

# 1 Taitriya Upanishad

## 1.1 Shiksha Valli

शं नो मि॒त्रः शं वरु॒णः । शं नो भवत्वर्यु॒मा ।  
शं नु इन्द्रो॑ बृहस्पतिः॑ । शं नो॑ विष्णु॑रुरुक्रु॒मः ।  
नमो॑ ब्रह्माणे॑ । नमस्ते॑ वायो॑ । त्वमेव॑ प्रत्यक्षु॑ ब्रह्मांसि॑ ।  
त्वमेव॑ प्रत्यक्षु॑ ब्रह्मां॑ वदिष्यामि॑ । ऋूतं॑ वंदिष्यामि॑ ।  
सृत्यं॑ वंदिष्यामि॑ । तन्मामंवतु॑ । तद्वक्तारंमवतु॑ ।  
अवंतु॑ माम्॑ । अवंतु॑ वुक्तारम्॑ ।  
ॐ॑ शान्तिः॑ शान्तिः॑ शान्तिः॑ ॥ 1 ॥

### 1.1.1 Anuvaka 1

ॐ॑ शीक्षां॑ व्याख्यास्यु॒मः । वर्णः॑ स्वरः॑ । मात्रा॑ बलम्॑ ।  
साम॑ सन्तु॒नः । इत्युक्तः॑ शीक्षाध्यु॒यः ॥ 1 ॥

### 1.1.2 Anuvaka 2

सुह॑ नौ॒ यशः । सुह॑ नौ॒ ब्रह्मवुर्चसम्॑ ।  
अथातः॑ सङ्हिताया॑, उपनिषदं॑ व्याख्यास्यु॒मः ।  
पञ्चस्वधि॑ करणेषु॑ ।  
अधिलोक॑ मधि॑ ज्यौतिष॑ मधिविद॑ यमधिप॑ प्रजंमध॑ यात्मम्॑ ।

ता महा सङ्हिता, इत्या चुक्षते । अथाधि लोकम् ।  
पृथिवी पूर्व रूपम् । द्यौ उत्तर रूपम् ।  
आकाशः सुन्धिः ॥ 1 ॥

वायुः सन्धानम् । इत्याधि लोकम् । अथाधि जौतिषम् ।  
अग्निः पूर्वरूपम् । आदित्य उत्तर रूपम् । आंपः सुन्धिः ।  
वैद्युतः सन्धानम् । इत्याधिज् ज्यौतिषम् ।  
अथाधि विद्यम् । आचार्यः पूर्वरूपम् ॥ 2 ॥

अन्ते वास् युत्तर रूपम् । विद्या सुन्धिः ।  
प्रवचनं सन्धानम् । इत्याधि विद्यम् ।  
अथाधिप् प्रजम् । माता पूर्वरूपम् ।  
पितोत्तर रूपम् । प्रंजा सुन्धिः ।  
प्रज ननं सन्धानम् । इत्याधिप् प्रजम् ॥ 3 ॥

अथाध् यात्मम् । अधरा हनुः पूर्वरूपम् ।  
उत्तरा हनु उत्तर रूपम् । वाक्सुन्धिः । जिह्वा सन्धानम् ।  
इत्याध् यात्मम् । इतीमा मुहासुः हिताः ।  
य एव मेता महा सङ्हिता व्याख्याता वेद ।  
सन्धी यते प्रजया पुशुभिः ।  
ब्रह्म वर्चस् सेनान् नाद् येन सुवर्ग् येण लोकेन ॥ 4 ॥

### 1.1.3 Anuvaka 3

यश् छन्दं सा मृष्टभो विश्वरूपः ।  
 छन्दोऽभ्योऽध्यमृतात्सम्बुभूवं ।  
 स मेन्द्रो मेधयां स्पृणोतु ।  
 अमृतस्य देवु धारणो भूयासम् ।  
 शरीरं मे विचर्षणम् । जिह्वा मे मधुमत्तमा ।  
 कर्णाभ्यां भूरिविश्रुत्वम् ।  
 ब्रह्मणः कोशोऽसि मेधया पिहितः ।  
 श्रुतं मे गोपाय ।  
 आ वहन् ती वितन् वाना ॥ 1 ॥

कुर् वाणाऽचीरं मात् मनः ।  
 वासांऽसि मम् गावश्च ।  
 अन्नपाने च सर्वदा ।  
 ततो मे श्रियु मावहं ।  
 लोमशां पुशुभिः सुह स्वाहा॑ ।  
 आमायन्तु ब्रह्मचारिणः स्वाहा॑ ।  
 विमाऽयन्तु ब्रह्मचारिणः स्वाहा॑ ।  
 प्रमाऽयन्तु ब्रह्मचारिणः स्वाहा॑ ।  
 दमायन्तु ब्रह्मचारिणः स्वाहा॑ ।  
 शमायन्तु ब्रह्मचारिणः स्वाहा॑ ॥ 2 ॥

यशो जनेऽ सानि स्वाहा॑ ।  
श्रेयान्॒ वस्यं सोऽ सानि स्वाहा॑ ।  
तं त्वा॑ भगु॒ प्रविंशानि॒ स्वाहा॑ ।  
स मा॑ भगु॒ प्रविंश्॒ स्वाहा॑ ।  
तस्मिन्ै॒ सुहस्त्रं॒ शाखे॑ ।  
निभं गा॒ऽहं॒ त्वयि॑ मृजे॑ स्वाहा॑ ।  
यथाऽऽ पः॒ प्रवंता॒ऽ यन्ति॑ ।  
यथा॒ मासा॑, अहर्जुरम्॑ ।  
एवं मा॑ ब्रह्मचारिणः॑ ।  
धातु॒ रायन्तु॒ सुर्वतः॒ स्वाहा॑ ।  
प्रति॒ वेशोऽसि॒ प्रमा॑ भाहि॒ प्रमा॑ पद्यस्व ॥ 3 ॥

#### 1.1.4 Anuvaka 4

भूर्भुवः॒ सुवरिति॒ वा, ए॒तास्॒ त्रिस्॒ रो॒ व्याहृतयः॒ ।  
तासा॑ मुहस्मै॒ तां॒ चंतुर्थीम्॑ ।  
माहा॑ चमस्॒ यः॒ प्रवे॑ दयते॑ ।  
महु॑ इति॑ । तद्ब्रह्मं॑ । स आ॒त्मा॑ । अङ्गान्युन्या॑ देवताः॑ ।  
भूरिति॒ वा, अ॒यं॒ लोकः॑ ।  
भुवु॑ इत्युन्॒ तरिक्षम्॑ ।  
सुवरित्युसौ॑ लोकः॑ ॥ 1 ॥

महृ इत्यां दित्यः ।

आदित्येनु वाव सर्वे लोका महीं यन्ते ।

भूरिति वा, अग्निः । भुवृ इति वायुः ।

सुवृरित्यां दित्यः । महृ इति चन्द्रमाः ।

चन्द्र मंसा वाव सर्वाणि ज्योतीःषि महीं यन्ते ।

भूरिति वा, ऋचः । भुवृ इति सामानि ।

सुवृरिति यजूःषि ॥ 2 ॥

महृ इति ब्रह्मँ । ब्रह्मणा वाव सर्वे वेदा महीं यन्ते ।

भूरिति वै प्राणः । भुवृ इत्यं पानः ।

सुवृ रिति व्यानः । महृ इत्यन्नम् ।

अन्नेनु वाव सर्वे प्राणा महीं यन्ते ।

ता वा, एताश् चतस् रश् चतुर् धा ।

चतस् रश् चतस् रो व्याहृतयः ।

ता यो वेदं । स वेदु ब्रह्मँ ।

सर्वे ऽस्मैदेवा बुलिमा वंहन्ति ॥ 3 ॥

#### 1.1.5 Anuvaka 5

स य एषोऽन्तर् हृदय आकृशः ।

तस्मिन् नुयं पुरुषो मनो मयः ।

अमृतो हिरण्मयः । अन्तरेण तालुके ।

य एषस्तनं इवा valam bathe वुलं बंते । सैन्द्रयोनिः ।  
यत्रासौ केशान्तो विवर्तते । व्युपो ह्यं शीर्ष कपाले ।  
भूरित्युग्नौ प्रति तिष्ठति । भुव इति वायौ ॥ 1 ॥

सुवरित्यां दित्ये । मह इति ब्रह्मणि ।  
आप्रोति स्वाराज्यम् । आप्रोति मनसुस्पतिम् ।  
वाक् पतिश् चक् षुष् पतिः । श्रोत्रं पतिर् विज्ञानं पतिः ।  
एतत् ततो भवति ।  
आकृश शरीरं ब्रह्म ।  
सृत् यात्मं प्राणा रामुं मनं आनन्दम् ।  
शान्तिं समृद् धम् मृतम् ।  
इति प्राचीन योग्यो पाँस्व ॥ 2 ॥

#### 1.1.6 Anuvaka 6

पृथिव् यन् तरिक्षं द्यौर् दिशोऽ वान् तरदि शः ।  
अग्निर् वायुरा दित्यश् चुन्द्रमा नक्षत्राणि ।  
आप् ओषं धयो वनुस्पतय आकृश आत्मा । इत्यधि भूतम् ।  
अथाध् यात्मम् । प्राणो व्यानोऽ पुन उदानः समानः ।  
चक्षुः श्रोत्रं मनो वाक् त्वक् ।  
चर्म माः सग्रानावास्थि मुज्जा ।  
एत दंधि विधाय ऋषि रवो चत् ।

पाङ्कतुं वा, इदं सर्वम् ।  
पाङ्कते नैव पाङ्कतग्रू स्पृणो तीति ॥ 1 ॥

#### 1.1.7 Anuvaka 7

ओमिति ब्रह्मं । ओमिती दःसर्वम् ।  
ओमित्येत दनु कृति हस्म वा, अप्यो श्रावु येत्या श्रा वयन्ति ।  
ओमिति सामानि गायन्ति । ॐः शो मिति शुस्त्राणि शः सन्ति ।  
ओमित् यंध् वर्युः प्रतिगुरं प्रति गृणाति ।  
ओमिति ब्रह्मा प्रसौति । ओमित् यग्नि होत्र मनुं जानाति ।  
ओमिति ब्राह्मणः प्रवक्त् ष्वन् नाह ब्रह्मो पाप् नवानीति ।  
ब्रह्मै वोपाप् नोति ॥ 1 ॥

#### 1.1.8 Anuvaka 8

ऋतं च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
सत्यं च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
तपश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
दमश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
शमश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
अग्नयश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
अग्निहोत्रं च स्वाध्यायप्रवचने च ।

अतिथयश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
मानुषं च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
प्रजा च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
प्रजनश्च स्वाध्यायप्रवचने च ।  
सत्यमिति सत्य वचां राथी तरः ।  
तप इति तपो नित्यः पौरु शिष्टिः ।  
स्वाध्याय प्रवचने, एवेति नाको मौद् गुल्यः ।  
तद्वितीय तपस्तद्वितीय तपः ॥ 1 ॥

#### 1.1.9 Anuvaka 9

अहं वृक्षस्य रेरिवा । कीर्तिः पृष्ठं गिरेरिव ।  
ऊर्ध्वं पंवित्रो वाजिनीं वस् वृमृतं मस्मि ।  
द्रविणङ् सवर्चसम् । सुमेधा, अमृतोक्षितः ।  
इति त्रिशङ्कोर् वेदानु वृचनम् ॥ 1 ॥

#### 1.1.10 Anuvaka 10

वेद मनूच् याचार् योन् तेवा सिन मनु शास्ति ।  
सत्यं वद । धर्मं चर । स्वाध्यायांन्मा प्रमदः ।  
आचार्याय प्रियं धनमाहृत्य प्रजातन्तुं मा व्यवच् छेत्सीः ।

सत्यान्न प्रमंदि तुव्यम् । धर्मान्न प्रमंदितुव्यम् ।  
कुशलान्न प्रमंदितुव्यम् । भूत्यै न प्रमंदितुव्यम् ।  
स्वाध् याय प्रवच नाभ्यां न प्रमंदितुव्यम् ॥ 1 ॥

देव पितृ कार्याभ्यां न प्रमंदितुव्यम् । मातृदेवो भव ।  
पितृदेवो भव । आचार्य देवो भव । अतिथि देवो भव ।  
यान्यन वद्यानि कर्मणि । तानि सेविं तव्यानि । नो, इंतराणि ।  
यान्यस् माकः सुचरि तानि । तानि त्वयों पास्यानि ॥ 2 ॥

नो इंतराणि । ये के चास् मच्छे यांसो ब्राह्मणाः ।  
तेषां त्वयाऽस सनेन प्रश् वंसितुव्यम् । श्रद्धंया द्रेयम् ।  
अश्रद् धंयाऽ द्रेयम् । श्रिंया द्रेयम् । हिंया द्रेयम् ।  
भिंया द्रेयम् । संविंदा द्रेयम् ।  
अथ यदि ते कर्म विचि कित्सा वा वृत्त विचि कित्सा वा स्यात् ॥ 3 ॥

ये तत्र ब्राह्मणाः संमर्शिनः । युक्तां आयुक्ताः ।  
अलूक्षां धर्मकामाः स्युः । यथा ते तत्र वर्तुरन् ।  
तथा तत्र वर्तुथाः । अथाभ् यांख् यातेषु ।  
ये तत्र ब्राह्मणाः संमर्शिनः । युक्तां आयुक्ताः ।  
अलूक्षां धर्मकामाः स्युः । यथा ते तेषु वर्तुरन् ।  
तथा तेषु वर्तुथाः । एष आदेशः । एष उपदेशः ।  
एषा वेदोपनिषत् । एत दनु शासनम् । एव मुपांसि तुव्यम् ।

एव मुचैतं दुपास्यम् ॥ 4 ॥

### 1.1.11 Anuvaka 11

शं नो मित्रः शं वरुणः । शं नो भवत्वर्युमा ।  
शं नु इन्द्रो बृहस्पतिः । शं नो विष्णुरुरुक्रुमः ।  
नमो ब्रह्मणे । नमस्ते वायो । त्वमेव प्रत्यक्षं ब्रह्मासि ।  
त्वामेव प्रत्यक्षं ब्रह्मावादिषम् । क्रृतमंवादिषम् ।  
सुत्यमंवादिषम् । तन्मामावीत् । तद्वक्तारंमावीत् ।  
आवीन्माम् । आवीद्वक्तारम् ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥ 1 ॥

### 1.2 Brahmananda Valli

ॐ सुह नाववतु । सुह नौ भुनक्तु । सुह वीर्यं करवावहै ।  
तेजुस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

### 1.2.1 Anuvaka 1

ब्रह्मविदांप्रोति परम् । तदेषाऽभ्युक्ता ।  
सृत्यं ज्ञानमनुन्तं ब्रह्म ।  
यो वेदं निहितं गुहायां परमे व्योमन् ।  
सोऽश्वुते सर्वान् कामान्सुह । ब्रह्मणा विपुश्चितेति ॥  
तस्माद्वा एतस्मादुत्मनं आकाशः सम्भूतः । आकाशाद्वायुः ।  
वायोरुग्निः । अग्नेरापः । अद्भ्यः पृथिवी ।  
पृथिव्या ओषधयः । ओषधीभ्योन्नम् । अन्नात्पुरुषः ।  
स वा, एष पुरुषोऽन्नरसमयः । तस्येदं मेव शिरः ।  
अयं दक्षिणः पृक्षः । अयमुत्तरः पृक्षः ।  
अयमात्मा । इदं पुच्छं प्रतिष्ठा ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

### 1.2.2 Anuvaka 2

अन्नाद्वै प्रजाः प्रजायन्ते । याः काश्चं पृथिवीग् श्रिताः ।  
अथो अन्नेनैव जीवन्ति । अथैनु दपि यन्त् यन् तुतः ।  
अन्नः हि भूतानां ज्येष्ठम् । तस्मात् सर्वौषधमुच्यते ।  
सर्वं वै तेऽन्नं माप्नुवन्ति । येऽन्नं ब्रह्मोपासन्ते ।  
अन्नः हि भूतानां ज्येष्ठम् । तस्मात् सर्वौषधमुच्यते ।  
अन्नाद् भूतानि जायन्ते । जातान्यन्नेन वर्धन्ते ।

अद् यतेऽत् तिचं भूतानि । तस्मादन्नं तदुच्यते इति ।  
तस्माद्वा एतस्मादन् नरसुमयात् ।  
अन्योऽन्तर आत्मा प्राणमयः ।  
तेनैष पूर्णः । स वा, एष पुरुषविंध एव ।  
तस्य पुरुषविंधताम् । अन्वयं पुरुषविधः ।  
तस्य प्राणं एव शिरः । व्यानो दक्षिणः पृक्षः ।  
अपान उत्तरः पृक्षः । आकाश आत्मा ।  
पृथिवी पुच्छं प्रतिष्ठा । तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

### 1.2.3 Anuvaka 3

प्राणं द्वेवा, अनु प्राणन्ति । मनुष्याः पश्वश्व ये ।  
प्राणो हि भूतानामायुः । तस्मात् सर्वा युषमुच्यते ।  
सर्वमेव त आयुर्यन्ति । ये प्राणं ब्रह्मोपासते ।  
प्राणो हि भूतानामायुः । तस्मात् सर्वायुषमुच्यते इति ।  
तस्यैष एव शारीर आत्मा । यः पूर्वस्य ।  
तस्माद्वा, एतस्मात् प्राणमयात् । अन्योऽन्तर आत्मा मनोमयः ।  
तेनैष पूर्णः । स वा, एष पुरुषविंध एव ।  
तस्य पुरुषविंधताम् । अन्वयं पुरुषविधः ।  
तस्य यजुरेव शिरः । ऋगदक्षिणः पृक्षः । सामोत्तरः पृक्षः ।  
आदेश आत्मा । अथवाङ्गिरसः पुच्छं प्रतिष्ठा ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

#### 1.2.4 Anuvaka 4

यतो वाचो निवर्तन्ते । अप्राप्य मनसा सुह ।  
आनन्दं ब्रह्मणो विद्वान् । न बि भेति कदां च नुति ।  
तस्यैष एव शारीर आत्मा । यः पूर्वस्य ।  
तस्माद्वा एतस्मान् मनोमयात् । अन्योऽन्तर आत्मा विज्ञानमयः ।  
तेनैष पूर्णः । स वा, एष पुरुषविधि एव ।  
तस्य पुरुषविधिताम् ।  
अन्वयं पुरुषविधः । तस्य श्रद्धैव शिरः ।  
ऋतं दक्षिणः प्रक्षः । सत्यमुत्तरः प्रक्षः ।  
योंग आत्मा । महः पुच्छं प्रतिष्ठा ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

#### 1.2.5 Anuvaka 5

विज्ञानं यज्ञं तनुते । कर्माणि तनुतेऽपि च ।  
विज्ञानं देवाः सर्वे ।  
ब्रह्म ज्येष्ठमुपासते । विज्ञानं ब्रह्म चेद्वेदं ।  
तस्माच्चेन्न प्रमाद्यति । शरीरे पाप्मनो हित्वा ।  
सर्वान्कामान् समश्नुत इति । तस्यैष एव शारीर आत्मा ।  
यः पूर्वस्य । तस्माद्वा एतस्माद् विज्ञा नुमयात् ।

अन्योऽन्तर आत्माऽऽनन्दमयः । तेनैष पूर्णः ।  
स वा, एष पुरुषविंध एव । तस्य पुरुषविंधताम् ।  
अन्वयं पुरुषविंधः । तस्य प्रियमेव शिरः ।  
मोदो दक्षिणः पृक्षः । प्रमोद उत्तरः पृक्षः ।  
आनन्द आत्मा । ब्रह्म पुच्छं प्रतिष्ठा ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 1 ॥

#### 1.2.6 Anuvaka 6

असंन्नेव सं भवति । असुद् ब्रह्मेति वेदु चेत् ।  
अस्ति ब्रह्मेति चेद् वेद । सन्तमेनं ततो विदुरिति ।  
तस्यैष एव शारीर आत्मा । यः पूर्वस्य ।  
अथातोऽ नुप् रुश् नाः । उताविद् वा नुमुं लोकं प्रेत्यं ।  
कश्चुन गच्छतीऽ । अऽऽ ।  
आहो विद्वानुमुं लोकं प्रेत्यं । कश्चित् समंश् नुताऽ उ ।  
सोऽ कामयत । बुहुस्यां प्रजां ये येति । स तपोऽ तप्यत ।  
स तपस् तप्त्वा । इदं सर्वं मसृजत । यदिदं किञ्च ।  
तत् सृष्ट् वा । तदेवानु प्राविंशत् । तदनु प्रविश्य ।  
सच्च त्यच्चां भवत् । निरुक्तं चानिरुक्तं च ।  
निलयं नुं चानिलयनं च । विज्ञानुं चाविज्ञानं च ।  
सत्यं चानृतं च सत्यं मु भवत् ।  
यदिदं किञ्च । तत्सत्यं मित्या चक्षते ।

## तदप्येष श्लोको भुवति ॥ १ ॥

### 1.2.7 Anuvaka 7

असुद्वा, इदमग्रं आसीत् । ततो वै सदं जायत ।  
तदात्मानग् स्वयंम् कुरुत ।  
तस् मात् तत् सुकृत मुच्यत इति ।  
यद्वै तत् सुकृतम् । रसो वै सः ।  
रसग् ह्येवायं लब्ध्वाऽनन्दी भुवति ।  
को ह्येवान्यात् कः प्राण्यात् ।  
यदेष आकाश आनन्दो नु स्यात् । एष ह्येवाऽनन्दयाति ।  
युदा ह्येवैषु एतस् मिन्न दृश्येऽ नात्म्येऽ  
निरुक्तेऽ निलयनेऽ भयं प्रतिष्ठां विन्दते ।  
अथ सोऽभयं गंतो भुवति ।  
युदा ह्येवैषु एतस् मिन्नु दर मन्तरं कुरुते ।  
अथ तस्य भयं भुवति । तत् त्वेव भयं विदुषोऽ मन्वानुस्य ।  
तदप्येष श्लोको भुवति ॥ १ ॥

### 1.2.8 Anuvaka 8

भीषाऽस् माद् वातः पवते । भीषो देंति सूर्यः ।  
भीषाऽस् मादग् निंश्वेन् द्रुश्व । मृत्युर् धावति पञ्चम इति ।

सैषाऽऽ नन्दस्य मीमांङ्सा भुवति ।  
युवा स्यात्सा धुयुंवाऽध् यायकः ।  
आशिष्ठो दृढिष्ठो बलिष्ठः ।  
तस्येयं पृथिवी सर्वा वित्तस्यं पूर्णं स्यात् ।  
स एको मानुषं आनन्दः । ते ये शतं मानुषां आनन्दाः ॥ 1 ॥

स एको मनुष्य गन्धर्वा णामा नुन्दः । श्रोत्रियस्य चाका मंहतुस्य ।  
ते ये शतं मनुष्य गन्धर्वा णामा नुन्दाः ।  
स एको देव गन्धर्वा णामा नुन्दः । श्रोत्रियस्य चाकामंहतुस्य ।  
ते ये शतं देव गन्धर्वा णामा नुन्दाः ।  
स एकः पितृणां चिर लोक लोका नामा नुन्दः ।  
श्रोत्रियस्य चाकामंहतुस्य ।  
ते ये शतं पितृणां चिर लोक लोका नामा नुन्दाः ।  
स एक आजा नजानां देवा नामा नुन्दः ॥ 2 ॥

श्रोत्रियस्य चाकामंहतुस्य ।  
ते ये शत माजान जानां देवा नामा नुन्दाः ।  
स एकः कर्म देवानां देवा नामा नुन्दः ।  
ये कर्मणा देवा नंपि युन्ति । श्रोत्रियस्य चाका मंहतुस्य ।  
ते ये शतं कर्म देवानां देवा नामा नुन्दाः ।  
स एको देवा नामा नुन्दः । श्रोत्रियस्य चाकामंहतुस्य ।  
ते ये शतं देवा नामा नुन्दाः । स एक इन्द्रस्याऽऽ नुन्दः ॥ 3 ॥

श्रोत्रियस्य चाकामंहतुस्य । ते ये शत मिन्द्रस्याऽऽ नुन्दाः ।  
स एको बृहस्पतेर रानुन्दः । श्रोत्रियस्य चाका मंहतुस्य ।  
ते ये शतं बृहस्पतेर रानुन्दाः । स एकः प्रजापतेर रानुन्दः ।  
श्रोत्रियस्य चाका मंहतुस्य । ते ये शतं प्रजापतेर रानुन्दाः ।  
स एको ब्रह्मणं आनुन्दः । श्रोत्रियस्य चाका मंहतुस्य ॥ 4 ॥

स यश्वायं पुरुषे । यश्वा सांवा द्वित्ये । स एकः ।  
स यं एवंवित् । अस्माल् लोकात् प्रेत्य ।  
एत मन्त्र मयमात्मान मुपं सङ्क्रामति ।  
एतं प्राण मयमात्मान मुपं सङ्क्रामति ।  
एतं मनो मयमात्मान मुपंसङ्क्रामति ।  
एतं विज्ञान मयमात्मान मुपंसङ्क्रामति ।  
एत मानन्द मयमात्मान मुपंसङ्क्रामति ।  
तदप्येष श्लोको भवति ॥ 5 ॥

#### 1.2.9 Anuvaka 9

यतो वाचो निवर्तन्ते । अप्राप्य मनसा सुह ।  
आनन्दं ब्रह्मणो विद्वान् ।  
न बिभेति कुतंश्वनेति । एतः ह वावं न तुपति ।  
किमहः साधुं नाकुरवम् । किमहं पाप मकरं वमिति ।

स य एवं विद् वानेते, आत्मानग् स्पृणुते ।  
उभे ह्यैवैष् एते, आत्मानग् स्पृणुते ।  
य एवं वेदं । इत्युपनिषद् ॥ 1 ॥

ॐ सुह नांववतु । सुह नौं भुनक्तु । सुह वीर्यं करवावहै ।  
तेजुस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

### 1.3 Brihu Valli

ॐ सुह नांववतु । सुह नौं भुनक्तु । सुह वीर्यं करवावहै ।  
तेजुस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

#### 1.3.1 Anuvaka 1

भृंगुर्वं वांरुणिः । वरुणं पितंरु मुपंस सार ।  
अधींहि भगवो ब्रह्मेति । तस्मां, एुतत् प्रोवाच ।  
अन्नं प्राणं चक्षुः श्रोत्रं मनो वाचुमिति ।  
तःहोवाच । यतो वा, इमानि भूतानि जायन्ते ।  
येनु जातानि जीवन्ति ।  
यत् प्रथन्त् युभि संविं शन्ति । तद् विजिं ज्ञासस्व ।

तद्ब्रह्मेति । स तपोऽ तप्यत । स तपस् तुप्त्वा ॥ १ ॥

### 1.3.2 Anuvaka 2

अन्नं ब्रह्मे त्रिव्यं जानात् ।  
अन्नाद् ध्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
अन्नेनु जातानि जीवन्ति ।  
अन्नं प्रयन्त्यभि संविं शन्तीति । तद्विज्ञाय ।  
पुनरेव वरुणं पितंर मुपससार ।  
अधींहि भगवो ब्रह्मेति । तःहोवाच ।  
तपसा ब्रह्म विजिं ज्ञासस्व । तपो ब्रह्मेति ।  
स तपोऽतप्यत । स तपस्तुप्त्वा ॥ १ ॥

### 1.3.3 Anuvaka 3

प्राणो ब्रह्मे त्रिव्यं जानात् ।  
प्राणाद् ध्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
प्राणेनु जातानि जीवन्ति ।  
प्राणं प्रयन्त्यभि संविं शन्तीति । तद्विज्ञाय ।  
पुनरेव वरुणं पितंर मुपससार ।  
अधींहि भगवो ब्रह्मेति । तःहोवाच ।  
तपसा ब्रह्म विजिं ज्ञासस्व । तपो ब्रह्मेति ।

स तपौऽ तथ्यत । स तपस् तुप्त्वा ॥ १ ॥

1.3.4 Anuvaka 4

मनो ब्रह्मे तिव्यं जानात् ।  
मनसो ह्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
मनसा जातानि जीवन्ति ।  
मनः प्रयन्त्यभि संविं शुन्तीति । तद्विज्ञाय ।  
पुनरेव वरुणं पितंर मुपससार ।  
अधींहि भगवो ब्रह्मेति । तःहोवाच ।  
तपसा ब्रह्म विजिं ज्ञासस्व । तपो ब्रह्मेति ।  
स तपौऽ तथ्यत । स तपस् तुप्त्वा ॥ १ ॥

1.3.5 Anuvaka 5

विज्ञानं ब्रह्मे तिव्यं जानात् ।  
विज्ञानाद् ध्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
विज्ञानेनु जातानि जीवन्ति ।  
विज्ञानं प्रयन्त्यभि संविं शुन्तीति । तद्विज्ञाय ।  
पुनरेव वरुणं पितंर मुपससार ।  
अधींहि भगवो ब्रह्मेति । तःहोवाच ।  
तपसा ब्रह्म विजिं ज्ञासस्व । तपो ब्रह्मेति ।

स तपौऽ तथ्यत । स तपस् तुप्त्वा ॥ १ ॥

### 1.3.6 Anuvaka 6

आनन्दो ब्रह्मे त्रिव्यं जानात् ।  
आनन्दाध्येव खल्विमानि भूतानि जायन्ते ।  
आनन्देन जातानि जीवन्ति ।  
आनन्दं प्रयन्त्यभि संविं शन्तीति ।  
सैषा भार्गवी वारुणी विद्या । पुरमे व्योमन् प्रतिष्ठिता ।  
य एवं वेदु प्रतिष्ठिति । अन्नवानन् नादो भवति ।  
मुहान्भवति प्रजयां पुशुभिर्ब्रह्म वर्चसेन । मुहान् कीर्त्या ॥ १ ॥

### 1.3.7 Anuvaka 7

अन्नं न निन् द्यात् । तद्व्रतम् । प्राणो वा, अन्नम् ।  
शरीर मन्नादम् । प्राणे शरीरं प्रतिष्ठितम् ।  
शरीरे प्राणः प्रतिष्ठितः । तदे तदन्न मन्ने प्रतिष्ठितम् ।  
स य एत दन्न मन्ने प्रतिष्ठितं वेदु प्रतिं तिष्ठति ।  
अन्नवा नन्नादो भवति । मुहान्भवति प्रजयां पुशुभिर्ब्रह्म वर्चसेन ।  
मुहान् कीर्त्या ॥ १ ॥

### 1.3.8 Anuvaka 8

अन्नं न परि चक्षीत । तद्‌व्रतम् । आपो वा, अन्नम् ।  
ज्योतिं रन्नादम् । अप्सु ज्योतिः प्रतिष्ठितम् ।  
ज्योतिष्यापः प्रतिष्ठिताः । तदे तदन्न मन्त्रे प्रतिष्ठितम् ।  
स य एत दन्न मन्त्रे प्रतिष्ठितं वेद प्रतिं तिष्ठति ।  
अन्नवा नन्नादो भवति । मुहान्भवति प्रजया पुशुभिर्ब्रह्मवर्चुसेन ।  
मुहान् कीर्त्या ॥ 1 ॥

### 1.3.9 Anuvaka 9

अन्नं बहु कुर्वीत । तद्‌व्रतम् । पृथिवी वा, अन्नम् ।  
आकृशोऽन्नादः । पृथिव्या माकृशः प्रतिष्ठितः ।  
आकृशे पृथिवी प्रतिष्ठिता ।  
तदे तदन्न मन्त्रे प्रतिष्ठितम् ।  
स य एत दन्न मन्त्रे प्रतिष्ठितं वेद प्रतिं तिष्ठति ।  
अन्नवानन्नादो भवति ।  
मुहान्भवति प्रजया पुशुभिर्ब्रह्मवर्चुसेन ।  
मुहान् कीर्त्या ॥ 1 ॥

न कञ्चन वसतौ प्रत्या चक्षीत् । तदुत्प्रतम् ।  
 तस्माद्यया क्या च विधया बहुंनं प्राप्नुयात् ।  
 अराध्यस्मा, अन्नमित्या चक्षते ।  
 एतद्वै मुखतोऽन्नं रुद्धम् ।  
 मुखतोऽस्मा, अन्नं रुध्यते ।  
 एतद्वै मध्यतोऽन्नं रुद्धम् ।  
 मध्यतोऽस्मा, अन्नं रुध्यते ।  
 एदद्वा, अन्ततोऽन्नं रुद्धम् ।  
 अन्ततोऽस्मा अन्नं रुध्यते ॥ 1 ॥

य एवं वेद । क्षेम इति वाचि ।  
 योगक्षेम इति प्राणापानयोः ।  
 कर्मेति हस्तयोः । गतिरिति पादयोः । विमुक्ति रिति पायौ ।  
 इति मानुषीः समाज्ञाः । अथ दैवीः । तृप्तिरिति वृष्टौ ।  
 बलमिति विद्युति ॥ 2 ॥

यश इति पुशुषु । ज्योतिरिति नक्षत्रेषु ।  
 प्रजाति रमृत मानन्द इत्यु पुस्थे । सर्व मित्याकाशे ।  
 तत् प्रतिष्ठेत् युपासीत । प्रतिष्ठावान् भुवति ।  
 तन्मह इत्युपासीत । मंहान्भुवति । तन्मन इत्युपासीत ।  
 मानवान्भुवति ॥ 3 ॥

तन्नम् इत्युपासीत । नम्यन्तेऽस्मै कामाः ।  
तद् ब्रह्मेत् युपासीत । ब्रह्मवान्भुवति ।  
तद् ब्रह्मणः परिमर इत्युपासीत ।  
पर्येण म्रियन्तेद् विषन् तः सपुत् नाः ।  
परि येऽप्रिया भ्रातृव्याः ।  
स यश्चायं पुरुषे । यश्चासांवादित्ये । स एकः ॥ 4 ॥

स यं एवंवित् । अस्माल्लोकात्प्रेत्य ।  
एत मन्न मयमात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
एतं प्राण मयमात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
एतं मनो मयमात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
एतं विज्ञानमय मात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
एतमा नन्दमय मात् मान मुपं सङ्क्रम्य ।  
इमाँल् लोकान् कामान्नी काम रूप्यं नुसञ्चरन् ।  
एतत् साम गायन्नास्ते । हा ३ वु हा ३ वु हा ३ वु ॥ 5 ॥

अुह मन्न मुह मन्न मुह मन्नम् ।  
अुह मन्नादोऽ३ ओहमन्नादोऽ३ ओहमन्नादः ।  
अुहग् श्लोक् कृद्हग्ग् श्लोक् कृद्हग्ग् श्लोक् कृत् ।  
अुहमस्मि प्रथमजा, ऋता३ स्या ।  
पूर्व देवेभ्यो अमृतस्य नाऽभाङ् ।

यो मा ददाति स इदेव माः स्वाः ।  
अह मन्न मन्न मुदन्त माः द्वि ।  
अहं विश्वं भुवनमभ्यभुवाः ।  
सुवर्न ज्योतीः । य एवं वेदं । इत्युपनिषत् ॥ 6 ॥

ॐ सुह नाववतु । सुह नौ भुनक्तु । सुह वीर्यं करवावहै ।  
तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ।  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

## 2 Narayanana Upanishad

ॐ सुह नाववतु । सुह नौ भुनक्तु ।  
सुह वीर्यं करवावहै ।  
तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ॥  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

ॐ अथ पुरुषो ह वै नारायणोऽकामयत प्रजाः सृजेयेति ।  
नारायणात्प्राणो जायते । मनः सर्वेन्द्रियाणि च ।  
खं-वाँयुर् ज्योति रापः पृथिवी विश्वस्य धारिणी ।  
नारायणाद्ब्रह्मा जायते ।  
नारायणाद्गुद्रो जायते ।

नारायुणादिन्द्रो जायते ।  
नारायुणात्प्रजापतयः प्रजायन्ते ।  
नारायुणाद् द्वाद शादित्या रुद्रा  
वसवस् सर्वाणिच छन्दागुंसि ।  
नारायुणादेव समुत् पद् यन्ते ।  
नारायुणे प्रवर्तन्ते ।  
नारायुणे प्रलीयन्ते ॥

ओम् । अथ नित्यो नारायुणः । ब्रह्मा नारायुणः ।  
शिवश्वं नारायुणः । शक्रश्वं नारायुणः ।  
द्यावा पृथिव्यौ च नारायुणः । कालश्वं नारायुणः ।  
दिशश्वं नारायुणः । ऊर्ध्वश्वं नारायुणः ।  
अधश्वं नारायुणः । अन्तर्बुहिश्वं नारायुणः ।  
नारायण एवेदग्ं सर्वम् ।  
यद्भूतं-यच्च भव्यम् ।  
निष्कलो निरञ्जनो निर्विकल्पो  
निराख्यातः शुद्धो देव एको नारायुणः ।  
न द्वितीयोस्ति कश्चित् । य एवं-वेद ।  
स विष्णुरेव भवति स विष्णुरेव भवति ॥

ओमित्यंग्रे व्याहरेत् । नम इंति पुश्चात् ।  
नारायुणा येत् युपरिष्टात् ।

ओमित्ये काक्षरम् । नम इति द्वे अक्षरे ।  
नारायणा येति पञ्चाक्षराणि ।  
एतद्वै नारायणस् याष्टाक्षरं पुदम् ।  
यो ह वै नारायणस् याष्टाक्षरं पदमध्येति ।  
अनपब्रवस् सर्वमायुरेति ।  
विन्दते प्रांजा पुत्यग्ं रायस् पोषं गौ पुत्यम् ।  
ततोऽमृतत्वमश्नुते ततोऽमृतत्वमश्नुत इति ।  
य एवं-वेद ॥

प्रत्यगानन्दं ब्रह्म पुरुषं प्रण वस्व रूपम् ।  
अकार उकार मकार इति ।  
तानेकधा समभरत्तदे तंदो मिति ।  
यमुक्त्वां मुच्यते योगी जन्म संसार बन्धनात् ।  
ॐ नमो नारायणा येति मन्त्रोपासकः ।  
वैकुण्ठभुवनलोकं गमिष्यति ।  
तदिदं परं पुण्डरीकं-विंशा नघनम् ।  
तस्मात् तदिदां वन्मात्रम् ।  
ब्रह्मण्यो देवकी पुत्रो ब्रह्मण्यो मधुसूदनोम् ।  
सर्वभूतस्थमेकं नारायणम् ।  
कारण रूप मकार परं ब्रह्मोम् ।  
एतद थर्व शिरोयोऽधीते प्रातरंधी यानो रात्रिकृतं पापं नाशयति ।  
साय मधीयानो दिवसकृतं पापं नाशयति ।

माध् यन् दिन मादित्या भिमुखोऽधीयानः  
 पञ्च पातको पपातकांत् प्रमुच्यते ।  
 सर्व वेद पारायण पुण्यं-लूँभते ।  
 नारायण सायुज्य मंवाप्रोति नारायण सायुज्यमंवाप्रोति ।  
 य एंवं-वेंद । इत्युपुनिषत् ॥

ॐ सुह नाववतु । सुह नौ भुनक्तु । सुह वीर्यं करवावहै ।  
 तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ॥  
 ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

### 3 Maha narayana upanishad

#### 3.1 Sandyavandana Mantraha

##### 3.1.1 सर्वा देवता आपः (4.27)

आपो वा, इदगं सर्वं-विश्वा  
 भूतान्यापः प्राणा वा, आपः पुशव्  
 आपो-ऽन्नमापो -ऽमृतमापः सुम्राडापो विराडापः स्वराडापः  
 छन्दा-स्थापो ज्योती-स्थापो यजू-स्थापः सुत्यमाप-स्सर्वा  
 देवता, आपो भूर्भुवस्सुवरापु ओम् ॥  
 29.1 (तै. अर. 6.29.1)

3.1.2 सन्ध्यावन्दन मन्त्रः (4.28)

आपः पुनन्तु पृथिवीं पृथिवी पूता पुनातु माम् ।  
 पुनन्तु ब्रह्मण्स्पति-ब्रह्मं पूता पुनातु माम् ।  
 यदुच्-छिष्ट-मभोज्यं-यद्वा दुश्चरितं मम ।  
 सर्वं पुनन्तु मामा पोऽसुताज्चं प्रतिग्रहः स्वाहा ॥  
 30.2 (तै. अर. 6.30.1)

अग्निश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः ।  
 पापेभ्योँ रक्षन्ताम् । यदह्ना पापं मकार्. षम् ।  
 मनसा वाचां हस्ताभ्याम् । पद्भ्या-मुदरेण शिश्ना ।  
 अहस् तदंव लुं पतु । यत्किञ्चं दुरितं मयि ।  
 इदमह-माम मृत योनौ । सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥  
 31.1 (तै. अर. 6.31.1)

सूर्यश्च मा मन्युश्च मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः ।  
 पापेभ्योँ रक्षन्ताम् । यद्रात्रिया पापं मकार्. षम् ।  
 मनसा वाचां हस्ताभ्याम् । पद्भ्या-मुदरेण शिश्ना ।  
 रात्रिस् तदंव लुं पतु । यत्किञ्चं दुरितं मयि ।  
 इदमह-माममृत योनौ । सूर्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥  
 32.1 (तै. अर. 6.32.1)

### 3.1.3 प्रणवस्य ऋष्यादि विवरणं (4.29)

ओमित्येकाक्षर-म्ब्रह्म । अग्निर्देवता ब्रह्म इत्यारूपम् ।  
गायत्र-ज्ञन्द-म्परमात्मं सरूपम् । सायुज्यं-विनियोगम् ॥  
33.1 (तै. अर. 6.33.1)

### 3.1.4 गायत्र्यावाहन मन्त्रः (4.30)

आयांतु वरंदा देवी अक्षरं-म्ब्रह्म सम्मितम् ।  
गायत्री-ज्ञन्दसा-म्भातेद-म्ब्रह्म जुषस्वं मे ।  
यदह्ना॑-त्कुरुते पापु॒-न्तदह्ना॑-त्रतिमुच्यते ।  
य-द्रात्रिया॑-त्कुरुते पापु॒-न्त-द्रात्रिया॑-त्रतिमुच्यते ।  
सर्वं वर्णं मंहादेवि सुन्ध्या विद्ये सुरस्वति ॥

34.2 (तै. अर. 6.34.1)

ओजो॑-असि॒ सहो॑-असि॒ बलंमसि॒ भ्राजो॑-असि॒  
देवाना॑-न्धामु॒नामा॑-असि॒ विश्वंमसि॒ विश्वायु॑-स्सर्वंमसि॒  
सुर्वायु॑-रभिभूरो॑-गायत्री-मावाहयामि॒ सावित्री-मावाहयामि॒  
सरस्वती-मावाहयामि॒ छन्दरूषी-नावाहयामि॒ श्रिय-मावाहयामि॒  
गायत्रिया गायत्री छन्दो विश्वामित्र ऋषि-स्सविता  
देवता-अग्निर्मुख-म्ब्रह्मा शिरो विष्णुरहृदयगं॒ रुद्र-शिखा  
पृथिवीयोनिः प्राणापान-व्यानोदान-समाना सप्राणा श्वेतवर्णा

साङ्ख्यायन-सगोत्रा गायत्री चतुर्विंशत्यक्षरा त्रिपदा

षट्कुक्षिः पञ्च शीर्षोपनयने विनियोगः-

ओ-म्भूः । ओ-म्भुवः । ओग् सुवः । ओ-म्महः ।

ओ-ज्जनः । ओ-न्तपः । ओग् सृत्यम् ।

ओ-न्त-थ्संवितुवरीण्य-म्भर्गो देवस्यं धीमहि ।

धियो यो नः प्रचोदयात् ।

ओमापो ज्योती रसोऽमृत-म्ब्रह्म भूर्भुवस्सुवरोम् ॥

35.2 (तै. अर. 6.35.1)

### 3.1.5 गायत्री उपस्थान मन्त्रः (4.31)

उत्तमे शिखरे जाते भूम्या-म्पर्वत् मूर्धनि ।

ब्राह्मणे भ्योऽभ्यनुज्ञाता गुच्छ देवि युथासुखम् ।

स्तुतो मया वरदा वेदमाता प्रचोदयन्ती पवने द्विजाता ।

आयुः पृथिव्यां-द्रविण-म्ब्रह्मवर्चस्-म्भृत्य-न्दत्वा प्रजातु-म्ब्रह्मलोकम् ॥

36.2 (तै. अर. 6.36.1)

### 3.1.6 कामो-ऽकार्षीत् - मन्युरकार्षीत् मन्त्रः (4.41)

कामो-ऽकार्षी-न्नमो नमः ।

कामो-ऽकार्षी-त्कामः करोति

नाह-ङ्करोमि कामः कर्ता नाह-ङ्कर्ता कामः

कारुयिता नाहं-इकारुयिता एष ते काम कामाय स्वाहा ॥

61.1 (तै. अर. 6.61.1)

मन्युरकार्षी"-न्नमो नमः ।

मन्युरकार्षी-न्मन्युः करोति

नाह-इकरोमि मन्युः कर्ता नाह-इकर्ता मन्युः

कारुयिता नाहं-इकारुयिता एष ते मन्यो मन्यवे स्वाहा ॥

62.1 (तै. अर. 6.62.1)

3.1.7 दधिक्राव्‌णों अकारिषं

दधिक्राव्‌णों अकारिषं । जिष्णोरश्वस्य वाजिनः ।

सुरभि नो मुखां करुत् प्रणु आयूर्षि तारिषत् ।

आपो हि षा मंयोभुवस्ता नं ऊर्जे दंधातन । मुहे रणायु चक्षसे ।

यो वं शिवतंमो रसुस्तस्यं भाजयतेह नः ।

उशतीरिव मातरः । तस्मा अरङ्गमाम वो यस्यु क्षयायु जिन्वथ ।

आपो जुनयंथा च नः ॥