కఠరుద్రోపనిషత్తు

– డా. కరి పురుషోత్తమాచార్యులు

ఉపోద్ఘాతము :

కఠరుద్రోపనిషత్తు నాలుగు వేదాలలోనూ ఒకటైన రెండవ వేదమైన యజుర్వేదానికి చెందినది. దీనిని కంఠరుద్రోపనిషత్తని కూడా అంటారని ఒక వ్యాఖ్యాత యొక్క అభిప్రాయము. ఇందులోని విషయము బ్రహ్మవిద్య, అందుకు అనువైన సన్యాసాశ్రమము, సన్యాసాశ్రమలక్షణములు, నియమములు మరియు వేషభాషలు వివరించబడుతున్నాయి. బ్రహ్మవిద్యను గురించిన జిజ్ఞాసను పొందిన దేవతలు బ్రహ్మదేవుని గురువుగా ఆశ్రయించి ప్రార్థించగా బ్రహ్మదేవుడు బ్రహ్మవిద్యకు సంబంధించిన అనేక విషయములను ఉపదేశించే క్రమంలో ఏర్పడినదే ఈ కఠరుద్రోపనిషత్తు సహనావవతు అనే శాంత్రిమంత్రంతో మొదలై ఆ మంత్రంతోనే ముగుస్తుంది. ఉపనిషత్తు మొదట ఒక పదిహేను లేదా ఇరవై పంక్తులు ఛందోబద్ధంగా కాక గద్యరీతిలో సాగి, తదుపరి నలభైరెండు శ్లోకాలుగా ఉంటుందీ కఠరుద్రోపనిషత్తు యొక్కస్వరూపము.

సన్యాసము బ్రహ్మవిద్య

బ్రహ్మవిద్యను పొందగోరువారికి అనేకమైన కట్టుబాట్లు అవసరమౌతాయి. కారణమేమంటే, బ్రహ్మతత్వము అంతసులభంగా తెలిసేదికాదు. సంసారబంధంలో ఉన్న సాధకుడికి భార్య, పిల్లలు, ఇల్లు, కుటుంబ నిర్వహణ, ఇరుగుపొరుగు సహకారమును పొందవలసివచ్చుట, అందు కోసం ఊరూవాడాతో సంబంధాలను కొనసాగించుట అందులో భాగంగా ఇంట్లోని బంధువులతో మొదలై ప్రపంచంలోని

వారందరిలోనూ కలిగే రాగద్వేషాలూ, వాటిని నిభాయించుకోవడం. ఇలా జన్మాంతం వరకూ ఈ సంసారంపైనే దృష్టిపెట్టవలసిన పరిస్థితులలో బ్రహ్మపదార్థం మీద లక్ష్యం కుదరడం అసంభవం. మరి బ్రహ్మవిద్యలోని మర్మాలను తెలుసుకోవడం ఎలా? అంటే శాస్త్రం ఒక ఉపాయాన్ని తెలిపింది. బ్రహ్మచర్యాన్ని ముగించి, బ్రహ్మచర్యదీక్షలో భాగమైన వేదశాస్త్రాలలో తెలుసున్న ధర్మాలను ఆచరించడం కోసమై ఏర్పడిన గృహస్థ వానప్రస్థాశ్రమాలను అనుభవించిగానీ, వాటియందు కూడా వాంఛ లేనంతగా వైరాగ్యం ఉన్నట్లైతే వివాహాదులను పొందకనే కూడా ఆశ్రమాలు నాలుగింటిలోనూ చివరిదైన సన్యాసఆశ్రమాన్ని స్వీకరించి తద్వారా ఎటువంటి ప్రాపంచికమైన ఆటుపోట్లూ లేక, బ్రహ్మతత్త్వం మీద దృష్టి కేంద్రీకరించడం కుదిరి, తగిన సాధనలను సలిపి, చివరికి బ్రహ్మవేత్తయై అంతంలో బ్రహ్మైక్యం చెందే విధంగా ఉత్తమమైన సన్యాసాశ్రమాన్ని చూపించింది శాస్త్రం. అసలు సన్యాసం అన్న శబ్దానికి చెప్పబడిన అర్థమే దానియొక్క ప్రత్యేకతను తెలియజేస్తుంది. సమ్+న్యాసః – సన్యాసః, అని రెండు పదాలున్నాయి. సన్యాసం అనే మాటలో దానియొక్క వ్యుత్పత్తి ఈ విధంగా ఉంటుంది. సమ్యక్ న్యాసః సన్యాసః అని అనగా బాగుగా ఉంచుట లేక పెట్టుక అనియర్థము. దేనిని ఉంచుట? దేనిని పెట్టుట? అనంటే, సాధకుడు బ్రహ్మజ్ఞానం దిశగా తాను తనయొక్క శరీరాన్ని, మనస్సును, కార్యాచరణను ఉంచుట లేక పెట్టుట అని ఆ మాటకు మనం అర్థాన్ని చెప్పుకోవచ్చు లభిస్తున్న ప్రమాణాలను బట్టి.

సంన్యాసాశ్రమ ప్రవేశం

ముందు ఆశ్రమాలైన వానప్రస్థ-గృహస్థ బ్రహ్మచర్యాశ్రమాలకు భిన్నంగా ఉంటుందీ సన్యాసాశ్రమము. బ్రహ్మచర్యంతో మొదలౌతాయి చతురాశ్రమధర్మాలు. ఈ మూడు ఆశ్రమాల వారికీ సామాన్యధర్మం శిఖాయజ్ఞోపవీత ధారణం ఆశ్రమ ప్రారంభంలో ఏ ప్రధాన నియమాలైన శిఖ, మరియు యజ్ఞోపవీతముల ధారణ

ప్రాధమికంగా చెప్పబడిందో ఆ నియమమే సన్యాసాశ్రమంలో నిషిద్ధమయినది.అంటే సన్యాసాశ్రమంలో ప్రవేశించగోరువారు ముందుగా శిఖతో పాటుగా క్షౌరం చేయించుకోవాలి. దాన్నే ముండనము అంటారు. అటుపై జంధ్యమును తీసివేయాలి. తరువాత గృహస్థుడైతే పుత్రులవద్దకువెళ్ళి వారిని చూస్తూ ఈ విధంగా సంబోధించాలి. కుమారా నీవు బ్రహ్మవు, నీవు యజ్ఞానివి, నీవు యజ్ఞం ఋత్విక్కులు చేసే వషట్కారానివి. నీవు ఓంకారానివి. నీవు యజ్ఞకుండంలో హవిస్సులను ప్రేల్చే సమయంలో హోతలు ఉచ్చరించే స్వాహాకారానివి. నీవే ధాతవు, నీవే విధాతవు కూడాను. అని సన్యాసిగా మారిన తండ్రి అన్న ఈ మాటలను విన్న కుమారుడు నేను బ్రహ్మను,నేను యజ్ఞమును, నేను వషట్కారమును, నేను ఓంకారాన్ని, నేను స్వాహాకారాన్ని, నేను ధాతను, అట్లే నేనే విధాతను అతని పూర్వం తండ్రి ప్రస్తుతం సన్యాసి అయిన ఎదుటి వ్యక్తి అన్నమాటలను అనూచ్చరణ చేయాలి. ఆ విధంగా పుత్రుడు తాను అన్న వాక్యాలను అన్న తరువాత ఆ సన్యాసి ఇంటిని విడిచి బైటికి వెళ్ళిపోతాడు. అలా వెళ్ళేటప్పుడు భార్యాబిడ్డలు కొంతదూరం వెంటవెళ్ళాలి. వారిని చూసి అంతవరకూ వారితో ఉన్న మమకారం చేత సహజంగా కంటతడిపెట్టడం మిగిలిన సందర్భాలలో జరుగుతుంది. కానీ ఈ సందర్భంగా అలా అతను కంటతడి పెట్టుకోకూడదు. ఒకవేళ అతను కంటతడి పెడితే అది దోషమై సంతానానికి హాని కలిగిస్తుంది. కొంతదూరం వెళ్ళిన తరువాత పరివారజనమంతా సన్యాసికి ప్రదక్షిణ చేసి అతనిని చూడకుండా తిరిగి ఇంటికి వెళ్ళిపోవాలి. ఇంతటి కఠినమైన విధిగా ఎవరు సన్యసిస్తారో వారు దేవలోకానికి అర్హులౌతారు. ముందు కొన్ని వాక్యాలను పిల్లలచేత అనిపించడంలోనూ సూక్ష్మం దాగి ఉంది. అదేమనగా, నేను నిన్ను (పుత్రుడిని)విడిచి వెళ్ళినా నువ్వు నా బాధ్యత తీసుకుని కుటుంబాన్ని నిర్వహించాలి. అన్నీ నువ్వే అయ్యి ఆయా సందర్భాలలో చెయ్యవలసిన పనులను చేయాలి అని ఇంటి బాధ్యతలను కొడుకుకి అప్పజెప్పడం, కొడుకు కూడా నేను మీ బాధ్యతలను తీసుకుంటాను అని

అంగీకరించడం తెలుస్తుంది. ఇక రెండవది,ఎన్నో ఏళ్ళుగా ఏర్పడిన బంధాన్నైనా తృణీకరించి, మోహాన్ని విడిచి సన్యాసదీక్షనుబూని బ్రహ్మజ్ఞానిగా మారడానికి సంకేతమే పరివారాన్ని వీడే సమయంలో కన్నీరుపెట్టకుండా ఉండగలగడంలోని రహస్యం.

సన్యాసం – వనవాసం

సన్యాసాశ్రమానికంటే ముందరి జీవితంలో బాల్యం ఏడవ ఏట ఉపనయనం చేసుకుని, సంపూర్ణంగా స్వశాఖావేదాధ్యయనాన్ని ముగించి విధిగా గృహస్థుడై సంతానోత్పత్తి చేసి, వేదోక్తయజ్ఞములు నిర్వహించి కుమారులను సంస్కారవంతులను చేసి,గురువుల సలహాలు తీసుకుని విధిగా సన్యసించాలి. అలా సన్యసించి అడవులకేగి కుటీరమును ఏర్పరుచుకుని (తాత్కాలికంగా) అందులో హోమకుండాన్ని నిర్మించి ఆవుపాలు హవిస్సుగా పన్నెండురోజులపాటు అగ్నిహోత్రంలో హోమం చెయ్యాలి. ఆ పన్నెండురోజుల హోమం తరువాత విష్ణువుకు,రుద్రుడికీ సంబంధించిన చెరువును త్రికపాలాలలో (మూడు మట్టిపాత్రలలో) వండి వైశ్వానరాగ్నిలో ప్రజాపతిని (బ్రహ్మ) గురించి హవనం చెయ్యాలి. హోమం తరువాత గురువుగారికి దక్షిణను సమర్పించి నమస్కరించిన తరువాత పూర్తిగా సన్యాసిగా గుర్తించబడతాడు అతడు. అటుపై సన్యాసధర్మాన్ని అనుసరించి మరియొక అగ్నిహోత్రాన్ని స్పృశించే అర్హత సన్యాసికి ఉండదు. కేవలం **మృత్యుర్జయమావహమ్** మొదలైన ఆధ్యాత్మికమంత్రాలను జపం మాత్రం చేస్తూ ఉండడం తప్ప స్వయంగా హోమం చెయ్యడం అనేది ఉండదు పూర్తిస్థాయి సన్యాసికి.

అటు తరువాత ఆత్మతత్త్వం గురించిన చింతన చేస్తూ ఇళ్ళూవాకిళ్ళూ (కుటీరం కూడా లేకుండా) వదిలి సంసారానికి వ్యతిరేకమైన మార్గంలో సంచరిస్తూ పోవాలి. భిక్షాటన చేస్తూ లభించిన ఆహారాన్ని మాత్రమే గ్రహించాలి. క్షణకాలు కూడా ఒకచోట ఉండిపోక అంతటా సంచరిస్తూనే ఉండాలి. కేవలం జీవహింసను నివారించడం కోసమై

వర్షాకాలంలో మాత్రం తనసంచారానికి విరామం ఇవ్వాలి. యతినియమం ప్రకారం పావుకోళ్ళు,కాపీనం, దర్భాసనం, జోలె, కమండలం మొదలైన కొన్ని వస్తువులుమాత్రమే ఉండాలి. నదీ, తటాకాది, తీరప్రదేశాలలోకానీ, దేవాలయప్రాంగణాలలో కానీ శయనించాలి. అతిగా విశ్రమించకూడదు,వ్యర్థమైన పనులు చేస్తూ శరీరాన్ని అతిగా అలసిపోనివ్వనూకూడదు. తనను చూసి ఎవరైనా పొగడడాన్ని ఆనందించకూడదు. తాను మరొకరిని నిందించడం, లేక శపించడం లాంటివి చెయ్యకూడదు. ఎనిమిది రకాలైన మైధునాలను వదిలి కఠినమైన బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటించాలి.

అష్టవిధమైధునాలు

యతిధర్మాల అతిముఖ్యమైన నియమం అష్టవిధమైధునాలకు దూరంగా ఉండడం. సామాన్యంగా స్త్రీపురుషుల కలయికను మాత్రమే మైధునం అనుకుంటారు ప్రజలు. కానీ శారీరకంగా కలవకపోయినా దానికి సంబంధించిన ఆలోచన దగ్గరనుండి ప్రతీచర్యామైధునంగానే పరిగణింపబడుతుంది. ఆ ప్రకారంగా సన్యాసి అయిన సాధకుడు అటువంటి ఎనిమిది రకాల మైధునాలకూ దూరంగా ఉండాలి. ఆ ఎనిమిదీ ఏవంటే.... 1.స్త్రీదర్శనం 2.స్పర్శనం 3. క్రీడించడం 4. స్త్రీతో చర్చించడం 5.కామతత్వానికి సంబంధించిన రహస్యసంభాషణం 6. సంభోగానికి సంబంధించిన మనస్సంకల్పం 7. సంభోగం కోసం ప్రయత్నం 8. నేరుగా సంభోగక్రియ. ఈ విధమైన వాటికి దూరంగా ఉండటం బ్రహ్మచర్యము. మోక్షేచ్ఛగల సన్యాసి ఈ నియమాలను పాటించినప్పుడు బ్రహ్మానుభవాన్ని పొందగలడు. బ్రహ్మయందే సమస్తసృష్టీ ఉందన్న సత్యాన్ని గ్రహించగలడు. సత్యజ్ఞానానందస్వరూపుడైన పరబ్రహ్మైన పరమేశ్వరుడి నుండి శబ్ద స్పర్శ-రూప-రస-గంధ తన్మాత్రలకు ప్రతీకలైన పంచభూతాలు, వాటి నుండి సకలజగత్తు, వారివారి కర్మాను సారంగా ప్రాణులను దేవ-దానవ-యజ్ఞ-కిన్నర-మనుష్య—పశు-పక్ష్యాది యోనులయందు పుట్టించడం, కర్మలు తీరిన

సమయాన ప్రాణులనుండి మొదలుపెట్టి భూతాలవరకూ అఖిలసృష్టినీ లయింపజేసేదీ ఆ బ్రహ్మే అనీ, ఇంతటి సృష్టిక్రమాన్నీ ఆ పరబ్రహ్మయందు దర్శించగలగడమే బ్రహ్మవిద్య. ఆ విద్య తెలియాలంటే కఠోరసాధన చెయ్యాలి. ఆ కఠోరసాధనలతో కూడుకున్నదే సన్యాసం.

ఉపసంహారం

పుట్టిన ప్రతీమనిషీ తాను ఎవరు ? తాను ఎలా పుట్టాడు ? తను తెలుసుకోవలసినదేమిటి ? అది ఎలా లభిస్తుంది ? అందుకు అవసరమైన సాధనోపాయాలేమిటి మొదలైన విషయాలపై నిత్యాన్వేషణ చేయాలి. ఆ అన్వేషణలో తెలిసేది బ్రహ్మవిద్య అనేది ఒకటుందని అదిగో, ఆ బ్రహ్మవిద్యను గురించే ఈ కఠరుద్రోపనిషత్తు ఉపదేశిస్తోంది. మనుషులే కాదు, దేవతలు కూడా దీన్ని తెలుసుకుని ఉన్నతిని సాధించాలనుకున్నారు. కనుకనే దేవతలు బ్రహ్మవిద్యను గురించి బ్రహ్మనే అడగగా అతడు బ్రహ్మవిద్యను, దాన్నిపొందడానికి అవలంబించవలసిన విధులలో భాగంగా సన్యాసాశ్రమ ప్రకరణాన్ని విపులంగా ఈ ఉపనిషత్తులో ఉపదేశించాడు.

స్వస్తి

కఠరుద్రోపనిషత్

శ్లో. పరివ్రజ్యాధర్మపూగాలంకారా యత్పదం యయుః ।
తదహం కఠవిద్యార్థం రామచంద్రపదం భజే ॥

ఓం సహనా వవతు । సహ నౌ భునక్తు । సహ వీర్యం కరవావహై ।
తేజస్వినావధీతమస్తు మా విద్విషావహై ॥

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

అథ కఠరుద్రోపనిషత్ ప్రారంభః

హరిః ఓం ..

దేవా హ వై భగవంతమబ్రువన్నధీహి భగవన్బ్రహ్మవిద్యాం ।
స ప్రజాపతిరబ్రవీత్సశిఖాన్కేశాన్నిష్కృత్య విసృజ్య యజ్ఞోపవీతం నిష్కృత్య పుత్రం దృష్ట్వా త్వం బ్రహ్మ త్వం యజ్ఞస్త్వం వషట్కార స్త్వమోంకారస్త్వం స్వాహా త్వం స్వధా త్వం ధాతా త్వం విధాతా త్వం ప్రతిష్ఠాఽసీతి వదేత్ ।

అథ పుత్రో వదత్యహం బ్రహ్మాహం యజ్ఞోఽహం వషట్కారోఽహమోంకారోఽహం స్వాహాహం స్వధాహం ధాతాహం విధాతాహం త్వష్టాహం ప్రతిష్ఠాస్మీతి ।

తాన్యేతాన్యనువ్రజన్నాశ్రుమాపాతయేత్ । యదశ్రుమాపాతయేత్ప్రజాం విచ్ఛింద్యాత్ ।
ప్రదక్షిణమావృత్త్యైతచ్చైతచ్చానవేక్షమాణాః ప్రత్యాయంతి ।
స స్వర్గ్యో భవతి బ్రహ్మచారీ వేదమధీత్య వేదోక్తాచరితబ్రహ్మచర్యో
దారానాహృత్య పుత్రానుత్పాద్య తాననుపాదిభిర్వితత్యేష్ట్వా చ శక్తితో యజ్ఞైః ।

తస్య సంన్యాసో గురుభిరనుజ్ఞాతస్య బాంధవైశ్చ ।
సోఽరణ్యం పరేత్య ద్వాదశరాత్రం పయసాగ్నిహోత్రం జుహుయాత్ ।

ద్వాదశరాత్రం పయోభక్షా స్యాత్। ద్వాదశరాత్రస్యాంతే
అగ్నయే వైశ్వానరాయ ప్రజాపతయే చ ప్రాజాపత్యం చరుం
వైష్ణవం త్రికపాలమగ్నిం సంస్థితాని పూర్వాణి దారుపాత్రాణ్యాగ్నౌ జుహుయాత్ ।
మృణ్మయాన్యప్సు జుహుయాత్। తైజసాని గురవే దద్యాత్।
మా త్వం మామపహాయ పరాగాః। నాహం త్వామపహాయ పరాగామితి ।
గార్హపత్యదక్షిణాగ్న్యాహవనీయేష్వరణిదేశాద్భస్మముష్టిం
పిబేదిత్యేకే। సశిఖాన్కేశాన్నిష్కృత్య విసృజ్య యజ్ఞోపవీతం
భూఃస్వాహేత్యప్సు జుహుయాత్। అత ఊర్ధ్వమనశనమపాం ప్రవేశమగ్నిప్రవేశం
వీరాధ్వానం మహాప్రస్థానం వృద్ధాశ్రమం వా గచ్ఛేత్। పయసా యం ప్రాశ్నీయాత్సోఽస్య
సాయంహోమః। యత్ప్రాతః సోఽయం ప్రాతః। యద్దర్శే తద్దర్శనం। యత్పౌర్ణమాస్యే
తత్పౌర్ణమాస్యం। యద్వసంతే కేశశ్మశ్రులోమనఖాని వాపయేత్సోఽస్యాగ్నిష్టోమః।

సంన్యస్యాగ్నిం న పునరావర్తయేన్మృత్యుర్జయమావహమిత్యధ్యాత్మమంత్రాన్వదేత్। స్వస్తి సర్వజీవేభ్య ఇత్యుక్త్వాత్మానమనన్యం ధ్యాయన్ తదూర్ధ్వబాహుర్విముక్తమార్గో భవేత్। అనికేతశ్చరేత్। భిక్షాశీ యత్కించిన్నాద్యాత్। లవైకం న ధావయేజ్జంతుసంరక్షణార్థం వర్షవర్జమితి।

తదపి శ్లోకా భవంతి

కుండికాం చమసం శిక్యం త్రివిష్టముపానహౌ ।
శీతోపఘాతినీం కంథాం కౌపీనాచ్ఛాదనం తథా ॥ ॥ 1 ॥

పవిత్రం స్నానశాటీం చ ఉత్తరాసంగమేవ చ ।
యజ్ఞోపవీతం వేదాంశ్చ సర్వం తద్వర్జయేద్యతిః ॥ ॥ 2 ॥

స్నానం పానం తథా శౌచమద్భిః పూతాభిరాచరేత్ ।
నదీపులినశాయీ స్యాద్దేవాగారేషు వా స్వపేత్ ॥ ॥ 3 ॥

నాత్యర్థం సుఖదుఃఖాభ్యాం శరీరముపతాపయేత్ ।
స్తూయమానో న తుష్యేత నిందితో న శపేత్పరాన్ ॥ ॥ 4 ॥

బ్రహ్మచర్యేణ సంతిష్ఠేదప్రమాదేన మస్కరీ ।
దర్శనం స్పర్శనం కేలిః కీర్తనం గుహ్యభాషణం ॥ ॥ 5 ॥

సంకల్పోఽధ్యవసాయశ్చ క్రియానిర్వృత్తిరేవ చ ।
ఏతన్మైథునమష్టాంగం ప్రవదంతి మనీషిణః ॥ ॥ 6 ॥

విపరీతం బ్రహ్మచర్యమనుష్ఠేయం ముముక్షుభిః ।
యజ్జగద్భాసకం భానం నిత్యం భాతి స్వతః స్ఫురత్ ॥ ॥ 7 ॥

స ఏవ జగతః సాక్షీ సర్వాత్మా విమలాకృతిః ।
ప్రతిష్ఠా సర్వభూతానాం ప్రజ్ఞానఘనలక్షణః ॥ ॥ 8 ॥

న కర్మణా న ప్రజయా న చాన్యేనాపి కేచిత్ ।
బ్రహ్మవేదనమాత్రేణ బ్రహ్మాప్నోత్యేవ మానవః ॥ ॥ 9 ॥

తద్విద్యా విషయం బ్రహ్మ సత్యజ్ఞానసుఖాద్వయం ।
సంసారే చ గుహావాచ్యే మాయాజ్ఞానాదిసంజ్ఞకే ॥ ॥ 10 ॥

నిహితం బ్రహ్మ యో వేద పరమే వ్యోమ్ని సంజ్ఞితే ।
సోఽశ్నుతే సకలాన్కామాన్క్రమేణైవ ద్విజోత్తమః ॥ ॥ 11 ॥

ప్రత్యగాత్మానమజ్ఞానమాయాశక్తేశ్చ సాక్షిణం ।
ఏకం బ్రహ్మాహమస్మీతి బ్రహ్మైవ భవతి స్వయం ॥ ॥ 12 ॥

బ్రహ్మభూతాత్మనస్తస్మాదేతస్మాచ్ఛక్తి మిశ్రితాత్ ।
అపంచీకృత ఆకాశసంభూతో రజ్జుసర్పవత్ ॥ ॥ 13 ॥

ఆకాశాద్వాయుసంజ్ఞస్తు స్పర్శోఽపంచీకృతః పునః ।
వాయోరగ్నిస్తథా చాగ్నేరాప అద్భ్యో వసుంధరా ॥ ॥ 14 ॥

తాని భూతాని సూక్ష్మాణి పంచీకృత్యేశ్వరస్తదా ।
తేభ్య ఏవ విసృష్టం తద్బ్రహ్మాండాది శివేన హ ॥ ॥ 15 ॥

బ్రహ్మాండస్యోదరే దేవా దానవా యక్షకిన్నరాః ।
మనుష్యాః పశుపక్ష్యాద్యాస్తత్తత్కర్మానుసారతః ॥ ॥ 16 ॥

అస్థిస్నాయ్వాదిరూపోఽయం శరీరం భాతి దేహినాం ।
యోఽయమన్నమయో హ్యాత్మా భాతి సర్వశరీరిణః ॥ ॥ 17 ॥

తతః ప్రాణమయో హ్యాత్మా విభిన్నశ్చాంతరః స్థితః ।
తతో విజ్ఞాన ఆత్మా తు తతోఽన్యశ్చాంతరః స్వతః ॥ ॥ 18 ॥

ఆనందమయ ఆత్మా తు తతోఽన్యశ్చాంతరస్థితః ।
యోఽయమన్నమయః సోఽయం పూర్ణః ప్రాణమయేన తు ॥ ॥ 19 ॥

మనోమయేన ప్రాణోఽపి తథా పూర్ణః స్వభావతః ।
తథా మనోమయో హ్యాత్మా పూర్ణో జ్ఞానమయేన తు ॥ ॥ 20 ॥

ఆనందేన సదా పూర్ణః సదా జ్ఞానమయః సుఖం ।
తథానందమయశ్చాపి బ్రహ్మణోఽన్యేన సాక్షిణా ॥ ॥ 21 ॥

సర్వాంతరేణ పూర్ణశ్చ బ్రహ్మ నాన్యేన కేనచిత్ ।
యదిదం బ్రహ్మపుచ్ఛాఖ్యం సత్యజ్ఞానద్వయాత్మకం ॥ ॥ 22 ॥

సారమేవ రసం లబ్ధ్వా సాక్షాద్దేహీ సనాతనం ।
సుఖీ భవతి సర్వత్ర అన్యథా సుఖతా కుతః ॥ ॥ 23 ॥

అసత్యస్మిన్పరానందే స్వాత్మభూతేఽఖిలాత్మనాం ।
కో జీవతి నరో జంతుః కో వా నిత్యం విచేష్టతే ॥ ॥ 24 ॥

తస్మాత్సర్వాత్మనా చిత్తే భాసమానో హ్యసౌ నరః ।
ఆనందయతి దుఃఖాఢ్యం జీవాత్మానం సదా జనః ॥ ॥ 25 ॥

యదా హ్యేవైష ఏతస్మిన్నదృశ్యత్వాదిలక్షణే ।
నిర్భేదం పరమాద్వైతం విందతే చ మహాయతిః ॥ ॥ 26 ॥

తదేవాభయమత్యంతకల్యాణం పరమామృతం ।
సద్రూపం పరమం బ్రహ్మ త్రిపరిచ్ఛేదవర్జితం ॥ ॥ 27 ॥

యదా హ్యేవైష ఏతస్మిన్నల్పమప్యంతరం నరః ।
విజానాతి తదా తస్య భయం స్యాన్నాత్ర సంశయః ॥ ॥ 28 ॥

అస్యైవానందకోశేన స్తంబాంతా విష్ణుపూర్వకాః ।
భవంతి సుఖినో నిత్యం తారతమ్యక్రమేణ తు ॥ ॥ 29 ॥

తత్తత్పదవిరక్తస్య శ్రోత్రియస్య ప్రసాదినః ।
స్వరూపభూత ఆనందః స్వయం భాతి పరే యథా ॥ ॥ 30 ॥

నిమిత్తం కించిదాశ్రిత్య ఖలు శబ్దః ప్రవర్తతే ।
యతో వాచో నివర్తంతే నిమిత్తానామభవతః ॥ ॥ 31 ॥

నిర్విశేషే పరానందే కథం శబ్దః ప్రవర్తతే ।
తస్మాదేతన్మనః సూక్ష్మం వ్యావృతం సర్వగోచరం ॥ ॥ 32 ॥

యస్మాచ్ఛ్రోత్రత్వగక్ష్యాదిఖాదికర్మేంద్రియాణి చ ।
వ్యావృత్తాని పరం ప్రాప్తుం న సమర్థాని తాని తు ॥ ॥ 33 ॥

తద్బ్రహ్మానందమద్వంద్వం నిర్గుణం సత్యచిద్ఘనం ।
విదిత్వా స్వాత్మరూపేణ న బిభేతి కుతశ్చన ॥ ॥ 34 ॥

ఏవం యస్తు విజానాతి స్వగురోరుపదేశతః ।
స సాధ్వాసాధుకర్మభ్యాం సదా న తపతి ప్రభుః ॥ ॥ 35 ॥

తాప్యతాపకరూపేణ విభాతమఖిలం జగత్ ।
ప్రత్యగాత్మతయా భాతి జ్ఞానాద్వేదాంతవాక్యజాత్ ॥ ॥ 36 ॥

శుద్ధమీశ్వరచైతన్యం జీవచైతన్యమేవ చ ।
ప్రమాతా చ ప్రమాణం చ ప్రమేయం చ ఫలం తథా ॥ ॥ 37 ॥

ఇతి సప్తవిధం ప్రోక్తం భిద్యతే వ్యవహారతః ।
మాయోపాధివినిర్ముక్తం శుద్ధమిత్యభిధీయతే ॥ ॥ 38 ॥

మాయాసంబంధతశ్చేశో జీవోఽవిద్యావశస్తథా ।
అంతఃకరణసంబంధాత్ప్రమాతేత్యభిధీయతే ॥ ॥ 39 ॥

తథా తద్వృత్తిసంబంధాత్ప్రమాణమితి కథ్యతే ।
అజ్ఞాతమపి చైతన్యం ప్రమేయమితి కథ్యతే ॥ 40॥

తథా జ్ఞాతం చ చైతన్యం ఫలమిత్యభిధీయతే ।
సర్వోపాధివినిర్ముక్తం స్వాత్మానం భావయేత్సుధీః ॥ ॥ 41 ॥

ఏవం యో వేద తత్త్వేన బ్రహ్మభూయాయ కల్పతే ।
సర్వవేదాంతసిద్ధాంతసారం వచ్మి యథార్థతః ॥ ॥ 42 ॥

స్వయం మృత్వా స్వయం భూత్వా స్వయమేవావశిష్యతే ॥

ఇత్యుపనిషత్

ఓం సహనా వవతు । సహ నౌ భునక్తు । సహ వీర్యం కరవావహై ।
తేజస్వినావధీతమస్తు మా విద్విషావహై ॥

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఇతి కఠరుద్రోపనిషత్సమాప్తః