

: : శ్రీ పతంజలి మహర్షి యోగ సూత్రాలు : :

01. || అథ యోగానుశాసనమ్ ||
02. || యోగశ్చిత్తవృత్తినిరోధః ||
03. || తదా ద్రష్టుః స్వరూపే_వస్థానమ్ ||
04. || వృత్తిసారూప్యమితరత్ర ||
05. || వృత్తయః పఞ్చతయ్యః, క్లిష్టాక్లిష్టాః ||
06. || ప్రమాణవిపర్యయవికల్పనిద్రాస్మృతయః ||
07. || ప్రత్యక్షానుమానాగమాః ప్రమాణాని ||
08. || విపర్యయో మిథ్యాజ్ఞానమతద్రూపప్రతిష్ఠమ్ ||
09. || శబ్దజ్ఞానానుపాతీ, వస్తుశూన్యో వికల్పః ||
10. || అభావప్రత్యయాలమ్బనావృత్తిర్నిద్రా ||
11. || అనుభూతవిషయాసన్ప్రమోషః స్మృతిః ||
12. || అభ్యాసవైరాగ్యాభ్యాం తన్నిరోధః ||
13. || తత్ర స్థితౌ యత్నో_భ్యాసః ||
14. || స తు దీర్ఘకాలనైరన్తర్య, సత్కారాసేవితో దృఢభూమిః ||
15. || దృష్ట్వానుశ్రవికవిషయవితృష్ణస్య వశీకారసంజ్ఞా వైరాగ్యమ్ ||
16. || తత్పరం పురుషఖ్యాతేర్గుణవైతృష్ట్యమ్ ||
17. || వితర్కవిచారానన్దాస్మితారూపానుగమాత్ సన్ప్రజ్ఞాతః ||
18. || విరామప్రత్యయాభ్యాసపూర్వః సంస్కారశేషో_న్యః ||
19. || భవప్రత్యయో విదేహప్రకృతిలయానామ్ ||
20. || శ్రద్ధావీర్యస్మృతిసమాధిప్రజ్ఞాపూర్వక ఇతరేషామ్ ||
21. || తీవ్రసంవేగానామాసన్నః ||
22. || మృదుమధ్యాధిమాత్రత్వాత్తతో_పి విశేషః ||
23. || ఈశ్వరప్రణిధానాద్వా ||
24. || క్లేశకర్మవిపాకాశయైరపరామృష్టః పురుషవిశేష ఈశ్వరః ||
25. || తత్ర నిరతిశయం సర్వజ్ఞబీజమ్ ||
26. || స ఏషః పూర్వేషామపి గురుః కాలేనానవచ్ఛేదాత్ ||
27. || తస్య వాచకః ప్రణవః ||

28. ॥ తజ్జపస్తదర్థభావనమ్ ॥
29. ॥ తతః ప్రత్యక్చేతనాధిగమోఽప్యస్తరాయాభావశ్చ ॥
30. ॥ వ్యాధిస్త్వానసంశయప్రమాదాలస్యావిరతిభ్రాన్తిదర్శనాలబ్ధ
భూమికత్వానవస్థిత్యాని చిత్తవిక్షేపాస్తేఽస్తరాయాః ॥
31. ॥ దుఃఖదౌర్మనస్యాఙ్గమేజయత్వశ్వాసప్రశ్వాసావిక్షేపసహభువః ॥
32. ॥ తత్రప్రతిషేధార్థమేకతత్త్వాభ్యాసః ॥
33. ॥ మైత్రీకరుణాముదితోపేక్షాణాం సుఖదుఃఖపుణ్యాపుణ్యవిషయాణాం
భావనాతశ్చిత్తప్రసాదనమ్ ॥
34. ॥ ప్రచ్ఛర్దనవిధారణాభ్యాం వా ప్రాణస్య ॥
35. ॥ విషయవతీ వా ప్రవృత్తిరుత్పన్నా మనసః స్థితినిబద్ధినీ ॥
36. ॥ విశోకా వా జ్యోతిష్మతీ ॥
37. ॥ వీతరాగవిషయం వా చిత్తమ్ ॥
38. ॥ స్వప్ననిద్రాఙ్గానాలమ్బనం వా ॥
39. ॥ యథాఽభిమతధ్యానాద్వా ॥
40. ॥ పరమాణు పరమ మహత్త్వాన్తోఽస్య వశీకారః ॥
41. ॥ క్షీణవృత్తేరభిజాతస్యేవ మణేర్లహీత్యగ్రహణగ్రాహ్యేషు
తత్స్థతదజ్జనతా సమాపత్తిః ॥
42. ॥ తత్ర శబ్దార్థజ్ఞానవికల్పైః సజ్కీర్ణా సవితర్కా సమాపత్తిః ॥
43. ॥ స్మృతిపరిశుద్ధౌ స్వరూపశూన్యేవాఽర్థమాత్రనిర్భాసా నిర్వితర్కా ॥
44. ॥ ఏతయైవ సవిచారా నిర్విచారా సూక్ష్మవిషయా వ్యాఖ్యాతా ॥
45. ॥ సూక్ష్మ విషయత్వం చాలిఙ్గపర్యవసానమ్ ॥
46. ॥ తా ఏవ సబీజః సమాధిః ॥
47. ॥ నిర్విచారవైశారద్యేఽధ్యాత్మ ప్రసాదః ॥
48. ॥ ఋతమ్బరా తత్ర ప్రజ్ఞా ॥
49. ॥ శ్రుతానుమానప్రజ్ఞాభ్యామన్యవిషయా విశేషార్థత్వాత్ ॥
50. ॥ తజ్జః సంస్కారోఽన్యసంస్కార ప్రతిబద్ధీ ॥
51. ॥ తస్యాపి నిరోధే సర్వనిరోధాన్నిర్బీజః సమాధిః ॥

2. సాధనపాదః

52. ॥ తపస్వ్యాధ్యాయేశ్వరప్రణిధానాని క్రియా యోగః ॥
53. ॥ సమాధిభావనార్థః క్లేశతనూకరణార్థశ్చ ॥
54. ॥ అవిద్యాస్మితారాగద్వేషాభినివేశాః పఞ్చక్షేశాః ॥
55. ॥ అవిద్యాక్షేత్రముత్తరేషాం ప్రసుప్తతనువిచ్ఛిన్నోదారాణమ్ ॥
56. ॥ అనిత్యాశుచిదుఃఖానాత్మసు నిత్యశుచిసుఖాత్మఖ్యాతిరవిద్యా ॥
57. ॥ దృగ్దర్శన శక్తోరేకాత్మతేవాస్తితా ॥
58. ॥ సుఖానుశాయీ రాగః ॥
59. ॥ దుఃఖానుశాయీ ద్వేషః ॥
60. ॥ స్వరసవాహీ విదుషోపి తథారూఢో భినివేశః ॥
61. ॥ తే ప్రతిప్రసవహేయాః సూక్ష్మాః ॥
62. ॥ ధ్యానహేయాస్తద్వృత్తయః ॥
63. ॥ క్లేశమూలః కర్మాశయో దృష్టాదృష్టజన్మవేదనీయః ॥
64. ॥ సతి మూలే తద్విపాకో జాత్యాయుర్భోగాః ॥
65. ॥ తే హ్లాదపరితాపఫలాః పుణ్యాపుణ్యహేతుత్వాత్ ॥
66. ॥ పరిణామతాపసంస్కాదుఃఖైర్గుణవృత్తివిరోధాచ్చ దుఃఖమేవసర్వం వివేకినః ॥
67. ॥ హేయం దుఃఖమనాగతమ్ ॥
68. ॥ ద్రష్టుదృశ్యయోః సంయోగో హేయహేతుః ॥
69. ॥ ప్రకాశక్రియాస్థితిశీలం భూతేన్ద్రియాత్మకం భోగాపవర్గార్థం దృశ్యమ్ ॥
70. ॥ విశేషావిశేషలిజమాత్రాలిఙ్గాని గుణపర్వాణి ॥
71. ॥ ద్రష్టా దృశిమాత్రః శుద్ధోపి ప్రత్యయానుపశ్యః ॥
72. ॥ తదర్థ ఏవ దృశ్యస్యాత్మా ॥
73. ॥ కృతార్థం ప్రతి నష్టమప్యనష్టం తదన్యసాధారణత్వాత్ ॥
74. ॥ స్వస్వామిశక్తోః స్వరూపోపలభిహేతుః సంయోగః ॥
75. ॥ తస్య హేతురవిద్యా ॥

76. ॥ తదభావాత్సంయోగాభావో హానం తద్భువేః కైవల్యమ్ ॥
77. ॥ వివేకఖ్యాతిరవిప్లవా హానోపాయః ॥
78. ॥ తస్య సప్తధా ప్రాప్తభూమిః ప్రజ్ఞా ॥
79. ॥ యోగాఙ్గానుష్ఠానాదశుద్ధిక్షయే జ్ఞానదీప్తిరావివేకఖ్యాతేః ॥
80. ॥ యమనియమాసనప్రాణాయామస్రత్యాహారధారణాధ్యాన
సమాధయోఽష్టావఙ్గాని॥
81. ॥ అహింసాసత్యమస్తేయబ్రహ్మచర్యాపరిగ్రహో యమాః॥
82. ॥ జాతిదేశకాలసమయానవచ్ఛిన్నాః సార్వభౌమా మహావ్రతమ్॥
83. ॥ శౌచసంతోషతపస్వాధ్యాయేశ్వరప్రణిధానాని నియమాః॥
84. ॥ వితర్కబాధనే ప్రతిపక్షభావనమ్ ॥
85. ॥ వితర్కాహింసాదయః కృతకారితానుమోదితాలోభక్రోధమోహపూర్వకా
మృదుమధ్యాధిమాత్రా దుఃఖాజ్ఞానానంతఫలా ఇతి ప్రతిపక్షభావనమ్ ॥
86. ॥ అహింసాప్రతిష్ఠాయాం తత్సన్నిధౌ వైరత్యాగః ॥
87. ॥ సత్యప్రతిష్ఠాయాం క్రియాఫలాశ్రయత్వమ్ ॥
88. ॥ అస్తేయప్రతిష్ఠాయాం సర్వరోత్సపస్థానమ్ ॥
89. ॥ బ్రహ్మచర్యప్రతిష్ఠాయాం వీర్యలాభః ॥
90. ॥ అపరిగ్రహస్థైర్యై జన్మకథంతాసమ్బోధః॥
91. ॥ శౌచాత్ స్వాఙ్గజుగుప్సా పరైరసంసర్గః ॥
92. ॥ సత్త్వశుద్ధిసామనస్యైకాగ్ర్యేన్ద్రియజయాత్మదర్శనయోగ్యత్వానిచ ॥
93. ॥ సంతోషాదనుత్తమసుఖలాభః ॥
94. ॥ కాయేన్ద్రియసిద్ధిరశుద్ధిక్షయాత్తపసః ॥

95. ॥ స్వాధ్యాయాదిష్టదేవతాసంప్రయోగః ॥
96. ॥ సమాధిసిద్ధిరీశ్వరప్రణిధానాత్ ॥
97. ॥ సిర్ణసుఖమాసనమ్ ॥
98. ॥ ప్రయత్నశైథిల్యానస్తసమాపత్తిభ్యామ్ ॥
99. ॥ తతో ద్వంద్వానభిఘాతః ॥
100. ॥ తస్మిన్ సతి శ్వాసప్రశ్వాసయోగ్గతివిచ్ఛేదః ప్రాణాయామః ॥
101. ॥ బాహ్యోభ్యంతరస్తంభవృత్తిర్దేశకాలసంఖ్యాభిః పరిదృష్టో దీర్ఘసూక్ష్మః॥
102. ॥ బాహ్యోభ్యంతరవిషయాక్షేపీ చతుర్థః ॥
103. ॥ తతః క్షీయతే ప్రకాశావరణమ్ ॥
104. ॥ ధారణాసు చ యోగ్యతా మనసః ॥
105. ॥ స్వవిషయాసంప్రయోగే చిత్తస్య స్వరూపానుకార
ఇవేన్ద్రియాణాం ప్రత్యాహారః ॥
106. ॥ తతః పరమావశ్యతేన్ద్రియాణామ్ ॥

ఇతి శ్రీపాతంజలీ యోగశాస్త్రే సాధననిర్దేశోనామ ద్వితీయః పాదః ॥2॥

3. విభూతిపాదః

107. ॥ దేశబన్ధశ్చిత్తస్య ధారణా ॥
108. ॥ తత్ర ప్రత్యయైకతానతా ధ్యానమ్ ॥
109. ॥ తదేవార్థమాత్రనిర్భాసం స్వరూపశూన్యమివ సమాధిః ॥
110. ॥ త్రయమేకత్ర సంయమః ॥
111. ॥ తజ్జయాత్ ప్రజ్ఞా22లోకః ॥
112. ॥ తస్య భూమిషు వినియోగః ॥
113. ॥ త్రయమంతరంగం పూర్వేభ్యః ॥
114. ॥ తదపి బహిరంగం నిర్భీజస్య ॥
115. ॥ వ్యుత్థాననిరోధసంస్కారయోరభిభవప్రాదుర్భావౌ
నిరోధక్షణచిత్తాన్వయో నిరోధపరిణామః ॥
116. ॥ తస్య ప్రశాంతవాహితా సంస్కారాత్ ॥
117. ॥ సర్వార్థతైకాగ్రతయోః క్షయోదయౌ చిత్తస్య సమాధిపరిణామః ॥
118. ॥ తతః పునః శాన్తోదితౌ తుల్యప్రత్యయౌ చిత్తస్యైకాగ్రతాపరిణామః ॥
119. ॥ ఏతేన భూతేన్ద్రియేషు ధర్మలక్షణావస్థాపరిణామా వ్యాఖ్యాతాః ॥
120. ॥ శాన్తోదితావ్యపదేశ్యధర్మానుసాతీ ధర్మీ ॥
121. ॥ క్రమాన్యత్వం పరిణామాన్యత్వే హేతుః ॥
122. ॥ పరిణామత్రయసంయమాదతీతానాగతజ్ఞానమ్ ॥
123. ॥ శబ్దార్థప్రత్యయానామితరేతరాధ్యాసాత్ సంకరస్తత్ప్రవిభాగ సంయమాత్
సర్వభూతరుతజ్ఞానమ్॥
124. ॥ సంస్కారసాక్షాత్కారణాత్ పూర్వజాతిజ్ఞానమ్ ॥
125. ॥ ప్రత్యయస్య పరచిత్తజ్ఞానమ్ ॥
126. ॥ న చ తత్సాలంబనం తస్యావిషయీభూతత్వాత్ ॥

127. ॥ కాయరూపసంయమాత్ తద్గ్రాహ్యశక్తిస్తమ్భే
చక్షుఃప్రకాశాసంప్రయోగేఽన్తర్థానమ్ ।
128. ॥ సోపక్రమం నిరుపక్రమం చ కర్మతత్సంయమాదపరాన్తజ్ఞానమరిష్టేభ్యో వా ॥
129. ॥ మైత్ర్యాదిషు బలాని ॥
130. ॥ బలేషు హస్తిబలాదీని ॥
131. ॥ ప్రవృత్త్యాలోకన్యాసాత్ సూక్ష్మవ్యవహితవిప్రకృష్టజ్ఞానమ్ ॥
132. ॥ భువనజ్ఞానం సూర్యే సంయమాత్ ॥
133. ॥ చంద్రే తారావ్యూహజ్ఞానమ్ ॥
134. ॥ ధ్రువే తద్గతిజ్ఞానమ్ ॥
135. ॥ నాభిచక్రే కాయవ్యూహజ్ఞానమ్ ॥
136. ॥ కణ్ఠకూపే క్షుత్పిపాసానివృత్తిః ॥
137. ॥ కూర్మనాడ్యాం స్థైర్యమ్ ॥
138. ॥ మూర్ఘజ్యోతిషి సిద్ధదర్శనమ్ ॥
139. ॥ ప్రాతిభాద్వా సర్వమ్ ॥
140. ॥ హృదయే చిత్తసంవిత్ ॥
141. ॥ సత్త్వపురుషయోరత్యన్తాసక్కిర్ణయోః ప్రత్యయావిశేషో భోగః
పరార్థత్వాత్ స్వార్థసంయమాత్ పురుషజ్ఞానమ్ ॥
142. ॥ తతః ప్రాతిభశ్రావణవేదానాఽఽదర్శాస్వాదవర్తా జాయంతే ॥
143. ॥ తే సమాధానుపసర్గా వ్యుత్థానే సిద్ధయః ॥
144. ॥ బన్ధకారణశైథిల్యాత్ప్రచారసంవేదనాచ్చ చిత్తస్య పరశరీరావేశః ॥
145. ॥ ఉదానజయాజ్జలపక్కుకణ్ఠకాదిష్వసగ్ల ఉత్క్రాంతిశ్చ ॥
146. ॥ సమానజయాజ్జలనమ్ ॥
147. ॥ శ్రోతాకాశయోః సమ్బన్ధసంయమాద్దివ్యం శ్రోత్రమ్ ॥
148. ॥ కాయాకాశయోః సమ్బన్ధసంయమాల్లఘుతూలసమాపత్తేశ్చాకాశగమనమ్ ॥
149. ॥ బహిరకల్పితా వృత్తిర్మహావిదేహ తతః ప్రకాశావరణక్షయః ॥

150. ॥ స్థూలస్వరూపసూక్ష్మామన్వయార్థవత్త్వసంయమాత్ భూతజయః ॥
151. ॥ తతోఽణిమాదిప్రాదుర్భావః కాయసంపత్తర్థర్మానభిఘాతశ్చ ॥
152. ॥ రూపలావణ్యబలవజ్ర సంహననత్వాని కాయసమ్పుత్ ॥
153. ॥ గ్రహణస్వరూపాస్మితాఽన్వయార్థవత్త్వసంయమాదింద్రియజయః ॥
154. ॥ తతో మనోజవిత్వం వికరణభావః ప్రధానజయశ్చ ॥
155. ॥ సత్వపురుషాన్యతాఖ్యాతిమాత్రస్య సర్వభావాధిష్ఠాతృత్వం సర్వజ్ఞాతృత్వంచ ॥
156. ॥ తద్వైరాగ్యాదపి దోషబీజక్షయే కైవల్యమ్ ॥
157. ॥ స్థాన్యపనిమన్త్రణస్త్ర సజ్గస్మయాకరణం పునరనిష్ఠప్రసఙ్గాత్ ॥
158. ॥ క్షణతత్క్రమయోః సంయమాద్వివేకజం జ్ఞానమ్ ॥
159. ॥ జాతిలక్షణదేశైరన్యతాఽనవచ్ఛేదాత్ తుల్యయోస్తతః ప్రతిపత్తిః ॥
160. ॥ తారకం సర్వవిషయం సర్వథా విషయమక్రమంచేతి వివేకజం జ్ఞానమ్ ॥
161. ॥ సత్వపురుషయోః శుద్ధిపామ్యే కైవల్యమితి ॥

ఇతి శ్రీపాతంజలీ యోగశాస్త్రే విభూతినిర్దేశో నామ ద్వితీయః పాదః ॥ ౩ ॥

4. కైవల్యపాదః

162. ॥ జన్మోషధిమన్తతపస్సమాధిజాః సిద్ధయః ॥
163. ॥ జాత్యన్తరపరిణామః ప్రకృత్యాపూరాత్ ॥
164. ॥ నిమిత్తమప్రయోజకం ప్రకృతీనాం వరణభేదస్తు తతః క్షేత్రికవత్ ॥
165. ॥ నిర్మాణచిత్తాన్యస్మితామాత్రాత్ ॥
166. ॥ ప్రవృత్తిభేదే ప్రయోజకం చిత్తమేకమనేకేషామ్ ॥
167. ॥ తత్ర ధ్యానజమనాశయమ్ ॥
168. ॥ కర్మాశుక్లాకృష్ణం యోగినస్త్రివిధమితరేషామ్ ॥
169. ॥ తతస్తద్విపాకానుగుణానామేవాభివ్యక్తిర్వాసనానానమ్ ॥
170. ॥ జాతిదేశకాలవ్యవహితానామప్యానన్తర్యం
స్మృతిసంస్కారయోరేకరూపత్వాత్ ॥
171. ॥ తాసామనాదిత్వం చాశిషో నిత్యత్వాత్ ॥
172. ॥ హేతుఫలాశ్రయాలమ్బనైః సజ్గుహీతత్వాదేషామభావే తదభావః॥
173. ॥ అతీతానాగతం స్వరూపతోఽ స్త్యధ్వభేదాత్ ధర్మాణామ్ ॥
174. ॥ తే వ్యక్తసూక్ష్మాగుణాత్మానః ॥
175. ॥ పరిణామైకత్వాత్ వస్తుతత్త్వమ్ ॥
176. ॥ వస్తుసామ్యే చిత్తభేదాత్తయోర్విభక్తః పన్థాః ॥
177. ॥ న చైకచిత్తతన్త్రం వస్తు తదప్రమాణికం తదా కిం స్యాత్ ॥
178. ॥ తదుపరాగపేక్షిత్యాత్ చిత్తస్య వస్తుజ్ఞాత్జ్ఞాతమ్ ॥
179. ॥ సదా జ్ఞాతాశ్చిత్తవృత్తయః తత్రప్రభోః పురుషస్యాపరిణామిత్వాత్ ॥
180. ॥ న తత్ స్వాభాసం దృశ్యత్వాత్ ॥

181. ॥ ఏకసమయే చోభయానవధారణమ్ ॥
182. ॥ చిత్తాంతరదృశ్యే బుద్ధిబుద్ధేరతిప్రసङ्గః స్మృతినజ్కరశ్చ ॥
183. ॥ చితేరప్రతిసజ్కమాయాస్తదాకారాపత్యై స్వబుద్ధిసంవేదనమ్ ॥
184. ॥ ద్రష్టృదృశ్యోపరక్తం చిత్తం సర్వార్థమ్ ॥
185. ॥ తదసజ్ఞేయవాసనాభిశ్చిత్రమపి పరార్థం సంహత్యకారిత్యైత్ ॥
186. ॥ విశేషదర్శిన ఆత్మభావభావనావినివృత్తిః ॥
187. ॥ తదా వివేకనిమ్నం కైవల్యప్రాగ్భారం చిత్తమ్ ॥
188. ॥ తచ్చిద్రేషు ప్రత్యయాంతరాణి సంస్కారేభ్యః ॥
189. ॥ హానమేషాం క్షేపవదుక్తమ్ ॥
190. ॥ ప్రసంఖ్యానేఽప్యకుసీదస్య సర్వధా వివేఖ్యాతేర్థర్మమేఘస్సమాధిః ॥
191. ॥ తతః క్షేపకర్మనివృత్తిః ॥
192. ॥ తదా సర్వావరణమలాపేతస్య జ్ఞానస్యానన్త్యాత్ జ్ఞేయమల్పమ్ ॥
193. ॥ తతః కృతార్థానాం పరిణామక్రమసమాప్తిర్గుణానామ్ ॥
194. ॥ క్షణప్రతియోగీ పరిణామాపరాంతనిర్గ్రాహ్యః క్రమః ॥
195. ॥ పురుషార్థశూన్యానాం గుణానాం ప్రతిప్రసవః కైవల్యం స్వరూపప్రతిష్ఠా
వా చితిశక్తిరితి ॥

ఇతి శ్రీపాతంజలీ యోగశాస్త్రే కైవల్యనిరూపణం నామ చతుర్థః పాదః ॥4॥

పాదచతుష్టయసూత్రాణం సమష్టిసంఖ్యా - 195

ఇతి సమాప్తం యోగదర్శనమ్

లోకాస్సమస్తాస్సుఖినో భవన్తు

ఓమ్ శాన్తిశాన్తిశాన్తిః

