ਗਗਨ ਮੈਂ ਥਾਲੁ

ਚਰਨ ਸਿੰਘ

ਗ਼ਗਨ ਮੈਂ ਥਾਲੁ

(ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)

ਇਸੇ 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
- ਰੁੱਖ ਤੇ ਜੰਗਲ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) 2008
- ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿਚਲਾ ਸੂਰਜ (ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ) 2008

ਗਗਨ ਮੈਂ ਥਾਲੁ

(ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ)

ਚਰਨ ਸਿੰਘ

ਕੁਕਨੁਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ
ਜਲੰਧਰ

Gagan Mein Thall (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

ਕੁਕਨੂਸ 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, ਜਲੰਧਰ

ਛਾਪਕ : ਬਿਮਲ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਏਜੰਸੀ, ਜਲੰਧਰ

ਟਾਈਪ ਸੈਟਿੰਗ : ਸ਼ਿਖਾ ਕੰਪਿਊਟਰ ਜਲੰਧਰ

ਮੁੱਲ : 125/- ਰੁਪਏ

ਆਪਣੀ ਮਾਂ
ਸੰਤ ਕੌਰ ਵਿਰਦੀ
ਦੇ ਨਾਮ

ਤਤਕਰਾ

- ਰਿਸ਼ਤੇ ਤੇ ਕੰਧਾਂ 7
- ਅਰਮਾਨ ਤੇ ਯਾਦਾਂ 11
- ਮੈਂ 'ਚ ਗੁਆਚਾ 15
- ਯੁੱਧ ਸ਼ਿਕਸਤ ਦੇ ਵਿਜੈ 19
- ਰੁੱਖ ਤੇ ਸਮਾਧੀ 24
- ਸ਼ਨਾਖਤ 27
- ਸਿੱਧ-ਪੁੱਠ 32
- ਨਵੀਆਂ ਧਰਤੀਆਂ 36
- ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ 42
- ਪੱਤਝੜ 'ਚੋਂ ਉੱਗੀ ਬਹਾਰ 47
- ਰਿਸ਼ਤੇ 52
- ਸਿਲਸਿਲੇ 56
- ਕਰੋਧ ਤੇ ਮੈਂ 59
- ਸੱਖਣਾਪਣ 64
- ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਸੱਚ 67
- ਜ਼ੀਰੋ ਤੋਂ ਜ਼ੀਰੋ ਤੱਕ 70
- ਦਿਨ-ਰਾਤ 75
- ਬੰਦਸ਼ 79
- ਅੰਦਰਲਾ ਜਾਨਵਰ 83
- ਚੱਪਾਂ ਧਰਤੀ ਚੱਪਾ ਆਸਮਾਨ 88
- ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਤੇ ਮੈਂ 93
- ਮੌਤ ਰਹਿਤ 97
- ਜਿੱਤ-ਹਾਰ 99
- ਜਗਿਆਸਾ 105
- ਤਿੰਨ ਰੰਗ 110
- ਪੂਰਨ ਸੁਤੰਤਰਤਾ 116

ਰਿਸ਼ਤੇ ਤੇ ਕੰਧਾਂ

ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਸਭ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ 'ਚ ਸਾਂ
ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਉਹਨਾਂ 'ਚੋਂ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਸੀ
ਮੈਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਢੇਰ 'ਤੇ ਖੜਾ
ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ 'ਚੋਂ ਆਪਣਾ
ਰਿਸ਼ਤਾ ਭਾਲ ਰਿਹਾ ਸਾਂ
ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨਫ਼ਰਤ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰ
'ਚ ਉਤਾਰ ਰਿਹਾ ਸਾਂ
ਮੈਂ ਮੁਰਦਾ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ
ਗ਼ਮ ਸਹਾਰ ਰਿਹਾ ਸਾਂ
ਜਿਉਂਦੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਤੋਂ ਉਤਾਰ ਰਿਹਾ ਸਾਂ।

–0–

ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਬੁਣਿਆ ਜਾਲ ਕੱਟਣ ਲਈ
ਮੈਂ ਕਈ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਉਤਰਿਆ
ਲਹੂ ਲੋਹਾਣ ਹੋ ਗਏ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ
ਲਹੂ ਦਾ ਦਰਿਆ ਫੁੱਟਿਆ
ਪਰ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਬੁਣਿਆ ਜਾਲ ਨਾ ਟੁੱਟਿਆ।

–0–

ਜਾਲ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਵਾਜ਼ ਤੋਂ ਉੱਚੇਰਾ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਹੌਂਸਲੇ, ਦ੍ਰਿੜ੍ਹਤਾ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੋਂ
ਲੰਮੇਰਾ ਸੀ
ਬਾਹਰ ਕਾਫਲੇ ਸਨ, ਸੂਰਜਾਂ ਦੇ ਤੁਰ ਰਹੇ
ਮੇਰੇ ਜਾਲ 'ਚ
ਮੇਰਾ ਆਪਣਾ ਵੱਸਦਾ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਸੀ।

–0–

ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਉੱਡਣਾ ਆਪਣਾ
ਆਪ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਕਰਨਾ ਸੀ
ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਸੂਲੀ 'ਤੇ ਟੰਗਣਾ ਸੀ
ਆਪਣਾ ਮੂੰਹ ਲਹੂ 'ਚ ਰੰਗਣਾ ਸੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੋਂ ਮੌਤ ਮੰਗਣਾ ਸੀ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਮੋਹ
ਦਿਨ ਰਾਤ ਦੇਹ ਨੂੰ ਖਾਂਦਾ ਰਿਹਾ
ਮੇਰੀ ਹਸਤੀ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਮਿਟਾਂਦਾ ਰਿਹਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਭੁੱਲਦਾ ਗਿਆ
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ
ਮੋਹ ਦਾ ਜੰਗਲ ਉੱਗਦਾ ਗਿਆ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਕਦੀ ਸੀ ਬੀਜਦਾ ਮੈਨੂੰ
ਕਦੀ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਗਿਆ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਰਸਤਾ ਭੁੱਲ ਕੇ
ਉਸ ਦੇ ਰਾਹ ਪਿਆ
ਜਿੱਥੇ ਨਾ ਕੋਈ ਹੋਂਦ ਮੇਰੀ ਸੀ
ਨਾ ਪਹਿਚਾਣ ਮੇਰੀ ਸੀ
ਨਾ ਸਾਹ ਮੇਰੇ ਸਨ ਨਾ ਜਾਨ ਮੇਰੀ ਸੀ।
-0-
ਨਾ ਮੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਸੀ
ਨਾ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਸੀ
ਮੈਨੂੰ ਘੇਰਿਆ
ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਤੇ ਲੋਭ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ
ਜੋ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਜਨਮੇ
ਤੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਪਾਲੇ ਸੀ।
-0-
ਇਹ ਕੀੜੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ
ਮੇਰਾ ਅੰਗ ਅੰਗ ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਹੀ ਘਰ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਕਰ ਗਏ
ਮੈਂ ਦੀਵੇ ਜੋ ਬਾਲੇ ਸੀ।
-0-

ਮੈਂ ਇਹਨਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਹੋ ਕੇ ਮਰ ਗਿਆ
ਪਰ ਜੀਅ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਵਗ ਰਹੀ
ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਧਾਰਾ ਪੀਅ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਆਪਣੇ 'ਚ ਆਪਾ ਬੀਜ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਆਪਣੇ 'ਚੋਂ ਆਪਾ ਉੱਗਾ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਮੋਹ 'ਚ
ਜੀਵਨ ਸੱਚ ਹੰਢਾ ਨਾ ਸਕਿਆ।
-0-
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਜਾਲ 'ਚ ਮੈਂ ਤੜਫਿਆ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਜਾਲ ਆਪਣੀ ਜੀਭ 'ਤੇ ਮੈਂ ਪਾ ਲਿਆ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਜਾਣੇ ਬਿਨਾਂ ਹੀ ਮਰ ਗਿਆ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਕਰਜ ਆਪਣੇ ਹੀ ਸਿਰ ਧਰ ਗਿਆ
ਮੈਂ ਉਹ ਬੱਦਲ ਹਾਂ
ਜੋ ਆਪਣੀ ਧਰਤੀ 'ਚੋਂ ਉੱਠਿਆ
ਆਪਣਾ ਆਸਮਾਨ ਛੋਹਿਆ
ਆਪਣੇ ਹੀ ਜਿਸਮ ਉੱਤੇ ਵਰ੍ਹ ਗਿਆ।
-0-
ਨਾ ਅੰਬਰ 'ਚ ਹੀ ਮੈਂ ਭਰੀਆਂ ਉਡਾਰੀਆਂ
ਨਾ ਦਰਿਆਵਾਂ ਸਾਗਰਾਂ ਨਦੀਆਂ 'ਚ ਹੀ
ਲਾਈਆਂ ਤਾਰੀਆਂ
ਨਾ ਕੁਦਰਤ 'ਚ ਦਮ ਮੈਂ ਭਰਿਆ
ਨਾ ਧਰਤ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਹੀ ਜਾਣੀ
ਨਾ ਹਵਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੀ ਹੋਇਆ
ਨਾ ਸੂਰਜ ਨਾ ਚੰਨ ਨਾ ਤਾਰੇ
ਨਾ ਖ਼ੁਦਾਈ ਨਾ ਖ਼ੁਦਾ ਦਾ ਪਾਸ ਹੀ ਹੋਇਆ
ਮੈਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਹੋ ਗਿਆ
ਕੋਈ ਵੀ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮੇਰਾ ਹਮਰਾਜ਼ ਨਾ ਹੋਇਆ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ
ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਉੱਚੀਆਂ ਉਸਾਰੀਆਂ
ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਬੀਜਿਆ ਦੁਆਲੇ
ਚੁੱਪਾਂ ਤੇ ਅਗਤੀਆਂ ਖਿਲਾਰੀਆਂ।

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਤੋਂ
ਤੂੰ ਤੱਕ ਜਾਅ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ
ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ 'ਚ ਤੜਪਿਆ
ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਕੰਧਾਂ ਤੋਂ
ਉੱਚਾ ਉੱਠਾ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਆਪਾ ਭੁੱਲ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਆਪਾ ਪਾਅ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਮੈਂ ਉੱਠ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਕੋਲੋਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੱਕ ਵੀ ਆ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ 'ਚ
ਘਿਰਿਆ ਮਰ ਗਿਆ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਉੱਚੇਰਾ ਸੱਚ ਪਾ ਨਾ ਸਕਿਆ।
-0-

ਅਰਮਾਨ ਤੇ ਯਾਦਾਂ

ਗਮੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਯਾਦਾਂ 'ਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ
ਉਹਨਾਂ ਅਰਮਾਨਾਂ 'ਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
ਜੋ ਯਾਦਾਂ 'ਚ ਵਿਚਰਦੇ ਹਨ
ਤਪਦੇ ਹਨ ਠਰਦੇ ਹਨ
ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਰਦੇ ਹਨ।

-0-

ਯਾਦਾਂ ਦੇ ਕਾਫਲੇ
ਇਕ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਉਤਰਦੇ ਹਨ
ਇਕ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਦੇ ਹਨ
ਗੱਡੀ ਚਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
ਕਾਫਲੇ ਤੁਰਦੇ ਤੇ ਰੁਕਦੇ ਹਨ
ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਗਮੀ ਦੀ ਮਹਿਕ ਖਿਲਾਰਦੇ ਹਨ
ਅਰਮਾਨਾਂ 'ਚ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ
ਅੱਖੀਆਂ 'ਚੋਂ ਡੁੱਲ੍ਹਦੇ ਹਨ, ਦਿਲ 'ਚ ਉਤਰਦੇ ਹਨ

-0-

ਯਾਦਾਂ ਦੇ ਕਾਫਲੇ ਜਿਉਂਦੀ ਸੋਚ 'ਚ
ਮੌਸਮ, ਬਹਾਰਾਂ, ਪੱਤਝੜਾਂ, ਰੌਣਕਾਂ
ਵੀਰਾਨੀਆਂ ਬੀਜਦੇ ਹਨ, ਖ਼ੁਸ਼ੀ 'ਚ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਸੰਗ
ਗ਼ਮ 'ਚ ਗ਼ਮ ਸੰਗ ਪਸੀਜਦੇ ਹਨ।

-0-

ਸੋਚ 'ਚ ਛੱਡ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚੋਂ ਹੋਇਆ ਮਨਫੀ ਸਮਾਂ
ਬੀਜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
ਰਿਸ਼ਤੇ ਪਿਆਰ ਗੁਸੇ ਗਿਲਿਆਂ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ
ਗੁਜ਼ਰਿਆ ਪਲਾਂ ਦਾ ਪਾਸ, ਮੋੜਦੇ ਨੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਵਾਗ
ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਨੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਗ਼ਮੀਆਂ ਦੇ ਦੁਆਰ
ਵਰਤਮਾਨ 'ਚ ਭੂਤ ਜਗਾ ਜਾਂਦੇ ਨੇ
ਕਬਰਾਂ 'ਚ ਸੁੱਤੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉੱਠਾ ਜਾਂਦੇ ਨੇ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਜਿਉਣਾ ਸਿੱਖਾ ਜਾਂਦੇ ਨੇ
ਮੌਜੂਦਾ ਦੇਹ 'ਚ ਚਾੜ੍ਹ ਕੇ ਸੂਰਜ
ਆਪਣੇ ਰਾਹ ਜਾਂਦੇ ਨੇ।

ਅਰਮਾਨ
ਜੋ ਯਾਦਾਂ ਦੇ ਕਾਫਲੇ ਲੈ
ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਤੱਕ ਤੁਰਦੇ ਨੇ
ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਦੇ ਪਰਦੇ 'ਤੇ ਵਿਚਰਦੇ ਨੇ
ਮੋਈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਰੰਗੀਨੀਆਂ
ਰੌਣਕਾਂ ਸਿਰਜਦੇ ਨੇ।
-0-
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਗੁਆਰੀ
ਤੇ ਰੌਸ਼ਨੀ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਂਦੇ ਨੇ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅੰਗ ਅੰਗ 'ਚ
ਸੂਰਜ ਚਾੜ੍ਹ ਦਿੰਦੇ ਨੇ
ਮਨੁੱਖਾ ਦੇਹ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਕਿਰਨਾਂ ਧਰ ਜਾਂਦੇ ਨੇ।
-0-
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਗਸਦੀ ਹੈ
ਆਪਾ ਪਹਿਚਾਣਦੀ ਹੈ
ਯਾਦਾਂ 'ਚ ਗੁੰਮ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਤੇ ਵਜੂਦ ਭਾਲਦੀ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਤੋਂ
ਭੂਤ ਵਰਤਮਾਨ ਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦਾ ਝੌਲਾ ਉਤਾਰਦੀ ਹੈ
ਨਿਰੰਤਰ ਵਹਿੰਦੀ ਹੈ ਆਦਿ ਅੰਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ
ਯਾਦਾਂ ਜੰਮਦੀ ਯਾਦਾਂ ਜਿਉਂਦੀ ਯਾਦਾਂ ਉਸਾਰਦੀ ਹੈ
ਟੱਪਦੀ ਹੱਦ ਆਪਣੇ ਹੀ ਆਰ ਪਾਰ ਦੀ ਹੈ।
-0-
ਅਕਾਰ ਰਹਿਤ ਹੋ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਗਦੀ ਹੈ ਪੌਣਾਂ ਦੇ ਵਾਂਗ
ਜਗਦੀ ਹੈ ਤੇਜ਼ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਸੋਚ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ
ਰੱਬੀ ਭੇਦ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਟਹਿਕਦੀ ਮਹਿਕਦੀ ਹਰਿਆਵਲ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
ਧਰਤ ਖੇਤ ਦੇ ਵਾਂਗੂ
ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਦੇ ਰੰਗ ਖਲੇਰਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ
ਸਵੇਰ ਦੇ ਵਾਂਗੂ,
ਜਗ ਮਗ ਜਗ ਮਗ ਕਰਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਤਾਰਿਆਂ ਭਰੀ ਅੰਬਰੀ ਚੰਗੇਰ ਦੇ ਵਾਂਗੂ।

ਅਰਮਾਨ ਜੋ ਯਾਦਾਂ ਜਿਉਂਦੇ ਨੇ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਫੱਟ ਸਿਉਂਦੇ ਨੇ
ਖੁਸ਼ੀਆਂ, ਮਹਿਕਾਂ, ਰੰਗ, ਫੁੱਲ, ਪੱਤੀਆਂ
ਮੌਸਮ ਬਹਾਰਾਂ ਦੇ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਅੰਬਾਰ ਲਾਉਂਦੇ ਨੇ
ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨੂੰ ਠੰਡਕ ਬਖਸ਼ਦੇ
ਸਾਗਰ ਦਰਿਆ ਨਦੀਆਂ ਨਾਲੇ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਗੀਤ ਗ਼ਾਉਂਦੇ ਨੇ।
-0-
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਚਾਨਣ ਦਾ ਹੜ੍ਹ ਆਉਂਦਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਮਨੁੱਖ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਚਾਨਣ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਚਾਨਣ ਬੀਜਦਾ ਚਾਨਣ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਯਾਦਾਂ ਜਿਉਂਦਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣਾ ਹੁਲਾਸ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਹੁਲਾਸ 'ਚੋਂ ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਧਰਤ ਦਾ ਰੱਬ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ।
-0-
ਯਾਦਾਂ 'ਚ ਜੋ ਅਰਮਾਨ ਮਰਦੇ ਹਨ
ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਤਲੀ ਤੇ ਸੋਗ ਧਰਦੇ ਹਨ
ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ 'ਚ ਵਿਰਲਾਪ ਤੇ ਬ੍ਰਿਹਾ ਜਗਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਆਪਾ ਫੂਕਦਾ ਤੇ ਆਪਣੀ ਹਸਤੀ ਮਿਟਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਆਪਾ ਮਿਟਾ ਕੇ, ਆਪਣਾ ਜਦ ਭੇਦ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਆਪਾ ਮਿਟਾਵਣ ਦਾ ਗੀਤ
ਸਾਗਰਾਂ ਦਰਿਆਵਾਂ ਧਰਤੀਆਂ ਨਦੀਆਂ
ਜੰਗਲਾਂ ਹਵਾਵਾਂ ਤੇ ਅੰਬਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।
ਯਾਦਾਂ 'ਚੋਂ ਅਰਮਾਨਾਂ ਦਾ ਸੋਗ
ਬੰਦੇ ਨੂੰ ਉਧੇੜਦਾ, ਖੋਲਦਾ, ਤੋਲਦਾ ਹੈ
ਬੰਦਾ ਆਪਣੇ ਹੀ ਸਾਵੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਇਆ
ਮਾਨਵ ਹੀ ਮਾਨਵ ਬੋਲਦਾ ਹੈ
ਮਾਨਵ 'ਚ ਵੱਸਦੇ ਚਾਨਣ ਦਾ ਦਰ ਖੋਲਦਾ ਹੈ
ਅੰਦਰਲਾ ਚਾਨਣ ਬਾਹਰਲੇ ਚਾਨਣ 'ਚ ਘੋਲਦਾ ਹੈ
ਬਾਹਰਲੇ ਚਾਨਣ 'ਚ ਘੁਲਿਆ
ਤੂੰ ਹੀ ਤੂੰ ਹੀ ਬੋਲਦਾ ਹੈ।

ਗ਼ਮੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਯਾਦਾਂ 'ਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ
ਉਹਨਾਂ ਅਰਮਾਨਾਂ 'ਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
ਜੋ ਯਾਦਾਂ 'ਚ ਵਿਚਰਦੇ ਹਨ
ਤਪਦੇ ਹਨ ਠਰਦੇ ਹਨ
ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਮਰਦੇ ਹਨ।
-0-

ਮੈਂ 'ਚ ਗੁਆਚਾ

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚ ਇੰਨਾ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਕਿ ਤੇਰੀ ਨੇਕੀ ਦਿਖਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ
ਤੇਰਾ ਅਹਿਸਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
ਤੇਰਾ ਬੜੱਪਣ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ
ਤੇਰੀ ਧੁੱਪ ਚੁਭਦੀ ਹੈ, ਤੇਰੀ ਛਾਂਅ ਦਾ ਪਾਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

-0-

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚ ਗੁਆਚਾ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਪ੍ਰਕਰਮਾ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਹੀ ਡੁੱਬਦਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਤਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਆਪਾ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ ਨਾਲ ਹੀ ਭਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਦੁਆਲੇ ਖਿਲਾਰਦਾ, ਮੈਂ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਧਰਦਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਦੀਵਾਰ, ਛੱਤ, ਬੂਹੇ ਬਾਰੀਆਂ
ਰੋਸ਼ਨਦਾਨ, ਖਿੜਕੀਆਂ 'ਚ ਵੱਸਿਆ
ਮੈਂ ਦਾ ਬਣ ਘਰ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਦਾ ਕਾਰਜ ਮੈਂ ਦਾ ਕਰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਦਾ ਬੀਜ ਜ਼ਰੇ ਜ਼ਰੇ 'ਚੋਂ ਉੱਗਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਜਿਸਮ ਰੂਹ ਚੇਤਨਤਾ 'ਚ
ਮੈਂ ਬੀਜਦਾ ਹੀ ਜਾਅ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।

-0-

ਮੈਂ ਦੇ ਜੰਗਲ 'ਚ ਉੱਗੇ ਰੁੱਖ ਮੇਰੇ ਹਨ
ਫੱਲ ਮੇਰੇ ਹਨ, ਪਿਆਸ ਮੇਰੀ ਹੈ ਜਲ ਮੇਰੇ ਹਨ
ਅੱਗਨ ਮੇਰੀ ਹੈ ਤੇਜ਼ ਮੇਰਾ ਹੈ
ਹਵਾ ਮੇਰੀ ਹੈ ਵੇਗ ਮੇਰਾ ਹੈ
ਧਰਤ ਮੇਰੀ ਹੈ ਸੁਗੰਧ ਮੇਰੀ ਹੈ
ਅਕਾਸ਼ ਮੇਰਾ ਹੈ ਗੂੰਜ ਮੇਰੀ ਹੈ
ਜਿਸਮ ਮੇਰਾ ਹੈ ਰੂਹ ਮੇਰੀ ਹੈ
ਮੈਂ ਮੇਰੀ ਹੈ ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਹੈ
ਮੈਂ, ਮੈਂ 'ਚ ਲਿਪਟਿਆ ਤੇ ਮੈਂ ਤੋਂ ਜਨਮਿਆਂ
ਜੀਵਨ ਜੀਅ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪ ਆਪੇ ਪਿੱਘਲਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪ ਆਪਾ ਪੀਅ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।

ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਬੀਜੀ ਮੈਂ ਦਾ ਕੱਦ
ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਲੰਮੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਵਾਜ਼ ਤੋਂ ਉੱਚੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਰਾਹਾਂ 'ਚ ਖਿਲਰ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।
-0-
ਮੇਰੀ ਚੇਤਨਤਾ 'ਚ ਐਸਾ ਫੈਲਿਆ ਹੈ
ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਐਸਾ ਘੁਲ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਜਿਸਮ ਮੇਰੀ ਰੂਹ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਹੈ
ਤੂੰ ਦਾ ਸੂਰਜ ਡੁੱਬ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਦਾ ਸਵੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।
-0-
ਇਸ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ
ਨਾ ਆਪਣਾ ਆਪ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਆਪਣੇ ਅੰਗ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ
ਨਾ ਆਪਣਾ ਲਹੂ ਦਿੱਸਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਲਹੂ ਦੇ ਰੰਗ ਦਿੱਸਦੇ ਹਨ
ਇੰਨਾ ਇਕੱਲਾ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਕਿ ਆਪਣੀ ਚੁੱਪ ਤੋੜਨ ਲਈ ਵੀ
ਸਾਥ ਛੱਡ ਗਏ ਨੇ ਬੋਲ
ਇਕੱਲਤਾ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਇਕੱਲਤਾ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰ ਹੀ ਹੈ ਬਸ ਮੇਰੇ ਕੋਲ
ਨਜ਼ਰ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਤੋਂ ਹਨ੍ਹੇਰ ਤੱਕ ਚਲਦੀ ਹੈ
ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਉਦੈ ਹੁੰਦੀ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਹੀ ਢਲਦੀ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਦਿਨ ਰਾਤ ਸੁਲਗਦੀ ਹੈ
ਅਵਾਰਾ ਪੌਣ ਵਾਂਗ ਘੁੰਮਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਕਿਤੇ ਠਹਿਰਦੀ ਹੈ
ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਤੈਰਦੀ ਤੈਰਦੀ ਥੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਸਾਥ ਛੱਡ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਹੋ ਅਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਗੁੰਮ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਰੱਖ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
-0-

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚੋਂ ਤੂੰ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣਦਾ
ਤਾਂ ਤੇਰੀ ਨੇਕੀ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ
ਤੇਰਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ
ਤੇਰੇ ਬੜਪਣ ਦੀ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ
ਤੇਰੀ ਧੁੱਪ ਦਾ ਤੇਰੀ ਛਾਂ ਦਾ ਪਾਸ ਹੁੰਦਾ।
-0-
ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ ਤੇ ਰੂਹ ਨੂੰ
ਮੇਰਾ ਆਪਣਾ ਚਾਨਣ ਹੀ ਰਾਸ ਹੁੰਦਾ
ਮੈਂ ਰੌਣਕ ਤੂੰ ਦੀ ਜਿਉਂਦਾ
ਨਾ ਸਾਹਾਂ ਤੱਕ ਉਦਾਸ ਹੁੰਦਾ
ਮੈਂ ਸਾਗਰ ਤੂੰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ
ਨਾ ਮੈਂ ਦੀ ਪਿਆਸ ਹੁੰਦਾ
ਮੈਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਮੰਜ਼ਿਲ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਆਸ ਹੁੰਦਾ
-0-
ਮੈਂ ਚੜ੍ਹਦਾ ਬਣ ਕੇ ਸੂਰਜ
ਤੂੰ ਦੇ ਗਗਨ 'ਤੇ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਸਾਹ ਭਰਦੀ
ਤੂੰ ਦੀ ਪੌਣ ਵਗਣ 'ਤੇ
ਸਾਗਰ 'ਚ ਲਹਿਰਾ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੁੰਦਾ
ਜੰਗਲ਼ ਝੂਮਦੇ ਮੇਰੀ ਲਗਨ ਤੇ
ਧਰਤੀ ਮਹਿਕਦੀ ਅਕਾਸ਼ ਗੂੰਜਦਾ
ਮੇਰੀ ਮੈਂ ਨੂੰ ਤੂੰ ਦੇ ਮਿਲਣ 'ਤੇ।
-0-
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਖਿਲਰਦੇ ਚਾਨਣ
ਮੱਥੇ 'ਚੋਂ ਜਨਮਦੇ ਸੂਰਜ
ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ
ਮੌਸਮ, ਬਹਾਰਾਂ, ਬਸੰਤ ਰੁੱਤਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੁੰਦਾ
ਅੰਬਰ ਤੇ ਬੱਦਲਾਂ ਦੀ ਛਾਂ ਹੁੰਦੀ
ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਨੱਚਦਾ ਦਿਲ ਦਾ ਮੋਰ ਹੁੰਦਾ।
-0-

ਮੈਂ ਸਹਿਰਾ ਦੀ ਚੁੱਪ ਹੁੰਦਾ
ਮੈਂ ਸਾਗਰ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੁੰਦਾ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚੋਂ ਜੇ ਤੂੰ ਨੂੰ ਜਾਣਦਾ
ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਹਾਂ ਨਾ ਹੁੰਦਾ
ਮੈਂ ਅੱਜ ਕੁਝ ਹੋਰ ਹੁੰਦਾ
ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਦਾ ਉਲਟ ਹੁੰਦਾ
ਚਾਨਣ ਦਾ ਘੋਰ ਹੁੰਦਾ
ਆਪਣੇ 'ਚ ਹੰਢਾਈ ਚੁੱਪ ਦਾ ਬੋਲ ਹੁੰਦਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਚੌਉਰ ਹੁੰਦਾ
ਮੈਂ ਹੁੰਦਾ ਰੱਬ ਦੀ ਰਹਿਮਤ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਬੋਲ ਹੁੰਦਾ
-0-

ਯੁੱਧ ਸ਼ਿਕਸ਼ਤ ਤੇ ਵਿਜੈ

ਮੈਂ ਯੁੱਧ ਹਾਂ ਯੁੱਧ ਭੂਮੀ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਵਿਪਰੀਤ ਸੈਨਾ ਦਾ ਸਾਗਰ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਹੀ ਸ਼ਿਕਸਤ ਦਾ ਦਰਿਆ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਹੀ ਵਿਜੈ ਦੀ ਗਾਗਰ ਹਾਂ
-0-
ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਬੱਦਲ ਬਣ ਕੇ
ਧਰਤੀ 'ਚੋਂ ਉੱਠਾ ਆਸਮਾਨ ਨੂੰ ਛੋਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ਕ ਦੇਹ ਸਹਿਰਾ 'ਤੇ ਵਰ੍ਹ ਜਾਵਾਂ
ਦੇਹ 'ਚ ਸੁੱਕ ਗਈ
ਸ਼ਾਂਤ ਨਦੀ ਨੂੰ ਭਰ ਜਾਵਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਡੁੱਬ ਕੇ ਤਰ ਜਾਵਾਂ
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਛਾਂ ਹੇਠ ਬੈਠਾ
ਪੱਥਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਰੁਕ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਪਹਾੜ ਵਾਂਗ ਖਲੋ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਕੋਈ ਵੀ ਰਾਹ ਕੋਈ ਵੀ ਦਿਸ਼ਾ
ਮੇਰੇ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ
ਕੋਈ ਵੀ ਮੌਸਮ ਕੋਈ ਵੀ ਬਹਾਰ
ਮੇਰੀ ਅੰਦਰਲੀ ਉਜਾੜ 'ਚ
ਝਾਤ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦੀ
-0-

ਨਾ ਕੋਈ ਬੱਦਲੀ
ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਦੀ ਬੰਜਰ ਜਿਮੀਂ 'ਤੇ ਵਰ੍ਹਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਹੀ ਕੁਦਰਤ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਹਰਿਆਵਲ ਧਰਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਹੀ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਾਗਰ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਉੱਠਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਹੀ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਬੰਨ੍ਹ ਟੁੱਟਦੇ ਹਨ
ਨਾ ਹੀ ਕੋਈ ਝਰਨਾ ਫੁੱਟਦਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ
ਤੇ ਸੂਰਜ ਵਿਚਾਲੇ ਆ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਦੇਹ ਤੋਂ ਸਾਏ ਤੱਕ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ
ਚਿੱਟੇ ਦਿਨ ਦਾ ਕਾਲਾ ਸਵੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਗਤੀ ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ ਜੀਅ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਗਤੀ ਰਹਿਤ ਮੇਰਾ ਚੁਫੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।
-0-
ਮੈਂ ਯੁੱਧ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ 'ਚ ਫੈਲੀ ਅਗਤੀ ਦੇ ਖਿਲਾਫ
ਅੰਦਰ ਸੁੱਕ ਗਈ ਸ਼ਾਂਤ ਨਦੀ ਦੇ ਖਿਲਾਫ
ਮੈਂ ਯੁੱਧ ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ
ਮੇਰਾ ਯੁੱਧ ਹੈ ਮੇਰੀ ਜੜ੍ਹ ਤੋਂ ਵਿਸਥਾਰ ਤੱਕ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਫੈਲੀ ਇਕੱਲਤਾ ਚੁੱਪ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਦੇ ਪਸਾਰ ਤੱਕ
ਮੈਂ ਠੰਡਾ ਕਰਨਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ 'ਚ ਉਬਲਦੇ ਆਪੇ ਦਾ ਉਬਾਲ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਉਤਰ 'ਚ ਉਤਾਰਨਾ ਹੈ ਆਪਣਾ ਸੁਆਲ
ਸੱਚ ਤੇ ਯਥਾਰਥ 'ਚ ਬਦਲਣਾ ਹੈ ਆਪਣਾ ਖਿਆਲ।
-0-
ਮੈਂ ਬਣਨਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਲਈ ਸੂਰਜਾਂ ਦੀ ਮਿਸਾਲ
ਆਪਣੀ ਚੁੱਪ 'ਚ ਬੀਜਣਾ ਹੈ ਸ਼ੋਰ
ਆਪਣੀ ਇਕੱਲਤਾ 'ਚ ਦੇਣੀ ਹੈ ਰੌਣਕ ਉਤਾਰ
ਨਿਕਲਨਾ ਹੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਭਾਲ 'ਚ
ਬੁੱਧੀ ਦੁਆਲੇ ਲਿਪਟਿਆ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਉਤਾਰ
ਜਨਮਨਾ ਹੈ ਆਪਣੇ ਬਿੰਦੂ 'ਚੋਂ
ਸਰਬ ਵਿਆਪਕਤਾ ਦਾ ਅਕਾਰ
ਜਗਨਾ ਹੈ ਸੂਰਜ ਬਣ ਕੇ, ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ।

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ ਲਈ
ਸਿਰਜਣੀ ਹੈ ਨਵੀਂ ਧਰਤੀ
ਸਿਰ ਲਈ ਹੈ ਸਿਰਜਣਾ ਨਵਾਂ ਆਸਮਾਨ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਲਈ
ਆਪਣਾ ਇਕ ਬੁੱਤ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ
ਘੜ ਕੇ ਆਪਣਾ ਹੀ ਬੁੱਤ
ਬੁੱਤ ਘਾੜਾਂ ਕਹਾਉਣਾ ਹੈ।
-0-
ਮਨੁੱਖ 'ਚੋਂ ਸਿਰਜਣੀ ਹੈ ਮਨੁੱਖਤਾ
ਮਨੁੱਖਤਾ 'ਚੋਂ ਵਿਸ਼ਵ ਦਾ ਨੂਰ ਉੱਗਾਉਣਾ ਹੈ
ਕਾਰਜ ਕਰਮ ਫੱਲ 'ਚ ਜਿਉਣਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ
ਤੇ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਕਰਤਾ ਕਹਾਉਣਾ ਹੈ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਅਗਤੀ 'ਚੋਂ
ਗਤੀ ਦਾ ਹੜ੍ਹ ਵਗਾਉਣਾ ਹੈ
ਬੁੱਧੀ 'ਚੋਂ ਸਿਰਜਣੀਆਂ ਹਨ
ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਰਾਹਾਂ ਤੇ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ
ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਸਫਰ ਉੱਗਾਉਣਾ ਹੈ
ਉਤਾਰ ਕੇ ਉੜਨੀ ਅਗਤੀ ਦੀ ਜਿਸਮ ਤੋਂ
ਗਤੀ ਦੀ ਤਹਿ ਤੱਕ ਜਾਣਾ ਹੈ
ਗਤੀ ਨੂੰ ਜਿਉਣਾ ਹੈ ਗਤੀ ਨੂੰ ਪਾਉਣਾ ਹੈ
ਗਤੀ 'ਚ ਗਤੀ ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੈ।
-0-
ਨਾ ਜੀਵਨ ਹੈ ਬੰਦਸ਼
ਨਾ ਮੌਤ ਦੀ ਹੱਦ ਹੈ ਜਿਥੇ
ਨਿਰੰਤਰ ਗਤੀ ਦੀ ਧਾਰਾ ਵਗਦੀ ਹੈ
ਆਦਿ ਅੰਤ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜਿਥੇ
ਉਹ ਮੇਰਾ ਠਿਕਾਣਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ ਉੱਠ ਕੇ
ਉਸ ਚਾਨਣ 'ਚ ਜਾਣਾ ਹੈ
-0-

ਮੈਂ ਲੜਨਾ ਹੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ
ਜਦ ਤੱਕ ਸਾਹ ਹਨ ਮੇਰੇ
ਜਦ ਤੱਕ ਜਿਸਮ 'ਚ ਨਵੀਂ ਰੂਹ ਫੂਕ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ
ਜਦ ਤੱਕ ਮਸਤਕ 'ਚ ਨਵੀਂ ਚੇਤਨਾ ਧਰ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ
ਜਦ ਤੱਕ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ
ਉਜਾਲਾ ਕਰ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ

ਸਾਉਣ ਦੀ ਝੜੀ ਵਾਂਗ ਜਦ ਤੱਕ
ਸਹਿਰਾ ਦੀ ਹਿੱਕ 'ਤੇ ਵਰ੍ਹ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਜ਼ਰੇ ਜ਼ਰੇ 'ਚ ਸੂਰਜ ਧਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ
ਰੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰਨਾ ਦਸ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ
ਪੱਥਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਅ ਪਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।
-0-
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ
ਤੇਰੇ ਤੱਕ ਦਾ ਖੋਲ੍ਹ ਦਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਵੱਸ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ
ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਰੂਹ ਦਾ ਹੋ ਘਰ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।
-0-
ਮੈਂ ਯੁੱਧ ਤੇ ਯੁੱਧ ਭੂਮੀ ਦਾ
ਵਜੂਦ ਤੇ ਅੰਤਰ ਜਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਆਪਣੇ ਵਿਪਰੀਤ ਤੇ ਪਖਸ਼ ਸੈਨਾ ਦੇ
ਚਿਹਰੇ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਮੈਂ ਸ਼ਿਕਸਤ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਫਤਿਹ ਮਾਨ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਜਦ ਤੱਕ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਵੱਸਦਾ
ਆਪਾ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਣਾ
ਯੁੱਧ ਭੂਮੀ ਸੈਨਾ ਸ਼ਿਕਸਤ ਤੇ ਫਤਿਹ
ਦਾ ਰੂਪ ਪਹਿਚਾਣ ਸਕਦਾ ਹਾਂ।
-0-

ਤੈਨੂੰ ਜਾਣਾਂ
ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬਿੰਦੂ ਤੇ ਤੇਰੇ ਸਰਬਵਿਆਪਕ
ਵਿਸਥਾਰ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਵੇਗਾ
ਬੀਜ 'ਚ ਰੁੱਖ ਵੱਸਦਾ ਹੈ ਰੁੱਖ 'ਚ ਬੀਜ ਵੱਸਦਾ ਹੈ
ਰੁੱਖ ਨੂੰ ਬੀਜ ਦਾ ਬੀਜ ਨੂੰ ਰੁੱਖ ਦਾ ਪਾਸ ਹੋਵੇਗਾ
-0-
ਯੁੱਧ ਮੇਰੀ ਹੀ ਚੇਤਨਤਾ ਹੈ
ਯੁੱਧ ਭੂਮੀ ਮੇਰੀ ਹੀ ਦੇਹ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ
ਵਿਪਰੀਤ ਤੇ ਪਖਸ਼ ਸੈਨਾ
ਮੇਰਾ ਸੰਕਲਪ ਹੈ ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ ਹੈ
ਸ਼ਿਕਸਤ ਤੇ ਫਤਿਹ
ਮਨ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ ਮਨ ਦੀ ਹਦੂਤ ਹੈ।
-0-
ਮੇਰੇ ਹੀ ਬੀਜ 'ਚ
ਤੂੰ ਦੇ ਰੁੱਖ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ
ਜੜ੍ਹਾਂ ਪਤਾਲਾਂ ਪਤਾਲ 'ਚ ਹਨ ਜਿਸ ਦੀਆਂ
ਸਿਰ ਰੁੱਖ ਦਾ ਅੰਬਰਾਂ ਦੇ ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ।
-0-
ਮੇਰੀ ਮੈਂ
ਜਦ ਮੈਂ ਦੀ ਸੂਲੀ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਜਾਏ
ਮਨ ਦੇ ਦਰਪਣ 'ਚ ਤੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਨਜ਼ਰ ਆਏ
ਮੇਰਾ ਸੱਖਣਾਪਣ ਤੇਰੇ ਨੂਰ ਨਾ ਭਰ ਜਾਏ
ਮੇਰੇ ਬਿੰਦੂ ਦਾ
ਤੇਰੇ ਦਾਇਰਿਆਂ ਅਦਾਇਰਿਆਂ ਤੱਕ ਵਿਸਥਾਰ ਹੋ ਜਾਏ
ਮੈਂ ਤੇਰੇ 'ਚ ਸਿਮਟ ਜਾਵਾਂ ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਮੇਰਾ ਬਾਹਰ ਹੋ ਜਾਏ।
-0-
ਯੁੱਧ ਯੁੱਧ ਭੂਮੀ ਸੈਨਾ ਸ਼ਿਕਸਤ ਤੇ ਫਤਿਹ
ਤੇਰਾ ਹੀ ਰੂਪ ਹੈ ਤੇਰਾ ਹੀ ਸਰੂਪ ਹੈ
ਮੈਂ ਤੇ ਇਕ ਬਹਾਨਾ ਹਾਂ ਸਿਰ ਤਲੀ 'ਤੇ ਧਰਨ ਦਾ
ਤੇਰੀ ਛਤਰ ਛਾਇਆ ਦੇ ਹੇਠ ਲੜਨ ਦਾ
ਤੈਨੂੰ ਜਿੱਤ ਕੇ ਆਪਾ ਹਰਨ ਦਾ
ਜੀਵਨ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰਨ ਦਾ
ਤੇਰਾ ਚਾਨਣ ਤਰਨ ਦਾ ਆਪਣਾ ਸੂਰਜ ਫੜਨ ਦਾ।

ਰੁੱਖ ਤੇ ਸਮਾਧੀ

ਰੁੱਖ ਤੁਰਦੇ ਨਹੀਂ
ਸਮਾਧੀ 'ਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਜੰਗਲ ਉੱਗਾਉਂਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ
ਇਕੱਲੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਵ੍ਹੀ ਕੁਦਰਤ ਕਹਾਉਂਦੇ ਹਨ।
-0-
ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕਰਮਾ ਖੁਦ ਆਪ ਕਰਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੀ ਪੂਜਾ ਵੀ ਹਨ ਆਪਣਾ ਪੂਜਨ ਵੀ ਹਨ
ਖੁਦ ਆਪਣਾ ਆਪ ਧਿਆਉਂਦੇ ਹਨ
ਖੁਦ ਆਪਣਾ ਇਸ਼ਟ ਕਹਾਉਂਦੇ ਹਨ।
-0-
ਬੀਜ ਤੋਂ ਰੁੱਖ ਤੱਕ ਦਾ ਸਫ਼ਰ
ਜਦ ਰੁੱਖ ਤਹਿ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਬੀਜ 'ਚੋਂ ਤਣਾ ਟਹਿਣੀਆਂ ਪੱਤੇ
ਫੁੱਲ ਫੱਲ ਬੀਜ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਬੀਜ 'ਚੋਂ ਰੁੱਖ ਦਾ ਅਕਾਰ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਬੀਜ 'ਚ ਰੁੱਖ ਦਾ ਅਕਾਰ ਸਿਮਟਦਾ ਹੈ।
-0-
ਬੀਜ 'ਚੋਂ ਉੱਗਦਾ ਹੈ ਰੁੱਖ
ਰੁੱਖ 'ਚੋਂ ਜਨਮਦਾ ਹੈ ਬੀਜ
ਬੀਜ 'ਚ ਫੈਲਦਾ ਹੈ ਰੁੱਖ
ਬੀਜ 'ਚ ਠਹਿਰਦਾ ਹੈ ਰੁੱਖ
ਬੀਜ 'ਚ ਬਚਪਣ ਜੁਆਨ਼ੀ
ਬੁਢਾਪਾ ਗੁਜ਼ਾਰਦਾ ਹੈ ਰੁੱਖ
ਧਰਤੀ 'ਚੋਂ ਫੁੱਟਦਾ ਹੈ ਝਰਨੇ ਵਾਂਗ
ਬੀਜ ਦਾ ਖੋਲ ਜਦ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਉਤਾਰਦਾ ਹੈ ਰੁੱਖ
ਤੱਪਦੇ ਸੂਰਜ ਠਾਰਦਾ ਹੈ ਰੁੱਖ
ਆਪਣੀ ਛਾਂ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਖਿਲਾਰਦਾ ਹੈ ਰੁੱਖ
ਕੁਦਰਤ ਸੰਗ ਜਾਗਦਾ ਹੈ
ਕੁਦਰਤ ਸੰਗ ਰਾਤ ਗੁਜ਼ਾਰਦਾ ਹੈ ਰੁੱਖ

ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ
ਜੀਵ ਜੰਤੂਆਂ ਤੇ ਪੰਛੀਆਂ ਦਾ ਸੰਸਾਰ ਵਸਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ
ਸਿਰ 'ਤੇ ਧੁੱਪ ਸਹਾਰਦਾ ਹੈ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਛਬੀਲਾਂ ਛਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ
ਵਾਤਾਵਰਣ 'ਚੋਂ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਅਗਤੀ ਚੂਸਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸੂਰਜ ਚਾੜ੍ਹਦਾ ਹੈ
ਝੜੀ ਕਿਰਨਾਂ ਦੀ ਦੁਆਲੇ ਲਾਈ ਫਿਰਦਾ ਹੈ।
-0-
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਮਰਦਾ ਨਹੀਂ
ਮਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
ਆਪਣੇ ਹੀ ਫੱਲ 'ਚ ਬੀਜ ਬਣ ਕੇ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ
ਮੌਤ ਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਫੱਟ
ਜੀਵਨ ਗਤੀ ਨਾਲ ਸਿਉਂਦਾ ਹੈ।
-0-
ਕਿ ਜੀਵਨ 'ਚੋਂ ਮੌਤ ਮਨਫੀ ਹੋ ਸਕੇ
ਰੁੱਖ ਜੀਵਨ ਗਤੀ 'ਚ ਨਹਾ ਸਕੇ
ਜੀਵਨ 'ਚੋਂ ਜੀਵਨ ਪਾ ਸਕੇ
ਬੀਜ 'ਚੋਂ ਰੁੱਖ ਰੁੱਖ 'ਚੋਂ ਬੀਜ ਉੱਗਾ ਸਕੇ।
-0-
ਰੁੱਖ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਨਿਰੰਤਰ ਹੈ
ਰੁੱਖ ਦੇ ਸਫ਼ਰ 'ਚ ਮੌਤ ਦਾ ਪੜਾਅ ਨਹੀਂ
ਜਿਉਂਦੇ ਰੁੱਖ ਦੁਆਲੇ
ਰੁੱਖ ਦੇ ਜਿਉਂਦੇ ਚਿਹਰਿਆਂ ਦੇ ਅਥਾਹ ਨਹੀਂ
ਆਪਣੇ ਰੰਗ ਰੂਪ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਦੁਆਲੇ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦਾ ਕਰਤਾ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ।
-0-

ਰੁੱਖ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚ ਸਾਗਰ ਤੁਰਦੇ ਨੇ
ਦਰਿਆ ਤੁਰਦੇ ਨੇ
ਪੌਣਾਂ ਤੁਰਦੀਆਂ ਨੇ ਅੱਗਨ ਦੇ ਤੇਜ਼ ਤੁਰਦੇ ਨੇ
ਰੁੱਖ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਅਕਾਸ਼ ਦੀ ਉਚਾਈ ਹੈ
ਰੁੱਖ ਸੱਚ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਸੱਚ ਦੀ ਸੱਚਾਈ ਹੈ
ਇਕ ਦੁਨੀਆਂ ਰੁੱਖ ਨੇ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਵਸਾਈ ਹੈ।
-0-
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਸ਼ੋਰ ਸ਼ਰਾਬੇ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ
ਰੁੱਖ ਨੇ ਸਮਾਧੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਾਈ ਹੈ
ਇਕ ਅੱਖ 'ਚ ਅਕਾਸ਼
ਇਕ ਅੱਖ 'ਚ ਧਰਤੀ ਸਮਾਈ ਹੈ
ਰੁੱਖ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਲੱਖਾਂ ਸੂਰਜਾਂ ਦੀ
ਰੁਸ਼ਨਾਈ ਹੈ
ਚੰਨਾਂ ਤਾਰਿਆਂ ਦੀ ਬਰਾਤ
ਰੁੱਖ ਦੇ ਵਿਹੜੇ 'ਚ ਆਈ ਹੈ
ਪੱਤਿਆਂ 'ਚੋਂ ਲੰਘਦੀ ਹਵਾ ਦੀ
ਸੁਣਦੀ ਸ਼ਹਿਨਾਈ ਹੈ
ਬਹਾਰ ਸੂਰਜਾਂ ਦੀ
ਰੁੱਖ ਤੇ ਪੱਤੇ ਪੱਤੇ 'ਤੇ ਆਈ ਹੈ
ਆਪਣਾ ਖ਼ੁਦਾ ਹੈ ਖ਼ੁਦ ਰੁੱਖ
ਖ਼ੁਦ ਆਪਣੀ ਖ਼ੁਦਾਈ ਹੈ।
-0-
ਰੁੱਖ ਤੁਰਦੇ ਨਹੀਂ
ਸਮਾਧੀ 'ਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਜੰਗਲ ਉੱਗਾਉਂਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ
ਇਕੱਲੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਵੀ
ਕੁਦਰਤ ਕਹਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਸ਼ਨਾਖਤ

ਸ਼ੜਦੀ ਧੁੱਪ 'ਚ ਉਹ ਪਿੱਘਲਿਆ ਨਹੀਂ
ਸਗੋਂ ਹੋਰ ਸਖਤ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ ਤੁਰਿਆ
ਭੂਤ ਭਵਿੱਖ 'ਚੋਂ ਉੱਠਇਆ
ਅਜੋਕਾ ਸਮਾਂ ਹੋ ਗਿਆ
–0–
ਅੱਜ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦਾ ਅੱਜ ਨੂੰ ਭੋਗਦਾ
ਅੱਜ ਨੂੰ ਹੰਢਾਉਂਦਾ
ਉਸ ਦਾ ਕੱਦ ਸਦੀਆਂ ਲੰਮੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ
ਉਸ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚ ਵੱਸਦਾ
ਉਸ ਦਾ ਆਪਣਾ ਸਾਇਆ
ਅਕਾਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਉਚੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ
–0–
ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਡੁੱਬ ਗਏ
ਸਵੇਰਾ ਹੋ ਗਿਆ
ਉਹ ਸੂਰਜਾਂ ਦਾ ਤੇਜ ਬਣ ਕੇ ਵਿਚਰਿਆ
ਚਾਨਣ ਉਸ ਦੇ ਚੁਫੇਰੇ ਹੋ ਗਿਆ
–0–
ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ ਤੁਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਬੈਠਾ ਰਿਹਾ
ਕਬਰਾਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਬਣਿਆ ਰਿਹਾ
ਪਲ ਪਲ ਭੁਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਆਪਣੇ 'ਚ ਠਹਿਰੇ ਜਲ 'ਚ ਖੁਰਦਾ ਰਿਹਾ
–0–

ਉਸ ਦੀ ਦੇਹ ਜ਼ਰ੍ਹਾ ਜ਼ਰ੍ਹਾ ਹੋ ਕੇ
ਉਸ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਉੱਗ ਪਈ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਉਹ ਤਕਸੀਮਿਆ ਗਿਆ
ਉਸ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਮੁੱਕ ਗਈ
ਉਸ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਉਪਰੇ ਚਿਹਰਿਆਂ
ਉਪਰੇ ਸਰੀਰਾਂ ਦੀ ਫਸਲ ਉੱਗ ਪਈ
ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਚਿਹਰਿਆਂ 'ਚੋਂ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਭਾਲਦਾ
ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜਿਸਮ ਪਹਿਨਦਾ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਉਹਨਾਂ 'ਚ ਉਤਾਰਦਾ
ਉਸ ਦੀ ਸੂਰਤ ਉਸ ਦੀ ਸੀਰਤ
ਉਹਨਾਂ ਚਿਹਰਿਆਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਸੀ
ਉਹਦਾ ਨਾ ਉਹਨਾਂ ਚਿਹਰਿਆਂ ਦਾ
ਮਿਲਦਾ ਹਿਸਾਬ ਸੀ।
-0-
ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ ਤੁਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
ਉਹਨੇ ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ
ਆਪਣੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਧਰਿਆ
ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਬਿਠਾ ਲਿਆ
ਦੁਆਲਾ ਇੰਨਾ ਉੱਚਾ ਹੋ ਗਿਆ
ਕਿ ਉਹ ਬਾਹਰ ਝਾਕ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸਿਫਰਾ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਕਬਰਾਂ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਪੈ ਗਿਆ।
-0-
ਮੌਤ ਦੇ ਰਾਹ 'ਤੇ ਤੁਰਦਾ ਤੁਰਦਾ
ਮੌਤ ਦੇ ਭੈਅ 'ਚ ਘਿਰ ਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਲਾਸ਼ ਮੋਢਿਆਂ 'ਤੇ ਚੁਕੀ
ਮੌਤ ਦੀ ਸਰਦਲ 'ਤੇ ਆ ਪੁੱਜਾ
ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਲਾ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਅੰਦਰ ਵੱਸਾ ਬੈਠਾ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭੁੱਲ ਕੇ ਕਬਰਾਂ 'ਚ ਆ ਬੈਠਾ।
-0-

ਜਦ ਉਸ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਪਰ ਲਾਅ ਕੇ ਉੱਡੀ
ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪਰਾਂ 'ਚੋਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਗੀਤ ਗੂੰਜਿਆ
ਉਸ ਕਬਰ ਦਾ ਪਹਿਨਣ ਉਤਾਰਿਆ
ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹੂੰਝਿਆ
ਦੁਆਲਾ ਝਾੜਿਆ ਆਪਣਾ ਆਪ ਪੂੰਝਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ ਭੂਤ ਤੇ ਭਵਿੱਖ ਨਿਚੋੜਿਆ
ਹੁਣ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਨੂੰ ਸਮਝਿਆ
ਆਪਣੀ ਚੇਤਨਤਾ ਨੂੰ ਸਮਝਿਆ
ਆਪਣੀ ਚੇਤਨਤਾ ਤੇ ਗਤੀ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ
ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਤੇ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ
ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ ਤੋਰਿਆ।
-0-
ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ ਤੁਰਿਆ ਤੇ ਜਾਣਿਆ
ਆਪਣੇ ਵਿਰੋਧ 'ਚ ਜੀਵਨ ਸੱਚ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣਿਆ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੀ ਧਰਤੀ ਦੀ ਹਰਿਆਵਲ ਨਜ਼ਰ ਆਈ
ਲੱਖਾਂ ਸੂਰਜਾਂ ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਧਰਤ ਤੇ ਚਾਨਣ ਖਿਲਾਰਿਆ
ਆਪਣੇ ਵਿਰੋਧ 'ਚ ਜਦ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖਿਲਾਰਿਆ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਆਪਣੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਨੂੰ ਉਤਾਰਿਆ
ਭੂਤ 'ਚ ਜਿਉਣਾ ਤੇ ਭਵਿੱਖ ਸਿਰਜਣਾ
ਸੋਚ ਦੇ ਇਸ ਭਰਮ ਨੂੰ ਬੁੱਧੀ ਤੋਂ ਉਤਾਰਿਆ।
-0-
ਅੱਜ ਤੇ ਹੁਣ ਨੂੰ ਸਮਝਿਆ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ ਅੱਜ ਨੂੰ ਉਸਾਰਿਆ
ਹੁਣ ਦਾ ਚਾਨਣ ਭੂਤ ਭਵਿੱਖ 'ਚ ਖਿਲਾਰਿਆ
ਲੱਖਾਂ ਸੂਰਜਾਂ ਦਾ ਕਾਫਲਾ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਵਿਹੜੇ 'ਚ ਉਤਾਰਿਆ
ਚਾਂਦੀ ਦੀ ਧਰਤ ਤੇ ਸੋਨੇ ਦਾ ਅੰਬਰ ਉਸਾਰਿਆ
ਅੰਬਰ 'ਚ ਚਮਕਦੇ ਤਾਰਿਆਂ ਰਾਤ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰ ਦਿੱਤੀ
ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਭਾਤ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰ ਦਿੱਤੀ।
-0-

ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ ਤੁਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
ਉਹ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਭਵਿੱਖ
ਤੇ ਹਿਰਦੇ 'ਚ ਭੂਤ ਵਸਾਈ ਫਿਰਦਾ ਸੀ
ਭੂਤ ਤੇ ਗੀਤ ਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਸੁਪਨੇ
ਮਸਤਕ 'ਚ ਸਜਾਈ ਫਿਰਦਾ ਸੀ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ
ਆਪਣੇ ਘਰ 'ਚ ਆਪਣੇ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ
ਇਕ ਅਜ਼ਨਬੀਪਣ 'ਚ ਘਿਰਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਆਪਣੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਜੰਗਲ ਉੱਗਾ
ਪੱਥਰਾਂ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਫਿਰਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਆਪਣੀ ਚੁੱਪ 'ਚ ਗੁਆਚਾ
ਆਪਣੀ ਇਕੱਲਤਾ 'ਚ ਘਿਰਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਆਪਣੀ ਗਤੀ 'ਚ ਪਹਾੜ ਤੋਂ
ਪੱਥਰਾਂ ਵਾਂਗ ਰਿੜ੍ਹਿਆ ਸੀ ਉਹ।
-0-
ਪੌਣਾਂ ਨੂੰ ਖਲੋਤੇ ਰੁੱਖਾਂ ਵਾਂਗ ਮਿਲਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚ ਜੰਗਲ ਦੀ ਚੁੱਪ ਵਾਂਗ ਉੱਗਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਸਾਗਰ 'ਚ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਨਦੀਆਂ ਨਾਲਿਆਂ ਵਾਂਗ ਸੁੱਕਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਬਿਨ ਅਧੂਰਾ ਸੀ
ਆਪਣੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਸਾਹਿਰਾ ਦੀ ਰੇਤ ਵਾਂਗ ਭੁਰਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੋਂ ਪਾਰ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਆਸਮਾਨ ਵਾਂਗ ਝੁਕਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਵੀਰਾਨੀਆਂ ਤੇ ਉਦਾਸੀਆਂ 'ਚ ਘਿਰਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਕਬਰਾਂ ਦੀ ਮਿੱਟੀ ਸੀ
ਜਦ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਰੁਕਿਆ ਸੀ ਉਹ।
-0-
ਸੂਰਜਾਂ ਦਾ ਕਾਫਲਾ ਸੀ ਆਸਮਾਨਾਂ ਦੀ ਉਚਾਈ ਸੀ
ਜਦ ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ ਤੁਰਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਆਪਣੇ ਵਿਰੋਧ 'ਚੋਂ ਉਸ ਆਪਾ ਜਨਮਿਆ ਸੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਨੂਰ ਬਣ ਨੂਰ 'ਚ ਰਲਿਆ ਸੀ ਉਹ।
-0-

ਕੁਦਰਤ ਤੋਂ ਕਾਦਰ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ
ਇਕ ਬਿੰਦੂ 'ਚ ਪਲਿਆ ਸੀ ਉਹ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਵਿਹੜੇ
ਰੌਣਕਾਂ ਬਹਾਰਾਂ ਮੌਸਮ ਸੂਰਜ ਬੀਜ ਗਿਆ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ ਚਲਿਆ ਸੀ ਜੋ।
-0-
ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਤਰੌਕ ਕਿਰਨਾਂ ਗਿਆ
ਅੰਬਰ ਤੇ ਛਿੱਟੇ ਤਾਰਿਆਂ ਦੇ ਮਾਰ ਗਿਆ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਗੀਤ ਨੂੰ
ਮੌਤ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਤਾਰ ਗਿਆ
ਮੌਤ ਦੇ ਆਰ ਪਾਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਸਥਾਰ ਗਿਆ
-0-

ਸਿੱਧ-ਪੁੱਠ

ਇਹ ਰਾਹ ਤਾਂ
ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਲੈ ਗਿਆ
ਇਕੱਲਾ ਛੱਡ ਗਿਆ ਉਸ ਮੋੜ 'ਤੇ
ਜਿੱਥੇ ਮੇਰਾ ਸਾਇਆ ਵੀ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ
ਮੇਰੇ ਸੱਚ ਦੀ ਕੋਈ ਸ਼ਕਲ ਨਹੀਂ
ਮੇਰੀ ਸੱਚਾਈ ਦਾ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਨਹੀਂ।
-0-
ਕਦ ਇਹ ਦੂਰੀਆਂ ਖਤਮ ਹੋਣਗੀਆਂ
ਕਦ ਇਹ ਫਾਸਲੇ ਸਿਮਟਨਗੇ
ਸਾਏ ਦੇਹ ਨਾਲ ਲਿਪਟਣਗੇ
ਦੇਹ ਦਾ ਸੱਚ ਜਾਨਣਗੇ
ਆਪਣਾ ਮੂਲ ਪਹਿਚਾਨਗੇ।
-0-
ਆਪਣੀ ਸਿੱਧ ਪੁੱਠ ਜਾਨਣ ਲਈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਖੁਲਦੇ ਹਨ
ਦੇਹ ਤੋਂ ਸਾਰੇ ਰਾਸਤੇ
ਦੇਹ ਦੇ ਵਿਪਰੀਤ ਤੁਰਦੇਂ ਹਨ।
-0-
ਵਿਪਰੀਤ ਰਾਹਾਂ 'ਤੇ ਤੁਰਦਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋ ਗਿਆ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੁੱਚੜ ਗਈ
ਮੇਰੇ ਨਕਸ਼ਾਂ 'ਚੋਂ ਮੇਰੀ ਰੌਣਕ ਚੌਅ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਚੇਤਨਤਾ ਵਿਪਰੀਤ ਰਾਹਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਹੋ ਗਈ
-0-
ਜਿਹਨਾਂ ਰਾਹਾਂ 'ਚ ਨਾ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ
ਨਾ ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਸੀ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਪੁੱਠ ਦੀ ਧਰਤ ਸੀ
ਸਿਰ 'ਤੇ ਪੁੱਠ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਸੀ
ਸਿੱਧ ਤੇ ਪੁੱਠ ਦਾ
ਅਸਲ ਮੈਂ ਹੀ ਪ੍ਰਮਾਣ ਸੀ।
-0-

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪੁੱਠ ਦੇ ਵਹਿਣ 'ਚ ਵਹਿ ਗਿਆ
ਮੇਰੀ ਸਿੱਧ ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਇਕੱਲੀ ਰਹਿ ਗਈ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪੁੱਠ 'ਚ ਇਕੱਲਾ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਤੋਂ ਫੈਲਿਆ
ਵਿਪਰੀਤ ਰਾਹਾਂ 'ਚ ਪੁੱਠ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਪਰਤਣ ਲਈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੇ ਸਭ ਬੰਦ ਦੁਆਰ ਸੀ।
–0–
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਿੱਠ ਦੇ ਕੇ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਵਿਛੜਿਆ ਸਾਂ
ਆਪਣੇ ਖਿਲਾਫ ਤੁਰਿਆ ਸਾਂ
ਉਲਟ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵੱਲ ਮੁੜਿਆ ਸਾਂ
ਵਿਛੜਣ ਲੱਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਪਿੱਠ ਚੇਤੇ ਰਹਿ ਗਈ
ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਸਿਆਣ ਭੁੱਲ ਗਈ।
–0–
ਜੇ ਮੇਰੀ ਪੁੱਠ ਦੁਆਲੇ
ਮੇਰੀ ਸਿੱਧ ਉੱਗ ਆਵੇ
ਮੇਰੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਮੇਰੇ ਨਕਸ਼ ਉਤਰ ਆਉਣ
ਤਾਂ ਵੀ
ਆਪਣੀ ਸਿੱਧ ਨੂੰ
ਆਪਣੇ ਨਕਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਿਆਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਆਪਣੀ ਸਿੱਧ
ਆਪਣੀ ਪੁੱਠ 'ਚੋਂ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ।
–0–
ਇਹ ਸਿੱਧ ਪੁੱਠ ਦੀ ਵਿੱਥ
ਦੂਰੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰ ਗਈ ਹੈ
ਫਾਸਲਿਆਂ 'ਚ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਅਜ਼ਨਬੀਪਣ ਧਰ ਗਈ ਹੈ
ਇਕੱਲਤਾ ਬੀਜ ਗਈ ਹੈ
ਚੁੱਪ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਕਰ ਗਈ ਹੈ।
–0–

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸਿੱਧ ਤੋਂ ਅਲੱਗ
ਆਪਣੀ ਪੁੱਠ ਜਿਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ
ਮੈਂ ਸਿਰ ਭਾਰ ਧਰਤ 'ਤੇ ਤੁਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਸਿਰ ਨੇ ਖਲਾਅ 'ਚ
ਜੋ ਕੁਝ ਗੁਆਇਆ ਸੀ
ਮੈਂ ਸਿਰ ਬੀਜ ਕੇ ਧਰਤੀ 'ਚ
ਉਹ ਸਭ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸਾਂ
ਮੈਂ ਪੈਰ ਆਸਮਾਨ ਵਲ ਕਰ ਕੇ
ਖਲਾਅ ਹੰਢਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸਾਂ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸਿੱਧ 'ਚੋਂ ਪੁੱਠ
ਪੁੱਠ 'ਚੋਂ ਸਿੱਧ ਉੱਗਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸਾਂ।
-0-
ਮੈਂ ਜਦ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੀ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਿਆਗ ਕੇ
ਆਪਣੀ ਸਿੱਧ ਪੁੱਠ 'ਚ ਵੰਡਿਆ ਗਿਆ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਜੋ ਸਾਥ-ਸਾਥ ਚਲਦੇ ਨੇ ਮਿਲਦੇ ਨਹੀਂ
ਜਲ ਦੀ ਦੇਹ ਹੀ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਦਾ ਮੇਲ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਹੀ ਸਿੱਧ ਪੁੱਠ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੀ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ 'ਚ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸਿੱਧ
ਆਪਣੀ ਪੁੱਠ ਸਾਬਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ
ਸਿੱਧ 'ਚੋਂ ਪੁੱਠ ਸਿਰੰਜ ਸਕਦਾ ਹਾਂ
ਪੁੱਠ 'ਚ ਸਿੱਧ ਧਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ।
-0-
ਦੇਹ ਦੀ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ
ਨਾ ਸਿੱਧ ਦੀ ਕੋਈ ਹੋਂਦ ਹੈ
ਨਾ ਪੁੱਠ ਦਾ ਕੋਈ ਵਜੂਦ ਹੈ
ਜੇ ਸਿੱਧ ਦੇ ਆਇਨੇ 'ਚ ਪੁੱਠ ਦਾ ਚਿਹਰਾਂ ਨਹੀਂ
ਜੇ ਪੁੱਠ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚ ਸਿੱਧ ਦਾ ਆਇਨਾ ਨਹੀਂ
ਫਿਰ ਪੁੱਠ ਸਿੱਧ ਦਾ ਕੋਈ ਮਾਇਨਾ ਨਹੀਂ।
-0-

ਆਪਣੀ ਪੁੱਠ ਸੰਗ ਆਪਣੀ ਸਿੱਧ ਨੂੰ ਪਾਵਾਂ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਪਰਤਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੱਕ ਜਾਵਾਂ
ਵਿਪਰੀਤ ਰਾਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮੈਂ ਬਦਲਾ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ
ਦੇਹ ਦੀ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ 'ਚ ਮੈਂ ਪ੍ਰਯੋਗਿਆ ਜਾਵਾਂ
ਆਪਣੀ ਚੇਤਨਤਾ 'ਚ ਪੁੱਠ ਸਿੱਧ ਬੀਜਾ
ਤੇ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਉੱਗਾਵਾਂ।
-0-
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਨੂੰ ਪੂਜਾ
ਜਿਹਦੇ 'ਚ ਸਿੱਧ ਪੁੱਠ ਦੀ ਹੋਂਦ ਵੱਸਦੀ ਹੈ
ਜੋ ਸਿੱਧ ਪੁੱਠ ਦੀ ਹਸਤੀ ਹੈ
ਸਿੱਧ ਪੁੱਠ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਹੈ
ਦੇਹ ਦਾ ਘਰ ਹੈ ਬਸਤੀ ਹੈ।
-0-

ਨਵੀਆਂ ਧਰਤੀਆਂ

ਮੈਂ ਨਵੀਆਂ ਧਰਤੀਆਂ ਭਾਲਦਾ ਭਾਲਦਾ
ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਬੁਢਾਪੇ 'ਚ ਚਲਾ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਪਰ ਮੇਰੀ ਉਪਰਾਮਤਾ ਤੇ ਉਦਾਸੀ ਨਹੀਂ ਮੁੱਕੀ
ਮੇਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮੇਰੇ ਦਰ ਨਹੀਂ ਢੁਕੀ।
-0-
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ
ਆਪਣੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਅੰਬਰ ਢੂੰਡਣ ਲਈ
ਭਾਲ ਦੇ ਸੂਰਜ ਬਲ ਰਹੇ ਹਨ
ਪਹਾੜ ਤੈਰ ਰਹੇ ਹਨ
ਜੰਗਲ ਲਹਿਰਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਸਾਗਰ ਉਛਾਲੇ ਮਾਰਦੇ ਹਨ
ਪੌਣਾਂ ਤੇ ਤੂਫਾਨ ਉੱਠਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ
ਕਿਰਨਾਂ ਦੇ ਜਾਲ ਵਿਛਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਰਾਹ ਤੇ ਜ਼ਿਹਨ 'ਚ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਜਨਮ ਰਹੀਆਂ ਹਨ
ਦੇਹ 'ਚ ਸੂਰਜਾਂ ਦੇ ਕਾਫਲੇ ਤੁਰਦੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ।
-0-
ਮੈਂ ਕਈ ਧਰਤੀਆਂ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਵਿਛਾਈਆਂ ਹਨ
ਜ਼ਿਹਨ 'ਚ ਹੰਢਾਈਆਂ ਹਨ
ਕਈ ਆਸਮਾਨ ਸਿਰਜੇ ਤੇ ਉਸਾਰੇ ਹਨ
ਕਈ ਸਾਗਰ ਤਰੇ ਹਨ
ਕਈ ਪਹਾੜ ਲਿਤਾੜੇ ਹਨ।
-0-

ਮੌਸਮ ਬਹਾਰਾਂ ਦਾ ਅਥਰਾਪਣ
ਮਮੇਂ ਦੀ ਕਰੂਪਤਾ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਤੇ ਸਹਾਰੇ ਹਨ
ਮੈਂ ਖਾਮੋਸ਼ੀ ਦੇ ਜੰਗਲ 'ਚੋਂ ਲੰਘਿਆ ਹਾਂ
ਅਰਥਾਂ ਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਨਾਲ ਰੰਗਿਆ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਅੱਗਾਂ 'ਤੇ ਤੁਰਿਆ ਹਾਂ
ਸਖਤ ਪੱਥਰ ਹੋ ਰੇਤ ਵਾਂਗ ਭੁਰਿਆ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਜ਼ਰਾ ਜ਼ਰਾ ਹੋ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵਿਛਿਆ ਹਾਂ
ਤਾਰਾ ਤਾਰਾ ਹੋ ਅੰਬਰ 'ਤੇ ਖਿਲਰਿਆ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਕਈ ਵਾਰੀ ਸੂਰਜ ਬਣ ਕੇ ਚੜ੍ਹਿਆ ਹਾਂ
ਬੱਦਲ਼ ਬਣ ਕੇ ਛਾਇਆ ਹਾਂ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਅੰਗ ਅੰਗ 'ਤੇ ਵਰ੍ਹਿਆ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਕਈ ਵਾਰ ਆਪਣਾ ਸੱਖਣਾਪਣ ਹੰਢਾਇਆ ਹੈ
ਕਈ ਵਾਰ ਭਰਿਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਡੁੱਬ ਡੁੱਬ ਕੇ ਤਰਿਆ ਹਾਂ
ਪਰ ਮੇਰੀ ਉਪਰਾਮਤਾ ਤੇ ਉਦਾਸੀ ਨਹੀਂ ਮੁੱਕੀ
ਮੇਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮੇਰੇ ਦਰ ਨਹੀਂ ਢੁਕੀ।
-0-
ਕਈ ਧਰਤੀਆਂ ਪਿੱਛੋਂ
ਇਕ ਐਸੀ ਧਰਤ 'ਤੇ ਪੁੱਜਾ ਹਾਂ
ਜਿੱਥੇ ਇਨਸਾਨ ਦਾ ਮਾਸ ਇਨਸਾਨ ਖਾਂਦਾ ਹੈ
ਪਲ ਪਲ ਪਿੱਛੋਂ ਸੈਂਕੜੇ ਮੌਤਾਂ ਮਰਦਾ ਹੈ
ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਜੂੰਨ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਰਿੱਝਦੇ ਮਾਸ ਤੇ ਮਧੁਰਾ ਦੀ ਗੰਧ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਚੱਪੇ ਚੱਪੇ 'ਚੋਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
ਕਾਮੀ ਤੇ ਤਾਮਸੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਦੇ ਗੀਤ
ਪੌਣ ਗਾਉਂਦੀ ਹੈ।
-0-

ਵੇਸ਼ੀਆ ਦੀ ਕੋਠੇ ਦੀ ਰੌਣਕ 'ਚ
ਕਾਇਨਾਤ ਨਹਾਉਂਦੀ ਹੈ
ਕੁਫਰ ਦੀ ਅੱਗ ਬਲਦੀ ਹੈ
ਝੂਠ ਦੇ ਦਰਿਆ ਵਗਦੇ ਹਨ
ਇਕ ਧਰਤੀ ਇਕ ਅੰਬਰ ਹੇਠ ਵੱਸਦੇ ਇਨਸਾਨ
ਅਜ਼ਨਬੀ ਤੇ ਗੈਰ ਲਗਦੇ ਹਨ
ਘਿਰਨਾ ਲਾਲਚ ਦੇ ਮੋਹ 'ਚ
ਇਨਸਾਨ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ ਇਨਸਾਨ ਮਰਦੇ ਹਨ
ਭੂਤ ਭਰੇਤਾ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਧਰਤੀ 'ਤੇ
ਭਰਮਾਂ ਵਹਿਮਾਂ ਟੂਣਿਆਂ ਦਾ ਸਾਹ ਭਰਦਾ ਹੈ
ਇਨਸਾਨ ਧਰਤੀ 'ਤੇ
ਰਾਖਸ਼ੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਹੈ ਪ੍ਰਧਾਨ ਧਰਤੀ 'ਤੇ
ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਮੰਡੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਬਜ਼ਾਰ ਧਰਤੀ ਤੇ
ਕਾਲਖਾਂ ਦੇ ਸੂਰਜ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਦੇ ਹਨ
ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ ਦੀਂ ਪੌਣ ਚਲਦੀ ਹੈ
ਅੱਗ ਦੇ ਦਰਿਆ ਵਗਦੇ ਹਨ।
-0-

ਜਲ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚ ਘੁਲਿਆ ਜ਼ਹਿਰ ਹੈ
ਤਿੜਕੀ ਧਰਤੀ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਅੰਬਰ ਦਾ ਕਹਿਰ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਅੱਗ 'ਚ ਧਰਤੀ ਦੀ ਹਿੱਕ 'ਤੇ
ਸੜ ਰਿਹਾ ਹਰ ਪਿੰਡ ਹੈ ਹਰ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ
ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਕਬਰਸਤਾਨ ਹੈ
ਹਰ ਕਬਰਸਤਾਨ ਇਨਸਾਨ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਕਬਰਸਤਾਨ ਹੈ ਆਸਮਾਨ ਕਬਰਸਤਾਨ ਹੈ
ਕਾਇਨਾਤ ਚੁੱਪ ਤੇ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਹੈ
ਪਰ ਮੇਰੀ ਉਪਰਾਮਤਾ ਤੇ ਉਦਾਸੀ ਨਹੀਂ ਮੁਕੀ
ਮੇਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮੇਰੇ ਦਰ ਨਹੀਂ ਢੁਕੀ।
-0-

ਇਸ ਤੋਂ ਅਗੇਰੇ ਪਹੁੰਚਿਆ
ਇਕ ਹੋਰ ਧਰਤੀ 'ਤੇ
ਐਸ਼ੋਅਰਾਮ ਅਜਾਸ਼ੀ ਸੁੱਖ ਦਾ ਹੈ
ਸ਼ੋਰ ਧਰਤੀ ਤੇ
ਮਾਇਆ ਘੁੰਮਦੀ ਮਾਇਆ ਦਾ ਹੈ ਦੌਰ ਧਰਤੀ ਤੇ
ਰੌਣਕਾਂ ਹਨ ਰੰਗ ਹਨ
ਹੈ ਰੰਗਾਂ ਦੀ ਬਹਾਰ ਧਰਤੀ ਤੇ
ਸੋਨੇ ਚਾਂਦੀ ਦਾ ਹੈ ਵੱਸ ਰਿਹਾ ਸੰਸਾਰ ਧਰਤੀ ਤੇ
-0-
ਆਦਮੀ ਮਾਇਆ 'ਚ ਗੁਆਚਾ
ਮਾਇਆ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਆਦਮੀਅਤ ਆਦਮੀ 'ਚੋਂ ਚੋਅ ਗਈ ਹੈ
ਰੌਣਕਾਂ ਜਿਉਂਦਾ ਆਦਮੀ
ਇਕੱਲਾ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਉਦਾਸੀ 'ਚ ਹੈ ਘਿਰ ਗਿਆ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਚੁੱਪ ਦੇ ਵਿਚ ਵਹਿ ਗਿਆ
ਮਾਇਆ ਦੇ ਖਜ਼ਾਨੇ ਟੋਲਦਾ ਹੈ
ਮਾਇਆ ਹੀ ਮਾਇਆ ਬੋਲਦਾ ਹੈ
ਮਾਇਆ ਦੇ ਲਾਲਚ 'ਚ
ਮਨੁੱਖ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾਂ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ ਹੈ
ਐਸਾ ਪਿੱਘਲਿਆ ਹੈ
ਕਿ ਲਾਲਚ ਦਾ ਲਾਲਚ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਆਪਾ ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਖੋਅ ਗਿਆ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਹੀ ਗੈਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਅਮ੍ਰਿਤ ਦਾ ਕਟੋਰਾ ਸੀ
ਕਟੋਰਾ ਜ਼ਹਿਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਹਰਿਆਵਲ ਖੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਹੀ ਦੁਸ਼ਮਣ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।
-0-

ਇਕੱਲਤਾ ਤੇ ਚੁੱਪ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਵਸਾ ਲਈ ਇਨਸਾਨ ਨੇ
ਮਾਇਆ ਜਨਮੀ ਮਾਇਆ ਖਾ ਲਈ ਇਨਸਾਨ ਨੇ
ਮਾਇਆ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੰਢਾਉਂਦਾ
ਇਨਸਾਨ ਮਾਇਆ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਭੁੱਲ ਗਿਆ
ਮਾਇਆ ਦੀ ਮਾਇਆ ਹੋ ਗਿਆ
ਮਾਇਆ ਦਾ ਜੀਵਨ ਧਾਰਿਆ
ਜੀਵਨ 'ਚੋਂ ਪਰਾਇਆ ਹੋ ਗਿਆ
ਇਸ ਧਰਤ 'ਤੇ ਵੀ
ਮੇਰੀ ਉਪਰਾਮਤਾ ਮੇਰੀ ਉਦਾਸੀ ਨਹੀਂ ਮੁਕੀ
ਮੇਰੀ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮੇਰੇ ਦਰ ਨਹੀਂ ਢੁੱਕੀ।
–0–
ਇਸ ਤੋਂ ਅਗੇਰੇ
ਪਹੁੰਚਿਆ ਇਕ ਹੋਰ ਧਰਤੀ ਤੇ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਸੀ ਜ਼ੋਰ ਧਰਤੀ ਤੇ
ਇਸ ਧਰਤੀ ਤੇ ਪਰਮ ਹੰਸਾਂ ਦਾ ਡੇਰਾ ਸੀ
ਇਹ ਧਰਤ ਤੇ ਆਸਮਾਨ ਮੇਰਾ ਸੀ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਚੇਤਨਤਾ ਤੇ ਸ਼ਬਦ ਰਾਹੀਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣਿਆ
ਆਪਣੇ ਵਿਚਲੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਜਾਣਿਆਂ
ਜੋ ਸੱਚ ਮੇਰੇ ਤੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਵੱਸਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸੀ
ਇਹ ਸੱਚ ਮੇਰੇ ਆਰ ਇਹ ਸੱਚ ਮੇਰੇ ਪਾਰ ਸੀ।
–0–
ਇਸ ਸੱਚ ਪਿੱਛੇ ਦੌੜਦੇ ਦੌੜਦੇ
ਮੈਂ ਆਪਾ ਗੁਆ ਲਿਆ
ਸੱਚ ਦੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਪਾ ਲਿਆ
ਸੱਚ ਜਨਮਿਆ ਸੱਚ ਹੰਢਾ ਲਿਆ
ਸੱਚ ਪੀ ਲਿਆ ਸੱਚ ਖਾ ਲਿਆ
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਸੱਚ ਦਾ ਸਾਗਰ ਸੀ
ਨਾ ਮੈਂ ਗਾਗਰ ਸਾਂ
ਨਾ ਮੇਰੇ 'ਚ ਗਾਗਰ ਸੀ ਸਾਗਰ ਹੀ ਸਾਗਰ ਸੀ।
–0–

ਬਸ ਇਕ ਨੂਰ ਸੀ
ਜੋ ਫੈਲਿਆ ਨਜ਼ਰਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਦੂਰ ਸੀ
ਚੇਤਨਾ ਜਿਸ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਸੀ
ਜਿਸ ਦੇ ਮੈਂ ਹਜ਼ੂਰ ਸੀ
ਜੋ ਮੇਰੇ ਹਜ਼ੂਰ ਸੀ
ਨਾ ਵਿਚਾਲੇ ਫਾਸਲਾ ਸੀ
ਨਾ ਹੀ ਦਿਲ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸੀ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਖੋਅ ਬੈਠਾ
ਉਹ ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੋ ਬੈਠਾ
ਨਾ ਉਪਰਾਮਤਾ ਨਾ ਉਦਾਸੀ ਸੀ
ਮੈਂ ਉਸ ਦੀ ਦੇਹ ਦਾ ਉਹ ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦਾ ਵਾਸੀ ਸੀ
ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ੀ ਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਸੀ
ਸੁੱਖ ਦਾ ਸਾਗਰ ਉਸ ਨੂਰ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਸੀ
ਜਿਹਦੀ ਰਹਿਮਤ ਨੇ ਕਾਫਲੇ ਸੂਰਜਾਂ ਦੇ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਤਾਰੇ ਸੀ
ਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀ ਪਾਬੰਦੀ ਨਾ ਮੌਤ ਦਾ ਡਰ ਸੀ
ਉਮਰ ਤੇ ਪ੍ਰਾਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ
ਇਹ ਮੇਰੀ ਆਤਮਾ ਦਾ ਘਰ ਸੀ
ਨਾ ਉਪਰਾਮਤਾ ਨਾ ਉਦਾਸੀ ਸੀ
ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ੀ ਆਪਣੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਾ
ਮੈਂ ਵਾਸੀ ਸੀ।
-0-

ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆ

ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆ
ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਕੇ ਮੇਰੇ 'ਤੇ ਮੁਕਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਰਗ ਰਗ 'ਚ ਤੁਰਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਵੱਸਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਜਗਦੀ ਹੈ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆ
ਜੋ ਆਪਣੇ ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਕੱਢ ਕੇ ਬਾਹਰ ਧਰਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਦਾ ਅੰਬਰ
ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਮੜਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੀ ਧਰਤੀ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਧਰਦਾ ਹਾਂ
ਦੁਆਲੇ ਕੰਢਿਆਂ ਦੀ ਵਾੜ ਲਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਕੋਈ ਜੰਗਲੀ ਜਾਨਵਰ
ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਨਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਜਾਏ
ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਚ
ਨਾ ਕੋਈ ਜ਼ਹਿਰ ਧਰ ਜਾਏ
ਮੇਰਾ ਕੋਈ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਨਾ
ਇਸ ਦਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਬਣ ਜਾਏ
ਇਸ ਲਈ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦਾ ਹਰ ਨਕਸ਼ ਤੇ ਅੰਗ
ਇਸ ਦੇ ਪਹਿਰੇ ਖਲਿਆਰਿਆ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਉਸਾਰਿਆ ਹੈ।
-0-
ਕਿ ਤੱਤੀਆਂ ਹਵਾਵਾਂ
ਇਸ ਨੂੰ ਛੋਅ ਨਾ ਸਕਣ
ਤੁਫਾਨ ਤੇ ਹਨੇਰੀਆਂ ਇਸ ਨੂੰ ਪੋਹ ਨਾ ਸੱਕਣ
ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਰੋਪੀ ਤੇ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਕਹਿਰ
ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਆ ਨਾ ਸੱਕਣ
ਇਸ ਦੇ ਚਾਨਣ ਤੇ ਹਨੇਰ ਛਾਅ ਨਾ ਸੱਕਣ
-0-

ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਇਸ ਦੀ
ਢਾਲ 'ਤੇ ਤਲਵਾਰ ਬਣਿਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਜਿਸਮ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਰੂਹ ਤੱਕ
ਇਸ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਤਣਿਆ ਹਾਂ।
-0-
ਇਸ 'ਚ ਵਗਦੇ ਦਰਿਆ ਤੇ ਸਾਗਰ
ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿਣ
ਇਸ ਦੇ ਝਰਨਿਆਂ 'ਚੋਂ ਜੀਵਨ ਫੁੱਟੇ
ਸ਼ਾਂਤ ਨਦੀਆਂ ਵਹਿਣ
ਪੌਣ ਭੈਅ 'ਚ ਵਗੇ ਅੱਗ 'ਚ ਤੇਜ਼ ਰਹਿਣ
ਧਰਤ ਤੇ ਅਕਾਸ਼ ਹੇਠ ਵੱਸਦੀ
ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਫੈਲੇ ਫੁਲੇ ਅਮਨ ਚੈਨ
ਪਿਆਰ 'ਚ ਵਗਦੀ ਨਦੀ ਇਹ
ਪਿਆਰ ਵੰਡਦੀ ਰਹੇ
ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ
ਜਨਮਦੀ ਰਹੇ ਬੁਣਦੀ ਰਹੇ ਗੰਢਦੀ ਰਹੇ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆ
ਜੇ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਕੱਢ ਕੇ ਬਾਹਰ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸੱਖਣਾਪਣ ਜਨਮਦਾ ਹਾਂ
ਸੱਖਣਾਪਣ ਭਰਨ ਲਈ
ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਜਦ ਦਰ ਖੜਕਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਇਸ ਦੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
ਅਜ਼ਨਬੀ ਪਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਗੈਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਗੈਰਪਣ ਦੇ ਦੁਆਲੇ
ਅਜ਼ਨਬੀ ਚਿਹਰੇ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਹੀ ਸਿਰਜਣਾ ਦੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ
ਡੁਬਦਾ ਹਾਂ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ।
-0-

ਮੇਰੀ ਮੋਈ ਮਿੱਟੀ 'ਚੋਂ ਅਹਿਸਾਸ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਕਿ ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਉੱਗਿਆ ਹੈ ਜੋ
ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਬੀਜ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਤਣੇ ਟਹਿਣੀਆਂ ਫੁੱਲ ਪੱਤੀਆਂ
ਤੇ ਫੱਲਾਂ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
ਬੀਜ 'ਚੋਂ ਰੁਖ ਜਨਮਦਾ ਹਾਂ
ਬੀਜ 'ਚੋਂ ਰੁੱਖ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਬੀਜ ਹੀ ਰੁੱਖ
ਮੈਂ ਰੁੱਖ ਹੀ ਬੀਜ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹਾਂ।
-0-
ਆਪਣੇ ਬੀਜ 'ਚੋਂ
ਆਪਣੀ ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ-ਕੇ
ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਤੇ ਹੀ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ।
-0-
ਮੇਰੀ ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ
ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਜਨਮਦੀ ਹੈ ਪਲਦੀ ਹੈ
ਪਲਰਦੀ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ
ਅੰਬਰ ਸੂਰਜ ਚੰਨ ਤਾਰੇ ਤਾਰਕਾ ਮੰਡਲ
ਇਸ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਤਾਣਦਾ ਹਾਂ
ਦੇਹ ਦੀ ਧਰਤੀ ਤੇ
ਅੰਦਰ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਉਸਾਰਦਾ ਹਾਂ।
-0-
ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ
ਮੇਰਾ ਲਹੂ ਤੁਰਦਾ ਹੈ ਮੇਰਾ ਰੰਗ ਘੁਲਦਾ ਹੈ
ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਮੈਂ ਪ੍ਰਾਣ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਹੀ ਇਸ ਦੀ ਜ਼ਿਮੀਂ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਹੀ ਇਸ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਹਾਂ
ਇਸ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚ ਮੇਰਾ ਹੀ ਵਾਸਾ ਹੈ
ਇਸ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਮੇਰੇ ਹੀ ਹੰਝੂ ਹਨ
ਇਸ ਦੇ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਮੇਰਾ ਹੀ ਹਾਸਾ ਹੈ।
-0-

ਇਹ ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੀ ਵਿੱਥ ਤੇ
ਦੇਹ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵੱਸਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨਹੀਂ
ਇਹ ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ
ਇਸ ਦੀ ਦੇਹ ਦੁਆਲੇ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦਾ ਅਕਾਰ ਹੈ।
-0-
ਇਸ ਵਿਚਲਾ ਮਨੁੱਖ ਵੀ ਮੈਂ ਹਾਂ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਵੀ ਮੈਂ ਹਾਂ
ਇਸ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ
ਤੇ ਸਿਲਸਿਲਾ ਵੀ ਮੈਂ ਹਾਂ।
-0-
ਇਹ ਮੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਰਾਹੀ ਵੇਖਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਜ਼ੁਬਾਂ ਬੋਲਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਹੀ ਸਿਮਟੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਆਪਾ ਖੋਲਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਚਲਦੀ ਹਵਾ 'ਚ ਸਾਹ ਲੈਂਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਫੈਲੇ ਜੰਗਲਾਂ ਪਹਾੜਾਂ 'ਚ
ਉੱਠਦੀ ਤੇ ਬਹਿੰਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਸਾਗਰਾਂ ਨੂੰ ਤਰਦੀ ਹੈ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਨਦੀਆਂ 'ਚ ਵਹਿੰਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਛਾਂ 'ਚ ਠਰਦੀ ਹੈ ਮੇਰੀ ਧੁੱਪ ਸਹਿੰਦੀ ਹੈ।
-0-
ਇਸ ਨਾਲ ਮੇਰਾ ਸੱਖਣਾਪਣ ਭਰਦਾ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਆਪਾ ਰੂਹ ਤੋਂ ਜਿਸਮ ਤੱਕ ਠਰਦਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਜਦ ਵੀ ਇਸ ਦੇ ਘਰ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਇਸ ਦਾ ਦਰ ਨਹੀਂ ਖੜਕਾਇਆ
ਇਸ ਦੇ ਦਰ 'ਚ ਇਸ ਦੇ ਘਰ 'ਚ
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਆਪ ਹੀ ਪਾਇਆ
-0-

ਇਹਦੇ ਬਿੰਦੂਆਂ ਤੋਂ ਵਿਸਥਾਰ ਤੱਕ ਮੈਂ ਹਾਂ
ਇਹਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਤੱਕ ਮੈਂ ਹਾਂ
ਇਹਦੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਮੈਂ ਦੌੜਦਾ ਹਾਂ ਲਹੂ ਬਣ ਕੇ
ਇਹ ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਵਗਦੀ ਹੈ ਹਵਾ ਬਣ ਕੇ
ਇਹ ਵੱਸਦੀ ਹੈ ਮੇਰੇ 'ਚ ਖੁਦਾਈ ਬਣ ਕੇ
ਮੈਂ ਵੱਸਦਾ ਹਾਂ ਇਹਦੇ 'ਚ ਖੁਦਾ ਬਣ ਕੇ
ਇਹ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆ
ਮੇਰੀ ਹੀ ਸਿਆਣ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਹੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹੈ
ਨਾ ਇਸ ਵਿਚ ਅਜ਼ਨਬੀਪਣ ਹੈ
ਨਾ ਇਸ ਦੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਗੈਰ ਹੈ ਕੋਈ
ਇਹਦੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਸੰਸਾਰ ਵੱਸਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਕੋਈ ਪਿੰਡ ਹੇ ਨਾ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ ਕੋਈ।
-0-
ਨਾ ਕੋਈ ਅੱਗ ਦਾ ਗੋਲਾ
ਇਹਦੇ ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਵਰਨਾ ਹੈ
ਨਾ ਇਸ ਦੀ ਧਰਤ ਨੇ ਕੋਈ ਜ਼ਹਿਰ ਉੱਗਲਣਾ ਹੈ
ਨਾ ਕੋਈ ਦੁਸ਼ਮਣ ਜਨਮਣਾ ਹੈ
ਨਾ ਜੰਗਲੀ ਜਾਨਵਰ ਦੇ ਭੈਅ 'ਚ ਜਿਉਣਾ ਹੈ
ਨਾ ਖੌਫ ਨਾ ਡਰ ਨਾ ਹਨ੍ਹੇਰ
ਇਹ ਦੀ ਤਸੀਰ 'ਚ ਹੋਣਾ ਹੈ
ਚੜ੍ਹਨਗੇ ਸੂਰਜ ਇਹਦੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ
ਸੱਚ ਦਾ ਚਾਨਣ ਇਹਦੀ ਜ਼ਮੀਰ 'ਚ ਹੋਣਾ ਹੈ।
-0-
ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆ
ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਕੇ ਮੇਰੇ 'ਤੇ ਹੀ ਮੁਕਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਰਗ ਰਗ 'ਚ ਤੁਰਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਵੱਸਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਜਗਦੀ ਹੈ।
-0-

ਪੱਤਝੜ 'ਚੋਂ ਉੱਗੀ ਬਹਾਰ

ਮੈਂ ਇਕ ਐਸੇ ਚੌਰਾਹੇ 'ਚ ਖੜਾ ਹਾਂ
ਜਿੱਥੇ ਹਰ ਰਸਤਾ ਬੰਦ ਹੈ
ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹੈ ਉਦਾਸੀ ਹੈ
ਚੁੱਪ ਹੈ ਬੇਚੈਨੀਆਂ ਹਨ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਾਸੀ ਬਾਸੀ ਹੈ।
-0-
ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਮੁਕ ਗਈ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਅੰਦਰ ਬਾਹਰ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਜਨਮ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਫੈਲ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਨਾ ਕੋਈ ਕਿਰਨ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ
ਨਾ ਹਵਾ ਹੀ ਚਲਦੀ ਹੈ
ਇਕ ਮੁਰਦਾ ਦੁਨੀਆਂ ਮੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਉਭਰਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਕਬਰਾਂ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਧਰਦੀ ਹੈ।
-0-
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਜੰਗਲ ਦੀ ਅੱਗ
ਜੰਗਲ 'ਚ ਫੈਲ ਗਈ ਹੈ
ਰੁੱਖ ਕੋਇਲੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ
ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਜਿਸਮ ਤੇ ਪਰ ਝੁਲਸ ਗਏ ਹਨ
ਜ਼ਰਦੀ 'ਚ ਉਬਲਦੇ ਬੋਟਾਂ
ਦੇ ਮਾਸ ਦੀ ਗੰਧ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
ਜੰਗਲੀ ਦਰਿਆ ਨਦੀਆਂ ਤੇ ਚਸ਼ਮੇ ਸੁੱਕ ਗਏ ਹਨ
ਪੰਛੀਆਂ ਦਾ ਚੀਕ ਚਿਹਾੜਾ ਤੇ ਗੀਤ
ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਕੰਠ 'ਚ ਗੁਆਚ ਗਏ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚੋਂ
ਹਰਿਆਵੱਲ ਨੁੱਚੜ ਗਈ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਮੌਤ ਦੀਆਂ ਹਵਾਵਾਂ ਚਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ
ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਉਜੜ ਗਈ ਹੈ।
-0-

ਮੇਰੇ ਅੰਦਰੋਂ ਚੁੱਪ ਹਨ੍ਹੇਰਾ
ਉਦਾਸੀਆਂ ਤੇ ਬੇਚੈਨੀਆਂ ਦਾ
ਸ਼ੋਰ ਉੱਠਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਧਰਤੀ ਖਿਸਕ ਗਈ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸਿਰ ਤੋਂ ਅੰਬਰ ਲਹਿ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅਜ਼ਨਬੀਪਣ 'ਚ ਘਿਰਿਆ
ਦੇਹ ਦੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਖੂਹ 'ਚ ਗਿਰ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਸਾਂਝ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਫੇਰ ਲਿਆ ਹੈ
ਮੁਰਦਾ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਘੇਰ ਲਿਆ ਹੈ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਸਿਆਣ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ
ਮੈਂ ਜਿੱਥੇ ਜਨਮਿਆ ਪਲਿਆ ਜਵਾਨ ਹੋਇਆ
ਉਹ ਘਰ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ ਉਹ ਥਾਂ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਆਪ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ
ਆਪਣੀ ਰਾਹ ਮੰਜ਼ਿਲ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਵੱਸਦਾ
ਇਨਸਾਨ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ।
-0-
ਮੇਰੇ ਸਫਰ ਦੀਆਂ ਗਵਾਹ
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰੁੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਛਾਵਾਂ
ਉਹ ਰੁੱਖ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ ਉਹ ਛਾਵਾਂ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਵੱਸਦਾ
ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਛਾਵਾਂ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ।
-0-
ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ ਪੱਥਰਾ ਗਈ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਪੱਥਰ ਉੱਗ ਆਏ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਸਹਿਰਾ ਵਿਛ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਆਸਮਾਨ ਤੇ ਪੱਥਰਾਂ ਦੇ ਬੱਦਲ
ਘਿਰ ਆਏ ਹਨ।
-0-

ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਗਤੀਹੀਣ ਹੋ ਗਈ ਹੈ
ਸਾਗਰ ਦੀ ਹਿੱਕ 'ਚੋਂ ਲਾਵੇ ਉਬਰ ਆਏ ਹਨ
ਪੌਣਾਂ ਪੱਥਰਾ ਗਈਆਂ ਹਨ
ਅੱਗਾਂ ਦੇ ਪਿੰਡੇ ਠਰ ਗਏ ਹਨ
ਜਲ ਦਾ ਰੱਸ ਸੁੱਕ ਗਿਆ ਹੈ
ਧੂੰਏ ਨਾਲ ਅੰਬਰ ਭਰ ਗਿਆ ਹੈ
ਧਰਤ ਸੁੰਗਧਹੀਣ ਹੋ ਗਈ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਅੰਕੁਰ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਮਿਟ ਗਿਆ ਹੈ
ਜੀਵਨ 'ਚੋਂ ਮੌਤ ਉੱਗ ਪਈ ਹੈ
ਜੀਵਨ 'ਚੋਂ ਜੀਵਨ ਅਲੋਪ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।
-0-
ਮੇਰਾ ਆਪਣਾ ਹੀ ਬੀਜਿਆ
ਮੇਰੇ ਸਾਵੇਂ ਆਇਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਉਹ ਪਾਇਆ ਹੈ ਜੋ ਉੱਗਾਇਆ ਹੈ
ਹੁਣ ਚੌਹਾਰੇ 'ਚ ਖੜਾ ਹਾਂ
ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਕੋਈ ਦਿਸ਼ਾ ਨਹੀਂ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਕੋਈ ਰਾਹ ਨਹੀਂ
ਭੂਤ ਭਵਿੱਖ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੈ
ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਸਾਂ
ਵਰਤਮਾਨ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਹੈ
ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਰਾਹ ਹੈ।
-0-

ਵਰਤਮਾਨ ਦੇ ਰਾਹ ਤੇ ਕਦਮ ਧਰ
ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਸਿਰਜ
ਆਪਣੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਨੂੰ ਵਰ
ਪਹੁੰਚ ਜਿਥੇ ਤੇਰਾ ਆਪਣਾ ਸੰਸਾਰ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਧਰਤ ਹੈ ਆਪਣਾ ਆਸਮਾਨ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਮੌਸਮ ਤੇਰੇ ਆਪਣੀ ਬਹਾਰ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਆਪਣੀ ਕੁਦਰਤ ਦਾ
ਆਪਣਾ ਹੀ ਕਾਰੋਬਾਰ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਜਿੱਥੇ ਆਪਣੇ ਹੀ ਚਿਹਰੇ ਨੇ
ਆਪਣੀਆਂ ਰਾਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਵੇਰੇ ਨੇ
ਜਿੱਥੇ ਰੌਣਕਾਂ ਹੀ ਰੌਣਕਾਂ
ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਡੇਰੇ ਨੇ
ਜਿੱਥੇ ਤੇਰੀ ਧਰਤ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਵਨ ਦੇ ਚੁਫੇਰੇ ਹੈ
ਜਿੱਥੇ ਚੁੱਪ ਤੇ ਇਕੱਲਤਾ 'ਚ
ਸ਼ੋਰ ਤੇ ਰੌਣਕ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਜਿੱਥੇ ਗੀਤ ਤੇਰੇ ਨੇ ਜਿੱਥੇ ਸਾਜ਼ ਤੇਰਾ ਹੈ।
-0-
ਜਿੱਥੇ ਬੇਚੈਨੀਆਂ ਦੇ ਜੰਗਲ 'ਚ
ਖ਼ੁਸ਼ਗੁਆਰ ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਡੇਰੇ ਨੇ
ਜਿੱਥੇ ਜਿਸਮ ਤੇਰਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸਾਹ ਤੇਰੇ ਨੇ
ਜਿੱਥੇ ਧੁੱਪ ਤੇਰੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਛਾਂ ਤੇਰੀ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਹੈ ਜਨਮ ਭੂਮੀ ਉਹ
ਜਿੱਥੇ ਮਾਂ ਤੇਰੀ ਹੈ।
-0-

ਅਜ਼ਨਬੀਪਣ 'ਚੋਂ
ਜਿੱਥੇ ਸਾਂਝਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਜਨਮਦੇ ਨੇ
ਅਵਾਰਗੀ ਦੇ ਚਿਹਰਿਆਂ 'ਚੋਂ
ਜਿੱਥੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਝਲਕਦੇ ਨੇ
ਧਰਤ ਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਹੈ ਜਿਥੇ
ਤਾਰਿਆਂ ਦਾ ਆਪਣਾ ਆਸਮਾਨ ਹੈ ਜਿੱਥੇ
ਬਹਾਰਾਂ ਮੌਸਮਾਂ ਦਾ ਸੰਵਯੰਬਰ ਹੈ ਜਿੱਥੇ
ਸਾਗਰ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਅਬਾਦ ਹੈ ਜਿੱਥੇ
ਅੱਗ ਦਾ ਤੇਜ਼ ਤ਼ੇ ਪੌਣ ਅਜ਼ਾਦ ਹੈ ਜਿੱਥੇ।
-0-
ਜਿੱਥੇ ਮਨੁੱਖ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਦਰਪਣ ਹੈ
ਕੁਦਰਤ ਕਾਦਰ ਨੂੰ ਸਮਰਪਤ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਹੀ ਚਿਹਰੇ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੈ ਜਿੱਥੇ
ਅਕਾਸ਼ਾਂ ਪਤਾਲਾਂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡਾਂ ਤਾਰਕਾ ਮੰਡਲਾਂ 'ਚ
ਫੈਲਿਆ ਤੇਰਾ ਹੀ ਅਕਾਰ ਹੈ ਜਿੱਥੇ।
-0-
ਜਿੱਥੇ ਆਪ ਹੀ ਸਿਰਜਕ
ਤੇ ਆਪ ਹੀ ਸਿਰਜਣਾ ਹੈ ਤੂੰ
ਜਿੱਥੇ ਆਪ ਹੀ ਤੂੰ ਆਪਣਾ ਅਧਾਰ ਹੈ
ਜਿੱਥੇ ਤੂੰ ਆਪ ਬਿੰਦੂ ਆਪ ਦਾਇਰੇ
ਆਪ ਅਪਰਮਪਾਰ ਹੈ
ਵਜੂਦ ਹੈ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਪ੍ਰਾਣ ਹੈ।
-0-

ਰਿਸ਼ਤੇ

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤੇ ਤੋਂ
ਇੰਨਾ ਡਰ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਕਿ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਸਾਂਝ 'ਚ ਗੁਆਚ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਸਿੰਗੀ ਚੜ੍ਹ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਹੋ ਬੇਘਰ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਉਂਜ, ਰਿਸ਼ਤੇ ਮੇਰੀ ਸਰਦਲ 'ਤੇ ਆ ਕੇ ਖੜੇ ਰਹੇ
ਪਰ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਤੁਰਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਟੁੱਟਾ ਨਹੀਂ
ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਜੁੜਿਆ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ
ਦੁਨੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਨਾਤੇ ਤੋੜ ਕੇ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਬਹਿ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਰੌਣਕ ਹੈ ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ
ਮੈਂ ਰੌਣਕ ਵਿਚ ਇਕੱਲਾ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਉਦਾਸੀ ਜੀਉਣ ਦਾ
ਆਪਣੀ ਚੁੱਪ ਪੀਣ ਦਾ ਆਦੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ।
-0-
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਪੱਤਝੜਾਂ ਬੀਜੀਆਂ
ਉਜਾੜਾ ਵਸਾ ਲਈਆਂ ਹਨ
ਆਪਣੀਆਂ ਰੌਣਕਾਂ ਤਿਆਗ ਕੇ
ਕਬਰਾਂ ਬਣਾ ਲਈਆਂ ਹਨ
ਰੋਜ਼ ਚੁੱਪ ਦੇ ਤੁਫਾਨ ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਉੱਠਦੇ ਹਨ
ਅੰਬਰ ਪਾਟਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੀਆਂ ਕਬਰਾਂ ਪੁੱਟਦੇ ਹਨ
ਰੋਜ਼ ਕਬਰਾਂ 'ਚੋਂ ਮੁਰਦੇ ਉੱਠਦੇ ਹਨ
ਮੌਤ ਦਾ ਰਾਗ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਹਨ
ਬੀਜ ਕੇ ਮੌਤ ਧਰਤੀ 'ਤੇ, ਕਬਰੀਂ ਪਰਤ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
ਮੈਂ ਮੌਤ ਜਿਉਂਦਾ ਮੌਤ ਦੇ ਰਾਹ ਪੈ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਰੌਣਕ ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਹਾਂ ਉਦਾਸੀ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਮੇਟਕੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਸ਼ਬਦ ਦਿਲ ਦੀ ਤਖਤੀ ਤੋਂ
ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਕਬਰਾਂ ਉੱਗ ਆਈਆਂ ਹਨ
ਮੈਂ ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਮੌਤ ਦਾ ਸਾਮਾਨ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ।

ਮੈਂ ਮੌਤ ਦੀ ਧਰਤੀ ਪੈਰੀਂ ਸਿਰਜ ਲਈ ਹੈ
ਮੌਤ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਸਿਰ 'ਤੇ ਤਾਣਿਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਮੌਤ ਦੇ ਪ੍ਰਾਣ ਦੇਹ 'ਚ ਧਰ ਲਏ ਹਨ
ਮੈਂ ਮੌਤ ਦੀ ਪੌਣ ਨੂੰ ਹੀ ਮਾਣਿਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਮੜ੍ਹੀ ਦੀ ਅੱਗ ਦਾ ਸੇਕ ਪੀਤਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਪਿਆਸ 'ਚ ਜਲ ਦੀ ਥਾਂ
ਜ਼ਹਿਰ ਧਰ ਲਿਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਮੌਤ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਤਾਰੀ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਮੌਤ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ ਉਸਾਰੀ ਹੈ।
–0–
ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਤੋਂ ਡਰ ਕੇ
ਬਿਨਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦੇ ਜਿਉਣਾ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਸਿਰਜਣੇ ਹਨ
ਦੁਆਲੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਬੀਜਣੇ ਹਨ
ਮੌਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਗੁੰਨ੍ਹਣਾ ਹੈ
ਉਜਾੜਾਂ ਬੀਜਣੀਆਂ ਤੇ ਰੌਣਕਾਂ ਨੂੰ ਭੁੰਨਣਾ ਹੈ।
–0–
ਸਾਹਾਂ ਦੀ ਬਲੀ ਦੇਣੀ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕੁੜਤਨ 'ਚ ਉਬਾਲਣਾ ਹੈ
ਚਾਨਣ 'ਚ ਜਨਮਨਾ
ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਆਪਾ ਸੰਭਾਲਣਾ ਹੈ
ਅੱਗ ਦੀਆਂ ਲਾਟਾਂ ਤੇ ਧਰਿਆ ਆਲ੍ਹਣਾ ਹੈ
ਜਿਸ ਨੂੰ ਜਿਉਣਾ ਹੰਢਾਉਣਾ ਤੇ ਮਾਨਣਾ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਸੇਕਣਾ ਹੈ ਆਪਣੇ ਹੱਡ ਬਾਲਣਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਤੋਂ ਡਰ ਕੇ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਣਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਬਨਵਾਸ ਹੈ
ਜਿੱਥੇ ਨਾ ਕੋਈ ਸਾਂਝ ਹੈ ਨਾ ਰੰਗ ਹੈ
ਨਾ ਰੂਪ ਹੈ ਨਾ ਆਸ ਹੈ
ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੱਕ ਬਨਵਾਸ ਹੀ ਬਨਵਾਸ ਹੈ।
–0–

ਲਹੂ ਮਾਸ ਦੇ, ਭੁੱਖ ਦੇ, ਪਿਆਸ ਦੇ,
ਮੌਤ ਦੇ, ਜੀਵਨ ਦੇ, ਹਵਸ, ਲਾਲਚ, ਮੋਹ, ਹੰਕਾਰ ਦੇ,
ਰਿਸ਼ਤੇ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਤੋਂ ਉਤਾਰ ਕੇ
ਦੁਨੀਆਂ ਤਿਆਗ ਕੇ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਹੀਂ
ਉਜਾੜਾਂ ਭੋਗਣਾ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੇ ਸਭ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਬੰਦ ਕਰਕੇ
ਰੌਸ਼ਨੀ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਆਉਣੋਂ ਰੋਕਣਾ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਮਾਰਨਾ ਹੈ ਮੌਤ ਉਸਾਰਨਾ ਹੈ
ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਭੋਗਣਾ ਹੈ ਪ੍ਰਾਣ ਗਤੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਹੈ
ਅੰਗ ਅੰਗ 'ਚ ਕਿੱਲ ਠੋਕਣਾ ਹੈ
ਉਚਾਈ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਗਿਰਾਉਣਾ ਹੈ
ਆਪਣਾ ਆਪ ਗੁਆ ਕੇ, ਕੁਝ ਵੀ ਨਾ ਪਾਉਣਾ ਹੈ।
-0-
ਰਿਸ਼ਤੇ ਤਾਂ ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਸਿਰਾਂ ਤੋਂ
ਜੜ੍ਹਾਂ ਵਾਂਗ ਫੁੱਟਦੇ ਹਨ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਉੱਗਦੇ ਹਨ ਵਿਹੜੇ 'ਚ ਪੁੰਗਰਦੇ ਹਨ
ਅੰਦਰ ਧੁੱਖਦੇ ਹਨ, ਪੱਤਿਆਂ 'ਚ ਝੜਦੇ ਹਨ
ਫੱਲਾਂ 'ਚ ਗਲਦੇ ਹਨ ਸੁੱਕਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸੜਦੇ ਹਨ।
-0-
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਫੁੱਲ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਵਿਹੜੇ 'ਚ ਖਿੜਦੇ ਹਨ
ਰਿਸ਼ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਤੱਕ ਤੁਰਦੇ ਹਨ
ਮਨੁੱਖ 'ਚ ਸਿਮਟਦੇ ਹਨ ਮਨੁੱਖ 'ਚ ਖੁਲਦੇ ਹਨ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਦਿਲਾਂ ਦੀਆਂ ਧਰਤੀਆਂ ਤੇ
ਅੰਬਰਾਂ 'ਤੇ ਫੈਲਦੀ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ 'ਚ ਰੌਣਕ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਘਿਰਣਾ ਪਿੱਘਲਦੀ ਹੈ ਪਿਆਰ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਪਟੜੀ ਤੇ ਸੰਸਾਰ ਚਲਦਾ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਬੱਦਲ
ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ 'ਚੋਂ ਉੱਠਦੇ ਹਨ
ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਦੇਹ 'ਤੇ ਵਰ੍ਹਦੇ ਹਨ।
-0-

ਨਵੀਆਂ ਕਰੂਬਲਾਂ ਫੁੱਟਦੀਆਂ ਹਨ
ਸਾਗਰ 'ਚ ਸਾਹਿਰਾ ਤਰਦੇ ਹਨ
ਪਿਆਸੇ ਖੂਹ ਜਲ ਨਾਲ ਭਰਦੇ ਹਨ
ਪਹਾੜਾਂ 'ਚੋਂ ਬਰਫਾਂ ਪਿੱਘਲਦੀਆਂ ਹਨ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਜਲ ਦੀਆਂ ਨਦੀਆਂ ਵਗਦੀਆਂ ਹਨ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਜਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ
ਜਿਸ ਦੇ ਨਿੱਘ 'ਚ ਅੰਬਰ ਬਹਿਲਦਾ ਹੈ।
-0-
ਪੌਣਾਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ਬੂਆਂ
ਉੱਠਾ ਕੇ ਚਲਦੀਆਂ ਹਨ
ਬਹਾਰਾਂ ਸਮੇਂ ਦਾ ਸੂਰਜ ਤਲੀ 'ਤੇ ਜਗਾ ਕੇ ਚਲਦੀਆਂ ਹਨ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਨਿੱਘ ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ
ਮਨੁੱਖ ਤੱਕ ਫੈਲਦਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖਤਾ 'ਚ ਖੁੱਲਦਾ ਹੈ।
-0-
ਮਨੁੱਖ ਪਿਆਰ ਬੀਜਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ
ਸਾਂਝ ਦੇ ਜੰਗਲ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਵਿਚਲੀਆਂ
ਵਿੱਥਾਂ ਮਿਟਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਚਾਨਣ ਫੈਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਦਾ ਗੀਤ
ਸਾਗਰ ਦਰਿਆਵਾਂ ਨਦੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।
-0-

ਸਿਲਸਿਲੇ

ਨਾ ਦੂਰੀਆਂ ਹੀ ਮੁਕੀਆਂ
ਨਾ ਫਾਸਲੇ ਹੀ ਸਿਮਟੇ
ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਉਤਰਦੀ ਗਈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਗੁਆਚਦਾ ਗਿਆ
ਚਿਹਰਿਆਂ ਤੇ ਅਜ਼ਨਬੀਪਣ ਉੱਗਦਾ ਗਿਆਂ
ਤੇਰੀ ਜੜ੍ਹ ਸੁੱਕਦੀ ਗਈ ਮੇਰੇ ਪੱਤ ਝੜਦੇ ਗਏ।
-0-
ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬੁਣਿਆ
ਆਪਣੇ ਹੀ ਸਿਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਰੰਗ ਦਾ
ਅੰਬਰ ਉਣਿਆ
ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਦਿਲ ਦੀ ਧਰਤ ਵਿਛਾਈ
ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਲਈ ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਲਈ ਹੋ ਗਈ ਪਰਾਈ
ਨਾ ਤੂਫਾਨਾਂ 'ਚ ਕਿਨਾਰਾ ਬਣ ਸਕੇ
ਨਾ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਬਣ ਸਕੇ।
-0-
ਤੂੰ ਆਪਣਿਆਂ ਵਾਲਾਂ 'ਚ
ਆਪਣਾ ਸੂਰਜ ਆਪਣੇ ਤਾਰੇ ਧਰ ਲਏ
ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਦੁਆਲੇ
ਆਪਣੇ ਹੀ ਚਿਹਰੇ ਵਲ ਲਏ
ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਉੱਗਾ ਲਈ
ਆਪਣੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ
ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ ਸਜਾ ਲਈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ ਇੰਨਾ ਉਬਾਲਿਆ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਗੁਆ ਲਈ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਭੁੱਲਾ ਲਿਆ।
-0-

ਮੈਂ ਜਿਸ ਪਹਿਚਾਣ ਤੋਂ ਵਾਕਿਫ ਸਾਂ
ਉਹ ਪਹਿਚਾਣ ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਮਨਫੀ ਹੁੰਦੀ ਗਈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪਿੱਛੇ ਦੌੜਦਾ
ਤੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਭੁਲ੍ਹਦੀ ਖਿਲਰਦੀ ਚੌਂਦੀ ਗਈ
ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਅਗੇਰੇ ਸੂਰਜ ਉੱਗਦੇ ਗਏ
ਮੇਰੇ ਪਿੱਛਵਾੜੇ ਪੱਤਝੜ ਫੈਲਦੀ ਗਈ
ਤੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਨੁੱਚੜ ਗਈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਆ ਮੁਕਾ
ਮੇਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਮੇਰੇ 'ਚ ਸਿਮਟ ਗਈ।
-0-
ਨਾ ਤੇਰੇ ਦਿਲ ਨੇ ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਦੀ ਸੁਣੀ
ਨਾ ਮੇਰਾ ਦਿਲ ਤੇਰੇ ਦਿਲ ਲਈ ਧੜਕਿਆ
ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ ਦੀਵਾਰਾਂ ਉਸਾਰ ਲਈਆਂ
ਬਹਾਰਾਂ ਦਾ ਗਲਾ ਘੁਟਿਆ
ਦੇਹਾਂ 'ਚ ਪੱਤਝੜਾਂ ਉਤਾਰ ਲਈਆਂ
ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਪੱਥਰ ਬੀਜ ਕੇ
ਦੇਹ ਦੇ ਸਭ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਢੋਅ ਲਏ
ਸੂਰਜ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚੋਂ ਕਿਰਨਾਂ ਨਿਚੋੜ ਲਈਆਂ
ਕਾਲਖਾਂ ਦਾ ਦੌਰ ਦੁਆਲੇ ਸਿਰਜਿਆ
ਅਜ਼ਨਬੀਪਣ ਦੇ ਜੰਗਲ ਉੱਗਾ ਲਏ
ਸਾਡੀ ਜ਼ਮੀਨ ਸਾਨੂੰ ਨਿਗਲ ਗਈ
ਸਾਡੇ ਆਸਮਾਨ ਸਾਨੂੰ ਖਾ ਗਏ।
-0-
ਨਾ ਮੇਰੇ ਚਿਹਰਾ ਤੇਰਾ ਦਰਪਣ ਰਿਹਾ
ਨਾ ਤੇਰਾ ਦਰਪਣ ਮੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਰਿਹਾ
ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਦੀ ਵਿੱਥ 'ਤੇ ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਰਹੀ
ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਦੀ ਵਿੱਥ 'ਤੇ ਮੇਰਾ ਸਵੇਰਾ ਰਿਹਾ।
-0-
ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ
ਆਪਣੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਦੀਆਂ ਲੀਕਾਂ ਖਿੱਚ ਲਈਆਂ
ਇਹਨਾਂ ਲੀਕਾਂ 'ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਚਲਦੀ ਰਹੇ
ਬਲਦੀ ਰਹੇ ਜਗਦੀ ਰਹੇ ਭੁਲੇਖਾ ਸੀ।
-0-

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵੇਗ 'ਚ ਖੁਦ ਚਲਦੀ ਹੈ
ਲੀਕਾਂ ਮੇਟਦੀ ਹੈ
ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ ਵਿਚਰਦੀ ਹੈ
ਬਿੰਦੂਆਂ ਤੋਂ ਦਾਇਰਿਆਂ ਤੱਕ ਚਲਦੀ ਹੈ
ਪੌਣਾਂ ਵਾਂਗ ਵਗਦੀ ਹੈ
ਰੁਕਦੀ ਨਹੀਂ ਨਦੀ ਦਾ ਵੇਗ ਹੋ ਵਿਚਰਦੀ ਹੈ।
–0–
ਆਪਾ ਦੋਵੇਂ
ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਦਾਇਰਿਆਂ ਤੋਂ
ਬਿੰਦੂ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਏ ਹਾਂ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਟੁੱਟ ਗਏ ਹਾਂ
ਸਿਫਰਾਂ 'ਚ ਸਿਮਟ ਗਏ ਹਾਂ।
–0–
ਰੇਲ ਦੀ ਪਟੜੀ ਦੇ ਵਾਂਗ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਤੁਰਦੇ ਤੇ ਹਾਂ
ਪਰ ਮਿਲਦੇ ਨਹੀਂ
ਪੱਤਝੜ ਤੇ ਅਜ਼ਨਬੀਪਣ ਪਹਿਣ ਰੱਖਿਆ ਹੈ
ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਦੇ ਫੁੱਲ ਖਿੜਦੇਂ ਨਹੀਂ।
–0–
ਅਸੀਂ ਇਕ ਭਰਮ ਹਾਂ
ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੋਂ ਪਾਰ ਧਰਤੀ ਤੇ ਅੰਬਰ ਮਿਲਣ ਦਾ
ਸੱਚ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਅੰਬਰ ਦਿਸਹੱਦੇ ਤੋਂ ਪਾਰ ਵੀ ਮਿਲਦੇ ਨਹੀਂ
ਤੇਰੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧਰਤੀ ਤੇ
ਮੇਰੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੇ ਫੁੱਲ ਖਿੜਦੇ ਨਹੀਂ
ਤੇਰੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੇ ਖਿੜੇ ਫੁੱਲਾਂ 'ਚੋਂ
ਘੁੱਟ ਮਹਿਕ ਦੇ ਮਿਲਦੇ ਨਹੀਂ।
–0–
ਤੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਵੱਖਰੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਪਹਿਚਾਣ ਵੱਖਰੀ ਹੈ
ਇਹ ਇਕ ਅਜ਼ਨਬੀਪਣ ਹੈ
ਪਿਆਰ ਦੇ ਸਿਲਸਿਲੇ ਨਹੀਂ
–0–

ਕਰੋਧ ਤੇ ਮੈਂ

ਮੇਰੇ ਕਰੋਧ ਨੂੰ ਵੱਖ ਕਰ ਕੇ
ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਨਾ ਜਾਣੋ
ਕਰੋਧ ਨੂੰ ਸਮਝੋ, ਕਰੋਧ ਦਾ ਸੱਚ ਪਹਿਚਾਣੋ।
-0-
ਕਰੋਧ 'ਚ ਗਤੀ ਫੈਲੀ ਹੈ ਵੇਗ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਵੱਸਦਾ ਹੈ
ਕਰੋਧ ਆਪਣੀ ਕੁੱਖ 'ਚੋਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਪਿਆਰ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਧਰਤ ਤੇ ਹਰਿਆਵਲ ਬੀਜਦਾ ਹੈ
ਤੱਪਦੀਆਂ ਰਾਹਾਂ 'ਤੇ ਛਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਠਰਦੀਆਂ ਰਾਹਾਂ 'ਚ ਨਿੱਘ ਧਰਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਸੂਰਜ
ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਜੜਦਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ 'ਚ ਚਾਨਣ ਬੀਜਦਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹਰਦਾ ਹੈ।
-0-
ਕਰੋਧ ਆਪਣੇ ਵਿਪਰੀਤ 'ਚੋਂ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਆਪਣਾ ਵਿਪਰੀਤ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਵਿਪਰੀਤ ਅੰਬਰ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਵਿਪਰੀਤ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵਿਛਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਵਿਪਰੀਤ ਹੀ ਕਰੋਧ ਦਾ ਅੰਕੁਰ ਹੈ
ਕਰੋਧ ਵਿਪਰੀਤ 'ਚ ਸਮਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਵਿਪਰੀਤ 'ਚੋਂ ਜਨਮਿਆ ਕਰੋਧ ਹੀ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਸੱਚ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ।
-0-
ਮੇਰਾ ਕਰੋਧ ਹੀ ਮੇਰੀ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਕਰੋਧ ਹੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਅੰਕੁਰ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਕਰੋਧ ਹੀ ਮੇਰੇ ਰੁੱਖ ਦਾ ਬੀਜ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਕਰੋਧ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਕਰੋਧ ਹੀ ਮਨੁੱਖਤਾ ਹੈ।
-0-

ਮੇਰਾ ਕਰੋਧ ਹੀ ਮੇਰਾ ਰੱਖਿਅਕ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਾਣ ਸਰੋਤ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਚੇਤਨਾ ਹੈ ਚੇਤਨਾ ਦਾ ਬੋਧ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਕਰੋਧ ਮੇਰੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਤੋਂ ਜਨਮਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਤਰਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਨਸ ਨਸ 'ਚ ਵੱਸਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਬਣ ਕੇ ਮੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਜਗਿਆ ਹੈ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਗਤੀ ਹੈ
ਮਸਤਕ 'ਚ ਵੇਗ ਬਣ ਕੇ ਵਗਿਆ ਹੈ।
–0–
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਰੋਧ ਬਿਨ
ਬਲਹੀਣ ਹਾਂ ਅਧੂਰਾ ਹਾਂ
ਗਤੀ ਰਹਿਤ ਹਾਂ ਦਿਸ਼ਾ ਰਹਿਤ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸੁੰਤਤਰਤਾ 'ਚ ਕੈਦ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਲੱਗਾ ਜ਼ਹਿਰ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਜ਼ੁਬਾਂ ਤੋਂ ਟਪਕਦਾ ਸ਼ਹਿਦ ਹਾਂ
ਕਰੋਧ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਾ ਖੰਭਾਂ 'ਚ ਪ੍ਰਵਾਜ਼ ਹੈ
ਨਾ ਖੁਲ੍ਹੇ ਅੰਬਰੀਂ ਉੱਡਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੈ।
–0–
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਪਿੰਜਰਾ ਤੱਕ ਕੇ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਕਰੋਧ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਪਿੰਜਰੇ ਦੀਆਂ ਸੀਖਾਂ
ਤੋੜਨ ਦਾ ਸੱਚ ਉਬਰਦਾ ਹੈ
ਕਰੋਧ ਮੇਰੀ ਗਤੀ ਨੂੰ ਰਫ਼ਤਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਤੋਂ ਮੇਰਾ ਪਿੰਜਰਾ
ਉਤਾਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਬਝੀ ਧਰਤ ਦੀ ਗੰਢ ਖੁਲਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਅੰਬਰ ਉਤਰਦਾ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਵੇਗ ਅੰਬਰ 'ਚ ਉੱਡਣ ਲਈ
ਪ੍ਰਵਾਜ਼ ਭਰਦਾ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਕਰੋਧ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਪਿੰਜਰੇ ਤੋਂ
ਅਜ਼ਾਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।
–0–

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਰੋਧ ਦੇ ਬਲ 'ਤੇ
ਖੁਲ੍ਹੇ ਆਸਮਾਨੀ ਉੱਡਦਾ ਹਾਂ
ਅੱਗਨ ਦੇ ਵਾਂਗ ਭੱਖਦਾ ਹਾਂ
ਮੁੱਠਾਂ 'ਚ ਪੌਣਾਂ ਫੜਦਾ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ ਹਨ ਪੈਰ ਧਰਤੀ 'ਤੇ
ਸਿਰ 'ਚ ਅੰਬਰ ਤਰਦਾ ਹਾਂ।
–0–
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਛਾਵੇਂ ਨੂੰ ਫੜਦੀ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਪ੍ਰਛਾਵਾਂ ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਨੂੰ ਫੜਦਾ ਹੈ
ਦੇਹ ਤੇ ਪ੍ਰਛਾਵੇਂ ਦਾ ਸੱਚ
ਮੇਰੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਬਲਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਢਲਦਾ ਹੈ
ਫੈਲਦਾ ਹੈ ਚਾਨਣ ਬਣ ਕੇ ਅੰਬਰ 'ਤੇ
ਅੰਬਰ ਸੂਰਜਾਂ ਦੇ ਕ਼ਾਫਲੇ
ਧਰਤੀ ਦੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਧਰਦਾ ਹੈ
ਚਾਨਣ ਫੈਲਦਾ ਹੈ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਅਲੋਪ ਕਰਦਾ ਹੈ
ਦੇਹ ਪ੍ਰਛਾਵੇਂ 'ਚ ਢਲਦੀ ਹੈ
ਪ੍ਰਛਾਵਾਂ ਦੇਹ 'ਚ ਢਲਦਾ ਹੈ।
–0–
ਹਵਾ ਦਾ ਚੀਰ ਕੇ ਪਿੰਡਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੱਕ ਅਪੜਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਜਦ ਆਪਾ ਰਿੜਕਦਾ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ ਸੱਚ 'ਚੋਂ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ 'ਚ ਢਲਦਾ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ ਸੂਰਜਾਂ ਦੇ ਵਾਂਗ ਬਲਦਾ ਹੈ
ਨੂਰ ਹੋਈ ਧਰਤ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ
ਚਾਨਣ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਧਰਦਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ ਉੱਗੇ
ਚਿਹਰਿਆਂ ਦਾ ਜੰਗਲ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦੀ ਤਲੀ ਤੇ
ਉਸ ਦੀ ਹੋਂਦ ਧਰ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ।
–0–

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਰੋਧ 'ਚ ਆ ਕੇ
ਇਕ ਚੂਲੀ 'ਚ ਸਾਗਰ ਭਰਦਾ ਹਾਂ
ਪੈਰਾਂ ਸੰਗ ਬਣ ਕੇ ਧਰਤੀ
ਅੰਬਰ 'ਚ ਉਤਰਦਾ ਹਾਂ
ਆਦਿ ਤੋਂ ਅੰਤ ਤੱਕ ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਵਜੂਦ
ਆਪਣੇ ਸੀਨੇ 'ਚ ਭਰਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਸਾਹਾਂ ਦੀ ਕਿਸ਼ਤੀ ਤੇ
ਉਮਰ ਦਾ ਸਾਗਰ ਤਰਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਅੰਦਰਲੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਜਿਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਬਿੰਦੂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡਾਂ 'ਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹਾਂ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਰੋਧ ਦੇ ਬਲ 'ਤੇ
ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਜੋਤ ਬਣ ਕੇ ਜਗਦਾ ਹਾਂ
ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ ਨੂੰ ਹਨ੍ਹੇਰਾ
ਸੂਰਜਾਂ ਨੂੰ ਸੂਰਜ ਲਗਦਾ ਹਾਂ
ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਦਰਪਣ 'ਚ ਆਸਮਾਨ ਤਾਰਿਆਂ ਦਾ
ਨਦੀ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚ ਉਤਰਿਆ ਚੰਨ ਲਗਦਾ ਹਾਂ।
-0-
ਸੁੰਘੜਦੀ ਹੈ ਸਾਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਦੇਹ 'ਚ
ਸਿਮਟਦੇ ਨੇ ਰੁੱਖ ਆਪਣੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ 'ਚ
ਜਦ ਪੌਣ ਦੇ ਮੱਥੇ ਤੁਫਾਨ
ਸਾਗਰ 'ਚੋਂ ਜੁਆਲਾਮੁਖੀ ਬਣ ਕੇ ਉੱਠਦਾ ਹਾਂ
ਉਤਾਰਦੀ ਹੈ ਧਰਤ ਹਨ੍ਹੇਰ ਦਾ ਬੁਰਕਾ
ਜਦ ਧਰਤੀ ਦੇ ਮੁੱਖ 'ਤੇ ਕਿਰਨਾਂ ਛਿੜਕਦਾ ਹਾਂ।
-0-

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਰੋਧ 'ਚ ਆਪਣਾ ਦੁਆਲਾ ਸਿਰਜਿਆ ਹੈ
ਨਦੀਆਂ ਨਾਲੇ ਦਰਿਆ ਤੇ ਪਹਾੜ ਸਿਰਜੇ ਹਨ
ਅਕਾਸ਼ ਪਤਾਲ ਧਰਤੀਆਂ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ
ਕਾਇਨਾਤ ਸਿਰਜੀ ਹੈ
ਵਾਣੀ ਤੇ ਅਰਥ ਨੂੰ
ਮੈਂ ਜਦ ਵੀ ਮੁੜ ਮੁੜ ਆਪਣੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਉੱਗਾਇਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਗਿਆਨ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚੋਂ
ਵਿਗਿਆਨ ਦਾ ਮੂੰਹ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ ਕਰੋਧ ਜਨਮਿਆਂ ਹੈ
ਕਰੋਧ ਹੰਢਾਇਆ ਹੈ
ਕਰੋਧ ਦੀ ਭਾਲ 'ਚ ਤੁਰਦਿਆਂ ਤੁਰਦਿਆਂ
ਆਪਣਾ ਆਪ ਪਾਇਆ ਹੈ
ਕਰੋਧ 'ਚੋਂ ਸੂਰਜ ਗਤੀਆਂ ਦਾ ਉੱਗਾਇਆ ਹੈ
ਖੜੀ ਹੈ ਧਰਤ ਪੈਰਾਂ ਤੇ ਕਰੋਧ ਤੇ ਬਲ 'ਤੇ
ਅੰਬਰ ਆਪਣੀ ਸਮੱਗਰੀ ਸਮੇਤ
ਹਿਰਦੇ 'ਚ ਉਤਰ ਆਇਆ ਹੈ।
–0–
ਮੈਂ ਕਰੋਧ ਪੂਜਿਆ, ਕਰੋਧ ਧਿਆਇਆ ਹੈ
ਕਰੋਧ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ 'ਚ ਉਹ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ ਹੈ
ਜੋ ਹੋਂਦ ਹੈ ਮੇਰੀ ਕਰੋਧ ਜਿਸ ਦਾ ਸਰਮਾਇਆ ਹੈ
ਵੱਸਿਆ ਹੈ ਪਲ ਪਲ 'ਚ ਜੋ
ਜ਼ਰੇ ਜ਼ਰੇ 'ਚ ਸਮਾਇਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਦੇਹ ਹਾਂ ਉਸ ਦੀ ਉਹ ਮੇਰਾ ਸਾਇਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਉਹਦੇ 'ਚ ਸਮਾਇਆ ਹਾਂ
ਉਹ ਮੇਰੇ 'ਚ ਸਮਾਇਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਕਰੋਧ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚੋਂ
ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ ਹੈ
–0–

ਸੱਖਣਾਪਣ

ਮੈਂ ਰੁੱਖ, ਮੇਰਾ ਅੰਦਰ ਭਰ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸੱਖਣੇਪਣ ਨਾਲ
ਹੁਣ ਨਾ ਮੇਰੇ 'ਚ ਜੰਗਲ ਹੈ
ਨਾ ਮੈਂ ਜੰਗਲ 'ਚ ਹਾਂ।
-0-
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰਲਾ ਜੰਗਲ ਮੈਨੂੰ ਛੱਡ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਪਹਾੜ ਰੁਸ ਗਏ ਹਨ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਵਗਦੀਆਂ ਪੌਣਾਂ
ਹੱਸਦੀਆਂ ਬਹਾਰਾਂ ਟਹਿਕਦੇ ਮੌਸਮ
ਬੁਸ ਗਏ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਦਰਿਆ ਨਦੀਆਂ ਨਾਲੇ
ਸਭ ਸੁੱਕ ਗਏ ਹਨ।
-0-
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਮੇਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਮਨਫੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਚੰਨ ਸੂਰਜ ਸਿਤਾਰੇ ਬੁਝ ਗਏ ਹਨ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਤੋਂ, ਅੰਬਰਹੀਣ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਮੇਰੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਵਜੂਦ ਛੱਡ ਗਈਆਂ ਹਨ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਸੱਖਣਾਪਣ ਰੱਖ ਗਈਆਂ ਹਨ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਸੁੱਖਣਾਪਣ ਭਰਨ ਲਈ
'ਚੋਂ ਦਿਸ਼ਾਵੀਂ ਘੁੰਮਿਆ ਹਾਂ
ਅੰਬਰ ਨੂੰ ਗਾਹਿਆ ਹੈ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਵਾਹਿਆ ਹੈ
ਪੌਣਾਂ ਨੂੰ ਛੋਇਆ ਹੈ ਅੱਗਨੀ ਨੂੰ ਟੋਹਿਆ
ਸਾਗਰ ਤਲੀ 'ਤੇ ਉੱਠਾ ਕੇ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਘੁੱਟ ਭਰੇ ਹਨ
ਨਦੀਆਂ ਨੂੰ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਲਾਇਆ ਹੈ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਕੰਠ 'ਚ ਧਿਆਈ ਹੈ
ਜੰਗਲ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਪਾਇਆ ਹੈ
ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ
ਮੇਰਾ ਅੰਦਰਲਾ ਸੱਖਣਾਪਣ ਫੈਲਦਾ ਹੀ ਗਿਆ
ਉੱਗਦਾ ਹੀ ਆਇਆ ਹੈ।
-0-

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸੱਖਣੇਪਣ 'ਚ
ਆਪਣਾ ਵਜੂਦ ਗੁਆ ਬੈਠਾ
ਮਸਤਕ ਦੀ ਜੋਤ ਬੁਝਾ ਬੈਠਾ
ਮੈਂ ਰਾਹਾਂ 'ਚ ਡੁੱਲ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਮੇਰਾ ਹਰ ਅੰਗ ਹਰ ਨਕਸ਼ ਖਿਲਰ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸੱਖਣੇਪਣ 'ਚ ਪਿੱਘਲ ਗਿਆ ਹੈ।
-0-
ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ
ਮੇਰੇ ਸੱਖਣੇਪਣ ਦੀ ਤਰਲਤਾ 'ਚ ਢਲ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਸੂਰਜ ਮੇਰੀ ਧੁੱਪ 'ਚ ਹੀ ਠਰ ਗਿਆ ਹੈ
ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਵਿਸਰ ਗਿਆ
ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਚੜ੍ਹਨਾ ਸੂਰਜ ਭੁੱਲ ਗਿਆ ਹੈ।
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸੱਖਣੇਪਣ ਦੀ ਤਰਲਤਾ 'ਚੋਂ
ਆਪਣੇ ਨਕਸ਼ ਕਿਵੇਂ ਸਿਰਜਾ ਕਿਵੇਂ ਭਾਲਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਤਰਲਤਾ
ਆਪਣੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਕਿਵੇਂ ਢਾਲਾ
ਕਿਵੇਂ ਸਿਰਜਾ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ
ਕਿਵੇਂ ਮਸਤਕ ਦੀ ਜੋਤ ਨੂੰ ਬਾਲਾ
ਕਿਵੇਂ ਭਰਾ ਸੱਖਣਾਪਣ ਆਪਣਾ
ਕਿਵੇਂ ਦੇਹ 'ਚ ਰੂਹ ਨੂੰ ਉਤਾਰਾ
ਕਿਵੇਂ ਜਿਉਂਦਾ ਕਰਾਂ ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ
ਕਿਵੇਂ ਆਪਣਾ ਸੱਖਣਾਪਣ ਮਾਰਾਂ।
-0-
ਅੰਦਰੋਂ ਅਵਾਜ਼ ਉੱਠਦੀ ਹੈ
ਕਿ ਆਪਣੀ ਤਰਲਤਾ ਆਪਣੇ ਕੰਠ 'ਚ ਉਤਾਰ ਲੈ
ਦੇਹ 'ਚ ਆਪਣੇ ਨਕਸ਼
ਆਪਣੇ ਅੰਗ ਢਾਲ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਜੋਤ ਆਪਣੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਬਾਲ ਲੈ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਆਪਣੇ ਅੰਗਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਲੈ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਕਸ਼
ਨਜ਼ਰਾਂ 'ਚ ਉਤਾਰ ਲੈ।
-0-

ਆਪਣੇ ਸੱਖਣੇਪਣ 'ਚੋਂ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਉੱਗਾ
ਆਪਣਾ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਾ
ਭਰ ਲੈ ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਚਾਨਣ ਦੇ ਨਾਲ
ਮੁਕਤ ਹੋ ਸੱਖਣੇਪਣ ਤੋਂ
ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਤਾਰਕਾਮੰਡਲ
ਅਕਾਸ਼ ਪਤਾਲ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਉੱਗਾ
ਪੈਦਾ ਕਰ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ
ਸਾਗਰ ਦਰਿਆ ਨਦੀਆਂ ਨਾਲੇ
ਜੰਗਲ ਦੀ ਹਰਿਆਵਲ ਆਪਣੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਪਾ।
-0-
ਆਪਣਾ ਖਾਲੀਪਣ ਭਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ 'ਚ
ਆਪਣੇ ਸਾਏ ਦਾ ਖਾਲੀਪਣ ਭਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਜਗਾ
ਸਾਏ ਤੇ ਆਪਣੇ ਖਾਲੀਪਣ 'ਚ ਤਕਸੀਮਿਆਂ ਜਾ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ
ਦੁਆਲਾ ਭਰ
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ 'ਚ ਭਰਿਆ ਨਜ਼ਰ ਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸਿਮਟ
ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਵਿਸਥਾਰ
ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਧਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਉੱਠ ਕੇ
ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਤੱਕ ਫੈਲ ਜਾ।
-o-

ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਸੱਚ

ਆ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸੁੰਦਰਤਾ ਬੀਜੇਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸੱਚ ਬੀਜਾਂ
ਆਪਾ ਇਕ ਵੱਖਰੀ ਹੋਂਦ ਸਿਰਜੀਏ
ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਪਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਤਾਰੀਏ
ਆਪਣਾ ਅੰਦਰਲਾ ਸੱਚ ਆਪਣੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਧਰੀਏ
ਆਪਣੇ ਚਿਹਰਿਆਂ 'ਤੇ ਚਿੱਤਾਰੀਏ।

-0-

ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੀ ਧਰਤੀ
ਵਾਹੁਦਾ ਹਾਂ ਸੁਆਗਾ ਫੇਰਦਾ ਹਾਂ
ਸੱਚ ਦਾ ਬੀਜ ਬੀਜਦਾ ਹਾਂ
ਕਿਰਨਾਂ ਦੇ ਖ਼ੂਹ ਗੇੜਦਾ ਹਾਂ
ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਜਲ ਲਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਸੱਚ ਨੂੰ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹਾਂ।

-0-

ਮੇਰਾ ਸੱਚ ਮੇਰੀ ਅੰਦਰਲੀ ਪੱਤਝੜ 'ਚੋਂ
ਹਰਿਆਵਲ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਨਵਾਂ ਅੰਬਰ ਸਿਰਜਦਾ ਹੈ
ਨਵੇਂ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਚਾਂਦੀ ਦੀ ਧਰਤ ਮੇਰੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਵਿਛਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਦੇ ਸਮੁੰਦਰ 'ਚ, ਅੰਬਰ ਨਹਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਮੁਕਾਉਂਦਾ ਹੈ ਚਾਨਣ ਫੈਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਸਿਮਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਹਰਿਆਵਲੇ ਜੰਗਲ ਉੱਗਾਉਂਦੀ ਹੈ।

-0-

ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੇ ਸਰੋਵਰ 'ਚ, ਹੰਸ ਨਹਾਉਣਗੇ
ਸੱਚ ਪੀਣਗੇ ਸੱਚ ਦਾ ਗੀਤ ਗਾਉਣਗੇ
ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਾਂ 'ਤੇ ਬਿਠਾਉਣਗੇ
ਤੇਰੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦੇ ਅੰਬਰੀ ਲੈ ਜਾਣਗੇ
ਮੇਰੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਲੱਖਾਂ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਾਉਣਗੇ
ਤੇਰੀ ਸੁੰਦਰਤਾ 'ਚ ਮੇਰਾ ਸੱਚ ਘੋਲਣਗੇ
ਸੱਚ ਤੋਂ ਸੁੰਦਰਤਾ, ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੋਂ ਸੱਚ ਉਗਾਉਣਗੇ।

-0-

ਸੱਚ ਤੇ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦਾ ਨੂਰ ਫੈਲੇਗਾ
ਅਕਾਸ਼ਾਂ ਪਤਾਲਾਂ ਤਾਰਕਾਮੰਡਲਾਂ
ਧਰਤੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇਕ ਲੀਕ ਦੌੜੇਗੀ
ਬੰਦੇ 'ਚੋਂ ਕੁਦਰਤ ਕੁਦਰਤ 'ਚੋਂ ਕਾਦਰ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗਾ
ਤੇਰੀ ਸੁੰਦਰਤਾ 'ਚੋਂ ਜਦ ਮੇਰਾ ਸੱਚ ਉੱਗ ਆਵੇਗਾ
ਬੰਦੇ ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਕਾਦਰ ਦਾ ਭੇਦ ਮਿੱਟ ਜਾਵੇਗਾ
ਸੱਚ ਦਾ ਨੂਰ ਹਰ ਸੂ ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗਾ
ਜੋ ਹੈ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਕਾਦਰ
ਬੰਦੇਂ ਦਾ ਰੱਬ ਕਹਾਵੇਗਾ।
-0-
ਤੂੰ ਵੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਬੀਜਣ ਲਈ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਸੁਆਰ ਲੈ
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਉੜੀ ਚੁੱਪ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਉਤਾਰ ਲੈ
ਆਪਣੀ ਮੈਂ 'ਚੋਂ ਤੂੰ ਨੂੰ ਸਹਿਕਾਰ ਲੈ
ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੇਹ ਤੇ ਮਸਤਕ ਨੂੰ
ਸ਼ਬਦ ਨਾਲ ਮਾਂਝ ਲੈ
ਸਾਫ ਕਰ ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ
ਦੇਹ ਦਾ ਮੈਲਾ ਉਤਾਰ ਲੈ
ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦਾ ਰੂਪ ਧਾਰ ਲੈ
ਚਾਂਦੀ ਦੀ ਧਰਤ ਪੈਰਾਂ 'ਚ
ਸੋਨੇ ਦਾ ਅੰਬਰ ਸਿਰ 'ਤੇ ਉਸਾਰ ਲੈ
ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਜੰਗਲ 'ਚ
ਚਾਨਣ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਖਿਲਾਰ ਲੈ
ਆਪਣਾ ਜ਼ੋਬਨ ਦਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ
ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਸਾਗਰ 'ਚ ਉਤਾਰ ਲੈ।
-0-

ਤੇਰੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦੀ ਮਹਿਕ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚੋਂ ਆਵੇ
ਤੇਰੇ ਨਕਸ਼ਾਂ ਦੇ ਗੀਤ
ਧਰਤੀ ਆਸਮਾਨ ਗਾਵੇ
ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਮੇਰੇ ਸੱਚ 'ਚੋਂ ਉਪਜੇ
ਨੂਰ ਦੀ ਬੁੱਕਲ ਮਾਰ ਲੈ
ਤੂੰ ਚੰਨ ਤਾਰਿਆਂ ਸਮੇਤ ਮੇਰਾ ਆਸਮਾਨ
ਝੋਲੀ 'ਚ ਉਤਾਰ ਲੈ
ਆਪਣੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਮੇਰੇ ਸੱਚ ਦੇ ਅੰਬਰੀ
ਚੰਨਾਂ ਤਾਰਿਆਂ ਵਾਂਗੂ ਖਿਲਾਰ ਲੈ
ਆਪਣੀ ਸੁੰਦਰਤਾ 'ਚ ਮੇਰਾ ਸੱਚ
ਮੇਰੇ ਸੱਚ 'ਚ ਆਪਣੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਉਤਾਰ ਲੈ।
-0-
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਸੱਚ ਤੇ ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਸੁਮੇਲ ਦੀ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਉਸਾਰ ਲੈ
ਆਪਣੀ ਸੁੰਦਰਤਾ 'ਚ ਮੇਰਾ ਸੱਚ ਲਪੇਟ ਲੈ
ਸੂਰਜ ਲਪੇਟ ਲੈ ਕਿਰਨਾਂ 'ਚ
ਆਪਣਾ ਮੁੱਖ ਵੇਖਣ ਲਈ
ਸ਼ੀਸ਼ੇ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾ
ਜਾਂ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਆਪਣੇ 'ਚ ਉਤਾਰ ਲੈ।
-0-
ਇਸ ਸੱਚ ਤੇ ਸੁੰਦਰਤਾ ਦੇ ਮੇਲ ਤੋਂ
ਨੂਰ ਉਪਜੇਗਾ
ਸੱਚ ਦਾ ਸੱਚ ਆਪਣੇ ਹਜ਼ੂਰ ਉਪਜੇਗਾ
ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਬਲਣਗੇ ਸੈਂਕੜੇ ਸੂਰਜ
ਧਰਤੀ ਦੀ ਕੁੱਖ 'ਚੋਂ ਅੰਬਰ ਦਾ ਨੂਰ ਉਪਜੇਗਾ
ਜੋ ਜ਼ਰੇ ਜ਼ਰੇ ਤੋਂ ਤਾਰਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲੇਗਾ
ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਜੀਵੇਗਾ ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਪਾਲੇਗਾ
ਮੇਰਾ ਸੱਚ ਤੇਰੀ ਸੁੰਦਰਤਾ, ਆਪਣੇ 'ਚ ਜੀਵੇਗਾ
ਲੈ ਕੇ ਕੁਲ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੀ ਸਮਗਰੀ
ਤੇਰੀ ਸੁੰਦਰਤਾ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾਏਗਾ
ਸੁੰਦਰਤਾ ਸੱਚ ਹੋ ਜਾਏਗੀ
ਸੱਚ ਸੁੰਦਰ ਹੋ ਜਾਏਗਾ, ਸੁੰਦਰਤਾ ਤੇ ਸੱਚ ਦਾ ਮੇਲ
ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਕਹਾਏਗਾ।
-0-

ਜ਼ੀਰੋ ਤੋਂ ਜ਼ੀਰੋ ਤੱਕ

ਮੈਂ ਰੁਖ ਜੰਗਲ 'ਚ ਵੱਸਦਾ ਵੀ ਇਕੱਲਾ ਹਾਂ
ਰੌਣਕ ਤੋਂ ਬੇਗਾਨਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਅਲੱਗਤਾ 'ਚ ਝੱਲਾ ਹਾਂ।
-0-
ਬਹਾਰਾਂ ਹਨ ਖਿੜੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਹਾਸੇ ਹਨ
ਰੰਗ ਹਨ ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਗੀਤ ਹਨ
ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਹੈ
ਕੋਇਲ ਦੀ ਕੂਕ ਹੈ ਨੱਚਦਾ ਮੋਰ ਹੈ
ਰੁਖਾਂ ਦੇ ਸੱਦੇ ਹਨ
ਪੱਤਿਆਂ ਦੇ ਇਸ਼ਾਰੇ ਹਨ
ਮੇਰੀ ਆਮਦ ਲਈ ਖੁਲ੍ਹੇ ਜੰਗਲ ਦੇ ਦੁਆਰੇ ਹਨ।
-0-
ਪਰ ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਰਾਹ
ਜੰਗਲ ਵਲ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ
ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ
ਬਹਾਰਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਬਹਿਦਾ
ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਨਹੀਂ ਸੁਣਦਾ
ਨੱਚਦਾ ਮੋਰ ਨਹੀਂ ਤਕਦਾ
ਕੋਇਲ ਦੀ ਕੂਕ ਨਹੀਂ ਸੁਣਦਾ।
-0-

ਆਪਣੀ ਅਲੱਗ਼ਤਾ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ
ਆਪਣਾ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਪੱਥਰਾ ਦਾ ਜੰਗਲ ਦੁਆਲੇ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਅੱਗ ਦੀ ਸੁਆਹ ਉੜਦਾ ਹੈ
ਪੌਣਾਂ ਦੇ ਪੱਥਰ ਚਬਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਤਿੜਕੀ ਧਰਤ ਪੈਰਾਂ 'ਚ
ਪਾਟਿਆ ਅੰਬਰ ਸਿਰ 'ਤੇ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਅਗਤੀਆਂ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ
ਖੁਸ਼ਕ ਜਲ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚ ਨਹਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ
ਤੇ ਮੁਰਦਾ ਰੂਹ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਹੈ ਰਾਹ ਦਾ ਪੱਥਰ
ਰਾਹੀਆਂ ਲਈ ਕਈ ਵਾਰੀ ਰੱਬ ਕਹਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਭਰਮ 'ਚ ਜਿਉਂਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਭਰਮ 'ਚ ਮਰਦਾ ਹੈ
ਉਹ
ਪੱਥਰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਹਿੱਕ 'ਤੇ
ਨਾ ਡੁੱਬਦਾ ਹੈ ਨਾ ਤਰਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਇੰਨਾ ਵਹਿ ਗਿਆ ਹੈ
ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਜੀਵਨ ਰਹਿਤ
ਇਕ ਬੁੱਤ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ।
–0–
ਰੁੱਖ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਤੋਂ
ਰੁੱਖ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਮਿਟ ਗਈ ਹੈ
ਰੁੱਖ ਦੇ ਦੁਆਲੇ 'ਚੋਂ
ਰੁੱਖ ਦੀ ਸਿਆਣ ਮਿਟ ਗਈ ਹੈ
ਰੁੱਖ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਅਜ਼ਨਬੀ ਹੋਇਆ
ਨਾ ਰੁੱਖ ਨੂੰ ਰੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨੇ ਪਛਾਤਾ
ਨਾ ਦੇਹ ਨੇ ਸਿਆਣਿਆਂ
ਨਾ ਅੱਖਾਂ ਨੇ ਰੁੱਖ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਪਹਿਚਾਣਿਆ।
–0–

ਰੁੱਖ
ਸਿਰ ਪੈਰਾਂ ਰਹਿਤ
ਪੌਣਾਂ ਵਾਂਗ ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ ਵਗਦਾ ਰਿਹਾ
ਜੰਗਲ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚ ਗੁਆਚਾ
ਆਪਣਾ ਰੁੱਖ ਲਭਦਾ ਰਿਹਾ
ਦਰਿਆ ਦੇ ਸੁੱਕੇ ਕੰਢਿਆਂ 'ਚ
ਰੇਤ ਹੋਏ ਪਾਣੀ ਵਾਂਗ ਜਿਉਂਦਾ ਰਿਹਾ
ਆਪਣੇ 'ਚੋਂ ਮਨਫੀ ਹੋਏ ਰੁੱਖ ਦੇ ਫੱਟ
ਦੂਰੀਆਂ ਦੀ ਸੂਈ ਤੇ ਫਾਸਲੇ ਦੇ ਧਾਗਿਆਂ
ਸੰਗ ਸਿਉਂਦਾ ਰਿਹਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਇੰਨਾ ਦੂਰ ਹੋ ਗਿਆ
ਕਿ ਉਦਾਸੀਆਂ 'ਚ ਚੂਰ ਹੋ ਗਿਆ
ਭੁਰ ਗਿਆ ਟੁੱਟ ਗਿਆ
ਹਰਿਆਵਲ ਦੀ ਬੁੱਕਲ 'ਚ
ਰੁੱਖ ਦਾ ਰੁੱਖ ਸੁੱਕ ਗਿਆ।
-0-
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਬੈਠਾ ਰਿਹਾ
ਆਪਣੇ ਅਥਰੂ ਪੀਂਦਾ ਰਿਹਾ
ਆਪਣੀ ਮੌਤ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦਾ ਰਿਹਾ
ਉਮਰ ਦਾ ਪਲ ਪਲ
ਉਦਾਸੀਆਂ ਦੀ ਭੇਟ ਕਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਹਰ ਇਕ ਸਾਹ ਰੁੱਖ ਦਾ
ਉਦਾਸੀਆਂ ਜਿਉਂਦਾ ਰਿਹਾ ਉਦਾਸੀਆਂ ਜੰਮਦਾ ਰਿਹਾ।
-0-

ਅਰਥਹੀਣ ਜੀਵਨ
ਤੇ ਅਰਥਹੀਣ ਭਾਵ
ਰੁੱਖ ਨੂੰ ਖ਼ੁਦਕੁਸ਼ੀ ਵੱਲ ਤੋਰਦੇ ਰਹੇ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੋਂ ਤੋੜ ਕੇ, ਮੌਤ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਰਹੇ
ਰੁੱਖ ਕਈ ਵਾਰ ਸੁੱਕਿਆ ਤੇ ਪੁੰਗਰਿਆ
ਆਪਣੇ ਬੀਜ 'ਚ ਸੁੰਘੜਿਆ
ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਛੋਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ
ਬੀਜ ਦੀ ਸੁੰਨਤਾ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਖਲਾਅ 'ਚ ਲਟਕਿਆ ਬੀਜ
ਨਾ ਫੁੱਟਿਆ ਨਾ ਪੁੰਗਰਿਆ
ਬੀਜ 'ਚ
ਰੁੱਖ ਜੀਵਨ ਦੀ ਮੌਤ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ।
-0-
ਹੁਣ
ਰੁੱਖ 'ਚ ਨਾ ਅਲੱਗ ਰਹਿਣ ਦੇ ਦੁੱਖ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਸੀ
ਨਾ ਉਦਾਸ ਰਹਿਣ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਪਾਸ ਸੀ
ਹੁਣ ਅਹਿਸਾਸ ਰਹਿਤ
ਇਕੱਲਾ ਜੀਅ ਰਿਹਾ ਸੀ ਰੁੱਖ
ਆਪਣੀ ਲਾਸ਼ ਮੋਢਿਆਂ 'ਤੇ ਚੁੱਕੀ
ਧੂ ਰਿਹਾ ਸੀ ਰੁੱਖ, ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਤੇ ਕਬਰਾਂ ਦੇ ਪਿੰਡੇ
ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਉੱਗ ਆਏ ਸੀ
ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਦੀ ਇਕੱਲਤਾ ਤੇ ਕਬਰਾਂ ਦੀ ਚੁੱਪ
ਹੰਢਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਰੁੱਖ
ਆਪਣੇ ਬੀਜ 'ਚੋਂ ਆਪਾ ਉੱਗਾ ਰਿਹਾ ਰੁੱਖ।
-0-
ਰੁੱਖ
ਰੁੱਖ ਤੋਂ ਬੀਜ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਮੁੱਠ ਕੀਮਤ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ
ਇਕੱਲਤਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਮਾਰ ਕੇ
ਇਕੱਲਤਾ ਜੀਅ ਰਿਹਾ ਸੀ
ਤਲੀਆਂ 'ਚ ਪੱਥਰ ਨਿਚੋੜ ਕੇ ਪੀ ਰਿਹਾ ਸੀ।
-0-

ਆਪਣੇ ਪਿੰਡੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਉਤਾਰ ਕੇ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਜੰਗਲ ਮਾਰ ਕੇ
ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ ਉਬਾਲ ਕੇ
ਆਪਣੇ ਦੇਹ ਤੋਂ ਆਪਾ ਉਤਾਰ ਕੇ
ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ ਵਿਸਾਰ ਕੇ
ਅਹਿਸਾਸ ਬਿਨ
ਇਕੱਲਤਾ ਜਿਉਣ ਦਾ ਆਦੀ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਰੁੱਖ
ਆਪਣੇ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ 'ਚ
ਕਬਰਾਂ ਦੀ ਅਬਾਦੀ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਰੁੱਖ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਤਰ ਕੇ ਡੁੱਬਿਆ
ਆਪੇ ਆਪਣੀ ਅਜ਼ਾਦੀ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਰੁੱਖ
-0-

ਦਿਨ-ਰਾਤ

ਮੇਰੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਤੇਰੇ ਸੂਰਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਚੰਨ ਦੀ ਥੋੜ ਹੈ
ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਸੂਰਜ ਬਿਨ ਅਧੂਰਾ ਹਾਂ
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਚੰਨ ਬਿਨ ਅਧੂਰੀ ਹੈ
ਮੈਂ ਚੰਨ ਹਾਂ ਅੰਬਰ ਦਾ
ਤੂੰ ਧਰਤ ਤੇ ਮੇਰੀ ਚਕੋਰੀ ਹੈਂ
-0-
ਮੇਰੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਮੇਰਾ ਦਿਨ ਗੁਆਚਾ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਗੁੰਮ ਹੈ
-0-
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਵਿਹੜੇ ਜਦ ਸੱਜਰੀ ਸਵੇਰ ਬਣ ਕੇ ਆਵੇਂਗੀ
ਮੇਰੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਮੇਰਾ ਦਿਨ ਚੜ੍ਹੇਗਾ
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਦਿਨ ਆਪਣੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਉਤਾਰਾਂਗਾ
ਦਿਨ ਦੀ ਹੋਂਦ ਜੀਵਾਂਗਾ
ਦਿਨ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾਵਾਂਗਾ
ਹਰ ਦਿਨ 'ਚ ਤੇਰਾ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਾਵਾਂਗਾ
ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋ ਜਾਵਾਂਗਾ
-0-
ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਦਿਨ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ
ਉਮਰ ਦੇ ਮੁੱਕਣ ਦਾ ਵੀ ਡਰ ਨਹੀਂ
ਜੇ ਮਰਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜਿਉਣਾ ਕੀ ਹੈ
ਜੇ ਜਿਉਣਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਮਰਨਾ ਕੀ ਹੈ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਨਿਖੜਨਾ ਕੀ ਹੈ
ਇਕ ਦੂਜੇ 'ਚ ਧਰਨਾ ਕੀ ਹੈ
-0-

ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸਥਿਰ ਰਹਿਣਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅਚੱਲ ਪਹਾੜ ਦਾ ਰੂਪ ਦੇਣਾ ਹੈ
ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿਪਰੀਤ ਹੋਣਾ ਹੈ
ਲਹੂ ਮਾਸ ਦੇ ਪੁਤਲੇ ਨੂੰ ਪੱਥਰ ਦਾ ਸਰੂਪ ਦੇਣਾ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਟੁੱਟ ਕੇ ਅਲੱਗ ਹੋ ਜਾਣਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਹੀ ਵੱਖ ਹੋਣਾ ਹੈ
ਪੁੱਠੇ ਪੈਰੀਂ ਤੁਰਨ ਦਾ ਸਫਰ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਭਰਮ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਹੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਕਬਰ ਹੈ
ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਢੇਰੀ ਨੇ ਜਨਮਨਾ ਕੀ ਹੈ
ਮਰਨਾ ਕੀ ਹੈ
ਪਿੰਡੇ ਪੌਣ ਵਸਾਉਣੀ ਕੀ ਹੈ
ਉਮਰ ਦਾ ਸਾਗਰ ਤਰਨਾ ਕੀ ਹੈ
ਖੜੀ ਖਲੋਤੀ ਢੇਰੀ ਨੇ ਹੀ ਮੁੱਕ ਜਾਣਾ ਹੈ
ਜੜ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਪੱਤੇ ਤੀਕਣ ਸੁੱਕ ਜਾਣਾ ਹੈ
-0-
ਸਦੀਆਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ
ਜੇ ਆਪਣਾ ਦਿਨ ਪਹਿਚਾਣਾਗਾ
ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸੂਰਜ ਨੂੰ ਜਾਣਾਗਾ
ਸੂਰਜ ਜੋ ਮੇਰੇ ਦਿਨ ਦੇ ਪ੍ਰਾਣਾਂ 'ਚ ਉਤਰੇਗਾ
ਆਪਣੀ ਧੁੱਪ 'ਚ ਤੇਰਾ ਚੰਨ ਉੱਗਾਏਗਾ
ਤੇ ਰਾਤ ਸਜਾਏਗਾ
ਤੇਰਿਆਂ ਬੋਲਾਂ 'ਚੋਂ
ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੀ ਅਵਾਜ਼ ਸੁਣਾਏਗਾ।
-0-
ਤੇਰੇ ਨਕਸ਼ਾਂ 'ਚ ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ ਢਲੇਗਾ
ਤੇਰੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਮੇਰਾ ਆਪਾ ਜਗੇਗਾ
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ
ਮੇਰੇ ਦਿਨ ਦਾ ਨੂਰ ਫੈਲੇਗਾ
ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਦੇ ਵਿਹੜੇ
ਚੰਨ ਤੇ ਚਾਨਣੀ ਦਾ ਸਰੂਰ ਫੈਲੇਗਾ।
-0-

ਮੇਰਾ ਆਪਾ, ਤੇਰੇ ਆਪੇ 'ਚ ਸਿਮਟ ਜਾਏਗਾ
ਮੇਰੇ ਦਿਨ ਦੀ ਦੁਨੀਆ 'ਚ
ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਵੱਸੇਗੀ
ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਦੇ ਵਿਹੜੇ ਮੇਰਾ ਚੰਨ ਚੜ੍ਹੇਗਾ
ਚਾਨਣੀ ਦੀ ਸੁਗਾਤ ਵਸੇਗੀ
ਤੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਗੁਆਚੀ
ਰਾਤ ਭਾਲ ਲੈ, ਰਾਤ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਤੇ ਨਕਸ਼ਾਂ ਨੂੰ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਤਾਰ ਲੈ
ਜਗ ਕੇ ਰਾਤ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚੋਂ
ਆਪਣਾ ਦਿਨ ਸਵਾਰ ਲੈ
-0-
ਆਪਣੀ ਰਾਤ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਮੇਰਾ ਚੰਨ
ਮੇਰੇ ਦਿਨ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚ
ਆਪਣਾ ਸੂਰਜ ਚਾੜ੍ਹ ਲੈ
ਮੇਰੇ ਚੰਨ ਦੀ ਚਾਨਣੀ 'ਚ
ਆਪਣਾ ਪਿੰਡਾ ਠਾਰ ਲੈ
ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਜਾਨਣ ਲਈ
ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਆਪਾ ਉਤਾਰ ਲੈ
ਉਮਰ ਭਰ ਦਾ ਸੁਖ ਹੈ, ਦਰਦ ਪਲ ਦਾ ਸਹਾਰ ਲੈ
-0-
ਮੇਰੇ ਚੰਨ ਦੀ ਜੇ ਲੋੜ ਹੈ ਰਾਤ ਤੇਰੀ ਨੂੰ
ਸੱਚ ਜਾਨਣਾ ਪਵੇਗਾ ਤੇਰੀ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਢੇਰੀ ਨੂੰ
ਸੱਚ ਜਾਨਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਮੁੱਕਣੀ ਨਹੀਂ
ਚੰਨ ਵਿਹੜੇ ਉੱਗਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਨਣੀ ਢੁੱਕਣੀ ਨਹੀਂ
-0-
ਵੇਖ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਆਪਾ ਉਤਾਰਿਆ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਸ਼ੱਚ ਨੂੰ ਪਾ ਲਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਗਾਹਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਾਹ ਲਿਆ
ਆਪਣੇ ਅੰਬਰ ਤੇ ਤੇਰਾ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਾ ਲਿਆ
ਆਪਣੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਗੁਆਚਾ ਆਪਣਾ ਦਿਨ ਪਾ ਲਿਆ
-0-

ਤੇਰੀ ਰਾਤ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਮੇਰਾ ਚੰਨ ਚੜ੍ਹਿਆ ਰਹੇ
ਮੇਰੇ ਦਿਨ ਦੇ ਵਜੂਦ 'ਚ ਤੇਰਾ ਸੂਰਜ ਉੱਗਿਆ ਰਹੇ
ਮੈਂ ਦਿਨ ਦਾ ਨਿੱਘ ਸੇਕਦਾ ਰਹਾਂ
ਤੂੰ ਚੰਨ ਦੀ ਚਾਨਣੀ ਦੇ ਘੁੱਟ ਭਰਦੀ ਰਹੇ
ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਲਹੂ ਬਣ ਤੁਰਦਾ ਰਹਾਂ
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਪੌਣ ਬਣ ਵਗਦੀ ਰਹੇ
ਮੈਂ ਤੇਰੀ ਮੈਂ 'ਚ ਡੁੱਬਦਾ ਰਹਾਂ
ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਮੈਂ 'ਚ ਤਰਦੀ ਰਹੇ
ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਮੱਥੇ ਤੇ ਚੰਨ ਬਣ ਕੇ ਚਮਕਾ
ਤੂੰ ਮੇਰੇ ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਸੂਰਜ ਬਣ ਕੇ ਉੱਗਦੀ ਰਹੇ
-0-

ਬੰਦਸ਼

ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਲਾਸ਼ਾਂ ਦੇ ਢੇਰ ਲੱਗ ਗਏ ਹਨ
ਮੈਂ ਗੋਡੇ ਗੋਡੇ ਮਿਝ 'ਚ ਤੁਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਆ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਲਹੂ ਮਾਸ ਦੀ ਗੰਧ ਹੰਢਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਖੋਪਰੀਆਂ ਧੜ ਲੱਤਾਂ ਬਾਂਹਾਂ ਲਹੂ 'ਚ
ਲਿਬੜੇ ਅੰਗ ਤੇ ਨਕਸ਼
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਖਿਲਰੇ ਪਏ ਹਨ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਲਹੂ ਤੇ ਜਿਸਮ, ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਪਿੱਘਲੇ ਪਏ ਹਨ
-0-
ਘੋੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਟਾਪਾਂ ਹੇਠ
ਅੰਬਰ ਆ ਗਿਆ ਹੈ
ਤਲਵਾਰਾਂ ਤੇ ਢਾਲਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਫੈਲਿਆ ਹੈ
ਸੂਰ ਨੂੰ ਖਾ ਗਿਆ ਹੈ
ਲਹੂ ਰੰਗੀ ਧੂੜ ਦੁਆਲੇ ਉੱਡ ਰਹੀ ਹੈ
ਬਿਜਲੀ ਨੂੰ ਦੰਦਲ ਪੈ ਗਈ ਹੈ
ਬੱਦਲਾਂ ਨੂੰ ਪਸੀਨਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਹਨੇਰਾ ਉਤਰਦਾ ਹੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਰੋ ਰਹੀ ਹੈ ਮਨੁੱਖ ਕੁਰਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ
ਜੰਗਲ ਸੜ ਕੇ ਸੁਆਹ ਹੋ ਗਏ ਹਨ
ਪੰਛੀ ਘਰਾਂ ਦੀਆਂ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਭੁੱਲ ਗਏ ਹਨ
ਬੇਦਿਸ਼ਾਵੀ ਹੋ ਗਏ ਹਨ
ਚੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਆਸਮਾਨ, ਅੱਗ ਨਾਲ ਪਿਘਲ ਕੇ
ਦੂਰ ਦੂਰ ਤੱਕ ਛਾਇਆ ਸੋਗ ਹੈ
ਨਜ਼ਰ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਜਿੱਧਰ ਵੀ ਨਿਕਲ ਕੇ
-0-
ਸਮੇਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਉਜਾੜਾ ਉੱਗ ਆਈਆਂ ਹਨ
ਪੈਰ ਛਾਲੇ ਛਾਲੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ
ਮੌਸਮ ਦਾ ਪਿੰਡਾ ਬਹਾਰਾਂ 'ਚ ਉਬਲਿਆ ਹੈ
ਗੁਲਸ਼ਨ੍ਹ ਕੋਇਲੇ ਕੋਇਲੇ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ
ਝੁਲਸਿਆ ਹੈ ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਮੂੰਹ
ਸਾਗਰ ਛਾਲਾ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ
-0-

ਮੇਰੀ ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆ ਸਿਰਹਾਣੇ
ਪੰਛੀ ਮੌਤ ਦਾ ਆ ਬਹਿ ਗਿਆ ਹੈ
ਦੇਹ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਤੇ ਕਬਰਾਂ 'ਚ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ
ਰੁੱਖ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸੜ ਬਲ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਦੁਆਲੇ ਮੌਤ ਪਹਿਰਾ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ
ਅੰਦਰਲਾ ਰੱਬ ਬੁੱਤ ਬਣ ਕੇ ਬਹਿ ਗਿਆ ਹੈ
-0-
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਚੁੱਪ ਛਾਈ ਹੈ
ਮੁਰਦਿਆਂ ਦੀ ਫਸਲ ਉੱਗ ਆਈ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਇਕੱਲਤਾ ਫੈਲੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਜੁਦਾਈ ਹੋ ਗਈ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਜੰਮੇ ਲਹੂ 'ਚੋਂ ਧੂਏਂ ਉੱਠ ਰਹੇ ਹਨ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਤਿੜਕ ਗਈ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ ਚੀਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਅੱਕ ਥੋਹਰਾਂ ਦੇ ਕੈਕਟਸ ਉੱਗ ਆਏ ਹਨ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਲਹੂ ਦੇ ਚਸ਼ਮੇ ਫੁੱਟਦੇ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਆਪਣੇ ਹੀ ਨਕਸ਼ ਤੇ ਅੰਗ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੀ ਨਗਰੀ ਨੂੰ ਲੁਟਦੇ ਹਨ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ
ਅਜਨਬੀਪਣ ਦਾ ਜੰਗਲ ਹੰਢਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਬਾਂਸਾਂ 'ਚੋਂ ਵਗਦੀ ਹਵਾ ਦਾ ਗੀਤ
ਪੱਥਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਪੱਥਰਾਂ ਨੂੰ ਛੁੱਪੇ ਬੁੱਤ ਨੂੰ ਤਲਾਸ਼ ਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਜਿਉਂਦਾ ਜਾਗਦਾ ਰੂਪ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਲਾਸ਼ ਦਾ ਹਾਂ
-0-
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਅੱਗ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਮੱਚੇ ਹਨ
ਮੈਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਅਥਰੂ ਸੰਭਾਲਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਕਿਹੜੀ ਪੱਤਝੜ ਦਾ ਸਾਜ਼ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਨਗਮਾਂ ਕਿਹੜੀ ਬਹਾਰ ਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਦ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਤੋਂ ਉਤਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਲਾਸ਼ ਦਾ ਭਾਰ
ਆਪਣੇ ਮੋਢਿਆਂ 'ਤੇ ਸਹਾਰਦਾ ਹਾਂ
-0-

ਹੁਣ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਜੀਅ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਆਪਣੀ ਅੰਦਰਲੀ ਧਰਤੀ ਤੇ
ਵਿਛੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਂ ਤੇ ਕਬਰਾਂ ਵੇਖ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਵਿਛੀ ਮਿੱਝ ਤੇ ਡੁੱਲ੍ਹੇ ਲਹੂ ਤੇ
ਤੁਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
-0-
ਮੈਨੂੰ
ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਬਨਵਾਸ ਲੈਣਾ ਪਵੇਗਾ
ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆ ਤਿਆਗ ਬਾਹਰਲੀ ਦੁਨੀਆ 'ਚ ਰਹਿਣਾ ਪਵੇਗਾ
ਦਹਿਲੀਜ਼ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜੇ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹਾਂ
ਦਹਿਲੀਜ਼ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵੀ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹਾਂ
ਜੇ ਆਪਣੇ ਸਾਏ 'ਚ ਖੜ ਸਕਦਾ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਏ 'ਚ ਬਹਿ ਸਕਦਾ ਹਾਂ
-0-
ਦਹਿਲੀਜ਼ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ
ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦੀ ਉਲਟੀ
ਆਪਣੀ ਬੁੱਕ 'ਚ ਕਰ ਕੇ
ਕਿਸੇ ਰੇਗਸਤਾਨ ਦੀ ਹਿੱਕ 'ਚ ਦਫਨ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ
ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ ਧੋ ਮਾਂਜ ਕੇ, ਸੁਆਰ ਕੇ
ਬਾਹਰਲੀ ਦੁਨੀਆ ਸਰਦਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਧਰਨੀ ਪਵੇਗੀ
-0-
ਜਿਸ ਦੁਨੀਆ 'ਚ ਤੂੰ ਜੀਅ ਸਕੇ
ਸੁਖ ਦਾ ਸਾਹ ਲੈ ਸਕੇ
ਆਪਣੀਆਂ ਬਹਾਰਾਂ ਮੌਸਮਾਂ ਰੌਣਕਾਂ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕੇ
ਆਪਣੇ ਜੰਗਲ 'ਚ ਪੌਣ ਬਣ ਵਗ ਸਕੇ
ਆਪਣੀ ਅੱਗ ਦਾ ਤੇਜ਼ ਬਣ ਜਗ ਸਕੇ
ਆਪਣਾ ਸਾਗਰ ਨਦੀਆਂ ਨਾਲੇ ਪਹਾੜ
ਆਪਣੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਉੱਠਾ ਫਿਰ ਸਕੇ
ਬਣ ਕੇ ਬੱਦਲ ਆਸਮਾਨ ਤੇ ਘਿਰ ਸਕੇ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦਾ ਲਹੂ ਬਣ ਕੇ ਗਿੜ ਸਕੇ
-0-

ਤੇਰੀ ਚੁੱਪ ਇਕੱਲਤਾ ਤੇ ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ 'ਚੋਂ
ਸੂਰਜ ਚੰਨਾ ਤਾਰਿਆਂ ਦਾ ਅੰਬਰ ਪੁੰਗਰੇ
ਤੇਰਾ ਅੰਬਰ ਤੇਰੀ ਧਰਤੀ 'ਚ ਸੁੰਘੜੇ
ਤੇਰੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਚੋਂ
ਤੇਰੀ ਮਨੁੱਖਤਾ ਹੱਸਦੀ ਰਹੇ
ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਉਤਾਰ ਜਿਸਮ ਤੋਂ
ਸੂਰਜਾਂ ਨੂੰ ਓੜ ਕੇ ਵੱਸਦੀ ਰਹੇ
-0-
ਨਾ ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੀ ਹੋਵੇ
ਨਾ ਤੇਰੇ 'ਚੋਂ ਧੂੰਆਂ ਹੀ ਉੱਠੇ
ਨਾ ਤੇਰੀ ਹੋਂਦ ਹੀ ਤਿੜਕੇ
ਨਾ ਤੇਰਾ ਵਜੂਦ ਹੀ ਤਿੜਕੇ
ਨਾ ਤੇਰੇ 'ਚੋਂ ਅੱਕ ਥੋਹਰ ਤੇ ਕੈਕਟਸ ਦੀ ਉੱਗਣ
ਨਾ ਤੇਰੀ ਦੇਹ ਦੀ ਨਗਰੀ
ਤੇਰੇ ਅੰਗ ਤੇਰੇ ਨਕਸ਼ ਹੀ ਲੁੱਟਣ
-0-
ਤੂੰ ਇਕ ਸਰਦਲ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਪਰੀਤ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ
ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਪਰੀਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ 'ਚ ਉਤਾਰ
ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ ਆਪਣਾ ਵਿਪਰੀਤ ਉਸਾਰ
-0-
ਤੂੰ ਨਿਰੀ ਸਰਦਲ ਨਹੀਂ
ਨਿਰੀ ਲੱਕੜ ਨਹੀਂ ਜਿਉਂਦਾ ਜਾਗਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਦਾ ਬੋਧ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਵਰਤਮਾਨ ਦਾ ਪਾਸ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਭੂਤ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੈ
ਤੂੰ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਵਰਕਾ ਨਹੀਂ
ਅਜੋਕਾ ਮਨੁੱਖ ਹੈ
ਇਤਿਹਾਸ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੈ
-0-

ਅੰਦਰਲਾ ਜਾਨਵਰ

ਮੈਂ ਆਪਣਿਆਂ ਤੇ ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਡਰਦਾ
ਮੈਂ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਡਰਦਾ ਹਾਂ
ਸਹਿਮ 'ਚ ਉਬਲਦਾ ਹਾਂ
ਸਹਿਮ ਨਾਲ ਭਰਦਾ ਹਾਂ
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਚਿਹਰਾ ਜਦ ਵੀ ਸ਼ੀਸ਼ੇ 'ਚੋਂ ਤਕਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਕਤਲ ਕਰਦਾ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ ਆਪਣੇ ਹੀ ਹੱਥ ਮੇਰੇ ਖ਼ੂਨ ਨਾਲ ਰੰਗੇ ਹਨ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਚ ਕਈ ਸਿਰ ਸੂਲੀ 'ਤੇ ਟੰਗੇ ਹਨ
ਮੇਰਾ ਵਜੂਦ ਮੇਰੀ ਰੂਹ
ਮੇਰੀ ਧਰਤ ਤੇ ਆਸਮਾਨ ਲਹੂ ਨਾਲ ਰੰਗੇ ਹਨ
-0-
ਮੇਰੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਦੇਹ 'ਚ, ਲਹੂ ਦੇ ਰੁੱਖ ਉੱਗੇ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਨਦੀਆਂ
ਸਾਗਰ ਤੇ ਦਰਿਆ ਸੁੱਕੇ ਹਨ
-0-
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਜਾਨਵਰ ਜਦ ਵੀ ਜਾਗਦਾ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ ਮਨੁੱਖਤਾ ਉਬਾਲਦਾ ਹੈ
ਬੰਦੇ ਦਾ ਲਹੂ ਪੀਂਦਾ ਹੈ ਗੋਸ਼ਤ ਭਾਲਦਾ ਹੈ
ਮਾਸੂਮ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਸਮਾਨ 'ਚ ਉਛਾਲਦਾ ਹੈ
ਨੇਜ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਬੋਚਦਾ ਹੈ, ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਉਤਾਰਦਾ ਹੈ
-0-
ਅਬਲਾ ਦੇ ਚਿਹਰਿਆਂ 'ਤੇ
ਬਲਦੀਆਂ ਸਿਗਰਟਾਂ ਬੁਝਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਲਹੂ 'ਚ ਭਿੱਜੀਆਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀਆਂ
ਬਜ਼ਾਰਾਂ 'ਚ ਤੇ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਵਿਛਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਅੰਬਰ 'ਚ ਉੱਡ ਰਹੇ ਮੌਤ ਦੇ ਪੰਛੀ
ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਬੁਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
ਬੱਚੇਦਾਨੀਆਂ 'ਚੋਂ ਚੋ ਰਹੀਆਂ ਜਰਦੀਆਂ
ਤੇ ਬੋਟਾਂ ਦਾ ਮਾਸ ਮੌਤ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀ
ਚੁੰਝੀ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
-0-

ਮੇਰੇ ਸਾਹਵੇਂ ਬ਼ਹਿ ਕੇ ਹੱਸਦਾ ਹੈ ਤੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ
ਤੂੰ ਮੈਨੂੰ ਜਨਮਿਆ, ਪਾਲਿਆ ਤੇ ਵਿਸਥਾਰਿਆ ਹੈ
ਤੂੰ ਮੈਨੂੰ ਦੇਹ 'ਚ ਉਤਾਰਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਜਾਨਵਰ ਜਨਮਿਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਵਿਚਲੇ ਮਨੁੱਖ਼ ਨੂੰ ਮਾਰਿਆ ਹੈ
-0-
ਮੈਂ ਸਿਰਫ ਦਰਿੰਦਾ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਸੋਚ ਤੇਰੀ ਦਾ ਕਰਿੰਦਾ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਨਾ ਮੇਰੇ 'ਚ ਦਿਲ ਧੜਕਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਮੇਰੇ 'ਚ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਕੋਈ ਸਾਂਝ ਪਲਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਮਿੱਟੀ ਕਲਰੀ ਹੈ ਮੇਰੀ ਸੋਚ ਕੱਲਰੀ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਕਰਮ ਕਲਰੀ ਹੈ ਮੇਰਾ ਧਰਮ ਕੱਲਰੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ 'ਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਹੀਂ ਮੌਤ ਪਲਦੀ ਹੈ
-0-
ਮੈਂ ਮੌਤ ਦੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਸਾਏ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵਿਛਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਅੰਬਰ ਚੀਰਦਾ ਹਾਂ ਪੌਣਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਦਰਿਆਵਾਂ ਤੇ ਨਦੀਆਂ 'ਚ
ਸਹਿਰਾ ਬੀਜਦਾ ਹਾਂ
ਸਾਗਰ ਦੇ ਤਲ ਤੇ ਸੋਕੇ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
-0-
ਜੰਗਲ ਪੱਤਝੜਾਂ 'ਚ ਬਦਲਦਾ ਹਾਂ
ਹਰਿਆਵਲ 'ਚ ਅੱਗ
ਰੌਣਕ 'ਚ ਉਦਾਸੀ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਤੇਰੇ ਤੋਂ ਤੁਰਦਾ ਤੁਰਦਾ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ
ਤੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਡਰ ਦਾ ਸਾਗਰ ਵਿਛਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
-0-

ਮੇਰੀ ਚਿੰਗਾੜ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਆਸਮਾਨ ਤੱਕ ਗੂੰਜਦੀ
ਮੇਰਾ ਪਸ਼ੂਪਣ ਹੈ ਕੁਦਰਤ 'ਚ ਫੈਲਦਾ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚ ਹੈ ਤੈਰਦਾ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਮੇਰੇ ਸਿਵਾ ਕੁਝ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਨਹੀਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਜਿਸਮ ਤੇ ਸਾਹਾਂ
'ਚ ਮੌਤ ਠਹਿਰਦੀ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮੌਤ ਵਿਸਥਾਰਦੀ ਹੈ
ਮੌਤ 'ਚ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਉਤਾਰਦੀ ਹੈ
–0–
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਮਾਰਾਂ
ਕਿਵੇਂ ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਰ 'ਚੋਂ ਉਤਾਰਾਂ
ਮੈਂ ਕਿਵੇ ਡੋਬ੍ਹਾਂ ਇਸ ਨੂੰ
ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਾਰਾ
–0–
ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਬਹਾਰਾਂ ਰੌਣਕਾਂ
ਰੰਗੀਨੀਆਂ ਖਿਲਾਰਾ
ਕਿਵੇਂ ਮੈਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਵਿਹੜੇ 'ਚ
ਚੰਨ ਸੂਰਜ ਤਾਰੇ ਉਤਾਰਾ
ਕਿਵੇਂ ਰੌਸ਼ਨ ਕਰਾ ਸਮੁੰਦਰ ਦੀ ਦੇਹ ਨੂੰ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਤੇ ਨਦੀਆਂ ਦੇ ਜੁੱਸੇ 'ਚੋਂ
ਵਿੱਛਿਆ ਸਾਹਿਰਾ ਉਠਾਵਾਂ
–0–
ਕਿਵੇਂ ਠੰਡਕ ਭਰਾ ਚਾਨਣੀ ਰਾਤ 'ਚ
ਕਿਵੇਂ ਦਿਨ ਦੇ ਮੱਥੇ ਸੂਰਜ ਜਗਾਵਾਂ
ਕਿਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਮੋੜਾ
ਕਿਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਸੰਗ ਜੋੜਾ
–0–

ਕਿਵੇਂ ਕੁਦਰਤ ਨੂੰ ਹਰਿਆਵਲ
ਅਗਨ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਹਵਾ ਨੂੰ ਗਤੀ
ਜਲ ਨੂੰ ਰਸ ਧਰਤ ਨੂੰ ਸੁਗੰਧ
ਅਕਾਸ਼ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਗੂੰਜ ਵਾਪਸ ਕਰਾ
ਕਿਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਕਾਦਰ
ਇਕ ਤੰਦ 'ਚ ਬੰਨ੍ਹਾ
ਕਿਵੇਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਮਾਰਾਂ
ਆਪਣੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਆਪਣਾ ਅੰਬਰ ਉਸਾਰਾਂ
-0-
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ
ਬੁੱਧੀ ਦੇ ਅੰਬਰ ਹੇਠ ਖਲਿਹਾਰ
ਬੁੱਧੀ ਸੰਗ ਆਪਣਾ ਮਾਨਵ ਜਗਾ
ਅੰਦਰਲੇ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਮਾਰ
ਇਕੋ ਇਕ ਰਾਹ ਹੈ ਆਪਾ ਪਾਉਣ ਦਾ
ਵਜੂਦ 'ਚ ਵੱਸ ਰਹੇ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਮਾਰ ਮੁਕਾਉਣ ਦਾ
-0-
ਬੁੱਧੀ ਤੈਨੂੰ ਤੇ ਤੇਰੇ 'ਚ ਜਾਨਵਰ ਜਨਮਨ ਦੀ
ਇੱਛਾ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਨ ਕਰੇਗੀ
ਤੇਰੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਚਾਨਣ ਧਰੇਗੀ ਦੇਹ ਦਾ ਹਨੇਰਾ ਦੂਰ ਕਰੇਗੀ
-0-
ਤੇਰੀ ਜਾਨਵਰ ਜਨਮਨ ਦੀ ਇੱਛਾ
ਜਦ ਬੁੱਧੀ ਸਾਵੇ ਖੜੇਗੀ
ਬੁੱਧੀ ਇੱਛਾ ਦੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਮੌਤ
ਤੇਰੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਜਿਉਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਧਰੇਗੀ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਇੱਛਾ 'ਚੋਂ
ਤੂੰ ਨਵੀਂ ਧਰਤੀ ਨਵਾਂ ਸੰਸਾਰ ਸਿਰਜੇਂਗਾ
ਨਵੇਂ ਅਕਾਸ਼ ਤੇ ਪਤਾਲ ਸਿਰਜੇਂਗਾ
ਹਵਾ ਨੂੰ ਗਤੀ ਅੱਗਨ ਨੂੰ ਤੇਜ਼
ਜਲ ਨੂੰ ਰਸ ਧਰਤ ਨੂੰ ਸੁਗੰਧ
ਅਕਾਸ਼ ਨੂੰ ਗੂੰਜ ਮੋੜੇਂਗਾ
ਪਰਕਾਸ਼ ਤੋਂ ਪਰਕਾਸ਼ ਤਕ ਫੈਲੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨੂੰ
ਉਸ ਦੇ ਮੂਲ ਸੰਗ ਜੋੜੇਗਾ
-0-

ਤੇਰੇ ਜਾਨਵਰ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚ ਬਿੰਦੂ ਬਣੇਗਾ ਤੇ ਮੁੱਕ ਜਾਏਗਾ
ਤੇਰਾ ਚਾਨਣ, ਹਨ੍ਹੇਰਿਆਂ ਤੇ ਬਿੰਦੂਆਂ ਤੋਂ
ਦਾਇਰਿਆਂ ਤੱਕ ਢੁਕ ਜਾਏਗਾ
ਚਾਨਣ ਫੈਲ ਜਾਏਗਾ: ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਮੁੱਕ ਜਾਏਗਾ!
-0-

ਚੱਪਾ ਧਰਤੀ ਚੱਪਾ ਆਸਮਾਨ

ਚੱਪਾ ਕੁ ਆਸਮਾਨ
ਚੱਪਾ ਕੁ ਧਰਤ ਜੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ
ਦਿਲ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਖਿਲ ਜਾਂਦੀ
ਮਰਨ ਨੂੰ ਜੀ ਨਾ ਕਰਦਾ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਹਾਰਾਂ ਰੰਗਾਂ ਰੌਣਕਾਂ
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਂਦੀ
–0–
ਨਾ ਧਰਤੀ ਮਿਲੀ
ਨਾ ਆਸਮਾਨ ਆਪਣਾ ਹੋਇਆ
ਜਿਉਂਦਿਆਂ ਸਾਹਾਂ ਨੇ ਮੁਰਦਾ ਜਿਸਮ ਨੂੰ ਢੋਇਆ
–0–
ਆਪਣਾ ਵਸੇਬਾ
ਆਪਣੀਆਂ ਤਲੀਆਂ 'ਤੇ ਕਰ ਲਿਆ
ਬੋਲੀ ਧਰਤੀ ਪੈਰਾਂ 'ਚ
ਗੂੰਗਾ ਆਸਮਾਨ ਸਿਰ 'ਤੇ ਧਰ ਲਿਆ
ਅਦੇਹ ਵਾਸੀ ਬਣ ਕੇ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹੇ
ਜ਼ਖ਼ਮ ਨਜ਼ਰਾਂ ਦੇ
ਮੁਸਕਾਣਾਂ ਨਾਲ ਸਿਉਂਦੇ ਰਹੇ
ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ ਉਬਲੇ
ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ ਤਰਦੇ ਰਹੇ
ਆਪਣਾ ਖਾਲੀਪਣ ਭਰਨ ਲਈ
ਤੇਥੋਂ ਤੇਰਾ ਆਸਮਾਨ ਮੰਗਦੇ ਰਹੇ
–0–
ਡੁੱਬਾ ਸੀ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਚੂਲੀ ਦੇ ਜਲ 'ਚ ਆਪਣਾ ਆਪਾ
ਭੁੱਲ ਸੀ ਜੁਆਨੀ ਦੀ
ਤੇਰੀ ਅੱਗ ਦਾ ਦਰਿਆ ਤਰਦੇ ਰਹੇ
ਆਪਣੇ ਜੁੱਸੇ 'ਚ ਭਾਂਬੜ
ਕਦੇ, ਤੇਰੀਆਂ ਜੁਲਫਾਂ ਦੇ ਸਾਏ 'ਚ ਬਰਫ ਵਾਂਗ ਠਰਦੇ ਰਹੇ
ਤੇਰਿਆਂ ਸਾਹਾਂ ਦਾ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਸਿਰ ਕਰਜ ਕਰਦੇ ਰਹੇ
ਇਕ ਪਲ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹੇ, ਸੌ ਸੌ ਯੁੱਗ ਮਰਦੇ ਰਹੇ
–0–

ਜੇ ਸਿਰ ਤੇ ਆਸਮਾਨ ਚੱਪਾ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਚੱਪਾ ਧਰਤ ਹੁੰਦੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮਹਿਕਦੀ
ਗਮੀਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੁੰਦੀ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਤੇਰਿਆਂ ਸਾਹਾਂ ਦੀ ਜੁਗਤ ਹੁੰਦੀ
ਤੂੰ ਸਾਹ ਭਰਦੀ ਤੇ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਮੇਰੇ 'ਚ ਮੌਲਦੀ
ਤੇਰਿਆਂ ਸਾਹਾਂ ਦਾ ਭੇਦ ਮੇਰੇ ਲਹੂ 'ਚ ਖੋਲਦੀ
-0-
ਜੋ ਰੂਹਾਂ ਬਣ ਗਈਆਂ ਕਬਰਾਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਬੋਲਦੀ
ਤੇਰੀ ਵਫ਼ਾ ਸਮੇਂ ਦਾ ਭਾਰ ਤੋਲਦੀ
ਮੇਰੀ ਵਫ਼ਾ ਮੌਸਮ ਉਧੇੜਦੀ ਰੁੱਤਾਂ ਫਰੋਲਦੀ
ਤੇਰੇ 'ਚ ਵਗ ਰਹੀ ਹਵਾ
ਆਪਣੀਆਂ ਮੁੱਠਾਂ 'ਚ ਫੜਦੀ
ਤੇਰੇ ਦੁਆਲੇ, ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਘੋਲਦੀ
-0-
ਮੇਰੇ ਦਸਤਕ ਤੇ ਤੇਰਾ ਦਰ ਖੁਲਦਾ ਸੀ
ਤੇਰੀ ਰੂਹ ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਬੋਲਦੀ
ਮੇਰੇ ਨਕਸ਼ ਤੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਉੱਗ ਆਉਂਦੇ
ਮੇਰਾ ਜਿਸਮ ਤੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਢਲ ਜਾਂਦਾ
ਮੇਰੀ ਧਰਤੀ ਤੇਰੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਵਿੱਛ ਜਾਂਦੀ
ਮੇਰਾ ਸੂਰਜ ਤੇਰੇ ਅੰਬਰ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਜਾਂਦਾ
-0-
ਤੂੰ ਬੱਦਲ ਬਣ ਕੇ
ਜੇ ਮੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਵਰ੍ਹ ਜਾਂਦੀ
ਮੈਂ ਪੱਥਰ ਦੇਹ ਦੀ ਜੂਨੇ
ਤੇਰੇ 'ਚ ਵਗਦੀ ਨਦੀ ਤਰ ਜਾਂਦਾ
ਤੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਖੜ ਜਾਂਦਾ
ਤੇਰੀ ਰੂਹ 'ਚ ਭਰ ਜਾਂਦਾ
ਤੇਰੇ ਨੈਣਾਂ ਦੇ ਸੁੱਕੇ ਖੂਹ ਜਲ ਥਲ ਕਰ ਜਾਂਦਾ
ਤੇਰੇ 'ਚ ਵੱਸਦੇ ਸਾਹਿਰਾ 'ਚ
ਹਰਿਆਵਲ ਧਰ ਜਾਂਦਾ
-0-

ਜੇ ਚੱਪਾ ਕੁ ਆਸਮਾਨ
ਚੱਪਾ ਕੁ ਧਰਤ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ
ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਚਾਨਣ ਬਰਸਦਾ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਧਰਤ ਫੁੱਲ ਬਣ ਜਾਂਦੀ
ਮਚਲਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਆਸਮਾਨ ਜਿਮੀਂ ਤੇ ਉਤਰ ਆਉਂਦਾ
ਸੂਰਜ ਚੰਨਾਂ ਤਾਰਿਆਂ ਦੀ ਢੋਅ ਹੁੰਦੀ
ਵਿਹੜੇ 'ਚ ਸਾਡੇ ਰੱਬ ਦੀ ਲੋਅ ਹੁੰਦੀ
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਅਰਥ ਸਮਝਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਰੌਸ਼ਨੀ ਫੈਲਦੀ
ਚਾਨਣ ਦੀ ਰਮਜ ਸਮਝਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
-0-
ਤੇਰਾ ਨੂਰ ਮੇਰੇ ਨੂਰ 'ਚ ਢਲਦਾ
ਮੇਰਾ ਨੂਰ ਤੇਰੇ ਨੂਰ 'ਚ ਰਲਦਾ
ਤਾਂ ਇਕ ਨੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ
ਭੁਲੇਖਾ ਵੱਖਰੇਪਣ ਦਾ
ਸਦਾ ਲਈ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ
ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਨੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਮੈਂ ਤੇਰਾ ਨੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ
-0-
ਨਾ ਤੂੰ ਚੱਪਾ ਆਸਮਾਨ
ਮੇਰੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਧਰ ਸਕੀ
ਨਾ ਮੈਂ ਚੱਪਾ ਧਰਤੀ ਤੇਰੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਧਰ ਸਕਿਆ
ਨਾ ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਤਰੀ
ਨਾ ਮੈਂ ਤੇਰਾ ਪ੍ਰਛਾਵਾਂ ਹੀ ਫੜ ਸਕਿਆ
ਨਾ ਤੈਨੂੰ ਉੜ ਹੀ ਸਕਿਆ
ਨਾ ਆਪਣੇ ਦਿਲ 'ਚ ਧਰ ਸਕਿਆ
ਤੂੰ ਨਾ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਾਣਾਂ 'ਚ
ਨਾ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਘੁਲੀ
ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਬਰ ਦੀ ਛਾਵੇਂ
ਆਪਣੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਹੀ ਤੁਰੀ
ਕਦੀ ਵੀ ਮੇਰੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਨਹੀਂ ਉਤਰੀ
ਕਦੀ ਵੀ ਮੇਰੇ ਵਲ ਨਹੀਂ ਮੁੜੀ
-0-

ਬੜੀ ਅਜੀਬ ਸੀ ਕੁੜੀ
ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮੱਖਣ ਦਾ ਪੇੜਾ
ਪਰ ਸੀ, ਤਲਵਾਰ ਮਿਆਨ 'ਚ ਧਰੀ
ਜੋ ਉਸ ਦੀ ਸਰਦਲ ਟਪਿਆ
ਨਾ ਮੁੜ ਕੇ ਪਰਤਿਆ ਕਦੀ
ਉਹ ਪੌਣਾਂ 'ਚ ਵੱਸਦੀ ਸੀ
ਪੌਣਾਂ 'ਚ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ
ਪੱਤੇ ਤੋਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਤੱਕ ਉਹ ਰੁੱਖ
ਵਧਿਆ ਫੁਲਿਆ ਨਾ ਫੈਲਿਆ
ਜਿਸ ਦੀ ਵੀ ਛਾਵੇਂ ਉਹ ਬਹਿੰਦੀ ਸੀ
–0–
ਕਬਰਾਂ ਬੀਜਣਾ
ਸ਼ਮਸ਼ਾਨ ਸਿਰਜਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸੀ ਉਸ ਦਾ
ਜੀਵਨ ਦੇ ਕੰਠ 'ਚ ਵੱਸਦਾ
ਮੌਤ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਸੀ ਉਸ ਦਾ
ਆਪਣਾ ਰੰਗ ਆਪਣੀ ਹਸਤੀ
ਆਪਣਾ ਹੀ ਦਰਬਾਰ ਸੀ ਉਸ ਦਾ
ਉਸ ਦੀਂ ਆਪਣੀਂ ਜ਼ੁਬਾਂ ਨਿਆਏ ਸੀ
ਆਪਣਾ ਸਿੰਘਾਸਨ ਸੀ
ਆਪਣੀ ਪਰਜਾ ਆਪਣੇ ਪਹਿਰੇਦਾਰ ਸੀ
ਉਹ ਪੱਤਝੜ ਸੀ ਅੰਦਰ ਤੱਕ ਫੈਲੀ
ਮੁੱਖ ਤੇ ਜੁੱਸਾ ਬਹਾਰ ਸੀ
–0–
ਬੜੀ ਅਜੀਬ ਕੁੜੀ ਸੀ, ਮੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਰਹਿੰਦੀ
ਮੇਰੀ ਰੂਹ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਸੀ
ਪੌਣਾਂ ਦੇ ਰੱਥ 'ਤੇ ਬੈਠੀ
ਪੌਣਾਂ ਹਾਰੀ ਹੋਈ, ਹੁਣ ਤੱਕ ਨਾ ਮੁੜੀ ਸੀ
ਸਹਿਰਾ ਸੀ, ਪਰ ਮੇਰੇ ਦਿਲ ਦੇ ਸਾਗਰ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਤਰਦੀ ਸੀ
ਮੇਰੀ ਸੋਚ 'ਚ ਤਰਦੀ ਸੀ
ਮੇਰੀ ਸੋਚ 'ਚ ਘਰ ਸੀ ਉਸ ਦਾ
ਮੇਰੇ ਚਾਨਣ 'ਚ ਨਾ ਬੈਠੀ
ਮੇਰੇ ਸੰਗ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ ਤੁਰੀ ਸੀ
–0–

ਬੜੀ ਅਜੀਬ ਕੁੜੀ ਸੀ, ਜ਼ਹਿਰ ਦੀ ਪੁੜੀ ਸੀ
ਪਰ ਅਮ੍ਰਿਤ 'ਚ ਘੁਲੀ ਸੀ
ਮੈਂ ਜਦ ਉਸ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਚੂਲੀ ਭਰੀ ਸੀ
ਮੇਰੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਬਾਂਹਾਂ ਅੱਖਾਂ ਸਿਰ ਲਹੂ
ਮੇਰੇ ਸਾਰੇ ਬਦਨ 'ਚ ਤੁਰੀ ਸੀ
ਮੇਰੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਜਗੀ ਸੀ
ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਅਥਰੂ ਬਣ ਕੇ ਵਗੀ ਸੀ
-0-
ਮੈਂ ਹੁਣ ਵੀ ਜਦ ਆਪਣੀ ਕਬਰ 'ਤੇ ਬਹਿੰਦਾ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਰਦਾ ਯਾਦ ਰਹਿੰਦਾ ਹਾਂ
ਤੇਰੀ ਪੱਤਝੜ ਨੇ
ਮੌਸਮ ਬਹਾਰਾਂ ਮਹਿਕਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਸਮਝਾਏ
ਤੇਰੇ ਸਾਹਿਰਾ ਨੇ
ਸਾਗਰ ਮੇਰੇ ਬੁੱਲ੍ਹੀਂ ਲਾਏ
ਤੇਰੇ 'ਚ ਵੱਸਦੀ ਮੌਤ ਨੇ
ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੁੱਖ ਦਿਖਲਾਇਆ
ਤੇਰੀ ਬੇਵਫਾਈ 'ਚੋਂ
ਵਫਾ ਦਾ ਅਰਥ ਉੱਗ ਆਇਆ
ਤੇਰੇ ਵਿਛੋੜੇ 'ਚ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪਾਇਆ
ਬਹਾਰਾਂ ਦੀ ਉਡੀਕ 'ਚ
ਦਿਲ ਦੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਪੱਤਝੜਾਂ
ਤੇ ਉਜਾੜਾਂ ਨੂੰ ਉੱਗਾਇਆ
-0-

ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਤੇ ਮੈਂ

ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਮੇਰੀ ਸਰਦਲ 'ਤੇ
ਪੰਡਾਂ ਖੋਲ ਕੇ ਖੜੀਆਂ ਸਨ
ਪਰ ਮੈਂ ਹੀ ਆਪਣਾ ਬੂਹਾ ਖੋਲ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਆਪਣੀ ਚੁੱਪ ਤੋੜ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਆਉਣਾ ਬੋਲ ਨਾ ਸਕਿਆ

ਤੂੰ ਮੇਰੀ ਤਲੀ ਤੇ ਇੰਨਾ ਗਮ ਧਰ ਗਈ
ਕਿ ਮੈਂ ਗਮਾਂ ਦਾ ਆਦੀ ਹੋ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ
ਆਪਣੀ ਬਰਬਾਦੀ ਹੋ ਗਿਆ
ਮੈਂ ਗਮ ਜਿਉਣਾ ਤੇ ਹੰਢਾਉਣਾ ਸਿੱਖ ਲਿਆ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਦੁਆਲੇ
ਗਮ ਉੱਗਾਉਣਾ ਸਿੱਖ ਲਿਆ

-0-

ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰ
ਮੇਰੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਦੀ ਪਹੁੰਚਦੀ ਦਮ ਤੋੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਗਮ 'ਚ ਗੁਆਚ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਗ਼ਮ 'ਚ ਤੇਰਾ ਦਰਦ ਘੋਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਦਿਲ ਦਾ ਲਹੂ ਉਬਲਦਾ ਹੈ
ਜ਼ੁਬਾਨ ਛਾਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਅੰਦਰੋਂ ਹੂਕ ਉੱਠਦੀ ਹੈ
ਨਜ਼ਰ ਤੋਂ ਆਸਮਾਨ ਤੱਕ ਫੈਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

-0-

ਮੌਸਮ ਦੀ ਤਲੀ 'ਤੇ
ਪੁੰਗਰੀਆਂ ਸ਼ਾਖਾਂ ਤੇ ਬੁੱਲ੍ਹੀਂ ਧਰ ਜ਼ਹਿਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਮੌਤ ਦਾ ਸਰਨਾਟ੍ਹਾ
ਜਿਮੀਂ ਤੋਂ ਆਸਮਾਨ ਤੱਕ ਫੈਲਦਾ ਹੈ
ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਤੁਰਦਾ ਹੈ ਮੇਰੀ ਤਰਫ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਹਿਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
ਸਮਾਂ ਰੁਕ ਗਿਆ ਲਗਦੈ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਅਗਤੀਆਂ ਜਨਮਦੀ ਹੈ
ਸਾਹ ਚਲਦੇ ਹਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਠਹਿਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
-0-
ਤੇਰਾ ਗ਼ਮ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ
ਸੁਰਖਰੂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ
ਪਰ ਮੈਂ ਖੁਦ ਤੇਰੇ ਗ਼ਮ ਦਾ ਸ਼ੁਦਾਈ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ
ਮੇਰੇ ਲਹੂ 'ਚ ਤੇਰਾ ਗ਼ਮ ਰਚ ਗਿਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ
ਤੇਰੇ ਗ਼ਮ ਦਾ ਆਦੀ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ
-0-
ਤੇਰਾ ਗ਼ਮ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਾਂਗ ਲੱਗਿਆ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਰੋਇਆ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਅੱਖ 'ਚੋਂ ਵਗਿਆ ਹੈ
ਤੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਹ 'ਚ ਬੀਜਿਆ ਸੀ ਜੋ
ਉਹ ਦਰਦ ਦਾ ਰੁੱਖ, ਮੇਰੇ ਮਸਤਕ 'ਚ ਉੱਗਿਆ ਹੈ
ਹੈ ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਹਰਾ ਭਰਾ
ਜੋ ਤੇਰੇ ਜਿਸਮ 'ਚ ਜੜ੍ਹ ਤੀਕ ਸੁੱਕਿਆ ਹੈ
-0-
ਤੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਹੀ ਸੂਰਜ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਗ਼ਮ ਦੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ
ਤੇਰੀ ਤੱਕਣੀ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਸਵੇਰੇ 'ਚ, ਤੇਰੇ ਹੀ ਬੋਲ ਗੂੰਜਦੇ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਗਮਾਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆ 'ਚ
ਤੇਰਾ ਹੀ ਚਿਹਰਾ ਹੈ ਅੰਦਰ
ਤੇਰਾ ਹੀ ਚਿਹਰਾ ਹੈ ਮੇਰੇ ਚੁਫੇਰੇ 'ਚ
-0-

ਇਹ ਕਿਹਾ ਗ਼ਮ ਦਾ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਹੈ
ਕਿਹੀ ਗ਼ਮ ਦੀਂ ਦੁਨੀਆ ਹੈ
ਨਾ ਰਾਤ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਨਾ ਦਿਨ ਚੜ੍ਹਦਾ ਹੈ
ਗ਼ਮ ਦੇ ਹਨ੍ਹੇਰੇ 'ਚ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖੜ ਗਈ ਹੈ
ਅੰਦਰ ਗੰਧਲਾ ਕਰ ਗਈ ਹੈ
ਲਹੂ ਮਾਸ ਦੀ ਗੰਧ ਦੇ ਨਾਲ ਭਰ ਗਈ ਹੈ
ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ 'ਚ ਪਹਾੜ
ਰਾਹਾਂ 'ਚ ਪੱਥਰ ਧਰ ਗਈ ਹੈ
ਇਕੱਲਤਾ ਉਸਾਰ ਗਈ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਦੇ ਕੰਠ 'ਚ ਚੁੱਪ ਉਤਾਰ ਗਈ ਹੈ
ਜਿਉਂਦੀ ਜਾਗਦੀ ਜੀਵਨ ਨਦੀ ਸੁੱਕ ਗਈ ਹੈ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮੁਕ ਗਈ ਹੈ
–0–
ਮੌਤ ਦੇ ਦਰ 'ਤੇ ਖਲੋਤੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ
ਪਿੱਛਾਂ ਮੁੜ ਕੇ ਜਦ ਵੀ ਤੱਕਦੀ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਪੱਤਝੜ ਦੁਆਲੇ ਉੜਦੀ ਹੈ
ਹਰਿਆਵਲ ਲਗਦੀ ਹੈ
ਸਮੁੰਦਰ ਵਾਂਗ ਗਹਿਰੀ ਹੈ
ਦਰਿਆ ਵਾਂਗ ਵਗਦੀ ਹੈ
ਨਦੀਆਂ ਵਾਂਗ ਚਲਦੀ ਹੈ
ਪਹਾੜਾਂ ਦੀ ਸਥਿਰਤਾ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ
ਬਰਫਾਂ ਵਾਂਗ ਢਲਦੀ ਹੈ
–0–
ਅੰਬਰ ਤੇ ਸੂਰਜ ਚੰਨ
ਤਾਰਿਆਂ ਵਾਂਗ ਜਗਦੀ ਹੈ
ਧਰਤੀ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ 'ਚ ਪਲਦੀ ਹੈ
ਦੁਆਲੇ ਉੜ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ
ਪੌਣਾਂ ਵਾਂਗ ਵਗਦੀ ਹੈ
ਅਗਨ ਦਾ ਤੇਜ਼ ਬਣ ਸੂਰਜ 'ਚੋਂ ਉਦੈ ਹੁੰਦੀ
ਸੂਰਜ 'ਚ ਹੀ ਢਲਦੀ ਹੈ
–0–

ਮੌਤ ਦੇ ਦਰ 'ਤੇ ਖਲੋਤੀ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਸਾਵੇ ਹਕੀਕਤ ਹੈ
ਪਿੱਛੇ ਪਛਾਵੇਂ ਨੇ
ਨਾ ਪਿੱਛੇ ਮੁੜਦੇਂ ਪੈਰ ਸਾਵੇ ਨੇ
ਨਾ ਪਿੱਛੇਂ ਮੁੜਦੇ ਰਾਹ ਸਾਵੇ ਨੇ
ਪਿੱਛੇ ਪਛਾਵਿਆਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ
ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਪਛਾਵੇ ਨੇ

ਦਿਸਹੱਦੇ 'ਤੇ ਅੰਬਰ ਤੇ ਧਰਤ ਦਾ
ਮੇਲ ਧੋਖਾ ਹੈ
ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਸਾਹ ਨੇ ਬਾਕੀ
ਪਿੱਛਲਾ ਸਫਰ ਚੋਖਾ ਹੈਂ
ਪਿੱਠ ਪਿੱਛਲੀ ਹਰਿਆਵਲ 'ਚ
ਦੇਹ ਧੁਖਦੀ ਹੈ
ਮੱਥੇ 'ਚ ਉੱਗੀ ਅੱਖ ਨੂੰ ਅਗੇਰੇ ਮੌਤ ਦਿੱਸਦੀ ਹੈ
–0–
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਮੇਰੀ ਸਰਦਲ 'ਤੇ
ਪੰਡਾਂ ਖੋਲ ਕੇ ਖੜੀਆਂ ਸਨ
ਪਰ ਮੈਂ ਹੀ
ਆਪਣਾ ਬੂਹਾ ਖੋਲ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਆਪਣੀ ਚੁੱਪ ਤੋੜ ਨਾ ਸਕਿਆ
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਆਉਣਾ ਬੋਲ ਨਾ ਸਕਿਆ
–0–

ਮੌਤ ਰਹਿਤ

ਮੈਂ ਬੀਜ ਤੋਂ ਰੁੱਖ ਬਣਿਆ ਹਾਂ
ਰੁੱਖ ਤੋਂ ਬੀਜ ਬਣਿਆ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚੋਂ ਉੱਗਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਮੁੱਕਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਸੋਕੇ 'ਚ ਹਰਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਹਰਿਆਵਲ 'ਚ ਸੁੱਕਾ ਹਾਂ
–0–
ਮੈਂ ਲੱਦਿਆ ਹਾਂ ਫੁੱਲਾਂ ਫੱਲਾਂ ਦੇ ਨਾਲ
ਮੇਰੀਆਂ ਟਹਿਣੀ 'ਚੋਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪੁੰਗਰੀਆਂ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਤਣੇ 'ਚੋਂ ਅਮ੍ਰਿਤ ਦਾ ਦਰਿਆ ਵਗਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਸੂਰਜ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਮੱਘਦੇ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਪੱਤੇ ਪੱਤੇ 'ਚ ਕਿਰਨਾਂ ਬੀਜਦੇ ਹਨ
ਰੌਸ਼ਨੀ ਧਰਦੇ ਹਨ
–0–
ਮੇਰੀ ਛਾਵੇਂ ਖੁਦਾ ਖੁਦ ਬਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਸ਼ੋਭਾ ਮੋਹੇ ਬਣ ਆਈ
ਦਾ ਬੋਲ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ
ਮੈਂ ਛਾਵਾਂ ਵੰਡਦਾ ਸਿਰ ਤੇ ਧੁੱਪਾਂ ਸਹਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਮੁਸਾਫਿਰਾਂ ਦੇ ਮੁੜ੍ਹਕੇ ਸੁਕਾਦਾ ਪਿੰਡੇ ਠਾਰਦਾ ਹਾਂ
–0–
ਮੇਰੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚ ਪੱਤਝੜ ਜਿਉਂਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਹੋਂਦ ਹੈ ਜਲਵਾ ਬਹਾਰ ਦਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸੀਨੇ 'ਚ ਹਾਂ
ਸੂਰਜਾਂ ਦੇ ਸੂਰਜ ਉਤਾਰਦਾ
ਧੁੱਪਾਂ ਸੇਕਦਾ ਹਰਿਆਵਲ ਖਿਲਾਰਦਾ
ਮੈਂ ਸਾਹ ਮੌਤ ਦੇ ਭਰਦਾ ਹਾਂ
ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਜੀਵਨ ਜੀਵਨ 'ਚ ਉਤਾਰਦਾ
–0–

ਮੈਂ ਧੁੱਪਾਂ ਕੋਰੇ ਤੁਫਾਨ ਝੱਖੜ ਤੇ ਹਨੇਰੀਆਂ
ਦੇਹ 'ਤੇ ਹੰਢਾਏ ਨੇ, ਖੁਦਾ ਦੇ ਭਾਣੇ ਨੂੰ ਮੰਨਿਆ
ਦੇਹ 'ਚੋਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇ ਪੁੰਜ, ਕਈ ਰੁੱਖ ਉੱਗਾਏ ਨੇ
ਮੈਂ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਪੀਤਾ ਹੈ
ਪੱਤੇ ਪੱਤੇ 'ਚੋਂ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਾਏ ਨੇ
-0-
ਮੈਂ ਇਕੱਲਾ ਹੋ ਕੇ ਵੀ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਸੰਸਾਰ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਹੀ ਪੱਤਝੜ ਦੀ ਕੁੱਖ 'ਚੋਂ
ਜਨਮੀਂ ਬਹਾਰ ਹਾਂ, ਪੰਛੀਆਂ ਦਾ ਵਸੇਬਾ ਹਾਂ
ਬੀਜ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹਾਂ
-0-
ਮੇਰਾ ਜਮਨਾਂ ਹੀ ਮੇਰਾ ਬੀਜ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਮਰਨਾ ਹੀ ਮੇਰਾ ਬੀਜ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਜਨਮੇ ਬੀਜ 'ਚੋਂ ਫੁੱਟ ਆਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਮੌਤ 'ਚੋਂ ਹੀ ਉੱਗ ਆਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਸਮੇਂ ਜਿੰਨਾ ਹੀ ਪੁਰਾਣਾ ਹਾਂ
ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਰਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣਾ ਆਪੇ ਜ਼ਮਾਨਾ ਹਾਂ
-0-
ਮੈਂ ਮ੍ਰਿਤੂ ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ ਹਾਂ
ਨਾ ਪੌਣਾਂ 'ਚ ਸੁੱਕਦਾ ਹਾਂ,
ਨਾ ਅੱਗਾਂ 'ਚ ਸੜਦਾ ਹਾਂ
ਨਾ ਜਲ 'ਚ ਠਰਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਦੇਹ ਰਹਿਤ ਪ੍ਰਾਣ ਹਾਂ
ਕਾਦਰ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਹਾਂ ਕੁਦਰਤ ਦਾ ਮਾਨ ਹਾਂ
ਹੈਵਾਨਾਂ 'ਚ ਹੈਵਾਨ ਹਾਂ
ਇਨਸਾਨਾਂ 'ਚ ਇਨਸਾਨ ਹਾਂ
ਪੌਣ ਗਤੀ ਅਗਨ ਤੇਜ਼, ਜਲ ਦੀ ਠੰਡਕ
ਧਰਤੀ ਦੀ ਸੁੰਗਧ ਅੰਬਰ ਦੀ ਗੂੰਜ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਂ ਹ੍ਮੇਸ਼ ਹਾਂ
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰਤਾ ਸਮੇਂ ਦਾ ਵੇਗ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਾਦਰ, ਦੇ ਦਰ ਦਾ ਦਰਵੇਸ਼ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਂ ਹਮੇਸ਼ ਹਾਂ
-o-

ਜਿੱਤ ਹਾਰ

ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਬੂਹਾ ਖੋਲ੍ਹਿਆ
ਤੇ ਆਪਾ ਬੋਲਿਆ
ਆਉ ਜੀ, ਜੀ ਆਇਆਂ ਨੂੰ
ਅੰਦਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਬਾਹਰ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ
ਅੰਦਰ ਨੇ ਆਪਣਾ ਹਰ ਇਕ ਦਰ ਖੋਲਿਆ
ਆਪਾ ਉਧੇੜਿਆ ਤੇ ਫੋਲਿਆ
ਆਪਣੇ ਬਾਹਰਲੇ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚ ਝਾਕਿਆ
ਆਪਣਾ ਅੰਗ ਅੰਗ ਵਿਛਾਇਆ ਖਿਲਾਰਿਆ
ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਘੁਮਾਇਆ ਤੇ ਫੇਰਿਆ
ਫਿਰ ਅੰਦਰ ਨੇ
ਆਪਣੇ ਬਾਹਰ ਨੂੰ ਸਿੰਘਾਸਨ 'ਤੇ ਬਿਠਾਇਆ
ਚਰਨ ਧੋਤੇ ਤੇ ਬੋਲਿਆ, ਐ ਮੇਰੇ ਬਾਹਰ
ਅੱਜ ਤੂੰ ਅੰਦਰ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਦਰ ਖੜਕਾਇਆ ਹੈ
ਅੱਜ ਤੈਨੂੰ ਅੰਦਰ ਦਾ ਕਿਵੇਂ ਖਿਆਲ ਆਇਆ ਹੈ
-0-
ਬਾਹਰ ਨੇ ਅੰਦਰ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਝਾਕਿਆ
ਤੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਤਰ ਗਿਆ
ਬਾਹਰ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ 'ਚ
ਅੰਦਰ ਲਹੂ ਸੰਗ ਭਿੱਜਿਆ ਨਜ਼ਰੀਂ ਪਿਆ
ਜੁੱਧਾਂ ਦੇ ਸੰਖਾਂ ਦੀ ਗੂੰਜ
ਵਗਦੇ ਲਹੂ ਦੇ ਦਰਿਆ ਲਾਸ਼ਾਂ ਦੇ ਅੰਬਾਰ
ਸੂਰਿਆਂ ਦੇ ਸਿਰ ਸੂਰਿਆਂ ਹੱਥੀਂ ਤਲਵਾਰ
ਲਾਲ ਹੋਇਆ ਧਰਤੀ ਦਾ ਜਿਸਮ
ਸੂਰਜ ਚੰਨ ਤਾਰੇ ਸਭ ਅਲੋਪ
ਘੋੜਿਆਂ ਹਾਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਪੈਰਾਂ ਦੀ ਧੂੜ
ਰੰਗਿਆ ਸੀ ਲਹੂ ਸੰਗ ਮੂੰਹ ਆਸਮਾਨ ਦਾ
ਅੱਗ ਦੀਆਂ ਲਪਟਾਂ 'ਚ ਪੌਣਾਂ ਸੜਦੀਆਂ
ਘਿਰ ਗਈ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਮੌਤ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਚ
ਅੰਦਰ ਚਲ ਰਿਹਾ ਸੀ ਯੁੱਧ ਘਮਸਾਨ ਦਾ
ਤਲਵਾਰਾਂ ਦੇ ਟਕਾ ਨੇ ਪਿੰਡਾ
ਪੱਛਿਆ ਸੀ ਆਸਮਾਨ ਦਾ -0-

ਧੁਖ ਰਹੇ ਮੌਸਮ ਕੋਇਲੇ ਬਹਾਰਾਂ ਸੀ
ਝੁਲਸਿਆ ਸੀ ਮੂੰਹ ਗੁਲਸਤਾਨ ਦਾ
ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਤੇ ਛਾਲੇ ਪੈ ਗਏ
ਜੰਗਲ ਸਵਾਹ ਕਰ ਗਿਆ ਸੀ
ਭਾਂਬੜ ਬਹਾਰ ਦਾ
-0-
ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਖੰਭ ਸੜੇ ਜਾਨਵਰ ਝੁਲਸੇ ਗਏ
ਨਦੀਆਂ ਸਾਗਰ ਜਲੇ
ਪਹਾੜ ਪਿੱਘਲੇ ਲਾਵਾ ਬਣੇ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਚੱਪਾ ਚੱਪਾ 'ਚ ਵਗੇ
ਬੋਟ ਆਲ੍ਹਣਿਆਂ 'ਚ ਸੜ ਗਏ
ਰੁੱਖ ਪਿੰਜਰ ਹੋ ਗਏ
ਟੀਸੀਆਂ ਹਰੇ ਪਹਾੜਾਂ ਦੀਆਂ
ਖੰਡਰਾਂ 'ਚ ਬਦਲੀਆਂ, ਇਹ ਕੈਸਾ ਰੂਪ ਸੀ
ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰ ਦਾ
ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬਾਹਰ ਦਾ
ਇਕ ਕੈਸਾ ਰੰਗ ਸੀ ਅੱਗ 'ਚ ਲਿਪਟੀ ਬਹਾਰ ਦਾ
-0-
ਬੰਦੇ ਨੇ ਆਪਣਾ ਹੀ ਲਹੂ, ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਮਲਿਆ ਸੀ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਬੁੱਕਲ 'ਚ ਮਘਦਾ, ਅੰਗਿਆਰ ਧਰਿਆ ਸੀ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਸਾੜੀ ਤੇ ਨਾਲ ਆਪ ਸੜਿਆ ਸੀ
ਐਸਾ ਮੀਂਹ ਅੱਗ ਦਾ ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਵਰ੍ਹਿਆ ਸੀ
ਕੋਇਲੇ ਹੋਇਆ ਸੂਰਜ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਧਰਿਆ ਸੀ
ਅੰਬਰ ਦਾ ਸ਼ਾਹਮਿਆਨਾ ਭਾਂਬੜ ਵਾਂਗ ਬਲਿਆ ਸੀ
ਅੱਗ ਦੀਆਂ ਲਪਟਾਂ ਸਾਗਰ 'ਚੋਂ ਉੱਠਦੀਆਂ
ਅੰਬਰ ਨੂੰ ਛੋਹਦੀਆਂ
ਅੰਦਰਲੀ ਧਰਤੀ ਕੁਰੂਕਸ਼ੇਤਰ ਦਾ ਮੈਦਾਨ ਬਣਿਆ ਸੀ
ਵੈਰੀ ਇਨਸਾਨ ਦਾ ਇਨਸਾਨ ਸੀ
ਹਰ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਮੌਤ ਜਗਦੀ ਸੀ
ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਮੌਤ ਦਾ ਜ਼ਿਮੀਂ ਤੇ ਆਸਮਾਨ ਬਣਿਆ ਸੀ
ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਚ ਦੰਦ ਮੌਤ ਦੇ ਉੱਗ ਆਏ ਸਨ
ਮੌਤ ਦਾ ਭੋਜਨ ਅਠਾਹਰਾਂ ਕੂਹਣੀਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ
ਇਨਸਾਨ ਬਣਿਆ ਸੀ -0-

ਤਲ਼ਵਾਰ ਚਲਦੀ ਸੀ ਸਿਰ ਲਹਿੰਦੇ ਸੀ
ਚਸ਼ਮੇ ਲਹੂ ਦੇ ਗਰਦਨਾਂ 'ਚੋਂ ਫੁੱਟਦੇ ਸੀ
ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵਹਿੰਦੇ ਸੀ
ਪੰਛੀ ਮੌਤ ਦੇ ਅੰਬਰ 'ਚ ਭੌਂਦੇ ਸੀ
ਜੜ੍ਹ ਤੋਂ ਪੱਤੇ ਤੱਕ ਦਾ ਰੁੱਖ ਢੂੰਡ ਜਾਂਦੇ
ਜਿਸ ਵੀ ਰੁੱਖ ਦੀ ਸ਼ਾਖਾ 'ਤੇ ਬਹਿੰਦੇ ਸੀ
-0-
ਹਾਥੀਆਂ ਦੀ ਕੱਟੀਆਂ ਸੁੰਡਾਂ
ਘੋੜਿਆਂ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਧੜ
ਮਨੁੱਖੀ ਧੜ, ਸਿਰ ਤੇ ਅੰਗ
ਲਹੂ ਤੇ ਮਿੱਝ 'ਚ ਲਿਬੜੇ ਪਏ ਸਨ
ਕਾਦਰ ਕੁਦਰਤ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਚੀਥੜੇ ਪਏ ਸਨ
-0-

ਇਕ ਦੀ ਫਤਿਹ
ਕਰੋੜਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਸਤ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ
ਅੰਦਰ ਦੇ ਲਹੂ 'ਚ ਗਿੜਦਾ ਸੀ
ਰੋਮ ਰੋਮ 'ਚੋਂ ਸਿਮਦਾ ਸੀ
ਨਸ ਨਸ 'ਚ ਵਗਦਾ ਸੀ
ਬੁੱਕਲ 'ਚ ਜਿਉਂਦਾ ਸੀ ਮੱਥੇ 'ਚ ਜਗਦਾ ਸੀ
ਖ਼ੂਨ ਦੀਆਂ ਨਦੀਆਂ ਦਰਿਆ ਤੇ ਸਾਗਰ
ਮੇਰੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚੋਂ ਵਗਦੇ ਨੇ
ਆਪਣੀ ਫਤਿਹ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ
ਨਾ ਮੈਨੂੰ ਚੰਗਾ ਆਪਣਾ ਆਪ ਲਗਦਾ ਹੈ
ਨਾ ਚੰਗੇ ਲੋਕ ਲਗਦੇ ਨੇ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਫਤਿਹ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਸ਼ਕਸਤ ਸਾਇਆ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਸਾਏ 'ਚ ਦੇਹ ਹੈਂ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਸਾਇਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਏ ਤੇ ਜੇ ਫਤਿਹ ਪਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੇ ਸੱਚ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
ਦੇਹ ਦਾ ਸੱਚ
ਰੁੱਖਾਂ ਜੰਗਲ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਸਾਗਰ ਦਰਿਆਵਾਂ ਨਦੀਆਂ ਨਾਲ਼ਿਆਂ ਨੂੰ
ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਚੱਪੇ ਚੱਪੇ 'ਚੋਂ ਉਗਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਸਿਰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਅੰਬਰ ਨੂੰ ਸੁਣਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਮੌਸਮ ਬਹਾਰਾਂ ਪੱਤਝੜਾਂ ਰੁੱਤਾਂ 'ਚ
ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਉਤਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਫਤਿਹ ਦੇ ਸਾਵੇ
ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਤੇ ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਖਲਿਆਰਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚ ਢਾਲਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ ਉਬਾਲਦਾ ਹਾਂ
–0–

ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਧੋਂਦਾ, ਨਿਚੋੜਦਾ ਤੇ ਸੁਕਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਸੁੱਚੀ ਕਰ ਧਰਤ ਹਿਰਦੇ ਦੀ
ਅੰਦਰਲਾ ਸੱਚ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਵਿਛਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਦੇ ਦੀਵੇ 'ਚ ਸੱਚ ਦਾ ਸੱਚ ਪਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਦੀਵੇ 'ਚੋਂ ਨੂਰ ਜਨਮਦਾ ਹੈ
ਇਹ ਨੂਰ ਮੈਂ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਸਾਗਰ ਆਸਮਾਨ
ਸੂਰਜ ਚੰਨ ਤਾਰੇ ਤੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਵਿਛਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
–0–
ਆਪਣੇ ਨੂਰ ਦੁਆਲੇ
ਨੂਰ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਉਸਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਾਗਰ 'ਚ
ਅੰਬਰ ਸੂਰਜ ਚੰਨਾਂ ਤਾਰਿਆਂ ਦੇ
ਮੋਤੀ ਉਤਾਰਦਾ ਹਾਂ, ਆਪਣੀ ਸ਼ਕਸਤ
ਤੇ ਆਪਣੇ ਨੂਰ ਦੀ ਫਤਿਹ ਜੈਕ੍ਰਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਅੱਗ ਦੀ ਥਾਂ ਧਰਤ ਤੇ ਹਰਿਆਵ਼ਲ ਖਿਲਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਸਾਗਰ ਦਾ ਮੂੰਹ ਧੋਂਦਾ ਹਾਂ
ਦਰਿਆ ਦੀ ਮੈਲ ਨਦੀਆਂ ਦੀ ਧੂੜ
ਜਲ ਸੰਗ ਉਤਾਰਦਾ ਹਾਂ
–0–
ਮੈਂ ਧਰਤੀ ਸੁੰਬਰਦਾ ਹਾਂ, ਅੰਬਰ ਪੂੰਝਦਾ ਹਾਂ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਵਿਹੜੇ 'ਚੋਂ ਹਨ੍ਹੇਰੇ ਹੂੰਝਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਅੱਗ ਦੀ ਥਾਂ
ਆਸਮਾਨ 'ਚੋਂ ਬੱਦਲ ਵਰ੍ਹਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਲਹਿਰਾਉਂਦੇ ਖੇਤ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਉਤਰ ਕੇ
ਅੰਦਰ ਹੋਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੀਜ 'ਚੋਂ ਉੱਗਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ
ਬੀਜ 'ਚ ਸਿਮਟਿਆ ਰੁੱਖ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਜਾਨਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ
ਸਾਏ ਦਾ ਸੱਚ ਜਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਸਾਏ ਦੀ ਹਕੀਕਤ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਆਪਣੀ ਸੱਚਾਈ ਪਹਿਚਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
–0–

ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੀ ਫਤਿਹ 'ਚ
ਮੇਰੇ ਸਾਏ ਦੀ ਸ਼ਕਸਤ ਨਹੀਂ
ਮੇਰੇ ਸਾਏ ਦੀ ਸ਼ਕਸਤ 'ਚ
ਮੇਰੀ ਫਤਿਹ ਦੀ ਬਸਰ ਨਹੀਂ
ਫਤਿਹ ਤੇ ਸ਼ਕਸਤ
ਇਕ ਸਿੱਕੇ ਦੇ ਦੋ ਪਾਸੇ ਹਨ
ਉਲਟ ਹਨ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਸਾਹਵੇਂ ਹੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਜਿੱਤ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ
ਉਹ ਯੁੱਧ ਤੇ ਫਤਿਹ ਪਿੱਛੋਂ ਵੀ
ਆਪਣੇ ਹੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ
ਸ਼ਕਸਤੀ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣਾ ਇਕ ਵੱਖਰੀ ਗੱਲ ਹੈ
ਫਤਿਹ ਸਵੀਕਾਰਨਾ ਇਕ ਸੋਚ ਵੱਖਰੀ ਹੈ
ਜੋ ਫਤਿਹ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਉਹ ਸ਼ਕਸਤੀ ਹੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਜੋ ਸ਼ਕਸਤੀ ਹੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਉਹ ਫਤਿਹ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਉਹ ਹੱਦਾਂ ਬੰਨਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਹੈ
ਉਹ ਪਿੰਡ ਸ਼ਹਿਰ ਸੂਬਾ ਜਾਂ ਮੁਲਕ ਹੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਉਹ ਅਕਾਰ ਰਹਿਤ ਜੁੱਸਾ ਹੈ ਅਧਾਰ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ
ਉਹ ਫਤਿਹ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀ ਹਸਤੀ ਹੈ
ਸ਼ਕਸਤੀ ਦੀ ਸੋਚ ਹੀ
ਫਤਿਹ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ਿਕਸਤੀ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ
-o-

ਜਗਿਆਸਾ

ਜੋ ਅਗਿਆਤ ਹੈ ਉਹ ਬਾਹਰ ਹੈ
ਉਸ ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਭਾਲਣ ਦੀ
ਅੰਦਰੋਂ ਜਗਿਆਸਾ ਜਗਾ
ਜਾਗਰਿਤ ਹੋ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੋਂ
ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਤੋਂ
ਆਪਣੇ ਜਿਸਮ ਸਾਰੇ ਤੋਂ
-0-
ਆਪਣੇ ਲਹੂ ਦਾ ਰੰਗ ਪਹਿਚਾਣ
ਤੁੱਪਕੇ ਤੋਂ ਲਹੂ ਦੇ ਸਾਗਰ ਨੂੰ ਜਾਣ
ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਨ ਸੁਣ
ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਟਾਕੀ 'ਚ ਝਾਕ
ਜਿਸਮ 'ਚ ਅਣੂਆਂ ਨੂੰ ਫੜ
ਘੋਖ ਤੇ ਵਿਚਾਰ
ਅਣੂਆਂ ਦੀ ਬੋਲੀ ਤੇ ਅਰਥਾਂ 'ਚ
ਆਪਾ ਉਤਾਰ
-0-
ਅਣੂਆਂ ਦੀ ਕਾਰਜ ਪ੍ਣਾਲੀ ਤੇ ਸੰਵਿਧਾਨ ਤੋਂ
ਜਾਗਰਿਤ ਹੋ
ਪਹਿਚਾਣ ਕਿ ਤੇਰੇ ਅੰਦਰਲੇ
ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਕੀ ਹੈ
ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਕੀ ਹੈ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਕੀ ਹੈ
ਤੇਰੀਆਂ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦਾ
ਧਰਮ ਕੀ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਦੇਹ ਦਾ ਸੱਚ ਕੀ ਹੈ
ਦੇਹ ਦਾ ਕਰਮ ਕੀ ਹੈ ਦੇਹ ਦਾ ਭਰਮ ਕੀ ਹੈ
-0-

ਆਪਣਾ ਅੰਦਰ
ਆਪਣੀ ਜਾਗਰੂਪਤਾ ਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਸਾਹਵੇਂ
ਖਲਿਆਰ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲਹੂ ਵਾਂਗ
ਜਿਸਮ ਦੀ ਨਸ ਨਸ 'ਚ ਉਤਾਰ
ਆਪਣੇ ਵਿਚਲੇ ਅਣੂਆਂ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰਮ
ਆਪਣੀ ਜਗਿਆਸਾ 'ਚ ਸਿਰਜ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੇਹ 'ਚ ਉਬਾਲ
ਤੱਤੀਆਂ ਤਵੀਆਂ 'ਤੇ ਬਿਠਾ
ਆਪਣੇ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਪੁਰਜ਼ਾ ਪੁਰਜ਼ਾ
ਕਰ ਕੇ ਕਟਵਾ
ਆਪਣਾ ਸਿਰ ਆਰਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਚਿਰਵਾ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਚਮਕੌਰ ਦੀ ਬਲੀ ਚੜ੍ਹਾ
ਆਪਣਾ ਬਚਪਨ ਨੀਹਾਂ 'ਚ ਚਿਣਾ
-0-
ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੇ ਅਣੂਆਂ ਦੀ
ਸੁਣ ਪੁਕਾਰ
ਅਣੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਸਮਝ
ਅਣੂ ਦੇ ਅਰਥ ਨੂੰ ਹਿਰਦੇ 'ਚ ਉਤਾਰ
ਤੇਰੇ ਬਾਹਰਲੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦੀ
ਤੇਰੇ ਅੰਦਰ ਅਵਾਜ਼ ਹਨ ਅਣੂ
ਤੇਰੇ ਅੰਦਰਲੀ ਕੁਦਰਤ
ਕਾਦਰ ਦਾ ਸਾਜ਼ ਹਨ ਅਣੂ
ਤੇਰੀ ਅਵਾਜ਼ 'ਚ ਛੁਪੀ
ਅਵਾਜ਼ ਹਨ ਅਣੂ
ਤੇਰੀ ਚੁੱਪ ਦਾ ਰਾਜ਼ ਹਨ ਅਣੂ
ਤੇਰੀ ਸੁਰਖਿਆ ਹਨ
ਤੇਰੇ ਪ੍ਰਾਣ ਹਨ ਅਣੂ
ਤੇਰੀ ਰੂਹ ਹਨ ਤੇਰਾ ਜਿਸਮ ਹਨ
ਤੇਰੀ ਜਾਨ ਹਨ ਅਣੂ
-0-

ਤੇਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਅਣੂਆਂ ਦੀ
ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ ਆਪਣਾ ਅਰਥ ਸੰਚਾਰ ਹੈ
ਆਪਣਾ ਰੰਗ ਮੰਚ ਹੈ
ਆਪਣੇ ਦਰਸ਼ਕ ਹਨ ਆਪਣਾ ਸੂਤਰਧਾਰ ਹੈ
ਤੇਰੇ ਅੰਦਰਲੇ ਅਣੂ ਬੋਲਦੇ ਹਨ ਸੁਣਦੇ ਹਨ
ਆਪਣਾ ਕਾਰਜ ਕਰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੇ ਬੋਲਾਂ 'ਚ ਜਿਉਂਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੇ ਅਰਥਾਂ 'ਚ ਮਰਦੇ ਹਨ
ਆਪਣੇ ਅਣੂ ਦੀ ਖਾਤਰ, ਸਿਰ ਤਲੀ 'ਤੇ ਧਰਦੇ ਹਨ
ਸਮੂਹਿਕ ਦੇਹ ਦੀ ਸੁਰਖਸ਼ਾ ਲਈ
ਸੂਲੀ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਦੇ ਹਨ
-0-
ਹਰਿਆਵਲੇ ਜਿਸਮ 'ਚ, ਨਿੱਘ ਧਰਦੇ ਹਨ
ਪੱਤਝੜਾਂ ਦਾ ਜਿਸਮ ਤਰਦੇ ਹਨ
ਤੇਰੀ ਸੱਖਣੀ ਦੇਹ ਨੂੰ
ਆਪਣੇ ਵਜੂਦ ਨਾਲ ਭਰਦੇ ਹਨ
ਤੇਰੀ ਦੇਹ ਲਈ ਜਨਮਦੇ ਹਨ
ਤੇਰੀ ਦੇਹ ਲਈ ਮਰਦੇ ਹਨ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ
ਤੇ ਜੀਵਨ ਜਾਂਚ ਨੂੰ ਜਾਣ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ 'ਚ ਉਤਰ ਜਾਅ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਪਹਿਚਾਣ
-0-

ਇਹ ਤੇਰੇ ਬਾਹਰਲੇ ਅਗਿਆਤ
ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਰੂਪ ਹਨ
ਤੇਰੀ ਦੇਹ ਤੇ ਆਤਮਾ ਦਾ ਸਰੂਪ ਹਨ
ਜੇ ਤੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਚਣੀ
ਤੇ ਕਰਨੀ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ ਜਾਏਂਗਾ
ਆਪਣੇ ਬਾਹਰਲੇ ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ
ਜਾਣ ਜਾਏਂਗਾ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਉੱਠੇਂਗਾ
ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੇਂਗਾ
ਆਤਮਾ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ 'ਚੋਂ
ਆਤਮਾ ਦਾ ਸੱਚ ਪਹਿਚਾਣ ਜਾਵੇਂਗਾ -0-
ਇਹ ਆਤਮਾ ਦਾ ਸੱਚ ਹੀ
ਤੇਰੀ ਦੇਹ ਦਾ ਅਗਿਆਤ ਹੈ
ਇਹ ਅਗਿਆਤ ਹੈ
ਤੇਰੀ ਦੇਹ ਦੇ ਅਣੂਆਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ
ਬੋਲੀ ਹੈ ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ ਅਰਥ ਹੈ ਬਾਤ ਹੈ
ਹੈ ਜੀਵਨ ਅਣੂਆਂ ਦਾ
ਦਿਨ ਰਾਤ ਅਣੂਆਂ ਦਾ
ਸ਼ਾਮ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਤ ਅਣੂਆਂ ਦਾ
-0-
ਅਣੂਆਂ ਦੇ ਇਕ ਇਕ ਸਾਹ 'ਚ
ਇਸ ਅਗਿਆਤ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੈ
ਜੋ ਤੇਰੀ ਜਗਿਆਸਾ ਲਈ ਪਰਾਇਆ ਹੈ
ਅਣੂਆਂ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚ ਸਮਾਇਆ ਹੈ
-0-
ਤੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਅਣੂਆਂ ਨੂੰ
ਜੇ ਜੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਬਾਹਰਲਾ ਸੱਚ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਜੀ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਕਿਵੇਂ ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਪਹਿਚਾਣੇਗਾ
ਕਿਵੇਂ ਅਗਿਆਤ ਨੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਸਿਆਣੇਗਾ
-0-

ਆਪਣੀ ਜਗਿਆਸਾ ਸੰਗ
ਆਪਣੇ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਿਆ ਹਨ੍ਹੇਰ ਦਾ ਬੁਰਕਾ ਉਤਾਰ
ਆਪਣੀ ਜਗਿਆਸਾ ਦਾ ਸੂਰਜ
ਅੰਦਰਲੀ ਦੁਨੀਆਂ 'ਚ ਚਾੜ੍ਹ
ਆਪਣੀ ਦੇਹ ਦੇ ਸੱਚ
ਆਪਣੇ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਜਾਣ
ਅਣੂਆਂ ਦੀ ਦੇਹ 'ਚ ਵੱਸਦਾ
ਆਤਮਾ ਦਾ ਸੱਚ ਪਹਿਚਾਣ
ਫਿਰ ਤੂੰ ਸੂਰਜ ਵਾਂਗ ਚੜ੍ਹੇਗਾ
ਅੰਬਰ ਤੇ ਤਾਰਿਆਂ ਵਾਂਗ ਟਿਮਟਮਾਵੇਂਗਾ
ਅੰਦਰੋਂ ਵੀ ਸੱਚ ਬਾਹਰੋਂ ਵੀ ਸੱਚ
ਨਜ਼ਰ ਆਵੇਗਾ
-0-

ਤਿੰਨ ਰੰਗ

ਮੈਂ ਜਦ ਸਮੁੰਦਰ ਤਰਿਆ ਸੀ
ਨਾ ਮੇਰੇ 'ਚ ਸਮੁੰਦਰ
ਨਾ ਮੈਂ ਸਮੁੰਦਰ 'ਚ ਭਿੱਜਾ ਸਾਂ
ਇਕ ਦੂਜੇ 'ਚ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਵੀ
ਇਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਜੁਦਾ ਸਾਂ
ਆਪਣੀ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ
ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਖ਼ੁਦਾ ਸਾਂ
–0–
ਮੇਰੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਕੋਈ ਸਹਿਰਾ ਸਮਾਇਆ ਸੀ
ਮੇਰਾ ਪਿੰਡਾ ਸਮੁੰਦਰ ਤਰਨ ਆਇਆ ਸੀ
ਮੁੱਠ 'ਚ ਰੇਤ ਸੀ ਮੇਰੇ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਲਹਿਰ ਸਾਗਰ ਦੀ
ਅੰਦਰ ਸਾਹਿਰਾ ਸਿਮਟਿਆ ਸੀ
ਬਾਹਰ ਫੈਲੀ ਵਿਸ਼ਾਲਤਾ ਸੀ ਸਾਗਰ ਦੀ
ਗਹਿਰਾਪਣ ਸੀ ਸਾਗਰ ਦਾ
–0–
ਐਸੀ ਘੜੀ ਸੀ
ਕਿ ਜੰਦਰੇ ਮਾਰ ਕੇ ਬੈਠਾ ਸੀ ਮਨ
ਅੰਦਰ ਸਾਹਿਰਾ ਦੀ ਤਪਸ਼ ਸੀ
ਬਾਹਰ ਸਾਗਰ ਦੀ ਬੁੱਕਲ 'ਚ
ਠਰਦਾ ਸੀ ਤਨ, ਸੋਚ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰਾ ਸੀ
ਨਾ ਆਪਣਾ ਸੂਰਜ ਸੀ ਨਾ ਆਪਣਾ ਚੰਨ ਸੀ
ਧਰਤੀ ਤੇ ਅਕਾਸ਼ 'ਚ ਲਟਕਦਾ
ਜਿਸਮ ਮੇਰਾ ਸੀ
–0–

ਨਾ ਸਮੁੰਦਰ ਪਾਅ ਹੀ ਸਕਿਆ, ਨਾ ਸਾਹਿਰਾ ਦਾ ਹੋ ਹੀ ਸਕਿਆ
ਨਾ ਠੰਡਕ ਹੀ ਝੱਲ ਸਕਿਆ, ਨਾ ਤੱਪਸ਼ ਹੀ ਹੰਢਾ ਸਕਿਆ
ਆਪਣੀ ਅੱਖ 'ਚ ਗੁਆਚਾ
ਅਥਰੂ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਕਣਕ ਦਾ ਖੇਤ ਬੱਦਲ ਦਾ ਜਲ ਸਾਂ
ਭੁੱਖਾ ਪਿਆਸਾ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਸਾਹਿਰਾ ਬੀਤਿਆ ਪਲ ਸੀ ਅੰਦਰ ਦਾ
ਜੋ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਓੜ ਰੱਖਿਆ ਸੀ
ਆਪਣੇ ਵਰਤਮਾਨ ਨੂੰ ਭੂਤ 'ਚ ਢਾਲ ਰੱਖਿਆ ਸੀ
ਕੱਚੇ ਦਾ ਕੱਚਾ ਰਿਹਾ ਸਾਰੀ ਉਮਰ
ਬੇਸ਼ਕ ਆਪਣਾ ਆਪ
ਆਪਣੇ ਲਹੂ 'ਚ ਉਬਾਲ ਰਖਿਆ ਸੀ
ਨਾ ਆਪਾ ਸੁੱਟਣ ਜੋਗਾ ਸਾਂ, ਨਾ ਆਪਾ ਰੱਖਣ ਜੋਗਾ ਸਾਂ
ਆਪਣੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਉੱਗੇ
ਬਸ ਸਵਾਲੀਆ ਨਿਸ਼ਾਨ ਜੋਗਾ ਸਾਂ
-0-
ਮੈਂ ਜਦ ਪਹਾੜ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਿਆ, ਪਹਾੜ ਦਾ ਖੋਲ ਦਰਵਾਜ਼ਾ
ਮੱਖਮਲੀ ਹਰਿਆਵਲ ਉੜ ਕੇ
ਮੈਂ ਪਹਾੜ ਦੇ ਅੰਦਰ ਘੁੰਮਦਾ ਰਿਹਾ ਫਿਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਪਹਾੜ ਦੀ ਗੋਦੀ 'ਚ ਉੱਠਦਾ ਬੈਠਦਾ ਗਿਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਚੋਟੀ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤੇ ਸੈਨਤਾ
ਆਸਮਾਨ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਵੇਖਦਾ ਸੁਣਦਾ ਰਿਹਾ
ਚੋਟੀ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚ ਬੈਠ ਸੁਪਨੇ ਆਸਮਾਨ ਦੇ ਬੁਣਦਾ ਰਿਹਾ
-0-
ਕਦੀ ਪਹਾੜ ਨੂੰ ਤਲੀ 'ਤੇ ਰੱਖ ਦੌੜਦਾ
ਕਦੀ ਪਹਾੜ ਦੇ ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾਂ ਤੀਕ ਉਤਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਪਹਾੜ ਦੀ ਚੋਟੀ 'ਤੇ ਹੱਸਦਾ ਰਿਹਾ
ਪਹਾੜ ਦੀ ਜੜ੍ਹ 'ਚ ਖੁਰਦਾ ਰਿਹਾ
ਪਹਾੜ ਦੇ ਪਿੰਡੇ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦਾ
ਨਾਦ ਸੁਣਦਾ ਰਿਹਾ
ਕਦੀ ਪਹਾੜ ਨੂੰ ਪਾ ਪਾ ਜੱਫੀਆਂ ਹੱਸਦਾ ਰਿਹਾ
ਕਦੀ ਪਹਾੜ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚੋਂ ਅਥਰੂ ਬਣ ਵਗਦਾ ਰਿਹਾ
-0-

ਆਪਣਾ ਆਪ ਭੁੱਲ ਬੈਠਾ
ਆਪਣੇ ਜਿਸਮ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਉਤਾਰ ਲਈ
ਪਹਾੜ ਦੇ ਜਿਸਮ ਦਾ ਲਹੂ ਬਣਿਆ
ਪਹਾੜ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੁਆਲੇ ਉਸਾਰ ਲਈ
ਪਹਾੜ ਦੀ ਚੁੱਪ ਅੰਦਰ ਉਤਾਰ ਲਈ
ਪਹਾੜ ਦੀ ਰੌਣਕ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਖਿਲਾਰ ਲਈ
ਆਪਣੇ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਪਹਾੜ ਜਨਮਿਆ
ਤੇ ਪਹਾੜ ਦੀ ਅਗਤੀ
ਪੈਰਾਂ 'ਚ ਉਤਾਰ ਲਈ
ਨਾ ਪਹਾੜ 'ਚੋਂ ਹੁਣ ਜਿਸਮ ਮਨਫੀ ਸੀ
ਨਾ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਪਹਾੜ ਮਨਫੀ ਸੀ
-0-
ਅੱਖ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਤਾਂ ਜਾਣਿਆ
ਇਹ ਪਹਾੜ ਨਹੀਂ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦਾ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦੀ ਜ਼ੁਬਾਨ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕਹਿਰ ਹੈ
ਜੋ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਨੂੰ ਖਾਂਦਾ ਖਾਂਦਾ ਖਾ ਗਿਆ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚੋਂ ਜੰਗਲ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦਾ ਉੱਗਾ ਗਿਆ
ਨਾ ਮੈਂ
ਇਸ ਪਹਾੜ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਜਾਣ ਜੋਗਾ ਸਾਂ
ਨਾ ਅਪਣਾਉਣ ਜੋਗਾ ਸਾਂ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ
ਮੈਂ ਇਕ ਇਮਤਿਹਾਨ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
ਆਪਣੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਉੱਗਿਆ
ਸੁਆਲੀ ਨਿਸ਼ਾਨ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ
-0-
ਮੈਂ ਜਦ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਵੜਿਆ
ਜਗਦੀਆਂ ਰੌਸ਼ਨੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਇਮਾਰਤਾਂ
ਝਿਲਮਿਲਾਂਦੇ ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਅੰਬਰ
ਆਪਣੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਧਰਿਆ
-0-

ਕੱਚ ਦੇ ਘਰਾਂ 'ਚ ਕੱਚ ਦੇ ਲੋਕ ਵੱਸਦੇ ਸਨ
ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਖਿਡਾਉਣੇ ਲਗਦੇ ਸਨ
ਜਦ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀਆਂ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਤੁਰਦੇ ਸਨ
ਛਾਂ 'ਚ ਠਰਦੇ ਸਨ ਧੁੱਪਾਂ 'ਚ ਪਿੱਘਲਦੇ ਸਨ
ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਭੀੜਾਂ ਦੇ ਦਰਿਆ ਵਗਦੇ ਸਨ
ਹਰ ਇਕ ਘਰ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਤੇ ਉੱਗਿਆ ਜੰਗਲ ਸੀ
ਹਰ ਇਕ ਸ਼ਖਸ ਦੇ ਦਿਲ 'ਚ
ਜੰਗਲ ਦੀ ਜਿਉਂਦੀ ਕਬਰ ਸੀ
ਸ਼ਹਿਰ ਪੱਥਰ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ
ਲੋਕ ਪੱਥਰਾ ਗਏ ਸਨ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਵਗਦੀ ਨਦੀ ਪੱਥਰ ਹੋ ਗਈ ਸੀ
ਚੜ੍ਹਦੇ ਸੂਰਜ ਦੀ ਖਬਰ ਸੀ
-0-
ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਲੋਕ, ਆਪਣੇ ਪਿੱਛੇ ਦੌੜਦੇ ਦੌੜਦੇ
ਇੰਨਾ ਅੱਗੇ ਨਿਕਲ ਆਏ
ਕਿ ਫਿਰ ਇਕੱਲੇ ਹੋ ਗਏ
ਆਪਣੀ ਇਕੱਲਤਾ 'ਚ ਗੁਆਚੇ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਗੁੰਮ ਗਏ
ਆਪਣੇ ਸਾਹਾਂ ਤੋਂ ਪਰਾਏ ਹੋ ਗਏ
-0-
ਸ਼ਹਿਰ ਪਹਿਚਾਣਦਾ ਨਹੀਂ ਸੀ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ
ਇਹ ਆਪਣਿਆਂ ਘਰਾਂ 'ਚ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੀ
ਗੁਆਚੇ ਸਨ
ਜਿਉਂਦੀਆਂ ਜਾਗਦੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਂ ਸਨ
ਅੰਨ੍ਹੇ ਖੂਹ ਉਦਾਸੇ ਸਨ
ਰੋਂਦੇ ਸੀ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਅਥਰੂ
ਹੱਸਦੇ ਸਨ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਹਾਸੇ
ਪੱਥਰ ਹੋ ਗਏ ਸਨ
ਪੱਥਰ ਖਾਂਦੇ ਤੇ ਹੰਢਾਦੇ ਸਨ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਝੁਲਸ ਕੇ ਜੰਗਲ ਫੂਕ ਕੇ
ਜੰਗਲ ਦੀ ਥਾਂ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦਾ ਜੰਗਲ ਉੱਗਾਦੇ ਸਨ
ਇਹ ਲੋਕ ਜਿੱਧਰ ਵੀ ਜਾਂਦੇ ਸਨ -0-

ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਧੜਾਂ 'ਤੇ
ਕਬਰਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਉੱਗ ਆਏ ਸਨ
ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਰੌਣਕ
ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੀਆਂ ਨੀਹਾਂ 'ਚ ਦਫਨ ਹੋ ਗਈ ਸੀ
ਸ਼ਹਿਰ ਵਿਚਲੀ ਤੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ
ਸ਼ਹਿਰ ਲਈ ਕਫਨ ਹੋ ਗਈ ਸੀ
ਸ਼ਹਿਰ ਉਜਾੜਾਂ ਦਾ ਮਜ਼ਾਰ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਸੀ
ਸੁੱਕੇ ਜਲ ਦਾ ਸਾਗਰ
ਤੇ ਸੜ ਗਈ ਹਰਿਆਵਲ ਦਾ ਪਹਾੜ
ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਗਿਆ ਸੀ
-0-
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਚੇਤਨਤਾ ਦੀ ਕੈਨਵਸ ਤੇ
ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚਿਤਰਿਆ
ਆਪਣੇ ਲਹੂ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਈ
ਮੈਂ ਭਰੇ ਸਨ ਰੰਗ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਕਸ਼ਾਂ 'ਚ
ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿੰਡੇ 'ਚੋਂ
ਪੱਥਰਾਂ ਸਿਲ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਹਾਰ ਉੱਗ ਆਈ
-0-
ਮੈਂ ਹਰਿਆਵਲ ਦਾ ਪੰਛੀ
ਇਸ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਰਹਿਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ
ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਰੁੱਖਾਂ ਦੀ ਛਾਵੇਂ ਬਹਿਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ
ਮੈਂ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਹੋ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਮੈਂ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਚੱਬ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
ਮੈਂ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਦੇ ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ
ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਲੱਭ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ
-0-

ਮੈਂ ਇਸ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ
ਪੂਰਾ ਦਾਇਰਾ ਹੰਢਾਇਆ ਹੈ
ਕੁਝ ਗੁਆਇਆ ਹੈ
ਕੁਝ ਪਾਇਆ ਹੈ
ਮੈਂ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਲਿਆ ਸੀ ਇਸ ਤੋਂ
ਇਸ ਦੀ ਤਲੀ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਹੈ
ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਜਗਾਇਆ ਹੈ
ਨਾ ਮੈਂ ਇਸ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਠਹਿਰ ਹੀ ਸਕਦਾ ਹਾਂ
ਨਾ ਬਹਿ ਹੀ ਸਕਦਾ ਹਾਂ
ਇਹ ਸ਼ਹਿਰ
ਕੱਚ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਛੱਤਾਂ
ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਦਾ ਘੇਰਾ ਹੈ
ਨ੍ਹਾ ਵਿਹੜੇ 'ਚ ਰੁੱਖ ਹੈ ਕੋਈ
ਨਾ ਰੁੱਖ ਲਈ ਨਾ ਘਰ ਲਈ
ਨਾ ਸ਼ਹਿਰ ਲਈ ਕੋਈ ਵਿਹੜਾ ਹੈ
–0–
ਨਾ ਮੇਰੇ ਮੱਥੇ 'ਚ ਸੁਆਲੀ ਨਿਸ਼ਾਨ ਹੈ ਕੋਈ
ਨਾ ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ 'ਚ ਧੁੰਦਲਾ ਆਸਮਾਨ ਹੈ ਕੋਈ
ਨਾ ਕੋਈ ਮੇਰੇ ਜ਼ਿਹਨ 'ਚ ਹਨ੍ਹੇਰ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੈ
ਨਾ ਮੇਰੇ ਵਰਤਮਾਨ 'ਚ ਜਿਉਂ ਰਿਹਾ
ਮੇਰਾ ਹੀ ਪਾਸ ਹੈ
–0–

ਪੂਰਨ ਸੁਤੰਤਰਤਾ

ਮੇਰੀ ਚੇਤਨਾ
ਮੇਰੀ ਜਾਗਰੂਪਤਾ 'ਚ ਨਿਖਰ ਆਈ ਹੈ
ਮੇਰੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ 'ਚ ਖੁੱਲੀ ਕਿਤਾਬ ਵਾਂਗ ਪਈ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਉੱਗੇ ਹਿਸਾਬ ਵਾਂਗ ਪਈ ਹੈ
-0-
ਮੈਂ ਟੋਹੀ ਇਕ ਇਕ ਪਰਤ ਅੰਦਰ ਦੀ
ਵਾਚਿਆ ਇਕ ਇਕ ਅੱਖਰ ਕਿਤਾਬ ਦਾ
ਸੋਚਿਆ ਪੜ੍ਹਿਆ ਸਮਝਿਆ
ਕਾਰਜ ਕਰਮ ਅਣੂਆਂ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਦਾ
ਮਾਸ ਦੀਆਂ ਅੰਤੜੀਆਂ
ਤੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਭੂਗੋਲ ਦੀ ਸਮਝ ਆਈ
ਉੱਠਿਆ ਜਦ ਅੰਦਰਲੇ ਦੀ ਦੇਹ ਤੋਂ
ਪਰਦਾ ਨਿਕਾਬ ਦਾ
-0-
ਨੀਂਦ 'ਚ ਸੁਪਨੇ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਸਮਝ ਆਈ
ਨੀਂਦ 'ਚ ਤੁਰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂ ਕੋਈ
ਸੁਪਨੇ 'ਚ ਆਸਮਾਨ 'ਤੇ ਉੱਡਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂ ਕੋਈ
ਜਿਸਮ 'ਚੋਂ ਕਿਉਂ ਖੰਭ ਉੱਗਦੇ ਨੇ
ਸਾਗਰ 'ਤੇ ਤੁਰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂ ਕੋਈ
ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਦੂਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂ ਕੋਈ
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ ਪਰਤਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂ ਕੋਈ
ਇਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਸੱਚ ਤੱਕ ਅਪੜਨ ਦਾ ਪੈਂਡਾ ਹੈ
ਜਿਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾ
ਜਿਸ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਤੇ ਮੂਲ ਦੀ ਖਬਰ ਹੋਈ
-0-
ਮੇਰੇ ਆਸਮਾਨ 'ਚੋਂ ਗੰਗਾ ਚਾਨਣ ਦੀ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਉਤਰ ਆਈ
ਪ੍ਰਾਣ ਦਾ ਅੰਤ ਕੀ ਹੈ
ਪ੍ਰਾਣ ਆਪ ਕੀ ਹੈ
ਦੇਹ 'ਚ ਠਹਿਰਣ ਲਈ ਪ੍ਰਾਣ ਦਾ ਅਸਥਾਨ ਕੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਜਾਗਰੂਪਤਾ ਲਈ
ਮੇਰੇ 'ਚੋਂ ਕਈ ਸਵਾਲ ਉੱਠ ਆਏ
ਜ਼ਰਾ ਜ਼ਰੇ 'ਚੋਂ ਪ੍ਰਗਟੇ
ਲਹੂ ਲਹੂ 'ਚ ਸਮਾਏ
ਜਿਸਮ ਤੇ ਆਤਮਾ ਦਾ ਭੇਦ ਮਿਟ ਜਾਏ
ਤਿਆਗੇ ਜਿਸਮ ਨੂੰ ਆਤਮਾ ਤੇ ਆਤਮਾ
ਪਰਮਾਤਮਾ ਹੋ ਜਾਏ
-0-

ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਨਾ ਸ਼ੋਰ ਮਚਿਆ
ਨਾ ਉੱਠੀ ਦੁਹਾਈ
ਇਕ ਲੀਕ ਚਾਨਣ ਦੀ ਮੇਰੇ ਫੇਫੜਿਆਂ 'ਚ
ਉਤਰ ਆਈ
ਸੈਂਕੜੇ ਸੂਰਜਾਂ ਦਾ ਚਾਨਣ
ਉਸ ਮੇਰੀ ਦੇਹ 'ਚ ਖਿਲਾਰਿਆ
ਆਪਣਾ ਸੱਚ ਉਸ ਮੇਰੇ
ਮਸਤਕ 'ਚ ਉਤਾਰਿਆ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਨੇ ਪੁਕਾਰਿਆ
ਪ੍ਰਾਣਾਂ ਦਾ ਅੰਤ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਪ੍ਰਾਣ ਹੀ ਜੀਵਨ ਦਾ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਪ੍ਰਾਣ ਦੀ ਧਰਤ ਜੀਵਨ ਹੈ
ਪ੍ਰਾਣ ਦਾ ਆਸਮਾਨ ਜੀਵਨ ਹੈ
-0-
ਜੀਵਨ ਦੀ ਸੱਤਾ ਕੀ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਗਤੀ ਕੀ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਾਹਾਂ 'ਚ ਕੌਣ ਵੱਸਦਾ ਹੈ
ਰੁੱਤਾਂ 'ਚ ਕੌਣ ਹੱਸਦਾ ਹੈ
ਮੌਸਮ 'ਚ ਕੌਣ ਬਦਲਦਾ ਹੈ
ਬਹਾਰਾਂ 'ਚ ਕੌਣ ਖਿੜਦਾ ਹੈ
ਸਾਗਰ ਦਾ ਭੇਦ ਕੀ ਹੈ
ਭਵਨ ਦਾ ਵੇਗ ਕੀ ਹੈ
ਦਰਿਆਵਾਂ 'ਚ ਕਿਸ ਦਾ ਬਲ ਹੈ
ਨਦੀਆਂ 'ਚ ਕਿਸ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਹੈ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚ ਕੌਣ ਵੱਸਦਾ ਹੈ
ਚੁੱਪ ਦਾ ਬੋਲ ਕੀ ਹੈ ਬੋਲ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਕੀ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਜਗਿਆਸਾ ਦੱਸਦੀ ਹੈ
ਜਿਸ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਕਣ ਕਣ 'ਚ ਵੱਸਦੀ ਹੈ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਗਤੀ ਸਾਗਰ ਦਾ ਭੇਦ ਹੈ ਉਹ
ਦਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਬਲ ਪੌਣਾਂ ਦਾ ਵੇਗ ਹੈ ਉਹ
ਨਦੀਆਂ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚ ਜਿਸ ਦਾ ਵਸੇਰਾ ਹੈ
ਚੁੱਪ 'ਚ ਬੋਲ ਜਿਸ ਦਾ ਹੈ
ਬੋਲ 'ਚ ਸ਼ੋਰ ਜਿਸ ਦਾ ਹੈ
ਜਗਿਆਸਾ ਦੀ ਜ਼ੁਬਾਨ ਤੇ ਜੁਆਬ ਨੇ ਸਾਰੇ
ਸਵਾਲ ਅਰਥ ਦੇ ਜ਼ਰੇ ਨੇ
ਜਾਂ ਅੰਬਰ ਦੇ ਤਾਰੇ
-0-

ਜਗਿਆਸਾ
ਜਿੰਨੇ ਅਕਾਸ਼ ਧਰਤੀਆਂ ਪਤਾਲ
ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਉਸਾਰੇ ਨੇ
ਧਰਤੀ 'ਚੋਂ ਸੂਰਜ ਚਾੜ੍ਹੇ ਨੇ
ਚੰਨ ਤਾਰੇ ਅਕਾਸ਼
ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਉਤਾਰੇ ਨੇ
ਉਹਦੀ ਹੋਂਦ 'ਚ ਹੈ ਸਭ ਕੁਝ
ਉਹਦੀ ਹੋਂਦ ਸਾਰੇ ਨੇ
-0-
ਮੇਰੀ ਜਗਿਆਸਾ 'ਚ
ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੀ ਨਦੀ ਵਗਦੀ ਹੈ
ਜਿਸ ਕਿਨਾਰੇ ਹੰਸ ਵੱਸਦੇ ਨੇ
ਕਲਿਆਣ ਤੇ ਪਿਆਰ ਦਾ
ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਦੇ ਨੇ
ਸਵਰਗ ਦੀ ਨੁਹਾਰ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਉਤਾਰੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਬੀਜ ਦੀ ਮੇਰੇ ਰੁੱਖ 'ਚ
ਧਰਤ ਤੋਂ ਅੰਬਰ ਤੱਕ ਉੱਚਾਈ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦੀਆਂ ਪੂਰੀਆਂ 'ਚ ਨੂਰ ਵੱਸਦਾ ਹੈ
ਗਲੀਆਂ 'ਚ ਚਾਨਣ ਖੇਡਦਾ ਹੈ
ਬਨ੍ਹੇਰਿਆਂ 'ਤੇ ਸੂਰਜ ਦਾ ਹੰਜੂਮ ਵੱਸਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਵਿਹੜੇ ਸਰਸਵਤੀ ਰਾਗ ਤੇ ਰਾਗਨੀਆਂ ਦੀ ਰੌਣਕ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਕੰਠ 'ਚੋਂ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦਾ ਅਲਾਪ ਗੂੰਜਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੀਆਂ ਨਾੜਾਂ 'ਚੋਂ ਸ਼ਬਦ ਉੱਠਦਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਲਹੂ 'ਚ ਰੱਬ ਆਪ ਗਿੜਦਾ ਹੈ
-0-
ਮੇਰੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਟਾਹਣੀਆਂ ਤੇ
ਕਈਆਂ ਪੰਛੀਆਂ ਦਾ ਬਸੇਰਾ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਨੈਣਾਂ 'ਚ ਅੰਬਰ ਦੀ ਉੱਚਾਈ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਹੰਝੂਆਂ ਨੇ ਸਾਗਰ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਸਾਈ ਹੈ
-0-

ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਧਰਮਰਾਜ ਹੈ
ਧਰਮਰਾਜ ਦਾ ਦਰਬਾਰ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਪਰਜਾ ਹੈ ਸਿੰਘਾਸਨ ਹੈ
ਸਰਕਾਰ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਪਾਪਾ ਤੇ ਪੁੰਨਾਂ ਦਾ ਹਿਸਾਬ ਹੈ
ਮੇਰਾ ਚਿਹਰਾ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਕਰਨੀ ਤੇ ਭਰਨੀ
ਦੀ ਕਿਤਾਬ ਹੈ
-0-
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ
ਨਿਰਭਉ ਤੇ ਨਿਰਵੈਰ ਦੇ ਪਹਾੜ
ਤੁਰਦੇ ਹਨ, ਪੁੰਨ ਪਲਰਦੇ ਪਾਪ ਖੁਰਦੇ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਵਜੂਦ ਹੈ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਸੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਜ਼ੁਬਾਨ 'ਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੇ ਬੋਲ ਹਨ
ਮੇਰੇ ਕੰਠ 'ਚ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਸਾਜ਼ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਲਹੂ 'ਚ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ
ਪ੍ਰਯੋਜਨ ਹੈ ਪ੍ਰਵਾਜ਼ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਮਨੁੱਖਤਾ ਸਾਹ ਲੈਂਦੀ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਰੱਬ ਹੈ ਰੱਬੀ ਦਰਬਾਰ ਹੈ
-0-
ਮੇਰਾ ਮੁੱਖ ਜਿਸ ਦਾ ਦੁਆਰ ਹੈ
ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਜੋ ਮੇਰੀ ਜਗਿਆਸਾ 'ਚ
ਸਹਿਕਾਰ ਹੈ
ਮੇਰੀ ਜਗਿਆਸਾ ਤੇ ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਦਾ
ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਹੈ
ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚ
ਨਿਰਭਉ ਤੇ ਨਿਰਵੈਰ ਹਾਂ
ਅਮ੍ਰਿਤ ਦਾ ਭਰਿਆ ਸਾਗਰ ਹਾਂ
ਕਾਦਰ ਦਾ ਖੁਲ੍ਹਾ ਦੁਆਰ ਹਾਂ
-0-
ਮੇਰੇ ਸਾਰੇ ਰਿਸ਼ਤੇ
ਭੌਤਿਕ ਸੰਸਾਰ ਤੋਂ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
ਮੈਂ ਇਕ ਹੋਂਦ ਬਿਨ ਸਰੀਰ ਹਾਂ
ਸਮੁੰਦਰ ਤੈਰਦਾ ਹਾਂ ਅੰਬਰ 'ਚ ਉੱਡਦਾ ਹਾਂ
ਧਰਤ ਦੀ ਮਹਿਕ ਜਿਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਹਵਾਵਾਂ ਦਾ ਵੇਗ ਫੜਦਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਵਿਛੜਿਆ ਸਾਂ ਜਿਸ ਹਸਤੀ ਤੋਂ
ਉਸ ਹਸਤੀ ਨਾਲ ਰਲਦਾ ਹਾਂ
ਸਮੇਂ ਦਾ ਹਾਣ ਹਾਂ, ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਚਲਦਾ ਹਾਂ
ਚੰਨ ਦੀ ਠੰਡਕ
ਸੂਰਜ ਦੇ ਪਿੰਡੇ ਦਾ ਤੇਜ਼ ਲਗਦਾ ਹਾਂ -0-

ਮੈਂ ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਤੇ ਹੰਕਾਰ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ
ਆਪਣੇ 'ਚੋਂ ਤਿਆਗ ਦਿੱਤੇ ਨੇ
ਜਨਮ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਰਨ ਦਾ ਗਮ ਵਿਸਾਰ ਦਿੱਤੇ ਨੇ
ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਤੋਂ ਦੇਹ ਦੀ ਉੜਨੀ ਉਤਾਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ
ਆਪਣੀ ਆਤਮਾ
ਪਰਮ ਆਤਮਾ 'ਚ ਢਾਲ ਦਿੱਤੀ ਹੈ
ਹੁਣ ਮੈਂ ਪ੍ਰਾਣ ਦਾ ਪ੍ਰਾਣ ਬਣ ਕੇ ਜੀ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਮਹਿਕ ਖਿਲਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਜੀਵਨ ਦੀ ਕੁਡੱਤਨ ਪੀ ਰਿਹਾ ਹਾਂ
ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਅਜ਼ਾਦ ਪੰਛੀ
ਬਿਨ ਪ੍ਰਾਣ ਬਿਨ ਦੇਹ ਗੁਜ਼ਰਦਾ ਹਾਂ
ਇਕ ਬਿੰਦੂ 'ਚ ਸਾਗਰ ਉਤਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਪਹਿਚਾਣ ਖੋ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
ਬਿੰਦੂ ਤੋਂ ਸਾਗਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
-0-
ਸਾਗਰ ਦਾ ਰੂਪ ਹੋ ਕੇ ਵਿਚਰਦਾ ਹਾਂ
ਸਾਗਰ ਤੋਂ ਭਾਫ ਭਾਫ ਤੋਂ ਬੱਦਲ
ਬੱਦਲ ਤੋਂ ਕਣੀਆਂ ਸਿਰਜਦਾ ਹਾਂ
ਆਪਣੀ ਜਗਿਆਸਾ 'ਚ ਇੰਝ ਵਿਚਰਦਾ ਹਾਂ
ਕੁਕਨੂਸ ਵਾਂਗ ਆਪਣਾ ਆਪਾ ਸਿਰਜਦਾ ਹਾਂ
-0-
ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਚੋਂ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਉੱਗਾਉਂਦਾ ਹਾਂ
ਜਲ ਬਣ ਕੇ ਸਾਗਰ ਨੂੰ ਭਰਦਾ ਹਾਂ
ਪਹਾੜ ਜਨਮਦਾ ਹਾਂ
ਜੰਗਲ ਉਸਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਧਰਤੀ ਦਾ ਜਿਸਮ ਘੜਦਾ ਹਾਂ
ਧਰਤੀ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ
ਅੰਬਰ ਸੂਰਜ ਚੰਨ ਤਾਰੇ ਖਿਲਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਅੰਬਰ ਤੋਂ ਧਰਤ ਤੇ ਜੀਵਨ ਉਤਾਰਦਾ ਹਾਂ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚ ਵੱਸ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ
ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ 'ਚੋਂ ਆਪਾ ਉਸਾਰਦਾ ਹਾਂ
-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)

ਵਗੇ ਪੌਣ ਰੁੱਖਾਂ ਦੇ ਸਿਰ ਤੋਂ
ਦੱਸੇ ਆਪਣਾ ਆਪ
ਵਰਸੇ ਜਲ ਅਗਨ ਦੇ ਪਿੰਡੇ
ਧਰਤੀ ਲੈਂਦੀ ਵਾਕ
ਸਮੇਂ ਦੇ ਸਾਜ਼ 'ਚੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਧੁਨੀਆਂ
ਅੰਬਰ ਕਰੇ ਅਲਾਪ
ਵੱਜੇ ਧੁਨ ਅੰਤਰਗਤ ਐਸੀ
ਲੂੰ ਲੂੰ ਕਰੇ ਪੁਕਾਰ
ਚਾਨਣ ਚਾਨਣ ਹੋਏ ਸਾਹ ਮੇਰੇ
ਤੂੰ ਅੰਦਰ ਤੂੰ ਬਾਹਰ

-ਆਪੇ ਬੋਲ ਸ੍ਰੋਤ

ਕੁਕਨਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ, ਜਲੰਧਰ