

Yogaraja Upanishad

——
యోగరాజోపనిషత్

——
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



యోగరాజోపనిషత్



యోగరాజం ప్రవక్ష్యామి యోగినాం యోగసిద్ధయే ।
మన్తయోగో లయశ్చైవ రాజయోగో హతస్తథా ॥ ౧॥

యోగశ్చతుర్విధః ప్రోక్తో యోగిభిస్తత్త్వదర్శిభిః ।
ఆసనం ప్రాణసంరోధో ధ్యానం చైవ సమాధికః ॥ ౨॥

ఏతచ్ఛతుష్టయం విద్ధి సర్వయోగేషు సమ్మతమ్ ।
బ్రహ్మీవిష్ణుశివాదీనాం మన్తం జాప్యం విశారదైః ॥ ౩॥

సాధ్యతే మన్తయోగస్తు వత్సరాజాదిభిర్యథా ।
కృష్ణద్వైపాయనాద్వైస్తు సాధితో లయసంజ్ఞితః ॥ ౪॥

నవస్వవ హి చక్రేషు లయం కృత్వా మహాత్మభిః ।
ప్రథమం బ్రహ్మచక్రం స్యాత్ త్రిరావృతం భగాకృతి ॥ ౫॥

అపానే మూలకన్ధారవ్యం కామరూపం చ తజ్జగుః ।
తదేవ వహ్నికుణ్డం స్యాత్ తత్త్వకుణ్డలిసీ తథా ॥ ౬॥

తాం జీవరూపిణీం ధ్యాయేజ్ఞోతిష్ఠం ముక్తహేతవే ।
స్వాధిష్ఠానం ద్వితీయం స్యాచ్ఛక్రం తస్మద్ధ్యగం విదుః ॥ ౭॥

పశ్చిమాభిముఖం లింగం ప్రవాలాఙ్కరసన్నిభమ్ ।
తత్రోద్రీయాణపీఠేషు తం ధ్యాత్వాకర్షయేజ్జగత్ ॥ ౮॥

తృతీయం నాభిచక్రం స్యాత్తన్మధ్యే తు జగత్ స్థితమ్ ।
పఞ్చావర్తా మధ్యశక్తిం చింతయేద్విద్యుదాకృతి ॥ ౯॥

తాం ధ్యాత్వా సర్వసిద్ధీనాం భాజనం జాయతే బుధః ।
చతుర్థం హృదయే చక్రం విజ్ఞేయం తదధోముఖమ్ ॥ ౧౦॥


జ్యోతీరూపం చ తన్మధ్యే హంసం ధ్యాయేత్ ప్రయత్నతః ।
తం ధ్యాయతో జగత్ సర్వం వశ్యం స్యాన్నాత్ర సంశయః ॥ ౧౧॥

పచ్చమం కణ్ణచక్రం స్యాత్ తత్ర వామే ఇడా భవేత్ |
 దక్షిణే పిఙ్గలా జ్ఞేయా సుషుమ్నా మధ్యతః స్థతా || ౧౨||
 తత్ర ధ్యాత్వా శుచి జ్యోతిః సిద్ధీనాం భాజనం భవేత్ |
 పష్టం చ తాలుకాచక్రం ఘణ్ణికాస్థానముచ్యతే || ౧౩||
 దశమద్వారమార్గం తద్రాజదంతం చ తజ్జగుః |
 తత్ర శూన్యే లయం కృత్వా ముక్తో భవతి నిశ్చింతమ్ || ౧౪||
 భ్రూచక్రం సప్తమం విద్యాద్విష్టస్థానం చ తద్విదుః |
 భ్రువోర్మధ్యే వర్తులం చ ధ్యాత్వా జ్యోతిః ప్రముచ్యతే || ౧౫||
 అష్టమం బ్రహ్మారస్థం స్యాత్ పరం నిర్వాణసూచకమ్ |
 తం ధ్యాత్వా సూతికాగ్రామం ధూమాకారం విముచ్యతే || ౧౬||
 తచ్చ జాలస్థరం జ్ఞేయం మోక్షదం నీలచేతనమ్ |
 నవమం వ్యోమచక్రం స్యాద్దశైః షోడశభిర్యుతమ్ || ౧౭||
 సంవిదూర్భయాచ్చ తన్మధ్యే శక్తిరుద్ధా స్థితా పరా |
 తత్ర పూర్ణాం గిరౌ పీఠే శక్తిం ధ్యాత్వా విముచ్యతే || ౧౮||
 ఏతేషాం నవచక్రాణామేకైకం ధ్యాయతో మునేః |
 సిద్ధయో ముక్తిసహితాః కరస్థాః స్యుర్దినే దినే || ౧౯||
 ఏకో దణ్డద్వయం మధ్యే పశ్యతి జ్ఞానచక్షుషా |
 కదమ్బుగోలకాకారం బ్రహ్మలోకం ప్రజన్తి తే || ౨౦||
 ఊర్ధ్వశక్తినిపాతేన అధఃశక్తిర్నికుఞ్చనాత్ |
 మధ్యశక్తిప్రబోధేన జాయతే పరమం సుఖం జాయతే పరమం సుఖమ్ | ఇతి || ౨౧||
 (యోగ-ఉపనిషదః)

ఇతి యోగరాజోపనిషత్ సమాప్తా |

Proofread by Kasturi navya sahati

pdf was typeset on March 20, 2020

——
Please send corrections to sanskrit@cheerful.com

