ਦਾਖਲਾ ਫਾਰਮ

ਪਿਛਲਾ ਡਾਇਰੀ ਨੰ:

ਨਾਮ...ਕਲਾਸ.....................ਜਨਮ ਮਿਤੀ.......................

ਪਿਤਾ ਜੀ ਦਾ ਨਾਮ.......................................ਮਾਤਾ ਜੀ ਦਾ ਨਾਮ.......................................

ਪਿਤਾ ਜੀ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ..

ਕਾਰੋਬਾਰ ਦਾ ਪਤਾ..

ਘਰ ਦਾ ਪੂਰਾ ਪਤਾ..

....ਫੋਨ.......................................

ਸਕੂਲ/ਕਾਲਜ ਦਾ ਨਾਮ ਤੇ ਪਤਾ..

ਆਪ ਜੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ...

ਹੋਰ ਕੁਝ ਜੋ ਵੀ ਆਪ ਦੱਸਣਾ/ਚਾਹੋ ....

....

....

ਪਰਤੋ ਜੀ

ikhV-ikhV AKbwr pVd h? 1________________________2________________________3____________________

Awp jI d Gr ivc ikhV-ikhV mhwpurKW/gurAW/dviqAW dIAW PtAW lgIAW heIAW hn? ______________

1____2____

3____4____

Awp jI iks-iks fr jW mhwpurKW d sQwn q jWd h? 1____

2____3____

qhwfIAW pwpqIAW/keI ienwm/snmwn/sr tIiPkt Awid iml[1____

2____3____

4____5____

imqI ____________________ hsqw^r ______________________

pQ rqn grprvwsI vIr jI BweI jsbIr isG jI KwlsW (Kn vwilAW) vlW imlI

AsIs

grbwxI rb d hI bl hn q ies kwrx ies d inrx sc q AtI hn[AigAwnqw q klh-klSW qW mkq krk qpd ihridAW ƒ keI TF pw skdw h qW ieh siqgr jI dI bwxI hI h[
bicAW ƒ grbwxI nwl jVIe, Gr-Gr ivc grbwxI d pwT AwrB krIe[Xqn krIe ik siqgr jI dI b^iSS Aq sI Akwl q^q swihb jI dI AgvweI ivc pIVI ƒ vwips "Gr" ilAw skIe[

ndir d pwqr

sI gr gQ swihb jI d AsI drSn sihj pwT rwhIW hI h skd hn[ijhVw pwxI " Æ " qW lk "ATwrh ds bIs" qk AKr-AKr bwxI dw Awp pwT krdw h q vIcwrdw h[as ƒ dsW pwqSwhIAW d drSn pwpq hd hn q ah Akwl prK dI ndir dw pwqr bxdw h[

BweI swihb BweI divdr isG jI KwlsW (Kn vwlI)

bnqI

AsIW swr grbwxI gr d crnW lgIe Aq rzwnw Awp-Awpxw sihj pwT krIe q vIcwrIe[ieJ GrW ivc sK-dK d mikAW q AsIW AKf pwT/sihj pwT Awp vI krn d Xg h jwvWg[swr jwgrk vIr/BxW q ssQwvW Awp-Awpx kwrj Kqr ivc ies lihr ƒ Swml kr lx[rsmI pwT krvwax nwlW rsmeI pwT hx lg jwvgw qW gr swihb jI dIAW brkqW swn KShwl bxw dxgIAW[Awa vD qW vD hr vIrW/BxW n sihj pwT AwrB krvweIe[

jsivdr isG KwlsW, mwncstr, X.k.

pvx gr pwxI ipqw mwqw Driq mhq]

pwx s rIrW l eI ieaW hn ij vW gr jIvW dI Awqmw l eI h, pwxI sB jIvW dw ipa h Aq DrqI sB dI v fI mW h[Aj AsIN 'pvx' (vwqwvrx), pwxI Aq ies Drq shwvI n pdSx qW bcwaxw h[

jdW Aimq s rIr ivc jWdw h qW nwm dw jnm hdw h[nwm dI SkqI vrqdI h[mnK gr gr krdw h q gr dw h jWdw h[nwm pwpq krn l eI Kf bwt dw Aimq Ck k gr k skl ivc dwKlw lxw j rrI h[

mrI idlI rIJ h ik sihj pwT krn vwl jIaV gr gr krd gr d h jwx[swfw Xqn h ik FweI lK lVvd bicAW n vjliPAW rwhIN mdd krk dinAwvI Aq rhwnI ividAw nwl Eqpq kr dele qW j ieh Awpx prW q KV h skx q km dw nwm rSn kr skx[AwE! swr rl iml k aprwl krIe[iek-iek, d-d, pj-pj Aijh ividAwrQI adpt kr lele q anW n 'igAwn KVg' pkVw dele[

AwE! Gr-Gr sihj pwT dI lihr c lwele[keI vI vIr/Bx sihj pwT rwhIN sihj AvsQw dI pwpqI qW vWJw nw rh[

jiqdr isG
mIbrn, Awstr lIAw
Sikhs Helping Sikhs

Dnvwd

sI gr gQ swihb jI dI Apwr bKiSS sdkw Sikhs Helping Sikhs (www.sikhshelpingsikhs.com) Aws tr lIAw d mFI s sQwpk Aq aqSwhI isrVI grmK ipAwr BweI swihb BweI jiqdr isG jI v lW lVvd bicAW n ieh sihj pwT fwierI mkwbl smW Btw rihq idqI jw rhI h[ij hV bc SbdwrQ (4 Bwg) nhIN KrId skd, anW n vI ieh pQIAW Btw rihq jwrI kIqIAW jw rhIAW hn[aqSwhI Aq hiSAwr pqIXgIAW n rlW vI dx dw pbD kIqw igAw h[

rzwnw sihj pwT krle q vlcwrle

Aj vfI igxqI ivc nw kvl nj vwn sgl bzrg, bIbIAW Aq vIr vI sI gr gQ swihb jI dI qwibAw bT k nw hkm l skd hn Aq nw hI sihj pwT jW AKf pwT kr skd hn [

krIb 50 swl pih lW ieh prprw pcilq sI ik jdl keI bcw hS sBwlx aprq pVnw ilKxw isK jWdw sI qW as ƒ sI gr gQ swihb jI d crnl lgwieAw jWdw sI [Aj swƒ Awl dAwl keI bzrg iml jwxg j dsd hn ik ah cQI-pj vIl-CvIl jmwq ivc pVd sml hI gr crnl lg ge sn Aq ies amr ivc ahnW pih lI vwr sihj pwT d Bg vI pw le sn [aprq ah AKf pwTW q vI svw kirAw krd sn [gr nwl sWJ pwax dw ieh iek scjw Fg h [

lV h ik AsIl ies mhwn prprw ƒ dbwrw srjIq krIe Aq grbwxI gr nwl Awp jVIe nw ik afIk krIe ik keI BweI swihb jW gQI isG, swƒ sI gr gQ swihb dw pwT krk sxwv [AsIl hr rz Awp hkmnwmw leIe Aq Awp sihj pwT krIe [

jkr AsIl ies vl iDAwn nw idqw qW XkInn Awald kJ swlW ivc swrI km pwT krn leI kJ k-lkW'q hI inrBr h jwegI, ijnW n pwT krn ƒ Awpxw ikqw bxwieAw hvgw [km ivc pih lW hI Awp kIrqn krn dI lihr ienI pPlq nhIl Aq Aj vI AsIl GrW ivc kIrqn krvwax leI pPSnl rwgIAW ƒ blwald hW[keI ieiqhwisk grdAwirAW ivc qW sI AKf pwT swihb, sihj pwT krn leI rt vI nIXq kIq ge hn Aq ij al

ij a miohgweI vDdI h pwTW d rtW ivc vI vwDw hdw jWdw h [ikq ikq qW ieh rt vf swr brf q ilK k grdAwr d bwhr vI lgwe jWd hn jW mgzInW d ivc vI Cwp jWd hn [

gr crnI lgxw bhq Aswn hI :

prwqn smW ivc sI gr gQ swihb d srp lVIdwr hd sn [ies leI crnI lgx vwl isiKAwrQIAW f bhq lmw smW lgwqwr siQAw lxI pdI sI [pr Aj kl gr swihb d srp pdCd hn[keI vI ijs f pjwbI pVnI AwadI h jkr nkiqAW n iDAwn ivc rK qW sihj hI iek d idnW jW hPq dI isKlweI aprq crnI lg skdw h [s swf sB f gr crnI lgx leI zrr aprwl krn cwhId hn [

pkwS Aq sKAwsn krnw :

rzwnw svr sI gr swihb jI d srp f Klx f Aq rmwil AW plkW sihq sjwax f pkwS krnw ikhw jWdw h [bV Adb Aq siqkwr nwl sI gr gQ swihb jI d srp f dIvwn hwl ivc ilAwieAw jWdw h [aQ CtIAW cdrW f Kl k Awl dAwl gdIAW rK gr swihb dw pkwS kIqw jWdw h Aq dvI pws plkW pweIAW jWdIAW hn [apr shxw svC rmwlw pwieAw jWdw h [

dIvwn dI smwpqI smW jW Swm f hr rz gr swihb d pkwS f sqiKAw jWdw h [Bwv srp f bd krk iPr shx bsqrW ivc pw k sKAwsn kIqw jWdw h [gr crnI lgx vwl vIrW/BxW f pkwS Aq sKAwsn dI ikirAw bV gh nwl vKxI cwhIdI h [aprq iks sJvwn dI hwzrI ivc Awp pihlI vwrI pkwS Aq sKAwsn krnw cwhIdw h [

gurdAwrw jwxw pihlW qoN hI :

bdld smyN nwl ijQy swfw jIvn ivc hr bdlwv Aw irhw hY, aQy nwl hI swfw gurdAwry jwx dw Fg vI bdldw jw irhw hY[

jykr purwxy bzurgW vl dKIey qW pqw lgdw hY ik auh jd vI gurdAwry jWdy sn qW kuJ smW zrUr kIrqn sxdy sn jW Awp gur gQ swihb dI qwibAw bYT ky hukmnwmw lYNdy sn Aqy Awpxw sihj pwT krdy sn[pr Aj hukm lY jW sihj pwT krn dI gl qW dUr AsIN gurdAwry kvl mQw tyk ky hI smJdy hW ik swfI izmyvwrI pUrI ho geI[

AwE inScw Aqy auprwlw krIey :

1. kuJ ivcoN kuJ dI lwcwrI kF skIey : gurU swihb ny gurbwxI pVn dw, vIcwrn dw, hukm kIqw hY pr AsIN Aj kl sI AKf pwT swihb/sihj pwT krwaux lg pey hW[AdSw hY ik gurbwxI dy AnBv qoN AsIN sKxy nw ho jweIey[

"pwT krnw" qy **"pwT krwnw"** ivc iek kMnw (w) hI Pwlqu hY jo "r" AKr ƒ lig Aw hie Aw hY[mrI jwc ies ink ijhy kMny ny kuJ ivc iek dyS lY AWdw hY[inq idhwV keI pwTIAW dIAW kmIAW sxn ƒ imldIAW hn[bhuq SrDwlU AW dw mn vI Drm-krm qoN ies krky aT jWdw hY[nwl hI pwT krwaux vwly nwlo pwT krn vwly vDyry lwhw Kt dw hY[

AwE inScw krIey ik AsIN Cotu-v'fy, bIF-b'cy, bIbIAW, swry hI gurU crnW lgWgy Aqy Awp sihj pwT kirAw krWgy[ieJ sihj sihj dyS ivdyS, hr ky ie lwk ivc ieh mihm clwaux nwl gurbwxI dIAW brkqW ƒ hwsl krn dy smrQ ho jwvWgy[

2. inqnm sihj pwT dw : crnI lgx aprq ieh cwhIdw h ik hr grisK rzwnw iek-d-cwr-C AkW dw sihj pwT kr[ieJ hr rz sihj pwT krn nwl AsI kJ mhIinAW ivc Bg pw skd hW [bhq swr grisKW n qW sihj pwT krn vl kwpI-pn vI nwl hI riKAw hdw h [ijhV grvwkW q mn itkdw h ah kwpI ivc ilK ld hn [swrw idn gn-gnwad rihd hn q kT kr ld hn [

ieJ ah bwxI ivc l rqn-jvwhr-mwixk cg cg k Awpx jIvn ivc sihj dw scwr krd hn q shsw dw nws kr ld hn[hr vl And, And And Gxw q sdw min cwa jW “AibnwsI Km” vrgIAW AvsQwvW sihj pwT krn vwil AW ƒ sihj hI iml jWdIAW hn [

hT ilK bnr bxvw k hrk gr AsQwn q smwgmW sm pdriSq krIe :-

* **AwE grbwxI grd crnI lgIe [**

* **kI qsI rzwnw sihj pwT krd h ?**

* **inqnm, sihj pwT dw vI krIe jI [**

* **AKf/sihj pwT Awp krIe Aq ivcwrIe**

* **ibnW sihj pwT d jIvn ivc sihj nhI**

BweI r grr ibn shjn hie]
sbd hI q shj apj hir pwieAw sc sie] ñ] rhwa] (Ag 68)

AwE, gr ipAwirE ! swr gr crnI lgIe [hr rz, Awp Awpxw sihj pwT krIe [

gr swihb d srp q, sclAW q (d Bwg), SbdwrQ q (cwr Bwg) jW sI gr gQ swihb drpx q (ds Bwg-p swihb isG ikq), kJ Ak zrr smJ k ivcwr k sihj nwl pwT krIe [

rxkw srbjIq isG
098146-12004
singh.renukass@gmail.com

ਗੁਰਬਾਣੀ ਆਨੰਦ ਦੇ 8 ਪੜਾਅ

Listening Gurbani
Reading Gurbani
Singing Gurbani
Understanding Gurbani
Following Gurbani
Feeling Gurbani
Enjoying Gurbani
Being Gurbani

ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਣ ਦੇ 5 ਢੰਗ

- ਮੁਸਕਰਾ ਕੇ
- ਬੋਲ ਬੋਲ ਕੇ
- ਰੁਕ ਰੁਕ ਕੇ
- ਸਮਝ ਸਮਝ ਕੇ
- ਬਾਰ ਬਾਰ

ਬਾਣੀ ਕੰਠ
ਸਦਾ ਬੈਕੁੰਠ

grmKW d vIcwr

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵੀਚਾਰ
ਜੀਵਨ ਆਧਾਰ

pr gr kvl sI gr gQ swihb jI hn j swƒ AwpxI As lIAq dI sJI pdwn krd hn [ies leI hrk grisK ƒ cwhIdw h ik ah pwvn sI gr gQ swihb jI dw sihj pwT jwrI rK [

isG swihb igAwnI rvl isG jI
hf gQI, sI hirmdr swihb

rzwnw sihj pwT krnw siqgr dI Apwr bKiSS h [rzwnw grbwxI pVn nwl gr swihb swƒ ies qrW pivqr bxw idd hn, ijs qrW sinAwrw, imlwvt vwl sn ƒ qpw qpw k qzwb lgw k SD bxw iddw h [

BweI ipdrpwl isG jI

keI vIr/BxW Aq bc sI gr gQ swihb jI d vf-Awkwr ƒ dK k Gbrw jWd hn Aq FrI Fwh bihd hn ik AsI bwxI nhI pV skWgI [bwxI pVnI qW isrP BweIAW, gQI isGW dw hI km h [qW iPr ipAwirE ! j bwxI pVI hI nw qW Sbd dI vIcwr ikvI hvgI? gr Sbd d pVn qI bwAd hI vIcwr hvgw Aq vIcwr n hI swf ivkwrW ƒ Kqm krk izdgI ƒ shI Fg nwl ijax dI "jIvn jgq" dsxI h [

sI grI gQ swihb stfI tIm

gr ƒ qW gr dI gl hI cgI lgdI h [sihj pwT krk, bwxI pV k gr mhwrwj Ag Ardws krnI cwhIdI h [smW Gt hv qW iek Ag jW iek Sbd pV k gr gQ swihb jI dI psnqw l skd hW [

grpr vwsI BweI jigdr isG jI qlvwVw

mkwbil AW d is lbs Aq inXm

1. sihj pwT

1. CvI jmwq qI vf ividAwrQI ibnW iks jwq, Drm nsl d ivqkr d Swml h skd hn[pqr ivhwr jW pweIvt ividAw hwsl kr rh vI Swml h skd hn (amr sImw 25 swl)[vfI amr d vIr/Bx vI ibnW mkwbl ivc Swml he sihj pwT kr skd hn[Xqn hvgw ik Awp jI ƒ vI snmwn idqw jw sk[

2. sI gr gQ swihb jI dw smcw sihj pwT Awp krnw h [

3. BwvI smcI bwxI swf mn ƒ pm, SrDw q igAwn d AxIAwl qIrW nwl srSwr krdI h,pr iPr vI pwT kridAW j vI Sbd jW Prmwn (BwvI iek lweIn jW d lweInW) iek dm smJ Awax q mn n h l l x, ihrdw Twr hv, **Aijh swr mn BwaId Prmwn hr rz nwl dI nwl vKrI kwpI q ilKx hn[**

4. dwKlw Pwrm Brnw[kvl ds rpe d k ieh fwierI hwsl krnI h Aq hrk mhIn bwhr idq Pn nbrW q Awpxw rl nbr ds k sicq krIe ik sihj pwT iks Ag q pjw h Aq iknIAW bwxIAW kT q iknIAW bwxIAW d ArQ vIcwr le hn[mbweIl Pn q SMS rWhI jW pst kwrf q ilK k vI Bj skd h[lgwqwr ieh scnw nw dx vwl ƒ mkwbl ivc Swml nhI kIqw jwvgw[

5. **sI gr gQ swihb d srp qI Awpx Gr jW grdAwrw swihb ivK 1 Agsq 2010 qI pih lW pih lW sihj pwT dw Bg pweIe q Pn q sicq krIe[**

6. aprq mkwbl sm Awp pwsI sI gr gQ swihb jI dw hkmnwmw Aq pwT sixAw jwvgw [ieh fwierI mkwbl smI nwl l k Awa xI jI[j j swihbwn dw Psl w Aiqm hvgw[

7. kvl jq ividAwrQIAW f srtIiPkt Aq ivSS ienwm idq jwxg[

8. iks vI mkwbl ivc Bwg lx leI sihj pwT krnw Aiq zrrI h jW kvl sihj pwT krn vwl ividAwrQI hI bwkI mkwbil AW ivc Bwg l skd hn [

2. grbwxI kT mkwbl

- idqI geI scI ivc Awp jI n iek jW vDiijnIAW mrzI bwxIAW kT krnIAW hn [
- mkwbl sm Awp jI n Pwrm q Brnw hvgw ik iknIAW bwxIAW kT hn [ahnW ivc hI tst ilAw jwvgw [
- hr mhIn iek vwrI, iks vI idn Awp n bwhr idq Pn nbrW q sicq krnw hvgw ik enIAW bwxIAW kT h geIAW hn[ies dw irkwrf Awpx kl vI AKIr l pn Answr drj krnw h jI [

bwxIAW dI scI

jp jI swihb
jwp swihb
svX (swvg sD)
cpeI (hmrI kr)
And swihb (Ag 917)
rhrwis swihb
sihlw (Ag 12)
sKmnI swihb (Ag 262)
Awsw kI vwr
Sbd hzwr
bsq kI vwr (Ag 1193)
cabl m: 5 (Ag 1363)
mhlw 3 ptI (Ag 434)
idn rx mhlw 5 (Ag 136)
vwr kbIr jI (Ag 344)
rwmklI kI vwr (sq blvf) (Ag 966)
iQqI kbIr jI (Ag 343)
slk Bgq kbIr jIa k (Ag 1364)

slk sK PrId k (Ag 1377)
bwrhmwhw (mwJ) (Ag 133)
bwrhmwhw (qKwrI) (Ag 1107)
slk mhlw 9 (Ag 1426)
rwg jjwvqI (Ag 1352)
rwg brwVI (Ag 719)
svX mhl pihl k (Ag 1389)
svX mhl dj k (Ag 1391)
svX mhl qIj k (Ag 1392)
svX mhl caQ k (Ag 1396)
svX mhl pjvW k (Ag 1406)
slk shsikqI m: 1 (Ag 1353)
slk shsikqI m: 5 (Ag 1353)
isD gsit (Ag 938)
bwvn AKrI (Ag 250)
bwvn AKrI kbIr jIE (Ag 340)
svX sI mKbwk mhlw 5] (Ag 1385)
phr qKwrI (Ag 1110)

phr sI rwg (Ag 74)
lwvW (Ag 773)
kcjI (Ag 762)
scjI (Ag 762)
gxvqI (Ag 763)
gwQw (Ag 1360)
Pnh (Ag 1361)
GVIAw (Ag 575)
rqI (Ag 927)
sd (Ag 923)
AlwhxIAw (Ag 578)
EAkwr (Ag 929)
Akwl asqq
Sbd hzwr pw: 10
svX (dInn kI)
cpeI (pxv Awid)
zPrnwmw
AwrqI d Sbd

- kJ bwxIAW psqk ‘bwxI kT - sdw bkT’ ivcW vI iml skdIAW hn [(Btw- 7 rpe)
- liDAwx dI igAwrvIN jmwq dI ividAwrQx jslIn kr n lgBg 65 bwxIAW kT hn[

3. grbwxI vIcwr mkwbl

iehnW mkwbilAW ivc Awp jI n hTW idq Answr iek jW vD bwxIAW d ArQ Xwd krn hxg [

• jp jI swihb • jwp swihb • Awsw dI vwr • rihrws swihb • And swihb • sih lw swihb • sKmnI swihb

mkwb lw ilKqI hvgw [

shwiek psqkW

• jp sAwl-jvwb 15/-

• rihrws Aq sih lw sAwl-jvwb 15/-

• sKmnI swihb sAwl-jvwb 30/-

bwkI bwxIAW d ArQW leI Awp jI p. swihb isG ricq stIkW l skd h [

4. sdr ilKwel mkwblw

• ipCl pinAW apr idqIAW heIAW bwxIAW ivcW iek jW vD bwxIAW gtk qW vK vK k ilK [

• lgW, mwqrwvW Aq grbwxI pQIAW d siqkwr dw ivSS iDAwn riKAw jwv [

• bwxI ilKx vwsq sdr kwpI, pjkt kwpI, fwierI lgw skd h Aq grbwxI d cxvW Prmwn cwr tW apr vI ilK skd h[

5. grbwxI blcwl mkwbl

• ipCl pinAW apr idqIAW bwxIAW ivc grbwxI d SbdW dI rzwnW blcwl dI BwSw ivc vrqW krnI [ijvW qwkq leI "qwx" Sbd dI vrqW, km leI "Awhr" Sbd dI vrqW Awid [

• mkwb lw ilKqI hvgw [

6. inq nvw inrAw

- ਪਿਛਲੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਵਲੋਂ ਲਿਖੇ ਮਨ ਭਾਉਂਦੇ ਫੁਰਮਾਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਲ 365 ਫੁਰਮਾਨਾਂ ਦਾ ਇਕ ਸੰਗ੍ਰਹਿ 'ਨਿਤ ਨਵਾ ਨਿਰੋਆ' ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਇਸ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਇਹ ਸਾਰੇ ਫੁਰਮਾਨ ਕੰਠ ਕਰਨੇ ਹਨ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਅਰਥ (ਪੰਜਾਬੀ/ਹਿੰਦੀ ਜਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਵੀ ਯਾਦ ਕਰਨੇ ਹਨ।
- ਮੁਕਾਬਲਾ ਲਿਖਤੀ ਹੋਵੇਗਾ।

7. nwm ismrn mihm

- ਇਸ ਤਹਿਤ ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ ਅਤੇ ਦਿਨ ਵਿਚ ਜਦੋਂ ਜਦੋਂ ਵੀ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇ, 'ਵਾਹਿਗੁਰੂ' ਗੁਰ ਮੰਤਰ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਡਾਇਰੀ ਵਿਚ ਅੰਕਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਰਸਨਾ ਰਾਹੀਂ ਗੁਰ ਮੰਤਰ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਫਿਰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਾਡਾ ਰੋਮ-ਰੋਮ ਇਹ ਜਾਪ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਏਗਾ।
- ਇਸ ਲਈ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਤੁਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਕ ਪੈਰ ਨਾਲ 'ਵਾਹਿ' ਤੇ ਦੂਜੇ ਨਾਲ 'ਗੁਰੂ' ਜਪਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਜੀਓ।
- ਪ੍ਰਸ਼ਾਦਾ ਛਕਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੂਲ ਮੰਤਰ ਤੇ ਗੁਰ ਮੰਤਰ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰੀਏ, ਹਰ ਮਸ਼ੀਨ ਚੱਲਣ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਤੇ ਆਪਣਾ ਸਿਮਰਨ ਵੀ ਸੈੱਟ ਕਰ ਲਈਏ।
- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਅੰਦਰ ਨੀਅਤ ਪੰਨਿਆਂ 'ਤੇ (✓) ਕਰੋ।

8. Kjq Kjq

ਸਹਿਜ ਪਾਠ ਕਰਦਿਆਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸੁਆਲਾਂ ਦੇ ਜੁਆਬ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਬਾਰੇ ਫੁਰਮਾਨ ਲੱਭੀਏ। ਵੱਖਰੀ ਕਾਪੀ ਤੇ ਇਕ-ਇਕ ਸੁਆਲ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਾ ਲਿਖੀਏ ਤੇ ਹੇਠਾਂ ਢੁਕਵੇਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਫੁਰਮਾਨ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਿਖੀਏ।

sAwl

- ਅਸੀਂ ਕੌਣ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰਨ ਆਏ ਹਾਂ, ਸਾਡੀ ਕੀ ਜਾਤ ਹੈ ਅਤੇ ਮਰਨ ਪਿਛੋਂ ਕਿਥੇ ਜਾਣਾ ਹੈ ?
- ਸੱਚ ਕੀ ਹੈ, ਸੱਚ ਕਿਥੇ ਹੈ, ਸਚਖੰਡ ਕਿਥੇ ਹੈ, ਸਚਿਆਰ ਕਿਵੇਂ ਹੋਈਏ, ਅਤੇ ਸੁੱਚੇ ਕਿਵੇਂ ਹੋਈਏ ?
- ਨਾਮ ਕੀ ਹੈ, ਨਾਮ ਕਿਥੇ ਹੈ, ਨਾਮ ਕੌਣ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਮ ਮਨ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਵਸਦਾ ਹੈ ?
- ਮਨ ਕੀ ਹੈ, ਕੀ ਖੁਰਾਕ ਹੈ, ਮਨ ਦਾ ਜਨਮ ਕਿਥੋਂ ਹੋਇਆ, ਕਿਵੇਂ ਅਰੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਹਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ?
- ਮਨ ਕਿਵੇਂ ਸੁੱਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ? ਕਿਵੇਂ ਜਾਗਦਾ ਹੈ, ਜਾਗਣ ਦੀ ਕੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ, ਮਨ ਦਾ ਘਰ ਕਿਹੜਾ ਹੈ ?
- ਸਤਸੰਗਤ ਕਿਸਨੂੰ ਆਖਦੇ ਹਨ, ਤੀਰਥ ਕਿਸਨੂੰ ਆਖਦੇ ਹਨ, ਮਾਇਆ ਕਿਸਨੂੰ ਆਖਦੇ ਹਨ ?
- ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕੀ ਹੈ, ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕਿਥੇ ਹੈ, ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਕਿਵੇਂ ਪੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿਥੇ ਹੈ ?
- ਸਿਮਰਨ ਕਿਸ ਦਾ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਕਦੋਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਕਿਉਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ ?
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰਿ ਰਸ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਹੜੇ ਰਸਾ ਕਰਕੇ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਵਸਦਾ ?
- ਜੋ ਨਿੰਦਾ, ਦੁਬਿਧਾ (ਨਫਰਤ), ਹਉਮੈ ਰਖਦੇ ਹਨ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਨਹਦ ਬਾਣੀ ਕੀ ਹੈ ?
- ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਕਿਵੇਂ ਬੁਝਦੀ ਹੈ, ਜਮ ਕਿਸਦੇ ਨੇੜੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਭਗਤੀ ਕਿਥੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਭਗਤ ਕੌਣ ਹੈ ?
- ਜਿਹੜੀ ਰਸਨਾ ਨਾਮ ਨਾ ਜਪੇ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਉਸ ਬਾਰੇ ਕੀ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਨਹੀਂ ?
- ਸੰਤ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਸੰਤ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਸੰਤ ਕੌਣ ਹੈ, ਸਾਧੂ ਕੌਣ ਹੈ, ਸੰਤ ਕੌਣ ਹੈ ?
- ਕਾਰਜ ਪੂਰੇ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਲਹ ਕਲੇਸ਼ ਕਿਵੇਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਬਿਘਨ ਅਤੇ ਦੁਖ ਰੋਗ ਕਿਵੇਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ?
- ਜੋ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਹੀਂ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਕਿਵੇਂ ਸਫਲ ਹੋਵੇਗਾ, ਕਰਮ ਕਿਵੇਂ ਕੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ?
- ਪ੍ਰਭੂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਨੇੜੇ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਸਾਡੇ ਚੰਗੇ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਕੌਣ ਵਾਚਦਾ ਹੈ ?
- ਬਾਣੀ ਦੀ ਵੀਚਾਰ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ, ਅਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਵਿਛੜੇ, ਕਿਵੇਂ ਮਿਲੇ, ਸਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਜੁਗਤੀ ਕੌਣ ਦਸੇਗਾ ?
- ਮਨ ਵਿਚ ਨਾਮ ਵਸਣ ਦੀ ਕੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ, ਸੰਤ ਦੀ ਕੀ ਡਿਊਟੀ ਹੈ, ਮੂਰਖਾਂ ਸਿਰ ਮੂਰਖ ਕੌਣ ਹੈ ?
- ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਕਥਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਅਤੇ ਕਿਸ ਕੀਰਤਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਦਿੱਤੀ।
- ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਕਿਹੜਾ ਗੁਰਸਿੱਖ ਭਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਕਿਸ ਗੁਰਸਿੱਖ ਦੀ ਧੂੜ ਮੰਗਦੇ ਹਨ ?

ivS

kIrqn,
kQw,
mn,
kD,
AwIs,
pm,
dieAw,
sikq,
ividAw,
prapkwr,
imhnq,
pwp-pn,
IB, mh,
Ahkwr,
mwn-Apmwn,
icqw, sK-dK,
sc,
Bwxw, hkm,
inmrqw,
Sbd vIcwr,
mieAw,
svw Awid [

ਬਾਣੀ ਕੰਠ
ਸਦਾ ਬੈਕੁੰਠ

ipCly smy drwn sihj-pwT krn vwly ividAwrQIAW dy kJ AnBv

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵੀਚਾਰ
ਜੀਵਨ ਆਧਾਰ

- mYr vl vK kY mYr mmI jI n vl sihj pwT AwrB kIqw hieAw h [sihj pwT ƒ mY Awpx jIvn dw ihsw bxw ilAw h q hx mY hr vl sihj pwT krWgI [

pBjq kr, fwierI n : 5621

- mYr pwpw ƒ bhq cgw lgw ik ahnW dI bcI pwT krdI h, ah bhq KS sn pr ahnW dI mq pihl hI h geI[mYr Brw mYr qY hr rz pCd sn ik pwT ikQY qk hieAw h q keI nw keI rihq dsd rihd sn [

klivdr kr, fwierI n : 18358

- mY ieh hI kih skdI hW ik ijs sSQw n mƒ isD rwh pwieAw h ah idn dgxI rwq cgxI qrkI kr[pwT krd smY mYr mn ƒ bhq hI SWqI imlI[

rwjivdr kr, fwierI n : 4127

- pirvwr dy mYbr hr vl siqkwr nwl bolwax lg [ahnW n ikhw ik swfw lVkw iks cgI sSQw dw mYbr h [

bhwdr isG, fwierI n : 4348

- mY jd dw pwT krn lgw hW pVweI ivc bhq hiSAwr h igAw hW [pihlW mYr ƒ fI Sgr dy mrIz sn[jd qY mY sihj pwT Sr kIqw qd qY mYr ƒ fI iblkl TIk hn [mƒ skUtr clwax dw bVw SYk sI [rb n mrI ah vI ieCw prI kIqI [pihlW pwT kridAW mY pr ivc h, r nhIN bold dw hdw sI hkmnwmw nhIN sI lYdw [Pr mYr mmI n mƒ prnw idqI qW sB kJ krnw AwigAw [

jspwl isG, fwierI n : 4057

☛ sihj pwT krnw AnKw AnBv hij s d bhq lwB hn [AsI swirAW ƒ ieh kih skd hW ik AsI CtI amr ivc hI sihj pwT kr ilAw [swf skl ivc dsq imqr CVn lg pe pr AsI sihj pwT krI ge[ies q bwAd swf iks n nhI CiVAw q keI ieh kih rh sn ik kwS ! AsI vI sihj pwT kr lId [

Aimqj isG, fwierI n : 4011

☛ mI bhq KS hW ik mI Drm nwl jVn leI Xqn kIqw q kJ hd qk sPl heI [mr Gr ivc mr ipqw jI n vI sihj pwT krnw Sr kr idqw h q mƒ KSI h ik ah vI mrw swQ d rh hn [mI cwhWgI ik mI Drm dw pcwr krW, Awpxw q hrW dw jIvn kJ hd qk sPl krW [sihj pwT acI-acI krd smI swƒ bhq KSI hdI sI q pqw hI nhI lgdw sI smW kd bIq jWdw h[

sdIp kr, fwierI n : 4062

☛ pwT krn aprq AsI tlIivzn dKxw Gt kr idqw [ies q AsI vifAW d hkm Aq gr swihb jI d AwdSW dI pwlxw krnw vI isiKAw [

rwj dIp isG, fwierI n : 18880

☛ pwT krn aprq mƒ ies qrW lgdw h ik ijvI mI kJ hd qk as prm ipqw d nzdIk clI geI hvW [pwT krn nwl mr pirvwr ivc vI bwxI pqI SrDw Bwvnw vDI [

blijdr kr, (bI.e.I) fwierI n : 18832

☛ mr mwqw ipqw jI n Aimq Ck ilAw Aq ah isG q isGxI bx ge [

pBjq kr, (ATvI) fwierI n : 4256

☛ pih lW hr swl mI rKVI bndI sI pr ies swl mI q mrI Bx n rKVI bnx qI nWh kr idqI q swf GridAW q BrwvW n vI rKVI nhI bnvweI [

rwj dIp kr, fwierI n : 16131

- sihj pwT krn aprq mr pirvwr ivc mrIAW iqn BxW n sihj pwT Sr kIqw [

srbjIq kr, (+2) fwierI n : 4121

- mY pih l kJ vI nhIN sI krdw hx qW mY km vI krdw hW Aq nwl-nwl bwxI vI pVdw hW[

hrijMdr isG, (CvI) fwierI n : 4296

- sihj pwT krn d nwl-nwl mrw pVweI ivc vI mn lgx lg ipAw h [sihj pwT krn d nwl-nwl mY j keI km kIqw h as ivc mƒ sPlqw pwpq heI h [

jsmIq kr, (dsvI) fwierI n : 5541

- mY Ag jw k hr bicAW ƒ sihj pwT krn leI prxw dvWgI [qsIN lgwqwr sihj pwT dIAW piqXgqwvW krvwE qW ik vD qY vD bc as ivc ihsw lx [

blijMdr kr, fwierI n : 5545

- sihj pwT krn nwl mr ivc Awqm-ivSvws pdw hieAw [mr ffI jI n Srwb CfI heI h q pmwqmw Ag Ardws h ik ffI hx kd vI Srwb ƒ hQ nw lwax [mr ivc Awqm-ivSvws pdw hieAw h q mY prmwqmw ƒ Awpx Ag-sg pwaMdI hW [

mnjIq kr, fwierI n : 14847

- mY ieJ mihss krdI hW ik jd AsIN sihj pwT kr rh hd hW qW AsIN gr swihb jI nwl vwrqwlwp kr rh hd hW [jdY mƒ iks vI smisAw dw hl cwhIdw hdw h qW mƒ sI gr gQ swihb ivcY as dw jvwb iml jWdw h [jdY mƒ keI vI lweIn smJ nhIN AwaMdI qW mY as dw ArQ Awpx mwqw-ipqw k lY pCdI hW, ies d nwl Gr ivc grbwxI dIAW hI g lW hdIAW hn [

mnpIq kr, fwierI n : 15635

bicAW d aprkq AnBvW qY swƒ hr vI aqSwh iml dw h ik bc qW grbwxI nwl jVn leI iqAwr hn pr AwpW vf hI iFl vrq rh hW [

sAwKI-jAwb

1. crnI l'gxw kI hY ?

sI gr gQ swihb jI dI qwibAw bT k pwT krn leI jd pih lI vwrI Ardws kIqI jWdI h qW ikhw jWdw h ik AsI sI gr gQ swihb jI d crnI lgx lg hW [

2. iks amr d bc crnI l'g skd hn ?

hx q krIb 50 swl pih lW ieh prprw pc lq sI ik jd keI bcw hS sBwlx aprq pVnw ilKxw isK jWdw sI, qW a s f sI gr gQ swihb jI d crnI lgwieAw jWdw sI[Aj vI swf Awl dAwl keI bzrg s j x iml jwxg j dsd hn ik ah cQI-pj vI-CvI jmwq ivc pVd sm hI gr crnI lg ge sn Aq ies amr ivc anW pih lI vwr sihj pwT d Bg vI pw le sn[aprq swl d swl bwAd ah AKf pwTW Aq sihj pwTW dI svw kirAw krd sn[gr nwl sWJ pwax dw ieh iek scjw Fg h[

3. kI pQ pvwnq rihq mrXwdw ivc ies dw izkr hY ?

jI hW pQ pvwnq rihq mrXwdw ivc drj h ik :-

1. hr iek isK isKxI, bc bcI f grmKI pVk sI gr gQ swihb jI dw pwT isKxw cwhIdw h [

2. cgw qW ieh h ik hr isK Awpxw swDwrx pwT (sihj pwT) jwrI rK q mhIn d mhIn mgr (jW ij qn sm ivc h sk) Bg pwv [

4. acwrn sbDI kI mK nkq hn ?

acwrx sbDI kJ zrrI gl W :-

1) iks vI Sbd d AKIr l AKr f lgI ishwrI jW AkV dw acwrx nhI krnw Bwv "nwnk" Aq "nwnik" dhW

dw acwrx "nwnk" hI hvgw [Bwv ienW d ArQ vK-vK hI hx [

2) iks vI Sbd ƒ lgIAW dlwvW jW dlIkV ƒ ies qrIk nwl acwrx krnw h -

Bwv "sc" ƒ "sc" hI pVIe "sc" nhI["swbx" ƒ "swbx" hI pVIe "swbx" nhI [

3) iks vI AKr ƒ lg kn ƒ zrr pVIe-Bwv "Awpxw" ƒ "Awpxw" hI pVIe Apxw nhI [

4) ijhV SbdW d AKIr l AKr qitpI lgI h as ƒ Ch DnI (Avwz) ivc pVIe :-

Bwv "Drm" ƒ "Drm|" pVIe [

5) hr nkq sihj sihj sJvwnW dI sgq ivc pwT kridAW Awp mhwr hI spSt heI jWd hn [

5. hkmnwmw ikvI leIdw h ?

isK rihq mrXwdw Answr, 'hkm lx ligAW Kb pn d aql pwisaI Sbd j jwrI h, mF qI pVnw cwhIdw h [j as Sbd dw mF ipCl pn qI Sr hdw h qW pqrw plt k pVnw Sr kr Aq swrw Sbd pV[j vwr hv qW paVI d swr slk q paVI pVnI cwhIdI h [Sbd d Aq ivc ijQ 'nwnk' nwm Aw jwv jWijs qk qI bwAd dsrw Sbd Sr h jwv as qk q Bg pwieAw jwv [

6. kI rzwnW sihj pwT krnw zrrI h ?

ieh cgI gl h ik hr grisK rzwnw iek-d-cwr-C AkW dw sihj pwT kr [ieJ hr rz sihj pwT krn nwl AsI kJ mhIinAW ivc Bg pw skd hW [bhq swr grisKW n qW sihj pwT krn vl kwpI-pn vI nwl hI riKAw hdw h [ijhV grvwkW q mn itkdw h ah kwpI ivc ilK lId hn[swrw idn gn gnId rihd hn q kT kr lId hn [pr jkr iks kwrnvS sihj pwT rih jwv qW Brm nhI krnw cwhIdw [

7. kI sIcIAW qI sihj pwT kIqw jw skdw h ?

hW jI ! Gr ivc AsI sIcIAW (d Bwg, cwr Bwg jW ds Bwg) rK skd hW [siqkwr nwl hr rz iehnW qI sihj

pwT kIqw jw skdw h [Xwd rh, sgq ivc kvl pwvn prn gr srp dw hI pkwS krIe [

8. kI sicIAW q hkmnwmw ilAw jw skdw h ?

nhI jI ! hkmnwmw kvl sI gr gQ swihb jI d srp q hI lxw cwhIdw h [hW, sicIAW q Sbd pVn dw AiBAws kr skd h [

9. kI vK vK srpW q pwT kIqw jw skdw h ?

jI hW, sihj pwT Bwv ijQ vI Sr kIqw hv, AsI iks vI hr srp q pwT jwrI rK skd hW [jkr iks hr Sihr ge qW aQ jw k vI sihj pwT jwrI riKAw jw skdw h [

10. sihj pwT krn vws q sicIAW ikQ pwpq krIe ?

SmxI grdAwrw pbDk kmtI vl smcI grbwxI cwr BwgW ivc SbdwrQ sihq CwpI geI h [iek pws bwxI dw prw pnw h q dj pws kvl AK AKrW d ArQ hn [ieh st Aimqsr q jW iks ieiqhwsk grdAwr d grmiq il trcr hwas q jW sikq trst- 3454, Ps-2, dgrI, liDAwxw q pwpq kIqw jw skdw h [d BwgW vwlIAW sicIAW vI leIAW jw skdIAW hn [

11. sihj pwT ikvl AwrB krIe q ikvl Bg pweIe ?

sI gr gQ swihb jI dI hzrI ivc kVwh pSwid dI dg sjw k, And swihb (C paVIAW) dw pwT krk Ardws krIe q hkmnwmw leIe [sihj pwT AwrB krn leI gr swihb d srp q hI Gt-Gt 5 paVIAW dw pwT krIe [aprq Bwv swrw pwT sicIAW jW SbdwrQ q kr ilAw jwv [Bg pwax leI pnw n: 1426 q (slk 9) 1430 qk iPr smcw pwT sI gr gQ swihb jI d srp q kIqw jwv q Ardws krk dg vrqweI jwv [ieJ sihj pwT dw AwrB q Bg dv gr swihb d srp q hI krIe [

kJ zrr gI

1. hQ-mh D k siqkwr nwl pwT AwrB krIe [
2. pwT a~cI-a~cI bl k bV Awrwm q sihj nwl smJ-smJ k krIe [
3. gr swihb jI d srp q pwT kridAW :

   jd vI rmwlw aqwrIe, hkmnwmw jrr leIe iPr sihj pwT AwrB krIe [

   hkmnwmw lx q pih lW pV jwx vwl kJ SbdW d sJwA :-

   - **bwxI gr gr h bwxI ivic bwxI Aimq swr]**
     gr bwxI kh svk jn mwn prqiK gr insqwr]
   - **s kh t l gr svIA Aihinis shij sBwie]**
     drsin prisA gr k jnm mrx dK jwie]
   - **igAwn iDAwn ikC krm n jwxw swr n jwxw qrI]**
     sB q vfw siqgr nwnk ijin kl rwKI mrI]

pwT krn q bwAd rmwlw pwax, aqwrn jW pnw prqwax ligAW iDAwn rKIe ik keI pnw Pt jW mcV nw [

vwps rmwlw pwax q pih lW Xqn krIe ik dvW pws brwbr Ak hx [Bwv Adwjn 550 q 800 qk pn q hI rmwlw vwps pweIe [jkr iek pws vD Ak hxg q dj pws Gt qW TIk nhIN lgdw [

pwT krn q bwAd sI gr gQ swihb jI d pinAW ivc keI vI inSwnI (ijvI kwgz Awid) nw rKIe [Ag Aq pkqI kvl vKrI kwpI ivc nt kIqI jwv [

ਬਾਣੀ ਕੰਠ
ਸਦਾ ਬੈਕੁੰਠ

mnBwad Prmwn

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵੀਚਾਰ
ਜੀਵਨ ਆਧਾਰ

Bwv smcI bwxI swf mn n pm, SrDw q igAwn d AxIAwl qIrW nwl srSwr krdI h, pr iPr vI pwT kridAW j vI Sbd jW Prmwn (Bwv iek lweIn jW d lweInW) iek dm smJ Awax q mn n h l lx, ihrdw Twr hv, Aijh swr Prmwn **hr rz nwl dI nwl iek vKrI kwpI, rijstr jW fwierI 'q ilKx hn** Aq iehnW pkqIAW n kT krnw h[

mkwbl smiehsxIAW jwxgIAW Aq ArQ vI pC jwxg[

ijv	adwhrx
imqI 26-7-2009	ijn bwxI isa icq lwieAw s jn inrml prvwx]
	nwnk nwm iqnw kd n vIsr s dir sc jwx] (Ag 429)
imqI 27-7-2009	v\ mr Awlsw
	hir pwis bnqI] (Ag 460)

sihj pwT lihr

1. sB qoN pihlW Awp gr crnW lgIe q rzwnw sihj pwT krnw q ivcwrnw AwrB krIe [
2. Awpx pirvwr Aq AWF-gAWF d bicAW, vifAW ƒ pRrxw q ting d k crnW lgvwele q sihj pwT AwrB krvwele [
3. sklW/kwlj jW Aq grdAwirAW ivc ieh lihr clwele [iek sKw kwrj ieh h skdw h :

   hrk skl Aq grdAwr ivc 5 sWcIAW 5 rlW rK deIe [

   svwdwr vIr/Bx Awpx smW dI shlq Answr rz 2-4 Gt as skl Aq grdAwr ivc jwx [5-5 bc vwrI vwrI blwax, siQAw dx Aq iPr Agl bicAW ƒ blw lx [ieJ ijnW dw pwT SD heI cl, ahnW d nwm nt kr le jwx [mhIn-d mhIn aprq pr d pr skl d swr bicAW jW ijhnW n siQAw sPlqw sihq l leI hv ahnW ƒ crnW lgwieAw jwv [bhq Ct bicAW ƒ SrDw nwl kl ibTw k aqSwh bxwieAw jwv [
4. cwr BwgW vwlIAW sWcIAW (pwT d nwl nwl AK Sbd d ArQ vI drj hn) jW d BwgW vwlIAW sWcIAW vD qoN vD vfIe q KrIdx dI pRrxw deIe [pQIAW dI sWB sBwl q vrqoN bwr zrr iDAwn rKIe [

zrrI bnqIAW

1. vD mkwbil AW ivc vD qoN vD islbs kvr krn vwl jqAW ƒ snmwinq kIqw jwvgw [dsvIN qoN vf ividAwrQIAW leI acrl ividAw hws l krn leI swl Br jW vD smW leI vjIP idq jwxg Aq krIAr sD, rzgwr/sv rzgwr leI mdd kIqI jwvgI [
2. swl ivc C kWp lgwe jwxg [pqIXgIAW leI Gt-Gt iqn kpW dI SmlIAq Aq A grf hws l krnw jrrI hvgw [
3. hrk kWp q ieh fwierI nwl l k AwaxI jrrI h jI [

rzwnw sihj pwT pgqI ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn qW Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn qI Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgqI ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn q Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn qy Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgqI ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn q Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgqI ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn qÎ Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn q Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn qy Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgqI ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn q Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imql	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn q Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn q Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn qy Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgqI ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn qW Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgqI ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn qoN Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn ql Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn q Ag pwT Sr krnw h

rzwnw sihj pwT pgql ieQ drj kr

imqI	Ag (pnw nbr)	ijs Prmwn qN Ag pwT Sr krnw h

Vjq dlqiV f e ag

ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)

Vjq dlqiV f e ag

ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)

Vjq dlqiV f e ag

ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)

Vjq dlqiV f e ag

ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)	ਕ੍ਰਮ	ਮਿਤੀ	ਸਿਮਰਨ ਕੀਤਾ (✓)

kIq ge Pn dw irkwrf

iks mhIn f pwT iks Ag q pjw, iknIAW bwxIAW kT q iknIAW vIcwrIAW

mhIn ivc iek vwrI iks vI idn bwhr idq Pn nbrW q Awpxw fwierI nbr (j ik fwierI d bwhr Aq Adr Aikq h) Aq pnw n: (ij s Ag q qsI phc ck h ?) jW kT kIqIAW bwxIAW Aq ijhnW bwxIAW d ArQ vIcwr, ahnW dI igxqI ilKvwa[hTW Awpx irkwrf leI drj kr[

mhInw-swl	imqI	Ag (pnw nbr)	iknIAW bwxIAW kT	iknIAW bwxIAW d ArQ vIcwr	iknIAW bwxIAW ilKIAW	ikn idn nwm ismrn kIqw	'inq nvw inrAW' ikn ArQ vIcwr
sqbr 2009							
Akqbr 2009							
nvbr 2009							
dsbr 2009							
jnvrI 2010							
PrvrI 2010							
mwrc 2010							
Apl 2010							
meI 2010							
jn 2010							
jlweI 2010							
Agsq 2010							

sihj pwT krn vwl ivid̀AwrQIAW ivc̀ iz lw nvW Sihr dI iek bcI n ikhw - “Ak l, swn qW hx pqw l gw h ik sI gr gQ swihb jI pVn l eI hn - AsIN kv l mQw tkx l eI hI smiJAw hieAw sI[”

sI gr gQ swihb jI n mQw tkIe[vDIAw qW vDIAw rmwl cVweIe, sjwv tW vI krIe pr gr dI As l svw h grbwxI pVnI, vIcwrnI Aq jIvn ivc kmwaxI[AwE! hr svwvW d nwl-nwl AsIN hx qW Sbd vIcwr dI vI svw krIe[

- psqkW/fwierIAW iml x d pq -

1. isK imSnrI kwl j liDAwxw Aq vK-vK srkl [

2. grmiq psqk sNtr-369-R, mwfl twan, liDAwxw [

3. vIr mihdr isG jI, rwjrI gwr fn, nvIN idl I 098110-85460

4. vIr ml kIAq isG jI, Aimqsr 98149-12003

5. vIr jigdr isG jI, nvIN idlI 098103-98461

6. vIr crn kml isG jI, jlDr 99887-01793

7. vIr dljIq isG jI, pitAwlw 98158-99004

8. vIr blivdr isG jI, PrIdkt 094175-15983

9. vIr AweI.pI. isG jI, jm 094191-07026

10. vIr hrmihdr isG jI, SIngr 094190-32506

11. sI gr hrikSn swihb grmiq sglq AkfmI, grdwspr

12. sikq iet rnSnl pbilk skl, ptI 98155-15253

13. sikq iet rnSnl pbilk skl, jIrw 097811-11276

14. bIbI kml pIq kr, jrg 99143-24442

15. grmiq ividAwlw, lqIPpr (X.pI.) 097585-96237

16. svr-smd kIrqn AkfmI, mlWpr 94171-16419

17. vIr Bipdr isG jI, mwnsw 94178-32107

18. vIr inrml isG jI, cfIgV 093166-69978