

తైత్తిరీయోపనిషత్

౧. శీక్షావల్లీ

(తై.ఆ.౭-౧-౧)

ఓం శ్రీ గురుభ్యో నమః । హరిః ఓం ॥

ఓం శం నో మి॒త్రశ్శం॑ వరు॒ణః । శం నో భ॑వత్వర్త॒మా । శం న ఇ॒న్ద్రో బృ॒హస్ప॑తిః । శం నో
వి॒ష్ణురు॑రుక్ర॒మః । నమో॑ బ్ర॒హ్మణే॑ । నమ॑స్తే వాయో । త్వమే॒వ ప్ర॑త్యక్షం బ్ర॒హ్మసి॑ । త్వమే॒వ ప్ర॑త్యక్షం
బ్ర॒హ్మ వ॑దిష్యామి । ఋ॒తం వ॑దిష్యామి । స॒త్యం వ॑దిష్యామి । తన్నో॑మవతు । తద్వ॒క్తార॑మవతు ।
అవ॑తు మామ్ । అవ॑తు వ॒క్తారమ్॑ ॥

ఓం శా॒న్తిః శా॒న్తిః శా॒న్తిః ॥ 1 ॥

శిక్షాశాస్త్రార్థసంగ్రహః

శీ॒క్షాం వ్యో॑భ్యాస్త్యామః । వర్ణ॒స్పర్శ॑రః । మాత్రా॒ బలమ్॑ । సామ॑ స॒న్తానః॑ । ఇ॒త్తుక్తశ్శీ॒క్షాభ్యా॑యః ॥ 2 ॥

సంహితోపాసనమ్

స॒హ నౌ య॑శః । స॒హ నౌ బ్ర॑హ్మవర్చ॒సమ్ । అథా॑తస్సగ్గం॒హితాయా॑ ఉపనిషదం వ్యో॑భ్యాస్త్యామః ।
ప॒ఞ్చస్ప॑ధికరణే॒షు । అథి॑లోకమథి॒శ్చౌతి॑షమథివిద్యమథిప్ర॒జమ॑ధ్యాత్తమ్ । తా మహా॑సగ్గం॒హితా
ఇ॒త్యాచ॑క్షతే । అథా॑భిలోకమ్ । పృ॒థివీ పూ॑ర్వరూ॒పమ్ । ద్వౌరు॑త్తరరూ॒పమ్ । ఆకా॑శస్స॒ర్థిః ॥ 3 ॥

వాయుస్సన్ధానమ్ । ఇత్యభిలోకమ్ । అథాభిజ్యోతిషమ్ । అగ్నిః పూర్వరూపమ్ । ఆదిత్య
 ఉత్తరరూపమ్ । ఆపస్సన్ధిః । వైద్యుతస్సన్ధానమ్ । ఇత్యభిజ్యోతిషమ్ । అథాభివిద్యమ్ ।
 ఆచార్యః పూర్వరూపమ్ ॥ 4 ॥

అన్తైవాస్యత్తరరూపమ్ । విద్యా సన్ధిః । ప్రవచనగ్ం సన్ధానమ్ । ఇత్యభివిద్యమ్ । అథాభిప్రజమ్ ।
 మాతా పూర్వరూపమ్ । పితృత్తరరూపమ్ । ప్రజా సన్ధిః । ప్రజననగ్ం సన్ధానమ్ । ఇత్యభిప్రజమ్ ॥ 5 ॥

అథాధ్యాత్మమ్ । అథరా హనుః పూర్వరూపమ్ । ఉత్తరాహనురుత్తరరూపమ్ । వాక్సన్ధిః । జిహ్వ
 సన్ధానమ్ । ఇత్యధ్యాత్మమ్ । ఇతీమామహాసగ్ంహితాః । య ఏవమేతా మహాసగ్ంహితా వ్యాభ్యాతా
 వేద । సద్దీయతే ప్రజయా ప్రశుభాః । బ్రహ్మవర్చసేనాన్నాద్యేన సువర్గ్యేణ లోకైన ॥ 6 ॥

మేధాది-సిద్ధ్యర్థా ఆవహంతీహోమ-మంత్రాః

యశ్శన్ధసామృషభో విశ్వరూపః । ఛన్దోభ్యోఽధ్యమృతౌధ్నంబభూవ ।
 స మేన్ద్రో మేధయా స్పృణోతు । అమృతస్య దేవ ధారణో భూయాసమ్ ।
 శరీరం మే విచర్షణమ్ । జిహ్వ మే మధుమత్తమా । కర్ణౌభ్యం భూర్విశ్రవమ్ ।
 బ్రహ్మణః క్షోశోఽసి మేధయాఽపిహితః । శ్రుతం మే గోపాయ । ఆవహన్తి వితన్వోనా ॥ 7 ॥

కు॒ర్వో॒ణా చీ॑ర॒మాత్స॑నః । వా॒సాగ్ం॑సి మ॒మ గా॑వశ్చ । అ॒న్నపా॑నే చ స॒ర్వదా॑ । తతో మే శ్రియ॑మావహ ।
 లోమ॑శాం ప॒శుభి॑స్సహ స్వాహా॑ ॥ ఆ॒మా య॑న్తు బ్ర॒హ్మచా॑రిణః స్వాహా॑ ॥ వి॒మాఽఽయ॑న్తు
 బ్ర॒హ్మచా॑రిణః స్వాహా॑ ॥ ప్ర॒మాఽఽయ॑న్తు బ్ర॒హ్మచా॑రిణః స్వాహా॑ ॥
 ద॒మాయ॑న్తు బ్ర॒హ్మచా॑రిణః స్వాహా॑ ॥ శ॒మాయ॑న్తు బ్ర॒హ్మచా॑రిణః స్వాహా॑ ॥ 8 ॥

య॒శో జ॑నేఽసాని స్వాహా॑ ॥ శ్రే॒యాన్ వ॑స్యసోఽసాని స్వాహా॑ ॥ తం త్వో భగ॑ ప్రవి॒శాని॑ స్వాహా॑ ॥
 స మా భగ॑ ప్రవి॒శ స్వాహా॑ ॥ తస్మిన్ స॒హస్ర॑శాఖే । నిభ॑గాఽహం త్వయి మృ॒జే స్వాహా॑ ॥
 యథాఽఽప్తః ప్రవ॑తాఽఽయన్తి । యథా మాసా అహర్ద॒ర్శమ్ । ఏ॒వం మాం బ్ర॒హ్మచా॑రిణః ।
 ధా॒తరా॑యన్తు స॒ర్వత॑స్వాహా॑ ॥ ప్ర॒తివే॑శోఽఽసి ప్రమా॑భాహి ప్రమా॑పద్యస్వ ॥ 9 ॥

వ్యాహృత్యపాసనమ్

భూర్భువస్సువ॒రితి॑ వా ఏ॒తాస్తే॑ వ్యా॒హృత॑యః । తాసా॑ముహ॒ష్టై తాం చ॑తుర్థిమ్ । మాహా॑చమస్యః
 ప్రవే॑దయతే । మహా॑ ఇతి॑ । తద్భ్ర॑హ్మ । స ఆత్మా॑ । అఙ్గా॑న్యన్యో దే॒వతాః॑ ॥
 భూరితి॑ వా అ॒యం లో॒కః । భువ॑ ఇత్వ॒న్తరి॑క్షమ్ । సువ॑రిత్యసా లో॒కః ॥ 10 ॥

మహా॑ ఇత్వాది॒త్యః । ఆది॑త్యేన॒ వాప స॑ర్వే లో॒కా మహీ॑యన్తే । భూరితి॑ వా అ॒గ్నిః । భువ॑ ఇతి॑ వా॒యః ।
 సువ॑రిత్యాది॒త్యః । మహా॑ ఇతి॑ చ॒న్ద్రమాః॑ ॥ చ॒న్ద్రమ॑సా వాప స॑ర్వాణి జ్యోతీగ్ంషి మహీ॑యన్తే । భూరితి॑
 వా ఋ॑చః । భువ॑ ఇతి॑ సా॒మాని॑ । సువ॑రితి॒ యజో॑గ్ంషి ॥ 11 ॥

మ॒హా॒ ఇ॒తి॒ బ్ర॒హ్మ॑ । బ్ర॒హ్మ॑ణో॒ వా॒వ స॒ర్వే॑ వే॒దా మ॒హీ॑య॒న్తే । భూ॒రి॒తి॒ వై ప్రా॒ణః । భు॒వ ఇ॒త్య॒ప్రా॒నః ।
సు॒వ॒రి॒తి॒ వ్యా॒నః । మ॒హా॒ ఇ॒త్య॒న్న॒మ్ ॥ అ॒న్నే॒న వా॒వ స॒ర్వే॑ ప్రా॒ణ మ॒హీ॑య॒న్తే ।
తా॒ వా ఏ॒తా॒శ్చ॒త॒ప్ర॒శ్చ॒తు॒ర్థా । చ॒త॒ప్ర॒శ్చ॒త॒స్తో వ్యా॒హృ॑త॒యః । తా॒ యో వే॒ద । స॒ వే॒ద బ్ర॒హ్మ॑ । స॒ర్వే॒ఽన్తైః
దే॒వా బ॒లి॒మా॒వహ॑న్తి ॥ 12 ॥

మనోమయత్యాది-గుణక-బ్రహ్మోపాసనయా స్వారాజ్య-సిద్ధిః

స॑ య॒ ఏ॒షోఽ॒న్తర॑హ్యదయ ఆ॒క్ర॒శః । తస్మి॑న్నయం పు॒రు॒షో మ॒నోమ॑యః । అ॒మృ॒తో హి॒ర॒ణ్మయః॑ ।
అ॒న్తరే॑ణ తా॒లుకే॑ । య ఏ॒షస్త॑న ఇ॒వావ॑లమ్భతే ॥ సే॒న్ధ్యో॒నిః । యత్రా॒సౌ కే॒శాన్తో వి॒వర్త॑తే । వృ॒షోఽ॒హ్య
శీర్ష॑కపాలే । భూ॒రిత్య॑గ్నో ప్ర॒తి॒తిష్ఠ॑తి । భు॒వ ఇ॒తి వా॒యౌ ॥ 13॥

సు॒వ॒రిత్య॑దిత్యే । మహా॒ ఇ॒తి బ్ర॑హ్మణి । ఆ॒హ్ని॒తి స్వారో॑జ్యమ్ ॥ ఆ॒హ్ని॒తి మన॑సస్స॒తిమ్ ॥
వా॒క్ష్ప॒తిశ్చక్ష॑ష్ప॒తిః । శ్రో॒త్రప॑తిర్విజ్ఞానప॒తిః । ఏ॒తత్తతో భ॑వతి । ఆ॒క్ర॒శశీ॑రం బ్ర॒హ్మ ।
స॒త్యాత్మ ప్రా॑ణా॒రామం॑ మన ఆన॒న్దమ్ ॥ శా॒న్తిస॑మృద్ధమ॒మృతమ్ ॥ ఇ॒తి ప్రాచీ॑న యోగ్యోపా॒స్వ ॥ 14॥

పృథివ్యాద్యుపాధిక-పంచ-బ్రహ్మోపాసనమ్

పృ॒థి॒వ్య॒స్త॒రి॒క్షం॑ ద్యౌ॒ర్ది॒శో॑ఽవ॒స్త॒ర॒ది॒శాః॑ । అ॒గ్ని॒ర్వై॒య॒రో॒ది॒త్య॒శ్చ॒స్త॒మా॒ నక్ష॑త్రా॒ణి । ఆ॒ప॒ ఓ॒ష॒ధ॒యో
వ॒న॒స్ప॒త॒య॒ ఆ॒కా॒శ॒ ఆ॒త్మా । ఇ॒త్య॒ధి॒భూ॒తమ్ । అ॒ధా॒ధ్య॒త్నమ్ । ప్రా॒ణో వ్యో॒నోఽపా॑న ఉ॒దా॑న॒స్స॒మా॒నః ।
చక్షు॑శ్చా॒త్మం మ॒నో వాక్ష్వ॑క్ । చ॒ర్మ॒మా॒గ్ం॒సగ్ం॑ సా॒వా॒స్థి మ॒జ్జా । ఏ॒తద॑భివి॒ధాయ॑ ఋ॒షిర॑వో॒చత్ ।
పా॒జ్ఞం వా ఇ॒దగ్ం॑ స॒ర్వమ్॑ ॥ పా॒జ్ఞే॒నై॒వ పా॒జ్ఞగ్ం॑ స్మృ॒ణోతీ॑తి ॥ 15 ॥

ప్రణవోపాసనమ్

ఓమితి బ్రహ్మ । ఓమితీదగ్ం సర్వమ్ ॥ ఓమిత్యేతదనుకృతి హ స్మ వ అప్యో శ్రో వయేత్వాశ్రో వయన్తి ।
ఓమితి సామాని గాయన్తి । ఓగ్ం శోమితి శస్త్రాణి శగ్ంసన్తి । ఓమిత్యధ్వర్యుః ప్రతిగరం
ప్రతిగృణాతి । ఓమితి బ్రహ్మ ప్రసాతి । ఓమిత్యగ్నిహోత్రమనుజానాతి । ఓమితి బ్రాహ్మణః ప్రవక్ష్యన్సహ
బ్రహ్మోపాష్నవనీతి । బ్రహ్మోపాష్నోతి ॥ 16 ॥

స్వాధ్యాయ-ప్రశంసా

ఋతం చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ । సత్యం చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ ।
తపశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ । దమశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ ।
శమశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ । అగ్నయశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ ।
అగ్నిహోత్రం చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ । అతిథయశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ ।
మానుషం చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ । ప్రజా చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ ।
ప్రజనశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ । ప్రజాతిశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనై చ ।
సత్యమితి సత్యవచా రోధితరః । తప ఇతి తపోనిత్యః పౌరుషిణిః ।
స్వాధ్యాయప్రవచనై ఏవేతి నాకో మౌద్గల్యః । తద్ధి తపస్తద్ధి తపః ॥ 17 ॥

బ్రహ్మజ్ఞాన-ప్రకాశక-మంత్రః

అహం వృక్షస్య రేరివా । క్షిత్తిః పృష్ఠం గిరేరివా ।
ఊర్ధ్వపవిత్రో వాజినీవ స్వమృతమస్మి ।
ధ్రువిణగ్ం సవర్చసమ్ । సుమేధా అమృతోక్షితః ।
ఇతి త్రిశజ్కర్వేదానువచనమ్ ॥ 18 ॥

శిష్యానుశాసనమ్

వేదమనూచ్యచార్యోఽస్త్రైవాసినమనుశాస్తి ।

॥

సత్త్వం వద । ధర్మం చర । స్వాధ్యాయాన్సా ప్రమదః ।

ఆచార్యాయ ప్రియం ధనమాహృత్య ప్రజాతన్తుం మా వ్యవచ్ఛేత్సీః ।

సత్వాన్న ప్రమదితవ్యమ్ । ధర్మాన్న ప్రమదితవ్యమ్ ।

కుశలాన్న ప్రమదితవ్యమ్ । భూత్యై న ప్రమదితవ్యమ్ ।

స్వాధ్యాయప్రవచనాభ్యాం న ప్రమదితవ్యమ్ ॥ 19 ॥

దేవపితృకార్యభ్యాం న ప్రమదితవ్యమ్ । మాతృదేవో భవ ।

పితృదేవో భవ । ఆచార్యదేవో భవ । అతిథిదేవో భవ ।

యాన్యనవద్యాని కర్మాణి । తాని సేవితవ్యాని । నో ఇతరాణి ।

యాన్యస్సాకగ్ం సుచరితాని । తాని త్వయోపాస్యాని ॥ 20 ॥

నో ఇతరాణి । యే కే చాస్మచ్ఛ్రేయాగ్ంసో బ్రాహ్మణాః ।

తేషాం త్వయాఽఽసనే న ప్రశ్వసితవ్యమ్ । శ్రద్ధయా దేయమ్ ।

అశ్రద్ధయాఽదేయమ్ । శ్రీయా దేయమ్ । హ్రియా దేయమ్ ।

భయా దేయమ్ । సంవిదా దేయమ్ ।

అథ యది తే కర్మవిచికిథ్సా వా వృత్తవిచికిథ్సా వా స్యాత్ ॥ 21 ॥

యే తత్ర బ్ర॑హ్మ॑ణో॑స్స॒ష్టర్శ॒ణః । యు॑క్తా ఆయు॒క్తాః । అ॒లౌఙ్గా॑ ధ॒ర్మకా॑మా॒స్యుః ।
 యథా॑ తే తత్ర॑ వర్తే॒రన్ । తథా॑ తత్ర॑ వర్తే॒థాః । అథా॑భ్యోభ్యా॒తేషు॑ ।
 యే తత్ర బ్ర॑హ్మ॑ణో॑స్స॒ష్టర్శ॒ణః । యు॑క్తా ఆయు॒క్తాః । అ॒లౌఙ్గా॑ ధ॒ర్మకా॑మా॒స్యుః ।
 యథా॑ తే తేషు॑ వర్తే॒రన్ । తథా॑ తేషు॑ వర్తే॒థాః । ఏ॒ష ఆదే॑శః । ఏ॒ష ఉపదే॑శః ।
 ఏ॒షా వేదో॑పనిషత్ । ఏ॒తదను॑శాసనమ్ । ఏ॒వము॑పా॒సిత॑వ్యమ్ ।
 ఏ॒వము॑చైతదు॒పాస్యమ్ ॥ 22 ॥

ఉత్తరశాంతిపాఠః

శం నో॑ మి॒త్రశ్శం॑ వరు॒ణః । శం నో॑ భ॒వత్వర్త॑మా । శం న॒ ఇ॒న్ద్రో బృ॒హస్ప॑తిః ।
 శం నో॑ వి॒ష్ణురు॒క్రమః॑ । న॒మో బ్ర॑హ్మ॒ణే । నమ॑స్తే వాయో । త్వ॒మే॒వ ప్ర॒త్యక్షం॑ బ్ర॒హ్మసి॑ ।
 త్వ॒మే॒వ ప్ర॒త్యక్షం॑ బ్ర॒హ్మవా॑దిషమ్ । ఋ॒తమ॑వాదిషమ్ । స॒త్యమ॑వాదిషమ్ ।
 త॒న్నామా॑వీత్ । తద్వ॒క్తార॑మావీత్ । ఆ॒పీ॒న్నామ్ । ఆ॒పీ॒ద్వక్తా॑రమ్ ॥
 ఓం శా॒న్తిః శా॒న్తిః శా॒న్తిః ॥ 23 ॥

॥ ఇతి శీఘ్రవల్లీ సమాప్తా ॥

తైత్తిరీయోపనిషత్

ద్వితీయా బ్రహ్మగందవల్లీ

ఓం స॒హ నా॑వవతు | స॒హ నా॑ భునక్తు | స॒హ వీ॒ర్యం క॑రవావహై |
తే॒జ॒స్వి॒నా వ॑భీతమస్తు మా వి॒ద్విషా॑వహై |
ఓం శా॒న్తిః శా॒న్తిః శా॒న్తిః ||

ఉపనిషత్సంగ్రహః

ఓం బ్ర॒హ్మవి॒దో॑ష్నోతి పరమ్ | తదే॒షాఽభ్యుక్తా॑ | స॒త్యం జ్ఞా॑నమనంతం బ్ర॒హ్మ |
యో వేద॑ నిహితం గుహయాం పరమే వ్య॑మన్ | సోఽ॒క్షుతే॑ స॒ర్వాన్మామా॑న్తహ |
బ్ర॒హ్మణా॑ విప॒శ్చితేతి॑ | తస్మాద్వా॑ ఏ॒తస్మాద్ త్సన॑ ఆ॒కాశ॑స్సంభూతః | ఆ॒కాశా॑ద్వాయుః | వాయో॒రగ్నిః |
అ॒గ్నేరొ॑షః | అ॒ధ్యుః పృ॑థివీ | పృ॒థివ్యా॑ ఓ॒షధ॑యః | ఓ॒షధీ॑భ్యోఽ॒న్నమ్ | అ॒న్నాత్పు॑రుషః |
స వా ఏ॒ష పు॑రుషోఽ॒న్నర॑సమయః | తస్యే॒దమే॑వ శరః | అయం దక్షి॑ణః ప॒క్షః |
అయ॑ముత్తరః ప॒క్షః | అయ॑మాత్మా | ఇదం పు॑చ్ఛం ప్రతి॒ష్ఠా | తదప్యే॒ష స్తోకో॑ భవతి || 1 ||

పంచకోశవివరణమ్

అ॒న్మ॒ద్వై ప్ర॒జాః ప్ర॒జాయ॑న్తే | యాః కా॒శ్చ పృ॒థివీ॑గ్ శ్రీ॒తాః | అ॒థో అ॒న్మే॒నైవ జీ॑వన్తి |
 అ॒థై॒నద॑పి య॒న్తన్త॑తః | అ॒న్మగ్ం॑ హి భూ॒తానా॑ం జ్యేష్ఠమ్ | తస్మా॑ద్భు॒ర్వౌష॑ధముచ్యతే |
 స॒ర్వం వై తే॒ఽన్మమా॑ఘ్నవన్తి | యే॒ఽన్మం బ్ర॒హ్మోపా॑సతే | అ॒న్మగ్ం॑ హి భూ॒తానా॑ం జ్యేష్ఠమ్ |
 తస్మా॑ద్భు॒ర్వౌష॑ధముచ్యతే | అ॒న్మోద్భూ॑తాని జాయ॑న్తే | జాతా॑న్యన్నేన వర్ధ॑న్తే |
 అద్య॑తేఽత్తి చ భూ॒తాని | తస్మా॑దన్నం తదుచ్య॑త ఇతి | తస్మా॑ద్వో వి॒తస్మా॑దన్నర॒సమ॑యాత్ |
 అన్యో॒ఽన్తర॑ ఆత్మా ప్రా॒ణమ॑యః | తే॒నైష పూ॒ర్ణః | స వా విష పు॒రుష॑విధ వి॒వ |
 తస్య పు॒రుష॑విధతామ్ | అన్వ॑యం పు॒రుష॑విధః | తస్య ప్రా॑ణ వి॒వ శి॒రః | వ్యా॒నో దక్షి॑ణః ప॒క్షః |
 అపా॑న ఉ॒త్తరః ప॒క్షః | ఆకా॑శ ఆత్మా | పృ॒థివీ పు॑చ్ఛం ప్రతి॒ష్ఠా | తదప్యే॑ష శ్లో॒కో భ॒వతి || ౨ ||

ప్రా॒ణం దే॒వా అను॑ప్రాణన్తి | మ॒నుష్యాః ప॒శవ॑శ్చ యే | ప్రా॒ణో హి భూ॒తానా॑మాయః |
 తస్మా॑ద్భు॒ర్వౌష॑ధముచ్యతే | స॒ర్వమే॒వ త ఆయు॑ర్యన్తి | యే ప్రా॒ణం బ్ర॒హ్మోపా॑సతే |
 ప్రా॒ణో హి భూ॒తానా॑మాయః | తస్మా॑ద్భు॒ర్వౌష॑ధముచ్యత ఇతి | తస్మై॑ష వి॒వ శా॑రీర ఆత్మా |
 యః పూ॒ర్వస్య | తస్మా॑ద్వో వి॒తస్మా॑త్ప్రా॒ణమ॑యాత్ | అన్యో॒ఽన్తర॑ ఆత్మా మ॒నోమ॑యః |
 తే॒నైష పూ॒ర్ణః | స వా విష పు॒రుష॑విధ వి॒వ | తస్య పు॒రుష॑విధతామ్ | అన్వ॑యం పు॒రుష॑విధః |
 తస్య య॑శరే॒వ శి॒రః | ఋ॒గ్దక్షి॑ణః ప॒క్షః | సా॒మోత్త॑రః ప॒క్షః | ఆదే॑శ ఆత్మా |
 అథ॑ర్వోగ్గైరసః పు॑చ్ఛం ప్రతి॒ష్ఠా | తదప్యే॑ష శ్లో॒కో భ॒వతి || ౩ ||

య॒తో వా॒చో ని॑వర్త॒న్తే | అ॒ప్రాప్త॑ మన॒సా స॒హ | ఆన॑న్దం బ్ర॒హ్మణో॑ వి॒ద్వాన్ | న బ॒భేతి॑ కదా॒చనై॒తి |
 త॒ప్తైష॑ ఏవ శా॒రీర॑ ఆత్మ॒ | యః పూ॒ర్వస్య॑ | తస్మాద్వా॑ ఏతస్మాన్మ॒నోమ॑యాత్ |
 అన్యోఽన్తర॑ ఆత్మ॒ విజ్ఞాన॑మయః | తేనై॑ష పూ॒ర్ణః | స వా ఏ॒ష పు॑రుషవిధ॒ ఏవ |
 తస్య॑ పు॒రుష॑విధతామ్ | అన్వ॑యం పు॒రుష॑విధః | తస్య॑ శ్రద్ధై॒వ శి॒రః | ఋ॒తం దక్షి॑ణః ప॒క్షః |
 సత్య॑ముత్త॒రః ప॒క్షః | యోగ॑ ఆత్మ॒ | మహాః పు॒చ్ఛం ప్ర॑తిష్ఠా | తదప్యే॒ష శ్లో॑కో భ॒వతి || 4 ||

వి॒జ్ఞానం॑ య॒జ్ఞం తను॑తే | కర్మా॑ణి తను॒తేఽపి॑ చ | వి॒జ్ఞానం॑ దే॒వాసు॑ర్వే | బ్ర॒హ్మ జ్యేష్ఠ॑ముపా॒సతే॑ |
 వి॒జ్ఞానం॑ బ్ర॒హ్మ చే॒ద్వేద॑ | తస్మా॒చ్ఛేన్న॑ ప్ర॒మాద్య॑తి | శరీ॑రే పా॒ష్ణనో॑ హిత్వా |
 సర్వా॑న్మామాన్ధ్రమ॒క్షుత॑ ఇ॒తి | త॒ప్తైష॑ ఏవ శా॒రీర॑ ఆత్మ॒ | యః పూ॒ర్వస్య॑ |
 తస్మాద్వా॑ ఏతస్మాద్వి॒జ్ఞాన॑మయాత్ | అన్యోఽన్తర॑ ఆత్మ॒ఽన్తన॑న్దమయః | తేనై॑ష పూ॒ర్ణః |
 స వా ఏ॒ష పు॑రుషవిధ॒ ఏవ | తస్య॑ పు॒రుష॑విధతామ్ | అన్వ॑యం పు॒రుష॑విధః |
 తస్య॑ ప్రి॒యమే॒వ శి॒రః | మోదో॑ దక్షి॑ణః ప॒క్షః | ప్ర॒మోద॑ ఉత్త॒రః ప॒క్షః |
 ఆన॑న్ద ఆత్మ॒ | బ్ర॒హ్మ పు॒చ్ఛం ప్ర॑తిష్ఠా | తదప్యే॒ష శ్లో॑కో భ॒వతి || 5 ||

అస॑న్నై॒వ స భ॑వతి | అస॒ద్భుష్ణే॑తి వేద॒ చేత్ | అన్తి॑ బ్ర॒హ్మేతి॑ చేద్వేద | సన్త॑మేనం తతో విదు॒రితి॑ |
 త॒ప్తైష॑ ఏవ శా॒రీర॑ ఆత్మ॒ | యః పూ॒ర్వస్య॑ | అథా॑తోఽనుప్ర॒శ్నాః | ఉ॒తావి॒ద్వాన్మ॑ముం లో॒కం ప్రే॑త్య |
 కశ్చ॑న గ॒చ్ఛత్ ౩ | ఆహో॑ వి॒ద్వాన్మ॑ముం లో॒కం ప్రే॑త్య | కశ్చి॒థ్నుమ॑క్షుతా ౩ ఉ॒ | సోఽకా॑మయత |
 బ॒హుస్యాం॑ ప్ర॒జాయే॑యేతి | స తపో॑ఽతప్యత | స తప॑స్త॒ప్త్యా | ఇ॒దగ్ం సర్వ॑మస్యజత |
 యది॒దం కి॑చ్ఛ | తథ్ను॒ష్ట్యా | తదే॒వాను॑ప్రావి॒శత్ | తదను॑ ప్ర॒విశ్య॑ | సచ్ఛ త్యచ్ఛా॒భవత్ |

నిరుక్తం చానిరుక్తం చ | నిలయనం చానిలయనం చ | విజ్ఞానం చావిజ్ఞానం చ | సత్యం
చాన్యతం చ సత్యమభవత్ | యదిదం క్రిచ్చ | తత్సత్యమిత్వాచక్షతే | తదప్యేష శ్లోకో భవతి || 6 ||

అభయప్రతిష్ఠా

అసద్వా ఇదమగ్ర ఆసీత్ | తతో వై సదజాయత | తదాత్సానగ్గ్ స్వయమకురుత |
తస్మాత్తద్భుక్యతముచ్ఛత ఇతి | యద్వై తద్భుక్యతమ్ | రసో వై సః |
రసగ్గ్ హ్యేవాయం లభ్యోఽనిన్ద్రీ భవతి | కోహ్యేవాన్యత్కః ప్రాణ్యాత్ |
యదేష ఆకాశ ఆనన్దో న స్యాత్ | ఏష హ్యేవానిన్ద్రయాతి |
యదా హ్యేవైష ఏతస్మిన్నదృశ్యేనాత్మేనిరుక్తేనిలయనేభయం ప్రతిష్ఠాం విన్దతే |
అథ సోభయం గతో భవతి | యదా హ్యేవైష ఏతస్మిన్నుదరమన్తరం కురుతే |
అథ తస్య భయం భవతి | తత్త్వేన భయం విదుషోమన్వానస్య | తదప్యేష శ్లోకో భవతి || 7 ||

బ్రహ్మనందమీమాంసా

భేషానిస్సాద్వృతః పవతే | భేషాదేతి సూర్యః | భేషానిస్సాదగ్నిశ్చేన్ద్రశ్చ | మృత్యుర్ధావతి పంచమ ఇతి |
పైషానిన్ద్రస్య మీమాగ్ంసా భవతి | యవా స్వాధ్వాధుయువానిధ్యాయకః |
ఆశిష్టో దృఢిష్టో బలిష్ఠః | తస్యైవం పృథివీ సర్వో విత్తస్య పూర్ణో స్యాత్ | స ఏకో మానుష ఆనన్దః |
తే యే శతం మానుషా ఆనన్దాః | స ఏకో మనుష్యగర్భర్వాణామానన్దః | శ్రోత్రియస్య చాకామహత్తస్య |

తే యే శతం మనుష్యగన్ధర్వాణామాన్తన్దః | స ఏకో దేవగన్ధర్వాణామాన్తన్దః |
 శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య | తే యే శతం దేవగన్ధర్వాణామాన్తన్దః |
 స ఏకః పితృణాం చిరలోకలోకానామాన్తన్దః | శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య |
 తే యే శతం పితృణాం చిరలోకలోకానామాన్తన్దః | స ఏక ఆజానజానాం దేవానామాన్తన్దః |
 శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య | తే యే శతమాజానజానాం దేవానామాన్తన్దః |
 స ఏకః కర్మదేవానాం దేవానామాన్తన్దః | యే కర్మణా దేవానాపియన్తి | శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య |
 తే యే శతం కర్మదేవానాం దేవానామాన్తన్దః | స ఏకో దేవానామాన్తన్దః |
 శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య | తే యే శతం దేవానామాన్తన్దః | స ఏక ఇష్టస్యాఽఽన్తన్దః |
 శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య | తే యే శతమిష్టస్యాఽఽన్తన్దః | స ఏకో బృహస్పతేరాన్తన్దః |
 శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య | తే యే శతం బృహస్పతేరాన్తన్దః | స ఏకః ప్రజాపతేరాన్తన్దః |
 శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య | తే యే శతం ప్రజాపతేరాన్తన్దః | స ఏకో బ్రహ్మణ ఆన్తన్దః |
 శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య | స యశ్చాయం పురుషే | యశ్చాసావాదిత్యే | స ఏకః |
 స య ఏవంవిత్ | అస్మాల్లోకాత్పైత్య | ఏతమన్నమయమాత్సానముపసఙ్కృమతి |
 ఏతం ప్రాణమయమాత్సానముపసఙ్కృమతి | ఏతం మనోమయమాత్సానముపసఙ్కృమతి |
 ఏతం విజ్ఞానమయమాత్సానముపసఙ్కృమతి | ఏతమానన్దమయమాత్సానముపసఙ్కృమతి |
 తదవ్యేష స్తోకో భవతి || ౮ ||

య॒త్ వా॒చో ని॑వర్త॒న్తే | అ॒ప్రాప్త్య॑ మ॒నసా॑ స॒హ | ఆన॑ద్ధం బ్ర॒హ్మణో॑ వి॒ద్వాన్ | న బ॒భేతి॑ కు॒తశ్చ॑నేతి |
ఏ॒తగ్ం హ॑ వా॒వ న త॒పతి॑ | కి॒మహగ్ం॑ సా॒ధు నా॑క॒రవ॑మ్ | కి॒మహం॑ పా॒పమ॑క॒రవ॑మితి |
స॒య ఏ॒వం వి॒ద్వానే॑తే ఆత్మా॑నగ్గ్ స్పృ॒ణుతే॑ | ఉ॒భే హ్యే॒వైష॑ ఏ॒తే ఆత్మా॑నగ్గ్ స్పృ॒ణుతే॑ |
య ఏ॒వం వే॑ద | ఇ॒త్యుప॑నిషత్ || ౧ ||

ఓం స॒హ నా॑వ॒వతు॑ | స॒హ నౌ భు॑నక్తు | స॒హ వీ॒ర్యం॑ క॒రవా॑వహా |
తే॒జస్వి॒నా వ॑భీ॒తమ॑స్తు మా వి॒ద్విషా॑వహా |
ఓం శా॒ంతిః శా॒ంతిః శా॒ంతిః ||
|| ఇతి॑ బ్ర॒హ్మన॑ద్ధవల్లీ స॒మాప్తా॑ ||

తైత్తిరీయోపనిషత్

తృతీయా భుగువల్లీ

ఓం స॒హ నా॑వవతు | స॒హ నా॑ భునక్తు | స॒హ వీ॒ర్యం క॑రవావహై |
తే॒జ॒స్వి॒నా వ॑భీతమస్తు మా వి॒ద్వి॒షావహే॑ ||
ఓం శా॒న్తిః శా॒న్తిః శా॒న్తిః ||

బ్రహ్మ జిజ్ఞాసా

భృ॒గు॒ర్వై వా॑రు॒ణిః | వరు॑ణం పిత॑ర॒ముప॑ససార | అభీ॑హి భగ॑వో బ్రహ్మే॑తి | తస్మా॑ ఏ॒తత్ప్ర॑వాచ |
అన్నం॑ ప్రా॒ణం చక్షు॑శ్శాస్త్రం మ॒నో వా॑చ॒మితి॑ | తగ్ం హో॑వాచ |
యతో॒ వా ఇ॒మాని॒ భూతా॑ని॒ జాయ॑ంతే | యే॒న జాతా॑ని॒ జీవ॑న్తి | యత్ప్ర॑య॒న్త్యభి॑సంవి॒శన్తి॑ |
తద్వి॑జి॒జ్ఞాస॑స్వ | తద్బ్ర॑హ్మే॑తి | స తపో॑ఽతప్యత | స తప॑స్తప్త॒వ్వా || 1 ||

పంచకోశాంతఃస్థిత - బ్రహ్మనిరూపణమ్

అన్నం॑ బ్రహ్మే॑తి వ్య॒జానాత్ | అన్నో॑ద్ధ్యే॒వ ఖ॒ల్వి॒మాని॒ భూతా॑ని॒ జాయ॑ంతే | అన్నే॑న॒ జాతా॑ని॒ జీవ॑న్తి |
అన్నం॑ ప్ర॒యన్త్య॑భి॒సంవి॒శన్తి॑తి | తద్వి॒జ్ఞాయ॑ | పున॑రే॒వ వరు॑ణం పిత॑ర॒ముప॑ససార |
అభీ॑హి భగ॑వో బ్రహ్మే॑తి | తగ్ం హో॑వాచ | తప॑సా బ్రహ్మ॒ వి॒జి॒జ్ఞాస॑స్వ | తపో॑ బ్రహ్మే॑తి |
స తపో॑ఽతప్యత | స తప॑స్తప్త॒వ్వా || 2 ||

ప్రాణో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ | ప్రాణాద్వైవ ఖల్విమాని భూతాని జాయంతే | ప్రాణేన జాతాని జీవంతి |
 ప్రాణం ప్రయన్త్యభిసంవిశంతి | తద్విజ్ఞాయ | పునరేవ వరుణం పితరముపససార |
 అథిహి భగవో బ్రహ్మేతి | తగ్ం హోవాచ | తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ | తపో బ్రహ్మేతి |
 స తపోఽతవ్యత | స తపస్తప్త్యా || 3 ||

మనో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ | మనసో హ్యేవ ఖల్విమాని భూతాని జాయంతే | మనసా జాతాని జీవంతి |
 మనః ప్రయన్త్యభిసంవిశంతి | తద్విజ్ఞాయ | పునరేవ వరుణం పితరముపససార |
 అథిహి భగవో బ్రహ్మేతి | తగ్ం హోవాచ | తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ | తపో బ్రహ్మేతి |
 స తపోఽతవ్యత | స తపస్తప్త్యా || 4 ||

విజ్ఞానం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ | విజ్ఞానాద్వైవ ఖల్విమాని భూతాని జాయంతే |
 విజ్ఞానేన జాతాని జీవంతి | విజ్ఞానం ప్రయన్త్యభిసంవిశంతి | తద్విజ్ఞాయ |
 పునరేవ వరుణం పితరముపససార | అథిహి భగవో బ్రహ్మేతి | తగ్ం హోవాచ |
 తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ | తపో బ్రహ్మేతి | స తపోఽతవ్యత | స తపస్తప్త్యా || 5 ||

ఆనన్దో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ | ఆనన్దాద్వైవ ఖల్విమాని భూతాని జాయంతే | ఆనన్దేన జాతాని జీవంతి |
 ఆనన్దం ప్రయన్త్యభిసంవిశంతి | సైషా భార్గవో వారుణే విద్యా | పరమే వ్యమన్ప్రతిష్ఠితా |
 య ఏవం వేద ప్రతితిష్ఠతి | అన్నవానన్నాదో భవతి | మహాస్థవతి ప్రజయా పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేన |
 మహస్కీర్త్యా || 6 ||

అన్నబ్రహ్మోపాసనమ్

అ॒న్నం న॑ ని॒ద్వాత్ | తద్వ॒తమ్ | ప్రా॒ణో వా॑ అ॒న్నమ్ | శరీ॑రమ॒న్నాదమ్ | ప్రా॒ణే శరీ॑రం ప్రతిష్ఠితమ్ |
శరీ॑రే ప్రా॒ణః ప్రతి॑ష్ఠితః | తదే॒తద॒న్నమ॒న్నే ప్రతి॑ష్ఠితమ్ |
స॒య ఏ॒తద॒న్నమ॒న్నే ప్రతి॑ష్ఠితం వేద॒ ప్రతి॑ష్ఠిష్ఠతి | అ॒న్నవా॑న॒న్నాదో భ॑వతి |
మ॒హాస్థి॑వతి ప్ర॒జయా॑ ప॒శుభి॑ర్భు॒ష్ణావర్చ॑సేన | మ॒హస్మి॑ర్హ్యై || 7 ||

అ॒న్నం న॑ పరి॒చక్షి॑త | తద్వ॒తమ్ | ఆ॒పో వా॑ అ॒న్నమ్ | జ్యోతి॑ర॒న్నాదమ్ | అ॒ప్సు జ్యోతిః॑ ప్రతిష్ఠితమ్ |
జ్యోతి॑ష్యాపః ప్రతిష్ఠితాః | తదే॒తద॒న్నమ॒న్నే ప్రతి॑ష్ఠితమ్ |
స॒య ఏ॒తద॒న్నమ॒న్నే ప్రతి॑ష్ఠితం వేద॒ ప్రతి॑ష్ఠిష్ఠతి | అ॒న్నవా॑న॒న్నాదో భ॑వతి |
మ॒హాస్థి॑వతి ప్ర॒జయా॑ ప॒శుభి॑ర్భు॒ష్ణావర్చ॑సేన | మ॒హస్మి॑ర్హ్యై || 8 ||

అ॒న్నం బ॒హు కు॑ర్వీత | తద్వ॒తమ్ | పృ॒థివీ॑ వా అ॒న్నమ్ | ఆ॒కాశో॑ఽన్నాదః |
పృ॒థివ్యా॑మా॒కాశః॑ ప్రతిష్ఠితః | ఆ॒కాశే॑ పృ॒థివీ॑ ప్రతిష్ఠితా | తదే॒తద॒న్నమ॒న్నే ప్రతి॑ష్ఠితమ్ |
స॒య ఏ॒తద॒న్నమ॒న్నే ప్రతి॑ష్ఠితం వేద॒ ప్రతి॑ష్ఠిష్ఠతి | అ॒న్నవా॑న॒న్నాదో భ॑వతి |
మ॒హాస్థి॑వతి ప్ర॒జయా॑ ప॒శుభి॑ర్భు॒ష్ణావర్చ॑సేన | మ॒హస్మి॑ర్హ్యై || 9 ||

సదాచార ప్రదర్శనమ్ | బ్రహ్మసంధానుభవః

న కఙ్కన వసతౌ ప్రత్యచక్షిత | తద్వ్రతమ్ | తస్మాద్యయా కయా చ విధయా బహ్వన్నం ప్రాప్నుయాత్ |
అరాధ్యస్సా అన్నమిత్వాచక్షతే | ఏతద్వై ముఖతోఽన్నగ్ం రాధమ్ | ముఖతోఽస్సా అన్నగ్ం రాధ్యతే |
ఏతద్వై మధ్యతోఽన్నగ్ం రాధమ్ | మధ్యతోఽస్సా అన్నగ్ం రాధ్యతే |
ఏతద్వా అస్తతోఽన్నగ్ం రాధమ్ | అస్తతోఽస్సా అన్నగ్ం రాధ్యతే | య ఏవం వేద | క్షేమ ఇతి వాచ |
యోగక్షేమ ఇతి ప్రాణాపానయోః | కర్మేతి హస్తయోః | గతిరితి పాదయోః | విముక్తిరితి పాయౌ |
ఇతి మానుషీస్సమాజ్ఞాః | అథ దైవీః | తృప్తిరితి వృష్టౌ | బలమితి విద్యుతి | యశ ఇతి పశుషు |
జ్యోతిరితి నక్షత్రేషు | ప్రజాతిరమృతమానన్ద ఇత్యుపధే | సర్వమిత్వాకాశే | తత్ప్రతిష్ఠేత్పుషాసీత |
ప్రతిష్ఠావాన్భవతి | తన్మహ ఇత్యుషాసీత | మహాన్భవతి | తన్మన ఇత్యుషాసీత | మానవాన్భవతి |
తన్నమ ఇత్యుషాసీత | నమ్యంతేఽన్యై కామాః | తద్భుక్తేఽత్యుషాసీత | బ్రహ్మవాన్భవతి |
తద్భుక్తాణః పరిమర ఇత్యుషాసీత | పర్యేణం మ్రియంతే ద్విషన్తస్సపత్నాః |
పరి యేఽప్రియా భూతృవ్యాః | స యశ్చాయం పురుషే | యశ్చాసావాదిత్యే | స ఏకః |
స య ఏవం విత్ | అస్సాన్లోకాత్ప్రేత్య | ఏతమన్నమయమాత్మానముపసఙ్కమ్య |
ఏతం ప్రాణమయమాత్మానముపసఙ్కమ్య | ఏతం మనోమయమాత్మానముపసఙ్కమ్య |
ఏతం విజ్ఞానమయమాత్మానముపసఙ్కమ్య | ఏతమానన్దమయమాత్మానముపసఙ్కమ్య |
ఇమాన్లోకాన్కామాన్మీ కామరూప్యనుసఙ్కరన్ | ఏతథ్సమ గాయన్తాన్తే |
హో 3 పు హో 3 పు హో 3 పు | అహమన్నమహమన్నమహమన్నమ్ |

అహమన్నోదోఽహమన్నోదోఽహమన్నోదః |

అ॒హగ్గ్ శ్లో॒క॒కృ॒ద॒హగ్ శ్లో॒క॒కృ॒ద॒హగ్ శ్లో॒క॒కృ॒త్ | అ॒హమ॑స్మి ప్రథ॑మజా ఋ॒తా॒స్య |
పూ॒ర్వం దే॒వేభ్యో॑ అమృ॑తస్య నా॒భయి॑ | యో మా దదా॑తి స ఇదే॒వ మా॑వ్రాః |
అ॒హమ॑న్నమ॒న్నమ॒దన్త॑మా॒భి | అ॒హం వి॒శ్వం భు॑వ॒నమ॑భ్య॒భవా॑మ్ | సు॒వర్న॑ జ్యోతీః॑ |
య ఏ॒వం వేద॑ | ఇ॒త్యు॒పని॑షత్ || 10 ||

|| ఇతి భృగువల్లీ సమాప్తా ||
ఓం స॒హ నా॑వవతు | స॒హ నౌ భు॑నక్తు | స॒హ వీ॒ర్యం॑ కరవా॒వహే॑ |
తే॒జ॒స్వి॒నా వ॑భీతమస్తు మా వి॒ద్విషా॑వహే॑ ||
ఓం శా॒న్తిః శా॒న్తిః శా॒న్తిః ||