

ശ്രീഃ

ശ്രീമതേ നിഗമാന്തമഹാദേശികായ നമഃ

ശ്രീമാൻ വേംകടനാമാർയുഃ കവിതാർക്കികകേസരീ |
വേദാന്താചാർയുവർയുോ മേ സന്നിധത്താം സദാ ഹൃദി ||

|| ശ്രീമദ്ഭഗവദ്ഗീതാ ||

|| ധ്യാനയോഗഃ ||

(ഷഷ്ഠോഽധ്യായഃ)

This document has been prepared by*

Sunder Kidambi

with the blessings of

ശ്രീ രംഗരാമാനുജ മഹാദേശികൻ

His Holiness *śrīmad āṇḍavan* of *śrīraṅgam*

*This was typeset using skt and Hellingman's T_EX for Malayalam.

ശ്രീഃ
ശ്രീമതേ രാമാനുജായ നമഃ

॥ ധ്യാനയോഗം ॥ (ഷഷ്ഠോഽധ്യായഃ)

ശ്രീഭഗവാനുവാച

അനാശ്രിതഃ കർമ്മഫലം കാർയം കർമ്മ കരോതി യഃ |
സ സന്നയാസീ ച യോഗീ ച ന നിരഗ്നിർന്ന ചാക്രിയഃ || 6.1 ||

യം സന്നയാസമിതി പ്രാഹുർയോഗം തം വിഭി പാണ്ഡവ |
ന ഹ്യസന്ന്യസ്തസംകൽപോ യോഗീ ഭവതി കശ്ചന || 6.2 ||

ആരുരുകേഷാർമ്മുനേർയോഗം കർമ്മ കാരണമുച്യതേ |
യോഗാരൂഢസ്യ തസ്യൈവ ശമഃ കാരണമുച്യതേ || 6.3 ||

യദാ ഹി നേന്ദ്രിയാർത്ഥേഷു ന കർമ്മസ്വനുഷജ്ജതേ |
സർവ്വസംകൽപസന്നയാസീ യോഗാരൂഢസ്തദോച്യതേ || 6.4 ||

ഉഭയഭദ്രാത്മനാത്മാനം നാത്മാനമവസാദയേത് |
ആത്മൈവ ഹ്യാത്മനോ ബന്ധുരാത്മൈവ രിപുരാത്മനഃ || 6.5 ||

ബന്ധുരാത്മാത്മനസ്തസ്യ യേനാത്മൈവാത്മനാ ജിതഃ |
അനാത്മനസ്തു ശത്രുവേ വർത്തേതാത്മൈവ ശത്രുവത് || 6.6 ||

ജിതാത്മനഃ പ്രശാന്തസ്യ പരമാത്മാ സമാഹിതഃ |
ശീതോഷ്ണസുഖദുഃഖേഷു തഥാ മാനാപമാനയോഃ || 6.7 ||

ജ്ഞാനവിജ്ഞാനത്യപ്താത്മാ കൂടസ്ഥോ വിജിതേന്ദ്രിയഃ |
യുക്ത ഇത്യുച്യതേ യോഗീ സമലോഷ്ടാശ്ചകാഞ്ചനഃ || 6.8 ||

സുഹൃന്വിത്രാർയുദാസീനമധ്യസ്ഥഭേഷ്യബന്ധുഷു |
സാധുഷ്പപി ച പാപേഷു സമബുദ്ധിർവിശിഷ്യതേ || 6.9 ||

യോഗീ യുഞ്ജീത സതതമാത്മാനം രഹസി സ്ഥിതഃ |
ഏകാകീ യതചിത്താത്മാ നിരാശീരപരിഗ്രഹഃ || 6.10 ||

ശുചൗ ദേശേ പ്രതിഷ്ഠാപ്യ സ്ഥിരമാസനമാത്മനഃ |
നാത്യുച്ഛ്രിതം നാതിനീചം ചൈലാജിനകുശോത്തരം || 6.11 ||

തത്രൈകാഗ്രം മനഃ കൃത്വാ യതചിത്തേന്ദ്രിയക്രിയാഃ |
ഉപവിശ്യാസനേ യുഞ്ജ്യാദ്യോഗമാത്മവിശുദ്ധയേ || 6.12 ||

സമം കായശിരോഗ്രീവം ധാരയന്നചലം സ്ഥിരഃ |
സംപ്രേക്ഷ്യ നാസികാഗ്രം സ്വം ദിശശ്ചാനവലോകയൻ || 6.13 ||

പ്രശാന്താത്മാ വിഗതഭീർബ്രഹ്മചാരിവ്രതേ സ്ഥിതഃ |
മനഃ സംയമ്യ മച്ചിത്തോ യുക്ത ആസീത മത്പരഃ || 6.14 ||

യുഞ്ജന്നേവം സദാത്മാനം യോഗീ നിയതമാനസഃ |
ശാന്തിം നിർവ്വാണപരമാം മത്സംസ്ഥാമധിഗച്ഛരതി || 6.15 ||

നാത്യുശ്നതസ്തു യോഗോഽസ്തി ന ചൈകാന്തമനശ്നതഃ |
ന ചാതിസ്വപ്നശീലസ്യ ജാഗ്രതോ നൈവ ചാർജ്ജുന || 6.16 ||

യുക്താഹാരവിഹാരസ്യ യുക്തചേഷ്ടസ്യ കർമ്മസ്യ |
യുക്തസ്വപ്നാവബോധസ്യ യോഗോ ഭവതി ദുഃഖഹാ || 6.17 ||

യദാ വിനിയതം ചിത്തമാത്മന്യേവാവതിഷ്ഠതേ |
നിഃസ്പൃഹഃ സർവ്വകാമേദ്യോ യുക്ത ഇത്യുച്യതേ തദാ || 6.18 ||

യഥാ ദീപോ നിവാതസ്ഥോ നേംഗതേ സോപമാ സ്ഥൂതാ |
യോഗിനോ യതചിത്തസ്യ യുഞ്ജതോ യോഗമാത്മനഃ || 6.19 ||

യത്രോപരമതേ ചിത്തം നിരുദ്ധം യോഗസേവയാ |
യത്ര ചൈവാത്മനാത്മാനം പശ്യന്നാത്മനി തുഷ്യതി || 6.20 ||

സുഖമാത്യന്തികം യത്തദ് ബുദ്ധിഗ്രാഹ്യമതീന്ദ്രിയം |
വേത്തി യത്ര ന ചൈവായം സ്ഥിതശ്ചലതി തത്ത്വതഃ || 6.21 ||

യം ലബ്ധ്യാ ചാപരം ലാഭം മന്യതേ നാധികം തതഃ |
യസ്മിൻസ്ഥിതോ ന ദുഃഖേന ഗുരുണാപി വിചാല്യതേ || 6.22 ||

തം വിദ്യാദ് ദുഃഖസംയോഗവിയോഗം യോഗസഞ്ജ്ഞിതം |
സ നിശ്ചയേന യോക്തവ്യോ യോഗോഽനിർവ്വിണ്ണചേതസാ || 6.23 ||

സംകൽപപ്രഭവാനുകാമാംസ്ത്യക്ത്വാ സർവ്വാനശേഷതഃ |
മനസൈവേന്ദ്രിയഗ്രാമം വിനിയമ്യ സമന്തതഃ || 6.24 ||

ശന്നൈഃ ശന്നൈരുപരമേദ് ബുദ്ധ്യാ ധൃതിഗൃഹീതയാ |
ആത്മസംസ്ഥം മനഃ കൃത്വാ ന കിഞ്ചിദപി ചിന്തയേത് || 6.25 ||

യതോ യതോ നിശ്ചരതി മനശ്ചഞ്ചലമസ്ഥിരം |
തതസ്തതോ നിയമ്യൈതദാത്മന്യേവ വശം നയേത് || 6.26 ||

പ്രശാന്തമനസം ഹ്യേനം യോഗിനം സുഖമുത്തമം |
ഉപൈതി ശാന്തരജസം ബ്രഹ്മഭൂതമകൽമഷം || 6.27 ||

യുഞ്ജന്നേവം സദാത്മാനം യോഗീ വിഗതകൽമഷഃ |
സുഖേന ബ്രഹ്മസംസ്പർശമത്യന്തം സുഖമശ്നുതേ || 6.28 ||

സർവ്വഭൂതസ്ഥമാത്മാനം സർവ്വഭൂതാനി ചാത്മനി |
ഈക്ഷതേ യോഗയുക്താത്മാ സർവ്വത്ര സമദർശനഃ || 6.29 ||

യോ മാം പശ്യതി സർവ്വത്ര സർവ്വം ച മയി പശ്യതി |
തസ്യാഹം ന പ്രണശ്യാമി സ ച മേ ന പ്രണശ്യതി || 6.30 ||

സർവ്വഭൂതസ്ഥിതം യോ മാം ഭജത്യേകത്വമാസ്ഥിതഃ |
സർവ്വഥാ വർത്തമാനോഽപി സ യോഗീ മയി വർത്തതേ || 6.31 ||

ആത്മൗപമ്യേന സർവ്വത്ര സമം പശ്യതി യോഽർജുന |
സുഖം വാ യദി വാ ദുഃഖം സ യോഗീ പരമോ മതഃ || 6.32 ||

അർജ്ജുന ഉവാച

യോഽയം യോഗസ്ത്വയാ പ്രോക്തഃ സാമ്യേന മധുസൂദന |
ഏതസ്യാഹം ന പശ്യാമി ചഞ്ചലത്വാത്സ്ഥിതിം സ്ഥിരാം || 6.33 ||

ചഞ്ചലം ഹി മനഃ കൃഷ്ണ പ്രമാഥി ബലവദ് ഭൃഡം |
തസ്യാഹം നിഗ്രഹം മന്യേ വായോരിവ സുദുഷ്കരം || 6.34 ||

ശ്രീഭഗവാനുവാച

അസംശയം മഹാബാഹോ മനോ ദുർന്നിഗ്രഹം ചലം |
അഭ്യാസേന തു കൗന്തേയ വൈരാഗ്യേണ ച ഗൃഹ്യതേ || 6.35 ||

അസംയതാത്മനാ യോഗോ ദുഷ്പ്രാപ ഇതി മേ മതിഃ |
വശ്യാത്മനാ തു യതതാ ശക്യോഽവാപ്തുമുപായതഃ || 6.36 ||

അർജ്ജുന ഉവാച

അയതിഃ ശ്രദ്ധയോപേതോ യോഗാച്ചലിതമാനസഃ |
അപ്രാപ്യ യോഗസംസിദ്ധിം കാം ഗതിം കൃഷ്ണ ഗച്ഛരതി || 6.37 ||

കച്ഛിന്നോഭയവിഭ്രഷ്ടശ്ചരിനാഭ്രമിവ നശ്യതി |
അപ്രതിഷ്ഠോ മഹാബാഹോ വിമൂഢോ ബ്രഹ്മണഃ പഥി || 6.38 ||

ഏതന്മേ സംശയം കൃഷ്ണ ഛേദതുമർഹസ്യശേഷതഃ |
ത്വദന്യഃ സംശയസ്യാസ്യ ഛേത്താ ന ഹ്യുപപദ്യതേ || 6.39 ||

ശ്രീഭഗവാനുവാച

പാർത്ഥ നൈവേഹ നാമൂത്ര വിനാശസ്തസ്യ വിദ്യതേ |
ന ഹി കല്യാണകൃത്കശ്ചിദ് ദുർഗൃതിം താത ഗച്ഛരതി || 6.40 ||

പ്രാപ്യ പുണ്യകൃതാം ലോകാനുഷിത്വാ ശാശ്വതീഃ സമാഃ |
ശുചീനാം ശ്രീമതാം ഗേഹേ യോഗഭ്രഷ്ടോഽഭിജായതേ || 6.41 ||

അഥവാ യോഗിനാമേവ കുലേ ഭവതി ധീമതാം |
ഏതദ്ധി ദുർല്ലഭതരം ലോകേ ജന യദീദൃശം || 6.42 ||

തത്ര തം ബുദ്ധിസംയോഗം ലഭതേ പൗർവ്വഭേദഹിം |
യതതേ ച തതോ ഭൂയഃ സംസിദ്ധൗ കുരുനന്ദന || 6.43 ||

പൂർവ്വാഭ്യാസേന തേനൈവ ഹ്രിയതേ ഹ്യവശോപി സഃ |
ജിജ്ഞാസുരപി യോഗസ്യ ശബ്ദബ്രഹ്മാതിവർത്തതേ || 6.44 ||

പ്രയത്നാദ്യതമാനസ്തു യോഗീ സംശുദ്ധകിൽബിഷഃ |
അനേകജനസംസിദ്ധസ്തതോ യാതി പരാം ഗതിം || 6.45 ||

തപസ്വിഭ്യോഽധികോ യോഗീ ജ്ഞാനിഭ്യോഽപി മതോഽധികഃ |
കർമ്മിഭ്യശ്ചാധികോ യോഗീ തസ്മാദ്യോഗീ ഭവാർജ്ജുന || 6.46 ||

യോഗിനാമപി സർവ്വേഷാം മദ്ഗതേനാന്തരാത്മനാ |
ശ്രദ്ധാവാൻഭജതേ യോ മാം സ മേ യുക്തതമോ മതഃ || 6.47 ||

|| ഇതി ശ്രീമദ്ഭഗവദ്ഗീതാസുപനിഷത്സു ബ്രഹ്മവിദ്യായാം യോഗശാസ്ത്രേ
ശ്രീകൃഷ്ണാർജുനസംവാദേ ധ്യാനയോഗഃ നാമ ഷഷ്ഠോഽധ്യായഃ ||