ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੬੫

ਤਤੀ ਤੋਇ ਨ ਪਲਵੈ ਜੇ ਜਲਿ ਟੁਬੀ ਦੇਇ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੧

ਤਤੀ ਤੋਇ ਨ ਪਲਵੈ ਜੇ ਜਲਿ ਟੁਬੀ ਦੇਇ ॥
ਫਰੀਦਾ ਜੋ ਡੋਹਾਗਣਿ ਰਬ ਦੀ ਝੂਰੇਦੀ ਝੂਰੇਇ ॥੬੨॥

ਸਾਰ: ਕ੍ਰੋਧ, ਜਿਸਨੂੰ ਅਕਸਰ ਅੰਤਰੀਵੀ ਅੱਗ ਵਜੋਂ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਾਡੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਸੀਮਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਵੇਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਸਾਡੀ ਸੂਝ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਗੁੱਸਾ ਹਾਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸਿਆਣਪ ਦਾ ਪੱਲਾ ਛੱਡ, ਆਪਣੇ ਬਚਾਅ ਦਾ ਸੰਜੋਅ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਕੀਮਤੀ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਖਤਰੇ ਵਾਂਗ ਭਾਸਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਤੁਰੰਤ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਾਲਾ ਵਿਹਾਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਹਾਲਾਤ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ; ਵਿਗਾਸ ਲਈ ਆਤਮ ਪੜਚੋਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਾਂਤ ਮਨ ਦਾ ਭਾਵ ਹਲਾਤਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ; ਬਲਕਿ ਇਸ ਦੀ ਟੇਕ ਸਾਡੀ ਸੁਣਨ, ਵਿਚਾਰਨ ਅਤੇ ਵਿਗਸਿਤ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਮਰੱਥਾ 'ਤੇ ਟਿਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤਤੀ ਤੋਇ ਨ ਪਲਵੈ ਜੇ ਜਲਿ ਟੁਬੀ ਦੇਇ ॥
ਸੜਦੀ ਫਸਲ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਫੁੱਲਦੀ, ਭਾਵੇਂ ਉਸਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿਚ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਡੁਬੋ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਭਾਵ ਇਸ ਤੱਥ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ ਕਿ ਕ੍ਰੋਧ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਕੀਮਤੀ ਗਿਆਨ ਮਿਲਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਉਸਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਗਸਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਗੁਆ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ।

ਫਰੀਦਾ ਜੋ ਡੋਹਾਗਣਿ ਰਬ ਦੀ ਝੂਰੇਦੀ ਝੂਰੇਇ ॥੬੨॥
ਫਰੀਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭਾਗਹੀਨ, ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਸਤਾ ਤੋਂ ਵਿਛੜ, ਪਛਤਾਵਾ ਅਤੇ ਸੋਗ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵ ਉਸ ਅੰਤਰੀਵੀ ਡਗਮਗਾਹਟ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਅਸਲੀ ਸਵੈ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸਹਿਣ ਕਰਦਾ ਹੈ। (੬੨)

ਤੱਤ: ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਸਾਰੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਇਕਜੁੱਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪਰਮ ਸਤਾ ਨਾਲੋਂ ਵਿਛੜਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਅਸਲ ਵਿਚ ਭਾਗਹੀਨ ਹਨ। ਇਸ ਇਕੱਲਤਾ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਪਰਿਪੇਖ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਸਮਝਣ ਦੀ ਬਜਾਇ ਨਿੱਜੀ ਅਨਿਆਂ ਵਜੋਂ ਦੇਖਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਖੁਸੇ ਮੌਕਿਆਂ ਉਪਰ ਹੀ ਅਟਕ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਪਛਤਾਵਾ ਹੋਰ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੁੱਖ ਹੋਰ ਪ੍ਰਬਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਮਨ ਉਸਨੂੰ ਮੁੜ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬਦਲਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਪਰੰਤੂ, ਵਸਲ ਦੀ ਮੁੜ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਅੰਤਰ-ਆਤਮੇ ਦਾ ਵਿਗਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਰੂਪ ਵਿਚ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਪਹਿਲਕਦਮੀ

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

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**