
Lord Dattatreya's Secret of Yoga

யோக³ரஹஸ்யம் ஸ்ரீத³த்தாத்ரேயவிரசிதம்

Document Information



Text title : Yogarahasya by Dattatreya

File name : yogarahasya.itx

Category : yoga

Location : doc_yoga

Author : Vedic Tradition

Transliterated by : Sovarel Vlad vlad.sovarel at yahoo.com

Proofread by : Sovarel Vlad vlad.sovarel at yahoo.com

Description-comments : Yoga Rahasya ascribed to Dattatreya Muni

Latest update : February 24, 2002

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**.

November 22, 2022

sanskritdocuments.org



Lord Dattatreya's Secret of Yoga

யோக³ரஹஸ்யம் ஸ்ரீத³த்தாத்ரேயவிரசிதம்



யோகா³த்⁴யாய:

ஜ்ஞாநபூர்வோ வியோகோ³ யோ: ஜ்ஞாநேந ஸஹ யோகி³ந: |
ஸா முக்திர்³ப்³ரஹ்மணா ச ஐக்யமநைக்யம் ப்ராக்³ரு³தைக்³ரண: || 1.1 ||

முக்தியோகா³த்ததா² யோக:³ ஸம்யக்³ஜ்ஞாநாந்மஹீபதே |
ஜ்ஞாநம் து:³கோ²த்³ப⁴வம் து:³க²ம் மமதாஸக்தசேதஸாம் || 1.2 ||

தஸ்மாத்ஸங்க³ம் ப்ரயத்நேந முமுக்ஷு: ஸந்த்யஜேந்நர: |
ஸங்கா³பா⁴வே மமேத்யஸ்யா: க்²யாதேர்ஹாபி:³ ப்ரஜாயதே || 1.3 ||

நிர்மமத்வம் ஸுகா²யைவ வைராக்³யாத்³தோ³ஷத³ர்ஸநம் |
ஜ்ஞாநாதே³வ ச வைராக்³யம் ஜ்ஞாநம் வைராக்³யபூர்வகம் || 1.4 ||

தத்³க்³ரு³ஹம் யத்ர வஸதிஸ்தத்³போ⁴ஜ்யம் யேந ஜீவதி |
யந்முத்தயே ததே³வோக்தம் ஜ்ஞாநம்ஜ்ஞாநம்நயதா² || 1.5 ||

உபபோ⁴கே³ந புண்யாநாமபுண்யாநாஞ்ச பார்தி²வ |
கர்த்தவ்யாநாஞ்ச நித்யாநாமகாமகரணத்ததா² || 1.6 ||

அஸஞ்சயாத்³பூர்வஸ்ய க்ஷயாத்³பூர்வார்ஜ்ஜிதஸ்ய ச |
கர்மணோ ப்³ந்த⁴மாப்நோதி ஸரீரம் ந புந: புந: || 1.7 ||

ஏதத்தே கதி²தம் ராஜந்யோக³ம் சேமம் நிபோ³த்⁴மே |
யம் ப்ராப்ய ப்³ரஹ்மணோ யோகீ³ ஸாஸ்வதாந்நாந்யதாம் வ்ரஜேத் || 1.8 ||

ப்ராகே³வாத்மாத்மநா ஜேயோ யோகி³நாம் ஸ ஹி து³ர்ஜய: |
குர்வீத தஜ்ஜயே யத்நம் தஸ்யோபாயம் ஸ்ரு³ணஸ்வ மே || 1.9 ||

ப்ராணயாமைத்³ஹேத்³தோ³ஷாந்தா⁴ரணாபி:⁴ ச கில்விஷம் |
ப்ரத்யாஹாரேண விஷயாந்த⁴யாநேநாநீஸ்வராங்கு³ணந் || 1.10 ||

யதா² பர்வததா⁴தூநாம் தோ³ஷா: த³ஹ்யந்தி தா⁴ம்யதாம் |
ததே²ந்த³ரியக்³ரு³தா தோ³ஷா: த³ஹ்யந்தே ப்ராணநிக்³ரஹாத் || 1.11 ||

ப்ரத²மம் ஸாத⁴நம் குர்யாத்ப்ரானாயாமஸ்ய யோக³வித் |

ப்ரானுபாநநிரோத⁴ஸ்து ப்ரானாயாம உதா³ஹ்ரு³: || 1.12 ||

லகு⁴மத⁴யோத்தரீயாக²ய: ப்ரானாயாமஸ்த்ரிதோ⁴தி³த: |

தஸ்ய ப்ரமாணம் வக்ஷயாமி தத³லர்க ஸ்ரு³நுஷ்வ மே || 1.13 ||

லகு:⁴ த³வாத³ஸமாத்ரஸ்து த³விசு³ண: ஸ து மத⁴யம: |

த்ரிசு³ணாபி⁴ஸ்து மாத்ராபி:⁴ உத்தம: பரிகீர்தித: || 1.14 ||

நிமேஷோந்மேஷணோ மாத்ராகாலோ லக்⁴வக்ஷரஸ்ததா² |

ப்ரானாயாமஸ்ய ஸங்க²யார்த²ம் ஸ்ம்ரு³தோ த³வாத³ஸமாத்ரிக: || 1.15 ||

ப்ரத²மேந ஜயேத்ஸ்வேத³ம்மத⁴யமேந ச வேபது²ம் |

விஷாத³ம் ஹி த்ரு³தீயேந ஜயேத்³தோ³ஷாநநுக்ரமாத் || 1.16 ||

ம்ரு³து³த்வம் ஸேவ்யமாநஸ்து ஸிம்ஹஸார்தூ³லகுஞ்ஜரா: |

யதா² யாந்தி ததா² ப்ரானோ வஸ்யோ ப⁴வதி யோகி³ந: || 1.17 ||

வஸ்யம் நத்தம் யதே²ச்சா²தோ நாக³ம் நயதி ஹஸ்திப: |

ததை²வ யோகீ³ ஸ்வச்ச²ந்த:³ ப்ராணம் நயதி ஸாதி⁴தம் || 1.18 ||

யதா² ஹி ஸாதி⁴த: ஸிம்ஹோ ம்ரு³கா³ந் ஹஸ்தி ந மாநவாந் |

தத³வந்நிஷித்³த⁴பவந: கில்விஷம் ந ந்ரு³ண: தநும் || 1.19 ||

தஸ்மாத்³யுக்த: ஸதா³ யோகீ³ ப்ரானாயாமபரோ ப⁴வேத் |

ஸ்ருயதாம் முக்திப²லத³ தஸ்யாவஸ்தா²சதுஷ்டயம் || 1.20 ||

த⁴வஸ்தி: ப்ராப்தி: ததா² ஸம்வித்ப்ரஸாத³ஸ்ச மஹீபதே |

ஸ்வருபம் ஸ்ரு³ணு சைதேஷாம் கத்²யமாநமநுக்ரமாத் || 1.21 ||

கர்மணமிஷ்டது³ஷ்டாநாம் ஜாயதே ப²லஸங்க்ஷய: |

சேதஸோ அபகஷாயத்வ யத்ர ஸா த⁴வஸ்திரச்யதே || 1.22 ||

ஐஹிகாமுஷ்மிகாந் காமாந் லோப⁴மோஹாத்மகாந் ஸ்வயம் |

நிருத⁴யாஸ்தே யதா³ யோகீ³ ப்ராப்தி: ஸா ஸார்வகாலிகீ || 1.23 ||

அதீதாநாக³தாநர்தா²ந்விப்ரக்ரு³ஷ்டதிரோஹிதாந் |

விஜாநாதீந்து³ஸூர்யர்க்ஷக்³ரஹாணம் ஜ்ஞாநஸம்பதா³ || 1.24 ||

துஸ்யப்ரபா⁴வஸ்து ஸதா³ யோகீ³ ப்ராப்நோதி ஸம்பத³ம் |

ததா³ ஸம்விதி³தி க்²யாதா ப்ரானாயாமஸ்ய ஸம்ஸ்தி²தி: || 1.25 ||

யாந்தி ப்ரஸாத³ம் யேநாஸ்ய மந: பஞ்ச ச பா³யவ: |
இந்த³ரியாநீந்த³ரியார்தா²ஸ்ச ஸ ப்ரஸாத³ இதி ஸ்ம்ரு³: || 1.26 ||

ஸ்ரு³ணாஸ்ய ச மஹீபால ப்ராணயாமஸ்ய லக்ஷணம் |
யுஞ்ஜதஸ்ச ஸதா³ யோக³ம் யாத்³ரு³க்³விஹிதமாஸநம் || 1.27 ||

பத்³மர்த்³தா⁴ஸநம் சாபி ததா² ஸ்வஸ்திகமாஸநம் |
ஆஸ்தா²ய யோக³ம் யுஞ்ஜீத க்ரு³த்வா ச ப்ரணவம் ஹ்ரு³தி³ || 1.28 ||

ஸம: ஸமாஸநோ பூ⁴த்வா ஸம்ஹ்ரு³த்ய சரணுபுள⁴ |
ஸம்வ்ரு³தாஸ்ய: ததை²வோரு ஸம்யக்³விஷ்டப்⁴ய சாக்³ரத: || 1.29 ||

பாஷ்ணிப்⁴யாம் விங்க³வ்ரு³ஷ்ணாவஸ்ப்ரு³ஸந்ப்ரயத: ஸ்தி²த: |
கிஞ்சிது³நமிதஸிரா த³ந்தை: த³ந்தாந்ந ஸம்ஸ்ப்ரு³ஸேத் || 1.30 ||

ஸம்பஸ்யந்நாஸிகாக்³ரம் ஸ்வம் தி³ஸஸ்சாநவலோகயந் |
ரஜஸா தமஸௌ வ்ரு³த்திம் ஸத்தவேந ரஜஸஸ்ததா² |
ஸ ஆத்³ய நிர்மலே தத்தவே ஸ்தி²தோ யுஞ்ஜீத யோக³வித் || 1.31 ||

இந்த³ரியாணீந்த³ரியார்தே²ப்⁴ய: ப்ராணா³ந்மந ஏவ ச |
நிக்³ரு³ஹ்ய ஸமவாயேந ப்ரத்யாஹாரமுபக்ரமேத் || 1.32 ||

யஸ்து ப்ரத்யாஹரேத்காமாந்ஸர்வாங்கா³நீவ கச்ச²ப: |
ஸதா³த்மரதிரேகஸ்த: ²பஸ்யத்யாத்மாநமாத்மநி || 1.33 ||

ஸ பா³ஹ்யாப்⁴யந்தரம் ஸௌசம் நிபாத்³யாகண்ட²நாபி⁴த: |
பூரயித்வா பு³தோ⁴ தே³ஹம் ப்ரத்யாஹாரமுபக்ரமேத் || 1.34 ||

ததா² வை யோக³யுக்தஸ்ய யோகி³நோ நியதாத்மந: |
ஸர்வே தோ³ஷா: ப்ரணஸ்யந்தி ஸ்வஸ்த²ஸ்சைவோபஜாயதே || 1.35 ||

வீக்ஷதே ச பரம் ப்³ரஹம் ப்ராக்ரு³தாம்ஸ்ச கு³ணாந்ப்ரு³தக்³ |
வ்யோமாதி³பரமாணுஞ்ச ததா²த்மாநமகல்மஷம் || 1.36 ||

இத்த²ம் யோகீ³ யதாஹார: ப்ராணயாமபராயண: |
ஜிதாம் ஜிதாம் ஸநைர்பூ⁴மிமாரோஹேத யதா² க்³ரு³ஹம் || 1.37 ||

தோ³ஷாந்வ்யாதீ⁴ம்ஸ்ததா² மோஹமாக்ராந்தா பூ⁴ரநிர்ஜிதா |
விவர்த⁴யதி நாரோஹேத்தஸ்மாத்³பூ⁴மிமநிர்ஜிதாம் || 1.38 ||

ப்ராணநாமுபஸம்ரோதா⁴த்ப்ராணயாம இதி ஸ்ம்ரு³த: |
 தா⁴ரணேத்யவ்யதே சேயம் தா⁴ர்ய்யதே யந்மநோ யயா || 1.39 ||
 ஸப்³தா³தி³ப⁴ய: ப்ரவ்ரு³த்தாநி யத³க்ஷாணி யதா³ம்பி:⁴ |
 ப்ரத்யாஹ்ரியந்தே யோகே³ந ப்ரத்யாஹாரஸ்தத: ஸ்ம்ரு³த: || 1.40 ||
 உபாயஸ்சாத்ர கதி²தோ யோகி³பி:⁴ பரமர்ஷிபி:⁴ |
 யேந ப்³யாத்⁴யாத்³யோ தோ³ஷா ந ஜாயந்தே ஹி யோகி³ந: || 1.41 ||
 யதா² தோயார்தி²நஸ்தோயம் யந்த்ரநாலாதி³பி:⁴ ஸநை: |
 ஆபிபே³யூஸ்ததா² வாயும் பிபே³த்³யோகீ³ ஜிதஸ்ரம: || 1.42 ||
 ப்ராணநாப்⁴யாம் ஹ்ரு³த³யே சாத்ர த்ரு³தீயே ச ததோ²ரஸி |
 கண்டே² முகே² நானிகாக்³ரே நேத்ரப்⁴ருமத்⁴யமூர்த்³த⁴ஸு || 1.43 ||
 கிஞ்ச தஸ்மாத்த்ரஸ்மிம்ஸ்ச தா⁴ரண பரமா ஸ்ம்ரு³தா |
 த³ஸைதா தா⁴ரண: ப்ராப்ய ப்ராப்நோத்யக்ஷரஸாம்யதாம் || 1.44 ||
 தஸ்ய நோ ஜாயதே ம்ரு³த்யுர்ந ஜராந ச வை க்லம: |
 ந ஸ்ராந்திரவஸாதோ³த்த² தூ³யே ஸததம் ஸ்தி²தி: || 1.45 ||
 இயம் வை யோக³யூ⁴மி: ஸ்யாத் ஸப்தைவ பரிசீர்த்தித: |
 யத்ர ஸ்தி²தே ப்³ரஹ்மஸ்தி²திம் லப⁴தே நாத்ர ஸம்ஸய: || 1.46 ||
 நாத்த⁴மாத: க்ஷுதி⁴த: ஸ்ராந்தோ ந ச வ்யாகுலசேதந: |
 யுஞ்ஜீத யோக³ம் ராஜேந்த்³ர! யோகீ³ ஸித்³த்⁴யர்த²மாத்³ரு³த: || 1.47 ||
 நாதிஸீதே ந சோண்ஷே வை ந த்³வந்த்³வேநாநிலாத்மகே |
 காலேஸ்வேதேஷு யுஞ்ஜீத ந யோக³ம் த்⁴யாநதத்பர: || 1.48 ||
 ஸஸப்³தா³க்³நிஜலாப்⁴யாஸே ஜீர்ணகோ³ஷ்டே² சதுஷ்பதே² |
 ஸுஷ்கபர்ணசயே நத்³யாம் ஸ்மஸாநே ஸஸரீஸ்ரு³பே || 1.49 ||
 ஸப⁴யே கூபதீ³ரே வா சைத்யவல்மீகஸஞ்சயே |
 தே³ஷேஷ்வேதேஷு தத்தவஜ்ஞோ யோகா³ப்³யாஸம் விவர்ஜயேத் || 1.50 ||
 ஸத்த்வஸ்யாநுபபத்தெள ச தே³ஸகாலம் விவர்ஜயேத் |
 நாஸதோ த்³ர்ஸநம் யோகே³ தஸ்மாத்தத்பரிவர்ஜயேத் || 1.51 ||
 த்³ரு³ள்ஹதா சித்தஸூத்³தி⁴ஸ்ச ஜயதே நாத்ர ஸம்ஸய: |
 ஸ்தா²நகாலப்ரபா⁴வேண நிஸ்சயம் வித்³தி⁴ யூ⁴மிப |

தந்மயஸ்ய குதஸ்சிந்தா தே³ஸகாலமயீ ததா² || 1.52 ||

தே³ஸாநிதாநநாத³ரு³த்ய மூள்ஹத்வாத³யோ யுநக்தி வை |
விக³நாய தஸ்ய வை தோ³ஷா ஜாயந்தே தந்நிபோ³த⁴ மே || 1.53 ||

பா⁴தி³ர்யம் ஜனதா லோப: ஸ்ம்ரு³தேர்முககத்த்வமாந்த⁴தா |
ஜ்வரஸ்ச ஜாயதே ஸத்³யஸ்தத்தத³ஜ்ஞாநயோகி³ந: || 1.54 ||

ப்ரமாதா³த்³யோகி³நோ தோ³ஷா யத்³யேதே ஸ்யுஸ்சிகித்ஸிதம் |
தேஷாம் நாஸாய கர்த்தவ்யம் யோகி³நாம் தந்நிபோ³த⁴ மே || 1.55 ||

ஸ்நிக்³தா⁴ம் யவாகூ³மத்யுஷ்ணம் பு³க்த்வா தத்ரவ தா⁴ரயேத் |
வாதகு³ல்மப்ரஸாந்த்யர்த²முதா³வர்த்தே ததோ²த³ரே || 1.56 ||

யபா³கூ³ம் வாபி பவநம் வாயுக³ரந்தி²ம் ப்ரதிக்ஷிபேத் |
தத்³வத் கல்பே மஹாஸைலம் ஸ்தி²ரம் மநஸ் தா⁴ரயேத் || 1.57 ||

விகா⁴தே வசநோ வாசம் வாதி⁴ர்ய்யம் ஸ்வணேந்த³ரியம் |
யதே²வாமர்ப²லம் த்⁴யாயேத்ரு³ஷ்ணர்த்தோ ரஸநேந்த³ரியே || 1.58 ||

யஸ்மிந் யஸ்மிந் ருஜா தே³ஹே தஸ்மிம்ஸ்தது³பகாரிணீம் |
தா⁴ரயேத்³தா⁴ரணமுஷ்ணே ஸீதாம் ஸீதே ச தா³ஹிநீம் || 1.59 ||

கீலம் ஸிரஸி ஸம்ஸ்தா²ப்ய காஷ்த²ம் காஷ்டே²ந தாட³யேத் |
லுப்தஸ்ம்ரு³தே: ஸ்ம்ரு³தி: ஸத்³யோ யோகி³நஸ்தேந ஜாயதே || 1.60 ||

த்³யாவாப்ரு³தி²வ்யௌ வாய்வக்³நீ வ்யாபிநாவபி தா⁴ரயேத் |
அமாநுஷாத்ஸஸ்த்வஜாத³வா வாதா⁴ஸ்த்வேதாஸ்சிகித்ஸிதா: || 1.61 ||

அமாநுயம் ஸத்த்வமந்தர்யோகி³நம் ப்ரவிஸேத்³யதி³ |
வாய்வக்³நிதா⁴ரணேநைநம் தே³ஹஸம்ஸ்த²ம் விநிர்த்³த³ஹேத || 1.62 ||

ஏவம் ஸர்வாத்மநா ரக்ஷா கார்ய்யா யோக³விதா³ ந்ரு³ப! |
த⁴ர்மார்த²காமமோக்ஷாணம் ஸரீரம் ஸாத⁴நம் யத: || 1.63 ||

ப்ரவ்ரு³த்திலக்ஷணக்²யாநாதே³யாகி³நோ விஸ்மயாத் ததா² |
விஜ்ஞாநம் விலயம் யாதி தஸ்மாத்³கோ³ப்யா: ப்ரவ்ரு³த்தய: || 1.64 ||

அலோல்யமாரோக்³யமநிஷ்டு²ர்த்வம் க³ந்த:⁴ ஸூபோ⁴ மூத்ரபுரீஷமல்பம் |
காந்தி: ப்ரஸாத:³ ஸ்வாஸௌம்யதா ச யோக³ப்ரவ்ரு³த்தே: ப்ரத²மம் ஹி சிஹும் ||
1.65 ||

அநுராகீ³ ஜநோ யாதி பரோக்ஷே கு³ணகீர்த்தநம் |
ந பி³ப்யதி ச ஸுத்தவாநி ஸித்³தே⁴ர்லக்ஷணமுத்தமம் || 1.66 ||

ஸீதோஷ்ணாதி³பி⁴ரத்யுக்³ரைர்யஸ்ய வாதா⁴ ந வித்³யதே |
ந பீ⁴திமேதி சாந்யப்⁴யஸ்தஸ்ய ஸித்³தி⁴ருபஸ்தி²தா || 1.67 ||

இதி யோகா³த்⁴யாய: ||

யோக³ஸித்³தி:⁴

உபஸர்கா:³ ப்ரவர்த்தந்தே த்³ரு'ஷ்டே ஹ்யாத்மநி யோகி³ந: |
யே தாம்ஸ்தே ஸம்ப்ரவக்ஷயாமி ஸமாஸேந நிபோ³த்⁴ மே || 2.1 ||

காம்யா: க்ரியாஸ்ததா² காமாந் மாநுஷாநபி⁴வாஜ்ஞதி |
ஸ்த்ரியோ தா³ந²லம் வித்³யாம் மாயாம் குப்யம் த⁴நம் தி³வம் || 2.2 ||

தே³வத்வமமரேஸுத்வம் ரஸாயநசய: க்ரியா: |
மருத்ப்ரபதநம் யஞ்ஜம் ஜலாக்³ந்யாவேஸநம் ததா² |
ஸ்ராத்³தா⁴நாம் ஸர்வதா³நாநாம் ப²லாநி நியமாம்ஸ்ததா² || 2.3 ||

ததோ²பவாஸாத்பூர்த்தாச்ச தே³வதாப்⁴யர்ச்சநாத³பி |
தேப்⁴யஸ்சேப்⁴யஸ்ச கர்மப்⁴ய உபஸ்ரு'ஷ்டோ⁵பி⁴வாஞ்சதி || 2.4 ||

சித்தமித²ம் வர்த்தமாநம் யத்நாதே³யாகீ³ நிவர்த்தயேத் |
ப்³ரஹ்மஸங்கி³ மந: குர்வ்வந்ருபஸர்கா³த்³ப்ரமுச்சயதே || 2.5 ||

உபஸர்கை³ர்ஜிதைரேபி⁴ருபஸர்கா³ஸ்துத: புந: |
யோகி³ந: ஸம்ப்ரவர்த்தந்தே ஸாத்வராஜஸதாமஸா: || 2.6 ||

ப்ராதிப:⁴ ஸ்ராவணே தை³வோ ப்⁴ரமாவர்த்தௌ ததா²பரௌ |
பஞ்சைதே யோகி³நாம் யோக³விக்⁴நாய கடுகோத்³யா || 2.7 ||

வேதா³ர்தா:² காவ்யஸாஸ்த்ரார்தா² வித்³யாஸில்பாந்யஸேஷத: |
ப்ரதிபா⁴ந்தி யத்³ஸ்த்யேதி ப்ராதிப:⁴ ஸ து யோகி³ந: || 2.8 ||

ஸப்³தா³ர்தா²நகி²லாந் வேத்தி ஸப்³த³ம் க்³ரு'ஹ்நதி சைவ யத் |
யோஜநாநாம் ஸஹஸ்ரேப்⁴ய: ஸ்ராவண: ஸோ⁵பி⁴தீ⁴யதே || 2.9 ||

ஸமந்தாத்³வீக்ஷதே சாஷ்டௌ ஸ யதா³ தே³வதோபம: |
உபஸர்க³ம் தமப்யாந்த²ர்தை³வமுந்மத்தவத்³பு³தா:⁴ || 2.10 ||

ப்ராம்யதே யந்நிராலம்ப³ம் ஸநோ தோ³ஷேண யோகி³ந: |

ஸமஸ்தாசாரவிப்⁴ரம்ஸா³ப்⁴ரம: ஸ பரிகீர்த்தித: || 2.11 ||

ஆவர்த்த இவ தோயஸ்ய ஜ்ஞாநாவத்தோ யதா³குல: |

நாஸயேச்சித்தமாவர்த்த உபஸர்க:³ ஸ உச்சயதே || 2.12 ||

ஏதைர்நாஸிதயோகா³ஸ்து ஸகலா தே³வயோநய: |

உபஸர்கை³ம்ஹாகோ⁴ரைராவர்த்தந்தே புந: புந: || 2.13 ||

ப்ராவ்ரு³த்ய கந்வலம் ஸூல்கம் யோகீ³ தஸ்மாந்மநோமயம் |

சிந்தயேத்பரமம் ப்³ரஹ்ம க்ரு³த்வா தத்ப்ரவணம் மந: || 2.14 ||

யோக³யுக்த: ஸதா³ யோகீ³ லக்⁴வாஹாரோ ஜிதேந்த்³ரிய: |

ஸலக்ஷமாஸ்து தா⁴ரண: ஸப்த பூ⁴ரா³யா மூர்த்³த்⁴ந தா⁴ரயேத் || 2.15 ||

த⁴ரிதரீம் தா⁴ரயேத்³யோகீ³ தத்ஸௌக்யம் ப்ரதிபத்³யதே |

ஆத்மாநம் மந்யதே சோர்வ்வம் தத்³ப³ந்த⁴ஞ்ச ஜஹாதி ஸ: || 2.16 ||

ததை²வாப்ஸூரஸம் ஸலக்ஷமம் தத்³வத்³ருபஞ்ச தேஜஸி |

ஸ்பர்ஸம் வாயௌ ததா² தத்³வத்³விப்⁴ரதஸ்தஸ்ய தா⁴ரணம் |

வ்யோம்ந: ஸலக்ஷமாம் ப்ரவ்ரு³த்திஞ்ச ஸப்³த³ம் தத்³வஜ்ஜஹாதி ஸ: || 2.17 ||

மநஸா ஸர்வபூ⁴தாநாம் மநஸ்யாவிஸதே யதா³ |

மாநஸீம் தா⁴ரணம் விப்⁴ரந்மந: ஸலக்ஷமஞ்ச ஜாயதே || 2.18 ||

தத்³வத்³பு³த்³தி⁴மஸேஷாணம் ஸத்த்வாநாமேத்ய யோக³வித் |

பரித்யஜதி ஸம்ப்ராப்ய பு³த்³தி⁴ஸௌக்ஷம்யமநுதமம் || 2.19 ||

பரித்யஜதி ஸலக்ஷமாணி ஸப்த த்வேதாநி யோக³வித் |

ஸம்யக்³விஜ்ஞாய யோ⁵ஸர்க! தஸ்யாவ்ரு³த்திர்ந வித்³யதே || 2.20 ||

ஏதாஸாம் தா⁴ரணநந்து ஸப்தாநாம் ஸௌக்ஷம்யமாத்தமவாந் |

த்³ரு³ஷ்ட்வா தத: ஸித்³தி⁴ம் த்யக்த்வா த்யக்த்வா பரம் வ்ரஜேத் || 2.21 ||

யஸ்மிந் யஸ்மிம்ஸ்ச குருதே பு⁴தே ராக³ம் மஹீபதே! |

தஸ்மிம்ஸ்தஸ்மிந் ஸமாஸக்திம் ஸம்ப்ராப்ய ஸ விநஸ்யதி || 2.22 ||

தஸ்மாத்³விதி³த்வா ஸலக்ஷமாணி ஸம்ஸக்தாநி பரஸ்பரம் |

பரித்யஜதி யோ தே³ஹீ ஸ பரம் ப்ராப்ந்யாத்பத³ம் || 2.23 ||

ஏதாந்யேவ து ஸந்தா⁴ய ஸப்த ஸலக்ஷமாணி பார்தி²வ |

பூ⁴தாத்³நாம் விராகோ³஽த்ர ஸத்³பா⁴வஜ்ஞஸ்ய முக்தயே || 2.24 ||

க³த்³தா⁴தி³ஷு ஸமாஸக்திம் ஸம்ப்ராப்ய ஸ விநஸ்யதி |
புந்ராவர்த்ததே பூ⁴ப! ஸ ப்³ரஹ்மாபரமாநுஷம் || 2.25 ||

ஸப்தைதா தா⁴ரண யோகீ³ ஸமதீத்ய யதி³ச்ச²தி |
தஸ்மிம்ஸ்தஸ்மிம்ஸ்யம் ஸுலக்ஷமே பூ⁴தே யாதி நரேஸ்வர! || 2.26 ||

தே³வாநாமஸுராணாம் வா க்³ந்த⁴ர்வ்வோரக³ரக்ஷஸாம் |
தே³ஹேஷு லயமாயாதி ஸங்க்³ம் நாப்நோதி ச க்வசித் || 2.27 ||

அணிமா லகி⁴மா சைவ மஹிமா ப்ராப்திரேவ ச |
ப்ராகாம்யஞ்ச ததே²ஸித்வம் வஸித்வஞ்ச ததா²பரம் || 2.28 ||

யத்ர காமாவஸாயித்வம் கு³ணநேதாம்ஸ்ததை²ஸ்வராந் |
ப்ராப்நோத்யஷ்டௌ நரவ்யாக்⁴ர! பரம் நிர்வ்வாணஸு³சகாந் || 2.29 ||

ஸுலக்ஷமாத் ஸுலக்ஷமதமோ⁵ணீயாந் ஸீக்⁴ரத்வம் லகி⁴மா கு³ண: |
மஹிமா⁵ஸேஷபூஜ்யத்வாத் ப்ராப்திர்நாப்ராப்யமஸ்ய யத: || 2.30 ||

ப்ராகாம்யஸ்ய ச வ்யாபித்வாதீ³ஸித்வஞ்சேஸ்வரோ யத: |
வஸித்வாத்³வஸிமா நாம யோகி³ந: ஸப்தமோ கு³ண: || 2.31 ||

யத்ரேச்சாஸ்தா²நமப்யுத்தம் யத்ர காமாவஸாயிதா |
த்ரைஸ்வர்ப்யகாரணரேபி⁴ர்யோகி³ந: ப்ரோக்தமஷ்டதா⁴ || 2.32 ||

முக்திஸம்ஸு³சகம் பூ⁴ப! பரம் நிர்வ்வாணமாத்மந: |
ததோ ந ஜாயதே நைவ வர்த்³த⁴தே ந விநஸ்யதி || 2.33 ||

நாபி க்ஷயமவாப்நோதி பரிணாமம் ந க்³ச்ச²தி |
சே²த³ம் க்லேத³ம் ததா² தா³ஹம் ஸோஷம் பு⁴யாதி³தோ ந ச || 2.34 ||

பு⁴தவர்கா³த³வாப்நோதி ஸப்³தா³த்³யைர்ஹ்ரியதே ந ச |
ந சாஸ்ய ஸந்தி ஸப்³தா³த்³யாஸ்தத்³போ⁴க்தா தைர்ந யுஜ்யதே || 2.35 ||

யதா² ஹி கநகம் க²ந்தமபத்³ரவ்யவத³க்³நிநா |
த³க்³த⁴தோ³ஷம் த்³விதீயேந க²ந்தேநைக்யம் வ்ரஜேந்ந்ரு³ப! || 2.36 ||

ந விஸேஷமவாப்நோதி தத்³வத்³யோகா³க்³நிநா யதி: |
நிர்³த³க்³த⁴தோ³ஷஸ்தேநைக்யம் ப்ரயாதி ப்³ரஹ்மண ஸஹ || 2.37 ||

யதா²க்³நிரக்³நௌ ஸங்க்ஷிப்த: ஸமாநத்வமநுவ்ரஜேத் |
ததா³க்²யஸ்தந்மயோ பு⁴தோ ந க்³ரு'ஹ்யேத விஸேஷத: || 2.38 ||

பரேண ப்³ரஹ்மண தத்³வத் ப்ராப்யைக்யம் த³க்³த⁴கில்விஷ: |
யோகீ³ யாதி ப்ரு²த்³க்³பா⁴வம் ந கதா³சிந்மஹீபதே! || 2.39 ||

யதா² ஜலம் ஜலேநைக்யம் நிக்ஷிப்தமுபக³ச்²தி |
ததா²த்மா ஸாம்யமப்⁴யேதி யோகி³ந: பரமாத்மநி || 2.40 ||

இதி யோக³ஸித்³தி:⁴ ||

யோகி³சர்ய்யா

அலர்க உவாச |

ப⁴க³வந்! யோகி³ந்ஸ்சர்ய்யம் ஸ்ரோதுமிச்சா²மி தத்த்வத: |
ப்³ரஹ்மவர்த்தம்ந்யநுஸரந் யதா² யோகீ³ ந ஸீத்³தி || 3.1 ||

த³த்தாத்ரேய உவாச |
மாநாபமாநௌ யாவேதௌ ப்ராப்த்யுத்³வேக³கரௌ ந்ரு'ணம் |
தாவேவ விபீ'தார்தௌ² யோகி³ந: ஸித்³தி⁴காரகௌ || 3.2 ||

மாநாபமாநௌ யாவேதௌ தாவேவாந்த²ர்விஷாம்ரு'தே |
அபமானோ⁵ம்ரு'தம் தத்ர மாநஸ்து விஷமம் விஷம் || 3.3 ||

சக்ஷு:பூதம் ந்யஸேத் பாத³ம் வஸ்த்ரபூதம் ஜலம் பிபே³த் |
ஸத்யபூதாம் வதே³த்³வாணீம் பு³த்³தி⁴பூதஞ்ச சிந்தயேத் || 3.4 ||

ஆதித்யஸ்ராத்³த⁴யஜ்ஞேஷு தே³வயாத்ரோத்ஸவேஷு ச |
ம்ஹாஜநஞ்ச ஸித்³த்⁴யர்த²ம் ந க³ச்²த³யோக³வித் க்வசித் || 3.5 ||

வ்யஸ்தே விதூ⁴மே வ்யங்கா³ரே ஸர்வஸ்திந் பு⁴க்ரவர்ஜநே |
அதே³த் யோக³வித்³பை⁴க்ஷயம் ந து த்ரிஷ்வேவ நித்யஸ: || 3.6 ||

யதே²வமவமந்யந்தே ஜநா: பரிப⁴வஸ்தி ச |
ததா² யுக்தஸ்சரேத்³யோகீ³ ஸதாம் வர்தம் ந தூ³ஷயந் || 3.7 ||

பை⁴க்ஷயம் சரேத்³க்³ரு'ஹஸ்தே²ஷு யாயாவரக்³ரு'ஹேஷு ச |
ஸ்ரேஷ்டா² து ப்ரத²மா சேதி வ்ரு'த்திரஸ்யோபத்³ரு'ஸ்யதே || 3.8 ||

அத்² நித்யம் க்³ரு'ஹஸ்தே²ஷு ஸாலீநேஷு சரேத்³யதி: |
ஸ்ரத்³த்³தா⁴நேஷு தா³ந்தேஷு ஸ்ரோத்ரியேஷு மஹாத்மஸு || 3.9 ||

அத ஊர்த்³த⁴ம் புநஸ்சாபி அது³ஷ்டா²பதிதேஷு ச |
 பை⁴க்ஷயசர்ய்யா விவர்ணேஷு ஜக⁴ந்யா வ்ரு³த்திரிஷ்யதே || 3.10 ||

பை⁴க்ஷயம் யவாக்³ம் தக்ரம் வா பயோ யாவகமேவ வா |
 ப²லம் மூலம் ப்ரியங்கு³ம் வா கணபிண்யாகஸக்தவ: || 3.11 ||

இத்யேதே ச ஸாப⁴ஹாரா யோகி³ந: ஸித்³தி⁴காரகா: |
 தத்ப்ரயுஞ்ஜ்யாந்முநிர்⁴க்த்யா பரமேண ஸமாதி⁴நா || 3.12 ||

அப: பூர்வம் ஸக்ரு³த் ப்ராஸ்ய துஷ்ணீந்பூ⁴த்வா ஸமாஹித: |
 ப்ராணரேதி ததஸ்தஸ்ய ப்ரத²மா ஹ்யாந்த²தி: ஸம்ரு³தா || 3.13 ||

அபாநாய த்³விதீயா து ஸமாநாயேதி சாபரா |
 உதா³நாய சதுர்த்² ஸ்யாத் வ்யாநாயேதி ச பஞ்சமீ || 3.14 ||

ப்ராணயாமை: ப்ரு³த்²க் க்ரு³த்வா ஸேஷம் பு⁴ஞ்ஜீத காமத: |
 அப: புந: ஸக்ரு³த் ப்ராஸ்ய ஆசம்ய ஹ்ரு³த³யம் ஸ்ப்ரு³ஸேத் || 3.15 ||

அஸ்தேயம் ப்³ரஹ்மசர்யஞ்ச த்யாகோ³ஸலோப⁴ஸ்ததை²வ ச |
 வ்ரதாநி பஞ்ச பி⁴க்ஷு³னாமஹிம்ஸாபரமாணி வை || 3.16 ||

அக்ரோதோ⁴ கு³ருஸாஸ்ருஷா ஸௌசமாஹாரலாக⁴வம் |
 நித்யஸ்வாத்⁴யாய இத்யேதே நியமா: பஞ்ச கீர்த்திதா: || 3.17 ||

ஸாரபூ⁴தமுபாஸீத ஜ்ஞாநம் யத் கார்ய்யஸாத⁴கம் |
 ஜ்ஞாநாநாம் வ தா⁴ ஷேயம் யோக³விக்⁴நகரா ஹிந்ஸா || 3.18 ||

இத³ம் ஜ்ஞேயமித³ம் ஜ்ஞேயமிதி யஸ்த்ரு³ஷிதஸ்சரேத் |
 அபி கல்பஸஹஸ்ரேஷு நைவ ஜ்ஞேயமவாப்நுயாத் || 3.19 ||

த்யக்தஸங்கோ³ ஜிதக்ரோதோ⁴ லக்⁴வாஹாரோ ஜிதேந்த்³ரிய: |
 விதா⁴ய பு³த்³த⁴ஹ்யா த்³வாராணி மநோ த்⁴யாநே நிவேஸயேத் || 3.20 ||

ஸூந்யேஷவேவாவகாஸேஷு கு³ஹாஸு ச வநேஷு ச |
 நித்யயுக்த: ஸதா³ யோகீ³ த்⁴யாநம் ஸம்யகு³பக்ரமேத் || 3.21 ||

வாக்³த³ந்த: கர்மத³ந்தஸ்ச மநோத³ந்தஸ்ச தே த்ரய: |
 யஸ்மைதே நியதா த³ந்தா: ஸ த்ரித³ந்தீ மஹாயதி: || 3.22 ||

ஸர்வமாத்மமயம் யஸ்ய ஸத³ஸஜ்ஜக³த³த்³ரு³ஸம் |
 கு³னாகு³ணமயம் தஸ்ய க: ப்ரிய: கோ ந்ரு³பாப்ரிய: || 3.23 ||

விஸு³த⁴பு³தி⁴:⁴ ஸமலோஷட்²ரகாஞ்சந: ஸமஸ்தபூ⁴தேஷு ச தத்ஸமாஹித: |
ஸ்தா²நம் பரம் ஸாஸ்வதமவ்யஞ்ச பரம் ஹி க³த்வா ந புந: ப்ரஜாயதே || 3.24 ||

வேதா:³ ஸ்ரேஷ்டா:² ஸர்வயஜ்ஞக்ரீயாஸ்ச யஜ்ஞாஜ்ஜயம் ஜ்ஞாநமார்³ஸ்ச ஜய்யாத்
|

ஜ்ஞாநாத்³யாநம் ஸங்க³ரா³வ்யபேதம் தஸ்மிந்ப்ராப்தே ஸாஸ்வதஸ்யோபலப்³தி:⁴ ||
3.25 ||

ஸமாஹிதோ ப்³ரஹ்மபரோ³ப்ரமாதீ³ ஸாசிஸ்ததை²காந்தரதிர்யதேந்த்³ரிய: |
ஸமாப்நுயாத்³யோக³மிமம் மஹாத்மா விமுக்திமாப்நோதி தத: ஸ்வயோக³த: || 3.26 ||

இதி யோகி³சர்ய்யா

Encoded by Vlad Sovarel vlad.sovarel at yahoo.com

—
Lord Dattatreya's Secret of Yoga
pdf was typeset on November 22, 2022
—

Please send corrections to sanskrit@cheerful.com

