अथ षष्ठोऽध्यायः । ध्यानयोगः

श्रीभगवानुवाच ।

अनाश्रितः कर्मफलं कार्यं कर्म करोति यः ।
स संन्यासी च योगी च न निरग्निर्न चाक्रियः ॥ ६-१ ॥

यं संन्यासमिति प्राहुः योगं तं विद्धि पाण्डव ।
न ह्यसंन्यस्तसङ्कल्पः योगी भवति कश्चन ॥ ६-२ ॥

आरुरुक्षोर्मुनेर्योगं कर्म कारणमुच्यते ।
योगारूढस्य तस्यैव शमः कारणमुच्यते ॥ ६-३ ॥

यदा हि नेन्द्रियार्थेषु न कर्मस्वनुषज्जते ।
सर्वसङ्कल्पसंन्यासी योगारूढस्तदोच्यते ॥ ६-४ ॥

उद्धरेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत् ।
आत्मैव ह्यात्मनो बन्धुः आत्मैव रिपुरात्मनः ॥ ६-५ ॥

बन्धुरात्मात्मनस्तस्य येनात्मैवात्मना जितः ।
अनात्मनस्तु शत्रुत्वे वर्तेतात्मैव शत्रुवत् ॥ ६-६ ॥

जितात्मनः प्रशान्तस्य परमात्मा समाहितः ।

शीतोष्णसुखदुःखेषु तथा मानापमानयोः ॥ ६-७ ॥
ज्ञानविज्ञानतृप्तात्मा कूटस्थो विजितेन्द्रियः ।
युक्त इत्युच्यते योगी समलोष्टाश्मकाञ्चनः ॥ ६-८ ॥
सुहृन्मित्रार्युदासीन-मध्यस्थद्वेष्यबन्धुषु ।
साधुष्वपि च पापेषु समबुद्धिर्विशिष्यते ॥ ६-९ ॥
योगी युञ्जीत सततम् आत्मानं रहसि स्थितः ।
एकाकी यतचित्तात्मा निराशीरपरिग्रहः ॥ ६-१० ॥
शुचौ देशे प्रतिष्ठाप्य स्थिरमासनमात्मनः ।
नात्युच्छ्रितं नातिनीचं चैलाजिनकुशोत्तरम् ॥ ६-११ ॥
तत्रैकाग्रं मनः कृत्वा यतचित्तेन्द्रियक्रियः ।
उपविश्यासने युञ्ज्यात् योगमात्मविशुद्धये ॥ ६-१२ ॥
समं कायशिरोग्रीवं धारयन्नचलं स्थिरः ।
सम्प्रेक्ष्य नासिकाग्रं स्वं दिशश्चानवलोकयन् ॥ ६-१३ ॥
प्रशान्तात्मा विगतभीः ब्रह्मचारिव्रते स्थितः ।
मनः संयम्य मच्चित्तः युक्त आसीत मत्परः ॥ ६-१४ ॥

युञ्जन्नेवं सदात्मानं	योगी नियतमानसः ।
शान्तिं निर्वाणपरमां	मत्संस्थामधिगच्छति ॥ ६-१५ ॥
नात्यश्नतस्तु योगोऽस्ति	न चैकान्तमनश्नतः ।
न चातिस्वप्नशीलस्य	जाग्रतो नैव चार्जुन ॥ ६-१६ ॥
युक्ताहारविहारस्य	युक्तचेष्टस्य कर्मसु ।
युक्तस्वप्नावबोधस्य	योगो भवति दुःखहा ॥ ६-१७ ॥
यदा विनियतं चित्तम्	आत्मन्येवावतिष्ठते ।
निःस्पृहः सर्वकामेभ्यः	युक्त इत्युच्यते तदा ॥ ६-१८ ॥
यथा दीपो निवातस्थः	नेङ्गते सोपमा स्मृता ।
योगिनो यतचित्तस्य	युञ्जतो योगमात्मनः ॥ ६-१९ ॥
यत्रोपरमते चित्तं	निरुद्धं योगसेवया ।
यत्र चैवात्मनात्मानं	पश्यन्नात्मनि तुष्यति ॥ ६-२० ॥
सुखमात्यन्तिकं यत्तद्	बुद्धिग्राह्यमतीन्द्रियम् ।
वेत्ति यत्र न चैवायं	स्थितश्चलति तत्त्वतः ॥ ६-२१ ॥
यं लब्ध्वा चापरं लाभं	मन्यते नाधिकं ततः ।

यस्मिन्स्थितो न दुःखेन गुरुणापि विचाल्यते ॥ ६-२२ ॥

तं विद्याद् दुःखसंयोग-वियोगं योगसंज्ञितम् ।

स निश्चयेन योक्तव्यः योगोऽनिर्विण्णचेतसा ॥ ६-२३ ॥

सङ्कल्पप्रभवान्कामां त्यक्त्वा सर्वानशेषतः ।

मनसैवेन्द्रियग्रामं विनियम्य समन्ततः ॥ ६-२४ ॥

शनैः शनैरुपरमेत् बुद्ध्या धृतिगृहीतया ।

आत्मसंस्थं मनः कृत्वा न किञ्चिदपि चिन्तयेत् ॥ ६-२५ ॥

यतो यतो निश्चरति मनश्चञ्चलमस्थिरम् ।

ततस्ततो नियम्यैतत् आत्मन्येव वशं नयेत् ॥ ६-२६ ॥

प्रशान्तमनसं ह्येनं योगिनं सुखमुत्तमम् ।

उपैति शान्तरजसं ब्रह्मभूतमकल्मषम् ॥ ६-२७ ॥

युञ्जन्नेवं सदात्मानं योगी विगतकल्मषः ।

सुखेन ब्रह्मसंस्पर्शम् अत्यन्तं सुखमश्नुते ॥ ६-२८ ॥

सर्वभूतस्थमात्मानं सर्वभूतानि चात्मनि ।

ईक्षते योगयुक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥ ६-२९ ॥

योो मां पश्यति सर्वत्र सर्वं च मयि पश्यति ।
तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्यति ॥ ६-३० ॥
सर्वभूतस्थितं यो मां भजत्येकत्वमास्थितः ।
सर्वथा वर्तमानोऽपि स योगी मयि वर्तते ॥ ६-३१ ॥
आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति योऽर्जुन ।
सुखं वा यदि वा दुःखं स योगी परमो मतः ॥ ६-३२ ॥
अर्जुन उवाच ।
योऽयं योगस्त्वया प्रोक्तः साम्येन मधुसूदन ।
एतस्याहं न पश्यामि चञ्चलत्वात्स्थितिं स्थिराम् ॥ ६-३३ ॥
चञ्चलं हि मनः कृष्ण प्रमाथि बलवद् दृढम् ।
तस्याहं निग्रहं मन्ये वायोरिव सुदुष्करम् ॥ ६-३४ ॥
श्रीभगवानुवाच ।
असंशयं महाबाहो मनो दुर्निग्रहं चलम् ।
अभ्यासेन तु कौन्तेय वैराग्येण च गृह्यते ॥ ६-३५ ॥
असंयतात्मना योगः दुष्प्राप इति मे मतिः ।

वश्यात्मना तु यतता शक्योऽवाप्तुमुपायतः ॥ ६-३६ ॥

अर्जुन उवाच ।

अयतिः श्रद्धयोपेतः योगाच्चलितमानसः ।

अप्राप्य योगसंसिद्धिं कां गतिं कृष्ण गच्छति ॥ ६-३७ ॥

कच्चिन्नोभयविभ्रष्टः छिन्नाभ्रमिव नश्यति ।

अप्रतिष्ठो महाबाहो विमूढो ब्रह्मणः पथि ॥ ६-३८ ॥

एतन्मे संशयं कृष्ण छेत्तुमर्हस्यशेषतः ।

त्वदन्यः संशयस्यास्य छेत्ता न ह्युपपद्यते ॥ ६-३९ ॥

श्रीभगवानुवाच ।

पार्थ नैवेह नामुत्र विनाशस्तस्य विद्यते ।

न हि कल्याणकृत्कश्चित् दुर्गतिं तात गच्छति ॥ ६-४० ॥

प्राप्य पुण्यकृतां लोकान् उषित्वा शाश्वतीः समाः ।

शुचीनां श्रीमतां गेहे योगभ्रष्टोऽभिजायते ॥ ६-४१ ॥

अथवा योगिनामेव कुले भवति धीमताम् ।

एतद्धि दुर्लभतरं लोके जन्म यदीदृशम् ॥ ६-४२ ॥

तत्र तं बुद्धिसंयोगं लभते पौर्वदेहिकम् ।
यतते च ततो भूयः संसिद्धौ कुरुनन्दन ॥ ६-४३ ॥

पूर्वाभ्यासेन तेनैव ह्रियते ह्यवशोऽपि सः ।
जिज्ञासुरपि योगस्य शब्दब्रह्मातिवर्तते ॥ ६-४४ ॥

प्रयत्नाद्यतमानस्तु योगी संशुद्धकिल्बिषः ।
अनेकजन्मसंसिद्धः ततो याति परां गतिम् ॥ ६-४५ ॥

तपस्विभ्योऽधिको योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः ।
कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्माद्योगी भवार्जुन ॥ ६-४६ ॥

योगिनामपि सर्वेषां मद्गतेनान्तरात्मना ।
श्रद्धावान्भजते यो मां स मे युक्ततमो मतः ॥ ६-४७ ॥

ॐ तत्सदिति श्रीमद्भगवद्गीतासूपनिषत्सु ब्रह्मविद्यायां योगशास्त्रे
श्रीकृष्णार्जुनसंवादे आत्मसंयमयोगो नाम षष्ठोऽध्यायः ॥ ६ ॥

atha ṣaṣṭho'dhyāyaḥ | dhyānayogaḥ

śrībhagavānuvāca |

anāśritaḥ karmaphalaṁ
kāryaṁ karma karoti yaḥ |
sa sannyāsī ca yogī ca
na niragnirna cākriyaḥ || 6-1||

yaṁ sannyāsamiti prāhuḥ
yogaṁ taṁ viddhi pāṇḍava |
na hyasannyastasaṅkalpaḥ
yogī bhavati kaścana || 6-2||

ārurukṣormuneryogaṁ
karma kāraṇamucyate |
yogārūḍhasya tasyaiva
śamaḥ kāraṇamucyate || 6-3||

yadā hi nendriyārtheṣu
na karmasvanuṣajjate |
sarvasaṅkalpasannyāsī
yogārūḍhastadocyate || 6-4||

uddharedātmanātmānaṁ

nātmānamavasādayet |
ātmaiva hyātmano bandhuḥ
ātmaiva ripurātmanaḥ || 6-5||

bandhurātmātmanastasya
yenātmaivātmanā jitaḥ |
anātmanastu śatrutve
vartetātmaiva śatruvat || 6-6||

jitātmanaḥ praśāntasya
paramātmā samāhitaḥ |
śītoṣṇasukhaduḥkheṣu
tathā mānāpamānayoḥ || 6-7||

jñānavijñānatṛptātmā
kūṭastho vijitendriyaḥ |
yukta ityucyate yogī
samaloṣṭāśmakāñcanaḥ || 6-8||

suhṛnmitrāryudāsīna-madhyasthadveṣyabandhuṣu |
sādhuṣvapi ca pāpeṣu
samabuddhirviśiṣyate || 6-9||

yogī yuñjīta satatam
ātmānaṁ rahasi sthitaḥ |

ekākī yatacittātmā
nirāśīraparigrahaḥ || 6-10||

śucau deśe pratiṣṭhāpya
sthiramāsanamātmanaḥ |
nātyucchritaṁ nātinīcaṁ
cailājinakuśottaram || 6-11||

tatraikāgraṁ manaḥ kṛtvā
yatacittendriyakriyaḥ |
upaviśyāsane yuñjyāt
yogamātmaviśuddhaye || 6-12||

samaṁ kāyaśirogrīvaṁ
dhārayannacalaṁ sthiraḥ |
samprekṣya nāsikāgraṁ svaṁ
diśaścānavalokayan || 6-13||

praśāntātmā vigatabhīḥ
brahmacārivrate sthitaḥ |
manaḥ saṁyamya maccittaḥ
yukta āsīta matparaḥ || 6-14||

yuñjannevaṁ sadātmānaṁ
yogī niyatamānasaḥ |

śāntiṁ nirvāṇaparamāṁ
    matsaṁsthāmadhigacchati || 6-15||

nātyaśnatastu yogo'sti
    na caikāntamanaśnataḥ |
na cātisvapnaśīlasya
    jāgrato naiva cārjuna || 6-16||

yuktāhāravihārasya
    yuktaceṣṭasya karmasu |
yuktasvapnāvabodhasya
    yogo bhavati duḥkhahā || 6-17||

yadā viniyataṁ cittam
    ātmanyevāvatiṣṭhate |
niḥspṛhaḥ sarvakāmebhyaḥ
    yukta ityucyate tadā || 6-18||

yathā dīpo nivātasthaḥ
    neṅgate sopamā smṛtā |
yogino yatacittasya
    yuñjato yogamātmanaḥ || 6-19||

yatroparamate cittaṁ
    niruddhaṁ yogasevayā |

yatra caivātmanātmānaṁ
paśyannātmani tuṣyati || 6-20||

sukhamātyantikaṁ yattad
buddhigrāhyamatīndriyam |
vetti yatra na caivāyaṁ
sthitaścalati tattvataḥ || 6-21||

yaṁ labdhvā cāparaṁ lābhaṁ
manyate nādhikaṁ tataḥ |
yasminsthito na duḥkhena
guruṇāpi vicālyate || 6-22||

taṁ vidyād duḥkhasaṁyoga-viyogaṁ yogasañjñitam |
sa niścayena yoktavyaḥ
yogo'nirviṇṇacetasā || 6-23||

saṅkalpaprabhavānkāmāṁ
tyaktvā sarvānaśeṣataḥ |
manasaivendriyagrāmaṁ
viniyamya samantataḥ || 6-24||

śanaiḥ śanairuparamet
buddhyā dhṛtigṛhītayā |
ātmasaṁsthaṁ manaḥ kṛtvā

na kiñcidapi cintayet || 6-25||

yato yato niścarati
manaścañcalamasthiram |
tatastato niyamyaitat
ātmanyeva vaśaṁ nayet || 6-26||

praśāntamanasaṁ hyenaṁ
yoginaṁ sukhamuttamam |
upaiti śāntarajasaṁ
brahmabhūtamakalmaṣam || 6-27||

yuñjannevaṁ sadātmānaṁ
yogī vigatakalmaṣaḥ |
sukhena brahmasaṁsparśam
atyantaṁ sukhamaśnute || 6-28||

sarvabhūtasthamātmānaṁ
sarvabhūtāni cātmani |
īkṣate yogayuktātmā
sarvatra samadarśanaḥ || 6-29||

yo māṁ paśyati sarvatra
sarvaṁ ca mayi paśyati |
tasyāhaṁ na praṇaśyāmi

sa ca me na praṇaśyati || 6-30||

sarvabhūtasthitaṁ yo māṁ
bhajatyekatvamāsthitaḥ |
sarvathā vartamāno'pi
sa yogī mayi vartate || 6-31||

ātmaupamyena sarvatra
samaṁ paśyati yo'rjuna |
sukhaṁ vā yadi vā duḥkhaṁ
sa yogī paramo mataḥ || 6-32||

arjuna uvāca |
yo'yaṁ yogastvayā proktaḥ
sāmyena madhusūdana |
etasyāhaṁ na paśyāmi
cañcalatvātsthitiṁ sthirām || 6-33||

cañcalaṁ hi manaḥ kṛṣṇa
pramāthi balavad dṛḍham |
tasyāhaṁ nigrahaṁ manye
vāyoriva suduṣkaram || 6-34||

śrībhagavānuvāca |
asaṁśayaṁ mahābāho

mano durnigrahaṁ calam |
abhyāsena tu kaunteya
vairāgyeṇa ca gṛhyate || 6-35||

asaṁyatātmanā yogaḥ
duṣprāpa iti me matiḥ |
vaśyātmanā tu yatatā
śakyo'vāptumupāyataḥ || 6-36||

arjuna uvāca |
ayatiḥ śraddhayopetaḥ
yogāccalitamānasaḥ |
aprāpya yogasaṁsiddhiṁ
kāṁ gatiṁ kṛṣṇa gacchati || 6-37||

kaccinnobhayavibhraṣṭaḥ
chinnābhramiva naśyati |
apratiṣṭho mahābāho
vimūḍho brahmaṇaḥ pathi || 6-38||

etanme saṁśayaṁ kṛṣṇa
chettumarhasyaśeṣataḥ |
tvadanyaḥ saṁśayasyāsya
chettā na hyupapadyate || 6-39||

śrībhagavānuvāca |

pārtha naiveha nāmutra
vināśastasya vidyate |
na hi kalyāṇakṛtkaścit
durgatiṁ tāta gacchati || 6-40||

prāpya puṇyakṛtāṁ lokān
uṣitvā śāśvatīḥ samāḥ |
śucīnāṁ śrīmatāṁ gehe
yogabhraṣṭo'bhijāyate || 6-41||

athavā yogināmeva
kule bhavati dhīmatām |
etaddhi durlabhataraṁ
loke janma yadīdṛśam || 6-42||

tatra taṁ buddhisaṁyogaṁ
labhate paurvadehikam |
yatate ca tato bhūyaḥ
saṁsiddhau kurunandana || 6-43||

pūrvābhyāsena tenaiva
hriyate hyavaśo'pi saḥ |
jijñāsurapi yogasya

śabdabrahmātivartate || 6-44||

prayatnādyatamānastu
yogī saṁśuddhakilbiṣaḥ |
anekajanmasaṁsiddhaḥ
tato yāti parāṁ gatim || 6-45||

tapasvibhyo'dhiko yogī
jñānibhyo'pi mato'dhikaḥ |
karmibhyaścādhiko yogī
tasmādyogī bhavārjuna || 6-46||

yogināmapi sarveṣāṁ
madgatenāntarātmanā |
śraddhāvānbhajate yo māṁ
sa me yuktatamo mataḥ || 6-47||

om tatsaditi śrīmadbhagavadgītāsūpaniṣatsu
brahmavidyāyāṁ yogaśāstre śrīkṛṣṇārjunasaṁvāde
ātmasaṁyamayogo nāma ṣaṣṭho'dhyāyaḥ || 6||

అథ షష్ఠోఽధ్యాయః । ధ్యానయోగః

శ్రీభగవానువాచ ।

అనాశ్రితః కర్మఫలం కార్యం కర్మ కరోతి యః ।
స సంన్యాసీ చ యోగీ చ న నిరగ్నిర్న చాక్రియః ॥ ౬-౧॥

యం సంన్యాసమితి ప్రాహుః యోగం తం విద్ధి పాణ్డవ ।
న హ్యసంన్యస్తసఙ్కల్పః యోగీ భవతి కశ్చన ॥ ౬-౨॥

ఆరురుక్షోర్మునేర్యోగం కర్మ కారణముచ్యతే ।
యోగారూఢస్య తస్యైవ శమః కారణముచ్యతే ॥ ౬-3॥

యదా హి నేన్ద్రియార్థేషు న కర్మస్వనుషజ్జతే ।
సర్వసఙ్కల్పసంన్యాసీ యోగారూఢస్తదోచ్యతే ॥ ౬-౪॥

ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం నాత్మానమవసాదయేత్ ।
ఆత్మైవ హ్యాత్మనో బన్ధుః ఆత్మైవ రిపురాత్మనః ॥ ౬-౫॥

బన్ధురాత్మాత్మనస్తస్య యేనాత్మైవాత్మనా జితః ।
అనాత్మనస్తు శత్రుత్వే వర్తేతాత్మైవ శత్రువత్ ॥ ౬-౬॥

జితాత్మనః ప్రశాన్తస్య పరమాత్మా సమాహితః ।
శీతోష్ణసుఖదుఃఖేషు తథా మానాపమానయోః ॥ ౬-౭॥

జ్ఞానవిజ్ఞానతృప్తాత్మా కూటస్థో విజితేన్ద్రియః ।
యుక్త ఇత్యుచ్యతే యోగీ సమలోష్టాశ్మకాఞ్చనః ॥ ౬-౮॥

సుహృన్మిత్రార్యుదాసీన-మధ్యస్థద్వేష్యబన్ధుషు ।

సాధుష్వపి చ పాపేషు సమబుద్ధిర్విశిష్యతే ॥ ౬-౯॥
యోగీ యుఞ్జీత సతతమ్ ఆత్మానం రహసి స్థితః ।
ఏకాకీ యతచిత్తాత్మా నిరాశీరపరిగ్రహః ॥ ౬-౧౦॥
శుచౌ దేశే ప్రతిష్ఠాప్య స్థిరమాసనమాత్మనః ।
నాత్యుచ్ఛ్రితం నాతినీచం చైలాజినకుశోత్తరమ్ ॥ ౬-౧౧॥
తత్రైకాగ్రం మనః కృత్వా యతచిత్తేన్ద్రియక్రియః ।
ఉపవిశ్యాసనే యుఞ్జ్యాత్ యోగమాత్మవిశుద్ధయే ॥ ౬-౧౨॥
సమం కాయశిరోగ్రీవం ధారయన్నచలం స్థిరః ।
సమ్ప్రేక్ష్య నాసికాగ్రం స్వం దిశశ్చానవలోకయన్ ॥ ౬-౧౩॥
ప్రశాన్తాత్మా విగతభీః బ్రహ్మచారివ్రతే స్థితః ।
మనః సంయమ్య మచ్చిత్తః యుక్త ఆసీత మత్పరః ॥ ౬-౧౪॥
యుఞ్జన్నేవం సదాత్మానం యోగీ నియతమానసః ।
శాన్తిం నిర్వాణపరమాం మత్సంస్థామధిగచ్ఛతి ॥ ౬-౧౫॥
నాత్యశ్నతస్తు యోగోఽస్తి న చైకాన్తమనశ్నతః ।
న చాతిస్వప్నశీలస్య జాగ్రతో నైవ చార్జున ॥ ౬-౧౬॥
యుక్తాహారవిహారస్య యుక్తచేష్టస్య కర్మసు ।
యుక్తస్వప్నావబోధస్య యోగో భవతి దుఃఖహా ॥ ౬-౧౭॥
యదా వినియతం చిత్తమ్ ఆత్మన్యేవావతిష్ఠతే ।
నిఃస్పృహః సర్వకామేభ్యః యుక్త ఇత్యుచ్యతే తదా ॥ ౬-౧౮॥

యథా దీపో నివాతస్థః నేఙ్గతే సోపమా స్మృతా ।
యోగినో యతచిత్తస్య యుఞ్జతో యోగమాత్మనః ॥ ౬-౧౯॥
యత్రోపరమతే చిత్తం నిరుద్ధం యోగసేవయా ।
యత్ర చైవాత్మనాత్మానం పశ్యన్నాత్మని తుష్యతి ॥ ౬-౨౦॥
సుఖమాత్యన్తికం యత్తద్ బుద్ధిగ్రాహ్యమతీన్ద్రియమ్ ।
వేత్తి యత్ర న చైవాయం స్థితశ్చలతి తత్త్వతః ॥ ౬-౨౧॥
యం లబ్ధ్వా చాపరం లాభం మన్యతే నాధికం తతః ।
యస్మిన్స్థితో న దుఃఖేన గురుణాపి విచాల్యతే ॥ ౬-౨౨॥
తం విద్యాద్ దుఃఖసంయోగ-వియోగం యోగసంజ్ఞితమ్ ।
స నిశ్చయేన యోక్తవ్యః యోగోఽనిర్విణ్ణచేతసా ॥ ౬-౨౩॥
సఙ్కల్పప్రభవాన్కామాం త్యక్త్వా సర్వానశేషతః ।
మనసైవేన్ద్రియగ్రామం వినియమ్య సమన్తతః ॥ ౬-౨౪॥
శనైః శనైరుపరమేత్ బుద్ధ్యా ధృతిగృహీతయా ।
ఆత్మసంస్థం మనః కృత్వా న కిఞ్చిదపి చిన్తయేత్ ॥ ౬-౨౫॥
యతో యతో నిశ్చరతి మనశ్చఞ్చలమస్థిరమ్ ।
తతస్తతో నియమ్యైతత్ ఆత్మన్యేవ వశం నయేత్ ॥ ౬-౨౬॥
ప్రశాన్తమనసం హ్యేనం యోగినం సుఖముత్తమమ్ ।
ఉపైతి శాన్తరజసం బ్రహ్మభూతమకల్మషమ్ ॥ ౬-౨౭॥
యుఞ్జన్నేవం సదాత్మానం యోగీ విగతకల్మషః ।

సుఖేన బ్రహ్మసంస్పర్శమ్   అత్యన్తం సుఖమశ్నుతే ॥ ౬-౨౮॥

సర్వభూతస్థమాత్మానం   సర్వభూతాని చాత్మని ।
ఈక్షతే యోగయుక్తాత్మా   సర్వత్ర సమదర్శనః ॥ ౬-౨౯॥

యో మాం పశ్యతి సర్వత్ర   సర్వం చ మయి పశ్యతి ।
తస్యాహం న ప్రణశ్యామి   స చ మే న ప్రణశ్యతి ॥ ౬-౩౦॥

సర్వభూతస్థితం యో మాం   భజత్యేకత్వమాస్థితః ।
సర్వథా వర్తమానోఽపి   స యోగీ మయి వర్తతే ॥ ౬-౩౧॥

ఆత్మౌపమ్యేన సర్వత్ర   సమం పశ్యతి యోఽర్జున ।
సుఖం వా యది వా దుఃఖం   స యోగీ పరమో మతః ॥ ౬-౩౨॥

అర్జున ఉవాచ ।

యోఽయం యోగస్త్వయా ప్రోక్తః   సామ్యేన మధుసూదన ।
ఏతస్యాహం న పశ్యామి   చఞ్చలత్వాత్స్థితిం స్థిరామ్ ॥ ౬-౩౩॥

చఞ్చలం హి మనః కృష్ణ   ప్రమాథి బలవద్ దృఢమ్ ।
తస్యాహం నిగ్రహం మన్యే   వాయోరివ సుదుష్కరమ్ ॥ ౬-౩౪॥

శ్రీభగవానువాచ ।

అసంశయం మహాబాహో   మనో దుర్నిగ్రహం చలమ్ ।
అభ్యాసేన తు కౌన్తేయ   వైరాగ్యేణ చ గృహ్యతే ॥ ౬-౩౫॥

అసంయతాత్మనా యోగః   దుష్ప్రాప ఇతి మే మతిః ।
వశ్యాత్మనా తు యతతా   శక్యోఽవాప్తుముపాయతః ॥ ౬-౩౬॥

అర్జున ఉవాచ ।

అయతిః శ్రద్ధయోపేతః యోగాచ్చలితమానసః ।
అప్రాప్య యోగసంసిద్ధిం కాం గతిం కృష్ణ గచ్ఛతి ॥ ౬-౩౭॥
కచ్చిన్నోభయవిభ్రష్టః ఛిన్నాభ్రమివ నశ్యతి ।
అప్రతిష్ఠో మహాబాహో విమూఢో బ్రహ్మణః పథి ॥ ౬-౩౮॥
ఏతన్మే సంశయం కృష్ణ ఛేత్తుమర్హస్యశేషతః ।
త్వదన్యః సంశయస్యాస్య ఛేత్తా న హ్యుపపద్యతే ॥ ౬-౩౯॥

శ్రీభగవానువాచ ।

పార్థ నైవేహ నాముత్ర వినాశస్తస్య విద్యతే ।
న హి కల్యాణకృత్కశ్చిత్ దుర్గతిం తాత గచ్ఛతి ॥ ౬-౪౦॥
ప్రాప్య పుణ్యకృతాం లోకాన్ ఉషిత్వా శాశ్వతీః సమాః ।
శుచీనాం శ్రీమతాం గేహే యోగభ్రష్టోఽభిజాయతే ॥ ౬-౪౧॥
అథవా యోగినామేవ కులే భవతి ధీమతామ్ ।
ఏతద్ధి దుర్లభతరం లోకే జన్మ యదీదృశమ్ ॥ ౬-౪౨॥
తత్ర తం బుద్ధిసంయోగం లభతే పౌర్వదేహికమ్ ।
యతతే చ తతో భూయః సంసిద్ధౌ కురునన్దన ॥ ౬-౪౩॥
పూర్వాభ్యాసేన తేనైవ హ్రియతే హ్యవశోఽపి సః ।
జిజ్ఞాసురపి యోగస్య శబ్దబ్రహ్మాతివర్తతే ॥ ౬-౪౪॥
ప్రయత్నాద్యతమానస్తు యోగీ సంశుద్ధకిల్బిషః ।

అనేకజన్మసంసిద్ధః తతో యాతి పరాం గతిమ్ ॥ ౬-౪౫॥
తపస్విభ్యోఽధికో యోగీ జ్ఞానిభ్యోఽపి మతోఽధికః ।
కర్మిభ్యశ్చాధికో యోగీ తస్మాద్యోగీ భవార్జున ॥ ౬-౪౬॥
యోగినామపి సర్వేషాం మద్గతేనాన్తరాత్మనా ।
శ్రద్ధావాన్భజతే యో మాం స మే యుక్తతమో మతః ॥ ౬-౪౭॥

ఓం తత్సదితి శ్రీమద్భగవద్గీతాసూపనిషత్సు
బ్రహ్మవిద్యాయాం యోగశాస్త్రే శ్రీకృష్ణార్జునసంవాదే
ఆత్మసంయమయోగో నామ షష్ఠోఽధ్యాయః ॥ ౬॥

அத ஷஷ்டோऽத்யாய꞉ ।
த்யாநயோக꞉

ஶ்ரீபகவாநுவாச ।

அநாஶ்ரித꞉ கர்மபலம் கார்யம் கர்ம கரோதி ய꞉ ।
ஸ ஸம்ந்யாஸீ ச யோகீ ச ந நிரக்நிர்ந சாக்ரிய꞉ ॥ ௬-௧॥
யம் ஸம்ந்யாஸமிதி ப்ராஹு꞉ யோகம் தம் வித்தி பாண்டவ ।
ந ஹ்யஸம்ந்யஸ்தஸங்கல்ப꞉ யோகீ பவதி கஶ்சந ॥ ௬-௨॥
ஆருருக்ஷோர்முநேர்யோகம் கர்ம காரணமுச்யதே ।
யோகாரூடஸ்ய தஸ்யைவ ஶம꞉ காரணமுச்யதே ॥ ௬-௩॥
யதா ஹி நேந்த்ரியார்தேஷு ந கர்மஸ்வநுஷஜ்ஜதே ।
ஸர்வஸங்கல்பஸம்ந்யாஸீ யோகாரூடஸ்ததோச்யதே ॥ ௬-௪॥
உத்தரேதாத்மநாத்மாநம் நாத்மாநமவஸாதயேத் ।
ஆத்மைவ ஹ்யாத்மநோ பந்து꞉ ஆத்மைவ ரிபுராத்மந꞉ ॥ ௬-௫॥
பந்துராத்மாத்மநஸ்தஸ்ய யேநாத்மைவாத்மநா ஜித꞉ ।
அநாத்மநஸ்து ஶத்ருத்வே வர்தேதாத்மைவ ஶத்ருவத் ॥ ௬-௬॥
ஜிதாத்மந꞉ ப்ரஶாந்தஸ்ய பரமாத்மா ஸமாஹித꞉ ।
ஶீதோஷ்ணஸுகது꞉கேஷு ததா மாநாபமாநயோ꞉ ॥ ௬-௭॥
ஜ்ஞாநவிஜ்ஞாநதப்தாத்மா கூடஸ்தோ விஜிதேந்த்ரிய꞉ ।
யுக்த இத்யுச்யதே யோகீ ஸமலோஷ்டாஶ்மகாஞ்சந꞉ ॥ ௬-௮॥
ஸுஹ்ருந்மித்ரார்யுதாஸீநமத்யஸ்தத்வேஷ்யபந்துஷு ।
ஸாதுஷ்வபி ச பாபேஷு ஸமபுத்திர்விஶிஷ்யதே ॥ ௬-௯॥
யோகீ யுஞ்ஜீத ஸததம் ஆத்மாநம் ரஹஸி ஸ்தித꞉ ।
ஏகாகீ யதசித்தாத்மா நிராஶீரபரிக்ரஹ꞉ ॥ ௬-௧0॥
ஶுசௌ தேஶே ப்ரதிஷ்டாப்ய ஸ்திரமாஸநமாத்மந꞉ ।
நாத்யுச்ச்ரிதம் நாதிநீசம் சைலாஜிநகுஶோத்தரம் ॥ ௬-௧௧॥
தத்ரைகாக்ரம் மந꞉ கத்வா யதசித்தேந்த்ரியக்ரிய꞉ ।
உபவிஶ்யாஸநே யுஞ்ஜ்யாத் யோகமாத்மவிஶுத்தயே ॥ ௬-௧௨॥
ஸமம் காயஶிரோக்ரீவம் தாரயந்நசலம் ஸ்திர꞉ ।
ஸம்ப்ரேக்ஷ்ய நாஸிகாக்ரம் ஸ்வம் திஶஶ்சாநவலோகயந் ॥ ௬-௧௩॥
ப்ரஶாந்தாத்மா விகதபீ꞉ ப்ரஹ்மசாரிவ்ரதே ஸ்தித꞉ ।
மந꞉ ஸம்யம்ய மச்சித்த꞉ யுக்த ஆஸீத மத்பர꞉ ॥ ௬-௧௪॥

யுஞ்ஜந்நேவ˙ ஸதாத்மாந˙ யோகீ நியதமாநஸ꞉ ।
ஶாந்தி˙ நிர்வாணபரமா˙ மத்ஸ˙ஸ்தாமதிகச்சதி ॥ ௬-௧௫॥
நாத்யஶ்நதஸ்து யோகோऽஸ்தி ந சைகாந்தமநஶ்நத꞉ ।
ந சாதிஸ்வப்நஶீலஸ்ய ஜாக்ரதோ நைவ சார்ஜுந ॥ ௬-௧௬॥
யுக்தாஹாரவிஹாரஸ்ய யுக்தசேஷ்டஸ்ய கர்மஸு ।
யுக்தஸ்வப்நாவபோதஸ்ய யோகோ பவதி து꞉கஹா ॥ ௬-௧௭॥
யதா விநியத˙ சித்தம் ஆத்மந்யேவாவதிஷ்டதே ।
நி꞉ஸ்பஹ꞉ ஸர்வகாமேப்ய꞉ யுக்த இத்யுச்யதே ததா ॥ ௬-௧௮॥
யதா தீபோ நிவாதஸ்த꞉ நேங்கதே ஸோபமா ஸ்மதா ।
யோகிநோ யதசித்தஸ்ய யுஞ்ஜதோ யோகமாத்மந꞉ ॥ ௬-௧௯॥
யத்ரோபரமதே சித்த˙ நிருத்த˙ யோகஸேவயா ।
யத்ர சைவாத்மநாத்மாந˙ பஶ்யந்நாத்மநி துஷ்யதி ॥ ௬-௨௦॥
ஸுகமாத்யந்திக˙ யத்தத் புத்திக்ராஹ்யமதீந்த்ரியம் ।
வேத்தி யத்ர ந சைவாய˙ ஸ்திதஶ்சலதி தத்த்வத꞉ ॥ ௬-௨௧॥
ய˙ லப்த்வா சாபர˙ லாப˙ மந்யதே நாதிக˙ தத꞉ ।
யஸ்மிந்ஸ்திதோ ந து꞉கேந குருணாபி விசால்யதே ॥ ௬-௨௨॥
த˙ வித்யாத் து꞉கஸ˙யோகவியோக˙ யோகஸ˙ஜ்ஞிதம் ।
ஸ நிஶ்சயேந யோக்தவ்ய꞉ யோகோऽநிர்விண்ணசேதஸா ॥ ௬-௨௩॥
ஸங்கல்பப்ரபவாந்காமா˙ த்யக்த்வா ஸர்வாநஶேஷத꞉ ।
மநஸைவேந்த்ரியக்ராம˙ விநியம்ய ஸமந்தத꞉ ॥ ௬-௨௪॥
ஶநை꞉ ஶநைருபரமேத் புத்த்யா ததிகஹீதயா ।
ஆத்மஸ˙ஸ்த˙ மந꞉ கத்வா ந கிஞ்சிதபி சிந்தயேத் ॥ ௬-௨௫॥
யதோ யதோ நிஶ்சரதி மநஶ்சஞ்சலமஸ்திரம் ।
ததஸ்ததோ நியம்யைதத் ஆத்மந்யேவ வஶ˙ நயேத் ॥ ௬-௨௬॥
ப்ரஶாந்தமநஸ˙ ஹ்யேந˙ யோகிந˙ ஸுகமுத்தமம் ।
உபைதி ஶாந்தரஜஸ˙ ப்ரஹ்மபூதமகல்மஷம் ॥ ௬-௨௭॥
யுஞ்ஜந்நேவ˙ ஸதாத்மாந˙ யோகீ விகதகல்மஷ꞉ ।
ஸுகேந ப்ரஹ்மஸ˙ஸ்பர்ஶம் அத்யந்த˙ ஸுகமஶ்நுதே ॥ ௬-௨௮॥
ஸர்வபூதஸ்தமாத்மாந˙ ஸர்வபூதாநி சாத்மநி ।
ஈக்ஷதே யோகயுக்தாத்மா ஸர்வத்ர ஸமதர்ஶந꞉ ॥ ௬-௨௯॥
யோ மா˙ பஶ்யதி ஸர்வத்ர ஸர்வ˙ ச மயி பஶ்யதி ।

தஸ்யாஹ॰ ந ப்ரணஶ்யாமி ஸ ச மே ந ப்ரணஶ்யதி ॥ ௬-௩0॥
ஸர்வபூதஸ்தித॰ யோ மா॰ பஜத்யேகத்வமாஸ்தித꞉ ।
ஸர்வதா வர்தமாநோऽபி ஸ யோகீ மயி வர்ததே ॥ ௬-௩௧॥
ஆத்மௌபம்யேந ஸர்வத்ர ஸம॰ பஶ்யதி யோऽர்ஜுந ।
ஸுக॰ வா யதி வா து꞉க॰ ஸ யோகீ பரமோ மத꞉ ॥ ௬-௩௨॥

அர்ஜுந உவாச ।

யோऽய॰ யோகஸ்த்வயா ப்ரோக்த꞉ ஸாம்யேந மதுஸூதந ।
ஏதஸ்யாஹ॰ ந பஶ்யாமி சஞ்சலத்வாத்ஸ்திதி॰ ஸ்திராம் ॥ ௬-௩௩॥
சஞ்சல॰ ஹி மந꞉ க்ஷ்ண ப்ரமாதி பலவத் தடம் ।
தஸ்யாஹ॰ நிக்ரஹ॰ மந்யே வாயோரிவ ஸுதுஷ்கரம் ॥ ௬-௩௪॥

ஶ்ரீபகவாநுவாச ।

அஸ॰ஶய॰ மஹாபாஹோ மநோ துர்நிக்ரஹ॰ சலம் ।
அப்யாஸேந து கௌந்தேய வைராக்யேண ச க்ஹ்யதே ॥ ௬-௩௫॥
அஸ॰யதாத்மநா யோக꞉ துஷ்ப்ராப இதி மே மதி꞉ ।
வஶ்யாத்மநா து யததா ஶக்யோऽவாப்துமுபாயத꞉ ॥ ௬-௩௬॥

அர்ஜுந உவாச ।

அயதி꞉ ஶ்ரத்தயோபேத꞉ யோகாச்சலிதமாநஸ꞉ ।
அப்ராப்ய யோகஸ॰ஸித்தி॰ கா॰ கதி॰ க்ஷ்ண கச்சதி ॥ ௬-௩௭॥
கச்சிந்நோபயவிப்ரஷ்ட꞉ சிந்நாப்ரமிவ நஶ்யதி ।
அப்ரதிஷ்டோ மஹாபாஹோ விமூடோ ப்ரஹ்மண꞉ பதி ॥ ௬-௩௮॥
ஏதந்மே ஸ॰ஶய॰ க்ஷ்ண சேத்துமர்ஹஸ்யஶேஷத꞉ ।
த்வதந்ய꞉ ஸ॰ஶயஸ்யாஸ்ய சேத்தா ந ஹ்யுபபத்யதே ॥ ௬-௩௯॥

ஶ்ரீபகவாநுவாச ।

பார்த நைவேஹ நாமுத்ர விநாஶஸ்தஸ்ய வித்யதே ।
ந ஹி கல்யாணகத்கஶ்சித் துர்கதிꣳ தாத கச்சதி ॥ ௬-௪0॥
ப்ராப்ய புண்யகதாꣳ லோகாந் உஷித்வா ஶாஶ்வதீ꞉ ஸமா꞉ ।
ஶுசீநாꣳ ஶ்ரீமதாꣳ கேஹே யோகப்ரஷ்டோऽபிஜாயதே ॥ ௬-௪௧॥
அதவா யோகிநாமேவ குலே பவதி தீமதாம் ।
ஏதத்தி துர்லபதரꣳ லோகே ஜந்ம யதீத்ருஶம் ॥ ௬-௪௨॥
தத்ர தꣳ புத்திஸꣳயோகꣳ லபதே பௌர்வதேஹிகம் ।
யததே ச ததோ பூய꞉ ஸꣳஸித்தௌ குருநந்தந ॥ ௬-௪௩॥
பூர்வாப்யாஸேந தேநைவ ஹ்ரியதே ஹ்யவஶோऽபி ஸ꞉ ।
ஜிஜ்ஞாஸுரபி யோகஸ்ய ஶப்தப்ரஹ்மாதிவர்ததே ॥ ௬-௪௪॥
ப்ரயத்நாத்யதமாநஸ்து யோகீ ஸꣳஶுத்தகில்பிஷ꞉ ।
அநேகஜந்மஸꣳஸித்த꞉ ததோ யாதி பராꣳ கதிம் ॥ ௬-௪௫॥
தபஸ்விப்யோऽதிகோ யோகீ ஜ்ஞாநிப்யோऽபி மதோऽதிக꞉ ।
கர்மிப்யஶ்சாதிகோ யோகீ தஸ்மாத்யோகீ பவார்ஜுந ॥ ௬-௪௬॥
யோகிநாமபி ஸர்வேஷாꣳ மத்கதேநாந்தராத்மநா ।
ஶ்ரத்தாவாந்பஜதே யோ மாꣳ ஸ மே யுக்ததமோ மத꞉ ॥ ௬-௪௭॥

ௐ தத்ஸதிதி ஶ்ரீமத்பகவத்கீதாஸூபநிஷத்ஸு
ப்ரஹ்மவித்யாயாꣳ யோகஶாஸ்த்ரே ஶ்ரீக்ஷ்ணார்ஜுநஸꣳவாதே
ஆத்மஸꣳயமயோகோ நாம ஷஷ்டோऽத்யாய꞉ ॥ ௬॥