ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ: ਵਿਸ਼ੇਗਤ ਅਧਿਐਨ

ਡਾ. ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ

ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ, ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਭਾਗ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਖ਼ਾਲਸਾ ਕਾਲਜ, ਸ੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ

ਅਮੂਰਤ

ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਦੀ ਸ਼ਾਹਕਾਰ ਰਚਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਾਣੀ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਦਰਜ ਹੈ ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ ਉੱਤਰੀ ਭਾਰਤ ਦੇ ਨਿਰਗੁਣ ਕਾਵਿ ਧਾਰਾ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਮੇਰੀ ਕਾਵਿ ਰਚਨਾ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਮੰਨੀ ਗਈ ਹੈ। ਰਚਨਾਤਮਕ ਬਣਤਰ ਪੱਖੋਂ ਇਸ ਬਾਣੀ ਵਿਚ 24 ਅਸ਼ਟਪਦੀਆਂ, 24 ਸਲੋਕ ਅਤੇ ਮੂਲ ਮੰਤਰ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਰੂਪ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਮੂਲ ਸੰਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਭਿੰਨ ਸੰਕਲਪ ਜਿਵੇਂ ਸਾਧ, ਸੰਤ, ਬ੍ਰਹਮਗਿਆਨੀ, ਭਗਤ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਜਾਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਆਦਿ ਸੰਕਲਪ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਅਸ਼ਟਪਦੀਆਂ ਵਿਚ ਵਿਭਿੰਨ ਰੂਪ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਲੈ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਕੂੰਜੀ ਸ਼ਬਦ: ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ, ਗੁਰਮਤਿ, ਸਤਿਗੁਰੂ, ਬਾਣੀ, ਅਧਿਆਤਮਕ ਜੀਵਨ।

ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਦੀ ਸ਼ਾਹਕਾਰ ਰਚਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਬਾਣੀ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਦਰਜ ਹੈ ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ ਉੱਤਰੀ ਭਾਰਤ ਦੇ ਨਿਰਗੁਣ ਕਾਵਿ ਧਾਰਾ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਮੇਰੀ ਕਾਵਿ ਰਚਨਾ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਮੰਨੀ ਗਈ ਹੈ। ਰਚਨਾਤਮਕ ਬਣਤਰ ਪੱਖੋਂ ਇਸ ਬਾਣੀ ਵਿਚ 24 ਅਸ਼ਟਪਦੀਆਂ, 24 ਸਲੋਕ ਅਤੇ ਮੂਲ ਮੰਤਰ ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਰੂਪ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ।ਇਸ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਮੂਲ ਸੰਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਅਸ਼ਟਪਦੀ ਦੇ ਆਰੰਭ ਵਿਚ ਦਿੱਤੇ ਸਲੋਕ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਸ਼ਿਤ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸੰਕਲਪ ਰਾਹੀਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਗੋਂ ਅਸ਼ਟਪਦੀ ਵਿਚ ਬਿਰਤਾਂਤਕ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿਚ ਇਸ ਸੰਕਲਪ ਦੀ ਬਿਰਤਾਂਤਕ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।ਇਕ ਹੀ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਭਿੰਨ ਰੂਪ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਅਸ਼ਟਪਦੀਆਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਭਿੰਨ ਸੰਕਲਪ ਜਿਵੇਂ ਸਾਧ, ਸੰਤ, ਬ੍ਰਹਮਗਿਆਨੀ, ਭਗਤ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਜਾਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਆਦਿ ਸੰਕਲਪ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਅਸ਼ਟਪਦੀਆਂ ਵਿਚ ਵਿਭਿੰਨ ਰੂਪ ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਲੈ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਹਰ ਸੁੱਖ ਚਾਹਣ ਵਾਲੇ ਜੀਵ ਲਈ ਆਸਾਂ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਣੀ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਵਲੋਂ ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਸੁੱਖ+ਮਨੀ ਦਾ ਸੰਯੁਕਤ ਰੂਪ ਮੰਨ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਮਣੀ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਕਈ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਸੁਖਮਨੀ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਸੰਗ ਸਿਰਜਿਆ ਹੈ। ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਅਤੇ ਅੰਤਲੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸੁਖਮਨੀ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਇਸ ਦੇ ਅਰਥ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਹਨ:

ਸੁਖਮਨੀ ਸੁਖ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪ੍ਰਭ ਨਾਮੁ
ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੈ ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਰਾਮ॥[1]
ਸੁਖਮਨੀ ਸਹਜ ਗੋਬਿੰਦ ਗੁਨ ਨਾਮ॥
ਜਿਸੁ ਮਨਿ ਬਸੈ ਸੁ ਹੋਤਿ ਨਿਧਾਨ॥[2]

ਬਾਣੀ ਦੇ ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸੰਕੇਤ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਖਮਨੀ ਸ਼ਬਦ ਨਾਮ ਦਾ ਰੂਪਕ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਸਹਿਜ ਅਨੰਦ ਜਾ ਪਰਮ ਅਨੰਦ ਦੈ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦਾ ਸਾਧਨ ਨਾਮ ਨੂੰ ਮੰਨਿਆ

ਗਿਆ ਹੈ।ਇਸ ਲਈ ਮਨੀ ਸ਼ਬਦ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ ਦਾ ਚਿੰਨ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਨਾਮ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ 'ਸੁਖਮਨੀ' ਦੇ ਅਰਥ ਸੁਖ+ਮਨ+ਈ ਅਰਥਾਤ 'ਮਨ ਨੂੰ ਸੁਖ ਦੇਣ ਹਾਰ' ਕਰਦੇ ਹਨ।[3] ਭਾਈ ਕਾਨ੍ਹ ਸਿੰਘ ਨਾਭਾ ਵੀ ਇਸ ਦੇ ਅਰਥ ਮਨ ਨੂੰ ਸੁਖ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੀ ਮੰਨਦੇ ਹਨ।[4] ਸ਼ਬਦਾਰਥ ਦੇ ਟੀਕਾਕਾਰ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ 'ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਮਨੀ' ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮ, ਜੋ ਸੁੱਖ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾ ਸਾਰੇ ਅਰਥਾਂ ਉੱਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੀਏ ਤਾ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਅਨੁਸਾਰ ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਨਾਮ ਰੂਪੀ ਮਣੀ ਧਾਰਨ ਕਰਨੀ ਹੀ ਯੋਗ ਹੈ।ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦੇ ਅਰਥ ਮਨ ਨੂੰ ਸੁਖ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹਰਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮ ਰੂਪੀ ਮਣੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਸੁਖ ਨਾਮ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਰਚਨਾ ਦਾ ਕੇਂਦਰੀ ਵਿਸ਼ਾ ਸੁੱਖ ਹੈ।ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਲਾਲਸਾ ਦੀ ਇੱਛਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਰਚਨਾ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਇਸ ਵਿਚ ਮਾਨਵੀ ਸੁੱਖ ਨੂੰ ਵਸਤੂ ਮੂਲਕ ਸੁੱਖ ਦੇ ਸੰਕਲਪਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ।ਵਸਤੂ ਮੂਲਕ ਸੁੱਖ ਬਾਹਰੀ ਸਾਧਨਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਸਦੈਵੀ (ਸਥਿਰ) ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।ਵਸਤੂ ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਸੁਖ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਵਸਤੂ ਦਾ ਸੁੱਖ ਨਿੱਤ ਬਦਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।ਬਦਲਾਵ ਕਰਕੇ ਮਨੁੱਖ ਦੁੱਖਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਵਿਚ ਹੀ ਵਿਚਰਦਾ ਹੈ।ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਆਤਮਿਕ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸੁੱਖ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਹੈ।ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਨਾਮ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਚੱਲਣ ਨਾਲ ਸਦੈਵੀ ਆਤਮਾ ਦਾ ਸੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਨਾਮ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਅੰਦਰੂਨੀ ਕਾਰਜ ਹੈ ਇਕ ਵਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਨਾਲ ਫੇਰ ਕਦੇ ਵੀ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਨਾਮ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਆਤਮਕ ਸੁੱਖ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪਰਮ ਸੁੱਖ ਅਤੇ ਸਹਿਜ ਮੁੱਖ ਸੰਕਲਪਾਂ ਰਾਹੀਂ ਇਸਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦਰਸਾਈ ਗਈ ਹੈ।ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚਲੀ ਪਹਿਲੀ ਅਸਟਪਦੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪਦ ਵਿਚ ਹੀ 'ਰਹਾਉ' ਵਾਲੀ ਤੁਕ ਅੰਦਰ ਇਸ ਸੰਕੇਤ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪਦ 'ਸੁਖ' ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਗਿਆਸੂ ਲਈ ਨਾਮ ਹੀ 'ਸੁਖਮਨੀ' ਹੈ ਯਾ ਨਾਮ ਹੀ ਸੁਖ ਆਤਮਿਕ ਆਨੰਦ ਹੈ।ਫਿਰ ਅੰਤਲੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਸਮਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਮਹਾਨ ਗੁਰੂ ਇਉ ਫੁਰਮਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਗੁਣਾ ਜਾਂ ਖੂਬੀਆਂ ਕਾਰਨ 'ਨਾਮ' ਹੀ ਸੁਖਮਨੀ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਸੁਖਮਨੀ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਸੰਕੇਤ ਨੂੰ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।ਇਸ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਰਤਾ ਨੇ ਇਹ ਨਵਾਂ ਨਾਮ ਸਿਰਜਿਆ ਅਤੇ ਸੁਖ ਦੀ ਮਨੀ ਨਾਮ ਦਾ ਨਿਰੂਪਣ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਹੀ ਨਾਮ ਨੂੰ ਹੀ 'ਸੁਖਮਨੀ' ਜਾਂ ਇਸ ਬਾਣੀ ਨੂੰ 'ਸੁਖਮਨੀ' ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।ਸੋ ਇਸ ਸ਼ਾਬਦਿਕ ਅਰਥਾਂ ਤੋਂ ਅਸੀਂ ਇਹ ਠੀਕ ਅਨੁਮਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਸਲ ਮਨੋਰਥ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ, ਖੁਸ਼ੀ ਜਾਂ ਆਨੰਦ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਤਮਿਕ ਅਨੰਦ ਦਾ ਮਾਰਗ ਵਿਸਤਾਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰਿਆ ਅਤੇ ਨਿਖਾਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਿਥੇ ਪੁਰਾਤਨ ਮਾਰਗਾਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰਦਿਆਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਣਤਾਈ ਦਰਸਾਈ ਹੈ, ਉਥੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਉੱਤੇ ਥਾਂ ਥਾਂ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੇ ਮਤ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਸਾਰੇ ਸਿਧਾਂਤਾ ਦਾ ਨਿਚੋੜ ਹੈ।ਅੰਤਲੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਬਚਨ ਹੈ:

ਸਗਲ ਮਤਾਂਤ ਕੇਵਲ ਹਰਿ ਨਾਮ॥
ਗੋਬਿੰਦ ਭਗਤ ਕੈ ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਰਾਮ॥[5]

ਕਈ ਵਾਰ ਅਧਿਆਤਮਵਾਦੀ, ਆਤਮਵਾਦੀ ਹੋ ਕੇ ਨਿਰੇ-ਪੁਰੇ ਹਉਮੇਵਾਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਲੇਕਿਨ ਸਤਿਗੁਰੂ ਨਿਰੋਲ ਪ੍ਰਭੂਵਾਦੀ ਹਨ, ਉਹ ਬੂੰਦ ਨੂੰ ਸਾਗਰ ਬਣਾ ਕੇ ਰਾਜ਼ੀ ਹਨ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾ ਦਾ ਧਰਮ ਮਾਰਗ ਨਾਮ ਨੂੰ ਹੀ ਸਭ ਕੁਝ ਮੰਨ ਕੇ ਚਲਦਾ ਹੈ।ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਅਨੁਭਵੀ ਬਾਣੀ ਦੇ ਨਾਂ ਵਿਚ ਹੀ ਇਹ ਰਹੱਸ ਭਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਹੀ ਪਰਮਸੁਖ ਹੈ।ਇਸੇ ਨਾਲ ਮਨ ਨੂੰ ਪਰਮ ਅਨੰਦ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਸੰਭਵ ਹੈ ਅਤੇ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਮੁੱਢ ਵਿਚ 'ਰਹਾਉ' ਦੀ ਤੁਕ ਵੀ ਇਸੇ ਸਿਧਾਂਤ ਵੱਲ ਸੰਕੇਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਨਾਮ ਹੀ ਪਰਮ ਸੁਖ ਹੈ:

ਸਰਬ ਰੋਗ ਕਾ ਅਉਖਦੁ ਨਾਮੁ॥
ਕਲਿਆਣ ਰੂਪ ਮੰਗਲ ਗੁਣ ਗਾਮ॥[6]

ਸੁਖਮਨੀ ਦੇ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸੁੱਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਨਾਮ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਸੁੱਖ ਦੇ ਸਾਧਨ ਵਜੋਂ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭੂ ਜਾ ਹਰੀ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਸੁੱਖ ਦਾ ਕਾਰਨ ਮੰਨਿਆ ਹੈ।ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਇਕੋ ਇਕ ਸਾਧਨ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਦੁੱਖ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਹੈ।ਨਾਮ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਹੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨਾ ਵਿਚ ਜਕੜਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਬੰਧਨਾ ਦੀ ਮਾਨਵੀ ਸਥਿਤੀ ਅਜਿਹੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦਾ ਝਗੜਾ ਜਾਂ ਸੰਤਾਪ ਸਿਰਜਦਾ ਹੈ।ਨਾਮ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਸੰਸਾਰਕ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਉਪਜੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਲ ਕਲੇਸ਼ ਮਿਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

ਸਿਮਰਉ ਸਿਮਰਿ ਸਿਮਰਿ ਸੁਖੁ ਪਾਵਉ॥
ਕਲਿ ਕਲੇਸ ਤਨ ਮਾਹਿ ਮਿਟਾਵਉ॥[7]

ਕਲਯੁਗ ਵਿਚ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਅੰਤ ਨਹੀਂ ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਪਸ਼ ਹੈ, ਠਾਰ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕੇਵਲ ਨਾਮ ਦਾ ਹੀ ਆਸਰਾ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਭਾਣਾ ਮੰਨਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭਾਣਾ ਮੰਨਣਾ ਹੀ ਸਦਾ ਸੁੱਖ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹੈ।ਨਾਮ ਰਸੀਏ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਵਿਚੋਂ ਦੁੱਖ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਹੀ ਧੋਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਨਾਮ ਅਭਿਆਸੀ ਜਦ ਭਾਣਾ ਮੰਨਣ ਦੀ ਸਿਖਰ ਉੱਤੇ ਪੁੱਜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਸੁੱਖ ਨਿਧਾਨ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।ਉਹ ਸਦਾ ਅਡੋਲ, ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਪਰਿਪੂਰਨ ਅੰਤਰਿ ਜੋਤਿ ਨਾਲ, ਅਨਦਿਨ ਲਿਵਲੀਨ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਪਦਵੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

ਜੋ ਕਿਛੁ ਕਰੈ ਸੁ ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਰੰਗਿ॥
ਸਦਾ ਸਦਾ ਬਸੈ ਹਰਿ ਸੰਗਿ॥
ਸਹਜ ਸੁਭਾਇ ਹੋਵੈ ਸੋ ਹੋਇ॥
ਕਰਣੈਹਾਰੁ ਪਛਾਣੈ ਸੋਇ॥
ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਕੀਆ ਜਨ ਮੀਠ ਲਗਾਨਾ॥
ਜੈਸਾ ਸਾ ਤੈਸਾ ਦ੍ਰਿਸਟਾਨਾ॥
ਜਿਸ ਤੇ ਉਪਜੇ ਤਿਸੁ ਮਾਹਿ ਸਮਾਏ॥
ਓਇ ਸੁਖ ਨਿਧਾਨ ਉਨਹੂ ਬਨਿ ਆਏ॥[8]

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵੀ ਨਾਮੀ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਨਾਲ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਹੀ ਉੱਦਮ ਸਮਝ ਲਵੇ ਤਾ ਹਉਮੈ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਇਸ ਕਰਕੇ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਵਾਰ ਵਾਰ ਚੇਤਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ:

ਸੇ ਸਿਮਰਹਿ ਜਿਨ ਆਪਿ ਸਿਮਰਾਏ॥
ਨਾਨਕ ਤਾ ਕੈ ਲਾਗਉ ਪਾਏ॥[9]

ਸੁਖਮਨੀ ਵਿਚ ਨਾਮ ਰਤੇ ਸੁਖੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਭਗਤ, ਸਾਧ, ਸੰਤ ਅਤੇ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਆਖਿਆ ਹੈ।ਡਾ. ਤਾਰਨ ਸਿੰਘ ਦੇ ਮਤ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਹ ਸਾਰੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਫਲ ਹਨ ਅਤੇ ਸਦਾ ਸੁੱਖ ਦੇ ਭੋਗਣਹਾਰੇ ਹਨ।[10] ਨਾਮ ਦੇ ਸਾਧਨ ਰਾਹੀਂ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ 'ਸਾਧ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਧ ਜਨ ਆਤਮਾ ਦੇ ਅਸਚਰਜ ਅਨੁਭਵ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੰ ਆਤਮਾ ਦਾ ਪੂਰਨ ਸੁੱਖ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੁਖਮਨੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਸਾਧ ਦਾ ਸੰਗ ਕਰਕੇ ਸੁੱਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ ਇਹ ਉਪਦੇਸ਼ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਆਤਮਾ ਦਾ ਸੁੱਖ ਕੇਵਲ ਅਜਿਹੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸੰਗ ਤੋਂ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਆਪ ਇਸ ਸੁੱਖ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਵਿਚ ਵਿਚਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਪੂਰਨ ਸਾਧ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਅਭੇਦ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅਸਲੀ ਸੁੱਖ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਧ ਦੀ ਸੰਗਤ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਹੈ:

ਸਾਧ ਕੈ ਸੰਗਿ ਨਾਹੀ ਕੋ ਮੰਦਾ॥
ਸਾਧਸੰਗਿ ਜਾਨੇ ਪਰਮਾਨੰਦਾ॥[10]

ਅਧਿਆਤਮਕ ਸਾਧਨਾ ਦੁਆਰਾ ਸੁੱਖ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਵਿਚ ਵਿਚਰ ਰਹੇ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਸੰਤ ਪਦ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।ਸੁਖਮਨੀ ਅਜਿਹੇ ਪਰਮ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਸ਼ਰਨ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸੰਤ ਦੀ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਥਿਤੀ ਅਜਿਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸਦੀ ਸ਼ਰਨ ਪੈਣ ਵਾਲਾ ਹਰੇਕ ਮਨੁੱਖ ਸੰਸਾਰਕ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਤਮਕ ਸੁੱਖ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਸੰਤ ਦੀ ਨਿੰਦਾ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਮਾੜਾ ਕਰਮ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਸੰਤ ਦੀ ਮਾਨਵੀ ਸਥਿਤੀ ਇੰਨੀ ਪੂਰਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਨਿੰਦਕ ਵੀ ਸੰਤ ਦਾ ਸੰਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਤਮਕ ਸੁੱਖ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ:

ਸੰਤ ਕ੍ਰਿਪਾਲ ਕ੍ਰਿਪਾ ਜੇ ਕਰੈ॥
ਨਾਨਕ ਸੰਤਸੰਗਿ ਨਿੰਦਕੁ ਭੀ ਤਰੈ॥[11]

ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਦੁੱਖ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਅਹੰਕਾਰ ਨੂੰ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਵਿਰੋਧੀ ਸੰਕਲਪ ਨਿਮਰਤਾ ਹੈ।ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਇੰਨਾ ਪ੍ਰਬਲ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਨਿਮਰਤਾ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਤੋ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਸੁੱਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਹੰਕਾਰ ਤੋਂ ਬਚਣ ਅਤੇ ਨਿਮਰਤਾ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।ਨਿਮਰਤਾ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਸੰਕਲਪ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਮੁਕਤੀ ਅਤੇ ਸੁੱਖ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਸਿਰਜਦਾ ਹੈ:

ਸੁਖੀ ਬਸੈ ਮਸਕੀਨੀਆ ਆਪੁ ਨਿਵਾਰਿ ਤਲੇ॥
ਬਡੇ ਬਡੇ ਅਹੰਕਾਰੀਆ ਨਾਨਕ ਗਰਬਿ ਗਲੇ॥[12]

ਕਰਿ ਕਿਰਪਾ ਜਿਸ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਗਰੀਬੀ ਬਸਾਵੈ॥
ਨਾਨਕ ਈਹਾ ਮੁਕਤੁ ਆਗੈ ਸੁਖੁ ਪਾਵੈ॥[13]

ਆਤਮ ਸੁੱਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।ਸੁਖਮਨੀ ਵਿਚ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਦਾ ਸਾਰਾ ਦਵੈਤ ਅਤੇ ਦੋਸ਼ ਮਿਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਮਨੁੱਖ ਕਥਨੀ ਅਤੇ ਕਰਨੀ ਦਾ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਾਰੀ ਮੈਲ ਲੱਥ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਮਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਨਿਰਮਲਤਾ ਕਰਕੇ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਮਨੁੱਖ ਸਦੀਵੀ ਸੁੱਖ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਵਿਚ ਵਿਚਰਦਾ ਅਤੇ ਅਮਰ ਪਦਵੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਮਨਿ ਪਰਮਾਨੰਦ॥
ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਘਰਿ ਸਦਾ ਅਨੰਦ॥
ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸੁਖ ਸਹਜ ਨਿਵਾਸ॥
ਨਾਨਕ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕਾ ਨਹੀ ਬਿਨਾਸ॥[14]

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਦਾ ਇਕ ਲੱਛਣ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਮਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਸੁਖ-ਦੁਖ ਅਤੇ ਮਾਨ ਅਪਮਾਨ ਨੂੰ ਸਮਾਨ ਸਮਝਦਾ ਹੈ।ਇਹ ਬਹੁਤ ਉੱਚਾ ਦਰਜਾ ਹੈ, ਹਰ ਕੋਈ ਇਥੇ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਦਾ।ਆਮ ਵਿਅਕਤੀ ਮਾਮੂਲੀ ਗੱਲ ਨਾਲ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਮੂਲੀ ਨਾਲ ਹੀ ਖੁਸ਼, ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਥੋੜਾ ਜਿਹਾ ਉਲਟ ਕੰਮ ਕਰੇ ਤਾਂ ਅੱਖਾਂ ਕੌੜੀਆਂ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਲੇਕਿਨ ਅਧਿਆਤਮਕ ਉੱਚਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਉਹ ਸਮਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਸਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਅਤੇ ਭਗਤੀ ਵਿਚ ਲੀਨ ਹੋ ਕੇ ਆਨੰਦ ਲੈਂਦੇ ਹਨ:

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਦਾ ਸਮਦਰਸੀ॥
ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੀ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਬਰਸੀ॥[15]

ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਇਹ ਗੱਲ ਬਿਲਕੁਲ ਵੱਖਰੀ ਭਾਂਤ ਦੀ ਸਾਫ ਤੌਰ ਤੇ ਕਹੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਸਰਬ ਵਿਆਪਕ ਹਸਤੀ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੈ।ਇਸੇ ਅਨੁਭਵ ਨਾਲ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਲੇਕਿਨ ਜੇ ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਮਨੁੱਖ ਹਉਮੈ ਅਤੇ ਮਮਤਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸੁਖ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਸੀਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਭਾਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਕਿੰਨ੍ਹੀ ਵੀ ਪਦਾਰਥਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰ ਲਵੇ।ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਨੁਸਾਰ ਸੁੱਖ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿਕਾਰਾਂ ਜਾਂ ਦੁਨੀਆਦਾਰੀ ਦੇ ਠਾਠ-ਬਾਠ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਆਤਮਿਕ ਆਨੰਦ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਇਕ ਨਿਰਾਲੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਈ ਸਾਨੀ ਨਹੀਂ।ਅਧਿਆਤਮਕ ਨਿਸ਼ਠਾਵਾਨ ਹੀ ਇਸੇ ਪਾਸੇ ਤੁਰ ਕੇ ਪਰਮ ਆਨੰਦ ਦੀ ਮੰਜ਼ਿਲ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਆਤਮਿਕ ਆਨੰਦ ਲਈ ਦੋ ਹੋਰ ਸਾਧਨ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਹਾਇਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਹਨ, ਇਕ ਭਾਣਾ ਤੇ ਦੂਜਾ ਸਮਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ। ਇਨ੍ਹਾ ਦੋਹਾਂ ਗੁਣਾ ਦੀ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤਾ ਉੱਤੇ ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿਚ ਬਾਰ ਬਾਰ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਕ ਆਦਮੀ ਭਾਣੇ ਵਿਚ ਚੱਲਣਾ ਪਰਵਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਲਈ ਕੋਈ ਘਟਨਾ ਦੁਖਦਾਈ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ,ਉਹ ਹਰ ਗੱਲ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਰਜ਼ਾ ਸਮਝ ਕੇ ਸਿਰ ਝੁਕਾਉਂਦਾ ਹੈ:

ਜੋ ਹੋਆ ਹੋਵਤ ਸੋ ਜਾਨੈ॥
ਪ੍ਰਭ ਅਪਨੇ ਕਾ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਨੈ॥[16]

ਜੋ ਕਛੁ ਕਰੈ ਸੋਈ ਸੁਖੁ ਮਾਨੁ॥
ਭੂਲਾ ਕਾਹੇ ਫਿਰਹਿ ਅਜਾਨ॥[17]

ਭਾਵ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਕਰਨ ਕਰਾਵਨਹਾਰ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਕੀਤਿਆਂ ਹੀ ਸਭ ਕੁਝ ਹੋਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਹੀ ਰਸਤਾ ਇਹੋ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਚੱਲਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਭਾਣੇ ਦੀ ਸੋਝੀ ਹੀ ਸੁਖੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹਾਸਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗਿਆਨ ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਮਨੁੱਖੀ ਸਾਧਨ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਸੁੱਖ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਸਿਰਜਦਾ ਹੈ।ਵਸਤੂ ਦਾ ਸੁੱਖ ਭਾਵੇਂ ਸਮਾਨਯ ਗਿਆਨ ਹੈ ਪ੍ਰੰਤੂ ਫਿਰ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਵਸਤੂ ਦੇ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਸੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।ਆਤਮ ਗਿਆਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼, ਅਲੌਕਿਕ ਅਤੇ ਅਦਭੁਤ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਅਸਚਰਜਤਾ ਦਾ ਮਾਨਵੀ ਅਨੁਭਵ ਸਿਰਜਦਾ ਹੈ।ਗਿਆਨ ਦੀ ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸੁੱਖ ਸਦੀਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਭਾਵ ਕਦੇ ਨਾਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।ਇੰਦਰਾਵੀ ਗਿਆਨ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਕਰਮ ਦਾ ਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਰਹੱਸਮੂਲਕ ਆਤਮ ਗਿਆਨ ਗੁਰੂ ਅਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਨਦਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਨਿਰਾਕਾਰ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਆਤਮਾ ਦਾ ਗਿਆਨ ਸਾਕਾਰ ਅਨੁਭਵ ਤੋ ਭਿੰਨ ਅਤੇ ਅਦਭੁਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਨਤਾ ਅਤੇ ਵਿਆਪਕਤਾ ਦੀ ਮਾਨਵੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਬਾਣੀ ਦੀਆਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਹੈ:

ਰੂਪੁ ਨ ਰੇਖ ਨ ਰੰਗੁ ਕਿਛੁ ਤ੍ਰਿਹੁ ਗੁਣ ਤੇ ਪ੍ਰਭ ਭਿੰਨ॥
ਤਿਸਹਿ ਬੁਝਾਏ ਨਾਨਕਾ ਜਿਸੁ ਹੋਵੈ ਸੁਪ੍ਰਸੰਨ॥[18]

ਸੁਖਮਨੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰੂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਨੂੰ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅਧਿਆਤਮਕ ਸ਼ਰਨ ਵਜੋਂ ਉਭਾਰਿਆ ਹੈ।ਸ਼ਰਨ ਜਾਂ ਸ਼ਰਨਾਖਤੀ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਭਾਰਤੀ ਦਰਸ਼ਨ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।ਭਗਵਤ ਗੀਤਾ ਵਿਚ ਭਗਵਾਨ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਅਧਿਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਕਰਮ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਕਾਰਜ ਵਿਚ ਅਰਜਨ ਨੂੰ ਸ਼ਰਨ ਵਿਚ ਆਉਣ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।ਸੁਖਮਨੀ ਵਿਚ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰਕ ਬੰਧਨਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਅਤੇ ਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਗੁਰੂ ਅਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਰਨਾਖਤੀ

ਦੀ ਮਾਨਵੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਸ਼ਰਨਯੋਗ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।ਗੁਰੂ ਦੀ ਸ਼ਰਨਾਖਤੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਮਨੁੱਖ ਆਤਮਕ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਸੱਚਾ ਸੁੱਚਾ ਜੀਵਨ ਸਦਾ ਨਾਮ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਲੰਘਦਾ ਹੈ।

'ਸੁਖਮਨੀ' ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਸੰਸਾਰ ਜੀਵਨ ਦੀ ਵਾਸਤਵਿਕਤਾ ਤੋਂ, ਇਕ ਸੰਘਰਸ਼ਮਈ ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਮੁਖ ਮੋੜਨਾ ਸਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ।ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਸੁਖਮਨੀ ਦਾ ਸੁੱਖ ਇਕ ਸੁੱਖ ਪ੍ਰਾਪਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਕ ਜੀਵਨ ਘੋਲ਼ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਸਗੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਇਕ ਪਾਸੇ ਅਟੰਕ ਹੋ ਕੇ ਇਕ ਕਾਲਪਨਿਕ ਸੁਰ ਵਿਚ ਲੀਨ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਇਕ ਇਕਾਂਤਕ ਜੀਵਨ ਗੁਜਾਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।ਸੁਖਮਨੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਵਿਸ਼ਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਦੁੱਖਾਂ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਸੁੱਖਾਂ ਦਾ ਆਵੇਸ਼ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੁਆਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੁਖਮਨੀ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਸੰਤ ਜਾਂ ਬ੍ਰਹਮਗਿਆਨੀ ਨੂੰ ਅੰਤਰਮਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੇ ਰਾਹ ਉੱਤੇ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਨੰਦਮਈ ਸੁੱਖ ਭਰਪੂਰ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਦਾ ਰਾਹ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ।

ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ ਟਿੱਪਣੀਆਂ

1. ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਪੰਨਾ 262
2. ਉਹੀ, 295
3. ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ, ਸੰਥਿਆ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ (ਪੋਥੀ 1)ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, ਪੰਨਾ 40 (ਖਾਲਸਾ ਸਮਾਚਾਰ ਬਾਜ਼ਾਰ,
   1961)
4. ਤਾਰਨ ਸਿੰਘ, ਨੇਮ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮ, ਪੰਨਾ 205
5. ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਪੰਨਾ 296
6. ਉਹੀ, 274
7. ਉਹੀ, 262
8. ਉਹੀ, 282
9. ਉਹੀ, 277
10. ਉਹੀ, 271
11. ਉਹੀ, 279
12. ਉਹੀ, 278
13. ਉਹੀ, 278
14. ਉਹੀ, 273
15. ਉਹੀ, 273
16. ਉਹੀ, 286
17. ਉਹੀ, 283
18. ਉਹੀ, 283