ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੪੬

ਫਰੀਦਾ ਬਾਰਿ ਪਰਾਇਐ ਬੈਸਣਾ ਸਾਂਈ ਮੁਝੈ ਨ ਦੇਹਿ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੦

ਫਰੀਦਾ ਬਾਰਿ ਪਰਾਇਐ ਬੈਸਣਾ ਸਾਂਈ ਮੁਝੈ ਨ ਦੇਹਿ ॥
ਜੇ ਤੂ ਏਵੈ ਰਖਸੀ ਜੀਉ ਸਰੀਰਹੁ ਲੇਹਿ ॥੪੨॥

ਸਾਰ: ਸਵੈ-ਖੋਜ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਉਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਬਾਹਰੀ ਅਰਥਾਂ ਨੂੰ ਭਾਲਣ ਦੀ ਥਾਂ ਅੰਦਰ ਜੋ ਵਾਪਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਰੂਹਾਨੀ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ, ਰੁਝਾਨਾਂ, ਭੂਮਿਕਾਵਾਂ, ਜਾਂ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਮਿਲੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਰਾਦਿਆਂ ਨੂੰ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਨਿਹਾਰਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਸਾਡੀ ਮਨੋਬਿਰਤੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਸਵੀਕ੍ਰਿਤੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰੀਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟਤਾ ਦੇ ਅਸਲ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਾਇਮ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਹ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਰੂਪੀ ਰਾਹ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਇਹ ਅੰਤਰੀਵੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਇਕ ਅਜਿਹੀ ਸਮਰਥਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਬਾਹਰੀ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਅਸੀਂ ਸਵੈ-ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੇ ਸਾਗਰ ਵਿਚ ਡੂੰਘਾ ਉਤਰਦੇ ਹਾਂ, ਸਾਡੀ ਯਾਤਰਾ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦੀ ਮੁਹਤਾਜ ਨਾ ਰਹਿ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਆਪੇ ਨਾਲ ਇਕਸੁਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਫਰੀਦਾ ਬਾਰਿ ਪਰਾਇਐ ਬੈਸਣਾ ਸਾਂਈ ਮੁਝੈ ਨ ਦੇਹਿ ॥
ਫਰੀਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਅੰਤਰ-ਆਤਮਾ ਤੋਂ ਇਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦਰ 'ਤੇ ਨਾ ਬੈਠਣ ਪਵੇ। ਇਹ ਭਾਵ ਸਰਵ-ਵਿਆਪਕ ਚੇਤਨਾ ਅੱਗੇ ਪੂਰਨ ਸਮਰਪਣ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੂ ਏਵੈ ਰਖਸੀ ਜੀਉ ਸਰੀਰਹੁ ਲੇਹਿ ॥੪੨॥
ਜੇਕਰ ਅੰਤਰ-ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਮੁਹਤਾਜ਼ਗੀ ਕਰਨੀ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਹੀ, ਸਾਹਾਂ ਤੋਂ ਸੱਖਣੀ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਭਾਵ ਇਸ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮਰਪਣ, ਸੰਪੂਰਤਾ ਅਤੇ ਦੈਵੀ ਸਤਾ ਦੀ ਆਸ ਤੋਂ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਜੀਵਨ ਅਰਥ ਵਿਹੂਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। (੪੨)

ਤੱਤ: ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਅਜਿਹੀ ਜੀਵਨ ਜੁਗਤ ਸਿਰਜਨ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸਦਾ ਮਿਆਰ ਸਿਰਫ਼ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਤੋਂ ਕਿਧਰੇ ਵਧੇਰੇ ਹੋਵੇ। ਸੰਪੂਰਨਤਾ ਰਹਿਤ ਜੀਵਨ ਸੱਖਣੇਪਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਮਨ ਨੂੰ ਬੇਚੈਨੀ ਦੇ ਆਲਮ ਵਿਚ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਪਰਮ-ਸਤ ਵੱਲ ਪਿੱਠ ਕਰ ਲਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਫੈਸਲੇ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਵਿਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਰਤਾਰੇ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਜੁਗਤ ਬਣੀ ਤਾਂ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਬੇਜ਼ਾਨ ਦੇਹੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ। ਉਹ ਸਾਨੂੰ ਅੰਤਰੀਵੀ ਇਕਸੁਰਤਾ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਜੀਵਨ ਸਿਰਫ਼ ਬੋਝ ਨਾ ਜਾਪੇ ਬਲਕਿ ਇਸ ਦਾ ਸੱਚਮੁੱਚ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

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

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**