ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ –ਸਬਦ ੧੦੧

ਦੂਜੈ ਪਹਰੈ ਰੈਣਿ ਕੈ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਭਰਿ ਜੋਬਨਿ ਮੈ ਮਤਿ ॥

ਰਾਗੁ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੭੫

ਦੂਜੈ ਪਹਰੈ ਰੈਣਿ ਕੈ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਭਰਿ ਜੋਬਨਿ ਮੈ ਮਤਿ ॥
ਅਹਿਨਿਸਿ ਕਾਮਿ ਵਿਆਪਿਆ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਅੰਧੁਲੇ ਨਾਮੁ ਨ ਚਿਤਿ ॥
ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਨਾਹੀ ਹੋਰਿ ਜਾਣੈ ਰਸ ਕਸ ਮੀਠੇ ॥
ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਗੁਣ ਸੰਜਮੁ ਨਾਹੀ ਜਨਮਿ ਮਰਹੁਗੇ ਝੂਠੇ ॥
ਤੀਰਥ ਵਰਤ ਸੁਚਿ ਸੰਜਮੁ ਨਾਹੀ ਕਰਮੁ ਧਰਮੁ ਨਹੀ ਪੂਜਾ ॥
ਨਾਨਕ ਭਾਇ ਭਗਤਿ ਨਿਸਤਾਰਾ ਦੁਬਿਧਾ ਵਿਆਪੈ ਦੂਜਾ ॥੨॥

ਸਾਰ: ਜਵਾਨੀ ਦਾ ਅਗਾਜ਼ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਫ਼ਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਚਪਨ ਦੀ ਸਾਦਗੀ ਨੂੰ ਤਰੁਨ ਅਵਸਥਾ ਦੀਆਂ ਗੁੰਝਲਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਰਿਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ, ਨਿੱਜੀ ਪਛਾਣਾਂ ਅਤੇ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਥੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਅਰਥ ਦੀ ਖੋਜ ਡੂੰਘੀ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਇੰਦਰਆਵੀ ਅਨੁਭਵ, ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਬਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਅਕਸਰ ਆਵੇਗਸ਼ੀਲ ਫੈਸਲਿਆਂ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਵਿਚਾਰਸ਼ੀਲ ਚਿੰਤਨ ਨੂੰ ਪਛਾੜ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਚੋਣਾਂ ਡੂੰਘੀ ਛਾਪ ਛੱਡਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਭਵਿੱਖ ਰੂਪੀ ਰਾਹਾਂ ਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰੂਪ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਿਰੋਧੀ ਇੱਛਾਵਾਂ ਅਤੇ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ, ਇਹ ਉਥਲ-ਪੁਥਲ ਗੂੜ੍ਹ ਅੰਤਰਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨੂੰ ਜਗਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਵਾਨੀ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਉਸ ਸੂਝ ਦੀ ਨੀਂਹ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਦਾ ਵਿਗਸਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਦੂਜੈ ਪਹਰੈ ਰੈਣਿ ਕੈ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਭਰਿ ਜੋਬਨਿ ਮੈ ਮਤਿ ॥
ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਪੜਾਅ ਵਿਚ, ਹੇ ਵਣਜਾਰੇ ਦੋਸਤ, ਜਵਾਨੀ ਦਾ ਸਿਖਰ ਬੁੱਧੀ ਨੂੰ ਹੰਕਾਰੀ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ; "ਵਣਜਾਰਾ ਦੋਸਤ" ਅੱਲ੍ਹੜ ਮਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਜੋਸ਼ ਅੱਗੇ ਝੁਕ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬਿਬੇਕ ਉਪਰ ਹਾਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਗ੍ਰਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਹਿਨਿਸਿ ਕਾਮਿ ਵਿਆਪਿਆ ਵਣਜਾਰਿਆ ਮਿਤ੍ਰਾ ਅੰਧੁਲੇ ਨਾਮੁ ਨ ਚਿਤਿ ॥

ਦਿਨ ਰਾਤ, ਮਨ ਬੇਰੋਕ ਇੱਛਾਵਾਂ ਵਿਚ ਡੁੱਬਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਹੇ ਵਣਜਾਰੇ ਦੋਸਤ; ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਤੋਂ ਸੱਖਣੇ, ਇਹ ਸੁਚੇਤ ਚਿੰਤਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਘਟ ਅੰਤਰਿ ਨਾਹੀ ਹੋਰਿ ਜਾਣੈ ਰਸ ਕਸ ਮੀਠੇ ॥

ਸਰਬ-ਵਿਆਪੀ ਸਤਾ ਦਾ ਚਿੰਤਨ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ; ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਮਨ ਦਵੈਤ ਨੂੰ ਆਨੰਦਦਾਇਕ ਅਤੇ ਮਿੱਠਾ ਸਮਝਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਬਣੀ ਗਲਤ ਦਿਸ਼ਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੇ ਅਸਥਾਈ ਅਨੰਦ ਨੂੰ ਅੰਤਰੀਵੀ ਸਵੈ ਦੀ ਸਥਾਈ ਸਥਿਰਤਾ ਨਾਲੋਂ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਗਿਆਨੁ ਧਿਆਨੁ ਗੁਣ ਸੰਜਮੁ ਨਾਹੀ ਜਨਮਿ ਮਰਹੁਗੇ ਝੂਠੇ ॥

ਬਿਬੇਕ, ਚਿੰਤਨ, ਗੁਣ, ਜਾਂ ਸਵੈ-ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮਰਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਬਸ ਭਰਮ ਵਿਚ ਫਸਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਥਿਰਤਾ ਅਤੇ ਅਸਾਧਾਰਨ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੇ ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਾਲੇ ਚੱਕਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪਰਪੱਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

ਤੀਰਥ ਵਰਤ ਸੁਚਿ ਸੰਜਮੁ ਨਾਹੀ ਕਰਮੁ ਧਰਮੁ ਨਹੀ ਪੂਜਾ ॥

ਤੀਰਥ ਯਾਤਰਾਵਾਂ, ਵਰਤ, ਪਵਿੱਤਰਤਾ, ਸੰਜਮ, ਕਰਮ, ਕਰਮਕਾਂਡੀ ਪਾਕਜ਼ੀਗੀ, ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਥੋਥੀਆਂ ਧਾਰਮਿਕ ਰਸਮਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਅਰਥ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਤੱਥ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਅੰਤਰੀਵੀ ਪਰਿਵਰਤਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਖੋਖਲੇ ਹਨ।

ਨਾਨਕ ਭਾਇ ਭਗਤਿ ਨਿਸਤਾਰਾ ਦੁਬਿਧਾ ਵਿਆਪੈ ਦੂਜਾ ॥੨॥

ਨਾਨਕ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੋ ਲੋਕ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਹਨ, ਉਹ ਜਾਗ੍ਰਿਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਦਵੈਤ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਦੁਬਿਧਾ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇਸ ਤੱਥ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਆਜ਼ਾਦੀ ਨੂੰ ਜ਼ਿੱਦਪੁਣੇ ਰਾਹੀਂ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਢਾਲੂਪੁਣੇ ਅਤੇ ਏਕਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। (੨)

ਤੱਤ: ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਮਨ ਦੀ ਉਸ ਅਵਸਥਾ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿਚ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੀ ਖਿੱਚ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਉੱਤੇ ਹਾਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜ਼ਿੱਦਪੁਣਾ ਅਤੇ ਭੌਤਿਕਵਾਦੀ ਭਟਕਣਾਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ

ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਅਨੁਭਵ ਸੰਤੋਖਜਨਕ ਜਾਪਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਅੰਤਰੀਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟਤਾ ਦੀ ਅਕਸਰ ਘਾਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਰਥ ਭਰਪੂਰ ਚਿੰਤਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਅਸੀਂ ਸੁਖਾਂ ਅਨੰਦ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਅਸਲ ਪੂਰਤੀ ਦੀ ਬਜਾਏ ਅਸਥਾਈ ਉਤੇਜਨਾ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਉਹ ਦਾਅਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਨਾ ਤਾਂ ਇੰਦ੍ਰਿਆਵੀ ਭੋਗ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਧਾਰਮਿਕ ਰਸਮਾਂ ਸੱਚੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਿਰਫ਼ ਅੰਤਰੀਵੀ ਇਕਸਾਰਤਾ ਪ੍ਰਤੀ ਇਮਾਨਦਾਰ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਦੁਆਰਾ ਹੀ, ਅਸੀਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਦਵੰਦਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਸਦਭਾਵਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

Oneness In Diversity Research Foundation

ਵੈੱਬਸਾਈਟ: **OnenessInDiversity.com**

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**