

ଓଁ ଶ୍ରୀ ଗଣେଶାୟ ନମଃ

ପ୍ରାଚୀନ ଭାରତୀୟ ବୈଦିକ ସାହିତ୍ୟ

Vedic Literature of Ancient India

ଉପନିଷଦ

(ଉପନିଷତ୍)

Upanishad / उपनिषद्

୧୦୮ ଉପନିଷଦ (ଭାଗ – ୫)

108 Upanishad (Vol – 5)

ସଂପାଦନ - ଶ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରଧାନ

Editor – Prakash Pradhan

ଭାଷା - ସଂସ୍କୃତ-ଓଡ଼ିଆ

Language – Sanskrit - Odia

ଉପଦେଷ୍ଟା

ପଣ୍ଡିତ ଶ୍ରୀ ସତ୍ୟୋଷ କୁମାର ମିଶ୍ର

ସଂପାଦକ, ହିନ୍ଦୁ ମହାସଭା, ଓଡ଼ିଶା ଶାଖା

ବେଦ ଉପନିଷଦ

ଉପନିଷଦ ଗୁଡ଼ିକ 'ବେଦ ଯୁଗ'ର ଶେଷ ଆଡ଼କୁ ରଚନା କରାଯାଇଥିଲା । ଉପନିଷଦ 'ଷଦ' ଶବ୍ଦରୁ ଆସିଅଛି, ଷଦ ଅର୍ଥାତ 'ବସିବା', ଏଥିରେ ପୂର୍ବରେ 'ଉପ' ଓ 'ନି' କୁ ଯୋଡ଼ା ଯାଇଛି । ଅର୍ଥାତ 'ଉପ' ର ଅର୍ଥ ପାଖରେ , 'ନି' ର ଅର୍ଥ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ, ତେଣୁ ଉପ-ନି-ଷଦ, ଯାହାର ଅର୍ଥ ହେଲା, ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ଗୁରୁଙ୍କ ପାଖରେ ବସିବା, ଅର୍ଥାତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ ସହିତ ଗୁରୁଙ୍କ ପାଖରେ ବସି ବେଦର ଶେଷ ଭାଗ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା । ଉପନିଷଦକୁ ବେଦର ଚତୁର୍ଥ ସ୍ତର ବା ଅଂଶ ବୋଲି କୁହାଯାଏ ।

ଯେହେତୁ ଉପନିଷଦ ଗୁଡ଼ିକ ବେଦର ଅନ୍ତ ଆଡ଼କୁ ରଚନା କରାଯାଇଥିଲା, ସେଥିପାଇଁ ଏହାକୁ 'ବେଦାନ୍ତ' ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଅଧିକାଂଶ ଉପନିଷଦ ଗୁଡ଼ିକର ବିଷୟବସ୍ତୁ 'ଆତ୍ମବିଦ୍ୟା' ଓ 'ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା' ଉପରେ ଆଧାରିତ । ଏହାକୁ ଅନେକ ଗବେଷକ ବା ପଣ୍ଡିତ ବା ଜ୍ଞାନୀମାନେ ଅନେକ ଆଖ୍ୟା ଦେଇଛନ୍ତି ଯଥା – 'ଆଦି ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟ' ଏହାକୁ 'ଆତ୍ମ ଓ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା' କହିଛନ୍ତି, 'ମାକ୍ଷ ମୁଲ୍ଲେର୍' ଓ 'ପାଉଲ୍ ଦେଉସାନ୍' ଏହାକୁ 'ଗୁପ୍ତ ଶିକ୍ଷା', ଓ 'ପାଟ୍ରିକ୍ ଓଲିଭେଲ୍ଲେ' 'ଲୁକ୍କାୟିତ ଅର୍ଥ', ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ।

ଏହା କୁହାଯାଏ ଯେ, ଯେଉଁ ଶିଷ୍ୟ ମାନଙ୍କର ଚରିତ୍ର, ଶିକ୍ଷା ଓ ଗୁରୁଭକ୍ତି ଠିକ ରହୁଥିଲା, ସେମାନଙ୍କୁ କେବଳ ଉପନିଷଦ ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କରିବାର ସୁଯୋଗ ମିଳୁଥିଲା । ସେଇଥିପାଇଁ ଉପନିଷଦ ମାନଙ୍କୁ "ଗୁପ୍ତ ବିଦ୍ୟା" କୁହାଯାଏ ।

ଇତିହାସକାର ଓ ଗବେଷକ ମାନଙ୍କ ଅନୁସାରେ ବେଦରେ ସମୁଦାୟ ୧୦୮ଟି ଉପନିଷଦ ଅଛି । ଏହିସବୁ ଉପନିଷଦ ଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବେଦ ଅଧୀନରେ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଓ ବିଷୟବସ୍ତୁ ଅନୁସାରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇଛି । ବିଭକ୍ତିକରଣର ପଦ୍ଧତି ଗୁଡ଼ିକ ହେଲେ - ମୁଖ୍ୟ, ସାମାନ୍ୟ, ସନ୍ନ୍ୟାସ, ଶାକ୍ତ, ବୈଷ୍ଣବ, ଶୈବ, ଓ ଯୋଗ । ଅର୍ଥାତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବେଦର ମୁଖ୍ୟ, ସାମାନ୍ୟ, ସନ୍ନ୍ୟାସ, ଶାକ୍ତ, ବୈଷ୍ଣବ, ଶୈବ, ଓ ଯୋଗ ଉପନିଷଦ ଗୁଡ଼ିକ ଅଛି । (ତଳେ ଦିଆଯାଇଥିବା ଟେବୁଲ୍‌ରେ ଏହାର ସଂକ୍ଷିପ୍ତକରଣ ପାଇ ପାରିବେ)

ଏସବୁ ଉପନିଷଦ ଭିତରୁ ଦଶୋପନିଷଦ, ଅର୍ଥାତ ୧୦ଟି ଉପନିଷଦକୁ 'ମୁଖ୍ୟ ଉପନିଷଦ' ଭାବରେ ମାନନ୍ତି, ଏଥିରେ, ପରେ ଆଉ ୩ଟି ଉପନିଷଦ ଯୋଗ କରାଯାଇ ଏହାକୁ ୧୩ଟି କରିଦିଆଗଲା । ତେଣୁ ୧୩ଟି ମୁଖ୍ୟ ଉପନିଷଦ, ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଲେ - (ଦଶୋପନିଷଦ) - ଈଶ, କେନ, କଠ, ପ୍ରଶ୍ନ, ମୁଣ୍ଡକ, ମାଣ୍ଡୁକ୍ୟ, ତୈତ୍ତିରୀୟ, ଐତରେୟ, ଛାନ୍ଦୋଗ୍ୟ ଓ ବୃହଦାରଣ୍ୟକ, (ଅତିରିକ୍ତ) - କୌଷୀତକି, ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱତର ଓ ମୈତ୍ରାୟଣୀୟ ।

ବେଦ - ଉପନିଷଦ ସଂଗଠନ

ବେଦ	ସଂଖ୍ୟା	ମୁଖ୍ୟ	ସାମାନ୍ୟ	ସନ୍ନ୍ୟାସ	ଶାକ୍ତ	ବୈଷ୍ଣବ	ଶୈବ	ଯୋଗ
ଉକ୍ ବେଦ	୧୦	ଐତରେୟ, କୌଷୀତକି	ଆତ୍ମବୋଧ, ମୁକ୍ତଲ	ନିର୍ବାଣ	ତ୍ରିପୁରା, ସୌଭାଗ୍ୟଲକ୍ଷ୍ମୀ, ବହୁତ,	-	ଅକ୍ଷମାଳିକା	ନାଦବିନ୍ଦୁ
ସାମବେଦ	୧୨	ଛାନ୍ଦୋଗ୍ୟ, କେନ	ବକ୍ରସୂତୀ, ମହା, ସାବିତ୍ରୀ,	ଆରୁଣେୟ, ମୈତ୍ରେୟ, ସଂନ୍ୟାସ, କୁଷ୍ଠିକା	-	ବାସୁଦେବ, ଅବ୍ୟକ୍ତ	ରୁଦ୍ରାକ୍ଷଜୀବା ଲ, ଜବାଳି	ଯୋଗଚୂଡ଼ାମଣି, ଦର୍ଶନ
କୃଷ୍ଣ ଯଜୁର୍ବେଦ	୩୨	କଠ, ତୈତ୍ତିରୀୟ, ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱତର, ମୈତ୍ରାୟଣୀୟ,	ସର୍ବସାର, ଶୁକରହସ୍ୟ, ସ୍ୱୟ, ଗର୍ଭ, ଶାରୀରକ, ଏକାକ୍ଷର, ଅକ୍ଷି	ବ୍ରହ୍ମ, ଅବଧୂତ, କଠଶ୍ରୁତି	ସରସ୍ୱତୀ ରହସ୍ୟ	ନାରାୟଣ, କଳି ସତ୍ତରଣ	କୈବଲ୍ୟ, କାଳାଗ୍ନି ରୁଦ୍ର, ଦକ୍ଷିଣାମୂର୍ତ୍ତି, ରୁଦ୍ରହୃଦୟ, ପଞ୍ଚବ୍ରହ୍ମ	ଅମୃତବିନ୍ଦୁ, ତେଜୋବିନ୍ଦୁ, ଅମୃତନାଦ, କ୍ଷୁରିକା, ଧାନବିନ୍ଦୁ, ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା, ଯୋଗତତ୍ତ୍ୱ, ଯୋଗଶିଖା, ଯୋଗକୁଣ୍ଡଳିନୀ, ବରାହ
ଶୁକ୍ଳ ଯଜୁର୍ବେଦ	୧୮	ଇଶ, ବୃହଦାରଣ୍ୟକ	ସୁବାଲ, ମନ୍ତ୍ରିକ, ନିରାଲମ୍ବ, ପୈଙ୍ଗଲ, ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ମୁକ୍ତିକା	ଜୀବାଲ, ଭିକ୍ଷୁକ, ତୁରୀୟାତୀତ ଅବଧୂତ, ୟାଜ୍ଞବଲ୍କ୍ୟ, ଶାବ୍- ୟାୟନୀୟ,	-	ତାରସାର	-	ଅଦ୍-ବୟ ତାରକ, ହଂସ, ତ୍ରିଶିଖ-ବ୍ରାହ୍ମଣ, ମଣ୍ଡଳ-ବ୍ରାହ୍ମଣ

ବେଦ	ସଂଖ୍ୟା	ମୁଖ୍ୟ	ସାମାନ୍ୟ	ସନ୍ଧ୍ୟାସ	ଶାକ୍ତ	ବୈଷ୍ଣବ	ଶୈବ	ଯୋଗ
ଅଥର୍ବ ବେଦ	୩୨	ମୁଣ୍ଡକ, ମାଣ୍ଡୁକ୍ୟ, ପ୍ରଶ୍ନ,	ଆତ୍ମା, ସୂକ୍ଷ୍ମ, ପ୍ରାଣାଗ୍ନିହୋତ୍ର	ଆଶ୍ୱମେଧ, ନାରଦପରିବ୍ରାଜକ, ପରମହଂସ, ପରମହଂସ ପରିବ୍ରଜକ, ପରଂବ୍ରହ୍ମ,	ସୀତା, ଦେବୀ, ତ୍ରିପୁରାତାପିନୀ, ଭାବନ	ନୃସିଂହ ତାପନୀୟ, ମହାନାରାୟଣ, ରାମ ରହସ୍ୟ, ରାମ ତାପନୀୟ, ଗୋପାଳ- ତାପନୀ, କୃଷ୍ଣ, ହୃୟଗ୍ରୀବ, ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ, ଗରୁଡ଼	ଅଥର୍ବସିରସ, ଅଥର୍ବଶିଖା, ବୃହଜ୍ଜାବାଳ, ଶରଭ, ଭୃଗୁଜାବାଳ, ଗଣପତ୍ୟର୍ଥବ ଶୀର୍ଷ	ଶାନ୍ତିଲ୍ୟ, ପଶୁପତିବ୍ରହ୍ମ, ମହାବାକ୍ୟ
ସମୁଦାୟ	୧୦୮	୧୩	୨୧	୧୯	୮	୧୪	୧୩	୨୦

ପ୍ରୀୟ ପାଠକ,

ବିଭିନ୍ନ ସୂତ୍ରରୁ ଉପଲବ୍ଧ ଉପନିଷଦ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସାମାନ୍ୟ ଅନ୍ତର ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇଥାଏ, ଏହା ଭୁଲ୍ କିମ୍ବା ତୃଟିଯୁକ୍ତ ନୁହେଁ, ଏହା କେବଳ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସଂସ୍କରଣ ଅଟେ । ଏହି ଉପନିଷଦ ସଂସ୍କରଣରେ ୧୯୪୮ ମସିହାରେ ପ୍ରକାଶିତ "ଇଶାଦି ବିଂଶୋତ୍ତରଶତୋପନିଷଦଃ" ପୁସ୍ତକ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଛି ।

ଆମ ଜ୍ଞାନ ଅବଧିରେ, ଧ୍ୟାନ ପୂର୍ବକ ସମସ୍ତ ସାବଧାନ, ଓ ଯତ୍ନର ସହିତ ଓଡ଼ିଆରେ ରୂପାନ୍ତର କରାଯାଇଛି । ଏଥିରେ ଭୁଲ୍ ବା ତୃଟି ରହିଥାଇପାରେ, ଯଦି କିଛି ତୃଟି ରହିଯାଇଥାଏ, ତାହା ସଂପାଦକଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଗୋଚରକୁ ଆଣିବାକୁ ଅନୁରୋଧ ।

ଆଶାକରୁଛି, ଏହା ସମସ୍ତ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ଭାଷୀ ଜ୍ଞାନଲିପ୍ତ ଜନମାନଙ୍କ କାମରେ ଆସିବ ଓ ଏହାକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ, ତଥା ଭବିଷ୍ୟତ ପିଢ଼ି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚାଇ ଭାରତର ସଂସ୍କୃତି ଓ ପରମ୍ପରାକୁ ବଜାୟ ରଖିବେ ।

ତାରିଖ - ୧୦.୦୯.୨୦୨୧

ଗଣେଶ ଚତୁର୍ଥୀ

ଶ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରଧାନ

ସଂପାଦକ

ସଂସାରଫଳ, ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡାଇ, କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ଓଡ଼ିଶା



ଯୋଗ ଉପନିଷଦ

(Yoga Upanishad)

ଓଁ ଶ୍ରୀ ଗଣେଶାୟ ନମଃ

ଯୋଗକୁଣ୍ଡଳିନୀ ଉପନିଷଦ

(Yogakundalinyupanishat / Yogakundalini Upanishad)

ସଂପାଦନ - ଶ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରଧାନ

Editor – Prakash Pradhan

ଭାଷା - ସଂସ୍କୃତ-ଓଡ଼ିଆ

Language – Sanskrit - Odia

ଶୁଦ୍ଧିକରଣ (Proofreading by)

ଶ୍ରୀ ଅରୁଣ କୁମାର ପରିଡ଼ା



ଶ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରଧାନ

ସଂପାଦକ

prakash@scholarshoppe.com

ଶୁଦ୍ଧିକରଣ



ଶ୍ରୀ ଅରୁଣ କୁମାର ପରିଡ଼ା

ସଂସ୍କାରଦଳ, ପଟ୍ଟାମୁଣ୍ଡାଇ,

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ଓଡ଼ିଶା

arunhkd12@gmail.com

ଘୋଗକ୍ଷୁଣ୍ଣିନୁପନିଷଦ୍ / ଘୋଗକ୍ଷୁଣ୍ଣିନୀ ଉପନିଷଦ୍ /

ଘୋଗକ୍ଷୁଣ୍ଣିନୁପନିଷଦ୍



॥ ଅଥ ଘୋଗକ୍ଷୁଣ୍ଣିନୁପନିଷଦ୍ ॥

ଘୋଗକ୍ଷୁଣ୍ଣିନୁପନିଷଦେଽଗସିଦ୍ଧିହୃଦାସନମ୍ ।

ନିର୍ବିଶେଷବ୍ରହ୍ମତତ୍ତ୍ୱଂ ସ୍ୱମାତ୍ରମିତି ଚିନ୍ତୟେ ॥

ଓଁ ସହ ନାବବତୁ । ସହ ନୌ ଭୁନକ୍ତୁ । ସହ ବୀର୍ଯ୍ୟଂ କରବାବହୈ ।

ତେଜସ୍ୱିନାବଧୀତମସ୍ତୁ ମା ବିଦ୍ୱିଷାବହୈ ॥

ଓଁ ଶାନ୍ତିଃ ଶାନ୍ତିଃ ଶାନ୍ତିଃ ॥

॥ ପ୍ରଥମୋଽଧ୍ୟାୟଃ ॥

ହରିଃ ଓଁ ॥ ହେତୁଦ୍ୱୟଂ ହି ଚିତ୍ତସ୍ୟ ବାସନା ଚ ସମୀରଣଃ ।

ତୟୋର୍ବିନଷ୍ଟ ଏକସ୍ଥିଂସ୍ତଦ୍ୱାବପି ବିନଶ୍ୟତଃ ॥ ୧॥

ତୟୋରାଦୌ ସମୀରସ୍ୟ ଜୟଂ କୁର୍ଯ୍ୟାନ୍ନରଃ ସଦା ।

ମିତାହାରଶ୍ଚାସନଂ ଚ ଶକ୍ତିଚାଲୟତୀୟକଃ ॥ ୨॥

ଏତେଷାଂ ଲକ୍ଷଣଂ ବକ୍ଷ୍ୟେ ଶୃଣୁ ଗୌତମ ସାଦରମ୍ ।

ସୁସ୍ଥିରମଧୁରାହାରଶ୍ଚତୁର୍ଥାଂଶବିବର୍ଜିତଃ ॥ ୩॥

ଭୃଜ୍ୟତେ ଶିବସଂପ୍ରୀତ୍ୟେ ମିତାହାରଃ ସ ଉଚ୍ୟତେ ।

ଆସନଂ ଦ୍ୱିବିଧଂ ପ୍ରୋକ୍ତଂ ପଦ୍ମଂ ବଜ୍ରାସନଂ ତଥା ॥ ୪॥

ଉର୍ବୋରୁପରି ଚେକ୍ଷତ୍ୱେ ଉଭେ ପାଦତଳେ ଯୁଥା ।

ପଦ୍ମାସନଂ ଉବେଦେତସ୍ତର୍ବପାପପ୍ରଶାଶନମ୍ ॥ ୫॥

ବାମାନ୍ତ୍ରମୂଳକନ୍ଦାଧୋ ହ୍ୟନ୍ୟଂ ତଦୁପରି କ୍ଷିପେତ୍ ।
ସମଗ୍ରୀବଶିରଃକାୟୋ ବଦ୍ରାସନମିତୀରିତମ୍ ॥ ୭॥

କୁଣ୍ଡଲ୍ୟେବ ଭବେଚ୍ଛକ୍ତିସ୍ତ୍ରାଂ ତୁ ସଂଚାଲୟେଦୁଧଃ ।
ସ୍ୱସ୍ଥାନାଦାତୁର୍ବୋର୍ମଧ୍ୟଂ ଶକ୍ତିଚାଲନମୁତ୍ୟତେ ॥ ୮॥

ତସ୍ରାଧନେ ଦ୍ୱୟଂ ମୁଖ୍ୟଂ ସରସ୍ୱତ୍ୟାସ୍ତୁ ଚାଲନମ୍ ।
ପ୍ରାଣରୋଧମଥାଭ୍ୟାସାଦୃଜ୍ଞୀ କୁଣ୍ଡଲିନୀ ଭବେତ୍ ॥ ୮॥

ତୟୋରାଦୌ ସରସ୍ୱତ୍ୟାଶ୍ଚାଲନଂ କଥୟାମି ତେ ।
ଅରୁନ୍ଧତ୍ୟେବ କଥିତା ପୁରାବିଦ୍-ଭିଃ ସରସ୍ୱତୀ ॥ ୯॥

ୟସ୍ୟାଃ ସଂଚାଲନେନୈବ ସ୍ୱୟଂ ଚଲତି କୁଣ୍ଡଲୀ ।
ଇତାୟାଂ ବହତି ପ୍ରାଣେ ବଜ୍ରା ପଦ୍ମାସନଂ ଦୃଢମ୍ ॥ ୧୦॥

ଦ୍ୱାଦଶାଙ୍ଗୁଲଦୈର୍ଘ୍ୟଂ ଚ ଅମ୍ବରଂ ଚତୁରଙ୍ଗୁଲମ୍ ।
ବିସ୍ତୀର୍ଣ୍ଣ ତେନ ତନ୍ନୀତୀଂ ବେଷ୍ଟୟିତ୍ୱା ତତଃ ସୁଧୀଃ ॥ ୧୧॥

ଅଙ୍ଗୁଷ୍ଠତର୍ଜନୀଭ୍ୟାଂ ତୁ ହସ୍ତାଭ୍ୟାଂ ଧାରୟେଦ୍ୱୈତମ୍ ।
ସୁଶକ୍ତ୍ୟା ଚାଲୟେଦ୍ୱାମେ ଦକ୍ଷିଣେନ ପୁନଃ ପୁନଃ ॥ ୧୨॥

ମୁହୂର୍ତ୍ତଦ୍ୱୟପର୍ଯ୍ୟନ୍ତଂ ନିର୍ଭୟାକାଲୟେସୁଧୀଃ ।
ଉର୍ଧ୍ୱମାକର୍ଷୟେନ୍ନିଂତିସୁଷୁମ୍ନାଂ କୁଣ୍ଡଲୀଗତାମ୍ ॥ ୧୩॥

ତେନ କୁଣ୍ଡଲିନୀ ତସ୍ୟାଃ ସୁଷୁମ୍ନାୟା ମୁଖଂ ବ୍ରଜେତ୍ ।
ଜହାତି ତସ୍ମାତ୍-ପ୍ରାଣୋଽୟଂ ସୁଷୁମ୍ନାଂ ବ୍ରଜତି ସ୍ୱତଃ ॥ ୧୪॥

ତୁୟେ ତୁ ତାଶଂ କୁର୍ଯ୍ୟାକ କଣ୍ଠସଂକୋଚନେବ କୃତେ ।
ସରସ୍ୱତ୍ୟାଂ ଚାଲନେନ ବକ୍ଷସ୍ତ୍ୱେର୍ଧ୍ୱଗୋ ମରୁତ୍ ॥ ୧୫॥

ସୁର୍ଯ୍ୟେଣ ରେଚୟେଦ୍ଵାୟୁଂ ସରସ୍ଵତ୍ୟାସ୍ତୁ ଚାଲନେ ।
କଣ୍ଠସଂକୋଚନଂ କୃତ୍ଵା ବକ୍ଷସଞ୍ଜୋର୍ଯ୍ଘଗୋ ମରୁତ୍ ॥ ୧୭॥

ତସ୍ମାତ୍ପ୍ରାଚୀଲୟେନ୍ନିତ୍ୟଂ ଶଙ୍କଗର୍ଭାଂ ସରସ୍ଵତୀମ୍ ।
ୟସ୍ୟାଃ ସଂଚାଲନେନୈବ ଯୋଗୀ ରୋଗୈଃ ପ୍ରମୁଚ୍ୟତେ ॥ ୧୭॥

ଗୁଳ୍ମଂ ଜଲୋଦରଃ ପ୍ଳୀହା ଯେ ଚାନ୍ୟେ ତୁଳ୍ମମଧ୍ୟଗାଃ ।
ସର୍ବେ ତୁ ଶକ୍ତିଚାଲେନ ରୋଗା ନଶ୍ୟନ୍ତି ନିଶ୍ଚୟମ୍ ॥ ୧୮॥

ପ୍ରାଣରୋଧମଥେଦାନୀଂ ପ୍ରବକ୍ଷ୍ୟାମି ସମାସତଃ ।
ପ୍ରାଣଶ୍ଚ ଦେହଗୋ ବାୟୁରାୟାମଃ କୁମ୍ଭକଃ ସ୍ଫୁତଃ ॥ ୧୯॥

ସ ଏବ ଦ୍ଵିବିଧଃ ପ୍ରୋକ୍ତଃ ସହିତଃ କେବଲସ୍ତଥା ।
ୟାବକ୍ଳେବଲସିଦ୍ଧିଃ ସ୍ୟାତ୍ତାବସ୍ତହିତମଭ୍ୟସେତ୍ ॥ ୨୦॥

ସୁର୍ଯ୍ୟୋଦ୍ଭାୟା ଶୀତଲୀ ଚ ଭସ୍ମୀ ତୈବ ଚତୁର୍ଥିକା ।
ଭେଦୈରେବ ସମଂ କୁମ୍ଭୋ ଯଃ ସ୍ୟାତ୍ସହିତକୁମ୍ଭକଃ ॥ ୨୧॥

ପବିତ୍ରେ ନିର୍ଜନେ ଦେଶେ ଶର୍କରାଦିବିବର୍ଜିତେ ।
ଧନୁଃପ୍ରମାଣପର୍ଯ୍ୟନ୍ତେ ଶୀତାଗ୍ନିଜଳବର୍ଜିତେ ॥ ୨୨॥

ପବିତ୍ରେ ନାତୁ୍ୟଜନୀତେ ହ୍ୟାସନେ ସୁଖଦେ ସୁଖେ ।
ବଜ୍ରପତ୍ନାସନଂ କୃତ୍ଵା ସରସ୍ଵତ୍ୟାସ୍ତୁ ଚାଲନମ୍ ॥ ୨୩॥

ଦକ୍ଷନାତ୍ୟା ସମାକୃଷ୍ୟ ବହିଷ୍ଠଂ ପବନଂ ଶନୈଃ ।
ୟଥେଷ୍ଠଂ ପୂରୟେଦ୍ଵାୟୁଂ ରେଚୟେଦିତୟା ତତଃ ॥ ୨୪॥

କପାଳଶୋଧନେ ବାପି ରେଚୟେଦ୍ଵବନଂ ଶନୈଃ ।
ଚତୁର୍ଥ୍ୟଂ ବାତଦୋଷଂ ତୁ କୃମିଦୋଷଂ ନିହନ୍ତି ଚ ॥ ୨୫॥

ପୁନଃ ପୁନରିଦଂ କାର୍ଯ୍ୟଂ ସୂର୍ଯ୍ୟଭେଦମୁଦାହୃତମ୍ ।
ମୁଖଂ ସଂଯମ୍ୟ ନାତିଭ୍ୟାମାକୃଷ୍ୟ ପବନଂ ଶନୈଃ ॥ ୨୬॥

ୟଥା ଲଗତି କଣ୍ଠାତୁ ହୃଦୟାବଧି ସସ୍ମନମ୍ ।
ପୂର୍ବବହ୍ନୁମୁଦ୍ରେତ୍-ପ୍ରାଣଂ ରେଚୟେଦିତୟା ତତଃ ॥ ୨୭॥

ଶୀର୍ଷୋଦିତାନଲହରଂ ଗଲ୍ଲେଷ୍ଟହରଂ ପରମ୍ ।
ସର୍ବରୋଗହରଂ ପୁଣ୍ୟଂ ଦେହାନଲବିବର୍ଧନମ୍ ॥ ୨୮॥

ନାତୀଜଲୋଦରଂ ଧାତୁଗତଦୋଷବିନାଶନମ୍ ।
ଗଚ୍ଛତସ୍ତ୍ରିଷ୍ଟତଃ କାର୍ଯ୍ୟମୁଦ୍ଘାୟାଶ୍ୟଂ ତୁ କୁମ୍ଭକମ୍ ॥ ୨୯॥

ଜିହ୍ଵୟା ବାୟୁମାକୃଷ୍ୟ ପୂର୍ବବହ୍ନୁମୁକାଦନୁ ।
ଶନୈସ୍ତୁ ଘ୍ରାଣରକ୍ତାଭ୍ୟାଂ ରେଚୟେଦନିଲଂ ସୁଧୀଃ ॥ ୩୦॥

ଗୁଳ୍ମପ୍ଳୀହାଦିକାନ୍ଦୋଷାନ୍-କ୍ଷୟଂ ପିତ୍ତଂ ଜ୍ଵରଂ ତୃଷାମ୍ ।
ବିଷାଣି ଶୀତଲୀ ନାମ କୁମ୍ଭକୋଽୟଂ ନିହନ୍ତି ତ ॥ ୩୧॥

ତତଃ ପଦ୍ମାସନଂ ବଜ୍ରା ସମଗ୍ରୀବୋଦରଃ ସୁଧୀଃ ।
ମୁଖଂ ସଂଯମ୍ୟ ଯତ୍ନେନ ପ୍ରାଣଂ ଘ୍ରାଣେନ ରେଚୟେତ୍ ॥ ୩୨॥

ୟଥା ଲଗତି କଣ୍ଠାତୁ କପାଳେ ସସ୍ମନଂ ତତଃ ।
ବେଗେନ ପୂରୟେତ୍ କିଂଚିଦ୍ଵପଦ୍ମାବଧି ମାରୁତମ୍ ॥ ୩୩॥

ପୁନର୍ବିରେଚୟେତ୍-ପୂରୟେତ୍ ପୁନଃ ପୁନଃ ।
ୟଥୈବ ଲୋହକାରାଣାଂ ଭୟା ବେଗେନ ଚାଲ୍ୟତେ ॥ ୩୪॥

ତଥୈବ ସ୍ଵଶରୀରସ୍ଥଂ ଚାଲୟେଦ୍ଵବନଂ ଶନୈଃ ।
ୟଥା ଶ୍ରମୋ ଭବେଦେହେ ତଥା ସୂର୍ଯ୍ୟେଣ ପୂରୟେତ୍ ॥ ୩୫॥

ଯଥୋଦରଂ ଭବେତ୍-ପୂର୍ଣ୍ଣଂ ପବନେନ ତଥା ଲଘୁ ।
ଧାରୟନ୍ନାସିକାମଧ୍ୟଂ ତର୍ଜନୀଭ୍ୟାଂ ବିନା ଦୃଢ଼ମ୍ ॥ ୩୬॥

କୁମ୍ଭକଂ ପୂର୍ବବକ୍ତୃତ୍ୱା ରେଚେୟେଦିତୟାନିଲମ୍ ।
କଣ୍ଠୋଦ୍ଧିତାନଲହରଂ ଶରୀରାଗ୍ନିବିବର୍ଧନମ୍ ॥ ୩୭॥

କୁଣ୍ଡଳୀବୋଧକଂ ପୁଣ୍ୟଂ ପାପଘ୍ନଂ ଶୁଭଦଂ ସୁଖମ୍ ।
ବ୍ରହ୍ମନାତୀମୁଖାନ୍ତସ୍ଥକଫାଦ୍ୟର୍ଗଲନାଶନମ୍ ॥ ୩୮॥

ଗୁଣତ୍ରୟସମୁଦ୍-ଭୂତଗ୍ରସ୍ତିତ୍ରୟବିଭେଦକମ୍ ।
ବିଶେଷେଣୈବ କର୍ତ୍ତବ୍ୟଂ ଭସ୍ମାଖ୍ୟଂ କୁମ୍ଭକଂ ତ୍ୱିଦମ୍ ॥ ୩୯॥

ଚତୁର୍ଣ୍ଣାମପି ଭେଦାନାଂ କୁମ୍ଭକେ ସମୁପସ୍ଥିତେ ।
ବନ୍ଧତ୍ରୟମିଦଂ କାର୍ଯ୍ୟଂ ଯୋଗିଭିର୍ବୀତକଲ୍ଲଣୈଃ ॥ ୪୦॥

ପ୍ରଥମୋ ମୂଳବନ୍ଧସ୍ତୁ ଦ୍ୱିତୀୟୋଢ୍ଢୀୟଶାଭିଧଃ ।
ଜାଲନ୍ଧରସ୍ତୃତୀୟସ୍ତୁ ତେଷାଂ ଲକ୍ଷଣମୁଚ୍ୟତେ ॥ ୪୧॥

ଅଧୋଗତିମପାନଂ ବୈ ଉର୍ଧ୍ୱଗଂ କୁରୁତେ ବଳାତ୍ ।
ଆକୁଞ୍ଚନେନ ତଂ ପ୍ରାଦୁର୍ମୂଳବନ୍ଧୋଽୟମୁଚ୍ୟତେ ॥ ୪୨॥

ଅପାନେ ଚୋର୍ଧ୍ୱଗେ ଯାତେ ସଂପ୍ରାପ୍ତେ ବହିମଶ୍ଚଲେ ।
ତତୋଽନଲକ୍ଷିଣା ଦୀର୍ଘା ବର୍ଧତେ ବାୟୁନାହତା ॥ ୪୩॥

ତତୋ ଯାତୌ ବହ୍ମ୍ୟମାନୌ ପ୍ରାଣମୁଷ୍ଟସ୍ୱରୂପକମ୍ ।
ତେନାତ୍ୟନ୍ତପ୍ରଦୀପ୍ତେନ ଜ୍ୱଲନୋ ଦେହଜସ୍ତଥା ॥ ୪୪॥

ତେନ କୁଣ୍ଡଳିନୀ ସୁପ୍ତା ସଂତପ୍ତା ସଂପ୍ରବୁଧ୍ୟତେ ।
ଦଣ୍ଡାହତଭୁଜଙ୍ଗୀବ ନିଃଶ୍ୱସ୍ୟ ରଜୁତାଂ ବ୍ରଜେତ୍ ॥ ୪୫॥

ବିଲପ୍ରବେଶତୋ ଯତ୍ର ବ୍ରହ୍ମନାତ୍ୟନ୍ତରଂ ବ୍ରଜେତ୍ ।
ତସ୍ମାନ୍ନିତ୍ୟଂ ମୂଲବନ୍ଧଃ କର୍ତ୍ତବ୍ୟୋ ଯୋଗିଭିଃ ସଦା ॥ ୪୬॥

କୁମ୍ଭକାନ୍ତେ ରେଚକାଦୌ କର୍ତ୍ତବ୍ୟସ୍ତୁଢ୍ଵୟାଶକଃ ।
ବନ୍ଧୋ ଯେନ ସୁଷୁମ୍ନାୟାଂ ପ୍ରାଣସ୍ତୁଢ୍ଵୀୟତେ ଯତଃ ॥ ୪୭॥

ତସ୍ମାଦୁଢ୍ଵୀୟଶାଖ୍ୟାୟଂ ଯୋଗିଭିଃ ସମୁଦାହୃତଃ ।
ସତି ବଜ୍ରାସନେ ପାଦୌ କରାଭ୍ୟାଂ ଧାରୟେଜ୍ଞତମ୍ ॥ ୪୮॥

ଗୁଳ୍ଫଦେଶସମୀପେ ଚ କନ୍ଦଂ ତତ୍ର ପ୍ରପୀତୟେତ୍ ।
ପଶ୍ଚିମଂ ତାଶମୁଦରେ ଧାରୟେଜ୍ଞଦୟେ ଗଲେ ॥ ୪୯॥

ଶନୈଃ ଶନୈର୍ଯଦା ପ୍ରାଣସ୍ତୁନ୍ଦସନ୍ନିଂ ନିଗଚ୍ଛତି ।
ତୁନ୍ଦଦୋଷଂ ବିନିର୍ଧୁୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟଂ ସତତଂ ଶନୈଃ ॥ ୫୦॥

ପୁରକାନ୍ତେ ତୁ କର୍ତ୍ତବ୍ୟୋ ବନ୍ଧୋ ଜାଲନ୍ନରାଭିଧଃ ।
କଣ୍ଠସଂକୋଚରୂପୋଽସୌ ବାୟୁମାର୍ଗନିରୋଧକଃ ॥ ୫୧॥

ଅଧସ୍ତାକୁଞ୍ଚନେନାଶୁ କଣ୍ଠସଂକୋଚନେ କୃତେ ।
ମଧ୍ୟେ ପଶ୍ଚିମତାଶେନ ସ୍ୟାତ୍-ପ୍ରାଣୋ ବ୍ରହ୍ମନାତିଗଃ ॥ ୫୨॥

ପୂର୍ବୋକ୍ତେନ କ୍ରମେଣୈବ ସମ୍ୟଗାସନମାସ୍ଥିତଃ ।
ଚାଲନଂ ତୁ ସରସ୍ୱତ୍ୟାଃ କୃତ୍ୱା ପ୍ରାଣଂ ନିରୋଧୟେତ୍ ॥ ୫୩॥

ପ୍ରଥମେ ଦିବସେ କାର୍ଯ୍ୟଂ କୁମ୍ଭକାନାଂ ଚତୁଷ୍ଟୟମ୍ ।
ପ୍ରତ୍ୟେକଂ ଦଶସଂଖ୍ୟାକଂ ଦ୍ୱିତୀୟେ ପଞ୍ଚଭିସ୍ତଥା ॥ ୫୪॥

ବିଶତ୍ୟଲଂ ତୃତୀୟେଽହି ପଞ୍ଚବୃଦ୍ଧ୍ୟା ଦିନେ ଦିନେ ।
କର୍ତ୍ତବ୍ୟଃ କୁମ୍ଭକୋ ନିତ୍ୟଂ ବନ୍ଧତ୍ରୟସମନ୍ୱିତଃ ॥ ୫୫॥

ଦିବା ସୁପ୍ତିର୍ନିଶାୟାଂ ତୁ ଜାଗରାଦତିମୈଥୁନାତ୍ ।
ବହୁସଂକ୍ରମଣଂ ନିତ୍ୟଂ ରୋଧାନ୍ନୁତପୁରୀଷୟୋଃ ॥ ୫୬॥

ବିଷମାଶନଦୋଷାକ ପ୍ରୟାସପ୍ରାଣଚିତ୍ତନାତ୍ ।
ଶୀଘ୍ରମୁପଦ୍ୟତେ ରୋଗଃ ସ୍ତମ୍ଭୟେଦ୍ୟଦି ସଂୟମୀ ॥ ୫୭॥

ଘୋରାଭ୍ୟାସେନ ମେ ରୋଗ ଉପନ୍ନ ଇତି କଥ୍ୟତେ ।
ତତୋଽଭ୍ୟାସଂ ତ୍ୟଜେଦେବଂ ପ୍ରଥମଂ ବିଘ୍ନମୁଚ୍ୟତେ ॥ ୫୮॥

ଦ୍ୱିତୀୟଂ ସଂଶୟାଶ୍ୟଂ ଚ ତୃତୀୟଂ ଚ ପ୍ରମତ୍ତତା ।
ଆଲସ୍ୟାଶ୍ୟଂ ଚତୁର୍ଥଂ ଚ ନିଦ୍ରାରୂପଂ ତୁ ପଞ୍ଚମମ୍ ॥ ୫୯॥

ଷଷ୍ଠଂ ତୁ ବିରତିର୍ଭ୍ରାନ୍ତିଃ ସପ୍ତମଂ ପରିକୀର୍ତ୍ତିତମ୍ ।
ବିଷମଂ ଚାଷ୍ଟମଂ ଚୈବ ଅନାଶ୍ୟଂ ନବମଂ ସ୍ମୃତମ୍ ॥ ୬୦॥

ଅଲଘ୍ନିଘ୍ନୋଗତତ୍ତ୍ୱସ୍ୟ ଦଶମଂ ପ୍ରୋଚ୍ୟତେ ବୁଧୈଃ ।
ଇତ୍ୟେତଦ୍ୱିଘ୍ନଦଶକଂ ବିଚାରେଣ ତ୍ୟଜେଦ୍ବିଧଃ ॥ ୬୧॥

ପ୍ରାଣାଭ୍ୟାସସ୍ତତଃ କାର୍ଯ୍ୟେ ନିତ୍ୟଂ ସତ୍ତ୍ୱସ୍ଥୟା ପିୟା ।
ସୁଷୁମ୍ନା ଲୀୟତେ ଚିତ୍ତଂ ତଥା ବାୟୁଃ ପ୍ରଧାବତି ॥ ୬୨॥

ଶୁଷ୍କେ ମଲେ ତୁ ଘୋରୀ ଚ ସ୍ୟାଦ୍ବିଶ୍ଫଳିତା ତତଃ ।
ଅଧୋଗତିମପାନଂ ବୈ ଉର୍ଧ୍ୱଗଂ କୁରୁତେ ବଲ୍ଲାତ୍ ॥ ୬୩॥

ଆକୁଞ୍ଚନେନ ତଂ ପ୍ରାଦୁର୍ମୂଲବନ୍ଧୋଽୟମୁଚ୍ୟତେ ।
ଅପାନଶ୍ଳୋର୍ଧ୍ୱଗୋ ଭୂତ୍ୱା ବହିନା ସହ ଗଚ୍ଛତି ॥ ୬୪॥

ପ୍ରାଣସ୍ଥାନଂ ତତୋ ବହିଃ ପ୍ରାଣାପାନୌ ଚ ସତ୍ତ୍ୱରମ୍ ।
ମିଲିତ୍ୱା କୁଣ୍ଡଳୀଂ ଯାତି ପ୍ରସୁପ୍ତା କୁଣ୍ଡଳାକୃତିଃ ॥ ୬୫॥

ତେନାଗ୍ନିନା ଚ ସଂତପ୍ତା ପବନେନୈବ ଚାଲିତା ।
ପ୍ରସାର୍ଯ୍ୟ ସ୍ବଶରୀରଂ ତୁ ସୁଷୁମ୍ନା ବଦନାନ୍ତରେ ॥ ୬୭॥

ବ୍ରହ୍ମଗ୍ରନ୍ଥିଂ ତତୋ ଭିତ୍ତ୍ବା ରଜୋଗୁଣସମୁଦ୍-ଭବମ୍ ।
ସୁଷୁମ୍ନା ବଦନେ ଶୀଘ୍ରଂ ବିଦ୍ୟୁଲ୍ଲେଖେବ ସଂସ୍କରେତ୍ ॥ ୬୮॥

ବିଷ୍ଣୁଗ୍ରନ୍ଥିଂ ପ୍ରୟାତ୍ୟକୈଃ ସତ୍ପରଂ ହୃଦି ସଂସ୍ଥିତା ।
ଉର୍ଧ୍ବଂ ଗଚ୍ଛତି ଯଜାସ୍ତେ ରୁଦ୍ରଗ୍ରନ୍ଥିଂ ତଦୁଦ୍-ଭବମ୍ ॥ ୬୯॥

ଭୂବୋର୍ମଧ୍ୟଂ ତୁ ସଂଭିଦ୍ୟ ଯାତି ଶୀତାଂଶୁମଣ୍ଡଳମ୍ ।
ଅନାହତାଶ୍ୟଂ ଯଜକ୍ରଂ ଦଲୈଃ ଷୋଡଶଭିର୍ଯୁତମ୍ ॥ ୭୦॥

ତତ୍ର ଶୀତାଂଶୁସଂଜାତଂ ଦ୍ରବଂ ଶୋଷୟତି ସ୍ବୟମ୍ ।
ଚଲିତେ ପ୍ରାଣବେଗେନ ରକ୍ତଂ ପୀତଂ ରବେର୍ଗ୍ରହାତ୍ ॥ ୭୧॥

ୟାତେନ୍ଦୁଚକ୍ରଂ ଯତ୍ରାସ୍ତେ ଶୁଦ୍ଧଶ୍ଳେଷ୍ମଦ୍ରବାତ୍ସକମ୍ ।
ତତ୍ର ସିକ୍ତଂ ଗ୍ରସତୁ୍ୟଷ୍ଟଂ କଥଂ ଶୀତସ୍ବଭାବକମ୍ ॥ ୭୨॥

ତଥୈବ ରତସ୍ବା ଶୁକ୍ଳଂ ଚନ୍ଦ୍ରରୂପଂ ହି ତପ୍ୟତେ ।
ଉର୍ଧ୍ବଂ ପ୍ରବହତି କ୍ଷୁଦ୍ଧା ତଦୈବଂ ଭ୍ରମତେତରାମ୍ ॥ ୭୩॥

ତସ୍ୟାସ୍ତ୍ରାଦବଶାଜିତଂ ବହିଷ୍ଠଂ ବିଷୟେଷୁ ଯତ୍ ।
ତଦେବ ପରମଂ ଭୁକ୍ତା ସ୍ବପ୍ନଃ ସ୍ବାତ୍ମରତୋ ଯୁବା ॥ ୭୪॥

ପ୍ରକୃତ୍ୟଷ୍ଟକରୂପଂ ଚ ସ୍ଥାନଂ ଗଚ୍ଛତି କୁଣ୍ଡଳୀ ।
କ୍ରୋଡୀକୃତ୍ୟ ଶିବଂ ଯାତି କ୍ରୋଡୀକୃତ୍ୟ ବିଲୀୟତେ ॥ ୭୫॥

ଇତ୍ୟଧୋର୍ଧ୍ବରଜଃ ଶୁକ୍ଳଂ ଶିବେ ତଦନ୍ତୁ ମାରୁତଃ ।
ପ୍ରାଣାପାନୌ ସମୌ ଯାତି ସଦା ଜାତୌ ତଥୈବ ଚ ॥ ୭୬॥

ତୁତେଂଲ୍ଲେ ଚାପ୍ୟନଲ୍ଲେ ବା ବାଚକେ ତ୍ବତିବର୍ଧତେ ।
ଧାବୟତ୍ୟଖିଲା ବାତା ଅଗ୍ନିମୁଷାହିରଣ୍ୟବତ୍ ॥ ୭୬॥

ଆଧିତୌତିକଦେହଂ ତୁ ଆଧିଦୈବିକବିଗ୍ରହେ ।
ଦେହୋଽତିବିମଳଂ ଯାତି ଚାତିବାହିକତାମିୟାତ୍ ॥ ୭୭॥

ଜାତ୍ୟଭାବବିନିର୍ମୁକ୍ତମମଳଂ ଚିନ୍ତୟାତ୍ମକମ୍ ।
ତସ୍ୟାତିବାହିକଂ ମୁଖ୍ୟଂ ସର୍ବେଷାଂ ତୁ ମଦାତ୍ମକମ୍ ॥ ୭୮॥

ଜାୟାଭବବିନିର୍ମୁକ୍ତିଃ କାଲରୂପସ୍ୟ ବିଭ୍ରମଃ ।
ଇତି ତଂ ସ୍ବସ୍ବରୂପା ହି ମତୀ ରଙ୍ଗୁଭୁଜଙ୍ଗବତ୍ ॥ ୭୯॥

ମୃଷୈବୋଦେତି ସକଳଂ ମୃଷୈବ ପ୍ରବିଳୀୟତେ ।
ରୌପ୍ୟବୁଦ୍ଧିଃ ଶୁକ୍ତିକାୟାଂ ସ୍ବାପ୍ନଂ ସୋର୍ତ୍ତମତୋ ଯୁଥା ॥ ୮୦॥

ପିଣ୍ଡବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡୟୋରୈକ୍ୟଂ ଲିଙ୍ଗସୂତ୍ରାତ୍ମନୋରପି ।
ସ୍ବାପାବ୍ୟାକୃତୟୋରୈକ୍ୟଂ ସ୍ବପ୍ରକାଶତିଦାତ୍ମନୋଃ ॥ ୮୧॥

ଶକ୍ତିଃ କୁଣ୍ଡଲିନୀ ନାମ ବିସତନ୍ତନିଭା ଶୁଭା ।
ମୂଳକନ୍ଦଂ ଫଣାଗ୍ରେଣ ଦୃଷ୍ଟ୍ବା କମଳକନ୍ଦବତ୍ ॥ ୮୨॥

ମୁଖେନ ପୁଞ୍ଚଂ ସଂଗୃହ୍ୟ ବ୍ରହ୍ମରନ୍ଧ୍ରସମନ୍ୱିତା ।
ପଦ୍ମାସନଗତଃ ସ୍ବପ୍ନୋ ଗୁଦମାକୁଞ୍ଚ୍ୟ ସାଧକଃ ॥ ୮୩॥

ବାୟୁମୂର୍ଧ୍ନଗତଂ କୁର୍ବନ୍-କୁମ୍ଭକାବିଷ୍ଟମାନସଃ ।
ବାୟୁଘାତବଶାଦଗ୍ନିଃ ସ୍ବାପିଷ୍ଠାନଗତୋ ଜ୍ୱଲନ୍ ॥ ୮୪॥

ଜ୍ୱଳନାଘାତପବନାଘାତୈରୁନ୍ନିଦ୍ରିତୋଽହିରାଟ୍ ।
ବ୍ରହ୍ମଗ୍ରହିଂ ତତୋ ଭିତ୍ତ୍ବା ବିଷ୍ଣୁଗ୍ରହିଂ ଭିନତ୍ୟତଃ ॥ ୮୫॥

ରୁଦ୍ରଗ୍ରନ୍ଥଂ ଚ ଭିତ୍ତୈବ କମଳାନି ଭିନତି ଷଟ୍ ।
ସହସ୍ରକମଳେ ଶକ୍ତିଃ ଶିବେନ ସହ ମୋଦତେ ॥ ୮୭॥
ସୈବାବସ୍ଥା ପରା ଜ୍ଞେୟା ସୈବ ନିର୍ବୃତ୍ତିକାରିଣୀ ଇତି ॥

॥ ଇତି ଘୋଗକୁଣ୍ଡଲିନ୍ୟପନିଷସ୍ତୁପଥମୋଽଧ୍ୟାୟଃ ॥ ୧॥

==॥ ୦ ॥==

॥ ଦ୍ଵିତୀୟୋଽଧ୍ୟାୟଃ ॥

ଅଥାହଂ ସଂପ୍ରବକ୍ଷ୍ୟାମି ବିଦ୍ୟାଂ ଖେଚରିସଂଜ୍ଞିକାମ୍ ।
ୟଥା ବିଜ୍ଞାନବାନସ୍ୟା ଲୋକେଽସ୍ଥିନ୍ନଜରୋଽମରଃ ॥ ୧॥
ମୃତ୍ୟୁବ୍ୟାଧିଜରାଗ୍ରସ୍ତୋ ଦୃଷ୍ଟ୍ଵା ବିଦ୍ୟାମିମାଂ ମୁନେ ।
ବୁଦ୍ଧିଂ ଦୃଢତରାଂ କୃତ୍ଵା ଖେଚରୀଂ ତୁ ସମଭ୍ୟସେତ୍ ॥ ୨॥
ଜରାମୃତ୍ୟୁଗଦଘ୍ନୋ ଯଃ ଖେଚରୀଂ ବେଷ୍ଟି ଭୂତଲେ ।
ଗ୍ରନ୍ଥତଶ୍ଚାର୍ଯତଶ୍ଚୈବ ତଦଭ୍ୟାସପ୍ରୟୋଗତଃ ॥ ୩॥
ତଂ ମୁନେ ସର୍ବଭାବେନ ଗୁରୁଂ ମତ୍ତ୍ଵା ସମାଗ୍ରୟେତ୍ ।
ଦୁର୍ଲଭା ଖେଚରୀ ବିଦ୍ୟା ତଦଭ୍ୟାସୋଽପି ଦୁର୍ଲଭଃ ॥ ୪॥
ଅଭ୍ୟାସଂ ମେଲନଂ ଚୈବ ଯୁଗପନ୍ନୈବ ସିଧ୍ୟତି ।
ଅଭ୍ୟାସମାତ୍ରନିରତା ନ ବିନ୍ଧନ୍ତେ ହ ମେଲନମ୍ ॥ ୫॥
ଅଭ୍ୟାସଂ ଲଭତେ ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନଜନ୍ମାନ୍ତରେ କୃଚିତ୍ ।
ମେଲନଂ ତତ୍ତୁ ଜନ୍ମନାଂ ଶତାନ୍ତୋଽପି ନ ଲଭ୍ୟତେ ॥ ୬॥

ଅଭ୍ୟାସଂ ବହୁଜନ୍ମାନ୍ତେ କୃତ୍ୱା ତଦ୍-ଭାବସାଧିତମ୍ ।
ମେଲନଂ ଲଭତେ କଷ୍ଟିଦ୍ୟୋଗୀ ଜନ୍ମାନ୍ତରେ କୃତିତ୍ ॥ ୭॥

ଯଦା ତୁ ମେଲନଂ ଯୋଗୀ ଲଭତେ ଗୁରୁବକ୍ତୃତଃ ।
ତଦା ତସ୍ମିନ୍ନିମାପ୍ନୋତି ଯଦୁକ୍ତା ଶାସ୍ତ୍ରସଂତତୌ ॥ ୮॥

ଗ୍ରହ୍ମତତ୍ତ୍ୱାର୍ଥତତ୍ତ୍ୱେବ ମେଲନଂ ଲଭତେ ଯଦା ।
ତଦା ଶିବତ୍ୱମାପ୍ନୋତି ନିର୍ମୁକ୍ତଃ ସର୍ବସଂସୃତେଃ ॥ ୯॥

ଶାସ୍ତ୍ରଂ ବିନାପି ସଂବୋଧୁଂ ଗୁରବୋଽପି ନ ଶକୁୟଃ ।
ତସ୍ମାନ୍ନୁଦୁର୍ଲଭତରଂ ଲଭ୍ୟଂ ଶାସ୍ତ୍ରମିଦଂ ମୁନେ ॥ ୧୦॥

ୟାବନ୍ ଲଭ୍ୟତେ ଶାସ୍ତ୍ରଂ ତାବଦ୍ଭାଂ ପର୍ଯ୍ୟବେଦ୍ୟତିଃ ।
ଯଦା ସଂଲଭ୍ୟତେ ଶାସ୍ତ୍ରଂ ତଦା ସିଦ୍ଧିଃ କରେ ସ୍ଥିତା ॥ ୧୧॥

ନ ଶାସ୍ତ୍ରେଣ ବିନା ସିଦ୍ଧିର୍ଦୃଷ୍ଟା ତୈବ ଜଗତ୍ରୟେ ।
ତସ୍ମାନ୍ନେଲନଦାତାରଂ ଶାସ୍ତ୍ରଦାତାରମରୂପତମ୍ ॥ ୧୨॥

ତଦଭ୍ୟାସପ୍ରଦାତାରଂ ଶିବଂ ମତ୍ତା ସମାଗ୍ରୟେତ୍ ।
ଲଭ୍ୱା ଶାସ୍ତ୍ରମିଦଂ ମହ୍ୟାମନେଷାଂ ନ ପ୍ରକାଶୟେତ୍ ॥ ୧୩॥

ତସ୍ମାନ୍ନର୍ବପ୍ରୟତ୍ନେନ ଗୋପନୀୟଂ ବିଜାନତା ।
ଯତ୍ରାସ୍ତେ ଚ ଗୁରୁର୍ବ୍ରହ୍ମନିବ୍ୟୟୋଗପ୍ରଦାୟକଃ ॥ ୧୪॥

ତତ୍ର ଗତ୍ୱା ଚ ତେନୋକ୍ତବିଦ୍ୟାଂ ସଂଗୃହ୍ୟ ଖେଚରୀମ୍ ।
ତେନୋକ୍ତଃ ସମ୍ୟଗଭ୍ୟାସଂ କୁର୍ଯ୍ୟାଦାଦାବତନ୍ତ୍ରିତଃ ॥ ୧୫॥

ଅନୟା ବିଦ୍ୟୟା ଯୋଗୀ ଖେଚରୀସିଦ୍ଧିଭାଗ୍ଭବେତ୍ ।
ଖେଚର୍ଯ୍ୟା ଖେଚରୀଂ ଯୁଞ୍ଜନ୍-ଖେଚରୀବୀଜପୂରୟା ॥ ୧୬॥

ଖେଚରାଧିପତିର୍ଭୂତ୍ ଖେଚରେଷୁ ସଦା ବସେତ୍ ।
ଖେଚରାବସଥଂ ବହ୍ନିମମ୍ବୁମଣ୍ଡଲଭୂଷିତମ୍ ॥ ୧୭॥

ଆଖ୍ୟାତଂ ଖେଚରୀବୀଜଂ ତେନ ଘୋରଃ ପ୍ରସିଧ୍ୟତି ।
ସୋମାଂଶନବକଂ ବର୍ଣ୍ଣଂ ପ୍ରତିଲୋମେନ ଚୋଢରେତ୍ ॥ ୧୮॥

ତସ୍ମାତ୍ର୍ୟଂଶକମାଖ୍ୟାତମକ୍ଷରଂ ଚନ୍ଦ୍ରରୂପକମ୍ ।
ତସ୍ମାଦପ୍ୟଷ୍ଟମଂ ବର୍ଣ୍ଣଂ ବିଲୋମେନ ପରଂ ମୁନେ ॥ ୧୯॥

ତଥା ତପୁରମଂ ବିଦ୍ଧି ତଦାଦିରପି ପଞ୍ଚମୀ ।
ଇନ୍ଦୋଶ୍ଚ ବହୁଭିନ୍ନେ ଚ କୁଟୋଽୟଂ ପରିକୀର୍ତ୍ତିତଃ ॥ ୨୦॥

ଗୁରୁପଦେଶଲଭ୍ୟଂ ଚ ସର୍ବଘୋରପ୍ରସିଦ୍ଧିଦମ୍ ।
ୟତ୍ରସ୍ୟ ଦେହଜା ମାୟା ନିରୁଦ୍ଧକରଣାଶ୍ରୟା ॥ ୨୧॥

ସ୍ବପ୍ନେଽପି ନ ଲଭେତ୍ରସ୍ୟ ନିତ୍ୟଂ ଦ୍ଵାଦଶଜପ୍ୟତଃ ।
ୟଃ ଇମାଂ ପଞ୍ଚ ଲକ୍ଷାଣି ଜପେଦପି ସୁୟତ୍ରିତଃ ॥ ୨୨॥

ତସ୍ୟ ଶ୍ରୀଖେଚରୀସିଦ୍ଧିଃ ସ୍ଵୟମେବ ପ୍ରବର୍ତ୍ତତେ ।
ନଶ୍ୟନ୍ତି ସର୍ବବିଘ୍ନାନି ପ୍ରସୀଦନ୍ତି ଚ ଦେବତାଃ ॥ ୨୩॥

ବଲୀପଲିତନାଶଶ୍ଚ ଭବିଷ୍ୟତି ନ ସଂଶୟଃ ।
ଏବଂ ଲବ୍ଧ୍ଵା ମହାବିଦ୍ୟାମଭ୍ୟାସଂ କାରୟେତ୍ ॥ ୨୪॥

ଅନ୍ୟଥା କ୍ଳିଷ୍ୟତେ ବ୍ରହ୍ମନ୍ ସିଦ୍ଧିଃ ଖେଚରୀପଥେ ।
ୟଦଭ୍ୟାସବିଧୌ ବିଦ୍ୟାଂ ନ ଲଭେଦ୍ୟଃ ସୁଧାମୟୀମ୍ ॥ ୨୫॥

ତତଃ ସଂମେଲକାଦୌ ଚ ଲବ୍ଧ୍ଵା ବିଦ୍ୟାଂ ସଦା ଜପେତ୍ ।
ନାନ୍ୟଥା ରହିତୋ ବ୍ରହ୍ମନ୍ କିଂଚିସିଦ୍ଧିଭାଗ୍ଭବେତ୍ ॥ ୨୬॥

ଯଦିଦଂ ଲଭ୍ୟତେ ଶାସ୍ତ୍ରଂ ତଦା ବିଦ୍ୟାଂ ସମାଗ୍ରୟେତ୍ ।
ତତସ୍ତଦୋଦିତାଂ ସିଦ୍ଧିମାଶୁ ତାଂ ଲଭତେ ମୁନିଃ ॥ ୭୭॥

ତାଲୁମୂଳଂ ସମୁକ୍ଳଷ୍ୟ ସପ୍ତବାସରମାତୁବିତ୍ ।
ସ୍ୱଗୁରୁକ୍ତପ୍ରକାରେଣ ମଳଂ ସର୍ବଂ ବିଶୋଧୟେତ୍ ॥ ୭୮॥

ସୁହିପତ୍ରନିଭଂ ଶସ୍ତ୍ରଂ ସୁତୀକ୍ଷ୍ଣଂ ସ୍ନିଗ୍ଧନିର୍ମଳମ୍ ।
ସମାଦାୟ ତତସ୍ତେନ ରୋମମାତ୍ରଂ ସମୁଚ୍ଛିନ୍ନେତ୍ ॥ ୭୯॥

ହିତ୍ୱା ସୈନ୍ଧବପଥ୍ୟାଭ୍ୟାଂ ରୂର୍ଣ୍ଣିତାଭ୍ୟାଂ ପ୍ରକର୍ଷୟେତ୍ ।
ପୁନଃ ସପ୍ତଦିନେ ପ୍ରାପ୍ତେ ରୋମମାତ୍ରଂ ସମୁଚ୍ଛିନ୍ନେତ୍ ॥ ୮୦॥

ଏବଂ କ୍ରମେଣ ଷଷ୍ଠାସଂ ନିତ୍ୟୋଦ୍ୟୁକ୍ତଃ ସମାତରେତ୍ ।
ଷଷ୍ଠାସାଦ୍ରସନାମୂଳଂ ସିରାବନ୍ଧଂ ପ୍ରଶଶ୍ୟତି ॥ ୮୧॥

ଅଥ ବାଗୀଶ୍ୱରୀଧାମ ଶିରୋ ବସ୍ତେଣ ବେଷ୍ଟୟେତ୍ ।
ଶନୈରୁକ୍ଳଷ୍ଟୟେଦ୍ୟୋଗୀ କାଲବେଲାବିଧାନବିତ୍ ॥ ୮୨॥

ପୁନଃ ଷଷ୍ଠାସମାତ୍ରେଣ ନିତ୍ୟଂ ସଂଘର୍ଷଣାନୁନେ ।
ଭୂମଧ୍ୟାବଧି ଚାପ୍ୟେତି ତିର୍ଯ୍ୟକ୍ ଶବିଳାବଧିଃ ॥ ୮୩॥

ଅଧଃ ରୁରୁକଂ ମୂଳଂ ପ୍ରୟାତି କ୍ରମଚାରିତା ।
ପୁନଃ ସଂବସ୍ତରାଶାଂ ତୁ ତୃତୀୟାଦେବ ଲୀଳୟା ॥ ୮୪॥

କେଶାନ୍ତମୂର୍ଧ୍ନଂ କ୍ରମତି ତିର୍ଯ୍ୟକ୍-ଶାଖାବଧିମୁନେ ।
ଅଧସ୍ତାକ୍ଷୟକୂପାନ୍ତଂ ପୁନର୍ବର୍ଷତ୍ରୟେଣ ତୁ ॥ ୮୫॥

ବ୍ରହ୍ମରକ୍ତଂ ସମାବୃତ୍ୟ ତିଷ୍ଠେଦେବ ନ ସଂଶୟଃ ।
ତିର୍ଯ୍ୟକ୍ ରୁଲିତଲଂ ଯାତି ଅଧଃ କଣ୍ଠବିଳାବଧି ॥ ୮୬॥

ଶନୈଃ ଶନୈର୍ମସ୍ତକାଢ ମହାବଜ୍ରକପାଟଭିତ୍ ।
ପୂର୍ବଂ ବୀଜଯୁତା ବିଦ୍ୟା ହ୍ୟାଖ୍ୟାତା ଯୁତ୍ତିଦୁର୍ଲଭା ॥ ୩୭॥

ତସ୍ୟାଃ ଷଡଙ୍ଗଂ କୁର୍ବାତ ତୟା ଷଟ୍ସ୍ବରଭିନ୍ନୟା ।
କୁର୍ଯ୍ୟାଦେବଂ କରନ୍ୟାସଂ ସର୍ବସିଦ୍ଧ୍ୟାଦିହେତବେ ॥ ୩୮॥

ଶନୈରେବଂ ପ୍ରକର୍ତ୍ତବ୍ୟମଭ୍ୟାସଂ ଯୁଗପନ୍ନହି ।
ଯୁଗପଦ୍ବର୍ତ୍ତତେ ଯୁସ୍ୟ ଶରୀରଂ ବିଲୟଂ ବ୍ରଜେତ୍ ॥ ୩୯॥

ତସ୍ମାନ୍ନୈଃ ଶନୈଃ କାର୍ଯ୍ୟମଭ୍ୟାସଂ ମୁନିପୁଙ୍ଗବ ।
ଯଦା ତ ବାହ୍ୟମାର୍ଗେଣ ଜିହ୍ଵା ବ୍ରହ୍ମବିଲଂ ବ୍ରଜେତ୍ ॥ ୪୦॥

ତଦା ବ୍ରହ୍ମାର୍ଗଲଂ ବ୍ରହ୍ମନୁର୍ଭେଦ୍ୟଂ ତ୍ରିଦଶୈରପି ।
ଅଙ୍ଗୁଲ୍ୟଗ୍ରେଣ ସଂପୃଷ୍ୟ ଜିହ୍ଵାମାତ୍ରଂ ନିବେଶୟେତ୍ ॥ ୪୧॥

ଏବଂ ବର୍ଷତ୍ରୟଂ କୃତ୍ଵା ବ୍ରହ୍ମଦ୍ଵାରଂ ପ୍ରବିଶ୍ୟତି ।
ବ୍ରହ୍ମଦ୍ଵାରେ ପ୍ରବିଷ୍ଟେ ତୁ ସମ୍ୟକ୍ତୁଥନମାଚରେତ୍ ॥ ୪୨॥

ମଥନେନ ବିନା କେଚିସ୍ତାଧୟନ୍ତି ବିପଶ୍ଚିତଃ ।
ଖେଚରୀମନ୍ତ୍ରସିଦ୍ଧସ୍ୟ ସିଧ୍ୟାତେ ମଥନଂ ବିନା ॥ ୪୩॥

ଜପଂ ତ ମଥନଂ ଚୈବ କୃତ୍ଵା ଶୀଘ୍ରଂ ଫଳଂ ଲଭେତ୍ ।
ସ୍ଵର୍ଣ୍ଣଜାଂ ରୌପ୍ୟଜାଂ ବାପି ଲୋହଜାଂ ବା ଶଲ୍ୟାକିକାମ୍ ॥ ୪୪॥

ନିୟୋଜ୍ୟ ନାସିକାରନ୍ତ୍ରଂ ଦୁର୍ଘସିକ୍ତେନ ତନ୍ତୁନା ।
ପ୍ରାଣାନିରୂପ୍ୟ ହୃଦୟେ ସୁଖମାସନମାତ୍ମନଃ ॥ ୪୫॥

ଶନୈଃ ସୁମଥନଂ କୁର୍ଯ୍ୟାଦ୍-ଭୂମଧ୍ୟେ ନ୍ୟସ୍ୟ ଚକ୍ଷୁଷୀ ।
ଷଣ୍ଠାସଂ ମଥନାବସ୍ଥା ଭାବେନୈବ ପ୍ରଜାୟତେ ॥ ୪୬॥

ଯଥା ସୁଷୁପ୍ତିର୍ବାଲାନାଂ ଯଥା ଭାବସ୍ତଥା ଭବେତ୍ ।
ନ ସଦା ମଥନଂ ଶସ୍ତ୍ରଂ ମାସେ ମାସେ ସମାଚରେତ୍ ॥ ୪୭॥

ସଦା ରସନୟା ଯୋଗୀ ମାର୍ଗଂ ନ ପରିସଂକ୍ରମେତ୍ ।
ଏବଂ ଦ୍ଵାଦଶବର୍ଷାନ୍ତେ ସଂସିଦ୍ଧିର୍ଭବତି ଧ୍ରୁବା ॥ ୪୮॥

ଶରୀରେ ସକଲଂ ବିଶ୍ଵଂ ପଶ୍ୟତ୍ୟାତ୍ମାବିଭେଦତଃ ।
ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡୋଽୟଂ ମହାମାର୍ଗେ ରାଜଦନ୍ତୋର୍ଧ୍ଵକୁଣ୍ଡଳୀ ॥ ୪୯॥ ଇତି ॥

॥ ଇତି ଯୋଗକୁଣ୍ଡଲିନ୍ୟପନିଷତ୍ସୁ ଦ୍ଵିତୀୟୋଽଧ୍ୟାୟଃ ॥ ୨॥

==|| ୦ ||==

॥ ତୃତୀୟୋଽଧ୍ୟାୟଃ ॥

ମେଲନମନୁଃ । ଦ୍ରୀଂ ଭଂ ସଂ ପଂ ଫଂ ସଂ କ୍ଷମ୍ । ପଦ୍ମଜ ଉବାଚ ।
ଅମାବାସ୍ୟା ଚ ପ୍ରତିପଦ୍ଘୌର୍ଣ୍ଣମାସୀ ଚ ଶଂକର ।
ଅସ୍ୟାଃ କା ବର୍ଣ୍ଣ୍ୟତେ ସଂଜ୍ଞା ଏତଦାଶ୍ୟାହି ତତ୍ତ୍ଵତଃ ॥ ୧॥

ପ୍ରତିପଦ୍ଘନତୋଽକାଳେ ଅମାବାସ୍ୟା ତଥୈବ ଚ ।
ଘୌର୍ଣ୍ଣମାସ୍ୟାଂ ସ୍ଥିରୀକୁର୍ଯ୍ୟାତ୍ ଚ ପଞ୍ଚା ହି ନାନ୍ୟଥା ॥ ୨॥

କାମେନ ବିଷୟାକାଞ୍ଚ-କ୍ଷୀ ବିଷୟାକ୍ଳାମମୋହିତଃ ।
ଦ୍ଵାବେବ ସଂତ୍ୟଜେନ୍ନିତ୍ୟଂ ନିରଞ୍ଜନମୁପାଶ୍ରୟେତ୍ ॥ ୩॥

ଅପରଂ ସଂତ୍ୟଜେତ୍ସର୍ବଂ ଯଦିଚ୍ଛେଦାତ୍ମନୋ ହିତମ୍ ।
ଶକ୍ତିମଧ୍ୟେ ମନଃ କୃତ୍ଵା ମନଃ ଶକ୍ତେଷୁ ମଧ୍ୟଗମ୍ ॥ ୪॥

ମନସା ମନ ଆଲୋକ୍ୟ ତତ୍ୟଜେପୁରମ୍ ପଦମ୍ ।
ମନ ଏବ ହି ବିନ୍ଦୁଶ୍ଚ ଉପୁତ୍ତିସ୍ଥିତିକାରଣମ୍ ॥ ୫॥

ମନସୋପଦ୍ୟତେ ବିନ୍ଦୁର୍ଯ୍ୟଥା କ୍ଷୀରଂ ଘୃତାତ୍ମକମ୍ ।
ନ ଚ ବନ୍ଧନମଧ୍ୟସ୍ଥଂ ତଦ୍ୱୈ କାରଣମାନସମ୍ ॥ ୬॥

ଚନ୍ଦ୍ରାର୍କମଧ୍ୟମା ଶକ୍ତିର୍ଯତ୍ରସ୍ଥା ତତ୍ର ବନ୍ଧନମ୍ ।
ଜ୍ଞାତ୍ୱା ସୁଷୁମ୍ନାଂ ତଦ୍-ଭେଦଂ କୃତ୍ୱା ବାୟୁଂ ଚ ମଧ୍ୟଗମ୍ ॥ ୭॥

ସ୍ଥିତ୍ୱାଃସୌ ବୈନ୍ଦବସ୍ଥାନେ ଘ୍ରାଣରନ୍ତ୍ରେ ନିରୋଧୟେତ୍ ।
ବାୟୁଂ ବିନ୍ଦୁଂ ସମାଖ୍ୟାତଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ ପ୍ରକୃତମେବ ଚ ॥ ୮॥

ଷଟ୍ ଚକ୍ରାଣି ପରିଜ୍ଞାତ୍ୱା ପ୍ରବିଶେସୁଖମଶ୍ୱଳମ୍ ।
ମୂଳାଧାରଂ ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନଂ ମଣିପୁରଂ ତୃତୀୟକମ୍ ॥ ୯॥

ଅନାହତଂ ବିଶୁଦ୍ଧଂ ଚ ଆଜ୍ଞାଚକ୍ରଂ ଚ ଷଷ୍ଠକମ୍ ।
ଆଧାରଂ ଗୁପ୍ତମିତ୍ୟୁକ୍ତଂ ସ୍ୱାଧିଷ୍ଠାନଂ ତୁ ଲୈଙ୍ଗିକମ୍ ॥ ୧୦॥

ମଣିପୁରଂ ନାଭିଦେଶଂ ହୃଦୟସ୍ଥମନାହତମ୍ ।
ବିଶୁଦ୍ଧିଃ କଣ୍ଠମୂଳେ ଚ ଆଜ୍ଞାଚକ୍ରଂ ଚ ମସ୍ତକମ୍ ॥ ୧୧॥

ଷଟ୍ ଚକ୍ରାଣି ପରିଜ୍ଞାତ୍ୱା ପ୍ରବିଶେସୁଖମଶ୍ୱଳେ ।
ପ୍ରବିଶେଦ୍ୱାୟୁମାକୃଷ୍ୟ ତଥୈବୋର୍ଧ୍ୱଂ ନିୟୋଜୟେତ୍ ॥ ୧୨॥

ଏବଂ ସମଭ୍ୟସେଦ୍ୱାୟୁଂ ସ ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡମୟୋ ଭବେତ୍ ।
ବାୟୁଂ ବିନ୍ଦୁଂ ତଥା ଚକ୍ରଂ ଚିତ୍ରଂ ଚୈବ ସମଭ୍ୟସେତ୍ ॥ ୧୩॥

ସମାଧିମେକେନ ସମମମୃତଂ ଯାନ୍ତି ଯୋଗିନଃ ।
ୟଥାଃଶ୍ୱିର୍ଦ୍ଧାରୁମଧ୍ୟସ୍ଥୋ ନୋତିଷ୍ଠେନ୍ନୁଥନଂ ବିନା ॥ ୧୪॥

ବିନା ଚାତ୍ୟାସଘୋରେନ ଜ୍ଞାନଦୀପସ୍ତଥା ନ ହି ।
ଘଟମଧ୍ୟଗତୋ ଦୀପୋ ବାହ୍ୟେ ନୈବ ପ୍ରକାଶତେ ॥ ୧୫॥

ଭିନ୍ନେ ତସ୍ମିନ୍-ଘଟେ ଚୈବ ଦୀପଜ୍ଵାଲା ଚ ଭାସତେ ।
ସ୍ୱକାୟଂ ଘଟମିତ୍ୟକ୍ତଂ ଯଥା ଦୀପୋ ହି ତପ୍ନଦମ୍ ॥ ୧୬॥

ଗୁରୁବାକ୍ୟସମାଭିନ୍ନେ ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନଂ ସ୍କୁଟୀଭବେତ୍ ।
କର୍ଣ୍ଣଧାରଂ ଗୁରୁଂ ପ୍ରାପ୍ୟ କୃତ୍ୱା ସୂକ୍ଷ୍ମଂ ତରନ୍ତି ଚ ॥ ୧୭॥

ଅଭ୍ୟାସବାସନାଶକ୍ତ୍ୟା ତରନ୍ତି ଭବସାଗରମ୍ ।
ପରାୟାମଙ୍କୁରୀଭୂୟ ପଶ୍ୟନ୍ତ୍ୟାଂ ଦ୍ୱିଦଲୀକୃତା ॥ ୧୮॥

ମଧ୍ୟମାୟାଂ ମୁକୁଲିତା ବୈଷୟାଂ ବିକସୀକୃତା ।
ପୂର୍ବଂ ଯଥୋଦିତା ଯା ବାଗ୍ମିଲୋମେନାସ୍ତଗା ଭବେତ୍ ॥ ୧୯॥

ତସ୍ୟା ବାଚଃ ପରୋ ଦେବଃ କୃତସ୍ତୋ ବାକ୍ପ୍ରବୋଧକଃ ।
ସୋଽହମସ୍ମାତି ନିଶ୍ଚିତ୍ୟ ଯଃ ସଦା ବର୍ତତେ ପୁମାନ୍ ॥ ୨୦॥

ଶବ୍ଦେରୁଚାବଚୈର୍ନୀଚୈର୍ଭାଷିତୋଽପି ନ ଲିପ୍ୟତେ ।
ବିଶ୍ୱଶ୍ଚ ତୈଜସଶ୍ଚୈବ ପ୍ରାଜ୍ଞଶ୍ଚୈତି ଚ ତେ ବ୍ରହ୍ମ ॥ ୨୧॥

ବିରାଡ୍ଭିରଣ୍ୟଗର୍ଭଶ୍ଚ ଈଶ୍ୱରଶ୍ଚୈତି ତେ ବ୍ରହ୍ମ ।
ବ୍ରହ୍ମାଣ୍ଡଂ ଚୈବ ପିଣ୍ଡାଣ୍ଡଂ ଲୋକା ଭୂରାଦୟଃ କ୍ରମାତ୍ ॥ ୨୨॥

ସ୍ୱସ୍ତୋପାପିଲୟାଦେବ ଲୀୟନ୍ତେ ପ୍ରତ୍ୟଗାତ୍ମନି ।
ଅଣ୍ଡଂ ଜ୍ଞାନାଗ୍ନିନା ତପ୍ତଂ ଲୀୟନ୍ତେ କାରଣୈଃ ସହ ॥ ୨୩॥

ପରମାତ୍ମନି ଲୀନଂ ତପ୍ତରଂ ବ୍ରହ୍ମୈବ ଜାୟତେ ।
ତତଃ ପ୍ରିମିତଗମ୍ଭୀରଂ ନ ତେଜୋ ନ ତମସ୍ତତମ୍ ॥ ୨୪॥

ଅନାଶ୍ୟମନଭିବ୍ୟକ୍ତଂ ସନ୍ନିତିଦବଶିଷ୍ୟତେ ।
ଧ୍ୟାତ୍ବା ମଧ୍ୟସ୍ଥମାତ୍ମାନଂ କଲଶାନ୍ତରଦୀପବତ୍ ॥ ୭୫॥

ଅକ୍ଷୁଷ୍ମାତ୍ରମାତ୍ମାନମଧୂମଜ୍ୟୋତିରୂପକମ୍ ।
ପ୍ରକାଶୟନ୍ତମନ୍ତ୍ରଃସ୍ଥଂ ଧ୍ୟାୟେନ୍ନୁଚସ୍ଥମବ୍ୟୟମ୍ ॥ ୭୬॥

ବିଜ୍ଞାନାତ୍ମା ତଥା ଦେହେ ଜାଗ୍ରସ୍ତ୍ବସ୍ମିନ୍ନୁପ୍ରସ୍ତୁତିଃ ।
ମାୟୟା ମୋହିତଃ ପଶ୍ଚାଦ୍ବହୁଜନ୍ମାନ୍ତରେ ପୁନଃ ॥ ୭୭॥

ସନ୍ନର୍ମପରିପାକାତ୍ ସ୍ୱବିକାରଂ ଚିକୀର୍ଷତି ।
କୋଽହଂ କଥମୟଂ ଦୋଷଃ ସଂସାରାଶ୍ୟ ଉପାଗତଃ ॥ ୭୮॥

ଜାଗ୍ରସ୍ତ୍ବେ ବ୍ୟବହରନ୍ସୁଷୁପ୍ତୌ କ୍ୱ ଗତିର୍ମମ ।
ଇତି ଚିନ୍ତାପରୋ ଭୂତ୍ବା ସ୍ୱଭାସା ଚ ବିଶେଷତଃ ॥ ୭୯॥

ଅଜ୍ଞାନାତ୍ମା ଚିଦାଭାସୋ ବହିସ୍ତ୍ରାପେନ ତାପିତଃ ।
ଦରଂ ଭବତ୍ୟେବ ତଦା ତୁଲ୍ୟିଷ୍ଟମିବାଗ୍ନିନା ॥ ୮୦॥

ଦହରସ୍ଥଃ ପ୍ରତ୍ୟଗାତ୍ମା ନଷ୍ଟେ ଜ୍ଞାନେ ତତଃ ପରମ୍ ।
ବିତତୋ ବ୍ୟାପ୍ୟ ବିଜ୍ଞାନଂ ଦହତ୍ୟେବ କ୍ଷଣେନ ତୁ ॥ ୮୧॥

ମନୋମୟଜ୍ଞାନମୟାନ୍ସମ୍ୟଗ୍-ଦରଂ କ୍ରମେଣ ତୁ ।
ଘଟସ୍ଥଦୀପବକ୍ତ୍ରଶ୍ଚଦନ୍ତରେବ ପ୍ରକାଶତେ ॥ ୮୨॥

ଧ୍ୟାୟନ୍ନାସ୍ତେ ମୁନିର୍ଣ୍ଣୈବମାସୁପ୍ତେରାମୃତେଷୁ ଯଃ ।
ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତଃ ସ ବିଜ୍ଞେୟଃ ସ ଧନ୍ୟଃ କୃତକୃତ୍ୟବାନ୍ ॥ ୮୩॥

ଜୀବନ୍ମୁକ୍ତପଦଂ ତ୍ୟକ୍ତ୍ବା ସ୍ୱଦେହେ କାଲସାକ୍ତତେ ।
ବିଶତ୍ୟଦେଶମୁକ୍ତତ୍ୱଂ ପବନୋଽୟମତାମିବ ॥ ୮୪॥

ଅଶବମୟର୍ଗମରୂପମବ୍ୟୟଂ ତଥାଽରସଂ ନିତ୍ୟମଗନ୍ଧବଚ୍ଚ ଯତ୍ ।
ଅନାଦ୍ୟନନ୍ତଂ ମହତଃ ପରଂ ଧ୍ରୁବଂ ତଦେବ ଶିଷ୍ୟତ୍ୟମଲଂ ନିରାମୟମ୍ ॥ ୩୫॥
ଇତ୍ୟୁପନିଷତ୍ ॥

॥ ଇତି ଘୋଗକୁଣ୍ଡଲ୍ୟୁପନିଷସ୍ତୁତୀଘୋଽଧ୍ୟାୟଃ ॥ ୩ ॥

ଓଁ ସହ ନାବବତୁ । ସହ ନୌ ଭୁନକ୍ତୁ । ସହ ବୀର୍ଯ୍ୟଂ କରବାବହୈ ॥
ତେଜସ୍ବିନାବଧୀତମସ୍ତୁ ମା ବିଦ୍ବିଷାବହୈ ॥
ଓଁ ଶାନ୍ତିଃ ଶାନ୍ତିଃ ଶାନ୍ତିଃ ॥

ହରିଃ ଓଁ ତସ୍ମତ୍ ॥

॥ ଇତି ଘୋଗକୁଣ୍ଡଲିନ୍ୟୁପନିଷସ୍ତମାତ୍ରା ॥

