శ్రీః

శ్రీమతే రామానుజాయ నమః

శ్రీమతే నిగమాంతమహాదేశికాయ నమః

శ్రీమద్భాగవతే ఉద్ధవగీతాసు

॥ దశమోఽధ్యాయః ॥

This document has been prepared by

Sunder Kidāmbi

with the blessings of

శ్రీ రంగరామానుజ మహాదేశికన్

His Holiness śrīmad āṇḍavan śrīraṅgam

శ్రీః

శ్రీమతే రామానుజాయ నమః

శ్రీమతే నిగమాంతమహాదేశికాయ నమః

॥ దశమోఽధ్యాయః ॥

శ్రీభగవానువాచ
జితేంద్రియస్య యుక్తస్య జితశ్వాసస్య యోగినః।
మయి ధారయతశ్చేత ఉపతిష్ఠంతి సిద్ధయః ॥ **10.1** ॥

శ్రీఉద్ధవ ఉవాచ
కయా ధారణయా కాస్విత్ కథంస్విత్ సిద్ధిరచ్యుత।
కతి వా సిద్ధయో బ్రూహి యోగినాం సిద్ధిదో భవాన్ ॥ **10.2** ॥

శ్రీభగవానువాచ
సిద్ధయోఽష్టాదశ ప్రోక్తా ధారణాయోగపారగైః।
తాసామష్టౌ మత్ప్రధానా దశైవ గుణహేతవః ॥ **10.3** ॥

అణిమా మహిమా మూర్తేర్లఘిమా ప్రాప్తిరింద్రియైః।
ప్రాకామ్యం శ్రుతదృష్టేషు శక్తిప్రేరణమీశితా ॥ **10.4** ॥

గుణేష్వసంగో వశితా యత్కామస్తదవస్యతి।
ఏతా మే సిద్ధయః సౌమ్య అష్టావౌత్పత్తికా మతాః ॥ **10.5** ॥

అనూర్మిమత్త్వం దేహేఽస్మిన్ దూరశ్రవణదర్శనం।
మనోజవః కామరూపం పరకాయప్రవేశనం ॥ **10.6** ॥

స్వచ్ఛందమృత్యుర్దేవానాం సహక్రీడానుదర్శనం।
యథాసంకల్పసంసిద్ధిరాజ్ఞాప్రతిహతా గతిః ॥ **10.7** ॥

త్రికాలజ్ఞత్వమద్వంద్వం పరచిత్తాద్యభిజ్ఞతా।
అగ్న్యర్కాంబువిషాదీనాం ప్రతిష్టంభోఽపరాజయః ॥ **10.8** ॥

ఏతాశ్చోద్దేశతః ప్రోక్తా యోగధారణసిద్ధయః।
యయా ధారణయా యా స్యాద్ యథా వా స్యాన్నిబోధ మే ॥ **10.9** ॥

భూతసూక్ష్మాత్మని మయి తన్మాత్రం ధారయేన్మనః।
అణిమానమవాప్నోతి తన్మాత్రోపాసకో మమ ॥ **10.10** ॥

మహత్యాత్మన్మయి పరే యథాసంస్థం మనో దధత్।
మహిమానమవాప్నోతి భూతానాం చ పృథక్ పృథక్ ॥ **10.11** ॥

పరమాణుమయే చిత్తం భూతానాం మయి రంజయన్।
కాలసూక్ష్మార్థతాం యోగీ లఘిమానమవాప్నుయాత్ ॥ **10.12** ॥

ధారయన్ మయ్యహంతత్త్వే మనో వైకారికేఽఖిలం।
సర్వేంద్రియాణామాత్మత్వం ప్రాప్తిం ప్రాప్నోతి మన్మనాః ॥ **10.13** ॥

మహత్యాత్మని యః సూత్రే ధారయేన్మయి మానసం।
ప్రాకామ్యం పారమేష్ఠ్యం మే విందతేఽవ్యక్తజన్మనః ॥ **10.14** ॥

విష్ణౌ త్ర్యధీశ్వరే చిత్తం ధారయేత్ కాలవిగ్రహే।
స ఈశిత్వమవాప్నోతి క్షేత్రక్షేత్రజ్ఞచోదనాం ॥ **10.15** ॥

నారాయణే తురీయాఖ్యే భగవచ్ఛబ్దశబ్దితే।
మనో మయ్యాదధద్ యోగీ మద్ధర్మా వశితామియాత్ ॥ **10.16** ॥

నిర్గుణే బ్రహ్మణి మయి ధారయన్ విశదం మనః।
పరమానందమాప్నోతి యత్ర కామోఽవసీయతే ॥ **10.17** ॥

శ్వేతద్వీపపతౌ చిత్తం శుద్ధే ధర్మమయే మయి।
ధారయంశ్ఛ్వేతతాం యాతి షడూర్మిరహితో నరః ॥ **10.18** ॥

మయ్యాకాశాత్మని ప్రాణే మనసా ఘోషముద్వహన్।
తత్రోపలబ్ధా భూతానాం హంసో వాచః శృణోత్యసౌ ॥ **10.19** ॥

చక్షుస్త్వష్టరి సంయోజ్య త్వష్టారమపి చక్షుషి।
మాం తత్ర మనసా ధ్యాయన్ విశ్వం పశ్యతి సూక్ష్మదృక్ ॥ **10.20** ॥

మనో మయి సుసంయోజ్య దేహం తదను వాయునా।
మద్ధారణానుభావేన తత్రాత్మా యత్ర వై మనః ॥ **10.21** ॥

యదా మన ఉపాదాయ యద్ యద్ రూపం బుభూషతి।
తత్తద్ భవేన్మనోరూపం మద్యోగబలమాశ్రయః ॥ **10.22** ॥

పరకాయం విశన్ సిద్ధ ఆత్మానం తత్ర భావయేత్।
పిండం హిత్వా విశేత్ ప్రాణో వాయుభూతః షడంఘ్రివత్ ॥ **10.23** ॥

పార్ష్ణ్యాఽఽపీడ్య గుదం ప్రాణం హృదురఃకంఠమూర్ధసు।
ఆరోప్య బ్రహ్మరంధ్రేణ బ్రహ్మ నీత్వోత్సృజేత్తనుం ॥ **10.24** ॥

విహరిష్యన్ సురాక్రీడే మత్స్థం సత్త్వం విభావయేత్।
విమానేనోపతిష్ఠంతి సత్త్వవృత్తీః సురస్త్రియః ॥ **10.25** ॥

యథా సంకల్పయేద్ బుద్ధ్యా యదా వా మత్పరః పుమాన్।
మయి సత్యే మనో యుంజంస్తథా తత్ సముపాశ్నుతే ॥ **10.26** ॥

యో వై మద్భావమాపన్న ఈశితుర్వశితుః పుమాన్।
కుతశ్చిన్న విహన్యేత తస్య చాజ్ఞా యథా మమ ॥ **10.27** ॥

మద్భక్త్యా శుద్ధసత్త్వస్య యోగినో ధారణావిదః।
తస్య త్రైకాలికీ బుద్ధిర్జన్మమృత్యూపబృంహితా ॥ **10.28** ॥

అగ్న్యాదిభిర్న హన్యేత మునేర్యోగమయం వపుః।
మద్యోగశాంతచిత్తస్య యాదసాముదకం యథా ॥ **10.29** ॥

మద్విభూతీరభిధ్యాయన్ శ్రీవత్సాస్త్రవిభూషితాః।
ధ్వజాతపత్రవ్యజనైః స భవేదపరాజితః ॥ **10.30** ॥

ఉపాసకస్య మామేవం యోగధారణయా మునేః।
సిద్ధయః పూర్వకథితా ఉపతిష్ఠంత్యశేషతః ॥ **10.31** ॥

జితేంద్రియస్య దాంతస్య జితశ్వాసాత్మనో మునేః।
మద్ధారణాం ధారయతః కా సా సిద్ధిః సుదుర్లభా ॥ **10.32** ॥

అంతరాయాన్ వదంత్యేతా యుంజతో యోగముత్తమం।
మయా సంపద్యమానస్య కాలక్షపణహేతవః ॥ **10.33** ॥

జన్మౌషధితపోమంత్రైర్యావతీరిహ సిద్ధయః।
యోగేనాప్నోతి తాః సర్వా నాన్యైర్యోగగతిం వ్రజేత్ ॥ **10.34** ॥

సర్వాసామపి సిద్ధీనాం హేతుః పతిరహం ప్రభుః।
అహం యోగస్య సాంఖ్యస్య ధర్మస్య బ్రహ్మవాదినాం ॥ **10.35** ॥

అహమాత్మాఽఽంతరో బాహ్యోఽనావృతః సర్వదేహినాం।
యథా భూతాని భూతేషు బహిరంతః స్వయం తథా ॥ **10.36** ॥

॥ ఇతి ఉద్ధవగీతాసు దశమోఽధ్యాయః సమాప్తః ॥