ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੪੫

ਬੁਢਾ ਹੋਆ ਸੇਖ ਫਰੀਦੁ ਕੰਬਣਿ ਲਗੀ ਦੇਹ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੦

ਬੁਢਾ ਹੋਆ ਸੇਖ ਫਰੀਦੁ ਕੰਬਣਿ ਲਗੀ ਦੇਹ ॥
ਜੇ ਸਉ ਵਰ੍ਹਿਆ ਜੀਵਣਾ ਭੀ ਤਨੁ ਹੋਸੀ ਖੇਹ ॥੪੧॥

ਸਾਰ: ਅਸਥਿਰਤਾ ਨਾਲ ਗੂੜ੍ਹਤਾ ਪ੍ਰਬਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਪੜਾਅ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਹ ਹੋਂਦ ਦਾ ਤੱਤਸਾਰ ਹੈ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਬੁੱਢੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਬੱਚਾ ਗੋਦ ਵਿਚ ਖੇਡਦਾ-ਖੇਡਦਾ ਵੱਡਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਆਪਣਾ ਰੂਪ ਵੀ ਜੋ ਕਦੇ ਸਥਿਰ ਜਾਪਦਾ ਸੀ, ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਢਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦੌਰ ਵਿਚ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਬੇਚੈਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡਾ ਮਨ ਅਕਸਰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਚੱਲ ਰਹੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਗੇੜ ਨੂੰ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾ ਵੇਖਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਇਹ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। । ਪਰ, ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਾਬਜ਼ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਤੋਂ ਹਾਜ਼ਰਤਾ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਨੂੰ ਮਹੱਤਵ ਦੇਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਵੇ, ਤਾਂ ਅਸਥਿਰਤਾ, ਡਰ ਦੇ ਸਰੋਤ ਤੋਂ ਗੂੜ੍ਹ ਸਾਥੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਰੁਪਾਂਤ੍ਰਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਅਜਿਹੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਨਿਮਰਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਦਭਾਵਨਾ ਪੂਰਨ ਅਤੇ ਲਗਾਵ ਰਹਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬੁਢਾ ਹੋਆ ਸੇਖ ਫਰੀਦੁ ਕੰਬਣਿ ਲਗੀ ਦੇਹ ॥
ਫਰੀਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੁੱਢੇ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਕੰਬਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵ ਉਸ ਕੁਦਰਤੀ ਪਤਨ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਹ ਭਾਵ ਸਾਡੀ ਹੋਂਦ ਦੀ ਮੂਲ ਅੰਤਰੀਵੀ ਨਿਰਬਲਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਸਉ ਵਰ੍ਹਿਆ ਜੀਵਣਾ ਭੀ ਤਨੁ ਹੋਸੀ ਖੇਹ ॥੪੧॥
ਭਾਵੇਂ ਜੀਵਨ ਸੌ ਸਾਲ ਦਾ ਹੋਵੇ, ਅੰਤ ਨੂੰ ਦੇਹ ਮਿੱਟੀ ਵਿਚ ਮਿਲੇਗੀ। ਇਹ ਭਾਵ ਸਾਡੀ ਮੌਤ ਦੀ ਅਟੱਲ ਸੱਚਾਈ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਭਾਵੇਂ ਸਮੇਂ ਦਾ ਗੇੜ੍ਹ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਅੰਤਮ ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕਦਾ। (੪੧)

ਤੱਤ: ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਆਪਣੇ ਕੰਬਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਵੇਖ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਕਿ ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਸਾਨੂੰ ਅਸਥਿਰਤਾ ਦੀ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਦੇਹੀ ਸਦੀਵੀ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਇਸ ਵਿਚ ਜੋ ਵੀ ਹੈ ਉਹ ਅੰਤ ਵਿਚ ਮਿੱਟੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਸੂਝ ਸਾਡੇ ਭੌਤਿਕ ਰੂਪਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਵਿਅਰਥਤਾ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਛੋਟੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਲੰਬੀ, ਸਾਡਾ ਦੇਹ ਦਾ ਹਰ ਅੰਗ ਖਤਮ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪਰਮ ਹਕੀਕਤ ਅਧੀਨ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੱਤਾਂ ਵਿਚ ਵਾਪਸ ਮਿਲ ਜਾਣਗੇ ਜਿੱਥੋਂ ਇਹ ਉਤਪੰਨ ਹੋਏ ਸਨ। ਇਸ ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਡਰ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪਲ ਦੇ ਸੁਹਿਰਦ ਕਦਰਦਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

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

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**