गुरु नानक - सबद ९४

आपे खसमि निवाजिआ ॥

रागु सिरीरागु, गुरु नानक, गुरु ग्रंथ साहिब, ७२

आपे खसमि निवाजिआ ॥
जीउ पिंडु दे साजिआ ॥
आपणे सेवक की पैज रखीआ दुइ कर मसतकि धारि जीउ ॥१६॥
सभि संजम रहे सिआणपा ॥
मेरा प्रभु सभु किछु जाणदा ॥
प्रगट प्रतापु वरताइओ सभु लोकु करै जैकारु जीउ ॥१७॥
मेरे गुण अवगन न बीचारिआ ॥
प्रभि अपणा बिरदु समारिआ ॥
कंठि लाइ कै रखिओनु लगै न तती वाउ जीउ ॥१८॥
मै मनि तनि प्रभू धिआइआ ॥
जीइ इछिअड़ा फलु पाइआ ॥
साह पातिसाह सिरि खसमु तूं जपि नानक जीवै नाउ जीउ ॥१९॥

सार: दृष्टिकोण में गहरा बदलाव तब आता है जब हम अस्तित्व को सिर्फ़ अलग-अलग पहचानों का संग्रह मानने के बजाय, चेतना से ऊर्जित एक जीवंत, निरंतर प्रवाह के रूप में पहचानते हैं। चेतना हर चीज़ में व्याप्त है, चाहे वह दृश्यित हो या सूक्ष्म। हर रूप, विचार और गतिविधि इस साँझा जागरूकता की एक विशिष्ट अभिव्यक्ति के रूप में उभरती है। इस नज़रिए से, विविधता विभाजन का संकेत नहीं देती बल्कि यह चेतना को प्रकट करने के कई तरीकों को दर्शाती है। जो चीज़ें टूटी-फूटी दिखती हैं, वह एक अनदेखे तालमेल से एक साथ जुड़ी होती हैं। इस पहचान से स्वयं और दुनिया के बीच की सीमाएँ धुंधली हो जाती हैं जिससे अस्तित्व के सभी रूपों के लिए सम्मान बढ़ता है और उनकी स्वाभाविक जागरूकता और मूल्य को स्वीकार किया जाता है। चेतना को एक सांझे सूत्र के रूप में अनुभव करके, हम समस्त अस्तित्व को एक जीवंत, परस्पर-जुड़े सजीव रूप में अनुभव कर सकते हैं।

आपे खसमि निवाजिआ ॥

प्रियतम ने स्वयं मान-सम्मान दिया है। यह बताता है कि पहचान और गरिमा किसी बाहरी स्रोत से नहीं बल्कि अपनी अंतरात्मा से उत्पन्न होती है।

जीउ पिंडु दे साजिआ ॥

जीवन ने देह का भौतिक रूप धारण किया है। यह अस्तित्व के रहस्य को रेखांकित करता है, इस रहस्य को विनम्रता से अपनाने से आनंद मिलता है।

आपणे सेवक की पैज रखीआ दुइ कर मसतकि धारि जीउ ॥१६॥

अपनी अंतरात्मा में विनम्रता, जब इसे पूरे दिल से अपनाया जाए तब आंतरिक गरिमा को बनाए रख सकती है जैसे आशीर्वाद देते समय दोनों हाथ माथे पर रखने का भाव। (१६)

सभि संजम रहे सिआणपा ॥

सभी प्रकार का संयम केवल चतुर बुद्धि तक सीमित रह सकता है। यह मानसिक और शारीरिक नियंत्रण की सीमाओं को उजागर करता है, सच्ची जागरूकता अनुभवात्मक ज्ञान के साथ गहरे संबंध से उभरती है।

मेरा प्रभु सभु किछु जाणदा ॥

मेरी सर्वव्यापी प्रिय चेतना सब जानती है। यह हमारी अंतरात्मा को संदर्भित करता है जो हमारी नीयत से परिचित रहती है, स्पष्टता के लिए बस एक क्षण का आत्म-चिंतन पर्याप्त है।

प्रगट प्रतापु वरताइओ सभु लोकु करै जैकारु जीउ ॥१७॥

एक उज्ज्वल तेज प्रकट होता है और अस्तित्व का प्रत्येक तत्त्व अपने जीवन-स्वरूप में अपने सार का जश्न मनाता है। यह दर्शाता है कि हर पहलू, मूर्त या अमूर्त, एक ही स्रोत की अनूठी अभिव्यक्ति है। (१७)

मेरे गुण अवगन न बीचारिआ ॥
मेरे गुण-दोषों पर विचार नहीं किया गया। यह निर्णय-मुक्त स्थान की आवश्यकता को रेखांकित करता है जो आत्म-चिंतन को पोषित करता है और व्यक्ति एवं समाज, दोनों को लाभ पहुंचाता है।

प्रभि अपणा बिरदु समारिआ ॥
सर्वव्यापी उपस्थिति अपने स्वभाव को याद रखती है। यह इस बात पर प्रकाश डालता है कि कृपा बाहरी स्रोतों से मान्यता प्राप्त करने के बजाय अपने अंतर्निहित मूल्य को पहचानने से उत्पन्न होती है।

कंठि लाइ कै रखिओनु लगै न तती वाउ जीउ ॥१८॥
उसने मुझे कसकर गले लगाया और मुझे झुलसाने वाली हवाओं से बचाया। यह एक गहरी समझ का प्रतिनिधित्व करता है जिसमें हमारी कमज़ोरियों को आलोचना और संदेह के बजाय ज्ञान और करुणा से बचाया जाता है। (१८)

मै मनि तनि प्रभू धिआइआ ॥
मन और तन दोनों से, मैंने सृष्टि की एकता को अपनाया। यह एक समग्र जागरूकता को इंगित करता है जहाँ विचार और कर्म सहज रूप से एक हो जाते हैं।

जीइ इछिअड़ा फलु पाइआ ॥
जो भी कोई चाहता है अंततः उसका ही फल मिलता है। यह दर्शाता है कि जब कर्म नीयत से संरेखित होते हैं तब जीवन स्वाभाविक रूप से अपना मार्ग ग्रहण करता है।

साह पातिसाह सिरि खसमु तूं जपि नानक जीवै नाउ जीउ ॥१९॥
सभी के ऊपर सर्वोच्च शासक हैं। एक प्रिय स्वामी, नानक कहते हैं, वह चिंतन के माध्यम से जीवित रहता है। यह स्वीकार करता है कि सर्वव्यापी चेतना को सजगता के माध्यम से मूल सत्ता के रूप में पहचाना जा सकता है। (१९)

तत्त्व: गुरु नानक सशक्त रूप से बताते हैं कि सच्ची आंतरिक शक्ति तब प्रकट होती है जब हम अपनी कमज़ोरियों के साथ-साथ ज्ञान और करुणा अपनाने को चुनते हैं, बजाय इसके कि निर्णय या संदेह को हावी होने दें। इस जागरूकता को बढ़ावा देकर, हम अपनी ताकत और कमज़ोरियों को मूल्यवान अंतर्दृष्टि में बदल सकते हैं न कि उन्हें गर्व या शर्म का विषय बनने दें। ज्ञान हमें आवश्यक दृष्टिकोण प्रदान करता है और करुणा विकास के लिए एक सुरक्षित स्थान बनाती है जो हमें सार्थक चिंतन में संलग्न होने के लिए प्रेरित करती है। यह पोषण करने वाला दृष्टिकोण आध्यात्मिक रूप से सजीव जीवन की कुंजी है।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com