षट् अस्य अस्य षा०पर०अक० सेट् । अषति । अषषीत्-अषाषीत्

षट् विभाजने भ्वा०पा०अक०सेट् । षटति अषटीत् अषाटीत्

षट्कर्मन् न० षट्प्रकारं कर्म० । १तन्त्रोक्तेषु शान्तिवशीकरणस्तम्भनविद्वेषोच्चाटनमारणरूपेषु षट्सु प्रयोगभेदेषु तानि च कर्माणि तन्त्रसाराद्युक्तानि उच्चाटनशब्दे १०६२ पृ० द्रष्टव्यानि । सप्तत्यभूतमण्डलानि च भूतमण्डलशब्दे ४६८५।८६ पृ० द्रष्टव्यानि । २यजनयाजनाध्ययनाध्यापनदानप्रतिग्रहरूपेषु षट्सु विप्रकर्मसु च । षट् कर्माणि यस्य । ३यागादिवुक्ते विप्रे पु० । कठवोनाम्नि ४षट्क्रियाभेदे यथोक्तं वेरण्डसं० १अ० ।

"धौतिर्बस्तिस्तथा नेतिर्नौलिकी त्राटकस्तथा । कपालभातिश्चैतानि षट् कर्माणि समाचरेत् । जलधौतिरंत्रधौतिर्हृद्धौतिर्मलशोधनम् । धौत्यश्चतुर्विधाः प्रोक्ता षट् (ऽक्ष) कुर्यान्नि र्मलम् । वातसारं वारिसारं वह्निसारं बहिष्कृतम् । षट्सु निर्मलकार्येषु सकलौनिरतांश्चरेत्" । "काकचञ्चुवदास्येन पिबेद्वायुं शनैः शनैः । चालयेदुदरं प्रयाहस्तेन रेचयेत् शनैः । वातसारं परं गोप्यं देहनिर्मलकारकम् । सर्वरोगक्षयकरं देहानलविवर्द्धनम् । आकण्ठं पूरयेदारि पीत्वा च पिबेत् शनैः । चालयेदुदरं चैव चोदराद्रेचयेदधः । वारिसारं परं धौतं देहनिर्मलकारकम् । सावधेदु वः प्रयत्नेन देहेन प्रपद्यते । वाह्निसारं मेढ्रदण्डं शनैः शनैः समाचरेत् । उदरान्तर्वह्निं प्रज्वाल्य उदराग्निं विवर्द्धयेत् । वह्निसारमिदं धौतं योगिनां योगसिद्धिदम् । कार्पासं मृदुं सूक्ष्मं पूरयेदुदरं सकृत् । धारयेदर्द्धयामस्तु चालयेदपयत्नेन । इदं धौतं परं गोप्यं न प्रकाश्यं कदाचन । नाभिमध्यप्रदेशे स्थित्वा वह्निसारं विवर्द्धयेत् । जलाद्वा चालयेत्सारं यावन्मलविवर्जितम् । तावत् पुनः पुनः चालयेत् नाडीषु उदरे रेचयेत् पुनः । इदं प्रक्षालनं गोप्यं देवानामपि दुर्लभम् । केवलं धौतिमात्रेण देहदोषो भवेत् ध्रुवम् । वातसारं धारयात् मासं यावद्य साधकेश्वरः । बहिष्कृतमलाधौतिस्तावन्नैव न जायते । दन्तमूलं जिह्वामूलं रन्ध्रे च कर्णयुग्मयोः । कपालरन्ध्रं पञ्चैते दन्तधौतिर्विधीयते । खादिरं रसिनाथ मृत्तिकाभिश्च शुद्धिभिः । मार्जयेद्दन्तमूलस्तु यावत् क्लिन्नमनाकुलः । दन्तमूलं परं धौतिर्योगिनां योगसाधनम् । निर्मलं कुर्यात् प्रभाते च दन्तरन्ध्राय योगविद् । दन्तमूलं धारयादिशार्द्धं योगिनां वपुः । एवातः सम्प्रवक्ष्यामि जिह्वाशोधनकारकम् । अङ्गुष्ठानामिकाभ्यां च तर्जनीमध्यमाभ्यां च सम्प्रयोगतः । वमयेद्गलमध्ये तु मार्जयेत् स्वकामतः । शनैः शनैर्मार्जयित्वा कफदोषं निवारयेत् । मार्जयेत्स्वनीतेन रेचयेत् पुनः पुनः । तदग्रं सौष्ठवन्त्वेव मर्दयित्वा पुनः पुनः । निर्मलं कुर्यात् प्रयत्नेन रवेरुदयकेऽस्तके । एवं कृते तु निर्मलेऽस्तम्बिका दोषतां गता । तर्जन्यङ्गुल्यग्रेण मार्जयेत् कर्णरन्ध्रयोः । नित्यमभ्यासयोगेन नादान्तरप्रकाशनम् । इङ्गाङ्गुष्ठेन दक्षेण मार्जयेद्वामरन्ध्रकम् । एवमभ्यासयोगेन कफदोषं निवारयेत् । नाडी निर्मलतां याति दिव्यदृष्टिः प्रजायते । निद्रान्ते भोजनान्ते च दिवान्ते च दिने दिने । कुर्वीत त्रिविधां कुर्यात् दण्डवज्जलवायसा । रम्याटण्डं हरिद्रण्डं वेत्रदण्डमथैव च । कृत्वाग्रे चालयित्वा तु पुनः प्रक्षालयेत् शनैः । कफपित्तं तथा क्लेदं रेचयेदूर्ध्ववर्त्मना । दण्डधौतिविधानेन हृद्रोगं नाशयेत् ध्रुवम्" । हरिद्रण्डं (वटाङ्कुरं) "भोजनान्ते विदेहारि आकण्ठपूरितं मुनीः । अर्द्धदृष्टिं यथा कृत्वा तत्क्षणं वमयेत् पुनः । नित्यमभ्यासयोगेऽयं कफपित्तं निवारयेत् । चतुरङ्गुलविस्तारं कृष्णाभ्रं शनैर्ग्रसेत् । पुनः प्रक्षालयेदेतत् शोधयेत् धौतकर्मकम् । मुखमध्यस्थशोषकुलं कफपित्तं विनश्यति । आरोग्यं बलपुष्टिश्च भवेत्तस्य दिने दिने । अयामक्रूरतां तावन्मर्दयेत् यावत् शोधयेत् । तस्मात् सर्वप्रयत्नेन मद्गोधनमाचरेत् । धौतमूलस्य दण्डेन मध्यमाङ्गुलिनापि वा । यत्नेन चालयेद्दुग्धं वारिणा च पुनः पुनः । वारयेत् वाहवाठिन्य नाशाल्लोर्ध्वं निवारयेत् । वारणं वाह्निपुच्छेन दीपनं वह्निमण्डलम् । जलवस्तिः शुष्कवस्तिर्जलौ च द्विविधौ स्मृतौ । जलवस्तिं जले कुर्यात् शुष्कवस्तिं स्थलौ सदा । नाभिमध्यप्रदेशे पायुं न्यस्तनालोत्कटासनम् । आकुञ्चनं प्रसारञ्च जलवस्तिं समाचरेत् । प्रमेहञ्च गुदावर्तं क्रूरवायुं निवारयेत् । भवेत् स्वच्छन्ददेहश्च कामदेवसमो भवेत्" । न्यस्तनालोत्कटासनम् जलहृदे कण्ठं दत्त्वा आकण्ठमुदरं कुर्यादित्यर्थः । "वस्तिं पश्चिमतानेन चालयित्वा शनैः शनैः । अग्निनीसुदया पायुमाकुञ्चेन प्रसारयेत् । एवमभ्यासयोगेन कोष्ठदोषो न विद्यते । वर्द्धयेत् जठराग्निञ्च आमवातं विनाशयेत् । वितस्तिं च कटीतटं नाभेरारभ्य प्रसारयेत् । एवमाकुञ्चयेद्