



ഉപനിഷത്തുകൾ -48



# മണ്ഡലബ്രാഹ്മണോപനിഷദ്

ശുക്ല യജുർവേദം

യോഗ ഉപനിഷദ്

താളിളക്കം

2020

പേര്: മണ്ഡലബ്രാഹ്മണോപനിഷദ്

ഭാഷ Malayalam

വിഭാഗം: ഉപനിഷത്ത്

പ്രസാധകർ: താളിളക്കം

ഡിസംബർ 2020

Layout Design: പ്രവീൺ വർമ്മ

Copyleft:

ലാടെക്കിൽ നിർമ്മിച്ചതാണിത്.  
ഓൺലൈൻ വായനയ്ക്ക് വേണ്ടി.  
ഉബുണ്ടു ഓപ്പറേറ്റിങ് സിസ്റ്റത്തിലൂടെ.  
കുടപ്പാട്: വികിപീഡിയ.

# മണ്ഡലബ്രാഹ്മണോപനിഷദ്

## ശുക്ല യജുർവേദം

### യോഗ ഉപനിഷദ്

ബാഹ്യാന്തസ്സാരകാകരം വ്യോമപഞ്ചകവിഗ്രഹം .  
 രാജയോഗൈകസംസിദ്ധം രാമചന്ദ്രമുപാസ്തഹേ ..  
 ഓം പൂർണമദഃ പൂർണമിദം പൂർണാത്പൂർണമുദച്യതേ .  
 പൂർണസ്യ പൂർണമാദായ പൂർണമേവാവശിഷ്യതേ ..  
 ഓം ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ..  
 ഓം യാജ്ഞവൽക്യോ ഹ വൈ മഹാമുനിരാദിത്യലോകം ജഗാമ .  
 തമാദിത്യം നത്യാ ഭോ ഭഗവന്നാദിത്യതത്ത്വമനുബ്രൂഹീതി .  
 സഹോവാച നാരായണഃ .  
 ജ്ഞാനയുക്തയമാദ്യഷ്ടാംഗയോഗ ഉച്യതേ .  
 ശീതോഷ്ണാഹാരനിദ്രാവിജയഃ സർവദാ ശാന്തിർനിശ്ചലത്വം  
 വിഷയേന്ദ്രിയനിഗ്രഹശ്ചൈതേ യമാഃ .  
 ഗുരുഭക്തിഃ സത്യമാർഗാനുരക്തിഃ സുഖാഗതവസ്തുനഭവശ്ച  
 തദ്വസ്തുനഭവേന തുഷ്ടിർനിഃസംഗതാ ഏകാന്തവാസോ മനോനിവൃത്തിഃ  
 ഫലാനഭിലാഷോ വൈരാഗ്യഭാവശ്ച നിയമാഃ .  
 സുഖാസനവൃത്തിശ്ചീരവാസാശ്ചൈവമാസനനിയമോ ഭവതി .  
 പുരകകംഭകരോചകൈഃ ഷോഡശചതുഷ്ഷഷ്ടി-  
 ദ്വാത്രീംശസംഖ്യയാ യഥാക്രമം പ്രാണായാമഃ .  
 വിഷയേഭ്യ ഇന്ദ്രിയാർഥേഭ്യോ മനോനിരോധനം പ്രത്യഹാരഃ .  
 സർവശരീരേഷു ചൈതന്യൈകതാനതാ ധ്യാനം .  
 വിഷയവ്യാവർതനപൂർവകം ചൈതന്യേ ചേതഃസ്ഥാപനം  
 ധാരണം ഭവതി .  
 ധ്യാനവിസ്മൃതിഃ സമാധിഃ .  
 ഏവം സൂക്ഷ്മാംഗാനി . യ ഏവം വേദ സ മുക്തിഭാഗ്ഭവതി .. 1..  
 ദേഹസ്യ പഞ്ചദോഷാ ഭവന്തി കാമക്രോധനിഃശ്വാസഭയനിദ്രാഃ .  
 തന്നിരാസസ്തു നിഃസങ്കൽപക്ഷമാലഘാഹാരപ്രമാദതാതത്ത്വസേവനം .  
 നിദ്രാഭയസരീസൃപം ഹിംസാദിതരംഗം തൃഷ്ണാവർതം  
 ദാരപങ്കം സംസാരവാർധിം തർതും സൂക്ഷ്മമാർഗമവലംബ്യ

സത്താദിഗുണാനതിക്രമ്യ താരവലോകയേത് .  
 ഭൂമധ്യേ സചിദാനന്ദതേജഃകൂടരൂപം താരകം ബ്രഹ്മ .  
 തദപായം ലക്ഷ്യത്രയാവലോകനം .  
 മൂലാധാരാദരദ്യ ബ്രഹ്മരസ്രപര്യന്തം സുഷുപ്താ സുര്യാഭാ .  
 മൂണാലതന്തുസൂക്ഷ്മാ കണ്ഡലിനീ . തതോ തമോനീവൃത്തിഃ .  
 തദുരശനാസർവപാപനീവൃത്തിഃ . തർജന്യഗ്രോതീലിതകർണരസ്രദ്വയേ  
 പൃത്കാരശബ്ദോ ജായതേ . തത്ര സ്ഥിതേ മനസി ചക്ഷുർമധ്യ നീലജ്യോതിഃ  
 പശ്യതി . ഏവം ഹൃദയേഴ്ചി . ബഹിർലക്ഷ്യം തു നാസാഗ്രേ ചതുഃ-  
 ഷഡഷ്ടദശദ്വദശാംഗുലീഭിഃ ക്രമാന്നിലദ്യുതിശ്യാമതൃ-  
 സദ്രഗ്രന്തഭംഗീസ്മരത്പീതവർണദ്വയോപേതം വ്യോമത്വം പശ്യതി  
 സ തു യോഗീ ചലനദ്വഷ്ട്യാ വ്യോമഭാഗവീക്ഷിതഃ പുരുഷസ്യ  
 ദൃഷ്ട്യഗ്രേ ജ്യോതിർമയുഖാ വർതന്തേ . തദൃഷ്ടിഃ സ്ഥിരാ ഭവതി .  
 ശീർഷോപരി ദ്വാദശാംഗുലീമാനജ്യോതിഃ പശ്യതി തദാദ്വൃതത്വമേതി .  
 മധ്യലക്ഷ്യം തു പ്രാതശ്ചിത്രാദിവർണസൂര്യചന്ദ്രവഹ്നിജ്വാലാ-  
 വലീവത്തദ്വിഹീനാന്തരീക്ഷവത്പശ്യതി .  
 തദാകാരാകാശീ ഭവതി . അഭ്യാസാനിർവീകാരം  
 ഗുണരഹിതാകാശം ഭവതി . വിസ്മരത്താരകാകാരാശ്ച-  
 തമോപമം പരാകാശം ഭവതി . കാലാനലസമം  
 ദ്യോതമാനം മഹാകാശം ഭവതി . സർവോത്കൃഷ്ട-  
 പരമാദിതീയപ്രദ്യോതമാനം തത്താകാശം ഭവതി .  
 കോടിസൂര്യപ്രകാശം സൂര്യാകാശം ഭവതി .  
 ഏവമഭ്യാസാന്തരമയോ ഭവതി . യ ഏവം വേദ .. 2..  
 തദ്യോഗം ച ദ്വിധാ വിദ്ധി പൂർവോത്തരവിഭാഗതഃ .  
 പൂർവം തു താരകം വിദ്യാദമനസ്സം തദുത്തരമിതി .  
 താരകം ദ്വിവിധം . മൂർത്തിതാരകമമൂർത്തിതാരകമിതി .  
 യദിന്ദ്രിയാന്തം തന്മൂർത്തിതാരകം . യദ്ഭൂയഗാതീതം  
 തദമൂർത്തിതാരകമിതി . ഉഭയമപി മനോയുക്തമദ്യസേത് .  
 മനോയുക്താന്തരദ്വഷ്ടിസ്താരകപ്രകാശായ ഭവതി .  
 ഭൂയഗമധ്യബിലേ തേജസ ആവിർഭാവഃ . ഏതത്പൂർവതാരകം .  
 ഉത്തരം ത്വമനസ്സം . താലുമൂലോർധ്വഭാഗേ മഹാജ്യോതിർവിദ്യതേ .  
 തദുരശനാദണിമാദിസിദ്ധിഃ . ലക്ഷ്യേന്തർബാഹ്യായാം  
 ദൃഷ്ടൗ നിമേഷോന്മേഷവർജിതായാം ച ഇയം ശാംഭവീ  
 മുദ്രാ ഭവതി . സർവതന്ത്രേഷു ഗോപ്യമഹാവിദ്യാ ഭവതി .

തജ്ജ്ഞാനേന സംസാരനിവൃത്തിഃ . തത്പൂജനം മോക്ഷഫലദം .  
അന്തർലക്ഷ്യം ജലജ്യോതിഃസ്വരൂപം ഭവതി . മഹർഷിവേദ്യം  
അന്തർബാഹ്യേന്ദ്രിയൈരദൃശ്യം .. 3..

സഹസ്രാരേ ജലജ്യോതിരന്തർലക്ഷ്യം . ബുദ്ധിഗുഹായാം  
സർവാംഗസുന്ദരം പുരുഷരൂപമന്തർലക്ഷ്യമിത്യപരേ .  
ശരീഷാന്തർഗതമണ്ഡലമധ്യഗം പഞ്ചവക്ത്രമമാസഹായം  
നീലകണ്ഠം പ്രശാന്തമന്തർലക്ഷ്യമിതി കേചിത് .  
അംഗുഷ്ഠമാത്രഃ പുരുഷോന്തർലക്ഷ്യമിത്യേകേ .  
ഉക്തവികൽപം സർവമാത്മൈവ . തല്ല്ക്ഷ്യം ശുദ്ധാത്മദൃഷ്ട്യാ  
വാ യഃ പശ്യതി സ ഏവ ബ്രഹ്മനിഷ്ഠോ ഭവതി . ജീവഃ  
പഞ്ചവിംശകഃ സ്വകൽപിതചതുർവിംശതിതത്ത്വം പരിത്യജ്യ  
ഷഡ്വിംശഃ പരമാത്മാഹമിതി നിശ്ചയാജ്ജീവന്മുക്തോ ഭവതി .  
ഏവമന്തർലക്ഷ്യദർശനേന ജീവന്മുക്തിദശായാം സ്വയമന്തർലക്ഷ്യോ  
ഭൂത്വാ പരമാകാശാവണ്ഡമണ്ഡലോ ഭവതി .. 4..

ഇതി പ്രഥമം ബ്രാഹ്മണം ..

അഥ ഹ യാജ്ഞവൽക്യ ആദിത്യമണ്ഡലപുരുഷം പപ്രച്ഛ .  
ഭഗവന്നന്തർലക്ഷ്യാദികം ബഹുധോക്തം . മയാ തന്ന  
ജ്ഞാതം . തദ്ബ്രഹ്മഹി മഹ്യം . തദുഹോവാച പഞ്ചഭൂത-  
കാരണം തഥിത്കൂടാഭം തദച്ചതുഃപീഠം . തന്മധ്യേ  
തത്ത്വപ്രകാശോ ഭവതി . സോതിഗുഢഃ അവ്യക്തശ്ച .  
തജ്ജ്ഞാനപ്ലവാധിരൂഢേന ജ്ഞേയം . തദ്ബാഹ്യാഭ്യന്തർലക്ഷ്യം .  
തന്മധ്യേ ജഗല്പീനം . തന്നാദബിന്ദുകലാതീതമഖണ്ഡമണ്ഡലം .  
തത്സമുന്നിർമുണസ്വരൂപം . തദ്ദേവതാ വിമുക്തഃ . ആദാവഗ്നിമണ്ഡലം .  
തദപരി സൂര്യമണ്ഡലം . തന്മധ്യേ സൂധാചന്ദ്രമണ്ഡലം .  
തന്മധ്യേഖണ്ഡബ്രഹ്മതേജോമണ്ഡലം . തദിദൃല്ലോഖാവച്ഛക്ല-  
ഭാസ്വരം . തദേവ ശാംഭവീലക്ഷണം . തദർശനേ തിന്ദ്രോ മുരീതയ  
അഥാ പ്രതിപത്പൂർണിമാ ചേതി . നിമീലിതദർശനമമാദൃഷ്ടിഃ .  
അർയോന്മീലിതം പ്രതിപത് . സർവോന്മീലനം പൂർണിമാ ഭവതി . താസു  
പൂർണിമാദ്യാസഃ കർതവ്യഃ തല്ല്ക്ഷ്യം നാസാഗ്രം . തദാ  
താലുലേ ഗൗരതമോ ദൃശ്യതേ . തദ്യാസാദഖണ്ഡമണ്ഡലാകാര-  
ജ്യോതിർദൃശ്യതേ . തദേവ സച്ചിദാനന്ദം ബ്രഹ്മ ഭവതി . ഏവം  
സഹജാനന്ദേ യദാ മനോ ലീയതേ തദാ ശാന്തോ ഭവീ ഭവതി . താമേവ  
വേചരീമാഹുഃ . തദ്യാസാന്മനഃസ്സൈന്ദര്യം . തതോ വായുസ്സൈന്ദര്യം .

തച്ചിഹ്നാനി . ആദൗ താരകവദൃശ്യതേ . തതോ വജ്രദർപണം . തത  
 ഉപരി പൂർണചന്ദ്രമണ്ഡലം . തതോ വഹ്നിശിഖാമണ്ഡലം ക്രമാദൃശ്യതേ .. 1.  
 തദാ പശ്ചിമാഭിമുഖപ്രകാശഃ സ്ഫടികധൂമ്ര-  
 ബിന്ദുനാദകലാനക്ഷത്രഖദ്യോതദീപനേത്രസവർണനവ-  
 രത്താദിപ്രഭാ ദൃശ്യന്തേ . തദേവ പ്രണവസ്വരൂപം .  
 പ്രാണാപാനയോരൈക്യം കൃത്യാ യുതകംഭകോ നാസാഗ്ര-  
 ദർശനദൃശഭാവനയാ ദ്വികരാംഗുലിഭിഃ ഷണ്മുഖീ-  
 കരണേന പ്രണവധ്വനിം നിശമ്യ മനസ്സത്ര ലീനം ഭവതി .  
 തസ്യ ന കർമ്മലേപഃ . രവേന്ദ്രയാസ്തമയയോഃ കില കർമ്മ  
 കർതവ്യം . ഏവംവിദശ്ചിദാദിത്യസ്യോദയാസ്തമയാഭാവാ-  
 ത്സർവകർമ്മാഭാവഃ . ശബ്ദകാലലയേന ദിവാരാത്ര്യതീതോ ഭൂത്യാ  
 സർവപരിപൂർണജ്ഞാനേനോന്യാന്യവസ്ഥാവശേന ബ്രഹ്മൈക്യം  
 ഭവതി . ഉന്മന്യാ അമനസ്തം ഭവതി . തസ്യ നിശ്ചിന്താ  
 ധ്യാനം . സർവകർമ്മനിരാകരണമാവാഹനം .  
 നിശ്ചയജ്ഞാനമാസനം . ഉന്മനീഭാവഃ പാദ്യം .  
 സദാമനസ്തമർഘ്യം . സദാദീപ്തിരപാരാമൃതവൃത്തിഃ  
 സ്നാനം . സർവത്ര ഭാവനാ ഗന്ധഃ . ദൃക്പ്രാപാവസ്ഥാന-  
 മക്ഷതഃ . ചിദാപ്തിഃ പുഷ്പം . ചിദഗ്നിസ്വരൂപം ധൂപഃ .  
 ചിദാദിത്യസ്വരൂപം ദീപഃ . പരിപൂർണചന്ദ്രാമൃതരസസ്യൈകീകരണം  
 നൈവേദ്യം . നിശ്ചലത്വം പ്രദക്ഷിണം . സോഹംഭാവോ നമസ്കാരഃ .  
 മൗനം സ്തുതിഃ . സർവസന്തോഷോ വിസർജ്ജനമിതി യ ഏവം വേദ . .. 2..  
 ഏവം ത്രിപുട്യാം നിരസ്തായാം നിസ്തരംഗസമുദ്രവന്നിവാത-  
 സ്ഥിതദീപവദചലസമ്പൂർണഭാവഭാവവിഹീനകൈവല്യദ്യോതിർഭവതി .  
 ജാഗ്രന്നിദാന്തഃപരിജ്ഞാനേന ബ്രഹ്മവിദ്ഭവതി .  
 സുഷുപ്തിസമാധ്യോർമ്മനോലയാവിശേഷേപി മഹദസ്സുഭയോ-  
 രഭേദസ്തമസി ലീനത്യാന്മുക്തിഹേതുത്യാഭാവാച്ച . സമാധൗ  
 മൂദിതതമോവികാരസ്യ തദാകാരാകാരിതാഖണ്ഡാകാര-  
 വൃത്തയാത്മകസാക്ഷിചൈതന്യേ പ്രപഞ്ചലയഃ സമ്പദ്യതേ  
 പ്രപഞ്ചസ്യ മനഃകൽപിതത്യാത് . തതോ ഭേദാഭാവാത്കദാചി-  
 ദ്ബഹിർഗതേപി മിഥ്യാത്വഭാനാത് . സകൃദിദാതസദാനന്ദാ-  
 നഭവൈകഗോചരോ ബ്രഹ്മവിത്തദേവ ഭവതി . യസ്യ സങ്കൽപനാശഃ  
 സ്യാത്തസ്യ മുക്തിഃ കരേ സ്ഥിതാ . തസ്മാദ്ഭാവാഭാവൗ പരിത്യജ്യ  
 പരമാത്മധ്യാനേന മുക്തോ ഭവതി . പുനഃപുനഃ സർവാവസ്ഥാന്യ

ജ്ഞാനജ്ഞേയൗ ധ്യാനധ്യേയൗ ലക്ഷ്യാലക്ഷ്യേ ദൃശ്യാദൃശ്യേ  
 ചോഹാപോഹാദി പരിത്യജ്യ ജീവന്മുക്തോ ഭവേത് . യ ഏവം വേദ .. 3..  
 പഞ്ചാവസ്ഥാഃ ജാഗ്രത്സപ്തസുഷുപ്തിതരീയതരീയാതീതാഃ .  
 ജാഗ്രതി പ്രവൃത്തോ ജീവഃ പ്രവൃത്തിമാർഗാസക്തഃ .  
 പാപഹലനരകാദിമാംസു ശുഭകർമ്മഫലസ്വർഗമസ്തിതി  
 കാക്ഷതേ . സ ഏവ സ്വീകൃതവൈരാഗ്യാത്കർമ്മഫലജന്മാ്ലം  
 സംസാരബന്ധനമലമിതി വിമുക്ത്യഭിമുഖോ നിവൃത്തിമാർഗ-  
 പ്രവൃത്തോ ഭവതി . സ ഏവ സംസാരതാരണായ ഗുരുമാശ്രിത്യ  
 കാമാദി ത്യക്ത്വാ വിഹിതകർമ്മാചരൻസാധനചതുഷ്ടയസമ്പന്നോ  
 ഹൃദയകമലമധ്യേ ഭഗവത്സത്താമാത്രാന്തർലക്ഷ്യരൂപമാസാദ്യ  
 സുഷുപ്തവസ്ഥായാ മുക്തബ്രഹ്മാനന്ദസ്മൃതിം ലബ്ധ്വാ  
 ഏക ഏവാഹമദ്വിതീയഃ കഞ്ചിത്കാലമജ്ഞാനവൃത്തത്യാ  
 വിസ്മൃതജാഗ്രദ്രാസനാനുഫലേന തൈജസോഽസ്മിതി തദ്ദയേനിവൃത്തത്യാ  
 പ്രാജ്ഞ ഇദാനീമസ്മിത്യഹമേക ഏവ സ്ഥാനഭേദാദവസ്ഥാഭേദസ്യ  
 പരന്തു നഹി മദന്യദിതി ജാതവിവേകഃ ശുദ്ധാദ്വൈതബ്രഹ്മഹമിതി  
 ഭിദാഗന്ധം നിരസ്യ സ്വാന്തർവിജ്ഞാഭിതഭാസമണ്ഡലധ്യാന-  
 തദാകാരാകാരിതപരംബ്രഹ്മാകാരിതമുക്തിമാർഗമാരൂഢഃ  
 പരിപക്വോ ഭവതി . സങ്കൽപാദികം മനോ ബന്ധഹേതുഃ . തദ്ദിയുക്തം  
 മനോ മോക്ഷായ ഭവതി . തദ്യാംശ്ചക്ഷുരാദിബാഹ്യപ്രപഞ്ചരതോ  
 വിഗതപ്രപഞ്ചഗന്ധഃ സർവജഗദാത്മത്വേന പശ്യംസ്ത്യക്താഹങ്കാരോ  
 ബ്രഹ്മഹമസ്മിതി ചിന്തയന്നിദം സർവം യദയമാത്മേതി  
 ഭാവയൻക്രതക്രത്യോ ഭവതി .. 4..  
 സർവപരിപൂർണ്ണതരീയാതീതബ്രഹ്മഭൂതോ യോഗീ ഭവതി .  
 തം ബ്രഹ്മേതി സ്തുവന്തി . സർവലോകസ്തുതിപാത്രഃ സർവഭേദ-  
 സഞ്ചാരശീലഃ പരമാത്മഗഗനേ ബിന്ദും നിക്ഷിപ്യ  
 ശുദ്ധാദ്വൈതാജാഡ്യസഹജാമനസ്സയോഗനിദ്രാഖണ്ഡാ-  
 നന്ദപദാനവൃത്തത്യാ ജീവന്മുക്തോ ഭവതി . തച്ചാനന്ദ-  
 സമുദ്രഗ്നാ യോഗീനോ ഭവന്തി . തദപേക്ഷയാ ഇന്ദ്രാദയഃ  
 സ്വൽപാനന്ദാഃ . ഏവം പ്രാപ്താനന്ദഃ പരമയോഗീ ഭവതീത്യുപനിഷത് .. 5..  
 ഇതി ദ്വിതീയം ബ്രാഹ്മണം .. 2..  
 യാജ്ഞവൽക്യോ മഹാമുനിർമണ്ഡലപുരുഷം പപ്രച്ഛ  
 സ്വാമിനമനസ്തലക്ഷണമുക്തമപി വിസ്മൃതം  
 പുനസ്തല്ലക്ഷണം ബ്രൂഹിതി . തഥേതി മണ്ഡലപുരുഷോഽബ്രവീത് .



ഇദമനന്തരമിതിരഹസ്യം . യജ്ഞാനേന കൃതാർഥോ  
ഭവതി തന്നിത്യം ശാഭവീമുദ്രാനിതം . പരമാത്മദൃഷ്ട്യാ  
തത്പ്രത്യയലക്ഷ്യം പ്രാപ്തം തദനം സർവേശമപ്രമേയമജം  
ശിവം പരമാകാശം നിരാലംബമദ്വയം ബ്രഹ്മവിഷ്ണുഭദ്രാദിനാ-  
മേകലക്ഷ്യം സർവകാരണം പരബ്രഹ്മാത്മന്യേവ പശ്യമാനോ  
ഗുഹാവിഹരണമേവ നിശ്ചയേന ജ്ഞാത്യാ ഭാവാഭാവാദിദ്വന്ദ്വതീതഃ  
സംവിദിതമനോന്യനുഭവസ്തദനന്തരമഖിലേന്ദ്രിയക്ഷയശാദമനസ്സ-  
സുഖബ്രഹ്മാനന്ദസമുദ്രേ മനഃപ്രവാഹയോഗരൂപനിവാതസ്ഥിതദീപവദ്വചലം  
പരബ്രഹ്മ പ്രാപ്തം . തതഃ ശൃഷ്ടവൃക്ഷവന്തുർച്ഛാനിദ്രാമയ-  
നിഃശ്വാസോച്ഛ്വാസാഭാവാനഷ്ടദ്വന്ദ്വഃ സദാചഞ്ചലഗാത്രഃ  
പരമശാന്തിം സീകൃത്യ മനഃ പ്രചാരശൂന്യം പരമാത്മനി ലീനം ഭവതി .  
പയസ്രാവാനന്തരം ധേനുസ്തനക്ഷീരമിവ സർവേന്ദ്രിയവർഗേ പരിനഷ്ടേ  
മനോനാശം ഭവതി തദേവാമനസ്സം . തദനം നിത്യശുദ്ധഃ  
പരമാത്മാഹമേവേതി തത്ത്വമസീത്യപദേശേന ത്വമേവാഹമഹമേവ  
ത്വമിതി താരകയോഗമാർഗേണാഖണ്ഡാനന്ദപൂർണ്ണഃ കൃതാർഥോ ഭവതി .. 1..  
പരിപൂർണ്ണപരാകാശമഗമനഃ പ്രാപ്തോന്യവസ്ഥഃ  
സംസ്കൃതസർവേന്ദ്രിയവർഗഃ അനേകജന്മാർജിതപുണ്യപുണ്യപക്വ-  
കൈവല്യഫലോപഖണ്ഡാനന്ദനിരസ്തസർവക്ലേശകശ്മലോ ബ്രഹ്മാഹമസ്തിതി  
കൃതകൃത്യോ ഭവതി . ത്വമേവാഹം ന ഭേദോസ്തി പൂർണ്ണത്വാത്പരമാത്മനഃ .  
ഇത്യുച്ഛരത്സമാലിംഗ്യ ശിഷ്യം ജ്ഞാപ്തമനീനയത് .. 2..  
ഇതി തൃതീയം ബ്രാഹ്മണം .. 3..  
അഥ ഹ യാജ്ഞവൽക്യോ മണ്ഡലപുരുഷം പപ്രച്ഛ  
വ്യോമപഞ്ചകലക്ഷണം വിസ്തരേണാനബ്രൂഹീതി . സ  
ഹോവാചാകാശം പരാകാശം മഹാകാശം  
സൂര്യാകാശം പരമാകാശമിതി പഞ്ച ഭവന്തി .  
ബാഹ്യാഭ്യന്തരമന്ദസകാരമയമാകാശം .  
ബാഹ്യസ്യാഭ്യന്തരേ കാലാനലസദൃശം പരാകാശം .  
സബാഹ്യാഭ്യന്തരേപരിമിതദ്യുതിനിഭം തത്ത്വം മഹാകാശം .  
സബാഹ്യാഭ്യന്തരേ സൂര്യനിഭം സൂര്യാകാശം .  
അനിർവചനീയജ്യോതിഃ സർവവ്യാപകം നിരതിശയാനന്ദലക്ഷണം  
പരമാകാശം . ഏവം തത്ത്വലക്ഷ്യദർശനാത്തത്ത്വദ്രൂപോ ഭവതി .  
നവചക്രം ഷഡാധാരം ത്രിലക്ഷ്യം വ്യോമപഞ്ചകം .  
സമ്യഗേതന്ന ജാനാതി സ യോഗീ നാമതോ ഭവേത് .. 1..

ഇതി ചതുർഥം ബ്രാഹ്മണം .. 4..

സവിഷയം മനോ ബന്ധായ നിർവിഷയം മുക്തയേ ഭവതി .  
 അതഃ സർവം ജഗച്ഛിത്തഗോചരം . തദേവ ചിത്തം നിരാശ്രയം  
 മനോന്മന്യവസ്ഥാപരിപക്വം ലയയോഗ്യം ഭവതി . തല്ലയം  
 പരിപൂർണേ മയി സമദ്യസേത് . മനോലയകാരണമഹമേവ .  
 അനാഹതസ്യ ശബ്ദസ്യ തസ്യ ശബ്ദസ്യ യോ ധ്വനിഃ .  
 ധ്വനേരന്തർഗതം ജ്യോതിർജ്യോതിരന്തർഗതം മനഃ .  
 യന്മനസ്തിജഗത്സൃഷ്ടിസ്ഥിതിവ്യസനകർമകൃത് .  
 തന്മനോ വിലയം യാതി തദ്ദിഷ്ണോഃ പരമം പദം .  
 തല്പ്രയാച്ഛദ്ധാദ്വൈതസിദ്ധിർഭേദാഭാവത് .  
 ഏതദേവ പരമതത്ത്വം . സ തജ്ജ്ഞോ ബാലോന്മത്ത-  
 പിശാചവജ്ജഡവൃത്തയാ ലോകമാചരേത് ഏവമമനസ്കാഭ്യാസേനൈവ  
 നിത്യതൃപ്തിരൽപമുത്രപുരീഷമിതഭോജനദൃഢാംഗാ-  
 ജാധ്യനിദ്രാദൃഗ്യായുചലനാഭാവബ്രഹ്മദർശനാജ്ഞാത-  
 സുഖസ്വരൂപസിദ്ധിർഭവതി . ഏവം ചിരസമാധിജനിത-  
 ബ്രഹ്മാമൃതപാനപരായണോഽസൗ സംന്യാസീ പരമഹംസ  
 അവധൂതോ ഭവതി . തദ്ര്ശനേന സകലം ജഗത്പവിത്രം ഭവതി .  
 തസേവാപരോഽജേണോഽപി മുക്തോ ഭവതി . തത്കലമേകോത്തരശതം താരയ  
 തി .

തന്മാത്രപിതൃജായാപത്യവർഗം ച മുക്തം ഭവതീത്യുപനിഷത് ..

ഓം പൂർണമദഃ പൂർണമിദം പൂർണാത്പൂർണമുദച്യതേ .

പൂർണസ്യ പൂർണമാദായ പൂർണമേവാവശിഷ്യതേ ..

ഓം ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ..

ഇതി മണ്ഡലബ്രാഹ്മണോപനിഷത്സമാപ്തം ..



പ്രസാധകർ

സാജിഭക്തം

