International Journal of Sanskrit Research
अनन्ता

ISSN: 2394-7519
IJSR 2021; 7(6): 30-34
© 2021 IJSR
www.anantaajournal.com
Received: 19-09-2021
Accepted: 21-10-2021

डां. अशोककुमारमीना
(सहाचार्यः), विभागाध्यक्ष,
सांख्ययोगविभाग,
श्रीसदाशिवपरिसर पुरी,
ओडिशा, भारत

Corresponding Author:
डां. अशोककुमारमीना
(सहाचार्यः), विभागाध्यक्ष,
सांख्ययोगविभाग,
श्रीसदाशिवपरिसर पुरी,
ओडिशा, भारत

ध्यानस्य स्वरूपम्

डां. अशोककुमारमीना

नाथसम्प्रदाये प्रमुखतया योगस्य षडाङ्गानि कथितानि। अस्य षडङ्गयोगस्य अङ्गानि वर्तते – आसन – प्राणायाम – प्रत्याहार – धारणा – ध्यान – समाधिः। गोरक्षशतके अपि षडङ्गानि स्वीक्रियन्ते। प्रसङ्गेस्मिन् लिखितमस्ति –

आसनं प्राणसंरोधः प्रत्याहारश्च धारणा।
ध्यानं समाधिरेतानि योगाङ्गानि वदन्ति षट्॥[1]

यद्यपि नाथसम्प्रदाये योगसाधनायाः षडङ्गानि मन्यते। तथापि नाथसाहित्ये यत्र कुत्रचित् योगस्य चतुरङ्गनि, सप्ताङ्गनि, अष्टावङ्गनि, पञ्चदशाङ्गानि च पठितानि। परन्तु सिद्धसिद्धान्तपद्धत्यौ दत्तात्रेयसंहितायामपि योगस्य यम – नियमयोः विषये लिखितमस्ति। सिद्धसिद्धान्तपद्धत्यां साधकस्य हितार्थं अपि च साम्यरसस्य प्राप्त्यार्थंश्रीगोरक्षनाथेन अष्टाङ्गयोगस्य वर्णितं कृतमस्ति-

यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधयोऽष्टावङ्गानि[2]।
पंचममङ्गत्वेन ध्यानस्वरूपमधः आलोचितमस्ति
ध्यानस्य स्वरूपम्

ध्यान इति शब्दः 'ध्यैः' धातोः 'ल्युट्' प्रत्यये कृते सति उत्पद्यते। "ज्ञानात् ध्यानं विशिष्यते" ध्याने निरतो भूत्वा आत्मविस्मृतिः ध्यानमुच्यते।[3] योगसूत्रे महर्षिपतञ्जलिना धारणानन्तरं ध्यानस्य वर्णनं कृतम्। तस्यानुसारं धारणाकाले यस्मिन् नाभिचक्रादि देशे चित्तवृत्तेः संयोगो भवति तस्मिन् स्थाने चित्तवृत्तेः एकाग्रता भवति ध्यानम्। कथनस्य अभिप्रायो वर्तते ध्यानकाले चित्त ध्येयविषये एवं प्रकारेण लिनं भवति येन चित्तस्य अन्येषां वृत्तिनां उदयो न भवेत्। अर्थात् ध्येयविषयकवृत्तिः आविर्भूतः तिरोभावश्च भवति, मध्ये किमपि अपरज्ञानं न भवति।

208.गोरक्षशतक - ७

[2]. सि.सि.प – २/३२

[3]. संस्कृत शब्दार्थ कौस्तुभ – पृ.५७५

अतः प्रसङ्गेस्मिन् महर्षिपतञ्जलिना उक्तं "तत्र प्रत्यैकनता ध्यानम्"।[4]

व्यासानुसारं तस्मिन् देशे ध्येयालम्बनस्य प्रत्ययस्यैकतानता सदृशः प्रवाहः प्रत्यायान्तरेणापरामृष्टो ध्यानम्।[5] अर्थात् विजातीयवृत्तिरहितो भूत्वा सजातीयवृत्तेः निरन्तरप्रवाहो ध्यानमित्युच्यते। योगस्य हिन्दीव्याख्याकर्तुः ब्रह्मलीनमुनेः मतमस्ति सूत्रकारेण भाष्यकारेण च उक्तं नाभिचक्रादि देशविषयिका धारणा ध्यानम्, तथापि देशरूपाधिकरणे परमेश्वरादि ध्येयविषयिका धारणा ध्यानमिति। अपरस्मिन् शब्दे एवमवगम्यते यत् देशस्य ध्यानं न भवति अपि तु तस्मिन् देशे स्थितस्य परमेश्वरस्य ध्यानं क्रियते।[6]

नाथसम्प्रदायस्य योगीनां स्वानुभवस्याधारेण ध्यानस्य परिभाषा श्रीगोरक्षनाथेन सिद्धसिद्धान्तपुस्तके निम्नवत् कथिता–

> अथ ध्यानमिति कश्चन परमाद्वैतस्य भावः स एवात्मेति यथा यद्यत्स्फुरति तत्त्वस्वरूपमेवेति भावयेत् सर्वभूतेषु समदृष्टिश्च इति ध्यानलक्षणम्॥[7]

अर्थात् सर्वव्यापकः अद्वैतब्रह्म आत्मेति कथ्यते यः सर्वत्र विद्यमानमस्ति। अतः यद् वस्तु यथा एव दृश्यते तत्र सर्वत्र ब्रह्म विद्यमानमस्ति इति ज्ञात्वा सर्वभूतेषु समदृष्टिस्थापनं ध्यानमुच्यते। प्रसङ्गेस्मिन् श्रीगोरक्षनाथेन शिवसंहितायामुक्तम् –

चित्तवृत्तिर्यदा लीना तस्मिन् योगी भवेद्ध्रुवम।
तदा विज्ञायतेऽखण्डज्ञानरूपी निरन्जनः॥

ध्यानस्यान्तिमंलक्ष्यमस्ति आत्मनि चित्तवृत्तिनां लयः। सहस्रारचक्रस्य ध्यानात् तत्समबन्धिज्ञानस्य उत्पत्तिर्भवति येन साधकः स्वस्य चित्तवृत्तौ लीयते। तस्मिन्नेव समये अखण्डज्ञानस्वरूपनिरञ्जनस्य स्वरूपः प्रकाशितो भवति। ब्रह्माण्डे स्वस्य प्रतीकस्य ध्यानं कुर्यात्। अस्य फलस्वरूपम् आदि – मध्य – अन्तेभ्यः शून्यप्रभेवकोटिशचन्द्रेव शीतलप्रकाशशून्यतत्त्वपरमात्मनः साक्षात्कारो भवति। गोरक्षपद्धत्यां श्री गोरक्षनाथेन लिखितं यत् –

> स्मृत्येव सर्वचिन्ताया धातुरेकः प्रपद्यते।
> यच्चित्ते निर्मला चिन्ता तद्धि ध्यानं प्रचक्षते॥[8]

अर्थात् स्मृत्या चित्ते अलेखनिरञ्जनपरमतत्त्वस्य निर्मलचिन्तनं ध्यानमिति।

एकतानतायाः अभिप्रायः चित्तस्य एकाग्रतेति। ध्यानावस्थायां सदृशप्रवाहस्य उपमा निरन्तरप्रवाहितं तैलधारासदृशं भवति।[9] धारणात् ध्यानस्य वैशिष्ट्यं व्यासेन 'वृत्तिमात्रेण' पदेन प्रदर्शितम्। येन विज्ञानभिक्षुना उक्तं धारणयां वृत्तिमात्रेण देशविशेषे चित्तं केन्द्रितं क्रियते, न तु ध्येयस्य कल्पनमाध्यमेन तस्मिन् स्थले चिन्तनं क्रियते। यत्र निरन्तर एकतारूपेण चिन्तनं क्रियते। विज्ञानभिक्षुना द्वादशधारणाकालं ध्यानं यावत् मन्यते।[10]

ध्यानस्य प्रकार

हठयोगाचार्यः श्रीगोरक्षनाथेन 'स्मृ'धातुः यः सर्वचिन्तनस्य वाचकः भवति अपि च स्वस्य चित्ते आत्मतत्त्वस्य चिन्तनं करोति तस्य तत् चिन्तनं ध्यानमुच्यते। सगुणनिर्गुणत्वेन ध्यानं द्विविधं भवति। इतोपि सगुणम् इत्युक्ते सकलम् एवं निर्गुणम् इति उक्ते निष्कलम् इति कथ्यते।[11] विवेकमार्तण्डे अपि श्रीगोरक्षनाथेन ध्यानस्य द्विधा विभाजनं कृतम्। यथा–

> द्विधा भवति तद्ध्यानं सगुणं निर्गुणं तथा।
> सगुणं वर्णभेदेन निर्गुणं केवलं विदुः॥[12]

अर्थात् ध्यानंसगुणनिर्गुणभेदाभ्यां द्विविधो भवति। साकारपरमात्मनः श्रीहरेः शिवब्रह्माकल्पितस्वरूपं ध्यानं सगुणध्यानमिति कथ्यते। तथा निराकार – निरञ्जन – परमात्मस्वरूपस्य ध्यानंनिर्गुणध्यानमत्युच्यते।

वशिष्ठमतानुसारेण आत्मतत्त्वानां चिन्तनं ध्यानम्। ध्यानस्य अभ्यासाय साधकः मर्मस्थान – नाडि – वाय्वादिविषयम् अवश्यमेव ज्ञेयम्। स्थूलरूपेण वशिष्ठेनोक्तं ध्यानं सगुणः, निर्गुणश्चेति द्विविधं मन्यते। सगुणध्यानं पञ्चविधं, निर्गुणध्यानं प्रकाररहितम्।[13]

---

4. यो.सू – ३/२

5. व्या.भा – ३/२

6. पातञ्जल योगदर्शन व्याख्याकार, ब्रह्मलीन मुनि – पृ . ३१५

7. सि.सि.प – २/३८

8. गो.प – २/६१

9. एकतानता तैलधारावदेकतानप्रवाहः। हरिहरानन्द, भास्वति टीका, पृ.२८३

10. वृत्तिमात्रेण न तु ध्येय कल्पनयेत्यर्थः। तेन ध्यानादिव्यावृत्तिः। तस्यैव ब्रह्माणि प्रोक्तं ध्यानं द्वादशाधारणा। यो.वा – पृ.२७९-२८०

11. स्मृत्येव सर्वचिन्तायां धातुरेकः प्रपद्यते।
यच्चित्ते निर्मला चिन्ता तद्धि ध्यानं प्रचक्षते॥
द्विविधं भवति ध्यानं सकलं निष्कलं तथा।
चर्या भेदेन सकलं निष्कलं निर्गुणं भवेत्॥ गो.सं – २६१,६२

12. विवेकमार्तण्ड – पृ.१६६

13. ध्यानं सम्प्रति वक्ष्यामि श्रृणु शक्ते समाहितः॥
ध्यानमेव हि जन्तुनां कारणं बन्धमोक्षयोः॥

सगुणध्यानस्य स्वरूपम्

साकारपरमात्मनः तथा श्रीहरेः, शिवस्य तथा ब्रह्मणः काल्पनिकस्वरूपं चित्ते स्थापयित्वा तस्मिन् यद् ध्यानं क्रियते तत् सगुणध्यानमुच्यते। 'म'कारः इत्यस्यार्थः महादेवः,'उकार इत्यास्यार्थः हरिः, 'अ' कारः इतस्यार्थः ब्रह्मा इति।अतः यः साधकः अत्र समबुद्धिं स्थाप्य ध्यानं करोति तस्य सर्वपापस्य नाशो जायते।

मकारार्थो महादेव उकारार्थो हरिर्मतः।
इकारार्थो भवेद् ब्रह्मा भावयेत्तु ततः सदा॥[14]

नीलकमल इव श्यामवर्णस्य, पीतवर्णधृतकौशेयस्य शंख – चक्र – गदा – पद्मादिषु शोभायमानचतुर्भुजपुरुषस्य, कोटिसूर्येव कान्तियुक्तस्य श्रीहरेः ध्यानमवश्यमेव करणीयम्। [15] अथवा निर्मलज्ञानमिव शुभ्रशुद्धस्फटिकमणिरिव स्वच्छमहादेवमहेश्वरस्य ध्यानं कुर्यात्। यथा योगसिद्धान्तचन्द्रिकायाम् लिखितमस्ति –

अथेयं चिन्तयेद् देवं निर्मल ज्ञानादं शुभम्।
शुद्धस्फटिकसंकाशं महादेवं महेश्वरम्॥[16]

सर्वश्रेष्ठ– नित्य– नीलकण्ठ– त्रिलोचनब्रह्मणो ध्यानं कुर्यात् येन सर्वपापानां विनाशो भवति।

परात् परतरं नित्यं नीलकण्ठ त्रिलोचनम्।
ब्रह्माणं च सदा ध्यायेत् सर्वपापप्रणाशनम्॥[17]

श्रीगोरक्षनाथेन गोरक्षपद्धत्यां सगुणध्यानस्य अपरनाम सकलध्यानमित्युच्यते।

निर्गुणध्यानस्य स्वरूपम्

निराकार– निरञ्जन– परमात्मस्वरूपस्य साक्षात्कारपरकं ध्यानं तथा शुद्धचैतन्यविषकं ध्यानं निर्गुणध्यानमिति कथ्यते। यस्य फलं भवति समाधिः। अर्थात् अस्य अभ्यासेन साधकः समाधिस्थितिं प्राप्नोति। [18] अतः एकज्योतिर्मये, शुद्ध- सर्वग- दृढाव्यक्त- निर्मल- नित्ये, आदिमध्यान्तादिरहिते परमपितरि परमात्मानि ध्यानं निर्गुणं ध्यानमुच्यते। गोरक्षपद्धत्याः निष्कलध्यानमुच्यते। महर्षिघेरण्डमतानुसारं ध्यानं त्रिविधम्। यथा – स्थूलध्यानं, ज्योतिर्ध्यानं, सूक्ष्मध्यानञ्चेति। स्थूलध्याने इष्टदेवगुरुप्रतिमूर्त्यादिषु चिन्तनपूर्वं ध्यानं क्रियते। ज्योतिर्ध्याने तेजोमयःशिवः अथवा शक्तेः उपरि चिन्तनं क्रियते। सूक्ष्मध्याने बिन्दुमयब्रह्मकुण्डलिनेः उपरि ध्यानं क्रियते।

स्थूलं ज्योतिस्तथा सूक्ष्मं ध्यानस्य त्रिविधं विदुः।
स्थूलं मूर्तिमयं प्रोक्तं ज्योतिस्तेजोमयं तथा
सूक्ष्मं बिन्दुमयं ब्रह्म कुण्डली पर देवता॥[19]

स्थूलध्यानम्

स्थूलध्याने विभिन्नेषु स्थूलवस्तुषुचित्तमेकाग्रीक्रियते। यथा अमृतसमुद्रे रत्नद्विपः अथवा रत्नमयवालुकायां उन्नतिः भवति इत्येवमेव कल्पते।[20] अथवा पुष्प – कल्पवृक्ष –इष्टदेव – गुरु – मूर्ति – चक्रादिनामुपरि ध्यानमेकाग्रं क्रियते।

ज्योतिर्ध्यानम्

अनेन ध्यानेन योगस्य लक्ष्यम् आत्मसाक्षात्कारो भवति। अपि च कुण्डलीनीशक्तिः या मूलरूपेण सर्पाकार इव मूलाधारे तिष्ठति, तत्र द्वीपज्योतिरिव जिवात्मा विराजते। पुनः ज्योतिर्मयद्वीपस्योपरि परमेश्वरः ज्योतिर्मयः विराजमानः भवति। साधकः तस्य तेजस्योपरि ध्यानं कुर्यात्। एवं प्रकारेण भ्रूमध्ये या ॐ कारमयीज्योतिः भवति, तस्या उपरि यत् ध्यानं भवति तत् ज्योतिध्यानम् अथवा तेजोघ्यानम् उच्यते।[21]

मर्मस्थानानि नाडिनां संस्थानं च पृथक् पृथक्।

वायुनां स्थानकर्माणि विदित्वा ध्यानमाचरेत्।

ध्यानमातृस्वरूपस्य वेदनं मनसा भवेत् ॥

तदेव द्विविधं प्रोक्तं सगुणं निर्गुणं तथा। सगुणं पञ्चधा प्रोक्तमेकमे हि निर्गुणन्॥

व.सं – ४/१७,१८,१९,२०

[14]. यो.सि.च – पृ.१०७

[15]. निलोत्पलदल श्यामं पीतरौशेय वाससम॥

चतुर्भुज शंखचक्र गदापद्ममादि शोभितम्॥

कोटि सूर्य पतीकाशं ध्यायेदच्युतमव्ययम्॥ यो.सि.च – पृ.१०७

[16]. यो.सि.च – पृ.१०७

[17]. यो.सि.च – पृ,१०७

[18]. निर्गुण घ्नयुक्तस्य समाधिश्च ततो भवेत्। योगतत्त्वोपनिषद्

[19]. घे.सं – ६/१

[20]. स्वकीयहृदये ध्यायेत् सुधासागर मुक्तमम्।

तन्मध्ये रत्नद्वीपं तु सुरत्नवालुकामयम्॥ घे.सं – ६/२

[21].भ्रुवोमध्ये मनोर्ध्वे च यत्तेजः प्रणवात्मकम्।

ध्यायेज्ज्वालावलीयुक्तं तेजोध्यानं तदेव हि॥ घे.सं – ६/१७

सूक्ष्मध्यानम्

सूक्ष्मध्यानं भाग्यशालीसाधकस्य कुण्डलिनीशक्तिः जागरयति।[22] ध्यानेस्मिन् मूलाधारस्थ सुषुम्नावस्थायां कुण्डलिनी जागृता भूत्वा चक्रभेदंकृत्वा सुषुम्नामार्गेण उर्ध्वं गच्छति, तदवस्थायां सूक्ष्मध्यानमुच्यते। अतस्मात् शांभवीमुद्रा निरन्तराभ्यसिता भवति अपि च कुण्डलिनी जाग्रता भवति। इदं सूक्ष्मध्यानं देवानां कृते दुर्लभमस्ति। यथा –

> शांभवीमुद्रया योगी ध्यानयोगेन सिध्यति।
> सूक्ष्मंध्यानमिदं गोप्यं देवानामपि दुर्लभम्॥[23]

चरणादासेन ध्यानं चतुर्विधमिति उच्यते। यथा– पदस्थध्यानं, पिण्डस्थध्यानं, रूपस्थध्यानं, रूपातीतध्यानञ्चेति। यद्यपि समाधेः पूर्वावस्थाध्यानं परन्तु गोरक्षसंहितायां अस्य लाभविषये श्री गोरक्षनाथेनोक्तम्।

ध्यानस्य लाभ

- ध्यानेन पापस्य निवारणं भवति।[24]
- ध्यानेन सामर्थ्यं प्राप्यते।[25]
- ध्यानेन आत्मनः अमरत्वप्राप्तिर्भवति।[26]
- ध्यानेन कैवल्यप्राप्तिर्भवति।[27]
- ध्यानेन अष्टसिद्धिरवाप्यते।[28]
- ध्यानेन कुण्डलीनिशिवयोः मेलनं भवति।[29]

ध्यानस्य श्रेष्ठता

ध्यानयोग इव नास्तिकापि साधना। वृहत्तरयज्ञः अपि अस्य समः न भवति। यदा साधकः चित्तेन यथार्थविचाराय समर्थो भवति एवं निरन्तरम् अस्मिन् विचारे स्थिरो भवति सावस्था ध्यानमुच्यते। गोरक्षसंहितायां श्रीगोरक्षनाथेन उक्तम् –

> अश्वमेध सहस्राणि वाजपेयशतानि च।
> एकस्य ध्यानयोगस्य तुलांनार्हन्ति षोडशीम्॥[30]

राजयोगे ध्यानविषये महर्षिपतञ्जलिना उक्तम्। परन्तु ध्यानकरणाय उपायं न उक्तम्।अनेन प्रतीयते यत् प्रथमं हठयोगस्य अभ्यासं कृत्वैव ध्यानस्य अभ्यासं कर्तुं युज्यते। अतः हठयोगाधृत्य प्रायः पुस्तकेषु अस्योपरि विस्तारेण आलोचना प्राप्यते।

---

[22]. तेजोध्यानं श्रुतं चंड सूक्ष्मध्यानं वदाम्यहम्॥
बहुभाग्यवशाद्यस्य कुंडली जागृता भवेत्॥ घे.सं – ६/१८

[23]. घे.सं – ६/२०

[24]. अन्तश्चेतो बहिश्चक्षुरधः स्थाप्य सुखासनः। कुण्डलिन्या समायुक्तं ध्यात्वा मुच्यते किल्विषात्॥
आधारं प्रथमं चक्रं स्वर्गाभं च चतुर्दलम्। कुण्डलिन्या समायुक्तं ध्यात्वां मुच्यते किल्विषात्॥
स्वाधिष्ठाने च षटपत्रे सन्मणिक्यसमप्रभे। नासादृष्टिरात्मानं ध्यात्वा योगी सुखी भवेत्॥ गो.सं – २/६३,६४,६५

[25] . तरुणादित्यसंकाशे चक्रे मणिपूरके। नासादृष्टिरात्मानं ध्यात्वां संक्षोभयेज्जगत्॥
हृदाकाशे स्थितं शम्भु प्रचण्डरवितेजसम्। नासाग्रे दृष्टिमाधाय ध्यात्वा ब्रह्मयो भवेत्॥
विद्युत्प्रभे च हृत्पद्मे प्राणायामविभदतः। नासाग्रदृष्टिरात्मानं ध्यात्वा ब्रह्मयो भवेत्॥ गो.सं – २/६६,६७,६८

[26]. सततं घण्टिकामध्ये विशुद्धे दीपकप्रभे। नासाग्रदृष्टिरात्मानं ध्यात्वानन्दमयो भवेत्॥
भ्रुवोरन्तर्गतं देवं सन्माणिक्यशिखोपमम्। नासाग्रदृष्टिरात्मानं ध्यात्वानन्दमयो भवेत्॥
ध्यायन्नीलनिभं नित्यं भ्रूमध्ये परमेश्वरम्।आत्मानं विजिप्राणो योगी मोक्षमवाप्नुयात्॥
निर्गुणं च शिवं शान्तं गगने विश्वतोमुखम्। नासाग्रे दृष्टिमाधाय ध्यात्वा ब्रह्मयो भवेत्॥ गो.सं – २/६९ - ७२

[27].आकाशे यत्र शब्दः स्यातदाज्ञाचक्रमुच्यते।तत्रत्मानं शिवं धअयात्वा योगी मुक्तिमवाप्नुयात्॥
निर्मलं गगनाकारं मरीचिजलसन्निभम्। आत्मनं सर्वगं ध्यात्वा योगीमुक्तिमवाप्नुयात्॥ गो.सं – २/७३,७४

[28].गुदं मेढ्रं च नाभिश्च हृत्पद्मं तदूर्ध्वतः। घण्टिका लाम्बिकास्थानं भ्रुमध्ये च नभोबिलम्॥
कथितानि नवैतानि ध्यानस्थानानि योगिभिः। उपाधि तत्त्वमुक्तानि कुर्वन्त्यष्टगुणोदयम्॥
एषु ब्रह्मात्मकं तेजः शिवज्योतिरणुतमम्। ध्यात्वा ज्ञात्वा विमुक्तः स्यादिति गोरक्षभाषितम्॥ गो.सं – २/७५,७६,७७

[29].नाभौ संयम्य पवनगतिमधो रोधयसंप्रयत्नादा। कुञ्चयापानमूलं हुत वह सदृशं तन्तुवत्सुक्ष्मरूपम्॥
तद्धवद्धा हृत्सरोजे तदनु दलणके तालुके ब्रह्मरन्ध्र। भित्वाते यान्ति शून्यं प्रविशति गगने यत्र देवो महेशः॥ गो.सं – २/७८

[30].गो.सं – २/८०

सहायकग्रन्थसूची

क्र.सं ग्रन्थनामानि विवरणम्

1. अष्टादशपुराणानि व्यासदेवःगीताप्रेस, गोरखपुर, २०१०१०. गोरक्ष पद्धति पं. महीधर शर्मा कृत भाषामुवाद सहित, खेमराज कृष्णदास जी श्री वेंकटेश्वर स्टीम् प्रेस बम्बई ४, १९५४
2. गोरक्षसिद्धान्तसंग्रहः श्री जनार्दन शास्त्री पाण्डेय, वाराणसेय संस्कृत विश्वविद्यालय, सरस्वती भवन ग्रन्थालय 110, प्रथमसंस्करण, १९७३
3. गोरक्ष संहिता (प्रथम एवं द्वितीयभाग) डाँ भगीरथ प्रसाद त्रिपाठी, संम्पुर्णानन्द संस्कृत विश्वविद्यालय, वारणासी, प्रथम संस्करण, १९७६-७७
4. गोरक्ष शतक गोरक्षनाथ मंदिर, गोरखपुर, १९८२
5. घेरण्डसंहिता (योगतत्त्वम्) आचार्यश्रीनिवासशर्मा, चौखम्बाविद्यप्रकाशन, वाराणसी,२०१७
6. हठयोगप्रदीपिका सं. डाँ. चमनलाल गौतम, संस्कृति संस्थान ख्वाजा कुतुब, वेदनगर दिल्ली
7. सिद्धसिद्धान्तपद्धतिः संपादक तथा टीकाकार-श्रीरामलालश्रीवास्तव, श्रीगोरक्षनाथमंदिर, गोरखनाथ मंदिर, गोरखपुर (उ.प)
8. योगसूत्रम् (पातञ्जलयोगदर्शनम्) महर्षिपतञ्जली, भारतीयविद्याप्रकाशनम्, वाराणसी, प्रथमसंस्करणम्-१९७९।