भगत नामदेव – सबद ३१

बेद पुरान सासत्र आनंता गीत कबित न गावउगो ॥

रागु रामकली, भगत नामदेव, गुरु ग्रंथ साहिब, ९७२

बेद पुरान सासत्र आनंता गीत कबित न गावउगो ॥
अखंड मंडल निरंकार महि अनहद बेनु बजावउगो ॥१॥
बैरागी रामहि गावउगो ॥
सबदि अतीत अनाहदि राता आकुल कै घरि जाउगो ॥१॥ रहाउ ॥
इड़ा पिंगुला अउरु सुखमना पउनै बंधि रहाउगो ॥
चंदु सूरजु दुइ सम करि राखउ ब्रहम जोति मिलि जाउगो ॥२॥
तीरथ देखि न जल महि पैसउ जीअ जंत न सतावउगो ॥
अठसठि तीरथ गुरू दिखाए घट ही भीतरि न्हाउगो ॥३॥
पंच सहाई जन की सोभा भलो भलो न कहावउगो ॥
नामा कहै चितु हरि सिउ राता सुँन समाधि समाउगो ॥४॥२॥

सार: 'सुन्न समाधि', एक गहन आध्यात्मिक जागरण की अवस्था है जिसमें अहंकार विलीन हो जाता है। यह समाधि की उस स्थिति के समान है जहाँ चेतना व्यक्तिगत पहचान से ऊपर उठकर व्यापक अस्तित्व से जुड़ जाती है। यह अवस्था 'शून्यता' की अवधारणा से जुड़ी है जो अलग-अलग स्वत्व की अनुपस्थिति को दर्शाती है परंतु इसे रिक्तता नहीं माना जाता। इस स्थिति में व्यक्ति लगाव और अहंकार-प्रेरित विचारों से मुक्त होकर गहन शांति, स्पष्टता और जीवंतता का अनुभव करता है। 'सुन्न समाधि' मौन जागरूकता का प्रतीक है जहाँ अनुपस्थिति नहीं बल्कि पूर्ण उपस्थिति का अनुभव होता है। यह यात्रा व्यक्ति को एकत्व की अनुभूति और उच्चतर चेतना की ओर ले जाती है।

बेद पुरान सासत्र आनंता गीत कबित न गावउगो ॥
दर्शन, पौराणिक कथाओं और नैतिकता पर कई ग्रंथ, गीत और कविताएँ मौजूद हैं लेकिन मैं उनका पाठ नहीं करता। यह चुनाव केवल बौद्धिक अभ्यासों, जैसे कि ग्रंथों का जाप करना, प्रवचन देना या अलंकृत भाषा का प्रयोग करना, के बजाय, सच्ची आंतरिक अनुभूति के महत्व पर ज़ोर देता है।

अखंड मंडल निरंकार महि अनहद बेनु बजावउगो ॥१॥
अखंड मंडल निराकार में, एक शाश्वत आंतरिक धुन गूंजती है। यह ऐसी पूर्णता का संकेत है जहाँ एक शांत, सामंजस्यपूर्ण लय सदैव विद्यमान रहती है क्योंकि यहाँ चेतना बिना किसी बाहरी कारण के जाग्रत होती है। (१)

बैरागी रामहि गावउगो ॥
वैराग्य की अवस्था में, मैं उस सर्वव्यापी परम-सत्य का गुणगान करूँगा। यह बंधन-रहित भक्ति को दर्शाता है जिसमें उस परम-स्रोत के प्रति प्रेम की अभिव्यक्ति, सांसारिक बंधनों से मुक्त मन से उत्पन्न होती है।

सबदि अतीत अनाहदि राता आकुल कै घरि जाउगो ॥१॥ रहाउ ॥
शब्दों से परे, जब भीतरी गूंज सुनाई देती है तब हम उस घर की ओर बढ़ते हैं जो किसी भी वंश या कुल से परे है। यह अवस्था वैचारिक भाषा की सीमाओं से परे है, यह ऊपरी सतह से सार की ओर, शब्दों से अनुभूति की ओर और अवधारणाओं से जीवंत चेतना की ओर रूपांतरण है। (१)(विराम)

इड़ा पिंगुला अउरु सुखमना पउनै बंधि रहाउगो ॥
इड़ा यानी स्त्री-प्रवृत्ति, पिंगला यानी पुरुष-प्रवृत्ति और सुषुम्ना यानी संतुलन का केंद्र, मैं इन तीनों को अपनी श्वास के द्वारा स्थिर रखूँगा। इसका तात्पर्य है अपने आंतरिक गुणों में सामंजस्य स्थापित करना, इड़ा और पिंगला द्वैत प्रवृत्तियों का प्रतिनिधित्व करते हैं जबकि सुषुम्ना इनसे परे, पूर्ण संतुलन की अवस्था का प्रतीक है।

चंदु सूरजु दुइ सम करि राखउ ब्रहम जोति मिलि जाउगो ॥२॥

चंद्र और सूर्य को समान संतुलन में रखकर हम सार्वभौमिक ज्ञान के परम प्रकाश में विलीन हो सकते हैं। यह द्वैत को निष्प्रभावी बनाने की प्रक्रिया, मनन और सचेत कर्मों के माध्यम से विपरीत शक्तियों में सामंजस्य स्थापित करने को दर्शाता है। (२)

तीरथ देखि न जल महि पैसउ जीअ जंत न सतावउगो ॥

किसी स्थान को केवल एक तीर्थस्थल मानकर उसके जल में प्रवेश न करने से, हम वहाँ रहने वाले जीव-जंतुओं की रक्षा करते हैं। यह पवित्रता की परिभाषा को कर्मकांडों से हटाकर नैतिक चेतना की ओर पुनर्परिभाषित करता है। यह दर्शाता है कि सच्ची पवित्रता जीवन के पोषण करने और समस्त अस्तित्व की परस्पर-निर्भरता का सम्मान करने में निहित है।

अठसठि तीरथ गुरू दिखाए घट ही भीतरि न्हाउगो ॥३॥

वह परम-ज्ञान, जो हमें अज्ञान से जागृति की ओर ले जाता है, उसने मेरे भीतर ही अड़सठ तीर्थस्थलों के दर्शन करा दिए हैं, अब मैं वहीं अपने अंतर्मन को पवित्र करूँगा। आत्म-चिंतन के माध्यम से शुद्धिकरण की यह प्रक्रिया यह सिद्ध करती है कि वास्तविक तीर्थस्थल तो हमारे ही सचेत मन के भीतर स्थित मनोवैज्ञानिक अवस्थाएँ हैं। (३)

पंच सहाई जन की सोभा भलो भलो न कहावउगो ॥

पांचों साथियों के साथ साधक की गरिमा निहित है, मैं अच्छा कहलाने की चाह नहीं रखता। यह उनका प्रतिनिधित्व करता है जिन्होंने अनुशासित इंद्रियों और ज्ञान के रूप में पांच साथियों पर महारत हासिल कर, विनम्रता और मान्यता से मुक्ति प्राप्त कर ली है।

नामा कहै चितु हरि सिउ राता सुँन समाधि समाउगो ॥४॥२॥

नामदेव कहते हैं कि मेरी अंतरात्मा सार्वभौमिक ऊर्जा से ओतप्रोत है, मैं चेतना की शांति में विलीन हो जाऊँगा। यह आध्यात्मिक उत्कृष्टता की अवस्था का वर्णन करता है जिसमें समाधि में चिंतन और

उसके सार को आत्मसात करते हुए अहंकार चेतना की शांति, यानी सुन्न', में विलीन हो जाता है। (४)(२)

तत्त्व: भक्त नामदेव बताते हैं कि इड़ा और पिंगला हमारे भीतर मौजूद द्वंद्व के आपसी तालमेल को दर्शाते हैं। यह उन स्त्री और पुरुष ऊर्जाओं का प्रतीक हैं जो हमारे जीवन को आकार देती हैं। सुषुम्ना, जो हमारा केंद्रीय माध्यम है, हमें इन विरोधाभासों से ऊपर उठने और भीतर की शांति व सामंजस्य खोजने के लिए प्रेरित करता है। अपनी साँस के प्रति जागरूकता बढ़ाकर, हम इन शक्तियों को संतुलित कर सकते हैं जिससे हमारी इंद्रियाँ हमें सहजता और कृपा के साथ सही राह दिखा सकें। यह यात्रा 'अच्छा' या 'बुरा' जैसे बाहरी ठप्पों के पीछे भागने के बारे में नहीं, बल्कि विनम्रता और अपनी असलियत को संवारने के बारे में है। साधक के रूप में अपने मूल स्वरूप को अपनाने से हम बाहरी मान्यताओं या दूसरों की स्वीकृति की चाह से मुक्त हो जाते हैं और यह हमें आंतरिक तालमेल व शांति से भरे जीवन की ओर ले जाता है।

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