Aayushi International Interdisciplinary Research Journal (AIIRJ)
VOL- XI ISSUE- V MAY 2024 PEER REVIEW e-JOURNAL IMPACT FACTOR 8.02 ISSN 2349-638x

Sukhmani Sahib - A treasure of the highest human qualities
ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ - ਸਰਬਉਚ ਮਾਨਵੀ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਖਜ਼ਾਨਾ

Kamaljeet Kaur
Research Scholar
Tantia University, Sri Ganganagar

Dr. Kanwaljeet Kaur
Research Supervisor
Department of Punjabi
Tantia University, Sri Ganganagar

ਜਾਣ- ਪਹਿਚਾਣ-

ਸੁਖਮਨੀ ਬਾਣੀ ਦੇ ਸਿਰਜਣਹਾਰ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਅਦੁੱਤੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੇ ਮਾਲਕ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਨਾ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਵੱਲੋਂ 'ਦੋਹਿਤਾ ਬਾਣੀ ਦਾ ਬੋਹਿਥਾ' ਦਾ ਵਰ ਮਿਲਿਆ ਜੋ ਸਮਾਂ ਪਾ ਕੇ ਸੱਚ ਹੋਇਆ| ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕਾਵਿ - ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਾਣੀ ਰਚਨਾ ਕੀਤੀ ਜੋ ਕਿ 29 ਰਾਗਾਂ ਵਿੱਚ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹੈ | ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਰਾਂ, ਚਉਪਦੇ, ਬਾਵਨ ਅਖਰੀ, ਰੁਤੀ, ਥਿਤੀ, ਪਹਿਰੇ, ਅੰਜੁਲੀਆਂ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ|

ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਆਪ ਜੀ ਦੀ ਸਾਹਕਾਰ ਕਿਰਤ ਹੈ|ਜੋ ਬੌਧੀਕ ਅਤੇ ਸਾਧਾਰਨ ਦੁਆਰਾ ਬੜੀ ਸ਼ਰਧਾ ਅਤੇ ਚਾਅ ਨਾਲ ਪੜੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ | ਜਪੁਜੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਗੁਰਮਤਿ ਦੇ ਮੂਲ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਨੂੰ ਰੇਖਾਂਕਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਬਾਣੀ ਦੇ ਆਰੰਭਕ ਪਉੜੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ 'ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ ਕਿਵ ਕੂੜੇ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ ' ਨਾਲ ਹੀ ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਦਾ ਉੱਤਰ ਸਮਝਾਇਆ ' ਹੁਕਮ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲ ' | ਜਪੁਜੀ ਜਿੱਥੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਅਤੇ ਵਿਰਾਟਤਾ ਦਾ ਗੁਣਗਾਨ ਹੈ| ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੀ ਬੜੀ ਸਰਲ ਤੇ ਵਿਸਤਰਤ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ| ਜੋ ਇੱਕ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਬੰਦਗੀ ਦੇ ਲਾਭ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰਵਾ ਕੇ ਉਸਨੂੰ ਉਨਾਂ ਸ਼ੁਭ ਗੁਣਾਂ ਵੱਲ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਤੱਕ ਰਸਾਈ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ | ਇਸ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਿਰਗੁਣ ਅਤੇ ਸਰਗੁਣ ਸਰੂਪ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ| ਪ੍ਰਭੂ ਭਗਤੀ ਦੇ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਮਾਰਗ ਤੇ ਚੱਲਣ ਲਈ ਸਾਧਕ ਵਿੱਚ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਅਤਿਅੰਤ ਜਰੂਰੀ ਹੈ| ਜਿਵੇਂ ਕਿ- ਸਿਮਰਨ, ਪਰਉਪਕਾਰ, ਦਯਾ, ਸਤਿ, ਸੰਤੋਖ, ਗੁਰੂ ਭਗਤੀ, ਭਰੋਸਾ, ਨਿਮਰਤਾ, ਸ਼ਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਆਦਿ।

ਉਪਰੋਕਤ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਆਤਮਸਾਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਬਾਹਰਲੇ ਭੇਖਾਂ ਦਾ ਸਾਰੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਖੰਡਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ | ਸੁਖਮਨੀ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਹ ਖੰਡਨ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬਾਹਰਲੇ ਭੇਖ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਭਰਮ ਸਿਰਜਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਲੋਕ ਵਡਿਆਈ ਜੁੜ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤੇ ਹਉਮੈ ਦੇ ਦੀਰਘ ਰੋਗੀ ਬਣਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ | ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਕੇਂਦਰੀ ਥੀਮ - "ਸਰਬ ਧਰਮ ਮਹਿ ਸ੍ਰੇਸਟ ਧਰਮੁ ਹਰਿ ਕੋ ਨਾਮੁ ਜਪਿ ਨਿਰਮਲ ਕਰਮ" ਹੈ। ਨਿਰਮਲ ਕਰਮ ਜੋ ਆਤਮਾ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧੀ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹਉਮੈ ਮਿਟਦੀ ਹੈ ਸਮ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਭਾਵ ਉਤਪੰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੀਵਨ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਜਿਹਾ ਮਨੁੱਖ ਸਾਰੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਲਈ ਉਪਯੋਗੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

'ਸੁਖਮਨੀ' ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਪੰਚਮ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਨੇ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੀ ਬਾਣੀ ਪਾਵਨ ਰੂਹ ਦੇ ਮੁਖਾਰਬਿੰਦ ਤੋਂ ਉਚਾਰੇ ਹੋਏ ਉਹਨਾਂ ਪਵਿੱਤਰ ਉਪਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਸੁੰਦਰ ਗੁਲਦਸਤਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੁਣ ਕੇ, ਜਿਸ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਕੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਾਧਕ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੇ ਰਾਹ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਅਖੀਰ 'ਬ੍ਰਹਮ ਮਹਿ ਜਨੁ, ਜਨ ਮਹਿ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮ ਏਕਹਿ ਆਪਿ ਨਹੀਂ ਕਛੁ ਭਰਮੁ ' ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਮਾਲਕ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਲੋੜ ਤੇ ਮਹੱਤਤਾ –

ਮੇਰੇ ਇਸ ਖੋਜ ਪੱਤਰ ਦਾ ਮੁੱਖ ਵਿਸ਼ਾ ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਉਹਨਾਂ ਸਰਬ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਮਾਨਵੀ ਗੁਣਾਂ ਤੇ ਚਾਨਣਾ ਪਾਉਣਾ ਹੈ | ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਪਰਮ ਮਨੁੱਖ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮਾਰਗ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ।

ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਜੀ ਨੇ ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਤਿੰਨ ਵਿਧੀਆਂ ਵਰਤੀਆਂ ਹਨ।

- ਪ੍ਰਥਮ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਹੀ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਕੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟਾਂਤ ਰਾਹੀਂ ਚੰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਦੱਸ ਕੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕੀਦ ਕੀਤੀ ਹੈ।
- ਦੂਸਰਾ ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਉੱਤਮ ਪੁਰਖਾਂ ਜਿਵੇਂ ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ, ਸੰਤ, ਗੁਰੂਜਨ ਸਾਧ ਜਨਾ ਦੀ ਸਰਬ ਉੱਤਮ ਜੀਵਨ ਜੁਗਤ ਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪਾ ਕੇ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਵੀ ਸਹੀ ਰਸਤਾ ਅਖਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।
- ਤੀਸਰਾ ਜਿੱਥੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਜੀ ਨੇ ਸਰਬ ਸ੍ਰੇਸ਼ਠ ਜੀਵਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਜੁਗਤ ਤੇ ਚਾਨਣਾ ਪਾਇਆ ਉੱਥੇ ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਨਖਿਧ ਕਰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜੀਵਨ ਜਾਚ ਬਾਰੇ ਵੀ ਬਿਆਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਨਿੰਦਕ, ਮਾਇਆਧਾਰੀ, ਹਿੰਸਕ, ਹਉਮੈਧਾਰੀ ਮਨੁੱਖ। ਇਸ ਸਭ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਆਪਣੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਮੰਦ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਸਾਵਧਾਨ ਕਰਨਾ ਸੀ ਜਿਹੜੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮੰਦ ਕਰਮੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਹਉਮੈ ਦੀਆਂ ਬੇੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਫਸਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਅਖੰਡ ਸਿਮਰਨ ਹੀ ਸਰਵਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਮਾਨਵੀ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ। ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਜਿਹੜੀ ਤਸਵੀਰ ਜਾਂ ਇਮਾਰਤ ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਸਾਰੀ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਪ੍ਰਭੂ ਪਿਆਰ ਤੇ ਯਾਦ ਹੈ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਸਾਰੇ ਸ੍ਰੇਸ਼ਟ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਸੋਮਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਅਰੂਪ, ਅਨੂਪ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਵੀ ਗੁਣਵਾਨ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

<u>ਮਾਨਵੀ ਗੁਣ</u>

1. ਸਿਮਰਨ –

ਸੁਖਮਨੀ ਵਿੱਚ ਥਾਂ-ਥਾਂ ਤੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਦਾ ਵਿਖਿਆਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਲੱਖਾਂ ਕਰੋੜਾਂ ਭਰਾਵਾਂ ਦੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਮਨੁੱਖ ਜਿਸ ਦਿਨ ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਖੁਲਾਸੀ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਿਆ ਉੱਥੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਰ ਲੰਘ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਅਨੇਕ ਔਕੜਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਆਵਾਗਵਨ ਦੇ ਬੰਧਨ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਮੌਤ ਦਾ ਭਉ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ ਦੁਆਰਾ ਸਭ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ -

ਪ੍ਰਭ ਕਾ ਸਿਮਰਨੁ ਸਭ ਤੇ ਊਚਾ।
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਉਧਰੇ ਮੂਚਾ।
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਬੁਝੈ।
ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਸਭ ਕਿਛੁ ਸੁਝੈ।

ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਕੇ ਭਗਤ ਮਹਾਨ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ ਵਿੱਚ ਜੁੜੇ ਰਿਸ਼ੀਆਂ ਮੁਨੀਆਂ ਆਦਿਕ ਨੇ ਧਰਮ ਪੁਸਤਕਾਂ ਰਚੀਆ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਅਨੁਸਾਰ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਢੰਗ ਜਾ ਵਿਧੀ ਵਿਧਾਨ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ' ਊਠਤ ਬੈਠਤ ਸੋਵਤ ਨਾਮ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਜਨ ਕੇ ਸਦ ਕਾਮ' ਬਸ ਜਦੋਂ ਸਮਾਂ ਮਿਲੇ ਜਿੱਥੇ ਵੀ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

2. ਨਿਮਰਤਾ-

ਸੁਖਮਣੀ ਸਾਹਿਬ ਸਾਧ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਰਵੋਤਮ ਬਾਣੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਿੱਖਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਗੈਰ ਸਿੱਖ ਹਲਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬੜੀ ਸ਼ਰਧਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਿਆ ਤੇ ਸੁਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਨੋਖੇ ਪ੍ਰਬੰਧ-ਕਾਵਿ ਵਿੱਚ ਆਦਰਸ਼ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਜੀਵਨ ਚਿਤਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਕੋਈ ਨਿਰਾਸ਼ਤਾ ਉਦਾਸੀ ਜਾਂ ਮਾਯੂਸੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਨਿਮਰਤਾ ਦਾ ਧਾਰਨੀ ਬਣਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਹੈ। ਰੱਬ ਨੂੰ ਪਾਉਣ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਰਸਤਾ ਰੱਬ ਦੀ ਯਾਦ ਨੂੰ ਨਿਮਰਤਾ ਸਹਿਤ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਵਸਾਉਣਾ ਹੈ -

ਆਪਸ ਕਉ ਜੋ ਜਾਣੈ ਨੀਚਾ
ਸੋਊ ਗਨੀਐ ਸਭ ਤੇ ਊਚਾ

3. ਸੰਤੋਖ-

ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਵਿਗਿਆਨ ਤਰੱਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਿਵੇਂ ਪਦਾਰਥਕ ਸੁੱਖ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਮਨੁੱਖ ਬੇਚੈਨ ਤੇ ਦੁਖੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਤਰੱਕੀ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਰੁਝਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਰੁਪਏ ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਖਾਤਰ ਉਠ ਦੌੜਦਾ ਹੈ ਫਿਰ ਵੀ ਉਹ ਦੁੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਪਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਦੁੱਖ ਦੀ ਵਿਆਪਕਤਾ ਨੂੰ ਦੇਖਦਿਆਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਸੁੱਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰਨੀ

ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਆਧਾਰ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਅੰਤਰਆਤਮੇ ਸੰਤੋਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਸੰਤੋਖੀ ਮਨੁੱਖ ਇਹਨਾਂ ਸਭ ਦੁਸ਼ਵਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੇ -

ਸਹਸ ਖਟੇ ਲਖ ਕਿਉ ਉਠਿ ਪਾਵੈ।
ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਨ ਆਏ ਮਾਇਆ ਪਾਛੇ ਪਾਵੈ।
ਅਨਿਕ ਭੋਗ ਬਿਖਿਆ ਕੇ ਕਰੈ।
ਨਹ ਤ੍ਰਿਪਤਾਵੈ ਖਪਿ ਖਪਿ ਮਰੈ।
ਬਿਨਾ ਸੰਤੋਖ ਨਹੀ ਕੋਊ ਰਾਜੈ।
ਸੁਪੁਨ ਮਨੋਰਥ ਬ੍ਰਿਥੇ ਸਭ ਕਾਜੈ।

4. ਸਮਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ –

ਜੋ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਰਜਾ ਨੂੰ ਮਿੱਠੀ ਕਰਕੇ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਉਹ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤੀ ਨੂੰ ਪਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਪਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਭਾਣੇ ਨੂੰ ਮਿੱਠਾ ਕਰਕੇ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਰਵ ਵਿਆਪਕਤਾ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਣ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਪਿਆਰੇ ਮਨੁੱਖ ਸਭ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਦੇਖਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਰੀ ਖਲਕਤ ਵਿੱਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਤਮਾ ਵਿੱਚ 'ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਦਾ ਸਮਦਰਸੀ, ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੀ ਦ੍ਰਿਸਟਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਬਰਸੀ' ਵਾਲੀ ਭਾਵਨਾ ਵਸ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਤੈਸਾ ਸੁਵਰਨੁ ਤੈਸੀ ਉਸੁ ਮਾਟੀ
ਤੈਸਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਤੈਸੀ ਬਿਖੁ ਖਾਟੀ
ਤੈਸਾ ਮਾਨੁ ਤੈਸਾ ਅਭਿਮਾਨੁ
ਤੈਸਾ ਰੰਕੁ ਤੈਸਾ ਰਾਜਾਨੁ ||

5. ਪਰਉਪਕਾਰ -

ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਦਾ ਲਈ ਉਧਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਗਰੀਬੀ ਸੁਭਾਅ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਐਸੇ ਸਾਧਕ ਆਪ ਤਾਂ ਤਰਦੇ ਹੀ ਹਨ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵੀ ਤਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਵੀ ਉਪਕਾਰ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ' ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਕੈ ਗਰੀਬੀ ਸਮਾਹਾ, ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਪਰਉਪਕਾਰ ਉਮਾਹਾ' ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਸੁੱਖ ਦੇਖ ਕੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸੜਨ ਦੀ ਆਦਤ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ -

ਵਿਸਰਿ ਗਈ ਸਭ ਤਾਤਿ ਪਰਾਈ
ਜਬ ਤੇ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਮੋਹਿ ਪਾਈ
ਨਾ ਕੋ ਬੈਰੀ ਨਹੀਂ ਬੇਗਾਨਾ ਸਗਲ ਸੰਗਿ ਹਮ ਕਉ ਬਨਿ ਆਈ ||

6. ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ -

ਮਾਇਆ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਸੁਹਣੇ ਸਰੂਪ ਮਨੁੱਖੀ ਮਨ ਨੂੰ ਮੋਹਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਅੰਤ ਨੂੰ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕੋਈ ਮਨੁੱਖ ਰੁੱਖ ਦੀ ਛਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਪਾ ਬੈਠਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਛਾਂ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਰਾ ਜਗਤ ਨਾਸ਼ਵੰਤ ਹੈ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਇਹਨਾਂ ਨਾਸ਼ਵਾਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਹੀ ਸਦਾ ਸਥਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਯਾਦ ਨੂੰ ਹਿਰਦੇ ਵਿੱਚ ਵਸਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਧਕ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ' ਜੈਸੇ ਜਲ ਮਹਿ ਕਮਲੁ ਨਿਰਾਲਮੁ ਮੁਰਗਾਈ ਨੈ ਸਾਨੈ' ਵਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਮਾਇਆ ਤੋਂ ਨਿਰਲੇਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ ਸਦਾ ਨਿਰਲੇਪ
ਜੈਸੇ ਜਲ ਮਹਿ ਕਮਲ ਅਲੇਪ ||

7. ਭਾਣਾ -

ਇਸ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਦਾ ਕਰਤਾ ਆਪ ਪਰਮੇਸ਼ਰ ਹੈ। ਹਉਮੈ ਭਰਿਆ ਮਨੁੱਖ ਇਹ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮੈਂ ਕੀਤਾ- ਇਹ ਸਭ ਭਰਮ ਹੈ। ਸੁਖਮਨੀ ਬਾਣੀ ਇਹ ਨਿਸਚੇ ਕਰਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਸੱਚੇ ਸੁਖ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਚੱਲ ਕੇ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖੁਸ਼ੀ- ਖੁਸ਼ੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਮੰਨਣਾ ਹੀ ਉਸ ਦਾ ਭਾਣਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ। ਗਿਆਰਵੀਂ ਅਸ਼ਟਪਦੀ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ -

ਕਰਣ ਕਾਰਣ ਪ੍ਰਭੁ ਏਕ ਹੈ, ਦੂਸਰ ਨਾਹੀ ਕੋਇ
ਨਾਨਕ ਤਿਸੁ ਬਲਿਹਾਰਣੈ, ਜਲਿ ਥਲਿ ਮਹੀਅਲਿ ਸੋਇ।।

ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਕਰਨ ਜੋਗਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਸਭ ਕੁਝ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮੰਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ "ਜਿਸ ਕੀ ਵਸਤੁ ਤਿਸੁ ਆਗੈ ਰਾਖੈ, ਪ੍ਰਭ ਕੀ ਆਗਿਆ ਮਾਨੈ ਮਾਥੈ"। ਜੇ ਕੋਈ ਉਸ ਦੇ ਭਾਣੇ ਵਿੱਚ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਦੇ

ਲਈ ਕੋਈ ਘਟਨਾ ਦੁਖਦਾਈ ਪ੍ਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਰਜਾ ਸਮਝਦੇ ਹਨ।

8. ਬੁਰਿਆਈ ਦਾ ਤਿਆਗ-

ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦਾ ਸਾਧਕ ਨੂੰ ਬੁਰਿਆਈ ਨੂੰ ਤਿਆਗਣ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਹੈ ' ਮਿਥਿਆ ਸ੍ਰਵਨ ਪਰ ਨਿੰਦਾ ਸੁਨਹਿ, ਮਿਥਿਆ ਹਸਤ ਪਰ ਦਰਬ ਕਉ ਹਿਰਹਿ '- ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਬੁਰਾਈਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਚੁਗਲੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸਾਧਕ ਆਪਣੇ ਕੰਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿੰਦਾ ਤੋਂ, ਨੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਪਰਾਇਆ ਰੂਪ ਤੱਕਣ ਤੋਂ, ਜੀਵ ਨੂੰ ਰਸਾਂ ਕਸਾਂ ਦੇ ਸਵਾਦ ਤੋਂ ਅਤੇ ਲੋਭ ਲਾਲਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੁਰਾਈਆਂ ਤੋਂ ਬਚ ਕੇ ਹੀ ਰੱਬ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਸੰਭਵ ਹੈ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਰਾਹੀਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚੋਂ ਹਉਮੈ ਭਾਵਨਾ ਵੀ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸਿੱਟਾ-

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਜੀ ਦੀ ਇਹ ਬਾਣੀ ਅਨਮੋਲ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਖਜ਼ਾਨਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ ਹੈ ਕਿ ਸਿਮਰਨ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਨਾ 'ਜੈਸੇ ਜਲ ਮਹਿ ਕਮਲ ਨਿਰਾਲਮੁ' ਰਹਿਣਾ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵਨ ਜੀਉਂਦੇ ਹੋਏ ਉਸ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। 'ਨਾਨਕ ਸਤਿਗੁਰਿ ਭੇਟੀਐ ਪੂਰੀ ਹੋਵੈ ਜੁਗਤਿ ਹਸੰਦਿਆ ਖੇਲੰਦਿਆ ਪੈਨੰਦਿਆ ਖੇਵੰਦਿਆ ਵਿਚੇ ਹੋਵੈ ਮੁਕਤਿ', ਇਹ ਮੁਕਤੀ ਬਾਹਰ ਪਹਾੜਾਂ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ। ਇਸ ਲਈ ਜਿਹੜੇ ਗੁਣ ਦੱਸੇ ਗਏ ਹਨ ਉਹ ਇੱਕ ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵ ਵਾਸਤੇ ਹੀ ਦੱਸੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਕੇ 'ਲੋਕ ਸੁਖੀਏ ਪਰਲੋਕ ਸੁਹੇਲੇ, ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਮਾਲਕ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਮਨੁੱਖ ਚੇਤਨ ਹੋ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਹਉਮੈ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਨਿਮਰਤਾ ਧਾਰਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਅਖੰਡ ਜਾਪ, ਉਸ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰਨ ਭਰੋਸਾ, ਮਨੁੱਖ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਸਫੂਰਤੀ ਅਤੇ ਤਾਜਗੀ ਭਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਨਿਮਰਤਾ ਹਲੀਮੀ ਪਰਉਪਕਾਰ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਵਿੱਚ ਐਸੇ ਚਾਰ ਚੰਨ ਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਸਮਾਜ ਲਈ ਉਪਯੋਗੀ ਤਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਮਿਲਾਪ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਦੂਜਿਆਂ ਦਾ ਸੁੱਖ ਦੇਖ ਕੇ ਸੜਨ ਦੀ ਆਦਤ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ-

ਬਿਸਰਿ ਗਈ ਸਭ ਤਾਤਿ ਪਰਾਈ ਜਬ ਤੇ ਸਾਧਸੰਗਤਿ ਮੋਹਿ ਪਾਈ
ਨਾ ਕੋ ਬੈਰੀ ਨਹੀ ਬਿਗਾਨਾ ਸਗਲ ਸੰਗਿ ਹਮ ਕਉ ਬਨਿ ਆਈ।

ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਮਿਲਣਾ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ।

ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ ਟਿੱਪਣੀਆਂ

1. ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਸਾਹਿਬ ਸਿੰਘ, ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਸਟੀਕ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ ਸਿੰਘ ਬ੍ਰਦਰਸ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ
2. ਸਰਬਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, (ਡਾ.) ਨਾਨਕ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਜੂਨ 2006, ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬਿਊਰੋ ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ
3. ਪਿਆਰਾ ਸਿੰਘ ਪਦਮ, ਸੁਖਮਨੀ ਦਰਸ਼ਨ, ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬਿਊਰੋ ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ
4. ਮਹਿੰਦਰ ਕੌਰ ਗਿੱਲ, (ਡਾ.) ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਜੀਵਨ ਤੇ ਬਾਣੀ, ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬਿਊਰੋ ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ,ਪਟਿਆਲਾ
5. ਬਲਕਾਰ ਸਿੰਘ, (ਡਾ.) ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਦੀ ਬਾਣੀ ਦਾ ਤੁਕ- ਤਤਕਰਾ, ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬਿਊਰੋ ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਪਟਿਆਲਾ