गुरु नानक - सबद ७१

एका सुरति जेते है जीअ ॥

रागु सिरीरागु, गुरु नानक, गुरु ग्रंथ साहिब, २४

एका सुरति जेते है जीअ ॥
सुरति विहूणा कोइ न कीअ ॥
जेही सुरति तेहा तिन राहु ॥
लेखा इको आवहु जाहु ॥१॥
काहे जीअ करहि चतुराई ॥
लेवै देवै ढिल न पाई ॥१॥ रहाउ ॥
तेरे जीअ जीआ का तोहि ॥
कित कउ साहिब आवहि रोहि ॥
जे तू साहिब आवहि रोहि ॥
तू ओना का तेरे ओहि ॥२॥
असी बोलविगाड़ विगाड़ह बोल ॥
तू नदरी अंदरि तोलहि तोल ॥
जह करणी तह पूरी मति ॥
करणी बाझहु घटे घटि ॥३॥
प्रणवति नानक गिआनी कैसा होइ ॥
आपु पछाणै बूझै सोइ ॥
गुर परसादि करे बीचारु ॥
सो गिआनी दरगह परवाणु ॥४॥३०॥

सार: मन बंध जाता है थामने की उम्मीद में, उस चीज़ को पकड़ कर रखना चाहता है जिसे पकड़ा नहीं जा सकता और उसे खोने के डर से चतुराई में लग जाता है, यह सोचकर कि चतुराई से जो हासिल किया है उसे सुरक्षित और नियंत्रित रख सकेगा। परंतु प्रकृति के नियम क्षणभर में उसकी बनाई हुई चीज़ों की सुरक्षा को नष्ट कर सकते हैं, यह स्मरण दिलाते हुए कि वास्तव में कुछ भी हमारा नहीं है, जो मिला है वह किसी भी क्षण छिन सकता है। इस देने और पाने की लय में कुछ

भी स्वामित्व में नहीं होता, सब कुछ साझा होता है। यह सार्वभौमिक सत्य कोई क्रूर भाग्य नहीं बल्कि अस्तित्व का स्वाभाविक कायनाती संतुलन है, जहाँ पाना और खोना साँस लेने की क्रिया की तरह आपस में जुड़े हुए हैं। जब हम थामे रखने के लिए हेरफेर करते हैं तब हम जीवन के मूल प्रवाह का विरोध करते हैं। सच्ची तृप्ति देने, लेने और जाने देने के इस चक्र को सहजता से स्वीकार करने से उत्पन्न होती है।

एका सुरति जेते है जीअ ॥
एक ही सर्वव्यापी चेतना है जो समस्त सृष्टि में विद्यमान है।

सुरति विहूणा कोइ न कीअ ॥
इस चेतना के बिना, किसी का भी होना संभव नहीं।

जेही सुरति तेहा तिन राहु ॥
जिसकी जैसी चेतना होती है वैसा ही उसका जीवन पथ होता है।

लेखा इको आवहु जाहु ॥१॥
एक ही सार्वभौमिक नियम है, जिसने भी जन्म लिया है उसका अंततः एक दिन अंत होना ही है।(१)

काहे जीअ करहि चतुराई ॥
फिर मन चतुराई क्यों करता है।

लेवै देवै ढिल न पाई ॥१॥ रहाउ ॥
प्रकृति के नियम निष्पक्ष प्रवाह से काम करते हैं, बिना किसी चेतावनी के प्रदान करते हैं और हर लेते हैं। यह याद दिलाता है कि जिसे हम प्रिय मानते हैं वह भी स्थायी नहीं, परिवर्तन की अनिवार्यता ही अस्तित्व का सार है। (१)(विराम)

तेरे जीअ जीआ का तोहि ॥
समस्त अस्तित्व एक ही सर्वव्यापक ऊर्जा का अंश है और वही ऊर्जा सम्पूर्ण सृष्टि में व्याप्त है।

कित कउ साहिब आवहि रोहि ॥
तब सर्वव्यापक ऊर्जा किसी पर भी नाराज़ कैसे हो सकती है।

जे तू साहिब आवहि रोहि ॥
यदि उस सर्वव्यापक ऊर्जा से कोई अप्रसन्न होता है।

तू ओना का तेरे ओहि ॥२॥
प्रत्येक अंश इसी ऊर्जा का हिस्सा है और यह आपका हिस्सा है। यह दर्शाता है कि जो कुछ हमारे चारों ओर हो रहा है उससे हमारा गहरा संबंध है क्योंकि हम सभी एक ही सार्वभौमिक चेतना का हिस्सा हैं। (२)

असी बोलविगाड़ विगाड़ह बोल ॥
जब हमारी अभिव्यक्ति आक्रामक और भ्रष्ट होती है तब हमारे शब्द भी दूषित हो जाते हैं।

तू नदरी अंदरि तोलहि तोल ॥
आंतरिक जागरूकता के माध्यम से जब हम निरीक्षण करते हैं तब हम अपने विचारों और कर्मों का अवलोकन कर, उनको नाप-तोल सकते हैं और उनका मूल्यांकन कर सकते हैं।

जह करणी तह पूरी मति ॥
इन क्रियाओं के करने से व्यक्ति को व्यापक समझ प्राप्त होती है। इसका अर्थ है कि आत्म-चिंतन के माध्यम से व्यक्ति अपने आंतरिक स्वरूप को समझने लगता है।

करणी बाझहु घटे घटि ॥३॥
इन क्रियाओं के अभ्यास के बिना अस्तित्व के सार की समझ कम हो जाती है। यह दर्शाता है कि चिंतन का अभाव होने से व्यक्ति का आंतरिक विकास अधूरा रहता है। (३)

प्रणवति नानक गिआनी कैसा होइ ॥
नानक कहते हैं कि वह ईमानदारी से प्रयास करते हैं सच्चा ज्ञान रखने वाले व्यक्ति के सार को समझने का।

आपु पछाणै बूझै सोइ ॥
यह वही व्यक्ति है जो अपने वास्तविक स्वरूप को पहचानता है और आंतरिक मार्गदर्शन के माध्यम से अपने सार को समझता है।

गुर परसादि करे बीचारु ॥
सच्चा ज्ञानी, चेतना व ज्ञान की कृपा और मार्गदर्शन से अज्ञानता को दूर कर चिंतन का अभ्यास करता है।

सो गिआनी दरगह परवाणु ॥४॥३०॥
ऐसा आध्यात्मिक रूप से प्रबुद्ध व्यक्ति अपनी अंतरात्मा का सम्मान करता है। यह इस बात पर प्रकाश डालता है कि ईमानदारी से आत्मचिंतन करने से आध्यात्मिक स्पष्टता प्राप्त हो सकती है। (४)(३०)

सार: गुरु नानक इस बात पर अंतर्दृष्टि प्रदान करते हैं कि कैसे समस्त अस्तित्व उस सर्वव्यापी ऊर्जा का प्रकटीकरण है जो सृष्टि में व्याप्त है। वे विचार करते हैं कि यदि यह ऊर्जा सभी में प्रवाहित होती है, तो यह किसी से नाराज़ कैसे हो सकती है? जब हम स्वयं भी प्रकृति के अभिन्न अंग हैं, तो हम प्रकृति के प्रवाह के प्रति द्वेष कैसे रख सकते हैं? प्रकृति के नियम निष्पक्ष रूप से कार्य करते हैं, अपनी लय के अनुसार देते और लेते हैं, जिससे ब्रह्मांड का संतुलन और सामंजस्य बना रहता है। चिंतन सभी वस्तुओं में एकता पर स्पष्टता प्रदान करता है, जिससे व्यक्ति प्राकृतिक व्यवस्था को स्वीकार करते हुए जीवन जीने और आंतरिक शांति विकसित करने में सक्षम होता है।

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com