शेख़ फ़रीद – सबद १०९
फरीदा पिछल राति न जागिओहि जीवदड़ो मुइओहि ॥
सलोक, सेख फरीद, गुरु ग्रंथ साहिब, १३८३

फरीदा पिछल राति न जागिओहि जीवदड़ो मुइओहि ॥
जे तै रबु विसारिआ त रबि न विसरिओहि ॥१०७॥

सार: जो मन आत्म-चिंतन की उपेक्षा करता है, उसके आध्यात्मिक रूप से अधमरा होने का जोखिम रहता है, ऐसा मन जीवन को बिना किसी सच्ची चेतना के ही गुज़ार देता है। यह भले ही विचारों और गतिविधियों से बंधा रहे लेकिन अपने वास्तविक स्वरूप से अलग ही रहता है। आत्म-चिंतन के अभाव में, अनुभव बिना किसी गहरी समझ के ही गुज़र जाते हैं जिससे जीवन में अर्थ की कमी महसूस होने लगती है। स्पष्ट अंतरात्मा और संतुलन बनाए रखने के लिए आत्म-चिंतन अत्यंत आवश्यक है, इसके बिना, मन आध्यात्मिक रूप से स्थिर हो, भले ही वह सक्रिय हो पर उसमें अंतर्दृष्टि का अभाव होता है। आत्म-चिंतन को अपनाने से हम जीवन की समृद्धता को अनुभव कर पाते हैं।

फरीदा पिछल राति न जागिओहि जीवदड़ो मुइओहि ॥
फ़रीद कहते हैं कि यदि तुम रात के अंतिम पहर में नहीं जागते हो तब तुम जीवित होते हुए भी मृत समान हो। इस आध्यात्मिक जड़ता का अर्थ है कि शरीर तो सक्रिय है परंतु आत्मा निष्क्रिय है, उसमें अस्तित्व का सार ही नहीं है।

जे तै रबु विसारिआ त रबि न विसरिओहि ॥१०७॥
भले ही तुमने उस सर्वव्यापी सत्ता को भुला दिया हो परंतु उस परम-सत्य ने तुम्हें नहीं भुलाया है। यह प्रकृति के उस शाश्वत नियम को दर्शाता है जो तब भी अटल रहता है जब मन द्वैत-भाव में उलझ जाता है। (१०७)

तत्त्व: शेख़ फ़रीद रात के अंतिम पहर के रूपक का इस्तेमाल उन दुर्लभ क्षणों को दर्शाने के लिए करते हैं जब जीवन गहरी अंतर्दृष्टियों के प्रति जागृत होता है। भूल केवल मन में होती है, अस्तित्व के मूल में नहीं। इसका अर्थ है कि अस्तित्व की मौलिक व्यवस्था बनी रहती है, भले ही वह हमारी स्मृति से ओझल हो जाए। वह प्रकृति के उन अटल नियमों को रेखांकित करते हैं जो स्थिर और अडिग रहते हैं, भले ही हमारी चेतना द्वैत में उलझ जाए और स्वयं को उस विराट समग्र से अलग महसूस करे।

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

Oneness In Diversity Research Foundation
वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com