Yogaraja Upanishad

योगराजोपनिषत्

Document Information

Text title : yogarAjopaniShat

File name : yogarAjopaniShat.itx

Category : upanishhat, yoga, upanishad

Location : doc_upanishhat

Proofread by : Kasturi navya sahiti kasturinsahiti at gmail.com

Description-comments : aprakAshitA upaniShadaH

Latest update : March 20, 2020

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**.

March 20, 2020

sanskritdocuments.org

योगराजोपनिषत्

योगराजं प्रवक्ष्यामि योगिनां योगसिद्धये ।
मन्त्रयोगो लयश्चैव राजयोगो हठस्तथा ॥ १॥

योगश्चतुर्विधः प्रोक्तो योगिभिस्तत्त्वदर्शिभिः ।
आसनं प्राणसंरोधो ध्यानं चैव समाधिकः ॥ २॥

एतच्चतुष्टयं विद्धि सर्वयोगेषु सम्मतम् ।
ब्रह्मीविष्णुशिवादीनां मन्त्रं जाप्यं विशारदैः ॥ ३॥

साध्यते मन्त्रयोगस्तु वत्सराजादिभिर्यथा ।
कृष्णद्वैपायनाद्यैस्तु साधितो लयसंज्ञितः ॥ ४॥

नवस्वेव हि चक्रेषु लयं कृत्वा महात्मभिः ।
प्रथमं ब्रह्मचक्रं स्यात् त्रिरावृत्तं भगाकृति ॥ ५॥

अपाने मूलकन्दाख्यं कामरूपं च तज्जगुः ।
तदेव वह्निकुण्डं स्यात् तत्त्वकुण्डलिनी तथा ॥ ६॥

तां जीवरूपिणीं ध्यायेज्ज्योतिष्ठं मुक्तिहेतवे ।
स्वाधिष्ठानं द्वितीयं स्याच्चक्रं तन्मध्यगं विदुः ॥ ७॥

पश्चिमाभिमुखं लिङ्गं प्रवालाङ्कुरसन्निभम् ।
तत्रोड्डीयाणपीठेषु तं ध्यात्वाकर्षयेज्जगत् ॥ ८॥

तृतीयं नाभिचक्रं स्यात्तन्मध्ये तु जगत् स्थितम् ।
पञ्चावर्ता मध्यशक्तिं चिन्तयेद्विद्युदाकृति ॥ ९॥

तां ध्यात्वा सर्वसिद्धीनां भाजनं जायते बुधः ।
चतुर्थं हृदये चक्रं विज्ञेयं तदधोमुखम् ॥ १०॥

ज्योतीरूपं च तन्मध्ये हंसं ध्यायेत् प्रयत्नतः ।
तं ध्यायतो जगत् सर्वं वश्यं स्यान्नात्र संशयः ॥ ११॥

पञ्चमं कण्ठचक्रं स्यात् तत्र वामे इडा भवेत् ।
दक्षिणे पिङ्गला ज्ञेया सुषुम्ना मध्यतः स्थता ॥ १२॥

तत्र ध्यात्वा शुचि ज्योतिः सिद्धीनां भाजनं भवेत् ।
षष्ठं च तालुकाचक्रं घण्टिकास्थानमुच्यते ॥ १३॥

दशमद्वारमार्गं तद्राजदन्तं च तज्जगुः ।
तत्र शून्ये लयं कृत्वा मुक्तो भवति निश्चितम् ॥ १४॥

भ्रूचक्रं सप्तमं विद्याद्बिन्दुस्थानं च तद्विदुः ।
भ्रुवोर्मध्ये वर्तुलं च ध्यात्वा ज्योतिः प्रमुच्यते ॥ १५॥

अष्टमं ब्रह्मरन्ध्रं स्यात् परं निर्वाणसूचकम् ।
तं ध्यात्वा सूतिकाग्रामं धूमाकारं विमुच्यते ॥ १६॥

तच्च जालन्धरं ज्ञेयं मोक्षदं नीलचेतसम् ।
नवमं व्योमचक्रं स्यादश्रैः षोडशभिर्युतम् ॥ १७॥

संविद्ध्रूयाच्च तन्मध्ये शक्तिरुद्धा स्थिता परा ।
तत्र पूर्णां गिरौ पीठे शक्तिं ध्यात्वा विमुच्यते ॥ १८॥

एतेषां नवचक्राणामेकैकं ध्यायतो मुनेः ।
सिद्धयो मुक्तिसहिताः करस्थाः स्युर्दिने दिने ॥ १९॥

एको दण्डद्वयं मध्ये पश्यति ज्ञानचक्षुषा ।
कदम्बगोलकाकारं ब्रह्मलोकं व्रजन्ति ते ॥ २०॥

ऊर्ध्वशक्तिनिपातेन अधःशक्तेर्निकुञ्चनात् ।
मध्यशक्तिप्रबोधेन जायते परमं सुखं जायते परमं सुखम् । इति ॥ २१॥

(योग-उपनिषदः)

इति योगराजोपनिषत् समाप्ता ।

Proofread by Kasturi navya sahiti

Yogaraja Upanishad

pdf was typeset on March 20, 2020

Please send corrections to *sanskrit@cheerful.com*