
Yogashikha Upanishad

யோக³ஸிகோ²பநிஷத்

Document Information

Text title : Yogashikha Upanishad

File name : yogashikha.itx

Category : upanishhat

Location : doc_upanishhat

Author : Vedic tradition

Transliterated by : Sunder Hattangadi

Proofread by : Sunder Hattangadi

Description-comments : 63 / 108; Krishna Yajurveda - Yoga upanishad

Latest update : July 13, 2000

Send corrections to : 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

Yogashikha Upanishad

யோக³ஸிகோ²பநிஷத்



யோக³ஜ்ஞாநே யத்பதா³ப்திஸாத⁴நத்வேந விஸ்ருதே |
தத்ரைபத³ம் ப்³ரஹ்மதத்த்வம் ஸ்வமாத்ரமவஸிஷ்யதே ||

ஓ ஸஹ நாவவது ஸஹ நௌ பு⁴நக்து ஸஹ வீர்யம் கரவாவஹை |
தேஜஸ்விநாவதீ⁴தமஸ்து மா வித்³விஷாவஹை || ஓ ஶாந்தி: ஶாந்தி: ஶாந்தி: ||

ஸர்வே ஜீவா: ஸுகை²ர்து:³கை²ர்மாயாஜாலேந வேஷ்டிதா: |
தேஷாம் முக்தி: கத²ம் தே³வ க்ரு³பயா வத³ ஶங்கர || 1 ||

ஸர்வஸித்³தி⁴கரம் மார்³ம் மாயாஜாலநிக்ரு³ந்தநம் |
ஜந்மம்ரு³த்யஜூராவ்யாதி⁴நாஸநம் ஸுக²த³ம் வத³ || 2 ||

இதி ஹிரண்யக³ர்ப:⁴ பப்ர³ச² ஸ ஹோவாச மஹேஸ்வர: |
நாநாமார்³கை³ஸ்து து³ஷ்ப்ராபம் கைவல்யம் பரமம் பத³ம் || 3 ||

ஸித்³தி⁴மார்³கே³ண லப⁴தே நான்யதா² பத்³மஸம்⁴வ |
பதிதா: ஶாஸ்த்ரஜாலேஷு ப்ரஜ்ஞயா தேந மோஹிதா: || 4 ||

ஸ்வாத்மப்ரகாஸரூபம் தத்கிம் ஶாஸ்த்ரேண ப்ரகாஸ்யதே |
நிஷ்கலம் நிர்மலம் ஶாந்தம் ஸர்வாதீதம் நிராமயம் || 5 ||

ததே³வ ஜீவருபேண புண்யபாப²லர்வ்ரு³தம் |
பரமாத்மபத³ம் நித்யம் தத்கத²ம் ஜீவதாம் க³தம் || 6 ||

தத்த்வாதீதம் மஹாதே³வ ப்ரஸாதா³த்தகத²யேஸ்வர |
ஸர்வபா⁴வபதா³தீதம் ஜ்ஞாநரூபம் நிரஞ்ஜநம் || 7 ||

வாயுவத்ஸ்பு²ரிதம் ஸ்வஸ்மிம்ஸ்ததத்ராஹங்க்ரு³திருத்தி²தா |
பஞ்சாத்மகமபூ⁴த்பிண்ட³ம் தா⁴துப³த்³த⁴ம் கு³ணாத்மகம் || 8 ||

ஸுக²து:³கை:² ஸமாயுக்தம் ஜீவபா⁴வநயா குரு |
தேந ஜீவாமிதா⁴ ப்ரோக்தா விஸுத்³தே⁴ பரமாத்மநி || 9 ||

காமக்ரோத⁴ப⁴யம் சாபி மோஹலோப⁴மதோ² ரஜ: |

ஜநம் ம்ரு²த்யு³ச கார்பண்யம் ஸோகஸ்தந்த்³ரா க்ஷுதா⁴ த்ரு²ஷா || 10 ||

த்ரு²ஷ்ண ஜ்ஜா ப⁴யம் து³கீ²ம் விஷாதோ³ ஹர்ஷ ஏவ ச |
ஏபி⁴ர்தோ³ஷை³விநிர்மு³க்த: ஸ ஜீவ: ஸிவ உச்யதே || 11 ||

தஸ்மாத்³தோ³ஷவிநாஸார்த²முபாயம் கத²யாமி தே |
ஜ்ஞாநம் கேசித்³வத்³ந்த்யத்ர கேவலம் தநந ஸித்³த⁴யே || 12 ||

யோக³ஹீநம் கத²ம் ஜ்ஞாநம் மோக்ஷத³ம் ப⁴வதீஹ போ: ⁴ |
யோகோ³ஸி ஜ்ஞாநஹீநஸ்து ந க்ஷமோ மோக்ஷகர்மணி || 13 ||

தஸ்மாஜ்ஜ்ஞாநம் ச யோக³ம் ச முமுக்ஷுர்த்³ரு²ட⁴மப்யஸேத் |
ஜ்ஞாநஸ்வரூபமேவாதௌ³ ஜ்ஞேயம் ஜ்ஞாநைகஸாத⁴நம் || 14 ||

அஜ்ஞாநம் கீத்³ரு²ஸம் சேதி ப்ரவிசார்யம் முமுக்ஷு³ண |
ஜ்ஞாதம் யேந நிஜம் ரூபம் கைவல்யம் பரமம் பத³ம் || 15 ||

அஸௌ தோ³ஷை³விநிர்மு³க்த: காமக்ரோத⁴ப⁴யாதி³பி: ⁴ |
ஸர்வதோ³ஷை³வ்ரு²தோ ஜீவ: கத²ம் ஜ்ஞாநேந முச்யதே || 16 ||

ஸ்வாத்மரூபம் யதா² ஜ்ஞாநம் பூர்ணம் தத்³வ்யாபகம் ததா² |
காமக்ரோதா⁴தி³தோ³ஷாணம் ஸ்வரூபாந்நாஸ்தி பி⁴ந்நதா || 17 ||

பஸ்சாத்தஸ்ய விதி: ⁴ கிம்நு நிஷேதோ⁴ஸி கத²ம் ப⁴வேத் |
விவேகீ ஸர்வதா³ மு³க்த: ஸம்ஸாரப்⁴ரமவர்ஜித: || 18 ||

பரிபூர்ணம் ஸ்வரூபம் தத்ஸத்யம் கமலஸம்ப⁴வ |
ஸகலம் நிஷ்கலம் சைவ பூர்ணத்வாச்ச ததே³வ ஹி || 19 ||

கலிநா ஸ்பூ²ர்திரூபேண ஸம்ஸாரப்⁴ரமதாம் க³தம் |
நிஷ்கலம் நிர்மலம் ஸாக்ஷாத்ஸகலம் க³க³நோபமம் || 20 ||

உத்பத்திஸ்தி²திஸம்ஹாரஸ்பூ²ர்திஜ்ஞாநவிவர்ஜிதம் |
ஏதத்³ரூபம் ஸமாயாத: ஸ கத²ம் மோஹஸாக³ரே || 21 ||

நிமஜ்ஜதி மஹாபா³ஹோ த்யக்த்வா வித்³யாம் புந: புந: |
ஸுக²து: ³கா²தி³மோஹேஷு யதா² ஸம்ஸாரிணம் ஸ்தி²தி: || 22 ||

ததா² ஜ்ஞாநீ யதா³ திஷ்டே²த்³வாஸநாவாஸிதஸ்ததா³ |
தயோர்நாஸ்தி விஸேஷோ⁵த்ர ஸமா ஸம்ஸாரபா⁴வநா || 23 ||

ஜ்ஞாநம் சேதீ³த்³ரு³ஸம் ஜ்ஞாதமஜ்ஞாநம் கீத்³ரு³ஸம் புந: |

ஜ்ஞாநநிஷ்டோ² விரக்தோ⁵பி த⁴ர்மஜ்ஞா விஜிதேந்த³ரிய: || 24 ||

விநா தே³ஹேந யோகே³ந ந மோக்ஷம் லப⁴தே விதே⁴ |

அபக்வா: பரிபக்வாஸ்ச தே³ஹிநோ த்³விவிதா:⁴ ஸம்ரு³தா: || 25 ||

அபக்வா யோக³ஹீநாஸ்து பக்வா யோகே³ந தே³ஹிந: |

ஸர்வோ யோகா³க்³நிநா தே³ஹோ ஹ்யஜட:³ ஶோகவர்ஜித: || 26 ||

ஜட³ஸ்து பார்தி²வோ ஜ்ஞேயோ ஹ்யபக்வோ து:³க²தோ³ ப⁴வேத் |

த்⁴யாநஸ்தோ²ஸௌ ததா²ப்யேவமிந்த³ரியைர்விவஸோ ப⁴வேத் || 27 ||

தாநி கா³ட⁴ம் நியம்யாபி ததா²ப்யந்யை: ப்ரபா³த்⁴யதே |

ஸீதோஷ்ணஸுக²து:³கா²த்³யைர்வ்யாதி⁴பி⁴ர்மாநஸைஸ்ததா² || 28 ||

அந்யைர்நாநாவிதை⁴ர்ஜீவை: ஶஸ்த்ரா³க்³நிஜலமாருதை: |

ஸாரீரம் பீட்³யதே தைஸ்தைஸ்சித்தம் ஶங்க்ஷாப்யதே தத: || 29 ||

ததா²ப்ராணவிபத்தௌ து க்ஷோப⁴மாயாதி மாருத: |

ததோ து:³க²ஸதைர்வ்யாபத்ம் சித்தம் க்ஷாப³த்⁴ம் ப⁴வேந்ந்ரு³ணம் || 30 ||

தே³ஹாவஸாநஸமயே சித்தே யத்³யத்³விபா⁴வயேத் |

தத்ததே³வ ப⁴வேஜ்ஜீவ இத்யேவம் ஜந்மகாரணம் || 31 ||

தே³ஹாந்தே கிம் ப⁴வேஜ்ஜந்ம தந்ந ஜாநந்தி மாநவா: |

தஸ்மாஜ்ஜ்ஞாநம் ச வைரா³யம் ஜீவஸ்ய கேவலம் ஶ்ரம: || 32 ||

பிபீலிகா யதா² லக்³நா தே³ஹே த்⁴யாநாத்³விமுச்யதே |

அஸௌ கிம் வ்ரு³ஸ்சிகைர்த்³ரஷ்டோ தே³ஹாந்தே வா கத²ம் ஶுக² || 33 ||

தஸ்மாந்மூடா⁴ ந ஜாநந்தி மித்²யாதர்கேண வேஷ்டிதா: |

அஹங்க்ரு³திர்யதா³ யஸ்ய நஷ்டா ப⁴வதி தஸ்ய வை || 34 ||

தே³ஹஸ்த்வபி ப⁴வேந்நஷ்டோ வ்யாத⁴யஸ்சாஸ்ய கிம் புந: |

ஜலாக்³நிஸஸ்த்ரகா²தாதி³பா³தா⁴ கஸ்ய ப⁴விஷ்யதி || 35 ||

யதா³ யதா³ பரிக்ஷீ³ணா புஷ்டா சாஹங்க்ரு³திர்ப⁴வேத் |

தமநேநாஸ்ய நஸ்யந்தி ப்ரவர்தந்தே ருகா³த்³ய: || 36 ||

காரணேந விநா கார்யம் ந கதா³சந வித்³யதே |

அஹங்காரம் விநா தத்³வத்³தே³ஹே து:³க²ம் கத²ம் ப⁴வேத் || 37 ||

ஸரீரேண ஜிதா: ஸர்வே ஸரீரம் யோகி³பி⁴ர்ஜிதம் ।

தத்கத²ம் குருதே தேஷாம் ஸுக²து:³கா²தி³கம் ப²லம் ॥ 38 ॥

இந்த³ரியாணி மனோ பு³த்தி:⁴ காமக்ரோதா⁴தி³கம் ஜிதம் ।

தேநைவ விஜிதம் ஸர்வம் நாஸௌ கேநாபி பா³த⁴யதே ॥ 39 ॥

மஹாபூ⁴தாநி தத்த்வாநி ஸம்ஹு^{ரு}தாநி க்ரமேண ச ।

ஸப்ததா⁴துமயோ தே³ஹோ த³க³தா⁴ யோகா³க³நிநா ஸநை: ॥ 40 ॥

தே³வைரபி ந லக்ஷயேத யோகி³தே³ஹோ மஹாப³ல: ।

பே⁴த³ப³ந்த⁴விநிர்முக்³தோ நாநாஸக்தி⁴ர: பர: ॥ 41 ॥

யதா²காஸஸ்ததா² தே³ஹ ஆகாஸாத³பி நிர்மல: ।

ஸூக்ஷமா²த்ஸூக்ஷமதரோ த³ரு³ஸ்ய: ஸ்தூ²லாத்ஸ்தூ²லோ ஜடா³ஜ்ஜட:³ ॥ 42 ॥

இச்சா²ருபோ ஹி யோகி³ந்த³ர: ஸ்வதந்த்ரஸ்த்வஜராமர: ।

கரீ³தே த்ரிஷு லோகேஷு லீலயா யத்ரகுத்ரசித் ॥ 43 ॥

அசிந்த்யஸக்திமாந்யோகி³ நாநாருபாணி தா⁴ரயேத் ।

ஸம்ஹரேச்ச புநஸ்தாநி ஸ்வேச்ச²யா விஜிதேந்த³ரிய: ॥ 44 ॥

நாஸௌ மரணமாப்நோதி புநர்யோக³ப³லேந து ।

ஹடே²ந ம்ரு²த ஏவாஸௌ ம்ரு²தஸ்ய மரணம் குத: ॥ 45 ॥

மரணம் யத்ர ஸர்வேஷாம் தத்ராஸௌ பரிஜீவதி ।

யத்ர ஜீவந்தி மூடா⁴ஸ்து தத்ராஸௌ ம்ரு²த ஏவ வை ॥ 46 ॥

கர்தவ்யம் நைவ தஸ்யாஸ்தி க்ரு²தேநாஸௌ ந லிப்யதே ।

ஜீவந்முக்²: ஸதா³ ஸ்வச்ச:² ஸர்வதோ³ஷவிவர்ஜித: ॥ 47 ॥

விரக்தா ஜ்ஞாநிநஸ்சாந்யே தே³ஹேந விஜிதா: ஸதா³ ।

தே கத²ம் யோகி³பி⁴ஸ்துஸ்ய மாம்ஸபிண்டா:³ குதே³ஹிந: ॥ 48 ॥

தே³ஹாந்தே ஜ்ஞாநிபி:⁴ புண்யா²த்பாபாச்ச ப²லமாப்யதே ।

ஈ³ரு³ஸம் து ப⁴வேத்தத்த³ப⁴க்த்வா ஜ்ஞாநீ புநர்⁴வேத் ॥ 49 ॥

பஸ்சா²த்புண்யேந லப⁴தே ஸித்³தே⁴ந ஸஹ ஸங்க³திம் ।

தத: ஸித்³த⁴ஸ்ய க்ரு²பயா யோகி³ ப⁴வதி நாந்யதா² ॥ 50 ॥

ததோ நஸ்யதி ஸம்ஸாரோ நாந்யதா² ஸிவபா⁴ஷிதம் ।

யோகே³ந ரஹிதம் ஜ்ஞாநம் ந மோக்ஷாய ப⁴வேத்³விதே⁴ || 51 ||

ஜ்ஞாநேநைவ விநா யோகோ³ ந ஸித்³த⁴யதி கதா³சந |
ஜந்மாந்தரைஸ்ச ப³ஹுபி⁴ர்யோகோ³ ஜ்ஞாநேந லப⁴யதே || 52 ||

ஜ்ஞாநம் து ஜந்மநைகேந யோகா³தே³வ ப்ரஜாயதே |
தஸ்மாயோகா³த்பரதரோ நாஸ்தி மார்க்³ஸ்து மோக்ஷத:³ || 53 ||

ப்ரவிசார்ய சிரம் ஜ்ஞாநம் முக்தோ⁵ஹமிதி மந்யதே |
கிமஸௌ மநநாதே³வ முக்தோ ப⁴வதி ததக்ஷணத் || 54 ||

பஸ்சாஜ்ஜந்மஸந்தாந்தரையோகா³தே³வ விமுச்யதே |
ந ததா² ப⁴வதோ யோகா³ஜ்ஜந்மம்ரு³த்யு புந: புந: || 55 ||

ப்ராணாபாநஸமாயோகா³ச்சந்த்³ரஸூர்யைகதா ப⁴வேத் |
ஸப்ததா⁴துமயம் தே³ஹமக்³நிநா ரஞ்ஜயேத்³த⁴ருவம் || 56 ||

வ்யாத⁴யஸ்தஸ்ய நஸ்யந்தி ச்சே²த³கா²தாதி³காஸ்ததா² ,
ததா³ஸௌ பரமாகாஸருபோ தே³ஹ்யவதிஷ்ட²தி || 57 ||

கிம் புநர்ப³ஹுநோக்தேந மரணம் நாஸ்தி தஸ்ய வை |
தே³ஹீவ த்³ரு³ஸ்யதே லோகே த³க்³த⁴கர்பூரவத்ஸவ்யம் || 58 ||

சித்தம் ப்ராணேந ஸம்ப³த³த⁴ம் ஸர்வஜீவேஷு ஸம்ஸ்தி²தம் |
ரஜ்ஜ்வா யத்³வத்ஸுஸம்ப³த³த⁴ பக்ஷ தத்³வதி³த³ம் மந: || 59 ||

நாநாவிதை⁴ர்விசாரைஸ்து ந பா³த⁴யம் ஜாயதே மந: |
தஸ்மாத்தஸ்ய ஜயோபாய: ப்ராண ஏவ ஹி நாந்யதா² || 60 ||

தர்கைர்ஜல்பை: ஸாஸ்த்ரஜா²ஸர்யுக்திபி⁴ர்மந்த்ரபே⁴ஷஜை: |
ந வஸோ ஜாயதே ப்ராண: ஸித்³தோ⁴பாயம் விநா விதே⁴ || 61 ||

உபாயம் தமவிஜ்ஞாய யோக³மார்கே³ ப்ரவர்ததே |
க²ண்ட³ஜ்ஞாநேந ஸஹஸா ஜாயதே க்லேஸவத்தர: || 62 ||

யோ ஜித்வா பவநம் மோஹாத்³யோக³மிச்ச²தி யோகி³நாம் |
ஸோ⁵பக்வம் கும்ப⁴மாருஹ்ய ஸாக³ரம் தர்துமிச்ச²தி || 63 ||

யஸ்ய ப்ராணோ விஸீநோ⁵ந்த: ஸாத⁴கே ஜீவிதே ஸதி |
பிண்டோ³ ந பதிதஸ்தஸ்ய சித்தம் தோ³க்ஷை: ப்ரபா³த⁴தே || 64 ||

ஸூத்³தே⁴ சேதஸி தஸ்யைவ ஸ்வாத்மஜ்ஞாநம் ப்ரகாஸதே |
தஸ்மாஜ்ஜ்ஞாநம் ப⁴வேத்³யோகா³ஜ்ஜந்மநைகேந பத்³மஜ் || 65 ||

தஸ்மாத்³யோக³ம் தமேவாதௌ³ ஸாத⁴கோ நித்யமப்⁴யஸேத் |
முமுக்ஷுபி:⁴ ப்ராணஜய: கர்தவ்யோ மோக்ஷஹேதவே || 66 ||

யோகா³த்³பரதரம் புண்யம் யோகா³த்³பரதரம் ஸிவம் |
யோகா³த்³பரதரம் ஸுக்ஷமம் யோகா³த்³பரதரம் நஹி || 67 ||

யோ⁵பாநப்ராணயோரைக்யம் ஸ்வரஜோரேதஸோஸ்ததா² |
ஸூர்யாசந்த்³ரமஸோர்யோகோ³ ஜீவாத்மபரமாத்மநோ: || 68 ||

ஏவம் து த்³வந்த்³வஜாலஸ்ய ஸம்யோகோ³ யோக³ உச்ச்யதே |
அத்² யோக³ஸிகா²ம் வக்ஷயே ஸர்வஜ்ஞாநேஷு சோத்தமாம் || 69 ||

யதா³நுத்⁴யாயதே மந்த்ரம் கா³த்ரகம்போ⁵த² ஜாயதே |
ஆஸநம் பத்³மகம் ப³த்³த்⁴வா யச்சாந்யத்³பி ரோசதே || 70 ||

நாஸாக்³ரே த்³ரு³ஷ்டிமாரோப்ய ஹஸ்தபாதௌ³ ச ஸம்யதௌ |
மந: ஸர்வத்ர ஸங்க்³ரு³ஹ்ய ஓகாரம் தத்ர சிந்தயேத் || 71 ||

த்⁴யாயதே ஸததம் ப்ராஜ்ஞோ ஹ்ரு²த்³க்ரு²த்வா பரமேஸ்வரம் |
ஏகஸ்தம்பே⁴ நவத்³வாரே த்ரிஸ்தூ²ணே பஞ்சதை³வதே || 72 ||

ஈத்³ரு³ஸே து ஸரீரே வா மதிமாந்நோபலக்ஷயேத் |
ஆதி³த்யமண்ட³லாகாரம் ரஸ்மிஜ்வாலாஸமாகுலம் || 73 ||

தஸ்ய மத்⁴யக³தம் வஹ்நிம் ப்ரஜ்வலேத்³தீ³பவர்திவத் |
தீ³பஸிகா² து யா மாத்ரா ஸா மாத்ரா பரமேஸ்வரே || 74 ||

பி⁴ந்த்³ந்தி யோகி³ந: ஸூர்யம் யோகா³ப்⁴யாஸேந வை புந: |
த்³விதீயம் ஸுஷும்நாத்³வாரம் பரிஸுப்⁴ரம் ஸமர்பிதம் || 75 ||

கபாலஸம்புடம் பீத்வா தத: பஸ்யதி தத்³பத்³ம் |
அத்² ந த்⁴யாயதே ஜந்துராலஸ்யாச்ச ப்ரமாத்³த: || 76 ||

யதி³ த்ரிகாலமாக³ச்சே²த்ஸ க³ச்சே²த்புண்யஸம்பத்³ம் |
புண்யமேதத்ஸமாஸாத்³ய ஸங்க்ஷிப்ய கதி²தம் மயா || 77 ||

லப்³த்⁴யோகோ³த² பு³த்³த்⁴யேத ப்ரஸந்நம் பரமேஸ்வரம் |
ஜந்மாந்தரஸஹஸ்ரேஷு யதா³ க்ஷணம் து கில்பி³ஷம் || 78 ||

ததா³ பஸ்யதி யோகே³ந ஸம்ஸாரோச்சே²த³நம் மஹத் |
அது⁴நா ஸம்பர்வக்ஷயாமி யோகா³ப்யாஸஸ்ய லக்ஷணம் || 79 ||

மருஜ்ஜயோ யஸ்ய னித்³த:⁴ ஸேவயேத்தம் கு³ரும் ஸதா³ |
கு³ருவஸ்த்ரப்ரஸாதே³ந குர்யாத்ப்ராணஜயம் பு³த:⁴ || 80 ||

விதஸ்திப்ரமிதம் தை³ர்க்யம் சதுரங்கு³லவிஸ்த்ரு³தம் |
ம்ரு³து³லம் த⁴வளம் ப்ரோக்தம் வேஷ்டநாம்ப்³ரலக்ஷணம் || 81 ||

நிருத்ய மாருதம் கா³ட⁴ம் ஸக்திசாலநயுக்தி: |
அஷ்டதா⁴ குண்ட³லீபூ⁴தாம்ரு³ஜ்வீம் குர்யாத்து குண்ட³லீம் || 82 ||

பாயோராகுஞ்சநம் குர்யாத்குண்ட³லீம் சாலயேத்ததா³ |
ம்ரு³த்யுசக்ரக³தஸ்யாபி தஸ்ய ம்ரு³த்யுப்யம் குத: || 83 ||

ஏததே³வ பரம் கு³ஹ்யம் கதி²தம் து மயா தவ |
வஜ்ராஸநக³தோ நித்யமூர்த⁴வாகுஞ்சநமப்யஸேத் || 84 ||

வாயுநா ஜ்வலிதோ வஹ்நி: குண்ட³லீமநிஸம் த³ஹேத் |
ஸந்தப்தா ஸாக்³நிநா ஜீவஸக்திஸ்த்ரைலோக்யமோஹிநீ || 85 ||

ப்ரவிஸேச்சந்த³ரதுண்டே³ து ஸுஷும்நாவத³நாந்தரே |
வாயுநா வஹ்நிநா ஸார்த⁴ம் ப்³ரஹ்மக்³ரந்தி²ம் பி⁴நத்தி ஸா || 86 ||

விஷ்ணுக்³ரந்தி²ம் ததோ பி⁴த்த்வா ருத்³ரக்³ரந்தென² ச திஷ்ட²தி |
ததஸ்து கும்ப⁴கைர்கா³ட⁴ம் பூரயித்வா புந:புந: || 87 ||

அதா²ப்யஸேத்ஸூர்யபே⁴த³முஜ்ஜாயீம் சாபி ஸீதலீம் |
ப⁴ஸ்த்ராம் ச ஸஹிதோ நாம ஸ்யாச்சதுஷ்டயகும்ப⁴க: || 88 ||

ப³ந்த⁴த்ரயேண ஸம்யுக்த: கேவலப்ராப்திகாரக: |
அதா²ஸ்ய லக்ஷணம் ஸம்யக்கத²யாமி ஸமாஸத: || 89 ||

ஏகாகிநா ஸமுபக³ம்ய விவிக்கதே³ஸம்
ப்ராணாதி³ருபமம்ரு³தம் பரமார்த²தத்தவம் |
லக்⁴வாஸிநா த்⁴ரு³திமதா பரிபா⁴விதவ்யம்
ஸம்ஸாரரோக³ஹரமௌஷத⁴மத்³விதீயம் || 90 ||

ஸூர்யநாட்³யா ஸமாக்ரு³ஷ்ய வாயுமப்யாஸயோகி³நா |

விதி⁴வத்கும்ப⁴கம் க்ரு³த்வா ரேசயேச்ச²ரீதரஸ்மிநா || 91 ||

உத³ரே ப³ஹூரோக³க்⁴நம் க்ரிமிதோ³ஷம் நிறுந்தி ச |
முஹூர்முஹூரித³ம் கார்யம் ஸூர்யபே⁴த³முதா³ஹ்ரு³தம் || 92 ||

நா³ப⁴யாம் வாயுமாக்ரு³ஷ்ய குண்ட³ல்யா: பார்ஸ்வயோ: கூழ்பேத் |
தா⁴ரயேது³த³ரே பஸ்சாத்³ரேசயேதி³ட³யா ஸுதீ: ⁴ || 93 ||

கண்டே² கபா²தி³ தோ³ஷக்⁴நம் ஸரீராக்³நிவிவர்த⁴நம் |
நா³ஜலாபஹம் தா⁴துக³ததோ³ஷவிநாஸநம் || 94 ||

க³ச்ச²தஸ்திஷ்ட²த: கார்யமுஜ்ஜாயாக்²யம் து கும்ப⁴கம் |
முகே²ந வாயும் ஸங்க்³ரு³ஹ்ய க்⁴ராணரந்த⁴ரேண ரேசயேத் || 95 ||

ஸீதலீகரணம் சேத³ம் ஹந்தி பித்தம் கூஸ்தா⁴ம் த்ரு³ஷம் |
ஸ்தநயோரத² ப⁴ஸ்த்ரேவ லோஹகாரஸ்ய வேக³த: || 96 ||

ரேசயேத்பூரயேத்³வாயுமாஸ்ரமம் தே³ஹக³ம் தி⁴யா |
யதா²ஸ்ரமோ ப⁴வேத்³தே³ஹே ததா² ஸூர்யேண பூரயேத் || 97 ||

கண்ட²ஸங்கோசநம் க்ரு³த்வா புநஸ்சந்த³ரேண ரேசயேத் |
வாதபித்தஸ்லேஷ்மஹரம் ஸரீராக்³நிவிவர்த⁴நம் || 98 ||

குண்ட³லீபோ³த⁴கம் வக்த்ரதோ³ஷக்⁴நம் ஸூப⁴த³ம் ஸுக²ம் |
ப்³ரஹ்மநா³முகா²ந்தஸ்த²கபா²த³யர்க்³லநாஸநம் || 99 ||

ஸம்யக்³ப்³ந்து⁴ஸமுத்³பூ⁴தம் க்³ரந்தி²த்ரயவிபே⁴த³கம் |
விஸேஷேணைவ கர்தவ்யம் ப⁴ஸ்த்ராக்²யம் கும்ப⁴கம் த்வித³ம் || 100 ||

ப்³ந்த⁴த்ரயமதே²தா³நீம் ப்ரவக்ஷயாமி யதா²க்ரமம் |
நித்யம் க்ரு³தேந தேநாஸௌ வாயோர்ஜயமவாப்நுயாத் || 101 ||

சதுர்ணுமபி பே⁴தா³நாம் கும்ப⁴கே ஸமுபஸ்தி²தே |
ப்³ந்த⁴த்ரயமித³ம் கார்யம் வக்ஷயமாணம் மயஹி தத் || 102 ||

ப்ரத²மோ மூலப்³ந்த⁴ஸ்து த்³விதீயோட்³ட³யநாபி⁴த: ⁴ |
ஜாலந்தா⁴ரஸ்த்ரு³தீயஸ்து லக்ஷணம் கத²யாம்யஹம் || 103 ||

கு³த³ம் பார்ஷண்யா து ஸம்பீட்³ய பாயுமாகுஞ்சலேத்³ப்³லாத் |
வாரம்வாரம் யதா² சோர்த⁴வம் ஸமாயாதி ஸமீரண: || 104 ||

ப்ராணபாநௌ நாத³பி³ந்நூ³ மூலப³ந்தே⁴ந சைகதாம் |
 க³த்வா யோக³ஸ்ய ஸம்ஸித்³தி⁴ம் யச்ச²தோ நாத்ர ஸம்ஸய: || 105 ||

கும்ப⁴காந்தே ரேசகாதௌ³ கர்தவ்யஸ்தூட்³டி³யாநக: |
 ப³ந்தோ⁴ யேந ஸுஷும்நாயாம் ப்ராணஸ்தூட்³டி³யதே யத: || 106 ||
 தஸ்மாது³ட்³டி³யநாக²யோ³ஸ்யம் யோகி³பி:⁴ ஸமுதா³ஹ்ரு³: |
 உட்³டி³யாநம் து ஸஹஜம் கு³ருணா கதி²தம் ஸதா³ || 107 ||

அப்யஸேத்தத³தந்த³ரஸ்து வ்ரு³த்³தோ⁴ஸ³பி தருணோ ப⁴வேத் |
 நாபே⁴ரூர்த⁴வமத⁴ஸ்சாபி த்ராணம் குர்யாத்³ப்ரயந்தத: || 108 ||

ஷாண்மாஸமப்யஸேநம்ரு³த்யும் ஜயத்யேவ ந ஸம்ஸய: |
 பூரகாந்தே து கர்தவ்யோ ப³ந்தோ⁴ ஜாலந்த⁴ராபி⁴:⁴ || 109 ||

கண்ட²ஸங்கோசருபோ³ஸௌ வாயுர்மார்க³நிரோத⁴க: |
 கண்ட²மாகுஞ்ச்ய ஹ்ரு³த்³யே ஸ்தா²பயேத்³த்³ரு⁴மிச்ச²யா || 110 ||

ப³ந்தோ⁴ ஜாலந்த⁴ராக²யோ³ஸ்யமம்ரு³தாப்யாயகாரக: |
 அத⁴ஸ்தாத்³குஞ்சநேநாஸு கண்ட²ஸங்கோசநே க்ரு³தே || 111 ||

மத்⁴யே பஸ்சிமதானேந ஸ்யாத்³ப்ராணோ ப்³ரஹ்மநாடி³க: |
 வஜ்ராஸநஸ்தி²தோ யோக³ சாலயித்வா து குண்ட³ஸீம் || 112 ||

குர்யாத்³நந்தரம் ப⁴ஸ்தரீம் குண்ட³ஸீமாஸு போ³த⁴யேத் |
 பி⁴த்³யந்தே க்³ரந்த²யோ வம்ஸே தப்தலோஹஸலாக்யா || 113 ||

ததைவ ப்ரு³ஷ்ட²வம்ஸ: ஸ்யாத்³க்³ரந்தி²பே⁴த³ஸ்து வாயுநா |
 பிபீலிகாயாம் லக்³நாயாம் கண்டு³ஸ்தத்ர ப்ரவர்ததே || 114 ||

ஸுஷும்நாயாம் ததா²ப்யாஸாத்ஸததம் வாயுநா ப⁴வேத் |
 ருத்³ரக்³ரந்தி²ம் ததோ பி⁴த்த்வா ததோ யாதி ஸிவாத்மகம் || 115 ||

சந்த³ரஸூர்யௌ ஸமௌ க்ரு³த்வா தயோர்யோக: |³ ப்ரவர்ததே |
 கு³ணத்ரயமதீதம் ஸ்யாத்³க்³ரந்தி²த்ரயவிபே⁴த³நாத் || 116 ||

ஸிவஸக்திஸமாயோகே³ ஜாயதே பரமா ஸ்தி²தி: |
 யதா² கரீ கரேணவ பானீயம் ப்ரபிபே³த்ஸதா³ || 117 ||

ஸுஷும்நாவஜ்ரநாலேந பவமாநம் க்³ரஸேத்ததா² |
 வஜ்ரத³ண்ட³ஸமுத்³பூ⁴தா மணயஸ்சைகவிம்ஸதி: || 118 ||

ஸுஷும்நாயாம் ஸ்தி²த: ஸர்வே ஸுத்ரே மணிக³ண இவ |
மோக்ஷமார்கே³ ப்ரதிஷ்டா²நாத்ஸுஷும்நா விஸ்வரூபிணீ || 119 ||

யதே²வ நிர்ஸித: காலம்சந்த³ரஸுலிர்யநிப³ந்த⁴நாத் |
ஆபூர்ய கும்பி⁴தோ வாயுர்ப³ஹிர்நோ யாதி ஸாத⁴கே || 120 ||

புந:புநஸ்தத³வதே³வ பம்சிமத்³வாரலக்ஷணம் |
பூரிதஸ்து ஸ தத்³த³வாரை⁴ஷத்கும்ப⁴கதாம் க³த: || 121 ||

ப்ரவிஸேத்ஸர்வகா³த்ரேஷு வாயு: பம்சிமமார்க³த: |
ரேசித: க்ஷீணதாம் யாதி பூரித: போஷயேத்தத: || 122 ||

யத்ரவ ஜாதம் ஸகலேவரம் மந-
ஸ்தத்ரவ லீநம் குருதே ஸ யோகா³த் |
ஸ ஏவ முக்தோ நிரஹங்க்ரு³தி: ஸுகீ²
மூடா⁴ ந ஜநந்தி ஹி பிண்ட³பாதிந: || 123 ||

சித்தம் விநிஷ்டம் யதி³ பா⁴ஸிதம் ஸ்யா-
த்தத்ர ப்ரதீதோ மருதோ⁵பி நாஸ: |
ந சேத்³யதி³ ஸ்யாந்ந து தஸ்ய ஸாஸ்த்ரம்
நாதம்ப்ரதீதிர்ந கு³ருர்ந மோக்ஷ: || 124 ||

ஜலூகா ருதி⁴ரம் யத்³வத்³ப³லாதா³கர்ஷதி ஸ்வயம் |
ப்³ரஹ்மநாட³ ததா² தா⁴தூநஸந்ததாப்⁴யாஸயோக³த: || 125 ||

அநேநாப்⁴யாஸயோகே³ந நித்யமாஸந³ந்த⁴த: |
சித்தம் விலீநதாமேதி பி³ந்து³ர்நோ யாத்யத⁴ஸ்ததா² || 126 ||

ரேசகம் பூரகம் முக்த்வா வாயுநா ஸ்தீ²யதே ஸ்தி²ரம் |
நாநா நாதா:³ ப்ரவர்தந்தே ஸம்ஸ்ரவேச்சந்த³ரமண்ட³லம் || 127 ||

நம்யந்நி க்ஷுத்பிபாஸாத³யா: ஸர்வதோ³ஷாஸ்ததஸ்ததா³ |
ஸ்வரூபே ஸச்சிதா³நந்தே³ ஸ்தி²திமாப்நோதி கேவலம் || 128 ||

கதி²தம் து தவ ப்ரீத்யா ஹ்யேதத³ப்⁴யாஸலக்ஷணம் |
மந்த்ரோ லயோ ஹடோ² ராஜயோகோ³நந்த³பூ⁴மிகா: க்ரமாத் || 129 ||

ஏக ஏவ சதூர்தா⁴ஸ்யம் மஹாயோகோ³ஸ்பி⁴தீ⁴யதே |
ஹகாரேண ப³ஹிர்யாதி ஸகாரேண விஸேத்புந: || 130 ||

ஹம்ஸஹம்ஸேதி மந்த்ரோ஽யம் ஸர்வைர்ஜீவஸ்ச ஜப்யதே |
 கு³ருவாக்யாத்ஸுஷும்நாயாம் விபரீதோ ப⁴வேஜ்ஜப: || 131 ||

ஸோ஽ஹம்ஸோ஽ஹமிதி ப்ரோக்தோ மந்த்ரயோக:³ ஸ உச்ச்யதே |
 ப்ரதீதிர்மந்த்ரயோகா³ச்ச ஜாயதே பஸ்சிமே பதி² || 132 ||

ஹகாரேண து ஸூர்ய: ஸ்யாத்ஸகாரேணேந்து³ருச்ச்யதே |
 ஸூர்யாசந்த³ரமஸோரைக்யம் ஹட² இத்யபி⁴தீ⁴யதே || 133 ||

ஹடே²ந க்³ர்ஸ்யதே ஜாட³யம் ஸர்வதோ³ஷஸமுத³ப⁴வம் |
 க்ஷேத்ரஜ்ஞ: பரமாத்மா ச தயோரைக்யம் யதா³ ப⁴வேத் || 134 ||

ததை³க்யே ஸாதி⁴தே ப்³ரஹ்மம்ஸ்சித்தம் யாதி விஸீந்தாம் |
 பவந: ஸ்தை²ர்யமாயாதி லயயோகோ³த³யே ஸதி || 135 ||

லயாத்ஸம்ப்ராப்யதே ஸௌக்²யம் ஸ்வாத்மாநத³ம் பரம் பத³ம் |
 யோநிமத⁴யே மஹாக்ஷேத்ரே ஜபாப³ந்தூ⁴கஸம்நிப⁴ம் || 136 ||

ரஜோ வஸதி ஜந்தூநாம் தே³வீதத்த்வம் ஸமாவ்ரு³தம் |
 ரஜஸோ ரேதஸோ யோகா³த்³ராஜயோக³ இதி ஸம்ரு³த: || 137 ||

அணிமாதி³பத³ம் ப்ராப்ய ராஜதே ராஜயோக³த: |
 ப்ராணுபாநஸமாயோகோ³ ஜ்ஞேயம் யோக³சதுஷ்டயம் || 138 ||

ஸங்க்ஷேபாத்தகதி²தம் ப்³ரஹ்மந்நாந்யதா² ஸிவபா⁴ஷிதம் |
 க்ரமேண ப்ராப்யதே ப்ராப்யமப⁴யாஸாதே³வ நாந்யதா² || 139 ||

ஏகைநவ ஸரீரேண யோகா³ப⁴யாஸாச்ச²நை:ஸநை: |
 சிராத்ஸம்ப்ராப்யதே முக்திர்மர்கடக்ரம ஏவ ஸ: || 140 ||

யோக³ஸித்³தி⁴ம் விநா தே³ஹ: ப்ரமாதா³த்³யதி³ நஸ்யதி |
 பூர்வவாஸநயா யுக்த: ஸரீரம் சாந்யதா³ப்ந்யாத் || 141 ||

தத: புண்யவஸாத்ஸித்³தோ⁴ கு³ருணா ஸஹ ஸங்க³த: |
 பஸ்சிமத்³வாரமார்கே³ண ஜாயதே த்வரிதம் ப²லம் || 142 ||

பூர்வஜநமக்ரு³தாப⁴யாஸாத்ஸத்த்வரம் ப²லம்ஸ்நுதே |
 ஏததே³வ ஹி விஜ்ஞேயம் தத்காகமதமுச்ச்யதே || 143 ||

நாஸ்தி காகமதாத³ந்யத³ப⁴யாஸாக்²யமத: பரம் |
 தேநைவ ப்ராப்யதே முக்திர்நாந்யதா² ஸிவபா⁴ஷிதம் || 144 ||

ஹு²யோக³க்ரமாத்தகாஷ்டா²ஸஹஜீவலயாதி³கம் |
நாக்ரு²தம் மோக்ஷமார்க³ம் ஸ்யாத்ப்ரஸித்³தா⁴ம் பஸ்சிமம் விநா || 145 ||

ஆதௌ³ ரோகா:³ ப்ரணஸ்யந்தி பஸ்சாஜ்ஜாட்³யம் ஸரீரஜம் |
தத: ஸமரஸோ பூ⁴த்வா சந்த³ரோ வர்ஷத்யநாரதம் || 146 ||

தா⁴தூம்ஸ்ச ஸங்க³ரஹேத்³வஹ்நி: பவநேந ஸமந்தத: |
நாநா நாதா:³ ப்ரவர்தந்தே மார்த³வம் ஸ்யாத்கலேவரே || 147 ||

ஜித்வா வ்ரு³ஷ்ட்யாதி³கம் ஜாட்³யம் கே²சர: ஸ ப⁴வேந்நர: |
ஸர்வஜ்ஞோஸௌ ப⁴வேத்காமரூப: பவநவேக³வாந் || 148 ||

கரீட்³தே த்ரிஷு விசேஷு ஜாயந்தே ஸித்³த⁴யோக³தி²லா: |
கர்பூரே லீயமாநே கிம் காடி²ந்யம் தத்ர வித்³யதே || 149 ||

அஹங்காரக்ஷயே தத்³வத்³தே³ஹே கடி²நா குத: |
ஸர்வகர்தா ச யோக³ந்³ர: ஸ்வதந்த்ரோ⁵நந்தரூபவாந் || 150 ||

ஜீவந்முக்தோ மஹாயோகீ³ ஜாயதே நாத்ர ஸம்ஸய: |
த்³விவிதா:⁴ ஸித்³த⁴யோ லோகே கல்பிதா⁵கல்பிதாஸ்ததா² || 151 ||

ரஸௌஷதி⁴க்ரியாஜாலமந்த்ராப⁴யாஸாதி⁴ஸாத⁴நாத் |
ஸித்³த⁴யந்தி ஸித்³த⁴யோ யாஸ்து கல்பிதாஸ்தா: ப்ரகீர்திதா: || 152 ||

அநித்யா அல்பவீர்யாஸ்தா: ஸித்³த⁴ய: ஸாத⁴நோத்³ப⁴வா: |
ஸாத⁴நேந விநாப்யேவம் ஜாயந்தே ஸ்வத ஏவ ஹி || 153 ||

ஸ்வாத்மயோகை³கநிஷ்டே²ஷு ஸ்வாதந்த்ர்யாத்³தீ³ஸ்வரப்ரியா: |
ப்ரபூ⁴தா: ஸித்³த⁴யோ யாஸ்தா: கல்பநாரஹிதா: ஸம்ரு²தா: || 154 ||

ஸித்³தா⁴நித்யா மஹாவீர்யா இச்சா²ரூபா: ஸ்வயோக³ஜா: |
சிரகாலாத்ப்ரஜாயந்தே வாஸநாரஹிதேஷு ச || 155 ||

தாஸ்து கோ³ப்யா மஹாயோகா³த்ப்ரமாத்மபதே³⁵வ்யயே |
விநா கார்யம் ஸதா³ கு³ப்தம் யோக³ஸித்³த⁴ஸ்ய லக்ஷணம் || 156 ||

யதா²காஸம் ஸமுத்³தி³ஸ்ய க³ச்ச²த்³பி:⁴ பதி²கை: பதி² |
நாநா தீர்தா²நி த்³ரு³ஸ்யந்தே நாநாமார்கா³ஸ்து ஸித்³த⁴ய: || 157 ||

ஸ்வயமேவ ப்ரஜாயந்தே லாபா⁴லாப⁴விவர்ஜிதே |

யோக³மார்³கே³ ததை²வே³த்³ம் எதி³தி⁴ஜாலம் ப்ரவர்ததே || 158 ||

பரீக்ஷகை: ஸ்வர்ணகாரைர்³ஹேம ஸம்ப்ரோச்யதே யதா² |

எதி⁴பி⁴ர்³லக்ஷயேத்³எதி³த⁴ம் ஜீவந்முக்³தம் ததை²வ ச || 159 ||

அலௌகிககு³ணஸ்தஸ்ய கதா³சி³த்³ரு³ஸ்யதே த்⁴ருவம் |

எதி³தி⁴பி:4 பரிஹீநம் து நரம் ப³த்³த⁴ம் து லக்ஷயேத் || 160 ||

அஜராமரபிண்டோ³ யோ ஜீவந்முக்³த: ஸ ஏவ ஹி |

பஸுகுக்³குடகீடாத்³யா ம்ரு³திம் ஸம்ப்ராப்நுவந்தி வை || 161 ||

தேஷாம் கிம் பிண்ட³பாதேந முக்திர்⁴ப⁴வதி பத்³மஜ |

ந ப³ஹி: ப்ராண ஆயாதி பிண்ட³ஸ்ய பதநம் குத: || 162 ||

பிண்ட³பாதேந யா முக்தி: ஸா முக்திர்³ந து ஹந்யதே |

தே³ஹே ப்³ரஹ்மத்³வமாயாதே ஜலாநாம் ஸைந்த⁴வம் யதா² || 163 ||

அநந்யதாம் யதா³ யாதி ததா³ முக்³த: ஸ உச்யதே |

விமதாநி ஸரீராணி இந்த்³ரியாணி ததை²வ ச || 164 ||

ப்³ரஹ்ம தே³ஹத்³வமாபந்நம் வாரி பு³த்³பு³த்³தாமிவ |

த³ஸத்³வார புரம் தே³ஹம் த³ஸநா³மஹாபத²ம் || 165 ||

த³ஸபி⁴ர்³வாபுபி⁴ர்³வ்யாப்தம் த³ஸேந்த்³ரியபரிச²த்³ம் |

ஷடா³தா⁴ராபவரகம் ஷட³ந்வயமஹாவநம் || 166 ||

சது:பீ²ஸமா³கீர்³ணம் சதுராம்நாயத்³பகம் |

பி³ந்து³நாத³மஹாலிங்க³ம் ஸிவஸக்திநிகேதநம் || 167 ||

தே³ஹம் ஸிவாலயம் ப்ரோக்³தம் எதி³தி⁴த்³ம் ஸர்³வதே³ஹிநாம் |

கு³த்³மேட்⁴ராந்தராலஸ்த²ம் மூலாதா⁴ரம் த்ரிகோணகம் || 168 ||

ஸிவஸ்ய ஜீவரூபஸ்ய ஸ்தா²நம் தத்³தி⁴ ப்ரசக்ஷதே |

யத்ர குண்ட³விநீநாம் பரா ஸக்தி: ப்ரதிஷ்டி²தா || 169 ||

யஸ்மாது³த்³பத்³யதே வாயுர்³யஸ்மாத்³வஹ்நி: ப்ரவர்ததே |

யஸ்மாது³த்³பத்³யதே பி³ந்து³ர்³யஸ்மாந்நாத:3 ப்ரவர்ததே || 170 ||

யஸ்மாது³த்³பத்³யதே ஹம்ஸோ யஸ்மாது³த்³பத்³யதே மந: |

ததே³தத்³காமரூபாக்²யம் பீ²ம் காமப²ல்பரத்³ம் || 171 ||

ஸ்வாதி⁴ஷ்டா²நாஹ்வயம் சக்ரம் விங்க³மூலே ஷ்ட³ஸ்ரகே |
நாபி⁴தே³ஸே ஸ்தி²தம் சக்ரம் த³ஸாரம் மணியூரகம் || 172 ||

த³வாத³ஸாரம் மஹாசக்ரம் ஹ்ரு³த³யே சாப்யநாஹதம் |
ததே³தத்பூர்ணகி³ர்யாக²யம் பீட²ம் கமலஸம்⁴வ || 173 ||

கண்ட²கூபே விஸூத்³த⁴யாக²யம் யச்சக்ரம் ஷோட³ஸாஸ்ரகம் |
பீட²ம் ஜாலந்த⁴ர நாம திஷ்ட²த்யத்ர ஸுரேஸ்வர || 174 ||

ஆஜ்ஞா நாம ப்⁴ருவோர்மத்⁴யே த்³வித³லம் சக்ரமுத்தமம் |
உட்³யாநாக²யம் மஹாபீட²முபரிஷ்டாத்³ப்ரதிஷ்ட²தம் || 175 ||

சதுரஸ்ரம் த⁴ரண்யாதௌ³ ப்³ரஹ்மா தத்ராதி⁴தே³வதா |
அர்த⁴சந்த³ராக்கு³தி சலம் விஷ்ணுஸ்தஸ்யாதி⁴தே³வதா || 176 ||

த்ரிகோணமண்ட³லம் வஹ்நீ ருத்³ரஸ்தஸ்யாதி⁴தே³வதா |
வாயோர்பி³ம்³ம் து ஷ்ட³கோணமீஸ்வரோ⁵ஸ்யாதி⁴தே³வதா || 177 ||

ஆகாஸமண்ட³லம் வ்ரு³த்தம் தே³வதாஸ்ய ஸதா³ஸிவ: |
நாத³ரூபம் ப்⁴ருவோர்மத்⁴யே மநஸோ மண்ட³லம் விது:³ || 178 ||

இதி ப்ரத²மோ⁵த⁴யாய: || 1 ||

புநர்யோக³ஸ்ய மாஹாத்மயம் ஸ்ரோதுமிச்சா²மி ஸங்கர |
யஸ்ய விஜ்ஞாநமாத்ரேண கே²ச¹ஸமதாம் வ்ரஜேத் || 1 ||

ஸ்ரு³ணு ப்³ரஹ்மந்³ப்ரவக்ஷயாமி கோ³பநீயம் ப்ரயத்நத: |
த்³வாத³ஸாப³த³ம் து ஸுஸ்ருஷாம் ய: குர்யாத³ப்ரமாத³த: || 2 ||

தஸ்மை வாச்யம் யதா²தத்²யம் தா³ந்தாய ப்³ரஹ்மசாரிணே |
பாண்டி³த்யாத³ர்²த²லோபா⁴த்³வா ப்ரமாதா³த்³வா ப்ரயச்ச²தி || 3 ||

தேநாத⁴தம் ஸ்ருதம் தேந தேந ஸர்வமநுஷ்ட²தம் |
மூலமந்த்ரம் விஜாநாதி யோ வித்³வாந்ரு³ருத்³ர்³ஸிதம் || 4 ||

ஸிவஸக்திமயம் மந்த்ரம் மூலாதா⁴ராத்ஸமுத்தி²தம் |
தஸ்ய மந்த்ரஸ்ய வை ப்³ரஹ்மஞ்ச²ரோதா வக்தா ச து³ர்³ஸப: || 5 ||

ஏதத்பீட²மிதி ப்ரோக்தம் நாத³விங்க³ம் சிதா³த்மகம் |
தஸ்ய விஜ்ஞாநமாத்ரேண ஜீவந்முக்தோ ப⁴வேஜ்ஜந: || 6 ||

அணிமாதி³கமைஸ்வர்யமசிராதே³வ ஜாயதே |
 மநநாத்ப்ராணநாச்சைவ மத்³ரூபஸ்யாவபோ³த⁴நாத் || 7 ||

மந்த்ரமித்யுச்சயதே ப்³ரஹ்மந்மத்³தி⁴ஷ்டா²நதோ⁵பி வா |
 மூலத்வாத்ஸர்வமநத்ராணம் மூலாதா⁴ராத்ஸமுத்³ப⁴வாத் || 8 ||

மூலஸ்வரூபலிங்க³த்வாந்மூலமநத்ர இதி ஸ்ம்ரு³த: |
 ஸு³க்ஷமத்வாத்காரணத்வாச்ச லயநாத்³க³மநாத்³பி || 9 ||

லக்ஷணத்³பரமேஸஸ்ய விங்க³மித்யபி⁴தீ⁴யதே |
 ஸம்நிதா⁴நாத்ஸமஸ்தேஷு ஜந்துஷ்வபி ச ஸந்ததம் || 10 ||

ஸு³சகத்வாச்ச ரூபஸ்ய ஸு³த்ரமித்யபி⁴தீ⁴யதே |
 மஹாமாயா மஹாலக்ஷமீர்மஹாதே³வீ ஸரஸ்வதீ || 11 ||

ஆதா⁴ரஸக்திரவ்யக்தா யயா விஸ்வம் ப்ரவர்ததே |
 ஸு³க்ஷமாபா⁴ பி³ந்து³ரூபேண பீ²ரூபேண வர்ததே || 12 ||

பி³ந்து³பீ²ம் விநிர்³பி⁴தீ³ய நாத³விங்க³முபஸ்தி²தம் |
 ப்ராணேநோச்சார்யதே ப்³ரஹ்மந்ஷண்முக்²கரணேந ச || 13 ||

கு³ரூபதே³ஸமார்கே³ண ஸஹஸைவ ப்ரகாஸதே |
 ஸ்தூ²லம் ஸு³க்ஷமம் பரம் சேதி த்ரிவித⁴ம் ப்³ரஹ்மணே வபு: || 14 ||

பஞ்சப்³ரஹ்மமயம் ரூபம் ஸ்தூ²லம் வைராஜமுச்சயதே |
 ஹிரண்யக³ர்ப⁴ம் ஸு³க்ஷமம் து நாத³ம் பீ³ஜத்ரயாத்மகம் || 15 ||

பரம் ப்³ரஹ்ம பரம் ஸத்யம் ஸச்சிதா³நந்த³லக்ஷணம் |
 அப்ரமேயமநிர்³தே³ஸ்யமவாங்மநஸகோ³சரம் || 16 ||

ஸூத்³த⁴ம் ஸு³க்ஷமம் நிராகாரம் நிர்விகாரம் நிரஞ்ஜநம் |
 அநந்தமபரிச்சே²த்³யமநூபமமநாமயம் || 17 ||

ஆத்மமநத்ரஸதா³ப⁴யாஸாத்பரதத்த்வம் ப்ரகாஸதே |
 தத³பி⁴வ்யக்தசிஹ்நாநி ஸித்³தி⁴த்³வாராணி மே ஸ்ரு³ணு || 18 ||

தீ³பஜ்வாலேந்து³க²த்³யோதவித்³யுந்நக்ஷத்ரபா⁴ஸ்வரா: |
 த்³ரு³ஸ்யந்தே ஸு³க்ஷமரூபேண ஸதா³ யுத்தஸ்ய யோகி³ந: || 19 ||

அணிமாதி³கமைஸ்வர்யமசிராத்³தஸ்ய ஜாயதே |
 நாஸ்தி நாதா³த்³ப்ரோ மந்த்ரோ ந தே³வ: ஸ்வாத்மந: பர: || 20 ||

நாநுஸந்தே:⁴ பரா பூஜா ந ஹி த்ரு'ப்தே: பரம் முக²ம் |
கோ³பநீயம் ப்ரயத்நேந ஸர்வதா³ ஸித்³தி⁴மிச்ச²தா |
மத்³புக் த ஏதத்³விஜ்ஞாய க்ரு'த க்ரு'த்ய: ஸுகீ² ப⁴வேத் || 21 ||

யஸ்ய தே³வே பரா ப⁴க்திர்யதா² தே³வே ததா² கு³ரௌ |
தஸ்யதே கதி²தா ஹ்யர்தா:² ப்ரகாஸந்தே மஹாத்மந: || 22 || இதி ||

இதி த்³விதீயோ⁵த்யாய: || 2 ||

யந்நமஸ்யம் சிதா³க்²யாதம் யத்ஸித்³தீ⁴நாம் ச காரணம் |
யேந விஜ்ஞாதமாத்ரேண ஜந்மப³ந்தா⁴த்ப்ரமுச்ச்யதே || 1 ||

அக்ஷரம் பரமோ நாத:³ ஸப்³த³ப்³ரஹ்மேதி கத்²யதே |
மூலாதா⁴ரக³தா ஸக்தி: ஸ்வாதா⁴ரா பி³ந்நு³ரூபிணீ || 2 ||

தஸ்யாமுத்³ப்த³யதே நாத:³ ஸுக்ஷமபீ³ஜாதி³வாங்குர: |
தாம் பஸ்யந்தீம் விது³ர்விஸ்வம் யயா பஸ்யந்தி யோகி³ந: || 3 ||

ஹ்ரு³த³யே வ்யஜ்யதே கோ⁴ஷோ க³ர்ஜத்³பர்ஜந்யஸம்நிப:⁴ |
தத்ர ஸ்தி²தா ஸுரேஸாந மத்⁴யமேத்யபி⁴தீ⁴யதே || 4 ||

ப்ராணேந ச ஸ்வராக்²யேந ப்ரதி²தா வைக²ரீ புந: |
ஸாகா²பல்லவரூபேண தால்வாதி³ஸ்தா²நக⁴ட்டநாத் || 5 ||

அகாராதி³க்ஷகாராந்தாந்யக்ஷராணி ஸமீரயேத் |
அக்ஷரேப்⁴ய: பதா³நி ஸ்யு: பதே³ப்⁴யோ வாக்யஸம்ப⁴வ: || 6 ||

ஸர்வே வாக்யாத்மகா மந்த்ரா வேத³ஸாஸ்த்ராணி க்ரு'த்ஸநஸ: |
புராணாநி ச காவ்யாநி பா⁴ஷாஸ்ச விவிதா⁴ அபி || 7 ||

ஸப்தஸ்வராஸ்ச கா³தா²ஸ்ச ஸர்வே நாத³ஸமுத்³ப⁴வா: |
ஏஷா ஸரஸ்வதீ தே³வீ ஸர்வபூ⁴தகு³ஹாஸ்ரயா || 8 ||

வாயுநா வஹ்நியுக் தேந ப்ரேர்யமாணா ஸநை: ஸநை: |
தத்³விவர்தபதை³ர்வாக்யரித்யேவம் வர்ததே ஸதா³ || 9 ||

ய இமாம் வைக²ரீ ஸக்திம் யோகீ³ ஸ்வாத்மநி பஸ்யதி |
ஸ வாக்ஸித்³தி⁴மவாப்நோதி ஸரஸ்வத்யா: ப்ரஸாத³த: || 10 ||

வேத³ஸாஸ்த்ரபுராணநாம் ஸ்வயம் கர்தா ப⁴விஷ்யதி |

யத்ர பி³ந்து³ஸ்ச நாத³ஸ்ச ஸோமஸூர்யாக்³நிவாயவ: || 11 ||

இந்த³ரியாணி ச ஸர்வாணி லயம் க³ச்ச²ந்தி ஸுவ்ரத |
வாயவோ யத்ர லீயந்தே மநோ யத்ர விலீயதே || 12 ||

யம் ல³ப்த⁴வா சாபரம் லாப⁴ம் மந்யதே நாதி⁴கம் தத: |
யஸ்மிம்ஸ்தி²தோ ந து:³கே²ந கு³ருணாபி விசால்யதே || 13 ||

யத்ரோபரமதே சித்தம் நிருத்³த⁴ம் யோக³ஸேவயா |
யத்ர சைவாத்மநாத்மாநம் பஸ்யந்நாத்மநி துஷ்யதி || 14 ||

ஸுக²மாத்யந்திகம் யத்தத்³பு³த்³தி⁴க்³ராஹ்யமதீந்த³ரியம் |
ஏதக்ஷராக்ஷராதீதமநக்ஷரமிதீர்யதே || 15 ||

க்ஷர: ஸர்வாணி பூ⁴தாநி ஸூத்ராத்மா⁵க்ஷர உச்யதே |
அக்ஷரம் பரமம் ப்³ரஹ்ம நிர்விஸேஷம் நிரஞ்ஜநம் || 16 ||

அலக்ஷணமலக்ஷம் தத³ப்ரதர்க்யமநூபமம் |
அபாரபாரமச்சே²த்³யமசிந்த்யமதிநிர்மலம் || 17 ||

ஆதா⁴ரம் ஸர்வபூ⁴தாநாமநாதா⁴ரமநாமயம் |
அப்ரமாணமநிர்தே³ஸ்யமப்ரமேயமதீந்த³ரியம் || 18 ||

அஸ்தா²லமநனுஹ்ரஸ்வமதீ³ர்க⁴மஜமவ்யயம் |
அஸப்³த³மஸ்பர்ஸரூபமசக்ஷு:ஸ்ரோத்ரநாமகம் || 19 ||

ஸர்வஜ்ஞம் ஸர்வக³ம் ஸாந்தம் ஸர்வேஷாம் ஹ்ரு³த³யே ஸ்தி²தம் |
ஸுஸம்வேத்³யம் கு³ருமதாத்ஸுது³ர்போ³த⁴மசேதஸாம் || 20 ||

நிஷ்கலம் நிர்கு³ணம் ஸாந்தம் நிர்விகாரம் நிராஸ்ரயம் |
நிர்லேபகம் நிராபாயம் கூடஸ்த²மசலம் த⁴ருவம் || 21 ||

ஜ்யோதிஷாமபி தஜ்ஜ்யோதிஸ்தம:பாரே ப்ரதிஷ்டி²தம் |
பா⁴வாபா⁴வவிநிர்முக்தம் பா⁴வநாமாத்ரகோ³சரம் || 22 ||

ப⁴க்திக³ம்யம் பரம் தத்த்வமந்தர்லீநேந சேதஸா |
பா⁴வநாமாத்ரமேவாத்ர காரணம் புத்³மஸம்ப⁴வ || 23 ||

யதா² தே³ஹாந்தரப்ராப்தே: காரணம் பா⁴வநா ந்ரு³ணாம் |
விஷயம் த⁴யாயத: பும்ஸோ விஷயே ரமதே மந: || 24 ||

மாமநுஸ்மரதஸ்சித்தம் மய்யேவாத்ர விஸீயதே |
 ஸர்வஜ்ஞுவம் பரேஸுத்வம் ஸர்வஸம்பூர்ணஸக்திதா |
 அநந்தஸக்திமத்த்வம் ச மத³நுஸ்மரணாத்³பவேத் || 25 || இதி ||

இதி த்ரு³தீயோ⁵த⁴யாய: || 3 ||

சைதநஸ்யைகரூபத்வத்³பே⁴தோ³ யுக்தோ ந கர்ஹிசித் |
 ஜீவத்வம் ச ததா² ஜ்ஞேயம் ரஜ்ஜ்வாம் ஸர்பக்³ரஹோ யதா² || 1 ||

ரஜ்ஜ்வஜ்ஞாநாத்க்ஷணேநைவ யத்³வத்³ரஜ்ஜூர்ஹி ஸர்பிணீ |
 பா⁴தி தத்³வச்சிதி: ஸாக்ஷாத்³விஸ்வாகாரேண கேவலா || 2 ||

உபாதா³நம் ப்ரபஞ்சஸ்ய ப்³ரஹ்மணோ⁵ந்யந்ந வித்³யதே |
 தஸ்மாத்ஸர்வப்ரபஞ்சோ⁵யம் ப்³ரஹ்மைவாஸ்தி ந சேதரத் || 3 ||

வ்யாப்யவ்யாப்யகதா மித்²யா ஸர்வமாத்மேதி ஸாஸநாத் |
 இதி ஜ்ஞாதே பரே தத்தவே பே⁴த³ஸ்யாவஸர: குத: || 4 ||

ப்³ரஹ்மண: ஸர்வபூ⁴தாநி ஜாயந்தே பரமாத்மந: |
 தஸ்மாதே³தாநி ப்³ரஹ்மைவ ப⁴வந்தீதி விசிந்தய || 5 ||

ப்³ரஹ்மைவ ஸர்வநாமாநி ரூபாணி விவிதா⁴நி ச |
 கர்மாண்யபி ஸமக்³ராணி பி³ப⁴ர்தீதி விபா⁴வய || 6 ||

ஸுவர்ணஜ்ஜாயமாநஸ்ய ஸுவர்ணத்வம் ச ஸாஸ்வதம் |
 ப்³ரஹ்மணோ ஜாயமாநஸ்ய ப்³ரஹ்மத்வம் ச ததா² ப⁴வேத் || 7 ||

ஸ்வல்பமப்யந்தரம் க்ரு³த்வா ஜீவாத்மபரமாத்மநோ: |
 யஸ்திஷ்ட²தி விமூடா⁴த்மா ப⁴யம் தஸ்யாபி பா⁴ஷ்டம் || 8 ||

யத்³ஜ்ஞாநத்³பவேத்³த்³வைதமிதரத்தத்³ப்ரபஸ்யதி |
 ஆத்மத்வேந ததா³ ஸர்வம் நேதரத்தத்³ர சாண்வபி || 9 ||

அநபூ⁴தோ⁵ப்யயம் லோகோ வ்யவஹாரக்ஷமோ⁵பி ஸந் |
 அஸத்³ரூபோ யதா² ஸ்வப்ந உத்தரக்ஷணபா³தி⁴த: || 10 ||

ஸ்வப்நே ஜாக³ரிதம் நாஸ்தி ஜாக³ரே ஸ்வப்நதா நஹி |
 த்³வயமேவ லயே நாஸ்தி லயோ⁵பி ஹ்யநயோர்ந ச || 11 ||

த்ரயமேவ ப⁴வேந்மித்²யா கு³ணத்ரயவிநிர்மிதம் |
 அஸ்ய த்³ரஷ்டா கு³ணாதீதோ நித்யோ ஹ்யேஷ சிதா³த்மக: || 12 ||

யத்³வந்ம்ரு²தி³ க⁴டப்⁴ராந்தி: ஸூக்தௌ ஹி ரஜதஸ்தி²தி: |
தத்³வத்³ப்³ரஹ்மணி ஜீவத்வம் வீக்ஷமாணே விநஸ்யதி || 13 ||

யதா² ம்ரு²தி³ க⁴டோ நாம கநகே குண்ட³லாபி⁴தா⁴ |
ஸூக்தௌ ஹி ரஜதக்²யாதிர்ஜீவஸப்³த³ஸ்ததா² பரே || 14 ||

யதத்²வ வ்யோம்நி நீலத்வம் யதா² நீரம் மருஸ்த²லே |
புருஷத்வம் யதா² ஸ்தா²ணௌ தத்³வத்³விஸ்வம் சிதா³த்மநி || 15 ||

யதத்²வ ஸூந்யோ வேதாலோ க³ந்த⁴ர்வாணம் புரம் யதா² |
யதா²காஸே த்³விசந்த³ரத்வம் தத்³வத்³ஸத்யே ஜக³த்ஸ்தி²தி: || 16 ||

யதா² தரங்க³கல்லோ²லர்ஜலமேவ ஸ்ப²ரத்யலம் |
க⁴டநாம்நா யதா² ப்ரு²த்²வீ படநாம்நா ஹி தந்தவ: || 17 ||

ஜக³ந்நாம்நா சிதா³பா⁴தி ஸர்வம் ப்³ரஹ்மைவ கேவலம் |
யதா² வந்த⁴யாஸுதோ நாஸ்தி யதா² நஸ்தி மரௌ ஜலம் || 18 ||

யதா² நாஸ்தி நபோ⁴வ்ரு²க்ஷஸ்ததா² நாஸ்தி ஜக³த்ஸ்தி²தி: |
க்³ரு²ஹ்யமாநே க⁴டே யத்³வந்ம்ரு²த்திகா பா⁴தி வை ப³லாத் || 19 ||

வீக்ஷயமாணே ப்ரபஞ்சே து ப்³ரஹ்மைவாபா⁴தி பா⁴ஸுரம் |
ஸதை³வாத்மா விஸூத்³தோ⁴Sஸ்மி ஹ்யஸூத்³தோ⁴ பா⁴தி வை ஸதா³ || 20 ||

யதத்²வ த்³விவிதா⁴ ரஜ்ஜூர்ஜ்ஞாநிநோSஜ்ஞாநிநோSநிஸம் |
யதத்²வ ம்ரு²ந்மய: கும்ப⁴ஸ்தத்³வத்³தே³ஹோSபி சிந்மய: || 21 ||

ஆத்மாநாத்மவிவேகோSயம் முதை⁴வ க்ரியதே பு³தை:⁴ ||
ஸர்பத்வேந யதா² ரஜ்ஜூ ரஜதத்வேந ஸூக்திகா || 22 ||

விநிர்ணீதா விமூடே⁴ந தே³ஹத்வேந ததா²த்மதா |
க⁴டத்வேந யதா² ப்ரு²த்²வீ ஜலத்வேந மானீசிகா || 23 ||

க்³ரு²ஹத்வேந ஹி காஷ்டா²நி க²ட்³க³த்வேந ஹி லோஹதா |
தத்³வதா³த்மநி தே³ஹத்வம் பஸ்யத்யஜ்ஞாநயோக³த: || 24 || இதி ||

இதி சதுர்தோ²Sத்⁴யாய: || 4 ||

புநர்யோக³ம் ப்ரவக்ஷயாமி கு³ஹ்யம் ப்³ரஹ்மஸ்வரூபகம் |

ஸமாஹிதமநா பூ⁴த்வா ஸ்ரு³ணு ப்³ரஹ்மந்யதா²க்ரமம் || 1 ||

த³ஸத்³வாரபுரம் தே³ஹம் த³ஸநா³மஹாபத²ம் |

த³ஸபி⁴ர்வாயுபி⁴ர்வ்யாப்தம் த³ஸேந்த³ரியபரிச்ச²த³ம் || 2 ||

ஷடா³தா⁴ராபவரகம் ஷட³ந்வயமஹாவநம் |

சது:பீ²ஸமாகீர்ணம் சதுராம்நாயதீ³பகம் || 3 ||

பி³ந்து³நாத³மஹாவிங்க³விஷ்ணுலக்ஷமீநிகேதநம் |

தே³ஹம் விஷ்ணவாலயம் ப்ரோக்தம் ஸித்³தி⁴த³ம் ஸர்வதே³ஹிநாம் || 4 ||

கு³த³மே⁴ராந்தராலஸ்த²ம் மூலாதா⁴ரம் த்ரிகோணகம் |

ஸிவஸ்ய ஜீவருபஸ்ய ஸ்தா²நம் தத்³தி⁴ ப்ரசக்ஷதே || 5 ||

யத்ர குண்ட³ஸிநீ நாம பரா ஸக்தி: ப்ரதிஷ்டி²தா |

யஸ்மாது³த்பத்³யதே வாயுர்யஸ்மாத்³வஹ்நி: ப்ரவர்ததே || 6 ||

யஸ்மாது³த்பத்³யதே பி³ந்து³ர்யஸ்மாந்நாத:³ ப்ரவர்ததே |

யஸ்மாது³த்பத்³யதே ஹம்ஸோ யஸ்மாது³த்பத்³யதே மந: || 7 ||

ததே³தத்தகாமருபாக்²யம் பீ²ம் காமப²லப்ரத³ம் |

ஸ்வாதி⁴ஷ்டா²நஹ்வயம் சக்ரம் விங்க³மூலே ஷட³ஸ்ரகம் || 8 ||

நாபி⁴தே³ஸே ஸ்தி²தம் சக்ரம் த³ஸாஸ்ரம் மணியூரகம் |

த³வாத³ஸாரம் மஹாசக்ரம் ஹ்ரு³த³யே சாப்யநாஹதம் || 9 ||

ததே³தத்பூர்ணகி³ர்யாக்²யம் பீ²ம் கமலஸம்ப⁴வ |

கண்ட²க்ஷபே விஸூத்³தா⁴க்²யம் யச்சக்ரம் ஷோட³ஸாஸ்ரகம் || 10 ||

பீ²ம் ஜாலந்த⁴ரம் நாம திஷ்ட²த்யத்ர சதுர்முக்² |

ஆஜ்ஞா நாம ப்⁴ருவோர்மத்⁴யே த்³வித³லம் சக்ரமுத்தமம் || 11 ||

உட்³யநாக்²யம் மஹாபீ²முபரிஷ்டாத்ப்ரதிஷ்டி²தம் |

ஸ்தா²நாந்யேதாநி தே³ஹே³ஸம்மிஞ்ச²க்திரூபம் ப்ரகாஸதே || 12 ||

சதுரஸ்தர⁴ரண்யாதெள³ ப்³ரஹ்மா தத்ராதி⁴தே³வதா |

அர்த⁴சந்த்³ராக்ரு³தி ஜலம் விஷ்ணுஸ்தஸ்யாதி⁴தே³வதா || 13 ||

த்ரிகோணமண்ட³லம் வஹ்நீ ருத்³ரஸ்தஸ்யாதி⁴தே³வதா |

வாயோர்பி³ம்ப³ம் து ஷட்கோணம் ஸங்கர்ஷோ³த்ராதி⁴தே³வதா || 14 ||

ஆகாஸமண்ட³லம் வ்ரு³த்தம் ஸ்ரீமந்நாராயணே⁵த்ராதி⁴தே³வதா |
நாத³ரூபம் ப்⁴ருவோர்மத்⁴யே மநஸோ மண்ட³லம் விது:³ || 15 ||

ஸாம்ப⁴வஸ்தா²நமேதத்தே வர்ணிதம் பத்³மஸம்ப⁴வ |
அத: பரம் ப்ரவக்ஷயாமி நா³சக்ரஸ்ய நிர்ணயம் || 16 ||

மூலாதா⁴ரத்ரிகோணஸ்தா² ஸுஷும்நா த்³வாத்³ஸாங்கு³லா |
மூலார்த⁴ச்³சி²ந்நவம்ஸாபா⁴ ப்³ரஹ்மநா³தி ஸா ஸம்ரு³தா || 17 ||

இடா³ ச பிங்க³லா சைவ தஸ்யா: பார்ஸ்வத்³வயே க³தே |
விலம்பி³ந்யாமநுஸ்யுதே நாளிகாந்தமுபாக³தே || 18 ||

இடா³யாம் ஹேமரூபேண வாயுர்வாமேந க³ச்ச²தி |
பிங்க³லாயாம் து ஸூர்யாத்மா யாதி த்³க்ஷிணபார்ஸ்வத: || 19 ||

விலம்பி³நீதி யா நா³ வ்யக்தா நாபௌ⁴ ப்ரதிஷ்டி²தா |
தத்ர நா³ய: ஸமுத்பந்நஸ்திர்யக்ஷ³ர்த்⁴வமதோ⁴முகா:² || 20 ||

தந்நாபி⁴சக்ரமித்யுக்த்தம் குக்குடாண்ட³மிவ ஸ்தி²தம் |
கா³ந்தா⁴ஈ ஹஸ்திஜிஹ்வா ச தஸ்மாந்நேத்ரத்³வயம் க³தே || 21 ||

பூஷா சாலம்பு³ஸா சைவ ஸ்ரோத்ரத்³வயமுபாக³தே |
ஸூரிரா நாம மஹாநா³ தஸ்மாத்³ப்⁴ரூமத்⁴யமாஸ்ரிதா || 22 ||

விஸ்வோத³ஈ து யா நா³ ஸா பு⁴ங்க்தே⁵ந்நம் சதுர்வித⁴ம் |
ஸரஸ்வதீ து யா நா³ ஸா ஜிஹ்வாந்தம் ப்ரஸர்பதி || 23 ||

ராகாஹ்வயா து யா நா³ பீத்வா ச ஸலிலம் க்ஷணத் |
க்ஷாதமுத்பாத³யேத்³ க்⁴ராணே ஸ்லேஷ்மாணம் ஸஞ்சிநுதி ச || 24 ||

கண்ட²க்ஷபோத்³ப்⁴வா நா³ ஸங்கி²நாக்²யா த்வதோ⁴முக² |
அந்நஸாரம் ஸமாதா³ய மூர்த்⁴நி ஸஞ்சிநுதே ஸதா³ || 25 ||

நாபே⁴ரதோ⁴க³தாஸ்திஸ்ரோ ஜா³ய: ஸ்யுரதோ⁴முக:² |
மலம் த்யஜேக்குஹூர்நா³ மூத்ரம் முஞ்சதி வாருண் || 26 ||

சித்ரா²யா ஸீவிநி நா³ ஸூக்லமோசநகாரணீ |
நா³சக்ரமிதி ப்ரோக்தம் பி³ந்து³ரூபமத: ஸ்ரு³ணு || 27 ||

ஸ்தூ²லம் ஸூக்ஷமம் பரம் சேதி த்ரிவித⁴ம் ப்³ரஹ்மணே வபு: |
ஸ்தூ²லம் ஸூக்லாத்மகம் பி³ந்து:³ ஸூக்ஷமம் பஞ்சாக்³நி³ரூபகம் || 28 ||

ஸோமாத்தமக: பர: ப்ரோக்த: ஸதா³ ஸாக்ஷீ ஸதா³ச்யுத: |
பாதாலாநாமதோ⁴பா⁴கே³ காலாக்³நிர்ய: ப்ரதிஷ்டி²த: || 29 ||

ஸமூலாக்³நி: ஸரீரே⁵க்³நிர்யஸ்மாந்நாத:³ ப்ரஜாயதே |
வட³வாக்³நி: ஸரீரஸ்தோ² ஹ்யஸ்தி²மத்⁴யே ப்ரவர்ததே || 30 ||

காஷ்ட²பாஷாணயோர்வஹ்நிர்ஹ்யஸ்தி²மத்⁴யே ப்ரவர்ததே |
காஷ்ட²பாஷணஜோ வஹ்நி: பார்தி²வோ க்³ரஹ்ணீ க³த: || 31 ||

அந்தரிக்ஷக³தோ வஹ்நிர்வைத்³யுத: ஸ்வாந்தராத்மக: |
நப⁴ஸ்த:² ஸுலர்யரூபோ⁵க்³நிர்நாபி⁴மண்ட³லமாஸ்நித: || 32 ||

விஷம் வர்ஷதி ஸுலர்யோ⁵ஸௌ ஸ்ரவத்யம்ரு²தமுந்முக்²: |
தாலுமூலே ஸ்தி²தம்சந்த³ர: ஸுதா⁴ம் வர்ஷத்யதோ²முக:² || 33 ||

ப⁴ருமத்⁴யநிலயோ பி³ந்து:³ ஸூத்³த⁴ஸ்ப²டிகஸம்நிப:⁴ |
மஹாவிஷ்ணோஸ்ச தே³வஸ்ய தத்ஸுலிக்ஷமம் ரூபமுச்யதே || 34 ||

ஏதத்பஞ்சாக்³நிரூபம் யோ பா⁴வயேத்³பு³த்³தி⁴மாந்தி⁴யா |
தேந பு⁴க்தம் ச பீதம் ச ஹுதமேவ ந ஸம்ஸய: || 35 ||

ஸுக²ஸம்ஸேவிதம் ஸ்வப்நம் ஸுஜீர்ணமிதபோ⁴ஜநம் | ஜ் |
ஸரீரஸூத்³தி⁴ம் க்ரு²த்வாதௌ³ ஸுக²மாஸநமாஸ்தி²த: || 36 ||

ப்ராணஸ்ய ஶோத⁴யேந்மார்க³ம் ரேசபூரககும்ப⁴கை: |
கு³த³மாகுஞ்ச்ய யத்நேந மூலஸக்திம் ப்ரபூஜயேத் || 37 ||

நாபௌ⁴ விங்க³ஸ்ய மத்⁴யே து உட்³யாநாக²யம் ச ப³ந்த⁴யேத் |
உட்³டீ³ய யாதி தேநைவ ஶக்திதோட்³யாநபீ²கம் || 38 ||

கண்ட²ம் ஸங்கோசயேத்கிஞ்சித்³பி³ந்தோ⁴ ஜாலந்த⁴நி ஹ்யயம் |
ப³ந்த⁴யேத்கே²சரி முத்³ராம் த்³ரு²ட⁴சித்த: ஸமாஹித: || 39 ||

கபாலவிவரே ஜிஹ்வா ப்ரவிஷ்டா விபரீதகா³ |
ப⁴ருவோரந்தர்³தா த்³ரு²ஷ்டிர்முத்³ரா ப⁴வதி கே²சரீ || 40 ||

கே²சர்யா முத்³நிதம் யேந விவரம் லம்பி³கோர்த்⁴வத: |
ந பீயூஷம் பதத்யக்³நௌ ந ச வாயு: ப்ரதா⁴வதி || 41 ||

ந க்ஷுதா⁴ ந த்ரு²ஷ்டா நித்³ரா நைவாலஸ்யம் ப்ரஜாயதே |

ந ச ம்ரு²த்யு⁴ர்ப⁴வேத்தஸ்ய யோ முத்³ராம் வேத்தி கே²சரீம் || 42 ||

தத: பூர்வாபரே வ்யோம்நி த்³வாத்³ஸாந்தே⁵ச்யுதாத்மகே |
உட்³ட்³யாநபீ²டே² நி³ர்த்³வந்த்³வே நிராலம்பே³ நிரஞ்ஜநே || 43 ||

தத: பங்கஜமத்⁴யஸ்த²ம் சந்த்³ரமண்ட³லமத்⁴யக³ம் |
நாராயணமநுத்⁴யாயேத்ஸ்ரவதமம்ரு²தம் ஸதா³ || 44 ||

பி⁴த்³யதே ஹ்ரு²த்³யக்³ரந்தி²ஸ்சி²த்³யந்தே ஸர்வஸம்ஸயா: |
க்ஷயந்தே சாஸ்ய கர்மாணி தஸ்மித்³ந்ரு²ஷ்டே பராவரே || 45 ||

அத² ஸித்³தி⁴ம் ப்ரவக்ஷயாமி ஸுகோ²பாயம் ஸுரேஸ்வர |
ஜிதேந்த்³ரியாணம் ஸாந்தாநாம் ஜிதஸ்வாஸவிசேதஸாம் || 46 ||

நாதே³ மநோலயம் ப்³ரஹ்மந்தூ³ர்ஸ்ரவணகாரணம் |
பி³ந்தேள³ மநோலயம் க்ரு²த்வா தூ³ரத்³ர்ஸநமாப்நுயாத் || 47 ||

காலாத்மநி மநோ லீநம் த்ரிகாலஜ்ஞாநகாரணம் |
பரகாயமநோயோக:³ பரகாயப்ரவேஸக்ரு²த் || 48 ||

அம்ரு²தம் சிந்தயேந்மூர்த்⁴நி க்ஷு²த்த்ரு²ஷாவிஷஸாந்தயே |
ப்ரு²தி²வ்யாம் தா⁴ரயேச்சித்தம் பாதாலக்³மநம் ப⁴வேத் || 49 ||

ஸலிலே தா⁴ரயேச்சித்தம் நாம்ப⁴ஸா பரிபூ⁴யதே |
அக்³நெள ஸந்தா⁴ரயேச்சித்தமக்³நிநா த்³ஹ்யதே ந ஸ: || 50 ||

வாயெள மநோலயம் குர்யாதா³காஸக்³மநம் ப⁴வேத் |
ஆகாஸே தா⁴ரயேச்சித்தமணிமாதி³கமாப்நுயாத் || 51 ||

விராட்³ரூபே மநோ யுஞ்ஜந்மஹிமாநமவாப்நுயாத் |
சதுர்முகே² மநோ யுஞ்ஜஞ்ஜக்³த்ஸ்ரு²ஷ்டிகரோ ப⁴வேத் || 52 ||

இந்த்³ரூபிணமாத்மாநம் பா⁴வ்யந்மர்த்யபோ⁴க்³வாந் |
விஷ்ணுரூபே மஹாயோக்³ பாலயேத்³கி²லம் ஜக்³த் || 53 ||

ருத்³ரூபே மஹாயோக்³ ஸம்ஹரத்வயே தேஜஸா |
நாராயணே மநோ யுஞ்ஜந்ஸ்ரவஸித்³தி⁴மவாப்நுயாத் || 54 ||

யதா² ஸங்கல்பயேத்³யோக்³ யோக³யுக்தோ ஜிதேந்த்³ரிய: |
ததா² தத்தத்³வாப்நோதி பா⁴வ ஏவாத்ர காரணம் || 55 ||

கு³ரு³ர்ப்³ரஹ்மா கு³ரு³ர்³விஷ்ணு³ர்³கு³ரு³ர்தே³வ: ஸதா³ச்யுத: |

ந கு³ரோரதி⁴க: கஸ்சித்த³ரிஷு லோகேஷு வித்³யதே || 56 ||

தி³வ்யஜ்ஞாநோபதே³ஷ்டாரம் தே³ஸிகம் பரமேஸ்வரம் |

பூஜயேத்பரயா ப⁴க்த்யா தஸ்ய ஜ்ஞாநப²லம் ப⁴வேத் || 57 ||

யதா² கு³ருஸ்ததை²வேஸோ யதை²வேஸோஸ்ததா² கு³ரு: |

பூஜநீயோ மஹாப⁴க்த்யா ந பே⁴தோ³ வித்³யதே³நயோ: || 58 ||

நாத³வைதவாத³ம் குர்³வீத கு³ருணா ஸஹ குத்³ரசித் |

அத்³வைதம் பா⁴வயேத்³ப⁴க்த்யா கு³ரோர்தே³வஸ்ய சாத்மந: || 59 ||

யோக³ஸிகா²ம் மஹாகு³ஹ்யம் யோ ஜாநாதி மஹாமதி: |

ந தஸ்ய கிஞ்சித்³ஜ்ஞாதம் த்ரிஷு லோகேஷு வித்³யதே || 60 ||

ந புண்யபாபே நாஸ்வஸ்தோ² ந து:³க²ம் ந பராஜய: |

ந சாஸ்தி புநரா³வ்ரு³த்திரஸ்மிந்ஸம்ஸாரமண்ட³லே || 61 ||

ஸித்³தென⁴ சித்தம் ந குர்³வீத சஞ்சலத்வேந சேதஸ: |

ததா² விஜ்ஞாததத்த்வோ³ஸௌ முக்த ஏவ ந ஸம்ஸய: || 62 ||

இத்யுபநிஷத் || இதி பஞ்சமோ³த்⁴யாய: || 5 ||

உபாஸநாப்ரகாரம் மே ப்³ரூஹி த்வம் பரமேஸ்வர |

யேந விஜ்ஞாதமாத்ரேண முக்தோ ப⁴வதி ஸம்ஸ்ரு³தே: || 1 ||

உபாஸநாப்ரகாரம் தே ரஹஸ்யம் ஸ்ருதிஸாரகம் |

ஹிரண்யக³ர்ப⁴ வக்ஷயாமி ஸ்ருத்வா ஸம்யகு³பாஸய || 2 ||

ஸுஷும்நாயை குண்ட³லீந்யை ஸுதா⁴யை சந்த்³ரமண்ட³லாத் |

மநோந்மந்யை நமஸ்து³ப்யம் மஹாஸக்த்யை சிதா³த்மநே || 3 ||

ஸதம் சைகா ச ஹ்ரு³த³யஸ்ய நாட்³ய-

ஸ்தாஸாம் மூர்தா⁴நமபி⁴நி:ஸ்ரு³தைகா |

தயோர்த்⁴வமாயந்நம்ரு³தத்வமேதி

விஸ்வங்ங்ந்யா உத்க்ரமணே ப⁴வந்தி || 4 ||

ஏகோத்தரம் நாடி³ஸதம் தாஸாம் மத்⁴யே பரா ஸ்ம்ரு³தா |

ஸுஷும்நா து பரே லீநா விரஜா ப்³ரஹ்மரூபிணீ || 5 ||

இடா³ திஷ்ட²தி வாமேந பிங்க³லா த்³க்ஷிணேந து |

தயோர்மத்⁴யே பரம் ஸ்தா²நம் யஸ்தத்³வேத்³ ஸ வேத்³வித் || 6 ||

ப்ராணாந்ஸந்தா⁴ரயேத்தஸ்மிந்நாஸாப்⁴யாந்தரசாரிண: |

பூ⁴த்வா தத்ராயதப்ராண: ஸநைரேவ ஸமப்⁴யஸேத் || 7 ||

கு³த்³ஸ்ய ப்ரு³ஷ்ட²பா⁴கே³ஸ்மிந்வீ³ணாத்³ண்ட: ³ ஸ தே³ஹப்⁴ருத் |

தீ³ர்கா⁴ஸ்திதே³ஹபர்யந்தம் ப்³ரஹ்மநா³தி கத்²யதே || 8 ||

தஸ்யாந்தே ஸுஹிரம் ஸு³க்ஷமம் ப்³ரஹ்மநா³தி ஸு³ரபி: ⁴ |

இடா³பிங்க³லயோர்மத்⁴யே ஸு³ஷும்நா ஸு³ர்யருபிணீ || 9 ||

ஸர்வம் ப்ரதிஷ்டி²தம் தஸ்மிந்ஸர்வக³ம் விஸ்வதோ²முக²ம் |

தஸ்ய மத்⁴யக³தா: ஸு³ர்யஸோமா³நிபரமேஸ்வரா: || 10 ||

பூ⁴தலோகா தி³ஸ: க்ஷேத்ரா: ஸமுத்³ரா: பர்வதா: ஸிலா: |

த்³வீபா³ஸ்ச நிம்நகா³ வேதா: ³ ஸாஸ்த்ரவித்³யாகலாக்ஷரா: || 11 ||

ஸ்வரமந்த்ரபுராணாநி கு³ணு³ஸ்சைதே ச ஸர்வஸ: |

பீ³ஜம் பீ³ஜாத்மகஸ்தேஷாம் க்ஷேத்ரஜ்ஞ: ப்ராணவாயவ: || 12 ||

ஸு³ஷும்நாந்தர்க³தம் விஸ்வம் தஸ்மிந்ஸர்வம் ப்ரதிஷ்டி²தம் |

நாநாநா³ப்ரஸவக³ம் ஸர்வபூ⁴தாந்த்ராத்மநி || 13 ||

ஊ³ர்த்⁴வமூலமத: ⁴ஸாக²ம் வாயுமார்கே³ண ஸர்வக³ம் |

த்³விஸப்ததிஸஹஸ்ராணி நா³ய: ஸ்யுர்வாயுகோ³சரா: || 14 ||

ஸர்வமார்கே³ண ஸு³ஹிராஸ்திர்யஞ்ச: ஸு³ஹிராத்மதா: |

அத⁴ஸ்சோர்த்⁴வம் ச குண்ட³ல்யா: ஸர்வத்³வாரநிரோத⁴நாத் || 15 ||

வாயுநா ஸஹ ஜீவோர்த்⁴வஜ்ஞாநாந்மோக்ஷமவாப்நுயாத் |

ஜ்ஞாத்வா ஸு³ஷும்நாம் தத்³பே⁴த்³ம் க்ரு³த்வா பாயும் ச மத்⁴யக³ம் || 16 ||

க்ரு³த்வா து சைந்த³வஸ்தா²நே க்⁴ராணரந்த⁴ரே நிரோத⁴யேத் |

த்³விஸப்ததிஸஹஸ்ராணி நா³த்³வாராணி பஞ்ஜரே || 17 ||

ஸு³ஷும்நா ஸாம்ப்⁴வீ ஸக்தி: ஸேஷாஸ்த்வந்யே நிரர்த்²கா: |

ஹ்ரு³ல்லேகே² பரமாநந்தே³ தாலுமூலே வ்யவஸ்தி²தே || 18 ||

அத ஊ³ர்த்⁴வம் நிரோதே⁴ து மத்⁴யமம் மத்⁴யமத்⁴யமம் |

உச்சாரயேத்பராம் ஸக்திம் ப்³ரஹ்மரந்த்⁴ரநிவாஸிநீம் |

யதி³ ப்⁴ரமரஸ்ரு³ஷ்டி: ஸ்யாத்ஸம்ஸாரப்⁴ரமணம் த்யஜேத் || 19 ||

க³மாக³மஸ்த²ம் க³மநாதி³ஸூந்யம்
சித்³ரூபதீ³பம் திமிராந்த³நாஸம் |

பஸ்யாமி தம் ஸர்வஜநாந்தரஸ்த²ம்
நமாமி ஹம்ஸம் பரமாத்மஸூபம் || 20 ||

அநாஹதஸ்ய ஸப்³த³ஸ்ய தஸ்ய ஸப்³த³ஸ்ய யோ த்³வநி: |
த்³வநேரந்தர்³க³தம் ஜ்யோதிர்ஜ்யோதிஷோ³ந்தர்³க³தம் மந: |
தந்மநோ விலயம் யாதி தத்³விஷ்ணோ: பரமம் பத³ம் || 21 ||

கேசித்³வத³ந்தி சாதா³ரம் ஸுஷு³ம்நா ச ஸரஸ்வதீ |
ஆதா³ராஜ்ஜாயதே விஸ்வம் விஸ்வம் தத்ரைவ லீயதே || 22 ||

தஸ்மாத்ஸர்வப்ரயத்நேந கு³ரூபாத³ம் ஸமாப்³ரயேத் |
ஆதா³ரஸக்திநித்³ராயாம் விஸ்வம் ப³வதி நித்³ரயா || 23 ||

தஸ்யாம் ஸக்திப்³ரபோ³தே³ந த்ரைலோக்யம் ப்ரதிபு³த³யதே |
ஆதா³ரம் யோ விஜாநாதி தமஸ: பரமஸ்நுதே || 24 ||

தஸ்ய விஜ்ஞாநமாத்ரேண நர: பாபை: ப்ரமுச்யதே || 25 ||

ஆதா³ரசக்ரமஹஸா வித்³யுத்புஞ்ஜஸமப்³ரபா³ |
ததா³ முக்திர்ந ஸந்தே³ஹோ யதி³ துஷ்ட: ஸ்வயம் கு³ரு: || 26 ||

ஆதா³ரசக்ரமஹஸா புண்யபாபே நிக்ரு³ந்தயேத் |
ஆதா³ரவாத்ரோதே³ந லீயதே க³க³நாந்தரே || 27 ||

ஆதா³ரவாத்ரோதே³ந ஸரீரம் கம்பதே யதா³ |
ஆதா³ரவாத்ரோதே³ந யோகீ³ ந்ரு³த்யதி ஸர்வதா³ || 28 ||

ஆதா³ரவாத்ரோதே³ந விஸ்வம் தத்ரைவ த்³ரு³ஸ்யதே |
ஸ்ரு³ஷ்டிமாதா³ரமாதா³ரமாதா³ரே ஸர்வதே³வதா: |
ஆதா³ரே ஸர்வவேதா³ஸ்ச தஸ்மாதா³தா³ரமாப்³ரயேத் || 29 ||

ஆதா³ரே பஸ்சிமே பா³கே³ த்ரிவேணீஸங்க³மோ ப³வேத் |
தத்ர ஸ்நாத்வா ச பீத்வா ச நர: பாபாத்³ப்ரமுச்யதே || 30 ||

ஆஹாரே பஸ்சிமம் லிங்க³ம் கவாடம் தத்ர வித்³யதே |
தஸ்யோத்³கா³டநமாத்ரேண முச்யதே ப³வப்³ந்த³நாத் || 31 ||

ஆதா⁴ரபஸ்சிமே பா⁴கே³ சந்த³ரஸுரீர்யௌ ஸ்தி²ரௌ யதி³ |
தத்ர திஷ்ட²தி விஸ்வேஸோ த்யாத்வா ப்³ரஹ்மமயோ ப⁴வேத் || 32 ||

ஆதா⁴ரபஸ்சிமே பா⁴கே³ மூர்திஸ்திஷ்ட²தி ஸம்ஜ்ஞயா |
ஷட் சக்ராணி ச நிர்வி⁴த்ய ப்³ரஹ்மரந்த⁴ராத்தி³ப³ஹிர்³க³தம் || 33 ||

வாமத³க்ஷே நிருந்த⁴ந்தி ப்ரவிஸந்தி ஸுஷும்நயா |
ப்³ரஹ்மரந்த⁴ரம் ப்ரவிஸ்யாந்தஸ்தே யாந்தி பரமாம் க³தீம் || 34 ||

ஸுஷும்நாயாம் யதா³ ஹம்ஸஸ்த்வத⁴ ஊர்த⁴வம் ப்ரதா⁴வதி |
ஸுஷும்நாயாம் யதா³ ப்ராணம் ப்⁴ராமயேத்³யோ நிரந்தரம் || 35 ||

ஸுஷும்நாயாம் யதா³ ப்ராண: ஸ்தி²ரோ ப⁴வதி தீ⁴மதாம் |
ஸுஷும்நாயாம் ப்ரவேஸேந சந்த³ரஸுரீர்யௌ லயம் க³தௌ || 36 ||

ததா³ ஸமரஸம் பா⁴வம் யோ ஜாநாதி ஸ யோக³வித் |
ஸுஷும்நாயாம் யதா³ யஸ்ய ம்ரியதே மநஸோ ரய: || 37 ||

ஸுஷும்நாயாம் யதா³ யோகீ³ க்ஷணகமபி திஷ்ட²தி |
ஸுஷும்நாயாம் யதா³ யோகீ³ க்ஷணர்த⁴மபி திஷ்ட²தி || 38 ||

ஸுஷும்நாயாம் யதா³ யோகீ³ ஸுலக்³நோ லவணம்பு³வத் |
ஸுஷும்நாயாம் யதா³ யோகீ³ லீயதே க்ஷீரநீரவத் || 39 ||

பி⁴த்யதே ச ததா³ க்³ரந்தி²ஸ்சித்³யந்தே ஸர்வஸம்ஸயா: |
க்ஷீயந்தே பரமாகாஸே தே யாந்தி பரமாம் க³தீம் || 40 ||

க³ங்கா³யாம் ஸாக³ரே ஸ்நாத்வா நத்வா ச மணிகர்ணிகாம் |
மத்⁴யநாட³விசாரஸ்ய கலாம் நார்ஹந்தி ஷோட³ஸீம் || 41 ||

ஸ்ரீஸைலத³ர்ஸநாந்முக்திர்வாராணஸ்யாம் ம்ரு³தஸ்ய ச |
கேதா³ரோத்³கபாநேந மத்⁴யநாட³ப்ரத³ர்ஸநாத் || 42 ||

அப்வமேத⁴ஸஹஸ்ராணி வாஜபேயஸ்தாநி ச |
ஸுஷும்நாத்யாநயோக³ஸ்ய கலாம் நார்ஹந்தி ஷோட³ஸீம் || 43 ||

ஸுஷும்நாயாம் ஸதா³ கோ³ஷ்ட²ம் ய: கஸ்சித்தகுருதே நர: |
ஸ முக்த: ஸர்வபாபேப்⁴யோ நிஸ்ரேயஸமவாப்நுயாத் || 44 ||

ஸுஷும்நைவ பரம் தீர்த²ம் ஸுஷும்நைவ பரம் ஜப: |
ஸுஷும்நைவ பரம் த்யாநம் ஸுஷும்நைவ பரா க³தி: || 45 ||

அநேகயஜ்ஞதா³நாநி வ்ரதாநி நியமாஸ்ததா² |
 ஸுஷும்நாத்யாநலேஸஸ்ய கலாம் நார்ஹந்தி ஷோட³ஸீம் || 46 ||
 ப³ரஹ்மரந்த⁴ரே மஹாஸ்தா²நே வர்ததே ஸததம் ஸிவா |
 சிச்ச²க்தி: பரமாதே³வீ மத்⁴யமே ஸுப்ரதிஷ்டி²தா || 47 ||
 மாயாஸக்திர்லலாடாக்³ரபா⁴கே³ வ்யோமாம்பு³ஜே ததா² |
 நாத³ரூபா பராஸக்திர்லலாடஸ்ய து மத்⁴யமே || 48 ||
 பா⁴கே³ பி³ந்து³மயீ ஸக்திர்லலாடஸ்யாபராம்ஸகே |
 பி³ந்து³மத்⁴யே ச ஜீவாத்மா ஸலக்ஷமரூபேண வர்ததே || 49 ||
 ஹ்ரு³த்யே ஸ்தூ²லரூபேண மத்⁴யமேந து மத்⁴யகே³ || 50 ||
 ப்ராணாபாநவஸோ ஜீவோ ஹ்யத⁴ஸ்சோர்த⁴வம் ச தா⁴வதி |
 வாமத³க்ஷிணமார்கே³ண சஞ்சலத்வாநந த்³ரு³ய்யதே || 51 ||
 ஆக்ஷிப்தோ பு⁴ஜத³ண்டே³ந யதோ²ச்சலதி கந்து³க: |
 ப்ராணாபாநஸமாக்ஷிப்தஸ்ததா² ஜீவோ ந விஸ்ரமேத் || 52 ||
 அபாந: கர்ஷதி ப்ராணம் ப்ராணோ⁵பாநம் ச கர்ஷதி |
 ஹகாரேண ப³ஹிர்யாதி ஸகாரேண விஸேத்புந: || 53 ||
 ஹம்ஸஹம்ஸேத்யமும் மந்த்ரம் ஜீவோ ஜபதி ஸர்வதா³ |
 தத்³வித்³வாநக்ஷரம் நித்யம் யோ ஜாநாதி ஸ யோக³வித் || 54 ||
 கந்தோ³ர்த⁴வே குண்ட³ஸீஸக்திர்முக்திரூபா ஹி யோக³நாம் |
 ப³ந்த⁴நாய ச மூடா⁴நாம் யஸ்தாம் வேத்தி ஸ யோக³வித் || 55 ||
 பூ⁴பு⁴வ:ஸ்வரிமே லோகாஸ்சந்த³ரஸூர்யா⁵க³நிதே³வதா: |
 யாஸு மாத்ராஸு திஷ்ட²ந்தி தத்பரம் ஜ்யோதிரோமிதி || 56 ||
 த்ரய: காலாஸ்த்ரயோ தே³வாஸ்த்ரயோ லோகாஸ்த்ரய: ஸ்வரா: |
 த்ரயோ வேதா:³ ஸ்தி²தா யத்ர தத்பரம் ஜ்யோதிரோமிதி || 57 ||
 சித்தே சலதி ஸம்ஸாரோ நிஸ்ஸலம் மோக்ஷ உச்ச்யதே |
 தஸ்மாச்சித்தம் ஸ்தி²ரீஞர்யாத்ப்ரஜ்ஞயா பரயா விதே⁴ || 58 ||
 சித்தம் காரணமர்தா²நாம் தஸ்மிந்ஸதி ஜக³த்த்ரயம் |
 தஸ்மிந்க்ஷீணே ஜக³த்க்ஷீணம் தச்சிகித்ஸ்யம் ப்ரயத்நத: || 59 ||

மநோஹம் க³க³நாகாரம் மநோஹம் ஸர்வதோமுக்²ம் |
மநோஹம் ஸர்வமாத்மா ச ந மந: கேவல: பர: || 60 ||

மந: கர்மாணி ஜாயந்தே மநோ விப்யதி பாதகை: |
மநஸ்சேது³ந்மநீபூ⁴யாந்ந புண்யம் ந ச பாதகம் || 61 ||

மநஸா மந ஆலோக்ய வ்ரு³த்திஸூ³ந்யம் யதா³ ப⁴வேத் |
தத: பரம் பரப்³ரஹ்ம த்³ரு³ஸ்யதே ச ஸுது³ர்லப⁴ம் || 62 ||

மநஸா மந ஆலோக்ய முக்தோ ப⁴வதி யோக³வித் |
மநஸா மந ஆலோக்ய உந்மந்யந்தம் ஸதா³ ஸ்மரேத் || 63 ||

மநஸா மந ஆலோக்ய யோக³நிஷ்ட:² ஸதா³ ப⁴வேத் |
மநஸா மந ஆலோக்ய த்³ரு³ஸ்யந்தே ப்ரத்யயா த³ஸ || 64 ||

யதா³ ப்ரத்யயா த்³ரு³ஸ்யந்தே ததா³ யோக³ஸ்வரோ ப⁴வேத் || 65 ||

பி³ந்து³நாத³கலாஜ்யோதீரவீந்து³த்⁴ருவதாரகம் |
ஸாந்தம் ச தத³தீதம் ச பரம்ப்³ரஹ்ம தது³ச்யதே || 66 ||

ஹஸத்யுல்ஸஸதி ப்ரீத்யா க்ரீட³தே மோத³தே ததா³ |
தநோதி ஜீவநம் பு³த்³த்யா பி³பே⁴தி ஸர்வதோப⁴யாத் || 67 ||

ரோத்யதே பு³த்⁴யதே ஸோகே முஹ்யதே ந ச ஸம்பதா³ |
கம்பதே ஸத்ருகார்யேஷு காமேந ரமதே ஹஸந் || 68 ||

ஸம்ரு³த்வா காமரதம் சித்தம் விஜானீயாக்கலேவரே |
யத்ர தே³ஸே வஸேத்³வாயுஸ்சித்தம் தத்³வஸதி த்⁴ருவம் || 69 ||

மநஸ்சந்த்³ரோ ரவிர்வாயுர்த்³ரு³ஷ்டிரக³நிருதா³ஹ்ரு³: |
பி³ந்து³நாத³கலா ப்³ரஹ்மந் விஷ்ணுப்³ரஹ்மேஸதே³வதா: || 70 ||

ஸதா³ நாதா³நுஸந்தா⁴நாத்ஸங்க்ஷீ³ண வாஸநா ப⁴வேத் |
நிரஞ்ஜநே விஸீயேத மருந்மநஸி பத்³மஜ || 71 ||

யோ வை நாத:³ ஸ வை பி³ந்து³ஸ்தத்³வை சித்தம் ப்ரகீர்திதம் |
நாதோ³ பி³ந்து³ஸ்ச சித்தம் ச த்ரிபி⁴ரைக்யம் ப்ரஸாத³யேத் || 72 ||

மந ஏவ ஹி பி³ந்து³ஸ்ச உத்பத்திஸ்தி²திகாரணம் |
மநஸோத்பத்³யதே பி³ந்து³ர்யதா² க்ஷீரம் க்⁴ரு³தாத்மகம் || 73 ||

ஷட் சக்ராணி பரிஜ்ஞாத்வா ப்ரவிஸேத்ஸுக²மண்ட³லம் |
ப்ரவிஸேத்³வாயுமாக்ரு³ஷ்ய ததை²வொர்த்⁴வம் நியோஜயேத் || 74 ||

வாயும் பி³ந்து³ம் ததா² சக்ரம் சித்தம் சைவ ஸமப்⁴யஸேத் |
ஸமாதி⁴மேகேந ஸமமம்ரு³தம் யாந்தி யோகி³ந: || 75 ||

யதா²க்³நி³ர்தா³ருமத்⁴யஸ்தோ² நோத்திஷ்டே²ந்மத்²நம் விநா |
விநா சாப்⁴யாஸயோகே³ந ஜ்ஞாநதீ³பஸ்ததா² நஹி || 76 ||

க⁴டமத்⁴யே யதா² தீ³போ பா³ஹ்யே நைவ ப்ரகாஸதே |
பி⁴ந்நே தஸ்மிந் க⁴டே சைவ தீ³பஜ்வாலா ச பா⁴ஸதே || 77 ||

ஸ்வகாயம் க⁴டமித்யுக்தம் யதா² ஜீவோ ஹி தத்பத³ம் |
கு³ருவாக்யஸமாபி⁴ந்நே ப்³ரஹ்மஜ்ஞாநம் ப்ரகாஸதே || 78 ||

கர்ணதா⁴ரம் கு³ரும் ப்ராப்ய தத்³வாக்யம் ப்லவவத்³ரு⁴ட⁴ம் |
அப்⁴யாஸவாஸநாஸக்த்யா தரந்தி ப⁴வஸாக³ரம் || 79 ||

இத்யுபநிஷத் | இதி யோக³ஸிகோ²பநிஷதி³ ஷஷ்டோ²ஸ்த⁴யாய: || 6 ||

ஓ ஸஹ நாவவது ஸஹ நௌ பு⁴நக்து ஸஹ வீர்யம் கரவாவஹை |
தேஜஸ்விநவதீ⁴தமஸ்து மா வித்³விஷாவஹை ||

ஓ ஸாந்தி: ஸாந்தி: ஸாந்தி: || ஓ தத்ஸத் ||

இதி யோக³ஸிகோ²பநிஷத்ஸமாப்தா ||

Encoded by Sunder Hattangadi

—
Yogashikha Upanishad

pdf was typeset on April 1, 2025

—

Please send corrections to sanskrit@cheerful.com

