ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿਚਲਾ ਸੂਰਜ

ਚਰਨ ਸਿੰਘ

ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿਚਲਾ ਸੂਰਜ

(ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)

ਇਸ ਕਲਮ ਤੋਂ

- ਤੀਸਰੀ ਅੱਖ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) 1982
- ਮਿੱਟੀ 'ਚ ਉੱਕਰੇ ਅੱਖਰ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) 1984
- ਸ਼ੂਨਯ-ਬੋਧ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) 1987
- ਆਪੇ-ਬੋਲ-ਸਰੋਤ (ਲੰਬੀ ਕਵਿਤਾ) 1998
- ਗਗਨ ਮੈਂ ਥਾਲੁ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) 2008
- ਰੁੱਖ ਤੇ ਜੰਗਲ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) 2008

ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿਚਲਾ ਸੂਰਜ

(ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)

ਚਰਨ ਸਿੰਘ

ਕੁੱਕਨੁਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ
ਜਲੰਧਰ

Shishe Wichla Surj (A Collection of Poem)

By

Charan Singh
House No. N-H-16, Mohala Neela Mehal
Jalandhar City, Punjab (India)
Phone : 2214785

© : ਚਰਨ ਸਿੰਘ
ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ : 2008
ਸਰਵਰਕ : ਸ਼ਾਇਨਾ
ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ : ਰਾਜਿੰਦਰ ਬਿਮਲ
ਕੁਕਨੁਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ, ਐੱਨ.ਐੱਮ. 451, ਮੁਹੱਲਾ ਕਰਾਰ ਖਾਂ
ਨੇੜੇ ਚੌਕ ਬੋਹੜਵਾਲਾ, ਜਲੰਧਰ।
ਫੋਨ : 2214028 (ਘਰ), (M) 9463540352
ਪੁਸਤਕ ਵਿਕਰੀ ਸਥਾਨ : ਐਮ. 13 ਸਾਹਮਣੇ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਕਾਊਂਟਰ, ਬੱਸ ਸਟੈਂਡ, ਜਲੰਧ
ਛਾਪਕ : ਬਿਮਲ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਏਜੰਸੀ, ਜਲੰਧਰ
ਟਾਈਪ ਸੈਟਿੰਗ : ਸ਼ਿਖਾ ਕੰਪਿਊਟਰ ਜਲੰਧਰ
ਮੁੱਲ : 125/- ਰੁਪਏ

ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ
ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਕੌਰ ਵਿਰਦੀ
ਦੇ ਨਾਮ

ਤਤਕਰਾ

- ਸਮਾਨ ਅੰਤਰ ਰੇਖਾਵਾਂ 7
- ਹਨੇਰਾ ਮਨੁੱਖ 10
- ਦੋ ਵਿਪਰੀਤ ਬਿੰਦੂ 13
- ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਦਾਇਰਾ 17
- ਲਾਵਾ 21
- ਹੁਸਨ 23
- ਹੋਂਦ ਅਹੋਂਦ 25
- ਦੁੱਧ 28
- ਥੇਹ 31
- ਮਹਿਬੂਬ 36
- ਆਪਣਾ ਧੂੰਆਂ... 40
- ਮੁਹੱਬਤ, ਨਫ਼ਰਤ ਮੈਂ... 44
- ਚਿਹਰਿਆਂ ਦਾ ਸਾਗਰ 48
- ਖਲੋਤਾ ਜਲ 52
- ਬਿੰਦੂ, ਦਾਇਰੇ... 56
- ਅਗਤੀ ਤੋਂ ਗਤੀ ਤੱਕ 60
- ਰੁਕਿਆ ਯਥਾਰਥ 64
- ਯਥਾਰਥ ਦਾ ਸੱਚ 68
- ਬੀਜ 73
- ਮੌਤ ਤੇ ਤਨਹਾਈਆਂ 78
- ਔਰਤ 83
- ਖਿੰਡ ਚੁੱਕੇ ਨਖਸ਼ਾਂ... 88
- ਹੋਂਦ ਤੇ ਪਹਿਚਾਣ... 91
- ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ 95
- ਦਰਪਣ 99
- ਮੈਂ ਇਕ ਦੁਨੀਆਂ ਹਾਂ 102
- ਤੇਰਾ ਜਾਣਾ 106
- ਦੋ ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ 110
- ਸ਼ੋਰ 114
- ਖੋਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ 117

ਸਮਾਨ ਅੰਤਰ ਰੇਖਾਵਾਂ

ਚਾਨਣੀ ਰਾਤ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ ਦੇਹ 'ਚ
ਤੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਤਾਰੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਰੂਹ 'ਤੇ
ਮੈਂ ਦਰਿਆ ਵਾਂਗ ਵਗਣਾ ਤੇ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ
ਪਰ ਮੇਰੀ ਚਾਲ ਗੁਆਚ ਗਈ ਹੈ ਤੇਰੀ ਭਾਲ 'ਚ
ਮੈਂ ਬੱਦਲ ਬਣ ਕੇ ਅਕਾਸ਼ ਤੋਂ ਵਰ੍ਹਨਾ ਤੇ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ ਅਥਰੂ ਸੁੱਕ ਗਏ ਨੇ ਤੇਰੇ ਵਿਯੋਗ 'ਚ
-o-
ਚਾਨਣੀ ਰਾਤ 'ਚ ਕਿੰਨੀ ਸ਼ੀਤਲਤਾ ਹੈ
ਕਿੰਨਾ ਕਾਸ਼ਨੀ ਨੂਰ ਹੈ
ਨਾ ਚੰਨ ਤੋਂ ਚਾਨਣੀ ਨਾ ਚਾਨਣੀ ਤੋਂ ਚੰਨ ਦੂਰ ਹੈ
ਇਹ ਮਿਲਨ ਹੀ ਧਰਤੀ ਦੇ ਜ਼ੱਰੇ-ਜ਼ੱਰੇ ਤੋਂ
ਤਾਰਕਾ ਮੰਡਲ ਦੇ ਨੈਣਾਂ ਦਾ ਸਰੂਰ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਅਕਾਸ਼ ਹਜ਼ੂਰ ਹੈ
ਅਕਾਸ਼ ਧਰਤੀ ਹਜ਼ੂਰ ਹੈ
-o-
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਫੈਲਿਆ ਚਾਨਣੀ ਦਾ ਨੂਰ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਉੱਗਿਆ ਚੰਨ ਮੇਰਾ ਆਪਣਾ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ
ਮੈਂ ਚੰਨ ਵੀ ਹਾਂ ਚਾਨਣੀ ਵੀ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਸ਼ੀਤਲਤਾ ਦਾ ਦਰਿਆ ਫੁੱਟਿਆ ਹੈ
ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀ ਹਿੱਕ 'ਤੇ ਜਿਉਂ, ਬੱਦਲਾਂ ਦਾ ਗੜ੍ਹ ਟੁੱਟਿਆ ਹੈ
-o-
ਦੇਹ ਤੇ ਰੂਹ ਦਾ ਮੇਲ ਸਾਂ ਅਸੀਂ
ਪਰ ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਲੇ ਦੂਰੀਆਂ ਦਾ ਸਹਿਰਾ ਪਸਰਿਆ
ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ
ਸਵੈ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਇੰਨੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਉਸਾਰੀਆਂ
ਕਿ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਹੇਠ
ਆਪਣੀਆਂ ਹਸਰਤਾਂ ਲਿਤਾੜੀਆਂ
ਢੋਅ ਕੇ ਦੇਹ ਦੇ ਸਭ ਦਰਵਾਜ਼ੇ
ਹਨੇਰਿਆਂ 'ਚ ਖੋ ਗਏ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤਕ ਅੱਪੜਦੇ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਹੀ ਦੂਰ ਹੋ ਗਏ

ਹਨੇਰਾ ਫੈਲਿਆ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਵੀ
ਨਜ਼ਰ ਤੋਂ ਦਿਸਹੱਦੇ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵੀ
ਚੁੱਪ ਤੇ ਇਕੱਲਤਾ ਦੀ ਜੂਨ ਹੰਢਾਉਂਦੇ ਰਹੇ
ਚਿਹਰੇ ਦੇਂ ਦਾਗ ਤਾਂ ਪਹਿਚਾਣ ਨਾ ਸਕੇ
ਜਿਗਰ ਦੇ ਦਾਗ ਦਿਖਲਾਉਂਦੇ ਰਹੇ
-o-
ਹਨੇਰਾ ਚੁੱਪ ਤੇ ਇਕੱਲਤਾ ਦੀ ਜੂਨ 'ਚ ਵੀ
ਚਾਨਣ ਦੀ ਕਿਰਨ ਸੀ ਸੁਰ ਸੀ ਰੌਣਕ ਸੀ
ਜਿਦੇ ਤੋਂ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਅਨਜਾਣ ਹੀ ਰਹੇ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਨਾ ਇਨਸਾਨ ਬਣ ਸਕੇ
ਨਾ ਇਨਸਾਨ ਹੀ ਰਹੇ
-o-
ਨਾ ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ
ਨਾ ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਝਾਕ ਹੀ ਸਕਿਆ
ਨਾ ਤੂੰ ਮੈਨੂੰ ਨਾ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ ਹੀ ਸਕਿਆ
-o-
ਇਹ ਦੂਰੀਆਂ ਜੋ ਜਿਸਮ ਤੋਂ ਜਿਸਮ ਤੱਕ
ਰੂਹ ਤੋਂ ਰੂਹ ਤੱਕ ਫੈਲੀਆਂ ਹਨ
ਨਾ ਕਿਸਮਤ 'ਚੋਂ, ਨਾ ਹੱਥਾਂ ਦੀਆਂ ਲਕੀਰਾਂ 'ਚੋਂ ਆਈਆਂ ਹਨ
ਇਹ ਪਾੜੇ, ਇਹ ਫਾਸਲੇ
ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਲਈ
ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ ਉਗਾਏ ਹਨ
ਆਪਣੀ ਸੋਚ 'ਚ ਹੰਢਾਏ ਹਨ
ਜੀਵਨ 'ਚ ਵਿਹਾਏ ਹਨ
ਤੂੰ ਹੀ ਦੱਸ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ
ਕਿਵੇਂ ਫੁੱਲ ਉੱਗ ਸਕਦੇ ਸਨ
ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਕ ਜਨਮ ਸਕਦੀ ਸੀ
ਕਿਵੇਂ ਬਹਾਰ ਪੁੰਗਰ ਸਕਦੀ ਸੀ
ਕਿਵੇਂ ਮੌਸਮ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਸੀ
ਜਦੋਂ ਪੱਥਰੀ ਕਾਇਨਾਤ ਦੁਆਲੇ ਬੁਣ ਲਈ
ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀ ਝੂਠੀ ਹਰਿਆਵਲ ਲਈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਚੁਣ ਲਈ

ਦੂਰੀਆਂ ਫੈਲੀਆਂ
ਮਿਲਨ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਬਿੰਦੂਆਂ 'ਚ ਸੁੰਘੜ ਗਏ
ਤੇ ਆਖਰ ਮਿਟ ਗ਼ਏ
ਜੰਗਲ ਜਦ ਸ਼ਹਿਰ ਵੱਲ ਤੁਰਿਆ ਤਾਂ ਪੱਥਰ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣਾ ਵਜੂਦ ਭੁੱਲ ਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਹਰਿਆਵਲ ਖੋ ਗਿਆ
-o-
ਅਸੀਂ ਵੀ ਜੰਗਲ ਸਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਸਿਰਜਿਆ ਸ਼ਹਿਰ ਸਹਿਕਾਰਣ ਲਈ ਟੁਰੇ
ਆਪਣੀ ਹਰਿਆਵਲ ਆਪਣੀ ਰੌਣਕ
ਚੰਨ ਤੇ ਚਾਨਣੀ ਦਾ ਮੋਲ ਭੁੱਲ ਗਏ
ਪੱਥਰ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਪੱਥਰ ਹੋ ਗਏ
ਖਿਲਰ ਗਏ ਤੇ ਡੁੱਲ੍ਹ ਗਏ
ਆਪਣੀ ਜੜ੍ਹ ਤੋਂ ਉੱਖੜੇ ਸਿਰੋਂ ਅਸਮਾਨ ਪੈਰੋਂ ਧਰਤ ਭੁੱਲ ਗਏ
-o-
ਹੁਣ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸਫਰ ਸਮਾਨਅੰਤਰ ਚੱਲਦੀਆਂ ਰੇਖਾਵਾਂ ਵਰਗਾ ਹੈ
ਜੋ ਸਮਾਨ ਅੰਤਰ ਤੇ ਚਲਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿਤੇ ਵੀ ਮਿਲਦੀਆਂ ਨਹੀਂ
ਪੱਥਰ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀਆਂ ਬਹਾਰਾਂ ਲਗਦੀਆਂ ਤਾਂ ਹਨ
ਮਹਿਕਦੀਆਂ ਨਹੀਂ, ਖਿੜਦੀਆਂ ਨਹੀਂ।
-o-

ਹਨੇਰਾ ਮਨੁੱਖ

ਉਹ ਜਦ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸੀ
ਆਪਣੇ ਹੀ ਚਾਨਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਸੀ
ਉਹ ਆਪ ਆਪਣੇ ਸੂਰਜ ਸਾਂਹਵੇਂ
ਬੱਦਲ ਬਣ ਕੇ ਖੜ੍ਹ ਗਿਆ
ਸਿਰ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੈਰਾਂ ਤੀਕਣ ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰ ਗਿਆ
–o–
ਉਸ ਦੁਆਲੇ ਚੁੱਪ ਸੀ ਇਕੱਲਤਾ ਸੀ, ਹਨੇਰ ਸੀ
ਉਮਰ ਜਿੱਡੀ ਰਾਤ ਬਿਨ ਸਵੇਰ ਸੀ
ਉਸ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਤੋਂ ਦਿਸਹੱਦੇ ਤਕ
ਬੇਮਾਇਨਗੀ ਦੇ ਸਾਏ ਸ਼ੂਕਦੇ
ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚੋਂ ਤੂਫ਼ਾਨ ਉਮੜਦੇ
ਡਰ ਦੇ ਦੈਂਤ ਕੂਕਦੇ
–o–
ਉਸ ਦੇ ਕੰਨੀਂ ਕਈ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਭਰਦੀਆਂ
ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਕਿਸ਼ਤੀਆਂ ਡੁੱਬਦੀਆਂ
ਹੰਝੂ 'ਚ ਨਦੀਆਂ ਤਰਦੀਆਂ
ਉਸ ਦੇ ਜੀਵਨ 'ਚ ਖਲੋਤ ਦਾ ਪਸਾਰਾ ਸੀ
ਨਾ ਕੋਈ ਮੰਜ਼ਿਲ ਨਾ ਕੋਈ ਰਾਹ ਸੀ
–o–
ਉਹ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦਾ ਰਾਹ ਹੀ ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਸੀ
ਅਨਜਾਣ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ 'ਤੇ ਪਾਟੀਆਂ ਰਾਹਾਂ 'ਚ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਸੀ
ਖਿੱਲਰ ਗਿਆ ਸੀ; ਡੁੱਲ੍ਹ ਗਿਆ ਸੀ
–o–
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਉਸ ਲਈ ਪਰਤਣਾ ਔਖਾ ਸੀ
ਅੰਦਰਲੇ ਸੱਚ ਤੋਂ ਅਨਜਾਣ ਸੀ
ਬਾਹਰਲਾ ਸੱਚ ਧੋਖਾ ਸੀ
–o–

ਉਹ ਆਪਣੀ ਲਾਸ਼ ਮੋਢਿਆਂ 'ਤੇ ਚੁੱਕੀ
ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਹੜੇ ਹਿਰਨਾਂ ਦੇ ਸਿੰਗੀਂ ਚੜ੍ਹ ਗਿਆ ਸੀ
ਉਹ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੀ ਜ਼ਰਖੇਜ਼ ਧਰਤੀ ਦਾ
ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਬਣ ਗਿਆ ਸੀ
ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਭੁਲੇਖੇ ਸਹਿਰਾ ਤਰ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਆਪਣੇ ਸੂਰਜ ਦੀ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਹੀ ਡਰ ਰਿਹਾ ਸੀ
–o–
ਦਿਲ ਦੇ ਵਿਹੜੇ ਕਬਰਾਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ
ਦੇ ਪੋਚੇ ਲਾ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਪੈਰਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸਿਰ ਤੱਕ ਬੱਸ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖਾ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਜਾੜਾਂ ਪੱਤਝੜਾਂ ਉਗਾ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਉਸ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਅੱਗ ਦਾ ਤੁਰਦਾ ਸਮੁੰਦਰ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਉਹ ਜਿਧਰ ਵੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ
–o–
ਹਨੇਰੇ ਤੋਂ ਹਨੇਰੇ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਜੀਅ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਚਸ਼ਮੇ ਸੁਕਾ ਕੇ ਜਿਸਮ ਦੇ
ਪੱਥਰਾਂ ਦੇ ਹੰਝੂ ਪੀ ਰਿਹਾ ਸੀ
–o–
ਉਸ ਆਪਣਾ ਆਪਾ
ਜਦ ਬੁੱਧ-ਤਲੀ 'ਤੇ ਰੱਖ ਕੇ ਵੇਖਿਆ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਦੇਹ 'ਚ ਕਾਫ਼ਲਾ
ਸੂਰਜਾਂ ਦਾ ਦੇਖਿਆ
ਵਗਦੀਆਂ ਨਦੀਆਂ ਦੇ ਦਰਪਣ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਵੇਗ
ਜੰਗਲੀ ਹਵਾਵਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਇਕੱਲਤਾ ਤੇ ਚੁੱਪ ਦੇ ਦਿਲ ਦਾ ਮੋਰ
ਜਦ ਪੈਲਾਂ ਪਾ ਕੇ ਨੱਚਿਆ
ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਫੈਲੀ ਸੁੰਨ 'ਚੋਂ
ਨਾਦ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਵੱਜਿਆ
–o–

ਬੱਦਲਾਂ ਦੀਆਂ ਕਣੀਆਂ
ਜਦ ਉਸ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਪਈਆਂ
ਦੇਹ ਦੇ ਪਸਰੇ ਹਨੇਰੇ 'ਚੋਂ
ਉਡ ਪੱਤਝੜਾਂ ਗਈਆਂ
ਚਾਨਣ ਹੁਣ ਉਸ ਦੇ ਆਰ ਸੀ ਪਾਰ ਸੀ
ਚਾਨਣ ਦੇ ਉਹ ਵਿਚਕਾਰ ਸੀ
-o-
ਕਈ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਤਾਰਕਾ ਮੰਡਲ ਉਸ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਵੇਖੇ
ਨਦੀਆਂ ਨਾਲੇ ਦਰਿਆ ਸਮੁੰਦਰ ਤੇ ਪਹਾੜ
ਉਸ ਦੀ ਨਾਭੀ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇਂ
ਜੀਵਨ ਧਾਰਾ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਫੁੱਟੀ
ਤੇ ਫੈਲ ਗਈ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ
ਉਸ ਦੇ ਆਰ ਤੇ ਪਾਰ
ਉਹ ਧਰਤ ਸੀ ਹਵਾ ਸੀ
ਜਲ ਸੀ, ਅੱਗ ਸੀ, ਅਕਾਸ਼ ਸੀ
ਉਹ ਜਦ ਵੀ ਆਪਣੇ ਪਾਸ ਸੀ
-o-
ਉਸ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਬਿਜਲੀ ਚਮਕੀ
ਉਸ ਦੀ ਦੇਹ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰ 'ਚ ਰੌਸ਼ਨੀ ਫੈਲੀ
ਚੁੱਪ ਤੇ ਇਕੱਲਤਾ ਨੇ ਸੁਰ ਤੇ ਰੌਣਕ ਅਲਾਪੀ
ਉਹ ਆਪਣੇ ਚਾਨਣ ਦਾ ਚਾਨਣ ਇੰਝ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਖੋ ਗਿਆ
ਉਹ ਨਰ ਤੋਂ ਨਰਾਇਣ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਦੁੱਖ ਦੀ ਦੁਆ ਤੇ ਸਹਿਣ ਹੋ ਗਿਆ
-o-
ਹੁਣ ਉਹ ਹਵਾ ਦਾ ਵੇਗ ਹੈ
ਜਲ ਦੀ ਠੰਡਕ ਹੈ ਅਗਨ ਦਾ ਤੇਜ਼ ਹੈ
ਧਰਤ ਦੀ ਸੁਗੰਧ ਹੈ, ਗੂੰਜਦਾ ਅਕਾਸ਼ ਹੈ
ਉਹ ਜਦ ਵੀ ਆਪਣੇ ਪਾਸ ਹੈ।
-o-

ਦੋ ਵਿਪਰੀਤ ਬਿੰਦੂ

ਤੇਰੇ 'ਚੋਂ ਆਰ ਤੱਕਦਾ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਪਾਰ ਤੱਕਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣਾ ਆਰ ਤੱਕਦਾ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਤੇਰਾ ਪਾਰ ਤੱਕਦਾ ਹਾਂ

–o–

ਇੱਕ ਬਿੰਦੂ ਤੇਰਾ ਹੈ ਇੱਕ ਬਿੰਦੂ ਮੇਰਾ ਹੈ
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਲੇ ਚਾਨਣ ਨਹੀਂ ਕੋਈ ਹਨੇਰਾ ਹੀ ਹਨੇਰਾ ਹੈ

–o–

ਅਜੇ ਵੀ ਤੇਰਾ ਹਾਸਾ ਮੇਰੇ ਬਿੰਦੂ 'ਚੋਂ ਪੁੰਗਰਦਾ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਮਹਿਕ ਬਿੰਦੂ ਦੁਆਲੇ
ਖੁੰਬਾਂ ਵਾਂਗ ਖਿੜਦੀ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਹੱਥਾਂ ਦਾ ਨਿੱਘ
ਬਰਫ਼ਾਨੀ ਮੌਸਮਾਂ 'ਚੋਂ ਸਿਮਦਾ ਹੈ
ਤੇਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਅਕਾਸ਼ 'ਚੋਂ
ਬਰਫ ਵਾਂਗ ਡਿੱਗਦੀਆਂ ਹਨ
ਜੰਗਲਾਂ ਤੇ ਪਹਾੜਾਂ 'ਚੋਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹੋਈਆਂ
ਸਾਗਰ ਦੀਆਂ ਛੱਲਾਂ 'ਚੋਂ ਸੁਣਦੀਆਂ ਹਨ

–o–

ਇੰਜ ਲੱਗੇ
ਜਿਵੇਂ ਦਿਲ ਦੇ ਜ਼ਖ਼ਮ ਤੋਂ ਅੰਗੂਰ ਲਹਿੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ
ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਪਰਛਾਵਿਆਂ ਦਾ ਸੱਚ ਨਜ਼ਰੀਂ ਆ ਰਿਹਾ
ਤੂੰ ਬੱਦਲਾਂ 'ਚੋਂ ਕਣੀਆਂ ਵਾਂਗ ਕਿਰਦੀ ਹੈ
ਹਵਾ ਵਾਂਗ ਮੇਰੇ ਬਿੰਦੂ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦੀ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਨਕਸ਼ ਖਿਲਰੇ ਨੇ ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੋਂ ਪਾਰ
ਤੇਰਾ ਅਕਾਰ ਧਰਤੀਆਂ ਅਕਾਸ਼ਾਂ ਅਕਾਸ਼

–o–

ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਬਿੰਦ ਦੁਆਲੇ ਨੂਰ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਹੱਥਾਂ 'ਚੋਂ ਉੱਠੀ ਹੈ ਦੂਆ ਬਣ ਕੇ
ਮੇਰੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਵੱਸੀ ਹੈ ਖ਼ੁਦਾ ਬਣ ਕੇ

ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਬਿੰਦੂ ਦੁਆਲੇ ਫੈਲਦੀ ਦੀ ਫੈਲਦੀ
ਮੇਰੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੋ ਗਈ
ਜਿਉਣ ਲਈ ਇਕ ਆਸਰਾ
ਵਸੇਬੇ ਲਈ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੋ ਗਈ
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਲੰਘਦੀ ਇਕ ਲੀਕ ਹੈ
ਜਿਸਮ ਦਾ ਸੱਚ ਹੈ ਸੱਚ ਦਾ ਅਖੀਰ ਹੈ
-o-
ਕਾਸ਼
ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਬਿੰਦੂ ਦੁਆਲੇ ਦਾਇਰਾ ਬਣ ਕੇ ਫੈਲਦਾ
ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਝਾਕਦਾ
ਤੇਰਾ ਦਾਇਰਾ ਬਿੰਦੂ 'ਚ ਉਤਾਰਦਾ
ਫੈਲਦਾ ਤੇਰਾ ਜਿਸਮ ਤੋਂ ਤੇਰੀ ਰੂਹ ਤੱਕ
ਤੇਰੀ ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਪਾਰ
ਤੇਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਹੋ ਤੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਵਿਚਰਦਾ
ਆਪਣੇ ਤੱਕ ਆਉਂਦੇ ਰਾਹ 'ਤੇ
ਤੇਰੀ ਉਡੀਕ ਨਾ ਕਰਦਾ
ਤੇਰੇ ਤੱਕ ਜਾਂਦਿਆਂ ਰਾਹਾਂ ਦਾ
ਹਮਸਫ਼ਰ ਬਣਦਾ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਚਿਣੀ ਦੀਵਾਰ ਤੋਂ
ਬਾਹਰ ਝਾਕ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਤੇਰੀਆਂ ਤੰਗ ਦਿਲੀਆਂ ਮਜਬੂਰੀਆਂ
ਔਕੜਾਂ ਤੇ ਦੂਰੀਆਂ
ਸਮਝ ਨਾ ਸਕਿਆ, ਮਾਪ ਨਾ ਸਕਿਆ
-o-
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ
ਤੇਰੀ ਮੁਹੱਬਤ ਦਾ ਦੀਵਾ ਬਾਲ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਨੰਗੀ ਰੂਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਰੂਹ ਤੋਂ ਦੇਹ ਦੀ ਚਾਦਰ
ਉਤਾਰ ਨਾ ਸਕਿਆ
-o-

ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਹੋ ਨਾ ਸਕੀ
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਮੋਹ ਮਾਰ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਤੇਰੇ ਬਿੰਦੂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਾਇਰੇ 'ਚ ਉਤਾਰ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਤੇਰੇ ਬਿੰਦੂ ਦੁਆਲੇ
ਆਪਣਾ ਦਾਇਰਾ ਪ੍ਰਸਾਰ ਨਾ ਸਕਿਆ
-o-
ਜਦ ਅੰਦਰ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਚੁੱਪ ਤੇ ਇਕੱਲਤਾ ਸੀ
ਤਾਂ ਬਾਹਰਲੇ ਚਾਨਣ ਸ਼ੋਰ ਤੇ ਰੌਣਕ ਦਾ
ਅਹਿਸਾਸ ਕੀ ਹੁੰਦਾ
ਜਦ ਤੂੰ ਹੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚੋਂ ਮਨਫ਼ੀ ਸੀ
ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਪਾਸ ਕੀ ਹੁੰਦਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦਾਇਰੇ ਸਮਝਦੇ
ਬਿੰਦੂ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਏ
ਬਿੰਦੂਆਂ ਤੋਂ ਬਿੰਦੂਆਂ ਤੱਕ ਜੀਅ ਨਾ ਸਕੇ
ਦਾਇਰਿਆਂ 'ਚ ਦਾਇਰੇ ਧਰਦੇ ਰਹਿ ਗਏ
-o-
ਨਾ ਬਿੰਦੂ 'ਚੋਂ ਦਾਇਰਾ ਸਮਝੇ
ਨਾ ਦਾਇਰੇ 'ਚੋਂ ਬਿੰਦੂ
ਬਿੰਦੂਆਂ ਤੋਂ ਦਾਇਰਿਆਂ ਤੱਕ ਟੁਰਦੇ
ਆਪਾ ਭੁੱਲ ਕੇ ਬਹਿ ਗਏ
ਆਪਣੇ ਵੇਗ ਵਿਚ ਹੀ ਵਹਿ ਗਏ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਜੋਗੇ ਰਹਿ ਗਏ
-o-
ਖੂਹ ਤੋਂ ਖੂਹ ਤੱਕ ਦਾ ਪੈਂਡਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸੀ
ਜਲ ਤਾਂ ਜਲ ਤੱਕ ਟੁਰ ਸਕਦਾ ਸੀ
ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਖੂਹ ਦਾ ਜਲ ਪਹਿਚਾਣ ਨਾ ਸਕੇ
ਜਲ ਦਾ ਰੰਗ ਜਲ ਦੀ ਗਤੀ ਜਲ ਦੀ ਸ਼ੀਤਲਤਾ
ਜਲ ਦੀ ਤਸੀਰ ਜਾਣ ਨਾ ਸਕੇ
-o-

ਜਲ ਦੁਆਲੇ ਖੂਹ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ
ਤੇਰੇ ਮੇਰੇ ਜਲ ਦੁਆਲੇ ਮੈਂ ਤੇ ਤੂੰ ਸਾਂ
ਪਰ ਤੇਰੇ ਮੇਰੇ ਜਲ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਪਿਆਸ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਜਲ ਦੇ ਵੀ ਬੁੱਲ੍ਹ ਸੁੱਕੇ ਸਨ
ਤੇਰੇ ਜਲ ਦੀ ਵੀ ਦੁਨੀਆ ਉਦਾਸ ਸੀ
ਅੱਜ ਤੇਰਾ ਮੇਰਾ ਜਲ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾਹੀਣ ਹੈ
ਸਿਰਫ਼ ਪਿਆਸ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਤੇਰੀ ਮੇਰੀ ਪਿਆਸ ਜਲ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ
ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਈ
–o–
ਕਿਉਂ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਜਲ ਦੀ
ਪਿਆਸ ਆਪਾ ਜਾਣ ਨਾ ਸਕੇ
ਜਿਸਮ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ 'ਚ ਘਿਰੇ ਰਹੇ
ਆਪਣੀ ਰੂਹ ਦੀ ਸੁਰ ਪਹਿਚਾਣ ਨਾ ਸਕੇ
–o–
ਤੇਰੇ ਦਿਲ ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਦਸਤਕ 'ਤੇ
ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੁੱਲ੍ਹਦਾ ਸੀ
ਤੇਰੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਆਹਟ 'ਤੇ
ਮੇਰਿਆਂ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਦਸਤਕ 'ਚ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਜਗਦੀ ਸੀ
ਤੇਰਿਆਂ ਪੈਰਾਂ ਹੇਠ ਤੇਰੀ ਮੈਂ
ਮਰ ਮਰ ਕੇ ਜਨਮਦੀ ਸੀ
–o–
ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਨੂੰ ਲੰਘ ਨਾ ਸਕੇ
ਆਪਣੇ ਰੰਗ 'ਚ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਰੰਗ ਨਾ ਸਕੇ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਸੀ ਕਰਨਾ
ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਬਿੰਦੂਆਂ ਦਾ
ਖਾਲੀਪਣ ਭਰ ਨਾ ਸਕੇ।
–o–

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਦਾਇਰਾ

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਮੁੱਕ ਹੈ ਅਮੁੱਲ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮੌਤ ਤਕ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਕੋਈ ਅੰਤ ਨਹੀਂ
ਜਿਸ ਦੀ ਕੋਈ ਕੀਮਤ ਨਹੀਂ
–o–
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਹੈ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਵੀ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਸਵੈ ਤੋਂ
ਜਿਸਮ ਉਤਾਰਨ ਬਰਾਬਰ ਹੈ
ਸਵੈ ਦੇ ਸਨਮੁੱਖ ਹੋ ਕੇ
ਸਵੈ ਦਾ ਸੱਚ ਜਾਨਣਾ ਤੇ ਸਮਝਣਾ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ
ਆਦਿ ਹੈ ਜੁਗਾਦਿ ਹੈ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮੌਤ ਦੇ ਆਰ ਹੈ ਪਾਰ ਹੈ
–o–
ਪਹਾੜੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੂਲ ਜਾਨਣ ਲਈ
ਪਹਾੜ ਦੁਆਲੇ ਉੜਿਆ
ਸਭ ਕੁਝ ਉਤਾਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
ਪਹਾੜ ਨੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਨਹੀਂ ਅੰਦਰੋਂ ਜਾਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
ਪਹਾੜ ਹਿਰਦੇ ਵੱਸਦਾ ਸੱਚ ਸਿਆਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
ਪਹਾੜ ਵਿੱਚ ਦਿੱਸਦਾ ਪਹਾੜ ਹੋਰ ਹੈ
ਪਹਾੜ ਵਿੱਚ ਵੱਸਦਾ ਪਹਾੜ ਹੋਰ ਹੈ
–o–
ਜੰਗਲ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਦਾ ਸੱਚ ਜਾਨਣ ਲਈ
ਜੰਗਲੀ ਰੂਹ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹੀ ਛਿੱਲੜ
ਤੇ ਹਰਿਆਵਲ ਉਤਾਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
ਜੰਗਲ ਦੀ ਛਿੱਲੜ ਤੇ ਹਰਿਆਵਲ 'ਚ
ਵੱਸ ਰਿਹਾ ਜੰਗਲ ਹੋਰ ਹੈ
ਜਿਸ 'ਚ ਜੰਗਲ ਦੀ ਰੂਹ ਹੈ
ਜਿਸ 'ਚ ਜੰਗਲ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੈ
ਜੰਗਲ 'ਚ ਜਿਸ ਦੀ ਸੁਰ ਹੈ

ਜੰਗਲ 'ਚ ਜਿਸ ਦਾ ਬੋਲ ਹੈ
ਸਮੁੰਦਰ ਦਾ ਅਸਲੀ ਰੂਪ ਦੇਖਣ ਲਈ
ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਦਰਪਣ ਲਾ ਕੇ ਤੱਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੋਰ ਹੈ
ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੋਰ ਹੈ
ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਦਰਪਣ ਦੀ ਚੁੱਪ
ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਤਲੇ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੈ
ਸਮੁੰਦਰ 'ਚ ਦਿੱਸਦਾ ਸਮੁੰਦਰ ਹੋਰ ਹੈ
ਸਮੁੰਦਰ 'ਚ ਵੱਸਦਾ ਸਮੁੰਦਰ ਹੋਰ ਹੈ
-o-
ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਉਧੇੜਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ
ਧਰਤੀ ਦਾ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ
ਧਰਤ ਦੀ ਗਰਭ ਪੀੜਾ ਪਹਿਚਾਣੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ
ਧਰਤੀ ਦੀ ਸੁਗੰਧ ਮਾਣੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ
ਧਰਤੀ 'ਚ ਵੱਸਦੀ ਧਰਤੀ ਹੋਰ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਜਿਸ ਦੀ ਚੁੱਪ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਜਿਸ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੈ
-o-
ਅੰਬਰ ਖੋਲ ਕੇ
ਅੰਬਰੀ ਸੱਚ ਪਰਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
ਅੰਬਰ ਉਧੇੜ ਕੇ ਬੁਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
ਅੰਬਰ 'ਚੋਂ ਗੂੰਜਿਆ ਸ਼ਬਦ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
ਅੰਬਰ ਗਾਹ ਕੇ ਅੰਬਰ ਵਿਚਲਾ
ਅੰਬਰ ਟੋਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
-o-
ਅੰਬਰ ਦਾ ਅੰਗ ਅੰਗ ਫੋਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
ਅੰਬਰ ਕੀ ਹੈ ਅੰਬਰ ਦਾ ਸੱਚ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
ਅੰਬਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
ਅੰਬਰ ਦੀ ਉਚਾਈ ਤੇ ਗਹਿਰਾਈ ਮਾਪ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
ਜੇ ਧਰਤ ਮਿਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਅੰਬਰ ਤੋਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ
-o-

ਸਮੂਹਕ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ਤਾਰਕਾ ਮੰਡਲ
ਧਰਤੀਆਂ ਅਕਾਸ਼ਾਂ ਸੂਰਜਾਂ ਅੱਗਨਾਂ
ਤੇ ਹਵਾਵਾਂ ਦਾ ਪਹਿਨਣ
ਉਤਾਰ
ਅਸਲ ਵਿਚਲੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਜਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
ਵਿਚਲੇ ਸੱਚ ਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਸੱਚ ਦੀ ਇਕਤਾ
ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਅਰਥ 'ਚ ਰੱਖੇ ਜੀਵਨ ਪਲ ਨੂੰ
ਦੇਖਿਆ ਸਮਝਿਆ ਵਿਚਾਰਿਆ ਜਾ ਸ਼ਕਦਾ ਹੈ
-o-
ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਅਰਥ 'ਚ ਰਖਿਆ ਜੀਵਨ ਪਲ
ਪ੍ਰਾਣ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ
ਪ੍ਰਾਣ ਦਾ ਆਰੰਭ ਹੈ ਅੰਤ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਪਲ ਹੈ ਤਾਂ ਪ੍ਰਾਣ ਹੈ
ਪ੍ਰਾਣ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਹੈ
ਪ੍ਰਾਣ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਮੌਤ ਤਕ ਸੀਮਤ ਹੈ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਅਗੇਰੇ ਪ੍ਰਾਣ ਗਤੀਹੀਣ ਹੈ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਅਗੇਰੇ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਾਣ ਰਹਿਤ ਹੈ
ਸੁਤੰਤਰ ਹੈ ਪ੍ਰਾਣ ਦਾ ਮੁਥਾਜ ਨਹੀਂ
-o-
ਇਹ ਜੀਵਨ ਪਲ
ਪੰਜਾਂ ਤੱਤਾਂ ਦਾ ਸੰਚਾਲਕ ਹੈ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੈ
ਪ੍ਰਾਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਤੇ ਮੌਤ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੈ
ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਅਰਥ 'ਚ ਰਖਿਆ ਇਹ ਪਲ
ਕੁੱਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਾਣ ਹੈ
ਇਸ ਦੇ ਘੇਰੇ 'ਚ ਸਭ ਕੁਝ ਹੈ
ਇਹ ਆਪਣੇ ਘੇਰੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਹੈ, ਬਾਹਰ ਵੀ ਹੈ
ਬਿੰਦੂ ਵੀ ਹੈ, ਅਕਾਰ ਰਹਿਤ ਅਕਾਰ ਵੀ ਹੈ
-o-

ਬਿੰਦੂ ਦੁਆਲੇ ਦਾਇਰਿਆਂ ਦਾ ਅਥਾਹ ਹੈ
ਸੋਚ ਤੇ ਸੰਕਲਪ ਤੋਂ ਬ਼ਾਹਰ ਹੈ
ਬਿੰਦੂਆਂ ਤੋਂ ਦਾਇਰਿਆਂ
ਦ਼ਾਇਰਿਆਂ ਤੋਂ ਬਿੰਦੂਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ
ਅਮੁੱਕ ਰਾਹ ਹੈ
ਬਿੰਦੂਆਂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ
ਬਿੰਦੂ ਹੈ, ਬਿੰਦੂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ
–o–
ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਅਰਥ 'ਚ ਘਿਰਿਆ ਜੀਵਨ ਪਲ
ਆਦਿ ਰਹਿਤ ਹੈ, ਅੰਤ ਰਹਿਤ ਹੈ
ਸਮੇਂ ਤੇ ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਦੀ ਗਤੀ
ਇਸ ਪਲ ਦੇ ਭੈ 'ਚ ਹੈ
ਇਹ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਵੈ ਦਾ ਸੱਚ ਹੈ
ਇਹ ਹੀ ਕੁਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੈ
ਇਹੀ ਪੂਰਨ ਪਰਮਾਨੰਦ ਹੈ
ਇਹ ਉਹ ਸੱਚ ਹੈ ਜੋ ਜਨਮ ਮਰਨ ਦਾ ਮੁਥਾਜ ਨਹੀਂ
ਇਹ ਸ੍ਵੈਭੂ ਸੱਚ ਹੀ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੈ
ਅਕਾਸ਼ਾਂ ਅਕਾਸ਼ ਪਤਾਲਾਂ ਪਤਾਲ ਦੀਆਂ ਅਣਗਿਣਤੀਆਂ 'ਚ
ਇਸ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ
ਸਵੈ ਜਿਸਮ ਦਾ ਸੋਚ ਹੈ, ਸਵੈ ਦਾ ਸਾਈਂ ਹੀ ਤੱਤ ਸੱਤ ਹੈ
ਸਵੈ ਬੂੰਦ ਸਾਈਂ ਸਾਗਰ ਹੈ
ਸਵੈ ਦਾ ਸਾਈਂ ਤੱਕ ਇਸ ਦੇਹ 'ਚ ਹੀ ਮਾਰਗ ਹੈ।
–o–

ਲਾਵਾ

ਸਮੁੰਦਰ 'ਚ ਜੋ ਅੱਗ ਧਰੀ ਹੈ
ਗੱਲ ਬੜੀ ਹੈ
ਜੰਮਦੀ ਵੀ ਠਰਦੀ ਹੈ, ਬਲਦੀ ਵੀ ਠਰਦੀ ਹੈ
ਬੁੱਝਦੀ ਵੀ ਠਰਦੀ ਹੈ
ਅੱਗ ਜਦ ਵੀ ਜਲ ਦੀ ਸੂਲੀ ਚੜ੍ਹਦੀ ਹੈ
–o–
ਜਲ 'ਚ ਅੱਗ ਕੌਣ ਧਰ ਗਿਆ
ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਹੈਰਾਨ ਕਰ ਗਿਆ
ਜਲ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰ ਗਿਆ
ਜਲ ਦੀ ਬੁੱਕਲੇ ਅੱਗ ਬਲੀ ਹੈ
–o–
ਜਲ ਜਾਣੇ ਜਾਂ ਅੱਗ ਜਾਣੇ
ਕੌਣ ਬੀਜ ਗਿਆ ਅੱਗ ਅਜਿਹੀ
ਜਲ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇ ਜਲ ਤੋਂ ਪੁੰਗਰੇ
ਅੱਗ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੈ ਜਲ ਦੀ ਦੇਹੀ
–o–
ਹੋਂਦ ਦਾ ਇਹ ਵੱਖਰਾਪਣ
ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਾ ਹੈ, ਆਮ ਨਹੀਂ ਹੈ
ਕੁਰਖਸ਼ੇਤਰ ਦਾ ਸ਼ਾਮ ਨਹੀਂ ਹੈ
ਮਰਿਆਦਾ ਪਰਸ਼ੋਤਮ ਰਾਮ ਨਹੀਂ ਹੈ
ਜੋ ਇਹ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ
ਸਿੱਧੀ ਦੇਹ 'ਚ ਪੁੱਠੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਧਰ ਸਕਦਾ ਹੈ
–o–
ਇਕ ਦੂਜੀ ਵਿਪਰੀਤ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ
ਇਕ ਦੂਜੀ ਵਿਚ ਜੀਅ ਸਕਣ
ਵੱਖਰੇ ਵੱਖਰੇ ਜ਼ਖ਼ਮ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ
ਜਲ ਨਾਲ ਅੱਗਨੀ
ਅੱਗਨੀ ਜਲ ਨਾਲ ਸੀਅ ਸਕਣ
–o–
ਇਹ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਾਂ ਉਸ ਦਾ ਹੈ
ਜੋ ਰਾਮ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਦਾ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ਹੈ

ਜਲ ਦੀ ਠੰਡਕ ਅੱਗ ਦਾਂ ਤੇਜ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਨਿਆਰਾ ਹੈ
ਫਿਰ ਵੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਹੈ
–o–
ਇਸ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮੇ ਦਾ ਕਰਤਾ ਹੈ
ਕੁਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਕ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਨੂਰ
ਉਹ ਹੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹਜ਼ੂਰ
ਉਹ ਨਹੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਦੂਰ
ਜ਼ੱਰੇ ਜ਼ੱਰੇ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵਸੇ
ਉਹ ਹੈ ਆਪਣੇ ਹੀ ਬਸ ਕੋਲ
–o–
ਸਮੁੰਦਰ 'ਚ ਜੋ ਅੱਗ ਧਰੀ ਹੈ
ਗੱਲ ਬੜੀ ਹੈ
ਜੰਮਦੀ ਵੀ ਠਰਦੀ ਹੈ, ਬਲਦੀ ਵੀ ਠਰਦੀ ਹੈ
ਬੁਝਦੀ ਵੀ ਠਰਦੀ ਹੈ
ਅੱਗ ਜਦ ਜਲ ਦੀ ਸੂਲੀ ਚੜ੍ਹਦੀ ਹੈ।
–o–

ਹੁਸਨ

ਤੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਕਾਤਰਾਂ ਚੰਨ ਦੀਆਂ
ਤੇਰੇ ਬੋਲ ਲਹਿਰਾਂ ਮਨ ਦੀਆਂ
ਤੇਰੇ ਬੁੱਲ੍ਹ ਖਮ ਤਲਵਾਰ ਦਾ
ਜੁੰਬਿਸ਼ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੌਣ ਸਹਾਰਦਾ
–o–
ਤੇਰੀ ਚੇਤਨਾ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇ ਨੇ ਪ੍ਰਾਣ
ਤੇਰਿਆਂ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਕਈ ਧਰਤੀਆਂ
ਤੇਰਿਆਂ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਕਈ ਅਸਮਾਨ
ਤੇਰੇ ਸੀਨੇ 'ਚ ਹਵਾ ਵੀ ਚੁੱਪ ਗਤੀ
ਤੇਰੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਤੂਫ਼ਾਨਾਂ ਦੇ ਤੂਫ਼ਾਨ
–o–
ਤੇਰੇ ਜਿਸਮ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ 'ਚੋਂ ਜਨਮੀ ਹਵਾ
ਤੇਰੇ ਅੰਗਾਂ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇ ਸਾਗਰ, ਪਹਾੜ ਤੇ ਸਹਿਰਾ
ਤੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਪੁੰਗਰੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀਆਂ
ਤੇਰੇ ਕੰਠ ਦੇ ਅਲਾਪ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇ ਖ਼ੁਦਾ
–o–
ਤੇਰੀ ਹਰ ਅਦਾ ਹੈ, ਜਲਵਾ ਕੋਹੇ ਤੂਰ ਦਾ
ਤੇਰੀਆਂ ਅੰਗੜਾਈਆਂ 'ਚੋਂ ਫੁੱਟੇ
ਜ਼ਮਜ਼ਮ, ਗੰਗਾ, ਰਾਵੀ, ਬਿਆਸ, ਸਤਲੁਜ, ਜਿਹਲਮ,ਝਨਾ
ਹਿਮਾਲਿਆ ਵੀ ਝਲ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਰੌਸ਼ਨੀ, ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਤਾਬ ਦੀ
ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾਂ ਤੀਕ ਲੱਗੇ ਧਰਤ ਤੂੰ ਪੰਜਾਬ ਦੀ
–o–
ਤੇਰੇ ਰੇਸ਼ਮੀ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਬੁਣਿਆ ਅਸਮਾਨ ਪੌਣਾਂ ਨੇ
ਤੇਰੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਧਰਿਆ ਸੁਲਗਦਾ ਤੇ ਝਲਕਦਾ ਅਰਮਾਨ ਪੌਣਾਂ ਨੇ
ਤੇਰੇ ਹੱਥਾਂ ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ 'ਚ ਧਰੀ ਕਿਸਮਤ
ਤੇਰੇ ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਲਿਖਿਆ ਖ਼ੁਦਾ ਦਾ ਨਾਮ ਪੌਣਾਂ ਨੇ
ਤੇਰਿਆਂ ਵਾਲਾਂ 'ਚ ਗੁੰਦੇ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ਦੇ ਪ੍ਰਾਣ ਪੌਣਾਂ ਨੇ
ਪੌਣਾਂ ਤੇਰੇ ਇਸ ਰੂਪ ਨੂੰ, ਜਦ ਤਲੀ 'ਤੇ ਲੈ ਕੇ ਵਗੀਆਂ
ਸੂਰਜ ਦਾ ਤੇਜ ਹੋ ਗਈਆਂ, ਚੰਨ ਦੀ ਠੰਡਕ ਹੋ ਗਈਆਂ
ਨੂਰ ਦਾ ਨੂਰ ਹੋ ਗਈਆਂ
–o–

ਫਰਿਸ਼ਤੇ ਪੁੱਛਦੇ
ਹ਼ਵਾ ਦੇ ਬੁੱਲਿਆਂ ਨੂੰ ਖਲਿਆਰ ਕੇ
ਕੌਣ ਹੈ ਜੋ ਉਤਰਿਆ ਹੈ ਧਰਤ ਵਿਹੜੇ
ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਅੰਬਰ ਉਤਾਰ ਕੇ
ਨੂਰ ਫੈਲਿਆ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ਦੇ ਅੰਦਰ ’ਤੇ ਬਾਹਰ
ਜਿਉਂ ਸੱਚਦਾਨੰਦ ਦਾ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਦੁਆਰ
–o–
ਨੂਰ ਦਾ ਹੜ੍ਹ ਸਭ ਕੁਝ ਬਹਾ ਕੇ ਲੈ ਗਿਆ
ਧਰਤ ਤੇ ਅਕਾਸ਼ ’ਚ
ਇੱਕ ਬੁੱਤ ਤੇਰਾ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਪੂਜਦੀ ਹੈ ਧਰਤ ਜਿਸ ਨੂੰ
ਆਸਮਾਨ ਦੇ ਛੱਤਰ ਹੇਠ
ਸਿਮਦੀ ਹੈ ਮਹਿਕ ਜਿਸ ਦੀ
ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਹਰ ਪਰਤ ਹੇਠ
–o–
ਅਰਗਾ ਜਲ ਦਾ
ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਰਿਹਾ
ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਪੌਣਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਚੌਰ ਨੇ
ਤੇਰੇ ਹੁਸਮ ਦੀ ਕਸ਼ਿਸ਼ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਹੁਸਨ ਦੇ ਦੌਰ ਨੇ।
–o–

ਹੋਂਦ ਅਹੋਂਦ

ਛਿਣ ਛਿਣ 'ਚੋਂ ਹੈ ਦਿਨ ਜੁਨਮ ਦਾ
ਪਲ ਪਲ 'ਚੋਂ ਰਾਤ ਉਪਜਦੀ
ਦਿਨ ਦਾ ਮਰਨਾ ਜੰਮਨਾ ਛਿਣ ਛਿਣ
ਰਾਤ ਦਾ ਜੰਮਨਾ ਮਰਨਾ ਪਲ਼ ਪਲ

ਪਲ ਪਲ ਛਿਣ ਛਿਣ ਰਾਤ ਦਿਨ ਦੀ ਹੋਂਦ
ਸਵੈ ਹੀ ਆਪਣਾ ਆਰੰਭ
ਸਵੈ ਹੀ ਆਪਣਾ ਕਾਲ
ਸਵੈ ਹੀ ਜਲ ਦੀ ਠੰਡਕ
ਸਵੈ ਹੀ ਠੰਡਕ ਦਾ ਉਬਾਲ

ਨਾ ਕੋਈ ਵਜੂਦ ਰਾਤ ਹੰਢਾਉਂਦਾ
ਨਾ ਕੋਈ ਦਿਨ ਜਿਉਂਦਾ
ਦਿਨ ਨੂੰ ਦਿਨ ਦੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਰਾਤ ਦੀ
ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਬੰਦੇ ਦੀ ਹੋਂਦ ਮੁਕਾਈ ਜਾਂਦੀ
ਚੱਪੇ ਚੱਪੇ 'ਤੇ ਕਬਰਾਂ ਬੀਜੇ
ਪੱਤੇ ਪੱਤੇ ਦਾ ਜੰਗਲ ਖਾਈ ਜਾਂਦੀ

ਹਰ ਵਜੂਦ ਦੇ ਜਨਮੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
ਮੌਜੂਦ ਹੈ ਸੰਕਲਪ ਹੋਂਦ ਦਾ
ਜਿਉਂ ਹਰ ਅਰਥ ਮੌਜੂਦਾ ਹੈ
ਸ਼ਬਦ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਬੁੱਧ ਚੇਤਨਤਾ 'ਚ
ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੰਕਲਪ ਜਨਮਿਆ
ਫਿਰ ਅਰਥ ਨੇ ਜਨਮ ਲਿਆ
ਅਰਥ ਪਿੱਛੋਂ
ਫਿਰ ਸਿਰਜਿਆ ਸ਼ਬਦ ਗਿਆ

ਸੰਕਲਪ, ਅਰਥ, ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਜਨਮੀ

ਹਰ ਜੀਵ ਜੰਤ ਦੀ ਹੋਂਦ
ਜੋ ਕੁਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡਕ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਹੈ ਗੋਂਦ
ਅਕਾਸ਼ਾਂ ਅਕਾਸ਼ ਪਤਾਲਾਂ ਪਤਾਲ
ਬ੍ਰਹਮੰਡਾਂ ਤੇ ਤਾਰਕਾ ਮੰਡਲਾਂ 'ਚ ਜਗਦੀ ਹੈ
ਜਿਸ ਦੀ ਜੀਵਨ ਜੋਤ
ਜਿਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦੇ ਸਦਕਾ ਹੈ
ਜੀਵਨ 'ਚ ਰੌਸ਼ਨਾਈ
ਸੁਣਦੇ ਬੋਲਦੇ ਨੱਚਦੇ ਗਾਉਂਦੇ
ਸਭ ਸੰਸਾਰ ਲੋਕਾਈ
-o-
ਜੀਵਨ 'ਚੋਂ ਜੇ ਜੀਵਨ ਹੋਂਦ ਹੈ ਮੰਨਫ਼ੀ
ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਹੋਂਦ 'ਚੋਂ ਹੀ ਜੀਵਨ ਜੋਤ ਹੈ ਮੰਨਫ਼ੀ
-o-
ਸੂਰਜ ਆਪਣੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਖ਼ਾਤਰ
ਨਿਰਬੱਲ ਤੇ ਠੰਡਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾਏ
ਚੰਨ ਦੀ ਚਾਨਣੀ ਚੰਨ ਦੇ ਪਿੰਡਿਉਂ
ਚੰਨ ਦਾ ਤੇਜ ਮੁਕਾਏ
ਸਾਗਰ ਦੀ ਹਸਤੀ ਹੀ ਸਾਗਰ ਦਾ ਜਲ ਸੁਕਾਏ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਅਕਾਸ਼ ਦੀ ਵਿੱਥ ਨੂੰ
ਵਿੱਥ ਖਲਾਅ ਦੀ ਖਾਏ
ਹਰ ਵਜੂਦ ਦੀ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਹੀ
ਵਜੂਦ ਨਿਗਲਦੀ ਜਾਏ
ਜੀਵਨ ਵਿਹੜੇ ਮੌਤ ਦੇ ਸਾਏ
ਧਰਤੀ ਕਬਰਾਂ ਹੁੰਦੀ ਜਾਏ
-o-

ਜੰਗਲ ਦਾ ਹਰਿਆਉਲਾਪਣ
ਜੇ ਜੰਗਲ ਛੱਡ ਜਾਏ
ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾ ਤੀਕਣ ਜੰਗਲ
ਪੱਤਝੜ ਰੂਪ ਕਹਾਏ, ਜੰਗਲ ਦੇ ਮੂੰਹ ਮੱਥੇ 'ਤੇ
ਉੱਗ ਉਦਾਸੀ ਆਏ
ਆਪਣੀ ਉਦਾਸੀ ਜਿਉਂਦੇ ਜੰਗਲ 'ਚੋਂ
ਸਹਿਰਾ ਸਿਰਜਿਆ ਜਾਏ
ਸਹਿਰਾ ਜਿਉਂਦਾ ਜਿਉਂਦਾ ਜੰਗਲ
ਸਹਿਰਾਂ ਹੀ ਹੋ ਜਾਏ
ਜੰਗਲ ਦੀ ਹਸਤੀ ਮਿਟ ਜਾਏ
-o-
ਮਾਨਵ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਬਿਨਾਂ
ਹੈ ਕਬਰਾਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ, ਮਾਨਵਤਾ ਜੀਵਨ ਹੋਂਦ ਬਿਨਾਂ
ਹੈ ਇਕ ਕਬਰਸਤਾਨ
ਹੋਂਦ ਬਿਨਾਂ ਨਾ ਵਜੂਦ ਕਿਸੇ ਦਾ
ਨਾ ਕੋਈ ਅਸਥਾਨ
ਹੋਂਦ ਬਿਨਾਂ ਹੈ ਮੌਤ ਦਾ ਵੱਸਣ ਸਭ ਜਹਾਨ
-o-
ਹੋਂਦ ਬਿਨਾਂ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ਸਾਰਾ ਖੰਡਰ ਹੈ
ਹੋਂਦ ਬਿਨਾਂ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਗਤੀ ਰਹਿਤ ਹੈ
ਪੱਥਰ ਰੂਪ ਹੈ ਖਲੋਤ ਸਰੂਪ ਹੈ
-o-
ਹੋਂਦ ਬਿਨਾਂ, ਕਿਣਕਾ ਕਿਣਕਾ ਜੁੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਨਦੀਆਂ ਨਾਲਿਆਂ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਜਲ
ਜਲ ਸਾਗਰ ਨੂੰ ਮਿਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
-o-
ਹੋਂਦ ਬਿਨਾਂ, ਸੱਜਰਾਪਣ ਨਹੀਂ ਮਹਿਕ ਨਹੀਂ
ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਰਹਿਤ ਹੈ
ਹੋਂਦ ਹੈ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਹੋਂਦ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਸਭ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ
ਕੀ ਰੱਬ ਤੇ ਕੀ ਇਨਸਾਨ।
-o-

ਦੁੱਧ

ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਅਬੁੱਧ ਜੀਵ ਦੀ
ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ 'ਚੋਂ ਜਨਮਿਆ ਅਮ੍ਰਿਤ ਹਾਂ
ਕਿਸੇ ਸਥਿਰ ਪਹਾੜ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ
ਨੁਚੜਿਆ ਸ਼ਰਬਤ ਹਾਂ
-o-
ਮੈਂ ਦੁੱਧ ਦਾ ਸਰੂਪ ਦੁੱਧ ਹਾਂ
ਜਾਗ ਲਗੀ ਤਾਂ ਜਾਣਿਆ
ਆਪਣੀ ਖ਼ੁਦਾਈ ਆਪ ਹਾਂ
ਆਪਣਾ ਖ਼ੁਦਾ ਖ਼ੁਦ ਹਾਂ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਜਾਗ 'ਚੋਂ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣਿਆ
ਆਪਣੇ ਵਜੂਦ ਨੂੰ ਪਰਖਿਆ
ਵੇਖਿਆ ਸਿਆਣਿਆ
ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਉਤਾਰਿਆ
ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਅੰਦਰੋਂ ਪ੍ਰਗਟਿਆ
ਆਪਾ ਸਮੇਟਿਆ ਆਪਾ ਖਿਲਾਰਿਆ
-o-
ਆਪਣੀ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਰਾਹੀਂ
ਸੱਚ ਤੋਂ ਪਰਤ ਨੂੰ ਪਰਤ ਦਰ ਉਤਾਰਿਆ
ਸੱਚ ਦਾ ਸੂਰਜ ਕਿਰਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਖੋਲਿਆ
ਕਿਰਨਾਂ 'ਚ ਲਪੇਟਿਆ ਮਸਤਕ 'ਚ ਚਾੜ੍ਹਿਆ
-o-
ਮੈਂ ਕੀ ਹਾਂ ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਕਿਉਂ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ ਫੇਫੜਿਆਂ 'ਚੋਂ ਚਲਦੀਆਂ ਹਵਾਵਾਂ ਬੋਲੀਆਂ
ਚਾਨਣ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਫੈਲਿਆ
ਜਦ ਗੰਢਾਂ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਦੀਆਂ ਖੋਲੀਆਂ
-o-

ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦਹੀ ਦੇ ਤਲਾਬ
ਮੱਖਣ ਦੇ ਪਹਾੜ
ਘਿਉ ਦੇ ਵਗਦੇ ਦਰਿਆ
ਮੈਂ ਵਜੂਦ 'ਚ ਬਿੰਦੂ ਨਹੀਂ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਦਾਇਰਾ ਅਥਾਹ
-o-
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਹੋਮਯੱਗਾਂ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ
ਮੈਂ ਖੁਦ ਘਿਉ ਦਾ ਸਾਗਰ
ਜਦ ਅੱਗਨ 'ਚ ਹੋਮਿਆ ਜਾਵਾਂ
ਮੈਂ ਹੀ ਬ੍ਰਹਮ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਵਾਂ
ਅੱਗਣ ਵਾਂਗ ਹੀ ਬ੍ਰਹਮ ਸਰੂਪ ਹੋ ਜਾਵਾਂ
ਹੋਮੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸਮੱਗਰੀ ਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ
ਤੋਂ ਹੋਮ ਫਲ ਤੀਕਣ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਹੀ ਬ੍ਰਹਮ ਹੈ ਮੈਂ ਹੀ ਬ੍ਰਹਮ ਰੂਪ ਹਾਂ
-o-
ਜਾਗ ਲਗੀ
ਮੈਂ ਦੁੱਧ ਤੋਂ ਦਹੀ ਦਹੀ ਤੋਂ ਮੱਖਣ
ਮੱਖਣ ਤੋਂ ਘਿਉ ਹੋ ਗਿਆ
ਘਿਉ ਤੋਂ ਬ੍ਰਹਮ ਹੋ ਗਿਆ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਾਰਜ ਦਾ ਕਰਮ ਹੋ ਗਿਆ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਧਰਮ ਹੋ ਗਿਆ
ਅਗਿਆਨ ਦਾ ਭਰਮ
ਗਿਆਨ ਦਾ ਸੱਚ ਹੋ ਗਿਆ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਜਾਗ ਨਾਲ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਕਿਸਮਤ ਆਪਣਾ ਹੀ ਰੱਬ ਹੋ ਗਿਆ
-o-
ਆਪਾ ਟੋਲਦੇ ਟੋਲਦੇ
ਆਪਾ ਉਧੇੜਦੇ ਉਧੇੜਦੇ
ਆਪਣੇ ਸੱਚ ਤੱਕ ਆ ਪੁੱਜਾ
ਆਪਣਾ ਕੱਚ
ਆਪਣੇ ਪਿੰਡੇ ਤੋਂ ਉਤਾਰਦਾ ਉਤਾਰਦਾ
ਜੀਵਨ ਸੱਚ ਹੋ ਗਿਆ
ਉਪਾਧੀ ਰਹਿਤ ਆਤਮਾ ਸਰੂਪ

ਹੀ ਬ੍ਰਹਮ ਹੋ ਗਿਆ
ਮੈਂ ਹੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਜਿਉਂਦਾ ਜਾਗਦਾ ਹੁਣ ਰੱਬ ਹਾਂ
ਦਿਨ ਰਾਤ ਸੁਬਾਹ ਸ਼ਾਮ ਸਮਾਂ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ
ਬ੍ਰਹਮੰਡ ਸਭ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਅਕਾਰ ਰਹਿਤ
ਜੁਗ ਜੁਗ-ਕਮ-ਸੰ-ਕਮ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਣ ਮੈਂ ਹੀ ਦਮ[1] ਸ਼ਮ[2] ਹਾਂ
ਮੈਂ ਹੀ ਅਕਾਸ਼ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਹਾਂ
ਹਵਾ ਦਾ ਵੇਗ ਅਗਨ ਦਾ ਤੇਜ ਹਾਂ
ਜਲ ਦਾ ਰਸ ਧਰਤ ਦੀ ਸੁਗੰਧ ਹਾਂ
-o-
ਮੈਂ ਨਿਰਾ ਦੁੱਧ
ਜਾਗ ਲਗਣ 'ਤੇ ਮੈਂ ਸੱਚ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਹੀ ਰਾਮ ਦਾ ਬਨਵਾਸ
ਮੈਂ ਹੀ ਕੁਰਖਸ਼ੇਤਰ ਦਾ ਯੁੱਧ ਹਾਂ
ਦਰੋਪਤੀ ਦਾ ਨਗਨ ਵੀ ਮੈਂ ਹੀ ਹਾਂ
ਕੱਜਣ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ
ਕੋਰਵਾਂ ਦਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਪਾਂਡਵਾਂ ਦਾ ਸੱਜਨ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ
-o-
ਪੁੰਨ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ ਪਾਪ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ
ਵਰ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ ਸਰਾਪ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ
ਸ਼ਬਦ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਜਾਪ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ
ਬਾਹਰ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਵੀ ਮੈਂ ਆਪ ਹਾਂ
-o-
ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਅਬੁੱਧ ਜੀਵ ਦੀ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਅਮ੍ਰਿਤ ਹਾਂ
ਕਿਸੇ ਸਥਿਰ ਪਹਾੜ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਨੁਚੜਿਆ ਸ਼ਰਬਤ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਦੁੱਧ ਦਾ ਸਰੂਪ ਦੁੱਧ ਹਾਂ
ਜਾਗ ਲਗੀ ਤਾਂ ਜਾਨਿਆ
ਆਪਣੀ ਖੁਦਾਈ ਆਪ ਹਾਂ ਆਪਣਾ ਖ਼ੁਦਾ ਖੁਦ ਹਾਂ।
-o-
ਦਮ : ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ ਕੰਟਰੋਲ
ਸ਼ਮ : ਮਾਨਸਿਕ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦਾ ਕੰਟਰੋਲ
-o-

ਥੇਹ

ਇਹ ਇਕ ਥੇਹ ਹੈ
ਜਿਸ 'ਚੋਂ ਟੁੱਟੇ ਘੜੇ ਚਾਟੀਆਂ ਦੀਆਂ ਠੀਕਰਾਂ
ਢਠੀਆਂ ਕੰਧਾਂ, ਟੁੱਟੀਆਂ ਵਗਾਂ ਦੇ ਟੋਟੇ
ਖਾਲੀ ਚਿਬੀਆਂ, ਸੰਧੂਰੀ ਡੱਬੀਆਂ
ਗਲੀ ਸੜੀ ਮੌਲੀ ਦੇ ਟੋਟੇ
ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਭੌਣ, ਕਲਰੀ ਕਿਰਲੇ ਕਿਰਲੀਆਂ
ਸੱਪ ਸੰਲੂਗੇ ਖੋਟੇ ਸਿੱਕੇ
ਜੀਵਨ ਝਾਕਣ ਥੇਹ ਹੰਢਾਵਣ
ਥੇਹ 'ਚੋਂ ਨੁੱਚੜੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ
ਸੋਗ ਮਨਾਵਨ
ਆਪੇ ਆਪਾ ਜਨਮਨ
ਆਪੇ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਖਾਵਣ
ਮੌਤ ਲਪੇਟੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਪੰਧ ਮੁਕਾਵਣ
–o–
ਹੁਣ ਇਸ ਥੇਹ ਦੀ ਬਾਂਝ ਕੁੱਖ 'ਚੋਂ
ਕੋਈ ਵੀ ਪਿੰਡ ਜਨਮ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਕੋਈ ਵੀ ਸ਼ਹਿਰ ਉਸਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਪਲ
ਥੇਹ ਦੇ ਸੀਨੇ ਉਤਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਇਹ ਥੇਹ ਰੁਕ ਗਈ ਹਵਾ ਹੈ
ਅਗਨ 'ਚੋਂ ਮਨਫੀ ਤੇਜ ਸੁਆਹ ਹੈ
ਜਲ 'ਚੋਂ ਸੁੱਕਿਆ ਜਲ ਦਾ ਰਸ ਹੈ
ਅਕਾਸ਼ ਨਹੀਂ, ਧਰਤ ਨਹੀਂ
ਮੌਤ ਦਾ ਪਿੰਡਾ ਇਹ ਥੇਹ ਬਸ ਹੈ
–o–
ਮਰਨ ਪਿੱਛੋਂ ਮਨੁੱਖ ਵੇਖ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੀ ਲਾਸ਼
ਜਿਉਂਦੇ ਜੀਅ ਕਰ ਨਹੀਂ ਸਕਿਆ
ਦੇਹ ਵਿਚਲੇ ਥੇਹ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ
ਆਪਣੇ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡ ਗਿਆ ਹੈ ਮੁਰਦਾਂ ਬਾਸ
–o–

ਵੇਖੋ ਇਹ ਥੇਹ
ਮਰ ਚੁੱਕੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਪਿੱਛੇ ਰਿਹਾ ਅਕਾਰ
ਇਹ ਉਹ ਲੀਕ ਹੈ ਜੋ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੇ
ਮੌਤ ਦੇ ਹੈ ਵਿਚਕਾਰ
ਜਿਉਂਦੀ ਅੱਖ ਲਈ ਕਰੇ ਇਹ ਥੇਹ
ਮਰ ਗਏ ਸੱਚ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ
–o–
ਜਿਸ ਨੂੰ ਵੇਖ ਮਨੁੱਖ
ਆਪਣੇ ਵਿਚਲੇ ਥੇਹ ਨੂੰ ਜਾਣੇ
ਜਿਉਂਦਿਆਂ ਜੀਅ
ਆਪਣੀ ਮੌਤ ਪਹਿਚਾਣੇ
ਜਿਉਂਦੀ ਜਾਨ 'ਚ ਵੱਸਦਾ ਥੇਹ ਸਿਆਣੇ
ਬੁੱਧੀ ਤੇ ਚੇਤਨਤਾ ਨੂੰ ਮਾਨਵ ਸੁੱਤਾ ਰੱਖ ਸਿਰਹਾਣੇ
ਸੁੱਤਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸਭ ਜਗਾਵਣ
ਜਾਗੇ ਕਿਸੇ ਜਗਾਣੇ
–o–
ਕਦੀ ਇਸ ਥੇਹ 'ਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਵਗਦੀ ਨਦੀ ਸੀ
ਹਰਿਆਵਲ ਸੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਸੀ
ਵਗਦੀਆਂ ਖੂਹੀਆਂ ਪਾਣੀ ਭਰਦੀਆਂ ਮੁਟਿਆਰਾਂ
ਦੁੱਧਾਂ ਦੇ ਵਗਦੇ ਦਰਿਆ ਸਨ
ਵਿਹੜਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚ ਬਾਲ ਖੇਡਦੇ
ਗਲੀਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਖਿਲਰੇ ਚਾਅ ਸਨ
ਸ਼ਾਮਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਪਰਤਦੇ ਹਾਲੀ
ਬੂਹੇ 'ਚ ਸੁਆਣੀਆਂ ਦੀ ਉਡੀਕ
ਵਿਹੜੇ ਦੇ ਵਿਚ ਮਹਿਕਦੇ
ਫੁੱਲਾਂ ਦੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ ਬਰੀਕ
–o–

ਹਵਾ ਜਦ ਲੰਘੇ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਬਣ ਕੇ
ਥੇਹ 'ਚ ਸਿਮਟਦੀ ਕੁਦਰਤ
ਥੇਹ ਦੀ ਰੂਹ ਬਣ ਕੇ
ਕਿੱਕਲੀ ਗਿੱਧਾ ਭੰਗੜਾ
ਨਾਚ ਬੋਲ ਤੇ ਸੰਗੀਤ
ਇਸ ਥੇਹ ਦੀ ਰੂਹ ਸਨ
ਇਸ ਥੇਹ ਦੇ ਗਹਿਣੇ
ਹਾਸਾ ਹੁਸਨ ਇਸ਼ਕ ਤੇ ਪ੍ਰੀਤ
-o-
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ
ਇਕ ਥੇਹ ਉਠਾਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ
ਜਨਮ ਤੋਂ ਇਸ ਥੇਹ ਨੂੰ
ਗਲ ਨਾਲ ਲਾਈ ਫਿਰਦੀ ਹੈ
ਹਰ ਬੰਦੇ ਦੀ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਆਪਣਾ ਥੇਹ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਬਹਾਰ 'ਚ ਬੰਦੇ
ਆਪਣੀ ਪੱਤਝੜਾਂ ਉਸਾਰੀ ਹੈ
ਮੌਸਮ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ 'ਚ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਅੱਗ ਉਤਾਰੀ ਹੈ
-o-
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਸਮੁੰਦਰ ਤੇ ਦਰਿਆ ਸੁਕਾਏ ਨੇ
ਆਪ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੁਆਲੇ ਵੀਰਾਨੇ ਉਗਾਏ ਨੇ
ਆਪਣੇ ਹੀ ਸੂਰਜ ਦੇ ਬੂਹੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਬਿਠਾਏ ਨੇ
ਥੇਹ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਥੇਹ ਤੱਕ ਜਨਮੇ
ਦੇਹ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਥੇਹ ਹੀ ਥੇਹ ਉਗਾਏ ਨੇ
-o-

ਆਦਮੀ ਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਾ ਸਮਝਣਾ
ਦੇਹ 'ਚ ਥੇਹ ਦਾ ਪਸਾਰ ਹੈ
ਥੇਹ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਆਰ ਹੈ ਥੇਹ ਹੀ ਉਸ ਦੇ ਪਾਰ ਹੈ
ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਹੈ
ਮੌਤ ਜਿਉਂਦਾ ਆਦਮੀ
ਇਸ ਥੇਹ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ
–o–
ਬੰਦੇ ਨੇ ਜੀਵਨ ਰਾਹ 'ਚ ਥੇਹ ਬੀਜੇ ਨੇ
ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਥੇਹ ਉਗਾਏ ਨੇ
ਬੰਦਾ ਥੇਹ ਨੂੰ ਕਿਥੇ ਰਖੇ?
ਬੰਦਾ ਥੇਹ ਨੂੰ ਕਿਥੇ ਲੈ ਜਾਏ?
ਬੰਦੇ ਦੇ ਵਿਚ ਥੇਹ ਨਹੀਂ
ਬੰਦਾ ਥੇਹ 'ਚ ਖੁਦ ਸਮਾਦਾਂ ਚਲਾ ਜਾਏ
ਆਪਣੀ ਲਾਸ਼ ਮੋਢੀ ਚੁੱਕੀ
ਥੇਹ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਮੁਕਾਏ
ਹਰ ਪਲ ਹਰ ਦਮ ਬੰਦਾ ਸਿਮਟੇ
ਥੇਹ ਫੈਲਦਾ ਜਾਏ
–o–
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਥੇਹ ਨੇ
ਪਿਆਰ 'ਚ ਰੰਗਿਆ ਆਪਣਾ ਥੇਹ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਜ਼ਰਬ, ਤਕਸੀਮ, ਜਮਾਂ 'ਚ
ਵੰਡਿਆ ਬੰਦਾ ਆਪੇ ਥੇਹ ਹੈ
ਹੋਂਦ 'ਚ ਪੁਰਜਾ ਪੁਰਜਾ ਹੋਇਆ
ਕਣ ਕਣ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵੰਡਿਆ
ਜ਼ਰੇ ਤੋਂ ਬੰਦਾ
ਸਰਬ ਵਿਆਪੀ ਹੋਇਆ ਥੇਹ ਹੈ
–o–

ਆਪਣੀ ਆਪ ਉਚਾਈ
ਤੇ ਆਪਣੀ ਸੋਚਣੀ ਖਾਤਰ
ਬੰਦਾ ਆਪਣੀ ਜੜ੍ਹ 'ਤੇ ਪੱਥਰ ਧਰ ਆਇਆ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਵੱਸਦੀ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਮਨ ਅੰਦਰ
ਸੁਰ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ ਸ਼ੋਰ ਸ਼ਰਾਬਾ ਭਰ ਆਇਆ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਾਉਂਦਾ ਪਾਉਂਦਾ
ਆਪਾ ਭੁੱਲ ਕੇ ਬਹਿ ਗਿਆ ਹੈ
ਫੁੱਲ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਬੰਦਾ ਪੱਥਰ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ.
–o–
ਨਾ ਇਸ ਥੇਹ ਦੀ
ਨਾ ਇਸ ਦੇਹ ਦੀ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਪਹਿਚਾਣੀ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਦੁਆਲੇ ਬੁਣ ਬੁਣ
ਮੈਂ ਵਿਚ ਮੈਂ ਉਤਾਰੀ
ਥੇਹ ਜੰਮਦੇ ਥੇਹ ਉਗਾਉਂਦੇ ਬੰਦੇ ਨੇ
ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਗੁਜ਼ਾਰੀ
ਜਨਮਿਆ ਸੀ ਤਾਂ ਹਰਿਆ ਭਰਿਆ
ਮਰਨੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੁੱਕਾ
ਨਾ ਹੀ ਆਪਣਾ ਆਪ ਪਹਿਚਾਣਤਾ
ਨਾ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਉੱਕਾ
ਮੈਂ ਤੋਂ ਤੂੰ ਤਕ ਦੇ ਸਫ਼ਰ ਨੂੰ
ਮੈਂ ਤੋਂ ਮੈਂ ਤੱਕ ਕੀਤਾ
ਥੇਹ ਤੋਂ ਥੇਹ ਤੱਕ ਸਫ਼ਰ ਬੰਦੇ ਨੇ
ਮੌਤ ਜਿਉ ਕੇ ਕੀਤਾ।
–o–

ਮਹਿਬੂਬ

ਤੇਰੇ ਹਾਸੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਛੱਲਾਂ
ਤੇਰੇ ਬੋਲ ਪੌਣਾਂ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਵਗਦੀ
ਪ੍ਰਾਣ ਹਵਾ ਹੈ
ਤੂੰ ਹੀ ਮੇਰੀ ਪੂਜਾ ਤੂੰ ਹੀ ਮੇਰੀ ਦੁਆ ਹੈ
ਤੂੰ ਹੀ ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਨੂਰ ਹੈ
ਤੂੰ ਹੀ ਮੇਰੇ ਪਾਸ ਹੈ, ਤੂੰ ਹੀ ਮੈਥੋਂ ਦੂਰ ਹੈਂ
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਹੈ ਅੰਬਰ ਦਾ ਸ਼ਾਮਿਆਨਾ
ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਧਰਤੀ, ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆ, ਮੇਰਾ ਆਸ਼ਿਆਨਾ

–o–

ਤੇਰੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਦਿਆਂ ਪਹੁੰਚਦਿਆਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਆਪੇ ਤੋਂ ਉਤਾਰ ਆਇਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੂੰ ਦਾ ਸੂਰਜ ਚਾੜ੍ਹ ਆਇਆ ਹਾਂ
ਰਾਤ ਧੋਅ ਆਇਆ ਹਾਂ ਦਿਨ ਨਿਖਾਰ ਆਇਆ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਸਾਰੇ ਦਾ ਸਾਰਾ ਤੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਖੋ ਗਿਆ ਹਾਂ

–o–

ਮੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ ਤੇਰਾ ਚਿਹਰਾ
ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਤੇਰੇ ਅੰਗ ਉਗ ਆਏ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਤੇਰੀ ਰੂਹ ਉਤਰ ਆਈ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ ਮੈਂ

–o–

ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ ਦੇ ਕਲਬੂਤ ਨੇ
ਤੇਰੇ ਜਿਸਮ ਦੀ ਨੁਹਾਰ ਪਹਿਣੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਜ਼ੁਬਾਨ, ਮੇਰੀ ਸੋਚ
ਮੇਰੇ ਸੁਪਨੇ, ਮੇਰੇ ਹਾਸੇ, ਮੇਰਾ ਯਥਾਰਥ
ਸਭ ਤੇਰੀ ਰਹਿਣੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਦਾ ਪਾਸਾ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਦਾ ਖਾਸਾ ਹੈ

–o–

ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੁਝ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਵੀ
ਖਾਲੀ ਟਿੰਡਾਂ ਵਾਂਗ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਖੂਹ 'ਚ ਗਿੜ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਮੈਂ
ਆਪਣੇ ਘਰ 'ਚ ਬੈਠਾ ਅਜ਼ਨਬੀ ਲਗ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਮੈ
ਨਾ ਮੈਂ ਗਲੀਆਂ ਹੀ ਰਿਹਾ
ਨਾ ਮੈਂ ਕੱਖ ਹੀ ਰਿਹਾ,
ਸੜਦੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਾਂਗ
ਜਿਸਮ ਤੋਂ ਰੂਹ ਤੱਕ ਭੱਖ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਮੈਂ
-o-
ਮੈਂ ਜੋ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਦੀ ਦੱਖ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪ ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਤੋਂ
ਜਦ ਤੱਕ ਵੀ ਮੈਂ ਵੱਖ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
-o-
ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਨੂੰ ਉਤਾਰਨਾ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਬਿਨ ਜਿਊਣਾ ਹੈ
ਧਰਤ ਹੇਠ ਆਉਣਾ ਹੈ
ਅੰਬਰ ਪਾੜ ਕੇ ਸਿਊਣਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਹੈ ਸੁੰਨ ਹੋ ਜਾਣਾ
ਹਰੀ ਪੱਤੀ ਤੇ ਸ਼ਬਨਮ ਦਾ
ਦਾਨੇ ਵਾਂਗ ਭੁੰਨ ਹੋ ਜਾਣਾ
-o-
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਸੱਚ ਵਾਜੋਂ
ਜਿਊਣਾ ਵੀ ਔਖਾ ਹੈ ਮਰਨਾ ਵੀ ਔਖਾ ਹੈ
-o-
ਜੇ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਮਾਰ ਕੇ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਤੱਕ ਅੱਪੜਣਾ ਸੀ
ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਵੀ ਧੋਖਾ ਸੀ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਵੀ ਧੋਖਾ ਸੀ
ਮੇਰਾ ਇਸ਼ਕ ਧੋਖਾ ਸੀ
ਤੇਰਾ ਪਿਆਰ ਧੋਖਾ ਸੀ
-o-

ਮੇਰੀ ਜ਼ੁਬਾਨ ਧੋਖਾ ਸੀ
ਤੇਰਾ ਇਕਰਾਰ ਧੋਖਾ ਸੀ
ਤੇਰੇ ਵਾਅਦੇ ਬਿਆਨੀ ਵਫ਼ਾਦਾਰੀ
ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ ਧੋਖਾ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਇਸ਼ਕ ਦਾ ਸਿਦਕ
ਉਚਾਈ ਤੇ ਗਹਿਰਾਈ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਧੋਖਾ ਸੀ
-o-
ਫਿਰ ਸੱਚ ਕੀ ਹੈ
ਜੋ ਮੂਲ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਦਾ ਮੇਰੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਦਾ
ਮੇਰੀ ਤਸੀਰ ਦਾ ਤੇਰੀ ਤਸਵੀਰ ਦਾ
ਰਾਹਾਂ ਦਾ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਦਾ ਰਾਹੀਗੀਰ ਦਾ
-o-
ਸੱਚ ਹੈ
ਜੇ ਤੂੰ ਵੀ ਮੇਰੀ ਮੈਂ 'ਚ ਉਤਰਦੀ
ਤੂੰ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ ਦੀ
ਤੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਨਾ ਰਹਿੰਦੀ
ਤੇਰਾ ਸੱਚ ਨਾ ਰਹਿੰਦਾ
ਤੇਰੀ ਸਿਆਣ ਨਾ ਰਹਿੰਦੀ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਨਾ ਰਹਿੰਦੀ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਨਾ ਰਹਿੰਦੀ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਦੀ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਦੀ ਲਟਕਦੀ ਤਲਵਾਰ ਨਾ ਰਹਿੰਦੀ
-o-
ਇਹ ਦੋ ਪਹਿਚਾਣ ਰਹਿਤ
ਮੈਂ ਤੋਂ ਤੂੰ ਦਾ ਸਫਰ ਕਰਦੇ ਸੱਚ
ਨਵੀਂ ਪਹਿਚਾਣ ਜਨਮਦੇ
ਨਵੀਂ ਧਰਤੀ ਨਵਾਂ ਅਸਮਾਨ ਜਨਮਦੇ
ਕਲੀਆਂ ਨੂੰ ਮਹਿਕ ਫੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗ ਬਖਸ਼ਦੇ
ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਜਿਉਣ ਦਾ ਇਕ ਨਵਾਂ ਢੰਗ ਬਖਸ਼ਦੇ
ਮਾਨਵਤਾ ਨੂੰ ਇਕ ਸਖਸ਼ ਬਖਸ਼ਦੇ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਜਿਉਣ ਦਾ ਇਕ ਲਕਸ਼ ਬਖਸ਼ਦੇ
ਪਰ ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਨਾ ਸਕੀ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਦਾ ਬਿੰਦੂ ਦਾਇਰੇ ਤੇ ਖਲਾਅ
ਹੰਢਾ ਨਾ ਸਕਿਆ
-o-

ਨਾ ਮਹਿਕੀ ਰੂਹ ਹੀ ਮੇਰੀ
ਨਾ ਟਹਿਕੀ ਰੂਹ ਹੀ ਮੇਰੀ
ਮੇਰੇ ਹੰਝੂ ਮੇਰੇ ਨਗਮੇ ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ
ਮੇਰੀ ਰੂਹ ਆਪਣਿਆਂ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਪਾ ਨਾ ਸਕੀ
ਨਾ ਕੋਈ ਨਗ਼ਮਾ ਆਪਣਾ
ਨਾ ਕੋਈ ਨਗਮਾ ਤੇਰਾ ਗਾ ਹੀ ਸਕੀ
-o-
ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚ ਇੰਜ ਉਤਰੀ
ਕਿ ਬਾਹਰ ਆ ਨਾ ਸਕੀ
ਨਾ ਕੁਝ ਸਿਰਜ ਹੀ ਸਕੀ
ਨਾ ਕੁਝ ਗੁਆ ਹੀ ਸਕੀ
-o-
ਤੂੰ
ਜਿਥੋਂ ਟੁਰੀ ਮੈਂ
ਉਥੇ ਹੀ ਖੜ੍ਹੀ ਹੈ
ਨਾ ਆਪਣੀ ਰੂਹ 'ਚ ਨਹਾਤੀ
ਨਾ ਆਪਣਾ ਜਿਸਮ ਹੀ ਤਰੀ ਹੈ
-o-
ਤੂੰ ਅੱਜ ਫਿਰ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ
ਹਨੇਰੀ ਬਣ ਕੇ ਚੜ੍ਹੀ ਹੈ
ਹਵਾ ਬਣ ਕੇ ਮੇਰੀ ਸਰਦਲ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੀ ਪਰੀ ਹੈ
ਬਿਨ ਵਰ੍ਹੀ
ਸਾਵਨ ਦੀ ਝੜੀ ਹੈ।
-o-

ਆਪਣਾ ਧੂੰਆਂ ਆਪਣੀ ਅੱਗ

ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ
ਚੁੱਪ, ਇਕੱਲਤਾ, ਸੁੰਨ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰ ਸੀ
ਨਾ ਕੋਈ ਸੂਰਜ, ਨਾ ਚੰਨ, ਨਾ ਦਿਨ, ਨਾ ਸਵੇਰ ਸੀ
ਉਹ ਭੀੜ 'ਚ ਵੀ ਇਕੱਲਾ ਸੀ
ਬੰਦੇ ਤੋਂ ਖ਼ੁਦਾ ਹੀ ਹਸਤੀ ਦਾ ਝੱਲਾ ਸੀ
-o-
ਉਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ
ਦੇ ਹਨ੍ਹੇਰ 'ਚ ਤੁਰਦਾ ਗਿਆ
ਡੁਲ੍ਹਦਾ ਗਿਆ ਭੁਰਦਾ ਗਿਆ
ਹੱਥਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ 'ਚੋਂ
ਉਮਰ ਦੀ ਰੇਤ ਵਾਂਗ ਕਿਰਦਾ ਗਿਆ
-o-
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਭੌਂਦਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਤਰਦਾ ਚੜ੍ਹਦਾ ਰਿਹਾ
ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਧਰਤ ਉਤਾਰ ਕੇ
ਅੰਬਰਾਂ 'ਚ ਪੌਣਾਂ ਫੜਦਾ ਰਿਹਾ
ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਸੂਲਾਂ ਬੀਜ ਕੇ
ਮਸਤਕ 'ਚ ਰਾਹ ਧਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਕਾਲੀ ਹਨ੍ਹੇਰੀ ਰਾਤ 'ਚ ਆਪਣਿਆਂ
ਪ੍ਰਛਾਵਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪ ਹੀ ਫੜਦਾ ਰਿਹਾ
-o-
ਆਪ ਹੀ ਬੁਝਦਾ ਤੇ ਜਗਦਾ ਰਿਹਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਜਨਬੀ ਕਹਿੰਦਾ ਤੇ ਲਗਦਾ ਰਿਹਾ
ਢੋਅ ਕੇ ਦੇਹ ਦੇ ਸਭ ਦਰਵਾਜ਼ੇ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਪ੍ਰਕਰਮਾ ਆਪ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਖਲਾਅ ਨੂੰ ਭਰ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਕੰਧਾਂ ਅਕਾਸ਼ ਤੋਂ ਧਰਤ ਤੱਕ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ
-o-
ਉਦਾਸੀ ਤੇ ਇਕੱਲਤਾ
ਉਸ ਦੀ ਆਪਣੀ ਰੌਣਕ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇ ਸਨ
ਹਨ੍ਹੇਰ ਤੇ ਚੁੱਪ ਉਸ ਦੇ ਚਾਨਣ ਤੇ ਸ਼ੋਰ ਨੇ ਸਿਰਜੇ ਸਨ

ਆਪਣੀਂ ਹੀ ਗਰਦਸ਼ ਦੇ ਦੌਰ 'ਚੋਂ ਜਨਮਿਆ
ਉਹ ਬੰਦੇ ਤੋਂ ਬੁੱਤ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਖ਼ੁਦਾਈ ਦਾ ਖ਼ੁਦਾ ਖ਼ੁਦ ਹੋ ਗਿਆ
-o-
ਖ਼ੁਦਾ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ
ਉਸ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚੋਂ ਰੌਣਕ ਨੁਚੜੀ
ਤੇ ਇਕੱਲਤਾ ਜਨਮੀ
ਉਸ ਦਾ ਮਨੁੱਖ ਹੋ ਗਿਆ ਉਸ 'ਚੋਂ ਮਨਫ਼ੀ
-o-
ਉਹ ਬੰਦੇ ਤੋਂ ਖ਼ੁਦਾ ਹੋਇਆ
ਲੱਕ ਦੁਆਲੇ ਪੱਥਰ ਬਣ ਕੇ
ਸਮੁੰਦਰ ਤਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ
ਪਰਹੀਣ ਹੋ ਕੇ
ਅਕਾਸ਼ 'ਤੇ ਉਡਣਾ ਤੇ ਫੈਲਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ
ਸੂਰਜ ਮੂੰਹ 'ਚ
ਚੰਦਰਮਾ ਕੱਛੇ ਮਾਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ
ਕਾਇਨਾਤ ਆਪਣੇ ਢਿੱਡ 'ਚ
ਉਤਾਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ
-o-
ਉਹ ਖ਼ੁਦ ਖ਼ੁਦਾ ਹੋ
ਮਨੁੱਖ 'ਚ ਤੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਵਿਚਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ
ਆਪਣੀ ਵੱਖਰੀ ਖ਼ੁਦਾਈ ਸਿਰਜਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ
-o-
ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਉਤਰਿਆ
ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਇਕੱਲਤਾ ਚੁੱਪ ਤੇ ਉਦਾਸੀ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਧਰ ਗਿਆ
ਉਸ ਦੀ ਆਪਣੀ ਜ਼ੁਬਾਨ ਹੀ
ਉਸ ਲਈ ਅੰਗਿਆਰੇ ਬਣ ਗਈ
ਨਜ਼ਰ ਤੇ ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੋਂ ਪਾਰ
ਉਸ ਦੇ ਦੁਆਲੇ
ਲਾਵਿਆਂ ਦੇ ਅੰਬਾਰ ਧਰ ਗਈ
-o-

ਖ਼ੁਦਾ ਬਣਦੇ ਬਣਦੇ
ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਦੀ ਹਸਤੀ ਮਿੱਟ ਗਈ
ਉਸ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ 'ਚੋਂ ਸੂਲਾਂ
ਤੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਗਤੀ ਰਹਿਤ ਵੇਗ ਜਨਮਿਆ
ਹੁਣ ਉਹ ਤੁਰਦਾ ਵੀ ਖਲੋਤਾ ਹੈ
ਖਲੋਤਾ ਵੀ ਤੁਰਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਲਾਸ਼ ਉਠਾਈ ਫਿਰਦਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਹੀ ਮੁਰਦਾ ਹੈ
-o-
ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਤੇ ਸੁੱਖਾਂ ਦੇ
ਘੋੜੇ ਫੜਦਾ ਫੜਦਾ, ਆਪਣੇ ਪਿੱਛੇ
ਦੁੱਖਾਂ ਤੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇ ਘਣੇ ਜੰਗਲ ਬੀਜ ਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਰੌਣਕ ਉਡੀਕਦਾ ਉਡੀਕਦਾ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ
ਅੰਤ ਦੀ ਉਪਰਾਮਤਾ ਉਸਾਰ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ ਟੁਰਦਾ ਟੁਰਦਾ
ਆਪਾ ਮਾਰ ਗਿਆ
-o-
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਉਤਾਰਦਾ ਉਤਾਰਦਾ
ਸੂਰਜਾਂ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਹੋ ਗਿਆ
ਖ਼ੁਦਾ ਬਣਦਾ ਬਣਦਾ
ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਖ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਗੁਆਚਾ
ਕੱਖਾਂ ਤੋਂ ਹੋਲਾ ਕੱਖ ਹੋ ਗਿਆ
-o-

ਉਸ ਨੇ ਜਿਸ ਵੀ ਸ਼ੀਸ਼ੇ
'ਚ ਆਪਣਾ ਮੂੰਹ ਤੱਕਿਆ
ਸ਼ੀਸ਼ੇ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਇਕੱਲਤਾ ਤੇ ਚੁੱਪ ਉਤਾਰੀ
ਅਗਿਆਨ ਦੇ ਅੰਧਕਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਉਸਾਰੀ
ਹਨ੍ਹੇਰ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ੍ਹੇਰ ਨੇ ਹਨ੍ਹੇਰ ਦੀ ਬੁੱਕਲ ਮਾਰੀ
ਉਸ ਦੀ ਬੁੱਧ ਚੇਤਨਤਾ
ਸੁਰ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਭੁੱਲ ਗਈ
ਉਸ ਦਾ ਐਸ਼ਵਰੀਆ ਸੁਤੰਤਰੰਤਾ ਤੇ ਰੌਣਕ
ਉਸ ਦੀ ਦੇਹ ਦਾ ਦਰ ਵਿਸਰ ਗਏ
ਉਸ ਦਾ ਵਜੂਦ ਪਾਟਿਆ
ਚੇਤਨਤਾ ਖਿੱਲਰ ਗਈ
ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਾਵੇ ਵਾਂਗ ਪਿੱਘਲ ਗਈ
–o–
ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਿੱਛੇ ਲਗਾ
ਆਪਣਾ ਹੀ ਆਪ ਸੀ
ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਰ ਦਾ ਸਰਾਪ ਸੀ
ਆਪਾ ਫੜਦਾ ਫੜਦਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਨਿਕਲ ਗਿਆ
ਰੌਣਕ ਗੁਆ ਬੈਠਾ, ਇਕੱਲਾ ਰਹਿ ਗਿਆ
–o–
ਜਿੱਥੇ ਨਾ ਕੋਈ ਰਾਹ ਸੀ, ਨਾ ਕੋਈ ਦਿਸ਼ਾ ਸੀ
ਬ਼ਸ ਅੱਗੇ ਦੌੜ ਰਹੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੇ
ਨੰਗੇ ਸਾਏ ਸਨ
ਆਪਣਾ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਸੀ
ਸਭ ਪਰਾਏ ਸਨ
'ਕੱਲੀ ਜਾਨ ਸੀ ਤੇ ਮੋਹ ਦੇ ਸਾਏ ਸਨ
–o–

ਉਸ ਦਾ ਸਵੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਟੁਰਿਆ
ਉਹ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਲ ਮੁੜਿਆ
ਘਰ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਸੀ
ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਸੁੱਤੀ ਕ਼ਬਰ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਸੀ
ਜਿਸ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਹੇਠ ਉਸ ਦੀ ਦੇਹ ਸੀ
ਉਹ ਇਕ ਤਿੜਕਿਆ ਹਾਸਾ ਸੀ
ਜੀਵਨ 'ਚੋਂ ਮੌਤ ਜਨਮਨਾ
ਉਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਹੀ ਖਾਸਾ ਸੀ
ਖ਼ੁਦ ਖ਼ੁਦਾ ਦੀ ਹਸਤੀ ਲਈ
ਉਹ ਕਬਰ 'ਚ ਮੋਇਆ ਵੀ ਪਿਆਸਾ ਸੀ।
-o-

ਮੁਹੱਬਤ, ਨ਼ਫਰਤ ਮੈਂ ਤੇ ਤੂੰ

ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਹਿਲਾ

ਮੇਰੇ ਪਿਆਰ ਨੇ ਹੀ ਬੀਜੀ ਹੈ
ਨ਼ਫਰਤ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ
ਹੈ ਨਫ਼ਰਤ ਹੀ ਮੇਰੀ ਪੂਜਾ
ਹੈ ਨ਼ਫਰਤ ਹੀ ਮੇਰਾ ਮੰਦਰ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
ਤੇਰੇ 'ਚ ਜਦ ਵੀ ਧਰਿਆ ਹੈ
ਦੇਹ ਦੇ ਸਾਏ ਨੂੰ ਫੜਿਆ ਹੈ
ਭਰਮਾਂ ਦੇ ਕਈ ਸਾਗ਼ਰ ਤਰਿਆ ਹਾਂ
'ਤੇ ਆਪਣੇ ਸੱਚ ਦੇ ਸਾਵੇਂ
ਆ ਖੜਿਆ ਹਾਂ
-o-
ਮੇਰੇ ਸੱਚ ਤੋਂ ਜਨਮਿਆ
ਮੇਰਾ ਝੂਠ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਪਿਆਰ ਨੇ ਸਿਰਜਿਆ
ਮੇਰੀ ਨ਼ਫਰਤ ਦਾ ਵਜੂਦ ਹੈ
-o-
ਮੇਰੀ ਨ਼ਫਰਤ ਮੇਰੇ ਪਿਆਰ ਤੋਂ ਲੰਮੇਰੀ ਹੋ ਗਈ

ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਗਹਿਰੀ ਤੇ ਉੱਚੇਰੀ ਹੋ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਵਗਦੀ ਹਨੇਰੀ ਹੋ ਗਈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਮੇਰੇ ਬਾਹਰ
ਮੇਰੇ ਚੁਫੇਰੇ ਹੋ ਗਈ
–o–
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਨੇ ਉਖੇੜੇ ਰੁੱਖ ਪਿਆਰਾਂ ਦੇ
ਵਲੂੰਦਰੇ ਨੇ ਮੂੰਹ ਬਹਾਰਾਂ ਦੇ
ਬੀਜੇ ਕਈ ਜੰਗਲ ਉਜਾੜਾਂ ਦੇ
ਸਮੇਂ ਦਾ ਝੁਲਸ ਕੇ ਚਿਹਰਾ
ਉਗਾਏ ਫੁੱਲ ਅੰਗਿਆਰਾਂ ਦੇ
–o–
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਉਤਾਰੀ ਅੱਗ ਸਾਗਰ 'ਚ
ਬੀਜੇ ਜੰਗਲ ਘਿਰਣਾਂ ਦੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਮਾਰਗ 'ਚ
ਸੁਕਾਏ ਪਿੰਡੇ ਨਦੀਆਂ ਦੇ
ਕੋਇਲੇ ਦਰਿਆ ਕੀਤੇ
ਸੀਕ ਹਰਆਉਲ ਧਰਤੀ 'ਚੋਂ
ਕਈ ਅੰਬਰ ਫ਼ਨਾ ਕੀਤੇ
–o–
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਤੋਂ ਮੇਰੀ ਤੂੰ ਤੱਕ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦੀ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ 'ਚ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਦਾ ਵਜੂਦ ਧਰਦੀ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਵੀ ਨਫ਼ਰਤ 'ਚ ਬਦਲਦੀ ਹੈ
ਨਫ਼ਰਤ ਜਿਉਂਦੀ ਨਫ਼ਰਤ ਭੋਗਦੀ
ਨਫ਼ਰਤ ਜਨਮਦੀ ਨਫ਼ਰਤ 'ਚ ਮਰਦੀ ਹੈ।
–o–

ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੂਜਾ

ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮੇਰੇ 'ਚ ਜਦ ਵੀ ਧਰਿਆ
ਮੇਰੇ ਅੰਬਰ ਤੇ ਬੱਦਲ ਪ੍ਰੀਤ ਦੇ ਗੜਕੇ

ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦਰਿਆ ਪਿਆਰ ਦਾ ਵਗਿਆ
ਮੇਰਾ ਅੰਗ ਅੰਗ ਧੁਪਿਆ ਨਿਖਰਿਆ
ਸੁੱਚਾ ਸੁੱਚਾ ਲੱਗਿਆ
ਪਿਆਰ ਦੀ ਮਹਿਕ ਖਿਲਰੀ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਵੀ
ਅੰਬਰ ਸਾਗਰ 'ਚ ਉਤਰਿਆ
ਨੂਰ ਫੈਲਿਆ ਧਰਤੀ ਦੇ ਆਰ ਪਾਰ ਵੀ
-o-
ਇਸ ਨੂਰ 'ਚੋਂ ਬਾਣੀ ਪਿਆਰ ਦੀ ਉਪਜੀ
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਦੇ ਪਿੰਡੇ ਨੇ
ਪ੍ਰੀਤ ਹਾਣ ਦੀ ਸਿਰਜੀ
-o-
ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮੇਰੇ 'ਚ ਜਦ ਵੀ ਧਰਿਆ
ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਆਤਮਾ ਦੁਆਲੇ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਨੂੰ ਵਲਿਆ
ਤੇਰਾ ਵਜੂਦ ਤੇਰੀ ਹੋਂਦ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਤਾਰੀ
ਆਪਣੀ ਨਫ਼ਰਤ 'ਚੋਂ ਮੁਹੱਬਤ ਦੀ
ਨਵੀਂ ਦੁਨੀਆਂ ਉਸਾਰੀ
-o-
ਮੇਰੇ ਬੋਲ, ਮੇਰੀ ਅਵਾਜ਼, ਤੂੰ ਹੋ ਗਈ
ਮੇਰੇ ਕੰਨਾਂ ਦੀ ਗੂੰਜ ਮੇਰਾ ਬ੍ਰਿਹਾ
ਮੇਰੀ ਪੁਕਾਰ ਤੂੰ ਹੋ ਗਈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਨਾ
ਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਰਾਜ ਤੂੰ ਹੋ ਗਈ
-o-
ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ ਦੇ ਸਾਜ਼ 'ਚ
ਗੂੰਜਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਤੂੰ ਹੋ ਗਈ
ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ
ਮੇਰੀ ਸੋਚ ਦਾ ਪਰਵਾਜ਼. ਤੂੰ ਹੋ ਗਈ
ਮੇਰਾ ਅੰਤ, ਮੇਰਾ ਅਗਾਜ਼ ਤੂੰ ਹੋ ਗਈ
-o-
ਇਹ ਤੇਰਾ ਪਿਆਰ ਹੈ
ਕਿ ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਤੇਰੀ ਆਤਮਾ ਹੰਢਾ ਰਹੀ ਹੈ
ਜਿਸਮ ਦਾ ਬਾਲ ਕੇ ਦੀਵਾ

ਤੇਰੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਪੂਜਦੀ ਹੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਆਤਮਾ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਵੱਸ ਰਹੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਤੇਰੀਂ ਆਤਮਾ ਵਸਾ ਰਹੀ ਹੈ
–o–
ਮੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਤੇਰੀ ਨਜ਼ਰ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਤੇਰੇ ਪ੍ਰਾਣ ਨੇ
ਮੇਰਿਆਂ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਤੇਰੀ ਧਰਤ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਤੇਰੇ ਅਸਮਾਨ ਨੇ
ਤੇਰੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਵਜੂਦ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਹੋਂਦ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇ ਸਭ ਇਨਸਾਨ ਨੇ
–o–
ਤੇਰੇ ਭੈਅ 'ਚ ਵੱਗਦੇ ਨੇ ਸਮੁੰਦਰ
ਤੇਰੇ ਭੈਅ 'ਚ ਵਗਦੇ ਦਰਿਆ ਨੇ
ਤੇਰੇ ਭੈਅ 'ਚ ਵਗਦੀ ਪੌਣ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਭੈਅ 'ਚ ਲਾਵੇ ਤੇ ਤੂਫ਼ਾਨ ਨੇ
ਤੇਰੇ ਭੈਅ 'ਚ ਹੈ ਨਫ਼ਰਤ ਮੇਰੀ
ਤੇਰੇ ਭੈਅ 'ਚ ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਤੋਂ ਰੂਹ ਤੱਕ
ਫੈਲਿਆ ਪਿਆਰ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ
ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ ਦਾ ਹੀ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ
–o–
ਨਜ਼ਰ ਤੇ ਸੋਚ ਦੇ ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੱਕ ਤੇਰੀ ਨੁਹਾਰ ਹੈ
ਕੁਲ ਬ੍ਰਹਮੰਡ ਦੁਆਲੇ ਫੈਲਿਆ ਤੇਰਾ ਅਕਾਰ ਹੈ
ਹੈ ਜੋ ਨੇੜੇ ਦਿਲ ਦੇ ਮੇਰੇ, ਸੋਚ ਦੀ ਸੀਮਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ
–o–
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਬਿੰਦੂ
ਤੇਰੇ ਖਲਾਅ ਦੇ ਦਾਇਰਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਬਿੰਦੂ 'ਚੋਂ ਲੰਘਦੀ ਇਕ ਲੀਕ ਚਾਨਣ ਦੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੇ ਮੌਤ ਦੇ ਆਰ-ਪਾਰ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਸੀਮਾ ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਨਹੀਂ
ਤੇਰੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਸੀਮਾ ਹੀ ਮੇਰਾ ਪਿਆਰ ਹੈ
–o–

ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੀਜਾ

ਤੂੰ ਮੇਰੇ 'ਚ, ਮੈਂ ਤੇਰੇ 'ਚ
ਜਦੋਂ ਵੀ ਇਕ ਦੂਜੇ 'ਚ ਆਪਣਾ ਆਪ ਧਰਦੇ ਹਾਂ
ਪਿਆਰ 'ਚ ਪੁੰਗਰਦੇ ਹਾਂ, ਨਫ਼ਰਤ 'ਚ ਝੜਦੇ ਹਾਂ
ਹਰਿਆਊਲੀ ਧਰਤ ਤੇ ਹੋ ਕੇ
ਸੁੱਕੇ ਦਰਿਆਵਾਂ ਵਾਂਗ ਵਗਦੇ ਹਾਂ
-o-
ਪਾਣੀ ਬਿਨ ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਜੂਨ ਹੰਢਾਉਂਦੇ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਪਿਆਰ ਆਪਣੀ ਨਫ਼ਰਤ ਤੋਂ
ਹੋ ਕੇ ਵੱਖ ਜਿਉਂਦੇ ਹਾਂ
ਨਾ ਮੈਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਤੂੰ ਦਾ ਵਜੂਦ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਦੇਹ ਦਾ ਕੱਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਦੇਹ ਦਾ ਸੱਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਤੇਰੇ ਮੇਰੇ ਬਿਨਾਂ
ਬਾਕੀ ਜੋ ਬਚ ਵੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
-o-

ਚਿਹਰਿਆਂ ਦਾ ਸਾਗਰ

ਚਿਹਰਿਆਂ ਦੇ ਸਾਗਰ 'ਚ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਭਾਲਦੇ ਭਾਲਦੇ
ਧੜ 'ਚ ਸਿਰ ਗਰਕ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਸਿਰ 'ਚ ਧੜ ਨਰਕ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
-o-
ਜੋ ਸਿਰ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਉਹ ਧੜ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ
ਜੋ ਧੜ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਉਹ ਸਿਰ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ
ਸਿਰ ਤੇ ਧੜ ਦੀ ਸੋਚਣੀ 'ਚ
ਬੜਾ ਹੀ ਫ਼ਰਕ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਸਿਰ ਭਾਵੁਕ ਹੋ ਗਿਆਂ ਹੈ
ਧੜ ਤਰਕ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
-o-
ਇਸ ਚਿਹਰਿਆਂ ਦੇ ਸਾਗਰ 'ਚ
ਨਾ ਕੋਈ ਚਿਹਰਾ
ਦੂਸਰੇ ਚਿਹਰੇ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਧੜਾਂ ਦੀ ਨੁਹਾਰ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਨਾ ਭਾਵਾਂ ਦੀ ਇਕਸੁਰਤਾ
ਨਾ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਮਿਕਦਾਰ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਧੜ 'ਤੇ ਲੱਗੇ ਸਿਰ ਦਾ
ਨਾ ਕਿਰਦਾਰ ਇੱਕੋ ਹੈ ਨਾ ਮਿਆਰ ਇੱਕੋ ਹੈ
-o-
ਨਾ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਨਾ ਅੰਦਰ ਨਾ ਬਾਹਰ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਨਾ ਮੌਸਮ ਨਾ ਪੱਤਝੜ ਨਾ ਬਹਾਰ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਵੱਖਰੇ ਵੱਖਰੇ ਰੰਗ ਨੇ, ਵੱਖੋ ਵੱਖ ਤਸਵੀਰਾਂ
ਸਿਰ ਤੇ ਧੜਾਂ ਦੀਆਂ ਨੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਤਕਦੀਰਾਂ
ਸਿਰ ਧੜ 'ਚ ਖਿੱਚੀਆਂ ਲਕੀਰਾਂ ਦੀ
ਤਸੀਰ ਵੱਖਰੀ ਹੈ, ਜਮੀਰ ਵੱਖਰੀ ਹੈ
-o-

ਵੱਖਰੇ ਵੱਖਰੇ ਬੁੱਤ ਨੇ
ਕੋਈ ਪੱਥਰ ਦਾ ਕੋਈ ਮਿੱਟੀ ਦਾ
ਕੋਈ ਲੱਕੜ ਦਾ
ਕੋਈ ਸੋਨੇ ਦਾ, ਕੋਈ ਚਾਂਦੀ ਦਾ
ਕੋਈ ਪਿੱਤਲ ਦਾ, ਕੋਈ ਤਾਂਬੇ ਦਾ
ਵੱਖਰੇ ਵੱਖਰੇ ਸੁਰ
ਹੈ ਵੱਖਰੀ ਵੱਖਰੀ ਅਵਾਜ਼
ਹਰ ਇਕ ਦੇਹ ਦਾ ਆਪਣਾ ਹੀ ਵੱਖਰਾ ਹੈ ਸਾਜ਼
-o-
ਇੰਨਾ ਵੱਖਰੇਵਾਂ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆ ਵੀ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਇੱਕੋ ਹੈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੋਂਦ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਧੜ 'ਚ ਵਗਦਾ ਲਹੂ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਮਸਤਕ 'ਚ ਜਗਦੀ ਜੋਤ ਇੱਕੋ ਹੈ
-o-
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸ਼ਜਰ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਿਉਂਣ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਸਰ ਇੱਕੋ ਹੈ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਨਮ ਤੋਂ ਮੌਤ ਤੱਕ ਦਾ
ਹਸ਼ਰ ਇੱਕੋ ਹੈ
-o-
ਚਿਹਰਿਆਂ ਦੇ ਸਾਗਰ 'ਚ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਭਾਲਦੇ ਭਾਲਦੇ
ਆਪਣੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਆਪਾ ਬਾਲਦੇ ਬਾਲਦੇ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਤੋਂ ਹੋਂਦ ਦੀ ਇਕਾਈ ਤੱਕ ਅੱਪੜੇ
ਹਰ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ
ਚਿਹਰਿਆਂ ਦੇ ਸਾਗਰ 'ਚ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਗੁਆਚਿਆ ਪਾਇਆ

ਧੜ 'ਤੇ ਲੱਗੇ ਸਿਰ 'ਚੋਂ ਉਤਰਿਆ ਉਹ ਨੂਰ
ਦਿਲ ਦੇ ਲਹੂ 'ਚ ਸਮਾਇਆ
ਲਹੂ 'ਚੋਂ ਕਾਫ਼ਲਾ ਸੂਰਜਾਂ ਦਾ ਚੜ੍ਹ ਆਇਆ
ਹਰ ਚਿਹਰਾ ਹੀ ਨੂਰ ਹੋ ਗਿਆ
ਧੜ ਤੇ ਸਿਰ ਦਾ ਭਰਮ ਦੂਰ ਹੋ ਗਿਆ
ਨਾ ਵੱਖਰੇ ਬੁੱਤ ਸਨ, ਨਾ ਵੱਖਰੇ ਰੰਗ ਸਨ
ਬੁੱਤਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਰੰਗਾਂ ਤੱਕ
ਵਗਦਾ ਲਹੂ ਦਾ ਇਕ ਦਰਿਆ ਸੀ
ਇਕ ਨੂਰ ਨੂਰ ਤੋਂ ਨੂਰ ਤੱਕ
ਫੈਲਿਆ ਅਥਾਹ ਸੀ
-o-
ਇਹੀ ਬੰਦੇ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸੀ
ਇਹੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਸੱਚ ਸੀ
ਇਹੀ ਬੰਦੇ ਦੀ ਆਤਮਾ
ਤੇ ਆਤਮਾ ਦਾ ਰੱਬ ਸੀ
ਇਸੇ ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਭਾਲ ਸੀ
ਇਹ ਚਿਹਰਾ ਹੀ ਸਾਗਰ ਸੀ
ਸਾਗਰ 'ਚ ਵੱਸਦੇ ਚਿਹਰਿਆਂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਸੀ
-o-
ਇਹ ਚਿਹਰਾ ਜਦ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ ਵੇਖਿਆ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਹਰ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ ਉੱਗ ਆਇਆ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ ਵੱਸਦੇ ਚਿਹਰਿਆਂ 'ਚੋਂ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਪਾਇਆ
ਸਾਗਰ 'ਚ ਚਿਹਰੇ ਚਿਹਰਿਆਂ 'ਚ ਸਾਗਰ ਸਮਾਇਆ
ਇਕ ਹੋ ਗਏ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਸਾਗਰ ਵੀ
ਸਮੁੰਦਰ ਵੀ ਤੇ ਗਾਗਰ ਵੀ
ਰੰਗ ਸਮਾਏ ਬੁੱਤਾਂ 'ਚ
ਬੁੱਤ ਸਮਾਏ ਰੰਗਾਂ 'ਚ
ਮਾਨਵ ਵਿਸ਼ਵ ਦੀ ਜੋਤ ਹੋ ਗਿਆ
ਵਿਸ਼ਵ ਦੀ ਜੋਤ 'ਚੋਂ ਉਠਿਆ ਖ਼ੁਦਾ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਤੋਂ
ਖ਼ੁਦਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਤੱਕ ਦਾ ਰਾਹ ਹੋ ਗਿਆ।
-o-

ਖਲੋਤਾ ਜਲ

ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਖਲੋਤੇ ਜਲ
ਤੁਰ ਵਹਿ ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਚਸ਼ਮੇ ਉਗਾ
ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ ਜਲ ਗਤੀ ਸੰਗ ਭਰ
-o-
ਤੇਰੇ ਵਹਿਣ ਵਿਚ ਹੀ
ਤੇਰੀ ਸਵੱਛਤਾ ਤੇ ਨਿਰਮਲਤਾ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਤੇਰੀ ਠੰਡਕ 'ਚ ਵੱਸਦੀ ਹੈ
ਐ ਖਲੋਤੇ ਜਲ!
ਤੇਰੀ ਗਤੀ ਹੀ ਤੇਰੀ ਹਸਤੀ ਹੈ
-o-
ਆਪਣੀ ਖਲੋਤ ਦੀ ਗਰਭ 'ਚੋਂ
ਗੰਦਲਾਪਣ ਨਾ ਜਨਮ
ਆਪਣਾ ਮੂੰਹ ਮੈਲਾ ਨਾ ਕਰ
ਆਪਣੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਨਾ ਘੋਲ
ਆਪਣੀ ਚੁੱਪ ਤੋੜ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਣ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਬੋਲ
ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਉਧੇੜ, ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ ਖੋਲ
ਆਪਣੀ ਇਕੱਲਤਾ 'ਚੋਂ ਨਿਕਲ
ਬੈਠ ਆਪਣੇ ਹੀ ਆਪ ਕੋਲ
-o-
ਧਰਤੀ ਟੁਰਦੀ ਹੈ ਅੰਬਰ ਘੁੰਮਦਾ ਹੈ
ਗ੍ਰਹਿ ਨਖਸ਼ਤਰ ਸਭ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਹਨ
ਮੌਸਮ ਬਦਲਦੇ ਹਨ, ਰੁੱਤਾਂ ਬਦਲੀਆਂ ਹਨ
ਸਮਾਂ ਟੁਰਦਾ ਹੈ
ਪੱਤਝੜ ਦੀ ਕੁੱਖ 'ਚੋਂ ਬਹਾਰ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
ਜੰਗਲ ਦੇ ਸੁੱਕਿਆਂ ਰੁੱਖਾਂ 'ਚੋਂ
ਹਰਿਆਵਲ ਪੁੰਗਰਦੀ ਹੈ
-o-

ਸਮੰਦਰ ਆਪਣੀ ਗਤੀ ਦੁਆਲੇ ਨੱਸ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਪਹਾੜ ਘਟਦੇ ਹਨ, ਵਧਦੇ ਹਨ
ਪਹਾੜਾਂ 'ਚੋਂ
ਨਿਕਲੀਆਂ ਨਦੀਆਂ ਨਾਲੇ
ਆਪਣਾ ਰਾਹ ਸਿਰਜਦੇ ਹਨ
-o-
ਠਹਿਰੀ ਰਾਤ ਸੁਬਾਹ ਨਹੀਂ ਜਨਮਦੀ
ਠਹਿਰਿਆ ਦਿਨ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ
ਰਾਤ ਉਗਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਠਹਿਰਿਆ ਪਲ ਦਿਨ ਹੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਠਹਿਰਿਆ ਦਿਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਸਾਲਾਂ
ਤੇ ਸਦੀਆਂ 'ਚ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
-o-
ਗਤੀ ਜੋ ਠਹਿਰਾਉਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੈ
ਇਸ ਹੋਂਦ ਬਿਨ ਜੀਵਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ
ਨਾ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਨ ਦਾ ਨਾ ਡੁੱਬਣ ਦਾ
ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਸਮੇਂ ਦੇ ਗੁਜ਼ਰਨ ਦਾ ਪਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਧੁੱਪ, ਨਾ ਠੰਡ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
ਠਹਿਰਾਉ 'ਚ ਜੀਵਨ ਗਤੀ
ਸੈਂਕੜੇ ਕੋਹ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
ਠਹਿਰਾਉ 'ਚ ਕਬਰਾਂ ਦੀ ਇਕੱਲਤਾ ਤੇ ਚੁੱਪ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
ਮੌਤ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰ ਘੁੱਪ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

-o-

ਬੁਝ ਚੁੱਕੀ ਮਿਸਾਲ ਬਾਲ
ਤਾਂ ਕਿ ਹਨੇਰਿਆਂ ਰਾਹਾਂ 'ਤੇ ਰਾਹੀ
ਭਟਕ ਨਾ ਸਕਣ
ਨਦੀਆਂ ਤੇ ਦਰਿਆ ਟੁਰਦੇ ਰਹਿਣ
ਅਟਕ ਨਾ ਸਕਣ

-o-

ਅਸਮਾਨ ਦਾ ਹਰ ਤਾਰਾ
ਧਰਤੀ ਦਾ ਹਰ ਜੁਗ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਗੀਤ ਗਾਉਂਦਾ ਰਹੇ
ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਪੰਗੂੜੇ 'ਚ ਜੀਵਨ ਬਾਲ ਨੂੰ
ਕਾਦਰ ਖਿਡਾਉਂਦਾ ਰਹੇ
ਇਹ ਗੀਤ ਜੀਵਨ ਦਾ
ਹਰ ਪੱਤੇ ਹਰ ਰੁੱਖ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਰਹੇ

-o-

ਪਹਾੜੀ ਬੰਸਰੀ ਦੀ ਸੁਰ 'ਚੋਂ
ਅਵਾਜ਼ ਇਹ ਆਉਂਦੀ ਰਹੇ
ਪਹਾੜਾਂ, ਸਮੁੰਦਰਾਂ, ਨਦੀਆਂ, ਨਾਲਿਆਂ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਤੇ ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ
ਬਾਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਪਾਉਂਦੀ ਰਹੇ

-o-

ਮੇਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਖੜ੍ਹ ਚੁੱਕੇ ਜਲ
ਆਪਣੇ ਵੇਗ ਨੂੰ ਜਗਾ
ਆਪਣੇ ਸਫ਼ਰ ਲਈ ਆਪਣੇ ਰਾਹ ਸਿਰਜ
ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਸਮੰਦਰ ਨੂੰ ਪਾ
ਆਪਣੀ ਨਿਰਮਲਤਾ, ਸਵੱਛਤਾ ਖਿਲਾਰ
ਆਪਣੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚੋਂ ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਉਸਾਰ
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਪਹਿਨਿਆਂ
ਠਹਿਰਾਉ ਉਤਾਰ

-o-

ਫਿਰ ਤੇਰੇ ਕਿਨਾਰੇ ਹੰਸ ਆਉਣਗੇ

ਤੇਰੇ ਗੀਤ ਗਾਉਣਗੇ, ਨਹਾਉਣਗੇ
ਪੀ ਕੇ ਤੇਰੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ, ਖ਼ੁਦਾ ਧਿਆਉਣਗੇ
ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਪਰਤ ਜਾਣਗੇ
-o-
ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਕਈ ਸਾਵਨ ਡੁੱਲਣਗੇ
ਤੇਰੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਦਲ ਰਾਹ ਭੁੱਲਣਗੇ
ਤੇਰੇ ਦਰਪਣ 'ਚੋਂ ਅੰਬਰ ਮੂੰਹ ਸਵਾਰੇਗਾ
ਤੇਰੀ ਪੂਜਾ ਕਰੂ ਧਰਤੀ
ਤੇਰੀ ਆਰਤੀ ਜੰਗਲ ਉਤਾਰੇਗਾ
-o-
ਤੇਰੇ 'ਚੋਂ ਚੜ੍ਹੇਗਾ ਸੂਰਜ, ਤੇਰੇ 'ਚ ਢਲੇਗਾ ਸੂਰਜ
ਤੇਰੇ 'ਚ ਖੜ੍ਹੇਗਾ ਸੂਰਜ, ਤੇਰੇ 'ਤੇ ਵਰ੍ਹੇਗਾ ਸੂਰਜ
ਕਿਰਨਾਂ ਖਿਲਾਰੇਗਾਂ
ਤੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਲਿਪਟਿਆ ਹਨੇਰਾ ਉਤਾਰੇਗਾ
-o-
ਤੇਰੀ ਦੇਹ ਚਾਂਦੀ ਵਾਂਗ ਚਮਕੇਗੀ
ਤੇਰੀ ਹੋਂਦ ਸੋਨੇ ਵਾਂਗ ਦਮਕੇਗੀ
ਤੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਰਸ ਬਣ ਕੇ ਵਗੇਂਗਾ
ਤੂੰ ਆਪ੍ਰਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ
ਬੜਾ ਦਿਲਕਸ਼ ਤੇ ਸੁੰਦਰ ਲੱਗੇਂਗਾ
-o-
ਤੇਰੀ ਸੁੰਦਰਤਾ
ਸਿਰਜੇਗੀ ਦੁਆਲੇ ਨੂਰ ਕਸ਼ਿਸ਼ ਦਾ
ਤੂੰ ਕੱਢ ਕੇ ਵੇਖ ਬਾਹਰ ਖ਼ੁਦਾ ਅੰਦਰ ਦਾ
ਤੂੰ ਖ਼ੁਦਾ ਹੋ ਜਾਏਗਾ ਮਾਨਵੇਂ ਮਨ ਦੇ ਮੰਦਿਰ ਦਾ
ਜਦ ਫ਼ੈਲਿਆ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਨੂਰ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦਾ
-o-
ਤੇਰਾ ਰੂਪ ਤੇਰਾ ਸਰੂਪ ਵੀ ਨੂਰ ਹੋ ਜਾਏ
ਤੇਰੀ ਪੂਜਾ ਤੇਰਾ ਜਾਪ ਵੀ ਨੂਰ ਹੋ ਜਾਏ
ਤੇਰਾ ਵਜੂਦ ਤੇਰੀ ਹੋਂਦ ਤੱਕ ਨੂਰੋਂ ਨੂਰ ਹੋ ਜਾਏ
ਠਹਿਰਾਉ ਲਾ ਕੇ ਪਿੰਡੇ ਤੋਂ ਗਤੀ 'ਚ ਚੂਰ ਹੋ ਜਾਏ।
-o-

ਬਿੰਦੂ, ਦਾਇਰੇ ਤੇ ਖਲਾਅ

ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਹਨੇਰੀਆਂ ਤੇ ਤੂਫ਼ਾਨ ਉੱਠਦੇ ਹਨ
ਧਰਤੀਆਂ, ਅਕਾਸ਼ ਤੁਰਦੇ ਹਨ
ਨਦੀਆਂ, ਦਰਿਆ ਵਗਦੇ ਹਨ
ਜੰਗਲਾਂ, ਪਹਾੜਾਂ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਤਾਰਕਾਮੰਡਲ ਨਖਸ਼ਤਰਾਂ ਦਾ ਘੇਰਾ ਹੈ
ਸੂਰਜ ਦਾ ਢਲਣਾ ਤੇ ਚੜ੍ਹਨਾ ਹੈ
ਕਈਆਂ ਚੰਦਰਮਾ ਦਾ ਡੇਰਾ ਹੈ
–o–
ਮੇਰੇ ਜੋ ਬਾਹਰ ਹੈ, ਅੰਦਰ ਵੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਰੱਬ ਵੀ ਹੈ ਮੰਦਰ ਵੀ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪੇ ਮੌਤ ਆਪੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪੇ ਬੰਦਾ ਹਾਂ ਆਪੇ ਬੰਦਗੀ ਹਾਂ
–o–
ਮੇਰੇ 'ਚ ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਫੈਲੀ ਮਨੁੱਖਤਾ ਹੀ ਰੂਪ ਮੇਰਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਰੌਣਕ ਵੀ ਹਾਂ ਕਬਰਸਤਾਨ ਵੀ
ਮੈਂ ਧੋਖਾ ਵੀ ਹਾਂ ਵਫ਼ਾ ਵੀ ਹਾਂ
ਨਫ਼ਰਤ ਵੀ ਹਾਂ ਪਿਆਰ ਵੀ, ਇਮਾਨ ਵੀ
ਮੈਂ ਖ਼ੁਦਾ ਵੀ ਹਾਂ, ਇਨਸਾਨ ਵੀ
–o–
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦਾ
ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ, ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ
ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ਵੀ ਹਾਂ, ਪੈਰੋਕਾਰ ਵੀ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਦਿਨ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੈ ਰਾਤ ਢਲਦੀ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ ਵੀ ਮੇਰਾ ਉਤਾਰਾ ਹੈ
ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਪਸਾਰਾ ਹੈ
–o–
ਮੈਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਗਤੀ ਦਾ ਸਿਰਜਣਹਾਰਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਬਲ ਹਾਂ, ਨਿਮਾਣਾ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਹਰ ਜੀਵ ਜਨਮਦਾ ਤੇ ਸਮਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਸਭ ਦੀ ਜੋਤ ਸਭ ਦਾ ਪਾਲਣਹਾਰਾ ਹਾਂ

ਮੇਰੇ ਵਿਸਥਾਰ 'ਚ
ਕਈ ਧਰਤੀਆਂ, ਅੰਬਰ ਕਈ
ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਉਜਾਗਰ ਨੇ
ਮੇਰੀ ਧੂੰਨੀ 'ਚ ਚਸ਼ਮਿਆਂ ਦੇ ਸਾਗਰ ਨੇ
ਮੇਰੇ ਬੋਲਾਂ 'ਚ ਮੌਸਮ ਰੁੱਤਾਂ ਤੇ ਹਰਿਆਵਲ
ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ
ਫੈਲਿਆ ਮੇਰਾ ਹੀ ਚਿਹਰਾ ਹੈ
-o-
ਮੇਰੀ ਜੋਤ ਕਣ ਕਣ 'ਚ ਵਸਦੀ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਸ਼ਬਦ ਜ਼ੱਰੇ ਜ਼ੱਰੇ 'ਚੋਂ ਸੁਣਦਾ ਹੈ
ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੁਆਲੇ ਉਡਨ ਲਈ
ਮੈਨੂੰ ਹੀ ਬੁਣਦਾ ਹੈ
ਮੈਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਮੇਰੀ ਹੀ ਸੁਣਦਾ ਹੈ
-o-
ਮੈਂ ਮਹਾਂ ਬਲੀ ਜੋਧਾ, ਫ਼ਕੀਰ ਵੀ ਹਾਂ
ਰੰਗ ਵੀ ਹਾਂ, ਤਸਵੀਰ ਵੀ ਹਾਂ
ਰੰਗਾਂ ਦੀ ਤਸੀਰ ਵੀ ਹਾਂ
ਤੱਪ ਵੀ ਹਾਂ, ਤਪੱਸਵੀ ਵੀ ਹਾਂ
ਕਰਮ ਵੀ ਹਾਂ, ਤਕਦੀਰ ਵੀ ਹਾਂ
ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਦਿਸਦਾ ਅਦਿੱਸਦਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰਮ ਕਾਰਨ
ਤੇ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵੀ ਹਾਂ
ਦਾਤਾ ਵੀ ਹਾਂ ਸੁਆਲੀ ਵੀ ਹਾਂ
-o-
ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮੂਲ
ਮਨੁੱਖਾ ਹੋਂਦ ਮੇਰਾ ਅੰਸ਼ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਸ਼ 'ਚ ਮੇਰੇ ਵਜੂਦ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ
ਜੋ ਅਥਾਹ ਹੈ, ਅਤੁੱਲ ਹੈ, ਅਪਰਮਪਾਰ ਹੈ
-o-

ਮੇਰਾ ਅੰਸ਼ ਹੀ
ਮੇਰੇ ਤੱਕ ਅੱਪੜਨ ਦਾ ਰਾਹ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਅੰਸ਼ ਹੀ ਮੇਰਾ ਦੁਆਰ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਅੰਸ਼ ਹੀ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਗਟਾ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਅੰਸ਼ ਹੀ ਮਨੁੱਖ 'ਚ ਦੌੜਦੇ
ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਦਾ ਸਾਹ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਅੰਸ਼ ਹੀ ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਅੰਸ਼ ਹੀ ਬਿਨ ਪ੍ਰਾਣ ਹੈ
ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਹੈ
ਹਵਾ ਦਾ ਵੇਗ ਹੈ
ਬਿਨ ਜਨਮਿਆ ਆਸਮਾਨ ਹੈ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ
-o-
ਮੇਰੇ ਇਸ ਅੰਦਰਲੇ ਤੇ ਬਾਹਰਲੇ
ਵਿਰਾਟ ਰੂਪ ਨੂੰ ਜਾਨਣ ਲਈ
ਮੇਰੇ ਅੰਸ਼ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਜਾਨਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ ਫੋਲਨਾ ਉਧੇੜਨਾ, ਸਿਉਣਾ
ਪਹਿਨਣਾਂ, ਉਤਾਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਸ਼ ਨੂੰ ਪਾਉਣ ਲਈ
ਆਪਾ ਮਾਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
ਉਤਾਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
-o-
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਉਤਰ ਕੇ
ਜੀਵਨ ਪਲ ਦੀ ਗਤੀ ਦਾ ਪਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਪਲ ਦੀ ਗਤੀ 'ਚੋਂ
ਮੇਰੇ ਅੰਸ਼ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਦੇਹ ਕਿਰਨਾਂ ਕਿਰਨਾਂ
ਮਸਤਕ 'ਚ ਸੂਰਜ ਖਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
-o-

ਮੇਰੇ ਅੰਸ਼ ਨੂੰ ਜਦ ਦੇਹ ਜੀਵ਼ੇਗੀ
ਦੇਹ ਨੂੰ ਅੰਸ਼ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਵੇਗਾ
ਦੇਹ ਚੇਤਨਤਾ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੋਵੇਗਾ
ਤੇ ਚੇਤਨਤਾ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚ
ਅੰਸ਼ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ 'ਚੋਂ
ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਖੁਦ ਸਹਿਕਾਰ ਹੋਵੇਗਾ
ਉਸ ਚੇਤਨਤਾ ਦੀ ਦੇਹ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਵੱਸੇਗੀ
ਉਸ ਦੇਹ 'ਚ ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੋਵੇਗਾ
ਕੁਲ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ
ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਵੇਗਾ
ਮੇਰਾ ਆਪਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡਲ ਹੋਂਦ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਹੋਵੇਗਾ
ਮੇਰਾ ਰੂਪ ਹੋਵੇਗਾ, ਮੇਰਾ ਸਰੂਪ ਹੋਵੇਗਾ
ਬ੍ਰਹਮ ਹੀ ਬ੍ਰਹਮ ਦੇ ਹਜ਼ੂਰ ਹੋਵੇਗਾ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੋਵੇਗਾ
ਮੇਰੇ ਅੰਸ਼ ਦੀ ਹੋਂਦ ਜਾਨਣ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ
ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਸਿਰਜਕ ਬ੍ਰਹਮ ਆਪ ਹੋਵੇਗਾ।
-0-

ਅਗਤੀ ਤੋਂ ਗਤੀ ਤੱਕ

ਖਿੜਕੀਆਂ ਖੋਲ੍ਹ
ਕਿ ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਅੰਦਰ ਆ ਸਕਣ
ਚਾਨਣ ਖਿਲਾਰ ਸਕਣ
ਹਨੇਰੇ ਉੱਡਾ ਸਕਣ
-o-
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਬੈਠਾ
ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਚਿਰ ਜੀਵੇਂਗਾ
ਦੁਆਲੇ ਫੈਲਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਇਹ ਜ਼ਹਿਰ
ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਦੇਰ ਪੀਵੇਂਗਾ
-o-
ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਨੂੰ ਪਾ ਸਕਣ ਦਾ ਭਰਮ
ਕਿੰਨਾ ਚਿਰ ਪਾਲੇਂਗਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਚਿਰ
ਆਪਣੇ ਹੱਡਾਂ ਤੇ ਬਾਲੇਂਗਾ
ਆਪਣਾ ਤਾਅ ਪੀਵੇਂਗਾ
ਆਪਣਾ ਲਹੂ ਉਬਾਲੇਂਗਾ
-o-
ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹ
ਕਿ ਆਸਮਾਨ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਸਕੇ
ਤੇਰੇ ਰਾਹਾਂ 'ਚ ਚੰਨ ਸੂਰਜ ਤਾਰੇ ਧਰ ਸਕੇ
ਤੇਰੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਬੀਜੇ
ਤੇਰੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਰਾਹ ਉੱਗਾ ਸਕੇ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ
ਆਪਣੇ ਆਤਮ ਤੋਂ ਉਤਾਰ
ਕਿ ਤੂੰ ਘਰ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕੇ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਗੁਆਚਾ ਆਪਾ ਪਾ ਸਕੇ
-o-

ਉੱਠ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ
ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਅਗਤੀ ਵਿਸਾਰ
ਦੁਆਲੇ ਉੜਿਆ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਉਤਾਰ
ਤੱਕ ਨਜ਼ਰ ਤੋਂ ਦਿਸਹੱਦੇ ਦੇ ਪਾਰ
ਜਿਥੇ ਜਿਮੀਂ ਤੇ ਆਸਮਾਨ ਮਿਲਦੇ ਨੇ
ਬਹਾਰਾਂ ਵਿਗਸਦੀਆਂ, ਮੌਸਮ ਬਦਲਦੇ ਨੇ
ਪੱਤਝੜ ਦੇ ਜੁੱਸੇ 'ਚੋਂ ਫੁੱਲ ਖਿੜਦੇ ਨੇ
ਜਿੱਥੇ ਦਿਨ ਰਾਤ ਖੇਡਦੇ ਨੇ
ਪ੍ਰਛਾਵੇਂ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਨੇ
ਸੂਰਜ ਕਿਰਨਾਂ ਖਿਲਾਰਦਾ ਹੈ
ਚੰਨ ਠੰਡੀ ਚਾਨਣੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਉਤਾਰਦਾ ਹੈ
–o–
ਜਿੱਥੇ ਸ਼ਬਨਮ ਦੀ ਤਾਜ਼ਗੀ ਜਿਹਾ ਮੁੱਖ ਹੈ ਸਵੇਰ ਦਾ
ਜਿੱਥੇ ਸੁਰਮਈ ਤਰਕਾਲਾਂ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਢਲਦੀਆਂ ਹਨ
ਰਾਤ ਦੇ ਆਂਚਲ 'ਚ
ਤਾਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜੋਤਾਂ ਜਗਦੀਆਂ ਹਨ
ਜਿੱਥੇ ਪੌਣਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਚੌਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ
ਗਗਨ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਅਲਾਪ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਜਿੱਥੇ ਸੋਨੇ ਦੇ ਪਹਾੜਾਂ 'ਚੋਂ
ਚਾਂਦੀ ਦੀਆਂ ਨਦੀਆਂ ਵਗਦੀਆਂ ਹਨ
–o–
ਤੜਕੇ ਸਾਰ ਪੰਛੀ ਚੋਗੇ ਲਈ ਉੱਡਦੇ ਹਨ
ਸੂਰਜ ਢਲਣ ਤੇ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਪਰਤਦੇ ਹਨ
ਕਾਇਨਾਤ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚਲਦਾ ਹੈ
ਗੁਲਸ਼ਨ ਦਾ ਦੁਆਰ ਬਹਾਰ ਖੋਲਦੀ ਹੈ
ਮੋਰ ਨੱਚਦੇ ਹਨ, ਕੋਇਲ ਬੋਲਦੀ ਹੈ
ਜੰਗਲ 'ਚੋਂ ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਸੰਗੀਤ ਉੱਠਦਾ ਹੈ
ਅੱਗ 'ਚੋਂ ਨਿੱਘ ਸਿਮਦਾ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਸੂਰਜ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦੀ ਹੈ
ਆਲ੍ਹਣਿਆਂ 'ਚੋਂ ਬੋਟਾਂ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਸੁਣਦੀ ਹੈ
ਜਲ ਜਲ 'ਚ ਤੁਰਦਾ ਹੈ
ਅੰਬਰ ਸਾਗਰ 'ਚ ਉਤਰਦਾ ਹੈ
–o–

ਉੱਠ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ
ਦੇਖ ਜਲ ਤੋਂ ਭਾਫ, ਭਾਫ ਤੋਂ ਬੱਦਲ ਬਣਦਾ ਹੈ
ਧਰਤੀ 'ਚੋਂ ਉੱਠਦਾ ਹੈ ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਬਰਸਦਾ ਹੈ
-o-
ਆਪਣੀ ਪੱਥਰ ਦੇਹ 'ਚ
ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਉਤਾਰ
ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ ਆਪ ਸਿਰਜ
ਆਪਣਾ ਸੰਸਾਰ ਦੁਆਲੇ ਉਸਾਰ
ਬੀਜ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ
ਆਪਣਿਆਂ ਪੈਰਾਂ 'ਚ
ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਧਰਤ ਤੇ ਰਾਹਾਂ ਉਤਾਰ
-o-
ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਹੋ
ਗਤੀ ਹੰਢਾ, ਗਤੀ ਸਿਰਜ, ਗਤੀ ਉਗਾ
ਗਤੀ ਫੈਲਾਅ
ਗਤੀ ਜਿਉਂਦਾ ਜਿਉਂਦਾ ਗਤੀ ਹੋ ਜਾਅ
ਗਤੀ ਹੀ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਗਤੀ ਹੀ ਰੁੱਤਾਂ ਦਾ ਬਦਲਣ ਹੈ
ਗਤੀ ਹੀ ਸਮੇਂ ਦਾ ਵੇਗ ਹੈ
ਗਤੀ ਹੀ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਹਲ-ਚਲ ਹੈ
ਗਤੀ ਹੀ ਯੁੱਗ ਸਦੀਆਂ ਤੇ ਪਲ ਪਲ ਹੈ
ਗਤੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਲਕਸ਼ ਹੈ, ਗਤੀ ਹੀ ਸੰਸਾਰ ਹੈ
ਗਤੀ ਹੀ ਹੈ ਸਿਰਜਣਾ, ਗਤੀ ਹੀ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ
-o-
ਗਤੀ ਹੀ ਨਦੀਆਂ ਦੀ ਚਾਲ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਵੇਗ ਹੈ
ਗਤੀ ਅੱਗਨ ਹੈ ਅਗਨ ਦਾ ਤੇਜ਼ ਹੈ
ਗਤੀ ਹਵਾ ਹੈ, ਹਵਾ ਦਾ ਵੇਗ ਹੈ
ਗਤੀ ਧਰਤ ਹੈ ਅਕਾਸ਼ ਹੈ
ਗਤੀ ਪੱਥਰ ਦੇ ਬੁੱਤ ਦਾ ਭਗਵਾਨ ਹੈ
-o-

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਵੇਗ ਬਣ ਕੇ ਜੀਅ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਹਰਿਆਵਲ ਤੇ ਰੌਣਕ ਬੀਜ
ਫੁੱਲ ਬਣ ਕੇ ਮਹਿਕ
ਰੁੱਖ ਬਣ ਕੇ ਉੱਗ, ਛਾਂਵਾਂ ਖਿਲਾਰ
ਤੱਪਦੇ ਰਾਹੀਆਂ ਦੇ ਪਿੰਡਿਆਂ ਨੂੰ ਠਾਰ
ਕਰਮ ਯੁੱਧ 'ਚ ਉਤਰ
ਕਰਮ ਕਰ ਆਪਣਾ ਅੱਗਾ ਸੁਆਰ
ਆਪਣੇ ਹੱਥੀਂ ਖੋਲ ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਦਾ ਦੁਆਰ
ਆਪਣੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਗਤੀਆਂ ਬੀਜ
ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਅਗਤੀ ਉਤਾਰ
–o–
ਫਿਰ ਵੇਖੀਂ ਤੂੰ ਤੇਰੇ 'ਚੋਂ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਨਗੇ
ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ ਦੇ ਸੰਗ ਲੜਨਗੇ
ਧਰਤੀ ਦੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਸਾਗਰ ਚਾਨਣਾ ਦੇ ਧਰਨਗੇ
ਤੇਰੇ ਵਿਚਲੇ ਖਾਲੀ ਪਣ ਨੂੰ ਬੋਧ ਦੇ ਸੰਗ ਭਰਨਗੇ
ਤੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਸਮੰਦਰ 'ਚੋਂ ਸ਼ਬਦ ਗੂੰਜਣਗੇ, ਅਰਥ ਤਰਨਗੇ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਸੱਚ ਫੜਨਗੇ
–o–
ਤੇਰੀ ਉਪਮਾ ਤੇਰਾ ਆਪਾ ਬਣੇਗੀ
ਤੇਰੀ ਉਸਤਤ ਚੰਨ ਤਾਰੇ ਕਰਨਗੇ
ਤੇਰੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਧਰਤੀ ਸੁੰਘੜ ਜਾਏਗੀ
ਤੇਰੇ ਬੋਲ ਮੁੱਠ 'ਚ ਅੰਬਰ ਫੜਨਗੇ
ਤੇਰੇ 'ਚੋਂ ਉਪਜੀ ਗਤੀ
ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ 'ਚ ਫੈਲ ਜਾਏਗੀ
ਤੇਰੀ ਛੋਹ ਨਾਲ ਪੱਥਰ ਵੀ ਸਮੁੰਦਰ ਤਰਨਗੇ
–o–
ਉੱਠ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ
ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਅਗਤੀ ਵਿਸਾਰ
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਉੜਿਆ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਉਤਾਰ
ਤੱਕ ਨਜ਼ਰ ਤੋਂ ਦਿਸਹੱਦੇ ਦੇ ਪਾਰ
ਜਿੱਥੇ ਜਿਮੀਂ ਆਸਮਾਨ ਮਿਲਦੇ ਨੇ
ਬਹਾਰਾਂ ਵਿਗਸਦੀਆਂ, ਮੌਸਮ ਬਦਲਦੇ ਨੇ
ਪੱਤਝੜ ਦੇ ਜੁੱਸੇ 'ਚੋਂ ਫੁੱਲ ਖਿੜਦੇ ਨੇ
ਜਿੱਥੇ ਰਾਤ ਦਿਨ ਖੇਡਦੇ ਨੇ
ਪ੍ਰਛਾਵੇਂ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਨੇ।
–0–

ਰੁਕਿਆ ਯਥਾਰਥ

ਸਾਰੇ ਰਸਤਿਆਂ 'ਚ
ਮੈਂ ਆਪ ਹੀ ਖੜ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਫਰਿਆਦ ਦੇ
ਰਾਹ 'ਚ ਦੀਵਾਰ ਬਣ ਗਿਆ ਹਾਂ
–o–
ਨਾ ਮੇਰੇ ਕੰਨਾਂ ਤੱਕ
ਮੇਰੀ ਫਰਿਆਦ ਹੀ ਪਹੁੰਚੇ
ਨਾ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਫਰਿਆਦ ਸੁਣ ਹੀ ਸਕਾਂ
ਫਰਿਆਦ ਸੁਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
ਕੌਣ ਇਨਸਾਫ ਕਰੇਗਾ
ਕੌਣ ਮੇਰਾ ਸੱਚ
ਮੇਰੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਧਰੇਗਾ
ਕੌਣ ਮੇਰਾ ਸੱਚ ਅੰਦਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ
ਰੌਸ਼ਨ ਕਰੇਗਾ
–o–
ਸੱਚ ਬਿਨ ਜਿਉਣਾ
ਜੜ੍ਹਹੀਣ ਰੁੱਖ ਵਾਂਗ ਹੈ
ਜੋ ਪੁੰਗਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
ਜੋ ਸਿਰ ਤੇ ਧੁੱਪ ਝੱਲਣ 'ਤੇ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਛਾਂਅ ਜਨਮਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
ਵਜੂਦ ਬਾਲਣ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
ਰਗਾਂ 'ਚ ਦੌੜਦਾ ਲਹੂ ਜਮ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
ਉਸ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਖਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਮੌਤ ਪੁੰਗਰਦੀ ਹੈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸਮਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
–o–
ਮੈਂ ਆਪ ਹੀ ਆਪਣਿਆਂ
ਰਸਤਿਆਂ 'ਚ ਦੀਵਾਰ ਬਣਕੇ ਖੜ ਗਿਆ
ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰ ਗਿਆ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਥਾਂ ਮੌਤ ਵਰ ਗਿਆ
ਮੌਤ ਦੇ ਸਰਨਾਟੇ ਨੇ, ਅੰਦਰ ਕਾਲਿਆਂ ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ ਦੇ ਸਾਏ ਨੇ
ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਮੌਤ ਪਸਰ ਗਈ ਹੈ
ਸਿਰ 'ਚ ਮੌਤ ਦੇ ਕਈ ਜੰਗਲ ਉੱਗ ਆਏ ਨੇ
–o–

ਰੁੱਕ ਗਈ ਹੈ ਜੀਵਨ ਗਤੀ
ਉੱਤਰ ਦੱਖਣ ਪੂਰਬ ਪੱਛਮ
ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਅੰਬਰ ਤੀਕਣ
ਸਭ ਮੌਤ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਚ ਆਏ ਨੇ
ਮੌਤ ਮੇਰਾ ਆਪਾ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ
ਦੇਹ ਮੇਰੀ 'ਚ ਵੱਸਦੇ ਪ੍ਰਾਣ ਪਰਾਏ ਨੇ
-o-
ਮੈਂ ਆਪ
ਆਪਣੇ ਰਾਹਾਂ 'ਚੋਂ ਹਟਾਂ
ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਤੱਕ ਕੋਈ ਕਿਰਨ ਪਹੁੰਚੇ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਹਨ੍ਹੇਰ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰੇ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦਿਨ ਧਰੇ, ਧੁੱਪ ਧਰੇ
ਸੂਰਜ ਧਰੇ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਪਸਰੀ ਮੌਤ ਦਾ ਅੰਤ ਕਰੇ
ਮੇਰੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਛਾਂ ਜਨਮੇ
ਮੇਰਾ ਸਿਰ ਧੁੱਪ ਜਰੇ
ਮੇਰੀ ਛਾਂ ਹੇਠਾਂ ਆ ਬੈਠਣ ਮੁਸਾਫਿਰ
ਮੇਰੀਆਂ ਟਾਹਣੀਆਂ 'ਤੇ ਪੰਛੀ ਆਲ੍ਹਣੇ ਪਾਉਣ
ਬੋਟਾਂ ਦੀਆਂ ਅਵਾਜ਼ ਸੁਣੇ
ਹਵਾ ਸੰਗ ਹਿਲਦੇ ਪੱਤਿਆਂ ਦਾ
ਅਲਾਹੀ ਅਲਾਪ ਸੁਣੇ
-o-
ਮੈਂ ਜੀਵਨ ਜੋਤ ਹੋ ਜਗਾਂ
ਮੈਂ ਚੰਨ ਵਾਂਗ ਠੰਡਕ ਵਰਤਾਵਾਂ
ਮੈਂ ਸੂਰਜ ਵਾਂਗ ਬਲਾਂ
ਧਰਤ ਦਾ ਕਣ ਕਣ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰਾਂ
ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ 'ਚ ਮੱਘਦੇ ਸੂਰਜ ਧਰਾਂ
ਮੈਂ ਚਾਨਣ 'ਚ ਖੇਡਾਂ ਮੈਂ ਚਾਨਣ ਹੋ ਜਾਵਾਂ
ਮੈਂ ਚਾਨਣ ਹੋ ਮਰਾਂ
-o-

ਮੈਂ ਸਿਰਜਾਂ ਜਿਉਂਦਾ ਜਾਗਦਾ ਸੰਸਾਰ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਦੁਆਲੇ ਵੀ
ਮੈਂ ਉੜ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਆਪਣੇ ਪਿੰਡੇ 'ਤੇ
ਜਨਮਾਂ ਮੌਸਮ ਰੁੱਤਾਂ ਗੁਲਸ਼ਨ ਨਜ਼ਾਰੇ ਵੀ
-o-
ਮੈਂ ਆਪ
ਆਪਣੇ ਰਾਹਾਂ ਤੋਂ ਆਪਾ ਹਟਾਵਾਂ ਵੀ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਆਵਾਂ ਵੀ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਦਰ ਛੱਡ ਕੇ
ਤੇਰੇ ਦਰ ਜਾਵਾਂ ਵੀ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚੋਂ
ਤੂੰ ਨੂੰ ਜਗਾਵਾਂ ਵੀ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਆਪਾ ਮਿਟਾਵਾਂ ਵੀ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਪਾਵਾਂ ਵੀ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
-o-
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਆਪੇ 'ਚ ਆ
ਮੇਰਾ ਆਪਾ ਮੇਰੀਆਂ ਰਾਹਾਂ 'ਚੋਂ ਹਟਾ
ਮੇਰੇ ਆਪੇ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਮੂਲ ਤੱਕ
ਫੈਲਦਾ ਪਸਰਦਾ ਜਾਅ
ਤਾਂ ਕਿ ਤੇਰਾ ਰੰਗ ਹੋ ਸਕਾਂ
ਤੇਰਾ ਰੂਪ ਹੋ ਸਕਾਂ
ਤੈਨੂੰ ਉਤਾਰ ਕੇ ਆਪਣੇ 'ਚ
ਤੇਰਾ ਸਰੂਪ ਹੋ ਸਕਾਂ
-o-
ਮੈਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਜਨਮਿਆ
ਇਕ ਰੋਗ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਤੇ ਪੈਰਾਂ ਤੋਂ ਸਿਰ ਤੱਕ ਸੋਗ ਹਾਂ
ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਤੇਰੀ 'ਚ ਖੜ੍ਹਾ ਤੁਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ
ਤੇਰੇ ਵੱਲ ਮੁੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
-o-

ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਮੇਰੀ ਜਗਾਵੇਗੀ
ਤੇਰੇ 'ਚ ਅਹਿਸਾਸ ਮੇਰੀ ਲੋੜ ਦਾ
ਫਿਰ ਗੂੰਜੇਗਾ ਤੇਰੇ ਕੰਨੀਂ
ਸ਼ਬਦ ਮੇਰੀ ਥੋੜ ਦਾ
ਫਿਰ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਦੇ ਵਲ ਤੁਰੇਗੀ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਮੌਤ ਹਵਾ ਹੋਵੇਗੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮੁੜੇਗੀ
–o–
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਕਈ ਪਹਾੜ ਜਨਮਨਗੇ
ਨਦੀਆਂ ਤੇ ਦਰਿਆ ਵਗਣਗੇ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਤੇਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਉੱਗੇਗੀ
ਮੈਂ ਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ
ਤੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਹੀ ਲੱਗਣਗੇ
–o–
ਮੈਂ ਜੀਵਨ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਰਾਂਗਾ
ਪੈਰ ਪੈਰ 'ਤੇ ਮੈਂ ਤੇਰਾ ਇੱਕ ਬੁੱਤ ਸਿਰਜਾਂਗਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ
ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਅਰਘ ਚੜ੍ਹਾਵਾਂਗਾ
ਗੁਆ ਕੇ ਆਪਣੀ ਹਸਤੀ
ਤੇਰੀ ਹਸਤੀ ਨੂੰ ਪਾਵਾਂਗਾ
ਤੈਨੂੰ ਧਿਆਵਾਂਗਾ ਤੇ ਗਾਵਾਂਗਾ
ਮੈਂ ਜਿੱਧਰ ਵੀ ਜਾਵਾਂਗਾ।
–o–

ਯਥਾਰਥ ਦਾ ਸੱਚ

ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸੰਘਣਾ
ਤੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹੈ
ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਦੁਆਲੇ
ਇਕੱਲਤਾ ਤੇ ਚੁੱਪ ਬੀਜਦਾ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਾਹ ਪੀਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਜੀਂਦਾ ਹੈ
-o-
ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਆਸ਼ਾ ਦੀ ਹੱਦ
ਗੁਜ਼ਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
ਜਿਸ 'ਚੋਂ ਕੋਈ ਜੰਗਲ ਕੋਈ ਸ਼ਹਿਰ
ਕੋਈ ਪਿੰਡ ਨਹੀਂ ਜਨਮਦਾ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੁਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਜੁੜ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
-o-
ਸਭ ਕੁਝ ਭੁਰਦਾ ਹੈ, ਬਿਖਰਦਾ ਹੈ
ਸਭ ਕੁਝ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਰੁਲਦਾ ਹੈ
ਜੋ ਅੰਬਰ ਦੀ ਚੋਟੀ
ਜਾਂ ਪਹਾੜ ਦੀ ਸਿਖਰ ਦਾ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਗਤੀ ਰਹਿਤ ਹੋ ਰੁਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਖੜੀ ਖੜੀ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ
ਸਿਮਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਤਰਦੀ ਤਰਦੀ ਸੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
-o-

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪੀ ਗ਼ਿਆ
ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਅੱਗ ਪੁੰਗਰੀ
ਮੇਰੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚੋਂ ਨਫ਼ਰਤ ਉੱਗ ਆਈ
ਅੰਬਰ ਸਿਰ 'ਤੇ ਫਟਿਆ
ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਧਰਤ ਨਿਕਲ ਗਈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕੰਡਿਆਂ 'ਚ ਘਿਰ ਗਈ
ਐਸੀ ਹਵਾ ਚਲੀ ਕਿ ਚੁੱਪ ਕੁਦਰਤ 'ਚ ਉਤਰ ਗਈ
ਸਮੰਦਰ ਦੇ ਸੀਨੇ 'ਚ ਅੱਗ
ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਧਰਤੀ ਪਿੱਘਲ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਨਿਰਾਸ਼ਾ 'ਚੋਂ
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਜਨਮੀ ਮੇਰੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਢਲ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ 'ਚੋਂ ਕਈ ਚਿਹਰੇ ਉੱਗੇ
ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ ਸੂਲੀ ਚੜ੍ਹਦੇ ਗਏ
ਪਲ ਪਲ ਪਿੱਛੋਂ ਜਨਮੇ
ਯੁੱਗ ਯੁੱਗ ਜਿਉਂ ਕੇ ਮਰਦੇ ਗਏ
ਉਜਾੜਾਂ ਤੇ ਵੀਰਾਨੇ
ਮੇਰੇ ਸਫ਼ਰ 'ਚ ਧਰਦੇ ਗਏ
ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਅੰਗਿਆਰ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਪੱਥਰ ਭਰਦੇ ਗਏ
ਮੇਰੇ ਦਰਿਆ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚ ਡੁੱਬੀਆਂ ਕਿਸ਼ਤੀਆਂ
ਤੇਰੇ ਦਰਿਆ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚ ਪੱਥਰ ਤਰਦੇ ਗਏ
–o–

ਨਿਰਾਸ਼ਾਂ ਤੇ ਨਫ਼ਰਤ
ਮੇਰੇ ਸਿਰ ਦੇ ਆਰ ਪਾਰ ਫੈਲੀ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸਿਮਟਿਆ
ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਰਿਹਾ, ਨਫ਼ਰਤ ਜਿਉਂਦਾ ਰਿਹਾ
ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਬੀਜਦਾ ਚੁੱਪ ਵਿਸਥਾਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੇ ਗਹਿਰੇ ਸਮੰਦਰ 'ਚ ਉਤਾਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਜਿੱਥੇ ਨਾ ਕੋਈ ਕਿਰਨ ਚਾਨਣ ਦੀ
ਨਾ ਕੋਈ ਰਾਹ ਸੀ
ਬਸ. ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹੀ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਸੀ
ਮੈਂ ਸਾਂ ਜਾਂ ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ
ਮੇਰੀ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਦਾ ਡੇਰਾ ਸੀ
–o–
ਦੂਰ ਦਿਲ ਦੀ ਨੁੱਕਰੇ
ਇਕ ਦੀਵਾ ਨਿਮਾਣਾ ਬਲ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਬੁੰਝੂ ਬੁੰਝੂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਜਿਸ ਦੁਆਲੇ ਹਨੇਰੀਆਂ ਤੇ ਝੱਖੜਾਂ ਦਾ ਘੇਰਾ ਸੀ
ਦੀਵੇ ਦੀ ਲੋਅ 'ਚ ਛੁਪੀ ਸਵੇਰ ਸੀ
ਦੀਵੇਂ ਦਾ ਬੁਝਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸੀ
ਜਗਨਾ ਕੁਝ ਦੇਰ ਸੀ
ਦੀਵਾ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਬੁਝਦਾ ਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਲੋਅ 'ਚ ਸਵੇਰ ਜਨਮਨ ਲਈ
ਰੁੱਝਦਾ ਗਿਆ
ਬੁਝਦੇ ਦੀਵੇ ਦੀ ਲੋਅ 'ਚੋਂ
ਸੂਰਜ ਉਦੇ ਹੋ ਗਿਆ
ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ ਨੂੰ ਚਾਨਣਾ ਸੰਗ ਧੋ ਗਿਆ
–o–
ਦੀਵੇ ਦੀ ਬੁਝਦੀ ਲੋਅ
ਮੇਰੀ ਹਸਤੀ ਜਗਾ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਨਿਰਾਸ਼ਾ 'ਚ ਆਸ਼ਾ ਧਰ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ 'ਚ ਮੁਹੱਬਤ ਭਰ ਗਈ
–o–

ਮੈਂ ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸੁੰਘੜਿਆ ਸੀ
ਫੈਲਿਆ ਧਰਤ ਤੇ ਅਕਾਸ਼ ਤੱਕ
ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਆਪਣੇ ਪਾਸ ਤੱਕ
ਆਪਣੇ ਗੀਤ ਤੇਰੇ ਸਾਜ ਤੱਕ
ਆਪਣੇ ਕੰਠ ਤੇਰੀ ਅਵਾਜ਼ ਤੱਕ
-o-
ਮੇਰੀ ਨਿਰਾਸ਼ਾ 'ਚੋਂ ਆਸ਼ਾ ਦੇ ਜੰਗਲ ਉੱਗ ਆਏ
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ 'ਚੋਂ ਪਿਆਰ ਦੇ ਪਹਾੜ ਉਭਰ ਆਏ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਮੇਰੇ ਅੰਸ਼ ਦੇ
ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਉਤਰ ਆਏ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਰੰਗ ਰਾਗ ਨੂਰ ਦੇ ਨਾਲ ਭਰ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੇ ਬਨੇਰਿਆਂ ਤੇ
ਬੁਝਦੀ ਲੋਅ ਦੀਵੇ ਦੀ ਸੂਰਜ ਧਰ ਗਈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਚਾਨਣ ਹੀ ਚਾਨਣ ਕਰ ਗਈ
-o-
ਮੇਰੇ ਖੁਸ਼ਕ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ 'ਤੇ
ਕੋਈ ਬੱਦਲੀ ਵਰ੍ਹ ਗਈ
ਮੇਰੇ ਪੈਰਾਂ ਲਈ ਖੋਲ੍ਹ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਸਭ ਦਰ ਗਈ
ਮੇਰੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਚੰਨ ਸੂਰਜ ਚਾੜ ਕੇ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਰੌਣਕਾਂ ਮੌਸਮਾਂ ਬਹਾਰਾਂ ਨਾਲ ਭਰ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਆਸ਼ਾ ਦੇ ਜੰਗਲ 'ਚੋਂ
ਮੇਰੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਪਹਾੜ 'ਚੋਂ
ਹੁਣ ਜਦ ਪੰਛੀ ਬੋਲਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਜ਼ ਲਈ ਦਰ ਅੰਬਰ ਦਾ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੇ ਪਰ ਤੋਲਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੀ ਉਡਾਰੀ ਅੰਬਰ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚ ਘੋਲਦੇ ਹਨ
ਧਰਤੀ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਦੀ ਹੈ
ਜਦ ਉਹ ਪਰ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹਨ
ਅੰਬਰ ਫੁੱਲ ਬਣਿਆ ਆਪਣੇ ਪਰਾਂ 'ਤੇ ਤੋਲਦੇ ਹਨ
-o-

ਅੰਬਰ 'ਚੋਂ ਆਸ਼ਾ ਦੇ ਬੋਲ ਗੂੰਜਦੇ ਹਨ
ਪਹਾੜਾਂ 'ਚੋਂ ਮੁਹੱਬਤਾਂ ਦੇ ਆਬਸ਼ਾਰ ਫੁੱਟਦੇ ਹਨ
ਸਮਾਂ ਆਪਣੀ ਹਥੇਲ਼ੀ 'ਤੇ ਬਹਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨਚਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਮੌਸਮ ਅੰਬਰ ਦੇ ਵਿਹੜੇ ਸਤਰੰਗੀ ਪੀਂਘ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਪੀਂਘਾਂ ਚੜ੍ਹਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਧਰਤ ਨੂੰ ਚੁੰਮ ਕੇ ਅੰਬਰ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਿਰ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ
ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਵੀ ਹਾਂ ਆਸ਼ਾ ਵੀ
ਨਫ਼ਰਤ ਵੀ ਹਾਂ ਪਿਆਰ ਵੀ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਮਨੁੱਖ ਦੁਆਲੇ
ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵੀ ਹਾਂ
ਮਨੁੱਖਾਂ 'ਚ ਜੀਵਨ ਕਣ ਵੀ ਹਾਂ
ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਅਧਾਰ ਵੀ ਹਾਂ।
-0-

ਬੀਜ

ਮੈਂ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਬੀਜਿਆ ਤੇ ਉਗਾਇਆ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖ਼ੂਬਸੂਰਤ ਬਣਾਇਆ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੁੱਲ ਵਧਾਇਆ ਹੈ
ਜੀਵਨ 'ਚੋਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਰਸਾਈ ਹੈ
ਪੱਤਝੜ 'ਚ ਰੰਗ ਭਰੇ ਹਨ
ਰੰਗਾਂ 'ਚ ਕੁਦਰਤ ਵਸਾਈ ਹੈ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵਗਦੇ
ਨਦੀਆਂ ਨਾਲਿਆਂ ਦਰਿਆਵਾਂ ਤੇ
ਸਾਗਰ ਦੇ ਵਹਿਣ ਮੋੜੇ ਹਨ
ਮੈਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਬਿਖਰੇ ਸਿਰੇ ਜੋੜੇ ਹਨ
ਆਪਣਾ ਆਪ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਦੇ ਭਰਮ ਤੋੜੇ ਹਨ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤੱਤੀਆਂ ਤੱਵੀਆਂ 'ਤੇ
ਬਿਠਾਇਆ ਹੈ
ਉਬਲਦੀਆਂ ਦੇਗਾਂ 'ਚ ਉਬਾਲਿਆ ਹੈ
ਸੜਦੀ ਰੇਤ ਨੂੰ ਸਿਰ 'ਤੇ ਪੁਆਇਆ ਹੈ
ਆਰਿਆਂ ਨਾਲ ਚਿਰਾਇਆ ਹੈ
ਆਪਣਾ ਬੰਦ ਬੰਦ ਕਟਾਇਆ ਹੈ
-o-
ਕਿ ਮਨੁੱਖਾਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਨਦੀ
ਇਕ ਸੰਤੁਲਨ ਸੇਧ 'ਚ ਵਗਦੀ ਰਹੇ
ਚਾਨਣ 'ਚ ਖੇਡੇ ਸਦਾ
ਹਨੇਰਿਆਂ 'ਚ ਜਗਦੀ ਰਹੇ
ਇਸ ਦੀ ਚਾਲ 'ਚ ਖਲੋਤ ਨਾ ਆਵੇ ਕਦੀ
ਗੀਤ ਸੋਗ ਦਾ ਨਾ ਇਹ ਨਦੀ ਗਾਵੇ ਕਦੀ
-o-

ਇਸ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਹੰਸ ਚੁਗਣ
ਕੂੰਜਾਂ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਰਹੇ
ਇਸ ਦੁਆਲੇ ਪਸ਼ੂਆਂ, ਪੰਛੀਆਂ ਦਾ ਡੇਰਾ ਰਹੇ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਇਹਦਾ ਵਜੂਦ ਵਸੇ
ਇਹਦੇ 'ਚੋਂ ਦਿੱਸਦਾ ਮੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਰਹੇ
-o-
ਰਿਸ਼ੀਆਂ ਮੁਨੀਆਂ ਦੇ ਹਿਰਦੇ
ਆਪਣੇ ਨਿਰਮੱਲ ਜਲ ਨਾਲ ਠਾਰਦੀ ਰਹੇ
ਉਹ ਦੇਹ ਸੁੱਚੀ ਕਰਨ ਇਸ ਦੇ ਜਲ ਨਾਲ
ਇਹ ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ
ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਹ ਦੇ ਸਾਗਰ 'ਚ ਉਤਾਰਦੀ ਰਹੇ
-o-
ਇਹ ਜੀਵਨ ਨਦੀ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਜੋ ਰੂਪ ਹੈ
ਮੈਂ ਦਾ ਨਹੀਂ ਤੂੰ ਦਾ ਸਰੂਪ ਹੈ
ਰੰਗ ਇਸ ਦਾ ਜਲ ਇਸ ਦਾ
ਅਕਾਰ ਤੇ ਵਿਕਾਰ ਇਸ ਦਾ ਅਨੂਪ ਹੈ
ਇਸ ਦਾ ਜਲ ਵੀ ਤੂੰ ਹੈ ਕਿਨਾਰੇ ਵੀ ਤੂੰ ਹੈ
ਆਦਿ ਵੀ ਤੂੰ ਹੈ ਅੰਤ ਵੀ ਤੂੰ ਹੈ
ਇਸ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਵੀ ਤੇ ਜੀਅ ਜੰਤ ਵੀ ਤੂੰ ਹੈ
-o-
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਬਿਨ ਕੁਝ ਨਹੀਂ
ਤੂੰ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਂ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਤੁੱਛ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਨੂੰ ਮਾਰਾ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਨੂੰ ਜੀਵਾਂ
ਇਸ ਨਦੀ ਦਾ ਜ਼ਲ ਬੁਕਾਂ ਭਰ ਭਰ ਪੀਵਾਂ
-o-

ਮੈਂ ਨਿਰਗੁਣ ਕੋਈ ਗੁਣ ਨਾਹੀਂ
ਮੈਂ,
ਮੈਂ ਤੋਂ ਤੂੰ ਦਾ ਫੱਟ ਕਿਵੇ ਸੀਵਾਂ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਮਾਰਾਂ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਕਿਵੇਂ ਜੀਵਾਂ
ਨਾ ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਤੋਂ ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਮਰਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਦੀ ਕੋਈ ਸੂਹ ਲਗਦੀ ਹੈ
ਮੈਂ ਕੀ ਜਾਣਾ
ਕਿ ਜਿਸਮ ਪਹਿਲਾਂ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਜਾਂ ਰੂਹ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
-o-
ਜਿਸਮ ਤੇ ਰੂਹ ਦੀ ਹਸਤੀ
ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਕਰਮ ਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਦੇ ਕਰਮ ਨੇ ਮੇਰਾ ਕਲਬੂਤ ਜਨਮਿਆ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਦੇ ਕਰਮ ਨੇ ਕਲਬੂਤ ਦਾ ਵਜੂਦ ਜਨਮਿਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਕਲਬੂਤ ਤੋਂ ਵਜੂਦ ਤੱਕ ਅੱਪੜਦਾ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਕਲਬੂਤ ਨੂੰ ਵਜੂਦ ਤੋਂ ਨਿਖੇੜਦਾ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਕਲਬੂਤ ਤੋਂ ਕਲਬੂਤ ਤੱਕ ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਖੜੀ ਸੀ
ਕਲਬੂਤ ਤੋਂ ਵਜੂਦ ਤੱਕ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਤਨੀ ਸੀ
-o-
ਹਿਰਦੇ 'ਚ ਇਕ ਅਵਾਜ਼ ਉੱਠਦੀ ਹੈ
ਦਿਲ ਧੜਕਦਾ ਹੈ ਮੇਰੀ ਸੋਚ ਪਰਤਦੀ ਹੈ
ਕਿ ਆਪਣੇ ਕਲਬੂਤ ਨੂੰ ਵਜੂਦ 'ਚ ਢਾਲਾਂ
ਮੱਥੇ 'ਚ ਬੁਝੇ ਚਿਰਾਗ ਨੂੰ ਬਾਲਾਂ
ਆਪਣੀ ਰੌਸ਼ਨੀ 'ਚ ਤੁਰਾਂ ਆਪਾ ਸੰਭਾਲਾਂ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬੀਜਾਂ
ਕਲਬੂਤ 'ਚੋਂ ਵਜੂਦ ਨੂੰ ਪਾਵਾਂ
ਵਜੂਦ 'ਚੋਂ ਤੇਰੇ ਅੰਸ਼ ਨੂੰ ਜਾਣਾ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਕੇ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਨੂੰ ਜੀਵਾਂ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਹੰਢਾਵਾਂ
-o-

ਠਰਦੀਆਂ ਰਾਤਾਂ ਦੇ ਸੀਨੇ 'ਚ
ਨਿੱਘੇ ਦਿਨ ਉਗਾਵਾਂ
ਚੁੱਕ ਲਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਤਲੀਆਂ 'ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਛਾਵਾਂ
ਤੱਪਦੇ ਥੱਲਾਂ ਦੀ ਦੇਹ ਤੇ ਛਾਵਾਂ ਦੇ ਮੀਂਹ ਬਰਸਾਵਾਂ
–o–
ਐਸਾ ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਰੂਹ 'ਚ ਉਤਰਾਂ
ਕਿ ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਭੁੱਲ ਜਾਏ
ਤੇਰਾ ਹੀ ਰੂਪ ਹੋ ਕੇ ਜਾਣਿਆ ਜਾਵਾਂ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਤੂੰ 'ਚ ਘੁਲ ਜਾਏ
–o–
ਕਲਬੂਤ ਵਜੂਦ ਤੇ ਤੇਰੇ ਅੰਸ਼ ਦਾ
ਮੇਰੀ ਸੋਚਣੀ 'ਚ ਭੇਦ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਏ
ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਮੇਰਾ ਕਲਬੂਤ ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ
ਤੇਰੇ ਅੰਸ਼ 'ਚ ਘੁਲ ਜਾਏ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਕੁਦਰਤ ਵਾਂਗ ਖਿਲਰ ਜਾਏ
ਚਾਨਣ ਵਾਂਗ ਡੁੱਲ੍ਹ ਜਾਏ
–o–
ਬੀਜ ਧਰਤੀ ਦੀ ਛੋਹ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗਤੀ ਰਹਿਤ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਦੀ ਛੋਹ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਉਸ 'ਚੋਂ ਰੁੱਖ ਉੱਗਦਾ ਹੈ
ਧੁੱਪਾਂ ਸਿਰ 'ਤੇ ਸਹਿੰਦਾ ਹੈ ਛਾਵਾਂ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਤੱਪਦੇ ਰਾਹੀਆਂ ਦੇ ਪਿੰਡਿਆਂ ਦਾ ਸੇਕ ਪੀਂਦਾ ਹੈ
ਬਰਫਾਨੀ ਰਾਤਾਂ ਤੇ ਝੱਖੜਾਂ 'ਚ ਤੂੰ ਹੀ ਤੂੰ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਤੇਰਾ ਹੋ ਕੇ ਮਰਦਾ ਹੈ ਤੇਰਾ ਹੋ ਕੇ ਜੀਂਦਾ ਹੈ
–o–
ਤੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ
ਆਪਣਾ ਬੀਜ ਤੇ ਰੁੱਖ ਉਗਾ
ਮੈਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ 'ਚੋਂ ਤੂੰ ਨੂੰ ਜਗਾ
ਤੂੰ ਜਦੋਂ ਜਾਗੀ ਤਾਂ ਸਮਝੀ ਨੂਰ ਹੋ ਜਾਏਗਾ ਤੂੰ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਏਂਗਾ ਤੂੰ
ਆਪਣੇ ਹੀ ਆਪ ਦੇ ਹਜ਼ੂਰ ਹੋ ਜਾਏਂਗਾ ਤੂੰ
–o–

ਆਪਣੇ ਬਿੰਦੂ 'ਚ ਇੰਨਾ ਫੈਲ ਜਾਏਂਗਾ ਤੂੰ
ਬਿੰਦੂਆਂ ਦਾਇਰਿਆਂ ਤੇ ਖਲਾਅ ਤੋਂ
ਬਾਹਰ ਹੋ ਜਾਏਂਗਾ ਤੂੰ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਨੂੰ ਲੰਘੇਗਾ
ਤੂੰ ਤੋਂ ਪਾਰ ਹੋ ਜਾਏਗਾ ਤੂੰ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਅੱਤੁਲ ਤੇ ਅਕਾਰ ਹੋ ਜਾਏਂਗਾ ਤੂੰ
ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦਾ ਅਧਾਰ ਹੋ ਜਾਏਗਾ ਤੂੰ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੇ ਪਿੱਛੋਂ ਜਿਉਂਦਾ ਰਹੇਗਾ
ਮੌਤ ਦੇ ਆਰ ਤੇ ਪਾਰ ਹੋ ਜਾਏਂਗਾ ਤੂੰ।
-0-

ਮੌਤ ਤੇ ਤਨਹਾਈਆਂ

ਤਨਹਾਈਆਂ ਦੇ ਸਾਏ
ਦੂਰ ਦੂਰ ਤੱਕ ਫੈਲ ਗਏ ਹਨ
ਸਾਗਰਾਂ 'ਚ ਪਹਾੜਾਂ 'ਚ
ਜੰਗਲਾਂ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਠਹਿਰ ਗਏ ਹਨ
-o-
ਮੇਰੀ ਤਨਹਾਈ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਨਾ ਆਪਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਹੈ
ਜਾਂ ਤੈਨੂੰ ਖੋਹਣ ਕਾਰਨ ਹੈ
ਸਮੇਂ ਨੇ ਚੁੱਪ ਧਾਰ ਲਈ ਹੈ
ਰੌਣਕ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਉਤਾਰ ਲਈ ਹੈ
ਦੁਆਲੇ ਤਨਹਾਈ ਉਸਾਰ ਲਈ ਹੈ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਦਰ ਭੇੜ ਕੇ
ਆਪਣੇ 'ਚ ਆ ਬੈਠਾ ਹਾਂ
ਆਪਾ ਭੁੱਲਾ ਬੈਠਾ ਹਾਂ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਭਰਮ ਟੁੱਟਿਆ ਹੈ
ਇਹ ਤਨਹਾਈ ਇਹ ਹਨ੍ਹੇਰਾ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਹੀ ਫੁੱਟਿਆ ਹੈ
-o-
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦਾ ਸੱਚ ਹੈ
ਰੌਣਕ ਚਿਰਜੀਵੀ ਨਹੀਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅੰਤ ਮੌਤ ਹੈ
ਰੌਣਕ ਦਾ ਅੰਤ ਤਨਹਾਈ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚੋਂ ਮੌਤ ਜਨਮੀ ਹੈ
ਰੌਣਕ 'ਚੋਂ ਤਨਹਾਈ ਉੱਗ ਆਈ ਹੈ
-o-
ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਤਾਂ ਜੀਅ
ਜਿਉਂਦੇ ਜੀਅ ਮੌਤ ਨੂੰ
ਆਪਣੀ ਤਨਹਾਈ ਨੂੰ
ਜੀਵਨ 'ਚ ਅੱਗ ਲਗਾਈ ਨੂੰ
ਆਪਣੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸੱਚਾਈ ਨੂੰ

ਮੌਤ ਜੀਏਗਾ
ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅਰਥ ਸਮਝੇਗਾ
ਤਨਹਾਈ ਜ਼ੀਏਗਾ
ਤਾਂ ਰੌਣਕ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਵੇਗਾ
ਤੇਰਾ ਕਰਮ ਹੀ ਤੇਰੀ ਕਿਸਮਤ
ਤੇਰਾ ਇਤਿਹਾਸ ਹੋਵੇਗਾ
–o–
ਮੌਤ ਨੂੰ ਸਮਝ ਮੌਤ ਨੂੰ ਜੀਅ
ਪਲ ਪਲ ਮੌਤ ਨੂੰ ਪੀਅ
ਮੌਤ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਖਿਲਾਰ
ਮੌਤ ਦੇ ਢਿੱਡ 'ਚ ਪੂਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉਤਾਰ
ਮੌਤ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰ 'ਚ ਦਿਨ ਰਾਤ ਗੁਜ਼ਾਰ
ਮੌਤ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਾਣਾਂ 'ਚ ਉਤਾਰ
ਮੌਤ ਨੂੰ ਚੁੰਮ ਮੌਤ ਨੂੰ ਸੁਆਰ
ਮੌਤ ਦੀ ਬਣ ਜਾ ਨੁਹਾਰ
ਮੌਤ ਪਹਾੜਾਂ ਜੰਗਲਾਂ ਸਾਗਰਾਂ 'ਚ ਉਤਾਰ
ਮੌਤ ਬੀਜ ਧਰਤ ਦੇ ਜ਼ੱਰੇ ਜ਼ੱਰੇ 'ਚ
ਮੌਤ ਦਾ ਅੰਬਰ ਉਸਾਰ
ਢਾਲ ਦੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਤਾਰਕਾ ਮੰਡਲ 'ਚ
ਮੌਤ ਦੇ ਸਾਏ
ਉਤਾਰ ਦੇ ਮੌਤ ਦਾ ਵਜੂਦ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚ
ਮੌਤ ਹੀ ਜਨਮੇ ਮੌਤ ਹੀ ਫੈਲੇ
ਮੌਤ ਹੀ ਠਹਿਰੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ 'ਚ
–o–

ਜਦ ਪੂਰਨ ਮੁਕੰਮਲ ਮੌਤ
ਤੇਰੇ 'ਚ ਵਿਚਰੇਗੀ
ਗਤੀ ਦਾ ਤੁਖਮ ਤੱਕ ਨਾ
ਤੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਰਹੇਗਾ
ਮੌਤ ਆਪਣੀ ਅਗਤੀ 'ਚੋਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸਿਰਜੇਗੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅੰਕੁਰ ਦਾ
ਤੈਨੂੰ ਗਿਆਨ ਹੋਵੇਗਾ
ਮੌਤ ਦੇ ਸੰਘਣੇਪਣ 'ਚੋਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸੰਘਣੇਪਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਵੇਗਾ
ਜੀਵਨ ਦੇ ਪਲ ਪਲ ਦਾ ਮੂਲ ਸਮਝੇਗਾ
ਜੀਵਨ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਅਰਥ ਸੱਚ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੋਵੇਗਾ
–o–
ਫਿਰ ਮੌਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ਿਦਤ ਨਾਲ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਵੇਗਾ
ਚਾਨਣ ਖਿਲਾਰੇਗਾ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਪੀਵੇਗਾ!
ਜੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਫੱਟ ਮੌਤ ਨਾਲ ਸੀਵੇਗਾ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਜੀਵੇਗਾ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਵੀ ਜੀਵੇਗਾ
–o–
ਮੌਤ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ
ਇਕਾਈ ਇਕ ਨਹੀਂ ਉਚਾਈ ਇਕ ਨਹੀਂ
ਗਹਿਰਾਈ ਇਕ ਨਹੀਂ
ਲੰਬਾਈ ਤੇ ਚੌੜਾਈ ਇਕ ਨਹੀਂ
ਅਕਾਰ 'ਚ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਵਡੇਰੀ ਹੈ
ਮੌਤ ਇਕ ਪੜਾਅ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਿਰੰਤਰ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ
–o–

ਮੌਤ ਇਕ ਬਿੰਦੂ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾਇਰਿਆਂ ਅਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ
ਮੌਤ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਦਾ ਸਫਰ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਚਾਨਣ ਹੈ ਚਾਨਣ ਦਾ ਅਧਾਰ ਹੈ
ਮੌਤ ਗਤੀ ਰਹਿਤ ਡਰਾਉਣਾ ਕੋਹੜ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖੂਬਸੂਰਤੀ ਰੌਣਕਾਂ ਮੌਸਮਾਂ ਬਹਾਰਾਂ
ਤੇ ਮੌਕਸ਼ਾਂ ਦਾ ਦੌਰ ਹੈ
-o-
ਜਦ ਆਪਣੀ ਤਨਹਾਈ
ਪਿੱਛੇ ਦੌੜਦਾ ਹੀ ਦੌੜਦਾ ਤਨਹਾ ਹੋ ਜਾਏਗਾ
ਆਪਣੀ ਤਨਹਾਈ 'ਚੋਂ
ਆਪਣੀ ਰੌਣਕ ਪੁੰਗਰਦੀ ਪਾਏਗਾਂ
ਰੌਣਕ ਜੀਵੇਗਾ ਰੌਣਕ ਹੰਢਾਏ ਗਾ
ਰੌਣਕ ਫੈਲਾਏ ਗਾ, ਤੂੰ ਜਿਧਰ ਵੀ ਜਾਏਂਗਾ
-o-
ਤੇਰੀ ਰੌਣਕ
ਪਹਾੜਾਂ ਤੋਂ ਸਮੁੰਦਰਾਂ ਤੋਂ ਜੰਗਲਾਂ ਤੋਂ
ਤਨਹਾਈ ਉਤਾਰੇਗੀ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਜ਼ੱਰੇ ਜ਼ੱਰੇ 'ਚ
ਹਰਿਆਵਲ ਬੀਜੇਗੀ
ਸਿਰ 'ਤੇ ਰੌਣਕਾਂ ਦਾ ਅੰਬਰ ਉਸਾਰੇਗੀ
ਮੌਸਮ ਬਹਾਰਾਂ ਰੰਗ ਫੁੱਲ
ਕੁਦਰਤ 'ਚ ਉਤਾਰੇਗੀ
ਸਮੇਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਧੋਵੇਗੀ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਸੁਆਰੇਗੀ
-o-
ਤੇਰੀ ਰੌਣਕ ਜਦ ਆਪਣਾ ਆਪਾ
ਤੇਰੀ ਤਨਹਾਈ 'ਚ ਉਤਾਰੇਗੀ
ਤੇਰੀ ਤਨਹਾਈ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚੋਂ ਕਾਫਲੇ ਸੂਰਜਾਂ ਦੇ ਚਾੜ੍ਹੇਗੀ
ਲੱਖਾਂ ਚੰਨ ਉਗਾਏਗੀ
ਲੱਖਾਂ ਤਾਰੇ ਖਿਲਾਰੇਗੀ
-o-

ਤੇਰੇ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇਗੀ ਰੌਸ਼ਨੀ
ਰੌਸ਼ਨ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਤਾਰਕਾ ਮੰਡਲ ਉਸਾਰੇਗੀ
ਨਵੀਂ ਧਰਤੀ ਸਿਰਜੇਗੀ
ਨਵਾਂ ਅੰਬਰ ਨਿਹਾਰੇਗੀ
-o-
ਛਿੱਟੇ ਚਾਨਣਾ ਦੇ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚ ਛਿੜਕੇਗੀ
ਸਾਗਰ ਨੂੰ ਰਿੜਕੇਗੀ
ਵਿਸ਼ ਤੇ ਅਮ੍ਰਿਤ ਨਖੇੜੇਗੀ
ਨਵੀਂ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਤੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਸਿਰਜੇਗੀ
ਆਪਣੀ ਤਾਜ਼ਗੀ ਤੇ ਖੁਸ਼ਬੂ
ਚਾਰੇ ਸੂ ਖਿਲਾਰੇਗੀ
ਸਵਰਗ ਧਰਤੀ ਤੇ ਉਤਾਰੇਗੀ
-o-
ਨਵੇਂ ਇਨਸਾਨ ਜਨਮੇਗੀ
ਨਵੇਂ ਭਗਵਾਨ ਜਨਮੇਗੀ
ਨਵਾਂ ਤੇ ਵੱਖਰਾ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਰੂਪ ਹੋਵੇਗਾ
ਮਨੁੱਖ 'ਚੋਂ ਜਨਮਿਆ ਵੱਖਰਾ
ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਰੂਪ ਹੋਵੇਗਾ
ਜੋ ਆਪਣੀ ਮੌਤ ਤੇ ਜੀਵਨ
ਤਨਹਾਈ ਤੇ ਰੌਣਕ ਦਾ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੋਵੇਗਾ
ਆਪੇ ਆਪਣਾ ਘਰ ਹੋਵੇਗਾ
ਉਹ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੋਵੇਗਾ
ਉਹਦੀ ਹੋਂਦ 'ਚ ਵੱਸਦਾ ਸੰਸਾਰ ਹੋਵੇਗਾ।
-0-

ਔਰਤ

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ 'ਚੋਂ
ਮਾਂ ਲੱਭਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਪਤਨੀ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ
ਮਾਂ 'ਚੋਂ ਪਤਨੀ ਲੱਭਦਾ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਮਾਂ ਵਿਸਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ

–o–

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਲਹੂ ਦੀ ਬੂੰਦ ਬੂੰਦ ਕਰ
ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਮਰਨ ਤੱਕ
ਦੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ 'ਚ ਉਤਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ
ਫਿਰ ਵੀ ਤਕਸੀਮਿਆਂ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ
ਨਾ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਹੀ ਤਿੜਕਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਜੀਵਨ ਸਮੰਦਰ ਰਿੜਕਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਵਿਸ਼ ਨਾ ਅਮ੍ਰਿਤ ਪੀਂਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਬਸ ਮੇਰੀ ਮਰਦਾਨਗੀ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ

–o–

ਮੇਰੀ ਪਤਨੀ ਜੋ ਮੇਰਾ ਅੰਸ਼
ਆਪਣੀ ਕੁੱਖ 'ਚ ਉਤਾਰਦੀ ਹੈ
ਤਾਂ ਅੰਸ਼ ਦਾ ਸਿਰਜਕ ਮਾਰਦੀ ਹੈ
ਜੇ ਸਿਰਜਕ ਉਤਾਰਦੀ ਹੈ
ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਅੰਸ਼ ਮਾਰਦੀ ਹੈ
ਤਕਸੀਮੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਅੰਸ਼ ਤੇ ਸਿਰਜਕ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚ
ਆਪਣੇ ਚਾਨਣ 'ਚ ਆਪਣੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ

–o–

ਵੰਡੀ ਤਾਂ ਪਤਨੀ ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਔਲਾਦ ਵਿਚ ਵੀ ਪਤੀ ਵਿਚ ਵੀ
ਪਤੀ ਤਾਂ ਔਲਾਦ ਦੀ ਹੋਂਦ 'ਚ ਵੰਡਿਆ ਵੀ ਸਾਬਤ ਹੈ
ਪਤੀ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਸਾਬਤ ਹੈ
ਨਾ ਪਤਨੀ ਦਾ ਫੱਟ ਭਰਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਮਲ੍ਹਮ ਧਰਦਾ ਹੈ

–o–

ਪਤਨੀ ਔਰਤ ਹੈ
ਇਸ ਲਈ ਔਰਤ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਤਿੜਕਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਮਰਦ ਦੀ ਅਜ਼ਾਦ ਹਸਤੀ ਹੈ
ਔਰਤ ਦਾ ਔਰਤ ਹੋਣਾ ਮਜਬੂਰੀ ਹੈ
ਮਰਦ ਤਾਂ ਮੰਜ਼ਿਲ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੈ
ਔਰਤ ਦਾ ਰਾਹਾਂ ਵਾਂਗ ਪਾਟਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਤਕਸੀਮਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ.
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਰਿੜਕਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਠਾਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਉਬਾਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
–o–
ਔਰਤ ਨੂੰ ਔਰਤ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ
ਮਰਦ ਅਨੁਸਾਰ ਢਾਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਮਰਦ ਦੇ ਨਿੱਘ ਲਈ
ਆਪਣੇ ਹੱਡਾਂ ਨੂੰ ਬਾਲਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
–o–
ਮਰਦ ਨੂੰ ਜਨਮਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨਹੀਂ
ਸਿਰ 'ਤੇ ਤਾਜ ਵਾਂਗ ਸਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਖ਼ੁਦਾ ਵਾਂਗ ਪੂਜਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਮਰਦ ਦੀ ਗੁਲਾਮੀ ਜੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
–o–
ਔਰਤ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਪਈਆਂ ਤਰੇੜਾਂ ਨੂੰ
ਕੌਣ ਭਰੇਗਾ?
ਔਰਤ ਦੇ ਖਿਲਰ ਚੁਕੇ ਨਖਸ਼ਾਂ ਤੇ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ
ਕੌਣ ਇਕੱਠਿਆਂ ਕਰੇਗਾ
ਔਰਤ ਦਾ ਸਬੂਤਾਪਣ
ਕੌਣ ਔਰਤ ਦੀ ਤ਼ਲੀ 'ਤੇ ਧਰੇਗਾ
–o–

ਕੌਣ ਜੀਵੇਗਾ ਕੌਣ ਪੀਵੇਗਾ
ਔਰਤ ਦੇ ਦਰਦ ਨੂੰ
ਕੌਣ ਉਤਰੇਗਾ
ਉਸ ਦੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਪਈਆਂ ਖਾਈਆਂ
ਦੀ ਡੂੰਗਿਆਈ 'ਚ?
ਜਗਤ ਦੀ ਜਨਮ ਦਾਤੀ ਦੀਆਂ
ਕੁੱਖ ਦੀਆਂ ਪੀੜਾਂ 'ਚ
ਕੌਣ ਔਰਤ ਦੀ ਕਿਸਮਤ ਧਰੇਗਾ
ਔਰਤ ਦੇ ਹੱਥਾਂ 'ਚ
ਮਿੱਟ ਗਈਆਂ ਲਕੀਰਾਂ 'ਚ
ਜੋ ਨੂਰ ਜਨਮਦੀ ਹਨੇਰਿਆਂ 'ਚ ਗੁੰਮ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
ਸ਼ਬਦ ਸਿਰਜਦੀ ਸੁਰ ਵਿਸਥਾਰਦੀ
ਆਪਣੀ ਇਕੱਲਤਾ 'ਚ ਚੁੱਪ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
ਛਾਵਾਂ ਜਨਮਦੀ ਸਿਰਾਂ 'ਤੇ ਧੁੱਪ ਸਹਿੰਦੀ ਹੈ
-o-
ਪੂਜਾ ਰੱਬ ਦੀ ਹੋ ਕੇ
ਅਰਾਧਨਾ ਤੋਂ ਵੱਖ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅਰਧਾਂਗਨੀ ਹੋ ਕੇ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਬਣਿਆ ਕੱਖ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
-o-
ਇਕ ਵਸਤੂ ਸਮਝ ਕੇ
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦਰੋਪਤੀ ਵਾਂਗੂ ਦਾਅ 'ਤੇ ਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਰਾਜਿਆਂ ਰਿਸ਼ੀਆਂ ਤੇ ਮੁੰਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਮਜਲਸਾਂ 'ਚ
ਅਲਫ ਨੰਗੀ ਕਰਕੇ ਨਚਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਬਜ਼ਾਰਾਂ 'ਚੋਂ ਤੇ ਸੜਕਾਂ ਤੋਂ
ਰੰਡੀ ਦੇ ਕੋਠਿਆਂ ਤੀਕਣ
ਚਾਂਦੀ ਸੋਨੇ ਦੇ ਮੁਕਟਾਂ ਵਾਂਗ ਸਜਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਘਰ ਦੀ ਲਕਸ਼ਮੀ ਹੈ
ਫਿਰ ਵੀ ਮਾਸ ਦੇ ਟੁੱਕੜੇ ਵਾਂਗ
ਦੌਲਤ ਦੇ ਅੰਬਾਰਾਂ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
-o-

ਮਰਦ ਦੇ ਪਿੰਡੇ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਨਹੀਂ
ਵਾਸ਼ਨਾ ਹੋ ਕੇ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ
ਕਦੀ ਇਹ ਮਾਂ ਕਦੀ ਪਤਨੀ ਕਦੀ ਧੀਆਂ
ਕਦੀ ਸੱਸ ਕਦੀ ਨੂੰਹ ਕਹਾਉਂਦੀ ਹੈ
-o-
ਕਦੀ ਕੋਠੇ ਦੀ ਬਣ ਕੇ ਰੌਣਕ
ਵੈਸ਼ਿਆ ਕੰਜਰੀ ਰਖੇਲ ਸਦਾਉਂਦੀ ਹੈ
ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਜੋ ਆਪਣੀ ਕੁੱਖ 'ਚੋਂ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
ਕਦੀ ਬਾਂਝ ਕਦੀ ਬੰਜਰ ਕਦੀ ਪੱਥਰ
ਕਦੀ ਨਿਰਲਜ ਕਹਾਉਂਦੀ ਹੈ
-o-
ਮਰਦ ਦੀ ਕਾਮ ਵਾਸ਼ਨਾ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਹੈ ਜੋ
ਮਰਦ ਦੀ ਮਾਂ ਪਤਨੀ ਧੀਆਂ ਹੋ ਕੇ ਮਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ
ਆਪਣੀ ਕੁੱਖ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇ ਮਰਦ ਦਾ ਦਰੇਗ ਕਰਦੀ ਹੈ
ਮਰਦ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ
ਮਰਦ ਨੂੰ ਕਲੰਕਤ ਕਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ
-o-
ਸਾਰੇ ਦੋਸ਼ ਲੈ ਕੇ ਆਪ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
ਸਾਰੇ ਦੋਸ਼ ਲੈ ਕੇ ਆਪ ਮਰਦੀ ਹੈ
ਇਹ ਨਿਰਮਲ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ
ਕ੍ਰਿਪਾਲੂ ਤੇ ਦਿਆਲੂ ਨਦੀ ਅੰਬਰ ਛੋਹਦੀ ਹੈ
ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵਗਦੀ ਹੈ
ਜਗਰਾਤਿਆਂ ਦੀ ਜੂਨ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ
ਸੁਪਨੇ ਭਰਪੂਰ ਨੀਂਦਰਾਂ ਜਗਤ ਨੂੰ ਵੰਡਦੀ ਹੈ
ਹਰਿਆਵਲ ਮੌਸਮ ਬਹਾਰਾਂ ਖਿਲਾਰਦੀ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਜਿਸ ਹਿੱਸੇ 'ਚੋਂ ਵੀ ਲੰਘਦੀ ਹੈ
-o-

ਹੁਣ ਦਾ ਮਾਨਵ ਦਾਨਵ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਇਸ ਨੂੰ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੁੱਖ 'ਚ ਮਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
ਇਹ ਸਿੱਪੀ ਜੋ ਕੁੱਖ 'ਚ ਮੋਤੀ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ
ਇਸ ਸਿੱਪੀ ਦੀ ਕੁੱਖ 'ਚ ਹਨੇਰਾ ਉਤਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
ਲੋਹਾ ਢਾਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਮੌਤ ਵਿਸਥਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
ਕੁੱਖ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਕਦਮ ਦੇ ਸਫਰ ਤੱਕ
ਕੰਡੇ ਬੀਜ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅੱਗ ਖਿਲਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
-o-
ਸੁਣਿਆ ਹੈ
ਰੱਬ ਨੇ ਇਹ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ
ਸਿਰਜਣ ਵਾਲਾ ਸਿਰਜੰਕ ਆਪ ਕਿਤੇ ਨਜ਼ਰੀ ਨਾ ਆਇਆ ਹੈ
ਫਿਰ ਵੀ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਜਿਆ ਤੇ ਗਾਇਆ ਹੈ
ਸਿਮਰਿਆ ਤੇ ਧਿਆਇਆ ਹੈ
ਪਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵੇਖਿਆ ਨਹੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਭੇਖਿਆ ਨਹੀਂ ਉਸ ਨੂੰ
-o-
ਔਰਤ ਜੋ ਸੰਸਾਰ ਤੇ ਉਤਪਤੀ ਦੀ ਸਿਰਜਕ ਹੈ
ਰੱਬ ਦੀ ਕਾਰਗੀਰੀ ਬੰਦੇ ਦੀ ਕਿਸਮਤ ਹੈ
ਸਾਫ ਚਿਹਰਾ ਮੋਹਰਾ ਤੇ ਅਕਾਰ ਜਿਸ ਦਾ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ
ਪੱਥਰ ਤਾਂ ਕੀ
ਕੋਈ ਬੰਦਾ ਨਾ ਇਸ ਨੂੰ ਧਿਆਉਂਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਮਰਦਾ ਨਾ ਇਸ ਦਾ ਗਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਪੂਜਨ ਦੀ ਬਜਾਏ
ਇਸ ਦਾ ਅਪਮਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ
-o-
ਨਫ਼ਰਤ ਗੁਲਾਮੀ ਅਨਿਆਏ
ਦੀ ਸੂਲੀ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹੀ ਹੈ
ਇਹ ਉਹ ਬੱਦਲੀ ਹੈ ਜੋ ਸਾਗਰ ਸਹਿਰਾ 'ਤੇ ਵਰ੍ਹੀ ਹੈ
ਸਹਿਰਾ 'ਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬੀਜਦੀ ਹੀ ਬੀਜਦੀ
ਸਹਿਰਾ ਦੀ ਸੂਲੀ ਚੜ੍ਹੀ ਹੈ।
-0-

ਖਿੰਡ ਚੁਕੇ ਨਖਸ਼ਾਂ ਤੇ ਅੰਗਾਂ ਤੇ

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਨਸਦਾ ਹਾਂ
ਮੇਰਾ ਆਪਾ ਮੇਰੇ ਸਾਵੇਂ ਆ ਖਲੋਦਾ ਹੈ
ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਗਿਰਦਾ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਦੇਹ ਦਾ ਹਰ ਦਵਾਜ਼ਾ ਢੋਅ ਲੈਂਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣਾ ਆਪ ਟੋਹਦਾ ਹਾਂ
ਅੰਗ ਰਹਿਤ ਨਖਸ਼ ਰਹਿਤ
ਆਪਾ ਪਾ ਕੇ ਰੋਂਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਕਿਹੜੇ ਅੰਗਾਂ ਤੇ ਨਖਸ਼ਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵਿਚ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਕਿਹੜੇ ਤਿੜਕੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ
ਸਬੂਤਾ ਵੇਖਣ ਦੀ ਆਸ ਵਿਚ ਹਾਂ
-o-
ਸਬੂਤਾ ਚਿਹਰਾ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦਾ ਜਿਉਂਦਾ ਤਿੜਕ ਗਿਆ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ 'ਚ ਵੰਡਿਆ ਗਿਆ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਇਕ ਬੰਧਨ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਮੋਹ ਤੇ ਬੰਧਨ ਦਾ
ਪਹਾੜ ਪੱਲੇ ਪੈ ਗਿਆ ਹੈ
-o-
ਸੱਚ ਸੀ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਨੱਸਿਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੈ
ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਗਿਰਿਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੈ
ਆਪਾ ਦੁਆਲੇ ਬੁਣਿਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੈ
ਆਪੇ 'ਚ ਘਿਰਿਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੈ
ਆਪੇ 'ਚ ਖੜਿਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੈ
ਆਪੇ 'ਚ ਤੁਰਿਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਰਿਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦੈ
-o-

ਜੀਵਨ ਰਿਸ਼ਤੇ ਜਨਮ ਦਾ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤੇ ਜੀਵਨ ਨਹੀਂ ਜਨਮ ਦੇ
ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ
ਮੈਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਜਿਉਂਦਾ ਰਿਹਾ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਵੇਗ ਭੁੱਲ ਗਿਆ
–o–
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਦਾਇਰਿਆਂ 'ਚ
ਖਿੱਲਰ ਗਿਆ ਡੁੱਲ੍ਹ ਗਿਆ
ਆਪਣਾ ਆਪ ਭੁੱਲ ਗਿਆ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣਾ ਵਿਸਰ ਗਿਆ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਮੋਹ ਮਾਇਆ
'ਚ ਮੈਂ ਇੰਨਾ ਘੁੱਲ ਗਿਆ
ਕਿ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਕਸਦ ਤਾਂ ਕੀ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੀ ਭੁੱਲ ਗਿਆ
–o–
ਨਜ਼ਰ ਤੋਂ ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੱਕ
ਆਪਣੇ ਨਖਸ਼ਾਂ ਤੇ ਅੰਗਾਂ 'ਚ ਖਿੱਲਰ ਗਿਆ
ਨਖਸ਼ਾਂ 'ਚੋਂ ਨਖਸ਼ ਉੱਗੇ, ਅੰਗਾਂ 'ਚੋਂ ਅੰਗ ਉੱਗੇ
ਪਰ ਪੂਰਾ ਵਜੂਦ ਉੱਗ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਜੋ ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਸੀ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਹੋਣ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਸੀ
–o–
ਪੂਰਾ ਵਜੂਦ ਉੱਗਦਾ
ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਖਸ਼ਾਂ ਤੇ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੁੰਦੀ
ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਖਿੰਡ ਚੁਕੇ ਅੰਗਾਂ ਤੇ ਨਖਸ਼ਾਂ ਨੂੰ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੀ ਸਿਆਣ ਹੁੰਦੀ
ਆਪਣੇ ਦੇਹ ਘਰ 'ਚ ਮੁੜ ਜਾਂਦੇ
ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਜੁੜ ਜਾਂਦੇ
–o–
ਅੱਖਾਂ ਦੇਹ ਨੂੰ ਟੋਹਦੀਆਂ
ਕੰਨ ਦੇਹ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਸੁਣਦੇ
ਜੀਭ ਦੇਹ ਦੇ ਬੋਲ ਬੋਲਦੀ
ਨੱਕ ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਦਾ ਦੁਆਰ ਹੁੰਦਾ
ਹੱਥ ਨਿਵਾਲਾ ਮੂੰਹ 'ਚ ਪਾਉਂਦੇ
ਪੈਰ ਸਫਰ ਤੇ ਸਵਾਰ ਹੁੰਦੇ
–o–

ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਹੱਸਦਾ ਖੇਡਦਾ
ਦੇਹ ਵਿਚਲਾ ਸੰਸਾਰ ਹੁੰਦਾ
ਜੀਵਨ ਨਦੀ ਦੇਹੰ 'ਚ ਵਗਦੀ
ਨਖਸ਼ਾਂ ਤੇ ਅੰਗਾਂ 'ਚ ਇਸ ਦਾ ਉਛਾਲ ਹੁੰਦਾ
–o–
ਜੇ ਮੈਂ ਰਿਸ਼ਤੇ ਜਿਉਂਦਾ ਨਾ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਸੰਗ ਅੰਗਾਂ ਤੇ ਨਖਸ਼ਾਂ
'ਚ ਖਿੱਲਰਦਾ ਨਾ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਮੋਹ ਲਈ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਪਿੱਘਲਦਾ ਨਾ
ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ
ਮੌਜੂਦ ਰਹਿਣੀ ਸੀ
ਜਿਸ ਨਦੀ ਦੇ ਦਰਪਣ 'ਚੋਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅੰਗਾਂ ਤੇ ਨਖਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਾਂ ਭਾਲਦਾ
ਉਸ ਨਦੀ ਦੀ ਗਤੀ
ਮੇਰੇ ਵਜੂਦ ਦਾ ਸਬੂਤ ਰਹਿਣੀ ਸੀ
ਉਸ ਨਦੀ ਦੀ ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਦਾ
ਮੈਂ ਅਹਿਸਾਸ ਭੁੱਲ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਕਲਬੂਤ 'ਚ ਖਿੱਲਰ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਡੁੱਲ੍ਹ ਗਿਆ
–o–
ਮੇਰੀ ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਨੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣਾ ਸੀ
ਸਮੇਂ ਦੇ ਵੇਗ ਵਾਂਗ ਵਹਿੰਦੀ ਹੀ ਰਹਿਣਾ ਸੀ
ਨਾ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਚੁੰਗਲ 'ਚ ਠਹਿਰਨਾ ਨਾ ਬਹਿਨਾ ਸੀ
ਨਾ ਬੰਧਨ ਨਾ ਮੋਹ ਦੇ ਘੇਰੇ 'ਚ ਆਉਣਾ ਸੀ
ਨਾ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਲਾਲਚ ਦਾ ਜੰਗਲ ਉਗਾਉਣਾ ਸੀ
ਨਾ ਰੁਕਣਾ ਸੀ ਨਾ ਸੁੱਕਣਾ ਸੀ ਨਾ ਮੁੱਕਣਾ ਸੀ
ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਤੋਂ ਤੁਰ ਕੇ ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਨੂੰ ਪਾਉਣਾ ਸੀ
ਮੇਰਾ ਜੀਵਨ ਇਕ ਚਸ਼ਮਾ ਇਕ ਨਦੀ
ਇਕ ਦਰਿਆ ਇਕ ਸਾਗਰ ਕਹਾਉਣਾ ਸੀ।
–0–

ਹੋਂਦ ਤੇ ਪਹਿਚਾਣ ਬਿਨਾਂ

ਮੈਂ ਇਕ ਬੋਲ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਇਕ ਸ਼ਬਦ ਬਣ ਕੇ ਜੀਅ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਆਪਣਾ ਅਰਥ ਖੋਹ ਬੈਠਾ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਖੋਹ ਬੈਠਾ
ਆਪਣੀ ਰੌਣਕ ਆਪਣਾ ਜਹਾਨ ਖੋਹ ਬੈਠਾ
ਆਪਣੀ ਨਫ਼ਰਤ ਖੋਹ ਬੈਠਾ
ਆਪਣੇ ਹੋਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਖੋਹ ਬੈਠਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਹੀ ਗੈਰ ਹੋ ਬੈਠਾ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਜੜ੍ਹ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਛੱਜਰ ਖੋਹ ਬੈਠਾ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਗੁੰਮ ਗਈ ਹੈ ਧਰਤ
ਸਿਰ ਦਾ ਅੰਬਰ ਖੋਹ ਬੈਠਾ
-o-
ਇਕ ਸ਼ੋਰ ਬਣਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਅਰਥ ਹੀਣ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਕਲਬੂਤ ਹਾਂ
ਮੇਰਾ ਵਿਚਲਾ ਖਲਾਅ ਤੇ ਦਾਇਰੇ
ਬਿੰਦੂਆਂ ਵਿੱਚ ਸੁੰਘੜ ਗਏ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਵਿੱਚਲਾ ਸਾਗਰ ਸੁੱਕ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਰੇਗਸਤਾਨ ਪੁੰਗਰ ਪਏ ਹਨ
-o-

ਨਜ਼ਰ ਤੋਂ ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੱਕ ਸਭ ਪੱਥਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸੰਗ ਚਾਨਣ ਰੁੱਸ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸਾਵੇਂ ਹਨੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਧਰਤ ਦਾ ਜਿਸਮ ਨੀਵਾਂ ਹੋ ਗਿਆ
ਅਸਮਾਨ ਚੋਅਨ ਢਹਿ ਪਿਆ ਹੈ
-o-
ਮੈਂ ਸ਼ਬਦ ਬਿਨ ਅਰਥ ਬਿਨ
ਕੁਝ ਬੇਮਤਲਬ ਜਿਹਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਗੂੰਜਦੀ ਸੁਰ ਹਾਂ ਜਾਂ ਸ਼ੋਰ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਗੂੰਜ ਵਿਚਲਾ ਸੱਚ ਹਾਂ ਜਾਂ ਕੁਝ ਹੋਰ ਹਾਂ
ਗੂੰਜਦਾ ਸਿਰਜਕ ਹਾਂ ਮੈਂ
ਜਾਂ ਗੂੰਜ ਵਿਚਲੇ ਸ਼ਬਦ ਤੇ ਅਰਥ ਦਾ ਚੋਰ ਹਾਂ
-o-
ਸ਼ਬਦ ਬਿਨ ਅਰਥ ਬਿਨ
ਗੂੰਜ ਦੀ ਕੋਈ ਹਸਤੀ ਨਹੀਂ
ਕੋਈ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ ਕੋਈ ਸਿਆਣ ਨਹੀਂ
ਇਕ ਬੇਮਾਇਨਗੀ ਹੈ
ਜੋ ਮੇਰੀ ਉਮਰ ਦਾ ਦੌਰ ਹੈ
ਮੈਂ ਹੀ ਇਸ ਦੌਰ ਦਾ ਗੁਜ਼ਰਨ ਹਾਂ
ਜਾਂ ਗੁਜਰਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਹੈ
-o-
ਕੋਈ ਫੈਸਲਾਕੁੰਨ ਰਾਹ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਨਹੀਂ
ਹੋਂਦ ਤੇ ਪਹਿਚਾਣ ਬਿਨ ਆਪਣੀ ਹੀ ਮੰਡੀ 'ਚ
ਮੁੱਲ ਕੋਈ ਪਾਉਂਦਾ ਨਹੀਂ ਮੁੱਲ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਨਹੀਂ
-o-
ਹੋਂਦ ਤੇ ਪਹਿਚਾਣ ਬਿਨ
ਆਪਣੇ ਪਰਾਏ ਦੀ ਕੋਈ ਸ਼ਨਾਖਤ ਨਹੀਂ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਬਿਨ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਜਿਉਣ ਦੀ ਆਦਤ ਨਹੀਂ
ਸ਼ਨਾਖਤ ਬਿਨ ਮਨੁੱਖ ਨਹੀਂ
ਰੱਬ ਨਹੀਂ ਇਬਾਦਤ ਨਹੀਂ
ਮੌਤ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਮੌਤ ਦੀ ਆਦਤ ਨਹੀਂ

ਮੌਤ 'ਚੋਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚੋਂ ਜੇ ਮੌਤ ਮਨਫੀ ਹੋ ਜਾਏ
ਤਾਂ ਬਾਕੀ ਕੁਝ ਵੀ ਹਾਸਲ ਨਹੀਂ
ਧਰਤੀ ਸੁੰਨ ਹੈ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਹੈ
ਸਾਗਰ ਦਾ ਸੁੱਕਿਆ ਪਿੰਡਾ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਤੇ ਨਦੀਆਂ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਖਲੋਤ ਹੈ
ਰੌਣਕਾਂ 'ਚੋਂ ਜਨਮੀਆਂ ਉਜਾੜਾਂ ਦਾ ਪਸਾਰ ਹੈ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦੇ ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾਂ ਤੱਕ ਫੈਲੀ
ਅਗਤੀ ਸਹਿਕਾਰ ਹੈ
ਸਮੇਂ ਨੇ ਆਪਣਿਆਂ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਬੰਨ੍ਹ ਲਏ ਪੱਥਰ
ਰੁੱਕ ਗਿਆ ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਕ਼ਾਦਰ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਹੈ
-o-
ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ ਆਪਣੇ ਹੋਣ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ
ਕੌਣ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਲਾਸ਼ ਨੂੰ ਗਲ ਨਾਲ ਲਾਏਗਾ
ਕੌਣ ਸੁਣੇਗਾਂ
ਬੇਸ਼ਬਦੀ ਬੇਅਰਥੀ ਗੂੰਜ ਦਾ ਬੇਮਾਇਨਾ ਸ਼ੋਰ
ਕਦ ਨੱਚਣਗੇ ਅੱਗ ਦੇ ਜੰਗਲ 'ਚ ਮੋਰ
ਕਦ ਸਾਗਰ ਆਪਣੀ ਕੁੱਖ 'ਚੋਂ
ਜੀਆ ਜੰਤ ਦਾ ਸੰਸਾਰ ਜਨਮੇਗਾ
ਕੌਣ ਆਰ ਜਨਮੇਗਾ ਕੌਣ ਪਾਰ ਜਨਮੇਗਾ
ਆਰ ਹੈ ਤਾਂ ਪਾਰ ਹੈ
ਆਰ ਪਾਰ ਦਾ ਸਫ਼ਰ
ਮੈਂ ਤੋਂ ਮੈਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ
-o-

ਮੈਂ ਗੂੰਜ
ਜੋ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਖੋਲ੍ਹ ਤੇ ਅਰਥ ਦਾ ਜੀਵਨ ਪਲ ਲੈ ਕੇ
ਤੇਰੇ ਆਰ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਪਾਰ ਤੱਕ ਅੱਪੜਾਂ
ਤੇਰਾ ਪਾਰ ਮੇਰੀ ਗੂੰਜ ਦੇ ਰਾਹੀਂ
ਮੇਰੇ ਪਾਰ ਤਕ ਅੱਪੜੇ
ਆਰ ਤੋਂ ਪਾਰ ਵਿਚਲਾ ਕਾਰੋਬਾਰ
ਮੇਰੀ ਦਹਿਲੀਜ਼ ਤੋਂ ਤੁਰੇ
ਤੇਰੇ ਦੁਆਰ ਤੱਕ ਅੱਪੜੇ
-o-
ਜੋ ਆਰ ਤੇ ਪਾਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੈ ਪਹਿਚਾਣ ਹੈ
ਗੂੰਜ ਦੇ ਸ਼ਬਦ 'ਚ ਅਰਥ ਦੀ ਜ਼ਾਨ ਹੈ
ਪਹਿਚਾਣ ਦੀ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਹੈ
ਹੋਂਦ ਦੀ ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੈ
ਤਾਂ
ਤੂਫ਼ਾਨ ਜ਼ਰੂਰ ਉੱਠੇਗਾ
ਸ਼ੋਰ ਬੇਸ਼ਕ ਚੁੱਪ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹੈ।
-0-

ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ

ਫ਼ਾਸਲੇ ਸਿਮਟੇ ਦੂਰੀਆਂ ਸਿਮਟੀਆਂ
ਜਦ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਕੋਲ ਆਇਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਗੁਆਚਾ ਚਿਹਰਾ ਪਾਇਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ
ਜਨਮ ਤੋਂ ਮੌਤ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਅਗੇਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨੂੰ ਪਾਇਆ
ਜਦ ਆਪਾ ਜੀਵਿਆਂ ਆਪਾ ਹੰਢਾਇਆ
-o-
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੰਡ ਦੇ ਕੇ ਤੁਰ ਜਾਣ ਪਿੱਛੋਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਪਰਤਨ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੁੰਦਾ ਗਿਆ
ਦੂਰੀਆਂ ਵਧੀਆਂ ਫ਼ਾਸਲੇ ਫੈਲੇ
ਜੀਵਨ 'ਚ ਅਜਨਬੀ ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਜੰਗਲ ਉੱਗ ਆਏ
ਅਜਨਬੀ ਚਿਹਰਿਆਂ 'ਚ ਘਿਰਿਆ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਅਜਨਬੀ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਭੁੱਲ ਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਖੋਹ ਗਿਆ
-o-

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸ਼ੀਸ਼ੇ 'ਚ ਤੱਕਦਾ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਆਪਾ ਸਿਆਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਮੈਂ ਕੌਣ ਹਾਂ ਕੀ ਹਾਂ
ਕਿਥੋਂ ਆਇਆ ਤੇ ਜਾਣਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਤੁਫ਼ਾਨ ਉੱਠਦੇ ਹਨ
ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਡਿੱਗਦੇ ਧਰਤੀ 'ਚੋਂ ਜਨਮਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ
ਮੇਰੀ ਸਰਦਲ ਤੋਂ ਮੁੜਦੇ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਸਾਏ ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੀ ਵਿੱਥ 'ਚ ਤੁਰਦੇ ਹਨ
ਨਾ ਦੇਹ 'ਚ ਵੱਸਦੇ ਹਨ ਨਾ ਦੇਹ 'ਚ ਮੁੜਦੇ ਹਨ
–o–
ਮੇਰਾ ਚਾਨਣ ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ
ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਬਣ ਕੇ ਪੁੰਗਰਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਸੋਚ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਜਿਸਮ ਸੁੰਘਦਾ ਹੈ
ਕਿਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਪਰਤ ਨਾ ਜਾਵਾਂ
ਦੂਰੀਆਂ ਮੇਟਾ ਫਾਸਲੇ ਸਿਮਟਾਵਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਗੁਆਚੀ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ
ਦਰਿਆ ਦਾ ਵੇਗ ਹੋ ਜਾਵਾਂ
ਸਾਗਰ ਦੀ ਗਹਿਰਾਈ ਹੋ ਜਾਵਾਂ
ਧਰਤ ਦੀ ਉਤਪਤੀ ਹੋਵਾਂ
ਅੰਬਰ ਦੀ ਉੱਚਾਈ ਹੋ ਜਾਵਾਂ
–o–
ਜੋ ਦੁਨੀਆਂ ਮੇਰੇ ਲਈ ਪਰਾਈ ਹੈ
ਉਸ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਬੀਜਾਂ
ਚਿਹਰਿਆਂ 'ਚ ਫੈਲਦਾ ਫੈਲਦਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਦੁਨੀਆਂ ਹੋ ਜਾਵਾਂ
–o–

ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਤੱਕ ਦੀ ਜੋ ਵਿੱਥ ਮਿੱਟ ਜਾਏ
ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਮਿਲ ਜਾਏ
ਮੇਰੀ ਰੂਹ ਖਿੱਲ ਜਾਏ
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਚਾਨਣ ਫੈਲੇ ਮੇਰੀ ਰੂਹ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾਏ
ਨਾ ਪਰਾਈ ਧਰਤ ਹੀ ਰਹੇ
ਨਾ ਪਰਾਇਆ ਆਸਮਾਨ ਹੀ ਰਹੇ
ਨਾ ਅਜਨਬੀ ਹੋ ਕੇ ਮੈਂ ਜੀਵਾਂ
ਨਾ ਅਜਨਬੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸੰਸਾਰ ਹੀ ਰਹੇ
-o-
ਮੈਂ ਆਪ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਉੱਗਾ
ਤੇ ਆਪਣਾ ਅਜਨਬੀਪਨ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਤੋਂ ਉਤਾਰਾਂ
ਦੁਆਲੇ ਰੌਣਕਾਂ ਬੀਜਾਂ
ਚਾਨਣ ਸੰਗ ਰਾਹ ਰੁਸ਼ਨਾਵਾਂ
ਮਨੁੱਖੀ ਸਾਂਝ ਅੰਬਰ 'ਚ ਘੋਲਾਂ
ਮਨੁੱਖੀ ਸੱਚ ਧਰਤੀ 'ਚੋਂ ਉਗਾਵਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦਸਤਕ ਦੇਵਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਪਰਤ ਜਾਵਾਂ
ਮਨੁੱਖੀ ਸਾਂਝ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਜਨਮਾਂ ਤੇ ਹੰਢਾਵਾਂ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਾ ਕੇ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਨੂੰ ਪਾਵਾਂ, ਮੇਰੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਵੱਸਦੀ
ਤੇਰੀ ਸੂਹ ਪਿੱਛੇ ਲੱਗਾ
ਤੇਰੇ ਤੱਕ ਅੱਪੜ ਜਾਵਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖ਼ੁਦ ਖੜਕਾਵਾਂ
ਪਰਾਹੁਣਾ ਤੇ ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕ ਦਾ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਵਾਂ
-o-
ਨਾ ਤੂੰ ਰਹੇ ਨਾ ਮੈਂ ਰਹਾਂ, ਨਾ ਹੋਂਦ ਰਹੇ ਨਾ ਵਜੂਦ
ਨਾ ਹੱਦ ਨਾ ਬੰਨ੍ਹੇ ਨਾ ਹਦੂਤ
ਤੂੰ ਮੇਰੇ 'ਚ ਮੈਂ ਤੇਰੇ 'ਚ ਰਹਾਂ ਮੌਜੂਦ
ਨਾ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਤੋਂ ਮੁੱਖ ਮੋੜਾ
ਨਾ ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਤੂੰ ਹੀ ਤਿਆਗੇ
ਮੈਂ ਮੇਰੀ ਤੂੰ 'ਚ ਸੌਂ ਜਾਵਾਂ
ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਮੈਂ 'ਚ ਜਾਗੇ
-o-

ਜੇ ਦੋਵੇਂ ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ
ਹੋਂਦ ਤੇ ਪਹਿਚਾਣ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋ ਜਾਈਏ
ਤਾਂ ਇਕ ਬਣ ਪਾਈਏ
ਨੂਰ ਹੋ ਜਾਈਏ ਆਪਣੇ ਹਜ਼ੂਰ ਹੋ ਜਾਈਏ
ਇਕ ਦੂਜੇ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾਈਏ
ਇਕ ਦੂਜੇ 'ਚ ਮਸਰੂਫ ਹੋ ਜਾਈਏ
-o-
ਤੈਨੂੰ ਅੱਪੜਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੱਕ ਅੱਪੜਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਣਾ ਹੀ
ਤੇਰੇ ਤੋਂ ਦੂਰੀ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ
ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਜਿਉਂਦਾ ਰੱਬ ਹੀ ਇਨਸਾਨ ਹੈ
ਜਿਸ 'ਚ ਤੇਰੀ ਜੋਤ ਹੈ
ਤੇਜ ਹੈ ਰਸ ਤੇ ਵੇਗ ਹੈ
ਧਰਤ ਹੈ ਆਸਮਾਨ ਹੈ
-o-
ਜਿਸ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚ ਤੂੰ
ਸਭ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਉਤਾਰੇ ਨੇ
ਪਹਾੜ ਜੰਗਲ ਦਰਿਆ
ਤੇ ਸਾਗਰ ਉਸਾਰੇ ਨੇ
ਜਿਸ ਦੀ ਹੋਂਦ 'ਚ ਤੂੰ ਕੁਦਰਤ ਉਗਾਈ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਨਾਮ ਦੀ ਜਿਸ 'ਚ ਦੁਹਾਈ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਸਿਰਜਣਾ ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਦੁਆਲੇ ਹੈ
ਮਨੁੱਖੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਸ ਦਾ ਸੱਚ ਤੇ ਪ੍ਰਛਾਈ ਹੈ
ਤੇਰਾ ਹੀ ਸੱਚ ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇਹ ਵਿਚ ਹੈ
ਮਨੁੱਖਾਂ ਦੇਹ ਹੀ ਤੇਰੀ ਖ਼ੁਦਾਈ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਣਾ
ਤੇਰੀ ਜੁਦਾਈ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ
ਖ਼ੁਦਾ ਹੈ ਖਲਕਤ ਹੈ ਖ਼ੁਦਾਈ ਹੈ
-0-

ਦਰਪਣ

ਪਿਆਰ ਇਕ ਦਰਪਣ ਹੈ
ਜਿਸ 'ਚੋਂ ਮੈਂ ਤੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਬੁਣਦਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੇ ਨੈਣ ਨਖਸ਼ ਘੜਦਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੇ ਨੈਣਾਂ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰਾਂ 'ਚ ਡੁੱਬਦਾ ਤੇ ਤਰਦਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚ ਮੌਸਮ ਬਹਾਰਾਂ ਸੂਰਜ ਚੰਨ
ਤਾਰਿਆਂ ਦੇ ਰੰਗ ਭਰਦਾ ਹਾਂ
–o–
ਤੇਰੇ ਤੱਕ ਅੱਪੜਨ ਲਈ ਤੇਰੇ
ਪ੍ਰਛਾਵਿਆਂ ਨੂੰ ਫੜਦਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੇ ਖਿਆਲਾਂ 'ਚ ਖੁਰਦਾ ਹਾਂ ਤੇ ਢਲਦਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚ ਗੁਆਚਦਾ ਹਾਂ
ਜਿਸਮ ਦੀਆਂ ਗੋਲਾਈਆਂ 'ਚ ਉਲਝਦਾ ਤੇ ਸੁਲਝਦਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੇ ਹਾਸਿਆਂ 'ਚ ਗੁੰਮ ਆਪਾ ਭਾਲਦਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੀ ਰੂਹ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਉਤਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੇ ਨਖਸ਼ਾਂ 'ਚ ਖਿਲਰਿਆ ਚਿਹਰਾ ਇਕੱਠਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ
ਸਵਾਰਦਾ ਹਾਂ ਸੰਭਾਲਦਾ ਹਾਂ
–o–
ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਦਰਪਣ 'ਚੋਂ ਜਦ ਤੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਸਹਿਕਾਰ ਹੋਇਆ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸਿਮਟਿਆ ਤੇ ਫੈਲਿਆ
ਮੇਰਾ ਅੰਦਰ ਹੀ ਮੇਰਾ ਬਾਹਰ ਹੋਇਆ
ਮੈਂ ਹੱਸਿਆ ਖਿੜੀ ਧੁੱਪ ਦੇ ਵਾਂਗੂ
ਮੈਂ ਸਾਉਣ ਦੀ ਝੜੀ ਵਾਂਗੂ ਰੋਇਆ
–o–
ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਉਦੇ ਹੋਈ
ਤੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਫੈਲੀ
ਮੇਰੇ ਰੂ-ਬ-ਰੂ ਹੋਈ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਨਫ਼ਰਤ ਦੇ ਜਦ ਸਾਹਮਣੇ ਹੋਇਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਰਾਹ ਭੁੱਲ ਕੇ
ਤੇਰੇ ਦਰ ਆਣ ਖਲੋਇਆ
ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦਾ ਦਰ ਢੋਇਆ
–o–

ਮੈਂ ਕਈ ਸਦੀਆਂ ਤੇਰੀ ਸਰਦਲ 'ਤੇ
ਰਿਹਾ ਖਲੋਇਆ
ਕਈ ਜਨਮ ਮੇਰੇ ਹੋਏ
ਪਰ ਤੇਰਾ ਦਰ ਨਹੀਂ ਖੁੱਲ੍ਹਾ
ਨਾ ਮੇਰਾ ਪਿਆਰ ਹੀ ਵਰ ਆਇਆ
ਨਾ ਆਪਣੀ ਨਫ਼ਰਤ ਹੀ ਮੈਂ ਭੁੱਲਾ
–o–
ਮੈਂ ਧਰਤੀ ਵਾਂਗ
ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਡੁੱਲ੍ਹਾ
ਮੈਂ ਅੰਬਰ ਵਾਂਗ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਖੁਲ੍ਹਾ
ਖੁਲ੍ਹੀ ਪੁਸਤਕ ਦਾ ਵਜੂਦ ਬਣਿਆ ਮੈਂ
ਕਿ ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਤੇ ਲਿਖੇ ਹਰਫਾਂ ਦਾ
ਤੈਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋ ਜਾਏ
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਮੇਰੀ ਮੁਹੱਬਤ ਦਾ
ਤੈਨੂੰ ਪਾਸ ਹੋ ਜਾਏ
ਤੇਰੀ ਉਮੀਦ ਨਾ ਟੁੱਟੇ ਮੈਨੂੰ ਆਸ ਹੋ ਜਾਏ
–o–
ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਨਫ਼ਰਤ
ਮੇਰੀ ਮੁਹੱਬਤ 'ਚੋਂ ਜਨਮੀ ਹੈ
ਨਾ ਮੁਹੱਬਤ ਨਫ਼ਰਤ 'ਚੋਂ
ਨਾ ਨਫ਼ਰਤ 'ਚੋਂ ਮੁਹੱਬਤ ਮਨਫੀ ਹੈ
–o–
ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ ਹੋਂਦ 'ਚੋਂ
ਪਿਆਰ ਪੁੰਗਰਦਾ ਹੈ
ਖਲਾਅ 'ਚ ਫੈਲਦਾ ਹੈ
ਦੇਹ 'ਚ ਸੁੰਘੜਦਾ ਹੈ
–o–

ਨਫ਼ਰਤ ਸਿੰਜਦੀ ਹੈ, ਟਹਿਣੀਆਂ ਪੱਤਿਆਂ ਫੁੱਲਾਂ ਫਲਾਂ
ਤੱਕ ਪਿਆਰ ਦਾ ਬੂਟਾ
ਜਿਉਂ ਬੱਦਲ ਸਿੰਜਦਾ ਹੈ ਸਮੁੰਦਰ ਨੂੰ ਥੱਲਾਂ ਤੀਕਣ
ਜਿਉਂ ਗੁਜ਼ਰਦਾ ਹੈ ਸਮਾਂ
ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਪਲਾਂ ਤੀਕਣ
–o–
ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ ਮੇਰਾ ਪਿਆਰ ਜੋ ਡੁਲ੍ਹਦਾ
ਤੇਰਾ ਜਿਸਮ ਮੇਰੀ ਮੁਹੱਬਤ 'ਚ ਘੁਲਦਾ
ਪਿਆਰ ਤੇ ਨਫ਼ਰਤ ਦਾ ਇਕ ਸੰਤੁਲਨ ਰਿਸ਼ਤਾ
ਤੇਰੇ ਤੇ ਮੇਰੇ 'ਚ ਆ ਜੁੜਦਾ
ਤੇਰੀ ਦੇਹ ਦਾ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ਾ
ਮੇਰੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਆਹਟ ਸੁਣ ਕੇ ਖੁੱਲਦਾ
–o–
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ
ਪਿਆਰ ਉੱਗਾਇਆ ਸੀ
ਜੋ ਤੇਰੇ ਅਹਿਸਾਸ ਤੱਕ ਅੱਪੜਦਾ ਅੱਪੜਦਾ
ਨਫ਼ਰਤ 'ਚ ਬਦਲ ਗਿਆ
ਜੋ ਤੈਨੂੰ ਰਾਸ ਨਾ ਆਇਆ
ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਨਫ਼ਰਤ ਦਾ ਰੁੱਖ ਉੱਗ ਆਇਆ
–o–
ਮੇਰੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਘੁੱਟ ਪੀ ਪੀ ਕੇ
ਤੂੰ ਨਫ਼ਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਤੱਕ ਫੈਲਾਇਆ
ਆਪਣਾ ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਹੈ ਸੱਜਣੀ
ਜੋ ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਪ੍ਰਛਾਵਿਆਂ 'ਚ ਉਤਰ ਆਇਆ
ਤੂੰ ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਹੰਢਾਇਆ
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਹੰਢਾਇਆ
–o–
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਨਫ਼ਰਤ 'ਚੋਂ
ਮੁਹੱਬਤ ਨੂੰ ਉੱਗਾਇਆ ਸੀ
ਤੈਨੂੰ ਰਾਸ ਨਾ ਆਇਆ ਸੀ
ਮੇਰੀ ਨਫ਼ਰਤ ਨੇ ਤੈਨੂੰ ਅੱਜ ਵੀ ਚਾਹਿਆ ਹੈ
ਕੱਲ੍ਹ ਵੀ ਚਾਹਿਆ ਸੀ
–0–

ਮੈਂ ਇੱਕ ਦੁਨੀਆਂ ਹਾਂ

ਮੈਂ ਇੱਕ ਦੁਨੀਆਂ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ ਸਾਏ 'ਚ ਬੁਰਾਈ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਚੰਗਿਆਈ ਹੈ
ਮੈਂ ਨਿਰੀ ਬੁਰਾਈ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਨਿਰੀ ਚੰਗਿਆਈ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਬੁਰਾਈ ਤੇ ਚੰਗਿਆਈ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਇਕ ਦੁਨੀਆਂ ਹਾਂ, ਧੁੱਪ ਤੇ ਛਾਂ ਦਾ ਮੇਲ ਹਾਂ
–o–
ਮੇਰੇ ਸਾਏ 'ਚ ਬਹਾਰਾਂ ਸੜਦੀਆਂ ਹਨ
ਮੌਸਮ ਪਿੱਘਲਦੇ ਹਨ
ਸੂਰਜ ਪੂਰਬ ਦੀ ਥਾਂ
ਦੱਖਣ 'ਚੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸਾਏ 'ਚ ਸਮੁੰਦਰ ਉਬਲਦਾ ਹੈ
ਅੰਬਰ ਪਾਟਦਾ ਹੈ ਧਰਤੀ ਤਿੜਕਦੀ ਹੈ
ਪਹਾੜ ਲਾਵਾ ਉੱਗਲਦਾ ਹੈ
ਅੱਗ ਦੇ ਦਰਿਆ ਵਗਦੇ ਹਨ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਤੰਦੂਰ ਵਾਂਗ ਤੱਪਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸਾਏ 'ਚ ਮੌਤ ਦੀ ਇਕ ਨਦੀ ਵਗਦੀ ਹੈ
–o–
ਜੋ ਚੁੱਪ ਖਿਲਾਰਦੀ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਪਸਾਰਦੀ ਹੈ
ਇਕੱਲਤਾ ਉਸਾਰਦੀ ਹੈ, ਜੀਵਨ 'ਚੋਂ ਰੌਸ਼ਨੀ ਹੂੰਝਦੀ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਮੌਤ ਦੇ ਵਿਚ ਢਾਲਦੀ ਹੈ
–o–
ਮੇਰੇ ਸਾਏ 'ਚ ਮਨੁੱਖਤਾ ਕਤਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਖ਼ੂਨ ਵਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਅੰਬਰ 'ਚੋਂ ਲਹੂ ਦਾ ਦਰਿਆ ਫੁੱਟਦਾ ਹੈ
ਤੇ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਪਰਿੰਦਾ ਮੌਤ ਦਾ ਜੀਵਨ ਦੀ ਹਰ ਟਹਿਣੀ 'ਤੇ ਬਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਫੁੱਲ ਕਬਰਾਂ 'ਚ ਸੁੱਤੇ ਨੇ
ਜੰਗਲ ਸੁੱਕ ਗਏ ਬਹਾਰ ਰੁੱਤੇ ਨੇ
ਵਿਧਵਾ ਪੌਣ ਜੰਗਲ 'ਚ ਚਲਦੀ ਹੈ
ਅੱਗ ਦੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਅਥਰੂਆਂ ਦੀ ਝੜੀ ਲਗਦੀ ਹੈ
–o–

ਜੰਗਲ ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਰ, ਸ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਜੰਗਲ ਤੱਕ ਫੈਲੀ ਉਦਾਸੀ ਹੈ
ਰੌਣਕਾਂ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਜਾੜਾਂ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੈ
ਪੱਤਝੜ ਦਾ ਘਰ ਘਰ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਚੰਨਾਂ ਤਾਰਿਆਂ ਸੂਰਜਾਂ 'ਚ ਫੈਲਿਆ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹੈ
-o-
ਪੌਣਾਂ ਦੀ ਰੂਹ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੈ
ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਪਿੰਡਾ ਬਾਸੀ ਹੈ
ਮੁਰਦਾ ਗੰਧ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਫੈਲੀ ਹੈ
ਜ਼ੱਰਾ ਜ਼ੱਰਾ ਮੌਤ ਦਾ ਸਵਾਲੀ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਆਪਣੀ ਖ਼ੁਸ਼ਬੋਂ ਤੋਂ ਸੱਖਣੀ ਹੈ
ਅੰਬਰ ਆਪਣੀ ਨੀਲਤਾ ਤੋਂ ਖਾਲੀ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨਿੱਘ ਲਈ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੀ ਹੀ ਮੜੀ ਬਾਲੀ ਹੈ
ਦੇ ਕੇ ਬਨਵਾਸ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ, ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਮੌਤ ਪਾਲੀ ਹੈ
ਬਲਦੀਆਂ ਮੜੀਆਂ ਦੀ ਲੋਅ 'ਚ
ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ, ਆਪਣੇ ਅੰਗ ਸਿਆਣੇ ਹਨ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਉੱਗੇ
ਮੌਤ ਦੇ ਨਖਸ਼ ਪਹਿਚਾਣੇ ਹਨ
ਮਨੁੱਖ 'ਚ ਵੱਗਦੇ ਮੌਤ ਦੇ ਦਰਿਆ
ਨਦੀਆਂ-ਨਾਲੇ, ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਤੱਕ ਫੈਲੇ ਹਨ
ਮੇਰਾ ਸਾਇਆ ਕਬਰਸਤਾਨ ਹੈ ਸਾਰਾ
ਅੱਗਣ ਦੀ ਧਰਤ ਹੈ ਸਾਰੀ, ਧੂਏਂ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਹੈ ਸਾਰਾ
-o-
ਬੁਰਾਈ ਤੇ ਮੌਤ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਦੁਆਲੇ ਕਾਇਨਾਤ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ
ਤਿੜਕੇ ਬੁੱਤ ਰੱਬ ਦੇ ਨੇ, ਵਾਣੀ ਤੇ ਬਾਤ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ
ਜਿੱਥੇ ਮਰ ਰਿਹਾ ਮਨੁੱਖ
ਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਜਿਉਂ ਰਹੀ, ਉਕਾਤ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ
ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਧਰਤ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ, ਅੰਬਰ ਤਾਰਿਆਂ ਚੰਨਾਂ ਸੂਰਜਾਂ ਦੀ
ਸੁਗਾਤ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ
ਦਿਨ ਨਫ਼ਰਤ ਦਾ ਰਾਤ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ
ਸ਼ਾਮ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਤ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ
ਧਰਮ ਨਫ਼ਰਤ ਦਾ ਹੈ ਜਾਤ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ
ਇਹ ਮੇਰੇ ਸਾਏ ਦੀ ਨਗਰੀ
ਮੇਰੇ ਸਾਏ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ
ਹੈ ਉਤਰੀ ਬਰਾਤ ਨਫ਼ਰਤ ਦੀ

ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਚੰਗਿਆਈ ਹੈ
ਧਰਤ ਦੀ ਗਹਿਰਾਈ ਹੈ ਅੰਬਰ ਦੀ ਉੱਚਾਈ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਨੇ, ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਸੱਚ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਆਪਣੇ 'ਚ ਵੱਸਾਈ ਹੈ
-o-
ਹਰਿਆਉਲਾ ਮੁੱਖ ਜੰਗਲ ਦਾ
ਸਡਾਉਲ ਜੁੱਸੇ ਬਹਾਰਾਂ ਦੇ
ਸ਼ਮੇਂ ਦੀ ਮਹਿਕ ਖਿੜੇ ਮੱਥੇ ਗੁਲਜ਼ਾਰਾਂ ਦੇ
ਪਵਨ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਗੀਤ ਆਬਸ਼ਾਰਾਂ ਦੇ
ਰੱਬ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਬਰਖਾ, ਮਰਮਰੀ ਬੁੱਤ ਅਵਤਾਰਾਂ ਦੇ
ਨੱਚਦੇ ਮੋਰ ਤੇ ਕੋਇਲ ਦੀਆਂ ਕੂਕਾਂ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਲੱਗੇ ਨੇ ਮੇਲੇ ਬਹਾਰਾਂ ਦੇ
-o-
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਹਰੀ ਧਰਤੀ ਹੈ
ਤੇ ਟਿਮਟਮਾਦਾ ਚੰਨ, ਸੂਰਜ
ਤਾਰਿਆਂ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਹੈ
ਜੀਵਨ਼ ਦੀ ਮੌਲ ਦੀ ਗਤੀ
ਤੇ ਪੁੰਗਰਦੀਆਂ ਸ਼ਾਖਾਂ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ਼ 'ਚ ਕਾਦਰ ਤੈ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਵਾਸ ਹੈ
-o-
ਆਸ ਦੇ ਪੰਛੀ ਮੇਰੇ ਅੰਬਰ 'ਤੇ ਉੱਡਦੇ ਨੇ
ਮੇਰੀ ਕੁਦਰਤ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਕੁਦਰਤ ਮੇਰੇ 'ਚ ਸਾਹ ਭਰਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਗੂੰਜਦਾ ਗੀਤ੍ਰ ਮੇਰਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਸੂਰਜਾਂ ਦੇ ਕਾਫਲੇ ਸਾਗਰ ਦਰਿਆ ਨਦੀਆਂ ਨਾਲੇ
ਹਰੇ ਪਹਾੜਾਂ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਚੰਨਾਂ ਤਾਰਿਆਂ ਸੂਰਜਾਂ
ਰੱਬੀ ਜੋਤੀ ਦਾ ਡੇਰਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ ਚਾਨਣ ਦਾ ਘੇਰਾ ਹੈ
ਇਸ ਚਾਨਣ ਵਿਚ ਹੀ ਮੇਰੇ ਚਾਨਣ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਨਾ ਬਹਾਰਾਂ ਸੜਦੀਆਂ ਹਨ
ਨਾ ਮੌਸਮ ਪਿਘਲਦੇ ਹਨ
ਨਾ ਸੂਰਜ ਦੱਖਣ 'ਚੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਸਮੁੰਦਰ ਉਬਲਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਅੰਬਰ ਪਾਟਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਧਰਤੀ ਤਿੜਕਦੀ ਹੈ ਨਾ ਅੱਗ ਦੇ ਦਰਿਆ ਵਗਦੇ ਹਨ
ਨਾ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਤੰਦੂਰ ਵਾਂਗ ਤਪਦੀ ਹੈ

ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਜੀਵਨ ਦੀ ਇਕ ਨਦੀ ਵਗਦੀ ਹੈ
ਧੁੱਪ ਫੈਲਦੀ ਹੈ ਨਾ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਪਸਰਦਾ ਹੈ
ਇਕੱਲਤਾ ਉਸਰਦੀ ਹੈ ਨਾ ਮਨੁੱਖਤਾ ਕਤਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਅੰਬਰ ਛੋਹਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਫੁੱਲਾਂ ਦਾ ਕਬਰਾਂ 'ਚ ਵਾਸਾ ਹੈ
ਨਾ ਪੌਣ ਵਿਧਵਾ ਹੈ ਨਾ ਅੱਗ ਦੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਅਥਰੂ ਹਨ
-o-
ਜੰਗਲ 'ਚ ਨਾ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਉਦਾਸੀ ਹੈ
ਉਜਾੜਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਰੌਣਕਾਂ ਉੱਗ ਆਈਆਂ ਹਨ
ਖੁਸ਼ੀ ਘਰ ਘਰ ਦੀ ਵਾਸੀ ਹੈ
ਪੌਣਾਂ ਦੀ ਰੂਹ ਨਹੀਂ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਨਾ ਪਿੰਡਾ ਹੀ ਬਾਸੀ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ਬੂ
ਅੰਬਰ ਆਪਣੀ ਨੀਲਤਾ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਖਾਲ਼ੀ
-o-
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਹਰਿਆਉਲੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਧਰਤ ਸ਼ਬਜਾ ਹੈ ਮੇਰਾ ਆਸਮਾਨ ਨਿਰਮਲ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਨਫ਼ਰਤ ਹੈ ਨਾ ਨਫ਼ਰਤ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਸੱਚ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ
ਚਾਨਣ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ ਬਹਾਰਾਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ
ਚੜ੍ਹਦੇ ਸੂਰਜਾਂ ਹੱਸਦੇ ਗੁਲਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਇਕ ਦੁਨੀਆਂ ਹਾਂ
ਚੰਗਿਆਈ ਬਿਨ ਸੱਖਣਾ ਹਾਂ
ਬੁਰਾਈ ਬਿਨ ਅਧੂਰਾ ਹਾਂ।
ਚੰਗਿਆਈ ਤੇ ਬੁਰਾਈ ਦੇ ਸੁਮੇਲ 'ਚ ਹੀ ਪੂਰਾ ਹਾਂ
ਨਹੀਂ ਤੇ ਅਧੂਰਾ ਹਾਂ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਇਕ ਦੁਨੀਆਂ ਉਗਾਈ ਹੈ
ਚੰਗਿਆਈ 'ਚੋਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਬੁਰਾਈਆਂ 'ਚੋਂ ਚੰਗਿਆਈ ਪਾਈ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ 'ਚ ਮੇਰੀ ਚੰਗਿਆਈ ਵੀ ਸਮਾਈ ਹੈ
ਬੁਰਾਈ ਵੀ ਸਮਾਈ ਹੈ.
ਇਸ ਸਦਕਾ ਹੀ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਰੂਹ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਵਜੂਦ ਦਾ ਵਜੂਦ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ।

ਤੇਰਾ ਜਾਣਾ

ਤੇਰਾ ਜਾਣਾ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਧਰ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ
ਤੇਰੀ ਵਾਪਸੀ ਹੀ
ਇਹ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਦੂਰ ਕਰੇਗੀ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ ਚਾਨਣ ਧਰੇਗੀ
–o–
ਇਹ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ
ਮੇਰੀ ਰੂਹ 'ਚ ਪਿਘਲਦੇ ਹੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਨੂੰ ਨਿਗਲਦੇ ਹੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਜਿਉਂ ਸੂਰਜ ਅੰਬਰ 'ਚੋਂ ਗੁੰਮ ਹੋ ਜਾਏ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਘੁੱਪ ਹੋ ਜਾਏ
–o–
ਦਰਿਆ ਨਦੀਆਂ ਸੁੱਕ ਗਏ ਹਨ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਠਹਿਰ ਗਈ ਹੈ
ਸਾਗਰ ਚੁੱਪ ਤੇ ਇਕੱਲਤਾ 'ਚ ਡੁੱਬ ਗਿਆ ਹੈ
ਆਪਣਾ ਹੀ ਸੁੱਖ ਹੋ ਦੁੱਖ ਗਿਆ ਹੈ
–o–
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਪਰਾਈ ਪੌਣ ਵਗ ਰਹੀ ਹੈ
ਅਜਨਬੀਅਤਾ ਤੇ ਬੇਗਾਨੀ ਜਗ ਰਹੀ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਂ ਦੇ ਅੰਬਾਰ ਲਗਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਰੌਣਕਾਂ 'ਚੋਂ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ
ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ 'ਚੋਂ ਮੌਤ ਦੇ ਤੂਫ਼ਾਨ ਉੱਠਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ
ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਜੜ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਟ ਰਹੇ ਹਨ
ਰੁੱਖਾਂ ਦੀ ਹਰਿਆਵਲ ਖਾ ਰਹੇ ਹਨ
–o–
ਸਾਹ ਸਾਹ 'ਚ
ਪੀੜਾਂ ਤੇ ਦਰਦਾਂ ਦੇ ਪਹਾੜ ਬਣਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਦੋਹਾਂ ਸਾਇਆਂ ਨੂੰ ਨਿਗਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ
ਸਾਏ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਖਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਬਸਤੀਆਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਮਿਟਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ
ਕਬਰਸਤਾਨ ਉਭਰਦੇ ਹੀ ਆ ਰਹੇ ਹਨ

ਕਾਲੇ ਸੂਰਜ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅੰਗ ਅੰਗ 'ਚ ਮੌਤ ਧਰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਕਾਲਖਾਂ ਦੇ ਸਾਏ ਕਾਲਖਾਂ ਖਾਂਦੇ
ਕਾਲਖਾਂ ਜਨਮਦੇ ਹੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਬੱਦਲ ਪੱਥਰ ਬਰਸਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਫੈਲਦੇ ਹੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਮੌਤ ਪੀ ਰਹੇ ਹਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਚਾਨਣ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਹੰਢਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ 'ਚ ਗੁੰਮ ਹੁੰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
-o-
ਤੇਰਾ ਜਾਣਾ
ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਹ ਸੁੱਕਾ ਗਿਆ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਮੌਤ ਧਰ ਗਿਆ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਹੋਂਦ ਖਾ ਗਿਆ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਜੀਵਨ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ
ਨਾ ਰੌਣਕ ਰੌਣਕ ਰਹੀ ਹੈ
ਨਾ ਮੌਸਮ ਮੌਸਮ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਨਾ ਬਹਾਰ ਬਹਾਰ ਰਹੀ ਹੈ
ਨਾ ਗੁਲਸ਼ਨ 'ਚ ਰੰਗ ਹਨ ਨਾ ਫੁੱਲ ਹੈ ਨਾ ਮਹਿਕ ਹੈ
ਕਲੀਆਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਜ਼ਰਦ ਹਨ
ਨਾ ਖਿੱਚ ਹੈ ਨਾ ਟਹਿਕ ਹੈ
-o-
ਪੌਣਾਂ ਗਤੀ ਹੀਣ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ
ਅਗਣ ਨਾਲ ਤੇਜ ਹੈ ਰੁੱਸਿਆ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਪਥਰਾ ਗਈ ਹੈ
ਸਾਗਰ ਦਾ ਜਲ ਹੈ ਬੁੱਸਿਆ
ਬੁੱਸੀ ਮਨੁੱਖਤਾ ਹੈ
ਬੁੱਸਿਆ ਬੁੱਸਿਆ ਮਨੁੱਖ ਹੈ
ਬੁੱਸ ਗਏ ਜੰਗਲਾਂ ਦੇ ਜੰਗਲ
ਬੁੱਸ ਗਏ ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਰੁੱਖ
ਚੁੱਪ ਦੇ ਖੂਹ 'ਚ ਪੈ ਗਏ ਨੇ ਹਾਸੇ
ਰੌਣਕਾਂ 'ਚੋਂ ਉੱਡੀਆਂ ਨੇ ਰੌਣਕਾਂ

ਪੱਤਝੜਾਂ ਹੀ ਫੈਲੀਆਂ ਨੇ ਹਰ ਪਾਸੇ
ਤੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਜੋਤ ਸੈਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚੋਂ ਪਰ ਲਾ ਕੇ ਉੱਡ ਗਈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਆਪਣਾ ਪਲ ਪਲ
ਇਕੱਲ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਗਈ
ਗਮਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਸੁੱਟ ਗਈ
ਆਪ ਪਾਸਾ ਵੱਟ ਗਈ
ਮਨੁੱਖ 'ਚੋਂ ਨੁੱਚੜ ਗਈ
-o-
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਿਨ
ਮਨੁੱਖ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਢੇਰ ਬਣਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਉਡੀਕਦਾ ਦੇਰ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਚਾਨਣ ਦਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮਾ ਸੀ ਹਨ੍ਹੇਰ ਬਣਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਹੰਢਾਈ ਨਾ ਮੌਤ ਹੀ ਆਈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਮੌਤ ਦੀ ਚੰਗੇਰ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਦਰਿਆ ਦਾ ਵਹਿਣ ਤੇ ਬਣਨਾ ਸੀ ਕੀ
ਸਹਿਰਾਂ ਦੀ ਤਪਦੀ ਰੇਤ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਬੰਜਰ ਸੀ
ਬੰਜਰ ਜਿਮੀਂ ਦਾ ਉਜੜਿਆ ਇਕ ਖੇਤ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
-o-
ਤੂੰ ਆਏ
ਤੇ ਚਾਨਣ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ
ਇਸ ਬੰਜਰ ਖੇਤ ਨੂੰ ਵਾਹਵਨ
ਇਸ ਦੀ ਬੰਜਰਤਾ 'ਚੋਂ ਹਰਿਆਵਲ ਉਗਾਵਨ
ਇਸ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚ ਖੇਡਣ
ਇਸ ਦੀ ਰੂਹ 'ਚ ਨਹਾਉਣ
ਇਸ ਦੇ ਕੰਠ 'ਚੋਂ ਤੇਰੇ ਨੈਣਾਂ ਤੇ ਨਖਸ਼ਾਂ ਦਾ
ਗੀਤ ਕੋਈ ਗਾਉਣ

-o-

ਆਪ ਸੁਣਨ ਤੈਨੂੰ ਸਣਾਉਣ
ਇਸ ਦੀ ਦੇਹ ਦੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਸੂਰਜ ਧਰ ਜਾਵਨ
ਇਸ ਨੂੰ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰ ਜਾਣ
ਸਜਾ ਕੇ ਇਸ ਦੀ ਦੇਹ ਨੂੰ
ਤੇਰੀ ਸਰਦਲ 'ਤੇ ਧਰ ਜਾਣ
ਤੇਰੀ ਮਿਹਰ ਦਾ ਇਸ 'ਤੇ ਮੀਂਹ ਵਰ੍ਹ ਜਾਏ
ਇਹ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਤਾਰੇ ਤੇ ਆਪੇ ਵੀ ਤਰ ਜਾਏ
ਤੇਰੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਘਰ ਘਰ 'ਚ ਕਰ ਜਾਏ
ਹਨ੍ਹੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਤੇ
ਦੀਵੇ ਨੈਣਾਂ ਦੇ ਧਰ ਜਾਏ
ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਕਾਫਲੇ ਸੂਰਜਾਂ ਦੇ ਉੱਗਣ
ਜਿਥੇ ਵੀ ਪੈਰ ਇਹ ਪਾਏ

-o-

ਧਰਤੀ ਦੇ ਗੋਸ਼ੇ ਗੋਸ਼ੇ 'ਚ ਵਸਾ ਕੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਕਰਕੇ ਚਾਨਣ ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਮਰ ਜਾਏ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੇਰੀ ਮਹਿਮਾਂ ਹੋ ਜਾਏ
ਮੌਤ ਤੋਂ ਪਿੱਛੋਂ ਤੇਰੀ ਰੂਹ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾਏ।

-0-

ਦੋ ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ

ਆ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਰਾਹਾਂ 'ਤੇ ਤੁਰੀਏ
ਆਪਣਾ ਅੰਦਰਲਾ ਆਸਮਾਨ
ਸਿਰ 'ਤੇ ਤਾਣ ਲਈਏ
ਆਪਣੀ ਅੰਦਰਲੀ ਧਰਤੀ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਵਿਛਾ ਲਈਏ
ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਰੂਹ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣੀਏ
ਆਪਣਾ ਆਪਣਾ ਜਿਸਮ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਪਾ ਲਈਏ
-o-
ਕੁਝ ਤੂੰ ਕਹੇ ਤੇ ਮੈਂ ਸੁਣਾ
ਕੁਝ ਮੈਂ ਕਹਾਂ ਤੂੰ ਸੁਣੇ
ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ ਬੁਣ ਲਈਏ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਗੁੰਨ ਲਈਏ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਬਣ ਕੇ ਸਾਜ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਬਣ ਕੇ ਧੁੰਨ ਰਹੀਏ
-o-
ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਸੁਪਨਿਆਂ ਤੋਂ ਹਕੀਕਤਾਂ 'ਚ ਸਜਾ ਲਈਏ
ਆਪਣਾ ਆਪਣਾ ਦੀਵਾ ਜਗਾ ਲਈਏ
ਨਵੇਂ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਾ ਲਈਏ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਧੁੱਪ ਨੂੰ ਜੀਏ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਛਾਂ ਹੰਢਾ ਲਈਏ
-o-
ਰੌਣਕ ਤੇ ਮੁਹੱਬਤ ਦਾ
ਇਕ ਗੀਤ ਗਾ ਲਈਏ
ਆਪਣਾ ਆਪਣਾ ਆਪਾ
ਆਪਣੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਧਰੀਏ ਧਿਆ ਲਈਏ

ਵਿੱਥਾਂ ਮਿਟਾ ਲਈਏ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਰਹੀਏ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਰੂਹ ਨੂੰ ਪਾ ਲਈਏ
-o-
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਚਾਨਣ 'ਚ
ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਚਾਨਣ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾਵਾਂ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੋ ਜਾਈਏਂ
ਧਰਤ ਦੀ ਧਰਤ
ਆਸਮਾਨ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਹੋ ਜਾਈਏ
-o-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਤੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਧਰ ਦੇਵਾਂ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰਲਾ ਆਸਮਾਨ
ਤੇਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਆਸਮਾਨ 'ਚ ਸਮਾ ਜਾਏ
ਮੇਰੇ ਪਿੰਡੇ ਦੀ ਧਰਤੀ
ਤੇਰੇ ਪਿੰਡੇ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਚ ਸਮਾ ਜਾਏ
-o-
ਮੇਰੇ ਵਿਚਲਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ
ਤੇਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਏ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਦਾ ਸਰੂਪ ਹੋ ਜਾਏ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਦਾ ਹੀ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਏ
ਜਿਸਮ ਜਲ ਹੋ ਜਾਏ
ਉਮਰ ਤੈਰਕਾਲ ਮੁੱਖੀ
ਅੱਜ ਭਲਕ ਤੇ ਕੱਲ੍ਹ ਹੋ ਜਾਏ
ਜੀਵਨ ਸਮਾਂ ਬਣ ਜਾਏ
ਤੇਰੀ ਹੋਂਦ ਦੀਆਂ ਸਦੀਆਂ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਪਲ ਪਲ ਹੋ ਜਾਏ
ਤੇਰੀ ਤੂੰ ਤੇ ਤੇਰੀ ਮੈਂ ਦਾ ਇਹ ਮੇਲ
ਮਨੁੱਖ ਲਈ
ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਕਾਦਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਵਲ ਹੋ ਜਾਏ
ਅਫਸੋਸ
ਅਸੀਂ ਪਰਾਏ ਆਸਮਾਨ ਹੇਠਾਂ
ਤੇ ਪਰਾਈ ਧਰਤ 'ਤੇ ਟੁਰਦੇ ਰਹੇ
ਭੁਰਦੇ ਰਹੇ ਖੁਰਦੇ ਰਹੇ
ਖਿੱਲਰਦੇ ਡੁੱਲ੍ਹਦੇ ਰਹੇ

ਨਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਸਾ ਸਕੇ
ਨਾ ਧਰਤ ਤੇ ਆਸਮਾਨ ਦੀ ਵਿੱਥ ਮਿੱਟਾ ਸਕੇ
ਨਾ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਹੋ ਸਕੇ
ਨਾ ਜਿਸਮ 'ਚ ਜਿਸਮ ਢਾਲ ਸਕੇ
ਨਾ ਰੂਹਾਂ 'ਚ ਰੂਹਾਂ ਉਤਾਰ ਸਕੇ
–o–
ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਸਿਰਜਦੇ ਸਿਰਜਦੇ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਪਰਾਏ ਹੋ ਗਏ
ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਭਾਲਦੇ ਭਾਲਦੇ
ਆਪਣਿਆਂ ਜਿਸਮਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਖੋਹ ਗਏ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਗੁਆ ਲਈ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਭੁੱਲ ਗਏ
ਆਪਣੇ ਦੀਵੇ ਬੁਝਾ ਕੇ ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ 'ਚ ਗੁੰਮ ਗਏ
ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਡਿੱਗ ਪਏ
ਆਪਣੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ 'ਚ ਹੀ ਗਿਰ ਗਏ
–o–
ਜੁਦਾਈਆਂ ਉਦਾਸੀਆਂ ਚੁੱਪ
ਅਜਨਬੀਪਣ ਤੇ ਬੇਰੌਣਕਾਂ
ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਘਿਰ ਗਏ
ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਸੂਲਾਂ ਫੈਲੀਆਂ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਕੰਡੇ ਉੱਗ ਪਏ
ਬੱਦਲ ਪੱਥਰਾਂ ਦੇ ਅੰਬਰ 'ਚ ਘਿਰ ਗਏ
ਸਿਮਟੀਆਂ ਰੌਣਕਾਂ ਤੇ ਫੈਲੀਆਂ ਉਦਾਸੀਆਂ
ਅਸੀਂ ਜਿਧਰ ਵੀ ਗਏ
–o–
ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚ ਗੁਆਚੀ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚੋਂ ਘਿਰਿਆ
ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕਰਮਾ ਕਰਦੇ ਰਹੇ
ਮੈਂ ਦੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਜੰਗਲ ਮਿੱਧਦੇ ਰਹੇ
–o–
ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚੋਂ ਮੈਂ ਨਿਕਲਦਾ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚੋਂ ਤੂੰ ਭਾਲਦੀ ਤਾਂ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਤੂੰ ਮੈਂ ਤੋਂ ਮੈਂ ਤੱਕ ਤੁਰਦੀ ਗਈ
ਮੈਂ
ਮੈਂ ਤੋਂ ਮੈਂ ਤੱਕ ਆ ਕੇ ਮੁਕਦਾ ਗਿਆ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਤੂੰ ਦਾ ਸਾਗਰ ਸੁਕਦਾ ਗਿਆ
–o–

ਸਹਿਰਾ ਆਸਮਾਨ 'ਤੇ ਛਾ ਗਿਆ
ਧਰਤੀ ਦੀ ਰੌਣਕ ਖਾ ਗਿਆ
ਜਿਸਮ ਰੇਤ ਹੋ ਗਿਆ
ਲਹੂ ਸਫੈਦ ਹੋ ਗਿਆ
ਜੀਵਨ ਤੇ ਰੌਣਕ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਈ
ਧਰਤੀ ਖੰਡਰ ਹੋ ਗਈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉਪਰਾ ਆਸਮਾਨ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਈ
-o-

ਆਪਾ

ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਇਕ ਦੂਜੇ 'ਚ ਧਰ ਨਾ ਸਕੇ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਲਈ ਜੀਅ ਨਾ ਸਕੇ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਲਈ ਮਰ ਨਾ ਸਕੇ
ਦੋ ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਏ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚ ਡੁੱਬ ਗਏ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚ ਵਹਿ ਗਏ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਤੂੰ ਤੋਂ ਅਣਜਾਨ ਰਹਿ ਗਏ
ਮੈਂ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇ
ਮੈਂ ਚੋਂ ਮੈਂ ਜਨਮਦੇ ਹੀ ਰਹਿ ਗਏ।
-o-

ਸ਼ੋਰ

ਸ਼ੋਰ ਹੀ ਸ਼ੋਰ ਹੈ
ਅੰਦਰ ਵੀ ਦੁਆਲੇ ਵੀ
ਸ਼ੋਰ 'ਚੋਂ ਸ਼ੋਰ ਜਨਮਦਾ ਹੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਫੈਲਦਾ ਅੰਬਰ ਤੇ ਛਾ ਰਿਹਾ ਹੈ
-0-
ਸਾਗਰ ਦਾ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਨਦੀਆਂ ਦਾ ਹਵਾਵਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਪਹਾੜਾਂ ਦਾ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਮੌਸਮ ਦਾ ਬਹਾਰਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਸਮੇਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਖ਼ੁਦਾ ਦਾ ਖ਼ੁਦਾਈ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਮੁਹੱਬਤ ਦਾ ਨਫ਼ਰਤ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਮਿਲਣ ਦਾ ਜੁਦਾਈ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
-0-
ਸ਼ੋਰ ਦਾ ਦੌਰ
ਜੋ ਕੰਨਾਂ 'ਚ ਲੋਹੇ ਵਾਂਗ ਢਲ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਬਲ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਸ਼ਬਦ ਬਿਨ ਅਰਥ ਬਿਨ
ਜ਼ੀਵਨ ਦੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਢਲ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਸ਼ੋਰ 'ਚ ਗੁਆਚਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਸੁਰ ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਹੈ
ਸ਼ੋਰ 'ਚ਼ ਖਿੱਲਰ ਗਿਆ ਹੈ, ਸ਼ੋਰ 'ਚ ਰੁਕ ਗਿਆ ਹੈ
ਸ਼ੋਰ 'ਚ ਡੁੱਲ੍ਹ ਗਿਆ ਹੈ
-0-
ਸੁਰ ਸ਼ੋਰ ਸਾਜ਼ ਸ਼ੋਰ
ਸ਼ਬਦ ਅਰਥ ਤੇ ਅਵਾਜ਼ ਸ਼ੋਰ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਰਾਜ ਸ਼ੋਰ
-0-
ਸ਼ੋਰ ਦੇ ਬੱਦਲਾਂ 'ਚੋਂ ਸ਼ੋਰ ਵਰ੍ਹ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਜ਼ੱਰੇ ਜ਼ੱਰੇ 'ਚ ਸ਼ੋਰ ਪਲ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਸ਼ੋਰ ਖਲਾਅ 'ਚ ਫੈਲਦਾਂ ਹੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ
ਘੋਲ ਘੋਲ ਪੀ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਸ਼ੋਰ ਦੀ ਮੌਤ ਮਰ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਸ਼ੋਰ ਜੀਅ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਮਨੁੱਖ ਵਿਚਲੇ ਸ਼ੋਰ ਤੇ ਖਲਬਲੀ ਨੇ
ਮਨੁੱਖ ਵਿਚਲੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਸੁਰ ਮਾਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ੋਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸ਼ੋਰ ਦੀ ਸੋਚਣੀ
ਉਤਾਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ 'ਚੋਂ ਮਨੁੱਖਤਾ ਨਿਚੋੜ ਦਿੱਤੀ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਕਾਦਰ ਦੀ ਇਕਾਈ ਤੋੜ ਦਿੱਤੀ ਹੈ
ਰੋੜ ਕੇ ਲੈ ਗਿਆ ਹੈ ਸ਼ੋਰ
ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ
ਆਪਣੇ 'ਚ ਲਪੇਟਿਆ ਹੈ ਸ਼ੋਰ ਨੇ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਗੋਂਦ ਨੂੰ
-0-
ਵਾਣੀ ਸ਼ੋਰ ਧਰਮ ਸ਼ੋਰ,
ਕਰਮ ਸ਼ੋਰ, ਭਰਮ ਸ਼ੋਰ,
ਸੜਕੀ ਸ਼ੋਰ, ਬਜ਼ਾਰੀ ਸ਼ੋਰ,
ਮੰਦਰੀ ਸ਼ੋਰ, ਮਸੀਤੀ ਸ਼ੋਰ,
ਸਰਕਾਰੀ ਸ਼ੋਰ, ਦਰਬਾਰੀ ਸ਼ੋਰ,
ਸ਼ੋਰ ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਬੰਦੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਲੈ ਗਿਆ
ਸ਼ੋਰ 'ਚ ਜਨਮਿਆ ਬੰਦਾ
ਸ਼ੋਰ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
-0-
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤ ਨਦੀ ਪੱਥਰਾ ਗਈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਨਦੀ ਨੂੰ ਇਕੱਲਤਾ ਖਾ ਗਈ
ਨਦੀ ਦਾ ਜਲ ਸੁੱਕ ਗਿਆ ਜੀਵਨ ਪੱਥਰ ਹੋ ਗਿਆ
ਜੀਵਨ ਦੇ ਸੰਗੀਤ 'ਚ ਸ਼ੋਰ ਬੋਇਆ ਗਿਆ
ਨਦੀ
ਨਦੀ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ 'ਤੇ ਸਭ ਜੀਆ ਜੰਤ ਸ਼ੋਰ ਹੋ ਗਏ
ਸ਼ੋਰ ਦੇ ਵਾਵਿਰੋਲੇ
ਜਮੀਂ ਤੋਂ ਅੰਬਰ ਜਿੱਡੇ ਉਚੇਰੇ ਹੋ ਗਏ
ਬਿੰਦੂਆਂ ਤੋਂ ਫੈਲ ਕੇ ਦਾਇਰੇ ਵਡੇਰੇ ਹੋ ਗਏ
ਹੋ ਗਈਆਂ ਲੰਮੀਆਂ ਰਾਤਾਂ ਕਾਲੇ ਸਵੇਰੇ ਹੋ ਗਏ
ਧਰਤੀ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਉਬਲੀ ਅੰਬਰ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਹੋ ਗਏ
-0-

ਆਦਮੀ ਨਾ ਸ਼ਬਦ ਨਾ ਅਰਥ ਬਣ ਸਕਿਆ
ਨਾ ਸੁਰ ਨਾ ਅਵਾਜ਼ ਬਣ ਸਕਿਆ
ਨਾ ਗੀਤ ਨਾ ਸਾਜ ਬਣ ਸਕਿਆ
ਸਿਰਫ ਇਕ ਸ਼ੋਰ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਸ਼ੋਰ 'ਚੋਂ ਸ਼ਬਦ ਅਰਥ ਮਨਫੀ ਹੈ
ਸੁਰ ਸਾਜ ਮਨਫੀ ਹੈ
ਧੁੰਨ ਮਨਫੀ ਹੈ ਰਾਗ ਮਨਫੀ ਹੈ
–0–
ਇਕ ਅਵਾਜ਼ ਦਿਸ਼ਾ ਰਹਿਤ
ਨਿਰਹੋਂਦ ਹੈ
ਨਾ ਕੋਈ ਉਸ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ ਨਾ ਛੱਜਰ ਹੈ
ਨਾ ਕੋਈ ਉਸ ਦੀ ਗੋਂਦ ਹੈ
–0–
ਸ਼ੋਰ ਚੀਕ ਚਿਹਾੜੇ ਦਾ ਵਜੂਦ ਹੈ
ਨਾ ਸ਼ਬਦ ਹੈ ਨਾ ਅਰਥ ਹੈ ਨਾ ਹੋਂਦ ਹੈ
ਨਾ ਉਸ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੈ
ਨਾ ਉਸ ਦੀ ਧਰਤ ਹੈ ਨਾ ਉਸ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਹੈ
–0–
ਸ਼ੋਰ ਦੀ ਕੁੱਖ ਬਾਂਝ ਹੈ
ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਜਨਮ ਸਕਦੀ ਨਹੀਂ
ਕੁਝ ਵੀ ਸਿਰਜ ਸਕਦੀ ਨਹੀਂ
ਇਕ ਆਹੋਂਦ ਹੈ
ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਵਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਅਕਾਰ ਨਹੀਂ
ਪੁੱਠੇ ਪੈਰਾਂ ਦਾ ਸਫਰ ਹੈ
ਇਕ ਕਬਰ ਦਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਕੰਧਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰਨ ਦਾ ਭਰਮ ਹੈ।
–0–

ਖੋਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ

ਇਸ ਖੋਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਸੰਸਾਰ ਹੈ
ਬਾਹਰ ਵੀ ਸੰਸਾਰ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਇਸ ਖੋਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੀ ਹੈ ਬਾਹਰ ਵੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਇਸ ਦੇ ਆਰ ਵੀ ਹੈ ਪਾਰ ਵੀ ਹੈ

-0-

ਖੋਲ ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ
ਅੱਗਾਂ ਬਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ
ਤੂਫ਼ਾਨ ਉੱਠ ਰਹੇ ਹਨ
ਤੇਜ ਹਨ੍ਹੇਰੀਆਂ ਵਗ ਰਹੀਆਂ ਹਨ
ਜੀਆ ਜੰਤ ਕੁਰਲਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਜੰਗਲ ਦੀ ਅੱਗ 'ਚ ਪੰਛੀ ਝੁਲਸ ਰਹੇ ਹਨ ਸੜ ਰਹੇ ਹਨ

-0-

ਧੂਏਂ ਦੇ ਬੱਦਲਾਂ 'ਚ ਅੰਬਰ ਛੁੱਪ ਗਿਆ ਹੈ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਰੁਕ ਗਿਆ ਹੈ
ਪਹਾੜ ਭੁਰ ਰਹੇ ਹਨ ਸਾਗਰ ਸੁੱਕ ਰਹੇ ਹਨ
ਹਰਿਆਵਲ ਸੁਆਹ ਦਾ ਢੇਰ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ

-0-

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਜਨਬੀ ਤੇ ਪਰਾਈ ਹੋ ਗਈ ਹੈ
ਆਦਮੀ 'ਚੋਂ ਜੀਵਨ ਮਨਫੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਆਦਮੀ ਆਪਣੀ ਲਾਸ਼ ਉਠਾਈ ਘੁੰਮ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕਰਮਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਮੁੜ ਚੁੰਮ ਰਿਹਾ ਹੈ

-0-

ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ
ਨਫ਼ਰਤ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਅਪਮਾਨ ਤੇ
ਅਜਨਬੀਪਣ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤੇ ਸੜ ਕੇ ਸੁਆਹ ਹੋ ਗਏ ਹਨ
ਅੱਗ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਅੰਬਰ ਛੋਅ ਰਹੇ ਹਨ
ਘਮਸਾਨ ਯੁੱਧ ਚਲ ਰਹੇ ਹਨ
ਬੰਦੇ ਤੋਂ ਬੰਦੇ ਦੀ ਖਲ ਉਤਾਰ ਰਹੇ ਹਨ
ਤਾਰੇ ਛੁੱਪ ਗਏ ਹਨ
ਚੰਨ ਤੇ ਸੂਰਜ ਅਲੋਪ ਹੋ ਗਏ ਹਨ
ਮੰਦਰਾਂ ਤੇ ਮਸਜਿਦਾਂ 'ਚ ਚੁੱਪ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ
ਘਰ ਮਕਾਨ ਦੀ ਥਾਂ ਕਬਰਾਂ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਏ ਹਨ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਮੌਤ ਦੇ ਫਰਿਸ਼ਤੇ ਬਹਿ ਗਏ ਹਨ
ਧਰਤੀ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਝੁਲਸਿਆ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਦੀ ਹਿੱਕ 'ਤੇ ਦਰਿਆ ਅਗਣ ਦੇ ਵਹਿ ਰਹੇ ਹਨ

-0-

ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ ਕੋਇਲੇ ਹੋ ਗਈ ਹੈ
ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਬੋਲ ਬੋਲੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ
ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ ਬੜੀ ਉਦਾਸ ਹੈ
ਚੁੱਪ ਇਕੱਲਤਾ ਉਦਾਸੀ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਅਸ਼ਾਂਤੀ
ਤੇ ਅਜੀਵਨਤਾ ਹੀ ਇਸ ਦੇ ਪਾਸ ਹੈ
ਨਾ ਇਸ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਣ ਹੈ ਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਾ ਜਾਨ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਟਿਕੀ ਮੌਤ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਆਪਣੀ ਹੀ ਬੁਝ ਰਹੀ ਜੋਤ ਹੈ
ਕੋਈ ਮੰਜ਼ਿਲ ਨਹੀਂ ਕੋਈ ਰਾਹ ਨਹੀਂ
ਮਨੁੱਖ 'ਚ ਸ਼ਕਤੀ ਨਹੀਂ, ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ ਦਾ ਅਥਾਹ ਨਹੀਂ

-0-

ਖੋਲ 'ਚ ਆ ਵੱਸਿਆ ਹੈ
ਕੋਹਜਾ ਸੰਸਾਰ ਬੁੱਸਿਆ ਜੀਵਨ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਪਲ ਪਲ ਨਹੀਂ ਜਿਥੇ ਬਹਾਲ
ਇਸ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿ ਸਕੇਗਾ ਮਨੁੱਖ
ਕਿਵੇਂ ਸਾਹ ਲੈ ਸਕੇਗਾ ਮਨੁੱਖ
ਅੰਦਰ ਵਗਦੀਆਂ ਜ਼ਹਿਰੀਲੀਆਂ ਨਦੀਆਂ ਦਾ ਜਲ
ਕਿਵੇਂ ਪੀ ਸਕੇਗਾ ਮਨੁੱਖ

-0-

ਆਪਣੇ ਖੋਲ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਤੋਂ ਉਤਾਰ
ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਨਿੱਚੋੜ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਾਹਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜ
ਸੁਣ ਬੱਦਲਾਂ ਦੀ ਗਰਜ, ਸਾਗਰ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਜੰਗਲ 'ਚ ਪੰਛੀਆਂ ਦਾ ਚੀਕ ਚਿਹਾੜਾ, ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ
ਰੁੱਖਾਂ 'ਚ ਚਲਦਾ ਲਹੂ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਰੰਗ ਖੁਸ਼ਬੂਆਂ ਦੇ ਦੌਰ
ਤੱਕ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਖੇਡਦੀ ਨੱਚਦੀ ਟੱਪਦੀ ਨੁਹਾਰ
ਆਪਣੇ ਖੋਲ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਤੋਂ ਉਤਾਰ

-0-

ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਆਸਮਾਨ 'ਚ ਭਰ ਉਡਾਰੀਆਂ
ਤਹਿ ਕਰ ਨਜ਼ਰਾਂ 'ਚ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਉਸਾਰੀਆਂ
ਨਿਰਮਲ ਹੋ, ਨਦੀਆਂ ਦੇ ਸੁੱਚੇ ਜਲ 'ਚ ਲਾ ਲਾ ਕੇ ਤਾਰੀਆਂ
ਖੋਲ ਆਪਣੇ ਜ਼ਿਸਮ ਦੇ ਬੂਹੇ ਤੇ ਬਾਰੀਆਂ
ਨਜ਼ਰਾਂ ਤੋਂ ਲਾ ਕੇ ਸੁੱਟ ਕੇ ਨਜ਼ਰਾਂ ਉਦਾਰੀਆਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ ਉਡਣ ਦੀਆਂ ਕਰ ਤਿਆਰੀਆਂ
ਤੇਰੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਛੋਹ ਲਈ ਨੇ ਰਾਹ ਤਰਸਦੇ
ਤੇਰੀ ਭਾਲ 'ਚ ਨੇ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਵਿਚਾਰੀਆਂ
—0—
ਬਾਹਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਜਿਉਂਦੀ
ਮਨੁੱਖ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਸਾਂਝ ਹੈ
ਬਾਹਰ ਮੌਸਮ ਬਹਾਰਾਂ ਤੇ ਰੌਣਕਾਂ
ਦੇ ਗੀਤ ਗੂੰਜਦੇ
ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹਨ੍ਹੇਰੀ ਅੰਨ੍ਹੀ ਤੇ ਬਾਂਝ ਹੈ
—0—
ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਕੇ ਵੇਖ
ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਕਾਦਰ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ
ਰੁੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਬਾਹਾਂ 'ਚ ਖੇਡਦੇ ਮੌਸਮ
ਫੁੱਲਾਂ ਦੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ 'ਤੇ ਨੱਚਦੀ ਬਹਾਰ
ਜਿਉਂਦੀ ਜਾਗਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਜਿਉਂਦਾ ਜਾਗਦਾ ਸੰਸਾਰ
—0—
ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ ਪਹਿਚਾਣ
ਆਪਣੇ ਖੰਭਾਂ 'ਚ ਭਰ ਸਾਹ ਪਰਵਾਜ ਦੇ
ਹੌਂਸਲਾ ਦ੍ਰਿੜ੍ਹਤਾ ਤੇ ਮੰਜ਼ਿਲ ਦੀ ਭਾਵਨਾ
ਆਪਣੀ ਧੁੰਨੀ 'ਚੋਂ ਜਗਾ
ਸਫਰ ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਵਸਾ
ਆਪਣੇ ਖੋਲ 'ਚੋਂ ਚੁੰਗੀ ਭਰ
ਆਪਣੇ ਅਖੋਲ ਤੱਕ ਅੱਪੜ ਜਾ
ਜਿੱਥੇ ਤੇਰਾ ਜੀਵਨ ਹੈ ਤੇਰਾ ਪ੍ਰਾਣ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਧਰਤ ਹੈ ਤੇਰਾ ਆਸਮਾਨ ਹੈ
ਤੇਰਾ ਜਿਸਮ ਤੇਰੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ
ਤੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਹੀ ਤੇਰਾ ਦਰਪਣ ਤੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੈ
—0—

ਜਿਥੇ ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਹ ਥਾਂ ਤੇਰਾ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਡੇਰਾ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਆਸਮਾਨ ਤਾਰਕਾਮੰਡਲ ਚੰਨ ਸੂਰਜ ਤੇਰਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਦਰਪਣ 'ਚ ਤੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚ ਹੀ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਵੱਸੇਂਰਾ ਹੈ
ਉਥੇ ਰਾਤ. ਤੇਰੀ ਹੈ ਦਿਨ ਤੇਰਾ ਹੈ
ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਸਵੇਰਾ ਹੈ
ਕਿਰਨਾਂ ਦ਼ੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ. ਸੂਰਜਾਂ ਦਾ ਡੇਰਾ ਹੈ।
–0–

ਪੁਸਤਕਾਂ

- ਤੀਸਰੀ ਅੱਖ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)
- ਮਿੱਟੀ 'ਚ ਉੱਕਰੇ ਅੱਖਰ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)
- ਸ਼ੂਨਯ-ਬੋਧ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)
- ਆਪੇ-ਬੋਲ-ਸ੍ਰੋਤ (ਲੰਬੀ ਕਵਿਤਾ)
- ਰੁੱਖ ਤੇ ਜੰਗਲ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)
- ਗਗਨ ਮੈਂ ਥਾਲੁ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)
- ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿਚਲਾ ਸੂਰਜਾ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)

ਛਪਣ ਹਿੱਤ ਤਿਆਰ

- ਤੁਪਕਾ ਤੁਪਕਾ ਸੂਰਜ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)
- ਮੁੜ੍ਹਕੋ ਮੁੜ੍ਹਕੀ ਪੌਣ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)
- ਕਿਵ ਸੱਚਿਆਰਾ ਹੋਈਏ (ਨਾਟਕ)

ਰੰਗਿਆ ਗਿਆ
ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਰੰਗ 'ਚ
ਆਪਾ ਚਾਨਣ ਜਾਪੇ
ਇਸ ਮਿੱਟੀ ਦਾ ਜ਼ੱਰਾ ਜ਼ੱਰਾ
ਤੂੰ ਹੀ ਤੂੰ ਅਲਾਪੇਂ
ਮਿਟ ਗਈਆਂ ਨੇ ਵਿੱਥਾਂ ਸਭੇ
ਹਰ ਕੋਈ ਆਪਣਾ ਜਾਪੇ
ਇਸ ਮਿੱਟੀ ਚੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਇਆ
ਮੇਰਾ ਆਪਾ ਆਪੇ
ਇਸ ਆਪੇ 'ਚ ਤੂੰ ਹੀ ਤੂੰ ਹੈਂ
ਤੇਰਾ ਸਭ ਪਸਾਰਾ
ਪਿੰਡਾਂ 'ਚੋਂ ਤੂੰ ਸ਼ਹਿਰ ਉਗਾਏ
ਸ਼ਹਿਰਾਂ 'ਚੋਂ ਸੰਸਾਰਾ

-ਆਪੇ ਬੋਲ ਸ੍ਰੋਤ

ਕੁਕਨਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ, ਜਲੰਧਰ