ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੪੮

ਫਰੀਦਾ ਇਕਨਾ ਆਟਾ ਅਗਲਾ ਇਕਨਾ ਨਾਹੀ ਲੋਣੁ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੦

ਫਰੀਦਾ ਇਕਨਾ ਆਟਾ ਅਗਲਾ ਇਕਨਾ ਨਾਹੀ ਲੋਣੁ ॥
ਅਗੈ ਗਏ ਸਿੰਞਾਪਸਨਿ ਚੋਟਾਂ ਖਾਸੀ ਕਉਣੁ ॥੪੪॥

ਸਾਰ: ਭਰਪੂਰਤਾ ਅਤੇ ਥੌੜ ਇਕ ਥਾਂ ਵਸਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸੱਚੀ ਪੂਰਤੀ ਦੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਕਈਆਂ ਕੋਲ ਬੇਅੰਤ ਸਰੋਤ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ, ਉਹ ਅੰਤਰੀਵੀ ਤੌਰ ਤੇ ਖਾਲੀਪਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਕਈ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸਰੋਤਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸਬਰ-ਸੰਤੋਖ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤਾਤ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ, ਲਗਾਵ, ਹੰਕਾਰ, ਜਾਂ ਗੁਆਉਣ ਦੇ ਡਰ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਉਲਟ, ਥੌੜ, ਕੁੜੱਤਣ, ਸ਼ਰਮ, ਜਾਂ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਵਾਧਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਪਰੀਤਤਾ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵਨ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਅੰਤਰੀਵੀ ਇਕਸੁਰਤਾ ਅਤੇ ਸਪਸ਼ਟਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਨਹਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਸੂਝ ਨਾਲ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਦੇ ਅਣਥੱਕ ਉਦਮ ਤੋਂ ਹੱਟ, ਇਕਸੁਰਤਾ, ਗੂੜ੍ਹਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੁਸੱਤਾ ਕੇਂਦਰਿਤ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਫਰੀਦਾ ਇਕਨਾ ਆਟਾ ਅਗਲਾ ਇਕਨਾ ਨਾਹੀ ਲੋਣੁ ॥
ਫਰੀਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਈਆਂ ਕੋਲ ਆਟੇ ਦੀ ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਈ ਲੂਣ ਦੀ ਘਾਟ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਭਾਵ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਭੌਤਿਕ ਸੰਪਤੀਆਂ ਵਿਚ, ਸਗੋਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਤੱਤਸਾਰ ਅਤੇ ਉਦੇਸ਼ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸੂਝ ਵਿਚਲੀ ਅਸਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਅਗੈ ਗਏ ਸਿੰਞਾਪਸਨਿ ਚੋਟਾਂ ਖਾਸੀ ਕਉਣੁ ॥੪੪॥
ਜੀਵਨ ਸਫ਼ਰ ਵਿਚ ਅੱਗੇ ਵਧਦਿਆਂ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਤਹਕਰਣ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸਲ ਵਿਚ ਸੱਟਾਂ ਕੌਣ ਝੱਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੀਵਨ ਦਾ

ਅਸਲ ਮਾਪ-ਤੋਲ ਦੌਲਤ ਵਿਚ ਨਹਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਚਿੰਤਨ ਵਿਚ ਵਿਦਮਾਨ ਹੈ, ਜੋ ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਪੱਸ਼ਟਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। (੪੪)

ਤੱਤ: ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਮੈਂ ਕੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਕੀ ਹੈ ਵਿਚਲਾ ਅੰਤਰ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਦਿਆਂ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ " ਕੋਲ ਹੋਣਾ" ਬਾਹਰੀ ਕਾਰਕਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਾਇਦਾਦ, ਰੁਤਬਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਭਾਵ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ "ਮੈਂ ਕੀ ਹਾਂ" ਅੰਤਰੀਵੀ ਗੁਣਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੰਪੂਰਨਤਾ, ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂਸੱਤਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਗਲਤ ਧਾਰਨਾ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਪਦਾਰਥਿਕ ਸੁਖ-ਸਹੂਲਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਦੁੱਖਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਚਰਿੱਤਰ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪੀੜਾ ਦਾ। ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਕੀ ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਥਾਮਿਕਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਕੀ ਹੈ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੀਵਨ ਅਸਲ ਵਿਚ ਸਾਰਥਕ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

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

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**