लक्षणम् । महासुखं समाप्नोति योगाष्टाङ्गनिषेवणात् । अथ वक्ष्ये महादेव! पर्वतासनमुत्तमम् । यत् कृत्वा स्थिररूपःस्यात् षट्चक्रादिविलोड़नः । योन्यासनं सर्व्वयोगे योगिनामवलम्बनम् । तत्कालं सकलं तावत् खेचरोयावदेव हि । पादगोष्ठेन वाक्रम्य लिङ्गाग्रं योनियोजयेत् । अन्यं पादसरौ दत्त्वा तत्र योन्यासनं भुवि । एतन्मध्ये महादेव! बद्धयोन्यासनं शृणु। यत् कृत्वा विचरेत् योगी पृथिव्यामीश्वरो यथा । कृत्वा योन्यासनं नाथ! लिङ्गगुह्यादिबन्धनम् । सुखनासानेत्रकर्णं कनिष्ठाङ्गुलिभिस्तथा । ओष्ठाधरं कनिष्ठाभ्यामनामाभ्याञ्च नासिके । मध्यमाभ्यां नेत्रयुग्मं तर्जनीभ्यामथ श्रुती । एतत् सिद्धासनं नाम योगिनामतिदुर्लभम् । कृत्वा वायुस्तम्भनं च मूलमारभ्य स्तम्भयेत् । सव्यापसव्ययोगेन सिद्धो भवति साधक.। शनैःशनैः समारुध्य कुम्भयेच्च प्रपूरयेत् । अरुणोदयकालाच्च वसुदण्डेन भैरव!! सव्यापसव्ययोगेनगृहीत्वा बाह्यगानिलम् । द्वितीयप्रहरे कुर्य्यात् बाह्यपूजां मनोरमाम् । एतदासनमाकृत्य सिद्धो भवति साधकः । अथान्यदासनं वक्ष्ये यत् कृत्वा चामरोभवेत् । मत्साधकः शुचिः श्रीमान् कुर्य्याद्भावाभिभावितः । भेकनामासनं योग्यं नाथ! वक्ष्यामि तद्गुणम् । निधाय पादयुगलं स्कन्धे बाहौ पदोपरि । ध्याने दिष्टपदं श्रीमान् आसनस्थः सुखाय च । यदि सर्व्वाङ्गसुस्थोल्य गगने खेचरासनम् ।महाभेकासनं प्रोक्तं सर्व्वसिद्धिप्रदायकम् । महाविद्या—महामन्त्रं प्राप्नोति जपतीह यः । एतत् प्रभेदं वक्ष्यामि यः करोति सचामरः । एकं पादसरौ बद्ध्वा स्कन्धेऽन्यपादरक्षणम् । एतत् प्रमाणासनं नाम सर्वसिद्धिप्रदायकम् । वायुं मूले समारोप्य प्रत्याकुञ्चय प्रसारयेत् । केवलं पादमेकञ्च स्कन्धे चारोप्य यत्नतः। एकपादेन गगने तिष्ठेत् स दण्डवत् प्रभो!। अपानासनमेतद्धि सर्वेषां पूरकाश्रयम् । कृत्वा स्कन्धशीर्षपद्मे समारोप्य च वायुभिः । तदा सिद्धो भवेन्मर्त्यो नात्र कार्य्या विचारणा । प्राणापानासने कृत्वा मन्त्री योगेश्वरो भुवि ।समानासनमावक्ष्ये सिद्धिमन्त्रादिसाधनम् । एकं पादसरौ दत्त्वा गुह्येऽन्यं लिङ्गवक्त्रके । एतद्वीरासनं नाथ! समानासनसंज्ञकम् । इत्याकृत्य जपेन्मन्त्रं धृत्वा वायुं चतुर्दले । कुण्डलीं भावयेन्मन्त्री कोटिविद्युल्लताकृतिम् । आत्मचन्द्रामृतरसैरासुतां योगिनीं सदा । वीरासनं तु वीराणां योगवायुप्रसाधनम् । योजानाति महावीरः स योगी भवति ध्रुवम् । अथ वक्ष्ये महाकाल । समानासनसाधनम् । भेदक्रमेण यज्ज्ञात्वा वीराणामधिपोभवेत् । समानासनमाकृत्य बद्धाङ्गुष्ठं करेण च । एतेन साधुकारी स्यात् सर्वयोगादिसाधने । आसनं योहि जानाति वायुना हरणं तथा । कालादीनां निर्णयन्तु स कदाचित् न नश्यति । कालेन लभ्यते सिद्धिः कालरूपोमहोज्ज्वलः । साधकैर्योगिभिर्ध्येयः सिद्धवीरासनात्मना । अथ वक्ष्ये नीलकण्ठ । ग्रन्थिभद्रासनं शुभम् । ज्ञात्वा रुद्रो भवेत् क्षिप्रं सूक्ष्मवायुनिषेवणात् । कृत्वापद्मासनं मन्त्री जङ्घायाः कुहरे करौ । कर्परस्थलपर्य्यन्तं विभिद्य स्कन्धधारणम् । भित्त्वा पद्मासनं मन्त्री हस्ताङ्गेन विपाटयन् । येन शीर्षं भवेन्नम्रं सर्वाङ्गुलिभिराश्रितम् । ग्रन्थिभेदासनं कुर्य्यात् खेचरादिप्रदर्शनम् । कृत्वा सूक्ष्मवायुलयं परमात्मनि कारयेत् । अथान्यासनमाख्ये योगपूर्वकरक्षणात् । कृत्वा पद्मासनं पादाङ्गुष्ठं जङ्घां हि संस्थितम् । हस्तमेकन्तु जङ्घायां कार्म्मुकं कर्परोर्द्धकम् । पद्मासने समाधाय अङ्गुष्ठं परिधारयेत् । कार्म्मुकासनमेतद्धि सव्यापसव्ययोगतः । पद्मासनं वेष्टयित्वा अङ्गुष्ठं च प्रधारयेत् । यः करोति सदा नाथ! कार्म्मुकासनमुत्तमम् । रोगादिनाशं शत्रूणां क्षयं नीत्वा सुखी भवेत् । अथ वक्ष्येऽत्र संक्षेपात् सर्वाङ्गासनमुत्तमम् । यत् कृत्वा निपुणो योगी विद्याभिः पण्डितो भवेत् । अधो निधाय शीर्षञ्च ऊर्द्ध पादद्वयञ्चरेत् । पद्मासनं तु तत्रैव भूमौ कर्परयुग्मकम् । दण्डे दण्डे तु यः कुर्य्यात् श्वासशान्तिपरः सुधीः! नित्यं सर्वासनं हित्वा न कुर्य्याद्वायुधारणम् । मासेन तस्य सिद्धिः स्यात् सर्व्वरोगविनाशनम्" । अन्यान्यप्यासनानि तत्रोक्तानि विस्तराच्च दर्शितानि । निर्वाणतन्त्रे जन्तुसंख्यया चतुरशीतिलक्षसंख्यकान्यासनान्युक्तानि किन्तु तेषां लक्षणविशेषास्तत्र नोक्ताः तेषां मध्ये द्वयोरेव प्राधान्यमित्यपि तत्रैवोक्तम् । यथा "आसनानि कुलेशानि! यावन्तोजीवजन्तवः । चतुरशीतिलक्षाणि चैकैकं सप्तदाकृतम् । आसनेभ्यः समस्तेभ्यः साम्प्रतं द्वयमुच्यते । एकं सिद्धासनं नाम द्वितीयं कमलासनम्" । एषां बहुविधानामासनानां मध्ये "सुखेनैव भवेद्यस्मिन्नासने ब्रह्मचिन्तनम् । आसनं तद्विजानीयादितरत् सुखनाशनम्" इत्यभियुक्तोक्तेः पातञ्जलोक्तस्य स्थिरसुखस्यैवासनस्य ब्रह्मचिन्तने प्राप्ततेत्येवसेयम् । तन्त्रसारे योगाङ्गासनानि पञ्च सलक्षणान्यु-