

.. Uttara Gita ..

॥ उत्तरगीता ॥

अखण्डं सच्चिदानन्दमवाङ्मनसगोचरम् ।  
आत्मानमखिलाधारमाश्रयेऽभीष्टसिद्धये ॥  
अर्जुन उवाच -  
यदेकं निष्कलं ब्रह्म व्योमातीतं निरञ्जनम् ।  
अप्रतर्क्यमविज्ञेयं विनाशोत्पत्तिवर्जितम् ॥ १ ॥  
कारणं योगनिर्मुक्तं हेतुसाधनवर्जितम् ।  
हृदयाम्बुजमध्यस्थं ज्ञानज्ञेयस्वरूपकम् ॥ २ ॥  
तत्क्षणादेव मुच्येत यज्ज्ञानाद्ब्रूहि केशव ।  
श्रीभगवानुवाच -  
साधु पृष्टं महाबाहो बुद्धिमानसि पाण्डव ॥ ३ ॥  
यन्मां पृच्छसि तत्त्वार्थमशेषं प्रवदाम्यहम् ।  
आत्ममन्त्रस्य हंसस्य परस्परसमन्वयात् ॥ ४ ॥  
योगेन गतकामानां भावना ब्रह्म चक्षते ।  
शरीरिणामजस्यान्तं हंसत्वं पारदर्शनम् ॥ ५ ॥  
हंसो हंसाक्षरं चैतत्कूटस्थं यत्तदक्षरम् ।  
तद्विद्वानक्षरं प्राप्य जह्यान्मरणजन्मनी ॥ ६ ॥  
काकीमुखं ककारान्तमुकारश्चेतनाकृतिः ।  
मकारस्य तु लुप्तस्य कोऽर्थः संप्रतिपद्यते ॥ ७ ॥  
काकीमुखककारान्तमुकारश्चेतनाकृतिः ।  
अकारस्य तु लुप्तस्य कोऽर्थः संप्रतिपद्यते ॥ ७ ॥  
गच्छंस्तिष्ठन्सदा कालं वायुस्वीकरणं परम् ।  
सर्वकालप्रयोगेन सहस्रायुर्भवेन्नरः ॥ ८ ॥  
यावत्पश्येत्स्वगाकारं तदाकारं विचिन्तयेत् ।  
खमध्ये कुरु चात्मानमात्ममध्ये च खं कुरु ।  
आत्मानं खमयं कृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत् ॥ ९ ॥  
स्थिरबुद्धिरसंमूढो ब्रह्मविद्ब्रह्मणि स्थितः ।  
बहिर्व्योमस्थितं नित्यं नासाग्रे च व्यवस्थितम् ।  
निष्कलं तं विजानीयाच्छ्वासो यत्र लयं गतः ॥ १० ॥  
पुटद्वयविनिर्मुक्तो वायुर्यत्र विलीयते ॥ ११ ॥  
तत्र संस्थं मनः कृत्वा तं ध्यायेत्पार्थ ईश्वरम् ॥ १२ ॥  
निर्मलं तं विजानीयात्षडूर्मिरहितं शिवम् ।  
प्रभाशून्यं मनःशून्यं बुद्धिशून्यं निरामयम् ॥ १३ ॥

सर्वशून्यं निराभासं समाधिस्तस्य लक्षणम् ।  
 त्रिशून्यं यो विजानीयात्स तु मुच्येत बन्धनात् ॥ १४ ॥  
 स्वयमुच्चलिते देहे देही न्यस्तसमाधिना ।  
 निश्चलं तद्विजानीयात्समाधिस्थस्य लक्षणम् ॥ १५ ॥  
 अमात्रं शब्दरहितं स्वरव्यञ्जनवर्जितम् ।  
 बिन्दुनादकलातीतं यस्तं वेद स वेदवित् ॥ १६ ॥  
 प्राप्ते ज्ञानेन विज्ञाने ज्ञेये च हृदि संस्थिते ।  
 लब्धशान्तिपदे देहे न योगो नैव धारणा ॥ १७ ॥  
 यो वेदादौ स्वरः प्रोक्तो वेदान्ते च प्रतिष्ठितः ।  
 तस्य प्रकृतिलीनस्य यः परः स महेश्वरः ॥ १८ ॥  
 नावार्थी च भवेत्तावद्यावत्पारं न गच्छति ।  
 उत्तीर्णे च सरित्पारे नावया किं प्रयोजनम् ॥ १९ ॥  
 ग्रन्थमभ्यस्य मेधावी ज्ञानविज्ञानतत्परः ।  
 पलालमिव धान्यार्थी त्यजेद्ग्रन्थमशेषतः ॥ २० ॥  
 उल्काहस्तो यथा कश्चिद्द्रव्यमालोक्य तां त्यजेत्  
 ज्ञानेन ज्ञेयमालोक्य पञ्चाज्ज्ञानं परित्यजेत् ॥ २१ ॥  
 यथामृतेन तृप्तस्य पयसा किं प्रयोजनम् ।  
 एवं तं परमं ज्ञात्वा वेदैर्नास्ति प्रयोजनम् ॥ २२ ॥  
 ज्ञानामृतेन तृप्तस्य कृतकृत्यस्य योगिनः ।  
 न चास्ति किञ्चित्कर्तव्यमस्ति चेन्न स तत्त्ववित् ॥ २३ ॥  
 तैलधारामिवाच्छिन्नं दीर्घघण्टानिनादवत् ।  
 अवाच्यं प्रणवस्याग्रं यस्तं वेद स वेदवित् ॥ २४ ॥  
 आत्मानमरणिं कृत्वा प्रणवं चोत्तरारणिम् ।  
 ध्याननिर्मथनाभ्यासादेवं पश्येन्निगूढवत् ॥ २५ ॥  
 तादृशं परमं रूपं स्मरेत्पार्थ ह्यनन्यधीः ।  
 विधूमाग्निनिभं देवं पश्येदन्त्यन्तनिर्मलम् ॥ २६ ॥  
 दूरस्थोऽपि न दूरस्थः पिण्डस्थः पिण्डवर्जितः ।  
 विमलः सर्वदा देही सर्वव्यापी निरञ्जनः ॥ २७ ॥  
 कायस्थोऽपि न कायस्थः कायस्थोऽपि न जायते ।  
 कायस्थोऽपि न भुञ्जानः कायस्थोऽपि न बध्यते ॥ २८ ॥  
 कायस्थोऽपि न लिप्तः स्यात्कायस्थोऽपि न बाध्यते ।  
 तिलमध्ये यथा तैलं क्षीरमध्ये यथा घृतम् ॥ २९ ॥  
 पुष्पमध्ये यथा गन्धः फलमध्ये यथा रसः ।  
 काष्ठाग्निवत्प्रकाशेत् आकाशे वायुवच्चरेत् ॥ ३० ॥  
 तथा सर्वगतो देही देहमध्ये व्यवस्थितः ।  
 मनस्थो देशिनां देवो मनोमध्ये व्यवस्थितः ॥ ३१ ॥

मनस्थं मनमध्यस्थं मध्यस्थं मनवर्जितम् ।  
 मनसा मन आलोक्य स्वयं सिध्यन्ति योगिनः ॥ ३२ ॥  
 आकाशं मानसं कृत्वा मनः कृत्वा निरास्पदम् ।  
 निश्चलं तद्विजानीयात्समाधिस्थस्य लक्षणम् ॥ ३३ ॥  
 योगामृतरसं पीत्वा वायुभक्षः सदा सुखी ।  
 यममभ्यस्यते नित्यं समाधिर्मृत्युनाशकृत् ॥ ३४ ॥  
 ऊर्ध्वशून्यमधःशून्यं मध्यशून्यं यदात्मकम् ।  
 सर्वशून्यं स आत्मेति समाधिस्थस्य लक्षणम् ॥ ३५ ॥  
 शून्यभावितभावात्मा पुण्यपापैः प्रमुच्यते ।  
 अर्जुन उवाच-  
 अदृश्ये भावना नास्ति दृश्यमेतद्विनश्यति ॥ ३६ ॥  
 अवर्णमस्वरं ब्रह्म कथं ध्यायन्ति योगिनः ।  
 श्रीभगवानुवाच-  
 ऊर्ध्वपूर्णमधःपूर्णं मध्यपूर्णं यदात्मकम् ॥ ३७ ॥  
 सर्वपूर्णं स आत्मेति समाधिस्थस्य लक्षणम् ।  
 अर्जुन उवाच-  
 सालम्बस्याप्यनित्यत्वं निरालम्बस्य शून्यता ॥ ३८ ॥  
 उभयोरपि दुष्टत्वात्कथं ध्यायन्ति योगिनः ।  
 श्रीभगवानुवाच-  
 हृदयं निर्मलं कृत्वा चिन्तयित्वाप्यनामयम् ॥ ३९ ॥  
 अहमेव इदं सर्वमिति पश्येत्परं सुखम् ।  
 अर्जुन उवाच-  
 अक्षराणि समात्राणि सर्वे बिन्दुसमाश्रिताः ॥ ४० ॥  
 बिन्दुभिर्भिद्यते नादः स नादः केन भिद्यते ।  
 श्रीभगवानुवाच-  
 अनाहतस्य शब्दस्य तस्य शब्दस्य यो ध्वनिः ॥ ४१ ॥  
 ध्वनेरन्तर्गतं ज्योतिर्ज्योतिरन्तर्गतं मनः ।  
 तन्मनो विलयं याति तद्विष्णोः परमं पदम् ॥ ४२ ॥  
 ॐकारध्वनिनादेन वायोः संहरणान्तिकम् ।  
 निरालम्बं समुद्दिश्य यत्र नादो लयं गतः ॥ ४३ ॥  
 अर्जुन उवाच-  
 भिन्ने पञ्चात्मके देहे गते पञ्चसु पञ्चधा ।  
 प्राणैर्विमुक्ते देहे तु धर्माधर्मौ क्व गच्छतः ॥ ४४ ॥  
 श्रीभगवानुवाच-  
 धर्माधर्मौ मनश्चैव पञ्चभूतानि यानि च ।  
 इन्द्रियाणि च पञ्चैव याश्चान्याः पञ्च देवताः ॥ ४५ ॥

ताञ्चैव मनसा सर्वे नित्यमेवाभिमानतः ।  
 जीवेन सह गच्छन्ति यावत्तत्त्वं न विन्दति ॥ ४६ ॥  
 अर्जुन उवाच-  
 स्थावरं जङ्गमं चैव यत्किञ्चित्सचराचरम् ।  
 जीवा जीवेन सिध्यन्ति स जीवः केन सिध्यति ॥ ४७ ॥  
 श्रीभगवानुवाच-  
 मुखनासिकयोर्मध्ये प्राणः संचरते सदा ।  
 आकाशः पिबते प्राणं स जीवः केन जीवति ॥ ४८ ॥  
 अर्जुन उवाच-  
 ब्रह्माण्डव्यापितं व्योम व्योम्ना चावेष्टितं जगत् ।  
 अन्तर्बहिश्च तद्व्योम कथं देवो निरञ्जनः ॥ ४९ ॥  
 श्रीभगवानुवाच-  
 आकाशो ह्यवकाशश्च आकाशव्यापितं च यत् ।  
 आकाशस्य गुणः शब्दो निःशब्दो ब्रह्म उच्यते ॥ ५० ॥  
 अर्जुन उवाच-  
 दन्तोष्ठतालुजिह्वानामास्पदं यत्र दृश्यते ।  
 अक्षरत्वं कुतस्तेषां क्षरत्वं वर्तते सदा ॥ ५१ ॥  
 अघोषमव्यञ्जनमस्वरं चा-  
 प्यतालुकण्ठोष्ठमनासिकं च ।  
 अरेखजातं परमूष्मवर्जितं  
 तदक्षरं न क्षरते कथञ्चित् ॥ ५२ ॥  
 अर्जुन उवाच-  
 ज्ञात्वा सर्वगतं ब्रह्म सर्वभूताधिवासितम् ।  
 इन्द्रियाणां निरोधेन कथं सिध्यन्ति योगिनः ॥ ५३ ॥  
 श्रीभगवानुवाच-  
 इन्द्रियाणां निरोधेन देहे पश्यन्ति मानवाः ।  
 देहे नष्टे कुतो बुद्धिर्बुद्धिनाशे कुतो ज्ञाता ॥ ५४ ॥  
 तावदेव निरोधः स्याद्यावत्तत्त्वं न विन्दति ।  
 विदिते तु परे तत्त्वे एकमेवानुपश्यति ॥ ५५ ॥  
 भवच्छिद्रकृता देहाः स्रवन्ति गलिका इव ।  
 नैव ब्रह्म न शुद्धं स्यात्पुमान्ब्रह्म न विन्दति ॥ ५६ ॥  
 अत्यन्तमलिनो देहो देही चात्यन्तनिर्मलः ।  
 उभयोरन्तरं ज्ञात्वा कस्य शौचं विधीयते ॥ ५७ ॥  
 इति उत्तरगीतायां प्रथमोऽध्यायः ॥

॥ द्वितीयोऽध्यायः ॥

अरूढस्यारुरुक्षोश्च स्वरूपे परिकीर्तिते ।

तत्रारूढस्य बिम्बैक्यं कथं स्यादिति पृच्छति ॥

अर्जुन उवाच-

ज्ञात्वा सर्वगतं ब्रह्म सर्वज्ञं परमेश्वरम् ।  
अहं ब्रह्मेति निर्देष्टुं प्रमाणं किं भवेत् ॥ १ ॥

श्रीभगवानुवाच-

यथा जलं जले क्षिप्तं क्षीरे क्षीरं घृते घृतम् ।  
अविशेषो भवेत्तद्वज्जीवात्मपरमात्मनोः ॥ २ ॥  
जीवे परेण तादात्म्यं सर्वगं ज्योतिरीश्वरम् ।  
प्रमाणलक्षणैर्ज्ञेयं स्वयमेकाग्रवेदिना ॥ ३ ॥

अर्जुन उवाच-

ज्ञानादेव भवेज्ज्ञेयं विदित्वा तत्क्षणेन तु ।  
ज्ञानमात्रेण मुच्येत किं पुनर्योगधारणा ॥ ४ ॥

श्रीभगवानुवाच-

ज्ञानेन दीपिते देहे बुद्धिर्ब्रह्मसमन्विता ।  
ब्रह्मज्ञानाग्निना विद्वान्निर्देहेत्कर्मबन्धनम् ॥ ५ ॥  
ततः पवित्रं परमेश्वराख्य-

मद्वैतरूपं विमलाम्बराभम् ।

यथोदके तोयमनुप्रविष्टं

तथात्मरूपो निरुपाधिसंस्थः ॥ ६ ॥

आकाशवत्सूक्ष्मशरीर आत्मा

न दृश्यते वायुवदन्तरात्मा ।

स बाह्यमभ्यन्तरनिश्चलात्मा

ज्ञानोल्कया पश्यति चान्तरात्मा ॥ ७ ॥

यत्र यत्र मृतो ज्ञानी येन केनापि मृत्युना ।

यथा सर्वगतं व्योम तत्र तत्र लयं गतः ॥ ८ ॥

शरीरव्यापितं व्योम भुवनानि चतुर्दश ।

निश्चलो निर्मलो देही सर्वव्यापी निरञ्जनः ॥ ९ ॥

मुहूर्तमपि यो गच्छेन्नासाग्रे मनसा सह ।

सर्वं तरति पाप्मानं तस्य जन्म शतार्जितम् ॥ १० ॥

दक्षिणे पिङ्गला नाडी वह्निमण्डलगोचरा ।

देवयानमिति ज्ञेया पुण्यकर्मानुसारिणी ॥ ११ ॥

इला च वामनिश्वाससोममण्डलगोचरा ।

पितृयानमिति ज्ञेयं वाममाश्रित्य तिष्ठति ॥ १२ ॥

गुदस्य पृष्ठभागेऽस्मिन्वीणादण्डस्य देहभृत् ।

दीर्घास्ति मूर्ध्निपर्यन्तं ब्रह्मदण्डीति कथ्यते ॥ १३ ॥

तस्यान्ते सुषिरं सूक्ष्मं ब्रह्मनाडीति सूरिभिः ।

इलापिङ्गलयोर्मध्ये सुषुम्ना सूक्ष्मरूपिणी ।  
 सर्वं प्रतिष्ठितं यस्मिन्सर्वगं सर्वतोमुखम् ॥ १४ ॥  
 तस्य मध्यगताः सूर्यसोमाग्निपरमेश्वराः ।  
 भूतलोका दिशः क्षेत्रसमुद्राः पर्वताः शिलाः ॥ १५ ॥  
 द्वीपाश्च निम्नगा वेदाः शास्त्रविद्याकलाक्षराः ।  
 स्वरमन्त्रपुराणानि गुणाश्चैते च सर्वशः ॥ १६ ॥  
 बीजं बीजात्मकास्तेषां क्षेत्रज्ञाः प्राणवायवः ।  
 सुषुम्नान्तर्गतं विश्वं तस्मिन्सर्वं प्रतिष्ठितम् ॥ १७ ॥  
 नानानाडीप्रसवकं सर्वभूतान्तरात्मनि ।  
 ऊर्ध्वमूलमधः शाखं वायुमार्गेण सर्वगम् ॥ १८ ॥  
 द्विसप्ततिसहस्राणि नाड्यः स्युर्वायुगोचराः ।  
 कर्ममार्गेण सुषिरास्तिर्यञ्चः सुषिरात्मकाः ॥ १९ ॥  
 अधश्चोर्ध्वगतास्तासु नवद्वाराणि शोधयन् ।  
 वायुना सह जीवोर्ध्वज्ञानी मोक्षमवाप्नुयात् ॥ २० ॥  
 अमरावतीन्द्रलोकोऽस्मिन्नासाग्रे पूर्वतो दिशि ।  
 अग्निलोको हृदि ज्ञेयश्चक्षुस्तेजोवती पुरी ॥ २१ ॥  
 याम्या संयमनी श्रोत्रे यमलोकः प्रतिष्ठितः ।  
 नैर्ऋतो ह्यथ तत्पार्श्वे नैर्ऋतो लोक आश्रितः ॥ २२ ॥  
 विभावरी प्रतीच्यां तु पृष्ठे वारुणिका पुरी ।  
 वायोर्गन्धवती कर्णपार्श्वे लोकः प्रतिष्ठितः ॥ २३ ॥  
 सौम्या पुष्पवती सौम्ये सोमलोकस्तु कण्ठतः ।  
 वामकर्णे तु विज्ञेयो देहमाश्रित्य तिष्ठति ॥ २४ ॥  
 वामे चक्षुषि चैशानी शिवलोको मनोन्मनी ।  
 मूर्ध्नि ब्रह्मपुरी ज्ञेया ब्रह्माण्डं देहमाश्रितम् ॥ २५ ॥  
 पादादधः शिवोऽनन्तः कालाग्निप्रलयात्मकः ।  
 अनामयमधश्चोर्ध्वं मध्यमं तु बहिः शिवम् ॥ २६ ॥  
 अधः पदोऽतलं विद्यात्पादं च वितलं विदुः ।  
 नितलं पादसन्धिश्च सुतलं जङ्घमुच्यते ॥ २७ ॥  
 महातलं तु जानु स्यादूरुदेशो रसातलम् ।  
 कटिस्तालतलं प्रोक्तं सप्त पातालसंज्ञया ॥ २८ ॥  
 कालाग्निनरकं घोरं महापातालसंज्ञया ।  
 पातालं नाभ्यधोभागो भोगीन्द्रफणिमण्डलम् ॥ २९ ॥  
 वेष्टितः सर्वतोऽनन्तः स बिभ्रज्जीवसंज्ञकः ।  
 भूलोकं नाभिदेशं तु भुवर्लोकं तु कुक्षितः ॥ ३० ॥  
 हृदयं स्वर्गलोकं तु सूर्यादिग्रहतारकाः ।  
 सूर्यसोमसुनक्षत्रं बुधशुक्रकुजाङ्गिराः ॥ ३१ ॥

मन्दश्च सप्तमो ह्येष ध्रुवोऽतः स्वर्गलोकतः ।  
हृदये कल्पयन्योगी तस्मिन्सर्वसुखं लभेत् ॥ ३२ ॥  
हृदयस्य महर्लोकं जनोलोकं तु कण्ठतः ।  
तपोलोकं भ्रुवोर्मध्ये मूर्ध्नि सत्यं प्रतिष्ठितम् ॥ ३३ ॥  
ब्रह्माण्डरूपिणी पृथ्वी तोयमध्ये विलीयते ।  
अग्निना पच्यते तोयं वायुना ग्रस्यतेऽनलः ॥ ३४ ॥  
आकाशं तु पिबेद्वायुं मनश्चाकाशमेव च ।  
बुद्ध्यहङ्कारचित्तं च क्षेत्रज्ञः परमात्मनि ॥ ३५ ॥  
अहं ब्रह्मेति मां ध्यायेदेकाग्रमनसा सकृत् ।  
सर्वं तरति पाप्मानं कल्पकोटिशतैः कृतम् ॥ ३६ ॥  
घटसंवृतमाकाशं नीयमाने घटे यथा ।  
घटो नश्यति नाकाशं तद्वज्जीव इहात्मनि ॥ ३७ ॥  
घटाकाशमिवात्मानं विलयं वेत्ति तत्त्वतः ।  
स गच्छति निरालम्बं ज्ञानालोक्यं न संशयः ॥ ३८ ॥  
तपेद्वर्षसहस्राणि एकपादस्थितो नरः ।  
एकस्य ध्यानयोगस्य कलां नार्हन्ति षोडशीम् ॥ ३९ ॥  
आलोड्य चतुरो वेदान्धर्मशास्त्राणि सर्वदा ।  
यो वै ब्रह्म न जानाति दर्वी पाकरसं यथा ॥ ४० ॥  
यथा खरश्चन्दनभारवाही  
सारस्य वाही न तु चन्दनस्य ।  
एवं हि शास्त्राणि बहून्यधीत्य  
सारं त्वजानन्खरवद्वहेत्सः ॥ ४१ ॥  
अनन्तकर्म शौचं च जपो यज्ञस्तथैव च ।  
तीर्थयात्रादिगमनं यावत्तत्त्वं न विन्दति ॥ ४२ ॥  
गवामनेकवर्णानां क्षीरं स्यादेकवर्णकम् ।  
क्षीरवदृश्यते ज्ञानं देहिनां च गवां यथा ॥ ४३ ॥  
अहं ब्रह्मेति नियतं मोक्षहेतुर्महात्मनाम् ।  
द्वे पदे बन्धमोक्षाय न ममेति ममेति च ॥ ४४ ॥  
ममेति बध्यते जन्तुर्न ममेति विमुच्यते ।  
मनसो ह्युन्मनीभावादद्वैतं नैवोपलभ्यते ।  
यदा यात्युन्मनीभावं तदा तत्परमं पदम् ॥ ४५ ॥  
हन्यान्मुष्टिभिराकाशं क्षुधार्तः कण्डयेत्तुषम् ।  
नाहं ब्रह्मेति जानाति तस्य मुक्तिर्न जायते ॥ ४६ ॥  
इति उत्तरगीतायां द्वितीयोऽध्यायः ॥

॥ तृतीयोऽध्यायः ॥

योगी व्यर्थक्रियालापपरित्यागेन शान्तधीः ।

तृतीये शरणं यायाद्धरिमेवेति कीर्त्यते ॥

श्रीभगवानुवाच-

अनन्तशास्त्रं बहुवेदितव्य-

मल्पश्च कालो बहवश्च विघ्नाः ।

यत्सारभूतं तदुपासितव्यं

हंसो यथा क्षीरमिवाम्बुमिश्रम् ॥ १ ॥

पुराणं भारतं वेदशास्त्राणि विविधानि च ।

पुत्रदारादिसंसारो योगाभ्यासस्य विघ्नकृत् ॥ २ ॥

इदं ज्ञानमिदं ज्ञेयं यः सर्वं ज्ञातुमिच्छति ।

अपि वर्षसहस्रायुः शास्त्रान्तं नाधिगच्छति ॥ ३ ॥

विज्ञेयोऽक्षरतन्मात्रं जीवितं चापि चञ्चलम् ।

विहाय शास्त्रजालानि यत्सत्यं तदुपास्यताम् ॥ ४ ॥

पृथिव्यां यानि भूतानि जिह्वोपस्थनिमित्तिकम् ।

जिह्वोपस्थपरित्यागे पृथिव्यां किं प्रयोजनम् ॥ ५ ॥

तीर्थानि तोयपूर्णानि देवान्पाषाणमृन्मयान् ।

योगिनो न प्रपद्यन्ते आत्मध्यानपरायणाः ॥ ६ ॥

अग्निर्देवो द्विजातीनां मुनीनां हृदि दैवतम् ।

प्रतिमा स्वल्पबुद्धीनां सर्वत्र समदर्शिनाम् ॥ ७ ॥

सर्वत्रावस्थितं शान्तं न प्रपश्येज्जनार्दनम् ।

ज्ञानचक्षुर्विहीनत्वादन्धः सूर्यमिवोदितम् ॥ ८ ॥

यत्र यत्र मनो याति तत्र तत्र परं पदम् ।

तत्र तत्र परं ब्रह्म सर्वत्र समवस्थितम् ॥ ९ ॥

दृश्यन्ते दृशि रूपाणि गगनं भाति निर्मलम् ।

अहमित्यक्षरं ब्रह्म परमं विष्णुमव्ययम् ॥ १० ॥

दृश्यते चेतस्वगाकारं खगाकारं विचिन्तयेत् ।

सकलं निष्कलं सूक्ष्मं मोक्षद्वारेण निर्गतम् ॥ ११ ॥

अपवर्गस्य निर्वाणं परमं विष्णुमव्ययम् ।

सर्वज्योतिर्निराकारं सर्वभूतगुणान्वितम् ॥ १२ ॥

सर्वत्र परमात्मानं अहमात्मा परमव्ययम् ।

अहं ब्रह्मेति यः सर्वं विजानाति नरः सदा ।

हन्यात्स्वयमिमान्कामान्सर्वाशी सर्वविक्रयी ॥ १३ ॥

निमिषं निमिषार्धं वा शीताशीतनिवारणम् ।

अचला केशवे भक्तिर्विभवैः किं प्रयोजनम् ॥ १४ ॥

भिक्षान्नं देहरक्षार्थं वस्त्रं शीतनिवारणम् ।

अश्मानं च हिरण्यं च शाकं शाल्योदनं तथा ॥ १५ ॥

समानं चिन्तयेद्योगी यदि चिन्त्यमपेक्षते ।

भूतवस्तुन्यशोचित्वं पुनर्जन्म न विद्यते ॥ १६ ॥  
आत्मयोगमवोचद्यो भक्तियोगशिरोमणिम् ।  
तं वन्दे परमानन्दं नन्दनन्दनमीश्वरम् ॥  
इति उत्तरगीतायां तृतीयोऽध्यायः ॥

Encoded and proofread by Sunder Hattangadi sunderh at hotmail.com

---

Please send corrections to [sanskrit@cheerful.com](mailto:sanskrit@cheerful.com)  
Last updated October 3, 2010  
<http://sanskritdocuments.org>