
Shri Lalita Upanishat

ஸ்ரீலலிதோபநிஷத்

Document Information



Text title : lalitopaniShat with Hindi and English translation

File name : lalitopaniShatsArtha.itx

Category : upanishhat, dashamahAvidyA, devii, lalita, devI

Location : doc_upanishhat

Transliterated by : anonymous456an at gmail.com

Proofread by : anonymous456an at gmail.com

Translated by : anonymous456an at gmail.com

Latest update : June 18, 2017

Send corrections to : sanskrit@cheerful.com

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**.

November 22, 2022

sanskritdocuments.org



Shri Lalita Upanishat

ஸ்ரீலலிதோபநிஷத்



The Shree Lalita Upanishat is a most divine Upanishat dedicated to the Supreme Goddess Shri Lalita. It beautifully describes the Human Body as the Shri-Chakra. The various parts of Human Body are the various parts of Shri-Chakra (16 outer petals, 8 inner petals, 14 triangles, 10 outer triangles, 10 inner triangles, 8 inner triangles, and the middle most triangle et cetera). The various practices (that are done by human body) are the Shodasha Upachara Poojanam of Shri-Yantra and the Deity, and other worship rituals. Thus, one can perform the worship of Shri-Yantra and Shri Lalita Parameshvari by one's body itself. The Upanishat also has a lot of beautiful and esoteric meanings. This Upanishat gives divine knowledge of Supreme Brahma.

॥ ஸ்ரீலலிதோபநிஷத் ॥

॥ ஸ்ரீலலிதாத்ரிபுரஸுந்த³ர்யை நம: ॥

ஓ பரமகாரணபூ⁴தா ஸக்தி: கேந நவசக்ரரூபோ தே³ஹ: |
நவசக்ரஸக்திமயம் ஸ்ரீசக்ரம் | புருஷார்தா:² ஸாக்³ரா: | தே³ஹோ நவரத்நே
த³வீப: | ஆதா⁴ரநவகமுத்³ரா: ஸக்தய: | த்வகா³தி³ஸப்ததா⁴துபி⁴ரநேகை:
ஸம்யுக்தா: ஸங்கல்பா: கல்பதரவ: | தேஜ: கல்பகோத்³யாநம் ॥

ரஸநயா பா⁴ஸமாநா மது⁴ராம்லதிக்க³டுகஷாயலவணரஸா: ஷட்³ரஸா: |
க்ரியாஸக்தி: பீ²ம் குண்ட³விநீ ஜ்ஞானஸக்திரஹமிச்சா²ஸக்தி: |
மஹாத்ரிபுரஸுந்த³ரீ ஜ்ஞாதா ஹோதா | ஜ்ஞானமர்க்⁴யம் ஜ்ஞேயம் ஹவி:
ஜ்ஞாத்ரு³ஜ்ஞானஜ்ஞேயாநாம் நமோபே⁴த³பா⁴வநம் ஸ்ரீசக்ரபூஜநம் ॥

நியதிஸஹிதஸ்ரு³ங்கா³ராத³யோ நவரஸா: | அணிமாத³ய:
காமக்ரோத⁴லோப⁴மோஹமத³மா³த்ஸர்யபுண்யபாபமயா

ப்³ராஹ்மயாத³யோ⁵ஷ்டஸக்தய: | ஆதா⁴ரநவகமுத்³ரா ஸக்தய: |

ப்³ரு²த்²வ்யப்தேஜோவாய்வாகாஸஸ்ரோத்ரத்வக்³சக்ஷா³ர்ஜிஹ்வா-

ப்ராணவாக்பாணிபாத³பாயுபஸ்த²மநோவிகாரா: ஷோட³ஸஸக்தய: |

வசநாதா³நக³மநவிஸர்கா³நந்தா³தா³நோபாதா³நோபேக்ஷா-

பு³த்³த⁴யோ⁵நங்க³குஸுமாதி³ஸக்தயோ⁵ஷ்டௌ |

அலம்பு³ஷாகுஹூலிஸ்வோத³ரீவரு³ஹூஸ்திஜிஹ்வாயஸஸ்வீநீ-

கா³ந்தா⁴ரீபூஷாஸரஸ்வதீ³பிங்க³லாஸுஷும்நா

சேதி சதுர்த³ஸநாட³ய: ஸர்வஸங்க்ஷோபி⁴ண்யாதி³சதுர்த³ஸாரதே³வதா: ||

ப்ராணாநவ்யானோதா³நஸமாநநாக³கூர்மக்ரு³கலதே³வத³த்த⁴நஞ்ஜயா

த³ஸவாயவ: ஸர்வஸித்³தி⁴ப்ரதா³தி³ ப³ஹிர்த³ஸாரதே³வதா: |

ஏதத்³வாயுத³ஸகஸம்ஸர்கோ³பாதி⁴பே⁴தே³ந

ரேசகபூரகபோஷகதா³ஹகால்பாவகாம்ரு³தமிதி ப்ராண:

ஸங்க²யத்வேந பஞ்சவிதோ⁴ஸ்தி | ஜ²ரா³நிர்மநுஷ்யாணம் மோஹகோ

ப⁴க்ஷயபோ⁴ஜ்யலேஹ்யசோஷ்யாத்மகம் சதுர்வித⁴மந்நம் பாசயதி | ததா³

காஸவாந்ஸகலா: ஸர்வஜ்ஞத்வாத்³யந்தர்த³ஸாரதே³வதா: ||

ஸீதோஷ்ணஸுக²து:³கே²ச்சா²ஸத்வரஜஸ்தமோகு³னாத³ய வஸிந்யாதி³ஸக்தயோ⁵ஷ்டௌ

|

ஸப³த்³ஸ்பர்ஸரூபஸக³ந்தா:⁴ பஞ்சதந்மாத்தரா: பஞ்சபுஷ்பபா³ண

மந இக்ஷாத⁴நுர்வல்யோ பா³ணோ ராக:³ பாஸோ த்³வேஷோ⁵ங்குஸ: |

அவ்யக்தமஹத்தத்த்வாஹங்காரகாமேஸ்வரீவஜ்ரேஸ்வரீ-

ப⁴க³மாலிந்யோ⁵நதஸ்த்ரிகோணக்³ரதே³வதா: ||

பஞ்சத³ஸதிதி²ருபேண காலஸ்ய பரிணாமாவலோகநபஞ்சத³ஸநித்தயா:

ஸூத்³தா⁴நுருபாதி⁴தே³வதா: | நிருபாதி⁴ஸார்வதே³வகாமேஸ்வரீ ஸதா³ஸ³நந்த³பூர்ண

|

ஸ்வாத்மயைக்யரூபலலிதாகாமேஸ்வரீ ஸதா³ஸ³நந்த³க⁴நபூர்ண ஸ்வாத்மக்யரூபா

தே³வதா லலிதாமிதி ||

ஸாஹித்யகரணம் ஸத்த்வம் | கர்த்தவ்யமகர்த்தவ்யமிதி பா⁴வநாமுக்தா உபசாரா: |

அஹம் த்வமஸ்தி நாஸ்தி கர்த்தவ்யாகர்த்தவ்யமுபாஸிதவ்யாநுபாஸிதவ்யமிதி

விகல்பநா |

மநோவிலாபநம் ஹோம: ||

பா³ஹ்யாப்யந்தரகரணநாம் ரூபக்³ரஹணயோக்³யதாஸ்தீ³யாவாஹநம் |
 தஸ்ய பா³ஹ்யாப்யந்தரகரணநாமேகரூபவிஷயக்³ரஹணமாஸநம் |
 ரக்தஸூக்ஸபதை³கீகரணம் பா³த்யம் |
 உஜ்ஜ்வலதா³மோதா³SSநந்தா³த்ஸாநந்த³நமர்க்⁴யம் | ஸ்வச்ச²ஸ்வத:
 ஸக்திரித்யாசமநம் | சிச்சந்த³ரமயீஸ்மரணம் ஸநாநம் |
 சித³க்³நிஸ்வரூபரமாநந்த³ஸக்திஸ்மரணம் வஸ்த்ரம் | ப்ரத்யேகம்
 ஸப்தவிம்ஸதிதா⁴பி⁴நந்தவேந இச்சா²க்ரியாத்மகப்³ரஹ்மக்³ரந்தி²மயீ
 ஸதந்துப்³ரஹ்மநா³ ப்³ரஹ்மஸூத்ரம் ஸவ்யாதிரிக்தவஸ்த்ரம் | ஸங்க³ரஹிதம்
 ஸ்மரணம் விபூ⁴ஷணம் | ஸ்வச்ச²ந்த³பரிபூர்ணஸ்மரணம் க³ந்த:4 |
 ஸமஸ்தவிஷயாணம் மந:ஸ்தை²ர்யேனாஸநதா⁴நம் குஸுமம் | தேஷாமேவ
 ஸர்வதா³
 ஸ்வீகரணம் தூ⁴ப: | பவநாச்சி²ந்நோர்த்⁴வஜ்வாலாஸச்சிதா³ஹ்லாதா³காஸதே³ஹோ
 தீ³ப: |
 ஸமஸ்தயாதாயாதவர்ஜநம் நைவேதீ³யம் | அவஸ்தா²த்ரயைகீகரணம் தாம்பூ³லம் |
 மூலாதா⁴ராதா³ப்³ரஹ்மரந்த⁴ரபர்யந்தம் ப்³ரஹ்மரந்த⁴ராதா³மூலாதா⁴ரபர்யந்தம்
 க³தா³க³தரூபேண ப்ரா³த³க்ஷிண்யம் | தூ⁴யாவஸ்தா²நம்
 ஸம்ஸ்காரதே³ஹஸூந்யம் ப்ரமாதி³தாவதிமஜ்ஜநம் ப்³லிஹரணம் |
 ஸதத்வமஸ்தி கர்த்தவ்யமகர்த்தவ்யமௌதா³ஸீந்யமாத்மவிஸாபநம் ஹோம: |
 பா⁴வநாவிஷயாணமபே⁴த³பா⁴வநா தர்பணம் | ஸ்வயம் தத்பா³து³காநிமஜ்ஜநம்
 பரிபூர்ணத்யாநம் ||

ஏவம் மூர்தித்ரயம் பா⁴வநயா யுக்தோ முக்தோ ப⁴வதி | தஸ்ய
 தே³வதாத்மக்யஸித்³தி⁴ஸ்சிதிகார்யாண்யப்ரயத்நேந ஸித்⁴யந்தி ஸ ஏவ
 ஸிவயோகீ³தி
 கத்²யதே ||

|| இதி ஸ்ரீலலிதோபநிஷத்ஸம்பூர்ண ||

ஹிந்தீ³ மேம் அர்த²

|| ஸ்ரீலலிதாத்திரிபுரஸுந்த³ரீ கோ நமஸ்கார ||

|| ஸ்ரீலலிதோபநிஷத் ||

பரம-காரண-பூ⁴தா ஸக்தி தீ³வாரா மாநவ ஸரீர நௌ சக்ர-ரூபாத்மக
 ப்³நா ஹை | “ஸ்ரீ-சக்ர” இந்ஹீம் நௌ சக்ரோம் கீ ஸக்தி ஸே பரிபூர்ண ஹை |

புருஷார்த் ஹீ ஸாக்³ர-ஸ்வரூப ஹை ஓளர இஸ ஸாக்³ர மேம் ஸரீர நௌ
ரத்நோம் (நவசக்ர ரூபீ ரத்ந) மேம் ஸ்தி²த த்³வீப கே ஸமாந ஹை | மூலாதா⁴ர
கீ நௌ முத்³ராஏஃ ஹீ ஸக்தியாஃ ஹைம் | த்வசா-ஆதி³ ஸாத தா⁴துஓம் ஸே யுக்த
அநேக ஸங்கல்ப ஹீ கல்பவ்ருக்ஷ ஹைம் | “தேஜ” ஸுந்த³ர உபவந ஹை |

ஜிஹ்வா கே த்³வாரா அநுபூ⁴த ஹோநேவாலே மது⁴ர, அம்ல, திக்த, கடு, கஷாய ஓளர
லவணாத்மக ஸ்வாத்³ ஹீ ச²ஹ ரஸ ஹைம் | க்ரியாஸக்தி பீட² ஹை, ஜ்ஞாநஸக்தி
குண்ட³லிநீ ஹை ஓளர இச்சா²ஸக்தி அஹங்கார ஹை | மஹாத்திரிபுரஸுந்த³ரீ
ஜ்ஞாதா

ஓளர ஹோதா ஹைம் | ஜ்ஞாந அர்க்ய ஹை ஓளர ஜ்ஞேய ஹீ ஹவநீய ப்ரதா³ர்த்²
ஹை | ஜ்ஞாதா (கிஸீ விஷய யா வஸ்து கோ ஜோ ஜாந ரஹா ஹோ), ஜ்ஞாந (கிஸீ
விஷய/வஸ்து கா ஜ்ஞாந) ஓளர ஜ்ஞேய (வஹ விஷய/வஸ்து ஜிஸகோ ஜாநா ஜா
ரஹா ஹை)- இநகீ நமந-பூர்வக பே⁴த³-பா⁴வநா ஹீ ஸ்ரீசக்ர கா பூஜந
ஹை |

ஸ்ருங்கா³ர-ஆதி³ நௌ ரஸ ஹைம் | அணிமா-ஆதி³,

காம-க்ரோத⁴-லோப⁴-மோஹ-மத³-மாத்ஸர்ய-புண்ய ஓளர பாப ததா² ப்³ராஹ்மீ
ஆதி³ ஆட² ஸக்தியாஃ ஹைம் | மூலாதா⁴ர கீ நௌ முத்³ராஏஃ ஸக்தியாஃ ஹைம் |
ப்ரு²த்²வீ, ஜல, தேஜ, வாயு ஓளர ஆகாஸ; ஸ்ரோத்ர, த்வசா, சக்ஷு,
ஜிஹ்வா ஓளர க்⁴ராண; வாக், பாணி, பாத³, பாயு, உபஸ்த²; ஓளர மந கே விகார-
யஹ ஸோலஹ ஸக்தியாஃ ஹைம் | வசந, ஆதா³ந, க்³மந, விஸர்க்³, ஆநந்த³,
ஆதா³ந-உபாதா³ந, உபேக்ஷா ஓளர ப்³த்தி⁴ ஹீ அநங்க்³-குஸுமாதி³ ஆட² ஸக்தியாஃ
ஹைம் | அலம்பி³ஷா, குஹூ, விஸ்வோத³ரீ, வருண, ஹஸ்தி-ஜிஹ்வா, யஸஸ்விநீ,
கா³ந்தா⁴ரீ, பூஷா, ஸரஸ்வதீ, இடா³, பிங்க்³லா ஓளர ஸுஷும்நா- யே நாடி³யாஃ
ஸர்வ-ஸங்க்ஷோபி⁴ணீ ஆதி³ சதுர்த்³ஸார கீ தே³வதா ஹைம் |

ப்ராண, அபாந, வ்யாந, உதா³ந, ஸமாந, நாக்³, கூர்ம, க்ரு³கல, தே³வத³த்த ஓளர
த⁴ந்ருஜ்ய- யே 10 வாயு ஸர்வ-ஸித்தி⁴-ப்ரதா³ ஆதி³ ப்³ஹி³ர்த்³ஸார கே தே³வதா
ஹைம் | இந்ஹீம் 10 வாயுஓம் கே ஸம்பர்க ஸே உபாதி⁴-பே⁴த³ த்³வாரா ரேசக, பூரக,
போஷக, தா³ஹக ஓளர அல்பாவகாம்ப்ரு²த நாம ஸே ப்ராண பாஃ³ ப்ரகார கா ஹோதா
ஹை | ப⁴க்ஷய, போ⁴ஜ்ய, லேஹ்ய ஓளர சோஷய- இந சார ப்ரகார கே அந்நோம்
கா பாசந மநுஷ்யோம் கா ஜட²ராக்³நி கரதா ஹை | தபீ⁴ ஸர்வஜ்ஞத்வ-ஆதி³
அந்தர்த்³ஸார கே ஸபீ⁴ தே³வதா ப்ரகாஸமாந் ஹோதே ஹைம் |

ஸீத, ஊஷண, ஸுக², து:³க², இச்சா², ஸத்வ-கு³ண, ரஜ-கு³ண, தம-கு³ண-

யே ஆட² ஹீ வஸிநீ ஆதி³ 8 ஸக்தியாஃ ஹைம் | ஸப்³த³, ஸ்பர்ஸ, ரூப, ரஸ, க³ந்த⁴-யே பாஃச தந்மாத்ராஏஃ 5 புஷ்ப-பா³ண ஹைம்; மந- ஈக² கா த⁴நுஷ ஹை; வ்ரு³த்தியாஃ- பா³ண ஹைம்; ராக³ (ஆஸக்தி)- பாஸ ஹை; ஓளர த்³வேஷ- அங்குஸ ஹை | அவ்யக்த, மஹத்-தத்த்வ ஓளர அஹங்கார மத்யஸ்த² த்ரிகோண கீ காமேஸ்வரீ, வஜேஸ்வரீ ஓளர ப⁴க³-மாலினீ தே³வதா ஹைம் |

15 திதி²யோம் கே ரூப ஸே கால கே பரிணாம கோ தே³க²நேவாலீ 15 நித்யாஏஃ ஹைம்- யே நித்யாஏஃ ஸூத்³த⁴-ஸ்வரூபா அதி⁴-தே³வதா ஹைம் | உபாதி⁴-ரஹிதா ஸர்வ-தே³வ-மயீ காமேஸ்வரீ ஸதா³ ஆநந்த³-பூர்ண ஹைம் | ஸாத⁴க கீ அபநீ ஆத்மா மேம் மிலீ ஹுஈ ஸ்தி²திவாலீ, பரிபூர்ண ஆநந்த³-ஸ்வரூப வாலீ லலிதா காமேஸ்வரீ இஷ்ட-தே³வதா ஹைம் |

ஸஹித கரநா அர்தா²த் ஸாமஞ்ஜஸ்ய கரநா ஹீ ஸத்வ ஹை | கர்தவ்ய யா அகர்தவ்ய- இஸ பா⁴வநா ஸே முக்த ஹோநா ஹீ உபசார ஹை | “மைம்”- “தும்” ஹை | கர்தவ்ய யா அகர்தவ்ய நஹீம் ஹைம் | உபாஸித ஓளர அநுபாஸித- யஹ விகல்பநா ஹை | மந கோ விலய கரநா ஹீ ஹோம ஹை |

பா³ஹரீ ஓளர பீ⁴தரீ இந்த்³ரியோம் கீ ரூப-க்³ரஹண கரநே கீ யோக்³யதா ஹை- யஹ “ஆவாஹந” ஹை | ஸாத⁴க கீ பா³ஹரீ ஓளர பீ⁴தரீ இந்த்³ரியோம் த்³வாரா ஏக ரூப-ஏக விஷய கா க்³ரஹண கரநா ஹீ “ஆஸந” ஹை | ரக்த ஓளர ஸூக்ல- இந தோ³நோம் பதோ³ம் கோ ஏக கரநா “பாத்³ய” ஹை | உஜ்ஜ்வல ஆநந்த³ ஸே ஆநந்தி³த

கரநா “அர்க்ய” ஹை | ஸக்தி கீ ஸ்வச்ச²தா- யஹீ “ஆசமந” ஹை | சிச்சந்த்³ர-மயீ கா ஸ்மரண கரநா “ஸ்நாந” ஹை | சித³க்³நி-ஸ்வரூபா பரமாநந்த³-ஸக்தி கா ஸ்மரண கரநா “வஸ்த்ர” ஹை | இச்சா²-க்ரியாத்மக ப்³ரஹ்மக்³ரந்தி²-மயீ ப்³ரஹ்ம-நாட³ ஹீ “ப்³ரஹ்ம-ஸூத்ர” ஹை, ஓளர யஹீ ப்³ரஹ்மநாட³ 27 ப்ரகார ஸே பி⁴ந்ந ஹோகர அதிரிக்த வஸ்த்ர பீ⁴ ஹை | ஸங்க³-ரஹித ஸ்மரண ஹீ “ஆபூ⁴ஷண” ஹை | ஸ்வச்ச²ந்த³ பரிபூர்ண ஸ்மரண ஹீ “க³ந்த⁴” ஹை | மந கீ ஸ்தி²ரதா த்³வாரா ஸபீ⁴ விஷயோம் கா அநுஸந்தா⁴ந கரநா- யஹ “புஷ்ப” ஹை | உந விஷயோம் கோ ஸதா³ ஸ்வீகார கரநா- யஹ ‘தூ⁴ப” ஹை | பவந த்³வாரா உட² ஹுஈ ஸச்சிதா³நந்த³ கீ ஜ்யோதி ஹீ “தீ³பக” ஹை | ஸாரே ஆவாக³மந கா த்யாக³- யஹீ “நைவேத்ய” ஹை | தீநோம் அவஸ்தா²ஓம்

கோ ஏக கரநா- “தாம்பூ³ல” ஹை | மூலாதா⁴ர ஸே ப்³ரஹ்ம-ரந்த்⁴ர தக ஓளர

ப்ரஹ்ம-ரந்த்ர ஸே மூலாதா⁴ர தக ஆநா-ஜாநா ஹீ “ப்ரத³க்ஷிண” ஹை ।
 தூய ஸ்தி²தி கோ ப்ராப்த கர கே ஸம்ஸ்கார-தே³ஹ ஸே ரஹித ஹோகர,
 பரமாநந்த³ மேம் டு³ப³நா- யஹ ப³லி தே³நா ஹை । கர்தவ்ய-அகர்தவ்ய கீ
 உதா³ஸீந்தா ஸே ஆத்ம-லய கர மாத்ர ஸத்வ ஹீ ஹை- யஹ பா⁴வநா கரநா
 ஹோம ஹை । பா⁴வநா கே விஷயோம் மேம் அபே⁴த³ கா விசார ரக²நா ஹீ தர்பண
 ஹை । அபநே கோ ஸ்ரீபாது³கா மேம் மக்³ந கரநா ஹீ பூர்ண த்⁴யாந ஹை ।
 இஸ ப்ரகார தீநோம் ஸ்வரூபோம் கீ பா⁴வநா ஸே யுக்த ஹோநேவாலா முக்த ஹோ
 ஜாதா ஹை । உஸே தே³வதா ஒளர ஆத்மா கே ஐக்ய கீ ஸித்³தி⁴ பி³நா ப்ரயாஸ
 கே ஹீ ப்ராப்த ஹோ ஜாதீ ஹை ஒளர வஹ ஸிவ-யோகீ³ கஹலாதா ஹை ।
 ॥ ஸ்ரீலலிதோபநிஷத் ஸம்பூர்ண ஹோதீ ஹை ॥

Meaning in English

Obeisances to ShreeLalita, the Beautiful Empress of Three Worlds

Shree Lalita Upanishat

This human body is made resembling the form of Nine Chakras (Chakras are energy discs or centres within human body, where particular energy flows), by the Shakti who is the supreme cause of all. The 'Shree-Chakra' incorporates all the Nine Shaktis of these Nine Chakras. The four goals of human life (righteousness, finance, sensual dealings, and Liberation) are like an ocean, and in this ocean the body is present like an island located in Nine Gems (the Nine Gems of Nine Chakras). The Nine Mudraas (expressive styled postures made by hands, body et cetera, during meditation, dance et cetera) of Mooladhara-Chakra are the Shaktis. The vows combined by the seven elements videlicet lymph et cetera (lymph, blood, muscle, fat, bone, marrow, and reproductive fluid) are the KalpaVriksha (divine desire fulfilling tree). The vital fire illumination is a beautiful garden.

Sweet, sour, spicy, bitter, astringent, salty- these are six

tastes tasted by tongue. Work-power is altar, Knowledge-power is Kundalini (coiled energy situated at the base of spine), and Will-power is I-ness (the quality by which we say 'I am, 'I have, 'I do et cetera). Lalita TripuraSundari is the knower and the sacrificer (of oblations). Knowledge is Arghya (water offerings to deity to rinse hands and mouth) and the Subject/Topic of that knowledge is the sacred oblations. Knower, knowledge, and subject/topic of knowledge- having feeling of discrimination in these three with full respect and humility, is the worship of Shree-Chakra.

There are nine sentiments- Shringaara et cetera (Shringaara- love; Haasya- humour; Adbhuta- wonder; Shaanta- peace; Raudra- anger; Veera- courage; Karuna- sorrow; Bhayanaka- fear; Veebhatsa- disgust). There are eight spiritual powers (Anima, Laghima, Mahima, Prapti, Garima, Ishatva, Prakaamyaa, Vashtva); the six foe passions (Sensual desire, Anger, Greed, Attachment, Pride, Jealousy) and these two- Paapa (sin, bad deeds) and Punya (Merits, good deeds)- these all eight (six+two); and the Shakti of Braahmi et cetera; all these (in total) are the eight Shaktis. The nine Mudraas of Muladhara are Shaktis. The five elements- Earth, Water, Fire, Air, Ether; the five sense organs- Ear, Skin, Eyes, Tongue, Nose; the five work organs- Speech, Hands, Feet, Anal path, Genital path; and the contortions of mind- these sixteen are the Sixteen Shaktis. Speaking, accepting, motion, leaving, enjoying, accepting-offering, neglecting, and intelligence- these eight actions are the eight Shaktis Ananga Kusuma et cetera (Ananga Kusuma, Ananga Mekhala, Ananga Madana, Ananga Madanatura, Ananga Rekha, Ananga Vegini, Ananga Ankusha, Ananga Malini). Alambusha, Kuhoo, Vishvodari, Varuna, Hasti-Jihvaa, Yashasvini, Gandhari, Pusha, Saraswati, Ida, Pingala, Sushumna- these Nadis (energy paths) are the

deities (known as Sarva-Sankshobhini et cetera) of the 14 triangles.

There are 10 kinds of Air- Praana, Apaana, Vyaan, Udaana, Samaana, Naaga, Koorma, Krikala, DevaDatta and Dhananjaya; these 10 Airs are deities (known as Sarva-Siddhi-Pradaa et cetera) of the outer 10 triangles. By composition, coming into contact with these 10 Airs the Praana (vital force air) becomes of five types- Rechaka, Puraka, Poshaka, Daahaka and Alpaavakaamrita. The Jathara-Agni (abdomen fire) in human body digests these four kinds of food- Bhakshya (masticated), Bhojya (swallowed), Lehya (licked) and Choshya (sucked). Only then all the deities (known as Sarvagya et cetera) of the inner 10 triangles are illuminated (id est recognised).

Cold, Hot, Happiness, Sorrow, Wish, quality of purity, quality of passion, quality of darkness- these eight are the eight Shaktis Vashini et cetera (Vashini, Kameshwari, Modini, Vimala, Aruna, Jayini, Sarveshwari, Kaulini). Word/Speech, Touch, Vision, Taste, Smell- these are five TanMatras (five subtle elements) which are the five flower-arrows; Mind is the bow of sugarcane; various Mind Prepositions are the arrows; Attachment is the rope; and Disgust is the goad. Avyakta, Mahat-Tattva and Ahankaara (I-ness) are respectively Kameshwari, Vajreshwari and Bhaga-Malini, the deities of the middle triangle of the Shri-Yantra.

There are fifteen Nityaa-Shaktis who watch the translation of time in the form of 15 lunar dates- these 15 Nityaas are the pure-form main deities. She who is beyond any designation, who is in the form of all the Gods and is always full of eternal bliss, that Goddess is Kameshwari. She whose soul and Her devotees' souls are in oneness and thus experience the ultimate eternal bliss, that Goddess Lalita Kaameshwari is

the Ishta-Devata (the personal deity whom a devotee chooses to worship).

Coordination and equity of soul to the ultimate soul is purity. 'To do' and 'Not to do'- being free from this feeling is the worship. 'I is 'You'. 'To do' and 'Not to do'- these do not exist. 'To be worshipped' and 'Not to be worshipped'- this is mere fancy (id est it does not exist). Evanescing the mind within contemplation of Divine is- doing the sacred oblations in fire.

The inner senses and outer senses have a capability of assuming a form- this is the 'Avahanam'(inviting the deity). Being one form and experiencing only one object from both inner senses and outer senses- this is 'Asanam'(offering of seat to a deity). Combining Red and White- this is 'Paadyam'(washing feet of deity). Merriment by the Effulgent Bliss- is 'Arghyam'(offering water to deity to wash face, hands). Purity of energy- is 'Achamanam'(offering water to deity to purify mouth). Meditation of Chit-Chandra-Mayi (She who is embodied moon of consciousness)- is the 'Snaanam'(bathing of deity). Contemplating upon the Goddess who is in the form of consciousness-fire and is Supreme Bliss- doing this is 'Vastram'(offering clothes to deity). The Brahma-Nadi (the divine energy channel or path, within body) which is in form of will and action and has the Brahma-Granthi (the divine node of energy)- this Brahma-Nadi is the 'Yagyopaveetam'(the sacred thread offered to deity). This very Brahma-Nadi departing itself into 27 parts becomes the extra clothes (offered to deity). Being unattached to desires and thus contemplating on the deity- this is 'Abhushanam'(offering jewels and ornaments to deity). Independently meditating completely upon the deity- is 'Gandhah'(offering beautiful scent and fragrance to deity). Inspection of all the subjects (the enjoyments, feelings,

knowledge et cetera) with stabilising the mind- doing this is 'Pushpam'(offering of flowers to deity). Always accepting those subjects- is 'Dhoopah'(offering of incense fumes to deity). The divine splendid light of the Sat-Chit-Ananda (the true and eternal bliss of consciousness) exalted high by the Pavana (divine wind)- is the 'Deepah'(offering fire lamp-light to deity). Renunciation of all transmigration of souls from death to birth to death (unending cycle of birth and death)- is 'Naivedyam'(food offerings to deity). Consolidating the three states of consciousness (waking, dreaming, and deep sleep) into one- is 'Taambulam'(offering sweet betel leaf to deity). Commuting from Mooladhara to Brahma-Randhra and from Brahma-Randhra to Mooladhara- is 'Pradakshina' (offering of gifts, money et cetera to deity).


Note- the terms in ' 'apostrophe are the 16 steps of Shodasha Upachara Poojanam (16 step worship of deity).

Attaining the Turiya state (the transcendental state) and leaving the mortal human coil and thus being merged in Supreme Divine Bliss- this is Bali (sacrifice done to deity). Only Eternal Remains- knowing this by immersing in own self from the indifference of notions of 'To do' and 'Not to do'- having this feeling is Homa (divine oblatory fire sacrifices). Having equality in subject of all feelings, emotion, sentiments et cetera- is Tarpana (libation of water and offerings). Being submerged in meditation of ShreePaduka (the divine feet of deity)- is the real complete contemplation of deity.


In this way, he who is united with the sentiments of these three forms is easily liberated. He effortlessly attains oneness of God and soul, and is then called 'Shiva-Yogi' meaning Ultimate Auspicious Mystic.

Thus ends the Shri Lalita Upanishat

Encoded, proofread, and translated by anonymous456an at gmail.com

——
Shri Lalita Upanishat

pdf was typeset on November 22, 2022

——
Please send corrections to sanskrit@cheerful.com

