ਮੈਤ੍ਰੀ ਭਾਵਨਾ

ਪ੍ਰਸਤਾਵਨਾ ਸ਼ਲੋਕ

ਤੀਰਥੰਕਰ ਭਗਵਾਨ ਨੇ ਮੈਤ੍ਰੀ ਵਗੈਰਾ ਚਾਰ ਸੁੰਦਰ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਧਰਮ. ਧਿਆਨ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨ ਲਈ ਦੱਸੀਆਂ ਹਨ। - 1

ਮੈਤ੍ਰੀ ਪ੍ਰਮੋਦ. ਕਰੁਣਾ ਅਤੇ ਮਾਧਿਅਸਥ ਇਹ ਚਾਰ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਧਰਮ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲੱਗਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਸੁਪਰਦ ਪਾ ਕੇ ਧਰਮ ਧਿਆਨ ਰਸਾਇਣ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। - 2

ਮੈਤ੍ਰੀ	ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੇ ਭਲੇ ਦਾ ਫ਼ਿਕਰ ਕਰਨਾ।
ਪ੍ਰਮੋਦ	ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਆਦਰ।
ਕਰੁਣਾ :	ਦੁਖੀ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਦੁੱਖ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਭਾਵਨਾ।
ਮਾਧਿਅਸਥ	ਦੁਸ਼ਟ ਬੁੱਧੀ ਜੀਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮ-ਭਾਵ - ਉਦਾਸੀਨ ਭਾਵ। - 3

13.

ਮੈਤ੍ਰੀ ਭਾਵਨਾ

ਹੇ ਆਤਮਾ ! ਤੂੰ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਕਰ। ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਨਾ ਮੰਨ। ਇਹ ਤੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿੰਨੀ ਸਥਿਰ ਹੈ ? ਫਿਰ ਤੂੰ ਦਵੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈਂ ? - 1

ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਾਗਰ ਦੇ ਸਫ਼ਰ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵਾਰ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਆਤਮਾਵਾਂ ਤੇਰੀਆਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਹਨ। ਕੋਈ ਵੀ ਦੁਸ਼ਮਣ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੂੰ ਸੋਚ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ। - 2

ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਅਨੇਕਾਂ ਵਾਰ ਤੇਰਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਪਿਤਾ, ਭਾਈ, ਚਾਚਾ, ਮਾਂ, ਧਿਓ, ਪੁੱਤਰ, ਪੁੱਤਰੀ, ਪਤਨੀ, ਭੈਣ, ਨੂੰਹ ਵਗੈਰਾ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਦਾ ਤੇਰਾ ਇਕ ਪਰਿਵਾਰ ਹੈ। ਫਿਰ ਤੇਰਾ ਕੌਣ ਦੁਸ਼ਮਣ ਹੋਵੇਗਾ, ਕੋਈ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਰੱਖ। - 3

ਇੱਕ ਇੰਦਰੀਆਂ ਆਦਿ ਜੀਵ ਵੀ ਪੰਜ ਇੰਦਰੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਸੁੰਦਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਧਰਮ ਅਰਾਧਨਾ ਕਰਕੇ ਜਨਮ ਮਰਣ ਦੀ ਦੀਵਾਰ ਤੋਂ ਕਦ ਮੁਕਤ ਹੋਣਗੇ। ਅਜਿਹਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰ। - 4

ਪ੍ਰਾਣੀਆਂ ਦੇ ਮਨ, ਵਚਨ ਕਾਇਆ ਨੂੰ ਅਸ਼ੁੱਭ ਧਾਰਾ ਵਿੱਚ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਖਿੱਚਣ ਵਾਲੀ ਰਾਗ ਦਵੇਸ਼ ਆਦਿ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਜਾਣ। ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਉਦਾਸੀਨ ਭਾਵ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉਠ ਜਾਣ ਦੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਦੇ ਰਸ ਦਾ ਸਵਾਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ। ਸਾਰੇ ਜੀਵ ਸੁਖੀ ਰਹਿਣ। - 5

ਤੇਰ੍ਹਵੀਂ ਭਾਵਨਾ (ਗੀਤ)

ਹੇ ਵਿਨੈ ! ਕਰਮਾ ਦੀ ਬਚਿੱਤਰਤਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਕੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਗਤੀਆਂ ਤੋਂ ਭਟਕਦੇ ਹੋਏ ਤਿੰਨ ਲੋਕ ਦੇ ਜੀਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਤੂੰ ਦੋਸਤੀ ਦਾ ਚਿੰਤਨ ਕਰ। - 1

ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਤੇਰੇ ਦੋਸਤ ਹਨ। ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਤੇਰਾ ਦੁਸ਼ਮਣ ਨਹੀਂ। ਤੂੰ ਕਲੇਸ਼ ਅਤੇ ਕੜਵਾਹਟ ਦੇ ਵੱਸ ਹੋ ਕੇ ਮਨ ਨੂੰ ਨਾ ਵਿਗਾੜ। ਵਿਗੜਿਆ ਹੋਇਆ ਮਨ ਤੇਰੇ ਸਾਰੇ ਚੰਗੇ ਕੰਮਾਂ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਫੇਰ ਦੇਵੇਗਾ। - 2

ਠੀਕ ਹੈ, ਜੇ ਕੋਈ ਆਦਮੀ ਆਪਣੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੋਇਆ ਤੇਰੇ 'ਤੇ ਗੁੱਸਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਦ ਵੀ ਤੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਗੁੱਸੇ ਦੀ ਗੁਲਾਮੀ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਕੇ ਉਸ ਉੱਤੇ ਗੁੱਸਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। - 3

ਇਸ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਚੰਗੇ ਸੱਜਣ ਲੋਕਾ ਦੇ ਲਈ ਕਲੇਸ਼ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਤੂੰ ਤਾਂ ਸਮਤਾ ਰਸ ਦੇ ਝਰਨੇ ਵਿੱਚ ਖੇਲ੍ਹਣ ਵਾਲੀ ਮੱਛੀ ਹੈਂ। ਕਲੇਸ਼ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦੇ। ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਜਬੂਤ ਕਰ। ਹੇ ਚੇਤਨ ! ਤੂੰ ਮਾਨਸਰੋਵਰ ਦੇ ਹੰਸ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਿਵੇਕ ਬੁੱਧੀ ਵਾਲਾ ਬਣ। - 4

ਦੁਸ਼ਮਣ ਵੀ ਵੈਰ ਵਿਰੋਧ ਛੱਡ ਕੇ ਸਮਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੁਖੀ ਰਹਿਣ, ਉਹ ਵੀ ਸੱਚੇ ਸੁੱਖ ਦੇ ਘਰ ਵੱਲ ਜਾਣ ਦੇ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣ। - 5

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜੇ ਆਤਮਾ ਆਤਮ ਭਾਵ ਤੋਂ ਸਮਤਾ ਰਸ ਦਾ ਸਵਾਦ ਕਰ ਲਵੇ। ਫਿਰ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਰਸ ਚੱਖ ਕੇ ਉਹ ਖੁਦ ਵੀ ਸਮਤਾ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬ ਜਾਵੇਗੀ। - 6

ਸਮਝ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਅਉਂਦਾ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਕਿਉਂ ਗਲਤ ਧਾਰਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਫਸ ਕੇ ਪਾਪ ਕਰਮਾਂ ਵੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ? ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੀਰਥੰਕਰਾਂ ਦੀ ਬਾਣੀ ਵਿੱਚ ਰੁੱਚੀ ਕਿਉਂ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ? - 7

ਸ਼ੁੱਧ ਆਤਮਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤਮ ਭਾਵ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬੀਆਂ ਰਹਿਣ, ਫਿਰ ਇਹ ਸਮਤਾ ਰਸ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਕੇ ਸੰਸਾਰ ਖੁਸ਼ ਰਹੇ, ਅਨੰਦ ਰਹੇ। - 7

14.

ਪ੍ਰਮੋਦ ਭਾਵਨਾ (ਸ਼ਲੋਕ)

ਉਹ ਵੀਤਰਾਗ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਧਨ ਹਨ, ਉਹ ਕਸ਼ਪ ਸ਼੍ਰੇਣੀ (ਕੇਵਲ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਅਵਸਥਾ) 'ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਕਰਮ ਦੀ ਮੈਲ ਨੂੰ ਧੋ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਤਿੰਨ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋ ਗੰਧ ਹਾਥੀ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਿਜ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਗਿਆਨ ਤੋਂ ਵੈਰਾਗ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜੋ ਪੂਰਨਮਾਸੀ ਦੇ ਪੂਰਨ ਚੰਦਰਮਾ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧਿਆਨ ਦੀ ਧਾਰਾ ਵਿੱਚ ਆਤਮ-ਸ਼ੁੱਧੀ ਦੇ ਰਾਹੀ ਉੱਪਰ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਸੈਂਕੜੇ ਚੰਗੇ ਕੰਮਾਂ ਦਾ ਸਵਨ ਕਰਕੇ ਅਰਿਹੰਤ ਪਦ ਦੀ ਸ਼ੋਭਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਨਿਕਟ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਹਨ। - 1

ਕਰਮ ਖਤਮ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਹੋਏ ਉਸ ਬੀਤਰਾਗ ਦੇ ਅਨੇਕਾਂ ਗੁਣਾਂ ਦੇ ਸਹਾਰੇ ਨਿਰਮਲ ਆਤਮਾ ਦੇ ਰਾਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਾਰ ਬਾਰ ਗੁਣਗਾਨ ਕਰਕੇ ਅਸੀ ਆਪਣੇ ਔਠਾਂ ਉਚਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਪਵਿੱਤਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਸਤੋਤ੍ਰ ਦਾ ਗਾਉਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਜੀਭਾ ਹੀ ਰਸ ਨੂੰ ਜਾਣਦੀ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਗੱਪਸ਼ੱਪ ਅਤੇ ਪਰਾਈ ਪੰਚਾਇਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜੀਵ ਉਹ ਰਸ ਦਾ ਸੇਵਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਅਜਿਹਾ ਮੈਂ ਮੰਨਦਾ ਹਾਂ। - 2

ਉਹ ਸਾਧੂ ਪੁਰਸ਼ ਧਨ ਹਨ, ਜੋ ਪਰਬਤ ਦੀ ਉੱਚਾਈ 'ਤੇ ਇਕੱਲੇ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿੱਚ, ਗੁਫਾ ਵਿੱਚ ਜਾ ਉਜਾੜ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਧਰਮ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲੀਨ ਸਮਤਾ ਰਸ ਵਿੱਚ ਲਿਪਤ ਹੋ ਕੇ 15 ਦਿਨ, ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਵਰਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਹੋਰ ਵੀ ਗਿਆਨਵਾਨ, ਸ਼ੁੱਧ ਪ੍ਰੱਗਿਆਵਾਨ, ਧਰਮ ਉਪਦੇਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਸ਼ਾਂਤ, ਇੰਦਰੀਆਂ ਜੇਤੂ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਜਿਨੇਸ਼ਵਰ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਵਧਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਧੂ ਪੁਰਸ਼ ਧਨ ਹਨ। - 3