yogaviShayaH

योगविषयः

Document Information

Text title : yogavishaya

File name : yogavishaya.itx

Category : yoga

Location : doc_yoga

Author : Guru Matsyendranaatha

Transliterated by : Mike Magee

Proofread by : Mike Magee, Shankara

Latest update : October 20, 1998, April 25, 2015

Send corrections to : sanskrit at cheerful dot c om

This text is prepared by volunteers and is to be used for personal study and research. The file is not to be copied or reposted without permission, for promotion of any website or individuals or for commercial purpose.

Please help to maintain respect for volunteer spirit.

Please note that proofreading is done using Devanagari version and other language/scripts are generated using **sanskript**.

April 17, 2026

sanskritdocuments.org

योगविषयः

गुरुश्च गुरुपुत्रश्च ये चान्ये गुरुबान्धवाः ।
अन्येषाञ्च क्रमाज्ज्येष्ठास्तेषां पादौ नमाम्यहम् ॥ १॥

यादृशी ? भावनातीतं तं गुरुं प्रणमाम्यहम् ।
भ्रान्तश्च भ्रमते लोको निर्भ्रान्तः कृतनिश्चयः ॥ २॥

तस्य सिध्यन्ति पुरुषा आदिनाथे व्यवस्थिताः ।
कुलजातिसमायुक्तः सुचरित्रगुणान्वितः ॥ ३॥

गुरुभक्तियुतो धीमान् स शिष्य इति कथ्यते ।
अकुलेनादिनाथेन केजापूपीनवासिना ॥ ४॥

कृपयैव परं तत्त्वं मीननाथोऽपि बोधितः ।
मीननाथोऽपि सच्छिष्यं प्रत्युवाच समाहितः ॥ ५॥

त्वं गुरुस्त्वञ्च शिष्यश्च शिष्यस्य च गुरोरपि ।
नानयोरपि भेदोऽत्र समसिद्धिः प्रजायते ॥ ६॥

उमाशङ्करपुत्रोऽहं मीननाथो मुनीश्वरः ।
कथयामि परं तत्त्वं कुलाकुलविबोधकम् ॥ ७॥

आधारः स्वाधिष्ठानञ्च मणिपूरमनाहतम् ।
विशुद्धिराज्ञा कौलानि षट् चक्राणि शुभानि च ॥ ८॥

आधारश्च गुदे तस्थौ स्वाधिष्ठानञ्च लिङ्गके ।
मणिपूरं नाभिगतं हृदये चाप्यनाहतम् ॥ ९॥

विशुद्धिः कण्ठदेशे च आज्ञाचक्रं भ्रुवोर्मुखम् ।
चक्रभेदमिति ज्ञात्वा चक्रातीतं निरञ्जनम् ॥ १०॥

इडा वहति वामे च पिङ्गला वहति दक्षिणे ।
इडापिङ्गलयोर्मध्ये सुषुम्ना सुखरूपिणी ॥ ११॥

आधारे लिङ्गनाभौ हृदयसरसिजे तालुमूले ललाटे ।
द्वे पत्रे षोडशारे द्विदशदशदले द्वादशार्धे चतुष्के
नासान्ते बालमध्ये डफकठसहिते कण्ठदेशे स्वराणाम्
हं क्षं तत्त्वार्थयुक्तं सकलदलगतं वर्णरूपं नमामि ॥ १२॥

प्राणोऽपानः समानश्च उदानो व्यान एव च ।
पञ्चकर्मेन्द्रियैर्युक्ताः क्रियाशक्तिसमुद्यताः ॥ १३॥

नागः कूर्मश्च कृकरो देवदत्तो धनञ्जयः ।
पञ्चज्ञानेन्द्रियैर्युक्ताः बुद्धिशक्तिसमन्विताः ॥ १४॥

पावकश्शक्तिमध्यस्थो नाभिचक्रे रविः स्थितः ।
बन्धमुद्रा कृतास्सर्वे नासाग्रे तु सुलोचनम् ॥ १५॥

अकारो वह्निदेशे च उकारो हृदि संस्थितः ।
मकारश्चः भ्रुवोर्मध्ये वचनाच्च निबोधयेत् ॥ १६॥

ब्रह्मग्रन्थिरधष्कारे विष्णुग्रन्थिर्हृदि स्थितः ।
रुद्रग्रन्थिर्भ्रुवोर्मध्ये विमुच्यन्ते त्रयस्तथा ॥ १७॥

अकारो ब्रह्म इत्याहुः उकारो विष्णुरुच्यते ।
मकारो च शिवं साक्षाच्छान्तेश्शान्ततरं परम् ॥ १८॥

कण्ठसङ्कोचनं कृत्वा द्वे नाड्यौ स्तम्भयेद् दृढम् ।
रसना पिड्यमाना तु षोडशश्चोर्ध्वगामिनी ॥ १९॥

त्रिकूटं त्रिहठं चैव कोल्हाटं शिखरं तथा ।
त्रिशिखं वज्रमोङ्कार मूर्ध्वनासं भ्रुवोर्मुखम् ॥ २०॥

आकुञ्चयेद्रविश्चैव पश्चान्नाडी प्रवर्तते ।
भेदे त्रिहठसङ्घट्टमुभयोश्शशिदर्शनम् ॥ २१॥

प्रणवा गुदनाला च नलिनी सर्पिणी तथा ।
बङ्कनालि क्षया शौरी कुण्डली कुण्डलाः स्मृताः ॥ २२॥

कुण्डलीं चालयेत् प्राणो भेदिते शशिमण्डले । var कुण्डली चालयेत् प्राणान्
सिध्यन्ति वज्रगुम्फानि नव द्वाराणि बन्धयेत् ॥ २३॥

सुमनः पावनारूढः स गाढं निर्गुणस्तथा ।
ब्रह्मस्थाननिनादेन शङ्खिन्यामृतवर्षिणी ॥ २४॥

षड्वक्रमण्डलोद्धारं ज्ञानदीपं प्रकाशयेत् ।
सर्वेषां स्नापनं देहे क्रियते देवतार्चनम् ॥ २५॥

चन्द्रामृतेन चिद्रूपमीश्वरं स्नाप्य भक्तितः ।
मनःपुष्पं तथा देयमर्चतेत्परमं शिवम् ॥ २६॥

आत्मरूपं तमालोक्य ज्ञानरूपं निरामयम् ।
दृश्यते देहरूपेण सर्वव्यापी निरञ्जनः ॥ २७॥

हंस हंस पदे वाक्यं प्राणिनां देहमाश्रितः ।
सम्प्राणापानयोर्ग्रन्थिरूपे ? ऽत्यभिधीयते ॥ २८॥

सहस्रमेकञ्च युतं षद्धतं चैव सर्वदा ।
उच्चारपदतो हंसः सोऽहमित्यभिधीयते ॥ २९॥

पूर्वभागे अधो लिङ्गं शङ्खिन्यां चैव पश्चिमम् ।
ज्योतिर्लिङ्गं भ्रुवोर्मध्ये रक्तशुक्लात्मकं शिवम् ॥ ३०॥

पूर्वपश्चिमदिग्भागे वज्रदण्डे व्यवस्थिते ।
द्वौ षष्टिभोगिनी स्थानं पश्चाल्लिङ्गं प्रकाशयेत् ॥ ३१॥

शीताशीतं परं स्थानं मेदोमज्जाभिपूरितम् ।
स्रवति ब्रह्मणः स्थानात् सिञ्चते भुवनत्रयम् ॥ ३२॥

सर्वव्याधिक्रियाकर्म वातपित्तसमन्वितम् ।
दशाष्टदोषरहितं मीननाथेन कथ्यते ॥ ३३॥

॥ इति मत्स्येन्द्रनाथविरचितं भक्तिसं ? सम्पूर्णम् ॥

Encoded and proofread by Mike Magee ac70 at cityscape.co.uk
Proofread by Shankara

yogaviShayaH
pdf was typeset on April 17, 2026

Please send corrections to *sanskrit@cheerful.com*