शेख़ फ़रीद – सबद ८८
फरीदा डुखा सेती दिहु गइआ सूलां सेती राति ॥
सलोक, सेख फरीद, गुरु ग्रंथ साहिब, १३८२

फरीदा डुखा सेती दिहु गइआ सूलां सेती राति ॥
खड़ा पुकारे पातणी बेड़ा कपर वाति ॥८५॥

सार: अस्तित्व के मूल तत्व से अलग होने की पीड़ा मन को पूरी तरह से जकड़ लेती है जिससे वह दिन-रात बेचैन रहता है। दिन की हलचल और भागदौड़ कष्टों से भरी होती है और जब रात आती है तब आराम मिलने के बजाय मन परेशान करने वाले विचारों में उलझ जाता है। यह पीड़ा केवल हमारे आस-पास घटित होने वाली घटनाओं से ही नहीं उपजती बल्कि एक गहरी अनुभूति से भी उत्पन्न होती है कि हम उस आंतरिक स्रोत से दूर हो गए हैं जो जीवन में संतुलन बनाए रखता है।

फरीदा डुखा सेती दिहु गइआ सूलां सेती राति ॥
फ़रीद कहते हैं कि दिन कष्ट में बीता और रात चिंता में। यह मन की उस निरंतर मानसिक कशाकशी को दर्शाता है जिसमें अस्तित्व के मूल-तत्व से अलग होने का दर्द मन को पूरी तरह जकड़ लेता है।

खड़ा पुकारे पातणी बेड़ा कपर वाति ॥८५॥
नांव का मल्लाह खड़ा होकर पुकार रहा है कि नाव भंवर के मुँह में फँस गई है। यह हमारी अंतरात्मा की ओर से एक चेतावनी है जो हमें याद दिलाती है कि सांसारिक मोह-माया में उलझकर, हम उसके द्वारा निगल लिए जाने के खतरे में हैं। (८५)

तत्त्व: शेख़ फ़रीद सांसारिक मोह-माया के ख़तरों को समझाने के लिए भंवर के रूपक का प्रयोग करते हैं। भले ही सतह ऊपर से चिकनी और लुभावनी लगे जो हमें बिना सोचे-समझे अपनी ओर खींच लेती है लेकिन उसके नीचे मौजूद एक तेज़ धारा हमें ख़तरे की ओर ले जा सकती है। यह दर्शाता है

कि कैसे भौतिक वस्तुओं या क्षणिक सुखों के प्रति हमारा मोह हमारे मन को फंसा सकता है जो चीज़ ऊपर से हानिरहित लगती है, वही अंततः हमारी अंतरात्मा को पूरी तरह से निगल भी सकती है।

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

Oneness In Diversity Research Foundation

वेबसाइट: OnenessInDiversity.com

ईमेल: onenessindiversityfoundation@gmail.com