शेख़ फ़रीद – सबद १२१
तनु तपै तनूर जिउ बालणु हड बलंन्हि ॥
सलोक, सेख फरीद, गुरु ग्रंथ साहिब, १३८४

तनु तपै तनूर जिउ बालणु हड बलंन्हि ॥
पैरी थकां सिरि जुलां जे मूं पिरी मिलंन्हि ॥११९॥

सार: स्वयं से अलगाव होना केवल क्षणिक अनुभूति नहीं है, यह एक गहन, तीव्र अंदरूनी तड़प है। यह उस कंपास जैसा है जिसने अपनी सही दिशा खो दी हो जो लगातार घूमता रहता है पर कभी अपना सही रास्ता नहीं ढूँढ़ पाता। भले ही बाहरी दुनिया पूरी तरह से पूर्ण लगती हो पर भीतर कहीं सूक्ष्म, निरंतर परेशान करने वाली भटकाव की भावना बनी रहती है। यह तड़प किसी बाहरी वस्तु के लिए नहीं, बल्कि उस अंदरूनी सामंजस्य से फिर से जुड़ने की है जो कभी अपने आप में पूर्ण महसूस होता था।

तनु तपै तनूर जिउ बालणु हड बलंन्हि ॥
शरीर भट्टी की तरह जलता है और हड्डियाँ लकड़ी के ईंधन की तरह सुलगती हैं। यह संकेत करता है कि स्वयं से अलगाव कोई ऊपरी भावना नहीं है, यह गहन, तीव्र आंतरिक तड़प है।

पैरी थकां सिरि जुलां जे मूं पिरी मिलंन्हि ॥११९॥
पैर थक जाएँ तो भी मैं अपने सिर के बल चलूँ, यदि ऐसा करने से मुझे अपने प्रियतम का मिलन प्राप्त हो जाए। यह एकता की उस तड़प की ओर इशारा करता है जो किसी भी चुनौती से कहीं अधिक प्रबल है। (११९)

तत्त्व: शेख़ फ़रीद, सिर के बल चलने के रूपक के माध्यम से यह बताते हैं कि जब एकत्व की तड़प जागती है तब वह सुविधा से कहीं अधिक शक्तिशाली हो जाती है जिससे संपूर्णता की आवश्यकता के आगे चुनौतियाँ कम महत्त्वपूर्ण लगने लगती हैं। यात्रा चाहे कितनी भी कठिन क्यों न हो, यह तीव्र

इच्छा हर बाधा को पार करते हुए आगे बढ़ने की प्रेरणा देती है। इसी दृढ़ता और प्रतिबद्धता के बल पर हम पीछे न हटकर एकता प्राप्त कर सकते हैं।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com