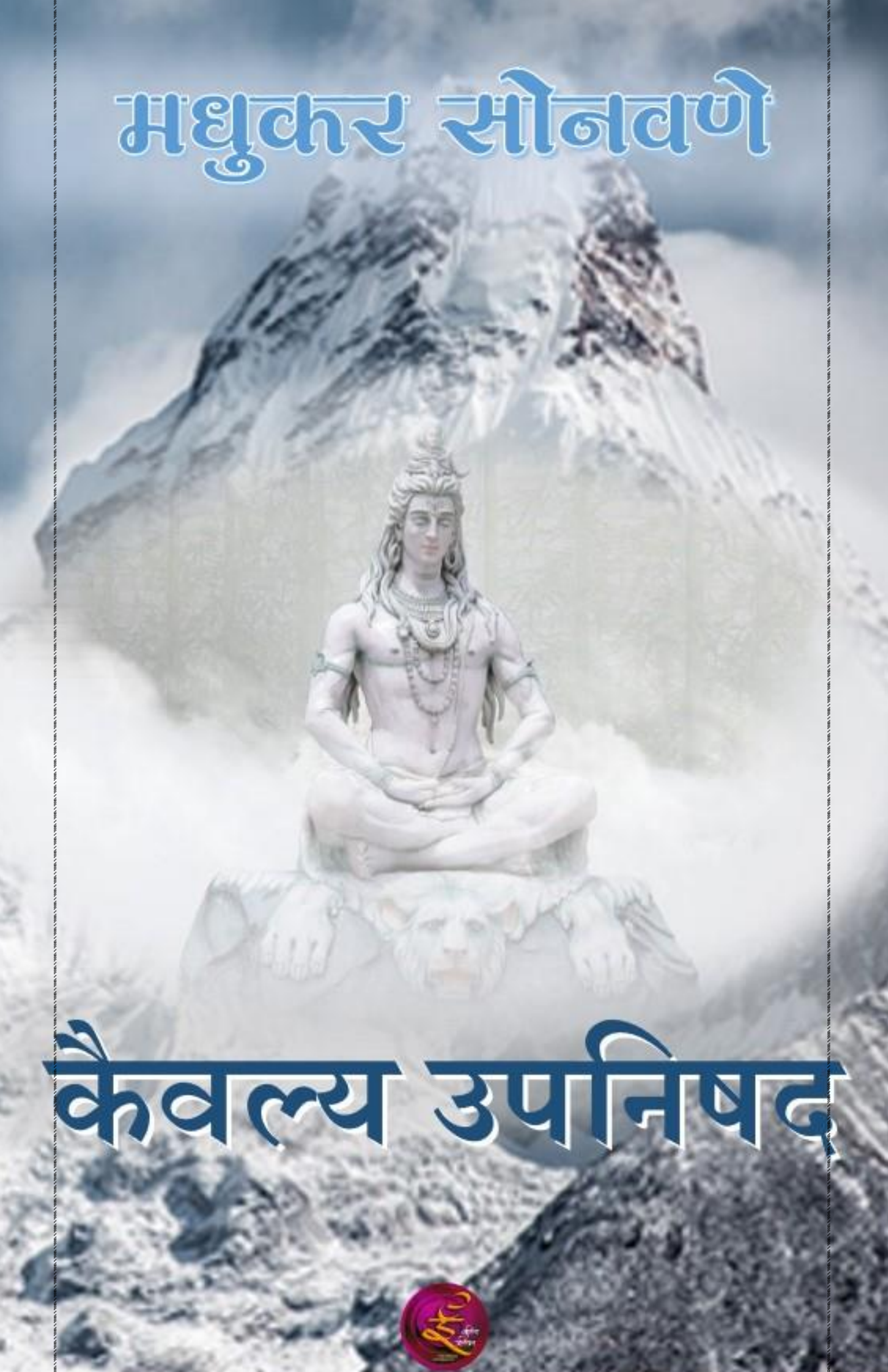
मधुकर सोनवणे



कैवल्य उपनिषद

ॐ श्री कैवल्य उपनिषद

काव्यमय भाष्य

मुख्य आधार- स्वामी परमार्थानंद यांचे भाष्य

मधुकर वि. सोनवणे

कैवल्य उपनिषद

मधुकर वि. सोनवणे

20, विजय नगर कॉलनी
नवा आडगाव नाका पंचवटी नाशिक-3
422003
फ़ोन: ९४२२२७५६३३३

msonavane@hotmail.com

हे पुस्तक प्रताधिकारमुक्त असून
आपण हे कायदेशीररित्या
कोणालाही विनामूल्य पाठवू
शकता.

प्रकाशक ई साहित्य प्रतिष्ठान :

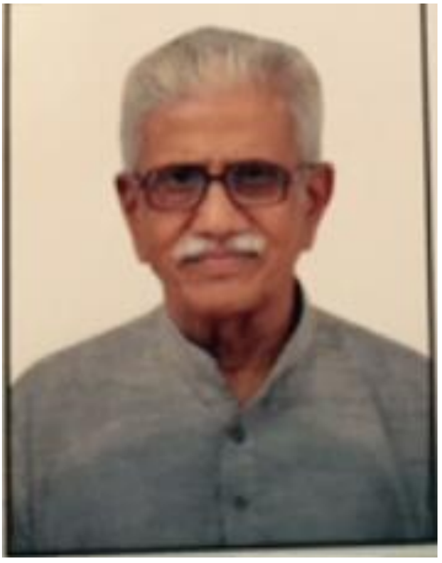
www.esahity.com

esahity@gmail.com

प्रकाशन : ९ ऑगस्ट २०२१ (श्रावण प्रथम सोमवार १९४३)

©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. वयाच्या आठव्या वर्षी माझे पणजोबा श्री. आत्माराम यांनी श्री ज्ञानेश्वरीचा घेतलेला ग्रंथ हाती लागला. न समजताही वाचू लागलो.

सुदैवाने बालपणापासून अनेक महनीय व अभ्यासू व्यक्ती जीवनात आल्या. माझ्या आजींच्या बरोबर देवळात कीर्तने/प्रवचने ऐकू लागलो.

श्री करपात्री स्वामी { अध्यक्ष – राम राज्य परिषद } यांची मराठी चवथीत असतांना भेट झाली त्यांनी ज्ञानेश्वरी नुसती वाचू नकोस त्यांत अधिक खोल जा. अडले तर माऊलीलाच विचार असे सांगितले. वाचन सुरु झाले.

ज्ञानेश्वरी वाचीत असतांना अध्याय १६ मध्ये माऊलीने ‘वेद प्रतिपाद्य’ अशा ईश्वराला गोचर करायचे असेल तर श्रुतींचा अभ्यास करा, असे सूचित केले ते वाचनात आले. माऊलीचे दर्शन स्वप्नात २-३ वेळा झाले. त्यांची कृपा अनुभूत होत आहे.

श्रुति म्हणजे ऋषि मुनींना त्यांच्या ध्यानावस्थेत दिव्य वाणीचे कानी पडलेले श्रवण. कैवल्य उपनिषद हे दश प्रसिद्ध उपनिषदातील नसले, तरी त्यातील तत्वज्ञ हे शैव उपासनेत मानाचे स्थान भूषवित आहे. या उपनिषदात

द्वैताचा जोरदार निषेध केलेला आहे. आणि अद्वैत हाच ब्रह्म प्राप्तीचा मार्ग असल्याचे सांगितले आहे.

हे कृष्ण यजुर्वेदीय आहे.

कर्मावर भर न देता ज्ञानाचेच महत्व प्रतिपादलेले आहे. लौकिक कर्मकांडावर ज्यांचा भर असतो, त्यांना पुण्य लाभेल परंतु मुक्ती मिळणार नाही. व्रते तीर्थयात्रा यांनी ब्रह्म गांठले जात नाही. आत्मबोध होणे हे या जीवनात साधले नाही, तर दुर्लभ मानवी जन्म लाभला असूनही वाया गेला असे होईल.

हे अवघे २५ मंत्रातले पण अध्यात्मात अत्यंत उत्तम ज्ञान देणारे उपनिषद आहे.

यांत अश्वलायन ऋषींना प्रजापती ब्रह्म्याकरवी लाभलेले श्रेष्ठ तत्वज्ञान आहे. आत्मबोध घडवून कैवल्य प्राप्ती हाच याचा उद्देश आहे.

शैव तत्वज्ञानात या ग्रंथाचे मानाचे स्थान आहे.

याचे श्रवण मनन आणि निदिध्यासन करून अत्युच्य अवस्था प्राप्त करू या व शिव स्तुतीत म्हंटल्या प्रमाणे ‘पहा निजांगे शिव ज्योतिर्लिंग ‘ ही अवस्था प्राप्त करूया

साक्षात शिव आपल्यात प्रगटातील, हीच सदिच्छा

ॐ नम: शिवाय

अण्णा

०९/०८/२०२१.

श्रावण शुद्ध प्रतिपदा पहिला सोमवार

अर्पण पत्रिका

आज श्रावणातला पहिला सोमवार. नेमक्या या पावन दिवशी हे उपनिषद आपणास सादर होत आहे. श्री शंकराचार्य यांचे चिदानंद रूपं ‘ शिवोऽ हं, शिवोऽ हं’याची निश्चित आठवण होते हे काव्यमय भाष्य भगवान श्री शंकर चरणी अर्पण करीत आहे.

श्री त्र्यंबकेश्वर दर्शन

माझे अल्पज्ञान हे यातील उणीवांना कारण आहे.

त्याबद्दल क्षमायाचना

विनम्र

अण्णा

प्रथम सोमवार –श्रावण शुद्ध प्रतिपदा

०९/०८/२१.

काव्यमय कैवल्य उपनिषद –भाष्य

मनोगत

आद्य गुरु श्री शंकराचार्य यांनी दहा उपनिषदांवर भाष्ये लिहिली. उरलेल्या पैकी अति सन्मान्य अशा ‘कैवल्य उपनिषदाविषयी सत्संगात नेहमी उल्लेख आवर्जून असे.

हे उपनिषद शिव भक्तीशी निगडीत असे मानले जाते. हे कृष्ण यजुर्वेदाचा एक भाग आहे.

स्वामी परमार्थानंद यांचे भाष्य वाचनात आल्यावर या उपनिषदाचे असाधारण महत्व ध्यानी आले. अवघ्या २५ श्लोकात सखोल ज्ञान यांत प्रतिपादिलेले आहे. एकेक शब्दातील आशय लक्षात आल्यावर, मी त्याचे काव्यात्मक भाष्य करून, त्या करवी त्याची ओळख अशा मार्गातील असणारांनाहि व्हावी, या उद्देशाने ही रचना केली. या कामी प्राध्यापक डॉ. आर डी पाटील – पद्माकर पाटील- यांचे बहुमोल सहकार्य लाभले. मी केवळ त्यांचा ऋण निर्देश करीत आहे. कारण त्यांच्या ज्ञानाचा फायदा मिळतच राहणार.

अपेक्षा आहे कि, जिज्ञासूंना याचा सदुपयोग होईल. सुदैवाने ‘ई साहित्य प्रतिष्ठान’ सारख्या प्रकाशनाचे पाठबळ लाभल्याने याचा लाभ विस्तृत प्रमाणात घेतला जाईल.

|| हरी ॐ || – अण्णा

मधुकर वि.सोनवणे नाशिक-पंचवटी २३/०७/२०२१.आषाढ गुरु पौर्णिमा –
annasonavane02@gmail.com
msonavane@hotmail.com {9422756333} नाशिक- पंचवटी

दिव्य आशीर्वाद

शांतीमंत्र

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु । सह वीर्यं करवावहै ।

तेजस्वि नावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ।

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तीः॥

परमतत्व जे परब्रह्माचे, आमुचे रक्षण सदा करो |

कुमार्ग आणि कुसंग टाळुनी, सन्मार्गाची वाट धरो || १.

पालन करी सद्भाव, देह नि, नित्यचि ते सत्संगाला |

देह मन नि वाणीत आमुच्या, सदा स्थान दे तेजाला || २.

सदाचि सत्प्रवृत्ती ती होवो, सुयोग्य अध्ययन करण्याला |

मर्म समजुनी आशय उतरो, प्रभाव जीवनी येण्याला || ३.

परस्परांशी वर्धन प्रेमा, द्वेष नि असुया कदा नसो |

सुयोग्य प्रज्ञा विकसित होवो, मनी झिरपे ते, स्थिरचि वसो || ४.

सदैव आश्रय ब्रह्मज्ञानी, संत संगती सदा घडो |

ब्रह्मी निष्ठा नित्यची राहो, सुजन वाक्यचि कानी पडो || ५.

सदैव नीरव शांती अंतरी, हरिविण लक्ष न दुजे असो |

मांगल्याची वर्षा होवो, सत्कृत्यी ती उणीव नसो || ६.

ॐ शांतिः शांतिः शांतीः ||

||ॐ श्री कैवल्योपानिषद प्रारंभ||

अथाश्वलायनो भगवन्तं परमेष्ठिनमुपसमेत्योवाच।

अधीहि भगवन्ब्रह्मविद्यां वरिष्ठां सदा ।

सद्भिः सेव्यमानां निगूढाम्।

यथाऽचिरात्सर्वपापं व्यपोह्य परात्परं पुरुषं याति विद्वान्।। ||१||

आश्वलायन महान ऋषिवर, समिधा घेऊनिया हाती |

विनम्र भावे, करिती गमना, जेथे होते प्रजापती || १.

प्रजापती श्री ब्रह्माजीची, महान सद्गुरू सुज्ञानी |

नित्य शोभती गुरुपदाला, सदैव शांती असे मनी || २.

चार पात्रता शिष्यी अपेक्षित, महान शास्त्री रुचि अती |

विवेक, वैराग्य नि नित्यचि, इंद्रिय नियमन त्या हाती || ३.

मोक्षाची ती ओढ असावी, आचरण शुद्धचि ठेवावे |

तरी पात्रता ती शिष्याची, ज्ञात्याने हे जाणावे || ४.

उत्तम गुरु तो असा असावा, वाक्चातुर्य तया ठायी |

शब्दातीतहि असे तत्व जे, सहजी उकल करू येई || ५.

ब्रह्मनिष्ठ नि नित्यचि ब्रह्मी, सुलभ शब्दी दे ज्ञानाला |
शिष्या करी तो आपणा जैसे, विकास इच्छी शिष्याला || ६.

सुदैव ऐसे सुयोग्य शिष्य नि, सद्गुरू मीलन ते झाले |
गंध पसरला ज्ञानाचा तो, ब्रह्मज्ञान सहजी उमले, || ७.

विनम्र वंदन करुनी गुरूला, मृदू वाणीने हे बोले |
प्रसन्न व्हावे गुरुवर आपण, पृच्छा करी ते मज उकले || ८.

सदैव संतजनांनी सेवित, अति गोपनिय जिही असे |
सर्वश्रेष्ठ ती ब्रह्मविद्या, करी उपदेशा, विनवितसे || ९.

ज्ञान असे ते अति तेजोमय, श्रवणे आशय भाग्याने |
जळती पापांच्या त्या राशी, सहजी मुक्तीचि तेणे || १०.

परब्रह्मी त्या समरस होता, साधक सिद्धचि तो होई |
या देहीचे सार्थक होई, तम सारे विलया जाई || ११.

सुपात्र सद्गुरू दैवे आपण, स्वयेचि नित्यहि ब्रह्मी असे |
म्हणुनी विनंती, आपुल्या चरणी, विनम्र भावे विनवितसे || १२.

तस्मै स होवाच पितामहश्च श्रद्धाभक्तिध्यानयोगादवैहि ॥२॥

प्रसन्न होऊनि श्री ब्रह्माजी, आश्वलायना हे बोले |

शांत करुनिया पूर्ण मनाला, प्रज्ञेच्या द्वारा खोले || १३.

अतिश्रेष्ठ हे तत्व परात्पर, पूर्णचि देई अवधाना |

नुरे विकल्प नि, श्रद्धेनेचि, भक्तियुक्त करी ध्याना || १४

श्रवण-मनन, निदिध्यासन करुनी, जेही ऐकशी, तूं श्रवणी |

पुरते सुस्थिर होई अंतरी, रहा सदा निःशंक मनी || १५.

आश्रय घेई तो योगांचा, एकाग्रचि हो ते श्रवणा |

आशय निवडुनी शब्दामधला, विकसित करि तूं निजज्ञाना || १६.

न कर्मणा न प्रजया धनेन त्यागेनैके अमृतत्वमानशुः।

परेण नाकं निहितं गुहायां विभ्राजते यद्यतयो विशन्ति ॥ ||३||

त्या अमृततत्वाची प्राप्ती, होत नसे ती कर्माने |

व्रत वैकल्ये आदी करुनिया, ब्रह्मप्राप्तीहि नच तेणे || १७

कर्मे होई चित्तशुद्धी ती, आवश्यक परमार्थाला |

असे ती परि पूर्वतयारी, प्राप्तीस्तव ती ब्रह्माला || १८.

कर्मे निष्कामचि करुनिया, अर्पियता ती हरि चरणी |

सहजी बंधन ना कर्माचे, शुद्धी चित्तीहि ती आणी || १९.

परमसत्य हे प्राप्त होईना, निर्मिती संतती ती होता |

स्वधर्मपालन आणि विरक्ती, उभय तयेची ये हाता || २०.

या प्राप्तीस्तव धन ना उपयोगी, भौतिक लाभचि धने मिळे |

आणि दानास्तव ते साधन, परहितसाधन त्याजमुळे || २१.

परमतत्व हे मिळण्यासाठी, केवळ साधन त्याग असे |

नको कामना, संग्रहवृत्ती, विषयांचा तो ध्यास नसे || २२.

देहभावहि सोडूनी द्यावा, विरक्तीच ती पूर्ण हवी |

जे लाभे ते परहित साधन, ऐशी वृत्ती ठेवावी || २३

भौतिक आपुली पद नि प्रतिष्ठा, धन नि मानहि सोडावा |
अलिप्तता ती व्यवहारी ठेऊनी, जीवनक्रम तो आचरावा || २४.

जेही करणे पुरती श्रद्धा, कौशल्याने कार्य करी |
वृत्ती हवी ती समर्पणाची, चित्ती केवळ एक हरी || २५

ऐशा योगे कल्याणचि ते, दिव्य प्राप्ती ती तये मिळे |
सर्वश्रेष्ठचि लाभ होतसे, दिव्यप्रकाशे जे उजळे || २६.

स्वर्गहि वाटे जेथं ठेंगणा, तेथे सौख्या ना सीमा |
असीम सुखमयताचि तेथे, ज्याशी जगी ती नच उपमा || २७.

जन्म मृत्यूचे नसे चक्रहि, पावन ऐशी ब्राह्मीस्थिती |
सदैव आनंदी नि अनुभवी, नीरव ऐशी ती शांती || २८.

आपुल्या हृदयी गुह्य गुहा ती, ब्रह्म सदा ते तेथेची |
स्वयं-प्रकाशी तेजपूर्ण त्या, स्व-संवेद्य आत्मारामाची || २९.

श्रवण-मनन नि निदिध्यासाने, एकरूप त्याशी व्हावे |
आपुलेचि निजरूप असे ते, ऐक्य तयाशी साधावे || ३०.

वेदान्तविज्ञानसुनिश्चितार्थाः संन्यासयोगाद्यतयः शुद्धसत्त्वाः।

ते ब्रह्मलोकेषु परान्तकाले परामृताः परिमुच्यन्ति सर्वे ॥ ४ ||

काढुनि अज्ञानाची काळोखी, विशेष ज्ञानहि वेदांती |

त्या ज्ञानाला पूर्ण उमजुनी, निदिध्यासने अनुभूती || ३१.

पावन-शुद्धचि अंतःकरणहि, अलिप्त असुनी व्यवहारी |

परहित नित्यचि करी जीवनी, स्वये आपणा उद्धारी || ३२.

संन्यासहि तो ना वरवरचा, पूर्णचि साधी निवृत्ती |

असा योगी तो दिसे जगी परि, ब्रह्मातची त्याची वस्ती || ३३.

नित्य मुक्त तो सदैव राही, बंधन त्याला नच उरले |

करी जगाच्या व्यापाराला, कर्म परि त्याचे सरले || ३४.

कर्म न देई जरि मोक्षाला, कर्मे करणे ना सोडी |

विहित कर्म नि स्वधर्म आचरी, कार्यी घेऊनिया गोडी || ३५.

चित्त शुद्धी तो पुरती साधे, निष्कामे करुनी कर्मे |

वृत्ती परंतु संन्यस्तचि ती, करी कर्मे ती निज-धर्मे || ३६.

मनी कदा ना क्रोध नि द्वेषही, नित्यचि समबुद्धी ती वसे |

सहसा मौनी, हितकर बोले, मदतीस्तव तो पुढे असे || ३७.

अश्रू पुसणे कारुण्याचे, दुःखिता मुखी हास्य फुले |
तीची हरीची महान सेवा, ईश्वर संतोषे डोले || ३८.

वेदांतीच्या पैल ज्ञानी तो, जगती असुनी कदा नसे |
केवळ देहाने व्यवहारी, परि अलिप्तचि नित्य असे || ३९.

जगती मोह नि विषय भुलविती, नित्य अलिप्तचि तो राही |
चित्त तयाचे नित्यचि ब्रह्मी, द्वैत कदाही ना पाही || ४०.

ब्राह्म मुहूर्ती आठवी हरीला, कृतज्ञ भावचि नित्य असे |
कुसंगतीला सदाची टाळी, सत्संगा ना सोडीतसे || ४१.

वळण इंद्रिया सहजी तयाच्या, शुद्धी अंतर्बाह्य असे |
करी सकल व्यवहारी कर्मे, गुंतुनी कशातही नसे || ४२.

कार्ये करिता जगतामाजी, जन-रीत ना ती सोडावी |
प्रचलित नियमा पाळुनियाहि, शुद्धी नित्यची साधावी || ४३.

स्तुती-निंदा ती त्यास शिवेना, सन्मानाची हांव नसे |
मौन आवडे सदा तयाला, बोले नित्यचि हितकरसे || ४४.

जोवरी देही तो प्रारब्धे, स्व-कार्य, स्वामी कार्य करी |
खोळ टाकता हि देहाची, सहजी जाहला तोची हरी || ४५.

परिस्थिती ती कशीही येवो, ढळे न मनीची निश्चलता |

खेळचि सारे हे मायेचे, मार्ग काढण्या नच चिंता || ४६.

विश्वास नि ती पुरती श्रद्धा, स्वीकार करी जे देत हरी |

वाटे जेंव्हा मार्ग कळेना, श्रद्धेने प्रार्थना करी || ४७.

मन-बुद्धी ती पूर्ण समर्पित, हरि चरणी तो वाहतसे |

जीवन सारे त्याचे हाती, आपण मुक्तचि राहतसे || ४८.

गीतेत आश्वासन ते दिधले, निष्ठा ज्याची मजवरती |

योगक्षेम तयाचा वाही, नित्य भक्त माझे तरती || ४९.

ज्ञान-योग तो पूर्ण आचरी, मनी कामना नसे कदा |

स्थितीनुसार तो प्रवाह जीवनी, समाधानी तो असे सदा || ५०.

ब्रह्म सत्य नि जग हे मिथ्या, पूर्ण जाण ती असे मनी |

तरी आचरी विहीत कर्मे, नियम जगाचे पाळोनी || ५१.

द्वैतामाजी जरी राही तो, कदा न सोडी अद्वैता |

होऊनिया ते बंधमुक्तचि, अनुसरी विरक्तीचि ज्ञाता || ५२.

एकरूप ते ब्रह्मी होऊनी, चिरंजीवता त्या लाभे |

ऋद्धिसिद्धि त्या चरणी खेळती, कदा व्याप्त न परि लोभे || ५३.

अंत्यसमय ये देह सोडण्या, ॐकारचि ऐके श्रवणी |

जरा न विचलित, स्व-स्थ चित्ती तो, केवळ हरीचि तया मनी ||५४.

देह सोडिता, व्यवहारहि ना, मुक्तचि पुरता तो राही |

शांती हिचि निजस्थिती झाली, तयाशी स्थल कालही नाही||५५.

विविक्तदेशे च सुखासनस्थः शुचिः समग्रीवशिरः शरीरः।

अन्त्याश्रमस्थः सकलेन्द्रियाणि निरुध्य भक्त्या स्वगुरुं प्रणम्य॥५.

जगी असुनिया द्वैतामाजी, कैसे अनुभवी अद्वैता ?|
सांगे प्रजापती ते ऋषीला, द्यावे अवधानचि चित्ता || ५६.

कर्मयोग नि उपासनेने, चित्तशुद्धी होता पुरती |
सगुण भक्तीने पावन व्हावे, नित्य असावी शुद्ध मती || ५७

वाट्या आले विहित कर्म जे, स्वीकार आनंदेचि करी |
तेचि मनोगत असे ईश्वरी, विधिगौरव त्या सर्वपरी || ५८.

आलो आपण या इहलोकी, विहित कर्मचि करण्याला |
पुरते याचे भान तयाला, मुके कधि न कर्तव्याला || ५९.

जेही लाभे दैवे त्याला, परहित साधन तो मानी |
निस्वार्थी बुद्धीने कार्ये, परि हरी तो सदा मनी || ६०.

जीवनात करि नित रससेवन, ईश्वर वैभव त्या सुखवी |
प्रसन्नता ती सदा अंतरी, चिंता त्याशी नच दुखवी || ६१.

पूर्णचि क्षमता आणि निष्ठा, कौशल्याने करी कर्मा |
विरक्त भावची आचरतांना, पाळुनी आपुल्या निजधर्मा || ६२.

परिवारी नि जगतामाजी, स्वधर्मयज्ञे हवन करी |
कृति आणि त्या वाणीनेही, पावनचि तो भाव धरी || ६३.

समस्याहि त्या नित्य जीवनी, मार्ग काढी तो शांत मने |
आवाहन ते हरीला करुनी, कठीण प्रसंगी श्रद्धेने || ६४.

अंतरीचा आवाज ऐकुनी, मार्गा त्याची अनुसरणे |
हरीविना ना साह्य कुणाचे, सुलभचि जीवन हो तेणे || ६५.

द्वैती राहुनी, स्वधर्म पालन, निजकर्तव्या निभवावे |
देह वेची हा कल्याणास्तव, जेणे सुख वर्धन व्हावे || ६६.

हळुहळू ते सगुणामधुनि, निर्गुण तत्वा अनुभूती |
चिदाकाश मिळता आकाशी, अनुभव घ्यावा अद्वैती || ६७.

द्वैती राहुनी हरि अनुभवणे, नाम-रुपी ना गुंतावे |
उपाधीमाजी गुप्त रूपे त्या, चैतन्याला वंदावे || ६८.

सारे विश्वची दर्शन त्याचे, उपाधीत ना गुंतावे |
चैतन्यी त्यालाचि अनुभवी, श्रद्धे त्याशी वंदावे || ६९.

मग आकलनी येई ऐसे, सारे जग हे मीच असे |

नसे आपपर भाव वेगळा, मजविण येथे कोणी नसे || ७०.

आसक्ती नि ममता त्यागुनी, पूर्ण विरक्ती ती यावी |

कुणी ना माझे, मी न कुणाचा, देहबुद्धी पुरती जावी || ७१.

समभावाची ज्ञान दृष्टी ती, होता निर्मलता यावी |

वासुदेवमय जगा पाहणे, अशी सहजता साधावी || ७२.

सहजी उमजे हरि ना वस्तू, विषय इंद्रिया ना होई |

बुद्धी मन त्या नसे आकलन, योग्या ध्यानी ना येई || ७३.

लोचनास तो देई दृष्टी, श्रवणा शक्ती श्रवणाची |

जिभेस रुचि ती कळे तयाने, मना शक्ती आकलनाची || ७४.

सारे त्याचे, परि न कशातची, निर्विकार नि निश्चलची |

तो न दिसे परि, अनुभूत होई, शून्यचि प्रतिमा ती त्याची || ७५.

त्याशी पाहणे कांही न दिसणे, परि जाणवणे नित्यचि तो |

ऐशी निष्ठा होता पुरती, सहजी अनुभवी तो येतो || ७६.

चित्तशुद्धी ती करुनी पुरती, इंद्रीयाशी ते वशचि करी |

बाह्यचि सारे शुद्ध करावे, निर्मलता आणि शरीरी || ७७.

पूर्णचि निर्मल मन ते करुनी, पूर्ण कामना त्याग करी |

पूर्णकाम ही असे अवस्था, दाता त्याचा एक हरी || ७८.

ऐसे क्रमिता, सहजी विरक्ती, ज्ञानहि घेता गुरुकरवी |

श्रवण-मनन नि निदिध्यासाने पूर्ण पात्रता ती यावी || ७९.

विकार आणि विषयी विरक्ती, पावन क्षणक्षण तो होता |

ब्रह्मरसाच्या आस्वादास्तव, घ्यावी साधना ती हाता || ८०.

सर्वश्रेष्ठ नि मंगल भावची, पूर्ण विरक्ती साधावी |

पावन निवांत स्वच्छचि ऐशी, जागाहि ती निवडावी || ८१.

स्थळ ते सहजी असे असावे, स्थैर्य सहजी ते लाभावे |

कसमस मोडे इंद्रियांची नि, विषय दूर सहजी व्हावे || ८२.

ज्या जागी ते नित्यचि मंगल, पावित्र्यची वातावरणी |

वार्ता केवळ आनंदाच्या, समाधानचि ये श्रवणी || ८३.

तेथे बसता एकाग्रचि मन, तरंग ते मांगल्याचे |

भारलेली ती ऐशी वास्तू, अशांतीला स्थानचि कैचे?|| ८४.

समयही ऐसा उचित असावा, मनात केवळ ती शांती |

पावन हृदये जोही काल तो, ब्राह्मचि ऐशी ती ख्याती || ८५.

बाह्य नि अंतर सोडुनि द्यावे, पूर्ण अनुभवी ती शांती |
स्वयेचि होऊनि हरी तेधवा, सहजी करावी हरिभक्ती || ८६.

सद्भावे सदगुरुशी स्मरोनी, चरणी मस्तक ठेवावे |
श्रद्धाभावे कृतज्ञ वृत्ती, विनम्र होऊनि वंदावे || ८७.

आसन बसण्या, सुखमय निश्चित, साथ देत तो देह जिथे |
पूर्ण साधना करिता विचलित, कदापि न वाटे तेथे || ८८.

अति नरम वा अती कठीण ना, स्थैर्य सहजी ते साधावे |
निश्चित स्थिती ती नसेचि कांही, बसणे सुखमय ते व्हावे || ८९.

बसण्यामाजी हवी सुलभता, नको जराही अवघडणे |
साधनेत ना व्यत्यय यावा, ना घडणे विचलित होणे || ९०.

आसनी बसता देह मान नि, मस्तक सरळचि ते व्हावे |
पूर्ण सरळ जणु उभीच रेषा, ऐसे सहजी साधावे || ९१.

सरळचि मस्तक, समोर दृष्टी, नियमित ते करणे श्वसना |
श्वसनी सुलभता, सहजी निसर्गे, कृत्रिमता ती कोठे ना || ९२.

दृष्टी सरळ ती चिदाकाशीचि, भ्रूमध्याहुनि ती थोडी |
जेथे नासिकारेषा वरती, जणु भ्रूमध्यरेखा जोडी || ९३.

घुमट मस्तकाचा जो यावरचा, हेचि शिव-कैलास असे |
पावन मंगल हेचि स्थान ते, सहजी शांती तेथं वसे || ९४.

सहजी श्रवणी ॐ ऐकता, ध्वनी तो मिळतो येथेची |
पंचम अध्यायी गीतेच्या, सत्तावीस श्लोकी हेची || ९५.

आज्ञाचक्र ती हिची जागा, लक्षचि तेथे ते द्यावे |
ॐकाराचे हेचि स्थान ते, निश्चित ध्यानी ठेवावे || ९६.

लक्ष असावे श्वसनहि कैसे, जैसे नैसर्गिक होई |
गती न नियमित, जैशी सहजी, श्वास येतसे नि जाई || ९७.

पूर्ण रिकामे हवेची मन ते, विचार ते दुर्लक्षावे |
सारी नाती ती विसरावी, स्व-स्थ अंतरी ते व्हावे || ९८.

डोळे अर्धे किंचित उघडे, निद्रा तंद्रा नच यावी |
दृष्टी परी ती आज्ञाचक्री, एकाग्रताचि साधावी || ९९.

बाह्य स्थितीतुन मुक्त इंद्रिये, पूर्ण स्तब्धचि ती व्हावी |
चाले केवळ श्वसन मंद ते, इतरी जाणीव नच यावी || १००

ज्ञानहि बाजूला सारावे, नको विचार कांहीच मनी |
केवळ स्मरणी एकरूपता, इष्टरूप यावे ध्यानी || १०१.

आता केवळ अस्तित्वाचे, भान एकले ते असते |

श्वसन मंद ते सहजी मनहि, सुस्थिरचि सहजी होते || १०२.

हृत्पुण्डरीकं विरजं विशुद्धं विचिन्त्य मध्ये विशदं विशोकम्।

अचिन्त्यमव्यक्तमनन्तरूपं शिवं प्रशान्तममृतं ब्रह्मयोनिम्॥ ||६||

तथादिमध्यान्तविहीनमेकं विभुं चिदानन्दमरूपमद्भुतम्। ७-१.

आता पहावे, हृदयकमली त्या, ईश्वर जेथे वास करी |

वक्षाच्या त्या मध्यप्रदेशी, अनुभूतीस येईल हरी || १०३.

सुषुप्तीत ती सुप्त इंद्रिये, येई मन ते निजहृदयी |

तेथेचि परब्रह्म अनुभवी, करी संग मनाठायी || १०४.

विभूतिदर्शनी स्वये हरि म्हणे, प्राण्यांचे मी मनचि असे |

साक्षी-रूपाने नित्य तेथं तो, अठराव्यातहि सांगतसे || १०५.

'अमुक मी' ही अशी भावना, हृदय-स्थानी जी उमटे |

स्व-संवेद्यचि ती, तेज-रूपाने, स्वयेचि तो तेथे प्रगटे || १०६.

सारे ज्याचेमधुनि निघती, शुद्ध ब्रह्म केवळ शांती |

पूर्णचि निश्चल, सदानंद ते, त्याची घ्यावी अनुभूती || १०७.

ती अनुभूती न असे वेगळी, आपण बघणे ते आपणा |

चिदाकाश आकाशी मिळता, अनुभूती अन्यचि येईना || १०८.

आता अनुभुती सहजी घ्यावी, विश्वरूप अनंताची |
सारे विश्व तये कोंदटले, विशिष्ट प्रतिमा नाहीची || १०९.

गाभारा जो निजहृदयाचा, मनासंगती वसे हरी |
म्हणुनि नित्यचि मन ते पावन, ब्रह्मचि जेथे वास करी || ११०.

निदिध्यासने नित्य साधके, मनी पावित्र्या राखावे |
प्रसन्नतेने हरि तो जेथे, त्याशी संतोषा द्यावे || १११.

रज आणि तम उभयाशी हि, संयमितचि ठेवावे |
एक सत्वचि तेथं असावा, प्रगटे हरी जेथे भावे || ११२.

कर्मयोग जो नित्य आचरी, चित्त शुद्धी साधे तेणे |
निष्कामी नि विरक्त वृत्ती, जाई मलिनता वेगाने || ११३.

कृष्ण सांगतो, गीतेत ऐसे, समची करी सुख-दुःखाशी |
लाभ नि हानी खेळ चालतो, नकोच गुंतू तूं त्याशी || ११४.

कांही नसे ते येथे आपुले, उसना सारा व्यवहार |
कशास आसक्ती त्यामाजी?, मायाजालचि संसार || ११५.

आनंद आणि दुःख येथले, खेळ ऊन नि सावलीचा |
प्रारब्धे होई ते सारे, नकोचि परीणामहि त्याचा || ११६.

ऐशी विरक्त वृत्ती होता, नित्य समाधानची मनी |
देहा पासुनि अलिप्त व्हावे, सर्व समर्पित ईशचरणी || ११७.
जेही येई वाट्याला ते, स्वीकार त्याचा सद्भावे |
निष्कामे आचरीत कर्मे, सारी हरीला अर्पावे || ११८
विहित कर्म जे वाट्या आले, हरि-प्रसाद तो मानावा |
उत्तम निष्ठेने ते करुनी, फल-हेतू तो त्यागावा || ११९.
सत्वगुणाला नित अनुसरणे, विरक्तता तो नित्य मनी |
नसेच संग्रह इच्छा मनी ती, नित्य समाधानचि मानी || १२०.
नित्य असावे आनंदीची, आनंदाला पसरावे |
पुसुनी अश्रु ते दलितांचे, आनंदास विस्तारावे || १२१,
जीवन ऐसे शुद्धचि करिता, वेगे प्रगटे हृदयी हरी |
कृतार्थ जेणे जीवन होईल, येत सकलचि स्वये करी || १२२.
शिव दर्शन ते नित्यचि मंगल, एकरूपाने तो ध्याती |
शक्ति उमेसह माथी गंगा, आदि गुरू कैलासपती || १२३.
पहिले दर्शन घ्यावे मंगल, अंतरी साठवी शिवशक्ति |
त्याच्या योगे जीवन मंगल, नित्य वंद्य तो उमापती || १२४.

पुढती ध्यावा विश्वरुपातची, पुरुष-प्रकृती तोची स्वये |
कणकण विश्वाचा साकारी, विश्वचि उदया येत जये || १२५.

रुद्ररुपाने विश्वा घडवी, तांडवनृत्यी तो रमला |
पूर्ण विश्वचि ज्योतिर्लिंगहि, साऱ्या विश्वी कोंदटला || १२६.

पुढती दर्शन हृदयमंदिरी, आत्मदेव तो मीच स्वये |
पाही निजांगी शिवलिंगाशी, कांही आता भेद न ये || १२७.

साधे हे तर श्रवणे-मनने, आणि निदिध्यासाने |
मंगल शिवचि नित्य अनुभवी, सर्वत्रचि अद्वैताने || १२८.

सारे होई जाई विश्वी, नित्य समाधीत तो राही |
पूर्ण शांतीचि रूप तयाचे, सुखमय नि मंगलदायी || १२९.

जरि हालाहल स्तुति-निंदेचे, नीलकंठचि नित स्मरणी |
निजबोधाचे अमृत हृदयी, काळाशी तो शूलपाणी || १३०.

ब्रह्मयोनि तो स्वये होऊनि, विश्व सृजितसे मायेने |
हिरण्यगर्भाच्या योगाने, देह चालवी, प्रेमाने || १३१.

स्थूल सूक्ष्महि तोचि चराचर, अनंतरूपे तो विनटे |
स्मशानवाशी नित वैरागे, हृदय मंदिरी तो प्रगटे || १३२.

विषय सर्प ते पूर्ण वश तया, आत्मानंदा ना सोडी |
अनाहताचा डमरू वाजवी, सोहं मंत्रे शिव जोडी || १३३.

त्याशी आदि ना मध्य अंतहि, पूर्णरूपाने नित विलसे |
स्थल-कालाच्या अतीत राहुनि, स्मरणे नित्यची जवळी असे||१३४

सारे सारे एकचि शिव ते, जीवहि मंगल शिवचि असे |
जिवाशिवाची नित्य समाधी, प्रपंच खेळचि सत्य नसे || १३५.

सुवर्ण जैसे विविध लेणी जरि, सर्वाठायी एकचि ते |
एक शिवचि तो विविध रूपाने, नच पाही त्याशी द्वैते || १३६.

चिदानंद शिव सर्वाठायी, शांती सुखमय कैलासी |
नित्य विरक्ती म्हणुनि स्मशानी, म्हणती तो तर रहिवाशी || १३७.

एक रूप ना कदा शिवाचे, अरुप दिगंबर तो हृदयी |
आत्मदेवचि श्री शिव मंगल, पूर्णपणाने मजठायी || १३८.

अद्भुत त्याचे रूप विलक्षण, ना करिताहि जग घडवी |
नसता कांही सर्व भासवी, रमवित तो मायेठायी || १३९.

आपुले दर्शन अनुभव घेण्या, तये निर्मिले विश्वाशी |
कर्पूरगौर नि नित्यचि मंगल, अनुभूत होई सकलाशी || १४०.

चिदानंद रुप मीचि श्री शिव, हेची अनुभवी, जीवा सदा |

शिवाविणा ना अन्यचि पाही, विस्मरणी नच शिवचि कदा||१४१

उमासहायं परमेश्वरं प्रभु त्रिलोचनं नीलकण्ठं प्रशान्तम्।

ध्यात्वा मुनिर्गच्छति भूतयोनिं समस्तसाक्षिं तमसः परस्तात्॥||७||

ध्यानी त्रिलोचन श्री परमेश्वर, श्रेष्ठचि देवांच्या देवा |

महादेव जो उमामहेश्वर, प्रशांत नीलकंठ शिवा || १४२.

आकाश निळसर कंठ तुझा तो, मस्तक त्याचेही वरती |

भूलोक पावन चरणकमल तंव, विश्वरूपे तुजला ध्याती || १४३.

पूर्णशांतचि तूं परमेश्वर, ध्यानमग्न तूं सदा असे |

देहत्यागिता अहंकार ना, अशा स्मशानी नित्य वसे || १४४.

असुनी मायेमाजी शिवा तूं, माया स्पर्श न करी तुजला |

असंग योगे संग तुझाची, म्हणुनि अकर्ता तूं झाला || १४५.

निराकार तूं शक्तिसंगती, सबल जाहला साकारे |

अर्धनारीनटेश्वर झाला, वंदन भावे उभय करे || १४६.

सकल भुतांचा आधार तूचि, सर्वसाक्षी तूं आदिगुरु |

मायेच्याहि नित्य पैल तूं, नित्य आदरे तुला स्मरू || १४७.

विश्वरूपाने तुजशी भजता, सुसह्य होई संसार |

निर्गुण निराकार तुज ध्याता, तुटे पुरा अहंकार || १४८.

शोक आनंदाच्या त्या लाटा, येती आणिक त्या जाती |

स्पर्श असुनिही नित्य समाधी, शंभू हीच तुझी भक्ती || १४९.

जरी देह गुंते व्यवहारी, शिव मनीचा तो नित ध्यानी |

असंग योगे, नित्य शांत मी, आत्मरुपा न सोडोनी || १५०.

सूर्य चंद्र नि पावन अग्नी, त्रिनेत्र शंभू शोभियले |

आज्ञाचक्री निवास तुझिया, सकला तूचि धारीयले || १५१.

सहाय्याशी तूं उमेशी घेऊनी, संसाराशी उभवियले |

अष्टभुजा श्री जगदंबा ती, विश्वा आकारा आणिले || १५२.

शिव होऊनिया शिवा भजावे, शिवचि देव नि भक्तहि तो |

त्याशी सारेचि हे शिवमय, अन्य शिवाविण पाही न तो || १५३.

अद्वैत हेचि रूप शिवाचे, सारे एकची शिव शंभू |

जिकडे पाही तिकडे विनटे, मंगल रूपे तूचि प्रभू || १५४.

प्रजापती आचार्य सांगती, रहस्य ब्रह्मविद्येचे |

असंग अंतरी जो संन्याशी, मिटते तम अज्ञानाचे || १५५.

एकरूप नि अनेक रूपे, शिकविती अरुपाशी ध्यावे |
शुद्ध चित्त नि निदिध्यासने, सकल अनुभवी यावे || १५६.

चढता पायऱ्या अशा साधने, द्वैतातुनी ते अद्वैती |
सिद्ध होतसे साधक तेणे, भेद न तेथे मग उरती || १५७.

ब्रह्म भावी तो आपणामाजी, तेजोदीप अंतरी उजळे |
सोहं ते अस्तवले आता, पूर्ण ब्रह्मी तो नित्य मिळे || १५८.

स ब्रह्मा स शिवः सेन्द्रः सोऽक्षरः परमः स्वराट्।

स एव विष्णुः स प्राणः स कालोऽग्निः स चन्द्रमाः॥ ||८||

तोचि ब्रह्म नि शिव-इंद्रही, तोचि एकला सर्व असे |

सर्वश्रेष्ठ त्याहुनि अन्य ना, स्वयंप्रकाशित तो विलसे || १५९.

विष्णू-प्राण नि काल अग्नी ही, चंद्रमाहि जो शीतल तो |

चिरंजीव अक्षर तो शाश्वत, काल-स्थलाच्या अतीत तो || १६०.

उमजे त्याशी सत्य ब्रह्म नि, मिथ्या जग केवळ माया |

मीचि ब्रह्म मज नित्य प्राप्तचि, शोधण्याशी लागे न तया || १६१.

देह इंद्रिये, विचार नि मन, प्रपंच मिथ्या हाहि असे |

साधन केवळ व्यवहारास्तव ते, लिप्त तयाशी कदा नसे || १६२.

जगत दिसे व्यवहारी सत्य हे, खेळ असे जो मायेचा |

विरंगुळा तो भगवंताला, बहरे वृक्ष अश्वथाचा || १६३.

एक ब्रह्मचि मायेने द्वैती, आभास हा तर मायेचा |

अद्वैता पाहुनिया द्वैती, संग नसे व्यवहाराचा || १६४.

मायावेषे उत्पत्ती-लय, क्षणैक भासे ती स्थिती |

शंभू रमतसे जगतामाजी, भंगे त्याची नच शांती || १६५.

रजोगुणे ब्रह्मा सृजी सृष्टी, विष्णू पालन सत्वगुणे |

तमोगुणाने शिव लय करितो, खेळ चालला हा त्रिगुणे ||१६६.

ब्रह्म नि माया निर्मित काळा, नियमे चालविण्या सृष्टी |

उपाधीमाजी चैतन्यचि ते, ज्ञाने येई ते दृष्टी || १६७.

स्वयंप्रकाशे शशी-भानूला, तेजे तो उजळीत असे |

अग्नीस उष्मा आणि तेजहि, लाभे त्याच्याचि स्पर्शे || १६८.

स एव सर्वं यद्भूतं यच्च भव्यं सनातनम्।

ज्ञात्वा तं मृत्युमत्येति नान्यः पन्था विमुक्तये ॥ ||९||

तेचि सकल ते, जगतामाजी, दिसे नि भासे सकलाशी |

भूतकाली जे होऊनि गेले, अस्तित्वी जे आताशी || १६९.

पुढेही जे कालाच्या उदरी, भविष्यात प्रत्यय ज्याचा |

ते सारेचि असे जाणते, वेधचि त्रिकालज्ञानाचा || १७०.

परमसत्य ते असे तयाशी, जाणे जोही पूर्णपणे |

चिरंजीवता त्याशी लाभली, सदा विहरतो मुक्तपणे || १७१.

मुक्तीचा हा उपाय एकचि, तया जाणणे पूर्णपणे |

वृथा अन्यथा या इहलोकी नरजन्माशी ते येणे || १७२.

पांच स्थळे ती या इहलोकी, आपणाशी ती गुंतविती |

कर्म-काल या वेगप्रवाही, सामान्ये वाहुनि जाती || १७३.

प्रथम त्यांतले व्यवसायचि तो, रोज समस्या असे नवी |

निद्रेतही तो विचार त्याचा, अशांत मन ते नित ठेवी || १७४.

दुजे असे ते संग्रह रक्षण, जेही येथे अर्जियले |

वाटे हे तर नित्य रहावे, पदार्थ व्यक्ती हे आपुले || १७५.

हानी होता नित्यचि अस्थिर, लाभे हे तर वाढावे |
समय जातसे तो वेगाने, सुस्थिती बदलचि ना भावे || १७६.
तिसरे असते परिवारचि ते, अतृप्ती सहजी न मिटे |
आज हे हवे उद्याचि दुसरे, कधी संपे ऐसे वाटे || १७७.
तशाच चिंता प्रत्येकाच्या, साऱ्या परिवारा खंती |
स्वास्थ्य नि उणीवा सोडविता त्या, भंगचि पावे ती शांती ||१७८.
जबरचि चवथे प्रारब्धहि ते, भविष्य कुणा हि समजेना |
आपले आणि संबंधित जे, वाट अडविती त्या नाना || १७९.
आणि पांचवे असे मनचि ते, विचार करणे धर्म असे |
संयम त्याचा अति कठीण तो, स्थितीनुसार ते बदलतसे || १८०.
वय वाढे, वाढती समस्या, नित्य शृंखला ना तुटते |
व्याधी आणि वर्धन चिंता, मनास नित्यचि गुंतविते || १८१.
नसे नियंत्रण आपुले यावरी, कर्म नि कालहि प्रबळ असे |
उपाय त्याशी गणने मिथ्या, दुर्लक्षाविण अन्य नसे || १८२.
जे होई ते लिला तयाची, खेळ असे हा मायेचा |
आपुली भुमिका उत्तम करणे, संग न धरणे नाट्याचा || १८३.

विहित कर्म जे समोर आले, मनोगतचि भगवंताचे |

उत्तम सजवुनी तयास करणे, चरणी वहावे ते प्रभूचे || १८४.

सत्य व्यावहारीक असे हे, न्याय देई परि भुमिकेला |

जेही करणे त्या अधिकारे, निभवी ऐसे कर्माला || १८५.

अहंकार शेजारी आपुला, प्रश्न तयाचे सोडविता |

अलिप्त राहुनि सोडवी त्याशी, सांगे ऐसे प्रजापिता || १८६.

जटील जेंव्हा असे समस्या, प्रार्थी ईश्वरा श्रद्धेने |

सारे सोपविणे त्या हाती, दुजे कांही ते ना करणे || १८७.

सर्वभूतस्थमात्मानं सर्वभूतानि चात्मनि।

संपश्यन्ब्रह्म परमं याति नान्येन हेतुना ॥ १० || १८८.

आत्मबुद्धीने पाही सकला, आपणा इतरातहि पाही |

तेणे समरस परमसत्यी त्या, अन्य उपाय नसे कांही || १८९.

ज्ञान आत्मभावाचे पुरते, समदृष्टीचि उच्च असे |

आर्त विश्वीचे निजरुपी प्रगटे, उच्च त्याहुनि कांही नसे || १९०.

निर्गुण ब्रह्म मी, साक्षीभावे, व्यक्ते चैतन्ये देही |

देह प्रपंची, मी अद्वैती, लिप्त प्रपंचाशी नाही || १९१.

विरक्त ऐशी वृत्ती असता, समरस होई ब्रह्माशी |

अन्य मार्ग ना येथं मुक्तीचा, प्रजापती दे उपदेशी || १९२.

अन्य मार्ग ते पूर्वतयारी, द्वैत जोवरी ना सुटले |

शुद्ध चित्त नि विरक्त वृत्ती, सद्भावे जीवन चाले || १९३.

पूर्ण ज्ञान ते झिरपे अंतरी, सगुणी निर्गुण ते उमजे |

निदिध्यासने भेद मावळे, ब्रह्म भाव अनुभूत सहजे || १९४.

एकचि आत्माराम सकली हे, सहज भाव हा होत असे |

आपुले परके कांही भेद ना, सारे एकरूपे विलसे || १९५.

हेचि असे ते परमसत्यचि, बंधन कांही नच उरले |

अद्वैती ते भेदभाव ना, सारे एकचि ते झाले || १९६.

देह सोडता, देही असता, भोक्ता नि असताही गुणी |

कृष्ण सांगतो गीतेमाजी, अन्य कुणी नच मजवाचोनी || १९७.

द्वैती खेळे मायायोगे, लीला हिची ब्रह्माची |

नसुनि असे ते, वाटे गुंते, हि तर किमया मायेची || १९८.

अस्तित्वचि जे असते व्यक्ती, केवळ ब्रह्मचि द्वैतरूपे |

माया दावी लटक्या खेळा, उपाधीत चैतन्य लपे || १९९.

आकाशी व्यवहारी सत्याने, कल्पित नाम रूपे सारी |

लय उत्पत्ती, अखंड चाले, केवळ ही मायाचि खरी || २००.

ग्रह तारे नि सृष्टी सारी, एका चैतन्ये चळती |

जीवात्मा ना असेची दुसरा, सारी ब्रह्माची शक्ती || २०१.

मीच असे ते परब्रह्महि, अलग त्याविना कधि नसे |

मीचि देव नि भक्त हि मीची, खेळ रंजनास्तवचि असे || २०२.

आत्मानमरणिं कृत्वा प्रणवं चोत्तरारणिम्।

ज्ञाननिर्मथनाभ्यासात्पाशं दहति पण्डितः ॥ ||११||

बोधाचे हे फिरते जाते, मन ते तळीच्याचि चाकी |

पुरते स्थिर नि निश्चल ऐसे, बंधन कसले ना राखी || २०३.

वरच्या चाकी, ॐकारचि तो, जप मंत्रे चर्वण त्याचे |

ऐशा योगे, उठत कंपने, मन एकाग्रचि योग्याचे || २०४.

रूपक सांगे शांत मनाने, ॐ अनुभवा तो श्रवणी |

समरस त्याशी पुरते होता, शांती नेई हरि चरणी || २०५.

नीरव शांती हेची ब्रह्म ते, निवांत निश्चल, सदा असे |

अशी स्थिती हि निर्विचार कि, विचलितता थोडीहि नसे || २०६.

निखळ शुद्ध अस्तित्व असे ते, स्फुरते हृदयी मी म्हणुनि |

स्व-संवेद्यचि आत्माराम, नीरव शांती अनुभवुनी || २०७.

ज्ञान जयाला होई त्याचे, सुस्थिरता अंतरी वसे |

स्वानंदी तो नित्य मग्नचि, मंद श्वासे साधितसे || २०८.

मन पवनाची नित्यचि जोडी, श्वास हाचि तो हनुमान |

करि उड्डाणे, मनी राम परि, त्याशी खरे ब्रह्मज्ञान || २०९.

मन मर्कट जे म्हणती त्याचा, वानर-युथचि मुख्य असे |
पवनपुत्र तो राम भेटवी, स्थैर्ये हृदयी नित्य दिसे || २१०.

रामावाचुनी अन्य ना मनी, जे करणे ते नेटाने |
श्वासोच्छवासी स्मरण तयाचे, राममयचि तो अंत:करणे || २११.

ज्ञेय रामचि सदैव त्याच्या, त्याशी मिळवी श्रद्धेने |
भुत्कारी तो, ॐकारचि त्या, राम हृदयी नित तेणे || २१२.

मानस शांती पूर्णचि श्रद्धा, आत्मारामचि नित्य मनी |
श्रवणे-मनने, निदिध्यासने, सहजी शांती, अनुभवुनी ||२१३.

ब्रह्म-अनुभूती सहजी येई, शुद्ध चित्त नि श्रद्धेने |
अस्थिरता करी ब्रह्म वेगळे, साधे शांती समर्पणे || २१४.

परम सत्य ते असे एकचि, बाकी नाम रूपे सारी |
विरता माया उरे ब्रह्मचि, अनंत सर्वव्यापी हरी || २१५.

प्रणवे नित्यचि समरस होता, अर्धमात्री लय होत जिथे |
सारी बंधने नाश पावती, नीरव शांतीचि तेथे || २१६.

मीचि असे ते परब्रह्मचि, ब्रह्म सत्य जगन्मिथ्या |
नसे बंध वा नसेचि मुक्ती, शुद्धचि श्रेष्ठ अशा सत्या || २१७.

ज्ञानी चतुर जो जाळी पाशा, ॐकारी समरस होता |
मार्ग एकची, श्रुति सांगती, द्वैतातुनी अद्वैता || २१८.

एक जाणता ब्रह्मविद्या, इतरहि सारे फोल असे |
नित्य ब्रह्म मी, नित्य मुक्तचि, पराधीन मी कदा नसे || २१९.

येथे ना चातुर्य, विधी वा, व्रत तप ना ते उपयोगी |
सुस्थिर आणि शुद्ध चित्तची, घडवी ब्रह्मा संयोगी || २२०.

अविद्येस तो नकोच थारा, ज्ञानाविण ना अनुभूती |
वृत्ती निस्वार्थीचि असता, सहजी येत अनासक्ती || २२१.

जीवन ऐसे रचिले त्याने, समाधान असताही मनी |
आनंदेचि जाई प्रतिक्षण, प्रसाद त्याचा समजोनी || २२२.

विश्व निर्मिले सदाचि शिव नि, सुंदरता ती राखोनि |
रसिक मनाने घ्या आस्वादा, नित्यचि रस तो सेवोनि || २२३.

श्रद्धा आणि समर्पणाने, सहजी लाभे शांती मनी |
करी व्यवहारा अलिप्त राहुनि, विचलितता ना कुणा क्षणी | २२४.

ब्रह्मनिष्ठता हीच असे ती, कृष्णासम ते आचरावे |
जेही विहित ते प्रबल मनाने, सहजी सामोरे जावे || २२५.

विषय कालिया दूर करी तो, रास-क्रिडाहि संतोषे |

शांत मनाने वाजवी मुरली, गहन गीताहि सांगतसे ||२२६.

संसारी परि अनासक्त तो, पूर्ण पुरुष तो एक असे |

आदर्श जीवनी त्याचा घ्यावा, नित्य ब्रह्मीचि मने वसे || २२७.

स एव मायापरिमोहितात्मा शरीरमास्थाय करोति सर्वम्।।

स्त्रियन्नपानादिविचित्रभोगैः स एव जाग्रत्परितृप्तिमेति ॥ ॥१२॥

फसव्या मायेने जो मोहित, देहबुद्धीने तो फसला |

निज मोठेपण पूर्ण विसरला, कल्पनेत गढुनि गेला || २२८.

त्रिभुवन स्वामी स्वयेचि असता, पराधीन पुरता झाला |

अमृत सेवन सहजी शक्य तो, चिखलामाजीचि रमला || २२९.

चिरंजीव तो नित्यचि असता, देहा मृत्यू नको म्हणे |

जे व्याधींचे आगर दुःखमय, त्याशी तयाचे समरसणे || २३०.

कधी ना चिंतन कोण असे मी, सुख-दुःखहि कां भोगितसे ?|

यातुनी सुटण्या मार्ग नसे कां? विचार ऐसा करीत नसे || २३१.

विरळा कुणी तो ओळखी माया, आता असे ते पुन्हा नसे |

शाश्वत शोधा तो सरसावे, श्रुति सहाय्या येत असे || २३२.

परि इतरेजन, गुंतती विषयी, वाढविती ती आसक्ती |

वृथा बंधने प्रपंच चक्री, भंग तये मग ती शांती || २३३.

स्वानंदी नि शांती अनुभवी, तो विषयी खोट्या रमला |

क्षणिक मोह नि व्याधी निमंत्रण, कसे कळेना हे त्याला || २३४.

दोन दिनांचे आकर्षण ते, स्त्री देहाची हांव धरी |

सुख जे देई दुःख शेवटी, धावे त्यामागेच तरी || २३५.

स्वप्नामधल्या वैभवी रमला, स्वप्न संपणे आवडेना |

जागृती येता, शाश्वत सुख परि, झोप तयाला आवरेना || २३६.

आसक्ती नि हांव मानसी, तृप्ती तयाची कदा नसे |

जीवन घालवी तयाची नादे, तेणे नित्य अशांत असे || २३७.

भातुकलीच्या खेळी रमला, म्हणे मी राजा, तूं राणी |

खेळातली ती मडकी बोळकी, वृथाची गेला रंगोनी || २३८.

चटोर खाणे, भोगी रमणे, सारे मोहे सत्य गमे |

मायेने तो अधोगतीला, दुर्दैवाने त्यांत रमे || २३९.

आत्म्याचे अज्ञान असे हि, घोरचि निद्रा दुर्दैवे |

निजस्वरुपाचा विसर तयाला, स्वप्न सत्य त्या, जरि फसवे ||२४०

ज्ञाने केवळ येत जागृती, सरे मोहहि मग पुरता |

खऱ्या सुखाला वृथा पारखा, केवळ ज्ञान न त्या होता || २४१.

स्वप्ना मागुनी स्वप्ने येती, मायानिद्रा आवरेना |

वंचित ब्रह्मानंदा केवळ, जागृती तया येईना || २४२.

महान असता, स्वानंदी तो, स्वप्नी जीवात्मा झाला |

लटकी माया खरीच वाटे, पुरता फसला मोहाला || २४३.

संत महात्मे येती जगती, खरे सत्य ते समजावे |

अनासक्तीच्या मार्गानेचि, सन्मार्गा कैसे जावे || २४४.

ऐके प्रवचन श्रवण सुखावे, परि प्रपंची न मनन करी |

मायेच्या मोहास सुटेना, पुन्हा विषयी आसक्ती धरी || २४५.

वाटे त्याला देव देऊळी, घरी पुन्हा तो संसारी |

कधी उपवासा कधी पूजने, मोजुनी जप वा कधी करी || २४६.

सारे करी परि मोह न सोडी, द्वैतामाजी गुंते तो |

भवचक्री तो वृथाची फिरतो, हृदयी ईश्वर ना दिसतो || २४७.

स्वप्ने स जीवः सुखदुःखभोक्ता स्वमायया कल्पितजीवलोके।

सुषुप्तिकाले सकले विलीने तमोऽभिभूतः सुखरूपमेति ॥ ||१३||

स्वप्नी दृश्ये तोचि उभवी, आणि अनुभवी स्वयेचि तो |

बीज कर्मांचे तोचि पेरिता, प्रारब्धी ते भोगी तो || २४८.

अज्ञानी जे निर्मियले त्या, आनंदचि तो जरि फसवा |

सुखावे तये, लटक्या सुखी तो, मिळावायास्तव करी हेवा || २४९

विवाह करी नि प्रपंच वाढे, मान नि सन्मानहि जीवनी |

हांव वाढता वाढत राही, धावे तृप्ती न होवोनी || २५०.

सुख-दुःखाच्या ऊन सावल्या, नित्यचि ये-जा त्या करीती |

गुंता पुरता कधी सुटेना, विसरे तो वास्तव शांती || २५१,

गाढचि निद्रा येत सुषुप्ती, विक्षेपहि सारे विरती |

ना स्वप्न नि, कुठली दृश्ये, केवळ सुखमय अनुभूती || २५२.

परि नसे तो विवेक जागा, अज्ञानाची ती भ्रांती |

तम आच्छादन होता पुरते, वाटे सुखमय ऐशी स्थिती || २५३.

सुख परि नश्वर सुषुप्तीतले, चुणूक दाखवी शांतीची |
जागा होता जाणीव व्हावी, विषय विसरता, सौख्याची || २५४.

कुणी विरळा तो शिके त्यातुनी, विषयी सुख ते नसे खरे |
आणि शोधी शाश्वत सुख ते, मिळवावे कैशा द्वारे ?|| २५५.

पुनश्च जन्मान्तरकर्मयोगात् स एव जीवः स्वपिति प्रबुद्धः ।

पुरत्रये क्रीडति यश्च जीवः ततस्तु जातं सकलं विचित्रम्।

आधारमानन्दमखण्डबोधं यस्मिँल्लयं याति पुरत्रयं च ॥ ||१४||

आणि सुषुप्ती ती हि संपे, पुन्हा जागृती नि स्वप्ने |

तोचि खेळ तो चालू राही, विचलित सुख-दुःखे होणे || २५६.

कधी जागृतीत, अल्प स्वप्नी तो, मनोराज्य त्या सुखविती |

कधी कल्पना जगात रंगे, अल्प सुखाची ये भ्रांती || २५७.

कधी सत्संगे उडे भ्रांती ती, महावाक्य ते ये श्रवणी |

अंतरी खोलही आशय जाता, निद्रा जाई झटकोनी || २५८.

कळे त्यास त्तो मार्ग मुक्तीचा, दैवे श्रवण-मनन होता |

अनुभवी ती तर होती निद्रा, दैवे उमज अशी येता || २५९.

ज्ञानाची ती वाट गावता, सत्य उमजते त्यावेळी |

जी शांती नि समाधानहि, शोधी ते माझ्या जवळी || २६०.

शाश्वत सुखमय आगर मीचि, आनंद माझी नित्य स्थिती |

वृथा देही मम ममत्व झाले, जडे साधनी आसक्ती || २६१.

देहा भोगचि येती जाती, वृथा गुंतलो तयात मी |
देही चैतन्यचि मी केवळ, त्रिलोकीचाहि मी स्वामी || २६२.

सुख-दुःखी त्या वृथा गुंतणे, भोग तयाचा कां भोगी ?|
सारे उमजे, जाता निद्रा, ज्ञान पडे ते उपयोगी || २६३.

जीवन हे तर आनंदास्तव, क्रिडेस्तवचि निर्मियले |
परि खेळता मलाच विसरे, आणि भोग वाट्या आले || २६४.

सर्वव्यापी मी अखंड जाणीव, आनंद स्थायी भाव असे |
नित्य शांती नि आनंद माझ्या, अंतरात तो नित्य वसे || २६५.

तयास्तवचि कां विषयी रमणे, शाश्वत सोडुनि क्षणिक धरी |
अखंड बोधे अलिप्त राहुनी, नित्य रहावे पैलतीरी || २६६.

ज्ञाने संपे गहन ती निद्रा, खरी जागृती ती येता |
नित्यचि सुखमय शांती लाभे, सावधान ते नित असता || २६७.

संपे प्रारब्धाची शिल्लक, देहबुद्धी पुरती जाई |
जीवन परहित साधन कळते, आनंद त्याचा तो घेई || २६८.

स्वप्न-जागृती कांही असेना, मी तर नित्यची अद्वैती |
जगात येवो वादळ-वारे, भंगे ना ती मम शांती || २६९.

हे ना माझे, वस्तू व्यक्ती वा, मजसाठीचि सहाय्य हे |

प्रत्येकाचे कार्य वेगळे, ये-जा त्यांची सुरु राहे || २७०.

जसे प्रवाशी येती जाती, येता स्थानक तो उतरी |

सारे घडीचे असती यात्री, विरहे का तो शोक उरी ?|| २७१.

कुणा न माहित कोण कुठवरी, आणि कोठे ते जाणे? |

अल्प काल सहवास तयांचा, फिरुनी विसरुनिया जाणे || २७२.

मदत तयांना जैशी लागे, अवश्य ती मीचि करणे |

माझी संपता इथली यात्रा, मजला आहे ते जाणे || २७३.

एतस्माज्जायते प्राणो मनः सर्वेन्द्रियाणि च।

खं वायुर्ज्योतिरापश्च पृथ्वी विश्वस्य धारिणी ॥ ||१५||

जीवात्म्यापासून जन्मती, नभ, वायू, ज्योती, पाणी |

तसेच आधारा जी देते, सकला ती पावन धरणी || २७४.

पांची भुते मग विविध मिश्रणे, देहालागी ते सृजिती |

प्राणहि निर्मी मनासंगती, इंद्रियेही जन्मा येती || २७५.

यत्परं ब्रह्म सर्वात्मा विश्वस्यायतनं महत् ।

सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरं नित्यं तत्त्वमेव त्वमेव तत्॥ ॥१६॥

परम ब्रह्मचि कारण जगता, ऐसे कथिले वेदांती |

सकलचि विश्वा आधार त्याचा, अनंत ऐशी त्या व्याप्ती || २७६.

आकाशहि ते तयात राही, ग्रह तारे, तर ना गणती |

सकलांचाहि असेची आत्मा, सत् चित् ऐसे त्या म्हणती || २७७.

नित्यचि शाश्वत, चिरंजीव ते, काल नि स्थलहि त्यांत वसे |

सूक्ष्माहुनि ते अती सूक्ष्मचि, त्रिगुणहि ते त्यांतचि असे || २७८.

देह नसे तूं नित्य बदलता, ते तर साधन जगकार्या |

जन्म-मृत्यू ते तयाशी असती, जया खेळवी ती माया || २७९.

महान ऐसे परब्रह्म जे, स्वयं तूचि ते रे असशी |

'त्वमेव तत्' हे श्रुति सांगती, महती तुझी तीही ऐशी || २८०.

जाग्रत्स्वप्नसुषुप्त्यादि-प्रपञ्चं यत्प्रकाशते ।

तद्ब्रह्माहमिति ज्ञात्वा सर्वबन्धैः प्रमुच्यते ॥ ||१७||

ज्ञाता जाणे मीच ब्रह्म ते, स्वयं-प्रकाशी तेजस्वी |

सूर्य-चंद्र अग्नीस तेज ते, ज्याच्या केवळचि अंशी || २८१.

जागृती स्वप्न नि सुषुप्ती या ज्या, तीन अवस्था देहाच्या |

त्यास ब्रह्मचि स्वये प्रकाशी, पैल असे ते परि त्यांच्या || २८२.

निदिध्यासनी ध्यानी घ्यावी, महानता ही ब्रह्माची |

चिंतन त्याचे पुरते करणे, महती जाणावी त्याची || २८३.

ब्रह्म-स्वरूपा जये उमजले, नाम-रूपात्मक जग जाणे |

संग तयाचा मुळी असे ना, विरक्त राही मुक्तपणे || २८४.

त्याशी जगी न कसले बंधन, करी कर्मे तरि लिप्त नसे |

नित्यमुक्त तो जन्म-मरण ना, भवचक्री ना गुंततसे || २८५.

त्रिषु धामसु यद्भोग्यं भोक्ता भोगश्च यद्भवेत् ।

तेभ्यो विलक्षणः साक्षी चिन्मात्रोऽहं सदाशिवः ।। ||१८||

भोग्य नि भोग हि, जेही जगती, आणि त्याची अनुभूती |

या सर्वांच्या पूर्ण पैल मी, पूर्णशुद्ध मी जाणीव ती || २८६.

कदा मलीन ना, नित्यचि निर्मळ, आणि पावन मंगल ते |

ऐसे सर्वश्रेष्ठ असे जे, शुद्धचि जाणीव हृदि वसते || २८७.

देह कर्मींचा साक्षी असे मी, तिन्ही अवस्था त्या जाणे |

सूर्या-तेजे चंद्र प्रकाशे, तशा अवस्था मम सृजने || २८८.

जरि सारे माझ्याची आश्रये, मी न तयाशी लिप्त कदा |

नेत्र अनुभवी दृश्यांलागुनी, परी नेत्र त्या पैल सदा || २८९.

सकल भोग हे मम अस्तित्वे, देह जसा अनुभव हि तसा |

विश्वी जाणीव, ती मी सदाशीव, नित अस्तित्वी शुद्ध असा ||२९०

मय्येव सकलं जातं मयि सर्वं प्रतिष्ठितम्।

मयि सर्वं लयं याति तद्ब्रह्माद्वयमस्म्यहम्॥ ॥१९॥

विश्वी असे ते सकल ब्रह्मचि, उत्पत्ती मजपासोनी |

काल स्थलहि माझे पासुनि, कांही नसे मज वाचोनी || २९१.

दान सोडिता सर्वस्वाचे अर्ध्य टाकी वामनचरणी |

दोन पावली स्वर्ग नि पृथ्वी, व्यापिताचि ये बळी मनी || २९२.

सारे दिधले, सर्वस्वचि ते, अहंकार स्वामित्वाचा |

"मी चि त्यागिला" भाव न गेला, अजुनी परि तो त्या मनीचा||२९३

तिज्या पाऊला माथी ठेविता, अहंकार पुरता गेला |

मी माझेपण सर्व निमाले, सान जाहला जगताला || २९४.

वामन त्याशी वर तो देता, बळी वामनहि एकचि ते |

ज्ञान मार्गीचे द्वारपालपद, स्वये घेतले भगवंते || २९५.

जेही पाही, ऐके, बोले, स्पर्श गंध ते पावनची |

पूर्ण शुद्धी ती बळीस जाहली, जाणीव झाली ब्रह्माची || २९६.

पूर्ण विरक्ती अहं-शून्यता, ब्रह्मपदी सहजी नेई |

विश्व नि ब्रह्महि सकल एक ते, अद्वैती तो नित राही || २९७.

‘सर्वं प्रतिष्ठितं मयि’ भाव तो, सिद्ध चित्ती पुरता येई |
माझ्यातुनी हे सर्व सृजितसे, आणि लय हि मम ठायी || २९८.

अद्वय ब्रह्मचि मीचि ते स्वये, ऐशा ज्ञाने तो विलसे |
सकल तोचि होता मनी ते, प्राप्तीस्तव कांहीच नसे || २९९.

पूर्णकाम नि नित्य तृप्तचि, कदा न विचलित त्याची मती |
स्वानंदी तो नित्यचि राही, आणि अनुभवी नित शांती || ३००.

अणोरणीयानहमेव तद्वद्, महानहं विश्वमहं विचित्रम्।

पुरातनोऽहं पुरुषोऽहमीशः, हिरण्मयोऽहं शिवरूपमस्मि ॥ ||२०||

अति सूक्ष्म नि अति विशाल मी, सर्व निर्मिती माझी असे |

आत्माचि हे सकल असे जे, सूक्ष्म नि विशाल जगती जसे || ३०१

जलामाजी इवलाचि बुडबुडा, अति विशाल सिंधूत असे |

नाम रूपे तो जरी बुडबुडा, सिंधुविन परि अन्य नसे || ३०२.

बुडबुडा नि सिंधू उभय ते, नाम-रूप वेगळे असे |

उभय भिन्न ना, केवळ जलचि, अन्य कांहीही तेही नसे || ३०३.

तैसा धुलीकण तो इवलासा, उंच हिमालय वा कि असे |

एकचि माती अलग नाम नि, रूपे एकसारखीही नसे || ३०४.

विश्व असे हे महाविलक्षण, विविधताहि त्या असंख्यची |

एक-दुज्यासम जगी ना कांही, भिन्नचि गुण नि धर्माची || ३०५.

शीतल जल ते उष्णचि वन्ही, भिन्न असती ते धर्म जगी |

परि सारेचि, एक ब्रह्म हे जाणतसे ज्ञानी योगी || ३०६.

अति पुरातन विश्वामाजी, अनादि मजविण कुणी नसे |

म्हणती पुरुष मज, देह आश्रये, जीवात्मा सर्वज्ञ असे || ३०७.

जीव म्हणती मज, देह आश्रयी, परमात्म्याहुनि भिन्न नसे |

देह विविध ते विविध वर्तनी, परि जीव तो एक असे || ३०८.

स्वाधीन माझ्या स्वतंत्र मीचि, सकला प्रेरक केवळ मी |

मिथ्या अस्तित्वहि मी दे उसने, सकलचि विश्वाचा स्वामी, ||३०९

स्वयं-प्रकाशी अति तेजस्वी, प्रखर सौम्य मी उभय असे |

शुद्धचि जाणीव निजतेजचि मम, सदा शिवरुपी मीचि वसे ||३१०

नित्यचि आनंदात असे मी, दुःख मला माहित नसे ||

म्हणुनि ‘सच्चिदानंद’ चि म्हणती, नित्याचि स्वानंदात वसे ||३११

जरी तारका नित्य नभी त्या, दिवस उजेडी ना दिसती |

तैसे विपरीत आणि दुःख हि, ज्ञान प्रकाशी नच खंती || ३१२.

श्रवणे मनने निदिध्यासने, प्रकाश नित्यचि ज्ञानाचा |

नित्य अनुभवी आनंदाला, हाची मार्ग तो मोक्षाचा || ३१३.

अपाणिपादोऽहमचिन्त्यशक्तिः पश्याम्यचक्षुः स शृणोम्यकर्णः।

अहं विजानामि विविक्तरूपः न चास्ति वेत्ता मम चित्सदाहम्॥||२१||

आश्रय देहाला मी दिधला, जडी चेतना येण्याला |

मी न देह परि, शुद्ध ब्रह्म मी, आधार देई जगताला || ३१४.

शक्ति कल्पनातीत असे मज, इंद्रियेहि ती नसतांना |

जगतहि सारे सहजी निर्मिले, हे मी अवयवाचि विना || ३१५.

हस्त पाद ते नसता मजला, सारी कार्ये सहजी करी |

नसता लोचन पाहू शके मी, ऐके कर्णहि नाहीत तरी || ३१६.

शक्ती बघण्याची ती लोचना, सहजी मीचि ती दिधली |

बंद लोचने बघे स्वप्न तरी, शक्ति विलक्षण अशी दिली || ३१७.

जाण अशी मी दिली विलक्षण, पंच इंद्रिये सुप्त जरी |

स्वप्नी नसता विषय भोगिती, नसता सृष्टी उभी करी || ३१८.

माझी माया शक्ती अगम्यचि, नसता दिसवी जगताला |

उत्पत्ती लय, करि नसताही, विश्व निर्मी मी क्रीडेला || ३१९.

सत्वगुणे मी ईश्वर होऊनि, सृजी माया, जीव रजो गुणे |

आणि सारे जगत सृजितसे, तम प्रधानचि मायेने || ३२०.

विविध निर्मुनी नाम-रूपेहि, कार्ये करवी, विविध अशी |

जीव होऊनि जाणे सकलचि, जाण येत स्वप्नी जैशी || ३२१.

अति विलक्षण रूप असे मम, जाणतसे मी सकलाशी |

मला परि ना कुणीही जाणे, शुद्ध महानचि जाण अशी || ३२२.

नित्य राही मी जाणीव होऊनि, जाणे साऱ्या विश्वाला |

अचल राहुनि निराकारहि, ज्ञान असे ते सकल मला || ३२३.

वेदैरनेकैरहमेव वेद्यो वेदान्तकृद्वेदविदेव चाहम्॥

न पुण्यपापे मम नास्ति नाशो न जन्म देहेन्द्रियबुद्धिरस्ति।

न भूमिरापो न च वह्निरस्ति न चानिलो मेऽस्ति न चाम्बरं च॥२२॥

वर्णिती मजला सकल वेदहि, पुराणे नि शास्त्रे सारी |

परमसत्य ते सकली एकचि, मी चि ब्रह्म, सर्वत्र हरी || ३२४.

वेदांचाही मी निर्माता, ईश्वर होऊनिया रचिले |

जीव भूमिका घेऊनी होई, शिष्य ऐकण्या ज्ञान भले || ३२५.

मीचि सद्गुरू होऊनिया ते, वेद ज्ञान दे शिष्यांना |

अखंड यज्ञचि हा ज्ञानाचा, नित्य वर्धनचि ते ज्ञाना || ३२६.

लेखक गुरु नि शिष्यहि मीचि, ज्ञान तयातील मीचि असे |

ब्रह्म एकले अनेक रूपे, अनेक भूमिकामाजी वसे || ३२७.

परम सत्य मी एक जरी ते, सृजित कल्पना मिथ्याही |

नसता दावी विशाल सृष्टी, हाती जरि नसता कांही || ३२८.

जागे करूनि असे भासवी, मीच विनटलो रे जगती |

आणि आणुनी महाजागृती, सांगे वेड्या, स्वप्ने होती || ३२९.

जेही पाहिले, नव्हते कांहीच, आणि कधीही ते नव्हते |
निद्रेमाजी स्वप्ने आणि, महानिद्री ते जगताते || ३३०.
मायेचा तो प्रभाव तुजवरी, विसरुनिया आपणा गेला |
आपणा स्वप्नी करुनि पराधिन, सुटण्यास्तव धावत सुटला||३३१
त्रिभुवनीचा तूं असता स्वामी, पोटासाठी कष्ट करी |
निर्विकार तूं असता तरीही, व्याधी येता, शोक उरी || ३३२.
कल्पिल्याचि त्या परिवाराशी, पुरा गुंतला मायेने |
कल्पनेतल्या धन पद माने, वृथा गुंतला अभिमाने || ३३३.
विसरुनी गेला, मीचि तूं असे, शोधीत तीर्थे क्षेत्रेही |
हृदयी विराजे परब्रह्म परि, अंतरी पाहिलेचि नाही || ३३४.
वृथा हिंडला, अनेक योनी, कर्म फळी त्या गुंतुनिया |
वेड्या होती क्षणभर गम्मत, प्रभावीच माझी माया || ३३५.
मी चि मजला, कल्पनेतचि, खेळविले ते जीव बनुनी |
आली आता महाजागृती, हंसे मला मी खळखळुनी || ३३६.
आता येई ध्यानी माझ्या, धरती, जल, नि ना वन्ही |
आकाश कुठले? सारी कल्पना, सारे अनुभवले स्वप्नी || ३३७.

नसता देहचि, कुठली इंद्रिये, बुद्धी प्राण मन हे सारे ?|

नसता सारे जन्म कशास्तव,? पाप-पुण्यहि लटके रे || ३३८.

जे नाही त्या नाश कशाचा, जन्म-मरण नि शोक कुणा ?|

मीचि माझ्या मायी अडकलो, मुक्तीस्तव यत्नहि नाना || ३३९.

घडल्या साऱ्या कल्पि सृष्टीला, ब्रह्म हाच आधार परी |

मीचि आश्रय दिला कल्पिल्या, स्थल-कालहि ते मीच वरी||३४०

निदिध्यासने कळते सारे, मी न जीव, मी ब्रह्म असे |

विरह, मृत्यू नि व्याधी मिथ्या, शांती ज्ञाने लाभतसे || ३४१.

जोवरी पुरते ज्ञान न होई, निदिध्यासना नच सोडी |

मायाजाल जाणण्याशी पुरते, ज्ञानी वाढवावी गोडी || ३४२.

विपरीत काली हेचि ज्ञान ते, आणी मनाला ती शांती |

तोवरी विवेक नि वैराग्ये, करणे शुद्धची ती भक्ती || ३४३.

एवं विदित्वा परमात्मरूपं गुहाशयं निष्कलमद्वितीयम्।

समस्तसाक्षिं सदसद्विहीनं प्रयाति शुद्धं परमात्मरूपम्।। ||२३||

दिव्य ज्ञान ते ऐसे देऊनी, प्रजापती सुचवी ऋषीला |

श्रवण-मनन नि निदिध्यासने, जाणुनि घे निजरुपाला || ३४४.

ब्रह्मातुनी तूं, कधि न अलग ते, विसरचि अल्प स्वरूपाला |

जाणुनि निश्चित, मी न जीव हे, केवळ ब्रह्मचि उमगेल तुला ||३४५

हृदय गुहेतचि परब्रह्म ते, सर्वसाक्षी नि अखंडची |

अद्वितीय, ना दुजे कोणीही, सर्वव्यापी जाणीव तीचि || ३४६.

कार्य न कारण मी न कांहीही, माया कारण त्यास असे |

प्रपंच कार्यचि मिथ्या असता, मी तर उभयातहि नसे || ३४७.

परमात्मा मी परमशुद्धचि, मलीन कदापि ना होई |

चिखल स्वप्नीचा अस्वच्छ न करी, जेंव्हा जागृतीत पाही || ३४८.

मी न जीवात्मा परि परमात्मा, निश्चित जाणीव ती येता |

एकरूपेचि दिव्य अनुभवी, नीरव शांती नि सुखमयता || ३४९

यः शतरुद्रियमधीते सोऽग्निपूतो भवति, सुरापानात्पूतो भवति,|

ब्रह्महत्यात्पूतो भवति, कृत्याकृत्यात्पूतो भवति,
तस्मादविमुक्तमाश्रितो भवति |

अत्याश्रमी सर्वदा सकृद्धा जपेत् ||२४||

दिव्य असे हे रुद्र ज्ञान चि, जाणुनि शतदा पठण करी |

पावन अग्नि करी शुद्ध त्या, अंतरी आणि बाहेरी || ३५०.

अग्नी हे तर मूळचि ज्ञाना, ज्ञानवर्धने मनशुद्धी |

उपदेशा या ग्रहण करावे, तेजोमय होईल बुद्धी || ३५१.

बाह्याचरणी विवेक जागृत, करी कर्तव्ये निष्कामे |

कर्तव्याचे उत्तम पालन, स्वधर्मपालन करी नियमे || ३५२.

वाणी हितकार, विचार निर्मळ, परहित साधन करी सेवा |

कुवासना त्या जाळुनि टाकी, आचरीत त्या सद्भावा || ३५३.

पवित्र अग्नि राखी आदरे, दीपहि पूजन वेळेला |

विनम्र वंदन तेजदेवता, पवित्र राखी वाणीला || ३५४.

या द्वारे ते हो पारायण, निदिध्यासने मन उजळे |

शुद्ध आचरण, साधूभावे, पुर्वीचेही पाप जळे || ३५५.

निषिद्ध पेया दूरची ठेवी, सात्विकता ती आहारी |

सेवन इंद्रियाचि ते द्वारे, सारे शुद्धचि नित आचरी || ३५६.

तेणे वैश्वानर संतोषे, ज्ञात्या उचित सन्माने |

जरि चुकुनिया अश्राव्य वाणी, तेही पाप जाई तेणे || ३५७.

कळत नकळत मन वाचा वा, कृतीने दुष्कृत्या आचरी |

त्या पापाचा नाश होतसे, जरि पावन मार्गास धरी || ३५८.

श्री शिव त्याशी देत आश्रया, भय काळाचे नच उरते |

विवेक वैराग्येचि जीवन, सदा त्याकडुनि घडते || ३५९.

अनेन ज्ञानमाप्नोति संसारार्णवनाशनम्।

तस्मादेवं विदित्वैनं कैवल्यं पदमश्नुते कैवल्यं पदमश्नुते

कैवल्यं पदमश्नुते इति ॥ ||२५||

या ज्ञानाच्या अभ्यासाने, आत्मबोध तो होत असे |

अलिप्त होई प्रपंचातुनी, द्वैती अडकत कदा नसे || ३६०.

प्रज्ञा त्याची हो तेजोमय, लाभे स्थैर्यहि बुद्धीचे |

आत्मबलाचे होई वर्धन, होई आकलन ब्रह्माचे || ३६१.

आचरिता हे सारे कांही, फिटले जाळे द्वैताचे |

स्वयेचि समरस ब्रह्मी होई, सार्थक झाले जन्माचे || ३६२.

|| हरी ॐ ||

कैवल्य उपनिषद समाप्त

हरी ॐ ||

आपणा सर्वांच्या हृदयातील श्री शिव नित्य जागृत राहो.

ॐ नमः शिवाय ||

शांती पाठ

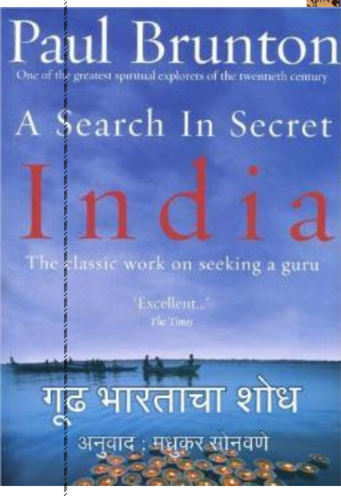
ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः । भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः ॥
स्थिरैरङ्गैस्तुष्टुवांसस्तनूभिः । व्यशेम देवहितं यदायुः ॥
ॐ स्वस्ति न इन्द्रो वृद्धश्रवाः । स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः ॥
स्वस्तिनस्ताक्ष्यों अरिष्टनेमिः । स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥
ॐ शांतिः । शांतिः ॥ शांतिः॥।

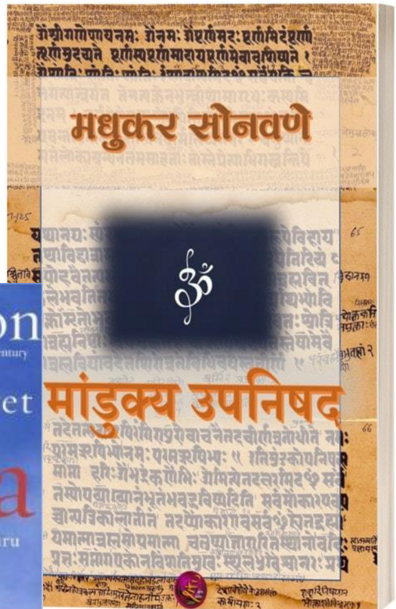
ॐ, नित्यचि श्रवणी मंगल येवो, नयना दर्शन शुभचि घडो |
इष्ट अनुभवी तये दर्शनी, दिव्यत्वचि नजरेस पडो || १.
देह नि मनहि, सदा स्वस्थचि, आचरण नित्यचि शुभचि घडो |
कर्मे निस्वार्थी निष्कामी, स्वकर्म देवा चरणी पडो || २.
प्रज्ञावंतचि इंद्र देवता, प्रदान करी चातुर्याला |
पोषणकर्ता सूर्य देवता, स्वास्थ्या आणि ज्ञानाला || ३.
गरुड देवता, बल नि धैर्य दे, नारायण दर्शन देई |
टळो अरिष्टे मनी शुद्धता, सदा कृती ती शुभ होई || ४.
कल्याणाच्या मार्गावरुनी, नित्य आम्हा ने बृहस्पती |
स्थिति कैशीहि भंग न पावो जीवनात आमुच्या शांती || ५.
ॐ शांतिः शांतिः शांतीः ||

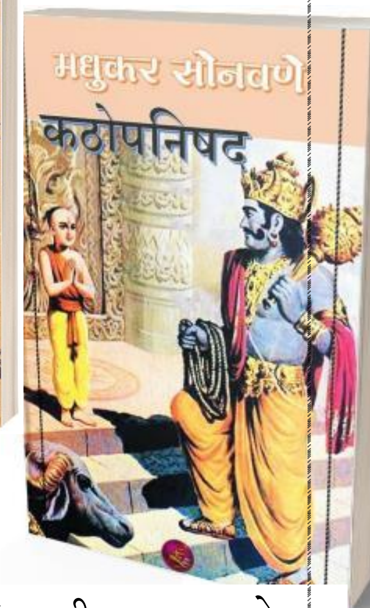
||हरी ॐ||

-अण्णा

०९/०८/२०२१.{प्रथम श्रावणी सोमवार}







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