

---

## Shandilya Upanishad

शुण्डलु ३लुडुडलुनलुशुतु

### Document Information

---

Text title : Shandilya Upanishad

File name : shandilya.itx

Category : upanishhat, svara

Location : doc\_upanishhat

Author : Vedic tradition

Transliterated by : Sunder Hattangadi

Proofread by : Sunder Hattangadi

Description-comments : 58 / 108; Atharva Veda - Yoga upanishad

Latest update : February 10, 2025

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*

---

## Shandilya Upanishad

ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்யோபநிஷத்



ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்யோபநிஷத்ப்ரோக்தயமா<sup>3</sup>யஷ்டாங்க<sup>3</sup>யோகி<sup>3</sup>ந: |

யத்<sup>3</sup>போ<sup>3</sup>தா<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>யாந்தி கைவல்யம் ஸ ராமோ மே பரா க<sup>3</sup>தி: ||

ஓ ப<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ரம் கர்ணேபி:<sup>4</sup> ஸ்ருணுயாம் தே<sup>3</sup>வா ப<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ரம் பஸ்யேமா<sup>3</sup>க்ஷபி<sup>4</sup>ர்யஜத்ரா: |

ஸ்தி<sup>2</sup>ரைரங்கை<sup>3</sup>ஸ்துஷ்டுவா<sup>3</sup> ஸஸ்தநூபி<sup>4</sup>ர்வ்யஸேம தே<sup>3</sup>வஹிதம் யதா<sup>3</sup>யு: ||

ஸ்வஸ்தி ந இந்த<sup>3</sup>ரோ வ்ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஸ்ரவா: ஸ்வஸ்தி ந: பூஷா விஸ்வவேதா:<sup>3</sup> |

ஸ்வஸ்தி நஸ்தார்<sup>3</sup>க்ஷயோ அரிஷ்டநேமி: ஸ்வஸ்தி நோ ப்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஹஸ்பதி<sup>3</sup>ர்த<sup>4</sup>தா<sup>4</sup>து ||

ஓ ஸாந்தி: ஸாந்தி: ஸாந்தி: ||

1

ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்யோ ஹ வா அத<sup>2</sup>ர்வாணம் பர்ச்சா<sup>2</sup>த்மலாபோ<sup>4</sup>பாயபூ<sup>4</sup>தமஷ்டாங்க<sup>3</sup>யோக<sup>3</sup>மநுப்<sup>3</sup>ருஹ

| ஸ ஹோவாசாத<sup>2</sup>ர்வா யமநியமாஸநப்ராணயாமப்ரத்யாஹாரதா<sup>4</sup>ரணத்<sup>4</sup>யாநஸமாத<sup>4</sup>யோ<sup>5</sup>ஷ்ட

| தத்ர த<sup>3</sup>ஸ யமா: | ததா<sup>2</sup> நியமா: | ஆஸநாந்யஷ்டௌ | த்ரய:ப்ராணயாமா: |

பஞ்சப்ரத்யாஹாரா: | ததா<sup>2</sup> தா<sup>4</sup>ரண | த்<sup>3</sup>விப்ரகாரம் த்<sup>4</sup>யாநம் | ஸமாதி<sup>4</sup>ஸ்த்வேகரூப:

| தத்ராஹிம்ஸாஸத்யாஸ்தேயப்<sup>3</sup>ரஹ்மசர்யத<sup>3</sup>யாஜபக்ஷமா<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>திமிதாஹாரஸௌசாநி

சேதி யமாத<sup>3</sup>ஸ | தத்ர ஹிம்ஸா நாம மநோவாக்காயகர்மபி:<sup>4</sup> ஸர்வபூ<sup>4</sup>தேஷு ஸர்வதா<sup>3</sup>

க்லேஸஜநநம் | ஸத்யம் நாம மநோவாக்காயகர்மபி<sup>4</sup>ர்<sup>4</sup>பூ<sup>4</sup>தஹிதயதா<sup>2</sup>ர்தா<sup>2</sup>பி<sup>4</sup>பா<sup>4</sup>ஷணம்

| அஸ்தேயம் நாம மநோவாக்காயகர்மபி:<sup>4</sup> பரத்<sup>3</sup>ர்வ்யேஷு நி:ஸ்ப்ரு<sup>3</sup>ஹா |

ப்<sup>3</sup>ரஹ்மசர்யம் நாம ஸர்வாவஸ்தா<sup>2</sup>ஸு மநோவாக்காயகர்மபி:<sup>4</sup> ஸர்வத்ர

மைது<sup>2</sup>நத்யாக:<sup>3</sup> | த<sup>3</sup>யா நாம ஸர்வபூ<sup>4</sup>தேஷு ஸர்வத்ராநுக்<sup>3</sup>ரஹ: | ஆர்ஜவம் நாம

மநோவாக்காயகர்மணம் விஹிதாவிஹிதேஷு ஜநேஷு ப்ரவ்ரு<sup>3</sup>த்தௌ நிவ்ரு<sup>3</sup>த்தௌ

வா ஏகரூபத்வம் | க்ஷமா நாம ப்ரியாப்ரியேஷு ஸர்வேஷு தா<sup>3</sup>நபூஜநேஷு ஸஹநம்

| த்<sup>4</sup>ரு<sup>3</sup>திர்நாமார்<sup>2</sup>த<sup>2</sup>ஹாநௌ ஸ்வேஷ்டப்<sup>3</sup>ந்து<sup>4</sup>வியோகே<sup>3</sup> தத்ப்ராப்தௌ ஸர்வத்ர சேத:

ஸ்தா<sup>2</sup>பநம் | மிதாஹாரோ நாம சதுர்தா<sup>2</sup>ம்ஸாவஸேஷகஸுஸ்நிக்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>மது<sup>4</sup>ராஹார: |

ஸௌசம் நாம த்<sup>3</sup>விவித<sup>4</sup>ம் பா<sup>3</sup>ஹ்யமாந்தரம் சேதி | தத்ர ம்ரு<sup>3</sup>ஜ்ஜலாப்<sup>4</sup>யாம் பா<sup>3</sup>ஹ்யம்

| மந:ஸூத்<sup>3</sup>தி<sup>4</sup>ராந்தரம் | தத<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>யாத்மவித்<sup>3</sup>யயா லப்<sup>4</sup>யம் || 1 ||

1

தப:ஸந்தோஷாஸ்திக்யதா<sup>3</sup>நேஸ்வரபூஜநஸித்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup>ந்தஸ்ரவணஹ்ரீமதிஜபோ வ்ரதாநி  
 த<sup>3</sup>ஸ நியமா: | தத்ர தபோ நாம வித்<sup>4</sup>யுக்தக்ரு<sup>3</sup>ச்ச<sup>2</sup>ரசாந்த<sup>3</sup>ராயனாதி<sup>3</sup>பி:<sup>4</sup>  
 ஸரீரஸோஷணம் | ஸந்தோஷோ நாம யத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ச்ச<sup>2</sup>லாப<sup>4</sup>ஸந்துஷ்டி: | ஆஸ்திக்யம்  
 நாம வேதோ<sup>3</sup>க்தத<sup>4</sup>ர்மாத<sup>4</sup>ர்மேஷு விஸ்வாஸ: | தா<sup>3</sup>நம் நாம ந்யாயார்ஜிதஸ்ய  
 த<sup>4</sup>நதா<sup>4</sup>ந்யாதி:<sup>3</sup>ஸ்ரத்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>யார்ஹ்தி<sup>4</sup>ய: ப்ரதா<sup>3</sup>நம் | ஈஸ்வரபூஜநம் நாம ப்ரஸந்நஸ்வபா<sup>4</sup>வேந  
 யதா<sup>2</sup>ஸக்தி விஷ்ணுருத்<sup>3</sup>ராதி<sup>3</sup>பூஜநம் | ஸித்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup>ந்தஸ்ரவணம் நாம வேதா<sup>3</sup>ந்தார்த<sup>2</sup>விசார:  
 | ஹ்ரீர்நாம வேத<sup>3</sup>லௌகிகமார்<sup>3</sup>குத்<sup>3</sup>ஸிதகர்மணி லஜ்ஜா | மதிர்நாம  
 வேத<sup>3</sup>விஹிதகர்மமார்<sup>3</sup>கே<sup>3</sup>ஷு ஸ்ரத்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup> | ஜபோ நாம விதி<sup>4</sup>வத்<sup>3</sup>கு<sup>3</sup>ரூபதி<sup>3</sup>ஷ்டவேதா<sup>3</sup>விருத்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ம  
 | தத்<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>விவித<sup>4</sup>ம் வாசிகம் மாநஸம் சேதி | மாநஸம் து மநஸா த்யாநயுக்தம் |  
 வாசிகம் த்<sup>3</sup>விவித<sup>4</sup>முச்சைருபாம்ஸா<sup>4</sup>தே<sup>3</sup>ந | உச்சைருச்சாரணம் யதோ<sup>2</sup>க்தப<sup>2</sup>லம்  
 | உபாம்ஸா ஸஹஸ்ரகு<sup>3</sup>ணம் | மாநஸம் கோடி<sup>3</sup>கு<sup>3</sup>ணம் | வ்ரதம் நாம  
 வேதோ<sup>3</sup>க்தவிதி<sup>4</sup>நிஷேதா<sup>4</sup>நுஷ்டா<sup>2</sup>நநையத்யம் || 2 ||

ஸ்வஸ்திககோ<sup>3</sup>முக<sup>2</sup>பத்<sup>3</sup>மவீரஸிம்ஹப<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ரமுக்தமயூரா<sup>2</sup>க்யாந்யாஸநாந்யஷ்டௌ |  
 ஸ்வஸ்திகம் நாம-ஜாநூர்வோந்தரே ஸம்யக்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>த்வா பாத<sup>3</sup>தலே உபே<sup>4</sup> |  
 ரு<sup>3</sup>ஜுகாய: ஸமாஸீந: ஸ்வஸ்திகம் தத்<sup>3</sup>ப்ரசக்ஷதே || 1 ||

ஸவ்யே த<sup>3</sup>க்ஷிணகு<sup>3</sup>ல்ப<sup>2</sup>ம் து ப்ரு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>பார்ஸ்வே நியோஜயேத் |  
 த<sup>3</sup>க்ஷிணே<sup>3</sup>பி ததா<sup>2</sup> ஸவ்யம் கோ<sup>3</sup>முக<sup>2</sup>ம் கோ<sup>3</sup>முக<sup>2</sup>ம் யதா<sup>2</sup> || 2 ||

அங்கு<sup>3</sup>ஷ்டே<sup>2</sup>ந நிப<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>ந்யாத்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஸ்தா<sup>4</sup>யாம் வ்யுத்<sup>3</sup>க்ரமேண ச |  
 ஊர்வோருபரி ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்ய க்ரு<sup>3</sup>த்வா பாத<sup>3</sup>தலே உபே<sup>4</sup> |  
 பத்<sup>3</sup>மாஸநம் ப<sup>4</sup>வேதே<sup>3</sup>தத்<sup>3</sup>ஸர்வேஷாமபி பூஜிதம் || 3 ||

ஏகம் பாத<sup>3</sup>மதை<sup>2</sup>கஸ்மிந்விந்யஸ்யோருணி ஸம்ஸ்தி<sup>2</sup>த: |  
 இதரஸ்மிம்ஸ்ததா<sup>2</sup> சோரூம் வீராஸநமுதீ<sup>3</sup>ரிதம் || 4 ||

த<sup>3</sup>க்ஷிணம் ஸவ்யகு<sup>3</sup>ல்பே<sup>2</sup>ந த<sup>3</sup>க்ஷிணேந ததே<sup>2</sup>தரம் |  
 ஹஸ்தௌ ச ஜாந்வோ: ஸம்ஸ்தா<sup>2</sup>ப்ய ஸ்வாங்கு<sup>3</sup>லீஸ்ச ப்ரஸார்ய ச || 5 ||

வ்யக்தவக்த்ரோ நிரீக்ஷேத நாஸாக்<sup>3</sup>ரம் ஸுஸமாஹித: |  
 ஸிம்ஹாஸநம் ப<sup>4</sup>வேதே<sup>3</sup>தத்<sup>3</sup>பூஜிதம் யோகி<sup>3</sup>பி:<sup>4</sup> ஸதா<sup>3</sup> || 6 ||

யோநீம் வாமேந ஸம்பீ<sup>3</sup>ய மே<sup>4</sup>ரா<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>ரூபரி த<sup>3</sup>க்ஷிணம் |  
 ப்<sup>4</sup>ருமத்<sup>4</sup>யே ச மநோலக்ஷயம் ஸித்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup>ஸநமித<sup>3</sup>ம் ப<sup>4</sup>வேத் || 7 ||

கு<sup>3</sup>ல்பெள<sup>2</sup> து வ்ரு<sup>3</sup>ஷ்ணஸ்யாத<sup>4</sup> ஸீவந்யா: பார்ஸ்வயோ: கூநிபேத் |  
பாத<sup>3</sup>பார்ஸ்வே து பாணிப்<sup>4</sup>யாம் த்<sup>3</sup>ரு<sup>4</sup>ட<sup>4</sup>ம் ப<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>வா ஸுநி<sup>3</sup>ஸ்சலம் |  
ப<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ராஸநம் ப<sup>4</sup>வேதே<sup>3</sup>தத்ஸர்வவ்யாதி<sup>4</sup>விஷாபஹம் || 8 ||

ஸம்பீ<sup>3</sup>ய ஸீவிநீம் ஸலிக்ஷமாம் கு<sup>3</sup>ல்பே<sup>2</sup>நைவ து ஸவ்யத: |  
ஸவ்யம் த<sup>3</sup>க்ஷிணகு<sup>3</sup>ல்பே<sup>2</sup>ந முக்தாஸநமுதீ<sup>3</sup>ரிதம் || 9 ||

அவஷ்டப்<sup>4</sup>ய த<sup>4</sup>ராம் ஸம்யக்தலாப்<sup>4</sup>யாம் து கரத்<sup>3</sup>வயோ: |  
ஹஸ்தயோ: கூர்பரௌ சாபி ஸ்தா<sup>2</sup>பயேந்நாபி<sup>4</sup>பார்ஸ்வயஓ: || 10 ||

ஸமுந்நதஸிர:பாதோ<sup>3</sup> த<sup>3</sup>ண்ட<sup>3</sup>வத்<sup>3</sup>வ்யோம்நி ஸம்ஸ்தி<sup>2</sup>த: |  
மயூராஸநமேதத்து ஸர்வபாப்<sup>4</sup>ரணாஸநம் || 11 ||

ஸரீராத்<sup>3</sup>க<sup>3</sup>தா: ஸர்வே ரோகா<sup>3</sup> விநஸ்யந்தி | விஷாணி ஜீர்யந்தே | யேந கேநாஸநேந  
ஸுக<sup>2</sup>தா<sup>4</sup>ரணம் ப<sup>4</sup>வத்யஸக்தஸ்தத்ஸமாசரேத் | யேநாஸநம் விஜிதம் ஜக<sup>3</sup>த்த்ரயம்  
தேந விஜிதம் ப<sup>4</sup>வதி | யமநியமாப்<sup>4</sup>யாம் ஸம்யுக்த: புருஷ: ப்ராணயாமம் சரேத் | தேந  
நாட்<sup>3</sup>ய: ஸூத்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup> ப<sup>4</sup>வந்தி || 3 ||

அத<sup>2</sup> ஹைநமத<sup>2</sup>ர்வாணம் ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்ய: பப்<sup>4</sup>ர்ச்<sup>2</sup> கேநோபாயேந நாட்<sup>3</sup>ய: ஸூத்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup>  
ஸ்யு: | நாட்<sup>3</sup>ய: கதிஸங்க்யாகா: | தாஸாமுத்பத்தி: கீத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஸீ | தாஸு  
கதி வயவஸ்திஷ்ட<sup>2</sup>ந்தி | தேஷாம் காநி ஸ்தா<sup>2</sup>நாநி | தத்கர்மாணி காநி  
| தே<sup>3</sup>ஹே யாநி யாநி விஜ்ஞாதவ்யாநி தத்ஸர்வம் மே ப்<sup>3</sup>ருஹீதி | ஸ  
ஹோவாச அத<sup>2</sup>ர்வாண அதே<sup>2</sup>த<sup>3</sup>ம் ஸரீரம் ஷண்ணவத்யங்கு<sup>3</sup>லாத்மகம் ப<sup>4</sup>வதி |  
ஸரீராத்<sup>3</sup>ப்ராணே த்<sup>3</sup>வாத<sup>3</sup>ஸாங்கு<sup>3</sup>லாதி<sup>4</sup>கோ ப<sup>4</sup>வதி | ஸரீரஸ்த<sup>2</sup>ம் ப்ராணமக்<sup>3</sup>நிநா  
ஸஹ யோகா<sup>3</sup>ப்<sup>4</sup>யாஸேந ஸமம் ந்யூநம் வா ய: கரோதி ஸ யோகி<sup>3</sup>புங்க<sup>3</sup>வோ  
ப<sup>4</sup>வதி | தே<sup>3</sup>ஹமத்<sup>4</sup>யே ஸிகி<sup>2</sup>ஸ்தா<sup>2</sup>நம் த்ரிகோணம் தப்தஜாம்பூ<sup>3</sup>நத்<sup>3</sup>ப்ரப<sup>4</sup>ம்  
மநுஷ்யாணாம் | சதுஷ்பதா<sup>3</sup>ம் சதுரஸ்ரம் | விஹங்கா<sup>3</sup>நாம் வ்ரு<sup>3</sup>த்தாகாரம் |  
தந்மத்<sup>4</sup>யே ஸாபா<sup>4</sup> தந்வீ பாவஸீ ஸிகா<sup>2</sup> திஷ்ட<sup>2</sup>தி | கு<sup>3</sup>தா<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>வ்யங்கு<sup>3</sup>லாதூ<sup>3</sup>ர்த<sup>4</sup>வம்  
மேட்<sup>4</sup>ராத்<sup>3</sup>வ்யங்கு<sup>3</sup>லாத<sup>3</sup>தோ<sup>4</sup> தே<sup>3</sup>ஹமத்<sup>4</sup>யம் மநுஷ்யாணாம் ப<sup>4</sup>வதி | சதுஷ்பதா<sup>3</sup>ம்  
ஹ்ரு<sup>3</sup>ந்மத்<sup>4</sup>யம் | விஹங்கா<sup>3</sup>நாம் துங்க<sup>3</sup>மத்<sup>4</sup>யம் | தே<sup>3</sup>ஹமத்<sup>4</sup>யம் நவாங்கு<sup>3</sup>லம்  
சதுரங்கு<sup>3</sup>லமுதஸேதா<sup>4</sup>யதமண்டா<sup>3</sup>க்ரு<sup>3</sup>தி | தந்மத்<sup>4</sup>யே நாபி:<sup>4</sup> | தத்ர த்<sup>3</sup>வாத<sup>3</sup>ஸாரயதம்  
சக்ரம் | தச்சக்ரமத்<sup>4</sup>யே புண்யபாப்<sup>4</sup>ரேசோதி<sup>3</sup>தோ ஜீவோ ப்<sup>4</sup>ரமதி | தந்துபஞ்ஜரமத்<sup>4</sup>யஸ்த<sup>2</sup>லூதிக  
யதா<sup>2</sup> ப்<sup>4</sup>ரமதி ததா<sup>2</sup> சாஸௌ தத்ர ப்ராணஸ்சரதி | தே<sup>3</sup>ஹே<sup>5</sup>ஸமிஞ்ஜீவ:  
ப்ராணரூடோ<sup>4</sup> ப<sup>4</sup>வேத் | நாபே<sup>4</sup>ஸ்திர்யக<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஊர்த<sup>4</sup>வம் குண்ட<sup>3</sup>லிநீஸ்தா<sup>2</sup>நம்  
| அஷ்டப்<sup>4</sup>ர்க்ரு<sup>3</sup>தி<sup>4</sup>ருபாஷ்டதா<sup>4</sup> குண்ட<sup>3</sup>லீக்ரு<sup>3</sup>தா குண்ட<sup>3</sup>லிநீ ஸக்தி<sup>3</sup>ர்ப<sup>4</sup>வதி

| யதா<sup>2</sup>வத்<sup>3</sup>வாயுஸஞ்சாரம் ஜலாந்நாதீ<sup>3</sup>நி பரித: ஸ்கந்த:<sup>4</sup> பார்ஸ்வேஷு  
 நிருத்<sup>4</sup>யைநம் முகே<sup>2</sup>நைவ ஸமாவேஷ்டய ப்<sup>3</sup>ரஹ்மரந்த்<sup>4</sup>ரம் யோக<sup>3</sup>காலே  
 சாபாநேநாக்<sup>3</sup>நிநா ச ஸ்பு<sup>2</sup>ரதி | ஹ்ரு<sup>3</sup>த<sup>3</sup>யாகாஸே மஹோஜ்ஜ்வலா ஜ்ஞாந்ருபா  
 ப<sup>4</sup>வதி | மத்யஸ்த<sup>2</sup>குண்ட<sup>3</sup>லிநீமாஸ்ரித்ய முக<sup>2</sup>யா நாட்<sup>3</sup>யஸ்சதூர்த்<sup>3</sup>ஸ ப<sup>4</sup>வந்தி  
 | இடா<sup>3</sup> பிங்க்<sup>3</sup>லா ஸுஷும்நா ஸரஸ்வதீ வாருணீ பூஷா ஹஸ்திஜிஹ்வா  
 யஸஸ்விநீ விஸ்வோதீ<sup>3</sup> குஹூ: ஸங்கி<sup>2</sup>நீ பயஸ்விநீ அலம்பு<sup>3</sup>ஸா கா<sup>3</sup>ந்தா<sup>4</sup>நீதி  
 நாட்<sup>3</sup>யசதூர்த்<sup>3</sup>ஸ ப<sup>4</sup>வந்தி | தத்ர ஸுஷும்நா விஸ்வதா<sup>4</sup>நிணீ மோக்ஷமார்கே<sup>3</sup>தி  
 சாசக்ஷதே | கு<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ஸ்ய ப்ரு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>பா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup> வீணு<sup>3</sup>ண்டா<sup>3</sup>ஸ்ரிதா மூர்த<sup>4</sup>பர்யந்தம்  
 ப்<sup>3</sup>ரஹ்மரந்த்<sup>4</sup>ரே விஜ்ஞேயா வ்யக்தா ஸலக்ஷமா வைஷ்ணவீ ப<sup>4</sup>வதி | ஸுஷும்நாயா:  
 ஸவ்யபா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup> இடா<sup>3</sup> திஷ்ட<sup>2</sup>தி | த<sup>3</sup>க்ஷிணபா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup> பிங்க்<sup>3</sup>லா இடா<sup>3</sup>யாம்  
 சந்த்<sup>3</sup>ரஸ்சரதி | பிங்க்<sup>3</sup>லாயாம் ரவி: | தமோரூபஸ்சந்த்<sup>3</sup>ர: | ரஜோரூபோ ரவி: |  
 விஷபா<sup>4</sup>கோ<sup>3</sup> ரவி: | அம்ரு<sup>3</sup>தபா<sup>4</sup>க<sup>3</sup>ஸ்சந்த்<sup>3</sup>ரமா: | தாவேவ ஸர்வகாலம் த<sup>4</sup>த்தே  
 | ஸுஷும்நா காலபோ<sup>4</sup>க்தீ<sup>3</sup> ப<sup>4</sup>வதி | ஸுஷும்நா ப்ரு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>பார்ஸ்வயோ:  
 ஸரஸ்வதீகுஹூ ப<sup>4</sup>வத: | யஸஸ்விநீகுஹூமத<sup>4</sup>யே வாருணீ ப்ரதிஷ்டி<sup>2</sup>தா  
 ப<sup>4</sup>வதி | பூஷாஸரஸ்வதீமத<sup>4</sup>யே பயஸ்விநீ ப<sup>4</sup>வதி | கா<sup>3</sup>ந்தா<sup>4</sup>நீஸரஸ்வதிமத<sup>4</sup>யே  
 யஸஸ்விநீ ப<sup>4</sup>வதி | கந்த<sup>3</sup>மயே<sup>3</sup>லம்பு<sup>3</sup>ஸா ப<sup>4</sup>வதி | ஸுஷும்நாபூர்வபா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup>  
 மே<sup>4</sup>ராந்தம் குஹூர்<sup>3</sup>ப<sup>4</sup>வதி | குண்ட<sup>3</sup>லிந்யா அத<sup>4</sup>ஸ்சோர்த்<sup>4</sup>வம் வாருணீ  
 ஸர்வகா<sup>3</sup>மிநீ ப<sup>4</sup>வதி | யஸஸ்விநீ ஸௌம்யா ச பாதா<sup>3</sup>ங்கு<sup>3</sup>ஷ்டா<sup>2</sup>ந்தமிஷ்யதே  
 | பிங்க்<sup>3</sup>லா சோர்த்<sup>4</sup>வகா<sup>3</sup> யாம்யநாஸாந்தம் ப<sup>4</sup>வதி | பிங்க்<sup>3</sup>லாயா: ப்ரு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>தோ  
 யாம்யநேத்ராந்தம் பூஷா ப<sup>4</sup>வதி | யாம்யகர்ணந்தம் யஸஸ்விநீ ப<sup>4</sup>வதி |  
 ஜிஹ்வாயா ஊர்த்<sup>4</sup>வாந்தம் ஸரஸ்வதீ ப<sup>4</sup>வதி | ஆஸவ்யகர்ணந்தமூர்த்<sup>4</sup>வகா<sup>3</sup>  
 ஸங்கி<sup>2</sup>நீ ப<sup>4</sup>வதி | இடா<sup>3</sup>ப்ரு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>பா<sup>4</sup>கா<sup>3</sup>த்ஸவ்யநேத்ராந்தகா<sup>3</sup> கா<sup>3</sup>ந்தா<sup>4</sup>நீ ப<sup>4</sup>வதி  
 | பாயுமுலாத<sup>3</sup>தோ<sup>4</sup>ர்த்<sup>4</sup>வகா<sup>3</sup>லம்பு<sup>3</sup>ஸா ப<sup>4</sup>வதி | ஏதாஸ்ச சதூர்த்<sup>3</sup>ஸஸு நா<sup>3</sup>ஷ்ட்வந்யா  
 நாட்<sup>3</sup>ய: ஸம்ப<sup>4</sup>வந்தி | தாஸ்வந்யாஸ்தாஸ்வந்யா ப<sup>4</sup>வந்தீதி விஜ்ஞேயா: ||  
 யதா<sup>2</sup>ஸ்வத்தா<sup>2</sup>தி<sup>3</sup>ப்த்ரம் ஸிராபி<sup>4</sup>ர்வ்யாப்தமேவம் ஸீரம் நா<sup>3</sup>பி<sup>4</sup>ர்வ்யாப்தம் |  
 ப்ராணாபாநஸமானோதா<sup>3</sup>ந்வயாநா நாக<sup>3</sup>கூர்மக்ரு<sup>3</sup>கரதே<sup>3</sup>வத<sup>3</sup>த்த<sup>4</sup>நஞ்ஜயா ஏதே த<sup>3</sup>ஸ  
 வாயவ: ஸர்வாஸு நா<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>3</sup>ஷு சரந்தி | ஆஸ்யநாஸிகாகண்ட<sup>2</sup>நாபி<sup>4</sup>பாதா<sup>3</sup>ங்கு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>த்<sup>3</sup>வ்யகுண்ட  
 ப்ராண: ஸஞ்சரதி | ஸ்ரோத்ராக்ஷிகடி<sup>3</sup>ஸ்ப<sup>2</sup>க்<sup>4</sup>ராணக<sup>3</sup>ஸஸ்பி<sup>2</sup>க்<sup>3</sup>தே<sup>3</sup>ஸேஷு வ்யாந:  
 ஸஞ்சரதி | கு<sup>3</sup>த<sup>3</sup>மே<sup>4</sup>ரோருஜாநூத<sup>3</sup>ரவ்ரு<sup>3</sup>ஷ்ணகடிஜங்கா<sup>4</sup>நாபி<sup>4</sup>கு<sup>3</sup>தா<sup>3</sup>க்<sup>3</sup>ந்யகா<sup>3</sup>ரேஷ்வபாந:  
 ஸஞ்சரதி | ஸர்வஸந்தி<sup>4</sup>ஸ்த<sup>2</sup> உதா<sup>3</sup>ந: | பாத<sup>3</sup>ஹஸ்தயோரபி ஸர்வகா<sup>3</sup>த்ரேஷு  
 ஸர்வவ்யாபீ ஸமாந: | பு<sup>4</sup>க்தாந்நரஸாதி<sup>3</sup>கம் கா<sup>3</sup>த்ரேக்<sup>3</sup>நிநா ஸஹ வ்யாபயந்த்<sup>3</sup>விஸப்ததிஸஹ  
 நா<sup>3</sup>ஷ்டமார்கே<sup>3</sup>ஷு சரந்ஸமாநவாயுரக்<sup>3</sup>நிநா ஸஹ ஸாங்கோ<sup>3</sup>பாங்க்<sup>3</sup>கலேவரம்

வ்யாப்நோதி | நாகா<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>வாயவ: பஞ்சத்வக<sup>3</sup>ஸ்த்யாதி<sup>3</sup>ஸம்<sup>4</sup>வா: | துந்த<sup>3</sup>ஸ்த<sup>2</sup>ம்  
 ஜலமந்நம் ச ரஸாதி<sup>3</sup>ஷு ஸமீரிதம் துந்த<sup>3</sup>மத்<sup>4</sup>யக<sup>3</sup>த: ப்ராக<sup>3</sup>ஸ்தாநி ப்ரு<sup>2</sup>த்<sup>2</sup>க்ஞர்யாத்  
 | அக<sup>3</sup>நேருபரி ஜலம் ஸ்தா<sup>2</sup>ப்ய ஜலோபர்யந்நாதீ<sup>3</sup>நி ஸம்ஸ்தா<sup>2</sup>ப்ய ஸ்வயமபாநம்  
 ஸம்ப்ராப்ய தேநைவ ஸஹ மாருத: ப்ரயாதி தே<sup>3</sup>ஹமத்<sup>4</sup>யக<sup>3</sup>தம் ஜ்வலநம் |  
 வாயுநா பாலிதோ வஹ்நிரபாநேந ஸநந்<sup>3</sup>தே<sup>3</sup>ஹமத்<sup>4</sup>யே ஜ்வலதி | ஜ்வலநோ  
 ஜ்வாலாபி:<sup>4</sup> ப்ராணேந கோஷ்ட<sup>2</sup>மத்<sup>4</sup>யக<sup>3</sup>தம் ஜலமத்யஷ்ணமகரோத் | ஜலோபரி  
 ஸமர்பிதவ்யஞ்ஜநஸம்யுக்தமந்நம் வஹ்நிஸம்யுக்தவாரிண பக்வமகரோத் |  
 தேந ஸ்வேத<sup>3</sup>முத்ரஜலரக்தவீர்யருபரஸுபீஷாதி<sup>3</sup>கம் ப்ராண: ப்ரு<sup>2</sup>த்<sup>2</sup>க்ஞர்யாத்  
 | ஸமாநவாயுநா ஸஹ ஸர்வாஸு நாட<sup>3</sup>ஷு ரஸம் வ்யாபயஞ்ச்<sup>2</sup>வாஸுரூபேண  
 தே<sup>3</sup>ஹே வாயுச்சரதி | நவபி<sup>4</sup>ர்வ்யோமரந்த<sup>4</sup>ரை: ஸரீர்ஸ்ய வாயவ: குர்வந்நி  
 விண்முத்ராதி<sup>3</sup>விஸர்ஜநம் | நிஸ்வாஸோச்ச<sup>2</sup>வாஸகாஸஸ்ச ப்ராணகர்மோச்சயதே |  
 விண்முத்ராதி<sup>3</sup>விஸர்ஜநமபாநவாயுகர்ம | ஹாநோபாதா<sup>3</sup>நசேஷ்டாதி<sup>3</sup> வ்யாநகர்ம  
 | தே<sup>3</sup>ஹஸ்யோந்நயநாதி<sup>3</sup>கமுதா<sup>3</sup>நகர்ம | ஸரீரபோஷணாதி<sup>3</sup>கம் ஸமாநகர்ம |  
 உத்<sup>3</sup>கா<sup>3</sup>ராதி<sup>3</sup> நாக<sup>3</sup>கர்ம | நிமீலநாதி<sup>3</sup> கூர்மகர்ம | கூசு<sup>3</sup>த்கரணம் க்ரு<sup>3</sup>கரகர்ம |  
 தந்த<sup>3</sup>ரா தே<sup>3</sup>வத<sup>3</sup>த்தகர்ம | ஸ்லேஷ்மாதி<sup>3</sup> த<sup>4</sup>நஞ்ஜயகர்ம | ஏவம் நாட<sup>3</sup>ஸ்தா<sup>2</sup>நம்  
 வாயுஸ்தா<sup>2</sup>நம் தத்கர்ம ச ஸம்யக<sup>3</sup>ஜ்ஞாத்வா நாட<sup>3</sup>ஸம்ஸோத<sup>4</sup>நம் குர்யாத் || 4 ||

யமநியமயுத: புருஷ: ஸர்வஸங்க<sup>3</sup>விவர்ஜித: க்ரு<sup>3</sup>தவித்<sup>3</sup>ய: ஸத்யத<sup>4</sup>ர்மரதோ  
 ஜிதக்ரோதோ<sup>4</sup> கு<sup>3</sup>ருஸுஸ்ருஷாநிரத: பித்ரு<sup>3</sup>மாத்ரு<sup>3</sup>விதே<sup>4</sup>ய: ஸ்வாஸ்ரமோக்தஸதா<sup>3</sup>சாரவித்<sup>3</sup>வச்ச  
 ப<sup>2</sup>லமுலோத<sup>3</sup>காந்விதம் தபோவநம் ப்ராப்ய ரம்யதே<sup>3</sup>ஸே ப்ரஹ்மகோ<sup>4</sup>ஷஸமந்விதே  
 ஸ்வத<sup>4</sup>ர்மநிரதப்<sup>3</sup>ரஹ்மவித்ஸமாவ்ரு<sup>3</sup>தே ப<sup>2</sup>லமுலபுஷ்பவாரிபி:<sup>4</sup> ஸுஸம்பூர்ணே  
 தே<sup>3</sup>வாயதநே நதீ<sup>3</sup>தீரே க்<sup>3</sup>ராமே நக<sup>3</sup>ரே வாபி ஸுஸோப<sup>4</sup>நமட<sup>2</sup>ம் நாத்யுச்சநீசாயதமல்பத்<sup>3</sup>வாரம்  
 கோ<sup>3</sup>மயாதி<sup>3</sup>லிப்தம் ஸர்வரகூசாஸமந்விதம் க்ரு<sup>3</sup>த்வா தத்ர வேதா<sup>3</sup>ந்தஸ்ரவணம்  
 குர்வந்யோக<sup>3</sup>ம் ஸமாரபே<sup>4</sup>த் | ஆதெள<sup>3</sup> விநாயகம் ஸம்பூஜ்ய ஸ்வேஷ்டதே<sup>3</sup>வதாம்  
 நத்வா பூர்வோக்தாஸநே ஸ்தி<sup>2</sup>த்வா ப்ராங்முக<sup>2</sup> உத்<sup>3</sup>ங்முகோ<sup>2</sup> வாபி ம்ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>வாஸநேஷு  
 ஜிதாஸநக<sup>3</sup>தோ வித்<sup>3</sup>வாந்ஸமக்<sup>3</sup>ரீவஸிரோநாஸாக்<sup>3</sup>ரத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>க்<sup>3</sup>ப<sup>4</sup>ருமத்<sup>4</sup>யே ஸஸப்<sup>4</sup>ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>பி<sup>3</sup>ம்<sup>3</sup>ம்  
 பஸ்யந்நேத்ராப்யாமம்ரு<sup>3</sup>தம் பிபே<sup>3</sup>த் | த்<sup>3</sup>வாத<sup>3</sup>ஸமாத்ரயா இட<sup>3</sup>யா வாயுமாயூர்யோத்<sup>3</sup>ரே  
 ஸ்தி<sup>2</sup>தம் ஜ்வாலாவஸீயதம் ரேப<sup>2</sup>பி<sup>3</sup>ந்நு<sup>3</sup>யுக்தமக்<sup>3</sup>நிமண்ட<sup>3</sup>லயுதம் த்யாயேத்<sup>3</sup>ரேசயேத்<sup>3</sup>பிங்க<sup>3</sup>லய  
 | புந: பிங்க<sup>3</sup>லயாபூர்ய கும்பி<sup>4</sup>த்வா ரேசயேதி<sup>3</sup>ட<sup>3</sup>யா | த்ரிசதுஸ்த்ரிசது:ஸப்தத்ரிசாதுர்மாஸபர்ய  
 த்ரிஸந்தி<sup>4</sup>ஷு தத<sup>3</sup>ந்தராலேஷு ச ஷட்க்ரு<sup>3</sup>த்வ ஆசரேந்நாட<sup>3</sup>ஸுத்<sup>3</sup>தி<sup>4</sup>ர்<sup>4</sup>வதி | தத:  
 ஸரீரே லகு<sup>4</sup>தீ<sup>3</sup>ப்திவஹ்நிவ்ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>தி<sup>4</sup>நாதா<sup>3</sup>பி<sup>4</sup>வ்யக்திர்<sup>4</sup>வதி || 5 ||

ப்ராணாபாநஸமாயோக:<sup>3</sup> ப்ராணயாமோ ப<sup>4</sup>வதி | ரேசகபூரககும்ப<sup>4</sup>கபே<sup>4</sup>தே<sup>3</sup>ந

ஸ த்ரிவித:<sup>4</sup> | தே வர்ணாத்மகா: | தஸ்மாத்ப்ரணவ ஏவ ப்ராணயாம:  
 பத்<sup>3</sup>மாத்<sup>3</sup>யாஸநஸ்த:<sup>2</sup> புமாந்நாஸாக்<sup>3</sup>ரே ஸஸப்<sup>4</sup>ருத்<sup>3</sup>பி<sup>3</sup>ம்ப்<sup>3</sup>ஜ்யோத்ஸ்நாஜாலவிதாநிதா<sup>3</sup>காரமூர்தி:  
 ரக்தாங்க்<sup>3</sup> ஹம்ஸவாஹிநீ த்<sup>3</sup>ண்ட்<sup>3</sup>ஹஸ்தா பா<sup>3</sup>லா கா<sup>3</sup>யத்<sup>3</sup> ப<sup>4</sup>வதி | உகாரமூர்தி:  
 ஸ்வேதாங்க்<sup>3</sup> தார்க்ஷயவாஹிநீ யுவதீ சக்ரஹஸ்தா ஸாவித்ரீ ப<sup>4</sup>வதி | மகாரமூர்தி:  
 க்ரு<sup>3</sup>ஷ்ணாங்க்<sup>3</sup> வ்ரு<sup>3</sup>ஷப<sup>4</sup>வாஹிநீ வ்ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup> த்ரிஸூலிதா<sup>4</sup>ரிணீ ஸரஸ்வதீ  
 ப<sup>4</sup>வதி | அகாராதி<sup>3</sup>த்ரயாணம் ஸர்வகாரணமேகாக்ஷரம் பரஞ்ஜ்யோதி: ப்ரணவம்  
 ப<sup>4</sup>வதீதி த்<sup>4</sup>யாயேத் | இட்<sup>3</sup>யா பா<sup>3</sup>ஹ்யாத்<sup>3</sup>வாயுமாயூர்ய ஷோட்<sup>3</sup>ஸமாத்ராபி<sup>4</sup>ரகாரம்  
 சிந்தயந்<sup>3</sup>பூரிதம் வாயும் சது:ஷஷ்டிமாத்ராபி:<sup>4</sup> கும்ப<sup>4</sup>யித்வோகாரம் த்<sup>4</sup>யாயந்<sup>3</sup>பூரிதம்  
 பிங்க்<sup>3</sup>லயா த்<sup>3</sup>வாத்ரிம்ஸந்மாத்ரயா மகாரமூர்தித்<sup>4</sup>யாநேநைவம் க்ரமேண புந: புந:  
 குர்யாத் || 6 ||

அதா<sup>2</sup>ஸநத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ட்<sup>4</sup> யோகீ<sup>3</sup> வஸீ மிதஹிதாஸந:  
 ஸுஷும்நாநா<sup>3</sup>ஸ்த<sup>2</sup>மலஸோஷார்த்<sup>2</sup>ம் யோகீ<sup>3</sup>  
 ப்<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>பத்<sup>3</sup>மாஸநோ வாயும் சந்த்<sup>3</sup>ரேணபூர்ய  
 யதா<sup>2</sup>ஸக்தி கும்ப<sup>4</sup>யித்வா ஸூர்யேண ரேசயித்வா  
 புந: ஸூர்யேணபூர்ய கும்ப<sup>4</sup>யித்வா சந்த்<sup>3</sup>ரேண  
 விரேச்ய யயா த்யஜேத்தயா ஸம்பூர்ய தா<sup>4</sup>ரயேத் |  
 ததே<sup>3</sup>தே ஸ்லோகா ப<sup>4</sup>வந்தி |  
 ப்ராணம் ப்ராகி<sup>3</sup>ட்<sup>3</sup>யா பிபே<sup>3</sup>ந்நியமிதம் பூ<sup>4</sup>யோ<sup>3</sup>ந்யயா ரேசயேத்<sup>3</sup>பீத்வா பிங்க்<sup>3</sup>லயா  
 ஸமீரணமதோ<sup>2</sup> ப்<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>வா த்யஜேத்<sup>3</sup>வாமயா |  
 ஸூர்யாசந்த்<sup>3</sup>ரமஸோரநேந விதி<sup>4</sup>நா<sup>3</sup>ப்யாஸம் ஸதா<sup>3</sup> தந்வதாம்  
 ஸூத்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup> நாடி<sup>3</sup>க்<sup>3</sup>ண ப<sup>4</sup>வந்தி யமிநாம் மாஸத்ரயாதூ<sup>3</sup>ர்த்<sup>4</sup>வத: || 1 ||

ப்ராதர்மத்<sup>4</sup>யந்தி<sup>3</sup>நே ஸாயமர்த்<sup>4</sup>ராத்ரே து கும்ப<sup>4</sup>காந் |  
 ஸநைரஸீதிர்யந்தம் சதுர்வாரம் ஸமப்<sup>4</sup>யஸேத் || 2 ||

கநீயஸி ப<sup>4</sup>வேத்ஸ்வேத:<sup>3</sup> கம்போ ப<sup>4</sup>வதி மத்<sup>4</sup>யமே |  
 உத்திஷ்ட<sup>2</sup>த்த்யுத்தமே ப்ராணரோதே<sup>4</sup> பத்<sup>3</sup>மாஸநம் மஹத் || 3 ||

ஜலேந ஸ்ரமஜாதேந கா<sup>3</sup>த்ரமர்த்<sup>3</sup>நமாசரேத் |  
 த்<sup>3</sup>ரு<sup>4</sup>தா லகு<sup>4</sup>தா சாபி தஸ்ய கா<sup>3</sup>த்ரஸ்ய ஜாயதே || 4 ||

அப்யாஸகாலே ப்ரத<sup>2</sup>மம் ஸஸ்தம் க்ஷிராஜ்யபோ<sup>4</sup>ஜநம் |  
 ததோ<sup>3</sup>ப்யாஸே ஸ்தி<sup>2</sup>பூ<sup>4</sup>தே ந தாவந்நியமக்<sup>3</sup>ரஹ: || 5 ||

யதா<sup>2</sup> ஸிம்ஹோ க்<sup>3</sup>ஜோ வ்யாக்<sup>4</sup>ரோ ப<sup>4</sup>வேத்<sup>3</sup>வஸ்ய: ஸநை: ஸநை: |

ததை<sup>2</sup>வ ஸேவிதோ வாயுரந்யதா<sup>2</sup> ஹந்தி ஸாத<sup>4</sup>கம் || 6 ||

யுக்தம் யுக்தம் த்யஜேத்<sup>3</sup>வாயும் யுக்தம் யுக்தம் ச பூரயேத் |  
யுக்தம் யுக்தம் ச ப<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>நீயாதே<sup>3</sup>வம் ஸித்<sup>3</sup>தி<sup>4</sup>மவாப்நுயாத் || 7 ||

யதே<sup>2</sup>ஷ்டதா<sup>4</sup>ரணத்<sup>3</sup>வாயோரநஸ்ய ப்ரதீ<sup>3</sup>பநம் |  
நாதா<sup>3</sup>பி<sup>4</sup>வ்யக்திராரோக்<sup>3</sup>யம் ஜாயதே நாடி<sup>3</sup>ஸோத<sup>4</sup>நாத் || 8 ||

விதி<sup>4</sup>வத்ப்ராணஸம்யாமைர்நாடீ<sup>3</sup>சக்ரே விஸோதி<sup>4</sup>தே |  
ஸுஷும்நாவத<sup>3</sup>நம் பி<sup>4</sup>த்த்வா ஸுகா<sup>2</sup>த்<sup>3</sup>விஸதி மாருத: || 9 ||

மாருதே மத்<sup>4</sup>யஸஞ்சாரே மந:ஸ்தை<sup>2</sup>ர்யம் ப்ரஜாயதே |  
யோ மந:ஸுஸ்தி<sup>2</sup>ரோ பா<sup>4</sup>வ: ஸைவாவஸ்தா<sup>2</sup> மநோந்மநீ || 10 ||

பூரகாந்தே து கர்தவ்யோ ப<sup>3</sup>ந்தோ<sup>4</sup> ஜாலந்த<sup>4</sup>ராபி<sup>4</sup>த:<sup>4</sup> |  
கும்ப<sup>4</sup>காந்தே ரேசகாதெள<sup>3</sup> கர்தவ்யஸ்தூட்<sup>3</sup>டி<sup>3</sup>யாணக: || 11 ||

அத<sup>4</sup>ஸ்தாத்குஞ்சநேமாஸு கண்ட<sup>2</sup>ஸங்கோசநே க்ரு<sup>3</sup>தே |  
மத்<sup>4</sup>யே பஸ்சிமதானேந ஸ்யாத்ப்ராணே ப்<sup>3</sup>ரஹ்மநாடி<sup>3</sup>க:<sup>3</sup> || 12 ||

அபாநமூர்த<sup>4</sup>வமுத்தா<sup>2</sup>ப்ய ப்ராணம் கண்டா<sup>2</sup>த்<sup>3</sup>தோ<sup>4</sup> நயந் |  
யோகீ<sup>3</sup> ஜராவிநிர்முக்த: ஷோட<sup>3</sup>ஸோ வயஸா ப<sup>4</sup>வேத் || 13 ||

ஸுகா<sup>2</sup>ஸநஸ்தோ<sup>2</sup> த<sup>3</sup>க்ஷநாட்<sup>3</sup>யா ப<sup>3</sup>ஹிஸ்த<sup>2</sup>ம் பவநம் ஸமாக்ரு<sup>3</sup>ஷ்யாகேஸமாநகா<sup>2</sup>க்<sup>3</sup>ர்ம  
கும்ப<sup>4</sup>யித்வா ஸவ்யநாட்<sup>3</sup>யா ரேசயேத் | தேந கபாலஸோத<sup>4</sup>நம் வாதநாடீ<sup>3</sup>க<sup>3</sup>தஸர்வரோக<sup>3</sup>ஸர்வ  
ப<sup>4</sup>வதி | ஹரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>யாதி<sup>3</sup>கண்ட<sup>2</sup>பர்யந்தம் ஸஸ்வநம் நாஸாப்<sup>4</sup>யாம் ஸநை:  
பவநமாக்ரு<sup>3</sup>ஷ்ய யதா<sup>2</sup>ஸக்தி கும்ப<sup>4</sup>யித்வா இட<sup>3</sup>யா விரேச்ய க<sup>3</sup>ச்<sup>3</sup>ம்ஸ்திஷ்ட<sup>2</sup>ந்குர்யாத்  
| தேந ஸ்லேஷ்மஹரம் ஜட<sup>2</sup>ராக்<sup>3</sup>நிவர்த<sup>4</sup>நம் ப<sup>4</sup>வதி | வக்த்ரேண ஸீத்காரபூர்வகம்  
வாயும் க்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஹீத்வா யதா<sup>2</sup>ஸக்தி கும்ப<sup>4</sup>யித்வா நாஸாப்<sup>4</sup>யாம் ரேசயேத் | தேந  
க்ஷாத்த்ரு<sup>3</sup>ஷ்ணலஸ்யநித்<sup>3</sup>ரா ந ஜாயதே | ஜிஹ்வயா வாயும் க்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஹீத்வா யதா<sup>2</sup>ஸக்தி  
கும்ப<sup>4</sup>யித்வா நாஸாப்<sup>4</sup>யாம் ரேசயேத் | தேந கு<sup>3</sup>ல்மல்ஹஜ்வரபித்தக்ஷாதா<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>நி  
நஸ்யந்தி || அத<sup>2</sup> கும்ப<sup>4</sup>க: | ஸ த்<sup>3</sup>விவித:<sup>4</sup> ஸஹித: கேவலஸ்சேதி |  
ரேசகபூரகயுக்த: ஸஹித: தத்<sup>3</sup>விவரஜித: கேவல: | கேவலஸித்<sup>3</sup>தி<sup>4</sup>பர்யந்தம்  
ஸஹிதமப்<sup>4</sup>யஸேத் | கேவலகும்ப<sup>4</sup>கே ஸித்<sup>3</sup>தே<sup>4</sup> த்ரிஷு லோகேஷு ந தஸ்ய  
து<sup>3</sup>ர்லப<sup>4</sup>ம் ப<sup>4</sup>வதி | கேவலகும்ப<sup>4</sup>காத்குண்ட<sup>3</sup>விநீபோ<sup>3</sup>தோ<sup>4</sup> ஜாயதே | தத: க்ரு<sup>3</sup>ஸவப:  
ப்ரஸந்நவத<sup>3</sup>நோ நிர்மலலோசநோ<sup>5</sup>பி<sup>4</sup>வ்யக்தநாதோ<sup>3</sup> நிர்முக்த்ரோக<sup>3</sup>ஜாலோ



ஜிதிபி<sup>3</sup>ந்து: <sup>3</sup>பட்வக்<sup>3</sup>நி<sup>3</sup>ர்ப<sup>4</sup>வதி | அந்தர்லக்ஷயம் ப<sup>3</sup>ஹி<sup>3</sup>ர்த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஷ்டி<sup>3</sup>நி<sup>3</sup>மே<sup>3</sup>ஷோ<sup>3</sup>ந்<sup>3</sup>மே<sup>3</sup>ஷவ<sup>3</sup>ர்ஜி<sup>3</sup>தா  
| ஏஷா ஸா வைஷ்ணவீ முத்<sup>3</sup>ரா ஸர்வதந்த்<sup>3</sup>ரேஷு கோ<sup>3</sup>பி<sup>3</sup>தா || 14 ||

அந்தர்லக்ஷயவிலீநசித்தபவநோ யோகீ<sup>3</sup> ஸதா<sup>3</sup> வர்ததே  
த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஷ்ட்யா நிஸ்ஸலதாரயா ப<sup>3</sup>ஹிரத: <sup>4</sup>பஸ்யந்பஸ்யந்பி |  
முத்<sup>3</sup>ரேயம் க<sup>2</sup>லு கே<sup>2</sup>சரீ<sup>4</sup> ப<sup>4</sup>வதி ஸா லக்ஷயைகதாநா ஸிவா  
ஸூ<sup>3</sup>ந்யாஸூ<sup>3</sup>ந்யவிவர்ஜி<sup>3</sup>தம் ஸ்பு<sup>2</sup>ரதி ஸா தத்த்வம் பத<sup>3</sup>ம் வைஷ்ணவீ || 15 ||

அர்தோ<sup>4</sup>ந்<sup>3</sup>மீ<sup>3</sup>வி<sup>3</sup>தலோசந: ஸ்தி<sup>2</sup>ரமநா நாஸாக்<sup>3</sup>ரத<sup>3</sup>த்தே<sup>3</sup>க்ஷண<sup>3</sup>ஸ்சந்த்<sup>3</sup>ரார்<sup>3</sup>காவபி  
லீந்தாமு<sup>3</sup>பநயந்<sup>3</sup>நிஷ்பந்த<sup>3</sup>பா<sup>4</sup>வோத்தரம் |

ஜ்யோதீ<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>பமஸீ<sup>3</sup>ஷபா<sup>3</sup>ஹ்யரஹி<sup>3</sup>தம் தே<sup>3</sup>தீ<sup>3</sup>ப்யமாநம் பரம்  
தத்த்வம் தத்பரமஸ்தி வஸ்துவிஷயம் ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்ய வித்<sup>3</sup>தீ<sup>4</sup>ஹு தத் || 16 ||

தாரம் ஜ்யோதிஷி ஸம்யோஜ்ய கிஞ்சிது<sup>3</sup>ந்<sup>3</sup>நமயந்<sup>3</sup>ப<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>வௌ |  
பூர்வா<sup>4</sup>யாஸஸ்ய மார்கோ<sup>3</sup>ஸ்யமு<sup>3</sup>ந்<sup>3</sup>மநீ<sup>3</sup>காரக: க்ஷணாத் || 17 ||

தஸ்மா<sup>3</sup>த்கே<sup>2</sup>சரீ<sup>4</sup>முத்<sup>3</sup>ராம<sup>4</sup>யஸேத் | தத உந்<sup>3</sup>மநீ<sup>3</sup> ப<sup>4</sup>வதி |  
ததோ யோக<sup>3</sup>நி<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>ரா ப<sup>4</sup>வதி | லப<sup>3</sup>த<sup>4</sup>யோக<sup>3</sup>நி<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>ரஸ்ய யோகி<sup>3</sup>ந: காலோ நாஸ்தி |  
ஸக்தி<sup>3</sup>மத்<sup>4</sup>யே மந: க்ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>வா ஸக்தி<sup>3</sup>ம் மாநஸமத்<sup>4</sup>யகா<sup>3</sup>ம் |  
மநஸா மந ஆலோக்ய ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்ய த்வம் ஸுகீ<sup>2</sup> ப<sup>4</sup>வ || 18 ||

க<sup>2</sup>மத்<sup>4</sup>யே குரு சாத்மாநமாத்<sup>4</sup>யே ச க<sup>2</sup>ம் குரு |  
ஸர்வம் ச க<sup>2</sup>மயம் க்ரு<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>வா ந கிஞ்சி<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>பி சிந்தய || 19 ||

பா<sup>3</sup>ஹ்யசிந்தா ந கர்தவ்யா ததை<sup>2</sup>வா<sup>3</sup>ந்தரசிந்திகா |  
ஸர்வசிந்தாம் பரித்யஜ்ய சிந்மா<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>ரபரமோ ப<sup>4</sup>வ || 20 ||

கர்பூ<sup>3</sup>ரமநலே யத்<sup>3</sup>வத்<sup>3</sup>ஸைந்த<sup>4</sup>வம் ஸலிலே யதா<sup>2</sup> |  
ததா<sup>2</sup> ச லீயமாநம் ச மநஸ்தத்த்வே விலீயதே || 21 ||

ஜ்ஞேயம் ஸர்வப்ரதீ<sup>3</sup>தம் ச தஜ்ஜ்ஞா<sup>3</sup>நம் மந உச்யதே |  
ஜ்ஞா<sup>3</sup>நம் ஜ்ஞேயம் ஸமம் நஷ்டம் நாந்ய: பந்தா<sup>2</sup> த்<sup>3</sup>விதீ<sup>3</sup>யக: || 22 ||

ஜ்ஞேயவஸ்து<sup>3</sup>பரி<sup>3</sup>த்யாகா<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>விலயம் யாதி மாநஸம் |  
மாநஸே விலயம் யாதே கைவல்யமவஸிஷ்யதே || 23 ||

த்<sup>3</sup>வௌ க்ரமௌ சித்தநாஸஸ்ய யோகோ<sup>3</sup> ஜ்ஞா<sup>3</sup>நம் முநீ<sup>3</sup>ஸ்வர |  
யோக<sup>3</sup>ஸ்தத்<sup>3</sup>வ்ரு<sup>3</sup>த்திரோதோ<sup>4</sup> ஹி ஜ்ஞா<sup>3</sup>நம் ஸம்யக<sup>3</sup>வேக்ஷணம் || 24 ||

தஸ்மிந்நிரோதி<sup>4</sup>தே நூநமுபஸாந்தம் மநோ ப<sup>4</sup>வேத் |

மந:ஸ்பந்தோ<sup>3</sup>பஸாந்தாயம் ஸம்ஸார: ப்ரவிலீயதே || 25 ||

ஸு<sup>3</sup>யா<sup>4</sup>லோகபரிஸ்பந்த<sup>3</sup>ஸாந்தௌ வ்யவஹ்ரு<sup>3</sup>திர்யதா<sup>2</sup> |

ஸாஸ்த்ரஸஜ்ஜநஸம்பர்கைவராக்<sup>3</sup>யாப்<sup>4</sup>யாஸயோக<sup>3</sup>த: || 26 ||

அநாஸ்தா<sup>2</sup>யாம் க்ரு<sup>3</sup>தாஸ்தா<sup>2</sup>யாம் பூர்வம் ஸம்ஸாரவ்ரு<sup>3</sup>த்திஷு |

யதா<sup>2</sup>பி<sup>4</sup>வாஞ்சி<sup>2</sup>தத்<sup>4</sup>யாநாச்சிரமேகதயோஹிதாத் || 27 ||

ஏகதத்த்வத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>டா<sup>4</sup>ப்<sup>4</sup>யாஸாத்ப்ராணஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே |

பூரகாத்<sup>3</sup>யநிலாயாமாத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>டா<sup>4</sup>ப்<sup>4</sup>யாஸத<sup>3</sup>கே<sup>2</sup>த<sup>3</sup>ஜாத் || 28 ||

ஏகாந்தத்<sup>4</sup>யாநயோகா<sup>3</sup>ச்ச மந:ஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே |

ஓங்காரோச்சாரணப்ராந்தஸப்<sup>3</sup>த<sup>3</sup>தத்த்வாநுபா<sup>4</sup>வநாத் |

ஸுஷு<sup>3</sup>ப்தே ஸம்விதா<sup>3</sup> ஜ்ஞாதே ப்ராணஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே || 29 ||

தாலுமூலக<sup>3</sup>தாம் யத்நாஜ்ஜிஹ்வயாக்ரம்ய க<sup>4</sup>ண்டிகாம் |

ஊர்த்<sup>4</sup>வரந்த்<sup>4</sup>ரம் க<sup>3</sup>தே ப்ராணே ப்ராணஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே || 30 ||

ப்ராணே க<sup>3</sup>லிதஸம்வித்தௌ தாலூர்த்<sup>4</sup>வம் த்<sup>3</sup>வாத்<sup>3</sup>ஸாந்தகே<sup>3</sup> |

அப்<sup>4</sup>யாஸாதூ<sup>3</sup>ர்த்<sup>4</sup>வரந்த்<sup>4</sup>ரணே ப்ராணஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே || 31 ||

த்<sup>3</sup>வாத்<sup>3</sup>ஸாங்கு<sup>3</sup>லபர்யந்தே நாஸாக்<sup>3</sup>ரே விமலே<sup>5</sup>மப்<sup>3</sup>ரே |

ஸம்வித்<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஸி ப்ரஸாம்யந்த்யாம் ப்ராணஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே || 32 ||

ப்<sup>4</sup>ரூமத்<sup>4</sup>யே தாரகாலோகஸாந்தாவந்தமுபாக<sup>3</sup>தே |

சேதநைகதநே ப்<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>தே<sup>4</sup> ப்ராணஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே || 33 ||

ஓமித்யேவ யது<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>பூ<sup>4</sup>தம் ஜ்ஞாநம் ஜ்ஞேயாத்மகம் ஸிவம் |

அஸம்ஸ்ப்ரு<sup>3</sup>ஷ்டவிகல்பாம்ஸம் ப்ராணஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே || 34 ||

சிரகாலம் ஹ்ரு<sup>3</sup>தே<sup>3</sup>காந்தவ்யோமஸம்வேத்<sup>3</sup>நாந்முநே |

அவாஸநமநோத்<sup>4</sup>யாநாத்ப்ராணஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே || 35 ||

ஏபி:<sup>4</sup> க்ரமைஸ்ததா<sup>2</sup>ந்யைச்ச நாநாஸங்கல்பகல்பிதை: |

நாநாதே<sup>3</sup>ஸிகவக்த்ரஸ்தை:<sup>2</sup> ப்ராணஸ்பந்தோ<sup>3</sup> நிருத்<sup>4</sup>யதே || 36 ||

ஆகுஞ்சநேந குண்ட<sup>3</sup>லிந்யா: கவாடமுத்<sup>3</sup>கா<sup>4</sup>ட்ய மோக்ஷத்<sup>3</sup>வாரம் விபே<sup>4</sup>த<sup>3</sup>யேத் |

யேந மாகே<sup>3</sup>ண க<sup>3</sup>ந்தவ்யம் தத்<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>வாரம் முகே<sup>2</sup>நாச்சா<sup>2</sup>த்<sup>3</sup>ய ப்ரஸுப்தா குண்ட<sup>3</sup>லிநீ

குடிலாகாரா ஸர்பவத்<sup>3</sup>வேஷ்டிதா ப<sup>4</sup>வதி | ஸா ஸக்திர்யேந சாலிதா ஸ்யாத்ஸ து

முக்தோ ப<sup>4</sup>வதி | ஸா குண்ட<sup>3</sup>லிநீ கண்டோ<sup>2</sup>ர்த<sup>4</sup>வபா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup> ஸுப்தா சேத்<sup>3</sup>யோகி<sup>3</sup>நாம்  
முத்தயே ப<sup>4</sup>வதி | ப<sup>3</sup>ந்த<sup>4</sup>நாயாதோ<sup>4</sup> மூடா<sup>4</sup>நாம் | இடா<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>மார்க<sup>3</sup>த்<sup>3</sup>வயம் விஹாய  
ஸுஷும்நாமார்க<sup>3</sup>னாக<sup>3</sup>ச்சே<sup>2</sup>த்த<sup>3</sup>விஷ்ணோ: பரமம் பத<sup>3</sup>ம் | மருத<sup>3</sup>ப<sup>4</sup>யஸநம்  
ஸர்வம் மநோயுக்தம் ஸமப்<sup>4</sup>யஸேத் இதரத்ர ந கர்தவ்யா மநோவ்ரு<sup>3</sup>த்திர்மநீஷ்ணா ||  
37 ||

தி<sup>3</sup>வா ந பூஜயேத்<sup>3</sup>விஷ்ணும் ராத்ரௌ நைவ ப்ரபூஜயேத் |  
ஸததம் பூஜயேத்<sup>3</sup>விஷ்ணும் தி<sup>3</sup>வாராத்ரம் ந பூஜயேத் || 38 ||

ஸுஷிரோ ஜ்ஞாநஜநக: பஞ்சஸ்ரோத:ஸமந்வித: |  
திஷ்ட<sup>2</sup>தே கே<sup>2</sup>சரீ முத்<sup>3</sup>ரா தஸ்மிந்ஸ்தா<sup>2</sup>நே ந ஸம்ஸய: || 39 ||

ஸவ்யத<sup>3</sup>க்ஷிணநா<sup>3</sup>ஸ்தோ<sup>2</sup> மத்<sup>4</sup>யே சரதி மாருத: |  
திஷ்ட<sup>2</sup>தே: கே<sup>2</sup>சரீ முத்<sup>3</sup>ரா தஸ்மிந்ஸ்தா<sup>2</sup>நே ந ஸம்ஸய: || 40 ||

இடா<sup>3</sup>பிங்க<sup>3</sup>ல்யோர்மத்<sup>4</sup>யே ஸூந்யம் சைவாநிலம் க்<sup>3</sup>ரஸேத் |  
திஷ்ட<sup>2</sup>ந்தீ கே<sup>2</sup>சரீ முத்<sup>3</sup>ரா தத்ர ஸத்யம் ப்ரதிஷ்டி<sup>2</sup>தம் || 41 ||

ஸோமஸூர்யத்<sup>3</sup>வ்யோர்மத்<sup>4</sup>யே நிராலம்ப<sup>3</sup>தலே புந: |  
ஸம்ஸ்தி<sup>2</sup>தா வ்யோமசக்ரே ஸா முத்<sup>3</sup>ரா நாம்நா ச கே<sup>2</sup>சரீ || 42 ||

சே<sup>2</sup>த்<sup>3</sup>நசாலநதா<sup>3</sup>ஹை: ப<sup>2</sup>லாம் பராம் ஜிஹ்வாம் க்ரு<sup>3</sup>த்வா த்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஷ்டி<sup>3</sup>ம் ப்<sup>4</sup>ருமத்<sup>4</sup>யே  
ஸ்தா<sup>2</sup>ப்ய கபாலகுஹரே ஜிஹ்வா விபரீதகா<sup>3</sup> யதா<sup>3</sup> ப<sup>4</sup>வதி ததா<sup>3</sup> கே<sup>2</sup>சரீ முத்<sup>3</sup>ரா  
ஜாயதே | ஜிஹ்வா சித்தம் ச கே<sup>2</sup> சரதி தேநோர்த்<sup>4</sup>வஜிஹ்வ: புமாம்ரு<sup>3</sup>தோ ப<sup>4</sup>வதி |  
வாமபாத<sup>3</sup>முலேந யோநிம் ஸம்பீ<sup>3</sup>ய த<sup>3</sup>க்ஷிணபாத<sup>3</sup>ம் ப்ரஸார்ய தம் கராப<sup>4</sup>யாம்  
த்<sup>4</sup>ரு<sup>3</sup>த்வா நாஸாப<sup>4</sup>யாம் வாயுமாயூர்ய கண்ட<sup>2</sup>ப<sup>3</sup>ந்த<sup>4</sup>ம் ஸமாரோப்யோர்த்<sup>4</sup>வதோ  
வாயும் தா<sup>4</sup>ரயேத் | தேந ஸர்வக்லேஸஹாநி: | தத: பீயூஷமிவ விஷம் ஜீர்யதே |  
க்ஷயகு<sup>3</sup>ல்மகு<sup>3</sup>தா<sup>3</sup>வர்தஜீர்ணத்வகா<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>தோ<sup>3</sup>ஷா நஸ்யந்தி | ஏஷ ப்ராணஜயோபாய:  
ஸர்வம்ரு<sup>3</sup>த்யூபகா<sup>4</sup>தக: | வாமபாத<sup>3</sup>பார்ஷ்ணிம் யோநிஸ்தா<sup>2</sup>நே நியோஜ்ய  
த<sup>3</sup>க்ஷிணசரணம் வாமோருபரி ஸம்ஸ்தா<sup>2</sup>ப்ய வாயுமாயூர்ய ஹ்ரு<sup>3</sup>த<sup>3</sup>யே சபு<sup>3</sup>கம் நிதா<sup>4</sup>ய  
யோநிமாகுஞ்ச்ய மநோமத்<sup>4</sup>யே யதா<sup>2</sup>ஸக்தி தா<sup>4</sup>ரயித்வா ஸ்வாத்மாநம் பா<sup>4</sup>வயேத் |  
தேநாபரோக்ஷஸித்<sup>3</sup>தி: |

பா<sup>3</sup>ஹ்யாத்ப்ராணம் ஸமாக்ரு<sup>3</sup>ஷ்ய பூரயித்வோத்<sup>3</sup>ரே ஸ்தி<sup>2</sup>தம் |  
நாபி<sup>4</sup>மத்<sup>4</sup>யே ச நாஸாக்<sup>3</sup>ரே பதா<sup>3</sup>ங்கு<sup>3</sup>ஷ்டே<sup>2</sup> ச யத்நத: || 43 ||

தா<sup>4</sup>ரயேந்நஸா ப்ராணம் ஸந்த<sup>4</sup>யாகாலேஷு வா ஸதா<sup>3</sup> |  
ஸர்வரோக<sup>3</sup>விநிர்முத்தோ ப<sup>4</sup>வேத்<sup>3</sup>யோக<sup>3</sup> க<sup>3</sup>தக்லம: || 44 ||

நாஸாக்<sup>3</sup>ரே வாயுவிஜயம் ப<sup>4</sup>வதி | நாபி<sup>4</sup>மத்<sup>4</sup>யே ஸர்வரோக<sup>3</sup>விநாஸ: |  
பாதா<sup>3</sup>ங்கு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>தா<sup>3</sup>ரணுச்ச<sup>2</sup>ரீரலகு<sup>4</sup>தா ப<sup>4</sup>வதி |

ரஸநாத<sup>3</sup>வாயுமாக்கு<sup>3</sup>ஷ்ய ய: பிபே<sup>3</sup>த்ஸதததம் நர: |  
ஸ்ரமதா<sup>3</sup>ஹௌ து ந ஸ்யாதாம் நஸ்யந்தி வ்யாத<sup>4</sup>யஸ்ததா<sup>2</sup> || 45 ||

ஸந்த<sup>4</sup>யயோர்ப்<sup>3</sup>ராஹ்மண: காலே வாயுமாக்கு<sup>3</sup>ஷ்ய ய: பிபே<sup>3</sup>த் |  
த்ரிமாஸாத்தஸ்ய கல்யாணீ ஜாயதே வாக் ஸரஸ்வதீ || 46 ||

ஏவம் ஷண்மாஸாப<sup>4</sup>யாஸாத்ஸர்வரோக<sup>3</sup>நிவ்ரு<sup>3</sup>த்தி: |  
ஜிஹ்வயா வாயுமாநீய ஜிஹ்வாமூலே நிரோத<sup>4</sup>யேத் |  
ய: பிபே<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ம்ரு<sup>3</sup>த்ம் வித்<sup>3</sup>வாந்ஸகலம் ப<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ரமஸ்நுதே || 47 ||

ஆத்மந்யாத்மாநமிட<sup>3</sup>யா தா<sup>4</sup>ரயித்வா ப்<sup>4</sup>ருவோந்தரே |  
விபே<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ய த்ரித<sup>3</sup>ஸாஹாரம் வ்யாதி<sup>4</sup>ஸ்தோ<sup>2</sup>ஸ்பி விமுச்யதே || 48 ||

நா<sup>3</sup>ப<sup>4</sup>யாம் வாயுமாரோப்ய நாபௌ<sup>4</sup> துந்த<sup>3</sup>ஸ்ய பார்ஸ்வயோ: |  
க<sup>4</sup>டிகைகாம் வஹேத்<sup>3</sup>யஸ்து வ்யாதி<sup>4</sup>பி:<sup>4</sup> ஸ விமுச்யதே || 49 ||

மாஸமேகம் த்ரிஸந்த<sup>4</sup>யம் து ஜிஹ்வயாரோப்ய மாருதம் |  
விபே<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ய த்ரித<sup>3</sup>ஸாஹாரம் தா<sup>4</sup>ரயேத்துந்த<sup>3</sup>மத்<sup>4</sup>யமே || 50 ||

ஜ்வரா: ஸர்வே<sup>5</sup>பி நஸ்யந்தி விஷாணி விவிதா<sup>4</sup>நி ச |  
முஹூர்தமபி யோ நித்தயம் நாஸாக்<sup>3</sup>ரே மநஸா ஸஹ || 51 ||

ஸர்வம் தரதி பாப்மாநம் தஸ்ய ஜநம் ஸதார்ஜிதம் |  
தாரஸம்யமாத்ஸகலவிஷயஜ்ஞாநம் ப<sup>4</sup>வதி |

நாஸாக்<sup>3</sup>ரே சித்தஸம்யமாதி<sup>3</sup>ந்த<sup>3</sup>ரலோகஜ்ஞாநம் |  
தத<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஸ்சித்தஸம்யமாத<sup>3</sup>க்<sup>3</sup>நிலோகஜ்ஞாநம் |

சக்ஷுஷி சித்தஸம்யமாத்ஸர்வலோகஜ்ஞாநம் |  
ஸ்ரோத்தரே சித்தஸ்ய ஸம்யமாத<sup>3</sup>யமலோகஜ்ஞாநம் |

தத்பார்ஸ்வே ஸம்யமாந்நிர்ரு<sup>3</sup>திலோகஜ்ஞாநம் |  
ப்ரு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>பா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup> ஸம்யமாத<sup>3</sup>வருணலோகஜ்ஞாநம் |

வாமகர்ணே ஸம்யமாத<sup>3</sup>வாயுலோகஜ்ஞாநம் |  
கண்டே<sup>2</sup> ஸம்யமாத்ஸோமலோகஜ்ஞாநம் |

வாமசக்ஷுஷி ஸம்யமாச்சி<sup>2</sup>வலோகஜ்ஞாநம் |  
மூர்த<sup>4</sup>நி ஸம்யமாத<sup>3</sup>ப்<sup>3</sup>ரஹ்மலோகஜ்ஞாநம் |

பாதா<sup>3</sup>தோ<sup>3</sup>பா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup> ஸம்யமாத<sup>3</sup>தலலோகஜ்ஞாநம் |  
பாதே<sup>3</sup> ஸம்யமாத<sup>3</sup>விதலலோகஜ்ஞாநம் |  
பாத<sup>3</sup>ஸந்தௌ<sup>4</sup> ஸம்யமாந்நிதலலோகஜ்ஞாநம் |  
ஜங்கே<sup>4</sup> ஸம்யமாத்ஸுதலலோகஜ்ஞாநம் |  
ஜாநௌ ஸம்யமாந்மஹாதலலோகஜ்ஞாநம் |  
ஊரௌ சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>ரஸாதலலோகஜ்ஞாநம் |  
கடௌ சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>தலலோகஜ்ஞாநம் |  
நாபௌ<sup>4</sup> சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>பூ<sup>4</sup>லோகஜ்ஞாநம் |  
குக்ஷௌ ஸம்யமாத்<sup>3</sup>பூ<sup>4</sup>வரலோகஜ்ஞாநம் |  
ஹ்ரு<sup>3</sup>தி<sup>3</sup> சித்தஸ்ய ஸம்யமாத்<sup>3</sup>ஸவரலோகஜ்ஞாநம் |  
ஹ்ரு<sup>3</sup>த<sup>3</sup>யோர்த்<sup>4</sup>வபா<sup>4</sup>கே<sup>3</sup> சித்தஸம்யமாந்மஹர்லோகஜ்ஞாநம் |  
கண்டே<sup>2</sup> சித்தஸம்யமாஜ்ஜநோலோகஜ்ஞாநம் |  
பூ<sup>4</sup>ரூமத்<sup>4</sup>யே சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>போலோகஜ்ஞாநம் |  
மூ<sup>4</sup>ர்த்<sup>4</sup>நி சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>ஸத்யலோகஜ்ஞாநம் |  
த<sup>4</sup>ர்மாத<sup>4</sup>ர்மஸம்யமாத்<sup>3</sup>தீதாநாக<sup>3</sup>தஜ்ஞாநம் |  
தத்தஜ்ஜந்துத்<sup>4</sup>வநௌ சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>ஸர்வஜந்துருதஜ்ஞாநம் |  
ஸஞ்சிதகர்மணி சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>பூ<sup>4</sup>ர்வஜாதிஜ்ஞாநம் |  
பரசித்தே சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>பரசித்தஜ்ஞாநம் |  
காயரூபே சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>ந்யாத்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஸ்யரூபம் |  
ப<sup>3</sup>லே சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>நுமதா<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>ப<sup>3</sup>லம் |  
ஸூ<sup>3</sup>ர்யே சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>பூ<sup>4</sup>ர்வஜ்ஞாநம் |  
சந்த்<sup>3</sup>ரே சித்தஸம்யமாத்<sup>3</sup>தாராவ்யுஹஜ்ஞாநம் |  
த<sup>4</sup>ருவே தத்<sup>3</sup>க<sup>3</sup>தித்<sup>3</sup>ர்ஸநம் | ஸ்வார்த்<sup>2</sup>ஸம்யமாத்<sup>3</sup>பூ<sup>4</sup>ர்வஜ்ஞாநம் |  
நாபி<sup>4</sup>சக்ரே காயவ்யுஹஜ்ஞாநம் | கண்ட<sup>2</sup>கூபே க்ஷு<sup>3</sup>த்பிபாஸா நிவ்ரு<sup>3</sup>த்தி: |  
கூ<sup>3</sup>ர்மநா<sup>3</sup>யாம் ஸ்தை<sup>2</sup>ர்யம் | தாரே ஸித்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>த்<sup>3</sup>ர்ஸநம் |  
காயாகாஸஸம்யமாதா<sup>3</sup>காஸக<sup>3</sup>மநம் |  
தத்தத்ஸ்தா<sup>2</sup>நே ஸம்யமாத்<sup>3</sup>தத்தத்ஸித்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>யோ ப<sup>4</sup>வந்தி || 7 ||

அத<sup>2</sup> ப்ரத்யாஹார: | ஸ பஞ்சவித:<sup>4</sup> விஷயேஷு விசரதாமிந்த்<sup>3</sup>ரியாணாம்  
ப<sup>3</sup>லாதா<sup>3</sup>ஹரணம் ப்ரத்யாஹார: | யத்<sup>3</sup>யத்பஸ்யதி தத்ஸர்வமாமேதி ப்ரத்யாஹார:  
| நித்யவிஹிதகர்மப<sup>2</sup>லத்யாக:<sup>3</sup> ப்ரத்யாஹார: | ஸர்வவிஷயபராஹ்ரு<sup>3</sup>க<sup>2</sup>த்வம்  
ப்ரத்யாஹார: | அஷ்டாத<sup>3</sup>ஸஸு மர்மஸ்தா<sup>2</sup>நேஷு க்ரமாத்<sup>3</sup>தா<sup>4</sup>ரணம் ப்ரத்யாஹார: |

பாதா<sup>3</sup>ங்கு<sup>3</sup>ஷ்ட<sup>2</sup>கு<sup>3</sup>ல்ப<sup>2</sup>ஜங்கா<sup>4</sup>ஜாநூருபாயுமேட்<sup>4</sup>ரநாபி<sup>4</sup>ஹ்ரு<sup>3</sup>த<sup>3</sup>யகண்ட<sup>2</sup>கூபதாலுநாஸாக்ஷிப்<sup>4</sup>ஸ்தா<sup>2</sup>நாநி | தேஷு க்ரமாதா<sup>3</sup>ரோஹாவரோஹக்ரமேண ப்ரத்யாஹரேத் || 8 ||

அத<sup>2</sup> தா<sup>4</sup>ரண | ஸா த்ரிவிதா<sup>4</sup> | ஆத்மநி மநோதா<sup>4</sup>ரணம் த<sup>3</sup>ஹராகாஸே பா<sup>3</sup>ஹ்யாகாஸதா<sup>4</sup>ரணம் ப்ரு<sup>3</sup>தி<sup>2</sup>வ்யப்தேஜோவாய்வாகாஸேஷு பஞ்சமூர்திதா<sup>4</sup>ரணம் சேதி || 9 ||

அத<sup>2</sup> த<sup>4</sup>யாநம் | தத்<sup>3</sup>தி<sup>3</sup>விவித<sup>4</sup>ம் ஸகு<sup>3</sup>ணம் நிர்கு<sup>3</sup>ணம் சேதி | ஸகு<sup>3</sup>ணம் மூர்தித்<sup>4</sup>யாநம் | நிர்கு<sup>3</sup>ணமாத்மயாதா<sup>2</sup>த்மயம் || 10 ||

அத<sup>2</sup> ஸமதி:<sup>4</sup> | ஜீவாத்மபரமாத்மைக்யாவஸ்தா<sup>2</sup>த்ரிபுரஹிதா பரமாநந்த<sup>3</sup>ஸ்வரூபா ஸு<sup>3</sup>த<sup>4</sup>சைதந்யாத்மிகா ப<sup>4</sup>வதி || 11 ||

இதி ப்ரத<sup>2</sup>மோ<sup>5</sup>த்<sup>4</sup>யாய: || 1 ||

2

அத<sup>2</sup> ஹ ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்யோ ஹ வை ப்<sup>3</sup>ரஹ்மரு<sup>3</sup>ஷிஸ்சதுர்ஷு வேதே<sup>3</sup>ஷு ப்<sup>3</sup>ரஹ்மவித்<sup>3</sup>யாமலப<sup>4</sup>மாந: கிம் நாமேத்யத<sup>2</sup>ர்வாணம் ப<sup>4</sup>க<sup>3</sup>வந்தமுபஸந்ந: பப்ரச்சா<sup>2</sup>த்<sup>4</sup>ஹி ப<sup>4</sup>க<sup>3</sup>வந் ப்<sup>3</sup>ரஹ்மவித்<sup>3</sup>யாம் யேந ஸ்ரேயோ<sup>5</sup>வாப்ஸ்யாமீதி | ஸ ஹோவாசாத்<sup>2</sup>ர்வா ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்ய ஸத்யம் விஜ்ஞாநமநந்தம் ப்<sup>3</sup>ரஹ்ம யஸ்மிந்நிதி<sup>3</sup>மோதம் ச ப்ரோதம் ச | யஸ்மிந்நிதி<sup>3</sup>ம் ஸம் ச விசைதி ஸர்வம் யஸ்மிந்நிதி<sup>3</sup>மோதே ஸர்வமிதி<sup>3</sup>ம் விஜ்ஞாதம் ப<sup>4</sup>வதி | தத்<sup>3</sup>பாணிபாத<sup>3</sup>மசக்ஷு:ஸ்ரோத்ரமஜிஹ்வமஸா<sup>3</sup>ரீமக்<sup>3</sup>ராஹ்யமநிர்<sup>3</sup>தே<sup>3</sup>ஸ்யம் | யதோ வாசோ நிவர்தந்தே | அப்ராப்ய மநஸா ஸஹ | யத்கேவலம் ஜ்ஞாநக<sup>3</sup>ம்யம் | ப்ரஜ்ஞா ச யஸ்மாத்ப்ரஸ்ரு<sup>3</sup>தா புராணீ | யதே<sup>3</sup>கமத்<sup>3</sup>விதீயம் | ஆகாஸவத்ஸர்வக<sup>3</sup>தம் ஸுஸூக்ஷ்மம் நிரஞ்ஜநம் நிஷ்க்ரியம் ஸந்மாத்ரம் சிதா<sup>3</sup>நந்தை<sup>3</sup>கரஸம் ஸிவம் ப்ரஸாந்தமம்ரு<sup>3</sup>தம் தத்பரம் ச ப்<sup>3</sup>ரஹ்ம | தத்த்வமஸி | தஜ்ஜ்ஞாநேந ஹி விஜாநீஹி ய ஏகோ தே<sup>3</sup>வ ஆத்மஸக்திப்ரதா<sup>4</sup>ந: ஸர்வஜ்ஞ: ஸர்வேஸ்வர: ஸர்வபூ<sup>4</sup>தாந்தராத்மா ஸர்வபூ<sup>4</sup>தாதி<sup>4</sup>வாஸ: ஸர்வபூ<sup>4</sup>தநிகூ<sup>3</sup>டோ<sup>4</sup> பூ<sup>4</sup>தயோநிர்யோகை<sup>3</sup>க<sup>3</sup>ம்ய: | யஸ்ச விஸ்வம் ஸ்ரு<sup>3</sup>ஜதி விஸ்வம் பி<sup>3</sup>ப<sup>4</sup>ர்தி விஸ்வம் ப<sup>4</sup>ங்க்தே ஸ ஆத்மா | ஆத்மநி தம் தம் லோகம் விஜாநீஹி | மா ஸோசீராத்மவிஜ்ஞாநீ ஸோகஸ்யாந்தம் க<sup>3</sup>மிஷ்யதி ||

இதி த்<sup>3</sup>விதீயோ<sup>5</sup>த்<sup>4</sup>யாய: || 2 ||

3

அதை<sup>2</sup>நம் ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்யோ<sup>5</sup>த<sup>2</sup>ர்வாணம் பப்ரச்ச<sup>2</sup> யதே<sup>3</sup>கமகூரம்  
நிஷக்ரியம் ஸிவம் ஸந்மாத்தரம் பரம்ப<sup>3</sup>ரஹம் | தஸ்மாக்கத<sup>2</sup>மித<sup>3</sup>ம்  
விய்வம் ஜாயதே கத<sup>2</sup>ம் ஸ்த<sup>2</sup>யதே கத<sup>2</sup>ம்ஸமிம்ல்லீயதே | தந்மே ஸம்ஸயம்  
சே<sup>2</sup>த்துமர்ஹஸீதி | ஸ ஹோவாசாத<sup>2</sup>ர்வா ஸத்யம் ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்ய பரம்ப<sup>3</sup>ரஹம்  
நிஷக்ரியமகூரமிதி | அதா<sup>2</sup>ப்யஸ்யாரூபஸ்ய ப்<sup>3</sup>ரஹ்மணஸ்தர்ணி  
ரூபாணி ப<sup>4</sup>வந்தி ஸகலம் நிஷ்கலம் ஸகலநிஷ்கலம் சேதி |  
யத்ஸத்யம் விஜ்ஞாநமாநந்த<sup>3</sup>ம் நிஷக்ரியம் நிரஞ்ஜநம் ஸர்வக<sup>3</sup>தம்  
ஸுஸூக்ஷமம் ஸர்வதோமுக<sup>2</sup>மநிர்<sup>3</sup>தே<sup>3</sup>ஸ்யமம்ரு<sup>3</sup>தமஸ்தி ததி<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ம் நிஷ்கலம்  
ரூபம் | அதா<sup>2</sup>ஸ்ய யா ஸஹஜாஸ்த்யவித்<sup>3</sup>யா மூலப்ரக்ரு<sup>3</sup>திர்மாயா  
லோஹிதஸூக்லக்ரு<sup>3</sup>ஷ்ணா | தயா ஸஹாயவாந் தே<sup>3</sup>வ: க்ரு<sup>3</sup>ஷ்ணபிங்க<sup>3</sup>லோ  
மமேஸ்வர ஈஷ்டே | ததி<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ம்ஸ்ய ஸகலநிஷ்கலம் ரூபம் || அதை<sup>2</sup>ஷ  
ஜ்ஞாநமயேந தபஸா சீயமானோ<sup>5</sup>காமயத ப<sup>3</sup>ஹு ஸ்யாம் ப்ரஜாயேயேதி |  
அதை<sup>2</sup>தஸ்மாத்தப்பமாநாத்தஸ்த்யகாமாத்தர்ணியகூரண்யஜாயந்த | திஸ்ரோ  
வ்யாஹ்ரு<sup>3</sup>தயஸ்த்ரிபதா<sup>3</sup> கா<sup>3</sup>யதர் த்ரயோ வேதா<sup>3</sup>ஸ்த்ரயோ தே<sup>3</sup>வாஸ்த்ரயோ  
வர்ணஸ்த்ரயோ<sup>5</sup>க<sup>3</sup>ந்யஸ்ச  
ஜாயந்தே | யோ<sup>5</sup>ஸெள தே<sup>3</sup>வோ ப<sup>4</sup>க<sup>3</sup>வாந்ஸர்வைஸ்வ்யஸம்பந்ந: ஸர்வவ்யாபீ  
ஸர்வபூ<sup>4</sup>தாநாம் ஹ்ரு<sup>3</sup>த<sup>3</sup>யே ஸம்நிவிஷ்டோ மாயாவீ மாயயா க்ரீ<sup>3</sup>தி ஸ ப்<sup>3</sup>ரஹ்மா  
ஸ விஷ்ணு: ஸ ருத்<sup>3</sup>ர: ஸ இந்த<sup>3</sup>ர: ஸ ஸர்வே தே<sup>3</sup>வா: ஸர்வாணி பூ<sup>4</sup>தாநி ஸ ஏவ  
புரஸ்தாத்தஸ ஏவ பஸ்சாத்தஸ ஏவோத்தரத: ஸ ஏவ த<sup>3</sup>க்ஷிணத: ஸ ஏவாத<sup>4</sup>ஸ்தாத்தஸ  
ஏவோபரிஷ்டாத்தஸ ஏவ ஸர்வம் | அதா<sup>2</sup>ஸ்ய தே<sup>3</sup>வஸ்யாதம்ஸக்தேராதம்க்ரீ<sup>3</sup>ஸ்ய  
ப<sup>4</sup>க்தாநுகம்பினோ த<sup>3</sup>த்தாத்ரேயரூபா ஸுரூபா தநூரவாஸா இந்த<sup>3</sup>வரத<sup>3</sup>லப்ரக்<sup>2</sup>யா  
சதுர்பா<sup>3</sup>ஹுரகோ<sup>4</sup>ராபாகஸிநீ | ததி<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ம்ஸ்ய ஸகலம் ரூபம் || 1 ||

அத<sup>2</sup> ஹைநமத<sup>2</sup>ர்வாணம் ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்ய: பப்ரச்ச<sup>2</sup> ப<sup>4</sup>க<sup>3</sup>வந்ஸந்மாத்தரம்  
சிதா<sup>3</sup>நந்தை<sup>3</sup>கரஸம் கஸ்மாது<sup>3</sup>ச்யதே பரம் ப்<sup>3</sup>ரஹ்மேதி | ஸ ஹோவாசாத<sup>2</sup>ர்வா  
யஸ்மாச்ச ப்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஹதி ப்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ம்ஹயதி ச ஸர்வம் தஸ்மாது<sup>3</sup>ச்யதே பரம்ப<sup>3</sup>ரஹ்மேதி |  
அத<sup>2</sup> கஸ்மாது<sup>3</sup>ச்யதே ஆத்மேதி | யஸ்மாத்தஸர்வமாப்நோதி ஸர்வமாத<sup>3</sup>த்தே  
ஸர்வமத்தி

ச தஸ்மாது<sup>3</sup>ச்சயதே ஆத்மேதி | அத<sup>2</sup> கஸ்மாது<sup>3</sup>ச்சயதே மஹேஸ்வர இதி |  
யஸ்மாந்மஹத

ஈஸ: ஸப்<sup>3</sup>த<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>வந்யா சாத்மஸக்த்யா ச மஹத ஈஸதே தஸ்மாது<sup>3</sup>ச்சயதே

மஹேஸ்வர இதி | அத<sup>2</sup> கஸ்மாது<sup>3</sup>ச்சயதே த<sup>3</sup>த்தாத்ரேய இதி | யஸ்மாத்ஸுது<sup>3</sup>ஸ்சரம்  
தபஸ்தப்யமாநாயாத்ரேய புத்ரகாமாயாதிதராம் துஷ்டேந ப<sup>4</sup>க<sup>3</sup>வதா

ஜ்யோதிர்மயேநாத்மைவ த<sup>3</sup>த்தோ யஸ்மாச்சாநஸுலியாயாமத்ரேஸ்தநயோ<sup>5</sup>ப<sup>4</sup>வத்தஸ்மாது<sup>3</sup>ச்சயதே  
த<sup>3</sup>த்தாத்ரேய இதி | அத<sup>2</sup> யோ<sup>5</sup>ஸ்ய நிருக்தாநி வேத<sup>3</sup> ஸ ஸர்வம் வேத<sup>3</sup> |

அத<sup>2</sup> யோ ஹ வை வித்<sup>3</sup>யயைநம் பரமுபாஸ்தே ஸோ<sup>5</sup>ஹமிதி ஸ ப்<sup>3</sup>ரஹ்மவித்<sup>3</sup>ப<sup>4</sup>வதி  
||

அத்ரைதே ஸ்லோகா ப<sup>4</sup>வந்தி ||

த<sup>3</sup>த்தாத்ரேயம் ஸிவம் ஸாந்தமிந்த<sup>3</sup>ரநீலநிப<sup>4</sup>ம் ப்ரப<sup>4</sup>ம் |

ஆத்மமாயாரதம் தே<sup>3</sup>வமவதூ<sup>4</sup>தம் தி<sup>3</sup>க<sup>3</sup>ம்ப<sup>3</sup>ரம் || 1 ||

ப<sup>4</sup>ஸ்மோத்<sup>3</sup>தூ<sup>4</sup>விதஸர்வாங்க<sup>3</sup>ம் ஜடாஜூடத<sup>4</sup>ரம் விப<sup>4</sup>ம் |

சதுர்பா<sup>3</sup>ஹுமுதா<sup>3</sup>ராங்க<sup>3</sup>ம் ப்ரப<sup>2</sup>:ஃஸல்சகமலேக்ஷணம் || 2 ||

ஜ்ஞாநயோக<sup>3</sup>நிதி<sup>4</sup>ம் விஸ்வகு<sup>3</sup>ரும் யோகி<sup>3</sup>ஜநப்ரியம் |

ப<sup>4</sup>க்தாநுகம்பிநம் ஸர்வஸாக்ஷிணம் ஸித்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஸேவிதம் || 3 ||

ஏவம் ய: ஸததம் த<sup>4</sup>யாயேத்<sup>3</sup>தே<sup>3</sup>வதே<sup>3</sup>வம் ஸநாதநம் |

ஸ முக்த: ஸர்வபாபேப்<sup>4</sup>யோ நி:ஸ்ரேயஸமவாப்நுயாத் || 4 ||

இத்யோம் ஸத்யமித்யுபநிஷத் ||

இதி த்ரு<sup>3</sup>தீயோ<sup>5</sup>த<sup>4</sup>யாய: || 3 ||

ஓ ப<sup>4</sup>த<sup>3</sup>ரம் கர்ணேபி: ஸ்ருணுயாம் தே<sup>3</sup>வா ப<sup>4</sup>த<sup>3</sup>ரம் பஸ்யேமாக்ஷபி<sup>4</sup>ர்யஜத்ரா: |

ஸ்தி<sup>2</sup>ரைரங்கை<sup>3</sup>ஸ்துஷ்டுவா<sup>3</sup> ஸஸ்தநூபி<sup>4</sup>ர்வ்யஸேம தே<sup>3</sup>வஹிதம் யதா<sup>3</sup>யு: |

ஸ்வஸ்தி ந இந்த<sup>3</sup>ரோ வ்ரு<sup>3</sup>த<sup>4</sup>ஸ்ரவா: | ஸ்வஸ்தி ந: பூஷா விஸ்வவேதா:<sup>3</sup> |

ஸ்வஸ்தி நஸ்தார்<sup>3</sup>க்ஷயோ அரிஷ்டநேமி: ஸ்வஸ்தி நோ ப்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஹஸ்பதி<sup>3</sup>ர்த<sup>3</sup>தா<sup>4</sup>து ||

ஓ ஸாந்தி: ஸாந்தி: ஸாந்தி: ||

இதி ஸாண்டி<sup>3</sup>ல்யோபநிஷத்ஸமாப்தா ||

Encoded by Sunder Hattangadi





*Shandilya Upanishad*

pdf was typeset on April 1, 2025



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

