

उद्धरेदिति एवंक्रमेणकर्मद्वाराचित्तशुद्धिसंपाद्ययोगाहृदोभ्यासवैराग्यबलेनआत्मानंउद्धरेत् हियस्मात्आत्मैवआत्मनोबंधुर्नपुत्रादयउद्धर्तुंक्षमाः आत्मैवरिपुरात्मनःनत्वन्येशत्रवःसंसारमज्जयितुमेनंक्षमाइत्यर्थः ॥ ५ ॥ आत्मानः आत्मनामनसा अनात्मनःअजितचेतसः आत्मानमएवशत्रुः ॥ ६ ॥ मनसोजयेकलमाह जितात्मनइति शीतोष्णादिषुप्राप्तेषुजितात्मनःनिर्विकारचित्तस्यआत्माचित्तंपरंउत्कर्षेणसमाहितःसमाधिप्राप्तोभवति अतःसमाधिसिद्ध्यर्थमनोजेतव्यमेवेत्यर्थः ॥ ७ ॥ समाधिसिद्धेरपिकिंफलमतआह ज्ञानेति ज्ञानंशास्त्रोपदेशजाबुद्धिः विज्ञानंशास्त्रार्थध्यानजःप्रमाखपोनुभवस्ताभ्यांतृप्तः संजातालंप्रत्ययआत्माचित्तंयस्यसज्ञानविज्ञानतृप्तात्मा यतस्तृप्तात्माऽतःकूटस्थोऽप्रकंप्यःसंसारतापानास्कंदितोभवतीतिसमाधिफलं अस्यलोकप्रसिद्धलक्षणमाह विजितेंद्रियइति समलोष्ठाश्मकांचन इतिएवंविधयोगीसयुक्तःप्राप्तयोगइत्युच्यतेविद्वद्भिः ॥ ८ ॥ समत्वमेवस्तौति सुहृदिति सुहृत्प्रत्युपकारमनपेक्ष्यउपकर्त्ता मित्रंस्नेहवान् अरिःशत्रुः उदासीनःउभयत्रपक्षपातशून्यः मध्यस्थःउभयहितैषीद्वेष्य आत्मनोऽप्रियः बंधुःसंबंधी तेषुसाधुषुपुण्यकृतसुपापेषुपापाचारेषुकस्यकिंकर्मैत्यनालोचयन्तेषुसर्वेषुयःसमबुद्धिःसविशिष्यते ॥ ९ ॥ योगीति योगीयोगाभ्यासपरः रहसिएकांतस्थितःसन्आत्मानंबुद्धियुं

उद्धरेदात्मनात्मानंनात्मानमवसादयेत् ॥ आत्मैवत्यात्मनोबंधुरात्मैवरिपुरात्मनः ॥ ५ ॥ बंधुरात्मात्मनस्तस्ययेनात्मैवात्मनाजितः ॥ अनात्मनस्तुशत्रुत्वेव तंतामैवशत्रुवत् ॥ ६ ॥ जितात्मनःप्रशांतस्यपरमात्मासमाहितः ॥ शीतोष्णसुखदुःखेषुतथामानापमानयोः ॥ ७ ॥ ज्ञानविज्ञानतृप्तात्माकूटस्थोविजितेंद्रियः ॥ युक्तइत्युच्यतेयोगीसमलोष्ठाश्मकांचनः ॥ ८ ॥ सुहृन्मित्रार्युदासीनमध्यस्थद्वेष्यबंधुषु ॥ साधुष्वपिचपापेषुसमबुद्धिर्विशिष्यते ॥ ९ ॥ योगीयुंजीतस ततमात्मानंरहसिस्थितः ॥ एकाकीयतचित्तात्मानिराशीरपरिग्रहः ॥ १० ॥ शुचौदेशेप्रतिष्ठाप्यस्थिरमासनमात्मनः ॥ नात्युच्छ्रितंनातिनीचंचैलाजिनकुशोत्तरं ॥ ११ ॥ तत्रैकाग्रमनःकृत्वायतचित्तेंद्रियक्रियः ॥ उपविश्यासनेयुंज्याद्योगमात्मविशुद्ध्ये ॥ १२ ॥

जीतसमादध्यात् सततमितिनैरंतर्यमुक्तं निराशीर्योगसिद्धेरन्यदप्रार्थयानःतदेकनिष्ठइतियावत्तेनसत्कारउक्तः एकाकीअसहायः संन्यासीत्यर्थः यतौस्थिरीकृतौचित्तंमनःआत्मासेंद्रियंशरीरंयेनसयतचित्तात्मा तथाअपरिग्रहःएकाकित्वेपिकथापुस्तकादिबहुपरिग्रहशून्यः ॥ १० ॥ योगंयुंजीतेत्युक्तंतत्कथमित्याकांक्षायांतदंगान्यासनादीन्याह शुचौदेशेइत्यादिना शुचौस्वभावतःसंस्कारतोवापुण्येदेशेस्थानेप्रतिष्ठाप्यसुस्थितंकृत्वास्थिरंनिश्चलं आस्तेस्मिन्वित्यासनस्थंडिलंनिश्चलमित्यनेनमृन्मयमेवस्थंडिलंनतुकाष्ठमयंपीठं आसनमितिपरासनव्यावृत्त्यर्थं नात्युच्छ्रितंनात्युच्चंनातिनीचंचैलाजिनकुशाःउत्तरे उपर्युपरिस्यतचैलाजिनकुशोत्तरं अजिनादुपरिचैलंकुशेभ्यउपरिअजिनंस्थंडिलस्योपरिकुशाइत्यर्थः ॥ ११ ॥ प्रतिष्ठाप्यकिंकुर्यादितितत्राह तत्रेति तत्रासनेपद्मस्वस्तिकाद्यन्यतमेनासनेनोपविश्य य ताःनिगृहीताःचित्तस्यक्रियाःविषयाणांस्मरणानिइंद्रियक्रियास्तेषांयहणंयेनासौयतचित्तेंद्रियक्रियः अतएवमनःबाह्याभ्यंतरविषयानुपरक्ततयाएकंध्येयमेवप्रत्यक्तत्वंअपेयस्यस्फुरतिनान्यत्तदेकाग्रंरुच्यं तरानंतरितब्रह्मैकाकारवृत्तिप्रवाहिकृत्वाआत्मविशुद्ध्येचित्तशुद्ध्यर्थंयोगंवृत्तिप्रवाहस्यापिनिरोधंयुंज्यात्अनुतिष्ठेत् चित्तस्यस्थैर्यतापादनेन ॥ १२ ॥