भगत भीखन - सबद १

नैनहु नीरु बहै तनु खीना भए केस दुध वानी ॥

रागु सोरठि, भगत भीखन, गुरु ग्रंथ साहिब, ६५९

नैनहु नीरु बहै तनु खीना भए केस दुध वानी ॥
रूधा कंठु सबदु नही उचरै अब किआ करहि परानी ॥१॥
राम राइ होहि बैद बनवारी ॥
अपने संतह लेहु उबारी ॥१॥ रहाउ ॥
माथे पीर सरीरि जलनि है करक करेजे माही ॥
ऐसी बेदन उपजि खरी भई वा का अउखधु नाही ॥२॥
हरि का नामु अमृत जलु निरमलु इहु अउखधु जगि सारा ॥
गुर परसादि कहै जनु भीखनु पावउ मोख दुआरा ॥३॥१॥

सार: ज्ञान को आत्मसात करने की यात्रा में द्वैत हमारी प्रगति के मार्ग में बाधा बन जाता है। यह बाधा विरोधाभासी धारणाओं के रूप में प्रकट होती है, वह चाहे भौतिक वस्तुओं, संबंधों या सामाजिक प्रतिष्ठा से जुड़ी हो, बढ़ते मतभेदों और लगाव को गहरा करती है जिससे असंतोष पैदा होता है। यह हमारी स्पष्टा से देखने की क्षमता को धुंधला कर देता है। मुक्ति तभी मिल सकती है जब हम आत्म-चिंतन, अनुभव से सीखने और प्रकृति के नियमों के साथ सामंजस्य बिठाकर सक्रिय रूप से ज्ञान की तलाश करें। यह रास्ता हमें भौतिक दुनिया की अस्थायी चीज़ों से ऊपर उठने की शक्ति देता है जिससे हम अपने भीतर ही संतुष्टि और शांति पा सकते हैं।

नैनहु नीरु बहै तनु खीना भए केस दुध वानी ॥

थकी हुई आँखों से आँसू बहते हैं, शरीर कमज़ोर हो जाता है और बाल सफ़ेद हो जाते हैं। यह साफ़ तस्वीर हमारे इंसानी जीवन की कमज़ोरी को दिखाती है और बताती है कि कैसे समय हमारे शारीरिक घमंड की सीमाओं को स्पष्ट कर देता है।

रूधा कंठु सबदु नही उचरै अब किआ करहि परानी ॥१॥
गला रुंध जाता है और बोलना कठिन हो जाता है। ऐसे में इंसान क्या कर सकता है। यह उस स्थिति का प्रतीक है जहाँ अपनी कठोरता और अभिमान को व्यक्त करने की क्षमता भी समाप्त हो जाती है। (१)

राम राइ होहि बैद बनवारी ॥
सर्वव्यापी चेतना ही इस दुनिया में बीमारियों को ठीक करने वाले वैद्य के रूप में रहती है। यह अनुभव से मिली समझ और दुनिया के भ्रमों का रामबाण इलाज है।

अपने संतह लेहु उबारी ॥१॥ रहाउ ॥
वह आध्यात्मिक प्रवृत्ति के लोगों को ऊपर उठाता है और उनकी रक्षा करता है। यह उस ज्ञान की खोज का प्रतीक है जो अंततः विवेक, आत्मबोध और अहंकार से मुक्ति की ओर ले जाती है। (१)(विराम)

माथे पीर सरीरि जलनि है करक करेजे माही ॥
सिर पीड़ा से दर्द करता है, शरीर जलता हुआ लगता है और दिल दुःख से भर जाता है। यह केवल शारीरिक कष्ट का नहीं बल्कि द्वैत में जीने से उत्पन्न गहन अस्तित्व के संघर्ष का चित्रण है।

ऐसी बेदन उपजि खरी भई वा का अउखधु नाही ॥२॥
मुझे ऐसी बीमारी हो गई है, क्या इसका कोई इलाज है? यह सवाल अहंकार की उथल-पुथल से राहत पाने की उस एहम खोज को दिखाता है जो हमसे हमारी शांति और ख़ुशी छीन लेती है। (२)

हरि का नामु अमृत जलु निरमलु इहु अउखधु जगि सारा ॥
सबको साथ लेकर चलने वाली जागरूकता की एकता पर सोचना ही वह पवित्र, दिव्य अमृत है जो द्वैत से परेशान दुनिया को ठीक कर सकता है। यह विभाजन की बीमारी के इलाज के तौर पर सामंजस्य को बढ़ावा देने वाली समझ पाने की क्षमता को दिखाता है।

गुर परसादि कहै जनु भीखनु पावउ मोख दुआरा ॥३॥१॥

अज्ञान के अंधेरे से ज्ञान की रोशनी की ओर ले जाने वाले विवेक की कृपा से, विनम्र भीखन कहते हैं कि उन्हें मोक्ष का द्वार मिल गया है। यह दर्शाता है कि आंतरिक जागरूकता में सांसारिक सीमाओं से ऊपर उठने की उपचार करने वाली शक्ति निहित है। (३)(१)

तत्त्व: भक्त भीखन अत्यंत संवेदनशीलता और गहन अंतर्दृष्टि के साथ बताते हैं कि शरीर का निरंतर परिवर्तन हमारे व्यक्तिगत अहंकार की नश्वरता और परिस्थितियों पर हमारे सीमित नियंत्रण का प्रमाण है। वह निराशा को बढ़ावा देने के बजाय, आंतरिक रूपांतरण का प्रभावशाली माध्यम, अनुभव से मिलने वाली समझ और आत्मचिंतन को मानते हैं। इस आंतरिक सुधार में लगकर, हम द्वैत से होने वाले दुःख को कम कर सकते हैं और अहंकार की पकड़ से मुक्त होकर एकता की भावना को अपना सकते हैं।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com