

॥ ఓం నమో వేంకటేశాయ ॥

శ్రీ మ ద్భ గ వ ళ్ల తా

॥ శ్రీ గురు ప్రార్థనా ॥

గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణుః గురుర్దేవో మహేశ్వరః ।
గురుస్సాక్షాత్ పరం బ్రహ్మ తస్మై శ్రీగురవే నమః ॥

॥ శ్రీనివాస ప్రార్థనా ॥

సానుస్థాపితతార్క్ష్యాయ తార్క్ష్యచలనివాసినే ।
మాయాగూఢవిమానాయ గరుడస్కంధవాసినే ॥

!! అథ సంకల్పః !!

శ్రీమత్ - ఆదివరాహక్షేత్రే - విరాజమానస్య - అఖిలాండకోటి - బ్రహ్మాండనాయకస్య - శ్రీ పద్మావతీ
జానేః - భగవతః - శ్రీవేంకటేశ్వర స్వామినః - దివ్యసన్నిధౌ - భగవతః - శ్రీకృష్ణ పరమాత్మనః -
అనుగ్రహేణ - అస్మాకం - సర్వేషాం - శారీరస్య - మానసస్య చ - బలస్య - సిద్ధ్యర్థం - సమస్తానాం -
అసాధ్యవ్యాధీనాం - నివారణార్థం - సర్వయజ్ఞ - ఫలప్రాప్త్యర్థం - సర్వాసాం - సంపదాం - ప్రాప్త్యర్థం -
విద్యార్థినాం - బుద్ధిశక్తి - వృద్ధిద్వారా - పరీక్షాసు - ఉత్తీర్ణతా - సిద్ధ్యర్థం - అధికారిణాం - స్వస్వవిధి -
నిర్వహణ - కౌశలసిద్ధ్యర్థం - సమస్త - పాపక్షయార్థం - శ్రీపరమేశ్వర - ప్రీత్యర్థం - యథాశక్తి -
శ్రీమత్ - భగవద్గీతాయాః షష్ఠాధ్యాయాంతర్గత - శ్లోక పారాయణం - కరిష్యామహే.

॥ శ్రీ గీతా ప్రార్థనా ॥

సర్వోపనిషదో - గావో - దోగ్ధా - గోపాలనందనః ।
పార్థో వత్సః - సుధీర్భోక్తా - దుగ్ధం - గీతామృతం - మహత్ ॥

॥ శ్రీకృష్ణ ప్రార్థనా ॥

శ్రీవత్సాంకం మహోరస్కం వనమాలా విరాజితం ।
శంఖచక్ర ధరం దేవం కృష్ణం వందే జగద్గురుం ॥

॥ శ్రీ వేదవ్యాస ప్రార్థనా ॥

కృష్ణద్వైపాయనం వ్యాసం సర్వలోకహితే రతమ్ ।
వేదాబ్జ భాస్కరం వందే శమాది నిలయమ్ మునిమ్ ॥

॥ అథ శ్రీమద్భగవద్గీతాసు ఉపనిషత్సు బ్రహ్మవిద్యాయాం యోగశాస్త్రే

శ్రీ కృష్ణార్జున సంవాదే ఆత్మ సంయమ యోగోనామ షష్ఠోద్ధ్యాయః ॥

॥ ఆత్మ సంయమ యోగః ॥ - ॥ భగవానువాచ ॥

అనాశ్రితః కర్మఫలం కార్యం కర్మ కరోతి యః ।
 స సన్న్యాసీ చ యోగీ చ న నిరగ్నిర్న చాక్రియః ॥ 6-1 ॥

యం సన్న్యాసమితి ప్రాహు ర్యోగం తం విద్ధి పాండవ ।
 న హ్యసన్న్వస్తసంకల్పో యోగీ భవతి కశ్చన ॥ 6-2 ॥

ఆరురుక్షోర్మునేర్యోగం కర్మకారణముచ్యతే ।
 యోగారూఢస్య తస్యైవ శమః కారణముచ్యతే ॥ 6-3 ॥

యదా హి నేన్ద్రియార్థేషు న కర్మస్వనుషజ్జతే ।
 సర్వసంకల్పసన్న్యాసీ యోగారూఢస్తదోచ్యతే ॥ 6-4 ॥

ఉద్ధరేదాత్మనా22త్మానం నాత్మాన మవసాదయేత్ ।
 ఆత్మైవ హ్యోత్మనో బంధురాత్మైవ రిపురాత్మనః ॥ 6-5 ॥

బంధురాతా22త్మనస్తస్య యేనాత్మై వాత్మనా జితః ।
 అనాత్మనస్తు శత్రుత్వే వర్తేతాత్మైవ శత్రువత్ ॥ 6-6 ॥

జితాత్మనః ప్రశాంతస్య పరమాత్మా సమాహితః ।
 శీతోష్ణసుఖదుఃఖేషు తథా మానావమానయోః ॥ 6-7 ॥

జ్ఞానవిజ్ఞానతృప్తాత్మా కూటస్థో విజితేంద్రియః ।
 యుక్త ఇత్యుచ్యతే యోగీ సమలోష్టాశ్మకాంచనః ॥ 6-8 ॥

సుహృన్మిత్రా ర్యుదాసీన మధ్యస్థద్వేష్యబంధుషు ।
 సాధుష్వపి చ పాపేషు సమబుద్ధిర్విశిష్యతే ॥ 6-9 ॥

యోగీ యుంజీత సతత మాత్మానం రహసి స్థితః ।
 ఏకాకీ యతచిత్తాత్మా నిరాశీరపరిగ్రహః ॥ 6-10 ॥

శుచౌ దేశే ప్రతిష్ఠాప్య స్థిరమాసనమాత్మనః ।
 నాత్యుచ్చితం నాతినీచం చేలాజినకుశోత్తరమ్ ॥ 6-11 ॥

తత్రైకాగ్రం మనః కృత్వా యత చిత్తేంద్రియక్రియః ।
 ఉపవిశ్యాసనే యుంజ్యాద్యోగమాత్మ విశుద్ధయే ॥ 6-12 ॥

సమం కాయశిరోగ్రీవం ధారయ స్నచలం స్థిరః ।
సంప్రేక్ష్య నాసికాగ్రం స్వం దిశశ్చానవలోకయన్ ॥ 6-13 ॥

ప్రశాంతాత్మా విగతభీర్బ్రహ్మచారివ్రతే స్థితః ।
మనస్సంయమ్య మచ్ఛితో యుక్త ఆసీత మత్పరః ॥ 6-14 ॥

యుంజన్నేవం సదా22త్మానం యోగీ నియతమానసః ।
శాంతిం నిర్వాణపరమాం మత్సంస్థామధిగచ్ఛతి॥ 6-15 ॥

నాత్యశ్చతస్తు యోగోఽస్తి న చైకాంతమనశ్చతః ।
న చాతిస్వప్నశీలస్య జాగ్రతో వైవ చార్జున! ॥ 6-16 ॥

యుక్తాహారవిహారస్య యుక్తచేష్టస్య కర్మసు ।
యుక్తస్వప్నావభోదస్య యోగో భవతి దుఃఖహా ॥ 6-17 ॥

యదా వినియతం చిత్త మాత్మన్యేవావతిష్ఠతే ।
నిస్సుహస్సర్వకామేభ్యో యుక్త ఇత్యుచ్యతే తదా ॥ 6-18 ॥

యథాదీపో నివాతస్థో నేంగతే సోపమా స్మృతా ।
యోగినో యతచిత్తస్య యజ్ఞతో యోగమాత్మనః ॥ 6-19 ॥

యత్రోపరమతే చిత్తం నిరుద్ధం యోగసేవయా ।
యత్ర చైవాత్మనా22త్మానం పశ్యన్నాత్మని తుష్యతి ॥ 6-20 ॥

సుఖమాత్యన్తికం యత్త ద్బుద్ధిగ్రాహ్యమతీంద్రియమ్ ।
వేత్తి యత్ర న చైవాయం స్థితశ్చలతి తత్త్వతః ॥ 6-21 ॥

యం లబ్ధ్వా చాపరం లాభం మన్యతే నాధికం తతః ।
యస్మిన్ స్థితో2న దుఃఖేన గురుణా2పి విచాల్యతే ॥ 6-22 ॥

తం విద్యాద్దుఃఖసంయోగ వియోగం యోగసంజ్ఞితమ్ ।
స నిశ్చయేన యోక్తవ్యోయోగో నిర్విణ్ణచేతసా ॥ 6-23 ॥

సంకల్పప్రభవాన్ కామాన్స్త్యక్త్వా సర్వానశేషతః ।
మనసై వేంద్రియగ్రామం వినియమ్య సమస్తతః॥ 6-24 ॥

శనైః శనైరుపరమేద్ బుద్ధ్యా ధృతిగృహీతయా ।
ఆత్మసంస్థం మనః కృత్వా న కించిదపి చింతయేత్ ॥ 6-25 ॥

యతో యతో నిశ్చరతి మనశ్చంచలమస్థిరం ।
తతస్తతో నియమ్యైతత్ ఆత్మన్యేవ వశం నయేత్ ॥ 6-26 ॥

ప్రశాంతమనసం హ్యేనం యోగినం సుఖముత్తమం ।
ఉపైతి శాంతరజసం బ్రహ్మభూతమకల్మషం ॥ 6-27 ॥

యుంజన్నేవం సదాత్మానం యోగీ విగతకల్మషః ।
సుఖేన బ్రహ్మసంస్పర్శమ్ అత్యంతం సుఖమశ్నుతే ॥ 6-28 ॥

సర్వభూతస్థమాత్మానం సర్వభూతాని చాత్మని ।
ఈక్షతే యోగయుక్తాత్మా సర్వత్ర సమదర్శనః ॥ 6-29 ॥

యో మాం పశ్యతి సర్వత్ర సర్వం చ మయి పశ్యతి ।
తస్యాహం న ప్రణశ్యామి స చ మే న ప్రణశ్యతి ॥ 6-30 ॥

సర్వభూతస్థితం యో మాం భజత్యేకత్వమాస్థితః ।
సర్వథా వర్తమానో2పి స యోగీ మయి వర్తతే ॥ 6-31 ॥

ఆత్మోపమ్యేన సర్వత్ర సమం పశ్యతి యో2ర్జున ।
సుఖం వా యది వా దుఃఖం స యోగీ పరమో మతః ॥ 6-32 ॥

:: అర్జున ఉవాచ ::

యో-యం యోగస్త్యయా ప్రోక్తః సామ్యేన మధుసూదన ।
వీతస్యాహం న పశ్యామి చంచలత్వాత్ స్థితిం స్థిరాం ॥ 6-33 ॥

చంచలం హి మనః కృష్ణ ప్రమాధి బలవద్ దృఢం ।
తస్యాహం నిగ్రహం మన్యే వాయోరివ సుదుష్కరం ॥ 6-34 ॥

:: శ్రీ భగవంసువాచ ::

అసంశయం మహాబాహో మనో దుర్నిగ్రహం చలం ।
అభ్యాసేన తు కౌంతేయ వైరాగ్యేణ చ గృహ్యతే ॥ 6-35 ॥

అసంయతాత్మనా యోగో దుష్ప్రాప ఇతి మే మతిః ।
వశ్యాత్మనా తు యతతా శక్యో2వాప్తుముపాయతః ॥ 6-36 ॥

:: అర్జున ఉవాచ ::

అయతిః శ్రద్ధయోపేతో యోగాచ్చలితమానసః ।
అప్రాప్య యోగసంసిద్ధిం కాం గతిం కృష్ణ గచ్ఛతి ॥ 6-37 ॥

కచ్చిన్నోభయవిభ్రష్టః చిన్నాభ్రమివ నశ్యతి ।
అప్రతిష్ఠో మహాబాహులా విమూఢో బ్రహ్మణః పథి ॥ 6-38 ॥

ఏతన్మే సంశయం కృష్ణ ఛేత్తుమర్హస్యశేషతః ।
త్వదన్యః సంశయస్యాస్య ఛేత్తా న హ్యుపపద్యతే ॥ 6-39 ॥

:: శ్రీభగవోసువాచ ::

పార్థ నైవేహ నాముత్ర వినాశస్తస్య విద్యతే ।
న హి కల్యాణకృత్కశ్చిద్ దుర్గతిం తాత గచ్ఛతి ॥ 6-40 ॥

ప్రాప్య పుణ్యకృతాం లోకాన్ ఉషిత్వా శాశ్వతీః సమాః ।
శుచీనాం శ్రీమతాం గేహే యోగభ్రష్టోభిః2జాయతే ॥ 6-41 ॥

అథవా యోగినామేవ కులే భవతి ధీమతాం ।
ఏతద్ధి దుర్లభతరం లోకే జన్మ యదీదృశం ॥ 6-42 ॥

తత్ర తం బుద్ధిసంయోగం లభతే పౌర్వదేహికం ।
యతతే చ తతో భూయః సంసిద్ధౌ కురునందన ॥ 6-43 ॥

పూర్వాభ్యాసేన తేనైవ హియతే హ్యవశో-పి సః ।
జిజ్ఞాసురపి యోగస్య శబ్దబ్రహ్మోతివర్తతే ॥ 6-44 ॥

ప్రయత్నాద్యతమానస్తు యోగీ సంశుద్ధకిల్బిషః ।
అనేకజన్మసంసిద్ధస్తతో యాతి పరాం గతిం ॥ 6-45 ॥

తపస్విభ్యో-ధికో యోగీ జ్ఞానిభ్యో2పి మతో2ధికః ।
కర్మిభ్యశ్చాధికో యోగీ తస్మాద్యోగీ భవార్జున ॥ 6-46 ॥

యోగినామపి సర్వేషాం మద్గతేనాంతరాత్మనా ।
శ్రద్ధావాన్ భజతే యో మాం స మే యుక్తతమో మతః ॥ 6-47 ॥

॥ అతి శ్రీమద్భగవద్గీతాసు ఉపనిషత్సు బ్రహ్మవిద్యాయాం యోగ-శాస్త్రే

శ్రీ కృష్ణార్జున సంవాదే ఆత్మ సంయమ యోగోనామ షష్ఠాధ్యాయః ॥

❧ ❧ ❧ ❧ ❧
❧ ❧ ❧
❧

యత్ర యోగేశ్వరః కృష్ణో యత్ర పార్థో ధనుర్ధరః ।
తత్ర శ్రీర్విజయో భూతిర్ద్భవా నీతిర్మతిర్మమ ॥

అథ క్షమా ప్రార్థనా ।

యదక్షరపదభ్రష్టం మాత్రాహీనం చ యద్భవేత్ ।
తత్సర్వం క్షమ్యతాం దేవ నారాయణ నమోఽస్తుతే ॥

అథ భగవత్సమర్పణమ్ ।

కాయేన వాచా మనసేన్ద్రియైర్వా బుధ్యాత్మనా వా ప్రకృతేస్స్వభావాత్ ।
కరోమి యద్యత్ సకలం పరస్మై నారాయణాయేతి సమర్పయామి ॥

అథ లోకక్షేమ ప్రార్థనా ।

సర్వే భవన్తు సుఖినః సర్వే సన్తు నిరామయాః ।
సర్వే భద్రాణి పశ్యన్తు మా కశ్చిత్ దుఃఖభాగ్భవేత్ ॥

అథ మంగళమ్ ।

శ్రియః కాంతాయ కల్యాణనిధయే నిధయేఽర్థినామ్ ।
శ్రీవేంకటనివాసాయ శ్రీనివాసాయ మంగళమ్ ॥

❧ ❧ ❧ ❧ ❧
❧ ❧ ❧
❧