

भगत नामदेव – सबद ५३
काएं रे मन बिखिआ बन जाइ ॥
रागु सारंग, भगत नामदेव, गुरु ग्रंथ साहिब, १२५२

काएं रे मन बिखिआ बन जाइ ॥
भूलौ रे ठगमूरी खाइ ॥१॥ रहाउ ॥
जैसे मीनु पानी महि रहै ॥
काल जाल की सुधि नही लहै ॥
जिहवा सुआदी लीलित लोह ॥
ऐसे कनिक कामनी बाधिओ मोह ॥१॥
जिउ मधु माखी संचै अपार ॥
मधु लीनो मुखि दीनी छारु ॥
गऊ बाछ कउ संचै खीरु ॥
गला बाँधि दुहि लेइ अहीरु ॥२॥
माइआ कारनि स्रमु अति करै ॥
सो माइआ लै गाडै धरै ॥
अति संचै समझै नही मूड्ड ॥
धनु धरती तनु होइ गइओ धूड़ि ॥३॥
काम क्रोध तृसना अति जरै ॥
साधसंगति कबहू नही करै ॥
कहत नामदेउ ता ची आणि ॥
निरभै होइ भजीऐ भगवान ॥४॥१॥

सार: नकारात्मक विचारों के ढाँचे नशे की तरह आदत बन सकते हैं और मन को बार-बार भय, आक्रोश, तुलना तथा आत्म-छल की ओर खींचते रहते हैं, जब तक कि आंतरिक स्पष्टता धीरे-धीरे धुंधली न पड़ जाए। भ्रम एक हल्के नशे की तरह काम करता है जो उस समझ को ही सुन्न कर देता

है जिससे हम असलियत और सिर्फ सच लगने वाली बातों के बीच फ़र्क कर पाते हैं। जब विवेक कमज़ोर पड़ता है तब हानिकारक आदतें अनजाने ही भीतर प्रवेश कर सकती हैं, ठीक वैसे ही जैसे कोई चोर बेहोश व्यक्ति का लाभ उठाता है। ख़तरा सिर्फ़ ग़लत सोच में ही नहीं बल्कि उस जागरूकता के खो जाने में भी है जो इन असत्य धारणाओं को बने रहने देती है। मन के आंतरिक द्वंद्व से मुक्ति तब शुरू होती है जब मन इस जड़ता और सुस्ती से जाग कर, अपनी सोच-व्यवहार के तरीक़ों को पहचानने लगता है।

काएं रे मन बिखिआ बन जाइ ॥

हे मन, तुम विषैले नकारात्मक विचारों के जंगल में क्यों भटकते हो? यह संकेत करता है कि नकारात्मक सोच की आदतें मन की स्पष्टता को धीरे-धीरे क्षीण कर सकती हैं।

भूलौ रे ठगमूरी खाइ ॥ १ ॥ रहाउ ॥

तूने नशीली जड़ी-बूटी खाकर राह भटक ली है। यह माया के उस नशीले असर की ओर इशारा करता है जो किसी लुटेरे की नशीली औषधि की तरह मनुष्य की सही-ग़लत समझने की बुद्धि को सुन्न कर देता है। (१)(विराम)

जैसे मीनु पानी महि रहै ॥

जैसे मछली पानी में रहती है। यह परिचित और आराम के वातावरण से उत्पन्न उस अज्ञान को दर्शाता है जिसमें व्यक्ति अपने आसपास छिपे खतरों को पहचान नहीं पाता।

काल जाल की सुधि नही लहै ॥

उसे जाल का पता नहीं चलता जो उसकी बर्बादी का कारण बनता है। यह इंद्रिय-सुखों के साथ मौजूद मृत्यु के जाल को न देख पाने की असमर्थता की ओर संकेत करता है।

जिहवा सुआदी लीलित लोह ॥

जीभ के स्वाद से आकर्षित होकर वह लोहे के काँटे में लगे चारे को निगल लेती है। यह इंद्रियों के जाल में फँसने का प्रतीक है जिसमें अनियंत्रित इच्छा मन को उस तरफ़ आकर्षित कर ले जाती है जो न तो उसे पोषण दे सकती हैं और न ही मुक्ति।

ऐसे कनिक कामनी बाधिओ मोह ॥१॥

इसी तरह, मन सोने और अनियंत्रित इच्छाओं के प्रति मोह में बँध जाता है। यह मछली के चारे की तुलना इंसान के धन और काम-वासना के जुनून से करता है जो अंततः उसकी अंतरात्मा को फँसा लेते हैं। (१)

जिउ मधु माखी संचै अपार ॥

जैसे मधुमक्खी अत्यधिक शहद इकट्ठा करती है। यह दर्शाता है कि यह सोचकर कि इनसे सुरक्षा मिलेगी, ज़रूरत से अधिक संसाधन जमा करना बेकार है।

मधु लीनो मुखि दीनी छारु ॥

शहद तो इकट्ठा करने वाला ले जाता है और उसके मुँह में कुछ नहीं बचता। यह जमा करने वाले की उस लासदी को दिखाता है जो निरंतर मेहनत करता है, किंतु उसकी एकल की हुई बहुत-सी वस्तुएँ अंततः दूसरों के हिस्से में चली जाती हैं, विरासत बनती हैं या समय के साथ खो जाती हैं।

गरु बाछ कउ संचै खीरु ॥

गाय बछड़े के लिए दूध जमा करती है। यह अपनी संतान या भविष्य के लिए जमा करने की प्रवृत्ति को दर्शाता है।

गला बाँधि दुहि लेइ अहीरु ॥२॥

गवाला उसकी गर्दन बांधकर दूध दुह लेता है। यह लगाव की कमज़ोरी और नश्वरता के नियम को उजागर करता है। (२)

माइआ कारनि समु अति करै ॥

माया के लिए व्यक्ति अत्यधिक परिश्रम करता है। यह उस श्रम की थकान को दिखाता है जो क्षणभंगुर लक्ष्यों के पीछे भागने से आती है।

सो माइआ लै गाडै धरै ॥

फिर उस धन को धरती में गाड़ दिया जाता है। यह संसाधन के स्वामित्व-बोध की निरर्थकता को दिखाता है जिसे न तो इस्तेमाल किया जा सकता है और न ही जिसका आनंद लिया जा सकता है।

अति संचै समझै नही मूड्ड ॥

बहुत अधिक जमा करने में फंसा मूर्ख मनुष्य समझ नहीं पाता। यह बौद्धिक अज्ञानता की ओर इशारा करता है, यह न समझ पाना कि जीवन में सुरक्षा और सार्थकता भौतिक चीज़ों की माला में नहीं मिल सकती।

धनु धरती तनु होइ गइओ धूड़ि ॥३॥

धन धरती में ही रह जाता है और शरीर धूल बन जाता है। यह उस अंतिम अहसास का प्रतीक है कि जमा करने वाला और जमा की गई चीज़ें दोनों धरती में लौट जाते हैं, जहाँ वह किसी काम के नहीं रहते। (३)

काम क्रोध तृसना अति जरै ॥

अनियंत्रित कामनाएँ, क्रोध और लालसाएँ बहुत तेज़ी से जलाती हैं। यह अधूरी इच्छाओं से उत्पन्न उस आंतरिक आग को दर्शाता है जो मन को बेचैनी की भट्टी में बदल देती है।

साधसंगति कबहू नही करै ॥

वह कभी भी विवेक की संगति में नहीं रहता। यह स्पष्टता, आत्म-चिंतन और अनुभव से सीखने से दूर रहने और आध्यात्मिक संगति की कमी को निरंतर दुःख का मूल कारण बताता है।

कहत नामदेउ ता ची आणि ॥

नामदेव कहते हैं कि वही एकमात्र सच्चा सहारा है। यह उस स्थिति का प्रतीक है जहाँ भरोसा क्षणभंगुर इच्छाओं और बेचैन लालसाओं से हटकर आंतरिक स्पष्टता के शाश्वत आधार की ओर बढ़ता है।

निरभै होइ भजीऐ भगवान ॥४॥१॥

निडर बनो और सर्वव्यापी चेतना का चिंतन करो। यह ऐसी अवस्था में जाने की सलाह देता है जहाँ सुरक्षा चिंतापूर्ण जमाखोरी या नियंत्रण से नहीं बल्कि ज्ञान के साथ जुड़कर मिलती है। इसीसे आंतरिक स्वतंत्रता संभव हो पाती है। (४)(१)

तत्त्व: भगत नामदेव इस विडंबना को उजागर करते हैं कि भौतिक चीज़ें जमा करने की होड़ जो क्षणिक संतुष्टि की चाह में होती है, अंततः थकावट ही देती है। जब हम संसाधन हासिल करने पर ध्यान केंद्रित करते हैं तब अक्सर हम उनसे इतना बंध जाते हैं कि उनके प्रयोग या उन्हें दूसरों के साथ बांटने का आनंद ही खो देते हैं। मालिकाना हक के माध्यम से संतुष्टि पाने के प्रयास में, हम उन अनुभवों को गंवा देते हैं जो वास्तव में हमारे जीवन को समृद्ध बनाते हैं। यह जद्दोजहद दिखाती है कि चीज़ों के मालिकाना हक को सच्ची संतुष्टि समझने की सोच कितनी व्यर्थ है। वास्तविक समृद्धि उस स्वतंत्रता, ज्ञान और खुलेपन में निहित है जिसके साथ हम जीवन को स्वीकार करते और जीते हैं।

सबद व्याख्या विनइंदर कौर और अमरदीप सिंह

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com