

योगेनवायुनिग्रहेण मानंचित्तसमुन्नति ॥ १० ॥ उत्थानेनउद्योगेन तंद्रीमालस्यं वितर्कविपरीततर्कं निश्चयात्श्रुतिविश्वासात् शौर्येणषड्गजयसामर्थ्येन भयंसंसारं ॥ ११ ॥ अंगान्युक्ताप्रधानंयोगमा ह यच्छेदिति निद्रायामिवयुगपत्सर्वलोमाभूदित्यनुष्ठेयंलयक्रममनुरुत्थ्यवागादिबाह्येन्द्रियव्यापारमुत्सृज्यमनोमात्रेणावतिष्ठेत मनोपिविषयविकल्पाभिमुखमध्यवसायस्वरूपायांबुद्धौधारयेत् तदिदमुक्तं यच्छेद्वाङ्मनसीबुद्ध्येति तांबुद्धिज्ञानचक्षुषाशुद्धत्वंपदार्थबोधेनसमष्टिबुद्ध्यावा ज्ञानंशुद्धत्वंपदार्थमप्यात्मावबोधेनायमात्माब्रह्मेत्यवबोधेनवाक्यजटत्यायच्छेत् आत्मानंधीवृत्तिमप्यात्मनापरमचैतन्यप्र काशेननियच्छेत् इंद्रियाणिमनसिमनोबुद्धौबुद्धित्वंपदार्थतंत्राकारवृत्तौतांशुद्धात्मनिचेतिक्रमेणप्रविलाप्यस्वरूपात्मनावतिष्ठेतेत्यर्थः ॥ १२ ॥ १३ ॥ १४ ॥ १५ ॥ १६ ॥ निनीषेत्नेतुमिच्छेदात्मानं

अनित्यत्वेनचस्नेहंक्षुधांयोगेनपंडितः ॥ कारुण्येनात्मनोमानंतृष्णांचपरितोषतः ॥ १० ॥ उत्थानेनजयेत्तंद्रींवितर्कंनिश्चयाज्जयेत् ॥ मौनेनबहुभाष्यंचशौ र्येणचभयंत्यजेत् ॥ ११ ॥ यच्छेद्वाङ्मनसीबुद्ध्यातांयच्छेज्ज्ञानचक्षुषा ॥ ज्ञानमात्मावबोधेनयच्छेदात्मानमात्मना ॥ १२ ॥ तदेतदुपशांतेनबोद्धव्यंशुचि कर्मणा ॥ योगदोषान्समुच्छिद्यपंचयान्कवयोविदुः ॥ १३ ॥ कामंक्रोधंचलोभंचभयंस्वप्नंचपंचमं ॥ परित्यज्यनिषेवेतयतवाग्योगसाधनान् ॥ १४ ॥ ध्यानम ध्ययनंदानंसत्यंह्रीरार्जवंक्षमा ॥ शौचमाहारतःशुद्धिरिंद्रियाणांचसंयमः ॥ १५ ॥ एतैर्विवर्धतेतेजःपाप्मानमुपहंत्यच ॥ सिध्यंतिचास्यसंकल्पाविज्ञानंचप्रव र्तते ॥ १६ ॥ धूतपापःसतेजस्वीलघ्वाहारोजितेन्द्रियः ॥ कामक्रोधौवशेरुत्वानिनीषेद्ब्रह्मणःपदं ॥ १७ ॥ अमूढत्वमसंगित्वंकामक्रोधविवर्जनं ॥ अदैन्यमनु दीर्णत्वमनुद्वेगोव्यवस्थितिः ॥ १८ ॥ एषमार्गोहिमोक्षस्यप्रसन्नोविमलःशुचिः ॥ तथावाक्कायमनसांनियमःकामतोऽन्यथा ॥ १९ ॥ इतिश्रीमहाभारते शांति०मोक्ष०योगाचारानुवर्णनंनामचतुःसप्तत्यधिकद्विशततमोऽध्यायः ॥ २७४ ॥ ॥ ७३ ॥ भीष्मउवाच अत्रैवोदाहरंतीममितिहासंपुरातनं ॥ नारदस्यचसंवादंदेवलस्यासितस्यच ॥ १ ॥ आसीनंदेवलंवृद्धंबुद्ध्वाबुद्धिमतांवरं ॥ नारदःपरिप्रच्छभूतानांप्रभवाप्ययं ॥ २ ॥

कुत्र ब्रह्मणःपदंपदनीयंयत्रब्रह्माचतुर्मुखोपिलीयतेतत्स्थानं राहोःशिरइतिवदभेदेभेदोपचारात्षष्ठी ॥ १७ ॥ अमूढत्वंवेदांतश्रवणाद्यभ्यासात् असंगित्वंवैराग्यात् कामक्रोधविवर्जनंसंतोषक्षमादाढ्यात् अ दैन्यंपरिपूर्णकामता अनुदीर्णत्वंदर्पाहंकारराहित्यं अनुद्वेगोर्निर्भयत्वं अव्यवस्थितिरनिकेतत्वं ॥ १८ ॥ कामतोऽन्यथाकामवैपरीत्येननियमोयोगोनिष्कामःकर्तव्यः योगजसिद्धीर्नेच्छेदित्यर्थः ॥ १९ ॥ इतिशांति०मो०नै०भा०चतुःसप्तत्यधिकद्विशततमोऽध्यायः ॥ २७४ ॥ ॥ ७३ ॥ अत्रैवनिनीषेद्ब्रह्मणःपदमित्यत्रोक्तेब्रह्मणःपदेविषयेएव ॥ १ ॥ २ ॥