Atma Bodha

ఆత్మబోధః

Document Information

Text title : Atmabodha

File name : aatmabodha.itx

Category : shankarAchArya

Location : doc_z_misc_shankara

Author : Adi Shankaracharya

Transliterated by : Kim Poulsen (poulsen at dk-online.dk)

Proofread by : M. Giridhar giridhar at chemeng.iisc.ernet.in, Sunder Hattangadi David Lyttle dhlyttle at hotmail.com, Sreenivasa Rao Bhagavatula

Description-comments : Samata Edition of Complete works of Shankaracharya

Latest update : March 4, 2021

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**.

December 17, 2022

sanskritdocuments.org

ఆత్మబోధః

నమః శ్రీశఙ్కరానన్దగురుపాదామ్బుజన్మనే ।
సవిలాసమహామోహగ్రాహగ్రాసైకకర్మణే ॥
namaH shrIsha NkarAnandagurupAdAmbujanmane .
savilAsamahAmohagrAhagrAsaikakarmaNe ..

– panchadashI

'I bow at the lotus feet of the Guru, Shankara, whose function is to eliminate the alligator of delusion (moha) with all its branches.'

Atma Bodha, meaning self knowledge, was composed by Adi Shankara sometime in the 8th century.

To quote Sri Radhakrishnan 'The Advaitism of Shankara is a system of great speculative daring and logical subtlety . Its austere intellectualism, its remorseless logic, which marches on indifferent to the hopes and beliefs of man, its relative freedom from theological obsessions, make it a great example of a purely philosophical scheme . It is impossible to read Shankara's writings, packed as they are with serious and subtle thinking, without being conscious that one is in contact with a mind of a very fine penetration and profound spirituality . With his acute feeling of the immeasurable world, his stirring gaze into the abysmal mysteries of the spirit, his unswerving resolve to say neither more nor less than what could be proved, Shankara stands out as a heroic figure of the first rank in the somewhat motley crowd of the religious thinkers of medieval India ....

Shankara taught us to love Truth, respect reason and realize the purpose of life . Twelve centuries have passed, and yet his influence is visible.'

His influence on Indian philosophy is so enormous that most of the later philosophies that evolved in India had either to agree with him or disagree with him, quoting him nevertheless.

Shankara, in his indisputable style, allows a place for Karma and Bhakti while emphasising the prime necessity of j nAna for the realization of the Self . For example, while commenting on Bhagvadgita 18.45, he takes Bhakti to be identical to j nAna by quoting 7.16-18 of the gItA where Krishna says that a j nAni is one of His Bhaktas.

In Vivekachudamani, he goes on to say that Bhakti is one of the most conducive causes for liberation . Similarly, in the third verse of atma bodha, he says that karma is not opposed to ignorance, though it can not destroy ignorance . Undoubtedly a great religious reformer and philosopher, Shankara embraces within his fold all pantheism while maintaining the principle of non-duality.

Though Shankara is famous for his commentaries (bhAShya-s) on the three major texts considered as 'launching pad' for liberation (prasthAnatrayI, the triple cannon),
namely bhagvad gItA, brahmasUtra-s, and upaniShad-s, he has composed a large number of stotra-s (hymns in praise of various gods) and also brief expositions in prose and verse (prakaraNa-s). Atma Bodha falls into the last category . A rare but an excellent commentary of this work in Sanskrit has been provided by Swami kRiShNAnandAshramI and has been translated in to english by Vidyaratna Menon . Other noteworthy translations of the text are by Swami Chinmayananda, Swami Nikhilananda, TMP Mahadevan, and Parthasarathy, to name a few.

The text of Atmabodha avoids the technicalities found in the vedas, but conveys the message of jnana yoga (the path of knowledge) to the layman . In a short compendium of sixty eight stanzas, the knowledge of the Self is described in an unique and simple style . Shankara starts with the requirements of the aspirant, and goes on to explain the nature of world -Samsara, the embodiments of the soul, the influence of mAyA and the superimposition of Atman . He describes the meditation technique based on

aphorism ‘I am Brahman,’ the supreme being,
‘Aham Brahmasmi’, and elucidates the fruits of Self-realization and the state of the jivanmukta (liberated soul).

Since the realization of the Self can not be had from books or scriptures, Shankara insists on the necessity of instruction by a Self-realized Guru (teacher). The intense desire to liberate and the effort required by the sAdhaka (aspirant) is emphasized . If there is no effort, there can not be a result . As Sri Radhakrishnan says ‘People in our society have resolved to renounce nothing, but wish to enjoy the fruit of renunciation.’ The vedanta kesari puts it ‘The goal we desire (should be) to reach the ideal society of the prophets, a society of just, peaceful, morally and intellectuially progressive community of non attached and responsible individuals, the means we adopt therefore must be worthy of the ends . Then only the real age of millennium will dawn wherein one feels that the whole world is one’s family of kith and kin, a place for nothing but love and fellow feeling, in short a vasudhaivakuTumbakam (universe as a family).’

Commenting on the first verse of Atma Bodha, the sanskrit commentator, Swami kRiShNAnandAshramI, remarks that Sri Shankaracharya composed the three great bhashyas (of the upaniShads, gItA, and brahma sUtra) for the guidance of people qualified by birth, environment, circumstances, and mental, moral and spiritual development . Out of great compassion for the rest of the masses, Shankara composed Atmabodha for explaining the knowledge of the Self.

The treatise of the knowledge of self, Atmabodha, is meant for those whose sins have been destroyed by religious austerities, who are calm, devoid of attachment and are persons desirous of liberation (i.e . mumukShu-s desirous of mokSha).
The qualified are those who have the four fold requisities, 1. discrimination between real and unreal (viveka) 2. non-attachment (i.e indifferent to the results of one’s action) 3. desire for emancipation (mumukShu-s) and 4. the six fold qualities,

a . sAma (restraint of internal senses)

b . dAma (restraint of external senses)

c . uparati (control of senses, without jumping from one object to another)

d . samAdhAna (mind constantly on the Self)

e . titIkShA (indifferent endurance)

f . shraddhA (faith).

The rest of the sixty seven verses may be roughly classified in to the following subjects, means for emancipation (2-5), sa.nsAra (6-12), various sharIra-s (embodiments) (13-19), adhyAsa (15-19), aha.nkAra (26-30), doctrine of neti-neti (31-36), sAdhanA (37-39), self-realization (40-46), vision of a j nAnI and characteristics of a jivanmukta (47-53), and finally the nature of Brahman (54-68).

May the great AchArya, one of the greatest persons to grace this planet, Shankara, make us aware of His grace.

॥ ఆత్మబోధః ॥

.. AtmabodhaH ..

తపోభిః క్షీణపాపానాం శాన్తానాం వీతరాగిణామ్ ।
ముముక్షూణామపేక్ష్యోఽయమాత్మబోధో విధీయతే ॥ ౧॥

బోధోఽన్యసాధనేభ్యో హి సాక్షాన్మోక్షైకసాధనమ్ ।
పాకస్య వహ్నివజ్జ్ఞానం వినా మోక్షో న సిధ్యతి ॥ ౨॥

అవిరోధితయా కర్మ నావిద్యాం వినివర్తయేత్ ।
విద్యాఽవిద్యాం నిహన్త్యేవ తేజస్తిమిరసఙ్ఘవత్ ॥ ౩॥

పరిచ్ఛిన్న ఇవాజ్ఞానాత్తన్నాశే సతి కేవలః । var అవచ్ఛిన్న
స్వయం ప్రకాశతే హ్యాత్మా మేఘాపాయేంఽశుమానివ ॥ ౪॥

అజ్ఞానకలుషం జీవం జ్ఞానాభ్యాసాద్వినిర్మలమ్ ।
కృత్వా జ్ఞానం స్వయం నశ్యేజ్జలం కతకరేణువత్ ॥ ౫॥

సంసారః స్వప్నతుల్యో హి రాగద్వేషాదిసఙ్కులః ।
స్వకాలే సత్యవద్భాతి ప్రబోధే సత్యసద్భవేత్ ॥ ౬॥

తావత్సత్యం జగద్భాతి శుక్తికారజతం యథా ।

యావన్న జ్ఞాయతే బ్రహ్మ సర్వాధిష్ఠానమద్వయమ్ ॥ ౭॥

ఉపాదానేఽఖిలాధారే జగన్తి పరమేశ్వరే ।
సర్గస్థితిలయాన్ యాన్తి బుద్బుదానీవ వారిణి ॥ ౮॥ var not in some editions

సచ్చిదాత్మన్యనుస్యూతే నిత్యే విష్ణౌ ప్రకల్పితాః ।
వ్యక్తయో వివిధాః సర్వా హాటకే కటకాదివత్ ॥ ౯॥

యథాకాశో హృషీకేశో నానోపాధిగతో విభుః ।
తద్భేదాద్భిన్నవద్భాతి తన్నాశే కేవలో భవేత్ ॥ ౧౦॥

నానోపాధివశాదేవ జాతివర్ణాశ్రమాదయః । var జాతినామాశ్రమాదయః
ఆత్మన్యారోపితాస్తోయే రసవర్ణాది భేదవత్ ॥ ౧౧॥

పంచీకృతమహాభూతసంభవం కర్మసంచితమ్ ।
శరీరం సుఖదుఃఖానాం భోగాయతనముచ్యతే ॥ ౧౨॥

పంచప్రాణమనోబుద్ధిదశేన్ద్రియసమన్వితమ్ ।
అపంచీకృతభూతోత్థం సూక్ష్మాఙ్గం భోగసాధనమ్ ॥ ౧౩॥

అనాద్యవిద్యాఽనిర్వాచ్యా కారణోపాధిరుచ్యతే ।
ఉపాధిత్రితయాదన్యమాత్మానమవధారయేత్ ॥ ౧౪॥

పంచకోశాదియోగేన తత్తన్మయ ఇవ స్థితః ।
శుద్ధాత్మా నీలవస్త్రాదియోగేన స్ఫటికో యథా ॥ ౧౫॥

వపుస్తుషాదిభిః కోశైర్యుక్తం యుక్త్యవఘాతతః । (యుక్త్యాఽవఘాతతః)
ఆత్మానమన్తరం శుద్ధం వివిచ్యాత్తణ్డులం యథా ॥ ౧౬॥
var విద్యర్థ వివిఞ్చ్యాత్, ఆశీర్లిఙ్గ benedictive వివిచ్యాత్

సదా సర్వగతోఽప్యాత్మా న సర్వత్రావభాసతే ।
బుద్ధావేవావభాసేత స్వచ్ఛేషు ప్రతిబిమ్బవత్ ॥ ౧౭॥

దేహేన్ద్రియమనోబుద్ధిప్రకృతిభ్యో విలక్షణమ్ ।
తద్వృత్తిసాక్షిణం విద్యాదాత్మానం రాజవత్సదా ॥ ౧౮॥

వ్యాపృతేష్విన్ద్రియేష్వాత్మా వ్యాపారీవావివేకినామ్ ।
దృశ్యతేఽభ్రేషు ధావత్సు ధావన్నివ యథా శశీ ॥ ౧౯॥

ఆత్మచైతన్యమాశ్రిత్య దేహేన్ద్రియమనోధియః ।

స్వక్రియార్థేషు వర్తన్తే సూర్యాలోకం యథా జనాః । ౨౦॥

దేహేన్ద్రియగుణాన్కర్మాణ్యమలే సచ్చిదాత్మని ।
అధ్యస్యన్త్యవివేకేన గగనే నీలతాదివత్ ॥ ౨౧॥

అజ్ఞానాన్మానసోపాధేః కర్తృత్వాదీని చాత్మని ।
కల్ప్యన్తేఽమ్బుగతే చన్ద్రే చలనాది యథామ్భసః । ౨౨॥

రాగేచ్ఛాసుఖదుఃఖాది బుద్ధౌ సత్యాం ప్రవర్తతే ।
సుషుప్తౌ నాస్తి తన్నాశే తస్మాద్బుద్ధేస్తు నాత్మనః ॥ ౨౩॥

ప్రకాశోఽర్కస్య తోయస్య శైత్యమగ్నేర్యథోష్ణతా ।
స్వభావః సచ్చిదానన్దనిత్యనిర్మలతాత్మనః ॥ ౨౪॥

ఆత్మనః సచ్చిదంశశ్చ బుద్ధేర్వృత్తిరితి ద్వయమ్ ।
సంయోజ్య చావివేకేన జానామీతి ప్రవర్తతే ॥ ౨౫॥

ఆత్మనో విక్రియా నాస్తి బుద్ధేర్బోధో న జాత్వితి । var జాత్వపి
జీవః సర్వమలం జ్ఞాత్వా జ్ఞాతా ద్రష్టేతి ముహ్యతి ॥ ౨౬॥

రజ్జుసర్పవదాత్మానం జీవం జ్ఞాత్వా భయం వహేత్ ।
నాహం జీవః పరాత్మేతి జ్ఞాతం చేన్నిర్భయో భవేత్ ॥ ౨౭॥

ఆత్మావభాసయత్యేకో బుద్ధ్యాదీనీన్ద్రియాణ్యపి ।
దీపో ఘటాదివత్స్వాత్మా జడైస్తైర్నావభాస్యతే ॥ ౨౮॥

స్వబోధే నాన్యబోధేచ్ఛా బోధరూపతయాత్మనః ।
న దీపస్యాన్యదీపేచ్ఛా యథా స్వాత్మప్రకాశనే ॥ ౨౯॥

నిషిధ్య నిఖిలోపాధీన్నేతి నేతీతి వాక్యతః ।
విద్యాదైక్యం మహావాక్యైర్జీవాత్మపరమాత్మనోః ॥ ౩౦॥

ఆవిద్యకం శరీరాది దృశ్యం బుద్బుదవత్క్షరమ్ ।
ఏతద్విలక్షణం విద్యాదహం బ్రహ్మేతి నిర్మలమ్ ॥ ౩౧॥

దేహాన్యత్వాన్న మే జన్మజరాకార్శ్యలయాదయః ।
శబ్దాదివిషయైః సఙ్గో నిరిన్ద్రియతయా న చ ॥ ౩౨॥

అమనస్త్వాన్న మే దుఃఖరాగద్వేషభయాదయః ।
అప్రాణో హ్యమనాః శుభ్ర ఇత్యాది శ్రుతిశాసనాత్ ॥ ౩౩॥

(ఏతస్మాజ్జాయతే ప్రాణో మనః సర్వేన్ద్రియాణి చ ।
ఖం వాయుర్జ్యోతిరాపః పృథివీ విశ్వస్య ధారిణీ ॥) doubtful addition
నిర్గుణో నిష్క్రియో నిత్యో నిర్వికల్పో నిరంజనః ।
నిర్వికారో నిరాకారో నిత్యముక్తోఽస్మి నిర్మలః ॥ ౩౪॥

అహమాకాశవత్సర్వం బహిరన్తర్గతోఽచ్యుతః ।
సదా సర్వసమః సిద్ధో నిఃసఙ్గో నిర్మలోఽచలః ॥ ౩౫॥

నిత్యశుద్ధవిముక్తైకమఖణ్డానన్దమద్వయమ్ ।
సత్యం జ్ఞానమనన్తం యత్పరం బ్రహ్మాహమేవ తత్ ॥ ౩౬॥

ఏవం నిరన్తరాభ్యస్తా బ్రహ్మైవాస్మీతి వాసనా ।
హరత్యవిద్యావిక్షేపాన్ రోగానివ రసాయనమ్ ॥ ౩౭॥

వివిక్తదేశ ఆసీనో విరాగో విజితేన్ద్రియః ।
భావయేదేకమాత్మానం తమనన్తమనన్యధీః ॥ ౩౮॥

ఆత్మన్యేవాఖిలం దృశ్యం ప్రవిలాప్య ధియా సుధీః ।
భావయేదేకమాత్మానం నిర్మలాకాశవత్సదా ॥ ౩౯॥

రూపవర్ణాదికం సర్వం విహాయ పరమార్థవిత్ ।
పరిపూర్ణచిదానన్దస్వరూపేణావతిష్ఠతే ॥ ౪౦॥

జ్ఞాతృజ్ఞానజ్ఞేయభేదః పరే నాత్మని విద్యతే ।
చిదానన్దైకరూపత్వాద్దీప్యతే స్వయమేవ తత్ ॥ ౪౧॥ var హి ॥

ఏవమాత్మారణౌ ధ్యానమథనే సతతం కృతే ।
ఉదితావగతిర్జ్వాలా సర్వాజ్ఞానేన్ధనం దహేత్ ॥ ౪౨॥

అరుణేనేవ బోధేన పూర్వం సన్తమసే హృతే ।
తత ఆవిర్భవేదాత్మా స్వయమేవాంశుమానివ ॥ ౪౩॥

ఆత్మా తు సతతం ప్రాప్తోఽప్యప్రాప్తవదవిద్యయా ।
తన్నాశే ప్రాప్తవద్భాతి స్వకణ్ఠాభరణం యథా ॥ ౪౪॥

స్థాణౌ పురుషవద్భ్రాన్త్యా కృతా బ్రహ్మణి జీవతా ।
జీవస్య తాత్త్వికే రూపే తస్మిన్దృష్టే నివర్తతే ॥ ౪౫॥

తత్త్వస్వరూపానుభవాదుత్పన్నం జ్ఞానమంజసా ।
అహం మమేతి చాజ్ఞానం బాధతే దిగ్భ్రమాదివత్ ॥ ౪౬॥

సమ్యగ్విజ్ఞానవాన్ యోగీ స్వాత్మన్యేవాఖిలం జగత్ ।
ఏకం చ సర్వమాత్మానమీక్షతే జ్ఞానచక్షుషా ॥ ౪౭॥

ఆత్మైవేదం జగత్సర్వమాత్మనోఽన్యన్న విద్యతే ।
మృదో యద్వద్ఘటాదీని స్వాత్మానం సర్వమీక్షతే ॥ ౪౮॥

జీవన్ముక్తస్తు తద్విద్వాన్పూర్వోపాధిగుణాంస్త్యజేత్ ।
సచ్చిదానన్దరూపత్వాత్ భవేద్భ్రమరకీటవత్ ॥ ౪౯॥

తీర్త్వా మోహార్ణవం హత్వా రాగద్వేషాదిరాక్షసాన్ ।
యోగీ శాన్తిసమాయుక్త ఆత్మారామో విరాజతే ॥ ౫౦॥

బాహ్యానిత్యసుఖాసక్తిం హిత్వాత్మసుఖనిర్వృతః ।
ఘటస్థదీపవత్స్వస్థః స్వాన్తరేవ ప్రకాశతే ॥ ౫౧॥

var దీపవచ్ఛశ్వదన్తరేవ, also var స్వచ్ఛః
ఉపాధిస్థోఽపి తద్ధర్మైరలిప్తో వ్యోమవన్మునిః ।
సర్వవిన్మూఢవత్తిష్ఠేదసక్తో వాయువచ్చరేత్ ॥ ౫౨॥

ఉపాధివిలయాద్విష్ణౌ నిర్విశేషం విశేన్మునిః ।
జలే జలం వియద్వ్యోమ్ని తేజస్తేజసి వా యథా ॥ ౫౩॥

యల్లాభాన్నాపరో లాభో యత్సుఖాన్నాపరం సుఖమ్ ।
యజ్జ్ఞానాన్నాపరం జ్ఞానం తద్బ్రహ్మేత్యవధారయేత్ ॥ ౫౪॥

యద్దృష్ట్వా నాపరం దృశ్యం యద్భూత్వా న పునర్భవః ।
యజ్జ్ఞాత్వా నాపరం జ్ఞేయం తద్బ్రహ్మేత్యవధారయేత్ ॥ ౫౫॥

తిర్యగూర్ధ్వమధః పూర్ణం సచ్చిదానన్దమద్వయమ్ ।
అనన్తం నిత్యమేకం యత్తద్బ్రహ్మేత్యవధారయేత్ ॥ ౫౬॥

అతద్వ్యావృత్తిరూపేణ వేదాన్తైర్లక్ష్యతేఽద్వయమ్ । var ఽవ్యయమ్
అఖణ్డానన్దమేకం యత్తద్బ్రహ్మేత్యవధారయేత్ ॥ ౫౭॥

అఖణ్డానన్దరూపస్య తస్యానన్దలవాశ్రితాః ।
బ్రహ్మాద్యాస్తారతమ్యేన భవన్త్యానన్దినోఽఖిలాః ॥ ౫౮॥

తద్యుక్తమఖిలం వస్తు వ్యవహారస్తదన్వితః । var వ్యవహారశ్చిదన్వితః
తస్మాత్సర్వగతం బ్రహ్మ క్షీరే సర్పిరివాఖిలే ॥ ౫౯॥

అనణ్వస్థూలమహ్రస్వమదీర్ఘమజమవ్యయమ్ ।
అరూపగుణవర్ణాఖ్యం తద్బ్రహ్మేత్యవధారయేత్ ॥ ౬౦॥

యద్భాసా భాస్యతేఽర్కాది భాస్యైర్యత్తు న భాస్యతే ।
యేన సర్వమిదం భాతి తద్బ్రహ్మేత్యవధారయేత్ ॥ ౬౧॥

స్వయమన్తర్బహిర్వ్యాప్య భాసయన్నఖిలం జగత్ ।
బ్రహ్మ ప్రకాశతే వహ్నిప్రతప్తాయసపిణ్డవత్ ॥ ౬౨॥

జగద్విలక్షణం బ్రహ్మ బ్రహ్మణోఽన్యన్న కించన ।
బ్రహ్మాన్యద్భాతి చేన్మిథ్యా యథా మరుమరీచికా ॥ ౬౩॥

దృశ్యతే శ్రూయతే యద్యద్బ్రహ్మణోఽన్యన్న తద్భవేత్ ।
తత్త్వజ్ఞానాచ్చ తద్బ్రహ్మ సచ్చిదానన్దమద్వయమ్ ॥ ౬౪॥

సర్వగం సచ్చిదాత్మానం జ్ఞానచక్షుర్నిరీక్షతే ।
అజ్ఞానచక్షుర్నేక్షేత భాస్వన్తం భానుమన్ధవత్ ॥ ౬౫॥

శ్రవణాదిభిరుద్దీప్తజ్ఞానాగ్నిపరితాపితః ।
జీవః సర్వమలాన్ముక్తః స్వర్ణవద్ద్యోతతే స్వయమ్ ॥ ౬౬॥

హృదాకాశోదితో హ్యాత్మా బోధభానుస్తమోఽపహృత్ ।
సర్వవ్యాపీ సర్వధారీ భాతి భాసయతేఽఖిలమ్ ॥ ౬౭॥ var సర్వం ప్రకాశతే
దిగ్దేశకాలాద్యనపేక్ష్య సర్వగం
శీతాదిహృన్నిత్యసుఖం నిరంజనమ్ ।
యః స్వాత్మతీర్థం భజతే వినిష్క్రియః
స సర్వవిత్సర్వగతోఽమృతో భవేత్ ॥ ౬౮॥

॥ ఇతి శంకరాచార్యవిరచిత ఆత్మబోధః సమాప్తః ॥

References in introduction include notes from the translations
by Swami Nikhilananda, TMP Mahadevan, Vidyaratna Menon,
and the sanskrit commentary by Swami Krishnanandashrami.
Transliteration is by Kim Poulsen (poulsen at dk-online.dk).
Comments by Giridhar giridhar at chemeng.Isc.ernet.in
Additional proofreading by Avinash Sathaye sohum at ms.uky.edu,
David Lyttle dhlyttle at hotmail.com, and Sunder Hattangadi,

Sreenivasa Rao Bhagavatula

From Samata Edition of Complete works of Shankaracharya

Atma Bodha

pdf was typeset on December 17, 2022

Please send corrections to *sanskrit@cheerful.com*