भगत नामदेव - सबद २
एक अनेक बिआपक पूरक जत देखउ तत सोई ॥
रागु आसा, भगत नामदेव, गुरु ग्रंथ साहिब, ४८५

एक अनेक बिआपक पूरक जत देखउ तत सोई ॥
माइआ चित्र बचित्र बिमोहित बिरला बूझै कोई ॥१॥
सभु गोबिंदु है सभु गोबिंदु है गोबिंद बिनु नही कोई ॥
सू तु एकु मणि सत सहंस जैसे ओति पोति प्रभु सोई ॥१॥ रहाउ ॥
जल तरंग अरु फेन बुदबुदा जल ते भिंन न होई ॥
इहु परपंचु पारब्रह्म की लीला बिचरत आन न होई ॥२॥
मिथिआ भरमु अरु सुपन मनोरथ सति पदार्थु जानिआ ॥
सुक्रित मनसा गुर उपदेसी जागत ही मनु मानिआ ॥३॥
कहत नामदेउ हरि की रचना देखहु रिदै बीचारी ॥
घट घट अंतरि सरब निरंतरि केवल एक मुरारी ॥४॥१॥

सार: समस्त सृष्टि, सार्वभौमिक ऊर्जा से गहराई से जुड़ी हुई है जैसे एक ही धागा अनेक मोतियों को पिरोता है। हालांकि, यह ऊर्जा सूक्ष्म और अदृश्य है, फिर भी यह अस्तित्व के प्रत्येक हिस्से में प्रवाहित होकर सबको एक गहन सामंजस्य में बाँधती है। दूसरे दृष्टिकोण से, यह ऊर्जा सृजनात्मकता और नवीनता का स्रोत है जो निरंतर बदलाव के के माध्यम से जीवन को आकार देती और उसको बनाए रखती है। यह समझ हमें समस्त सृष्टि की एकता को पहचानने के लिए प्रेरित करती है जैसे जल की तरंगें, झाग और बुलबुले पानी से अलग नहीं हैं।

एक अनेक बिआपक पूरक जत देखउ तत सोई ॥
एक ही सर्वव्यापक चेतना अनेक रूपों में प्रकट होकर सबमें व्याप्त है, जहाँ भी मैं देखता हूँ, वही ऊर्जा दिखाई देती है।

माइआ चित्र बचित्र बिमोहित बिरला बूझै कोई ॥१॥
भ्रम के विविध खेल, मंत्रमुग्ध कर देने वाली छवि बनाते हैं जो कई लोगों को मोहित करती है लेकिन केवल कुछ ही वास्तव में यह समझ पाते हैं। (१)

सभु गोबिंदु है सभु गोबिंदु है गोबिंद बिनु नही कोई ॥
अस्तित्व का प्रत्येक अंश, उसी गहन ऊर्जा से ओतप्रोत है। यह सर्वव्यापी जागरूकता सभी चीज़ों में व्याप्त है। इस विलक्षण, अनदेखे स्रोत के बिना, कुछ भी नहीं है। यह स्पष्टता बताती है कि हम जो कुछ भी देखते हैं वह उसी मूलभूत जागरूकता की अभिव्यक्ति है।

सूतु एकु मणि सत सहंस जैसे ओति पोति प्रभु सोई ॥१॥ रहाउ ॥
जैसे एक धागा अनगिनत मोतियों को जोड़ता है, उसी तरह, सारी सृष्टि एक अनोखी, सर्वव्यापक ऊर्जा से बुनी गई है। यह सच हमें ठहरकर यह पहचानने के लिए प्रेरित करता है कि हमारी भिन्नताओं में अटूट एकता विद्यमान है। (१)(विराम)

जल तरंग अरु फेन बुदबुदा जल ते भिंन न होई ॥
लहरें, झाग और बुलबुले पानी से अलग नहीं हैं। यह दिखाता है कि सृष्टि में सभी रूप अलग-अलग लग सकते हैं लेकिन उनका मूल सार एक ही है।

इहु परपंचु पारब्रह्म की लीला बिचरत आन न होई ॥२॥
यह दुनियावी भ्रम सबसे बड़ी, अनदेखी, सर्वव्यापी ऊर्जा की लीला है जब इस पर चिंतन किया जाता है तब यह अनजान नहीं रहती। यह ज़ोर देता है कि द्वैत का भ्रम मिट जाता है और हमारे अनुभवों पर चिंतन करने से सत्य उजागर होता है। (२)

मिथिआ भरमु अरु सुपन मनोरथ सति पदार्थु जानिआ ॥
झूठ, शक, सपने और इच्छाओं को सच्ची, मूल्यवान चीज़ें माना जाता है। यह स्मरण के लिए है कि सांसारिक आकर्षण हमें धोखा दे सकते हैं जिन्हें अक्सर वास्तविक समझ लिया जाता है।

सुक्रित मनसा गुर उपदेसी जागत ही मनु मानिआ ॥३॥
सद्गुणों को अपनाने की चाहत ज्ञान के सार से मिली एक प्रेरणा है, जिसको सिर्फ़ एक जागृत मन ही स्वीकार करता है। (३)

कहत नामदेउ हरि की रचना देखहु रिदै बीचारी ॥
नामदेव कहते हैं, सर्वव्यापी ऊर्जा की रचना की बनावट को देखो और अपने मन में उसपर चिंतन करो। यह जागरूकता के लिये आत्मचिंतन के अभ्यास को बढ़ावा देता है।

घट घट अंतरि सरब निरंतरि केवल एक मुरारी ॥४॥१॥
प्रत्येक घट में, प्रत्येक कण में, वही एक सर्वव्यापक चेतना निरंतर विद्यमान है। यह विविधता में निहित एकता को दर्शाता है। (४)(१)

तत्त्व: भक्त नामदेव हमें अपने आस-पास की दुनिया को ध्यान से देखने और यह समझने के लिए प्रेरित करते हैं कि सच्ची नैतिक जागरूकता हमारे अस्तित्व के केंद्र में स्थित है और इसके हर पहलू को आकार देती है। नैतिकता मुश्किल है और इसे सिर्फ़ नियमों का पालन करने तक सीमित नहीं किया जा सकता, इसके लिए खुले मन और सद्गुणों के विकास की प्रतिबद्धता की ज़रूरत होती है। जैसे किसी कला में महारत हासिल करने के लिए अनुभव से सीखना और मेहनत से अभ्यास करना शामिल है, वैसे ही आध्यात्मिक समझ भी निरंतर साधना और आत्मचिंतन से विकसित होती है।

सबद व्याख्या **विनइंदर कौर** और **अमरदीप सिंह**
Oneness In Diversity Research Foundation
वेबसाइट: OnenessInDiversity.com
ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com