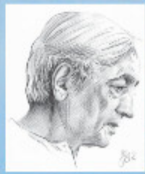

1930 ਤੇ 40 ਵਿਆਂ ਦੇ ਦਹਾਕੇ ਦੌਰਾਨ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾਮੂਰਤੀ ਆਪਣੀਆਂ ਵਾਰਤਾਵਾਂ, ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ਼ ਆਪਣੇ ਸੰਵਾਦ, ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਚਿੰਤਨ, ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਸਮੂਹਾਂ ਨਾਲ਼ ਹੋਈਆਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਨਿਜੀ ਨੋਟਸ ਲੈਂਦੇ ਰਹੇ ਸੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਕੋਈ ਨਿਰੰਤਰ ਸਿਲਸਿਲਾ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਪਰ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕਾਂ ਹੀ ਆਮ ਸਧਾਰਣ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ਼ ਹੋਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਸ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਨੂੰ 'ਕੁਮੈਂਟਰੀਜ਼ ਔਨ ਲਿਵਿੰਗ' ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠਾ ਕਰਕੇ ਤਿੰਨ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਵੱਜੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਮੌਜੂਦਾ ਲੜੀ ਉਸੇ ਦਾ ਪੰਜਾਬੀ ਅਨੁਵਾਦ ਹੈ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਅਧਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਬੇਹੱਦ ਸਜੀਵ ਚਿਤਰਣ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਉੱਥੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਮਸਲਿਆਂ ਦੀ ਮਹੀਨ ਛਾਣਬੀਨ ਵੀ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਹੜੀ ਸਾਹਮਣੇ ਵਾਲ਼ੇ ਬੰਦੇ ਨਾਲ਼ ਹੁੰਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਉੱਭਰ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਨੂੰ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾਮੂਰਤੀ ਦੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਸੌਖੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਮਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹਰ ਥਾਂ ਗਿਆਨ, ਸੱਚਾਈ, ਪੂਰਣਤਾ, ਧਿਆਨ, ਆਜ਼ਾਦੀ, ਪਿਆਰ, ਕੋਸ਼ਿਸ਼, ਸਿਆਣਪ, ਮੌਤ, ਲਾਲਸਾਵਾਂ, ਡਰ ਤੇ ਅਸਲ ਐਕਸ਼ਨ ਵਰਗੇ ਗੰਭੀਰ ਮੁੱਦਿਆਂ ਉੱਤੇ ਖੋਜ-ਪੜਤਾਲ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਵਾਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸੋਚਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਉਪਜਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਦੁੱਖ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ਼ ਉਘਾੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਸ ਲੜੀ ਵਿੱਚ ਲੇਖਣੀ ਦਾ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਹੀ ਰੂਪ ਉੱਭਰ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ- ਜਿਸ ਅੰਦਰ ਕੁਦਰਤ ਦੀਆਂ ਬੜੀਆਂ ਹੀ ਪ੍ਰਗੀਤਕ ਝਲਕੀਆਂ ਹਨ, ਫ਼ਲਸਫ਼ੇ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਅੰਤਰ-ਝਲਕੀਆਂ ਹਨ, ਤੇ ਇਸ ਸਾਰੇ ਕੁਝ ਨੂੰ ਇੱਕ ਡੂੰਘੇ ਧਾਰਮਿਕ ਅਹਿਸਾਸ ਦੀ ਰੰਗਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸਦੀ ਵਾਰਤਕ ਬੇਹਦ ਦਿਲਕਸ਼ ਤੇ ਨਿੱਖਰਵੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਲੜੀ ਪਾਠਕ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾਮੂਰਤੀ ਦੇ ਸੰਗ-ਸੰਗ ਮਨ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਤੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ 'ਅਣਗਾਹੇ ਰਾਹਾਂ' ਦੀ ਅਨੰਤ ਯਾਤਰਾ ਉੱਤੇ ਨਿੱਕਲ ਜਾਵੇ।

ਔਟਮ ਆਰਟ
ISBN 178731057-1
₹ 350

ਜੀਉਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ 2
ਜੇ. ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾਮੂਰਤੀ

ਜੇ. ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾਮੂਰਤੀ

ਜੀਉਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ
2

Punjabi Translation of
Commentaries On Living

ਤਤਕਰਾ

1. ਰਚਨਾਤਮਕ ਖ਼ੁਸ਼ੀ	09
2. ਸੰਸਕਾਰ	12
3. ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਦਾ ਖ਼ੌਫ਼	16
4. ਨਫ਼ਰਤ ਦਾ ਵਰਤਾਰਾ	20
5. ਤਰੱਕੀ ਤੇ ਇਨਕਲਾਬ	24
6. ਬੋਰੀਅਤ	29
7. ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ	33
8. ਟਕਰਾਵ-ਆਜ਼ਾਦੀ-ਸੰਬੰਧ	38
9. ਕੋਸ਼ਿਸ਼	44
10. ਭਗਤੀ ਤੇ ਪੂਜਾ	50
11. ਦਿਲਚਸਪੀ	54
12. ਸਿੱਖਿਆ ਤੇ ਅਖੰਡਤਾ	58
13. ਪਵਿੱਤਰਤਾ	65
14. ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ	71
15. ਵਿਚਾਰਕ ਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸੰਗਮ	77
16. ਸੱਤਾ ਪਿੱਛੇ ਦੌੜਨਾ	82
17. ਕੀ ਹੈ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਜੜ੍ਹ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ?	87
18. ਕਰਮ	93
19. ਬੰਦਾ ਅਤੇ ਆਦਰਸ਼	97
20. ਨਾਜ਼ੁਕ ਹੋਣਾ ਹੀ ਜੀਵਨ ਹੈ ਤੇ ਸੁੰਗੜਨਾ ਮੌਤ	102
21. ਉਮੀਦ ਤੇ ਨਾ-ਉਮੀਦੀ	108
22. ਮਨ ਤੇ ਜਾਣਿਆ-ਪਛਾਣਿਆ	114
23. ਕਿਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ਢਲਣਾ ਤੇ ਆਜ਼ਾਦੀ	119
24. ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰਤਾ	124
25. ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਚਾਹਤ	128
26. ਹਉਂਮੈ	133
27. ਖ਼ਾਹਿਸ਼ ਦਾ ਸੁਭਾਅ	138
28. ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਕਸਦ	142

29. ਅਨੁਭਵ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ 147
30. ਪਿਆਰ ਦਾ ਸਵਾਲ 154
31. ਸਿੱਖਿਅਕ ਦਾ ਅਸਲ ਕੰਮ ਕੀ ਹੈ? 158
32. ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਮਯਾਬੀ 161
33. ਤਲਾਸ਼ ਦੀ ਤਾਂਘ 166
34. ਸੁਣਨਾ 169
35. ਬੇਚੈਨੀ ਦੀ ਜਵਾਲਾ 171
36. ਅਨੰਦ ਦਾ ਅਨੁਭਵ 175
37. ਇੱਕ ਸਿਆਸਤਦਾਨ ਜੋ ਭਲਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ 180
38. ਮੁਕਾਬਲੇਬਾਜ਼ੀ 'ਚ ਪਿਆ ਜੀਵਨ 184
39. ਧਿਆਨ-ਕੋਸ਼ਿਸ਼-ਚੇਤਨਾ 188
40. ਮਨੋ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮਸਲਾ 192
41. ਅਤੀਤ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ 196
42. ਸੱਤਾ ਤੇ ਸਹਿਯੋਗ 201
43. ਅੱਧ-ਵਿਚਾਲੜਾ 204
44. ਪਾਜ਼ਟਿਵ ਤੇ ਨੈਗਟਿਵ ਸਿੱਖਿਆਵਾਂ 208
45. ਮਦਦ 215
46. ਮਨ ਦਾ ਮੌਨ 220
47. ਸੰਤੋਖ 225
48. ਅਦਾਕਾਰ 229
49. ਗਿਆਨ ਦਾ ਮਾਰਗ 233
50. ਵਿਸ਼ਵਾਸ-ਸੁਫ਼ਨੇ 237
51. ਮੌਤ 241
52. ਮੁਲਾਂਕਣ 246
53. ਈਰਖਾ ਤੇ ਇਕਲਾਪਾ 251
54. ਮਨ 'ਚ ਉਠਦੇ ਤੂਫ਼ਾਨ 257
55. ਸੋਚਾਂ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣਾ 262
56. ਕੀ ਕੋਈ ਗਹਿਰਾ ਚਿੰਤਨ ਹੈ? 269
57. ਅਸੀਮਤਾ 271

3. ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਦਾ ਖ਼ੌਫ਼

ਰੋਜ਼ ਦੀ ਰੋਜ਼ ਮਰ ਜਾਣਾ ਕਿੰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਜੋ ਵੀ ਹੋਇਆ ਹਰ ਛਿਣ ਉਸ ਪ੍ਰਤੀ ਮਰ ਜਾਣਾ, ਬੀਤੇ ਹੋਏ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਤੇ ਉਸ ਛਿਣ ਲਈ ਵੀ ਜੋ ਹੁਣੇ ਗੁਜ਼ਰਿਆ ਹੈ। ਮਰੇ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਸੱਜਰਾਪਣ ਨਹੀਂ, ਮਰੇ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਸਿਰਜਨਾ ਨਹੀਂ। ਅਤੀਤ ਦਾ ਬੋਝ ਉਸ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਕੱਲ੍ਹ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਅੱਜ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਨੂੰ ਨਵਾਂ ਜੀਵਨ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਬੀਤਿਆ ਕੱਲ੍ਹ ਅੱਜ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਤੋਰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲ਼ਾ ਕੱਲ੍ਹ ਵੀ ਬੀਤਿਆ ਹੋਇਆ ਕੱਲ੍ਹ ਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਤੋਂ ਕੋਈ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਹੀਂ ਸਿਵਾ ਮੌਤ ਤੋਂ। ਮਰਨ 'ਚ ਇੱਕ ਅਨੰਦ ਹੈ। ਇਹ ਨਵੀਂ ਸਵੇਰ, ਤਾਜ਼ੀ ਤੇ ਨਿਰਮਲ, ਕੱਲ੍ਹ ਦੀਆਂ ਧੁੱਪਾਂ-ਛਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੁਕਤ ਹੈ; ਉਸ ਪੰਛੀ ਦਾ ਗੀਤ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਸੁਣਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਰੌਲ਼ਾ-ਰੱਪਾ ਕੱਲ੍ਹ ਵਾਲ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਕੱਲ੍ਹ ਦੀ ਯਾਦ ਨੂੰ ਢੋਂਦੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਮਨ ਯਾਦਾਂ ਦੀ ਮਸ਼ੀਨ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਕੋਈ ਚੈਨ ਨਹੀਂ, ਕੋਈ ਮੌਨ ਨਹੀਂ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ; ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਥਕਾਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਜੋ ਸ਼ਾਂਤ ਹੈ, ਮੁੜ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੁਝ ਵੀ ਜਿਹੜਾ ਲਗਾਤਾਰ ਸਰਗਰਮੀ 'ਚ ਪਿਆ ਹੈ, ਟੁੱਟ-ਭੱਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬੇਕਾਰ ਹੈ। ਉਹ ਸੋਮਾ ਤਾਂ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ 'ਚ ਹੀ ਹੈ, ਤੇ ਮੌਤ ਓਨੀ ਹੀ ਨੇੜੇ ਹੈ ਜਿੰਨਾ ਜੀਵਨ।

ਉਸਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਸਨੇ ਕਈ ਸਾਲ ਕਿਸੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਤੇ ਆਪਣਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਵੀ ਕਰਵਾਇਆ, ਜਿਸ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮਾਂ ਲੱਗਾ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਸ ਦਾ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਈਸਾਈ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਇਆ ਸੀ ਤੇ ਉਸਨੇ ਹਿੰਦੂ ਫ਼ਲਸਫ਼ੇ 'ਤੇ ਗੁਰੂਆਂ ਦਾ ਵੀ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਪਰ ਉਹ ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਸ ਗਰੁੱਪ 'ਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਨਹੀਂ ਸੀ ਹੋਈ, ਨਾ ਹੀ ਉਸਨੇ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਕਿਸੇ ਚੌਖਟੇ ਨਾਲ਼ ਜੋੜਿਆ ਸੀ। ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਵਾਂਗ, ਉਹ ਹਾਲੇ ਵੀ ਬੇਚੈਨ ਸੀ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਮਨੋ-ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਨੂੰ ਵੀ ਛੱਡ ਚੁੱਕੀ ਸੀ; ਤੇ ਅੱਜਕੱਲ੍ਹ ਉਹ ਕਿਸੇ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਦੇ ਕੰਮ 'ਚ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਉਹ ਸ਼ਾਦੀ-ਸ਼ੁਦਾ ਸੀ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਸਭ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ-ਗਮੀਆਂ ਤੋਂ ਵਾਕਿਫ਼ ਸੀ। ਉਸਨੇ ਅਨੇਕਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਿੱਛੇ ਸ਼ਰਣ ਲਈ ਸੀ: ਸਮਾਜਿਕ ਮਾਣ-ਸਨਮਾਨ, ਕੰਮ-ਕਾਜ, ਦੌਲਤ, ਤੇ ਇਸ ਮੁਲਕ ਦੇ ਨਿੱਘੇ ਮਦਹੋਸ਼ ਜੀਵਨ 'ਚ, ਨੀਲੇ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ। ਦੁੱਖ ਵਧਦੇ ਹੀ ਗਏ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਸਹਿ ਸਕਦੀ ਸੀ; ਪਰ ਉਹ ਕਦੇ ਇੱਕ ਹੱਦ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਹਿਰਾਈ 'ਚ ਨਹੀਂ ਸੀ ਜਾ ਸਕੀ, ਤੇ ਉਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਤਹੀ ਸੀ।

ਲਗਭਗ ਹਰ ਸ਼ੈਅ ਹੀ ਥੋਥੀ ਹੈ ਤੇ ਛੇਤੀ ਹੀ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਸਿਰਫ਼ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਖੋਖਲੇਪਣ 'ਚ ਮੁੜ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਲਈ। ਉਸ ਅਥਾਹ ਨੂੰ ਮਨ ਦੀ ਕਿਸੇ ਸਰਗਰਮੀ ਰਾਹੀਂ

ਨਹੀਂ ਲੱਭਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।

'ਮੈਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਸਰਗਰਮੀ 'ਚ ਭਟਕਦੀ ਰਹੀ ਹਾਂ, ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਦੁਰਭਾਗ ਵੱਲ, ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਥੱਕੀ ਹੋਈ ਤੇ ਕੁਝ ਤਲਾਸ਼ਦੀ ਹੋਈ। ਤੇ ਹੁਣ ਜਦ ਮੈਂ ਇੱਕ ਤਾਂਘ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹਾਂ, ਤੇ ਇਸਤੋਂ ਪਹਿਲੋਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇ ਮਗਰ ਪਵਾਂ ਜਿਹੜੀ ਮੈਨੂੰ ਸਾਲੋ-ਸਾਲ ਲਈ ਫਿਰੇਗੀ, ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਇੱਕ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਸਾਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠੀ ਹਾਂ, ਮੈਂ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਜੀਵਨ ਜੀਵਿਆ ਹੈ, ਖ਼ੁਸ਼ ਤੇ ਭਰਪੂਰ। ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਚ ਮੇਰੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰਹੀ ਹੈ ਤੇ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਕਾਫ਼ੀ ਗਹਿਰਾਈ 'ਚ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੈ; ਪਰ ਫੇਰ ਵੀ ਇੰਨੇ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਮੈਂ ਹਾਲੇ ਕਿਨਾਰੇ 'ਤੇ ਹੀ ਭਟਕ ਰਹੀ ਹਾਂ, ਲਗਦਾ ਹੈ ਮੈਂ ਇੱਕ ਹੱਦ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਜਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ; ਮੈਂ ਡੂੰਘਾਈ 'ਚ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ, ਪਰ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਮੈਂ ਜੋ ਵੀ ਕਰਦੀ ਰਹੀ ਹਾਂ, ਮੇਰੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਤੇ ਇਹੋ ਵਧੀਆ ਹੀ ਮੇਰੀ ਰੁਕਾਵਟ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਸੰਸਕਾਰ ਬੜੇ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਰਹੇ ਹਨ: ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਭਲਾਈ, ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਦੀ ਮਦਦ, ਸੇਵਾ, ਉਦਾਰਤਾ ਆਦਿ; ਪਰ ਇਹ ਬੰਨ੍ਹਦਾ ਹੈ, ਬਾਕੀ ਸਭ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਵਾਂਗ। ਮੇਰਾ ਮਸਲਾ ਮੁਕਤ ਹੋਣ ਦਾ ਹੈ, ਸਿਰਫ਼ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਪਾਰ ਜਾਣ ਦਾ। ਇਹ ਇੱਕ ਲਾਜ਼ਮੀ ਲੋੜ ਬਣ ਗਈ ਹੈ, ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਾਰਤਾਵਾਂ ਸੁਣ ਕੇ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਖ਼ੁਦ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ ਤੇ ਦੇਖਣ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ। ਹਾਲ ਦੀ ਘੜੀ ਮੈਂ ਲੋਕ ਭਲਾਈ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਲਾਂਭੇ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ, ਤੇ ਮੁੜ ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਾਂਗੀ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗੀ ਇਹ ਬਾਅਦ 'ਚ ਦੇਖਿਆ ਜਾਏਗਾ।'

ਪਹਿਲੋਂ ਕਦੇ ਕਿਉਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ 'ਤੇ ਸਵਾਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਬਾਰੇ?

'ਪਹਿਲੋਂ ਕਦੇ ਮੈਨੂੰ ਸੁਝਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮੈਂ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਪੁੱਛਾਂ ਕਿ ਮੈਂ ਇਹ ਸਮਾਜਿਕ ਕੰਮ ਕਿਉਂ ਕਰ ਰਹੀ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ, ਭਲਾਈ, ਤੇ ਇਹ ਕੋਈ ਫੋਕੀ ਭਾਵੁਕਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਮੈਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ਼ ਮੈਂ ਜਿਉਂ ਰਹੀ ਹਾਂ ਉਹ ਲੋਕ ਅਸਲ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਿਰਫ਼ ਮਖੌਟੇ ਹਨ; ਅਸਲ ਤਾਂ ਉਹ ਲੋਕ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਮਖੌਟਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਜਿਉਣਾ ਬੋਝਲ ਤੇ ਬੇਵਕੂਫ਼ੀ ਭਰਿਆ ਸੀ, ਪਰ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਪੀੜ ਸੀ, ਸੰਘਰਸ਼ ਸੀ।'

ਕਿਉਂ ਤੁਸੀਂ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਜਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮਾਂ 'ਚ ਪਏ?

'ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਤਾਂ ਕਰਨਾ ਹੀ ਹੈ। ਜਿਉਣ ਲਈ ਕੁਝ ਤਾਂ ਬੰਦਾ ਕਰਦਾ ਹੀ ਹੈ, ਤੇ ਮੇਰੇ ਸੰਸਕਾਰ ਹੀ ਕੁਝ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਨ ਕਿ ਜੋ ਵੀ ਕਰੋ ਪੂਰੀ ਨਫਾਸਤ ਨਾਲ਼ ਕਰੋ, ਵਧੀਆ। ਮੇਰੇ ਕਦੇ ਦਿਮਾਗ਼ 'ਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਕਿ ਮੈਂ ਇਹ ਕਿਉਂ ਕਰ ਰਹੀ ਹਾਂ, ਤੇ ਹੁਣ ਮੈਂ ਜ਼ਰੂਰ ਪਤਾ ਲਵਾਂਗੀ। ਪਰ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੈਂ ਦੱਸ ਦਿਆਂ, ਮੈਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਕਾਂਤ 'ਚ ਰਹਿਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੀ ਹਾਂ; ਹਾਲਾਂਕਿ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹਾਂ, ਪਰ ਮੈਂ ਇਕੱਲੀ ਹਾਂ ਤੇ ਮੈਨੂੰ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣ ਦਾ ਇੱਕ ਆਨੰਦ ਹੈ।'

ਇਕੱਲੇ ਹੋਣਾ, ਆਪਣੇ ਪਰਮ ਅਰਥਾਂ 'ਚ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ; ਪਰ ਸਭ ਤੋਂ ਹਟ ਕੇ ਅਲੱਗ ਰਹਿਣਾ, ਇਸ 'ਚ ਇੱਕ ਤਾਕਤ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਵੀ ਹੈ, ਸ਼ਕਤੀ, ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ। ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਇਕੱਲਤਾ ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਅਲਗਾਵ ਹੈ, ਭਾਂਜ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਪਿੱਛੇ ਲੁਕਣਾ। ਪਰ ਕੀ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਕਿਉਂ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਪੁੱਛਿਆ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੇ ਭਲੇ ਸਮਝੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੰਮ ਤੁਸੀਂ ਕਰਦੇ ਕਿਉਂ ਸੀ? ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਜਾਂਚ-ਪੜਤਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ?

ਬਿਲਕੁਲ, ਮਿਲ ਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਮੇਰੇ ਖ਼ਿਆਲ 'ਚ ਇਹ ਅੰਦਰਲੇ ਇਕੱਲ ਦਾ ਡਰ ਹੀ ਸੀ ਜਿਹੜਾ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਸਭ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਦਾ ਸੀ।'

ਇਸ ਅੰਦਰਲੀ ਇਕੱਲਤਾ ਨਾਲ਼ ਤੁਸੀਂ 'ਡਰ' ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਕਿਉਂ ਜੋੜ ਰਹੇ ਹੋ? ਬਾਹਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕੱਲਾ ਰਹਿਣ 'ਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜਦੇ ਹੋ। ਕਿਉਂ? ਡਰ ਕੋਈ ਅਮੂਰਤ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਕਿਸੇ ਨਾਲ਼ ਜੁੜ ਕੇ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਡਰ ਦੀ ਕੋਈ ਹੋਂਦ ਨਹੀਂ; ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹ ਹੈ, ਪਰ ਮਹਿਸੂਸ ਇਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ਼ ਜੁੜ ਕੇ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਹੋ?

ਇਸ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਤੋਂ।'

ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਦਾ ਇਹ ਡਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨਾਲ਼ ਜੁੜ ਕੇ ਹੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਤੋਂ ਡਰੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਵੱਲ ਕਦੇ ਦੇਖਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ; ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਉਸ ਨਾਲ਼ ਉਸਨੂੰ ਨਾਪ ਰਹੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੋਂ ਤੋਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕੀਮਤ ਪਤਾ ਹੈ, ਦੂਜੇ ਲਫ਼ਜ਼ਾਂ 'ਚ ਕਿਹਾ ਜਾਏ ਤਾਂ, ਇੱਕ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇੱਕ ਮਾਂ, ਇੱਕ ਯੋਗ ਤੇ ਨਿਪੁੰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਹੈ; ਆਪਣੀ ਬਾਹਰੀ ਇਕੱਲਤਾ ਦੀ ਕੀਮਤ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣੂ ਹੋ। ਸੋ ਉਸ ਨਾਲ਼ ਜੋੜ ਕੇ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਉਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਮਿਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ; ਜੋ ਕਦੇ ਰਿਹਾ ਉਸ ਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ, 'ਜੋ ਹੈ' ਉਸ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਾਣੇ ਹੋਏ ਦਾ ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਡਰ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਇਹੋ ਡਰ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਹੈ।

'ਹੂੰ, ਬਿਲਕੁਲ ਸਹੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ਼ ਕਰ ਰਹੀ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਅਨੁਭਵ ਤੋਂ ਜਾਣਿਆ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਨੁਭਵਾਂ ਕਰਕੇ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਡਰ ਖੜ੍ਹਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਮੈਂ ਉੱਕਾ ਹੀ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ।'

ਸੋ ਤੁਹਾਡਾ ਡਰ ਅਸਲ 'ਚ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਅਤੀਤ ਕਿਸੇ ਉਸ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਡਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਦਾ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ। ਅਤੀਤ ਨਵੇਂ ਨੂੰ ਵੀ ਜਜ਼ਬ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਵੀ ਇੱਕ ਅਨੁਭਵ ਬਣਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਕੀ ਅਤੀਤ --ਜੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੋ-- ਨਵੇਂ ਨੂੰ, ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ, ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਜਾਣਿਆ ਹੋਇਆ ਸਿਰਫ਼ ਉਸੇ ਨੂੰ ਹੀ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸੇ 'ਚੋਂ ਹੈ, ਇਹ ਕਦੇ ਨਵੇਂ ਨੂੰ, ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਕੋਈ

ਨਾਂ ਦੇ ਕੇ, ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਕਿ ਇਹ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਬਸ ਲਫ਼ਜਾਂ 'ਚ ਹੀ ਉਸਨੂੰ ਪਛਾਣਦੇ ਹੋ, ਤੇ ਸ਼ਬਦ ਅਹਿਸਾਸ ਦੀ ਥਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ; ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਡਰ ਲਈ ਪਰਦਾ ਹੈ, ਸਕ੍ਰੀਨ। 'ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ' ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ, 'ਜੋ ਹੈ' ਨੂੰ ਢਕ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੇ ਇਹੋ ਸ਼ਬਦ ਡਰ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਬਣਦਾ ਹੈ।

'ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕਦੀ ਹਾਂ।'

ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਸਮਝਣਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕਿਉਂ ਅਸੀਂ ਸੱਚਾਈ ਨੂੰ ਦੇਖ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੇ, ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਸਾਡੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਕੇ ਉਸਨੂੰ ਦੇਖਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਸ ਵੇਲ਼ੇ ਉਸਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ, ਸਗੋਂ ਮੇਹਰਬਾਨੀ ਕਰਕੇ ਜੋ ਕਿਹਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ਼ ਸੁਣੋ।

ਬੀਤੇ ਦਾ ਅਨੁਭਵ, ਜਾਣਿਆ ਹੋਇਆ, ਉਸਨੂੰ, ਜਿਸਨੂੰ ਉਹ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਜਜ਼ਬ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ; ਪਰ ਉਹ ਉਸ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ, ਇਸਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਇਹ ਕੀ ਹੈ; ਉਸਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਪਤਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਨਹੀਂ ਜੋ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਹੈ। ਅਗਿਆਤ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਅਟਕਲਾਂ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਸਤੋਂ ਡਰੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ; ਪਰ ਵਿਚਾਰ ਉਸਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝ ਸਕਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਚਾਰ ਤਾਂ ਅਤੀਤ ਦਾ ਬਣਿਆ ਹੈ, ਅਨੁਭਵ ਦਾ। ਵਿਚਾਰ ਕਿਉਂਕਿ ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਜਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਸੋ ਉਸਤੋਂ ਡਰਦਾ ਹੈ। ਡਰ ਓਨੀ ਦੇਰ ਬਣਿਆ ਹੀ ਰਹੇਗਾ ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਵਿਚਾਰ ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਤੇ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਦੀ ਖ਼ਾਹਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਰਹੇਗਾ।

'ਫੇਰ ਕੀ...?'

ਪਲੀਜ਼ ਸੁਣੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਣ ਲਵੋਗੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਸਭ ਦੀ ਸੱਚਾਈ ਨਜ਼ਰ ਆਏਗੀ; ਤੇ ਫੇਰ ਉਹ ਸੱਚਾਈ ਹੀ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਐਕਸ਼ਨ ਹੋਏਗੀ। ਸੋਚ ਜੋ ਵੀ ਉਸ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਨਾਲ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਉਹ ਸਭ ਭਾਂਜ ਹੈ, 'ਜੋ ਹੈ' ਉਸਤੋਂ ਅੱਖਾਂ ਮੀਚਣਾ। 'ਜੋ ਹੈ' ਉਸਤੋਂ ਅੱਖਾਂ ਮੀਚਦੇ ਹੋਏ ਸੋਚ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਸੰਸਕਾਰਿਤ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਨਵੇਂ ਨੂੰ, ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਅਗਿਆਤ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਿਰਫ਼ ਡਰ ਹੀ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਵਿਚਾਰ ਉਸਨੂੰ ਨਵੇਂ-ਨਵੇਂ ਨਾਮ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹੈ ਉਹ ਡਰ ਹੀ। ਇਸਨੂੰ ਬਸ ਦੇਖੋ ਕਿ ਵਿਚਾਰ ਉਸ ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਛੂਹ ਸਕਦਾ, ਜੋ ਵੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਇਕੱਲਤਾ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਤਾਂ ਹੀ ਬਸ, ਜੋ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀਆਂ ਪਰਤਾਂ ਖੋਲ੍ਹਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਉਹ ਬੇਅੰਤ ਹੈ।

ਹੁਣ, ਜੇ ਮੈਂ ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਾਂ, ਜਾਣ ਦਿਓ ਇਸਨੂੰ; ਤੁਸੀਂ ਸੁਣਿਆ, ਹੁਣ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਵਾਹਣ ਤੇ ਬੀਜਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਕੇ ਬੈਠਣਾ ਸਿਰਜਨਾ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣਾ ਹੈ।

51. ਮੌਤ

ਇਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਨਦੀ ਬਹੁਤ ਡੂੰਘੀ ਤੇ ਚੌੜੀ ਸੀ, ਦੂਜਾ ਕਿਨਾਰਾ ਤਕਰੀਬਨ ਮੀਲ ਭਰ ਦੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਸੀ; ਵਿਚਾਲੇ ਵਗਦਾ ਪਾਣੀ ਨੀਲਾ ਤੇ ਨਿਰਮਲ ਸੀ, ਪਰ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਬਹੁਤ ਗੰਦਗੀ ਤੇ ਗੰਧਲਾਪਣ ਸੀ, ਤੇ ਪਾਣੀ ਸੁਸਤ ਰਫ਼ਤਾਰ 'ਚ ਚਲਦਾ। ਨਦੀ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਵਾਲੇ ਬੇਤਰਤੀਬੇ ਫ਼ੈਲੇ ਉਸ ਮਹਾਂਨਗਰ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਸੂਰਜ ਡੁੱਬ ਰਿਹਾ ਸੀ; ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਮਿੱਟੀ-ਘੱਟਾ ਤੇ ਧੂੰਆ ਡੁਬਦੇ ਸੂਰਜ ਨੂੰ ਗਜਬ ਰੰਗਾਂ 'ਚ ਰੰਗ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਜਿਹੜੇ ਨ੍ਰਿਤ ਕਰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਚੌੜੀ ਛਾਤੀ 'ਤੇ ਪੈ ਕੇ ਪਰਤਦੇ ਤੇ ਫ਼ੈਲ ਜਾਂਦੇ। ਬਹੁਤ ਮਨ-ਮੋਹਕ ਸ਼ਾਮ ਸੀ, ਘਾਹ ਦਾ ਹਰ ਤਿਣਕਾ, ਹਰ ਬੂਟਾ ਤੇ ਚਹਿ-ਚਹਾਉਂਦੇ ਪੰਛੀ ਸਭ ਉਸ ਅਕਾਲ ਸੁੰਦਰਤਾ 'ਚ ਨਹਾਏ ਸਨ। ਕੁਝ ਵੀ ਟੁੱਟਿਆ ਹੋਇਆ ਤੇ ਵੱਖਰਾ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਦੂਰ ਪੁਲ ਤੋਂ ਲੰਘਦੀ ਟ੍ਰੇਨ ਦੀ ਕੂਕ ਇਸ ਪੂਰਨ ਅਡੋਲਤਾ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸੀ। ਨੇੜੇ ਹੀ ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਮਛੇਰਾ ਗਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਦੋਹੇਂ ਕਿਨਾਰਿਆਂ 'ਤੇ ਵਾਹੇ ਹੋਏ ਖੇਤਾਂ ਦੀਆਂ ਚੌੜੀਆਂ ਪੱਟੀਆਂ ਸਨ, ਦਿਨ ਵੇਲ਼ੇ ਇਹ ਹਰੇ ਕਚੂਰ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦੇ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੇ, ਸੱਦਾ ਦਿੰਦੇ; ਪਰ ਇਸ ਵੇਲ਼ੇ ਉਹ ਚੁੱਪ ਸਨ, ਸਿਆਹ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸਮਾਏ। ਨਦੀ ਦੇ ਇਸ ਪਾਸੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਅਣ-ਵਾਹਿਆ ਮੈਦਾਨ ਸੀ ਜਿੱਥੇ ਮਛੇਰਿਆਂ ਦੇ ਜਾਲ਼ ਸੁੱਕਣੇ ਪਏ ਰਹਿੰਦੇ ਤੇ ਪਿੰਡ ਭਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਉੱਥੇ ਪਤੰਗਾਂ ਉਡਾਉਂਦੇ ਤੇ ਮਸਤੀ 'ਚ ਛਾਲਾਂ ਮਾਰਦੇ ਫਿਰਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਅਣ-ਘੜ ਜਹੀਆਂ ਕਿਸ਼ਤੀਆਂ ਵੀ ਉਸੇ ਕਿਨਾਰੇ ਟਿਕੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ।

ਪਿੰਡ ਨਦੀ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ 'ਤੋਂ ਬਸ ਥੋੜ੍ਹੀ ਹੀ ਉਚਾਈ 'ਤੇ ਸੀ, ਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉੱਥੇ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਧੂਮ-ਧੜੱਕੇ ਵਾਲ਼ਾ ਜਸ਼ਨ ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ, ਕੋਈ ਨੱਚਣਾ, ਗਾਉਣਾ; ਪਰ ਅੱਜ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕ, ਭਾਵੇਂ ਆਪਣੀਆਂ ਝੋਂਪੜੀਆਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਬੈਠੇ ਸਨ, ਪਰ ਉਹ ਕਿਸੇ ਸੋਚ 'ਚ ਡੁੱਬੇ ਸਨ, ਇੱਕ ਖ਼ਾਮੋਸ਼ੀ ਸੀ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਬਾਂਸਾਂ ਦੀ ਫਹੁੜੀ 'ਤੇ ਚਿੱਟੇ ਕੱਪੜੇ 'ਚ ਲਿਪਟਿਆ ਇੱਕ ਮੁਰਦਾ ਸਰੀਰ ਲਈ ਕਿਨਾਰੇ ਵੱਲ ਨੂੰ ਥੱਲੇ ਉੱਤਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਹ ਕੋਲ਼ੋਂ ਦੀ ਲੰਘ ਗਏ ਤੇ ਮੈਂ ਹੁਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਸੀ। ਨਦੀ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉਹ ਫਹੁੜੀ ਵਗਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਰੱਖ ਦਿੱਤੀ। ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ਼ ਬਲ਼ਣ ਵਾਲ਼ਾ ਬਾਲਣ ਤੇ ਭਾਰੀ ਮੁੱਢ ਉਹ ਨਾਲ਼ ਹੀ ਲੈ ਕੇ ਆਏ ਸਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਚਿਖ਼ਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਉਸ ਉੱਤੇ ਲਿਟਾ ਦਿੱਤਾ, ਨਦੀ ਦਾ ਪਾਣੀ ਉਸ ਉੱਤੇ ਛਿੜਕਿਆ ਤੇ ਹੋਰ ਲੱਕੜਾਂ ਉਸ 'ਤੇ ਟਿਕਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਤੇ ਕੁਝ ਸੁੱਕੀ ਘਾਹ। ਕਿਸੇ ਨੌਜਵਾਨ ਨੇ ਉਸ ਚਿਖ਼ਾ ਨੂੰ ਅਗਨੀ ਦਿੱਤੀ। ਸਾਡੇ ਸਮੇਤ ਉਹ ਕੋਈ ਵੀਹ ਜਣੇ ਹੋਣਗੇ, ਤੇ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਗਏ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਕੋਈ ਔਰਤ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਚਿੱਟੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਈ ਉਹ ਸਾਰੇ ਭੁੰਜੇ ਹੀ ਚੌਂਕੜੀ ਮਾਰੀ ਬੈਠੇ ਸਨ, ਇਕਦਮ ਅਹਿੱਲ। ਅੱਗ ਭਖਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ ਤੇ ਸੇਕ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਸਾਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਹਟਣਾ ਪੈਣਾ ਸੀ। ਮੁਰਦੇ ਦੀ ਅੱਧ-ਜਲੀ ਟੰਗ ਚਿਤਾ 'ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਲਟਕ ਆਈ ਸੀ

ਤੇ ਲੰਬੇ ਬਾਂਸ ਨਾਲ਼ ਉਸਨੂੰ ਵਾਪਿਸ ਚਿਤਾ ਅੰਦਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ; ਪਰ ਉਹ ਠਹਿਰ ਨਹੀਂ ਰਹੀ ਸੀ, ਇੱਕ ਭਾਰੀ ਮੁੱਢ ਉਸ ਉੱਤੇ ਸੁੱਟਿਆ ਗਿਆ। ਸਿਆਹ ਪਾਣੀ 'ਚ ਚਮਕਦੀਆਂ ਪੀਲੀਆਂ ਲਪਟਾਂ ਦਾ ਅਕਸ ਬਣ ਰਿਹਾ ਸੀ ਤੇ ਨਾਲ਼ ਹੀ ਤਾਰਿਆਂ ਦਾ। ਹਲਕੀ-ਹਲਕੀ ਵਗਦੀ ਹਵਾ ਵੀ ਸੂਰਜ ਛੁਪਣ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਹੀ ਬੰਦ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਚਿਖ਼ਾ ਦੇ ਬਲ਼ਣ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਭ ਚੁੱਪ ਸੀ, ਟਿਕਿਆ। ਮੌਤ ਸਾਹਮਣੇ ਸੀ, ਬਲ਼ਦੀ ਹੋਈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਹਿੱਲ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਜੀਵੰਤ ਲਪਟਾਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਇੱਕ ਅਨੰਤ ਖ਼ਲਾਅ ਸੀ, ਇੱਕ ਅਸੀਮ ਦੂਰੀ, ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਇਕੱਲਤਾ। ਇਹ ਜੀਵਨ ਨਾਲ਼ੋਂ ਕੋਈ ਟੁੱਟੀ ਹੋਈ, ਵੱਖਰੀ ਜਾਂ ਅਲੱਗ ਸ਼ੈਅ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਸੀ ਉੱਥੇ, ਸਦੀਵੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ।

ਹੁਣ ਉਸ ਦੀ ਖੋਪੜੀ ਟੁੱਟ ਗਈ ਸੀ ਤੇ ਪਿੰਡ ਵਾਲੇ ਜਾਣ ਲੱਗੇ ਸਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਆਖ਼ਰ 'ਚ ਜਾਣ ਵਾਲ਼ਾ ਜ਼ਰੂਰ ਕੋਈ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਸਨੇ ਹੱਥ ਜੋੜ ਕੇ ਪ੍ਰਣਾਮ ਕੀਤਾ ਤੇ ਹੌਲ਼ੀ-ਹੌਲ਼ੀ ਕਿਨਾਰੇ ਵੱਲ ਨੂੰ ਤੁਰ ਪਿਆ। ਬਹੁਤ ਥੋੜ੍ਹੇ ਹੀ ਲੋਕ ਆਸ-ਪਾਸ ਬਚੇ ਸਨ; ਆਸਮਾਨ ਵੱਲ ਉਠਦੀਆਂ ਲਪਟਾਂ ਹੁਣ ਸ਼ਾਂਤ ਸਨ, ਸਿਰਫ਼ ਦਗਦੇ ਹੋਏ ਅੰਗਾਰੇ ਹੀ ਬਚੇ ਸਨ। ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਮੁੱਠ ਜੋ ਬਚੀ ਰਹੀ ਜਾਏਗੀ ਸਵੇਰੇ ਉਸਨੂੰ ਨਦੀ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ। ਮੌਤ ਦੀ ਬੇਅੰਤਤਾ, ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਹਮਣੇ, ਐਨੇ ਨੇੜੇ। ਉਸ ਦੇਹ ਦੇ ਸੜਨ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਹੀ, ਕੋਈ ਹੋਰ ਵੀ ਮਰਿਆ ਸੀ। ਪੂਰਨ ਇਕੱਲਤਾ ਸੀ ਫੇਰ ਵੀ ਜੁਦਾਈ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਇਕੱਲਤਾ ਸੀ ਪਰ ਅਲਗਾਵ ਨਹੀਂ। ਅਲਗਾਵ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਮਨ ਨਾਲ਼ ਹੈ ਮੌਤ ਨਾਲ਼ ਨਹੀਂ।

ਉਹ ਕਾਫ਼ੀ ਬਜ਼ੁਰਗ ਸੀ, ਬੜੇ ਠਰ੍ਹਮੇ ਤੇ ਮਾਣ-ਮਰਿਆਦਾ ਵਾਲ਼ਾ, ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਹਾਜ਼ਿਰ ਮੁਸਕਾਨ ਤੇ ਸਾਫ਼ ਅੱਖਾਂ। ਕਮਰੇ ਅੰਦਰ ਠੰਡ ਸੀ ਤੇ ਉਸਨੇ ਗਰਮ ਲੋਈ ਲਈ ਹੋਈ ਸੀ। ਉਹ ਇੰਗਲਿਸ਼ 'ਚ ਬੋਲ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਉਸ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ-ਦਿੱਖਿਆ ਸਭ ਵਿਦੇਸ਼ 'ਚ ਹੋਈ ਸੀ, ਉਸਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਸਰਕਾਰੀ ਅਹੁਦੇ ਤੋਂ ਰਿਟਾਇਰ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਕੋਲ਼ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਹੈ। ਉਸਨੇ ਕਈ ਧਰਮਾਂ ਤੇ ਫ਼ਲਸਫ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਇੰਨੀ ਦੂਰ ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਨਹੀਂ ਆਇਆ।

ਸੱਜਰੇ ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਨਦੀ 'ਤੇ ਪੈ ਰਹੀਆਂ ਸਨ, ਪਾਣੀ ਦੀ ਹਰ ਬੂੰਦ ਗਹਿਣਿਆਂ ਵਾਂਗ ਚਮ-ਚਮਾ ਰਹੀ ਸੀ। ਨਿੱਕਾ ਜਿਹਾ ਹਰੇ-ਸੁਨਹਿਰੀ ਰੰਗ ਦਾ ਪੰਛੀ ਵਰ੍ਹਾਂਡੇ 'ਚ ਧੁੱਪ ਸੇਕ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਸ਼ਾਂਤ ਤੇ ਮਹਿਫ਼ੂਜ਼।

'ਮੈਂ ਅਸਲ 'ਚ ਜਿਸ ਲਈ ਆਇਆ ਹਾਂ', ਉਸਨੇ ਗੱਲ ਜਾਰੀ ਰੱਖੀ, 'ਮੈਂ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਜਾਂ ਇੰਝ ਕਹਿ ਲਓ ਕਿ ਜਿਸ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ, ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵਿਸ਼ਾ ਮੌਤ ਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ 'ਤਿਬਤੀਅਨ ਬੁੱਕ ਆੱਫ਼ ਡੈੱਡ' ਪੜ੍ਹੀ ਹੈ, ਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜੋ ਕਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਉਸ ਤੋਂ ਵੀ ਜਾਣੂ ਹਾਂ। ਈਸਾਈਆਂ ਤੇ ਇਸਲਾਮ ਦੇ ਜੋ ਮੌਤ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਵ ਹਨ ਉਹ ਬੇਹੱਦ ਪੇਤਲੇ ਹਨ। ਦੇਸ਼-ਵਿਦੇਸ਼ 'ਚ ਮੈਂ ਕਈ ਧਰਮ-ਗੁਰੂਆਂ ਨਾਲ਼ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਪਰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਸਿਧਾਂਤ ਵੀ ਤਸੱਲੀ ਬਖ਼ਸ਼ ਨਹੀਂ ਲੱਗਿਆ। ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ

ਸੋਚਿਆ ਤੇ ਅਕਸਰ ਧਿਆਨ ਵੀ ਲਾਇਆ ਹੈ, ਪਰ ਕੋਈ ਬਹੁਤ ਫ਼ਾਇਦਾ ਹੋਇਆ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ। ਮੇਰੇ ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਨੇ, ਜਿਸਨੇ ਪਿੱਛੇ ਜਿਹੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਣਿਆ ਸੀ, ਮੈਨੂੰ ਉਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ-ਕੁਝ ਦੱਸਿਆ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਸੋ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹਾਂ। ਮੇਰੇ ਲਈ ਮਸਲਾ ਸਿਰਫ਼ ਮੌਤ ਦੇ ਡਰ ਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਨਾ ਹੋਣ ਦਾ ਡਰ, ਇਸ ਦਾ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਯੁਗਾਂ ਤੋਂ ਬੰਦੇ ਦੀ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਲਗਦਾ ਹੈ ਕੋਈ ਇਸਨੂੰ ਸੁਲਝਾਅ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਖ਼ਿਆਲ ਹੈ?'

ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਮੌਤ ਦੀ ਸੱਚਾਈ ਤੋਂ ਭੱਜਣ ਦੀ ਤਾਂਘ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਭਾਵੇਂ ਪੁਨਰ-ਜਨਮ ਜਾਂ ਮੁੜ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਆੜ 'ਚ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਾ-ਬੁਝਾ ਕੇ ਤਸੱਲੀ ਦੇਣ ਨਾਲ਼। ਮਨ ਮੌਤ ਦੀ ਕਿਸੇ ਤਰਕ-ਪੂਰਨ ਵਿਆਖਿਆ ਲਈ ਇੰਨਾ ਉਤਾਵਲਾ ਹੈ, ਇਸ ਮਸਲੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਤਸੱਲੀਬਖ਼ਸ਼ ਜਵਾਬ ਲਈ, ਕਿ ਇਸਨੂੰ ਬੜੀ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ਼ ਬੇਵਕੂਫ਼ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਬੇਹੱਦ ਚੌਕੰਨੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

'ਪਰ ਕੀ ਇਹੋ ਸਾਡੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਹੀਂ? ਅਸੀਂ ਤਾਂਘਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕੋਈ ਸਾਨੂੰ ਯਕੀਨ ਦਿਵਾ ਦੇਵੇ, ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੋਂ ਕੋਈ, ਜਿਹੜੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਜਾਣਕਾਰ ਲਗਦੇ ਹਨ, ਗਿਆਨੀ ਲਗਦੇ ਹਨ; ਤੇ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਕਰਾ ਪਾਉਂਦਾ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਆਪ ਹੀ ਉਸਨੂੰ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਆਪਣੀ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਤੇ ਉਮੀਦ 'ਚੋਂ, ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਸਿਧਾਂਤ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜੋ ਧਰਵਾਸ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇੰਝ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਬਿਲਕੁਲ ਫ਼ਜ਼ੂਲ ਦੇ ਹੋਣ ਭਾਂਵੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲ, ਇੱਕ ਲੋੜ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਨੇ।'

ਕੋਈ ਵੀ ਬਹਾਨਾ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਕਿੰਨਾ ਹੀ ਤਸੱਲੀ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ਾ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਮਸਲੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣ 'ਚ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੀ ਸਹਾਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਭਾਂਜ ਹੀ ਤਾਂ ਡਰ ਦਾ ਕਾਰਣ ਹੈ। ਜਿਉਂ ਹੀ ਅਸੀਂ ਸੱਚਾਈ ਤੋਂ ਅੱਖਾਂ ਮੀਚਦੇ ਹਾਂ, 'ਜੋ ਹੈ' ਉਸਤੋਂ ਲਾਂਭੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਡਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਕਿੰਨਾ ਹੀ ਧੀਰਜ ਦੇਣ ਵਾਲ਼ਾ ਹੋਵੇ, ਡਰ ਦੇ ਬੀਜ ਉਸਦੇ ਅੰਦਰ ਛੁਪੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੰਦਾ ਮੌਤ ਦੀ ਸੱਚਾਈ ਤੋਂ ਅੱਖਾਂ ਮੀਚਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਉਸਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਸਿਧਾਂਤ ਉਸਨੂੰ ਭੱਜਣ ਦੇ ਰਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਸੋ ਜੇ ਮਨ ਨੇ ਮੌਤ ਦੀ ਜ਼ਬਰਦਸਤ ਅਹਿਮੀਅਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸੁਖਾਵੀਂ ਉਮੀਦ ਲਈ ਆਪਣੀ ਤਾਂਘ ਹਟਾਉਣੀ ਪਏਗੀ, ਆਰਾਮ ਨਾਲ਼, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਧੱਕੇ ਦੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਕਿ ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਸਾਫ਼ ਹੈ?

'ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੀ ਮੰਗ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ? ਮੌਤ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸਾਡਾ ਨਿਰਾਸ਼ਾ 'ਚ ਭਰੇ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹੀ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਰਹੇ?'

ਉੱਕਾ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਜਿਸਨੂੰ ਅਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਜਦ ਉਹ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਕਿ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਕਿਉਂ ਅਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਵਿਪਰੀਤਾਂ ਦੀ ਜ਼ੁਬਾਨ 'ਚ ਹੀ ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ? ਕੀ ਆਸ਼ਾ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦਾ ਉਲਟ ਹੈ? ਜੇ ਹੈ ਤਾਂ ਫੇਰ ਆਸ਼ਾ 'ਚ ਹੀ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੇ ਬੀਜ ਲੁਕੇ ਹੋਣਗੇ, ਫੇਰ ਉਸ ਉਮੀਦ 'ਚ ਡਰ ਦੀ ਝਲਕ ਹੋਏਗੀ। ਕੀ ਸਮਝ ਲਈ ਵਿਰੋਧਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣਾ

ਲਾਜ਼ਮੀ ਨਹੀਂ? ਮਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਅਹਿਮ ਹੈ। ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਜਾਂ ਆਸ਼ਾ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਦਖ਼ਲ ਸਮਝ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਹੈ, ਮੌਤ ਦੇ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ 'ਚ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਵਿਰੋਧਾਂ ਦੀ ਹਲਚਲ ਬਿਲਕੁਲ ਬੰਦ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਨ ਨੂੰ ਮੌਤ ਦੇ ਮਸਲੇ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਨਵੀਂ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ਼ ਦੇਖਣਾ ਹੋਏਗਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਛਾਣਨ ਦਾ ਅਮਲ ਨਦਾਰਦ ਹੋਵੇ, ਜਿਸਦੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਦੀ ਹਾਂ।

'ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ। ਮਨ ਦੇ ਵਿਪਰੀਤਾਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠਣ ਦੀ ਗੱਲ ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੋਟੇ ਰੂਪ 'ਚ ਮੈਨੂੰ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਔਖਾ ਕੰਮ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਮੈਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਪਛਾਣਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣ ਵਾਲ਼ੀ ਗੱਲ ਮੇਰੀ ਸਮਝ 'ਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।'

ਪਛਾਣਨ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਜਾਣੇ ਹੋਏ ਨਾਲ਼ ਜੁੜਿਆ ਹੈ, ਇਹ ਅਤੀਤ 'ਚੋਂ ਹੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਉਸਤੋਂ ਡਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਉਹ ਆਦੀ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੌਤ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਕੋਈ ਡਰ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗਾ, ਵੱਡੀਆਂ-ਵੱਡੀਆਂ ਵਿਆਖਿਆਵਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਵੇਗੀ। ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਮੌਤ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਸਕਦੇ, ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਹੀ ਨਵੇਕਲੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਪਹਿਲੋਂ ਕਦੇ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ। ਜਿਸ ਦਾ ਵੀ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੀਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਇਸੇ ਅਤੀਤ 'ਚੋਂ ਹੀ, ਇਸ ਜਾਣੇ ਹੋਏ 'ਚੋਂ ਹੀ ਪਛਾਣਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਅਤੀਤ ਦੀ ਇਹ ਲਹਿਰ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਨਵਾਂ ਨਹੀਂ ਘਟ ਸਕਦਾ।

'ਹੂੰ, ਮੈਨੂੰ ਸਮਝ ਆਉਣ ਲੱਗੀ ਹੈ।'

ਅਸੀਂ ਜੋ ਗੱਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਉਹ ਕੋਈ ਬਾਅਦ 'ਚ ਵਿਚਾਰਨ ਵਾਲ਼ੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਨਾਲ਼ੋ-ਨਾਲ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਹੈ, ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ। ਇਸ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਜੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ ਯਾਦ ਹੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਉਹ ਯਾਦ, ਪਛਾਣਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ, ਨਵੇਂ ਦਾ, ਅਗਿਆਤ ਦਾ ਰਾਹ ਰੋਕਦਾ ਹੈ। ਮੌਤ ਤਾਂ ਅਗਿਆਤ ਹੈ। ਮਸਲਾ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਮੌਤ ਕੀ ਹੈ ਤੇ ਬਾਅਦ 'ਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਮਨ ਲਈ ਅਤੀਤ ਤੋਂ, ਜਾਣੇ ਹੋਏ ਤੋਂ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਹੈ। ਫੇਰ ਜਿਉਂਦਾ ਮਨ ਮੌਤ ਦੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਮੌਤ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ।

'ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਕਿ ਬੰਦਾ ਜਿਉਂਦੇ ਜੀ ਹੀ ਮੌਤ ਨੂੰ ਜਾਣ ਸਕਦਾ ਹੈ?'

ਐਕਸੀਡੈਂਟ, ਬੀਮਾਰੀ ਜਾਂ ਬੁਢਾਪਾ ਮੌਤ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਬਣਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ 'ਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਸ਼ਮੰਦ ਬਣੇ ਰਹਿਣਾ ਮੁਮਕਿਨ ਨਹੀਂ। ਜੀਵਨ 'ਚ ਦਰਦ ਹੈ, ਆਸ਼ਾ ਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਹੈ, ਇਕੱਲੇ ਪੈ ਜਾਣ ਦਾ ਖ਼ੌਫ਼; ਤੇ ਮਨ, ਹਉਂਮੈ, ਸਚੇਤ ਜਾਂ ਅਚੇਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਤ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼, ਜੋ ਕਿ ਅਟੱਲ ਹੈ, ਲੜਨ 'ਚ ਲੱਗਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਡਰਦੇ-ਡਰਦੇ ਹੀ ਮੌਤ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਲੜਦੇ ਹੋਏ ਅਸੀਂ ਤੁਰ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਕੀ ਇਹ ਸੰਭਵ ਹੈ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਤਿਰੋਧ ਦੇ, ਬਿਨਾਂ ਖ਼ੁਦਕੁਸ਼ੀ, ਉਦਾਸੀ ਜਾਂ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕਿਸੇ ਘਾਤਕ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹਾਲੇ ਪੂਰੀ

ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਿਉਂਦੇ-ਜਾਗਦੇ ਹੋ, ਮਾਨਸਿਕ ਊਰਜਾ ਨਾਲ਼ ਭਰੇ, ਮੌਤ ਦੇ ਘਰ ਅੰਦਰ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਣਾ? ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੀ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਨ ਜਾਣੇ ਹੋਏ ਲਈ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਹਉਂਮੈ ਲਈ। ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਮਸਲਾ ਮੌਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਮਨ ਦਾ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਸਦੀਆਂ ਦੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕੀਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਅਨੁਭਵਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਯਾਦਾਂ ਦੇ ਵਧਦੇ ਜਾਂਦੇ ਢੇਰ ਤੋਂ, ਹਉਂਮੈ ਨੂੰ ਬੇਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਤੇ ਮਜਬੂਤ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ।

'ਪਰ ਇਹ ਕੀਤਾ ਕਿਵੇਂ ਜਾਏ? ਮਨ ਕਿਵੇਂ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੀ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਆਜ਼ਾਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਮੈਨੂੰ ਤਾਂ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਾਂ ਤਾਂ ਕੋਈ ਬਾਹਰੀ ਦਖ਼ਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਾਂ ਫੇਰ ਮਨ ਦਾ ਹੀ ਕੋਈ ਉਚੇਰਾ ਤੇ ਸੂਖ਼ਮ ਹਿੱਸਾ ਦਖ਼ਲ ਦੇਵੇ ਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਅਤੀਤ ਤੋਂ ਛੁੜਾਏ।'

ਇਹ ਬੜਾ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਮਾਮਲਾ ਹੈ, ਨਹੀਂ? ਮਾਹੌਲ ਦਾ ਅਸਰ ਬਾਹਰੀ ਏਜੰਸੀ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਮਨ ਦੀਆਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਦੀ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਬਾਹਰੀ ਏਜੰਸੀ ਮਾਹੌਲ ਦਾ ਅਸਰ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹੋ ਅਸਰ ਤਾਂ ਹੈ, ਇਸ ਦੀਆਂ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ, ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀਆਂ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਜਿਸਨੇ ਮਨ ਨੂੰ ਜਕੜ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਤੇ ਜੇ ਬਾਹਰੀ ਏਜੰਸੀ ਮਨ ਤੋਂ ਕੋਈ ਪਰ੍ਹੇ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਚਾਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੂਰਤ 'ਚ ਉਸਨੂੰ ਛੂਹ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ। ਵਿਚਾਰ ਸਮੇਂ ਦੀ ਉਪਜ ਹੈ; ਸੋਚਾਂ ਅਤੀਤ ਨਾਲ਼ ਬੱਝੀਆਂ ਹਨ, ਇਹ ਕਦੇ ਅਤੀਤ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਛੁੱਟ ਸਕਦੀਆਂ। ਜੇ ਸੋਚ ਅਤੀਤ ਤੋਂ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਛੁਡਾ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਸੋਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਮਨ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਕੀ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅੰਦਾਜ਼ੇ ਲਾਉਣੇ ਬਿਲਕੁਲ ਫਿਜ਼ੂਲ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਜੋ ਸੋਚਾਂ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਹੈ ਉਸਦੇ ਦਖ਼ਲ ਲਈ ਸੋਚ ਦਾ, ਜੋ ਕਿ 'ਮੈਂ' ਹੈ, ਸ਼ਾਂਤ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਮਨ ਬਿਲਕੁਲ ਬੇ-ਹਰਕਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਬਿਲੁਕਲ ਅਹਿੱਲ, ਤੇ ਉਹ ਠਹਿਰਾਵ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਮਕਸਦ ਤੋਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਉਸਨੂੰ ਸੱਦਾ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ। ਮਨ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੇ-ਮਾੜੇ ਖਾਨਿਆਂ 'ਚ ਵੰਡ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੇ ਵੰਡਦਾ ਹੈ, ਲੋੜੀਂਦੇ ਤੇ ਅਣ-ਚਾਹੇ, ਬੁਲੰਦ ਤੇ ਗਿਰੇ ਹੋਏ। ਪਰ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਵੰਡੀਆਂ ਤੇ ਉਪ-ਵੰਡੀਆਂ ਮਨ ਦੀ ਹੀ ਚਾਰ-ਦੀਵਾਰੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ; ਸੋ ਮਨ ਦੀ ਕੋਈ ਵੀ ਹਰਕਤ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਿਸ਼ਾ 'ਚ, ਅਤੀਤ ਦੀ ਹੀ ਪ੍ਰੀਤਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਸ 'ਮੈਂ' ਦੀ, ਸਮੇਂ ਦੀ। ਇਹੋ ਸੱਚਾਈ ਹੀ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਫੈਕਟਰ ਹੈ ਜੋ ਮੁਕਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਤੇ ਜਿਸਨੂੰ ਇਸ ਸੱਚਾਈ ਦਾ ਬੋਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਬੰਧਨ 'ਚ ਰਹੇਗਾ, ਚਾਹੇ ਜੋ ਵੀ ਕਰੇ; ਉਸਦੇ ਤਪ, ਵਰਤ, ਅਭਿਆਸ ਤੇ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਦਾ ਕੋਈ ਸਮਾਜਿਕ ਮੁੱਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਈ ਦਿਲਾਸਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸੱਚਾਈ ਦੇ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਮੁੱਲ ਨਹੀਂ।