

# ਹਵਨ - ਇੱਕ ਪੁਰਾਤਨ ਮਰਿਆਦਾ

## - ਭਾਈਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ



# ਤਤਕਰਾ

|                                                          |    |
|----------------------------------------------------------|----|
| ਸਮਰਪਿਤ.....                                              | 3  |
| 1. ਹਵਨ ਕੀ ਹੈ? .....                                      | 5  |
| 2. ਅੱਗ ਕੀ ਹ .....                                        | 6  |
| 3. ਅੱਗ ਦਾ ਮੂਲ .....                                      | 8  |
| 4. ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਚਾਨਣੇ ਵਿੱਚ ਹਵਨ.....                         | 12 |
| 5. ਹਵਨ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਲਾਭ.....                               | 21 |
| 6. ਹਵਨ ਦਾ ਭੌਤਿਕ ਪੱਖ .....                                | 25 |
| 7. ਸਨਾਤਨ ਪਰੰਪਰਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਨੁਸਾਰ ਅਗਨੀ ਦੇਵ .....   | 27 |
| 8. ਕੌਣ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ? .....                                  | 29 |
| 9. ਉਦਾਸੀ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਬਾਬਾ ਵਿਰਸਾ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਅਨੁਸਾਰ ਹਵਨ.. | 36 |
| 10. ਕੁਝ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ .....                   | 43 |
| 11. ਹਵਾਲੇ.....                                           | 49 |

# ਸਮਰਪਿਤ



**ਧੰਨ ਮਾਤਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇਵਾਂ ਜੀ (ਖ਼ਾਲਸਾ ਪੰਥ ਦੇ ਪੂਜਨੀਕ ਮਾਤਾ ਜੀ)**

ਮੈਂ ਮਾਤਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇਵਾਂ ਜੀ ਦੇ ਚਰਨਾ ਕਮਲਾਂ ਵਿਚ ਨਿਮਰਤਾ ਸਹਿਤ ਪ੍ਰਾਮ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਵਜੋਂ ਭੇਟ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਬ੍ਰਹਮ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਬਗ਼ੈਰ ਮੈਂ ਹਿੱਲਣ ਦੇ ਵੀ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਹ ਉਹ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਨਾਲ ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਮੈਂ ਫੇਰ ਆਪਣਾ ਸੀਸ ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨਿਰੰਕਾਰ ਨੂੰ ਭੇਟਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਜੋ ਮੇਰੇ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਕ ਹਨ। ਫੇਰ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਫ਼ਤਹਿ ਧੰਨ ਬਾਬਾ ਸ੍ਰੀ ਚੰਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ (ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦੇ) ਨੂੰ ਭੇਟ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਪੁਰਾਤਨ ਮਰਿਆਦਾ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦਾ ਰੱਖਿਆ।

ਧੰਨ ਬਾਬਾ ਸ੍ਰੀ ਚੰਦ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ, ਧੰਨ ਬਾਬਾ ਬਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਜੀ (ਸਿਹੜਾ ਸਾਹਿਬ), ਧੰਨ ਬਾਬਾ ਵਿਰਸਾ ਸਿੰਘ ਜੀ (ਗੋਬਿੰਦ ਸਦਨ) ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਾਸ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਹੱਥ ਰਖ ਕੇ ਇਹ ਗ੍ਰੰਥ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਾਈ ਹੈ।

ਮੈਂ ਸਾਧ ਸੰਗਤ (ਸਰਦਾਰ ਚਰਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ, ਬੀਬੀ ਗੁਰਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਬੀਬੀ ਹਰਸ਼ੀਨ ਕੌਰ, ਬੀਬੀ

ਜਸਲੀਨ ਕੌਰ) ਅਤੇ ਅਪਨੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਜੇ ਸਰੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਕਮੀਆਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਸਿਰਫ ਮੇਰੀਆਂ ਹਨ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ ਮੁਆਫ਼ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਦਾਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਰੂਰ ਭੇਜਣਾ।

## ਹਵਨ ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਖ਼ਾਲਸਾ ਪੰਥ ਦੀ ਪੁਰਾਤਨ ਹਵਨ ਪਰੰਪਰਾ ਨੂੰ ਸੁਰਜੀਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਰੋਸ਼ਨੀ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਉਪਰਾਲਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਦਲ ਪੰਥ (ਬੁੱਢਾ ਦਲ ਅਤੇ ਤਰਨਾ ਦਲ) ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਿਹੰਗ ਸਿੰਘ ਸੰਪਰਦਾਵਾਂ ਵਿਚ ਅਜੇ ਵੀ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਲਾਂ ਦੌਰਾਨ, ਖ਼ਾਲਸੇ ਵਿੱਚ ਸਨ ੧੮੭੦ ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਲਹਿਰ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਸੀ। ਕਿਉਂਕਿ ਕੁਝ ਅਭਿਆਸ ਜੋ ਪੁਰਾਤਨ ਸਿੱਖਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਸੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਹਿੰਦੂਆਂ ਦੀ ਪਰੰਪਰਾ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਦੀ ਪਰੰਪਰਾ ਕਹਿ ਕੇ ਬਰਖ਼ਾਸਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਨਾਲ ਖੋਜ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਲਹਿਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੀ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਵਾਪਰਿਆ, ਪਰ ਹਵਨ ਦੀ ਪਰੰਪਰਾ ਅਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਪੱਖੋਂ ਇਸ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਿਵੇਂ ਕਿ ਹਵਨ ਨੂੰ ਹਿੰਦੂਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ ਤੇ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਰੰਪਰਾ ਦਾ ਕੁਝ ਹਵਾਲਾ ਵੀ ਤੁਲਨਾ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਸਿੱਟਾ ਕੱਢਣ ਲਈ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਉਹਨਾਂ ਲਈ, ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੈ, ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਇੱਕ ਭਲਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋ ਜੋ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਲੇਖਾਂ ਨੂੰ ਟਿੱਪਣੀ ਉਠਾਉਣ ਅਤੇ ਪੁਰਾਤਨ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਵਜੋਂ ਵਰਤਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਪਾਠਕਾਂ ਨੂੰ ਨਿਮਰਤਾ ਸਹਿਤ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਅੱਗੇ ਨਾ ਪੜ੍ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਗੁੱਸਾ ਨਹੀਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ, ਜੋ ਪੂਰਵ ਧਾਰਨਾ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਰੀ ਨਾਲ ਜੜ੍ਹਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਭੂਮੀਆਂ ਧਾਰਨਾਵਾਂ (ਜੋ ਹਉਮੈ ਦੇ ਮਹਾਨ ਕੰਮ ਹਨ) ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਸੁਝਾਅ ਜਾਂ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਈ-ਮੇਲ ਤੇ ਮੇਰੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸਵਾਗਤ ਹੈ: [mannvinder@gmail.com](mailto:mannvinder@gmail.com)

## ਅੱਗ ਕੀ ਹੈ?

“ਅਦਭੁਤ ਹੈ ਉਹ ਅੱਗ ਜੋ ਅਚੰਭੇ ਕਰਦੀ ਹੈ” (ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ:੧, ੪੬੪) ਅਗਨੀ ਨੂੰ ਬੈਸੰਤਰ ਦੇਵਤਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਵਾਰ ਆਸਾ, ਮ:੧, ੪੭੩) ਇਸ ਦੇ ਹੋਰ ਨਾਮ ਪਾਵਕ ਅਤੇ ਤੇਜਸ ਵੀ ਹਨ। ਇਹ ਹਵਾ (ਪਵਨ ਦੇਵਤਾ) ਤੋਂ ਵਿਕਸਿਤ ਹੈ ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਡਰ ਦੇ ਅਧੀਨ ਉਸ ਵਾਂਗ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸੂਰਜ ਅਸਮਾਨ ਵਿੱਚ ਚਮਕਦਾ ਹੈ, ਧਰਤੀ ਭੁੰਨ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਰਸ ਸੂਰਜ ਦੀ ਅੱਗ ਨਾਲ ਸੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਬਾਰਾਮਾਹਾ ਤੁਖਾਰੀ ਮ:੧, ੧੧੦੮) ਸੂਰਜ ਤਾਪ (ਅਗਨੀ) ਦਾ ਮੁੱਖ ਸਰੋਤ ਹੈ। ਅੱਗ ਲੱਕੜ ਵਿੱਚ ਲੁਕੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਫਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ: ਅੱਗ ਲੱਕੜ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਕੇਵਲ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਪਰਗਟ ਕਰਦਾ, ਜੋ ਵਿਧੀ ਜਾਣਦਾ ਹੈ (ਕਲਿਆਨ ਮ:੪, ਅੰਗ ੧੩੨੩) ਜਿਵੇਂ ਗਰਭ ਦੀ ਅੱਗ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਹੈ, ਮਾਇਆ ਦੀ ਅੱਗ (ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ) ਬਾਹਰ ਹੈ (ਰਾਮਕਲੀ ਮ: ੩, ਆਨੰਦ, ਅੰਗ ੮੨੧ )

ਇੱਛਾ ਵੀ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦੀ ਅੱਗ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੁਆਰਾ ਬੁਝਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੰਗਲ ਦੀ ਅੱਗ (ਦਵਾ ਅਗਣ) ਦਾ ਵੀ ਸ਼ਿਕਰ ਹੈ, ਜੋ ਜੰਗਲ ਦੇ ਪੌਦਿਆਂ, ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਕੀੜੇ ਮਕੋੜੇ, ਪੰਛੀਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ (ਅੰਗ: ੧੨੦, ੭੩੨, ੧੪੧੬) ਅੱਗ ਦੀ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਸਿਹੀ ਚਿੰਗਾਰੀ ਬਾਲਣ ਦੇ ਵੱਡੇ ਢੇਰ ਨੂੰ ਸਾੜਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਹੈ ( ਸੋਰਠ ਮ: ੧, ਅੰਗ ੬੩੭ ) ਅੱਗ ਵੀ ਇੱਕ ਮਹਾਨ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ। ਇਹ ਧਾਤ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰਦੀ ਹੈ। (ਸਲੋਕ ਫਰੀਦ, ਅੰਗ ੧੩੮੦) ਨਰਕ ਦੀ ਅੱਗ ਪਾਪੀਆਂ ਲਈ ਹੈ। ਪਾਪੀ ਦਾ ਨਿਵਾਸ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਹੈ। ( ਭੈਰੋ ਨਾਮਦੇਵ, ਅੰਗ ੧੧੬੫ ) (ਮਾਰੂ ਮ: 1, ਅੰਗ ੧੦੩੩) ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਹੀ ਤਾਪ (ਅਗਨੀ) ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਪਉਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਇੱਕ ਵਾਸਾ।। **ਅਪੋ ਕੀਤੇ ਖੇਲ ਤਮਾਸਾ।। ਬਲਦੀ ਜਲਿ ਨਿਵਰੈ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਅਪੋ ਜਲਿ ਨਿਧ ਪਾਇਦਾ।।**)

ਅਸੀਂ ਅਗਨੀ, ਅੱਗ ਦੇ ਦੇਵਤੇ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਹਵਾਲਾ ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ ਤੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੀ.ਐੱਮਸ ਦੁਆਰਾ ( ਐਪਿਕਸ, ਮਿੱਥ ਐਂਡ ਲੀਜੈਂਡ, ਅੰਗ ੨੮) ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਵੈਦਿਕ ਦੇਵਤੇ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। "ਅਗਨੀ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦਾ ਸਵਾਮੀ, ਰੱਖਿਅਕ, ਰਾਜਾ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਤੁੱਛ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦਾ, ਉਹ ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ

ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਉਹਨੂੰ ਦੇਵਤਿਆਂ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵਿਚੋਲੇ ਵੱਜੋਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੇ ਗਵਾਹ ਵਜੋਂ ਇਸ ਲਈ ਅੱਜ ਤਕ ਉਹਦੀ ਪੂਜਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਆਹ, ਮੇਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਧਾਰਮਿਕ ਮੌਕਿਆਂ ਤੇ ਉਸਦਾ ਅਸ਼ੀਰਵਾਦ ਮੰਗਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਪੁਰਾਣੇ ਭਜਨਾਂ ਵਿਚ, ਅਗਨੀ ਨੂੰ ਲੱਕੜ ਦੇ ਦੋ ਟੁਕੜਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਨਿਵਾਸ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਰਗੜਨ ਨਾਲ ਅੱਗ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਇੱਕ ਕਮਾਲ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਜੀਵਿਤ ਜੀਵ ਸੁੱਕੀ (ਮੁਰਦਾ) ਲੱਕੜ ਵਿੱਚੋਂ ਚਿਐਉਂਦਾ ਹੈ। ਕਵੀ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅਜੀਬ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਗੋਰ ਵਹਿਸ਼ਪੁਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਅਦਭੁਤ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਮਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜੋ ਉਸਨੂੰ ਪੋਸ਼ਣ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਪਰ ਉਹਨੂੰ ਪੋਸ਼ਣ ਯੱਗ ਦਾ ਘਿਉ ਜਦੋਂ ਉਹਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਹਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। (ਕੋਹਲੀ, ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਵਿੱਚ ਮਿਥਿਹਾਸਕ ਹਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਕੋਸ਼, ੧੯੯੩)

# ਅੱਗ ਦਾ ਮੂਲ

## ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ

ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਇਸ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਲਈ ਆਉ ਬਾਲਣ ਦੀ ਉਦਾਹਰਨ ਲਈਏ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਅੱਗ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਆਕਸੀਜਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਬਾਲਣ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਲੱਕੜ ਜਾਂ ਗੈਸੋਲਿਨ) ਆਪਣੇ ਆਪ ਹੀ ਅੱਗ ਨਹੀਂ ਪਕਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਆਕਸੀਜਨ ਨਾਲ ਘਿਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਾਲਣ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਵਾਪਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਲਣ ਨੂੰ ਇਸਦੇ ਟਿਗਡੀਸਨ ਤਾਪਮਾਨ ਤੱਕ ਗਰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਲੱਕੜ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਤੇ ਗਰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਦਿਸ, ਟਿਕਾਗਰਚਿੱਤ ਰੋਸ਼ਨੀ, ਰਗੜ, ਬਿਜਲੀ, ਕੋਈ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬਲ ਰਹੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਲੱਕੜ  $300^{\circ}\text{F} = -06\ 140^{\circ}\text{C}$ ) ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਗਰਮੀ ਕੁਝ ਕੈਲੁਲੇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਜਲਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਲੱਕੜ ਬਣੀ ਹੈ/ ਜੋ ਲੱਕੜ ਨੂੰ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਸੜਨ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਅਸਥਿਰ ਗੈਸਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਗੈਸਾਂ ਨੂੰ ਧੂਟੇ ਵਜੋਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ। ਧੂਆਂ ਹਾਈਡ੍ਰੋਜਨ, ਕਾਰਬਨ ਅਤੇ ਆਕਸੀਜਨ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਨ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਸਮੱਗਰੀ ਕੋਲਾ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਲਗਭਗ ਸ਼ੁੱਧ ਕਾਰਬਨ ਹੈ ਅਤੇ ਸੁਆਹ, ਜੋ ਕਿ ਲੱਕੜ (ਕੈਲਸੀਅਮ, ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ ਅਤੇ ਹੋਰ) ਵਿੱਚ ਨਾ ਜਲਣਯੋਗ ਖਣਿਜ (ਮਿਨਰਲ) ਹਨ। ਕੋਲਾ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਖਰੀਦ ਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਰਕੋਲ ਖਰੀਦ ਦੇ ਹੋ। ਚਾਰਕੋਲ ਲੱਕੜ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਲਗਭਗ ਸਾਰੀਆਂ ਅਸਥਿਰ ਗੈਸਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਅਤੇ ਕਾਰਬਨ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡਣ ਲਈ ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕੋਲੇ ਦੀ ਅੱਗ ਬਿਨਾ ਧੂਟੇ ਦੇ ਬਲਦੀ ਹੈ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਲੱਕੜ ਨੂੰ ਸਾੜਨਾ ਦੋ ਵੱਖ ਵੱਖ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ:

ਜਦੋਂ ਅਸਥਿਰ ਗੈਸਾਂ ਲੱਕੜ ਲਈ ਕਾਫੀ ਗਰਮ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ (ਲੱਗਭਗ  $400^{\circ}\text{F}$  ( $200^{\circ}\text{C}$ )), ਮਿਸ਼ਰਿਤ ਅਣੂ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪਰਮਾਣੂ ਪਾਣੀ, ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਦਾਰਥ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਕਸੀਜਨ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ, ਉਹ ਸੜ ਜਾਂਦੇ

ਹਨ।

ਕੋਲੇ ਵਿਚਲਾ ਕਾਰਬਨ ਆਕਸੀਜਨ ਨਾਲ ਵੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਹੌਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਹੈ। ਤਾਂਹੀ ਇਕ BBQ ਵਿੱਚ ਚਾਰਕੋਲ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਗਰਮ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਰਸਾਇਣਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਦਾ ਇੱਕ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ, ਬਹੁਤ ਸਿਆਦਾ ਗਰਮੀ। ਇਹ ਤੱਥ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਰਸਾਇਣਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਨਵੀਂ ਗਰਮੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਗ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਪਲ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬਾਲਣ ਬਲਦੇ ਹਨ। ਗੈਸੋਲੀਨ ਇਕ ਵਧੀਆ ਉਦਾਹਰਣ ਹੈ, ਗਰਮੀ ਗੈਸੋਲੀਨ ਨੂੰ ਭਾਫ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਭ ਅਸਥਿਰ ਗੈਸ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੋਈ ਕੋਲਾ ਨਹੀਂ ਬਚਦਾ। ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਬਾਲਣ ਨੂੰ ਮਾਪਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਗ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਮੋਮਬੱਤੀ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਵਾਸ਼ਪੀਕਰਣ ਅਤੇ ਮੋਮ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਜਲਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਉਹ ਗਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਵਧ ਰਹੇ ਕਾਰਬਨ ਪ੍ਰਮਾਣੂ (ਨਾਲ ਹੋਰ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਪਰਮਾਣੂ) ਰੋਸ਼ਨੀ ਛੱਡਦੇ ਹਨ। ਇਹ "ਗਰਮੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ" ਇਸ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ Incandescence ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਉਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਜੋ ਲਾਈਟ ਬੱਲਬ ਵਿੱਚ ਰੋਸ਼ਨੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਲਾਟ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਲਾਟ ਦਾ ਰੰਗ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਸਾੜ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿੰਨੀ ਗਰਮ ਹੈ। ਇੱਕ ਲਾਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੰਗ ਪਰਿਵਰਤਨ ਅਸਮਾਨ ਤਾਪਮਾਨ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਲਾਟ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਗਰਮ ਹਿੱਸਾ (ਬੇਸ) ਨੀਲਾ ਚਮਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉੱਪਰਲੇ ਠੰਡੇ ਹਿੱਸੇ ਸੰਤਰੀ ਜਾਂ ਪੀਲੇ ਚਮਕਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਾਸ ਉਤਸੁਰਜੀਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵਧ ਰਹੇ ਕਾਰਬਨ ਦੇ ਕਣ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਸਤਿਹਾਂ ਤੇ ਸੂਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਰਸਾਇਣਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਬਾਰੇ ਖਤਰਨਾਕ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਵਾਈ-ਸਥਾਈ ਹਨ। ਲਾਟ ਦੀ ਗਰਮੀ ਖੁਦ ਬਾਲਣ ਨੂੰ ਇਗਨੀਸ਼ਨ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਤੱਕ ਗਰਮ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਉਦੋਂ ਤੋਂ ਹੀ ਬਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਸ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਆਕਸੀਜਨ ਹੈ। ਲਾਟ ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਬਾਲਣ ਨੂੰ ਗਰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਗੈਸਾਂ ਵੀ ਛੱਡਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਲਾਟ ਗੈਸਾਂ ਨੂੰ ਭੜਕਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਅੱਗ ਫੈਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਧਰਤੀ ਤੇ ਗੁਰੂਤਾ ਆਕਰਸ਼ਣ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਲਾਟ ਕਿਵੇਂ ਬਲਦੀ ਹੈ। ਲਾਟ ਵਿੱਚ

ਸਾਰੀਆਂ ਗਰਮ ਰੀਸਾਂ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਹਵਾ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮ (ਅਤੇ ਘੱਟ ਸੰਘਣੀ) ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਘੱਟ ਦਬਾਵ ਨੂੰ ਵਧਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਅੱਗ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉੱਪਰ ਨੂੰ ਫੈਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਲਾਟਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉੱਪਰ ਨੂੰ ਹੀ ਉਠਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਮਾਈਕਰੋ ਗ੍ਰੈਵਿਟੀ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਬਾਲਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੰਤਰਿਕਸ਼-ਯਾਨ ਵਿੱਚ ਤਾਂ ਉਹ ਇਕ ਗੋਲਾ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

### ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ

ਤੱਤ: ਜੀਵਨ ਦੇ ਬਿਲਡਿੰਗ ਬਲੋਕਸ

ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਨੇ ਪੰਜ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੱਤ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੇ ਜੋ ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ: ਈਥਰ, ਹਵਾ, ਅੱਗ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਧਰਤੀ। ਅਸੀਂ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸੂਖਮ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸਕਲ ਪਦਾਰਥ ਤੱਕ ਜੀਵਨ ਕਿਵੇਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਆਇ ਤੋਂ ਪਦਾਰਥ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸੂਖਮ ਰੂਪ ਈਥਰ ਹੈ। ਅਨਾਇਤਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਘਰ ਦਾ ਮਿਸ਼ਰਨ ਹਵਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਇਕ ਨਿਰਖਣਯੋਗ ਯਾ ਅਨੁਭਵੀ ਤੱਤ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਵਾ ਚਲਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਰਗੜ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਗਰਮੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਨਮੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਣੀ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਅਜੇ ਤਕ ਸਭ ਤੋਂ ਸੰਘਣਾ ਤੱਤ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦੀ ਕੋਸ਼ਿਕਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਉਸਦੀ ਘਟਨਾ ਦੁਆਰਾ ਹੋਂਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਖਰਕਾਰ, ਪਾਣੀ ਪਦਾਰਥ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸੰਘਣਾ ਰੂਪ, ਧਰਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵੇਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਨੁੱਖਾਂ ਸਮੇਤ ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਪੰਜ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੱਤਾਂ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਨਾਲ ਬਣੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੱਥ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸੂਖਮ ਪਹਿਲੂ ਹਨ, ਅਣੂ, ਪਰਮਾਣੂ ਜਾਂ ਉਪ-ਪਰਮਾਣੂ ਪੱਧਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਰੀਕ ਹਨ।

### ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਅੱਗ

ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੇ ਛੇ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਪਿੱਤ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਿੱਤ:

(i). ਪਾਚਕ ਛੋਟੀ ਆਂਦਰ, ਪੇਟ ਅਤੇ ਕੋਲਨ ਵਿੱਚ ਗੈਰ ਤਰਲ ਗਰਮੀ, ਪਿੱਤ ਜਾਂ ਪਾਚਨ ਅੱਗ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਅੱਗ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਰੂਪਾਂਤਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਭੋਜਨ ਦੀ ਚਰਬੀ ਨੂੰ ਮਿਸ਼ਰਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸੋਖਣਯੋਗ ਪੋਸ਼ਿਕ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਗਹਿੰਦ-ਖੂੰਦ ਤੋਂ ਵੱਖ ਕਰਦੀ ਹੈ ਇਸ ਲਈ

ਉਸ ਸੋਖਣ ਦੁਆਰਾ Lacteals ਵਿੱਚ ਭੇਜੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਅੰਸ਼ਕ ਤੌਰ ਤੇ ਪਚਨ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਚਾਇਮ (chyme) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚਾਇਮ ਛੋਟੀ ਆਂਦਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ (pancreatic) ਜੂਸ ਅਤੇ ਬਾਇਲ (bile) ਜੂਸ ਦੁਆਰਾ ਹਜ਼ਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਰਤਣਯੋਗ ਉਪ-ਉਤਪਾਦ ਲਿੰਫ (lymph) ਅਤੇ ਚਰਬੀ ਵਾਲਾ ਪਦਾਰਥ, ਜਾਂ ਚਾਇਲ ਹੈ। ਚਾਇਲ lacteals, ਜਾਂ lymphatic ਨਾੜੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਚਲਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਛੋਟੀ ਆਂਦਰ ਤੋਂ thoracic duct ਤੱਕ ਚਾਇਲ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। Thoracic duct ਤੋਂ ਚਾਇਲ ਨੂੰ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

(ii). ਪਾਚਕ, ਪਾਚਨ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੂਜੇ ਚਾਰ ਪਿੱਤੇ ਨੂੰ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

(iii). ਰੰਜਕਾ ਪੇਟ, ਸਿਗਰ ਅਤੇ ਤਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਇਹ ਸਿਗਰ ਅਤੇ ਤਿੱਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ lymph chyle ਨੂੰ ਰੰਗ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

(iv). ਸਾਧਕ ਹਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਾਲ ਬਧ ਇਲ ਦੇ ਸੰਕੁਚਨ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖ ਕੇ ਮਾਨਸਿਕ ਕਾਰਜਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਿਆਨ, ਖੁੱਧੀ ਅਤੇ ਚੇਤਨਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

(v). ਅਲੋਚਕਾ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਜ਼ਰ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

(vi). ਰਾਸਿਕਾ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਵਸਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚਮੜੀ ਤੇ ਪਸੀਨੇ ਅਤੇ sebaceous ਗਲੈਂਡ ਦੇ ਰਸ ਨੂੰ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰੱਖ ਕੇ ਰੰਗ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਿੱਤ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅੰਗ, ਪਿੱਤ, ਸਰੀਰ ਦੀ ਗਰਮੀ, ਪਾਚਨ ਪਾਚਕ, ਭੌਤਿਕ ਰਸਾਇਣਕ, ਜੀਵ ਵਿਗਿਆਨਕ, ਪਾਚਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਕਰਾਣੂ ਅਤੇ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਵਰਗੇ protoplasmic ਪਦਾਰਥ ਵਿੱਚ chyle ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।

# ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਚਾਨਣੇ ਵਿੱਚ ਹਵਨ

ਗੁਰੂ ਮਰਿਆਦਾ ਅਨੁਸਾਰ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਭੋਜਨ ਦੇ ਲੰਗਰ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹਾਂ। ਇਹ ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਹਵਨ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਗੁਰੂ ਖਾਲਸਾ ਪੰਥ ਸਾਧ ਸੰਗਤ (ਪਵਿੱਤਰ ਸੰਗਤ) ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇਣ ਲਈ ਅਗਨੀ (ਅੱਗ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਥੋਂ ਅੱਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਥਾਪਿਤ ਕਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਗਨੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਭੋਜਨ ਨਹੀਂ ਪਕਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਲੰਗਰ ਸੇਵਾ ਦਾ ਇੱਕ ਸਾਲ ੧੨ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਹਵਨ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ (ਜੋ ਕਿ ਇੱਕ ਕੁੰਡ ਵਿੱਚ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਚੜ੍ਹਾਵਾ ਚੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।



ਅੱਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਲੰਗਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ

ਸ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਭੋਜਨ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਹੋਟਲਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਂ ਤੇ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਲੰਗਰ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ। ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਗੁਰਬਾਣੀ (ਪਰਮਾਤਮਾ/ਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ) ਹੈ ਜੋ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦਿ (ਪਵਿੱਤਰ ਭੋਜਨ, ਜੋ ਫਿਰ ਪਵਿੱਤਰ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਅਸੀਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ

ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇੱਕ ਹੋਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਇਹ ਕਹੇਗਾ ਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਪਾਠ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਜੋ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਜਾਂ ਖਾਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਜ਼ਹਿਰ ਹੈ।

ਦੂਸਰੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਹਵਨ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਖ਼ਾਲਸਾ ਪੰਥ ਨੇ ਸੀਮਿਤ ਅਤੇ ਖੋਜ ਕਾਰਨ ਘਟਦਾ ਦੇਖਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ ਅੱਗ/ ਚੰਡਾ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਦੁਆਲੇ/ ਨਾਲ ਬੈਠ ਕੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਨਾ। ਅੱਜ ਬਹੁਤੇ ਸਿੱਖ ਇਸ ਨੂੰ ਹਿੰਦੂ ਰਸਮ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਕੁਝ ਹਿੰਦੂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਸਾਨੂੰ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਪਰ ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ ਬਰਤਨ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਨੂੰ ਫੁੱਲ ਅਤੇ ਧੂਪ ਚੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਚੋਰ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਰੀਤੀ ਰਿਵਾਜਾਂ ਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਇਹ ਪ੍ਰੇਮ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ। ਭਗਤੀ ਕੇਵਲ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਿੱਖ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨਾ ਕਿ ਦੇਵਤਿਆਂ ਦੀ; ਹਾਲਾਂਕਿ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸ੍ਰੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਰਚਨਾ ਹਨ।

### **ਸ੍ਰੀ ਸਰਬਲੋਹ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਮਾਣ**

ਹੇਠਾਂ ਸ੍ਰੀ ਸਰਬਲੋਹ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਇੱਕ ਲੇਖ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਖਾਲਸੇ ਨੂੰ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਅੰਗਲਾ ਚਰਨ [ਪ੍ਰਸਤਾਵਨਾ] ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀ ਸਰਬਲੋਹ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਮੁੱਖ ਕਥਾ ਤੋਂ ਠੀਕ ਪਹਿਲਾਂ ਹੈ।

**ਉਠ ਪ੍ਰਭਾਤਿ ਕਰਹੁ ਟਿਸਨਾਨਾ, ਪ੍ਰ ਪੰਕਜ ਮਤਹ ਲੀਨਾ ॥**

ਰਾਤ ਦੇ ਚੌਥੇ ਪਹਿਰ ਵਿੱਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਉਠੋ, ਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਕਮਲਾਂ ਵਿੱਚ ਧਿਆਨ  
ਟਿਕਾਉ

**ਜਥਾ ਸਕਤਿ ਦਾਨ ਭੂਖੇ ਕਹੁ, ਤਨਮਖ ਰੰਗ ਭੀਨਾ ॥**

ਸਿਨ੍ਹਾਂ ਉੱਦਮ ਹੋ ਸਕੇ ਗਰੀਬ ਲੋੜਵੰਦ ਨੂੰ ਦਾਨ ਦਿਓ, ਹਰ ਪਲ ਪ੍ਰੇਮ ਭਾਵ ਨਾਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ  
ਦਾ ਚਿੰਤਨ ਕਰੋ

**ਕ੍ਰੋਧ ਨਿਵਾਰ, ਦਯਾ ਮਨ ਲਾਵਹੁ, ਤਹੰ ਸਾ, ਦੁਰਮਾਤਿ ਿਯਾਰੋ ॥**

ਕ੍ਰੋਧ ਤਿਆਗੋ, ਮਨ ਵਿਚ ਦਇਆ ਵਸਾਓ, ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਨਫਰਤ ਛੱਡੋ

**ਇਕਮਨ ਹੋਇ ਭਜਹੁ ਨਾਰਾਇਨ, ਤਖਮਾ ਧਰਮ ਅਨੁਰਾਗੋ ॥**

ਇੱਕ ਚਿੰਤ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਭਗਤੀ ਕਰੋ, ਮੁਆਫੀ ਅਤੇ ਦਿਨਸਾਫ਼ ਲਈ ਪ੍ਰੇਮ-ਭਾਵ ਰੱਖੋ

**ਤੀਰਥ, ਬਰਤ, ਨੇਮ, ਸੁਚਿ ਕ੍ਰਿਯਾ, ਸੀਲ, ਸੰਤੋਖ, ਆਚਾਰੋ ॥**

ਤੀਰਥ ਯਾਤਰਾ, ਭਗਤੀ, ਨਾਮ, ਸੰਜਮ, ਸੰਤੋਖ ਸੁਭਾਵ

**ਪੂਜਾ, ਤਿਲਕ, ਹੋਮ, ਗਾਯਤ੍ਰੀ, ਸੰਧਯਾ, ਤਰਪਨ ਧਾਰੋ ॥**

ਭਗਤੀ, ਤਿਲਕ, ਹਵਨ, ਗਾਇਤ੍ਰੀ ਮੰਤ੍ਰ, ਤੀਰਥਾਂ ਤੇ ਭਗਤੀ, ਇਹ ਸਭ ਗੁਣ ਹਿਰਦੇ ਚ ਧਾਰੋ

**ਗੁਰੁ, ਠਾਕੁਰ, ਪਿਤੁ, ਬੰਧ ਜਨੁ, ਮਿਸਿ ਬਚਨ ਅਭਿਲਾਖੋ ॥**

ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ, ਆਪਣੇ ਠਾਕੁਰ, ਮਾਤਾ, ਪਿਤਾ ਤੇ ਸਕੇ ਸੰਬੰਧੀਆਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਬੋਲੋ

**ਸਤਭ ਕੀ ਰੇਨੁ ਹਇ ਰਹੇ ਪੰਖਰੂ, ਮੰਦਾ ਕਿਸਹਿ ਨ ਭਾਖੋ ॥੮॥**

ਸਭ ਦੀ ਚਰਨ ਧੂੜ ਬਣ ਕੇ ਰਹੋ ਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨੀਵੇਂ ਰਹੋ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਮਾੜਾ ਨਾ ਆਖੋ

**ਇਸ਼, ਦੇਵ, ਰਿਖੀ, ਪਿਤ੍ਰ, ਬ੍ਰਹਮਨ, ਗਉ, ਅਭਯਾਗਾਤਿ ਮਾਨੋ ॥**

ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ, ਰੱਬ, ਰਿਸ਼ੀ, ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ, ਬ੍ਰਾਹਮਣ, ਗਊ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ

ਮੂੰਹ ਗੁਰੂ ਵੱਲ ਹੈ।

**"ਕੀਟ ਹਸਤਿ ਮੇਰੂ, ਤ੍ਰਿਣਨ ਮਹਿ ਸਰਬ ਨਿਰੰਜਨਿ ਜਾਨੋ ॥ "**

ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਕੀੜੀ, ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਹਾੜੀ, ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਪਹਾੜ ਅਤੇ ਘਾਹ ਦੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਬਲੇਡ

ਵਿੱਚ ਵੀ, ਪ੍ਰਭੂ ਨਿਰੰਜਨ ਸਭ ਵਿਚ ਵੱਸਦਾ ਹੈ।

**"ਸਤ੍ਰੁ ਰੂਪ ਆਤਮ ਅਬਿਨਾਸੀ, ਬ੍ਰਹਮ ਸਤਿ ਪਹਿਚਾਨੋ ॥"**

ਤੁਹਾਡਾ ਸੱਚਾ ਆਤਮ [ਰੂਪ] ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਮਰਦਾ, ਬ੍ਰਹਮ [ਪਰਮਾਤਮਾ] ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੱਚਾ ਮੰਨੋ।

**'ਏਕ ਬ੍ਰਹਮ ਸਭ ਘਟਿ ਘਟਿ ਪੂਰਨ, ਆਦਿ ਪੁਰਖੁ ਭਗਵਾਨੋ**

**॥੧੦॥"**

ਇੱਕ ਬ੍ਰਹਮ ਸਭ ਵਿੱਚ ਹੈ; ਭਗਵਾਨ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਇੱਥੇ ਸਨ।

**ਨੋਟ: ਪੂਜਾ, ਤਿਲਕ, ਹੋਮ, ਗਾਯਤ੍ਰੀ, ਸੰਯਾ, ਤਰਪਨ ਧਾਰੋ ॥**

ਤਿਲਕ ਨੂੰ ਰਵਾਇਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਦੀ ਭਗਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ [ਨਿਸ਼ਾਨ] ਵਾਂਗ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਤਖ਼ਤ ਸ੍ਰੀ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਅੱਜ ਵੀ ਸਰਧਾਲੂਆਂ ਨੂੰ ਤਿਲਕ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰਵਾਇਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਦੋਂ ਗੁਰਗੱਦੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਸੌਂਪੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਤਾਂ ਰਸਮ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਤਿਲਕ ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਸਸਤਰ ਨੂੰ ਖੂਨ ਨਾਲ ਮਸਹ ਕਰਨਾ ਵੀ ਤਿਲਕ ਦੇ ਰੂਪ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਤਖ਼ਤ ਸ੍ਰੀ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਨਿਹੰਗ ਸਿੰਘ ਸਮੂਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇੱਥੇ ਹੋਮ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਹੈ। ਹਵਨ ਇੱਕ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਅਭਿਆਸ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਅੱਗ ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਚੜ੍ਹਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਖਾਲਸੇ ਲਈ ਗਿਆਨੀ ਬਾਬਾ ਇੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਰਕਬੇ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਲੰਗਰ ਬਣਾਉਣਾ ਹੋਮ ਦਾ ਇੱਕ ਰੂਪ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਅੱਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਲਸਾ ਆਦਿ, ਦਸਮ ਜਾਂ ਸਰਬਲੋਹ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਸ਼ੁੱਧ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਹਵਨ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਇਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਚੰਡੀ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ। ਸ਼ਕਤਾ ਸ੍ਰੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਚੰਡੀ ਦਾ ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤਾ ਦੋਵੇਂ ਇੱਕ ਹਨ।

**ਸ਼ਹੀਦ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਜੰਗ ਲਈ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਘਟਨਾ**

**"ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸ਼ਾਹੀਦ ਕੀ ਗਾਥਾ ਸੁਨੋ ਉਦਾਰ । ਧਰਮ ਜੁੱਧ ਕਰਿ ਸਿਰ  
ਦਯੋ ਖਯੋਸ਼ਹੀਦ ਵਿਚਾਰ । "**

ਓਏ ਦੁਨੀਆਂ ਸੁਣੋ ਸ਼ਹੀਦ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੀ ਕਹਾਣੀ, ਧਰਮ ਜੁੱਧ ਲਈ ਸਿਰ ਦੇ ਦਿੱਤਾ, ਵਿਚਾਰੋ  
ਸ਼ਹੀਦੀ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ।

**"ਮਿਸਲ ਸ਼ਹੀਦਨ ਕਾ ਸਰਦਾਰੈ ॥ ਨਿਕਟਿ ਜਲੰਧਰ ਗ੍ਰਾਮ ਦੁਕੋਹੇ ।  
ਕੇਰ ਹੁਤੋ ਸੰਯੂਜਟ ਵੇਹੇ । ੮ । "**

ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਮਿਸਲ ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੇ ਆਗੂ ਸਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜਨਮ ਕਸਬਾ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਨੇੜੇ  
ਹੋਇਆ ਸੀ । ਦੁਕੋਹੇ ਤੇ ਸੰਯੂਜਟ ਸਨ ।

**"ਅਧਿਕ ਦਮਦਮੇਂ ਰਹਿ ਤਲਵੰਡੀ । ਹੁਤੋ ਬੀਰ ਬਰ ਬਲੀ ਘਮੰਡੀ । "**  
ਉਹ ਤਲਵੰਡੀ ਵਿਖੇ ਦਮਦਮਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਹੀ ਰਹਿਣਗੇ । ਉਹ ਇੱਕ ਮਹਾਨ ਅਤੇ ਬਹਾਦਰ ਯੋਧਾ  
ਸੀ ।

**"ਸੁਨਿ ਬੇਅਦਬੀ ਬਹੁ ਗੁਰਦੁਾਰੈਂ । ਚੰਡੀ ਚਢੀ ਤਾਂਹਿ ਅਤਿ ਭਾਰੈਂ  
। ੯ । "**

ਗੁਰਦੁਆਰੇ [ਹਰਿਮੰਦਰ] ਵਿਖੇ ਹੋਈ ਬੇਅਦਬੀ ਬਾਰੇ ਸੁਣ ਕੇ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਚੰਡੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ  
ਹੋਈ ।

**'ਸੁਨਿ ਸਿੰਘ ਪਾਠ ਅਖੰਡ ਕਰਾਯੋ । ਹਮਨ ਕਰਾਯੋ ਕੰਗਨਾ  
ਬੰਧਵਾਯੋ । "**

ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਇੱਕ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਹਵਨ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ (ਲੜਾਈ ਵੱਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ) ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਗੁੱਟ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਇੱਕ ਵਿਆਹ ਦਾ ਕੰਗਣ ਬੰਨ੍ਹਿਆ (ਸ਼ਹਾਦਤ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵਜੋਂ ਮੌਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਲ ਅਭੇਦ ਹੋਣਾ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)

ਜੋ ਲੜਾਈ ਹੋਈ, ਉਹ ਕਾਫ਼ੀ ਭਿਆਨਕ ਸੀ।

**"ਬਿਲੱਛ ਲੱਛ ਸਾਯਕਾ ਸਪੁੱਛ ਸਾਂਪ ਸੇ ਫਿਰੈਂ ।"**

ਤੀਰ, ਲੜਾਈ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡ, ਅਤੇ ਦੋਧਾਰੀ ਤਲਵਾਰਾਂ ਸੱਪਾਂ ਵਾਂਗ ਪੂਰੇ ਯੁੱਧ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਘੁੰਮਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਕਥਨ ਅਨੁਸਾਰ ਹਵਨ ਦੇ ਦੋਵੇਂ ਅਰਥ ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਸਹੀ ਜਾਪਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਯੁੱਧ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।



ਨਿਹੰਗ ਸਿੰਘ ਸ੍ਰੀ ਭਗਉਤੀ ਬ੍ਰਹਮ ਕਵਚ ਦਾ ਹਵਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ

## ਹਵਨ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਵਿੱਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੰਗਤੀਆਂ

### ੴ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਿਹ ਜੀ

ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਸ੍ਰੀ ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਸ੍ਰੀ ਸਰਬਲੋਹ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ, ਸੂਰਜ ਪ੍ਰਕਾਸ਼, ਪੰਥ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿੱਚੋਂ ਹੋਮ/ਯੱਗ/ਹਵਨ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੰਗਤੀਆਂ ।

੧. ਵੁਠੈ ਪਾਹੁ ਕਰਹਿ ਨਿਤਿ ਸੁਰਹੀ ਸਾ ਧਨ ਦਹੀ ਵਿਲੇਵੈ ॥ ਤਿਤੁ ਘਿਇ ਹੋਮ ਜਗ ਸਦ ਪੂਜਾ ਪਇਐ ਕਾਰਜੁ ਸੇਹੈ । (ਆਦਿ ੧੫੦)

੨. ਹੋਮ ਜਗ ਅਰੁ ਪਾਠ ਪੁਰਾਣ ॥ ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋ ਪਰਵਾਨੁ ॥੩॥ (ਆਦਿ ੧੨੫੭)

੩. ਕਰਿ ਪੂਜਾ ਹੋਮਿ ਟਿਹੁ ਮਨੂਆ, ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਗੁਰਦੇਵਾ ॥੩॥ (ਆਦਿ ੬੧੪)

੪. ਸਭ ਜੀਅ ਜੰਗ ਅਪਾਰੁ ॥ ਮੁਖ ਹੋਮ ਕੀਨ ਅਬਿਚਾਰ ॥ (ਦਸਮ)

੫. ਅਬ ਮੱਧ ਹੋਮ ਕਰਾਇ ॥ ਧਨੁ ਕੂਪ ਤੇ ਬਹੁ ਪਾਇ ॥ (ਦਸਮ)

੬. ਤਬ ਬੋਲਿਓ ਨਿਪਰਿਓ ॥ ਕਰਿ ਜਗ ਕੇ ਚਿਤ ਜਾਇ ॥ (ਦਸਮ)

੭. ਸਤਿਜੁਗ ਮੈ ਸੁਨਿ ਰਾਇ ॥ ਮੁਖ ਕੀਨ ਚੰਡ ਬਨਾਇ ॥ (ਦਸਮ)

੮. ਅਗਨਿ ਤੀਰ ਹੋਮੀਐ, ਸੁਨਿ ਰਾਜ ਰਾਜ ਅਬਿਚਾਰ ॥ (ਦਸਮ)

੯. ਜਗਯ ਕਰੇ, ਟਿਕ ਬੰਦ ਰਖੈ, ਕੁਵ ਤਾਪ ਹਰੇ, ਮਿਲਿ ਧਿਆਨਹਿ ਲਾਵੈ ॥ (ਦਸਮ)

੧੦(i). ਯਯ ਜਾਪ ਹਰਿ ਦਰਸਨ ਪ੍ਰਾਪਤਿ ॥ ਸਯਾਮ ਦਰਸ ਕਰ ਸਦ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤਿ ॥  
(ਸਰਬਲੋਹ)

੧੦(ii) ਪੂਜਾ ਤਿਲਕ ਹੋਮ ਗਾਯਤ੍ਰੀ ਸੰਧੂ ਤਨ ਧਾਰੇ ॥ (ਸਰਬਲੋਹ)

੧੧. ਪੜੈ ਯਾਹਿ ਬਿਧਿ ਸੋ, ਕਰੇ ਹੋਮ ਬਰਨੀ । ਮਨੋ ਕਾਮਨਾ, ਸਿਧਿ ਹੋਵੈ ਸੁ ਲਹਨੀ ॥  
(ਸਰਬਲੋਹ)

੧੨. ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਪਰਵਾਣ ਹੈ, ਜਗ ਹੋਮ ਤੇ ਪੁਰਬ ਕਮਾਈ ॥ (ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ)

੧੩. ਕਰੈ ਹੋਮ ਗੁਰ ਮੰਤ੍ਰੁ ਕੋ, ਸਕਲ ਬਿਘਨ ਦੇ ਖਾਪ ਕਾਰਜ ਹੋਰ ਬੰਧਨ ਤੂਟੈ, ਸ੍ਰੀ ਮੁਖ  
ਗੁਰੂ ਪ੍ਰਤਾਪ (ਸੂਰਜਪ੍ਰਕਾਸ)

੧੪. ਪ੍ਰਥਮ ਮਾਰਜਨ ਹੋਮ ਬਿਧਿ, ਲਿਖ ਕਰਿ ਸਭਿ ਸਮਝਾਇ ॥ ਮਹਾ ਮਹਾਤਮ ਮੰਤ੍ਰੁ ਟਿਹ,  
ਚਾਰ ਪਦਾਰਥ ਦਾਇ ॥ (ਸੂਰਜਪ੍ਰਕਾਸ)

੧੫. ਇਤਿ ਸ੍ਰੀ ਤੇਗ ਬਹਾਦੁਰ ਗੁਰੂ ਜੀ, ਬਿੰਦ ਤੀਰਥਨ ਤੀਰ ਨਿਵਾਸ ॥ ਸਭ ਅਸਥਾਨ  
ਦਾਨ ਦੇ ਮਾਨਦ ਪਾਵਨ ਤੇ ਪਾਵਨ

ਕਰ ਤਾਸੁ ॥ ਜਸ ਹੋਮ ਦਫਨ ਬਹੁ ਕੰਚਨ, ਸਾਧਨ ਦਿਸਨਿ ਰੰਕ ਜੋ ਰਾਸ ॥ (ਸੂਰਜਪ੍ਰਕਾਸ)

੧੬. ਦੁਰਗਾ ਪਾਠ ਅਨੇਕ ਕਰੰਤੇ ॥ ਸੰਜ ਸਕੇਲੀ ਹਵਨ ਹੁਵੰਤੇ (ਸੂਰਜਪ੍ਰਕਾਸ)

੧੭. ਹਮ ਜਬ ਹਵਨ ਯੱਗ ਕਰਵੇ ਹੈ। ਖੁਸ਼ ਹੈ ਘਨ ਜਲ ਬਹੁ ਬਰਸੈ ਹੈ ॥ ਦੂਰ ਭਿਖ ਨਸੇ  
ਅੰਨ ਬਹੁ ਥੈ ਹੈ ॥ ਸੁਕ੍ਰਿਤ ਸਭ ਕਰਨ ਲਗ ਜੈ ਹੈ ॥ (ਨਵੀਨ ਪੰਥ ਪ੍ਰਕਾਸ)

੧੮. ਦੋਹਿਰਾ ॥ ਸ੍ਰੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਅਕਾਲ ਕੇ, ਧਿਆਨ ਠਾਨ ਹਰਿ ਗ੍ਰਾਨ ॥ ਜਗਯ ਹੋਮ ਜਯੋ  
ਗੁਰੂ ਕਰੈ, ਸੋ ਅਬ ਕਰਤ ਬਖਸ਼ਾਨ (ਨਵੀਨਪੰਥਪ੍ਰਕਾਸ)

੧੯. ਦੋਹਿਰਾ ॥ ਯਾ ਬਿਧਿ ਨਾਮ ਉਚਾਰ, ਬਿਧਿ ਪੁਨਾ ਕਰਿਓ ਪਰਯੋਗ ॥ ਪਾਠ ਸਵਾ ਲੱਖ  
ਹਵਨ ਕਰਿ, ਜੀਤ ਜੰਗ ਤਬ ਹੋਗ। (ਪੰਥ ਪ੍ਰਕਾਸ)

੨੦. ਚਾਲਿਸ ਦਿਨ ਮੈ ਪੀਛੇ, ਸੋ ਸਤਿਨਾਮ ਕਾ ਹਮਨ ਕਰੇ, ਨਾਰਾਇਨ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੋਇ ॥  
(ਮੁਕਤਿ ਮਾਰਗ ਪਾ:੧੦)

੨੨. ਹੋਮ ਕਰੈ ਗੁੜ ਘ੍ਰਿਤ ਤਿਲ, ਸੱਚੀ ਕੀ ਸਮਧਾ ਜਗਾਵੈ ॥ (ਮੁਕਤਿ ਮਾਰਗ ਪਾ:10)

੨੨. ਹੋਮ ਘ੍ਰਿਤ ਧੂਪ ਸੋ ਜੁਚੇ ਮੂਨ ਦੇਖੀਐ, ਘੋਖ ਬੇਦਾਨ ਧੁਨ ਗਨਤ ਕਾਖੈ ॥

(ਗੁਰਬਿਲਾਸਪਾ ੧੦ਵੀ)

੨੩ ਰਖੀ ਹੋਮ ਪੂਜਾ ॥ ਰਹਿਯੋ ਭਾਵ ਦੂਜਾ ॥ (ਉਲੇਖ ਹਜ਼ੂਰਸਾਹਿਬ ਦੀ ਪੁਰਾਤਨ ਸਾਖੀ)

੨੪. ਪਾਠ ਸਮਾਪਤੀ ਮੇਂ ਹੋਮ ਕਰਣਾ (ਉਲੇਖ ਸੂਰਜ ਬੰਸੀਯ ਖਾਲਸਾਪੰਥ ਗ੍ਰੰਥ)

੨੫. ਤੀਸਰੇ ਪਹਿਰ ਹਰ ਸੰਕ੍ਰਾਤ, ਹੋਮ ਕਰਨਾ ਸੁਧ ਧੂਪ ਦਾ (ਉਲੇਖ ਪੈਂਤੀਸ ਅਖਰੀ)

੨੬. ਬੀਰ ਰਸ ਦਾ ਉਪਜਾਊ ਹੋਮ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਯੁਧ ਦੀ ਚੜ੍ਹਾਈ ਸਮੇਂ, ਹੋਮ ਦੀ ਹੀ ਯੋਗਤਾ ਹੈ (ਉਲੇਖ ਖ਼ਾਲਸਾ ਧਰਮ ਸ਼ਾਸਤ੍ਰ)

੨੭. ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ ਨਾਮ ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪਾਠ ਹੋਣਾ।

ਹਵਨ ਨਾਰੀਅਲ ਕੁੰਭ, ਮੂਲ ਮੰਤ੍ਰ ਦਾ ਜਾਪ, ਪੁਰਾਣੀ ਮਰਿਆਦਾ ਹੈ। (ਉਲੇਖ ਤਾਨੁਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਗ੍ਰੰਥ)

## ਹਵਨ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਲਾਭ

ਹਵਨ (ਹੋਮ) ਇੱਕ ਰਸਮ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਬਲੀ ਜਾਂ ਕੋਈ ਧਾਰਮਿਕ ਭੇਟ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅੱਗ ਏਜੰਟ ਹੈ, ਅਤੇ ਭੇਟਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਪਦਾਰਥਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਨਾਜ, ਘਿਓ, ਦੁੱਧ, ਧੁੱਪ ਅਤੇ ਬੀਜ।

### ਹਵਨ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁੱਧ ਕਰਦਾ ਹੈ:

ਜਦੋਂ ਹਵਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਵਾ ਅੱਗ ਨੂੰ ਛੂੰਹਦੀ ਹੈ, ਸੁੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ੀਰ ਵਿੱਚ ਹਲਕੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਇਹ ਹਲਕੀ ਹਵਾ ਉੱਪਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਠੰਡੀ/ਅਸੁੱਧ ਹਵਾ ਦੀ ਥਾਂ ਲੈਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਭੂਗੋਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੈ; ਕਿਵੇਂ ਮੈਦਾਨਾਂ ਤੋਂ ਹਲਕੀ ਹਵਾ ਧਰਤੀ ਦੇ poles ਤੋਂ ਭਾਰੀ ਹਵਾ ਦੀ ਥਾਂ ਲੈਂਦੀ ਹੈ) ਅਤੇ ਰੀਤੀ ਰਿਵਾਜ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੱਕ ਹਵਾ ਸੁੱਧ ਹੁੰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਹਵਨ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਸਮੱਗਰੀ ਅੰਬ ਦੀ ਲੱਕੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਾੜਨ 'ਤੇ FORMIC ALDEHYDE ਇੱਕ ਗੈਸ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ ਜੋ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨੂੰ ਮਾਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖੋਜ (ਫਰਾਂਸ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀ ਟ੍ਰੇਲੋ) ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਸੁੱਧ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਫਿਰ ਫਾਰਮਿਕ ਐਲਡੀਹਾਈਡ ਗੈਸ ਤੋਂ ਫਾਰਮਲਿਨ ਬਣਾਇਆ ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਫਲਾਂ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਜਾਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਹਵਨ ਵਿੱਚ ਸਾੜੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਗੁੜ ਤੋਂ ਵੀ ਫਾਰਮਿਕ ਐਲਡੀਹਾਈਡ ਗੈਸ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ 30 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਹਵਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਰੁਕਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਟਾਈਫਾਈਡ ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਕੀਟਾਣੂ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਗਾਂ ਦਾ ਘਿਓ ਹਵਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਾਮੱਗਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਜ਼ਹਿਰ ਦੇ antidote ਤੌਰ ਤੇ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਮਹਿਕ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਸੁੱਧ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਘਿਓ ਜਦੋਂ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਸਾੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚਰਬੀ ਦੇ ਕਣ

ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿਚਲੀ ਧੂੜ ਦੇ ਕਣਾਂ ਤੇ ਲੱਦ ਜਾਂਦੇ ਹਨ (ਕੁਝ ਰਸੋਈ ਵਿਚਲੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਤੇ ਚਿਪਕਣ ਵਾਂਗ) ਅਤੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮੀਂਹਦ ਧਰਤੀ ਮਾਂ ਦੀ ਬਨਸਪਤੀ ਨੂੰ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਰੂਸੀ ਵਿਗਿਆਨੀ ਡਾ: ਸ਼ਿਰੋਵਿਕ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਗਾਂ ਦੇ ਘਿਓ ਨੂੰ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦੇ ਧੂੰਏਂ ਨਾਲ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਅਭਿਆਸ ਹੋਵੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਤਕਨਾਲੋਜੀ 5G ਵੱਲ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ ਜੋ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਐਲੋਪੈਥਿਕ ਦਵਾਈ ਵਿੱਚ ਡਾ: ਕੁੰਦਨ ਲਾਲ ਐਮ.ਡੀ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਖੋਜ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਕਿ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਕਿੱਲੇ ਅੰਬ ਦੀ ਲੱਕੜ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਸਾੜਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਕੋਈ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਹੀਂ ਮਾਰਿਆ ਗਿਆ ਪਰ ਜਦੋਂ ਇਸਨੂੰ ਹਵਨ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਸਾੜਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 94% ਤੱਕ ਘੱਟ ਗਈ। (ਚੰਦਰ ਸ਼ੇਖਰ ਨੌਟਿਆਲ) ਪਲਾਂਟ-ਮਾਈਕ੍ਰੋਬ ਇੰਟਰੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਮੁਖੀ। 24 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਹਵਾ ਦੇ ਨਮੂਨੇ ਨੇ ਦਿਖਾਇਆ ਕਿ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 96% ਘੱਟ ਸੀ। ਇਸ ਲਈ ਹਵਾ ਰਾਹੀਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਸਿਵੇਂ ਟੀ.ਬੀ ਅਤੇ ਵਾਇਰਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਹਵਨ ਸਹਾਇਕ ਹੈ।

ਛੋਟੇ ਦਫਤਰ ਜਾਂ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਫੰਗਲ ਲੋਡ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਹਵਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕਾ ਲੱਭਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੀਤੇ ਗਏ ਤਜਰਬਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹਵਨ ਅਗਨੀ ਦੇ ਧੂੰਏਂ ਵਿੱਚ ਉੱਲੀ ਵਰਗੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਸਿਵੇਂ ਐਸਪਰਗਿਲਸ, ਹੋਨਿਸਿਲਿਅਮ, ਕਰਵੂਲਰੀਆ ਅਤੇ ਕਲੇਡੋਸਪੋਰੀਅਮ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਵਨ ਦਾ ਧੂੰਆਂ ਆਯੁਰਵੇਦ ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਇਨਹੇਲੇਸ਼ਨ ਚੈਰੇਪੀ ਵਰਗਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਵੇਂ ਉੱਪਰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮਨ ਨੂੰ ਅਰਾਮ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਵਨ

ਦੌਰਾਨ ਉਚਾਰੀਆਂ ਗਈਆਂ ਪਵਿੱਤਰ ਬਾਣੀਆਂ (ਮੰਤਰਾਂ) ਦੇ ਕਾਰਨ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਆਈਆਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਨਿਯਮਤ ਹਵਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਇਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਮਨ ਦੀ ਸਾਂਤੀ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਵਧੀ ਹੋਈ ਭਾਵਨਾ, ਨਵੀਂ ਜੀਵਨਸ਼ਕਤੀ, ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ, ਜ਼ਖ਼ਮਾਂ ਦਾ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ, ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਹਵਨ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਪਾਠ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਵਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਹਵਨ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਡੂੰਘੀ ਅਤੇ ਲੰਮੀ ਸਮਾਧੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ, ਆਉ ਇਹ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੀਏ ਕਿ ਊਰਜਾ ਪੱਧਰ ਤੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਜਾਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੁਆਂਟਮ ਪੱਧਰ ਤੇ ਪੰਜ ਤੱਤਾਂ (ਅੱਗ, aether, ਧਰਤੀ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਹਵਾ) ਦੇ ਮਿਸ਼ਰਣ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਵਾਈਬ੍ਰੇਸ਼ਨਾਂ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਪੰਜ ਤੱਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ, ਅੱਗ ਹੀ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਤੱਤ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਵਿਚ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਰਤਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਰਸਾਇਣਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗਰਮੀ ਇੱਕ ਉਤਪ੍ਰੇਰਕ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਇੱਕ ਟੇਜੰਟ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਮਿਸ਼ਰਨ ਜਾਂ ਬਲਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਜਿਸ ਵਿਚ ਨਵੇਂ ਰਸਾਇਣਕ ਸੰਯੋਗ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਧਾਰਨ ਤੱਥ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ, ਦੇਖੋ ਕਿ ਭੋਜਨ ਕਿਵੇਂ ਪਕਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਸੂਝਵਾਨ ਰਸੋਈਏ ਜਾਂ ਮੁਖੀ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪਕਾਉਣ ਅਤੇ ਸੁਆਦ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਏਗਾ। ਸੋਨਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਧਾਤਾਂ ਖੁੰਧੀਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਹੁਣ ਸੰਰਚਨਾ ਦੇ ਨਿਯਮ ਅਨੁਸਾਰ, ਪਦਾਰਥ ਨਾ ਤਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਨਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਹਵਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਨੂੰ ਸਾੜਨ ਨਾਲ ਊਰਜਾ (ਸੂਖਮ ਅਤੇ ਕੰਪਨ) ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ, ਜਾਨਵਰਾਂ, ਪੌਦਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾ ਧਰਤੀ ਵਰਗੀਆਂ ਹੋਰ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਦੁਹਰਾਉਣਾ ਚਾਹਾਂਗਾ, ਜੇ ਸਿੱਖ ਨੇ ਕੋਈ ਵੀ ਰਸਮ ਅਦਾ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ - ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਦੂਸਰਾ - ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੀਜਾ - ਉਸਨੂੰ ਗਿਆਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਰਸਮ ਕਿਉਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੇ ਕੋਈ ਵੀ ਰਸਮ (ਨੇਮ) ਜੋ ਉਪਰੋਕਤ 3 ਬਿੰਦੂਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਵੀ ਰਹਿਤ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਪੂਰਾ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗਾ।

## ਹਵਨ ਦਾ ਭੌਤਿਕ ਪੱਖ

ਅਸੀਂ ਯੱਗ ਦੇ ਮੂਲ ਬਲੀਦਾਨ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਛੁਪੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਭ ਦਾ ਕਲਿਆਣ ਇਸ ਦੇ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਜੋ ਪਦਾਰਥ ਸਿਵੇਂ ਕਿ ਘਿਓ ਅਤੇ ਜੜੀ-ਬੂਟੀਆਂ ਆਦਿ ਜੋ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਯੱਗ ਵਿੱਚ ਯੱਗ ਵਿੱਚ ਚੜ੍ਹਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕੇਵਲ ਉਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਭਲਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਉਹ ਕੇਵਲ ਉਸ ਲਈ ਹੀ ਜਮਾਂਦਰੂ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਸਭ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਸਾਂਝੇ ਕਲਿਆਣ ਰਾਹੀਂ ਉਸ ਦੀ ਆਪਣੀ ਭਲਾਈ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੈ। ਸਿਵੇਂ ਕਿ ਭਗਵਾਨ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਦੁਆਰਾ ਗੀਤਾ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ (ਅਧਿਆਇ #3 - 9 ਤੋਂ 15 ਤੱਕ ਦੇ ਚੋਟੇ) "ਯੱਗ ਹਵਾ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਬਾਰਸ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸਾਰੇ ਬਨਸਪਤੀ ਅਤੇ ਜੜੀ-ਬੂਟੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਅਨਾਜ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਜੀਵਨ ਦੀ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਸਾਰੇ ਨਾਗਰਿਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਯੱਗ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਸਿਵੇਂ ਕਿ ਵੈਦਿਕ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਚਲਿਤ ਸੀ, ਤਾਂ ਇਹ ਕਬਜ਼ਾ ਇੱਕ ਹਵਾਦਾਰ ਕਲਪਨਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ, ਪਰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਹਕੀਕਤ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ, ਸਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਉਦੋਂ ਸੀ। ਅੱਜ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਅਤੇ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਗੰਭੀਰ ਚੁਣੌਤੀ ਨੂੰ ਯੱਗ ਦੁਆਰਾ ਹੋਰ ਸਾਧਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਅਤੇ ਖਤਮ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੀਆਂ ਮੌਜੂਦਾ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਬਲੀਦਾਨ ਲਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਕੇ ਅਨੁਕੂਲ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਿਆਂਦੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹਵਨ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਰਸਮ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

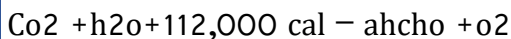
ਕਿਉਂਕਿ, ਫਾਰਮਲਡੀਹਾਈਡ ਸਿਰਫ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਹਵਨ ਕੁੰਡ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਅਤੇ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਛਿੜਕਣ ਦੀ ਰਸਮ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਜਲ ਵਾਸ਼ਪਾਂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

"ਹਵਨ ਨਾਲ ਮਾਹੌਲ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਚੰਗਾ ਮਾਹੌਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ", ਡਾ ਮਛੂਕਰ ਗਿਆਕਵਾੜ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ

ਡਾ. ਹਾਫਕਿਨ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਦੂਰੀ ਤੋਂ ਹਵਨ ਦੇ ਧੂੰਏਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਨਾਲ ਵਿੰਡਪਾਟੀਪ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕੁਝ ਗੁੰਝੀਆਂ ਤੋਂ secretion ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੇ ਮਨ ਅਤੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਭਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਹਵਾਦਾਰੀ ਦੀ ਘਾਟ (ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਤਕਨੀਕ) ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਇਮਾਗੀ ਉਤੇਜਕ ਵਜੋਂ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਆਮ ਅਭਿਆਸ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਵਨ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਬਹੁਤ ਹੀ ਧੀਮੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਜਲੇ ਹੋਏ ਸਾਰੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਇਹ ਧੂੰਆਂ ਇਮਾਗ ਨੂੰ ਉਤੇਜਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਪੈਦੇ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਯਜਨਾ ਦੀ ਵਿਗਿਆਨਕ ਵਿਆਖਿਆ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ (26-28 ਜੁਲਾਈ 1996 ਨੂੰ ਮਾਂਟਰੀਅਲ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਆਯੋਜਿਤ ਅਸਵਮੇਧ ਯਜਨਾ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਇੱਕ ਲੇਖ)।

ਹਵਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਹਵਨ ਸਮਗਰੀ ਨੂੰ ਸਾੜਨ ਵੇਲੇ ਜੋ ਰਸਾਇਣਕ ਕਿਰਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਹ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ:



ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ + ਪਾਣੀ + 112,000 ਕੈਲ ਫਾਰਮਾਲਡੀਹਾਈਡ + ਆਕਸੀਜਨ

ਇਸ ਲਈ ਹਵਨ ਦੁਆਰਾ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਨੂੰ ਆਕਸੀਜਨ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਵਨ ਦੀ ਰਸਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਵਨ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਲੈਣ ਲਈ ਹਵਨ ਸਮਗਰੀ ਵਿੱਚ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਪੂਰਨ ਦਹਿਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

# ਸਨਾਤਨ ਪਰੰਪਰਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਵਿਸ਼ਵਾਸ

## ਅਨੁਸਾਰ ਅਗਨੀ ਦੇਵ

ਸਨਾਤਨ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਗਨੀ ਦੇਵ (ਇੱਕ ਅਰਧ-ਦੇਵਤਾ) ਅੱਗ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਸ਼ਟ ਦੇਵਤਾ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਗਨੀ ਦੇਵਤਾ ਭੇਟ ਕੀਤੀ ਸਮਗਰੀ ਨੂੰ ਦੇਵਤਾ ਨੂੰ ਭੇਜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇਵਤਾ ਹਵਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਸੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਿਸ ਲਈ ਹਵਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਸਨਾਤਨੀ ਭਰਾਵਾਂ ਲਈ ਸੱਚ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ ਸਹੀ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖ ਹਵਨ ਕਿਉਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਹਰ ਕਿਰਿਆ ਦੇ ਪਿੱਛੇ, ਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਮਨੋਰਥ/ਇਰਾਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਹਵਨ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਹਿੰਦੂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪਦਾਰਥਕ ਬਰਕਤਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੂੰ ਮੰਨਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਲਈ ਦੇਵਤਿਆਂ ਕੋਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਕੇਵਲ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਨੂੰ ਹੀ ਨਤਮਸਤਕ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਇਸ ਸਭ ਦਾ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੈ। ਉਹ ਦੇਵਤਿਆਂ ਦਾ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਰੇ ਦੇਵੀ ਦੇਵਤੇ (ਸ੍ਰੀ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਜੀ, ਸ੍ਰੀ ਬ੍ਰਹਮਾ ਜੀ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀ ਮਹੇਸ਼ ਜੀ ਸਮੇਤ) ਮਾਇਆ ਦੀ ਰਚਨਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇਵੀ ਦੇਵਤਿਆਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਸਿੱਖਾਂ ਲਈ ਵਿਅਰਥ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡਾ ਉਦੇਸ਼ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਉਸ ਲਈ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਜੋ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੈ - ਸਰਵਉੱਚ ਸਿਰਜਣਹਾਰ।

ਇੱਕ ਅੰਦਰੂਨੀ ਹਵਨ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਪਾਚਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਜਦੋਂ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਨੇਕਾਂ ਐਸਿਡਾਂ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਨਾਲ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਪੇਟ ਦਾ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਪਮਾਨ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ

ਜਠਾਰ ਅਗਨੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਇਸਨੂੰ ਅਖੌਤੀ ਅਗਨੀ ਦੇਵਤਾ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਨਿਵਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸੁਖਮ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਦਲਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਫਿਰ ਖੂਨ ਦੁਆਰਾ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸੰਚਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਅਗਨੀ ਦੇਵਤਾ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਸਾਰੇ ਦੇਵਤਿਆਂ ਨੂੰ ਪੋਸ਼ਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਗਨੀ ਦੇਵਤਾ ਦੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ਕਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਉਸਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ ਜੋਤਿ ਸਰੂਪ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਨਿਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

## ਕੌਣ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ?

ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸਾਧਨਾ/ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਵਾਈਬ੍ਰੇਸ਼ਨਲ ਊਰਜਾ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਬੀਮਾਰੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਮਾਹੌਲ ਨੂੰ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਰਥ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਔਰਤ, ਨੌਜਵਾਨ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗ, ਪੜ੍ਹਿਆ-ਲਿਖਿਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਅਨਪੜ੍ਹ, ਅਮੀਰ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਗ਼ਰੀਬ, ਇੱਜ਼ਤ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਅਣਜਾਣ ਹੋਵੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਇਸਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿਲੀ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਵਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਸਮਰਪਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਇੱਕ ਊਰਜਾ ਸੰਸਕਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਕਲਾਕਾਰ ਨੂੰ ਛੂਠ, ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ, ਬੁਰੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਨੈਤਿਕ ਮੁੱਲ ਹੋਏ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਹਵਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ? ਸੰਪਰਦਾਵਾਂ ਵਿੱਚ, ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਆਕਾਰ ਵਰਗ ਅਰਥਾਤ ਚੋਰਸ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਉਪਲਬਧ ਖੇਤਰ ਤੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵੱਡਾ ਜਾਂ ਛੋਟਾ। ਹਵਨ ਕੁੰਡ ਦੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਆਕਾਰ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਵਾਈਬ੍ਰੇਸ਼ਨਲ ਊਰਜਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਮੈਂ ਪਾਠਕ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਜਾਂ ਇਸ ਰੀਤੀ ਦੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹਾਂ)।



ਉਦਾਸੀ ਸਿੱਖ ਹਵਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ

ਹੁਣ ਨਿਰਾਸ਼ ਨਾ ਹੋਵੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹਵਨ ਕੁੰਡ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਪੋਰਟੇਬਲ ਹਵਨ ਕੁੰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਜੋ ਸਮੱਗਰੀ ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਚੰਗਾ)। ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਾਂਬਾ ਕਿਉਂ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਗਰਮੀ ਦਾ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਸੰਚਾਲਕ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਫਾਇਤੀ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਦਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਸੰਚਾਲਕ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਤਾਪ ਊਰਜਾ ਨੂੰ ਵਾਈਬ੍ਰੇਸ਼ਨਲ ਊਰਜਾ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਸਿੱਖੀ ਵਿੱਚ ਪੋਰਟੇਬਲ ਹਵਨ ਸਰਬਲੋਹ ਦੇ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਲਈ ਸਰਬਲੋਹ ਪੰਨ ਹਾਤ ਹੈ)। ਚਕਰਵਰਤੀ ਹਵਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਉਹੀ ਹੈ ਜੋ ਵੱਡੇ ਹਵਨ ਲਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਪਰ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ।



ਤਾਂਬੇ ਦਾ ਹਵਨ ਕੁੰਡ

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਪੋਰਟੇਬਲ ਹਵਨ ਕੁੰਡ ਰੱਖਣਾ ਔਖਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਵੱਡੇ ਕੁੰਡੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸ਼੍ਰੀ ਰਹਿਰਾਸ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਪਾਠਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੀ ਆਸਾ ਦੀ ਵਾਰ ਕੀਰਤਨ/ਪਾਠ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਵੇਲਾ ਦੌਰਾਨ ਆਰਤੀ ਅਤੇ ਆਰਤਾ ਸਮਾਰੋਹ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਲ ਪੰਚਾਂ (ਨਿਹੰਗ ਦਲ) ਵਿੱਚ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਪੰਜ-ਨਿਸ਼ਾਨ ਸਿੰਘਾਂ ਅਤੇ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੀ ਧੂਪ-ਬੱਤੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਧੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸਮੱਗਰੀ (ਆਹੂਤੀ) ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਹ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਸੌਖਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ "ਚਕਰਵਰਤੀ ਹਵਨ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਦਲ ਪੰਚ ਵਿੱਚ ਹਵਨ ਨੂੰ "ਚੰਦਾ ਪਰਗਟ

ਕਰਨਾ" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਪੋਰਟੇਬਲ ਕੁੰਡ ਵਿੱਚ ਹਵਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਲੋੜ ਸਾਰਣੀ 1 ਵਿੱਚ ਦੱਸੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚੋਂ 1, 7 ਅਤੇ 21 ਹਨ।



ਗੁਰੀਆ ਸਿੰਘ ਪੰਜ ਨਿਸ਼ਾਨਚੀ ਸਿੰਘਾਂ ਅੱਗੇ ਧੂਪ ਕਰਦੇ ਹੋਏ

**ਵੱਡੇ ਹਵਨ (ਚੰਦਾ) ਲਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਸੂਚੀ:**

| ਸ. ਨੰ | ਸਮੱਗਰੀ                                          | ਮਾਤਰਾ<br>(1ft×1ft) | ਮਾਤਰਾ<br>(0.5ft× 0.5ft) |
|-------|-------------------------------------------------|--------------------|-------------------------|
| 1.    | ਲਾਲ ਜਾਂ ਚਿੱਟੀ ਚੰਦਨ ਦੀ ਲੱਕੜੀ ਜਾਂ ਅੰਬ ਦੀਆਂ ਡੰਡੀਆਂ | 5 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ        | 2.5 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ           |
| 2.    | ਛੜ                                              |                    |                         |
| 3.    | ਮੁਥਰਾ                                           |                    |                         |
| 4.    | ਭੋਜ ਪੱਤਰ (betula utilis)                        | 10-20 ਪੱਤੇ         | 5-8 ਪੱਤੇ                |
| 5.    | ਜੌਂ(barley)                                     | 1 ਕੱਪ              | 1/2 ਕੱਪ                 |

|     |                                         |                                |                                   |
|-----|-----------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|
| 6.  | ਇੰਦਰ ਜੌਂ (holarrhena<br>antidysentrica) | 1 ਕੱਪ                          | 1/2 ਕੱਪ                           |
| 7.  | ਗੁੱਗਲ (commiphora wightii)              | 300 ਗ੍ਰਾਮ                      | 100 ਗ੍ਰਾਮ                         |
| 8.  | ਸੁਪਾਰੀ(areca nut)                       | 300 ਗ੍ਰਾਮ                      | 100 ਗ੍ਰਾਮ                         |
| 9.  | ਸੰਧੂਰ (vermillion)                      | 200 ਗ੍ਰਾਮ                      | 50 ਗ੍ਰਾਮ                          |
| 10. | ਛੁਹਾਰੇ (dry dates)                      | 10                             | 3-5                               |
| 11. | ਬਦਾਮ (almonds)                          | 20                             | 5-8                               |
| 12. | ਕਿਸਮਿਸ (raisins)                        | 250 ਗ੍ਰਾਮ                      | 25-50 ਗ੍ਰਾਮ                       |
| 13. | ਚੋਪਾ (coconut)                          | 1 ਪੂਰਾ                         | 1/2                               |
| 14. | ਇਲਾਚੀ ਹਰੀ(cardamom)                     | 150 ਗ੍ਰਾਮ                      | 20-40 ਗ੍ਰਾਮ                       |
| 15. | ਲੌਂਗ(clove)                             | 50 ਗ੍ਰਾਮ                       | 10 ਗ੍ਰਾਮ                          |
| 16. | ਮੁਸਕ ਕਪੂਰ (camphor)                     | ਲੱਕੜ ਨੂੰ ਸਾੜਨ<br>ਲਈ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ | ਲੱਕੜ ਨੂੰ ਸਾੜਨ<br>ਲਈ ਲੋੜ<br>ਅਨੁਸਾਰ |
| 17. | ਤਿਲ (sesame)                            | 250 ਗ੍ਰਾਮ                      | 50-80 ਗ੍ਰਾਮ                       |
| 18. | ਕੇਸਰ(saffron)                           | 25 ਗ੍ਰਾਮ                       | 5-10 ਗ੍ਰਾਮ                        |
| 19. | ਖੰਡ(sugar)                              | 250 ਗ੍ਰਾਮ                      | 50 ਗ੍ਰਾਮ                          |
| 20. | ਘਿਓ (clarified butter)                  | 1-2 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ                  | 1/4-1/2<br>ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ              |

## ਹਵਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ:

ਇਹ ਅੰਮ੍ਰਿਤਵੇਲਾ (ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ) ਜਾਂ ਸੂਰਜ ਡੁੱਬਣ ਵੇਲੇ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚੱਕਰਵਤੀ ਹਵਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੋਈ ਸਖਤ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਵੇਲਾ ਅਤੇ ਸੂਰਜ ਡੁੱਬਣ ਵੇਲੇ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ।

## ਹਵਨ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ:

1. ਹਵਨ ਕੁੰਡ ਅਤੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਉੱਥੇ ਸਹੀ ਹਵਾਦਾਰੀ ਹੋਵੇ।
2. ਸਾਰੀ ਸਮੱਗਰੀ ਤਿਆਰ ਰੱਖੋ। ਨਾਲ ਹੀ ਪਾਣੀ ਦੇ ਦੋ ਬਰਤਨ (ਕੁੰਡ) ਰੱਖੋ, ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਕੁੰਡ ਸਾਵਧਾਨੀ ਉਪਾਅ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਕੁੰਡ ਢੱਕਣ ਨਾਲ ਢਕਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਇਹ ਪਾਣੀ ਦਾ ਕੁੰਡ ਜਿਸ ਨੂੰ ਢੱਕਣ ਨਾਲ ਢਕਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਧੁਨਾਂ ਨੂੰ ਸੋਖ ਲਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਛਿੜਕ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਆਪਣੇ ਕੁਝ ਪੋਇਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਪੀ ਸਕਦੇ ਹੋ
3. ਕੁਝ ਮਿੱਟਾਂ ਲਈ ਚੁੱਪ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਇੱਕ ਸਧਾਰਨ ਅਰਦਾਸ ਕਰਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।
4. ਕਪੂਰ ਰੱਖੋ (ਸਿੰਨਾ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੁੰਡ ਦੇ ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਅੰਬਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ)
5. ਹਵਨ ਕੁੰਡ ਵਿਚ ਅੰਬ ਦੀਆਂ ਡੰਡੀਆਂ ਰੱਖੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਕੁੰਡ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਹਵਾਦਾਰੀ ਬਣੀ ਰਹੇ  
(ਕਿਉਂਕਿ ਹਵਾ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ)
6. ਮਾਇਸ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਕਪੂਰ ਨੂੰ ਬਾਲੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਅੰਬ ਦੀ ਡੰਡੀ ਤੇ ਚੋੜ੍ਹਾ ਸਿਹਾ ਘਿਓ ਪਾ ਦਿਉ। (ਅੰਬ ਦੀ ਲੱਕੜ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਤੱਕ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰੋ) ।
7. ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਪਾਉ (ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਈ ਗਈ ਸਮੱਗਰੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੜ ਚੁੱਕੀ ਹੈ)

8. ਅੱਗ ਨੂੰ ਬਲਦੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਘਿਉ ਪਾਉ (ਅੰਬ ਦੀ ਲੱਕੜ ਨੂੰ ਕੁਸਲਤਾ ਨਾਲ ਸਾੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ) ।

9. ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਬੂੰਦਾਂ ਛਿੜਕ ਦਿਉ (ਕਿਉਂਕਿ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਨਮੀ ਕੁਸਲ ਅੱਗ ਜਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ)

10. ਇਸ ਅਭਿਆਸ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕੰਮ ਸੌਂਪ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਸਾਧ-ਸੰਗਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ)

11. ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਹਾ ਲੈਣ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਦੇ ਰਹੋ।

**ਗੁਰਬਾਣੀ ਜੋ ਹਵਨ ਦੋਰਾਨ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਇਸ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ):**

1. ਸ੍ਰੀ ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ

2. ਸ੍ਰੀ ਜਾਪ ਸਾਹਿਬ

3. ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ

4. ਸ੍ਰੀ ਚੋਪਣੀ ਸਾਹਿਬ

5. ਸ੍ਰੀ ਉਗਰਦੰਤੀ

6. ਸ੍ਰੀ ਚੰਡੀ ਦੀ ਵਾਰ (ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ ਤੇ ਨਾ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਵੇ, ਸਾਰੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪੜ੍ਹੋ; ਸ੍ਰੀ ਚੰਡੀ ਦੀ ਵਾਰ ਦਾ ਹਵਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਰਯਾਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ) ।

7. ਸ੍ਰੀ ਬ੍ਰਹਮ ਕਵਚ

8. ਸ੍ਰੀ ਚੰਡੀ ਚਰਿਤਰ (ਦੂਜਾ)

9. ਅਛਕਦਾ ਚੰਦ

10. ਮੋਹੀਨ ਚੰਦ

ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਮੂਲ ਮੰਤਰ ਅਤੇ ਗੁਰਮੰਤਰ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਦਿਆਂ ਵੀ ਹਵਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

**ਨੋਟ:** ਹਵਨ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ, ਜੋ ਪੰਥ ਵਿਚ ਚਲਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ (ਜੋ ਕਿ ਸ਼ਿਆਦਾਤਰ ਗੁਪਤ ਹਨ )। ਇਹ ਕੇਵਲ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾ ਕੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿਧਵਾਨ/ਮਹਾਪੁਰਸ਼ ਤੋਂ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਹੀ ਸਿੱਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ, ਇਹ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ।

# ਉਦਾਸੀ ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਬਾਬਾ ਵਿਰਸਾ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਅਨੁਸਾਰ ਹਵਨ

ਲੋਕ ਹਵਨ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਕਿਉਂ ਹਨ?

ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਧਰਮ ਦੀ ਧਰਤੀ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਗੁਰੂ, ਪੀਰ, ਪੈਗੰਬਰ, ਰਿਸ਼ੀ-ਮੁਨੀਆਂ ਆਦਿ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਹੋਈ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸੰਵਾਦ ਰਚਾਇਆ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਬ੍ਰਹਮਾ ਜੀ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੇਦ ਬਾਣੀ ਦਿੱਤੀ। ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਫੁਰਮਾਉਂਦੇ ਹਨ:

ਮ੍ਰਿਤਿ ਬੇਦ ਪੁਰਾਣ ਪੁਕਾਰਨਿ ਪੋਈਆ ॥ ਨਾਮ ਬਿਨਾ ਸਭਿ ਕੂੜੁ  
ਗਾਲੀ ਹੋਛੀਆ ॥੧॥

**ਅਰਥ:** ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇਹੜੇ ਮਨੁੱਖ ਵੇਦ ਪੁਰਾਣ ਸਿੰਮ੍ਰਿਤੀਆਂ ਆਦਿਕ ਧਰਮ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ (ਨਾਮ ਨੂੰ ਲਾਂਭੇ ਛੱਡ ਕੇ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਆਦਿਕ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼) ਉੱਚੀ ਉੱਚੀ ਸੁਣਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਬੋਧੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਝੂਠਾ ਪਰਚਾਰ ਹੀ ਇਹ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬੇਦ ਕਤੇਬ ਕਹਹੁ ਮਤ ਝੂਠੇ ਝੂਠਾ ਜੋ ਨ ਬਿਚਾਰੈ ॥

**ਅਰਥ:** (ਹੇ ਹਿੰਦੂ ਤੇ ਮੁਸਲਮਾਨ ਵੀਰੋ!) ਵੇਦਾਂ ਜਾਂ ਕੁਰਾਨ ਆਦਿਕ (ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ) ਧਰਮ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਭੂਠੀਆਂ ਨਾਹ ਆਖੋ। ਭੂਠਾ ਤਾਂ ਉਹ ਬੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਧਰਮ-ਪੁਸਤਕਾਂ ਦੀ ਵਿਚਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

ਰਿਸ਼ੀ ਵੇਦ-ਵਿਆਸ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਵੇਦ ਬਾਣੀ (ਰਿਗਵੇਦ, ਯਜੁਰਵੇਦ, ਸਾਮਵੇਦ ਅਤੇ ਅਥਰਵਵੇਦ) ਦੀਆਂ ਚਾਰ ਕਾਪੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ। ਵੇਦਾਂ ਵਿਚ ਹਵਨ-ਯੱਗ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਸ਼ਿਕਰ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਵੇਦ ਬਾਣੀ ਗਲਤ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹਵਨ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਿਉਂ? ਹਵਨ-ਯੱਗ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸਿਹੜੇ ਲੋਕ ਹਨ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਆਪਣਾ ਸਟੈਂਡ ਦੇਣ।

ਅੱਜ ਲੋਕ ਹਵਨ ਦੀ ਪ੍ਰਥਾ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹਨ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ, ਨਾ ਹੀ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬੁਰਾ ਨਾ ਕਹੋ।

**ਪ੍ਰਸ਼ਨ) ਤੁਹਾਡੇ ਹਵਨ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਲੋਕ ਕੌਣ ਹਨ?**

**ਜਵਾਬ)** ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਪੁੱਛ ਰਹੇ ਹੋ ਕਿ ਮੇਰੇ ਹਵਨ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕੌਣ ਹੈ? ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹਾਂ, ਲਗਭਗ ਸਾਰੇ ਮੇਰੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਸਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਮੇਰੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ (ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀਆਂ ਸਿੱਖਿਆਵਾਂ ਅਨੁਸਾਰ) ਧਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਭੇਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਸਭ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਪਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੰਥ ਦੇ ਆਗੂ ਅਖਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਇਸ ਮਰਿਆਦਾ ਦੀ ਕਦਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਸਵਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੈਂ ਹਨੂਮਾਨ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ, ਮਾਤਾ ਦੁਰਗਾ ਜੀ ਅਤੇ ਮੁਹੰਮਦ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਲੰਗਰ ਕਿਉਂ ਵੰਡਦਾ ਹਾਂ?

ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅਭਿਆਸ 'ਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹਾਂਗਾ, ਮੈਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਾਂਗਾ। ਇਹ ਬ੍ਰਹਮਗਿਆਨ ਹੈ, ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਤੋਂ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਅਨੁਭਵੀ ਗਿਆਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਗੁਰੂ ਦੁਆਰਾ ਦਰਸਾਏ ਮਾਰਗ ਉੱਤੇ ਚੱਲਾਂਗਾ। ਲੋਕ ਹਵਨ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਉੱਠ ਕੇ ਅਵਾਜ਼ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਹਲੇ ਹਨ, ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦਾ ਹਾਂ ਬਾਬਾ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਹਵਨ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ - ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਵਿੱਚ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

ਵੁਠੈ ਅੰਨ੍ਹ ਕਮਾਦੁ ਕਪਾਹਾ ਸਭਸੈ ਪੜਦਾ ਹੋਵੈ ॥

ਵੁਠੈ ਘਾਹੁ ਚਰਹਿ ਨਿਤਿ ਸੁਰਹੀ ਸਾ ਧਨ ਦਹੀ ਵਿਲੋਵੈ ॥

ਤਿਤੁ ਘਿਇ ਹੋਮ ਜਗ ਸਦ ਪੂਜਾ ਪਇਐ ਕਾਰਜੁ ਸੋਹੈ ॥

**ਅਰਥ:** ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਵਰਖਾ ਕੀਤੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਧਰਤੀ ਹਰੀ ਭਰੀ ਹੋ ਗਈ। ਇਸ ਹਰੇ-ਭਰੇ ਅਤੇ ਉਪਜਾਊ ਜ਼ਮੀਨ ਵਿੱਚੋਂ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਨਸਪਤੀ ਉੱਗਦੇ ਹਨ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੱਪੜੇ ਉਪ-ਉਤਪਾਦਾਂ ਤੋਂ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਘਾਹ ਨੂੰ ਗਾਂ ਖਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੁੱਧ ਨੂੰ ਦਹੀਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਹੀਂ ਤੋਂ ਮੱਖਣ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੱਖਣ ਨੂੰ ਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਘਿਉ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਘਿਉ ਹਵਨ-ਯੱਗ ਵਿੱਚ ਚੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਸੰਪੂਰਨ ਮੰਨੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਪੰਗਤੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਹ ਮੇਰੇ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਆਪ ਕਿਹਾ ਹੈ, ਇਹ ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਜੋ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਮੰਨੋ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ, ਫਲਦਾਇਕ ਜੀਵਨ ਜੀਓਗੇ। ਪਹਿਲਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹੋ, ਫਿਰ ਸਮਝੋ, ਉਪਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਪਣਾਉ ਅਤੇ ਫਿਰ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰੋ।



ਮਹਾਂਪੁਰਖ ਬਾਬਾ ਵਿਰਸਾ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ

## ਅਸੀਂ ਹਵਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਿਉਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ?

ਜੇ ਕੋਈ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਮਝਣ ਲਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ; ਇਹ ਚੰਗਾ ਹੈ।

ਰੂਸ ਦੇ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ:

ਪ੍ਰਸ਼ਨ) ਬਾਬਾ ਜੀ ਸਾਨੂੰ ਗਿਆਨ ਬਖਸ਼ੋ; ਹਵਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਕੀ ਹੈ? ਅਸੀਂ ਇਹ ਅਭਿਆਸ ਕਿਉਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ?

ਬਾਬਾ ਜੀ ਦਾ ਉੱਤਰ) ਤੇਰਾ ਯੁਗ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸੂਰਜਵੰਸ਼ੀ ਕਬੀਲੇ ਵਿੱਚ ਰਾਜਾ ਰਘੂ ਨਾਮ ਦਾ ਇੱਕ ਰਾਜਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਰਾਜਾ ਦਸਰਥ, ਅਯੁੱਧਿਆ ਦਾ ਰਾਜਾ ਸੀ। ਉਸ ਦੀਆਂ 3 ਪਤਨੀਆਂ ਸਨ (ਸੁਮਿਤਰਾ, ਕੋਸ਼ਲਿਆ ਅਤੇ ਕੇਕੇਈ); ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨਹੀਂ ਸਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਰਾਜਾ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਰਾਜਾ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸਲਾਹਕਾਰ ਗੁਰੂ ਵਸਿਸ਼ਟ ਜੀ (ਜੋ ਬ੍ਰਹਮਗਿਆਨੀ ਸਨ) ਕੋਲ ਗਿਆ। ਰਿਸ਼ੀ ਵਸਿਸ਼ਟ ਜੀ ਨੇ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਫਿਰ ਰਾਜੇ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, ਇੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀ ਰਿਸ਼ੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਆਪਣਾ ਰੱਖ ਤਿਆਰ ਕਰੋ। ਗੁਰੂ ਵਸਿਸ਼ਟ ਜੀ ਨੇ ਰਾਜਾ ਦਸਰਥ ਨੂੰ ਰਿਸ਼ੀ ਸ਼੍ਰੀਗੀ ਨੂੰ ਰਾਜਾ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਕੰਗਾਲ ਵਜੋਂ ਮਿਲਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ।

ਰਿਸ਼ੀ ਸ਼੍ਰੀਗੀ ਜੀ ਨੇ ਰਾਜਾ ਦਸਰਥ ਨੂੰ ਅਗਲੀ ਸਵੇਰ ਹਵਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਹਵਨ-ਯੱਗ ਦੌਰਾਨ ਅਗਨੀ ਦੇਵਤਾ ਖੀਰ ਦੇ ਨਾਲ ਸੋਨੇ ਦਾ ਕਟੋਰਾ ਲੈ ਕੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਇਆ। ਸ਼੍ਰੀਗੀ ਰਿਸ਼ੀ ਨੇ ਇਹ ਕਟੋਰਾ ਰਾਜਾ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪਤਨੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਹਾ। ਜੋ ਪਤਨੀ ਖੀਰ ਖਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਹੋਵੇਗੀ। ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ 4 ਬੱਚੇ ਹੋਏ। ਪਹਿਲੇ ਰਾਮ ਚੰਦਰ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ, ਦੂਜੇ ਲਕਸ਼ਮਣ ਜੀ, ਤੀਜੇ ਭਰਤ ਜੀ ਅਤੇ ਚੌਥੇ ਸ਼ਤਰੂਘਨ ਜੀ।

ਫਿਰ ਇੱਕ ਸਮਾਂ ਅਸਿਹਾ ਵੀ ਆਇਆ ਜਦੋਂ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਭਾਰਤ ਦੀ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਰਾਕਸ਼ਸ-ਬੁੱਧੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਪਲੀਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤਿਆਂ ਨੇ ਬਹੁਤ ਹਵਨ ਕਰਵਾਏ ਅਤੇ ਰਾਕਸ਼ਸ-ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਨਸ਼ਟ ਕੀਤਾ।



ਗੋਬਿੰਦ ਸਦਨ ਵਿੱਚ ਹਵਨ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ

ਪੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਆਪਣੀ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਆਖਦੇ ਹਨ:

**ਇਕ ਹੋਮ ਨਾਮ ਸੁ ਬੀਰ ॥**

**ਅਰਿ ਕੀਨ ਜਾਸੁ ਅਧੀਰ ॥**

**ਅਰਥ:** ਹਵਨ ਸੂਰਬੀਰ (ਵੱਡੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਵਾਲਾ) ਹੈ, ਜੋ ਹਵਨ ਦੀ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਆਹੁਤੀਆਂ ਚੜ੍ਹਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਸੂਰਬੀਰ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਹਵਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀਆਂ ਟਿੱਛਾਵਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਬ੍ਰਹਮਗਿਆਨੀ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਸ਼ਕੀਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪੁਰਾਣੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਾਜਿਆਂ ਦੇ ਮਹਿਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਛੋਟੇ-ਵੱਡੇ ਹਵਨ ਹੁੰਡ ਹੁੰਦੇ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਬਾਲੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਚੜ੍ਹਾਵਾ ਚੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ; ਇਹ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਨੂੰ

ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ, ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉੱਚ-ਵਾਟੀਊਸ਼ਨ (ਦੇਵਤੇ) ਦੀਆਂ ਰੂਹਾਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

### ਰਾਜਾ ਜਨਮੇਸਾ ਦਾ ਹਵਨ

ਜਿਸ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਸ੍ਰੀ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ (ਪੰਜਾਬ) ਦਾ ਸਰੋਵਰ ਬਣਿਆ ਹੈ; ਇਸ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਪਾਂਡਵ ਰਾਜਾ "ਰਾਜਾ ਜਨਮੇਸਾ" ਹਵਨ ਕਰਵਾਇਆ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਉਹ ਬਹੁਤ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਹਵਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦੇ ਸਨ, ਹਵਨ ਕੁੰਡ ਇੰਨਾ ਵੱਡਾ ਸੀ ਕਿ ਹਾਥੀ ਦੇ ਸੁੰਡ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੀਆਂ ਪਾਣੀਪਾਂ ਰਾਹੀਂ ਘਿਉ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਇਹ ਤਪੱਸਿਆ ਦੀ ਧਰਤੀ ਹੈ; ਇਹ ਉਹ ਧਰਤੀ ਹੈ ਜੋ ਹੁਣ ਤੀਰਥ ਬਣ ਗਈ ਹੈ।

### ਪੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦਾ ਹੁਕਮ

ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਦਰਸਨ ਦੇ ਕੇ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ; ਜੇਕਰ ਹਵਨ ਨਾ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਔਧਾ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਮੈਨੂੰ ਬਚਪਨ (1959-1960) ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਰਸਨ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਹੋਈ ਸੀ।

ਰਿਸਰਚ ਸਕਾਲਰ ਭਾਣੀ ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ (ਮੇਜਰ ਸਾਹਿਬ) ਨੇ ਬਾਬਾ ਵਿਰਸਾ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ ਰਾਜਾ ਜਨਕ ਜੀ ਬਾਰੇ ਕਥਾ ਸੁਣਾਈ

ਬਾਬਾ ਜੀ, ਇੱਕ ਵਾਰ ਰਾਜਾ ਜਨਕ ਨੇ ਰਿਸ਼ੀ ਜਗਵੱਲਕ ਨੂੰ ਬੁਲਾਇਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਵਨ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਪੁੱਛਿਆ, ਜਿਸ ਤੇ ਰਿਸ਼ੀ ਨੇ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਹਵਨ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਚੜ੍ਹਾਵੇ ਪੂਰੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਰਾਜਾ ਜਨਕ ਜੀ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, ਜੇ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਇਆ। ਰਿਸ਼ੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, ਜੇਕਰ ਸਾਰੇ ਚੜ੍ਹਾਵੇ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਕੱਲੇ ਘਿਓ ਦਾ ਚੜ੍ਹਾਵਾ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰਾਜਾ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ, ਜੇਕਰ ਘਿਓ ਵੀ ਨਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? ਰਿਸ਼ੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਫਿਰ ਫੁੱਲ, ਪੱਤੇ ਅਤੇ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਗੰਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਭੇਟ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਰਾਜਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਫੁੱਲ ਅਤੇ ਪੱਤੇ ਵੀ ਨਾ ਮਿਲਣ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ? ਰਿਸ਼ੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, ਫਿਰ ਅੱਗ ਨੂੰ ਬਲਦੀ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਮੰਤਰ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਦੇ ਰਹੋ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰੋ।

ਦੇਖੋ ਮੇਜਰ ਸਾਹਿਬ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ; ਰਾਜਾ ਜਨਕ ਦਾ ਨਾਮ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈ:

**ਭਗਤੁ ਵਡਾ ਰਾਜਾ ਜਨਕੁ ਹੈ ਗੁਰਮੁਖਿ ਮਾਇਆ ਵਿਚਿ ਉਦਾਸੀ । ।**

ਰਾਜਾ ਜਨਕ ਬਹੁਤ ਉੱਚ ਕੋਟੀ ਦਾ ਭਗਤ ਸੀ। ਰਾਜਾ ਜਨਕ ਨੇ ਰਿਸ਼ੀ ਜਗਵੱਲਕ ਤੋਂ ਹਵਨ ਦਾ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ।

ਮੇਜਰ ਸਾਹਿਬ: ਬਾਬਾ ਜੀ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਿਵੇਕ ਅਤੇ ਅਵਿਵੇਕ ਵਿਚ ਯੁੱਧ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਵਿਵੇਕ ਦੀ ਸੈਨਾ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ- ਸਤਿ-ਸੰਤੋਖ-ਦਇਆ-ਪੁੰਨ-ਦਾਨ-ਪ੍ਰੇਮ ਪਿਆਰ।

ਅਵਿਵੇਕ ਦੀ ਸੈਨਾ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ- ਭੂਠ-ਠਗੇ-ਬੇਈਮਾਨੀ-ਕ੍ਰੋਧ-ਅਹੰਕਾਰ।

**ਇਕ ਹੋਮ ਨਾਮ ਸੁ ਬੀਰ ॥ ਅਰਿ ਕੀਨ ਜਾਸੁ ਅਧੀਰ ॥**

ਵਿਵੇਕ ਦੀ ਸੈਨਾ ਵਿਚ ਹਵਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਮਹਾਨ ਯੋਧੇ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੇ ਕਾਮ-ਕ੍ਰੋਧ-ਲੋਭ-ਮੋਹ-ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਬੇਰਹਿਮੀ ਨਾਲ ਹਰਾਇਆ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਵਰਦਾਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਮਹਾਰਾਜ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਹਾਨ ਯੋਧੇ ਦੀ ਉਪਾਧੀ ਨਾਲ ਹਵਨ ਬਖਸ਼ਿਆ ਹੈ।

## ਕੁਝ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਕੀ ਹਵਨ, ਹੋਮ ਜਾਂ ਯੱਗ ਇੱਕੋ ਚੀਜ਼ ਹਨ ਜਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ?

ਹਵਨ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੋਮ ਜਾਂ ਯੱਗ ਹੈ। ਰਸਮ ਨਿਭਾਉਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਅਗਨੀਹੋਤਰੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਅਗਨੀ - ਯੱਗ, ਹੋਤਰੀ - ਅਗਨੀ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦਾ ਕਰਤਾ ਜਾਂ ਉਹ ਜੋ ਸਮਗਰੀ ਨੂੰ ਯੱਗ/ਆਹੁਤੀ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ) ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਇਸ ਰਸਮ ਨਾਲ ਕੀ ਗਲਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਬਹੁਤ ਆਮ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਥੋੜਾ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ ਦਿਮਾਗ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਭੁਕਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਹੋ। ਗੱਲ ਆਖਰਕਾਰ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਆ ਜਾਵੇਗੀ, ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਨਿਰਾਸ਼ ਨਾ ਹੋਵੋ

ਕੋਈ ਵੀ ਕਦਮ. ਜੇ ਹਵਾ ਯੱਗ ਬੁਝਾ ਦੇਵੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਅਸੁਭ ਨਾ ਸਮਝੋ (ਸਿੱਖ ਲਈ ਸਭ ਕੁਝ ਹੁਕਮ ਹੈ, ਅਤੇ

ਜਦੋਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੁਰਬਾਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਭ ਕੁਝ ਸੁਭ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਰਸਮ ਕਦੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੀਮਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਇਸ਼ਨਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ (ਕੇਸੀ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ) ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਾਂ ਮੈਂ ਗਲਤ ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਬਸ ਆਮ ਸਮਝ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹਵਨ ਕੁੰਡ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੱਕੜ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਹਵਨ ਦੀ ਯੱਗ ਵਿੱਚ ਫੂਕ ਨਾ ਮਾਰੋ (ਕਿਉਂਕਿ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਕੀਟਾਣੂ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੋਗੇ) ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਕੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਔਰਤ ਹਵਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਮਝਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਹਵਨ ਇੱਕ ਊਰਜਾ ਦੀ ਰਸਮ ਹੈ। ਹਵਨ ਦੌਰਾਨ ਊਰਜਾ ਦਾ ਪ੍ਰਵਾਹ ਸਭ ਤੋਂ ਹੇਠਲੇ ਚੱਕਰ (ਮੁਲਾਧਾਰ ਚੱਕਰ) ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਚੱਕਰ (ਸਹਸਤਰਾ ਚੱਕਰ) ਵੱਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਔਰਤ ਵਿੱਚ ਊਰਜਾ ਦਾ ਪ੍ਰਵਾਹ ਉੱਪਰ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਹਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਾ ਖੂਨ ਘੱਟ ਜਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਜਿਸ ਨਾਲ ਐਨਰਜੀ ਬਲਾਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਹਵਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਔਰਤ ਲਈ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਕੀ ਪਿਛਲੇ ਹਵਨ ਸਮਾਗਮ ਦੀ ਸੁਆਹ ਨੂੰ ਕੁੰਡ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਤਰਜਮੇਬਾਨ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਾਂ। ਤੁਸੀਂ ਸੁਆਹ ਨੂੰ ਕੱਚ ਦੇ ਸਟੋਰੇਜ਼ ਜਾਰ ਵਿੱਚ ਟਿਕਾਉਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਸੁਆਹ ਨੂੰ ਪੋਇਆਂ 'ਤੇ ਛਿੜਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਅਤੇ ਮਿੱਟੀ ਨਾਲ ਮਿਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਪੋਏ ਨੂੰ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆਕਸਾਈਡ ਦੀ ਚੰਗੀ ਮਾਤਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਜੇਕਰ ਹਵਨ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਸਮਾਗਮੀ ਸੜ ਗਈ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੜ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਇਸ ਨੂੰ ਆਪ ਜੀ ਜਲ ਪ੍ਰਵਾਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਗ (ਖਾਦ) ਵਿੱਚ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਸੱਜੇ ਜਾਂ ਖੱਬੇ ਹੱਥ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ?

ਇਸ ਦਾ ਲੈਣਾ ਦੇਣਾ ਇਸ ਨਾਲ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਊਰਜਾ ਕਿਵੇਂ ਵਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸੱਜੇ ਹੱਥ ਦਾ ਊਰਜਾ ਪੈਟਰਨ ਖੱਬੇ ਹੱਥ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੈ। ਸੱਜੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਭੇਟ ਕਰਨ ਲਈ ਪਸੰਦ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਵਨ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਇਸ ਤੱਥ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਕੀ ਕਪੂਰ ਸਾਹ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਇਹ ਧੂੰਏਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਜੋ ਕਿ ਇਸਦੇ ਸੁਭਾਅ ਵਿੱਚ ਭਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ) । ਇਸ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤੀ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅੱਗ ਬਾਲਣ ਲਈ ਕਪੂਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰਨ। ਤੁਸੀਂ ਅੰਬ ਦੀ ਸੋਟੀ ਨੂੰ ਘਿਓ ਵਿੱਚ ਡੁਬੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਮਾਚਿਸ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਕੀ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਹਵਨ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?

ਬਿਲਕੁਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ। ਹਵਨ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਭਿਆਸ ਜਾਂ ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਮਾਲਾ ਵਰਤਣ ਵਾਂਗ ਹੀ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਹੈ। ਸਾਧਨ ਕਈ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਮਨੋਰਥ ਇਕੋ ਹੈ- ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ। ਜਿਸ ਸਾਧਨ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਅਰਾਮਦੇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਕੀ ਹਵਨ ਇਸ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ?

ਨਹੀਂ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਕਰੇਗੀ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਹਵਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕਰਮਾਂ ਨਾਲ ਬੱਝੇ ਹੋਏ ਹਾਂ (ਉਹ ਪਰਬਦਾ ਕਰਮ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਜਨਮ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਅਸੀਂ ਖੁਸ਼ੀ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ ਦੀਆਂ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਸਾਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਪਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ, ਅਸੀਂ ਖੁਸ਼ੀ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ; ਇਸ ਦੇ ਅਸਲ ਸਰੂਪ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਇਸ ਸੰਚਿਤ ਕਰਮ (ਸੰਚਿਤ ਅਤੇ ਅਗਾਮੀ ਕਰਮ) ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਅੱਗ ਨਾਲ ਸਾੜ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਬ੍ਰਹਮ ਅਗਨੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਅਤੇ ਬ੍ਰਹਮ ਅਗਨੀ ਦੁਆਰਾ ਸੰਚਿਤ ਅਤੇ ਅਗਾਮੀ ਥੱਕ ਜਾਣ ਨਾਲ, ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਰੀਰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ (ਇਸ ਨੂੰ ਜਨਮ-ਮਰਨ ਦੇ ਚੱਕਰ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਜੇ ਮੈਂ ਹਵਨ ਲਈ ਭੋਟਾ (ਸਮਾਗਰੀ) ਵਜੋਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ, ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜੋ ਵੀ ਸਮਾਗਰੀ ਤੁਸੀਂ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਪਰ ਇਸਨੂੰ ਖਰੀਦਣਾ ਔਖਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਔਨਲਾਈਨ ਬਜ਼ਾਰਾਂ (ਇੰਟਰਨੈੱਟ) ਰਾਹੀਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਹਵਨ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਕੀ ਸਬੰਧ ਹੈ?

ਹਵਨ ਇੱਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਜੋ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਭਿਆਸੀ ਨੂੰ ਡੂੰਘੇ ਧਿਆਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੁੰਦੇ ਅਤੇ ਸੂਖਮ ਚੂਰਜਾ ਸਾਡੇ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਰਸਾਇਣਾਂ ਦੇ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸਾਂਤ ਕਰਦੇ ਹਨ; ਗੁਰਮੰਤਰ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਂਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਡੂੰਘੇ ਸਿਮਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਜੋਤ/ਦੀਵਾ ਦਾ ਕੀ ਮਹੱਤਵ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਜੋਤ ਨੂੰ ਹਵਨ ਦਾ ਛੋਟਾ ਰੂਪ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘਿਓ ਇੱਕ ਭੋਟ ਹੈ, ਜੋ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਨੂੰ ਬਾਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੋਂ ਸੁਣਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਖੁਸ਼ਬੂਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਸ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੂਖਮ ਜੀਵ ਹਨ। ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਦੂਤ (ਚੰਗੀਆਂ ਸਵਰਗੀ ਰੂਹਾਂ), ਦੈਂਤ (ਉਹ ਰੂਹਾਂ ਜੋ ਆਪਣੇ ਕਰਮਾਂ ਕਾਰਨ ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਦੁਖੀ ਹਨ) ਅਤੇ ਸ਼ਹੀਦ ਸਿੰਘ (ਸ਼ਹੀਦ) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤਰ੍ਹਾਂ-ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤੇਲ ਜਲਾ ਕੇ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ਬੂਆਂ ਛੱਡਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਹ ਸੁਗੰਧਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਖਿੱਚਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਕ ਆਮ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ - ਜੋਤ ਵਿੱਚ ਤੇਲ ਦੀ ਬਾਲਣ ਵਜੋਂ ਵਰਤੋਂ ਚੰਗੀਆਂ ਰੂਹਾਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਹਿੰਦੂ ਦੇਵੀ-ਦੇਵਤੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਕਿਉਂਕਿ ਤੇਲ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਰਜੋਗੁਣੀ ਹੈ। ਮੋਮਬੱਤੀ ਭੂਤਾਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸਦਾ ਸੁਭਾਅ ਤਮੋਗੁਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਘੀ ਬ੍ਰਹਮ ਰੂਹਾਂ (ਸ਼ਹੀਦ ਸਿੰਘਾਂ)

ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸਦਾ ਸੁਭਾਅ ਸਤਗੁਣੀ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਹਵਨ, ਆਨੰਦ ਮਨ ਨੂੰ ਸਾਂਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਪਾਠ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਜੋਤ ਜਗਾਉਣ ਨਾਲ ਅਭਿਆਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨ ਦੀ ਟਿਕਾਗਰਤਾ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਜੋਤ (ਪ੍ਰਿਥਿ) ਤੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀ ਕੰਪਨ ਚੂਰਜਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵਾਈਬ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਮਰੇ (ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ) ਨੂੰ ਭਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਅਭਿਆਸੀ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸੱਦਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਰਾ ਕਲਪਨਾ ਕਰੋ, ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਕੇ ਕਿਵੇਂ ਅਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ ਜੋ ਇੱਕ ਬਦਬੂਦਾਰ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਵਿੱਚ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈ।

**ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਕੀ ਹਵਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰੇਗਾ?**

ਹਾਂ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤ ਰਹੇ ਸਮਗਰੀ ਦੀ ਕਿਸਮ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮਗਰੀ ਦੇ ਜਲਣ ਨਾਲ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਸੂਖਮ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਮਗਰੀ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਸਤੋਗੁਣੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕੇਵਲ ਪਵਿੱਤਰ ਬ੍ਰਹਮ ਰੂਪਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰੇਗੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਅਭਿਆਸੀ ਲਈ ਕੋਈ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹਵਨ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ, ਜੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮਗਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਭਗਤੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਲਾ ਜਾਦੂ ਲਈ ਤਾਂਤਰਿਕ ਰੀਤੀ, ਇਹ ਹਵਨ ਕੁਦਰਤ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਤਮੋਗੁਣੀ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਾਸ, ਸ਼ਰਾਬ, ਸ਼ੁਕ੍ਰਾਣੂ, ਖੂਨ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

**ਪ੍ਰਸ਼ਨ). ਕੀ ਮੈਂ ਹਵਨ ਦੀ ਸੁਆਹ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?**

ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਈ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਇਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਿਧੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

**ਸੁਆਹ ਬਣਾਉਣਾ:** ਸੁਆਹ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਟੋਰੇ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਰਸੋਈ ਦੇ ਸਟਰੇਨਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਚਮਚੇ ਨਾਲ ਹਿਲਾਓ; ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਬਾਰੀਕ ਸੁਆਹ ਕਟੋਰੇ ਵਿੱਚ ਟਿਕੱਠੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ। ਬਾਰੀਕ

ਸੁਆਹ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਟਿਲਾਜਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੁਆਹ ਦੇ ਵੱਡੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਗ ਦੀ ਖਾਦ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

**ਸਟੋਰੇਜ:** ਵਸਰਾਵਿਕ, ਕੱਚ ਜਾਂ ਤਾਂਬੇ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰੋ। ਪਲਾਸਟਿਕ ਜਾਂ ਧਾਤ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਨਾ ਕਰੋ। ਸੁਆਹ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਵੀ ਆਪਣੀ ਤਾਕਤ ਨਹੀਂ ਗੁਆਉਂਦੀ।

**ਐਸ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ:** ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਖਮਾਂ, ਧੱਫੜਾਂ, ਪੋਇਆਂ ਤੇ ਜਾਂ ਸਿੰਧੇ ਤੌਰ ਤੇ ਮਿੱਟੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਿਲਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਜ਼ਖਮ ਤੇ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬੈਂਡ-ਏਡ ਜਾਂ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲ ਢੱਕ ਦਿਓ, ਕਿਉਂਕਿ ਸੁਆਹ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਧੱਬੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

**ਐਸ ਕੌਨਡੀਮੈਂਟ:** ਮਸਾਲਾ ਸੇਕਰ ਵਿੱਚ ਸੂਖਮ ਹੋਇਆ ਸੁਆਹ ਸਟੋਰ ਕਰੋ; ਭੋਜਨ ਤੇ ਛਿੜਕੇ ਜਾਂ ਸੂਪ ਅਤੇ 'ਸਾਸ' ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਪਕਵਾਨ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਧੁੰਧਾਂ ਵਾਲਾ ਸੁਆਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

**ਐਸ ਵਾਟਰ:** ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਪਾਠਕ ਨੂੰ "ਅਗਨੀਹੋਤਰ ਐਸ ਵਾਟਰ ਕ੍ਰਿਸਟਲ" ਗੂਗਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹਾਂ

## ਹਵਾਲੇ

ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਅਤੇ ਬਾਬਾ ਸ੍ਰੀ ਚੰਦ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦਾ ਤਹਿ ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਜੇ ਪਾਠਕ ਨੂੰ ਕੋਈ ਗਲਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਕੱਲੀ ਮੇਰੀ ਹੈ। ਮੇਰ ਕਰਣਾ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਰਦਾਸ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ।

1. ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ।
2. ਸ੍ਰੀ ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ।
3. ਸ੍ਰੀ ਸਰਬਲੋਹ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ।
4. ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ
5. ਸੂਰਜ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਗ੍ਰੰਥ
6. ਪੰਥ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਗ੍ਰੰਥ
7. ਮੁਕਤ ਮਾਰਗ ਗ੍ਰੰਥ
8. ਸੰਨਿਆਸੇ ਗਿਆਨਸ੍ਰਿਤੀ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀਵਿਧਿਆਨੰਦ ਦੁਆਰਾ ਯਜਨਾ ਟਿੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਰਵੇਖਣ
9. ਐਲੀ ਹੈਡਸਲ ਦੁਆਰਾ ਧਰਤੀ ਉੱਤੇ ਅਗਨੀਹੋਤਰ ਹਵਨ
10. ਗੁਰੂ ਖਾਲਸਾ ਪੰਥ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨਿਹੰਗ ਸਿੰਘਾਂ ਦੇ
11. ਬਜ਼ੁਰਗ ਨਾਮਧਾਰੀ ਸਿੱਖ
12. ਵੇਦ
13. ਪੁਰਾਣ