गुरु नानक - सबद १११

किआ हंसु किआ बगुला जा कउ नदरि करेइ ॥

रागु सिरीरागु, गुरु नानक, गुरु ग्रंथ साहिब, ९१

किआ हंसु किआ बगुला जा कउ नदरि करेइ ॥
जो तिसु भावै नानका कागहु हंसु करेइ ॥२॥

सार: मन की परिवर्तनकारी क्षमता तब सामने आती है जब हम अपनी चेतना को जाग्रत करते हैं। यह जागरूकता हमें संस्कारों, अपेक्षाओं और जमी-जमाई आदतों से मुक्त होने में सहायता करती है। जैसे-जैसे हम उन आदतों और डर को छोड़ते हैं जो हमारे व्यवहार को नियंत्रित करते हैं वैसे ही दृष्टि स्पष्ट होने लगती है और हम सीमित भूमिकाओं तथा पहचान से स्वयं को मुक्त कर पाते हैं। दूसरों की नकल करने और बाहरी मान्यता पाने की इच्छा कम हो जाती है क्योंकि हम अंदरूनी सद्भाव को प्राथमिकता देते हैं, अपने कामों और विवेक को अपने असली स्वरूप के साथ जोड़ते हैं। जागृति की इस प्रक्रिया में, हम सच्ची मुक्ति को अनुभव कर पाते हैं।

किआ हंसु किआ बगुला जा कउ नदरि करेइ ॥
अगर चेतना में कृपा हो तब हंस और बगुले में क्या फ़र्क़ रह जाता है? इसका मतलब है कि जब भीतरी जागरूकता जागती है तब अतीत के संस्कार और बाहरी दिखावे की सीमाएँ अर्थहीन हो जाती हैं।

जो तिसु भावै नानका कागहु हंसु करेइ ॥२॥
नानक कहते हैं, एक कौआ भी हंस बन सकता है, अगर सार्वभौमिक व्यवस्था के साथ सामंजस्य हो। यह दर्शाता है कि हमारा विवेक सिर्फ़ योग्यताओं से नहीं बल्कि खुलेपन से नकारात्मकता से शुद्धता की ओर विकसित होता है। (२)

तत्त्व: गुरु नानक आत्म-जागरूकता की परिवर्तनकारी शक्ति पर ज़ोर देते हैं। वह बताते हैं कि आत्म-जागरूकता का अभ्यास करके और ज्ञान की गहरी समझ हासिल करके, व्यक्ति अपनी सच्ची वास्तविक संभावनाओं की क्षमता को विस्तृत कर सकता है। यह यात्रा सबसे सीमित और

संस्कार से बंधे हुए मन को भी अपनी सीमाओं से मुक्त होने और उस स्थिति तक पहुँचने में सक्षम बनाती है जो विचारों में पवित्रता को बढ़ावा देती है।

सबद व्याख्या **विनइंदर कौर** और **अमरदीप सिंह**

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com