भगत कबीर – सबद २१

जम ते उलटि भए है राम ॥

रागु गउड़ी, भगत कबीर, गुरु ग्रंथ साहिब, ३२६

जम ते उलटि भए है राम ॥
दुख बिनसे सुख कीओ बिसराम ॥
बैरी उलटि भए है मीता ॥
साकत उलटि सुजन भए चीता ॥१॥
अब मोहि सरब कुसल करि मानिआ ॥
साँति भई जब गोबिदु जानिआ ॥१॥ रहाउ ॥
तन महि होती कोटि उपाधि ॥
उलटि भई सुख सहजि समाधि ॥
आपु पछानै आपै आप ॥
रोगु न बिआपै तीनौ ताप ॥२॥
अब मनु उलटि सनातनु हूआ ॥
तब जानिआ जब जीवत मूआ ॥
कहु कबीर सुखि सहजि समावउ ॥
आपि न डरउ न अवर डरावउ ॥३॥१७॥

सार: जब अंतरात्मा अस्तित्व की गहरी व्यवस्था को पहचानने लगती है तब जीवन अच्छे और बुरे अनुभवों में विभाजित नहीं रहता। हर अनुभव, बड़ी समग्रता का हिस्सा बन जाता है। परिवर्तन, कठिनाइयों और अनिश्चितता के बीच भी अंतर्निहित सामंजस्य दिखाई देने लगता है। यह अनुभूति हमें जीवन को अच्छा या बुरा कहकर वर्गीकृत करने से रोकती है। शांति इसलिए नहीं मिलती कि जीवन पूर्ण हो गया है बल्कि इसलिए आती है कि मन उस शाश्वत वास्तविकता के साथ सामंजस्य स्थापित कर लेता है जो मौन रूप से समस्त अस्तित्व को धारण करती है। अस्तित्व, इस प्रकार स्वयं जागृति का अवसर बन जाता है।

जम ते उलटि भए है राम ॥

नकारात्मकता से मुड़कर सर्वव्यापी सत्ता की ओर जाना। यह आंतरिक बदलाव है, वह निर्णायक पल जब हमारी चेतना अहं से अलग होकर भीतर की ओर मुड़ती है और अपने शाश्वत स्वरूप से जुड़ती है।

दुख बिनसे सुख कीओ बिसराम ॥

दुःख का अंत होता है और शांति अपना वास कर लेती है। यह आंतरिक द्वंद्व के अंत होने का संकेत है जिससे संतुलन पैदा होता है। यह संतुलन अज्ञान के मिटने से आता है जो सांसारिक भ्रमों के कारण अहं से उपजा था।

बैरी उलटि भए है मीता ॥

दुश्मन बदलकर साथी बन गए हैं। यह दर्शाता है कि नज़रिए और सोच में बदलाव के साथ जो कभी दुःख का कारण था, वही अब विकास और साथ का माध्यम बन जाता है।

साकत उलटि सुजन भए चीता ॥१॥

अहं से भरा मन बदल गया है और चेतना ने सद्गुणों की पहचान की समझ कर ली है। यह बताता है कि जब ज्ञान हमारी बाहरी धारणाओं को बदलता है तब यह हमारी चेतना को भी भीतर से बदल देता है। (१)

अब मोहि सरब कुसल करि मानिआ ॥

अब मैं सब सामंजस्य से पूर्ण देखता हूँ और उसे स्वीकार करता हूँ। यह स्वीकृति पूर्णता की भावना को बढ़ावा देती है, सकारात्मक और नकारात्मक अनुभवों के बीच के विभाजन को समाप्त करती है।

साँति भई जब गोबिदु जानिआ ॥१॥ रहाउ ॥

सर्वव्यापी अस्तित्व को पहचानने पर आंतरिक शांति उत्पन्न होती है। यह प्रकाश डालता है कि शांतिपूर्ण अवस्था कोई पुरस्कार नहीं बल्कि उस एकत्व की वास्तविकता को समझने का स्वाभाविक परिणाम है जो सदा से विद्यमान रही है। (१)(विराम)

तन महि होती कोटि उपाधि ॥

शरीर-मन असंख्य कष्टों से भरा हुआ था। यह दर्शाता है कि मन अकसर असंख्य भावनाओं और आदतों से बोझिल रहता है जो उसकी स्पष्टता को ढक लेती हैं।

उलटि भई सुख सहजि समाधि ॥

आंतरिक परिवर्तन शांति, सुकून और चिंतन की स्वाभाविक अवस्था की ओर ले जाता है। यह इंगित करता है कि जैसे ही मन अहं से भरी आदतों से दूर होता है, उसके संघर्ष स्वाभाविक रूप से सहज सामंजस्य में विलीन हो जाते हैं।

आपु पछानै आपै आप ॥

स्वयं, आत्म-चिंतन के माध्यम से ख़ुद को पहचान लेता है। यह प्रत्यक्ष अनुभव को दर्शाता है जिसमें अंतरात्मा बाहरी माध्यमों पर निर्भर नहीं रहती और वह शांत रूप से अपने भीतर उपस्थित जीवंत सत्य की साक्षी बनती है।

रोगु न बिआपै तीनौ ताप ॥२॥

तीन तरह के रोगों का दुःख अब भीतरी अस्तित्व को परेशान नहीं करता। यह ऐसी आंतरिक सुरक्षा है जिसमें शरीर और मन से उत्पन्न पीड़ा, बाहरी संसार से उत्पन्न कष्ट तथा अपने नियंत्रण से परे शक्तियों से उत्पन्न दुःख मन को प्रभावित नहीं करते। (२)

अब मनु उलटि सनातनु हूआ ॥
अब मन पीछे मुड़कर अपने शाश्वत स्वरूप में स्थित हो जाता है। यह आदत, डर और पहचान की सीमाओं से परे, अपने मूल अवस्था में लौटने का संकेत है।

तब जानिआ जब जीवत मूआ ॥
यह बात तब समझ में आई जब जीवित रहते हुए ही निर्मित स्वयं का अंत हो गया। यह दर्शाता है कि सबसे बड़ा बदलाव भ्रम का आंतरिक अंत है जिससे वास्तविक स्वतंत्रता, स्पष्टता और ज्ञान का उदय होता है।

कहु कबीर सुखि सहजि समावउ ॥
कबीर कहते हैं कि मैं शांति और सामंजस्य की सहज अवस्था में विलीन हो गया हूँ। यह उस अंतिम एकीकरण को व्यक्त करता है जिसमें अलग अस्तित्व बिना किसी आंतरिक टकराव के जीवन-प्रवाह में घुल-मिल जाता है।

आपि न डरउ न अवर डरावउ ॥३॥१७॥
कबीर कहते हैं, मैं स्वयं निडर होकर रहता हूँ और किसी भी जीव के लिए भय का कारण नहीं बनता। यह आंतरिक बदलाव अपनी नैतिक पूर्णता तब प्राप्त करता है जब मन द्वैत-भाव से मुक्त हो जाता है जिससे उसके कर्म, स्थिरता और एकता के असीम विस्तार में बदल जाते हैं। (३)(१७)

तत्त्व: भगत कबीर सशक्त ढंग से यह संदेश देते हैं कि आत्म-जागृति न केवल हमारे आंतरिक स्वरूप को बदलती है बल्कि हमारे आस-पास की दुनिया के साथ हमारे संबंधों को भी बेहतर बनाती है। जब हमारी दृष्टि ज्ञान पर आधारित होती है तब शत्रुता समझदारी में बदल जाती है और विपरीत परिस्थितियाँ हमें सार्थक सीख देती हैं। जागृत मन यह समझता है कि जीवन की सबसे कठिन चुनौतियाँ ही अकसर हमें सबसे बड़ी शिक्षा देती हैं, वह हर संघर्ष को गहन समझ और मुक्ति की भावना की ओर ले जाने वाले मूल्यवान साथी में बदल देती हैं।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com