# ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੧

## ਦਿਲਹੁ ਮੁਹਬਤਿ ਜਿੰਨ੍ ਸੇਈ ਸਚਿਆ ॥

### ਰਾਗੁ ਆਸਾ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੪੮੮

ਦਿਲਹੁ ਮੁਹਬਤਿ ਜਿੰਨ੍ ਸੇਈ ਸਚਿਆ ॥
ਜਿਨ੍ ਮਨਿ ਹੋਰੁ ਮੁਖਿ ਹੋਰੁ ਸਿ ਕਾਂਢੇ ਕਚਿਆ ॥੧॥
ਰਤੇ ਇਸਕ ਖੁਦਾਇ ਰੰਗਿ ਦੀਦਾਰ ਕੇ ॥
ਵਿਸਰਿਆ ਜਿਨ੍ ਨਾਮੁ ਤੇ ਭੁਇ ਭਾਰੁ ਥੀਏ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥
ਆਪਿ ਲੀਏ ਲੜਿ ਲਾਇ ਦਰਿ ਦਰਵੇਸ ਸੇ ॥
ਤਿਨ ਧੰਨੁ ਜਣੇਦੀ ਮਾਉ ਆਏ ਸਫਲੁ ਸੇ ॥੨॥
ਪਰਵਦਗਾਰ ਅਪਾਰ ਅਗਮ ਬੇਅੰਤ ਤੂ ॥
ਜਿਨਾ ਪਛਾਤਾ ਸਚੁ ਚੁੰਮਾ ਪੈਰ ਮੂੰ ॥੩॥
ਤੇਰੀ ਪਨਹ ਖੁਦਾਇ ਤੂ ਬਖਸੰਦਗੀ ॥
ਸੇਖ ਫਰੀਦੈ ਖੈਰੁ ਦੀਜੈ ਬੰਦਗੀ ॥੪॥੧॥

ਸਾਰ: ਆਤਮ-ਪੜਚੋਲ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਸੰਕਲਪ ਨਹੀਂ ਹੈ ਬਲਕਿ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਾਧਨ ਹੈ। ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਵੈ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋ, ਓਨੇ ਹੀ ਚੰਗੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਗੁੰਝਲਾਂ ਨੂੰ ਨਿਪਟਾਉਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵੱਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਚੀ ਸੂਝ ਇਕ ਵਿਲੱਖਣ ਤੋਹਫ਼ਾ ਹੈ ਜੋ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਅਰਥਭਰਪੂਰ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਕਲਾਵੇ ਵਿਚ ਲੈਣ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਅਣਸੁਖਾਵੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਨਾਲ ਜੀਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਦਿਲਹੁ ਮੁਹਬਤਿ ਜਿੰਨ੍ ਸੇਈ ਸਚਿਆ ॥
ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਅੰਦਰ ਬੇ-ਗਰਜ਼ ਪਿਆਰ ਹੈ ਉਹੀ ਅਸਲ ਇਮਾਨਦਾਰ ਵਜੋਂ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਿਨ੍ ਮਨਿ ਹੋਰੁ ਮੁਖਿ ਹੋਰੁ ਸਿ ਕਾਂਢੇ ਕਚਿਆ ॥੧॥

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਚਨ ਅਤੇ ਕਰਮਾਂ ਵਿਚ ਇਕਸਾਰਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਉਹ ਸਵੈ-ਉਨਤੀ ਦੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪੱਧਰ ਤੇ ਮੰਨੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। (੧)

ਰਤੇ ਇਸਕ ਖੁਦਾਇ ਰੰਗਿ ਦੀਦਾਰ ਕੇ ॥

ਬੇ-ਗਰਜ਼ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਹੋਏ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਮੁਚੀ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਵਜੋਂ ਦੇਖਦੇ ਹਨ।

ਵਿਸਰਿਆ ਜਿਨ੍ ਨਾਮੁ ਤੇ ਭੁਇ ਭਾਰੁ ਥੀਏ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥

ਜਿਹੜੇ ਸਵੈ-ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਨੂੰ ਵਿਸਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸੰਸਾਰਿਕ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਇਕ ਬੋਝ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। (੧)(ਠਹਿਰਾਉ)

ਆਪਿ ਲੀਏ ਲੜਿ ਲਾਇ ਦਰਿ ਦਰਵੇਸ ਸੇ ॥

ਜਿਹੜੇ ਵਿਸ਼ਵ-ਵਿਆਪੀ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸਮੁਚੀ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਰਸੀਏ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਤਿਨ ਧੰਨੁ ਜਣੇਦੀ ਮਾਉ ਆਏ ਸਫਲੁ ਸੇ ॥੨॥

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਧੰਨਤਾ ਦੀਆਂ ਪਾਤਰ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਉਸਾਰੂ ਸੋਚ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਭਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੋਨਾਂ ਦਾ ਅਸਤਿਤਵ ਸੱਚਮੁੱਚ ਫਲਦਾਇਕ ਬਣਦਾ ਹੈ। (੨)

ਪਰਵਦਗਾਰ ਅਪਾਰ ਅਗਮ ਬੇਅੰਤ ਤੂ ॥

ਪਾਲਣ ਅਤੇ ਪੋਸਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਊਰਜਾ, ਅਨੰਤ, ਅਥਾਹ ਅਤੇ ਬੇਅੰਤ ਹੈ।

ਜਿਨਾ ਪਛਾਤਾ ਸਚੁ ਚੁੰਮਾ ਪੈਰ ਮੂੰ ॥੩॥

ਜਿਹੜੇ ਇਸ ਸਚ ਨੂੰ ਸਵਿਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਮੈਂ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੈਰ ਚੁੰਮਦਾ ਹਾਂ। (੩)

ਤੇਰੀ ਪਨਹ ਖੁਦਾਇ ਤੂ ਬਖਸੰਦਗੀ ॥
ਸਰਵਵਿਆਪਕ ਚੇਤਨਾ ਦੇ ਸਦੀਵੀ ਸੁਭਾ ਵਿੱਚ ਪਨਾਹ ਲੱਭਣਾ, ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਆਜ਼ਾਦੀ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸੇਖ ਫਰੀਦੈ ਖੈਰੁ ਦੀਜੈ ਬੰਦਗੀ ॥੪॥੧॥
ਸੇਖ ਫਰੀਦ ਬੇ-ਗਰਜ਼ ਪਿਆਰ ਦੀ ਭਗਤੀ ਨਾਲ ਕ੍ਰਿਤਾਰਥ ਹੋਣ ਦੀ ਜਾਚਨਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। (੪)(੧)

ਤੱਤ: ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਭਗਤੀ ਦੇ ਪਵਿਤਰ ਸਰੂਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਇਰਾਦਿਆਂ ਅਤੇ ਅਮਲਾਂ ਵਿਚ ਇਕਸਾਰਤਾ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਕਾਮਨਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਬੇਗਰਜ਼ ਪਿਆਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਏਕਤਾ ਦੀ ਅਨੁਭੂਤੀ ਦੇ ਰਾਹ ਤੋਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਏਕਤਾ ਜੋ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਸ ਵਿਚ ਜੋੜਦੀ ਹੈ।

---

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

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

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**