भगत नामदेव – सबद ३८

रे जिहबा करउ सत खंड ॥

रागु भैरउ, भगत नामदेव, गुरु ग्रंथ साहिब, ११६३

रे जिहबा करउ सत खंड ॥
जामि न उचरसि स्री गोबिंद ॥१॥
रंगी ले जिहबा हरि कै नाइ ॥
सुरंग रंगीले हरि हरि धिआइ ॥१॥ रहाउ ॥
मिथिआ जिहबा अवरें काम ॥
निरबाण पदु इकु हरि को नामु ॥२॥
असंख कोटि अन पूजा करी ॥
एक न पूजसि नामै हरी ॥३॥
प्रणवै नामदेउ इहु करणा ॥
अनंत रूप तेरे नाराइणा ॥४॥१॥

सार: वाणी और अभिव्यक्ति मनुष्य के सबसे प्रभावशाली साधनों में से हैं। यह सोच को आकार देकर, भावनाओं को जगाकर, काम करने के लिए प्रेरित कर सकती हैं। लोगों को जोड़ सकती हैं और विभाजित भी, बात स्पष्ट कर सकती हैं या उलझा सकती हैं और उम्मीद जगा सकती हैं या भय बढ़ा सकती हैं। जब यह समझदारी, दया और सच्चाई पर आधारित होती है तब यह लोगों का उत्थान, उपचार और रूपांतरण का माध्यम बन सकती हैं। लेकिन, जब यह अहं, क्रोध या धोखे से प्रेरित होती हैं तब इनसे बहुत नुक़सान हो सकता है। वाणी केवल संवाद का माध्यम नहीं, यह हमारे अंतर्मन के व्यक्तित्व का प्रतिबिंब है। सार्थक संवाद को बढ़ावा देने के लिए, हमें सबसे पहले अपने भीतर सत्यनिष्ठा को स्थापित करना होगा क्योंकि बातचीत की वास्तविक शक्ति उसकी आवाज़ की तेज़ी या बातों को घुमाने-फिराने में नहीं बल्कि ईमानदारी से बात कहने, समझ बढ़ाने और दूसरों के साथ हमारे रिश्तों को मज़बूत करने की क्षमता में होती है। अतः हम अपने शब्दों का चयन अत्यंत सावधानी से करें क्योंकि वही उस संसार को आकार देते हैं जिसमें हम जीते हैं।

रे जिहबा करउ सत खंड ॥
मेरी ज़ुबान, मैं तेरे कई टुकड़े कर दूँगा। यह अहं से पूर्ण वाणी को मौन करने के दृढ़ संकल्प का प्रतीक है यदि वह किसी उच्च उद्देश्य के लिए नहीं।

जामि न उचरसि स्री गोबिंद ॥१॥
अगर आप उस सर्वव्यापी शक्ति का सम्मान नहीं करते जो सबको बनाए रखती है। यह बताता है कि किसी भी तरह की अभिव्यक्ति का मूल्य तब समाप्त हो जाता है जब वह एकता की परम सच्चाई को नहीं मानती। (१)

रंगी ले जिहबा हरि कै नाइ ॥
अपनी ज़ुबान को उस सर्वव्यापी चेतना के चिंतन से रंग लो। यह कल्पना बताती है कि जब संवाद में सच्चाई और करुणा होती है तब यह सबके साथ जुड़ाव की भावना को बढ़ावा देती है।

सुरंग रंगीले हरि हरि धिआइ ॥१॥ रहाउ ॥
सर्वव्यापी चेतना का निरंतर स्मरण करके गहन रंग में रंगकर तेजस्वी बन जाओ। यह अभ्यास एकत्व में लगातार जागरूकता को बढ़ावा देता है जब तक कि यह स्वाभाविक रूप से हमारी सोच और प्रतिक्रिया में झलकने न लगे। (१)(विराम)

मिथिआ जिहबा अवरें काम ॥
ज़ुबान को दूसरे कामों में लगाना व्यर्थ है। यह बताता है कि कैसे बिना सोचे-समझे बोलना, गपशप करना और बुराई करना अकसर अंदर के खालीपन को दूर करने के बजाय उसे और गहरा कर देता है।

निरबाण पदु इकु हरि को नामु ॥२॥

ज्ञान की अवस्था वह है जब उस एकमात्र सर्वव्यापी स्रोत का चिंतन किया जाता है। यह हमारे आपसी जुड़ाव पर चिंतन के माध्यम से स्थिरता पाने का प्रतीक है। (२)

असंख कोटि अन पूजा करी ॥

पूजा-अर्चना के असंख्य तरीक़े हो सकते हैं। यह बाहरी कर्मकांडों पर ध्यान देने की प्रवृत्ति की ओर इशारा करता है जो अध्यात्मिकता के मूल सार से ध्यान भटका सकते हैं।

एक न पूजसि नामै हरी ॥३॥

एक बार भी उस सर्वव्यापी एकता की आराधना नहीं की जाती। यह उजागर करता है कि आंतरिक जुड़ाव का एक पल, यांत्रिक कर्मकांडों में बिताऐ गए पूरे जीवन से कहीं अधिक मूल्यवान है। (३)

प्रणवै नामदेउ इहु करणा ॥

नामदेव विनम्रतापूर्वक कहते हैं कि एकमात्र करने योग्य कार्य यही है। यह सार्वभौमिक शांति के प्रति दृढ़ संकल्प को दर्शाता है।

अनंत रूप तेरे नाराइणा ॥४॥१॥

विचार करें कि यह अनंत विविधता आपके सर्वव्यापी स्रोत का ही एक रूप है। यह बताता है कि आत्मज्ञान हर चीज़ में उस असीम उपस्थिति को पहचानने में ही निहित है। (४)(१)

तत्त्व: भक्त नामदेव इस गहन सत्य पर बल देते हैं कि आध्यात्मिकता का मूल्य हमारे किये गए रीति-रिवाज निभाने की संख्या से नहीं बल्कि सभी जीवों में मौजूद उस मूल तत्व के साथ हमारे आंतरिक संबंध की सच्चाई से निर्धारित होता है जो समस्त जीवन में विद्यमान है। सत्य के साथ वास्तविक सामंजस्य का एक पल भी, बिना सोचे-समझे सालों तक की जाने वाली प्रथाओं से कहीं अधिक प्रभावशाली नतीजे दे सकता है। जब हमारी जागरूकता, इरादे और कर्म, साथ मिलकर सामंजस्य बिठाते हैं तब बदलाव न सिर्फ़ मुमकिन हो जाता है बल्कि लगभग तय हो जाता है।

आध्यात्मिकता को हमारे ज्ञान की मात्रा से नहीं बल्कि हमारी समझ और जागरूकता की गहराई से मापा जाता है। मात्र एक सच्ची अंतर्दृष्टि भी जीवन की पूरी दिशा बदल सकती है और हमें अधिक सार्थक जीवन की ओर ले जा सकती है।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com