

૧૨.૮ ભાવ વિશુદ્ધિ માટે શું કરશો ? પ્રતિક્રમણમાં અતિચારોનો પરિચય

પરમાત્મ શાસનના મોક્ષમાર્ગની પ્રત્યેક આરાધના, હૃદયના વિશુદ્ધ ભાવો પર કર્મનિર્જરા અવલંબે છે. ભાવોની વિશુદ્ધિ, નિર્દોષમન, નિઃસ્વાર્થ હૃદય અને નિર્મલ વાણી-વહેવાર વર્તન પર આધાર રાખે છે. આવી સ્થિતિ પર જ્યાં સુધી ન પહોંચાય ત્યાં સુધી પાપોના ગંજ આત્મા ઉપર ખડકાયાં ન કરે તે માટે પ્રતિક્રમણ નિત્ય કરવાનું જણાવ્યું છે અને તે પણ શુદ્ધ થાય તે માટે કેટલીક ચોક્કસ જાણકારી અને સાવધાની રાખવાની છે. આવા જ્ઞાન અનુભવ સાથે એકવાર પણ વિશુદ્ધ હૃદયથી પ્રતિક્રમણ અતિચાર રહિતનું બની જાય તો ઓછી મહેનતે વધુ કર્મનિર્જરા કર્મક્ષય અને સંસારમુક્તિ મળી જતા વાર નહિ લાગે. પરંતુ તે પહેલાં જરૂરી વિચારણા કરી લઈએ.

પ્રતિક્રમણ એ પશ્ચાતાપની પવિત્ર પ્રક્રિયા છે. તેના દ્વારા આત્મસ્નાન છે. તેના અતિચાર એટલે જ્ઞાનાદિ ગુણોમાં લાગેલા દોષથી મલિન આત્માએ પાપથી પાછા હઠવું, વિભાવ દશામાંથી સ્વભાવ દશામાં આવવું, વિરાધક ભાવમાં આવવું અથવા પર-ધરમાંથી સ્વધર તરફ પ્રયાણ કરવા માટે છે. અનંતકાળથી અજ્ઞાનતાને કારણે આપણા આત્મામાં હિંસા વગેરે અઢારેય પાપના દરવાજા નિરંતર ખુલ્લા છે. મન-વચન અને કાયાથી આ અઢારેય પાપોના દ્વાર ખુલ્લા હોવાથી પ્રતિક્રમણે આપણો આત્મા નવા નવા કર્મોના બંધનોથી બંધાતો જાય છે. આજ કારણે જીવનો જન્મ, જરા મરણાદિ અસંખ્ય દુઃખોની પરંપરાવાળો સંસાર કાયમ ઊભો રહે છે.

આપણી ભૂલ છે કે, હિંસાદિ પાપોને પાપ તરીકે જાણતા નથી અને જાણ્યા પછી પાપોને પાપ તરીકે માનતા નથી, ત્યારબાદ પાપોનો સાચા દિલથી ભાવપૂર્વક પશ્ચાતાપ પણ કરતા નથી પરંતુ આજ સાચું પ્રતિક્રમણ છે. જે આત્માઓ આત્માના જ્ઞાનાદિ ગુણો ઉપર અતિક્રમણ કરે છે, તેને પ્રતિક્રમણ ફરજિયાત છે. અતિચાર એ ભૂલ છે. તે ભૂલને ભૂલવાની છે, ભૂલોનો ભાગાકાર કરવાનો છે. ભૂલ ન કરે તે ભગવાન કહેવા, ભૂલોનો સ્વીકાર કરે તે ઈન્સાન કહેવાય. ભૂલનો સ્વીકાર ન કરે તે હેવાન અને ભૂલ બીજા ઉપર ઢોળી દે તે શેતાન કહેવાય.

ઈન્સાનમાંથી ભગવાન યા મહાન બનવું છે, તો ભૂલોનો સહર્ષ સ્વીકાર કરી લો. હૃદયપટ્ટ ઉપર પશ્ચાતાપના પાવન અગ્નિથી દોષોને બાળી દો. અતિયારો અને મોટો દોષો, જાણ અથવા અજાણથી આપણા આત્મા દ્વારા થાય છે. દરેક વ્રત અથવા આચારમાં જ્યારે જ્યારે દોષો લગાડ્યા છે, તેનાથી દૂર થવા પકિષ, ચોમાસી અને સંવત્સરી પ્રતિક્રમણમાં પાપ યાદ કરીને પવિત્ર બનવાનું છે. બાથરૂમમાં સ્નાન કરવા ગયેલો વ્યક્તિ જેમ શરીર પર રહેલા મેલને દૂર કરીને પવિત્ર થઈ બહાર આવે છે તેમ આપણે પણ આપણા આત્મા ઉપર લાગેલા અતિયારને દૂર કરીને નિર્મળ બનીને બહાર આવવાનું છે. અને ઉપયોગપૂર્વક પ્રતિક્રમણાદિ ક્રિયાઓ સભાન અવસ્થામાં જ કરવાની છે. એ જ આ ધર્મનું રહસ્ય છે. ઈશિયાવહિયા અને પ્રતિક્રમણ દ્વારા અઈમુત્તા મુનિએ કર્મો ખપાવી અંતર્મુહૂર્તમાં જ કેવળજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું એ જ પ્રતિક્રમણ આપણે કરીએ છીએ. તો તે વિશુદ્ધ બને તે માટે આપણા અતિયારો અને પાપ-દોષને દૂર કરવા જાણવા જોઈએ.

અતિસાર - એક આત્મનિરીક્ષણ

૧. જ્ઞાનાચાર - જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાના ૮ આચાર (નિયમો) છે. તે અનુસાર જ્ઞાન પ્રાપ્ત ન કર્યું માટે તેનો દોષ લાગ્યો અર્થાત્ અતિયાર-પાપ લાગ્યું. આ ઉપરાંત પણ જે પૂજનીય છે. તેથી સાથે અયોગ્ય વ્યવહાર કર્યો તે માટે તેને પણ અતિયારની પંક્તિમાં સ્વીકાર્યો. ટૂંકમાં જ્ઞાન-જ્ઞાની ને જ્ઞાનના સાધનો (ઉપકરણો) પ્રત્યે પૂજ્યભાવ ન કેળવ્યો તેથી તે લાગેલા પાપનું આ પાઠ દ્વારા મિચ્છામિ દુક્કડમં મંગાય છે.

૨. દર્શનાચાર - દર્શનના પણ ૮ આચારો છે. તે મુજબ પૂજ્ય ભાવે પ્રવૃત્તિ ન કરી અશુભ વિચારો કર્યા તે માટે તેનું પાપ લાગ્યું. અતિયાર લાગ્યા. દર્શન પ્રત્યે પ્રમાદ સેવ્યા બેદરકારીથી ક્રિયા કરી વિગેરે માટે મિચ્છામિ દુક્કડં.

૩. ચારિત્રાચાર - ચારિત્રપાલન માટે પણ ૮ આચારો છે. તે અનુસાર દેશ વિરતિમય જીવન પૌષ્ઠ-સામાયિકાદિમાં પૂર્ણ કર્યું તો તે ચારિત્ર ઉત્તમ ચરિત્ર ઘડે અન્યથા જીવન વેડફાઈ જાય. કેમ ચાલવું? કેમ બોલવું? ભોગ્ય વસ્તુ કેવી ગ્રહણ કરવી? કેમ બેસવું મૂકવું? ત્યજવાલાયક વસ્તુ કેવી રીતે ત્યજવી?

ફેકવી આ વાતો જીવનમાં સમ્યક્ રીતે સ્વીકારવા જાણી લેવી જોઈએ. એટલું જ નહીં મન-વચન ને કાયાની ઉપર કંટ્રોલ રાખવો જોઈએ.

ચારિત્રના અવાંતર વિચારોમાં શ્રાવકના ૧૨ વ્રત અને સમ્યક્ત્વનો અધિકાર આવે છે. તેથી શ્રાવક ધર્મ-દેશવિરતિ ધર્મ સુશોભિત થાય છે. આ વિચારોમાં પ્રથમ સમ્યક્ત્વના પાંચ અતિચારોને આ સૂત્રમાં જણાવવામાં આવે છે. ૧. શંકા, ૨. આકાંક્ષા, ૩. વિતિગિચ્છા, ૪. અન્યદૃષ્ટિ પ્રશંસા, ૫. સંસ્તવ, આ પાંચ વિચારો મિથ્યાત્વ તરફ ખેંચી જાય છે. મનમાં સ્થિર વિચાર ન હોવાના કારણે સાચું સાચું જ છે કે ? એવા શંકાશીલ વિચારો ઘર કરી જાય છે. માટે આ પાંચ દુર્ગુણોથી દૂર-સુદૂર રહેવું જરૂરી છે.

(૧) પ્રાણાતિપાત વિરમણ વ્રત ઃ બાર વ્રતમાંનું પહેલું વ્રત. કોઈ પણ નાના-મોટા જીવો પ્રત્યે સંપૂર્ણ દયા રાખવી ઘણી જરૂર છે. તેથી શાતાવેદનીય કર્મ બંધાય. વિચાર સ્થિર-પરિપક્વ થાય. કુલ ૫૬૩ પ્રકારના જીવોની વિચારણા આ વ્રતમાં સંકળાયેલી છે.

(૨) મૃષાવાદ ઃ નીતિ-અનીતિના વિચાર સાથે આ વ્રતને ૫ ભેદ સહિત વર્ણવાયું છે. જીવનને સુધારવા આજીવન સ્વીકારવા-પાળવા પડે. એકવાર ખોટું બોલનારને સો વાર ખોટું બોલવું પડે છે, માટે અસત્ય વચનોથી આઘા રહેવું સાર્યક છે.

(૩) અદત્તાવાદ (ચોરી) ઃ પુણ્ય એટલે નીતિનું ધન. પાપ એટલે અનીતિનું, અનુમતિ વિનાનું, લૂંટેલું, ચોરેલું, ઝૂંટેલું ધન. જે ધન આવ્યા પછી દુઃખ થાય, અશાંતિ વધે વિચારોનું પતન થાય તેવા ધનને આ વ્રતમાં બીજને રાજખુશીથી નથી આપ્યું માટે ચોરેલું ધન કહેવાય છે. તેના પણ પાંચ ભેદ પ્રકાર છે.

(૪) સ્વદ્વારા સંતોષ ઃ મનુષ્યને પાંચ ઈન્દ્રિયો મળી છે. તેનો મર્યાદિત ઉપયોગ જીવને તંદુરસ્તી, શાંતિ, દીર્ઘ આયુષ્ય વિગેરે આપે, અન્યથા અકાળે વૃદ્ધાવસ્થા વિગેરે દુર્ગુણોના શિકાર થવું પડે. સંસારમાં પુત્ર પરિવારની વૃદ્ધિ અબ્રહ્મના કારણે થાય છે. તેથી સ્વદ્વારા (સ્વ પત્ની) સંતોષ એ સુખનો શાંતિનો જન્મમરણ ઘટાડવાનો માર્ગ છે. આ પાપ મન-વચન-કાયાથી થાય છે. બીજી રીતે સુવાળા સ્પર્શ, મધુર શબ્દ શ્રવાણ અને સુરૂપનું દર્શન કરવાથી, જોવાથી થાય છે. માટે જ ઈન્દ્રિયો ઉપર કાબૂ રાખવાનું કહ્યું છે.

(૫) પરિગ્રહ ઃ પરિગ્રહ એટલે જરૂરિયાત કરતા વધુ ધન, ધાન્યાદિ નવ પ્રકારનો સંગ્રહ. પુણ્યના યોગે જે કાંઈ પણ ભોગાવલી કર્મના ઉદયે મળતું હોય તેનાથી ખાસ જાણીબુઝીને અળગા રહેવું, પરિગ્રહનો ઉપભોગ કે વધારો ન કરવો એ આ વ્રતની પાછળની ભાવના છે. પરિગ્રહ એ પાપ છે. એના આગમન, જાળવણી, સાચવણી, કોઈ લૂંટી ન જાય તેની ચિંતા, બીજા ઈર્ષ્યા ન કરે વિગેરે એવા કષાયોને નિમિત્ત મળે છે. મુખ્યત્વે, વ્યક્તિગત વિચારો પરાિમોને બગાડે છે. તેથી જીવન અપરિગ્રહમય ઘણું આશીર્વાદરૂપ બને છે. ધન પુણ્યથી મળે. તેનો ભોગવટો જો વિવેકથી કરવામાં આવે તો નવું પુણ્યાનુબંધી પુણ્ય બાંધી શકાય.

(ઉપવ્રત નં. ૧ થી ૫ સુધીના આણુવ્રત-વંદનીય પૂ. સાધુ-સાધ્વીજી મહારાજે વધારે સૂક્ષ્મ રીતે પાંચ મહાવ્રત- એ નામે સ્વીકારેલા હોય છે અને તેનું સુવિશુદ્ધ રીતે પાલન કરતા હોય છે.)

(૬) દિગ્પરિમાણ ઃ પાંચ આણુવ્રતનો વિભાગ પૂર્ણ કર્યા પછી ત્રણ ગુણુવ્રતમાં દિગ્પરિમાણની વિચારણા અહીં શરૂ થાય છે. દિગ્ એટલે દિશા. પરિમાણ એટલે ગમણાગમણ કરવા માટેની મર્યાદા. જેમ પરિગ્રહ એ ધન ધાન્યાદિની મર્યાદા રાખવા માટેનું વ્રત છે. તેમ ગુણ જેના કારણે જીવનમાં પ્રવેશે-વિકસે તેમાંનું એક દિગ્ પરિમાણ છે.

મુખ્યત્વે વિના કારણે ગમણાગમણ કરવાની ટેવને ઘટાડવા તથા જ્યાં ગયા નથી, જવાનું નથી ત્યાંના (તે ક્ષેત્રમાં થયેલા) પાપોનો ત્યાગ કરવા માટેનો સહેલામાં સહેલો ઉપાય દિશાઓની મર્યાદા બાંધવી, દિશા-૧૦ છે અને તે સંબંધી અતિચાર-૫ છે. એથી જીવનમાંથી ચંચળતા દૂર થાય તે સમતાની વૃદ્ધિ થાય.

(૭) ભોગ-ઉપભોગ ઃ માત્ર એક જ વખત ઉપયોગમાં આવે તેનું નામ 'ભોગ' અને જે વારંવાર વાપરી શકાય તે 'ઉપભોગ'. સંસારી જીવ ભોગ-વિલાસમાં ડૂબેલો હોય છે. તેનો ત્યાગ કરવો, ઘટાડો કરવો એ ગમતું નથી. હકીકતમાં જ્યાં મર્યાદા નથી ત્યાં દુઃખનું આવાગમન છે. એ દુઃખથી બચવા પુણ્યના ઉદયે ભોગ સામગ્રી મળે તો પણ ઘટાડવી. ન વાપરવી તેમાં બુદ્ધિમત્તા છે.

ભોગ-ભોગાવલી કર્મ સાથે સંકળાયેલા છે. પ્રાયઃ ભોગવસ્તુ એક દિવસ જેટલી જ ભોગવાય છે. તેથી આ વ્રતના અંતર્ગત ૧૪ નિયમોને સાંકળી લેવામાં આવ્યા છે. આ જીવને જેટલું ખાવા-પીવા-ભોગવવા મળે છે. તેનાથી અનેકગણું સંસારમાં છે, તે બધા દ્રવ્યો વગર ખાધે અનુમોદનાના કારણે પાપથી જીવ લેપાય છે. તેથી આ ૧૪ નિયમો દ્વારા સંખ્યાના પરિણામની વિના કારણથી બંધાતા અનર્થ-દંડના પાપોથી બચી જવાય છે.

ઉપરાંત આ જીવને જો સમજાવવામાં આવે અને નેક તોળા જેટલા (મુખવાસ, ચટણી વિ.) દ્રવ્યથી બચાવવામાં આવે તો 'મને જોઈતું નથી. આના વિના ચાલી જશે' એ દૃષ્ટિએ ધારેલા પ્રમાણથી પણ બચી જવાશે. એ વધારાનો ફાયદો. આમ કરતાં આ ભવ્ય જીવ ૧૪ નિયમોના આલંબનથી પોતાનો સંસાર ઘટાડવા સમર્થ થશે.

સ્ત્રી વર્ગ જેમ છએ જીવનિકાયની વિરાધના રસોડામાં કરે છે તેમ પુરુષવર્ગ વ્યાપાર-વ્યવસાયમાં પંદશ કર્માદાન કરે છે. કારખાના અથવા તેવા ન ઈચ્છવા કરવા યોગ્ય કાર્યો અમર્યાદિત રીતે આ જીવ ધનના લાલચે કરે છે. તેનાથી બચવા માટે પણ આ વ્રતમાં આગ્રહ રાખ્યો છે. બીજી રીતે જેનું ધન પાપાનુબંધી હોય એવા ધનીને આવા પ્રકારના આરંભ સમારંભ કરવાનું મન થાય. એ પાપી મનને પાપથી પાળવા આ વ્રત ઘણું ઉપકારક છે.

(૮) અનર્થદંડ ઃ અર્થ એટલે જેમ ધન અર્થ થાય તેમ ઉપયોગી-જરૂરી એવો અર્થ કરશું તો તરત અનર્થ એટલે બીનજરૂરી બીનઉપયોગી એ વાત સમજાશે. 'સ્વ' એટલે પોતા સંબંધી અને 'પર' એટલે પારકા સંબંધી. આંખ-લગભગ બીજાનું જ જુએ છે. પણ દર્પણનો સહારો લો તો તમે તમારું જોઈ શકશો. મુખ્યત્વે આ વ્રત દ્વારા જે અતિચાર-પાપ લાગે છે. તેમાં માત્ર ઉપયોગ વિના, જરૂરિયાત વિના, કોઈને રાજી ખુશ કરવા માટે વાણી દ્વારા પ્રવૃત્તિ થાય છે. પરપંચાત યા આખા ગામના 'મામા' થવા જેવું કાર્ય આ જીવ કરે. સરવાળે તો અપયશ જ મળે. માટે જેમાં કાંઈ સાર નીકળતો ન હોય (છોતરાં ખાંડવાથી કે પાણી વલોવવાથી) તેવી પ્રવૃત્તિથી અળગા રહેવાનું આ વ્રતમાં સૂચન છે.

(૯) સામાયિક ં: બાર વ્રતનો ત્રીજો વિભાગ ચાર શિક્ષાવ્રત દ્વારા શરૂ થાય છે. જે વ્રત સ્વીકારવાથી જીવનમાં સદ્ગુણની વૃદ્ધિ થાય, ધર્મની પ્રગતિ થાય, આત્માની ઉન્નતિ થાય તેને શિક્ષાવ્રત કહેવાય છે. સામાયિક જીવનમાં સમભાવની-સમતાની વૃદ્ધિ કરાવે. બે ઘડી ૪૮ મિનિટ સુધી આત્મા સ્વની શોધમાં સમય પસાર જો કરે તો અજ્ઞાનતાથી આટલા દિવસો પર-પારકાની પાછળ વેડફેલા સમય શક્તિ માટે હસવું આવે. શરમ લાગે.

સમભાવ-સમતા-શાંતિ જીવનમાં ત્યારે જ આવે જ્યારે તમે વિરતિમાં પ્રવેશ કરો. વિરતિ એટલે અવિરતિવાનથી દૂર થવું. વિરતિ એટલે પાપ પ્રવૃત્તિથી નિવૃત્ત-અલિપ્ત થવું. વિરતિ એટલે સંસાર-સંસારીઓથી તેટલો કાળ (સમય) છૂટા થવું. વિરતિ એટલે સંસારની કરેલી-કરવાની પ્રવૃત્તિઓને યાદ ન કરવી.

સામાયિક-૪૮ મિનિટ એટલા માટે છે કે, આ જીવ આઘાત્મિક વિચાર તેથી વધુ સમય કરી શકતો નથી. અથવા વિચાર ટકી શકતા નથી. આવા સામાયિક વ્રત માટે ૧૦-મનના, ૧૦-વચનના, ૧૨-કાયાના દોષથી બચવું જોઈએ. સામાયિક એ સાધુજીવનની વાનગી છે.

(૧૦) દેશાવગાશિક ં: આ વ્રતના પણ ૫ અતિચાર છે. વર્તમાન સમયે એકાસણું કે તેથી વધુ તપ બે પ્રતિક્રમણ અને ૮ સામાયિક અને ઓછાંમાં ઓછા પાપ કાર્યો દિવસભર કરવાના હોય છે. જો અનુકૂળતા હોય તો ત્રણ દેવનંદન, પડિલહેણ, પરચકખાણ પારવાની પણ ક્રિયા કરવાનો આગ્રહ રાખવો.

(૧૧) પૌષ્ઠોપવાસ ં: પૌષ્ઠ ઉપવાસ કરી ૮ પહોર (૨૪) કલાક સુધી શ્રાવકે વિશિષ્ટ રીતે સાધુજીવન જીવવાનો અનુભવ કરવો જોઈએ. આ વ્રતની સાથે ખાસ અષ્ટપ્રવચન માતાઓનું પણ પાલન કરવાનું હોય છે.

અષ્ટ પ્રવચન માતા એટલે પોસાતીના જીવનચર્યા ઉપર દેખરેખ. એનાથી સંસારી જીવન અને વ્રતધારી જીવનનો તુલનાત્મક અભ્યાસ થાય છે. ઓછામાં ઓછો પાપનો બંધ કરવા આરાધક જગત રહે છે. બીજી રીતે શ્રાવકની ૧૧ પડીમા ઉપધાનાદિ ધારણ કરનારે સર્વપ્રથમ પૌષ્ઠ કરી શુદ્ધ આચારોનું પાલન

કરવા ભાવના ભાવવાની હોય છે. માથેરાન જનારનું મન પ્રસન્ન થાય જ્યારે પૌષ્ઠ લેવાથી દિવસ-જીવન ધન્ય બની જાય એવું બને.

(૧૨) અતિથિ સંવિભાગ ઃ આ એક એવા પ્રકારનું વ્રત છે જેમાં પૌષ્ઠ-ઉપવાસ અને બીજા દિવસે એકાસણું કરવાનું હોય છે. ઉપરાંત તે દિવસે અતિથિને ઘેર નિમંત્રી શુભ ભાવે ભક્તિ કરવાની હોય છે. એ વ્યક્તિ જેટલા દ્રવ્ય ભોજનમાં વાપરે તેટલા જ દ્રવ્યનું એકાસણું કરવાનું હોય છે.

અનુકૂળતા હોય, સાધુનો યોગ મળ્યો હોય તો કલ્પનીય આહાર-પાણીની ભક્તિ પણ કરવાની વધુ પ્રેરણા આપી છે. દાન એવા પ્રકારે આપવું જોઈએ જેથી આપ્યાનો આનંદ અનુભવાય. દાનમાં વપરાયેલું દ્રવ્ય પણ સુવિશુદ્ધ હોય તો તે પુણ્યાનુબંધી પુણ્ય બંધાવે. અન્યથા દાન આપી જો આર્તધ્યાન થયું તો તે પાપાનુબંધી પાપ બંધાવે.

સંલેષણા ઃ બાર વ્રત પછી સંલેષણાના પાંચ અતિસારની ચર્ચા આવે છે. સંલેષણા એટલે મરણ વખતે કરવાની શુભ આરાધના. એનું જ બીજું નામ દેવી પદ્માવતી આરાધના તથા અંત સમયની આરાધના. તેમાં ૧૦ અધિકારો શુભ ભાવના ભાવવા માટેના આવે છે.

પુણ્યશાળી આત્મા પુણ્યના યોગે ધર્મથી વિમુખ્ન હોય તો અંત સમયે ધર્મ-ધ્યાનથી સન્મુખ થાય છે, સમાધિમરણ પામે છે. જ્યારે ભારે કર્મી જીવ હોય અંતિમ સમયે કરવા યોગ્ય કાર્ય કર્યા ન હોય- કરવાની ભાવના થતી ન હોય તેથી દુર્ગતિ પામે. તેવા માટે આ અધિકારમાં પાંચ અતિચારો દર્શાવાયા છે અને તે માટે અયોગ્ય આચરણ માટે મિચ્છામિ દુઃકકં આરાધક આત્મા આપે છે.

તપાચાર ઃ પાંચ અતિચારમાં ચોથો પ્રકાર તપાચારનો છે. તેના ૧૨ ભેદ દર્શાવાયા છે. ૬ બાહ્ય ૬-અભ્યંતર. એક વાત સમજવા વિચારવા જેવી છે કે જ્ઞાનદર્શન ચારિત્રની વિરાધના આ જીવે જે કાંઈ કરી હોય તે પાપનું પ્રાયશ્ચિત તપની આરાધના દ્વારા થાય છે. એટલે તે ત્રણે રત્નત્રયીનું શુદ્ધિકરણ તપના ૧૨ પ્રકારો તેમ જ ઉપવાસ આદિ દ્વારા થાય છે. તપથી આત્મશુદ્ધિ અને પુણ્યની વૃદ્ધિ થાય એમ કહીશું તો ખોટું નથી.

તપ કરતાં જીવનમાં કષાય થવા ન જોઈએ. તપ સમભાવે કરવો જોઈએ. તો જ ચીકણાં કર્મોનો આ તપ દ્વારા ક્ષય થાય. બાહ્ય તપનું આચરણ બીજી વ્યક્તિને એક યા બીજી રીતે દેખાય જ્યારે અભ્યંતર તપ જીવનમાં ગુણની વૃદ્ધિ કરાવે છે. ગુણવાન જ એ તપ કરવા પ્રેરાય છે.

વીર્યાચાર ઃ આ આચારના ત્રણ અતિચાર છે. મુખ્યત્વે પૂર્વના ચારે આચારોમાં શક્તિ છૂપાવ્યા વિના પ્રવૃત્તિ કરવી જોઈએ. તે રીતે ન કરી ઉતાવળ કરી પ્રમાદ સેવ્યો. વિ. અતિચાર છે. તે માટે પાક્ષિક-ચોમાસિક-સંવત્સરિક મિચ્છામિ દુક્કડં મંગાય છે.

અતિચારના અંતમાં જ્ઞાનાચારાદિ ૧૨૪ અતિચારોને ફરી સ્મરણ ટૂંકમાં કરી અઢાર પાપ સ્થાનકાદિ પાપો કર્યા-કરાવ્યા-અનુમોદ્યા હોય તે વિતરાગની આજ્ઞા વિરુદ્ધ ચાર પ્રકારે કર્યું હોય તે માટે મિચ્છામિ દુક્કડં અપાય-મંગાય છે.

સાર ઃ આ સૂત્ર દ્વારા પાપને નિંદનીય કાર્ય સ્વરૂપે માનો. તે પાપથી પાછા ફરવા ગુરુની સાક્ષીમાં નિંદા કરો અને આત્માને એવા દુષ્ટત્યોથી દૂર કરવા, મુક્ત કરવા માટે ભગીરથ પ્રયત્ન કરો. જેથી વિશુદ્ધ ભાવો દ્વારા આત્મા સર્વથા, સર્વદા કર્મક્ષય પામે એ જ અભિલાષા.