
Dhyanabindu Upanishad

த⁴யாநபி³ந்தூ³பநிஷத்

Document Information

Text title : Dhyanabindu Upanishad

File name : dhyanabindu.itx

Category : upanishhat

Location : doc_upanishhat

Author : Vedic Tradition

Transliterated by : Sunder Hattangadi

Proofread by : Sunder Hattangadi

Description-comments : 39/108; Krishna Yajurveda, Yoga Upanishad

Latest update : February 11, 2000

Send corrections to : sanskrit at cheerful dot c om

This text is prepared by volunteers and is to be used for personal study and research. The file is not to be copied or reposted without permission, for promotion of any website or individuals or for commercial purpose.

Please help to maintain respect for volunteer spirit.

Please note that proofreading is done using Devanagari version and other language/scripts are generated using **sanscript**.

December 22, 2023

sanskritdocuments.org

Dhyānabindu Upanishad

த்யானபிந்தூபநிஷத்



த்யாத்வா யத்³ப்³ரஹ்மமாத்ரம் தே ஸ்வாவஸேஷத்⁴யா யயு: |

யோக³தத்த்வஜ்ஞாநப²லம் தத்ஸ்வமாத்ரம் விசிந்தயே ||

ஓ ஸஹ நாவவது || ஸஹ நௌ பு⁴நக்து ||

ஸஹ வீர்யம் கரவாவஹை ||

தேஜஸ்விநாவத்⁴தமஸ்து மா வித்³விஷாவஹை ||

ஓ ஶாந்தி: ஶாந்தி: ஶாந்தி: ||

யதி³ ஶைலஸமம் பாபம் விஸ்தீர்ணம் ப³ஹுயோஜநம் |

பி⁴த்³யதே த்யானயோகே³ந நானயோ பே⁴த: ³கதா³சந || 1 ||

பீ³ஜாக்ஷரம் பரம் பி³ந்து³ம் நாதோ³ தஸ்யோபரி ஸ்தி²தம் |

ஸஸப்³த³ம் சாக்ஷரே க்ஷீணே நி:ஸப்³த³ம் பரமம் பத³ம் || 2 ||

அநாஹதம் து யச்ச²ப்³த³ம் தஸ்ய ஶப்³த³ஸ்ய யத்பரம் |

தத்பரம் விந்த³தே யஸ்து ஸ யோகீ³ சி²ந்நஸம்ஸய: || 3 ||

வாலாக்³ரஸதஸாஹஸ்ரம் தஸ்ய பா⁴க³ஸ்ய பா⁴கி³ந: |

தஸ்ய பா⁴க³ஸ்ய பா⁴கா³ர்த⁴ம் தக்கூயே து நிரஞ்ஜநம் || 4 ||

புஷ்பமத்⁴யே யதா² க³ந்த: ⁴பயோமத்⁴யே யதா² க்⁴ரு²தம் |

திலமத்⁴யே யதா² தைலம் பாஷாணாஷ்விவ காஞ்சநம் || 5 ||

ஏவம் ஸர்வாணி பூ⁴தாநி மணௌ ஸூத்ர இவாத்மநி |

ஸ்தி²ரபு³த்³தி⁴ரஸம்மூடோ⁴ ப்³ரஹ்மவித்³ப்³ரஹ்மணிஸ்தி²த: || 6 ||

திலாநாம் து யதா² தைலம் புஷ்பே க³ந்த⁴ இவாஸ்ரித: |

புருஷஸ்ய ஶரீரே து ஶபா³ஹ்யாப்⁴யந்தரே ஸ்தி²த: || 7 ||

வ்ரு³க்ஷம் து ஶகலம் வித்³யாச்சா²யா தஸ்யைவ நிஷ்கலா |

ஸகலே நிஷ்கலே பா⁴வே ஸர்வத்ராத்மா வ்யவஸ்தி²த: || 8 ||

ஓமியேகாக்ஷரம் ப்³ரஹ்ம த்யேயம் ஸர்வமுமுகூழிபி⁴ ।

ப்ரு²தி²வ்யக்³நி³ச ரு³க்³வேதோ³ பூ⁴ரிதியேவ பிதாமஹ: ॥ 9 ॥

அகாரே து லயம் ப்ராப்தே ப்ரத²மே ப்ரணவாம்ஸகே ।

அந்தரிக்ஷம் யஜூர்வாயு⁴வோ விஷ்ணுர்ஜநார்த்³ந: ॥ 10 ॥

உகாரே து லயம் ப்ராப்தே த்³விதீயே ப்ரணவாம்ஸகே ।

த்³யெள: ஸு³ர்ய: ஸாமவேத³ஸ்ச ஸ்வரிதியேவ மஹேஸ்வர: ॥ 11 ॥

மகாரே து லயம் ப்ராப்தே த்ரு²தீயே ப்ரணவாம்ஸகே ।

அகார: பீதவர்ண: ஸ்யாத்³ரஜோகு³ண உதீ³ரித: ॥ 12 ॥

உகார: ஸாதத்விக: ஸூக்லோ மகார: க்ரு³ஷ்ணதாமஸ: ।

அஷ்டாங்க³ம் ச சதுஷ்பாத³ம் த்ரிஸ்தா²நம் பஞ்சதை³வதம் ॥ 13 ॥

ஓங்காரம் யோ ந ஜாநாதி ப்³ரஹ்மணோ ந ப⁴வேத்து ஸ: ।

ப்ரணவோ த⁴நு: ஸரோ ஹ்யாத்மா ப்³ரஹ்ம தல்லக்ஷயமுச்ச்யதே ॥ 14 ॥

அப்ரமத்தேந வேத்³த⁴வ்யம் ஸரவத்தந்மயோ ப⁴வேத் ।

நிவர்தந்தே க்ரியா: ஸர்வாஸ்தஸ்மிந்த்³ரு³ஷ்டே பராவரே ॥ 15 ॥

ஓங்காரப்ர⁴வா தே³வா ஓங்காரப்ர⁴வா: ஸ்வரா: ।

ஓங்காரப்ர⁴வம் ஸர்வம் த்ரைலோக்யம் ஸசராசரம் ॥ 16 ॥

ஹ்ரஸ்வோ த³ஹதி பாபாநி தீ³ர்க:⁴ ஸம்பத்ப்ரதோ³வ்யய: ।

அர்த⁴மாத்ரா ஸமாயுக்த: ப்ரணவோ மோக்ஷதா³யக: ॥ 17 ॥

தைலதா⁴ராமிவாச்சி²ந்நம் தீ³ர்க⁴க⁴ண்டாநிநாத³வத் ।

அவாச்சயம் ப்ரணவஸ்யாக்³ரம் யஸ்தம் வேத³ஸ வேத³வித் ॥ 18 ॥

ஹ்ரு³த்ப³மகர்ணிகாமத்⁴யே ஸ்தி²ரதீ³பநிபா⁴க்ரு³திம் ।

அங்கு³ஷ்ட²மாத்ரமசலம் த்யாயேதோ³ங்காரமீஸ்வரம் ॥ 19 ॥

இட³யா வாயுமாபுர்ய பூரயித்வோத³ரஸ்தி²தம் ।

ஓங்காரம் தே³ஹமத்⁴யஸ்த²ம் த்யாயேஜ்ஜ்வாலவலீவ்ரு³தம் ॥ 20 ॥

ப்³ரஹ்மா பூரக இத்யுக்தோ விஷ்ணு: கும்ப⁴க உச்ச்யதே ।

ரேசோ ருத்³ர இதி ப்ரோக்த: ப்ராணயாமஸ்ய தே³வதா: ॥ 21 ॥

ஆத்மாநமரணிம் க்ரு³த்வா ப்ரணவம் சோத்தராணிம் ।

த்யாநநிர்மத²நாப்யாஸாதே³வ பஸ்யேந்நிகூ³ட⁴வத் ॥ 22 ॥

ஓங்காரத்⁴வநிநாதே³ந வாயோ: ஸம்ஹரணாந்திகம் |
யாவத்³ப³லம் ஸமாத³த்யாத்ஸம்யங்நாத³லயாவதி⁴ || 23 ||

க³மாக³மஸ்த²ம் க³மநாதி³ஸூந்ய-
மோங்காரமேகம் ரவிகோடிதீ³ப்திம் |
பஸ்யந்தி யே ஸர்வஜநாந்தரஸ்த²ம்

ஹம்ஸாத்மகம் தே விரஜா ப⁴வந்தி || 24 ||

யந்மநஸ்த்ரிஜக³த்ஸுரு'ஷ்டிஸ்தி²திவ்யஸநகர்மக்ரு'த் |
தந்மநோ விலயம் யாதி தத்³விஷ்ணோ: பரமம் பத³ம் || 25 ||

அஷ்டபத்ரம் து ஹ்ரு'த்பத்³மம் த³வாத்ரிம்ஸத்கேஸராந்விதம் |
தஸ்ய மத்⁴யே ஸ்தி²தோ பா⁴நூர்பா⁴நுமத்⁴யக³த: ஸஸீ || 26 ||

ஸஸிமத்⁴யக³தோ வஹ்நிர்வஹ்நிமத்⁴யக³தா ப்ரபா⁴ |
ப்ரபா⁴மத்⁴யக³தம் பீ²ம் நாநாரதநப்ரவேஷ்டிதம் || 27 ||

தஸ்ய மத்⁴யக³தம் தே³வம் வாஸுதே³வம் நிரஞ்ஜநம் |
ஸ்ரீவத்ஸகௌஸ்துபோ⁴ரஸ்கம் முக்தாமணிவிபூ⁴ஷிதம் || 28 ||

ஸூத்³த⁴ஸ்ப²டிகஸங்காஸம் சந்த்³ரகோடிஸமப்ரப⁴ம் |
ஏவம் த்யாயேந்மஹாவிஷ்ணுமேவம் வா விநயாந்வித: || 29 ||

அதஸீபுஷ்பஸங்காஸம் நாபி⁴ஸ்தா²நே ப்ரதிஷ்டி²தம் |
சதுர்பு⁴ஜம் மஹாவிஷ்ணும் பூரகேண விசிந்தயேத் || 30 ||

கும்ப⁴கேந ஹ்ரு'தி³ஸ்தா²நே சிந்தயேத்தமலாஸநம் |
ப்³ரஹ்மாணம் ரக்தகௌ³ராப⁴ம் சதுர்வக்த்ரம் பிதாமஹம் || 31 ||

ரேசகேந து வித்³யாத்மா லலாடஸ்த²ம் த்ரிலோசநம் |
ஸூத்³த⁴ஸ்ப²டிகஸங்காஸம் நிஷ்கலம் பாபநாஸநம் || 32 ||

அஞ்ஜபத்ரமத: ⁴புஷ்பமூர்த்⁴வநாலமதோ⁴முக²ம் |
கத்³ஸீபுஷ்பஸங்காஸம் ஸர்வவேத்³மயம் ஸிவம் || 33 ||

ஸதாரம் ஸதபத்ராட்⁴யம் விகீர்ணம்பு³ஜகர்ணிகம் |
தத்ரார்கசந்த்³ரவஹ்நீநாமுபர்யுபரி சிந்தயேத் || 34 ||

பத்³மஸ்யோத்³கா⁴டநம் க்ரு'த்வா போ³த⁴சந்த்³ரா³கி³நிஸூர்யகம் |

தஸ்ய ஹ்ரு³த³பீ³ஜமாஹ்ரு³த்ய ஆத்மாநம் சரதே த்ருவம் || 35 ||

த்ரிஸ்தா²நம் ச த்ரிமாத்ரம் ச த்ரிப³ரஹம் ச த்ரயாக்ஷரம் |
த்ரிமாத்ரமர்த⁴மாத்ரம் வா யஸ்தம் வேத³ஸ வேத³வித் || 36 ||

தைலதா⁴ரமிவாச்சி²ந்நதீ³ர்க⁴க⁴ண்டாநிநாத³வத் |
பி³ந்து³நாத³கலாதீதம் யஸ்தம் வேத³ஸ வேத³வித் || 37 ||

யதை²வத்பலநாலேந தோயமாகர்ஷயேந்நர: |
ததை²வஓத்கர்ஷயேத்³வாயும் யோகீ³யோக³பதே²ஸ்தி²த: || 38 ||

அர்த⁴மாத்ராத்மகம் க்ரு³த்வா கோஸீ⁴பூ⁴தம் து பங்கஜம் |
கர்ஷயேந்நலமாத்ரேண ப்ருவோர்மத்⁴யே லயம் நயேத் || 39 ||

ப்ருவோர்மத்⁴யே லலாடே து நாஸிகாயாஸ்து மூலத: |
ஜானீயாத³ம்ரு³தம் ஸ்தா²நம் தத்³ப³ரஹ்மாயதநம் மஹத் || 40 ||

ஆஸநம் ப்ராணஸம்ரோத:⁴ ப்ரத்யாஹாரர்ஸ தா⁴ரண |
த்யாநம் ஸமாதி⁴ரேதாநி யோகா³ங்கா³நி ப⁴வந்தி ஷட் || 41 ||

ஆஸநாநி ச தாவந்தி யாவந்த்யோ ஜீவஜாதய: |
ஏதேஷாநதுலாந்பே⁴தா³ந்விஜாநாதி மஹேஸ்வர: || 42 ||

சி²த்³ரம் ப⁴த்³ரம் ததா²ஸிம்ஹம் பத்³மம் சேதி சதுஷ்டயம் |
ஆதா⁴ரம் ப்ரத²மம் சக்ரம் ஸ்வாதி⁴ஷ்டா²நம் த்³விதீயகம் || 43 ||

யோநிஸ்தா²நம் தயோர்மத்⁴யே காமரூபம் நிக³த்³யதே |
ஆதா⁴ரா²க²யே கு³த்³ஸ்தா²நே பங்கஜம் யச்சதுர்த³லம் || 44 ||

தந்மத்⁴யே ப்ரோச்யதே யோநி: காமாக²யா ஸித்³த⁴வந்தி³தா |
யோநிமத்⁴யே ஸ்தி²தம் லிங்க³ம் பஸ்சிமாபி⁴முக²ம் ததா² || 45 ||

மஸ்தகே மணிவத்³பி⁴ந்நம் யோ ஜாநாதி ஸ யோக³வித் |
தப்தசாமீகராகாரம் தடி³ல்லைகே²வ விஸ்பு²ரத் || 46 ||

சதுரஸ்ரமுபர்யக்³நேரதோ⁴ மேட்⁴ராத்ப்ரதிஷ்ட²தம் |
ஸ்வஸப்³தே³ந ப⁴வேத்ப்ராண: ஸ்வாதி⁴ஷ்டா²நம் ததா³ஸ்ரயம் || 47 ||

ஸ்வாதி⁴ஷ்டா²நம் ததஸ்சக்ரம் மேட்⁴ரமேவ நிக³த்³யதே |
மணிவத்தந்துநா யத்ர வாயுநா பூரிதம் வபு: || 48 ||

தந்நாபி⁴மண்ட³லம் சக்ரம் ப்ரோச்யதே மணிபூரகம் |

த³வாத³ஸாரமஹாசக்ரே புண்யபாபநியந்த்ரித: || 49 ||

தாவஜ்ஜீவோ ப்⁴ரமத்யேவம் யாவத்தத்த்வம் ந விந்த³தி |

ஊர்த்⁴வம் மேட்⁴ராத³தோ² நாபே:⁴ கந்தோ³ யோ⁵ஸ்தி க²கா³ண்ட³வத் || 50 ||

தத்ர நாட்³ய: ஸமுத்பந்நா: ஸஹஸ்ராணி த்³விஸப்ததி: |

தேஷு நாட³ஸஹஸ்ரேஷு த்³விஸப்ததிருதா³ஹ்ரு³தா: || 51 ||

ப்ரதா⁴நா: ப்ராணவாஹிந்யோ பூ⁴யஸ்தத்ர த³ஸ ஸ்ம்ரு³தா: |

இடா³ ச பிங்க³லா சைவ ஸுஷும்நா ச த்ரு³தீயகா || 52 ||

கா³ந்தா⁴ஈ ஹஸ்திஜிஹ்வா ச பூஷா சைவ யஸஸ்விநி |

அலம்ப³ஸா குஹூரத்ர ஸங்கி²நீ த³ஸமீ ஸ்ம்ரு³தா || 53 ||

ஏவம் நாட³மயம் சக்ரம் விஜ்ஞேயம் யோகி³நா ஸதா³ |

ஸததம் ப்ராணவாஹிந்ய: ஸோம ஸூர்யாக்³நிதே³வதா: || 54 ||

இடா³பிங்க³லாஸுஷும்நாஸ்திஸ்ரோ நாட்³ய: ப்ரகீர்திதா: |

இடா³ வாமே ஸ்தி²தா பா⁴கே³ பிங்க³லா த்³க்ஷிணே ஸ்தி²தா || 55 ||

ஸுஷும்நா மத்யதே³ஸே து ப்ராணமார்கா³ஸ்த்ரய: ஸ்ம்ரு³தா: |

ப்ராணோ⁵பாந: ஸமாநஸ்சோதா³நோ வ்யாநஸ்ததை²வ ச || 56 ||

நாக:³ கூர்ம: க்ரு³கரகோ தே³வத³த்தோ த⁴நஞ்ஜய: |

ப்ராணாத்³யா: பஞ்ச விக்²யாதா நாகா³த்³யா: பஞ்ச வாயவ: || 57 ||

ஏதே நாட³ஸஹஸ்ரேஷு வர்தந்தே ஜீவருபிண: |

ப்ராணபாநவஸோ ஜீவோ ஹ்யத⁴ஸ்சோர்த்⁴வம் ப்ரதா⁴வதி || 58 ||

வாமத³க்ஷிணமார்கே³ண சஞ்சலத்வாந்ந த்³ரு³ஸ்யதே |

ஆக்ஷிப்தோ பு⁴ஜத³ண்டே³ந யதோ²ச்சலதி கந்து³க: || 59 ||

ப்ராணபாநஸமாக்ஷிப்தஸ்தத்³வஜ்ஜீவோ ந விஸ்ரமேத் |

அபாநாத்கர்ஷதி ப்ராணோ⁵பாந: ப்ராணச்ச கர்ஷதி || 60 ||

க²க³ரஜ்ஜுவதி³த்யேதத்³யோ ஜாநாதி ஸ யோக³வித் |

ஹகாரேண ப்³ஹிர்யாதி ஸகாரேண விஸேத்புந: || 61 ||

ஹம்ஸஹம்ஸேத்யமம் மந்த்ரம் ஜீவோ ஜபதி ஸர்வதா³ |

ஸதாநி ஷட்³தி³வாராத்ரம் ஸஹஸ்ராணைகவிம்ஸதி: || 62 ||

ஏதந்ஸங்க²யாந்விதம் மந்த்ரம் ஜீவோ ஜபதி ஸர்வதா³ ।
அஜபா நாம கா³யத்ரீ யோகி³நாம் மோக்ஷதா³ ஸதா³ ॥ 63 ॥

அஸ்யா: ஸங்கல்பமாத்ரேண நர: பாபை: ப்ரமுச்யதே ।
அநயா ஸத்³ரு³ஸீ வித்³யா அநயா ஸத்³ரு³ஸோ ஜப: ॥ 64 ॥

அநயா ஸத்³ரு³ஸம் புண்யம் ந பூ⁴தம் ந ப⁴விஷ்யதி ।
யேந மாரகே³ண க³ந்தவ்யம் ப்³ரஹ்மஸ்தா²நம் நிராமயம் ॥ 65 ॥

முகே²நாச்சா²த்³ய தத்³த்³வாரம் ப்ரஸுப்தா பரமேஸ்வரீ ।
ப்ரபு³த்³தா⁴ வஹ்நியோகே³ந மநஸா மருதா ஸஹ ॥ 66 ॥

ஸூசிவத்³கு³ணமாதா³ய வ்ரஜத்யூர்த்⁴வம் ஸுஷும்நயா ।
உத்³கா⁴டயேத்கபாடம் து யதா² குஞ்சிகயா ஹடா²த் ॥ 67 ॥

குண்ட³லிந்யா தயா யோகீ³ மோக்ஷத்³வாரம் விபே⁴தீ³யேத் ॥ 68 ॥

க்ரு³த்வா ஸம்புடிதௌ கரௌ த்³ரு³ட⁴தரம் ப்³த்⁴வாத² ப்³மாஸநம் ।
கா³ட⁴ம் வக்ஷஸி ஸந்நிதா⁴ய சபு³கம் த்⁴யாநம் ச தச்சேதஸி ॥

வாரம்வாரமபாதமூர்த்⁴வமநிலம் ப்ரோச்சாரயந்பூரிதம் ।
முஞ்சந்ப்ராணமுபைதி போ³த⁴மதுலம் ஸக்திப்ரபா⁴வாந்நர: ॥ 69 ॥

பத்³மாஸநஸ்தி²தோ யோகீ³ நாடீ³த்³வாரேஷு பூரயந் ।
மாருதம் கும்ப⁴யந்யஸ்து ஸ முக்தோ நாத்ர ஸம்ஸய: ॥ 70 ॥

அங்கா³நாம் மர்த்³நம் க்ரு³த்வா ஸ்ரமஜாதேந வாரிணா ।
கட்வம்லலவணத்யாகீ³ க்ஷீரபாநரத: ஸுகீ² ॥ 71 ॥

ப்³ரஹ்மசாரீ மிதாஹாரீ யோகீ³ யோக³பராயண: ।
அப்³தா³தூ³ர்த்⁴வம் ப⁴வேதஸித்³தோ⁴ நாத்ர கார்யாம் விசாரணா ॥ 72 ॥

கந்தோ³ர்த்⁴வகுண்ட³லீ ஸக்தி: ஸ யோகீ³ ஸித்³தி⁴பா⁴ஜநம் ।
அபாந்ப்ராணயோரைக்யம் க்ஷயந்மூத்ரபு⁴ஷயோ: ॥ 73 ॥

யுவா ப⁴வதி வ்ரு³த்³தோ⁴ஸபி ஸததம் மூலப³ந்⁴நாத் ।
பார்ஷ்ணிபா⁴கே³ந ஸம்பீ³ய யோநிமாகுஞ்சயேத்³கு³த்³ம் ॥ 74 ॥

அபாந்மூர்த்⁴வமுத்க்ரு³ஷ்ய மூலப³ந்⁴தோ⁴ஸமுச்யதே ।
உட்³யாணம் குருதே யஸ்மாத³விஸ்ராந்தமஹாக²:³ ॥ 75 ॥

உட்³டி³யாணம் ததே³வ ஸ்யாத்தத்ர பி³ந்தோ⁴ விதீ⁴யதே |
உத்³ரே பஸ்சிமம் தாணம் நாபே⁴ரூர்த்⁴வம் து காரயேத் || 76 ||

உட்³டி³யானே⁵ப்யயம் பி³ந்தோ⁴ ம்ரு³த்யுமாதங்க³கேஸரீ |
பி³த்த⁴நாதி ஹி ஸிரோஜாதமதோ⁴கா³மிநபோ⁴ஜலம் || 77 ||

ததோ ஜாலந்த⁴ரோ பி³ந்த⁴ கர்மது³கெள²க⁴நாஸந: |
ஜாலந்த⁴ரே க்ரு³தே பி³ந்தே⁴ கர்ணஸங்கோசலக்ஷணே || 78 ||

ந பீயூஷம் பதத்யக்³நௌ ந ச வாயு: ப்ரதா⁴வதி |
கபாலகுஹரே ஜிஹ்வா ப்ரவிஷ்டா விபரீதகா³ || 79 ||

ப்⁴ருவோரந்தர்³க³தா த்³ரு³ஷ்டிர்முத்³ரா ப⁴வதி கே²சரீ |
ந ரோகோ³ மரணம் தஸ்ய ந நித்³ரா ந க்ஷுதா⁴ த்ரு³ஷா || 80 ||

ந ச மூர்ச்சா² ப⁴வேத்தஸ்ய யோ முத்³ராம் வேத்தி கே²சரீம் |
பீட்³யதே ந ச ரோகே³ண விப்யதே ந ச கர்மண || 81 ||

பி³த்த⁴யதே ந ச காலேந யஸ்ய முத்³ரஸ்தி கே²சரீ |
சித்தம் சரதி கே² யஸ்மாஜ்ஜிஹ்வா ப⁴வதி கே²க³தா || 82 ||

தேநைஷா கே²சரீ நாம முத்³ரா ஸித்³த⁴நமஸ்க்ரு³தா |
கே²சர்யா முத்³ரயா யஸ்ய விவரம் லம்பி³கோர்த்⁴வத: || 83 ||

பி³ந்து:³ க்ஷரதி நோ யஸ்ய காமிந்யாலிங்கி³தஸ்ய ச |
யாவத்³பி³ந்து:³ ஸ்தி²தோ தே³ஹே தாவநம்ரு³த்யுப⁴யம் குத: || 84 ||

யாவத்³பி³த்த⁴நபோ⁴முத்³ரா தாவத்³பி³ந்து³ர்ந க³ச்ச²தி |
க³லிதோ⁵பி யதா³ பி³ந்து:³ ஸம்பராப்தோ யோநிமண்ட³லே || 85 ||

வ்ரஜத்யூர்த்⁴வம் ஹடா²ச்ச²க்த்யா நிப³த்தோ⁴ யோநிமுத்³ரயா |
ஸ ஏவ த்³விவிதோ⁴ பி³ந்து:³ பாண்ட³ரோ லோஹிதஸ்ததா² || 86 ||

பாண்ட³ரம் ஸூக்ரமித்த்யாஹூர்லோஹிதாக்²யம் மஹாரஜ: |
வித்³ருமத்³ருமஸங்காஸம் யோநிஸ்தா²நே ஸ்தி²தம் ரஜ: || 87 ||

ஸஸிஸ்தா²நே வஸேத்³பி³ந்து:³ஸ்தயோரைக்யம் ஸுது³ர்லப⁴ம் |
பி³ந்து:³ ஸிவோ ரஜ: ஸக்திர்³பி³ந்து³ரி³ந்து³ ரஜோ ரவி: || 88 ||

உப⁴யஹ: ஸங்க³மாதே³வ ப்ராப்யதே பரமம் வபு: |

வாயுநா ஸக்திசாலேந ப்ரேரிதம் கே² யதா² ரஜ: || 89 ||

ரவிணைகத்வமாயாதி ப⁴வேத்³தி³வ்யம் வபுஸ்ததா³ |

ஸூக்லம் சந்த்³ரேண ஸம்யுக்தம் ரஜ: ஸூர்யஸமந்விதம் || 90 ||

த்³வயோ: ஸமரஸீபா⁴வம் யோ ஜாநாதி ஸ யோக³வித் |

ஸோத⁴நம் மலஜாலாநாம் க⁴டநம் சந்த்³ரஸூர்யயோ: || 91 ||

ரஸாநாம் ஸோஷணம் ஸம்யங்மஹாமுத்³ராபி⁴தீ⁴யதே || 92 ||

வகேசாந்யஸ்தஹநூர்நிபீ³ய ஸூஷிரம் யோநேர்ஸ வாமாங்க்⁴ரிண

ஹஸ்தா⁴யாமநுதா⁴ரயந்³ப்ரவிததம் பாத³ம் ததா² த³க்ஷிணம் ||

ஆபூர்ய ஸ்வஸநேந குக்ஷியுக³ளம் ப³த்⁴வா ஸநைநேசயே-

தே³ஷா பாதகநாஸிரீ நநு மஹாமுத்³ரா ந்ரு³ணம் ப்ரோச்யதே || 93 ||

அதா²த்மநிர்ணயம் வ்யாக்²யாஸ்யே ||

ஹ்ரு³தி³ஸ்தா²நே அஷ்டத்³லபத்³மம் வர்ததே தந்மத்⁴யே ரேகா²வலயம்

க்ரு³த்வா ஜீவாத்மரூபம் ஜ்யோதீ³ரூபமணுமாத்ரம் வர்ததே தஸ்மிந்ஸர்வம்

ப்ரதிஷ்டி²தம் ப⁴வதி ஸர்வம் ஜாநாதி ஸர்வம் கரோதி ஸர்வமேதச்சரிதமஹம்

கர்தா³ஹம் போ⁴க்தா ஸுகீ² து:³கீ² காண: க²ஞ்ஜோ ப³தி⁴ரோ மூக: க்ரு³ஸ:

ஸ்தூ²லோ³நேந ப்ரகாரேண ஸ்வதந்³ரவாதே³ந வர்ததே ||

பூர்வத்³லே விஸ்ரமதே பூர்வம் த³லம் ஸ்வேதவர்ணம் ததா³ ப⁴க்திபுர:ஸரம்

த⁴ர்மே மதிர்⁴வதி ||

யதா³ஸ³க்³நேயத்³லே விஸ்ரமதே ததா³க்³நேயத்³லம் ரக்தவர்ணம் ததா³ நித்³ராலஸ்ய

மதிர்⁴வதி ||

யதா³ த³க்ஷிணத்³லே விஸ்ரமதே தத்³த³க்ஷிணத்³லம் க்ரு³ஷ்ணவர்ணம் ததா³

த்³வேஷகோபமதிர்⁴வதி ||

யதா³ நைர்ரு³த்³லே விஸ்ரமதே தந்நைர்ரு³த்³லம் நீலவர்ணம் ததா³

பாபகர்மஹிம்ஸாமதிர்⁴வதி ||

யதா³ பர்ஸிமத்³லே விஸ்ரமதே தத்பர்ஸிமத்³லம் ஸ்ப²டிகவர்ணம் ததா³

க்ரீ³டா³விநோதே³ மதிர்⁴வதி ||

யதா³ வாயவ்யத்³லே விஸ்ரமதே வாயவ்யத்³லம் மாணிக்யவர்ணம் ததா³

க³மநசலநவைராக்³யமதிர்⁴வதி ||

யதோ³த்தரத³லே விஸ்ரமதே தது³த்தரத³லம் பீதவர்ணம் ததா³ ஸுக²ஸ்ரு³ங்கா³ர-
மதிர்⁴வதி ||

யதே³ஸாநத³லே விஸ்ரமதே ததீ³ஸாநத³லம் வைடு³ர்யவர்ணம் ததா³
தா³நாதி³க்ரு³பாமதிர்⁴வதி ||

யதா³ ஸந்தி⁴ஸந்தி⁴ஷு மதிர்⁴வதி ததா³ வாதபித்தஸ்லேஷம்மஹாவ்யாதி⁴-
ப்ரகோபோ ப⁴வதி ||

யதா³ மத்⁴யே திஷ்ட²தி ததா³ ஸர்வம் ஜாநாதி கா³யதி ந்ரு³த்யதி பட²த்யாநந்த³ம்
கரோதி ||

யதா³ நேத்ரஸ்ரமோ ப⁴வதி ஸ்ரமநிர்⁴ரணர்த²ம் ப்ரத²மரேகா²வலயம்
க்ரு³த்வா மத்⁴யே நிமஜ்ஜநம் குருதே ப்ரத²மரேகா²பி³ந்நூ⁴கபுஷ்பவர்ணம்
ததா³ நித்³ராவஸ்தா² ப⁴வதி ||

நித்³ராவஸ்தா²மத்⁴யே ஸ்வப்நாவஸ்தா² ப⁴வதி ||

ஸ்வப்நாவஸ்தா²மத்⁴யே த்³ரு³ஷ்டம் ஸ்ருதமநுமாநஸம்ப⁴வவார்தா
இத்யாதி³கல்பநாம் கரோதி ததா³தி³ஸ்ரமோ ப⁴வதி ||

ஸ்ரமநிர்⁴ஹரணர்த²ம் த்³விதீயரேகா²வலயம் க்ரு³த்வா மத்⁴யே
நிமஜ்ஜநம் குருதே த்³விதீயரேகா² இந்த்³ரகோபவர்ணம் ததா³
ஸுஷுப்த்யவஸ்தா² ப⁴வதி ஸுஷுப்தௌ கேவலபரமேஸ்வரஸம்ப³ந்தி⁴நீ
பு³த்³தி³ர்⁴வதி நித்யபோ³த⁴ஸ்வரூபா ப⁴வதி பஸ்சாத்த்³பரமேஸ்வர-
ஸ்வரூபேண ப்ராப்திர்⁴வதி ||

த்ரு³தீயரேகா²வலயம் க்ரு³த்வா மத்⁴யே நிமஜ்ஜநம் குருதே த்ரு³தீயரேகா²
பத்³மராக³வர்ணம் ததா³ தூரீயாவஸ்தா² ப⁴வதி தூரீயே கேவலபரமாத்ம-
ஸம்ப³ந்தி⁴நீ ப⁴வதி நித்யபோ³த⁴ஸ்வரூபா ப⁴வதி ததா³ ஸறை:
ஸறைருபரமேத்³பு³த்³யா த்⁴ரு³தி³க்ரு³ஹீதயாத்மஸம்ஸ்த²ம் மந:
க்ரு³த்வா ந கிஞ்சித்³பி சிந்தயேத்ததா³ ப்ராணபாநயோரைக்யம் க்ரு³த்வா
ஸர்வம் விஸ்வமாத்மஸ்வரூபேண லக்ஷயம் தா⁴ரயதி | யதா³
தூரீயாதீதாவஸ்தா² ததா³ ஸர்வேஷாமாநந்த³ஸ்வரூபோ ப⁴வதி
த்³வந்த³வாதீதோ ப⁴வதி யாவத்³தே³ஹதா⁴ரண வர்ததே தாவத்திஷ்ட²தி
பஸ்சாத்த்³பரமாத்மஸ்வரூபேண ப்ராப்திர்⁴வதி இத்யநேந ப்ரகாரேண

மோகேஷா ப⁴வதீ³மேவாத்மத³ர்ஸநோபாயம் ப⁴வந்தி ||

சதுஷ்பத²ஸமாயுக்தமஹாத்³வாரக³வாயுநா |

ஸஹ ஸ்தி²தத்ரி³கோணர்த⁴க³மநே த்³ரு³ஸ்யதே⁵ச்யுத: || 94 ||

பூர்வோக்தத்ரி³கோணஸ்தா²நாது³பரி ப்ரு²தி²வ்யாதி³பஞ்சவர்ணகம் த்⁴யேயம் |

ப்ராணாதி³பஞ்சவாயுச்ச பீ³ஜம் வர்ணம் ச ஸ்தா²நகம் |

யகாரம் ப்ராணபீ³ஜம் ச நீலஜீ³முதஸந்நிப⁴ம் |

ரகாரமக்³நிபீ³ஜம் ச அபாநாதி³த்யஸம்நிப⁴ம் || 95 ||

லகாரம் ப்ரு²தி²வீ³ரூபம் வ்யாநம் ப³ந்நூ⁴கஸம்நிப⁴ம் |

வகாரம் ஜீ³வபீ³ஜம் ச உதா³நம் ஸங்க²வர்ணகம் || 96 ||

ஹகாரம் வியத்ஸ்வரூபம் ச ஸமாநம் ஸ்ப²டிகப்ரப⁴ம் |

ஹ்ரு²ந்நாபி⁴நாஸாகர்ணம் ச பாதா³ங்கு³ஷ்டா²தி³ஸம்ஸ்தி²தம் || 97 ||

த்³விஸப்ததிஸஹஸ்ராணி நாட³மார்³கே³ஷு வர்ததே |

அஷ்டாவம்ஸதிகோட³ஷு ரோமகூ³பே³ஷு ஸம்ஸ்தி²தா: || 98 ||

ஸமாநப்ராண ஏகஸ்து ஜீ³வ: ஸ ஏக ஏவ ஹி |

ரேசகாதி³த்ரயம் குர்யாத்³த்³ரு⁴சித்த: ஸமாஹித: || 99 ||

ஸநை: ஸமஸ்தமாக்ரு³ஷ்ய ஹ்ரு²த்ஸரோருஹகோடரே |

ப்ராணாபாநௌ ச ப³த்⁴வா து ப்ரணவேந ஸமுச்சரேத் || 100 ||

கர்ணஸங்கோசநம் க்ரு²த்வா விங்க³ஸங்கோசநம் ததா² |

மூலாதா⁴ராத்ஸுஷு³ம்நா ச பத்³மதந்நுநிபா⁴ ஸுபா⁴ || 101 ||

அழார்³தோ வர்ததே நாதோ³ வீ³ணாத்³ண்ட³ஸமுத்தி²த: |

ஸங்க²நாதி³பி⁴ஸ்சைவ மத்⁴யமேவ த்⁴வநிர்யதா² || 102 ||

வ்யோமரந்த்⁴ரக³தோ நாதோ³ மாயூரம் நாத³மேவ ச |

கபாலகுஹரே மத்⁴யே சதுர்த்³வாரஸ்ய மத்⁴யமே || 103 ||

ததா³த்மா ராஜதே தத்ர யதா² வ்யோம்நி தி³வாகர: |

கோத்³ண்ட³த்³வயமத்⁴யே து ப்³ரஹ்மரந்த்⁴ரேஷு ஸக்தித: || 104 ||

ஸ்வாத்மாநம் புருஷம் பஸ்யேந்மநஸ்தத்ர லயம் க³தம் |

ரத்நாநி ஜ்யோதஸ்நிநாத³ம் து பி³ந்நூ³மாஹேஸ்வரம் பத்³ம் |

ய ஏவம் வேத்³புருஷ: ஸ கைவல்யம் ஸமஸ்நுத இதுபுநிஷத் || 105 ||

ஓ ஸஹ நாவவது ॥ ஸஹ நௌ பு⁴நக்து ॥


ஸஹ வீர்யம் கரவாவஹை ॥

தேஜஸ்விநாவதீ⁴தமஸ்து மா வித்³விஷாவஹை ॥


ஓ ஸாந்தி: ஸாந்தி: ஸாந்தி: ॥

இதி த்யாநபி³ந்நூ³பநிஷத்ஸமாப்தா ॥

Encoded by Sunder Hattangadi

——
Dhyanabindu Upanishad

pdf was typeset on December 22, 2023

——
Please send corrections to sanskrit@cheerful.com

