

अस्ययोमस्यसाधनान्याह दंतानित्यादि दंतान्दंतैरखंड्यावखंड्यगृह्यमाणानाहारान्चितयेत् आहारशुद्धौसत्वशुद्धिःसत्वशुद्धौध्रुवास्मृतिःस्मृतिलभेसर्वयन्थीनांविप्रमोक्षइतिआहारशुद्धेर्मोक्षहेतुत्वश्रुतेः तथा तालुआधारं जिह्वांतत्राधेयां यथोक्तमीश्वरप्रोक्ते लंबिकोर्ध्वस्थितेगर्तैरसनांविपरीतगां संयोजयेत्प्रयत्नेनमुद्रासाखेचरीमतेति दत्तात्रेयः अंतःकपालविवरेजिह्वां व्यावृत्य चार्पयेत् भूमध्यदृष्टिरप्येषामुद्राभवतिखेचरीति भ्रुवोर्मध्येप्राणमावेश्य प्राणापानौसमौकृतवानासाभ्यंतरचारिणावितिचैतदेवोक्तं गलंजिह्वामूलादधोभागः शीवातदधःकंठनालं ताभ्यांकंठकूपस्ततोप्यधस्थितोलक्ष्यते तत्रधारणासद्यःफलायत्नादभ्यसनीयायोगेविश्वासोत्पत्त्यर्थं तथाचसूत्रं कंठकूपेक्षुत्पिपासानिटत्तिरिति भाष्यमपिआसामेकस्याःफलंयावन्नानुभवतितावद्योगधर्मेनश्रद्धत्तेइति हृदयंहृदयायतनं ब्रह्म हृदयबंधनंशतंचैका

दंतांस्तालुचजिह्वांचगलंग्रीवांतयैवच॥हृदयंचितयेच्चापितथाहृदयबंधनं ॥३७॥ इत्युक्तःसमयाशिष्योमेधावीमधुसूदन॥ पप्रच्छपुनरेवेमंमोक्षधर्मंसुदुर्वचं॥३८॥ भुक्तंभुक्तमिदंकोष्ठेकथमन्नंविपच्यते॥ कथंरसत्वंव्रजतिशोणितत्वंकथंपुनः॥३९॥ तथामांसंचमेदश्चस्त्राध्वस्थीनिचयोषिति॥ कथमेतानिसर्वाणिशरीराणिशरीरिणां॥४०॥ वर्धतेवर्धमानस्यवर्धतेचकथंवलं॥ निरोधानांनिर्गमनंमलानांचपृथक्पृथक्॥४१॥ कुतोवायंप्रश्वसितिउच्छृंसित्यपिवापुनः॥ कंचदेशमधिष्ठायतिष्ठत्यात्मायमात्मनि॥४२॥ जीवःकथंवहतिचचेष्टमानःकलेवरं॥ किंवर्णंकीदृशंचैवनिवेशयतिवैपुनः॥४३॥ याथातथ्येनभगवन्वक्तुमर्हसिमेनघ॥ इतिसंपरिपृष्टोहंतेनविप्रेणमाधव॥४४॥ प्रत्यब्रुवंमहाबाहोयथाश्रुतमरिंदम॥ यथास्वकोष्ठेप्रक्षिप्यभांडंभांडमनाभवेत्॥४५॥ तथास्वकायेप्रक्षिप्यमनोद्वारैरनिश्चलैः॥ आत्मानंतत्रमार्गेतप्रमादंपरिवर्जयेत्॥४६॥ एवंसततमुद्युक्तःप्रीतात्मानचिरादिव॥ आसादयतितद्ब्रह्मयदृष्ट्वास्यात्प्रधानवित्॥४७॥ नत्वसौचक्षुषाग्राह्योनचसर्वैरपीन्द्रियैः॥ मनसैवप्रदीपेनमहानात्माप्रदृश्यते॥४८॥

चहृदयस्यनाड्यइतिश्रूयमाणंनाडीमार्गतत्तल्लोकगत्युपयोगि॥३७॥ मेधावीदंतादिशब्दैःपारोक्ष्येणोक्तमर्थंज्ञातवान्॥३८॥ पंचस्वर्थेषुआद्यंविदृत्यपृच्छतित्रिभिः भुक्तंभुक्तमिति॥३९॥४०॥४१॥ द्वितीयमर्द्धेन कुतोवेति तृतीययोगानुपकारित्वादपृष्ट्वाचतुर्थमेवपृच्छति कंचेति॥४२॥ पंचमंपृच्छति जीवइति कथंजीवोनाडीमार्गेःसूक्ष्मंकलेवरंवहति किंवर्णावातेनाडीमार्गाःतैश्चकीदृशंपुनर्वपुःप्राप्यमितिप्रश्नार्थः एतेषांमध्येआद्ययोर्विवरणार्थाब्राह्मणगीता इतरयोर्गुरुशिष्यसंवादःप्राधान्येन अन्यतुतत्रतत्रोपसर्जनत्वेनप्रतिपाद्यतइतिविभागः॥४३॥४४॥ कोष्ठेधान्यगृहेभांडंगृहोपस्करंनिक्षिप्तंयथागृहंप्रविष्टोविविष्यजानाति॥४५॥ एवंस्वकायेदेहांतर्मनःप्रक्षिप्यअनिश्चलैःअनिश्चरद्भिर्द्वारैरिन्द्रियैः सर्वद्वाराणिसंयम्यमनोहृदिनिरूप्यचेतिस्मृतेः त्वयायत्पृष्टंतद्वस्तुयोगबलेनज्ञेयमित्यर्थः॥४६॥ एतदेवोपपादयति एवमिति प्रधानवित्युक्तिर्विस्तारविकारविद्वत्तत्त्वविकाराणांप्रकृतेरनन्यत्वादिति॥४७॥४८॥