ਅਨਮੋਲ ਵਚਨ

❖

□ ਚਾਹੇ ਸ਼ੁਭ ਕਰਮ ਹੋਵੇ ਚਾਹੇ ਅਸ਼ੁਭ, ਜ਼ਰੂਰ ਹੀ ਭੋਗਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਬਿਨਾ ਭੋਗੇ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਖਾਤਮਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਇਸ ਲਈ ਉਸਦਾ ਫਲ ਭੋਗਦੇ ਹੋਏ ਸਾਨੂੰ ਘਬਰਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ।

□ ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਮੋਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਨੂੰ ਹੀ ਡਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮੋਹ ਹੀ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਕਾਰਣ ਹੈ, ਇਸੇ ਲਈ ਮੋਹ ਛੱਡ ਕੇ ਸੁਖੀ ਬਨਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੋ।

□ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਿਚ ਲੀਨ ਮਨ ਨਾਲ ਹੀ ਕਰਮ ਬੰਨ੍ਹੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਵਿਸ਼ੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਮਨ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਹੈ। ਬੰਧਨ ਅਤੇ ਮੁਕਤੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਣ ਮਨ ਹੀ ਹੈ।

□ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਗਊਆਂ ਦੇ ਵਿਚੋਂ ਵੀ ਬਛੜਾ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦੇ ਕੋਲ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੋ ਵੀ ਚੰਗੇ ਜਾਂ ਮਾੜੇ ਕਰਮ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਦਾ ਫਲ ਕਰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

- ਜੋ ਅਨੇਕਾਂ ਸ਼ਾਸਤਰ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਵੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਛਾਣਦੇ, ਉਹ ਉਸ ਚਮਚੇ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਰਸ ਵਿਚ ਡੁੱਬੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਉਸਦਾ ਸਵਾਦ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ।

- ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਲੀਨ ਮਨੁੱਖ ਤਿਆਗਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਵੇਖੋ ! ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਹਾਲਤ ਅਜੀਬ ਹੈ, ਉਲਟੀ ਹੈ।

- ਸੰਸਾਰੀ ਮਨੁੱਖ ਸਿਰਫ ਇਕ ਸੇਰ ਅੰਨ ਅਤੇ ਕਪੜੇ ਦੇ ਇਕ ਟੁਕੜੇ ਲਈ, ਚਿੰਤਾਮਣੀ ਰਤਨ ਦੇ ਸਮਾਨ ਵਕਤ ਨੂੰ ਗੁਆ ਰਹੇ ਹਨ, ਆਪਣੇ ਹਿਤ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

- ਜਿਹੜੀਆਂ ਪੁੰਨ ਆਤਮਾਵਾਂ ਅਨੇਕ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਦਾਨ ਦੇਣ, ਵਿਦਿਆ ਪੜ੍ਹਨ ਤੇ ਤਪੱਸਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਉਹ ਵਾਰੀ ਵਾਰੀ ਮਨੁੱਖੀ ਚੋਲਾ ਪਾ ਕੇ, ਅੰਤ ਵਿਚ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਪਾ ਕੇ ਛੁੱਟ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਜਾਣ ਨਾਲ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਬੰਧਨ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਰਮ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਮਨ ਵਿਚ ਬੁਰਾਈਆਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਨ ਵਿਚ ਬੁਰਾਈ ਆਉਣ ਨਾਲ ਚੰਗੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਵਾਸਨਾਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਅਨੇਕਾਂ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਸੁਖ ਦੁਖ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸ਼ੁੱਧ ਢੰਗ ਅਪਣਾ ਕੇ, ਕਰਮਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੋ।

☐ ਲੋਹਾਰ ਲੋਹੇ ਨੂੰ ਤੇ ਸੁਨਿਆਰ ਸੋਨੇ ਨੂੰ ਘੜ ਕੇ, ਉਸਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਆਕਾਰ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਜਿੰਨਾ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਾਵਧਾਨੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਉਸੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਾਵਧਾਨੀ ਤੇ ਪਿਆਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ ਦੇ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ? ਇਹ ਕਿੰਨੀ ਸ਼ਰਮ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ?

☐ ਮਨੁੱਖ ਇਕੱਲਾ ਹੀ ਜਨਮ ਲੈਂਦਾ, ਮਰਦਾ ਅਤੇ ਸੁਖ ਦੁਖ ਭੋਗਦਾ ਹੈ। ਇਕੱਲਾ ਹੀ ਨਰਕ ਵਿਚ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਕੱਲਾ ਹੀ ਮੁਕਤੀ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿਚ ਸਾਡਾ ਸ਼ਰੀਰ ਵੀ ਸਾਥ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ, ਤਾਂ ਇਸਤਰੀ, ਪੁਰਖ, ਪੁੱਤਰ, ਮਿੱਤਰ ਕੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ?

☐ ਅਸਲ ਵਿਚ ਉਹੀ ਗਿਆਨੀ ਅਤੇ ਧਰਮਾਤਮਾ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਮਨ ਦੁਖੀ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਦਯਾ ਨਾਲ ਪਿਘਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

☐ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਗਲ ਕੁੱਤਾ ਇੱਟ ਮਾਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ, ਇੱਟ ਨੂੰ ਹੀ ਖਾਣ ਨੂੰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ. ਉਸੇ ਤਰਾਂ ਹੀ ਮੌਤ ਵਿਚ ਲੀਨ ਸੰਸਾਰੀ ਮਨੁੱਖ, ਸੁੱਖ ਦੁੱਖ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕਰਮਾਂ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਸਗੋਂ ਇਹਨਾਂ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਛੁਡਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਦੁੱਖ ਸੁੱਖ ਦਾ ਦਾਤਾ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

☐ ਹੇ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ! ਜੋ ਕੁਝ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਉਹ ਅੱਜ ਹੀ ਕਰ ਲੈ ! ਕੌਣ ਜਾਣਦਾ ਹੈ, ਕੱਲ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ? ਹੇ ਚਾਲਾਕ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਕੱਲ ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਨਾ ਕਰ, ਕਰਨ ਯੋਗ ਜੋ ਕੰਮ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੱਜ ਹੀ ਕਰ ਲੈ ਤੇ ਹੁਣੇ ਹੀ ਕਰ ਲੈ, ਰਾਤ ਵਿਚਾਲੇ ਪਈ ਹੈ। ਕਿਹੜਾ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ ?

☐ ਅਨੇਕਾਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੰਛੀ ਅਨੇਕਾਂ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਤੋਂ ਆ ਕੇ ਕਿਸੇ ਦਰਖੱਤ ਤੇ ਵੱਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਵੇਰ ਹੁੰਦੇ ਹੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵੱਲ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਯੋਗ ਨਾਲ ਪੁੱਤਰ, ਮਿੱਤਰ, ਆਦਿ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤੇ ਸਮਾਂ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੇ ਕਰਮ ਅਨੁਸਾਰ ਯੋਗ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਦੁੱਖ ਸੁੱਖ ਮਨਾਉਣਾ ਮੂਰਖਤਾ ਹੈ।

☐ ਇੱਕ ਦੁਨਿਆਵੀ ਆਦਮੀ ਨੇ ਕਿਸੇ ਗਿਆਨੀ ਸਾਧੂ ਨੂੰ ਪਰਮ ਸੁਖੀ ਦੇਖ ਕੇ ਉਸਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ—"ਮਹਾਰਾਜ ! ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਭਰਾ-ਮਿੱਤਰ, ਪੁੱਤਰ-ਇਸਤਰੀ ਕੋਈ ਵੀ ਨਹੀਂ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਸੁਖੀ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ।" ਸਾਧੂ ਨੇ ਉੱਤਰ ਦਿੱਤਾ--'ਭਰਾਵਾ, ਮੇਰੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਸਾਰੇ ਤਾਂ ਹਨ। ਵੇਖੋ, ਸੱਚ ਮੇਰੀ ਮਾਤਾ ਹੈ, ਗਿਆਨ ਪਿਤਾ ਹੈ ਧਰਮ ਭਰਾ ਹੈ, ਦਯਾ ਮਿੱਤਰ ਹੈ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਇਸਤਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਖਿਮਾ ਪੁੱਤਰ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨਾਲ ਮੈਂ ਸਦਾ ਸੁੱਖ ਵਿਚ ਮਸਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ।"

□ ਜਦੋਂ ਆਤਮਾ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਸਮੇਂ ਸ਼ਰੀਰ ਦਾ ਮਾਨ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ! ਸ਼ਰੀਰ ਦਾ ਘਮੰਡ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਣ ਨਾਲ ਜਿੱਥੇ-ਜਿੱਥੇ ਮਨ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਥੇ ਹੀ ਸਮਾਧੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਰੀਰ ਦਾ ਮੋਹ ਨਾ ਰਹਿਣ ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਪੁੱਤਰ, ਮਿੱਤਰ ਆਦਿ ਨਾਲ ਮੋਹ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਤੇ ਦੁਸ਼ਮਨਾਂ ਨਾਲ ਵੈਰ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਇਕ ਨਿਗਾਹ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਨਜਰ—ਇਕ ਵਿਚਾਰ ਹੀ ਸਮਾਧੀ ਹੈ।

□ ਵਿਸ਼ੇ-ਵਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਇੱਛਾ, ਉਸਦੇ ਸਾਧਨ ਜੁਟਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਨਾ ਹੀ ਕਮੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਨਾ ਹੋਵੇਗੀ। ਕੇਵਲ ਵਿਸ਼ੇ ਭੋਗ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦਾ ਤਿਆਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੇ ਤਪ-ਸੰਜਮ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਇੱਛਾ ਮਿਟਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੱਗ ਤੇ ਘਿਉ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਅੱਗ ਸ਼ਾਂਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਣ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਇੱਛਾ ਸ਼ਾਂਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

□ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਦੇਵਗਤਿ ਦੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਮੰਨਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਰੱਬ ਕੌਣ ਹੈ ? ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਕੀ ਹੈ ? ਰੱਬ ਕਿੱਥੇ ਹੈ ? ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਉੱਤਰ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।

☐ ਸਾਰੇ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਆਤਮਾ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਹੈ। ਉਸ ਵਿਚ ਛੋਹ, ਰਸ, ਗੰਧ, ਤੇ ਰੂਪ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਿਸ ਆਤਮਾ ਦਾ ਕੋਈ ਕਰਮ, ਮਨ, ਵਚਨ ਅਤੇ ਸ਼ਰੀਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਜਿਸਨੂੰ ਕੋਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬਾਕੀ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ, ਉਹ ਪੂਰਣ ਵੀਤਰਾਗ ਹੈ। ਜਿਸਨੇ ਫਿਰ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਣਾ ਉਹੀ ਅੰਤਰਯਾਮੀ, ਸਰਵਦਰਸ਼ੀ ਆਤਮਾ ਪਰ-ਮਾਤਮਾ ਹੈ।

☐ ਈਸ਼ਵਰ ਦਾ ਧਿਆਨ ਅਤੇ ਚਿੰਤਨ ਕਰਣ ਨਾਲ ਮਨ ਪਵਿੱਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਮਨ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਨਾਲ ਗਿਆਨ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਗਿਆਨ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਅਗਿਆਨ ਰੂਪੀ ਅੰਧਕਾਰ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਣ ਲਈ। ਉਸ ਤਰਨ-ਤਾਰਨ ਅੰਤਰਯਾਮੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸੌਂਦੇ-ਬੈਠਦੇ, ਚਲਦੇ-ਫਿਰਦੇ ਖ਼ਾਂਦੇ-ਪੀਂਦੇ, ਹਰ ਸਮੇਂ ਧਿਆਨ ਤੇ ਚਿੰਤਨ ਕਰੋ। ਜਿਸ ਪਵਿਤਰ ਮਨ ਵਿਚ ਉਹ ਦੇਵਤਿਆਂ ਦਾ ਦੇਵਤਾ ਪ੍ਰਭੂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਥੇ ਦੁੱਖ ਤੇ ਅਗਿਆਨ ਟਿਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮੋਰ ਦੇ ਆਉਣ ਨਾਲ ਚੰਦਨ ਦੇ ਰੁੱਖ ਤੇ ਲਿਪਟੇ ਹੋਏ ਸੱਪ ਵੀ ਨਹੀਂ ਠਹਿਰ ਸਕਦੇ।

☐ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਧਿਆਨ ਚਿੰਤਣ ਅਜਿਹੀ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਕਿਸੇ ਦਾ ਆਉਣਾ ਜਾਣਾ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਨਦੀ, ਤਾਲਾਬ ਜਾਂ ਖੂਹ ਦੀ ਡਾਟ ਤੇ ਉਪਾਸਨਾ ਆਦਿ ਕਰਨ ਲਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਅਜਿਹੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਜਿੱਥੇ ਪੁਰਖ-ਇਸਤਰੀਆਂ ਦਾ

ਅਕਸਰ ਆਉਣ ਜਾਣ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਬਗਲੇ ਵਾਂਗ ਧਿਆਨ ਲਾ ਕੇ ਬੈਠੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਠੀਕ ਨਹੀਂ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਜੋ ਲੋਕ ਸੱਚੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਰੱਬ ਦਾ ਧਿਆਨ ਕਰਨ ਤਾਂ ਵੀ ਲੋਕ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਢੋਂਗੀ ਪਾਖੰਡੀ ਹੀ ਕਹਿਣਗੇ।

- ☐ ਅਜ ਕੱਲ ਕਰਦੇ-ਕਰਦੇ ਦਿਨ ਬੀਤਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੱਲ ਬੀਤ ਗਿਆ, ਅੱਜ ਬੀਤ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਕੱਲ ਵੀ ਜਲਦੀ ਹੀ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਜਿਹੜਾ ਬੀਤ ਗਿਆ ਕਦੇ ਵਾਪਿਸ ਨਹੀਂ ਆਏਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਚਲਾ ਗਿਆ—"ਮਨੁੱਖ ! ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਰੰਗਭੂਮੀ ਤੇ ਤੂੰ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਖੇਡ ਖੇਡਣ ਆਇਆ ਹੈ, ਵੇਖ, ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਦਿਨ ਹੁਣੇ ਹੀ ਘੱਟ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਚੇਤ, ਹੋਸ਼ ਕਰ।

- ☐ "ਇਹ ਸਾਰਾ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸੰਸਾਰ ਮੇਰੀ ਪਰਣ ਕੁਟੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰ-ਹਿਤ ਕਰਨਾ ਮੇਰਾ ਪਹਿਲਾ ਧਰਮ ਹੈ" ਅਜਿਹੀ ਭਾਵਨਾ ਆਤਮ-ਹਿਤੈਸ਼ੀ ਵਿਚ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

- ☐ ਜਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰੀ ਬਨਾਵਟ ਵਿਚ ਪ੍ਰੇਮ ਰੱਖੋਗੇ, ਉਦੋਂ ਤਕ ਸੁਖ ਦੁਖ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚੋਂ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਸਕੋਗੇ।

- ☐ ਅਸ਼ੁਭ, ਬੁਰੇ ਅਤੇ ਨੀਚ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਕੱਢ ਦਿਉ ਇਹ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਅਧਰਮੀ ਅਤੇ ਹੰਕਾਰੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

□ ਭੁੱਲ ਸੁਧਾਰਨ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਗਿਆਨ ਵਧਾਉਣ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਪਾਏ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਭੁੱਲ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਹੀ ਕਸ਼ਟ ਸਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਜਾਗਦਾ ਹੋਇਆ ਮਨੁੱਖ ਇਸ਼ਾਰੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਭੁੱਲ ਸਮਝ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

□ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਖਿਆਲੀ ਵਿਚਾਰ ਬਨਾ ਲਵੋਗੇ ਤਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਆਦਮੀ ਤੁਹਾਡਾ ਅਪਮਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਧਰਮ ਦਾ ਝੰਡਾ ਲਹਿਰਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨਿਯਮ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਸਦਾ ਯਾਦ ਰਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

□ ਸੁਖ ਦੁਖ ਦਾ ਆਧਾਰ ਮਨ ਦੀ ਹਾਲਤ ਤੇ ਹੈ। ਬਾਹਰ ਦੇ ਸੰਯੋਗਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰੁਚੀ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਬਨਾਉਣ ਦੀ ਥਾਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਬਨਾਉਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਓ। ਸੁਖ ਪਾਉਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉਚਾ ਰਸਤਾ ਇਹੋ ਹੈ।

□ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਅਨੇਕ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਪਹਿਲਾ ਤੇ ਉਪਯੋਗੀ ਕੰਮ ਆਪਣੇ ਚਰਿੱਤਰ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਕੰਮ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਲਈ ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਸੁਭਾਅ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਪੂਰੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

□ ਨਿਹਕਲੰਕ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਅੰਦਰ ਸਦਾ ਪਵਿੱਤਰ ਤੇ ਸ਼ੁੱਧ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਮਨ ਸਾਫ਼ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਜੇਲ ਵੀ ਚੰਗੀ ਹੈ।

ਜੇ ਮਨ ਬੁਰਾਈਆਂ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਰਾਜ ਦਾ ਭੋਗ ਵੀ ਬੁਰਾ ਹੈ ।

☐ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਮਨ ਵਿਚ ਸ਼ੁਭ ਵਿਚਾਰ, ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸ਼ੁਭ ਉਚਾਰਣ ਤੇ ਆਤਮਾ ਵਿਚ ਸ਼ੁਭ ਆਚਾਰ ਧਾਰਨ ਕਰੋ ।" ਇਹ ਤਿੰਨ ਗੱਲਾਂ ਹੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਦਾ-ਚਾਰੀ ਤੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ।

☐ ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ । ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਛਾ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੋਈ ਕੰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਰਾ ਸੰਸਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਰੋਧੀ ਦਿੱਸਣ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਵਸ਼ ਵਿਚ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖੋ ।

☐ ਕਿਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ? ਮਿੱਤਰ ਕੌਣ ਹੈ ? ਦੇਸ਼ ਕਿਹੜਾ ਹੈ ? ਆਮਦਨੀ ਤੇ ਖਰਚ ਕਿੰਨਾ ਹੈ ? ਮੇਰਾ ਅਹੁਦਾ ਕਿਹੜਾ ਹੈ? ਕਿੰਨੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ ?" ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਸਦਾ ਵਿਚਾਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਚਾਰ ਕੇ ਜੋ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸਫਲਤਾ ਤੇ ਸੁਖ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ।

☐ ਜੋ ਕੁਝ ਮੂੰਹ 'ਚੋਂ ਕੱਢੋ, ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੱਗਾ ਪਿੱਛਾ ਸੋਚ ਕੇ ਕੱਢੋ । ਮੂੰਹ 'ਚੋਂ ਕੱਢੀ ਹੋਈ ਕੋਈ ਗੱਲ ਬੇਅਰਥ ਨਾ ਜਾਵੇ, ਇਸਦਾ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ । ਇਹ ਤਾਂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਦੇ ਪੱਕੇ ਅਤੇ ਸੋਚ ਸਮਝ ਕੇ ਗੱਲ ਕੱਢਣ ਵਾਲੇ ਬਣੋ ।

□ "ਸਚੇਤ ਹੋ ਕੇ ਅੱਗੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਘਟਨਾ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰ ਲੈਣਾ ਵਿਜੈਸ਼ੀਲ ਤੇ ਦੂਰਦਰਸ਼ੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੁੱਖ ਲੱਛਣ ਹੈ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਵਿਵੇਕ ਤੋਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਉਹ ਗੁਣ ਹੀ ਦੋਸ਼ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਭਵਿੱਖ ਸੰਕਟ ਦੀ ਕਲਪਨਾ ਕਰਕੇ ਮਨ ਨੂੰ ਡਰਾਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇੰਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਜਿਹੜਾ ਸੰਕਟ ਕਦੇ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਉਸਨੂੰ ਵੀ ਕਲਪਨਾ ਦੁਆਰਾ ਲਿਆ ਕੇ ਮਨ ਨੂੰ ਵਿਆਕੁਲ ਤੇ ਦੁਖੀ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੂਰਦਰਸ਼ਿਤਾ ਦਾ ਦੁਰਉਪਯੋਗ ਕਰਕੇ ਖਿਆਲੀ ਸੰਕਟ ਭੋਗਣਾ ਅਗਿਆਨਤਾ ਹੈ।

□ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਗੱਲ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲੀ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਸ ਵਿਚ ਹੈ ਪਰ ਜਿਉਂ ਹੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹੋਂ ਨਿਕਲੀ ਤੁਸੀਂ ਉਸਦੇ ਵੱਸ ਹੋ ਗਏ।

□ ਵਚਨ ਦਿਲ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਨ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਖੁਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮਨੁੱਖ ਜੇ ਆਪਣੀ ਜੀਭ ਨੂੰ ਵੱਸ ਵਿਚ ਰੱਖ ਸਕੇ ਤਾਂ ਉਹ ਲੱਖਾਂ ਆਦਮੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਸ ਵਿਚ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ।

□ ਉਹੀ ਸੱਚਾ ਮਿੱਤਰ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਸਮਾਨ ਵਿਖਾ ਦੇਵੇ। ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਣ ਦੱਸੇ ਉਹ ਖੁਸ਼ਾਮਦੀ ਹੈ ਮਿੱਤਰ ਨਹੀਂ।

☐ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਨਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਪਿੱਠ ਪਿੱਛੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਸਤੋਂ ਸਮਝ ਲਉ ਕਿ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ।

☐ ਸਲਾਹ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਚਲ ਸਕਦਾ। ਹੌਂਸਲਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਸਿੱਧ ਕਰੋ। ਭੁੱਖੇ ਸ਼ੇਰ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਹਿਰਣ ਆਪ ਹੀ ਉਸਦਾ ਭੋਜਣ ਬਨਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਕਰਦੇ।

☐ ਕਿਸੇ ਔਖੇ ਕੰਮ ਦੇ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹਿੰਮਤ ਹਾਰਨਾ ਕਾਇਰਤਾ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਉਸਨੂੰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਕਮਰ ਕਸ ਕੇ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਵੋ, ਫੇਰ ਕੰਮ ਨੂੰ ਹੋਣਾ ਹੀ ਪਵੇਗਾ।

☐ ਵੱਡੇ ਲੋਕ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਹ ਗੁਣ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿਚ ਭਾਵੇਂ ਕਿੰਨੀਆਂ ਹੀ ਮੈਲੀਆਂ ਨਦੀਆਂ ਆ ਕੇ ਸਮਾਉਣ ਪਰ ਉਹ ਕਦੇ ਗੰਦਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

☐ ਜੇ ਦੋ ਗਲਾਂ ਯਾਦ ਰੱਖੀਆਂ ਜਾਣ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਝਗੜੇ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਇੱਕ ਤਾਂ ਇਹ ਕੀ ਝਗੜਾ ਕਿਸੇ ਗੱਲਤ ਗੱਲ ਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤੱਤ ਵੀ ਹੈ ? ਦੂਜਾ ਜਿਸ ਗੱਲ ਦਾ ਝਗੜਾ ਹੈ। ਕੀ ਉਹ ਇਸ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਤੇ ਝਗੜਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ?

☐ ਸਦਾ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੋ, ਸਭ ਨਾਲ ਹੱਸ ਕੇ ਬੋਲੋ। ਕੌੜੇ ਜਾਂ ਰੁੱਖੇ ਦਿਲ ਨਾਤ ਗਲ ਨਾਂ ਕਰੋ। ਕੋਈ ਮਨ-ਭਾਉਂਦਾ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇ ਤਾਂ ਧੀਰਜ ਨਾ ਛਡੋ!

☐ ਜੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡਾ ਆਦਰ ਮਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਤੋਂ ਨਾਜਾਇਜ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਨਾ ਕਰੋ। ਨਾ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਜਾ ਕੇ ਓਸਦਾ ਸਮਾਂ ਨਸ਼ਟ ਕਰੋ, ਨਾ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਾਉ। ਆਪਣੀ ਸੱਜਣਤਾ, ਸਵੈ-ਅਭਿਆਨ ਤੇ ਆਜਾਦੀ ਵਿਚ ਕਮੀ ਨਾ ਹੋਣ ਦਿਉ।

☐ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਜਾਉ ਤਾਂ ਬਹੁਤੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਉਸਦੇ ਕੋਲ ਨਾ ਬੈਠੋ। ਉੱਨੀ ਹੀ ਦੇਰ ਠਹਿਰੋ ਜੋ ਕੰਮ ਦੇ ਲਈ ਜਾਂ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਨਾਤੇ ਜਰੂਰੀ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜੇ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਕੰਮ ਵਿਚ ਲੱਗਿਆ ਵੇਖੋ ਜਾਂ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕ ਉਸਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਬੈਠੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਜਲਦੀ ਕੰਮ ਖਤਮ ਕਰਕੇ ਚਲੇ ਜਾਉ।

☐ ਕਿਸੇ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਜਾਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਜੁੱਤਾ, ਛਤਰੀ, ਘੜੀ ਆਦਿ ਵਿਚਾਲੇ ਨਾ ਰੱਖੋ, ਬਲਕਿ ਇੱਕ ਕਿਨਾਰੇ ਤੇ ਰੱਖੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾ ਹੋਵੇ।

☐ ਜੇ ਕਿਸੇ ਲੱਕੜ, ਪੱਥਰ ਆਦਿ ਨਾਲ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੋਕਰ ਲੱਗੇ ਜਾਂ ਉਸਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਚੁੱਕ ਕੇ

ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਤੇ ਰੱਖ ਦਿਉ ਜਿੱਥੇ ਕਿਸੇ ਦੇ ਠੋਕਰ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਬੁੜਬੁੜਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਚਲੇ ਜਾਣ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ।

- ☐ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੋਈ ਚੀਜ ਭੇਂਟ ਜਾਂ ਸੋਗਾਤ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਉਹ ਇੰਨੀ ਭਾਰੀ ਕੀਮਤ ਦੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਉਸਦਾ ਬਦਲਾ ਚੁਕਾਉਣਾ ਹੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤੇ ਇਸਦੇ ਕਾਰਣ ਉਸਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਵੇਖਣਾ ਪਏ ।

- ☐ ਬੁਰਾ ਪ੍ਰਸੰਗ ਆਉਣ ਤੇ ਲੋਕ ਕਲਿਯੁਗ ਨੂੰ ਕੋਸਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਰੁੱਧ ਆਚਾਰ ਉਸਦੇ ਮੱਥੇ ਮੜ੍ਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ । ਪਰ ਜੇ ਜੀਭ ਨੂੰ ਵੱਸ ਵਿਚ ਰਖਿਆ ਜਾਵੇ, ਬਿਨਾ ਵਿਚਾਰੇ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਕੁਲ ਦਾ ਧਰਮ ਤੇ ਸੱਚਾ ਕਰਮ ਨਾ ਛੱਡਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕਲਿਕਾਲ ਦਾ ਗੁੱਸਾ ਬਾਲ ਵੀ ਵਿੰਗਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ।

- ☐ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਿਤਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਕੁਝ ਮੰਗਣਾ ਪਵੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਦੀ ਪ੍ਰਾਥਨਾ ਭੰਗ ਕਰਨੀ ਪਵੇ । ਦੀਨ ਦੁਖੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਨਾ ਪਹੁੰਚੇ ਅਤੇ ਦੁਸ਼ਟਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨ ਜਾਂ ਹਾਸੇ - ਮਜਾਕ ਵਿਚ ਸਮਾਂ ਨਾ ਗੁਜਰ ਜਾਵੇ ।

- ☐ ਸਦਗੁਣ ਤੇ ਸਦਗੁਣੀਆਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਪਿਆਰ ਹੋਣ ਤੇ ਮੋਹ ਨਾ ਵਧਾਉਣਾ ਅਤੇ ਚੰਗੇ-ਬੁਰੇ ਦੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਕਰ ਲੈਣੀ ਸਜ਼ਣਤਾ ਦੀ ਕਸੌਟੀ ਹੈ ।

□ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਫਰਜ ਹੈ ਕਿ ਨਾ ਤਾਂ ਆਪ ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਦੇ ਧੋਖੇ ਵਿਚ ਆਵੇ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਆਪਣੇ ਉਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਖਾ ਦੇਵੇ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕ੍ਰਿਤਘਨ ਹੋਵੇ । ਇਹੀ ਨਿਆਂ ਦਾ ਰੱਸਤਾ ਹੈ ।

□ ਬੇਸ਼ਕ ਧੀਰਜ ਰਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਵਰਤ ਤਲਵਾਰ ਦੀ ਧਾਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਠੋਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ । ਉਹ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਪੈਣ ਤੇ ਬੇਮੁੱਖ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ । ਮਰਦੇ-ਮਰਦੇ ਵੀ ਮਾਨ ਮਰਿਯਾਦਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੇ ਅਤੇ ਜੇ ਗਰੀਬ ਹੋ ਵੀ ਜਾਣ ਤਾਂ ਵੀ ਦਾਨ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਬੇਮੁੱਖ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ।

□ ਜੋ ਮੌਕਾ ਵੇਖ ਕੇ ਬੋਲਦਾ ਹੈ, ਬੁਰੇ ਆਦਮੀ ਦਾ ਸਭਾ ਵਿਚ ਮਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਾਏ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ।

□ ਉੱਚੇ ਕੁਲ ਵਿਚ ਜਨਮ ਲੈਣ ਨਾਲ ਹੀ ਕੁਲੀਨਤਾ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਬਲਕਿ ਜੋ ਜਾਦੂ-ਟੂਨੇ ਆਦਿ ਦੇ ਫੇਰ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ । ਬਿਨਾਂ ਕੰਮ ਤੇ ਇੱਕਲਾ ਪਰਾਏ ਘਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਚਨ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹੀ ਕੁਲੀਨ ਹੈ ।

□ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਪ੍ਰੇਮ ਸਥਿਰ ਬਣਿਆ ਰਹੇ ਤਾਂ ਖਾਉ ਅਤੇ ਖਵਾਉ, ਮਨ ਦੀ ਕਹੋ ਤੇ ਪੁੱਛੋ, ਉਚਿਤ ਚੀਜ ਦਿਉ ਅਤੇ ਲਉ ।

- ਕਿਸੇ ਦਾ ਅਪਮਾਨ ਨਾ ਕਰੋ ਨਾ ਹੀ ਆਪਣੇ ਗੁਣਾਂ ਤੇ ਘਮੰਡ ਕਰੋ । ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਮੰਡ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਕਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਨਾ ਲਿਆਉ ਕਿ ਜੋ ਕੁਝ ਹਾਂ, ਮੈਂ ਹੀ ਹਾਂ । ਕਿਉਂਕਿ ਧਰਤੀ ਤੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਇਕ ਵਧ ਕੇ ਸੈਂਕੜੇ ਰਤਨ ਭਰੇ ਪਏ ਹਨ ।

- ਕਿਸੇ ਮਿਤਰ ਜਾਂ ਜਾਨ - ਪਹਚਾਨ ਵਾਲੇ ਆਦਮੀ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਜਾਂ ਸੜਕ ਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉੱਥੇ ਘੰਟੇ ਖੜੇ ਰਹਿ ਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ । ਜੇ ਲੰਬੀ ਗਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੁਝ ਦੇਰ ਤਕ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਚਲ ਕੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਸੁਨਣ ਦੇ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੋ ਕੇ ਨੁਕਸਾਨ ਉਠਾਉਣਾ ਪਵੇ ।

- ਘਰ ਵਿਚ ਮਿਲਣ ਆਏ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਪਾਨ ਸੁਪਾਰੀ ਇਲਾਇਚੀ ਆਦਿ ਨਾਲ ਉਸਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਉਹ ਜਾਣ ਲੱਗੇ, ਉਸਦੀ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਖੜੇ ਹੋ ਕੇ ਜਾਂ ਦਰਵਾਜੇ ਤੱਕ ਜਾਂ ਦੱਸ ਕਦਮ ਬਾਹਰ ਤੱਕ ਜਾ ਕੇ ਆਦਰ ਨਾਲ ਵਿਦਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

- ਜੇ ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਰੋਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਰੁਪਏ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਕਰੜੇ ਲੀੜੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਵਰਤਾਉ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਸਦਾ ਹਿਸਾਬ ਕਿਤਾਬ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਫੇਰ ਉਸਦੇ ਘਰ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਮੌਕਾ ਆਉਣ ਤੇ ਉਨਾ ਹੀ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।

□ ਜਿਹੜਾ ਜਾਨ ਪਹਿਚਾਨ ਦਾ ਆਦਮੀ ਸਾਡੇ ਘਰ ਭੋਜਨ ਕਰਨ ਆਵੇ ਸਾਨੂੰ ਵੀ ਉਸਦੇ ਘਰ ਜ਼ਰੂਰ ਜਾਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿਚ ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕੇ ਜਾਤ ਬੰਧਨ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

□ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ-ਪੱਤਰ ਮੰਗਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਿਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ-ਪੱਤਰ ਮੰਗੇ, ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਕਰੇ, ਫੇਰ ਉਸਦੇ ਮਨ ਦਾ ਭਾਵ ਜਾਨ ਕੇ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਪੱਤਰ ਮੰਗੇ। ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਪੱਤਰ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਉਸਦੇ ਆਚਰਣ ਤੇ ਯੋਗਤਾ ਨਾਲ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਉਚਿਤ ਉਪਾਅ ਨਾਲ ਟਾਲ ਦੇਵੇ। ਝੂਠਾ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਪੱਤਰ ਦੇਣ ਨਾਲ ਨਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਨਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਦੀ।

□ ਪੰਚਾਇਤ ਵਿਚ ਹਰ ਪੱਖ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਕਹਿਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਪੱਖਪਾਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪੰਚਾਇਤ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਮਿੱਟੀ ਵਿਚ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

□ ਬੁਰੇ ਲੋਕ ਤਿਲ ਦਾ ਤਾੜ, ਰਾਈ ਦਾ ਪਹਾੜ, ਰਜ ਦਾ ਰਾਜ ਜਾਂ ਚੌਂਪੜੇ ਦਾ ਬਾਘ ਬਨਾਉਣ ਵਿਚ ਦੇਰ ਨਹੀਂ ਲਾਂਦੇ। ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਪਲਤਾ ਨਾਲ ਨਾ ਚੱਲੋ, ਬਨ-ਠਨ ਕੇ ਆਕੜ ਕੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਟੇਢੀ ਨਿਗਾਹ ਨਾਲ ਨਾ ਵੇਖੋ ਤਾਂ

ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੁੱਸੇ ਹੋਣ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਸਕਣਗੇ।

□ ਪੰਚਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪੱਖਪਾਤ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਕਵਿ ਧਾਨਤ ਰਾਏ ਜੀ ਨੇ ਅੱਜ ਕਲ ਦੇ ਪੰਚਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਹੈ।

ਤਨ ਬਲ ਧਨ ਬਲ ਕਪਟ ਬਲ, ਬਾਲ ਬਾਂਹ ਬਲ ਜੋਏ।
ਅਜਸ ਪਾਪ ਤੇ ਨਾ ਡਰੈਂ, ਪੰਚ ਕਹਾਵੈ ਸੋਏ॥

ਪੰਚ ਨਿਆਂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲ ਉਂਗਲ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ।

□ ਮਕਾਨ ਆਦਿ ਬਣਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗੁਆਂਢੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੁਕਾਵਟ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਕੋਈ ਕੋਈ ਛਲ ਕਪਟ ਨਾਲ ਜਾਂ ਅਧਿਕਾਰ ਦੇ ਬਲ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦੱਬਣ ਜਾਂ ਤੰਗ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਕਿੰਨੀਆਂ ਹੀ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਤੱਕ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚ ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਚਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਕੰਮ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜੰਗਲੀ ਹਾਲਤ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹਨ। ਸਮਝਦਾਰ ਆਦਮੀ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਗੁਆਂਢੀ ਨੂੰ ਸਭ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣਾ ਅਤੇ ਸੁੱਖ ਦੇਣਾ ਹਰ ਆਦਮੀ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਹੈ।

□ ਦੂਜੇ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਜਾਂ ਫ਼ਰਜ਼ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਚੱਲਣ ਦਾ ਯਤਨ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜਿਸ

ਅਧਿਕਾਰ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਸੇ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਤਾਉ ਕਰੋ। ਹਾਂ ਉੱਨਤੀ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕਰਦੇ ਰਹੋ।

☐ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿਚ ਜਿਹੜਾ ਕੰਮ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਉੱਪਰ ਲਿਆ ਹੈ, ਉਸੇ ਦਾ ਪੂਰਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ। ਨਾ ਭੂਤ ਕਾਲ ਦੀ ਅਸਫਲਤਾ ਦੇ ਲਈ ਪਛਤਾਵੋ, ਨਾ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਲਈ ਹਵਾਈ ਕਿਲੇ ਬਣਾਓ।

☐ ਕਠਿਨਾਈ ਆਉਣ ਤੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਡੋਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਬਲਕਿ ਕਠਿਨਾਈਆਂ ਨੂੰ ਧੀਰਜ ਨਾਲ ਸਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਠਿਨਾਈ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਅੱਗੇ ਵਧੇ ਹੋ, ਇਸ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੀ ਕਸੌਟੀ ਹੈ।

☐ ਇੱਛਾਵਾਂ ਘੋੜੇ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹਨ। ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੂੰਛ ਫੜਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਘਸੀਟਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਟੋਏ ਵਿਚ ਡਿੱਗਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੋ ਉਸ ਤੇ ਸਵਾਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਆਨੰਦ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਨਾ ਭੱਜੋ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਸ ਵਿਚ ਕਰੋ।

☐ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਮਿੱਤਰ ਬਨਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸਦੀ ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਦਾ ਧਿਆਨ ਨਾ ਕਰਕੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਉਸਦਾ ਭਲਾ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਉਹ ਆਪ ਹੀ ਮਿੱਤਰ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

- ਕੁਝ ਪੁਰਖ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਤੋਂ ਡਰ ਕੇ ਕੋਈ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਕੁਝ ਪੁਰਖ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਔਕੜ ਦੇ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਉੱਤਮ ਪੁਰਖ ਅਨੇਕਾਂ ਕਸ਼ਟ ਆਉਣ ਤੇ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਕੰਮ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦੇ।

- ਸਭਾ-ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਇੱਜ਼ਤ, ਪਦ ਅਤੇ ਉਮਰ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਦੇਖ ਕੇ ਬੈਠੋ। ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਭਿੜ ਕੇ ਬਹਿਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬੁਰਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਅਸੱਭਿਆਚਾਰੀ ਗਿਣੇ ਜਾਵੋਂ।

- ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਰਨ ਕਿਸੇ ਸਭਾ ਜਾਂ ਸਮਾਜ 'ਚੋਂ ਉਠ ਕੇ ਨਾ ਜਾਓ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਭਾ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਵਕਤਾ ਤੇ ਸੁਨਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਭੰਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਜੋ ਕੋਈ ਆਦਮੀ ਕਿਸੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਸਨੂੰ ਕਦੇ ਆਨੰਦ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਇਕਾਂਤ ਵਿਚ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਤੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਸੰਗ ਵਿਚ ਉਸਦੀ ਆਤਮਾ ਜਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

- ਬੁਰਾ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਪਛਤਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਉਸਦੀ ਬੁੱਧੀ ਨਿਰਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਉਹੀ ਬੁੱਧੀ ਸਦਾ ਬਣੀ ਰਹੇ ਤਾਂ ਕਿੰਨਾ ਆਨੰਦ ਹੋਵੇ ?

☐ ਦੂਰ ਤੋਂ ਆਏ ਹੋਏ, ਰਸਤੇ ਤੋਂ ਥੱਕੇ ਹੋਏ ਮੁਸਾਫ਼ਿਰ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਭੋਜਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਜ਼ਰੂਰ ਹੀ ਨੀਚ ਗਿਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

☐ ਮਿੱਠੇ ਬਚਨਾਂ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਖ਼ੁਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਮਿੱਠੇ ਬਚਨ ਭਰੇ ਪਏ ਹਨ। ਬੋਲਣ ਨਾਲ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਫੇਰ ਮਿੱਠੇ ਬਚਨ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਬੋਲੇ ਜਾਣ?

☐ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਕੋਈ ਅਪਰਾਧ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸੇ ਡਰ ਤੋਂ ਉਸਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰ ਲਓ। ਅਪਰਾਧ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਉੱਨਤ ਬਨਾਉਣਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਦਾ ਅਪਰਾਧ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਸ ਕੋਲੋਂ ਉਸੇ ਵਕਤ ਖਿਮਾ ਮੰਗ ਲਵੋ।

☐ ਇਸਤਰੀਆਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪੁਰਖਾਂ ਨੂੰ ਅਤੇ ਪੁਰਖਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇਸਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਹਾਸਾ ਮਜ਼ਾਕ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।

☐ ਜਿੱਥੇ ਵੇਸਵਾ ਜਾਂ ਬੁਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹੋਣ ਉਹਨਾਂ ਗਲੀਆਂ ਮੁਹੱਲਿਆਂ ਵਿਚ ਨਾ ਘੁਮੋ। ਜੇ ਜਾਣ ਦਾ ਕੰਮ ਵੀ ਪਏ ਤਾਂ ਦੂਜੇ ਰਸਤੇ ਤੋਂ ਜਾਓ, ਚਾਹੇ ਚੱਕਰ ਕੱਟ ਕੇ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਜਾਨਾ ਪਵੇ।