



ഉപനിഷത്തുകൾ -65



സംന്യാസോപനിഷദ്

സാമവേദം

സന്യാസ ഉപനിഷദ്

താളിളക്കം

2020

പേര്: സംസ്കൃതസോപനിഷദ്

ഭാഷ Malayalam

വിഭാഗം: ഉപനിഷത്ത്

പ്രസാധകർ: താളിളക്കം

ഡിസംബർ 2020

Layout Design: പ്രവീൺ വർമ്മ

Copyleft:

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

സംന്യാസോപനിഷദ്

സാമവേദം

സന്ന്യാസ ഉപനിഷദ്

സംന്യാസോപനിഷദ്ദേദ്യം സംന്യാസിപടലാശ്രയം .
 സത്താസാമാന്യവിഭവം സ്വമാത്രമിതി ഭാവയേ ..
 ഓം ആപ്യായതു മാമാംഗാനി വാക്പ്രാണശ്ചക്ഷുഃ
 ശ്രോത്രമഥോ ബലമിന്ദ്രിയാണി ച .. സർവാണി സർവം ബ്രഹ്മോപനിഷദം
 മാഹം ബ്രഹ്മ നിരാകര്യം മാ മാ ബ്രഹ്മ നിരാകരോദനിരാകരണ-
 മസ്ത്വനിരാകരണം മേസ്തു തദാത്മനി നിരതേ യ ഉപനിഷത്സു ധർമാസ്തേ
 മയി സതു തേ മയി സതു . ഓം ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ..
 ഹരിഃ ഓം അഥാതഃ സംന്യാസോപനിഷദം വ്യാഖ്യാസ്യാമോ
 യോഽനുക്രമേണ സംന്യസ്യതി സ സംന്യസ്തോ ഭവതി . കോഽയം സംന്യാസ
 ഉച്യതേ കഥം സംന്യസ്തോ ഭവതി . യ ആത്മാനം ക്രിയാഭിർഗൃപ്തം കരോതി
 മാതരം പിതരം ഭാര്യം പുത്രാൻബന്ധുനന്മോദയിത്യാ യേ
 ചാസ്യർത്വിജസ്താൻസർവാംശ്ച പൂർവവത്പ്രാണിത്യാ വൈശ്യാനരേഷ്ഠിം
 നിർവപേത്സർവസം ദദ്യാദ്യജമാനസ്യ ഗാ ഋഗീജഃ സർവൈഃ പാഠൈഃ
 സമാരോപ്യ യദാഹവനീയേ ഗാർഹപത്യേ വാന്വഹാര്യപചനേ
 സദ്യാവസഥ്യോശ്ച പ്രാണാപാനവ്യാനോദാനസമാനാൻസർവാൻസർവേഷു
 സമാരോപയേത് . സശിഖാൻകേശാനിസൃജ്യ യജ്ഞോപവീതം ഛിത്താ പ
 ത്രം
 ദൃഷ്ട്വാ ത്വം യജ്ഞസ്തം സർവമിത്യനമന്ത്രയേത് .
 യദ്യപുത്രോ ഭവത്യാത്മാനമേവേമം ധ്യാത്വാഽനവേക്ഷമാണഃ
 പ്രാചീമുദീചിം വാ ദിശം പ്രവ്രജേച്ച . ത്രിഷു വർണേഷു
 ഭിക്ഷാചര്യം ചരേത് . പാണിപാത്രേണാനാശനം കര്യാത് .
 ഔഷധവദഹനമാചരേത് . ഔഷധവദശനം പ്രാശ്ഠിയാത് .
 യഥാലാഭമശ്ഠിയാത്പ്രാണസന്ധാരണാർഥം യഥാ മേദോവുദ്ധിർന
 ജായതേ . കൃശോ ഭൂത്വാ ഗ്രാമ ഏകരാത്രം നഗരേ പഞ്ചരാത്രം
 ചതുരോമാസാന്യാർഷികാൻഗ്രാമേ വാ നഗരേ വാപി വസേത് .
 വിശീർണവസ്ത്രം വൽകലം വാ പ്രതിഗൃഹ്ണീയാനാനൃത്പ്രതിഗൃഹ്ണീയാദ്യദ്യ
 ശക്തോ

ഭവതി ക്ലേശതസ്തപ്യതേ തപ ഇതി . യോ വാ ഏവം ക്രമേണ സംന്യസ്യതി യോ വാ

ഏവം പശ്യതി കിമസ്യ യജ്ഞോപവീതം കാസ്യ ശിഖാ കഥം വാസ്യോപസ്തർശനമിതി .

തം ഹോവാചേദമേവാസ്യ തദ്യജ്ഞോപവീതം യദാത്ഥധ്യാനം വിദ്യാ ശിഖാ നീരൈഃ സർവത്രാവസ്ഥിതൈഃ കാര്യാ നിർവർതയന്നദരപാത്രേണ ജലതീരേ നീകേതനം .

ബ്രഹ്മവാദിനോ വദന്ത്യസ്തമിത ആദിത്യേ കഥം വാസ്യോപസ്തർശനമിതി . താൻഹോവാച യഥാഹനി തഥാ രാത്രൗ നാസ്യ നക്തം ന ദിവാ തദപ്യേതദൃഷിണോക്തം .

സങ്കുദ്ദിവാ ഹൈവാസ്യേ ഭവതി യ ഏവംവിദ്യാനേതേനാത്മാനം സന്ധത്തേ .. ഇതി പ്രഥമോദ്യായഃ .. 1..

ഓം ചത്വാരീംഷ്വസംസ്കാരസമ്പന്നഃ സർവതോ വിരക്തശ്ചിത്തശുദ്ധിമേത്യാശാസ്യയേർഷ്യാഹങ്കാരം ദഗ്ധ്യാ സാധനചതുഷ്ടയസമ്പന്ന ഏവ സംന്യസ്തമർഹതി .

സംന്യാസം നിശ്ചയം കൃത്യാ പുനർന ച കരോതി യഃ .

സ കര്യാത്കൃച്ഛമാത്രം തു പുനഃ സംന്യസ്തമർഹതി ., 1..

സംന്യാസം പാതയേദ്യസ്തു പതിതം ന്യാസയേത്തു യഃ .

സംന്യാസവിഘ്നകർതാ ച ത്രീനേതാൻപതിതാനിദഃ .. 2.. ഇതി..

അഥ ഷണ്ഡഃ പതിതോഽംഗവികലഃ സ്തൈണോ ബധിരോദ്ദിദകോ മൂകഃ പാഷണ്ഡശക്രീ ലിംഗീ കഷ്ടീ വൈഖാനസഹരദിജൗ ഭൃതകാധ്യാപകഃ ശിപിവിഷ്വോഽനഗ്നികോ നാസ്തികോ വൈരാഗ്യവന്തോഽപ്യേതേ

ന സംന്യാസാർഹഃ . സംന്യസ്താ യദ്യപി മഹാവാക്യോപദേശേ നാധികാരിണഃ

..

ആരൂഢപതിതാപത്യം കനഖീ ശ്യാവദന്തകഃ .

ക്ഷീബന്ധമാംഗവികലോ നൈവ സംന്യസ്തമർഹതി .. 3..

സമ്പ്രത്യവസിതാനാം ച മഹാപാതകിനാം തഥാ .

വ്രാത്യാനാമഭിശസ്താനാം സംന്യാസം ന കാരയേത് .. 4..

വ്രതയജ്ഞതപോദാനഹോമസ്വാധ്യായവർജിതം .

സത്യശൗചപരിഭ്രഷ്ടം സംന്യാസം ന കാരയേത് .. 5..

ഏതേ നാർഹന്തി സംന്യാസമാതുരേണ വിനാ ക്രമം .

ഓം ഭൂഃ സ്വാഹേതി ശിഖാമുത്പാട്യ യജ്ഞോപവീതം

ബഹിരേന നിവസേത് . യശോ ബലം ജ്ഞാനം വൈരാഗ്യം
മേധാം പ്രയച്ഛേതി യജ്ഞോപവീതം ഛിത്താ ഓം ഭൂഃ
സ്വാഹേത്യപ്സു വസ്ത്രം കടിസൂയം ച വിസൃജ്യ സംന്യസ്തം
മയേതി ത്രിവാരുമഭിമന്ത്രയേത് .

സംന്യാസിനം ദ്വിജം ദൃഷ്ട്വാ സ്ഥാനാച്ചലതി ഭാസ്കരഃ .

ഏഷ മേ മണ്ഡലം ഭിത്താ പരം ബ്രഹ്മാധിഗച്ഛതി .. 6..

ഷഷ്ടീം കലാന്യതീതാനി ഷഷ്ടീമാഗാമികാനി ച .

കലാന്യമരതേ പ്രാജ്ഞഃ സംന്യസ്തമിതി യോ വദേത് .. 7..

യേ ച സനാനജാ ദോഷാ യേ ദോഷാ ദേഹസംഭവാഃ .

പ്രൈഷാഗ്നിരീരീദഹേത്സർവ്വാംസ്തുഷാരീന്നിവ കാഞ്ചനം .. 8..

സഖാ മാ ഗോപായേതി ദണ്ഡം പരിഗ്രഹേത് .

ദണ്ഡം തു വാണവം സൗമ്യം സത്വചം സമപർവകം .

പുണ്യസ്ഥലസമുത്പന്നം നാനാകർമ്മഷശോധിതം .. 9..

അദഗ്ധമഹതം കീടൈഃ പർവഗ്രന്ഥിവിരാജിതം .

നാസാദൃച്ഛം ശിരസ്തുല്യം ഭൂവോർവാ ബിഭൃയാദൃതിഃ .. 10..

ദണ്ഡാത്മനോസ്തു സംയോഗഃ സർവഥാ തു വിധീയതേ .

ന ദണ്ഡേന വിനാ ഗച്ഛേദിഷ്ടക്ഷേപത്രയം ബുധഃ .. 11..

ജഗജ്ജീവനം ജീവനാധാരഭൂതം മാതേ മാമന്ത്രയസ്വ സർവസൗമ്യേതി
കമണ്ഡലം പരിഗ്രഹ്യ യോഗപട്ടാഭിഷിക്തോ ഭൂത്വാ യഥാസുഖം വിഹരേത് ..

ത്യജ ധർമ്മധർമ്മം ച ഉഭേ സത്യാന്തതേത്യജ .

ഉഭേ സത്യാന്തതേത്യക്ത്വാ യേനത്യജസി തത്ത്യജ .. 12..

വൈരാഗ്യസംന്യാസി ജ്ഞാനസംന്യാസി ജ്ഞാനവൈരാഗ്യസംന്യാസി
കർമ്മസംന്യാസിതി ചാതുർവിധ്യമുപാഗതഃ . തദ്യഥേതി ദൃഷ്ട്വാന്ത്രവിക-

വിഷയവൈതൃഷ്ണ്യമേത്യ പ്രാക്പുണ്യകർമ്മവിശേഷാത്സംന്യസ്തഃ

സ വൈരാഗ്യസംന്യാസി . ശാസ്ത്രജ്ഞാനാത്പാപപുണ്യലോകാനഭവശ്രവണാ-

ത്പ്രപഞ്ചോപരതോ ദേഹവാസനാം ശാസ്ത്രവാസനാം ലോകവാസനാം ത്യക്ത്വാ
വമനാനമിവ പ്രവൃത്തിം സർവം ഹേയം മത്യാ സാധനചതുഷ്ടയസമ്പന്നോ
യഃ സംന്യസ്യതി സ ഏവ ജ്ഞാനസംന്യാസി . ക്രമേണ സർവമഭ്യസ്യ സർവമ
നഭൂയ

ജ്ഞാനവൈരാഗ്യാഭ്യാം സ്വരൂപാനുസന്ധാനേന ദേഹമാത്രാവശിഷ്ടഃ സംന്യ
സ്യ

ജാതരൂപധരോ ഭവതി സ ജ്ഞാനവൈരാഗ്യസംന്യാസി . ബ്രഹ്മചര്യം സമാപ്യ

ഗൃഹി ഭൂതാ വാനപ്രസ്ഥാശ്രമമേത്യ വൈരാഗ്യാഭാവേപ്യാശ്രമക്രമാനുസാരേണ

യഃ സംന്യസ്യതി സ കർമ്മസംന്യാസീ . സ സംന്യാസഃ ഷഡ്വിധോ ഭവതി ക്ഷീചകബഹുദകഹംസപരമഹംസതൂരീയാതീതാവധൂതാശ്ചേതി . ക്ഷീചകഃ ശിഖായജ്ഞോപവിതി ദണ്ഡകമണ്ഡലധരഃ കൗപീനശാടീകന്മാധരഃ പിതൃമാതൃശർവാരാധനപരഃ പിറവനിത്രശിക്യാദിമാത്രസാധനപര ഏകത്രാനാദനപരഃ ശ്വേതോർധപുണ്ഡ്രധാരീ ത്രിദണ്ഡഃ . ബഹുദകഃ ശിഖാദികന്മാധര-

സ്രീപുണ്ഡ്രധാരീ ക്ഷീചകവത്സർവസമോ മധുകരവൃത്തയാഷ്ടകവലാശീ . ഹംസോ ജടാധാരീ ത്രിപുണ്ഡ്രോർധപുണ്ഡ്രധാരീ അസങ്കൃപ്തമാധുകരാന്നാശീ കൗപീനഖണ്ഡതൂണ്ഡധാരീ . പരമഹംസഃ ശിഖായജ്ഞോപവിതരഹിതഃ പഞ്ചഗൃഹേഷു

കരപാത്രീ ഏകകൗപീനധാരീ ശാടീമേകാമേകം വൈണവം ദണ്ഡമേകശാടീയരോ വാ

ഭസ്മോജ്ജലനപരഃ സർവത്യാഗീ തൂരീയാതീതോ ഗോമുഖവൃത്തയാ ഫലാഹാരീ അന്നാഹാരീ

ചേദ്ഗൃഹത്രയേ ദേഹമാത്രാവശിഷ്ടോ ദിഗംബരഃ കണപവച്ഛരീന്വൃത്തികഃ . അവധൂതസ്തൂനിതമഃ പതിതാദിശസ്തവർജനപൂർവകം സർവവർണേഷുജഗരവൃത്തയാഹാരപരഃ സ്വരൂപാനസന്ധാനപരഃ .

ജഗത്താവദിദം നാഹം സവൃക്ഷതൃണപർവതം . യദ്ബാഹ്യം

ജഡമത്യന്തം തത്ത്വയാ കഥമഹം വിളഃ .. 13..

കാലേനാൽപേന വിലയീ ദേഹോ നാഹമചേതനഃ .

ജഡയാ കർണശഷ്ഠലയാ കൽപമാനക്ഷണസ്ഥയാ .. 14..

ശൂന്യാകൃതിഃ ശൂന്യവേഃ ശബ്ദോ നാഹമചേതനഃ .

ത്വചാ ക്ഷണവിനാശിന്യാ പ്രാപ്യോപ്രാപ്യോപ്യയമന്യഥാ .. 15..

ചിത്പ്രസാരോപലബ്ധാത്മാ സ്പർശോ നാഹമചേതനഃ .

ലബ്ധാത്മാ ജിഹ്വയാ തുച്ഛോ ലോലയാ ലോലസത്തയാ .. 16..

സ്വൽപസ്യന്ദോ ദ്രവ്യനിഷ്ടോ രസോ നാഹമചേതനഃ .

ദൃശ്യദർശനയോർലിനം ക്ഷയിക്ഷണവിനാശിനോഃ .. 17..

കേവലേ ദൃഷ്ടരി ക്ഷീണം രൂപം നാഹമചേതനം .

നാസയാ ഗന്ധജഡയാ ക്ഷയിന്യാ പരികൽപിതഃ .. 18..

പേലവോ നിയതാകാരോ ഗന്ധോ നാഹമചേതനഃ .

നിർമ്മമോഽമനനഃ ശാന്തോ ഗതപഞ്ചേന്ദ്രിയഭ്രമഃ .. 19..

ശുദ്ധചേതന ഏവാഹം കലാകലനവർജിതഃ .
 ചൈത്യവർജിതചിന്മാത്രമഹമേഷോഽവഭാസകഃ .. 20..
 സബാഹ്യാഭ്യന്തരവ്യാപി നിഷ്കലോഽഹം നിരഞ്ജനഃ .
 നിർവികൽപചിദാഭാസ ഏക ആത്മാസ്മി സർവഗഃ .. 21..
 മയൈവ ചേതനേനേമേ സർവേ ഘടപടാദയഃ .
 സ്മൃയാന്താ അവഭാസ്യന്തേ ദീപേനേവാത്മതേജസാ .. 22..
 മയൈവൈതാഃ സ്സൂരന്തീഹ വിചിത്രേന്ദ്രിയവൃത്തയഃ .
 തേജസാന്തഃപ്രകാശേന യഥാഗ്നികണപക്തയഃ .. 23..
 അനന്താനന്ദസംഭോഗാ പരോപശമശാലിനീ .
 ശുദ്ധേയം ചിന്തയീ ദൃഷ്ടിർജയത്യഖിലദൃഷ്ടിഷു .. 24..
 സർവഭാവാന്തരസ്ഥായ ചൈത്യമുക്തചിദാത്മനേ .
 പ്രത്യക്ചൈതന്യരൂപായ മഹ്യമേവ നമോ നമഃ .. 25..
 വിചിത്രാഃ ശക്തയഃ സ്വച്ഛാഃ സമാ യാ നിർവികാരയാ .
 ചിതാ ക്രിയന്തേ സമയാ കലാകലനമുക്തയാ .. 26..
 കാലത്രയമുപേക്ഷിത്യാ ഹീനായാശ്ചൈത്യബന്ധനൈഃ .
 ചിതശ്ചൈത്യമുപേക്ഷിത്യാഃ സമതൈവാവശിഷ്യതേ .. 27..
 സാ ഹി വാചാമഗ്മ്യത്വാദസത്താമിവ ശാശ്വതീം .
 നൈരാത്മസിദ്ധാത്മദശാമുപയാതൈവ ശിഷ്യതേ .. 28..
 ഇഹാനീഹാമയൈരന്തര്യാ ചിദാവലിതാ മലൈഃ .
 സാ ചിന്നോത്പാദിതും ശക്താ പാശബദ്ധേവ പക്ഷിണീ .. 29..
 ഇച്ഛാദ്വേഷസമുത്ഥേന ദ്വന്ദ്വമോഹേന ജന്തവഃ .
 ധരാവിവരമഗ്നാനാം കീടാനാം സമതാം ഗതാഃ .. 30..
 ആത്മനേഴ്സ്മു നമോ മഹ്യമവിച്ഛിന്നചിദാത്മനേ .
 പരാമുഷ്ടോഽസ്മി ലബ്ധോഽസ്മി പ്രോദിതോഽസ്മുചിരാദഹം .
 ഉച്യതോഽസ്മി വികൽപേഭ്യോ യോഽസ്മി സോഽസ്മി നമോഽസ്മു തേ .. 31..
 തുഭ്യം മഹ്യമനന്തായ മഹ്യം തുഭ്യം ചിദാത്മനേ .
 നമസ്തുഭ്യം പരേശായ നമോ മഹ്യം ശിവായ ച .. 32..
 തിഷ്ണപി ഹി നാസീനോ ഗച്ഛന്നപി ന ഗച്ഛതി .
 ശാന്തോഽപി വ്യവഹാരസ്ഥഃ കർവന്നപി ന ലിപ്യതേ .. 33..
 സുലഭശ്ചായമത്യന്തം സുജ്ഞയശ്ചാപ്തബന്ധുവത് .
 ശരീരപദ്മകഹരേ സർവേഷാമേവ ഷട്പദഃ .. 34..
 ന മേ ഭോഗസ്ഥിതൗ വാഞ്ഛാ ന മേ ഭോഗവിസർജ്ജനേ .
 യദയാതി തദയാതു യത്പ്രയാതി പ്രയാതു തത് .. 35..

മനസാ മനസി ചൂന്നേ നിരഹങ്കാരം ഗതേ .
 ഭാവേന ഗലിതേ ഭാവേ സ്വസ്ഥസ്തിഷ്ഠാമി കേവലഃ .. 36..
 നിർഭാവം നിരഹങ്കാരം നിർമനസ്സമനീഹിതം .
 കേവലാസ്സന്ദ്രശ്ചാത്മന്യേവ തിഷ്ഠതി മേ രിപഃ .. 37..
 തൃഷ്ണാരജ്ജഗണം ഛിത്യാ മച്ഛരീരകപഞ്ജരാത് .
 ന ജാനേ ക്വ ഗതോസ്സീയ നിരഹങ്കാരപക്ഷിണി .. 38..
 യസ്യ നാഹങ്കൃതോ ഭാവോ ബുദ്ധിര്യസ്യ ന ലിപ്യതേ .
 യഃ സമഃ സർവഭൂതേഷു ജീവിതം തസ്യ ശോഭതേ .. 39..
 യോന്തഃശീതലയാ ബുദ്ധ്യാ രാഗദ്വേഷവിമുക്തയാ .
 സാക്ഷിവത്പശ്യതീദം ഹി ജീവിതം തസ്യ ശോഭതേ .. 40..
 യേന സമ്യക്പരിജ്ഞായ ഹേയോപാദേയമുജ്ജ്വതാ .
 ചിത്തസ്യാന്തേർപിതം ചിത്തം ജീവിതം തസ്യ ശോഭതേ .. 41..
 ഗ്രാഹ്യഗ്രാഹകസംബന്ധേ ക്ഷിണേ ശാന്തിരുദേത്യലം .
 സ്ഥിതിമദ്യാഗതാ ശാന്തിർമോക്ഷനാമാഭിധീയതേ .. 42..
 ഭൃഷ്ടബീജോപമാ ഭൂയോ ജന്മാങ്കഅരവിവർജിതാ .
 ഹൃദി ജീവദ്വിമുക്താനാം ശുദ്ധാ ഭവതി വാസനാ .. 43..
 പാവനീ പരമോദാരാ ശുദ്ധസത്യാനുപാതിനീ .
 ആത്മധ്യാനമയീ നിത്യാ സുഷുപ്തിസ്ഥേവ തിഷ്ഠതി .. 44..
 ചേതനം ചിത്തരിക്തം ഹി പ്രത്യക്ചേതനമുച്യതേ .
 നിർമനസ്സഭാവത്യാന തത്ര കലനാമലം .. 45..
 സാ സത്യതാ സാ ശിവതാ സാവസ്ഥാ പാരമാത്മികീ .
 സർവജ്ഞതാ സാ സന്തുഷ്ഠിർനതു യത്ര മനഃ ക്ഷതം .. 46..
 പ്രലപനനിസ്തുജൻഗ്രഹ്ണന്നന്വിഷന്നിമിഷന്നപി .
 നിരസ്തമനനാനന്ദഃ സംവിന്മാത്രപരോസ്സ്യഹം .. 47..
 മലം സംവേദ്യമുത്സൃജ്യ മനോ നിർമുലയൻപരം .
 ആശാപാശാനലം ഛിത്ത്യാ സംവിന്മാത്രപരോസ്സ്യഹം .. 48..
 അശുഭാശുഭസങ്കൽപഃ സംശാന്തോസ്തി നിരാമയഃ .
 നഷ്ടേഷ്ടാനിഷ്ടകലനഃ സംമാത്രപരോസ്സ്യഹം .. 49..
 ആത്മതാപരതേ ത്യക്ത്വാ നിർവിഭാഗോ ജഗത്സമിതൗ .
 വജ്രസ്തംഭവദാത്മാനമവലംബ്യ സ്ഥിരോസ്സ്യഹം .. 50..
 നിർമലായാം നിരാശായാം സ്വസംവിത്തൗ സ്ഥിരോസ്സ്യഹം .
 ഈഹിതാനീഹിതൈർമുക്തോ ഹേയോപാദേയവർജിതഃ .. 51..
 കദാന്തസ്തോഷമേഷ്ടാമി സ്വപ്രകാശപദേ സ്ഥിതഃ .

കദോപശാന്തമനനോ ധരണീധരകന്ദരേ .. 52..
സമേഷ്യാമി ശിലാസാമ്യം നിർവികൽപസമാധിനാ .
നിരംശധ്യാനവിശ്രാന്തിമൂകസ്യ മമ മസ്തുകേ .. 53..
കദാ താർണം കരിഷ്യന്തി കലായം വനപുത്രീകാഃ .
സങ്കൽപപാദപം തൃഷ്ണാലതം ചരിത്യാ മനോവനം .. 54..
വിതതാം ഭുവമാസാദ്യ വിഹരാഭി യഥാസുഖം .
പദം തദനു യാതോസ്തി കേവലോസ്തി ജയാമ്യഹം .. 55..
നിർവാനോസ്തി നിരീഹോസ്തി നിരംശോസ്തി നിരീപ്സിതഃ .
സ്വച്ഛതോർജിതതാ സത്താ ഹൃദ്യതാ സത്യതാ ഷന്തതാ .. 56..
ആനന്ദിതോപശമതാ സദാ പ്രമുദിതോദിതാ .
പൂർണതോദാരതാ സത്യാ കാന്തിസത്താ സദൈകതാ .. 57..
ഇത്യേവം ചിന്തയൻഭിക്ഷുഃ സ്വരൂപസ്ഥിതിമഞ്ജസാ .
നിർവികൽപസ്വരൂപജ്ഞാ നിർവികൽപോ ബഭൂവ ഹ .. 58..
ആതുരോ ജീവതി ചേൽക്രമസംന്യാസഃ കർതവ്യഃ .
ന ശുദ്രസ്ത്രീപതിതോദക്യാ സംഭാഷണം .
ന യതേർദേവപൂജനോത്സവദർശനം .
തസ്നാന സംന്യാസിന ഏഷ ലോകഃ .
ആതുരകുടീചകയോർഭൂലോകഭുവർലോകൗ .
ബഹുദകസ്യ സ്വർഗലോകഃ .
ഹംസസ്യ തപോലോകഃ . പരമഹംസസ്യ സത്യലോകഃ .
തുരീയാതിതാവധൂതയോഃ സ്വാത്മന്യേവ കൈവല്യം
സ്വരൂപാനുസന്ധാനേന ഭ്രമരകീടന്യായവത് .
സ്വരൂപാനുസന്ധാനവൃതിരിക്താനൃശാസ്ത്രാഭ്യാം
ഉഷ്ണകുങ്കുമഭാരവദ്യർഥഃ . ന യോഗശാസ്ത്രപ്രവൃത്തിഃ .
ന സാംഖ്യശാസ്ത്രാഭ്യാം . ന മന്ത്രതന്ത്രവ്യാപാരഃ .
നേതരശാസ്ത്രപ്രവൃത്തിര്യതേരസ്തി . അസ്തി ചേഷ്ടവാലങ്കാരവ-
ൽകർമ്മാചര വിദ്യാദൂരഃ .
ന പരിവ്രാൺനാമസങ്കീർതനപരോ യദ്യത്കർമ്മ കരോതി തത്തത്ഫലമനുഭവ
തി .
ഏരണ്യതൈലഫേനവത്സർവം പരിത്യജേത് . ന ദേവതാപ്രസാദഗ്രഹണം .
ന ബാഹ്യദേവാഭ്യർചനം കര്യാത് . സ്വവൃതിരിക്തം സർവം തൃഷ്ണാ
മധുകരവൃത്തയാഹാരമാഹരൻക്രശീഭൂത്യാ മേദോവൃദ്ധിമകർവന്വിഹരേത് .
മാധുകരേണ കരപാത്രേണാസ്യപാത്രേണ വാ കാലം നയേത് .

ആത്മസംമിതമാഹാരമാഹരോദാത്മവാന്യതിഃ .
 ആഹാരസ്യ ച ഭാഗൗ ദ്വൗ തൃതീയമുദകസ്യ ച .
 വായോഃ സഞ്ചരണാർഥായ ചതുർഥമവശേഷയേത് ..59..
 ദൈക്ഷേണ വർതയേന്നിത്യം നൈകാനാശീ ഭവേത്ക്ഷയിത് .
 നിരീക്ഷണേ ത്വന്ദദിഗ്നാസ്സദ്ഗൃഹം യത്തതോ വ്രജേത് .. 60..
 പഞ്ചസപ്തഗൃഹാണാം തു ഭിക്ഷാമിച്ഛേത്ക്രിയാവതാം .
 ഗോദോഹമാത്രമാകാക്ഷേണിഷ്ഠാന്തോ ന പുനർവ്രജേത് .. 61..
 നക്താദ്രരശ്ചോപവാസ ഉപവാസാദയാചിതഃ .
 അയാചിതാദ്രരം ദൈക്ഷ്യം തസ്സാദൈക്ഷേണ വർധയേത് .. 62..
 നൈവ സവ്യാപസവ്യേന ഭിക്ഷാകാലേ വിശേദ്ഗൃഹാൻ .
 നാതിക്രാമേദ്ഗൃഹം മോഹാദ്യത്ര ദോഷോ ന വിദ്യതേ .. 63..
 ശ്രോത്രീയാനാം ന ഭിക്ഷേത ശ്രദ്ധാഭക്തിബഹിഷ്ഠതം .
 വ്രാത്യസ്യാപി ഗൃഹേ ഭിക്ഷേച്ഛുദ്ധാഭക്തിപുരസ്കൃതേ .. 64..
 മാധുകരമസങ്കൃപ്തം പ്രാക്പ്രണീതമയാചിതം .
 താത്കാലികം ചോപപന്നം ദൈക്ഷം പഞ്ചവിധം സൂതം .. 65..
 മനഃസങ്കൽപരഹിതാംസ്ത്രീൻഗൃഹാൻപഞ്ച സപ്ത വാ .
 മധുമക്ഷികവക്ത്രയാ മാധുകരമിതി സൂതം .. 66..
 പ്രാതഃകാലേ ച പൂർവേദ്യുദ്യദ്ദൈക്ഷഃ പ്രാഥിതം മുഹൂഃ .
 തദ്ദൈക്ഷം പ്രാക്പ്രണീതം സ്യാത്ഥമിതിം കുര്യാത്തഥാപി വാ .. 67..
 ഭിക്ഷാടനസമുദ്യോഗാദ്യേന കേന നിമന്ത്രിതം .
 അയാചിതം തു തദ്ദൈക്ഷം ഭോക്തവ്യം ച മുമുക്ഷുഭിഃ .. 68..
 ഉപസ്ഥാനേന യത്പ്രോക്തം ഭിക്ഷാർഥം ബ്രാഹ്മണേന തത് .
 താത്കാലികമിതി ഖ്യാതം ഭോക്തവ്യം യതിഭിസ്സദാ .. 69..
 സിദ്ധമന്നം യദാനീതം ബ്രാഹ്മണേന മം പ്രതി .
 ഉപപന്നമിതി പ്രാഹുർമുനയോ മോക്ഷകാക്ഷിണഃ .. 70..
 ചരേന്മാധുകരം ദൈക്ഷം യതിർമ്ലേച്ഛുകലാദപി .
 ഏകാനം നതു ഭുജീത ബൃഹസ്പതിസമാദപി .
 യാചിതായാചിതാദ്യാം ച ഭിക്ഷാദ്യാം കൽപയേത്ഥമിതം .. 71..
 ന വായുഃ സ്വർശദോഷേണ നാഗ്നിർദഹനകർമ്മണാ .
 നാപോ മുത്രപുരീഷാദ്യാം നാനദോഷേണ മസ്തരീ .. 72..
 വിധുമേ സന്നമുസലേ വ്യംഗാരേ ഭുക്തവജ്ജനേ .
 കാലേപരാഹ്ണേ ഭൂയിഷ്യേ ഭിക്ഷാചരണമാചരേത് .. 73..
 അഭിശതം ച പതിതം പാപണ്ഡം ദേവപൂജകം .

വർജയിത്യാ ചരേദ്ദൈക്ഷം സർവവർണേഷു ചാപദി .. 74..
 ഘൃതം സ്വമുത്രസദൃശം മധു സ്യാത്സുരയാ സമം .
 തൈലം സൂകരമൂത്രം സ്യാത്സുപം ലഹുനസംമിതം .. 75..
 മാഷാപ്പുഷാദി ഗോമാംസം ക്ഷീരം മൂത്രസമം ഭവേത് .
 തസ്മാത്സർവപ്രയത്തേന ഘൃതാദീമ്പർജയേദ്യതിഃ .
 ഘൃതസുപാദിസംയുക്തമന്നം നാദ്യാത്കദാചന .. 76..
 പാത്രമസ്യ ഭവേത്പാണിസ്തേന നിത്യം സ്ഥിതിം നയേത് .
 പാണിപാത്രശ്ചരന്യോഗീ നാസക്രദ്ദൈക്ഷമാചരേത് .. 77..
 ആസ്യേന തു യദാഹാരം ഗോവന്തുഗയതേ മുനിഃ .
 തദാ സമഃ സ്യാത്സർവേഷു സോഽമൃതത്വായ കൽപതേ .. 78..
 ആജ്യം ത്വധിരമിവ ത്യജേദേകത്രാനം പലലമിവ
 ഗന്ധലേപനമശ്രദ്ധലേപനമിവ ക്ഷാരമന്ത്യജമിവ
 വസ്തുമുച്ഛിഷ്ടപാത്രമിവാദ്യംഗം സ്ത്രീസംഗമിവ
 മിത്രാപ്ലാദകം മൂത്രമിവ സ്പഹാം ഗോമാംസമിവ
 ജ്ഞാതചരദേശം ചണ്ഡാലവാദികാദിവ സ്ത്രീയമഹിമിവ
 സുവർണം കാലകൂടമിവ സഭാസ്ഥലം ശ്ശാന്നസ്ഥലമിവ
 രാജധാനീം കംഭീപാകമിവ ശവപിണ്ഡവദേകത്രാനം ന
 ദേവതാർചനം . പ്രപഞ്ചവൃത്തിം പരിത്യയ ജീവന്മുക്തോ ഭവേത് ..
 ആസനം പാത്രലോപശ്ച സഞ്ചയഃ ശിഷ്യസഞ്ചയഃ .
 ദിവാസ്യാപോ വൃഥാലാപോ യതേർബന്ധകരാണി ഷ്ട് .. 79..
 വർഷാദ്യോഽന്യത്ര യത്സ്ഥാനമാസനം തദുദാഹൃതം .
 ഉത്കാലാബ്യാദിപാത്രാണാമേകസ്യാപീഹ സംഗ്രഹഃ .. 80..
 യതേഃ സംവ്യവഹരായ പാത്രലോപഃ സ ഉച്യതേ .
 ഗൃഹീതസ്യ തു ദണ്ഡാദേർദ്ദിതീയസ്യ പരിഗ്രഹഃ .. 81..
 കാലാന്തരോപഭോഗാർഥം സഞ്ചയഃ പരികീർത്തിതഃ .
 ശുശ്രൂഷാലാപ്യേഷാർഥം യശോർഥം വാ പരിഗ്രഹഃ .. 82..
 ശിഷ്യാണാം നതു കാരുണ്യാച്ഛിഷ്യസംഗ്രഹ ഇൗരിതഃ .
 വിദ്യാ ദിവാ പ്രകാശത്യാദവിദ്യാ രാത്രിരൂച്യതേ .. 83..
 വിദ്യാദ്യാസേ പ്രമാദോ യഃ സ ദിവാസ്യാപ ഉച്യതേ .
 ആധ്യാത്മികീം കഥാം മുക്ത്യാ ഭിക്ഷാവാർത്ഥം വിനാ തഥാ .. 84..
 അനുഗ്രഹം പരിപ്രശ്നം വൃഥാജൽപോഽന്യ ഉച്യതേ .
 ഏകാനനം മദമാത്സര്യം ഗന്ധപുഷ്പവിഭൂഷണം .. 85..
 താംബൂലാദ്യഞ്ജനേ ക്രീഡാ ഭോഗാകാങ്ക്ഷാ രസായനം .

കത്ഥനം കൗതുകം സ്വസ്തി ജ്യോതിശ്ച ക്രയവിക്രയം .. 86..
 ക്രിയാകർമ്മവിവാദശ്ച ഗുരുവാക്യവിലംഘനം .
 സന്ധിശ്ച വിഗ്രഹോ യാനം മഞ്ജുകം ശുക്ലവസ്ത്രകം .. 87..
 ശുക്ലോത്സർഗോ ദിവാസ്യാപോ ഭിക്ഷാധാരസ്തു തൈജസം .
 വിഷം ചൈവായുധം ബീജം ഹിംസാം തൈക്ഷ്ണ്യം ച മൈഥുനം .. 88..
 തൃക്കം സംന്യാസയോഗേന ഗൃഹധർമ്മാദികം വ്രതം .
 ഗോത്രാദിചരണം സർവം പിതൃമാതൃകലം ധനം .
 പ്രതിഷിദ്ധാനി ചൈതാനി സേവമാനോ വ്രജേദധഃ .. 89..
 സുജീർണോഽപി സുജീർണാസു വിദ്വാംസ്ത്രിഷു ന വിശ്വസേത് .
 സുജീർണാസ്വപി കന്മാസു സജ്ജതേ ജീർണമംബരം .. 90..
 സ്ഥാവരം ജംഗമം ബീജം തൈജസം വിഷ്മായുധം .
 ഷഡേതാനി ന ഗൃഹ്ണീയാദ്യതിർമൃത്രപുരീഷവത് .. 91..
 നൈവാദദീത പാഥേയം യതിഃ കിഞ്ചിദനാപദി .
 പക്വമാപസു ഗൃൺഹീയാദ്യാവദനം ന ലഭ്യതേ .. 92..
 നീരുജശ്ച യുവാ ചൈവ ഭിക്ഷുർനാവസഥേ വസേത് .
 പരാർഥം ന പ്രതിഗ്രാഹ്യം ന ദദ്യാച്ച കഥഞ്ചന .. 93..
 ദൈന്യഭാവാനുതു ഭൂതാനാം സൗഭഗായ യതിശ്ചരേത് .
 പക്വം വാ യദി വാഽപക്വം യാചമാനോ വ്രജേദധഃ .. 94..
 അന്നപാനപരോ ഭിക്ഷുർവസ്ത്വാദീനാം പ്രതിഗ്രഹീ .
 ആവികം വാനാവികം വാ തഥാ പട്ടപടാനപി .. 95..
 പ്രതിഗൃഹ്യ യതിശ്ചൈതാൻപതത്യേവ ന സംശയഃ .
 അദ്വൈതം നാവമാശ്രിത്യ ജീവന്മുക്തത്വമാപ്നോത് .. 96..
 വാഗ്ദണ്ഡേ മൗനമാതിഷേക്തകായദണ്ഡേ ത്വഭോജനം .
 മാനസേ തു കൃതേ ദണ്ഡേ പ്രാണായാമോ വിധീയതേ .. 97..
 കർമ്മണാ ബധ്യതേ ജന്തുർവിദ്യയാ ച വിമുച്യതേ .
 തസ്നാത്കർമ്മ ന കർവന്തി യതയഃ പാരദർശിനഃ .. 98..
 റഥ്യായാം ബഹുവസ്ത്വാണി ഭിക്ഷാ സർവത്ര ലഭ്യതേ .
 ഭൂമിഃ ശയ്യാസ്തി വിസ്തീർണാ യതയഃ കേന ദുഃഖിതഃ .. 99..
 പ്രപഞ്ചമഖിലം യസ്തു ജ്ഞാനാഗൗ ജ്ഞയാദ്യതിഃ .
 ആത്മന്യഗ്നീൻസമാരോപ്യ സോഽഗ്നിഹോത്രീ മഹായതിഃ .. 100..
 പ്രവൃത്തിർദിവിധയാ പ്രോക്താ മാർജാരീ ചൈവ വാനരീ .
 ജ്ഞാനാഭ്യാസവതാമോതുർവാനരീഭാക്ത്യമേവ ച .. 101..
 നാപൃഷ്ടഃ കസ്യചിദ്ബ്രൂയാന്ന ചാന്ത്യായേന പൃച്ഛതഃ .

ജാനനപി ഹി മേധാവി ജഡവല്ലോകമാചരേത് .. 102..
 സർവേഷാമേവ പാപാനാം സംഘാതേ സമുപസ്ഥിതേ .
 താരം ദ്വാദശസാഹസ്രമദ്യസേച്ഛേദനം ഹി തത് .. 103..
 യസ്തു ദ്വാദശസാഹസ്രം പ്രണവം ജപതേന്ദ്രഹം .
 തസ്യ ദ്വാദശഭിർമാസൈഃ പരം ബ്രഹ്മ പ്രകാശതേ.. 104..
 ഇത്യുപനിഷത് ഹരിഃ ഓം തത്സത് .. ഇതി ദ്വിതീയോദ്യായഃ .. 2..
 ഓം ആപ്യായതു മാമാംഗാനി വാക്പ്രാണശ്ചക്ഷുഃ
 ശ്രോത്രമഥോ ബലമിന്ദ്രിയാണി ച .. സർവ്വാനി സർവം ബ്രഹ്മോപനിഷദം
 മാഹം ബ്രഹ്മ നിരാകര്യാം മാ മാ ബ്രഹ്മ നിരാകരോദനിരാകരണ-
 മസ്ത്വനിരാകരണം മേസ്തു തദാത്മനി നിരതേ യ ഉപനിഷത്സു ധർമാസ്തേ
 മയി സതു തേ മയി സതു . ഓം ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ശാന്തിഃ ..
 ഇതി സംന്യാസോപനിഷത്സമാപ്താ ..



പ്രസാധകർ

അഖിലകേരളം

