

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ

ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।



ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਕੇਹਲੀ ਦੁਆਰਾ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ

ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ,
ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ
ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਕੋਹਲੀ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਕਾਪੀਰਾਈਟ © 2025 ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਕੋਹਲੀ ਦੁਆਰਾ
ਸਾਰੇ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ।

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਲੇਖਕ ਦੀ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਲਿਖਤੀ ਆਗਿਆ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਰੂਪ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਾਧਨ—ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ, ਮਕੈਨਿਕਲ, ਫੋਟੋਕਾਪੀ, ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ—ਨਾ ਤਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਪ੍ਰਸਤੁਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਹੀ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ। ਸਿਰਫ਼ ਆਲੋਚਨਾਤਮਕ ਲੇਖਾਂ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਗਏ ਛੋਟੇ ਹਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਛੂਟ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਇੱਕ ਗੈਰ-ਕਾਲਪਨਿਕ (Non-Fiction) ਰਚਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਸਿਰਫ਼ ਸਿੱਖਿਆਤਮਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾਤਮਕ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਹਨ। ਲੇਖਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ ਇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਜਾਂ ਅਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਹਾਨੀ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ।

ਆਗਿਆ, ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਜਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
harprit.singh.kohli@gmail.com

ISBN: 978-93-344-5224-2

ਕੀਮਤ: ₹250/-

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਛਪੀ

USD 3.50/-

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸਮੱਗਰੀ ਸੂਚੀ

ਭੂਮਿਕਾ.....	6
ਅਧਿਆਇ 1: ਜਾਣ-ਪਛਾਣ – ਸੇਵਾ ਦਾ ਭਾਵ	11
ਅਧਿਆਇ 2: ਸੇਵਾ ਕੀ ਹੈ?	23
ਅਧਿਆਇ 3: ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ.....	39
ਅਧਿਆਇ 4: ਦਸਵੰਧ — ਆਮਦਨ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ.....	52
ਅਧਿਆਇ 5: ਸੇਵਾ ਦੇ ਲਾਭ.....	63
ਅਧਿਆਇ 6: ਸੇਵਾ ਕਿਵੇਂ ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਮਿਟਾਉਂਦੀ ਹੈ.....	73
ਅੰਤਿਮ ਅਧਿਆਇ: ਆਧੁਨਿਕ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦਾ ਜੀਵਨ.....	84
ਲੇਖਕ ਬਾਰੇ.....	96
ਪਾਠਕ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ	105

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਭੂਮਿਕਾ

ਕੁਝ ਸ਼ਬਦ ਅਜਿਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਿਰਫ਼ ਅਰਥ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ
ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਦੀ ਸੁਗੰਧ ਵੀ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ। **ਸੇਵਾ**
ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਇੱਕ ਸ਼ਬਦ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸਧਾਰਣ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਸੇਵਾ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ **“ਮਦਦ”**
ਜਾਂ **“ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ”**। ਪਰ ਆਪਣੇ ਅਸਲੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼
ਇੱਕ ਕਰਮ ਨਹੀਂ – ਇਹ ਮਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ, ਜੀਵਨ ਜੀਊਣ ਦਾ
ਤਰੀਕਾ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਅਸਤਿਤਵ ਦੀ ਏਕਤਾ ਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਾ
ਮਾਰਗ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਉਹ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਕਰਮ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ
ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ, ਉਰਜਾ, ਧਨ ਜਾਂ ਪਿਆਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ
ਇਨਾਮ, ਪਹਿਚਾਣ ਜਾਂ ਪ੍ਰਤਿਉਪਕਾਰ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸਮਰਪਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਸ਼ੇਰਤ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ, ਬਲਕਿ ਹਰ ਜੀਵ ਵਿੱਚ ਵੱਸਦੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਲਈ ਅਰਪਣ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਉਸ ਯੁੱਗ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਦੁਨੀਆ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਈ ਗੁਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜੁੜੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਲੋਕ ਅੰਦਰੋਂ ਇਕੱਲੇ, ਮੁਕਾਬਲੇਬਾਜ਼ ਅਤੇ ਅਹੰਕਾਰ-ਪ੍ਰਧਾਨ ਬਣਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਜੇਹੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ, ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਉੱਚ ਆਦਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ – ਇਹ ਇੱਕ ਲੋੜ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸੇਵਾ ਖ਼ਰੇ ਭਾਵ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਹ “ਮੈਂ” ਅਤੇ “ਮੇਰਾ” ਦੀਆਂ ਦੀਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ, ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਸੇਵਾ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ, ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ ਸੰਦਰਭਾਂ ਵਿੱਚ ਖੋਜਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਰਮ ਸੇਵਾ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ; **ਦਸਵੰਧ (Dasvandh)** ਵਰਗੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਦੀ ਵਿਹਾਰਕ ਸਿਆਣਪ ਕੀ ਹੈ – ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿ ਸੇਵਾ ਕਿਵੇਂ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਡੂੰਘੇ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ – ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਵਿਲੀਨ, ਪਿਆਰ ਦਾ ਉਤਪੱਤੀ ਅਤੇ ਦਇਆ ਦਾ ਜਾਗਰਣ।

ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਦਰਸ਼ਨ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਮਨਨ ਅਤੇ ਵਿਹਾਰਕ ਤਰੀਕੇ ਵੀ ਮਿਲਣਗੇ ਜੋ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਹੋਣਗੇ। ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੋ, ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਹੋ, ਗ੍ਰਿਹਣੀ ਹੋ ਜਾਂ
ਨੇਤ੍ਰਿਤਵ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵਿੱਚ – ਸੇਵਾ ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਸੌਖੀ ਹੈ।
ਇਸ ਲਈ ਨਾ ਧਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਨਾ ਪਦਵੀ ਦੀ, ਨਾ ਮਾਣ ਦੀ –
ਸਿਰਫ਼ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਕਰੁਣਾਮਈ ਦਿਲ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੇਰੀ ਇਹ ਕਾਮਨਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਸਿਰਫ਼ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਨਹੀਂ,
ਸਗੋਂ **ਜੀਣ ਲਈ** ਬਣ ਜਾਵੇ। ਕਿਉਂਕਿ ਸੇਵਾ ਨਾ ਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਕਿਸੇ
ਸ਼ਾਸਤਰ ਦੇ ਪੰਨਿਆਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਹੈ, ਨਾ ਮੰਦਰਾਂ ਜਾਂ
ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਤੱਕ – ਇਹ ਹਰ ਰਸੋਈਘਰ,
ਕਲਾਸਰੂਮ, ਕੰਮਕਾਜ ਦੀ ਥਾਂ ਅਤੇ ਗਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਥਾਂ
ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਮੌਨ ਦਇਆ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਤਿਆਗ ਦੇ
ਕਰਮਾਂ – ਦੋਵੇਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਪੰਨੇ ਪੜ੍ਹੋਗੇ, ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ ਕਿ ਸੇਵਾ
ਸਿਰਫ਼ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਤੇਹਫ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੈ – ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ
ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਤੇਹਫ਼ਾ ਵੀ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ
ਹਾਂ, ਸਾਨੂੰ ਸੇਵਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ; ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ
ਕਰਦੇ ਹਾਂ; ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਅਸਲ ਸਰੂਪ ਨੂੰ ਛੂਹ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।

– ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਕੋਹਲੀ

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਅਧਿਆਇ 1: ਜਾਣ-ਪਛਾਣ - ਸੇਵਾ ਦਾ ਭਾਵ

ਸੇਵਾ — ਇਹ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਸ਼ਬਦ — ਆਪਣੇ ਅਰਥ, ਸੁਗੰਧ ਅਤੇ ਆਤਮਾ ਵਿੱਚ ਉਹ ਹੱਦਾਂ ਪਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ, ਭੂਗੋਲ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਦੀਆਂ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹਨ। ਸ਼ਬਦਕ ਅਰਥ “ਸੇਵਾ” ਜਾਂ “ਮਦਦ” ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਆਧਿਆਤਮਿਕ, ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਨੈਤਿਕ ਗਹਿਰਾਈ ਕਈ ਗੁਣਾ ਵੱਡੀ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਦਾ ਅਸਲ ਮਤਲਬ ਹੈ **ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ** — ਐਸਾ ਕੰਮ ਜੋ ਕਿਸੇ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਆਪਣੇ ਸਮੇਂ, ਸਰੋਤਾਂ, ਉਰਜਾ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ — ਬਿਨਾਂ ਇਨਾਮ, ਮਾਨਤਾ ਜਾਂ ਵਾਪਸੀ ਦੀ ਇੱਛਾ ਦੇ।

ਅੱਜ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੰਮ **ਲੇਣ-ਦੇਣ** ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹਨ — “ਮੈਂ ਇਸ ਲਈ ਦੋਂਦਾ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਬਦਲੇ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ” — ਉਥੇ ਸੇਵਾ ਆਤਮਹੀਨਤਾ ਦੀ ਇਕ
ਅਬਿਨਾਸ਼ੀ ਜੇਤ ਵਾਂਗ ਚਮਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਧੁਨਿਕ ਅਰਥਸ਼ਾਸਤਰ
ਅਤੇ ਅਹੰਕਾਰ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਸਮਾਜ ਦੇ ਤਰਕ ਨੂੰ ਉਲਟ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛਦੀ ਹੈ –

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਫਲ ਦੀ ਉਮੀਦ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ?
ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਮਾਨਤਾ ਦੀ ਚਾਹ ਦੇ ਸੇਵਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?
ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਪਿਆਰ ਵੰਡ ਸਕਦੇ ਹੋ ਬਿਨਾਂ ਇਸਦੀ ਉਡੀਕ ਕੀਤੇ ਕਿ ਉਹ
ਵਾਪਸ ਆਵੇ?

ਇਹ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਵਿਚਾਰ ਨਹੀਂ। ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸੰਤਾਂ, ਰਿਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ
ਆਮ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੇ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਪ੍ਰਤੀ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੀ
ਭਗਤੀ ਮੰਨਿਆ ਹੈ। ਬੁੱਧ ਦੇ ਦਯਾਵਾਨ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਸਿੱਖ ਗੁਰੂਆਂ
ਦੀ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਤੱਕ, ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਇਸਾਈਆਂ ਦੀ ਦਾਨਸ਼ੀਲਤਾ ਤੋਂ ਲੈ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਕੇ ਇਸਲਾਮ ਦੇ ਜ਼ਕਾਤ ਦੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਤੱਕ — ਸੇਵਾ ਹਰ ਧਰਮ ਅਤੇ
ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਵਿੱਚ ਆਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਰਹੀ ਹੈ।

ਪਰ ਆਪਣੇ ਧਾਰਮਿਕ ਜਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਰੂਪਾਂ ਤੋਂ ਪਰੇ, ਸੇਵਾ ਇੱਕ
ਮਨੁੱਖੀ ਸੁਭਾਵ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਕੁਦਰਤੀ ਭਾਵਨਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਵੇਲੇ
ਉੱਭਰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਦਯਾ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ ਵਗਦੀ
ਹੈ।

ਰਾਤ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਂਦੀ ਮਾਂ, ਸੜਕ 'ਤੇ
ਘਾਇਲ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਅਜਨਬੀ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਗਰੀਬ
ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਫੀਸ ਦੇ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦਾ ਅਧਿਆਪਕ — ਇਹ ਸਭ
ਸੇਵਾ ਦੇ ਰੂਪ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਨਾਂ ਨਾਲ ਨਾ ਸਦਿਆ ਜਾਵੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਅੱਜ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦੀ ਲੋੜ

21ਵੀਂ ਸਦੀ ਨੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਨੂੰ ਅਦਭੁਤ ਤਰੱਕੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ — ਵਿਗਿਆਨ, ਤਕਨੀਕ, ਦਵਾਈ, ਸੰਚਾਰ, ਗਿਆਨ — ਸਭ ਕੁਝ ਹੁਣ ਇਕ ਬਟਨ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਤਰੱਕੀ ਨਾਲ ਨਾਲ **ਅਕੇਲਾਪਨ, ਤਣਾਅ, ਅਸਮਾਨਤਾ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਖਾਲੀਪਨ** ਵੀ ਵਧਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ: ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਅਸੀਂ ਖਾਲੀ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਾਂ ਪਰ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੂਰ।

ਸੇਵਾ ਇਸ ਅਸੰਤੁਲਨ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਸਾਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਜੋੜਦੀ ਹੈ — ਮਨੁੱਖਤਾ, ਕਰੁਣਾ ਅਤੇ ਏਕਤਾ ਦੇ ਭਾਵ ਨਾਲ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਵਾਰਥੀ ਹੱਦਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਕੇ ਵਿਸ਼ਵ ਪਿਆਰ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਕਲਪਨਾ ਕਰੋ, ਜੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਸੇਵਾ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰੇ — ਤਾਂ ਅਕੇਲਾਪਨ ਘਟੇਗਾ, ਗਰੀਬੀ ਘਟੇਗੀ, ਅਤੇ ਜਾਤੀ-ਧਰਮ-ਵਰਗ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਨਰਮ ਹੋਣ ਲੱਗਣਗੀਆਂ। ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ, ਸਗੋਂ ਸਮਾਜਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਚੰਗਾ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਦਾਨ ਵਿੱਚ ਫ਼ਰਕ

ਪਹਿਲੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਦਾਨ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਅੰਤਰ ਹੈ।

ਦਾਨ ਅਕਸਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ “ਜਿਸ ਕੋਲ ਵੱਧ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਨੂੰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕੋਲ ਘੱਟ ਹੈ।” ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰ ਸ਼੍ਰੇਸ਼ਠਤਾ ਦਾ ਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ — “ਮੈਂ ਵਧੀਆ ਹਾਂ, ਇਸ ਲਈ ਮਦਦ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।”

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸੇਵਾ ਇਸਦੇ ਉਲਟ ਨਿਮਰਤਾ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ। ਇਹ ਹਰ ਜੀਵ ਵਿੱਚ
ਮੌਜੂਦ ਦਿਵਤਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਨਤਾ ਨਾਲ ਸੇਵਾ ਕਰਦੀ ਹੈ,
ਹਕ ਨਾਲ ਨਹੀਂ।

ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਅਲੱਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਦੋਵੇਂ ਇਕ
ਦਿਵਯ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਸਾਥੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ
ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਨਿਮਰਤਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ — ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ
ਦੋਵੇਂ ਧੰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸੇਵਾ ਦੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਯਾਤਰਾ

ਉਪਰੋਂ ਦੇਖਣ 'ਤੇ ਸੇਵਾ ਇਕ ਬਾਹਰੀ ਕਰਮ ਲੱਗਦੀ ਹੈ — ਜਿਵੇਂ ਭੁੱਖਿਆਂ
ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਦੇਣਾ, ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਕਰਨੀ ਜਾਂ ਗਰੀਬ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ
ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣਾ। ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਅਸਲ ਯਾਤਰਾ ਅੰਦਰੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਸੇਵਾ ਦਿਲ ਨੂੰ ਸੁੱਧ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਉਮੀਦ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਹੰਕਾਰ ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਸੇਵਾ ਮਨ ਨੂੰ ਨਿਰਮਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। “ਮੈਂ” ਅਤੇ “ਮੇਰਾ” ਦੇ ਵਿਚਾਰ “ਅਸੀਂ” ਅਤੇ “ਸਾਡਾ” ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਸੇਵਾ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਦੀ ਹੈ — ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਜੋੜਦੀ ਹੈ ਉਸ ਸੱਚ ਨਾਲ ਕਿ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਹੀ ਅਸਲੀ ਖੁਸ਼ੀ ਹੈ।

ਹਰ ਸੇਵਾ ਦਾ ਕੰਮ ਆਤਮ-ਬੋਧ ਦੀ ਓਰ ਇਕ ਕਦਮ ਹੈ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ

- **ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ**, ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੇ ਲੰਗਰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ — ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਭੇਦਭਾਵ ਜਾਂ ਮੁਲ ਦੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- **ਜਪਾਨ ਵਿੱਚ**, ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਦੌਰਾਨ ਨਾਗਰਿਕ ਬਿਨਾਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੇ ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਲਈ ਖਾਣਾ ਛੱਡ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- **ਈਸਾਈ ਧਰਮ ਵਿੱਚ**, ਮਿਸ਼ਨਰੀ ਬੀਮਾਰਾਂ ਅਤੇ ਗਰੀਬਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਰਹੇ ਹਨ, ਯਿਸੂ ਦੀਆਂ ਸਿੱਖਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਉਤਾਰਦੇ ਹੋਏ।
- **ਇਸਲਾਮ ਵਿੱਚ**, ਰਮਜ਼ਾਨ ਦੌਰਾਨ ਵਪਾਰੀ ਚੁੱਪਚਾਪ ਗਰੀਬਾਂ ਵਿੱਚ ਖਾਣਾ ਵੰਡਦੇ ਹਨ — ਬਿਨਾਂ ਮਾਨਤਾ ਦੇ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਇੱਕੋ ਹੈ — **ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੈ।**

ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਇਲਾਜ – ਸੇਵਾ

ਮਨੁੱਖੀ ਪੀੜਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਅਹੰਕਾਰ ਹੈ — “ਮੈਂ ਵੱਖਰਾ ਹਾਂ,” “ਮੈਂ ਉੱਚਾ ਹਾਂ,” “ਮੈਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।”

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਪਰ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਅਹੰਕਾਰ ਲਈ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ “ਮੈਂ” ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸੇ ਦੇ ਚਰਨ ਧੋਣਾ, ਅਜਨਬੀਆਂ ਲਈ ਭੋਜਨ ਬਣਾਉਣਾ ਜਾਂ ਗੁਪਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਾਨ ਕਰਨਾ — ਇਹ ਸਭ ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਘੋਲ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਸੇਵਾ ਰਾਹੀਂ ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵੱਖਰੇ ਨਹੀਂ — ਸਾਡੇ ਸਭ ਦਾ ਅਸਤੀਤਵ ਸਾਂਝਾ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਦੀ ਲਹਿਰ

ਸੇਵਾ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਦੇ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਜਿਵੇਂ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਪੱਥਰ ਸੁੱਟਣ ਨਾਲ ਲਹਿਰਾਂ ਬਣਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਿਵੇਂ ਹੀ ਸੇਵਾ ਦਾ ਇਕ ਕੰਮ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਲਹਿਰਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸਨੂੰ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਉਹ ਅੱਗੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜਿਵੇਂ ਜੇ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੇਵਾ ਦਾ ਸੰਸਕਾਰ ਜਨਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਇੱਕ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਸਾਧਨਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ

ਕਈ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਜਾਂ ਅਰਦਾਸ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ — ਇਹ **ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ** ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਧਿਆਨ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅੰਦਰਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ, ਤਿਵੇਂ ਸੇਵਾ ਦਿਲ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਸਦੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।

ਸਵਾਮੀ ਵਿਵੇਕਾਨੰਦ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ:

“ਉਹੀ ਜੀਉਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਹੋਰਾਂ ਲਈ ਜੀਉਂਦੇ ਹਨ; ਬਾਕੀ ਤਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਹਨ।”

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਇਹ ਵਾਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅਸਲ ਸੱਚ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ — ਜੀਵਨ ਦਾ ਅਰਥ
ਤਦੋਂ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਤੀਜਾ – ਸੇਵਾ ਦਾ ਭਾਵ ਜੀਉਣਾ

ਇਹ ਅਧਿਆਇ ਸਿਰਫ਼ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ, ਸੱਦਾ ਹੈ — ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਜੀਵਨ
ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਸੱਦਾ।

ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੋ, ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਹੋ, ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਹੋ ਜਾਂ
ਰਿਟਾਇਰਡ — ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਧੜਕਣ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਛੋਟੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ: ਕਿਸੇ ਅਜਨਬੀ ਨੂੰ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਦਿਓ, ਕਿਸੇ ਨਾਲ
ਭੋਜਨ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ, ਕਿਸੇ ਦੁਖੀ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣੋ, ਗੁਪਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਾਨ ਕਰੋ
ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੇਕ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਸਵੈ-ਸੇਵਕ ਬਣੋ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਇਹ ਛੋਟੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਪਿਆਰ ਦਾ ਬਾਗ਼ ਖਿੜਾ
ਦੇਣਗੀਆਂ। ਸੇਵਾ ਇਕਦਮ ਦੁਨੀਆ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦੀ — ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ
ਬਦਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਹੀਂ ਦੁਨੀਆ ਬਦਲਣ ਲੱਗਦੀ
ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਸਾਡਾ ਜੀਵਨ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਦ ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ
ਹਾਂ ਕਿ ਅਸਲੀ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ, ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਹੈ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਅਧਿਆਇ 2: ਸੇਵਾ ਕੀ ਹੈ?

“ਸੇਵਾ” ਸ਼ਬਦ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤ ਤੋਂ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਅਰਥ ਹੈ — “ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ” ਜਾਂ “ਮਦਦ ਕਰਨਾ।” ਪਰ ਹੋਰ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਾਂਗ, ਇਸ ਦਾ ਅਸਲੀ ਮਤਲਬ ਸਿਰਫ਼ ਅਨੁਵਾਦ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਸੇਵਾ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ **ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ** — ਐਸਾ ਕਰਮ ਜੋ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਮਾਣ-ਪਛਾਣ ਜਾਂ ਵਾਪਸੀ ਦੀ ਉਮੀਦ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਮਰਤਾ, ਪ੍ਰੇਮ ਅਤੇ ਦਿਵਯਤਾ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਸੇਵਾ ਹੈ — ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਕਿ ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅਸੀਂ ਸੇਵਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਉਹ ਵੀ ਉਸੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਰੂਪ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦਾ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਦਾ ਮਤਲਬ “ਉੱਚਾਈ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ” ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਨਾਂ ਹੀ ਇਹ ਅਹੰਕਾਰ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਦਾਨ ਹੈ। ਇਹ ਦਾਤਾ ਅਤੇ

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਮਿਟਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਨੂੰ
ਇੱਕ ਪਵਿੱਤਰ ਆਤਮਿਕ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਦੇਖਦੀ ਹੈ। ਦਿੱਤਾ
ਗਿਆ ਭੋਜਨ, ਵਧਾਇਆ ਗਿਆ ਹੱਥ, ਸਮਰਪਿਤ ਸਮਾਂ — ਇਹ ਸਭ
ਉਸ ਗਹਿਰੇ ਸੱਚ ਦੀ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹਨ ਕਿ **ਅਸੀਂ ਸਭ ਇੱਕ
ਹਾਂ।**

ਆਮ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ

ਉਪਰੋਂ ਦੇਖਣ ਤੇ “ਸੇਵਾ” ਕਈ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਸਦੀ ਹੈ — ਸਵੈ-ਸੇਵਾ,
ਦਾਨ, ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣਾ, ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਆਦਿ। ਪਰ ਹਰ ਸੇਵਾ ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ
ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

- ਆਮ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਉਮੀਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ — ਧੰਨਵਾਦ ਦੀ,
ਮਾਣ ਦੀ, ਜਾਂ ਚੰਗੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਫਲ ਦੀ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਗਿਣਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ — ਇਹ ਲੈਣ-ਦੇਣ
ਨਹੀਂ, ਅਰਪਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਅੰਤਰ ਕਰਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ, ਚੇਤਨਾ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਭੁੱਖਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਖਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ — ਇੱਕ ਪ੍ਰਸਿੱਧੀ ਲਈ,
ਦੂਜਾ ਨਿਸ਼ਬਦ ਭਾਵ ਨਾਲ।

ਬਾਹਰੋਂ ਦੇਵੇਂ ਕਰਮ ਇਕੋ ਜਿਹੇ ਦਿਸਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਦੂਜਾ ਹੀ ਸੱਚੀ
ਸੇਵਾ ਹੈ।

ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਦੇ ਤਿੰਨ ਗੁਣ

1. ਨਿਸ਼ਕਾਮਤਾ (Selflessness) – ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਨਿੱਜੀ
ਸਵਾਰਥ ਜਾਂ ਉਦੇਸ਼ ਦੇ।
2. ਵਿਨਮ੍ਰਤਾ (Humility) – ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਉੱਚਤਾ ਜਾਂ ਅਹੰਕਾਰ
ਦੇ ਭਾਵ ਦੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

3. ਪ੍ਰੇਮ (Love) – ਉਸ ਭਾਵ ਨਾਲ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਦੂਜੇ ਨੂੰ
ਛੋਟਾ ਨਹੀਂ, ਸਬਰਾਬਰ ਮੰਨਦੇ ਹਾਂ।

ਸੇਵਾ “ਅੱਛਾ ਕਰਨ” ਦੀ ਦੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਹ ਉਸ ਸੱਚ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੈ ਕਿ
ਪਰਮਾਤਮਾ ਹਰ ਜੀਵ ਵਿੱਚ ਵੱਸਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਉਤਨੀ ਹੀ ਕੁਦਰਤੀ ਹੈ ਜਿੰਨਾ ਫੁੱਲ ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਜਾਂ ਦਰੱਖਤ ਦਾ
ਫਲ ਦੇਣਾ।

ਅਸੀਂ ਸੇਵਾ ਕਿਉਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ?

ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਦਿਲ ਸਵਾਰਥ ਲਈ ਨਹੀਂ ਬਣਿਆ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇਮਾਨਦਾਰੀ
ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਂਕਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਸਭ ਤੋਂ
ਵੱਡਾ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ, ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜੀਵਨ ਤਦੋਂ ਹੀ ਅਰਥਪੂਰਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਪ੍ਰੇਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ,
ਵੰਡਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਸੇਵਾ ਇਸੀ ਸੱਚ ਦੀ ਕੁਦਰਤੀ
ਅਭਿਵ੍ਯਕਤੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਮਾਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਂਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਚੁੱਪ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਉਹ
ਮਾਣ ਪਾਉਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ।

ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਅਜਨਬੀ ਕਿਸੇ ਦਾ ਭਾਰ ਚੁੱਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਉਹ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ।

ਇਹ ਸਭ ਸੇਵਾ ਦੇ ਸੁਭਾਵਿਕ ਕੰਮ ਹਨ — ਦਿਲ ਦੀ ਕੁਦਰਤੀ ਧਾਰਾ।

ਆਧੁਨਿਕ ਜੀਵਨ, ਜੋ ਮੁਕਾਬਲੇ ਅਤੇ ਸਵਾਰਥ 'ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈ,
ਅਕਸਰ ਇਸ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਨੂੰ ਦਬਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਪਰ ਰੂਹ ਅੰਦਰੋਂ ਦੇਣ ਦੀ ਪੁਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸੰਸਾਰ ਭਰ
ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਸਵੈ-ਸੇਵਾ, ਦਾਨ ਅਤੇ ਦਇਆਮਈ ਕਰਮਾਂ ਵੱਲ ਖਿੱਚੇ ਜਾਂਦੇ
ਹਨ।

ਗਹਿਰਾਈ ਵਿੱਚ, ਹਰ ਕੋਈ ਜਾਣਦਾ ਹੈ — **ਦੇਣਾ ਹੀ ਜੀਣਾ ਹੈ।**

ਸੇਵਾ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੂਪ

ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਭੌਤਿਕ ਦਾਨ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ। ਇਸਦੇ ਬੇਅੰਤ
ਰੂਪ ਹਨ —

1. **ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੇਵਾ** – ਜਿਵੇਂ ਭੋਜਨ ਬਣਾਉਣਾ, ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨਾ,
ਸਮਾਨ ਚੁੱਕਣਾ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ।
2. **ਮਨ ਦੀ ਸੇਵਾ** – ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣਾ, ਰਾਹਦਾਰੀ ਕਰਨਾ, ਦੁਖੀ ਦੀ
ਸੁਣਨਾ, ਸਹਾਰਾ ਦੇਣਾ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

3. **ਧਨ ਦੀ ਸੇਵਾ** – ਲੋੜਵੰਦਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਸਾਧਨ ਦੇਣਾ,
ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ, ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਆਸਰਾ ਮੁਹੱਈਆ
ਕਰਵਾਉਣਾ।
4. **ਆਤਮਾ ਦੀ ਸੇਵਾ** – ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ
ਕਰਨਾ, ਦਇਆ ਫੈਲਾਉਣਾ, ਆਸ ਜਗਾਉਣਾ।

ਕੋਈ ਵੀ ਸੇਵਾ ਛੋਟੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਇੱਕ ਮੁਸਕਰਾਹਟ,
ਦਇਆ ਨਾਲ ਵਧਾਇਆ ਹੱਥ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਲਈ ਕੀਤੀ ਚੁੱਪ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ —
ਇਹ ਸਭ ਸੇਵਾ ਹਨ ਜਦੋਂ ਇਹ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਭਾਵ ਨਾਲ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ
ਹਨ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ

ਅਸੀਂ ਅਕਸਰ ਸੋਚਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਵੱਡੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ — ਜਿਵੇਂ NGO ਵਿੱਚ ਸਵੈ-ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਮੰਦਰ ਵਿੱਚ ਦਾਨ ਦੇਣਾ।

ਪਰ ਸੇਵਾ ਦਾ ਸੁੰਦਰਤਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਵੀ ਗੁੰਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ —

- ਬਿਨਾ ਸ਼੍ਰੇਯ ਦੀ ਉਮੀਦ ਦੇ ਕਿਸੇ ਸਹਿਕਰਮੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।
- ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਬਣਾਉਣਾ, ਫਰਜ਼ੀ ਭਾਵ ਨਾਲ ਨਹੀਂ।
- ਕਿਸੇ ਮਿੱਤਰ ਦੀ ਗੱਲ ਬਿਨਾ ਨਿਰਣਾ ਕੀਤੇ ਸੁਣਨਾ।
- ਸੜਕ ਤੇ ਪਿਆ ਕੂੜਾ ਚੁੱਕਣਾ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੱਸੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਕਿਸੇ ਆਵਾਰਾ ਜਾਨਵਰ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਦੇਣਾ ਬਿਨਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ
ਤੇ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾ ਸਧਾਰਨ ਜੀਵਨ ਨੂੰ **ਪਵਿੱਤਰ ਸਾਧਨਾ** ਵਿੱਚ ਬਦਲ
ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਕਰਮ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦਾ
ਭਾਵ ਜੁੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਅੰਦਰੂਨੀ ਬਦਲਾਅ

ਹਾਲਾਂਕਿ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ
ਬਦਲਾਅ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸਾਡੇ ਦਿਲ ਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ —

- ਅਹੰਕਾਰ ਘਟਦਾ ਹੈ। ਜੀਵਨ “ਮੈਂ” ਤੋਂ “ਅਸੀਂ” ਵੱਲ ਵਧਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਦਇਆ ਫੈਲਦੀ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਘੇਰੇ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਪਰੇ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਕ੍ਰਿਤਜਤਾ ਵਧਦੀ ਹੈ। ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦੇਖ ਕੇ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਾਸ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
- ਅੰਦਰੂਨੀ ਆਨੰਦ ਜਾਗਦਾ ਹੈ। ਦੇਣਾ ਉਸ ਖਾਲੀਪਣ ਨੂੰ ਭਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਭੌਤਿਕ ਸਫਲਤਾ ਨਹੀਂ ਭਰ ਸਕਦੀ।

ਸੇਵਾ ਦਾ ਇਹ ਵਿਰੋਧਾਭਾਸ ਸੁੰਦਰ ਹੈ — ਇਹ ਬਿਨਾ ਉਮੀਦ ਦੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਸਾਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ, ਆਨੰਦ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰੇਰਕ ਕਹਾਣੀਆਂ

1. ਅਣਜਾਣ ਦਾਤਾ — ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇੱਕ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਗਰੀਬ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਸਾਰਾ ਖਰਚਾ ਇੱਕ ਅਣਪਛਾਤਾ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਵਿਅਕਤੀ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਉਹ ਕੌਣ ਹੈ। ਉਹ
ਕਦੇ ਸਮਾਰੋਹਾਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ, ਸਿਰਫ਼ ਇਹ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ
— “ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਾਓ।”

2. **ਔਰਤ ਅਤੇ ਕੁਆਂ** — ਰਾਜਸਥਾਨ ਦੀ ਇੱਕ ਔਰਤ ਹਰ ਸਵੇਰ
ਆਪਣੇ ਲਈ ਪਾਣੀ ਭਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਵਾਧੂ ਬਾਲਟੀਆਂ
ਭਰ ਕੇ ਰਾਹ ‘ਤੇ ਰੱਖ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਵੇਖਦੀ ਕੌਣ
ਪੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਯਾਤਰੀ, ਮਜ਼ਦੂਰ, ਤੇ ਜਾਨਵਰ ਉਥੇ
ਆਪਣੀ ਪਿਆਸ ਬੁਝਾਉਂਦੇ ਹਨ।
3. **ਆਧੁਨਿਕ ਸਵੈ-ਸੇਵਕ** — ਇੱਕ ਵਿਅਕਤ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਹਫ਼ਤੇ
ਦੇ ਅੰਤ ਤੇ ਗਰੀਬ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਡਿਜਿਟਲ ਹੁਨਰ ਸਿਖਾਉਂਦਾ
ਹੈ। ਉਹ ਕਦੇ ਫੀਸ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ, ਨਾਂ ਹੀ ਬੈਨਰ ‘ਤੇ ਆਪਣਾ
ਨਾਮ ਲਿਖਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਸਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ — “ਗਿਆਨ
ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ।”

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਹਰ ਥਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ
ਦਿਵਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਸੇਵਾ ਧਰਮ, ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ ਜਾਂ ਹਾਲਾਤ ਨਾਲ ਬੱਝੀ
ਨਹੀਂ — ਇਹ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਭ੍ਰਮ

1. “ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਅਮੀਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।”

ਗਲਤ। ਸਮਾਂ, ਪ੍ਰੇਮ ਅਤੇ ਦਇਆ ਪੈਸੇ ਨਾਲੋਂ ਕਈ ਗੁਣਾ ਕੀਮਤੀ
ਹਨ।

2. “ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਵੱਡੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।”

ਗਲਤ। ਸੇਵਾ ਘਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ — ਗਲੀਆਂ, ਪਰਿਵਾਰਾਂ
ਤੇ ਛੋਟੇ ਕੰਮਾਂ ਨਾਲ।

3. “ਸੇਵਾ ਤਿਆਗ ਜਾਂ ਬਲਿਦਾਨ ਹੈ।”

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਭ੍ਰਮ। ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਮਿਹਨਤ ਤਾਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਥਕਾਉਂਦੀ
ਨਹੀਂ — ਇਹ ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਦੀ ਹੈ।

4. “ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਸੰਤਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਹੈ।”

ਗਲਤ। ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਸੇਵਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਆਮ
ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸੇਵਾ – ਦੇਖਣ ਦਾ ਇੱਕ ਨਜ਼ਰੀਆ

ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ, ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਕਰਮ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੈ।
ਇਹ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ “ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ?” ਦੀ ਥਾਂ “ਮੈਂ ਕੀ ਦੇ ਸਕਦਾ
ਹਾਂ?” ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਦੇਖਣਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਸੇਵਾ ਸਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਖੁਦ ਸੇਵਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ
ਹੈ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਹਰ ਭੂਮਿਕਾ — ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਅਧਿਆਪਕ, ਕਰਮਚਾਰੀ ਜਾਂ ਨੇਤਾ —
ਸੇਵਾ ਦਾ ਮੌਕਾ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਸਿਰਫ਼ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ — ਉਹ ਜੀਵਨ
ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਕਿਸਾਨ ਸਿਰਫ਼ ਫਸਲ ਨਹੀਂ ਉਗਾਉਂਦਾ — ਉਹ ਪੋਸ਼ਣ ਦੀ ਸੇਵਾ
ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਨੇਤਾ ਸਿਰਫ਼ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ — ਉਹ ਸਮਾਜ ਦੀ
ਸੇਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਇਹ ਚੇਤਨਾ ਉੱਭਰਦੀ ਹੈ, ਤਦ ਸਾਨੂੰ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੇਵਾ
ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਨਹੀਂ — ਇਹੀ ਜੀਵਨ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਨਤੀਜਾ - ਸੇਵਾ ਦਾ ਸਰ

ਤਾਂ, ਸੇਵਾ ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਹੈ — ਸਵਾਰਥ ਰਹਿਤ ਕਰਮ, ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਭਾਵ, ਅਤੇ
ਨਿਮਰਤਾ ਦੀ ਗਤੀ।

ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਨਹੀਂ ਮੰਗਦੀ, ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੀ, ਲਾਭ ਦਾ ਹਿਸਾਬ
ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੀ।

ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਹੀ ਹੈ, ਸੁੰਦਰ ਹੈ, ਅਤੇ
ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੀ ਅਭਿਵ੍ਯਕਤੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਉਸ ਵਿਸ਼ਵਿਕ ਧਾਰਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਂਦੇ
ਹਾਂ ਜੋ ਦੇਣ, ਵੰਡਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਕਰਨ ਦੀ ਹੈ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਜਿਵੇਂ ਸੂਰਜ ਬਿਨਾ ਧੰਨਵਾਦ ਮੰਗੇ ਚਮਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਦਰਿਆ ਬਿਨਾ
ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਲਏ ਵਹਿੰਦਾ ਹੈ — ਓਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾ ਵੀ ਇੱਕ ਕੁਦਰਤੀ
ਪ੍ਰਗਟਾਵ ਹੈ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਸੁਰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਜੀਣਾ ਸਿਖਾਉਂਦੀ
ਹੈ।

**ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਉਹ ਨਹੀਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ – ਇਹ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਅਸੀਂ
ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।**

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਅਧਿਆਇ 3: ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ

ਸੇਵਾ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਧਰਮ ਜਾਂ ਸਭਿਆਚਾਰ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ — ਇਹ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਧੜਕਨ ਹੈ, ਜੋ ਹਰ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਆਤਮਿਕ ਤਾਣੇ-ਬਾਣੇ ਵਿੱਚ ਗੁੰਝੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਹਰ ਧਰਮ ਦਾ ਮੂਲ ਸੰਦੇਸ਼ ਇਹੀ ਹੈ ਕਿ **“ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੈ।”** ਚਾਹੇ ਇਸਨੂੰ ਸੇਵਾ, ਦਾਨ, ਜ਼ਕਾਤ, ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਕਰਮ ਜਾਂ ਚੈਰਿਟੀ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇ — ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਆਤਮਾ ਇੱਕੋ ਹੈ: ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਭਾਵ ਨਾਲ ਦੇਣਾ, ਨਮ੍ਹਤਾ ਨਾਲ ਸੇਵਾ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਹਰ ਜੀਵ ਵਿੱਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸੰਸਾਰ ਦੀਆਂ ਧਾਰਮਿਕ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਅਦਭੁੱਤ ਏਕਤਾ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੇਵਾ ਕੋਈ ਵਿਕਲਪਕ ਕਰਮ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਆਤਮਿਕ ਜੀਵਨ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਹੈ। ਹਰ ਧਰਮ ਦੇ ਸੰਤਾਂ, ਪੈਗੰਬਰਾਂ ਅਤੇ ਆਚਾਰਿਆਂ ਨੇ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਅਰਦਾਸ, ਪੂਜਾ

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਅਤੇ ਉਪਾਸਨਾ ਤਦ ਹੀ ਪੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਦੇ
ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ - ਕਰਮ ਯੋਗ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਕਰਮ

ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦਾ ਦਰਸ਼ਨ **ਕਰਮ ਯੋਗ** ਵਿੱਚ ਵੱਸਦਾ ਹੈ —

ਅਰਥਾਤ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਕਰਮ ਦਾ ਮਾਰਗ।

ਭਗਵਦ ਗੀਤਾ ਵਿੱਚ ਭਗਵਾਨ ਸ਼੍ਰੀਕ੍ਰਿਸ਼ਣ ਜੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

“ਕਰਮਣਯੋਵਾਧਿਕਾਰਸਤੇ ਮਾ ਫਲੇਸ਼ੁ ਕਦਾਚਨ।”

“ਤੇਰਾ ਅਧਿਕਾਰ ਕੇਵਲ ਕਰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਫਲ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ।”

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਇਹੀ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਕਰਮ ਦਾ ਸਾਰ ਹੈ — ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਲਾਭ ਜਾਂ ਇਨਾਮ ਦੀ ਆਸ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਰਮ। ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਅਰਪਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਵਾਰਥ ਲਈ।

ਉਦਾਹਰਨਾਂ:

- **ਅੰਨਦਾਨ:** ਭੁੱਖਿਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਕਰਾਉਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦਾਨ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।
- **ਆਸ਼ਰਮ ਤੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵਾ:** ਸਵਾਮੀ ਵਿਵੇਕਾਨੰਦ ਅਤੇ ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ ਨੇ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਆਤਮਿਕ ਸਾਧਨਾ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣਾਇਆ।
- **ਦਿਨਚਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ:** ਕਿਸਾਨ ਦਾ ਖੇਤੀ ਕਰਨਾ, ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਗਿਆਨ ਦੇਣਾ, ਮਾਤਾ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ — ਜੇ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਭਾਵ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਭ ਸੇਵਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸਿੱਖ ਧਰਮ - ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਦਸਵੰਧ

ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ ਉਪਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅਟੂਟ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਤੱਕ, ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚਾ ਧਰਮ ਦੱਸਿਆ ਹੈ।

ਲੰਗਰ - ਸਾਂਝਾ ਰਸੋਈਘਰ:

ਹਰ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਵਿੱਚ ਲੰਗਰ ਚਲਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਸਭ ਵਰਗਾਂ ਦੇ ਲੋਕ ਇਕੱਠੇ ਬੈਠ ਕੇ ਭੋਜਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਦਾਰਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਦਾਨ ਨਾਲ ਚਲਦਾ ਹੈ।

ਲੰਗਰ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ:

- ਅਮੀਰ ਤੇ ਗਰੀਬ ਇਕੱਠੇ ਬੈਠਦੇ ਹਨ।
- ਸੇਵਾਦਾਰ ਬਿਨਾ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਦੇ ਭੋਜਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਤੇ ਵੰਡਦੇ ਹਨ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਕਿਸੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਪੁੱਛੀ ਜਾਂਦੀ।

ਦਸਵੰਧ:

ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨੀ ਦਾ 10% ਹਿੱਸਾ
(ਦਸਵੰਧ) ਸਮਾਜ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ
ਹੈ — ਪੈਸੇ, ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਮਿਹਨਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ।

ਵਿਨਮ੍ਰਤਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ:

ਗੁਰੂ ਸਿੱਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸੇਵਾ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਅਹੰਕਾਰ
ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋ ਕੇ। ਜੁੱਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ, ਬਰਤਨ ਧੋਣਾ, ਪਾਣੀ ਪਰੋਸਣਾ —
ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਪਵਿੱਤਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਹਨ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਬੋਧ ਧਰਮ - ਦਾਨ ਅਤੇ ਕਰੁਣਾ

ਬੋਧ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦਾ ਮੂਲ ਦਾਨ (Dana) ਅਤੇ ਕਰੁਣਾ (Karuna) ਹੈ।

ਭਗਵਾਨ ਬੁੱਧ ਨੇ ਸਿਖਾਇਆ ਕਿ ਸੱਚੀ ਕਰੁਣਾ ਤਦ ਹੀ ਪੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਦਾਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ:

- ਥੇਰਵਾਦ ਪਰੰਪਰਾ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰਹਿਸ਼ਤੀ ਲੋਕ ਭਿੱਖੂਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਤੇ ਵਸਤੂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।
- ਮਹਾਯਾਨ ਪਰੰਪਰਾ ਵਿੱਚ ਬੋਧਿਸਤਵਾ ਆਪਣੀ ਮੁਕਤੀ ਟਾਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਹੋਰ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰ ਸਕੇ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਕਰੁਣਾ ਦਾ ਕਰਮ ਵਿੱਚ ਰੂਪ:

ਬੌਧ ਮਠਾਂ ਦੁਆਰਾ ਚਲਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ, ਹਸਪਤਾਲ ਤੇ ਅਨਾਥ
ਆਸ਼ਰਮ ਜੀਵੰਤ ਉਦਾਹਰਨ ਹਨ।

ਦਲਾਈ ਲਾਮਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ:

“ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ; ਅਤੇ ਜੇ ਤੂੰ ਮਦਦ
ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ, ਤਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਨਾ ਪਹੁੰਚਾ।”

ਈਸਾਈ ਧਰਮ – ਚੈਰਿਟੀ ਅਤੇ ਅਗਾਪੇ (Agape)

ਈਸਾਈ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੇਮ (Agape) ਅਤੇ ਦਾਨ (Charity) ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ
ਉੱਚਾ ਗੁਣ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਨੇ ਸਿਖਾਇਆ ਕਿ ਗਰੀਬ ਅਤੇ ਬੇਸਹਾਰਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੀ
ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਯਿਸੂ ਦੀਆਂ ਸਿੱਖਿਆਵਾਂ:

- “ਜੇ ਕੁਝ ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਛੋਟਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਲਈ ਕੀਤਾ,
ਉਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਕੀਤਾ।” (ਮੈਥਊ 25:40)
- ਚੰਗੇ ਸਮਾਰੀਟਨ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੱਚਾ ਪ੍ਰੇਮ
ਕਿਸੇ ਸੀਮਾ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਬੰਨ੍ਹਿਆ।

ਈਸਾਈ ਸੇਵਾ ਦੀਆਂ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ:

- ਮੱਧਯੁਗੀਨ ਮਠਾਂ ਨੇ ਹਸਪਤਾਲ, ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਆਸ਼ਰਮ
ਬਣਾਏ।
- ਮਦਰ ਟੇਰੇਸਾ ਨੇ ਕੋਲਕਾਤਾ ਵਿੱਚ ਗਰੀਬਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਕੇ
ਸੱਚੀ ਕਰੁਣਾ ਦਾ ਜੀਵੰਤ ਰੂਪ ਦਿਖਾਇਆ।
- ਆਧੁਨਿਕ ਚਰਚ ਅੱਜ ਵੀ ਭੋਜਨ, ਸਿਹਤ ਤੇ ਰਾਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ
ਕਰਦੇ ਹਨ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਇਸਲਾਮ - ਜਕਾਤ ਅਤੇ ਸਦਕਾ

ਇਸਲਾਮ ਵਿੱਚ ਦਾਨ ਅਤੇ ਸੇਵਾ **ਈਮਾਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ** ਹਨ।

ਜਕਾਤ:

ਇਸਲਾਮ ਦੇ ਪੰਜ ਸਤੰਭਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ — ਜਕਾਤ — ਦੇ ਅਧੀਨ ਹਰ ਮੁਸਲਮਾਨ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦਾ 2.5% ਗਰੀਬਾਂ ਨੂੰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਾਜਕ ਨਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਨ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ।

ਸਦਕਾ:

ਇਹ ਸਵੈਵਿਕ ਦਾਨ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਹੈ — ਭਾਵੇਂ ਇੱਕ ਮੁਸਕਾਨ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਪੈਗੰਬਰ ਮੁਹੰਮਦ ﷺ ਨੇ ਕਿਹਾ:

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

“ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਲੋਕ ਉਹ ਹਨ ਜੋ ਹੋਰਾਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭਦਾਇਕ
ਹਨ।”

“ਆਪਣੇ ਭਰਾ ਲਈ ਮੁਸਕਰਾਉਣਾ ਵੀ ਦਾਨ ਹੈ।”

ਜੈਨ ਧਰਮ - ਅਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾ

ਜੈਨ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਅਹਿੰਸਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚਾ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਸੇਵਾ
ਦਾ ਦਾਇਰਾ ਕੇਵਲ ਮਨੁੱਖਾਂ ਤੱਕ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਪਸ਼ੂਆਂ, ਪੰਛੀਆਂ ਅਤੇ
ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਤੱਕ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

- ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਜਾਨਵਰਾਂ ਲਈ ਆਸ਼ਰਮ ਬਣਾਉਣਾ।
- ਹਸਪਤਾਲ ਤੇ ਸਕੂਲ ਚਲਾਉਣਾ।
- ਸਾਦਗੀ ਤੇ ਸਯਮ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਿਤਾਉਣਾ — ਇਹ ਸਭ ਸੇਵਾ
ਦੇ ਰੂਪ ਹਨ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਆਦਿਵਾਸੀ ਅਤੇ ਮੂਲ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ

ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਆਦਿਵਾਸੀ ਤੇ ਮੂਲ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੇਵਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਡੂੰਘੀ ਹੈ।

- ਅਫਰੀਕੀ ਦਰਸ਼ਨ **Ubuntu** ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ: “ਮੈਂ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਹਾਂ।”
- ਮੂਲ ਅਮਰੀਕੀ ਲੋਕ ਧਰਤੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਕਰਤਵ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।
- ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਟਾਪੂਆਂ ਦੀਆਂ ਸਭਿਆਚਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਧਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝਾ ਤੱਤ

ਸਾਰੇ ਧਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦਾ ਮੂਲ ਸਾਰ ਇੱਕੋ ਹੈ:

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- **ਵਿਨਮ੍ਰਤਾ:** ਬਿਨਾ ਅਹੰਕਾਰ ਦੇ ਸੇਵਾ।
- **ਸਮਾਨਤਾ:** ਸਭ ਨੂੰ ਇਕੋ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਦੇਖਣਾ।
- **ਨਿਸ਼ਕਾਮਤਾ:** ਬਿਨਾ ਉਮੀਦ ਦੇਣਾ।
- **ਪ੍ਰੇਮ:** ਕਰੁਣਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹੋ ਕੇ ਕਰਮ ਕਰਨਾ।

ਇਹ ਸਾਂਝ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਧਾਰਮਿਕ ਹੁਕਮ ਨਹੀਂ —
ਇਹ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਰਸ਼ - ਇੱਕ ਰੋਸ਼ਨੀ, ਕਈ ਦੀਵੇ

ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ ਕਰਮ ਯੋਗ ਸਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ,
ਬੋਧ ਧਰਮ ਦਾਨ, ਈਸਾਈ ਧਰਮ ਚੈਰਿਟੀ, ਇਸਲਾਮ ਜਕਾਤ ਅਤੇ ਜੈਨ
ਧਰਮ ਅਹਿੰਸਾ। ਆਦਿਵਾਸੀ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮੂਹਕ
ਭਲਾਈ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸ਼ਬਦ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਇੱਕੋ ਹੈ।
ਸੇਵਾ ਉਹ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸਾਰੇ ਧਰਮ ਮਿਲਦੇ ਹਨ — ਇਹ ਆਤਮਾ ਦੀ
ਭਾਸ਼ਾ ਹੈ, ਜੋ ਮਜ਼ਹਬ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਪ੍ਰੇਮ ਅਤੇ ਨਮ੍ਰਤਾ ਨਾਲ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਹਰ ਧਰਮ
ਦੇ ਸਾਰ ਨੂੰ ਜੀਉਂਦੇ ਹਾਂ।

ਭੁੱਖੇ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਕਰਾਉਣਾ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਹੈ, ਡਿੱਗੇ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣਾ ਆਪਣੇ
ਆਪ ਨੂੰ ਉਠਾਉਣਾ ਹੈ, ਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਕਰਨਾ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਚੰਗਾ
ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਦੀਵੀ ਸੱਚਾਈ ਹੈ:

ਸੇਵਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੀ ਅਰਦਾਸ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਪਵਿੱਤਰ ਧਿਆਨ ਹੈ, ਅਤੇ
ਸਭ ਤੋਂ ਮਹਾਨ ਉਪਾਸਨਾ ਹੈ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਅਧਿਆਇ 4: ਦਸਵੰਧ – ਆਮਦਨ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ

ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਦਿਲਾਂ ਤਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਹ ਸਾਡੇ ਧਨ, ਸਰੋਤਾਂ ਅਤੇ ਜਾਇਦਾਦ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਰਵੱਈਏ ਤਕ ਵੀ ਫੈਲੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਕਈ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਮੰਨਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਧਨ ਅਤੇ ਭੌਤਿਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਲਗਾਵ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਅਹੰਕਾਰ ਅਤੇ ਡਰ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਾਲਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬੰਧਨ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਉਹ ਦਾਨ ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨ ਦੀਆਂ ਵਿਵਸਥਿਤ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ “ਦਸਵੰਧ” — ਅਰਥਾਤ ਆਮਦਨ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਅਰਪਿਤ ਕਰਨਾ — ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਥਾਨ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਦਸਵੰਧ ਦਾ ਅਰਥ

ਦਸਵੰਧ ਸਿੱਖ ਪਰੰਪਰਾ ਵਿੱਚ ਜੜਿਆ ਹੋਇਆ ਇੱਕ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਮਨੁੱਖਤਾ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਅਰਪਣ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਬਦ “ਦਸ” ਅਤੇ “ਵੰਧ” (ਭਾਗ ਜਾਂ ਹਿੱਸਾ) ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਸਿਰਫ਼ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਤਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਦੀਆਂ ਕਈ ਧਾਰਮਿਕ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ—ਈਸਾਈ ਧਰਮ ਵਿੱਚ Tithing, ਇਸਲਾਮ ਵਿੱਚ ਜ਼ਕਾਤ, ਬੋਧ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਦਾਨ ਅਤੇ ਹਿੰਦੂ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਦਕਸ਼ਿਣਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਦੇ ਮੂਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਸੱਚਾਈ ਹੈ: ਧਨ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਡਾ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਦਾਤ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਫਰਜ਼ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਅਸੀਸ ਵੀ ਹੈ।

ਇਤਿਹਾਸਕ ਮੂਲ

ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ, ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਦਸਵੰਧ ਦੀ ਪਰੰਪਰਾ ਨੂੰ ਐਪਚਾਰਿਕ ਰੂਪ ਦਿੱਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਲੰਗਰ, ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਅਤੇ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਗਰੀਬਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿੱਚ ਲਗਾਉਣ। ਇਹ ਦਾਨ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਫਰਜ਼
ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ।

ਦਸਵੰਧ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਸਿੱਖਾਂ ਨੇ ਧਨ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਅਸਕਤੀ ਨੂੰ
ਘਟਾਇਆ ਅਤੇ ਸੰਗਤ ਨਾਲ ਜੁੜਾਅ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕੀਤਾ।
ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਈਸਾਈ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਫ਼ਸਲ ਜਾਂ
ਆਮਦਨ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਚਰਚ ਨੂੰ ਦਿੰਦੇ ਸਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਗਰੀਬਾਂ ਦੀ
ਮਦਦ ਹੋ ਸਕੇ। ਇਸਲਾਮ ਵਿੱਚ ਜ਼ਕਾਤ (ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 2.5% ਸੰਪਤੀ)
ਈਮਾਨ ਦੇ ਪੰਜ ਖੰਭਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ — ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਧਨ
ਦੀ ਸ਼ੁੱਧੀ ਦਾਨ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਦਸਵੰਧ ਸਿਰਫ਼ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਵ
ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਸੱਚ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਕਿਉਂ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ?

ਕਿਉਂ ਦਸ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹੀ?

ਇਹ ਅਨੁਪਾਤ ਪ੍ਰਤੀਕਾਤਮਕ ਹੈ — ਇਹ ਐਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤਿਆਗ ਦੀ
ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਐਨਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅਸੰਭਵ ਲੱਗੇ।
ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਖ ਰੱਖਣ ਦਾ
ਅਭਿਆਸ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਨਿਮਰਤਾ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਲਿਆਉਂਦਾ
ਹੈ ਕਿ ਧਨ ਪਰਮ ਨਹੀਂ, ਸੇਵਾ ਦਾ ਸਾਧਨ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਇਹ ਦਾਨ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦਇਆ ਅਤੇ
ਉਦਾਰਤਾ ਜੀਵਨ ਦੀ ਦਿਨਚਰਿਆ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸੇਵਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਸਵੰਧ

ਜਦੋਂ ਦਸਵੰਧ ਸੇਵਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਲੈਣ-
ਦੇਣ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਪਵਿੱਤਰ ਕਰਮ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਪੁੰਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਅਸੀਸਾਂ ਲੈਣ ਦਾ ਸਾਧਨ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ “ਮੈਂ”
ਅਤੇ “ਮੇਰਾ” ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਨੂੰ ਢਾਹੁਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ, ਸਾਡਾ ਕੁਝ ਵੀ ਨਹੀਂ — ਨਾ ਇਹ ਸਰੀਰ, ਨਾ ਸਾਹ, ਨਾ
ਪ੍ਰਤਿਭਾ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਅਰਪਣ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ
ਇਹ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਭ ਕੁਝ ਉਸ ਤੋਂ ਆਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸੇ
ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਜਾਣਾ ਹੈ।

ਦਸਵੰਧ ਦਾ ਮੂਲ “ਦੇਣਾ” ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ “ਸਮਰਣ” ਹੈ — ਉਸ ਦਿਵਿਆ
ਸਰੋਤ ਦਾ, ਜਿਥੋਂ ਸਭ ਕੁਝ ਪ੍ਰਵਾਹਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਦਾਨ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ

ਦਸਵੰਧ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸਿਰਫ਼ ਵਿਅਕਤੀ ਤਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ; ਇਹ ਪੂਰੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਦਇਆ ਦੀਆਂ ਲਹਿਰਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ —

- **ਭੁੱਖਿਆਂ ਲਈ ਭੋਜਨ:** ਦਸਵੰਧ ਨਾਲ ਲੰਗਰ, ਭੰਡਾਰਾਂ ਅਤੇ ਆਸ਼ਰਮ ਚਲਦੇ ਹਨ।
- **ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਮੈਕੇ:** ਸਕੂਲਾਂ, ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਅਤੇ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਇਸੇ ਯੋਗਦਾਨ ਨਾਲ ਸੰਭਵ ਬਣੇ ਹਨ।
- **ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ:** ਹਸਪਤਾਲ, ਮੁਫ਼ਤ ਮੈਡੀਕਲ ਕੈਂਪ ਅਤੇ ਆਫ਼ਤ ਰਾਹਤ ਕੇਂਦਰ ਵੀ ਇਸੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਬਣੇ ਹਨ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਦਸਵੰਧ ਧਨ ਨੂੰ — ਜੋ ਅਕਸਰ ਲਾਲਚ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ — ਇਕਤਾ ਅਤੇ ਕਰੁਣਾ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਦਾਤਾ ਲਈ ਲਾਭ

ਹਾਲਾਂਕਿ ਸੇਵਾ ਬਿਨਾਂ ਉਮੀਦ ਦੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਇਹ ਦਾਤਾ
ਦੇ ਅੰਦਰ ਡੂੰਘਾ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ —

1. **ਅਸਕਤੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ:** ਨਿਯਮਿਤ ਦਾਨ ਨਾਲ ਮਨ ਧਨ ਨਾਲ
ਜੁੜਾਅ ਛੱਡ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
2. **ਕ੍ਰਿਤਜਤਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ:** ਜੋ ਬਚਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਲਈ ਆਭਾਰ
ਵਧਦਾ ਹੈ।
3. **ਅੰਦਰੂਨੀ ਸ਼ਾਂਤੀ:** ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਚਿੰਤਾ
ਘਟਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਦਾ ਹੈ।
4. **ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਉਤਥਾਨ:** ਧਨ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਲਗਾਉਣ
ਨਾਲ ਆਤਮਾ ਸੁੱਧ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵੀ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਆਧੁਨਿਕ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਦਸਵੰਧ ਦਾ ਅਭਿਆਸ

ਅੱਜ ਦੇ ਵਿਅਕਤ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਇਸਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਅਪਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

- **ਉਦੇਸ਼ਪੂਰਨ ਆਰਥਿਕ ਯੋਜਨਾ:** ਦਾਨ ਨੂੰ ਬਜਟ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਓ, ਨਾ ਕਿ ਐਕਸਟਰਾ ਖਰਚ।
- **ਧਨ ਤੋਂ ਪਰੇ:** ਦਸਵੰਧ ਸਿਰਫ਼ ਪੈਸੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ — ਸਮੇਂ, ਉਰਜਾ ਅਤੇ ਕੋਸ਼ਲ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਦਿਨ ਦੇ ਲਗਭਗ 2.5 ਘੰਟੇ ਕਿਸੇ ਸੇਵਾ, ਧਿਆਨ ਜਾਂ ਸਿੱਖਣ ਕਾਰਜ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਕਰਨਾ।
- **ਸਮੂਹਿਕ ਯਤਨ:** ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕੌਮਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦਸਵੰਧ ਵਰਗੇ ਮਾਡਲ ਅਪਣਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਇਥੇ ਗਿਣਤੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ **ਭਾਵਨਾ** ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਚਾਹੇ ਕੋਈ 10% ਦੇਵੇ ਜਾਂ 1%, ਮੁੱਖ ਗੱਲ ਹੈ — ਨਿਯਮਿਤਤਾ, ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਕਾਮਤਾ।

ਬਦਲਾਅ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ

ਕਈ ਪ੍ਰੇਰਣਾਦਾਇਕ ਉਦਾਹਰਨ ਦਿਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਦਸਵੰਧ ਨੇ ਕਿਵੇਂ ਜੀਵਨ ਬਦਲੇ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇੱਕ ਵਪਾਰੀ ਨੇ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੱਕ ਆਪਣੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਹਿੱਸਾ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ — ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਉਸਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਲਗਾਤਾਰ ਵਧਦਾ ਗਿਆ।

ਲੰਡਨ ਦੀ ਇੱਕ ਜਵਾਨ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਨੇ ਆਪਣੇ ਵੇਤਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਗਰੀਬ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਲਗਾਇਆ ਅਤੇ ਕਿਹਾ — “ਇਹ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਅਰਥਪੂਰਨ ਨਿਵੇਸ਼ ਸੀ।”

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਦੇਵੇਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਾਭ ਧਨ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਆਨੰਦ, ਉਦੇਸ਼ ਅਤੇ
ਕਿਰਪਾ ਵਿੱਚ ਮਿਲਿਆ।

ਨਿਸਕਰਸ਼

ਦਸਵੰਧ ਧਨ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਹਿਰਦਾ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਹੈ।
ਇਹ ਖੇਣ ਦਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਸਮਝਣ ਦਾ ਮਾਰਗ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਫੜ
ਕੇ ਰੱਖਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਕਦੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸੀ ਹੀ ਨਹੀਂ।
ਦੇਣ ਦੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸਾਧਨ ਮਿਲਦਾ
ਹੈ — ਧਨ ਕਰੁਣਾ ਵਿੱਚ ਬਦਲਦਾ ਹੈ, ਅਹੰਕਾਰ ਨਿਮਰਤਾ ਵਿੱਚ, ਅਤੇ
ਘਾਟਾ ਪ੍ਰਚੁਰਤਾ ਵਿੱਚ।

ਦਸਵੰਧ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਸ਼ਾਸ਼ਵਤ ਸੱਚ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ:
ਅਸੀਂ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਲੈ ਕੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ ਅਤੇ ਕੁਝ ਲੈ ਕੇ ਨਹੀਂ

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜਾਂਦੇ — ਪਰ ਇਸ ਛੋਟੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਾਨੂੰ ਦੇਣ ਦਾ ਦਿਵਿਆ ਮੌਕਾ
ਜ਼ਰੂਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਅਧਿਆਇ 5: ਸੇਵਾ ਦੇ ਲਾਭ

ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਕਰਮ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ — ਅਜਿਹਾ ਕਰਮ ਜੋ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਪਛਾਣ ਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀਫਲ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਨਜ਼ਰ ਵਿੱਚ ਇਹ ਤਿਆਗ ਵਾਂਗ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ — ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ, ਸਰੋਤ ਜਾਂ ਊਰਜਾ ਦੇਣਾ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ। ਪਰ ਸੇਵਾ ਦਾ ਅਸਲ ਰਾਜ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸੇਵਾ ਦੇ ਫਲ ਸੁਖਮ, ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਰੂਪਾਂਤਰਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ, ਸਮਾਜ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਸਮਿੱਧ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਅਧਿਆਇ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਸੇਵਾ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲਾਭਾਂ — ਆਧਿਆਤਮਿਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ, ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ — ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਅਧਿਐਨ ਕਰਾਂਗੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

1. ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਲਾਭ: ਆਤਮਾ ਦਾ ਉਤਥਾਨ

ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਆਤਮਿਕ ਉਤਥਾਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਤੇਜ਼ ਰਾਹ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਅਹੰਕਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

- **ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਏਕਤਾ:** ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਅਹੰਕਾਰ ਤੋਂ ਰਹਿਤ ਹੋ ਕੇ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਕਰਮ ਅਰਪਣ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਮਰਪਣ ਸਾਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨੇੜੇ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ।
- **ਕਰਮ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧੀ:** ਕਈ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਮੰਨਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਪੁਰਾਣੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਬੰਧਨ ਤੋੜ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਆਸਕਤੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- **ਕਰੁਣਾ ਦਾ ਜਾਗਰਣ:** ਸੇਵਾ ਦਇਆ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ — ਜੋ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਤੱਤ ਹੈ। ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਦੁੱਖ ਦੇਖਕੇ ਅਸੀਂ ਹਰ ਜੀਵ ਵਿੱਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਝਲਕ ਪਛਾਣਦੇ ਹਾਂ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਦਇਆ ਦਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਉਪਾਸਨਾ ਦਾ ਰੂਪ ਹੈ।

2. ਮਾਨਸਿਕ ਲਾਭ: ਮਨ ਦੀ ਚੰਗਾਈ

ਆਜ ਦੇ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਇਕਲਾਪਣ ਵਾਲੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਇਕ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵਰਗੀ ਹੈ।

- **ਤਣਾਅ ਵਿੱਚ ਕਮੀ:** ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਵਿੱਚ ਲੱਗਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਮਨ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਚੱਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- **ਆਤਮ-ਮੂਲ ਦੀ ਵਾਧਾ:** ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਉਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਲਾਭਕਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਭਾਵ ਵੱਧਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਤੇ ਆਤਮ-ਸਨਮਾਨ ਪੈਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- **ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਮਜ਼ਬੂਤੀ:** ਸੇਵਾ ਸਾਨੂੰ ਦੁੱਖ ਤੇ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਲ ਨੂੰ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਅਜੋਕੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਵੀ ਇਹੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਰਿਸ਼ੀਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ
— ਪਰਉਪਕਾਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ।

3. ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਲਾਭ: ਪ੍ਰੇਮ ਅਤੇ ਸਹਾਨੁਭੂਤੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ

ਸੇਵਾ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਨਤੀਜਾ ਪ੍ਰੇਮ ਹੈ।

- **ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਨਾਸ:** ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬਿਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀਫਲ ਦੀ ਉਮੀਦ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਹੰਕਾਰ ਘਟਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਿਲ ਖੁਲ੍ਹਦਾ ਹੈ।
- **ਸਹਾਨੁਭੂਤੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ:** ਸੇਵਾ ਸਾਨੂੰ ਦੂਜੇ ਦੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਰੱਖਣਾ ਸਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਮਝ ਅਤੇ ਕਰੁਣਾ ਵਧਦੀ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- **ਦੇਣ ਦਾ ਆਨੰਦ:** ਵਿਗਿਆਨਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਬਤ ਹੈ ਕਿ ਦੇਣ ਨਾਲ ਆਕਸੀਟੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਡੋਪਾਮੀਨ ਵਰਗੇ “ਖੁਸ਼ੀ ਦੇ ਹਾਰਮੋਨ” ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਆਤਮਿਕ ਸੰਤੋਖ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਸਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਨੰਦ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ, ਸਾਂਝ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਹੈ।

4. ਸਰੀਰਕ ਲਾਭ: ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਸਿਹਤ

ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਹੈਰਾਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੇਵਾ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਲਈ ਵੀ ਲਾਭਕਾਰੀ ਹੈ।

- **ਦੀਰਘ ਆਯੂ:** ਖੋਜਾਂ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਜੋ ਲੋਕ ਨਿਯਮਿਤ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਲੰਬਾ ਜੀਵਨ ਜੀਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਸਿਹਤ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

- **ਊਰਜਾ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ:** ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਅਸੀਂ ਊਰਜਾ ਖਰਚ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ — ਅਸੀਂ ਉਸਨੂੰ ਨਵੀਕਰਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
- **ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਉਪਚਾਰ:** ਲੰਗਰ, ਚੁੱਖ ਲਗਾਉਣਾ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਰਗੇ ਕੰਮ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਸੇਵਾ ਆਤਮਾ ਦਾ ਭੋਜਨ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਰੀਰ ਦੀ ਦਵਾਈ ਵੀ ਹੈ।

5. ਸਮਾਜਿਕ ਲਾਭ: ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਮੁਦਾਇਕ ਨਿਰਮਾਣ

ਸਮਾਜਿਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸੇਵਾ ਉਹ ਧਾਗਾ ਹੈ ਜੋ ਸਭ ਨੂੰ ਜੋੜਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- **ਸਮਰਸਤਾ ਅਤੇ ਏਕਤਾ:** ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਜਾਤ, ਧਰਮ ਤੇ ਵਰਗ ਦੇ ਫਰਕ ਮਿਟਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਲੰਗਰ ਵਿੱਚ ਸਭ ਇਕੱਠੇ ਬੈਠਦੇ ਹਨ — ਸਭ ਪਰਮਾਤਮਾ ਅੱਗੇ ਬਰਾਬਰ।
- **ਉਦਾਰਤਾ ਦੀ ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ:** ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਦਇਆ ਦੀ ਲਹਿਰ ਫੈਲਦੀ ਹੈ।
- **ਸਮੂਹਕ ਤਾਕਤ:** ਸੇਵਾ-ਆਧਾਰਿਤ ਸਮਾਜ ਸੰਕਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵੱਧ ਮਜ਼ਬੂਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਸੀ ਸਹਾਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਅਜਨਬੀਆਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਕਰੁਣਾ ਦੇ ਤੀਰਥ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

6. ਅਪਰਕਟ ਲਾਭ: ਅਦਿੱਖ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ

ਭਾਵੇਂ ਸੇਵਾ ਕਿਸੇ ਪਛਾਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ, ਪਰ ਇਹ ਅਨੇਕਾਂ
ਅਦਿੱਖ ਵਰਦਾਨ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ।

- **ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਕਿਰਪਾ:** ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸੇਵਕ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ
ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਹੋਰ ਸੁਗਮ ਅਤੇ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦੀ ਬਣ
ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- **ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਤੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵ:** ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰ ਆਪਣੇ
ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਿਮਰਤਾ ਅਤੇ ਦਇਆ ਦੇ ਸੰਸਕਾਰ ਵਿਆਪਤ
ਕਰਦੇ ਹਨ।
- **ਅੰਦਰੂਨੀ ਮੁਕਤੀ:** ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਲਾਭ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸੇਵਾ ਸਾਨੂੰ
“ਮੈਂ ਅਤੇ ਮੇਰਾ” ਦੀ ਭੁੱਖ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ
ਸੀਮਿਤ ਆਪ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਅਨੰਤ ਨਾਲ ਜੁੜਦੇ ਹਾਂ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸੇਵਾ ਦੀ ਰੂਪਾਂਤਰਕ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ

- ਇੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਜੋ ਡਿਪ੍ਰੈਸ਼ਨ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਅਨਾਥ ਆਸ਼ਰਮ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਉਸਦਾ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਆ ਗਈ।
- ਕੁਦਰਤੀ ਆਫ਼ਤਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸਮਾਜ ਜਲਦੀ ਸੰਭਾਲ ਗਏ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੇਵਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ।
- ਬੇਸ਼ੁਮਾਰ ਸੰਤਾਂ ਤੇ ਗੁਰਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਸੱਚਾ ਗਿਆਨ ਸਿਰਫ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਨਹੀਂ, ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਰਸ਼

ਸੇਵਾ ਦੇ ਲਾਭ ਮਾਪੇ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਉਹ ਇਕ ਅਜਨਬੀ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕਰਾਹਟ ਵਿੱਚ, ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੀ ਏਕਤਾ ਵਿੱਚ ਝਲਕਦੇ ਹਨ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸੇਵਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ, ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਸ਼੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
ਇਹ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਸਰੀਰ ਨੂੰ
ਤਾਕਤਵਾਨ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਨੂੰ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ, ਸੇਵਾ ਕੋਈ ਤਿਆਗ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁੰਦਰ ਨਿਵੇਸ਼
ਹੈ, ਜੋ ਪ੍ਰੇਮ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਅਨੰਤ ਸੰਤੋਖ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਫਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
ਜਿਵੇਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ — “ਗੁਲਾਬ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਸ
ਦੀ ਖੁਸ਼ਬੂ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।”

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਅਧਿਆਇ 6: ਸੇਵਾ ਕਿਵੇਂ ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਮਿਟਾਉਂਦੀ ਹੈ

ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਰੁਕਾਵਟ **ਅਹੰਕਾਰ** ਹੈ — ਉਹ ਅੰਦਰਲੀ ਆਵਾਜ਼ ਜੋ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ, “ਮੈਂ”, “ਮੇਰਾ”, “ਮੇਰੇ ਲਈ।” ਅਹੰਕਾਰ ਮਨੁੱਖਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀਆਂ ਦਿਵਾਰਾਂ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਭਿਮਾਨ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਵਿਛੋੜੇ ਦੇ ਭਰਮ ਵਿੱਚ ਬੰਨ੍ਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੁੱਧ ਰੂਪ ਵਿੱਚ **ਸੇਵਾ ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਇਲਾਜ (antidote)** ਹੈ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਨਿਮਰ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਧਰਤੀ ਨਾਲ ਜੋੜਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਅਸਤਿਤਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਭਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਅਧਿਆਇ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ **ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਕਿਵੇਂ ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਘੋਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ** ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਥਾਂ ਪ੍ਰੇਮ, ਕਰੁਣਾ ਅਤੇ ਏਕਤਾ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਭਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

1. ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਸਰੂਪ

ਅਹੰਕਾਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਬੁਰਾ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ, ਦਿਸ਼ਾ ਅਤੇ ਫੈਸਲੇ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਇਹ ਹਾਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਦੋਂ ਇਹ ਵਿਸ਼ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸੋਚਣ ਲੱਗਦੇ ਹਾਂ:

- “ਮੈਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹਾਂ।”
- “ਮੈਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।”
- “ਮੇਰੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ।”

ਇਹ ਭਰਮ ਸਾਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੋਂ, ਹੋਰਾਂ ਤੋਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸੱਚੀ ਆਤਮਾ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੀਆਂ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਇਹ ਮੰਨਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਅਹੰਕਾਰ ਹੀ ਦੁੱਖ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

2. ਸੇਵਾ – ਨਿਮਰਤਾ ਦਾ ਦਰਪਣ

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਲੱਗਦੇ ਹਾਂ, ਅਹੰਕਾਰ ਪਿਘਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- **ਬਿਨਾਂ ਮਾਨ-ਸਨਮਾਨ ਦੀ ਸੇਵਾ:** ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਬਰਤਨ ਧੋਣੇ, ਮੰਦਰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ — ਇਹ ਸਭ ਨਿਮਰਤਾ ਮੰਗਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਮ ਛੋਟਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
- **ਸਮਾਨਤਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ:** ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਨਾ ਕੋਈ ਸੇਵਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਮਾਲਕ — ਸਭ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਜੀਵ ਵਿੱਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਜੋਤ ਪਛਾਣ ਕੇ ਅਸੀਂ ਭੇਦ ਮਿਟਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।
- **ਸ਼੍ਰੋਮ ਦਾ ਸਮਰਪਣ:** ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ — “ਇਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਹੈ, ਮੇਰੀ ਨਹੀਂ।”

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਇਹ ਅਭਿਆਸ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਅਹੰਕਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨ ਢੀਲੇ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

3. ਸੇਵਾ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਬੀਜ ਬੋਦੀ ਹੈ

ਜਦੋਂ ਅਹੰਕਾਰ ਘਟਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰੇਮ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ —
ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰੇਮ ਸਾਡਾ ਅਸਲ ਸੁਭਾਵ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਸਵਾਰਥ ਅਤੇ ਅਭਿਮਾਨ
ਨੇ ਢੱਕ ਰੱਖਿਆ ਸੀ।

- **ਕਰੁਣਾ ਨਾਲ ਜੁੜਾਅ:** ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਾਂ,
ਅਸੀਂ ਉਸ ਦਾ ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਸੁਖ ਦੋਵੇਂ ਆਪਣਾ ਸਮਝਣ ਲੱਗਦੇ
ਹਾਂ। ਇਹੀ ਸੱਚੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ।
- **ਦੇਣ ਦਾ ਆਨੰਦ:** ਸੇਵਾ ਹਿਰਦੇ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। “ਮੈਨੂੰ ਕੀ
ਮਿਲੇਗਾ?” ਦੀ ਥਾਂ “ਮੈਂ ਕੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?” ਦਾ ਭਾਵ ਆ ਜਾਂਦਾ
ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- **ਏਕਤਾ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ:** ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ-ਕਰਦੇ ਅਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵੱਖਰੇ ਨਹੀਂ — ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੁਖ-ਦੁੱਖ ਸਾਡਾ ਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਨੁਭੂਤੀ ਵਿਸ਼ਵ ਪ੍ਰੇਮ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

4. ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਅਹੰਕਾਰ ਦੇ ਵਿਲਯਨ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ

- **ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ** ਨੇ ਸੰਸਾਰ ਭਰ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸੱਚ, ਕਰੁਣਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਹਾਨਤਾ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਸੇਵਾ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ।
- **ਮਦਰ ਟੇਰੇਸਾ** ਨੇ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਕੋਲਕਾਤਾ ਦੇ ਗਰੀਬਾਂ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਬਿਤਾਇਆ। ਉਹ ਕਹਿੰਦੀ ਸਨ — “ਅਸੀਂ ਸਭ ਵੱਡੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਪਰ ਛੋਟੇ ਕੰਮ ਵੱਡੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।”

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

- **ਆਧੁਨਿਕ ਉਦਾਹਰਨ:** ਵਿਸ਼ਵ ਭਰ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸਵੈਸੇਵਕ ਦਰਿਆ ਸਾਫ਼ ਕਰਦੇ, ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਂਦੇ ਜਾਂ ਭੁੱਖਿਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਅਨਾਮ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮ ਸਮਾਜ ਬਦਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਭ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ — ਜਦੋਂ ਅਹੰਕਾਰ ਝੁਕਦਾ ਹੈ, ਤਦੋਂ ਪ੍ਰੇਮ ਖਿਲਦਾ ਹੈ।

**5. ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਰੂਪਾਂਤਰਣ: ਆਤਮ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਤੋਂ ਨਿਸ਼ਕਾਮ
ਬਣਨ ਤੱਕ**

ਆਧੁਨਿਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਵੀ ਸੇਵਾ ਦੀ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਮੰਨਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- **ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਘਟਾਅ:** ਸੇਵਾ “ਮੈਂ-ਕੇਂਦਰਿਤ” ਸੋਚ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਬਿਨਾਂ ਉਮੀਦ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਮਨ ਨੂੰ “ਆਪ” ਤੋਂ ਉਪਰ ਸੋਚਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਹਾਰਮੋਨ:** ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਨਾਲ “ਆਕਸੀਟੇਸਿਨ” ਵਰਗੇ ਪ੍ਰੇਮ ਹਾਰਮੋਨ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਭਰੋਸਾ ਤੇ ਸਨੇਹ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਨ।
- **ਸਥਾਈ ਆਨੰਦ:** ਅਸਥਾਈ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ, ਸੇਵਾ ਦਾ ਆਨੰਦ ਸਥਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰੇਮ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਅਹੰਕਾਰ ਤੋਂ ਨਹੀਂ।

ਵਿਗਿਆਨ ਵੀ ਉਹੀ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ — **ਸੇਵਾ**
ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਗਲਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨੂੰ ਜਗਾਉਂਦੀ ਹੈ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

**6. ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਰਾਹੀਂ ਅਹੰਕਾਰ ਮਿਟਾਉਣ ਦੇ
ਅਭਿਆਸ**

ਸੇਵਾ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਵੱਡਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ — ਇਹ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ
ਹਿੱਸਾ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- **ਗੁਮਨਾਮ ਦਾਨ:** ਬਿਨਾਂ ਨਾਮ ਦੱਸੇ ਦਾਨ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ
ਸਿਰਫ਼ ਪਰਮਾਤਮਾ ਵੱਲ ਜਾਵੇ।
- **ਸਧਾਰਣ ਸੇਵਾ:** ਉਹ ਕੰਮ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੋਕ ਅਕਸਰ
ਅਣਦੇਖਾ ਕਰਦੇ ਹਨ — ਸਫ਼ਾਈ, ਭੋਜਨ ਬਣਾਉਣਾ, ਜਾਂ
ਚੁੱਪਚਾਪ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।
- **ਸੁਣਨ ਦੀ ਸੇਵਾ:** ਕਿਸੇ ਦੁਖੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ
ਵੀ ਇਕ ਸੇਵਾ ਹੈ।
- **ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ:** ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਬਿਨਾਂ
ਝੁੰਡਲਾਹਟ ਜਾਂ ਉਮੀਦ ਦੇ ਸੇਵਾ ਕਰੋ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- **ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੇਵਾ:** ਧਨ ਦਾ ਦਸਵੰਧ ਦੇਣ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪਣੇ ਦਿਨ
ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਕਰੋ।

ਇਹ ਛੋਟੇ ਪਰ ਨਿਰੰਤਰ ਅਭਿਆਸ ਅਹੰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਦਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-
ਹੌਲੀ ਮਿਟਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਜਗਾਉਂਦੇ ਹਨ।

7. ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਜਨਮੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਫਲ

ਜਦੋਂ ਅਹੰਕਾਰ ਮਿਟਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਖਿਲਦਾ ਹੈ, ਜੀਵਨ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ
ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ:

- ਝਗੜੇ ਘਟਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰੇਮ ਸਮਝਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ
ਹੈ, ਜਿੱਤਣ ਦੀ ਨਹੀਂ।
- ਸੰਬੰਧ ਗਹਿਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰੇਮ ਪਾਲਣ ਕਰਦਾ ਹੈ,
ਮੰਗਦਾ ਨਹੀਂ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਮਨ ਸ਼ਾਂਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰੇਮ ਸ਼੍ਰੇਅ ਜਾਂ ਨਿਯੰਤਰਣ ਨਹੀਂ
ਚਾਹੁੰਦਾ।
- ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਅਨੁਭਵ ਗਹਿਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰੇਮ ਹੀ
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸਰੂਪ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ ਸੂਫੀ ਕਵੀ ਰੂਮੀ ਨੇ ਕਿਹਾ —

“ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ ਪ੍ਰੇਮ ਲੱਭਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਬਣੀਆਂ
ਉਹ ਦਿਵਾਰਾਂ ਲੱਭਣੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ
ਹਨ।”

ਅਹੰਕਾਰ ਉਹ ਦਿਵਾਰ ਹੈ, ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਉਹ ਕੋਮਲ ਸਾਧਨ ਹੈ ਜੋ ਉਸਨੂੰ
ਢਾਹ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਨਿਸਕਰਸ਼

ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਬਾਹਰੀ ਕਰਮ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਇਕ ਅੰਦਰੂਨੀ ਯਾਤਰਾ ਹੈ ਜੋ ਅਹੰਕਾਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਮ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਭਾਵ ਨਾਲ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਭਿਮਾਨ ਅਤੇ ਮਾਲਕਾਨਾ ਭਾਵ ਮਿਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅੰਦਰਲਾ ਪ੍ਰੇਮ ਜਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ, ਸੇਵਾ ਇਕ ਮੈਨ ਅਧਿਆਪਕ ਹੈ — ਇਹ ਬਿਨਾਂ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਨਿਮਰਤਾ ਸਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਬੀਜ ਬੇਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਪ੍ਰੇਮ ਹਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਵਸਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਹੰਕਾਰ ਲਈ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।

ਇਸ ਲਈ, ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਸੇਵਾ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਬਦਲਾਅ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਰਸਾਇਨ (alchemy) ਹੈ ਜੋ ਅਹੰਕਾਰ ਦੇ ਕਠੋਰ ਧਾਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਸੋਨੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

**ਅੰਤਿਮ ਅਧਿਆਇ: ਆਧੁਨਿਕ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦਾ
ਜੀਵਨ**

ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਰਵਾਇਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭੁੱਖਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਖਵਾਉਣ, ਗਰੀਬਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਜਾਂ ਮੰਦਰਾਂ ਅਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਮਝਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਰੂਪ ਅੱਜ ਵੀ ਪਵਿੱਤਰ ਅਤੇ ਸਦੀਵੀ ਹਨ। ਪਰ ਅੱਜ ਦੇ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਵਾਲੇ, ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵੀਕਰਨ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਈ ਗੁਣਾ ਵੱਧ ਗਏ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਰਵਾਇਤੀ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਆਧੁਨਿਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਨਵੇਂ ਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਅਪਣਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਇਹ ਅਧਿਆਇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਕਰਮ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਜੀਵਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

1. ਹੁਨਰ ਰਾਹੀਂ ਸੇਵਾ

ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਾਬਲਿਯਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ — ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ, ਲਿਖਣਾ, ਕੋਡਿੰਗ ਕਰਨਾ, ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣਾ ਜਾਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਣਾ। ਆਪਣੀ ਕਾਬਲਿਯਤ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਲਈ ਮੁਫਤ ਵਰਤਣਾ ਵੀ ਸੇਵਾ ਹੈ।

- ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਅੰਤ 'ਤੇ ਪਿੱਛੜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਪੜ੍ਹਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਕੁਝ ਘੰਟੇ ਗਰੀਬਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਇੱਕ ਤਕਨੀਕੀ ਵਿਦਵਾਨ ਕਿਸੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਸਥਾ ਲਈ ਵੈਬਸਾਈਟ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਇੱਕ ਲੇਖਕ ਸਮਾਜਿਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਲਈ ਲੇਖ ਲਿਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮੁਹਿੰਮ ਚਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਪੈਸਾ ਦੇਣ ਦਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਆਪਣੀ ਕਾਬਲਿਯਤ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਦਾ ਜਜ਼ਬਾ ਹੈ।

2. ਧਰਤੀ ਲਈ ਸੇਵਾ

ਅੱਜ ਜਦੋਂ ਮੌਸਮੀ ਤਬਦੀਲੀ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣਕ ਸੰਕਟ ਸਾਹਮਣੇ ਹਨ, ਤਦ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੀ ਸੇਵਾ ਹੈ।

- ਰੁੱਖ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨਾ।
- ਦਰਿਆਵਾਂ, ਝੀਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਗਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨਾ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਕੂੜਾ ਘਟਾਉਣਾ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਦਾ ਤਿਆਗ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ
ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾਉਣਾ।

- ਸਾਂਝੇ ਸਫ਼ਾਈ ਅਭਿਆਨ ਚਲਾਉਣਾ।

ਪਰਿਆਵਰਨ ਦੀ ਸੇਵਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ
ਹੈ।

3. ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਦੀ ਸੇਵਾ

ਕਈ ਵਾਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸੇਵਾ ਪੈਸਾ ਜਾਂ ਕਾਬਲਿਯਤ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਕਿਸੇ
ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਇਕੱਲੇਪਨ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣਾ।
- ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਣਾ।
- ਕਿਸੇ ਦੁਖੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਗੱਲ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਨਾ।
- ਅਨਾਥ ਆਸ਼ਰਮ ਜਾਂ ਬੁਜ਼ੁਰਗ ਆਸ਼ਰਮ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਦੇਣਾ।

ਪੂਰੀ ਤਨ-ਮਨ ਨਾਲ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਧਿਆਨ ਭੰਗ ਤੋਂ, ਸਮਾਂ ਦੇਣਾ ਹੀ ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਹੈ।

4. ਡਿਜ਼ਿਟਲ ਸੇਵਾ

ਡਿਜ਼ਿਟਲ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਨੇ ਸੇਵਾ ਦੇ ਨਵੇਂ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਖੋਲ੍ਹ ਦਿੱਤੇ ਹਨ।

- ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਐਨਲਾਈਨ ਮੁਫਤ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣਾ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਮੁਫਤ ਡਿਜ਼ਿਟਲ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਜਾਂ ਸਿੱਖਣ ਸਮੱਗਰੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ।
- ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਤੇ ਪ੍ਰੇਰਣਾਦਾਇਕ ਸਮੱਗਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨਾ।
- ਮੁਫਤ ਵੈਬਿਨਾਰ ਜਾਂ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਸੈਸ਼ਨ ਕਰਵਾ ਕੇ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿਖਾਉਣਾ।

ਡਿਜ਼ਿਟਲ ਸੇਵਾ ਸਰਹੱਦਾਂ ਤੋਂ ਪਰੇ ਜਾ ਕੇ ਇਨਸਾਨੀਅਤ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਦੀ ਹੈ।

5. ਦਇਆਮਈ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਸੇਵਾ

ਤੁਹਾਡਾ ਪੇਸ਼ਾ ਵੀ ਸੇਵਾ ਦਾ ਮਾਧਿਅਮ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਇੱਕ ਵਪਾਰੀ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਤਨਖਾਹ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਇੱਕ ਕਿਸਾਨ ਆਪਣੀ ਫ਼ਸਲ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਲੇੜਵੰਦਾਂ ਨੂੰ ਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਇੱਕ ਵਕੀਲ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਕੇਸ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਨਿਆਂ ਦਾ ਖਰਚਾ ਨਹੀਂ ਝੱਲ ਸਕਦੇ।

- ਇੱਕ ਦੁਕਾਨਦਾਰ ਰਾਹਗੀਰਾਂ ਲਈ ਪਾਣੀ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੇਵਾ ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਵੱਖ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਸਾਡੇ ਕਰਮਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਪਿਰੇਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

6. ਪਸ਼ੂ ਸੇਵਾ

ਪਸ਼ੂ ਵੀ ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ।

- ਆਵਾਰਾ ਕੁੱਤਿਆਂ, ਗਾਂਵਾਂ ਜਾਂ ਪੰਛੀਆਂ ਨੂੰ ਖੁਰਾਕ ਦੇਣਾ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਪਸ਼ੂ ਆਸ਼ਰਮਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ।
- ਘਾਇਲ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ।
- ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਦਇਆ ਤੇ ਸੰਵੇਦਨਾ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਨਾ।

ਪਸ਼ੂਆਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਵੀ ਇੱਕ ਦਿਵਿਆ ਸੇਵਾ ਦਾ ਰੂਪ ਹੈ।

7. ਗੁਮਨਾਮ ਸੇਵਾ

ਸਭ ਤੋਂ ਪਵਿੱਤਰ ਸੇਵਾ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਚੁੱਪਚਾਪ, ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸ਼ੋਹਰਤ ਜਾਂ
ਮਾਣ ਦੀ ਚਾਹਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- ਅਜਿਹੇ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਖਾਣਾ ਛੱਡਣਾ ਜਿੱਥੇ ਭੁੱਖੇ ਲੋਕ ਲੈ ਸਕਣ।
- ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਫੀਸ ਭਰਨਾ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਦੱਸੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਕਿਸੇ ਲੋੜਵੰਦ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਤੇ ਚੁੱਪਚਾਪ ਰਾਸ਼ਨ ਰੱਖ ਆਉਣਾ।

ਜਦੋਂ ਅਹੰਕਾਰ ਸ੍ਰੇਯ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦਾ, ਤਦ ਸੇਵਾ ਭਗਤੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

8. ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ

ਸੇਵਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਯੋਜਨਾ ਬੱਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ — ਇਹ ਸਾਡੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਵਰਤਾਵ ਵਿੱਚ ਵੀ ਝਲਕ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- ਕਿਸੇ ਅਜਨਬੀ ਨੂੰ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਦੇਣਾ।
- ਕਿਸੇ ਲਈ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਣਾ।
- ਸਹਿਕਰਮੀ ਦੀ ਬਿਨਾਂ ਉਮੀਦ ਮਦਦ ਕਰਨਾ।
- ਖਾਣੇ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

- ਜਿੱਥੇ ਤੀਖੇ ਬੋਲ ਕਹਿਣਾ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇ, ਉੱਥੇ ਮਿੱਠੇ ਸ਼ਬਦ ਬੋਲਣਾ।

ਸੱਚੀ ਸੇਵਾ ਅਕਸਰ ਛੋਟੀ, ਬਿਨਾਂ ਦਿਖਾਵੇ ਤੇ ਸਧਾਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ — ਪਰ
ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਗਹਿਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

9. ਸਮੂਹਿਕ ਸੇਵਾ

ਪਰਿਵਾਰ, ਸੰਸਥਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਮਿਲ ਕੇ ਵੀ ਸੇਵਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਮੁਫਤ ਸਿਹਤ ਕੈਂਪ ਲਗਾਉਣਾ।
- ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਖਰਚਾ ਉਠਾਉਣਾ।
- ਸਾਂਝੀ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਬਣਾਉਣਾ।
- ਰਕਤਦਾਨ ਜਾਂ ਨੇਤਰਦਾਨ ਕੈਂਪ ਲਗਾਉਣਾ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਜਦੋਂ ਸੇਵਾ ਸਮੂਹਿਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਈ ਗੁਣਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

10. ਅੰਦਰੂਨੀ ਸੇਵਾ

ਅਖੀਰਕਾਰ ਸੇਵਾ ਸਿਰਫ਼ ਬਾਹਰੀ ਕਰਮ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਇੱਕ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਾਧਨਾ ਵੀ ਹੈ।

- ਸ਼ਾਂਤੀ ਲਈ ਧਿਆਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ ਲਈ ਸੁਭਕਾਮਨਾਵਾਂ ਭੇਜਣਾ।
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੁੱਖ ਦਿੱਤਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਫ਼ ਕਰਨਾ।
- ਸਾਦਗੀ ਨਾਲ ਜੀਉਣਾ ਤਾਂ ਜੋ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਜੀਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇ।

ਅੰਦਰੂਨੀ ਸੇਵਾ ਸਾਡੀ ਬਾਹਰੀ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪਿਆਰਭਰੀ ਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਮਈ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸਮਾਪਤੀ ਸ਼ਬਦ

ਸੇਵਾ ਮੰਦਰਾਂ, ਮਸਜਿਦਾਂ, ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਜਾਂ ਚਰਚਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਪੈਸੇ ਜਾਂ ਸਮੇਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਦੇਣ ਦਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ — ਇਹ ਜੀਵਨ ਦੀ ਇੱਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਰ ਪਲ ਦੇਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਸੇਵਾ ਸਾਡਾ ਸੁਭਾਵ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਦ ਸੰਸਾਰ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ — ਬਾਹਰ ਵੀ ਤੇ ਅੰਦਰ ਵੀ। ਅਹੰਕਾਰ ਮਿਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਿਆਰ ਖਿੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ: ਹਰ ਸਾਹ ਇੱਕ ਵਰਦਾਨ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਇਹੀ ਹੈ — ਪ੍ਰਭੂ ਦੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ, ਮਨੁੱਖਤਾ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਖੁਦ — ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸੇਵਾ ਅਰਪਿਤ ਕਰਨਾ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਲੇਖਕ ਬਾਰੇ



ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਕੋਹਲੀ, ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕ, ਦਾ ਜਨਮ 1971 ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਇਰਾਨ ਦੇ ਰੋਣਕਾਂ ਭਰੇ ਸ਼ਹਿਰ ਤਹਰਾਨ ਵਿੱਚ ਹੋਈ, ਜਿੱਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੰਡੀਆਨ ਹਾਇਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਸਕੂਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਸਫ਼ਰ ਵੀ ਤਹਰਾਨ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ, ਜਿੱਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ
ਸੱਤ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ
ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਮਾਹੌਲਾਂ ਵਿੱਚ ਤਕਨੀਕੀ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆ-
ਸਮਾਧਾਨ ਦਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਤਜਰਬਾ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ।

ਸਾਲ 2000 ਵਿੱਚ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅੱਗੇ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅਤੇ ਕਰੀਅਰ ਵਿਕਾਸ
ਲਈ ਦਿੱਲੀ (ਭਾਰਤ) ਦਾ ਰੁਖ ਕੀਤਾ। ਆਪਣੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੇ
ਪੱਕੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਬੀ.ਐੱਸਸੀ. (ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰੋਦਯੋਗਿਕੀ) ਅਤੇ
ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਐਮ.ਬੀ.ਏ. (ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ) ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ।

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਰੀਅਰ ਲਗਾਤਾਰ ਤਰੱਕੀ ਵੱਲ ਵਧਦਾ ਗਿਆ
— ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਵਜੋਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ
ਟੀਮ ਲੀਡ, ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਲੀਡ, ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਮੈਨੇਜਰ ਅਤੇ ਆਖ਼ਿਰਕਾਰ
ਡਿਲਿਵਰੀ ਮੈਨੇਜਰ ਜਿਹੇ ਨੇਤ੍ਰਿਤਵ ਅਹੁਦਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਨੇ ਰਸਾਇਣਕ ਅਤੇ ਨਿਰਮਾਣ, ਸਿੱਖਿਆ, ਬੈਂਕਿੰਗ ਅਤੇ ਫਾਇਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਲੇਜਿਸਲੇਟਿਵ, ਈ-ਕਾਮਰਸ, ਟ੍ਰੇਡਿੰਗ, ਆਯਾਤ ਅਤੇ ਨਿਰਯਾਤ, ਟੈਲੀਕਾਮ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿੱਚ ਵੈੱਬ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਹੁ-ਪੱਖੀ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਦਯੋਗਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਰਾਨ, ਡੈਨਮਾਰਕ, ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ, ਅਮਰੀਕਾ, ਚੀਨ, ਕੁਵੈਤ, ਯੂ.ਏ.ਈ., ਥਾਈਲੈਂਡ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਵਰਗੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਜਟਿਲ ਤਕਨੀਕੀ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 17 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰੋਗ੍ਰਾਮਿੰਗ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ 'ਚ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ — ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਹਨ: C, Fortran, Lotus Notes, VB6, Visual Studio C#, .NET, Python, Java, PHP, MS SQL, MySQL, MongoDB ਆਦਿ।

**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 6 ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਆਪਰੇਟਿੰਗ ਸਿਸਟਮਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ
ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ DOS, Unix, Novell NetWare,
Windows, Linux।

ਤੇਜ਼ ਤਕਨੀਕੀ ਵਿਕਾਸ ਨਾਲ ਕਦਮ ਮਿਲਾਉਂਦੇ ਹੋਏ, ਉਹ ਇਸ ਵੇਲੇ
ਨਵੀਆਂ Full Stack (MERN) ਤਕਨੀਕਾਂ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਹਨ ਅਤੇ
ਕ੍ਰਿਤ੍ਰਿਮ ਬੁੱਧੀ (AI), ਮਸ਼ੀਨ ਲਰਨਿੰਗ (ML), ਡਾਟਾ ਸਾਇੰਸ ਅਤੇ
ਕਵਾਂਟਮ ਕੰਪਿਊਟਿੰਗ ਵਰਗੇ ਉਭਰਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

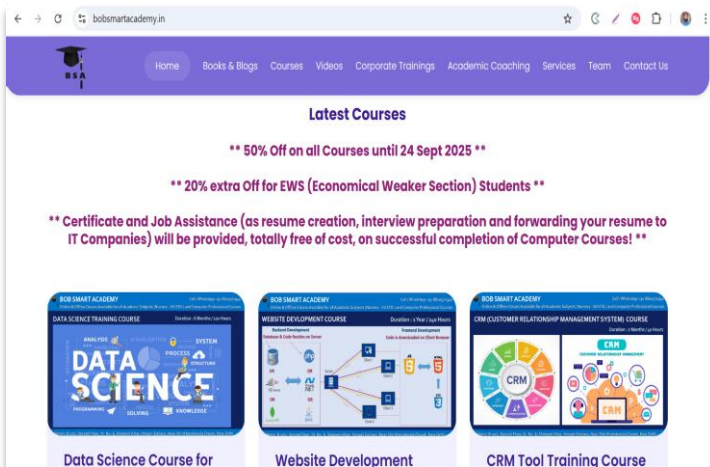
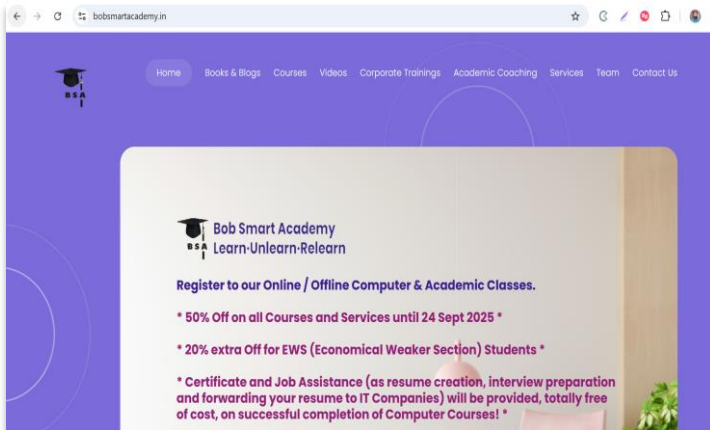
ਆਪਣੀਆਂ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਲਿਖਣ ਦੇ
ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਰਗਰਮ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜ, ਧਰਮ
ਅਤੇ ਤਕਨੀਕ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਲੇਖ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ
ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਮੁੱਲਾਂ, ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ
ਨਵੀਨਤਾ ਪ੍ਰਤੀ ਡੂੰਘੀ ਸਮਝ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

“ਗਿਆਨ ਉਸ ਵੇਲੇ ਹੀ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਬਣਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਸਨੂੰ ਸਾਂਝਾ
ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ – ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗੁਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ
ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।”

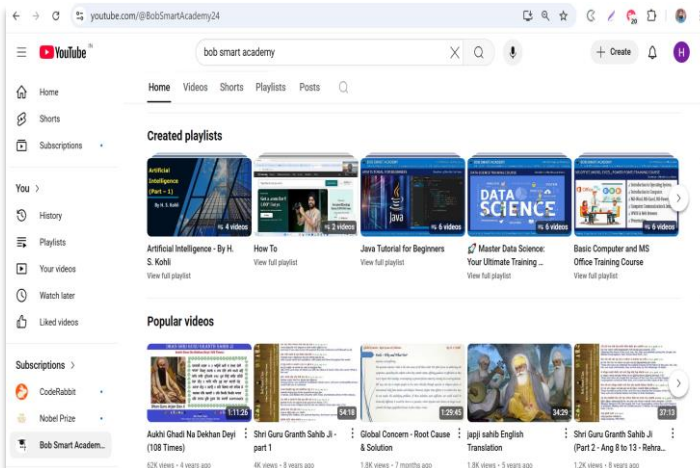
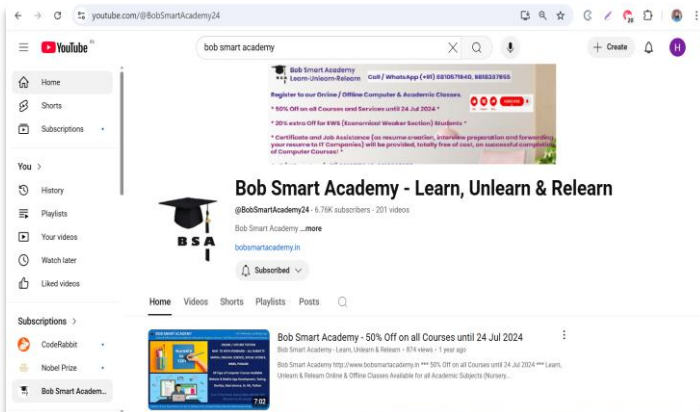
ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

Website (<https://www.BobSmartAcademy.in>)



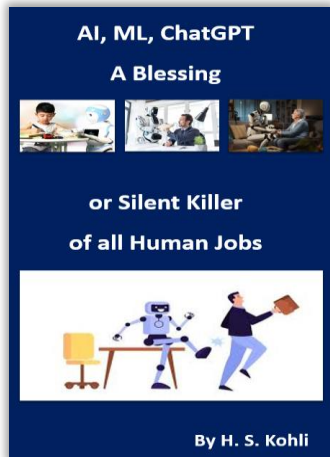
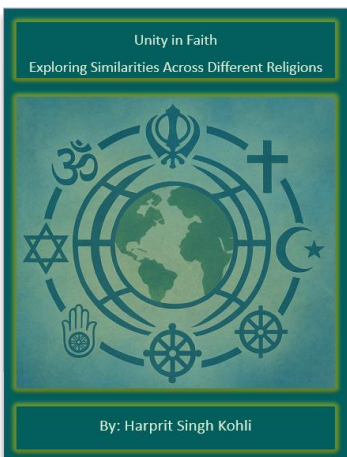
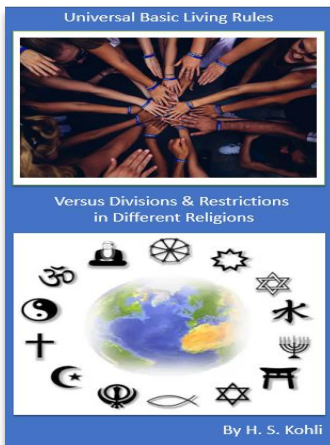
ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

YouTube Channel (Bob Smart Academy)



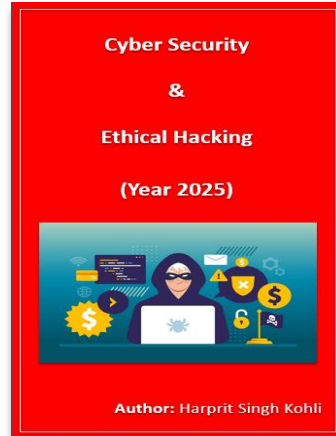
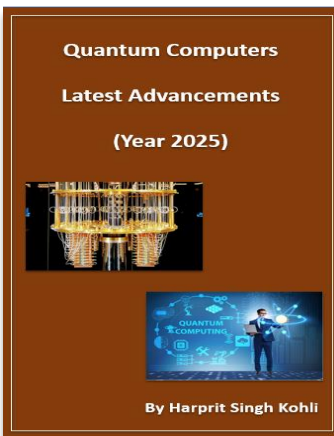
ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਮੇਰੀਆਂ ਹੋਰ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।



ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸੂਚਨਾ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ



**ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ
ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।**

ਪਾਠਕ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਵੇਂ ਵਿਚਾਰ ਜਾਂ ਸੁਝਾਅ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ

+91 8810571940 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਮੈਨੂੰ

harprit.singh.kohli@gmail.com 'ਤੇ ਮੇਲ ਕਰੋ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ - ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ

ਜਿਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਇਨਾਮ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬਦਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਸੇਵਾ ਦਾ ਸ਼ਾਸ਼ਵਤ ਸਾਰ ਖੋਜੋ — ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਜੋ ਅਰੰਭਾਰ, ਉਮੀਦ ਅਤੇ ਇਨਾਮ ਤੋਂ ਪਰੇ ਹੈ, ਅਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਵਿੱਚ ਦਇਆ ਅਤੇ ਏਕਤਾ ਨੂੰ ਪਾਲਦੀ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਰੁਹਾਨੋ ਕੀਮਤੀ ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਆਦਰ ਕਰਾਂਗੇ।

ISBN



ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਲਿਖੋ: harprit.singh.kohli@gmail.com

ਜਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ: (+91) 8810571940

<https://www.bobsmartacademy.in>

- ਚਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਕੋਹਲੀ

ਮੇਰੀਆਂ ਹੋਰ ਪੁਸਤਕਾਂ - ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ

