ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੧੨੨

ਤਨੁ ਨ ਤਪਾਇ ਤਨੂਰ ਜਿਉ ਬਾਲਣੁ ਹਡ ਨ ਬਾਲਿ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੪

ਤਨੁ ਨ ਤਪਾਇ ਤਨੂਰ ਜਿਉ ਬਾਲਣੁ ਹਡ ਨ ਬਾਲਿ ॥
ਸਿਰਿ ਪੈਰੀ ਕਿਆ ਫੇੜਿਆ ਅੰਦਰਿ ਪਿਰੀ ਨਿਹਾਲਿ ॥੧੨੦॥

ਸਾਰ: ਰੂਹਾਨੀ ਵਿਕਾਸ ਪ੍ਰਤੀ ਗਲਤ ਧਾਰਨਾ ਉਸ ਸਮੇਂ ਪਰਪੱਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸਰੀਰਕ ਤਪੱਸਿਆ ਨੂੰ ਅੰਤਰੀਵੀ ਰੁਪਾਂਤ੍ਰਣ ਦੇ ਤੁਲ ਸਮਝ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ। ਭਾਵੇਂ ਬਾਹਰੀ ਰਸਮਾਂ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹੋਣ, ਪਰ ਉਹ ਕਿਸੇ ਦੇ ਅੰਤਰੀਵੀ ਆਪੇ ਨੂੰ ਨਿਰਮਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ। ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤਪਾਉਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਨਾਲ ਹਉਮੈਂ ਚੁਪਸ਼ਾਂਤ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਬਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਝੂਠੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਰੂਹਾਨੀ ਵਿਕਾਸ ਇਸ ਵਿਚ ਨਹਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਬਾਹਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੀ ਕੁਝ ਛੱਡਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਸਾਡੀ ਸੂਝ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਅਤੇ ਅੰਤਰੀਵੀ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਯੋਗਤਾ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿਗਾਸ ਦਾ ਪਹੁ ਫੁਟਾਲਾ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਬਾਹਰੀ ਮਰਿਯਾਦਾ ਦੀ ਥਾਂ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨੂੰ ਅਮੀਰ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਤਨੁ ਨ ਤਪਾਇ ਤਨੂਰ ਜਿਉ ਬਾਲਣੁ ਹਡ ਨ ਬਾਲਿ ॥
ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਭੱਠੀ ਵਾਂਗ ਸਾੜਨ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਬਾਲਣ ਵਾਂਗ। ਇਹ ਭਾਵ ਸਮਝਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੀ ਉੱਚ ਅਵਸਥਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਮਕਾਂਡੀ ਤੱਪ ਲੋੜੀਂਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਸਿਰਿ ਪੈਰੀ ਕਿਆ ਫੇੜਿਆ ਅੰਦਰਿ ਪਿਰੀ ਨਿਹਾਲਿ ॥੧੨੦॥
ਜਦੋਂ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦਾ ਵਾਸਾ ਅੰਦਰ ਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਿਰ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਤਪਾਉਣ ਦਾ ਕੀ ਫ਼ਾਇਦਾ। ਇਹ ਭਾਵ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਹਰੀ ਭਾਲ ਬੇਮਾਇਨਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਪਤਾ ਚਲ ਜਾਵੇ ਕਿ ਜਿਸ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੀ ਭਾਲ ਅਸੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਸੀ ਉਹ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਵਿਦਮਾਨ ਹੈ। (੧੨੦)

ਤੱਤ: ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ, ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਦੇ ਇਸ ਤੱਥ 'ਤੇ ਮੋਹਰ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਸ ਵੇਲੇ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਸੱਚੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਅੰਦਰੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਹੋਂਦ ਦੋ ਅੰਤਰਸੰਬੰਧਿਤ ਖੰਡਾਂ ਨੂੰ ਘੇਰੀ ਬੈਠੀ ਹੈ: ਪਦਾਰਥਕ ਅਤੇ ਚੇਤੰਨ, ਜੋ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ, ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਹਰੀ ਮਾਨਤਾ ਦੀ ਥਾਂ ਆਪਣੇ ਅੰਤਰੀਵੀ ਆਪੇ ਦੀ ਸੂਝ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪਹਿਲਕਦਮੀ

Oneness In Diversity Research Foundation
ਵੈੱਬਸਾਈਟ: **OnenessInDiversity.com**

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**