

छैंवां अध्याय

श्री भगवानोवाच

छडु के आसरा कर्म फलां दा ^१ करन योग जो कर्म कमांदा
ओह है त्यागी ते सन्यासी ओह है पूरन योगाभ्यासी
कर्म हीन निरअग्री भोगी न सन्यासी न ओह योगी

जिस नूं सब सन्यास बुलावन ^२ योग उहसे नूं जाण तूं अजुन
जो संकल्प न त्यागे मन दा सो नर योगी कदे न बणदा

योग मारग जो कदम उठांदा ^३ उस दा साधन कर्म कहांदा
जद मुनी योग रूढ़ हो जावे उस दा साधन शर्मा कहावे

इन्द्रियां थों जो मन मोड़े ^४ कर्म फलां विच चित्त न जोड़े
सब संकल्प त्याग दिखलावे सो नर योगा रूढ़ कहावे

आत्मक बल दा आसरा फड़लै ^५ आत्मा दा उद्धार तूं कर लै
आत्मा उत्तम उच्च हो जावे आत्मा अधोगती न पावे
आत्मा ही है अपना सज्जण आत्मा अपना बैरी दुश्मण

आत्मा अपना मीत कहावे ^६ जद नर अपना मन जित्त जावे
जद एह मन बस आवे नाहीं आत्मा शत्रू अपने ताईं

७

जो मन जित्ते शान्ती पावे द्वंदा थों जो दूर हो जावे
 सरदी, गरमी, मान अपमाना सुख दुख तिस नूं एक समाना
 ज्ञान अते विज्ञान बधावे^c थिर चित्त हो के तृप्ती पावे
 जती जितेन्द्री तत्त पछाणो मिट्टी सोना इक सम जाणो
 जो इस ज्ञान तत्त नूं पावे सो पूरण योगी सदवावे
 सुहृद, मित्र, मध्यस्थ, उदासी^d बंधू, वैरी, साधू, पापी
 सभनां वल इक सम जो देखे सो नर योग तत्त नूं पेखे
 आशा तज के बंधन हर के मन चित्त अपने नूं बस कर के
 वखरा बैठ एकान्त नूं लोड़े योगी ध्यान ब्रह्म बिच जोड़े

११-१२

शुद्ध, पवित्र थां ते जावे थिर चित्त होके आसन लावे
 हेठ कुशा उत्पर मृग शाला उत्पर इक वस्तर उज्याला
 आसन इक सम सुच्चा होवे न नीवां न उच्चा होवे
 उस पर बैठ एकाग्र होके इन्द्रियां दी विरती रोके
 आत्म शुद्धि बिच चित्त लावे योगी योगाभ्यास कमावे
 बैठे योगी धारनां धर के^{१३} सिर, धड़, गल, इक सेधेकर के
 चित्त थिर कर इक पासे लावे नक दे सिरे ते ध्यान जमावे
 आसियों पासियों विरती रोके ब्रह्म चितारे योगी हो के

१४

आत्मा जिस दा शान्ती पावे जो प्राणी निरभय हो जावे
 ब्रह्मचर्य्य व्रत विच थिर हो के मन नूं आसियों पासियों रोके
 मुक्त विच ही चित्त अशना जोड़े सर्व श्रेष्ठ मुक्त नूं जो लोड़े
 सो नर परम शान्ती पाके बैठे योग समाधी लाके

१५

योगी मन नूं बस कर लैदा सदा आत्मा विच रम रैहदा
 तद ओह परम शान्ती पांदा ब्रह्म लीन तद मुक्त हो जांदा

१६

अत्त स्वावन अत्त भोजन त्यागण यां अत्त सौंवरण यां अत्त जागण
 इस अत्त थों कम चलदा नांहीं योग तिन्हां दा फजदा नांहीं

१७

युक्त आहार विहार जिन्हदि नेम नाल जो कर्म कमांदे
 नेम नाल जो सौंवरण जागण सो योगी दुख पीड़ न भागण

१८

योगी चित्त नूं जद बस करदा ध्यान आत्मा दे विच धरदा
 इच्छिया तृष्णा नूं छड़ जांदा तद पूरण योगी सदवांदा

१९

जिस जा पवन बगैदी नांहीं दीपक न डोले उस थाई
 एह उपमा सो योगी पावे ब्रह्म विखे जो लीन हो जावे

२०

योगी दा चित्त शांती पावे विशय वासनां दूर हो जावे
 तद अपने विच आप पतोजे आत्मा विच तद आत्मा रीभे

योगी परम अनंत सुख पावे ^{२१} बुद्धी बिना जो समझ न आवे
इन्द्रियां जिस नूं न जानना जिस सुख दा न तत्त पछानना
उस सुख नूं जद योगी पावन असल तत्त थों दूर न जावन

जद योगी लभदा सुख ताईं ^{२२} जाणो हार परे कुम्ह नाहीं
तद ओह सुख बिच मगन हो जावे दुख दरद सब दूर हटावे

दुख दरद थों दूर हो जाणा ^{२३} इस दा नाम है योग कमाणा
निश्चय कर के योग कमा तूं मन दे संशय भरम मिटा तूं

संशय कामना त्याग तूं अर्जुन ^{२४} मन नूं जित उठ जाग तूं अर्जुन
इन्द्रियां सब मन बस कर लै योग दे मारग ते पग धर लै

तद जद थिर बुद्धी हो जावे ^{२५} बुद्धी द्वारा धीरज पावे
हीली हीली धीरज पाके आत्मा दे विचच ध्यान लगाके
आत्मा दे विचच तृप्ती पावे आशा चिंता मनो भुलावे

एह मन चंचल टिकदा नाहीं ^{२६} नित उठ दीड़े उलटी रांहीं
मन नूं रोक ते बागां फड़ लै मन नूं आत्मा दे बस कर लै

मन चंचल जद शान्त हो जावे ^{२७} रजगुण जिस नूं न भरमावे
जद नर पाप रहित हो जांदा तद फिर ब्रह्मानंद नूं पांदा

२८

सब पापाँ तो दूर रहे जो ब्रह्म बिस्व भरपूर रहे जो
 सो नर ब्रह्म नाल जुड़ जावे तद ओह ब्रह्मानन्द नूँ पावे

२९

योगी योग तत नूँ पेखे आत्मा विच्च सब सृष्टी वेखे
 सब सृष्टी विच्च आत्मा जाणे सो समदर्शी तत पछाणे

३०

जो योगी मुझ विच्च चित धरदा घटघट विच्च मेरा दरशन करदा
 जो कोई योग युक्त हो जावे सब सृष्टी नूँ मुझ विच्च पावे
 मेथों दूर ओह होदा नाहीं न मैं दूर होवाँ उस ताई

३१

जो योगी इक ब्रह्म पछाणे घट घट व्यापक मैं जाणे
 कर निश्चय मेरा भजन करेंदा ब्रह्म रूप विच्च मगन हो रहदा
 जग भंजट विच्च सो नहीं फसदा सो नर सदा ही मुझ विच्चवसदा

३२

घट घट विच्च जो एकता वेखे सर्व आत्मा इक सम पेखे
 सुख दुख विच्च वी एकता पावे सो पूरण योगी सदवावे

अर्जुनोवाच

३३

हे भगवान ! देवकी जाया तूँ जो योग उपदेश सुणाया
 उसदी नीह थिर नज़र न आवे चंचलता मन नूँ डोलावे

३४

एह मन चंचल नंद दे लाला एह मन हठी बहुत बल वाला
 एह मन मोड़िआ मुड़दा नाहीं रात दिने उठ पैदा राहीं
 चंचलता थी एह नहीं उकदा पवन वेग सम एह न रुकदा

श्री भगवानोवाच

३५

सच पारथ एह कम्म नहीं सौखा मन चंचल बस करना औखा
फेर वी हे वडु बाहू अर्जुन मन वैराग अभ्यास दे कारण
चंचलता थों दूर हो जाँदा एह मन चंचल बस बिच आँदा

३६

एह मन जिसदा बस बिच नाहीं योग नहीं लभदा उस ताँई
एह मन जिसदा बस बिच आवे उस दा योग सफल हो जावे

अर्जुनोवाच

३७

श्रद्धा नाल जो योग नूँ लोड़े कर कर यतन जो मन नूँ मोड़े
जेकर फेर वी योग न पावे जेकर फेर वी मन भरमावे
सो नर कौन गती नूँ पाँदा हे भगवन ! दस हाल तिन्हों दा

३८

सो नर हो निर आसरा रुलके ब्रह्म दे मारग बिच भुल भुल के
बहल सम छिन्न भिन्न हो जावे याँ की होर गती ओह पावे

३९

हे भगवन एह गल समझा दे मेरे मन दा भरम मिटा दे
तुद्ध विन संशय कौन मिटावे तुद्ध विन मारग कौन दिखावे

श्री भगवान उवाच

४०

हे पारथ जो यतन करेंदे योग दे मारग कदम धरेंदे
फेर वी जो सिद्धी नहीं पाँदे सो नर योगाभ्रष्ट कहाँदे
योगाभ्रष्ट नाश ना पावण नीच जून बिच कदी न जावण
जो नर चंगा कर्म कमावे कीकण नीच गती सो पावे

४१

जो नर योगाभ्रष्ट हो जावण मर के पुन्य लोक नूं पावण
चिर तक वास करन उस थाई जिस जा दुख पाप कोऊ नाहीं
तद फिर मानुष देह ओह पांदे चंगयां धर्मीयां दे घर आंदे

४२

कोई कोई जद मानुष देह पावण योगीयां दे घर जन्म लै आवण
अत दुर्लभ एह जनम कहावे जन्म ऐसा कोई विरला पावे

४३-४४

योगीयां दी कुल विच जो आंदा उस दा ध्यान मगर जुड़ जांदा
संसकार पिछले जनमां दे योग मारग बल्ल सिच लै जांदे
सो जिज्ञासू मोक्ष नूं पावे शब्द ब्रह्म थों पार हो जावे

४५

कर कर यतन जो उद्म कर दे पाप कर्म विच मन न घर दे
जन्म जन्म विच योग कमांदे योग करन विच सिद्धी पांदे
तद ओह परम गती नूं पावण तद ओह प्राणी मुक्त हो जावण

४६

तपी तपीशर पंडित ज्ञानी कर्म करन वाले सब प्राणी
योगी थों सब घट हण अर्जुन योग कमा योगी बन अर्जुन

४७

योगीयां विच सो उच्च सदावण जो कोई ध्यान मेरे विच लावण
अद्धा नाल जो मुभ नूं ध्यांदे सो सब थों उत्तम अस्वांदे

इति श्रीमद्भगवद्गीता उपनिषद् ब्रह्मविद्या योगशास्त्र श्रीकृष्ण अर्जुन
संवाद दा आत्म-संयम योग नाम छैंवां अध्याय समाप्त होया ।