शेख़ फ़रीद – सबद १०६
फरीदा पाड़ि पटोला धज करी क्मबलड़ी पहिरेउ ॥
सलोक, सेख फरीद, गुरु ग्रंथ साहिब, १३८३

फरीदा पाड़ि पटोला धज करी क्मबलड़ी पहिरेउ ॥
जिन्ही वेसी सहु मिलै सेई वेस करेउ ॥१०३॥

सार: एक सादा-सरल, सच्चा जीवन, उधार ली गई सोच या दिखावटी चीज़ों से जीवन को सजाने के जाल से बचाता है। यह वास्तविकता से जुड़े रहने में अपनी शक्ति पाता है, न कि उस चीज़ में जो केवल प्रभावशाली प्रतीत होती है। जिन अनावश्यक भूमिकाओं और प्रतीकों से हम स्वयं को सजाते हैं, उन्हें त्यागकर हम आंतरिक स्वाभाविक ईमानदारी को खोज पाते हैं। जीने की इस पद्धति को लगातार दूसरों की स्वीकृति की ज़रूरत नहीं होती क्योंकि बाहरी पहचान पर निर्भर न होकर इसका मूल्य भीतर से जुड़ा होता है। इस प्रकार, सादगी एक शक्तिशाली नज़रिए के रूप में उभरती है जिसके द्वारा हम यह पहचान सकते हैं कि वास्तव में क्या महत्वपूर्ण है। इस उलझन-मुक्त स्थिति में, जीवन अपनी समृद्धि और गहराई को पुनः स्थापित कर लेता है और फिर उसे स्वयं को सही साबित करने की आवश्यकता नहीं रहती।

फरीदा पाड़ि पटोला धज करी क्मबलड़ी पहिरेउ ॥
फ़रीद कहते हैं कि रेशमी वस्त्रों को फाड़कर उनके चिथड़े बना दो और उनकी जगह साधारण खुरदुरा कंबल ओढ़ लो। यह हमें सलाह देता है कि हम अपने अहंकार के झूठे आकर्षण को त्यागकर, वास्तविक जीवन-शैली को अपनाएँ।

जिन्ही वेसी सहु मिलै सेई वेस करेउ ॥१०३॥
जिस वेश-भूषा को धारण करने से मैं अपनी आंतरिक प्रभुता के और निकट पहुँच सकूँ, मैं केवल वही वेश धारण करूँगा। यह चुनाव ऐसी मानसिकता को दर्शाता है जो हमारी अंतरात्मा को किसी भी विशिष्ट पहचान की सीमाओं और बंधनों से मुक्त करती है। (१०३)

तत्त्व: शेख़ फ़रीद भौतिक संपत्तियों पर घमंड छोड़ने और सादगी से मिलने वाली विनम्रता को अपनाने के महत्व पर ज़ोर देते हैं। वह हमें भेदभाव के वस्त्र उतार फेंकने और एकता का लिबास धारण करने के लिए प्रेरित करते हैं। इन गुणों को अपनाकर और उनका पोषण करके, हम सार्थक और संतोषजनक जीवन का द्वार खोल सकते हैं।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com