आत्मप्रयत्नसापेक्षा विशिष्टा या मनोगतिः ।
तस्या ब्रह्मणि संयोगो योग इत्यभिधीयते ॥
एवमत्यन्तवैशिष्ट्ययुक्तधर्म्मोपलक्षणः ।
यस्य योगः स वै योगी मुमुक्षुरभिधीयते ॥
योगयुक् प्रथमं योगी युञ्जानः सोऽभिधीयते ।
विनिष्पन्नसमाधिस्तु परब्रह्मोपलब्धिवान् ॥
यद्यन्तरायदोषेण दुष्यते चास्य मानसम् ।
जन्मान्तरैरभ्यसतो मुक्तिः पूर्व्वस्य जायते ॥
विनिष्पन्नसमाधिस्तु मुक्तिं तत्रैव जन्मनि ।
प्राप्नोति योगी योगाग्निदग्धकर्म्मा च यो-
ऽचिरात् ॥
ब्रह्मचर्य्यमहिंसाञ्च सत्यास्तेयापरिग्रहान् ।
सेवेत योगी निष्कामो योग्यतां स्वं मनो नयन् ॥
स्वाध्यायशौचसन्तोषतपांसि नियतात्मवान् ।
कुर्व्वीत ब्रह्मणि तथा परस्मिन् प्रवणं मनः ॥
एते यमाः सनियमाः पञ्च पञ्च प्रकीर्त्तिताः ।
विशिष्टफलदाः काम्या निष्कामाणां विमु-
क्तिदाः ॥
एकं भद्रासनादीनां समास्थाय गुणैर्युतः ॥
यमाख्यैर्नियमाख्यैश्च युञ्जीत नियतो यतिः ॥
प्राणाख्यमनिलं वश्यमभ्यासात् कुरुते तु यत् ।
प्राणायामः स विज्ञेयः सबीजोऽबीज एव च ॥
परस्परेणाभिभवं प्राणापानौ यदानिलौ ।
कुरुतः सद्विधानेन तृतीयः संयमात्तयोः ॥
तस्य चालम्बनवतः स्थूलरूपं द्विजोत्तम ! ।
आलम्बनमनन्तस्य योगिनोऽभ्यसतः स्मृतम् ॥
शब्दादिष्वनुरक्तानि निगृह्याक्षाणि योगवित् ।
कुर्य्याच्चित्तानुकारीणि प्रत्याहारपरायणः ॥
वश्यता परमा तेन जायतेऽतिचलात्मनाम् ।
इन्द्रियाणामवश्यैस्तैर्न योगी योगसाधकः ॥
प्राणायामेन पवनैः प्रत्याहारेण चेन्द्रियैः ।
वशीकृतैस्ततः कुर्य्यात् स्थितं चेतः शुभाश्रये ॥
श्रीखाण्डिक्य उवाच ।
कथ्यतां मे महाभाग ! चेतसो यः शुभाश्रयः ।
यदाधारमशेषं तद्धन्ति दोषमलोद्भवम् ॥
श्रीकेशिध्वज उवाच ।
आश्रयश्चेतसो ब्रह्म द्विधा तच्च स्वभावतः ।
भूप ! मूर्त्तममूर्त्तञ्च परञ्चापरमेव च ॥
त्रिविधा भावना विप्र विश्वमेतन्निबोध मे ।
ब्रह्माख्या कर्म्मसंज्ञा च यथा चैवोभयात्मिका ॥
ब्रह्मभावात्मिका ह्येका कर्म्मभावात्मिका परा ।
उभयात्मिका तथैवान्या त्रिविधा भावभावना ॥
सनन्दनादयो ब्रह्मभावभावनया युताः ।
कर्म्मभावनया चान्ये देवाद्याः स्थावराश्चराः ॥
हिरण्यगर्भादिषु च ब्रह्मकर्म्मात्मिका द्विधा ।
बोधाधिकारयुक्तेषु विद्यते भावभावना ॥
अक्षीणेषु समस्तेषु विशेषज्ञानकर्म्मसु ।
विश्वमेतत् परं चान्यद्भेदभिन्नदृशां नृप ! ॥
प्रत्यस्तमितभेदं यत् सत्तामात्रमगोचरम् ।
वचसामात्मसंवेद्यं तज्ज्ञानं ब्रह्मसंज्ञितम् ॥
तच्च विष्णोः परं रूपमरूपस्याजमक्षरम् ।
विश्वस्वरूपवैरूप्यलक्षणं परमात्मनः ॥

न तद्योगयुजा शक्यं नृप ! चिन्तयितुं यतः ।
ततः स्थूलं हरे रूपं चिन्त्यं यद्विश्वगोचरम् ॥
हिरण्यगर्भो भगवान् वासवोऽथ प्रजापतिः ।
मरुतो वसवो रुद्रा भास्करास्तारका ग्रहाः ॥
गन्धर्व्वयक्षदैत्याद्याः सकला देवयोनयः ।
मनुष्याः पशवः शैलाः समुद्राः सरितो द्रुमाः ॥
भूप भूतान्यशेषाणि भूतानां ये च हेतवः ।
प्रधानादि विशेषान्तं चेतनाचेतनात्मकम् ॥
एकपादं द्विपादञ्च बहुपादमपादकम् ।
मूर्त्तमेतद्धरे रूपं भावनात्रितयात्मकम् ॥
एतत् सर्व्वमिदं विश्वं जगदेतच्चराचरम् ।
परं ब्रह्मस्वरूपस्य विष्णोः शक्तिसमन्वितम् ॥
विष्णुशक्तिः परा प्रोक्ता क्षेत्रज्ञाख्या तथापरा ।
अविद्या कर्म्मसंज्ञान्या तृतीया शक्तिरिष्यते ॥
यया क्षेत्रज्ञशक्तिः सा वेष्टिता नृप ! सर्व्वगा ।
संसारतापानखिलानवाप्नोत्यनुसन्ततान् ॥
तया तिरोहितत्वाच्च शक्तिः क्षेत्रज्ञसंज्ञिता ।
सर्व्वभूतेषु भूपाल ! तारतम्येन लक्ष्यते ॥
अप्राणवत्सु स्वल्पाल्पा स्थावरेषु ततोऽधिका ।
सरीसृपेऽपि तेभ्योऽपि अतिशक्त्या पतत्त्रिषु ॥
पतत्त्रिभ्यो मृगास्तेभ्यः स्वशक्त्या पशवोऽधिकाः ।
पशुभ्यो मनुजाश्चातिशक्त्या पुंसः प्रभाविताः ॥
एभ्योऽपि नागगन्धर्व्वा यक्षाद्या देवता नृप ! ।
शक्रः समस्तदेवेभ्यस्ततश्चापि प्रजापतिः ॥
हिरण्यगर्भोऽति ततः पुंसः शक्त्युपलक्षितः ।
एतान्यशेषरूपस्य तस्य रूपाणि पार्थिव ! ॥
यतस्तच्छक्तियोगेन युक्तानि नभसा यथा ।
द्वितीयं विष्णुसंज्ञस्य योगिध्येयं महामते ॥
अमूर्त्तं ब्रह्मणो रूपं यत् सदित्युच्यते बुधैः ।
समस्ताः शक्तयश्चैता नृप यत्र प्रतिष्ठिताः ॥
तद्विश्वरूपरूपं वै रूपमन्यद्धरेर्महत् ।
समस्तशक्तिरूपाणि तत् करोति जनेश्वर ! ॥
देवतिर्य्यङ्मनुष्यादिचेष्टावन्ति स्वलीलया ।
जगतामुपकाराय न सा कर्म्मनिमित्तजा ।
चेष्टा तस्याप्रमेयस्य व्यापिन्यव्याहतात्मिका ॥
तद्रूपं विश्वरूपस्य तस्य योगयुजा नृप ! ।
चिन्त्यमात्मविशुद्ध्यर्थं सर्व्वकिल्बिषनाशनम् ॥
यथाग्निरुद्धतशिखः कक्षं दहति सानिलः ।
तथा चित्ते स्थितो विष्णुर्योगिनां सर्व्वकिल्बिषम् ।
तस्मात् समस्तशक्तीनामाधारे तत्र चेतसः ।
कुर्व्वीत संस्थितिं सा तु विज्ञेया शुद्धधारणा ॥
शुभाश्रयः सचित्तस्य सर्व्वगस्य तथात्मनः ।
त्रिभावभावनातीतो मुक्तये योगिनां नृप ॥
अन्ये च पुरुषव्याघ्र ! चेतसो ये व्यपाश्रयाः ।
अशुद्धास्ते समस्तास्तु देवाद्याः कर्म्मयोनयः ॥
मूर्त्तं भगवतो रूपं सर्व्वापाश्रयनिःस्पृहम् ।
एषा वै धारणा ज्ञेया यच्चित्तं तत्र धार्य्यते ॥
तच्च मूर्त्तं हरे रूपं यादृक् चिन्त्यं नराधिप ! ।
तच्छ्रूयतामनाधारा धारणा नोपपद्यते ॥
प्रसन्नचारुवदनं पद्मपत्रायतेक्षणम् ।
सुकपोलं सुविस्तीर्णललाटफलकोज्ज्वलम् ॥
समकर्णान्तविन्यस्तचारुकर्णविभूषणम् ।

कम्बुग्रीवं सुविस्तीर्णश्रीवत्साङ्कितवक्षसम् ॥
वलीत्रिभङ्गिना मग्ननाभिना चोदरेण वै ।
प्रलम्बाष्टभुजं विष्णुमथवापि चतुर्भुजम् ॥
समस्थितोरुजङ्घञ्च सुस्थिराङ्घ्रिकराम्बुजम् ।
चिन्तयेद्ब्रह्मभूतं तं पीतनिर्म्मलवाससम् ॥
किरीटचारुकेयूरकटकादिविभूषितम् ।
शार्ङ्गशङ्खगदाखड्गचक्राक्षवलयान्वितम् ॥
चिन्तयेत्तन्मयो योगी समाधायात्ममानसम् ॥
तावद्यावद्दृढीभूता तत्रैव नृप धारणा ॥
व्रजतस्तिष्ठतोऽन्यद्वा स्वेच्छया कर्म्म कुर्व्वतः ।
नापयाति तदा चित्तात् सिद्धां मन्येत तां तदा ॥
ततः शङ्खगदाचक्रशार्ङ्गादिरहितं बुधः ।
चिन्तयेद्भगवद्रूपं प्रशान्तं साक्षसूत्रकम् ॥
सा यदा धारणा तद्वदवस्थानवती ततः ।
किरीटकेयूरमुखैर्भूषणै रहितं स्मरेत् ॥
तदेकावयवं देवं चेतसापि पुनर्बुधः ।
कुर्य्यात्ततोऽवयविनि प्रणिधानपरो भवेत् ॥
तद्रूपप्रत्ययेचैकसन्ततिश्चान्यनिस्पृहा ।
तद्ध्यानं प्रथमैरङ्गैः षड्भिर्निष्पाद्यते नृप ॥
तस्यैव कल्पनाहीनं स्वरूपग्रहणं हि यत् ।
मनसा ध्याननिष्पाद्यं समाधिः सोऽभिधीयते ॥
विज्ञानं प्रापकं प्राप्ये परे ब्रह्मणि पार्थिव ! ।
प्रापणीयस्तथैवात्मा प्रक्षीणाशेषभावनः ॥
क्षेत्रज्ञः करणी ज्ञानं करणं तेन तस्य तत् ।
निष्पाद्य मुक्तिकार्य्यं वै कृतकृत्यं निवर्त्तते ॥
तद्भावभावमापन्नस्ततोऽसौ परमात्मना ।
भवत्यभेदी भेदश्च तस्याज्ञानकृतो भवेत् ॥
विभेदजनकेऽज्ञाने नाशमात्यन्तिकं गते ।
आत्मनो ब्रह्मणो भेदमसन्तं कः करिष्यति ॥
इत्युक्तस्ते मया योगः खाण्डिक्य ! परिपृच्छते ॥”
इति विष्णुपुराणे ६ अंशे ७ अध्यायः ॥ * ॥
ब्रह्मकृतयोगो यथा ।
“सुखं योगासनं कृत्वा बभूव संपुटाञ्जलिः ।
पुलकाङ्कितसर्व्वाङ्गः साश्रुनेत्रोऽतिदीनवत् ॥
इडां सुषुम्नां मेध्याञ्च पिङ्गलां नलिनीं धुराम् ।
नाडीषट्कञ्च योगेन निरुध्य च प्रयत्नतः ॥
मूलाधारं स्वाधिष्ठानं मणिपूरमनाहतम् ।
विशुद्धं परमाज्ञाख्यं षट्चक्रञ्च निरुध्य च ॥
लङ्घनं कारयित्वा च तं षट्चक्रं क्रमाद्विधिः ।
ब्रह्मरन्ध्रं समानीय वायुवह्निं चकार ह ॥
निरुध्य वायुं मेध्यान्तामानीय हृदयाम्बुजम् ।
तं वायुं भ्रामयित्वा च योजयामास मेध्यया ॥
एवं कृत्वा तु निस्पन्दो यो दत्तो हरिणा पुरा)
जजाप परमं मन्त्रं तं तस्यैकादशाक्षरम् ॥
मुहूर्त्तञ्च जपं कृत्वा ध्यायं ध्यायं पदाम्बुजम् ।
ददर्श हृदयाम्भोजे सर्व्वं तेजोमयं मुने ॥
तत्तेजसोऽन्तरे रूपमतीवसुमनोहरम् ।
द्विभुजं मुरलीहस्तं भूषितं पीतवाससा ॥
श्रुतिमूललसज्ज्वलन्मकरकुण्डलम् ।
ईषद्धास्यं प्रसन्नास्यं भक्तानुग्रहकातरम् ॥
नवीनजलदाकारश्यामसुन्दरविग्रहम् ।
स्थितं जन्तुषु सर्व्वेषु निर्लिप्तं साक्षिरूपिणम् ॥