

---

## Dhyanabindu Upanishad

த<sup>4</sup>யாநபி<sup>3</sup>ந்தூ<sup>3</sup>பநிஷத்

### Document Information

---

Text title : Dhyanabindu Upanishad

File name : dhyanabindu.itx

Category : upanishhat

Location : doc\_upanishhat

Author : Vedic Tradition

Transliterated by : Sunder Hattangadi

Proofread by : Sunder Hattangadi

Description-comments : 39/108; Krishna Yajurveda, Yoga Upanishad

Latest update : February 11, 2000

Send corrections to : [sanskrit at cheerful dot c om](mailto:sanskrit at cheerful dot c om)

---

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**.

---

April 1, 2025

*sanskritdocuments.org*

---

## Dhyānabindu Upanishad

த்யானபிந்துப்பநிஷத்



த்யாத்வா யத்<sup>3</sup>ப்<sup>3</sup>ரஹ்மமாத்ரம் தே ஸ்வாவஸேஷதி<sup>4</sup>யா யயு: |

யோக<sup>3</sup>தத்த்வஜ்ஞாநப<sup>2</sup>லம் தத்ஸ்வமாத்ரம் விசிந்தயே ||

ஓ ஸஹ நாவவது || ஸஹ நௌ பு<sup>4</sup>நக்து ||

ஸஹ வீர்யம் கரவாவஹை ||

தேஜஸ்விநாவதீ<sup>4</sup>தமஸ்து மா வித்<sup>3</sup>விஷாவஹை ||

ஓ ஶாந்தி: ஶாந்தி: ஶாந்தி: ||

யதி<sup>3</sup> ஶைலஸமம் பாபம் விஸ்தீர்ணம் ப<sup>3</sup>ஹுயோஜநம் |

பி<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>யதே த்யானயோகே<sup>3</sup>ந நானயோ பே<sup>4</sup>த:<sup>3</sup> கதா<sup>3</sup>சந || 1 ||

பீ<sup>3</sup>ஜாக்ஷரம் பரம் பி<sup>3</sup>ந்து<sup>3</sup>ம் நாதோ<sup>3</sup> தஸ்யோபரி ஸ்தி<sup>2</sup>தம் |

ஸஸப்<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ம் சாக்ஷரே க்ஷீணே நி:ஸப்<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ம் பரமம் பத<sup>3</sup>ம் || 2 ||

அநாஹதம் து யச்ச<sup>2</sup>ப்<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ம் தஸ்ய ஶப்<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ஸ்ய யத்பரம் |

தத்பரம் விந்த<sup>3</sup>தே யஸ்து ஸ யோகீ<sup>3</sup> சி<sup>2</sup>ந்நஸம்ஸய: || 3 ||

வாலாக்<sup>3</sup>ரஸதஸாஹஸ்ரம் தஸ்ய பா<sup>4</sup>க<sup>3</sup>ஸ்ய பா<sup>4</sup>கி<sup>3</sup>ந: |

தஸ்ய பா<sup>4</sup>க<sup>3</sup>ஸ்ய பா<sup>4</sup>கா<sup>3</sup>ர்த<sup>4</sup>ம் தக்கூயே து நிரஞ்ஜநம் || 4 ||

புஷ்பமத்<sup>4</sup>யே யதா<sup>2</sup> க<sup>3</sup>ந்த:<sup>4</sup> பயோமத்<sup>4</sup>யே யதா<sup>2</sup> க்<sup>4</sup>ரு<sup>2</sup>தம் |

திலமத்<sup>4</sup>யே யதா<sup>2</sup> தைலம் பாஷாணாஷ்விவ காஞ்சநம் || 5 ||

ஏவம் ஸர்வாணி பூ<sup>4</sup>தாநி மணௌ ஸூத்ர இவாத்த்மநி |

ஸ்தி<sup>2</sup>ரபு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>தி<sup>4</sup>ரஸம்மூடோ<sup>4</sup> ப்<sup>3</sup>ரஹ்மவித்<sup>3</sup>ப்<sup>3</sup>ரஹ்மணிஸ்தி<sup>2</sup>த: || 6 ||

திலாநாம் து யதா<sup>2</sup> தைலம் புஷ்பே க<sup>3</sup>ந்த<sup>4</sup> இவாஸ்ரித: |

புருஷஸ்ய ஶரீரே து ஶபா<sup>3</sup>ஹ்யாப்<sup>4</sup>யந்தரே ஸ்தி<sup>2</sup>த: || 7 ||

வ்ரு<sup>3</sup>க்ஷம் து ஸகலம் வித்<sup>3</sup>யாச்சா<sup>2</sup>யா தஸ்யைவ நிஷ்கலா |

ஸகலே நிஷ்கலே பா<sup>4</sup>வே ஸர்வத்ராத்த்மா வ்யவஸ்தி<sup>2</sup>த: || 8 ||

ஓமியேகாக்கூரம் ப்<sup>3</sup>ரஹ்ம த்யேயம் ஸர்வமுமுகூபி<sup>4</sup> |

ப்ரு<sup>2</sup>தி<sup>2</sup>வ்யக்<sup>3</sup>நி<sup>3</sup>ச ரு<sup>3</sup>க்<sup>3</sup>வேதோ<sup>3</sup> பூ<sup>4</sup>ரிதியேவ பிதாமஹ: || 9 ||

அகாரே து லயம் ப்ராப்தே ப்ரத<sup>2</sup>மே ப்ரணவாம்ஸகே |

அந்தரிக்ஷம் யஜூர்வாயு<sup>4</sup>வோ விஷ்ணுர்ஜநார்த்<sup>3</sup>ந: || 10 ||

உகாரே து லயம் ப்ராப்தே த்<sup>3</sup>விதீயே ப்ரணவாம்ஸகே |

த்<sup>3</sup>யெள: ஸு<sup>3</sup>ர்ய: ஸாமவேத<sup>3</sup>ஸ்ச ஸ்வரிதியேவ மஹேஸ்வர: || 11 ||

மகாரே து லயம் ப்ராப்தே த்ரு<sup>2</sup>தீயே ப்ரணவாம்ஸகே |

அகார: பீதவர்ண: ஸ்யாத்<sup>3</sup>ரஜோகு<sup>3</sup>ண உதீ<sup>3</sup>ரித: || 12 ||

உகார: ஸாதத்விக: ஸூக்லோ மகார: க்ரு<sup>3</sup>ஷ்ணதாமஸ: |

அஷ்டாங்க<sup>3</sup>ம் ச சதுஷ்பாத<sup>3</sup>ம் த்ரிஸ்தா<sup>2</sup>நம் பஞ்சதை<sup>3</sup>வதம் || 13 ||

ஓங்காரம் யோ ந ஜாநாதி ப்<sup>3</sup>ரஹ்மணோ ந ப<sup>4</sup>வேத்து ஸ: |

ப்ரணவோ த<sup>4</sup>நு: ஸரோ ஹ்யாத்மா ப்<sup>3</sup>ரஹ்ம தல்லக்ஷயமுச்ச்யதே || 14 ||

அப்ரமத்தேந வேத்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>வ்யம் ஸரவத்தந்மயோ ப<sup>4</sup>வேத் |

நிவர்தந்தே க்ரியா: ஸர்வாஸ்தஸ்மிந்த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஷ்டே பராவரே || 15 ||

ஓங்காரப்ர<sup>4</sup>வா தே<sup>3</sup>வா ஓங்காரப்ர<sup>4</sup>வா: ஸ்வரா: |

ஓங்காரப்ர<sup>4</sup>வம் ஸர்வம் த்ரைலோக்யம் ஸசராசரம் || 16 ||

ஹ்ரஸ்வோ த<sup>3</sup>ஹதி பாபாநி தீ<sup>3</sup>ர்க:<sup>4</sup> ஸம்பத்ப்ரதோ<sup>3</sup>வ்யய: |

அர்த<sup>4</sup>மாத்ரா ஸமாயுக்த: ப்ரணவோ மோக்ஷதா<sup>3</sup>யக: || 17 ||

தைலதா<sup>4</sup>ராமிவாச்சி<sup>2</sup>ந்நம் தீ<sup>3</sup>ர்க<sup>4</sup>க<sup>4</sup>ண்டாநிநாத<sup>3</sup>வத் |

அவாச்சயம் ப்ரணவஸ்யாக்<sup>3</sup>ரம் யஸ்தம் வேத<sup>3</sup>ஸ வேத<sup>3</sup>வித் || 18 ||

ஹ்ரு<sup>3</sup>த்ப<sup>3</sup>மகர்ணிகாமத்<sup>4</sup>யே ஸ்தி<sup>2</sup>ரதீ<sup>3</sup>பநிபா<sup>4</sup>க்ரு<sup>3</sup>திம் |

அங்கு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>மாத்ரமசலம் த்யாயேதோ<sup>3</sup>ங்காரமீஸ்வரம் || 19 ||

இட<sup>3</sup>யா வாயுமாபுர்ய பூரயித்வோத<sup>3</sup>ரஸ்தி<sup>2</sup>தம் |

ஓங்காரம் தே<sup>3</sup>ஹமத்<sup>4</sup>யஸ்த<sup>2</sup>ம் த்யாயேஜ்ஜ்வாலவலீவ்ரு<sup>3</sup>தம் || 20 ||

ப்<sup>3</sup>ரஹ்மா பூரக இத்யுக்தோ விஷ்ணு: கும்ப<sup>4</sup>க உச்ச்யதே |

ரேசோ ருத்<sup>3</sup>ர இதி ப்ரோக்த: ப்ராணயாமஸ்ய தே<sup>3</sup>வதா: || 21 ||

ஆத்மாநமரணிம் க்ரு<sup>3</sup>த்வா ப்ரணவம் சோத்தராணிம் |

த்யாநநிர்மத<sup>2</sup>நாப்யாஸாதே<sup>3</sup>வ பஸ்யேந்நிகூ<sup>3</sup>ட<sup>4</sup>வத் || 22 ||

ஓங்காரத்<sup>4</sup>வநிநாதே<sup>3</sup>ந வாயோ: ஸம்ஹரணாந்திகம் |  
யாவத்<sup>3</sup>ப<sup>3</sup>லம் ஸமாதத்<sup>3</sup>த்யாத்ஸம்யங்நாத<sup>3</sup>லயாவதி<sup>4</sup> || 23 ||

க<sup>3</sup>மாக<sup>3</sup>மஸ்த<sup>2</sup>ம் க<sup>3</sup>மநாதி<sup>3</sup>ஸூந்ய-  
மோங்காரமேகம் ரவிகோடிதீ<sup>3</sup>ப்திம் |  
பஸ்யந்தி யே ஸர்வஜநாந்தரஸ்த<sup>2</sup>ம்

ஹம்ஸாத்மகம் தே விரஜா ப<sup>4</sup>வந்தி || 24 ||

யந்மநஸ்த்ரிஜக<sup>3</sup>த்ஸுரு'ஷ்டிஸ்தி<sup>2</sup>திவ்யஸநகர்மக்ரு'த் |  
தந்மநோ விலயம் யாதி தத்<sup>3</sup>விஷ்ணோ: பரமம் பத<sup>3</sup>ம் || 25 ||

அஷ்டபத்ரம் து ஹ்ரு'த்பத்<sup>3</sup>மம் த<sup>3</sup>வாத்ரிம்ஸத்கேஸராந்விதம் |  
தஸ்ய மத்<sup>4</sup>யே ஸ்தி<sup>2</sup>தோ பா<sup>4</sup>நுர்பா<sup>4</sup>நுமத்<sup>4</sup>யக<sup>3</sup>த: ஸஸீ || 26 ||

ஸஸிமத்<sup>4</sup>யக<sup>3</sup>தோ வஹ்நிர்வஹ்நிமத்<sup>4</sup>யக<sup>3</sup>தா ப்ரபா<sup>4</sup> |  
ப்ரபா<sup>4</sup>மத்<sup>4</sup>யக<sup>3</sup>தம் பீ<sup>2</sup>ம் நாநாரதநப்ரவேஷ்டிதம் || 27 ||

தஸ்ய மத்<sup>4</sup>யக<sup>3</sup>தம் தே<sup>3</sup>வம் வாஸுதே<sup>3</sup>வம் நிரஞ்ஜநம் |  
ஸ்ரீவத்ஸகௌஸ்துபோ<sup>4</sup>ரஸ்கம் முக்தாமணிவிபூ<sup>4</sup>ஷிதம் || 28 ||

ஸூத்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஸ்ப<sup>2</sup>டிகஸங்காஸம் சந்த்<sup>3</sup>ரகோடிஸமப்ரப<sup>4</sup>ம் |  
ஏவம் த்யாயேந்மஹாவிஷ்ணுமேவம் வா விநயாந்வித: || 29 ||

அதஸீபுஷ்பஸங்காஸம் நாபி<sup>4</sup>ஸ்தா<sup>2</sup>நே ப்ரதிஷ்டி<sup>2</sup>தம் |  
சதுர்பு<sup>4</sup>ஜம் மஹாவிஷ்ணும் பூரகேண விசிந்தயேத் || 30 ||

கும்ப<sup>4</sup>கேந ஹ்ரு'தி<sup>3</sup>ஸ்தா<sup>2</sup>நே சிந்தயேத்தமலாஸநம் |  
ப்<sup>3</sup>ரஹ்மாணம் ரக்தகௌ<sup>3</sup>ராப<sup>4</sup>ம் சதுர்வக்த்ரம் பிதாமஹம் || 31 ||

ரேசகேந து வித்<sup>3</sup>யாத்மா லலாடஸ்த<sup>2</sup>ம் த்ரிலோசநம் |  
ஸூத்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஸ்ப<sup>2</sup>டிகஸங்காஸம் நிஷ்கலம் பாபநாஸநம் || 32 ||

அஞ்ஜபத்ரமத<sup>4</sup>புஷ்பமூர்த்<sup>4</sup>வநாலமதோ<sup>4</sup>முக<sup>2</sup>ம் |  
கத்<sup>3</sup>லீபுஷ்பஸங்காஸம் ஸர்வவேத்<sup>3</sup>மயம் ஸிவம் || 33 ||

ஸதாரம் ஸதபத்ராட்<sup>4</sup>யம் விகீர்ணம்பு<sup>3</sup>ஜகர்ணிகம் |  
தத்ரார்கசந்த்<sup>3</sup>ரவஹ்நீநாமுபர்யுபரி சிந்தயேத் || 34 ||

பத்<sup>3</sup>மஸ்யோத்<sup>3</sup>கா<sup>4</sup>டநம் க்ரு'த்வா போ<sup>3</sup>த<sup>4</sup>சந்த்<sup>3</sup>ராக்<sup>3</sup>நிஸூர்யகம் |

தஸ்ய ஹ்ருத்<sup>3</sup>பீஜமாஹ்ருத்ய ஆத்மாநம் சரதே த்ருவம் || 35 ||

த்ரிஸ்தா<sup>2</sup>நம் ச த்ரிமாத்ரம் ச த்ரிபீ<sup>3</sup>ரஹம் ச த்ரயாக்ஷரம் |  
த்ரிமாத்ரம்த<sup>4</sup>மாத்ரம் வா யஸ்தம் வேத<sup>3</sup>ஸ வேத<sup>3</sup>வித் || 36 ||

தைலதா<sup>4</sup>ரிவாச்சி<sup>2</sup>ந்நதீ<sup>3</sup>ர்க<sup>4</sup>க<sup>4</sup>ண்டாநிநாத<sup>3</sup>வத் |  
பி<sup>3</sup>ந்நு<sup>3</sup>நாத<sup>3</sup>கலாதீதம் யஸ்தம் வேத<sup>3</sup>ஸ வேத<sup>3</sup>வித் || 37 ||

யதை<sup>2</sup>வத்பலநாலேந தோயமாகர்ஷயேந்நர: |  
ததை<sup>2</sup>வஓத்கர்ஷயேத்<sup>3</sup>வாயும் யோகீ<sup>3</sup>யோக<sup>3</sup>பதே<sup>2</sup>ஸ்தி<sup>2</sup>த: || 38 ||

அர்த<sup>4</sup>மாத்ராத்தமகம் க்ரு<sup>2</sup>த்வா கோஸீ<sup>4</sup>பூ<sup>4</sup>தம் து பங்கஜம் |  
கர்ஷயேந்நலமாத்ரேண ப்<sup>4</sup>ருவோர்மத்<sup>4</sup>யே லயம் நயேத் || 39 ||

ப்<sup>4</sup>ருவோர்மத்<sup>4</sup>யே லலாடே து நாஸிகாயாஸ்து மூலத: |  
ஜானீயாத<sup>3</sup>ம்ரு<sup>2</sup>தம் ஸ்தா<sup>2</sup>நம் தத்<sup>3</sup>பீ<sup>3</sup>ரஹ்மாயதநம் மஹத் || 40 ||

ஆஸநம் ப்ராணஸம்ரோத:<sup>4</sup> ப்ரத்யாஹாரர்ஸ தா<sup>4</sup>ரண |  
த்யாநம் ஸமாதி<sup>4</sup>ரேதாநி யோகா<sup>3</sup>ங்கா<sup>3</sup>நி ப<sup>4</sup>வந்தி ஷட் || 41 ||

ஆஸநாநி ச தாவந்தி யாவந்த்யோ ஜீவஜாதய: |  
ஏதேஷாநதுலாந்பே<sup>4</sup>தா<sup>3</sup>ந்விஜாநாதி மஹேஸ்வர: || 42 ||

சி<sup>2</sup>த்<sup>3</sup>ரம் ப<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ரம் ததா<sup>2</sup>ஸிம்ஹம் பத்<sup>3</sup>மம் சேதி சதுஷ்டயம் |  
ஆதா<sup>4</sup>ரம் ப்ரத<sup>2</sup>மம் சக்ரம் ஸ்வாதி<sup>4</sup>ஷ்டா<sup>2</sup>நம் த்<sup>3</sup>விதீயகம் || 43 ||

யோநிஸ்தா<sup>2</sup>நம் தயோர்மத்<sup>4</sup>யே காமரூபம் நிக<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>யதே |  
ஆதா<sup>4</sup>ரா<sup>2</sup>க<sup>2</sup>யே கு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>ஸ்தா<sup>2</sup>நே பங்கஜம் யச்சதுர்த்<sup>3</sup>லம் || 44 ||

தந்மத்<sup>4</sup>யே ப்ரோச்யதே யோநி: காமாக்<sup>2</sup>யா ஸித்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>வந்தி<sup>3</sup>தா |  
யோநிமத்<sup>4</sup>யே ஸ்தி<sup>2</sup>தம் லிங்க<sup>3</sup>ம் பஸ்சிமாபி<sup>4</sup>முக<sup>2</sup>ம் ததா<sup>2</sup> || 45 ||

மஸ்தகே மணிவத்<sup>3</sup>பி<sup>4</sup>ந்நம் யோ ஜாநாதி ஸ யோக<sup>3</sup>வித் |  
தப்தசாமீகராகாரம் தடி<sup>3</sup>ல்லேகே<sup>2</sup>வ விஸ்பு<sup>2</sup>ரத் || 46 ||

சதுரஸ்ரமுபர்யக்<sup>3</sup>நேரதோ<sup>4</sup> மேட்<sup>4</sup>ராத்ப்ரதிஷ்ட<sup>2</sup>தம் |  
ஸ்வஸப்<sup>3</sup>தே<sup>3</sup>ந ப<sup>4</sup>வேத்ப்ராண: ஸ்வாதி<sup>4</sup>ஷ்டா<sup>2</sup>நம் ததா<sup>3</sup>ஸ்ரயம் || 47 ||

ஸ்வாதி<sup>4</sup>ஷ்டா<sup>2</sup>நம் ததஸ்சக்ரம் மேட்<sup>4</sup>ரமேவ நிக<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>யதே |  
மணிவத்தந்நுநா யத்ர வாயுநா பூரிதம் வபு: || 48 ||

தந்நாபி<sup>4</sup>மண்ட<sup>3</sup>லம் சக்ரம் ப்ரோச்யதே மணிபூரகம் |

த<sup>3</sup>வாத<sup>3</sup>ஸாரமஹாசக்ரே புண்யபாபநியந்த்ரித: || 49 ||

தாவஜ்ஜீவோ ப்<sup>4</sup>ரமத்யேவம் யாவத்தத்த்வம் ந விந்த<sup>3</sup>தி |

ஊர்த்<sup>4</sup>வம் மேட்<sup>4</sup>ராத<sup>3</sup>தோ<sup>2</sup> நாபே: <sup>4</sup> கந்தோ<sup>3</sup> யோ<sup>5</sup>ஸ்தி க<sup>2</sup>கா<sup>3</sup>ண்ட<sup>3</sup>வத் || 50 ||

தத்ர நாட்<sup>3</sup>ய: ஸமுத்பந்நா: ஸஹஸ்ராணி த்<sup>3</sup>விஸப்ததி: |

தேஷு நாட<sup>3</sup>ஸஹஸ்ரேஷு த்<sup>3</sup>விஸப்ததிருதா<sup>3</sup>ஹ்ரு<sup>3</sup>தா: || 51 ||

ப்ரதா<sup>4</sup>நா: ப்ராணவாஹிந்யோ பூ<sup>4</sup>யஸ்தத்ர த<sup>3</sup>ஸ ஸ்ம்ரு<sup>3</sup>தா: |

இடா<sup>3</sup> ச பிங்க<sup>3</sup>லா சைவ ஸுஷும்நா ச த்ரு<sup>3</sup>தீயகா || 52 ||

கா<sup>3</sup>ந்தா<sup>4</sup>ஈ ஹஸ்திஜிஹ்வா ச பூஷா சைவ யஸஸ்விநி |

அலம்ப<sup>3</sup>ஸா குஹூரத்ர ஸங்கி<sup>2</sup>நீ த<sup>3</sup>ஸமீ ஸ்ம்ரு<sup>3</sup>தா || 53 ||

ஏவம் நாட<sup>3</sup>மயம் சக்ரம் விஜ்ஞேயம் யோகி<sup>3</sup>நா ஸதா<sup>3</sup> |

ஸததம் ப்ராணவாஹிந்ய: ஸோம ஸூர்யாக்<sup>3</sup>நிதே<sup>3</sup>வதா: || 54 ||

இடா<sup>3</sup>பிங்க<sup>3</sup>லாஸுஷும்நாஸ்திஸ்ரோ நாட்<sup>3</sup>ய: ப்ரகீர்திதா: |

இடா<sup>3</sup> வாமே ஸ்தி<sup>2</sup>தா பா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup> பிங்க<sup>3</sup>லா த்<sup>3</sup>க்ஷிணே ஸ்தி<sup>2</sup>தா || 55 ||

ஸுஷும்நா மத்யதே<sup>3</sup>ஸே து ப்ராணமார்கா<sup>3</sup>ஸ்த்ரய: ஸ்ம்ரு<sup>3</sup>தா: |

ப்ராணோ<sup>5</sup>பாந: ஸமாநஸ்சோதா<sup>3</sup>நோ வ்யாநஸ்ததை<sup>2</sup>வ ச || 56 ||

நாக: <sup>3</sup> கூர்ம: க்ரு<sup>3</sup>கரகோ தே<sup>3</sup>வத<sup>3</sup>த்தோ த<sup>4</sup>நஞ்ஜய: |

ப்ராணாத்<sup>3</sup>யா: பஞ்ச விக்<sup>2</sup>யாதா நாகா<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>யா: பஞ்ச வாயவ: || 57 ||

ஏதே நாட<sup>3</sup>ஸஹஸ்ரேஷு வர்தந்தே ஜீவருபிண: |

ப்ராணபாநவஸோ ஜீவோ ஹ்யத<sup>4</sup>ஸ்சோர்த்<sup>4</sup>வம் ப்ரதா<sup>4</sup>வதி || 58 ||

வாமத<sup>3</sup>க்ஷிணமார்கே<sup>3</sup>ண சஞ்சலத்வாந்ந த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஸ்யதே |

ஆக்ஷிப்தோ பு<sup>4</sup>ஜத<sup>3</sup>ண்டே<sup>3</sup>ந யதோ<sup>2</sup>ச்சலதி கந்த<sup>3</sup>க: || 59 ||

ப்ராணபாநஸமாக்ஷிப்தஸ்தத்<sup>3</sup>வஜ்ஜீவோ ந விஸ்ரமேத் |

அபாநாத்கர்ஷதி ப்ராணோ<sup>5</sup>பாந: ப்ராணச்ச கர்ஷதி || 60 ||

க<sup>2</sup>க<sup>3</sup>ரஜ்ஜுவதி<sup>3</sup>த்யேதத்<sup>3</sup>யோ ஜாநாதி ஸ யோக<sup>3</sup>வித் |

ஹகாரேண ப்<sup>3</sup>ஹிர்யாதி ஸகாரேண விஸேத்புந: || 61 ||

ஹம்ஸஹம்ஸேத்யமம் மந்த்ரம் ஜீவோ ஜபதி ஸர்வதா<sup>3</sup> |

ஸதாநி ஷட்<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>வாராத்ரம் ஸஹஸ்ராணேகவிம்ஸதி: || 62 ||

ஏதந்ஸங்க<sup>2</sup>யாந்விதம் மந்த்ரம் ஜீவோ ஜபதி ஸர்வதா<sup>3</sup> ।  
அஜபா நாம கா<sup>3</sup>யத்ரீ யோகி<sup>3</sup>நாம் மோக்ஷதா<sup>3</sup> ஸதா<sup>3</sup> ॥ 63 ॥

அஸ்யா: ஸங்கல்பமாத்ரேண நர: பாபை: ப்ரமுச்யதே ।  
அநயா ஸத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஸீ வித்<sup>3</sup>யா அநயா ஸத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஸோ ஜப: ॥ 64 ॥

அநயா ஸத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஸம் புண்யம் ந பூ<sup>4</sup>தம் ந ப<sup>4</sup>விஷ்யதி ।  
யேந மார்கே<sup>3</sup>ண க<sup>3</sup>ந்தவ்யம் ப்<sup>3</sup>ரஹ்மஸ்தா<sup>2</sup>நம் நிராமயம் ॥ 65 ॥

முகே<sup>2</sup>நாச்சா<sup>2</sup>த்<sup>3</sup>ய தத்<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>வாரம் ப்ரஸுப்தா பரமேஸ்வரீ ।  
ப்ரபு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup> வஹ்நியோகே<sup>3</sup>ந மநஸா மருதா ஸஹ ॥ 66 ॥

ஸூசிவத்<sup>3</sup>கு<sup>3</sup>ணமாதா<sup>3</sup>ய வ்ரஜத்யூர்த்<sup>4</sup>வம் ஸுஷும்நயா ।  
உத்<sup>3</sup>கா<sup>4</sup>டயேத்கபாடம் து யதா<sup>2</sup> குஞ்சிகயா ஹடா<sup>2</sup>த் ॥ 67 ॥

குண்ட<sup>3</sup>லிந்யா தயா யோகீ<sup>3</sup> மோக்ஷத்<sup>3</sup>வாரம் விபே<sup>4</sup>தீ<sup>3</sup>யேத் ॥ 68 ॥

க்ரு<sup>3</sup>த்வா ஸம்புடிதௌ கரௌ த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ட<sup>4</sup>தரம் ப்<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>வாத<sup>2</sup> ப்<sup>3</sup>மாஸநம் ।  
கா<sup>3</sup>ட<sup>4</sup>ம் வக்ஷஸி ஸந்நிதா<sup>4</sup>ய சபு<sup>3</sup>கம் த்<sup>4</sup>யாநம் ச தச்சேதஸி ॥

வாரம்வாரமமபாதமூர்த்<sup>4</sup>வமநிலம் ப்ரோச்சாரயந்பூரிதம் ।  
முஞ்சந்ப்ராணமுபைதி போ<sup>3</sup>த<sup>4</sup>மதுலம் ஸக்திப்ரபா<sup>4</sup>வாந்நர: ॥ 69 ॥

பத்<sup>3</sup>மாஸநஸ்தி<sup>2</sup>தோ யோகீ<sup>3</sup> நாடீ<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>வாரேஷு பூரயந் ।  
மாருதம் கும்ப<sup>4</sup>யந்யஸ்து ஸ முக்தோ நாத்ர ஸம்ஸய: ॥ 70 ॥

அங்கா<sup>3</sup>நாம் மர்த்<sup>3</sup>நம் க்ரு<sup>3</sup>த்வா ஸ்ரமஜாதேந வாரிணா ।  
கட்வம்லலவணத்யாகீ<sup>3</sup> க்ஷீரபாந்ரத: ஸுகீ<sup>2</sup> ॥ 71 ॥

ப்<sup>3</sup>ரஹ்மசாரீ மிதாஹாரீ யோகீ<sup>3</sup> யோக<sup>3</sup>பராயண: ।  
அப்<sup>3</sup>தா<sup>3</sup>தூ<sup>3</sup>ர்த்<sup>4</sup>வம் ப<sup>4</sup>வேதஸித்<sup>3</sup>தோ<sup>4</sup> நாத்ர கார்யாம் விசாரணா ॥ 72 ॥

கந்தோ<sup>3</sup>ர்த்<sup>4</sup>வகுண்ட<sup>3</sup>லீ ஸக்தி: ஸ யோகீ<sup>3</sup> ஸித்<sup>3</sup>தி<sup>4</sup>பா<sup>4</sup>ஜநம் ।  
அபாந்ப்ராணயோரைக்யம் க்ஷயந்மூத்ரபு<sup>3</sup>ஷயோ: ॥ 73 ॥

யுவா ப<sup>4</sup>வதி வ்ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>தோ<sup>4</sup>ஸபி ஸததம் மூலப<sup>3</sup>ந்<sup>4</sup>நாத் ।  
பார்ஷ்ணிபா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup>ந ஸம்பீ<sup>3</sup>ய யோநிமாகுஞ்சயேத்<sup>3</sup>கு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>ம் ॥ 74 ॥

அபாந்மூர்த்<sup>4</sup>வமுத்க்ரு<sup>3</sup>ஷ்ய மூலப<sup>3</sup>ந்<sup>4</sup>தோ<sup>4</sup>ஸமுச்யதே ।  
உட்<sup>3</sup>யாணம் குருதே யஸ்மாத<sup>3</sup>விஸ்ராந்தமஹாக<sup>2</sup>:<sup>3</sup> ॥ 75 ॥

உட்<sup>3</sup>டி<sup>3</sup>யாணம் ததே<sup>3</sup>வ ஸ்யாத்தத்ர பி<sup>3</sup>ந்தோ<sup>4</sup> விதீ<sup>4</sup>யதே |  
உத்<sup>3</sup>ரே பஸ்சிமம் தாணம் நாபே<sup>4</sup>ரூர்த்<sup>4</sup>வம் து காரயேத் || 76 ||

உட்<sup>3</sup>டி<sup>3</sup>யானே<sup>5</sup>ப்யயம் பி<sup>3</sup>ந்தோ<sup>4</sup> ம்ரு<sup>3</sup>த்யுமாதங்க<sup>3</sup>கேஸீ |  
பி<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>நாதி ஹி ஸிரோஜாதமதோ<sup>4</sup>கா<sup>3</sup>மிநபோ<sup>4</sup>ஜலம் || 77 ||

ததோ ஜாலந்த<sup>4</sup>ரோ பி<sup>3</sup>ந்த<sup>4</sup> கர்மது<sup>3</sup>கெள<sup>2</sup>க<sup>4</sup>நாஸந: |  
ஜாலந்த<sup>4</sup>ரே க்ரு<sup>3</sup>தே பி<sup>3</sup>ந்தே<sup>4</sup> கர்ணஸங்கோசலக்ஷணே || 78 ||

ந பீயூஷம் பதத்யக்<sup>3</sup>நௌ ந ச வாயு: ப்ரதா<sup>4</sup>வதி |  
கபாலகுஹரே ஜிஹ்வா ப்ரவிஷ்டா விபரீதகா<sup>3</sup> || 79 ||

ப்<sup>4</sup>ருவோரந்தர்<sup>3</sup>க<sup>3</sup>தா த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஷ்டிர்முத்<sup>3</sup>ரா ப<sup>4</sup>வதி கே<sup>2</sup>சீ |  
ந ரோகோ<sup>3</sup> மரணம் தஸ்ய ந நித்<sup>3</sup>ரா ந க்ஷுதா<sup>4</sup> த்ரு<sup>3</sup>ஷா || 80 ||

ந ச மூர்ச்சா<sup>2</sup> ப<sup>4</sup>வேத்தஸ்ய யோ முத்<sup>3</sup>ராம் வேத்தி கே<sup>2</sup>சீம் |  
பீட்<sup>3</sup>யதே ந ச ரோகே<sup>3</sup>ண விப்யதே ந ச கர்மண || 81 ||

பி<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>யதே ந ச காலேந யஸ்ய முத்<sup>3</sup>ரஸ்தி கே<sup>2</sup>சீ |  
சித்தம் சரதி கே<sup>2</sup> யஸ்மாஜ்ஜிஹ்வா ப<sup>4</sup>வதி கே<sup>2</sup>க<sup>3</sup>தா || 82 ||

தேநைஷா கே<sup>2</sup>சீ நாம முத்<sup>3</sup>ரா ஸித்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>நமஸ்க்ரு<sup>3</sup>தா |  
கே<sup>2</sup>சர்யா முத்<sup>3</sup>ரயா யஸ்ய விவரம் லம்பி<sup>3</sup>கோர்த்<sup>4</sup>வத: || 83 ||

பி<sup>3</sup>ந்நு:<sup>3</sup> க்ஷரதி நோ யஸ்ய காமிந்யாலிங்கி<sup>3</sup>தஸ்ய ச |  
யாவத்<sup>3</sup>பி<sup>3</sup>ந்நு:<sup>3</sup> ஸ்தி<sup>2</sup>தோ தே<sup>3</sup>ஹே தாவநம்ரு<sup>3</sup>த்யுப<sup>4</sup>யம் குத: || 84 ||

யாவத்<sup>3</sup>பி<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>தா<sup>4</sup> நபோ<sup>4</sup>முத்<sup>3</sup>ரா தாவத்<sup>3</sup>பி<sup>3</sup>ந்நு<sup>3</sup>ர்ந க<sup>3</sup>ச்ச<sup>2</sup>தி |  
க<sup>3</sup>லிதோ<sup>5</sup>பி யதா<sup>3</sup> பி<sup>3</sup>ந்நு:<sup>3</sup> ஸம்பராப்தோ யோநிமண்ட<sup>3</sup>லே || 85 ||

வ்ரஜத்யூர்த்<sup>4</sup>வம் ஹடா<sup>2</sup>ச்ச<sup>2</sup>க்த்யா நிபி<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>தோ<sup>4</sup> யோநிமுத்<sup>3</sup>ரயா |  
ஸ ஏவ த்<sup>3</sup>விவிதோ<sup>4</sup> பி<sup>3</sup>ந்நு:<sup>3</sup> பாண்ட<sup>3</sup>ரோ லோஹிதஸ்ததா<sup>2</sup> || 86 ||

பாண்ட<sup>3</sup>ரம் ஸூக்ரமித்த்யாஹூர்லோஹிதாக்<sup>2</sup>யம் மஹாரஜ: |  
வித்<sup>3</sup>ருமத்<sup>3</sup>ருமஸங்காஸம் யோநிஸ்தா<sup>2</sup>நே ஸ்தி<sup>2</sup>தம் ரஜ: || 87 ||

ஸஸிஸ்தா<sup>2</sup>நே வஸேத்<sup>3</sup>பி<sup>3</sup>ந்நு:<sup>3</sup>ஸ்தயோரைக்யம் ஸுது<sup>3</sup>ர்லப<sup>4</sup>ம் |  
பி<sup>3</sup>ந்நு:<sup>3</sup> ஸிவோ ரஜ: ஸக்திர்<sup>3</sup>பி<sup>3</sup>ந்நு<sup>3</sup>ரி<sup>3</sup>ந்நு<sup>3</sup> ரஜோ ரவி: || 88 ||

உப<sup>4</sup>யஹ: ஸங்க<sup>3</sup>மாதே<sup>3</sup>வ ப்ராப்யதே பரமம் வபு: |



வாயுநா ஸக்திசாலேந ப்ரேரிதம் கே<sup>2</sup> யதா<sup>2</sup> ரஜ: || 89 ||

ரவிணைகத்வமாயாதி ப<sup>4</sup>வேத்<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>வ்யம் வபுஸ்ததா<sup>3</sup> |

ஸூக்லம் சந்த்<sup>3</sup>ரேண ஸம்யுக்தம் ரஜ: ஸூர்யஸமந்விதம் || 90 ||

த்<sup>3</sup>வயோ: ஸமரஸீபா<sup>4</sup>வம் யோ ஜாநாதி ஸ யோக<sup>3</sup>வித் |

ஸோத<sup>4</sup>நம் மலஜாலாநாம் க<sup>4</sup>டநம் சந்த்<sup>3</sup>ரஸூர்யயோ: || 91 ||

ரஸாநாம் ஸோஷணம் ஸம்யங்மஹாமுத்<sup>3</sup>ராபி<sup>4</sup>தீ<sup>4</sup>யதே || 92 ||

வகேசாந்யஸ்தஹநூர்நிபீ<sup>3</sup>ய ஸூஷிரம் யோநேர்ஸ வாமாங்க்<sup>4</sup>ரிண

ஹஸ்தா<sup>4</sup>யாமநுதா<sup>4</sup>ரயந்<sup>3</sup>ப்ரவிததம் பாத<sup>3</sup>ம் ததா<sup>2</sup> த<sup>3</sup>க்ஷிணம் ||

ஆபூர்ய ஸ்வஸநேந குக்ஷியுக<sup>3</sup>ளம் ப<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>வா ஸநைநேசயே-

தே<sup>3</sup>ஷா பாதகநாஸிரீ நநு மஹாமுத்<sup>3</sup>ரா ந்ரு<sup>3</sup>ணம் ப்ரோச்யதே || 93 ||

அதா<sup>2</sup>த்மநிர்ணயம் வ்யாக்<sup>2</sup>யாஸ்யே ||

ஹ்ரு<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>ஸ்தா<sup>2</sup>நே அஷ்டத்<sup>3</sup>லபத்<sup>3</sup>மம் வர்ததே தந்மத்<sup>4</sup>யே ரேகா<sup>2</sup>வலயம்

க்ரு<sup>3</sup>த்வா ஜீவாத்மரூபம் ஜ்யோதீ<sup>3</sup>ரூபமணுமாத்ரம் வர்ததே தஸ்மிந்ஸர்வம்

ப்ரதிஷ்டி<sup>2</sup>தம் ப<sup>4</sup>வதி ஸர்வம் ஜாநாதி ஸர்வம் கரோதி ஸர்வமேதச்சரிதமஹம்

கர்தா<sup>3</sup>ஹம் போ<sup>4</sup>க்தா ஸுகீ<sup>2</sup> து:<sup>3</sup>கீ<sup>2</sup> காண: க<sup>2</sup>ஞ்ஜோ ப<sup>3</sup>தி<sup>4</sup>ரோ மூக: க்ரு<sup>3</sup>ஸ:

ஸ்தூ<sup>2</sup>லோ<sup>3</sup>நேந ப்ரகாரேண ஸ்வதந்<sup>3</sup>ரவாதே<sup>3</sup>ந வர்ததே ||

பூர்வத்<sup>3</sup>லே விஸ்ரமதே பூர்வம் த<sup>3</sup>லம் ஸ்வேதவர்ணம் ததா<sup>3</sup> ப<sup>4</sup>க்திபுர:ஸரம்

த<sup>4</sup>ர்மே மதிர்<sup>4</sup>வதி ||

யதா<sup>3</sup>ஸ<sup>3</sup>க்<sup>3</sup>நேயத்<sup>3</sup>லே விஸ்ரமதே ததா<sup>3</sup>க்<sup>3</sup>நேயத்<sup>3</sup>லம் ரக்தவர்ணம் ததா<sup>3</sup> நித்<sup>3</sup>ராலஸ்ய

மதிர்<sup>4</sup>வதி ||

யதா<sup>3</sup> த<sup>3</sup>க்ஷிணத்<sup>3</sup>லே விஸ்ரமதே தத்<sup>3</sup>த<sup>3</sup>க்ஷிணத்<sup>3</sup>லம் க்ரு<sup>3</sup>ஷ்ணவர்ணம் ததா<sup>3</sup>

த்<sup>3</sup>வேஷகோபமதிர்<sup>4</sup>வதி ||

யதா<sup>3</sup> நைர்ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>லே விஸ்ரமதே தந்நைர்ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>லம் நீலவர்ணம் ததா<sup>3</sup>

பாபகர்மஹிம்ஸாமதிர்<sup>4</sup>வதி ||

யதா<sup>3</sup> பர்ஸிமத்<sup>3</sup>லே விஸ்ரமதே தத்பர்ஸிமத்<sup>3</sup>லம் ஸ்ப<sup>2</sup>டிகவர்ணம் ததா<sup>3</sup>

க்ரீ<sup>3</sup>டா<sup>3</sup>விநோதே<sup>3</sup> மதிர்<sup>4</sup>வதி ||

யதா<sup>3</sup> வாயவ்யத்<sup>3</sup>லே விஸ்ரமதே வாயவ்யத்<sup>3</sup>லம் மாணிக்யவர்ணம் ததா<sup>3</sup>

க<sup>3</sup>மநசலநவைராக்<sup>3</sup>யமதிர்<sup>4</sup>வதி ||

யதோ<sup>3</sup>த்தரத<sup>3</sup>லே விஸ்ரமதே தது<sup>3</sup>த்தரத<sup>3</sup>லம் பீதவர்ணம் ததா<sup>3</sup> ஸுக<sup>2</sup>ஸ்ரு<sup>3</sup>ங்கா<sup>3</sup>ர-  
மதிர்<sup>4</sup>வதி ||

யதே<sup>3</sup>ஸாநத<sup>3</sup>லே விஸ்ரமதே ததீ<sup>3</sup>ஸாநத<sup>3</sup>லம் வைடு<sup>3</sup>ர்யவர்ணம் ததா<sup>3</sup>  
தா<sup>3</sup>நாதி<sup>3</sup>க்ரு<sup>3</sup>பாமதிர்<sup>4</sup>வதி ||

யதா<sup>3</sup> ஸந்தி<sup>4</sup>ஸந்தி<sup>4</sup>ஷு மதிர்<sup>4</sup>வதி ததா<sup>3</sup> வாதபித்தஸ்லேஷம்மஹா<sup>3</sup>வ்யாதி<sup>4</sup>-  
ப்ரகோபோ ப<sup>4</sup>வதி ||

யதா<sup>3</sup> மத்<sup>4</sup>யே திஷ்ட<sup>2</sup>தி ததா<sup>3</sup> ஸர்வம் ஜாநாதி கா<sup>3</sup>யதி ந்ரு<sup>3</sup>த்யதி பட<sup>2</sup>த்யாநந்த<sup>3</sup>ம்  
கரோதி ||

யதா<sup>3</sup> நேத்ரஸ்ரமோ ப<sup>4</sup>வதி ஸ்ரமநிர்<sup>4</sup>ரணர்த<sup>2</sup>ம் ப்ரத<sup>2</sup>மரேகா<sup>2</sup>வலயம்  
க்ரு<sup>3</sup>த்வா மத்<sup>4</sup>யே நிமஜ்ஜநம் குருதே ப்ரத<sup>2</sup>மரேகா<sup>2</sup>பி<sup>3</sup>ந்நூ<sup>4</sup>கபுஷ்பவர்ணம்  
ததா<sup>3</sup> நித்<sup>3</sup>ராவஸ்தா<sup>2</sup> ப<sup>4</sup>வதி ||

நித்<sup>3</sup>ராவஸ்தா<sup>2</sup>மத்<sup>4</sup>யே ஸ்வப்நாவஸ்தா<sup>2</sup> ப<sup>4</sup>வதி ||

ஸ்வப்நாவஸ்தா<sup>2</sup>மத்<sup>4</sup>யே த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஷ்டம் ஸ்ருதமநுமாநஸம்<sup>4</sup>வவார்தா  
இத்யாதி<sup>3</sup>கல்பநாம் கரோதி ததா<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>ஸ்ரமோ ப<sup>4</sup>வதி ||

ஸ்ரமநிர்<sup>4</sup>ஹரணர்த<sup>2</sup>ம் த்<sup>3</sup>விதீயரேகா<sup>2</sup>வலயம் க்ரு<sup>3</sup>த்வா மத்<sup>4</sup>யே  
நிமஜ்ஜநம் குருதே த்<sup>3</sup>விதீயரேகா<sup>2</sup> இந்த்<sup>3</sup>ரகோபவர்ணம் ததா<sup>3</sup>  
ஸுஷு<sup>3</sup>ப்த்யவஸ்தா<sup>2</sup> ப<sup>4</sup>வதி ஸுஷு<sup>3</sup>ப்தௌ கேவலபரமேஸ்வரஸம்<sup>3</sup>ந்தி<sup>4</sup>நீ  
பு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>ர்<sup>4</sup>வதி நித்யபோ<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஸ்வரூபா ப<sup>4</sup>வதி பஸ்சா<sup>3</sup>ப்ரமேஸ்வர-  
ஸ்வரூபேண ப்ராப்திர்<sup>4</sup>வதி ||

த்ரு<sup>3</sup>தீயரேகா<sup>2</sup>வலயம் க்ரு<sup>3</sup>த்வா மத்<sup>4</sup>யே நிமஜ்ஜநம் குருதே த்ரு<sup>3</sup>தீயரேகா<sup>2</sup>  
பத்<sup>3</sup>மராக<sup>3</sup>வர்ணம் ததா<sup>3</sup> தூரீயாவஸ்தா<sup>2</sup> ப<sup>4</sup>வதி தூரீயே கேவலபரமாத்ம-  
ஸம்<sup>3</sup>ந்தி<sup>4</sup>நீ ப<sup>4</sup>வதி நித்யபோ<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஸ்வரூபா ப<sup>4</sup>வதி ததா<sup>3</sup> ஸறை:  
ஸறைருபரமேத்<sup>3</sup>பு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>யா த்<sup>4</sup>ரு<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>க்ரு<sup>3</sup>ஹீதயாத்மஸம்ஸ்த<sup>2</sup>ம் மந:  
க்ரு<sup>3</sup>த்வா ந கிஞ்சித்<sup>3</sup>பி சிந்தயேத்ததா<sup>3</sup> ப்ராணாபாநயோரைக்யம் க்ரு<sup>3</sup>த்வா  
ஸர்வம் விஸ்வமாத்மஸ்வரூபேண லக்ஷயம் தா<sup>4</sup>ரயதி | யதா<sup>3</sup>  
தூரீயாதீதாவஸ்தா<sup>2</sup> ததா<sup>3</sup> ஸர்வேஷாமாநந்த<sup>3</sup>ஸ்வரூபோ ப<sup>4</sup>வதி  
த்<sup>3</sup>வந்த<sup>3</sup>வாதீதோ ப<sup>4</sup>வதி யாவத்<sup>3</sup>தே<sup>3</sup>ஹதா<sup>4</sup>ரண வர்ததே தாவத்திஷ்ட<sup>2</sup>தி  
பஸ்சா<sup>3</sup>ப்ரமாத்மஸ்வரூபேண ப்ராப்திர்<sup>4</sup>வதி இத்யநேந ப்ரகாரேண

மோகேஷா ப<sup>4</sup>வதீ<sup>3</sup>மேவாத்மத<sup>3</sup>ர்ஸநோபாயம் ப<sup>4</sup>வந்தி ||

சதுஷ்பத<sup>2</sup>ஸமாயுக்தமஹாத்<sup>3</sup>வாரக<sup>3</sup>வாயுநா |

ஸஹ ஸ்தி<sup>2</sup>தத்ரி<sup>3</sup>கோணர்த<sup>4</sup>க<sup>3</sup>மநே த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஸ்யதே<sup>5</sup>ச்யுத: || 94 ||

பூர்வோக்தத்ரி<sup>3</sup>கோணஸ்தா<sup>2</sup>நாது<sup>3</sup>பரி ப்ரு<sup>2</sup>தி<sup>2</sup>வ்யாதி<sup>3</sup>பஞ்சவர்ணகம் த்<sup>4</sup>யேயம் |

ப்ராணாதி<sup>3</sup>பஞ்சவாயுச்ச பீ<sup>3</sup>ஜம் வர்ணம் ச ஸ்தா<sup>2</sup>நகம் |

யகாரம் ப்ராணபீ<sup>3</sup>ஜம் ச நீலஜீ<sup>3</sup>மூதஸந்நிப<sup>4</sup>ம் |

ரகாரமக்<sup>3</sup>நிபீ<sup>3</sup>ஜம் ச அபாநாதி<sup>3</sup>த்யஸம்நிப<sup>4</sup>ம் || 95 ||

லகாரம் ப்ரு<sup>2</sup>தி<sup>2</sup>வீ<sup>3</sup>ரூபம் வ்யாநம் ப<sup>3</sup>ந்நூ<sup>4</sup>கஸம்நிப<sup>4</sup>ம் |

வகாரம் ஜீ<sup>3</sup>வபீ<sup>3</sup>ஜம் ச உதா<sup>3</sup>நம் ஸங்க<sup>2</sup>வர்ணகம் || 96 ||

ஹகாரம் வியத்ஸ்வரூபம் ச ஸமாநம் ஸ்ப<sup>2</sup>டிகப்ரப<sup>4</sup>ம் |

ஹ்ரு<sup>2</sup>ந்நாபி<sup>4</sup>நாஸாகர்ணம் ச பாதா<sup>3</sup>ங்கு<sup>3</sup>ஷ்டா<sup>2</sup>தி<sup>3</sup>ஸம்ஸ்தி<sup>2</sup>தம் || 97 ||

த்<sup>3</sup>விஸப்ததிஸஹஸ்ராணி நாட<sup>3</sup>மார்<sup>3</sup>கே<sup>3</sup>ஷு வர்ததே |

அஷ்டாவம்ஸதிகோட<sup>3</sup>ஷு ரோமகூ<sup>3</sup>பே<sup>3</sup>ஷு ஸம்ஸ்தி<sup>2</sup>தா: || 98 ||

ஸமாநப்ராண ஏகஸ்து ஜீ<sup>3</sup>வ: ஸ ஏக ஏவ ஹி |

ரேசகாதி<sup>3</sup>த்ரயம் குர்யாத்<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>ரு<sup>4</sup>சித்த: ஸமாஹித: || 99 ||

ஸநை: ஸமஸ்தமாக்ரு<sup>3</sup>ஷ்ய ஹ்ரு<sup>2</sup>த்ஸரோருஹகோடரே |

ப்ராணாபாநௌ ச ப<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>வா து ப்ரணவேந ஸமுச்சரேத் || 100 ||

கர்ணஸங்கோசநம் க்ரு<sup>2</sup>த்வா விங்க<sup>3</sup>ஸங்கோசநம் ததா<sup>2</sup> |

மூலாதா<sup>4</sup>ராத்ஸு<sup>3</sup>ஷு<sup>3</sup>ம்நா ச பத்<sup>3</sup>மதந்நுநிபா<sup>4</sup> ஸூபா<sup>4</sup> || 101 ||

அழார்<sup>3</sup>தோ வர்ததே நாதோ<sup>3</sup> வீ<sup>3</sup>ணாத்<sup>3</sup>ண்ட<sup>3</sup>ஸமுத்தி<sup>2</sup>த: |

ஸங்க<sup>2</sup>நாதி<sup>3</sup>பி<sup>4</sup>ஸ்சைவ மத்<sup>4</sup>யமேவ த்<sup>4</sup>வநிர்யதா<sup>2</sup> || 102 ||

வ்யோமரந்த்<sup>4</sup>ரக<sup>3</sup>தோ நாதோ<sup>3</sup> மாயூரம் நாத<sup>3</sup>மேவ ச |

கபாலகுஹரே மத்<sup>4</sup>யே சதுர்த்<sup>3</sup>வாரஸ்ய மத்<sup>4</sup>யமே || 103 ||

ததா<sup>3</sup>த்மா ராஜதே தத்ர யதா<sup>2</sup> வ்யோம்நி தி<sup>3</sup>வாகர: |

கோத்<sup>3</sup>ண்ட<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>வயமத்<sup>4</sup>யே து ப்<sup>3</sup>ரஹ்மரந்த்<sup>4</sup>ரேஷு ஸக்தித: || 104 ||

ஸ்வாத்மாநம் புருஷம் பஸ்யேந்மநஸ்தத்ர லயம் க<sup>3</sup>தம் |

ரத்நாநி ஜ்யோதஸ்நிநாத<sup>3</sup>ம் து பி<sup>3</sup>ந்நூ<sup>3</sup>மாஹேஸ்வரம் பத்<sup>3</sup>ம் |

ய ஏவம் வேத்<sup>3</sup>புருஷ: ஸ கைவல்யம் ஸமஸ்நுத இதுபுநிஷத் || 105 ||

ஓ ஸஹ நாவவது ॥ ஸஹ நௌ பு<sup>4</sup>நக்து ॥

ஸஹ வீர்யம் கரவாவஹை ॥


தேஜஸ்விநாவதீ<sup>4</sup>தமஸ்து மா வித்<sup>3</sup>விஷாவஹை ॥

ஓ ஸாந்தி: ஸாந்தி: ஸாந்தி: ॥


இதி த்யாநபி<sup>3</sup>ந்தூ<sup>3</sup>பநிஷத்ஸமாப்தா ॥

Encoded by Sunder Hattangadi

---

——  
*Dhyanabindu Upanishad*

pdf was typeset on April 1, 2025

——  
Please send corrections to [sanskrit@cheerful.com](mailto:sanskrit@cheerful.com)

