गुरु नानक – सबद ४४

लेखै बोलणु बोलणा लेखै खाणा खाउ ॥

रागु सिरिरागु, गुरु नानक, गुरु ग्रंथ साहिब, १५

लेखै बोलणु बोलणा लेखै खाणा खाउ ॥
लेखै वाट चलाईआ लेखै सुणि वेखाउ ॥
लेखै साह लवाईअहि पड़े कि पुछण जाउ ॥१॥
बाबा माइआ रचना धोहु ॥
अंधै नामु विसारिआ ना तिसु एह न ओहु ॥१॥ रहाउ ॥
जीवण मरणा जाइ कै एथै खाजै कालि ॥
जिथै बहि समझाईऐ तिथै कोइ न चलिओ नालि ॥
रोवण वाले जेतड़े सभि बंनहि पंड परालि ॥२॥
सभु को आखै बहुतु बहुतु घटि न आखै कोइ ॥
कीमति किनै न पाईआ कहणि न वडा होइ ॥
साचा साहबु एकु तू होरि जीआ केते लोअ ॥३॥
नीचा अंदरि नीच जाति नीची हू अति नीचु ॥
नानकु तिन कै संगि साथि वडिआ सिउ किआ रीस ॥
जिथै नीच समालीअनि तिथै नदरि तेरी बखसीस ॥४॥३॥

सार: चिंतन एक व्यक्तिगत यात्रा है जिसमें निरीक्षण, अनुभवों से सीखने और आत्म-चिंतन के माध्यम से खोज करना शामिल है। दूसरों और खुद से जुड़ने के लिए इसमें गहराई से सुनने और आंतरिक मौन की आवश्यकता होती है। दुविधाओं का सामना करने वाले व्यक्तियों के लिए चिंतन उन्हें अपनी चेतना में मौजूद रहने में मदद कर सकता है जिससे उन्हें सार्वभौमिक वास्तविकताओं और जीवन के उद्देश्य को स्पष्ट करने में मदद मिलती है।

लेखै बोलणु बोलणा लेखै खाणा खाउ ॥

जैसा व्यक्ति अपने इरादों के अनुसार सोचता है वैसा ही वह बोलता है। जैसा व्यक्ति अपने प्रयासों के निर्धारित सोचता है वैसे ही उसकी जीविका होती है।

लेखै वाट चलाईआ लेखै सुणि वेखाउ ॥
जैसा व्यक्ति अपने कार्यों के अनुसार सोचता है वैसे ही मार्ग पर वह चलता है। जैसा व्यक्ति अपने विचारों के अनुसार सोचता है वैसा ही वह सुनता और देखता है।

लेखै साह लवाईअहि पड़े कि पुछण जाउ ॥१॥
ब्रह्मांड के नियम के अनुसार व्यक्ति सांस लेता है। इस शाश्वत सत्य के बारे में ज्ञानी से और क्या जानने की आवश्यकता है। (१)

बाबा माइआ रचना धोहु ॥
हे ज्ञानी, सांसारिक इच्छाओं का मोह धोखा देने वाला है।

अंधै नामु विसारिआ ना तिसु एह न ओहु ॥१॥ रहाउ ॥
जो अज्ञानी चिंतन का अभ्यास करना भूल गए हैं, वह भ्रम की स्थिति में रहते हैं। (१)(विराम)

जीवण मरणा जाइ कै एथै खाजै कालि ॥
जीवन और मृत्यु एक-दूसरे से जुड़े हैं और सब पर आते हैं। समय के साथ सब नष्ट हो जाता है।

जिथै बहि समझाईऐ तिथै कोइ न चलिओ नालि ॥
व्यक्ति केवल अपनी चेतना में अपने कर्मों का चिंतन कर सकता है। यह ऐसी जगह है जहां कोई और साथ नहीं होता।

रोवण वाले जेतड़े सभि बंनहि पंड परालि ॥२॥
मृत्यु के पश्चात, शोक करने वाले भी शरीर को जलाने के लिए लकड़ी का ढेर बांधने के अलावा कुछ नहीं कर सकते। (२)

सभु को आखै बहुतु बहुतु घटि न आखै कोइ ॥
अनंत सर्वव्यापी दिव्य ऊर्जा की महानता का जश्न मनाया जाता है और उसका सम्मान किया जाता है, कोई भी इसे छोटा नहीं कह सकता।

कीमति किनै न पाईआ कहणि न वडा होइ ॥
हालाँकि कोई भी इसकी उदारता का सही अनुमान नहीं लगा सकता। शब्द इस महानता को व्यक्त नहीं कर सकते।

साचा साहबु एकु तू होरि जीआ केते लोअ ॥३॥
वह परम सत्य और दिव्य शक्ति एक है, लेकिन उसके रूप और स्थान अनगिनत हैं। (३)

नीचा अंदरि नीच जाति नीची हू अति नीचु ॥
भले ही कोई समाज द्वारा परिभाषित सबसे निचले तबके से संबंध रखता हो।

नानकु तिन कै संगि साथि वडिआ सिउ किआ रीस ॥
गुरु नानक कहते हैं, मैं उनके साथ रहना पसंद करता हूँ। समाज के उच्च वर्ग के साथ समानता की तलाश क्या करनी।

जिथै नीच समालीअनि तिथै नदरि तेरी बखसीस ॥४॥३॥
एक जागरूक समाज में जहां वंचितों की देखभाल की जाती है, ऐसा जागरूक निष्पक्ष समाज धन्य और दिव्य है। (४)(३)

तत्त्व: गुरु नानक इस पर प्रकाश डालते हैं कि समाज में अन्याय और असमानता जड़ जमाए भेदभावपूर्ण मानसिकता के कारण पैदा होती है। लेकिन जब लोग न्याय और समानता को प्राथमिकता देते हैं, तब वह सकारात्मक परिवर्तन के लिए मार्गदर्शक बनते हैं। इस तरह का समाज जो हर व्यक्ति को गरिमा और सम्मान के साथ देखता है तब वह एक संतुलित और दिव्य समाज बनाता है।

सबद व्याख्या **विनइंदर कौर** और **अमरदीप सिंह**
Oneness In Diversity Research Foundation
वेबसाइट: OnenessInDiversity.com
ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com