ਸੰਜਮ ਅਤੇ ਸ਼ਾਸਤਰ ਰੂਪੀ ਫੁੱਲਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਨ (ਮਾਨਸਿਕ ਸਥਿਤੀ) ਨੂੰ ਮਹਿਕਦਾ ਰੱਖ। ਗਿਆਨ ਚਾਰਿੱਤਰ ਵਗੈਰਾ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਪਰਿਆਏ ਰੂਪੀ ਚੇਤਨ ਨੂੰ (ਆਤਮ ਸਰੂਪ) ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਛਾਣ ਲੈ। - (7)

ਪਰਮਾਤਮ ਜਿਨੇਸ਼ਵਰ ਦੇਵ ਦੇ ਜੀਵਨ ਕਥਾ ਨੂੰ ਗਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਚਮਕਾ। ਆਪਣੀ ਜੀਭ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਕਰ, ਵਿਨੈ ਨਾਲ ਸ਼ਾਂਤ ਰਸ ਨੂੰ ਬਾਰ ਬਾਰ ਪੀ ਕੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਤੂੰ ਪਰਮ ਆਨੰਦ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ।

9.

ਨਿਰਜਰਾ ਭਾਵਨਾ (ਸ਼ਲੋਕ)

ਬਾਰਾਂ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਤਪ ਦੇ ਭੇਦਾਂ ਕਾਰਨ ਨਿਰਜਰਾ ਵੀ ਬਾਰਾਂ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਆਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋਣ 'ਤੇ ਹੀ ਭੇਦ ਦਿਸਦੇ ਹਨ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਅਸਲੀਅਤ ਵਿੱਚ ਨਿਰਜਰਾ ਇੱਕ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹੀ ਹੈ। - 1

ਅੱਗ ਇੱਕ ਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਵੀ ਉਸ ਤੋਂ ਉਤਪੰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਲੱਕੜੀ ਦਾ ਕੋਲਾ, ਚਕਮਕ ਆਦਿ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅੱਗ ਤੋਂ ਵੱਖ ਨਾਂਅ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। - 2

ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਪ ਦੇ ਭੇਦਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਨਿਰਜਰਾ ਵੀ 12 ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਕਰਮ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਦੇ ਕਾਰਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਹ ਇੱਕ ਹੀ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। - 3

ਬੜੇ ਭਾਰੀ ਪਰਬਤਾਂ ਨੂੰ ਕੱਟਣ ਦੇ ਲਈ ਬੱਜਰ ਜਿਵੇਂ ਸ਼ਕਤੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਉਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਤਪ ਦੇ ਸਹਾਰੇ **ਨਿਕਾਚਿਤ ਕਰਮ** (ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਬਣੇ, ਫਲ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕਰਮ) ਵੀ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਅਦਭੁੱਤ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਪ ਨੂੰ ਨਮਸਕਾਰ ਹੈ। - 4

ਤਪ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਆਖੀਏ। **ਦ੍ਰਿੜ ਪ੍ਰਹਾਰੀ** ਜਿਹੇ ਪਾਪੀ ਹੱਤਿਆਰੇ ਦੇ ਪਾਪ ਵੀ ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਟ ਹੋ ਕੇ ਮੋਕਸ਼ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਹੋ ਤਪ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। - 5

ਜਿਵੇਂ ਅੱਗੇ ਸੋਨੇ ਦੇ ਨਿਰਮਲ ਰੂਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਉਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਤਪ ਆਤਮਾ ਤੇ ਜੰਮੇ ਹੋਏ ਕਰਮਾਂ ਦਾ ਕੂੜਾ ਕਰਕਟ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਸਰੂਪ ਨਾਲ ਚਮਕਾਉਂਦਾ ਹੈ। - 6

ਜਿਸ ਤਪ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਤੇ ਅੰਦਰਲੇ ਭੇਦ ਹਨ, ਉਹ ਤਪ ਅੰਦਰਲੇ ਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਨੂੰ ਭਰਤ ਚੱਕਰਵਰਤੀ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਜਿੱਤ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਤੋਂ ਲੋਕ ਦੇਖ ਸਕਣ ਅਜਿਹੀਆਂ ਰਿੱਧੀਆਂ-ਸਿੱਧੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਵਰਗ ਅਤੇ ਮੁਕਤੀ ਨੂੰ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ ਤਪ ਜੋ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਲਈ ਪੂਜਣਯੋਗ ਹੈ, ਅਜਿਹੇ ਤਪ ਨੂੰ ਮੈਂ ਨਮਸਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। - 7

ਨੌਵੀਂ ਭਾਵਨਾ (ਗੀਤ)

ਹੇ ਵਿਨੈ ! ਤੂੰ ਭਲੀ ਭਾਂਤ ਤਪ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਬਾਰੇ ਸੋਚ। ਇਸ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਜਨਮ ਜਨਮ ਦੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਏ ਪਾਪ ਇੱਕਦਮ ਹੀ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। - 1

ਬੱਦਲਾਂ ਦਾ ਕਾਫ਼ਲਾ ਭਾਵੇਂ ਕਿੰਨਾ ਮਰਜੀ ਘਨਘੋਰ ਬਣਕੇ ਛਾਇਆ ਹੋਵੇ। ਪਰ ਹਨ੍ਹੇਰੀ ਬਣ ਕੇ ਟੁੱਟਦੀ-ਗਿਰਦੀ ਹਵਾ ਦੇ ਹੱਥੋਂ ਉਹ ਤਹਿਸ ਨਹਿਸ ਹੋ ਕੇ ਬਿਖਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਤਪੱਸਿਆ ਦੇ ਤੇਜ ਨਾਲ ਪਾਪਾਂ ਦੀਆਂ ਕਤਾਰਾਂ ਰਾਖ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। - 2

ਤਪ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੂਰ ਰਹੇ, ਮਨ ਭਾਉਂਦੇ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਖਿੱਚ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਦੁਸ਼ਮਣ ਨੂੰ ਦੋਸਤ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਪ ਤਾਂ ਜੈਨ ਆਗਮਾਂ ਦਾ ਪਰਮ ਰਹੱਸ ਰੂਪ ਹੈ। ਇਸ ਤਪ ਨੂੰ ਤੂੰ ਸੱਚੇ ਮਨ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਹਿਰਦੇ ਨਾਲ ਅਪਣਾ ਲੈ। - 3

ਬਾਹਰਲੇ ਤਪ ਦੇ ਦੋ 6 ਭੇਦ ਹਨ। (1) ਅਨਸ਼ਨ (2) ਉਨੋਦਰੀ (ਭੁੱਖ ਤੋਂ ਘੱਟ ਖਾਣਾ) (3) ਬਿਰਤੀ ਸੰਖੇਪ (4) ਰਸ ਤਿਆਗ (5) ਸ਼ਾਲੀਨਤਾ (6) ਕਾਇਆ ਕਲੇਸ਼। - 4

ਇਹ ਅੰਦਰਲਾ ਤਪ ਦੇ 6 ਭੇਦ ਹਨ। (1) ਪ੍ਰਾਯਸ਼ਚਿਤ (2) ਵੈਯਾਵਿਰਤੀ (ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ) (3) ਸਵਾਧਿਆਇ (ਪੜ੍ਹਨਾ-ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ) (4) ਵਿਨੈ (5) ਕਾਇਯੋਤਸਰਗ (ਸਰੀਰ ਦਾ ਮੋਹ ਛੱਡ ਕੇ ਧਿਆਨ ਕਰਨਾ (6) ਸ਼ੁਭ ਧਿਆਨ। - 5

ਤਪ ਦੇ ਤੇਜ ਨਾਲ ਤਾਪ-ਸੰਤਾਪ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਾਪ ਰੁਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤਪ ਮਨ ਹੰਸ ਨੂੰ ਕ੍ਰੀੜਾ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਨਾ-ਜਿੱਤਣ ਵਾਲੇ ਮੋਹ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਤਪ ਨਸ਼ਟ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਹਾਂ, ਇਹ ਤਪ ਇੱਛਾ ਰਹਿਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। - 6

ਇਹ ਤਪ ਸੰਜਮ ਰੂਪੀ ਲੱਛਮੀ ਦਾ ਸੱਚਾ ਵਸ਼ੀਕਰਨ ਮੰਤਰ ਹੈ। ਨਿਰਮਲ ਮੁਕਤੀ ਸੁੱਖ ਦੇ ਲਈ ਵਚਨ ਰੂਪ ਹੈ। ਮਨੋ-ਕਾਮਨਾ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਚਿੰਤਾਮਣੀ ਰਤਨ ਦੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਤੂੰ ਇਸ ਦੀ ਅਰਾਧਨਾ ਕਰ। - 7

ਇਹ ਤਪ ਕਰਮ ਰੂਪੀ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਨੇਂਦਰ ਭਗਵਾਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਸੁੱਖਾਂ ਦੇ ਉਪਚਾਰ ਲਈ ਇਸ ਸਾਂਤਸੁਧਾ ਰਸ ਦਾ ਤੂੰ ਸੇਵਨ ਕਰ। - 8

10.

ਧਰਮ ਪ੍ਰਭਾਵ ਭਾਵਨਾ

ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਭਲੇ ਅਤੇ ਕਲਿਆਣ ਦੇ ਲਈ ਜਿਨੇਸ਼ਵਰ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੇ ਦਾਨ, ਸ਼ੀਲ, ਤਪ ਅਤੇ ਭਾਵ ਇਹ ਚਾਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਧਰਮ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਧਰਮ ਦਾ ਮੇਰੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਥਾਂ ਬਣਿਆ ਰਹੇ। - 1

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਵਿੱਤਰ ਧਰਮ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। (1) ਸੱਚ (2) ਖਿਮਾ (3) ਮਾਰਦਵ (ਮਿਠਾਸ) (4) ਸ਼ੌਚ (ਨਿਮਰਤਾ) (5) ਸੰਗ ਤਿਆਗ (6) ਆਰਜਵ (ਸਰਲਤਾ) (7) ਬ੍ਰਹਮਚਰਜ (8) ਮੁਕਤੀ (9) ਸੰਜਮ (10) ਤਪ। - 2

ਧਰਮ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦੇ ਨਾਲ ਸੂਰਜ ਅਤੇ ਚੰਦ ਇਸ ਸੰਸਾਰ 'ਤੇ ਉਪਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਲਾਉਂਦੇ ਝੁਲਸਾਉਂਦੇ ਤਾਪ ਤੋਂ ਗਰਮ ਹੋਈ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਐਨ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਚਮਕ-ਦਮਕ ਨਾਲ ਗਰਜਦੇ ਬੱਦਲਾਂ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਵਰਸਾ ਕੇ ਠੰਡ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। - 3

ਉਫਨਦਾ ਅਤੇ ਉਛਲਦਾ ਹੋਇਆ ਸਾਗਰ ਸਾਰੀ ਧਰਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਗੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਡੁਬੋ ਦਿੰਦਾ ? ਬਾਘ, ਸ਼ੇਰ ਵਗੈਰਾ ਜਿਹੇ ਹਿੰਸਕ ਪਸ਼ੂ ਅਤੇ ਹਨ੍ਹੇਰੀ, ਤੂਫਾਨ, ਵੈਤਾਲ ਦੀ ਅੱਗ ਵੀ ਮਨੁੱਖ ਜਾਤੀ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ? ਇਹ ਸਾਰਾ ਧਰਮ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। - 4

ਜਦ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਭਾਈ-ਭੈਣ ਸਾਰੇ ਮੂੰਹ ਫੇਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਆਪਣੇ ਹੀ ਆਦਮੀ, ਫੌਜੀ ਦੀਨ-ਹੀਣ ਹੋ ਜਾਣ, ਧਨੁਸ਼-ਬਾਣ ਸਜਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹੱਥ ਨੂੰ ਲਕਵਾ ਮਾਰ ਜਾਵੇ, ਅਜਿਹੇ ਬੁਰੇ ਸਮੇਂ ਕਸ਼ਟ ਅਤੇ ਵਿਪੱਤੀ ਦੇ ਸਮੇਂ