ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੮੮

ਫਰੀਦਾ ਡੁਖਾ ਸੇਤੀ ਦਿਹੁ ਗਇਆ ਸੂਲਾਂ ਸੇਤੀ ਰਾਤਿ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੨

ਫਰੀਦਾ ਡੁਖਾ ਸੇਤੀ ਦਿਹੁ ਗਇਆ ਸੂਲਾਂ ਸੇਤੀ ਰਾਤਿ ॥
ਖੜਾ ਪੁਕਾਰੇ ਪਾਤਣੀ ਬੇੜਾ ਕਪਰ ਵਾਤਿ ॥੮੫॥

ਸਾਰ: ਹੋਂਦ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋਣ ਦਾ ਦੁੱਖ ਮਨ ਨੂੰ ਭਾਰੀ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸਨੂੰ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਬੇਚੈਨ ਕਰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਦਿਨ ਦੀ ਭੱਜ-ਦੌੜ ਦੁੱਖਾਂ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਰਾਤ ਚੈਨ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਮਨ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿਚ ਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੁੱਖ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਵਾਪਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕਾਰਣ ਹੀ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਧੁਰ ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੇ ਅਹਿਸਾਸ ਤੋਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਹਿਜਮਈ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਅੰਤਰੀਵੀ ਸਤਾ ਤੋਂ ਦੂਰ ਚਲੇ ਗਏ ਹਾਂ।

ਫਰੀਦਾ ਡੁਖਾ ਸੇਤੀ ਦਿਹੁ ਗਇਆ ਸੂਲਾਂ ਸੇਤੀ ਰਾਤਿ ॥
ਫਰੀਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਦਿਨ ਦੁੱਖ ਵਿਚ ਬੀਤਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਰਾਤ ਚਿੰਤਾ ਵਿਚ। ਇਹ ਭਾਵ ਮਾਨਸਿਕ ਡਗਮਗਾਹਟ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਹੋਂਦ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਤੋਂ ਵਿਛੋੜੇ ਦੀ ਪੀੜਾ ਮਨ ਨੂੰ ਖਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਖੜਾ ਪੁਕਾਰੇ ਪਾਤਣੀ ਬੇੜਾ ਕਪਰ ਵਾਤਿ ॥੮੫॥
ਬੇੜੀ ਵਾਲਾ ਮਲਾਹ ਰੌਲਾ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੇੜੀ ਭਵਰ ਵਿਚ ਵੱਸ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਭਾਵ ਸਾਡੀ ਅੰਤਰ-ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੰਦਾ ਹੋਇਆ, ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ, ਸੰਸਾਰਿਕ ਮੋਹ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਣ ਨਾਲ, ਅਸੀਂ ਉਸ ਦੁਆਰਾ ਭਸਮ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਮੁੱਲ ਲੈ ਬੈਠਦੇ ਹਾਂ। (੮੫)

ਤੱਤ: ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਦੁਨਿਆਵੀ ਮੋਹ ਦੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਭਵਰ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਉਪਰੋਂ ਲੁਭਾਉਣਾ ਅਤੇ ਖਿੱਚ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਜਾਪਦਾ, ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਸੋਚੇ ਸਮਝੇ ਇਕ ਪਲ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਖਿੱਚ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਅੰਦਰ ਵੱਗਦੀ ਤੇਜ਼ ਧਾਰਾ ਖੱਤਰੇ ਵਾਲ ਲੈ ਜਾ

ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਭੌਤਿਕ ਵਸਤਾਂ ਜਾਂ ਅਸਥਾਈ ਸੁੱਖਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਡਾ ਮੋਹ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੂੰ ਫਸਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਨੁਕਸਾਨ ਰਹਿਤ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਵਸਤ ਵਿਚ ਬਦਲ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅੰਤ ਸਾਡੀ ਅੰਤਰਆਤਮਾ ਨੂੰ ਹੀ ਖਾ ਜਾਵੇ।

---

ਪਹਿਲਕਦਮੀ

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

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**