गुरु नानक – सबद १३

सुणिऐ सरा गुणा के गाह ॥

जपु, गुरु नानक, गुरु ग्रंथ साहिब, ३

सुणिऐ सरा गुणा के गाह ॥
सुणिऐ सेख पीर पातिसाह ॥
सुणिऐ अंधे पावहि राहु ॥
सुणिऐ हाथ होवै असगाहु ॥
नानक भगता सदा विगासु ॥
सुणिऐ दूख पाप का नासु ॥११॥

सार: अनजाने में, मानव मन उसकी लालसा करता है जो अनंत है, मदहोश मन यह नहीं समझता है कि यह सर्वव्यापी है। जागरूकता का विकास तब होता है जब ज्ञान जो प्रकृति में असीमित है, एकता की सच्चाई को उजागर करता है।

सुणिऐ सरा गुणा के गाह ॥
प्रकृति की तीन शक्तियों का अवलोकन, क्रिया ('रजस''), जड़ता (तमस), और संतुलन ('सात्विक') अस्तित्व की असीम क्षमता को स्पष्ट करता है। इसको समझने से विशिष्ट प्रवृत्तियों से घिरे मन को देखने के लिए आत्म-अवलोकन तेज़ होता है।

सुणिऐ सेख पीर पातिसाह ॥
सम्मानित प्राणियों के ज्ञान से ली जाने वाली प्रेरणा आध्यात्मिक विकास के लिए आत्मनिरीक्षण करने की सीख देती है।

सुणिऐ अंधे पावहि राहु ॥
चिंतन वो मार्गदर्शक शक्ति है जो अज्ञानी को परिवर्तन का मार्ग दिखाती है।

सुणिऐ हाथ होवै असगाहु ॥

सृजन में असीमता को उजागर करने पर ध्यान केंद्रित करने से नाहासिल को भी प्राप्त किया जा सकता है।

नानक भगता सदा विगासु ॥

नानक कहते हैं कि जो लोग ज्ञान प्राप्त करने के लिए समर्पित हैं वह हमेशा आनंद में रहते हैं।

सुणिऐ दूख पाप का नासु ॥११॥

सुनने और ध्यान करने की मानसिकता को अपनाने से नकारात्मकता की पीड़ा दूर हो जाती है। (११)

तत्त्व: गुरु नानक कहते हैं कुछ कर्म बांधते हैं, और कुछ मुक्त करते हैं, यह मन को विपरीत स्थिति की पीड़ा में फंसाते हैं, जैसे कि खुशी और दुख, अच्छाई और बुराई। यह दुविधा, पूर्ण एकता के हिस्से से स्वयं की दिव्यता का ज्ञान प्राप्त करके संतुलन में बदल जाती है।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com