भगत कबीर – सबद ३५

देइ मुहार लगामु पहिरावउ ॥

रागु गउड़ी, भगत कबीर, गुरु ग्रंथ साहिब, ३२९

देइ मुहार लगामु पहिरावउ ॥
सगल त जीनु गगन दउरावउ ॥१॥
अपनै बीचारि असवारी कीजै ॥
सहज कै पावड़ै पगु धरि लीजै ॥१॥ रहाउ ॥
चलु रे बैकुँठ तुझहि ले तारउ ॥
हिचहि त प्रेम कै चाबुक मारउ ॥२॥
कहत कबीर भले असवारा ॥ बेद कतेब ते रहहि निरारा ॥३॥३१॥

सार: स्वयं पर अधिकार प्राप्त करना तब संभव होता है जब हमारा मन बिना किसी ज़बरदस्ती के ध्यान लगाना सीख जाता है और कठोरता में बदले बिना अनुशासन को अपनाता है। यह यात्रा हमें पुरानी आदतों और उलझनों से बाहर निकलने में मदद करती है और हमें आनंद की आंतरिक अवस्था तक ले जाती है। इस अवस्था में, हम अंदरूनी दबाव और बाहरी नियंत्रण से आज़ाद हो जाते हैं जिससे हमें सच्ची व्यक्तिगत आज़ादी का अनुभव होता है। जैसे ही हम विरोध करना छोड़ते हैं, हमारा ध्यान अधिक स्पष्ट और तेज़ हो जाता है, इस अंतर्दृष्टि से और अधिक उद्देश्यपूर्ण काम करने की क्षमता मिलती है। यह सामंजस्य ऐसे जीवन को बनाता है जो आंतरिक तालमेल की सुंदरता और स्पष्टता के साथ आगे बढ़ता है और अंततः गहन तृप्ति प्रदान करता है।

देइ मुहार लगामु पहिरावउ ॥

यह लगाम लगा कर बाग-डोर कसता है। यह लगाम और बागडोर समझ और आत्म-जागरूकता को दर्शाते हैं जो मन की इच्छाओं को बेक़ाबू होकर भटकने देने के बजाय सही दिशा दिखाते हैं।

सगल त जीनु गगन दउरावउ ॥१॥

जब उसे पूरी तरह काठी-लगाम से तैयार कर लिया जाता है तब वह आकाश में दौड़ने लगता है। यह दर्शाता है कि जब मन समझ को अपनाता है तब वह अहं की सीमाओं से मुक्त होकर, अस्तित्व के असीम स्वरूप का आनंद लेता है। (१)

अपनै बीचारि असवारी कीजै ॥

आत्म-चिंतन और विवेक के साथ इसकी सवारी करें। यह मन को आत्म-परीक्षण की ओर निर्देशित करने और भीतरी अनुभवों को समझने पर बल देता है।

सहज कै पावड़ै पगु धरि लीजै ॥१॥ रहाउ ॥

सहज की काठ पर पैर रखें, सहज अर्थात संतुलन की अवस्था। यह आंतरिक स्थिरता का प्रतीक है जहाँ मन आंतरिक स्वतंत्रता से निर्देशित होता है, जो यह बताता है कि हर अहसास इसी आंतरिक शांति पर टिका होता है। (१)(विराम)

चलु रे बैकुँठ तुझहि ले तारउ ॥

आओ, मैं तुम्हें वैकुंठ की ओर ले चलूँ , उस लोक की ओर जहाँ कोई दुःख नहीं है ताकि तुम इस संसार से पार जा सको। मन के लिए यह निमंत्रण उसकी पुरानी उलझनों से ऊपर उठकर, विवेक के माध्यम से आनंद की आंतरिक अवस्था को पाने का संकेत देता है।

हिचहि त प्रेम कै चाबुक मारउ ॥२॥

अगर मन हिचकिचाए, तो उसे प्रेम के चाबुक से हाँको। डाँट-फटकार का यह तरीका प्रेम को उस सार्वभौमिक मार्गदर्शक शक्ति के रूप में स्थापित करता है जो भटकते हुए मन को वापस संतुलन और सामंजस्य की ओर ला सकता है। (२)

कहत कबीर भले असवारा ॥

कबीर कहते हैं कि ऐसा घुड़सवार सचमुच कुशल होता है। यह आंतरिक तालमेल में महारत हासिल करने का संकेत है जो आत्म-चिंतन से उतपन्न जागरूकता के माध्यम से जीवन की यात्रा को सही दिशा देता है।

बेद कतेब ते रहहि निरारा ॥३॥३१॥

यह आध्यात्मिक धर्मग्रंथों से अलग और दूर रहता है। यह कथन धर्मग्रंथों को नकारता नहीं है, बल्कि यह ग्रंथों के शब्दों या सिद्धांतों की सीमाओं से आगे देखने की बात करता है ताकि उनका ज्ञान अनुभव और आंतरिक स्पष्टता से प्रवाहित हो सके। (३)(३१)

तत्त्व: भगत कबीर आंतरिक शांति की ओर ले जाने वाली बदलाव की यात्रा का उत्तम उदाहरण हैं। रूढ़िवादी सोच से स्वयं को आज़ाद करके, हम कठोर मान्यताओं और केवल धार्मिक ग्रंथों के ज्ञान से आगे बढ़ सकते हैं। धार्मिक ग्रंथ हमें समझ देते हैं जो सच्चाई की ओर ले जा सकती है लेकिन वास्तविक बदलाव तब आता है जब हमारी अंतरात्मा जागती है और हम इन ग्रंथों को केवल पूजने की नहीं बल्कि जीवन में उतारने वाली सच्चाई के रूप में देखते हैं। जब मन इन बातों को अपनाता है तब वह अहं की सीमाओं से मुक्त होकर लचीला और गतिशील बनता है और जीवन की असीम संभावनाओं का आनंद ले सकता है।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com