ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੧੦

ਫਰੀਦਾ ਇਟ ਸਿਰਾਣੇ ਭੁਇ ਸਵਣੁ ਕੀੜਾ ਲੜਿਓ ਮਾਸਿ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੧

ਫਰੀਦਾ ਇਟ ਸਿਰਾਣੇ ਭੁਇ ਸਵਣੁ ਕੀੜਾ ਲੜਿਓ ਮਾਸਿ ॥
ਕੇਤੜਿਆ ਜੁਗ ਵਾਪਰੇ ਇਕਤੁ ਪਇਆ ਪਾਸਿ ॥੬੧॥

ਸਾਰ: ਦੇਹ ਮੁੜ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚ ਹੀ ਸਮਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਕੋਈ ਨਿਰਣਾਮਈ ਟਿੱਪਣੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਅਟੱਲ ਸੱਚ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਭੌਤਿਕ ਹੋਂਦ ਧਰਤੀ, ਪਾਣੀ, ਅੱਗ, ਹਵਾ ਅਤੇ ਆਕਾਸ਼ ਦੇ ਤੱਤਾਂ ਤੋਂ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਜੋ ਇਕੱਤਰ ਹੋ ਇਕ ਰੂਪ ਧਾਰਦੇ ਹਨ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇਹ ਬਣਤਰ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਹੰਕਾਰ, ਲਾਜ, ਜਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਦਰਜਿਆਂ ਤੋਂ ਪਾਰ, ਸਭ ਕੁਝ ਮੁੜ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਸਰੋਤ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚੱਕਰ ਨਾ ਕੋਈ ਸਜ਼ਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਨਮਾਨ; ਬਸ ਇਹ ਜੀਵਨ ਦਾ ਇਕ ਅਹਿਮ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇਸ ਸੱਚਾਈ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਨਿਮਾਣਾ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅੰਤਰੀਵੀ ਡਰ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਬੇਪ੍ਰਵਾਹੀ ਅਤੇ ਅਰਥਭਰਪੂਰ ਜੀਵਨ ਜੀਅ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਫਰੀਦਾ ਇਟ ਸਿਰਾਣੇ ਭੁਇ ਸਵਣੁ ਕੀੜਾ ਲੜਿਓ ਮਾਸਿ ॥
ਸੇਖ ਫਰੀਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਨਗਨ ਦੇਹ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਪਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਸਿਰ ਇੱਟ 'ਤੇ ਟਿਕਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, 'ਅਤੇ ਕੀੜੇ ਦੇਹ ਨੂੰ ਖਾ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਕੁਦਰਤ ਦੇ ਉਸ ਅਟੱਲ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਰਾਹੀਂ ਸਭ ਵਾਪਸ ਆਪਣੇ ਮੂਲ ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਹਿਚਾਣ, ਸਨਮਾਨ ਜਾਂ ਬੇਇਜ਼ਤੀ ਦੇ ਭਰਮ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਸਿਰਫ਼ ਸਮਾਉਣ ਦੀ ਅਟੱਲ ਸੱਚਾਈ ਹੀ ਬਚਦੀ ਹੈ।

ਕੇਤੜਿਆ ਜੁਗ ਵਾਪਰੇ ਇਕਤੁ ਪਇਆ ਪਾਸਿ ॥੬੧॥
ਅਣਗਿਣਤ ਜੁਗ ਬੀਤ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਦੇਹ ਉਸੇ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਪਈ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਂ ਨਿਰੰਤਰ ਚਾਲ, ਅੱਗੇ ਵੱਧਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਇਕ ਜਟਿਲ ਮਨੋਬਿਰਤੀ ਸਥਿਰ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ, ਸੂਝ ਅਤੇ ਬੋਧ ਤੋਂ ਸੱਖਣੀ। (੬੧)

ਤੱਤ: ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਪੁਰਜ਼ੋਰ ਤਾਕੀਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਠੀ ਮਨ ਕਬਰ ਵਿਚ ਪਈ ਦੇਹ ਵਾਂਗ ਬੇਜਾਨ ਅਤੇ ਕਿਰਿਆਹੀਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਨਕਾਰ ਦੀ ਇਹ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਅੰਤਰੀਵੀ ਬੇਜਾਨਤਾ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਣ ਸਿੱਖਿਆ, ਦਇਆ ਅਤੇ ਵਿਗਾਸ ਦਾ ਸੱਖਣਾਪਣ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕੀਮਤੀ ਸੂਝਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੇ ਰਹੀਏ, ਪਰ ਜੇ ਉਹ ਸਾਡੇ ਅੰਦਰ ਸਮਾਉਣ ਵਿਚ ਅਸਫ਼ਲ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਅੰਤਰੀਵੀ ਤੌਰ ਤੇ ਖੜੋਤ ਆਉਣੀ ਕੁਦਰਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਮਨੋਬਿਰਤੀ ਹਉਮੈਂ ਦੀ ਕਦਰ ਅਤੇ ਅਸਲ ਮਾਨਤਾ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੀਵਤ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਇਕ ਗ੍ਰਹਿਣਸ਼ੀਲ ਮਨ ਸੂਝ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਜਿਉਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

Oneness In Diversity Research Foundation

ਵੈੱਬਸਾਈਟ: **OnenessInDiversity.com**

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**