

## ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿਚ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੀਏ

### How to be successful in one's education and research

ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਬੁਢਾਪੇ ਤਕ, ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂ ਸਿੱਖਿਆ, ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ 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 ਪਾਉਣ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਸਿਲਸਲਾ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪੁਰਤਨ ਕਾਲ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਗੁਰੂਕੁੱਲ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਸਿੱਖਿਆ ਲੈਂਦੇ ਸਨ ਤੇ ਅੱਜਕਲ ਉਹ ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀਆਂ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਸਿੱਖਿਆ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਪੁਰਤਨ ਕਾਲ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਵੀ ਸਿਖਾਈ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਪਰੰਤੂ ਅੱਜਕਲ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀਆਂ ਵਿਚ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਮਿਆਰ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਤਾਂ ਅਲੋਪ ਹੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿੱਖਿਆ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਰੁਤਬਾ ਤਾਂ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਵੀ ਵਧਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸੋਝੀ ਵਧਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਉਮੈ ਘਟਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿੱਖਿਆ ਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਦੋਵੇਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਸਭ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

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 ਸਿੱਖਿਆ ਜਾਂ ਹੁਨਰ ਦਾ ਸਾਡੇ ਤਨ ਮਨ ਨਾਲ ਰਚਿਆ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਜੇਹੇ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਪਾਏ ਗਏ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਵਰਤ ਕੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਕਾਰਜ ਸਫਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਜੀਵਨ ਭਰ ਦਾ ਸਾਥ, ਉਹੀ ਸਿੱਖਿਆ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਡੂੰਘੀ ਸਾਂਝ ਪੈ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਇਹ ਆਦਤ ਪਾਉਣੀ ਹੈ, ਕਿ ਆਪਣੀ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਠ ਸੁਣਨਾ ਹੈ, ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕਹਿਣ ਤੇ ਸੁਣਾਉਣਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਅਧਿਆਪਕ ਪੜ੍ਹਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਣਾ ਹੈ, ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਦੁਹਰਾਉਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸਦਾ ਲਈ ਵਸਾ ਲੈਣਾ ਹੈ। ਪੜ੍ਹਾਈ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਲਗਾ ਕੇ ਤੇ ਸਮਝ ਕੇ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਅਗਿਆਨੀਆਂ ਵਾਂਗੂੰ ਘੋਟੇ ਲਗਾ ਕੇ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਇਹ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਇਮਤਿਹਾਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਭੁਲ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਲਈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਖੂਬ ਮਿਹਨਤ 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 ਸਿੱਖਿਆ ਦਿਤੀ ਹੈ, ਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਹੈ, ਸੁਣਨਾ ਹੈ, ਸਮਝਣਾ ਹੈ, ਅਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਸ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਪਿਆਰ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤੇ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿਸਾ ਬਣ ਜਾਵੇ, ਅਜੇਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਅਨੰਦ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ।

**ਗਾਵੀਐ ਸੁਣੀਐ ਮਨਿ ਰਖੀਐ ਭਾਉ ॥ ਦੁਖੁ ਪਰਹਰਿ ਸੁਖੁ ਘਰਿ ਲੈ ਜਾਇ ॥ (੨)**

ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸਿੱਖਿਆ 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 ਖਾਣਾਂ 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 ਪਾਉਣ ਦੀ ਇਛਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਠੋਸ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰੇਗਾ, ਉਸ ਦੇ ਹਰੇਕ ਪਹਿਲੂ ਨੂੰ ਸਮਝੇਗਾ, ਵਿਚਾਰੇਗਾ, ਪਰਖੇਗਾ, ਆਪਣੀ ਪੂਰੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਏਗਾ, ਉਸ ਲਈ ਪੂਰੀ ਮਿਹਨਤ ਕਰੇਗਾ ਤੇ ਇਕ ਦਿਨ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਮੰਜਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਜੂਨ ਵਿਚ ਮਿਲੇ ਹੋਏ ਵੱਡਮੁੱਲੇ ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਨੂੰ ਸਫਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੰਤਵ ਸਮਝਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

**ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ ॥ ਮਨ ਹਰਿ ਜੀ ਤੇਰੈ ਨਾਲਿ ਹੈ ਗੁਰਮਤੀ ਰੰਗੁ ਮਾਣੁ ॥ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣਹਿ ਤਾਂ ਸਹੁ ਜਾਣਹਿ ਮਰਣੁ ਜੀਵਣੁ ਕੀ ਸੋਝੀ ਹੋਈ ॥ ਗੁਰੁ ਪਰਸਾਦੀ ਏਕੋ ਜਾਣਹਿ ਤਾਂ ਦੂਜਾ ਭਾਉ ਨ ਹੋਈ ॥ ਮਨਿ ਸਾਂਤਿ ਆਈ ਵਜੀ ਵਧਾਈ ਤਾ ਹੋਆ ਪਰਵਾਣੁ ॥ ਇਉ ਕਰੈ ਨਾਨਕੁ ਮਨ ਤੂੰ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪੁ ਹੈ ਆਪਣਾ ਮੂਲੁ ਪਛਾਣੁ ॥੫॥ (੪੪੧)**

ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੀ ਬਣਨਾ 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 ਪਹਿਚਾਣਣਾ ਤੇ ਚੁਣਨਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਚਾਈ ਵੀ ਵਿਖਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਹੰਸ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਰਖ ਕੇ ਦੁੱਧ 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 ਖਾਸ ਮੰਤਵ ਹੈ, ਠੀਕ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵੀ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਲਈ ਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ 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 ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਬਣਨਾ ਹੈ, ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਸੀਲੇ ਹਨ। ਜੇ ਕਰ ਰੁਚੀ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਸ਼ੇ ਨਾ ਲਏ ਜਾਣ ਤਾਂ ਚੰਗੇ ਬੱਚੇ 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 ਲੈਣ ਲਈ ਯੋਗ ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀ ਦੀ ਸਹੀ ਚੋਣ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਜਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮਹਿੰਗਾ ਸਕੂਲ ਹੀ ਚੰਗਾ 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 ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਆਪ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਿਖਿਆ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਕੇਗਾ। ਸਹੀ ਅਧਿਆਪਕ ਉਹੀ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਤੇ ਚਲਣ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਦਿੰਦਾ 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 ਸੇ ਪੜਿਆ ਸੇ 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 ਲੈਣ ਲਈ ਉਚਿੱਤ ਗੁਰੂ ਦੀ ਚੋਣ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਇਹ ਜਨਮ ਦਾ ਤਾਂ ਕੀ, ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਈ ਪੀੜੀਆਂ 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 ਹੁੰਦਾ 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 ਨੇ ਲੋੜੀਐ ਰੁਖਾਂ ਦੀ ਜੀਰਾਂਦਿ ॥੬੦॥ (੧੩੮੧)**

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

ਠੀਕ ਗੁਰੂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਵੀ ਇਹੀ ਹੈ। ਸਹੀ ਗੁਰੂ ਦੂਸਰੇ ਦੀ ਗਰਮੀ ਕਰਕੇ ਕ੍ਰੋਧ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਮੁਸੀਬਤ ਸਮੇਂ ਘਬਰਾਂਦਾ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਸੇਵਕ ਨੂੰ ਹੌਸਲਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਪਸ਼ ਆਪ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਠੰਡਕ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਸੇਵਕਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮੁ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੋ ਵੰਡਦਾ ਹੈ, ਤੱਤੀ ਤਵੀ ਤੇ ਬਿਠਾਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਨਹੀਂ, ਸੇਵਕ ਦਾ ਲਿਖਿਆਂ ਬੇਦਾਵਾ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਸੇਵਕ ਦੀ ਭੁਲ ਮਾਫ਼ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸੱਭ ਤੋਂ ਜਰੂਰੀ ਕਿ ਅਸਲੀ ਗੁਰੂ, ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਵਿਚ ਉਹ ਸੱਭ 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 ਕੋਲੋਂ ਸਦੀਵੀ ਕਾਲ ਲਈ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਚੁਣਨ ਸਮੇਂ ਵੇਖ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿਚ ਕਿੰਨੇ ਕੁ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗੁਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਹੀ ਘਾਤਤ 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 ਰਹਿਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ 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 ਊਫਲੈ ਤਬ ਤਰਣੁ ਦੁਹੇਲਾ ॥੧॥ ਹਬੁ ਨ ਲਾਇ ਕਸੁੰਭਤੈ ਜਲਿ ਜਾਸੀ ਢੇਲਾ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ (੨੯੪)**

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।”** (ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਜੀ) ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਵਾਨੀ ਤੇ ਫਿਰ ਬੁਢਾਪਾ, ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵਾਪਸੀ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ 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 ਕੱਢਣਾ ਹੈ, ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਤੇ ਹੋਰ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਧਰਮ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਲਈ ਕਿਹੜਾ ਸਮਾਂ ਯੋਗ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੱਭ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ ਪੂਰੀ ਯੋਜਨਾ 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 ਹਨ।

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। ਕੁਦਰਤ 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 ਮਃ ੧ ॥ ਕੁਦਰਤਿ ਕਰਿ ਕੈ ਵਸਿਆ ਸੋਇ ॥ ਵਖਤੁ ਵੀਚਾਰੇ ਸੁ ਬੰਦਾ ਹੋਇ ॥ (੮੩, ੮੪)**

ਬਿਨਾਂ ਯੋਜਨਾ ਤੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੰਮ ਅਕਸਰ ਅਸਫਲ ਜਾਂ ਅਪੂਰੇ 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 ਰਹਿਣਾਂ 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 ਕਲਾ 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 ਸੱਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਸਮਾਂ ਹੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ (Early Morning is the best time to study)**

<http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/Bani2220GurMag200508.pdf>

(Reference: <http://www.sikhmarg.com/amrit-vela01.html>)

ਦਿਨ ਦੇ ਰੁੜੇਵੇ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ ਰੋਜਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਕਰਕੇ ਖਿੰਡਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੜ੍ਹਾਈ, ਦੁਨਿਆਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਉਸਤੱਤ ਵਿਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੀਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆਰਾਮ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰਾਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਾਹਰੀ ਸ਼ੋਰ ਬਹੁਤ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰਾਤ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪਹਿਰ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਦਿਨ ਦੀ ਬਕਾਵਟ 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, ਮਨੁੱਖ 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 ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿਚ ਹਵਾ ਸਾਫ ਤੇ ਤਾਜ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਸਮਾਂ, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ 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 ਜੇ ਬੰਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਜਾਗਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਪਾਸੋਂ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

**ਪਹਿਲੈ ਪਹਰੈ ਫੁਲੜਾ ਫਲੁ ਭੀ ਪਛਾ ਰਾਤਿ ॥ ਜੋ ਜਾਗੰਨਿ 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 ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੋਜ਼ੀ ਕਮਾਉਣ ਅਤੇ ਆਹਾਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹੀ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਸ਼ਾਂਤ, ਸੁੰਦਰ, ਪਵਿੱਤਰ, ਟਿਕਾਊ ਵਾਤਾਵਰਣ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਪੜ੍ਹਾਈ ਬਹੁਤ ਚੰਗੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉੱਚੀ ਪਦਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਉਠ ਕੇ ਹੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਵੇਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿਚ ਹਵਾ ਸਾਫ਼ 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, ਨਵੀਆਂ ਖੋਜਾਂ, 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 ਰਹਿਣ ਵਾਲੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਹੱਸਤੀਆਂ ਹੀ, ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। **ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਿਰਫ 10 ਪਰੀਸ਼ਤ ਲੋਕ ਹੀ ਸੱਜੇ ਦਿਮਾਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਉਹ ਸਭ ਉੱਚੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਲੋਕ ਹੀ ਹਨ।** ਬਾਕੀ ਦੇ 90 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 ਸਰੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ**” ਗੁਰੂ ਦੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ, ਵਿਰਸੇ ਵਿਚ, ਇਹ ਸਿਖਿਆਂ ਅਤੇ ਤਰੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ, ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਸਿੱਖ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਚ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਪਨੀਰੀ, ਘਰ ਵਿਚ ਪਿਆ ਖਜ਼ਾਨਾ ਲੱਭਣ ਦੀ ਥਾਂ ਬਾਹਰ ਟੱਕਰਾ ਮਾਰ ਰਹੀ ਹੈ। **ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਰਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਬਾਹਰੀ ਸ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤਨਾਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ 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।**

### **ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨੀ ਹੈ (How to study)**

ਜਿਹੜੀ ਗੱਲ ਮਨੁੱਖ ਵਾਰ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਦੀ ਯਾਦ ਦਾ ਹਿਸਾ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਮਤਿਹਾਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਬਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯਾਦ ਵਿਚ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ 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 ਲੈਣਾਂ 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) ਬਣਾਉਣ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਤਿਹਾਨ ਸਮੇਂ ਘੱਟ ਗਲਤੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਤਿਹਾਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੁਹਰਾਉਣ 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 ਰੇਡੀਓ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣਾਂ 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 ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਜਵਾਬ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸੰਕੇ ਦੂਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਕਿਸੇ ਕੋਲੋਂ ਪੁਛਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਗਾਤਾਰ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਹੋਰ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਣ ਨਾਲ ਹੋਰ ਪੱਕੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯਾਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਲੈਕਚਰ ਜਾਂ ਸੈਮੀਨਾਰ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਅੱਗੇ ਖੜੇ ਹੋ ਕੇ ਦੁਹਰਾ ਲੈਣਾਂ 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 ਜੀਉਂਦਾ ਦਿੱਸਦਾ ਹੋਇਆ ਵੀ ਮੋਇਆ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਹੈ।

**ਸਲੋਕ ਮਃ 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 ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।**

### (੧) ਆਰੰਭਕ ਜਾਣਕਾਰੀ (Survey)

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

**ਪਹਿਲਾ ਵਸਤੁ ਸਿਵਾਣਿ ਕੈ ਤਾਂ ਕੀਚੈ ਵਾਪਰੁ ॥ (੧੪੧੦)**

### (੨) ਮਨ ਵਿਚ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ (Questioning)

ਜੇ 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 ਹੋਣਾ 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 ਬੁਝਈ 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 ਵਿਚ ਕਾਗਜ਼, ਕਾਪੀ, ਜਾਂ ਡਾਇਰੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਉੱਪਰ ਮਨ ਵਿਚ ਆਏ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ ਲਿਖਦੇ ਰਹਿੰਦਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਹ ਸੋਧ ਕੇ ਪੱਕੀ ਕਾਪੀ ਵਿਚ ਲਿਖ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

### (੩) ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾਂ (Reading)

ਆਪਣੀ ਕਿਤਾਬ, ਕਾਪੀ, ਨੋਟਸ, ਪਾਠ, ਆਦਿ ਨੂੰ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਵਿਖਾਉਣ 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 ਨਾਲੋਂ ਨਾਲ ਵੇਖ ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਲੇਖ ਅਨੁਸਾਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਟੇਬਲ ਤੇ ਡਾਇਗਰਾਮ 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 ਸਮਝਾਉਂਦੇ 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-ਬਿਰ 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 ॥ (੧੨੨)**

### (੪) ਮਨ ਵਿਚ ਤੇ ਬੋਲ ਕੇ ਯਾਦ ਕਰਨਾ (Reciting)

ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਵਿਚ ਰੁਕ ਕੇ ਦੁਹਰਾ ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖਾਸ ਖਾਸ ਗੱਲਾਂ (main points) ਨੂੰ ਉਚੇਚੇ ਤੌਰ ਤੇ ਲਿਖ ਲੈਣੇ ਤੇ ਵੀਚਾਰ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਵਿਚ ਵੀਚਾਰ ਕੇ ਵੇਖ ਲੈਣਾਂ 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 ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਤੇ ਸਿਆਣਾ ਪੰਡਿਤ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਅਨੁਸਾਰ ਵੀਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਦਾ ਹੈ,

ਅੰਦਰੋਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਲੱਭਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਂਦਾ 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 ਲੈਣਾਂ 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 ਸੁਣਾਉਣ ਨਾਲ ਝਾਕਾ ਤਾਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ੰਕੇ ਵੀ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜੇਹੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੇਣ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਤੇ ਲੈਕਚਰ ਦੇਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

#### (੫) ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਹਰਾਉਣਾਂ (Reviewing)

ਵਖਤ ਦੇ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਬਦ ਵਾਰ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾ ਕੇ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਤਾਂ ਯਾਦ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਾਕੀਆਂ ਦੇ ਭੁੱਲਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਨ ਵਿਚ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਹੈ, ਕਿ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ, ਭਾਵ ਹਫਤੇ ਜਾਂ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ, ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਹਰਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤੇ ਹੋਰ ਡੂੰਘਾ 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 ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

**ਪੁਭ ਬਾਣੀ ਸਬਦ ਸੁਭਾਖਿਆ ॥ ਗਾਵਰੁ ਸੁਣਰੁ ਪੜਰੁ ਨਿਤ ਭਾਈ ਗੁਰ ਪੂਰੈ ਤੂ ਰਾਖਿਆ ॥ ਰਹਾਉ ॥ (੬੧੧)**

ਸਾਡੇ ਭਲੇ ਲਈ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਜੁਗੋ ਜੁਗ ਅਟੱਲ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਸੋਹਣੇ ਸ਼ਬਦ ਉਚਾਰ ਕੇ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝ ਸਕੀਏ ਤੇ ਕਰ ਸਕੀਏ। ਇਸ ਲਈ ਸ਼ਬਦ 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 ਦੁਹਰਾਉਣ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਇਮਤਿਹਾਨ 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 ਦੁਹਰਾਉਣਾਂ (Survey, Questioning, Reading, Reciting, Reviewing) ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਆਸਾਨੀ 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 ਜਸ ਸੁਵਣੀ 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 ਨਾਮ 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 ਚਰਨੀ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਭਾਵ, ਜੋ ਆਪਣਾ ਆਪ ਮਿਟਾ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਓਟ ਆਸਰਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਆਣਪਾਂ ਤੇ ਚਤੁਰਾਈਆਂ ਛੱਡ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦੱਸੇ ਰਾਹ ਤੇ ਤੁਰਨਾ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।

ਠੀਕ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁਨਿਆਵੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਅਧਿਆਪਕ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਹੈ, ਸੁਣਨਾਂ ਹੈ, ਸਮਝਣਾਂ ਹੈ, ਦੁਹਰਾਉਣਾਂ ਹੈ ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਪੱਕਾ ਕਰ ਲੈਣਾਂ 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।

#### ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾਂ ਹੈ (How to Read)

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੇਟ ਵਿਚ ਖਾਣਾਂ ਪਾਉਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਸਿਰਫ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਹੈ, ਠੀਕ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਵਿਚ ਗਿਆਨ ਪਾਉਣ 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 ਪਾਉਣੀ ਹੀ ਪਵੇਗੀ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਨ, ਸੁਣਨ ਤੇ ਵੀਚਾਰਨ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਕਿ ਅਸਾਂ ਇਸ ਵੱਲ ਕੋਈ ਤਵੱਜੋਂ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਅਗਿਆਨਤਾ ਵਿਚ ਭਟਕ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਤਾਂ ਸਿਰਫ ਇਕੋ 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 ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਉਸ ਮੁਤਾਬਕ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਰਿਪੋਰਟਾਂ (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 ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ ਸੀ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਉਸ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਅਣਸੁਣਿਆ ਕਰਕੇ, ਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਮਾਰਗ ਛੱਡ ਕੇ, ਤੇਰੇ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਤੇ ਕੱਚੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਗਵਾਚ ਗਏ ਹਾਂ।

**ਦੋਹਰਾ: ਆਗਿਆ ਭਈ ਅਕਾਲ ਕੀ ਤਬੈ ਚਲਾਯੋ ਪੰਥ॥ ਸਬ ਸਿਖਨ ਕੇ ਹੁਕਮ ਹੈ ਗੁਰੂ ਮਾਨੀਓ ਗ੍ਰੰਥ॥ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਕੇ ਮਾਨੀਓ ਪ੍ਰਗਟ ਗੁਰਾ ਕੀ ਦੇਹ॥ ਜੇ ਪ੍ਰਭ ਕੇ ਮਿਲਬੇ 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 ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭ ਦੀ ਦਰਗਾਹ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਪ੍ਰਭ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਬੂਲੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪ੍ਰਭ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਉੱਦਮ ਕਰਨਾ, ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਦੇ ਵਿਚ ਭਟਕਦੇ ਫਿਰਨਾ ਹੈ।

ਸਲੋਕੁ ਮਃ ੧ ॥ ਪੜਿ ਪੜਿ ਗਡੀ ਲਦੀਅਹਿ ਪੜਿ ਪੜਿ ਭਰੀਅਹਿ ਸਾਬ ॥ 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 ਹੁੰਦੇ ਹੋਵੇ, ਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਲਾਭਦਾਇਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਸਕੇ।

### ਵਿਸ਼ੇ ਜਾਂ ਲੇਖ ਸਬੰਧੀ ਨਿਚੋੜ ਲੱਭਣਾ (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 ਲੱਭਣਾ ਤੇ ਸਮਝਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਰਹਾਉ ਦੀ ਪੰਗਤੀ ਰਾਹੀਂ ਹਰੇਕ ਬਾਣੀ ਜਾਂ ਸਬਦ ਦਾ ਨਿਚੋੜ ਲਿਖ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਨਾ ਪਏ, ਪਰ ਅਫਸੋਸ ਕਿ ਅਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਗਵਾਚੇ ਫਿਰਦੇ ਹਾਂ। **ਕੀਰਤਨ ਸਮੇਂ ਟੇਕ ਰਹਾਉ ਦੀ ਪੰਗਤੀ ਦੀ ਲੈਣੀ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੰਗਤੀ ਦੀ। ਰਹਾਉ ਦੀ ਪੰਗਤੀ ਵਿਚ ਪੂਰੇ ਸਬਦ ਦਾ ਕੇਂਦਰੀ ਭਾਵ ਹੁੰਦਾ 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 ਸੱਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਨਾ ਤੇ ਵੀਚਾਰਨਾ 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 ਲੈਣੀ 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 ਸੱਭ ਕੁਝ ਇਮਤਿਹਾਨ ਸਮੇਂ ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### ਉੱਚੀ ਬੋਲ ਕੇ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹਨਾ 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 ਅਸਾਨੀ 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 ਫਾਇਦਾ ਨਹੀਂ। ਜਿਸ ਰੱਬ ਦੀ ਨਮਾਜ਼ ਦੀ ਖਾਤਰ ਤੂੰ ਬਾਂਗ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈਂ, ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਵੇਖ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਵੱਸਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਆਪਣੇ, ਅੰਦਰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ, ਸਿਰਫ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਸੱਦ ਰਿਹਾ ਹੈਂ, ਤਾਂ ਖੁਦਾ ਬੋਲਾ ਨਹੀਂ, ਉਹ ਤੇਰੇ ਦਿਲ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਠੱਗਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ।

**ਕਬੀਰ ਮੁਲਾਂ ਮੁਨਾਰੇ ਕਿਆ ਚਵਹਿ ਸਾਂਈ ਨ ਬਹਰਾ ਹੋਇ ॥ ਜਾ ਕਾਰਨਿ ਤੂੰ ਬਾਂਗ ਦੇਹਿ ਦਿਲ ਹੀ ਭੀਤਰਿ ਜੋਇ ॥੧੮੪॥ (੧੨੭੪)**

### ਆਪਣੇ ਨੋਟਸ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ (Preparing Notes)

ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਜੋ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਨਾਲੋਂ ਨਾਲ ਨੋਟ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ 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 ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਭਾਵੇਂ ਮਿਹਨਤ ਜਿਆਦਾ ਲਗਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨੋਟਸ ਲਿਖਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਵੀਚਾਰ ਤੇ ਅਨੁਭਵ ਅਨੁਸਾਰ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਪਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸੰਕੇ ਵੀ ਨਾਲੋਂ ਨਾਲ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਫਲਤਾ ਪਾਉਣ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਕਾਰਗਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

### **ਆਪਣੇ ਹਥੀ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕਾਜੁ ਸਵਾਰੀਐ ॥੨੦॥ (੪੭੪)**

ਜਦੋਂ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਅਧਿਆਪਕ ਪੜ੍ਹਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਜੋ ਵੀ ਸਵਾਲ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਕ ਪਾਸੇ ਲਿਖਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲਾਂ ਵਿਚ ਗਵਾਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ, ਸਮਾਂ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਪੁੱਛ ਲਉ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਕ ਚੰਗੇ ਸਰੋਤੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣਾ ਲੈਕਚਰ ਪੂਰੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਹ ਲਿਖੇ ਹੋਏ ਸਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀਚਾਰਨਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਉੱਤਰ ਲੱਭ ਕੇ ਲਿਖ ਲੈਣੇ 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 ਲਾਉਣਾਂ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਕ ਤੱਤਕਰਾ (index) ਬਣਾ ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਵੱਖਰੇ ਵੱਖਰੇ ਕਾਗਜਾਂ ਉਪਰ ਨੋਟਸ ਬਣਾਏ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਤਰਤੀਬ ਵਿਚ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਪੇਪਰ ਦਾ ਟਾਈਟਲ ਤੇ ਹਵਾਲਾ (reference) ਨਾਲ ਹੀ ਨੋਟ ਕਰ ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਹਵਾਲੇ (reference) ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅੱਜਕਲ ਤਾਂ ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਆਪਣਾ ਡਾਟਾਬੇਸ (database) ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਲੱਭੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਤੇ ਸੋਧ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲੋੜ ਪੈਣ 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 ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ, ਉਹ ਕਈ ਵਾਰੀ ਪੜ੍ਹੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ। ਆਪਣੇ ਨੋਟਸ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਭਾਲਣੇ ਆਉਂਦੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇ ਅਨੁਸਾਰ ਤਰਤੀਬ ਵਿਚ ਲਗਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਤਤਕਰਾ ਵੀ ਬਣਾ ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਆਸਾਨੀ ਹੋ ਸਕੇ। ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਕਾਗਜ਼, ਡਾਇਰੀ ਤੇ ਪੈਨ ਰੱਖਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਲਿਖ ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਭੁੱਲ ਨਾ ਜਾਈਏ। ਜੇ ਕਰ ਕਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਵੀਚਾਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਡਾਇਰੀ ਵਿਚ ਲਿਖ ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਬੈਠ ਕੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀਚਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸੋਧ ਕੇ ਲਿਖ ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

### **ਕਿਤਾਬ ਉੱਪਰ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਲਾਉਣੀਆਂ (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 ਦੁਹਰਾਉਣ ਸਮੇਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾ ਆਵੇ। ਜਿਆਦਾ ਲਾਇਨਾਂ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਕਿਤਾਬ ਗੰਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਥੱਲੇ ਲਾਇਨ ਲਗਾਉਣ 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 ਦੁਹਰਾਉਣਾਂ ਅਤੇ ਜਾਚਣਾ (Reviewing and Revising)**

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

### **ਸਾਸਿ ਸਾਸਿ ਸਿਮਰਹੁ ਗੋਬਿੰਦ ॥ ਮਨ ਅੰਤਰ ਕੀ ਉਤਰੈ ਚਿੰਦ ॥ (੨੯੫)**

### **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 ਰਹਿੰਦੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

**ਪਾਵਉ ਦਾਨੁ ਢੀਠੁ ਹੋਇ ਮਾਗਉ ਮੁਖਿ ਲਾਗੈ ਸੰਤ ਰੇਨਾਰੇ ॥ ਜਨ ਨਾਨਕ ਕਉ ਗੁਰਿ ਕਿਰਪਾ ਧਾਰੀ ਪੁਭਿ ਹਾਥ ਦੇਇ ਨਿਸਤਾਰੇ ॥੪॥੬॥**

(੨੩੮)

"Practice doesn't make perfect; perfect practice makes perfect." ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਕਰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਪਾਉਣਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮੰਜਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ 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 ਹਥੁ ਦੇਇ ॥ ਨਾਨਕ ਰਾਹੁ ਪਛਾਣਹਿ ਸੇਇ ॥੧॥ (੧੨੪੫)**

### ਮਨੁੱਖਾ ਜਨਮ ਸਫਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸਤੁ, ਸੰਤੋਖੁ ਅਤੇ ਵੀਚਾਰ

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਤੇ ਸਿਖਿਆ ਲੈਣ 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, ਹੋਰ ਕੋਈ ਅਸਰਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਿਤੀਆਂ; ਸਤੁ, ਸੰਤੋਖੁ ਅਤੇ ਵੀਚਾਰ, ਤਾਂ ਜੋ ਨਾਮੁ ਰੂਪੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਅਸੀਂ ਆਪਣਾ ਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰ ਸਕੀਏ।

**ਬਾਲ ਵਿਚਿ ਤਿੰਨਿ ਵਸਤੁ ਪਈਓ ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਵੀਚਾਰੇ ॥ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮੁ ਠਾਰੁ ਕਾ ਪਇਓ ਜਿਸ ਕਾ ਸਭਸੁ ਅਧਾਰੇ ॥ ਜੇ ਕੇ ਖਾਵੈ ਜੇ ਕੇ ਭੁੰਚੈ ਤਿਸ ਕਾ ਹੋਇ ਉਧਾਰੇ ॥ ਏਹ ਵਸਤੁ ਤਜੀ ਨਹ ਜਾਈ ਨਿਤ ਰਖੁ ਉਰਿ ਧਾਰੇ ॥ ਤਮ ਸੰਸਾਰੁ ਚਰਨ ਲਗਿ ਤਰੀਐ ਸਭੁ ਨਾਨਕ ਬ੍ਰਹਮ ਪਸਾਰੇ ॥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 ਬਾਲ ਵਿਚ ਸਤੁ, ਸੰਤੋਖ ਤੇ ਵੀਚਾਰ, ਇਹ ਤਿੰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਸ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸ਼੍ਰੇਸ਼ਟ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਭੋਜਨ ਭਾਵ ਹਰੀ ਦਾ ਨਾਮ ਵਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਖਾਧਿਆਂ ਮਨ ਰੱਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਖਲਾਸੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

**ਸਲੋਕੁ ਮ: ੩ ॥ ਬਾਲੈ ਵਿਚਿ ਤੈ ਵਸਤੁ ਪਈਓ ਹਰਿ ਭੋਜਨੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਸਾਰੁ ॥ ਜਿਤੁ ਖਾਧੈ ਮਨੁ ਤ੍ਰਿਪਤੀਐ ਪਾਈਐ ਮੇਖ ਦੁਆਰੁ ॥**

### ਡੂੰਗਾ ਗਿਆਨ ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਹਨਤ (In depth knowledge and efforts)

ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇ ਬਾਰੇ ਸਹੀ ਤੇ ਡੂੰਗਾ ਗਿਆਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ 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 ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

**ਸਲੋਕੁ ਮ: ੫ ॥ ਉਦਮੁ ਕਰੇਦਿਆ ਜੀਉ ਤੂੰ ਕਮਾਵਦਿਆ ਸੁਖ ਭੰਚੁ ॥ ਧਿਆਇਦਿਆ ਤੂੰ ਪ੍ਰਭੁ ਮਿਲੁ ਨਾਨਕ ਉਤਰੀ ਚਿੰਤ ॥੧॥ (੫੨੨)**

### ਵੱਡੀ ਸਫਲਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਰਬਾਨੀ (Sacrifice)

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 ਸੱਭ 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, ਮਿਹਨਤ 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 ਨਿਸਚਾ 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 ਰਹਿੰਦੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

**ਸੁਰਾ ਸੋ ਪਹਿਚਾਨੀਐ ਜੁ ਲਰੈ ਦੀਨ ਕੇ ਹੇਤ ॥ ਪੁਰਜਾ ਪੁਰਜਾ ਕਟਿ ਮਰੈ ਕਬਹੂ ਨ ਛਾਡੈ ਖੇਤੁ ॥੨॥੨॥ (੧੧੦੫)**

ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਹੋਰ ਸੱਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਫੇਲ ਹੋ ਚੁਕੇ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦਾ ਸਿਸਟਮ, ਜੋ ਕਿ ਪੂਰੀ ਸ਼੍ਰਿਸਟੀ ਨੂੰ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਹ ਅਣਗਿਣਤ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਸਫਲਤਾ ਪੂਰਵਕ ਚਲਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅਜੇਹੇ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋਣ ਲਈ, ਉਸ ਦੇ ਗੁਣ ਸਮਝਣੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਉਣ 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। ਪਰ 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 ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਨਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਡਰਨਾ 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॥ (੧੪੨੨)**

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 ਆਨੁਸਾਰ ਸਾਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੀ ਜੁਗਤ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਸੱਚੇ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਸਹੀ ਤੇ ਸੱਚੀ ਸਿਖਿਆ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਇਧਰ ਉਧਰ ਭਟਕਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਤੇ ਫਜ਼ੂਲ ਕਰਮ ਕਾਂਡਾਂ ਵਿਚ ਪੈਣ 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।

**ਮਃ 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 ਲੋਇ ॥ ਦਇਆ ਜਾਣੇ ਜੀਅ ਕੀ ਕਿਛੁ ਪੁੰਨੁ ਦਾਨੁ ਕਰੇਇ ॥ ਸਚੁ ਤਾ ਪਰੁ ਜਾਣੀਐ ਜਾ ਆਤਮ ਤੀਰਥਿ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥ ਸਤਿਗੁਰੁ ਨੋ ਪੁਛਿ ਕੈ ਬਹਿ ਰਹੈ ਕਰੇ ਨਿਵਾਸੁ ॥ ਸਚੁ ਸਭਨਾ ਹੋਇ ਦਾਰੁ ਪਾਪ ਕਛੈ ਧੋਇ ॥ ਨਾਨਕੁ ਵਖਾਣੈ ਬੇਨਤੀ ਜਿਨ ਸਚੁ ਪਲੈ ਹੋਇ ॥ ੨ ॥ (ਆਸਾ ਕੀ ਵਾਰ ੧੦) (੪੬੮)**

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਚਲਣ ਸਮੇਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਵੀ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਕਈ ਵਾਰੀ ਮਨ ਵੀ ਡੋਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਫਸੇ ਵੇਖ ਕੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭੈੜੀ ਸੰਗਤ ਦਾ ਅਸਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣਾ ਹੈ, ਬਾਹਲੀ 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 ਪਾਸਿਉਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣਾ 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 ਹੋਛੇ ਹਵਾਸ ਵਿਚ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਜੇਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਗਲਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ 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) ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

**ਸਚਹੁ ਓਰੈ ਸਭੁ ਕੋ ਉਪਰਿ ਸਚੁ ਆਚਾਰੁ ॥ ੫ ॥ (੬੨)**

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕਦੇ ਵੀ ਹੋਰਾ 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 ਦਿੜ੍ਹਤਾ ਨਾਲ ਸੱਚ ਦੇ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚਲਣਾ ਹੈ।

**ਜੇ ਜਾਣਾ ਮਰਿ ਜਾਈਐ ਘੁਮਿ ਨ ਆਈਐ ॥ ਝੂਠੀ ਦੁਨੀਆ ਲਗਿ ਨ ਆਪੁ ਵਢਾਈਐ ॥੨॥ ਬੋਲੀਐ ਸਚੁ ਧਰਮੁ ਝੂਠੁ ਨ ਬੋਲੀਐ ॥ ਜੋ ਗੁਰੁ ਦਸੈ ਵਾਟ ਮੁਰੀਦਾ ਜੋਲੀਐ ॥੩॥ (੪੮੮)**

ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਿੱਖ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ 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 ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਆਪਣੀ ਅਰਦਾਸ ਵਿਚ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ ਮੰਗਦਾ ਹੈ।

**ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ ॥ ਤੇਰੇ ਭਾਣੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ ॥**

**ਜੇ ਕਰ ਉਪਰ ਲਿਖੀਆਂ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਸਿਖਿਆਵਾਂ, 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 ਤਰ੍ਹਾਂ 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 ਦਿੱਤੀ 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 ਜੋ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੱਚ ਤੇ ਚਲਣ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਦੱਸਦਾ ਹੈ।
- ✓ ਅਸੀਂ ਜੁਗੋ ਜੁਗ ਅਟੱਲ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਕੋਲੋਂ 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 ਜ਼ਰੂਰੀ 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 ਦੋਵੇਂ ਸੱਜੇ ਅਤੇ ਖੱਬੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਆਸਾਨ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, “**ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ**”, ਇਸ ਲਈ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਸੱਭ 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 ਪੜ੍ਹਨਾ, ਮਨ ਵਿਚ ਤੇ ਬੋਲ ਕੇ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਦੁਹਰਾਉਣਾ (Survey, Questioning, Reading, Reciting, Reviewing) ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਫਲਤਾ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ✓ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਵਿਚ ਕਾਗਜ਼, ਕਾਪੀ, ਜਾਂ ਡਾਇਰੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਉੱਪਰ ਮਨ ਵਿਚ ਆਏ ਸਵਾਲ ਜੁਆਬ ਲਿਖਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਹ ਸੋਧ ਕੇ ਪੱਕੀ ਕਾਪੀ ਵਿਚ ਲਿਖ ਲੈਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ✓ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਤੇ ਸਿਆਣਾ ਪੰਡਿਤ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਅਨੁਸਾਰ ਵੀਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਖੋਜਦਾ ਹੈ, ਅੰਦਰੋਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਲੱਭਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਂਦਾ 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 ਰੋਜ਼ਾਨਾ 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 ਹੁੰਦੇ ਹੋਵੇ, ਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਲਾਭਦਾਇਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲ ਸਕੇ।
- ✓ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਰਹਾਉ ਦੀ ਪੰਗਤੀ ਰਾਹੀਂ ਹਰੇਕ ਬਾਣੀ ਜਾਂ ਸ਼ਬਦ 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 ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

- ✓ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਨੋਟਸ ਤਿਆਰ ਕਰਨੇ ਤੇ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਭਾਲਣੇ ਆਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ✓ ਜਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਦੁਹਰਾਉਣ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਇਕੋ ਜੇਹੀਆਂ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ, ਚੀਜ਼ਾਂ, 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 ਰਹਿਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ✓ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ 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 ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
- ✓ ਮਨ ਵਿਚ ਨਿਸਚਾ 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 ਕੇ 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 ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੋਕ ਤਾਂ ਕਰਮਾਤ 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 ਲੈਣਾਂ 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। ਸੱਭ 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 ॥ ਗੁਰਜ ਰਤਨ ਵਿਚਿ ਲੁਕਿ ਰਹੇ ਕੋਈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੇਵਕੁ ਕਛੈ ਖੋਤਿ ॥ (੩੦੯-੩੧੦)**

ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਿਖਿਆ ਦਾ ਦੌਰ ਸਦਾ ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਝ ਲੈਣਾਂ 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।

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।

**"ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹ"**

( ਡਾ: ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ )  
ਆਰ ਐਚ ੧ / ਈ - ੮, ਸੈਕਟਰ - ੮,  
ਵਾਸ਼ੀ, ਨਵੀਂ ਮੁੰਬਈ - ੪੦੦੨੦੩.

(Dr. Sarbjit Singh)  
RH1 / E-8, Sector-8,  
Vashi, Navi Mumbai - 400703.  
Email = sarbjitsingh@yahoo.com  
<http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/>,  
<http://www.sikhmag.com/article-dr-sarbjit.html>