మండలబ్రాహ్మణోపనిషత్తు

– డా. కుప్పా నరసింహమూర్తి

ఉపోద్ఘాతము :

మండల బ్రాహ్మణం అనే పేరుతో, ఐదు ఖండాలతో ఉండే ఈ ఉపనిషత్తులో ఆత్మతత్త్వం, అష్టాంగ యోగాలు, తారక – అమనస్క యోగాలు, జ్యోతి దర్శనం, ఆత్మ స్థానం, ముద్రా సిద్ధులు, రాజయోగం, సమాధి స్థితిని పొందిన సాధకుని మహిమ, మొదలగు విషయాలు విపులంగా వివరింపబడి ఉన్నాయి.

పరమ యోగీశ్వరుడైన యాజ్ఞవల్క్యమహర్షి, ఒకసారి సూర్యలోకానికి వెళ్లి, అక్కడ సూర్యనారాయణుని నమస్కరించి, "భగవన్! నాకు ఆత్మతత్వాన్ని బోధించండి" అని ప్రార్థించాడు.

సూర్యనారాయణ స్వామి ఇలా ఉపదేశించారు ఓ మహర్షీ! ఆత్మతత్వం అనుభవంలోకి రావాలి అంటే, యోగ సిద్ధి ఉండాలి. అందుకోసం మొదటగా నీకు ఎనిమిది రకాలైన యోగాంగాల గురించి వివరిస్తాను. సావధానంగా విను.

1. ఇంద్రియాలను అదుపులో ఉంచుకోవడం, మనస్సును ప్రశాంతంగా, నిశ్చలంగా ఉంచుకోవడం అనే వాటిని 'యమం'అంటారు.

2. గురువు మీద భక్తి, సత్యమార్గం మీద ప్రీతి, సంగరాహిత్యం, దుష్ట సంకల్పాలను నశింపచేసుకోవడం, నిష్కామభావనతో ఉండటం అనే వాటిని "నియమం" అంటారు.

3. కదలకుండా సుఖాసనంలో ఎక్కువసేపు ఉండటాన్ని "ఆసనం" అంటారు.

4. వాయువును ముక్కు రంధ్రం ద్వారా 16 మాత్రాకాలం పూరించడం, లోపల 64 మాత్రాకాలం కుంభించటం, మళ్లీ మరో ముక్కు రంధ్రం ద్వారా 32 మాత్రాకాలం వదలటం అనే ప్రక్రియను "ప్రాణాయామం" అంటారు.

5. విషయాలనుండి మనస్సును నిగ్రహించడం "ప్రత్యాహారం" అంటారు.

6. తన మనస్సుని చైతన్య ప్రజ్ఞలో స్థాపించటాన్ని "ధారణా" అంటారు.

7. 'సర్వదేహాలలో ఉండే చైతన్యం ఒకటే' అని భావిస్తూ ఉండటాన్ని "ధ్యానం" అంటారు.

8. ఆ ధ్యానం అనే స్థితి కూడా లేని స్థితిని నిశ్చల సమాధి అంటారు.

ఇక మానవ శరీరంలో ప్రధానంగా ఐదు దోషాలు ఉంటాయి. వాటిలో

1) కామాన్ని – నిస్సంకల్పం వల్ల,

2) కోపాన్ని – ఓర్పు వల్ల,

3) భయాన్ని – భ్రాంతి తొలగించుకోవడం వల్ల,

4) నిశ్వాసాన్ని – తక్కువ ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల,

5) నిద్రను – తత్వ విచారణ చేయడం వల్ల, సాధకుడు పోగొట్టుకోవాలి.

అలాగే సాధకుడైన మానవుడు, తన శరీరంలో మూలాధారం నుండి ప్రారంభమై సహస్రారం (బ్రహ్మరంధ్రం) వరకు వ్యాపించి ఉన్న సుషుమ్నా అనే నాడీలో కుండలినీ శక్తిని ప్రసరింపచేసుకోవటం వల్ల సత్వాది గుణత్రయాతీతమైన పరబ్రహ్మను కనుబొమ్మల మధ్యలో తెలుసుకోగలుగుతాడు. ఈ ఆత్మప్రకాశం వల్ల సర్వపాపాలు నశిస్తాయి. సాధకునికి తన సాధనా తీవ్రత తెలియటం కోసం, కలిగే నీల జ్యోతి

దర్శనం, రక్త సహిత శ్యామలవర్ణ జ్యోతి దర్శనం, మిశ్రమవర్ణ జ్యోతి దర్శనం, సాధకుని శిరస్సుపై 12 అంగుళాల పైన జ్యోతుల సమూహ దర్శనం మొదలగు అనుభూతులను ప్రస్తావించారు.

తారకయోగం, అమనస్కయోగం అని యోగములు రెండు విధాలు. ఆ తారకయోగం మళ్లీ మూర్తి తారకం – అమూర్తి తారకం అని రెండువిధాలు. ఇంద్రియాలతో కూడిన దేవతా ధ్యానం మూర్తితారకం. జ్యోతి స్వరూపదేవతా ధ్యానం అమూర్తితారకం. సాధకుడు ఈ రెండు రకాల తారకాలను మనస్సులో అంతర్దృష్టితో అభ్యాసం చేయాలి. తద్వారా భ్రూమధ్య ప్రదేశంలో ఒక తేజస్సు పుడుతుంది. ఇదే పూర్వయోగం. ఆ తరువాత నోటి తాలుమూలం దగ్గర నుండి పైపైకి ఒక మహాజ్యోతిని దర్శించగలిగితే అది అమనస్కయోగం. దాన్ని సాధించిన సాధకునికి అణిమాది అష్టసిద్ధులు సిద్ధిస్తాయి.

నిశ్చల దృష్టితో శాంభవీ ముద్రను, గురుముఖతః వేదంలోని మహావాక్య జ్ఞానాన్ని సంపాదించి, ఆ ముద్రతో తన లక్ష్యాన్ని గ్రహించి, సాధన చేసిన వాడికి సహస్రారచక్రంలో జలజ్యోతి దర్శనం (నీరు లాగా నిర్మలంగా ఉండే జ్యోతి) కలుగుతుంది. పూర్వం మహర్షులు తమ యోగంతో ఈ జ్యోతినే తెలుసుకున్నారు. ఈ జ్యోతిని బాహ్య, అంతరింద్రియాలతో, తెలుసుకోవడం సాధ్యపడదు. దీనిని దర్శించగలగటమే జీవన్ముక్త దశ అని వివరించారు.

మళ్లీ ఆ యాజ్ఞవల్క్యమహర్షి ఆదిత్య మండలంలో ఉన్న సూర్యనారాయణ స్వామిని "అంతర్లక్ష్యాల గురించి వివరిస్తూ ఉన్నారు. అసలు ఈ ఆత్మ స్థానం ఏది ? బోధించండి" అని ప్రార్థించాడు.

సూర్యనారాయణ స్వామి మళ్లీ ఇలా ఉపదేశించారు.

పంచభూతాలకు ఒక మెరుపు కారణము. దాని మధ్యలో తత్వప్రకాశం ఉంటుంది అది రహస్యంగా, అవ్యక్తంగా, ఉంటుంది. దానిని సాధకుడు సద్గురువు మార్గదర్శనంలో జ్ఞానం అనే నౌకను అధిరోహించి, చేరుకోవలసి ఉంటుంది. దీన్నే నాదబిందు కళాతీతమైన అఖండ మండలాకారం అంటారు. ఇది సగుణ నిర్గుణస్వరూపం. విద్యుత్ కాంతితో స్వచ్ఛంగా, తెల్లగా ప్రకాశిస్తూ ఉన్న పదార్థమే సర్వమూల కారణం అని వివరించారు.

ఇదే వరుసలో ఏ ఏ సాధనలు ఏ ఏ విధంగా చేయడం ద్వారా ఏ విధమైన జ్యోతిర్మండలాల, తదంతర్వర్తి పరమాత్మ ప్రకాశముల దర్శనములు కలుగగలదో, వాటి ఫలితాలు ఏమిటో? మొదలగు విషయాలను కూడా ప్రస్తావించారు.

సాధకులు "సంకల్పాలే మనోబంధాలకు కారణములు, నిస్సంకల్ప మనస్సే మోక్షానికి కారణం" అని తెలుసుకొని, ఈ ప్రపంచం పరమాత్మ రూపం అని భావిస్తూ, అహంకారం విడిచి, తానే పరబ్రహ్మ అని నిశ్చయంతో వెనుక చెప్పిన యోగాభ్యాసం చేయటం వలన అఖండానందపదాన్ని పొంది, బ్రహ్మానందసాగరంలో మునుగుతూ ఉంటారు. ఈ ఆనందాన్ని దేవేంద్రాదులు కూడా పొందలేరు. సాధకుడైనవాడు తన సాధన ద్వారా బ్రహ్మానందాన్ని అనుభవిస్తూ, పరమయోగి కావాలి అని వివరించారు. యాజ్ఞవల్క్యమహర్షి, మండల పురుషుడైన సూర్య భగవానునితో "స్వామీ! అమనస్క యోగాన్ని మళ్లీ ఉపదేశించండి" అని ప్రార్థించాడు.

అప్పుడు సూర్యభగవానుడు మళ్లీ ఆ యోగాన్ని మరింత వివరంగా చెబుతూ, శాంభవీ ముద్ర ద్వారా, తత్వమసి లాంటి మహావాక్యాల ఉపదేశం ద్వారా శుద్ధ పరమాత్మను నేనే అనే తారక యోగాన్ని అభ్యాసిస్తూ, ఇంద్రియాల సమూహాన్ని నిగ్రహించుకోవడం ద్వారా, మనస్సును కూడా నిగ్రహించుకుంటూ, ఏ విధమైన చిత్తవృత్తులు లేని మనసును సంపాదించుకోటమే అమనస్కయోగం. ఈ యోగం వల్ల

సాధకుడు 'ఉన్మనీ' అవస్థను అనుభవించి, ఎన్నో జన్మలలో సంపాదించిన అనంత పుణ్యఫలమైన అఖండానందాన్ని అనుభవించి, సకల క్లేశరహిత పరబ్రహ్మను నేనే అని తెలుసుకొని కృతకృత్యుడౌతాడు. ఇది చాలా రహస్యమైనది.

ఇక యాజ్ఞవల్క్యుని జిజ్ఞాసానుసారం యోగసాధనలో ప్రధానమైన నవచక్రాలను, షడాధారాలను వివరిస్తూ ఆకాశం, పరాకాశం, మహాకాశం, సూర్యాకాశం, పరమాకాశం అనే ఐదు ఆకాశాల లక్షణాలను కూడా వివరించారు. అలాగే విషయాలతో నిండిన మనస్సు బంధాల వైపు ఆకర్షితమవుతుంది. విషయ రహితమైన మనస్సు మోక్షాన్ని పొందుతుంది. చిత్తానికి ఆశ్రయం దొరకకపోతే, అది లయమవుతుంది. ఈ మనో-లయాలకు నేనే కారకుణ్ణి అని భావిస్తూ యోగి ఆ లయాన్ని బాగా అభ్యసించాలి. ఏ మనస్సు అయితే సృష్టి స్థితి సంహారాలను చేస్తుందో, ఆ మనసు యొక్క లయమే విష్ణుమూర్తి పదం. ఈ మనోలయం వలననే, భేద భావనా రహితమైన అద్వైతస్థితి సిద్ధిస్తుంది.

ఈ విధంగా సమాధియోగాన్ని అనుభవించిన యోగి పరమహంస, అవధూత, అని ప్రసిద్ధి చెందుతాడు. ఇలాంటి మహాత్ములను దర్శించడం వలన సకల ప్రపంచమే పావనమవుతుంది. వారిని సేవించినట్లయితే మూర్ఖుడైన వాడు కూడా, తనతో పాటు నూటొక్క తరాలను పవిత్రులను చేస్తాడు. అవధూత వంశంలో పుట్టినవాళ్ళు అందరూ జ్ఞానాన్ని పొందుతారు అని సూర్య భగవానుడు, తన ఉపదేశాన్ని ముగించారు.

స్వస్తి

మండలబ్రాహ్మణోపనిషత్

శ్లో. బాహ్యాంతస్తార కాకరం వ్యోమపంచక విగ్రహం ।
రాజయోగైకసంసిద్ధం రామచంద్రముపాస్మహే ॥

ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్పూర్ణముదచ్యతే ।
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావశిష్యతే ॥
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

అథ మండలబ్రాహ్మణోపనిషత్ ప్రారంభః

1. ప్రథమం బ్రాహ్మణం

ఓం యాజ్ఞవల్క్యో హ వై మహామునిరాదిత్యలోకం జగామ ।
తమాదిత్యం నత్వా భో భగవన్నాదిత్యాత్మతత్త్వమనుబ్రూహీతి ।
సహోవాచ నారాయణః । జ్ఞానయుక్తయమాద్యష్టాంగయోగ ఉచ్యతే ।
శీతోష్ణాహారనిద్రావిజయః సర్వదా శాంతిర్నిశ్చలత్వం
విషయేంద్రియనిగ్రహశ్చైతే యమాః ।
గురుభక్తిః సత్యమార్గానురక్తిః సుఖాగతవస్త్వనుభవశ్చ
తద్వస్త్వనుభవేన తుష్టిర్నిఃసంగతా ఏకాంతవాసో మనోనివృత్తిః
ఫలానభిలాషో వైరాగ్యభావశ్చ నియమాః ।
సుఖాసనవృత్తిశ్చీరవాసాశ్చైవమాసననియమో భవతి ।
పూరకకుంభకరేచకైః షోడశచతుష్షష్టి
ద్వాత్రింశత్సంఖ్యయా యథాక్రమం ప్రాణాయామః ।
విషయేభ్య ఇంద్రియార్థేభ్యో మనోనిరోధనం ప్రత్యాహారః ।
సర్వశరీరేషు చైతన్యైకతానతా ధ్యానం ।

విషయవ్యావర్తనపూర్వకం చైతన్యే చేతఃస్థాపనం ధారణం భవతి ।
ధ్యానవిస్మృతిః సమాధిః ।
ఏవం సూక్ష్మాంగాని । య ఏవం వేద స ముక్తిభాగ్భవతి ॥ ॥ 1 ॥

దేహస్య పంచదోషా భవంతి కామక్రోధనిఃశ్వాసభయనిద్రాః ।
తన్నిరాసస్తు నిఃసంకల్పక్షమాలఘ్వాహారప్రమాదతాతత్త్వసేవనం ।
నిద్రాభయసరీసృపం హింసాదితరంగం తృష్ణావర్తం
దారపంకం సంసారవార్ధిం తర్తుం సూక్ష్మమార్గమవలంబ్య
సత్త్వాదిగుణానతిక్రమ్య తారమవలోకయేత్ ।
భ్రూమధ్యే సచ్చిదానందతేజఃకూటరూపం తారకం బ్రహ్మ ।
తదుపాయం లక్ష్యత్రయావలోకనం ।
మూలాధారాదారభ్య బ్రహ్మరంధ్రపర్యంతం సుషుమ్నా సూర్యాభా ।
మృణాలతంతుసూక్ష్మా కుండలినీ । తతో తమోనివృత్తిః ।
తద్దర్శనాత్సర్వపాపనివృత్తిః । తర్జన్యగ్రోన్మీలితకర్ణరంధ్రద్వయే
ఫూత్కారశబ్దో జాయతే । తత్ర స్థితే మనసి చక్షుర్మధ్య నీలజ్యోతిః
పశ్యతి । ఏవం హృదయేఽపి । బహిర్లక్ష్యం తు నాసాగ్రే చతుః
షడష్టదశద్వాదశాంగులీభిః క్రమాన్నీలద్యుతిశ్యామత్వ
సదృగ్రక్తభంగీస్ఫురత్పీతవర్ణద్వయోపేతం వ్యోమత్వం పశ్యతి
స తు యోగీ చలనదృష్ట్యా వ్యోమభాగవీక్షితుః పురుషస్య
దృష్ట్యగ్రే జ్యోతిర్మయూఖా వర్తంతే । తద్దృష్టిః స్థిరా భవతి ।
శీర్షోపరి ద్వాదశాంగులిమానంజ్యోతిః పశ్యతి తదాఽమృతత్వమేతి ।
మధ్యలక్ష్యం తు ప్రాతశ్చిత్రాదివర్ణసూర్యచంద్రవహ్నిజ్వాలా
వలీవత్తద్విహీనాంతరిక్షవత్పశ్యతి ।

తదాకారాకారీ భవతి । అభ్యాసాన్నిర్వికారం
గుణరహితాకాశం భవతి । విస్ఫురత్తారకాకారగాఢ
తమోపమం పరాకాశం భవతి । కాలానలసమం
ద్యోతమానం మహాకాశం భవతి । సర్వోత్కృష్ట
పరమాద్వితీయప్రద్యోతమానం తత్త్వాకాశం భవతి ।
కోటిసూర్యప్రకాశం సూర్యాకాశం భవతి ।
ఏవమభ్యాసాత్తన్మయో భవతి । య ఏవం వేద ॥ ॥ 2 ॥

తద్యోగం చ ద్విధా విద్ధి పూర్వోత్తరవిభాగతః ।
పూర్వం తు తారకం విద్యాదమనస్కం తదుత్తరమితి ।
తారకం ద్వివిధం । మూర్తితారకమమూర్తితారకమితి ।
యదింద్రియాంతం తన్మూర్తితారకం । యద్భ్రూయుగాతీతం
తదమూర్తితారకమితి । ఉభయమపి మనోయుక్తమభ్యసేత్ ।
మనోయుక్తాంతరదృష్టిస్తారకప్రకాశాయ భవతి ।
భ్రూయుగమధ్యబిలే తేజస ఆవిర్భావః । ఏతత్పూర్వతారకం ।
ఉత్తరం త్వమనస్కం । తాలుమూలోర్ధ్వభాగే మహాజ్యోతిర్విద్యతే ।
తద్దర్శనాదణిమాదిసిద్ధిః । లక్ష్యేఽన్తర్బాహ్యాయాం
దృష్టౌ నిమేషోన్మేషవర్జితాయాం చ ఇయం శాంభవీ
ముద్రా భవతి । సర్వతంత్రేషు గోప్యమహావిద్యా భవతి ।
త జ్జ్ఞానేన సంసారనివృత్తిః । తత్పూజనం మోక్షఫలదం ।
పాఠభేదః – య
అంతర్లక్ష్యం జలజ్యోతిఃస్వరూపం భవతి । మహర్షివేద్యం
అంతర్బాహ్యేంద్రియైరదృశ్యం ॥ ॥ 3 ॥

సహస్రారే జలజ్యోతిరంతర్లక్ష్యం । బుద్ధిగుహాయాం
సర్వాంగసుందరం పురుషరూపమంతర్లక్ష్యమిత్యపరే ।
శీర్షాంతర్గతమండలమధ్యగం పంచవక్త్రముమాసహాయం
నీలకంఠం ప్రశాంతమంతర్లక్ష్యమితి కేచిత్ ।
అంగుష్ఠమాత్రః పురుషోఽన్తర్లక్ష్యమిత్యేకే ।
ఉక్తవికల్పం సర్వమాత్మైవ । తల్లక్ష్యం శుద్ధాత్మదృష్ట్యా
వా యః పశ్యతి స ఏవ బ్రహ్మనిష్ఠో భవతి । జీవః
పంచవింశకః స్వకల్పితచతుర్వింశతితత్త్వం పరిత్యజ్య
షడ్వింశః పరమాత్మాహమితి నిశ్చయాజ్జీవన్ముక్తో భవతి ।
ఏవమంతర్లక్ష్యదర్శనేన జీవన్ముక్తిదశాయాం స్వయమంతర్లక్ష్యో
భూత్వా పరమాకాశాఖండమండలో భవతి ॥ ॥ 4 ॥

॥ ఇతి ప్రథమం బ్రాహ్మణం ॥

2. ద్వితీయం బ్రాహ్మణం

అథ హ యాజ్ఞవల్క్య ఆదిత్యమండలపురుషం పప్రచ్ఛ ।
భగవన్నంతర్లక్ష్యాదికం బహుధోక్తం । మయా తన్న
జ్ఞాతం । తద్బ్రూహి మహ్యం । తదుహోవాచ పంచభూత
కారణం తడిత్కూటాభం తద్వచ్చతుఃపీఠం । తన్మధ్యే
తత్త్వప్రకాశో భవతి । సోఽతిగూఢ అవ్యక్తశ్చ ।
తజ్జ్ఞానప్లవాధిరూఢేన జ్ఞేయం । తద్బాహ్యాభ్యంతర్లక్ష్యం ।
తన్మధ్యే జగల్లీనం । తన్నాదబిందుకలాతీతమఖండమండలం ।
తత్సగుణనిర్గుణస్వరూపం । తద్వేత్తా విముక్తః । ఆదావగ్నిమండలం ।
తదుపరి సూర్యమండలం । తన్మధ్యే సుధాచంద్రమండలం ।

తన్మధ్యేఽఖండబ్రహ్మతేజోమండలం । తద్విద్యుల్లేఖావచ్ఛుక్ల
భాస్వరం । తదేవ శాంభవీలక్షణం । తద్దర్శనే తిస్రో మూర్తయ
అమా ప్రతిపత్పూర్ణిమా చేతి । నిమీలితదర్శనమమాదృష్టిః ।
అర్ధోన్మీలితం ప్రతిపత్ । సర్వోన్మీలనం పూర్ణిమా భవతి । తాసు
పూర్ణిమాభ్యాసః కర్తవ్యః తల్లక్ష్యం నాసాగ్రం । తదా
తాలుమూలే గాఢతమో దృశ్యతే । తదభ్యాసాదఖండమండలాకార
జ్యోతిర్దృశ్యతే । తదేవ సచ్చిదానందం బ్రహ్మ భవతి । ఏవం
సహజానందే యదా మనో లీయతే తదా శాంతో భవీ భవతి । తామేవ
ఖేచరీమాహుః । తదభ్యాసాన్మనఃస్థైర్యం । తతో వాయుస్థైర్యం ।
తచ్చిహ్నాని । ఆదౌ తారకవద్దృశ్యతే । తతో వజ్రదర్పణం । తత
ఉపరి పూర్ణచంద్రమండలం । తతో వహ్నిశిఖామండలం క్రమాద్దృశ్యతే ॥ ॥ 1॥

తదా పశ్చిమాభిముఖప్రకాశః స్ఫటికధూమ్ర
బిందునాదకలానక్షత్రఖద్యోతదీపనేత్రసవర్ణనవ
రత్నాదిప్రభా దృశ్యంతే । తదేవ ప్రణవస్వరూపం ।
ప్రాణాపానయోరైక్యం కృత్వా ధృతకుంభకో నాసాగ్ర
దర్శనదృఢభావనయా ద్వికరాంగులిభిః షణ్ముఖీ
కరణేన ప్రణవధ్వనిం నిశమ్య మనస్తత్ర లీనం భవతి ।
తస్య న కర్మలేపః । రవేరుదయాస్తమయయోః కిల కర్మ
కర్తవ్యం । ఏవంవిదశ్చిదాదిత్యస్యోదయాస్తమయాభావా
త్సర్వకర్మాభావః । శబ్దకాలలయేన దివారాత్ర్యతీతో భూత్వా
సర్వపరిపూర్ణజ్ఞానేనోన్మన్యవస్థావశేన బ్రహ్మైక్యం
భవతి । ఉన్మన్యా అమనస్కం భవతి । తస్య నిశ్చింతా

ధ్యానం । సర్వకర్మనిరాకరణమావాహనం ।
నిశ్చయజ్ఞానమాసనం । ఉన్మనీభావః పాద్యం ।
సదాఽమనస్కమర్ఘ్యం । సదాదీప్తిరపారామృతవృత్తిః
స్నానం । సర్వత్ర భావనా గంధః । దృక్స్వరూపావస్థాన
మక్షతాః । చిదాప్తిః పుష్పం । చిదగ్నిస్వరూపం ధూపః ।
చిదాదిత్యస్వరూపం దీపః । పరిపూర్ణచంద్రామృతరసస్యైకీకరణం
నైవేద్యం । నిశ్చలత్వం ప్రదక్షిణం । సోఽహంభావో నమస్కారః ।
మౌనం స్తుతిః । సర్వసంతోషో విసర్జనమితి య ఏవం వేద ॥ ॥ 2 ॥

ఏవం త్రిపుట్యాం నిరస్తాయాం నిస్తరంగసముద్రవన్నివాత
స్థితదీపవదచలసంపూర్ణభావాభావవిహీనకైవల్యద్యోతిర్భవతి ।
జాగ్రన్నిందాంతఃపరిజ్ఞానేన బ్రహ్మవిద్భవతి ।
సుషుప్తిసమాధ్యోర్మనోలయావిశేషేఽపి మహదస్త్యుభయో
ర్భేదస్తమసి లీనత్వాన్ముక్తిహేతుత్వాభావాచ్చ । సమాధౌ
మృదితతమోవికారస్య తదాకారాకారితాఖండాకార
వృత్త్యాత్మకసాక్షిచైతన్యే ప్రపంచలయః సంపద్యతే
ప్రపంచస్య మనఃకల్పితత్వాత్ । తతో భేదాభావాత్కదాచి
ద్బహిర్గతేఽపి మిథ్యాత్వభానాత్ । సకృద్విభాతసదానందా
నుభవైకగోచరో బ్రహ్మవిత్తదేవ భవతి । యస్య సంకల్పనాశః
స్యాత్తస్య ముక్తిః కరే స్థితా । తస్మాద్భావాభావౌ పరిత్యజ్య
పరమాత్మధ్యానేన ముక్తో భవతి । పునఃపునః సర్వావస్థాసు
జ్ఞానజ్ఞేయౌ ధ్యానధ్యేయౌ లక్ష్యాలక్ష్యే దృశ్యాదృశ్యే
చోహాపోహాది పరిత్యజ్య జీవన్ముక్తో భవేత్ । య ఏవం వేద ॥ ॥ 3 ॥

పంచావస్థాః జాగ్రత్స్వప్నసుషుప్తితురీయతురీయాతీతాః ।
జాగ్రతి ప్రవృత్తో జీవః ప్రవృత్తిమార్గాసక్తః ।
పాపఫలనరకాదిమాంస్తు శుభకర్మఫలస్వర్గమస్త్వితి
కాంక్షతే । స ఏవ స్వీకృతవైరాగ్యాత్కర్మఫలజన్మాఽలం
సంసారబంధనమలమితి విముక్త్యభిముఖో నివృత్తిమార్గ
ప్రవృత్తో భవతి । స ఏవ సంసారతారణాయ గురుమాశ్రిత్య
కామాది త్యక్త్వా విహితకర్మాచరన్సాధనచతుష్టయసంపన్నో
హృదయకమలమధ్యే భగవత్సత్తామాత్రాంతర్లక్ష్యరూపమాసాద్య
సుషుప్త్యవస్థాయా ముక్తబ్రహ్మానందస్మృతిం లబ్ధ్వా
ఏక ఏవాహమద్వితీయః కంచిత్కాలమజ్ఞానవృత్త్యా
విస్మృతజాగ్రద్వాసనానుఫలేన తైజసోఽస్మీతి తదుభయనివృత్త్యా
ప్రాజ్ఞ ఇదానీమస్మీత్యహమేక ఏవ స్థానభేదాదవస్థాభేదస్య
పరంతు నహి మదన్యదితి జాతవివేకః శుద్ధాద్వైతబ్రహ్మాహమితి
భిదాగంధం నిరస్య స్వాంతర్విజృంభితభానుమండలధ్యాన
తదాకారాకారితపరంబ్రహ్మాకారితముక్తిమార్గమారూఢః
పరిపక్వో భవతి । సంకల్పాదికం మనో బంధహేతుః । తద్వియుక్తం
మనో మోక్షాయ భవతి । తద్వాంశ్చక్షురాదిబాహ్యప్రపంచోపరతో
విగతప్రపంచగంధః సర్వజగదాత్మత్వేన పశ్యంస్త్యక్తాహంకారో
బ్రహ్మాహమస్మీతి చింతయన్నిదం సర్వం యదయమాత్మేతి
భావయన్కృతకృత్యో భవతి ॥ ॥ 4 ॥

సర్వపరిపూర్ణతురీయాతీతబ్రహ్మభూతో యోగీ భవతి ।
తం బ్రహ్మేతి స్తువంతి । సర్వలోకస్తుతిపాత్రః సర్వదేశ

సంచారశీలః పరమాత్మగగనే బిందుం నిక్షిప్య
శుద్ధాద్వైతాజాడ్యసహజామనస్కయోగనిద్రాఖండా
నందపదానువృత్త్యా జీవన్ముక్తో భవతి । తచ్చానంద
సముద్రమగ్నా యోగినో భవంతి । తదపేక్షయా ఇంద్రాదయః
స్వల్పానందాః । ఏవం ప్రాప్తానందః పరమయోగీ భవతీత్యుపనిషత్ ॥ ॥ 5 ॥

॥ ఇతి ద్వితీయం బ్రాహ్మణం ॥

3. తృతీయం బ్రాహ్మణం

యాజ్ఞవల్క్యో మహామునిర్మండలపురుషం పప్రచ్ఛ
స్వామిన్నమనస్కలక్షణముక్తమపి విస్మృతం
పునస్తల్లక్షణం బ్రూహీతి । తథేతి మండలపురుషోఽబ్రవీత్ ।
ఇదమమనస్కమతిరహస్యం । యజ్జ్ఞానేన కృతార్థో
భవతి తన్నిత్యం శాంభవీముద్రాన్వితం । పరమాత్మదృష్ట్యా
తత్ప్రత్యయలక్ష్యాణి దృష్ట్వా తదను సర్వేశమప్రమేయమజం
శివం పరమాకాశం నిరాలంబమద్వయం బ్రహ్మవిష్ణురుద్రాదీనా
మేకలక్ష్యం సర్వకారణం పరంబ్రహ్మాత్మన్యేవ పశ్యమానో
గుహావిహరణమేవ నిశ్చయేన జ్ఞాత్వా భావాభావాదిద్వంద్వాతీతః
సంవిదితమనోన్మన్యనుభవస్తదనంతరమఖిలేంద్రియక్షయవశాదమనస్క
సుఖబ్రహ్మానందసముద్రే మనఃప్రవాహయోగరూపనివాతస్థితదీపవదచలం
పరంబ్రహ్మ ప్రాప్నోతి । తతః శుష్కవృక్షవన్మూర్ఛానిద్రామయ
నిఃశ్వాసోచ్ఛ్వాసాభావాన్నష్టద్వంద్వః సదాచంచలగాత్రః
పరమశాంతిం స్వీకృత్య మనః ప్రచారశూన్యం పరమాత్మని లీనం భవతి ।
పయస్స్రావానంతరం ధేనుస్తనక్షీరమివ సర్వేంద్రియవర్గే పరినష్టే

మనోనాశం భవతి తదేవామనస్కం । తదను నిత్యశుద్ధః
పరమాత్మాహమేవేతి తత్త్వమసీత్యుపదేశేన త్వమేవాహమహమేవ
త్వమితి తారకయోగమార్గేణాఖండానందపూర్ణః కృతార్థో భవతి ॥ ॥ 1 ॥

పరిపూర్ణపరాకాశమగ్నమనాః ప్రాప్తోన్మన్యవస్థః
సంన్యస్తసర్వేంద్రియవర్గః అనేకజన్మార్జితపుణ్యపుంజపక్వ
కైవల్యఫలోఽఖండానందనిరస్తసర్వక్లేశకశ్మలో బ్రహ్మాహమస్మీతి
కృతకృత్యో భవతి । త్వమేవాహం న భేదోఽస్తి పూర్ణత్వాత్పరమాత్మనః ।
ఇత్యుచ్చరంత్సమాలింగ్య శిష్యం జ్ఞప్తిమనీనయత్ ॥ ॥ 2 ॥

॥ ఇతి తృతీయం బ్రాహ్మణం ॥

4. చతుర్థం బ్రాహ్మణం

అథ హ యాజ్ఞవల్క్యో మండలపురుషం పప్రచ్ఛ
వ్యోమపంచకలక్షణం విస్తరేణానుబ్రూహీతి ।
స హోవాచాకాశం పరాకాశం మహాకాశం
సూర్యాకాశం పరమాకాశమితి పంచ భవంతి ।
బాహ్యాభ్యంతరమంధకారమయమాకాశం ।
బాహ్యస్యాభ్యంతరే కాలానలసదృశం పరాకాశం ।
సబాహ్యాభ్యంతరేఽపరిమితద్యుతినిభం తత్త్వం మహాకాశం ।
సబాహ్యాభ్యంతరే సూర్యనిభం సూర్యాకాశం ।
అనిర్వచనీయజ్యోతిః సర్వవ్యాపకం నిరతిశయానందలక్షణం
పరమాకాశం । ఏవం తత్తల్లక్ష్యదర్శనాత్తత్ద్రూపో భవతి ।
నవచక్రం షడాధారం త్రిలక్ష్యం వ్యోమపంచకం ।
సమ్యగేతన్న జానాతి స యోగీ నామతో భవేత్ ॥ ॥ 1 ॥

॥ ఇతి చతుర్థం బ్రాహ్మణం ॥

సవిషయం మనో బంధాయ నిర్విషయం ముక్తయే భవతి ।
అతః సర్వం జగచ్చిత్తగోచరం । తదేవ చిత్తం నిరాశ్రయం
మనోన్మన్యవస్థాపరిపక్వం లయయోగ్యం భవతి । తల్లయం
పరిపూర్ణే మయి సమభ్యసేత్ । మనోలయకారణమహమేవ ।
అనాహతస్య శబ్దస్య తస్య శబ్దస్య యో ధ్వనిః ।
ధ్వనేరంతర్గతం జ్యోతిర్జ్యోతిరంతర్గతం మనః ।
యన్మనస్త్రిజగత్సృష్టిస్థితివ్యసనకర్మకృత్ ।
తన్మనో విలయం యాతి తద్విష్ణోః పరమం పదం ।
తల్లయాచ్ఛుద్ధాద్వైతసిద్ధిర్భేదాభావాత్ ।
ఏతదేవ పరమతత్త్వం । స తజ్జ్ఞో బాలోన్మత్త
పిశాచవజ్జడవృత్త్యా లోకమాచరేత్ ఏవమమనస్కాభ్యాసేనైవ
నిత్యతృప్తిరల్పమూత్రపురీషమితభోజనదృఢాంగా
జాడ్యనిద్రాదృగ్వాయుచలనాభావబ్రహ్మదర్శనాజ్జ్ఞాత
సుఖస్వరూపసిద్ధిర్భవతి । ఏవం చిరసమాధిజనిత
బ్రహ్మామృతపానపరాయణోఽసౌ సంన్యాసీ పరమహంస
అవధూతో భవతి । తద్దర్శనేన సకలం జగత్పవిత్రం భవతి ।
తత్సేవాపరోఽజ్ఞోఽపి ముక్తో భవతి । తత్కులమేకోత్తరశతం తారయతి ।
తన్మాతృపితృజాయాపత్యవర్గం చ ముక్తం భవతి

॥ ఇత్యుపనిషత్ ॥

ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్పూర్ణముదచ్యతే ।
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావశిష్యతే ॥

ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఇతి మండలబ్రాహ్మణోపనిషత్సమాప్తః