ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੩੯

ਫਰੀਦਾ ਚਿੰਤ ਖਟੋਲਾ ਵਾਣੁ ਦੁਖੁ ਬਿਰਹਿ ਵਿਛਾਵਣ ਲੇਫੁ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੭੯

ਫਰੀਦਾ ਚਿੰਤ ਖਟੋਲਾ ਵਾਣੁ ਦੁਖੁ ਬਿਰਹਿ ਵਿਛਾਵਣ ਲੇਫੁ ॥
ਏਹੁ ਹਮਾਰਾ ਜੀਵਣਾ ਤੂ ਸਾਹਿਬ ਸਚੇ ਵੇਖੁ ॥੩੫॥

ਸਾਰ: ਰੂਹਾਨੀ ਤਾਂਘ, ਆਪਣੀ ਅੰਤਰਹਿਤ ਪੀੜਾ ਦੇ ਨਾਲ, ਮਨੁੱਖੀ ਅਨੁਭਵ ਦਾ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੈ ਜੋ ਮਾਨਤਾ ਦੀ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਦੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਆਤਮ-ਪੜਚੋਲ ਵੱਲ ਰੁਪਾਂਤ੍ਰਿਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦਾ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਉਹ ਪਰਿਵਰਤਨ ਵੱਲ ਸਾਡੀ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੱਤ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਗੂੜ੍ਹ ਸੰਬੰਧ ਅਤੇ ਸੂਝ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਦੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਵਜੋਂ ਕਲਾਵੇ ਵਿਚ ਲੈ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜਦੋ-ਜਹਿਦ ਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਸਾਨੂੰ ਵਿਛੋੜੇ ਦੇ ਦਰਦ ਅਤੇ ਏਕਤਾ ਦੀ ਤਾਂਘ ਨੂੰ ਰੂਹਾਨੀਅਤ ਵਜੋਂ ਦੇਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਖੁਦ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਫਰੀਦਾ ਚਿੰਤ ਖਟੋਲਾ ਵਾਣੁ ਦੁਖੁ ਬਿਰਹਿ ਵਿਛਾਵਣ ਲੇਫੁ ॥
ਫਰੀਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨਾਂ ਦੀ ਮੰਜੀ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਦਰਦ ਦੇ ਵਾਣੁ ਹਨ ਅਤੇ ਤਾਂਘ ਬਿਸਤਰੇ ਵਾਂਗ ਹਨ। ਇਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਸੱਚੇ ਸਵੈ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟਣ ਦੇ ਦੁੱਖ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਅੰਦਰ ਰੂਹਾਨੀ ਤਾਂਘ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਏਹੁ ਹਮਾਰਾ ਜੀਵਣਾ ਤੂ ਸਾਹਿਬ ਸਚੇ ਵੇਖੁ ॥੩੫॥
ਹੇ ਮੇਰੇ ਮਾਲਕ; ਮੈਨੂੰ ਨਿਹਾਰ, ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੀਉਂਦਾ ਹਾਂ। ਕਿਸੇ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦਰਸਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਇਕ ਦਿਆਨਤ ਭਰੀ ਅਰਜ਼ੋਈ। (੩੫)

ਤੱਤ: ਸੇਖ ਫਰੀਦ ਅੰਤਰੀਵੀ ਹਲਚਲ, ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਰੂਹਾਨੀ ਵਿਛੋੜੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਬੇਆਰਾਮ ਬਿਸਤਰੇ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੇਅਰਾਮੀ ਦਾ ਹਰ ਪਹਿਲੂ ਸਾਡੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ: ਚਿੰਤਾ ਅਧੂਰੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਦਰਦ ਅੰਤਰੀਵੀ ਟਕਰਾਅ ਤੋਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਮਿਲਾਪ ਦੀ ਤਾਂਘ ਅੰਤਰੀਵੀ ਦੱਬੀ ਪਰਤ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿਸੇ ਦੀ ਚੇਤਨਾ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸੇਖ ਫਰੀਦ ਦਿਆਨਤਦਾਰੀ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਰੂਹਾਨੀ ਤਾਂਘ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਚੇਤਨਾ ਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਹੱਲ ਦਾ ਵਾਸਤਾ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵਿਧੀ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਵਾਲ ਉਠਾਉਂਦੀ ਹੈ: ਕੀ ਸਾਡਾ ਦਰਦ, ਬੇਚੈਨੀ ਅਤੇ ਤਾਂਘ ਮਨੁੱਖੀ ਅਨੁਭਵ ਦੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪਹਿਲੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਏਕਤਾ ਲਈ ਦਿਲੀ ਇੱਛਾ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਣ?

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

Oneness In Diversity Research Foundation

ਵੈੱਬਸਾਈਟ: **OnenessInDiversity.com**

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**