ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ –ਸਬਦ ੮੨

ਸੁਣਿ ਮਨ ਭੂਲੇ ਬਾਵਰੇ ਗੁਰ ਕੀ ਚਰਣੀ ਲਾਗੁ ॥

ਰਾਗੁ ਸਿਰੀਰਾਗੁ, ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੫੭

ਸੁਣਿ ਮਨ ਭੂਲੇ ਬਾਵਰੇ ਗੁਰ ਕੀ ਚਰਣੀ ਲਾਗੁ ॥
ਹਰਿ ਜਪਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ਤੂ ਜਮੁ ਡਰਪੈ ਦੁਖ ਭਾਗੁ ॥
ਦੂਖੁ ਘਣੋ ਦੋਹਾਗਣੀ ਕਿਉ ਥਿਰੁ ਰਹੈ ਸੁਹਾਗੁ ॥੧॥
ਭਾਈ ਰੇ ਅਵਰੁ ਨਾਹੀ ਮੈ ਥਾਉ ॥
ਮੈ ਧਨੁ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ਹੈ ਗੁਰਿ ਦੀਆ ਬਲਿ ਜਾਉ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
ਗੁਰਮਤਿ ਪਤਿ ਸਾਬਾਸਿ ਤਿਸੁ ਤਿਸ ਕੈ ਸੰਗਿ ਮਿਲਾਉ ॥
ਤਿਸੁ ਬਿਨੁ ਘੜੀ ਨ ਜੀਵਊ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥
ਮੈ ਅੰਧੁਲੇ ਨਾਮੁ ਨ ਵੀਸਰੈ ਟੇਕ ਟਿਕੀ ਘਰਿ ਜਾਉ ॥੨॥
ਗੁਰੂ ਜਿਨਾ ਕਾ ਅੰਧੁਲਾ ਚੇਲੇ ਨਾਹੀ ਠਾਉ ॥
ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਨਾਉ ਨ ਪਾਈਐ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਕਿਆ ਸੁਆਉ ॥
ਆਇ ਗਇਆ ਪਛੁਤਾਵਣਾ ਜਿਉ ਸੁੰਞੈ ਘਰਿ ਕਾਉ ॥੩॥
ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਦੁਖੁ ਦੇਹੁਰੀ ਜਿਉ ਕਲਰ ਕੀ ਭੀਤਿ ॥
ਤਬ ਲਗੁ ਮਹਲੁ ਨ ਪਾਈਐ ਜਬ ਲਗੁ ਸਾਚੁ ਨ ਚੀਤਿ ॥
ਸਬਦਿ ਰਪੈ ਘਰੁ ਪਾਈਐ ਨਿਰਬਾਣੀ ਪਦੁ ਨੀਤਿ ॥੪॥
ਹਉ ਗੁਰ ਪੂਛਉ ਆਪਣੇ ਗੁਰ ਪੁਛਿ ਕਾਰ ਕਮਾਉ ॥
ਸਬਦਿ ਸਲਾਹੀ ਮਨਿ ਵਸੈ ਹਉਮੈ ਦੁਖੁ ਜਲਿ ਜਾਉ ॥
ਸਹਜੇ ਹੋਇ ਮਿਲਾਵੜਾ ਸਾਚੇ ਸਾਚਿ ਮਿਲਾਉ ॥੫॥
ਸਬਦਿ ਰਤੇ ਸੇ ਨਿਰਮਲੇ ਤਜਿ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ॥
ਨਾਮੁ ਸਲਾਹਨਿ ਸਦ ਸਦਾ ਹਰਿ ਰਾਖਹਿ ਉਰ ਧਾਰਿ ॥
ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ਸਭ ਜੀਆ ਕਾ ਆਧਾਰੁ ॥੬॥
ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਸੋ ਮਰਿ ਰਹੈ ਫਿਰਿ ਮਰੈ ਨ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ॥

ਸਬਦੈ ਹੀ ਤੇ ਪਾਈਐ ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ ॥
ਬਿਨੁ ਸਬਦੈ ਜਗੁ ਭੂਲਾ ਫਿਰੈ ਮਰਿ ਜਨਮੈ ਵਾਰੋ ਵਾਰ ॥੭॥
ਸਭ ਸਾਲਾਹੈ ਆਪ ਕਉ ਵਡਹੁ ਵਡੇਰੀ ਹੋਇ ॥
ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਆਪੁ ਨ ਚੀਨੀਐ ਕਹੇ ਸੁਣੇ ਕਿਆ ਹੋਇ ॥
ਨਾਨਕ ਸਬਦਿ ਪਛਾਣੀਐ ਹਉਮੈ ਕਰੈ ਨ ਕੋਇ ॥੮॥੮॥

ਸਾਰ: ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਸਲ ਆਪੇ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਕੋਈ ਵਸਤ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਇਕ ਗੰਭੀਰ ਖਾਲੀਪਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਦੀ ਕੀਮਤ ਨੂੰ ਜਾਣੇ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੋਣਾਂ ਤੇ ਪਛਤਾਵਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਅਸੀਂ ਛਿੰਨਭੰਗਰ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਲਈ ਕੀਤੀਆਂ ਸਨ। ਇਹ ਉਸ ਕਾਂ ਵਾਂਗ ਹੈ ਜੋ ਖਾਲੀ ਘਰ ਵਿਚ ਬੇਚੈਨੀ ਨਾਲ ਉਸ ਭੋਜਨ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿਚ ਭਟਕਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਦੇ ਉਥੇ ਮੋਜੂਦ ਸੀ, ਜੋ ਇਸ ਪੱਖ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਅਸਫਲ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਅਸੀਂ ਪਿੱਛਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਛਾਣ, ਸਫ਼ਲਤਾ, ਮਾਨਤਾ, ਜਾਂ ਨਿਯੰਤਰਣ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੁੰਦਲੇ ਪੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ, ਇਹ ਖਾਲੀਪਣ ਕਿਸੇ ਅੰਤ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ; ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ਸੱਚਾਈ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਅਰਥਪੂਰਨ ਸਵੈ-ਚਿੰਤਨ ਵਿਚ ਜੁਟ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਇਕ ਨਵੇਂ ਅਗਾਜ਼ ਵਜੋਂ ਸਾਰਥਕ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤੀ ਮਾਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕ ਸਵੈ ਨੂੰ ਮੁੜ ਖੋਜਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਸੌਟੀ ‘ਤੇ ਪੂਰੀਆਂ ਉਤਰਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਪਾਲਦਾ 'ਤੇ ਵਧਣ-ਫੁੱਲਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸੁਣਿ ਮਨ ਭੂਲੇ ਬਾਵਰੇ ਗੁਰ ਕੀ ਚਰਣੀ ਲਾਗੁ ॥
ਹੇ ਭਟਕਦੇ ਅਤੇ ਭਰਮਾਏ ਹੋਏ ਮਨ ਸੁਣੋ, ਨਿਮਰਤਾ ਨਾਲ ਬਿਬੇਕ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰੋ।

ਹਰਿ ਜਪਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇ ਤੂ ਜਮੁ ਡਰਪੈ ਦੁਖ ਭਾਗੁ ॥
ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਸਰਵ ਵਿਆਪਕ ਏਕਮ ਦੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ, ਆਤਮ-ਪੜਚੋਲ ਅਤੇ ਚਿੰਤਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਨਕਾਰਾਤਮਕਤਾ, ਡਰ ਅਤੇ ਦੁੱਖ ਦੀ ਪਕੜ ਢਲਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਦੂਖੁ ਘਣੋ ਦੋਹਾਗਣੀ ਕਿਉ ਥਿਰੁ ਰਹੈ ਸੁਹਾਗੁ ॥੧॥

ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਤੋਂ ਵਿਛੜਨ ਵਾਲੇ ਅਭਾਗੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਦੁੱਖ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ; ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਅਸਲ ਆਪੇ ਨਾਲੋਂ ਵਿਛੜ ਕਿਵੇਂ ਦੁਖੀ ਅਤੇ ਅਪੂਰਨ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਉਸ ਸੱਚ ਨੂੰ ਬਿਆਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। (੧)

ਭਾਈ ਰੇ ਅਵਰੁ ਨਾਹੀ ਮੈ ਥਾਉ ॥

ਹੇ ਸਾਥੀ, ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਪਨਾਹ ਲਈ ਹੋਰ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਹ ਇਸ ਤੱਥ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਿਲਾਸਾ ਸਿਰਫ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਿਚ ਹੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਮੈ ਧਨੁ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ਹੈ ਗੁਰਿ ਦੀਆ ਬਲਿ ਜਾਉ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਆਤਮ-ਪੜਚੋਲ ਮੇਰੀ ਦੌਲਤ ਹੈ, ਜੋ ਖਜ਼ਾਨੇ ਦੇ ਤੁਲ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਉਸ ਬਿਬੇਕ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਮੈਂ ਉਸ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹਾਂ। (੧)(ਠਹਿਰਾਉ)

ਗੁਰਮਤਿ ਪਤਿ ਸਾਬਾਸਿ ਤਿਸੁ ਤਿਸ ਕੈ ਸੰਗਿ ਮਿਲਾਉ ॥

ਅਗਿਆਨਤਾ ਤੋਂ ਅਨੰਦ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਬਿਬੇਕ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸੂਝ ਸਤਿਕਾਰਯੋਗ ਹੈ; ਆਓ ਅਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਅਨੁਭਵ ਨਾਲ ਇਕ ਰੂਪ ਹੋਈਏ।

ਤਿਸੁ ਬਿਨੁ ਘੜੀ ਨ ਜੀਵਊ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਮਰਿ ਜਾਉ ॥

ਬ੍ਰਹਿਮੰਡੀ ਸਰੋਤ ਦੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਮੈਂ ਇਕ ਪਲ ਲਈ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ; ਸਵੈ-ਚਿੰਤਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਮੈਂ ਰੂਹਾਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ।

ਮੈ ਅੰਧੁਲੇ ਨਾਮੁ ਨ ਵੀਸਰੈ ਟੇਕ ਟਿਕੀ ਘਰਿ ਜਾਉ ॥੨॥

ਮੈਂ ਅਗਿਆਨੀ ਹਾਂ; ਕਿਧਰੇ ਮੈਂ ਚਿੰਤਨ ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਨਾ ਜਾਵਾਂ! ਕਿਉਂਕਿ ਇਹੀ ਮੇਰੇ ਅਸਲ ਆਤਮ ਨਿਵਾਸ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਮੇਰਾ ਸਹਾਰਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਜਿਨਾ ਕਾ ਅੰਧੁਲਾ ਚੇਲੇ ਨਾਹੀ ਠਾਉ ॥

ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਅਧਿਆਪਕ ਕੋਲ ਦੂਰਦਰਸ਼ੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਘਾਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅੱਗੇ ਵੱਧਣ ਦਾ ਰਸਤਾ ਨਹੀਂ ਭਾਲ ਸਕਦੇ; ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਰੂਹਾਨੀ ਸੂਝ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਰਹਿਬਰ ਅਤੇ ਸਾਧਕ ਦੋਵੇਂ ਦਿਸ਼ਾਹੀਣ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਬਿਨੁ ਸਤਿਗੁਰ ਨਾਉ ਨ ਪਾਈਐ ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਕਿਆ ਸੁਆਉ ॥

ਸੱਚੇ ਬਿਬੇਕ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜੋ ਅਗਿਆਨਤਾ ਤੋਂ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਵੈ-ਪੜਚੋਲ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਅਸੰਭਵ ਹੈ; ਅਤੇ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਸਾਡਾ ਕੀ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ?

ਆਇ ਗਇਆ ਪਛੁਤਾਵਣਾ ਜਿਉ ਸੁੰਞੈ ਘਰਿ ਕਾਉ ॥੩॥

ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਅੰਤਰੀਵੀ ਵਸਤ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਬਿਲਕੁਲ ਤਿਆਗੇ ਹੋਏ ਘਰ ਵਿਚ ਭਟਕਦੇ ਇਕ ਕਾਂ ਵਾਂਗ। ਇਹ ਭਰਮਮਈ ਖਿੱਚਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਜਨਮਜਾਤ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਸਦਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਗੁਆਉਣ ਦੇ ਪਛਤਾਵੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਅੰਤਹਕਰਣ ਅਸਲ ਵਿਚ ਮਾਇਨਾ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। (੩)

ਬਿਨੁ ਨਾਵੈ ਦੁਖੁ ਦੇਹੁਰੀ ਜਿਉ ਕਲਰ ਕੀ ਭੀਤਿ ॥

ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਇਕ ਨਾਜ਼ੁਕ ਕੰਧ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੋ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਢਹਿ ਸਕਦੀ ਹੋਵੇ, ਕੋਈ ਵੀ ਸਵੈ-ਚਿੰਤਨ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਦੁੱਖ ਦੀ ਉਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤਬ ਲਗੁ ਮਹਲੁ ਨ ਪਾਈਐ ਜਬ ਲਗੁ ਸਾਚੁ ਨ ਚੀਤਿ ॥

ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸੱਚਾਈ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਹੀਂ ਟਿਕਦੀ, ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਅੰਤਰੀਵੀ ਨਿਵਾਸ ਦਾ ਆਰਾਮ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਸਬਦਿ ਰਪੈ ਘਰੁ ਪਾਈਐ ਨਿਰਬਾਣੀ ਪਦੁ ਨੀਤਿ ॥੪॥

ਬਿਬੇਕ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਨਾਲ ਰੰਗੇ ਜਾਣ ਨਾਲ, ਅਸੀਂ ਸਵੈ-ਬੋਧ ਦਾ ਨਿਵਾਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿੱਥੇ ਰੂਹਾਨੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਹੋਂਦ ਦੀ ਇਕ ਸਦੀਵੀ ਸਥਿਤੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। (੪)

ਹਉ ਗੁਰ ਪੂਛਉ ਆਪਣੇ ਗੁਰ ਪੁਛਿ ਕਾਰ ਕਮਾਉ ॥

ਆਪਣੇ ਜਨਮਜਾਤ ਬਿਬੇਕ ਤੋਂ ਅਗਵਾਈ ਲਓ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸੂਝ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕਰਮ ਕਰੋ। ਇਹ ਜ਼ਾਹਿਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਚੋਣਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਸਪੱਸ਼ਟਤਾ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਸਬਦਿ ਸਲਾਹੀ ਮਨਿ ਵਸੈ ਹਉਮੈ ਦੁਖੁ ਜਲਿ ਜਾਉ ॥

ਜਦੋਂ ਬਿਬੇਕ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਈਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਉਮੈ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਦੁੱਖ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਹਜੇ ਹੋਇ ਮਿਲਾਵੜਾ ਸਾਚੇ ਸਾਚਿ ਮਿਲਾਉ ॥੫॥

ਮਿਲਾਪ ਸਹਿਜ ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਉਪਜਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦੁਆਰਾ, ਸਰਵ ਵਿਆਪਕ ਸੱਚਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਇਹ ਸਦਭਾਵਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਨ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਜੀਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ। (੫)

ਸਬਦਿ ਰਤੇ ਸੇ ਨਿਰਮਲੇ ਤਜਿ ਕਾਮ ਕ੍ਰੋਧੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ॥

ਜੋ ਰੂਹਾਨੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਵਿਚ ਸਮਾਅ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ ਅਤੇ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਪਵਿੱਤਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਰਾਦੇ ਦੀ ਨਿਰਮਲਤਾ ਉਦੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ ਪਾਰ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਨਾਮੁ ਸਲਾਹਨਿ ਸਦ ਸਦਾ ਹਰਿ ਰਾਖਹਿ ਉਰ ਧਾਰਿ ॥

ਜਦੋਂ ਸਵੈ-ਚਿੰਤਨ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਮਹੱਤਵ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਰਵ-ਵਿਆਪੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਏਕਤਾ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਿਰਬਾਹਤਾ ਦੇ ਸਰੋਤ ਵਜੋਂ ਅਪਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਮੌਖਿਕ ਸ਼ਰਧਾ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਸ ਲਈ ਸਵੈ-ਪੜਚੋਲ ਦੇ ਨਿਰੰਤਰ ਪ੍ਰਵਾਹ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸੋ ਕਿਉ ਮਨਹੁ ਵਿਸਾਰੀਐ ਸਭ ਜੀਆ ਕਾ ਆਧਾਰੁ ॥੬॥

ਕੋਈ ਉਸ ਸਰਵਵਿਆਪੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਿਸਾਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਰੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਆਧਾਰ ਅਤੇ ਪਾਲਣਹਾਰ ਹੈ? ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਤਰੀਵੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਨਾ ਭੁੱਲੋ। (੬)

ਸਬਦਿ ਮਰੈ ਸੋ ਮਰਿ ਰਹੈ ਫਿਰਿ ਮਰੈ ਨ ਦੂਜੀ ਵਾਰ ॥

ਬਿਬੇਕ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਦੁਆਰਾ, ਜਦੋਂ ਹਉਮੈ ਦਾ ਖਾਤਮਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਝੂਠੇ ਆਪੇ ਦੀ ਮੌਤ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਦੁਬਾਰਾ ਕਦੇ ਵੀ ਰੂਹਾਨੀ ਮੌਤ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਜਦੋਂ ਦਵੈਤ ਅਤੇ ਭਰਮ, ਸਦੀਵੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਿਚ ਭੰਗ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਉਸ ਹਕੀਕਤ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ।

ਸਬਦੈ ਹੀ ਤੇ ਪਾਈਐ ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ ॥

ਸਿਰਫ਼ ਬਿਬੇਕ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਹੀ ਕੋਈ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸਰਵ ਵਿਆਪਕ ਸਰੋਤ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰਤਾ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰਨ ਵਿਚ ਜੁੜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬਿਨੁ ਸਬਦੈ ਜਗੁ ਭੂਲਾ ਫਿਰੈ ਮਰਿ ਜਨਮੈ ਵਾਰੋ ਵਾਰ ॥੭॥

ਸੂਝਮਈ ਬਿਬੇਕ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਦੁਨੀਆਂ ਅਗਿਆਨਤਾ ਵਿਚ ਭਟਕਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਸਦਗੁਣਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਅਤੇ ਪੁਨਰ ਜਨਮ ਦੇ ਚੱਕਰ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਤੱਥ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਧਿਆਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਅਸੀਂ ਚੇਤੰਨ ਅਤੇ ਅਚੇਤ ਜੀਵਨ ਦੇ ਬੇਅੰਤ ਢਾਂਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। (੭)

ਸਭ ਸਾਲਾਹੈ ਆਪ ਕਉ ਵਡਹੁ ਵਡੇਰੀ ਹੋਇ ॥
ਹਰ ਕੋਈ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਮੰਨ ਕੇ ਕਿ ਉਹ ਮਹਾਨ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹਾਨ ਹਨ; ਇਹ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਘਮੰਡ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਨਿਮਰਤਾ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਆਪੁ ਨ ਚੀਨੀਐ ਕਹੇ ਸੁਣੇ ਕਿਆ ਹੋਇ ॥
ਰੂਹਾਨੀ ਸੂਝ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ, ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਧੂਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ; ਸਿਰਫ਼ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਰੁੱਝ ਕੇ ਕੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਇਹ ਉਸ ਅਸਪਸ਼ਟਤਾ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਦੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਸਤਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਨਾਨਕ ਸਬਦਿ ਪਛਾਣੀਐ ਹਉਮੈ ਕਰੈ ਨ ਕੋਇ ॥੮॥੮॥
ਨਾਨਕ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਰੂਹਾਨੀ ਗਿਆਨ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਉਮੈ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। (੮)(੮)

ਤੱਤ: ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਉਮੈ ਸੂਖਮ ਰੂਪਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਏਕਤਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਲਹਿਦਗੀ ਦੇ ਭਰਮ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਝੂਠੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਕਿ "ਮੈਂ" ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਅਤੇ ਉੱਤਮ ਹਾਂ। ਇਹ ਗਲਤ ਧਾਰਨਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਹਉਮੈ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ: ਬੌਧਿਕ ਹਉਮੈ, ਜੋ ਗਿਆਨ ਉਪਰ ਮਾਣ ਕਰਦੀ ਹੈ; ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਹਉਮੈ, ਜੋ ਲਗਾਵ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਭੌਤਿਕ ਹਉਮੈ, ਜੋ ਰੁਤਬੇ ਨਾਲ ਪਛਾਣ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ; ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਹਉਮੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕਤਾ ਬਾਰੇ ਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਸਾਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਸੱਚ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੀ ਹੋਂਦ ਇਕ ਏਕਮ, ਸਰਵ ਵਿਆਪਕ ਸ਼ਕਤੀ ਤੋਂ ਵਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।

---

ਵੈੱਬਸਾਈਟ: **OnenessInDiversity.com**

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**