అధ్యాత్మోపనిషత్తు

– డా. రామనాథపరిమి

ఉపోద్ఘాతము :

శుక్లయజుర్వేదాంతర్గతమై సర్వాంతరస్వరూపాన్ని ప్రకటీకరిస్తు నారాయణతత్త్వంలో పర్యవసిస్తున్నటువంటిది ఈ అధ్యాత్మోపనిషత్తు. ప్రారంభశ్లోకంలోనే అద్భుతమైన ముక్త్యాదర్శప్రతిష్ఠాపన ఎక్కడైతే అంతర్యామి బహిర్యామి ఇత్యాది తాత్త్వికభేదాలు లేవో ఆ భేదంలేని పరమాద్వైతమైన చోటు కేవలం, స్వరూపమాత్రంగా అవశేషిస్తోంది అని. సహజంగా ఈ అనుభూతి లేని మానవాళి మిథ్యాజ్ఞానంతో లోనైన చిక్కును గమనించి, ఆ ముడిని విప్పడంకోసం ఋషిదర్శితమై వెలికివచ్చిన చికిత్స ఈ ఉపనిషత్తు. ఈ విద్య సదాశివుడు అపాంతరతముడికిచ్చాడు. ఆయననుండి బ్రహ్మకు బ్రహ్మనుండి ఘోరాంగిరసునికి ఆయన నుండి రైక్వమునికి ఆయన నుండి రాముడికి ఇవ్వబడింది. రాముని నుండి సర్వజీవులకు ప్రసాదింపబడ్డది. అన్నిటా ఉన్న తత్త్వం తనలోను ఉందని ఈ ప్రపంచంలోని ఏ వస్తువు గమనించుకోకుండా ఉండవలసిరావడం పరమాత్మ శాసనం. అనేకధా భిన్నమై అశాశ్వతమైన ప్రపంచంనుండి తత్త్వదృష్టితో చూసినా కూడా ఏ భేదం లేని ఒకానొక బ్రహ్మవస్తువును పిండుకోవడం సాధకుడిముందు ఉన్న పెనుసమస్య. శరీరాంతరాళంలో నిహితమై బుద్ధిగుహలోపల పుట్టుకే లేని అజము ఏకము నిత్యము అయిన విశ్వవ్యాప్తతత్త్వం పరమాత్మ. ఆయనకు పృథివి ఒక శరీరం. పృథివిలోపల ఉండి సంచరించేది ఆయనే. కానీ ఆయన్ను పృథివి తెలుసుకోలేకున్నది. ఇదే స్థితి నీరు తేజస్సు వాయువు ఆకాశం మనస్సు బుద్ధి అహంకారం చిత్తం అవ్యక్తం అక్షరం మృత్యువులది కూడా. ఆయా పదార్థాలన్నీ పరమాత్మయొక్క శరీరాలు. వాటిలో అంతర్యామియై సంచరించేది ఆయనే. కానీ ఆ సంగతి వాటివాటికి తెలియడం లేదు.

ప్రకృతిశక్తుల పరిస్థితే ఇదైనపుడు వాటికి లోబడి బ్రతికే మానవుడి స్థితి ఇదని ప్రత్యేకంగా చెప్పవలసినపని లేదు.

సర్వభూతాంతరాత్ముడు, ఏ పాపము లేనివాడు, దివ్యుడు అయిన నారాయణదేవుడు సర్వేసర్వత్ర భాసిస్తున్నాడు. అయితే ఈ సంగతి వస్తుతః ఎవరికీ స్ఫురించడంలేదు. ఈ జ్ఞానానికి అవరోధం ఏమిటి అని ప్రశ్నించుకుని దానిని ఉపనిషత్ ఈ రీతిగా విశ్లేషిస్తోంది. ఆత్మకానటువంటి శరీరం ఇత్యాది అనాత్మపైన నేను, నాది అనే భావం మిథ్యాజ్ఞానం. దీనికే అధ్యాస అని పేరు. ఈ పరిమితదృష్టి విద్వాంసులచేత బ్రహ్మనిష్ఠ సహాయంతో నిరసించదగినదై ఉన్నది. బ్రహ్మనిష్ఠచేత ఈ శరీరమే నేను, ఈ ప్రపంచమే నేను అనే కుత్సితాత్మీయత నిరాకర్తవ్యమని భావము. మరి ఈ రూఢమూలస్వాతిరిక్తభ్రమను త్యజించడమెలాగు అనే సమస్యను ఉపనిషత్తు ఇలా సాధిస్తున్నది - అన్ని దేహాలలోను వేరుగా తనంతతానుగా ఉన్న స్వస్థమై సకలవృత్తులకు సాక్షి అయినటువంటి ప్రత్యగాత్మను తెలుసుకోవాలి. తెలుసుకుని అదే అఖండమైన నేను అనే వృత్తిని స్థిరం చేసుకుని అన్యత్ర ఆత్మమతిని త్యజించాలి. సుఖదుఃఖాది అనుభూతులను ఈ సంసారం మనకు పంపిణి చేయడానికి మనలోని మూడు అనువర్తనాలు హేతువులై ఉన్నవి. ఒకటి లోకానువర్తనం. ఇది లోకభిన్నత్వభ్రాంతి. రెండు దేహానువర్తనం. ఇది ఈ దేహమే నేనన్న భ్రాంతి. మూడు శాస్త్రానువర్తనం. ఇది నేను పండితుడిని, జ్ఞానవంతుడిని అనే భ్రాంతి. ఈ మూడింటినీ వదలి అధ్యాసను అపనయించుకోవాలి.

మనతో మాట్లాడుతూ సాధనాపద్ధతిని బోధిస్తోంది ఉపనిషత్తు. ఈ బోధ అన్యతోలభ్యం. ఉపనిషన్మాతకు మనపై ఉన్న గాదిలితనం ప్రతిపలుకులోనూ ప్రస్ఫుటం. యోగులలో ఉన్నతి క్రమమిది. స్వాత్మలో స్థిరమైన యోగులకు అనాత్మప్రతిబింబితమైన మనస్సు నశిస్తున్నది. యుక్తిచేత, వేద-శాస్త్ర-గురువాక్య శ్రుతిచేత, స్వానుభూతిచేత,

సర్వాత్మకమైన స్వీయాత్మను తెలుసుకుని లౌకిక వార్తావిషయరూపాలైన శబ్ద-స్పర్శ-రూప-రస-గంధాదులపట్ల మౌనం వహించి ఆత్మతో ఆత్మతత్త్వమును చింతన చేయుము. నేను అని మనం భావన చేస్తున్న శరీరం తల్లిదండ్రుల మలము నుండి ఉద్భవిల్లిన మలమాంసమయము అసహ్యించుకోదగినది.ఆ భావనను దూరంగా త్యజించి బ్రహ్మభావనా కృతకృత్యుడివికమ్ము. ఘటాకాశమే మహాకాశమన్న సత్యాన్ని గ్రహించి, నిజాత్మను పరాత్మగా ఎరిగి, అఖండ దృష్టితో తూష్ణీభావనను వహించుము. సదాత్మతో స్వాత్మను ఆశ్రయించి ఈ బ్రహ్మాండాన్ని పిండాండాన్ని మలభాండంలా త్యజింపుము. అన్ని దేహాలనూ అధిరోహించిన ఆనందచిదాత్మలో అహంబుద్ధిని నిలిపి నామరూపాత్మకమైన జగద్దృష్టిని విడిచిపెట్టి సదా కేవలస్వరూపుడవుకమ్ము. అనఘుడా! దర్పణాంతంలో ప్రతిఫలించిన పురంవలే ఆభాసమయమైన ఈ జగత్తు తత్పదార్థమైన బ్రహ్మ నేనే అని తెలుసుకుని కృతకృత్యుడవుకమ్ము. అహంకార రాహువునుండి ముక్తుడైన విమలపూర్ణచంద్రుని వలె సదానంద స్వయంప్రభలతో వెలుగొందుము అంటున్నది ఉపనిషత్తు.

క్రియానాశం చేత చిత్తనాశం దరిమిలా వాసనాక్షయం. వాసనాప్రక్షయమే మోక్షం. అదే జీవన్ముక్తి. ఉపనిషత్తు చెబుతున్న ఈ మహార్ఘమైన వరుసకు ఎన్ని జన్మలెత్తినా మానవాళి ఋణం తీర్చుకోలేదు. సర్వదా సర్వథా సర్వతః బ్రహ్మసూత్రాన్నే అవలోకిస్తూ ఆ సద్భావభావనాదార్ఢ్యాన్ని కలిగి ఉండాలి. బ్రహ్మనిష్ఠనుండి ఏమరపాటు కూడదు. ఆ అశ్రద్ధే మృత్యువు అని ఈ ఉపనిషత్తు మనకు హెచ్చరికను జారీచేస్తోంది. దీనికి మానవమనస్స్వభావం మూలం. అదే అంటోంది ఉపనిషత్తు. నీటిలో పక్కకు జరిపిన నాచు క్షణమాత్రంకూడా ఏవిధంగా అయితే తొలగి ఉండదో అలాగే మాయ అనేది ప్రాజ్ఞుడ్ని కూడా ఆవరించగలదు. నిత్యజాగరూకత అత్యావశ్యకం. సమాధినిష్ఠలో నిర్వికల్పుడవై ఉండుము. అపుడు అజ్ఞానహృదయగ్రంథి ఉందే అది లయించిపోగలదు. అప్పుడు సమాధిచేత అద్వైతాత్మదర్శన మవుతుంది. ఇటువంటి హితవు మనం

ప్రపంచంలో ఏమూలకు పరుగెత్తినా దొరకదు. అటువంటి సమాధినిష్ఠుడి జీవితమేమిటి అనే ప్రశ్నకు సమాధానం ఇక్కడే దొరుకుతుంది మనకు. అతనికి ఆత్మతత్త్వం దృఢీకృతం కాగా నేను నీవు అనే భేదబుద్ధిని కూకటివేళ్లతో సహా పెకలించుకుని తొలగించుకున్నవాడై ఉదాసీనంగా ఉంటాడు. అతనికి మౌనం సహజంగా అబ్బే లక్షణం. మాట్లాడకపోవడం మౌనం కాదు కదా! మాట్లాడాలని అనిపించకపోవడం మౌనం. అనిపించలేదంటే అతను తన ప్రస్తుత సత్తకన్నా ఆనందఘనాన్ని దేన్నో చప్పరిస్తూ నిరంతరమూ ఉండి ఉండాలి. ఆ స్థితికి చేరుకోవడానికి మార్గాన్ని వర్ణించే పనిని ఈ ఉపనిషత్తు నెత్తికెత్తుకుంది. యోగిచూపు ఇదే. బ్రహ్మనుండి స్తంభం వరకు కనబడుతున్న ఈ ఉపాధులన్నీ భ్రాంతి సర్వమూ పూర్ణానందాత్మస్వరూపమై ఏకాత్మయందు స్థానం కలిగి ఉంది అనే దృష్టితో అతడు ప్రపంచాన్ని చూస్తుంటాడు. కనుక అతడికి సంసారం సుఖదుఃఖాలను ఇవ్వదు. సచ్చిదానందాన్ని ఇస్తుంది.

ఇక్కడ ఉపనిషత్తు కొన్ని అమూల్యాలైన ప్రశ్నలను వేస్తోంది. విశ్వవ్యాప్తమైన నిర్వికారనిర్విశేషాత్మ అంతా నిండి ఉండగా నీకు నాకు విడివిడి ఆత్మ ఎక్కడుంది? నిర్విశేషంలో భేదమేమిటి సర్వదా ఏకాత్మకమై ఉన్న తత్త్వంలో భేదాలను కల్పించే బాహ్యవిషయకర్త ఎలా ఉంటాడు? సుషుప్తిలో సుఖమే మిగిలి ఉన్నపుడు భేదాన్ని చూసినవారెవరైనా ఉన్నారా? ఇత్యాది ప్రశ్నలు సాధకుడి సందేహాలను ఝటితి పటాపంచలు చేస్తాయి. అఖండమైన ఆత్మానందాన్ని తెలుసుకున్నవాడు బైట లోపల కూడా అంతటినీ స్వస్వరూపంగా సదానందరసాస్వాదన చేస్తుంటాడు. వాడు సంసారసూత్రాన్ని త్రెంపిన ధీరుడు. వైరాగ్యాన్ని పెంపొందించుకున్నందుకు ఫలం బోధ. బోధకు ఫలం ఉపరతి. ఉపరతి ఫలం ఆత్మరసానుభవం. అవిద్యాజనిత స్థూలోపాధిభావనను త్యజించిన జీవుడు విలక్షణాఖండ సచ్చిదానందపరబ్రహ్మత్వాన్ని జుర్రుకుంటున్నాడు. అంటే ఆత్మజ్ఞానమే ముక్తిదాయకం. దానికి మెట్లు ఏవి? అనే ప్రశ్నకు ఉపనిషన్మాత ఇలా సమాధానమిస్తోంది – వేదాంతవాక్యాలను విని వాటిని

అర్థంతో అనుసంధానం చేయడం శ్రవణం. విన్న వాక్యార్థాన్ని సమన్వయపరుచుకోవడం మననం. అఖండ సచ్చిదానందాత్మతత్త్వంలో బుద్ధిని నిలిపి ద్రష్టదృక్–దృశ్యములను ఏకం చేసుకుని ఆ ఏకత్వాన్ని అనన్యానుభవంగా మార్చే ప్రక్రియ నిధిధ్యాసనం. అలాగే ఏకఖండాత్మవృత్తిలో గాలి లేనిచోట్ల దీపం నిశ్చలమైనట్లుగా చిత్తాన్ని నిశ్చలం చేసుకోవడమే సమాధి.

ఈ సమాధిని అనర్ఘమైన పోలికతో వర్ణించింది ఉపనిషత్తు. ఆత్మధర్మమనే అమృతధారను వర్షించేటువంటి ధర్మమేఘమట సమాధి. ఈ ఒక్క పోలిక చాలు ఉపనిషత్తే అసలు కవిత్వం అని నిరూపించడానికి. వైరాగ్యమంటే బలవంతంగా విషయవాంఛలనుండి మనస్సును తొక్కిపెట్టడం కాదు. వాసనల అనుదయమే వైరాగ్యమట. ఎంత గొప్ప మాట. ఇది అహం బ్రహ్మ అన్న జ్ఞానాన్ని అనుభూతిలోకి తెచ్చుకున్నవాడిమహిమ తన కల్పకోటిశతాలనుండీ ఆర్జించిన సంచితకర్మలను దూదిపింజల్లా దహించివేయగలగడమనే శక్తిద్వారా వ్యక్తమవుతుంది. ఆ యతి సంచితకర్మలచేతకానీ భవిష్యత్ కర్మలచేతగానీ ఏమాత్రమూ బంధితుడు కాదు. ఉపనిషన్మాత మాటలలోనే ఇది నిర్వాణానుశాసనం. వేదానుశాసనమ్.

స్వస్తి

అధ్యాత్మోపనిషత్

శ్లో. యత్రాంతర్యామ్యాదిభేదస్తత్త్వతో న హి యుజ్యతే ।
నిర్భేదం పరమాద్వైతం స్వమాత్రమవశిష్యతే ॥

ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్పూర్ణముదచ్యతే ।
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావశిష్యతే ॥

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

అథ అధ్యాత్మోపనిషత్ ప్రారంభః

హరిః ఓం ॥

అంతఃశరీరే నిహితో గుహాయామజ ఏకో నిత్యమస్య
పృథివీ శరీరం యః పృథివీమంతరే సంచరన్యం పృథివీ న వేద ।

యస్యాపఃశరీరం యో అపోఽన్తరే సంచరన్యమాపో న విదుః ।
యస్య తేజః శరీరం యస్తేజోఽన్తరే సంచరన్యం తేజో న వేద ॥

యస్య వాయుః శరీరం యో వాయుమంతరే సంచరన్యం వాయుర్న వేద ।
యస్యాకాశః శరీరం య ఆకాశమంతరే సంచరన్యమాకాశో న వేద ॥

యస్య మనః శరీరం యో మనోఽన్తరే సంచరన్యం మనో న వేద ।
యస్య బుద్ధిః శరీరం యో బుద్ధిమంతరే సంచరన్యం బుద్ధిర్న వేద ॥

యస్యాహంకారః శరీరం యోఽహంకారమంతరే సంచరన్యమహంకారో న వేద ।
యస్య చిత్తం శరీరం యశ్చిత్తమంతరే సంచరన్యం చిత్తం న వేద ॥

యస్యావ్యక్తం శరీరం యోఽవ్యక్తమంతరే సంచరన్యమవ్యక్తం న వేద ।
యస్యాక్షరం శరీరం యోఽక్షరమంతరే సంచరన్యమక్షరం న వేద ॥

యస్య మృయుః శరీరం యో మృత్యుమంతరే సంచరన్యం మృత్యుర్న వేద ।
స ఏష సర్వభూతాంతరాత్మాపహతపాప్మా దివ్యో దేవ ఏకో నారాయణః ॥

అహం మమేతి యో భావో దేహాక్షాదావనాత్మని ।
అధ్యాసోఽయం నిరస్తవ్యో విదుషా బ్రహ్మనిష్ఠయా ॥ ॥ 1 ॥

జ్ఞాత్వా స్వం ప్రత్యగాత్మానం బుద్ధితద్వృత్తిసాక్షిణం ।
సోఽహమిత్యేవ తద్వృత్త్యా స్వాన్యత్రాత్మ్య(మతి త్యజేత్)మాత్మనః ॥ ॥ 2 ॥

లోకానువర్తనం త్యక్త్వా త్యక్త్వా దేహానువర్తనం ।
శాస్త్రానువర్తనం త్యక్త్వా స్వాధ్యాసాపనయం కురు ॥ ॥ 3 ॥

స్వాత్మన్యేవ సదా స్థిత్యా మనో నశ్యతి యోగినః ।
యుక్త్యా శ్రుత్యా స్వానుభూత్యా జ్ఞాత్వా సార్వాత్మ్యమాత్మనః ॥ ॥ 4 ॥

నిద్రాయా లోకవార్తాయాః శబ్దాదేరాత్మవిస్మృతేః ।
క్వచిన్నవసరం దత్త్వా చింతయాత్మానమాత్మని ॥ ॥ 5 ॥

మాతాపిత్రోర్మలోద్భూతం మలమాంసమయం వపుః ।
త్యక్త్వా చండాలవద్దూరం బ్రహ్మభూయ కృతీ భవ ॥ ॥ 6 ॥

ఘటాకాశం మహాకాశ ఇవాత్మానం పరాత్మని ।
విలాప్యాఖండభావేన తూష్ణీం భవ సదా మునే ॥ ॥ 7 ॥

స్వప్రకాశమధిష్ఠానం స్వయంభూయ సదాత్మనా ।
బ్రహ్మాండమపి పిండాండం త్యజ్యతాం మలభాండవత్ ॥ ॥ 8 ॥

చిదాత్మని సదానందే దేహరూఢామహంధియం ।
నివేశ్య లింగముత్సృజ్య కేవలో భవ సర్వదా ॥ ॥ 9 ॥

యత్రైష జగదాభాసో దర్పణాంతఃపురం యథా ।
తద్బ్రహ్మాహమితి జ్ఞాత్వా కృతకృత్యో భవానఘ ॥ ॥ 10 ॥

అహంకారగ్రహాన్ముక్తః స్వరూపముపపద్యతే ।
చంద్రవద్విమలః పూర్ణః సదానందః స్వయంప్రభః ॥ ॥ 11 ॥

క్రియానాశాద్భవేచ్చింతానాశోఽస్మాద్వాసనాక్షయః ।
వాసనాప్రక్షయో మోక్షః సా జీవన్ముక్తిరిష్యతే ॥ ॥ 12 ॥

సర్వత్ర సర్వతః సర్వబ్రహ్మమాత్రావలోకనం ।
సద్భావభావనాదాఢ్యాద్వాసనాలయమశ్నుతే ॥ ॥ 13 ॥

ప్రమాదో బ్రహ్మనిష్ఠాయాం న కర్తవ్యః కదాచన ।
ప్రమాదో మృత్యురిత్యాహుర్విద్యాయాం బ్రహ్మవాదినః ॥ ॥ 14 ॥

యథాపకృష్టం శైవాలం క్షణమాత్రం న తిష్ఠతి ।
ఆవృణోతి తథా మాయా ప్రాజ్ఞం వాపి పరాఙ్ముఖం ॥ ॥ 15 ॥

జీవతో యస్య కైవల్యం విదేహోఽపి స కేవలః ।
సమాధినిష్ఠతామేత్య నిర్వికల్పో భవానఘ ॥ ॥ 16 ॥

అజ్ఞానహృదయగ్రంథేర్నిఃశేషవిలయస్తదా ।
సమాధినా వికల్పేన యదాద్వైతాత్మదర్శనం ॥ ॥ 17 ॥

అత్రాత్మత్వం దృఢీకుర్వన్నహమాదిషు సంత్యజన్ ।
ఉదాసీనతయా తేషు తిష్ఠేద్ఘటపటాదివత్ ॥ ॥ 18 ॥

బ్రహ్మాదిస్తంబపర్యంతం మృషామాత్రా ఉపాధయః ।
తతః పూర్ణం స్వమాత్మానం పశ్యేదేకాత్మనా స్థితం ॥ ॥ 19 ॥

స్వయం బ్రహ్మా స్వయం విష్ణుః స్వయమింద్రః స్వయం శివః ।
స్వయం విశ్వమిదం సర్వం స్వస్మాదన్యన్న కించన ॥ ॥ 20 ॥

స్వాత్మన్యారోపితా శేషాభాసవస్తునిరాసతః ।
స్వయమేవ పరంబ్రహ్మ పూర్ణమద్వయమక్రియః ॥ ॥ 21 ॥

అసత్కల్పో వికల్పోఽయం విశ్వమిత్యేకవస్తుని ।
నిర్వికారే నిరాకారే నిర్విశేషే భిదా కుతః ॥ ॥ 22 ॥

ద్రష్టృదర్శనదృశ్యాదిభావశూన్యే నిరామయే ।
కల్పార్ణవ ఇవాత్యంతం పరిపూర్ణే చిదాత్మని ॥ ॥ 23 ॥

తేజసీవ తమో యత్ర విలీనం భ్రాంతికారణం ।
అద్వితీయే పరే తత్త్వే నిర్విశేషే భిదా కుతః ॥ ॥ 24 ॥

ఏకాత్మకే పరే తత్త్వే భేదకర్తా కథం వసేత్ ।
సుషుప్తౌ సుఖమాత్రాయాం భేదః కేనావలోకితః ॥ ॥ 25 ॥

చిత్తమూలో వికల్పోఽయం చిత్తాభావే న కశ్చన ।
అతశ్చిత్తం సమాధేయి ప్రత్యగ్రూపే పరాత్మని ॥ ॥ 26 ॥

అఖండానందమాత్మానం విజ్ఞాయ స్వస్వరూపతః ।
బహిరంతః సదానందరసాస్వాదనమాత్మని ॥ ॥ 27 ॥

వైరాగ్యస్య ఫలం బోధో బోధస్యోపరతిః ఫలం ।
స్వానందానుభవచ్ఛాంతిరేషైవోపరతేః ఫలం ॥ ॥ 28 ॥

యద్యుత్తరోత్తరాభావే పూర్వరూపం తు నిష్ఫలం ।
నివృత్తిః పరమా తృప్తిరానందోఽనుపమః స్వతః ॥ ॥ 29 ॥

మాయోపాధిర్జగద్యోనిః సర్వజ్ఞత్వాదిలక్షణః ।
పారోక్ష్యశబలః సత్యాద్యాత్మకస్తత్పదాభిధః ॥ ॥ 30 ॥

ఆలంబనతయా భాతి యోఽస్మత్ప్రత్యయశబ్దయోః ।
అంతఃకరణసంభిన్నబోధః స త్వంపదాభిధః ॥ ॥ 31 ॥

మాయావిద్యే విహాయైవ ఉపాధీ పరజీవయోః ।
అఖండం సచ్చిదానందం పరం బ్రహ్మ విలక్ష్యతే ॥ ॥ 32 ॥

ఇత్థం వాక్యైస్తథార్థానుసంధానం శ్రవణం భవేత్ ।
యుక్త్యా సంభావితత్వానుసంధానం మననం తు తత్ ॥ ॥ 33 ॥

తాభ్యం నిర్విచికిత్సేఽర్థే చేతసః స్థాపితస్య యత్ ।
ఏకతానత్వమేతద్ధి నిదిధ్యాసనముచ్యతే ॥ ॥ 34 ॥

ధ్యాతృధ్యానే పరిత్యజ్య క్రమాద్ధ్యేయైకగోచరం ।
నివాతదీపవచ్చిత్తం సమాధిరభిధీయతే ॥ ॥ 35 ॥

వృత్తయస్తు తదానీమప్యజ్ఞాతా ఆత్మగోచరాః ।
స్మరణాదనుమీయంతే వ్యుత్థితస్య సముత్థితాః ॥ ॥ 36 ॥

అనాదావిహ సంసారే సంచితాః కర్మకోటయః ।
అనేన విలయం యాంతి శుద్ధో ధర్మో వివర్ధతే ॥ ॥ 37 ॥

ధర్మమేఘమిమం ప్రాహుః సమాధిం యోగవిత్తమాః ।
వర్షత్యేష యథా ధర్మామృతధారాః సహస్రశః ॥ ॥ 38 ॥

అమునా వాసనాజాలే నిఃశేషం ప్రవిలాపితే ।
సమూలోన్మూలితే పుణ్యపాపాఖ్యే కర్మసంచయే ॥ ॥ 39 ॥

వాక్యమప్రతిబద్ధం సత్ప్రాక్పరోక్షావభాసితే ।
కరామలకమవద్బోధపరోక్షం ప్రసూయతే ॥ ॥ 40 ॥

వాసనానుదయో భోగ్యే వైరాగ్యస్య తదావధిః ।
అహంభావోదయాభావో బోధస్య పరమావధిః ॥ ॥ 41 ॥

లీనవృత్తేరనుత్పత్తిర్మర్యాదోపరతేస్తు సా ।
స్థితప్రజ్ఞో యతిరయం యః సదానందమశ్నుతే ॥ ॥ 42 ॥

బ్రహ్మణ్యేవ విలీనాత్మా నిర్వికారో వినిష్క్రియః ।
బ్రహ్మాత్మనోః శోధితయోరేకభావావగాహిని ॥ ॥ 43 ॥

నిర్వికల్పా చ చిన్మాత్రా వృత్తిః ప్రజ్ఞేతి కథ్యతే ।
సా సర్వదా భవేద్యస్య స జీవన్ముక్త ఇష్యతే ॥ ॥ 44 ॥

దేహేంద్రియేష్వహంభావ ఇదంభావస్తదన్యకే ।
యస్య నో భవతః క్వాపి స జీవన్ముక్త ఇష్యతే ॥ ॥ 45 ॥

న ప్రత్యగ్బ్రహ్మణోర్భేదం కదాపి బ్రహ్మసర్గయోః ।
ప్రజ్ఞయా యో విజానాతి స జీవన్ముక్త ఇష్యతే ॥ ॥ 46 ॥

సాధుభిః పూజ్యమానేఽస్మిన్పీడ్యమానేఽపి దుర్జనైః ।
సమభావో భవేద్యస్య స జీవన్ముక్త ఇష్యతే ॥ ॥ 47 ॥

విజ్ఞాతబ్రహ్మతత్త్వస్య యథాపూర్వం న సంసృతిః ।
అస్తి చేన్న స విజ్ఞాతబ్రహ్మభావో బహిర్ముఖః ॥ ॥ 48 ॥

సుఖాద్యనుభవో యావత్తావత్ప్రారబ్ధమిష్యతే ।
ఫలోదయః క్రియాపూర్వో నిష్క్రియో నహి కుత్రచిత్ ॥ ॥ 49 ॥

అహం బ్రహ్మేతి విజ్ఞానాత్కల్పకోటిశతార్జితం ।
సంచితం విలయం యాతి ప్రబోధాత్స్వప్నకర్మవత్ ॥ ॥ 50 ॥

స్వమసంగముదాసీనం పరిజ్ఞాయ నభో యథా ।
న శ్లిష్యతే యతిః కించిత్కదాచిద్భావికర్మభిః ॥ ॥ 51 ॥

న నభో ఘటయోగేన సురాగంధేన లిప్యతే ।
తథాత్మోపాధియోగేన తద్ధర్మై నైవ లిప్యతే ॥ ॥ 52 ॥

జ్ఞానోదయాత్పురారబ్ధం కర్మ జ్ఞానాన్న నశ్యతి ।
అదత్వా స్వఫలం లక్ష్యముద్దిశ్యోత్సృష్టబాణవత్ ॥ ॥ 53 ॥

వ్యాఘ్రబుద్ధ్యా వినిర్ముక్తో బాణః పశ్చాత్తు గోమతౌ ।
న తిష్ఠతి భినత్త్యేవ లక్ష్యం వేగేన నిర్భరం ॥ ॥ 54 ॥

అజరోఽస్మ్యమరోఽస్మీతి య ఆత్మానం ప్రపద్యతే ।
తదాత్మనా తిష్ఠతోఽస్య కుతః ప్రారబ్ధకల్పనా ॥ ॥ 55 ॥

ప్రారబ్ధం సిద్ధ్యతి తదా యదా దేహాత్మనా స్థితిః ।
దేహాత్మభావో నైవేష్టః ప్రారబ్ధం త్యజ్యతామతః ॥ ॥ 56 ॥

ప్రారబ్ధకల్పనాప్యస్య దేహస్య భ్రాంతిరేవ హి ॥ ॥ 57 ॥

అధ్యస్తస్య కుతస్తత్త్వమసత్యస్య కుతో జనిః ।
అజాతస్య కుతో నాశః ప్రారబ్ధమసతః కుతః ॥ ॥ 58 ॥

జ్ఞానేనాజ్ఞానకార్యస్య సమూలస్య లయో యది ।
తిష్ఠత్యయం కథం దేహ ఇతి శంకావతో జడాన్ ।
సమాధాతుం బాహ్యదృష్ట్యా ప్రారబ్ధం వదతి శ్రుతిః ॥ ॥ 59 ॥

న తు దేహాదిసత్యత్వబోధనాయ విపశ్చితాం ।
పరిపూర్ణమనాద్యంతమప్రమేయమవిక్రియం ॥ ॥ 60 ॥

సద్ఘనం చిద్ఘనం నిత్యమానందఘనమవ్యయం ।
ప్రత్యగేకరసం పూర్ణమనంతం సర్వతోముఖం ॥ ॥ 61 ॥

అహేయమనుపాదేయమనాధేయమనాశ్రయం ।
నిర్గుణం నిష్క్రియం సూక్ష్మం నిర్వికల్పం నిరంజనం ॥ ॥ 62 ॥

అనిరూప్యస్వరూపం యన్మనోవాచామగోచరం ।
సత్సమృద్ధం స్వతఃసిద్ధం శుద్ధం బుద్ధమనీదృశం ॥ ॥ 63 ॥

ఏకమేవాద్వయం బ్రహ్మ నేహనానాస్తి కించన।
స్వానుభూత్యా స్వయం జ్ఞాత్వా స్వమాత్మానమఖండితం ।
స సిద్ధః సుసుఖం తిష్ఠ నిర్వికల్పాత్మనాత్మని ॥ ॥ 64 ॥

క్వ గతం కేన వా నీతం కుత్ర లీనమిదం జగత్ ।
అధునైవ మయా దృష్టం నాస్తి కిం మహదద్భుతం ॥ ॥ 65 ॥

కిం హేయం కిముపాదేయం కిమన్యత్కిం విలక్షణం ।
అఖండానందపీయూషపూర్ణబ్రహ్మమహార్ణవే ॥ ॥ 66 ॥

న కించిదత్ర పశ్యామి న శృణోమి న వేద్మ్యహం ।
స్వాత్మనైవ సదానందరూపేణాస్మి స్వలక్షణః ॥ ॥ 67 ॥

అసంగోఽహమనంగోఽహమలింగోఽహం హరిః ।
ప్రశాంతోఽహమనంతోఽహం పరిపూర్ణశ్చిరంతనః ॥ ॥ 68 ॥

అకర్తాహమభోక్తాహమవికారోఽహమవ్యయః ।
శుద్ధోబోధస్వరూపోఽహం కేవలోఽహం సదాశివః ॥ ॥ 69 ॥

ఏతాం విద్యామపాంతరతమాయ దదౌ । అపాంతరతమో బ్రహ్మణే దదౌ ।
బ్రహ్మా ఘోరాంగిరసే దదౌ । ఘోరాంగిరా రైక్వాయ దదౌ । రైక్వో రామాయ దదౌ ।
రామః సర్వేభ్యో భూతేభ్యో దదావిత్యేతన్నిర్వాణానుశాసనం।
వేదానుశాసనం వేదానుశాసనమిత్యుపనిషత్ ॥

ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్పూర్ణముదచ్యతే ।
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావశిష్యతే ॥

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఇతి అధ్యాత్మోపనిషత్సమాప్తః