भगत रविदास – सबद १३

दूधु त बछरै थनहु बिटारिओ ॥

रागु आसा, भगत रविदास, गुरु ग्रंथ साहिब, ५२५

दूधु त बछरै थनहु बिटारिओ ॥
फूलु भवरि जलु मीनि बिगारिओ ॥१॥
माई गोबिंद पूजा कहा लै चरावउ ॥
अवरु न फूलु अनूपु न पावउ ॥१॥ रहाउ ॥
मैलागर बेर्हे है भुइअंगा ॥
बिखु अम्रितु बसहि इक संगा ॥२॥
धूप दीप नईबेदहि बासा ॥
कैसे पूज करहि तेरी दासा ॥३॥
तनु मनु अरपउ पूज चरावउ ॥
गुर परसादि निरंजनु पावउ ॥४॥
पूजा अरचा आहि न तोरी ॥
कहि रविदास कवन गति मोरी ॥५॥१॥

सार: आध्यात्मिक सेहत का ख़याल रखना, संतुष्ट और संतुलित जीवन जीने का एक ज़रूरी हिस्सा है जो हमें जीवन की चुनौतियों के बीच अर्थ, उद्देश्य और आंतरिक शांति खोजने में मदद करता है। आध्यात्मिक सेहत तभी प्रभावी होती है जब हम सिर्फ़ रीति-रिवाजों को मानने से आगे बढ़कर जीने का ऐसा तरीका अपनाते हैं जो सार्वभौमिक कल्याण के अनुरूप हो। स्थापित विचारों से होने वाले शोर को कम करके, अंदर की शांति में लौटने और मन के पीछे चलने के बजाय उसे साक्षी भाव से देखना, यही वास्तविक साधना है। जैसे-जैसे हम अपने दैनिक फ़ैसलों को अपनी गहन सोच के साथ जोड़ते हैं, जीवन में यह महसूस होना बंद हो जाता है कि हम जो दिखाते हैं और जो सोचते हैं, उसके बीच कोई फ़र्क है। करुणा और भक्ति फिर इस तालमेल का जीता-जागता रूप बन जाती हैं और

हमें खुशी इसलिए नहीं मिलती कि जीवन में कोई मुश्किलें नहीं हैं बल्कि इसलिए मिलती है क्योंकि हम जागरूकता और हिम्मत के साथ उनका सामना कर सकते हैं।

दूधु त बछरै थनहु बिटारिओ ॥
बछड़े ने पहले ही थन में दूध पीकर उसको दूषित कर दिया है। यह शक्तिशाली स्मरण है कि जिसे हम अछूता और शुद्ध मानते हैं, वह भी प्रकृति में दूसरे जीवों के साथ हमारे पारस्परिक संबंधों से प्रभावित होता है।

फूलु भवरि जलु मीनि बिगारिओ ॥१॥
भंवरा फूल को को छूकर परागित करता है और मछली पानी को प्रदूषित करती है। यह इंगित करता है कि प्रकृति आपसी संबंधों का जाल है और कोई भी तत्व पूर्णतः निष्कलुष या अलग-थलग स्थिति में मौजूद नहीं है। (१)

माई गोबिंद पूजा कहा लै चरावउ ॥
हे माता, फिर मैं सर्वव्यापी निर्माता की पूजा करने के लिए कौन-सा योग्य भोग चढ़ाऊँ? यह प्रश्न बाहरी पूजा और शुद्धता की धारणा की व्यर्थता को उजागर करता है क्योंकि दिव्यता का सार हर चीज़ में व्याप्त है।

अवरु न फूलु अनूपु न पावउ ॥१॥ रहाउ ॥
मुझे अभी तक ऐसा कोई फूल नहीं मिला है जो अद्वितीय सुंदरता या जो पूर्णतः पवित्रता का प्रतीक हो। यह बोध इस सच्चाई को उजागर करता है कि प्रकृति में कुछ भी स्वाभाविक रूप से निरपेक्ष शुद्ध नहीं है। (१)(विराम)

मैलागर बेर्हे है भुइअंगा ॥
चंदन के पेड़ से साँप लिपटे रहते हैं। यह छवि अस्तित्व की सच्चाई को दिखाती है, जहाँ स्पष्टता और अज्ञान, नकारात्मकता और सकारात्मकता एक साथ विद्यमान रहते हैं जो हमें उस संतुलन की याद दिलाते हैं जिसे हमें बनाए रखना होता है।

बिखु अम्रितु बसहि इक संगा ॥२॥
ज़हर और अमृत एक ही स्थान में निवास करते हैं। यह भौतिक दुनिया के अद्वैत स्वरूप को दर्शाता है जहाँ विरोधी तत्व अविभाज्य रूप से एक-दूसरे से जुड़े हुए हैं जिससे भौतिक शुद्धता की धारणा रखना असंभव है। (२)

धूप दीप नईबेदहि बासा ॥
अगरबत्ती, दीये और भोग के खाने की चीज़ों की ख़ुश्बू से माहौल भर जाता है। यह बताता है कि हमारी इंद्रियों और माहौल के अनदेखे पहलू भी एक-दूसरे के साथ अदृश्य रूप से जुड़े हुए हैं।

कैसे पूज करहि तेरी दासा ॥३॥
आपका विनम्र भक्त आपकी पूजा कैसे करे? यह सवाल कर्मकांड की कमियों पर ज़ोर देता है और पूर्णतः पवित्रता की धारणा को चुनौती देता है। (३)

तनु मनु अरपउ पूज चरावउ ॥
शरीर और मन को श्रद्धा के भाव के रूप में अर्पित किया जाता है। यहाँ पूजा को बाहरी अभिव्यक्ति के रूप में नहीं बल्कि सर्वव्यापी चेतना के सामने संपूर्ण देह-मन के समर्पण के रूप में परिभाषित किया गया है।

गुर परसादि निरंजनु पावउ ॥४॥
अंतर्दृष्टि की कृपा से, मुझे स्वच्छ स्पष्टता मिलती है। (४)

पूजा अरचा आहि न तोरी ॥
मुझे नहीं पता कि आपकी पूजा या सम्मान कैसे किया जाए। यह एक घोषणा है कि कर्मकांड वाली पूजा, भक्ति को परिभाषित नहीं करती। जाग्रत चेतना के लिए इसका कोई महत्व नहीं है।

कहि रविदास कवन गति मोरी ॥५॥१॥
रविदास कहते हैं, उनकी स्थिति क्या होगी। यह प्रश्न विनम्रता को दर्शाता है और इस बात पर सोचने को प्रेरित करता है कि हमारी आध्यात्मिक सेहत को वास्तव में क्या पोषित करता है। (५)(१)

तत्त्व: भक्त रविदास ने कर्मकांड आधारित पूजा की प्रथा को चुनौती दी है, यह बताते हुए कि इसके पीछे की मूल धारणा कि भगवान की पूजा के लिए शुद्ध, पवित्र भोग के चढ़ावे की ज़रूरत होती है। उनका तर्क था कि कोई भी भौतिक चीज़ सच में 'शुद्ध या पवित्र' नहीं हो सकती क्योंकि सृष्टि का अनंत जाल आपस में जुड़ा हुआ है जिससे सब कुछ स्वाभाविक रूप से अपवित्र हो जाता है। यह सोच बाहरी रीति-रिवाजों से ध्यान हटाकर अंदरूनी सामंजस्य पर ले जाती है कि भगवान को सच्ची भेंट का अर्पण कोई वस्तु नहीं बल्कि एकता के प्रति हृदय से की गई निष्ठा है जो विविधता को पहचानती है।

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