ਹਰੇਕ ਇਨਸਾਨ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਲਈ ਖੁਦ ਜੁਮੇਵਾਰ ਹੈ

Everybody is responsible for his own Cancer

ਦਦੈ ਦੋਸੁ ਨ ਦੇਊ ਕਿਸੈ ਦੋਸੁ ਕਰੰਮਾ ਆਪਣਿਆ ॥ ਜੋ ਮੈ ਕੀਆ ਸੋ ਮੈ ਪਾਇਆ ਦੋਸੁ ਨ ਦੀਜੈ ਅਵਰ ਜਨਾ ॥੨੧॥ (੪੩੩)

ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤੇ ਇਹ ਬੀਮਾਰੀ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਖੁਦ ਦੀ ਆਪਣੀ ਹੀ ਉਪਜ ਹੈ

ਕਰਮੀ ਆਪੋ ਆਪਣੀ ਕੇ ਨੇੜੈ ਕੇ ਦੂਰਿ

ਜੇ ਕਰ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸੱਚੀ ਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਆਪ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ

ਕਿਸੇ ਦੂਸਰੇ ਕੋਲੋ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਨਾਲ ਜਾਂ ਅਰਦਾਸ ਕਰਵਾਉਂਣ ਨਾਲ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ, ਸਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕਾਰਜ ਆਪ ਸਵਾਰਨਾ ਹੈ

ਆਪਣ ਹਥੀ ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਹੀ ਕਾਜੁ ਸਵਾਰੀਐ ॥੨੦॥ (੪੭੪)

ਇਸ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਖੁਦ ਆਪ ਪੜ੍ਹਨਾ ਹੈ, ਸਮਝਣਾ ਹੈ, ਵੀਚਾਰਨਾ ਹੈ, ਖੋਜਣਾ ਹੈ, ਤੇ ਅਮਲੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਪਨਾਉਂਣਾ ਹੈ

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

ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਖੋਜ ਸਬੰਧੀ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਲਿੰਕ ਤੇ ਕਲਿਕ ਕਰੋ ਜੀ

https://gurmat-research.com/
http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/,

P
0
2

ਕੈਂਸਰ ਕੀ ਹੈ

What is Cancer

ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸੈਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਕਿ ਕਹਿਣਾ ਮੰਨ ਕੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਸੈਲ ਵਧਦੇ ਹਨ, ਹੋਰ ਨਵੇਂ ਬਣਦੇ ਹਨ, ਕਈਆਂ ਦਾ ਵਧਣਾ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਕਈ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਲੇਕਿਨ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਸੈਲ ਕਹਿਣਾ ਮੰਨਣਾਂ ਬੰਦ ਕਰ ਦੇਵੇ ਤੇ ਵਧਦਾ ਹੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸੈਲਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਤੇ ਗੁਣ ਬਾਕੀ ਸੈਲਾਂ ਵਰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਉਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਾਬੂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਵਿਗਨ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

Cancer is the result of uncontrolled cell growth. Our body has many cells which are working together. In cancer, one of those cells stops paying attention to the normal signals that tell cells to grow, stop growing or even to die. Cancer cells still share many of the same needs and properties of normal cells but they become independent of the controls that make our body function smoothly.

ਜਿਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੈਲ ਵਧਦੇ ਹਨ, ਤੇ ਉਹ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਕਹਿਣਾ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਤੇ ਕਈ ਵਾਰੀ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਵੀ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅੰਦਰੂਨੀ ਜਾਂ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

Process by which a normal cell changes into one that behaves so abnormally can take a long time and is often triggered by internal and outside influences.

ਜਦੋਂ ਸੈਲ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਪਰੰਤੂ ਜਦੋਂ ਸੈਲ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਮੰਨਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਬਹੁਤ ਤੇਜੀ ਨਾਲ ਵਧਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

When cells follow the law of nature, we are healthy, but if they stop following, then there is uncontrolled increase which takes the form of cancer.

ਅਗੋ ਦੇ ਜੇ ਚੇਤੀਐ ਤਾਂ ਕਾਇਤੁ ਮਿਲੈ ਸਜਾਇ

ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਖੋਜ ਸਬੰਧੀ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਲਿੰਕ ਤੇ ਕਲਿਕ ਕਰੋ ਜੀ

https://gurmat-research.com/
http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/,

P
0
3

ਕੈਂਸਰ ਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਹੈ

How to control Cancer

ਕੈਂਸਰ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦੇ ਮੁਢਲੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਤੇ ਅਪਨਾਉਂਣਾ ਹੈ। ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦਾ ਮੁਢਲੇ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ, ਕਿ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਹੁਕਮੁ ਤੇ ਰਜਾ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਣਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਧੁਰ ਤੋਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਣਾ ਲਿਖਿਆ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ।

We have to understand and adopt the basic principle of Sikhi, then only we can control the Cancer. The basic principle of Sikhi, is that, we have to follow the Hukam and Will of Akal Purkh which is operating in this universe right from its origin.

"ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ"

http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/Bani3510GurMag200604.pdf

ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦੇ ਮੁਢਲੇ ਸਿਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਨੂੰ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਣਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਅਸੀਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਦਰਸਾਰੇ ਗਏ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਹੁਕਮੁ ਤੇ ਰਜਾ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸੁਖੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਮਨ ਵਿਚ ਬਿਨਾ ਰੋਕ ਟੋਕ ਦੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਰਹੇਗਾ ਤੇ ਸਾਡਾ ਸਰੀਰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਸਾਡਾ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

According to the basic principle of Sikhi, we have to follow the laws of nature and live according to His system (ਹੁਕਮੁ). If we follow His Hukam then we can lead a comfortable and contended life (ਆਨੰਦ), otherwise there can be uncontrolled growth of sins and our mind can become cancerous. Sins lead to the wrong deeds by the body, which in turn are responsible for various types of mental and physical diseases.

ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਨੈ ਸੁ ਏਕੋ ਜਾਨੈ ਬੰਦਾ ਕਹੀਐ ਸੋਈ ॥੩॥ (੧੩੫੦)

http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/BookGurmatAndScience.pdf

ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਅੰਕਿਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਹੁਕਮੁ ਨੂੰ ਜਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ

We can understand Hukam with the help of Shabad Guru

ਹੁਕਮੁ ਜਿਨਾ ਨੋ ਮਨਾਇਆ ॥ ਤਿਨ ਅੰਤਰਿ ਸਬਦੁ ਵਸਾਇਆ ॥

ਸਹੀਆ ਸੇ ਸੋਹਾਗਣੀ ਜਿਨ ਸਹ ਨਾਲਿ ਪਿਆਰੁ ਜੀਉ ॥੯॥ (੭੨)

ਮਨ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ⇒ ਸਰੀਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ

Cancer of body ⇒ Cancer of mind

ਜਿਹੜੇ ਕੈਂਸਰ ਸੈਲ ਬਣਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਫਾਈ ਦੇ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕਰ ਕੈਂਸਰ ਸੈਲ ਖ਼ੂਨ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਅੰਦਰ ਹੀ ਵਧਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਏ ਗਏ, ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਨਾਮੁ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਣਾ ਹੈ।

Cancerous cells are also formed in the body which keep on getting eliminated by the body. But if these cells are not washed away by the blood stream, then they can grow in our body. Similarly the sins also need to be washed from the mind, so that our character and dignity are maintained.

ਭਰੀਐ ਹਥੁ ਪੈਰੁ ਤਨੁ ਦੇਹ ॥ ਪਾਣੀ ਧੋਤੈ ਉਤਰਸੁ ਖੇਹ ॥ ਮੂਤ ਪਲੀਤੀ ਕਪੜੁ ਹੋਇ ॥ ਦੇ ਸਾਬੂਣੁ ਲਈਐ ਓਹੁ ਧੋਇ ॥

ਭਰੀਐ ਮਤਿ ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥ ਓਹੁ ਧੋਪੈ ਨਾਵੈ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥

ਪੁੰਨੀ ਪਾਪੀ ਆਖਣੁ ਨਾਹਿ ॥ ਕਰਿ ਕਰਿ ਕਰਣਾ ਲਿਖਿ ਲੈ ਜਾਹੁ ॥ ਆਪੇ ਬੀਜਿ ਆਪੇ ਹੀ ਖਾਹੁ ॥ ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੀ ਆਵਹੁ ਜਾਹੁ ॥੨੦॥ (੪)

http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/BookGuruGranthSahibAndNaam.pdf

http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/Bani2415GurMag20160609.pdf

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸਬਦ ਗੁਰੂ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਉਪਰ ਕਾਬੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਮਨੁੱਖਾ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਰਜੀ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਏ ਗਏ ਮਾਰਗ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਹਉਮੈ ਘਟਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਬਿਬੇਕ ਬੁਧੀ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਸਦਕਾ ਉਸ ਦੇ ਚਾਲ ਚਲਣ, ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਤੇ ਕਰਮਾਂ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

When we follow the Shabad Guru, we can control our mind and improve our analysing power; this in turn helps us in controlling our body, character and dignity.

ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੋ ਬਾਹਰਿ ਹੁਕਮ ਨ ਕੋਇ ॥ ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਜੇ ਬੁਝੈ ਤ ਹਉਮੈ ਕਹੈ ਨ ਕੋਇ ॥੨॥ (੧)

ਕੈਂਸਰ ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰੋ

Control your Mind to Control the Cancer

ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਆਪਣੇ ਹਉਮੈ ਉਪਰ ਕਾਬੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਪਾਪ ਘਟਨੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਸਰੀਰ ਸਬਦ ਗੁਰੂ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਹੁਕਮੁ ਤੇ ਰਜਾ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਂਦਾ ਹੈ।

Once ego (ਹਉਮੈ) is under our control then all our sins gets contained. When sins are contained then our body is under the control of Shabad Guru.

ਹੁਕਮੁ ਜਿਨਾ ਨੋ ਮਨਾਇਆ ॥ ਤਿਨ ਅੰਤਰਿ ਸਬਦੁ ਵਸਾਇਆ ॥
ਸਹੀਆ ਸੇ ਸੋਹਾਗਣੀ ਜਿਨ ਸਹ ਨਾਲਿ ਪਿਆਰੁ ਜੀਉ ॥੯॥ (੭੨)

ਆਪਣੇ ਮਨ ਤੇ ਸਰੀਰ ਉਪਰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਠੀਕ ਤੇ ਆਸਾਨ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਅੰਕਿਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਿਆ, ਸਮਝਿਆ ਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਪਨਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਫਿਰ ਸੱਚੀ ਬਾਣੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੁਖਾਂ ਕਲੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

Best way to control the body through the mind is to study, understand and follow Guru Granth Sahib

ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ

ਜਿਆਦਾਤਰ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਦੀ ਸੋਚ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਹ ਸਾਡੇ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਅੰਕਿਤ ਸੱਚੀ ਬਾਣੀ ਨਾਲ ਠੀਕ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਕਿ ਨਹੀਂ।

The thinking process of mind is mainly responsible for various diseases and their cure. Now it is up to us to decide whether we want to take the help of true Gurbani written in Guru Granth Sahib or not.

ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਖੋਜ ਸਬੰਧੀ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਲਿੰਕ ਤੇ ਕਲਿਕ ਕਰੋ ਜੀ

https://gurmat-research.com/
http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/,

ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸਮਾਜਕ ਕਾਰਨ

Social reasons of Cancer

ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਕੈਂਸਰ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (੨੫%)। ਭਾਵੇਂ ਉਥੇ ਪਰਦੂਸ਼ਨ ਘਟ ਹੈ ਤੇ ਖੁਰਾਕ ਵੀ ਚੰਗੀ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਫਿਰ ਵੀ ਇਹ ਗਿਣਤੀ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਹੈ।

Cancer is one of the major causes of deaths in America (25%). They have less pollution and quality of food is also good, but still this percentage is large.

ਪੱਛਮੀ ਦੇਸਾਂ ਵਿਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਵਨ ਤੇ ਆਪਸੀ ਸਬੰਧ ਘਟ ਰਹੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਤੇ ਵੀ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਲੋਕ ਬਾਹਰੀ ਤੌਰ ਤੇ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸੁਖੀ ਹਨ, ਪਰੰਤੂ ਆਨੰਦ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।

Family life and relations are almost missing in western countries. Many people live alone, many have psychological problems. In other words people do not lead a peaceful and contended life.

ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਰੀਜਾ ਦਾ ਵਾਧਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਸਥਿਤੀ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਆਰਥਿਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਿਨੋ ਦਿਨ ਵਾਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਪਰਦੂਸ਼ਨ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ ਤੇ ਖਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜਾਂ ਵਿਚ ਮਿਲਾਵਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਰੀਜਾ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

Percentage of cancer cases is increasing on a large scale in India and especially in Punjab the situation is alarming. The financial and psychological problems are increasing day by day. Pollution has increased very much and quality of food has gone down. All the above mentioned reasons are now playing their role in increasing the number of cancer cases.

ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਕਾਰਨਾਂ ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਸਾਨੂੰ ਸਬਰ ਸੰਤੋਖ ਤੇ ਆਨੰਦ ਮਈ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸੱਚੀ ਬਾਣੀ ਬਾਰੇ ਸਿਖਣਾ ਪਵੇਗਾ, ਉਸ ਦੀ ਵੀਚਾਰ ਤੇ ਖੋਜ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ ਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਪਨਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ।

In order to control cancer all these possibilities needs to be minimized. Guru Granth Sahib teaches us to live a peaceful, contended and happy life. For getting positive results, we will have to practically apply the teachings of Gurbani in our day to day life.

ਸਚਹੁ ਓਰੈ ਸਭੁ ਕੋ ਉਪਰਿ ਸਚੁ ਆਚਾਰੁ ॥ (੬੨)

ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਸਮਾਜਕ ਕਾਰਨ ਰੋਕਣ ਲਈ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਸਦੀਵੀ ਸਾਥੀ ਬਣਾਨਾ ਪਵੇਗਾ

We will have to make Guru Granth Sahib as our permanent companion for controlling the Social reasons of Cancer

ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਸਾਡਾ ਸਦੀਵੀ ਸਾਥੀ ਤੇ ਮਿਤਰ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਅਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਈਏ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ, ਸਮਝ ਕੇ, ਵੀਚਾਰ ਕੇ, ਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਪਨਾ ਕੇ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਨਾਮੁ ਦਿਨ ਰਾਤ ਜਪ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

We will have to make Gurbani as our best companion even when we are alone. By studying, Listening and researching Gurbani we can establish 24 hour relationship with the Guru.

ਆਸਾ ਘਰੁ ੭ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਰਿਦੈ ਨਿਤ ਧਿਆਈ ॥ ਸੰਗੀ ਸਾਥੀ ਸਗਲ ਤਰਾਂਈ ॥੧॥

ਗੁਰੁ ਮੇਰੈ ਸੰਗਿ ਸਦਾ ਹੈ ਨਾਲੇ ॥ ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਤਿਸੁ ਸਦਾ ਸਮ੍ਾਲੇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਮੀਠਾ ਲਾਗੈ ॥ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਪਦਾਰਥੁ ਨਾਨਕੁ ਮਾਂਗੈ ॥੨॥੪੨॥੯੩॥ (੩੯੪)

ਸਦੀਵੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਸੁਖ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮੁ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾਂ ਪਵੇਗਾ ਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਣਾ ਪਵੇਗਾਂ। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮੁ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਪੂਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਬਿਲਕੁਲ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਦੀਆਂ ਤੋ ਚਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਧਰਮ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਲੈਣਾਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਕੋਲੋ ਹੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਰੀਰ ਦਾ ਛੋਟੇ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਭਾਗ ਵੀ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬਾਕੀ ਸਾਰੇ ਅੰਗਾਂ ਨਾਲ ਪੂਰੇ ਮਿਲਵਰਤਨ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

In order to have a permanent peace and contended life we have to understand and follow the laws of Akal Purkh which are controlling and maintaining the whole universe in a perfect manner. We ourselves can see and realise from the working of all the parts of our body, which are working in a well coordinated manner without any clash with one another. We can learn religion easily from our body itself.

ਪਉੜੀ ॥ **ਇਹੁ ਸਰੀਰੁ ਸਭੁ ਧਰਮੁ ਹੈ ਜਿਸੁ ਅੰਦਰਿ ਸਚੇ ਕੀ ਵਿਚਿ ਜੋਤਿ ॥ ਗੁਹਜ ਰਤਨ ਵਿਚਿ ਲੁਕਿ ਰਹੇ ਕੋਈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੇਵਕੁ ਕਢੈ ਖੋਤਿ** ॥ (੩੦੯, ੩੧੦)

ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਖੋਜ ਸਬੰਧੀ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਲਿੰਕ ਤੇ ਕਲਿਕ ਕਰੋ ਜੀ

https://gurmat-research.com/
http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/,

ਕੀ ਰਵਾਇਤੀ ਅਰਦਾਸ ਕਰਵਾਉਂਣ ਨਾਲ, ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਕਰਵਾਉਂਣ ਨਾਲ, ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ (ਕਰੋਨਾਂ, ਕੈਂਸਰ, ਏਡਜ਼, ਆਦਿ) ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਆਮ ਪਰਚਾਰ ਇਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ, ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਗਈ ਹੈ, ਲਾਜਵਾਬ ਬੀਮਾਰੀ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ, ਕੋਈ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਰਵਾਇਤੀ ਅਰਦਾਸਾਂ ਜਾਂ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਕਰਵਾ ਲਉ, ਅਰਦਾਸਾਂ ਜਾਂ ਪਾਂਠਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਕਰ ਲਉ।

ਅਕਸਰ ਵਟਸਐਪ ਤੇ ਪਰਚਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ, ਕਿਸੇ ਨੇ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਕਰਵਾਇਆ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੋ ਗਿਆ। ਜੇ ਅਜੇਹਾ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਦੀ ਤਾਂ ਜਰੂਰਤ ਹੀ ਨਾ ਰਹੇ, ਲੱਖਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਪੈਸੇ ਵੀ ਨਾ ਖਰਚਣੇ ਪੈਣ, ਬਹੁਤ ਸਸਤਾ ਇਲਾਜ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ, ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜੋ ਮਰਜੀ ਕਰਦੇ ਰਹੋ।

ਸਲੋਕੁ ਮਃ 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)

ਅਨੇਕਾਂ ਹੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ, ਬਹੁਤ ਲੰਮੀਆਂ ਲੰਮੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ, ਕੀ ਕਿਸੇ ਨੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਕਿ ਕਿਨਿਆ ਦੇ ਰੋਗ ਦੂਰ ਹੋ ਗਏ ਸੀ ਤੇ ਕਿਨਿਆ ਦੀਆਂ ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਨਹੀ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋ ਗਈਆਂ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ, "ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ"

ਸੁਣੀ ਦਾ ਇਹ ਭਾਵ ਨਹੀਂ ਕਿ ਪਾਠ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਵੇਖਦੇ ਰਹੋ, ਕਿ ਪਾਠੀ ਨੇ ਠੀਕ ਪਾਠ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਨਹੀਂ, ਜਾਂ ਇਕ ਕੰਨੋਂ ਸੁਣਿਆ ਤੇ ਦੂਸਰੇ ਕੰਨੋਂ ਕੱਢ ਦਿਤਾ। ਮਨ ਤੇ ਤਨ ਦੇ ਰੋਗ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ, ਸਮਝਣਾ, ਵੀਚਾਰਨਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਅਮਲੀ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਪਨਾਉਂਣਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਹੁਕਮੁ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੀਏ ਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਣ ਦੀ ਜਾਚ ਸਿਖ ਸਕੀਏ।

ਗੁਰਸਿਖ ਮੀਤ ਚਲਹੁ ਗੁਰ ਚਾਲੀ ॥ ਜੋ ਗੁਰੁ ਕਹੈ ਸੋਈ ਭਲ ਮਾਨਹੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਕਥਾ ਨਿਰਾਲੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ (੬੬੭, ੬੬੮)

ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਰਵਾਇਤੀ ਪਾਠ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸੁਖ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣਾ ਹੈ, ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪਾਠ ਅੰਦਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੇ ਨਾਮੁ ਰੂਪੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨੂੰ ਸਬਦ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ ਹੈ

ਸੁਖਮਨੀ ਸੁਖ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪ੍ਰਭ ਨਾਮੁ ॥ ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੈ ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਰਾਮ ॥ ਰਹਾਉ ॥ (੨੬੨)

ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦਾ ਅਮਰ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੇ ਸੁਖਦਾਈ ਨਾਮੁ ਹੀ ਸਭ ਸੁਖਾਂ ਦੀ ਮਣੀ ਹੈ, ਭਾਵ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦਾ ਨਾਮੁ ਹੀ ਸਭ ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਟਿਕਾਣਾ ਭਗਤ ਜਨਾ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰਮਤਿ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਆਪਣੀ ਹਉਮੈਂ ਨੂੰ ਸਬਦ ਦੁਆਰਾ ਖਤਮ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦਾ ਭਗਤੁ ਕਹਿਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਨ ਤੇ ਤਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸਬਦ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਸੰਭਵ ਹੈ

ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਵੇਖਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਨਾਮੁ ਮਿਠਾ ਤੇ ਪਿਆਰਾ ਲੱਗਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਗਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਦਾਰਥ ਉਸ ਨੂੰ ਇਕ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਵਿਚ ਹੀ ਲੀਨ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਨੂੰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਤੋਂ ਹੀ ਅਨੇਕਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਰੰਗ ਤਮਾਸ਼ੇ ਨਿਕਲੇ ਹੋਏ ਦਿਖਾਈ ਦੇਂਦੇ ਹਨ। ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਉਸ ਨਾਮੁ ਦਾ ਟਿਕਾਣਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਮਾਨੋ, ਜਗਤ ਦੇ ਨੌ ਖ਼ਜ਼ਾਨਿਆਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ ਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਸੁਰਤਿ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਤੇ, ਅਜੇਹਾ ਆਨੰਦ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਪਰ ਇਹ ਆਨੰਦ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਹੀ ਵੇਖਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਆਪ ਵਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਸਲੀ ਆਨੰਦ ਦੀ ਸਮਝ ਬਖ਼ਸ਼ਦਾ ਹੈ। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਨਾਮੁ ਹੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਸਬਦ ਗੁਰੂ ਦੀ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ ਰਹਿ ਕੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਸਟਪਦੀ ॥ ਸੰਤਸੰਗਿ ਅੰਤਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਡੀਠਾ ॥ ਨਾਮੁ ਪ੍ਰਭੂ ਕਾ ਲਾਗਾ ਮੀਠਾ ॥ ਸਗਲ ਸਮਿਗ੍ਰੀ ਏਕਸੁ ਘਟ ਮਾਹਿ ॥ ਅਨਿਕ ਰੰਗ ਨਾਨਾ ਦ੍ਰਿਸਟਾਹਿ ॥ ਨਉ ਨਿਧਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਨਾਮੁ ॥ ਦੇਹੀ ਮਹਿ ਇਸ ਕਾ ਬਿਸ੍ਰਾਮੁ ॥ (੨੯੩)

ਮਨੁੱਖ ਦੁਖੀ ਜਾਂ ਸੁਖੀ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਕਰਮ ਵੀ ਉਸ ਦੀ ਸੋਚ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਅਨੁਸਾਰ ਪੈਸਾ, ਪਰਿਵਾਰ, ਔਲਾਦ, ਰੁਤਬਾ, ਆਦਿ ਹੀ ਸੁਖ ਹੈ। ਲੋਕ ਪਾਰਟੀਆਂ ਵਿਚ ਜਾਣਾ, ਭੰਗੜੇ ਪਾਉਣੇ, ਸ਼ਰਾਬਾਂ ਪੀਣੀਆਂ, ਆਦਿ ਨੂੰ ਹੀ ਸੁਖ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਇਹ ਸਭ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੇ ਦੁਖ ਕਲੇਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸੁਖ → ਪਾਰਟੀਆਂ → ਭੰਗੜੇ → ਸ਼ਰਾਬਾਂ, ਨਸ਼ੇ → ਬੀਮਾਰੀਆਂ → ਕਲੇਸ਼ ਦਾ ਕਾਰਨ → ਦੁਖ

ਬਹੁਤਾ ਧਨ ਕਮਾਣ ਨਾਲ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਲਟਾ ਹੰਕਾਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਦੁਖ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਪਿਕਚਰਾ, ਨਾਟਕਾਂ ਤੇ ਨਾਚ ਵੇਖਣ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਮਨ ਦਾ ਗੁਲਾਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਜੇਹਾ ਮਨ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤੇ ਦੇਸ ਜਿੱਤ ਲੈਣ ਨਾਲ ਜਾਂ ਉਚੀ ਪਦਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਸੁਖ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਲਟਾ ਮਾਨਸਿਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ, ਦੁਸ਼ਮਣੀ, ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ, ਕੁਰਸੀ ਖਿਸਕਣ ਦਾ ਖਤਰਾ, ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਰੰਤੂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖੁ ਦੀ ਸਿਫ਼ਤਿ ਸਾਲਾਹ ਕੀਤਿਆਂ ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਭੈਰਉ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਬਹੁਤੈ ਧਨਿ ਖਾਟੇ ॥ ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਪੇਖੇ ਨਿਰਤਿ ਨਾਟੇ ॥ ਸੁਖੁ ਨਾਹੀ ਬਹੁ ਦੇਸ ਕਮਾਏ ॥ ਸਰਬ ਸੁਖਾ ਹਰਿ ਹਰਿ ਗੁਣ ਗਾਏ ॥ (੧੧੪੭)

ਸੋਚ ਠੀਕ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ, "ਦੂਖ ਰੋਗ ਸੰਤਾਪ ਉਤਰੇ ਸੁਣੀ ਸਚੀ ਬਾਣੀ" ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ।

ਇਸ ਲਈ ਸੁਖੀ ਹੋਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਅੰਕਿਤ ਸੱਚੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਨੀ ਹੈ।

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

ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਖੋਜ ਸਬੰਧੀ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਲਿੰਕ ਤੇ ਕਲਿਕ ਕਰੋ ਜੀ

https://gurmat-research.com/
http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/,