Shivasamhita

शिवसंहिता

Document Information

Text title : Shiva Samhita

File name : shivasaMhitA.itx

Category : shiva, yoga

Location : doc_shiva

Transliterated by : staff of Muktabodha.org Mark S.G. Dyczkowski, expanded/compiled by Ruma Dewan

Proofread by : Muktabodha.org, Ruma Dewan

Description/comments : Shlokas renumbered for expanded version.

Acknowledge-Permission: Marjorie Woollacott, Ph.D., Digital Library Coordinator muktabodha.org

Latest update : June 7, 2022

Send corrections to : sanskrit@cheerful.com

This text is prepared by volunteers and is to be used for personal study and research. The file is not to be copied or reposted without permission, for promotion of any website or individuals or for commercial purpose.

Please help to maintain respect for volunteer spirit.

Please note that proofreading is done using Devanagari version and other language/scripts are generated using **sanscript**.

June 10, 2022

sanskritdocuments.org

शिवसंहिता

प्रथमपटलः

अथ लयप्रकरणम् ।

एकं ज्ञानं नित्यमाद्यन्तशून्यं
नान्यत् किञ्चिद्वर्तते ते वस्तु सत्यम् । (किञ्चिद्वत्ते)
यद्भेदोस्मिन्निन्द्रियोपाधिना वै
ज्ञानस्यायं भासते नान्यथैव ॥ १.१॥

अथ भक्तानुरक्तोऽहं वक्ष्ये योगानुशासनम् । (वक्ति)
ईश्वरः सर्वभूतानामात्ममुक्तिप्रदायकः ॥ १.२॥

त्यक्त्वा विवादशीलानां मतं दुर्ज्ञानहेतुकम् ।
आत्मज्ञानाय भूतानामनन्यगतिचेतसाम् ॥ १.३॥

सत्यं केचित्प्रशंसन्ति तपः शौचं तथापरे ।
क्षमां केचित्प्रशंसन्ति तथैव सममार्ज्जवम् ॥ १.४॥

केचिद्दानं प्रशंसन्ति पितृकर्म तथापरे ।
केचित्कर्म प्रशंसन्ति केचिद्वैराग्यमुत्तमम् ॥ १.५॥

केचिद्गृहस्थकर्माणि प्रशंसन्ति विचक्षणाः ।
अग्निहोत्रादिकं कर्म तथा केचित् परं विदुः ॥ १.६॥

मन्त्रयोगं प्रशंसन्ति किचित्तिर्थानुसेवनम् ।
एवं बहूनुपायांस्तु प्रवदन्ति हि मुक्तये ॥ १.७॥ (विमुक्तये)

एवं व्यवसिता लोके कृत्याकृत्यविदो जनाः ।
व्यामोहमेव गच्छन्ति विमुक्ताः पापकर्मभिः ॥ १.८॥

एतन्मतावलम्बी यो लब्ध्वा दुरितपुण्यके ।
भ्रमतीत्यवशः सोऽत्र जन्ममृत्युपरम्पराम् ॥ १.९॥

अन्यैर्मतिमतां श्रेष्ठैर्गुप्तालोकनतत्परैः ।
आत्मानो बहवः प्रोक्ता नित्याः सर्वगतास्तथा ॥ १.१०॥

यद्यत्प्रत्यक्षविषयं तदन्यन्नास्ति चक्षते ।
कुतः स्वर्गादयः सन्तीत्यन्ये निश्चितमानसाः ॥ १.११॥

ज्ञानप्रवाह इत्यन्ये शून्यं केचित्परं विदुः ।
द्वावेव तत्त्वं मन्यन्तेऽपरे प्रकृतिपूरुषौ ॥ १.१२॥

अत्यन्तभिन्नमतयः परमार्थपराङ्मुखाः ।
एवमन्ये तु सञ्चिन्त्य यथामति यथाश्रुतम् ॥ १.१३॥

निरीश्वरमिदं प्राहुः सेश्वरञ्च तथापरे ।
वदन्ति विविधैर्भेदैः सुयुक्त्या स्थितिकातराः ॥ १.१४॥

एते चान्ये च मुनयः संज्ञाभेदा पृथग्विधाः ।
शास्त्रेषु कथिता ह्येते लोकव्यामोहकारकाः ॥ १.१५॥

एतद्विवादशीलानां मतं वक्तुं न शक्यते ।
भ्रमन्त्यस्मिञ्जनाः सर्वे मुक्तिमार्गबहिष्कृताः ॥ १.१६॥

आलोक्य सर्वशास्त्राणि विचार्य च पुनः पुनः ।
इदमेकं सुनिष्पन्नं योगशास्त्रं परं मतम् ॥ १.१७॥

यस्मिन्ज्ञाते सर्वमिदं यातं भवति निश्चितम् ।
तस्मिन्परिश्रमः कार्यः किमन्यच्छास्त्रभाषितम् ॥ १.१८॥

योगशास्त्रमिदं गोप्यमस्माभिः परिभाषितम् ।
सुभक्ताय प्रदातव्यं त्रैलोक्ये च महात्मने ॥ १.१९॥

कर्मकाण्डं ज्ञानकाण्डमिति वेदो द्विधा मतः ।
भवति द्विविधो भेदो ज्ञानकाण्डस्य कर्मणः ॥ १.२०॥

द्विविधः कर्मकाण्डः स्यान्निषेधविधिपूर्वकः ।
निषिद्धकर्मकरणे पापं भवति निश्चितम् ।
विधिना कर्मकरणे पुण्यं भवति निश्चितम् ॥ १.२१॥

त्रिविधो विधिकूटः स्यान्नित्यनैमित्तकाम्यतः ।
नित्येऽकृते किल्बिषं स्यात्काम्ये नैमित्तिके फलम् ॥ १.२२॥

द्विविधन्तु फलं ज्ञेयं स्वर्गो नरक एव च ।

स्वर्गो नानाविधश्चैव नरकोपि तथा भवेत् ॥ १.२३॥

पुण्यकर्माणि वै स्वर्गो नरकः पापकर्माणि । (पुण्यकर्मणि, पापकर्मणि)
कर्मबन्धमयी सृष्टिर्नान्यथा भवति ध्रुवम् ॥ १.२४॥

जन्तुभिश्चानुभूयन्ते स्वर्गे नानासुखानि च ।
नानाविधानि दुःखानि नरके दुःसहानि वै ॥ १.२५॥

पापकर्मवशाद्दुःखं पुण्यकर्मवशात्सुखम् ।
तस्मात्सुखार्थी विविधं पुण्यं प्रकुरुते ध्रुवम् ॥ १.२६॥

पापभोगावसाने तु पुनर्जन्म भवेत्खलु ।
पुण्यभोगावसाने तु नान्यथा भवति ध्रुवम् ॥ १.२७॥

स्वर्गेऽपि दुःखसम्भोगः परस्त्रीदर्शनाद्ध्रुवम् ।
ततो दुःखमिदं सर्वं भवेन्नास्त्यत्र संशयः ॥ १.२८॥

तत्कर्मकल्पकैः प्रोक्तं पुण्यं पापमिति द्विधा ।
पुण्यपापमयो बन्धो देहिनां भवति क्रमात् ॥ १.२९॥

इहामुत्र फलद्वेषी सफलं कर्म सन्त्यजेत् ।
नित्यनैमित्तिकं सङ्गं त्यक्त्वा योगे प्रवर्तते ॥ १.३०॥

कर्मकाण्डस्य माहात्म्यं ज्ञात्वा योगी त्यजेत्सुधीः ।
पुण्यपापद्वयं त्यक्त्वा ज्ञानकाण्डे प्रवर्तते ॥ १.३१॥

आत्मा वाऽरेतु द्रष्टव्यः श्रोतव्येत्यादि यच्छ्रुतिः । (वा रे च) (श्रोतव्यो मन्तव्य इति)
सा सेव्या तत्प्रयत्नेन मुक्तिदा हेतुदायिनी ॥ १.३२॥

दुरितेषु च पुण्येषु यो धीर्वृत्तिं प्रचोदयात् ।
सोऽहं प्रवर्तते मत्तो जगत्सर्वं चराचरम् ॥ १.३३॥

सर्वं च दृश्यते मत्तः सर्वं च मयि लीयते ।
न तद्भिन्नोऽहमस्मीह मद्भिन्नो न तु किञ्चन ॥ १.३४॥

जलपूर्णेष्वसङ्ख्येषु शरावेषु यथा भवेत् ।
एकस्य भात्यसङ्ख्यत्वं तद्भेदोऽत्र न दृश्यते ॥ १.३५॥

उपाधिषु शरावेषु या सङ्ख्या वर्तते परा ।
सा सङ्ख्या भवति यथा रवौ चात्मनि तत्तथा ॥ १.३६॥

यथैकः कल्पकः स्वप्ने नानाविधितयेष्यते ।
जागरेऽपि तथाप्येकस्तथैव बहुधा जगत् ॥ १.३७॥

सर्पबुद्धिर्यथा रज्जौ शुक्तौ वा रजतभ्रमः ।
तद्वदेवमिदं विश्वं विवृतं परमात्मनि ॥ १.३८॥

रज्जुज्ञानाद्यथा सर्पो मिथ्यारूपो निवर्तते ।
आत्मज्ञानात्तथा याति मिथ्याभूतमिदं जगत् ॥ १.३९॥

रौप्यभ्रान्तिरियं याति शुक्तिज्ञानाद्यथा खलु ।
जगद्भ्रान्तिरियं याति चात्मज्ञानात्सदा तथा ॥ १.४०॥ (चात्मज्ञानाद्यथा)

यथा वंशो रगभ्रान्तिर्भवेद्भेकवसाञ्जनात् ।
(यथा रज्जूगभ्रान्तिर्भवेद्भेदवशाज्जगत्)
तथा जगदिदं भ्रान्तिरध्यासकल्पनाज्जगत् । (भ्रान्तिरभ्यासकल्पनाञ्जनात्)
आत्मज्ञानाद्यथा नास्ति रज्जुज्ञानाद्भुजङ्गमः ॥ १.४१॥

यथा दोषवशाच्छुक्लः पीतो भवति नान्यथा ।
अज्ञानदोषादात्मापि जगद्भवति दुस्त्यजम् ॥ १.४२॥

दोषनाशे यथा शुक्लो गृह्यते रोगिणा स्वयम् ।
शुक्लज्ञानात्तथाज्ञाननाशादात्मा तथा कृतः ॥ १.४३॥

कालत्रयेऽपि न यथा रज्जुः सर्पो भवेदिति ।
तथात्मा न भवेद्विश्वं गुणातीतो निरञ्जनः ॥ १.४४॥

आगमाऽपायिनोऽनित्यानाश्यत्वेनेश्वरादयः ।
आत्मबोधेन केनापि शास्त्रादेतद्विनिश्चितम् ॥ १.४५॥

यथा वातवशात्सिन्धावुत्पन्नाः फेनबुद्बुदाः ।
तथात्मनि समुद्भूतं संसारं क्षणभङ्गुरम् ॥ १.४६॥

अभेदो भासते नित्यं वस्तुभेदो न भासते ।
द्विधात्रिधादिभेदोऽयं भ्रमत्वे पर्यवस्यति ॥ १.४७॥

यद्भूतं यच्च भाव्यं वै मूर्तामूर्तं तथैव च ।
सर्वमेव जगदिदं विवृतं परमात्मनि ॥ १.४८॥

कल्पकैः कल्पिता विद्या मिथ्या जाता मृषात्मिका ।
एतान्मूलं जगदिदं कथं सत्यं भविष्यति ॥ १.४९॥ (एतन्मूलं)

चैतन्यात्सर्वमुत्पन्नं जगदेतच्चराचरम् ।
तस्मात्सर्वं परित्यज्य चैतन्यं तु समाश्रयेत् ॥ १.५०॥ (तं)

घटस्याभ्यन्तरे बाह्ये यथाकाशं प्रवर्तते ।
तथात्माभ्यन्तरे बाह्ये ब्रह्माण्डस्य प्रवर्तते ॥ १.५१॥
(तथात्माभ्यन्तरे बाह्ये कार्यवर्गेषु नित्यशः)

सततं सर्वभूतेषु यथाकाशं प्रवर्तते ।
तथात्माभ्यन्तरे बाह्ये ब्रह्माण्डस्य प्रवर्तते ॥ १.५२॥

वर्तते सर्वभूतेषु यथाकाशं समन्ततः ।
तथात्माभ्यन्तरे बाह्ये कार्यवर्गेषु नित्यशः ॥ १.५३॥

असंलग्नं यथाकाशं मिथ्याभूतेषु पञ्चसु ।
असंलग्नस्तथात्मा तु कार्यवर्गेषु नान्यथा ॥ १.५४॥

ईश्वरादिजगत्सर्वमात्मव्याप्तं समन्ततः । (व्याप्यं)
एकोऽस्ति सच्चिदानन्दः पूर्णो द्वैतविवर्जितः ॥ १.५५॥

यस्मात्प्रकाशको नास्ति स्वप्रकाशो भवेत्ततः ।
स्वप्रकाशो यतस्तस्मादात्मा ज्योतिः स्वरूपकः ॥ १.५६॥

अवच्छिन्नो यतो नास्ति दशकालस्वरूपतः । (अवछिन्नो)
आत्मनः सर्वथा तस्मादात्मा पूर्णो भवेत्खलु ॥ १.५७॥

यस्मान्न विद्यते नाशः पञ्चभूतैर्वृथात्मकैः ।
तस्मादात्मा भवेन्नित्यस्तन्नाशो न भवेत्खलु ॥ १.५८॥

यस्मात्तदन्यो नास्तीह तस्मादेकोऽस्ति सर्वदा ।
यस्मात्तदन्यो मिथ्या स्यादात्मा सत्यो भवेत्खलु ॥ १.५९॥

अविद्याभुतसंसारे दुःखनाशे सुखं यतः ।
ज्ञानादाद्यन्तशून्यं स्यात्तस्मादात्मा भवेत्सुखम् ॥ १.६०॥

यस्मान्नाशितमज्ञानं ज्ञानेन विश्वकारणम् ।
तस्मादात्मा भवेज्ज्ञानं ज्ञानं तस्मात्सनातनम् ॥ १.६१॥

कालतो विविधं विश्वं यदा चैव भवेदिदम् ।
तदेकोऽस्ति स एवात्मा कल्पनापथवर्जितः ॥ १.६२॥

बाह्यानि सर्वभूतानि विनाशं यान्ति कालतः ।

यतो वाचो निवर्तन्ते आत्मा द्वैतविवर्जितः ॥ १.६३॥

न खं वायुर्न चाग्निश्च न जलं पृथिवी न च ।
नैतत्कार्यं नेश्वरादि पूर्णैकात्मा भवेत्खलु ॥ १.६४॥ (नैंतत्कायै / नैर्तत्कायै)
(पूर्णेकात्मा)

आत्मानमात्मनो योगी पश्यत्यात्मनि निश्चितम् ।
सर्वसङ्कल्पसंन्यासी त्यक्तमिथ्याभवग्रहः ॥ १.६५॥

आत्मानात्मनि चात्मानं दृष्ट्वानन्तं सुखात्म्कम् ।
विस्मृत्य विश्वं रमते समाधेस्तीव्रतस्तथा ॥ १.६६॥

मायैव विश्वजननी नान्या तत्त्वधियापरा ।
यदा नाश समायाति विश्वं नास्ति तदा खलु ॥ १.६७॥

हेयं सर्वमिदं यस्य मायाविलसितं यतः ।
ततो न प्रीतिविषयस्तनुवित्तसुखात्मकः ॥ १.६८॥

अरिर्मित्रमुदासीनस्त्रिविधं स्यादिदं जगत् ।
व्यवहारेषु नियतं दृश्यते नान्यथा पुनः ॥ १.६९॥

प्रियाप्रियादिभेदस्तु वस्तुषु नियतस्फुटम् ।
आत्मोपाधिवशादेवं भवेत्पुत्रादि नान्यथा ॥ १.७०॥

मायाविलसितं विश्वं ज्ञात्वैवं श्रुतियुक्तितः ।
अध्यारोपापवादाभ्यां लयं कुर्वन्ति योगिनः ॥ १.७१॥

कर्मजन्यं विश्वमिदं नत्वकर्मणि वेदना ।
निखिलोपाधिहीनो वै यदा भवति पूरुषः ।
तदा विजयतेऽखण्डज्ञानरूपी निरञ्जनः ॥ १.७२॥ (विवक्षतेऽखण्डज्ञानरूपी)

स हि कामयते पुरुषः सृजते च प्रजाः स्वयम् । (सो कामयतः)
अविद्या भासते यस्मात्तस्मान्मिथ्या स्वभावतः ॥ १.७३॥

शुद्धे ब्रह्मणि सम्बद्धो विद्यया सहजो भवेत् ।
(शुद्धे ब्रह्मत्व सम्बद्धो विद्यया सहितो भवेत् ।)
ब्रह्मतेजोंऽशतो याति तत आभासते नभः ॥ १.७४॥
(ब्रह्मतेनसती याति यत आभासते नभः)

तस्मात्प्रकाशते वायुर्वायोरग्निस्ततो जलम् ।

प्रकाशते ततः पृथ्वीकल्पनेयं स्थिता सति ॥ १.७५॥

आकाशाद्वायुराकाशः पवनादग्निसम्भवः ।
खेवाताग्नेर्जलं व्योमवाताग्नेर्वारितो मही ॥ १.७६॥
(खवाताग्नेर्जलं व्योमवाताग्निवारितो मही)

खं शब्दलक्षणं वायुश्चञ्चलः स्पर्शलक्षणः ।
स्याद्रूपलक्षणं तेजः सलिलं रसलक्षणम् ॥ १.७७॥

गन्धलक्षणिका पृथ्वी नान्यथा भवति ध्रुवम् ।
विषेशगुणाः स्फुरति यतः शास्त्रादिनिर्णयः ॥ १.७८॥

शब्दैकगुण्माकाशं द्विगुणो वायुरुच्यते । (स्यादेकगुणमाकाशं)
तथैव त्रिगुणं तेजो भवन्त्यापश्चतुर्गुणाः ॥ १.७९॥

शब्दः स्पर्शश्च रूपं च रसो गन्धस्तथैव च ।
एतत्पञ्चगुणा पृथ्वी कल्पकैः कल्प्यतेऽधुना ॥ १.८०॥

चक्षुषा गृह्यते रूपं गन्धो घ्राणेन गृह्यते ।
रसो रसनया स्पर्शस्त्वचा सङ्गृह्यते परम् ।
श्रोत्रेण गृह्यते शब्दो नियतं भाति नान्यथा ॥ १.८१॥

चैतन्यात्सर्वमुत्पन्नं जगदेतच्चराचरम् ।
अस्ति चेत्कल्पनेयं स्यान्नास्ति चेदस्ति चिन्मयम् ॥ १.८२॥

पृथ्वी शीर्णा जलं मग्ना जलं मग्नं च तेजसि ।
लीनं वायौ तथा तेजो व्योम्नि वातो लयं ययौ ।
अविद्यायां महाकाशो लीयते परमे पदे ॥ १.८३॥

विक्षेपावरणाशक्तिर्दुरन्ता दुःखरूपिणी ।
जडरूपा महामाया रजःसत्त्वतमोगुणा ॥ १.८४॥

सा मायावरणाशक्त्यावृताविज्ञानरूपिणी ।
दर्शयेज्जगदाकारं तं विक्षेपस्वभावतः ॥ १.८५॥

तमोगुणात्मिका विद्या या सा दुर्गा भवेत्स्वयम् । (तमो गुणाधिका) (दूर्गा)
ईश्वरं तदुपहितं चैतन्यं तदभूद्ध्रुवम् ॥ १.८६॥

सत्त्वाधिका च या विद्या लक्ष्मीः स्याद्दिव्यरूपिणी ।
चैतन्यं तदुपहितं विष्णुर्भवति नान्यथा ॥ १.८७॥

रजोगुणाधिका विद्या ज्ञेया सा वै सरस्वती ।
कश्चित्स्वरूपो भवति ब्रह्मा तदुपधारकः ॥ १.८८॥ (यश्चित्स्वरूपो)

ईशाद्याः सकला देवा दृश्यन्ते परमात्मनि ।
शरीरादिजडं सर्वं सा विद्या तत्तथा तथा ॥ १.८९॥

एवंरूपेण कल्पन्ते कल्पका विश्वसम्भवम् ।
तत्त्वातत्त्वं भवन्तीह कल्पनान्येन नोदिता ॥ १.९०॥ (चोदिता)

प्रमेयत्वादिरूपेण सर्वं वस्तु प्रकाश्यते ।
तथैव वस्तुनास्त्येव भासको वर्तकः परः ॥ १.९१॥

स्वरूपत्वेन रूपेण स्वरूपं वस्तु भाष्यते ।
विशेषशब्दोपादाने भेदो भवति नान्यथा ॥ १.९२॥

एकः सत्तापूरितानन्दरूपः पूर्णो व्यापी वर्तते नास्ति किञ्चित् ।
एतज्ज्ञानं यः करोत्येव नित्यं मुक्तः स स्यान्मृत्युसंसारदुःखात् ॥ १.९३॥

यस्यारोपापवादाभ्यां यत्र सर्वे लयं गताः ।
स एको वर्तते नान्यत्तच्चित्तेनावधार्यते ॥ १.९४॥

पितुरन्नमयात्कोषाज्जायते पूर्वकर्मणः ।
तच्छरीरंविर्दुदुःखं स्वप्राग्भोगाय सुन्दरम् ॥ १.९५॥ (शरीरं वै जडं दुःखं)

मांसास्थिस्नायुमज्जादिनिर्मितं भोगमन्दिरम् ।
केवलं दुःखभोगाय नाडी सन्ततिगुम्फितम् ॥ १.९६॥

पारमैष्ठ्यमिदं गात्रं पञ्चभूतविनिर्मितम् ।
ब्रह्माण्डसंज्ञकं दुःखसुखभोगाय कल्पितम् ॥ १.९७॥

बिन्दुः शिवो रजः शक्तिरुभयोर्मिलनात्स्वयम् ।
स्वप्नभूतानि जायन्ते स्वशक्त्या जडरूपया ॥ १.९८॥

तत्पञ्चीकरणात्स्थूलान्यसङ्ख्यानि चराचरम् । (समासतः)
ब्रह्माण्डस्थानि वस्तूनि यत्र जीवोऽस्ति कर्मभिः ॥ १.९९॥

तद्भूतपञ्चकात्सर्वं भोगाय जीवसंज्ञिता ।
पूर्वकर्मानुरोधेन करोमि घटनामहम् ॥ १.१००॥

अजडः सर्वभूतान्वै जडस्थित्या भुनक्तितान् । (सर्वभूतस्था)
जडात्स्वकर्मभिर्बद्धो जीवाख्यो विविधो भवेत् ॥ १.१०१॥

भोगायोत्पद्यते कर्म ब्रह्माण्डाख्ये पुनः पुनः ।
जीवश्च लीयते भोगावसाने च स्वकर्मणः ॥ १.१०२॥

इति श्रीशिवसंहितायां हरगौरीसंवादे योगशास्त्रे
लयप्रकरणे प्रथमः पटलः समाप्तः । १।

द्वितीयपटलः

अथ तत्त्वज्ञानोपदेश ।
देहेऽस्मिन्वर्तते मेरुः सप्तद्वीपसमन्वितः ।
सरितः सागराः शैलाः क्षेत्राणि क्षेत्रपालकाः ॥ २.१॥

ऋषयो मुनयः सर्वे नक्षत्राणि ग्रहास्तथा ।
पुण्यतीर्थानि पीठानि वर्तन्ते पीठदेवताः ॥ २.२॥

सृष्टिसंहारकर्तारौ भ्रमन्तौ शशिभास्करौ ।
नभो वायुश्च वह्निश्च जलं पृथ्वी तथैव च ॥ २.३॥

त्रैलोक्ये यानि भूतानि तानि सर्वाणि देहतः ।
मेरुं संवेष्ट्य सर्वत्र व्यवहारः प्रवर्तते ।
जानाति यः सर्वमिदं स योगी नात्र संशयः ॥ २.४॥

ब्रह्माण्डसंज्ञके देहे यथादेशं व्यवस्थितः ।
मेरुशृङ्गे सुधारश्मिर्बहिरष्टकलायुतः ॥ २.५॥

वर्ततेऽहर्निशं सोऽपि सुधां वर्षत्यधोमुखः ।
ततोऽमृतं द्विधाभूतं याति सूक्ष्मं यथा च वै ॥ २.६॥

इडामार्गेण पुष्ट्यर्थं याति मन्दाकिनीजलम् ।
पुष्णाति सकलन्देहमिडामार्गेण निश्चितम् ॥ २.७॥

एष पीयूषरश्मिर्हि वामपार्श्वे व्यवस्थितः ॥ २.८॥

अपरः शुद्धदुग्धाभो हठात्कर्षति मण्डलात् ।
रन्ध्रमार्गेण सृष्ट्यर्थं मेरौ संयाति चन्द्रमाः ॥ २.९॥ (मध्यमार्गेण)

मेरुमूले स्थितः सूर्यः कलाद्वादशसंयुतः ।
दक्षिणे पथि रश्मिभिर्वहत्यूर्ध्वं प्रजापतिः ॥ २.१०॥

पीयूषरश्मिनिर्यासं धातूंश्च ग्रसति ध्रुवम् ।
समीरमण्डले सूर्यो भ्रमते सर्वविग्रहे ॥ २.११॥

एषा सूर्यपरामूर्तिर्निर्वाणं दक्षिणे पथि ।
वहते लग्नयोगेन सृष्टिसंहारकारकः ॥ २.१२॥

सार्धलक्षत्रयं नाड्यः सन्ति देहान्तरे नृणाम् ।
प्रधानभूता नाड्यस्तु तासु मुख्याश्चतुर्दशः ॥ २.१३॥

सुषुम्णेडा पिङ्गला च गान्धारी हस्तिजिह्विका ।
कुहूः सरस्वती पूषा शङ्खिनी च पयस्विनी ॥ २.१४॥

वारुण्यलम्बुसा चैव विश्वोदरी यशस्विनी ।
एतासु तिस्रो मुख्याः स्युः पिङ्गलेडा सुषुम्णिका ॥ २.१५॥

तिस्रष्वेका सुषुम्णैव मुख्या सा योगिवल्लभा । (तिसृष्वेका)
अन्यास्तदाश्रयं कृत्वा नाड्यः सन्ति हि देहिनाम् ॥ २.१६॥

नाड्यस्तु ता अधोवक्त्राः पद्मतन्तुनिभाः स्थिताः । (अधोवदनाः)
पृष्ठवंशं समाश्रित्य सोमसूर्याग्निरूपिणी ॥ २.१७॥

तासां मध्ये गता नाडी चित्रा सा मम वल्लभा ।
ब्रह्मरन्ध्रं च तत्रैव सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरं शुभम् ॥ २.१८॥

पञ्चवर्णोज्ज्वला शुद्धा सुषुम्णा मध्यचारिणी । (मध्यरूपिणी)
देहस्योपाधिरूपा सा सुषुम्णा मध्यरूपिणी ॥ २.१९॥ (देहस्थोपाधिरूपा)

दिव्यमार्गमिदं प्रोक्तममृतानन्दकारकम् ।
ध्यानमात्रेण योगीन्द्रो दुरितौघं विनाशयेत् ॥ २.२०॥

गुदात्तुद्व्यङ्गुलादूर्ध्वं मेढ्रात्तु द्व्यङ्गुलादधः ।
चतुरङ्गुलविस्तारमाधारं वर्तते समम् ॥ २.२१॥

तस्मिन्नाधारपद्मे च कर्णिकायां सुशोभना ।
त्रिकोणा वर्तते योनिः सर्वतन्त्रेषु गोपिता ॥ २.२२॥

तत्र विद्युल्लताकारा कुण्डली परदेवता ।
सार्द्धत्रिकरा कुटिला सुषुम्णामार्गसंस्थिता ॥ २.२३॥

जगत्संसृष्टिरूपा सा निर्माणे सततोद्यता ।
वाचामवाच्या वाग्देवी सदा देवैर्नमस्कृता ॥ २.२४॥ (देवैनमस्कृता)

इडानाम्नी तु या नाडी वाममार्गे व्यवस्थिता ।
सुषुम्णायां समाश्लिष्य दक्षनासापुटे गता ॥ २.२५॥

पिङ्गला नाम या नाडी दक्षमार्गे व्यवस्थिता ।
मध्यनाडीं समाश्लिष्य वामनासापुटे गता ॥ २.२६॥ (सुष्मणा सा)

इडापिङ्गलयोर्मध्ये सुषुम्णा या भवेत्खलु ।
षट्स्थानेषु च षट्शक्तिं षट्पद्मं योगिनो विदुः ॥ २.२७॥

पञ्चस्थानं सुषुम्णाया नामानि स्युर्बहूनि च ।
प्रयोजनवशात्तानि ज्ञातव्यानीह शास्त्रतः ॥ २.२८॥

अन्या याऽस्त्यपरा नाडी मूलाधारात्समुत्थिता ।
रसनामेढ्रनयनं पादाङ्गुष्ठे च श्रोत्रकम् ॥ २.२९॥

कुक्षिकक्षाङ्गुष्ठकर्णं सर्वाङ्गं पायुकुक्षिकम् ।
लब्ध्वा तां वै निवर्तन्ते यथादेशसमुद्भवाः ॥ २.३०॥ (लब्धान्ता)

एताभ्य एव नाडीभ्यः शाखोपशाखतः क्रमात् ।
सार्धं लक्षत्रयं जातं यथाभागं व्यवस्थितम् ॥ २.३१॥ (सार्धलक्षत्रयं)

एता भोगवहा नाड्यो वायुसञ्चारदक्षकाः ।
ओतप्रोताभिसंव्याप्य तिष्ठन्त्यस्मिन्कलेवरे ॥ २.३२॥ (ओतप्रोत्राः सुसंव्याप्य)

सूर्यमण्डलमध्यस्थः कलाद्वादशसंयुतः ।
वस्तिदेशे ज्वलद्वह्निर्वर्तते चान्नपाचकः ॥ २.३३॥ (बस्तिदेशे)

एष वैश्वानरोग्निर्वै मम तेजोंशसम्भवः । (वैश्वानराग्निरेषो वै)
करोति विविधं पाकं प्राणिनां देहमास्थितः ॥ २.३४॥

आयुः प्रदायको वह्निर्बलं पुष्टिं ददाति सः ।
शरीरपाटवञ्चापि ध्वस्तरोगसमुद्भवः ॥ २.३५॥ (शरीर पाटवं चारि)

तस्माद्वैश्वानराग्निञ्च प्रज्वाल्य विधिवत्सुधीः ।
तस्मिन्नन्नं हुनेद्योगी प्रत्यहं गुरुशिक्षया ॥ २.३६॥

ब्रह्माण्डसंज्ञके देहे स्थानानि स्युर्बहूनि च ।
मयोक्तानि प्रधानानि ज्ञातव्यानीह शास्त्रके ॥ २.३७॥

नानाप्रकारनामानि स्थानानि विविधानि च ।

वर्तन्ते विग्रहे तानि कथितुं नैव शक्यते ॥ २.३८॥

इत्थं प्रकल्पिते देहे जीवो वसति सर्वगः ।
अनादिवासनामालाऽलङ्कृतः कर्मशृङ्खलः ॥ २.३९॥

नानाविधगुणोपेतः सर्वव्यापारकारकः ।
पूर्वार्जितानि कर्माणि भुनक्ति विविधानि च ॥ २.४०॥

यद्यत्सन्दृश्यते लोके सर्वं तत्कर्मसम्भवम् ।
सर्वा कर्मानुसारेण जन्तुर्भोगान्भुनक्ति वै ॥ २.४१॥ (सर्वः)

ये ये कामादयो दोषाः सुखदुःखप्रदायकाः ।
ते ते सर्वे प्रवर्तन्ते जीवकर्मानुसारतः ॥ २.४२॥

पुण्योपरक्तचैतन्ये प्राणान्प्रीणाति केवलम् ।
बाह्ये पुण्यमयं प्राप्य भोज्यवस्तु स्वयम्भवेत् ॥ २.४३॥

ततः कर्मबलात्पुंसः सुखं वा दुःखमेव च ।
पापोपरक्तचैतन्यं नैव तिष्ठति निश्चितम् ॥ २.४४॥

न तद्भिन्नो भवेत्सोऽपि तद्भिन्नो न तु किञ्चन ।
मायोपहितचैतन्यात्सर्वं वस्तु प्रजायते ॥ २.४५॥

यथाकालेऽपि भोगाय जन्तूनां विविधोद्भवः । (यथाकालेपि)
यथा दोषवशाच्छुक्तौ रजतारोपणं भवेत् ।
तथा स्वकर्मदोषाद्वै ब्रह्मण्यारोप्यते जगत् ॥ २.४६॥

स वासनाभ्रमोत्पन्नोन्मूलनातिसमर्थनम् ।
उत्पन्नश्चेदीदृशं स्याज्ज्ञानं मोक्षप्रसाधनम् ॥ २.४७॥

साक्षाद्वैशेषदृष्टिस्तु साक्षात्कारिणि विभ्रमे ।
कारणं नान्यथा युक्त्या सत्यं सत्यं मयोदितम् ॥ २.४८॥

साक्षात्कारिभ्रमे साक्षात्साक्षात्कारिणि नाशयेत् ।
स हि नास्तीति संसारे भ्रमो नैव निवर्तते ॥ २.४९॥ (सो)

मिथ्याज्ञाननिवृत्तिस्तु विशेषदर्शनाद्भवेत् ।
अन्यथा न निवृत्तिः स्याद्दृश्यते रजतभ्रमः ॥ २.५०॥ (स्याद्दृश्ये)

यावन्नोत्पद्यते ज्ञानं साक्षात्कारे निरञ्जने ।
तावत्सर्वाणि भूतानि दृश्यन्ते विविधानि च ॥ २.५१॥

यदा कर्मार्जितं देहं निर्वाणे साधनं भवेत् ।
तदा शरीरवहनं सफलं स्यान्न चान्यथा ॥ २.५२॥

यादृशी वासना मूला वर्तते जीवसङ्गिनी । (वर्त्तते)
तादृशं वहते जन्तुः कृत्याकृत्यविधौ भ्रमम् ॥ २.५३॥

संसारसागरं तर्तुं यदीच्छेद्योगसाधकः ।
कृत्वा वर्णाश्रमं कर्म फलवर्जं तदाचरेत् ॥ २.५४॥

विषयासक्तपुरुषा विषयेषु सुखेप्सवः ।
वाचाभिरुद्धनिर्वाणा वर्तन्ते पापकर्मणि ॥ २.५५॥

आत्मानमात्मना पश्यन्न किञ्चिदिह पश्यति ।
तदा कर्मपरित्यागे न दोषोऽस्ति मतं मम ॥ २.५६॥

कामादयो विलीयन्ते ज्ञानादेव न चान्यथा ।
अभावे सर्वतत्त्वानां स्वयं तत्त्वं प्रकाशते ॥ २.५७॥

इति श्रीशिवसंहितायां हरगौरीसंवादे योगशास्त्रे
योगप्रकथने तत्त्वज्ञानोपदेशो नाम द्वितीयः पटलः समाप्तः । २।

तृतीयपटलः

अथ योगानुष्ठानपद्धतिर्योगाभ्यासवर्णनम् ।
हृद्यस्ति पङ्कजं दिव्यं दिव्यलिङ्गेन भूषितम् । (हृदयस्ति)
कादिठान्ताक्षरोपेतं द्वादशार्णविभूषितम् ॥ ३.१॥

प्राणो वसति तत्रैव वासनाभिरलङ्कृतः ।
अनादिकर्मसंश्लिष्टः प्राप्याहङ्कारसंयुतः ॥ ३.२॥

प्राणस्य वृत्तिभेदेन नामानि विविधानि च ।
वर्तन्ते तानि सर्वाणि कथितुं नैव शक्यते ॥ ३.३॥

प्राणोऽपानः समानश्चोदानो व्यानश्च पञ्चमः ।
नागः कूर्मश्च कृकलो देवदत्तो धनञ्जयः ॥ ३.४॥ (कृकरो)

दश नामानि मुख्यानि मयोक्तानीह शास्त्रके ।
कुर्वन्ति तेऽत्र कार्याणि प्रेरितानि स्वकर्मभिः ॥ ३.५॥

अत्रापि वायवः पञ्च मुख्याः स्युर्दशतः पुनः । (स्युर्दर्शिताः)
तत्रापि श्रेष्ठकर्तारौ प्राणापानौ मयोदितौ ॥ ३.६॥ (श्रेष्ठकर्त्तारौ)

हृदि प्राणो गुदेऽपानः समानो नाभिमण्डले ।
उदानः कण्ठदेशस्थो व्यानः सर्वशरीरगः ॥ ३.७॥

नागादिवायवः पञ्च ते कुर्वन्ति च विग्रहे ।
उद्गारोन्मीलनं क्षुतृड्जृम्भा हिक्का च पञ्चमः ॥ ३.८॥

अनेन विधिना यो वै ब्रह्माण्डं वेत्ति विग्रहम् ।
सर्वपापविनिर्मुक्तः स याति परमां गतिम् ॥ ३.९॥

अधुना कथयिष्यामि क्षिप्रं योगस्य सिद्धये ।
यज्ज्ञात्वा नावसीदन्ति योगिनो योगसाधने ॥ ३.१०॥

भवेद्वीर्यवती विद्या गुरुवक्त्रसमुद्भवा ।
अन्यथा फलहीना स्यान्निर्वीर्याप्यतिदुःखदा ॥ ३.११॥

गुरुं सन्तोष्य यत्नेन ये वै विद्यामुपासते ।
अवलम्बेन विद्यायास्तस्याः फलमवाप्नुयात् ॥ ३.१२॥ (फलमवाप्नुयुः)

गुरुः पिता गुरुर्माता गुरुर्देवो न संशयः ।
कर्मणा मनसा वाचा तस्मात्सर्वैः प्रसेव्यते ॥ ३.१३॥

गुरुप्रसादतः सर्वं लभ्यते शुभमात्मनः ।
तस्मात्सेव्यो गुरुर्नित्यमन्यथा न शुभं भवेत् ॥ ३.१४॥

प्रदक्षिणात्रयं कृत्वा स्पृष्ट्वा सव्येन पाणिना ।
अष्टाङ्गेन नमस्कुर्याद्गुरुपादसरोरुहम् ॥ ३.१५॥

श्रद्धयात्मवतां पुंसां सिद्धिर्भवति निश्चिता । (नान्यथा)
अन्येषाञ्च न सिद्धिः स्यात्तस्माद्यत्नेन साधयेत् ॥ ३.१६॥

न भवेत्सङ्गयुक्तानां तथाऽविश्वासिनामपि ।
गुरुपूजाविहीनानां तथा च बहुसङ्गिनाम् ॥ ३.१७॥

मिथ्यावादरतानां च तथा निष्ठुरभाषिणाम् ।
गुरुसन्तोषहीनानां न सिद्धिः स्यात्कदाचन ॥ ३.१८॥

फलिष्यतीति विश्वासः सिद्धेः प्रथमलक्षणम् ।
द्वितीयं श्रद्धया युक्तं तृतीयं गुरुपूजनम् ॥ ३.१९॥

चतुर्थं समताभावं पञ्चमेन्द्रियनिग्रहम् ।
षष्ठं च प्रमिताहारं सप्तमं नैव विद्यते ॥ ३.२०॥

योगोपदेशं सम्प्राप्य लब्ध्वा योगविदं गुरुम् ।
गुरूपदिष्टविधिना धिया निश्चित्य साधयेत् ॥ ३.२१॥

सुशोभने मठे योगी पद्मासनसमन्वितः ।
आसनोपरि संविश्य पवनाभ्यासमाचरेत् ॥ ३.२२॥

समकायः प्राञ्जलिश्च प्रणम्य च गुरून् सुधीः ।
दक्षे वामे च विघ्नेशं क्षेत्रपालाम्बिकां पुनः ॥ ३.२३॥

ततश्च दक्षाङ्गुष्ठेन निरुध्य पिङ्गलां सुधीः ।
इडया पूरयेद्वायुं यथाशक्त्या तु कुम्भयेत् ॥ ३.२४॥

ततस्त्यक्त्वा पिङ्गलयाशनैरेव न वेगतः ।
पुनः पिङ्गलयापूर्य यथाशक्त्या तु कुम्भयेत् ॥ ३.२५॥ (यथाशक्ति)

इडया रेचयेद्वायुं न वेगेन शनैः शनैः ।
इदं योगविधानेन कुर्याद्विंशतिकुम्भकान् ।
सर्वद्वन्द्वविनिर्मुक्तः प्रत्यहं विगतालसः ॥ ३.२६॥

प्रातःकाले च मध्याह्ने सूर्यास्ते चार्द्धरात्रके ।
कुर्यादेवं चतुर्वारं कालेष्वेतेषु कुम्भकान् ॥ ३.२७॥

इत्थं मासत्रयं कुर्यादनालस्यो दिने दिने । (मासद्वयं)
ततो नाडीविशुद्धिः स्यादविलम्बेन निश्चितम् ॥ ३.२८॥

यदा तु नाडीशुद्धिः स्याद्योगिनस्तत्त्वदर्शिनः ।
तदा विध्वस्तदोषश्च भवेदारम्भसम्भवः ॥ ३.२९॥

चिह्नानि योगिनो देहे दृश्यन्ते नाडिशुद्धितः ।
कथ्यन्ते तु समस्तान्यङ्गानि सङ्क्षेपतो मया ॥ ३.३०॥

समकायः सुगन्धिश्च सुकान्तिः स्वरसाधकः ॥ ३.३१॥

आरम्भघटकश्चैव यथा परिचयस्तदा ।
निष्पत्तिः सर्वयोगेषु योगावस्था भवन्ति ताः ॥ ३.३२॥

आरम्भः कथितोऽस्माभिरधुना वायुसिद्धये ।

अपरः कथ्यते पश्चात् सर्वदुःखौघनाशनः ॥ ३.३३॥

प्रौढवह्निः सुभोगी च सुखीसर्वाङ्गसुन्दरः ।
सम्पूर्णहृदयो योगी सर्वोत्साहबलान्वितः ।
जायते योगिनोऽवश्यमेतत्सर्वं कलेवरे ॥ ३.३४॥ (योगिनोऽवश्यमेते सर्वकलेवरे)

अथ वर्ज्यं प्रवक्ष्यामि योगविघ्नकरं परम् ।
येन संसारदुःखाब्धिं तीर्त्वा यास्यन्ति योगिन ॥ ३.३५॥

आम्लं रूक्षं तथा तीक्ष्णं लवणं सार्षपं कटुम् । (कक्षं)
बहुलं भ्रमणं प्रातः स्नानं तैलविदाहकम् ॥ ३.३६॥

स्तेयं हिंसां जनद्वेषञ्चाहङ्कारमनार्जवम् ।
उपवासमसत्यञ्च मोहञ्च प्राणिपीडनम् ॥ ३.३७॥ (मोक्षञ्च)

स्त्रीसङ्गमग्निसेवां च बह्वालापं प्रियाप्रियम् ।
अतीव भोजनं योगी त्यजेदेतानि निश्चितम् ॥ ३.३८॥

उपायं च प्रवक्ष्यामि क्षिप्रं योगस्य सिद्धये ।
गोपनीयं साधकानां येन सिद्धिर्भवेत्खलु ॥ ३.३९॥

घृतं क्षीरं च मिष्टान्नं ताम्बूलं चूर्णवर्जितम् ।
कर्पूरं निष्ठुरं मिष्टं सुमठं सूक्ष्मरन्ध्रकम् ॥ ३.४०॥ (निस्तुषं) (सूक्ष्मवस्त्रकम्)

सिद्धान्तश्रवणं नित्यं वैराग्यगृहसेवनम् ।
नामसङ्कीर्तनं विष्णोः सुनादश्रवणं परम् ॥ ३.४१॥ (सुसादश्रवणे)

धृतिः क्षमा तपः शौचं ह्रीर्मतिर्गुरुसेवनम् ।
सदैतानि परं योगी नियमानि समाचरेत् ॥ ३.४२॥ (सदैतांश्च) (नियमांश्च)

अनिलेऽर्कप्रवेशे च भोक्तव्यं योगिभिः सदा ।
वायौ प्रविष्टे शशिनि शयनं साधकोत्तमैः ॥ ३.४३॥

सद्यो भुक्तेऽपि क्षुधिते नाभ्यासः क्रियते बुधैः ।
अभ्यासकाले प्रथमं कुर्यात्क्षीराज्यभोजनम् ॥ ३.४४॥

ततोऽभ्यासे स्थिरीभूते न तादृङ्नियमग्रहः ।
अभ्यासिना विभोक्तव्यं स्तोकं स्तोकमनेकधा ॥ ३.४५॥

पूर्वोक्तकाले कुर्यात्तु कुम्भकान्प्रतिवासरे ।
ततो यथेष्टा शक्तिः स्याद्योगिनो वायुधारणे ॥ ३.४६॥

यथेष्टं धारणाद्वायोः कुम्भकः सिध्यति ध्रुवम् ।
केवले कुम्भके सिद्धे किं न स्यादिह योगिनः ॥ ३.४७॥

स्वेदः सञ्जायते देहे योगिनः प्रथमोद्यमे ॥ ३.४८॥

यदा सञ्जायते स्वेदो मर्दनं कारयेत्सुधीः ।
अन्यथा विग्रहे धातुर्नष्टो भवति योगिनः ॥ ३.४९॥

द्वितीये हि भवेत्कम्पो दार्दुरी मध्यमे मतः । (मता)
ततोऽधिकतराभ्यासाद्गगनेचरसाधकः ॥ ३.५०॥

योगी पद्मासनस्थोऽपि भुवमुत्सृज्य वर्तते ।
वायुसिद्धिस्तदा ज्ञेया संसारध्वान्तनाशिनी ॥ ३.५१॥

तावत्कालं प्रकुर्वीत योगोक्तनियमग्रहम् ।
अल्पनिद्रा पुरीषं च स्तोकं मूत्रं च जायते ॥ ३.५२॥

अरोगित्वमदीनत्वं योगिनस्तत्त्वदर्शिनः ।
स्वेदो लाला कृमिश्चैव सर्वथैव न जायते ॥ ३.५३॥

कफपित्तानिलाश्चैव साधकस्य कलेवरे ।
तस्मिन्काले साधकस्य भोज्येष्वनियमग्रहः ॥ ३.५४॥

अत्यल्पं बहुधा भुक्त्वा योगी न व्यथते हि सः ।
अथाभ्यासवशाद्योगी भूचरीं सिद्धिमाप्नुयात् ।
यथा दर्दुरजन्तूनां गतिः स्यात्पाणिताडनात् ॥ ३.५५॥

सन्त्यत्र बहवो विघ्ना दारुणा दुर्निवारणाः ।
तथापि साधयेद्योगी प्राणैः कण्ठगतैरपि ॥ ३.५६॥

ततो रहस्युपाविष्टः साधकः संयतेन्द्रियः ।
प्रणवं प्रजपेद्दीर्घं विघ्नानां नाशहेतवे ॥ ३.५७॥

पूर्वार्जितानि कर्माणि प्राणायामेन निश्चितम् ।
नाशयेत्साधको धीमानिहलोकोद्भवानि च ॥ ३.५८॥

पूर्वाजितानि पापानि पुण्यानि विविधानि च ।
नाशयेत्षोडशप्राणायामेन योगि पुङ्गवः ॥ ३.५९॥

पापतूलचयानाहो प्रलयेत्प्रलयाग्निना । (प्रदहेत्प्रलयाग्निना)

ततः पापविनिर्मुक्तः पश्चात्पुण्यानि नाशयेत् ॥ ३.६०॥

प्राणायामेन योगीन्द्रो लब्ध्वैश्वर्याष्टकानि वै ।
पापपुण्योदधिं तीर्त्वा त्रैलोक्यचरतामियात् ॥ ३.६१॥

ततोऽभ्यासक्रमेणैव घटिकात्रितयं भवेत् ।
येन स्यात्सकलासिद्धिर्योगिनः स्वेप्सिता ध्रुवम् ॥ ३.६२॥

वाक्सिधिः कामचारित्वं दूरदृष्टिस्तथैव च ।
दूरश्रुतिः सूक्ष्मदृष्टिः परकायप्रवेशनम् ॥ ३.६३॥

विण्मूत्रलेपने स्वर्णमदृश्यकरणं तथा ।
भवन्त्येतानि सर्वाणि खेचरत्वं च योगिनाम् ॥ ३.६४॥

यदा भवेद्घटावस्था पवनाभ्यासने परा ।
तदा संसारचक्रेऽस्मिन्नास्ति यन्न साधयेत् ॥ ३.६५॥ (सधारयेत्)

प्राणापाननादबिन्दु जीवात्मपरमात्मनः ।
(प्राणापाननादबिन्दू जीवात्मपरमात्मनोः)
मिलित्वा घटते यस्मात्तस्माद्वै घट उच्यते ॥ ३.६६॥

याममात्रं यदा धर्तुं समर्थः स्यात्तदाद्भुतः ।
प्रत्याहारस्तदैव स्यान्नान्तरा भवति ध्रुवम् ॥ ३.६७॥

यं यं जानाति योगीन्द्रस्तं तमात्मेति भावयेत् ।
यैरिन्द्रियैर्यद्विधानस्तदिन्द्रियजयो भवेत् ॥ ३.६८॥

याममात्रं यदा पूर्णं भवेदभ्यासयोगतः ।
एकवारं प्रकुर्वीत तदा योगी च कुम्भकम् ॥ ३.६९॥ (प्रकुर्तीत)

दण्डाष्टकं यदा वायुर्निश्चलो योगिनो भवेत् ।
स्वसामर्थ्यात्तदाङ्गुष्ठे तिष्ठेद्वातुलवत्सुधीः ॥ ३.७०॥

ततः परिचयावस्था योगिनोऽभ्यासतो भवेत् ।
यदा वायुश्चन्द्रसूर्यं त्यक्त्वा तिष्ठति निश्चलम् ।
वायुः परिचितो वायुः सुषुम्णा व्योम्नि सञ्चरेत् ॥ ३.७१॥ (सुषुम्ना)

क्रियाशक्तिं गृहीत्वैव चक्रान्भित्त्वा सुनिश्चितम् ॥ ३.७२॥

यदा परिचयावस्था भवेदभ्यासयोगतः ।
त्रिकूटं कर्मणां योगी तदा पश्यति निश्चितम् ॥ ३.७३॥

ततश्च कर्मकूटानि प्रणवेन विनाशयेत् ।
स योगी कर्मभोगाय कायव्यूहं समाचरेत् ॥ ३.७४॥

अस्मिन्काले महायोगी पञ्चधा धारणं चरेत् ।
येन भूरादिसिद्धिः स्यात्ततो भूतभयापहा ॥ ३.७५॥

आधारे घटिकाः पञ्च लिङ्गस्थाने तथैव च ।
तदूर्ध्वं घटिकाः पञ्च नाभिहृन्मध्यके तथा ॥ ३.७६॥

भ्रूमध्योर्ध्वं तथा पञ्च घटिका धारयेत्सुधीः ।
तथा भूरादिना नष्टो योगीन्द्रो न भवेत्खलु ॥ ३.७७॥

मेधावी सर्वभूतानां धारणां यः समभ्यसेत् ।
शतब्रह्ममृतेनापि मृत्युस्तस्य न विद्यते ॥ ३.७८॥

ततोऽभ्यासक्रमेणैव निष्पत्तिर्योगिनो भवेत् ।
अनादिकर्मबीजानि येन तीर्त्वाऽमृतं पिबेत् ॥ ३.७९॥

यदा निष्पत्तिर्भवति समाधेः स्वेनकर्मणा ।
जीवन्मुक्तस्य शान्तस्य भवेद्धीरस्य योगिनः ॥ ३.८०॥

यदा निष्पत्तिसम्पन्नः समाधिः स्वेच्छया भवेत् ॥ ३.८१॥

गृहीत्वा चेतनां वायुः क्रियाशक्तिं च वेगवान् ।
सर्वान्चक्रान्विजित्वा च ज्ञानशक्तौ विलीयते ॥ ३.८२॥ (सर्वांश्चक्रान्विजित्वा)

इदानीं क्लेशहान्यर्थं वक्तव्यं वायुसाधनम् ।
येन संसारचक्रेऽस्मिन् रोगहानिर्भवेद्ध्रुवम् ॥ ३.८३॥ (संसारचक्रेस्मिन्)

रसनां तालुमूले यः स्थापयित्वा विचक्षणः ।
पिबेत्प्राणानिलं तस्य रोगाणां सङ्क्षयो भवेत् ॥ ३.८४॥

काकचञ्च्वा पिबेद्वायुं शीतलं यो विचक्षणः ।
प्राणापानविधानज्ञः स भवेन्मुक्तिभाजनः ॥ ३.८५॥

सरसं यः पिबेद्वायुं प्रत्यहं विधिना सुधीः ।
नश्यन्ति योगिनस्तस्य श्रमदाहजरामयाः ॥ ३.८६॥

रसनामूर्ध्वगां कृत्वा यश्चन्द्रे सलिलं पिबेत् ।
मासमात्रेण योगीन्द्रो मृत्युञ्जयति निश्चितम् ॥ ३.८७॥

राजदन्तबिलं गाढं सम्पीड्य विधिना पिबेत् ।
ध्यात्वा कुण्डलिनीं देवीं षण्मासेन कविर्भवेत् ॥ ३.८८॥

काकचञ्च्वा पिबेद्वायुं सन्ध्ययोरुभयोरपि ।
कुण्डलिन्या मुखे ध्यात्वा क्षयरोगस्य शान्तये ॥ ३.८९॥

अहर्निशं पिबेद्योगी काकचञ्च्वा विचक्षणः ।
पिबेत्प्राणानिलं तस्य रोगाणां सङ्क्षयो भवेत् । (रोगानां)
दूरश्रुतिर्दूरदृष्टिस्तथा स्याद्दर्शनं खलु ॥ ३.९०॥

दन्तैर्दन्तान्समापीड्य पिबेद्वायुं शनैः शनैः । (दन्तेदन्तान्समापीड्य)
ऊर्ध्वजिह्वः सुमेधावी मृत्युञ्जयति सोऽचिरात् ॥ ३.९१॥ (मृत्युं जयति सोचिरात्)

षण्मासमात्रमभ्यासं यः करोति दिने दिने ।
सर्वपापविनिर्मुक्तो रोगान्नाशयते हि सः ॥ ३.९२॥

संवत्सरकृताभ्यासान्मृत्युञ्जयति जयति निश्चितम् ।
(संवत्सरकृताभ्यासाद्भैरवो भवति ध्रुवम् ।)
तस्मादतिप्रयत्नेन साधयेद्योगसाधकः ॥ ३.९३॥

वर्षत्रयकृताभ्यासाद्भैरवो भवति ध्रुवम् ।
अणिमादिगुणान्लब्ध्वा जितभूतगणः स्वयम् ॥ ३.९४॥

रसनामूर्ध्वगां कृत्वा क्षणार्धं यदि तिष्ठति । (रसनामूर्द्ध्वगां)
क्षणेन मुच्यते योगी व्याधिमृत्युजरादिभिः ॥ ३.९५॥

रसनां प्राणसंयुक्तां पीड्यमानां विचिन्तयेत् ।
न तस्य जायते मृत्युः सत्यं सत्यं मयोदितम् ॥ ३.९६॥

एवमभ्यासयोगेन कामदेवो द्वितीयकः ।
न क्षुधा न तृषा निद्रा नैव मूर्च्छा प्रजायते ॥ ३.९७॥

अनेनैव विधानेन योगीन्द्रोऽवनिमण्डले ।
भवेत्स्वच्छन्दचारी च सर्वापत्परिवर्जितः ॥ ३.९८॥

न तस्य पुनरावृत्तिर्मोदते ससुरैरपि ।
पुण्यपापैर्न लिप्येत एतदाचरेणन सः ॥ ३.९९॥ (एतदाक्षरणेन)

चतुरशीत्यासनानि सन्ति नानाविधानि च ।

तेभ्यश्चतुष्कमादाय मयोक्तानि ब्रवीम्यहम् ।
सिद्धासनं ततः पद्मासनञ्चोग्रं च स्वस्तिकम् ॥ ३.१०० ॥

सिद्धासनकथनम् ।

योनिं सम्पीड्य यत्नेन पादमूलेन साधकः ।
मेढ्रोपरि पादमूलं विन्यसेद्योगवित्सदा ॥ ३.१०१ ॥

ऊर्ध्वं निरीक्ष्य भ्रूमध्यं निश्चलः संयतेन्द्रियः ।
विशेषोऽवक्रकायश्च रहस्युद्वेगवर्जितः ॥ ३.१०२ ॥

एतत्सिद्धासनं ज्ञेयं सिद्धानां सिद्धिदायकम् ।
येनाभ्यासवशाच्छीघ्रं योगनिष्पत्तिमाप्नुयात् ॥ ३.१०३ ॥

सिद्धासनं सदासेव्यं पवनाभ्यासिना परम् ।
येन संसारमुत्सृज्य लभते परमां गतिम् ॥ ३.१०४ ॥

नातः परतरं गुह्यमासनं विद्यते भुवि ।
येनानुध्यानमात्रेण योगी पापाद्विमुच्यते ॥ ३.१०५ ॥

पद्मासनकथनम् ।

उत्तानौ चरणौ कृत्वा ऊरुसंस्थौ प्रयत्नतः ।
ऊरुमध्ये तथोत्तानौ पाणी कृत्वा तु तादृशौ ॥ ३.१०६ ॥

नासाग्रे विन्यसेद्दृष्टिं दन्तमूलञ्च जिह्वया ।
उत्तोल्य चिबुकं वक्ष उत्थाप्य पवनं शनैः ॥ ३.१०७ ॥

यथाशक्त्या समाकृष्य पूरयेदुदरं शनैः ।
यथा शक्त्यैव पश्चात्तु रेचयेदविरोधतः ॥ ३.१०८ ॥

इदं पद्मासनं प्रोक्तं सर्वव्याधिविनाशनम् ।
दुर्लभं येन केनापि धीमता लभ्यते परम् ॥ ३.१०९ ॥

अनुष्ठाने कृते प्राणः समश्चलति तत्क्षणात् ।
भवेदभ्यासने सम्यक्साधकस्य न संशयः ॥ ३.११० ॥

पद्मासने स्थितो योगी प्राणापानविधानतः ।
पूरयेत्स विमुक्तः स्यात्सत्यं सत्यं वदाम्यहम् ॥ ३.१११ ॥

उग्रासनकथनम् ।

प्रसार्य चरणद्वन्द्वं परस्परमसंयुतम् ।

स्वपाणिभ्यां दृढं धृत्वा जानूपरि शिरोन्यसेत् ॥ ३.११२॥

आसनोग्रमिदं प्रोक्तं भवेदनिलदीपनम् ।
देहावसानहरणं पश्चिमोत्तानसंज्ञकम् ॥ ३.११३॥

य एतदासनं श्रेष्ठं प्रत्यहं साधयेत्सुधीः ।
वायुः पश्चिममार्गेण तस्य सञ्चरति ध्रुवम् ॥ ३.११४॥

एतदभ्यासशीलानां सर्वसिद्धिः प्रजायते ।
तस्माद्योगी प्रयत्नेन साधयेत्सिद्धमात्मनः ॥ ३.११५॥

गोपनीयं प्रयत्नेन न देयं यस्य कस्यचित् ।
येन शीघ्रं मरुत्सिद्धिर्भवेद्दुःखौघनाशिनी ॥ ३.११६॥

स्वस्तिकासनकथनम् ।

जानूर्वोरन्तरे सम्यग्धृत्वा पादतले उभे ।
समकायः सुखासीनः स्वस्तिकं तत्प्रचक्षते ॥ ३.११७॥

अनेन विधिना योगी मारुतं साधयेत्सुधीः ।
देहे न क्रमते व्याधिस्तस्य वायुश्च सिद्ध्यति ॥ ३.११८॥

सुखासनमिदं प्रोक्तं सर्वदुःखप्रणाशनम् ।
स्वस्तिकं योगिभिर्गोप्यं स्वस्तीकरणमुत्तमम् ॥ ३.११९॥

इति श्रीशिवसंहितायां हरगौरीसंवादे योगशास्त्रे
योगाभ्यासतत्त्वकथनं नाम तृतीयपटलः समाप्तः । ३।

चतुर्थपटलः

अथ मुद्राकथनम् ।

आदौ पूरक योगेन स्वाधारे पूरयेन्मनः ।
गुदमेढ्रान्तरे योनिस्तामाकुञ्च्य प्रवर्तते ॥ ४.१॥

योनिमुद्राकथनम् ।

ब्रह्मयोनिगतं ध्यात्वा कामं कन्दुकसन्निभम् ।
सूर्यकोटिप्रतीकाशं चन्द्रकोटिसुशीतलम् ॥ ४.२॥

तस्योर्ध्वं तु शिखासूक्ष्मा चिद्रूपा परमाकला ।
तया सहितमात्मानमेकीभूतं विचिन्तयेत् ॥ ४.३॥

गच्छति ब्रह्ममार्गेण लिङ्गत्रयक्रमेण वै ।
सूर्यकोटिप्रतीकाशं चन्द्रकोटिसुशीतलम् ॥ ४.४॥

अमृतं तद्धि स्वर्गस्थं परमानन्दलक्षणम् ।
श्वेतरक्तं तेजसाढ्यं सुधाधाराप्रवर्षिणम् ।
पीत्वा कुलामृतं दिव्यं पुनरेव विशेत्कुलम् ॥ ४.५॥

पुनरेव कुलं गच्छेन्मात्रायोगेन नान्यथा ।
सा च प्राणसमाख्याता ह्यस्मिंस्तन्त्रे मयोदिता ॥ ४.६॥

पुनः प्रलीयते तस्यां कालाग्न्यादिशिवात्मकम् ।
योनिमुद्रा परा ह्येषा बन्धस्तस्याः प्रकीर्तितः ॥ ४.७॥

तस्यास्तु बन्धामत्रेण तन्नास्ति यन्न साधयेत् ॥ ४.८॥

छिन्नरूपास्तु ये मन्त्राः कीलिताः स्तम्भिताश्च ये ।
दग्धामन्त्राः शिरोहीना मलिनास्तु तिरस्कृताः ॥ ४.९॥

मन्दा बालास्तथा वृद्धाः प्रौढा यौवनगर्विताः ।
भेदिनो भ्रमसंयुक्ताः सप्ताहं मूर्च्छिताश्चये ॥ ४.१०॥

अरिपक्षे स्थिता ये च निर्वीर्याः सत्त्ववर्जिताः ।
तथा सत्त्वेन हीनाश्च खण्डिताः शतधाकृताः ॥ ४.११॥

विधिनानेन च संयुक्तः प्रभवन्त्यचिरेण तु । (विधानेन च संयुक्ताः)
सिद्धिमोक्षप्रदाः सर्वे गुरुणा विनियोजिताः ॥ ४.१२॥

यद्युच्चरते योगी मन्त्ररूपं शुभाशुभम् ।
तत्सिद्धिं समवाप्नोति योनिमुद्रानिबन्धनात् ॥ ४.१३॥

दीक्षयित्वा विधानेन अभिषिञ्च्य सहस्रधा ।
ततो मन्त्राधिकारार्थमेषा मुद्रा प्रकीर्तिता ॥ ४.१४॥

ब्रह्महत्यासहस्राणि त्रैलोक्यमपि घातयेत् ।
नासौ लिप्यति पापेन योनिमुद्रानिबन्धनात् ॥ ४.१५॥

गुरुहा च सुरापी च स्तेयी च गुरुतल्पगः ।
एतैः पापैर्न बध्येत योनिमुद्रानिबन्धनात् ॥ ४.१६॥

तस्मादभ्यासनं नित्यं कर्तव्यं मोक्षकाङ्क्षिभिः ।
अभ्यासाज्जायते सिद्धिरभ्यासान्मोक्षमाप्नुयात् ॥ ४.१७॥

संविदं लभतेऽभ्यासाद्योगोभ्यासात्प्रवर्तते ।
मुद्राणां सिद्धिरभ्यासादभ्यासाद्वायुसाधनम् ॥ ४.१८॥

कालवञ्चनमभ्यासात्तथा मृत्युञ्जयो भवेत् ।
वाक्सिद्धिः कामचारित्वं भवेदभ्यासयोगतः ॥ ४.१९॥

योनिमुद्रा परं गोप्या न देया यस्य कस्यचित् ।
सर्वथा नैव दातव्या प्राणैः कण्ठगतैरपि ॥ ४.२०॥

अधुना कथयिष्यामि योगसिद्धिकरं परम् ।
गोपनीयं सुसिद्धानां योगं परमदुर्लभम् ॥ ४.२१॥

सुप्ता गुरुप्रसादेन यदा जागर्ति कुण्डली ।
तदा सर्वाणि पद्मानि भिद्यन्ते ग्रन्थयोपि च ॥ ४.२२॥

तस्मात्सर्वप्रयत्नेन प्रबोधयितुमीश्वरीम् ।
ब्रह्मरन्ध्रमुखे सुप्तां मुद्राभ्यासं समाचरेत् ॥ ४.२३॥

महामुद्रा महाबन्धो महावेधश्च खेचरी ।
जालन्धरो मूलबन्धो विपरीतकृतिस्तथा ॥ ४.२४॥

उड्डानं चैव वज्रोणी दशमे शक्तिचालनम् ।
इदं हि मुद्रादशकं मुद्राणामुत्तमोत्तमम् ॥ ४.२५॥

महामुद्राकथनम् ।

महामुद्रां प्रवक्ष्यामि तन्त्रेऽस्मिन्ममवल्लभे ।
यां प्राप्य सिद्धाः सिद्धिं च कपिलाद्याः पुरागताः ॥ ४.२६॥

अपसव्येन सम्पीड्य पादमूलेन सादरम् ।
गुरूपदेशतो योनिं गुदमेढ्रान्तरालगाम् ॥ ४.२७॥

सव्यं प्रसारितं पादं धृत्वा पाणियुगेन वै । (प्रसारित पाद)
नवद्वाराणि संयम्य चिबुकं हृदयोपरि ॥ ४.२८॥

चित्तं चित्तपथे दत्त्वा प्रभवेद्वायुसाधनम् ।
महामुद्राभवेदेषा सर्वतन्त्रेषु गोपिता ॥ ४.२९॥

वामाङ्गेन समभ्यस्य दक्षाङ्गेनाभ्यसेत् पुनः ।
प्राणायामं समं कृत्वा योगी नियतमानसः ॥ ४.३०॥

अनेन विधिना योगी मन्दभाग्योऽपि सिध्यति ।
सर्वासामेव नाडीनां चालनं बिन्दुमारणम् ॥ ४.३१॥

जीवनन्तु कषायस्य पातकानां विनाशनम् ।
कुण्डालीतापनं वायोर्ब्रह्मरन्ध्रप्रवेशनम् ॥ ४.३२॥

सर्वरोगोपशमनं जठराग्निविवर्धनम् ।
वपुषा कान्तिममलां जरामृत्युविनाशनम् ॥ ४.३३॥

वाञ्छितार्थफलं सौख्यमिन्द्रियाणाञ्च मारणम् ।
एतदुक्तानि सर्वाणि योगारूढस्य योगिनः ।
भवेदभ्यासतोऽवश्यं नात्र कार्या विचारणा ॥ ४.३४॥

गोपनीया प्रयत्नेन मुद्रेयं सुरपूजिते ।
यान्तु प्राप्य भवाम्भोधेः पारं गच्छन्ति योगिनः ॥ ४.३५॥

मुद्रा कामदुघा ह्येषा साधकानां मयोदिता ।
गुप्ताचारेण कर्तव्या न देया यस्य कस्यचित् ॥ ४.३६॥

महाबन्धकथनम् ।

ततः प्रसारितः पादो विन्यस्य तमुरूपरि ॥ ४.३७॥

गुदयोनिं समाकुञ्च्य कृत्वा चापानमूर्ध्वगम् ।
योजयित्वा समानेन कृत्वा प्राणमधोमुखम् ॥ ४.३८॥

बन्धयेदूर्ध्वगत्यर्थं प्राणापानेन यः सुधीः ।
कथितोऽयं महाबन्धः सिद्धिमार्गप्रदायकः ॥ ४.३९॥

नाडीजालाद्रसव्यूहो मूर्धानं याति योगिनः ।
उभाभ्यां साधयेत्पद्भ्यामेकैकं सुप्रयत्नतः ॥ ४.४०॥

भवेदभ्यासतो वायुः सुषुम्णामध्यसङ्गतः ।
अनेन वपुषः पुष्टिर्दृढबन्धोऽस्थिपञ्जरे ॥ ४.४१॥

सम्पूर्णहृदयो योगी भवन्त्येतानि योगिनः ।
बन्धेनानेन योगीन्द्रः साधयेत्सर्वमीप्सितम् ॥ ४.४२॥

महावेधकथनम् ।

अपानप्राणयोरैक्यं कृत्वा त्रिभुवनेश्वरि ।
महावेधस्थितो योगी कुक्षिमापूर्य वायुना ।

स्फिचौ सन्ताडयेद्धीमान्वेधोऽयं कीर्तितो मया ॥ ४.४३॥

वेधेनानेन संविध्य वायुना योगिपुङ्गवः ।
ग्रन्थिं सुषुम्णामार्गेण ब्रह्मग्रन्थिं भिनत्त्यसौ ॥ ४.४४॥

यः करोति सदाभ्यासं महावेधं सुगोपितम् ।
वायुसिद्धिर्भवेत्तस्य जरामरणनाशिनी ॥ ४.४५॥

चक्रमधे स्थिता देवाः कम्पन्ति वायुताडनात् ।
कुण्डल्यपि महामाया कैलासे सा विलीयते ॥ ४.४६॥

महामुद्रामहाबन्धौ निष्फलौ वेधवर्जितौ । (निष्फलो)
तस्माद्योगी प्रयत्नेन करोति त्रितयं क्रमात् ॥ ४.४७॥

एतत्त्रयं प्रयत्नेन चतुर्वारं करोति यः ।
षण्मासाभ्यन्तरं मृत्युञ्जयत्येव न संशयः ॥ ४.४८॥

एतत्त्रयस्य माहात्म्यं सिद्धो जानाति नेतरः ।
यज्ज्ञात्वा साधकाः सर्वे सिद्धिं सम्यग्लभन्ति वै ॥ ४.४९॥

गोपनीया प्रयत्नेन साधकैः सिद्धिमीप्सुभिः ।
अन्यथा च न सिद्धिः स्यान्मुद्राणामेष निश्चयः ॥ ४.५०॥

खेचरीमुद्राकथनम् ।

भ्रुवोरन्तर्गतां दृष्टिं विधाय सुदृढां सुधीः ॥ ४.५१॥ (सुदृढा)

उपविश्यासने वज्रे नानोपद्रववर्जितः ।
लम्बिकोर्ध्वं स्थिते गर्ते रसनां विपरीतगाम् ॥ ४.५२॥

संयोजयेत्प्रयत्नेन सुधाकूपे विचक्षणः ।
मुद्रैषा खेचरी प्रोक्ता भक्तानामनुरोधतः ॥ ४.५३॥

सिद्धीनां जननी ह्येषा मम प्राणाधिकप्रिया ।
निरन्तरकृताभ्यासात्पीयूषं प्रत्यहं पिबेत् ।
तेन विग्रहसिद्धिः स्यान्मृत्युमातङ्गकेसरी ॥ ४.५४॥

अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोऽपि वा ।
खेचरी यस्य शुद्धा तु स शुद्धो नात्र संशयः ॥ ४.५५॥

क्षणार्धं कुरुते यस्तु तीर्त्वा पापमहार्णवम् ।
दिव्यभोगान्प्रभुक्त्वा च सत्कुले स प्रजायते ॥ ४.५६॥

मुद्रैषा खेचरी यस्तु स्वस्थचित्तो ह्यतन्द्रितः ।
शतब्रह्मगतेनापि क्षणार्धं मन्यते हि सः ॥ ४.५७॥

गुरूपदेशतो मुद्रां यो वेत्ति खेचरीमिमाम् ।
नानापापरतो धीमान् स याति परमां गतिम् ॥ ४.५८॥

सा प्राणसदृशी मुद्रा यस्मिन्कस्मिन्न दीयते । (यस्मै कस्मै न)
प्रच्छाद्यते प्रयत्नेन मुद्रेयं सुरपूजिते ॥ ४.५९॥

जालन्धरबन्धकथनम् ।

बद्धागलशिराजालं हृदये चिबुकं न्यसेत् ।
बन्धोजालन्धरः प्रोक्तो देवानामपि दुर्लभः ॥ ४.६०॥

नाभिस्थवह्निर्जन्तूनां सहस्रकमलच्युतम् ।
पिबेत्पीयूषविस्तारं तदर्थं बन्धयेदिमम् ॥ ४.६१॥

बन्धेनानेन पीयूषं स्वयं पिबति बुद्धिमान् ।
अमरत्वञ्च सम्प्राप्य मोदते भुवनत्रये ॥ ४.६२॥

जालन्धरो बन्ध एष सिद्धानां सिद्धिदायकः ।
अभ्यासः क्रियते नित्यं योगिना सिद्धिमिच्छता ॥ ४.६३॥

मूलबन्धकथनम् ।

पादमूलेन सम्पीड्य गुदमार्गेषु यन्त्रितम् ॥ ४.६४॥

बलादपानमाकृष्य क्रमादूर्ध्वं सुचारयेत् ।
कल्पितोऽयं मूलबन्धो जरामरणनाशनः ॥ ४.६५॥

अपानप्राणयोरैक्यं प्रकरोत्यधिकल्पितम् ।
बन्धेनानेन सुतरां योनिमुद्रा प्रसिद्ध्यति ॥ ४.६६॥

सिद्धायां योनिमुद्रायां किं न सिद्ध्यति भूतले ।
बन्धस्यास्य प्रसादेन गगने विजितानिलः ।
पद्मासने स्थितो योगी भुवमुत्सृज्य वर्तते ॥ ४.६७॥

सुगुप्ते निर्जने देशे बन्धमेनं समभ्यसेत् ।
संसारसागरं तर्तुं यदीच्छेद्योगि पुङ्गवः ॥ ४.६८॥

विपरीतकरणीमुद्राकथनम् ।

भूतले स्वशिरोदत्त्वा खे नयेच्चरणद्वयम् ।
विपरीतकृतिश्चैषा सर्वतन्त्रेषु गोपिता ॥ ४.६९॥

एतद्यः कुरुते नित्यमभ्यासं याममात्रतः ।
मृत्युञ्जयति स योगी प्रलयेनापि सीदति ॥ ४.७०॥ (योगीशः)

कुरुतेऽमृतपानं यः सिद्धानां समतामियात् ।
स सेव्यः सर्वलोकानां बन्धमेनं करोति यः ॥ ४.७१॥

उड्डयानबन्धकथनम् ।
नाभेरूर्ध्वमधश्चापि तानं पश्चिममाचरेत् ।
उड्ड्यानबन्ध एष स्यात्सर्वदुःखौघनाशनः ॥ ४.७२॥

उदरे पश्चिमं तानं नाभेरूर्ध्वं तु कारयेत् ।
उड्ड्यानाख्योऽत्र बन्धोऽयं मृत्युमातङ्गकेसरी ॥ ४.७३॥

नित्यं यः कुरुते योगी चतुर्वारं दिने दिने ।
तस्य नाभेस्तु शुद्धिः स्याद्येन सिद्धो भवेन्मरुत् ॥ ४.७४॥ (नाभेस्सुशुद्धिः साद्येन)

षण्मासमभ्यसन्योगी मृत्युञ्जयति निश्चितम् ।
तस्योदराग्निर्ज्वलति रसवृद्धिः प्रजायते ॥ ४.७५॥

अनेन सुतरां सिद्धिर्विग्रहस्य प्रजायते ।
रोगाणां सङ्क्षयश्चापि योगिनो भवति ध्रुवम् ॥ ४.७६॥

गुरोर्लब्ध्वा प्रयत्नेन साधयेत्तु विचक्षणः ।
निर्जने सुस्थिते देशे बन्धं परमदुर्लभम् ॥ ४.७७॥

वज्रोलीमुद्राकथनम् ।
वज्रोलीं कथयिष्यामि संसारध्वान्तनाशिनीम् ।
स्वेभक्तेभ्यः समासेन गुह्याद्गुह्यतमामपि ॥ ४.७८॥

स्वेच्छया वर्तमानोऽपि योगोक्तनियमैर्विना ।
मुक्तो भवति गार्हस्थो वज्रोल्यभ्यसयोगतः ॥ ४.७९॥

वज्रोल्यभ्यासयोगोऽयं भोगे युक्तेऽपि मुक्तिदः ।
तस्मादतिप्रयत्नेन कर्तव्यो योगिभिः सदा ॥ ४.८०॥

आदौ रजः स्त्रियो योन्याः यत्नेन विधिवत्सुधीः ।
आकुञ्च्य लिङ्गनालेन स्वशरीरे प्रवेशयेत् ॥ ४.८१॥

स्वकं बिन्दुश्च सम्बन्ध्य लिङ्गचालनमाचरेत् ।
दैवाच्चलति चेदूर्ध्वं निबद्धो योनिमुद्रया ॥ ४.८२॥

वाममार्गेऽपि तद्बिन्दुं नीत्वा लिङ्गं निवारयेत् ।
क्षणमात्रं योनितो यः पुमांश्चालनमाचरेत् ॥ ४.८३॥

गुरूपदेशतो योगी हुंहुङ्कारेण योनितः ।
अपानवायुमाकुञ्चय बलादाकृष्य तद्रजः ॥ ४.८४॥

अनेन विधिना योगी क्षिप्रं योगस्य सिद्धये ।
भव्यभुक्कुरुते योगी गुरुपादाब्जपूजकः ॥ ४.८५॥

बिन्दुर्विधुमयो ज्ञेयो रजः सूर्यमयस्तथा ।
उभयोर्मेलनं कार्यं स्वशरीरे प्रवेशयेत् ॥ ४.८६॥

अहं बिन्दू रजः शक्तिरुभयोर्मेलनं यदा ।
योगिनां साधनावस्था भवेद्दिव्यं वपुस्तदा ॥ ४.८७॥

मरणं बिन्दुपातेन जीवनं बिन्दुधारणे ।
तस्मादतिप्रयत्नेन कुरुते बिन्दुधारणम् ॥ ४.८८॥

जायते म्रियते लोके बिन्दुना नात्र संशयः ।
एतज्ज्ञात्वा सदा योगी बिन्दुधारणमाचरेत् ॥ ४.८९॥

सिद्धे बिन्दौ महायत्ने किं न सिध्यति भूतले ।
यस्य प्रसादान्महिमा ममाप्येतादृशो भवेत् ॥ ४.९०॥

बिन्दुः करोति सर्वेषां सुखं दुःखञ्च संस्थितः ।
संसारिणां विमूढानां जरामरणशालिनाम् ॥ ४.९१॥

अयं च शाङ्करो योगो योगिनामुत्तमोत्तमः ॥ ४.९२॥

अभ्यासात्सिद्धिमाप्नोति भोगयुक्तोऽपि मानवः ।
सकलः साधितार्थोऽपि सिद्धो भवति भूतले ॥ ४.९३॥

भुक्त्वा भोगानशेषान् वै योगेनानेन निश्चितम् ।
अनेन सकला सिद्धिर्योगिनां भवति ध्रुवम् ।
सुखभोगेन महता तस्मादेनं समभ्यसेत् ॥ ४.९४॥

सहजोल्यमरोली च वज्रोल्या भेदतो भवेत् ।
येन केन प्रकारेण बिन्दुं योगी प्रधारयेत् ॥ ४.९५॥

दैवाच्चलति चेद्वेगे मेलनं चन्द्रसूर्ययोः ।
अमरोलिरियं प्रोक्ता लिङ्गनालेन शोषयेत् ॥ ४.९६॥

गतं बिन्दुं स्वकं योगी बन्धयेद्योनिमुद्रया ।
सहजोलीरियं प्रोक्ता सर्वतन्त्रेषु गोपिता ॥ ४.९७॥

संज्ञाभेदाद्भवेद्भेदः कार्यं तुल्यगतिर्यदि ।
तस्मात्सर्वप्रयत्नेन साध्यते योगिभिः सदा ॥ ४.९८॥

अयं योगो मया प्रोक्तो भक्तानां स्नेहतः प्रिये ।
गोपनीयः प्रयत्नेन न देयो यस्य कस्यचित् ॥ ४.९९॥

एतद्गुह्यतमं गुह्यं न भूतं न भविष्यति ।
तस्मादेतत्प्रयत्नेन गोपनीयं सदा बुधैः ॥ ४.१००॥

स्वमूत्रोत्सर्गकाले यो बलादाकृष्य वायुना ।
स्तोकं स्तोकं त्यजेन्मूत्रमूर्ध्वमाकृष्य तत्पुनः ॥ ४.१०१॥

गुरूपदिष्टमार्गेण प्रत्यहं यः समाचरेत् ।
बिन्दुसिद्धिर्भवेत्तस्य महासिद्धिप्रदायिका ॥ ४.१०२॥

षण्मासमभ्यसेद्यो वै प्रत्यहं गुरुशिक्षया ।
शताङ्गनाविभोगेऽपि तस्य बिन्दुर्न नश्यति ॥ ४.१०३॥

सिद्धे बिन्दौ महायत्ने किं न सिद्ध्यति पार्वति ।
ईशत्वं यत्प्रसादेन ममापि दुर्लभं भवेत् ॥ ४.१०४॥

शक्तिचालनमुद्राकथनम् ।

आधारकमले सुप्तां चालयेत्कुण्डलीं दृढाम् ।
अपानवायुमारुह्य बलादाकृष्य बुद्धिमान् ।
शक्तिचालनमुद्रेयं सर्वशक्तिप्रदायिनी ॥ ४.१०५॥

शक्तिचालनमेवं हि प्रत्यहं यः समाचरेत् ।
आयुर्वृद्धिर्भवेत्तस्य रोगाणां च विनाशनम् ॥ ४.१०६॥

विहाय निद्रां भुजगी स्वयमूर्ध्वे भवेत्खलु ।
तस्मादभ्यासनं कार्यं योगिना सिद्धमिच्छता ॥ ४.१०७॥

यः करोति सदाभ्यासं शक्तिचालनमुत्तमम् ।

येन विग्रहसिद्धिः स्यादणिमादिगुणप्रदा ॥ ४.१०८॥

गुरूपदेशविधिना तस्य मृत्युभयं कुतः ।
मुहूर्तद्वयपर्यन्तं विधिना शक्तिनाशनम् ॥ ४.१०९॥

यः करोति प्रयत्नेन तस्य सिद्धिरदूरतः ।
युक्तासनेन कर्तव्यं योगिभिः शक्तिचालनम् ॥ ४.११०॥

एतत्सुमुद्रादशकं न भूतं न भविष्यति ।
एकैकाभ्यासने सिद्धिः सिद्धो भवति नान्यथा ॥ ४.१११॥

इति श्रीशिवसंहितायां हरगौरीसंवादे योगशास्त्रे
मुद्राकथनं नाम चतुर्थपटलः समाप्तः । ४।

पञ्चमपटलः

श्रीदेव्युवाच ।
ब्रूहि मे वाक्यमीशान परमार्थधियं प्रति ।
ये विघ्नाः सन्ति लोकानां वद मे प्रिय शङ्कर ॥ ५.१॥

ईश्वर उवाच ।
शृणु देवि प्रवक्ष्यामि यथा विघ्नाः स्थिताः सदा ।
मुक्तिं प्रति नराणाञ्च भोगः परमबन्धनः ॥ ५.२॥

भोगरूपयोगविघ्नविद्याकथनम् ।

नारी शय्यासनं वस्त्रं धनमस्य विडम्बनम् ।
ताम्बूलभक्ष्यानानि राज्यैश्वर्यविभूतयः ॥ ५.३॥

हैमं रौप्यं तथा ताम्रं रत्नञ्चागुरुधेनवः ।
पाण्डित्यं वेदशास्त्राणि नृत्यं गीतं विभूषणम् ॥ ५.४॥

वंशी वीणा मृदङ्गाश्च गजेन्द्रश्चाश्ववाहनम् ।
(दारापत्यानि विषया विघ्ना एते प्रकीर्तिताः ।)
भोगरूपा इमे विघ्ना धर्मरूपानिमाञ्छृणु ॥ ५.५॥

धर्मरूपयोगविघ्नकथनम् ।

स्नानं पूजाविधिर्होमं तथा मोक्षमयी स्थितिः ।
व्रतोपवासनियममौनमिन्द्रियनिग्रहः ॥ ५.६॥

ध्येयो ध्यानं तथा मन्त्रो दानं ख्यातिर्दिशासु च ।
वापीकूपतडागादिप्रासादारामकल्पना ॥ ५.७॥

यज्ञं चान्द्रायणं कृच्छ्रं तीर्थानि विविधानि च ।
दृश्यन्ते च इमे विघ्ना धर्मरूपेण संस्थिताः ॥ ५.८॥

ज्ञानरूपविघ्नकथनम् ।
यत्तु विघ्नं भवेज्ज्ञानं कथयामि वरानने ।
गोमुखं स्वासनं कृत्वा धौतिप्रक्षालनं च तत् ॥ ५.९॥

नाडीसञ्चारविज्ञानं प्रत्याहारनिरोधनम् ।
कुक्षिसञ्चालनं क्षिप्रं प्रवेश इन्द्रियाध्वना ।
नाडीकर्माणि कल्याणि भोजनं श्रूयतां मम ॥ ५.१०॥

नवधातुरसं छिन्धि शुण्ठिकाश्ताडयेत्पुनः ।
एककालं समाधिः स्याल्लिङ्गभूतमिदं शृणु ॥ ५.११॥

सङ्गमं गच्छ साधूनां सङ्कोचं भज दुर्जनात् ।
प्रवेशनिर्गमे वायोर्गुरुलक्षं विलोकयेत् ॥ ५.१२॥

पिण्डस्थं रूपसंस्थञ्च रूपस्थं रूपवर्जितम् ।
ब्रह्मैतस्मिन्मतावस्था हृदयञ्च प्रशाम्यति ।
इत्येते कथिता विघ्ना ज्ञानरूपे व्यवस्थिताः ॥ ५.१३॥

चतुर्विधयोगकथनम् ।
मन्त्रयोगो हठश्चैव लययोगस्तृतीयकः ।
चतुर्थो राजयोगः स्यात्स द्विधाभाववर्जितः ॥ ५.१४॥

चतुर्धा साधको ज्ञेयो मृदुमध्याधिमात्रकाः ।
अधिमात्रतमः श्रेष्ठो भवाब्धौ लङ्घनक्षमः ॥ ५.१५॥

मृदुसाधकलक्षणम् ।
मन्दोत्साही सुसम्मूढो व्याधिस्थो गुरुदूषकः ।
लोभी पापमतिश्चैव बह्वाशी वनिताश्रयः ॥ ५.१६॥

चपलः कातरो रोगी पराधीनोऽतिनिष्ठुरः ।
मन्दाचारो मन्दवीर्यो ज्ञातव्यो मृदुमानवः ॥ ५.१७॥

द्वादशाब्दे भवेत्सिद्धिरेतस्य यत्नतः परम् ।

मन्त्रयोगाधिकारी स ज्ञातव्यो गुरुणा ध्रुवम् ॥ ५.१८॥

मध्यमसाधकलक्षणम् ।

समबुद्धिः क्षमायुक्तः पुण्याकाङ्क्षी प्रियंवदः ।
मध्यस्थः सर्वकार्येषु सामान्यः स्यान्नसंशयः ।
एतज्ज्ञात्वैव गुरुभिर्दीयते मुक्तितो लयः ॥ ५.१९॥

अधिमात्रसाधकलक्षणं

स्थिरबुद्धिर्लये युक्तः स्वाधीनो वीर्यवानपि ।
महाशयो दयायुक्तः क्षमावान् सत्यवानपि ॥ ५.२०॥

शूरो वयःस्थः श्रद्धावान् गुरुपादाब्जपूजकः ।
योगाभ्यासरतश्चैव ज्ञातव्यश्चाधिमात्रकः ॥ ५.२१॥

एतस्य सिद्धिः षड्वर्षैर्भवेदभ्यासयोगतः ।
एतस्मै दीयते धीरो हठयोगश्च साङ्गतः ॥ ५.२२॥

अधिमात्रतमसाधकलक्षणम् ।

महावीर्यान्वितोत्साही मनोज्ञः शौर्यवानपि ।
शास्त्रज्ञोऽभ्यासशीलश्च निर्मोहश्च निराकुलः ॥ ५.२३॥

नवयौवनसम्पन्नो मिताहारी जितेन्द्रियः ।
निर्भयश्च शुचिर्दक्षो दाता सर्वजनाश्रयः ॥ ५.२४॥

अधिकारी स्थिरो धीमान् यथेच्छावस्थितः क्षमी ।
सुशीलो धर्मचारी च गुप्तचेष्टः प्रियंवदः ॥ ५.२५॥

शास्त्रविश्वाससम्पन्नो देवता गुरुपूजकः ।
जनसङ्गविरक्तश्च महाव्याधि विवर्जितः ॥ ५.२६॥

अधिमात्रतरोज्ञेयः सर्वयोगस्य साधकः । (अधिमात्रव्रतशश्च / अधिमात्रव्रतज्ञशश्च)
त्रिभिस्संवत्सरैः सिद्धिरेतस्य नात्र संशयः ।
सर्वयोगाधिकारी स नात्र कार्या विचारणा ॥ ५.२७॥

प्रतीकोपासनम् ।

प्रतीकोपासना कार्या दृष्टादृष्टफलप्रदा ।
पुनाति दर्शनादत्र नात्र कार्या विचारणा ॥ ५.२८॥

गाढातपे स्वप्रतिबिम्बितेश्वरं निरीक्ष्य विस्फारितलोचनद्वयम् ।

यदा नभः पश्यति स्वप्रतीकं नभोऽङ्गणे तत्क्षणमेव पश्यति ॥ ५.२९॥

प्रत्यहं पश्यते यो वै स्वप्रतीकं नभोऽङ्गणे ।
आयुर्वृद्धिर्भवेत्तस्य न मृत्युः स्यात्कदाचन ॥ ५.३०॥

यदा पश्यति सम्पूर्णं स्वप्रतीकं नभोऽङ्गणे ।
तदा जयं सभायाञ्च युद्धे निर्जित्य सञ्चरेत् ॥ ५.३१॥ (जयमवाप्नोति वायुं)

यः करोति सदाभ्यासं चात्मानं विन्दते परम् । (वन्दते)
पूर्णानन्दैकपुरुषं स्वप्रतीकप्रसादतः ॥ ५.३२॥

यात्राकाले विवाहे च शुभे कर्मणि सङ्कटे ।
पापक्षये पुण्यवृद्धौ प्रतीकोपासनञ्चरेत् ॥ ५.३३॥

निरन्तरकृताभ्यासादन्तरे पश्यति ध्रुवम् ।
तदा मुक्तिमवाप्नोति योगी नियतमानसः ॥ ५.३४॥

अङ्गुष्ठाभ्यामुभे श्रोत्रे तर्जनीभ्यां द्विलोचने ।
नासारन्ध्रे च मध्याभ्यामनामाभ्यां मुखं दृढम् ॥ ५.३५॥

निरुध्य मारुतं योगी यदैव कुरुते भृशम् ।
तदा तत्क्षणमात्मानं ज्योतीरूपं स पश्यति ॥ ५.३६॥

तत्तेजो दृश्यते येन क्षणमात्रं निराकुलम् ।
सर्वपापविनिर्मुक्तः स याति परमां गतिम् ॥ ५.३७॥

निरन्तरकृताभ्यासाद्योगी विगतकल्मषः ।
सर्वदेहादि विस्मृत्य तदभिन्नः स्वयं गतः ॥ ५.३८॥

यः करोति सदाभ्यासं गुप्ताचारेण मानवः ।
स वै ब्रह्मविलीनः स्यात्पापकर्मरतो यदि ॥ ५.३९॥

गोपनीयः प्रयत्नेन सद्यः प्रत्ययकारकः ।
निर्वाणदायको लोके योगोऽयं मम वल्लभः ।
नादः सञ्जायते तस्य क्रमेणाभ्यासतश्च यः ॥ ५.४०॥ (वै)

मत्तभृङ्गवेणुवीणासदृशः प्रथमो ध्वनिः ।
एवमभ्यासतः पश्चात् संसारध्वान्तनाशनम् ।
घण्टानादसमः पश्चात् ध्वनिर्मेघरवोपमः ॥ ५.४१॥

ध्वनौ तस्मिन्मनो दत्त्वा यदा तिष्ठति निर्भरः । (निर्भयः)

तदा सञ्जायते तस्य लयस्य मम वल्लभे ॥ ५.४२॥

तत्र नादे यदा चित्तं रमते योगिनो भृशम् ।
विस्मृत्य सकलं बाह्यं नादेन सह शाम्यति ॥ ५.४३॥

एतदभ्यासयोगेन जित्वा सम्यग्गुणान्बहून् ।
सर्वारम्भपरित्यागी चिदाकाशे विलीयते ॥ ५.४४॥

नासनं सिद्धसदृशं न कुम्भसदृशं बलम् ।
न खेचरीसमा मुद्रा न नादसदृशो लयः ॥ ५.४५॥

षट्चक्र विवरणम् ।

मूलाधारपद्मनिरूपण ।

इदानीं कथयिष्यामि मुक्तस्यानुभवं प्रिये ।
यज्ज्ञात्वा लभते मुक्तिं पापयुक्तोऽपि साधकः ॥ ५.४६॥

समभ्यर्च्येश्वरं सम्यक्कृत्वा च योगमुत्तमम् ।
गृह्णीयात्सुस्थितो भूत्वा गुरुं सन्तोष्य बुद्धिमान् ॥ ५.४७॥

जीवादि सकलं वस्तु दत्त्वा योगविदं गुरुम् । (वस्तुं)
सन्तोष्यादिप्रयत्नेन योगोऽयं गृह्यते बुधैः ॥ ५.४८॥

विप्रान्सन्तोष्य मेधावी नानामङ्गलसंयुतः ।
ममालये शुचिर्भूत्वा गृह्णीयाच्छुभात्मकम् ॥ ५.४९॥

संन्यस्यानेन विधिना प्राक्तनं विग्रहादिकम् ।
भूत्वा दिव्यवपुर्योगी गृह्णीयाद्वक्ष्यमाणकम् ॥ ५.५०॥

पद्मासनस्थितो योगी जनसङ्गविवर्जितः ।
विज्ञाननाडीद्वितयमङ्गुलीभ्यां निरोधयेत् ॥ ५.५१॥

सिद्धेस्तदाविर्भवति सुखरूपी निरञ्जनः ।
तस्मिन्परिश्रमः कार्यो येन सिद्धो भवेत्खलु ॥ ५.५२॥

यः करोति सदाभ्यासं तस्य सिद्धिर्न दूरतः ।
वायुसिद्धिर्भवेत्तस्य क्रमादेव न संशयः ॥ ५.५३॥ (वायुसिद्धिभवेत्तस्य)

सकृद्यः कुरुते योगी पापौघं नाशयेद्ध्रुवम् ।
तस्य स्यान्मध्यमे वायोः प्रवेशो नात्र संशयः ॥ ५.५४॥

एतदभ्यासशीलो यः स योगी देवपूजितः ।

अणिमादिगुणान्लब्ध्वा विचरेद्भुवनत्रये ॥ ५.५५॥

यो यथास्यानिलाभ्यासात्तद्भवेत्तस्य विग्रहः ।
तिष्ठेदात्मनि मेधावी संयुतः क्रीडते भृशम् ॥ ५.५६॥

एतद्योगं परं गोप्यं न देयं यस्य कस्यचित् ।
सप्रमाणः समायुक्तस्तमेव कथ्यते ध्रुवम् ॥ ५.५७॥ (यः प्रमाणैः)

योगी पद्मासने तिष्ठेत्कण्ठकूपे यदा स्मरन् ।
जिह्वां कृत्वा तालुमूले क्षुत्पिपासा निवर्तते ॥ ५.५८॥

कण्ठकूपादधःस्थाने कूर्मनाड्यस्ति शोभना ।
तस्मिन् योगी मनो दत्त्वा चित्तस्थैर्यं लभेद्भृशम् ॥ ५.५९॥

शिरः कपाले रुद्राक्ष विवरं चिन्तयेद्यदा । रुद्राक्षं
तदा ज्योतिः प्रकाशः स्याद्विद्युत्पुञ्जसमप्रभः ॥ ५.६०॥

एतच्चिन्तनमात्रेण पापानां सङ्क्षयो भवेत् ।
दुराचारोऽपि पुरुषो लभते परमं पदम् ॥ ५.६१॥

अहर्निशं यदा चिन्तां तत्करोति विचक्षणः ।
सिद्धानां दर्शनं तस्य भाषणञ्च भवेद्ध्रुवम् ॥ ५.६२॥

तिष्ठन् गच्छन् स्वपन् भुञ्जन् ध्यायेच्छून्यमहर्निशम् ।
तदाकाशमयो योगी चिदाकाशे विलीयते ॥ ५.६३॥

एतज्ज्ञानं सदा कार्यं योगिना सिद्धिमिच्छता । (काय)
निरन्तरकृताभ्यासान्मम तुल्यो भवेद्ध्रुवम् ।
एतज्ज्ञानबलाद्योगी सर्वेषां वल्लभो भवेत् ॥ ५.६४॥

सर्वान् भूतान् जयं कृत्वा निराशीरपरिग्रहः ।
नासाग्रे दृश्यते येन पद्मासनगतेन वै ।
मनसो मरणं तस्य खेचरत्वं प्रसिद्ध्यति ॥ ५.६५॥

ज्योतिः पश्यति योगीन्द्रः शुद्धं शुद्धाचलोपमम् ।
तत्राभ्यासबलेनैव स्वयं तद्रक्षको भवेत् ॥ ५.६६॥

उत्तानशयने भूमौ सुप्त्वा ध्यायन्निरन्तरम् ।
सद्यः श्रमविनाशाय स्वयं योगी विचक्षणः ॥ ५.६७॥

शिरः पश्चात्तु भागस्य ध्याने मृत्युञ्जयो भवेत् ।

भ्रूमध्ये दृष्टिमात्रेण ह्यपरः परिकीर्तितः ॥ ५.६८॥

चतुर्विधस्य चान्नस्य रसस्त्रेधा विभज्यते ।
तत्र सारतमो लिङ्गदेहस्य परिपोषकः ॥ ५.६९॥

सप्तधातुमयं पिण्डमेति पुष्णाति मध्यगः ।
याति विण्मूत्ररूपेण तृतीयः सप्ततो बहिः ॥ ५.७०॥

आद्यभाग द्वयं नाड्यः प्रोक्तास्ताः सकला अपि ।
पोषयन्ति वपुर्वायुमापादतलमस्तकम् ॥ ५.७१॥

नाडीभिराभिः सर्वाभिर्वायुः सञ्चरते यदा ।
तदैवान्नरसो देहे साम्येनेह प्रवर्तते ॥ ५.७२॥

चतुर्दशानां तत्रेह व्यापारे मुख्यभागतः ।
ता अनुग्रत्वहीनाश्च प्राणसञ्चारनाडिकाः ॥ ५.७३॥

गुदाद्व्यङ्गुलतश्चोर्ध्वं मेढ्रैकाङ्गुलतस्त्वधः ।
एवञ्चास्ति समं कन्दं समता चतुरङ्गुलम् ॥ ५.७४॥ (समताच्चतुरङ्गुलम्)

पश्चिमाभिमुखीः योनिर्गुदमेढ्रान्तरालगा ।
तत्र कन्दं समाख्यातं तत्रास्ति कुण्डली सदा ॥ ५.७५॥

संवेष्ट्य सकला नाडीः सार्द्धत्रिकुटलाकृतीः ।
मुखे निवेश्य सा पुच्छं सुषुम्णाविवरे स्थिता ॥ ५.७६॥

सुप्ता नागोपमा ह्येषा स्फुरन्ती प्रभया स्वया ।
अहिवत्सन्धिसंस्थाना वाग्देवी बीजसंज्ञिका ॥ ५.७७॥

ज्ञेया शक्तिरियं विष्णोर्निर्मला स्वर्णभास्वरा ।
सत्त्वं रजस्तमश्चेति गुणत्रयप्रसूतिका ॥ ५.७८॥

तत्र बन्धूकपुष्पाभं कामबीजं प्रकीर्तितम् ।
कलहेमसमं योगे प्रयुक्ताक्षररूपिणम् ॥ ५.७९॥

सुषुम्णापि च संश्लिष्टा बीजं तत्र वरं स्थितम् ।
शरच्चन्द्रनिभं तेजस्स्वयमेतत्स्फुरत्स्थितम् ॥ ५.८०॥

सूर्यकोटिप्रतीकाशं चन्द्रकोटिसुशीतलम् ।
एतत्त्रयं मिलित्वैव देवी त्रिपुरभैरवी ।
बीजसंज्ञं परं तेजस्तदेव परिकीर्तितम् ॥ ५.८१॥

क्रियाविज्ञानशक्तिभ्यां युतं यत्परितो भ्रमत् ।
उत्तिष्ठद्विशतस्त्वम्भः सूक्ष्मं शोणशिखायुतम् ।
योनिस्थं तत्परं तेजः स्वयम्भूलिङ्गसंज्ञितम् ॥ ५.८२॥

आधारपद्ममेतद्धि योनिर्यस्यास्ति कन्दतः ।
परिस्फुरद्वादिसान्तचतुर्वर्णं चतुर्दलम् ॥ ५.८३॥

कुलाभिधं सुवर्णाभं स्वयम्भूलिङ्गसङ्गतम् ।
द्विरण्डो यत्र सिद्धोऽस्ति डाकिनी यत्र देवता ॥ ५.८४॥

तत्पद्ममध्यगा योनिस्तत्र कुण्डलिनी स्थिता ।
तस्या ऊर्ध्वे स्फुरत्तेजः कामबीजं भ्रमन्मतम् ॥ ५.८५॥

यः करोति सदा ध्यानं मूलाधारे विचक्षणः ।
तस्य स्याद्दार्दुरी सिद्धिर्भूमित्यागक्रमेण वै ॥ ५.८६॥

वपुषः कान्तिरुत्कृष्टा जठराग्निविवर्धनम् ।
आरोग्यञ्च पटुत्वञ्च सर्वज्ञत्वञ्च जायते ॥ ५.८७॥

भूतं भव्यं भविष्यच्च वेत्ति सर्वं सकारणम् । (भविष्यञ्च)
अश्रुतान्यपि शास्त्राणि सरहस्यं वदेद्ध्रुवम् ॥ ५.८८॥ (भवेद्ध्रुवम्)

वक्त्रे सरस्वती देवी सदा नृत्यति निर्भरम् ।
मन्त्रसिद्धिर्भवेत्तस्य जपादेव न संशयः ॥ ५.८९॥

जरामरणदुःखौघान्नाशयति गुरोर्वचः ।
इदं ध्यानं सदा कार्यं पवनाभ्यासिना परम् ।
ध्यानमात्रेण योगीन्द्रो मुच्यते सर्वकिल्बिषात् ॥ ५.९०॥ (सर्वकिल्विषात्)

मूलपद्मं यदा ध्यायेद्योगी स्वयम्भुलिङ्गकम् ।
तदा तत्क्षणमात्रेण पापौघं नाशयेद्ध्रुवम् ॥ ५.९१॥

यं यं कामयते चित्ते तं तं फलमवाप्नुयात् ।
निरन्तरकृताभ्यासात्तं पश्यति विमुक्तिदम् ॥ ५.९२॥

बहिरभ्यन्तरे श्रेष्ठं पूजनीयं प्रयत्नतः ।
ततः श्रेष्ठतमं ह्येतन्नान्यदस्ति मतं मम ॥ ५.९३॥

आत्मसंस्थं शिवं त्यक्त्वा बहिःस्थं यः समर्चयेत् ।

हस्तस्थं पिण्डमुत्सृज्य भ्रमते जीविताशया ॥ ५.९४॥

आत्मलिङ्गार्चनं कुर्यादनालस्यं दिने दिने ।
तस्य स्यात्सकला सिद्धिर्मात्र कार्या विचारणा ॥ ५.९५॥

निरन्तरकृताभ्यासात्षण्मासैः सिद्धिमाप्नुयात् । (निरन्तरकृताभ्यासात्षण्मासे)
तस्य वायुप्रवेशोऽपि सुषुम्णायाम्भवेद्ध्रुवम् ॥ ५.९६ ॥

मनोजयञ्च लभते वायुबिन्दुविधारणाम् । (वायुबिन्दुविधारणात्)
ऐहिकामुष्मिकीसिद्धिर्भवेन्नैवात्र संशयः ॥ ५.९७॥

स्वाधिष्ठानचक्रविवरणम् ।
द्वितीयन्तु सरोजञ्च लिङ्गमूले व्यवस्थितम् ।
बादिलान्तं च षड्वर्णं परिभास्वरषड्दलम् ॥ ५.९८॥

स्वाधिष्ठानाभिधं तत्तु पङ्कजं शोणरूपकम् ।
बाणाख्यो यत्र सिद्धोऽस्ति देवी यत्रास्ति राकिणी ॥ ५.९९॥

यो ध्यायति सदा दिव्यं स्वाधिष्ठानारविन्दकम् ।
तस्य कामाङ्गनाः सर्वा भजन्ते काममोहिताः ॥ ५.१००॥

विविधञ्चाश्रुतं शास्त्रं निःशङ्को वै वदेद्ध्रुवम् ।
सर्वरोगविनिर्मुक्तो लोके चरति निर्भयः ॥ ५.१०१॥

मरणं खाद्यते तेन स केनापि न खाद्यते ।
तस्य स्यात्परमा सिद्धिरणिमादिगुणप्रदा ॥ ५.१०२॥

वायुः सञ्चरते देहे रसवृद्धिर्भवेद्ध्रुवम् ।
आकाशपङ्कजगलत्पीयूषमपि वर्द्धते ॥ ५.१०३॥

मणिपूरचक्रविवरणम् ।
तृतीयं पङ्कजं नाभौ मणिपूरकसंज्ञकम् ।
दशारण्डादिफान्तार्णं शोभितं हेमवर्णकम् ॥ ५.१०४॥

रुद्राख्यो यत्र सिद्धोऽस्ति सर्वमङ्गलदायकः ।
तत्रस्था लाकिनी नाम्नी देवी परमधार्मिका ॥ ५.१०५॥

तस्मिन् ध्यानं सदा योगी करोति मणिपूरके ।
तस्य पातालसिद्धिः स्यान्निरन्तरसुखावहा ॥ ५.१०६॥

ईप्सितञ्च भवेल्लोके दुःखरोगविनाशनम् ।

कालस्य वञ्चनञ्चापि परदेहप्रवेशनम् ॥ ५.१०७॥

जाम्बूनदादिकरणं सिद्धानां दर्शनं भवेत् ।
ओषधीदर्शनञ्चापि निधीनां दर्शनं भवेत् ॥ ५.१०८॥

अनाहतचक्रविवरणम् ।
हृदयेऽनाहतं नाम चतुर्थं पङ्कजं भवेत् ।
कादिठान्तार्णसंस्थानं द्वादशारसमन्वितम् ।
अतिशोणं वायुबीजं प्रसादस्थानमीरितम् ॥ ५.१०९॥

पद्मस्थं तत्परं तेजो बाणलिङ्गं प्रकीर्तितम् ।
यस्य स्मरणमात्रेण दृष्टादृष्टफलं लभेत् ॥ ५.११०॥

सिद्धः पिनाकी यत्रास्ते काकिनी यत्र देवता ।
एतस्मिन्सततं ध्यानं हृत्पाथोजे करोति यः ।
क्षुभ्यन्ते तस्य कान्ता वै कामार्ता दिव्ययोषितः ॥ ५.१११॥

ज्ञानञ्चाप्रतिमं तस्य त्रिकालविषयम्भवेत् ।
दूरश्रुतिर्दूरदृष्टिः स्वेच्छया खगतां व्रजेत् ॥ ५.११२॥

सिद्धानां दर्शनञ्चापि योगिनी दर्शनं तथा ।
भवेत्खेचरसिद्धिश्च खेचराणां जयन्तथा ॥ ५.११३॥

यो ध्यायति परं नित्यं बाणलिङ्गं द्वितीयकम् ।
खेचरी भूचरी सिद्धिर्भवेत्तस्य न संशयः ॥ ५.११४॥

एतद्ध्यानस्य माहात्म्यं कथितुं नैव शक्यते ।
ब्रह्माद्याः सकला देवा गोपयन्ति परन्त्विदम् ॥ ५.११५॥

विशुद्धचक्रविवरणम् ।
कण्ठस्थानस्थितं पद्मं विशुद्धं नामपञ्चमम् ।
सुहेमाभं स्वरोपेतं षोडशस्वरसंयुतम् ।
छगलाण्डोऽस्ति सिद्धोऽत्र शाकिनी चाधिदेवता ॥ ५.११६॥

ध्यानं करोति यो नित्यं स योगीश्वरपण्डितः ।
किन्त्वस्य योगिनोऽन्यत्र विशुद्धाख्ये सरोरुहे ।
चतुर्वेदा विभासन्ते सरहस्या निधेरिव ॥ ५.११७॥

इह स्थाने स्थितो योगी यदा क्रोधवशो भवेत् ।

तदा समस्तं त्रैलोक्यं कम्पते नात्र संशयः ॥ ५.११८॥

इह स्थाने मनो यस्य दैवाद्याति लयं यदा ।
तदा बाह्यं परित्यज्य स्वान्तरे रमते ध्रुवम् ॥ ५.११९॥

तस्य न क्षतिमायाति स्वशरीरस्य शक्तितः ।
संवत्सरसहस्रेऽपि वज्रातिकठिनस्य वै ॥ ५.१२०॥

यदा त्यजति तद्ध्यानं योगीन्द्रोऽवनिमण्डले ।
तदा वर्षसहस्राणि मन्यते तत्क्षणं कृती ॥ ५.१२१॥

आज्ञाचक्रविवरणम् ।
आज्ञापद्मं भ्रुवोर्मध्ये हक्षोपेतं द्विपत्रकम् ।
शुक्लाभं तन्महाकालः सिद्धो देव्यत्र हाकिनी ॥ ५.१२२॥

शरच्चन्द्रनिभं तत्राक्षरबीजं विजृम्भितम् ।
पुमान् परमहंसोऽयं यज्ज्ञात्वा नावसीदति ॥ ५.१२३॥

एतदेव परन्तेजः सर्वतन्त्रेषु मन्त्रिणः । (तत्र देवः)
चिन्तयित्वा परां सिद्धिं लभते नात्र संशयः ॥ ५.१२४॥

तुरीयं त्रितयं लिङ्गं तदाहं मुक्तिदायकः ।
ध्यानमात्रेण योगीन्द्रो मत्समो भवति ध्रुवम् ॥ ५.१२५॥

इडा हि पिङ्गला ख्याता वरणासीति होच्यते ।
वाराणसी तयोर्मध्ये विश्वनाथोऽत्र भाषितः ॥ ५.१२६॥

एतत्क्षेत्रस्य माहात्म्यमृषिभिस्तत्त्वदर्शिभिः ।
शास्त्रेषु बहुधा प्रोक्तं परं तत्त्वं सुभाषितम् ॥ ५.१२७॥

सुषुम्णा मेरुणा याता ब्रह्मरन्ध्रं यतोऽस्ति वै ।
ततश्चैषा परावृत्य तदाज्ञापद्मदक्षिणे । (परावृत्या)
वामनासापुटं याति गङ्गेति परिगीयते ॥ ५.१२८॥

ब्रह्मरन्ध्रे हि यत्पद्मं सहस्रारं व्यवस्थितम् ।
तत्र कन्देहि या योनिस्तस्यां चन्द्रो व्यवस्थितः ॥ ५.१२९॥

त्रिकोणाकारतस्तस्याः सुधा क्षरति सन्ततम् ।
इडायाममृतं तत्र समं स्रवति चन्द्रमाः ॥ ५.१३०॥

अमृतं वहति द्वारा धारारूपं निरन्तरम् ।

वामनासापुटं याति गङ्गेत्युक्ता हि योगिभिः ॥ ५.१३१॥

आज्ञापङ्कजदक्षांसाद्वामनासापुटङ्गता ।
उदग्वहेति तत्रेडा गङ्गेति समुदाहृता ॥ ५.१३२॥ (वरणा)

ततो द्वयमिह मध्ये तु वाराणसीति चिन्तयेत् । (द्वयोर्हि)
तदाकारा पिङ्गलापि तदाज्ञाकमलोत्तरे । (तदाज्ञाकमलान्तरे)
दक्षनासापुटे याति प्रोक्तास्माभिरसीति वै ॥ ५.१३३॥

मूलाधारे हि यत्पद्मं चतुष्पत्रं व्यवस्थितम् । (चतुष्पत्र)
तत्र कन्देऽस्ति या योनिस्तस्यां सूर्यो व्यवस्थितः ॥ ५.१३४॥ (तत्र मध्येहि)

तत्सूर्यमण्डलद्वारं विषं क्षरति सन्ततम् । (तत्सूर्यमण्डलद्वराद्विषं)
पिङ्गलायां विषं तत्र समर्थयति तापनः ॥ ५.१३५॥ (समर्पयति)

विषं तत्र वहन्ती या धारारूपं निरन्तरम् ।
दक्षनासापुटे याति कल्पितेयन्तु पूर्ववत् ॥ ५.१३६॥

आज्ञापङ्कजवामास्याद्दक्षनासापुटं गता ।
उदग्वहा पिङ्गलापि पुरासीति प्रकीर्तिता ॥ ५.१३७॥

आज्ञापद्ममिदं प्रोक्तं यत्र देवो महेश्वरः ।
पीठत्रयं ततश्चोर्ध्वं निरुक्तं योगचिन्तकैः ।
तद्बिन्दुनादशक्त्याख्यं भालपद्मे व्यवस्थितम् ॥ ५.१३८॥

यः करोति सदाध्यानमाज्ञापद्मस्य गोपितम् ।
पूर्वजन्मकृतं कर्म विनश्येदविरोधतः ॥ ५.१३९॥

इह स्थिते यदा योगी ध्यानं कुर्यान्निरन्तरम् । (सदा)
तदा करोति प्रतिमां प्रतिजापमनर्थवत् ॥ ५.१४०॥

यक्षराक्षसगन्धर्वा अपसरोगणकिन्नराः ।
सेवन्ते चरणौ तस्य सर्वे तस्य वशानुगाः ॥ ५.१४१॥

करोति रसनां योगी प्रविष्टां विपरीतगाम् ।
लम्बिकोर्ध्वेषु गर्तेषु धृत्वा ध्यानं भयापहम् ॥ ५.१४२॥

अस्मिन् स्थाने मनो यस्य क्षणार्धं वर्ततेऽचलम् ।
तस्य सर्वाणि पापानि सङ्क्षयं यान्ति तत्क्षणात् ॥ ५.१४३॥

यानि यानीह प्रोक्तानि पञ्चपद्मे फलानि वै । (यानि यानि हि)

तानि सर्वाणि सुतरामेतज्ज्ञानाद्भवन्ति हि ॥ ५.१४४॥

यः करोति सदाभ्यासमाज्ञा पद्मे विचक्षणः ।
वासनाया महाबन्धं तिरस्कृत्य प्रमोदते ॥ ५.१४५॥

प्राणप्रयाणसमये तत्पद्मं यः स्मरन्सुधीः ।
त्यजेत्प्राणं स धर्मात्मा परमात्मनि लीयते ॥ ५.१४६॥

तिष्ठन् गच्छन् स्वपन् जाग्रत् यो ध्यानं कुरुते नरः ।
पापकर्मविकुर्वाणो नहि मज्जति किल्बिषे ॥ ५.१४७॥ (किल्विषे)

राजयोगाधिकारी स्यादेतच्चिन्तनतो ध्रुवम् ।
योगी बन्धाद्विनिर्मुक्तः स्वीयया प्रभया स्वयम् ॥ ५.१४८॥

द्विदलध्यानमाहात्म्यं कथितुं नैव शक्यते ।
ब्रह्मादिदेवताश्चैव किञ्चिन्मत्तो विदन्ति ते ॥ ५.१४९॥

सहस्रारचक्रकथनम् ।

अत ऊर्ध्वं तालुमूले सहस्रारंसरोरुहम् ।
अस्ति यत्र सुषुम्णाया मूलं सविवरं स्थितम् ॥ ५.१५०॥

तालुमूले सुषुम्णास्य अधोवक्त्रा प्रवर्तते ।
मूलाधारेण योन्यन्ताः सर्वनाड्यः समाश्रिताः । (योन्यस्ताः)
ता बीजभूतास्तत्त्वस्य ब्रह्ममार्गप्रदायिकाः ॥ ५.१५१॥

तालुस्थाने च यत्पद्मं सहस्रारं पुरोदितम् ।
तत्कन्दे योनिरेकास्ति पश्चिमाभिमुखी मता ॥ ५.१५२॥

तस्य मध्ये सुषुम्णाया मूलं सविवरं स्थितम् । (तस्या)
ब्रह्मरन्ध्रं तदेवोक्तमामूलाधारपङ्कजम् ॥ ५.१५३॥ (ब्रह्मरन्ध्र)

तत्रान्तरन्ध्रे चिच्छक्तिः सुषुम्णा कुण्डली सदा ॥ ५.१५४॥ (तत्रान्तरन्ध्रे / ततस्तद्रन्ध्रे) (तच्छक्तिः)

सुषुम्णायां स्थिता नाडी चित्रा स्यान्मम वल्लभे । (सुषुम्णायां सदा शक्तिश्चित्रा)
तस्यां मम मते कार्या ब्रह्मरन्ध्रादिकल्पना ॥ ५.१५५॥

यस्याः स्मरणमात्रेण ब्रह्मज्ञत्वं प्रजायते ।
पापक्षयश्च भवति न भूयः पुरुषो भवेत् ॥ ५.१५६॥

प्रवेशितं चलाङ्गुष्ठं मुखे स्वस्य निवेशयेत् ।

तेनात्र न वहत्येव देहचारी समीरणः ॥ ५.१५७॥ (बहत्येव)

तेन संसारचक्रेऽस्मिन् भ्रमन्ते च सर्वदा । (भ्रमतीत्येव सर्वदा)
तदर्थं ये प्रवर्तन्ते योगीनः प्राणधारणे ॥ ५.१५८॥

तत एवाखिला नाडी निरुद्धा चाष्टवेष्टनम् । (विरुद्धा)
इयं कुण्डलिनी शक्ती रन्ध्रं त्यजति नान्यथा ॥ ५.१५९॥

यदा पूर्णासु नाडीषु सन्निरुद्धानिलास्तदा ।
बन्धत्यागेन कुण्डल्या मुखं रन्ध्राद्बहिर्भवेत् ।
सुषुम्णायां सदैवायं वहेत्प्राणसमीरणः ॥ ५.१६०॥

मूलपद्मस्थिता योनिर्वामदक्षिणकोणतः ।
इडापिङ्गलयोर्मध्ये सुषुम्णा योनिमध्यगा ॥ ५.१६१॥

ब्रह्मरन्ध्रन्तु तत्रैव सुषुम्णाधारमण्डले ।
यो जानाति स मुक्तः स्यात्कर्मबन्धाद्विचक्षणः ॥ ५.१६२॥

ब्रह्मरन्ध्रमुखे तासां सङ्गमः स्यादसंशयः ।
तस्मिन्स्नाने स्नातकानां मुक्तिः स्यादविरोधतः ॥ ५.१६३॥

गङ्गायमुनयोर्मध्ये वहत्येषा सरस्वती ।
तासान्तु सङ्गमे स्नात्वा धन्यो याति पराङ्गतिम् ॥ ५.१६४॥

इडा गङ्गा पुरा प्रोक्ता पिङ्गला चार्कपुत्रिका ।
मध्या सरस्वती प्रोक्ता तासां सङ्गोऽतिदुर्लभः ॥ ५.१६५॥

सितासिते सङ्गमे यो मनसा स्नानमाचरेत् ।
सर्वपापविनिर्मुक्तो याति ब्रह्म सनातनम् ॥ ५.१६६॥

त्रिवेण्यां सङ्गमे यो वै पितृकर्म समाचरेत् ।
तारयित्वा पितॄन्सर्वान्स याति परमां गतिम् ॥ ५.१६७॥

नित्यं नैमित्तिकं काम्यं प्रत्यहं यः समाचरेत् । (नित्य)
मनसा चिन्तयित्वा तु सोऽक्षयं फलमाप्नुयात् ॥ ५.१६८॥

सकृद्यः कुरुते स्नानं स्वर्गो सौख्यं भुनक्ति सः । (स्वर्गे)
दग्ध्वा पापानशेषान्वै योगी शुद्धमतिः स्वयम् ॥ ५.१६९॥

अपवित्रः पवित्रो वा सर्वावस्थां गतोऽपि वा ।
स्नानाचरणमात्रेण पूतो भवति नान्यथा ॥ ५.१७०॥

मृत्युकाले प्लुतं देहं त्रिवेण्याः सलिले यदा ।
विचिन्त्य यस्त्यजेत्प्राणान्स तदा मोक्षमाप्नुयात् ॥ ५.१७१॥

नातःपरतरं गुह्यं त्रिषु लोकेषु विद्यते ।
गोप्तव्यं तत्प्रयत्नेन न व्याख्येयं कदाचन ॥ ५.१७२॥

ब्रह्मरन्ध्रे मनो दत्त्वा क्षणार्धं यदि तिष्ठति ।
सर्वपापविनिर्मुक्तः स याति परमां गतिम् ॥ ५.१७३॥

अस्मिन्लीनं मनो यस्य स योगी मयि लीयते ।
अणिमादिगुणान्भुक्त्वा स्वेच्छया पुरुषोत्तमः ॥ ५.१७४॥

एतद्रन्ध्रध्यानमात्रेण मर्त्यः संसारेऽस्मिन्वल्लभो मे भवेत्सः ।
पापाञ्जित्वा मुक्तिमार्गाधिकारी ज्ञानं दत्त्वा तारयत्यद्भुतं वै ॥ ५.१७५॥

चतुर्मुखादित्रिदशैरगम्यं योगिवल्लभम् ।
प्रयत्नेन सुगोप्यं तद्ब्रह्मरन्ध्रं मयोदितम् ॥ ५.१७६॥

पुरा मयोक्ता या योनिः सहस्रारे सरोरुहे ।
तस्याऽधो वर्तते चन्द्रस्तद्ध्यानं क्रियते बुधैः ॥ ५.१७७॥ (तस्याधो)

यस्य स्मरणमात्रेण योगीन्द्रोऽवनिमण्डले ।
पूज्यो भवति देवानां सिद्धानां सम्मतो भवेत् ॥ ५.१७८॥

शिरःकपालविवरे ध्यायेद्दुग्धमहोदधिम् ।
तत्र स्थित्वा सहस्रारे पद्मे चन्द्रं विचिन्तयेत् ॥ ५.१७९॥

शिरःकपालविवरे द्विरष्टकलया युतः ।
पीयूषभानुहंसाख्यं भावयेत्तं निरञ्जनम् ॥ ५.१८०॥

निरन्तरकृताभ्यासात्त्रिदिने पश्यति ध्रुवम् ।
दृष्टिमात्रेण पापौघं दहत्येव स साधकः ॥ ५.१८१॥

अनागतञ्च स्फुरति चित्तशुद्धिर्भवेत्खलु ।
सद्यः कृत्वापि दहति महापातकपञ्चकम् ॥ ५.१८२॥

आनुकूल्यं ग्रहा यान्ति सर्वे नश्यन्त्युपद्रवाः ।
उपसर्गाः शमं यान्ति युद्धे जयमवाप्नुयात् ॥ ५.१८३॥

खेचरीभूचरीसिद्धिर्भवेत्क्षीरेन्दुदर्शनात् ।

ध्यानादेवभवेत्सर्वं नात्र कार्य विचारणा ॥ ५.१८४॥ (कार्या)

सन्तताभ्यासयोगेन सिद्धो भवति मानवः । (सतताभ्यासयोगेन)
सत्यं सत्यं पुनः सत्यं मम तुल्यो भवेद्ध्रुवम् ।
योगशास्त्रं च परमं योगिनां सिद्धिदायकम् ॥ ५.१८५॥ (योगशास्त्रेऽप्यभिरतं)

राजयोगकथनम् ।
अत ऊर्ध्वं दिव्यरूपं सहस्रारं सरोरुहम् ।
ब्रह्माण्डाख्यस्य देहस्य बाह्ये तिष्ठति मुक्तिदम् ॥ ५.१८६॥

कैलासो नाम तस्यैव महेशो यत्र तिष्ठति ।
अकुलाख्योऽविनाशी च क्षयवृद्धिविवर्जितः ॥ ५.१८७॥ (नकुलाख्योऽविनाशी)

स्थानस्यास्य ज्ञानमात्रेण नृणां, संसारेऽस्मिन्सम्भवो नैव भूयः ।
भूतग्रामं सन्तताभ्यासयोगात्कर्तुं हर्तुं स्याच्च शक्तिः समग्राः ॥ ५.१८८॥ (समग्रा)

स्थाने परे हंसनिवासभूते, कैलासनाम्नीह निविष्टचेताः ।
योगी हृतव्याधिरधः कृताधिर्वायुश्चिरञ्जीजीवति मृत्युमुक्तः ॥ ५.१८९॥ (कृताधिवरायुश्चिरं जीवति)

चित्तवृत्तिर्यदा लीना कुलाख्ये परमेश्वरे ।
तदा समाधिसाम्येन योगी निश्चलतां व्रजेत् ॥ ५.१९०॥

निरन्तरकृते ध्याने जगद्विस्मरणं भवेत् ।
तदा विचित्रसामर्थ्यं योगिनो भवति ध्रुवम् ॥ ५.१९१॥

तस्माद्गलितपीयूषं पिबेद्योगी निरन्तरम् ।
मृत्योर्मृत्युं विधायाशु कुलं जित्वा सरोरुहे ॥ ५.१९२॥

अत्र कुण्डलिनीशक्तिर्लयं याति कुलाभिधा ।
तदा चतुर्विधा सृष्टिर्लीयते परमात्मनि ॥ ५.१९३॥

यज्ज्ञात्वा प्राप्य विषयं चित्तवृत्तिर्विलीयते ।
तस्मिन्परिश्रमं योगी करोति निरपेक्षकः ॥ ५.१९४॥

चित्तवृत्तियदालीना तस्मिन् योगी भवेद्ध्रुवम् ।
तदा विज्ञायतेऽखण्डज्ञानरूपो निरञ्जनः ॥ ५.१९५॥

ब्रह्माण्डबाह्ये सञ्चिन्त्य स्वप्रतीकं यथोदितम् ।
तमावेश्य महच्छून्यं चिन्तयेदविरोधतः ॥ ५.१९६॥

आद्यन्तमध्यशून्यं तत्कोटिसूर्यसमप्रभम् ।
चन्द्रकोटिप्रतीकाशमभ्यस्य सिद्धिमाप्नुयात् ॥ ५.१९७॥

एतद्ध्यानं सदा कुर्यादनालस्यं दिने दिने ।
तस्य स्यात्सकला सिद्धिर्वत्सरान्नात्र संशयः ॥ ५.१९८॥

क्षणार्द्धं निश्चलं तत्र मनो यस्य भवेद्ध्रुवम् । (क्षणार्ध)
स एव योगी सद्भक्तः सर्वलोकेषु पूजितः ।
तस्य कल्मषसङ्घातस्तत्क्षणादेव नश्यति ॥ ५.१९९॥

यं दृष्ट्वा न प्रवर्तन्ते मृत्युसंसारवर्त्मनि ।
अभ्यसेत्तं प्रयत्नेन स्वाधिष्ठानेन वर्त्मना ॥ ५.२००॥

एतद्ध्यानस्य माहात्म्यं मया वक्तुं न शक्यते ।
यः साधयति जानाति सोऽस्माकमपि सम्मतम् ॥ ५.२०१॥ (सम्मतः)

ध्यानादेव विजानाति विचित्रेफलसम्भवम् ।
अणिमादिगुणोपेतो भवत्येव न संशयः ॥ ५.२०२॥

राजाधिराजयोगकथनम् ।

राजयोगो मयाख्यातः सर्वतन्त्रेषु गोपितः ।
राजाधिराजयोगोऽयं कथयामि समासतः ॥ ५.२०३॥

स्वस्तिकञ्चासनं कृत्वा सुमठे जन्तुवर्जिते ।
गुरुं सम्पूज्य यत्नेन ध्यानमेतत्समाचरेत् ॥ ५.२०४॥

निरालम्बं भवेज्जीवं ज्ञात्वा वेदान्तयुक्तितः ।
निरालम्बं मनः कृत्वा न किञ्चिच्चिन्तयेत्सुधीः ॥ ५.२०५॥

एतद्ध्यानान्महासिद्धिर्भवत्येव न संशयः ।
वृत्तिहीनं मनः कृत्वा पूर्णरूपं स्वयं भवेत् ॥ ५.२०६॥

साधयेत्सततं यो वै स योगी विगतस्पृहः ।
अहन्नाम न कोप्यस्ति सर्वदात्मैव विद्यते ॥ ५.२०७॥

को बन्धः कस्य वा मोक्ष एकं पश्येत्सदा हि सः ।
एतत्करोति यो नित्यं स मुक्तो नात्र संशयः ।
स एव योगी सद्भक्तः सर्वलोकेषु पूजितः ॥ ५.२०८॥

अहमस्मीति यन्मत्वा जीवात्मपरमात्मनोः ।

अहं त्वमेतदुभयं त्यक्त्वाखण्डं विचिन्तयेत् ॥ ५.२०९॥

अध्यारोपापवादाभ्यां यत्र सर्वं विलीयते ।
तद्बीजमाश्रयेद्योगी सर्वसङ्गविवर्जितः ॥ ५.२१०॥

अपरोक्षं चिदानन्दं पूर्णं त्यक्त्वा भ्रमाकुलाः ।
परोक्षं चापरोक्षं च कृत्वा मूढा भ्रमन्ति वै ॥ ५.२११॥

चराचरमिदं विश्वं परोक्षं यः करोति च ।
अपरोक्षं परं ब्रह्म त्यक्तं तस्मिन्प्रलीयते ॥ ५.२१२॥

ज्ञानकारणमज्ञानं यथा नोत्पद्यते भृशम् ।
अभ्यासं कुरुते योगी सदा सङ्गविवर्जितम् ॥ ५.२१३॥

सर्वेन्द्रियाणि संयम्य विषयेभ्यो विचक्षणः ।
विषयेभ्यः सुषुप्त्यैव तिष्ठेत्सङ्गविवर्जितः ॥ ५.२१४॥

एवमभ्यासतो नित्यं स्वप्रकाशं प्रकाशते । (एवमभ्यसतो)
श्रोतुं बुद्धिसमर्थार्थं निवर्तन्ते गुरोर्गिरः ।
तदभ्यासवशादेकं स्वतो ज्ञानं प्रवर्तते ॥ ५.२१५॥

यतो वाचो निवर्तन्ते अप्राप्य मनसा सह ।
साधनादमलं ज्ञानं स्वयं स्फुरति तद्ध्रुवम् ॥ ५.२१६॥

हठं विना राजयोगो राजयोगं विना हठः ।
तस्मात्प्रवर्तते योगी हठे सद्गुरुमार्गतः ॥ ५.२१७॥

स्थिते देहे जीवति च योगं न श्रियते भृशम् ।
इन्द्रियार्थोपभोगेषु स जीवति न संशयः ॥ ५.२१८॥

अभ्यासपाकपर्यन्तं मितान्नंस्मरणं भवेत् ।
अन्यथा साधनं धीमान्कर्तुं पारयतीह न ॥ ५.२१९॥

अतीवसाधुसंलापं साधुसम्मतिबुद्धिमान् ।
करोति पिण्डरक्षार्थं बह्वालापविवर्जितः ॥ ५.२२०॥

त्याज्यते त्यज्यते सङ्गं सर्वथा त्यज्यते भृशम् । (त्यज्यते त्यज्यते)
अन्यथा न लभेन्मुक्तिं सत्यं सत्यं मयोदितम् ॥ ५.२२१॥

गुह्यैव क्रियतेऽभ्यासः सङ्गं त्यक्त्वा तदन्तरे । (गुप्त्यैव)
व्यवहाराय कर्तव्यो बाह्यसङ्गो न रागतः ॥ ५.२२२॥ (बाह्येसङ्गानुरागतः)

स्वे स्वे कर्मणि वर्तन्ते सर्वे ते कर्मसम्भवाः ।
निमित्तमात्रं करणे न दोषोऽस्ति कदाचन ॥ ५.२२३॥

एवं निश्चित्य सुधिया गृहस्थोऽपि यदाचरेत् ।
तदा सिद्धिमवाप्नोति नात्र कार्या विचारणा ॥ ५.२२४॥

पापपुण्यविनिर्मुक्तः परित्यक्ताङ्गसाधकः ।
यो भवेत्स विमुक्तः स्याद्गृहे तिष्ठन्सदा गृही ॥ ५.२२५॥

न पापपुण्यैर्लिप्येत योगयुक्तो यदा गृही । (सदा)
कुर्वन्नपि तदा पापान्स्वकार्ये लोकसङ्ग्रहे ॥ ५.२२६॥

मन्त्रसाधनकथनम् ।

अधुना सम्प्रवक्ष्यामि मन्त्रसाधनमुत्तमम् ।
ऐहिकामुष्मिकसुखं येन स्यादविरोधतः ॥ ५.२२७॥

यस्मिन्मन्त्रवरे ज्ञाते योगसिद्धिर्भवेत्खलु । (यस्मिन्मन्त्रे वरे)
योगेन साधकेन्द्रस्य सर्वैश्वर्यसुखप्रदा ॥ ५.२२८॥

मूलाधारेऽस्ति यत्पद्मं चतुर्दलसमन्वितम् ।
तन्मध्ये वाग्भवं बीजं विस्फुरन्तं तडित्प्रभम् ॥ ५.२२९॥

हृदये कामबीजन्तु बन्धूककुसुमप्रभम् ।
आज्ञारविन्दे शक्त्याख्यं चन्द्रकोटिसमप्रभम् ॥ ५.२३०॥

बीजत्रयमिदं गोप्यं भुक्तिमुक्तिफलप्रदम् ।
एतन्मन्त्रत्रयं योगी साधयेत्सिद्धिसाधकः ॥ ५.२३१॥

एतन्मन्त्रं गुरोर्लब्ध्वा न द्रुतं न विलम्बितम् ।
अक्षराक्षरसन्धानं निःसन्दिग्धमना जपेत् ॥ ५.२३२॥

तद्गतश्चैकचित्तश्च शास्त्रोक्तविधिना सुधीः ।
देव्यास्तु पुरतो लक्षं हुत्वा लक्षत्रयं जपेत् ॥ ५.२३३॥

करवीरप्रसूनन्तु गुडक्षीराज्यसंयुतम् ।
कुण्डे योन्याकृतौ धीमाञ्जपान्ते जुहुयात्सुधीः ॥ ५.२३४॥ (योन्याकृते)

अनुष्ठाने कृते धीमान्पूर्वसेवा कृता भवेत् ।
ततो ददाति कामान्वै देवी त्रिपुरभैरवी ॥ ५.२३५॥

गुरुं सन्तोष्य विधिवल्लब्ध्वा मन्त्रवरोत्तमम् ।
अनेन विधिना युक्तो मन्दभाग्योऽपि सिद्ध्यति ॥ ५.२३६॥

लक्षमेकं जपेद्यस्तु साधको विजितेन्द्रियः ।
दर्शनात्तस्य क्षुभ्यन्ते योषितो मदनातुराः ।
पतन्ति साधकस्याग्रे निर्लज्जा भयवर्जिताः ॥ ५.२३७॥

जप्तेन च द्विलक्षेण ये यस्मिन्विषये स्थिताः ।
आगच्छन्ति यथातीर्थं विमुक्तकुलविग्रहाः ।
सर्वस्वं तस्य ददति तस्यैव च वशे स्थिताः ॥ ५.२३८॥ (ददति तस्य सर्वस्वं)

त्रिभिर्लक्षैस्तथाजप्तैर्मण्डलीकं समण्डलम् ।
(त्रिभिर्लक्षैस्तथाजप्तैर्मण्डलीकाः समण्डलाः ।)
वशमायान्ति ते सर्वे नात्र कार्या विचारणा ।
षड्भिर्लक्षैर्महीपालं सभृत्यबलवाहनम् ॥ ५.२३९॥

लक्षैर्द्वादशभिर्जप्तैर्यक्षरक्षोरगेश्वराः ।
वशमायान्ति ते सर्वे आज्ञां कुर्वन्ति नित्यशः ॥ ५.२४०॥

त्रिपञ्चलक्षजप्तैस्तु साधकेन्द्रस्य धीमतः ।
सिद्धविद्याधराश्चैव गन्धर्वाप्सरसाङ्गणाः ॥ ५.२४१॥

वशमायान्ति ते सर्वे नात्र कार्या विचारणा ।
हठाच्छ्रवणविज्ञानं सर्वज्ञत्वं प्रजायते ॥ ५.२४२॥

तथाष्टादशभिर्लक्षैर्देहेनानेन साधकः ।
उत्तिष्ठेन्मेदिनीं त्यक्त्वा दिव्यदेहस्तु जायते ।
भ्रमते स्वेच्छया लोके छिद्रां पश्यति मेदिनीम् ॥ ५.२४३॥

अष्टाविंशतिभिर्लक्षैर्विद्याधरपतिर्भवेत् ।
साधकस्तु भवेद्धीमान्कामरूपो महाबलः ॥ ५.२४४॥

त्रिंशल्लक्षैस्तथाजप्तैर्ब्रह्मविष्णुसमो भवेत् ।
रुद्रत्वं षष्टिभिर्लक्षैरमरत्वमशीतिभिः ॥ ५.२४५॥

कोट्येकया महायोगी लीयते परमे पदे ।
साधकस्तु भवेद्योगी त्रैलोक्ये सोऽतिदुर्लभः ॥ ५.२४६॥

शिवसंहिताफलकथनम् ।

त्रिपुरे त्रिपुरन्त्वेकं शिवं परमकारणम् ।
अक्षयं तत्पदं शान्तमप्रमेयमनामयम् ॥ ५.२४७॥

लभतेऽसौ न सन्देहो धीमान्सर्वमभीप्सितम् ।
शिवविद्या महाविद्या गुप्ता चाग्रे महेश्वरी ॥ ५.२४८॥

मद्भाषितमिदं शास्त्रङ्गोपनीयमतोबुधैः ।
हठविद्या परं गोप्या योगिना सिद्धिमिच्छता ॥ ५.२४९॥

भवेद्वीर्यवती गुप्ता निर्वीर्या च प्रकाशिता ।
य इदं पठते नित्यमाद्योपान्तं विचक्षणः ॥ ५.२५०॥

योगसिद्धिर्भवेत्तस्य क्रमेणैव न संशयः ।
स मोक्षं लभते धीमान्य इदं नित्यमर्चयेत् ॥ ५.२५१॥

मोक्षार्थिभ्यश्च सर्वेभ्यः साधुभ्यः श्रावयेदपि ।
क्रियायुक्तस्य सिद्धिः स्यादक्रियस्य कथम्भवेत् ॥ ५.२५२॥

तस्मात्क्रियाविधानेन कर्तव्या योगिपुङ्गवैः ।
यदृच्छालाभसन्तुष्टः सन्त्यक्तवान्तरसङ्गङ्कः ॥ ५.२५३॥

गृहस्थश्चाप्यनासक्तः स मुक्तो योगसाधनात् ।
गृहस्थानां भवेत्सिद्धिरीश्वराणां जपेन वै ।
योगक्रियाभियुक्तानां तस्मात्संयतते गृही ॥ ५.२५४॥

गेहे स्थित्वा पुत्रदारादिपूर्णः
सङ्गं त्यक्त्वा चान्तरे योगमार्गे ।
सिद्धे चिह्नं वीक्ष्य पश्चाद्गृहस्थः (सिद्धेश्चिह्नं)
क्रीडेत्सं वै सम्मतं साधयित्वा ॥ ५.२५५॥ (क्रीडेत्सो)

इति श्रीशिवसंहितायां हरगौरीसंवादे योगशास्त्रे
पञ्चमपटलः समाप्तः । ५।

इति शुभम् ।

NB: The shloka numbering and line clubbing varies considerably amongst the publications referenced and even their respective editions.
Some verses in the referenced texts do have odd number of lines.

The numbering above in sequence is done for reference.
There is no intention of creating newer version.
Amongst the referenced versions, Khemraj Publications were found to have more shlokas than others, of which the 1984 edition is the latest.

Compiled and proofread by Ruma Dewan

Shivasamhita
pdf was typeset on June 10, 2022

Please send corrections to *sanskrit@cheerful.com*