

॥ ఓం నమో వేంకటేశాయ ॥

10.07.2022 - ఆదివారము (88వ రోజు)

యో గ ద ర్శ నం

॥ శ్రీ గురు ప్రార్థనా ॥

గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః, గురుర్దేవో మహేశ్వరః ।
గురుస్సాక్షాత్ పరం బ్రహ్మ, తస్మై శ్రీగురవే నమః ॥

॥ శ్రీనివాస ప్రార్థనా ॥

భాస్వచ్ఛంద్రసమే యదీయనయనే, భార్యా యదీయా రమా
యస్మాద్విశ్వసృడప్యభూద్యమికులం, యద్ధ్యానయుక్తం సదా ।
నాథో యో జగతాం నగేంద్రదుహితుః, నాథోఽపి యద్భక్తిమాన్
తాతో యో మదనస్య యో దురితహా, తం వేంకటేశం భజే ॥

॥ పతంజలి ప్రార్థనా ॥

చిత్తస్య వృత్తిమనురుద్ధ్య సుసాధనాభిః జీవః సమాధిమధిగచ్ఛతి యన్మతేన ।
యోగాస్తథా వసుమితా అధియోగశాస్త్రం యేనాశ్రితా మమ పతంజలయే నమోఽస్మై ॥

నమో హిరణ్యగర్భాదిభ్యః, యోగ విద్యాసంప్రదాయ కర్తృభ్యః, ।
వంశర్షిభ్యః, నమో మహాద్భ్యః, నమో గురుభ్యః ॥

యోగదర్శనం పుటచనం - బ్రహ్మశ్రీ కుప్పా విశ్వనాథ శర్మ గారిచే ప్రారంభం

॥ శ్రీకృష్ణ ప్రార్థనా ॥

వసుదేవసుతం దేవం, కంసచాణూరమర్దనమ్ ।
దేవకీపరమానందం, కృష్ణం వందే జగద్గురుమ్ ॥

॥ శ్రీ గీతా ప్రార్థనా ॥

సర్వోపనిషదోగావః, దోగ్ధా గోపాలనందనః ।
పార్థో వత్సస్సుధీర్భోక్తా, దుగ్ధం గీతామృతం మహత్ ॥

॥ అథ, శ్రీమద్భగవద్గీతాసు, ఉపనిషత్సు, బ్రహ్మవిద్యాయాం, యోగశాస్త్రే,
శ్రీకృష్ణార్జున సంవాదే, ఆత్మ సంయమ యోగోనామ షష్ఠాధ్యాయః ॥

॥ శ్రీభగవోసువోచ ॥

అనాశ్రితః కర్మఫలం కార్యం కర్మ కరోతి యః ।

స సన్న్యాసీ చ యోగీ చ న నిరగ్నిర్న చాక్రియః ॥

॥ 6-01 ॥

యం సన్న్యాసమితి ప్రాహుః యోగం తం విద్ధి పాండవ ।

న హ్యసన్న్వస్తసంకల్పః యోగీ భవతి కశ్చన ॥

॥ 6-02 ॥

ఆరురుక్షోర్మునేర్యోగం కర్మ కారణముచ్యతే ।

యోగారూఢస్య తస్యైవ శమః కారణముచ్యతే ॥

॥ 6-03 ॥

యదా హి నేంద్రియార్థేషు న కర్మస్వనుషజ్జతే ।

సర్వసంకల్పసన్న్యాసీ యోగారూఢస్తదోచ్యతే ॥

॥ 6-04 ॥

ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం నాత్మానమవసాదయేత్ ।

ఆత్మైవ హ్యోత్మనో బంధుః ఆత్మైవ రిపురాత్మనః ॥

॥ 6-05 ॥

బంధురాత్మాత్మనస్తస్య యేనాత్మైవాత్మనా జితః ।

అనాత్మనస్తు శత్రుత్వే వర్తేతాత్మైవ శత్రువత్ ॥

॥ 6-06 ॥

జితాత్మనః ప్రశాంతస్య పరమాత్మా సమాహితః ।

శీతోష్ణసుఖదుఃఖేషు తథా మానావమానయోః ॥

॥ 6-07 ॥

జ్ఞానవిజ్ఞానతృప్తాత్మా కూటస్థో విజితేంద్రియః ।

యుక్త ఇత్యుచ్యతే యోగీ సమలోష్టాశ్మకాంచనః ॥

॥ 6-08 ॥

సుహృన్మిత్రార్యుదాసీనమధ్యస్థద్వేష్యబంధుషు ।

సాధుష్యపి చ పాపేషు సమబుద్ధిర్విశిష్యతే ॥

॥ 6-09 ॥

యోగీ యుంజీత సతతమ్ ఆత్మానం రహసి స్థితః ।

ఏకాకీ యతచిత్తాత్మా నిరాశీరపరిగ్రహః ॥

॥ 6-10 ॥

శుచౌ దేశే ప్రతిష్ఠాప్య స్థిరమాసనమాత్మనః ।

నాత్యుచ్చితం నాతినీచం చైలాజినకుశోత్తరం ॥

॥ 6-11 ॥

తత్రైకాగ్రం మనః కృత్వా యతచిత్తేంద్రియక్రియః ।
ఉపవిశ్యాసనే యుంజ్యాత్ యోగమాత్మవిశుద్ధయే ॥ 6-12 ॥

సమం కాయశిరోగ్రీవం ధారయన్నచలం స్థిరః ।
సంప్రేక్ష్య నాసికాగ్రం స్వం దిశశ్చానవలోకయన్ ॥ 6-13 ॥

ప్రశాంతాత్మా విగతభీః బ్రహ్మచారివ్రతే స్థితః ।
మనస్సంయమ్య మచ్ఛిత్తః యుక్త ఆసీత మత్పరః ॥ 6-14 ॥

యుంజన్నేవం సదాత్మానం యోగీ నియతమానసః ।
శాంతిం నిర్వాణపరమాం మత్సంస్థామధిగచ్ఛతి ॥ 6-15 ॥

నాత్యశ్చతస్తు యోగోఽస్తి న చైకాంతమనశ్చతః ।
న చాతిస్వప్నశీలస్య జాగ్రతో వైవ చార్జున ॥ 6-16 ॥

యుక్తాహారవిహారస్య యుక్తచేష్టస్య కర్మసు ।
యుక్తస్వప్నావబోధస్య యోగో భవతి దుఃఖహా ॥ 6-17 ॥

యదా వినియతం చిత్తమ్ ఆత్మన్యేవావతిష్ఠతే ।
నిస్స్పృహస్సర్వకామేభ్యః యుక్త ఇత్యుచ్యతే తదా ॥ 6-18 ॥

యథా దీపో నివాతస్థః నేంగతే సోపమా స్మృతా ।
యోగినో యతచిత్తస్య యుంజతో యోగమాత్మనః ॥ 6-19 ॥

యత్రోపరమతే చిత్తం నిరుద్ధం యోగసేవయా ।
యత్ర చైవాత్మనాత్మానం పశ్యన్నాత్మని తుష్యతి ॥ 6-20 ॥

సుఖమాత్యంతికం యత్తత్ బుద్ధిగ్రాహ్యమతీంద్రియం ।
వేత్తి యత్ర న చైవాయం స్థితశ్చలతి తత్త్వతః ॥ 6-21 ॥

యం లబ్ధ్యా చాపరం లాభం మన్యతే నాధికం తతః ।
యస్మిన్ స్థితో న దుఃఖేన గురుణాపి విచాల్యతే ॥ 6-22 ॥

తం విద్యాద్దుఃఖసంయోగవియోగం యోగసంజ్ఞితం ।
స నిశ్చయేన యోక్తవ్యః యోగోఽనిర్విణ్ణచేతసా ॥ 6-23 ॥

సంకల్పప్రభవాన్ కామాన్ త్యక్త్యా సర్వానశేషతః ।
మనసైవేంద్రియగ్రామం వినియమ్య సమంతతః ॥ 6-24 ॥

శనైశ్శనైరుపరమేద్ బుద్ధ్యా ధృతిగృహీతయా ।
ఆత్మసంస్థం మనః కృత్వా న కించిదపి చింతయేత్ ॥ 6-25 ॥

యతో యతో నిశ్చరతి మనశ్చంచలమస్థిరం ।
తతస్తతో నియమ్యైతత్ ఆత్మన్యేవ వశం నయేత్ ॥ 6-26 ॥

ప్రశాంతమనసం హ్యేనం యోగినం సుఖముత్తమం ।
ఉపైతి శాంతరజసం బ్రహ్మభూతమకల్మషం ॥ 6-27 ॥

యుంజన్నేవం సదాత్మానం యోగీ విగతకల్మషః ।
సుఖేన బ్రహ్మసంస్పర్శమ్ అత్యంతం సుఖమశ్నుతే ॥ 6-28 ॥

సర్వభూతస్థమాత్మానం సర్వభూతాని చాత్మని ।
ఈక్షతే యోగయుక్తాత్మా సర్వత్ర సమదర్శనః ॥ 6-29 ॥

యో మాం పశ్యతి సర్వత్ర సర్వం చ మయి పశ్యతి ।
తస్యాహం న ప్రణశ్యామి స చ మే న ప్రణశ్యతి ॥ 6-30 ॥

సర్వభూతస్థితం యో మాం భజత్యేకత్వమాస్థితః ।
సర్వథా వర్తమానోఽపి స యోగీ మయి వర్తతే ॥ 6-31 ॥

ఆత్మోపమ్యేన సర్వత్ర సమం పశ్యతి యోఽర్జున ।
సుఖం వా యది వా దుఃఖం స యోగీ పరమో మతః ॥ 6-32 ॥

॥ అర్జున ఉవాచ ॥

యోఽయం యోగస్త్వయా ప్రోక్తః సామ్యేన మధుసూదన ।
వీతస్యాహం న పశ్యామి చంచలత్వాత్ స్థితిం స్థిరాం ॥ 6-33 ॥

చంచలం హి మనః కృష్ణ ప్రమాధి బలవద్ దృఢం ।
 తస్యాహం నిగ్రహం మన్యే వాయోరివ సుదుష్కరం ॥ 6-34 ॥
 ॥ శ్రీభగవోసువోచ ॥

అసంశయం మహాబాహూ మనో దుర్నిగ్రహం చలం ।
 అభ్యాసేన తు కౌంతేయ వైరాగ్యేణ చ గృహ్యతే ॥ 6-35 ॥

అసంయతాత్మనా యోగః దుష్ప్రాప ఇతి మే మతిః ।
 వశ్యాత్మనా తు యతతా శక్యోఽవాప్తుముపాయతః ॥ 6-36 ॥

॥ అర్జున ఉవోచ ॥
 అయతిశ్చద్ధయోపేతః యోగాచ్ఛలితమానసః ।
 అప్రాప్య యోగసంసిద్ధిం కాం గతిం కృష్ణ గచ్ఛతి ॥ 6-37 ॥

కచ్ఛిన్నోభయవిభ్రష్టః చిన్నాభ్రమివ నశ్యతి ।
 అప్రతిష్ఠో మహాబాహూ విమూఢో బ్రహ్మణః పథి ॥ 6-38 ॥

ఏతన్నే సంశయం కృష్ణ ఛేత్తుమర్హస్యశేషతః ।
 త్వదన్యస్సంశయస్యాస్య ఛేత్తా న హ్యపపద్యతే ॥ 6-39 ॥

॥ శ్రీభగవోసువోచ ॥
 పార్థ నైవేహ నాముత్ర వినాశస్తస్య విద్యతే ।
 న హి కళ్యాణకృత్కశ్చిద్ దుర్గతిం తాత గచ్ఛతి ॥ 6-40 ॥

ప్రాప్య పుణ్యకృతాం లోకాన్ ఉషిత్వా శాశ్వతీస్సమాః ।
 శుచీనాం శ్రీమతాం గేహీ యోగభ్రష్టోఽభిజాయతే ॥ 6-41 ॥

అథవా యోగినామేవ కులే భవతి ధీమతాం ।
 ఏతద్ధి దుర్లభతరం లోకే జన్మ యదీదృశం ॥ 6-42 ॥

తత్ర తం బుద్ధిసంయోగం లభతే పౌర్వదేహికం ।
 యతతే చ తతో భూయః సంసిద్ధౌ కురునందన ॥ 6-43 ॥

పూర్వాభ్యాసేన తేనైవ హ్రీయతే హ్యవశోఽపి సః ।

జిజ్ఞాసురపి యోగస్య శబ్దబ్రహ్మతివర్తతే ॥

॥ 6-44 ॥

ప్రయత్నాద్యతమానస్తు యోగీ సంశుద్ధకిల్బిషః ।

అనేకజన్మసంసిద్ధః తతో యాతి పరాం గతిం ॥

॥ 6-45 ॥

తపస్విభ్యోఽధికో యోగీ జ్ఞానిభ్యోఽపి మతోఽధికః ।

కర్మిభ్యశ్చాధికో యోగీ తస్మాద్యోగీ భవార్జున ॥

॥ 6-46 ॥

యోగినామపి సర్వేషాం మద్గతేనాంతరాత్మనా ।

శ్రద్ధావాన్ భజతే యో మాం స మే యుక్తతమో మతః ॥

॥ 6-47 ॥

॥ ఇతి, శ్రీమద్భగవద్గీతాసు, ఉపనిషత్సు, బ్రహ్మవిద్యాయాం, యోగశాస్త్రే,
శ్రీకృష్ణార్జున సంవాదే, ఆత్మ సంయమ యోగోనామ షష్ఠాధ్యాయః ॥

యత్ర యోగేశ్వరః కృష్ణః యత్ర పార్థో ధనుర్ధరః ।

తత్ర శ్రీర్విజయో భూతిః ధ్రువానీతిర్మతిర్మమ ॥

॥ అథ క్షహళి ప్రార్థనా ॥

యదక్షరపదభ్రష్టం మాత్రాహీనం చ యద్భవేత్ ।

తత్సర్వం క్షమ్యతాం దేవ నారాయణ నమోఽస్తు తే ॥

॥ అథ భగవత్పూజనము ॥

కాయేన వాచా మనసేన్ద్రియైర్వా బుధ్యాత్మనా వా ప్రకృతేస్స్వభావాత్ ।

కరోమి యద్యత్ సకలం పరస్మై నారాయణాయేతి సమర్పయామి ॥

॥ అథ లోకజ్ఞేషు ప్రార్థనా ॥

సర్వే భవన్తు సుఖినః సర్వే సన్తు నిరామయాః ।

సర్వే భద్రాణి పశ్యన్తు మా కశ్చిత్ దుఃఖభాగ్భవేత్ ॥

॥ అథ మంగళము ॥

శ్రియః కాంతాయ కల్యాణనిధయే నిధయేఽర్థినామ్ ।

శ్రీవేంకటనివాసాయ శ్రీనివాసాయ మంగళమ్ ॥