मधुकर सोनवणे

# बृहदारण्यक उपनिषद

# बृहदारण्यक उपनिषद

## बृहद आरण्यक ज्ञान दर्शन

## काव्यमय आशय भाष्य


# मधुकर वि. सोनवणे

# बृहदारण्यक उपनिषद –

बृहद आरण्यक ज्ञान दर्शन

काव्यमय आशय भाष्य


## मधुकर वि. सोनवणे

20, विजय नगर कॉलनी

नवा आडगाव नाका पंचवटी नाशिक-3

422003

फ़ोन: ९४२२७५६३३३

**msonavane@hotmail.com**



हे पुस्तक प्रताधिकारमुक्त असून

आपण हे कायदेशीररित्या

कोणालाही विनामूल्य पाठवू

शकता.

प्रकाशक ई साहित्य प्रतिष्ठान :

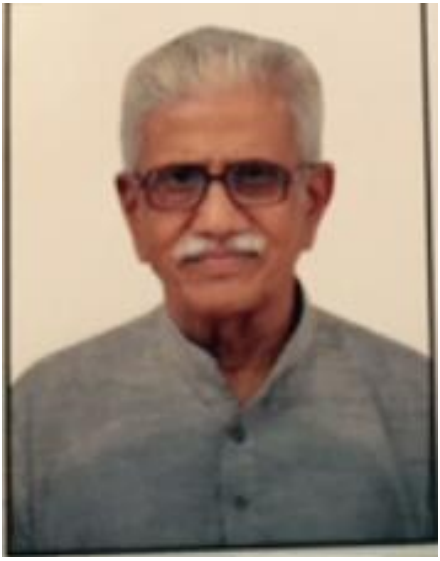
www.esahity.com

esahity@gmail.com

प्रकाशन : ६ सप्टेंबर २०२१ श्रावणी पंचम सोमवार १९४३
**(पिठोरी अमावास्या)**

©esahity Pratishthan®2021

- विनामूल्य वितरणासाठी उपलब्ध.
- आपले वाचून झाल्यावर आपण हे फ़ॉरवर्ड करू शकता.
- हे ई पुस्तक वेबसाईटवर ठेवण्यापुर्वी किंवा वाचनाव्यतिरिक्त कोणताही वापर करण्यापुर्वी ई-साहित्य प्रतिष्ठानची लेखी परवानगी घेणे आवश्यक आहे.



# अल्प परिचय

मी मधुकर वि.सोनवणे.

रेल्वेत ३६ वर्षे नोकरी करून १९९७ मध्ये नोव्हेंबरमध्ये कोंकण रेल्वेतून डेप्युटी चीफ इंजिनिअर म्हणून सेवानिवृत्त.

लहानपणी वयाचे आठव्या वर्षी ज्ञानेश्वरी जीवनात आली. करपात्री स्वामी, बाळकोबा भावे आदिंनी गीता व ज्ञानेश्वरी यांच्यात खोल जाण्याचा उपदेश केला.

पूर्ण ज्ञानेश्वरी १९७३ मध्ये वाचून झाली १९९१ मध्ये पहिले प्रवचन भुसावळ येथे दिले. नंतर आजवर ६०० च्या वर प्रवचने व जवळ जवळ तेवढेच विविध वृत्तपत्रातून लेखन झाले. ज्ञानेश्वरीचा अभ्यास करीत असतांना १६ व्या अध्यायात श्रुतींचा अभ्यास होणे हे भगवंताच्या गोचर होण्यासाठी आवश्यक सांगितल्याची ओवी वाचल्यावर उपनिषदांच्या अभ्यासाकडे ओढले गेलो.

उपनिषदांचे तत्वज्ञान हे ज्ञान-मार्गावर आधारित आहे. हे तत्वज्ञान जीवनाला कल्याणाचा मार्ग दाखविते.

विविध उपनिषदांचेवर भाष्ये वाचून त्यांचा आशय काव्यात उतरविण्याचा कार्यक्रम सुरु केला आहे.

‘ई साहित्य प्रतिष्ठान’ या प्रख्यात संस्थेने यांत रुचि दाखविल्याने जमेल तेवढ्या उपनिषदांच्या काव्यमय आशयाचे कार्य सुरु केले आहे.

हे बृहदारण्यक मोठे उपनिषद आहे. मूळ ग्रंथ आधारभूत न घेता पूज्य स्वामी विद्यानंद यांचे याशी संदर्भ असलेले पूज्य विनोबाजींचे ‘अष्टादशी’ ग्रंथाधारे केले भाष्य व त्याच ऋचा यावरील भाष्य या आधारे हे काव्यमय लेखन केलेले आहे.

आधार- १. पूज्य स्वामी विद्यानंद यांचे  भाष्य २. कल्याण मासिकाचा उपनिषद विशेषांक व ३. श्री शरद यांचा नेटवरील ‘मि.पा.’ तील ‘उपनिषदे’ या मालिके आधारे सार लेखन सर्व संबंधितांचे आभार

यातील उपयुक्त लेखन ही स्वामींची कृपा व माऊलीचे पाठबळ यामुळे झालेले आहे. यातील उणीवा हा माझ्या अल्प ज्ञानाने झालेल्या आहेत. त्यावाद्दल क्षमायाचना

आपणा सर्वांना या उपनिषदाने जीवनात ज्ञानाचा लाभ होवो व जीवन उज्वल होवो. हीच भगवंताला प्रार्थना

**अण्णा**

{मधुकर वि. सोनवणे}

०६/०९/२०२१. श्रावणी पंचम सोमवार (पिठोरी अमावास्या)

# मनोगत व अर्पण पत्रिका

बृहदारण्यक हे उपनिषद सर्वात मोठे. त्यातील याज्ञवल्क ऋषींचे महान तत्वज्ञान वाचल्यावर पूर्ण ग्रंथ वाचण्याचा मोह होता. परंतु त्याच्यातील तत्वज्ञान सुलभतेने उकल करून मार्गदर्शन करविणारे भाष्य मिळेना.

सुदैवाने कल्याण मासिकातील अर्थ अधून मधून वाचत असतांनाच माझे मित्र श्री चंद्रशेखर आहेर (कार्यकारी अभियंता- म.न.पा. नाशिक) यांनी स्वामी विद्यानंद यांचे त्यावरील श्री विनोबा भावे यांच्या ‘अष्टादशी’ या त्याशी संबंधित ग्रंथाच्या आधारे सुरेख भाष्य उपलब्ध करून दिले. स्वामी हे पावसच्या पूज्य स्वामी स्वरूपानंद यांचे पट्टशिष्य होते. श्री चंद्रशेखर यांच्यामुळे पूज्य स्वामीजींचे प्रत्यक्ष दर्शन झाले. स्वामी नांवाप्रमाणेच विद्येच्या अभ्यासांत आनंद घेत. त्यांचे लेखन खोल असले, तरी सुलभ होते.

१९९६ च्या गुरुपौर्णिमेला माझे स्वामी स्वरूपानंद यांच्या समाधीसमोर पावसला प्रवचन झाले. आणि स्वामी माझ्या वडिलांचे गुरु असल्याने एक प्रकारे अंशत: ऋणमुक्तीचा योग आला. आणि स्वामीचे आशीर्वाद लाभले. पूज्य स्वामी स्वरूपानंद यांच्या ग्रंथामुळे ज्ञानेश्वरी आणि अमृत अनुभव समजणे मला सुलभ झाले.

मात्र ज्ञानेश्वरीतील अध्याय सोळात सांगितल्यानुसार श्रुतींचा अभ्यास ‘वेदप्रतिपाद्य’ भगवंत गोचर होण्यासाठी अत्यावश्यक सांगितलेला आहे. इतर श्रुतींच्या सोबत बृहदारण्यक अभ्यासून त्यावर काव्यमय भाष्य करण्याची इच्छा पूज्य श्री स्वामी विद्यानंद यांच्या भाष्याने सुलभ झाले.

पूज्य श्री. स्वामी विद्यानंद यांच्या भाष्याच्या आधारे ही रचना तयार करण्याच्या कार्यात मला स्वामींच्या सोबत झालेल्या सत्संगाचा फार फायदा झाला. शिवाय माउलीच्या कृपेने श्री पद्माकर पाटील – डॉ. आर डी पाटील –से.नि. प्राध्यापक अभियांत्रिकी महाविद्यालय शेगाव यांचे बहुमोल सहकार्य लाभले.

अनेकदा स्वामींच्या द्वारा आंतील आवाजाद्वारे मार्गदर्शन लाभत गेले. पाठीशी माऊलीच्या कृपेचे पाठबळ होतेच. स्वामी विद्यानंद सेवा मंडळ पुणे यांची अनुमती व आशीर्वाद श्री चंद्रशेखर यांचेमुळे लाभले. ही रचना

**पूज्य स्वामी श्री विद्यानंद यांचे चरणी विनम्र अर्पण .**

अण्णा (मधुकर वि.सोनवणे )

नाशिक-पंचवटी

श्रावण अंतिम पंचम सोमवार

श्रावणी सोमवती अमावास्या{०६/०९/२०२१}

# स्वामी विद्यानंद यांचा अल्प परिचय

**सौजन्य - श्री चंद्रशेखर आहेर {अध्यक्ष- स्वामी विद्यानंद सेवा मंडळ पुणे}**

**परमपूज्य स्वामी विद्यानंद**

परमपूज्य स्वामी विद्यानंद यांचा जन्म १४ ऑक्टोबर १९२४ साली, कोजागिरी पौर्णिमेला विदर्भातील सावरखेड या गांवी झाला.पूर्वाश्रमीचे नाव दामोदर केशव पांडे .त्यांना बालपणापासून अध्यात्माची गोडी होती. लहानपणीच अनेक आध्यात्मिक अनुभव आले व देवादिकांची दर्शने झाली .

घरच्या आर्थिक परिस्थितीमुळे त्यांना शालेय शिक्षणानंतर लगेच जबलपूरला डिफेन्स अकाउंट्स ऑफिसमध्ये नोकरी लागली. १९५६ साली बदली पुण्याला झाली. नोकरी करीत असतानाच बहिस्थ विद्यार्थी म्हणून महाविद्यालयीन शिक्षण त्यांनी पूर्ण केले. पॉलिटिकल सायन्स व सोशीऑलोजी या दोन विषयात M.A. केले. अध्यात्मिक उन्नतीसाठी सत्पुरुषाच्या मार्गदर्शनाची त्यांना खूपच ओढ

होती. सुदैवाने त्यांना पावस (रत्नागिरी) येथील परमहंस स्वामी स्वरूपानंद यांचा अनुग्रह लाभला व नाथ संप्रदायात त्यांचा प्रवेश झाला. आदीनाथ, मच्छिंद्रनाथ, गोरक्षनाथ, गहिनीनाथ, निवृत्तीनाथ, ज्ञानेश्वर यांनी प्रवाहीत केलेल्या सोSहम् साधनेत स्वामीजी तल्लीन झाले.

अनेक वर्षांच्या कठोर साधनेनंतर स्वामीजी आत्मस्थितीला पोहोचले. दरम्यानच्या काळात स्वामीजींनी महाराष्ट्रातील संत पंचक श्री ज्ञानेश्वर,तुकाराम,नामदेव,एकनाथ,रामदास- स्वामी तसेच श्री रामकृष्ण परमहंस, स्वामी विवेकानंद, योगी श्री अरविंद, श्री माताजी, जे. कृष्णमूर्ती, भगवान रमण महर्षी इत्यादी महान विभूतींच्या चरित्राचा व त्यांच्या तत्त्वज्ञानाचा गाढा अभ्यास केला, चिंतन केले.

आत्मानुभूती नंतर त्यांच्या ऋतंभरा प्रज्ञेतून त्यांना जे स्फूरण होत राहिले , त्यानुसार त्यांनी अनेक ग्रंथ लिहिले. त्यात मराठी सोबत ही इंग्रजी ग्रंथही आहेत. काही गद्य, तर काही पद्य स्वरूपात. ग्रंथातील भाषा इतकी साधी सरळ सोपी आहे की अगदी सर्वसामान्य वाचक देखील त्यात रमून जाईल व त्याला अध्यात्मासारखा विषय सहज रित्या आकलन होईल.

ह्यापैकी प्रामुख्याने उल्लेखनीय असे गद्य ग्रंथ म्हणजे Paramhans of Pawas, मुक्तिबोध, स्वात्मबोध चिंतन (खंड १ ते ६ ) उपनिषद बोध (खंड १ ते ८ ), नारदीय भक्तीसूत्रे, अमृतानुभवातील अद्वैत दर्शन, ज्ञानदेवीतील सुवर्ण शलाका, चांगदेव पासष्टी,जगावेगळं जीवन पुष्प इत्यादी. पद्य ग्रंथांपैकी विशेष उल्लेख करावा असे म्हणजे भावार्थ भागवत, भावार्थ रामायण, स्वरूपस्पंद, सोSहम् हरीपाठ, शिवश्लोकी ,भावतरंग इत्यादी.

अशी स्वामींची पन्नासहून अधिक ग्रंथांची संपदा आहे. श्री अरविंद व माताजी यांच्या तत्वज्ञानाकडे स्वामीजी फार पूर्वीपासून खेचले गेले होते . तसे त्यांनी स्वामी स्वरूपानंद यांना देखील सांगितले होते. त्यावर स्वामी स्वरूपानंद म्हणाले, 'जेथे श्रीअरविंद गेले तेथेच आपल्याला जायचे आहे.' स्वामीजींनी सोऽहम साधनेच्या आधारानेच पूर्णयोग व अतिमानसाच्या मार्गावर यशस्वी वाटचाल केली. अनेकांच्या जीवनात त्यांनी प्रकाश आणला.

श्री अरविंद यांचे 'सावित्री 'हे इंग्रजी महाकाव्य स्वामींनी 'जगावेगळे जीवनपुष्प ' या कादंबरी स्वरूपात मराठी वाचकांसाठी उपलब्ध करून दिले. या ग्रंथात नाट्य, कथा प्रसंग, ज्ञानमय विचारधारा, भक्तीचे स्फुरण हे सर्व आले आहे आणि मूळ आशयाला कुठेच छेद जाऊ दिलेला नाही. स्वामीजींचा संत वाङ्मयाचा मूळचाच गाढा व्यासंग, श्री सद्गुरूंचा लाभलेला वरदहस्त व सोऽहम् प्रणित योगमार्गातील पूर्णत्वाप्रत पोहोचलेली यशस्वी साक्षात्कारी वाटचाल, या उज्वल आणि दिव्य पार्श्वभूमीवर त्यांची रंगणारी प्रवचने म्हणजे श्रोतृवृंदास एक अपूर्व मेजवानीच असे. कोणताही वेदप्रणीत सिद्धांत असो, पुराणांतर्गत कथाभाग असो, अगर भारतीय संत वाङ्मयातील ओवी, अभंग, दोहा, पदरचना असो. अध्यात्म हा फक्त प्रवचनाचा विषय नसून प्रत्यक्ष जगण्याचा विषय आहे, ही त्यांची शुध्द धारणा होती.

त्या धारणेला धरूनच केवळ ईश्वराला समर्पित असे जीवन जगण्यासाठी म्हणून त्यांनी ' दिव्य जीवन वाटिकाश्रम' या नावाने आश्रम स्थापन केला आणि स्वत: आश्रमाच्या जागेत १९९७पासून राहायला

आले.

पुण्याच्या आश्रमाची जागा अगदीच खडकाळ उंच सखल आणि गावाबाहेर होती. जमीनीला पाणी नव्हते. अशाही जागेत स्वामीजींनी जे परीवर्तन घडवून आणले, तो तर एक चमत्कारच म्हणावा लागेल.

अशा प्रकारे स्वतः केवळ ईश्वराला समर्पित असे जीवन जगून जणु त्यांनी अध्यात्मिक जीवनाचे प्रात्यक्षिक करून दाखवले. त्यांच्या पावलावर पाऊल ठेवून साधकांनी वाटचाल करावी हा त्यामागील एकमेव हेतू.

अशा प्रकारे आयुष्यभर प्रपंच आणि परमार्थ यांची सांगड घालून, स्वतःची तसेच आपल्या संपर्कात येणाऱ्या समाजातील इतर लोकांची भौतिक तसेच आध्यात्मिक स्वरुपाची उन्नती घडवून आणण्याचे महान कार्य निरपेक्ष भावनेने, जिव्हाळ्याने व सातत्याने आयुष्यभर करून दि.२५ सप्टेंबर २०२०, (पुरुषोत्तम)आश्विन मास, शुद्ध नवमी रोजी स्वामींनी वयाच्या ९६ व्या वर्षी महासमाधि घेतली.

स्वामीजींना विनम्र वंदन.

पुणे येथील आश्रम

# बृहदारण्यक उपनिषद –

# काव्यमय आशय भाष्य

**आधार-**

**१. स्वामी विद्यानंद भाष्य [२००७]**

**२. कल्याण उपनिषद अंक**

**३. श्री शरद यांची उपनिषदे ही मिपा. तील लेखमाला**

# बृहद आरण्यक उपनिषद

# (शांती मंत्र व श्रुतीचा संदेश)

*ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्, पूर्ण मुदच्यते, पूर्णस्य पूर्णमादाय, पूर्णमेवावशिष्यते ||*

*||ॐ शांतिः शांतिः शांतिः||*

हे हि पूर्ण नि, तेही पूर्णची, पूर्ण सृजीतसे पुर्णाला |

पुर्णातुनी पूर्णची काढिता, उणीव नाही पुर्णाला ||१.

दीपावरुनी दीप लाविता, पूर्ण तेज ते चोहीकडे |

उभय प्रकाशी नाही न्यूनता, प्रकाशचि जिकडे तिकडे || २.

पूर्ण सदाची, पूर्ण असे ते, पूर्णब्रह्म तो परमात्मा |

सकल जगत त्यावरती खेळे, कल्पुनि ब्रह्मचि जीवात्मा || ३.

पूर्ण ब्रह्मी ती नीरव शांती, आनंद सौख्यचि हरीसवे |

इहलोकी या खेळ खेळीता, जीवन ते धन्यचि व्हावे || ४

श्रुती दाविती मार्ग सुखाचा, शांती सहित कैवल्याचा |

व्यवहार नि अध्यात्म साधुनि, संग न सोडी परि हरीचा || ५.

पूर्ण असावी अंतरी शांती, तशीच कृतीने आचरणी |

जग नियमाने खेळ खेळता, लक्ष परि ते हरी चरणी || ६

माथ्यावर जलकुंभ अनेकहि, वाट चालता स्वगृहीची |

हंसती विनोदे, गाती ललना, नित्य काळजी कुंभाची || ७.

तैसे जीवनी नित्य असावे, कर्मे सारीही करीता |

कशात नाही परी गुंतणे, संग हरीचा नच सुटता || ८.

ओतप्रोतचि पूर्ण ब्रह्म हे, अणुरेणूहि व्यापियला |

मिथ्या आधार सत्याचा तो, खेळ अनादि चालियला || ९.

चिदाकाश ते पूर्णत्वाने, बाह्याकाशाशी मिळता |

पूर्ण मिसळले पूर्णातचि ते, अनुभवी सारी हरिमयाता || १०. ||

ॐ शांतिः, शांतिः, शांतीः ||

# बृहदारण्यक श्रुती परिचय

मानवी जीवन जणु अरण्यचि, विशाल विस्तृत अज्ञानी |
श्रुती बाहेरी काढी त्यातुनि, बोध देऊनी करि ज्ञानी ||१.
'मीचि ब्रह्म' हे विसरुनि गेला, स्मृतिसाठी नरदेह असे |
जन्मजन्मीचा प्रवास संपे, परि उन्नतीला अंत नसे || २.
सत्य प्रवासचि सुरु होई तो, अध्यात्माचा यापुढती |
करुनि आचरण ते ब्रह्माचे, दिव्यत्वाची ये प्रचिती || ३.
श्रुती सांगे, हे 'अर' आणि, 'ण्य' ब्रह्मलोकीचे सागर हे |
पैल तयाच्या द्यूलोकी ते, 'ऐल' सरोवर जे आहे || ४.
विशाल तरुवर अश्वत्थाचा, सोमरसाने पाझरतो |
'अपराजिता' पुरीत तेथे, ईश्वर 'कांचनगृह' रचितो || ५.
अरण्य हीचि असे ती नगरी, दिव्य निर्मिती ब्रह्माची |
जीव असे ही अमृतनगरी, हीच कल्पना या श्रुतीची || ६.
जीवे भोगिली अगणित जन्मे, या जन्मी जवळी आला |
ओळख होण्या निज-स्वरूपाची, ग्रंथ ऋषींनी हा रचिला || ७.

**याच जन्मी ते बंधन तुटता, निजरुप ओळखी जीव स्वये |**

**भव-चक्राचे चुकले फेरे, ब्रह्मज्ञानची ये उदये || ८.**

**सुख शांती नि समाधानही, आनंदाच्या ये संगे |**

**धन्य जाहला देह तयाने, स्वानंदी तो नित दंगे || ९.**

पूज्य विनोबा भावे यांच्या 'अष्टादशी' या बृहदारण्यक उपनिषदातील निवडक ऋचांच्या आधारे या अति विस्तृत उपनिषदातील सारभूत ओव्यांवर स्वामी विद्यानंद यांनी केलेली प्रवचने आधारभूत घेऊन, त्यावरील मला आकलन झालेला आशय मी खाली काव्यमय केलेला आहे. वरील विवेचनात सुद्धा त्याच प्रवचनांचा आशय सांपडेल. {यातील ऋचांचे क्रमांक श्री विनोबा याच्या अष्टादशी ग्रंथातील आहेत. |

आशयातील उणीवा माझ्या अल्प ज्ञानाने आहेत. व सुयोग्यता श्री स्वामीच्या भाष्याच्या भक्कम आधाराची आहे. श्री स्वामींना विनम्र वंदन करून काव्यमय आशय भाष्य समर्पित्त सादर आहे. हरी ॐ ||

## ऋचा १ ते ७

प्रजापतींची दोन अपत्ये, एक देव नि असुर दुजे |
अल्पसंख्य ते देव आणखी, बहुसंख्ये असुरही माजे || १०.
जरी बंधू ते एक-दुज्यांचे, परी गुणांनी ते वैरी |
दैवी संपदा ती देवांची, दुजी विलासी, ती असुरी || ११.
गीतेतल्या सोळाव्या अध्यायी, उभयाशी ते वर्णियले |
विचार करुनी उद्गीथद्वारे, देवांनी यज्ञा योजियले || १२.
*(उद्गिथ = ॐकार)*
रज मिश्रित त्या तमोगुणांच्या, संगे सत्वहि वास करी |
प्रत्येकांतचि देव-असुर हि, श्रेयस प्रेयस जयापरी || १३.
देव प्रार्थिती वाणीला ते, उद्गायन यज्ञी करण्या |
वश असुरांनी वाणीस केले, पापाशी ते आचरण्या || १४.
भक्तिस्तव जरि या यज्ञा करीता, बाह्य वाढला देखावा |
अंतरात संसार परि त्या, उच्चारणी जरि हरी सेवा || १५.

सत्वगुणांचे व्हावे वर्धन, संयम रज-तम यावरती |
विश्वी रहावे आनंदाने, सत्वगुणे ही देवमती || १६.

केवळ रजप्राबल्य वाढले, सत्वी वर्धन त्या उणीवा |
तये विजय तो असुरांचाची, चिंता वाढली ती देवा || १७.

घ्राण-चक्षु नि उभयही श्रवणा, तसे मनाला विनवियले |
परि असुरांनी मोह दावुनी, विफल यत्नचि ते केले || १८.

देव प्रार्थिती मग प्राणाला, करण्यासाठी उद्गान |
असुरांचे ते प्रयास थकले, संयमित राही प्राण || १९.

प्राण-शक्ती ती नित्य दिव्यची,  अनेक ग्रह-तारे स्त्रवती |
शुद्धचि दिव्यत्वाने पावन, म्हणुनी प्राणाची शक्ती || २०.

श्वसने शुद्धी देह-मनाची, सोऽहं लाही जागविती |

सुषुम्नेत ती भगवंताच्या, निकट नेतसे ती शक्ती || २१.

प्राण शक्ती ती मन सांभाळी, उभयांची ती एक गती |

क्षुब्ध मनाला त्वरित शांतवी, म्हणुनी श्वसनी मंद गती || २२.

ऋचा सात या मार्ग दाविती, इंद्रिय-बल ज्यास्तव अपुरे |

आत्मबुद्धीचा आश्रय घेता, देह भाव हि पूर्ण विरे || २३.

# ऋचा ८ ते ११

**प्राण असे तो नित्य शुद्धची, पापवासना पूर्ण ढळे |**

**आत्मशक्ती ती बलिष्ठ होता, असुर वृत्ती दूर पळे || २४.**

**श्रुती सांगते, करणाद्वारे, विफल यत्न तो यज्ञाचा |**

**पूर्ण विरक्ती आणि संयमे, मार्ग दिसे कैवल्याचा || २५.**

**{करण= कार्य करणारी इंद्रिये}**

**कल्याणास्तव शुद्ध मनाने, आधी प्रार्थना ती करणे |**

**संयमित त्या चित्तवृत्ती नि, अंतर्मुख पुरते होणे || २६.**

## प्रार्थना

तेजोमय हे श्री भगवंता, विवेक-दीपा नित उजळी |

हृदय मंदिरी सदा वसुनिया, पापाचरणातुनी क्षाळी || २७.

असत्यातुनी सत्यी नेई, व्यंकटी पाऊल कधि न पडे |

काळोखातुनी नेई उजेडी, मृत्यूतुनी अमृताकडे || २८.

करुनी प्रार्थना 'अहं' त्यागुनी, शुद्धाचरणे जीवन ते |

दैवी शक्ती सहाय्य करिती, पथी नेत कल्याणाते || २९.

अज्ञानाच्या भ्रांतीने तो, निज-अस्तित्वा जीव विसरे |

तेणे होई भयभीत भारी, आत्मज्ञाने भयही विरे || ३०.

## ऋचा १२ व १३. (प्राण-रयी निर्मिती)

आधी होते ब्रह्म एकले, दुजे तेथं ते कांही नसे |
विरंगुळ्यास्तव त्याच्या संगे, द्वैत मनी ते कल्पितसे || ३१.
तेची पुरुष नि ते अर्धांगी, प्राण-शक्ती हो प्राण-रयी |
एक पुरुष नि शक्ती दुजी ती, एकातुनी वाटप उभयी || ३२.
एक-दुज्याचे अभिन्न अंगची, परि कार्यास्तव ते द्वैती |
अव्यक्तातुनी व्यक्त निघाले, नाम-रूपांना ना गणती || ३३.
प्राण-शक्ती ती, कार्य भिन्नचि, परि नित्य ती गुप्त असे |
जैसा काष्ठामाजी अग्नी, कार्यी प्रगटे तंवचि दिसे || ३४.
श्वसनी बनतो, प्राण तोचि तो, बोले तेंव्हां ती वाणी |
श्रोत्र ऐकता, चिंतनी मन ते, आत्म्याहुनि ना भिन्न कुणी || ३५.
कारण-कार्यहि जरि वेगळे, प्रेरक शक्ती आत्म्याची |
नित्य ध्यानी ते हेचि ठेविता, प्राप्ती हो कैवल्याची || ३६.
जोही होई आनंद विषये, कृपा शक्ती ही देवाची |
ऐसी वृत्ती नित्य ठेविता, वाट दिसे वैराग्याची || ३७.

## ऋचा १४.

आत्मतत्व ते सकला प्रियचि, त्याहुनि प्रियहि पुत्र नसे |
वित्त, स्नेहीगण या सर्वांहूनि, प्रिय अधिक आत्माची असे || ३८.
हा आत्मा किती गहन अंतरी, प्रिय म्हणुनीचि त्या ध्याती |
उपासना ऐशी ती करिता, प्रियाचीच होई प्राप्ती || ३९
पुत्र आप्त वा धन आदिंनी, आनंद मिळता, सीमित असे |
परि आत्मा हा शिवचि निरंतर, हितकर त्याहुनि कुणी नसे || ४०.
प्रेम करावे आत्म्यावरची आणि कृती उद्धाराची |
दैवी संपदा ती मिळवावी, कृती नको अवमानाची || ४१.
आत्मा बंधू आणि हितेच्छु, आत्मस्वरुपा जाणावे |
‘मी’ ही तोचि, असे जाणुनी, जीवन पावन ते व्हावे || ४२.

## ऋचा १५ (ब्रह्म अनुभूतीचे फल)

**वेत्ते म्हणती ब्रह्म जाणता, सारे कांही ते मिळते |**

**अशी नेमकी काय जाण ती, जेणे अवगत सकलचि ते ?|| ४३.**

**मीचि ब्रह्म ही जया अनुभूती, कल्याणचि त्याचे होते |**

**प्रबल शक्ती असता पाठीशी, कांही करु न शके त्याते || ४४.**

## ऋचा १६ {पेरले तेच उगवते)

जो ना जाणे ब्रह्म-शक्तीला, धाव घेतसे देवांशी |

नवस करिती ते अज्ञानीचि, करिती मागणी ती त्यांशी || ४५.

या जगताचा नियम एकचि, जेही पेरिले ते उगते |

मिळते फळ ते कर्माधारे, महती देवांची होते || ४६.

मान वाढतो तो देवांचा, क्षुद्र दैवता ती महती |

म्हणुनि देवांना न आवडे, जयाशी ब्रह्माचीच प्रीति || ४७.

ब्रह्माची जे जाणती महती, स्वये ब्रह्मचि ते होती |

देव-देवता नलगे त्यांना, पूर्णकामचि ते असती || ४८.

## ऋचा १७, १८ ,१९ {ब्रह्म एकले}

पूर्वी एकले ब्रह्मचि होते, ब्राह्मण तो सर्वज्ञ असे |

पूर्ण शक्तीचा भंडारी परि, तया जाणण्या कुणी नसे || ४९.

घेण्याआधी जन्महि आपण, मातेच्या होतो उदरी |

मीचि एकला, जाणीव तेंव्हां, मजवाचुनी ती नच दुसरी || ५०.

आत्मभान ते नित्य तेधवा, जाणीव केवळ आत्म्याची |

स्व-स्थ अवस्था, आनंददायी, सौख्य नि परमानंदाची || ५१.

जन्म जाहल्यावरीही जाणीव, आत्मरुपाची, ना विरते |

म्हणुनी नित्यचि त्या स्वानंदी, दुःख-शोकहि नच तेथे || ५२.

हळुहळू या इहलोकाची, अहं प्रेरणा, मनी ठसते |

शुद्धी मधुनि अशुद्धीकडे, जाणे ते सुरुचि होते || ५३.

आत्मरुपाची मंगल जाणीव, विस्मृत होई क्षणोक्षणी |

हे 'माझे' नि, तेच 'तुझे' हे, द्वैतचि पक्के होत मनी || ५४.

अंतर्यामी कायम जाणीव, मीचि ब्रह्महि ना विरते |

म्हणुनी अंतर्मुखी ते होता, येई आनंदा, भरते || ५५.

परब्रह्माशी अशीच जाणीव, मूळ सृष्टीच्याही आधी |
श्रुती सांगते, प्रथम जाहली, आत्माचि जंव तो आदि || ५६.

'मी' वाचुनि ना अन्यचि जाणीव, ब्रह्मत्वाची न अन्य स्थिती |
कल्पित सृष्टी ईश्वर योगे, मायेला घेऊनि मदती || ५७.

तये निर्मिले क्षत्रियास ते, इंद्र वरुण आणि सोमा |
तसेचि पर्जन्य नि मृत्यूलाहि, रुद्र ईशाना आणि यमा || ५८.

पुढे निर्मिले वैश्य तयाने, विश्वदेव नि आदित्या |
वसु, रुद्र नि मरुत निर्मुनी, दिधली वेगळी कामे त्या || ५९.

इतुकी निर्मिती केली तयाने, समाधान परि नाही मना |
पोषण कर्ता शूद्र निर्मिला, पृथ्वी शूद्रचि हे जाणा || ६०.

शूद्र कल्पना सेवाभावी, सेवेस्तवचि जीवन हे |
शूद्र नसती ते हीन कुणीही, सेवेतचि जीवन आहे || ६१.

श्रुतिनुसार ही धरती शूद्रची, कारण सेवा धर्म तिचा |
नारायण चरणीच लक्ष्मी, दर्जा तिजला पत्नीचा || ६२.

## ऋचा २० {धर्म आणि नीति निर्मिती)

पुढती धर्मा आणि नीतिला, निर्मियले ते ब्रह्माने |

जीवनप्रणाली कशी असावी, सकला जाणीव हो तेणे || ६३.

काय कुणाचे कार्य आणि त्या, मर्यादा त्यासी असती |

धर्मानेचि ज्ञान लाभते, आणि लाभे योग्य गती || ६४.

सत्य असे हा परम धर्मचि, अधिष्ठान त्या ब्रह्माचे |

धर्म नीतिला जोही आचरे, जीवन त्या कल्याणाचे || ६५.

## ऋचा २१.(आत्मा म्हणजेच लोक)

आत्मा सर्वांच्या उपयोगी, काळजी घेई सर्वांची |

'लोक' म्हणुनि तयाशी म्हणती, तैशी साधना करि त्याची || ६६.

अशा साधका सुयश नित्यचि, सफलचि कार्ये ती होती |

तो इच्छिल ते, तया लाभते, नसता होत असे प्राप्ती || ६७.

## ऋचा २२ {सेवा हेच पूजन}

कैशी आत्म्याची उपासना, यावरती ते ऋषी वदती |
परहित हेची साधन त्याचे, सेवेची ती अति महती || ६८.
विपरित स्थिती ये कुणावरही ती, धावावे त्याला मदती |
जैशी ज्याची निकड असे त्या, स्वये मदत यथाशक्ती || ६९.
कुणास व्याधी, त्याची सेवा, उणीवेशी त्या पुरवावे |
स्वधर्म यज्ञे ईश्वर तोषे, कर्तव्या ना विसरावे || ७०.
कुणी अतिथी तो घरास येता, त्याशी ते संतोषावे |
पशू पक्षी नि किडा मुंगीही, तृप्तीस त्यांच्या साधावे || ७१.
आत्मारामाची उपासना, ऐशी करिता कल्याण |
दैवीशक्ति त्या सहाय्य करिती, आशीर्वाद हे दैवी धन || ७२.

## ऋचा २३ , २४ {अन्न- प्रत्येक इंद्रियांचा वेगळा आहार}

**ईश्वर निर्मित विविध अन्न ते, पशु-प्राण्यास्तव ज्ञानाने |**

**मानव प्राण्यास्तवहि निर्मिले, सहाय्य जीवनाशी जेणे || ७३.**

**अन्नचि राखी देह आपुला, जीवनास आधार असे |**

**उलाढाल या अन्नासाठी, तेणे जीवन चालतसे || ७४.**

**देह पोषणे उत्तम साधन, जीवनक्रम तो त्यावरती |**

**इच्छित कृती ती तन-मन योगे, ज्याची जैशी असे मती || ७५.**

**दुग्ध निर्मिले, जे उपयोगी, मानव आणि ते पशुला |**

**जीवन सावरी बाल्यापासुनि, उत्तम पोषण ते सकला || ७६.**

**जाणीव व्हावी आत्म-रुपाची, म्हणुनि निर्मिती ती केली |**

**मन, वाणी नि प्राण निर्मुनी, जीवनी सुसूत्रता आणिली ||७७.**

**प्रजापतीने निर्मियली ती, अन्ने सात प्रकारांची |**

**ज्ञान नि तपचि बीज हे त्याचे, आधार ती आयुष्याची || ७८**

**तर्क, भावना, भय लज्जाही, अन्न मनाचे सर्व असे |**

**पोषण आणि वस्त्रप्रावरण, आवश्यकचि जीवनी तसे || ७९.**

मान प्रतिष्ठा यश नि कीर्ति, सारे ते अन्नावरती |

म्हणुनि खावे हितकर, मितुले, रुचि तर असते दुय्यम ती || ८०.

वेगवेगळा इंद्रियाशी तो, आहार लागेचि, सकला |

श्रवणा शब्द नि, नयना दृश्ये, सुगंध तैसा नाकाला || ८१.

कोमल वत्सल, स्पर्शे हर्षे, त्वचा आहार तो तिजला |

गीता सांगे उचित योग्यचि, आहार तो प्रत्येकाला || ८२.

शुद्ध आहारे शुद्धचि मन नि, शुद्धचि वर्तन ते होई |

जेणे सहजी सात्विक वृत्ती, सन्मार्गे जीवन जाई || ८३.

अशी निर्मिती हितास्तवचि, प्रजापतीने ती केली |

प्रजापती हा कुणी अन्य ना, आत्मदेव वसे सकली || ८४.

{आपल्या जवळच्या अन्नाची गरजवंताला पूर्तता हीच ईश सेवा}

अन्न हे तरी ब्रह्मचि केवळ, प्रसाद तो तर आत्म्याचा |

ग्रहण नि सेवन पवित्र भावे, नच की उदरी भरणाचा || ८५.

कुणी परंतु अधीन इंद्रियी, महत्व प्रेयसला देती |

चटोर तेची तया आवडे, तेणे होई अधोगती || ८६.

मानिती ते दुय्यम अन्नाला, विलासास त्या अधिक प्रीति |

त्यास्तव रात्रंदिनहि कष्टती, शुद्ध असो वा नसो कृती || ८७.

{अन्न पावन मार्गे मिळवावे व सेवा भावे सेवावे }

सन्मार्गे वा अनुचित मार्गे, धनास्तवचि ज्या असे प्रीति |

ते आत्म्याचे असती वैरी, त्यांची निश्चित अधोगती || ८८.

धन जे शापाने मिळविती, पाप श्रमाने वाढविती |

विपरित काळी परिवारासह, निश्चित त्यांची अधोगती || ८९.

धन देई ते देवी लक्ष्मी, येई नारायण संगे |

पावन गरुडावरी बैसुनी, देई सौख्या त्या योगे || ९०.

धन मिळवावे, पावन मार्गे, पुरुषार्थचि आपणासाठी |

मनी जाणीव ती नित्य असावी, साधन हे सेवेसाठी || ९१.

जेही लाभते, त्याची कृपाचि, नच हे केवळ मजसाठी |

जे दुर्बलचि धन कमवाया, आधी द्यावे त्या ओठी || ९२.

गीतेत हरी तो स्वयेची सांगे, वैश्वानर तो, मी उदरी |

यथाशक्ती ते अन्नदान चि, तृप्त कराया सदा हरी || ९३.

भाऊ उपाशी असता मजला, जाईल अन्न कसे पोटी ?|
वाटी अर्धी, एक भाकरी, शमवाया तो जगजेठी || ९४.

क्षुधा तृषा ही, सकला एकचि, विचार ऐसा ना करिता |
भगवंताला भोग चढवितो, विसरुनी सकली तो भोक्ता || ९५.

दुजा उपाशी तरी ताव जो, खाद्यावरती जो मारी |
वाढवी पापे, खाऊनि ऐसे, जाणीव दुसऱ्यांची न धरी || ९६.

अन्न देई ते क्षुधितालाहि, उपासना ही अन्नाची |
उणीव त्याशी नसेची जगती, सहजी पूर्तता हो त्याची || ९७.

साधन पैसा, तो जोडावा, जाणीव ठेवा पापांची |
विनियोग तो उत्तम मार्गे, हिची सेवा श्रीहरीची || ९८.

ही जाणीव नच जया जाहली, होत तयाची अधोगती |
अपार धन ते जरी मिळविले, फिरते त्याची दैवगती || ९९.

असुरी संपदा नकोची मजला, दुर्भाग्यचि ये संगतीला |
पैशाचा तो दास जाहला, जन्महि निष्फळ तो झाला || १००.

धन आहे ते हवन द्रव्यची, स्वधर्म-पालन यज्ञी यजी |
गीता चवथे अध्यायी सांगे, द्रव्य-यज्ञ तो त्यामाजी || १०१ .

अशी आहुती दुर्गुण जाळी, दुष्कर्मा नासुनी टाकी |

परहित ज्याने साधियले तो, जीवनात तो ना दुःखी || १०२.

गरज दुज्याची जो भागवितो, भक्त हरीला आवडतो |

सहाय्य श्रीहरी स्वयेचि करितो, दुज्यासाठी कि, जो झटतो ||१०३.

अन्न पशूंचे त्याशी द्यावे, धन परहितास्तव वेचावे |

गरजवंत जे त्यांची तृप्ती, उरले तेची सेवावे || १०४.

तो यज्ञाचा प्रसाद असतो, मनोकामना ना उरती |

हाचि यज्ञ पावन इहलोकी, जेणे हरीला ये तृप्ती || १०५.

सुदैव आपुले, नर-जन्मचि हा, लाभलाची या धरणीवरी |

सन्मार्गाने घालवी जीवन, सकलामाजी पाही हरी || १०६.

मन प्राण नि वाचा देहे, केवळ यथार्थ ते व्हावे |

प्रजापतीला आनंद होई, सहाय्य लाभे ते दैवे || १०७ .

## ऋचा २५ {मन व प्राण यांची दिव्यता }

भूमी देई अन्नालागी, अन्नची हे बळ देहाचे |
भूमी हा आधार वाणीचा, तेज तियेला अग्नीचे || १०८.
अग्नी देवता नित्यची पावन, तीचि देवता ज्ञानाची |
म्हणुनी वाणी शुद्ध सत्यचि, पावन नि परहिताची || १०९.
ज्ञानाशी अग्नीचि मूळ ते, बळ ते सात्विक वृत्तींचे |
सत्य प्रिय नि मृदू बोलणे, हेचि पूजन अग्नीचे || ११०.
चारी वाणी, नित हितकारी, कटू बोलणे टाळावे |
तेणे वाढे आत्मबलहि ते, शुद्धचि जीवन वर्तावे || १११.
भाव-भावना तर्क-विचारहि, प्रगटती वाणीच्या द्वारे |
वाणी गोचर ध्वनीच्या द्वारे, ध्वनी तो वायू आधारे || ११२.
वायूला आधार तेजची, तेजे दिव्यत्वचि लाभे |
आत्मा स्वानंदे तो हर्षे, दैवी संपदा ही शोभे || ११३.
मनीचे सद्गुण ही संपत्ती, अनुभवाने ती वाढे |
मंथन होता अनुभवांचे, त्याज्य असे ते सहजी दडे || ११४.

सत्वगुणांची श्रीमंती ही, नित्य तिचे वर्धन व्हावे |
दिव्यत्वाची येत प्रचीती, सन्मार्गा ना सोडावे || ११५.

{मन व पवन यांची एक गती}

जल असते आधारचि प्राणा, चंद्र तयाचे तेज असे |
श्वसने सातत्यचि प्राणांचे, तेणे उर्जा लाभतसे || ११६.

साहस धैर्य नि चातुर्याची, क्षमता वाढे उर्जेने |
समान गती ती मन-श्वसनाची, जीवन चाले मन पवने || ११७.

प्रक्षुब्धचि मन कितीही असता, मंद श्वासचि तो करिता |
सहजी स्थिरावे मन ते तेणे, पवनचि तो शांती दाता || ११८.

चहु बाजूंनी उन्नत होता, सत्वगुणांचे वर्धन ते |
जीवन रथ तो सन्मार्गाला, राउळी हरीच्याची नेते || ११९.

शीतल चंद्रचि कारक मनीचा, अमृतवर्षा नित्य करी |
अंतर्मन ते शुद्ध नि निश्चल, प्रसन्न होई तये हरी || १२०.

जरि अंधारी सौम्य चांदणे, तशी शीतलता ज्ञानाची |
आर्तांचि जो पुसे आंसवे, उमेद पतिता धैर्याची || १२१.

जीवन ऐसे पावन व्हावे, सद्गुण नित्यचि वाढावे |
सहजी जवळी हरी तो करितो, त्याशी समरस ते व्हावे || १२२.

## ऋचा २६, {उन्नत ब्रह्मनिष्ठाची वाणी}

उन्नत साधक वाणी बोले, त्याशी शक्ती ब्रह्माची |
लाभे आपदी परम-धैर्य नि, दावी दिशा कल्याणाची ||१२३.
म्हणुनि सिद्धे मितुले बोलावे, सहसा मौनचि अनुसरणे |
अंतरीचा आवाज ऐकुनी, तदनुसारचि आचरणे || १२४.
असा सिद्ध तो जाई तेथे, मांगल्याचे सदन असे |
दुःख यातना दूरची राही, समाधान मनी नित्य वसे || १२५.

## ऋचा २७ {महाशक्तींची कृपा}

पृथ्वी अग्नी आदित्य स्वर्गहि, प्रसन्न चंद्र नि जलहि असे |
दिव्य शक्ती त्या अवकाशातील, बलशाली त्या बनवितसे ||१२६.

पंच भुते नि दिव्य देवता, रक्षण करिती शुद्धीचे |
सदैव वर्षा मांगल्याची, भांडारचि तो शक्तीचे || १२७.

उज्वल विवेक दीप तयाचा, सदाचारी नि विरक्त तो |
तोचि राउळ असे हरीचे, उभा जेथं ते तीर्थचि तो || १२८.

पापांचा त्याशी कंटाळा, आणि जिंव्हाळा पुण्याचा |
परहित हेचि त्याचे पूजन, आनंद त्याशी सेवेचा || १२९.

## ऋचा २८ {संततीला संप्रदान(जबाबदारी सोपविणे)}

परंपरा मानवी चालते, पुढल्या संततीच्या द्वारा |
म्हणुनि आदर्शांशी जपणे, उत्तम द्यावे संस्कारा || १३० .
पिता देत हा दिव्य वारसा, आपुल्याचि निज संततीला |
तैसे गुरु सत्शिष्या देई, दिव्य अशा त्या ज्ञानाला || १३१.
असा वारसा नित्य चालणे, उभय आश्रमी या जगती |
सातत्यचि ते तये लाभते, व्हाया अधिकची ती प्रगती || १३२.
व्यवहारी ती नित्य सचोटी, उन्नत नित्यचि ज्ञान हवे |
मंगल व्हावी सारी कर्मे, सुख नि आनंद वाढावे || १३३.
स्वधर्मयज्ञाचे नित पालन, कर्मे निष्कामचि व्हावी |
पावन मार्गे यावी लक्ष्मी, सौख्य नि शांती वाढावी || १३४.
अतिथी पूजन, परहित साधन, भुकेल्यास भोजन द्यावे |
पुरवुनी उणीवा, तृप्ती पाहुनी, समाधान मनी ते यावे || १३५.
गुरू दावितो सन्मार्गचि तो, श्रुती अभ्यासे नि श्रवणे |
मनन नि निदिध्यासा, शिकवोनी, शिष्यहि उन्नत तो तेणे ||१३६.

पिता पुत्र नि गुरु शिष्यही, स्तर वाढावा उन्नतीचा |
संप्रदान हे पुढती चाले, वारसाची दिव्यत्वाचा || १३७.

जेही लाभे जगतामाजी, आधी दुज्यास्तव वेचावे |
ऐशा यज्ञाच्या अवशेषे, परिवाराला पाळावे || १३८.

धन साधन ते ईश्वर देई, आपण विश्वस्तचि त्याचे |
भजन नि पूजन नसे वेगळे, पुसता अश्रू दलितांचे || १३९.

स्वार्थ- व्यक्तिगत पाप- असे ते, दुज्यासाठी हा जन्म असे |
घास निजमुखी कदा न जावा, अन्य उपाशी जरी दिसे || १४०.

सारे धर्म नि संत महात्मे, हेचि सदैव सांगतसे |
त्याविण स्तोत्रे, नि पारायण, सारा देखावाची असे || १४१.

क्षुधा विभूती भगवंताची, कृष्ण स्वयेचि सांगतसे |
तृप्ती तियेचे करणे पूजन, याविण पुण्यहि अन्य नसे || १४२.

## ऋचा २९ {इंद्रियांची वृत्ती-रहितता}

ऋचेत या वर्णिले असे त्या, आचरिता हो कल्याण |
विवेकपूर्ण नि शुद्ध आचरण, यांचेचि ते शुभ ज्ञान || १४३.
आचरण-शुद्धिनि, निष्कामाचे, व्रत उत्तम ते ठेवावे |
वृत्तीरहित ते जीवन व्यतीतचि, प्रसन्न चित्ते आचरावे || १४४.
देहकाल ना कुणाशी ठाऊक, ऋण न कुणाचे ठेवावे |
ज्ञानदान नि अन्नदानहि, आपदी धैर्याशी द्यावे || १४५.
कुणी घसरता, हात मदतीचा, सन्मार्गाशी लावावे |
जे-जे हितकर ठावे आपणा, दुज्याशी उपयोगी व्हावे || १४६.
विषय कर्दमी जेही फसले, ज्ञान यथार्थचि ते द्यावे |
महात्म्य दैवी श्रीमंतीचे, सामान्याशी सांगावे || १४७.
मृत्यू येता जवळी तेंव्हां, ओठी ॐकारा यावे |
विचलित ना मन, शांत मनाने, नूतन मार्गी ते जावे || १४८.
प्रार्थुनिया त्या इष्ट दैवता, देहालागी त्यागावे |
कृतज्ञता ती मनी असावी, वंदन भगवंता भावे || १४९.
ज्यांनी केले सहाय्य आपणा, कृतज्ञ भावे वंदावे |
आणि कुणाशी जरि कटूता, क्षमादान ते मागावे || १५०.

## ऋचा ३० ते ३४.{निद्रा-रहस्य}

अजातशत्रू गार्ग्या पुसतो, निद्रा रहस्य कसे असे ?|

पुरुष नि विज्ञानमयची जो, त्यावेळी तो कुठे वसे?|| १५१.

जागृत होता निद्रेमधुनी, कोठुनि जागृतीत परते ?|

रहस्य हे परि गार्ग्यालाहि, मुळीच ठाऊक ते नव्हते || १५२.

त्यावरी त्यासी अजातशत्रू, रहस्य सारे ते उकली |

प्राणांचे विज्ञान अंतरी, खेचुनिया निद्राकाली || १५३.

पुरुष असे विज्ञानमयचि हा, हृदयाकाशी झोपतसे |

इंद्रिये नि मन सुप्त करुनिया, हृदयी त्याशी ठेवितसे || १५४.

नेत्र बंद तरि आगळी दृष्टी, दिसण्या उजेड निर्मितसे |

बाह्य जाण मनी लीन करुनिया, गात्रा शक्ती पुरवितसे ||१५५.

घ्राण, वाणी नि चक्षु, श्रोत्रहि, मनासहितहि खेचितसे |

द्वार जगतीचे बंद करुनिया, स्वप्न-सृष्टीला निर्मितसे || १५६.

जाण शक्ती ती आंत खेचुनि, स्वप्नसृष्टीत ती नेत असे |

पुरुष असे विज्ञानमयचि जो, तोचि स्वप्ना पाहतसे || १५७.

सर्व इंद्रिये जरि झोपती, जाणशक्ती ती सावधची |

निद्रेतही ती सदैव जागृत, जाण करवी ती स्वप्नांची || १५८.

जैसा राजा, प्रजा झोपता, राज्यी हिंडे, मुक्तपणे |

तसा पुरुष हा, प्राणा घेऊनि, देही फिरतो स्वेच्छेने || १५९.

इवल्याशा या देहामाजी, हत्ती घोडे रान-वने |

नव संवेदन, विशाल दृश्ये, हवी तैशी सृजीतसे मने || १६०.

आणि येता प्रगाढ निद्रा, सुषुप्ति सुखमय होत असे |

विषय-विचार नि कृती ना तेथे, केवळ आनंद वर्ततसे || १६१.

नाड्या सात हजार दोनशे, हृदयापासुनी या देही |

असंख्य पेशी तेथं कार्यक्षम 'पुरीतत्' नगरी तो राही || १६२.

सारे चाले व्यवस्थितचि, दिव्य पुरुष हिंडुनि पाही |

आणि पुरीत स्वस्थ निजतसे, समाधानी तो मनी राही || १६३.

स्थिरावतो त्या वेळी आत्मा, जीव-शिव सन्निध हृदयी |

परि ना त्याची जाण जीवाला, निवांत तो आपुल्या ठायी || १६४.

## ऋचा ३५. ते ४३ {सप्तर्षी आणि जीवन}

आत्मा ही जणु पावन सरिता, महान ऋषी ते तिच्या तिरी |

सप्तर्षी ज्ञाना देऊनिया, प्रगतीला ते साह्य करी || १६५.

सात ऋषी ते दोन कानचि, गौतम, भारद्वाज असे |

विश्वामित्र नि जमदग्नीहि, दोनही लोचनी नित्य वसे || १६६.

वशिष्ट, काश्यप नाकपुड्या त्या, पावन अत्रि वाणी असे ||

ऊर्ध्वमूल नि खाली शाखा, अश्वत्थचि हा जणु विलसे || १६७.

ज्ञान असे हे निश्चित होता, ज्ञाता पुरता हे जाणे |

इंद्रियास तो आहार उचितचि, आणि सुयोग्यहि तो देणे || १६८.

सगुण नि निर्गुण, प्रगटन ब्रह्मी, विनाशी आणि अविनाशी |

निराकार नि साकारिही, एक स्थिर, गति दुसऱ्याशी || १६९.

चैतन्यचि ते एक स्थिर असे, जड सुलभे खेळवीतसे |

उपाधीत ते गुप्त राहुनि, ब्रह्मांडाला घुमवितसे || १७०.

दोन्ही ओठांनी बोलावे, श्रवणे उभयचि ऐकावे |

गतिशील चैतन्य तत्व ते, गुप्तरूपे ध्यानी घ्यावे || १७१.

प्रत्येकाची गती वेगळी, ब्रह्मचि नियमन त्याशी करी |

सारे चाले नियमानेचि, ब्रह्म तयाते आधारी || १७२.

सारे जीवन त्या शक्तीने, अन्न पाणी साधने किती |

यथाकाल तो पुरवी सकला, औदार्या त्या नसे क्षिती || १७३.

कृतज्ञ त्याशी नित्य रहावे, बळे चालतो त्याच्याची |

पाहे, ऐके, बोले व्यवहारी, कृपाच हे सारी त्याची || १७४.

ईश्वर निर्मित विश्व हे असे, एक दुज्याशी मदत करी |

कृपेचाचि तो असीम सागर, किडा मुंगीहि ना विसरी || १७५.

तोचि इंद्रिया जाण-शक्ती दे, तये ज्ञान ते विषयांचे |

इंद्रियासी जे गम्य असे ते, खाद्य असेचि काळाचे || १७६.

अंतरीक्ष नि वायू जाणवे, परी दृश्य ते ना होई |

तेज, पृथ्वी, जल, मूर्तचि असती, प्रत्यय नित्यचि तो येई || १७७.

सूर्य मंडलासम असंख्य ती, दिव्य मंडले आकाशी |

जैविक शक्ती सकला देई, नसेचि तुलना ती त्याशी || १७८.

## परब्रह्माचे स्थान व दर्शन

चिदाकाश मस्तकी जाणवे, तेची शिवाचे स्थान असे |

बाह्याकाशी तेही मिळता, पूर्णब्रह्मी निजरूप दिसे || १७९.

सूर्य देव तो असे लोचनी, दक्षिण नेत्री वास करी |

सत्य अमूर्तचि वाम नेत्री ते, अमूर्त मूर्ता साकारी || १८०.

भास्कर उदया पूर्वे येता, हळदरंग तो सोनेरी |

आणि प्रभाती, धवल लाल हि, ब्रह्म विलसते परोपरी || १८१.

सगुण रूपे श्रीसूर्यदेव तो, सकल भुते नि ग्रह-तारे |

विविधांगी परब्रम प्रगटते, सत्य नि सुंदर हे सारे || १८२.

## ऋचा ४४ ते ४८ (मधुविद्या )

आधी पाहिले मूर्त-अमूर्तहि, असती रूपे ही ब्रह्मयाची |
सांगती ऋषिवर मधुविद्या ती, असे जीकि बहु मोलाची || १८३.
अर्क कि अथवा सार असे जो, नाम 'मधु' त्या जाणावे |
ईश्वर-निर्मित सृष्टीमाजी, मधुमय जीवन ते व्हावे || १८४.
सकला जीवन सुलभचि व्हावे, ईश्वर मनी ते प्रेम असे |
ईश्वराने हि केली योजना, कृतज्ञतेने वंदितसे || १८५.
सारी भुते ही करिते धारण, पृथ्वी मधु ती सकलांची |
आणि भुतेही मधुचि तियेचे, अशी व्याप्ती ही धर्माची || १८६,
पंचभुते या धरतीवरती, अव्यक्ता दे आकार |
सारी सृष्टी तयेची सृजिली, म्हणुनि धरती हे सार || १८७.
सृष्टी सौख्ये ही चालावी, यत्न करिती ती सर्व भुते |
तये निर्मिले सुयोग्य देहा, आश्रय धरणी तो देते || १८८.
येणे मातीच्या मधुनि ते, पुनश्च मातीत ते मिळणे |
आपुल्या गरजा, भागवी धरती, सकला राखी प्रेमाने || १८९.

धरतीमाजी दिव्यपुरुष जो, आत्मा-अमृत-ब्रह्मचि तो |
अमृतमय तो दिव्य पुरुषचि, सकलांनाही व्यापियतो || १९०.

सर्वव्यापी ती अमृतसत्ता, एका आत्म्याची शक्ती |
ईश्वर माया, उभय खेळी या, जगता सहाय्य ते देती || १९१.

विशाल ऐसे आकाशचि हे, सर्व भुतांचे मधु असे |
सारी तत्वे सृजन त्यातुनि, स्थान देत ते आपैसे || १९२.

आकाशी जो दिव्यपुरुष तो, अमृतमय नि तेजस्वी |
तोचि आत्मा परब्रह्मचि, भजणे त्याशी सर्वस्वी || १९३.

अव्यक्तातुनी आपुले येणे, आकाश तत्वचि मूल असे |
व्यक्तातुनी जाणे अव्यक्ती, जणु चक्रा या अंत नसे || १९४.

ज्ञान असे हे दिव्यचि अमृत, जाणुनी, चिरंजीव व्हावे |
मूर्ता माजी अमूर्त पाही, मधुविद्येला जाणावे || १९५.

सकल भुतांचे मधु धर्मचि, आणि धर्मचि असती भुते |
पंचभूतांचे धर्म आगळे, सुसूत्रता धर्मी आणिते || १९६.

धर्मामाजी दिव्य पुरुष जो, त्याची दिव्यचि ती सत्ता |
सारी सृष्टी चाले धर्मे, धर्मे जगती नियमितता || १९७.

भुते, पृथ्वी जीव-जात सकलचि, एक-दुज्यांचे मधु असती |
परस्परांना सहाय्य करुनी, प्रेमाने असणे जगती || १९८.

ब्रह्म अमूर्त नि मूर्त उभयहि, धर्मचि अमूर्तात मूर्त |
एक-दुज्याला सावरुनिया, जीवन सेवेने सार्थ || १९९.

जरि विविधता सृष्टीमाजी, सकली आत्मा एक असे |
जोवरी येथे, एकोप्याने, याहुनि अन्यचि मधु नसे || २००.

जगत असे ही ईश्वर इच्छा, मानव-जन्म श्रेष्ठचि त्याती |
भगवंताने बहु प्रेमाने, निर्मियलीची ही धरती || २०१.

जरि असे हे केवळ माया, आपणा येथे धाडियले |
विश्वस्तचि ते त्याचे होऊनि, एक-दुज्याचे करा भले || २०२.

स्वधर्म पालन करिता संतोषे, प्रसन्न होई तदा हरी |
सद्भावे जीवन कंठावे, उणीव त्याशी न कदा तरी || २०३.

जाणुनिया सकली माधुर्या, वर्धन त्याचेची व्हावे |
वाणी, कृतीतही नित्य मधुरता, मधुरचि जीवन आचरावे || २०४.

सकल भुतांचे मधु मानवता, तये पालने सार्थकता |
स्वधर्म पालन यज्ञ श्रेष्ठचि, सहजी वाढे मानवता || २०५.

जे हि दैवे लाभे आपणा, सेवेस्तव ते वेचावे |

शेष राही तो प्रसाद जाणुनि, परीवारासह सेवावे || २०६.

जेथे मानवता आचरण, ब्रह्म मूर्त ते तेथं असे |

प्रेम जिंव्हाळा आपुलकी नि, सहकार्या वाढवितसे || २०७.

माणुसकीचा आदर जेथे, आत्मा आनंदे तेथे |

ब्रह्म अनुभवी सकली आपण, उणीव ना ती, सौख्याते || २०८.

## ऋचा ४९ {सर्वव्यापी ब्रह्म}

सकलामाजी एक ब्रह्म ते, निधानचि आनंदाचे |

कार्य-कारणातीत नित्य ते, तेची आदि सकलांचे || २०९.

ब्रह्माच्या पुढती न मागुती, आंत नि बाहेरहि तसे |

ब्रह्मविना ना अन्य कांहीहि, विश्वी सारे ब्रह्म असे || २१०.

प्रत्येकाची गती वेगळी, ब्रह्म न उणीव ती ठेवी |

अनंत ज्योती आकाशी त्या, नियमे गतिमान राही || २११.

## ऋचा ५० ते ५३ {जनकाचे गोदान}

महा यज्ञ केला जनकाने, विदेहीच तो बहु ज्ञानी |

कुरु,पांचालीहुनि येती ब्राह्मण, कीर्ति तयाची ऐकोनी || २१२.

गोशाळेच्या माजी आणिल्या, सहस्त्र गाई सजवोनी |

धष्टपुष्ठ नि तरुणचि सगळ्या, शिंगा कनकाची नाणी || २१३.

नरेश सकलचि सभेस बोले, जो असेल ब्रह्मज्ञानी |

खुशाल त्याने गोधन न्यावे, दिधल्या मी सकलची दानी || २१४.

शांत स्तब्ध परिपूर्ण सभा ती, गोधन नेण्या नच धजले |

याज्ञवल्क ऋषि शिष्या सांगे, आदेश त्याशी हे दिधले || २१५.

सारे गोधन आश्रमी न्यावे, येथुनिया ते सन्माने |

शिष्यवरांनी आदेश ऐकुनी, नेले गोधन हर्षाने || २१६ .

ब्रह्मवृंद तो कृद्ध जाहला, म्हणती त्या संतापोनी |

अरे याज्ञवल्का तूं कैसे, केले कृत्य, न समजोनी || २१७.

आदेश स्पष्टचि तो जनकाचा, असेल जो ब्रह्मज्ञानी |

त्यानेचि या दाना घ्यावे, नच अन्याने अरे कुणी || २१८.

थोर ज्ञानी तूं आपणा मानी, आहेस कां ब्रह्मज्ञानी ?|
सहजी सारे गोधन कैसे, नेले नीट न समजोनी || २१९.

जनकाचा ऋत्विज तो अश्वल, पुढे येऊनी बोलतसे |
नेले गोधन कैसे आपण, ब्रह्मज्ञानी काय असे? || २२०

याज्ञवल्क तो हात जोडुनि, म्हणे नमस्कार माझा |
असेल जोही ब्रह्मज्ञानी, ज्ञात्यांचा तो तर राजा || २२१.

जनके दानास्तव ठेवियले, ब्रह्मवृंद ना कुणी उठले |
गरज मला ती, गोधन म्हणुनी, आश्रमाशी ते नेवविले || २२२.

जारत्कारव आर्तभाग तो, ऋषी तयाला पुसत असे |
सांग मला तूं विचार करुनी, प्रश्न विचारी, तुज जैसे || २२३.

मरण पावता, पुरुष जेधवा, काय प्राण वरती जाती ?|
याज्ञवल्क तो म्हणे तयाला, प्राण न जाती ते वरती || २२४.

देह सोडिता, फुगे वायुने, पार्थिव चिरनिद्रा घेई |
प्राणाला ना जाणे येणे, अवकाशी विरुनी जाई || २२५

पंचतत्वी ते विलीन होणे, हीचि चिरनिद्रा असते |
सर्वव्यापी जे प्राणतत्व ते, मूलरुपातचि सामवते || २२६.

जारत्कारव पुन्हा तेधवा, दुजा प्रश्न केला त्याला |

सांग काय ते देह नसे तरी, नच सोडी ते पुरुषाला?|| २२७.

ऋषी म्हणे ते नाम तयाचे, सोडी नच रे पुरुषाला |

नांव उरे ते, जन आठवती, आणि त्याच्या कार्याला || २२८.

गेला त्याचे नांव घेऊनि, म्हणती तयाने हे केले |

आठवती जन ते नांवाने, देहा जरि ते सोडियले || २२९.

मरता वाणी, अग्नीत मिळते, वायूत प्राण हि तो जाई |

चक्षु विरती सुर्यामाजी, चंद्रमयचि ते मन होई || २३०.

दिशात श्रोत्र नि पार्थिव देहहि, पुन्हा मिळे धरतीमाजी |

औषधीत ते लोम हि जाती, केंस वनस्पतीच्या माजी || २३१ .

जारत्कारू पुसे तयाला, एक गोष्ट मज सांगे खास |

पार्थिव सारे जाता निघुनि, काय होतसे पुरुषास ? || २३२.

याज्ञवल्क, तो सांगे त्याला, उहापोह ना उचित इथे |

चल एकांती, कर्माबद्दल विस्तृत सांगे मी तेथे || २३३.

कर्मास्तवचि देह असे हा, चित्तशुद्धी कर्मे होई |

कर्मे आकार तो विश्वाला, कर्म-धर्म सकला ठायी || २३४.

**कर्मे जैशी तैसे जीवन, जैसा हेतू, तशी गती |**

**नरजन्मी श्रेष्ठत्वचि कर्मा, प्रगती अथवा अधोगती || २३५.**

**कर्म वासना, मृत्यू समयी, तीव्रचि त्या ज्याही असती |**

**अतृप्त जेही मनी राहिले, तैशी पुढची मिळे गती || २३६.**

**जीव जाणतो निज कर्मांना, पाप-पुण्य तो भोगीतसे |**

**लिंगदेही तो सर्व भोगितो, विस्तृत ऋषी त्या सांगतसे || २३७.**

## ऋचा ५५- ६२ {आत्मबोध}

उषस्त चाक्रायण मग उठला, “याज्ञवल्क तूं सांग मला |

दिव्य असे अपरोक्ष ब्रह्म ते, कैसे व्यापितसे सकला ?”|| २३८.

उत्तर देई याज्ञवल्क तो, आत्मा एकचि सकलांचा |

दृष्टीचाहि असेचि दष्टा, श्रोता असतो तो श्रुतीचा || २३९.

विज्ञातीच्या विज्ञात्याला, कुणा जाणणे शक्य नसे |

येथील सारे विनाशकारी, शाश्वत आत्मा एक असे || २४०.

नदीला शक्य न स्वमुख पाहणे, दृष्टी न पाही, नयनाला |

श्रवण न ऐके आपुल्या आपणा, मी कैसे मग ते मजला ?|| २४१.

ब्रह्मज्ञानाची उत्कंठा, ज्याला हि उत्कटचि असे |

तो देहाच्या कदा न आधीन, अहंकारहि जरा नसे || २४२.

बालक भावे सदा आचरण, भाव तयाचे निर्मलची |

मनी स्वार्थ ना कपट नि मत्सर, कांस मनी परि ज्ञानाची || २४३.

मोटकेचि बोलणे तयाचे, माधुर्यचि जणु वाहतसे |

सत्य नि प्रियही नित्यचि वाणी, पांडित्याचा आव नसे || २४४.

अशाश्वताला उमजे कैसे, दर्शन शाश्वत सत्याचे?|

समाधान ते पूर्ण जाहले, प्रश्न विचारूनिया त्याचे || २४५.

काहोल कौशितक मग उठला, याज्ञवल्क तूं सांग मला |

सर्वांतर अपरोक्ष ब्रह्म जे, वर्णन करी त्या आत्म्याला || २४६..

याज्ञवल्क त्या सांगे, ऐके, क्षुधा, पिपासा, शोक, जरा |

मोह मृत्यू सारे ओलांडी, आत्मा तोचि 'पुरुष' खरा || २४७.

म्हणुनि जयाला ब्रह्म जाणणे, पांडित्या विसरुनि जावे |

बाल वृत्तीने सदा राहणे, होईल मुनी तो सद्भावे || २४८.

वाणी मौन ते आत्मसातचि, पूर्ण ज्ञानी तो होत असे |

अहंभाव तो पुरता विरता, प्रौढी नि गर्व जराहि नसे || २४९.

एक ब्रह्म अविनाशी नित्य ते, इतर विनाशी जाणावे |

द्वैतामाजी राहुनियाचि, अद्वैती असणे भावे || २५०.

स्तब्ध जाहली सभा पूर्ण कि, आरुणी उद्दालक उठला |

म्हणे याज्ञवल्का तूं देई, उत्तर माझ्या प्रश्नाला || २५१.

कोण असे तो सूत्री बांधतो, लोक नि परलोकासि भुते |

ऋषी म्हणे, ते सूत्र वायूचे, बांधितसे ते सकलाते || २५२.

दहा प्रकारे वायू देही, प्राणशक्तीला फिरवितसे |
तोचि नियोजी देह-यंत्रणा, पंच-प्राणा योजितसे || २५३.

असंख्य पेशी देहामाजी, वायू सुसूत्रता आणी |
जोवरी जीवन, कार्य चालवी, वायूचि ते प्रतिक्षणी || २५४.

एकचि वायू जोडीत सकला, मनो भावनांच्या योगे |
एक दुज्याचे जेही जाणणे, घडे तयाच्या संयोगे || २५५.

लोका नि परलोका जोडी, समर्थ ऐसा वायू असे |
जीवा भ्रमवीणे अंतरिक्षी या, वायूचि ते करवितसे || २५६.

प्राण नि मन-जीव जेही आपुले, केवळ वायू-रूप असे |
म्हणुनी तयाला कुणी ना गंवसे, ज्ञात कुणाला होत नसे || २५७.

पुढे प्रश्न हा, काय जाणशी? अंतर्यामी कोण असे?
तो न जाणता, गोधन नेले, गळेल मस्तक निश्चितसे || २५८.

हंसुनी याज्ञवल्क त्या म्हणे, अंतर्यामी मी जाणतसे |
आत्मारामचि अंतर्यामी, अविनाशी तो सकली वसे || २५९.

अंतर्यामी अमृत आत्मा, पृथ्वीला तो व्यापितसे |
परि तयाला पृथ्वी न जाणे, नियमन तोचि करीतसे || २६०.

ऋषि म्हणे, ब्रह्मांडी नियमन, हृदयी तत्वचि जे वसते |
तूं, मी आपण नसे वेगळे, एक तत्वचि रे ते असते || २६१.

अंतर्बाह्यहि आकाशाच्या, तेची अमृत-तत्व असे |
निवास त्याचा आकाशी परि, आकाशहि ना जाणतसे || २६२.

सकल भुतांच्या अंतर्बाह्यहि, भुते जाणती ना त्याला |
सकला व्यापुनी तोचि राही, करी नियंत्रित तो सकला || २६३.

कुणीही नाही, तया पाहिले, पाहतसे तो सर्वांना |
कुणी न ऐकिली त्याची वाणी, ऐकतसे तो सकलांना || २६४.

तो न कुणाच्या येत चिंतनी, चिंतीत सकला, तोचि परी |
कुणी ना जाणियले ते त्याशी, सकला जाणे तोचि तरी || २६५.

तोचि एकला शाश्वत नित्यची, बाकी सारे नश्वर ते |
एक तयाला प्राप्त करावे, नच उपयोगी अन्यचि ते || २६६.

तेची रे निजरूप आपुले, नित्यप्राप्तचि ते आपणा |
जन्म आपुला त्या बोधास्तव, तेची ज्ञेय हे नित जाणा || २६७.

अमृतमय हा अंतर्यामी, आत्मदेव नित अविनाशी |
नाशवंत ते इतर सकलहि, घ्यावे जाणुनिया त्याशी || २६८.

**सारी सभा हे ज्ञान ऐकता, उठे दिव्यता ती देही |**

**समाधान ते सकला होई, वाणी श्रवणी जंव येई || २६९.**

## ऋचा ६३- ७३ {गार्गीचे प्रश्न }

विदुषी गार्गी उठुनि वदली, प्रश्न दोनचि मम असती |
उत्तर यांचे सुयोग्य देता, होशील विजयी ही ख्याती || २७०.
"द्युलोकाच्या असेचि वर ही, आणि पृथ्वीच्याहि खाली |
तसेच उभयामध्ये असते, आणि असे भिन्नहि काली || २७१.
ओतप्रोतचि असे कोण ते?, हे सांगावे तूं मजला"|
ऋषि म्हणाले, आकाशचि ते, व्यापी त्रिकाली ते सकला || २७२.
विद्यमान ही स्वतंत्र पृथ्वी, अंतराळी अपुल्या स्थानी |
द्युलोक पृथ्वी असे यांतही, अंतरिक्ष पुरते भरुनी || २७३.
भूत-भविष्य नि वर्तमानही नांदती एका आकाशी |
सूर्य चंद्र नि अन्य ज्योतीही, आपआपल्या स्थानाशी || २७४.
त्रिकाल आणि या सकलांना, आकाश सामावुनी घेई |
त्यांचे गतीसह सुखरूप फिरती, आकाशी एका समयी" || २७५.
"उत्तर हेचि योग्य असे हे?", गार्गी सांगतसे त्याला |
कशात ओतप्रोत असे हे, आकाशही हे सांग मला? || २७६.

ऋषी म्हणाले, ऐक विदुषी, ‘अक्षर’ ब्राह्मण म्हणत असे |

स्थूल सूक्ष्मही नाही तयाला, ऱ्हस्व-दीर्घ हि कांही नसे || २७७.

ना प्रकाश, छाया-तम वायू, तसेची आकाशहि नाही |

ना रस नि आसक्ती जेथे, चक्षु नि गंधहि हे कांही || २७८.

श्रोत्र वाणी मन तेज नि प्राणही, मुख आणि त्या मात्राही |

खाई नच नि, खाऊ देई, बाहेर आंत नसे कांही, || २७९.

ऐसा आत्मारामचि अक्षर, ऋतु, संवत्सरहि त्याजमुळे |

सकला एकचि आधार तोचि, गती आम्हासी त्याज बळे || २८०.

डोळे मिटता, आकाशाची, सहजी अनुभूती ती येई |

येई दिव्यता अनुभुतीला, अनंतात ते मन जाई || २८१.

निर्विचार नि विशुद्ध उज्वल, तेजोमय ती अनुभूती |

नसे तेथं कांहीच गार्गी ते, जाणवते नीरव शांती || २८२.

पूर्ण अनुभवी तेथं दिव्यता, सकलचि ते आत्माराम |

रंग, रूप वा गुण न विकारहि, सकलांचा तो विश्राम || २८३.

केवळ त्याच्या प्रशासनाने, सूर्य, चंद्र नियमन होते |

गति-आकर्षण आणि स्थानहि, आणिती ते आचरणाते || २८४.

पृथ्वी, सूर्य नि दिवस रात्रहि, कालहि त्यासी अनुसरती |
सारी व्यवस्था सुयोग्य नियमे, व्यवहारहि नियमित होती || २८५.

असे जगती या, जे जड-रूपे, दऱ्या नि डोंगर निज स्थानी |
दिवसा मागुनि रात्र येतसे, कालचक्र ते नियमांनी || २८६.

ऋतु बदलती, नित नियमाने, क्रम नि वळणा नच चुकती |
धर्म आपुला सुजन जाणती, स्वधर्मात ती तया प्रीति || २८७.

सहजी वृत्ती दान-धर्मी नि, एक-दुज्याला सहाय्य ते |
दानाची ती होत प्रसंशा, पितर अपेक्षिती तर्पण ते || २८८.

या सकालाशी आत्मा कारण, पूर्ण नियंत्रितचि सत्ता |
पाही गार्गी जगतामाजी, त्याजमुळेचि नियमितता || २८९.

कृतज्ञ त्याशी नित्य असावे, स्मरुनि तयाचि करि कर्मे |
सारे करणे ते त्यासाठी, जीवन कृतार्थचि निजधर्मे || २९०.

येऊनिया ते या इहलोकी, तया अक्षरा ना जाणे |
व्यर्थ तयाचे निश्चित जीवन, कृपणचि ते असले जगणे || २९१.

तया जाणुनि, पूर्ण अनुभवी, ब्रह्मनिष्ठ तो खरा असे |
त्या ऐकावे, त्याशी पाहावे, त्याविण कांही जगती नसे || २९२.

**ऐकुनी सारे गार्गी वदली, विनम्र वंदन हे तुजला |**

**विद्वज्जन हा, खराची ब्राह्मण, हारवी कुणीही, ना त्याला || २९३.**

## ऋचा ७४ {जनकाला ज्ञानार्जन}

विदेह राजा जनक आसनी, सभेशी याज्ञवल्क आला |
वंदन करि त्या नरेश आणि, करीतो पृच्छा तो त्याला || २९४.
ऋषिराज ते स्वागत आपुले, सांग प्रयोजन येण्याचे |
आला गोधन नेण्यासाठी, वा निमित्त हे चर्चेचे || २९५.
याज्ञवल्क ते विनम्र वाकुनि, म्हणती निमित्त उभयांचे |
धन आवश्यक व्यवहारास्तव, प्रयोजन ही या सेवेचे || २९६.

## ऋचा ७५. {ज्ञात्यांच्या ज्ञानाची पूर्तता}

नरेश आपण बहु जिज्ञासू, उत्सुक नित ग्रहणा ज्ञाना |
ब्रह्मवृंद येतीचि भेटीला, नवीन ज्ञाना करि कथना || २९७
सांगे जनक नि ऋषि करि पृच्छा, ज्ञान बहु ते मोलाचे |
"शिलिन पुत्र तो जित्वा याने, ज्ञान दिले मज ब्रह्माचे || २९८.
{वाणी हेच ब्रह्म}{आयतन= शरीर, प्रतिष्ठा= विश्रांती स्थान }
वदला वाणीचि ब्रह्म असे ते, ज्ञान विदित ते वाणीने"|
"आयतन नि प्रतिष्ठेसहि, सांगितले कां? "ऋषि म्हणे || २९९

जनक बोलता, ना सांगितले, एकांगी म्हणतसे ऋषि |
“वाणीचि वाणीचे आयतन, आणि प्रतिष्ठा आकाशी” || ३००.

ज्ञानास्तव ज्ञात्यास भेटणे, पृच्छा करणे विनयाने |
दुर्लभ ज्ञाना ते मिळवावे, सेवेने परिप्रश्नाने || ३०१.

जाणुनि वाणी, व्हावी प्रज्ञा, उपासना ही वाणीची |
सत्य-व्रती ती नित्य असावी, गोडी ती माधुर्याची || ३०२.

शब्दी ते मांगल्य असावे, पावनची भावना मनी |
सदैव कल्याणचि करि ईश्वर, नित्य सौख्य तये जीवनी || ३०३

श्रवण, मनन नि निदिध्यासने, नित्यचि वर्धन ज्ञानाचे |
पावन ज्ञानाचा खजिना हा, पसायदानची ते त्याचे || ३०४.

ज्याचे विचार मंगल असती, परा कंपने होत तशी |
जशा भावना अंतरात त्या, फळे हि प्रारब्धी तैशी || ३०५.

उगमी झरा जंव मांगल्याचा, पावन सहजी पश्यंती |
आणि मध्यमा समर्थ होई, वाचासिद्धी लाभे ती || ३०६.

अशी संस्कारित वाणी स्त्रवता, मंगल वैखरी ती होई |
श्रोता वक्ता समाधानीचि, सद्भाग्यचि येई उदयी || ३०७.

ब्रह्मनिष्ठ जंव वाणी होता, शुद्ध भावना अंकुरती |

अग्नीचे ते तेज लाभते, परीपूर्ण सुख नि शांती || ३०८.

सत्य नि हितकर मंगल वाणी, ऋतंभरा प्रज्ञा होई |

तेज उतरते सहजी जीवनी, मुखी जणु ब्रह्मचि येई || ३०९.

याज्ञवल्क तो जनका सांगे, उपासना ती वाणीची |

जीवनात कधि उणीव असेना, चिंता नाही सौख्याची || ३१०

पुरते जीवन मंगल होई, आणि सोडिता देहाला |

स्वये देवता स्वागत करिती, समाधान परलोकाला || ३११.

दैवी शक्ती, वसु आदित्यहि पांची भुते नि दिक्पाल |

तया सहाय्याशी ते येती, सकलचि मंगल तो काल || ३१२.

इहलोकी नि परलोकीहि, लाभे समृद्धी त्याशी |

महान ऐशी उपासना ही, वाणीची ती अहर्निशी || ३१३.

## ऋचा ७६- {प्राण हेच ब्रह्म }

जनकाशी याज्ञवल्क पुसतसे, अजुनि कुणी जे सांगितले |
वार्ता ज्ञानाची ती ऐकवा, जनक यावरी हे बोले || ३१४.
उदंक शौल्बायन मज सांगे, प्राण हाचि तो ब्रह्म असे |
ऋषि विचारी आयतन आणि, प्रतिष्ठा हि त्याशी कैसे || ३१५.
जनक म्हणे नच सांगितले मज, तूचि ज्ञानाहि ते देई |
ऋषि म्हणे त्या ज्ञानाविणचि, ब्रह्मचि एकांगी होई || ३१६.
सूर्य एकचि तो आकाशी, दहा घटी तो होत दहा |
परि आयतन एक सूर्यचि, विविधांगी नच होत पहा || ३१७.
ऐक नरेशा, प्राण आयतन, तया प्रतिष्ठा आकाशी |
प्राणावर ते प्रेम करावे, उपासना फलदायी अशी || ३१८.
सकला प्रियचि प्राण असे तो, संगत अखेर पावेतो |
प्राणचि प्रतीक ते आत्म्याचे, सदाचार त्या सुखवितो || ३१९.
जैसा आपुला प्रिय तो प्राणचि, दुज्यास तैसे जाणावे |
वेळोवेळी सहाय्य करुनी, दुज्यास उपयोगी व्हावे || ३२०.

**दु:ख यातना, कुणा पाहता, सहजी मदतीला जावे |**

**प्राण तयाचा प्रसन्न होई, जीवन कृतार्थ ते व्हावे || ३२१.**

**उपासना हीचि प्राणाची, कृती वाणीने प्रिय करणे |**

**सज्जनास ते सहाय्य करणे, आणि दुर्बला सावरणे || ३२२.**

**दैवी शक्ती नित्य सहाय्या, उणीव नच कांही त्याशी |**

**पांडुरंग तो स्वये पाठीशी, दु:खाची वार्ता कैशी ?|| ३२३.**

## ऋचा ७७- {चक्षु हेच ब्रह्म}

पुढती जनके त्या सांगितले, बर्कुर्वाष्णा मज बोले |
चक्षु हेचि ते ब्रह्म असेरे, पाहिल्याविणा ना कळले || ३२४.

ऋषि म्हणे हे सत्य असे परि, प्रतिष्ठा नि आयतन जाणे |
दृश्य पाहणे हेचि आयतन, तया प्रतिष्ठा गगनाने || ३२५.

देह चालतो, कार्य करी त्या, आधार त्याशी नेत्रांचा |
दृश्य पाहता, आकलन होई, तोचि आधार कर्मांचा || ३२६.

आत्मा देई बल चक्षुला, तेणे बघणे साधतसे |
ज्ञानशक्ती ती, अति उपयोगी, जीवन त्यावरी चालतसे || ३२७.

चक्षू बघती, मना सांगती, बुद्धि निर्णय देत असे |
सुरू होतसे विचार चक्रहि, गति कार्याशी लाभतसे || ३२८.

जागृति आणि मिटता डोळे, दृश्ये येती नि ती जाती |
करणे शुद्ध नि सात्विक कार्या, उपासना श्रेष्ठचि जगती || ३२९.

देह जोवरी, तोवरी चक्षु, साथ कधि ना सोडतसे |
चक्षु केवळ नसती डोळे, शक्ती गात्रीची पूर्ण असे || ३३०

आत्म्याचे बल अनुभव येण्या, विविध-प्रकारे ते ‘दिसणे’ |
ते सारेही चक्षु कार्यचि, नित्यचि पावन ते असणे || ३३१.

आत्म्याची हि दिव्य देणगी, पवित्रता ती राखावी |
पावन आणि कृपाळू दृष्टी, उपासना हि दृढ व्हावी || ३३२.

## ऋचा ७८- {श्रोत्र हेच ब्रह्म}

नंतर जनके, कथिले ऋषीला,  भारद्वाजे सांगितले |
श्रोत्र ब्रह्मचि, जीवनात ती, कृति होई जंव ऐकियले || ३३३.

श्रवणी मंगल म्हणुनि पडावे, अमंगलाशी टाळावे |
सत्य नि हितकर ऐशा श्रवणे, कृतार्थ जीवन ते व्हावे || ३३४.

याज्ञवल्क राजाशी म्हणाले, श्रोत्र ब्रह्म हे सत्य असे |
श्रवणचि आयतन आणि प्रतिष्ठा, आकाश हे मी जाणतसे ||३३५.

शब्द निघतसे आकाशातुनी, श्रवणे ज्ञानचि ते होई |
अनंत ध्वनि नि अनंत श्रवणे, सुयोग्य मंगल ते घेई || ३३६.

श्रवणी पडे ते जीवन घडवी, म्हणुनि मंगल ऐकावे |
पूर्ण मौन ती श्रवणी शांतता, त्या तुर्येला जाणावे || ३३७.

श्रोत्र जोडिती, परब्रह्माला, जीव-शिव ही तन्मयता |
आत्म्याचे बल, श्रोत्रा लाभे, उत्तम श्रवणे मंगलता || ३३८.

ही उपासना बहु बलशाली, एकरूप करि ब्रह्माशी |
कृतार्थ जीवन, हीच देणगी, श्रोत्र असे ही देहाशी || ३३९.

## ऋचा ७९- {मन हेच ब्रह्म}

सत्यकाम जाबाल मज म्हणे, जनका, मन हे ब्रह्म असे |

मनी जोवरी नाही बिंबले, सत्कार्याशी अर्थ नसे || ३४०.

याज्ञवल्क त्या पुढती सांगे, मनचि आयतन ते त्याशी |

मन आनंदी ही उपासना, आणि प्रतिष्ठा आकाशी || ३४१.

मनचि आहे, आनंद खजिना, नित्य अनुभवी आनंदा |

ईश्वरे दिले जे वाट्याला, आचरी आनंदेचि सदा || ३४२.

विहीत कर्म त्याचेचि मनोगत, कार्य करावे निष्ठेने |

निष्कामे उत्तम आचरिता, प्रसन्न ईश्वर हो तेणे || ३४३.

आनंद द्यावा, आनंद घ्यावा, आनंद वर्तनी आणावा |

आनंदाने जीवन क्रमणे, दुज्या आनंदचि नित द्यावा || ३४४.

सारी लेकरे भगवंताची, दुःख दुज्याचे दूर करी |

जेही दिधले, तुला ईश्वरे, परहितास्तव ते आचरी || ३४५.

कुणा लोचनी, बघता अश्रू, यथाशक्ती त्या साह्य करी |

आनंद वदनी त्याच्या येता, प्रसन्न होई नित्य हरी || ३४६.

मांगल्यचि ते मनात यावे, शुभचि विचारे चिंतावे |

उपासना ती हीच तयाची, भगवंता संतोषावे || ३४७.

मन जीवनभर असते साथी, मनचि आपुला प्रिय स्नेही |

नित्यचि त्याचे सुमन शुद्धचि, अविरत आनंदी राही || ३४८

ऐसे मंगल पावन जीवन, दैव सहाय्या नित्य करी |

उणीव सत्कर्मी ती नाही, स्वये पाठीशी असे हरी || ३४९.

देह सोडिता, दैवी शक्ती, स्वयेची परलोका नेती |

प्रवास पुढचा सुखकर करण्या, पूर्ण साहाय्या त्या करिती ||३५०.

मन राखाया नित्यचि पावन, निदिध्यासन ब्रह्मी व्हावे |

विरक्त मानस, पूर्ण विवेके, तुर्येशी त्या जाणावे || ३५१.

ऐसे समरसता ते ब्रह्मी, चिरंजीवता लाभतसे |

नित आनंदी प्रसन्नतेने, कृतार्थ जीवन होत असे || ३५२.

# ऋचा ८०- {हृदय हेच ब्रह्म}

जनक सांगतो पुढती त्याला, मज विदग्ध शाकल्याने |
सांगितले ते हृदय ब्रह्मचि, राऊळ केले ते हरीने || ३५३.
स्थैर्य धैर्य मांगल्य नि समता, हृदयामाजी त्या वसती |
हृदय राउळी जगदानंदन, मार्ग दाविती ते जगती || ३५४.
विपरित येता स्थिती कांहिही, क्षोभ अंतरी जरि उसळे |
शांतचि हृदये, शरण हरीला, संकटातुनी मार्ग मिळे || ३५५.
जगांत कांहीही ते करणे, हृदय न सांगे तोवरती |
जेही हृदयी सुचवी ईश्वर, तीच करावी नित्य कृती || ३५६.
अंतरीचा आवाज ऐकुनी, मार्गा त्याची अनुसरणे |
हृदयी आत्माराम तयाला, प्रसन्नता होई तेणे || ३५७.
ईश्वर सांगे करी तैसेचि, मंगल पूजन हे त्याचे |
सन्मार्गचि तो नित्य जीवनी, जीवन देई सौख्याचे || ३५८.
हृदयी असावी परहितबुद्धि, नि जाणीव परदुःखाचि |
जितुके जीवन दैवे लाभे, वाटचाल सन्मार्गाची || ३५९.

विश्वाचे जे आर्त श्रवणी ये, हृदयी त्याशी चिंतावे |

'तत्वमसि'चि - मी त्या जागी, समजुनी ऐसे वर्तावे || ३६०.

यथाशक्ती ती साह्य करावे, करुनी प्रार्थना ती हरीला |

दुःख दुज्याचे आपुले मानुनी, धावावे ते मदतीला || ३६१.

परमचि पूजन हेचि खरे ते, स्वधर्मपालन नित्य करी |

श्रेष्ठ यज्ञ हा, स्वये हरीची, उणीव असता करी दुरी || ३६२.

हरी सांगे तैसेचि वर्तणे, दुःख मुक्त तेणे व्हावे |

उपासना हि अति श्रेष्ठचि, ती तर होई ब्रह्माची || ३६३

देह सोडिता, दैवी शक्ति, साथहि देती परलोकी |

जीवात्मा तो नित्य प्रसन्नचि, समाधानी नि नित्य सुखी || ३६४.

# ऋचा ८१

## {याज्ञवल्क - जनकाला ज्ञानचर्चेचा आनंद}

याज्ञवल्क मनी प्रसन्न झाला, सत्संगे तो जनकाच्या |
उभय सदिच्छा परस्परांना, कथा श्रेष्ठ या ब्रह्माच्या || ३६५.

विनम्र भावे नरेश उठला, वंदन केले ते ऋषीला |
ज्ञानामृत लाभता अमुल्यहि, कृतज्ञ भावे तो वदला || ३६६.

ज्ञानमूर्तीची आहांत आपण, सत्संगे तंव ज्ञान मिळे |
ज्ञान दिव्य हे श्रवणी पडता, अंतरंग पुरते उजळे || ३६७.

माझा देह नि सारे राज्यही, गुरुदेवा, हे तंव चरणी |
विनम्र भावे अर्पण करी मी, दाटलाचि संतोष मनी || ३६८.

ब्रह्मज्ञानचि श्रवणी पडले, सार्थक झाले जन्माचे |
अपेक्षितो मी वर्धन ज्ञानी, सद्भाग्यचि सत्संगाचे || ३६९.

जेही ज्ञात्यांनी सांगितले, विदेही राजा जनकाला |
उकल तयाची पूर्ण उमगली, आनंद झाला तो ऋषीला || ३७०.

पावन चर्चा ज्ञानवर्धनी, मंगल अनंत ब्रह्माची |
श्रवण मनन नि निदिध्यासाने, वाट दावी कैवल्याची || ३७१.

उकल जाहली ती ब्रह्माची, जनकाला श्रवणाद्वारे |

विदित सहजी ते आपणा सहजी, स्वामी विद्यानंदांच्या द्वारे||३७२.

म्हणुनि वंदन विनम्र भावे, ज्ञानमूर्ती तंव कृपा असो |

गहनाशीहि सुलभचि केले, पूर्ण ज्ञान ते चित्ती ठसो || ३७३.

जैसे जनके याज्ञवल्क तो, हृदयी ठेऊनिया पूजिला |

गुरु ज्ञानेशे, आपुल्या करवी, प्रसाद हाचि मज दिधला || ३७४.

भाग्य आमुचे, ज्ञान हृदयीचे, ग्रथितचि हे ग्रंथी केले |

तंव कृपेने, सहजी लाभले, अमृत मज जणु सांपडले || ३७५.

## ऋचा ८२- ८८. {जनकाला ज्ञान सत्संग}

एके समयी, ऐसे घडले, याज्ञवल्क जनकापाशी |

ठरवुनी गेले, मौने राहीन, स्वये बोलणे ना त्याशी || ३७६.

विनम्र वंदन जनके केले, उत्थापन ऋषीला दिधले |

सहजी पृच्छा जनके करिता, याज्ञवल्क हि उत्तरले || ३७७.

(दिवसा आदित्य ज्योतीने व्यवहार)

"कवण ज्योतीने, करि व्यवहारा, पुरुष, ऋषीवर हे सांगा"?|

"मार्तंडाच्या तेज-प्रकाशे, वाहवी कर्मांची गंगा || ३७८.

आदित्य-ज्योतीने तो येतो, आणि प्रकाशे त्या जातो |

सारी कर्मे, त्याच प्रकाशी, तेणे दिव्यचि अनुभवितो "|| ३७९.

(आदित्य अस्तास गेल्यावर चंद्र-ज्योतीने व्यवहार )

"याज्ञवल्क, जंव आदित्य अस्ती, कैसे करितो व्यवहारा?" |

ऋषि सांगती, चंद्रमाचि ती, ज्योती तयाच्या व्यापारा || ३८०.

जनक विचारी, अंवसेला ते, भानु-शशी उभयचि ना |

ऐशा समयी, कवण प्रकाशे, पुरुष करित व्यवहारांना ?|| ३८१.

(उभय नसता अग्नी-प्रकाशी व्यवहार)

ऋषी सांगती, अग्नि-ज्योती, तया प्रकाशे कार्य करी |

अग्नि गुप्त परि, नित तेजस्वी, गोचर घालवी, अंधारी || ३८२.

जनक विचारी, परि ऋषिवरा, शमन तीनही ज्योतीचे |

ना आदित्य नि नसे चंद्रमा, शमनहि असता अग्नीचे || ३८३.

(तिन्ही नसता, ध्वनीने व्यवहार)

ऐशा समयी, कवण प्रकाशे, पुरूष कैसे कार्य करी ?|

ऋषि सांगती, वाणी ज्योती, तिज आधारे कार्य करी || ३८४.

कृष्ण जरि अंधार जाहला, ध्वनी सहाय्या ये पुरता |

श्रवणी ऐकता, पुरुष ओळखी, कवण कार्य घेणे हाता ?|| ३८५.

जनक विचारी, "शब्द मौन ते, ऐसे ऋषिवर ते असता |

पुरुषा प्रकाश कवणे द्यावा, सांगावे आपण आता" || ३८६.

{ध्वनी अभावी आत्मज्योतीने व्यवहार )

ऋषि सांगती, सारे शमता, आत्म-ज्योती जि नित हृदयी |

साथ सर्वहि सुटली तरीही, आत्मारामचि ये समयी || ३८७.

जन्मोजन्मी जागृती-स्वप्नी, साथ तयाची नित्य असे |
हृदयीची ती दिव्यचि ज्योती, नित्यचि मार्गा दावितसे || ३८८.

देहही थकला, गात्रे शिणली, लोचन मंदचि ते झाले |
वाणी स्तब्धवे, श्रवण निकामी, सारे जरि ते अंतरले || ३८९.

मिटता नयने, अंतर्यामी, दिव्यज्योती श्री हरीची |
सुयोग्य मार्गातेचि दाखवी, कृपा नेहमी ती त्याची || ३९०.

(आत्मारामाची साथ देह असतांना आणि नसतांनाही)

देह असो वा नसो तरीही, साथ ती आत्मारामाची |
मन-बुद्धी सह जावे शरणी, वाट दावी दिव्यत्वाची || ३९१.

गुह्य सांगती ऋषिवर उकलुनी, जनक ऐकती श्रद्धेने |
आत्मा जरि तो, एकचि नृपवर, विविधांगी तो कार्याने || ३९२.

प्राण म्हणोनी देह चालवी, तेंव्हा तो विज्ञानमयी |
हृदयी अंत:ज्योती रूपाने, उभय लोकी तो त्या समयी || ३९३.

जीव-शिव हे पक्षी एकचि, दोन देह ते तरुवरती |
एक करीतसे प्रपंच सारा, दुजा अनुभवी परि शांती || ३९४.

(अंतरीचा आवाज नित्य विवेकाचा मार्ग दाखवितो)

प्रपंच कार्यी, पंच-प्राणे, सावरीत नित देहाला |

प्राणशक्ती नि कार्यशक्ती ही, उभवित जीवन कार्याला || ३९५.

देहाची स्वकर्मे करवी, उचित कार्ये जगताला |

विवेक-वैराग्ये, जी कर्मे, साकारती ते विश्वाला || ३९६.

प्रत्येकाचे कार्य वेगळे, तशीच साधन क्षमताही |

सारे पाही आत्मारामचि, जीवन सुलभचि ते होई || ३९७.

दुजा शिव तो हृदय-राऊळी, अंत:ज्योति पुरूष तो |

अति तेजस्वी, आणि समर्थचि, शाश्वत ऐसा प्रकाश तो || ३९८.

(अंतरीचा आवाज आत्मारामाचा अचूक विवेक सुचवितो)

कार्ये करवी, परि अलिप्तचि, त्रिलोकांत तो हिंडतसे |

अस्तित्वाला तोच सावरी, त्याचा प्रकाश नित्य असे || ३९९.

मन-बुद्धि-तर्के उतरंडी, वेध घेत तिही लोकांचा |

तटस्थतेने वेध घेतसे, जागृती आणि स्वप्नांचा || ४००.

(निदिध्यासन महत्व)

जेंव्हां आपण निदिध्यासनि, सीमा देहाच्या न नडे |

ब्रह्मशांतीशी एकरूपता, तुर्येशी पूर्णत्वी जडे || ४०१.

तेंव्हां होई एक-रूपता, तुर्या नि मी अलग नसे |

जीव-शिव ते एक जाहले, ब्रह्मानंद अपार असे || ४०२.

देह सोडिता आत्मारामचि, येत साथीला नव-पंथी |

जन्मोजन्मी साथ तयाची, तोचि अनुभवी, ती शांती || ४०३.

जीवनी कैसे ते वर्तावे, आवाज अंतरीचा सांगे |

काय करावे, आणि कैसे, कल्याणचि हो त्या योगे || ४०४.

ऐशा आत्मारामा जाणुनी, साधावी ती नित मुक्ती |

नर देहाचे सार्थक व्हावे, पूर्ण विवेक अनासक्ती || ४०५.

जेहि वाट्याला आले ते, आदेश त्याचाचि मानी |

निभवी पुरत्या कौशल्याने, नित्य ठेवी, संतोष मनी || ४०६.

## ऋचा ८९-

## {आत्म्याचे देही अवतरण}

अंत:ज्योतिरुप दिव्य पुरुष तो, देह जन्मता व्यापियतो |
पावन आत्माराम असे तो, कार्य चेतनेशी देतो || ४०७.

देह व्यापिता, सहजी चेतना, म्हणती 'जीवात्मा' त्याशी |
कार्य तयाचे देणे उर्जा, असणे अलिप्त देहाशी || ४०८.

मूळ ब्रह्म ते परि विसरते, ओळख आपुली मायेने |
वृथा भास त्या, 'देह असे मी,' लिप्त तया अज्ञानाने || ४०९.

द्वैतामाजी सहजी रमतो, प्रपंची गुंतुनिया जातो |
पाहुनिया ही मायानगरी, नित्य बंधनी तो फसतो || ४१०.

(मायेत गुंतून भौतिकामागे धावणे व्यर्थ )

येता असती हात रिकामे, देह सोडिता तैसेची |
पाही जगती रोज हे तरी, चटक तया आसक्तीची || ४११.

जेही येती त्या संपर्की, 'माझे-माझे' त्यांस म्हणे |
लाभे त्याचा विरह कधीतरी, अनुभवाने हे जाणे || ४१२.

तरीही ममत्व न सोडी आणि, शोक मोही मग ते फसणे |
विरहे शोकी पुरता बुडतो, नित्य जरि नसते असणे || ४१३.
कधिहि जे नव्हते माझे, फुकाचि बंधन वाढवितो |
दोन दिनांचा जरि पाहुणा, तरी 'माझे माझे' म्हणतो || ४१४.
विषयांचे बहु भोग भोगिता, विषयानंदी तो रमतो |
क्षणिक सुखाच्या पुनश्च मोहे, मिळवाया धावत सुटतो || ४१५.
अल्पकाळचि सुख ते लाभे, पुढे दुःखमय होत असे |
विवेक नसता, अज्ञानाने, मोह तयाचा सुटत नसे || ४१६.
क्षणिक भोग ते येती-जाती, पुन्हा चाखण्या यत्न करी |
पापाचरणी सहज धाव ती, कर्मफलांच्या आहारी || ४१७.
मूळ ब्रह्मीच्या थोरपणाला, पुरता विसरुनिया जाई |
पुरा अडकता, मायामोही, फुका सानपण ते घेई || ४१८.
कर्मफले नि भोगवासना, तसेचि इच्छापुर्तीला |
जन्म-मृत्युच्या चक्री सांपडे, सुख-दुःखहि ये भोगाला || ४१९.
जैशी कर्मे तैशी योनि, चक्र कदा हे थांबेना |
परि अज्ञाने, योग्य मार्ग तो, त्याशी कदा तो गवसेना || ४२०.

हिंडे तीर्थे, कुण्याही क्षेत्री, परि मायेला ना सोडी |

श्रेयस ऐवजी प्रेयसचीचि, तया वृथा वाढे गोडी || ४२१.

देही येता, मानव जन्मी, फल-भोक्ता तोच होई |

देह सोडिता, आत्मदेव तो, ब्रह्मरुपी आपुल्या जाई || ४२२.

## ऋचा ९० -९१ {अवस्था}

देही असता, पुरुषाची त्या, दोन अशी असती स्थाने |
एक जागृति, दुजे सुषुप्ति, संधी जोडते स्वप्नाने || ४२३.
स्वप्नी असता, जागृती मधुनि, निवडुनी उभवी दृश्याला |
गाढचि निद्रा असे सुषुप्ति, जवळीक ती परलोकाला || ४२४.
स्वयेची दृश्ये बनुनी पाही, द्रष्टा ऐशा अलगपणे |
स्वये निर्मी तो प्रकाश बघण्या, कल्पनेतली ती स्वप्ने || ४२५.
दुज्याशी दुःखे, देता होती, पीडा तयाला त्या नाना |
स्वप्नि जीवात्मा, तेही पाही, जाणीव होई त्याची मना || ४२६.
सकल चेतना, सुप्त सुषुप्तीत, अल्पशक्ती परि काम करी |
जीवात्मा परमात्मा जवळी, जरि विरतसे ती दूरी || ४२७.
परि अज्ञाने जवळी असता, जाण न त्या निजरुपाची |
केवळ जाण ती आनंदाची, गाढ अनुभूती निद्रेची || ४२८.
निद्रेमाजी पडती स्वप्ने, आत्मपुरुष दृश्ये उभवी |
नसता रथ नि अश्व-मार्ग हि, सकलचि द्रष्ट्याशी दावी || ४२९.

आनंद दुःख नि प्रमोद नसता, नसता डोंगर नि नगरे |
स्वप्नी उभवी निज-मायेने, वाटे द्रष्ट्या सर्व खरे || ४३०.

हे नच द्रष्ट्याच्या इच्च्छेने, कदापीही ते परि होई |
निवड सकल ती, त्या पुरुषाची, तो दावी, द्रष्टा पाही || ४३१.

स्वप्न जागृती वा कि, सुषुप्ति, आत्मा एकचि तो कर्ता |
ब्रह्मांडा चाळवी मायेने, द्रष्टा केवळ अनुभोक्ता || ४३२.

काय केधवा, कसे घडावे, सर्व नियोजन तोचि करी |
सारे करुनी, अलिप्त राही, नित्य असे तो पैलतीरी || ४३३.

{येथून पंक्ती क्रमांक ५०० पर्यंतचे वाचन मनन आणि निदिध्यासन अवश्य करावे. जीवन सफल करणे आणि या जन्माचे सार्थक होणे यासाठी हे आवश्यक आहे. ज्याला हे जीवन यशस्वी करावयाचे त्यांनी हा अमृत मार्ग अवश्य आचरावा}

## ऋचा ९२-९३ {मृत्यू काली होणारी स्थिती}

ठरल्या वेळी, निश्चित स्थळी ते, असे सोडणे देहाचे |
व्याकुळ होई जीव तेधवा, प्राण-शक्ति ती मनी येते || ४३४.

दुर्बल ऐशी होती इंद्रिये, ज्ञान-कार्य ये संपुष्टी |
मंद नि क्षीणही होई दर्शन, हळू दुरावे ती दृष्टी || ४३५.

ज्ञान-इंद्रिये धर्म विसरती, दर्शन, श्रवण न मनन घडे |
देह सोडुनि अंश-रूपाने, सारी जमती जीवाकडे || ४३६.

आणि अंती प्राण प्रयाणा, श्वास सोडी तो अंतीचा |
मन नि इंद्रिये, प्रारब्धासह, धरिती मार्ग प्रयाणाचा || ४३७

(दुर्लभ जन्म मिळुनही आयुष्याच्या निरर्थक अपव्ययाची भावना)

जीवन-पट पाही संक्षेपे, काय अधिक नि काय उणे |
म्हणे ईश्वरे सारे देऊनिही, उगा गुंतलो मायेने || ४३८.

माझे करणे माझे हाती, असता भुललो विषयांना |
किती वासना, किती कल्पना?, अंती हाती कांहीच ना ! || ४३९.

अतृप्ती आणि संस्कारहि ते, प्रारब्धाच्या गाठोडी |
कर्म ज्ञान नि अन्य स्मृतींना, स्वयेची प्रारब्धा जोडी || ४४०.

एक क्षणीची घडते सारे, वेळ गेली ती हातीची |

पश्चात्ताप नि शोक हि सारे, अनुभूति देती नरकाची || ४४१.

जेहे केले, सर्व आठवे, कृत-कर्मांच्या चित्रपटा |

गेली वेळ न ये माघारी, बंदचि साऱ्या त्या वाटा || ४४२.

म्हणुनि जीवन उदात्त व्हावे, निर्मल मन नित्यचि हवे |

सारे कांही, आपुल्या हाती, भले-बुरे सकला ठावे || ४४३.

**ऋचा ९४- {मृत्युनंतर}**

**गवताच्या एका पात्याहुनि, सहजी दुज्यावरी अळी जाते |**

**तैशीचि त्या नवीन देही, प्राण-ज्योती स्थिरावते || ४४.**

## ऋचा ९५, ९६ – {नव जीवन व कर्म रचना}

नवीन देही, पूर्णचि क्षमता, अलंकार जणु नवा घडे |
अशुद्धि काढुनि सुलभचि रचना, नवीन वाटहि जीव निवडे||४४५.

मात्र अविद्या पूर्व-जन्मीची, मागील देणी संगतीला |
कर्म-फलांना जसा योग्य तो, देह मिळतसे जीवाला || ४४६.

नियम एकचि शाश्वत येथे, जेही पेरिले ते उगते |
कर्मे करिता, ध्यानी जयाच्या, करी निष्कामचि कर्माते || ४४७.

जेही वाट्याला आले ते, ईश्वर मनोगतचि असे |
पुरत्या निष्ठेने करि कर्मे, हरिचरणी ती अर्पितसे || ४४८.

सारे करुनी अलिप्त राही, पूर्ण विरक्ती असे मनी |
त्याशी बाधिना फळ कर्मांचे, नित्यचि हे ठेवी ध्यानी || ४४९.

रंगपटाचि संपे भुमिका, सोंगहि सारे उतरावे |
काय जाहले, कोणासाठी, सारे सारे विसरावे || ४५०.

येई रिकामा, जाई रिकामा, प्राक्तन कर्मचि घडवितसे |
भविष्य आपुले आपुल्या हाती, कारण अन्यचि कुणी नसे||४५१.

(मानव-जन्म हे विलक्षण द्वार – वर्तमान फक्त आपल्या हाती )

हरिपाठी सांगती ज्ञानेश्वर, द्वारी उभा तूं देवाच्या |
नाही भरवसा जीवन काला, नको आहारी मोहाच्या || ४५२.

एका बाजूस माया नगरी, आमिष विषयानंदाचे |
दुज्या बाजूला, सत्कर्मे नि, परहित साधन सेवेचे || ४५३.

मुक्ती हवी कि, बंधन निर्णय, तुझा तूचि तो निवडावा |
श्रेयस प्रेयस दोन्ही येथे, बंधन कि, तुज मोक्ष हवा ?|| ४५४.

(कुकर्माने धनलाभ पण दुर्गती निश्चित)

कुकर्म जगती करीता दिसते, अमाप धन सहजी मिळते |
फिरता काळाचे ते फांसे, सारे हातीचे जाते || ४५५.

स्तुतिपाठक नि हांजी हांजी, पाठ फिरविती दुज्या क्षणी |
प्रारब्धचि ते असे संगती, जैशी करणी तैशी भरणी || ४५६.

अंतरीचा तो चित्रगुप्तचि, सारे पाही क्षणोक्षणी |
इहलोकी एकटा कदा ना, ईश्वर पाही त्याची क्षणी || ४५७.

अजुनि तरी तूं जागा होई, अध्यात्माची वाट धरी |
मार्ग दाविण्या सुयोग्य पंथा, मदतीला ये स्वये हरी || ४५८.

## ऋचा ९७- {दोन पक्षी-जीव आणि शिव}

उपनिषदीचे दोन पक्षी ते, देह तरुवरी नित असती |
एक भोगितो, प्रपंच गोडी, दुजा विरक्तचि मनी शांती || ४५९.

श्रेयस्कर ते काय करावे, अंतर्मन नित सांगतसे |
निवड आपुली, ती कार्याची, दैव जयाने निपजतसे || ४६०

गीता ज्ञानेश्वरी उपनिषदे, सर्व सांगती, काय भले |
शुद्ध मनाने विचार करिता, उरेल बंधन ते कसले ?|| ४६१.

जया उमजले, माया सगळी, सहजी विरते आसक्ती |
मार्ग धरितसे निज-बोधाचा, गळुनी बंधने ती पडती || ४६२.

गीतेत सांगे हरी स्वयेचि, आश्रय माझा तो घेता |
त्याचे जीवन मी सांभाळी, भक्ता माझ्या नच चिंता || ४६३.

## ऋचा ९८ ते १०२ {कामना शुद्धी व फलित}

असा विवेकी नि वैरागी, हांव कामना ज्या नाही |
करि व्यवहारा परि ना गुंते, स्वये ब्रह्मचि तो होई || ४६४.

आत्मारामचि स्वरूप आपुले, सहजी लाभ तो याजन्मी |
हरी होऊनि हरीशी भजावे, स्वयेचि जगताचा स्वामी || ४६५.

भाग्यवान जो, पवित्र देहा, कात टाकुनि सर्प जसा |
नवतेजाने करितो सळसळ, पूर्व जन्मीचा विरे ठसा || ४६६.

सबाह्य अभ्यंतरी दत्त जो, ज्ञानदृष्टीला, नित्य दिसे |
सारे जगतचि होई हरिमय, हरी होऊनिया हरीत वसे || ४६७.

पूर्णकाम नि आत्मतृप्त जो, देह लावी परहिताला |
शून्य स्वार्थ नि मनोकामना, सोडी पुरे अज्ञानाला || ४६८.

तो नि जगत हे द्वैत न उरते, स्वये तोचि हे विश्व असे |
आत्म्याचे साम्राज्यचि मंगल, दुःखाला तर वाव नसे || ४६९.

चराचरचि तो होई जाणे, मनोगतहि ते मुंगीचे |
कृती नि शब्दहि, सारे मौनचि, हितचि पाही विश्वाचे || ४७०.

ज्ञानमयी ती दृष्टी होता, शून्य वासना त्या होती |
मनी ध्यानी नि कृतीत सगळ्या, ब्रह्माविण ना अन्य मती || ४७१.

ज्ञान अमृते चिरंजीव तो, भय नाही ते मरणाचे |
देह तयाचा केवळ साधन, कार्य कराया जगताचे || ४७२.

निर्भय नि निःशंक असे तो, सकल विश्वहि तोचि असे |
ब्रह्मज्ञानी कृती जी करी ती, पुण्यावाचुनि अन्य नसे || ४७३.

शत्रू मित्र नि स्वजन नि परके, नसे विषमता कवणाशी |

सारे त्याचे, तो सर्वांचा, स्वार्थी वर्तन न कोणाशी || ४७४.

तो करितो ते सर्व हिताचे, वाणी त्याची सन्मार्गी |

सर्व कृती आदर्श तयाच्या, योग्यांचाही तो योगी || ४७५.

संतुष्टचि तो नित्य असे त्या, सुख-दुःखाला वाव नसे |

लाभे जीवनी जेहि त्याला, प्रसाद श्रीहरीचाची असे || ४७६.

## ऋचा १०३- ११२ {ब्रह्म निष्ठ}

मन त्याचे ते नित्य स्थिरचि, निश्चल होऊनि जग पाही |

जेही पाही, आणि अनुभवी, क्षोभाची वार्ता नाही || ४७७.

सारे वाटे आत्मरूप त्या, सकालाठायी तोचि वसे |

समानता वर्तनी तयाच्या, द्वैत तयाला कुठे नसे || ४७८

तो ऐके नि पाही, जाणे, सकली अनुभूती श्रीहरीची |

ज्ञान इंद्रिये तया ज्ञान दे, अनुभूती एकचि ब्रह्माची || ४७९.

मनन नि अन्य साधना, गरज तयाला नच उरली |

हरीसवे हरीलाची अनुभवे, हरिमय दृष्टी ती झाली || ४८०.

तया जाणणे, प्राप्त कि करणे, ऐसे कांही नच उरले |

स्वये ब्रह्म तो नित अद्वैती, सारे हरिमय ते झाले || ४८१.

अनंत अद्वैती तो नित्यचि, सकल एकले ब्रह्म असे |

नसे भिन्नता कुठे जराही, जरि व्यवहारा करीतसे || ४८२.

ज्ञानाज्ञान नि ज्ञेयहि तोचि, कांही जाणणे नच उरले |

साक्षीभावे नित्य अलिप्तचि, अस्तित्वहि धन्यचि झाले || ४८३.

एक ज्योती ती, दुज्यात मिळता, अलगपणा तो नच उरला |
सागराशी ती मिळता गंगा, एकपणाचि सकल जला || ४८४.

गंगेसम तो पावन निर्मल, अभाव द्वैताचा झाला |
स्वयेचि सुखमय, नित स्वानंदी, शोक दुःख नसे त्याला || ४८५.

याज्ञवल्क सांगे जनकाला, करूनि अकर्ता तो असतो |
परमगती ही कैवल्याची, परमानंदी तो वसतो || ४८६.

स्थल-कालाच्या पैल असे तो, त्रिकाल ज्ञानी सदा असे |
कुणा पाहता, सहजी जाणे, अंतर्मनी ते काय वसे || ४८७.

खुंटलेचि ते येणे-जाणे, सकलचि जेंव्हां तोचि असे |
एके ठायी जरि बैसला, पूर्ण जगी परि तोचि वसे || ४८८.

त्याच्या आनंदा, नसेचि तुलना, सर्वश्रेष्ठ ती सुखमयता |
स्वये सच्चिदानंदचि असता, शब्दी न वर्णन ये करता || ४८९.

सत्पुरुषाचा ऐशा घडता, सत्संगचि तो अल्प जरी |
आनंदाने न्हाऊनि निघतो, स्वये भेटला जणु हरी || ४९०.

एक ब्रह्मी त्या समरस होता, अन्य कामना ना उरल्या |
पूर्णकाम ही अशी अवस्था, इच्छा मनीच्या त्या विरल्या || ४९१.

यात्री अनंताचा तो असता, प्रवास ना संपे येथे |
ब्रह्मानंदी नित्य विहरता, अंत नसे या यात्रेते || ४९२.

पावन मंगल, नवीन क्षितीजे, उज्वलता अधिकचि विलसे |
देवाचाही देव होतसे, अनंतास या अंत नसे || ४९३.

ब्रह्मज्ञानी ब्राह्मण तोचि, जेही करी ते पुण्य असे ||
चुकुनि कदा ना मार्ग वाकडा, मांगल्यची ते त्यांत वसे || ४९४.

परब्रह्म हे निर्गुण निश्चल, अद्वैती सकला व्यापी |
जोही जाणतो ब्रह्मवेत्ता, तो नित रमतो आत्मरूपी || ४९५.

परमसत्य ते हेचि जाणणे, याहुनि ज्ञेयहि अन्य नसे |
तोचि ब्राह्मण, स्वये ब्रह्मचि, स्व-स्थ असोनि शांत असे || ४९६.

आपणामाजी ब्रह्म पाहतो, सकला आत्मरुपे पाही |
तया कुणी ना आपुले परके, सर्वत्रचि असतो तोही || ४९७.

ब्राह्मतेज ते जाळी पापा, कुवासना नि दुर्गुण ते |
जोही संपर्कात येतसे, अनुभवी तो मांगल्याते || ४९८.

तोचि तुर्या, परब्रह्मचि, वंदनीय जगती होतो |
मी माझेपण तया न उरते, नित ब्रह्माशी समरसतो || ४९९.

(जनकाला ब्रह्मज्ञान झाल्याचा याज्ञवल्कास आनंद)

याज्ञवल्क सांगे जनकाशी, ब्रह्मज्ञान तुला झाले |
अमृतगंगा ही ज्ञानाची, चिरंजीव तुजला केले || ५००.

विरली आता सकल बंधने, लेश न उरला पापांचा |
देव-महर्षी झुरती ज्यास्तव, लाभ तुला त्या ज्ञेयाचा || ५०१.

(जनकाची कृतज्ञता)

भाग्यवंत तूं विदेह जनका, ब्रह्म स्वयेचि तूं झाला |
जनक तृप्त तो ब्रह्मानंदे, कृतज्ञ भावे तो वदला || ५०२.

गुरुवर्य ही कृपा आपुली, देह नि राज्यहि अर्पियले |
आता मी ना उरलो माझा, तुझिया करी मी सोपविले || ५०३.

तरिच महात्मा होई ब्राह्मण, आत्मज्ञाने जंव न्हाला |
तो अज-शाश्वत निर्गुण ब्रह्मचि, ब्रह्माशीचि समरसला || ५०४.

दिव्यत्वाची तो चि मूर्ती, जरा मरण नाही त्याला |
त्या अस्तित्वे मंगल होई, सिद्धी तयाच्या वाचेला || ५०५.

## ऋचा ११३- ११९ {याज्ञवल्क –मैत्रेयी संवाद }

याज्ञवल्क त्या दो अर्धांगिनी, कात्यायनी नि मैत्रेयी |
सालस सद्गुणी पतिव्रता त्या, प्रेम ऋषीचे ते उभयी || ५०६.

कात्यायनी होती संसारी, प्रपंच-कार्यी रमत असे |
परि मैत्रेयी ब्रह्मवादिनी, बोध-लालसा मनी वसे || ५०७.

याज्ञवल्क ऋषि उभया बोले, निर्णय मनी संन्यासाचा |
माझे जेही सोडुनि आता, मार्ग धरि कैवल्याचा || ५०८.

जेही माझे, सारे तुमचे, जैशी रुचि ते-ते घ्यावे |
ज्याशी प्रिय जे, त्याने घ्यावे, जीवन आनंदे जावे || ५०९.

**(मैत्रेयीचा पतीला प्रश्न –**

**भौतिक लाभाने अमृत-तत्व लाभते काय?)**

**यावरती मैत्रेयी वदली, ऋषिवर उणीव न आपणाला |**

**भौतिक, अध्यात्मिकहि लाभले, बहार नित्यचि भाग्याला||५१०.**

**हे सुवर्ण नि, अमापचि धन, जरि हे माझेचि झाले |**

**तेणे अमृततत्वप्राप्ती, होईल मज कां? ऋषि बोले || ५११.**

## (याज्ञवल्क यांचे उत्तर)

“नाही प्रिये त्या भौतिक लाभे, भोग-विलास नि श्रीमंती |
ऐहिक सारे तुला लाभतील, परि न तयाने ब्रह्मस्थिती || ५१२.
वित्ते भौतिक जीही कामना, सदा पूर्तता ती होई |
परि विरक्ती आत्मबोधविण, ब्रह्मभाव ना निजठायी” || ५१३.
विनम्र भावे ऋषीस विचारी, अनुभव अमृत लाभाया |
सांगा ऋषिवर काय करावे, ब्रह्म अनुभूती मज व्हाया ?|| ५१४
याज्ञवल्क ते प्रसन्न होऊनि मैत्रेयीला हे वदले |
प्रिय तूं मजला, आधीच होतिस, वर्धन प्रेमाचे झाले || ५१५.

{सारे आपल्याला प्रिय- तेची प्रिय}

आता सांगतो गुह्य तुला मी, अनुभव अमृत ते तुजला |
कैवल्याचा मार्ग कथितसे, साठवी अंतरी बोधाला || ५१६.

(कुणीही आपल्याला होणाऱ्या आनंदास्तव प्रिय असते)

ऐक प्रिये, या जगतामाजी, प्रिय आत्म्याविण कांही नसे |
पतिसाठी ना, प्रिय पती तिज, आत्म्यास्तवचि प्रिय असे || ५१७.

पतीला नच प्रिय पत्नी त्याची, पुत्रास्तव प्रिय पुत्र नसे |

सारे प्रियचि ते आत्म्यास्तव, वित्त, धन नि प्रिय ज्ञान तसे || ५१८.

स्नेह नि ममता, सारे, सारे, प्रिय सर्वचि ना सर्वांना |

एका आत्म्यास्तवचि प्रेम ते, प्रिय वाटे ते सकलांना || ५१९.

ज्या प्रेमाने आत्मसुख मिळे, त्याची आवड सकलांना |

श्रवण मनन नि निदिध्यासनही, आत्म्यास्तवचि ना अन्या || ५२०

(ब्रह्मज्ञान हेच खरे सुखदायी)

एकचि ब्रह्मज्ञान जयाने, व्याधी क्लेश चिंता न उरे |

अपार आनंदे सुखमयता, प्रलोभने नि भ्रांती सरे || ५२१.

आत्मज्ञानी नीरव शांती, ब्रह्मानंदचि आकंठे |

सारे कांही, प्राप्त तयाला, ब्रह्मचि त्या ठायी प्रगटे || ५२२.

आत्म्याहुनि जो भिन्न जाहला, त्याशी सदा सारे त्यजिती |

ब्राह्मण क्षत्रिय देव भुतेहि, त्याशी आपुला ना म्हणती || ५२३.

## ऋचा १२०-

## {ध्वनी द्वारा आत्मज्ञान (याज्ञवल्क –मैत्रेयी संवाद)}

दुंदुभी वाजविता ती कुणीही, मंगल येई श्रवणी ध्वनी |
ध्वनी नियंत्रण करण्यास्तव परि, समर्थ होई नच कोणी || ५२४.

हवा तसा तो ध्वनी काढण्या, ज्याने ध्वनी हा वाजविला |
प्राप्त तयालाची तो करणे, स्वयेचि वादक जो बनला || ५२५.

तैसा पावन ध्वनी आत्म्याचा, येता भाग्याने श्रवणी |
जये निर्मिला, परमात्म्या त्या, हृदयमंदिरी बैसवुनी || ५२६.

त्याशीचि तादात्म्यास साधणे, हरि होऊनिया हरी भजणे |
नादब्रह्म ते पूर्ण समरसे, कृतार्थ जीवन ते तेणे || ५२७.

## ऋचा १२१. {

## सदाचार व सत्शास्त्रे द्वारा आत्मज्ञान (याज्ञवल्क –मैत्रेयी संवाद)}

जैसे ओले काष्ठ पेटता, धूर अग्नितुनी चोहीकडे |

सारे वेद नि सत्शास्त्रेहि, प्रभु-निश्वासे सारीकडे || ५२८.

मनी सदिच्छा, पुण्यकृतीही, साधुभाव नि सद्भावा |

सृजन होतसे परमात्म्यातुनी, मांगल्याचा तो ठेवा || ५२९.

ग्रहण न आकलन मांगल्याचे, घडवी श्रीहरीची प्राप्ती |

क्षणक्षण जीवनी मंगल होता, सहजी समरस भगवंती || ५३०.

## ऋचा १२२, १२३{सकल विश्रांतीचि विश्रांती तोच हरी }

## (याज्ञवल्क –मैत्रेयी संवाद)

जलौघ सारे धरतीवरचे, निवास सागर एक तया |
स्पर्श त्वचेत नि गंध नासिकी, रसनेतची रस जात लया || ५३१.

सर्व रूपांचा चक्षुतचि लय, लय शब्दांचा तो श्रवणी |
संकल्पांना सकल मनी लय, विद्या-लय हृदयस्थानी || ५३२.

(अनुभूती लाभली तरच उपयोग, बाकी सारा देखावा)

सारे वेद नि श्रुति स्मृतीही, ज्ञानमार्ग जो दाखविती |
श्रवण मनन नि निदिध्यासान ही, कशास्तवचि हे अंती ?|| ५३३.

केवळ ज्ञानचि ना उपयोगी, जोवरी ना ये अनुभूती |
होडी ज्ञानाची ती नेई, पैलतीरी केवळ शांती || ५३४.

विरले ज्ञान नि सर्व साधने, लयहि होतसे, स्वरूपाचा |
भोग नि भोक्ता, ज्ञेय नि ज्ञाता, होई लय तो सकलांचा || ५३५

जेथं पोचणे, तेचि होतसे, परब्रह्माची अनुभूती |
जेथे केवळ ब्रह्मानंद नि, नीरव निश्चल ती शांती || ५३६.

भगवंता नलगेचि शोधणे, सबाह्य तोचि कोंदटला |
ज्ञानदृष्टी नि शुद्ध प्रेमचि, जाणवी त्या अस्तित्वाला || ५३७.

स्व-संवेद्यचि तो, स्फुरतो हृदयी, सोहं सांगे ‘मीचि हरी’ |
पूर्ण विरक्ती आणि विवेके, हरिविण जाणीव नच दुसरी || ५३८.

मी माझेपण सोडुनि देता, अहंवृत्ती सुटता पुरती |
ईश-तत्व ते सहजी प्रकटे, होई पुरती अनुभूती || ५३९.

स्वये मीचि, मज कसा शोधणे?, येथे केवळ अनुभवणे |
म्हणुनि ‘नेति-नेति’ म्हणती ते, वेदहि; जाणा बोधाने || ५४०.

खडा सैंधवाचा बघता तो, कणकण क्षारे व्यापियला |
सारे-सारे ओतप्रोतचि, तैसा श्रीहरी कोंदटला || ५४१.

सबाह्याभ्यंतरीं एक तो, अन्य त्याविना कांही नसे |
अशी कोणती नसेचि जागा, जेथे परमात्मा न वसे || ५४२.

पूर्णपणे प्रज्ञान-घनचि तो, उजेडात तम जरा नसे |
सर्वव्यापी तो ब्रह्मांडीही, कणाकणातही व्याप्त असे || ५४३.

देहप्रयाणी तया वियोगे, ज्ञानाचा आधार तुटे |
चैतन्याच्या संपर्काने, ज्ञान प्रतीतीसह दाटे || ५४४.

वियोग होता तो आत्म्याचा, सुगंध पुष्पी ना उमगे |

प्रकाश नसता, ते अंधारी, दृष्टी-ज्ञान लय त्या संगे || ५४५.

## ऋचा १२४. १२५, { मैत्रेयीची विचारणा व ऋषींचे उत्तर }

### (मृत्यू नंतर इंद्रिये निरुपयोगी)

ऐकुनी हे मैत्रेयी म्हणते, संभ्रम मजलागी झाला |
देह सोडिता, ज्ञान स्तब्धवे, इंद्रिये न उपयोगाला ?|| ५४६.

याज्ञवल्क ते उकलचि करिती, ज्ञान न उपयोगी असते |
आत्मशक्तीविण, दुबळी इंद्रिये, आकलन ते तेंव्हा नसते || ५४७.

इंद्रिये न ती कदाचि सक्षम, नसता स्पर्शचि आत्म्याचा |
सर्व जाणीवा लयस्थान ते, श्रोत एकचि ज्ञानाचा || ५४८.

तो डोळ्यांचा डोळा असतो, श्रवणांचेहि श्रवण असे |
त्याविण नासिक घ्राण-शक्ती ना, रसने ना रस जाणतसे || ५४९.

ग्रहण-शक्तीचा तोचि दाता, सूत्रधार तो जगताचा |
बाहुली कळसुत्री ती असता, सूत्रधारी कारण नाचा || ५५०.

देह पराधिन, आणि मर्त्य तो, मिश्रण केवळ तत्वांचे |
चैतन्येचि ज्ञानसहाय्ये, अविनाशी परब्रह्माचे || ५५१.

आत्मा जाता, इंद्रिये न ती, सारी केवळ ती माती |
निर्जीव, निष्क्रिय ज्ञानहीन ती, केवळ नामे ती उरती || ५५२.

द्वैत जोवरी, असे भिन्नता, घट-घट जल ते अलग दिसे |
एकचि जल परि पात्र वेगळे, नाम भिन्नता, त्यास असे || ५५३.

गंगा-गोदा-, सारे जाऊनि, सागर-जलचि हो त्याचे |
सारे एकचि अद्वैती ते, नसे नांवही भेदाचे || ५५४.

देही वर्तता, द्वैतचि सारे, आत्मशक्ती ये व्यवहारी |
परी एकले, ब्रह्म अद्वैती, तेथं शांतीविण नच दुसरी || ५५५.

सारे निर्गुण निश्चल, असता, ज्ञान शांतवे लय होई |
प्रगटाया ते देहचि साधन, सुप्त अन्यथा ते राही || ५५६.

ब्रह्मज्ञाना प्रगटुनी साऱ्या, याज्ञवल्क ऋषि झाले मौनी |
नियोजित त्या मार्गे जाती, हातचे सारे देवोनी || ५५७.

(याज्ञवल्क-मैत्रेयी संवाद संपला )

# ऋचा १२६- १२८

{ प्रजापतीचा उपदेश }

प्रजापतीला तीन अपत्ये, देव, असुर नि मानव ती |

वर्षे बारा ब्रह्मचर्य नि, गेले वंदिती प्रजापती || ५५८.

(देवानां उपदेश ‘द’ –दमन करा )

देव म्हणाले, आता निघता, समावर्तनी उपदेशी |

प्रजापती ते केवळ वदती, ‘द’ अक्षर तंव जीवनाशी || ५५९.

आणि विचारी काय उमगले, ‘द’ या अक्षर ज्ञानाने ?|

देवा दुर्लभ नसेचि कांही, अहं, वासना ‘दमन करा’ || ५६०

(सुदैवाने सुस्थिती लाभली असता वर्तन कसे असावे)

श्रेष्ठपणाची नको भावना, अहं मन्यता टाळावी |

नित्य आवरूनी मनी वासना, प्रीति परमार्थी व्हावी || ५६१.

जेंव्हा जीवनी वसंत येतो, अनुकुल होते सारेची |

सुखे सर्व ती हात जोडुनि, वाट पाहती आज्ञेची || ५६२.

काळ जणु तो देवपणाचा, कधिही भाग्याने येतो |

‘द; या देव-बोधा अनुसरुनी, सार्थ करावा काळचि तो || ५६३.

## (मानवानां उपदेश ‘द’ –दान  करा )

नंतर मानव प्रजापतीला, उपदेशास्तव ते विनवी |
प्रजापती ते त्याशी म्हणाले, ‘द’ ज्ञाने क्रमणा व्हावी || ५६४.

काय उमगले पुसता म्हणती, ‘दान श्रेष्ठचि या जगती’ |
दैवे लाभे, ते दानास्तव, नकोच अंतरी आसक्ती || ५६५.

प्रजापती तेणे संतोषे, दाने दुर्लभ ना जगती |
मानव जन्मी श्रेष्ठ दान ते, ना भाग्याला उणीव ती || ५६६.

गरजवंत जेणे संतोषे, सुखास तेथे नच सीमा |
दान श्रेष्ठ ते या इहलोकी, नसेचि त्या कांही उपमा || ५६७.

मानव जन्मी जेही लाभते, हवन द्रव्य ते मानावे |
दान धर्मी ते वेचुनि जीवन, संतोषाने फुलवावे || ५६८.

मला मिळाली भाकर अर्धी, परी उपाशी जरि दुसरा |
त्यातुनि थोडी तयाशी देता, स्वधर्म आचरिलाचि खरा || ५६९.

मानव जन्मा धन्य करावे, यथोचित देऊनी दाने |
प्रसन्न श्रीहरी सदा तयाने, सहाय्य करी तो प्रेमाने || ५७०.

**(असुरांना उपदेश ‘द’ –दया करा )**

**नंतर असुरांनी हि प्रार्थिले, प्रजापती, उपदेश करा |**

**म्हणे प्रजापती, आपण जीवनी, नित्य तुम्ही ‘द’ आचरा || ५७१.**

**(आयुष्यात कुणाला शासन करण्याची भूमिका निभावणे झाल्यास करावयाचे वर्तन)**

**काय उमगले? पुसता म्हणती, योग्यचि आम्हा सांगितले |**

**नको क्रौर्य नि त्रासभावना, ‘दया करा’ आम्हा कळले || ५७२.**

**स्थायी भाव जंव असे तमाचा, क्रोर्य नसावे आचरणी |**

**दया भाव तो ध्यानी धरिता, पाशवता ती नसे मनी || ५७३.**

**कधी भूमिका येते जीवनी, तमोगुणचि ये आचरणी |**

**कुणी सापडे दुर्गुण करिता, आपुल्या नि शासन हाती || ५७४.**

**किंवा शत्रू समोर असता, विपरित ऐशी त्याची स्थिती |**

**नको तेधवा सूड भावना, दया करावी त्यावरती || ५७५.**

**रणांगणीहि लढतांना ते द्वेष, व्यक्तिगत नसो कदा |**

**‘विगतज्वर’ होऊनि लढावे, गीता सांगे हेचि सदा || ५७६.**

कुणास कांही दुःख यातना, पाही त्याकडे करुणेने |
आत्मा एकचि, सकलांमध्ये, दयार्द्र बुद्धि अनुसरणे || ५७७.

झोपेमध्ये द्रौपदीपुत्रा, अश्वथामा जरि मारी |
माता गौतमीच्या दुःखाचा, विचार द्रौपदी तरी करी || ५७८.

ऐशी दयार्द्र बुद्धि अंतरी, मनी असे संताप जरी |
'द' अक्षर आसुरी वृत्तीला, सांगे आता दया करी || ५७९.

(परदुःखाचे तळतळाट- जीवन दुर्दैवी बनविते)

परदुःखे जे शाप लाभती, शतपट भोगची वाट्याला |
म्हणुनी हृदयी दया असावी, आनंद वाटे तो प्रभूला || ५८०.

देव-असुर या आपुल्या वृत्ती, कैशा लावाव्या वळणी |
प्रजापतीच्या उपदेशातील, 'द' अक्षर ठेवा ध्यानी || ५८१.

(येथे प्रजापतीचा तिन्ही संततीला दिलेला उपदेश संपला)

## ऋचा १२९- {वाणीचि धेनु रूप उपासना}

वाणी रूपाने असते धेनु, उपासने संतोषावी |
तिचे चार स्तन, वात्सल्याचे, दुग्धे सन्मार्गा लावी || ५८२.

(वाणीच्या सदुपयोगाने उपासना)

पहिला स्तन तो स्वधर्मपालन, दाने-कर्तव्ये उतराई |
जीवन सफलचि स्वधर्म यज्ञे, दाने ईशसेवा होई || ५८३.

दुसरा स्तन तो समर्पणाचा, कर्तेपण ते विसरावे |
जे वाट्याशी आले आचरुनी, ईश्वर चरणी अर्पावे || ५८४.

नको अहंता, नि कर्तेपण विरक्त बुद्धि नित्य हवी |
परहितसेवा हे हरिपूजन, प्रसन्नता त्याशी व्हावी || ५८५.

तिज्या स्तनातुनी सहानुभूती, ध्यानी धरावे 'तत्वमसि' |
संपर्की जो आला त्याच्या, समरस होई दुःखाशी || ५८६.

उद्या मीही जर अशाच दुःखी, असलो तरी त्या काय व्यथा |
जीव जाणुनि तो दुसऱ्याचा, यथोचित होई त्राता || ५८७.

आज असे मी समर्थ पुरता, विपरीतता करण्या दूर |
हे सामर्थ्य दिले हरीने, करि बेसुरा मधुर सूर || ५८८.

जीही क्षमता, अधीकारहि दैवे लाभे आपणाला |
सदुपयोग तो त्याचा करुनी, कणवे ओोळखी इतराला ||  ५८९.

कुणी संकटी, विपरित स्थिती, तरी न उपहासास करी |
यथामती नि यथाशक्ती ते, न्यावे त्याशी पैलतीरी || ५९०.

चवथा स्तन तो, निज-अवलंबन, पराधीनता टाळावी |
शक्ती आणि क्षमता जैशी, जीवनचर्या आचरावी || ५९१.

वाणी निर्मिती, प्राणापासुनि, प्राणा म्हणती वाणी-पती |
मनचि असते तिचे वांसरू, दुग्धे पोषण तयाप्रती || ५९२.

(या चारांच्या द्वारा जीवन व्यतीत करण्याचे सुफल)

वरील चारी जे आचरती, सुबुद्ध मन त्या साह्य करी |
सात्विक वर्तन, प्रेमळ वाणी, हेतू परहित नित आचरी || ५९३.

तेणे लाभे सहाय्य हरीचे, स्वहित नि परहितहि साधे |
समाधान संतोष जीवनी, नित्यचि तेणे आनंदे || ५९४.

## ऋचा १३० {वैश्वानर अग्नि}

आता विचार तो अग्नीचा, वैश्वानर नामे ख्याती |

तोचि जीवन नित्य सावरी, अग्नीमुळे ज्ञानी प्रगती || ५९५.

आधार वाणीला अग्नीचा, शब्दा तेजचि त्याच मुळे |

अग्नि हाचि जीवन-साथी, तेणेचि जीवन उजळे || ५९६.

(अग्नीचा आवाज ऐकणे)

उभय कान ते बंद करावे, तेंव्हां ऐकू येत ध्वनी |

आवाज सुप्तचि तो अग्नीचा, सुचवी स्वस्थताची जीवनी ||५९७.

परि ऐसा जर ध्वनी ना आला, समजुनी जावे त्यावेळी |

आता चिंतावे श्री हरीला, अंत:काळ आला जवळी || ५९८.

अग्नि असे ही जीवन शक्ती, पचन नि पोषण तोचि करी |

देह-यंत्रणा सुरळित तेणे, अग्निदर्शनी दिसे हरी || ५९९.

म्हणुनी अग्नीला वंदावे, कधी ओलांडूनी ना जावे |

अग्नि तेज ते असे ईश्वरी, वंदन त्याशी सद्भावे || ६००.

# ऋचा १३१ {तप}

तप ते होई विविध प्रकारे, ईश्वर प्रसन्न होई तपे |
जीवनात तप महात्म्य मोठे, असती तपाची विविध रूपे || ६०१.

(व्याधी हे तप)

व्याधी देही येता होती, तया यातना परोपरी |
असह्य कांही, अशा वाटती, प्रार्थी देवा, मदत करी || ६०२.

हेही असते तप दु:खात्मक, दोष देहीचे जाण्याला |
देह-यंत्रणा सुरळित होण्या, आरोग्य नियमित होण्याला || ६०३.

व्याधी सांगती, जीवन काली, काय नेमके टाळावे |
संयम नियमन यांतील दोषा, त्रिदोष नियमन साधावे || ६०४.

संवयी कोणत्या, असती श्रेयस, जये संतुलन साधावे |
व्याधीकाली आत्मनिरीक्षण, भविष्य दोषा टाळीतसे || ६०५.

ज्यांनी केले सहाय्य आपणा, त्यांचे शुभचि चिंतावे |
कृतज्ञता ती नित्य असावी, मांगल्यचि ते लाभावे || ६०६.

तेणे हे तप पावन होई, आचारण दोषहि ते टळती |
ऐशा घटना देती शिकवण, आचरण शुद्धी करविती || ६०७.

(श्रेष्ठ तप- परहित साधणे)

परहित वर्तन, आपदी सहाय्यहि, थोरचि ऐसे तप होते |

पडता-पडता कुणी सांवरणे, पुण्यमयचि तप ते होते || ६०८.

मृत्यू कुणाचा होता सहजची, जावे तेथे मदतीला |

शुभचि कर्म हे, सहज घडे तप, वर्धन होई आत्मबला || ६०९.

आपदी असता, धाउनी जाणे, यथाशक्ती करी मदतीला |

तप पुण्याचे होते आचरी, तेणे हरी तो तोषविला || ६१०.

साधुभावे, नि सद्भावे, महत्व जाणा सेवेचे |

जीवन आपुले, परहितास्तव, पूजन हेचि श्री हरीचे || ६११.

{श्री स्वामींना विनम्र कृतज्ञ वंदना}

स्वामी विद्यानंद कृपेने, उमगली ज्ञानाची सरिता |

आपण विद्यामुर्ती स्वामी, उकलचि गुह्याची करिता || ६१२.

कृपा आपुली, ग्रंथी लिहिता, अल्पबुद्धी मज शिकविले |

आशय जोही काव्यी आणण्या, आपण उद्युक्तचि केले || ६१३.

सद्गुरु माझे श्री ज्ञानेश्वर, कृपा तयाची मजवरती |

सहजी आपुला ग्रंथ लाभता, उमगे मी जरि अल्पमती || ६१४.

काव्यभाष्य संपन्न जाहले, कृपाची मंगल स्वामींची |
विनम्र वंदन चरणी त्यांच्या, शिकवण लाभे मोलाची || ६१५.

गहन विषय हा स्वामी प्रसादे, शब्द योजना सहजी मनी |
अर्पण रचना ही काव्याची, स्वामींच्या पावन चरणी || ६१६.

ग्रंथ वाचिता, मला उमगला, यथार्थ आशय काय असे |
फिटले अंधाराचे जाळे, ज्ञान लाभले, उत्तमसे || ६१७.

स्वामी विद्यानंद कृपेने, काव्यभाष्य शब्दी आले |
कृतज्ञ वंदन भावे आपणा, दिव्य ज्ञान तुवा दिधले || ६१८.

जरि तत्वज्ञानहि गहन तरी, उकले आशय तंवकृपा
गोड मानुनी घ्यावी सेवा, कठीणाशी केला सोपा || ६१९.

कठीण विषय हा, स्वामी प्रसादे, सहज सुलभता ती आली |
अर्पण आपुल्या मंगल चरणी, शब्द-सुमने हि अर्पयली || ६२०.

आशीर्वाद नि कृपा ती व्हावी, चुकले क्षमाचि ती करणे |
विद्येचे तर आपण सागर, रचना अल्प हि बुद्धीने || ६२१.

दोष यातले सारे माझे, समजुनिया घ्याव्या उणीवा |
ज्ञान महानचि ते स्वामींचे, बोधचि त्यांचा जाणावा || ६२२.

**बृहदारण्यक उपनिषद ज्ञान दर्शन  समाप्त**

**|| हरी ॐ ||**

**अण्णा**

**श्रावणी पंचम सोमवार सोमवती अमावस्या**

**०६/०९/२०२१**

# || ॐ नमः शिवाय ||

# बृहदारण्यक उपनिषद काय शिकविते ?

या मूळ ग्रंथाचे सहा अध्याय असून त्याच्या उपविभागास ब्राह्मण हि संज्ञा आहे.

अध्याय १ व २ यांचे ६ ब्राह्मण असून त्यांना मधुकांड किंवा उपदेश कांड म्हणतात.

अध्याय ३ व ४ यांचे ९ व ६ ब्राह्मण असून त्यांना उपपत्ती कांड किंवा मुनिउपदेश कांड किंवा  याज्ञवल्कीय कांड म्हणतात.

अध्याय ५ व ६ यांचे १५ व ५ असे यांचे  ब्राह्मण असून त्यांना उपासनाकांड किंवा खिल कांड म्हणतात.

उपदेशकांडात आत्मा व परमात्मा एकच असून एकच आत्मा सर्व ठिकाणी कसा व्याप्त आहे.हे स्वानुभव आधारे दर्शविले आहे.

याज्ञवल्ककांडात आत्मा व परमात्मा यांचे ऐक्य तर्काच्या अनेक युक्त्या वापरून दाखविले आहे. ‘अहं ब्रह्मास्मि’ हे यजुर्वेदाचे महावाक्य अध्याय ४ मध्ये विषद केलेले आहे.

खिल कांडात आत्मा व परमात्मा यांचे ऐक्य अनुभूत होण्यासाठी आवश्यक असे मार्ग सांगितलेले आहेत.

महर्षी याज्ञवल्क यांचे सारखे श्रेष्ठ तत्ववेत्ते या उपनिषदाचे द्रष्टे आहेत. हे उपनिषद गद्यात्मक आहे. यातील मैत्रेयी, गार्गी यांचे

याज्ञवल्क्याशी संवाद जनकाशी त्यांचे संवाद हे आत्मानुभूती कडे नेणारे तत्त्वज्ञानाने भरलेले आणि भरलेले आणि भारलेले आहेत.

अत्यंत महत्वपूर्ण ज्ञान या उपनिषदात विविधप्रकारे गुंफलेले आहे.

पूज्य विनोबा यांचे अष्टादशी हे याच उपनिषदावर आधारित आहे. व स्वामींचे त्यावरील भाष्य हाच माझ्या लेखनाचा आधार आहे.

या पावन ज्ञानाने सर्वांचे जीवन समाधानी होवो

सर्व संबंधिताचे आभार

अण्णा

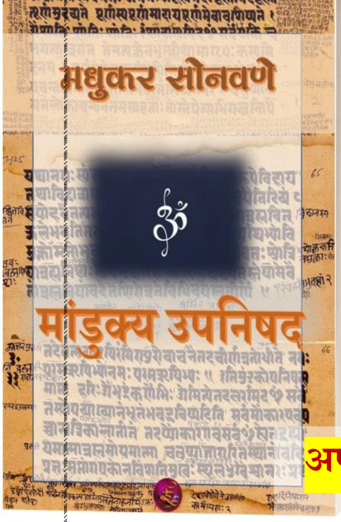
सोमवती अमावास्या

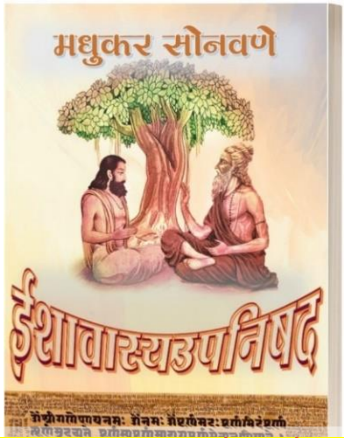
**हरि ॐ**

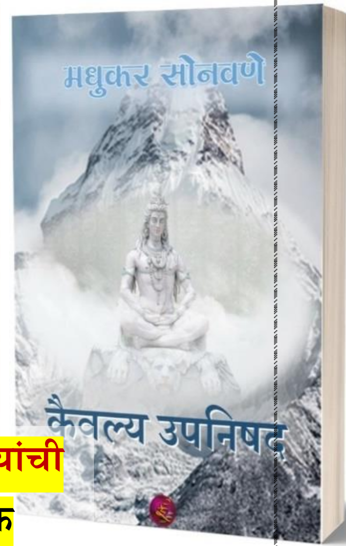
**अण्णा ०६/०९/२०२१.**

**शेवटचा श्रावणी सोमवार**

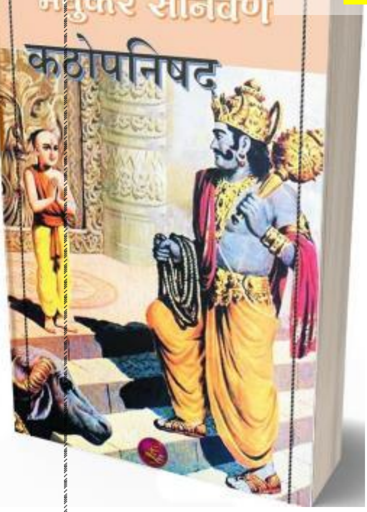
**ॐ नमःशिवाय ॥**

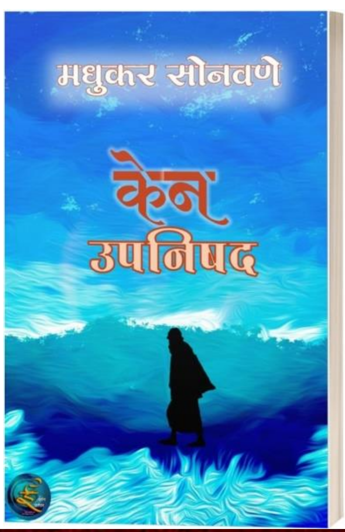


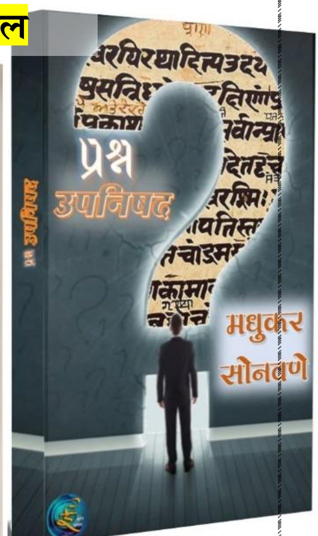


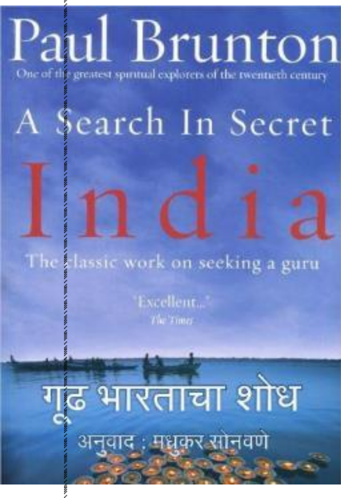


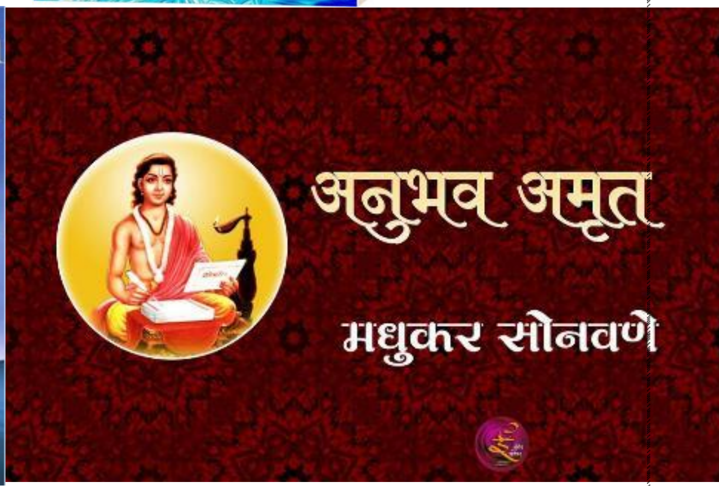

**अण्णा (श्री. मधुकर सोनवणे) यांची**
**ई साहित्यवरील इतर पुस्तके**
**क्लिक/टॅप करताच उघडतील**











**ई साहित्य प्रतिष्ठानचे हे चौदावे वर्ष.**

**मधुकर सोनवणे (अण्णा) यांचे हे नववे पुस्तक.**

अण्णा हे ८२ वर्षांचे तरुण आहेत. वय फ़क्त सांगण्यापुरते, एक आकडा. बाकी त्यांचे चैतन्य त्यांना तरुणांतच गणती करायला लावील असे. लहानपणापासूनच त्यांनी अध्यात्ममार्ग स्विकारला. नेटका प्रपंच करतानाच त्यांनी आपला अभ्यास व साधना सुरू ठेवली. त्यांच्यामागे सरस्वतीची कृपा आणि माउलींचा आशिर्वाद आहे. त्यामुळेच ते अखंड अभ्यास, मनन, चिंतन व लेखन करत असतात. ई साहित्यच्या अध्यात्म विभागात चारही वेद, संपूर्ण महाभारत, रामायण, गीता, ज्ञानेश्वरी, सर्व संतसाहित्य व इतर सर्व धर्मांसह अनेक पुस्तके आहेत. पण उपनिषदे नव्हती. याविषयी एकदा सहज अण्णांकडे बोललो असता त्यांनी उपनिषदांचे मराठी श्लोकानुवाद करण्याचा संकल्पच सोडला. व श्रावणाच्या पाच सोमवारी ५ उपनिषदे प्रसिद्ध केली. किती उपनिषदे आहेत ते अजून समजलेले नाही. त्या उपनिषदांपैकी किती होतील ते ईश्वराच्या इच्छेवरच. तोच या संकल्पाला बळ देईल आणि पुर्णत्वाला नेईल. मराठी भाषेत असा प्रयोग प्रथमच होत आहे.

मधुकर सोनवणे ऊर्फ़ अण्णांसारखे ज्येष्ठ लेखक आपली पुस्तके ई साहित्यच्या माध्यमातून जगभरातील मराठी वाचकांना विनामूल्य देतात. असे लेखक ज्यांना लेखन हीच भक्ती असते. आणि त्यातून कसलीही अभिलाषा नसते. मराठी भाषेच्या सुदैवाने गेली दोन हजार वर्षे कवीराज नरेंद्र, संत ज्ञानेश्वर, संत तुकारामांपासून ही परंपरा सुरू आहे. अखंड. अजरामर. म्हणून तर दिनानाथ मनोहर(४ पुस्तके), शंभू गणपुले (९पुस्तके), डॉ. मुरलीधर जावडेकर(९), डॉ. वसंत बागुल (२०), शुभांगी पासेबंद(१४), अविनाश नगरकर(४), डॉ. स्मिता दामले(८), डॉ. नितीन मोरे (३२), अनील वाकणकर (९), फ्रान्सिस आल्मेडा(२), मधुकर सोनावणे(९),

अनंत पावसकर(४), मधू शिरगांवकर (८), अशोक कोठारे (५० खंडांचे महाभारत), श्री. विजय पांढरे (ज्ञानेश्वरी भावार्थ), मोहन मद्वण्णा (जागतिक कीर्तीचे वैज्ञानिक), संगीता जोशी (आद्य गझलकारा, १७ पुस्तके), विनीता देशपांडे (७) उल्हास हरी जोशी(७), नंदिनी देशमुख (५), डॉ. सुजाता चव्हाण (११), डॉ. वृषाली जोशी(२७), डॉ. निर्मलकुमार फडकुले (१९), CA पुनम संगवी(६), डॉ. नंदिनी धारगळकर (१३), अंकुश शिंगाडे(१४), आनंद देशपांडे(४), नीलिमा कुलकर्णी (२), अनामिका बोरकर (३), अरुण फडके(३) स्वाती पाचपांडे(२), साहेबराव जवंजाळ (२), अरुण वि. देशपांडे(५), दिगंबर आळशी, प्रा. लक्ष्मण भोळे, अरुंधती बापट(३), अरुण कुळकर्णी(८), जगदिश खांदेवाले(४) पंकज कोटलवार(५) डॉ. सुरुची नाईक (३) डॉ. वीरेंद्र ताटके(२), आसावरी काकडे(३) असे अनेक ज्येष्ठ व अनुभवी लेखक ई साहित्यच्या द्वारे आपली पुस्तके लाखो लोकांपर्यंत विनामूल्य पोहोचवतात.

अशा साहित्यमूर्तींच्या त्यागातूनच एक दिवस मराठीचा साहित्य वृक्ष जागतिक पटलावर आपली ध्वजा फडकवील याची आम्हाला खात्री आहे. यात ई साहित्य प्रतिष्ठान एकटे नाही. ही एक मोठी चळवळ आहे. अनेक नवनवीन व्यासपीठे उभी रहात आहेत. त्या त्या व्यासपीठांतून नवनवीन लेखक उदयाला येत आहेत. आणि या सर्वांचा सामूहिक स्वर गगनाला भिडून म्हणतो आहे.

आणि ग्रंथोपजीविये । विशेषीं लोकीं 'इ'यें ।

दृष्टादृष्ट विजयें । होआवे जी ।