शेख़ फ़रीद – सबद ७०

फरीदा इट सिराणे भुइ सवणु कीड़ा लड़िओ मासि ॥

सलोक, सेख फरीद, गुरु ग्रंथ साहिब, १३८१

फरीदा इट सिराणे भुइ सवणु कीड़ा लड़िओ मासि ॥
केतड़िआ जुग वापरे इकतु पइआ पासि ॥६७॥

सार: शरीर का प्रकृति में वापस लौटना कोई निष्कर्ष नहीं बल्कि अटल सत्य है। हमारा भौतिक अस्तित्व पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु और आकाश से मिलकर बना है, जो एक साथ बुने हुए हैं। समय के साथ यह संरचना गर्व, शर्म या सामाजिक पहचान से अलग विभाजित होकर अपने मूल स्रोत में मिल जाती है। यह चक्र न सज़ा है न सम्मान, बल्कि जीवन का स्वाभाविक भाग है। इस सत्य को स्वीकार करने से विनम्रता आती है और भय कम होता है जिससे जीवन अधिक सहज और सार्थक बनता है।

फरीदा इट सिराणे भुइ सवणु कीड़ा लड़िओ मासि ॥
फ़रीद कहते हैं कि सिर ईंट पर रखा है, शरीर ख़ाली ज़मीन पर पड़ा है और कीड़े मांस खा रहे हैं। यह चित्रण प्रकृति में वापसी को दर्शाता है जहाँ पहचान, इज़्ज़त-बेइज़्ज़ती की सोच ख़तम हो जाती है और सिर्फ़ विलय का परम सत्य ही रह जाता है।

केतड़िआ जुग वापरे इकतु पइआ पासि ॥६७॥
अनगिनत युग बीत जाते हैं फिर भी शरीर उसी हालत में पड़ा रहता है। यह दर्शाता है कि समय बिना रुके आगे बढ़ता रहता है जबकि ज़िद्दी सोच बग़ैर अंतर्दृष्टि और हरकत, परिवर्तन को स्वीकार नहीं करती। (६७)

तत्त्व: शेख़ फ़रीद इस पर ज़ोर देते हैं कि ज़िद्दी और अडिग मन, क़ब्र में पड़े शरीर की तरह ही बेजान होता है। आगे बढ़ने से इनकार करने से भीतरी बेजानपन आ जाता है जिससे ज्ञान, करुणा और

विकास की कमी होती है। हमें मूल्यवान बातें मिल सकती हैं लेकिन अगर हम उन्हें समझने से रोकते हैं तब भीतरी प्रक्रिया भी रुक जाती है। यह सोच असलियत से ज़्यादा अहं को महत्त्व देती है जिससे सच में ज़िंदा रहने की क्षमता कम हो जाती है। इसके विपरीत, ग्रहणशील मन समझ और जागरूकता के कारण जीवंत बना रहता है।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com