

शेख़ फ़रीद – सबद ८०

चबण चलण रतन से सुणीअर बहि गए ॥

सलोक, शेख़ फरीद, गुरु ग्रंथ साहिब, १३८१

चबण चलण रतन से सुणीअर बहि गए ॥

हेड़े मुती धाह से जानी चलि गए ॥७७॥

सार: हमारे भौतिक शरीर, इंद्रिय अनुभवों और हमारी पहचान के बीच गहरा संबंध है। जैसे-जैसे हमारी उम्र बढ़ती है और इंद्रियाँ क्षीण होने लगती हैं, हम अस्तित्व के संकट का सामना करते हैं जिसमें हमारा अहं अलगाव और अकेलेपन के बीच अपनी पहचान बनाए रखने के लिए संघर्ष करता है। यह दुनिया को समझने में इंद्रिय अनुभवों की अहम भूमिका और हमारी मानसिक सेहत पर शारीरिक गिरावट के बड़े असर को दिखाता है। अंततः, यह हमें अस्तित्व और मन, शरीर तथा अहं के संबंध पर विचार करने के लिए प्रेरित करता है।

चबण चलण रतन से सुणीअर बहि गए ॥

चबाना, चलना और आँख, कान के साथ, सभी ने अपना काम करना बंद कर दिया है। यह दर्शाता है कि रोज़मर्रा की जिन सहज क्षमताओं को हम स्वाभाविक मानते हैं, वह स्थायी नहीं हैं।

हेड़े मुती धाह से जानी चलि गए ॥७७॥

कमज़ोर होता शरीर उन इंद्रियों के जाने का शोक मनाता है, जो कभी संसार का अनुभव करती थीं। यह अस्तित्व के संकट को दर्शाता है, जहाँ इंद्रियों के क्षीण होने पर अहं अपनी पहचान बनाए रखने के लिए संघर्ष कर रहा है। (७७)

तत्त्व: शेख़ फ़रीद हमारा ध्यान अहम और सोचने पर मजबूर करने वाली गहन सच्चाई की ओर दिलाते हैं कि जिन सुविधाओं को हम अक्सर बेकद्री से लेते हैं, जैसे कि बोलने, सुनने, चलने और देखने की हमारी क्षमताएँ, वह उतनी स्थायी नहीं जितना हम सोचते हैं। वह चेतावनी देते हैं कि हमारी

आम दिनचर्या की ज़िंदगी के यह ज़रूरी पहलू समय के साथ क्षीण होते जाते हैं और अनेक कारणों से अचानक बदल भी सकते हैं। यह बोध हमें सजगता का अभ्यास करने की तरफ़ प्रेरित करता है और हमसे कहता है कि जब तक हो सके हम, इन तोहफ़ों को संजोकर रखें और इनका अच्छे से प्रयोग करें क्योंकि शायद कि यह सदा न रहें।

सबद व्याख्या विनइंदर कौर और अमरदीप सिंह

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com