తైత్తిరీయోపనిషత్తు

– డా. దువ్వూరి ఫణియజ్ఞేశ్వరయాజులు

ఉపోద్ఘాతము :

సకల భువనములకు మూలాధారము వేదములు, అట్టి వేదములు ముఖ్యముగా రెండు భాగములుగా ఉన్నవి. అవి (1) **కర్మలను ఉపదేశించునది కర్మకాండ** (2) **జ్ఞానమును ఉపదేశించునది జ్ఞానకాండము**. పునరావృత్తిలేని బ్రహ్మసాక్షాత్కారము కలుగజేయుటయే ఈ రెండు కాణ్డలయొక్క పరమ ప్రయోజనము. కర్మలను పరమేశ్వరార్పణబుద్ధితో ఆచరించిన యెడల అట్టి కర్మ చిత్తశుద్ధిని కలుగజేయును. చిత్తము శుద్ధమైనప్పుడు జ్ఞానప్రాప్తికలిగి జ్ఞానముద్వారా కైవల్యము సిద్ధించును. రెండవదైన జ్ఞానకాణము ప్రధానముగా బ్రహ్మప్రాప్తికి ఉపాయమును బోధించును. వాటిని సాధనచేయుటద్వారా మోక్షము ప్రాప్తించునని శాస్త్రనిర్ణయము. కావున కాణ్డద్వయాత్మకమైన వేదముయొక్క పరమప్రయోజనము దుఃఖరూపమైన సంసారసాగరమునుండి తరింపజేసి శాశ్వత సుఖరూపమైన ఆత్యంతిక పురుషార్థమైన మోక్షప్రాప్తియే.

జ్ఞానకాణ్డను ప్రతిపాదించు భాగమునకు ఉపనిషత్తులు అని వ్యవహారము, వేదములకు అంతముగా అనగా చివరిభాగముగా ఉండుటచే వీటిని వేదాంతము అని కూడా అందురు. వివిధ వేదశాఖలకు చెందిన ఈ ఉపనిషత్తులలో 10 ఉపనిషత్తులు లోకప్రసిద్ధములు. అవి **ఈశ, కేన, కఠ, ప్రశ్న, ముండక, మాండూక్య, తైత్తిరీయ, ఐతరేయ, ఛాందోగ్య, బృహదారణ్యకములు**. వీటిలో ప్రకృతమున తైత్తిరీయోపనిషత్తులో ప్రతిపాదింపబడిన విషయము సంక్షేపముగా ప్రస్తుతింపబడుచున్నది. ఈ ఉపనిషత్తు కృష్ణయజుర్వేదము నందలి తైత్తిరీయశాఖాసంబద్ధము.

ప్రతిశాస్త్రమువలె ఈ ఉపనిషత్ భాష్యమున మొదట అనుబంధచతుష్టయం వివరింపబడినది, విషయము, ప్రయోజనము, సంబన్ధము, అధికారి అను ఈ నాలుగువిషయములను అనుబంధచతుష్టయమందురు. **ఏకమేవాద్వితీయం బ్రహ్మ** అను శ్రుతిననుసరించి జగత్తున ఒకే ఒక పదార్థమున్నది రెండవదిలేదు అని చెప్పినది అద్వైతము, ఇదియే ఉపనిషత్ విషయము. సర్వాత్మక పరబ్రహ్మస్వరూపమును తానుగా తెలిసికొనుటయే ప్రధానప్రయోజనము. జ్ఞానకాండకు కర్మకాణ్ణతో సాధ్యసాధనభావము సంబద్ధము. ఇచట జ్ఞానము సాధ్యము, కర్మలు సాధనములు. **గర్భాధానము, పుంసవనము** మొదలుగా చెప్పబడిన 44 సంస్కారములు (కర్మలు) పురుషుని చిత్తమును సంస్కరించి జ్ఞానయోగ్యతను కలుగజేయును. కనుక కర్మజ్ఞానకాణ్డలకు ఇట్టి సంబంధము చెప్పబడినది. జిజ్ఞాసువులు అనగా ఈ బ్రహ్మతత్త్వమునుగూర్చి తెలుసుకొనవలెనను కోరికకలిగినవారు ఈ శాస్త్రమందు ప్రవర్తించుటకు అధికారులు. ఇది సంక్షేపముగా అనుబంధచతుష్టయవివరణము. తైత్తిరీయోపనిషత్తు మూడు విధములు. అవి 1. సాంహిత 2. వారుణి 3. యాజ్ఞకి.

సాంహిత్యుపనిషత్తునందు సంహితాధ్యాయమునుగూర్చి చెప్పుటచే దీనికి సాంహితీ అని పేరు. రెండవ ఉపనిషత్తునందు బ్రహ్మవిద్య ప్రధానవిషయము. దీనికి సంప్రదాయప్రవర్తకుడు వరుణుడు కావున దీనికి వారుణ్యుపనిషత్ అని పేరు. మిగిలినభాగమందు యజ్ఞసంబధములైన మంత్రములు కూడా అధికముగా ఉండుటచే దీనికి యాజ్ఞిక్యుపనిషత్ అని వ్యవహారము. వీటిలో వారుణ్యుపనిషత్ అత్యంత ముఖ్యము మరియు ప్రధానము. పరమపురుషార్థమైన బ్రహ్మప్రాప్తికి సాక్షాత్ సాధనమైన బ్రహ్మ విద్య దీనియందు విస్తృతముగా చెప్పబడుటవలన దీనికి ఇట్టి ప్రాధాన్యము. బ్రహ్మ విద్యయందు ప్రవేశించుటకు తగినయోగ్యతను అధికారమును సంపాదించుటకు సాంహిత్యుపనిషత్తు అధ్యయనము చేయవలెనను నియమానుసారం ముందుగా సాంహిత్యుపనిషత్ ఉపదేశింపబడినది.

సాంహిత్యుపనిషత్తునందు 12 అనువాకములు (భాగములు) కలవు. వీటియందు ప్రతిపాదింపబడిన విషయములకు క్రమముగా సంక్షేపవివరణము. **శ్రేయాంసి బహువిఘ్నాని** అను ఉక్తిప్రకారం బ్రహ్మవిద్యకు దేవతలు, ఋషులు మున్నగు వారిద్వారా సంభవించు విఘ్నపరిహారము కొరకు దేవతాప్రార్థనారూపమైన మంగళాచరణము చేయబడినది. విద్యను అభ్యసించు విద్యార్థికి, ఉపదేశకుడైన ఆచార్యునకు కూడా ఏవిధమైన విఘ్నము కలుగకుండా మంత్రమందు చెప్పబడిన దేవతలందరు రక్షించు గాక అని ఈ మంత్రమునకు అర్థము. తరువాత శిక్షా శబ్దమునకు అర్థము వివరింపబడినది. వర్ణము, స్వరము, మాత్రా, బలము, సామ, సంతానము. మొదలగు అంశములను గ్రహించి మిక్కిలి జాగరూకులై అధ్యయనము చేయవలెనని దీని భావము.

విద్యాసంబంధమైన కీర్తి మరియు బ్రహ్మ వర్చసము అనగా అధ్యయనముచేసిన విషయముయొక్క గ్రహణ – ధారణ – సామర్థ్యము. ఈ రెంటిని ఆచార్యశిష్యులు కలిసిపొందుగాక. తరువాత ఉపాస్యమైన సంహితను లోకము, జ్యోతిషము, విద్య, ప్రజా, ఆత్మా అను ఐదు ఆశ్రయములందు ఒకే ఉపాసనగా వర్ణించిరి. వీటన్నిటితో కూడిన సంహింతను మహాసంహితా అని ఉపాసకులు అందురు, వీటియొక్క అవయవవిశేషములు, ఉపాసనా ఫలము కూడా ఇచట వివరింపబడినది.

పిమ్మట మేధాశక్తిని పెంపొందించు మంత్రములు, శరీరమందు ఉత్పన్నమగు రోగములు నశించి శరీరపాటవము కలుగుటకు, ఆరోగ్యసిద్ధికి, అన్నపానాదుల సమృద్ధికి యుక్తమైన మంత్రములు వ్యాఖ్యానింపబడినవి. అదేవిధంగా సంప్రదాయజ్ఞుడైన ఆచార్యుడు యోగ్యతగలిగిన శిష్యులను పొందుటకు హోమమంత్రములు మొదలగునవి వివరింపబడినవి.

అనంతరం అజ్గదేవతా ఉపాసనలో భాగంగా వ్యాహృతిత్రయము తరువాత ప్రధానమైన బ్రహ్మోపాసన చెప్పబడినది. మందాధికారులకు చక్షురాది గుణములతో కూడిన బ్రహ్మోపాసనకూడా చెప్పిరి. ఆధిభౌతికం, ఆధిదైవికం, ఆధ్యాత్మికం అను మూడుప్రకారములు, లోకపంచకం దేవతాపంచకం, ద్రవ్యపంచకం అనువాటిని వివరించి ఉత్తమాధికారులకు వేదాంత ప్రతిపాద్య ప్రణవస్వరూప శుద్ధబ్రహ్మోపాసన చెప్పబడినది. తరువాత శ్రుతి స్మృత్యుక్తమైన నిత్యకర్మలతో బ్రహ్మకర్మసముచ్చయము, అట్లే వేదాధ్యయనమునందు అశక్తులైనవారికి బ్రహ్మయజ్ఞానుష్ఠాన ఫలప్రాప్తికి ఉపాయముగా జపించవలసిన ప్రతినిధిమంత్రమును ఉపదేశించిరి. చివరిభాగమున కేవలం కర్మానుష్ఠానం వలన వివిదిష జనించి తద్వారా మోక్షము ప్రాప్తించునను అభిప్రాయంతో తదనుశాసనమును విధించిరి.

వారుణ్యుపనిషత్ రెండు ప్రపాఠకములుగా ఉన్నది. వీటిలో ముందుగా ఆచార్యశిష్యులకు ఇరువురికి పరస్పరము అనుకూలసిద్ధిని, ప్రతికూల శాంతిని ప్రార్థించు మంత్రము శాంతిపాఠముగా పఠించిరి. ఇందు ఆనందవల్లీ, **బ్రహ్మవిదాప్నోతి పరం**, బ్రహ్మజ్ఞాని బ్రహ్మమే అవుతాడనే ప్రసిద్ధమైన వాక్యంతో ప్రారంభమౌతుంది. పరబ్రహ్మ యొక్క తటస్థస్వరూపలక్షణములు, బ్రహ్మమునుండి ఆకాశము, దానినుండు వాయువు. దానినుండి అగ్ని, దానినుండి నీరు, దానినుండి పృథివీ, దానిద్వారా ఓషధులు (అన్నం) దానినుండి పురుషుడు ఉద్భవించారని సృష్టిక్రమమును వివరించింది. పిమ్మట మానవునిలో అన్నమయ, ప్రాణమయ, మనోమయ, విజ్ఞానమయ, ఆనందమయ కోశములు అను ఐదు కోశములు ఒకదానికంటే ఒకటి సూక్ష్మమైనవిగా ఉంటాయని అందు ఆనందమయకోశంలో ఆనందస్వరూపంగా పరమాత్మ ఉంటాడని వివరించినది. పరమాత్మ వాజ్మనస్సులకు అవగతమగువాడు కాదని సర్వోత్తముడని చెప్పి ఆనందములో తరతమభేదములను విపులముగా వివరించినది.

భృగువల్లిగా ప్రసిద్ధమైన ప్రపాఠకమునందు బ్రహ్మప్రాప్తికి అంతరంగసాధనములు తెలుపబడినవి. జిజ్ఞాసువైన భృగువు అతడి తండ్రియగు వరుణుని తనకు బ్రహ్మమును ఉపదేశింపమని అర్థించగా అతడు సమస్తలోకము దేనినుండి ఉద్భవించుచున్నదో, దేనివలన వర్ధిల్లి దేనిలో లయమవుతున్నదో అదియే బ్రహ్మము దానిని తపస్సుద్వారా మాత్రమే తెలుసుకోగలవని ఉపదేశించినాడు. తండ్రి ఆదేశానుసారం భృగువు అన్నము ప్రాణము మనస్సు విజ్ఞానము వీటిని బ్రహ్మగా ఉపాసనచేసి చివరకు ఆనందమే బ్రహ్మగా తెలుసుకున్నాడు. ఈ వల్లిలో అన్న ప్రశంసా, అతిథిసత్కారము, సృష్టిమూలము, బ్రహ్మోపాసన మొదలగు అంశములు సవిస్తరముగా వివరింపబడినవి.

ఈ విధంగా తైత్తిరీయశాఖ నందు చెప్పబడిన ఉపనిషత్ భాగమునకు సంబంధించిన మూడు ప్రపాఠకములయందు బ్రహ్మప్రాప్తిని గూర్చి వివరింపబడిన విషయములు సంక్షేపముగా ప్రస్తుతింపబడినవి.

స్వస్తి

తైత్తిరీయోపనిషత్

ఓం శ్రీ గురుభ్యో నమః

హరిః ఓం

ప్రథమా శీక్షావల్లీ

ఓం శం నో మిత్రః శం వరుణః । శ న్నో భవత్వర్యమా ।
శ న్నో ఇంద్రో బృహస్పతిః । శ న్నో విష్ణురురుక్రమః ।
నమో బ్రహ్మణే । నమస్తే వాయో । త్వమేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మాసి ।
త్వమేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మ వదిష్యామి । ఋతం వదిష్యామి ।
సత్యం వదిష్యామి । తన్మామవతు । తద్వక్తారమవతు ।
అవతు మాం । అవతు వక్తారం ।

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఇతి ప్రథమోఽనువాకః

శిక్షాశాస్త్రార్థసంగ్రహః

ఓం శీక్షాం వ్యాఖ్యాస్యామః । వర్ణః స్వరః । మాత్రా బలం ।
సామ సంతానః । ఇత్యుక్తః శీక్షాధ్యాయః ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి ద్వితీయోఽనువాకః

సంహితోపాసనం

సహ నౌ యశః । సహ నౌ బ్రహ్మవర్చసం ।
అథాతః సహితాయా ఉపనిషదం వ్యాఖ్యాస్యామః ।
పంచస్వధికరణేషు । అధిలోకమధిజ్యౌతిషమధివిద్యమధిప్రజమధ్యాత్మం ।
తా మహాసహితా ఇత్యాచక్షతే । అథాధిలోకం ।
పృథివీ పూర్వరూపం । ద్యౌరుత్తరరూపం । ఆకాశః సంధిః ॥ ॥ 1 ॥

వాయుః సంధానం । ఇత్యధిలోకం । అథాధిజ్యౌతిషం ।
అగ్నిః పూర్వరూపం । ఆదిత్య ఉత్తరరూపం । ఆపః సంధిః ।
వైద్యుతః సంధానం । ఇత్యధిజ్యౌతిషం । అథాధివిద్యం ।
ఆచార్యః పూర్వరూపమ్ ॥ ॥ 2 ॥

అంతేవాస్యుత్తరరూపం । విద్యా సంధిః ।
ప్రవచనగుం సంధానం । ఇత్యధివిద్యం । అథాధిప్రజం ।
మాతా పూర్వరూపం । పితోత్తరరూపం । ప్రజా సంధిః ।
ప్రజననసంధానం । ఇత్యధిప్రజమ్ ॥ ॥ 3 ॥

అథాధ్యాత్మం । అధరాహనుః పూర్వరూపం ।
ఉత్తరాహనురుత్తరరూపం । వాక్సంధిః । జిహ్వాసంధానం । వాక్సంధిః
ఇత్యధ్యాత్మం । ఇతీమామహాసగ్ంహితాః ।
య ఏవమేతా మహాసగ్ంహితా వ్యాఖ్యాతా వేద ।
సంధీయతే ప్రజయా పశుభిః ।
బ్రహ్మవర్చసేనాన్నాద్యేన సువర్గ్యేణ లోకేన ॥ ॥ 4 ॥

ఇతి తృతీయోఽనువాకః

మేధాదిసిద్ధ్యర్థా ఆవహంతీహోమమంత్రాః

యశ్ఛందసామృషభో విశ్వరూపః ।
ఛందోభ్యోఽధ్యమృతాథ్సంబభూవ ।
స మేంద్రో మేధయా స్పృణోతు ।
అమృతస్య దేవ ధారణో భూయాసం ।

శరీరం మే విచర్షణమ్ । జిహ్వా మే మధుమత్తమా ।
కర్ణాభ్యాం భూరివిశ్రువం ।
బ్రహ్మణః కోశోఽసి మేధయా పిహితః ।
శ్రుతం మ్మే గోపాయ । ఆవహంతీ వితన్వానా ॥ ॥ 1 ॥

కుర్వాణాచీరమాత్మనః । వాసాసి మమ గావశ్చ ।
అన్నపానే చ సర్వదా । తతో మే శ్రియమావహ ।
లోమశాం పశుభిః స్సహస్వాహా ।
ఆమాయంతు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా ।
విమాఽఽయంతు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా ।
ప్రమాఽఽయంతు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా ।
దమాయంతు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా ।
శమాయంతు బ్రహ్మచారిణః స్వాహా ॥ ॥ 2 ॥

యశో జనేఽసాని స్వాహా । శ్రేయాన్ వస్యసోఽసాని స్వాహా ।
తం త్వా భగ ప్రవిశాని స్వాహా ।
స మా భగ ప్రవిశ స్వాహా ।
తస్మిన్సహస్రశాఖే । నిభగాఽహం త్వయి మృజే స్వాహా ।
యథాఽఽపః ప్రవతాఽఽయంతి । యథా మాసా అహర్జరం ।
ఏవం మ్మాం బ్రహ్మచారిణః । ధాతరాయంతు సర్వతః స్వాహా ।
ప్రతివేశోఽసి ప్రమాభాహి ప్రమాపద్యస్వ ॥ ॥ 3 ॥

ఇతి చతుర్థోఽనువాకః

వ్యాహృత్యుపాసనం

భూర్భువః సువరితి వా ఏతాస్తిస్రో వ్యాహృతయః ।
తాసాముహస్మై తాం చతుర్థీం । మాహాచమస్యః ప్రవేదయతే ।
మహ ఇతి । తద్బ్రహ్మ । స ఆత్మా । అంగాన్యన్యా దేవతాః ।
భూరితి వా అయం లోకః । భువ ఇత్యంతరిక్షం ।
సువరిత్యసౌ లోకః ॥ ॥ 1 ॥

మహ ఇత్యాదిత్యః । ఆదిత్యేన వావ సర్వేలోకా మహీయంతే ।
భూరితి వా అగ్నిః । భువ ఇతి వాయుః । సువరిత్యాదిత్యః ।
మహ ఇతి చంద్రమాః । చంద్రమసా వావసర్వాణి జ్యోతీ గ్ంషి మహీయంతే ।
భూరితి వా ఋచః ।
భువ ఇతి సామాని । సువరితి యజూగ్ంషి ॥ ॥ 2 ॥

మహ ఇతి బ్రహ్మ । బ్రహ్మణా వావ సర్వేవేదా మహీయంతే ।
భూరితి వై ప్రాణః । భువ ఇత్యపానః । సువరితి వ్యానః ।
మహ ఇత్యన్నం । అన్నేన వావ సర్వే ప్రాణా మహీయంతే ।
తా వా ఏతాశ్చతస్రశ్చతుర్ధా । చతస్రశ్చతస్రో వ్యాహృతయః ।
తా యో వేద । స వేద బ్రహ్మ । సర్వేఽస్మైదేవా బలిమావహంతి ॥॥ 3 ॥

ఇతి పంచమోఽనువాకః

మనోమయత్వాదిగుణకబ్రహ్మోపాసనయా స్వారాజ్యసిద్ధిః

స య ఏషోఽన్తర్ హృదయ ఆకాశః ।
తస్మిన్నయం పురుషో మనోమయః । అమృతో హిరణ్మయః ।

అంతరేణ తాలుకే । య ఏషస్తన ఇవావలంబతే । సేంద్రయోనిః ।
యత్రాసౌ కేశాంతో వివర్తతే । వ్యపోహ్య శీర్షకపాలే ।
భూరిత్యగ్నౌ ప్రతితిష్ఠతి । భువ ఇతి వాయౌ ॥ ॥ 1 ॥

సువరిత్యాదిత్యే । మహ ఇతి బ్రహ్మణి । ఆప్నోతి స్వారాజ్యం ।
ఆప్నోతి మనసస్పతిం । వాక్పతిశ్చక్షుష్పతిః । శ్రోత్రపతిర్విజ్ఞానపతిః ।
ఏతత్తతో భవతి । ఆకాశశరీరం బ్రహ్మ । సత్యాత్మ ప్రాణారామం మన
ఆనందం । శాంతిసమృద్ధమమృతం ।
ఇతి ప్రాచీన యోగ్యోపాస్వ ॥ ॥ 2 ॥

ఇతి షష్ఠోఽనువాకః

పృథివ్యాద్యుపాధికపంచబ్రహ్మోపాసనం

పృథివ్యంతరిక్షం ద్యౌర్దిశోఽవాంతరదిశాః । అగ్నిర్వాయురాదిత్యశ్చంద్రమా
నక్షత్రాణి । ఆప ఓషధయో వనస్పతయ ఆకాశ ఆత్మా ।
ఇత్యధిభూతం । అథాధ్యాత్మం । ప్రాణో వ్యానోఽపాన ఉదానః సమానః ।
చక్షుః శ్రోత్రం మనో వాక్ త్వక్ । చర్మమాగ్ం స స్నావాస్థి మజ్జా ।
ఏతదధివిధాయ ఋషిరవోచత్ । పాంక్తం వా ఇదగ్ం సర్వం ।
పాంక్తేనైవ పాంక్తగ్గ్ స్పృణోతీతి ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి సప్తమోఽనువాకః

ప్రణవోపాసనం

ఓమితి బ్రహ్మ । ఓమితీద గ్ం సర్వం ।
ఓమిత్యేతదనుకృతిహస్మ వా అప్యోశ్రావయేత్యాశ్రావయంతి ।
ఓమితి సామాని గాయంతి । ఓ గ్ం శోమితి శస్త్రాణి శసంతి ।

ఓమిత్యధ్వర్యుః ప్రతిగరం ప్రతిగృణాతి । ఓమితి బ్రహ్మా ప్రసౌతి।
ఓమిత్యగ్నిహోత్రమనుజానాతి। ఓమితి బ్రాహ్మణః
ప్రవక్ష్యన్నాహ బ్రహ్మోపాప్నవానీతి । బ్రహ్మైవోపాప్నోతి ॥ ॥ 1 ॥

ఇత్యష్టమోఽనువాకః

స్వాధ్యాయప్రశంసా

ఋతం చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
సత్యం చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
తపశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
దమశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
శమశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
అగ్నయశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
అగ్నిహోత్రం చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
అతిథయశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
మానుషం చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
ప్రజా చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
ప్రజనశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
ప్రజాతిశ్చ స్వాధ్యాయప్రవచనే చ ।
సత్యమితి సత్యవచా రాథీ తరః ।
తప ఇతి తపోనిత్యః పౌరుశిష్టిః ।
స్వాధ్యాయప్రవచనే ఏవేతి నాకో మౌద్గల్యః ।
తద్ధి తపస్తద్ధి తపః ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి నవమోఽనువాకః

బ్రహ్మయజ్ఞప్రకాశకమంత్రః

అహం వృక్షస్య రేరివా । కీర్తిః పృష్ఠం గిరేరివ ।
ఊర్ధ్వపవిత్రో వాజినీవ స్వమృతమస్మి ।
ద్రవిణగ్ం సవర్చసం । సుమేధా అమృతోక్షితః ।
ఇతి త్రిశంకోర్వేదానువచనం ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి దశమోఽనువాకః

శిష్యానుశాసనం

వేదమనూచ్యాచార్యోంతేవాసినమనుశాస్తి ।
సత్యం వద । ధర్మం చర । స్వాధ్యాయాన్మా ప్రమదః ।
ఆచార్యాయ ప్రియం ధనమాహృత్య ప్రజాతంతుం మా వ్యవచ్ఛేత్సీః ।
సత్యాన్న ప్రమదితవ్యం । ధర్మాన్న ప్రమదితవ్యం ।
కుశలాన్న ప్రమదితవ్యం । భూత్యై న ప్రమదితవ్యం ।
స్వాధ్యాయప్రవచనాభ్యాం న ప్రమదితవ్యం ॥ ॥ 1 ॥

దేవపితృకార్యాభ్యాం న ప్రమదితవ్యం । మాతృదేవో భవ ।
పితృదేవో భవ । ఆచార్యదేవో భవ । అతిథిదేవో భవ ।
యాన్యనవద్యాని కర్మాణి । తాని సేవితవ్యాని । నో ఇతరాణి ।
యాన్యస్మాక గ్ం సుచరితాని । తాని త్వయోపాస్యాని ॥ ॥ 2 ॥

నో ఇతరాణి । యే కే చాస్మచ్ఛ్రేయాసో బ్రాహ్మణాః ।
తేషాం త్వయాఽఽసనేన ప్రశ్వసితవ్యం । శ్రద్ధయా దేయం ।
అశ్రద్ధయాఽదేయం । శ్రియా దేయం । హ్రియా దేయం ।

భియా దేయం । సంవిదా దేయం ।
అథ యది తే కర్మవిచికిత్సా వా వృత్తవిచికిత్సా వా స్యాత్ ॥ ॥ 3 ॥

యే తత్ర బ్రాహ్మణాః సంమర్శినః । యుక్తా ఆయుక్తాః ।
అలూక్షా ధర్మకామాస్యుః । యథా తే తత్ర వర్తేరన్ ।
తథా తత్ర వర్తేథాః । అథాభ్యాఖ్యాతేషు ।
యే తత్ర బ్రాహ్మణాః సంమర్శినః । యుక్తా ఆయుక్తాః ।
అలూక్షా ధర్మకామాస్యుః । యథా తే తేషు వర్తేరన్ ।
తథా తేషు వర్తేథాః । ఏష ఆదేశః । ఏష ఉపదేశః ।
ఏషా వేదోపనిషత్ । ఏతదనుశాసనం । ఏవముపాసితవ్యం ।
ఏవము చైతదుపాస్యం ॥ ॥ 4 ॥

ఇత్యేకాదశఽనువాకః

ఉత్తరశాంతిపాఠః

శ న్నో మిత్రః శం వరుణః । శ న్నో భవత్వర్యమా ।
శ న్నో ఇంద్రో బృహస్పతిః । శ న్నో విష్ణురురుక్రమః ।
నమో బ్రహ్మణే । నమస్తే వాయో । త్వమేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మాసి ।
త్వామేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మావాదిషం । ఋతమవాదిషం ।
సత్యమవాదిషం । తన్మామావీత్ । తద్వక్తారమావీత్ ।
ఆవీన్మాం । ఆవీద్వక్తారం ॥ ॥ 1 ॥

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఇతి ద్వాదశోఽనువాకః

ఇతి శీక్షావల్లీ సమాప్తా

ద్వితీయా బ్రహ్మానందవల్లీ

ఓం సహ నావవతు । సహ నౌ భునక్తు । సహ వీర్యం కరవావహై ।
తేజస్వినావధీతమస్తు మా విద్విషావహై ।

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఉపనిషత్సారసంగ్రహః

ఓం బ్రహ్మవిదాప్నోతి పరం । తదేషాఽభ్యుక్తా । సత్యం జ్ఞానమనంతం బ్రహ్మ ।
యో వేద నిహితం గుహాయాం పరమే వ్యోమన్ ।
సోఽశ్నుతే సర్వాన్ కామాన్త్సహ । బ్రహ్మణా విపశ్చితేతి ॥
తస్మాద్వా ఏతస్మాదాత్మన ఆకాశః సంభూతః । ఆకాశాద్వాయుః ।
వాయోరగ్నిః । అగ్నేరాపః । అద్భ్యః పృథివీ ।
పృథివ్యా ఓషధయః । ఓషధీభ్యోఽన్నం । అన్నాత్పురుషః ।
స వా ఏష పురుషోఽన్నరసమయః । తస్యేదమేవ శిరః ।
అయం దక్షిణః పక్షః । అయముత్తరః పక్షః ।
అయమాత్మా । ఇదం పుచ్ఛం ప్రతిష్ఠా ।
తదప్యేష శ్లోకో భవతి ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి ప్రథమోఽనువాకః

పంచకోశవివరణం

అన్నాద్వై ప్రజాః ప్రజాయన్తే । యాః కాశ్చ పృథివీగ్ శ్రితాః ।
అథో అన్నేనైవ జీవన్తి । అథైనదపి యన్త్యన్తతః ।
అన్నగ్ం హి భూతానాం జ్యేష్ఠం । తస్మాత్సర్వౌషధముచ్యతే ।
సర్వం వై తేఽన్నమాప్నువంతి । యేఽన్నం బ్రహ్మోపాసతే ।

అన్నగ్ం హి భూతానాం జ్యేష్ఠం । తస్మాత్సర్వౌషధముచ్యతే ।
అన్నాద్ భూతాని జాయన్తే । జాతాన్యన్నేన వర్ధన్తే ।
అద్యతేఽత్తి చ భూతాని । తస్మాదన్నం తదుచ్యత ఇతి ।
తస్మాద్వా ఏతస్మాదన్నరసమయాత్ । అన్యోఽన్తర ఆత్మా ప్రాణమయః ।
తేనైష పూర్ణః । స వా ఏష పురుషవిధ ఏవ ।
తస్య పురుషవిధతాం । అన్వయం పురుషవిధః ।
తస్య ప్రాణ ఏవ శిరః । వ్యానో దక్షిణః పక్షః ।
అపాన ఉత్తరః పక్షః । ఆకాశ ఆత్మా ।
పృథివీ పుచ్ఛం ప్రతిష్ఠా । తదప్యేష శ్లోకో భవతి ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి ద్వితీయోఽనువాకః

ప్రాణన్దేవా అను ప్రాణన్తి । మనుష్యాః పశవశ్చ యే ।
ప్రాణో హి భూతానామాయుః । తస్మాత్ సర్వాయుషముచ్యతే ।
సర్వమేవ త ఆయురన్తి । యే ప్రాణం బ్రహ్మోపాసతే ।
ప్రాణో హి భూతానామాయుః । తస్మాత్ సర్వాయుషముచ్యత ఇతి ।
తస్యైష ఏవ శారీర ఆత్మా । యః పూర్వస్య ।
తస్మాద్వా ఏతస్మాత్ ప్రాణమయాత్ । అన్యోఽన్తర ఆత్మా మనోమయః ।
తేనైష పూర్ణః । స వా ఏష పురుషవిధ ఏవ ।
తస్య పురుషవిధతాం । అన్వయం పురుషవిధః ।
తస్య యజురేవ శిరః । ఋగ్దక్షిణః పక్షః । సామోత్తరః పక్షః ।
ఆదేశ ఆత్మా । అథర్వాంగిరసః పుచ్ఛం ప్రతిష్ఠా ।
తదప్యేష శ్లోకో భవతి ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి తృతీయోఽనువాకః

యతో వాచో నివర్తన్తే । అప్రాప్య మనసా సహ ।
ఆన్దం బ్రహ్మణో విద్వాన్ । న బిభేతి కదాచనేతి ।
తస్యైష ఏవ శారీర ఆత్మా । యః పూర్వస్య ।
తస్మాద్వా ఏతస్మాన్మనోమయాత్ । అన్యోఽన్తర ఆత్మా విజ్ఞానమయః ।
తేనైష పూర్ణః । స వా ఏష పురుషవిధ ఏవ ।
తస్య పురుషవిధతాం । అన్వయం పురుషవిధః । తస్య శ్రద్ధైవ శిరః ।
ఋతన్దక్షిణః పక్షః । సత్యముత్తరః పక్షః । యోగ ఆత్మా । మహః పుచ్ఛమ్ప్రతిష్ఠా ।
తదప్యేష శ్లోకో భవతి ।।।। 1 ।।

ఇతి చతుర్థోఽనువాకః

విజ్ఞాన యజ్ఞమ్ న్తనుతే । కర్మాణి తనుతేఽపి చ ।
విజ్ఞానన్దై య వాః సర్వే। బ్రహ్మ జ్యేష్ఠముపాసతే । విజ్ఞానం బ్రహ్మ చేద్వేద ।
తస్మాచ్చేన్న ప్రమాద్యతి । శరీరే పాప్మనో హిత్వా ।
సర్వాన్కామాన్థ్సమశ్నుత ఇతి । తస్యైష ఏవ శారీర ఆత్మా ।
యః పూర్వస్య । తస్మాద్వా ఏతస్మాద్విజ్ఞానమయాత్ ।
అన్యోఽన్తర ఆత్మాఽఽన్దమయః । తేనైష పూర్ణః ।
స వా ఏష పురుషవిధ ఏవ । తస్య పురుషవిధతాం ।
అన్వయం పురుషవిధః । తస్య ప్రియమేవ శిరః ।
మోదో దక్షిణః పక్షః । ప్రమోద ఉత్తరః పక్షః । ఆనన్ద ఆత్మా ।
బ్రహ్మ పుచ్ఛమ్ప్రతిష్ఠా । తదప్యేష శ్లోకో భవతి ।। ।। 1 ।।

ఇతి పంచమోఽనువాకః

అసన్నేవ స భవతి । అసద్బ్రహ్మేతి వేద చేత్ ।
అస్తి బ్రహ్మేతి చేద్వేద । సన్తమేనన్తతో విదురితి ।
తస్యైష ఏవ శారీర ఆత్మా । యః పూర్వస్య ।

అథాతోఽనుప్రశ్నాః । ఉతావిద్వానముల్లోకం ప్రేత్య ।
కశ్చన గచ్ఛతీ3 । ఆహో విద్వానముం లోకం ప్రేత్య । కశ్చిత్సమశ్నుతా3 ఉ ।
సోఽకామయత । బహుస్యాం ప్రజాయేయేతి । స తపోఽతప్యత ।
స తపస్తప్త్వా । ఇదసర్వమసృజత । యదిదం కించ ।
తత్సృష్ట్వా । తదేవానుప్రావిశత్ । తదను ప్రవిశ్య ।
సచ్చ త్యచ్చాభవత్ । నిరుక్తం చానిరుక్తం చ । నిలయనం చానిలయనం చ ।
విజ్ఞానం చావిజ్ఞానం చ । సత్యం చానృతం చ సత్యమభవత్ ।
యదిదం కించ । తత్సత్యమిత్యాచక్షతే ।
తదప్యేష శ్లోకో భవతి ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి షష్ఠోఽనువాకః

అభయప్రతిష్ఠా

అసద్వా ఇదమగ్ర ఆసీత్ । తతో వై సదజాయత ।
తదాత్మానగ్ం స్వయమకురుత । తస్మాత్తత్సుకృతముచ్యత ఇతి ।
యద్వై తత్ సుకృతం । రసో వై సః ।
రసగ్ం హ్యేవాయం లబ్ధ్వాఽఽనందీ భవతి । కో హ్యేవాన్యాత్కః
ప్రాణ్యాత్ । యదేష ఆకాశ ఆనందో న స్యాత్ ।
ఏష హ్యేవాఽఽనందయాతి ।
యదా హ్యేవైష ఏతస్మిన్నదృశ్యేఽనాత్మ్యేఽనిరుక్తేఽనిలయనేఽభయం
ప్రతిష్ఠాం విందతే । అథ సోఽభయం గతో భవతి ।
యదా హ్యేవైష ఏతస్మిన్నుదరమంతరం కురుతే ।
అథ తస్య భయం భవతి । తత్త్వేవ భయం విదుషోఽమన్వానస్య ।
తదప్యేష శ్లోకో భవతి ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి సప్తమోఽనువాకః

బ్రహ్మానందమీమాంసా

భీషాఽస్మాద్వాతః పవతే । భీషోదేతి సూర్యః । భీషాఽస్మాదగ్నిశ్చేంద్రశ్చ ।
మృత్యుర్ధావతి పంచమ ఇతి । సైషాఽఽనందస్య మీమాసా భవతి ।
యువా స్యాత్సాధుయువాఽధ్యాయకః । ఆశిష్ఠో దృఢిష్ఠో బలిష్ఠః ।
తస్యేయం పృథివీ సర్వా విత్తస్య పూర్ణా స్యాత్ ।
స ఏకో మానుష ఆనన్దః । తే యే శతం మానుషా ఆనన్దాః ॥ ॥ 1 ॥

స ఏకో మనుష్యగంధర్వాణామానన్ద । శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య ।
తే యే శతం మనుష్యగంధర్వాణామానందాః ।
స ఏకో దేవగంధర్వాణామానందః । శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య ।
తే యే శతం దేవగంధర్వాణామానందాః ।
స ఏకః పితృణాం చిరలోకలోకానామానందః ।
శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య ।
తే యే శతం పితృణాం చిరలోకలోకానామానన్దాః ।
స ఏక ఆజానజానాం దేవానామానన్దః ॥ ॥ 2 ॥

శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య ।
తే యే శతమాజానజానాం దేవానామానన్దాః ।
స ఏకః కర్మదేవానాన్దేవానామానన్దః ।
యే కర్మణా దేవానపియన్తి । శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య ।
తే యే శతఙ్కర్మదేవానాన్దేవానామానన్దాః ।
స ఏకో దేవానామానన్దః। శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య ।
తే యే శతన్దేవానామానన్దాః । స ఏక ఇన్ద్రస్యాఽఽనన్దః ॥ ॥ 3 ॥

శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య । తే యే శతమింద్రస్యాఽఽనన్దాః ।
స ఏకో బృహస్పతేరానన్దాః । శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య ।

తే యే శతం బృహస్పతేరానన్దాః । స ఏకః ప్రజాపతేరానన్దః ।
శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య ।
తే యే శతం ప్రజాపతేరానన్దాః ।
స ఏకో బ్రహ్మణ ఆనందః । శ్రోత్రియస్య చాకామహతస్య ॥ ॥ 4 ॥

స యశ్చాయమ్పురుషే । యశ్చాసావాదిత్యే । స ఏకః ।
స య ఏవంవిత్ । అస్మాల్లోకాత్ప్రేత్య ।
ఏతమన్నమయమాత్మానముపసంక్రామతి ।
ఏతం ప్రాణమయమాత్మానముపసంక్రామతి ।
ఏతమ్మనోమయమాత్మానముపసంక్రామతి ।
ఏతద్విజ్ఞానమయమాత్మానముపసంక్రామతి ।
ఏతమానందమయమాత్మానముపసంక్రామతి ।
తదప్యేష శ్లోకో భవతి ॥ ॥ 5 ॥

ఇత్యష్టమోఽనువాకః

యతో వాచో నివర్తన్తే । అప్రాప్య మనసా సహ ।
ఆనన్దం బ్రహ్మణో విద్వాన్ ।న బిభేతి కుతశ్చనేతి ।
ఏతగ్ం హ వావ న తపతి ।కిమహసాధు నాకరవం ।
కిమహమ్పాపమకరవమితి ।
స య ఏవంవిద్వానేతే ఆత్మానగ్గ్ స్పృణుతే ।
ఉభే హ్యేవైష ఏతే ఆత్మానగ్గ్ స్పృణుతే । య ఏవం వేద ॥ ॥ 1 ॥

ఇత్యుపనిషత్

ఇతి నవమోఽనువాకః

ఇతి బ్రహ్మానందవల్లీ సమాప్తా

ఓం సహ నావవతు । సహ నౌ భునక్తు । సహ వీర్యం కరవావహై ।
తేజస్వినావధీతమస్తు మా విద్విషావహై ।

ఓం శాన్తిఃశాన్తిఃశాన్తిః

తృతీయా భృగువల్లీ

ఓం సహ నావవతు । సహ నౌ భునక్తు । సహ వీర్యం కరవావహై ।
తేజస్వినావధీతమస్తు మా విద్విషావహై ।

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

భృగుర్వై వారుణిః । వరుణమ్పితరముపససార ।
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి । తస్మా ఏతత్ప్రోవాచ ।
అన్నమ్ప్రాణఞ్చ ఖ్షుశ్రోత్రమ్మనో వాచమితి ।
తగ్ంహోవాచ । యతో వా ఇమాని భూతాని జాయన్తే ।
యేన జాతాని జీవంతి ।
యత్ప్రయంత్యభిసంవిశంతి । తద్విజిజ్ఞాసస్వ । తద్బ్రహ్మేతి ।
స తపోఽతప్యత । స తపస్తప్త్వా ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి ప్రథమోఽనువాకః

పంచకోశాంతఃస్థితబ్రహ్మనిరూపణం
అన్నమ్బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ । అన్నాద్ధ్యేవ ఖల్విమాని
భుతాని జాయన్తే । అన్నేన జాతాని జీవన్తి ।
అన్నమ్ప్రయన్త్యభిసంవిశన్తీతి । తద్విజ్ఞాయ ।
పునరేవ వరుణమ్పితరముపససార ।

అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి । తగ్ం హోవాచ ।
తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ । తపో బ్రహ్మేతి ।
స తపోఽతప్యత । స తపస్తప్త్వా ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి ద్వితీయోఽనువాకః

ప్రాణో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ । ప్రాణాద్ధ్యేవ ఖల్విమాని
భూతాని జాయన్తే । ప్రాణేన జాతాని జీవన్తి ।
ప్రాణం ప్రయన్త్యభిసవ్విశంతీతి । తద్విజ్ఞాయ ।
పునరేవ వరుణం పితరముపససార ।
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి । తగ్ంహోవాచ ।
తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ । తపో బ్రహ్మేతి ।
స తపోఽతప్యత । స తపస్తప్త్వా ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి తృతీయోఽనువాకః

మనో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ । మనసో హ్యేవ ఖల్విమాని
భూతాని జాయన్తే । మనసా జాతాని జీవన్తి ।
మనః ప్రయన్త్యభిసవ్విశంతీతి । తద్విజ్ఞాయ ।
పునరేవ వరుణం పితరముపససార ।
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి । తగ్ంహోవాచ ।
తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ । తపో బ్రహ్మేతి ।
స తపోఽతప్యత । స తపస్తప్త్వా ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి చతుర్థోఽనువాకః

విజ్ఞానం బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ । విజ్ఞానాద్ధ్యేవ ఖల్విమాని
భూతాని జాయన్తే । విజ్ఞానేన జాతాని జీవన్తి ।
విజ్ఞానం ప్రయన్త్యభిసవ్విశన్తీతి । తద్విజ్ఞాయ ।
పునరేవ వరుణం పితరముపససార ।
అధీహి భగవో బ్రహ్మేతి । తగ్ం హోవాచ ।
తపసా బ్రహ్మ విజిజ్ఞాసస్వ । తపో బ్రహ్మేతి ।
స తపోఽతప్యత । స తపస్తప్త్వా ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి పంచమోఽనువాకః

ఆనన్దో బ్రహ్మేతి వ్యజానాత్ । ఆనన్దాధ్యేవ ఖల్విమాని
భూతాని జాయన్తే । ఆనన్దేన జాతాని జీవన్తి ।
ఆనన్దం ప్రయన్త్యభిసవ్విశన్తీతి ।
సైషా భార్గవీ వారుణీ విద్యా । పరమే వ్యోమన్ప్రతిష్ఠితా ।
స య ఏవం వేద ప్రతితిష్ఠతి । అన్నవానన్నాదో భవతి ।
మహాన్భవతి ప్రజయా పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేన । మహాన్ కీర్త్యా ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి షష్ఠోఽనువాకః

అన్నబ్రహ్మోపాసనం

అన్న న్న నిన్ద్యాత్ । తద్వ్రతం । ప్రాణో వా అన్నం ।
శరీరమన్నాదం । ప్రాణే శరీరం ప్రతిష్ఠితం ।
శరీరే ప్రాణః ప్రతిష్ఠితః । తదేతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితం ।
స య ఏతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితవ్వేద ప్రతితిష్ఠతి ।
అన్నవానన్నాదో భవతి । మహాన్భవతి ప్రజయా
పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేన । మహాన్ కీర్త్యా ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి సప్తమోఽనువాకః

అన్న న్న పరిచక్షీత । తద్వ్రతం । ఆపో వా అన్నం ।
జ్యోతిరన్నాదం । అప్సు జ్యోతిః ప్రతిష్ఠితం ।
జ్యోతిష్యాపః ప్రతిష్ఠితాః । తదేతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితం ।
స య ఏతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితం వేద ప్రతితిష్ఠతి ।
అన్నవానన్నాదో భవతి । మహాన్భవతి ప్రజయా
పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేన । మహాన్ కీర్త్యా ॥ ॥ 1 ॥

ఇత్యష్టమోఽనువాకః

అన్నమ్బహు కుర్వీత । తద్వ్రతం । పృథివీ వా అన్నం ।
ఆకాశోఽన్నాదః । పృథివ్యామాకాశః ప్రతిష్ఠితః ।
ఆకాశే పృథివీ ప్రతిష్ఠితా ।
తదేతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితం ।
స య ఏతదన్నమన్నే ప్రతిష్ఠితవ్వేద ప్రతితిష్ఠతి ।
అన్నవానన్నాదో భవతి । మహాన్భవతి ప్రజయా
పశుభిర్బ్రహ్మవర్చసేన । మహాన్ కీర్త్యా ॥ ॥ 1 ॥

ఇతి నవమోఽనువాకః

సదాచారప్రదర్శనం । బ్రహ్మానందానుభవః
న కఞ్చన వసతౌ ప్రత్యాచక్షీత । తద్వ్రతం ।
తస్మాద్యయా కయా చ విధయా బహ్వన్నమ్ప్రాప్నుయాత్ ।
అరాధ్యస్మా అన్నమిత్యాచక్షతే । ఏతద్వై ముఖతోఽన్నరాద్ధం ।
ముఖతోఽస్మా అన్నగ్ం రాధ్యతే । ఏతద్వై మధ్యతోఽన్న గ్ం రాద్ధం ।
మధ్యతోఽస్మా అన్న గ్ంరాధ్యతే । ఏదద్వా అంతతోఽన్న గ్ంరాద్ధం ।
అంతతోఽస్మా అన్న గ్ంరాధ్యతే ॥ ॥ 1 ॥

య ఏవం వేద । క్షేమ ఇతి వాచి । యోగక్షేమ ఇతి
ప్రాణాపానయోః । కర్మేతి హస్తయోః । గతిరితి పాదయోః ।
విముక్తిరితి పాయౌ । ఇతి మానుషీస్సమాజ్ఞాః । అథ దైవీః ।
తృప్తిరితి వృష్టౌ । బలమితి విద్యుతి ॥ ॥ 2 ॥

యశ ఇతి పశుషు । జ్యోతిరితి నక్షత్రేషు ।
ప్రజాతిరమృతమానన్ద ఇత్యుపస్థే । సర్వమిత్యాకాశే ।
తత్ప్రతిష్ఠేత్యుపాసీత । ప్రతిష్ఠావాన్ భవతి ।
తన్మహ ఇత్యుపాసీత । మహాన్భవతి । తన్మన
ఇత్యుపాసీత । మానవాన్భవతి ॥ ॥ 3 ॥

తన్నమ ఇత్యుపాసీత । నమ్యన్తేఽస్మై కామాః ।
తద్బ్రహ్మేత్యుపాసీత । బ్రహ్మవాన్భవతి ।
తద్బ్రహ్మణః పరిమర ఇత్యుపాసీత ।
పర్యేణమ్మ్రియన్తే ద్విషన్తస్సపత్నాః।
పరి యే ప్రియా భ్రాతృవ్యాః ।
స యశ్చాయమ్పురుషే । యశ్చాసావాదిత్యే । స ఏకః ॥ ॥ 4 ॥

స య ఏవంవిత్ । అస్మాల్లోకాత్ప్రేత్య ।
ఏతమన్నమయమాత్మానముప సఙ్క్రామ్య ।
ఏతం ప్రాణమయమాత్మానముప సఙ్క్రామ్య ।
ఏతం మనోమయమాత్మానముప సఙ్క్రామ్య ।
ఏతం విజ్ఞానమయమాత్మానముప సఙ్క్రామ్య ।
ఏతమానందమయమాత్మానముప సఙ్క్రామ్య ।
ఇమాగ్ంలోకాన్కామాన్నీకామరూప్యనుసఞ్చరన్ ।
ఏతథ్సామ గాయన్నాస్తే । హా 3 వు హా 3 వు హా 3 వు ॥ ॥ 5 ॥

అహమన్నమహమన్నమహమన్నం ।
అహమన్నాదోఽ3హమన్నాదోఽ3అహమన్నాదః ।
అహగ్గ్ శ్లోకకృదహగ్గ్ శ్లోకకృదహగ్గ్ శ్లోకకృత్ ।
అహమస్మి ప్రథమజా ఋతా3స్య ।
పూర్వన్దేవేభ్యో అమృతస్య నా3భాఇ ।
యో మా దదాతి స ఇదేవ మా3 వాః ।
అహమన్నమన్నమదన్తమా3ద్మి ।
అహవ్విశ్వమ్భువనమభ్యభవామ్।
సువర్న జ్యోతీః । య ఏవం వేద ॥ ॥ 6 ॥

ఇతి దశమోఽనువాకః

ఇత్యుపనిషత్

ఓం సహ నావవతు । సహ నౌ భునక్తు । సహ వీర్యం కరవావహై ।
తేజస్వినావధీతమస్తు మా విద్విషావహై ।

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఇతి భృగువల్లీ సమాప్తః

ఇతి తైత్తిరీయోపనిషత్ సమాప్తః