नैतत् पार्थ सुविज्ञेयं व्यामिश्रेणेति मे मतिः । नरेणाकृतसंज्ञेन विशुद्धेनान्तरात्मना ।
सुरहस्यमिदं प्रोक्तं देवानां भरतर्षभ । कच्चिन्नेदं श्रुतं पार्थ मनुष्येणेह कर्हिचित् ।
न ह्येतच्छ्रोतुमर्होऽन्यो मनुष्यस्त्वामृतेऽनघ । नैतदद्य सुविज्ञेयं व्यामिश्रेणान्तरात्मना । १९०
क्रियावद्भिर्हि कौन्तेय देवलोकः समावृतः । न चतदिष्टं देवानां मर्त्यरूपनिवर्त्तनं ।
परा हि सा गतिः पार्थ यत्तद्ब्रह्म सनातनं । यत्रामृतत्वं प्राप्नोति त्यक्त्वा देहं सदा सुखी ।
इमं धर्म्मं समास्थाय येऽपि स्युः पापयोनयः । स्त्रियो वैश्यास्तथा शूद्रास्तेऽपि यान्ति परां गतिं ।
किं पुनर्ब्राह्मणाः पार्थ क्षत्रिया वा बहुश्रुताः । स्वधर्म्मरतयो नित्यं ब्रह्मलोकपरायणाः ।
हेतुमच्चैतदुद्दिष्टमुपायश्चास्य साधने । सिद्धिं फलञ्च मोक्षञ्च दुःखस्य च विनिर्णयः । १९५
नातः परं सुखं त्वन्यत् किञ्चित् स्याद्भरतर्षभ । बुद्धिमान् श्रद्दधानश्च पराक्रान्तश्च पाण्डव ।
यः परित्यज्यते मर्त्यो लोकसारमसारवत् । एतैरुपायैः स क्षिप्रं परां गतिमवाप्नुते ।
एतावदेव वक्तव्यं नातो भूयोऽस्ति किञ्चन । षण्मासं नित्ययुक्तस्य योगः पार्थ प्रवर्त्तते ।

इति श्रीमहाभारते आश्वमेधिके पर्व्वणि अनुगीतापर्व्वणि ऊनविंशोऽध्यायः ॥ १९ ॥

॥ वासुदेव उवाच ॥ अत्राप्युदाहरन्तीममितिहासं पुरातनं । दम्पत्योः पार्थ संवादो योऽभवद्भरतर्षभ ।
ब्राह्मणी ब्राह्मणं कञ्चिज्ज्ञानविज्ञानपारगं । दृष्ट्वा विविक्त आसीनं भार्य्या भर्त्तारमब्रवीत् । २००
कं नु लोकं गमिष्यामि त्वामहं पतिमाश्रिता । न्यस्तकर्म्माणमासीनं कीनाशमविचक्षणं ।
भार्य्याः पतिकृतान् लोकानाप्नुवन्तीति नः श्रुतं । त्वामहं पतिमासाद्य कां गमिष्यामि वै गतिं ।
एवमुक्तः स शान्तात्मा तामुवाच हसन्निव । सुभगे नाभ्यसूयामि वाक्यस्यास्य तवानघे ।
ग्राह्यं दृश्यञ्च सत्यं वा यदिदं कर्म्म विद्यते । एतदेव व्यवस्यन्ति कर्म्माकर्म्मेति कर्म्मिणः ।
मोहमेव नियच्छन्ति कर्म्मणा ज्ञानवर्ज्जिताः । नैष्कर्म्म्यं न च लोकेऽस्मिन् मुहूर्त्तमपि लभ्यते । २०५
कर्म्मणा मनसा वाचा शुभं वा यदि वाऽशुभं । जन्मादिमूर्त्तिभेदान्तं कर्म्म भूतेषु वर्त्तते ।
रक्षोभिर्बध्यमानेषु दृश्यद्रव्येषु वर्त्मसु । आत्मस्थमात्मना तेभ्यो दृष्टमायतनं मया ।
यत्र तद्ब्रह्म निर्द्वन्द्वं यत्र सोमः सहाग्निना । व्यवायं कुरुते नित्यं धीरो भूतानि धारयन् ।
यत्र ब्रह्मादयो युक्तास्तदक्षरमुपासते । विद्वांसः सुव्रता यत्र शान्तात्मानो जितेन्द्रियाः ।
घ्राणेन न तदाघ्रेयं नास्वाद्यञ्चैव जिह्वया । स्पर्शनेन तदस्पृश्यं मनसा त्ववगम्यते । २१०
चक्षुषामविषह्यञ्च यत्किञ्चिच्छ्रवणात् परं । अगन्धमरसस्पर्शमरूपाशब्दलक्षणं ।
यतः प्रवर्त्तते तन्त्रं यत्र च प्रतितिष्ठति । प्राणोऽपानः समानश्च व्यानश्चोदान एव च ।
तत एव प्रवर्त्तन्ते तदेव प्रविशन्ति च । समानव्यानयोर्म्मध्ये प्राणापानौ विचेरतुः ।
तस्मिन् लीने प्रलीयेत समानो व्यान एव च । अपानप्राणयोर्म्मध्ये उदानो व्याप्य तिष्ठति ।
तस्माच्छ्वासं पुरुषं प्राणापानौ न मुञ्चतः । प्राणानामायतत्वेन तमुदानं प्रचक्षते । २१५
तस्मात्तपो व्यवस्यन्ति मङ्गलं ब्रह्मवादिनः । तेषामन्योन्यभक्षाणां सर्व्वेषां देहचारिणां ।