

भगत बेणी - सबद १

रे नर गरभ कुंडल जब आछत उरध धिआन लिव लागा ॥

रागु सिरीरागु, भगत बेणी, गुरु ग्रंथ साहिब, ९३

रे नर गरभ कुंडल जब आछत उरध धिआन लिव लागा ॥
मिरतक पिंडि पद मद ना अहिनिसि एकु अगिआन सु नागा ॥
ते दिन समलु कसट महा दुख अब चितु अधिक पसारिआ ॥
गरभ छोडि म्रित मंडल आइआ तउ नरहरि मनहु बिसारिआ ॥ १ ॥
फिरि पछुतावहिगा मूड़िआ तूं कवन कुमति भ्रमि लागा ॥
चेति रामु नाही जम पुरि जाहिगा जनु बिचरै अनराधा ॥ १ ॥ रहाउ ॥
बाल बिनोद चिंद रस लागा खिनु खिनु मोहि बिआपै ॥
रसु मिसु मेधु अमृतु बिखु चाखी तउ पंच प्रगट संतापै ॥
जपु तपु संजमु छोडि सुक्रित मति राम नामु न अराधिआ ॥
उछलिआ कामु काल मति लागी तउ आनि सकति गलि बांधिआ ॥ २ ॥
तरुण तेजु पर लिअ मुखु जोहहि सरु अपसरु न पछाणिआ ॥
उनमत कामि महा बिखु भूलै पापु पुंनु न पछानिआ ॥
सुत स्मपति देखि इहु मनु गरबिआ रामु रिदै ते खोइआ ॥
अवर मरत माइआ मनु तोले तउ भग मुखि जनमु विगोइआ ॥ ३ ॥
पुंडर केस कुसम ते धउले सपत पाताल की बाणी ॥
लोचन स्रमहि बुधि बल नाठी ता कामु पवसि माधाणी ॥
ता ते बिखै भई मति पावसि काइआ कमलु कुमलाणा ॥
अवगति बाणि छोडि म्रित मंडलि तउ पाछै पछुताणा ॥ ४ ॥
निकुटी देह देखि धुनि उपजै मान करत नही बूझै ॥
लालचु करै जीवन पद कारन लोचन कछू न सूझै ॥
थाका तेजु उडिआ मनु पंखी घरि आंगनि न सुखाई ॥
बेणी कहै सुनहु रे भगतहु मरन मुकति किनि पाई ॥ ५ ॥

सार: अमर होना प्रतीक है कि चेतना, शारीरिक अस्तित्व और क्षणभंगुर पहचान तक सीमित नहीं है बल्कि इनसे कहीं आगे दूर तक फैली हुई है। अहंकार से मुक्त अवस्था में, शरीर की नश्वरता सहजता से समझ में आती है जहाँ गर्व मिट जाता है और द्वैत भाव समाप्त हो जाते हैं। लेकिन जब मन पद-प्रतिष्ठा, ज्ञान, संपत्ति या पहचान से जुड़ जाता है तब चेतना भ्रम में सिमट जाती है और अपने गहन सार को भूल जाती है। इसी बिखराव से संदेह, पछतावा देने वाले कार्य और भ्रम में भटकने की बेचैनी पैदा होती है। स्पष्टता की ओर वापसी तब शुरू होती है जब अंतरात्मा उस शाश्वत उपस्थिति को पहचानती है जो सभी बदलते रूपों के परे, अछूती बनी रहती है और अमर चेतना को दर्शाती है।

रे नर गरभ कुंडल जब आछत उरध धिआन लिव लागा ॥

हे मनुष्य, जब तुम गर्भ में उल्टे होकर सुरक्षित अवस्था में स्थित थे, तब तुम गहन चिंतन में लीन थे। 'गर्भ-कुंडली' का यह जिक्र आत्म-चिंतन के उस स्वाभाविक गुण को दर्शाता है जो अंतरात्मा को पोषित करता है और सांसारिक पहचान, अहंकार और भौतिक चीज़ों के मोह से अछूता रहता है।

मिरतक पिंडि पद मद ना अहिनिसि एकु अगिआन सु नागा ॥

शरीर की नश्वरता का बोध था, अहंकार नहीं था, दिन और रात एक ही इकाई के रूप में महसूस होते थे और अज्ञानता का कोई अस्तित्व नहीं था। यह अहं के विकास से पहले की अवस्था को दर्शाता है जब आत्मा शरीर, सामाजिक प्रतिष्ठा, ज्ञान या पहचान से जुड़ी नहीं थी।

ते दिन समलु कसट महा दुख अब चितु अधिक पसारिआ ॥

उन दिनों के भारी कष्ट को याद करो और अब अंतरात्मा को अत्यधिक मोह से जोड़ने की पीड़ा को भी। यह मानसिक क्लेश की व्यथा और इच्छा, भय, महत्वाकांक्षा, लगाव और नियंत्रण के बीच फंसी, बिखरी मानसिकता की पीड़ा की ओर इशारा करता है।

गरभ छोडि म्रित मंडल आइआ तउ नरहरि मनहु बिसारिआ ॥ १ ॥

गर्भ से निकलकर इस संसार में प्रवेश करते ही हम अपनी सहज, सर्वव्यापी चेतना खो देते हैं। यह आध्यात्मिक भूलने की प्रक्रिया की शुरुआत है क्योंकि हमारा मन, शरीर, रिश्तों, संपत्ति और पहचान में उलझ जाता है, जो हमें आत्म-चिंतन से दूर कर देते हैं। (१)

फिरि पछुतावहिगा मूड़िआ तूं कवन कुमति भ्रमि लागा ॥

हे अज्ञानी, अंततः तुमको पछतावा होगा। किस बुरी सोच और संदेह में फंसे हो? यह उस दुःख को दर्शाता है जो तब होता है जब अंतरात्मा को बहुत देर से एहसास होता है कि वह ग़लत प्राथमिकताओं से प्रभावित थी।

चेति रामु नाही जम पुरि जाहिगा जनु बिचरै अनराधा ॥ १ ॥ रहाउ ॥

सर्वव्यापी चेतना पर विचार करो, इसके बिना, आध्यात्मिक मृत्यु के लोक में पहुँच जाओगे और उद्देश्यहीन होकर भ्रमों में भटकते रहोगे। यह चेतावनी दर्शाती है कि आत्म-चिंतन के बिना, मन दिशाहीन होकर जीवन में भटकता रहता है। (१)(रहाउ)

बाल बिनोद चिंद रस लागा खिनु खिनु मोहि बिआपै ॥

जैसे कोई बच्चा क्षणभंगुर खुशियों के पीछे भागता है, वैसे ही हम निरंतर सांसारिक मोह-माया के आकर्षणों में फंसे चले जाते हैं। यह हमें स्मरण कराता है कि कैसे हमारा मन भ्रम में पड़कर बाहरी चीज़ों पर निर्भर होकर, अपनी गहरी, आंतरिक आवाज़ को अनसुना कर देता है।

रसु मिसु मेधु अमृतु बिखु चाखी तउ पंच प्रगट संतापै ॥

सांसारिक सुख, चाहे वह मीठे, नमकीन या कड़वे हों, नकारात्मक हों या सकारात्मक, पांच तरह की वृत्तियों को जन्म देते हैं- काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार। इससे पता चलता है कि जब हमारी इंद्रियां हम पर हावी हो जाती हैं तब वह हमारे मन में ज़हर घोल देती हैं जिससे हम क्षणिक सुखों को ही वास्तविक संतुष्टि मान लेते हैं।

जपु तपु संजमु छोडि सुक्रित मति राम नामु न अराधिआ ॥

जब मन चिंतन-मनन, संयम और सच्चाई के रास्ते पर चलना छोड़ देता है, तब अज्ञानी मन सर्वव्यापी चेतना को याद करने से भटक जाता है। यह दिखाता है कि जब आत्म-चिंतन के बजाय बाहरी भटकाव हावी हो जाता है तब मन अपना आंतरिक अनुशासन खो देता है।

उछलिआ कामु काल मति लागी तउ आनि सकति गलि बांधिआ ॥२॥

जब मन बेलगाम इच्छाओं की ओर खिंचा चला जाता है तब बुद्धि नकारात्मकता से घिर जाती है और उसके प्रभाव में बंध जाती है। यह दर्शाता है कि कैसे अनियंत्रित विचार मन को यह गलतफहमी दे सकते हैं कि वह आज़ाद है जबकि वास्तव में वह मोह-माया की बेड़ियों में जकड़ा होता है। (२)

तरुण तेजु पर लिअ मुखु जोहहि सरु अपसरु न पछाणिआ ॥

नासमझी के पलों में, हम दूसरों की चीज़ों की लालसा करते हैं और यह पहचानने की क्षमता खो देते हैं कि क्या हित करेगा और क्या नुक़सान। यह दिखाता है कि कैसे बिना सोचे-समझे की गई इच्छाएं हमारी समझ को धुंधला कर सकती हैं और उन्हें ग़लत इरादों में बदल सकती हैं।

उनमत कामि महा बिखु भूलै पापु पुंनु न पछानिआ ॥

अनियंत्रित इच्छाओं और अनैतिक कामों के नशे में, हम अपना रास्ता भटक जाते हैं और बुराई और अच्छाई के बीच फ़र्क़ नहीं कर पाते। यह दिखाता है कि कैसे नकारात्मकता हमारी समझ को धुंधला कर सकती है जिससे हमें यह पता नहीं चलता कि क्या हमें नीचे गिराता है और क्या ऊपर उठाता है।

सुत स्मपति देखि इहु मनु गरबिआ रामु रिदै ते खोइआ ॥

संतान और भौतिक संपत्ति को अपनी उपलब्धि मानने से अहंकार पैदा हो सकता है जिससे सर्वव्यापी चेतना का बोध समाप्त हो जाता है। यह दिखाता है कि कैसे हमारी चीज़ें और उपलब्धियाँ हमारी पहचान का हिस्सा बन जाती हैं जब हम उनमें शुक्रगुज़ारी और विनम्रता के बजाय अहंकार को पनपने देते हैं।

अवर मरत माइआ मनु तोले तउ भग मुखि जनमु विगोइआ ॥३॥

दूसरों की मौत देखने के बाद भी, मन दुनियावी चीज़ों का ही हिसाब-किताब करता रहता है, इस तरह आंतरिक सुकून से दूर होकर, वह अंत में अपनी ज़िंदगी बर्बाद कर लेता है। यह उस दुखद स्थिति को दर्शाता है जहाँ इंसान चीज़ों के नश्वर होने को जानता तो है, फिर भी मोह-माया में फँसा रहता है और इस तरह मानवीय जीवन ज़िंदगी के दुर्लभ अवसर को व्यर्थ गँवा देता है। (३)

पुंडर केस कुसम ते धउले सपत पाताल की बाणी ॥

बाल चमेली के फूल की तरह सफ़ेद हो जाते हैं और वाणी दुर्बल हो जाती है मानो सातवें पाताल लोक की गहराइयों से गूँज रही हो। यह उस विडंबना को दर्शाता है कि शरीर तो बदलता और परिपक्व होता है लेकिन अज्ञानी मन वैसा ही बना रहता है।

लोचन समहि बुधि बल नाठी ता कामु पवसि माधाणी ॥

दृष्टि कमज़ोर होने और मन व शरीर के दुर्बल होने के बावजूद, सांसारिक इच्छाएँ भीतर निरंतर मंथन करती रहती हैं। यह अशांत मन को दर्शाता है जो सदा असंतुष्ट रहता है।

ता ते बिखै भई मति पावसि काइआ कमलु कुमलाणा ॥

भ्रष्ट इच्छाओं ने बुद्धि को दूषित कर दिया है और मन व शरीर की पवित्रता को भी समाप्त कर दिया है जैसे मुरझाता हुआ कमल का फूल। यह उदाहरण है कि कैसे नकारात्मक सोच हानिकारक और ज़हरीले परिणाम देती है।

अवगति बाणि छोडि म्रित मंडलि तउ पाछै पछुताणा ॥४॥

नश्वर संसार में रहते हुए अदृश्य चेतना के मार्ग को छोड़ने से अंत में पछतावा और पश्चाताप होता है। यह उस दुःख को दर्शाता है जो तब होता है जब समय, शरीर और अवसर उपलब्ध होने पर भी आंतरिक बोध को अनदेखा कर दिया जाता है। (४)

निकुटी देह देखि धुनि उपजै मान करत नही बूझै ॥

कोमल शरीर देखकर, मन मोहित हो जाता है और अभिमान के कारण जीवन के वास्तविक उद्देश्य को समझ नहीं पाता। यह दर्शाता है कि अहंकार के कारण मन बाहरी दिखावे और इच्छाओं से मोहित हो जाता है जबकि अहंकार उसे शरीर की नश्वरता और जीवन के गहरे उद्देश्य को पहचानने से रोक देता है।

लालचु करै जीवन पद कारन लोचन कछू न सूझै ॥

जीवन की सुरक्षा बनाए रखने के लिए लालच करता है, इस इच्छा के कारण वह कुछ भी स्पष्ट रूप से नहीं देख पाता। इस व्यर्थ की दौड़ में उस दृष्टि का अभाव होता है जो यह समझा सके कि न तो लंबा जीवन और न ही भौतिक संपत्तियाँ आत्मज्ञान की ज़मानत देती हैं।

थाका तेजु उडिआ मनु पंखी घरि आंगनि न सुखाई ॥

शक्ति समाप्त हो गई है, चमक उड़ गई है और पक्षी रूपी मन को घर या आंगन में कोई आराम नहीं मिलता। घर और आंगन का यह संदर्भ अंतरात्मा की बेचैनी को दर्शाता है जब संपत्ति अब आंतरिक शांति प्रदान नहीं कर सकती है।

बेणी कहै सुनहु रे भगतहु मरन मुक्ति किनि पाई ॥५॥

बेनी कहते हैं, हे साधकों, सुनो, वास्तव में मृत्यु से मुक्ति किसने प्राप्त की है? यह एक गहरे आंतरिक प्रश्न को दर्शाता है, मुक्ति का अर्थ केवल शारीरिक मृत्यु से बचना नहीं है बल्कि जीवन समाप्त होने से पहले भय, अहंकार, लालसा और पछतावे से मुक्त होना है। (५)

तत्त्व: भक्त बेनी हमें इसपर विचार करने की चुनौती देते हैं कि यदि अपने जीवनकाल के दौरान अहंकार, सांसारिक इच्छाओं और क्षणभंगुर विचारों से स्वयं को मुक्त नहीं किया, शारीरिक मृत्यु के बाद वास्तव में मुक्ति कैसे मिल सकती है। उनका दावा है कि भौतिक शरीर के प्रति अपना लगाव छोड़कर और उच्च चेतना को अपनाकर, हम बंधन की जंजीरों को तोड़ सकते हैं और वास्तविक

मुक्ति को अनुभव कर सकते हैं। जीवित रहते हुए, सच्ची मुक्ति के लिए आंतरिक स्वतंत्रता की ओर यह यात्रा आवश्यक है।

सबद व्याख्या विनइंदर कौर और अमरदीप सिंह

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com