అన్నపూర్ణోపనిషత్తు

– డా. రామనాథపరిమి

ఉపోద్ఘాతము :

అథర్వణవేద ప్రవిభక్తమై సమస్త వేదాంతసిద్ధాంత ప్రకటనం చేస్తూ బ్రహ్మమాత్రంలో పర్యవసించినటువంటి మహోత్కృష్టమైన అన్నపూర్ణోపనిషత్తు ఇది. ఇటువంటి ఒక ఉపనిషత్తు అద్వితీయం. సగుణోపాసనకూ నిర్గుణోపాసనకూ మధ్య రకరకాల కంచెలు కల్పించి ఇష్టానిష్టానుసారంగా ఎత్తుపల్లాలలో వాటిని కూర్చోబెట్టి సమన్వయం కుదర్చలేక అస్తవ్యస్తపడే ఆస్తికులు అనేకులు. ఈ రెంటిలో ఏది గొప్ప అని వాదప్రతివాదాలకు దిగి ఏది గొప్పో నిర్ణయించడమే గొప్ప పనిగా ఆ జీవితాంతం పెట్టుకుని చివరకు ఏ మార్గాన్నీ పెనవేసుకోలేక ఆత్మోన్నతిని కష్టపెట్టుకునేవారు కోకొల్లలు. వేదమాత వెన్నుతట్టిన ఈ రెండు మార్గాల వెనుక ఉన్న బాంధవసూత్రాన్ని వెలికితీస్తూనే, మోక్షసాధక వేదాంతతత్త్వోపదేశం చేసిన కమనీయోపనిషత్తు ఇది. యోగ్యాధికారి అయిన నిదాఘుడనే యోగీంద్రుడు ఆత్మోన్నతికోసం తన గుండె నకనకలాడుతుండగా పరబ్రహ్మతత్త్వవిదుడైన ఋభుమహర్షిని సమీపించి ఆయన్నుండి పొందిన బోధసారమిది. ఆ గురువుకు తన శిష్యుని యెడ కలిగిన వాత్సల్యమంతా ఈ మాటలనిండా నిబిడీకృతమై ఉంది.

ప్రశ్న అంటే ఏమిటి అని ప్రశ్న. ఏ ప్రశ్న అయితే మనలోని ఒక జిజ్ఞాసార్చి రగులుతుండగా పుడుతుందో, ఏ ప్రశ్న అయితే మనకు సాధనామార్గానికి తలుపులు తీస్తుందో, ఏ ప్రశ్న అయితే అతీంద్రియ భగవత్తత్త్వాన్ని అధికరించినదై ఉంటుందో ఏ ప్రశ్న అయితే ప్రష్టను నిలువనీక, నిలువునా సమాధానం కోసం మనలను దహించివేస్తుందో, ఏ ప్రశ్న అయితే తపస్సులో విపరిణమిస్తుందో అది ప్రశ్న. అటువంటి ప్రశ్నను నిదాఘుడు ఋభుమహర్షిని వేశాడు–హే బ్రహ్మన్! ఏ ఉపాసన

చేత మీరిటువంటి ఆనందస్థాయిని అందుకున్నారు, ఆ మహావిద్యను మోక్ష సామ్రాజ్యదాయినిని నాకు చెప్పవలసింది అని. దానికి సమాధానమిస్తూ ఋభుమహర్షి తన తండ్రివలన పొందిన అన్నపూర్ణా మంత్రవిద్యనూ, తత్సాధనాపద్ధతినీ తాను పొందిన సిద్ధినీ వివరించారు.

ఇదే ఈ ఉపనిషత్తు విడదీస్తున్న చిక్కుముడి. **“ఆత్మతత్త్వం అనుబ్రూహి”** అని శిష్యుడి వేసిన ప్రశ్నకు ఏ మహావాక్యోపదేశాన్నో అఖండాత్మతత్త్వబోధనో చేయక ఒక దేవత గురించి, ఆమె మంత్రం గురించి చెప్పడం ఆ మంత్రసిద్ధి ద్వారా ఆత్మజ్ఞానంలోకి పయనించడం అనేది ఋభుమహర్షి చేసిన గొప్ప ఆవిష్కరణ. చేసిన మంత్రోపాసన ఫలించి దేవత అవతరించి నిర్గుణాఖండానుభూతిని ప్రసాదించడమనే ఈ ఘటనను కలిగి ఉన్న ఋభుమహర్షి జీవితం సగుణనిర్గుణోపాసనల మధ్యనున్న ఉచ్చ, నీచ భావాలను పూర్తిగా చెరిపివేసిన సమన్వయసేతువు. **“నృణామేకో గమ్యస్త్వమసి పయసామర్ణవ ఇవ”** అన్న గంధర్వవాణికి మనకు లభించిన శాశ్వతసాక్ష్యం.

నేను మంత్రోపసన చేశాను ఇదిగో ఆ మంత్రం, నీవూ అదే పని చెయ్యమని నిదాఘుడికి చెప్పి ముగించలేదు ఋభుమహర్షి. నిదాఘుడి యోగ్యతను చక్కగా అంచనా వేసినవాడు కనుక మంత్రసిద్ధి ఫలితంగా తనకు కలిగిన ఆత్మతత్త్వదర్శనాన్ని సవివరంగా ఐదు అధ్యాయాలుగా పరచుకుని ఉన్న ఈ ఉపనిషత్తులో చెప్పాడు. ఈ ఉపనిషత్తుద్వారా మనకు లభించే ఒక విరళశేవధి ఒక ఋషికి మంత్రం సిద్ధిస్తే అది ఎలా ఉంటుందో వివరించే ఋభుమహర్షి మాటలు. దేవత వరమిచ్చి అదృశ్యమవగానే ఆయనలో అంతకు ముందులేని ఒక పవిత్రబుద్ధి పుట్టిందట. ఆ బుద్ధివల్ల అంతవరకూ తాను చూస్తూనే ఉన్న ఈ జగత్తులోని వైచిత్ర్యం అంతా స్పష్టమై కొత్తగా అగుపించడం మొదలైందట. నానావిధాలుగా ఈ జగత్తు కనిపించడానికి ఏ భ్రమలు కారణమో అవన్నీ ఆయనకు పటాపంచలైనాయి. దానికి ఐదు దృష్టాంతాలు ఆయనకు సహకరించాయట.

ఆధ్యాత్మికపథంలో ఉండేది జ్ఞానోదయమే. ఒకసారి ఉదయించాక ఆ వెలుగు సర్వేసర్వత్ర పరచుకుంటుంది. ఆ వెలుగులో ఋభుమహర్షి చిత్తం బ్రహ్మాకారంగా విపరిణమించింది. అదే నిదాఘుడికి బోధ చేశాడాయన.

దేహాత్మభ్రాంతిని, తనువాసనలనూ వీడి నిత్యోదితమై, విమలమై, ఆద్యమైన బ్రహ్మతత్త్వమే నేననే భావనను తెచ్చుకుని ఇంద్రియాలకు దృశ్యమానమైనమయ్యేదంతా ఏమీ లేదు అని భావన చేస్తూ అజ్ఞానపు ఒక్కోపొరను తొలగించుకుంటూ ఆత్మదృష్టిని వ్యాపింపజేసుకుంటూ ఉన్న వాడికి ఒనగూరే ప్రయోజనం ఈ ఉపనిషత్తు మనకు చూపుతోంది. మనకు శక్తిమంతుడంటే తెలుసు. అదృష్టవంతుడూ, అధిపతి, బానిస, ధనవంతుడు, శాస్త్రజ్ఞుడు, న్యాయవాది – వీళ్లెవరో కూడా తెలుసు. వీరందరూ లౌకికులు. వీరందరినీ మించిన ధీరుడొకడున్నాడట. వాడు అంతశ్శీలాన్ని సిద్ధింపజేసుకుని ఇంద్రియాలను తాను వాడుకుంటూ సమస్తకర్మలనూ నిర్వర్తిస్తూ కూడా లోపల సర్వమూ ఆత్మప్రదర్శనంగా చూస్తాడట. ఆత్మలోనే రమిస్తూ ఉంటాడట. ఇది చేస్తూ కూడా లౌకిక కర్మనిర్వహణలో ఏ లోపమూ చేయడట. ఇక్కడి సుఖదుఃఖాలకు వశుడైపోడట. అతడికి సమాహితుడని పేరట. మనలో ఎవ్వరమూ ఊహ కూడా చేయలేని వ్యక్తిత్వాన్ని కలిగిఉన్న ఈ సమాహితుడి ఆదర్శాలను మనం పట్టించుకోవలెనంటే ఇప్పుడే మరణం వచ్చినా లేదా కల్పాంతం చివరలో వచ్చినా అతనికి ఏ కళంకమూ అంటదట. భయమన్నది అతనికి లేనే లేదట. ప్రపంచ వాఙ్మయంలో **'మా భీః'** అన్న వాగ్దానాన్ని ఇచ్చింది కేవలం భారతీయ ఉపనిషత్తు మాత్రమే.

ద్వితీయోధ్యాయం జటిలమైన సమస్యతో మొదలు. బంధమంటే ఏమిటి అన్న ప్రశ్న, దాని చర్చతో. బంధానికి మందు మోక్షము. దాని స్వరూపస్వభావాలుకూడా విశదంగా చర్చింపబడ్డాయి. తృతీయోధ్యాయంలో విదేహముక్తి అంటే ఏమిటి?, అది అనుభవంలోకెలా వస్తుంది అనే సంగతులను మాండవ్యముని అనుభూతులద్వారా

మనం చూడగలం. చతుర్థాధ్యాయం అంతా కూడా జీవన్ముక్తుడు, అతని లక్షణాలపై చర్చ. ఇక్కడే పరమాత్మపదప్రాప్తిని ఇవ్వలేనటువంటి, పెక్కుమంది ప్రాకులాడే సిద్ధులు మహిమల నిరాకరణం కనిపిస్తుంది. చిత్తనాశమెలా జరుగుతుందో వాసనలు, అమనస్కత ఇత్యాది అనేక భావనలుకూడా చక్కగా వివరింపబడి ఉన్నాయి. చివరిదైన పంచమోధ్యాయంలో ఆత్మవిచారణ చేయకపోవడమే మృతి అన్న సత్యం చక్కగా నిరూపింపబడి ఉన్నది. ఆత్మసాక్షాత్కారం సిద్ధించాలంటే మన బుద్ధిలోకి అవతరింపవలసినటువంటి విచారణ-సంగభావన-విలయాత్మిక ఇత్యాది సప్త భూమికలు చక్కగా చూపబడ్డాయి.

చిత్తముయొక్క ఉనికే దుఃఖము. చిత్తత్యాగమే పరమసుఖము. కనుక జీవుడి చిత్తం చిదాకాశంలో లయం చేయదగినదై ఉన్నది. అందుచేత స్వాత్మలో పరిపూర్ణమైనటువంటి ఈ బుద్ధి వెంటనంటి ఉండగా నిత్యాంతర్ముఖంగా స్వచ్ఛంగా ఉన్న మానవుడు సుఖదుఃఖాది ద్వంద్వాలనుండి విముక్తి పొంది ఆనందసామ్రాజ్యాన్ని ఏలుతున్నాడు.

ఇంతటి గొప్పజ్ఞానమనే వెలుగుముద్ద ఒక వ్యక్తిలోకి చొరబడితే సంసారం ఏమౌతుంది అనే చక్కని ప్రశ్నతో ఈ ఉపనిషత్తు ముగుస్తుంది. దానికి ఈ ఉపనిషత్తులో ఋభుమహర్షి ఇచ్చిన ఉత్తమమైన ప్రత్యుత్తరమిది రమ్యమైన వస్తువులుగానీ అరమ్యమైన వస్తువులుగానీ కనిపించినపుడు ఒక శిలలా అంత రంగంలో ఆత్మభావనతో నిశ్చలంగా ఉండడమే ఆత్మయజ్ఞం.

అన్నపూర్ణోపనిషదిదం యో అధీతే గుర్వనుగ్రహాత్
స జీవన్ముక్తతాం ప్రాప్య బ్రహ్మైవ భవతి స్వయమ్

స్వస్తి

అన్నపూర్ణోపనిషత్

శ్లో. సర్వాపహ్నవసంసిద్ధబ్రహ్మమాత్రతయోజ్జ్వలమ్ ।
త్రైపదం శ్రీరామతత్త్వం స్వమాత్రమితి భావయే ॥

ఓం భద్రం కర్ణేభిః శృణుయామ దేవాః భద్రం పశ్యేమాక్షభిర్యజత్రాః ।
స్థిరైరంగైస్తుష్టువాంసస్తనూభిః వ్యశేమ దేవహితం యదాయుః ।
స్వస్తి న ఇంద్రో వృద్ధశ్రవాః స్వస్తి నః పూషా విశ్వవేదాః ।
స్వస్తి నస్తార్క్ష్యో అరిష్టనేమిః స్వస్తి నో బృహస్పతిర్దధాతు ॥

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

అథ అన్నపూర్ణోపనిషత్ ప్రారంభః

1. ప్రథమోఽధ్యాయః

హరిః ఓం నిదాఘో నామ యోగీంద్ర ఋభుం బ్రహ్మవిదాం వరమ్ ।
ప్రణమ్య దండవద్భూమావుత్థాయ స పునర్మునిః ॥ ॥ 1 ॥

ఆత్మతత్త్వమనుబ్రూహీత్యేవం పప్రచ్ఛ సాదరమ్ ।
కయోపాసనయా బ్రహ్మన్నీదృశం ప్రాప్తవానసి ॥ ॥ 2 ॥

తాం మే బ్రూహి మహావిద్యాం మోక్షసామ్రాజ్యదాయినీమ్ ।
నిదాఘ త్వం కృతార్థోఽసి శృణు విద్యాం సనాతనీమ్ ॥ ॥ 3 ॥

యస్యా విజ్ఞానమాత్రేణ జీవన్ముక్తో భవిష్యసి ।
మూలశృంగాటమధ్యస్థా బిందునాదకలాశ్రయా ॥ ॥ 4 ॥

నిత్యానందా నిరాధారా విఖ్యాతా విలసత్కచా ।
విష్టపేశీ మహాలక్ష్మీః కామస్తారో నతిస్తథా ॥ ॥ 5 ॥

భగవత్యన్నపూర్ణేతి మమాభిలషితం తతః ।
అన్నం దేహి తతః స్వాహా మంత్రసారేతి విశ్రుతా ॥ ॥ 6 ॥

సప్తవింశతి వర్ణాత్మా యోగినీగణసేవితా ॥ ॥ 7 ॥

ఐం హ్రీం సౌం శ్రీం క్లీమోన్నమో భగవత్యన్నపూర్ణే
మమాభిలషితమన్నం దేహి స్వాహా ।
ఇతి పిత్రోపదిష్టోఽస్మి తదాదినియమః స్థితః ।
కృతవాన్స్వాశ్రమాచారో మంత్రానుష్ఠానమన్వహమ్ ॥ ॥ 8 ॥

ఏవం గతే బహుదినే ప్రాదురాసీన్మమాగ్రతః ।
అన్నపూర్ణా విశాలాక్షీ స్మయమానముఖాంబుజా ॥ ॥ 9 ॥

తాం దృష్ట్వా దండవద్భూమౌ నత్వా ప్రాంజలిరాస్థితః ।
అహో వత్స కృతార్థోఽసి వరం వరయ మా చిరమ్ ॥ ॥ 10 ॥

ఏవముక్తో విశాలాక్ష్యా మయోక్తం మునిపుంగవ ।
ఆత్మతత్త్వం మనసి మే ప్రాదుర్భవతు పార్వతి ॥ ॥ 11 ॥

తథైవాస్థితి మాముక్త్వా తత్రైవాంతరధీయత ।
తదా మే మతిరుత్పన్నా జగద్వైచిత్ర్యదర్శనాత్ ॥ ॥ 12 ॥

భ్రమః పంచవిధో భాతి తదేవేహ సముచ్యతే ।
జీవేశ్వరౌ భిన్నరూపావితి ప్రాథమికో భ్రమః ॥ ॥ 13 ॥

ఆత్మనిష్ఠం కర్తృగుణం వాస్తవం వా ద్వితీయకః ।
శరీరత్రయసంయుక్తజీవః సంగీ తృతీయకః ॥ ॥ 14 ॥

జగత్కారణరూపస్య వికారిత్వం చతుర్థకః ।
కారణాద్భిన్నజగతః సత్యత్వం పంచమో భ్రమః ।
పంచభ్రమనివృత్తిశ్చ తదా స్ఫురతి చేతసి ॥ ॥ 15 ॥

బింబప్రతిబింబదర్శనేన భేదభ్రమో నివృత్తః ।
స్ఫటికలోహితదర్శనేన పారమార్థికకర్తృత్వభ్రమో నివృత్తః ।
ఘటమఠాకాశదర్శనేన సంగీతిభ్రమో నివృత్తః ।
రజ్జుసర్పదర్శనేన కారణాద్భిన్నజగతః సత్యత్వభ్రమో నివృత్తః ।
కనకరుచకదర్శనేన వికారిత్వభ్రమో నివృత్తః ।
తదాప్రభృతి మచ్చిత్తం బ్రహ్మాకారమభూత్స్వయమ్ ।
నిదాఘ త్వమపీత్థం హి తత్త్వజ్ఞానమవాప్నుహి ॥ ॥ 16 ॥

నిదాఘః ప్రణతో భూత్వా ఋభుం పప్రచ్ఛ సాదరమ్ ।
బ్రూహి మే శ్రద్దధానాయ బ్రహ్మవిద్యామనుత్తమామ్ ॥ ॥ 17 ॥

తథేత్యాహ ఋభుః ప్రీతస్తత్త్వజ్ఞానం దదామి తే ।
మహాకర్తా మహాభోక్తా మహాత్యాగీ భవానఘ ।
స్వస్వరూపానుసంధానమేవం కృత్వా సుఖీ భవ ॥ ॥ 18 ॥

నిత్యోదితం విమలమాద్యమనతరూపమ్
బ్రహ్మాస్మి నేతరకలాకలనం హి కించిత్ ।
ఇత్యేవ భావయ నిరంజనతాముపేతో
నిర్వాణమేహి సకలామలశాంతవృత్తిః ॥ ॥ 19 ॥

యదిదం దృశ్యతే కించిత్తత్తన్నాస్తీతి భావయ ।
యథా గంధర్వనగరం యథా వారి మరుస్థలే ॥ ॥ 20 ॥

యత్తు నో దృశ్యతే కించిద్యన్ను కించిదివ స్థితమ్ ।
మనఃషష్ఠేంద్రియాతీతం తన్మయో భవ వై మునే ॥ ॥ 21 ॥

అవినాశి చిదాకాశం సర్వాత్మకమఖండితమ్ ।
నీరంధ్రం భూరివాశేషం తదస్మీతి విభావయ ॥ ॥ 22 ॥

యదా సంక్షీయతే చిత్తమభావాత్యంతభావనాత్ ।
చిత్సామాన్యస్వరూపస్య సత్తాసామాన్యతా తథా ॥ ॥ 23 ॥

నూనం చైత్యాంశరహితా చిద్యదాత్మని లీయతే ।
అసద్రూపవదత్యచ్ఛా సత్తాసామాన్యతా తథా ॥ ॥ 24 ॥

దృష్టిరేషా హి పరమా సదేహాదేహయోః సమా ।
ముక్తయోః సంభవత్యేవ తుర్యాతీతపదాభిధా ॥ ॥ 25 ॥

వ్యుత్థితస్య భవత్యేషా సమాధిస్థస్య చానఘ ।
జ్ఞస్య కేవలమజ్ఞస్య న భవత్యేవ బోధజా ।
అనానందసమానందముగ్ధముగ్ధముఖద్యుతిః ॥ ॥ 26 ॥

చిరకాలపరిక్షీణమననాదిపరిభ్రమః ।
పదమాసాద్యతే పుణ్యం ప్రజ్ఞయావైకయా యదా ॥ ॥ 27 ॥

ఇమం గుణసమాహారమనాత్మత్వేన పశ్యతః ।
అంతఃశీతలయా యాసౌ సమాధిరితి కథ్యతే ॥ ॥ 28 ॥

అవాసనం స్థిరం ప్రోక్తం మనోధ్యానం తదేవ చ ।
తదేవ కేవలీభావం శాంతతైవ చ తత్సదా ॥ ॥ 29 ॥

తనువాసనమత్యుచ్చైః పదాయోద్యతముచ్యతే ।
అవాసనం మనోవక్త్రపదం తస్మాదవాప్యతే ॥ ॥ 30 ॥

ఘనవాసనమేతత్తు చేతఃకర్తృత్వభావనమ్ ।
సర్వదుఃఖప్రదం తస్మాద్వాసనాం తనుతాం నయేత్ ॥ ॥ 31 ॥

చేతసా సంపరిత్యజ్య సర్వభావాత్మభావనామ్ ।
సర్వమాకాశతామేతి నిత్యమంతర్ముఖస్థితేః ॥ ॥ 32 ॥

యథా విపణగా లోకా విహరంతోఽప్యసత్సమాః ।
అసంబంధాత్తథా జ్ఞస్య గ్రామోఽపి విపినోపమః ॥ ॥ 33 ॥

అంతర్ముఖతయా నిత్యం సుప్తో బుద్ధో వ్రజన్పఠన్ ।
పురం జనపదం గ్రామమరణ్యమివ పశ్యతి ॥ ॥ 34 ॥

అంతఃశీతలతాయాం తు లబ్ధాయాం శీతలం జగత్ ।
అంతస్తృష్ణోపతప్తానాం దావదాహమయం జగత్ ॥ ॥ 35 ॥

భవత్యఖిలజంతూనాం యదంతస్తద్బహిః స్థితమ్ ॥ 36 ॥

యస్యాత్మరతిరేవాంతః కుర్వన్కర్మేంద్రియైః క్రియాః ।
న వశో హర్షశోకాభ్యాం స సమాహిత ఉచ్యతే ॥ ॥ 37 ॥

ఆత్మవత్సర్వభూతాని పరద్రవ్యాణి లోష్ఠవత్ ।
స్వభావాదేవ న భయాజ్యశ్యతి స పశ్యతి ॥ ॥ 38 ॥

అద్వైత మృతిరాయాతు కల్పాంతనిచయేన వా ।
నాసౌ కలంకమాప్నోతి హేమ పంకగతం యథా ॥ ॥ 39 ॥

కోఽహం కథమిదం కిం వా కథం మరణజన్మనీ ।
విచారయాంతరే వేత్థం మహత్తత్ఫలమేష్యసి ॥ ॥ 40 ॥

విచారేణ పరిజ్ఞాతస్వభావస్య సతస్తవ ।
మనః స్వరూపముత్సృజ్య శమమేష్యతి విజ్వరమ్ ॥ ॥ 41 ॥

విజ్వరత్వం గతం చేతస్తవ సంసారవృత్తిషు ।
న నిమజ్జతి తద్బ్రహ్మన్గోష్పదేష్వివ వారణః ॥ ॥ 42 ॥

కృపణం తు మనో బ్రహ్మన్గోష్పదేఽపి నిమజ్జతి ।
కార్యే గోష్పదతోయేఽపి విశీర్ణో మశకో యథా ॥ ॥ 43 ॥

యావద్యావన్మునిశ్రేష్ఠ స్వయం సంతజ్యతేఽఖిలమ్ ।
తావత్తావత్పరాలోకః పరమాత్మైవ శిష్యతే ॥ ॥ 44 ॥

యావత్సర్వం న సంత్యక్తం తావదాత్మా న లభ్యతే ।
సర్వవస్తుపరిత్యాగే శేష ఆత్మేతి కథ్యతే ॥ ॥ 45 ॥

ఆత్మావలోకనార్థం తు తస్మాత్సర్వం పరిత్యజేత్ ।
సర్వం సంత్యజ్య దూరేణ యచ్ఛిష్టం తన్మయో భవ ॥ ॥ 46 ॥

సర్వం కించిదిదం దృశ్యం దృశ్యతే యజ్జగద్గతమ్ ।
చిన్నిష్పందాంశమాత్రం తన్నాన్యత్కించన శాశ్వతమ్ ॥ ॥ 47 ॥

సమాహితా నిత్యతృప్తా యథాభూతార్థదర్శినీ ।
బ్రహ్మన్సమాధిశబ్దేన పరా ప్రజ్ఞోచ్యతే బుధైః ॥ ॥ 48 ॥

అక్షుబ్ధా నిరహంకారా ద్వంద్వేష్వననుపాతినీ ।
ప్రోక్తా సమాధిశబ్దేన మేరోః స్థిరతరా స్థితిః ॥ ॥ 49 ॥

నిశ్చితా విగతాభీష్టా హేయోపదేయవర్జితా ।
బ్రహ్మాన్సమాధిశబ్దేన పరిపూర్ణా మనోగతిః ॥ ॥ 50 ॥

కేవలం చిత్ప్రకాశాంశకల్పితా స్థిరతాం గతా ।
తుర్యా సా ప్రాప్యతే దృష్టిర్మహద్భిర్వేదవిత్తమైః ॥ ॥ 51 ॥

అదూరగతసాదృశ్యా సుషుప్తస్యోపలక్ష్యతే ।
మనోహంకారవిలయే సర్వభావాంతరస్థితా ॥ ॥ 52 ॥

సముదేతి పరానందా యా తనుః పారమేశ్వరీ ।
మనసైవ మనశ్ఛిత్త్వా సా స్వయం లభ్యతే గతిః ॥ ॥ 53 ॥

తదను విషయవాసనావినాశ
స్తదను శుభః పరమః స్ఫుటప్రకాశః ।
తదను చ సమతావశాత్స్వరూపే
పరిణమనం మహతామచింత్యరూపమ్ ॥ ॥ 54 ॥

అఖిలమిదమనంతమనంతమాత్మతత్త్వమ్
దృఢపరిణామిని చేతసి స్థితోఽన్తః ।
బహిరుపశమితే చరాచరాత్మా
స్వయమనుభూయత ఏవ దేవదేవః ॥ ॥ 55 ॥

అసక్తం నిర్మలం చిత్తం యుక్తం సంసార్యపిస్ఫుటమ్ ।
సక్తం తు దీర్ఘతపసా ముక్తమప్యతిబద్ధవత్ ॥ ॥ 56 ॥

అంతఃసంసక్తినిర్ముక్తో జీవో మధురవృత్తిమాన్ ।
బహిః కుర్వన్నకుర్వన్వా కర్తా భోక్తా న హి క్వచిత్ ॥ ॥ 57 ॥

॥ ఇతి ప్రథమోఽధ్యాయః ॥

2. ద్వితీయోఽధ్యాయః

నిదాఘ ఉవాచ

సంగః కీదృశ ఇత్యుక్తః కశ్చ బంధాయ దేహినామ్ ।
కశ్చ మోక్షాయ కథితః కథం త్వేష చికిత్స్యతే ॥ ॥ 1 ॥

దేహదేహివిభాగైకపరిత్యాగేన భావనా ।
దేహమాత్రే హి విశ్వాసః సంగో బంధాయ కథ్యతే ॥ ॥ 2 ॥

సర్వమాత్మేదమత్రాహం కిం వాంఛామి త్యజామి కిమ్।
ఇత్యసంగస్థితిం విద్ధి జీవన్ముక్తతనుస్థితామ్ ॥ ॥ 3 ॥

నాహమస్మి న చాన్యోస్తి న చాయం న చ నేతరః ।
సోఽసంగ ఇతి సంప్రోక్తో బ్రహ్మాస్మీత్యేవ సర్వదా ॥ ॥ 4 ॥

నాభినందతి నైష్కర్మ్యం న కర్మస్వనుషజ్జతే ।
సుసమో యః పరిత్యాగీ సోఽసంసక్త ఇతి స్మృతః ॥ ॥ 5 ॥

సర్వకర్మఫలాదీనాం మనసైవ న కర్మణా ।
నిపుణో యః పరిత్యాగీ సోఽసంసక్త ఇతి స్మృతః ॥ ॥ 6 ॥

అసంకల్పేన సకలాశ్చేష్టా నానా విజృంభితాః ।
చికిత్సితా భవంతీహ శ్రేయః సంపాదయంతి హి ॥ ॥ 7 ॥

న సక్తమిహ చేష్టాసు న చింతాసు న వస్తుషు ।
న గమాగమచేష్టాసు న కాలకలనాసు చ ॥ ॥ 8 ॥

కేవలం చితి విశ్రమ్య కించిచ్చైత్యావలంబ్యపి ।
సర్వత్ర నీరసమిహ తిష్ఠత్యాత్మరసం మనః ॥ ॥ 9 ॥

వ్యవహారమిదం సర్వం మా కరోతు కరోతు వా ।
అకుర్వన్వాపి కుర్వన్వా జీవః స్వాత్మరతిక్రియః ॥ ॥ 10 ॥

అథవా తమపి త్యక్త్వా చైత్యాంశం శాంతచిద్ఘనః ।
జీవస్తిష్ఠతి సంశాంతో జ్వలన్మణిరివాత్మని ॥ ॥ 11 ॥

చిత్తే చైత్యదశాహీనే యా స్థితిః క్షీణచేతసామ్ ।
సోచ్యతే శాంతకలనా జాగ్రత్యేవ సుషుప్తతా ॥ ॥ 12 ॥

ఏషా నిదాఘ సౌషుప్తస్థితిరభ్యాసయోగతః ।
ప్రౌఢా సతీ తురీయేతి కథితా తత్త్వకోవిదైః ॥ ॥ 13 ॥

అస్యాం తురీయావస్థాయాం స్థితిం ప్రాప్యావినాశినీమ్ ।
ఆనందైకాంతశీలత్వాదనానందపదం గతః ॥ ॥ 14 ॥

అనానందమహానందకాలాతీతస్తతోఽపి హి ।
ముక్త ఇత్యుచ్యతే యోగీ తుర్యాతీతపదం గతః ॥ ॥ 15 ॥

పరిగలితసమస్తజన్మపాశః
సకలవిలీనతమోమయాభిమానః ।
పరమరసమయీం పరాత్మసక్తో
జలగతసైంధవఖండవన్మహాత్మా ॥ ॥ 16 ॥

జడాజడదృశోర్మధ్యే యత్తత్త్వం పారమార్థికమ్ ।
అనుభూతిమయం తస్మాత్సారం బ్రహ్మేతి కథ్యతే ॥ ॥ 17 ॥

దృశ్యసంవలితో బంధస్తన్ముక్తౌ ముక్తిరుచ్యతే ।
ద్రవ్యదర్శనసంబంధే యానుభూతిరనామయా ॥ ॥ 18 ॥

తామవష్టభ్య తిష్ఠ త్వం సౌషుప్తీం భజతే స్థితిం ।
సైవ తుర్యత్వమాప్నోతి తస్యాం దృష్టిం స్థిరాం కురు ॥ ॥ 19 ॥

ఆత్మా స్థూలో న చైవాణుర్న ప్రత్యక్షో న చేతరః ।
న చేతనో న చ జడో న చైవాసన్న సన్మయః ॥ ॥ 20 ॥

నాహం నాన్యో న చైవైకో న చానేకోఽద్వయోఽవ్యయః ।
యదీదం దృశ్యతాం ప్రాప్తం మనః సర్వేంద్రియాస్పదమ్ ॥ ॥ 21 ॥

దృశ్యదర్శనసంబంధే యత్సుఖం పారమార్థికమ్ ।
తదతీతం పదం యస్మాత్తన్న కించిదివైవ తత్ ॥ ॥ 22 ॥

న మోక్షో నభసః పృష్ఠే న పాతాలే న భూతలే ।
సర్వాశాసంక్షయే చేతఃక్షయో మోక్ష ఇతీష్యతే ॥ ॥ 23 ॥

మోక్షో మేఽస్త్వితి చింతాంతర్జాతా చేదుత్థితం మనః ।
మననోత్థే మనస్యేష బంధః సాంసారికో దృఢః ॥ ॥ 24 ॥

ఆత్మన్యతీతే సర్వస్మాత్సర్వరూపేఽథవా తతే ।
కో బంధః కశ్చ వా మోక్షో నిర్మూలం మననం కురు ॥ ॥ 25 ॥

అధ్యాత్మరతిరా శాంతః పూర్ణపావనమానసః ।
ప్రాప్తానుత్తమవిశ్రాంతిర్న కించిదిహ వాంఛతి ॥ ॥ 26 ॥

సర్వాధిష్ఠానసన్మాత్రే నిర్వికల్పే చిదాత్మని ।
యో జీవతి గతస్నేహః స జీవన్ముక్త ఉచ్యతే ॥ ॥ 27 ॥

నాపేక్షతే భవిష్యచ్చ వర్తమానే న తిష్ఠతి ।
న సంస్మరత్యతీతం చ సర్వమేవ కరోతి చ ॥ ॥ 28 ॥

అనుబంధపరే జంతావసంసర్గమనాః సదా ।
భక్తే భక్తసమాచరః శఠే శఠ ఇవ స్థితః ॥ ॥ 29 ॥

బాలో బాలేషు వృద్ధేషు వృద్ధో ధీరేషు ధైర్యవాన్ ।
యువా యౌవనవృత్తేషు దుఃఖితేషు సుదుఃఖధీః ॥ ॥ 30 ॥

ధీరధీరుదితానందః పేశలః పుణ్యకీర్తనః ।
ప్రాజ్ఞః ప్రసన్నమధురో దైన్యాదపగతాశయః ॥ ॥ 31 ॥

అభ్యాసేన పరిస్పందే ప్రాణానాం క్షయమాగతే ।
మనః ప్రశమమాయాతి నిర్వాణమవశిష్యతే ॥ ॥ 32 ॥

యతో వాచో నివర్తంతే వికల్పకలనాన్వితాః ।
వికల్పసంక్షయాజ్జంతోః పదం తదవశిష్యతే ॥ ॥ 33 ॥

అనాద్యంతావభాసాత్మా పరమాత్మైవ విద్యతే ।
ఇత్యేతన్నిశ్చయం స్ఫారం సమ్యజ్ఞ్జానం విదుర్బుధాః ॥ ॥ 34 ॥

యథాభూతార్థదర్శిత్వమేతావద్భువనత్రయే ।
యదాత్మైవ జగత్సర్వమితి నిశ్చిత్య పూర్ణతా ॥ ॥ 35 ॥

సర్వమాత్మైవ కౌ దృష్టౌ భావాభావౌ క్వ వా స్థితౌ ।
క్వ బంధమోక్షకలనే బ్రహ్మైవేదం విజృంభతే ॥ ॥ 36 ॥

సర్వమేకం పరం వ్యోమ కో మోక్షః కస్య బంధతా ।
బ్రహ్మేదం బృంహితాకారం బృహద్బృహదవస్థితమ్ ॥ ॥ 37 ॥

దూరాదస్తమితద్విత్వం భవాత్మైవ త్వమాత్మనా ।
సమ్యగాలోకితే రూపే కాష్ఠపాషాణవాససామ్ ॥ ॥ 38 ॥

మనాగపి న భేదోఽస్తి క్వాసి సంకల్పనోన్ముఖః ।
ఆదావంతే చ సంశాంతస్వరూపమవినాశి యత్ ॥ ॥ 39 ॥

వస్తూనామాత్మనశ్చైతత్తన్మయో భవ సర్వదా ।
ద్వైతాద్వైతసముద్భేదైర్జరామరణవిభ్రమైః ॥ ॥ 40 ॥

స్ఫురత్యాత్మభిరాత్మైవ సిద్ధిరబ్ధీవ వీచిభిః ।
ఆపత్కరంజపరశుం పరాయా నిర్వృతేః పదమ్ ॥ ॥ 41 ॥

శుద్ధమాత్మానమాలింగ్య నిత్యమంతస్థయా ధియా ।
యః స్థితస్తం క ఆత్మేహ భోగో బాధయితుం క్షమః ॥ ॥ 42 ॥

కృతస్ఫారవిచారస్య మనోభోగాదయోఽరయః ।
మనాగపి న భిందంతి శైలం మందానిలా ఇవ ॥ ॥ 43 ॥

నానాత్వమస్తి కలనాసు న వస్తుతోఽన్త
ర్నానావిధాసు సరసీవ జలాదినాన్యత్ ।
ఇత్యేకనిశ్చయమయః పురుషో విముక్త
ఇత్యుచ్యతే సమవలోకితసమ్యగర్థః ॥ ॥ 44 ॥

॥ ఇతి ద్వితీయోఽధ్యాయః ॥

3. తృతీయోఽధ్యాయః

విదేహముక్తేః కిం రూపం తద్వాన్కో వా మహామునిః ।
కం యోగం సముపస్థాయ ప్రాప్తవాన్పరమం పదమ్ ॥ ॥ 1 ॥

సుమేరోర్వసుధాపీఠే మాండవ్యో నామ వై మునిః ।
కౌండిన్యాత్తత్త్వమాస్థాయ జీవన్ముక్తో భవత్యసౌ ॥ ॥ 2 ॥

జీవన్ముక్తిదశాం ప్రాప్య కదాచిద్బ్రహ్మవిత్తమః ।
సర్వేంద్రియాణి సంహర్తుం మనశ్చక్రే మహామునిః ॥ ॥ 3 ॥

బద్ధపద్మాసనస్తిష్ఠన్నర్ధోన్మీలితలోచనః ।
బాహ్యానాభ్యాంతరాంశ్చైవ స్పర్శాన్పరిహరంచ్ఛనైః ॥ ॥ 4 ॥

తతః స్వమనసః స్థైర్యం మనసా విగతైనసా ।
అహో ను చంచలమిదం ప్రత్యాహృతమపి స్ఫుటమ్ ॥ ॥ 5 ॥

పటాద్ఘటముపాయాతి ఘటాచ్ఛకటముత్కటమ్ ।
చిత్తమర్థేషు చరతి పాదపేష్వివ మర్కటః ॥ ॥ 6 ॥

పంచ ద్వారాణి మనసా చక్షురాదీన్యమూన్యలమ్ ।
బుద్ధీంద్రియాభిధానాని తాన్యేవాలోకయామ్యహమ్ ॥ ॥ 7 ॥

హంతేంద్రియగణా యూయం త్యజతాకులతాం శనైః ।
చిదాత్మా భగవాన్సర్వసాక్షిత్వేన స్థితోఽస్మ్యహమ్ ॥ ॥ 8 ॥

తేనాత్మనా బహుజ్ఞేన నిర్జ్ఞాతాశ్చక్షురాదయః ।
పరినిర్వామి శాంతోఽస్మి దిష్ట్యాస్మి విగతజ్వరః ॥ ॥ 9 ॥

స్వాత్మన్యేవావతిష్ఠేఽహం తుర్యరూపపదేఽనిశమ్ ।
అంతరేవ శశామాస్య క్రమేణ ప్రాణసంతతిః ॥ ॥ 10 ॥

జ్వాలాజాలపరిస్పందో దగ్ధేంధన ఇవానలః ।
తదితోఽస్తం గత ఇవ హ్యస్తం గత ఇవోదితః ॥ ॥ 11 ॥

సమః సమరసాభాసస్తిష్ఠామి స్వచ్ఛతాం గతః ।
ప్రబుద్ధోఽపి సుషుప్తిస్థః సుషుప్తిస్థః ప్రబుద్ధవాన్ ॥ ॥ 12 ॥

తుర్యమాలంబ్య కాయాంతస్తిష్ఠామి స్తంభితస్థితిః ।
సబాహ్యాభ్యంతరాన్భావాన్స్థూలాన్సూక్ష్మతరానపి ॥ ॥ 13 ॥

త్రైలోక్యసంభవాంస్త్యక్త్వా సంకల్పైకవినిర్మితాన్ ।
సహ ప్రణవపర్యంతదీర్ఘనిఃస్వనతంతునా ॥ ॥ 14 ॥

జహావింద్రియతన్మాత్రజాలం ఖగ ఇవానిలః ।
తతోఽఙ్గసంవిదం స్వచ్ఛాం ప్రతిభాసముపాగతాం ॥ ॥ 15 ॥

సద్యోజాతశిశుజ్ఞానం ప్రాప్తవాన్మునిపుంగవః ।
జహౌ చిత్తం చైత్యదశాం స్పందశక్తిమివానిలః ॥ ॥ 16 ॥

చిత్సామాన్యమథాసాద్య సత్తామాత్రాత్మకం తతః ।
సుషుప్తపదమాలంబ్య తస్థౌ గిరిరివాచలః ॥ ॥ 17 ॥

సుషుప్తిస్థైర్యమాసాద్య తుర్యరూపముపాయయౌ ।
నిరానందోఽపి సానందః సచ్చాసచ్చ బభూవ సః ॥ ॥ 18 ॥

తతస్తత్సంబభూవాసౌ యద్గిరామప్యగోచరః ।
యచ్ఛూన్యవాదినాం శూన్యం బ్రహ్మ బ్రహ్మవిదాం చ యత్ ॥ ॥ 19 ॥

విజ్ఞానమాత్రం విజ్ఞానవిదాం యదమలాత్మకమ్ ।
పురుషః సాంఖ్యదృష్టీనామీశ్వరో యోగవాదినామ్ ॥ ॥ 20 ॥

శివః శైవాగమస్థానాం కాలః కాలైకవాదినాం ।
యత్సర్వశాస్త్రసిద్ధాంతం యత్సర్వహృదయానుగం ॥ ॥ 21 ॥

యత్సర్వం సర్వగం వస్తు యత్తత్త్వం తదసౌ స్థితః ।
యదనుక్తమనిష్పందం దీపకం తేజసామపి ॥ ॥ 22 ॥

స్వానుభూత్యైకమానం చ యత్తత్త్వం తదసౌ స్థితః ।
యదేకం చాప్యనేకం చ సాంజనం చ నిరంజనమ్ ।
యత్సర్వం చాప్యసర్వం చ యత్తత్త్వం తదసు స్థితః ॥ ॥ 23 ॥

అజమమరమనాద్యమాద్యమేకం
పదమమలం సకలం చ నిష్కలం చ ।
స్థిత ఇతి స తదా నభఃస్వరూపా
దపివిమలస్థితిరీశ్వరః క్షణేన ॥ ॥ 24 ॥

॥ ఇతి తృతీయోఽధ్యాయః ॥

4. చతుర్థోఽధ్యాయః

జీవన్ముక్తస్య కిం లక్ష్మ హ్యాకాశగమనాదికమ్ ।
తథా చేన్మునిశార్దూల తత్ర నైవ ప్రలక్ష్యతే ॥ ॥ 1 ॥

అనాత్మవిదముక్తోఽపి నభోవిహరణాదికమ్ ।
ద్రవ్యమంత్రక్రియాకాలశక్త్యాప్నోత్యేవ స ద్విజః ॥ ॥ 2 ॥

నాత్మజ్ఞస్యైష విషయ ఆత్మజ్ఞో హ్యాత్మమాత్రదృక్ ।
ఆత్మనాత్మని సంతృప్తో నావిద్యామనుధావతి ॥ ॥ 3 ॥

యే యే భావాః స్థితా లోకే తానవిద్యామయాన్విదుః ।
త్యక్తావిద్యో మహాయోగీ కథం తేషు నిమజ్జతి ॥ ॥ 4 ॥

యస్తు మూఢోఽల్పబుద్ధిర్వా సిద్ధిజాలాని వాంఛతి ।
సిద్ధిసాధనైర్యోగైస్తాని సాధయతి క్రమాత్ ॥ ॥ 5 ॥

ద్రవ్యమంత్రక్రియాకాలయుక్తయః సాధుసిద్ధిదాః ।
పరమాత్మపదప్రాప్తౌ నోపకుర్వంతి కాశ్చన ॥ ॥ 6 ॥

యస్యేచ్ఛా విద్యతే కాచిత్సా సిద్ధిం సాధయత్యహో ।
నిరిచ్ఛోః పరిపూర్ణస్య నేచ్ఛా సంభవతి క్వచిత్ ॥ ॥ 7 ॥

సర్వేచ్ఛాజాలసంశాంతావాత్మలాభో భవేన్మునే ।
స కథం సిద్ధిజాలాని నూనం వాంఛత్యచిత్తకః ॥ ॥ 8 ॥

అపి శీతరుచావర్కే సుతీక్ష్ణేఽపీందుమండలే ।
అప్యధః ప్రసరత్యగ్నౌ జీవన్ముక్తో న విస్మయీ ॥ ॥ 9 ॥

అధిష్ఠానే పరే తత్త్వే కల్పితా రజ్జుసర్పవత్ ।
కల్పితాశ్చర్యజాలేషు నాభ్యుదేతి కుతూహలమ్ ॥ ॥ 10 ॥

యే హి విజ్ఞాతవిజ్ఞేయా వీతరాగా మహాధియః ।
విచ్ఛిన్నగ్రంథయః సర్వే తే స్వతంత్రాస్తనౌ స్థితః ॥ ॥ 11 ॥

సుఖదుఃఖదశాధీరం సామ్యాన్న ప్రోద్ధరంతి యమ్ ।
నిశ్వాసా ఇవ శైలేంద్రం చిత్తం తస్య మృతం విదుః ॥ ॥ 12 ॥

ఆపత్కార్పణ్యముత్సాహో మదో మాంద్యం మహోత్సవః ।
యం నయంతి న వైరూప్యం తస్య నష్టం మనో విదుః ॥ ॥ 13 ॥

ద్వివిధచిత్తనాశోఽస్తి సరూపోఽరూప ఏవ చ ।
జీవన్ముక్తౌ సరూపః స్యాదరూపో దేహముక్తిగః ॥ ॥ 14 ॥

చిత్తసత్తేహ దుఃఖాయ చిత్తనాశః సుఖాయ చ ।
చిత్తసత్తం క్షయం నీత్వా చిత్తం నాశముపానయేత్ ॥ ॥ 15 ॥

మనస్తాం మూఢతాం విద్ధి యదా నశ్యతి సానఘ ।
చిత్తనాశాభిధానం హి తత్స్వరూపమితీరితమ్ ॥ ॥ 16 ॥

మైత్ర్యాదిభిర్గుణైర్యుక్తం భవత్యుత్తమవాసనమ్ ।
భూయో జన్మవినిర్ముక్తం జీవన్ముక్తస్య తన్మనః ॥ ॥ 17 ॥

సరూపోఽసౌ మనోనాశో జీవన్ముక్తస్య విద్యతే ।
నిదాఘాఽరూపనాశస్తు వర్తతే దేహముక్తికే ॥ ॥ 18 ॥

విదేహముక్త ఏవాసౌ విద్యతే నిష్కలాత్మకః ।
సమగ్రాగ్ర్యగుణాధారమపి సత్త్వం ప్రలీయతే ॥ ॥ 19 ॥

విదేహముక్తౌ విమలే పదే పరమపావనే ।
విదేహముక్తివిషయే తస్మిన్సత్త్వక్షయాత్మకే ॥ ॥ 20 ॥

చిత్తనాశే విరూపాఖ్యే న కించిదిహ విద్యతే ।
న గుణా నాగుణాస్తత్ర న శ్రీర్నాశ్రీర్న లోకతా ॥ ॥ 21 ॥

న చోదయో నాస్తమయో న హర్షామర్షసంవిదః ।
న తేజో న తమః కించిన్న సంధ్యాదినరాత్రయః ।
న సత్తానాపి చాసత్తా న చ మధ్యం హి తత్పదమ్ ॥ ॥ 22 ॥

యే హి పారం గతా బుద్ధేః సంసారాడంబరస్య చ ।
తేషాం తదాస్పదం స్ఫారం పవనానామివాంబరమ్ ॥ ॥ 23 ॥

సంశాంతదుఃఖమజడాత్మకమేకసుప్త
మానందమంథరమపేతరజస్తమో యత్ ।

ఆకాశకోశతనవోఽతనవో మహాంత
స్తస్మిన్పదే గలితచిత్తలవా భవంతి ॥ ॥ 24 ॥

హే నిదాఘ మహాప్రాజ్ఞ నిర్వాసనమనో భవ ।
బలాచ్చేత సమాధాయ నిర్వికల్పమనా భవ ॥ ॥ 25 ॥

యజ్జగద్భాసకం భానం నిత్యం భాతి స్వతః స్ఫురత్।
స ఏవ జగతః సాక్షీ సర్వాత్మా విమలాకృతిః ॥ ॥ 26 ॥

ప్రతిష్ఠా సర్వభూతానాం ప్రజ్ఞానఘనలక్షణః ।
తద్విద్యావిషయం బ్రహ్మ సత్యజ్ఞానసుఖాద్వయమ్ ॥ ॥ 27 ॥

ఏకం బ్రహ్మాహమస్మీతి కృతకృత్యో భవేన్మునిః ॥ ॥ 28 ॥

సర్వాధిష్ఠానమద్వంద్వం పరం బ్రహ్మ సనాతనమ్ ।
సచ్చిదానందరూపం తదవాఙ్మానసగోచరమ్ ॥ ॥ 29 ॥

న తత్ర చంద్రార్కవపుః ప్రకాశతే
న వాంతి వాతాః సకలా త దేవతాః ।
స ఏవ దేవః కృతభావభూతః
స్వయం విరుద్ధో విరజః ప్రకాశతే ॥ ॥ 30 ॥

భిద్యతే హృదయగ్రంథిశ్ఛిద్యంతే సర్వసంశయాః ।
క్షీయంతే చాస్య కర్మాణి తస్మిందృష్టే పరావరే ॥ ॥ 31 ॥

ద్వౌ సుపర్ణౌ శరీరేఽస్మింజీవేశాఖ్యౌ సహ స్థితౌ ।
తయోర్జీవః ఫలం భుంక్తే కర్మణో న మహేశ్వరః ॥ ॥ 32 ॥

కేవలం సాక్షిరూపేణ వినా భోగేన వర్తతే ।
ప్రాతిభాసిక జీవస్తు కల్పితో మాయయా తయోః ।
చిచ్చిదాకారతో భిన్నా న భిన్నా చిత్త్వహానితః ॥ ॥ 33 ॥

తర్కతశ్చ ప్రమాణాచ్చ చిదేకత్వవ్యవస్థితేః ।
చిదేకత్వపరిజ్ఞానే న శోచతి న ముహ్యతి ॥ ॥ 34 ॥

అధిష్ఠానం సమస్తస్య జగతః సత్యచిద్ఘనమ్ ।
అహమస్మీతి నిశ్చిత్య వీతశోకో భవేన్మునిః ॥ ॥ 35 ॥

స్వశరీరే స్వయంజ్యోతిస్వరూపం సర్వసాక్షిణమ్ ।
క్షీణదోషాః ప్రపశ్యంతి నేతరే మాయయావృతాః ॥ ॥ 36 ॥

తమేవ ధీరో విజ్ఞాయ ప్రజ్ఞాం కుర్వీత బ్రాహ్మణః ।
నానుధ్యాయాద్బహూంఛబ్దాన్వాచో విగ్లాపనం హి తత్ ॥ ॥ 37 ॥

బాల్యేనైవ హి తిష్ఠాసేన్నిర్విద్య బ్రహ్మవేదనమ్ ।
బ్రహ్మవిద్యాం చ బాల్యం చ నిర్విద్య మునిరాత్మవాన్ ॥ ॥ 38 ॥

అంతర్లీలసమారంభః శుభాశుభమహాంకురమ్ ।
సంసృతివ్రతతేర్బీజం శరీరం విద్ధి భౌతికమ్ ॥ ॥ 39 ॥

భావాభావదశాకోశం దుఃఖరత్నసముద్గకమ్ ।
బీజమస్య శరీరస్య చిత్తమాశావశానుగమ్ ॥ ॥ 40 ॥

ద్వే బీజే చిత్తవృక్షస్య వృత్తివ్రతతిధారిణః ।
ఏకం ప్రాణపరిస్పందో ద్వితీయో దృఢభావనా ॥ ॥ 41 ॥

యదా ప్రస్పందంతే ప్రాణో నాడీసంస్పర్శనోద్యతః ।
తదా సంవేదనమయం చిత్తమాశు ప్రజాయతే ॥ ॥ 42 ॥

సా హి సర్వగతా సంవిత్ప్రాణస్పందేన బోధ్యతే ।
సంవిత్సంరోధనం శ్రేయః ప్రాణాదిస్పందనం వరమ్ ॥ ॥ 43 ॥

యోగినశ్చిత్తశాంత్యర్థం కుర్వంతి ప్రాణరోధనమ్ ।
ప్రాణాయామైస్తథా ధ్యానైః ప్రయోగైర్యుక్తికల్పితైః ॥ ॥ 44 ॥

చిత్తోపశాంతిఫలదం పరమం విద్ధి కారణమ్ ।
సుఖదం సంవిదః స్వాస్థ్యం ప్రాణసంరోధనం విదుః ॥ ॥ 45 ॥

దృఢభావనయా త్యక్తపూర్వాపరవిచారణమ్ ।
యదాదానం పదార్థస్య వాసనా సా ప్రకీర్తితా ॥ ॥ 46 ॥

యదా న భావ్యతే కించిద్ధేయోపాదేయరూపి యత్ ।
స్థీయతే సకలం త్యక్త్వా తదా చిత్తం న జాయతే ॥ ॥ 47 ॥

అవాసనత్వాత్సతతం యదా న మనుతే మనః ।
అమనస్తా తదోదేతి పరమోపశమప్రదా ॥ ॥ 48 ॥

యదా న భావ్యతే భావః క్వచిజ్జగతి వస్తుని ।
తదా హృదంబరే శూన్యే కథం చిత్తం ప్రజాయతే ॥ ॥ 49 ॥

యదభావనమాస్థాయ యదభావస్య భావనమ్ ।
యద్యథా వస్తుదర్శిత్వం తదచిత్తత్వముచ్యతే ॥ ॥ 50 ॥

సర్వమంతః పరిత్యజ్య శీతలాశయవర్తి యత్ ।
వృత్తిస్థమపి తచ్చిత్తమసద్రూపముదాహృతమ్ ॥ ॥ 51 ॥

భ్రష్టబీజోపమా యేషాం పునర్జననవర్జితా ।
వాసనారసనాహీనా జీవన్ముక్తా హి తే స్మృతాః ॥ ॥ 52 ॥

సత్త్వరూపపరిప్రాప్తచిత్తాస్తే జ్ఞానపారగాః ।
అచిత్తా ఇతి కథ్యంతే దేహాంతే వ్యోమరూపిణః ॥ ॥ 53 ॥

సంవేద్యసంపరిత్యాగాత్ప్రాణస్పందనవాసనే ।
సమూలం నశ్యతః క్షిప్రం మూలచ్ఛేదాదివ ద్రుమః ॥ ॥ 54 ॥

పూర్వదృష్టమదృష్టం వా యదస్యాః ప్రతిభాసతే ।
సంవిదస్తత్ప్రయత్నేన మార్జనీయం విజానతా ॥ ॥ 55 ॥

తదమార్జనమాత్రం హి మహాసంసారతాం గతమ్ ।
తత్ప్రమార్జనమాత్రం తు మోక్ష ఇత్యభిధీయతే ॥ ॥ 56 ॥

అజడో గలితానందస్త్యక్తసంవేదనో భవ ॥ ॥ 57 ॥

సంవిద్వస్తుదశాలంబః సా యస్యేహ న విద్యతే ।
సోఽసంవిదజడః ప్రోక్తః కుర్వన్కార్యశతాన్యపి ॥ ॥ 58 ॥

సంవేద్యేన హృదాకాశే మనాగపి న లిప్యతే ।
యస్యాసావజడా సంవిజ్జీవన్ముక్తః స కథ్యతే ॥ ॥ 59 ॥

యదా న భావ్యతే కించిన్నిర్వాసనతయాత్మని ।
బాలమూకాదివిజ్ఞానమివ చ స్థీయతే స్థిరమ్ ॥ ॥ 60 ॥

తదా జాడ్యవినిర్ముక్తమసంవేదనమాతతమ్ ।
ఆశ్రితం భవతి ప్రాజ్ఞో యస్మాద్భూయో న లిప్యతే ॥ ॥ 61 ॥

సమస్తా వాసనాస్త్యక్త్వా నిర్వికల్పసమాధితః ।
తన్మయత్వాదనాద్యంతే తదప్యంతర్విలీయతే ॥ ॥ 62 ॥

తిష్ఠన్గచ్ఛన్స్పృశంజిఘ్రన్నపి తల్లేపవర్జితః ।
అజడో గలితానందస్త్యక్తసంవేదనః సుఖీ ॥ ॥ 63 ॥

ఏతాం దృష్టిమవష్టభ్య కష్టచేష్టాయుతోఽపి సన్ ।
తరేద్దుఃఖాంబుధేః పారమపారగుణసాగరః ॥ ॥ 64 ॥

విశేషం సంపరిత్యజ్య సన్మాత్రం యదలేపకమ్ ।
ఏకరూపం మహారూపం సత్తాయాస్తత్పదం విదుః ॥ ॥ 65 ॥

కాలసత్తా కలాసత్తా వస్తుసత్తేయమిత్యపి ।
విభాగకలనాం త్యక్త్వా సన్మాత్రైకపరో భవ ॥ ॥ 66 ॥

సత్తాసామాన్యమేవైకం భావయన్కేవలం విభుః ।
పరిపూర్ణః పరానంది తిష్ఠాపూరితదిగ్భరః ॥ ॥ 67 ॥

సత్తాసామాన్యపర్యంతే యత్తత్కలనయోజ్ఝితమ్ ।
పదమాద్యమనాద్యంతం తస్య బీజం న విద్యతే ॥ ॥ 68 ॥

తత్ర సంలీయతే సంవిన్నిర్వికల్పం చ తిష్ఠతి ।
భూయో న వర్తతే దుఃఖే తత్ర లబ్ధపదః పుమాన్ ॥ ॥ 69 ॥

తద్ధేతుః సర్వభూతానాం తస్య హేతుర్న విద్యతే ।
స సారః సర్వసారాణాం తస్మాత్సారో న విద్యతే ॥ ॥ 70 ॥

తస్మింశ్చిద్దర్పణే స్ఫారే సమస్తా వస్తుదృష్టయః ।
ఇమాస్తాః ప్రతిబింబంతి సరసీవ తటద్రుమాః ॥ ॥ 71 ॥

తదమలమజరం తదాత్మతత్త్వమ్
తదవగతావుపశాంతిమేతి చేతః ।
అవగతవిగతైకతత్స్వరూపో
భవభయముక్తపదోఽసి సమ్యగేవ ॥ ॥ 72 ॥

ఏతేషాం దుఃఖబీజానాం ప్రోక్తం యద్యన్మయోత్తరమ్ ।
తస్య తస్య ప్రయోగేణ శీఘ్రం తత్ప్రాప్యతే పదమ్ ॥ ॥ 73 ॥

సత్తాసామాన్యకోటిస్థే ద్రాగిత్యేవ పదే యది ।
పౌరుషేణ ప్రయత్నేన బలాత్సంత్యజ్య వాసనామ్ ॥ ॥ 74 ॥

స్థితిం బధ్నాసి తత్త్వజ్ఞ క్షణమప్యక్షయాత్మికామ్ ।
క్షణేఽస్మిన్నేవ తత్సాధు పదమాసాదయస్యలమ్ ॥ ॥ 75 ॥

సత్తాసామాన్యరూపే వా కరోషి స్థితిమాదరాత్ ।
తత్కించిదధికేనేహ యత్నేనాప్నోషి తత్పదమ్ ॥ ॥ 76 ॥

సంవిత్తత్త్వే కృతధ్యానో నిదాఘ యది తిష్ఠసి ।
తద్యత్నేనాధికేనోచ్చైరాసాదయసి తత్పదమ్ ॥ ॥ 77 ॥

వాసనాసంపరిత్యాగే యది యత్నం కరోషి భో ।
యావద్విలీనం న మనో న తావద్వాసనాక్షయః ॥ ॥ 78 ॥

న క్షీణా వాసనా యావచ్చిత్తం తావన్న శామ్యతి ।
యావన్న తత్త్వవిజ్ఞానం తావచ్చిత్తశమః కుతః ॥ ॥ 79 ॥

యావన్న చిత్తోపశమో న తావత్తత్త్వవేదన ।
యావన్న వాసనానాశస్తావత్తత్త్వాగమః కుతః ।
యావన్న తత్త్వసంప్రాప్తిర్న తావద్వాసనక్షయః ॥ ॥ 80 ॥

తత్త్వజ్ఞానం మనోనాశో వాసనాక్షయ ఏవ చ ।
మిథః కారణతాం గత్వా దుఃసాధాని స్థితాన్యతః ॥ ॥ 81 ॥

భోగేచ్ఛాం దూరతస్త్యక్త్వా త్రయమేతత్సమాచర ॥ ॥ 82 ॥

వాసనాక్షయవిజ్ఞానమనోనాశా మహామతే ।
సమకాలం చిరాభ్యస్తా భవంతి ఫలదా మతాః ॥ ॥ 83 ॥

త్రిభిరేభిః సమభ్యస్తైర్హృదయగ్రంథయో దృఢాః।
నిఃశేషమేవ త్రుట్యంతి బిసచ్ఛేదాద్గుణా ఇవ ॥ ॥ 84 ॥

వాసనాసంపరిత్యాగీసమం ప్రాణనిరోధనమ్ ।
విదుస్తత్త్వవిదస్తస్మాత్తదప్యేవం సమాహరేత్ ॥ ॥ 85 ॥

వాసనాసంపరిత్యాగాచ్చిత్తం గచ్ఛత్యచిత్తతామ్ ।
ప్రాణస్పందనిరోధాచ్చ యథేచ్ఛసి తథా కురు ॥ ॥ 86 ॥

ప్రాణాయామదృఢాభ్యాసైర్యుక్త్యా చ గురుదత్తయా ।
ఆసనాశనయోగేన ప్రాణస్పందో నిరుధ్యతే ॥ ॥ 87 ॥

నిఃసంగవ్యవహారత్వాద్భవభావనవర్జనాత్ ।
శరీరనాశదర్శిత్వాద్వాసనా న ప్రవర్తతే ॥ ॥ 88 ॥

యః ప్రాణపవనస్పందశ్చిత్తస్పందః స ఏవ హి ।
ప్రాణస్పందజయే యత్నః కర్తవ్యో ధీమతోచ్చకైః ॥ ॥ 89 ॥

న శక్యతే మనో జేతుం వినా యుక్తిమనిందితామ్ ।
శుద్ధాం సంవిదమాశ్రిత్యవీతరాగః స్థిరో భవ ॥ ॥ 90 ॥

సంవేద్యవర్జితమనుత్తమమాద్యమేకమ్
సంవిదత్పదం వికలనం కలయన్మహాత్మన్ ।
హృద్యేవ తిష్ఠ కలనారహితః క్రియాం తు
కుర్వన్నకర్తృపదమేత్య శమోదితశ్రీః ॥ ॥ 91 ॥

మనాగపి విచారేణ చేతసః స్వస్య నిగ్రహః ।
పురుషేణ కృతో యేన తేనాప్తం జన్మనః ఫలమ్ ॥ ॥ 92 ॥

॥ ఇతి చతుర్థోఽధ్యాయః ॥

5. పంచమోఽధ్యాయః

గచ్ఛతస్తిష్ఠతో వాపి జాగ్రతః స్వపతోఽపి వా ।
న విచారపరం చేతో యస్యాసౌ మృత ఉచ్యతే ॥ ॥ 1 ॥

సమ్యగ్జ్ఞానసమాలోకః పుమాఽజ్ఞేయసమః స్వయమ్ ।
న బిభేతి న చాదత్తే వైవశ్యం న చ దీనతామ్ ॥ ॥ 2 ॥

అపవిత్రమపథ్యం చ విషసంసర్గదూషితమ్ ।
భుక్తం జరయతి జ్ఞానీ క్లిన్నం నష్టం చ మృష్టవత్ ॥ ॥ 3 ॥

సంగత్యాగం విదుర్మోక్షం సంగత్యాగాదజన్మతా ।
సంగం త్యజ త్వం భావానాం జీవన్ముక్తో భవానఘ ॥ ॥ 4 ॥

భావాభావే పదార్థానాం హర్షామర్షవికారదా ।
మలినా వాసనా యైషా సాఽసంగ ఇతి కథ్యతే ॥ ॥ 5 ॥

జీవన్ముక్తశరీరాణామపునర్జన్మకారిణీ ।
ముక్తాహుం కృతిరభ్యాసాచ్ఛాంతా శుద్ధా భవతి వాసనా ॥ ॥ 6 ॥

దుఃఖైర్న గ్లానిమాయాసి హృది హృష్యసి నో సుఖైః ।
ఆశావైవశ్యముత్సృజ్య నిదాఘాఽసంగతాం వ్రజ ॥ ॥ 7 ॥

దిక్కాలాద్యనవచ్ఛిన్నమదృష్టోభయకోటికమ్ ।
చిన్మాత్రమక్షయం శాంతమేకం బ్రహ్మాస్మి నేతరత్ ॥ ॥ 8 ॥

ఇతి మత్వాహమిత్యంతర్ముక్తాముక్తవపుః పుమాన్ ।
ఏకరూపః ప్రశాంతాత్మా మౌనీ స్వాత్మసుఖో భవ ॥ ॥ 9 ॥

నాస్తి చిత్తం న చావిద్యా న మనో న చ జీవకః ।
బ్రహ్మైవైకమనాద్యంతమబ్ధివత్ప్రవిజృంభతే ॥ ॥ 10 ॥

దేహే యావదహంభావో దృశ్యేఽస్మిన్యావదాత్మతా ।
యావన్మమేదమిత్యాస్థా తావచ్చిత్తాదివిభ్రమః ॥ ॥ 11 ॥

అంతర్ముఖతయా సర్వం చిద్వహ్నౌ త్రిజగత్తృణం ।
జుహ్వతోఽన్తర్నివర్తంతే మునే చిత్తాదివిభ్రమాః ॥ ॥ 12 ॥

చిదాత్మాస్మి నిరంశోఽస్మి పరాపరవివర్జితః ।
రూపం స్మరన్నిజం స్ఫారం మా స్మృత్యా సంమితో భవ ॥ ॥ 13 ॥

అధ్యాత్మశాస్త్రమంత్రేణ తృష్ణావిషవిషూచికా ।
క్షీయతే భావితేనాంతః శరదా మిహికా యథా ॥ ॥ 14 ॥

పరిజ్ఞాయ పరిత్యాగో వాసానానం య ఉత్తమః ।
సత్తాసామాన్యరూపత్వాత్తత్కైవల్యపదం విదుః ॥ ॥ 15 ॥

యత్రాస్తి వాసనా లీనా తత్సుషుప్తం న సిద్ధయే ।
నిర్బీజా వాసనా యత్ర తత్తుర్యం సిద్ధిదం స్మృతమ్ ॥ ॥ 16 ॥

వాసనాయాస్తథా వహ్నేర్ఋణవ్యాధిద్విషామపి ।
స్నేహవైరవిషాణం చ శేషః స్వల్పోఽపి బాధతే ॥ ॥ 17 ॥

నిర్దగ్ధవాసనాబీజః సత్తాసామాన్యరూపవాన్ ।
సదేహో వా విదేహో వా న భూయో దుఃఖభాగ్భవేత్ ॥ ॥ 18 ॥

ఏతావదేవావిద్యాత్వం నేదం బ్రహ్మేతి నిశ్చయః ।
ఏష ఏవ క్షయస్తస్యా బ్రహ్మేదమితి నిశ్చయః ॥ ॥ 19 ॥

బ్రహ్మ చిద్బ్రహ్మ భువనం బ్రహ్మ భూతపరంపరా ।
బ్రహ్మాహం బ్రహ్మ చిచ్ఛత్రుర్బ్రహ్మ చిన్మిత్రబాంధవాః ॥ ॥ 20 ॥

బ్రహ్మైవ సర్వమిత్యేవ భావితే బ్రహ్మ వై పుమాన్ ।
సర్వత్రావస్థితం శాంతం చిద్బ్రహ్మేత్యనుభూయతే ॥ ॥ 21 ॥

అసంస్కృతాధ్వగాలోకే మనస్యన్యత్ర సంస్థితే ।
యా ప్రతీతిరనాగస్కా తచ్చిద్బ్రహ్మాస్మి సర్వగమ్ ॥ ॥ 22 ॥

ప్రశాంతసర్వసంకల్పం విగతాఖిలకౌతుకమ్ ।
విగతాశేషసంరంభం చిదాత్మానం సమాశ్రయ ॥ ॥ 23 ॥

ఏవం పూర్ణధియో ధీరాః సమా నీరాగచేతసః ।
న నందంతి న నిందంతి జీవితం మరణం తథా ॥ ॥ 24 ॥

ప్రాణోఽయమనిశం బ్రహ్మస్పందశక్తిః సదాగతిః ।
సబాహ్యాభ్యంతరే దేహేప్రాణోఽసావూర్ధ్వగః స్థితః ॥ ॥ 25 ॥

అపానోఽప్యనిశం బ్రహ్మస్పందశక్తిః సదాగతిః ।
సబాహ్యాభ్యంతరే దేహే అపానోఽయమవాక్స్థితః ॥ ॥ 26 ॥

జాగ్రతః స్వపతశ్చైవ ప్రాణాయామోఽయముత్తమః ।
ప్రవర్తతే హ్యభిజ్ఞస్య తం తావచ్ఛ్రేయసే శృణు ॥ ॥ 27 ॥

ద్వాదశాంగులపర్యంతం బాహ్యమాక్రమతాం తతః ।
ప్రాణాంగనామా సంస్పర్శో యః స పూరక ఉచ్యతే ॥ ॥ 28 ॥

అపానశ్చంద్రమా దేహమాప్యాయయతి సువ్రత ।
ప్రాణః సూర్యోఽగ్నిరథ వా పచత్యనత్రిదం వపుః ॥ ॥ 29 ॥

ప్రాణక్షయసమీపస్థమపానోదయకోటిగమ్ ।
అపానప్రాణయోరైక్యం చిదాత్మానం సమాశ్రయ ॥ ॥ 30 ॥

అపానోఽసంగతో యత్ర ప్రాణో నాభ్యుదితః క్షణమ్ ।
కలాకలంకరహితం తచ్చిత్తత్త్వం సమాశ్రయ ॥ ॥ 31 ॥

నాపానోఽస్తంగతో యత్ర ప్రాణశ్చాస్తముపాగతః ।
నాసాగ్రగమనావర్తం తచ్చిత్తత్త్వముపాశ్రయ ॥ ॥ 32 ॥

ఆభాసమాత్రమేవేదం న సన్నాసజ్జగత్త్రయమ్ ।
ఇత్యస్యకలనాత్యాగం సమ్యజ్జ్ఞానం విదుర్బుధాః ॥ ॥ 33 ॥

ఆభాసమాత్రకం బ్రహ్మంశ్చిత్తదర్శకలంకితమ్ ।
తతస్తదపి సంత్యజ్య నిరాభాసో భవోత్తమ ॥ ॥ 34 ॥

భయప్రదమకల్యాణం ధైర్యసర్వస్వహారిణమ్ ।
మనఃపిశాచముత్సార్య యోఽసి సోఽసి స్థిరో భవ ॥ ॥ 35 ॥

చిద్వ్యోమేవ కిలాస్తీహ పరాపరవివర్జితమ్ ।
సర్వత్రాసంభవచ్చైత్యం యత్కల్పాంతేఽవశిష్యతే ॥ ॥ 36 ॥

వాంఛాక్షణే తు యా తుష్టిస్తత్ర వాంఛైవ కారణమ్ ।
తుష్టిస్త్వతుష్టిపర్యంతా తస్మాద్వాంఛాం పరిత్యజ ॥ ॥ 37 ॥

ఆశా యాతు నిరాశాత్వమభావం యాతు భావతామ్ ।
అమనస్త్వం మనో యాతు తవాసంగేన జీవతః ॥ ॥ 38 ॥

వాసనారహితైరంతరింద్రియైరాహరన్క్రియాః ।
న వికారమవాప్నోషి ఖవత్క్షోభశతైరపి ॥ ॥ 39 ॥

చిత్తోన్మేషనిమేషాభ్యాం సంసారప్రలయోదయౌ ।
వాసనాప్రాణసంరోధమనున్మేషం మనః కురు ॥ ॥ 40 ॥

ప్రాణోన్మేషనిమేషాభ్యాం సంసృతేః ప్రలయోదయౌ ।
తమభ్యాసప్రయోగాభ్యామున్మేషరహితం కురు ॥ ॥ 41 ॥

మౌర్ఖ్యోన్మేషనిమేషాభ్యాం కర్మణాం ప్రలయోదయౌ ।
తద్విలీనం కురు బలాద్గురుశాస్త్రార్థసంగమైః ॥ ॥ 42 ॥

అసంవిత్స్పందమాత్రేణ యాతి చిత్తమచిత్తతామ్ ।
ప్రాణానాం వా నిరోధేన తదేవ పరమం పదమ్ ॥ ॥ 43 ॥

దృశ్యదర్శనసంబంధే యత్సుఖం పారమార్థికమ్ ।
తదంతైకాంతసంవిత్త్యా బ్రహ్మదృష్ట్యావలోకయ ॥ ॥ 44 ॥

యత్ర నాభ్యుదితం చిత్తం తద్వై సుఖమకృత్రిమమ్ ।
క్షయాతిశయనిర్ముక్తం నోదేతి న చ శామ్యతి ॥ ॥ 45 ॥

యస్య చిత్తం న చిత్తాఖ్యం చిత్తం చిత్తత్వమేవ హి ।
తదేవ తుర్యావస్థాయం తుర్యాతీతం భవత్యతః ॥ ॥ 46 ॥

సంన్యస్తసర్వసంకల్పః సమః శాంతమనా మునిః ।
సంన్యాసయోగయుక్తాత్మా జ్ఞానవాన్మోక్షవాన్భవ ॥ ॥ 47 ॥

సర్వసంకల్పసంశాంతౌ ప్రశాంతఘనవాసనమ్ ।
న కించిద్భావనాకారం యత్తద్బ్రహ్మ పరం విదుః ॥ ॥ 48 ॥

సమ్యజ్జ్ఞానావరోధేన నిత్యమేకసమాధినా ।
సాంఖ్య ఏవావబుద్ధా యే తే సాంఖ్యా యోగినః పరే ॥ ॥ 49 ॥

ప్రాణాద్యనిలసంశాంతౌ యుక్త్యా యే పదమాగతాః ।
అనామయమనాద్యంతం తే స్మృతా యోగయోగినః ॥ ॥ 50 ॥

ఉపాదేయం తు సర్వేషాం శాంతం పదమకృత్రిమమ్ ।
ఏకార్థాభ్యసనం ప్రాణరోధశ్చేతః పరిక్షయః ॥ ॥ 51 ॥

ఏకస్మిన్నేవ సంసిద్ధే సంసిద్ధ్యంతి పరస్పరమ్ ।
అవినాభావినీ నిత్యం జంతూనాం ప్రాణచేతసీ ॥ ॥ 52 ॥

ఆధారాధేయవచ్చైతే ఏకభావే వినశ్యతః ।
కురుతః స్వవినాశేన కార్యం మోక్షాఖ్యముత్తమం ॥ ॥ 53 ॥

సర్వమేతద్ధియా త్యక్త్వా యది తిష్ఠసి నిశ్చలః ।
తదాహంకారవిలయే త్వమేవ పరమం పదమ్ ॥ ॥ 54 ॥

మహాచిదేకైవేహాస్తి మహాసత్తేతి యోచ్యతే ।
నిష్కలంకా సమా శుద్ధా నిరహంకారరూపిణీ ॥ ॥ 55 ॥

సకృద్విభాతా విమలా నిత్యోదయవతీ సమా ।
సా బ్రహ్మ పరమాత్మేతి నామభిః పరిగీయతే ॥ ॥ 56 ॥

సైవాహమితి నిశ్చిత్య నిదాఘ కృతకృత్యవాన్ ।
న భూతం న భవిష్యచ్చ చింతయామి కదాచన ॥ ॥ 57 ॥

దృష్టిమాలంబ్య తిష్ఠామి వర్తమానామిహాత్మనా ।
ఇదమద్య మయా లబ్ధమిదం ప్రాప్స్యామి సుందరమ్ ॥ ॥ 58 ॥

న స్తౌమి న చ నిందామి ఆత్మనోఽన్యన్నహి క్వచిత్ ।
న తుష్యామి శుభప్రాప్తౌ న ఖిద్యామ్యశుభాగమే ॥ ॥ 59 ॥

ప్రశాంతచాపలం వీతశోకమస్తసమీహితమ్ ।
మనో మమ మునే శాంతం తేన జీవామ్యనామయః ॥ ॥ 60 ॥

అయం బంధుః పరశ్చాయం మమాయమయమన్యకః ।
ఇతి బ్రహ్మన్న జానామి సంస్పర్శం న దదామ్యహమ్ ॥ ॥ 61 ॥

వాసనామాత్రసంత్యాగాజ్జరామరణవర్జితమ్ ।
సవాసనం మనో జ్ఞానం జ్ఞేయం నిర్వాసనం మనః ॥ ॥ 62 ॥

చిత్తే త్యక్తే లయం యాతి ద్వైతమేతచ్చ సర్వతః ।
శిష్యతే పరమం శాంతమేకమగచ్ఛమనామయమ్ ॥ ॥ 63 ॥

అనంతమజమవ్యక్తమజరం శాంతమచ్యుతమ్ ।
అద్వితీయమనాద్యంతం యదాద్యముపలంభనమ్ ॥ ॥ 64 ॥

ఏకమాద్యంతరహితం చిన్మాత్రమమలం తతమ్ ।
ఖాదప్యతితరాం సూక్ష్మం తద్బ్రహ్మాస్మి న సంశయః ॥ ॥ 65 ॥

దిక్కాలాద్యనవచ్ఛిన్నం స్వచ్ఛం నిత్యోదితం తతమ్ ।
సర్వార్థమయమేకార్థం చిన్మాత్రమమలం భవ ॥ ॥ 66 ॥

సర్వమేకమిదం శాంతమాదిమధ్యాంతవర్జితమ్ ।
భావాభావమజం సర్వమితి మత్వా సుఖీ భవ ॥ ॥ 67 ॥

న బద్ధోఽస్మి న ముక్తోఽస్మి బ్రహ్మైవాస్మి నిరామయమ్ ।
ద్వైతభావవిముక్తోఽస్మి సచ్చిదానందలక్షణః।
ఏవం భావయ యత్నేన జీవన్ముక్తో భవిష్యసి ॥ ॥ 68 ॥

పదార్థవృందే దేహాదిధియా సంత్యజ్య దూరతః ।
ఆశీతలాంతఃకరణో నిత్యమాత్మపరో భవ ॥ ॥ 69 ॥

ఇదం రమ్యమిదం నేతి బీజం తే దుఃఖసంతతేః ।
తస్మిన్సామ్యాగ్నినా దగ్ధే దుఃఖస్యావసరః కుతః ॥ ॥ 70 ॥

శాస్త్రసజ్జనసంపర్కైః ప్రజ్ఞామాదౌ వివర్ధయేత్ ॥ ॥ 71 ॥

ఋతం సత్యం పరం బ్రహ్మ సర్వసంసారభేషజమ్ ।
అత్యర్థమమలం నిత్యమాదిమధ్యాంతవర్జితమ్ ॥ ॥ 72 ॥

తథా స్థూలమనాకాశమసంస్పృశ్యమచాక్షుషమ్ ।
న రసం న చ గంధాఖ్యమప్రమేయమనూపమమ్ ॥ ॥ 73 ॥

ఆత్మానం సచ్చిదానందమనంతం బ్రహ్మ సువ్రత ।
అహమస్మీత్యభిధ్యాయేద్ధ్యేయాతీతం విముక్తయే ॥ ॥ 74 ॥

సమాధిః సంవిదుత్పత్తిః పరజీవైకతం ప్రతి ।
నిత్యః సర్వగతో హ్యాత్మా కూటస్థో దోషవర్జితః ॥ ॥ 75 ॥

ఏకః సన్భిద్యతే భ్రాంత్యా మాయయా న స్వరూపతః ।
తస్మాదద్వైత ఏవాస్తి న ప్రపంచో న సంసృతిః ॥ ॥ 76 ॥

యథాకాశో ఘటాకాశో మహాకాశ ఇతీరితః ।
తథా భ్రాంతైర్ద్విధా ప్రోక్తో హ్యాత్మా జీవేశ్వరాత్మనా ॥ ॥ 77 ॥

యదా మనసి చైతన్యం భాతి సర్వత్రగం సదా ।
యోగినోఽవ్యవధానేన తదా సంపద్యతే స్వయమ్ ॥ ॥ 78 ॥

యదా సర్వాణి భూతాని స్వాత్మన్యేవ హి పశ్యతి ।
సర్వభూతేషు చాత్మానం బ్రహ్మ సంపద్యతే తదా ॥ ॥ 79 ॥

యదా సర్వాణి భూతాని సమాధిస్థో న పశ్యతి ।
ఏకీభూతః పరేణాఽసౌ తదా భవతి కేవలః ॥ ॥ 80 ॥

శాస్త్రసజ్జనసంపర్కవైరాగ్యరసరూపిణీ ।
ప్రథమా భూమికైషోక్తా ముముక్షుత్వప్రదాయినీ ॥ ॥ 81 ॥

విచారణా ద్వితీయా స్యాత్తృతీయా సాంగభావనా ।
విలాపినీ చతుర్థీ స్యాద్వాసనా విలయాత్మికా ॥ ॥ 82 ॥

శుద్ధసంవిన్మయానందరూపా భవతి పంచమీ ।
అర్ధసుప్తప్రబుద్ధాభో జీవన్ముక్తోఽత్ర తిష్ఠతి ॥ ॥ 83 ॥

అసంవేదనరూపా చ షష్ఠీ భవతి భూమికా ।
ఆనందైకఘనాకారా సుషుప్తసదృశీ స్థితిః ॥ ॥ 84 ॥

తుర్యావస్థోపశాంతా సా ముక్తిరేవ హి కేవలా ।
సమతా స్వచ్ఛతా సౌమ్యా సప్తమీ భూమికా భవేత్ ॥ ॥ 85 ॥

తుర్యాతీతా తు యావస్థా పరా నిర్వాణరూపిణీ ।
సప్తమీ సా పరా ప్రౌఢా విషయో నైవ జీవతామ్ ॥ ॥ 86 ॥

పూర్వావస్థాత్రయం తత్ర జాగ్రదిత్యేవ సంస్థితమ్ ।
చతుర్థీ స్వప్న ఇత్యుక్తా స్వప్నాభం యత్ర వై జగత్ ॥ ॥ 87 ॥

ఆనందైకఘనాకారా సుషుప్తాఖ్యా తు పంచమీ ।
అసంవేదనరూపా తు షష్ఠీ తుర్యపదాభిధా ॥ ॥ 88 ॥

తుర్యాతీతపదావస్థా సప్తమీ భూమికోత్తమా ।
మనోవచోభిరగ్రాహ్యా స్వప్రకాశసదాత్మికా ॥ ॥ 89 ॥

అంతః ప్రత్యాహృతివశాచ్చైత్యం చేన్న విభావితమ్ ।
ముక్త ఏవ న సందేహో మహాసమతయా తయా ॥ ॥ 90 ॥

న మ్రియే న చ జీవామి నాహం సన్నాప్యసన్మయః ।
అహం న కించిచ్చిదితి మత్వా ధీరో న శోచతి ॥ ॥ 91 ॥

అలేపకోఽహమజరో నీరాగః శాంతవాసనః ।
నిరంశోఽస్మి చిదాకాశమితి మత్వా న శోచతి ॥ ॥ 92 ॥

అహంమత్యా విరహితః శుద్ధో బుద్ధోఽజరోఽమరః ।
శాంతః శమసమాభాస ఇతి మత్వా న శోచతి ॥ ॥ 93 ॥

తృణాగ్రేష్వంబరే భానౌ నరనాగామరేషు చ ।
యత్తిష్ఠతి తదేవాహమితి మత్వా న శోచతి ॥ ॥ 94 ॥

భావనాం సర్వభావేభ్యః సముత్సృజ్య సముత్థితః ।
అవశిష్టం పరం బ్రహ్మ కేవలోఽస్మీతి భావయ ॥ ॥ 95 ॥

వాచామతీతవిషయో విషయాశాదశోజ్ఝితః ।
పరానందరసాక్షుబ్ధో రమతే స్వాత్మనాత్మని ॥ ॥ 96 ॥

సర్వకర్మపరిత్యాగీ నిత్యతృప్తో నిరాశ్రయః ।
న పుణ్యేన న పాపేన నేతరేణ చ లిప్యతే ॥ ॥ 97 ॥

స్ఫటికః ప్రతిబింబేన యథా నాయాతి రంజనం ।
తజ్జ్ఞః కర్మఫలేనాంతస్తథా నాయాతి రంజనం ॥ ॥ 98 ॥

విహరంజనతావృందే దేవకీర్తన పూజనైః ।
ఖేదాహ్లాదౌ న జానాతి ప్రతిబింబగతైరివ ॥ ॥ 99 ॥

నిస్తోత్రో నిర్వికారశ్చ పూజ్యపూజావివర్జితః।
సంయుక్తశ్చ వియుక్తశ్చ సర్వాచారనయక్రమైః ॥ ॥ 100 ॥

తనుం త్యజతు వా తీర్థే శ్వపచస్య గృహేఽథ వా ।
జ్ఞానసంపత్తిసమయే ముక్తోఽసౌ విగతాశయః ॥ ॥ 101 ॥

సంకల్పత్వం హి బంధస్య కారణం తత్పరిత్యజ ।
మోక్షో భవేదసంకల్పాత్తదభ్యాసం ధియా కురు ॥ ॥ 102 ॥

సావధానో భవ త్వం చ గ్రాహ్యగ్రాహకసంగమే ।
అజస్రమేవ సంకల్పదశాః పరిహరన శనైః ॥ ॥ 103 ॥

మా భవ గ్రాహ్యభావాత్మా గ్రాహకాత్మా చ మా భవ ।
భావనామఖిలాం త్యక్త్వా యచ్ఛిష్టం తన్మయో భవ ॥ ॥ 104 ॥

కించిచ్చేద్రోచతే తుభ్యం తద్బద్ధోఽసి భవస్థితౌ ।
న కించిద్రోచతే చేత్తే తన్ముక్తోఽసి భవస్థితౌ ॥ ॥ 105 ॥

అస్మాత్పదార్థనిచయాద్యావత్స్థావరజంగమాత్ ।
తృణాదేర్దేహపర్యంతాన్మా కించిత్తత్ర రోచతామ్ ॥ ॥ 106 ॥

అహంభావానహంభావౌ త్యక్త్వా సదసతీ తథా ।
యదసక్తం సమం స్వచ్ఛం స్థితం తత్తుర్యముచ్యతే ॥ ॥ 107 ॥

యా స్వచ్ఛా సమతా శాంతా జీవన్ముక్తవ్యవస్థితిః ।
సాక్ష్యవస్థా వ్యవహృతౌ సా తుర్యా కలనోచ్యతే ॥ ॥ 108 ॥

నైతజ్జాగ్రన్న చ స్వప్నః సంకల్పానామసంభవాత్ ।
సుషుప్తభావో నోప్యేతదభావాజ్జడతాస్థితేః ॥ ॥ 109 ॥

శాంతసమ్యక్ప్రబుద్ధానాం యథాస్థితమిదం జగత్ ।
విలీనం తుర్యమిత్యాహురబుద్ధానాం స్థితం స్థిరమ్ ॥ ॥ 110 ॥

అహంకారకలాత్యాగే సమతాయాః సముద్గమే ।
విశరారౌ కృతే చిత్తే తుర్యావస్థాప్రతిష్ఠతే ॥ ॥ 111 ॥

సిద్ధాంతోఽధ్యాత్మశాస్త్రాణాం సర్వాపహ్నవ ఏవ హి ।
నావిద్యాస్తీహ నో మాయా శాంతం బ్రహ్మేదమక్లమమ్ ॥ ॥ 112 ॥

శాంత ఏవ చిదాకాశే స్వచ్ఛే శమసమాత్మని ।
సమగ్రశక్తిఖచితే బ్రహ్మేతి కలితాభిధే ॥ ॥ 113 ॥

సర్వమేవ పరిత్యజ్య మహామౌనీ భవానఘ ।
నిర్వాణవాన్నిర్మననః క్షీణచిత్తః ప్రశాంతధీః ॥ ॥ 114 ॥

ఆత్మన్యేవాస్వ శాంతాత్మా మూకాంధబధిరోపమః ।
నిత్యమంతర్ముఖః స్వచ్ఛః స్వాత్మనాంతః ప్రపూర్ణధీః ॥ ॥ 115 ॥

జాగ్రత్యేవ సుషుప్తస్థః కురు కర్మాణి వై ద్విజ ।
అంతః సర్వపరిత్యాగీ బహిః కురు యథాగతమ్ ॥ ॥ 116 ॥

చిత్తసత్తా పరం దుఃఖం చిత్తత్యాగః పరం సుఖమ్ ।
అతశ్చిత్తం చిదాకాశే నయ క్షయమవేదనాత్ ॥ ॥ 117 ॥

దృష్ట్వా రమ్యమరమ్యం వా స్థేయం పాషాణవత్సదా ।
ఏతావతాఽఽత్మయజ్ఞేన జితా భవతి సంసృతిః ॥ ॥ 118 ॥

వేదాంతే పరమం గుహ్యం పురాకల్పప్రచోదితమ్ ।
నాప్రశాంతాయ దాతవ్యం (నా)పుత్రా (యా)శిష్యాయ వై పునః ॥119॥

అన్నపూర్ణోపనిషదం యోఽధీతే గుర్వనుగ్రహాత్।
స జీవన్ముక్తతాం ప్రాప్య బ్రహ్మైవ భవతి స్వయమ్ ॥ ॥ 120 ॥

॥ ఇత్యుపనిషత్ ॥

॥ ఇతి పంచమోఽధ్యాయః ॥

ఓం భద్రం కర్ణేభిః శృణుయామ దేవాః భద్రం పశ్యేమాక్షభిర్యజత్రాః ।

స్థిరైరంగైస్తుష్టువాంసస్తనూభిః వ్యశేమ దేవహితం యదాయుః ।

స్వస్తి న ఇంద్రో వృద్ధశ్రవాః స్వస్తి నః పూషా విశ్వవేదాః ।

స్వస్తి నస్తార్క్ష్యో అరిష్టనేమిః స్వస్తి నో బృహస్పతిర్దధాతు ॥

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఇత్యన్నపూర్ణోపనిషత్సమాప్తః