ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੧੨੭

ਸਰਵਰ ਪੰਖੀ ਹੇਕੜੋ ਫਾਹੀਵਾਲ ਪਚਾਸ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੪

ਸਰਵਰ ਪੰਖੀ ਹੇਕੜੋ ਫਾਹੀਵਾਲ ਪਚਾਸ ॥
ਇਹੁ ਤਨੁ ਲਹਰੀ ਗਡੁ ਥਿਆ ਸਚੇ ਤੇਰੀ ਆਸ ॥੧੨੫॥

ਸਾਰ: ਅੱਜ ਦੇ ਤੇਜ਼-ਰਫ਼ਤਾਰ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਇੰਦ੍ਰਿਆਵੀਂ ਭਟਕਣਾਵਾਂ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਘੇਰ ਰੱਖਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਖੇਰੂੰ-ਖੇਰੂੰ ਕਰ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵੱਲ ਖਿੱਚ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਰਹਿਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਕਿਰਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਅੰਤਰੀਵੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਘੱਟ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਖੰਡਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਧੁੰਦਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਿਚ ਖੜੋਤ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅੰਤਰੀਵੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮੁੜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕਲਾ ਸਿੱਖਣੀ ਪਵੇਗੀ ਅਤੇ ਭਟਕਣਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਿਚ ਖੜ੍ਹਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਇਸ ਕਲਾ ਵਿਚ ਨਿਪੁੰਨ ਹੋ ਕੇ ਅਸੀਂ ਉਹ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਮੁੜ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਅਰਥ ਭਰਪੂਰ ਜੀਵਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਸਰਵਰ ਪੰਖੀ ਹੇਕੜੋ ਫਾਹੀਵਾਲ ਪਚਾਸ ॥
ਝੀਲ ਵਿਚ ਇਕ ਪੰਛੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪੰਜਾਹ ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਹਨ। ਇਕੱਲਾ ਪੰਛੀ ਅੰਤਹਕਰਣ ਅਤੇ ਪੰਜਾਹ ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਅਣਗਿਣਤ ਇੰਦ੍ਰਿਆਵੀ ਖਿੱਚਾਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹਨ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਣਗਿਣਤ ਉਤੇਜਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਮਨ ਨੂੰ ਭਟਕਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹੁ ਤਨੁ ਲਹਰੀ ਗਡੁ ਥਿਆ ਸਚੇ ਤੇਰੀ ਆਸ ॥੧੨੫॥
ਮੇਰੀ ਦੇਹ ਅਣਗਿਣਤ ਲਹਿਰਾਂ ਵਿਚ ਘਿਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ; ਮੇਰੀ ਓਟ ਸਿਰਫ਼ ਸਰਬਵਿਆਪਕ ਸਤਾ 'ਤੇ ਟਿਕੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਮਾਇਆ ਅਤੇ ਭਰਮ ਮਨ ਨੂੰ ਅਸਥਿਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਦਕਿ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨੂੰ ਬਲਵਾਨ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। (੧੨੫)

ਤੱਤ: ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਇਸ ਤੱਥ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਭਰਮ ਮਨ ਨੂੰ ਵਿਗਾੜ ਕੇ ਧਾਰਨਾ ਨੂੰ ਖੇਰੂੰ-ਖੇਰੂੰ ਕਰ, ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਝੂਠੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਅਸਤਿ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਡਾਵਾਂਡੋਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ, ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਸਾਨੂੰ ਸਤਿ ਨਾਲ ਜੋੜ, ਸਾਡੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨੂੰ ਬਲਵਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੀਵਨ ਦੀ ਵਗਦੀ ਧਾਰਾ ਅੰਦਰ, ਜਦੋਂ ਭਰਮ ਸਾਡੇ ਅੰਤਰੀਵੀ ਆਪੇ ਨੂੰ ਖਿੰਡਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਸਾਡੀ ਸੁਰਤ ਨੂੰ ਇਕਜੁੱਟ ਕਰ ਸਾਨੂੰ ਸਥਿਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

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

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**