ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੧੩੩

ਇਹੁ ਤਨੁ ਸਭੋ ਰਤੁ ਹੈ ਰਤੁ ਬਿਨੁ ਤੰਨੁ ਨ ਹੋਇ ॥

ਸਲੋਕ, ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੦

ਇਹੁ ਤਨੁ ਸਭੋ ਰਤੁ ਹੈ ਰਤੁ ਬਿਨੁ ਤੰਨੁ ਨ ਹੋਇ ॥
ਜੋ ਸਹ ਰਤੇ ਆਪਣੇ ਤਿਤੁ ਤਨਿ ਲੋਭੁ ਰਤੁ ਨ ਹੋਇ ॥
ਭੈ ਪਇਐ ਤਨੁ ਖੀਣੁ ਹੋਇ ਲੋਭੁ ਰਤੁ ਵਿਚਹੁ ਜਾਇ ॥
ਜਿਉ ਬੈਸੰਤਰਿ ਧਾਤੁ ਸੁਧੁ ਹੋਇ ਤਿਉ ਹਰਿ ਕਾ ਭਉ ਦੁਰਮਤਿ ਮੈਲੁ ਗਵਾਇ ॥
ਨਾਨਕ ਤੇ ਜਨ ਸੋਹਣੇ ਜਿ ਰਤੇ ਹਰਿ ਰੰਗੁ ਲਾਇ ॥੫੨॥

ਸਾਰ: ਜਦੋਂ ਸਹੀ ਮਾਰਗ ਤੋਂ ਭਟਕ ਜਾਣ ਦਾ ਭੈ ਉੱਭਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਅੰਤਹਕਰਣ ਨਿਮਰਤਾ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਭਾਲਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਇੱਛਾਵਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਹੁਤ ਖਿੱਚ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਸਨ, ਉਹ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਗੁਆਉਣ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਘੱਟਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਰਥਪੂਰਨ ਚਿੰਤਨ ਅਤੇ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਲਈ ਥਾਂ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਮਨ ਦੀ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਅਸੀਂ ਜਨੂੰਨ ਦੀਆਂ ਜ਼ੰਜੀਰਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਕੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਪਰਿਵਰਤਨ ਹਉਮੈ ਦੀ ਪਕੜ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਦਿਆਂ ਸਾਡੀ ਅਗਵਾਈ ਸੰਪੂਰਨ ਅਤੇ ਉਦੇਸ਼ ਕੇਂਦਰਿਤ ਜੀਵਨ ਵੱਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹੁ ਤਨੁ ਸਭੋ ਰਤੁ ਹੈ ਰਤੁ ਬਿਨੁ ਤੰਨੁ ਨ ਹੋਇ ॥
ਇਹ ਸਰੀਰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਹੂ ਨਾਲ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ; ਲਹੂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਜੀਵਨ-ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ; ਲਹੂ ਸਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਜੀਵਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨੂੰ ਵੀ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ, ਮੋਹ-ਮਾਇਆ, ਲਾਲਸਾਵਾਂ, ਡਰਾਂ ਅਤੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨੂੰ ਰੂਪ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਜੋ ਸਹ ਰਤੇ ਆਪਣੇ ਤਿਤੁ ਤਨਿ ਲੋਭੁ ਰਤੁ ਨ ਹੋਇ ॥

ਜਿਹੜੇ ਅੰਤਰੀਵੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨਾਲ ਰੰਗੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਉਹ ਲੋਭ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦੇ। ਇਹ ਭਾਵ ਸੁਚੇਤ ਜੀਵਨ ਦੀ ਉਸ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਅੰਤਹਕਰਣ ਧਨ-ਸੰਪਦਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਭੈ ਪਇਐ ਤਨੁ ਖੀਣੁ ਹੋਇ ਲੋਭੁ ਰਤੁ ਵਿਚਹੁ ਜਾਇ ॥

ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਅਧਰਮੀ ਹੋਣ ਦਾ ਭੈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦੇਹੀ ਨਿਮਾਣੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅੰਦਰੋਂ ਲਾਲਚ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵ ਉਸ ਰੁਪਾਂਤ੍ਰਣ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਹਉਮੈ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਘਟਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਬੇਕਾਬੂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਮੱਧਮ ਪੈਣ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਕਦੇ ਨਾ ਮੁੱਕਣ ਵਾਲੀ ਚਾਹ ਅਤੇ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ।

ਜਿਉ ਬੈਸੰਤਰਿ ਧਾਤੁ ਸੁਧੁ ਹੋਇ ਤਿਉ ਹਰਿ ਕਾ ਭਉ ਦੁਰਮਤਿ ਮੈਲੁ ਗਵਾਇ ॥

ਜਿਵੇਂ ਅੱਗ ਧਾਤ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਸਰਬਵਿਆਪੀ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਜਾਗ੍ਰਿਤੀ ਵਿਗੜੀ ਸੋਚ ਦੀਆਂ ਅਸ਼ੁੱਧ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵ ਬਿਬੇਕ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਰਾਹੀਂ ਅੰਤਰੀਵੀ ਨਿਰਮਲਤਾ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਹੋਣ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ।

ਨਾਨਕ ਤੇ ਜਨ ਸੋਹਣੇ ਜਿ ਰਤੇ ਹਰਿ ਰੰਗੁ ਲਾਇ ॥੫੨॥

ਨਾਨਕ ਆਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਜੀਵ ਸੁੰਦਰ ਹਨ ਜੋ ਸਰਬ-ਵਿਆਪਕ ਤੱਤਸਾਰ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਹ ਅੰਤਰੀਵੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਉਸ ਅੰਤਰ-ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਵਿਛੋੜੇ ਤੋਂ ਏਕਤਾ ਵਾਲੇ ਰਾਹ ਦੀ ਪਾਂਧੀ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। (੫੨)

ਤੱਤ: ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਅਤੇ ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਇਸ ਤੱਥ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਏਕਤਾ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਤਹਿ ਦਿਲੋਂ ਅਪਣਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਮਨੋਬਿਰਤੀ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕ੍ਰਿਪਾ ਅਤੇ ਅਦਭੁਤਤਾ ਦਾ ਪਸਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸੂਝ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਏਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਡੂੰਘੇ ਸਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਸੁਹਿਰਦਤਾ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਸਿਰਜ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

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

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**