भगत नामदेव - सबद ९

जब देखा तब गावा ॥

रागु सोरठि, भगत नामदेव, गुरु ग्रंथ साहिब, ६५६

जब देखा तब गावा ॥
तउ जन धीरजु पावा ॥१॥
नादि समाइलो रे सतिगुरु भेटिले देवा ॥१॥ रहाउ ॥
जह झिलि मिलि कारु दिसंता ॥
तह अनहद सबद बजंता ॥
जोती जोति समानी ॥
मै गुर परसादी जानी ॥२॥
रतन कमल कोठरी ॥
चमकार बीजुल तही ॥
नेरै नाही दूरि ॥
निज आतमै रहिआ भरपूरि ॥३॥
जह अनहत सूर उज्यारा ॥
तह दीपक जलै छंछारा ॥
गुर परसादी जानिआ ॥
जनु नामा सहज समानिआ ॥४॥१॥

सार: जब हमारी अंतरात्मा उस असीम चेतना से जुड़ जाती है जो शब्दों से परे है तब गहन स्पष्टता के शक्तिशाली क्षण उभरते हैं जिससे हमारा मन शांत और एकाग्र हो जाता है। इस स्पष्टता के साथ, हमें यह अनुभव होता है कि ज्ञान का प्रकाश सदैव हमारे भीतर ही विद्यमान था, जो निरंतर नई अंतर्दृष्टियों को उजागर कर उनको प्रकाशित करता है। मन की इस अवस्था में, विचार स्वाभाविक और सच्चे प्रतीत होते हैं क्योंकि वह सहज, सच्ची समझ से उपजे होते हैं और अक्सर गहरी अंतर्दृष्टि

प्रदान करते हैं। यह आंतरिक परिवर्तन हमें सत्य, सरल और अर्थपूर्ण बातों को व्यक्त करने और साँझा करने की क्षमता देता है।

जब देखा तब गावा ॥
जब भी मैं देखता हूँ, मैं गाता हूँ। इसका लाक्षणिक अर्थ है, अपने विचारों को स्पष्टता के क्षणों में व्यक्त करना।

तउ जन धीरजु पावा ॥१॥
तभी विनम्र व्यक्ति को शांति मिलती है। अर्थात समझ के उदय से मन शांत हो जाता है। (१)

नादि समाइलो रे सतिगुरु भेटिले देवा ॥१॥ रहाउ ॥
अपनी अंतरात्मा की आवाज़ से जुड़कर, मैं सर्वव्यापक दिव्य सत्ता के सच्चे ज्ञान से जुड़ा। (१)(विराम)

जह झिलि मिलि कारु दिसंता ॥
जहाँ सभी हलचल भरी गतिविधियाँ सृष्टिकर्ता के ही अंश के रूप में पहचानी जाती हैं।

तह अनहद सबद बजंता ॥
वहाँ, भीतर असीम ज्ञान की गूँज सुनाई देती है।

जोती जोति समानी ॥
सृष्टिकर्ता के रूप में दिखाई देने वाला प्रकाश और सृष्टि का प्रकाश, दोनों एक ही हैं।

मै गुर परसादी जानी ॥२॥
ज्ञान की कृपा से, मैंने इस बात को जाना। (२)

रतन कमल कोठरी ॥
कीमती रत्नों और सुंदर कमल के फूलों से भरा एक कक्ष, यह प्रतीक है कि शरीर के भीतर ही ज्ञान के ख़ज़ाने छिपे हैं।

चमकार बीजुल तही ॥
वहाँ, प्रकाश जगमगाता है। इसका अर्थ है कि अंतर्दृष्टि की चमक भीतर विद्यमान है।

नेरै नाही दूरि ॥
वह दूर नहीं, अत्यंत निकट है। यह दर्शाता है कि ज्ञान ख़ुद से अलग नहीं है।

निज आतमै रहिआ भरपूरि ॥३॥
वह हर किसी की चेतना में व्याप्त है। यह उस एकत्व को रेखांकित करता है जो समस्त सृष्टि में फैली हुई जागरूकता में निहित है। (३)

जह अनहत सूर उज्यारा ॥
जहाँ सूर्य असीम रूप से चमकता है, यह निरंतर चिंतन के अभ्यास का प्रतीक है।

तह दीपक जलै छंछारा ॥
वहाँ, एक दीपक मंद-मंद जलता है। यह दर्शाता है कि केवल तथ्यात्मक ज्ञान की तुलना में, अनुभव और अभ्यास से प्राप्त सहज बुद्धि अधिक शक्तिशाली होती है।

गुर परसादी जानिआ ॥
गुरु की कृपा से यह समझ प्राप्त हुई।

जनु नामा सहज समानिआ ॥४॥१॥
नामदेव विनम्रतापूर्वक कहते हैं कि वह सहज शांति की अवस्था में विलीन हो गए हैं। (४)(१)

तत्त्व: भक्त नामदेव अंतर्दृष्टि साँझा करते हैं कि आध्यात्मिक बोध हमारे भीतर ही विकसित होती है। उचित मार्गदर्शन और अनुभवात्मक शिक्षा के माध्यम से, साधक अपना ध्यान बाहरी दुनिया के भटकावों से हटाकर, अपने अंतर्मन की गहन गहराइयों की ओर केंद्रित कर सकते हैं। जब हम संतोष की अंतर्निहित क्षमता को स्वीकार करते हैं और उसे पहचानते हैं तब शांति उजागर होती है। यह रूपांतरकारी यात्रा हमें एक ऐसी परमानंदमयी संतुलन की अवस्था तक ले जाती है जहाँ हम शाश्वत ज्ञान को देख, सुन कर, उसके साथ जुड़ सकते हैं।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com