

समेति देशबंधश्चित्तस्यधारणेति सूत्रितं एकस्मिन्विषयेचित्तस्यस्थापनंधारणासाचविषयभेदादनेकधेतिसप्तधारणाइत्युक्तं वाग्यतइतियमनियमादीनामुपलक्षणं पृष्ठतःविप्रकृष्टतराःचंद्रसूर्यध्रुवमंडलादि  
धारणाः पार्श्वतःकिंचित्सन्निकृष्टानासायभूमध्यकंठकूपादिधारणाःअन्याःसंति तथापिताःप्रधारणाःप्रशिष्यप्रपौत्रादिशब्दवदत्रप्रशब्दार्थः ताःव्यवहिताइति अत्यंतमव्यवहिताःसप्तैवधारणाइत्यर्थः अ  
त्रपुराणांतरे दशमन्तराणोहतिष्ठंतीन्द्रियचितकाः भौतिकास्तुशतंपूर्णसहस्रंत्वभिमानिकाः बौद्धादशसहस्राणितिष्ठंतिविगतज्वराः पूर्णशतसहस्रंतुतिष्ठंत्यव्यक्तचितकाइतिभूतेष्वभिमानाख्याहंकारेऽव्य  
क्तेचेतिसप्तकापेक्षयाइन्द्रियबुद्धिधारणेअधिकेउक्तेतेअपिअहंकारधारणायामंतर्भवतः ॥१४॥ क्रमशइति पयःपयसःजलस्य षष्ठ्यर्थेप्रथमा बुद्धितःबुद्ध्यातत्रतत्रविषयेस्थिरयातत्तदैश्वर्यंप्रतिपद्यते अत्र  
पृष्ठ्यादिधारणानांस्थानबीजदेवतायोगियाज्ञवल्क्योक्ताज्ञेयाः यथा पादादिजानुपर्यंतं पृथिवीस्थानमुच्यते आजानोःपायुपर्यंतमपांस्थानंप्रकीर्तितं आपायोर्हृदयांतंयद्वह्निस्थानंतदुच्यते तृन्मध्यात्तुभु  
बोर्मध्यंयावद्वायुकुलंभवेत् आभूमध्यात्तुमूर्धांतमाकाशमितिचोच्यते पृथिव्यांवायुमास्थायलकारेणसमन्वितं ध्यायंश्चतुर्मुखाकारंब्रह्माणंस्रष्टिकारणं धारयेत्पंचघटिकाःपृथिवीजयमामुयात् वारुणेवा

सप्तयाधारणाःरुत्स्नावाग्यतःप्रतिपद्यते॥ पृष्ठतःपार्श्वतश्चान्यास्तावत्यस्ताःप्रधारणाः॥१४॥ क्रमशःपार्थिवंयच्चवायव्यंस्वंतथापयः॥ ज्योतिषोयत्तदैश्वर्यम  
हंकारस्यबुद्धितः॥ अव्यक्तस्यतथैश्वर्यंक्रमशःप्रतिपद्यते॥१५॥ विक्रमाश्चापियस्यैतेतथायुक्तेषुयोगतः॥ तथायोगस्ययुक्तस्यसिद्धिमात्मनिपश्यतः॥१६॥

युमारोप्यवकारेणसमन्वितं स्मरन्नारायणदेवंचतुर्बाहुंशुचिस्मितं शुद्धस्फटिकसंकाशंपीतवाससमच्युतं धारयेत्पंचघटिकाःसर्वरोगैःप्रमुच्यते वन्हावनिलमारोप्यरेफाक्षरसमन्वितं त्र्यक्षंवरप्रदंरुद्रंतरुणादि  
त्यसंनिभं भस्मोद्भूलितसर्वांगसुप्रसन्नमनुस्मरन् धारयेद्घटिकाःपंचवह्निनासौनदस्यते मारुतंमरुतांस्थानेवर्णदेवसमन्वितं धारयेत्पंचघटिकावायुवद्योमगोभवेत् वर्णोयकारः देवईश्वरः रूपांरुद्रवत् आकाशेवायु  
मारोप्यहकारोपरिशंकरं बिंदुरूपांमहादेवंव्योमाकारंसदाशिवं चित्तेनचितयेत्खस्थंमुहूर्तमपिधारयेत् अत्रलकारादिबीजस्थानेषुअकारोकारमकारार्धमात्राविदून्वयेत् अव्यक्तधारणायांषष्ठ्यांनादं तदं  
तेशुद्वं ब्रह्मैवशिष्यते तथाचतत्रैवोपसंस्तुतं त्वंतस्मात्पणवेनैवप्राणायामैस्त्रिभिस्त्रिभिः ब्रह्मादिकार्यरूपाणिस्वेत्वेसंस्तुत्यकारणे विशुद्धचेतसापश्यनादातेपरमेश्वरमिति अहंकारधारणास्वरूपंतुस्थूलदेहासंगे  
नाहमेवेदंसर्वोस्मीत्यभिमानः अस्थैवतत्त्वमस्यादिवाक्यजांविद्यांविनाप्रलयःअव्यक्तधारणा ॥ १५ ॥ विक्रमाइति योगतउपायतःयुक्तेषुयोगेप्रवृत्तेषुयोगिनःएतेवक्ष्यमाणाविक्रमाअनुभवक्रमाःयथा  
येनप्रकारेणभवंतितथावक्ष्यामीतिशेषः आत्मनिदेहाभ्यंतरेपश्यतोध्यायतःपुरुषस्ययुक्तस्ययोगस्यसिद्धिसम्यक्प्रयुक्तयोगसंबंधिनींसिद्धिभूजयादिकां वक्ष्यामीतिशेषः ॥ १६ ॥