

जे आदिप्रकृतिचे विसंवर्णे । जे शब्दब्रह्मासि न बोलणे ।
जेथैनि गीतावल्लिंचे ठाणे । प्ररोहो पावे ॥ १२ ॥

तो अध्याऽँ हा सहावा । वरि साहित्याचिया बरवा ।
सांघिजैल द्व्याणैनि परियसावा । चित्त देउनि ॥ १३ ॥

माझा मज्जाटा चि बोलु कवतिके । परि अमृताते ही पैजेंसीं जींके ।
ऐसीं अक्षरे चि रसिके । मेळवीन ॥ १४ ॥

जिये कोवळ्यिकेचेनि पाडे । दीसति नादिचे तरंग थोकडे ।
वेधे परिमळाचे बीक मोडे । जेयाचेनि ॥ १५ ॥

आइकां रसाळपणाचेया लोभा । किं श्रवणि चि होथि जीभा ।
बोलें इंद्रियां लागे कलभा । येकमेकां ॥ १६ ॥

साहाजे शब्दु तरि विषो श्रवणाचा । परि रसना द्वाणे को रसु चि हा आमचा ।
द्वाणासि भावो जाये परिमळाचा । हा तो चि कां होईल ॥ १७ ॥

नवल बोलतिये रेखेची वाहाणी । दावितां डोलेयां हीं पुरों लागे आणि ।
ते द्व्याणति उघडिली कां खाणि । रूपांची हे ॥ १८ ॥

जेथ संपूर्ण पद उभारे । तेथ मन चि धांवे बाहिरे ।
बोलु भुजांहीं आशो भरे । आलिंगावेया ॥ १९ ॥

ऐसां इंद्रिये आपुलालां भाविं । झोंबतां परि सरिसेपणे चि बुझावी ।
जैसा एकला जग चेवावी । सहस्रकरु ॥ २० ॥

तैसें शब्दाचे व्यापकपण । देखिजे असाधारण ।
पाठेयां भावज्ञां फावति गुण । चिंतामणिचे ॥ २१ ॥

हे अस्यो तेया बोलाचीं ताटे भलीं । वरि कैवल्यरसें ओगरलीं ।
हे प्रतिपत्ति मियां केली । निष्कामासि ॥ २२ ॥

जे आदिमायेचे विश्रांतिस्थान, ज्याचे वर्णन करण्यास घेद
सर्वमर्थ नाहींत आणि ज्यापासून गीतारूप वेलीला अंकुर फुटला,
असा हा सहावा अध्याय साहित्यगुणांनी युक्त म्हणून चांगला अलंकारून
सांगितला जाईल. म्हणून श्रोतेजन हो, अत्यंत एकाग्रचित्ताने श्रवण करा.
माझे बोल निव्यल मराठींत आहेत खरे; पण मी अशी रसपूर्ण अक्षर व
शब्दयोजना करीन की ते गोडपणांत प्रत्यक्ष अमृतालाही सहज जिंकतील !
त्या अक्षरांच्या कोमलपणाच्या मनाने पाहिले असतां सुख्खरांचे निरनिराळे राग
कमी योग्यतेचे दिसतील ज्यांच्या सुवासिकपणापुढे परिमळ फिका पडेल !
भाषेच्या रसाळपणाच्या लोभाने श्रवणेंद्रियाच्या ठिकाणीं रसनेंद्रिय
येतील व माझ्या शब्दांच्या योगानें इंद्रियांमध्ये परस्परांत भांडण लागेल.
सहज पाहिले तर शब्द हा केवळ कानांचा विषय आहे. पण जीभ म्हणेल, कीं छे छे !
हा तर मीं सेवावा, असा रस आहे ! व नाकालाही या शब्दापासून सुंगंधाचा भास होईल.
या बोलण्याचा ओघ असा आश्चर्यकारक आहे कीं, तो पाहून डोळे तृप्त होतील;
आणि त्यांना असे वाटूं लागेल कीं, हे शब्द म्हणजे सौंदर्याची खाणच उघडली आहे,
जेव्हा शब्द जुळून संपूर्ण वाक्य बाहेर पडेल, तिथे मनच बाहेर
धाव घेईल. व शब्दाला आलिंगन देण्यास बाहूनी पुढे सरसावतील.
याप्रमाणे ही इंद्रिये, त्या शब्दाला विषय समजून झोंबतील, परंतु तो सगळ्यांना
सारखेपणानें बोध करील. जसा एकटा सूर्य सर्व जगाला आपल्या किरणांनी जागृत करतो.
त्या प्रमाणे शब्दाचे व्यापकपण असामान्य आहे, असे समजावे. मर्मङ्ग
डोळस माणसांना त्या शब्दांना चिंतामणीचे गुण आहेत असे लक्षात येईल.
हे राहूद्या. असे शब्द हींच कोणीं चांगलीं ताटे व त्यात मोक्षरूप पक्वाऱ्ये घाढलेलीं
आहेत, आणि जे निष्काम आहेत त्यांना हा नैवेद्य. ही मेजवानी अर्पण केली आहे.

आतां आत्मप्रभा नीचनवी । ते चि करूनि ठाणा दिवी ।
जो इंद्रियांते चोरुनु जेवी । तेयासी च फावे ॥ २३ ॥

एथ श्रवणाचेनि पांगे- । विण श्रोतेयां होआवें लागे ।
हें मनाचेनि चि आंगे । भोगिजे गा ॥ २४ ॥

आहाच बोलाची घालीप फेडिजे । आणि ब्रह्माचेया चि आंगा घडिजे ।
मग सुखेसीं सुरखांडिजे । तेयामाझि ॥ २५ ॥

ऐसे हल्लुवारपण जरि येईल । तरि चि हें उपेगा जाइल ।
यक्खिं आघवी गोठि होईल । मूळां बोलेतेयाची ॥ २६ ॥

परि तें असो आतां आघवें । न लगे श्रोतेयां कडसावें ।
जें एथ अधिकारिये स्वभावें । पूर्णकाम ॥ २७ ॥

जेहीं आत्मबोधाचिया आवडी । केली स्वर्गसंसाराची कुरवंडी ।
तेवांचौनु एथिची गोडी । नेणति आणिक ॥ २८ ॥

जैसा वायसीं चंदू नोळखिजे । तैसा प्राकृतीं ग्रंथु हा नेणिजे ।
आणि तो हिमांशु जेविं खाजें । चकोरांचें ॥ २९ ॥

तैसा सज्जानांसि तरि हा ठाउँ । आणि आज्जानांसि आन गाऊँ ।
द्याणौनि बोलावेया विषो पाहा हो । विशेषें नाहिं ॥ ३० ॥

परि अनुवादलों मी प्रसंगे । तें सज्जर्नीं उपासाहावें लागे ।
आतां सांघैन काइ श्रीरंगे । निरूपिलें जें ॥ ३१ ॥

तें बुद्धी हीं कवळिता सांकडे । द्याणौनि बोलीं विपायीं सांपडे ।
परि निवृत्तिकृपातजियेडे देखैन मी ॥ ३२ ॥

जें दिठीं हीं न पविजे । तें दिठीविण देखिजे ।
जहें अर्तीद्रिय लाहिजे । ज्ञानबळ ॥ ३३ ॥

आतां नित्य नवा आत्मप्रकाश हाच एका निश्चित स्थानी ठेवलेला उज्ज्वल दीप करून
त्या उजेडांत जो इंद्रियांना न कळत मेजवानीचें येवन करील, त्याला तिची प्राप्ती होईल.
इथें श्रोत्यांना श्रवणेंद्रियांचा आधार टाकून घावा लागेल.
ही मेजवानी मनाच्या अंतर्मुखेतेने भोगावयाची आहे.

वरवर असलेली शब्दरूपी गवसणी काढून, आंत अर्थरूपी
ब्रह्मभावाशीं एकरूप व्हावें, व मग सुखांत मग्न होऊन सुख भोगावें.

या प्रमाणे चित्ताला जर हल्लुवारपणा येईल, तरच श्रवणाचे सार्थक होईल;
नाहीं तर हें निरूपण म्हणजे बहिःस्यामुक्यांचाच संवाद म्हणावा लागेल !

पण हें बोलणे येथेच पुरे, कारण या ग्रंथाचें श्रवण करणारे
निष्कामच असल्यामुळे या श्रवणाचे स्वाभाविकच अधिकारी आहेत.

ज्यांनीं ब्रह्मज्ञानाच्या आवडीकरितां स्वर्ग आणि संसार हें ओवाळून
टाकले आहेत, त्यांचून इतरांना या विषयाची गोडी कळणार नाही.

कावळ्यांना जशी चंद्राची ओळख नाहीं, तसाच हा ग्रंथ भोगविषयांत गुतलेल्या
माणसांना समजणारही नाही. आणि जसें चकोरच चंद्रकिरणांचें येवन करूं शकतात.

तस्या हा ग्रंथ जे ज्ञानवंत, त्यांनीच भोगायची वस्तू आहे, आणि जे अज्ञानी आहेत,
त्यांना परक्या गांवाप्रमाणे आहे तेव्हां अधिक निरूपण करायचें कारणच काय ?

परंतु प्रसंगानुसार मी जें बोललों, याबद्दल साधूश्रोत्यांनीं राग
मानूं नये. आतां श्रीकृष्णांनें जें निरूपण केलें, तेंच मी सांगेन.

जें बुद्धीला आकलन करणे कठीण आहे, म्हणूनच तें शब्दाने क्वचित् बोलले
जातें. पण श्रीगुरु निवृत्तिनाथांच्या कृपेच्या प्रकाशामुळे मी हें पाहून सांगेन.

जर अर्तीद्रिय ज्ञानाचें बळ प्राप्त होईल, तर जें
दृष्टीला दिसूं शकणार नाही ते दृष्टीशिवाय पाहता येते.

ना तरि जें धातुवादिया हीं न जोडे । तें लोहीं चि पन्हेरे सांपडे ।
जरि दैवयांगे चडे । परिसु हाता ॥ ३४ ॥

तैसी सदुरुकृपा होए । तरि करितां काइ आपु नोहे ।
ह्याणैन अपार मातें आहे । ज्ञानदृढं ह्याणे ॥ ३५ ॥

तेणेकारणे मी बोलैन । बोलीं अरूपाचे रूप दावीन ।
अर्तींद्रिय परि भोगवीन । इंद्रियांकरविं ॥ ३६ ॥

आइकां यशश्रीऔदार्य । ज्ञानवैराग्यऐश्वर्य ।
हे साही गुणवर्य । वसति जेथ ॥ ३७ ॥

ह्याणैन तो भगवंतु । जो निःसंगचा सांगातु ।
तो ह्याणे पार्था दत्तचिन्तु । होई आतां ॥ ३८ ॥

श्रीभगवानुवाच -

अनाश्रितः कर्मफलं कार्यं कर्म करोति यः ।
य संन्यायी च योगी च न निरग्निं चाक्रियः ॥ १ ॥

जो पुरुष कर्माच्या फलाची इच्छा न धरतां जो जे कर्तव्य, तें कर्म करतो, तोच
संन्यायी, तोच योगी. जो अग्निसेवा व कर्म सोडले, म्हणजेच संन्यायी झाला असें नव्हे.

आईंक योगी आणि संन्यायी जर्नीं । हे एक चि सिनाने झाने मानी ।
यह्यवि विचारिजति जंव दोहीं । तंव एकु चि ते ॥ ३९ ॥

सांडिजे दुजेया नामाचा आभासु । तरि योगु तो चि संन्यासु ।
पांतां ब्रह्मीं नाहीं अवकाशु । दोहीमाझि ॥ ४० ॥

जैसें नावांचेनि अनारिसेपणे । एका पुरुषाते आलवणे ।
कां दोहीं मार्गी जाणे । एका चि ठाया ॥ ४१ ॥

ना तरि एक चि उदक साहाजे । परि सिनानां घटीं भरिजे ।
तैसें भिन्नत्व हें जाणिजे । योगसंन्यायाचे ॥ ४२ ॥

जर दैवयोगानें हातास परीस लागला, तर किमयेच्या
योगानेंही प्राप्त न होणारें उत्तम सोनें, लोखंडांतच लाभतें.

त्याप्रमाणे श्रीगुरुची कृपा झाली, तर प्रयत्नाने काय साध्य
होणार नाही ? ज्ञानदेव म्हणतात, माझ्यावर ती कृपा अलोट आहे.

यामुळे मी निरूपण करीन, निराकार तत्त्वालाही साकारता आणीन,
आणि जी वस्तू इंद्रियातीत आहे, ती इंद्रियांकडून भोगवीन.

आतां, यश, श्री, औदार्य, ज्ञान, वैराग्य व ऐश्वर्य, हे सहा
गुणांचे वैभव जेथे वसतात तो श्रीकृष्ण भगवंत म्हटला जातो.

म्हणून त्याला भगवान म्हणतात. व ज्यानीं सर्वसंगपरित्याग केला आहे
त्यांचा तो मित्र, तो श्रीकृष्ण म्हणाला, अर्जुना, आतां तूं पूर्ण लक्ष दे.

अनाश्रितः, कर्मफलम्, कार्यम्, कर्म, करोति, यः,
सः, संन्यायी, च, योगी, च, न, निरग्निः, न, च, अक्रियः

ऐक, अर्जुना ! जगांत योगी व संन्यायी हे एकच आहेत. तू कदाचित्
यांना निनिराळे मानशील, नीट विचार करतां ते एकच आहेत, हें उमगतें.

नांवांच्या वेगलेपणामुळे भासणारा दुजेपणा टाकून दिला तर योग तोच
संन्यास होय. कारण ब्रह्मदृष्टीने पाहूं गेलैं असतां या दोघात भेद नाहीं.

जसें भिन्न भिन्न नांवांनी आपण एकाच पुरुषाला संबोधतो, किंवा जसे एका
मुक्कामाला जाण्याचे दोन वेगवेगळे मार्ग असले तर मुक्कामाचे ठिकाण एकच.

किंवा अकच उदक दोन भांड्यांत भरल्यावर पाण्याला जसा दुजा भाव नाहीं,
त्या प्रमाणे योग व संन्यास ह्यांचा वेगवेगळेपणा फक्त दिसण्यापुरताच आहे.

आईके सकळसंमते जगि । पाहे तो चि योगी ।
जो कर्म करौनि रागी । नक्के चि फलिं ॥ ४३ ॥

जैसी मही हे उद्घिजे । जनीं अहंबुद्धिविण साहाजे ।
आणि तेथिचीं तिये बीजे । अपेक्षीना ॥ ४४ ॥

तैसे अन्वयाचेनि आधारे । जातिचेनि अनुकरे ।
जे जेणे अवसरे । करणे पावे ॥ ४५ ॥

ते तैसे चि उचित करी । परि साटोप नाहिं शरीरी ।
बुद्धी ही करौनु फळवेही । जाये चि ना ॥ ४६ ॥

ऐसा तो चि गा संन्यासी । पार्था परियसि ।
तो चि भरवंसेसी । योगीश्वर ॥ ४७ ॥

वांचूनि उचित कर्म प्रायंगिक । तेयाते द्याणे हे सांडिन घडक ।
तरि टाकटाकीं आणिक एक । मांडी चि तो ॥ ४८ ॥

जैसा क्षालुनियां लेपु एक । सर्वे चि लाविजे आणिकु ।
तैसा आग्रहाचा पाइकु । विचंबे घायां ॥ ४९ ॥

गृहस्थाश्रमाचे ओङे । कपाळी आदि चि आहे साहाजे ।
किं तें चि संन्यासु सवा ठेविजे । सरियें पुढुतीं ॥ ५० ॥

द्याणौनि अग्निसेवा न संडितां । कर्मरेखा नोलंडितां ।
आयि योगसुख स्वभावता । आपणां चि ॥ ५१ ॥

यं संन्यासमिति प्राहुर्योगं तं विद्धि पाण्डव ।
न द्यसंन्यस्तसङ्कल्पो योगी भवति कथ्यन ॥ २ ॥

हे अर्जुना, ज्याला संन्यास असे म्हटले जाते त्यालाच तूं योग असे
समज. ज्याने संकल्पाचा त्याग केला नाही तो योगी कधीं होत नाही.

अर्जुना, जो कर्म करून त्यांच्या फलांची इच्छा धरीत नाहीं,
तोच या जगात सर्व जाणत्यांस मान्य असलेला योगी होय.

ज्या प्रमाणे पृथ्यी ही अहंकारावांचून यहजच वृक्षादिकांना जन्म देते
व त्या वनस्पतींची बीजे आपल्याला मिळावीत असे अपेक्षीत नाही.

तसे कुलक्रमांतील वहिवाटीप्रमाणे, वर्णश्रमांतील आचारांना अनुसरून,
जे जे विविध प्रसंगी करावयाचे कर्तव्य असते ते ते योग्य प्रकारे करतो.

ते त्या प्रमाणेच व्यवस्थित करतो, परंतु त्यासंबंधी आपल्या ठिकाणी कर्तृत्य बुद्धी
घेत नाही आणि फळ काय मिळेल त्याचा विचारच त्याच्या बुद्धीला सुचत नाही.

अर्जुना ! ऐक. अशा रीतीने जो कर्म करणारा आहे
तोच सन्यासी होय आणि तो निश्चयपूर्वक योगिराज !

एरवीं जे उचित, प्रसंगाने प्राप्त झालेले कर्म बन्धनास्य कारण होणारे समजून
सामान्य माणूस ते टाकतो; आणि लागलींच दुसरींच कर्म करण्यास प्रवृत्त होतो,

ज्याप्रमाणे लावलेला एक लेप धुवून टाकून दुसरा लेप लावतात,
त्या प्रमाणे केवळ आग्रहाचा दास झालेला तो व्यर्थच कष्टांत पडतो.

डोक्यावर अगोदरच स्वभावतः गृहस्थाश्रमाचे ओङे आहेच. ते टाकण्याकरीतां
संन्यास घेतला, संन्यास घेऊन पहिले ओङे टाकून लगेच दुसरे ओङे डोक्यावर घेतो.

म्हणून अशीची सेवा म्हणजे अग्निहत्रादि कर्मे न सोडतां व कर्माचरणाची मर्यादा
न उल्लंघितांच मनुष्याला स्वभावतःच योगाचे व संन्यासाचे सुख प्राप्त होते.

यम्, संन्यासम्, इति, प्राहुः, योगम्, तम्, विद्धि, पाण्डव,
न, हि, असंन्यस्त, संकल्पः, योगी, भवति, कथ्यन

आइकै संन्यासी तो चि योगी । ऐसी एकवाक्यतेची जगिं ।
गुढीं उभिली अनेकीं । शास्त्रांतरीं ॥ ५२ ॥

जेथ संन्यासैला संकल्पु तूटे । तेथ चि योगाचें सर्वस्य भेटे ।
ऐसें हें अनुभवाचेनि धटे । साच तेया ॥ ५३ ॥

आरुक्षोर्मुनेयोगं कर्म कारणमुच्यते ।
योगारुदस्य तस्यैव शमः कारणमुच्यते ॥ ३ ॥

आतां योगाचलाचा निमथा । जरि टाकावा आथि पार्था ।
तरि सोपाना या कर्मपंथा । चूकसि इनें ॥ ५४ ॥

एणे यमनियमाचेनि तल्हयटे । रिंगे अस्यनाचिये पाउलघाटे ।
एङ्ग प्राणायामाचेनि आडकंठे । वारौता गा ॥ ५५ ॥

मग प्रत्यहाराचा आघाडा । जो बुद्धिचेयां हीं पायां निसरडा ।
जेथ हटिये सांडित होडा । कडेलग ॥ ५६ ॥

तर्हीं अभ्यासाचेनि बळे । तिये प्रत्यहारीं निराळे ।
नाखि लागैल घेई डाळे । वैराग्याचीं ॥ ५७ ॥

ऐसा पावनाचेनि पाठारे । एतां धारणेचें पैयारे ।
ऋग्मि ध्यानाचें चवरे । सांडे तंव ॥ ५८ ॥

मग तेया मार्गाची धांव । पुरैल प्रवृत्तिची हांव ।
जेथ साध्यसाधना खेंव । समरसें होइल ॥ ५९ ॥

जेथ पुढेल पैसु पारुखे । मागील स्मरावें तें ठाके ।
ऐसिये सरिसिये भूमिके । समाधि राहे ॥ ६० ॥

अर्जुना ! ऐक. जो संन्यासी आहे तोच योगीही होय. अशी आपली एकवाक्यता असल्या बदल अनेक शास्त्रांनीं या जगांत ध्यजा उभारून प्रसिद्ध केलें आहे. ज्या ठिकाणीं सोडलेला संकल्प नाहींसा होतो त्याच ठिकाणीं योगाचें सार जें ब्रह्म त्याची भेट होते, असें हें ज्याला अनुभवाच्या तराजूत खरें ठरून पटलें आहे,

आरुक्षोः, मुनेः, योगम्, कर्म, कारणम्, उच्यते,
योगारुदस्य, तस्य, एव, शमः, कारणम्, उच्यते

योग प्राप्त व्हावा अशी इच्छा करणाऱ्या मुनीला कर्म साधन आहे, आणि
योगारुद झाल्यानंतर त्या सर्व संकल्पाचा अभावच साधन सांगितला आहे.

योगरूपी पर्वताचा माथा म्हणजे परब्रह्म, तेथे जर प्राप्त व्हावयाचें तर अर्जुना, त्यानें या कर्ममार्गरूपी पायत्यांस चुकूं नये. तो या यमनियमरूपी पायत्यापासून निघून आसनाच्या पाऊल वाटेला लागतो व प्राणायामाची अवघड चढण चढून योगपर्वताच्या माथ्यावर येतो. नंतर प्रत्यहाराचा आणखी एक सुळक्यासारखा कडा लागतो, त्या निसरड्या कडयावर, बुद्धीचेही पाय ठरत नाहींत, तिथे योगी माणसांची बुद्धीसुधा घसरते. तरी अभ्यासाच्या बळानें, चढण्यास आधार नसणाऱ्या प्रत्यहाररूपी कडयावर वैराग्याच्या बळाने हळूहळू या कडयावर नखे रोवीत चढतात. या प्रमाणे प्राण व अपान या वायूंच्या वाहनावरून येऊन धारणेच्या विस्तृत मार्गाने ध्यानाचे शिखर मागें पडेपर्यंत तो वाटचाल करतो, म्हणजे मग ही वाट तेथें संपते व प्रवृत्तीची हांव नाहींशी होते; आणि ब्रह्माशीं ऐक्य झाल्यामुळे साध्यसाधन भेद नाहींसा होतो. तेथें पुढील जाणण्याची प्रवृत्ती बंद पडते व मागीलही कांही स्मरलें जात नाही, अशा योगसमाधीच्या नितल भूमिकेवर तो योगी पुरुष आतां स्थिर राहतो.

येणे उपाये योगारूढु । जो निरवधी जाला प्रौढु ।
तेयाचेया चिन्हामाजि निवाडु । तें सांघैन आईक ॥ ६१ ॥

यदा हि नेन्द्रियार्थेषु न कर्मस्यनुषङ्गते ।
सर्वसंकल्पसंन्यासी योगारूढस्तदोच्यते ॥ ४ ॥

योगी, विषयांच्या ठिकाणीं आणि कर्मांच्या ठिकाणीं जेव्हां आसवत होत नाहीं,
आणि जेव्हां तो सर्व कर्मफलेच्छांचा त्याग करतो, तेव्हां त्याला योगारूढ म्हणतात.

तरि जेयाचेया इंद्रियांचेया घरा । नाहिं विषयांचिया एरझारा ।
जो आत्मबोधाचेया घोवरां । पवडला असे ॥ ६२ ॥

जेयाचे सुखदुःखाचेनि आंगे । झागटले मानस चेत॑० नेघे ।
विखो पासी हीं आलेयां आशे न रिगे । हें काइ द्याणौनि ॥ ६३ ॥

इंद्रिये कर्माचा चि ठांडे । वाढिनलीं परि कहीं ।
फळहेतुची राळ नाहीं । अंतर्ष्करणीं ॥ ६४ ॥

अस्यतेनि देहे येनुला । जो चेंतू चि देखयी निदेला ।
तो चि योगारूढ भला । घोळख तूं ॥ ६५ ॥

तेथे अर्जुनु म्हणे अनंता । हें मज विस्मो बहू आईकतां ।
सांघईं तेया ऐसी योग्यता । कवणे दीजे ॥ ६६ ॥

उद्भरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् ।
आत्मैव ह्यात्मनो बंधुरात्मैव रिपुरात्मनः ॥ ५ ॥

आपणच आपला उद्भार करावा आपल्या (आत्म्याला) अधोगतीला जाऊं देऊं नये
कारण हा जीवात्मा आपणच आपला मित्र आहे आणि आपणच आपला शत्रू आहे.

तंव हासौनि कृष्णु द्याणे । तूऱे नवल ना हें बोलणे ।
कवणासि काइ दीजैल कवणे । एथ अद्वैतीं इये ॥ ६७ ॥

अशा उपायाने योगसाधन करून जो पुरुष अत्यन्त उच्च अवस्थेला
पोंहोचतो, त्याची यष्ट चिन्हे आतां सांगेन, तेव्हां तिकडे ध्यान दे.

यदा, हि, न, इन्द्रियार्थेषु, न, कर्मसु, अनुषङ्गते,
सर्वसङ्कल्प, संन्यासी, योगारूढः, तदा, उच्यते

तरी तूं असे बघ, कीं ज्यांच्या इंद्रियरूपी घरामध्ये विषयांच्या येरझारा खुंटतात,
आणि जो आत्मज्ञानाच्या खोलींत सुखाने आत्मानंदांत निजलेला असतो,
ज्याच्या मनाला सुखदुःखांनी स्वतः धक्के दिले असतांना तें जागे होत नाही, विषयांचा
साक्षात्कार झाला, तरी ज्याच्या चित्तीं त्याविषयी कुतूहल निर्माण होत नाहीं.

इंद्रिये कर्माचरणाच्या मार्गाला लावूनही ज्याच्या अंतःकरणांत
कर्मांचे फळ भोगावे अशी इच्छा, कधी उत्पन्न होत नाही.

देहधारणेंपुरताच जागा राहून जो आत्मभावनेंत गुंतलेला
असतो, तोच उत्तम प्रतीचा योग निष्णात आहे, असे तूं समज.

हें ऐकून अर्जुन म्हणाला, देवा, हें श्रवण करून मला फारच नवल
घाटत आहे. तर त्या योग्यास अशी योग्यता कोण देतो हें मला सांगा.

उद्भरेत, आत्मना, आत्मानम्, न, आत्मानम्, अवसादयेत्
आत्मा, एव, हि, आत्मनः, बन्धुः, आत्मा, एव, रिपुः, आत्मनः

तेव्हां श्रीकृष्ण हसून म्हणाले, अर्जुना, तुऱ्येच बोलणे मोठ्या नवलाचे
आहे ! अरे, या अद्वैत स्थितीमध्ये कोण कुणाला काय देतो ?

पै व्यामोहाचिये सेजे । बळियां अविद्या निद्रितां रिगिजे ।
तेव्हालि हा दुःख्यपूर्ण भोगिजे । जन्ममृत्युचा ॥ ६८ ॥

पाठिं अवसानं ये चेऽऽ । तैं तें आघवें चि होये वावो ।
ऐसा उपजे नित्य सद्गावो । तो ही आपणां चि ॥ ६९ ॥

द्व्याणौनि आपण चि आपणपेया । घातु कीजतसे धनंजया ।
चित्त देउनि येया नाथिलेया । देहाभिमाना ॥ ७० ॥

बन्धुरात्मात्मनस्तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।
अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्तेतात्मैव शत्रुघत् ॥ ६ ॥

ज्याजीवात्म्यानें मन व इंद्रियें यांसंहित शरीर जिंकले आहे त्या जीवात्म्याचा तो स्वतः आपणच
आपला मित्र आहे, पण ज्याचा स्वतःवर ताबा नाहीं, त्याचा आत्माच त्याचा शत्रु होतो.

हा विचार्णनि यांडिजे । मग अस्याती चि वस्तु होइजे ।
तरि आपुली शास्त्रि साहाजें । आपण केली ॥ ७१ ॥

यहंविं कोसेकीटकिएचिया परीं । तो आपणपेया आपण वैरी ।
जो आत्मबुद्धि शरीरीं । चारुस्थळा ॥ ७२ ॥

कैसा प्राप्तिचिये वेळे । निदैवां आंधलेपणाचे डौळे ।
किं अस्यते आपुले डोळे । आपण बांधे ॥ ७३ ॥

कां कव्हणी येकु भ्रमलेपणे । मी तो नाहें गा चोरलां द्वाणे ।
ऐसा नाथिला संदु अंतष्करणे । घेउनि ठाके ॥ ७४ ॥

यहंविं होय तें चितो आहे । परि काइ कीजे बुद्धि तैयी नोहे ।
देखां स्वप्निचेनि घायें । किं मरे साचें ॥ ७५ ॥

जैसी तेया शुकाचेनि आंगभारें । नलिका भविनली एरी मोहरे ।
तरि तेणे नुडावें कां परि न पुरे । मनाशंके ॥ ७६ ॥

अरे भ्रमाच्या अंथरुणावर जबरदस्त गाढ झोपलेला मनुष्य अविद्यारूपी
निजतो त्या वेळेला हैं जन्ममरणरूपी वाईट स्वप्न तो अनुभवितो.

नंतर ज्या वेळेला अकस्मात् जागृती येते, त्या वेळेला तें स्वप्न वगैरे सर्वच व्यर्थ
होतें. पण पहिल्या भ्रांतीप्रमाणे हा आत्मबोधही त्याच्या स्वतःच्या ठारीं असतो.

म्हणून अर्जुना ! या खोट्या देहाभिमानाकडे चित्त
देऊन आपणच आपला घात करीत असतो !

बन्धुः, आत्मा, आत्मनः, तस्य, येन, आत्मा, एव, आत्मना, जितः
अनात्मनः, तु, शत्रुत्वे, वर्तेत, आत्मा, एव, शत्रुघत्

नीट विचारांतीं या अहंकाराचा त्याग करावा, तर मूळची जी आत्मवस्तु
आहे, तीच आपण होतो. आपण आपले कल्याण केले असें सहज होतें.

जो सुशोभित अशा शरीराच्या सौंदर्याला भुलून आत्मस्वरूप
विसरतो, तो कोशकीड्याप्रमाणे आपणच आपला वैरी होतो.

जसें लाभाची वेळ आली असतां हतभागी मनुष्याला आंधलेपणाचे
डोहाळे आठवून तो उघडे असलेले आपले डाळे आपण झांकून घेतो.

किंवा एखादा कोणी भ्रांत होऊन “ अरे, हा मी नव्हें ! मी सांडलो आहें ! मला कोणी
चोरून नेले आहे ! ” असें म्हणतो आपल्या मनांत असा नसताच आग्रह घेऊन बसतो.

खरें पाहिलें तर, जीव ब्रह्मच आहे, पण काय करावें, त्याची बुद्धी या दिशेला
चलतच नाहीं. पहा कीं, स्वप्नांतील वारानें कोणी खरोखर मरतो काय ?

जेव्हां पोपटाच्या वजनानें ती नली उलट बाजूला फिरते, तेव्हा त्यानें वास्तविक
तेथून उडून जावें; परंतु त्याच्या मनांतील शंकेचें समाधान होत नाहीं;

वायां चि मान पीळी । आंठूङ्हि हियें आवळी ।
टिटियांतु नळी । धरूनि ठाके ॥ ७७ ॥

द्वाणे बांधला मी फुडा । ऐसिये भावनेचिये पडे खोडां ।
किं मोकळेयां पायांचा चवडा । गुंफी अधिकें ॥ ७८ ॥

ऐसा काजेविण आंतुडला । तो सांधैं पां काइ आणिके बांधला ।
मग न सोडी जऱ्है नेला । तोडौनु आधा ॥ ७९ ॥

द्वाणौनि आपणपेयां आपण चि रिपु । जेणे वाढविला हा संकल्पु ।
एरु स्वयें द्वाणा बन्धु बापु । जो नाथिलें नेये ॥ ८० ॥

जितात्मनः प्रशान्तस्य परमात्मा समाहितः ।
शीतोष्णसुखदुःखेषु तथा मानापमानयोः ॥ ७ ॥

ज्याने आपले मन जिंकले, व ज्याच्या मनाला पूर्ण शांती प्राप्त झाली आहे, त्याला आपलेच ठिकाणी
परमेश्वर स्वरूपाचा अनुभव येतो. शीत, उष्ण, सुख, दुःख, मान, अपमानयोः

तेया स्वांतरणजिता । यकळकामोपशांता ।
परमात्मा परौता । दूरि नाही ॥ ८१ ॥

जैसा किडाळाचा दोखु जाये । तरि पन्हरें तें चि होये ।
तैसें जीवा ब्रह्मत्व आहे । संकल्पलोर्पी ॥ ८२ ॥

घटाकारु हा जैसा । निमालेयां तेया अवकाशा ।
न लगे मिळों जाणे आकाशा । आना ठाया ॥ ८३ ॥

तैसा देहीं अहंकारु नाथिला । समूल जेयाचा नासला ।
तो चि परमात्मा सांचला । आदिं चि आयि ॥ ८४ ॥

आतां शीतोष्णांचिया वाहणी । तेथ कें सुखदुःखाची कडसणी ।
इये न समाति गा बोलणी । मानापमानाची ॥ ८५ ॥

मग तो व्यर्थच मान इकडेतिकडे करतो व घाती धडधडत
आहे अशा घावरलेल्या अवस्थेत पंजांनी नळी घड्ह धरून बसतो.

पण तो आपल्याला, मी बांधला गेलो, असे व्यर्थच म्हणतो अशा कल्पनेच्या
खाड्यांत सांपडतो आणि मोकळ्या पायाचे चवड्यानें नळी बळकट धरतो.

अश्या निष्कारण गुंतलेल्या त्या पोपटाला काय कोणीं दुसऱ्यानें बांधलें आहे,
अशा स्थिरीत त्याला ओढून, अर्धा तोडून नेला तरी तो नळी सोडीत नाही;
म्हणून हे संकल्पविकल्प ज्यानें वाढविले, तो स्वतःच स्वतःचा शत्रू होतो.
श्रीकृष्ण म्हणतात, दुसरा, जो खोट्याचा अभिमान घेत नाही, तो आत्मज्ञानी म्हणावा.

जितात्मनः प्रशान्तस्य, परमात्मा, समाहितः
शीत, उष्णसुख, दुःखेषु, तथा, मान, अपमानयोः

ज्याने आपले अंतःकरण जिंकले आहे, व ज्याच्या सर्व वासना शांत
झाल्या आहेत, अशा त्या पुरुषाला परमात्मा कोठें पलीकडे लंब नाही.

जसें हीण धातूचा दोष काढला, कीं उरतें, तें निखल सोने.
तद्वत् मनांतील संकल्प नाहींसे होतांच जीवास ब्रह्मत्व येतें.

घटाचा नाश झाला म्हणजे घटांतील आकाशाला बाहेरच्या आकाशात
मिळण्या करितां ज्या प्रमाणे दुसऱ्या ठिकाणीं जावे लागत नाही;

तसा ज्याच्या देहांतील खोट्या अहंकाराचा समूल नाश
झाला, तो मुळचाच परमात्म्यानें ओतप्रोत भरलेला आहे.

अशा रीतीने जीव परमात्मस्वरूप झाला असतां, मग अशा पुरुषाच्या ठिकाणीं
शीतोष्णादि सुखदुःखांचा विचार व मानापमानाची भाषा, ही संभवतच नाहीत.

जिया जिया चाटा सूर्यु जाये । तेउतें तेजाचें चि विश्व होये ।
तैसें तेया पावें तें आहे । तो चि ह्याणौनि ॥ ८६ ॥

देखै मेघौनि सूटति धारा । तिया न रूपति जैसिया सागरा ।
तैसीं शुभाशुभे योगेश्वरा । नक्तति आनें ॥ ८७ ॥

ज्ञानविज्ञानतृप्तात्मा कूटस्थो विजितेन्द्रियः ।
युक्त इत्युच्यते योगी समलोष्ठाश्मकाश्वनः ॥ ८ ॥

ज्याचें अन्तःकरण ज्ञान व विज्ञान यांनी तृप्त झाले आणि ज्याची स्थिति विकाररहित आहे जो
जितेन्द्रिय आहे जो माती, दगड व सोने हीं सारखीं समजतो, तोच युक्त पुरुष योगी म्हटला जातो.

जो हा विज्ञानात्मकु भावो । तेया विवरितां जाला घावो ।
मग लागला जंघ पाहों । तंव ज्ञान तें तो चि ॥ ८८ ॥

आतां व्यापकु किं एकदेशी । हे उहीपुही जे ऐसी ।
ते करावी ठेली आपैसी । दुजेनविण ॥ ८९ ॥

ऐसा शारिरिं चि परि कवतिके । ब्रह्माचेनि पाडें तुके ।
जेणे जिंतिलीं इयें एके । इंद्रियें गा ॥ ९० ॥

तो जितेन्द्रियु साहाजे । योगयुक्त चि ह्याणिजे ।
जेयातें सानें थोर नेणिजे । कव्हणिये काळिं ॥ ९१ ॥

देखैं सोनेयाचें निखळ । मेरु एखणे ढिसाळ ।
आणि मातियेचें डिखळ । सरिसें चि मानी ॥ ९२ ॥

पातां पृथ्व्येचें मोल थोकडे । ऐसें अनर्थरन्त चोखडे ।
देखे दगडाचेनि पाडे । निचाड ऐसा ॥ ९३ ॥

सुहृन्मित्रार्युदासीनमध्यस्थदेष्पबन्धुषु ।
साधुष्वपि च पापेषु समबुद्धिर्विशिष्यते ॥ ९ ॥

सूर्य जसजसा ज्या बाजूस जातो तसतसा तो तो भाग उजळतो.
तसा ज्याला आत्मभाव झाला, त्यासाठीं ती सहजावस्थाच असते.

जशा ढगापास्यून पडणाऱ्या पाण्याच्या धारा समुद्राला कधींही बोंचत
नाहींत, तशाच या योगश्रेष्ठाला शुभाशुभ कर्म हीं भिन्न घाटत नाहींत.

ज्ञान, विज्ञान, तृप्त, आत्मा, कूटस्थाः, विजितेन्द्रियः,
युक्तः, इति, उच्यते, योगी, सम, लोष्ठ, अश्म, कांचनः

अनुभवाला येणारे जें हें दृश्य जगत् त्याचा विचार करतां, तें त्याच्या दृष्टीनें मिथ्या
ठरले; मग तो जेव्हा स्वतःकडे पाहू लागतो तेव्हा ते ज्ञान म्हणजे तो स्वतःच आहे.

असें घडून आले कीं, दुजेपणा हरपल्याकारणानें हें आत्मस्वरूपाचें तत्त्व
व्यापक आहे कीं अव्यापक आहें याची चाटाघाट करण्यांचें सहजच थांबते.

ज्याने इंद्रिये जिंकलेली असतात तो शरीरधारी असूनही त्याची कौतुकाने
तुलनाच करायची झाली, तर एका परब्रह्माशींच करतां येईल.

तो सहजच जितेन्द्रिय आहे आणि त्यालाच योगयुक्त म्हणावें
कां कीं, ज्याला कधींही लहानथोर हा भेदभाव स्पर्श करीत नाहीं.

अर्जुना ! पहा, शुद्ध सोन्याचा मेरुपर्वताएवढा ढोग
व मातीचें डेकूळ असले तरी तो सारखेच मानतो.

पृथ्वीच्या मोलाचें अपार किंमतीचें तेजस्वी रत्नही तों
दगडासारखे मानण्याइतका निरिच्छ व समबुद्धी होऊन राहतो.

सुहृत, मित्र, अरि, उदासीन, मध्यस्थ, द्वेष्य, बंधुष,
साधुषु, अपि, च, पापेषु, समबुद्धिः, विशिष्यते

हितचिंतक, मित्र, शत्रू, उदासीन, मध्यस्थ, अप्रिय, नातलग, त्याच प्रमाणे
यज्जन, पापी या सर्वांचे ठायीं जो समबुद्धी, तो योगी सर्वामध्ये श्रेष्ठ.

आतां सुहदु आणि शत्रु । कां उदासु आणि मित्रु ।
हा भावभेदु यिचिन्हु । संकल्पु कैंचा ॥ ९४ ॥

तेया घंथु काइ कायेयाचा । द्वेषिया कवणु केंहाचा ।
मीं चि विश्व ऐसा जेयाचा । बोधु जाला ॥ ९५ ॥

मग तेयाचिये दृष्टी । अधमोत्तम असे किरीटी ।
काइ परिसाचिये कसवटी । घानिया जाणे ॥ ९६ ॥

ते जैसी निर्वाणवर्णु चि करी । तैसी तेयाची बुद्धि चराचरी ।
होए साप्याची उजरी । निरंतर ॥ ९७ ॥

ते विश्वाळंकाराचेनि विसुरें । जळिं आहाति आनान आकारें ।
तळिं घडले एके चि भांगारें । परब्रह्में ॥ ९८ ॥

ऐसें जाणणे जें घरवें । तेया फावले तें आघवें ।
द्वौनु आहाचवाहाच न झाकवे । एणे आकारचिंतें ॥ ९९ ॥

घापे पाटामाजि दीठी । दिसे तंतुची सैंघ खृष्टी ।
परि तो एकावांचौनि गोठी । करूं चि नैये ॥ १०० ॥

ऐसेनि प्रतीति हे गवसे । अनुभव हिं जेया असे ।
तो चि समबुद्धि अनारिसे । नक्के जाणे ॥ १०१ ॥

जेयाचें नांव गा तीर्थरातँ । दर्शने प्राप्तिचा चि ठातँ ।
जेयाचेनि संगे ब्रह्मभातँ । भ्रांतांसी गा ॥ १०२ ॥

जेयाचेनि बोले धर्मु जिए । दीठि महासिद्धिते विये ।
देखैं स्वर्गसुखादि इं । खेळु जेयाचा ॥ १०३ ॥

तेथे म्हणजे अद्वैत ब्रह्म स्थिरीत, हा सुहद, हा शत्रू, किंवा हा उदास आणि
हा मित्र, अशा प्रकारच्या भेदभावांची यिचिन्ह कल्पना करावी तरी कशी ?
मीच एक विश्वांत भरून आहे, असें ज्ञान झालें असतां, मग
त्याल घंथू कोण असणार ? आणि कोण आहे द्वेष करणारा ?
मग अर्जुना, त्याच्या दृष्टीला लहान आणि थोर असा कोठून भास होणार ?
परिसाच्या कसोटीवर घासलेल्या सोन्यांमध्ये असा भेद संभवेल काय ?
तो परीस ज्याप्रमाणे लोखंडाला पूर्ण शंभर नंबरी सोनें करतो, त्या
प्रमाणे त्याच्या बुद्धीमध्ये चराचराविषयींच्या समतेचा निरंतर उदय होतो.
जो आपण विश्वरूपी अलंकाराचा निनिराळ्या नामरूपाने विस्तार पाहतो,
तरी ते सर्व एकाच निर्मल ब्रह्मरूप सोन्याचेच बनले आहेत, हें तो जाणतो.
असे जे यथार्थ जाणणे आहे, ते त्या ज्ञानी पुरुषाला पूर्ण प्राप्त झालेले
असतें, म्हणून या आकारचिंतांना निरनिराळेपणानें तो फंसूं शकत नाहीं.
चस्त्राकडे पाहिलें, असता जसें तें सर्व तंतुमय दिसते, त्याप्रमाणेंच तो,
या विश्वांत एका परब्रह्मावांचून दुसरें कांहींच नाहीं, असें निश्चयेंकरून पाहतो.
असा अनुभव ज्याला प्राप्त झाला, तोच
समबुद्धी होय, हें खाटे नाहीं असे पक्के समज.
तो सर्व तिर्थात तीर्थराज होय. ज्याचे दर्शन समाधान देते,
ज्याच्या संगतीनें भ्रांताचे ठायीं देखील ब्रह्मभाव प्रगटतो,
त्याच्या सहज बोलण्यानेसुद्धा धर्माला संजीवन मिळते. त्याच्या कृपादृष्टीने
महासिद्धि प्राप्त होतात, स्वर्गसुखे इत्यादि ज्याला केवळ खेळणीं होतात.

विपायें जरि आठवला चित्ता । तरि दे आपुली योग्यता ।
हें असो तेहाते प्रसंसितां । लाभु आथि ॥ १०४ ॥

योगी युज्मीत सततमात्मानं रहस्यि स्थितः ।
एकाकी यतचित्तामा निराशीरपरिग्रहः ॥ १० ॥

ज्याने मन च इंद्रिये यांसहित शरीर जिंकले, जो वासना रहित च
संग्रहरहित झालेला योगी एकान्तांत नेहमीं आत्मानुभवांत तल्लीन असतो.

पुडुतीं अस्तत्वेना ऐसे । जेया पाहले अद्वैतदिवये ।
मग आपणपां चि आपण असे । अखंडीत ॥ १०५ ॥

ऐसिया द्रिष्टि जो विवेकी । पार्था तो एकाकी ।
साहाजे अपरिग्रही जें तिहीं लोकीं । तो चि ह्याणौनि ॥ १०६ ॥

ऐसिं इये असाधारणे । निष्पन्नाचीं लक्षणे ।
आपुलेन घौहसपणे । बोले कृष्णु ॥ १०७ ॥

जो ज्ञानियांचा बापु । देखणेयांचिये दीठी दीपु ।
जेया दादुलेयाचा संकल्पु । विश्व रची ॥ १०८ ॥

प्रणवाचिये पेंठे । जाले शब्दब्रह्म मांजिठे ।
तें जेयाचेया यशा धाकुटे । चेदू न पुरे ॥ १०९ ॥

जेहाचेन अंगिके तेजे । आ३० रविशाशिचिये घणिजे ।
ह्याणौनि जग हें वेसजे । पोसे तेया ॥ ११० ॥

हां गा नांव चि एक जेहाचे । पातां गगन हीं दीसें टांचे ।
गुण येकैक काइ तेहाचे । कळसील तूं ॥ १११ ॥

ह्याणौनि असो हें वानणे । यांधै नेणों कवणाचीं लक्षणे ।
दावाचीं मीसें एणे । बोलिलां तो ॥ ११२ ॥

अशा पुरुषाच्या नांवाचें मनात जरी सहज स्मरण केले तरी तो स्मरणकर्त्याला
आपल्या सारखा करतो. असो, अशा ज्ञानी पुरुषाची कीर्ती गाण्यांत मोठा लाभ होतो.

योगी, युंजीत, सततम्, आत्मानम्, रहस्यि, स्थितः,
एकाकी, यतचित्तामा, निराशीः, अपरिग्रहः

पुन्हां मावणार नाहीं, अशा ऐक्यरूपी दिवसानें ज्यास उजाडले
आहे. तो पुरुष आपल्या आत्मस्वरूपांत निरंतर स्थिर राहतो.
अर्जुना ! जो, असा ज्ञानदृष्टीचा विवेकी आहे, तोच अद्वितीय
सहजच सर्वत्र तोच तो असल्यामुळे तो परिग्रहशून्य एकटा असतो
अशी ही प्राप्त पुरुषांची विशेष लक्षणे, भगवंताचे ठिकाणी
संपूर्णच असल्या मुळे भगवंतांनी अर्जुनाला ती सांगितली
जो ज्ञानी लोकांत श्रेष्ठ आहे. सर्वत्र समभाव पाहणाऱ्यांच्या दृष्टीचा
जो प्रकाश आणि ज्या सामर्थ्याच्या केवळ संकल्पानें विश्वाची रचना होते;
३०काराचे पेठेंत वैदिक वाडम्यरूपी वस्त्र, तें ज्याच्या सहा गुणापैकी एक
जे यश, पण तें देखील ज्याच्या यशाला गंचयणी घालूं शकत नाहीं,
ज्याच्या अंगच्या तेजाने सूर्य आणि चंद्र यांच्या व्यापारास प्रतिष्ठा येते;
मग सर्व जग काय त्याच्या प्रकाशाशिवाय प्रकाशित होते काय ?

वा अर्जुना ! ज्याच्या एका नामाचाच विचार केलां असतां, त्यापुढे आकाशाही
कमी दिसते, त्याचा ऐकेक अस्सल गुण तूं कसा ग्रहण करूं शकशील ?
म्हणून ही प्रशंसा आतां पुरे. कारण, अशा लक्षणांनी युक्त जो श्रीकृष्ण
भगवान, तो ज्या साधूचे वर्ण करतो, तीं कोणाचीं हे आम्ही सांगूं शकत नाही.

आइकां द्वैताचा ठाढ॑ं चि फेडी । ते ब्रह्मविद्या कीजैल उघडी ।
तरि अर्जुनु पढिये हे गोडी । नास्यैल हान ॥ ११३ ॥

द्वाणौनि तें तैसें बोलणे । नव्हे सपतळ आड लावणे ।
कले मेलू चि वेगळेपणे । भोगावेया ॥ ११४ ॥

जैं सोहंभाओ हा ढंकु । मोक्षसुखालागौनि रंकु ।
तेयाचिये दीठिचा झने कळंकु । लागे प्रेमा ॥ ११५ ॥

विपायें अहंभाओ येयाचा जाइल । मिं तें चि जरि हा होईल ।
तरि काइ कीजैल । एकलेयां ॥ ११६ ॥

दीठी चि पाहातां निविजे । कां तोंड भरून बोलिजे ।
दाटूनु खेवं देइजे । ऐसें कवण आहे ॥ ११७ ॥

आपुलेया मना वरवी । जे असमाई गोठि जीवीं ।
ते कवणेसिं मग चावळावी । जरि ऐक्य जालें ॥ ११८ ॥

इया काकुळती जनार्दनें । अन्योपदेशाचेनि हातास्यनें ।
बोलमाझिं मन मनें । आलिंगुं सरलें ॥ ११९ ॥

हें परिस्यतां जरि कानडें । तरि जाण पां पार्थु उघडें ।
श्रीकृष्णसूषाचें चि रूपडें । ओतलें आहे ॥ १२० ॥

हें असो वयसेचिये सेवटीं । जैसें येक चि विये घांझौटी ।
मग ते मोहाची तुगुटी । नाचों लागे ॥ १२१ ॥

तैसें जालें अनंता । ऐसें तरि मीं न द्वाणतां ।
जरि तेथ न देखतां । अतिशयो तेयाचा ॥ १२२ ॥

पाहा पां नवल कैसें चोज । कें उपदेशु कें जूझ ।
परि पुढे घालभाचें चि भोज । नाचतसे ॥ १२३ ॥

ऐका, द्वैताचा ठावठिकाणा नाहींसा करणारें असे जें आत्मज्ञान, तें उघड उघड व्यक्त केलें तर, 'अर्जुन मला आवडतो' हा प्रेमभाव नष्ट होई, हो ना ?
म्हणून ब्रह्मज्ञानाविषयीं न बोलतां त्याच्या आड पडदा लावून आणि शब्दरूप अशा त्या पडद्याने त्याने आपले व अर्जुनाचे मन अलग ठेविले.
'अहं ब्रह्मास्मि' या भावनेत गुरफटून व जे मोक्षसुखाकरितां दीन झाले आहेत त्यांची वृष्ट मात्र तुझ्या माझ्या प्रेमाला लागली नाहीं हणजे पुरे !
आणि मग कदाचित् याचें अर्जुनपण हारपेल, हा मदरूप होऊन जाईल, तर मग मीं एकट्यानेच काय करावे. ?
पाहिल्यावरोवर डोले शांत होण्यास, व तोंड भरून बोलण्यास, किंवा अति प्रेमाभाव दाटून येऊन ज्याला अलिंगितां येतें, असें दुसरें कोण आहे ?
जर अर्जुन माझ्या स्वरूपीं मिसळून लीन होऊन गेला, तर आपल्या मनांत न मावणारी अशी उत्तम गोष्ट मी कोणाजवळ बोलावी ?
या अडचणीमुळे श्रीकृष्णांनी बोलण्यांत साधूंचीं लक्षणे सांगून ब्रह्म ज्ञानाचा उपदेश करून अर्जुनाचें मन आपल्या मनाकडे ओढून घेतले.
हें ऐकण्यास जरी अवघड वाटेल परंतु अर्जुन म्हणजे श्रीकृष्णांच्या सुखाची प्रत्यक्ष ओतीच मूर्तीच होती, हे लक्षांत ठेवाचें.
हे असो. ज्या प्रमाणे वय झाल्यावर एखाद्या घांझ स्त्रीलां एकुलतें एक मूल झांलें म्हणजे ती जशी त्याच्यावरील प्रेमाची पुतळी होऊन नाचूं लागते,
तशी श्रीकृष्णांची गोष्ट झाली आहे. श्रीकृष्णांच्या या अर्जुनाविषयक प्रेमाचा अतिरेक जर येथे दिसला नसता, तर असे म्हटले नसते.
श्रीकृष्णांचे अर्जुनावर विलक्षण प्रेम होतें पहा ! कीं कुठे हा युद्ध प्रसंग, आणि त्या क्षणीं कसा हा उपदेश ! आणि येथें तर आपल्या समक्ष प्रेमाचे बाहुले नाचत आहे !

आवडि द्वाणौनि न लजवी । व्यसन जैसे न सीणवी ।
पींसे आणि न भुलवी । तरि तें चि काइसे ॥ १२४ ॥

द्वाणौनि भावार्थु हा ऐसा । अर्जुनु मैत्रिएचा कुवांसा ।
किं सुखें शृंगारलेया मानसा । दर्पणु तो ॥ १२५ ॥

बापु पुण्य पवित्र । जर्गी भक्तिबीजासि क्षेत्र ।
तो कृष्णकृपे पात्र । एया चि लागि ॥ १२६ ॥

हो काज आत्मनिवेदनातळिची । जे पीठिका आहे सख्याची ।
पार्थु अधिष्ठात्री तेथिची । मातृका गा ॥ १२७ ॥

पासिं चि गोसांविं घर न घनिजे । मग पाइकाचा गुणु घेऊजे ।
ऐसा अर्जुनु तो साहाजे । पढिए हरि ॥ १२८ ॥

पाहे पां अनुरागे भजे । जे प्रियोत्तमे मानिजे ।
ते पती ही हुनु काइ न घनिजे । पतिव्रता ॥ १२९ ॥

तैसा अर्जुनु विशेषे स्तवावा । ऐसे आवडले मज जीवा ।
जें तो त्रिभुवनीचेया दैवां । एकायतन जाला ॥ १३० ॥

जेयाचिये आवडीचेन पांगे । अमुर्तु ही मूर्ति आवगे ।
पूर्णा परि लागे । अवस्था जेयाची ॥ १३१ ॥

तंव श्रोते द्विणति दैवं । कैसी बोलाची हवाव ।
काइ नादातें हान घरिंव । जाणौनि आले ॥ १३२ ॥

हां हो नवल नोहे देशी । मज्जाटी बोलिजे तरि ऐसा ।
वाणे उमटत आहे मा आकाशीं । साहित्या रंगाचे ॥ १३३ ॥

कैसें उन्मेखचांदिणे तार । आणि भावार्था पडतसे गार ।
हें चि श्लोकार्थकुमुदिं तरि फार । सेवितां होतें ॥ १३४ ॥

आपण खरे पाहिले, तर 'आवड आणि लाज,' ? कुण्या गोष्टीचे जर व्यसन, तर तिथें शीण कसा ? घेड आहे, परंतु भ्रम पाढीत नाहीं, तर तें घेड कस्यचे ? या गोष्टीचे सार इतकेंच कीं, अर्जुन हा भगवंताच्या सख्य भक्तीचा आश्रयच आहे, किंवा सुखानें शृंगारलेले आपले मन पाहण्याचा आरसाच होय. अशा प्रकारे अर्जुन हा धन्य, पुण्यपवित्र आणि भक्तिरूप बीज पेरण्याचे तो चांगले शेत आहे आणि म्हणून कृष्णकृपेला तो पात्र झाला आहे.

किंवा अर्जुन म्हणजे आत्मनिवेदनरूप भक्तीच्या तळींची जी सख्याची मुख्य भूमिका आहे, त्याची अर्जुन ही मुख्य देवता आहे.

जवळच प्रत्यक्ष श्रीकृष्णस्वामी असतां त्यांचे वर्णन न करतां, भक्तांच्या गुणांचे वर्णन करावें इतका हा अर्जुन भगवंताला स्वाभाविक प्रिय होता.

अत्यंत प्रेमाने जी पतीची सेवा करते, आणि पती जिचा नेहमीं बहुमान ठेवतों, त्या पतिव्रतेची सर्व लोक पतीपेक्षा अधिक स्तुती करीत नाहीत काय ? त्याचप्रमाणे, अर्जुनाचीच विशेष स्तुती करावी असे माझ्या मनास घाटले. कारण, त्रिभुवनांतील सर्व भाग्य एका अर्जुनाच्याच ठिकाणीं राहिले आहे.

ज्याच्या प्रेमाच्या आधीन होऊन निराकार परमात्मा संगुणरूप घेतो व तो पूर्ण असूनही अर्जुनाबदल त्याला उत्कंठा उत्पन्न झाली !

तेळ्हां श्रोते म्हणतात, काय भाग्य आमचे ! या शब्दांत काय विलक्षण शोभा सांठविली आहे ! त्याच्या शब्दसौदर्यने ३०काररूपी नादब्रह्मायही जिंकले आहे.

नवल आहे नक्हे का ! देशी मराठी भाषा बोलायची तो अशी बोलावी, कीं जी बोलल्या बरोबर आकाशांत उपमाअलंकारादि साहित्याचे नाना रंग उमटलेले दिसतील.

या मराठी भाषेतही ज्ञानाचें चांदणे कस्ये पिठासारखे पडले भावार्थ हीच शीतलता आणि श्लोकाचा अर्थ हीच कोणी चंद्रविकसी कमळे सहज विकसित होत आहेत !

चाढ चि निचांडं करि । ऐसी मनोरथीं इगा थोरी ।
तेणे विचल्लें जेथ आंतरीं । तेथ डोलु आला ॥ १३५ ॥

तें निवृत्तिदासें जाणीतले । मग अवधान देआं ह्याणितले ।
नवल पांडवकुळीं पाहले । कृष्णादिवसे ॥ १३६ ॥

देवकिया उदरीं वाहिला । यशोदा सायासे पाहिला ।
किं शेषीं आइता उपेगा गेला । पांडवांसी ॥ १३७ ॥

ह्याणौनि बहुत दीवयु ओळगावा । कां अवयरु पाहोनि विनवावा ।
हा ही सोसु तेया सदैवां । पडे चि ना ॥ १३८ ॥

हें असोनु कथा सांघै वेगीं । मग अर्जुनु ह्यणे सलगी ।
देवा इये संतचिन्हे हान आंगीं । न ठांति माझां ॥ १३९ ॥

यह्यंविं यां लक्षणाचेया सारा । मी अपांडे किर अपुरा ।
परि तुमचेनि बोले अवधारां । थोरावें जरि ॥ १४० ॥

जी तुझीं चित्त देआल । तरि ब्रह्म माझे होइल ।
काइ जाले अभ्यासिजैल । सांघाल तें ॥ १४१ ॥

हां हो नेणों कोणाची काहाणी । श्लाघिजत असे अंतष्करणीं ।
ऐसी जालेपणाची स्त्रियाणी । काइसी तहै ॥ १४२ ॥

तें आंगे चि मियां होइजो कां । एनुले गोसांविंपणे आपुले कीजो कां ।
तंव हांसौनि कृष्णु हो कां । करूं ह्याणथी ॥ १४३ ॥

देखा संतोखु एक न जोडे । तंव सुखाचें यैद्य सांकडे ।
मग जोडलेयां काहीं कवणीकडे । अपुरे असे ॥ १४४ ॥

तैसा सर्वेश्वरु चि बळिया सोके । ह्याणौनि ब्रह्म होये कवतुके ।
परि कैसा भारे आतला पां पीके । दैवांचेनि ॥ १४५ ॥

हें व्याख्यान ऐकण्याची इच्छा, ही निरिच्छांचे मनी ब्रह्मज्ञान ऐकण्याची
इच्छा उत्पन्न करते, याचा हा प्रकाश अंतरी फाकतांच श्रोते डोलूं लागले !
हे निवृत्तिदास ज्ञानेश्वर यांनी तें जाणले व मग श्रोत्यांस म्हणाले,
जरा लक्ष द्यावे, कृष्णरूप दिवसाने पांडवकुलावर प्रकाश केला.

ज्याला देवकीने आपल्या उदरांत नऊ महिने वागविले, यशोदेने
त्यांचे कष्टाने पालन केले, तो शेवटी उपयोगी पडला तो पांडवांना.

म्हणून, पुष्कल दिवस त्याची सेवा करावी, किंवा समय पाहून त्याची
चिनवणी करावी, इतका देखील प्रयास त्या दैववान अर्जुनाला पडला नाहीं !

श्रोते म्हणतात, हें राहू दे. हे वर्णन पुरे झाले. आता मूळ विषय सांगा. मग
अर्जुन सलगीने म्हणाला, कृष्णा, हीं संतांचीं लक्षणे माझ्या अंगात घसत नाहींत.

एरचीं या लक्षणांच्या तात्पर्याचा विचार केला, तर मी खरोखर फार
अपुरा पडेन. परंतु तुमच्या सांगण्यांने जर मला योग्यता आली तर येईल.

जर तुम्ही मजकडे लक्ष पुराविलेंत तर मी ब्रह्मरूप होईन व ती ब्रह्मस्थिति प्राप्त
होण्या करितां जे कांही केले पाहिजे म्हणून सांगाल, त्याचा अभ्यास करीन.

अहो, तुम्ही ही कोणाची गोष्ट सांगितलीत, हे न समजताही मीं तिला इतके नांवाजावे,
मग मी प्रत्यक्ष तसाच झालो, तर, देवा माझ्या आनंदास पारावारच राहणार नाहीं !

असा ब्रह्मरूपी मी स्थः होईन काय ? प्रभो, याचप्रमाणे माझे अंगी योग्यता येईल एवढे
आपण कराल काय ? तेक्का श्रीकृष्ण हस्यून म्हणाला - हो का ! मग तसेच करू हं !

असे पहा कीं, जर एक संतोष प्राप्त न झाला तर चोहीकडे सुखाची उणीच
भासते, पण एकदां संतोष प्राप्त झाल्यावर मग सुखाला कोठे कमी आहे ?

त्याचप्रमाणे, जो सर्वेश्वराचा पूर्ण सेवक बनला आहे, तेक्का अर्जुन त्याच्या कृपेने
ब्रह्मरूप होईल ! दैवाच्या सामर्थ्याच्या भाराने श्रीकृष्ण कशा प्रकारे फलदूप झाला

जो जन्मस्यहस्त्रांचिया साटीं । इंद्रादिकां महागु भेटी ।
तो आधीनु केतुला किरीटी । जें घोलू ही न साहे ॥ १४६ ॥

मग आइकां जे पांडवे । द्याणितलें ब्रह्म मियां चि होआवे ।
तें अशेष ही देवे । निर्झारिले ॥ १४७ ॥

तेथे ऐसे चि एक विचारिले । जें यया ब्रह्मत्वाचे डोहाळे ।
परि उदरा वैराग्य आहे आले । बुद्धिचेया ॥ १४८ ॥

यहविं दिवस तरि येया अपुरे । परि तें वैराग्यवसंताचेनि भारे ।
जें सोहंभावमहुरे । मोडौनि आले ॥ १४९ ॥

द्याणौनि प्राप्तिफळीं फळतां । एयासि वेलु न लगैल आतां ।
होये विरगतु ऐसा अनंता । भरवसा जाला ॥ १५० ॥

द्याणे जें जें हा अधिष्ठील । तें आतां आरंभी चि एआ फावैल ।
द्याणौनि सांघितला न वचैल । अभ्यासु वायां ॥ १५१ ॥

ऐसे विवरौनियां श्रीहरी । द्याणितलें तेया अवस्थरीं ।
अर्जुना हा अवधारीं । पंथराजु ॥ १५२ ॥

जेथ प्रवृत्तितरूचा बुडिं । दीसती निवृत्तिफळांचिया कोडी ।
जिये मार्गिचा कापडी । महेशु आझुंडे ॥ १५३ ॥

पैं योगिवृदं वहिलीं । आड चि आकाशे निगालीं ।
किं तेथ अनुभवाचां पाउलीं । धोरणु पडिला ॥ १५४ ॥

तेहीं आत्मबोधाचेनि उजुकारे । धांव घेतली एकसरे ।
एर सकल मार्ग निदुसुरे । सांडूनियां ॥ १५५ ॥

पाठिं महर्षी एणे आले । साधकांचे सिद्ध जाले ।
आत्मविद थोरावले । एणे चि पंथे ॥ १५६ ॥

जो ईश्वर हजारों जन्मांनीं इंद्रादिकांना सुद्धा भेटण्यास दुर्मिळ आहे; तो श्रीकृष्ण अर्जुनाच्या प्रेमाला किती वश आहे पाहा ! अर्जुन प्रश्न करीपर्यंत त्याला धीर धरवत नाहीं.

मग 'मला ब्रह्म व्हावयास पाहिजे,' असें जें अर्जुन म्हणाला, ते देवाने नीट लक्षपूर्वक ऐकले.

तेहां श्रीकृष्णांनीं मनांत विचार केला कीं, अर्जुनाला ब्रह्म होण्याचे डोहाळे लागले आहेत त्या अर्थी त्याच्या बुद्धीच्या पोटांत वैराग्यरूपी गर्भ राहिला आहे पण हा वैराग्यगर्भ अजून अपुस्या दिवसांचा आहे, परंतु वैराग्यरूपी वसंताच्या भराने 'मी ब्रह्म आहे' अशा मोहराने हा डवरून गेला आहे.

म्हणून याला मोक्षरूप फळाची प्राप्ती अगदीं लवकर होईल; हा वैराग्य संपन्न झाला आहे. अशी देवाची पूर्ण खात्री झाली.

श्रीकृष्ण मनात म्हणाला, जे जे तपादी कर्म हा आता करू लागेल त्याचे याला आगाऊच फळ मिळेल, म्हणून याला सांगितलेला अभ्यास वाया जाणार नाहीं.

श्रीकृष्ण असा दूरवर विचार करून अर्जुनाला म्हणतात,
आतां तुला जो श्रेष्ठ मार्ग आहे तो सांगतो ऐक.

तो योग असा आहे कीं, प्रवृत्तिरूप वृक्षाच्या बुडाला निवृत्तिच्या फळाचे घड लागलेले आहेत. व याच मार्गाचें श्रीशंकर अद्यापर्यंत यात्रेकरू आहेत.

असें वध, कीं योग्यांचे थवे सुषुम्नेच्या संकुचित मार्गाने मूर्धनिआकाशाच्या दिशेने निघाले, नंतर अनुभवाच्या पावलांनीं त्यांना ब्रह्माचा थांग लागला.

तेहां इतर अज्ञानरूप सर्व मार्ग सोडून त्या योग्यांनीं आत्मबोधाचा एकच मार्ग यरल धरून त्वरेने अभ्यासास प्रारंभ केला.

नंतर ऋषिमुनी या मार्गाने येऊ लागले आणि ते सांधकांचे सिद्ध बनले. मोठमाठे आत्मवेत्ते याच घाटेने प्रतिष्ठेला चढले.

हा मार्गु जैं देखिजे । तैं ताहान भूक विसरिजे ।
रात्रि दिवसु नेणिजे । घाटे इये ॥ १५७ ॥

चालतां पाउल जेथ पडे । तेथ अपवर्गाची खाणि उघडे ।
अळ्हांटलेया जोडे । स्वर्गसुख ॥ १५८ ॥

निगिजे पूर्विली मोहोरा । किं येईजे पश्चिमाचेया घरा ।
निश्चलपण धनुर्ढरा । चालणे एथिचे ॥ १५९ ॥

ऐणे मार्गे जेयां जाइजे । तो गांळूऱ आपण होइजे ।
हें सांघों काड साहाजे । जाणसी तूं ॥ १६० ॥

तेथ पार्थं द्वाणितले देवा । तरि तें चि मग केव्हां ।
कां आर्तिस्यमुद्रौनि न काढावा । बुडुतु जी मी ॥ १६१ ॥

तंव कृष्णु द्व्याणति ऐसे । उत्सुक घोलणे काइसे ।
आक्षिं सांघत अस्यों आपैसे । घरि पूसिले तुवां ॥ १६२ ॥

शुचौ देशे प्रतिष्ठाप्य स्थिरमासनमात्मनः ।
नात्युच्छ्रितं नातिनीचं चैलजिनकुशोत्तरम् ॥ ११ ॥

शुद्ध भूमीघर दर्भासन घालून त्यावर मृगचर्म व त्यावर धूत घस्त्राची घडी ठेवून
अतिशय उच्ही नाहीं व अगदी सखल ही नाहीं असें आपले आसन स्थिर मांडून,

तरि विशेषे आतां चि बोलिजैल । परि तें अनुभवे उपेगा जाईल ।
द्याणौनि तैसें एक लागैल । स्थान पाहावे ॥ १६३ ॥

जेथ अराणुकेचेनि कोडे । घैठलेयां उठूं नावडे ।
वैराग्यासि दूॣ चडे । देखलेयां जें ॥ १६४ ॥

जो वसविला ठाऊऱ । संतोषासि याक्काऊऱ ।
मना होये सान्हाऊऱ । धैर्याचा ॥ १६५ ॥

हा योगाचा राजमार्ग एकदा दिसला कीं, तहानभूक हरपते, व याची
घाट चालत असतांना रात्रि व दिवस यांची आठवण होत नाही.
या मार्गाचे क्रमण करीत असतां, त्याचे जेथें जेथें पाउल पडेल, तेथें तेथें मोक्षाचा अनुभव
येतो. आणि तो मार्ग चालताना त्याच्याच उपमार्गाला घळला तरी स्वर्गसुख मिळते.
हा मार्ग म्हणजे पूर्व दिशेने निघून पश्चिम दिशेला पोहोंचावे
असा आहे. मनाचा स्थिरपणा हेंच या मार्गाने चालणे आहे.
या घाटेने ज्या गांवाला जावें, तो गांव आपणच स्वतः
होतों, हे काय सांगावे ? हें तुला आपोआपच कळेल.
तेव्हां पार्थ म्हणाला, "देवा, तर तुम्ही हें योगशास्त्र मला केव्हां सांगाल ?
मी उत्कंठा रूपी सागरात बुडत आहे तर मला बाहेर का काढत नाही ?
तेव्हां श्रीकृष्ण म्हणाले, इतका उतारीक्षणा कां करतोस ?
आम्ही आपणहून सांगत असतांच तोच तू तेच विचारलेय.

शुचौ, देशे, प्रतिष्ठाप्य, स्थिरम्, आसनम्, आत्मनः,
समम्, काया, शिरः, ग्रीवम्, धारयन्, अचलम्, स्थिरः,

तर आतांच त्याचे सविस्तर प्रतिपादन केले जाईल. पण त्याचा अनुभव घेतला
तरच त्याचा उपयोग होईल. त्यासाठी एक चांगली जागा निवडावी लागेल.
तें असें असावे कीं, जेथें बिश्रातीच्या इच्छेने घसले असतां, पुन्हा उठावे
असें घाटणार नाही जें दृष्टीस पडले असतां वैराग्यवृत्ति दुणावेल,
ती जागा पूर्वी सत्परूषांनी वसविलेली असावी, आणि तिच्यापासून
संतोषाने मन भरून येते, मनाला एक धैर्य येते, उत्साह येतो.

अभ्यासू चि आपणेयांते करी । हृदयाते अनुभउ चि विवरी ।
ऐसी रम्यपणाची थोरी । अखंड जेथें ॥ १६६ ॥

जेया आड जातां पार्था । तपश्चर्येचेयां मनोरथां ।
पाखांडियाची ही आस्था । मूळ होये ॥ १६७ ॥

सभावें वाटा येतां । जरि वरिपडा जाला अवचिता ।
तरि सकामु हीं परि माघौता । निगो विसरे ॥ १६८ ॥

ऐसें न झातेआते राहावी । भ्रमातुकाते बैसवी ।
थापटूनि चेववी । विरगितिं ॥ १६९ ॥

हें राज्य वर सांडिजे । मग निवातां एथ चि असिजे ।
ऐसें शिंगारिआंहीं उपजे । देखतखेऊँ ॥ १७० ॥

जें एणे मानें बरवंट । तैसें चि अतिचोखट ।
जेथ अधिष्ठान प्रकट । डोलां दीसे ॥ १७१ ॥

आणिक एक पावे । जें साधकिं वसतें होआवे ।
आणि जनाचेनि पाएरचे । मैले चि ना ॥ १७२ ॥

जेथ अमृताचेनि पाडे । मुळा हीं स्कट गोडे ।
जोडति दाटें झाडे । सदा फळतिं ॥ १७३ ॥

पाउलं पाउलं उदके । परि वरिषाकाळिं हिं चोखे ।
निझरें कां अशेषे । सुलभे जेथ ॥ १७४ ॥

हो अतपु ही आलुमालु । जाणिजे तर्फी सीतलु ।
पवनु अति निर्बलु । मंदु झुळका ॥ १७५ ॥

बहुतकरूनि निःशब्द । दाट न रिगे स्वापद ।
शुक हान पट्रपद । तेयांचे नाहीं ॥ १७६ ॥

जिथल्या रम्यपणाची थोरवी अशी, कीं तिथें अखण्डपणे साधकाला अभ्यासाचाच अभ्यास घडतो, व अनुभव आपण होऊन साधकाच्या अंतकरणाला माळ घालतो;
पार्था त्या जागेच्या जवळून गेले असता नास्तिकाला देखील तपश्चर्या करावी अशी मनापासून आस्था वाटते.

त्या ठिकाणी सहज वाटेने जाता जाता एखादा संसारी विषयासक्त माणूस जरी आला तरी त्यालाही परत जाण्याचे भान राहणार नाही.
ते स्थान, जो राहाणारा नक्के त्यालाही राहावयास आकृष्ट करते, व भटकणाऱ्याला एके ठिकाणीं बसवितें आणि वैराग्याला थापटी मारून जागे करतें;
हें स्थान, पाहिल्याबरोबर, एखादा चिलासी पुरुषालासुझां असे वाटावे कीं, आपले उत्तम राज्य सोडून या ठिकाणी एकांतवासांत रहावे.

जें स्थान इतके सुंदर आणि तसेंच अतिशय पवित्र
असून ब्रद्वाचा साक्षात्कार होईल असे असावे.

आणखीहि एक ह्या स्थानाचे लक्षण पहावे, ज्या स्थानीं साधकांनी वसती केलेली असावी व विषयासक्त पुरुषांचे तेथे मुळींच येणे जाणे नसेल.

तेथे अमृताचारखी, मुळासकट गोड असणारी झाडे दाट चाढलेलीं आढळावीं व त्यावर बारमास फळे यावीं.

ज्या ठिकाणीं पावलेपावली पाणी आहे, ज्यांचे पाणी पावसाळ्यांतही निर्मल असते, तेथें पाण्याचे वाहते झरे विपुल असावेत.

त्या ठिकाणीं सूर्यांचे ऊनही सौम्य असावे, आणि जेथें चारा अतिश्य शांत, केवळ शीतल झुळका वाहत असाव्यात.

तें स्थान बहुतेक निःशब्द असून, श्वापदांची गर्दी नसावी. राघू किंवा भ्रमर हही जेथें नाहींत.

पाणिलगें हंसे । दोनि च्यारि सारसें ।
कव्हणी एकीं घेळीं बैसे । तरि कोकिलु ही होए ॥ १७७ ॥

निरंतर नाहीं । तर्हीं आलं गेलं कहीं ।
होंतु कां मयूरे हीं । तें आदीं न द्वाणों ॥ १७८ ॥

परि आवसिक पांडवा । ऐसा ठाओ जोडावा ।
तेथ निर्गुडु मठु होआवा । कां शिवालय ॥ १७९ ॥

दोहोंमाजि आवडते । जें मानलें होये चित्ते ।
बहुतकरूनि एकांते । बैसिजे गा ॥ १८० ॥

द्वाणौनि तैयें तें जाणावे । मग राहांते पावे ।
राहील तेथ रचावे । आसन हें ॥ १८१ ॥

घरि चोखट मृगसेवडी । माझि वस्त्राची घडी ।
तळवटीं अमोडी । कुशांकुर ॥ १८२ ॥

सकोमल सरिसे । सुबद्ध राहांति आपैसे ।
एके पाडे तैयें । ओजा घालीं ॥ १८३ ॥

परि यांकिआं चि उंच हाईल । तरि आंग हान डोलैल ।
नीचा तरि पावैल । भूमिदोखु ॥ १८४ ॥

द्वाणौनि तैयें न करावे । सामधेनिआ एं धरावे ।
हें घू अस्यो होआवे । आसन ऐसे ॥ १८५ ॥

तत्रैकाग्रं मनः कृत्वा यतचित्तेन्द्रियक्रियः ।
उपविश्यासने युञ्ज्याद्योगमात्मविशुद्धये ॥ १२ ॥

त्या आसनावर बसून, मनाला एकाग्र करून चित्ताच्या व इंद्रियांच्या
क्रियांना घश करून अंतःकरणाच्या शुद्धी करितां योगाचा अभ्यास करावा.

पाण्याच्या आश्रयाने राहणारे हंस, दोन चार चक्रवाक,
घेळेस कोकील पक्षी येऊन बयला तरी चालेल;
नेहमीं जरी नाहीं, तरी येऊन जाऊन असणारे काहीं
मोरही येत जात असले तर आम्ही नको असें म्हणत नाही.
पण असें एखादें निवांत स्थान मात्र असणे आवश्यक आहे, त्या ठिकाणी
सहज दृष्टीस न पडणारा एखादी गुहा किंवा शिवमंदिर असावे.
या दोहोंपैकीं आपल्यास मानेल तें निवडावें त्या
ठिकाणीं पुष्कर वेळ पावेतों एकांतवासांत वसावें.
म्हणून अशी सर्व सोय पाहून त्या ठिकाणीं मन स्थिर होतें किंवा
नाहीं हे पहावें, आणि राहत असेल, तर तेथे असें आसन लावावें.
वरच्या अंगाला स्वच्छ मृगचर्म आंथरावें, त्याचे खाली धुतलेल्या निर्मल
वस्त्राची घडी असावी, व सर्वांच्या खालीं अग्रासह असलेले दर्भ आंथरावे.
हें दर्भ कोवळे, सारख्या लांबी रुदीचे व सारखे एकमेकांस
लागून घड्य व ठोस राहतील असे काळजीपूर्वक व्यवस्थित मंडावे.
परंतु ते आसन कदाचित् उंच झाहें तर अंग डोलेल
आणि सखल होईल तर, जमिनीचे दोष प्राप्त होतील.
म्हणून आसन उंच सखल नको, तें मध्यम उंचीचे असावे. तर थोडक्यात
म्हणजे आसनाचा परिसर व आसनाची मांडणी अशी असावी.

तत्र, एकाग्रम, मनः, कृत्वा, यतचित्तेन्द्रियक्रियः
उपविश्य, आसने, युञ्ज्यात्, योगम्, आत्म, विशुद्धये

मग तेथे आपण । एकाग्र अंतःकरण ।
करूनि गुरुस्मरण । अनुभविजे ॥ १८६ ॥

जैसेनि स्मरतेनि आदरें । सवाह्य सात्विके भरे ।
जंव कठिनपण कां घिरे । अहंभावाचें ॥ १८७ ॥

विषयांचा विसरु पडे । इंद्रियांची कस्यमस्य मोडे ।
मनाची घडी घडे । हृदयामाझि ॥ १८८ ॥

ऐसें ऐक्य हें सहाजें । फावे तंव राहिजे ।
मद तेणे चि घोर्थे वैसिजे । आसनावरि ॥ १८९ ॥

आतां आंगाते आंग करी । पवनाते पवनु चि धरी ।
ऐसी अनुभवाची उजिरी । हों चि लगे ॥ १९० ॥

प्रवृत्ति मागौति मोहरे । समाधि ऐलाडि उत्तरे ।
आघवें अभ्यासु सरे । वैयतखेवो ॥ १९१ ॥

समं कायशिरोग्रीवं धारयन्नचलं स्थिरः ।
संप्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्यानवलोकयन् ॥ १३ ॥

शरीर डोकें व मान हीं समानव अचल ठेवून स्थिरक्कावें, आपल्या
नासिकाग्राला पाहून अन्य दिशांकडे न पाहणारा होत्याता,

मुद्रेची पौटि ऐसी । ते चि सांधिजैल आतां परिहस्यै ।
तरि ऊ इया जघनेस्यी । जडूनि घालीं ॥ १९२ ॥

चरणतळे देक्कडीं । आधारद्वामाचां बुडीं ।
सुघटिते गाढीं । यंचरिं पां ॥ १९३ ॥

सव्य तें तळीं ठेविजे । तेणे सीघणिमध्यु पीडिजे ।
घरि वैसे तो सहाजें । वामचरणु ॥ १९४ ॥

अशा आसनावर आसनमांडी घालून प्रथम शांत बसावे. व अंतःकरणाला
एकघट करावें आणि श्रीसदुरुचें स्मरण अनुभवाला आणावें.
त्या स्मरणाच्या आदराने मन सात्विक अष्टभावाने भरून आले असतां,
अष्टसात्विक भाव शरीरात व मनात त्या वेळी प्रादुर्भूत होतील, मन मृदू होईल,
अहंभावच गळला की विषयांचा सर्वस्यी विसर पडतो. इंद्रियांची विषयांवरील
इच्छा नाहींशी होते अंतःकरणाच्या ठिकाणीं मनाची स्थिरता होते.
अशी स्वाभाविक ऐक्याची अवस्था साध्य होईपर्यंत, थांबावे
व मग ती जमली की त्याच बोधावस्थेत आसनस्थ व्हावे.
मग शरीर आपल्या आपण स्थिर होते, सावरून राहते, वायूला वायूच
आपण होऊन आंवरून धरतो; या प्रमाणे अनुभवाचा उदय होऊं लागतो.
सर्व प्रवृत्ती बंद पडते व समाधिदशा अलिकडेच सांपडते, मग
आसनावर बसल्यावरोबर सर्व अभ्यास आपोआप पूर्ण होतात.

समम्, काया, शिरः, ग्रीवम्, धारयन्, अचलम्, स्थिरः,
संप्रेक्ष्य, नासिका, अग्रम्, स्वम्, दिशः, च, अनवलोकयन्

अर्जुना ! ज्या मुद्रेच्या थोरवीने हा अभ्यास साधतो तिचे आतां
घर्णन करतों, ऐक. आपल्यामांडया पोटरीशी घड्ड धराव्या.
एका पायावर दुसरा पाय घांकडा ठेवून, आधारचक्ररूपी वृक्षाच्या
बुडाशीं म्हणजे गदस्थानाचे ठिकाणीं ते चांगले स्थिर व घड्ड लावावे.
त्यांत उजव्या पायाची टांच खाली ठेवून, त्याने गुदस्थानाची शिंवण
मधोमध दाबावी, मग डावी टांच सहजच त्या उजवीवर विसावते.

गुदमेंद्रा आंतौर्तीं । च्यारि चि आंगुळे निरुतीं ।
तेथ सार्द यार्द प्रांतीं । सांडूनियां ॥ १९५ ॥

माझि आंगुळ एक नीगे । तेथ टांकेचेन उत्तरभागे ।
निहटिजे घरि आंगे । पेलर्नेन ॥ १९६ ॥

उचललें कां नेणिजे । तैसें पृष्ठांत उचलिजे ।
गुल्फद्वय धरिजे । तेणे चि मानें ॥ १९७ ॥

मग शरीरसंचु पार्था । हा अशोषु ही सर्वथा ।
पार्षिर्चा माथां । स्वयंभु होये ॥ १९८ ॥

अर्जुना हें जाण । मूळबंधाचें लक्षण ।
वज्रासन गौण । नाम एयासि ॥ १९९ ॥

ऐसी आधारीं मुद्रा पडे । आणि आधिचा मार्गु मोडे ।
तेथ अपानु आंतुलीकडे । ३०हटों लागे ॥ २०० ॥

तंव करपुट आपेसे । वाम चरणी बैसे ।
बाहुमूळीं दीसे । थोरी आली ॥ २०१ ॥

माझि उभारलेनि दंडे । शिरकमळ होये गाढे ।
नेत्रद्वारिचीं कवाडे । लागों पांति ॥ २०२ ॥

वरिचिलें पातिं न ढळति । तलिचिं तलिं पुंजाळति ।
ते अर्द्धोन्मीलनस्थिति । उपजे तेयां ॥ २०३ ॥

दीठी राहुन आंतुलीकडे । बाहिरें पाउल घाली कोडे ।
तें ठायें ठाअँ पडे । नासाग्रपीठीं ॥ २०४ ॥

ऐसें अढंचे आंतु चि रचे । वाहिरील माघौतें न वचे ।
द्वैर्णौनि राहाणें आधिं ए दीठिचे । तेथ चि होये ॥ २०५ ॥

गुद व शिश्न यांमधील घरोवर जी चार घोटें जागा आहे, त्यापैकी
इकडील व तिकडील दीड दीड घोटें जागा सोडून घाची.

म्हणजे मध्यंतरी एक अंगुळ राहतें, तेथें टांचेचा मागल्या
भागाने, शरीराचा तोल संभालून घर रेटाची.

शरीर उचललें आहे असें समजू न देतां पाठीच्या कण्याच्या शेवटला
भाग किंचित् घर उचलावा व त्याच प्रकारे दोन्ही घोटे उचलून धरावेत.

अर्जुना, मग हा सर्व शरीराचा आकार जसा कांहीं त्या
घोट्यांवरच संपूर्ण शरीराचा सांगाडा धरला जाईल,

अर्जुना ! याला मूळबंध म्हणतात, त्याचें हें लक्षण
आहे. यालाच वज्रासन असें एक गौण नांव आहे.

आधारचक्र किंवा 'मूळांधार' चक्रावर दाव पडला की अपानवायूची अधोगमनाची
प्रवृत्ती थांबते, म्हणजे अपानवायु आतल्या बाजूस संकुचित होऊं लागतो.

तेहां द्रोणाकार झालेली हस्तांजुळी सहजच डाव्या पायावर
टेकली जाते आणि त्यामुळे दोन्ही खांदे उंचावले जातात.

पाठीच्या उभ्या कण्याच्या योगाने उभारलेल्या खांद्यांत शिरकमळ
घड्ह घसतें, आणि डोळ्यांवर आपोआप झांपड येऊं लागते.

वरची पापणी ढळत नाही व खालची पापणी खालींच
स्थिर राहते. अशी अर्धोन्मीलित स्थिति त्याला प्राप्त होते.

अशा रीतीने दृष्टी आंतल्या आंत राहून जर कौतुकाने
बाहेर आलीच, तर ती नेमकी नाकाच्या शेंड्यावर पडते.

अशी आंतल्या आंतच दृष्टी राहते, ती पुन्हा बाहेर येत नाही;
त्या अर्धघट विकासलेल्या दृष्टीला नासाग्रीच राहणे होते.

आतां दिशांची भेट घेयावी । कां रुपाची वाट पाहावी ।
हे चाड सरे आघावी । आपैसेया ॥ २०६ ॥

मग कंठनाळ आटे । हणौटी हडौती दाटे ।
ते गाढी होउनि निहटे । चक्षस्थलीं ॥ २०७ ॥

माझी घंटिका लोपे । वरि बंधु जो आरोपे ।
तो जालंधरु द्यणिपे । पंडुकुमरा ॥ २०८ ॥

नाभी वरि पोखे । उदर हें थोके ।
आंतरीं फांके । हृदयकोश ॥ २०९ ॥

स्वाधिष्ठानावरिली कांठीं । नाभिस्थानातळवर्टीं ।
बंधु पडे किरीटी । ॐँडियाणु तो ॥ २१० ॥

प्रशान्तात्मा विगतभीर्ब्रह्मचारिव्रते स्थितः ।
मनः संयम्य मच्चित्तो युक्त आसीत मत्परः ॥ १४ ॥

निर्भय, अंतःकरण अगदीं शांत ठेवुन व ब्रह्मर्चयव्रताचे पालन करणारा असा; माझे ठिकाणीं
चित्त स्थिर करून मत्परायण होऊन योग्यानें मनाचें संयमन करून आसनावर बसावे.

ऐसी शरीराबाहिरिलीकडे । अभ्यासाची पाखर पडे ।
तंव आंतु त्राये मोडे । मनोधर्माची ॥ २११ ॥

कल्पना निमे । प्रवृत्ति समे ।
आंगे मन विरमे । साक्षिआं चि ॥ २१२ ॥

क्षुधा काड जाली । निद्रा केउती गेली ।
हे आठवण हीं हीरतली । न दिसे वेगां ॥ २१३ ॥

जो मूळबंधे अडला । अपानु माघौता मुरडला ।
तो सर्वे चि वरि सांकडला । फांकु धरि ॥ २१४ ॥

मग दिशांकडे पाहावें किंवा कोणाचे रूप
पाहण्याची इच्छा आपोआप नाहींशी होते.

मग गळा आकुंचन पावतो. आणि हनुवटी गव्याखालच्या
खल्गांत दाटून बसते, ती घड्ह होऊन छातीवर स्थिरावते.

हे पंडुकुमरा, नंतर कंठमणी दिसेनासा होतो. अशा
प्रकारचा जो बंध होतो, त्याला जालंधर बंध म्हणतात.

नाभी थोडीशी घर उचलली जाने, पोट
सपाट आणि हृदयकमल आंत प्रफुल्लित होतें.

अर्जुना, गुदद्वारावरच्या भागावर आणि वेंवीच्या खालच्या
भागामध्ये जो बंध सिद्ध होतो, त्याला 'घोडियाणा बंध' ही संज्ञा आहे.

प्रशान्त, आत्मा, विगतभीः, ब्रह्मचारिव्रते, स्थितः,
मनः, संयम्य, मच्चित्तः, युक्तः, आसीत, मत्परः

या प्रमाणे शरीराच्या बाहेर अभ्यासाची छाया पडते व
त्याबरोबर आंत सर्व मनोधर्माचे अस्तित्व नाहीसें होतें.
कल्पना नाहींशी होते, अनेक प्रकारची कर्मे करण्याकडे धावत असते ती
त्याची प्रवृत्ती शांत होते व त्याबरोबर सहजच मन शरीर यांचा विसर पडतो.

भूक कोठें गेली, निद्रा काय झाली, याचें स्मरणही राहत नाही
त्यांचे आवेग, ऊर्मी शरीरातून काय, मनातूनही नाहीशा होतात.
जो अपानघायू मुळबंधाने कोंडलेला असतो तो उर्ध्वगतीने
माघारा उलटतो, आणि दाव बसल्यामुळे त्याला फुगवटी येते.

क्षोभलेपणे माजे । उवाइला ठाईं गाजे ।
मणिफुलेंसी जूळे । राहूनिया ॥ २१५ ॥

मग थावली ते वांहुटळी । सैग घेऊन घर डहुळी ।
बालपणिंचि कोठली । बाहिर घाली ॥ २१६ ॥

भीतरि वळी न धरे । कोठेआंमाळी संचरे ।
कफपित्ताचे थारे । उरों नेंदी ॥ २१७ ॥

धातुचे समुद्र उलंडी । मेदाचे पर्वत फेडी ।
आटली मज्जा काढी । अस्तगत ॥ २१८ ॥

नाडिते सोडवी । गत्राते बिघडवी ।
साधकांते भेडयवी । परि विहावें ना ॥ २१९ ॥

व्याधिते दावी । सवें चि हारवी ।
आप पृथ्वी कालवी । एकावट ॥ २२० ॥

तंव एरीकडे धनुर्द्वारा । आसनाचा उवारा ।
शक्ति करी उजगरा । कुंडलिणिए ॥ २२१ ॥

नागाचे पिले । कुंकुमे न्हालें ।
चळण देउनि आलें । सेजे जैसे ॥ २२२ ॥

तैसी ते कुंडलिणी । मोटकां औढे चळणी ।
अधोमुख सर्पिणी । निदैली अस्ये ॥ २२३ ॥

विद्युलतेची विडी । वन्हिज्याळांची घडी ।
पन्हरेयाची चोखडी । खोटि जैसी ॥ २२४ ॥

तैसी सुबद्र आडली । पुटी होती दाटली ।
ते वज्रासने चिमूटली । सावध होये ॥ २२५ ॥

नंतर त्याचा प्रकोप होऊन तो मस्त होतो, अडकलेल्या
जार्गीं गुरगुरतो, व राहून राहून मणिपूरचक्राशीं झुंज घेतो.
ही अपानचायूची चाहटू थोडी शांत होऊन सर्व शरीर ढवळून टाकते व
बालपणापासून जी घाण आतड्यात विषमय झालेली असते ती बाहेर घालवून देते.
मग या अपान वायूची लाट आंतल्या आंत समावणे शक्य नसल्यामुळे,
कोठयात सर्वत्र फिरू लागतो आणि कफपित्तांचा नाश करतो.
मग हा उसललेला अपान वायु रुधिरादि सप्त धातूचे समुद्र उलथून
टाकतो, मेदाचे पर्वत फोडतो व हाडांमधील मज्जा बाहेर काढतो;
चायुमार्गाची नाडी मोकळी करतो, अवयवांना सैल करतो, असे
झाले कीं साधकाला फार भीती घाटू लागते. परंतु त्यांने भिऊं नये.
तो वायू देहामध्ये अनेक व्याधी प्रकट करतो, तो देहामध्यें
जें जलतत्त्व आणि भूमितत्त्व, यांचा कुस्करा करते.
अर्जुना, कोंडलेला अपानवायुचे असे कार्य चालले असतानाच,
दुसरीकडे वज्रासनाची उष्णता कुंडलिनीशक्तीला जागे करते.
नागाच्या पिलाला कुंकुमाने न्हाऊन ठेवावे
मग अंगाचे वेढे करीत तें जणूं झांपले आहे.
तशी ती कुंडलिनी नाडी लहानशी, साडेतीन फेऱ्यांचे वेटोले
घालून खालीं तोंड करून सर्पाप्रमाणे निजलेली असते.
ती विजेच्या कंकणाप्रमाणे, किंवा आग्निज्यालेच्या घडीप्रमाणे
अथवा जणूं काय उत्तम सोन्याचे चकचकीत वेढे.
त्याप्रमाणे जी कुंडलिनी नीट घडू, व नाभीजवळच्या संकुचित जागेत
दाटून बसलेली असते; तिला वज्रासनाने चिमटा बसतो, आणि ती जागी होते.