

शेख फ़रीद – सबद ५९  
फ़रीदा कोठे धुकणु केतड़ा पिर नीदड़ी निवारि ॥  
सलोक, शेख फ़रीद, गुरु ग्रंथ साहिब, १३८०

फ़रीदा कोठे धुकणु केतड़ा पिर नीदड़ी निवारि ॥  
जो दिह लधे गाणवे गए विलाड़ि विलाड़ि ॥५६॥

**सार:** भौतिक वस्तुओं की निरंतर खोज अक्सर सुरक्षा और सुविधा की चाह से शुरू होती है। परन्तु, यह समय के साथ जुनून बन सकता है जिससे निरंतर असंतोष ही रहता है। हर नई चीज़ मिलने पर राहत का वादा मिलता है लेकिन वह संतुष्टि जल्दी ही समाप्त हो जाती है और अगली उपलब्धि पाने की चाहत उत्पन्न हो जाती है। जैसे-जैसे हम अधिक चीज़ें जमा करने पर ध्यान देते हैं, हम अपनी मन की शांति को नज़रअंदाज़ कर देते हैं और शांति दूर का लक्ष्य बन जाती है। हमारी भलाई की कमी चीज़ों की कमी से नहीं बल्कि और ज़्यादा पाने की कभी न मिटने वाली लालसा से होती है। जिसका मक़सद हमारी ज़िंदगी को बेहतर बनाना था, वह उलटा असर कर जीवन में ख़ालीपन को और बढ़ा देता है।

फ़रीदा कोठे धुकणु केतड़ा पिर नीदड़ी निवारि ॥

फ़रीद कहते हैं, शांति की प्रिय नींद को त्यागकर तुम कब तक और अधिक महलों के पीछे भागते रहोगे। यह हमें भौतिक वस्तुओं के प्रति अपनी अथक लालसा पर पुनर्विचार करने के लिए प्रेरित करता है जो हमारे आंतरिक शांति और कल्याण का अंत कर सकती हैं।

जो दिह लधे गाणवे गए विलाड़ि विलाड़ि ॥५६॥

जो समय हमें मिलता है, वह सीमित है, पल-पल बीत रहा है। यह दर्शाता है कि कैसे जीवन साधारण क्षणों में ही लुप्त हो जाता है क्योंकि हम सचेत रूप से जीने के लिए सही समय की प्रतीक्षा में अपनी आंतरिक जागरूकता को टालते रहते हैं। (५६)

तत्त्व: शेख फ़रीद हमें याद दिलाते हैं कि जीवन अक्सर दैनिक दिनचर्या की एकरसता और सार्थक चीज़ों की खोज में देरी के कारण लुप्त हो जाता है। हम अक्सर मानते हैं कि शुरुआत करने, सुधार करने और विकसित होने के लिए हमेशा एक और दिन होगा। हमारे दिन गतिविधियों से भरे होते हैं, फिर भी हमें संतुष्टि नहीं मिलती क्योंकि जागरूकता की हमारी खोज साकार रूप न लेकर इरादा बनकर रह जाती है। इसे समझने से जीवन में 'किसी दिन' की चिंता से हटकर 'अभी' पर अधिक ध्यान केंद्रित हो जाता है।

---

पहलकदमी

**Oneness In Diversity Research Foundation**

वेबसाइट: [OnenessInDiversity.com](http://OnenessInDiversity.com)

ईमेल: [onenessindiversityfoundation@gmail.com](mailto:onenessindiversityfoundation@gmail.com)