗਤ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਸੱਚੇ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਸਿਖਿਆਂ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਇਧਰ ਉਧਰ ਭਟਕਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਤੇ ਫਜ਼ੂਲ ਕਰਮ ਕਾਂਡਾਂ ਵਿਚ ਪੈਂਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਸੱਚ ਦੇ ਮਾਰਗ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਤੀਰਥ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਤੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦੱਸੇ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚਲਦੇ ਹਾਂ। ਫਿਰ ਸੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਾਰੇ ਦੁਖਾਂ ਤੇ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਲਈ ਦਵਾਈ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮ: ੧ ॥ ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਰਿਦੈ ਸਚਾ ਹੋਇ ॥ ਕੂੜ ਕੀ ਮਲੁ ਉਤਰੈ ਤਨੁ ਕਰੇ ਹਛਾ ਧੋਇ ॥ ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਚਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ ॥ ਨਾਉ ਸੁਣਿ ਮਨੁ ਰਹਸੀਐ ਤਾ ਪਾਏ ਮੋਖ ਦੁਆਰੁ ॥ ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਜੁਗਤਿ ਜਾਣੈ ਜੀਉ ॥ ਧਰਤਿ ਕਾਇਆ ਸਾਧ ਕੈ ਵਿਚਿ ਦੇਇ ਕਰਤਾ ਬੀਉ ॥ ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਸਿਖ ਸਚੀ ਲੇਇ ॥ ਦਇਆ ਜਾਣੈ ਜੀਅ ਕੀ ਕਿਛੁ ਪੁੰਨੁ ਦਾਨੁ ਕਰੇਇ ॥ ਸਚੁ ਤਾਂ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਆਤਮ ਤੀਰਥਿ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥ ਸਤਿਗੁਰੂ ਨੋ ਪੁਛਿ ਕੈ ਬਹਿ ਰਹੈ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਹੋਇ ਦਾਰੂ ਪਾਪ ਕਢੈ ਧੋਇ ॥ ਨਾਨਕੁ ਵਖਾਣੈ ਬੇਨਤੀ ਜਿਨ ਸਚੁ ਪਲੈ ਹੋਇ ॥ ੨ {੪੬੮}

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਚਲਣ ਸਮੇਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਵੀ ਆਂਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਮਨ ਵੀ ਡੋਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰਾ ਵਿਚ ਫਸੇ ਵੇਖ ਕੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭੈੜੀ ਸੰਗਤ ਦਾ ਅਸਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿੰਣਾਂ ਹੈ, ਬਾਹਰਲੀ ਗੰਦਗੀ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਿਰਲੇਪ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਗਲਤੀਆਂ ਹੋਣ, ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਰਹੇ। ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂ ਖੋਜ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਹਰ ਪਾਸਿਉ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿੰਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਡੇ ਚਲ ਰਹੇ ਕਾਰਜ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਖਾਮੀ ਨਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ, ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਖਾਮੀ ਰਹਿ ਵੀ ਜਾਂਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੋਵੇ।

ਗਉੜੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਸੋ ਕਿਛੁ ਕਰਿ ਜਿਤੁ ਮੈਲੁ ਨ ਲਾਗੈ ॥ ਹਰਿ ਕੀਰਤਨ ਮਹਿ ਏਹੁ ਮਨੁ ਜਾਗੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ {੧੯੯}

ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਖੋਜ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਮਨ ਵਿਚ ਵਿਕਾਰ ਰੱਖ ਕੇ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਸਾਫ ਮਨ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਕਾਰਜ, ਅੰਤ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਤੱਕ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਕੰਮ ਨੂੰ ਸੋਚ ਸਮਝ ਕੇ ਆਪਣੇ ਹੋਛੋ ਹਵਾਸ ਵਿਚ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਜੇਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਗਲਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾਂ ਬਹੁਤ ਘਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਦੀ ਝੂਠੀ ਤਾਰੀਫ ਜਾਂ ਚਿਮਚਾਗਿਰੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤਕ ਮਤਲਬ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਆਦਾ ਪੈਸੇ ਤੇ ਤਰੱਕੀ ਵੀ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੀਵਨ ਦਾ ਚੈਨ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਸਾਡਾ ਸਵੈਮਾਨ {Image} ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣਾ ਆਚਾਰ ਤੇ ਮਨੋਬਲ ਉੱਚਾ {Strong Will Power} ਰੱਖਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਚਹੁ ਓਰੈ ਸਭੁ ਕੋ ਉਪਰਿ ਸਚੁ ਆਚਾਰੁ ॥ ੫ ॥ {੬੨}

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕਦੇ ਵੀ ਹੇਰਾ ਫੇਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ। ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਖੋਜ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਚਾਈ ਪਰਗਟ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਕੋਲੋ ਗੱਲਾਂ ਬਣਾ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀਆਂ ਹਨ। ਝੂਠ ਬੋਲਣ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਜਮੀਰ ਗਿਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਕੋਲੋ ਡਾਟਾ {Data} ਬਣਾ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਦਾ ਖੋਜ ਵਾਲਾ ਕੰਮ ਚੋਰੀ ਕਰਕੇ, ਤੇ ਆਪਣਾ ਨਾ ਲਾ ਕੇ ਸ਼ਾਪਣਾ {Publish} ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਗਲਤ ਡਾਟਾ ਜਾਂ ਚੋਰੀ ਦਾ ਡਾਟਾ ਸ਼ਾਪ ਕੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਬਾਹਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਬਦਨਾਮ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹਤਾ ਨਾਲ ਸੱਚ ਦੇ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚਲਣਾਂ ਹੈ।

ਜੇ ਜਾਣਾ ਮਰਿ ਜਾਈਐ ਘੁਮਿ ਨ ਆਈਐ ॥ ਝੂਠੀ ਦੁਨੀਆ ਲਗਿ ਨ ਆਪੁ ਵਞਾਈਐ ॥੨॥ ਬੋਲੀਐ ਸਚੁ ਧਰਮੁ ਝੂਠੁ ਨ ਬੋਲੀਐ ॥ ਜੋ ਗੁਰੁ ਦਸੈ ਵਾਟ ਮੁਰੀਦਾ ਜੋਲੀਐ ॥੩॥ {੪੮੮}

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਿੱਖ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲ੍ਹਾ ਵਿਚ ਰਹਿੰਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲ੍ਹਾ ਵਿਚ ਵਿਚਰਨ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਸਹੀ ਤੇ ਉੱਚੇ ਦਰਜੇ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਮਨ ਵਿਚ ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ ਸੋਚ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੰਮ ਦਾ ਮਿਆਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉੱਚਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖ ਰੋਜਾਨਾ ਆਪਣੀ ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ ਮੰਗਦਾ ਹੈ।

ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ॥ ਤੇਰੇ ਭਾਣੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ ॥

ਚਾਰੇ ਭਾਗਾਂ ਦਾ ਸੰਖੇਪ

ਜੇ ਕਰ ਉਪਰ ਲਿਖੀਆਂ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਸਿਖਿਆਵਾਂ, ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ 4 ਭਾਗਾਂ ਵਿਚ ਸਾਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸੰਖੇਪ ਵਿਚ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ:

- ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਬੁਢਾਪੇ ਤਕ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂ ਸਿਖਿਆ, ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰੇਕ ਪਹਿਲੂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਭਾਵੇਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਕ।
- ਪੁਰਤਨ ਕਾਲ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਵੀ ਸਿਖਾਈ ਜਾਂਦੀ ਸੀ, ਪਰੰਤੂ ਅੱਜਕਲ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਦਾ ਮਿਆਰ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਅਲੋਪ ਹੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।
- ਜੀਵਨ ਭਰ ਦਾ ਸਾਥ, ਉਹੀ ਸਿਖਿਆ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਪੈ ਜਾਵੇ।
- ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਇਹੀ ਸਿਖਿਆ ਦਿਤੀ ਹੈ, ਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਹੈ, ਸੁਣਨਾ ਹੈ, ਸਮਝਣਾ ਹੈ, ਅਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਅਨੰਦ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕੀਏ।
- ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੀ ਬਣਨਾ ਹੈ, ਇਸ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਹਰੇਕ ਮਨੁੱਖ ਵਿਚ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਖੂਬੀ ਜਰੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਦੀ ਚੋਣ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੁਚੀ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਸਹੀ ਅਧਿਆਪਕ ਉਹੀ ਹੈ ਜੇਹੜਾ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਤੇ ਚਲਣ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਦੱਸਦਾ ਹੈ।
- ਅਸੀਂ ਜੁਗੋ ਜੁਗ ਅਟੱਲ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਕੋਲੋ ਸਦੀਵੀ ਕਾਲ ਲਈ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।
- ਆਪਣਾ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਖੋਜ ਦਾ ਕੰਮ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪਾਬੰਦੀ ਤੇ ਕਦਰ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਸਮੇਂ ਦੀ ਵੰਡ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਜਾਚ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਹਰੇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ, ਸਮੇਂ ਸਿਰ, ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਦੋਵੇ ਸੱਜੇ ਅਤੇ ਖੱਬੇ ਹਿਸਿਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਆਸਾਨ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, "ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ", ਇਸ ਲਈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਸਮਾਂ ਹੈ, ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ।
- ਆਪਣੇ ਤਨੁ ਮਨੁ ਧਨੁ ਸਭ ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰਕੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਨੀ ਹੈ, "ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ "
- ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਸਮਝ ਕੇ, ਵੀਚਾਰ ਕੇ, ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਤੇ ਪੂਰੀ ਲਗਨ ਨਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਪੰਜ ਗੁਰ, ਭਾਵ, ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਆਰੰਭਕ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਉਸ ਸਬੰਧੀ ਮਨ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ, ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾਂ, ਮਨ ਵਿਚ ਤੇ ਬੋਲ ਕੇ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਹਰਾਉਂਣਾਂ {Survey, Questioning, Reading, Reciting, Reviewing} ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਂਣ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਵਿਚ ਕਾਗਜ, ਕਾਪੀ, ਜਾਂ ਡਾਇਰੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਉੱਪਰ ਮਨ ਵਿਚ ਆਏ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ ਲਿਖਦੇ ਰਹਿੰਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਹ ਸੋਧ ਕੇ ਪੱਕੀ ਕਾਪੀ ਵਿਚ ਲਿਖ ਲੈਂਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਤੇ ਸਿਆਣਾ ਪੰਡਿਤ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਸਤਿਗੁਰੁ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਅਨੁਸਾਰ ਵੀਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਦਾ ਹੈ, ਅੰਦਰੋਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਨੂੰ ਲੱਭਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਂਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਨੋਟਸ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਬਕ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਪੱਕਾ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਨ, ਸੁਣਨ ਤੇ ਵੀਚਾਰਨ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਕਿ ਅਸਾਂ ਇਸ ਵੱਲ ਕੋਈ ਤਵੱਜੋਂ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਅਗਿਆਨਤਾ ਵਿਚ ਭਟਕ ਰਹੇ ਹਾਂ।
- ਜਿਆਦਾ ਫਾਲਤੂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਵੀ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਉਹੀ ਪੜ੍ਹਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੁਝ ਮੰਤਵ ਹੱਲ ਹੁੰਦਾਂ ਹੋਵੇ, ਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਲਾਭਦਾਇਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਸਕੇ।
- ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਰਹਾਉ ਦੀ ਪੰਗਤੀ ਰਾਹੀ ਹਰੇਕ ਬਾਣੀ ਜਾਂ ਸਬਦ ਦਾ ਨਿਚੋੜ ਲਿਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਲੱਭਣਾਂ ਨਾ ਪਏ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਸ਼ੇ ਦਾ ਨਿਚੋੜ ਜਾਂ ਸਿਟਾ ਲੱਭਣਾਂ ਤੇ ਸਮਝਣਾ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਨੋਟਸ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ਤੇ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਭਾਲਣੇ ਆਂਉਂਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਜਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਦੁਹਰਾਉਂਣ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਇਕੋ ਜੇਹੀਆਂ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ, ਚੀਜਾਂ, ਨਾਂਵਾਂ ਵਿਚ ਫਰਕ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਮਤਿਹਾਨ ਦੁਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਲਿਆ ਫਰਕਾਂ ਕਰਕੇ ਗਲਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।
- ਆਪਣੀ ਮੰਜਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਚੀਜਾਂ ਦਿਤੀਆਂ; ਸਤੁ, ਸੰਤੋਖੁ ਅਤੇ ਵੀਚਾਰ, ਤਾਂ ਜੋ ਨਾਮੁ ਰੂਪੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰ ਸਕੀਏ।
- ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਲਗਨ ਲਗਾ ਕੇ ਮੇਹਨਤ ਕਰਨੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਮਨ ਵਿਚ ਨਿਸਚਾਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣਾ ਮਨੋਬਲ {will power} ਉੱਚਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਡਰ, ਤੇ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਪਖਪਾਤ ਨਾਲ, ਸੱਚ ਦੇ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਖੋਜ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਮਨ ਵਿਚ ਵਿਕਾਰ ਰੱਖ ਕੇ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਆਪਣਾ ਆਚਾਰ ਤੇ ਮਨੋਬਲ ਉੱਚਾ ਰੱਖਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, "ਸਚਹੁ ਓਰੈ ਸਭੁ ਕੋ ਉਪਰਿ ਸਚੁ ਆਚਾਰੁ"
- ਜੇ ਕਰ ਮਨ ਵਿਚ ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਭਲੇ ਲਈ ਸੋਚ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੰਮ ਦਾ ਮਿਆਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉੱਚਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਜ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਿਰਫ ਲੋੜ ਹੈ, ਹਿੰਮਤ, ਉਪਰਾਲੇ, ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਦੀ। ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਧਰਮ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਭੁਲੇਖੇ ਹਨ। ਸਹੀ ਧਰਮ ਕੀ ਹੈ ਤੇ ਕਿਹੜਾ ਹੈ? ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ। ਜਿਆਦਾ ਤਰ੍ਹ ਲੋਕ ਤਾਂ ਕਰਾਮਾਤ ਪਿਛੇ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਡੇਰੇ ਵਾਲੇ ਕਰਮਾਤ ਵਾਲੀਆਂ ਮਨਘੜਤ ਕਹਾਣੀਆਂ ਫੈਲਾ ਕੇ, ਝੂਠੇ ਦਿਲਾਸੇ ਦੇ ਕੇ ਭੋਲੇ ਭਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗਲਾਂ ਨਾਲ ਵਰਗਲਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਤਾਂ ਧਰਮ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਬੜਾ ਆਸਾਨ

ਤਰੀਕਾ ਸਮਝਾ ਦਿੱਤਾ, ਕਿ ਜੇ ਕਰ ਧਰਮ ਦੀ ਸਹੀ ਸਿਖਿਆ ਲੈਂਣਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕਿਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਹੀ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਰੀਰ ਦਾ ਹਰੇਕ ਅੰਗ ਦੂਸਰੇ ਵਾਸਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਵੀ ਅੰਗ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਵਾਰਥ ਰੱਖ ਕੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੰਗੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਜਾਂ ਚੰਗੀ ਖੋਜ ਲਈ ਸੱਚ ਦੇ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਸਵਾਰਥ ਰਹਿਤ ਹੋ ਕੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦਾ ਭਲਾ ਸੋਚਣਾਂ ਹੈ। ਸਭ ਸਾਧਨ ਤੇ ਰਸਤੇ ਸਾਡੇ ਆਸ ਪਾਸ ਹੀ ਹਨ। ਸਿਰਫ ਲੋੜ ਹੈ, ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਦੀ, ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਦੀ, ਤੇ ਸਹੀ ਗੁਰੂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ, ਜਿਸ ਨੇ ਸਾਡਾ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਮ: ੪ ॥ ਪਉੜੀ ॥ ਇਹੁ ਸਰੀਰੁ ਸਭੁ ਧਰਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਅੰਦਰਿ ਸਚੇ ਕੀ ਵਿਚਿ ਜੋਤਿ ॥ ਗੁਹਜ ਰਤਨ ਵਿਚਿ ਲੁਕਿ ਰਹੇ ਕੋਈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੇਵਕੁ ਕਢੈ ਖੋਤਿ ॥ {੩੦੯-੩੧੦}

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਿਖਿਆ ਦਾ ਦੌਰ ਸਦਾ ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਝ ਲੈਂਣਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਸਭ ਕੁਝ ਸਿੱਖ ਲਿਆ, ਹਉਮੈਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਇਕ ਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅੰਤ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅੰਤਿਮ ਸਵਾਸ ਤੱਕ ਗਿਆਨ ਸਦਾ ਸਿਖਦੇ ਰਹਿਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਫਰੀਦਾ ਬਾਰਿ ਪਰਾਇਐ ਬੈਸਣਾ ਸਾਂਈ ਮੁਝੈ ਨ ਦੇਹਿ ॥ ਜੇ ਤੂ ਏਵੈ ਰਖਸੀ ਜੀਉ ਸਰੀਰਹੁ ਲੇਹਿ ॥੪੨॥ {੧੩੮੦}

ਅਸਲ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਸਾਹਿਬ ਇਸ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸਫਲ ਤੇ ਉੱਦਮੀ ਸ਼ਕਸ਼ੀਅਤ ਸਨ {entrepreneur} ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਤੇ ਸਿਖਿਆ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ ਸਤਿਸੰਗਤ ਦਾ ਉਦਯੋਗ ਪਿਛਲੇ 500 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ, ਭੁੱਖਿਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇਣ, ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸ਼ਾਂਤਮਈ, ਸੰਘਰਸ਼ਮਈ ਅਤੇ ਸਫਲ ਜੀਵਨ ਲਈ ਨਿਰੰਤਰ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਆਓ ਸਾਰੇ ਜਾਣੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੀਏ, ਸੁਣੀਏ, ਸਮਝੀਏ ਤੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਪਨਾ ਕੇ ਇਕ ਗੁਰਮੁੱਖ ਬਣੀਏ, ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਸਮਝੀਏ ਤੇ ਉਸ ਉੱਤੇ ਚਲ ਕੇ ਆਪਣੀ ਦੁਨਿਆਵੀ ਤੇ ਆਤਮਿਕ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ, ਨਵੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਖੋਜਾਂ ਕਰੀਏ, ਅਧੁਨਿਕ ਤਕਨੀਕਾਂ ਅਪਨਾਈਏ ਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਭਲਾ ਕਰੀਏ।

"ਵਾਹਿ ਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ ਵਾਹਿ ਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਿਹ"

{ਡਾ: ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ}
ਆਰ ਐਚ ੧ / ਈ - ੮, ਸੈਕਟਰ - ੮, ਵਾਸ਼ੀ, ਨਵੀਂ ਮੁੰਬਈ - ੪੦੦੭੦੩.
{Dr. Sarbjit Singh}
RH1 / E-8, Sector-8, Vashi, Navi Mumbai - 400703.
Email = sarbjitsingh@yahoo.com
Web = https://gurmat-research.com
http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/,
http://www.sikhmarg.com/article-dr-sarbjit.html
https://sikhwisdom.org/profile/sarbjitsingh/answers/