ਸਿਮਰਨ ਮਹਿਮਾ

ਰਘਬੀਰ ਸਿੰਘ 'ਬੀਰ'

G. 542

ਭੇਟਾ ੩)

SARDAR DYAL SINGH
LAHORE
LIBRARY

Copy Right

32063

ਪਹਿਲੀ ਐਡੀਸ਼ਨ ੧੯੪੬

Printed at the Sree Dhar Press,
14 Doctor Behari Road, Calcutta
by R. K. Mondal and published by the
author S. Ragbir Singh 'Bir' B. A.
89, Harish Mukhrji, Road
Kalighat, Calcutta.

ਉਹਨਾਂ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ
ਭੇਟਾ

ਜੇਹੜੇ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਜੀ ਅਗੇ
ਮੱਥਾ ਟੇਕਨ ਮਗਰੋਂ ਉਸ ਵਿਚ ਲਿਖੇ
ਮਹਾਂ ਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਸਮਝ ਕੇ
ਆਪ ਕੁਝ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੱਤਕਰਾ

ਲਖ	ਸਫਾ
ਅਨੰਤ ਦੀ ਯਾਤਰਾ	੧.
ਅਕਾਲ ਸ਼ਕਤੀ	੧੦.
ਸਿਮਰਨ ਇਕ ਸੜਕ ਹੈ	੨੨.
ਅਸਲ ਧਰਮ	੨੬.
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪਾਠ	੩੧.
ਮਨ ਦਾ ਸਾਗਰ	੩੬.
ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ	੪੧.
ਪੁਸਤਕਾਂ ਤੇ ਅਭਿਆਸ	੪੬.
ਮਨ ਤਰੰਗਾਂ	੫੧
ਮਨ	੫੫.
ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ	੭੧.
ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਪਰੇ	੭੮.
ਨਾਮ ਜਪਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ	੮੨.
ਜਿਨੀ ਨਾਮ ਧਿਆਇਆ	੮੬.
ਸਵਾਸਾਂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ	੯੨.
ਵਿਣ ਕਾਇਆ ਜੋ ਹੋਰ ਥੈ	੧੦੨.
ਇਕ ਸਵਾਲ ?	੧੧੦.
ਮੁਕਤੀ	੧੧੬.
ਕੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਿਸ ਸਕਦਾ ਹੈ ?	੧੨੪.
ਰੱਬ ਦਾ ਸੁਭਾਵ	੧੪੦.
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਕੌਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ?	੧੫੯.
ਨਾਮ ਜਪਨਾ ਅਤੇ ਸ਼ੁਭ ਅਮਲ	੧੬੯.
ਨਾਮ ਅਤੇ ਸੁਖ	੧੭੭.
ਸਿਮਰਨ ਸਬੰਧੀ ਭੁਲੇਖੇ	੧੮੫.
ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਫਾਇਦੇ	੨੦੯.
Rosary (ਮਾਲਾ)	੨੩੧.
Simrin (ਸਿਮਰਨ)	੨੩੬.

----

੧ ੴ ਸਤਿਗੁਰੁਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥

ਭੂਮਕਾ

ਆਦ ਤੋਂ ਅੰਤ ਤਕ ਗੁਰੂ ਗਰੰਥ ਜੀ ਵਿਚ ਨਾਮ ਜਪਨ ਜਾਂ ਸਿਮਰਨ ਕਮਾਈ ਉਤੇ ਬੜਾ ਜ਼ੋਰ ਹੈ, ਇਕ ਥਾਂ ਤਾਂ ਇੰਝ ਲਿਖਿਆ ਹੈ:—

'ਨਾਨਕ ਕੇ ਘਰ ਕੇਵਲ ਨਾਮ'

ਪਰ ਜਦ ਮੈਂ ਦੇਖਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਸਿਖ ਕੌਮ ਵਿਚ ਨਾਮ ਜਪਨ ਦਾ ਰਵਾਜ ਦਿਨ ਬਦਿਨ ਅਲੋਪ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਨਾਮ ਕਮਾਈ ਤੋਂ ਪਰਾਪਤ ਹੋਏ ਅਨੇਕਾਂ ਲਾਭ ਮਜਬੂਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪਨੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਅਤੇ ਵਿਤ ਅਨੁਸਾਰ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਸਬੰਧੀ ਸਿਖ ਪਬਲਿਕ ਅਤੇ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸੀਆਂ ਨੂੰ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਜਾਣੂ ਕਰਾਵਾਂ।

ਇਸ ਆਸ਼ੇ ਨੂੰ ਮੁਖ ਰਖਕੇ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਵਿਚ ਬੈਠਿਆਂ ਸਿਮਰਨ ਸਬੰਧੀ ਜੋ ਖਿਆਲ ਮੈਨੂੰ ਅਦਰਿਸ਼ਟ ਮੰਡਲਾਂ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਰਹੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ, ਕਈ ਲੇਖਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ 'ਆਤਮ ਸਾਇੰਸ' ਰਸਾਲੇ ਵਿਚ ਪਰਕਾਸ਼ਤ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਹੁਣ ਇਹਨਾਂ ਲੇਖਾਂ ਨੂੰ 'ਸਿਮਰਨ ਮਹਿਮਾ' ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ ਪਰਕਾਸ਼ਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕਿ ਆਮ ਗੁਰਸਿਖ ਅਤੇ ਸਿਮਰਨ ਅਭਿਆਸੀ ਮਿਤਰ, ਸਿਮਰਨ ਜਹੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਮੇਰੇ ਸਾਰੇ ਖਿਆਲ ਅਕੱਠੇ ਇਕ ਜਗਾ ਵੇਖ ਸਕੱਣ।

ਮੇਰਾ ਇਹ ਦਾਵਾ ਨਹੀਂ ਕਿ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਮੈਂ ਸਿਮਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸਭ ਕੁਝ ਦਸ ਸਕਿਆਂ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਜੋ ਦਸ ਸਕਿਆ ਹਾਂ ਉਹ ਬਿਲਕੁਲ ਠੀਕ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਮੇਰਾ ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਮਹਿਮਾਂ, ਨਾਮੀ ਜਾਂ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਵਾਂਗਰ ਬਿਆਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ।

ਸ੍ਰੀ ਰਾਗ ਮਹਲਾ ੧

ਕੋਟਿ ਕੋਟੀ ਮੇਰੀ ਆਰਜਾ ਪਵਣੁ ਪੀਅਣੁ ਅਪਿਆਉ ॥
ਚੰਦੁ ਸੂਰਜੁ ਦੋਇ ਗੁਫੈ ਨ ਦੇਖਾ ਸੁਪਨੈ ਸਉਣ ਨ ਥਾਉ ॥
ਭੀ ਤੇਰੀ ਕੀਮਤਿ ਨ ਪਵੈ ਹਉ ਕੇਵਡ ਆਖਾ ਨਾਉ ॥

... ...

ਕੁਸਾ ਕਟੀਆ ਵਾਰ ਵਾਰ ਪੀਸਣ ਪੀਸਾ ਪਾਇ ॥
ਅਗੀ ਸੇਤੀ ਜਾਲੀਆ ਭਸਮ ਸੇਤੀ ਰਲਿ ਜਾਉ ॥
ਭੀ ਤੇਰੀ ਕੀਮਤਿ ਨ ਪਵੈ ਹਉ ਕੇਵਡ ਆਖਾ ਨਾਉ ॥

... ...

ਪੰਖੀ ਹੋਇ ਕੈ ਜੇ ਭਵਾ ਸੈ ਅਸਮਾਨੀ ਜਾਉ ॥
ਨਦਰੀ ਕਿਸੈ ਨ ਆਵਊ ਨਾ ਕਿਛੁ ਪੀਆ ਨਾ ਖਾਉ ॥
ਭੀ ਤੇਰੀ ਕੀਮਤ ਨਾ ਪਵੈ ਹਉ ਕੇਵਡੁ ਆਖਾ ਨਾਉ ॥

... ...

TO READ THE ENTIRE BOOK PLEASE CONTACT US:

whatsapp: +92-3160770117

email: worldcentreforpunjabi@gmail.com

World Centre for Punjabi, Lahore, Pakistan.