भगत नामदेव – सबद ३०

आनीले कागदु काटीले गूडी आकास मधे भरमीअले ॥

रागु रामकली, भगत नामदेव, गुरु ग्रंथ साहिब, ९७२

आनीले कागदु काटीले गूडी आकास मधे भरमीअले ॥
पंच जना सिउ बात बतऊआ चीतु सु डोरी राखीअले ॥१॥
मनु राम नामा बेधीअले ॥
जैसे कनिक कला चितु माँडीअले ॥१॥ रहाउ ॥
आनीले कुँभु भराईले ऊदक राज कुआरि पुरंदरीए ॥
हसत बिनोद बीचार करती है चीतु सु गागरि राखीअले ॥२॥
मंदरु एकु दुआर दस जा के गऊ चरावन छाडीअले ॥
पाँच कोस पर गऊ चरावत चीतु सु बछरा राखीअले ॥३॥
कहत नामदेउ सुनहु तिलोचन बालकु पालन पउढीअले ॥
अंतरि बाहरि काज बिरूधी चीतु सु बारिक राखीअले ॥४॥१॥

सार: हमारे मन में दुनिया से जुड़ने और अपनी आध्यात्मिक उन्नति के लिए नए दृष्टिकोण खोजने की एक अद्भुत शक्ति होती है, शर्त है ,हम ज़मीन से जुड़े रहें। इस एकाग्रता को पतंग की उस डोर की तरह समझें जो उसे ऊँचाई पर उड़ने देती है जबकि नीचे से एक मार्गदर्शक हाथ उसे थामे रहता है। उस डोर के बिना, पतंग दिशाहीन हो जाती है और विशाल आसमान के बिना, वह उड़ान नहीं भर सकती। इसी तरह, हमें ऐसी मानसिकता की ज़रूरत है जो हमारे अनुभवों का विस्तार करने के लिए खुली हो और साथ ही हमारे मूल -मूल्यों के प्रति भी सच्ची रहे, क्योंकि उनके बिना हम अपना जीवन पूर्णतः नहीं जी सकते। यह संतुलन हमें एक अधिक समृद्ध और मुक्त जीवन जीने में मदद करता है जहाँ हम स्वयं के प्रति सच्चे रहते हुए अपना विकास कर सकते हैं।

आनीले कागदु काटीले गूडी आकास मधे भरमीअले ॥

मैं कागज़ लाया, उसे पतंग की शक्ल में काटा और उसे आसमान में उड़ने के लिए छोड़ दिया। यह काम इस बात का प्रतीक है कि कैसे हमारा मन दुनिया की विशालता में ऊपर उठ सकता है जबकि वह असलियत से भी जुड़ा रहे।

पंच जना सिउ बात बतऊआ चीतु सु डोरी राखीअले ॥१॥

पाँच साथियों से बात करते हुए भी, मैंने अपना ध्यान पतंग की डोरी पर बनाए रखा। यह हमारी उस क्षमता को दिखाता है जिससे हम अपनी इंद्रियों के ज़रिए दुनिया से जुड़ कर, साथ ही अपने असली स्वरूप से भी जुड़े रह सकते हैं। (१)

मनु राम नामा बेधीअले ॥

उस परम सत्य का चिंतन मेरे मन की गहराइयों को छू गया। यह अनुभव दिखाता है कि कैसे आत्म-चिंतन हमारे भीतर एक निरंतर ध्यान जगाता है जिससे हमें जीवन की गहरी समझ मिलती है।

जैसे कनिक कला चितु माँडीअले ॥१॥ रहाउ ॥

जैसे सुनार का मन सोने को आकार देने की कला में पूरी तरह डूबा रहता है। यह एकाग्र ध्यान और उन चीज़ों के प्रति अटूट भक्ति का प्रतीक है जो जीवन में सबसे ज़रूरी हैं। (१)(विराम)

आनीले कुँभु भराईले ऊदक राज कुआरि पुरंदरीए ॥

एक घड़ा लाकर, उसे पानी से भरकर, वह राजकुमारी शहर की ओर लौटती है। यह उस साधक का प्रतीक है जो अपने विचारों को सींचता है और अपनी असलियत से फिर से जुड़ता है।

हसत बिनोद बीचार करती है चीतु सु गागरि राखीअले ॥२॥

वह हँसती है और अपनी सहेलियों से खुशी-खुशी बातें करती है लेकिन उसका ध्यान उस घड़े पर ही टिका रहता है। यह दैनिक जीवन में खुशी-खुशी शामिल होने का उदाहरण है जहाँ हम अपनी आंतरिक स्थिरता बनाए रखते हैं और अपने विवेक की रक्षा करते हैं। (२)

मंदरु एकु दुआर दस जा के गऊ चरावन छाडीअले ॥
एक ऐसा घर है जिसके दस दरवाज़े हैं, गाय को चरने के लिए बाहर भेजा जाता है। यह रूपक शरीर को एक घर के रूप में दर्शाता है जिसमें ज्ञान और कर्म की दस इंद्रियाँ दरवाज़ों का काम करती हैं, इन्हीं दरवाज़ों से होकर 'गाय', जो हमारी अंतरात्मा का प्रतीक है, विभिन्न दर्शनों और विचारों से पोषित होती है, जैसे कोई गाय किसी चारागाह से पोषण पाती है।

पाँच कोस पर गऊ चरावत चीतु सु बछरा राखीअले ॥३॥
भले ही गाय पाँच कोस दूर चर रही हो, उसका ध्यान और विचार अपने बछड़े पर ही टिका रहता है। यह जीवन के अनुभवों को दर्शाता है कि जीवन के बाहरी अनुभव हमारी उस सहज और स्वाभाविक चेतना को कमज़ोर नहीं कर सकते जो हमें उस परम-ज्ञान से जोड़ते हैं। (३)

कहत नामदेउ सुनहु तिलोचन बालकु पालन पउढीअले ॥
यहाँ 'त्रिलोचन' यानी तीन आँखों वाला, उस जाग्रत विवेक का प्रतीक है जो बाहरी जीवन, आंतरिक उद्देश्यों और परम-सत्य को एक साथ देख सकता है, 'बालक' एक कोमल और संवेदनशील अंतरात्मा का प्रतीक है और 'पालना' अस्तित्व के लयबद्ध प्रवाह का प्रतीक है।

अंतरि बाहरि काज बिरूधी चीतु सु बारिक राखीअले ॥४॥१॥
माँ घर के भीतर और बाहर, दोनों जगह अपने कामों में व्यस्त रहती है लेकिन उसका मन हर पल अपने बच्चे पर ही लगा रहता है। यह सिद्ध करता है कि सच्ची आध्यात्मिकता इसी क्षमता में निहित है कि हम अपने सभी सांसारिक कर्तव्यों का पालन करते हुए भी, अपनी आंतरिक चेतना के प्रति सदैव कोमल और सजग बने रहें। (४)(१)

तत्त्व: भक्त नामदेव संसार में रहते हुए भी उससे प्रभावित न होने की गहरी मनोवैज्ञानिक क्षमता पर प्रकाश डालते हैं। वह कई जीवंत उपमाओं के माध्यम से इस अवधारणा को समझाते हैं जैसे, आकाश में ऊँची उड़ान भरती पतंग जिसकी डोरी मज़बूती से बंधी रहती है, खेलती हुई युवती जो पानी के घड़े

का ध्यान रखती है और दूर-दूर तक घूमती गाय जिसका मन अपने बछड़े से जुड़ा रहता है। इसका तात्पर्य यह है कि बाहरी जिम्मेदारियों और आंतरिक संघर्षों के कारण संसार चाहे कितनी भी दिशाओं में खींचता रहे, मन अपने सार को कोमलता से देखकर और उससे जुड़कर ज्ञान का पोषण कर सकता है।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com