

॥ ಓಂ ಶ್ರೀಪರಮಾತ್ಮನೇ ನಮಃ ॥

॥ ಅಥ ಪಞ್ಚಮೋಽಧ್ಯಾಯಃ ॥

॥ ಕರ್ಮಸನ್ನಾಸ ಯೋಗಃ ॥

ಅರ್ಜುನ ಉವಾಚ

ಸನ್ನಾಸಂ ಕರ್ಮಣಾಂ ಕೃಷ್ಣ ಪುನರ್ಯೋಗಂ ಚ ಶಂಸಸಿ |
ಯಚ್ಛೇಯ ಏತಯೋರೇಕಂ ತನ್ಮೇ ಬ್ರೂಹಿ ಸುನಿಶ್ಚಿತಮ್ || ೫-೧||

ಶ್ರೀಭಗವಾನುವಾಚ

ಸನ್ನಾಸಃ ಕರ್ಮಯೋಗಶ್ಚ ನಿಶ್ಚೇಯಸಕರಾವುಭೌ |
ತಯೋಸ್ತು ಕರ್ಮಸನ್ನಾಸಾತ್ ಕರ್ಮಯೋಗೋ ವಿಶಿಷ್ಯತೇ || ೫-೨||

ಜ್ಞೇಯಃ ಸ ನಿತ್ಯಸನ್ನಾಸೀ ಯೋ ನ ದ್ವೇಷ್ಠಿ ನ ಕಾಂಕ್ಷತಿ |
ನಿರ್ದ್ವಂದ್ವೋ ಹಿ ಮಹಾಬಾಹೋ ಸುಖಂ ಬನ್ಧಾತ್ಪ್ರಮುಚ್ಯತೇ || ೫-೩||

ಸಾಂಖ್ಯಯೋಗೌ ಪೃಥಗ್ಬಾಲಾಃ ಪ್ರವದಂತಿ ನ ಪಣ್ಢಿತಾಃ |
ಏಕಮಪ್ಯಾಸ್ಥಿತಃ ಸಮ್ಯಕ್ ಉಭಯೋರ್ವಿನ್ದತೇ ಫಲಮ್ || ೫-೪||

ಯತ್ಸಾಂಖ್ಯೈಃ ಪ್ರಾಪ್ಯತೇ ಸ್ಥಾನಂ ತದ್ಯೋಗೈರಪಿ ಗಮ್ಯತೇ |
ಏಕಂ ಸಾಂಖ್ಯಂ ಚ ಯೋಗಂ ಚ ಯಃ ಪಶ್ಯತಿ ಸ ಪಶ್ಯತಿ || ೫-೫||

ಸನ್ನಾಸಸ್ತು ಮಹಾಬಾಹೋ ದುಃಖಮಾಪ್ತಮಯೋಗತಃ |
ಯೋಗಯುಕ್ತೋ ಮುನಿಬ್ರಹ್ಮ ನಚಿರೇಣಾಧಿಗಚ್ಛತಿ || ೫-೬||

ಯೋಗಯುಕ್ತೋ ವಿಶುದ್ಧಾತ್ಮಾ ವಿಜಿತಾತ್ಮಾ ಜಿತೇಂದ್ರಿಯಃ |
ಸರ್ವಭೂತಾತ್ಮಭೂತಾತ್ಮಾ ಕುರ್ವನ್ನಪಿ ನ ಲಿಪ್ಯತೇ || ೫-೭||

ನೈವ ಕಿಂಚಿತ್ಕರೋಮೀತಿ ಯುಕ್ತೋ ಮನೈತ ತತ್ತವಿತ್ |
ಪಶ್ಯನ್ ಶೃಣ್ವನ್ ಸ್ಪೃಶನ್ ಜಿಘ್ರನ್ ಅಶ್ನನ್ ಗಚ್ಛನ್ ಸ್ವಪನ್ ಶ್ವಸನ್ || ೫-೮ ||

ಪ್ರಲಪನ್ ವಿಸೃಜನ್ ಗೃಹ್ಣನ್ ಉನ್ಮಿಷನ್ ನಿಮಿಷನ್ನಪಿ |
ಇಂದ್ರಿಯಾಣೀಂದ್ರಿಯಾರ್ಥೇಷು ವರ್ತಂತ ಇತಿ ಧಾರಯನ್ || ೫-೯ ||

ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯಾಧಾಯ ಕರ್ಮಾಣಿ ಸಂಘಂ ತ್ಯಕ್ತ್ವಾ ಕರೋತಿ ಯಃ |
ಲಿಪ್ಯತೇ ನ ಸ ಪಾಪೇನ ಪದ್ಮಪತ್ರಮಿವಾಮ್ಬುನಾ || ೫-೧೦||

ಕಾಯೇನ ಮನಸಾ ಬುದ್ಧ್ಯಾ ಕೇವಲೈರಿಂದ್ರಿಯೈರಪಿ |
ಯೋಗಿನಃ ಕರ್ಮ ಕುರ್ವಂತಿ ಸಂಘಂ ತ್ಯಕ್ತ್ವಾಽಽತ್ಮಶುದ್ಧಯೇ || ೫-೧೧||

ಯುಕ್ತಃಕರ್ಮಫಲಂ ತ್ಯಕ್ತ್ವಾ ಶಾಂತಿಮಾಪ್ನೋತಿ ನೈಷ್ಠಿಕೀಮ್ |
ಅಯುಕ್ತಃ ಕಾಮಕಾರೇಣ ಫಲೇ ಸಕ್ತೋ ನಿಬದ್ಧತೇ || ೫-೧೨||

ಸರ್ವಕರ್ಮಾಣಿ ಮನಸಾ ಸನ್ನ್ಯಸ್ಯಾಸ್ತೇ ಸುಖಂ ವಶೀ |
ನವದ್ವಾರೇ ಪುರೇ ದೇಹೀ ನೈವ ಕುರ್ವನ್ನ ಕಾರಯನ್ || ೫-೧೩||

ನ ಕರ್ತೃತ್ವಂ ನ ಕರ್ಮಾಣಿ ಲೋಕಸ್ಯ ಸೃಜತಿ ಪ್ರಭುಃ |
ನ ಕರ್ಮಫಲಸಂಯೋಗಂ ಸ್ವಭಾವಸ್ತು ಪ್ರವರ್ತತೇ || ೫-೧೪||

ನಾದತ್ತೇ ಕಸ್ಯಚಿತ್ಪಾಪಂ ನ ಚೈವ ಸುಕೃತಂ ವಿಭುಃ |
ಅಜ್ಞಾನೇನಾವೃತಂ ಜ್ಞಾನಂ ತೇನ ಮುಹ್ಯಂತಿ ಜನ್ತವಃ || ೫-೧೫||

ಜ್ಞಾನೇನ ತು ತದಜ್ಞಾನಂ ಯೇಷಾಂ ನಾಶಿತಮಾತ್ಮನಃ |
ತೇಷಾಮಾದಿತ್ಯವಜ್ಞಾನಂ ಪ್ರಕಾಶಯತಿ ತತ್ಪರಮ್ || ೫-೧೬||

ತದ್ಬುದ್ಧಯಸ್ತದಾತ್ಮಾನಃ ತನ್ನಿಷ್ಠಾಸ್ತತ್ಪರಾಯಣಾಃ |
ಗಚ್ಛಂತ್ಯಪುನರಾವೃತ್ತಿಂ ಜ್ಞಾನನಿರ್ಧೂತಕಲ್ಮಷಾಃ || ೫-೧೭||

ವಿದ್ಯಾವಿನಯಸಮ್ಪನ್ನೇ ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇ ಗವಿ ಹಸ್ತಿನಿ |
ಶುನಿ ಚೈವ ಶ್ವಪಾಕೇ ಚ ಪಣ್ಡಿತಾಃ ಸಮದರ್ಶಿನಃ || ೫-೧೮||

ಇಹೈವ ತೈರ್ಜಿತಃ ಸರ್ಗಃ ಯೇಷಾಂ ಸಾಮ್ಯೇ ಸ್ಥಿತಂ ಮನಃ |
ನಿರ್ದೋಷಂ ಹಿ ಸಮಂ ಬ್ರಹ್ಮ ತಸ್ಮಾದ್ ಬ್ರಹ್ಮಣಿ ತೇ ಸ್ಥಿತಾಃ || ೫-೧೯||

ನ ಪ್ರಹೃಷ್ಯೇತ್ಪ್ರಿಯಂ ಪ್ರಾಪ್ಯ ನೋದ್ವಿಜೇತ್ಪ್ರಾಪ್ಯ ಚಾಪ್ರಿಯಮ್ |
ಸ್ಥಿರಬುದ್ಧಿರಸಮ್ಮೂಢಃ ಬ್ರಹ್ಮವಿತ್ ಬ್ರಹ್ಮಣಿ ಸ್ಥಿತಃ || ೫-೨೦||

ಬಾಹ್ಯಸ್ವಶೇಷಸಕ್ತಾತ್ಮಾ ವಿನ್ದತ್ಯಾತ್ಮನಿ ಯತ್ಸುಖಮ್ |
ಸ ಬ್ರಹ್ಮಯೋಗಯುಕ್ತಾತ್ಮಾ ಸುಖಮಕ್ಷಯಮಶ್ನುತೇ || ೫-೨೧||

ಯೇ ಹಿ ಸಂಸ್ಪರ್ಶಜಾ ಭೋಗಾಃ ದುಃಖಯೋನಯ ಏವ ತೇ |
ಆದ್ಯಂತವಂತಃ ಕೌಂತೇಯ ನ ತೇಷು ರಮತೇ ಬುಧಃ || ೫-೨೨||

ಶಕ್ನೋತೀಹೈವ ಯಃ ಸೋಘಂ ಪ್ರಾಕೃರೀರವಿಮೋಕ್ಷಣಾತ್ |
ಕಾಮಕ್ರೋಧೋದ್ಭವಂ ವೇಗಂ ಸ ಯುಕ್ತಃ ಸ ಸುಖೀ ನರಃ || ೫-೨೩||

ಯೋಂತಃಸುಖೋಽಂತರಾರಾಮಃ ತಥಾಂತಜ್ಯೋತಿರೇವ ಯಃ |
ಸ ಯೋಗೀ ಬ್ರಹ್ಮ ನಿರ್ವಾಣಂ ಬ್ರಹ್ಮಭೂತೋಧಿಗಚ್ಛತಿ || ೫-೨೪||

ಲಭಂತೇ ಬ್ರಹ್ಮನಿರ್ವಾಣಂ ಋಷಯಃ ಕ್ಷೇಣಕಲ್ಮಷಾಃ |
ಭಿನ್ನದ್ವೈಧಾ ಯತಾತ್ಮಾನಃ ಸರ್ವಭೂತಹಿತೇ ರತಾಃ || ೫-೨೫||

ಕಾಮಕ್ರೋಧವಿಯುಕ್ತಾನಾಂ ಯತೀನಾಂ ಯತಚೇತಸಾಮ್ |
ಅಭಿತೋ ಬ್ರಹ್ಮನಿರ್ವಾಣಂ ವರ್ತತೇ ವಿದಿತಾತ್ಮನಾಮ್ || ೫-೨೬||

ಸ್ವಶಾನ್ಯತ್ವಾ ಬಹಿರ್ಬಾಹ್ಯಾನ್ ಚಕ್ಷುಶ್ಚೈವಾಂತರೇ ಭುವೋಃ |
ಪ್ರಾಣಾಪಾನೌ ಸಮೌ ಕೃತ್ವಾ ನಾಸಾಭ್ಯಂತರಚಾರಿಣೌ || ೫-೨೭||

ಯತೇನ್ದ್ರಿಯಮನೋಬುದ್ಧಿಃ ಮುನಿರ್ಮೋಕ್ಷಪರಾಯಣಃ |
ವಿಗತೇಚ್ಛಾಭಯಕ್ರೋಧಃ ಯಃ ಸದಾ ಮುಕ್ತ ಏವ ಸಃ || ೫-೨೮||

ಭೋಕ್ತಾರಂ ಯಜ್ಞತಪಸಾಂ ಸರ್ವಲೋಕಮಹೇಶ್ವರಮ್ |
ಸುಹೃದಂ ಸರ್ವಭೂತಾನಾಂ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ಮಾಂ ಶಾಂತಿಮೃಚ್ಛತಿ || ೫-೨೯||

ಓಂ ತತ್ಸದಿತಿ ಶ್ರೀಮದ್ ಭಗವದ್ಗೀತಾಸು ಉಪನಿಷತ್ತು ಬ್ರಹ್ಮವಿದ್ಯಾಯಾಂ
ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರೇ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣಾರ್ಜುನಸಂವಾದೇ ಕರ್ಮಸನ್ನಾಸಯೋಗೋ ನಾಮ
ಪಞ್ಚಮೋಽಧ್ಯಾಯಃ || ೫||

With Blessings from:

Sri. Sri. Sugunendra Theertha Swamiji, Puthige Mutt, Udupi, India

Sri Krishna Vrundavana, NJ, USA

<http://krishnavrunda.org/>