शेख़ फ़रीद - सबद ४०

बिरहा बिरहा आखीऐ बिरहा तू सुलतानु ॥

सलोक, सेख फरीद, गुरु ग्रंथ साहिब, १३७९

बिरहा बिरहा आखीऐ बिरहा तू सुलतानु ॥
फरीदा जितु तनि बिरहु न ऊपजै सो तनु जाणु मसानु ॥३६॥

सार: बिरहा, संस्कृत शब्द विरह से उत्पन्न है। यह केवल भावनात्मक निराशा नहीं बल्कि एक पवित्र जागृत उदासीनता की अवस्था है जहाँ स्वीकृति-अस्वीकृति, सुख और दुःख के द्वंद्वों में कोई उलझन नहीं है। हममें से कई लोग इस अधूरेपन की भावना से उत्पन्न होने वाले दर्द को कमज़ोरी का संकेत समझकर इसका विरोध करते हैं । हालाँकि यह पीड़ा हमारे जीवित होने का प्रमाण है, अपने वास्तविक स्वरूप से पुनः जुड़ने की लालसा है । जब हम इस लालसा का विरोध या दमन करना बंद कर देते हैं और इसका सम्मान करना शुरू कर देते हैं तब बिरहा दर्द से एक ऐसे मार्ग में बदल जाता है जो हमें आत्म-साक्षात्कार, पूर्णता और अस्तित्व के गहन उद्देश्य की ओर ले जाता है।

बिरहा बिरहा आखीऐ बिरहा तू सुलतानु ॥
हम इसे विरह, वियोग या त्याग कहते हैं परंतु हे बिरहा तू ही सच्चा सम्राट है। यह प्रतीक है कि लालसा बिरहा की यह अवस्था हमारे आंतरिक वियोग के बिखराव को परिवर्तन करने की शक्ति को नियंत्रित करती है।

फरीदा जितु तनि बिरहु न ऊपजै सो तनु जाणु मसानु ॥३६॥
फ़रीद कहते हैं कि जिस शरीर में कोई लालसा नहीं उठती उस तन को श्मशान समझो। अर्थात आध्यात्मिक आकर्षण से रहित व्यक्ति निर्जीव है। (३६)

तत्त्व: शेख़ फ़रीद, बिरहा से जुड़ी त्याग की आंतरिक अवस्था को सर्वोच्च आध्यात्मिक मार्ग मानते हैं। उनका मानना है कि आध्यात्मिक बंजरपन जिसमें वियोग की पीड़ा या मिलन की लालसा का

अभाव होता है एक निर्जीव अस्तित्व की ओर ले जाता है जो श्मशान के समान है। त्याग और लालसा को कमज़ोरियों के रूप में देखने के बजाय वह उन्हें एक ऐसी सर्वोच्च शक्ति के पद पर आसीन करते हैं जो सच्ची जीवंतता को बढ़ावा देती है। इस दृष्टिकोण से अपने वास्तविक स्वरूप से मिलन की गहन लालसा उस चिंगारी का काम करती है जो जीवन को जागृत, रूपांतरित और पवित्र बनाती है जिससे यह हमारी आध्यात्मिक यात्रा का एक महत्वपूर्ण पहलू बन जाता है।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com