ശിവയോഗപ്രദീപികാ

(ഭാഷാവ്യാഖ്യാനസഹിതം)

വിദ്യാരംഭം പ്രസിദ്ധീകരണം

ശിവയോഗപ്രദീപികാ

(ഭാഷാവ്യാഖ്യാനസഹിതം)

പ്രകാശകൻ,

കെ. നാരായണൻ,

"വിദ്യാരംഭം" പ്രസ്സ് & ബുക്കഡിപ്പോ,

മുല്ലയ്ക്കൽ, ആലപ്പുഴ.

രണ്ടാംപതിപ്പ്
കാപ്പി 1000

കോപ്പിറൈററു
പ്രകാശകനിൽ

"വിജ്ഞാനപോഷിണി" പ്രസ്സ്,
കൊല്ലം.

1124

വില ണ. 4.

ശിവയോഗപ്രദീപികാ.

(ഭാഷാവ്യാഖ്യാനസഹിതം)

ഈദൃശീമജപാംവിദ്യാമാസ്തിക്യാത് ഗുരുഭക്തിതഃ
യോ വിജാനാതിപാപാനി ബുദ്ധിപൂർവ്വകൃതാനി ച
തസ്യനശ്യന്തിസർവ്വാണി നാത്രകാര്യാവിചാരണാ

*   *   *   *

ഹംസവിദ്യാപരാചൈഷാ പരതന്ത്രപ്രഭേദിനി
സർവ്വൈശ്വര്യപ്രദാ സർവ്വദേവതാത്മവൃത്തികാരിണി
തസ്യാശ്ചജപമാത്രേണ ദീർഘായുഷ്യമവാപ്നുയാത്
ആരോഗ്യം വിജയം വിദ്യാമവാപ്നോതി ന സംശയഃ
ബഹുനോക്തേന കിം, വിദ്യാ ഹംസാഖ്യാസർവ്വകാമദാ
ഹംസഹംസേതിയോ ബ്രൂയാൽ സർവ്വദാ ശിവഏവസഃ
ശിവേനവിഷ്ണുനാചൈവ ബ്രഹ്മണാസർവ്വദൈവതൈഃ
ആദൃതാഹംസവിദ്യേയമചിരാദ്ദേവസിദ്ധിദാ.

(സൂതസംഹിതാ)

സദാശിവയോഗീശ്വരന്റെ ചില അത്ഭുതസിദ്ധികൾ.

സുമാർ 170 കൊല്ലത്തിനു മുമ്പായിട്ട് ആമ്രാവതീതീരമായ കരൂരിലും കാവേരീതീരമായ നേരൂർ കൊട്ടുമുടി മുതലായ സ്ഥലങ്ങളിലും അവധൂതനായി സഞ്ചരിച്ചുകൊണ്ടിരുന്ന സദാശിവയോഗീശ്വരന്റെ ചില സിദ്ധികളെപ്പററി താഴെ ചേക്കുന്നു.

കൊട്ടുമുടി എന്ന ഗ്രാമത്തിൽ കാവേരി മണൽത്തിട്ടയിൽ ഒരിക്കൽ ഈ യോഗീശ്വരൻ പതിവുപോലെ നിഷ്ഠയിൽ ഇരിക്കെ ആററിൽ വലുതായ ജലപ്രവാഹം ഉണ്ടായി. യോഗീശ്വരനെ ഒഴുക്കെടുത്തുകൊണ്ടുപോകുന്നതിനെ ജനങ്ങൾ കണ്ടു പരിതപിച്ചു. കുറഞ്ഞോരു കാലംവരെ യോഗീശ്വരനെ കാണ്മാനില്ലായിരുന്നു. ഒരിക്കൽ ആററിന്നരികെ ഉണ്ടായിരുന്ന വയലിൽ വെള്ളപ്പൊക്കം നിമിത്തം മൂടിക്കിടന്ന മണ്ണ് കോരിക്കൊണ്ടിരിക്കെ യോഗീശ്വരൻ മണ്ണിന്നടിയിൽ പുതഞ്ഞുകിടക്കുന്നതിനെ കണ്ടു. മണ്ണു വെട്ടിമാററുന്ന അവസരത്തിൽ ആയുധം ഏററു യോഗീശ്വരന്റെ ശരീരത്തിലെ ഏതാനുംഭാഗങ്ങൾ ഭിന്നമായിപ്പോയി. മണ്ണു മുഴുവൻ മാററിത്തീന്ന ഉടൻതന്നെ യോഗീശ്വരൻ സ്വസ്ഥനായിട്ട് എഴുന്നേററു പോകുന്നതിനെ ജനങ്ങൾ കണ്ടട് അത്ഭുതപ്പെട്ടു.

കരൂരിനു സമീപമുള്ള ഒരു ചെറിയ ഗ്രാമത്തിൽ ഒരു കുടിയാനവൻ തന്റെ നിലത്തിൽ വിളഞ്ഞ നെല്ലു കൊയ്തു ചുരുട്ടു തല്ലി മണിയാക്കിയശേഷം നെല്ലു തന്റെ ഭവനത്തിലേക്കു എടുപ്പിക്കുന്നതിനു തരപ്പെടാത്തതുകൊ

ണ്ടു് സ്ഥലത്തുതന്നെ സൂക്ഷിക്കുന്നതിനു് ഏൎപ്പാടുചെയ്തു് ഉടമസ്ഥൻ സ്വഗൃഹത്തിലേക്കു മടങ്ങിപ്പോയി. സൂക്ഷിപ്പുകാർ കാത്തുകൊണ്ടിരിക്കെ യോഗീശ്വരൻ എവിടെനിന്നോവന്നു നെല്ലിൻെറ കൂനയിൽ കിടക്കുന്നതിനെ സൂക്ഷിപ്പുകാർ കണ്ടുഉടൻ വടികളോടുകൂടി അടിക്കുന്നതിനായി അവർ അടുത്തപ്പോൾ സ്തംഭിതരായി നിന്നുപോയി. പിറേറദിവസം നേരം പുലൎന്നപ്പോൾ യോഗീശ്വരൻ നെല്ലിന്മേൽ കിടക്കുന്നതു വഴിയാത്രക്കാർ കാണുകയും വിവരം നെല്ലുടമസ്ഥനെ അറിയിക്കയുംചെയ്തു. ഉടൻതന്നെ ഉടമസ്ഥൻ സ്ഥലത്തെത്തി നോക്കിയപ്പോൾ സൂക്ഷിപ്പുകാർ സ്തംഭിതരായി നില്ക്കുന്നതും യോഗീശ്വരൻ നെല്ലിന്മേൽ കിടക്കുന്നതും കണ്ടു വിസ്മയിച്ചു ഉടമസ്ഥൻ സൂക്ഷിച്ചപ്പോൾ യോഗീശ്വരനാണെന്നറിഞ്ഞു ദണ്ഡനമസ്കാരംചെയ്കയും ഉടൻ യോഗീശ്വരൻ എഴുന്നേററുപോകയും ചെയ്തു. സൂക്ഷിപ്പുകാരോടു നടന്ന സംഭവങ്ങളെപ്പററി ഉടമസ്ഥൻ ചോദിച്ചപ്പോൾ നെല്ലിന്മേൽ ഒരാൾ വന്നു കിടക്കുന്നതിനു് ഒരു വെട്ടപ്പോൾ കള്ളനായിരിക്കുമെന്നു വിചാരിച്ചു് അടിക്കുന്നതിനായി വടികൾ എടുത്ത ഉടൻ സ്തംഭിതരായി എന്നുമാത്രം അറിയാമെന്നല്ലാതെ മറെറാന്നുംതന്നെ അറിഞ്ഞുകൂടാ എന്നാണു് അവർ മറുപടി പറഞ്ഞതു്.

പിന്നെ ഒരവസരത്തിൽ കൂലിപ്പണിക്കാർ പുല്ലു് അരിഞ്ഞുകെട്ടി വച്ചിരിക്കെ യാദൃച്ഛികമായി യോഗീശ്വരൻ നഗ്നനായിട്ടു വഴിമദ്ധ്യേ വന്നുചേൎന്നു. ഒരുകെട്ടു പുല്ലു യോഗീശ്വരൻെറ തലയിൽ കയററി അവർ തങ്ങളോടുകൂടി കൂട്ടിക്കൊണ്ടുപോയി. കൂലിപ്പണിക്കാർ പുല്ലുകെട്ടുകൾ ഇട്ട കൂട്ടത്തിൽ യോഗീശ്വരൻ തൻെറ തലയിൽ ഉണ്ടായിരുന്ന കെട്ടും ആ കൂട്ടത്തിൽ ഇട്ടു. ഉടൻതന്നെ എല്ലാ കെട്ടുകളും ഒന്നായി ദഹിച്ചതു കൂലിപ്പണിക്കാരും മററു ജനങ്ങളും കണ്ടു് അത്ഭുതപ്പെടുകയും യോഗീശ്വര

ൻെറ പാദത്തിങ്കൽ ക്രലിക്കാർ ദണ്ഡനമസ്കാരം ചെയ്കയും ചെയ്തു.

ഈ യോഗീശ്വരനിൽനിന്നും ഒരു അനുഗ്രഹം വാങ്ങിക്കണമെന്നുള്ള ഉദ്ദേശത്തോടുക്രടി ഒരു ബ്രാഹ്മണൻ അദ്ദേഹത്തോടൊരുമിച്ചു സദാ സഞ്ചരിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു. നേരൂർനിന്നും വളരെ അകലെ ശ്രീരങ്കനാഥപുരത്തുക്ഷേത്രത്തിൽ ഉത്സവം തുടങ്ങിയ അവസരത്തിൽ ഉത്സവം കണ്ടാൽ കൊള്ളാമെന്നു ബ്രാഹ്മണൻ യോഗീശ്വരനോട്ട് അപേക്ഷിക്കയുണ്ടായി. തൻെറ ശരീരത്തിൽ സ്പർശം ചെയ്യുന്നതിനായിട്ടു ബ്രാഹ്മണനോട്ട് അദ്ദേഹം ആംഗ്യം കാണിക്കുകയും അതിൻപ്രകാരം ബ്രാഹ്മണൻ അദ്ദേഹത്തെ സ്പർശിക്കയും ആ മാത്രയിൽതന്നെ ശ്രീരങ്കനാഥപുരത്തുക്ഷേത്രത്തിൽ എത്തുകയും ഉടൻതന്നെ യോഗീശ്വരൻ മറയുകയുംചെയ്തു. ബ്രാഹ്മണൻ അവിടങ്ങളിൽ അന്വേഷിച്ചതിൽ യോഗീശ്വരനെ കണ്ടുകിട്ടിയില്ല. പിറേറദിവസം ആ ബ്രാഹ്മണൻ ക്ഷേത്രത്തിൽനിന്നും മടങ്ങി പൂർവ്വസ്ഥലത്തു് എത്തിയപ്പോൾ യോഗീശ്വരനെ അവിടെവച്ചു കാണുകയുണ്ടായി. ഈ ബ്രാഹ്മണനോടു കുറേക്കാലം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ യോഗീശ്വരനു കൃപതോന്നി നാവു നീട്ടുവാൻ ആജ്ഞാപിക്കുകയും അതിൻവണ്ണം നാവു നീട്ടിയ ഉടൻതന്നെ കുശാഗ്രംകൊണ്ടു നാവിന്മേൽ യോഗീശ്വരൻ ഏതോ എഴുതിക്കൊടുക്കയും ചെയ്തു. തൽക്ഷണംതന്നെ ആ ബ്രാഹ്മണനു ചതുർവ്വേദപുരാണാദികളുടെ ജ്ഞാനമുണ്ടായി. അദ്ദേഹം പണ്ഡിതശിരോമണിയായി ഭവിച്ചു. അദ്ദേഹത്തിനു പുതുക്കോട്ട, മൈസൂർ മുതലായ രാജധാനികളിൽനിന്നുംബഹുമാനപുരസ്സരം പല ബിരുദുകളും, കരമൊഴിവായി പല വസ്തുക്കളും സിദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ടു്. ആ ബ്രാഹ്മണൻെറ സന്താനങ്ങൾ ഇന്നും ആ വസ്തുക്കൾ അനുഭവിച്ചുവരുന്നുണ്ടു്.

പുതുക്കോട്ട രാജാവിന്നു പുത്രസന്താനമില്ലാതെ വന്ന പ്പോൾ പുത്രസിദ്ധിക്കായിട്ടു യോഗീശ്വരനെ ശരണംപ്രാപിച്ചു. യോഗീശ്വരൻ അനുഗ്രഹപൂർവ്വം വെണ്ണ കൊടുക്കുകയും പുത്രസന്താനം ഉണ്ടാകുകയും ചെയ്തു. ഇതിൻെറ സ്മാരകമായിട്ട് ആ സന്താനത്തിനു "നവനീത തൊണ്ടിമാൻ" എന്നു നാമകരണം ചെയ്യപ്പെട്ടു. പുതുക്കോട്ടദേശത്ത് ഈ യോഗീശ്വരൻെറ പാദധൂളികൾവെച്ചു പൂജിക്കുന്ന സ്ഥലങ്ങൾ ഇന്നും ഉണ്ട്. യോഗീശ്വരൻ നേരൂർ ഗ്രാമത്തിലാണു സമാധി അടങ്ങിയിരിക്കുന്നത്. സമാധിക്കു കുഴി തയ്യാറാക്കണമെന്നും സമാധിമുഹൂർത്തത്തിൽ ആ സ്ഥലത്ത് ഒരു ബ്രാഹ്മണൻ ബാണലിംഗത്തോടുകൂടി വന്നുചേരുമെന്നും സമാധിസ്ഥലത്ത് ആ ലിംഗം സ്ഥാപിക്കണമെന്നും മററും ആജ്ഞാപിക്കുകയും ചെയ്തു. അതിന്മണ്ണം ക്ലിപ്തസമയത്തു കുഴി തയ്യാറാക്കിയ ഉടനേ തന്നെ ബാണലിംഗത്തോടുകൂടി ഒരാൾ വന്നുചേൎന്നു. യോഗീശ്വരൻ കുഴിയിൽ പ്രവേശിച്ചു സ്വസ്ഥനായിരുന്നു.

വന്ന ബ്രാഹ്മണൻ വേണ്ടതുപോലെയുള്ള സാധനങ്ങളാൽ കുഴി മൂടി ഉറപ്പിച്ചു മുകളിൽ ശിവലിംഗം പ്രതിഷ്ഠിക്കയും ഈ സ്ഥലത്തു വലുതായ ആരാധനാമന്ദിരം നിൎമ്മിക്കയുംചെയ്തു. പുതുക്കോട്ട രാജാവിൻെറ ചിലവിന്മേൽ ഇവിടെ നിത്യപൂജകളും ഉത്സവാദികളും മററ് അടിയന്തിരങ്ങളും നടന്നുവരുന്നുണ്ട്.

തെലുങ്കുദേശത്ത് ഈ യോഗീശ്വരൻെറ മഹിമയേറിയ സിദ്ധികൾ പലതും ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. ഇന്നും ആ ദേശവാസികൾ അദ്ദേഹത്തെ സൎവ്വദാ സ്മരിക്കുന്നുണ്ട്. ശിവയോഗപ്രദീപിക, ബ്രഹ്മസൂത്രം, രസതന്ത്രം മുതലായ പല വിശിഷ്ടഗ്രന്ഥങ്ങളും അദ്ദേഹം ചമച്ചിട്ടുണ്ട്.

ശിവയോഗപ്രദീപികാ.

(ഭാഷാവ്യാഖ്യാനസഹിതം)

ഓം തത് സത് ബ്രഹ്മണേ നമഃ

ശ്രീദക്ഷിണാമൂർത്തയേ നമഃ

പ്രഥമഃ പടലഃ

പരമയോഗിമനോംബുജഷട്പദം
ത്രിവിധകാരണകാരണമവ്യയം
സഗുണനിർഗ്ഗുണതത്വമനാമയം
ഗുരുസദാശിവലിംഗമഹംഭജേ 1

സാരം—ശ്രേഷ്ഠയോഗികളുടെ ചിത്തസരോജത്തിൽ ഒരു വണ്ടായിരിക്കുന്നതും സമവായാസമവായനിമിത്തങ്ങൾക്കുംകൂടി കാരണമായിരിക്കുന്നതും അനശ്വരമായതും ഗുണസത്തയുണ്ടായുമില്ലാതെയുമിരിക്കുന്നതും ദുഃഖവിവജ്ജിതമായതും ഗുരുവായിരിക്കുന്നതുമായ സദാശിവബ്രഹ്മത്തെ ഞാൻ ഭജിക്കുന്നു.

ശ്രീമദ്ഗുരുപ്രസാദേന യോഗം ജ്ഞാത്വാ ശിവാത്മകം
വക്ഷ്യാമി സുപ്രബോധായ ശിവയോഗപ്രദീപികാം 2

സാരം—ശിവതത്വാനുസാരിയായ യോഗത്തെ ജനങ്ങൾക്ക് നല്ലവണ്ണമറിയത്തക്കവിധത്തിൽ ഞാൻ പറയാം.

ശിവതത്വവിദാംശ്രേഷ്ഠ വക്ഷ്യാമി ശൃണുതേധുനാ
ശിവയോഗം പരംഗുഹ്യമപി ത്വത്ഭക്തിഗൗരവാത് 3

സാരം—ഇതു വളരെ ഗോപ്യമായി വയ്ക്കേണ്ടതാണെങ്കിലും ശ്രോതാവിൻെറ ഭക്തിയെക്കണ്ടു, വക്താവു സന്തുഷ്ടനായി വന്നതി

നാലാണ് ഉപദേശം കൊടുക്കുന്നതു്. ഗുരുനാഥൻ ശിഷ്യനു പറഞ്ഞു കൊടുക്കുന്ന രീതിയിലാണ് സദാശിവയോഗീശ്വരൻ ഈ ഗ്രന്ഥം നിർമ്മിച്ചിട്ടുള്ളതു്.

മന്ത്രോലയോ ഹഠോരാജാചേതിയോഗാശ്ചതുർവ്വിധാഃ
താനാഹുഃപൂർവ്വമുനയഃ സിദ്ധഃ ശംഭുപ്രബോധനാത് 4

സാരം—പൂർവ്വാചാര്യന്മാർ യോഗത്തെ നാലുതരമാക്കിത്തിരിച്ചിട്ടുണ്ടു്. അവ മന്ത്രയോഗം, ലയയോഗം, ഹഠയോഗം, രാജയോഗം ഇങ്ങിനെ നാലുവിധത്തിലാണ്.

ഏകാക്ഷരം ദ്വ്യക്ഷരം വാ ഷഡക്ഷരമഥാപി വാ
അഷ്ടാക്ഷരംവാ മോക്ഷായ മന്ത്രയോഗീ സദാജപേത് 5

സാരം—യോഗത്തിൻെറ പരമോദ്ദേശ്യം മോക്ഷമാണല്ലോ. അതിന് ഈ നാലുതരക്കാരായ യോഗികൾക്കും അർഹതയുണ്ടു്. മന്ത്രയോഗി ഏതെങ്കിലുമൊരു മന്ത്രത്തെ എപ്പോഴും ജപിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം. ഏകാക്ഷരം—അതായതു്—പ്രണവം, ദ്വ്യക്ഷരം ഹംസമന്ത്രം, ഷഡക്ഷരം പ്രണവപൂർവ്വകമായ പഞ്ചാക്ഷരം, അഷ്ടാക്ഷരം പ്രണവശക്തിപ്രാസാദപൂർവ്വകമായ പഞ്ചാക്ഷരം ഈ നാലു മന്ത്രങ്ങളിൽ ഏതെങ്കിലുമൊന്നിനെ ജപിക്കണം. സകല മന്ത്രങ്ങളും അതാതു മന്ത്രങ്ങളുടെ കല്പവിധിയെ അനുസരിച്ച ജപിക്കണം. ആദ്യമായിട്ടതന്നെ കേവലകുംഭകം സാധിക്കണം. കേവലകുംഭകത്തിൽ വേണം മന്ത്രം ജപിക്കുവാൻ. ജപം മൂന്നുവിധം. വാചികം, ഉപാംശു, മാനസികം. ക്രൂരകർമ്മസിദ്ധിക്ക് വാചികജപവും, ശാന്ത്യാദി സത്കർമ്മസിദ്ധിക്ക് ഉപാംശുജപവും, മോക്ഷത്തിനു മാനസികജപവും വേണമെന്നു് ശ്രീജാബാലദർശനോപനിഷത്തും, ഗായത്രിപഞ്ചാംഗവും, സിദ്ധനാഗാർജ്ജുനമന്ത്രതന്ത്രപ്രകാശവും മററും പറയുന്നു.

യസ്യ ചിത്തം നിജംധ്യായേത് മനസാമരുതാസഹ
ലീനഃഭവതിനാദേന ലയയോഗീ സ ഏവഹി 6

സാരം—അഭ്യാസം ഹേതുവായിട്ടു്, മനോമരുത്തുകളെ യോജിപ്പിച്ചു് ചിത്തത്തെ ധ്യാനിച്ചു് അവ മൂന്നുംകൂടി ഏകീകരിച്ചു് പരമമായ നാദത്തിൽ ലയിച്ചിരിക്കുന്നവൻ ലയയോഗിയാകുന്നു.

ഭവേദഷ്ടാംഗമാർഗ്ഗേണ മുദ്രാകരണബന്ധനൈഃ
തഥാ കേവലകുംഭേന ഹഠയോഗീ വശാനിലഃ 7

സാരം—യമനിയമാസനപ്രാണായാമപ്രത്യാഹാരധാരണാധ്യാനസമാധികളായ അഷ്ടാംഗമാർഗ്ഗംകൊണ്ടു കേവലകുംഭകം സമ്പാദിച്ചു്, തദ്ദ്വാരാ പ്രാണവായുവിനെ പ്രാണായാമമൊന്നുകൊണ്ടുതന്നെ വശപ്പെടുത്തുന്നവനെ ഹഠയോഗിയെന്നു പറയുന്നു.

ത്രിഷു ലക്ഷ്യേഷു യോ ബ്രഹ്മ സാക്ഷാത്കാരം ഗമിഷ്യതി
ജ്ഞാനോപായമനോവൃത്തിരഹിതോ രാജയോഗവിത് 8

സാരം—മന്ത്രലയഹഠയോഗങ്ങളൂടെ അഭ്യാസത്താൽ ഉൽഭൂതമാകുന്ന ലക്ഷ്യത്രയത്തിൽ ബ്രഹ്മസാക്ഷാൽകാരം അറിഞ്ഞു ജ്ഞാനോപായമനോവൃത്തിരഹിതനായിട്ടിരിക്കുന്നതു രാജയോഗമാകുന്നു.

ഉത്തരോത്തരവൈശിഷ്ട്യാദ്യോഗാശ്ചത്വാര ഏവ ഹി
തേഷ്വേക ഏവ മുഖ്യോസൌ രാജയോഗോത്തമോത്തമഃ

സാരം—മന്ത്രയോഗത്തെക്കാൾ ലയവും ലയത്തെക്കാൾ ഹഠവും ഹഠത്തെക്കാൾ രാജയോഗവും വിശേഷമായിരിക്കും. എന്നാൽ അവകളിൽവെച്ചു രാജയോഗം മുഖ്യം.

സോപി ത്രിധാ ഭവേത്സാംഖ്യസ്താരകശ്ചാമനാ ഇതി
പഞ്ചവിംശതിതത്വാനാം ജ്ഞാനം യത്സാംഖ്യമുച്യതേ

സാരം—ആ രാജയോഗംതന്നെ മൂന്നുവിധത്തിലാണ്: സാംഖ്യയോഗം, താരകയോഗം, അമനസ്കയോഗം ഇങ്ങിനെ ഭേദം. കേവലകുംഭകം സമ്പാദിച്ചു പുഷ്ടിവരുത്തി ഇരുപത്തഞ്ചു തത്വങ്ങളെ ശോധനചെയ്തു ബ്രഹ്മസാക്ഷാത്കാരത്തെ അറിയുന്നതു സാംഖ്യയോഗമാകുന്നു.

ബഹിർമ്മുദ്രാപരിജ്ഞാനം യോഗസ്താരക ഉച്യതേ
അന്തർമ്മുദ്രാപരിജ്ഞാനാദമനസ്ക ഇതീരിതഃ 11

സാരം—കേവലകുംഭകത്തിൽ അന്തർല്ലീനനായിരുന്നു ബഹിർമ്മുദ്രകളെ ശീലിച്ചു ബാഹ്യലക്ഷ്യങ്ങളിൽ ബ്രഹ്മസാക്ഷാത്കാരം ചെയ്യു

ന്നതു് താരകയോഗം. നേത്രമറച്ചു്, അന്തർല്ലക്ഷ്യങ്ങളിൽ ബ്രഹ്മസാക്ഷാൽകാരം ചെയ്യുന്നതു് അമനസ്കയോഗം.

ശ്ലാഘ്യഃസാംഖ്യാത്താരകോയമമനസ്കോപി താരകാത്
രാജത്വാത്സർവ്വയോഗാനാം രാജയോഗ ഇതിസ്മൃതഃ 12

സാരം—സാംഖ്യയോഗത്തെക്കാൾ താരകയോഗവും, അതിനെക്കാൾ അമനസ്കവും ശ്രേഷ്ഠമാണു്. എല്ലാ യോഗങ്ങൾക്കും രാജാവാവു എന്നുള്ളതു ഹേതുവായിട്ടു രാജയോഗമെന്നു സ്മരിക്കപ്പെടുന്നു.

നഭേദശ്ശിവയോഗസ്യ രാജയോഗസ്യ ച സ്വതഃ
ശിവാർച്ചിനാംതഥാപ്യേവമുക്തോബുധൈഃപ്രവർത്തതേ

സാരം—ശിവയോഗത്തിനും രാജയോഗത്തിനും വസ്തുതഃ ഒരു വ്യത്യാസവുമില്ല. എന്നാൽ ശൈവന്മാർക്കായി അങ്ങിനെ പറയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

പ്രതിപാദ്യസ്തയോർഭേദസ്തഥാ ശിവപരാത്മനാം
തസ്മാന്മനീഷിഭിർഗ്രാഹ്യശ്ശിവയോഗസ്തുകേവലം 14

സാരം—വാസ്തവത്തിൽ ഭേദമില്ലെങ്കിലും സാമ്പ്രദായികങ്ങളായ ചില വ്യത്യാസങ്ങളുണ്ടായിരിക്കും. അവയെ പറയുന്നു. ശിവയോഗമെന്നതു കേവലമാണു്. അതൊന്നു വേറെതന്നെയാണു്.

ജ്ഞാനം ശിവമയം ഭക്തി ശൈവീധ്യാനം ശിവാത്മകം
ശൈവംവ്രതം,ശിവാർച്ചേതി ശിവയോഗോഹിപഞ്ചധാ

സാരം—ശിവന്റെ തത്വമറിയുക, ശിവങ്കൽ പരമായിരിക്കുന്ന പ്രേമമുണ്ടായിരിക്കുക, ശിവധ്യാനം ചെയ്യുക, ശൈവങ്ങളായ വ്രതങ്ങളെ അനുഷ്ഠിക്കുക, ശിവനെ പൂജിക്കുക ഇങ്ങിനെ ശിവയോഗം അഞ്ചുവിധത്തിലാണു്.

ശിവാചാര്യവിഹീനോ യഃ പശുരേവ ന സംശയഃ
സ തു സംസാരചക്രേഽസ്മിൻ അജസ്രം പരിവർത്തതേ 16

സാരം—ശൈവഗുരുവില്ലാത്തവൻ . ശുദ്ധമേ മാടുതന്നെയാണു്. അവൻ സംസാരചക്രത്തിൽ എപ്പോഴും തിരിയുകതന്നെയുള്ളു. അവനൊരിക്കലും മുക്തിയുണ്ടാവുന്നതല്ല.

സത്യംവദാമി തേ തത്ത്വം നിൎണ്ണീതം പൂൎവ്വസൂരിഭിഃ
സൎവ്വഭൂതമയഃ സാക്ഷാത്സൎവ്വവേദമയസ്തഥാ 17

സൎവ്വജ്ഞാനസമഃ സൎവ്വസ്സൎവ്വതത്ത്വാത്പരോത്തരഃ
സൎവ്വതേജോമയഃ സാക്ഷാത്സൎവ്വാനന്ദസ്വരൂപവാൻ 18

മായാവശഗതഃ സകളോ നിഷ്കളഃ കേവലഃ പരം
അസ്തിനാസ്തിദ്വയാതീതോവാങ്മനോഽഗോചരാത്മകഃ

അവൎണ്ണോവൎണ്ണസംയുക്തോ നിരൂപീവിശ്വരൂപധൃക്
പരമാത്മാപരംബ്രഹ്മ കശ്ചിദ്ദേവോസ്തിചിച്ഛിവഃ 20

സാരം—ചിച്ഛിവൻ ഒന്നേയുള്ളൂ. അതുതന്നെയാണ് പരബ്രഹ്മവും പരമാത്മാവുമായിരിക്കുന്നതു്. ശുക്ലകൃഷ്ണപിംഗളാദി വൎണ്ണഭേദങ്ങളില്ലെന്നും ഉണ്ടെന്നും പറയാം. രൂപഹീനമാണെങ്കിലും ഈ ലോകങ്ങളുടെയൊക്കെയും രൂപത്തോടുകൂടിയവനുമാണ്. മായാസംബന്ധമുള്ളപ്പോൾ സകളനും, മായോപാധിയൊഴിഞ്ഞിരിക്കുമ്പോൾ നിഷ്കളനുമാണ്. എല്ലാ ആനന്ദവും തേജസ്സും ഭൂതങ്ങളും ശിവൻതന്നെയാണ്. ഉണ്ട്, ഇല്ല എന്നീ അവസ്ഥകളെ കവിഞ്ഞുനില്ക്കുന്നു. എല്ലാ ജ്ഞാനവും തത്ത്വവും ബ്രഹ്മംതന്നെ. എന്നിങ്ങനെയാണ് മുമ്പുള്ള വിദ്വാന്മാർ നിൎണ്ണയിച്ചുവെച്ചിട്ടുള്ളതു്. ഇതിനെ പറഞ്ഞറിയിക്കാനോ മനസ്സുകൊണ്ടറിവാനോ സുസാധ്യമല്ല.

ശിവാദുത്പദ്യതേ ശക്തിഃ ശാന്ത്യതീതാ പരാത്മികാ
അപ്രതൎക്ക്യഗുണോപേതാ ജൃംഭതേ സാ ശിവാജ്ഞയാ 21

സാരം—ശിവങ്കൽനിന്നാണ് ശക്തിയുണ്ടാവുന്നതു്. ആ ശക്തിയാകട്ടെ, പരാത്മികയും ശാന്തിക്കുമതീതെ ഇരിക്കുന്നവളും, സത്വരജസ്തമോഗുണങ്ങളോടുകൂടിയവളുമാകുന്നു. അവൾ ശിവന്റെ ആജ്ഞയനുസരിച്ചു വൎത്തിക്കുന്നു.

സാ ശക്തിഃ പഞ്ചധാ ഭിന്നാ ഭവതി ബ്രഹ്മരൂപിണീ
പഞ്ചഭൂതാത്മികാ നിത്യാ തസ്യാ ആസീദിദം ജഗത് 22

സാരം—ആ ശക്തി അഞ്ചുപ്രകാരത്തിൽ ഭിന്നിച്ചിരിക്കുന്നു. ആകാശം, വായു, അഗ്നി, ജലം, പൃഥിവി. ഈ അഞ്ചുതത്ത്വങ്ങളിൽനിന്ന് സകല ലോകങ്ങളുമുണ്ടായി.

ആദൌവ്യോമ്നിസ്ഥിതാജ്ജാതി സാക്ഷാദ്ദേവസ്സദാശിവഃ
സദാശിവാദീശ്വരോപി സംഭൃതഃ പവനസ്ഥിതഃ 23

ഈശ്വരാദഭവദ്രുദ്രോ വഹ്നിസംസ്ഥഃ പ്രതാപവാൻ
രുദ്രാദ്വിഷ്ണുർമ്മഹാതേജാ വാരിതത്ത്വവ്യവസ്ഥിതഃ 24

വിഷ്ണുതത്ത്വാദിതോബ്രഹ്മാ പൃഥ്വീതത്ത്വവ്യവസ്ഥിതഃ
ഏവം പരാശക്തിജാതാ വിശ്വപാഃ പഞ്ചമൂർത്തയഃ 25

സാരം—എന്നാൽ ഈ ഓരോ തത്ത്വങ്ങളിലും സദാശിവനുണ്ടെന്നാണ് ഇനി പറയുന്നത്. ആകാശതത്ത്വത്തിൽ സദാശിവനായും, അതിൽനിന്നുണ്ടായ വായുതത്ത്വത്തിൽ ഈശ്വരനായും, അതിൽനിന്നുണ്ടായ അഗ്നിതത്ത്വത്തിൽ രുദ്രനായും, അതിൽനിന്നുണ്ടായ ജലതത്ത്വത്തിൽ വിഷ്ണുവായും, അതിൽനിന്നുണ്ടായ പൃഥ്വിതത്ത്വത്തിൽ ബ്രഹ്മാവായും ഇരിക്കുന്നു. ക്ഷീരസാഗരമദ്ധ്യവർത്തിയാണു വിഷ്ണു എന്നു പറയുന്നതിന്റെ വാസ്തവം, വിഷ്ണു ജലതത്ത്വസ്ഥിതനാണെന്നാണ്. അതുപോലെതന്നെ ബ്രഹ്മാവ് പ്രപഞ്ചനിർമ്മാതാവുമായിരിക്കുന്നു. പൃഥ്വിതത്ത്വം എന്നതു ജലതത്ത്വം ഘനീഭവിച്ചതാണല്ലോ.

നിവൃത്തിശ്ച പ്രതിഷ്ഠാ ച വിദ്യാ ശാന്തിസ്തഥൈവ ച
ശാന്ത്യതീതാഃ കലാഹ്യേതാഃ സ്ഥിതാഃ ബ്രഹ്മാദിമൂർത്തിഷു.

സാരം—ബ്രഹ്മാവിങ്കൽ നിവൃത്തികലയും, വിഷ്ണുവിങ്കൽ പ്രതിഷ്ഠാകലയും, രുദ്രങ്കൽ വിദ്യാകലയും, ഈശ്വരങ്കൽ ശാന്തികലയും സ്ഥിതിചെയ്യുന്നു. എന്നാൽ ശാന്ത്യതീതമായ ഒരു കല സദാശിവങ്കലുമുണ്ട്.

തയാശിവാജ്ഞയാഹ്യേതേ വർത്തന്തേസുമഹോജ്ജ്വലാഃ
ബ്രഹ്മാണോദേവതാ ദൈത്യാ മുനയോ മാനവാസ്തഥാ 27

അണ്ഡജാഃ സ്വേദജാഃ സർവ്വേ പ്രാണിനശ്ച ജരായുജാഃ
തൃണഗുല്മലതാവൃക്ഷാഹ്യനേകോത്ഭിജ്ജകോടയഃ 28

ഗിരയഃ സരിതശ്ചാന്യേ സമുദ്രാശ്ച സരാംസി ച
സംഭവന്തി ക്രമേണൈവ തസ്മാച്ഛിവമയം ജഗത് 29

സാരം—ഈ ദേവന്മാരൊക്കെയും ബ്രഹ്മാക്കളും മററു ദേവന്മാരും അസുരന്മാരും മുനികളും മനുഷ്യരും പക്ഷികളും സ്വേദജങ്ങളും പർവ്വ

തങ്ങളും പുഴകളും സമുദ്രങ്ങളും തടാകങ്ങളും എന്നുവേണ്ട സകല സ്ഥാവരജംഗമപദാൎത്ഥങ്ങളും ശിവാജ്ഞകൊണ്ടുണ്ടായുവയാണ്. അതുകൊണ്ടു ശിവന്റെ വികാരത്തോടുകൂടിയതായിട്ടാണ് ഈ ലോകം മുഴുവനും ഇരിക്കുന്നതു്.

യസ്തം ശിവം കേവലചിത്സ്വരൂപം
സൂൎയ്യേന്ദുവൈശ്വാനരമണ്ഡലസ്ഥം
ഗുരുപ്രസാദാത് ത്രിമലം ക്ഷയിത്വാ
ധ്യാത്വാ യജന്മോക്ഷസുഖം പ്രയാതി 30

സാരം—കലൎപ്പുകൂടാത്ത സച്ചിദാനന്ദസ്വരൂപിയായും സൂൎയ്യൻ, ചന്ദ്രൻ, അഗ്നി ഈ തത്വങ്ങളിൽ സ്ഥിതിചെയ്യുന്നവനായുമിരിക്കുന്ന ഈ സദാശിവനെ ധ്യാനിച്ച് ഉപാസിച്ചാൽ പരമാനന്ദം ലഭിക്കും. എന്നാൽ ആദ്യമായിത്തന്നെ ആചാൎയ്യോപദേശത്താൽ മലത്രയത്തെ ക്ഷയിപ്പിക്കുവാൻ പരിശ്രമിക്കണം. കായികം വാചികം മാനസികം അല്ലെങ്കിൽ ആണവം കാമിയം മായികം എന്നിങ്ങനെ ത്രിമലങ്ങളെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. രണ്ടുതരം മലത്രയങ്ങൾക്കും തമ്മിൽ ആധാരാധേയമെന്നപോലെ സംബന്ധമുണ്ട്. ആദ്യത്തേതു നശിക്കുമ്പോൾ ചിച്ഛിവദർശനമുണ്ടാവും. ശിവപ്രസാദത്താൽ ദോഷങ്ങൾ നശിച്ചു മുക്തനായി ഭവിക്കും. യോഗം സർവ്വമലഹാരകമാകുന്നു.

ശിവജ്ഞാനംദ്വിധാജ്ഞേയം സഗുണം നിർഗ്ഗുണംതഥാ
ആദൌസഗുണമാശ്രിത്യപശ്ചാന്നിർഗ്ഗുണമാശ്രയേത് 31

സാരം—ശിവജ്ഞാനംതന്നെ സഗുണമെന്നും നിൎഗ്ഗുണമെന്നും രണ്ടു പ്രകാരത്തിലുണ്ട്. ആദ്യംതന്നെ സഗുണജ്ഞാനം നേടി പിന്നീട് നിൎഗ്ഗുണജ്ഞാനം സമ്പാദിക്കേണ്ടതാണ്. സഗുണജ്ഞാനം കൂടാതെ നിൎഗ്ഗുണജ്ഞാനം സമ്പാദിക്കാനും സാധിക്കുന്നതല്ല.

സഗുണം ബഹുധാപ്രോക്തം ബാഹ്യാഭ്യന്തരഗോചരം
ഇന്ദ്രിയാദിഭിരഗ്രാഹ്യം നിൎഗ്ഗുണം ത്വന്തരിക്ഷവത് 32

സാരം—സഗുണംതന്നെ പലവിധത്തിലുമുണ്ട്. ബഹിൎഗ്ഗോചരമെന്നും ആഭ്യന്തരഗോചരമെന്നും വകതിരിച്ചിരിക്കുന്നു. നിൎഗ്ഗുണമെന്നതു് ആകാശംപോലെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെക്കൊണ്ടു ഗ്രഹിപ്പാൻ പ്രയാസമുള്ളതുമാണ്.

ഏവംതത്വപരിജ്ഞാനം ഗുരുഷ്വേവവ്യവസ്ഥിതം
അത ഏവമുമുക്ഷൂണാം സേവനീയശ്ച സദ്ഗുരുഃ 33

സാരം—ഈ ശിവജ്ഞാനം ഗുരുമുഖത്തിൽനിന്നു കിട്ടണം. മോക്ഷാർത്ഥികൾ സദ്ഗുരൂപാസനയെച്ചെയ്യണം.

ദീർഘായുരാരോഗ്യമപാരഭൂതിം
വിദ്യാം യശഃ സ്വർഗ്ഗസുഖം ച മോക്ഷം
ഫലാനി സർവ്വാണി നരഃ സമാപ്തും
കഥം സമർത്ഥോ ഗുരുണാ വിഹീനഃ 34

സാരം—ദീർഘായുസ്സ്, അരോഗത, വളരെ ഐശ്വര്യം, അറിവ്, കീർത്തി, സുഖാനുഭവം, മോക്ഷം ഇതുകളെ സമ്പാദിക്കാൻ ഗുരുവില്ലാത്തൊരുത്തനു സാധിക്കില്ല.

ഉക്തലക്ഷണസമ്പന്നമാചാര്യം സർവ്വവേദിനം
കർമ്മണാ മനസാ വാചാ ശിവവത് പൂജയേത് ഗുരും 35

തസ്മാദ് ഗുരുമുഖേനൈവ ദീക്ഷിതോയശ്ശിവാർച്ചകഃ
ചതുർവ്വർഗ്ഗഫലാവാപ്തിഃ സുഖം തസ്യ കരേ സ്ഥിതം 36

ത്രികാലം വാ ദ്വികാലം വാ കാലമേകമഥാപി വാ
ഭക്ത്യാ ഗുരൂക്തമാർഗ്ഗേണ പൂജയേച്ചിന്മയം ശിവം 37

സാരം—സർവ്വലക്ഷണങ്ങളോടുകൂടിയവനും എല്ലാ തത്വങ്ങളേയുമറിയുന്നവനുമായൊരാചാര്യനെ മനസ്സുകൊണ്ടും വാക്കുകൊണ്ടും കർമ്മംകൊണ്ടും ശിവനെ എന്നപോലെ പൂജിക്കണം. ആചാര്യങ്കൽനിന്നു സാമ്പ്രദായികമായി ഉപദേശം ലഭിച്ചവനു സുഖം കയ്യിൽതന്നെ. അത്രമാത്രവുമല്ല, ധർമ്മാർത്ഥകാമമോക്ഷപ്രാപ്തികളും അവൻ മതിയാവും. ദിവസംപ്രതി മുമ്മൂന്നോ അല്ലെങ്കിൽ ഈരണ്ടോ അല്ലെങ്കിൽ ഓരോനേരമോ ഗുരൂപദേശാനുസാരേണ ശിവപൂജ ചെയ്യണം.

അന്തര്യോഗോ ബഹിര്യോഗോ ദ്വിവിധം തച്ഛിവാർച്ചനം
മുഖ്യാ ചാഭ്യന്തരീപൂജാ സാ ച ബാഹ്യാർച്ചനോദിതാ 38

ആത്മസ്ഥമത്യന്തരുചിപ്രശാന്ത-
മശ്രാന്തമീശം ഹി യജന്തി സന്തഃ

താം ബാഹ്യനാനാപ്രതിമാസു ബാഹ്യ
ക്രിയാഭിരേവാല്പധിയോ യജന്തി 39

സാരം—യോഗയുക്തനായിട്ടാണു ശിവാൎച്ചനം ചെയ്യേണ്ടതു്. യോഗമോ, ബാഹ്യം ആഭ്യന്തരം ഇങ്ങിനെ രണ്ടു തരത്തിലാണു്. യോഗയുക്തനായിട്ടു മനോമണ്ഡപമായ ഹൃദയകമലത്തിങ്കൽ ദേവന്റെ രൂപത്തെ ധ്യാനിച്ചു ഭാവനചെയ്യുന്നതു ബാഹ്യപൂജയാകുന്നു. ഇപ്രകാരമുള്ള ബാഹ്യപൂജയുടെ പുഷ്ടിഹേതുവായിട്ടു ചിദാകാശത്തിങ്കൽ ചിദ്രൂപപീഠം പ്രകാശിക്കുമ്പോൾ ആ പീഠമദ്ധ്യത്തിങ്കൽ സഗുണമായോ നിൎഗ്ഗുണമായോ ഭാവിക്കുന്നതാഭ്യന്തരപൂജയാണു്. ഇവകൾ യോഗസമ്പ്രദായരഹസ്യങ്ങളാണു്. യോഗയുക്തനായിട്ടു ജലഗന്ധപുഷ്പാദ്യുപകരണങ്ങളോടുകൂടി പ്രതിമകളിലോ യന്ത്രങ്ങളിലോ മററോ പൂജിക്കുന്നതു വെറും ബാഹ്യപൂജയാകുന്നു. യോഗരഹിതനായിട്ടുള്ളവന്റെ പൂജാഫലം അസുരന്മാർ ഭുജിക്കുന്നു. തന്നിമിത്തം അസുരതന്ത്രമാണു പൂജകൎന്നന്ദമാവുന്നതു്. അപ്രകാരമുള്ള ദോഷങ്ങളെക്കളയുവാനായിട്ടാണു് അഷ്ടാംഗയോഗംകൊണ്ടു ദേഹശുദ്ധി വരുത്തി സമാധിയുക്തനായിട്ടു പ്രതിമകളിൽ പൂജിക്കേണമെന്നു വച്ചിട്ടുള്ളതു്.

ഹൃത് പദ്മം ശിവധൎമ്മകന്ദസഹിതം
സുജ്ഞാനനാളം തഥാ
നിത്യൈശ്വൎയ്യദളാഷ്ടകം ശശിനിഭം
വൈരാഗ്യസത്കൎണ്ണികം
ശ്രീരുദ്രേശ്വരകേസരാഞ്ചിതമിദം
സഞ്ചിന്ത്യ, തന്മദ്ധ്യതഃ
സൂൎയ്യേന്ദുജ്ജ്വലവഹ്നിമണ്ഡലഗതം
ധ്യായേച്ഛിവം ചിന്മയം 40

സാരം—ശിവധ്യാനത്തിൽ "ശാന്തം പദ്മാസനസ്ഥം" എന്നു പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടല്ലോ. അതുകൊണ്ടു ശിവന്നു പദ്മാസനം സിദ്ധം. എന്നാൽ ആ പദ്മം ഹൃദയപദ്മംതന്നെയാണു്. ശിവധൎമ്മമാകുന്ന കിഴങ്ങോടുകൂടിയതും, ജ്ഞാനമാകുന്ന വളയത്തോടുകൂടിയതും, അഷ്ടൈശ്വൎയ്യങ്ങളായ എട്ടിതളുകളോടുകൂടിയതും, ചന്ദ്രനെപ്പോലെ വെളുത്ത നിറത്തോടുകൂടിയതും, വിരക്തിയാകുന്ന മുള്ളോടുകൂടിയതും,

ദളാദികളാകുന്ന അല്ലികളോടുകൂടിയതും ആണ് ആ ചിത്രപദ്മം. അതിന്റെ മദ്ധ്യത്തിൽ സർവ്വതത്വാത്മാവായ സദാശിവനെ ധ്യാനിക്കണം.

പ്രസന്നവദനം ശാന്തം ദ്വ്യഷ്ടവാർഷികമുജ്ജ്വലം
അനേകകോടികന്ദർപ്പലാവണ്യസമവിഗ്രഹം 41

ചതുർഭുജം മൃഗീടങ്കവരദാഭയധാരിണം
ചന്ദ്രരേഖാശിരോഭൂഷം ശരച്ചന്ദ്രനിഭദ്യുതിം 42

ദിവ്യാംബരധരം ദേവം ദിവ്യഗന്ധാനുലേപനം
ദിവ്യാഭരണശോഭാഢ്യം ദിവ്യപുഷ്പൈരലംകൃതം 43

ത്രിണേത്രം ത്രിഗുണാധാരം ത്രിമലക്ഷയകാരണം
സർവ്വമംഗളയാ ദേവ്യാരൂഢവാമാങ്കശോഭിതം 44

ഭാസത്കല്പതരോർമ്മൂലേ ഫലപുഷ്പസമന്വിതേ
വേദികായാം സമാസീനം നവരത്നമയാസനേ 45

അദ്വൈതമച്യുതംവിഷ്ണും നിത്യം നിർവ്വാണഗോചരം
അചിന്ത്യമജമവ്യക്തമാദിമദ്ധ്യാന്തവർജ്ജിതം 46

പരം ശിവം ഹൃദിധ്യാത്വാ നിശ്ചയീഭൂതമാനസാഃ
യജേദാഭ്യന്തരൈർദ്രവ്യൈരവധാനേന തദ്യഥാ 47

സാരം—പതിനാറുവയസ്സു പ്രായമായ ഒരു യുവാവിനെപ്പോലെ ശോഭിക്കുന്നവനും, പ്രസാദത്തോടുകൂടിയ മുഖത്തോടുകൂടിയവനും, ശാന്തനും, അനവധി കാമദേവന്മാരുടെ സൗന്ദര്യത്തോടുകൂടിയ ശരീരമുള്ളവനും, നാലു തൃക്കൈകളോടുകൂടിയവനും, മാൻ, കല്ലുളി എന്നീ ആയുധങ്ങളും വരദം, അഭയം എന്നീ രണ്ടു മുദ്രകളും കൈകളിൽ പിടിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നവനും, ചന്ദ്രഭൂഷണനും, ചന്ദ്രതുല്യമായ കാന്തിയോടുകൂടിയവനും, വിശേഷമായ ക്ഷൗമമുടുത്തിരിക്കുന്നവനും, സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങളെ ശരീരത്തിൽ പൂശിയവനും, വിശേഷാഭരണങ്ങളെ അണിഞ്ഞവനും, ദിവ്യപുഷ്പങ്ങളെ ചൂടിയവനും, മൂന്നു കണ്ണുകളോടുകൂടിയവനും, സത്വരജസ്തമസ്സുകൾക്ക് ആധാരമായവനും, മൂന്നുവിധ മലങ്ങളുടെ നാശത്തിനു കാരണമായവനും, സ്വഭാര്യയെ മടിയിലിരുത്തി ശോഭിക്കുന്നവനും, ചാപലമില്ലാത്തവനും, നാശമില്ലാത്തവനും,

സർവ്വവ്യാപിയും, നിത്യനും, നിർവ്വാണഗോചരനും, അചിന്ത്യനും, അജനും, അവ്യക്തനും, തുടക്കം നടു ഒടുവു് ഇവകളൊന്നുമില്ലാത്തവനും ആയിരിക്കുന്ന പരമേശ്വരനെ, മുമ്പ പറഞ്ഞിട്ടുള്ള ഹൃദയപദ്മത്തിൽ ധ്യാനിച്ചിരുത്തി അഭ്യന്തരദ്രവ്യങ്ങളെക്കൊണ്ടു പൂജിക്കണം. അഭ്യന്തരദ്രവ്യങ്ങൾ ഇന്നിന്നവയാണെന്നും അതുകളെക്കൊണ്ടു് ഏതുവിധത്തിൽ പൂജിക്കണമെന്നും ഇനിപ്പറയും.

ശമാംബുപരിഷേചനം, സകലപൂർണ്ണഭാവാംബരം,
ത്രിശക്തിഗുണസംയുതം, വിഹിതയജ്ഞസൂത്രം യഥാ
സ്വസംവിദനുലേപനം, സമധികാനുകമ്പാക്ഷതാൻ
ശിവായ വിനിവേദയേത് പ്രകടഭക്തിപുഷ്പാണി ച 48

സാരം—ശമമാകുന്ന ജലംകൊണ്ടു സ്നാനം കല്പിക്കണം, സകലനായി സർവ്വസംപൂർണ്ണനായിരിക്കുന്നു എന്നുള്ള വിചാരംകൊണ്ടു വസ്ത്രകല്പനം, ജ്ഞാനം ഇച്ഛാ ക്രിയാ എന്നീ മൂന്നു ശക്തികളാകുന്ന ഇഴകളുള്ള പൂണനൂലിടിക്കണം, സ്വജ്ഞാനമാണു ചന്ദനം, അപാരകാരുണ്യംതന്നെ അക്ഷതങ്ങൾ, ഭക്തി പുഷ്പങ്ങൾ ഇവയെ വേണ്ടുംപോലെ ശിവന്നായിക്കൊണ്ടു സമർപ്പിക്കണം.

ധൂപമാന്തരചതുഷ്ടയേന വൈ-
ദീപമിന്ദ്രിയഗുണോത്തരേണ തു
കല്പയേച്ച സുഖദുഃഖവർജ്ജിതം
ജീവരൂപമുപഹാരമന്തരേ 49

സാരം—മനസ്സ്, ബുദ്ധി, അഹങ്കാരം, ചിത്തം ഇതുകളെക്കൊണ്ടാണു ധൂപം. ദീപം, നേത്രശ്രോത്രാദികളായ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടെ ശ്രേഷ്ഠഗുണങ്ങളെക്കൊണ്ടുവേണം. സുഖമെന്നും ദുഃഖമെന്നുമില്ലാത്ത ജീവരൂപത്തെക്കൊണ്ടു കാഴ്ചദ്രവ്യവും കല്പിക്കണം.

രജസ്തമസ്സത്വഗുണത്രയം ച
താംബൂലകം പ്രാണനമസ്കൃതിം ച
ഇത്യേവമാഭ്യന്തരദിവ്യപൂജാ
ദ്രവ്യാണി സമ്പാദയ ശങ്കരായ. 50

സാരം—സത്വഗുണം വെററില, തമോഗുണം അടയ്ക്ക, രജോഗുണം ചുണ്ണാമ്പു് ഇങ്ങിനെ താംബൂലം. പ്രാണഗതിതന്നെ പ്രണതി

ളുണ്ടിനെയൊക്കെയാണ് ആഭ്യന്തരപൂജയ്ക്കുള്ള ദ്രവ്യങ്ങളെ സമ്പാദി ക്കേണ്ടതു്.

അഥവാവാഹനാദ്യൈരസ്ത്വമുപഹാരൈശ്ച രാജവത്
പൂജയസ്വ ശിവം ഭക്ത്യാ പരമാത്മാനമന്തരേ 51

സാരം—അഥവാ, വാഹനം കാഴ്ചകൾ ഇതുകളെക്കൊണ്ടും രാജാവിനെ എന്നപോലെ പരമേശ്വരനെ ഭക്തിയോടുകൂടി മനസ്സിൽ ഉപചരിക്കണം.

അത ഏവ സദാ പൂജാമിമാമഭ്യന്തരീം കുരു
സമസ്തപാപദളനീം സർവ്വദുഃഖവിനാശിനീം 52
ശിവഭക്തിപ്രദാം സാക്ഷാന്മനോനൈർമ്മല്യകാരിണീം
സർവ്വൈശ്വര്യകരീം സമ്യഗ്യോഗജ്ഞാനപ്രദായിനീം 53

സാരം—എല്ലാ പാപങ്ങളേയും പിളൎക്കുന്നതും, എല്ലാ ദുഃഖങ്ങളേയും നശിപ്പിക്കുന്നതും, ശിവഭക്തിയെ കൊടുക്കുന്നതും, മനശ്ശുദ്ധിക്കു കാരണമായിരിക്കുന്നതും, എല്ലാവിധ ഐശ്വര്യങ്ങളേയും ഉണ്ടാക്കിക്കൊടുക്കുന്നതും, യോഗജ്ഞാനത്തെ നൽകുന്നതുമായിരിക്കുന്നതുമാണ് ഈ ആഭ്യന്തരപൂജ. അതുകൊണ്ടു് അപ്രകാരമെല്ലാം ഗുണത്തോടുംകൂടിയിരിക്കുന്ന ഈ പൂജയെ നിങ്ങൾ എപ്പോഴും ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

എന്നു് പ്രഥമപടലം കഴിഞ്ഞു.

അഥ ദ്വിതീയഃ പടലഃ

അഥ തേ സംപ്രവക്ഷ്യാമി ശിവപൂജാവിധിം ബുധൈഃ
പുനഃ പ്രകാരമാഖ്യാതം യോഗമാർഗ്ഗൈകഗോചരം 1

യോഗാത്സഞ്ജായതേ ജ്ഞാനം ജ്ഞാനാദ്യോഗഃ പ്രവർത്തതേ
ദ്വയോസ്സംസിദ്ധയേ ഭ്രമൗ ശരീരം രക്ഷയേത് ബുധഃ 2

ശരീരം കഫനാശേന സ്വസ്ഥൈര്യം യാതി നിശ്ചയം
സ കഫോ ഹഠയോഗേന വിനശ്യതി ശരീരിണാം 3

ശിവയോഗഃ സാധകാനാം സാദ്ധ്യസ്തത്സാധനം ഹഠഃ
യമാദിഭിരഥാഷ്ടാംഗൈർദ്ദേവപൂജാം സമാചരേത് 4

സാരം—വിദ്വാന്മാരാൽ പറയപ്പെട്ടതും യോഗികളുടെ സമ്പ്രദായത്താൽ മാത്രം അറിയപ്പെടാവുന്നതുമായ ശിവപൂജാവിധിയെ ഇനി നിനക്കായി പറഞ്ഞുതരാം. യോഗം ഹേതുവായിട്ടു ജ്ഞാനം ഉണ്ടാകുന്നു. ആ ജ്ഞാനം ഹേതുവായിട്ടു യോഗം പുഷ്ടിപ്പെടുന്നു. ഇങ്ങിനെ യോഗജ്ഞാനങ്ങൾക്കു കാര്യകാരണത്വം സിദ്ധം. ശരീരം കൂടാതെ യാതൊന്നും സാദ്ധ്യമല്ലല്ലൊ. ശരീരത്തിനു പീഡകൾ ഉണ്ടാവുമ്പോൾ യോഗമെന്നു മാത്രമല്ല സർവ്വവും നഷ്ടമാകുന്നു. ഈ തത്ത്വമറിഞ്ഞവൻ ആദ്യമായി ശരീരജയം സാധിക്കണം. ശരീരമാകട്ടെ കഫാദിദോഷങ്ങളെക്കൊണ്ടു ക്ഷണത്തിൽ നശിക്കുന്നതാകുന്നു. ആ ദോഷങ്ങൾ ഹഠയോഗംകൊണ്ടു വേഗത്തിൽ നശിക്കും. സാധകന്മാർക്കു സാധിക്കേണ്ടതു ശിവയോഗമാണെങ്കിലും ശിവയോഗം സാധിക്കുവാനുള്ള സാധനം ഹഠയോഗമാകുന്നു. ഹഠയോഗസിദ്ധിവന്നാൽ സ്വയമേവ ശിവയോഗത്തിൽ ആരോഹണമുണ്ടാവും. അതിനാൽ യമനിയമാദ്യഷ്ടാംഗഹഠയോഗത്തെ ആദ്യമായി പരിശീലിക്കണം. ഹഠയോഗമില്ലാതെ രാജയോഗമില്ല. രാജയോഗമില്ലാതെ ഹഠയോഗവുമില്ല. രണ്ടുംകൂടി അഭ്യസിക്കണമെന്നു മണ്ഡലബ്രാഹ്മണോപനിഷത്തു മുതലായ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ വിധിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഹഠയോഗമെന്നതു ശരീരകർശനകരങ്ങളായ ചില സാഹസകർമ്മങ്ങളാണെന്നു ചില പശുബുദ്ധികൾ ധരിച്ചിട്ടുണ്ടായിരിക്കാം. ആവക സർക്കസ്സുകളെക്കൊണ്ടു സൂര്യചന്ദ്രമസ്സുകൾക്ക് ഐകഭാവമുണ്ടാവുന്നതല്ല. ഹകാരം ആദിത്യവാ

ചിയും ഠകാരം ചന്ദ്രവാചിയുമാണ്. ഹഠയോഗം എന്നുവെച്ചാൽ സൂര്യന്റെയും ചന്ദ്രന്റെയും ഐക്യമെന്നർത്ഥമാകുന്നു. ഹകാരം പ്രാണവായുവും ഠകാരം അപാനവായുവുമാകുന്നു. ഈ പ്രാണാപാനയോഗത്തിന്നു തമിഴിൽ 'വാശിയോഗ'മെന്നു പേർ. ശിവയോഗസിദ്ധിക്കു മുമ്പായി ഈ വാശിയോഗത്തെ അഭ്യസിക്കണമെന്നും ഈ വാശിയോഗം അജപായോഗം അല്ലെങ്കിൽ കുണ്ഡലീയോഗമാണെന്നും വ്യാഖ്യാനിച്ചിട്ടുണ്ട്.

അഷ്ടാംഗഹഠയോഗം അന്തസ്സാരമായതും നാളികേരസദൃശമായതുമത്രേ. നാളികേരബീജനിത്രപണം ചെയ്ത് അതിലുള്ള ബാഹ്യതത്വങ്ങളെ സംസ്കരിച്ചാൽ അതും ലഘുവായി ഉപയോഗിക്കമാറാകുമോ അതുപോലെ അഷ്ടാംഗയോഗത്തെ സംസ്കരിച്ചതാണ് അജപാവിദ്യ. ഈ വിദ്യ സർവ്വസാരവും, നവനീതസദൃശവും, സകലയോഗാദിയും, ലഘുസിദ്ധിപ്രദായകവുമാണ്.

യമനിയമഗുണൈശ്ച സ്വാത്മശുദ്ധിം വിധായ
സ്വവശവിവിധപീഠൈരേവ ഭൂത്വാ സ്ഥിരാത്മാ
അസുനിയമജലേന സ്നാപയേദ്ദിവ്യലിംഗം
പ്രകടിതചതുരംഗം ബാഹ്യമേതദ്വിധാനം 5

സാരം—യമനിയമംകൊണ്ട് ആത്മശുദ്ധിയെ ചെയ്കയും സുഖമായ ആസനത്തിൽ ഇരുന്നിട്ടു പ്രാണായാമം പരിശീലിക്കയും വേണം. പ്രാണായാമപരിശീലനം ഹേതുവായിട്ടു കേവലകുംഭകം സിദ്ധിക്കുമ്പോൾ ശിവപൂജക്കുള്ള പീഠമായ ജ്യോതിർബ്ബിന്ദുലക്ഷ്യം പ്രകാശിക്കും. പിന്നീടു പ്രാണായാമം ശീലിച്ചുകൊള്ളണം. തന്നിമിത്തം അമൃതം സ്ഫുരിക്കും. ആ അമൃതമാണ് സുജലം. അതുതന്നെ അഭിഷേകജലം. യമം നിയമം ആസനം പ്രാണായാമം ഈ നാലും ശിവപൂജയ്ക്കുള്ള ബാഹ്യചതുരംഗങ്ങളാകുന്നു.

ശംഭോരപീന്ദ്രിയനിവർത്തനമേവ ഗന്ധോ,
ധ്യാനം പ്രസൂനനിചയോ, ദൃഢധാരണാ സാ
ധൂപഃ, സമാധിരിതി ശുദ്ധമഹോപഹാരൈ-
രാഭ്യന്തരാഗ്ര്യ ചതുരംഗവിധാനമേതത് 6

സാരം— ഒരു ദേവനെ പൂജിക്കുന്നതിലേക്കായിട്ട്, താഴെ പറയുന്നവ പ്രധാനങ്ങളാണ്. പീഠം ജലം ഗന്ധം പുഷ്പം ധൂപം ദീപം

നൈവേദ്യം ഈ എട്ടംഗങ്ങളെക്കൊണ്ടാണ് ശിവപൂജ വേണ്ടതു്. മുൻശ്ലോകത്താൽ പീഠവും ജലവും സിദ്ധിച്ചു. ഇന്ദ്രിയനിവൎത്തനം അതായതു പ്രത്യാഹാരം, അതുതന്നെയാണു ഗന്ധം. ധ്യാനമത്രെ പുഷ്പം ധാരണ ധൂപവുമായി. മഹാപഹാരത്തിൽ ദീപനിവേദ്യങ്ങൾ ഉൾപ്പെട്ടിട്ടുണ്ടു്. അതു സമാധിയുമാകുന്നു. ഒടുവിൽ പറഞ്ഞ പ്രത്യാഹാരധ്യാനധാരണാസമാധികൾ ആഭ്യന്തരചതുരംഗങ്ങളാകുന്നു.

ഏവമഷ്ടാംഗയോഗേന സദാന്തഃ പദ്മസദ്മനി
പൂജയേത് പരമം ദേവം കിംബാഹ്യൈർദ്ദേവപൂജനൈഃ

സ്വാത്മന്യേവ സദാഷ്ടാംഗൈഃ പൂജയേച്ഛിവമവ്യയം
ശൈവസ്സഏവ വിദ്വാംശ്ച സ ച യോഗവിദാം വരഃ ൮

സാരം— ഇങ്ങിനെ പൂജോപകരണങ്ങളൊക്കെ ആത്മാവിങ്കൽ തന്നെ ഉണ്ടല്ലൊ. പിന്നെ എന്തിനാണ് ബിംബാദികളിൽ ജലചന്ദനപുഷ്പാദികളെക്കൊണ്ടും മററും പൂജിക്കുന്നതു്? അതു വേണ്ട. ആത്മാവിങ്കൽതന്നെ അഷ്ടാംഗയോഗങ്ങളെക്കൊണ്ടു ശിവാരാധനംചെയ്യുന്നതാണ് ഉത്തമം. അങ്ങിനെ ചെയ്യുന്നവനാണു ശൈവൻ. അവൻതന്നെയാണു വിദ്വാൻ. അവൻതന്നെ യോഗജ്ഞന്മാരിൽവെച്ചു ശ്രേഷ്ഠൻ. ഇനി യമാദികളെന്താണെന്നു പ്രത്യേകമെടുത്തു പറയാൻപോകുന്നു.

സബ്രഹ്മചര്യം നിയതാശനം ച
ധൃതിർദ്ദയാ സൂനൃതമാർജ്ജവം ച
ശൗചം ക്ഷമാ സ്തേയമഥോ അഹിംസാ
യമാ ദശൈതേ മുനിഭിഃ പ്രണീതാഃ ൯

സാരം—എന്നാൽ യമമെന്താണ്, നിയമമെന്താണ് എന്നൊക്കെ അറിയേണ്ടതുണ്ടു്. യമം പത്തുവിധത്തിലാചരിക്കണം. 1. ബ്രഹ്മചര്യം, അതായതു് സ്ത്രീവിഷയത്തിൽ ഇന്ദ്രിയവ്യയം ചെയ്യാതിരിക്കുക. 2. നിയതാശനം, ക്ലിപ്തസമയത്തു മിതമായ ഭക്ഷണം കഴിക്കുക. 3. ധൃതി, ധൈര്യം. 4. ദയ, കരുണ. 5. സൂനൃതം, ശ്രോതാക്കന്മാൎക്കു ഹിതമായും സത്യമായുമുള്ള വാക്കുകളെപ്പറയുക. 6. ആർജ്ജവം, കൗടില്യമില്ലാതിരിക്കുക. 7. ശൗചം, ശരീരത്തിൽ യാതൊരു മാലിന്യവുമില്ലാതിരിക്കുക. 8. ക്ഷമ, മുതുക്കം. 9. അസ്തേയം, അന്യന്റെ മുതലെടുത്തനുഭവിക്കാതിരിക്കുക. 10. അ

ഹിംസ, ഒരു ജീവജന്തുവിനെയും മനസാ വാചാ കർമ്മണാ ഹിംസിക്കാതിരിക്കുന്നതാണ് അഹിംസ.

സന്തോഷ ആസ്തിക്യഗുണോ മതിശ്ച
തപോവ്രതം ശങ്കരപൂജനഞ്ച
ഹ്രീ, യോഗശാസ്ത്രശ്രവണം ജപശ്ച
പ്രദാനമേതേ നിയമാ ദശസ്മൃതാഃ 10

സാരം— 1. സന്തോഷം, ആഹ്ളാദം. 2. ആസ്തിക്യഗുണം, ഈശ്വരൻ ഒരുവനുണ്ടെന്നുള്ള വിശ്വാസത്തോടുകൂടിയിരിക്കുക. 3. മതി. 4. തപസ്സ്, കൃച്ഛ്രചാന്ദ്രായണാദി വ്രതാനുഷ്ഠാനം. 5. വ്രതം. 6. ശങ്കരപൂജനം. 7. ഹ്രീ, ലജ്ജ, നസ്തുതിചെയ്യാതിരിക്കുക. 8. യോഗശാസ്ത്രശ്രവണം. 9. ജപം. 10. പ്രദാനം. യഥാശക്തി ദാനംചെയ്യുക. ഇങ്ങിനെ നിയമം പത്ത്.

യമൈശ്ച നിയമൈസ്സമ്യഗേവം വിംശതിസംഖ്യയാ
സ്ഥിരശ്ചാനിശ്ചയോഭൂത്വാസനാത്മശുദ്ധിംസമാചരേൽ 11

സാരം—ഇരുപതുവിധത്തിൽ പറയപ്പെട്ട യമങ്ങളാലും, നിയമങ്ങളാലും സ്ഥിരസുഖമായിട്ടുള്ള ആസനത്തിലിരുന്ന് ആത്മശുദ്ധിയെ ചെയ്യണം.

സിദ്ധാം, ബുജ, സ്വസ്തിക, മുക്ത, വീര,
ഭദ്രാ, ഹില്ല, കേസരി, ഗോമഖാനി
സുഖാസനം ചൈവ സമങ്കിതാനി
തഥാ ദശൈതാനി വരാസനാനി. 12

സാരം—അനേകാസനങ്ങളുള്ളവയിൽ പ്രധാനം പത്താസനങ്ങളാകുന്നു. സിദ്ധാസനം, പത്മാസനം, സ്വസ്തികാസനം, മുക്താസനം, വീരാസനം, ഭദ്രാസനം, മയൂരാസനം, സിംഹാസനം, ഗോമുഖാസനം, സുഖാസനം. ഇവയുടെ വിവരങ്ങൾ ഹഠയോഗപ്രദീപിക, ഘേരണ്ഡസംഹിത മുതലായ ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ പ്രതിപാദിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്.

ഗൃഹിണാമംബുജം നിത്യം സിദ്ധം ത്വിതരവർത്മനാം
സുഖാസനം ച സർവ്വേഷാമിത്യേതത് ത്രിവിധം മതം 13

സാരം—ഗൃഹസ്ഥന്മാർക്ക പത്മാസനവും ഇതരാശ്രമസ്ഥന്മാർക്ക സിദ്ധാസനവും മുഖ്യമാണ്. എന്നാൽ സുഖാസനം ഏവർക്കും സ്വീകാര്യമത്രെ.

യാനികാനി പ്രശസ്താനി ഹ്യാസനാനി വശാനി ച
തേഷ്വഭീഷ്ടാസനാസീനോ വിവിക്തസ്ഥാനമാശ്രയേൽ 14

സാരം—ഏതെങ്കിലും ഇഷ്ടമുള്ള ഒരാസനം വശമാക്കി പിന്നീട് ജനബാധയില്ലാത്ത ഒരു സ്ഥലത്തു പാർക്കണം.

തത്ര രമ്യം മഠം കുര്യാത്സത്കവാടഗവാക്ഷകം
പ്രാകാരവേഷ്ടിതം ശുദ്ധം ബഹിഃശാലാസമന്വിതം 15
സുഗന്ധികുസുമാകീർണ്ണം വിതാനപരിശോഭിതം
മൃദൂപധാനശയ്യാദ്യൈരാസനാദ്യൈസ്സമാകുലം 16
സുധൂപവാസിതം നിത്യം ഗോമയേന സുലേപിതം
സമിത്പുഷ്പഫലോപേതം കന്ദമൂലഫലാന്വിതം 17
സമഗ്രഭസ്മരുദ്രാക്ഷകുശാജിനവിഭൂഷിതം
ശുദ്ധാന്നപാനസമ്പന്നം സർവ്വൌഷധിസമാശ്രിതം 18
സദാമനോഹരാസ്പദം, തസ്മിന്നാസനമപേത്യ ച
സദാശിവം പൂജയേത ഹൃദി സ്ഥിരസമാഹിതഃ 19

സാരം—വിജനസ്ഥലത്തു വിശേഷമായ ഒരു മഠം ഉണ്ടാക്കണം. നല്ല വാതിലുകളും വിശാലങ്ങളായ ജനലുകളും, അഞ്ചാംപുരയുംമാറമുണ്ടായിരിക്കണം. നല്ല വാസനാപുഷ്പച്ചെടികളെ വെച്ചുപിടിപ്പിക്കണം. മേൽക്കെട്ടി, പന്തൽ, മാർദ്ദവമുള്ള തലയണകൾ, കസാല മുതലായ വിഷ്ടരങ്ങൾ ഇവയൊക്കെ ഉണ്ടായിരിക്കണം. ദിവസംപ്രതി ചാണകംകൊണ്ടു നിലം മെഴുകണം. സുഗന്ധദ്രവ്യങ്ങളെക്കൊണ്ടു പുകയ്ക്കണം. ചമത, പൂവൻപഴം, കിഴങ്ങുകൾ, വേരുകൾ, കായ്കൾ ഇവയുമുണ്ടായിരിക്കണം. ഗുരുവാക്യമനുസരിച്ചുള്ള സിദ്ധൌഷധികളെ ഉണ്ടാക്കണം. രുദ്രാക്ഷം, ഭസ്മം, ദർഭപ്പുല്ല്, തോല്, നല്ല ഭക്ഷ്യപദാർത്ഥങ്ങൾ, ശുദ്ധജലം ഇവകളുമുണ്ടായിരിക്കണം. അങ്ങിനെ ഒരു മഠത്തിൽ താമസമുറപ്പിച്ചശേഷം സദാശിവനെ മനസ്സിൽ സദാ പൂജിക്കണം.

തദ്യഥാശ്രൂണു ദേവി വിധാനാദേവ കേവലകുംഭകേ
പ്രാണായാമജലേനൈവ സ്നാപയേച്ചിന്മയം ശിവം. 20

സാരം—അതെത്രപ്രകാരമാണെന്നു കേട്ടാലും. ആദ്യംതന്നെ കേവലകുംഭകത്തിൽ പ്രാണായാമമാകുന്ന ജലംകൊണ്ടുതന്നെ ശിവനു് അഭിഷേകം ചെയ്യണം.

പ്രാണായാമസ്തഥാ പ്രോക്തഃ പ്രാകൃതോ വൈകൃതസ്തഥാ
താഭ്യാംവിനാ ജൃംഭതേ യഃ കേവലഃ കുംഭകഃ സ്വയം 21

നിഃശ്വാസോച്ഛ്വാസരൂപേണ രേകപൂരസ്വഭാവതഃ
പ്രാണാനിലവർത്മനോ പ്രാകൃതഃ സ ഉദാഹൃതഃ 22

ആഗമോക്തവിധാനേന രേചപൂരകകുംഭകൈഃ
യദി പ്രാണനിരോധഃ സ്യാദ്വൈകൃതസ്സ ഉദാഹൃതഃ 23

പ്രാകൃതം വൈകൃതം ചേതി ദ്വയമേതന്മഹാത്മനഃ
ക്ഷണാത്സംസ്തംഭയേദ്യസ്തു സ ഹി കേവലകുംഭകഃ 24

സാരം—എന്നാൽ പ്രാകൃതമെന്നും വൈകൃതമെന്നും രണ്ടുവിധം പ്രാണായാമമുണ്ടു്. അതുകളിലുംവെച്ചു് ഉൽകൃഷ്ടമായി കേവലകുംഭകപ്രാണായാമവുമുണ്ടു്. സാധാരണമായി ശ്വാസം വലിക്കലും വിടലും ഉണ്ടല്ലൊ. അതാണു പ്രാകൃതപ്രാണായാമം. ശാസ്ത്രത്തിൽ വിധിച്ചപോലെ നാഡിശുദ്ധിയും പ്രാണായാമവും ചെയ്യുന്നതിനെ വൈകൃതപ്രാണായാമമെന്നു പറയും. ഈ രണ്ടുതരം പ്രാണായാമങ്ങളേയും സ്തംഭിപ്പിക്കുന്നതു കേവലകുംഭകപ്രാണായാമവുമാകുന്നു.

പ്രാകൃതോ മന്ത്രയോഗഃ സ്യാദ്വൈകൃതോ ലയ ഏവ ഹി
ഹഠഃ കേവലകുംഭാഖ്യോ രാജയോഗോമനാഃസ്മൃതഃ 25

സാരം—പ്രാകൃതമാകുന്നതു മന്ത്രയോഗമാണു്. വൈകൃതം ലയയോഗമാണു്. കേവലകുംഭകം ഹഠയോഗമാണു്. അമനസ്കപ്രാണായാമം രാജയോഗവുമാകുന്നു.

പ്രഥമസ്ത്വഷ്ടധായോഗോ നാഡീശോധനയോല്പയസ്തഥാ
മനോനിലേ സ്ഥിതേ പശ്ചാദ്വൃത്തിശൂന്യം ചതുർത്ഥകം

സാരം—മന്ത്രയോഗത്തിൽ ഒന്നാമത്ത് അജപായോഗമാണ്. പിന്നെ നാദത്തിങ്കൽ വായുവിന്റെ ലയം. പിന്നെ വായുവിൽ മനസ്സുറയ്ക്കുന്നതു മൂന്നാമത്തേതു. നാലാമത്തേതു മനോവാക്കായങ്ങൾക്കു യാതൊരു പ്രവൃത്തിയുമില്ലാതിരിക്കുന്നതുമാകുന്നു.

പ്രാണവായുനിരോധേന ലഭതേ ച ചതുഷ്ടയം
തസ്മാദഭ്യാസസംയുക്തഃ പ്രാണായാമപരോ ഭവ 27

സാരം—പ്രാണവായുവിന്റെ നിരോധനം ഒന്നുകൊണ്ട് ഇതു നാലും സാധിക്കാം. അതുകൊണ്ടു നിങ്ങളും പ്രാണായാമം ചെയ്യുന്നവരായിത്തീരുവിൻ.

ഹകാരാന്തമിദം ബീജം ബഹിര്യാതി സ ബിന്ദുകം
സവിസർഗ്ഗം സകാരാന്തം തത് ബീജം പ്രവിശത്യഥ 28

സാരം—ഈ അജപാ എന്നതു ഹംസമന്ത്രമാകുന്നു. ഹ എന്നതും അം എന്നു ചേർന്നതുമായ ഹം എന്നതുതന്നെയാണു പ്രാണന്റെ ബഹിർഗ്ഗമനം. സഃ എന്നായിട്ടു പിന്നെ അകത്തേക്കും കടക്കുന്നു. ഇങ്ങിനെ ഒരു നിശ്വാസോച്ഛ്വാസംകൊണ്ടു ഹംസമന്ത്രം ഒരു ഉരു ജപിച്ചതായി ഗണിക്കാം.

പ്രാണാനിലശ്ച സർവ്വേഷാം പ്രവർത്തകനിവർത്തകഃ
ഏവം ജീവോ ജപാനാമ ഗായത്രീം ജപതേ ബഹു 29

സാരം—എല്ലാവർക്കും പ്രാണൻ എപ്പോഴും വന്നും പോയും കൊണ്ടിരിക്കുന്നുണ്ടല്ലോ. അതുകൊണ്ടു ജീവൻ എല്ലായ്പോഴും ഈ അജപാഗായത്രിയെത്തന്നെ ജപിച്ചുംകൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

ഏകവിംശതിസഹസ്രസംഖ്യയാ
ഷട്ശതാധികമഹർന്നിശം നരഃ
ശ്രീഗുരൂക്തവിധിനാരുണോദയേ
സംസ്മരൻ വഹതി സോജപാഫലം 30

സാരം—21600 ഉരു പ്രാതഃകാലത്തിങ്കൽ ആചാര്യൻ ഉപദേശിച്ചപ്രകാരം ജപിച്ചാൽ അവന്ന് അതിന്റെ ഫലം കിട്ടും.

അജപാംനാമസങ്കല്പ്യ നരഃ പാപൈഃ പ്രമുച്യതേ
ശിവയോഗമവാപ്നോതി ശീഘ്രമേവ ന സംശയഃ 31

സാരം—അജപയെ സ്മരിച്ചാൽതന്നെ പാപങ്ങളൊക്കെ നശിക്കും. ശിവയോഗം വേഗത്തിൽ ലഭിക്കുകയും ചെയ്യും.

അജപാനാമഗായത്രീമന്ത്രവർണ്ണദ്വയം യദാ
ത്രിവേണീസംഗമേലീനം സ ശബ്ദഃ പ്രണവോഭവേത് 32

സാരം—അജപാഗായത്രി എന്ന മന്ത്രത്തിന്ന് രണ്ടക്ഷരങ്ങളാണുള്ളത്. അവ എപ്പോഴാണ് ത്രിവേണീസംഗമത്തിങ്കൽ ലയിക്കുന്നത് അപ്പോൾ പ്രണവം ഉണ്ടാവും. ത്രിവേണിസംഗമമെന്ന സ്ഥലം ശരീരത്തിലിന്നഭാഗത്താണെന്ന് ഇനി മേലിൽ പറയും.

സോഹംകൃത്വാത്മമന്ത്രം സ്വപദപരതരം
  വ്യക്തവർണ്ണദ്വയം ത-
ച്ചോല്ലംഘ്യേദ്വ്യഞ്ജനേദ്വേ പുനരപി രചയേ-
  ദ്ദീർഘമോങ്കാരമന്ത്രം
കൃത്വാനുസ്വാരയുക്തം സകലമനുവരം
  ബ്രഹ്മനാഡീം നയേദ്യഃ
പൂർണ്ണാനന്ദഃ സകുണ്ഡല്യനുഭവവികലഃ
  കർമ്മണാ സൂതിഃമതി. 33

സാരം—ഹംസഃ എന്ന മന്ത്രത്തിന്റെ വർണ്ണങ്ങളെ പ്രതിലോമമാക്കി ഉച്ചരിക്കുന്നതായാൽ "സോഹം" എന്നു കിട്ടും. അതിൽ രണ്ടു വ്യഞ്ജനങ്ങളേയും അതായതു സകാരത്തേയും ഹകാരത്തേയും എടുത്തുകളഞ്ഞാൽ പിന്നെ ഓങ്കാരവും അനുസ്വാരവും മാത്രമല്ലേ ശേഷിക്കുന്നുള്ളൂ. അതുതന്നെ പ്രണവം. ആ പ്രണവത്തെ ബ്രഹ്മനാഡിയായ സുഷുമ്നയിലേക്കു നയിക്കുന്നവൻ പൂർണ്ണാനന്ദനായിത്തീരുന്നു. അവൻ കുണ്ഡലിനിശക്തിയോടുകൂടാതിരിക്കുന്നുവെങ്കിൽ വീണ്ടും ജനിക്കുമെന്നും പറയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

സേഡാസമൃതേന്ദുരിതി സ്മൃതസൂര്യേരിയോഗാത്
സാ പിംഗളാക്ക ഇതി വിഷ്ണുപദീതിതാഭ്യാം
സാമദ്ധ്യമാഗ്നിരിതിഗീരിതിയാ ത്രിവേണീ
യോഗസ്ഥലം തദിദമേവഹിയത്രികൂടം. 34

സാരം—ഇഡയെ ചന്ദ്രനെന്നും യമുനയെന്നും പറയും. പിംഗളയെ സൂര്യനെന്നും ഗംഗയെന്നും പറയും. അവയ്ക്കു നടുക്കുള്ള സുഷുമ്നയെ അഗ്നിയെന്നും സരസ്വതിയെന്നും പറയും. ഈ മൂന്നു നാഡികളെയും കൂട്ടിപ്പറയുമ്പോൾ ത്രിവേണിയെന്നും പറയും. ഈ മൂന്നു നാഡികളും ചേരുന്ന സ്ഥലത്തിന്നാണു ത്രികൂടമെന്നു പേർ.

തസ്മാത് ത്രികൂടനാമാപി ത്രിവേണീസംഗമസ്ഥലം
ശൃംഗാടകചതുഷ്പീഠനാമാന്യേകസ്ഥലസ്യ ഹി. 35

സാരം—ത്രികൂടം, ത്രിവേണിസംഗമം, ശൃംഗാടകം, ചതുഷ്പീഠം എന്നവയെല്ലാം ഒരുസ്ഥലംതന്നെയാണ്.

ശബ്ദദ്വാരേ ഗതേ യത്ര ഗന്ധദ്വാരേ തഥൈവ ച
സമായോഗേ ചതുഷ്പീഠം ശൃംഗാടകസുസംജ്ഞിതം 36

സാരം—രണ്ടു ശബ്ദദ്വാരങ്ങളും രണ്ടു ഗന്ധദ്വാരങ്ങളും കൂടിച്ചേരുന്നതുകൊണ്ട് ആ സ്ഥലത്തിന്നു ശൃംഗാടകമെന്നും ചതുഷ്പീഠമെന്നും പേരുകളുണ്ടായി.

ഉച്ഛ്വാസനിശ്വാസകൃതേഷു വായുനാ
ത്രികൂടദേശേ മനസാ സഹാംഗ
സ്ഥിത്വാ സുഷുമ്നാഖ്യതദൂർദ്ധ്വനാഡികാ
ത്രികോണമാർഗ്ഗേ ഗമനം കുരുഷ്വ 37

സാരം—ശ്വാസം വിടുക വിക്കുക എന്നി പ്രവൃത്തികളിൽ മനസ്സോടുംകൂടെ വായുവിനെ മുൻപറഞ്ഞ ത്രികൂടത്തിൽ നിറുത്തി പിന്നെ സുഷുമ്നയിൽകൂടെ മേല്പോട്ടു വിടണം.

പ്രാണാനിലസ്യോദ്ഗമനേ നിരോധേ
നിപാതിതാ ചോർദ്ധ്വസ്യ രുക്മശക്തിഃ
പ്രത്യാഹതേ മദ്ധ്യഗതാപ്രബോധിതാ
സായോഗതോ മൂലനികുഞ്ചിനീസ്യാത് 38

തസ്മാത് ത്രിവിധശക്തീനാം
പാതേനപ്രവിബോധനാത്
ആകുഞ്ചനേന യോഗീന്ദ്രാ
യാന്ത്യമീ പരമം പദം 39

അത ഏവ മഹാശ്ചര്യ്യം ചന്ദ്രസൂര്യ്യാഗ്നിസദ്മനി
സന്ധാനം കുരു തത്ഭക്ത്യാ പ്രണവധ്വനിനാസഹ 40

സാരം—അജപാഭ്യാസപരിശീലനം ഹേതുവായിട്ടു സാധാരണ ബഹിർഗ്ഗമിക്കുന്ന വായുവിന്റെ ഗതി തടഞ്ഞു സുഷുമ്നാന്തർഭാഗത്തുകൂടെ ഊർദ്ധ്വഭാഗത്തു ചെന്നിട്ടു തിരികെ വരുമ്പോൾ മദ്ധ്യനാഡിയായ സുഷുമ്നാനാഡികളിൽ അവ്യക്തമായി സ്ഥിതിചെയ്യുന്ന കുണ്ഡലിനീശക്തി ഉണരുന്നു. അതു കാരണത്താൽ ശക്തിബോധവും ഉണ്ടാകുന്നു. ഇതാണു നികുഞ്ചിനി എന്നു യോഗികൾ നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുള്ളതു്.

ഇഡാപിംഗളാസുഷുമ്നകളിൽകൂടി ചരിക്കുന്ന മൂന്നു ശക്തികളെ ഏകീകരിച്ചു് "ഊർദ്ധ്വാമ്നായ"മായി അനുഷ്ഠിക്കപ്പെടുന്ന അജപാസാമ്പ്രദായികമാർഗ്ഗംകൊണ്ടു യോഗികൾ പരമമായ പദത്തെ പ്രാപിക്കുന്നു. പ്രാണവായുവിനെ അജപാമാർഗ്ഗംകൊണ്ടു സുഷുമ്നാന്തർഭാഗത്തിൽകൂടെ മേല്പോട്ടും കീഴ്പോട്ടുമായി ചരിപ്പിക്കുന്ന ഒരു വിദ്യയ്ക്കാണു് ആകുഞ്ചനനികുഞ്ചനമെന്ന പേർ കൊടുത്തിട്ടുള്ളതു്. ഇതാണു് അന്തര്യജനം; ഇതാണു പ്രാണനെ അപാനനിലും അപാനനെ പ്രാണനിലും ഹോമിപ്പാനുള്ള വഴി. അതുകൊണ്ടു ത്രികൂടത്തിൽ പ്രണവധ്വനിയെ അനുസന്ധാനം ചെയ്യാലും.

ത്രയോവേദാസ്ത്രയോദേവാസ്ത്രയോലോകാസ്ത്രയോഗുണാഃ
ഓമിത്യേകാക്ഷരേമന്ത്രേ പരേബ്രഹ്മണിസന്തിവൈ 41

സാരം—ഋഗ്യജുസ്സാമങ്ങളും, ബ്രഹ്മവിഷ്ണുരുദ്രന്മാരും ഭൂർഭുവസ്സ്വർഗ്ഗങ്ങളും, സത്വരജസ്തമസ്സുകളും പരബ്രഹ്മമായ ഓം എന്ന ഏകാക്ഷരമന്ത്രത്തിൽ അന്തർഭവിച്ചിരിക്കുന്നു.

ഇതിസർവ്വം ച സംസിദ്ധാ വിദുഃ കേവലകുംഭകം
ഹഠഹേത്വനുമിതം ശ്രേഷ്ഠം ഗോപിതം പരമാത്ഭുതം 42

സാരം—അജപയുടെ അഭ്യാസം ഹേതുവായിട്ടു കേവലകുംഭകം സിദ്ധിക്കുന്നു. ഇതിനെയാണു ഹഠസിദ്ധി എന്നു പറഞ്ഞുവരുന്നതു്. കായക്ലേശകരങ്ങളായ മററു പ്രവൃത്തികളാൽ അവ്യക്തലക്ഷ്യം ലഭ്യമാകുന്നതല്ലെന്നു ശിവജ്ഞാനദീപിക മുതലായ പല ഗ്രന്ഥങ്ങളും അനുശാസിച്ചിട്ടുണ്ടു്.

ഗമാഗമൌ പ്രാണവായോൎവ്വിധാനേന ഹി ഗച്ഛതഃ
യഥാ തസ്യശരീരസ്യ ഗമാഗമവിധിസ്തഥാ 43

സാരം—പ്രാണവായുവിന്റെ വരവും പോക്കും വിധാനംകൊണ്ടു തന്നെ പോകട്ടെ. അതിനനുസരിച്ച് അവന്റെ ശരീരത്തിന്റേയും ഗമാഗമങ്ങളുണ്ടാവും.

സിദ്ധസമ്മതശാസ്ത്രേഷു സ്ഥിതഃ കേവലകുംഭകഃ
തഥാപ്യതിരഹസ്യത്വാന്നജാനാതിവിമൂഢധീഃ 44

ഗുരോൎസ്യപ്രസാദാച്ച സിദ്ധ്യേത് കേവലകുംഭകഃ
തസ്യ കിംകരണൈൎമ്മുദ്രാ ബന്ധനൈൎവ്വാസമാധിഭിഃ 45

സാരം—കേവലകുംഭകത്തെ ശാസ്ത്രങ്ങളിൽ പ്രതിപാദിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും അത്യന്തരഹസ്യമായിട്ടാകയാൽ ജനങ്ങൾ അതിനെ അറിയുന്നില്ല. ഗുരുപ്രസാദത്താൽ ഒരുവനു കേവലകുംഭകം സിദ്ധിക്കുന്നപക്ഷം പിന്നെ കരണമുദ്രാബന്ധനാസമാധികളെക്കൊണ്ടു യാതൊന്നും വേണ്ടതില്ല.

നിശ്ശബ്ദേകേവലേകുംഭേ പ്രാപ്തേവിഷ്ണോഃപദംമഹത്
തഥാ ഖലുതയോരൈക്യം ജീവാത്മപരമാത്മനോഃ 46

സാരം—നിശ്ശബ്ദമായിരിക്കുന്ന കേവലകുംഭകത്തിൽ പരമമായിരിക്കുന്ന വിഷ്ണുപദത്തെ അതായതു ത്രികൂടത്തെ പ്രാപിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ ജീവാത്മാവിന്നും പരമാത്മാവിന്നും തമ്മിൽ ഏകഭാവമുണ്ടാവുന്നു. അതായതു കേവലകുംഭകം പരിശുദ്ധമായും ഘനമായും ശാശ്വതമായും ഭവിക്കുമ്പോൾ മോക്ഷസിദ്ധി ഉണ്ടാകുന്നു.

നിശ്ശബ്ദം തത്വമിത്യാഹുൎനിൎവ്വാഹ്യം പരം പദം
ഭൂതേന്ദ്രിയാദിപ്രകൃതേസ്തത്വാനാം ച ലയാത്മകം 47

സാരം—പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടേയും മനഃഷഡിന്ദ്രിയങ്ങളുടേയും എന്നുവേണ്ട പ്രകൃതിയുടേയുംതന്നെ ലയസ്ഥാനംകൂടിയിരിക്കുന്നതും അനിൎവ്വാച്യമായതുമായ ആ പരമപദത്തെ നിശ്ശബ്ദതത്വമെന്നു പറയും.

മൂലോഡ്യാനജലന്ധരബന്ധനവിധീ-
നഭ്യസ്യതോ യോഗിനോ
വായോരുദ്ഗമനേ നിരങ്കുശവിധേ-
സ്തദ്പ്രാമസംരോധനാത്
ഭൂതാനീന്ദ്രിയവർഗ്ഗതദ്ഗുണമനോ
ഹം ചിത്തബുദ്ധ്യാദയഃ
സർവ്വം ലീനമുപൈതി വൃത്തിരഹിതം
സൌഖ്യം തദാ കിഞ്ചന. 48

സാരം:—മൂലബന്ധം, ഉഡ്യാനബന്ധം, ജാലന്ധരബന്ധം ഇത്യാദികളെ അഭ്യസിക്കുന്ന യോഗിക്കു യാതൊരു പ്രതിബന്ധവും കൂടാതെ പ്രാണവായു സുഷുമ്നാരന്ധ്രത്തെ പ്രാപിക്കുന്നതാണ്. അപ്പോൾ പഞ്ചഭൂതങ്ങളും ഇന്ദ്രിയവർഗ്ഗങ്ങളും അതുകളുടെ ഗുണങ്ങളോടുകൂടിയ മനസ്സ്, അഹംകാരം, ചിത്തം, ബുദ്ധി ഇവകളും ലയത്തെ പ്രാപിക്കുന്നു. അപ്പോൾ യാതൊരു പ്രവൃത്തിയുമില്ലാതെ നിശ്ചേഷ്ടനായിത്തീരുന്നു. ആ സമയം അനിർവ്വാച്യമായ ബ്രഹ്മാനന്ദം അനുഭവമാകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ പടലത്തിൽ 20-ാംശ്ലോകത്തിൽ പറഞ്ഞതിന്റെ സാരമിതാണ്. (1) ആദ്യമായിട്ട് അജപ അഭ്യസിക്കണം. (2) നാദത്തിൽ വായുവിന്റെ ലയം സമ്പാദിക്കണം. (3) വായുവും മനസ്സും തമ്മിൽ ഐക്യമുണ്ടാക്കണം. (4) കരണത്രയത്തിന്നും വൃത്തിയില്ലാതാക്കണം. ഈ നാലും പ്രാണവായുനിരോധം ഒന്നുകൊണ്ടുതന്നെ സാധിക്കാം. അതിനാൽ പ്രാണായാമം അഭ്യസിക്കണം എന്നാണ സദാശിവബ്രഹ്മം ഉപദേശിക്കുന്നത്. സകല യോഗങ്ങൾക്കും ആദ്യമായി അജപ ശീലിക്കണമെന്നും അതുകൂടാതെ യാതൊരു യോഗവും ഫലിക്കയില്ലെന്നും പല ഗ്രന്ഥങ്ങളും ഘോഷിക്കുന്നതിനെ ഈ ഗ്രന്ഥവും അനുവദിക്കുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ പ്രാണായാമത്തിന്നും അജപയ്ക്കും തമ്മിൽ വ്യത്യാസമെന്ത്? ഉ-വയ്ക്കു്, ആധാരാധേയങ്ങൾക്കുള്ളപോലെ വ്യത്യാസമേയുള്ളൂ. സർവ്വവിധ ധ്യാനങ്ങളും കേവലകുംഭകത്തിങ്കലാണ പരിശീലിക്കേണ്ടത്. പ്രാണവായുവിന്റെ വിധിപോലുള്ള ആയാമം (ദീർഘീകരണം) കൊണ്ടു കുംഭകം ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. "പ്രാണസ്യ ദേഹഗാവായുരായാമഃ കുംഭകഃ സ്മൃതഃ" എന്ന് അജപാധ്യായം ഉദ്ഘോഷിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടാ യിട്ടു കേവലകുംഭകം സാധിച്ചാൽ എത്ര ശ്രേഷ്ഠമായ യോഗപരിശീല

നവും സുഗമമാകുംവണ്ണം ആ സാധകന്റെ സാധിക്കും. കേവലകുംഭകത്തിൽ അഭ്യസ്തനായിരുന്ന രേചകപൂരകകുംഭകങ്ങളെ അഭ്യസിക്കണം.

കുംഭകേന സമാരഭ്യ കുംഭകേനൈവ പൂരയേത്
കുംഭേനകുംഭയേത് കുംഭം തദന്തസ്ഥഃ പരശ്ശിവഃ

എന്ന വരാഹോപനിഷദ്വാക്യവുമുണ്ട്.

യോപാനസൂര്യമഥ വായുനിരോധനേന
പ്രാണേന്ദുനാ സഹ തദൂർദ്ധ്വഗതം പ്രകൃത്യാ
യോഗൈകസിദ്ധിമനിശം കുരുതേ സമസ്താം
പ്രജ്ഞാവതാമപി സ ഏവ ഹി മൂലബന്ധഃ 49

സാരം—നാല്പത്തെട്ടാംശ്ലോകത്തിലെ ബന്ധനങ്ങളെ വിശേഷിച്ച പറയുന്നു. ആദ്യം മൂലബന്ധം കിഴ്പോട്ട പോകുന്നതും സൂര്യാത്മകവുമായ അപാനവായുവിനെത്തടഞ്ഞു ചന്ദ്രാത്മകമായ പ്രാണവായുവിനോടുകൂടി യോജിപ്പിച്ച മേല്പോട്ട കൊണ്ടുപോയി എല്ലാവിധ യോഗസിദ്ധികളെയും എപ്പോഴും ശീലിക്കുന്നതുതന്നെയാണ മൂലബന്ധം.

അധശ്ചോർദ്ധ്വം ച നാഭേര്യോ ബന്ധനം കുരുതേ ബലാൽ
ഉഡ്ഡീയാനമസൌബന്ധോ രുഗ്ജരാമൃത്യുനാശനഃ 50

സാരം—മുൻപറഞ്ഞ രണ്ട വായുക്കളെയും നാഭിയുടെ ചുവട്ടിലും മുകളിലുമായി നിറുത്തുവാൻ ശീലിക്കുന്നവക്ക രോഗമോ വാൎദ്ധക്യമോ മരണമോ ഉണ്ടാവുന്നതല്ല.

കണ്ഠമാകുഞ്ച്യ ഹൃദയേ സ്ഥാപയേച്ചിബുകം ദൃഢം
ഏഷ ജാലന്ധരോ ബന്ധ ഊർദ്ധ്വാമൃതനിബന്ധനഃ 51

സാരം—കഴുത്തു കുനിച്ച താടിയെ നെഞ്ചിൽ വെക്കുന്നതാണ ജാലന്ധരബന്ധം. ഇതു ശീലിച്ചാൽ ഊൎദ്ധ്വാമൃതം കണ്ഠനാളത്തിൽകൂടെ മണിപൂരത്തിങ്കൽ വീഴുന്നതു തടയപ്പെടും. ഇതിന്ന കണ്ഠസങ്കോചം എന്നും പറയും.

അധോർദ്ധ്വമധ്യസ്ഥിതബന്ധനത്രയാ-
ദാകുഞ്ചനാദൂർദ്ധ്വമപാനവായോഃ
പ്രാണൈക്യരന്ധ്രമരുതഃ പ്രവേശാ-
ത്സ്ഥൈര്യം ഭവേത് കേവലകുംഭസിദ്ധിഃ 52

സാരം—പായുമൂലം, നാഭി, കണ്ഠം ഈ സ്ഥാനങ്ങളിൽ മൂലബന്ധം, ഉഡ്ഡ്യാനബന്ധം, ജാലന്ധരബന്ധം ഇവ മൂന്നും യഥാക്രമം അതാതു സ്ഥാനങ്ങളിൽ ബന്ധിച്ചിട്ടാണ പ്രാണായാമം ചെയ്യേണ്ടതു്. അങ്ങിനെ ശീലിച്ചാൽ പ്രാണവായു വേഗത്തിൽ സുഷുമ്നാവദനത്തിൽകൂടി ഊൎദ്ധ്വഭാഗത്തു പ്രവേശിക്കുന്നതാണ്. കേവലകുംഭകം വൎദ്ധിച്ച നിലയിൽ എത്തുന്നതും, പുടികരണമുണ്ടാവുന്നതും, കുണ്ഡലിനീബോധം ഉണ്ടാവുന്നതും, ഉന്മന്യവസ്ഥ വൎദ്ധിക്കുന്നതുമാണ്.

അയം കേവലകുംഭാഖ്യോ യഃ പ്രാജ്ഞസ്സംവശോഭവേത്
സദാഭവതിവിഖ്യാതഃ സ ഏവ പ്രാണസംയമീ 53

സാരം—ഈ കേവലകുംഭകത്തെ എപ്പോഴും ശീലിച്ചു സ്വാധീനമാക്കിയവനാണ പ്രാണനെ സംയമനം ചെയ്യുവൻ.

പ്രാണായാമവിധാനംയോ
മാസത്രയമപി സമാചരേന്നിയതഃ
തസ്യലഘുതാ ദീപനതാ
നാഡീശുദ്ധിശ്ചനിശ്ചിതസ്യഭവേത് 54

സാരം—മൂന്നുമാസക്കാലം പ്രാണായാമവിധാനമനുസരിച്ചു യോഗമഭ്യസിക്കുന്നവൎക്ക് ശരീരലാഘവം, ജഠരാഗ്നിവൎദ്ധനം, നാഡിശുദ്ധി ഇവകൾ ഉണ്ടാവും. നാദം സ്ഫുടമായി കേൾക്കയുംചെയ്യും.

ഗഗനം പവനേ പ്രാപ്തേ തത്ക്ഷണാദുന്മനീ ഭവേത്
യാവത് കേവലകുംഭഃ സ്യാത്താവദേവ സമഭ്യസേത് 55

സാരം—പവനൻ സുഷുമ്നയിൽകൂടെ ഭ്രൂമദ്ധ്യഗ്രന്ഥിയെ ഭേദിച്ചിട്ടു മഹദാകാശത്തിൽ പ്രവേശിക്കുമ്പോൾ മനഃസ്ഥൈര്യം കേവലകുംഭകം ഇവകൾ ഉണ്ടാകുന്നതാണ്. അതിനാൽ കേവലകുംഭകം സിദ്ധിക്കുന്നതുവരെ ബന്ധത്രയത്തോടുകൂടെ പ്രാണായാമം ശീലിക്കണം.

നത്വാ ഗുരും ബ്രഹ്മവിദാം വരേണ്യം
ജിത്വാന്തരസ്ഥം ഷഡ്മിത്രവൎഗ്ഗം
സ്ഥിത്വാ നദൈകാന്തവിശുദ്ധദേശേ
ധൃത്വാ ശിവം ഭ്രൂയുഗമദ്ധ്യപത്മേ 56
ശ്രുത്വാ സദാനാഹതദിവ്യനാദം
ധ്യാത്വാ വിഭിന്നാമലബിന്ദുരത്നം

പീത്വാ സുധാം ചന്ദ്രമസഃ പിബന്തിം
ഛിത്വാഥ സങ്കല്പവികല്പജാലം 57
കൃത്വാ ത്രികൂടേ ദൃഢബന്ധനം തതോ
ഗത്വാ ത്രികോണേ മനസാന്വിതസ്സഹ
ഭിത്വാ തദൈവോപരി സൂക്ഷ്മകുണ്ഡലീം
നീത്വാ സ്വേ വിഷ്ണുപദം സുഖീഭവ 58

സാരം—ഈ മൂന്നു ക്ത്വാപ്രത്യയാന്തപദപ്രായങ്ങളായ ശ്ലോകങ്ങളെക്കൊണ്ട് ഒരു യോഗിയുടെ ഉദ്ഗതിയെ അനുക്രമമായി പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്നു. ആദ്യം തന്നെ ശ്രേഷ്ഠനായ ഒരു ഗുരുവിനെ പ്രാപിക്കണം. പിന്നെ ശുദ്ധമായ വിജനപ്രദേശത്തിൽ വാസമുറപ്പിക്കണം. ജ്ഞാനദ്വാരാ ഇന്ദ്രിയാദികളെയും കാമക്രോധാദികളെയും ജയിക്കണം. കേവലകുംഭകത്തിൽ ഉദിതമായ സദാശിവലിംഗത്തെ ധ്യാനിക്കണം. പ്രാണസ്പന്ദമില്ലാതിരിക്കുന്ന അവസ്ഥയിൽ ഉണ്ടാകുന്ന ധ്വനിയാണ് അനാഹതധ്വനി. ഇതിനെ അനുസന്ധാനംചെയ്യണം. അപ്പോൾ ഉദിക്കുന്ന അമൃതരസത്തെ പാനംചെയ്യണം. ഭ്രൂമധ്യാകാശമായ ദഹരാകാശത്തിൽ മാനസപൂജയെ ശീലിച്ച് അവശിഷ്ടങ്ങളായ വായുക്കളോടുകൂടി മനസ്സിനെ യോജിപ്പിച്ച് അന്തർഭാഗത്ത് ഊർദ്ധ്വമുഖത്രികോണത്തിങ്കൽ പ്രവേശിപ്പിക്കണം. അവിടെ സൂക്ഷ്മകുണ്ഡലിനിയെ ഭേദിച്ച് വിഷ്ണുപദത്തെ പ്രാപിക്കണം. പ്രാണസ്പന്ദരഹിതാവസ്ഥയിൽ അനാഹതധ്വനിയിലന്തർഗ്ഗതമായിരിക്കുന്ന ജ്യോതിസ്സിൽ ലയിച്ച് ആ ജ്യോതിരന്തർഗ്ഗതമായിരിക്കുന്ന സ്ഥാനത്തെ പ്രാപിക്കുന്നതാണ് വിഷ്ണുപദപ്രാപ്തി. ഈ യോഗി, ക്രമേണ പരമപദത്തെ പ്രാപിക്കുന്നതാണ്.

ഇത്ഥം ശിവം വിഷ്ണുപദസ്വരൂപം
വിഷ്ണും സദാ ഭാവിതവിഷ്ണുമൂർത്തിം
വിഷ്ണോഃ പദം കേവലകുംഭശുദ്ധം
പ്രാണാംബുനാ സ്നാനവിധൗ ഭജസ്വ 59

സാരം—ഇങ്ങിനെ കേവലകുംഭകപരിശുദ്ധമായ സഹസ്രാരത്തിൽ സദാശിവനെച്ചുത്തു പ്രാണജലത്താൽ സ്നാനവിധിയെച്ചെയ്യുക.

എന്ന് ദ്വിതീയപടലം കഴിഞ്ഞു.

അഥ തൃതീയഃ പടലഃ

തദ്യാദിചതുരംഗവിധാനം
ബാഹ്യമുക്ത ഭിരഞ്ജിത വാക്യൈഃ
ഈശചരാപ്പിതമനാഃ ശൃണുവക്ഷ്യാ-
മ്യന്തരംഗചതുരംഗവിധാനം 1

സാരം—ശിവപൂജയുടെ ബാഹ്യമായ ചതുരംഗം പറയപ്പെട്ടു. ഇനി അന്തരംഗമായ ചതുരംഗത്തെപ്പറയാം. അവകൾ 1. പ്രത്യാഹാരം. 2. ധ്യാനം. 3. ധാരണ. 4. സമാധി ഇവകളാകുന്നു.

പ്രത്യാഹാരം.

സന്മനോ മഹിതശാണതലേസ്മിൻ
ശ്രോത്രമുഖ്യനികലേന്ദ്രിയവർഗ്ഗാൻ
ഘർഷയന്നപിമലചന്ദനമവ്യ
ലേപനംകുരു സദാശിവലിംഗം 2

സാരം—മനസ്സാകുന്ന ചാണമേൽ കണ്ണ് ചെവി മുതലായ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ ഉരസി ചന്ദനത്തെ സമ്പാദിച്ച് അതിനെ സദാശിവലിംഗത്തിന്മേൽ ലേപനം ചെയ്യണം.

സങ്കോചമാചരതി കൂർമ്മ ഇവാംഗകാനാം
അംഗേ യഥാ ഭുവി തഥാ നിഖിലേന്ദ്രിയാണി
പ്രത്യാഹരസ്വനിയതാത്മനി സംയതാത്മാ
മന്യാമഹേ പരമതത്ത്വമിദം തദേവ 3

സാരം—ആമ എങ്ങിനെ തന്റെ അവയവങ്ങളെ ഉള്ളിലേയ്ക്കു വലിക്കുന്നുവോ അതുപോലെ സംയമി തന്റെ ഇന്ദ്രിയഗണങ്ങളെയും വിഷയങ്ങളിൽനിന്നും വലിച്ചെടുത്തു് ആത്മാവിൽ ഏകാഗ്രതയുണ്ടാക്കണം. ഇതിലും കവിഞ്ഞ ഒരു തത്ത്വം വേറെയൊന്നുമില്ല.

ആധാരമുഖ്യനളിനൈർവ്വിവിധൈസ്സ്വവർണ്ണൈ-
സ്സന്മദ്ധ്യഭാസുരതരൈസ്സുമനോഭിരംഗ

നാനാവിധൈസ്സഗുണനിർഗ്ഗുണഭാവപുഷ്പൈഃ
ശ്രീ, ലിംഗമൂർത്തിമനിശം ഹൃദിപൂജയസ്വ. 4

സാരം—പ്രാണായാമംകൊണ്ടു ജലം കിട്ടി. പ്രത്യാഹാരം ഗന്ധ(ചന്ദന)വുമായി. ഇനി പുഷ്പങ്ങൾ വേണം. താമരപ്പൂക്കൾതന്നെയുണ്ടല്ലോ. സൌഷുമ്ന്യത്തിൽ വിന്യസ്തങ്ങളായ വർണ്ണങ്ങളോടുകൂടിയിരിക്കുന്നുണ്ട് ആധാരചക്രങ്ങളാകുന്ന താമരപുഷ്പങ്ങൾ. അവകളെക്കൊണ്ടും സഗുണനിർഗ്ഗുണഭാവനകളാകുന്ന പുഷ്പങ്ങളെക്കൊണ്ടും സദാശിവലിംഗത്തെ ഹൃത്തിൽവെച്ചു പൂജിച്ചാലും.

നവചക്രം.

ആധാര, ലിംഗ, മണിപൂരക, ഹൃ, ദ്വിശുദ്ധി
ഭ്രൂമദ്ധ്യ, മസ്തക, നഭോ വിലസംജ്ഞകാനി
ഏതാനിതാനി യമിനാം സുഖദായകാനി
ധ്യാനസ്ഥലാനി സുവിചിത്രതരാണി നൂനം 5

സാരം—യോഗികൾ താഴെപ്പറയുന്ന ചക്രങ്ങളിൽ ധ്യാനിച്ചു ശീലിക്കുന്നു. മൂലാധാരം, സ്വാധിഷ്ഠാനം, മണിപൂരകം, അനാഹതം, വിശുദ്ധി, ആജ്ഞാ, ബ്രഹ്മം, ആകാശം ഇതുകളിൽ ധ്യാനശീലനം സുഖകരമാണ്.

ധ്യാനസ്ഥലേഷു സർവ്വേഷു നവചക്രാണി യോഗിഭിഃ
ശ്രേഷ്ഠാനി താനി കഥ്യന്തേ വക്ഷ്യാമി ശൃണുതേധുനാ 6

സാരം—ധ്യേയങ്ങളായി ഒമ്പതു ചക്രങ്ങൾ മുഖ്യങ്ങളായുണ്ടെന്നു യോഗികളാൽ പറയപ്പെടുന്നു. അവയെപ്പറയാം.

മൂലാധാരേ ത്രിധാവൃത്തം ബ്രഹ്മചക്രം ഭഗോപമം
തത്കന്ദേഗ്നിനിഭം ധ്യായേച്ഛിവശക്തിമഭീഷ്ടദാം. 7

സാരം—മൂലാധാരത്തിൽ മുക്കോണായി സ്ത്രീഗുഹ്യപ്രദേശസദൃശമായി ബ്രഹ്മചക്രമിരിക്കുന്നുണ്ട്. അതിന്നടുത്ത ഒരു കന്ദവുമുണ്ട്. അതിൽ അഗ്നിതുല്യയായ ശിവശക്തിയെ ധ്യാനിക്കണം. ഈ ധ്യാനം സർവ്വാഭീഷ്ടപ്രദമാണ്.

സ്വാധിഷ്ഠാനം തതശ്ചക്രം തത്ര ചാതുർദ്ദളാംബുജം
തദേവോഢ്യായനാം ധ്യായേത് പശ്ചിമാഭിമുഖം ശിവം 8

സാരം—രണ്ടാമത്തേതു്, സ്വാധിഷ്ഠാനമെന്ന ചക്രമുണ്ട്. അതു നാലു ദളങ്ങളുള്ള താമരപ്പൂപോലെയാണ്. (ചില പുസ്തകങ്ങളിൽ ആറു ദളങ്ങളുണ്ടെന്നും പറയപ്പെടുന്നു) ഈ ചക്രത്തിൽ പിൻഭാഗത്തേക്കു മുഖമായിരിക്കുന്ന ഈശ്വരനെ ധ്യാനിക്കണം.

പഞ്ചാവർത്തം നാഭിചക്രം സർപ്പാകാരം തടിന്നിഭം
തത്രകുണ്ഡലിനീമദ്ധ്യേ ശക്തിം സിദ്ധിപ്രദാം സ്മരേത് 9

സാരം—ഇതു മണിപൂരചക്രമെന്നും കുണ്ഡലീചക്രമെന്നും പറയപ്പെടുന്ന ചക്രമാകുന്നു. ഇതു് അഞ്ചു (പത്തു്?) ദളങ്ങളുള്ളതും സർപ്പത്തിന്റെ ആകൃതിയിലും മിന്നൽവർണ്ണത്തോടുകൂടിയതുമാകുന്നു. അവിടെ കുണ്ഡലിനിയുടെ മദ്ധ്യത്തിൽ സിദ്ധികളെ നൽകുന്ന ശക്തിയെ സ്മരിക്കണം.

അധോമുഖാഷ്ടപത്രാബ്ജയുതം ഹൃച്ചക്രമിഷ്ടദം
തന്മദ്ധ്യേ കർണ്ണികാംജ്യോതിർല്ലിംഗാകാരമിമം സ്മരേത് 10

സാരം—കീഴ്പോട്ടു മുഖമായതും എട്ടു ദളത്തോടുകൂടിയതുമായ പത്മത്തോടുകൂടിയതും സകലാഭീഷ്ടങ്ങളെയും കൊടുക്കുന്നതുമായ ഹൃച്ചക്രത്തെ അതായതു് അനാഹതചക്രത്തെയും അതിന്റെ നടുവിലുള്ള മൊട്ടിൽ തേജോരൂപിയായ ഈശ്വരനെയും സ്മരിക്കണം.

പഞ്ചമം ശുദ്ധിചക്രം ച തത്രാംഗുലിചതുഷ്ടയേ
ഇഡാപിംഗളയോർമ്മദ്ധ്യേസുഷുമ്നാ സുസ്ഥിരാംസ്മരേത്

സാരം—അഞ്ചാമത്തേതു വിശുദ്ധിചക്രമാണ്. അവിടെ ഇഡാ, പിംഗലാ എന്ന രണ്ടു നാഡികളുടെ മദ്ധ്യത്തിലായി നാലുവിരൽ വലിപ്പത്തിൽ സ്ഥിരയായിരിക്കുന്ന സുഷുമ്നയെ സ്മരിക്കണം.

ഷഷ്ഠം ച ഘണ്ടികാലിംഗമൂലം തദ്രാജദന്തകം
ധ്യായേത്തദ്ബിന്ദുതദ്വാരം തത്രശൂന്യംസുസിദ്ധയേ 12

സാരം—ആറാമത്തേതു ഘണ്ടികാചക്രമാണ്. അതു താലുവിലാണ്. അവിടെ ശൂന്യമായി ധ്യാനിക്കണം.

ഭ്രൂചക്രം സപ്തമം തേകമുലൂകന്ദം സുവാക്പ്രദം
ധ്യായേത്ദീപശിഖാകാരം തന്മദ്ധ്യേ ജ്ഞാനലാഞ്ഛനം 13

സാരം—പിന്നെ അതിന്നും മുകളിൽ ഭ്രൂചക്രമുണ്ട്. ഒരു നാളവും ഒരു കന്ദവുമുള്ള ആ ചക്രത്തിൽ വിളക്കിന്റെ നാളംപോലെയിരിക്കുന്ന തേജസ്സിനെ ധ്യാനിക്കണം. അതുകൊണ്ടു വാഗ്ഗുണവും ജ്ഞാനവുമുണ്ടാവും,

ബ്രഹ്മരന്ധ്രേഷ്ടമം ചക്രം നിർവ്വാണാഖ്യം സുസൂക്ഷ്മകം
തത്രജ്വാലാന്തരം ധൂമശിഖാഭം മോക്ഷദം സ്മരേത് 14

സാരം—പിന്നെ ബ്രഹ്മരന്ധ്രത്തിൽ അതിസൂക്ഷ്മമായിരിക്കുന്ന നിർവ്വാണചക്രത്തെ സ്മരിക്കണം. അവിടെ പുകയുടെ നാളംപോലെയിരിക്കുന്നതും മോക്ഷത്തെ കൊടുക്കുന്നതുമായ ജ്വലേന്തരമിരിക്കുന്നു. അതിനെ സ്മരിക്കണം.

ആകാശചക്രം നവമം പ്രശസ്തം
ത്രികൂടകം പൂർണ്ണഗിരീശപീഠം
തത്രോർദ്ധ്വശക്തിം ശിവദാംസുശൂന്യാം
ധ്യായേദ്ദ്വ്യഷ്ടാരസരോജമദ്ധ്യേ 15

സാരം—അതിന്നുമേൽ പ്രഖ്യാതമായ ആകാശചക്രമുണ്ട്. അതു ത്രികൂടത്തോടുകൂടിയതും ശിവന്റെ സ്ഥിരവാസമഹിതവുമാകുന്നു. അവിടെ പതിനാറു ദളങ്ങളോടുകൂടിയ താമരയിൽ നിഷ്ക്കളയായിരിക്കുന്ന ഊർദ്ധ്വശക്തിയെ സ്മരിക്കണം.

പതിനാറ് ആധാരങ്ങൾ.

അഥതേ ഷോഡശാധാരാൻ കഥയാമി വിശേഷതഃ
തേജോധ്യാനം പദാംഗുഷ്ഠേ കൃത്വാ ദൃഷ്ടിഃ സ്ഥിരാ ഭവേത് 16

സാരം—ഇനി പതിനാറാധാരങ്ങളെ പറയാം. കാലിന്റെ പെരുവിരലിൽ തേജസ്സിനെ ധ്യാനിച്ചു ശീലിച്ചാൽ ദൃഷ്ടിക്കു സ്ഥൈര്യമുണ്ടാവും.

പാദസ്യ പാർഷ്ണികാമൂലം ദ്വിതീയാധാരസംജ്ഞിതം
സംപീഡ്യ സ്ഥാപയേദഗ്നിം ദീപനം ഭവതി ക്ഷണാത് 17

സാരം—കാലിന്റെ മടമ്പിന്റെ ചുവടാണു ദ്വിതീയാധാരം. അതിനെ അമർത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കയും ധ്യാനിക്കയും ചെയ്താൽ ജഠരാഗ്നി വർദ്ധിക്കും.

ആകുഞ്ചയേത്തഥാധാരം സദാ സങ്കോചനേന തു
അപാനമരുതഃ സ്ഥൈര്യം ജായതേ തത്തൃതീയകം 18

സാരം—ഇനി മൂന്നാമത്തേതു പറയാം. മലദ്വാരത്തെ ചുരുക്കുകയും അയയ്ക്കുകയും ചെയ്തു ശീലിക്കുന്നതിനാൽ അപാനജയമുണ്ടാവും.

മേഢ്രാധാരേ ദണ്ഡസങ്കോചനേന
ബ്രഹ്മഗ്രന്ഥിംസ്ത്രീൻ സമുത്പാട്യ പശ്ചാത്
വായോഃ പായൂപസ്ഥനാഡ്യാം പ്രവേശാത്
ബിന്ദുസ്തംഭഃ സംഭവത്യേവ സിദ്ധം 19

സാരം—ഗുഹ്യസ്ഥാനത്തിൽ ലിംഗത്തെ ഉള്ളോട്ടു മുറുക്കിവലിക്കുകയും അയച്ചുവിടുകയും ചെയ്തു ശീലിച്ചാൽ സ്വപ്നസ്ഖലനം മുതലായ ഇന്ദ്രിയരോഗങ്ങളും മാറും. യഥേഷ്ടം ഇന്ദ്രിയനിയന്ത്രണം ചെയ്തു സ്ത്രീകളോടുകൂടി ക്രീഡിക്കുകയും ദീർഘസുരതംകൊണ്ടു അവരെ രമിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യാൻ സാധിക്കും.

പഞ്ചമാധാരമുഡ്ഢ്യാനം ധ്യാനം കൃത്വാ മുഹുർമ്മുഹുഃ
മലമൂത്രകൃമീണാം ച മാരണം ഭവതി ധ്രുവം 20

സാരം—നാഭിയിൻകീഴിൽ അടിവയററിൽ സംയമം ചെയ്താൽ മലമൂത്രങ്ങൾ ചുരുങ്ങിവരികയും അകത്തുള്ള കൃമികൾ നശിക്കയും ചെയ്യും.

നാഭ്യാധാരേ തതഃ ഷഷ്ഠേ പ്രണവം യോജയേത് ബുധഃ
സമാധിനൈകചിത്തേന തസ്യ നാദേ ലയോ ഭവേത് 21

സാരം—നാഭിയിൽ പ്രണവപൂർവ്വകം സമാധിചെയ്യുന്നതായാൽ അവന്നു നാദത്തിൽ ലയമുണ്ടാവും.

സപ്തമം തു ഹൃദാധാരം തത്ര പ്രാണാൻ നിരോധയേത്
തദാ തന്മദ്ധ്യകമലം വികാസം ഭവതി ക്ഷണാത് 22

സാരം—ഏഴാമത്തേതായ ഹൃദയത്തിൽ പ്രാണനെ നിറുത്തുവാൻ ശീലിക്കുന്നതുകൊണ്ടു അഷ്ടദളിയായ ഹൃത്പദ്മം വേഗത്തിൽ വികസിക്കും.

കണ്ഠാധാരം കണ്ഠമൂലം പീഡയേച്ചിബുകേന തു
ഇഡാപിംഗളയോർവ്വായുപ്രവാഹഃ സുസ്ഥിരോ ഭവേത്

സാരം—എട്ടാമത്തേതു കണ്ഠം. കഴുത്തിന്നാർത്തിന്റെ താടിയെല്ലുകൊണ്ടമർത്തിശ്ശീലിച്ചാൽ വായുസഞ്ചാരം തടയപ്പെട്ടു സ്ഥിരമായിത്തീരും.

നവമം ഘണ്ടികാധാരം ജിഹ്വാഗ്രം തത്ര ദാപയേത്
സുധാധാരാസ്രവത്യത്ര നന്ദസംതൃപ്തികാരണം 24

സാരം—അണ്ണാക്കിലുള്ള വളവിൽ നാവിന്നററം ചേർത്തു ശീലിച്ചാൽ എപ്പോഴും തൃപ്തിയുണ്ടാവുന്നതിന്ന് കാരണമായ അമൃതത്തെ പാനംചെയ്വാൻ കഴിയും.

യാലംബികാചാലനദോഹനാഭ്യാം
ദീർഗ്ഘീകൃതാ താം വിപരീതമാർഗ്ഗാത്
യസ്താലുമൂലാന്തരഗർഭദേശേ
പ്രവേശയേദ്ധന്മയിതാം സ യാതി 25

സാരം—നാവിൻകടയെ ഇളക്കിവലിച്ച വിപരീതപ്രവൃത്തികളെക്കൊണ്ട നീളം അധികം ഉള്ളതാക്കിത്തീർത്തിട്ട് അതിനെ തൊണ്ടയിൽ ചെറുനാക്കിന്നടുത്തുവച്ചു ശീലിച്ചാൽ ഉന്മന്യവസ്ഥ ഉണ്ടാവും.

ജിഹ്വാധോ രസനാധാരേ കൃത്വാദ്ധ്യോമഥനം യദി
സിദ്ധേ,ത്തസ്യാമൃതാസ്വാദഃ കവിതാചനഘടാ ഭവേത്

സാരം—നാവിന്റെ തലപ്പിനെ ഇളക്കിശ്ശീലിക്കുന്നതുകൊണ്ട് അമൃതാസ്വാദം ഉണ്ടാവും. കവിതയും പുറപ്പെട്ടുതുടങ്ങും.

ദ്വാദശം ദശനാധാരം ഉന്നദ്ധ്യാ തദ്രാഘട്ടകം
ഷണ്മാസാദ്ദൃശ്യതേ ജ്യോതിരന്തർജ്ജിഹ്വാഗ്രഘട്ടനാൽ

സാരം—താലുവിങ്കൽ ഘണ്ടികാമൂലലിംഗത്തിങ്കൽ രസനയുടെ കട അമർത്തിശ്ശീലിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ആറുമാസത്തിൽ അവിടെ ജ്യോതിർദ്ദർശനം ഉണ്ടാവും. കണ്ഠചക്രം താലുചക്രം എന്നിങ്ങനെ രണ്ടായിട്ടാണ വിശുദ്ധിചക്രത്തെ പിരിച്ചിട്ടുള്ളതു. കണ്ഠചക്രത്തിന്നുപരിയാണ താലുചക്രം. ആ താലുചക്രത്തിലാണ രസനയുടെ ചുവട് അമരേണ്ടതു്. ഇതു പെട്ടെന്ന് സാധിക്കാത്ത ക്രമേണ രസനയുടെ ചുവട് ഉയർത്തിയുയർത്തിക്കൊണ്ടുവരേണ്ടതാണ്.

ത്രയോദശം ഘ്രാണമൂലം തത്രദൃഷ്ടിഃ സ്ഥിരീകൃതാ
യദിചേന്മനസാ നിത്യം വായുസ്തത്ര സ്ഥിരോ ഭവേത് 28

സാരം— മൂക്കിന്റെ അററത്തു കണ്ണു പതിപ്പിച്ചു ധ്യാനം ശീലിക്കുന്നതായാൽ വായുവിന്റെ സ്ഥൈര്യമുണ്ടാവും.

ചതുർദ്ദശം ലലാടാഖ്യമാധാരം തത്ര യോഗവിത്
മനസാ വായുമാരോപ്യ സർവ്വസിദ്ധിമവാപ്നുയാത് 29

സാരം—പതിനാലാമത്തേതു ലലാടാധാരമാണ്. നെററിയിലുള്ള ത്രിവേണീസംഗമസ്ഥാനത്ത്, അതായതു രണ്ടു പുരികങ്ങളുടേയും മദ്ധ്യത്തിൽ മൂക്കിന്റെ മുതുകെല്ലവസാനിക്കുന്ന ദിക്കിൽ പ്രാണായാമം ചെയ്തു മനസ്സുനിർത്തി സമാധി ശീലിക്കുന്നതായാൽ ആ യോഗിക്കു എന്തും സാധിക്കും.

ഭ്രൂ ആധാരം തു പഞ്ചദശം തദ്ദൃഷ്ട്വാ ചക്ഷുഷാ ബുധഃ
പശ്യൻ ഭാൻകിരണാകാരം ശീഘ്രമേവ ഹി പശ്യതി 30

സാരം—പതിനഞ്ചാമത്തേതു പുരികമാണ്. അതിനെ മേല്പോട്ടാക്കി നോക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതായാൽ വേഗത്തിൽ ഒരു രശ്മി കാണാറാവും.

നേത്രാധാരം ഷോഡശം തു തദ്ദൃഷ്ട്വാ ചാലയേത് ബുധഃ
ജ്യോതിഃപുഞ്ജമപാംഗേ സ പശ്യതി ക്ഷിപ്രമേവ ഹി 31

സാരം—പതിനാറാമത്തേതു നേത്രാധാരമാണ്. കണ്ണുകളെ മേല്പോട്ടിളക്കി ശീലിച്ചാൽ ഒരു തേജസ്സമൂഹം തന്നെ കടക്കണ്ണിൽ വേഗത്തിൽ കാണാറാവും.

ബന്ധത്രയേണാസനബന്ധനേന
മന്ത്രേണ നാദശ്രവണേന യോഗീ
ഭവേത്തഥാ കേവലകുംഭകേന
ധ്യാനേന ചിത്താഷ്ടവിധാവധാനീ 32

സാരം—മൂന്നു ബന്ധങ്ങളെക്കൊണ്ടും, ആസനബന്ധംകൊണ്ടും, മന്ത്രംകൊണ്ടും, നാദശ്രവണംകൊണ്ടും, കേവലകുംഭകംകൊണ്ടും, ധ്യാനംകൊണ്ടും മനസ്സിൽ എട്ടുവിധം അവധാനമുള്ളവനായിത്തീരും.

ദേഹപാത്രജ്ജ്വലത്ജ്ഞാനവഹ്നൌ ഭൂതഗുണാധികേ
ക്ഷിപ്ത്വാ ദശാംഗവല്ലിംഗം ധൂപയേദ്ധാരണാത് ബുധഃ 33

സാരം—ദേഹമാകുന്ന പാത്രത്തിൽ ജ്ഞാനമാകുന്ന തീയിലിട്ടു് അതിൽ പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടെ ശുദ്ധ്യാദിഗുണങ്ങളെയിട്ടു്, പത്തംഗങ്ങളോടുകൂടിയ ലിംഗത്തെ ധാരണകൊണ്ടു ധൂപിപ്പിക്കണം.

ധ്യാനൈകഗോചരമതിസ്ഥിരതാ ഭവേദ്യാ
സാ ധാരണേതി ശിവയോഗവിദോ വദന്തി
ശൈവക്രമേണ രചിതേഹ പുനഃ പ്രകാരാത്
ഭൂമ്യാദിഭൂതധരണേന പൃഥക് പൃഥക് ച 34

സാരം—ധ്യാനമാത്രമായി കാണുന്ന മനസ്സിന്റെ സ്ഥൈര്യത്തിനെയാണു ശിവയോഗികൾ ധാരണ എന്നു പറയുന്നതു്. അതു ശിവയോഗസമ്പ്രദായത്തിൽ രചിക്കപ്പെട്ടതുമാണ്. പിന്നെ ഭൂമി മുതലായ പഞ്ചഭൂതങ്ങളെ വെവ്വേറെ ധരിക്കുന്നതുകൊണ്ടു വേറെവേറെയായുമുണ്ടു്.

ധാരണീ വാരുണീ ചൈവ
ഹ്യാഗ്നേയീ മാരുതീ തഥാ
നഭോമയീതി കഥ്യന്തേ
സൂരിഭിഃ പഞ്ചധാരണാഃ 35

സാരം—വേറെ വേറെ ഉണ്ടെന്നു പറഞ്ഞതവ അഞ്ചുവിധത്തിലാണ്. ധരണിയെസ്സംബന്ധിച്ചതു ധാരണി, വരുണനെ അതായതു ജലാധിദേവതയെസ്സംബന്ധിച്ചതു വാരുണി, അഗ്നിയെസ്സംബന്ധിച്ചതു് ആഗ്നേയി, മരുത്തിനെസ്സംബന്ധിച്ചതു മാരുതി, ആകാശത്തെസ്സംബന്ധിച്ചതു നഭോമയി. ഇങ്ങിനെ പഞ്ചഭൂതങ്ങളേയും പ്രത്യേകിച്ചു ധരിക്കുന്ന ധാരണകൾ പറയപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

ധാരണ.

അതഏവ തഥാ പ്രോക്താ ധാരണാ യോഗവിത്തമൈഃ
സൎവ്വസിദ്ധിപ്രദാസ്താശ്ച സദാഭ്യാസരതാത്മനാം 36

സാരം—യോഗികളാൽ പറയപ്പെട്ട ഈ അഞ്ചു ധാരണകളും സകല സിദ്ധികളേയും കൊടുക്കുന്നവയാണ്.

പാദാദിജാനപ്രദേശമഥമഹീതലസ്മിൻ
വായുംലകാരേണസമാധിരോപ്യ
സ്മരംശ്ചതുർബ്ബാഹുധരം ചതുർമ്മുഖം
സംധാരയേൽഭൂമിജയം സമാപ്നുയാത് 37

സാരം—അടിമുതൽ കാലിൻെറ മുട്ടുവരെ ഭൂതത്തമാണ്. ആ പ്രദേശത്തിൽ "ലം" എന്ന പൃഥിവിബീജാക്ഷരത്തെ ധ്യാനിച്ചുംകൊണ്ടു പ്രാണനെ ആരോപിച്ചു്, നാലു കയ്യുകളോടുകൂടിയ ബ്രഹ്മാവിനെ ധ്യാനിക്കുന്നവനു ഭൂമിയെസ്സംബന്ധിച്ച യാതൊരു ഭയവും വേണ്ടാ. ഭൂമിയുടെ ആയുഷ്കാലംവരെ ആ യോഗിക്കു മരണമില്ല.

വകാരേണോപേതം സലിലനിലയ
ജാനുനാഭ്യന്തദേശ
സ്ഥിരംകൃത്വാ വായും മുരരിപുമമും
സംസ്മരേത് പീതചേലം
പ്രസന്നാസ്യം ശുദ്ധസ്ഫടികമണിഭം
ശംഖചക്രാങ്കബാഹും
ജലാദ്ഭുത്പന്നാദ്ഭുതഭയജയമിദം
തത്വംഭജേദ്വാരുണീയം 38

സാരം—ഇനി വാരുണിയെന്ന ധാരണയെപ്പറയുന്നു. കാൽമുട്ടു മുതൽ പൊക്കിൾവരെ ജലതത്തമാണ്. ആ പ്രദേശത്തിൽ "വം" എന്ന ജലബീജംകൊണ്ടു വായുവിനെ ആകർഷിച്ചു്, വിഷ്ണുവിനെ ധ്യാനിക്കണം. ജലഭയം നിങ്ങും. ജലായുസ്സുവരെ യോഗിയും ജീവിച്ചിരിക്കും.

നാഭേഃ കണ്ഠാന്തദേശേ വരശിഖിനിലയേ
വായുമാരോപ്യ രേഫം
ത്ര്യക്ഷം രുദ്രസ്വരൂപം തരുണരവിനിഭം
ഭസ്മനോദ്ധൂളിതാംഗം
ശാന്തം ശീഘ്രപ്രസന്നം വരദമഭയദം
സംസ്മരൻ ഭാവയേത്തം
യസ്തസ്യാഗ്നേര്നിനോഗ്നേർഭയഹരണമഹോ
സംഭവേദ്ധാരണായാഃ 39

സാരം—നാഭിമുതൽ കഴുത്തുവരെ അഗ്നിതത്വമാണ്. ആ സ്ഥലത്തിൽ "രം" എന്ന് അഗ്നിബീജത്തോടുംകൂടി പ്രാണനെ ആരോപിച്ച് രുദ്രമൂർത്തിയെ ധ്യാനിക്കുന്നവർക്ക് അഗ്നിഭയം വേണ്ടാ. അഗ്നിയിൽ ദഹിക്കയുമില്ല.

ഗളാദിർഭ്രുവോർമ്മദ്ധ്യദേശേ സമീര-
സ്ഥലമാന്തവർഗ്ഗേണ ദേദീപ്യമാനം
പ്രകാശസ്വരൂപം സ്മരേദീശ്വരം യഃ
സഖേ വായുവത് ക്രീഡതി സ്വപ്രഭാവാത് 40

സാരം—കഴുത്തുമുതൽ പുരികംവരെ വായുതത്വമാണ്. അവിടെ "യം" എന്ന ബീജാക്ഷരംകൊണ്ടു പ്രാണാരോപണംചെയ്ത് ഈശ്വരനെ ധ്യാനിക്കണം. എന്നാൽ വായുവിനെപ്പോലെ സ്വച്ഛന്ദം സഞ്ചരിക്കാറാവും.

ആഭ്രൂമദ്ധ്യാച്ഛിഖാന്തേ പവനമതിദൃഢം
വ്യോമദേശേ പ്രകുർവ്വൻ
സോമം സോമാർദ്ധമൌലിം ദശകരകമലം
പഞ്ചവക്ത്രം ത്രിണേത്രം
ശ്രീകണ്ഠം സ്വായുധം തം സമധികവരദം
സർവ്വതത്വാദിതത്വം
ബിന്ദും വ്യോമസ്വരൂപം ശിവമഭയയുതം
ചിന്തയേദ്യസ്സമുക്തഃ 41

സാരം—പുരികമദ്ധ്യംമുതൽ ശിഖാപര്യന്തം ആകാശതത്വമാണ്. അവിടെ വായുവിനെ ആരോപണംചെയ്യണം. "ഹം" എന്നാണ് ആകാശബീജം. അതുകൊണ്ട് ആകർഷിക്കുന്നതായാൽ അധികം നന്ന്. ഉമാസമേതനായി, രാജചൂഡാമണിയായി, സ്വകീയ സകലായുധസഹിതനായി, അഞ്ചു മുഖങ്ങളോടും മൂന്നു കണ്ണുകളോടും കൂടിയവനായി, വരദാഭയമുദ്രകളെ ധരിച്ചിരിക്കുന്നവനായി, സകലതത്വങ്ങളുടെയും ആദിതത്വമായി, ആകാശസ്വരൂപിയായി, ബിന്ദുവായിരിക്കുന്ന സദാശിവനെ ധ്യാനിക്കുന്നവൻ മുക്തനായിത്തീരും.

ഇത്യേവം ധാരണാഃ പഞ്ച
ഘടികാ പഞ്ചകാന്വിതാഃ

ഏകൈകകാം ധാരയേന്നാഡി-
ർദ്ദേഹശുദ്ധിം ഭജേന്നരഃ 42

ഏതാസുഭൂമ്യാദിക ധാരണാസു
നൃണാം സദാ പ്രാണനിരോധനേന
ത്രിദോഷജാസ്സർവ്വപുരാണരോഗാ
നശ്യന്തിശീഘ്രം നഹിസംശയോത്ര 43

ജ്ഞാനേന കർമ്മണാ പഞ്ച
ധാരണാ യോഗിഭിർദ്ധൃതാഃ
സമഭ്യാസരതാ യത്ര
തരന്തിഭവസാഗരം 44

സാരം—ഇങ്ങിനെ അഞ്ചുവിധം ധാരണകളെപ്പറഞ്ഞതവയിൽ ഓരോന്നായി അഞ്ചുനാഴിക ധരിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നാൽ ദേഹശുദ്ധിയുണ്ടാവും. കഫവാതപിത്തജങ്ങളായ സകല രോഗങ്ങളും മാറും. അത്രമാത്രവുമല്ല, സംസാരസാഗരം കടക്കുന്നതിനും സംഗതിവരും.

സമാധി.

സുജ്ഞാനദീപം സുധിയാവലംബ്യ
ഹൃദാലയേ ഽപം മനസാവലോക്യ
സ്വാത്മാപഹാരം പരമാത്മലിംഗ
സമാധിനാസ്മിൻ വിനിവേദയസ്വ 45

സാരം—യമനിയമ ആസനപ്രാണായാമപ്രത്യാഹാരധാരണാ ധ്യാനസമാധികളായ അഷ്ടാംഗപരിശീലനംകൊണ്ടു യോഗി സമ്പാദിച്ച ഷഡാധാരത്തിന്നുപരിഭാഗത്തു പ്രകാശിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന സുദൃഢമായ ജ്ഞാനദീപത്തിന്റെ സഹായത്തോടുകൂടി ഹൃദയാകാശത്തിങ്കൽ പരമാത്മലിംഗം കണ്ടു" അവിടെ അതിൽ ജ്ഞാനദീപസഹിതം ലയിച്ചിരിക്കണം.

ജലസൈന്ധവയോര്യഥൈക്യയോഗോ
ഭവതീഹാപി തഥൈവ സാമരസ്യം

മനസശ്ച സദാത്മനശ്ച യോഗാ-
ത്സ സമാധിസ്ഥിതിരിത്യുച്യതേ മുനീന്ദ്രൈഃ 46

സാരം—ഉപ്പും വെള്ളവും കൂടി എങ്ങിനെ ചേരുന്നുവോ അതുപോലെ മനസ്സിനും ആത്മാവിനും കൂടി സമരസത്വമുണ്ടാവുന്നതിനെയാണ് സമാധി എന്നു പറയുന്നത്.

യദാഭവതി ഹ്യൈകത്വം ജീവാത്മപരമാത്മനോഃ
തദാ സമാധ്യവസ്ഥായാംഗമിഷ്യന്തി യമീശ്വരാ 47

സാരം—ശിവാത്മാവിനും പരമാത്മാവിനും എപ്പോൾ അഭേദം ഉണ്ടാകുന്നുവോ അപ്പോൾ യമികൾ സമാധിയെ പ്രാപിക്കുന്നു.

ശ്രോത്രാദീനി, ന ചേന്ദ്രിയാണി വിഷയാഃ
ശബ്ദാദയോഹം മനോ-
വൃത്തിർന്നൈവ സുഖാസുഖേ ഖലു തഥാ
മാനാപമാനാവപി
ശീതോഷ്ണാമിതപുണ്യപാപസുമഹാ
സംകല്പജാലാന്യഹോ
നൈവാന്യേനസമാധിനാ സഹ മനോ-
ലീനേ പരബ്രഹ്മണി 48

സാരം—സമാധികൊണ്ടു മനസ്സ് പരബ്രഹ്മത്തിങ്കൽ ലയിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ കണ്ണ്, മൂക്ക് മുതലായ ഇന്ദ്രിയങ്ങളോ രൂപശബ്ദാദിവിഷയങ്ങളോ ഞാനെന്നുള്ള വിചാരമോ സുഖദുഃഖങ്ങളോ മാനാപമാനങ്ങളോ പുണ്യപാപങ്ങളോ സങ്കല്പങ്ങളോ ഒന്നുംതന്നെ ഉണ്ടാകയില്ല.

യുക്താഹാരോ മുനീന്ദ്രോ നിരശനപര ഏ-
വാഥവാ, യുക്തനിദ്രോ
നിദ്രാഹീനോ ഗുഹായാം വസതി വിചരതി
ക്ഷ്മാതലേ നിഃസ്പൃഹാത്മാ
നാനാകർമ്മക്രിയാസു പ്രഥിതകുശലയു-
ക്തോപിവാ നിഷ്ക്രിയോ വാ
നാനാചേഷ്ടാസ്വജസ്രം വിഹരതി ച സമാ-
സക്തചേതാഃ സമാധൌ 49

സാരം—സമാധി ശീലിച്ച് ഒരു യതീശ്വരനെ, ഭക്ഷണം സ്വീകരിക്കുന്നവനായോ അതല്ല ഊണുപേക്ഷിച്ചവനായോ, ഉറക്കമുള്ളവനായോ ഇല്ലാത്തവനായോ, ഗുഹയിൽചെന്നു താമസിക്കുന്നവനായോ അല്ല നാട്ടിൽതന്നെ കഴിച്ചുകൂട്ടുന്നവനായോ, പല കർമ്മങ്ങളിലും നിരതനായോ ഒരു പ്രവൃത്തിയും ചെയ്യാത്തവനായോ, ഇങ്ങിനെ പലമട്ടിലായും കാണാം.

ഏവമഷ്ടാംഗയോഗേന ഹഠേനാഥ ന നൈഷ്ഠികൈഃ
അനാലസ്യകൃതാഭ്യാസാത്സിദ്ധയഃ ശ്രൂണുതാദ്ഭുതഃ 50

സാരം—ഇങ്ങിനെ ഹഠയോഗനിഷ്ഠയുള്ളവർ മടികൂടാതെ അഭ്യസിക്കുന്നതായാൽ അതുകൊണ്ടു സിദ്ധികളുണ്ടാകുന്നു. അവയെ കേട്ടാലും.

പ്രഥമേ വത്സരേഗച്ഛേ സർവ്വലോകപ്രിയോ ഭവേത്
വത്സരേഥ ദ്വിതീയേ ച കവിതാം കുരുതേ സുവാക്
ജഗാദ്യൈസ്ത്രസ്ഥാദഷ്ടസ്തൃതീയേ ന പ്രബാധ്യതേ 51

ചതുർത്ഥകേനാതുരതാ, പിപാസാ
നിദ്രാദിശീതാതപവർജ്ജിതഃ സ്യാത്
ദൂരശ്രവാഃ പഞ്ചമവത്സരേ വാക്-
സിദ്ധിം പരേഷാം തനുഷു പ്രവേശഃ 52

ഷഷ്ഠേന, വജ്രൈരപിനാവഭിദ്യതേ
തത്താതിശക്തിശ്ച സുദൂരദർശനഃ
ത്യജേത്ഭുവം സപ്തമവത്സരേഥ
വിഭ്രത്യനസ്യസ്യഭവേ ചയുരഷ്ടമേ 53

ഗഗനചരോ ദിഗ്വിചരോ
നവമേബ്ദേ യസ്തുവജ്രകായഃ സ്യാത്
സമനോവശീ ദശമേ
യത്രേഷ്ടാ തത്രഗന്തുതി ക്ഷമനാഃ 54

ഏകാദശകേവർഷേ
സർവ്വജ്ഞഃ സിദ്ധിമാൻ ഭവേദ്യോഗീ

ദ്വാദശകേ ശിവതുല്യഃ
കർത്താ ഭർത്താ സ്വയം ച സംഹർത്താ 55

ദ്വാദശവർഷൈരേവം
സദ്ഗുരുനാഥ സ്വപാദയോർഭക്ത്യാ
നിർവ്വിഘ്നേന ധൃതാത്മാ
സിദ്ധോ ഭവതീതി സംസിദ്ധം 56

സാരം—ആദ്യത്തെ കൊല്ലം കഴിയുമ്പോഴേക്കും ശരീരത്തിൽ യാതൊരു രോഗവുമില്ലാതായി, കാണുന്നവൎക്ക് എല്ലാവൎക്കുമിഷ്ടനായിത്തീരും. രണ്ടാംകൊല്ലത്തിൽ വാഗ്വിലാസമുണ്ടായി നല്ല കവിതയുണ്ടാക്കിത്തുടങ്ങും. മൂന്നാമാണ്ടിൽ പാമ്പുകടിച്ചാൽകൂടെ വിഷം കയറാത്തവിധത്തിൽ പ്രാണബലമുണ്ടാവും. നാലാമാണ്ടിൽ രോഗം, ദാഹം, ഉറക്കം, ചൂട്, തണുപ്പ് ഇവയൊന്നും ബാധിക്കാത്തമട്ടിലായിത്തീരും. അഞ്ചാമാണ്ടിൽ പരകായപ്രവേശം, ദൂരദേശങ്ങളിൽ വല്ലവരും സംസാരിച്ചാൽ അതു കേൾക്കുക, പറഞ്ഞപോലെ ഫലിപ്പിക്കുക ഈ വകയിൽ സാമൎത്ഥ്യമുണ്ടാവും. ആറാമാണ്ടിൽ വജ്റംകൊണ്ടെറിഞ്ഞാലും തടി മുറികയില്ല; എന്നുമാത്രമല്ല, അതിവേഗത്തോടുകൂടിയവനായിത്തീരുകയും, ദൂരദിക്കുകളിൽ നടക്കുന്ന സംഭവങ്ങളെ ഇരുന്ന ഇരിപ്പിലിരുന്നു കാണാറാവുകയുംചെയ്യും. ഏഴാമാണ്ടിൽ ഭൂസ്പൎശംകൂടാതെ നില്ക്കാറാവും. എട്ടാമാണ്ടിൽ അഷ്ടൈശ്വൎയ്യങ്ങളുമുണ്ടാവാൻ തുടങ്ങും. ഒമ്പതാമാണ്ടിൽ ആകാശത്തുകൂടെ സഞ്ചരിക്കുമാറാകും. ശരീരവും വജ്റംപോലെ ഉറപ്പുള്ളതായിത്തീരും. പത്താമാണ്ടിൽ എവിടെ പോകണമെന്നിച്ഛിക്കുന്നുവോ അവിടെ ധൈൎയ്യത്തോടെ പോവാറാകും. പതിനൊന്നാമാണ്ടിൽ അഷ്ടസിദ്ധികളും എല്ലാവിധ ജ്ഞാനങ്ങളുമുണ്ടാവും. പന്ത്രണ്ടാമാണ്ടിൽ ശിവനു തുല്യനായി, സൃഷ്ടിസ്ഥിതിസംഹാരങ്ങളെ സ്വയമേവ ചെയ്യാൻ തക്ക യോഗ്യതയുമുണ്ടാവും. ഇങ്ങിനെ പന്ത്രണ്ടുകൊല്ലത്താൽ ഗുരുകാരുണ്യമുണ്ടായി യോഗാഭ്യാസം ശീലിച്ചാൽ സിദ്ധനായിത്തീരുന്നു. ഈ യോഗി തന്റെ ഭാവനാസങ്കല്പംകൊണ്ടു ബ്രഹ്മമയനായിത്തീരുന്നു.

അത ഏവ മഹാശ്ചൎയ്യം യോഗമഷ്ടാംഗമാദരാത്
ശിവപൂജാംഗമേതദ്ധി ത്വമേവാഭ്യസനം കുരു 57

നിരന്തരകൃതാഭ്യാസാജ്ജരാമരണവൎജ്ജിതഃ
സജീവേദിച്ഛയാലോകേ തതോമുക്തിമവാപ്നുയാത് 58

യമേന നിയമേനൈവ മന്ത്യേ ഭക്തിയുതഃ സ്വയം
സ്ഥിരാസനസമായുക്തോ മഹേശ്വരപദാന്വിതഃ 59

സാരം—അഷ്ടാംഗയോഗത്തെ ശിവപൂജാംഗമായിക്കരുതി, അതിന്നനുസരിച്ചു നീ അഭ്യസിക്കണം. സ്ഥിരാഭ്യസനത്താൽ സ്വച്ഛന്ദമൃത്യുവായി ലോകത്തിൽ ഇഷ്ടമുള്ളപോലെ ജീവിച്ചിരിക്കാം. തൃപ്തിവന്നതിൽപിന്നെ മോക്ഷം നേടുകയും ചെയ്യാം. യമനിയമങ്ങളോടുകൂടി സ്ഥിരാസനനായും ഭക്തിമാനായും ഇരിക്കുന്നവൻ ശിവപദത്തിലെത്തിയവനാണെന്നുതന്നെ ഞാൻ വിചാരിക്കുന്നു.

പരാപരലയസ്ഥാനം ലിംഗമാകാശസംജ്ഞകം
പ്രാണേതദ്വ്യോമ്‌നിസല്ലീനേപ്രാണലിംഗീഭവേന്നരഃ 60

സാരം—സകലചരാചരങ്ങളും ലയിക്കുന്നതു് ആകാശത്തിലാണു്. അവിടെ പ്രാണനെ ലയിപ്പിച്ചവൻ പ്രാണലിംഗിയായി ഭവിക്കുന്നു.

പ്രത്യാഹാരേണസംയുക്തഃ പ്രസീദതി ന സംശയഃ
ധ്യാനധാരണസംയുക്തശ്ചരന്നസ്ഥലവാൻ സുധീഃ 61

സാരം—പ്രത്യാഹാരം ശീലിക്കുന്നവൻ സന്തുഷ്ടനായിത്തീരുന്നു. ധ്യാനധാരണങ്ങളോടുകൂടിയ യോഗി സൎവ്വത്ര സ്വേച്ഛാസഞ്ചാരകുശലനായിത്തീരുന്നു.

ലിംഗൈക്യാദ്വൈതഭാവാത്മാ നിശ്ചയൈക്യസമാധിനാ
ഏവമഷ്ടാംഗയോഗേന വീരശൈവോ ഭവേന്നരഃ 62

സാരം—ലിംഗത്തിനും ആത്മാവിനും സാമരസ്യം കല്പിച്ചു് സമാധി അഭ്യസിക്കണം. ഇങ്ങിനെ അഷ്ടാംഗയോഗംകൊണ്ടു് ഒരുവൻ ശിവമാത്രോപാസകനായിത്തീരും.

തസ്മാത്സർവ്വപ്രയത്നേന കർമ്മണാ ജ്ഞാനതോപി വാ
ത്വമപ്യഷ്ടാംഗയോഗേന ശിവയോഗീ ഭവാനഘ 63

സാരം—അതുകൊണ്ടു് കുറെ പരിശ്രമിച്ചിട്ടെങ്കിലും, കർമ്മത്താലും ജ്ഞാനത്താലും നീ അഷ്ടാംഗയോഗമഭ്യസിച്ച് ശിവയോഗിയായിത്തീരണം.

എന്നു തൃതീയപടലം കഴിഞ്ഞു.

അഥ ചതുർത്ഥഃ പടലഃ

രാജയോഗം

യത്സർവ്വശഃ ശ്രുതിശിരഃ പരമേകമാദ്യം
ജ്യോതിർമ്മയം ദ്രുഢവിരക്തജനാഭിഗമ്യം
വ്യോമസംസ്ഥിതം ഗുരുസദാശിവയോഗിനാഥം
ലിംഗസ്വരൂപമഹമന്വഹമാശ്രയാമി 1

സാരം—യാതൊന്നും, എല്ലാപ്രകാരത്തിലും വേദാന്താതീതമായും, അദ്വന്ദ്വമായും, ആദിഭവമായും, തേജോമയമായും, നിസ്സംഗമാനസന്മാർക്കുമാത്രം പ്രാപ്യമായും, ആകാശസ്ഥിതമായും, ലിംഗസ്വരൂപമായും ഇരിക്കുന്നുവോ ആ സദാശിവയോഗിനാഥനെ ഞാൻ എപ്പോഴും ആശ്രയിക്കുന്നു.

രാജയോഗഃ പരിഗ്രാഹ്യോ വിദ്വദ്ഭിസ്തേന ഹേതുനാ
യസ്യ സാധനമഷ്ടാംഗ ഹഠയോഗ ഇഹോച്യതേ 2

സാരം—വിദ്വാന്മാരായവർ അതുകൊണ്ടു രാജയോഗത്തെയാണു് അഭ്യസിക്കേണ്ടതു്. അതിന്റെ സാധനമായിരിക്കുന്ന അഷ്ടാംഗഹഠയോഗത്തെ ഇതാ പറയാം.

പൂർവ്വോക്താഷ്ടവിധാംഗാനി ഹഠോക്താനി സ്ഥിതാനി ച
ഏകൈകശ്ലോകരൂപേണ കൃതാനി ച മയാ ശൃണു 3

സാരം—മുമ്പു പറഞ്ഞുകഴിഞ്ഞ അഷ്ടാംഗങ്ങളേയും ഓരോ ശ്ലോകമായി ചുരുക്കിപ്പറയാം; കേട്ടോളൂ.

ആഹാരനിദ്രേന്ദ്രിയസർവ്വദേവാ-
വ്യാപാരശീലാതപസംജ്ഞിതാനാം
ജയശ്ച ശാന്തിശ്ച ഭവേദ്യമോ ഹി
ശനൈശ്ശനൈസ്സാധയിതും സ യോഗ്യഃ 4

സാരം—ഊണ് ഉറക്കം മുതലായ ശാരീരികവ്യാപാരങ്ങളുടെ ജയവും, ശമവും ആണ് യമം എന്നതു്. ഇതു മെല്ലെമെല്ലെ ശീലിച്ചുവരണം.

ഭക്തിർഗ്ഗുരൗ പരമതത്ത്വപദേനുരക്തി-
ന്നിസ്സംഗതാ സ്വയമുപാനതലാഭതുഷ്ടിഃ
ഏകാന്തവാസപരതാ ച മനോനിവൃത്തി-
വൈരാഗ്യഭാവ ഇതി യേ, നിയമാസ്ത ഏവ 5

സാരം—ഗുരുനാഥനിൽ ഭക്തിയും, ഈശ്വരനിൽ ആഭിമുഖ്യവും മററുവിഷയങ്ങളിൽ പ്രതിപത്തി ഇല്ലായ്മയും, തനിക്കു കിട്ടുന്നതുകൊണ്ടു തൃപ്തിയും, തനിച്ചിരിക്കുന്നതിൽ ഇഷ്ടവും, വ്യസനമില്ലായ്മയും, ഇച്ഛയില്ലായ്മയുംതന്നെയാണു നിയമങ്ങൾ.

സ്വാത്മരൂപേ സർവ്വകാലമാസീനത്വം സുഖാസനം
സർവ്വവസ്തുന്യുദാസീനഭാവശ്ചാസന ഈരിതഃ 6

സാരം—എല്ലായ്പോഴും തന്റെ സ്വന്തരൂപത്തിൽ അതായതു് ആത്മാവിൽ ഉള്ള അനുസന്ധാനവും എല്ലാവസ്തുക്കളിലുമുള്ള അനാസക്തിയും ആസനമാകുന്നു.

വിദുർബ്ബുധാ രേചകപൂരകുംഭ-
സംഘട്ടനശ്വാസതയാ പ്രയത്നാത്
പ്രാണസ്ഥിരത്വം ജഗതാം ച മിഥ്യാ-
ചിത്തം സ്ഥിരം പ്രാണനിരോധഭാവഃ 7

സാരം—പ്രാണായാമരേചകപൂരകകുംഭകങ്ങളെക്കൊണ്ടു പ്രയത്നത്താൽ സമ്പാദിച്ച പ്രാണസ്ഥിരതയും, ജഗത്തു മിത്ഥ്യയാണെന്നുള്ള നിശ്ചയം, ഇവകൾ രണ്ടുമാണ രാജയോഗത്തിന്നുള്ള പ്രാണായാമമെന്ന അംഗം.

ചിത്തസ്യാന്തർമ്മുഖേന പ്രതിഹതബഹുചൈ-
തന്യകല്ലോലജാല
സ്യോത്പന്നസ്യാസ്യ നാനാവിപുലമതിവികാ-
രസ്യസംസക്തിരേവ
തത്തന്നാനാവികാരഗ്രസനമിതിരഥാ
കത്ഥ്യതേ യോഗവിത്ഭിഃ
പ്രത്ഥ്യാഹാരഃ സ ഏവാ വിചലിതസുമനാ
സ്തം കദാഹം ഭജാമി 8

സാരം—ചൈതന്യത്താലുണ്ടായ ഓരോ വികാരങ്ങളുടേയും നാശനംതന്നെയാണ് പ്രത്യാഹാരം. അതെനിക്കു് എപ്പോഴാണ് ഉണ്ടാവുക!

സോഹം ഭാവാത് പ്രകടിതപദാ-
ദൈതമവ്യസ്വഭാവം
യദ്യല്ലോകേ സ്ഫുരതിഹിതദാ-
ത്മസ്വരൂപസ്വഭാവം
സമ്യഗ്ദൃഷ്ടിർഗ്ഗുരുകരുണയാ
സർവ്വഭൂതേഷുചൈവം
സ്വാത്മാരാമഃ സഭവതിസഖേ
ധ്യാനമാർഗ്ഗൈകനിഷ്ഠഃ 9

സാരം—ആ പരബ്രഹ്മവും താനും ഒന്നുതന്നെ എന്നുള്ള സങ്കല്പത്താൽ ജീവാത്മാപരമാത്മാക്കളുടെ ഐക്യത്തെ കാണുകയും, ഈ ലോകത്തിൽ ഏതേതൊക്കെ ചൈതന്യവത്തായിരിക്കുന്നുവോ അതൊക്കെ താൻതന്നെയാണെന്ന ഭാവിക്കയും, എല്ലാ ജീവജാലങ്ങളിലും ഗുരുകാരുണ്യത്താൽ സമദൃഷ്ടിയോടുകൂടി ഇരിക്കയും തന്നിൽത്തന്നെ രമിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതാരാണോ ആയാൾതന്നെയാണ ധ്യാനമാർഗ്ഗത്തിൽ ഏകനിഷ്ഠയോടുകൂടിയവൻ.

സ്ഫുരതിപരമതത്ത്വം തസ്യ ബാഹ്യാന്തരേ യ-
ത്സതതമചലമത്യാ ധാരണം നിശ്ചലം ച
പുനരപി ച വദാമസ്തേപ്രകാശോയമാസ്തേ
ചലനരഹിതചിത്തേ കേവലം ധാരണാ സാ 10

സാരം—യാവനൊരുത്തന് അകത്തും പുറത്തും യാതൊരു തത്ത്വം മനസ്സിനിളക്കമില്ലായ്കയാൽ സ്ഫുരിക്കുന്നുവോ അവന്റെ മനസ്സിൽ പ്രകാശമുണ്ടായിത്തീരുന്നു. അതിനെ നിരന്തരമായി ധ്യാനിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതാണ് ധാരണാ.

നിജാനുഭവശീലതാ നിഖിലതത്ത്വസാമ്യശ്രുതേഃ
സ്മൃതേരപിചലസ്ഥിതിസ്ഥിരതയാ നിദിദ്ധ്യാസനം
സദൈകപരഭാവനാസഹതയാപ്രയാസനാത്
സമാധിരിതികീർത്തിതഃ സതതനിർവ്വികല്പാത്മനാ 11

സാരം—തനിക്കനുഭവം വന്നതിനെ ശീലിക്കുകയാൽ എല്ലാ തത്ത്വങ്ങളുടേയും ഐകരൂപ്യം സദാനുസന്ധാനത്തിൽനിന്നും ജ്യോതിസ്മൃതിയിൽനിന്നും ഇളക്കംവരാതെ ഉറപ്പിക്കുകയാണുനിദിദ്ധ്യാസനം. എപ്പോഴും ഏകതത്ത്വത്തെ വിചാരിക്കയെന്നതു നിഷ്പ്രയാസം സാധിക്കുന്നതുതന്നെയാണ് നിർവികല്പസമാധി. രാജയോഗത്തിനുള്ള എട്ടംഗങ്ങളും കേവലകുംഭകം സിദ്ധിച്ച സംയമിയുടെ നിരന്തരാഭ്യാസം പൂർത്തിയാക്കുന്നതാണ്.

ബാഹ്യേചാഭ്യന്തരേ ചൈവ സർവ്വജന്തുഷു ഭാസതേ
തഥാപി ഗുരുമജ്ഞാത്വാ നേനംപശ്യന്തിതത്പദം 12

സാരം—എല്ലാജന്തുക്കളിലും ബഹിർഭാഗത്തും അന്തർഭാഗത്തും ഈശ്വരഭാനമുണ്ട്. എന്നാൽ ഗുരൂപദേശമില്ലാതെ അതിനെ അവർ കാണുന്നില്ല.

അഥോശ്രുണുമഹാശ്ചര്യം രാജയോഗാഭിധാനകം
ഇമംസദ്ഗുരുണായാതി സജ്ജനോനാന്യകർമ്മഭിഃ 13

സാരം—സജ്ജനം ഈ രാജയോഗത്തെ ഗുരുകാരുണ്യത്താൽമാത്രമേ സാധിക്കുന്നുള്ളൂ. മററു കർമ്മങ്ങളാലാവുകയില്ല. ദ്വിതീയപടലം 56, 57, 58 ഈ ശ്ലോകങ്ങൾ നോക്കുക.

മുഷ്കരാഭ്യാസയോഗേന മഹായാസേന കിം ഫലം
ക്ഷണേനാലഭ്യതേഹ്യേവമ സദ്ഗുരോരവലോകനാത് 14

സാരം—വളരെ പ്രയാസമുള്ള യോഗശീലനം ഗുരൂപദേശമില്ലാഞ്ഞാൽ നിഷ്ഫലം തന്നെയാണ്. ഗുരൂപദേശമുണ്ടെങ്കിലോ ഫലപ്രാപ്തി വേഗത്തിലുണ്ടാവുന്നതുമാണ്.

ഖണ്ഡജ്ഞാനവതാം ച ഷട്സമയസ-
മ്മോഹാന്ധകാരാത്മനാം
നാനാവേദപുരാണശാസ്ത്രകവിതാ
വാഗ്വൈഖരീശാലിനാം
മൂഢാനാം ചതുരാശ്രമൈകനിയമാത്
ഗര്വ്വാത്മകാനാം കഥം
യോഗജ്ഞാനമിദം ഭവേത് ഗുരുമുഖാ-
ഭാവേ പരോക്ഷാത്മകം 15

സാരം—അല്പജ്ഞാനദുര്വ്വിദഗ്ദ്ധരായും, ഷട്ദർശനപഠനവ്യാമോഹിതരായും, അനേക വേദപുരാണശാസ്ത്രങ്ങളിലെ കവിതാഭാഗവിലാസത്തോടുകൂടിയവരായും, നാലാശ്രമങ്ങളും വേണമെന്ന നിർബ്ബന്ധത്താൽ അഹംഭാവത്തോടുകൂടിയവരായുമിരിക്കുന്ന മൂഢന്മാൎക്ക പരോക്ഷാത്മകമായ ഈ യോഗജ്ഞാനം ഗുരുവില്ലെങ്കിലെങ്ങിനെയുണ്ടാവും. ഗുരുനാഥന്റെ സഹായംകൂടാതെ കേവലം യോഗജ്ഞാനമുണ്ടാവാൻ വഴിയില്ല.

ക്ഷേത്രാർത്ഥരമ്യഗൃഹപുത്രകളത്രമിത്രൈ-
ര്വ്വാദൈർമ്മഹാരസരസായനധാതുവാദൈഃ
തൈഃ കാമമന്ത്രലയയോഗഹഠാദിഭേദൈർ-
ബ്ബദ്ധാത്മനാം കഥമിഹാസ്തി ഗുരുപ്രസാദഃ 16

സാരം—കൃഷിസ്ഥലം, പണം, നെല്ല്, വീട്, മക്കൾ, ഭാൎയ്യ, സ്നേഹികൾ, നേരംപോക്കുപറയൽ, കാമ്യഫലാപ്തിക്കുവേണ്ടി മന്ത്രജപം, ലയയോഗം, ഹഠയോഗം ഇങ്ങിനെ പല ഇനങ്ങളാലും ബന്ധിക്കപ്പെട്ടവൎക്ക് എങ്ങിനെ ഗുരുദർശനമുണ്ടാവുന്നു.

ആദൌവൎണ്ണാശ്രമാചാരഗുരൌബ്രഹ്മജ്ഞതാസ്തിചേത്
ഭജേത്തമേവയത്നേന നോചേദന്യംഗുരുംഭജേത് 17

സാരം—സ്വകുലാചാരത്തെ ഉപദേശിച്ച ഗുരുനാഥനു ബ്രഹ്മവിദ്യാപാണ്ഡിത്യമുണ്ടെങ്കിൽ അദ്ദേഹംതന്നെയാവട്ടെ, അല്ലെങ്കിൽ അന്യനായ ഗുരുവിനെ പ്രാപിക്കണം.

ആത്മാനമദ്വന്ദ്വമനന്തമാദ്യം
നിരഞ്ജനം നിശ്ചലനിത്യദീപ്തം
സച്ചിന്മയാനന്ദപരാമൃതം യോ
വേത്തി സ്വഭാവേന ഗുരുഃ സ ഏവ 18

സാരം—ഗുരു എങ്ങിനെയുള്ളവനായിരിക്കണമെന്നു പറയുന്നു. ആത്മാവു ദ്വന്ദ്വരഹിതമാണെന്നും, അനന്തമാണെന്നും, ആദിയിലെ ഉണ്ടായതാണെന്നും, ഉപാധിരഹിതമാണെന്നും, നിത്യപ്രകാശത്തോടു കൂടിയിരിക്കുന്നതാണെന്നും സത് ചിത് ഈ വികാരങ്ങളോടുകൂടിയ പരമാനന്ദാമൃതാത്മകമാണെന്നും ആരറിഞ്ഞിരിക്കുന്നുവോ അദ്ദേഹമാണ് ആചാര്യനാവാൻ യോഗ്യൻ.

ജ്ഞാനവൈരാഗ്യലാഭേന തൃണീകൃത്യ ജഗത്ത്രയം
ആദൌസദ്ഗുരുമാശ്രിത്യ തത്വജ്ഞാനംസമഭ്യസേത്

സാരം—യോഗി ലോകത്തെ പുല്ലുപോലെ ഉപേക്ഷിച്ച് ആദ്യത്തിൽ നല്ല ഗുരുനാഥനെച്ചെന്നാശ്രയിച്ചു തത്വജ്ഞാനം സമ്പാദിക്കണം. തത്വജ്ഞാനം ഇന്നതാണെന്ന് ഇനി അഞ്ചു ശ്ലോകങ്ങളെക്കൊണ്ടു പറയും.

ജ്ഞാതൃത്വമന്തരിക്ഷം ച സമാനോ വായുരേവ ച
ശ്രോത്രമഗ്നിർദ്ധ്വനിർവ്വാരി വാഗ്ഭൂഃഖതത്വപഞ്ചകം 20

മനശ്ചൈവവ്യയദ്വ്യാനോ വായുശ്ചർമ്മധനഞ്ജയഃ
സ്ത്വൎശോംഭശ്ചക്ഷമാപാണിർമ്മരുതസ്തത്വപഞ്ചകം 21

നഭോബുദ്ധിരുദാനം ച മരുദ്ദൃഗ്വാഗ്നിരേവ ച
ചായുരംഭോഷ്ഠരാപാദോ വഹ്നൌരൂപതത്വപഞ്ചകം 22

ചിത്തംവിഷ്ണുപദംവായുരപാനോരസനാനലഃ
രസോജലമുപസ്ഥംഭൂരപാം തത്വാനിപഞ്ചവൈ 23

അഹങ്കാരസ്തഥാപ്രാണോ ഘ്രാണോഗന്ധോഗുദശ്ച ഹി
ഭൂമിതത്വാനികീർത്ത്യന്തേ പഞ്ചധാതത്വവേദിഭിഃ 24

പഞ്ചവിംശതിതത്വാനി പഞ്ചഭൂതസ്ഥിതാനിവൈ
താനിയോഃ വേത്തിതത്വജ്ഞാ സശിവസ്സചമുക്തിഭാക്

സാരം—സാംഖ്യമതാനുസാരേണ ഇരുപത്തിനാലും ഒന്നും കൂടി ഇരുപത്തഞ്ചു തത്വങ്ങളുണ്ടെന്നു പ്രസിദ്ധമാണല്ലൊ. ഈ തത്വങ്ങളെ പഞ്ചഭൂതങ്ങളിൽതന്നെ ഉണ്ടെന്നറിയേണമെന്നാണ് യോഗസിദ്ധാന്തം. അതെങ്ങിനെയെന്നാണ് പറയുന്നത്. ആകാശമായി ജ്ഞാതൃതത്വത്തേയും, സമാനനെ വായുവായും, ചെവിയെ അഗ്നിയായും, ശബ്ദത്തെ ജലമായും, വാക്കിനെ ഭൂമിയായും ഇങ്ങിനെ ആകാശതത്വപഞ്ചകത്തെ അറിയണം. അതുപോലെതന്നെ, വായുതത്വത്തിൽ മനസ്സിനെ ആകാശാത്മകമായും, വ്യാനന്റെ വായ്വാത്മകമായും, ത്വക്കിനെ അഗ്ന്യാത്മകമായും, സ്പർശത്തെ അബാത്മകമായും, കയ്യിനെ ഭൂവാത്മകമായും കണ്ടുകൊള്ളണം. അഗ്നിതത്വത്തിൽ അഞ്ചെണ്ണമുള്ളതും പറയുന്നു. ബുദ്ധിയെ ആകാശമായും, ഉദാനനെ വായുവായും, ഊരുവിനെ അഗ്നിയായും, പായുവിനെ അംഭസ്സായും, പാദത്തെ ഭൂമിയായും അറിയണം. ജലതത്വത്തിൽ ചിത്തം ആകാശമായും, അപാനൻ വായുവായും, നാവു് അഗ്നിയായും, രസം ജലമായും, ഉപസ്ഥം ഭൂമിയായും കണ്ടുകൊള്ളണം. ഭൂമിതത്വത്തിൽ അഹങ്കാരത്തെ ആകാശമായും, പ്രാണനെ വായുവായും, ഘ്രാണത്തെ അഗ്നിയായും, ഗന്ധത്തെ ജലമായും, ഗുദത്തെ ഭൂമിയായും കല്പിക്കണം. ഇങ്ങിനെ അറിയുന്നവൻതന്നെയാണ് തത്വജ്ഞാനിയും മോക്ഷാർഹനുമായിത്തീരുക.

ആദ്ധ്യാത്മികാധിഭൌതാധിദൈവതാനിയഥാക്രമം
ദശേന്ദ്രിയേഷുവിഭജഞ്ജീവാന്തഃകരണേഷു ച 26

സാരം—ആദ്ധ്യാത്മികം, ആധിഭൌതികം, ആധിദൈവികം ഇവയെ പത്തിന്ദ്രിയങ്ങളിലും, ജീവാന്തഃകരണങ്ങളിലും വിഭജിക്കുകയും വേണം.

നാഹം ഭൂതഗണേന്ദ്രിയാണി ച മനോ-
ഹം ചിത്തബുദ്ധിർവ്വപുഃ
പ്രാണാശ്ചാശ്രമകർമ്മധർമ്മനിരതോ
നൈവ പ്രപഞ്ചോഖിലഃ
നിത്യം നിശ്ചലമേകമച്യുതമജം
ശാന്തം ശിവം നിർഗ്ഗുണം
ശുദ്ധം ബുദ്ധപദം തു യത്തദഹമ-
സ്മീതി സ്മരൻ ജീവതി 27

സാരം—പഞ്ചഭൂതങ്ങളും ഇന്ദ്രിയഗണങ്ങളും മനോഹംകാരചിത്തബുദ്ധികളും പ്രാണങ്ങളും കർമ്മനിരതമായ ഈ പ്രപഞ്ചവുമൊന്നും ഞാനല്ല. എന്നാൽ അഹംപദവാച്യമായതെന്താണെന്നു വച്ചാൽ അതു പറയാം. നിത്യമായും, ഇളക്കമില്ലാത്തതായും, നിർദ്വന്ദ്വമായും, നാശരഹിതമായും, ജന്മരഹിതമായും, ശാന്തമായും, ആനന്ദമായും, ഗുണരഹിതമായും, ശുദ്ധമായും, പ്രബുദ്ധമായുമിരിക്കുന്ന പദം ഏതൊന്നാണു്, അതുതന്നെയാണു് ഞാൻ എന്നു സ്മരിക്കണം.

ദേഹത്രയേ പ്രഥിത ഷോഡശതാ വികാരാൻ
ലിംഗാനി സപ്തദശധാ, നവധാ, പദാർത്ഥാൻ
ആത്മാനമഷ്ടവിധയാ പ്രകൃതേഃ സ്വഭാവാൽ
ജ്ഞാത്വാ തദന്യദിതി ജീവതി യോ മഹാത്മാ 28

സാരം—സ്ഥൂലം, സൂക്ഷ്മം, കാരണം ഇങ്ങിനെ മൂന്നുവിധമായ ശരീരത്തിലുള്ള പതിനാറുതരം വികാരങ്ങളേയും, പതിനേഴുപ്രകാരത്തിലുള്ള ലിംഗങ്ങളേയും, ഒമ്പതുപ്രകാരത്തിലുള്ള പദാർത്ഥങ്ങളേയും, എട്ടുവിധത്തിൽ ആത്മാവിനേയും, പ്രകൃതിജന്യങ്ങളായിക്കരുതി അതൊക്കെ വേറെ, ആത്മാവു് ഇവകളിൽനിന്നും വ്യതിരിക്തനാണെന്നു നിസ്സംശയാത്മാവായിരിക്കുന്നവൻതന്നെയാണു മഹാത്മാവു്.

സത്യംജ്ഞാനമനന്തം യത് ബ്രഹ്മേതിവദതി ശ്രുതിഃ
മുക്താനന്ദസ്വരൂപം ച നന്ദതത്ത്വമിതിസ്ഥിതിഃ 29

സാരം—"സത്യം ജ്ഞാനമനന്തം" എന്നു ശ്രുതി. സത്യമായും ജ്ഞാനാത്മകമായും അനന്തമായുമിരിക്കുന്നതേതോ അതാണു് ബ്രഹ്മമെന്നു വേദം പ്രതിപാദിക്കുന്നു—ക്ലേശനിർമ്മുക്തമായ പരമാനന്ദമാണു് ബ്രഹ്മമെന്നല്ലേ തത്ത്വാർത്ഥം. ഇങ്ങിനെ സ്ഥിതനായാലും:

നൈതദഹം നൈതദഹം ചേതിയദന്യദപി ഭാവയാത്മാനം
സോഹമിതി സോഹമിതി നന്ദഭാവയസർവ്വം തപമാത്മാനം

സാരം—ഇതല്ല ഞാൻ ഇതല്ല ഞാൻ എൻെറ ആത്മാവു് ഇതല്ലാതെ വേറെ ഒന്നാണെന്നും, ആ ബ്രഹ്മം തന്നെയാണു ഞാൻ ആ ബ്രഹ്മം തന്നെയാണു് ഞാൻ എന്നും നീ ആത്മാവിനെ ഭാവിച്ചാലും.

ഋതെജ്ഞാനാദേവ മോക്ഷ ഇത്യേതദ്വാക്യമാദരാത്
ഗൃഹീത്വാജ്ഞാനയോഗേസ്മിൻ സമാഹിതമനാഭവ 31

സാരം—ജ്ഞാനംകൊണ്ടേ മോക്ഷം സിദ്ധിക്കുയുള്ളു എന്നു ശ്രുതിയിൽ പറയുന്നുണ്ടു്. അതുകൊണ്ടു ജ്ഞാനത്തിൽ ശ്രദ്ധവെച്ചാലും

(താരകയോഗം)

അതഃപരംതാരകാഖ്യം ദൃഷ്ടപ്രത്യയസംയുതം
മമാനുഭവസംസിദ്ധം യോഗംപ്രാണസഃശൃണു 32

സാരം—ജ്ഞാനയോഗത്തിൽ ശ്രേഷ്ഠമായതു താരകയോഗമാണു്. അതു് ഈ ഗ്രന്ഥകാരനു് അനുഭവമായിട്ടുള്ളതും കണ്ടു വിശ്വസിക്കാൻ കഴിഞ്ഞതുമാണു്. അതിനെയാണു് ഇനി പറയുന്നതു്:

മന്ത്രേണ ലയയോഗേന ഹഠയോഗേന സർവ്വദാ
യാവത്ബ്രഹ്മനജാനന്തിതാവത്ക്ലിശ്യന്തിപണ്ഡിതാഃ 33

സാരം—ഹഠലയമന്ത്രാദികളെക്കൊണ്ടു ബ്രഹ്മജ്ഞാനം ഉണ്ടാവാതിരിക്കുന്നേടത്തോളംകാലം പണ്ഡിതന്മാർ ക്ലേശിക്കുന്നു.

നേത്രേനിമീലിതേനിത്യം കിംചിദുന്മീലിതേസതി
യോമനശ്ചക്ഷുഷാബ്രഹ്മ പശ്യതീതിസയോഗിരാട് 34

സാരം—കണ്ണുകൾ ചിമ്മി, പിന്നെ കുറച്ചൊന്നു തുറന്നിരിക്കുമ്പോൾ മനസ്സാകുന്ന കണ്ണുകൊണ്ടു് ആരാണു ബ്രഹ്മത്തെ കാണുന്നതു് അവനാണു് യോഗിശ്രേഷ്ഠൻ.

ശശിഭാസ്കരയോൎമ്മദ്ധ്യേ താരയോരുദ്ധിരതേജസാ
ബിന്ദുദ്വയം ച സംയോജ്യ ബ്രഹ്മതാരകമഭ്യസേത് 35

സാരം—ചന്ദ്രൻ, സൂൎയ്യൻ ഈ രണ്ടു ശക്തികളെ യോജിപ്പിച്ചു രണ്ടു ശക്തികൾക്കും ആധാരമായിരിക്കുന്ന അഗ്നിശക്തിയോടു യോജിപ്പിച്ചു് ഏകമാക്കിയ ആ ബിന്ദുവിനെ പരാബിന്ദുവിനോടു യോജിപ്പിച്ചു ബ്രഹ്മതാരകം അഭ്യസിക്കണം.

ബാഹ്യാന്തൎമ്മദ്ധ്യലക്ഷ്യേഷു ബ്രഹ്മദൎശനതല്പരഃ
ദൃഷ്ടാദൃഷ്ടസ്വരൂപാണി നന്ദതാനിവിലോകയ 36

സാരം—ബാഹ്യലക്ഷ്യം അന്തൎലക്ഷ്യം മദ്ധ്യലക്ഷ്യം ഇങ്ങിനെ മൂന്നുവിധം ലക്ഷ്യങ്ങളുണ്ടു്. ബ്രഹ്മദൎശനത്തിങ്കൽ തത്പരനായിരിക്കുന്നവനായ നീ കണ്ടതും കാണാത്തതുമായ രൂപങ്ങളെ ആ ലക്ഷ്യങ്ങളിൽ കാണണം.

മൂലകന്ദാദനസ്ഥലഗ്നാത് ബ്രഹ്മനാഡീശശിപ്രഭാ
തസ്യാമദ്ധ്യേതടിത്കോടി നിഭാതാമൂൎദ്ധ്വഗാമിനീം 37

മനസാലക്ഷയോൎമ്മൂൎത്തിം സദൃശീംബിസതന്തുനാ
ആബ്രഹ്മരന്ധ്രപൎയ്യന്തഗതാം സിദ്ധിപ്രദാംസ്മരേത് 38

സാരം—മൂലാധാരത്തിലെ അണ്ഡത്തിൽനിന്നു് ഒരു നാഡി മേല്പോട്ടു പോകുന്നുണ്ടു്. ആ നാഡി ചന്ദ്രനു തുല്യമായ പ്രഭയോടുകൂടിയതാണു്. അതിന്റെ മദ്ധ്യത്തിൽ അനേകകോടി മിന്നൽപ്പിണരുകളുടെ ശോഭയുള്ളതും താമരവളയത്തിനു തുല്യമായതും ആയ ഒരു നാളം തലച്ചോറുവരെ മേല്പോട്ടു പോകുന്നു. അതു സിദ്ധികളെ കൊടുക്കുന്ന ഒന്നാണു്. ആ നാളം അന്തൎലക്ഷ്യമായ സൂക്ഷ്മകുണ്ഡലിയാകുന്നു.

ലലാടോൎദ്ധ്വതഥാലക്ഷ്യേ യോഗീ, ഗോലാടമണ്ഡപേ
വിസ്ഫുരത്താരകാധാരം മനസാ ലക്ഷയേത്സദാ 39

സാരം—നെററിക്കും ഉച്ചിക്കും മദ്ധ്യേ ഗോലാടം എന്നൊരു മണ്ഡപമുണ്ടു്. അവിടെ തിളങ്ങിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു നക്ഷത്രംപോലെ ഒരു ജ്യോതിസ്സിനെക്കാണാം. അതും അന്തൎലക്ഷ്യമാണു്.

അഥവാകർണ്ണയോർദ്വാരേ തർജ്ജനീഭ്യാം നിരോധയേത്
ശ്രീപാദമസ്തകേനാദം ധുംധുംകാരംശൃണോതിസഃ 40

സാരം—അല്ലെങ്കിൽ രണ്ടു ചൂണ്ടുവിരലുകളെക്കൊണ്ടും രണ്ടു ചെവികളുമടച്ചാൽ ധും ധും എന്നൊരു ശബ്ദം കേൾക്കാം. ആ അന്തർലക്ഷ്യത്തെ സ്മരിക്കാം.

ചക്ഷുർമ്മദ്ധ്യേ തഥാ നീലജ്യോതിരൂപംവിലോകയേത്
അന്തർല്ലക്ഷ്യമിതിജ്ഞേയം ബഹിർല്ലക്ഷ്യമഥോച്യതേ 41

സാരം—കണ്ണിൻെറ നടുവിൽ നീലനിറമായ ഒരു തേജസ്സമൂഹം കാണാം. അതും അന്തർലക്ഷ്യംതന്നെ. ഇനി ബഹിർല്ലക്ഷ്യത്തെപ്പററിപ്പറയാൻ പോകുന്നു.

നാസാഗ്രദേശാച്ചതുരഃ ഷഡഷ്ട
തഥാ ദശദ്വാദശസംഖ്യയാംഗുലേഃ
ബഹിഃസ്ഥനീലം ച സുധൂമ്ര,രക്ത,
തരംഗപീതാത്ഭുത തത്വപഞ്ചകം 42

സാരം—മൂക്കിന്നററത്തുനിന്ന് നാലോ ആറോ എട്ടോ പത്തോ പന്ത്രണ്ടോ വിരൽ ദൂരത്ത്, നീലം, പുക്, ചുകപ്പ്, വച്ച, മഞ്ഞ എന്നീ അഞ്ചുനിറങ്ങളും ബഹിർല്ലക്ഷ്യങ്ങളാണ്.

അഥവാനന്മുഖാകാരം സ്ഥിരദൃഷ്ട്യാവിലോകയേത്
ജ്യോതിർമ്മയൂഖാദൃശ്യന്തേ യോഗിഭിർധീരമാനസൈഃ 43

സാരം—അല്ലെങ്കിൽ മുഖത്തിനെതിരായി ആകാശത്തിൽ ലക്ഷ്യം വെച്ചുനോക്കിയാൽ ശോഭാസമൂഹം കാണാം.

ദൃഷ്ട്യഗ്രേവാപ്യപാംഗേവാ തപ്തകാഞ്ചനസന്നിഭാം
ഭൂമിംസംലക്ഷയേദ്ദൃഷ്ടിഃ സ്ഥിരാഭവതിയോഗിനഃ 44

സാരം—കണ്ണിൻെറ തലയ്ക്കലോ കടയ്ക്കലോ സ്വർണ്ണനിറമുള്ള സ്ഥലത്തു നോക്കിക്കൊണ്ടിരുന്നാൽ സ്ഥിരദൃഷ്ടിയുണ്ടാവും.

അഥവാശിരസശ്ചോർദ്ധ്വം ദ്വാദശാംഗുലസമ്മിതം
ജ്യോതിഃപുഞ്ജനിരാകാരം ലക്ഷയേന്മുക്തിദോഭവേത് 45

സാരം—അല്ലെങ്കിൽ പന്ത്രണ്ടുവിരൽ തലയ്ക്കു മീതെ ആകൃതിയി ല്ലാത്ത പ്രകാശസമൂഹത്തെ നോക്കി ശീലിക്കണം. ഇതു് മോക്ഷത്തെ നൽകും.

യത്രയത്രാത്മവാൻയോഗീ തത്രതത്രവിലക്ഷയേത്
ആകാശമേവയത്തസ്യ ചിത്തംഭവതിതാദൃശം 46

സാരം—എവിടെയെല്ലാം യോഗി താല്പര്യപ്പെടുന്നുവോ അവി ടെയെല്ലാം ആകാശത്തെ സംലക്ഷിക്കാം; എന്നാൽ അതുകൊണ്ടു് ആയാളുടെ ചിത്തവും ആവിധമായിത്തീരും.

ഇത്യേവംവിവിധാകാരം ബഹിർല്ലക്ഷ്യമുദീരിതം
ശൃണുഷ്വമദ്ധ്യലക്ഷ്യം ച കഥിതംപൂർവ്വസൂരിഭിഃ 47

സാരം—ഇപ്രകാരം പലവിധത്തിലുള്ള ബഹിർല്ലക്ഷ്യങ്ങളെപ്പറ ഞ്ഞുകഴിഞ്ഞു. ഇനി മദ്ധ്യലക്ഷ്യത്തെപ്പറയുന്നു.

ശ്വേതാദിവർണ്ണനവഖണ്ഡസുചന്ദ്രസൂർയ്യ
സൌദാമിനീവഹ്നിശിഖേവബിംബാത്
ജ്വലന്നഭോവാസ്ഥലഹീനമേകം
വിലക്ഷയേത്തൽഖലു മദ്ധ്യലക്ഷ്യം 48

സാരം—വെളുപ്പു് മുതലായ വർണ്ണങ്ങളുള്ള സൂർയ്യൻ, ചന്ദ്രൻ, മി ന്നൽ, തീയ്യിന്റെ നാളം ഇവയെപ്പോലെ പ്രതിമയുള്ള ആകാശത്തെ യോ അല്ലെങ്കിൽ സ്ഥലമൊന്നുമില്ലാത്ത ഒന്നിനെയോ ലക്ഷ്യമാക്കണം. ഇതു മദ്ധ്യലക്ഷ്യമത്രെ.

നിരാകാരംപശ്യേത് ഗുണരഹിതമാകാശമഥവാ
തമോരൂപംഗാഢം സ്ഫുരദ്രൂപപരാകാശമഥവാ
മഹാകാശം കാലാനലനിഭമഥാത്യന്തരുചിരം
പരംതത്ത്വാകാശം രവിശതനിഭം സൂർയ്യഖമഥ 49

സാരം—യാതൊരു ഗുണവുമില്ലാതെയും യാതൊരാകൃതിയുമില്ലാ തെയുമിരിക്കുന്ന ആകാശത്തെയോ, അല്ലെങ്കിൽ ഇരുട്ടുനിറഞ്ഞു് കുറ ഞ്ഞൊന്നു പ്രകാശിക്കുന്ന പരാകാശത്തെയോ, അല്ലെങ്കിൽ കാലാഗ്നി തുല്യമായ മഹാകാശത്തെയോ അല്ലെങ്കിൽ ഭംഗിയുള്ളതും നൂറു സൂർയ്യ

പ്രഭയോടുകൂടിയതുമായ പരാകാശത്തെയോ അല്ലെങ്കിൽ സൂര്യൻമിച്ചു നില്ക്കുന്ന ആകാശഭാഗത്തെയോ ലക്ഷിക്കാം.

വ്യോമപഞ്ചകമേതദ്ധി തദ്ബാഹ്യാഭ്യന്തരസ്ഥിതം
യഃപശ്യതിനരോലക്ഷ്യ സവ്യോമസദൃശോഭവേത് 50

സാരം—മേല്പറഞ്ഞ അഞ്ചാകാശങ്ങളേയും പുറത്തോ ഉള്ളിലോ കാണുന്നവൻ ആകാശതുല്യനായിത്തീരും.

താരണാദ്ഗുരുശിഷ്യയോർദ്ദ്വയോ-
സ്താരകോയമിതി യോഗസംജ്ഞകഃ
താരകംഭവ മഹാബ്ധിതാരകം
തത്വമേവപരിശീലനംകുരു 51

സാരം—ഗുരുവിനെയും ശിഷ്യനെയും സംസാരസാഗരത്തിൽനിന്നും കരകയററുന്ന ഇതിന്നു യോഗികൾ താരകം എന്നു പേർ കൊടുത്തിരിക്കുന്നു. ഈ തത്വം മനസ്സിലാക്കി ലക്ഷ്യം ശീലിച്ചാലും.

ഫലമേകംദ്വയാചാര്യ്യാ യഥാർത്ഥം സാംഖ്യതാരയോഃ |
ഉപാധിരഹിതസ്സാംഖ്യോ യോഗഃ സോപാധികഃ സ്വയം

സാരം—ആചാര്യ്യന്മാർ രണ്ടുപ്രകാരം പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടെങ്കിലും സാംഖ്യത്തിന്റെയും താരകത്തിന്റെയും ഫലം ഒന്നുതന്നെയാണ്. ഉപാധിയില്ലാത്തതാണ് സാംഖ്യം. താരകം ഉപാധിയോടുകൂടിയതാണ്. ഇതേ ഭേദമുള്ളൂ.

എന്നു് നാലാംപടലം കഴിഞ്ഞു.

അഥ പഞ്ചമഃ പടലഃ

പുനശ്ചാതിരഹസ്യംയത് ജ്യോതിഷാംനിലയംമഹത്
ദിവ്യലിംഗസ്ഥലംലക്ഷമന്തർല്ലക്ഷ്യാത്മകംശൃണു 1

സാരം—ഇനി ഏററവും രഹസ്യമായതും അന്തർല്ലക്ഷ്യാത്മകവുമായിരിക്കുന്ന ജ്യോതിർല്ലിംഗസ്ഥലത്തെപ്പററിയും കേൾക്കുക.

നാന്തഃസ്ഥലംബഹിർവ്വ്യാപ്തമപരോക്ഷസ്വരൂപകം
ആകാശാഭ്യന്തരാകാശമന്തർല്ലക്ഷ്യംതദേവഹി 2

സാരം—ഉള്ളിലുമല്ല പുറത്തുമല്ല പ്രത്യക്ഷവുമല്ല. ആകാശത്തിന്നകത്തുള്ള ആകാശമത്രെ അന്തർല്ലക്ഷ്യമായിരിക്കുന്നത്.

ലക്ഷ്യഹീനമനഃപ്രാണനിലേനയോ
വർത്തതേ ചലിതതാരകോജ്ഝവത്
ഖേചരീയമഥ സൈവശാംഭവീ
മുദ്രയാസ്ത കൃതവാൻ ജഗദ്ഗുരുഃ 3

സാരം—ലക്ഷ്യംകൂടാത്ത മനസ്സും പ്രാണനുമായി യാതൊരുവൻ കണ്മണി ഇളക്കാതെയിരിക്കുന്നുവോ അതുതന്നെയാണ് ഖേചരിയെന്നും ശാംഭവി എന്നും പറയുന്നത്.

ലോകാന്തഃഖേചരീമുദ്രാമജ്ഞാത്വാബാഹ്യഖേചരം
അവലംബ്യരതാഃകേചിജ്ജിഹ്വാച്ഛേദനകർമ്മണി 4

സാരം—ജനങ്ങൾ അന്തഃഖേചരിയെ അറിയാതെ ബാഹ്യഖേചരിയെ അവലംബിച്ചു നാവു മുറിക്കാൻ ഇഷ്ടമുള്ളവരായിരിക്കും.

താലുമൂലദ്വാദശാന്തമദ്ധ്യപ്രത്യക്കലാത്മകം
യത്തസ്മിൻജ്യോതിഷിമനോദ്ധ്യാനനിജഹൃദിക്രമാത് 5
ദൃഷ്ടിസ്തപൂർണ്ണിമാഃജ്ഞയാ ദൃശ്യമാദൌതമാമയം
തന്മദ്ധ്യമനസാപശ്യേജ്ജ്യോതിർല്ലിംഗംസുനിശ്ചലം 6

സാരം—താലുമൂലത്തിങ്കൽനിന്നും ഊർദ്ധ്വഭാഗത്തു ദ്വാദശാന്തം എന്നു പേരായ സ്ഥാനമദ്ധ്യേ പ്രത്യക്കലയോടുകൂടിയ ഒരു ലക്ഷ്യസ്ഥാ

നമുണ്ട്. കണ്ണുകളുടെ ഇമകൾക്കു ചലനംകൂടാതെ തുറന്നുനോക്കുന്ന ദൃഷ്ടിയോടുകൂടി ബ്രഹ്മരന്ധ്രത്തിങ്കൽ സുസ്ഥിരമാക്കിയ മനസ്സിരുത്തിയാൽ ഇരുട്ടടഞ്ഞതുപോലെ കാണാം. ആ ഇരുട്ടിൻനടുവിൽ ജ്യോതിർല്ലിംഗം പ്രകാശിച്ചുകാണും. ബ്രഹ്മലിംഗം, വിഷ്ണുലിംഗം, ഹരലിംഗം, ഈശ്വരലിംഗം, സദാശിവലിംഗം, ബിന്ദുലിംഗം, നാദലിംഗം, പരലിംഗം, പരശിവലിംഗം ഈ എട്ടു ലിംഗങ്ങളും ഒന്നോടൊന്നു ലയിപ്പിച്ച് ഏകമാക്കി യാതൊരു സ്ഥാനത്ത് അതു ലയിക്കുമോ അതാണു ശിവപദം. ആ സ്ഥാനമാണ് ദ്വാദശാന്തം. ഈ ദ്വാദശാന്തസ്ഥമായ ജ്യോതിർല്ലിംഗം യോഗീന്ദ്രന്മാരാൽപോലും സുവ്യക്തമായി ഗ്രഹിക്കുവാൻ എളുപ്പമല്ലെന്നാണ് അഗസ്ത്യാദി മുനീശ്വരന്മാർ പറഞ്ഞുകാണുന്നത്. ദ്വാദശാന്തം സഹസ്രാരത്തെ അതിക്രമിച്ച സ്ഥാനമാണ്.

നാസാഗ്രദത്തനിമിഷോന്മിഷബാഹ്യദൃഷ്ട്യാ
ലക്ഷ്യേസദാശിവവിമർശകശുദ്ധദൃഷ്ട്യാ
ജ്യോതിഃസ്വരൂപമമലം പരിണാമഹീനം
പശ്യന്തിയേത ഇഹ സംയമിനഃകൃതാർത്ഥാഃ 7

സാരം—നാസാഗ്രത്തിൽ നിമേഷോന്മേഷത്തോടുകൂടാത്ത ബാഹ്യദൃഷ്ടിയോടുകൂടി ലക്ഷ്യത്തിങ്കൽ സദാശിവനെ അറിയുന്നതായ അന്തർശുദ്ധദൃഷ്ടികൊണ്ടു നോക്കിക്കൊണ്ടിരുന്നാൽ നിശ്ചലമായും നിർവ്വികാരമായുമുള്ള ജ്യോതിസ്സിനെ കാണാം.

പശ്ചിമാഭിമുഖ ലിംഗമഭിന്നവലയാകൃതി
തം പൂർവ്വാഭിമുഖം ഭൂത-പശ്യപശ്യമഹാത്ഭുതം 8

സാരം—പശ്ചിമാഭിമുഖമായി അതായതു പിൻഭാഗത്തേക്കു തിരിഞ്ഞിരിക്കുന്നതും അഭേദ്യമായ വലയത്തിന്റെ ആകൃതിയോടുകൂടിയതുമായ ലിംഗത്തെ നീ പൂർവ്വാഭിമുഖമായിട്ടിരുന്നു കണ്ടാലും.

സദാ തജ്ജ്യോതിരോങ്കാരം ബ്രഹ്മ ച്യുതശിവാത്മകം
പശ്യന്തിസൂരയശ്ശാന്തം തദ്വിഷ്ണോഃ പരമംപദം 9

സാരം—ബ്രഹ്മവിഷ്ണുശിവസ്വരൂപമായും ഓംകാരമയമായുമിരിക്കുന്ന ആ തേജസ്സിനെ എപ്പോൾ യോഗികൾ കാണുന്നുവോ അപ്പോൾ അവർ "വിഷ്ണുപദം" പ്രാപിക്കുന്നു. (മുക്തന്മാരെന്നർത്ഥം)

പൂൎണ്ണേന്ദുബിംബമിവ സന്മണിദീപികേവ
മദ്ധ്യാഹ്നസൂൎയ്യ ഇവ വഹ്നിശിഖേവ നിത്യം
വിദ്യുത്പ്രഭേവ ശിവലിംഗമഹോ വിചിത്രം
ലക്ഷ്യാന്തരേ ജ്വലതി പശ്യതി ചക്ഷുരഗ്രേ 10

സാരം—മുഴുത്തിങ്കൾ, രത്നവിളക്ക്, ഉച്ചസ്സൂൎയ്യൻ, തീനാളം, മിന്നൽ ഇവകളെപ്പോലിരിക്കുന്ന വിചിത്രമായ ആ ശിവലിംഗം അവിടെ വിളങ്ങുന്നു. അതിനെ കണ്ണിന്നു നേരെ കാണാം.

ആത്മലിംഗമിദം പശ്യ കിമന്യൈഃ കൎമ്മവിഭ്രമൈഃ
അഹിംസാദ്യഷ്ടപുഷ്പൈസ്തു മാനസൈരംഗ പൂജയ 11

പുഷ്പാണ്യഹിംസേന്ദ്രിയനിഗ്രഹശ്ച
ദയാക്ഷമാജ്ഞാനമഥോ വിശേഷാത്
ധ്യാനം തപഃ സത്യമമീഭിരേവം
പ്രപൂജയേദാത്മനി സിദ്ധലിംഗം 12

സാരം — ഈ ആത്മലിംഗം കണ്ടവൎക്കു വേറെ ഒരു കൎമ്മവും വേണ്ടാ. ആ ലിംഗത്തെ എട്ടു പുഷ്പങ്ങളെക്കൊണ്ടൎച്ചിക്കണം. അഹിംസാ, ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം, ദയാ, ക്ഷമാ, ജ്ഞാനം, ധ്യാനം, തപസ്സ്, സത്യം എന്നീ അഷ്ടമാനസഗുണങ്ങളായ പുഷ്പങ്ങളെക്കൊണ്ടാണ് പൂജിക്കേണ്ടതു്.

യോ നിമീലനനിമീലനോജ്ഝിതോ
രേചപൂരപരിവൎജ്ജിതാനിലഃ
സൎവ്വസംശയവിഭിന്നമാനസോ
രാജയോഗപദഭാക്സ ഏവ ഹി 13

സാരം—കണ്ണിറു് അടയ്ക്കുക മിഴിക്കുക എന്നു രണ്ടു വ്യാപാരവും ഇല്ലാതാവണം. രേചകം പൂരകം ഇവ രണ്ടും ഇല്ലാതാവണം. മനോവൃത്തിരഹിതനാകണം. ഇങ്ങിനെയെല്ലാമിരിക്കുന്നവൻതന്നെ രാജയോഗി.

ശൃംഗാടകേ യസ്തു മനോഽനിയമ്യ
ത്രികോണഗാമീ ശശിഭാനുരാഭ്യാം

ബാഹ്യാന്തരംഗപ്രവർത്തനങ്ങോളി-
രഷ്ടാവധാനി ഹഠരാജയോഗീ 14

സാരം—ബാഹ്യാന്തരംഗങ്ങളിൽ വ്യാപിച്ചിരിക്കുന്ന ജീവൻെറ എട്ട് അവധാനങ്ങളെ (ലിംഗങ്ങൾ) അറിയുന്നവനാണ് ഹഠരാജയോഗി.

ദൃഗ്ദൃശ്യമാനസംബന്ധാദുന്മന്യന്തംവിചിന്തയേത്
ശിവയോഗമിമ ഗുഹ്യം ജീവന്മുക്തികരംവിദുഃ 15

സാരം—കണ്ണും കാണപ്പെടുന്ന വസ്തുവും തമ്മിലുള്ള സംബന്ധം മുതൽക്കു നിർവ്വികല്പാവസ്ഥയായ ഉന്മനിഭൂമിവരെ ഉള്ള ചിന്തനം തന്നെയാണ് രഹസ്യമായതും ജീവന്മുക്തിയെ ചെയ്യുന്നതുമായ ശിവയോഗം.

രോചിസ്തടിദ്ധൂമ്രകബിന്ദുനാദം
കലാഭ ഖദ്യോത രവീന്ദുദീപ്താഃ
തത് പ്രത്യയാനേകസുവർണ്ണവർണ്ണാഃ
കിഞ്ജല്കദണ്ഡാതപരത്നമുഖ്യാ. 16

സാരം—ദൃഗ്ദൃശ്യസംബന്ധങ്ങളുടേയും മററും ക്രമാവസ്ഥകളെ പറയുന്നു. കാന്തി, മിന്നൽ, പുക, ബിന്ദു, നാദങ്ങൾ, കലാ, നക്ഷത്രം, ആകാശപ്രകാശകരനായ സൂര്യൻ, ചന്ദ്രൻ, വഹ്നി, അനേകനിറങ്ങൾ, മൊട്ട്, ദണ്ഡം, ചൂട്, രത്നം മുതലായവ.

വക്ത്രേണാപൂര്യ വായും ഹുതവഹനിലയേ
പാനമാകൃഷ്യ ധൃത്വാ
സ്വാംഗുഷ്ഠാദ്യംഗുലീഭിഃ സ്വകകരതലയോഃ
ഷഡ്ഭിരേവം നിരുദ്ധ്യ
ശ്രോത്രേ നേത്രേ ച നാസാപുടയുഗളമഥാ-
നേനമാർഗ്ഗേണ ധീരാഃ
പശ്യന്തി പ്രത്യയാംസ്താൻ പ്രണവബഹുവിധ-
ധ്യാനസംലീനചിത്താഃ 17

സാരം—വായ്‌വഴി വായുവിനെ പൂരിച്ചും അഗ്നിനിലയമായ മൂലാധാരത്തിങ്കലെ അപാനവായുവിനോട ലയിപ്പിച്ച് മേലോട്ടുയർത്തി

ഇരുകൈകളിലെ വിരലുകളെക്കൊണ്ടു് ഇരുചെവികളും ഇരുനയനങ്ങളും ഇരുനാസികാദ്വാരങ്ങളും അടച്ചു് അതാതു സ്ഥാനങ്ങളിൽ പ്രണവചിന്തനം ചെയ്താൽ അതാതു സ്ഥാനങ്ങളിൽ ജ്യോതിസ്സ പ്രകാശിച്ചുകാണും.

ദൃഷ്ട്വാ, രവിസോമപാവകയുതാ
ചന്ദ്രാക്കയോരാഗമേ
ദീപ്താനിശ്ചലഗേഹദീപനികടേ
വാനിമ്മതീസ്താമപി
ദൃശ്യന്തേ സ്ഫുരിതാസ്ഫുടാ നയനയോ-
രഗ്രേപതത് പ്രത്യയാ-
സ്തേഷാംതത് പരചേതസാം വിഗളിതാ
തച്ഛ്യാവൃതീനാം മുനേ 18

സാരം—ദൃഷ്ടി സൂക്ഷ്മ്നാഗ്രത്തിങ്കൽ നിർത്തി സൂര്യ്യചന്ദ്രന്മാരെന്നു പറയപ്പെട്ട ഇഡാപിംഗളകളെ യോജിപ്പിച്ചു് ആ സ്ഥാനത്തു് ആരോഹിക്കുന്നതായാൽ മതിഹീനന്മാക്കുകൂടി ദശപ്രത്യയങ്ങൾ അതായതു ബിന്ദുനാദം കലാജ്യോതിസ്സു് സൂര്യ്യൻ ചന്ദ്രൻ ധ്രുവം നക്ഷത്രങ്ങൾ ശാന്തം അതീതം ഇവകൾ പ്രകാശിക്കുന്നതാണു്. അല്ലെങ്കിൽ, മേല്പറഞ്ഞ സ്ഥാനത്തെ അതിക്രമിച്ചിരിക്കുന്ന നിശ്ചലഗേഹദീപമായ ബുദ്ധിഗുഹയിങ്കൽ മേല്പറഞ്ഞ ശക്തികൾ എല്ലാംകൂടി ഏകമായി യോജിക്കുന്നതായാലും മുൻപറഞ്ഞ പ്രത്യയങ്ങളുണ്ടാവും. വികല്പസമാധി അഭ്യസിക്കുന്നവരിൽ ചിലക്കു് ആദ്യംപറഞ്ഞ സ്ഥാനത്തും ചിലക്കു നേരിട്ടുതന്നെ ബുദ്ധിഗുഹയിങ്കലും പ്രത്യയങ്ങൾ പ്രകാശിക്കുന്നതാണെന്നു പ്രമാണങ്ങൾ വിധിച്ചിട്ടുണ്ടു്.

പ്രമാണപ്രത്യയാതീതം
ശാന്തം തേജോമയാത്മകം
തദതീതം പരബ്രഹ്മ
ചേതി വിദ്വത്ഭിരീരിതം 19

സാരം—പ്രമാണലക്ഷണങ്ങളിൽനിന്നും മീതെയായി ശാന്തമായി തേജോമയമായി യാതൊന്നുണ്ടോ അതിൽനിന്നും മീതെയുള്ള ഒന്നാണു് ബ്രഹ്മമെന്നു പറയപ്പെടുന്നതു്.

ഭാവയോഗമസങ്കല്പവികല്പാസ്പദമത്ഭുതം
സംപ്രാപ്തോയസ്തസ്യ ഭവേദവസ്ഥാ സോന്മനീസ്മൃതാ 20

സാരം—ഭാവനാമാത്രവിഷയകമാവുന്നതും, സങ്കല്പവികല്പങ്ങൾക്കാസ്പദമല്ലാത്തതും, അത്യാശ്ചര്യകരവുമായ ആ അവസ്ഥയെ ആർ പ്രാപിക്കുന്നുവോ അയാൾക്കുള്ള അവസ്ഥ ഉന്മനീ എന്നു പറയപ്പെടുന്നതാകുന്നു.

ആധാരമദ്ധ്യഹൃദവ്യാപ്തം നാദബിന്ദുകലാത്മകം
തദതീതം സ്വരൂപം യത്തദേവ പരമം പദം 21

സാരം—ദഹരവ്യാപിയും നാദബിന്ദുകലകളോടുകൂടിയതുമായ യാതൊന്നുണ്ടോ അതിൽനിന്നും മീതെയായ അതുതന്നെയാണ് പരമപദം.

യഃ സമേതി മനസാ നിരാശ്രയം
നിരവലംബപദതത്ത്വമവ്യയം
ഭാവനാവിരഹിതം നിരാമയം
പരശിവോഹൃദി സതന്മയോഭവേത് 22

സാരം—യാവനൊരുത്തൻ നിരാലംബമായും, നാശരഹിതമായും ദുഃഖഹീനമായും, ചിന്തനാവിഷയകമായുമിരിക്കുന്ന ആ പദത്തെ പ്രാപിക്കുന്നു അവൻ സദാശിവമയനായി ഭവിക്കും.

അണുമാത്രം യദിഭവേദസ്മിത്വം വിദുഷാം ഭുവി
തദേവബന്ധഹേതുഃ സ്യാത്തദ്ഭാവാഭാവാവുഭൌത്യജേത് 23

സാരം—കുറച്ചെങ്കിലും അസ്മിത ഉണ്ടാവുന്നു എങ്കിൽ അതുതന്നെ ജനനമരണങ്ങൾക്കു കാരണമായിത്തീരും. അതുകൊണ്ടു ഭാവത്തെയും അഭാവത്തെയും ത്യജിക്കണം.

ജ്ഞാനജ്ഞേയൌ ധ്യാനധ്യേയൌ
ലക്ഷ്യാലക്ഷ്യൌ ഭവാഭവൌ
ഊഹാപോഹൌ യോഗശ്രേഷ്ഠ
സർവ്വം ത്യക്ത്വാ ജീവന്മുക്തഃ 24

സാരം—സകലവിധ ദ്വന്ദ്വങ്ങളേയും ഉപേക്ഷിച്ചവൻ ജീവന്മുക്തനായിത്തീരുന്നു. ചില ദ്വന്ദ്വങ്ങളെ യോഗീശ്വരർ എടുത്തു പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്.

സർവ്വാസ്വവസ്ഥാസ്വകൃതപ്രയത്നോ
നിശ്ചിന്തഭാവോ മൃതവത്സതിഷ്ഠൻ
കല്ലോലഹീനാംബുധിവന്നിവാത
പ്രദീപവത്തത്വമയഃ സുഖീസ്യാത് 25

സാരം—എല്ലാ അവസ്ഥകളിലും പ്രയത്നമില്ലാത്തവനായും വിചാരമില്ലാത്തവനായും ശവംപോലെയും തിരകളില്ലാത്ത കടൽപോലെയും കാററില്ലാത്ത ദിക്കിലെ വിളക്കുപോലെയും സ്ഥിതിചെയ്യുന്നവൻ സുഖവാനായിരിക്കുന്നു.

ശൃണു ചിച്ഛിവപൂജായാഃ പ്രകാരംകഥയാമ്യഹം
രഹസ്യം സർവ്വശാസ്ത്രാർത്ഥസാരം സദ്യോ വിമുക്തിദം 26

സാരം—ഇനി എല്ലാ ശാസ്ത്രങ്ങളുടേയും സാരഭൂതമായും ക്ഷണത്തിൽ മുക്തിയെ സാധിപ്പിക്കുന്നതായും ശുദ്ധമായുമിരിക്കുന്ന ചിച്ഛിവപൂജാവിധിയെപ്പറയുന്നു.

നിശ്ചിന്തൈവശിവധ്യാനം നിഷ്ക്രിയാത്സ്യപൂജനം
പ്രദക്ഷിണം നിശ്ചലത്വം സോഹംഭാവോനമസ്ക്രിയാ
മൌനം സങ്കീർത്തനംതസ്യ ജപസ്തു പരിപൂർണ്ണതാ
കൃത്യാകൃത്യജ്ഞതാശീലം നിർവ്വാണം സമദർശനം 28

സാരം—ചിച്ഛിവപൂജയ്ക്കു ധ്യാനമായിരിക്കുന്നതു നിശ്ചിന്തയാണ്. അതായതു യാതൊരു വിചാരവുമില്ലാതിരിക്കുക. ഒരു പ്രവൃത്തിയുമില്ലാതിരിക്കുന്നതുതന്നെയാണ് പൂജ. ഇളക്കമില്ലായ്മ തന്നെയാണു പ്രദക്ഷിണവിധി. അഹംബ്രഹ്മാസ്മി എന്നുള്ള ഭാവനയാണ് നമസ്കാരം. മിണ്ടാതിരിക്കുകയാണ് സ്തുതിപാഠം. ജപം, സർവ്വകാര്യങ്ങളിലും പരിപൂർണ്ണത്വം ഉണ്ടാവുകതന്നെയാണ്. ശീലമാകട്ടെ, ചെയ്യേണ്ടതും ചെയ്യാൻ പാടില്ലാത്തതും വേർതിരിച്ചറിയുകതന്നെയാണ്. നിർവൃതി, എല്ലാജന്തുക്കളിലും സമത്വദർശനം തന്നെയാണ്.

സർവ്വേന്ദ്രിയഗുണാരഹിതാരൂപാതീതഃ നിരഞ്ജനാ ശാന്താ
ഭാവാഭാവവിദൂരാസഹജാവസ്ഥേതി സാ കഥിതാ 29

സാരം—എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളുടേയും ഗുണങ്ങളുടെ അഭാവത്തോടു കൂടിയതും, ആകൃതിയില്ലാത്തതും, പുണ്യപാപസ്പർശംപോലുമില്ലാത്തതും, ശാന്തയും ഭാവാഭാവങ്ങളിൽനിന്നും ദൂരെയിരിക്കുന്നതുമായ അവസ്ഥയെ സഹജാവസ്ഥയെന്നു പറയുന്നു.

ജാഗ്രത്സ്വപ്നസുഷുപ്തിശ്ച തുരീയം ച തഥൈവ ച
തുര്യാതീതം ച സഹജം ന കിഞ്ചിച്ചിന്തയേത്തതഃ

സാരം—ജാഗ്രത്, സ്വപ്നം, സുഷുപ്തി, തുരീയം, തുരീയാതീതം, സഹജം ഈ അവസ്ഥകൾക്കു മീതെ ഒന്നുമില്ല. ഇനി ഈ അവസ്ഥകളിലിരിക്കുന്ന യോഗിയെ വർണ്ണിക്കുന്നു.

വിഹായകർമ്മാണ്യഘസംയുതാനി
ഗൃഹ്ണാതി കർമ്മാണി ശുഭാന്വിതാനി
സ്വർഗ്ഗോന്മുഖോ യഃ പുരുഷഃ പ്രവൃത്തൌ
നൈവാധികാരീ സ തു ജാഗരേപി 31

സാരം—പാപകർമ്മങ്ങളെ വെടിഞ്ഞു് പുണ്യകർമ്മങ്ങളെ മാത്രം ആശ്രയിക്കുന്നുള്ളു എങ്കിൽകൂടെ പ്രവൃത്തിമാർഗ്ഗത്തിൽ എത്തി ജാഗ്രുകനായ പുരുഷൻ മഹായോഗമായ ബ്രഹ്മയോഗത്തിന്നധികാരിയല്ല.

അലമലമധികസുഖൈകപദ
ശ്ചേതികദാചിന്നിവർത്തിതമനാഃ
സ തു ജാഗ്രദവസ്ഥായാം
തിഷ്ഠന്മോക്ഷോന്മുഖോഭവത്യേവ 32

സാരം—ഓ ഇതു സാരമില്ല, എന്നു് മനസ്സിനെ പ്രവൃത്തിയിൽനിന്നു നിവർത്തിപ്പിച്ചവനാവട്ടെ യോഗത്തിനർഹനാകുന്നു.

സംസാരോത്തരണം മമാസ്തികഥമി-
ത്യാചാര്യസംസേവനം
വിദധത്സംഗമ കാമവിസ്മൃതസദാ
ചാരൈസ്സമം മൈത്രതാ

വൈരാഗ്യശ്രുതിശാസ്ത്രനിശ്ചയധിയാ
കാമാദ്യരിധ്വംസനം
യോഗാഭ്യാസമുപൈതി ദംഭരഹിതം
ജാഗ്രത്സ്വഭാവാന്വിതഃ 33

സാരം—എനിക്കെങ്ങിനെ സംസാരം കടന്നുകൂടാറാവുമെന്നുള്ള വിചാരത്തോടെ ആചാര്യനെ സേവിക്കണം. വിദ്വാന്മാരോടുകൂടിയുള്ള സഹവാസ്സംകൊണ്ടു് സകലാചാരങ്ങളേയും മറന്നു്, മൌനത്തെ ദീക്ഷിക്കണം. അനിച്ഛയോടുകൂടിയതും വേദശാസ്ത്രാദികളെക്കൊണ്ടു സംശയം തീന്നതുമായ മനസ്സോടുകൂടി കാമക്രോധാദിഷഡ്രിപുക്കളെ ഹിംസിക്കണം. അഹംഭാവമില്ലാതിരിക്കണം. ഉണർവ്വോടുകൂടിയിരിക്കണം. ഇപ്രകാരമെല്ലാമിരിക്കുന്നവനാണ് മഹായോഗത്തിന്നധികാരിയായവൻ.

മൃതോജാഗ്രദവസ്ഥാസു യദി ചേദന്യജന്മനി
സ്വപ്നാവസ്ഥാം ഗതോയാതി പൂർവ്വാഭ്യാസവശാത്ഭുവി 34

സാരം—ജാഗ്രദാദ്യവസ്ഥകളിലിരിക്കുമ്പോൾ മരിച്ചുപോയെന്നിരിക്കട്ടെ. എന്നാൽ ഈ അഭ്യാസബലത്താൽ ലീനയോഗശക്തിമാനായി ഇനിയൊരു ജന്മത്തിൽ യോഗാധികാരിത്വമുള്ളവനായി ജനിക്കും.

സ്വപ്നേയദഖിലലോകം പശ്യഞ്ഛരദഭ്രരൂപഞ്ചവ
ത്തിഷ്ഠൻസത്താമാത്രസ്വപ്നാവസ്ഥാന്വിതശ്ചരതി 35

സാരം—സ്വപ്നത്തിൽ ശരത്കാലത്തെ മേഘംപോലെ ഈ ലോകത്തെ കണ്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നവൻ, സ്വപ്നംകണ്ടുംകൊണ്ടിരിക്കുന്നപോലെ പ്രവത്തിക്കുന്നു.

ഗതേദ്വൈതഭാവേ സ്ഥിതേശാന്തിശേഷേ
പ്രകാശസ്വഭാവേ ചിദാനന്ദഭാനൌ
ബഹിർവൃത്തിയുക്തോപ്യഹോഹൃതപ്രവൃത്തഃ
സുഷുപ്തിസ്ഥിതശ്ചിത്രവത്ഭാതിയോഗീ 36

സാരം—ദ്വന്ദ്വഭാവം പോയി. ശമം വന്നു. ചിദാനന്ദമാകുന്ന സൂര്യൻ പ്രകാശിക്കുന്നു. ഇങ്ങിനെയുള്ളവന്നു്, പ്രവൃത്തിയുണ്ടെങ്കിൽ തന്നെയും, ചിത്രത്തിലെഴുതപ്പെട്ടവനെപ്പോലെ യോഗി സ്വപ്നസ്ഥിതനായിത്തീരുന്നു.

അനമൃതോപ്യമൃതക്ഷയമാനസോ
വിദിതശാന്തതനുന്നിരഹംകൃതിഃ
ഗളിതഗന്ധഗുണസ്സതുര്യ്യഭാ-
ഗപഹതിജ്ജീവതിമുക്തിമഭാവനഃ 37

സാരം—മരണരഹിതനല്ലെങ്കിലും അമൃതനായും, ശാന്തിയോടുകൂടിയ ശരീരവനായാലും, അഹംകാരരഹിതനായും, ഗന്ധഗുണമില്ലാത്തവനായും, ഇരിക്കുന്നവൻ തുരിയാവസ്ഥയെ പ്രാപിച്ചവനാണ്. അയാൾ വിചാരമില്ലാത്തവനായി ജീവിക്കുന്നു.

സംപൂൎണ്ണകുംഭഇവ വാരിനിധാനമദ്ധ്യേ
സംശ്ശൂന്യകുംഭഇവ വിഷ്ണുപദാന്തരാളേ
അന്തർബ്ബഹിഃ പ്രഥിതപൂൎണ്ണസുശ്ശൂന്യഭാവഃ
സച്ചിത്രദീപ ഇവ ഭാതി തുരീയമുക്തഃ 38

സാരം—സമുദ്രത്തിൽ നിറഞ്ഞ കുടംപോലെയും ആകാശത്തിൽ ഒഴിഞ്ഞ കുടംപോലെയും അകത്തും പുറത്തും നിറഞ്ഞും ഒഴിഞ്ഞും ഇരിക്കുന്നവനായി ചിത്രത്തിലിരിക്കുന്ന വിളക്കെന്നപോലെ തുരിയമുക്തൻ ശോഭിക്കുന്നു.

കൈശ്ചിത് ബ്രഹ്മേതി കൈശ്ചിത് ഹരിരിതിശിവഇ-
ത്യാദി കൈശ്ചിത്സ നാനാ
ഭേദൈഃപ്രോക്തഃ ന ശൂന്യപ്രകൃതിപുരുഷകാ-
ലാത്മത്രം ഗീതി കൈശ്ചിത്
കൈശ്ചില്ലോകൈകവ്യാകല്പാത്മകബഹുവചനൈ-
ൎദ്ദേഹയുക്തോപി നിത്യം
മുക്തഃസ്യാദ്യസ്തുരീയാദമനഇതി സമാ-
ഖ്യാമവസ്ഥാം സമേതി 39

തസ്മാത്സൎവ്വപ്രയത്നേന ക്രമാദഭ്യാസയോഗതഃ
തുൎയ്യാതീതാമവസ്ഥാം താം സമാസാദ്യ സുഖീഭവ 40

സാരം—ചിലർ ബ്രഹ്മാവെന്നും, ചിലർ വിഷ്ണുവെന്നും, ചിലർ ശിവനെന്നും, ചിലർ ശൂന്യമെന്നും. ചിലർ പ്രകൃതിപുരുഷകാലാത്മ

ങ്ങളാകുന്ന രൂപഭേദത്തോടുകൂടിയതെന്നും മററും ബഹുപ്രകാരത്തിൽ വർണ്ണിക്കുന്നു. അതാകട്ടെ തുരീയത്തിൽനിന്നും അതീതമായിരിക്കുന്ന അമനസ്കാവസ്ഥയാണ്. മുക്തൻ അതിനെ പ്രാപിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടു ക്രമത്തിൽ പ്രയത്നിച്ചഭ്യസിച്ച് ആ അവസ്ഥയെ പ്രാപിച്ച് സുഖിയായി ഭവിച്ചാലും.

സർവ്വാവസ്ഥാംഗതോവാപി സർവ്വാവസ്ഥാം ന സംസ്മര
ത്യജസംഗമശേഷം ച മനോന്തർബ്ബഹിരന്വിതം 41

സാരം—മുൻപറഞ്ഞ എല്ലാ അവസ്ഥകളേയും പ്രാപിച്ച് ആ അവസ്ഥകളെയൊക്കെയും മറന്നുകളയണം. ഒന്നിലും സംഗമുണ്ടാവരുത്.

നിവർത്തയാന്യകർമ്മാണി ശിവയോഗം പ്രവർത്തയ
സഹജാമമനസ്കാം താം മുദ്രാം സച്ചിന്മയീം ഭജ 42

സാരം—എല്ലാ കർമ്മങ്ങളേയും നിർത്തിച്ചിട്ട് ശിവയോഗത്തെ പ്രവർത്തിപ്പിക്കണം. സച്ചിന്മയിയായ അമനസ്കാവസ്ഥയെ ശീലിക്കണം.

ആത്മാനം ഗഗനം കൃത്വാ ബിന്ദും കൃത്വാ തഥൈവ ച
ദ്വയോഃ സമരസംകുര്യാദമനസ്കകലാ ഹി സാ 43

സാരം—തന്നെത്തന്നെ ആകാശമായും ബിന്ദുവായും കല്പിക്കണം. പിന്നെ ആകാശബിന്ദുക്കൾക്കു സാമ്യം കല്പിക്കണം. ഇതാണ് അമനസ്കകലാ.

സ്വപ്നജാഗരണാതീതം മൃതജീവനവർജ്ജിതം
സ്വാമിൻ്ഖരീവാമനസ്കാഖ്യാം ഗമിഷ്യാമികദാകലാം 44

സാരം—സ്വപ്നവുമല്ല, ബോധവുമല്ല, മൃതനുമല്ല, ചേതനനുമല്ല, ഇങ്ങിനെ അവർണ്ണ്യമായ ആ അമനസ്കാഖ്യയായ കലയെ ഞാൻ എന്നു പ്രാപിക്കുമെന്നു ഗ്രന്ഥകർത്താവു തദതിശയദ്യോതകമായി പ്രലപിക്കുന്നു.

സചരാചരജഗദഖിലം
യത്കിഞ്ചിദിദം ഭവേന്മനോദൃശ്യം
മനസോപ്യുന്മതിമുദിതാം
യാതി സ തത്ത്വം കഥം ന ഭവേത് 45

സാരം—സ്ഥാവരജംഗമമയമായ ഈ ലോകം മുഴുവനും മനസ്സു കൊണ്ടു കാണാറായി ഭവിക്കുന്നു. അപ്പോഴാണ് മനസ്സിൻെറ ഉന്മന്യവസ്ഥയെ അവൻ പ്രാപിക്കുന്നതു്. അപ്പോളെങ്ങിനെ തത്ത്വജ്ഞാനം വരാതിരിക്കും!

അഥവായത്രമനസ്സംയാതിഹി തത്രൈവതന്മനഃസ്ഥാപ്യം
തത്കാരണാല്ലയസ്സ്യാദപ്യുദ്ധിസ്സ്യാദപാര്യമാണത്തു 46

സാരം—അല്ലെങ്കിൽ, മനസ്സ് എവിടേക്കു തിരിക്കുന്നുവോ അവിടെത്തന്നെ അതിനെ ഉറപ്പിക്കണം. അതുകൊണ്ടു ലയം സിദ്ധിക്കും. അതു തടയപ്പെട്ടന്നപക്ഷം വൃദ്ധിയുണ്ടാവും.

യഥേഷ്ടയാമനോഗച്ഛേത്സ്വയമേവനിവർത്തതേ
നിരങ്കുശേനവിധിനാ കരടീവമദോൽകടഃ 47

സാരം—മദംപാട്ടുള്ള ആനയെപ്പോലെ, മനസ്സ് ഇഷ്ടംപോലെ പോകട്ടെ, തന്നെത്താനതു മടങ്ങി വന്നോളും.

നാദ ഏവ ലയശ്രേഷ്ഠോ മുദ്രാണാം ഖേചരീ രാ
ജയോഗഃശ്രേഷ്ഠോനിരാലംബോഹ്യവസ്ഥാസുമനോന്മനീ 48

സാരം—ലയങ്ങളിൽ വച്ചുത്തമം ലയം—മുദ്രകളിൽ ഖേചരി മുദ്ര. നിരാലംബസമാധി എല്ലാ യോഗങ്ങളിലും വച്ചുത്തമം. എല്ലാ അവസ്ഥകളിലും വച്ചുത്തമമായതു് ഉന്മന്യവസ്ഥയുമാകുന്നു.

രാജയോഗസ്യ മുദ്രാം താമേത്യയോഗീ മനോന്മനീം
വിചരത്യഖിലാൻലോകാൻ ബാലോന്മത്തപിശാചവത്

സാരം—രാജയോഗത്തിൻെറ മുദ്രയായ ഉന്മനിയെ പ്രാപിച്ച ഒരു യോഗിയാകട്ടെ, കുട്ടികൾ ഭ്രാന്തന്മാർ പിശാചുക്കൾ ഇവരെപ്പോലെ എല്ലാ ലോകങ്ങളിലും സഞ്ചരിക്കുന്നു.

ജീവന്മുക്തിപ്രകാരസ്യ യോഗ ഏവ ച നാന്യഥാ
സ ഏവ സിദ്ധിദസ്സമ്യക്സർവ്വൈർശ്ശാസ്ത്രസമ്മതഃ 50

സാരം—ജീവന്മുക്തിക്കുവേണ്ടതു് ഈ യോഗംതന്നെയാണ്. സിദ്ധിയെക്കൊടുക്കുകയും ചെയ്യും.

മന്ത്രലയാവാരംഭക
ഘടസംജ്ഞൌ പരിചയോ ഹഠസ്തു
മനസസ്സമനിഷ്പത്തിഃ
സൈവമഹാൻ രാജയോഗശ്ച 51

സാരം—മന്ത്രയോഗം ആരംഭാവസ്ഥയും, ലയയോഗം ഘടാവസ്ഥയും, ഹഠയോഗം പരിചയാവസ്ഥയും, രാജയോഗം നിഷ്പത്ത്യവസ്ഥയുമാകുന്നു. മന്ത്രയോഗാഭ്യാസം നിമിത്തം ഓരോ അവസ്ഥകളെ കടന്നു നിഷ്പത്ത്യവസ്ഥയെ പ്രാപിക്കണം.

തസ്മാത്സംസേവ്യ ഏവംവിധ ഇഹ യമിനാ
ശ്രേയസേ യോഗമാർഗ്ഗേ-
ഷ്വാലസ്യം ധൂർത്തസംഗം സ്വജനകപിതരൗ-
സ്ത്യാന്ധകാരോരുരാഗാൻ
ജിത്വാമുന്നന്തരായാൻ പുനരപി ച മഹാ
യോഗജൈശ്വര്യസിദ്ധീം-
സ്ത്യക്ത്വാ സ്ഥിത്വാസുദേശേ സുജനപരിവൃതേ
ബാധിതേ ധർമ്മരാജ്യേ 52

സാരം—ദൈവം, ഭീഷണം, ഭ്രമാവർത്തം ആദിയായ നാലുദോഷങ്ങൾ യോഗികൾക്കു് അന്തരായങ്ങളായി ഗണിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ശാസ്ത്രസംബന്ധമായി വാദപ്രതിവാദങ്ങൾ, ഇതു സാത്വികമാണെന്നിരുന്നാലും അതിൽ ഭ്രമിച്ചാൽ സത്വഗുണം ഭേദിക്കും. ദൂരത്തു കേൾക്കുന്ന ശബ്ദങ്ങൾ യോഗി എത്ര അകലെ ഇരുന്നാലും കേൾക്കും. ഇതിൽ ഭ്രമിക്കരുതു്. ഭ്രമിച്ചാൽ ഗുണം ഭേദിക്കും. എത്രതന്നെ സിദ്ധി ഉണ്ടായിരുന്നാലും അതിൽ ഭ്രമിക്കരുതു്. യോഗിക്കു്, ലക്ഷ്യങ്ങളിൽ മനസ്സുവച്ചാൽ പല സിദ്ധികളും ഉണ്ടാവും, അതുകളിൽ ഭ്രമിച്ചാലും ഗുണം ഭേദിക്കും. ഇവ മൂന്നുംകൂടിച്ചേർന്നു നാലാമത്തേതായ

ദോഷം ഉണ്ടാവും. അതുനിമിത്തം ദേവാഷ്ടയോനിയിൽ പതിക്കും. ഇങ്ങിനെ നാലന്തരായങ്ങൾ മഹായോഗിക്കുള്ള അന്തരായങ്ങളാണ്. സിദ്ധികളുണ്ടായാലും അവയിൽനിന്നു് ഒഴിഞ്ഞിരിക്കേണമെന്നു സാരം.

താപത്രയം നവവിധാവ്യവഹാരഭാവാഃ
ഷട്കൌശികാനി ഷഡമിത്രകപഞ്ചകോശാഃ
ഷട്ഭാവജാവികൃതയശ്ച ഷഡൂർമ്മയശ്ച
നിഷ്പന്നയോഗമഹതാം ഭുവി ന സ്യുരേവ 53

സാരം—മൂന്നുവിധ താപങ്ങളും, ഒമ്പതുവിധ വ്യവഹാരങ്ങളും, ആറു കൌശികങ്ങളും, ആറു ശത്രുക്കളും, അഞ്ചു കോശങ്ങളും ആറുവിധ വികൃതികളും, ആറുവിധ പീഡകൾ അല്ലെങ്കിൽ ഉത്കണ്ഠകൾ ഇവയും ഉണ്ടാകുന്നതല്ല.

മഹാദീപ്തവഹ്നിർദ്ദഹേത് ശുഷ്കപത്രം
യഥാ, പുണ്യപാപാത്മകം കർമ്മസർവ്വം
തഥാനിർദ്ദഹേത്തത്ക്ഷണാത് ജ്ഞാനവഹ്നി-
സ്തതോമുക്തിമായാതി നിഷ്പന്നയോഗീ 54

സാരം—എങ്ങിനെ ഉണങ്ങിയ ഇലയെ തീ ദഹിപ്പിച്ചു് ഭസ്മമാക്കിക്കളയുമോ അതുപോലെ ജ്ഞാനമാകുന്ന വഹ്നി പുണ്യപാപാത്മകങ്ങളായ സർവ്വകർമ്മങ്ങളേയും ക്ഷണത്തിൽ ഇല്ലാതാക്കും. പിന്നെ യോഗി മോക്ഷത്തെ പ്രാപിക്കും.

അത്യല്പദീപസ്സമഹത്തമസ്സു
വിനാശയേദ്യാ നിഖിലം ഹഠാദ്യഥാ
അല്പോപ്യഹോ യോഗസമാധിരേഷ
വിനാശയേത് കർമ്മശുഭാശുഭം തഥാ 55

സാരം—വിളക്കു ചെറുതായൊന്നതാണെങ്കിലും വലിയ ഇരുട്ടിനെ ഉന്മൂലനം ചെയ്യുന്നുവോ അതുപോലെ യോഗസമാധി, കുറച്ചു നേരത്തേക്കു മാത്രമെ നില്ക്കുന്നുള്ളുവെങ്കിലും അതു സകല ശുഭാശുഭകർമ്മങ്ങളേയും നശിപ്പിക്കും.

യോ വാ യോഗസമുദ്യതോ വനിതലേ
മൃത്യും പ്രപദ്യേത സ
സ്വർല്ലോകാൻ സമുപേത്യ ശാശ്വതസുഖം
തത്രാനുഭൂയസ്വയം
സഞ്ജായേത തതസ്സതാം ശ്രുതിമതാം
ശുദ്ധേകുലേയോഗിനാം
തുഷ്ടിംപ്രാപ്യനിവർത്തയേദപിപദം
യോഗീ ശിവാഖ്യംപരം 56

സാരം—യോഗപ്രവൃത്തനായി യാവനൊരുവനാണ് മരിക്കുന്നതു് അവൻ സ്വർഗ്ഗലോകത്തിൽച്ചെന്നു ബഹുവിധസുഖാനുഭവങ്ങളെ വേണ്ടപോലെ ഭുജിച്ചു തൃപ്തിവന്നതിൽപിന്നെ, സത്തന്മാരായ യോഗികളുടെ കുലത്തിൽ വീണ്ടും ജനിച്ചു് ഭഗ്നമായ യോഗാഭ്യാസത്തെ വീണ്ടും തുടൎന്നു പരമമായ ശിവപദത്തെ പ്രാപിക്കും.

ബ്രഹ്മണിപരേഹൃദയമത്ര ഖലുലീനം
യസ്യ പിതരാവിഹപരത്ര ച കൃതാൎത്ഥൌ
തസ്യകുലജാഃ സ്യുരനഘാഃ കില ജയന്തി
തസ്യപദസംഘടിതഭൂരപിപവിത്രാ 57

സാരം—യാവനൊരുത്തന്റെ മനസ്സ് പരബ്രഹ്മത്തിങ്കൽ ലീനമായിരിക്കുന്നുവോ അവന്റെ മാതാപിതാക്കന്മാർ ഇഹത്തിലും പരത്തിലും കൃതാൎത്ഥന്മാരായിരിക്കും. അവന്റെ കുലത്തിൽ ജനിച്ചവരും കൂടെ പാപരഹിതന്മാരായി സൎവ്വോത്കർഷേണ വൎത്തിക്കുന്നു. അവന്റെ പാദങ്ങൾ മുട്ടിയ ഭൂമിതന്നെ പരിശുദ്ധയായിരിക്കുന്നു.

യോഗശാസ്ത്രരഹസ്യാതി സിദ്ധാന്താന്തപദ്ധതിഃ
സാക്ഷേപേണകൃതാബോദ്ധ്യാ ശിവയോഗപ്രദീപികാ. 58

സാരം—യോഗശാസ്ത്രത്തിലെ രഹസ്യങ്ങളും അതിലെ സിദ്ധാന്തങ്ങളുടെ വഴിയും ഒക്കെ ഈ ശിവയോഗപ്രദീപികയിൽ ചുരുക്കി പ്പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടു്.

അഭ്യാസശ്ശൂരായ ജിതേന്ദ്രിയായ
ശിവേചണ്ഡശ്ശൈ ഭക്തി സുനിശ്ചലായ
ദേയം രഹസ്യം ശിവയോഗശാസ്ത്രം
യോ മൂഢദാതാ ഗുരുപാതകീസ്യാത് 59

സാരം—അഭ്യാസത്തിൽ ശ്രദ്ധാലുവായും, ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹം ചെയ്യുവനായും, പരമശിവങ്കൽ നിശ്ചലഭക്തിയോടുകൂടിയവനായും ഇരിക്കുന്നവനെ ഈ രഹസ്യമായ ശിവയോഗം ഉപദേശിക്കാവൂ. മൂഢന്മാൎക്കുപദേശിച്ചാൽ ഉപദേഷ്ടാവു പാപിയായിത്തിരും.

പുരബാണാനജസായകാൻസമുദ്ര
ജ്ജ്വലൻകരേഷ്വംസ്തഥാ
നിധിബാണംശ്ച പഞ്ചപഞ്ചധാപടലികാ
സേചവം ശിവാങ്കം മയാ
പരമിത്യാദിക ശബ്ദജാലവിവിധ
ച്ഛന്ദോഭിരേതത്കൃതം
ഗിരിനാഗാംബക സംഖ്യയാപി സകലം
പദ്യൈശ്ച യോഗാൻബഹൂൻ. 60

സാരം—ഈ ശ്ലോകംകൊണ്ടു ഇന്നിന്ന പടലങ്ങളിൽ ഇത്രയിത്ര ശ്ലോകങ്ങളാണെന്നു കുറിക്കുന്നു. ഒന്നാമത്തേതിൽ 53, രണ്ടാമത്തേതിൽ 59, മൂന്നാമത്തേതിൽ 64, നാലാമത്തേതിൽ 52, അഞ്ചാമത്തേതിൽ 59, ഒട്ടാകെ 287 ശ്ലോകങ്ങളുണ്ടെന്നു വ്യവസ്ഥാപിച്ചിരിക്കുന്നു.

അഞ്ചാംപടലും കഴിഞ്ഞു.

സമാപ്തം.

നല്ലപുസ്തകങ്ങൾ

ചന്ദ്രിക.	ശ്രീ. പയ്യംപള്ളിയുടെ ഒരു സാമുദായിക നോവൽ	1	8	0
പ്രഭുകുമാരി.	ശ്രീ. പയ്യംപള്ളിയുടെ പുതിയ സാമുദായിക നോവൽ	1	8	0
ലളിത.	ശ്രീ പാറയിൽ ഷംസുദ്ദീൻ എഴുതിയ ശോകസങ്കുലമായ പ്രണയകഥ	1	8	0
രാജ്യം.	ശ്രീ എൻ. ജി. കെ. തമ്പാൻ അവർകളുടെ അത്ഭുതകരമായ ഡിറക്ടീവ് നോവൽ	1	8	0
അത്ഭുതമോഹിനി.	ഡാക്ടർ പി. എസ്. നായർ അവർകളുടെ സംഭവബഹുലമായ ഡിറക്ടീവ് നോവൽ	2	0	0
പ്രേമയാചകി.	ചേർത്തല K. M. N. ചെട്ടിയാരുടെ പുതിയ സാമുദായിക ഗദ്യനാടകം (പരിഷ്കരിച്ച പതിപ്പ്)	1	0	0
മഹിള.	ചേർത്തല K. M. N ചെട്ടിയാരുടെ സാമുദായികനാടകം	1	0	0
കുലാംഗന.	ചേർത്തല K. M. N. ചെട്ടിയാരുടെ അത്ഭുതകരമായ ഒരു ഡിറക്ടീവ് നാടകം	1	0	0
മദനസാമ്രാജ്യം.	(കാമശാസ്ത്രം)	2	0	0

ഉടനെ ആവശ്യപ്പെടുക:—

കെ. നാരായണൻ,
'വിദ്യാരംഭം' പ്രസ്സ് & ബുക്കഡിപ്പോ,
മുല്ലയ്ക്കൽ, ആലപ്പുഴ

ശിവയോഗപ്രദീപികാ

(ഭാഷാവ്യാഖ്യാനസഹിതം)

വിദ്യാരംഭം പ്രസിദ്ധീകരണം

Indic Digital Archive Foundation
gpura.org