ચોપાઇ- હવે કહું હરિજનની રીત, સહુ સાંભળજ્યો દઈ ચિત્ત ।
સાંખ્યયોગી બાઈયો હરિજન, જેનાં તપ પરાયણ તન ॥૧॥
સર્વે તજી સંસારની આશ, ભજે અંતરમાં અવિનાશ ।
પુરુષોત્તમ પ્રગટ પેખી, બીજી સર્વે ઈચ્છાઓ ઉવેખી ॥૨॥
દેહ ગેહતણાં સુખ ત્યાગી, જેની લગની નાથશું લાગી ।
ખાનપાનથી ઉતારી મન, ભાવે કરે હરિનું ભજન ॥૩॥
વસન ભૂષણ ન ચાય ચિત્ત, જેને પૂરણબ્રહ્મશું પ્રીત ।
એવી મળે બાઈયોની મંડળી, કરે વાત માંહોમાંહિ મળી ॥૪॥
બાઈયો સાંભળજ્યો એક વાત, આજ મહારાજ છે રળિયાત ।
હસી બોલે છે હેતને વયણે, વળી જુવે છે અમૃતનયણે ॥૫॥
માટે મોટું ભાગ્ય છે આપણું, છીએ વાલ્યમને વહાલાં ઘણું ।
ભલે આવિયો આ અવતાર, જેમાં મળિયા પ્રાણઆધાર ॥૬॥
લીધો અલભ્ય લાભ તે આજ, સર્વે સર્યાં છે આપણાં કાજ ।
કોઈ વાતની ન રહી ખામી, આજ મળ્યા સહજાનંદ સ્વામી ॥૭॥
એવા તજી સુખદાયી શ્યામ, કોણ કરે મનખો હરામ ।
એવી કોણ અભાગણી હશે, જે કોઈ દેહનાં સુખ ઈચ્છશે ॥૮॥

દેહસુખમાં રહ્યો સંસાર, દેહસુખમાં વિષયવિકાર ।
દેહમાંહિ માન્યું જેને આપ, તેને મળ્યાં છે પૂરણ પાપ ॥૯॥
એવી ગર્દભી નારી છે ઘણી, શું કહીએ બાઈ વાત તે તણી ।
નિત્ય કરીને નવલો રંગ, દેખાડે છે પુરુષને અંગ ॥૧૦॥
વસ્ત્ર આભૂષણ પહેરી અંગ, નિત્ય ફરેછે નવલે રંગ ।
ગુંથે કેશ હમેશ હરાડી, ફરે શેરી બજારમાં દાડી ॥૧૧॥
તને ચોપડી તેલ ફુલેલ, આંજી આંખ્ય ને જુવે છે છેલ ।
રૂડો પુરુષ દેખીને રીઝે, ગળે અંતર ભિંતર ભિંજે ॥૧૨॥
જે પુરુષ માન્યા સુખરૂપ, તેનું સાંભળો કહું સ્વરૂપ ।
જેને જાણે છે રૂડો રૂપાળો, તેના ભિંતરનો માલ ભાળો ॥૧૩॥
માંહિ ભર્યો મજ્જા મેદ માંસ, તેની અભાગણી કરે આશ ।
પરુ પાચ પડે પિયા ઘણા, વહે લિંટ શેડા લજામણા ॥૧૪॥
કફ થુંક ને લાળની ખાડી, મુખે ઝરે તે મેઘ અષાડી ।
પડે બળખા આવે ઓકાર, દિસે દાંત હાડકાંની હાર ॥૧૫॥
મળ મુતરે પૂરણ પેટ, તેની ભુંડણ્ય ચાય છે ભેટ ।
કુલટા મન રિઝી કરકે, જેણે કરીને જાશે નરકે ॥૧૬॥
માંહી ભરીયો આંતર કર્મે, ઉપર મઢ્યો છે આળે ચર્મે ।
ભર્યું રુધિર તે રગરગે, એવો અશુધ્ધ નર છે અંગે ॥૧૭॥
સ્વેદ શુક્ર શલેષમ આમ, નખ કેશ એ દિસે નકામ ।
ગુંગા ગિડરે ભર્યો ભંડાર, તેનો પાપણી કરે છે પ્યાર ॥૧૮॥
નરકકુંડ જેવો નરદેહ, તેશું શંખણી કરે સ્નેહ ।
પુંજા કચરા નામ ઉકરડા, દિસે દુર્ગંધના ડુંગરડા ॥૧૯॥
દેખી નખશિખા વસ્તુ નકામ, કુઈએ સમજીને પાડ્યાં છે નામ ।
નાગ વાઘ સિંહ નામ સરે, એથી અબળા કેમ ઉગરે ॥૨૦॥
ગુણે યુક્ત જાણો એહ નામ, જેને મળે તેનું ટાળે ઠામ ।
કદાપિ જો હોય નામ સારુ, જેમ કાવે મીઠું ને છે ખારું ॥૨૧॥
વળી સાંભળો કહું સાહેલી, નર હોય ફોગટિયા ફેલી ।

ગાંજા ભાંગ્ય માજમ મફર, તાડી મદ્ય પીવે દાડી નર ॥૨૨॥
પીવે અમલ હોકા હમેશ, ગયે જોબને રંગાવે કેશ ।
ખાય કવસ્તુ કામના કાજ, પાપી પુરુષને નહિ લાજ ॥૨૩॥
જેજે ભવમાંહિ છે ભુંડાઈ, તેતો સર્વે રહી નરમાંઈ ।
જેજે પૃથ્વી ઉપર પાપ, તેના કરનારા નર આપ ॥૨૪॥
ચોરી હિંસા કસાઈનાં કામ, કરે નર ન કરે એ વામ ।
યુધ્ધ વિરોધે વૈરમાં લડે, સામસામાં શિશ બહુ પડે ॥૨૫॥
ચાલે રુધિરની તિયાં ધારું, મરે મનુષ્ય હજારે હજારું ।
એવે પાપે હોય નર પુરા, તેતો કહાવે જગતમાં શૂરા ॥૨૬॥
કઈ જીવ કરે કચ્ચરઘાણ, એવા પાપીનાં થાય વખાણ ।
એવા પાપી પુરુષના દેહ, તેશું સ્વપ્રે કરે કોણ સ્નેહ ॥૨૭॥
એને ઈચ્છે અભાગણી નાર, જેને જાવું છે જમને દ્વાર ।
નારી નરકમાં જાય છે આપે, તે પુરુષમાં પ્રીત્ય પ્રતાપે ॥૨૮॥
વળી કહું પુરુષનાં પાપ, તમે સાંભળજયો સહુ આપ ।
નર વિકળ હોય વિશેક, જેના અંતરમાં નહિ ટેક ॥૨૯॥
કરે પરાણે નારી સ્પરશ, થાય વિકળ કામ વિવશ ।
જોને બ્રહ્મા સરવેના બાપ, તેણે કર્યો સુતાને સંતાપ ॥૩૦॥
જોને ઇંદ્ર અભાગીનાં કામ, કર્યું અહલ્યાનું જીવત હરામ ।
જોને વિધુનો ગયો વિચાર, હરી પરાણે ગુરુની નાર ॥૩૧॥
જોને સુરગુરુ બૃહસ્પતિ, કર્યું અબળાનું અવળું અતિ ।
જોને નહુષ મૂરખ મરવા, જોરે ઈચ્છ્યો ઇંદ્રાણીને વરવા ॥૩૨॥
જોને યયાતિ મૂરખ જન, માગ્યું પુત્ર પાસળે જોબન ।
એહ આદિ મોટા મોટા જેહ, થયા વિકળ તનમાં તેહ ॥૩૩॥
હવે બીજા રહ્યા જેહ જન, તેનાં ક્યાંથી સ્થિર હોય મન ।
માટે પુરુષતન જે પામ્યા, તેતો લાજ ધરમને વામ્યા ॥૩૪॥
પાપ મૂર્તિ પુરુષપિંડ, નર મળે મળ્યો નરક કુંડ ।
તેમાં પડે છે પાપણી જઈ, લજ્જાવોણી અભાગણી થઈ ॥૩૫॥

હારી મનખો થઈ હેરાણ, જેના પુરુષે હરાણા પ્રાણ ।
નથી સુખ છે દુઃખ અલેખે, તેમાં અભાગણી સુખ દેખે ॥૩૬॥
હવે કહું જે આપણી રીત્ય, પ્રભુ વિના ન રાખવી પ્રીત્ય ।
પંચ હાથ પુરુષથી પરું, રહેવું ખબડદાર તે ખરું ॥૩૭॥
વાટે ઘાટે ન જાવું એકલું, જો ઈચ્છવું પોતાનું ભલું ।
નરસામાં ન જોડિયે નેણ, વળી ભૂલે ન બોલિયે વેણ ॥૩૮॥
સંભારીએ ન સુણિએ વાત, હાસરસે ન સ્પર્શિએ ગાત ।
ગુહ્યવાર્તા ભૂલ્યે ન કરીએ, પુરુષાકાર ચિત્ર પ્રહરિયે ॥૩૯॥
તાત ભ્રાત ને સુત સંગાતે, એશું વસિયે નહિ એકાંતે ।
પડે કામ અવશ્ય એ સંગ, ત્યારે બોલવાનો છે પ્રસંગ ॥૪૦॥
ત્યાગી ત્રિયાને તીર્થે જો જાવું, સંબંધિસંગે તીર્થમાં નાવું ।
દ્રવ્ય રાખવું નિર્વાહ કાજ, નહિતો આપણી ન રહે લાજ ॥૪૧॥
અન્ન વસ્ત્ર અંગને જોયે, જાય જાચવા તો ધર્મ ખોયે ।
જાડું મોટું મળે જેવું પટ, તેણે કરીને ઢાંકિયે ઘટ ॥૪૨॥
ખારું ખાટું મળે જેવું અન્ન, જમી કરીયે હરિભજન ।
આપણું છે અબળાનું તન, તેમાં રાખવી જોઈએ જતન ॥૪૩॥
ઘણું વરતવું ઠાવકું ઠીક, અતિ આણી અંતરમાં બીક ।
જેમ દોરે ચડે નટનારી, ચુકે નજર તો થાય ખુવારી ॥૪૪॥
માટે રહેવું સદાય સચેત, હરિ વિના ન રાખવું હેત ।
આણી અંતરમાંહિ વૈરાગ્ય, કરવાં તન મન સુખ ત્યાગ ॥૪૫॥
એવી સાંભળી શીખની વાત, સર્વે બાઈઓ થઈ રળિયાત ।
સત્ય વારતા છે એજ સાચી, એમ સમજ્યા વિના વાત કાચી ॥૪૬॥

પૂર્વછાયો- એ રીત ત્યાગી ત્રિયાની, જેણે તજ્યો સર્વે સંસાર ।
હવે કહું રીત્ય ભાઈની, સાંખ્યયોગી ગૃહી ઉદાર ॥૪૭॥

ઇતિ શ્રીમદ્ઐકાન્તિકધર્મ પ્રવર્તક શ્રીસહજાનંદસ્વામિ શિષ્ય નિષ્કુળા-નંદમુનિ વિરચિતે ભક્તચિંતામણિ મધ્યે સાંખ્યયોગી બાઇયોનાં વ્રતમાન કહ્યાં એ નામે એકસો ને અગિયારમું પ્રકરણમ્ ॥૧૧૧॥