ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ - ਸਬਦ ੯੬

ਫਰੀਦਾ ਗੋਰ ਨਿਮਾਣੀ ਸਡੁ ਕਰੇ ਨਿਘਰਿਆ ਘਰਿ ਆਉ ॥

ਸਲੋਕ, ਸੇਖ ਫਰੀਦ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ੧੩੮੨

ਫਰੀਦਾ ਗੋਰ ਨਿਮਾਣੀ ਸਡੁ ਕਰੇ ਨਿਘਰਿਆ ਘਰਿ ਆਉ ॥
ਸਰਪਰ ਮੈਥੈ ਆਵਣਾ ਮਰਣਹੁ ਨਾ ਡਰਿਆਹੁ ॥੯੩॥

ਸਾਰ: ਸਾਡੇ ਅਸਲ ਸਰੂਪ ਦਾ ਨਿਵਾਸ ਨਿਮਰਤਾ ਵਿਚ ਹੈ, ਅਤੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਸਾਨੂੰ ਮੁੜ ਉਹਨਾਂ ਮੂਲ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਥੋਂ ਸਾਡਾ ਉਦਭਵ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਸਾਡੀਆਂ ਬਣਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਪਹਿਚਾਣਾਂ, ਉਪਲਬਧੀਆਂ ਅਤੇ ਦਾਅਵੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਮਿੱਟੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਵੱਡੀ ਰਚਨਾ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਅਸਲ ਕਿਰਦਾਰ ਦੀ ਗੂੜ੍ਹ ਸੂਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੂਝ ਹਉਮੈਂ ਨੂੰ ਨਰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਅਸਲ ਵਿਚ ਕੌਣ ਹਾਂ। ਅੰਤ ਵਿਚ, ਅਸੀਂ ਉਸ ਨਿਮਰਤਾ ਵੱਲ ਵਾਪਸ ਪਰਤ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਸਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮੁੱਢ ਕਦੀਮ ਤੋਂ ਧੁਰਾ ਸੀ। ਇਹ ਉਹ ਅਨਮੋਲ ਸਹਾਰਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਦੀਆਂ ਭਟਕਣਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸੱਚੇ ਸਰੂਪ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ।

ਫਰੀਦਾ ਗੋਰ ਨਿਮਾਣੀ ਸਡੁ ਕਰੇ ਨਿਘਰਿਆ ਘਰਿ ਆਉ ॥
ਫਰੀਦ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਨਿਮਾਣੀ ਕਬਰ ਪੁਕਾਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਹੇ ਦਰ-ਦਰ ਭਟਕਣ ਵਾਲੇ, ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਾਪਸ ਆ। ਇਹ ਸੂਝਮਈ ਭਾਵ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡਾ ਮੂਲ ਤੱਤਸਾਰ ਨਿਮਰਤਾ ਵਿਚ ਜੜ੍ਹਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਅੰਤ ਵਿਚ ਇਸ ਸੱਚਾਈ ਵਿਚ ਅਭੇਦ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ।

ਸਰਪਰ ਮੈਥੈ ਆਵਣਾ ਮਰਣਹੁ ਨਾ ਡਰਿਆਹੁ ॥੯੩॥
ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਮੰਜ਼ਿਲ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰ ਪਹੁੰਚੋਗੇ, ਇਸ ਲਈ ਮੌਤ ਤੋਂ ਨਾ ਡਰੋ। ਇਹ ਭਾਵ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸਲੀਅਤ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵਿਰੋਧ ਨਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਇਹ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਰ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਮਾਨਸਿਕ ਰਚਨਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡਾ ਰਸਤਾ ਨਹੀਂ ਬਦਲ ਸਕਦੀ। (੯੩)

ਤੱਤ: ਸ਼ੇਖ ਫ਼ਰੀਦ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅੰਤਰੀਵੀ ਵਿਰੋਧਤਾ ਨਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਡਰ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤਾ ਅਧਿਕਾਰ ਮੱਧਮ ਪੈਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਕੁਝ

ਪਹਿਲਾਂ ਭਾਰੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਮਨ ਦੀ ਰਚਨਾ ਵਜੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਐਸੀ ਤਾਕਤ ਵਜੋਂ ਜੋ ਜੀਵਨ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਬਦਲ ਸਕੇ। ਸਵੀਕਾਰਤਾ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅੰਤਰੀਵੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਕੜਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਹਕੀਕਤ ਨਾਲ ਹੋਰ ਸੁਚੱਜੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਰਪੇਸ਼ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਟਿਕੇ ਅਤੇ ਕਲਪਿਤ ਡਰਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ।

ਸਬਦ ਵਿਆਖਿਆ ਵਿਨਇੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਅਮਰਦੀਪ ਸਿੰਘ

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

ਈਮੇਲ: **onenessindiversityfoundation@gmail.com**