

भगत नामदेव – सबद ४८

जउ गुरदेउ त मिलै मुरारि ॥

रागु भैरउ, भगत नामदेव, गुरु ग्रंथ साहिब, ११६६

जउ गुरदेउ त मिलै मुरारि ॥

जउ गुरदेउ त उतरै पारि ॥

जउ गुरदेउ त बैकुंठ तरै ॥

जउ गुरदेउ त जीवत मरै ॥ १ ॥

सति सति सति सति सति गुरदेव ॥

झूठु झूठु झूठु झूठु आन सभ सेव ॥ १ ॥ रहाउ ॥

जउ गुरदेउ त नामु दड़ावै ॥

जउ गुरदेउ न दह दिस धावै ॥

जउ गुरदेउ पंच ते दूरि ॥

जउ गुरदेउ न मरिबो झूरि ॥ २ ॥

जउ गुरदेउ त अमृत बानी ॥

जउ गुरदेउ त अकथ कहानी ॥

जउ गुरदेउ त अमृत देह ॥

जउ गुरदेउ नामु जपि लेहि ॥ ३ ॥

जउ गुरदेउ भवन तै सूझै ॥

जउ गुरदेउ ऊच पद बूझै ॥

जउ गुरदेउ त सीसु अकासि ॥

जउ गुरदेउ सदा साबासि ॥ ४ ॥

जउ गुरदेउ सदा बैरागी ॥

जउ गुरदेउ पर निंदा तिआगी ॥

जउ गुरदेउ बुरा भला एक ॥

जउ गुरदेउ लिलाटहि लेख ॥ ५ ॥

जउ गुरदेउ कंधु नही हिरै ॥
जउ गुरदेउ देहुरा फिरै ॥
जउ गुरदेउ त छापरि छाई ॥
जउ गुरदेउ सिंहज निकसाई ॥ ६ ॥
जउ गुरदेउ त अठसठि नाइआ ॥
जउ गुरदेउ तनि चक्र लगाइआ ॥
जउ गुरदेउ त दुआदस सेवा ॥
जउ गुरदेउ सभै बिखु मेवा ॥ ७ ॥
जउ गुरदेउ त संसा टूटै ॥
जउ गुरदेउ त जम ते छूटै ॥
जउ गुरदेउ त भउजल तरै ॥
जउ गुरदेउ त जनमि न मरै ॥ ८ ॥
जउ गुरदेउ अठदस बिउहार ॥
जउ गुरदेउ अठारह भार ॥
बिनु गुरदेउ अवर नही जाई ॥
नामदेउ गुर की सरणाई ॥ ९ ॥ १॥ २ ॥ ११ ॥

सार: बिखरे हुए विचार जब एक साथ मिलकर व्यवस्थित होने लगते हैं, तब ज्ञान यानि गुरदेव का, असली अनुभव होता है। अनुभवात्मक सीख, वह रास्ता है जिससे सच्चाई केवल दूसरों से ली गई जानकारी न रहकर, जीते-जागते ज्ञान में बदल जाती है। हालाँकि विचार, मान्यताएँ और शिक्षाएँ हमारी यात्रा को प्रेरित कर सकती हैं लेकिन वह सीधे आंतरिक अनुभव की जगह नहीं ले सकतीं। वास्तविक समझ तभी पैदा होती है जब हम अपने अनुभवों को जीते, उनपर चिंतन कर, सवाल पूछते हैं और उनमें बदलाव लाते हैं। हर अनुभव, चाहे वह आनंददायक हो या पीड़ादायक, हमारी जागरूकता को बढ़ाता है और सच्चाई की गहरी परतों को उजागर करता है। इस आंतरिक विकास-यात्रा को पार करने का कोई छोटा रास्ता नहीं है, प्रत्येक कदम महत्वपूर्ण है। इसलिए सत्य केवल

ऐसी चीज़ नहीं है जिसे स्वीकारा या विरासत में प्राप्त कर लिया जाए, वह ऐसी अनुभूति है जिसे जीवन के साथ निरंतर जुड़ाव के माध्यम से खोजा और अपने जीवन में अपनाया जाना चाहिए।

जउ गुरदेउ त मिलै मुरारि ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब धर्मनिष्ठा की शक्ति प्राप्त होती है। यहाँ गुरदेव का अर्थ उस समझ से है जो अज्ञान को दूर करती है और मुरार का अर्थ उन गुणों से है जो अहं पर विजय पाते हैं।

जउ गुरदेउ त उतरै पारि ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब वह व्यक्ति को परिवर्तन के पार ले जाने में सक्षम बनाता है। यहाँ गुरदेव का अर्थ उस अंतर्दृष्टि से है जो अनिश्चितता के तूफ़ानी सागर से निकालकर स्पष्टता के किनारे तक पहुँचाती है।

जउ गुरदेउ त बैकुंठ तरै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब अज्ञान और पीड़ा से मुक्त, प्रबुद्ध अवस्था की ओर ले जाता है। यहाँ गुरदेव उस स्पष्टता के रूप में दिखता है जो भ्रम को पार कर जाती है जबकि बैकुंठ का अर्थ किसी दूर की जगह के बजाय मन की शांतिपूर्ण अवस्था है।

जउ गुरदेउ त जीवत मरै ॥ १॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब ऐसी अवस्था प्राप्त होती है जिसमें इंसान जीवित होते हुए भी मृत-समान होता है। यह गुरदेव को उस वैराग्य के रूप में दर्शाता है जहां शरीर और जीवन अपनी सामान्य गति से चलते रहते हैं लेकिन झूठी आत्म-पहचान धीरे-धीरे समाप्त हो जाती है। (१)

सति सति सति सति सति गुरदेव ॥

सत्य, ईमानदार, वास्तविक, धर्मनिष्ठ और शाश्वत ज्ञान है, जो प्रकाश फैलाता है। यह गुरदेव को उस सद्गुण के रूप में सम्मान देता है जिसमें व्यक्ति के भीतर विद्यमान सहज गुण ही वास्तविक और विश्वसनीय सच बन जाते हैं।

झूठ झूठ झूठ झूठ आन सभ सेव ॥१॥ रहाउ ॥

अन्य सभी कोशिशें झूठी, बेबुनियाद, भ्रामक और क्षणिक हैं। यह इस भ्रम को रेखांकित करता है कि बाहरी पहचान और रीति-रिवाजों पर निर्भर रहकर आंतरिक जुड़ाव या संतुलन पाया जा सकता है। (१)(विराम)

जउ गुरदेउ त नामु दड़ावै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब वह दृढ़ और निरंतर आत्मचिंतन को विकसित करता है। यहाँ गुरदेव ऐसी चिंतनशील अवस्था है जो स्थिर और अडिग बन जाती है।

जउ गुरदेउ न दह दिस धावै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब मन दसों दिशाओं में नहीं भटकता। यह बताता है कि गुरदेव वह संतुलन है जो बिना दिशा के भटकते चंचल मन को शांत करता है।

जउ गुरदेउ पंच ते दूरि ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब पाँचों विकार दूर हो जाते हैं। यहाँ गुरदेव विवेक की समझ है, जो अनियंत्रित कामना, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार से रक्षा करती है।

जउ गुरदेउ न मरिबो झूरि ॥२॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब मृत्यु का कोई दुःख या पछतावा नहीं रहता। यहाँ गुरदेव उस निर्भयता का प्रतीक है जो नश्वरता और कमियों को साहसपूर्वक स्वीकार करती है। (२)

जउ गुरदेउ त अमृत बानी ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब आध्यात्मिक वाणी अमृत जैसी हो जाती है। यह गुरदेव को ऐसी बातचीत के रूप में दिखाता है जो हमारी बोली, सोच और कामों को ठीक करने और पोषण देने वाले स्रोत में बदल देती है।

जउ गुरदेउ त अकथ कहानी ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब अस्तित्व की उस कहानी का अनुभव होता है जिसे शब्दों में बयान नहीं किया जा सकता। यह गुरदेव को ऐसी समझ के रूप में बताता है जो सर्वव्यापकता के विचार को वास्तविक अनुभव के तौर पर दिखाती है।

जउ गुरदेउ त अमृत देह ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब शरीर को अमर होने के अमृत के रूप में देखा जाता है। यह गुरदेव को ऐसे शारीरिक रूप के तौर पर दिखाता है जो जीवन के अनंत लोकों का अनुभव करने का माध्यम बन जाता है।

जउ गुरदेउ नामु जपि लेहि ॥३॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब निरंतर आत्म-चिंतन किया जाता है। यह गुरदेव को ऐसे चिंतन के रूप में बढ़ावा देता है जो जागरूकता को बढ़ाता है और आपसी समन्वय को पोषित करता है। (३)

जउ गुरदेउ भवन तै सूझै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब सृष्टि के तीनों लोकों का सार समझ में आता है। यह गुरदेव को उस अंतरात्मा या समझ के रूप में बताता है जिसमें दृष्टि को व्यापक बनाने की क्षमता होती है और जिसमें अस्तित्व का प्रत्येक दृश्य तथा अदृश्य पक्ष एक ही निरंतरता का हिस्सा दिखाई देने लगता है।

जउ गुरदेउ ऊच पद बूझै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब अस्तित्व की उच्च अवस्था को समझा जाता है। यहाँ गुरदेव उस जागृति का प्रतीक है जो अस्तित्व को अहं, भय और मोह से परे एक सुसंगत और एकीकृत संसार के रूप में पहचानती है।

जउ गुरदेउ त सीसु अकासि ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब सिर आकाश की ओर ऊँचा उठता है। यह गुरदेव को असीम विस्तार के प्रतीक के रूप में दर्शाता है जिसमें मन संकुचित पहचान से ऊपर उठकर सृष्टि की अनंत विविधता से जुड़ जाता है।

जउ गुरदेउ सदा साबासि ॥४॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब सदा सम्मान पाने योग्य अवस्था प्राप्त होती है। यह गुरदेव को कृतज्ञता के रूप में प्रस्तुत करता है जो जीवन के हर पहलू में मूल्य और महत्त्व को पहचानती है। (४)

जउ गुरदेउ सदा बैरागी ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब भ्रमों और लगाव से निरंतर वैराग्य की अवस्था उत्पन्न होती है। यह गुरदेव को संतोष के रूप में दर्शाता है जो जीवन के सभी पहलुओं को अपनाते हुए भी उनसे बंधे बिना, रहने की शक्ति देता है।

जउ गुरदेउ पर निंदा तिआगी ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब दूसरों की निंदा करना छोड़ दिया जाता है। यह गुरदेव को करुणा के रूप में उजागर करता है जो दूसरों को छोटा करके स्वयं को बड़ा सिद्ध करने की आवश्यकता को समाप्त करती है।

जउ गुरदेउ बुरा भला एक ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब अनुकूल और प्रतिकूल परिस्थितियाँ एक समान दिखाई देती हैं। यह गुरदेव को समान भाव के रूप में दर्शाता है जो बाहरी दिखावे से परे है और हमें जीवन को संचालित करने वाली गहरी व्यवस्था से जोड़ता है।

जउ गुरदेउ लिलाटहि लेख ॥ ५॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब यह माथे पर सौभाग्य का चिह्न अंकित करता है। यह गुरदेव को सशक्तिकरण के रूप में प्रस्तुत करता है जिसमें व्यक्ति अपने कार्यों, उनके परिणामों और उनसे मिलने वाले अनुभवों की ज़िम्मेदारी स्वयं लेता है। (५)

जउ गुरदेउ कंधु नही हिरै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है, तब अंतरात्मा की दीवार ढहती नहीं है। यह गुरदेव को उस ईमानदारी या सत्यनिष्ठा के रूप में दर्शाता है जो प्रलोभन या विपरीत परिस्थितियों में भी सत्य का साथ देती है।

जउ गुरदेउ देहुरा फिरै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब मंदिर की दिशा बदल जाती है। यह गुरदेव को ऐसे बदलाव के रूप में बताता है जिसमें संरचनाओं और रीति-रिवाजों से परे, सृष्टि के हर पहलू में ईश्वर का अनुभव होता है।

जउ गुरदेउ त छापरि छाई ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है, तब फूस की साधारण छत भी शीतल छाया प्रदान करती है। यह गुरदेव को पूर्णता और संतोष के रूप में प्रस्तुत करता है, ऐसी शांत अवस्था जिसमें जीवन की मूलभूत चीज़ें भी पर्याप्त महसूस होती हैं।

जउ गुरदेउ सिहज निकसाई ॥ ६॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब सहज तालमेल अपने आप प्रकट हो जाता है। यह गुरदेव को शांति की ऐसी अवस्था के रूप में दिखाता है जिसमें बिना किसी आंतरिक द्वंद्व के कर्म होते हैं और समझ बिना किसी कठोरता के काम करती है। (६)

जउ गुरदेउ त अठसठि नाइआ ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब यह अड़सठ तीर्थों पर स्नान करने के समान होता है। यह गुरदेव को तीर्थ यानी मन की शुद्धि की आंतरिक यात्रा के रूप में दर्शाता है।

जउ गुरदेउ तनि चक्र लगाइआ ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब शरीर पर दिव्यता का चिह्न अंकित हो जाता है। यह गुरदेव को दिव्यता के रूप में दिखाता है जिसमें हमारी जीवनशैली सकारात्मक कार्यों की बाहरी अभिव्यक्ति बन जाती है।

जउ गुरदेउ त दुआदस सेवा ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब यह भक्ति-सेवा के बारह तरीकों के समान होता है। यह गुर-ध्यान को परोपकार के रूप में उजागर करता है, जहाँ हर इंद्रिय-अनुभव और कार्य करुणा का माध्यम बन जाता है।

जउ गुरदेउ सभै बिखु मेवा ॥७॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब सारी कठिनाईयां, अमृत जैसे पोषक आहार में बदल जाती हैं। यह गुरदेव को कार्यों में सकारात्मकता के प्रतीक के रूप में दिखाता है जो चुनौतियों को सहनशक्ति में बदलता है और आध्यात्मिक विकास को मज़बूत करता है। (७)

जउ गुरदेउ त संसा टूटै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब अनिश्चितता और संदेह समाप्त हो जाते हैं। यह गुरदेव, विवेक का प्रतीक है, जो भ्रम के मूल, अहं को समाप्त करके स्पष्टता लाकर, उलझन को दूर करती है।

जउ गुरदेउ त जम ते छूटै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब विनाशकारी विचार दूर हो जाते हैं। यह गुरदेव को असुरक्षा से पैदा होने वाले नकारात्मक इरादों से मुक्ति के रूप में दिखाता है।

जउ गुरदेउ त भउजल तरै ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब हम डरावने सागर को पार कर सकते हैं। यह गुरदेव को भावनाओं के तूफ़ानों से पार जाने की शक्ति के रूप में दिखाता है, चाहे वह सकारात्मक हों या नकारात्मक, हम उनमें डूबते नहीं हैं।

जउ गुरदेउ त जनमि न मरै ॥८॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब न जन्म होता है और न मृत्यु। यह गुरदेव को निरंतरता के रूप में दिखाता है, ऐसा सिद्धांत जिसमें बदलाव के बावजूद मूल तत्व बने रहते हैं, ऐसी स्थिरता जिसका न कोई आदि है और न अंत। (८)

जउ गुरदेउ अठदस बिउहार ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब यह हमारे आंतरिक और बाहरी व्यवहार के सभी पहलुओं का मार्गदर्शन करता है। यह गुरदेव को सजगता के रूप में परिभाषित करता है, यह सुनिश्चित करते हुए कि हर काम सार्वभौमिक सिद्धांतों और मूल्यों के अनुरूप हो।

जउ गुरदेउ अठारह भार ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब अस्तित्व के विशाल, दृश्य और अदृश्य आयाम स्पष्ट हो जाते हैं। यह गुरदेव को पूर्णता की अवस्था के रूप में दिखाता है जो सृष्टि के पूरे दायरे के साथ तालमेल बिठाता है।

बिनु गुरदेउ अवर नही जाई ॥

जब ज्ञान का प्रकाश होता है तब कहीं और जाने की ज़रूरत नहीं रहती। यह नज़रिया गुरदेव को अनुभव से मिलने वाली सीख के रूप में दिखाता है जो यह पहचानती है कि सभी रास्ते एक ही सत्य की ओर ले जाते हैं।

नामदेउ गुर की सरणाई ॥९॥१॥२॥११॥

नामदेव कहते हैं कि वह उस ज्ञान की शरण में हैं जो अज्ञानता से जागरूकता की ओर ले जाता है। यह आभास गुरु में परिणत होता है, वह ज्ञान जो अहं की जगह विनम्रता लाता है। (९)(१)(२)(११)

तत्त्व: भगत नामदेव हमें याद दिलाते हैं कि जीवन में स्वाभाविक रूप से सकारात्मक और नकारात्मक भावनाएँ आती-जाती रहती हैं। समझदारी इन भावनाओं को दबाने या उनके असर में पूरी तरह बह जाने में नहीं है। इसके बजाय, अपने भीतर जागरूकता पैदा करके हम अपनी भावनाओं को पूरी तरह अनुभव कर सकते हैं, बिना उन्हें अपनी पहचान या अपने कर्मों को नियंत्रित करने देते हुए। यह विश्वास रखकर कि भावनाओं का हर उतार-चढ़ाव अंततः गुज़र जाएगा, हम उथल-पुथल के बीच भी स्थिर रह सकते हैं और अपनी पीड़ा को विकास और बेहतरी के माध्यम में बदल सकते हैं। इस संतुलित अवस्था में, हमारी भावनाएँ हमारी मालिक नहीं बल्कि हमारी शिक्षक बन जाती हैं और हमें अपने बारे में गहन सच्चाइयाँ बताती हैं। अंततः, हम यह सीखते हैं कि वास्तविक शक्ति, तूफ़ानों से बचने में नहीं है बल्कि अपने अहं को छोड़कर और अपनी आंतरिक शांति को बनाए रखते हुए उनसे गुज़रने में है।

सबद व्याख्या विनइंदर कौर और अमरदीप सिंह

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com