

** ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ 'ਡਰ' **

ਕਿਸਤ ਨੰਬਰ 1

. 'ਡਰ, ਭੈ, ਭਉ' – ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਬਣਾਈ/ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਕਲਪਨਾ ਹੈ, ਇਸੇ ਕਲਪਨਾ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸੋਚ ਵਿਚ, ਤਨਾਅ, ਪਰੈਸ਼ਰ, ਦਬਾਅ ਬਣਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਬਾਹਰੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਬਣੀ ਕਿਸੇ ਧਾਰਨਾ/ਸੋਚ/ਵਹਿਮ ਭਰਮ ਦਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। (ਕਲਪਨਾ – ਜਿਸ ਵਿਚਾਰ/ਸੋਚ ਦਾ ਕੋਈ ਆਸਤਿੱਵ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਉਸਦਾ ਇੱਕ ਆਸਤਿੱਵ ਘੜ ਲਿਆ ਹੈ, ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਕਲਪਨਾ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਆਪਣੀ ਮਨਕਿਲਪਿੱਤ ਘਾਤਤ ਹੈ। ਇਸ ਕਲਪਨਾ ਦਾ ਕਾਰ-ਆਕਾਰ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਆਪੋ-ਆਪਣਾ ਹੈ।)

. ਮਨੁੱਖ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਇਸ 'ਡਰ, ਭੈ, ਭਉ' ਦਾ ਸਹਿਮ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਬਣਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ 'ਡਰ' ਦੇ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇੱਲਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਫਿਰ ਭੀ ਬੱਚਾ 'ਡਰਨਾ' ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਬਚਪਨ ਦੇ 'ਡਰ' ਸਹਿਮ/ਭੈ ਦਾ ਸੰਸਕਾਰ, ਦੀ 'ਫਾਈਲ/ਯਾਦ' ਸਾਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪੱਕੀ ਤਰਹ ਆਪਣਾ ਅਸਰ ਕਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਸਰ ਵਿਖਾਉਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

. 'ਡਰ' ਮਨੁੱਖੀ ਸੋਚ ਵਿਚ, ਮਨ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ, ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਮਾਨਸਿਕ ਦਬਾਅ/ ਤਨਾਅ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਭਉ, ਭੈ, ਤੌਖਲੇ, ਫਿਕਰ, ਘਬਰਾਹਟ, ਚਿੰਤਾ, ਖਤਰੇ, ਸਹਿਮ, ਖੌਫ, ਸੰਸੇ, ਹੌਲ, ਦਹਿਸ਼ਤ ਵਰਗੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਣਾਂ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਇਸ 'ਡਰ, ਭੈ ਸਹਿਮ' ਦਾ ਆਪਣਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰਲਿਆਂ ਨਾਲ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

. 'ਡਰ' ਇੱਕ ਅਹਿਸਾਸ ਹੈ/ਭਾਵ ਹੈ, ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਸੋਚ/ਮਨ/ਚੇਤਨਤਾ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਘਟਨਾ-ਕਰਮ, ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ, ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ, ਵਰਤ-ਵਰਤਾਰੇ, ਬੋਲ-ਚਾਲ ਦੇ ਅਮਲਾਂ-ਤਾਜ਼ੁਰਬਿਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ-ਸਿੱਟਿਆਂ, ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਈਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ, ਤਕਲੀਫਾਂ, ਘਾਟਿਆਂ ਵਾਧਿਆਂ ਕਰਕੇ ਬਣਦਾ ਹੈ।

. ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਇਸੇ 'ਡਰ' ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ/ਭਾਵ ਦਾ, ਮਨੁੱਖੀ ਸੋਚ/ਮਨ ਵਿੱਚ ਪੱਕਾ ਟਿਕਾਣਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਸਰ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਾ-ਜਿੰਦਗੀ, ਫਿਰ ਮਨੁੱਖ ਉਹਨਾਂ ਘਟਨਾ-ਕਰਮਾਂ, ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰਾਂ, ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ, ਵਰਤ-ਵਰਤਾਰੇ, ਬੋਲਚਾਲ ਦੇ ਅਮਲਾਂ-ਤਾਜ਼ੁਰਬਿਆਂ ਦੇ ਕਰਨ ਤੋਂ, ਨਿਭਾਉਣ ਤੋਂ ਸੰਕੋਚ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵ 'ਡਰਦਾ' ਹੈ, ਘਬਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਸਿੱਟਿਆਂ, ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਏ ਦੁੱਖਾਂ ਤਕਲੀਫਾਂ, ਘਾਟਿਆਂ ਦਾ ਹਸਰ ਸਾਹਮਣੇ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ।

. ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਏ ਦੁੱਖਾਂ ਤਕਲੀਫਾਂ, ਮਾੜੇ ਸਿੱਟਿਆਂ, ਘਾਟਿਆਂ ਦਾ ਹਸਰ, ਰਜ਼ਲਟ ਹੀ 'ਡਰ, ਭੈ, ਭਉ' ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਜ਼ਿਹਨ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ 'ਡਰਨ' ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



. ਇਸ ‘.ਡਰ, ਭੈ, ਭਉ’ ਦੀ ਦਹਿਸ਼ਤ/ਸਹਿਮ ਦਾ ਅਸਰ, ਅਹਿਸਾਸ, ਹੌਲ, ਮਨੁੱਖੀ-ਬੱਚੇ ਦੇ ਬੇਦਾਗ ਮਨ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਡਰ-ਭੈ ਵਾਲੀ ‘ਚੇਤਨਤਾ’ ਵਿੱਚ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਬਿੱਠਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਾਂ-ਬਾਪ, ਭੈਣ-ਭਰਾ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ, ਦੋਸਤ ਮਿੱਤਰ ਸਾਰੇ ਹੀ ਇਸ ‘ਡਰ, ਭੈ, ਭਉ’ ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ, ਸਹਿਮ, ਦਹਿਸ਼ਤ, ਤੌਖਲੇ ਦੀ ਨੀਂਹ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਜਾਣੇ-ਅਣਜਾਣੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ-ਆਪਣਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਕਦੇ ਨਾ ਕਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਤੌਰ ਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ਰਾਰਤਾਂ ਨਾ-ਕਰਨ ਤੋਂ, ਇੱਲਤਾਂ ਨਾ-ਕਰਨ ਤੋਂ, ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ, ਡਰਾਇਆ ਧਮਕਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚਾ ਸਹਿਮ ਵੀ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- ਕਦੇ ਇਹ ‘ਡਰ’ ‘ਮਾਉਂ’ ਦੀ ਸ਼ਕਲ ਵਿਚ,
- ਕਦੇ ਕੌਕਰੋਚ ਦੀ ਸਕਲ,
- ਕਦੇ ਕੰਨ-ਖਜੂਰੇ ਦੇ ਕੰਨ ਵਿੱਚ ਵੜਨ ਦਾ ‘ਡਰ’,
- ਕਦੇ ਚਾਮਚਕਿੱਕ ਦੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਚਿੰਬੜਨ ਦਾ ‘ਭੈ’,
- ਕਦੇ ਕਿਸੇ ‘ਭੂਤ-ਪ੍ਰੇਤ’ ਦੀ ਦਸਿਸ਼ਤ,
- ਕਦੇ ‘ਰੱਬ’ ਦੀ ਕਰੋਪੀ ਦੀ ਮਨ ਵਿੱਚ ‘ਡਰ’,
- ਕਦੇ ਕਿਸੇ ‘ਰਾਹੂ-ਕੇਤੂ’ ਗ੍ਰਹਿ ਦੀਆਂ ਭੂਆਟਣੀਆਂ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚਾਲਾਂ,
- ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਵੱਡੇ ਦੀ ਭਟਕਦੀ ਰੂਹ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਵਿਚ,
- ਕਦੇ ਕਿਸੇ ‘ਧਰਮਰਾਜ’ ਦੀ ਕਚਾਹਿਰੀ ਦਾ ਤੌਖਲਾ,
- ਕਦੇ ਕਿਸੇ ‘ਯਮਰਾਜ’ ਦੇ ਦਫਤਰੀ ਗੋੜਿਆਂ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ,
- ਕਦੇ ਕਿਸੇ ‘ਚਿੱਤਰ-ਗੁਪਤ’ ਯਮਦੂਤਾਂ ਦਾ ਭੈ,
- ਕਦੇ ਉੱਬਲਦੇ ਤੇਲ ਦੇ ਕੜਾਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਬਾਲੇ ਜਾਣ ਦਾ ਖੌਫ਼,
- ਕਦੇ ਸੂਈ ਦੇ ਨੱਕੇ ਵਿੱਚ ਦੀ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਪੀੜਾ ਭਰੀ ਕਿਰਿਆ,
- ਕਦੇ ਸਮਸ਼ਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਲਦੀ ਚਿੱਖਾ ਦਾ ‘ਡਰ’
- ਕਦੇ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਜਲ ਜਾਣ ਦਾ ਭੈ,
- ਕਦੇ ਉੱਚੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਸਮੁੱਦਰੀ ਲਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬ ਜਾਣ ਦੀ ਦਹਿਸ਼ਤ,

- ਕਦੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਿਵਿਆਂ ਵਿੱਚ ਭਟਕਦੀਆਂ ਪਿੰਡ ਦੇ ਬੁੱਢਿਆਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀਆਂ ਆਤਮਾਵਾਂ,
- ਕਦੇ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਸਦੀਆਂ ਪੁਰਾਣੇ ਪਿੱਪਲਾਂ ਬੋਹੜਾਂ ਖੂਹਾਂ ਉੱਪਰ ਭੂਤਾਂ-ਪ੍ਰੇਤਾਂ ਦੇ ਬਸੇਰੇ ਦਾ 'ਡਰ'।
- ਕਦੇ ਛਾਂ-ਛਾਂ ਕਰਦੀ ਹਵਾ ਵਿਚੋਂ ਭੂਤਾਂ ਦੇ ਹਾਸਿਆਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਦਾ 'ਡਰ',
- ਕਦੇ ਗਰਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਵਾ-ਵਰੋਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉੱਡਦੇ ਕੱਖਾਂ-ਕਾਨਿਆਂ ਤੋਂ 'ਡਰ',
- ਗੱਲ ਕੀ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕਾਂ ਤਰਾਂ ਦੇ ਡਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਹਰ ਨਵੇਂ ਪੜਾਅ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ 'ਡਰ', ਸਾਰੇ ਮਨੁੱਖਾ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਮਨੁੱਖ ਤਾਂ ਵੱਡੇਰੀ ਉੱਮਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਵੀ ਇਸ 'ਡਰ' ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦੇ। ਕਈ ਮਨੁੱਖ ਤਾਂ ਇਸੇ 'ਡਰ' ਵਾਲੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦੇ ਹੀ ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਰੁੱਖ-ਸੁੱਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਲਵਿੱਦਾ ਕਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

***** ਜਨਮ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਰ ਮਨੁੱਖੀ-ਬੱਚਾ, ਬਿੱਲਕੁਲ ਨਿੰਡਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।**



- ਉਸਦੇ ਮਨ/ਚੇਤਨਤਾ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੇ 'ਡਰ' ਦਾ ਕੋਈ ਭਾਵ, ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਯਾਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਸੰਸਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਫਾਈਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।
- ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦਾ ਕੋਈ 'ਡਰ, ਭਉ, ਭੈ' ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- ਉਸਦੀ ਮਾਨਸਿੱਕ ਸਲੇਟ ਬਿੱਲਕੁੱਲ ਸਾਫ਼ ਸੁਥਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣ ਬੱਚਾ, ਬੱਲਦੀ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੱਥ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਡਰਦਾ।
- ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਸੱਪਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣਾ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਫੜਨਾ ਲੋਚਦਾ ਹੈ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾੜੀ ਚੰਗੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।
- ਅਗਰ ਬਾਪ ਸਾਹਮਣੇ ਖੜਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚਾ ਉੱਚੀ ਜਗਹ ਤੋਂ ਵੀ ਛਾਲ ਮਾਰਨ ਲੱਗਾ ਨਹੀਂ ਘਬਰਾਉਂਦਾ।
- ਜਦ ਤੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਆਪਣੇ ਸੱਕੇ-ਸਬੰਧੀ, ਮਾਂ-ਬਾਪ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਡਰ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਨਹੀਂ ਕਰਾਵਾਉਂਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਚਿਰ ਤੱਕ ਬੱਚਾ ਨਿੰਡਰ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੀ ਹਰ ਰੀਝ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਫਿਰਾਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

‘ਡਰ’ ਲਫਜ਼ ਮਨੁੱਖਾ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਆਮ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਲਫਜ਼ ਹੈ। ਮਨੁੱਖਾ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਸ ਲਫਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੜੇ ਖੁੱਲ ਕੇ, ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਤੀਜੇ ਮਨੁੱਖ (ਔਰਤ ਮਰਦ ਦੋਨੋਂ) ਨੂੰ ਡਰਾਉਣ, ਧਮਕਾਉਣ, ਦਹਿਸ਼ਤ ਪਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

. ‘ਡਰ’ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

. ‘ਡਰ’ ਦਾ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਆਸਤਿੱਵ ਨਹੀਂ/ਵਯੂਦ ਨਹੀਂ ਹੈ।

. **F.E.A.R.** is an acronym for **False Evidence - Appearing Real.**

There's no true threat of immediate physical danger, no threat of a loss of someone or something dear to us,

actually nothing there at all. **F.E.A.R.**

- ▶ ‘ਡਰ’ : ਕੋਈ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਜਦ ਤੱਕ:
- ▶ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ‘ਸਮਝਦਾਰੀ, ਗਿਆਨ, ਜਾਣਕਾਰੀਆਂ, ਪੜ੍ਹਾਈ, ਨੌਲਜ਼’ ਹਾਸਿਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਉਹ ‘ਅਗਿਆਨੀ’ ਹੈ, ਅਨਪੜ੍ਹ ਹੈ, ਅਗਿਆਨਤਾ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ/ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਅਸਲੀਅਤ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ, ਤਸਵੀਰ ਦੇ ਦੋਨੋਂ ਪਾਸਿਆਂ ਨੂੰ ਨਾ ਦੇਖਿਆ ਹੋਣ ਕਰਕੇ, ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ/ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ,
- ▶ . ਕੇ! ! ਕੀ ਸਹੀ ਹੈ? ਅਤੇ ਕੀ ਗ਼ਲਤ ਹੈ? ਮਨੁੱਖ, ਆਪਣੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਰਜ਼ਲਟ/ਸਿੱਟੇ ਤੋਂ ਘਬਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਡਰਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਇਹੀ ‘ਡਰ’ ਫਿਰ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ‘ਸਖਸ਼ੀਅਤ/ਵਯੂਦ/ਹਸਤੀ/ਹੁਕਮ/ਰਜ਼ਾ/ ਭਾਣੇ’ ਦੇ ਅਸਰ-ਰਸੂਖ ਨੂੰ ਜਿਉਂ ਦੀ ਤਿਉਂ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਅੱਗੇ ਆਪਣਾ ਸਿਰ ਝਕਾਉਣ ਵਿਚ, ਸਾਹਮਣੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਨੂੰ ਪਰਵਾਨ ਕਰ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ‘ਡਰ’ ਦਾ ਤੋੜ/ਹੱਲ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਫਿਰ ਮਨੁੱਖ ਹਾਲਤਾਂ ਦੀ ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਂ ਮਿਲਾਉਣਾ।
- ▶ ਹਾਲਾਤ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਦਰ ਮਾਣ ਸਤਿਕਾਰ ਦੇਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ▶ ਹਾਲਾਤ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਕੋਈ/ਕਿਸੇ ਗੱਲਬਾਤ, ਵਿਚਾਰ ਤੇ ਆਨਾਕਾਨੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।
- ▶ ਹਾਲਾਤ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਖਸ਼ੀਅਤ/ਵਯੂਦ/ਹਸਤੀ/ਹੁਕਮ/ਰਜ਼ਾ/ਭਾਣੇ ਦਾ ਆਪਣੇ ਉੱਪਰ ਕੋਈ ਪਰੈਸ਼ਰ/ਦਬਾਅ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾ ਪੈਣ ਦੇਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

. ਪਉੜੀ॥ ਹਰਿ ਅੰਦਰਿ ਬਾਹਰਿ ਇਕੁ ਤੂੰ ਤੂੰ ਜਾਣਹਿ ਭੇਤੁ॥ ਜੋ ਕੀਚੈ ਸੇ ਹਰਿ ਜਾਣਦਾ ਮੇਰੇ ਮਨ ਹਰਿ ਚੇਤੁ॥ ਸੇ ਡਰੈ ਜਿ ਪਾਪ ਕਮਾਵਦਾ ਧਰਮੀ ਵਿਗਸੇਤੁ॥ ਤੂੰ ਸਚਾ ਆਪਿ ਨਿਆਉ ਸਚੁ ਤਾ ਡਰੀਐ ਕੇਤੁ॥ ਜਿਨਾ ਨਾਨਕ ਸਚੁ ਪਛਾਣਿਆ ਸੇ ਸਚਿ ਰਲੇਤੁ॥ ਮ3॥ 84॥

. ##### 'ਗੁਰਬਾਣੀ' ਵਿੱਚ ਲਫਜ਼ 'ਡਰ, ਭਉ, ਭੈ' ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਹੁਤ ਵਾਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

. ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਗਏ ਲਫਜ਼ 'ਡਰ, ਭਉ, ਭੈ' ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ, 'ਹੁਕਮ/ਰਜ਼ਾ/ਭਾਣੇ' ਵਿੱਚ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਚਲਣਾ ਹੈ। ਸੋਝੀ ਲੈਣੀ ਹੈ। ਸਮਝਦਾਰ ਹੋ ਕੇ ਕੁੱਦਰਤੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਮਰਿਆਦਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲੈ ਆਉਣਾ, ਢਾਲ ਲੈਣਾ।

. ਆਪਣੇ-ਆਪ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਖੌਫ, ਸਹਿਮ, ਦਹਿਸ਼ਤ, ਫਿਕਰ, ਘਬਰਾਹਟ, ਚਿੰਤਾ, ਹੌਲ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

. 'ਰੱਬੀ' - ਨਿਯਮਾਂ, ਅਸੂਲਾਂ, ਸਿਧਾਂਤਾਂ, ਵਿਧੀ-ਵਿਧਾਨਾਂ, ਕੁੱਦਰਤ ਦੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਹੀਲ-ਹੁੱਜਤ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ।

. ਆਪਣਿਆਂ ਫਰਜ਼ਾਂ, ਜਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ, ਸੰਯਮ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸਤੈਦੀ ਵਰਤਣੀ।

. ਹਵਾ, ਪਾਣੀ, ਅੱਗ, ਧਰਤੀ, ਦਰਿਆ, ਚੰਦਰਮਾ, ਸੂਰਜ, ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੇ ਸਾਰੇ ਗ੍ਰਹਿ, ਸਨਾਤਨ ਮੱਤ ਵਾਲੇ ਦੇਵੀ ਦੇਵਤੇ, ਸੁੱਤੇ-ਸਿੱਧ ਆਪਣਾ-ਆਪਣਾ ਰੋਲ ਨਿਭਾਈ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਭਾਵ ਭੈ (ਹੁੱਕਮ, ਰਜ਼ਾ, ਭਾਣੇ) ਵਿੱਚ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਦੇ ਆਪਣਾ ਆਪਣਾ ਫਰਜ਼ ਪੂਰਾ ਕਰੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

. ਸਲੋਕ ਮ 1॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਪਵਣੁ ਵਹੈ ਸਦਵਾਉ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਚਲਹਿ ਲਖ ਦਰੀਆਉ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਅਗਨਿ ਕਢੈ ਵੇਗਾਰਿ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਧਰਤੀ ਦਬੀ ਭਾਰਿ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਇੰਦ ਫਿਰੈ ਸਿਰ ਭਾਰਿ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਰਾਜਾ ਧਰਮ ਦੁਆਰੁ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਸੂਰਜੁ ਭੈ ਵਿਚਿ ਚੰਦੁ॥ ਕੋਹ ਕਰੋਤੀ ਚਲਤ ਨ ਅੰਤੁ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਸਿਧ ਬੁਧ ਸੁਰ ਨਾਥ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਡਾਣੈ ਆਕਾਸ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੁਰ॥

ਭੈ ਵਿਚਿ ਆਵਹਿ ਜਾਵਹਿ ਪੂਰ॥

ਸਗਲਿਆ ਭਉ ਲਿਖਿਆ ਸਿਰਿ ਲੇਖੁ॥

ਨਾਨਕ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ਸਚੁ ਏਕੁ॥

##; ਇਹਨਾਂ ਉਪਰਲੀਆਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਪੰਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ 'ਭੈ' ਦੇ ਤਹਿਤ ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਕੁੱਝ ਕੁੱਦਰਤੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ, ਮਨੁੱਖਾ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚੱਲਤ ਦੇਵੀ ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੇ ਨਾਵਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਹੈ, ਹਵਾਲੇ ਹਨ, ਉਦਾਹਰਨਾਂ

ਹਨ। (ਹਵਾ, ਪਾਣੀ, ਅੱਗ, ਧਰਤੀ, ਚੰਦਰਮਾ, ਸੂਰਜ, ਆਕਾਸ਼, ਇੰਦਰ, ਧਰਮਰਾਜ ਆਦਿ ਆਦਿ. . . . ਸਾਰੇ ਹੀ ਕੁਦਰਤੀ ਨਿਯਮਾਂ, ਨੇਮਾਂ ਅਸੂਲਾਂ, ਸਿਧਾਂਤਾਂ, ਵਿੱਧੀ ਵਿਧਾਨਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ ਆਪਣਾ ਆਪਣਾ ਕਰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਹੀ ਭਾਣੇ ਵਿੱਚ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਹੀ ਹੁੱਕਮ ਵਿਚ, ਰਜ਼ਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਕਰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ‘ਰੱਬੀ’ ‘ਭੈ’ ਵਿੱਚ ਚੱਲਣਾ ਭਾਵ ‘ਰੱਬੀ’ ਰਜ਼ਾ, ਭਾਣੇ, ਹੁੱਕਮ ਵਿੱਚ ਚੱਲਣਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

. ਇਹ ‘ਰੱਬੀ’ ‘ਭੈ’ ਮਨੁੱਖ ਅੰਦਰ ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦਾ ਖੌਫ/ਦਹਿਸ਼ਤ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਸਗੋਂ ਪਿਆਰ/ਸ਼ਰਧਾ ਦਾ ਜਜ਼ਬਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਇੱਕ ਸਮਰਪਣ ਹੈ, ਕੁਰਬਾਨੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਵਿੱਚ ਹੁੱਕਮ, ਰਜ਼ਾ, ਭਾਣੇ ਵਿੱਚ ਚੱਲਣ ਵਿੱਚ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

➡ “ਡਰ” : ਹਰਿ ਇਕੋ ਕਰਤਾ ਇਕੁ ਇਕੋ ਦੀਬਾਣੁ ਹਰਿ॥ ਹਰਿ ਇਕਸੈ ਦਾ ਹੈ ਅਮਰੁ ਇਕੋ ਹਰਿ ਚਿਤਿ ਧਰਿ॥ ਹਰਿ ਤਿਸੁ ਬਿਨੁ ਕੋਈ ਨਾਹਿ ਡਰੁ ਭੁਮੁ ਭਉ ਦੂਰਿ ਕਰਿ॥ ਹਰਿ ਤਿਸੈ ਨੋ ਸਾਲਾਹਿ ਜਿ ਤੁਧੁ ਰਖੈ ਬਾਹਰਿ ਘਰਿ॥ ਹਰਿ ਜਿਸ ਨੋ ਹਇ ਦਇਆਲੁ ਸੋ ਹਰਿ ਜਪਿ ਭਉ ਬਿਖਮੁ ਤਰਿ॥ ਮ3॥ 83॥

➡ “ਭਉ” : ਹਮਰਾ ਭਰਮੁ ਗਇਆ ਭਉ ਭਾਗਾ॥ ਜਬ ਰਾਮ ਨਾਮ ਚਿਤੁ ਲਾਗਾ॥ ਰਹਾਉ॥ ਕਬੀਰ ਜੀ॥ 655॥

➡ “ਭੈ” : ਗਿਆਨ ਅੰਜਨੁ ਭੈ ਭੰਜਨਾ ਦੇਖੁ ਨਿਰੰਜਨ ਭਾਇ॥ ਗੁਪਤੁ ਪ੍ਰਗਟੁ ਸਭ ਜਾਣੀਐ ਜੇ ਮਨੁ ਰਾਖੈ ਠਾਇ॥ ਮ1॥ 57॥

. ‘ਮਨੁੱਖ’ ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਯੂਦ ਵੀ ਕਿ ‘ਡਰ’ ਦਾ ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਆਸਤਿਵ/ਵਯੂਦ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜਿਹਨ, ਸੋਚ, ਅਕਲ, ਮੱਤ, ਬੁੱਧੀ ਵਿਚ, ਧੁਰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੱਕ ਇਸ ‘ਡਰ’ ਦਾ ‘ਡਰਨਾ’ ਖੜਾ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ।

(((((ਡਰਨਾ- ਕਿਸਾਨ ਆਪਣਿਆਂ ਖੇਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪਸ਼ੂਆਂ-ਪੰਛੀਆਂ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣ ਲਈ ਮਨੁੱਖੀ ਸ਼ਕਲ ਦਾ ਡੰਮੀ-ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਪੁਆ ਕੇ ਆਪਣੇ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਖੜਾ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਸ਼ੂ-ਪੰਛੀ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਖੜਾ ਹੈ ਉਹ ਡਰਦੇ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ।))))

ਡਰਨਿਆਂ ਦੀ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਕਿਸਮਾਂ



. ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ 'ਡਰ' ਦਾ ਆਸਤਿੱਵ/ਵਯੂਦ ਘੜ ਲਿਆ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਸ ਮਨੁੱਖੀ ਡਰ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ।

1. ਰੱਬ ਦਾ ਡਰ। 'ਰੱਬ' ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਵੇਖਿਆ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਡਰਦੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਹਨ।
2. ਰੱਬ ਦੀ ਕਰੋਪੀ ਦਾ ਡਰ।
3. ਮੌਤ/ਆਵਾਗਵਨ ਦਾ ਡਰ। ਅਟੱਲ ਸੱਚਾਈ ਹੈ।
4. ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਮਰਨਾ ਹੈ। ਪਰ ਮਰਨ ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਹਨ।
5. ਧਰਮ-ਕਰਮ ਦਾ ਡਰ।
6. ਮਰਿਆਦਾ, ਮੰਨਤਾਂ ਮੰਨਤਾਂ-ਮਨਾਉਂਤਾਂ ਦਾ ਡਰ।
7. ਧਰਮਰਾਜ ਦਾ ਡਰ।
8. ਜਮਦੂਤਾਂ ਦਾ ਡਰ।
9. ਨਰਕਾਂ ਦਾ ਡਰ।
10. ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ ਡਰ।
11. ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦੇ ਮਾਇਕੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਡਰ।
12. ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦੇ ਪਰੀਵਾਰਕ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਡਰ।
13. ਕਿਸੇ ਤਰਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰਿਕ ਨੁਸਾਨ ਦਾ ਡਰ।
14. ਸ਼ੋਹਰਤ/ਪਦਵੀ/ਕੁਰਸੀ ਖੁੱਸਣ ਦਾ ਡਰ।
15. ਆਪਣੇ ਬੇ-ਇਜ਼ਤ/ਬਦ-ਨਾਮ ਹੋਣ ਦਾ ਡਰ।
16. ਤੱਖਤਾਂ ਦੇ ਪੂਜਾਰੀ/ਜੱਥੇਦਾਰ ਦਾ ਡਰ।
17. ਹਰ ਬੰਦੇ/, ਮਨੁੱਖ (ਔਰਤ-ਮਰਦ) ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਡਰ ਬਣਾਏ/ਘੜੇ ਹੋਏ ਹਨ।
18. ਅਨੇਕਾਂ ਤਰਹ ਦੇ 'ਡਰ' ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਲਈ ਪੈਦਾ ਕਰ ਰੱਖੇ ਹਨ।
19. ਮਨੁੱਖਾ ਸਮਾਜ 'ਡਰ' ਦੇ ਤਹਿਤ ਹੀ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।
20. ਸਵੀਧਾਨ ਦਾ 'ਡਰ', ਕਾਨੂੰਨ ਦਾ 'ਡਰ', ਗੌਰਮਿਟ ਦਾ 'ਡਰ' ਪੁਲੀਸ ਦਾ 'ਡਰ'।

21. ਗੱਲ ਕੀ ਪੈਰ ਪੈਰ ਤੇ ਹਰ ਮਨੁੱਖ 'ਡਰ' ਦੇ ਛਾਏ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

. ਆਮ-ਖਾਸ, ਅਮੀਰ-ਗ਼ਰੀਬ, ਛੋਟਾ-ਵੱਡਾ, ਬੀਮਾਰ-ਤੰਦਰੁਸਤ! ! ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਡਰਦਾ ਹੈ। . ਡਰਦਾ ਮਨੁੱਖ, 'ਡਰ' ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਭਰਪਾਈ ਦਾ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਹੀਲਾ-ਵਸੀਲਾ ਵੀ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤਾਂ ਇਹੀ ਹੈ ਕਿ 'ਡਰ' ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ ਜੀਵਿਆ ਜਾਵੇ, ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਇਸ ਤਰਾਂ ਕਰ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ। 'ਡਰ' ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਣ ਦੀਆਂ ਮਨੁੱਖੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਲਗਾਤਾਰ ਜ਼ਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

. ਪਰ, ਇਸਦੇ ਬਾਵਜੂਦ! !

. ਕਈ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ 'ਡਰ' ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੰਕਾਰੀ ਸੁਭਾਅ ਦੇ ਮਾਲਿਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਈਗੋ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੰਕਾਰ ਇਹਨਾਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇ ਸਿਰ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਬੋਲਦਾ ਹੈ।

. ਆਪਣੇ ਨਿਜੀ 'ਡਰ' ਤੋਂ ਡਰਦੇ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਇਹ ਹੰਕਾਰੀ ਲੋਕ ਦੂਜਿਆਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਜੂਦ/ਹੈਸੀਅਤ/ਸ਼ੋਹਰਤ/ਪੈਸੇ/ਕੁਰਸੀ/ਤਾਕਤ ਦਾ 'ਡਰ' ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਵਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਡਰਾਉਂਦੇ ਹਨ।

. 'ਡਰ' ਨੂੰ ਇਹ ਹੰਕਾਰੀ ਲੋਕ ਇੱਕ ਹੱਥਿਆਰ ਵਜੋਂ ਵੀ ਵਰਤਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਲਈ ਆਮ-ਖਾਸ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਹੁਦੇ/ਪੈਸੇ/ਕੁਰਸੀ/ਰੁਤਬੇ ਦੇ 'ਡਰ' ਨਾਲ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾਉਂਦੇ ਹਨ।

. ਕਿਉਂਕਿ 'ਡਰ' ਦਾ ਸਹਿਮ ਹਰ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ/ਵਜੂਦ ਵਿੱਚ ਧੁਰ ਅੰਦਰ ਤੱਕ ਆਪਣਾ ਅਸਰ ਬਣਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।

. ਅੰਦਰ 'ਸੱਚ' ਦਾ 'ਗਿਆਨ' ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਜਿਆਦਾਤਰ ਮਨੁੱਖ 'ਡਰ' ਦੇ ਤਹਿਤ ਹੀ ਆਪਣਾ ਮਨੁੱਖਾ ਜੀਵਨ ਜਿਉਂਣਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

(. ਚਲਦਾ)

ਇੰਜ ਦਰਸਨ ਸਿੰਘ ਖਾਲਸਾ

ਅਸਟਰੇਲੀਆ

13 ਅਕਤੂਬਰ 2019