

- Hindi

---

## Essence of Ten Principal Upanishads with Hindi Translation

दशोपनिषत्पारः सासुवादः

### Document Information

---

Text title : Dashopanishatsara Essence of Ten Principal Upanishads with Hindi Translation

File name : dashopaniShatsAra.itx

Category : upanishhat

Location : doc\_upanishhat

Author : nArAyaNapaNDita

Transliterated by : Pranab Mukherjee pranab9 at gmail.com

Proofread by : Pranab Mukherjee pranab9 at gmail.com

Description/comments : Isha kena kaTha prashna muNDa mANDUKya tittiraH aitareyaM

ChAndogyaM bRihadAraNyakaM

Latest update : July 8, 2018

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**.

---

July 8, 2024

*sanskritdocuments.org*

---

దశోపనిషత్పారః సానువాదః



శ్రీగణేశాయ నమః ॥

॥ ఓం పరమాత్మనే నమః ॥

దేవీం దధిమతీం నత్వా సచ్చిదానందరూపిణీమ్ ।  
దశోపనిషదాం సారో గోవిందేన విరచ్యతే ॥ ౧ ॥

“ఉపనిషదతి ప్రాప్నోతి బ్రహ్మాత్మభావోఽనయా” ఇతి వ్యుత్పత్త్యా  
బ్రహ్మవిద్యాప్రతిపాదకే వేదశిరోభాగేఽయముపనిషచ్చబ్ధః ప్రయుజ్యతే ।  
ఏష వేదశిర్షస్థానీయభాగో వేదాంతనామ్నా ప్రసిద్ధః । అయం వేదాంత ఏవ  
బ్రహ్మవిద్యా । బ్రహ్మణో విద్యా బ్రహ్మవిద్యా । సా చ శుద్ధచైతన్యాత్మకస్య  
బ్రహ్మణోఽభేదేన జ్ఞానరూపా । ఆత ఏవేయం బ్రహ్మజ్ఞానమితి భణ్యతే ।  
బ్రహ్మజ్ఞానమాత్మజ్ఞానతత్త్వజ్ఞానమితి త్రీణీ నామాని పర్యాయవాచిని ।  
సైవాత్మవిద్యా ఇతి కథ్యతే । బ్రహ్మవిద్వైవ సర్వత్ర సమతాం దర్శయతి ।  
బ్రహ్మవిద్యయైవాఽజ్ఞానగ్రన్థయశ్చిద్యవే । బ్రహ్మవిద్యాప్రాప్తిప్రభావేణ  
కర్మచాఞ్చుల్యం సుసంయతం, చిత్తం చాన్తర్ముఖీ భవతి ।  
బ్రహ్మవిద్యయైవ మిథ్యానుభూతివినాశః పరమసత్వోపలబ్ధిశ్చ భవతః ।  
బ్రహ్మవిద్యయైవ వైకాత్మరసప్రత్యయసారాఽవాఙ్మనసగోచర-స్వయం  
ప్రకాశ-విజ్ఞాన-స్వరూపచేతనానందఘన-రసైకఘన-బ్రహ్మణః  
ప్రాప్తిః సమృద్ధ్యతే । ఆస్యా బ్రహ్మవిద్యాయాః ప్రతిపాదనం యస్మిన్  
వేదాత్యుచ్చశిరోభాగే వర్తతే, స ఏవోపనిషన్నామ్నా కథ్యతే ।  
ఏతాసాముపనిషదాం మన్త్రాణాం సమన్వయస్తథా మీమాంసా భగవతా  
వేదవ్యాసేన బ్రహ్మసూత్రే విహితా । యా వేదాన్తదర్శననామ్నా వ్యపదిశ్యతే ।  
ఏతాభ్య ఉపనిషద్భ్య ఏవ గోపాలనందనానందకన్తో భగవాన్  
శ్రీకృష్ణచన్ద్రః శ్రీమద్భగవద్గీతాయామమృతరూపదుగ్ధం  
సుధీభోక్త్యాణాముపభోగార్థమధుక్షత్ । ఆత  
ఏవోపనిషద్-బ్రహ్మసూత్ర-భగవద్గీతానామక-గ్రన్థరత్నత్రయం  
“ప్రస్థానత్రయా” నామ్రా ప్రథితమస్తి । భారతవర్షీయాః సర్వే

ధర్మాచార్యాః ప్రస్థానత్రయీవలైవైవ సత్యాన్వేషణమకుర్వన్ ।

వేదా అపారుషేయా అత ఏవస్త అనాదయో మన్యన్తే । తేషు త్రయో విషయాః ప్రాయేణ  
ప్రతిపాదితాః । తేన వేదస్య త్రయో భాగాః క్రియన్తే యే కాణ్ణనామధేయేన  
గ్రసీద్ధాః । కర్మకాణ్ణః ౧, ఉపాసనాకాణ్ణః ౨, జ్ఞానకాణ్ణ ౩ శ్రేఢి ।  
కర్మకాణ్ణే కర్మణాం సమూహో వివేచితః । ఉపాసనాకాణ్ణే దేవాదీనామీశ్వరస్య  
చారాధనా వర్ణితా అస్తి । జ్ఞానకాణ్ణే మూలతత్త్వవిచారః కృతోఽస్తి ।  
కర్మోపాసనే తత్తత్త్వోపలబ్ధయే యోగ్యతాం దత్తః ! అతస్త ఉభే  
సాధనస్వరూపేః స్తః । జ్ఞానం చ సిద్ధాంతరూపమ్ । వేదస్య జ్ఞానకాణ్ణ  
ఏవోపనిషదితి నామ్నోచ్యతే । సా వేదాంతనామ్నా చామ్నాయ-మస్తకనామధేయేన  
కథ్యతే । అత ఉపనిషదో బ్రహ్మజ్ఞానస్రోతాంసి సన్తి ।

ఉపనిషదాం మహత్త్వం ముక్తకణ్ణం సర్వై రేవాచార్యైః  
స్వదేశీయైర్విదేశీయైశ్చాక్షేకృతమస్తి । వస్తుతో  
బ్రహ్మవిద్యామహిమేదృశ ఏవ । యేన బ్రహ్మవిద్యామృతపానం కృతం  
స కృతార్థః సజ్ఞాతః । తస్య న కిమపి కర్తవ్యం, న చ  
కిమపి ప్రాప్తవ్యమవశిష్యతే । బ్రహ్మకారవృత్తివర్ణనప్రసక్తే  
వేదాంతసిద్ధాంతముక్తావలీగ్రన్థకారః సప్తం స్తౌతి బ్రహ్మచేతనమ్ -  
కులం పవిత్రం జననీ కృతార్థా వసున్ధరా పుణ్యవతీ చ తేన ।  
అపారసచ్చిత్సుఖసాగరేఽస్మింల్లీనం పరే బ్రహ్మణి యస్య చేతః ॥

బ్రహ్మజ్ఞానయతపురుషస్య దృష్టవ్యాం సకలసంసారః  
సచ్చిదానన్దస్వరూపః సజ్ఞాయతే । అసజ్ఞాడరూపమిదం జగత్  
దుఃఖం చ తేన నానుభూయతే న ప్రతీయతే చ । తద్దష్టయాం తు  
ద్రష్టా-దృశ్య-దృష్టినామేకీభావస్తేషామభేదప్రతీతిశ్చ ।  
స ద్రష్టా తు స్వయమేకో

నిశ్చల-నిర్వాధ-నిష్కల-సచిదానన్దస్వరూప-సత్తామాత్ర ఏవ ।  
ఉపనిషదో బహుావ్యః సన్తి । నారాయణోపనిషది త్వష్టోత్తతతోపనిషదాం  
నామాన్యుల్లిఖితాని వర్తన్తే । తాసు కేవలం దశైవ ప్రధానా యాసాం నామాని  
నిష్టాని ప్రసిద్ధాని సన్తి ।

ఈశ-కేన-కత-ప్రశ్న-ముణ్ణ-మాణ్ణూక్య-తిత్తిరః ।  
ఐతరీయం చ ఛాన్దోగ్యం బృహదారణ్యకం తథా । ।

ఆసు దశసంఖ్యాపరిమితానూపనిషత్సు బ్రహ్మమీమాంసా సమీచీనతయా  
వివిధప్రకారైశ్చ వర్ణితా ప్రతిపాదితా చాస్తి । తాసాం క్రమేణ  
సారాంశోఽథస్తాద్వర్ణ్యతే ।

౧. ఈశావాస్యోపనిషత్పాఠః ।

ఇదం స్థావరజ్గమాత్మకం సర్వం జగత్  
అభిన్న-నిమిత్తోపాదానకారణరూపేణేశ్వరేణ వ్యాప్తమస్తి । అర్థాదిదం జగత్  
ఈశ్వరాదేవ ప్రాదుర్భూతమీశ్వరేణైవ చ రచితమస్తి । తేనేశ్వరేణైవేదం  
జగత్ వ్యాప్తం పూర్ణం చ । యథోపాదనకారణభూతయా మృత్తికయా  
ఘట-శరావాదికం కార్య వ్యాప్తమస్తి తథైవేశ్వరేణైవేదం సర్వం  
జగత్ వ్యాప్తం వర్తతే । అథవా యథా నృపదృష్టయాదిద్వారా నగరాదికం  
వ్యాప్తం, తథైవేశ్వరేణ జగద్వ్యాప్తమ్ । అథవా యథా మనుష్యశరీరాణి  
వసనైరాచ్ఛాదితాని, తథైవేశ్వరేణైవేదం సర్వం విశ్వం వ్యాప్తమ్ ।  
అథవా యథా సువాసితకుసుమాని స్వసౌరభేణ జలం పూణతర్పణం  
కుర్వన్తి, తథైవేశ్వరేణ స్వస్ఫూర్త్యా వ్యాప్యేదం జగద్రమణీయతరం  
విహితమ్ । అథవా యథా ప్రవృత్తికారణభూతవాసనాభిర్మనుష్యమనాంసి  
వ్యాప్తాని, తథైవాన్తర్యామిస్వరూపేణేశ్వరేణైతద్విశ్వం వ్యాప్తం  
వర్తతే । ఏష ఈశ్వరో వాయురూపేణ చలతి, కిన్తు స్వరూపేణ న  
చలతి, యతోఽయమక్రియః । అయమీశ్వరోఽవిదుషాం దూరతమః,  
యదయమనన్తకోటిహాయనైరపి తైః ప్రాప్తమశక్యః । కిన్తు  
విదుషామతినికటత్తరః, యదయం సర్వేషాం భూతానాం ప్రత్యగాత్మభూతః  
(సర్వాన్తర్యామీ) । అయమీశ్వరోఽస్మిచ్ఛారాచరాత్మకదృశ్యవిశ్వమధ్యే  
వర్తతే, తద్వహిశ్య । యో జ్ఞానీ సర్వభూతేష్యమమీశ్వరం, ఈశ్వరే చ  
సర్వభూతాని పశ్యతి, స అభేదదర్శి పురుషో న కమపి నిర్దతి న  
చాపి స్తౌతి । స న కీదృశమపి శోకం, న మోహాచ్ఛాధిగచ్ఛతి । యే  
పరమేశ్వరం న జానన్తి తే మరణానన్తరమన్తకారమయతమోరూపలోకం  
( నరకం ) ప్రాప్నువన్తి । అయమాత్మా  
సర్వగత-శుద్ధ-శరీరరహిత-క్షత-రహిత-స్నాయురహిత-నిర్మల-  
నిష్పాప-సర్వద్రష్ట-సర్వజ్ఞ-సర్వోత్కృష్ట-స్వయంభూస్వరూపో  
వర్తతే ।

౨. కేనోపనిషత్సారః ।

ఈశ్వరః శ్రోత్రస్యాపి శ్రోత్రమ్ । అర్థాదీశ్వరసామర్థ్యాదేవ  
 శ్రోత్రేన్ద్రియం స్వవిషయం శబ్దం గ్రహీతుం సమర్థం భవతి ।  
 ఏష సర్వేశ్వరో మనసోఽపి మనః । అర్థాదేతన్ననః  
 సర్వవిషయోపలభ్యే సాధారణకారణభూతమస్తి తన్నన  
 ఈశ్వరస్య శక్త్యైవ స్వవిషయముపలబ్ధం శక్తిమద్భవతి ।  
 అయమీశ్వరో వాచోఽపి వాక్ । అర్థాత్ వాగిన్ద్రియమీశ్వరానుగ్రహణైవ  
 శబ్దోచ్చారణరూపవ్యాపారం కరోతి । ఏష ఈశ్వరశ్చక్షుషశ్చక్షుః ।  
 అర్థాదేతన్నేత్రేన్ద్రియమీశ్వరసాహాయ్యేనైవ స్వవిషయం రూపం గృహ్లాతి ।  
 అస్యాయం భావః, శ్రోత్రాదీనాం సర్వేన్ద్రియాణాం ప్రవృత్తిః స్వస్వవిషయేషు  
 భవతి, తత్ప్రవృత్తేః కారణభూత ఈశ్వరస్తద్విలక్షణ-చేతనస్వరూపః ।  
 యథా గృహనిర్మాణకర్తా శిల్పి గృహాద్భిన్న ఏవ । ధీరపురుషో  
 దేహశ్రోత్రాదీన్ద్రియేష్వాత్మవృద్ధిం పరిత్యజ్య తస్యేశ్వరస్యాత్మరూపేణ  
 సాక్షాత్కృత్యామృతత్వమేతి, జన్మమృత్యు రహితో భవతి ।  
 ఇన్ద్రియాగ్నివాయాదయః సమర్థదేవా అప్యస్య సర్వసమర్థదేవేశ్వరస్యాధీనాః ।  
 తత్సాహాయ్యమన్తరేణ న కశ్చిత్ కిఞ్చిదపి కర్తుం సమర్థో భవతి ।

3. కరోపనిషత్సారః ।

ఓమిత్యేత్పదం బ్రహ్మ । ఓమితీశ్వరనామ శ్రేష్ఠమాలమ్బనం, పరమాలమ్బనమ్ ।  
 ఏతదాలమ్బనం జ్ఞాత్వా పురుషో బ్రహ్మలోకే మహాత్వమాపద్యతే । అయం  
 నిత్యశ్చేతనరూపాత్మా న జాయతే, న మ్రియతే, న కదాపి పూర్వం  
 జాతః । అయమజో నిత్యః శాశ్వతః పురాణః శరీరావసానే న మ్రియతే ।  
 యః కశ్చిదేనం హస్తారమర్థాత్ హననక్రియాకర్తారం మన్యతే,  
 యశ్చైనం హతమర్థాత్ హననక్రియాయాః కర్మ మన్యతే, తావుభావేనం  
 న జానీతః । ఆత్మా న కదాచిదపి మ్రియతే, న చాపి మారయతి, న  
 చ హన్యతే । అయమాత్మరూపేశ్వరః పరమాణ్వాదిసూక్ష్మవస్తుభ్యోఽపి  
 సూక్ష్మతమః । అయమాత్మాకాశాదిమహద్వస్తుభ్యోఽప్యత్యన్తమహత్తమః ।  
 అయం సమస్తప్రాణీనాం బుద్ధిరూపగుహాయామన్తరవస్థితః । అర్థాదయం  
 బుద్ధిద్వారా జ్ఞాయతే । అస్యాత్మనో మహిమానం నిష్కామపురుషో  
 నిర్మలాన్తఃకరణప్రసాదాదేవ పశ్యతి, తం ద్ధష్ట్యా చ శోకరహితో

భవతి | శోకలక్షితజన్మమరణాదిరహితో భవతీత్యర్థః |  
 అయమాత్మా జాగ్రత్స్వప్నావస్థాష్యవస్థితోఽపి దూరం గచ్ఛతి |  
 సాక్షిరూపేణ స్థితో భవతి ! సుషుప్తిదశాయాం సుప్తోఽపి సర్వత్ర యాతి |  
 విశేషజ్ఞానాభావేన సామాన్యజ్ఞానరూపేణ సర్వత్ర గచ్ఛన్నివ కథ్యతే |  
 అయమాత్మా అనిత్యశరీరేష్యశరీరరూపేణ తిష్ఠతి | ధీర ఏనం మహాస్తం  
 విభుమాత్మానమీశ్వరం జ్ఞాత్వా కర్తృత్వాదిబన్ధనరహితో భవతి |  
 అతః శోకకారణభూతాఽజ్ఞాననివృత్త్యా శోకరహితో భవతి |

౪. ప్రశ్నోపనిషత్సారః |

యథా పక్షీ వృక్షనీడే సమ్ప్రుతిష్ఠితో భవతి  
 సమ్యక్ నివసతి, తథైవాస్మిన్ స్వయమ్ప్రుకాశేశ్వరే  
 స్థూల-సూక్ష్మ-పృథివీ-జల-తేజో-వాయువియదాదయః  
 సమ్ప్రుతిష్ఠితాః సన్ని | పృథివీ పృథివీమాత్రా గన్ధః,  
 జలం తన్మాత్రా రసః, తేజస్తన్మాత్రా రూపం, వాయుస్తన్మాత్రా స్పర్శః,  
 ఆకాశస్తన్మాత్రా శబ్దః, చక్షుర్దృష్టవ్యం, శ్రోత్రం శ్రోతవ్యం, పూణం  
 పూతవ్యం, రసః రసయితవ్యం, త్వక్ స్పర్శయితవ్యం, వాక్ వక్తవ్యం,  
 హస్తావాదాతవ్యం, ఉపస్థమానన్దయితవ్యం, పాయుర్విసర్జయితవ్యం, పాదౌ  
 గన్తవ్యం, మనో మన్తవ్యం, బుద్ధిరోబ్ధిద్ధవ్యం, అహజ్కారోఽహజ్కర్తవ్యం,  
 చిత్తం చేతయితవ్యం, తేజో విద్యోతయితవ్యం, ప్రాణో విధారయితవ్యం,  
 తత్సవ స్వయమ్ప్రుకాశే ఆనన్దస్వరూపే పరమేశ్వరే సమ్ప్రుతిష్ఠితమ్ |  
 న కేవలం పృథివ్యాదిజడప్రపంచః | కిన్తు ద్రష్టా, స్పృష్టా,  
 శ్రోతా, ఘాతా, రసయితా, మన్తా, బోధా, కర్తా, విజ్ఞానాత్మా పురుషః,  
 ఏతే సర్వేఽస్మిన్నేవ పరమాత్మని ప్రతిష్ఠితాః | య ఇమం ఛాయారహితం,  
 శరీరరహితం, వర్ణరహితం, శుభ్రం, శుద్ధమక్షరమాత్మానం  
 విజ్ఞానాతి, స తమేవ పరమాక్షరరూపం పరమాత్మానం ప్రాప్నోతి స్వయం సర్వః  
 సర్వజ్ఞశ్చ భవతి |

౫. ముణ్ణకోపనిషత్సారః |

అయం పరమాత్మా దివ్యోఽమూర్తః పురుషో బహిరన్తరోఽజోఽప్రాణో ఽమనస్కః  
 శుభ్రోఽక్షరాత్పరః | స్వకార్యాత్పరోఽవ్యాకృతస్తస్మాదపి పరః |

అస్మాత్పరమాత్మనః ప్రాణో మనః సర్వేన్ద్రియాణి ఖం వాయుర్జ్యోతిర్జలం పృథివీ  
 జాయంతే । యా పృథివీ సర్వాధారభూతా । ఆయం సర్వభూతానామస్తరాత్మా ।  
 అగ్నిరస్య శీర్షస్థానీయః, చన్ద్రసూర్యౌ నేత్రరూపే, దిశా శ్రోత్రమ్,  
 వేదోఽస్య వాక్, వాయురస్య ప్రాణః, విశ్వం చ హృదయం, పృథివీ  
 పాదరూపా । అస్మాద్ ద్యులోకరూపోఽగ్నిర్జాయతే । యస్యాగ్నేః సమిధః  
 సూర్య-చన్ద్ర-పర్జన్యోషధయః పృథివీ । స్వర్గలోకం గతో జీవః  
 సోమాత్పర్జన్యం గచ్ఛతి, పర్జన్యాద్ వృష్టిద్వారా పృథివ్యామాగచ్ఛతి,  
 పృథివ్యా ఓషధిరూపేణాన్నే సమ్ప్రజాయతే, అన్నం పురుషో భక్షయతి,  
 అన్నసమ్భూతం వీర్యం పురుషో యోషితి సిఞ్చతి, తేన బ్రహ్మయః  
 ప్రజాః ప్రజాయంతే । అస్మాత్పరమాత్మన ఏవ ఋగ్వేదాదయశ్చత్వారో వేదాః  
 దీక్షా-యజ్ఞ-క్రతు-దక్షిణా-సంవత్సర-యజమాన-నానాలోకా  
 జాయంతే, యేషు లోకేషు చన్ద్రమా పవిత్ర యతి  
 సూర్యశ్చ తపతి । ఏతాని సర్వాణ్యక్షరరూపపరమాత్మనః సమ్భూయంతే ।  
 దేవతాసాధ్య-మనుష్య-పశు-పక్షి-ప్రాణాపాన-ప్రీహి-యవ-తపః-  
 శ్రద్ధా-సత్య-బ్రహ్మచర్య-విధి-సముద్ర-పర్వత-  
 సన్ధ్యాదయఃసర్వాణి పరమాత్మన సమ్ప్రజాయంతే ।

### ౬. మాణ్డాకోపనిషత్పాఠః

“ఓం”-ఇత్యక్షరమిదం సర్వమ్ । భూతం భవత్ భవిష్యదితి  
 సర్వమోఙ్కార ఏవ । అన్యత్త్రికాలాతీతం తత్సర్వమోఙ్కార ఏవ ।  
 ఆయమాత్మా బ్రహ్మ । ఇదం సర్వం బ్రహ్మ । ఆయమాత్మా ఓఙ్కారః అ, ఉ, మ్,  
 నాదరూపేణ చతుష్పాత్ । తత్రాకారః ప్రథమపాదో జాగ్రత్స్థానః । అత్రాయం  
 బహిష్పృజ్ఞ అర్థాద్వహిర్గన్తా గమనశీలో వా భవతి । అస్య సప్తాఙ్గాని,  
 ఏకోనవింశతిర్ముఖాని, ఆయం స్థూలస్య భోక్తా, అస్య నామ వైశ్వానరః ।  
 ద్యు-సూర్య-వాయు-ఆకాశ-జల-పృథివీ-ఆహవనీయాగ్నిరితి సప్త  
 అఙ్గాని । తేషాం క్రమశో మస్తక-చక్షుః-ప్రాణ-మధ్యస్థాన  
 (ఉదరం)-బస్తి (మూత్రస్థానం) పాద-ముఖాని నివాసస్థానాని ।  
 పఞ్చ ఙ్గానేన్ద్రియాణి-పఞ్చ కర్మేన్ద్రియాణి-పఞ్చ  
 ప్రాణాః-చత్వారోఽన్తఃకరణవృత్తయో మనోబుద్ధిశ్చిత్తోఽహఙ్కారరూపాః  
 ఏకోనవింశతిః ముఖాని సన్తి । అస్య ద్వితీయపాద ఉకారః స్వప్నస్థానః ।  
 అత్రాయమన్తఃప్రజ్ఞ అర్థాత్ హృద్దేశే ద్రష్టా భవతి । జాగ్రద్వదస్యాపి



సప్తాశ్లాని, ఏకోపనిషత్తిః ముఖాని । అత్రాయం వాసనామయభోగాన్ భునక్తి ।  
 అస్య తైజస ఇతి నామ । అస్య తృతీయపాదో మకారః సుషుప్తిస్థానో  
 యత్రాయం సుప్తో న కామపి కామనామిచ్ఛతి, న చాపి స్వప్నం పశ్యతి ।  
 సుషుప్తిస్థానేఽయమేకీభూతః ప్రజ్ఞానఘన ఆనందమయో వర్తతే ।  
 కేవలమానందమేవ భునక్తి । అత్రార్యం చేతోముఖః । ప్రాణ్ణోఽస్య నామధేయమ్ ।  
 ఆయం సర్వేశ్వరః, ఏష సర్వజ్ఞః, ఏషోఽన్తర్యామీ, ఏష కారణరూపః,  
 అస్మాదేవ సర్వేషాం భూతానాముత్పత్తిప్రలయౌ స్తః । చతుర్థపాదో నాదరూపో న  
 అస్తాప్రజ్ఞో, న బహిష్ప్రజ్ఞ, న ఉభయతః ప్రజ్ఞః, న ప్రజ్ఞానఘనః,  
 న ప్రజ్ఞః, నాప్రజ్ఞః, నాదృష్టః, నావ్యవహార్యః, అగ్రాహ్యః, అలక్షణః,  
 అచిన్త్యః, అవ్యపదేశ్యః (శబ్దశక్తేరవిషయః), ఏక ఆత్మా, ఏతదాకారస్య  
 ప్రత్యయోఽర్థాదవ్యభిచారీజ్ఞానమేవాస్మిన్ సారః-ప్రమాణరూపః । ఆయం  
 ప్రపంచురహితః శాన్తోఽద్వైతశ్చ । ఆయం చతుర్థః పాదో మన్యతే ।  
 స ఆత్మా, స విజ్ఞేయః ( జ్ఞాతుం యోగ్యః ) । య ఏనం జానాతి స ఆత్మద్వారా  
 ఆత్మానమాప్నోతి ।

## ౭. తైత్తిరియోపనిషత్పాఠః ॥

ఓమితి బ్రహ్మ । ఓమితి ఇదం సర్వమ్ । బ్రహ్మవిత్ పరమాత్మానమాప్నోతి ।  
 సత్యం జ్ఞానమనంతం బ్రహ్మ । యతః పరమాత్మనో వాచో మనసా సహ  
 గత్వా తమప్రాప్య నిర్వతన్తే । తమానందరూపం బ్రహ్మ జ్ఞాత్వా పురుషః  
 కుతశ్చన న విభేతి । ఆనంద ఇతి పరం బ్రహ్మ । ఇదమేవ జ్ఞేయమ్ ।  
 అగ్రే ఇదం జగత్ అసత్ (అవ్యాకృత-బ్రహ్మరూపం) ఏవాసీత్ । తస్మాదసతో  
 బ్రహ్మణః సత్ (నామరూపాత్మకవ్యతీరరూపం జగత్) అజాయత । తదసహాహ్మ  
 ఏవ స్వయమాత్మానం నామరూపాత్మకజగద్ద్రూపేణారచయత్ । అత ఏవ తత్సుకృత  
 (స్వయంకృత) ఇత్యుచ్యతే । తత్సుకృతమేవ రసరూపః । రసో వై సః ।  
 రస ఆనందరూపః । యత ఇమాని భూతాని జాయన్తే యేన జాతాని జీవన్తి  
 యాస్మింశ్చ ప్రలయకాలే పునరావిశన్తి । తద్ బ్రహ్మ । అన్నం, ప్రాణో,  
 మనో, విజ్ఞానం, ఆనంద ఏతాని సర్వాణి బ్రహ్మరూపాణి । ఆనంద ఏవ బ్రహ్మ ।  
 ఏషా భార్గవీ వారూణీవిద్యా పరమాకాశే హృది ప్రతిష్ఠితా । ఏషా విద్యా  
 హృదయాకాశరూపగుహాయాం పరమానందాద్వైతస్వరూపే బ్రహ్మణి సమాప్యతే ।  
 యో విద్వానేతాం జానాతి స బ్రహ్మణి స్థితో భవతి । స బ్రహ్మైవ భవతి ।

౮. ఐతరేయోపనిషత్సారః ।

ఆత్మా ద్వివిధః । జీవాత్మా పరమాత్మా చేతి । తయోరీవాత్మా తూపాసకః,  
 పరమాత్మా చోపాస్యః । ఆయం జీవాత్మా యేన ప్రేరితో రూపం పశ్యతి,  
 శబ్దం శృణోతి, గంధం జిఘ్రతి, వాచం వత్తి, రసం జానాతి,  
 మనసా సక్కుల్పయతి, బుద్ధయా నిశ్చినోతి, చిత్తేన ధ్యాయతి  
 సుఖదుఃఖాన్యనుభవతి చ, అహంకారేణాహమ్భావం కరోతి, తదేవ  
 విజ్ఞానరూపం బ్రహ్మ । ప్రజ్ఞానం సర్వరూపేణ సర్వత్ర వర్తతే । ఏష  
 ప్రజ్ఞానరూపాత్మా ఏవ బ్రహ్మ, ఏష ఇన్ద్రః, ఏష ప్రజాపతిః, ఏతే సర్వే  
 దేవాః, ఇమాని పశ్చుమహాభూతాని పృథివీ వాయురాకాశ ఆపో జ్యోతింపి సర్వాణి  
 ప్రజ్ఞానే ప్రతిష్ఠితాని । జరాయుజా-ఽణ్ణజ-స్వేదజో-ద్భిజ్జరూపేణ  
 చతుష్పుకారకస్థావరజ్జమాత్మకప్రాణీసమూహో బీజాని పశవః  
 పక్షిణశ్చ సర్వే ప్రజ్ఞానే ప్రతిష్ఠితాః । ప్రజ్ఞానం బ్రహ్మ ।  
 ప్రజ్ఞానమితి చైతన్యాత్మా పరమాత్మా । య ఇదం ప్రజ్ఞానరూపం బ్రహ్మ  
 జానాతి, స అస్మాల్లోకాదుత్కృమ్య స్వర్గలోకే స్వయంప్రకాశాత్మకబ్రహ్మాణి  
 సర్వకామనాం ప్రాప్యామృతో భవతి ।

౯. ఛాన్దోగోపనిషత్సారః

ఇదమగ్రే సృష్టిరచనాపూర్వసమయేఽనదేవ ఆసీత్ । తత్సదాసీత్ ।  
 తదద్వితీయమాసీత్ । ఇదం సర్వం జగదస్యైవ స్వరూపమ్ । తత్సత్యమ్ ।  
 స ఆత్మా । తత్త్వమసి । తదేకస్య జ్ఞానేన సర్వం జ్ఞాతం  
 భవతి । యథా మృత్తికైవ సత్యం । మృత్తికాకార్యభూతాని  
 ఘట-శరావాదీని వాణీమాత్రత్వాత్సర్వాణి మిథ్యారూపాణి । యథా లోహం  
 సత్యమ్ । తన్నిర్మితఖడ్గఘరికాదీని కార్యరూపాణి కథనమాత్రత్వాత్  
 మిథ్యారూపాణి । యథా సువర్ణం సత్యమ్ । హేమనిర్మితాని కటకకుణ్డలాదీని  
 కథనమాత్రత్వాత్ మిథ్యారూపాణి । ఏవమేవాయం సద్రూప ఆత్మా (బ్రహ్మ) సత్యమ్ ।  
 అస్య కార్యభూతసమస్తనామరూపాత్మకం జగత్ కథనమాత్రత్వాన్నిధ్యాయం ।  
 సర్వే ప్రాణినః సుఖమభిలషన్తి । న కోఽపి దుఃఖమిచ్ఛతి ।  
 విద్వాంసః సుఖప్రాప్త్యర్థమిన్ద్రియసంయమాదీన్యాచరన్తి । సుఖం  
 విజానీయాత్ । కిం సుఖమ్ ? । యో భూమా (మహాన్) తత్ సుఖమ్ । అల్పే సుఖం  
 నాస్తి । భూమా ఏవ సుఖమ్ । భూమా ఏవ విజ్ఞానితవ్యం । కో భూమా ? ।

యత్రాన్యన్న పశ్యతి, అన్యన్న శ్చోతి, అన్యన్న విజానాతి, స భూమా ।  
 యత్రాన్యత్పశ్యతి, అన్యచ్ఛ్రోతి, అన్యద్విజానాతి, తదల్పమ్ । యో భూమా  
 తదమృతమ్ । యదల్పం తన్మతర్య (మృత్యు-గ్రస్తమ్) । స భూమా స్వమహిమ్ని  
 ప్రతిష్ఠితో న ప్రతిష్ఠితశ్చ । యో భూమా స ఆత్మా పరమాత్మా । య ఆత్మానం  
 జానాతి స స్వరాట్ (స్వయమ్ప్రకాశో) భవతి । స కామచారో భవతి ।

౧౦. వృహదారణ్యకోపనిషత్పాఠః ।

అక్షరం బ్రహ్మ । ఏతస్యాక్షరస్యాజ్ఞాయాం సూర్యావన్ద్యమసౌ  
 వర్తతే । ఏతస్యాక్షరపరబ్రహ్మణ ఆజ్ఞాయాం స్వర్గపృథివ్యౌ  
 వర్తతే విధృతే చ । ఏతస్యాక్షరపరమాత్మన ఆజ్ఞాయాం  
 నిమేష-ముహూర్త-దివస-రాత్రి-పక్ష-మాస-ఋతు-సంవత్సరాదీని  
 సర్వాణి విధృతాని తిష్ఠన్తి । ఏతస్యాక్షరపురుషస్యాజ్ఞాయాం  
 గణ్గాయమునాదినద్యో హిమాలయాత్ స్యన్దమానా పూర్వదిశాయాం వహన్తి ।  
 ఏతస్యాక్షరస్యాజ్ఞాయా మనుష్యా దాతారం ప్రశంసన్తి । యద్యపి దేవా  
 అన్యప్రకారేణ జీవీతుం సమర్థాస్తథాపి తే యజమానదత్తపురోడాశాదికం  
 ప్రసన్నతయా స్వీకుర్వన్తి । అర్యమాదయః పితరశ్చ శ్రాద్ధదత్తపదార్థం  
 గృహ్లాన్తి । యః పురుష ఏతదక్షరం బ్రహ్మ జ్ఞాత్వా జుహోతి, యజతే,  
 తపస్తప్యతే, స అనస్తఫలభాగ్భవతి । య ఏతదక్షరబ్రహ్మ అజ్ఞాత్వా  
 అస్మాల్లోకాన్మృత్యుం ప్రాప్య గచ్ఛతి స కృపణః । యశ్చైతదక్షరం  
 జ్ఞాత్వా అస్మాల్లోకాత్పరలోకం గచ్ఛతి స బ్రాహ్మణః (బ్రహ్మజ్ఞానీ) ।  
 ఏతదక్షరమదృష్టమపి ద్రష్ట, అశ్రుతమపి శ్రోతృ, అమతమపి  
 మన్తు, అవిజ్ఞాతమపి విజ్ఞాత్ । అతోఽన్యన్న కిమపి దృష్ట,  
 శ్రోతృ, మన్తు, విజ్ఞాతృ । అస్మిన్నక్షరే సర్వమోతప్రోతమ్ ।  
 అస్మిన్ సమస్తం బ్రహ్మాణ్డమోతప్రోతమ్ । రజ్జౌ భుజజవదారోపితమ్ ।  
 అయం సచ్ఛిదానన్దస్వరూపః పరమాత్మా విజ్ఞాతవ్యో ద్రష్టవ్యశ్చ ।  
 శ్రవణ-మనన-నిదిధ్యాసనరూపారాధనయా పరమాత్మా జ్ఞాయతే దృశ్యతే  
 చ । ఓం శమ్ ।

గోవింద-భవన,  
 జోధపుర

తాం ౨౨-౩౧-౩౮

నారాయణోత్తరపద-గోవిందేన సుధీమతా ।

దశోపనిషదాం సారో రచితః స్యాత్సతాం ముదే ॥ ౧॥

శరాఙ్కనిధిభూవర్షే (౧౯౯౫) మార్గమాసే మితే దతే ।

యోధపూర్వ్యాం ప్రతిపది సమాప్తై భౌమవాసరే ॥ ౨॥

దశోపనిషత్పారః సానువాదః

। భాషానువాద ।



యస్మాదుత్పద్యతే విశ్వం యస్మిన్నేవ చ లీయతే ।  
పునశ్చ ధార్యతే యేన తం నమామి సదాత్మకమ్ ॥ ౧॥

యో హి చేతయతే విశ్వం విశ్వేన చేత్యతే న యః ।  
సర్వచేతనరూపశ్చ తం నమామి చిదాత్మకమ్ ॥ ౨॥

సదా సుఖయతే విశ్వం స్వయమ్భూశ్చ స్వయమ్భుభః ।  
ఆనన్దఘనరూపో యస్తం నమామి సుఖాత్మకమ్ ॥ ౩॥

“ఉపనిషీదతి ప్రాప్నోతి బ్రహ్మాత్మభావోఽనయా”  
అర్థ-జన నే బ్రహ్మ కే సమీప బైలా జాయ వా బ్రహ్మాత్మభావ ప్రాప్త కియా  
జాయ, వహ ఉపనిషత్ హై-ఇస వ్యుత్పత్తి నే బ్రహ్మవిద్యా కే ప్రతిపాదక  
వేద కే శిరోభాగ కే వాస్తే “ఉపనిషత్” శబ్ద కా ప్రయోగ  
కియా జాతా హై । యహ వేద కా శిర్షస్థానీయ భాగ “వేదాంత”  
నామ నే ప్రసిద్ధ హై । యహ వేదాంత హీ బ్రహ్మవిద్యా హై । బ్రహ్మ కీ  
విద్యా “బ్రహ్మవిద్యా” కహతీ హై । వహీ శుద్ధ-వైతన్య  
స్వరూప బ్రహ్మ కే సాధ అభేదరూప హోనే నే జ్ఞానరూప హై ।  
ఇసీలియే యహ బ్రహ్మవిద్యా బ్రహ్మజ్ఞాన నామ నే పుకారీ జాతీ హై ।  
బ్రహ్మజ్ఞాన-ఆత్మజ్ఞాన-తత్త్వజ్ఞాన యే తీనోం నామ పర్యాయవాచీ హైం ।  
ఇసీ కో ఆత్మవిద్యా భీ కహతే హైం । బ్రహ్మవిద్యా హీ సర్వత్ర సమతా కా  
దర్శన కరాతీ హై । వ్రువిద్యా నే హీ అజ్ఞాన కీ గ్రున్ధియోం కా నాశ  
హోతా హై । బ్రహ్మవిద్యా కీ ప్రాప్తి కే ప్రభావ నే కర్మ కీ చక్షులతా  
నియమిత ఔర చిత్త అన్తర్ముఖీ హోతా హై । బ్రహ్మవిద్యా నే హీ మిథ్యా  
అనుభవ కా వినాశ ఔర పరమ సత్య కీ ప్రాప్తి హోతీ హై । బ్రహ్మవిద్యా  
నే హీ ఏకాత్మరస-ప్రత్యయసార, అవాఙ్మననసగోచర, స్వయమ్భుకాశ,  
విజ్ఞానస్వరూప, చేతనానన్దఘన, రసైకఘన, బ్రహ్మ కీ ప్రాప్తి  
హోతీ హై । వేదోం కే జన అత్యుచ్చ శిరోభాగ మేం ఇన బ్రహ్మవిద్యా

కా ప్రతిపాదన హై, వహీ ఉపనిషత్ నామ సే కహా జాతా హై | ఇష్టిం  
ఉపనిషదోం కే మన్త్రోం కా సమన్వయ బౌర మీమాంసా భగవాన్ వేదవ్యాసజీ  
నే “బ్రహ్మసూత్ర” మేం కీ హై | జో “వేదాన్తదర్శన”  
కే నామ సే పుకారా జాతా హై | ఇష్టిం ఉపనిషత్ రూపి గౌఠం సే గోపాలనన్దన  
భగవాన్ శ్రీకృష్ణచన్ద్ర ఆనన్దకన్ద నే విద్వానోం కే ఉపభోగ కే  
లియే శ్రీమద్భగవద్గీతా మేం అమృతరూప దూధ కో దుహా హై | ఇసీలియే  
ఉపనిషత్-బ్రహ్మ సూత్ర-శ్రీమద్భగవద్గీతా యే తీనోం గ్రన్థరత్న  
“ప్రస్థానత్రయీ” కే నామ సే ప్రఖ్యాత హైం | భారతవాసి సమన్వ  
ధర్మాచార్యోం నే ఇసీ ప్రస్థానత్రయీ కే ప్రకాశ సే హీ సత్య కీ ఖోజ కీ  
థీ |

వేద అపౌరుషేయ హైం, ఇసీ సే అనాది మానే జాతే హైం | ఇన వేదోం మేం ప్రాయః  
తీన విషయోం కా ప్రతిపాదన కియా గయా హై | ఇన సే వేద కే తీన భాగ కియే  
జాతే హైం, జో “కాణ్డ” కే నామ సే ప్రసిద్ధ హైం | కర్మకాణ్డ ౧,  
ఉపాసనాకాణ్డ ౨ బౌర జ్ఞానకాణ్డ ౩ యే తీన కాణ్డ హైం | | కర్మకాణ్డ మేం  
కర్మోం కే సమూహా కా వివేచన హై, ఉపాసనాకాణ్డ మేం దేవాది కీ బౌర ఈశ్వర  
కీ ఆరాధనా కా వర్ణన హై బౌర జ్ఞానకాణ్డ మేం మూలతత్త్వ కా విచార  
కియా గయా హై | కర్మ బౌర ఉపాసనా యే దోనోం ఉన తత్త్వ కీ ఉపలబ్ధి మేం  
యోగ్యతా ప్రదాన కరతే హైం | ఇసలియే వే సాధనస్వరూప హైం | బౌర జ్ఞాన  
సిద్ధాన్తరూప హై | వేద కా జ్ఞానకాణ్డ హీ ఉపనిషత్ ఇన నామ సే కహా జాతా  
హై | వహా ఉపనిషత్ “వేదాన్త” అథవా “ఆమ్నాయమన్తక”  
నామ సే పుకారీ జాతీ హై | ఇన సే ఉపనిషత్ బ్రహ్మజ్ఞాన కే స్రోతస్వరూప  
హైం | ఉపనిషదోం కా మహాత్వ క్యా తో ఇన దేశ కే బౌర క్యా విదేశ కే  
సబ ఆచార్యోం నే ముక్తకణ్డ స్వీకార కియా హై | వాస్తవ మేం ఉపనిషదోం  
కీ మహిమా ఐసీ హీ హై | జిన కిసీ నే బ్రహ్మ-విద్యా కే అమృత కా పాన  
కియా, వహా కృతార్థ హోగయా | ఉనకే న తో కుభ కర్తవ్య శేష రహతా  
హై బౌర న కుభ ప్రాప్త కరనే యోగ్య పదార్థ హీ | బ్రహ్మకార-వృత్తి  
కా వర్ణన కరనే కే ప్రసన్గ మేం వేదాన్తసిద్ధాన్తముక్తావలీ గ్రన్థ కే  
కర్తా బ్రహ్మ మేం చిత్త లగానే వాలే పురుష కీ ఇన ప్రకార స్పష్ట రూప  
సే స్తుతి కరతే హైం:-

కులం పవిత్రం జననీ కృతార్థా వసున్ధరా పుణ్యవతీ చ తేన |

అపారసచ్చిత్సుఖసాగరేఽస్మింలీనం పరే బ్రహ్మణి యస్య చేతః ॥

అర్థ-జన పురుష కా చిత్త ఉన అపార సత్-చిత్-ఆనంద కే సముద్ర రూప  
పరబ్రహ్మ మేం నిమగ్న హో గయా హై ఉన కా కుల పవిత్ర, మాతా కృతకృత్య  
ఔర పృథివీ పుణ్యవాలీ హో జాతీ హై ।

బ్రహ్మజ్ఞానీ పురుష కీ దృష్టి మేం సమస్త సంసార సచ్చిదానంద  
స్వరూప హో జాతా హై । అసత్ రూప ఇన సంసార ఔర దుఃఖ కా ఉనే న తో  
అనుభవ హోతా హై ఔర న ప్రతీతి హీ హోతీ హై । ఉన కీ దృష్టి మేం తో  
ద్రష్టా, దృశ్య ఔర దృష్టి ఇన తీనోం కా భేద హీ నహిం రహతా ఔర  
సబ ఏక-భావ సే రహతే హైం । ఔర వహ స్వయం ఏక, నిశ్చల, నిర్బాధ,  
నిష్కల, సావదానస్వరూప సత్తామాత్ర హో జాతా హై । ఉపనిషత్ బహుతసీ  
హైం । నారాయణోపనిషత్ మేం ఏక సౌ ఆఠ ఉపనిషదోం కే నామ దియే హుప  
హైం । ఉన మేం సే కేవల దన హీ ప్రధాన హైం జన కే నామ నిమ్న పద్య  
మేం దియే హుప హైంః-

ఈశ-కేన-కఠ-ప్రశ్న-ముణ్ణ-మాణ్ణూక్య-తిత్తిరః ।

ఐతరేయం చ ఛాన్దోగ్య వృహదారణ్యం తథా ॥

అర్థ-ఈశ ౧, కేన ౨, కఠ ౩ ప్రశ్న ౪, ముణ్ణక ౫, మాణ్ణూక్య ౬,  
త్తిత్తిరీయ ౭, ఐతరేయ ౮, ఛాన్దోగ్య ౯ ఔర బృహదారణ్యక ౧౦ - యే దశ  
హైం ।

ఇన దశ ఉపనిషదోం మేం బ్రహ్మ కీ మీమాంసా భలీ భాతి ఔర నానా  
ప్రకార సే కీ హుఈ హై । ఉన కా క్రమానుసార నీచే సారాంశ దియా జాతా హై ।

### ౧. ఈశావాస్య ఉపనిషత్ కా సార ।

యహ స్థావర-జంగమ రూప సర్వ జగత్ అభిన్న-నిమిత్త-ఉపాదాన  
కారణ రూప ఈశ్వర సే వ్యాప్త హై అర్థాత్ ఈశ్వర మేం సే యహ జగత్ బనా  
హై ఔర ఈశ్వర సే హీ జగత్ కో బనాయా హై । ఉన ఈశ్వర సే ఇన జగత్ కో  
వ్యాస యానీ పూర్ణ కర రఖా హై, జైసే కి ఉపాదాన కారణ రూప మృత్తికా  
సే ఘట-శరావాది కార్య కో వ్యాప్త కర రఖా హై, వైసే హీ ఈశ్వర  
సే ఇన జగత్ కో వ్యాప్త కర రఖా హై । అథవా జైసే రాజా కీ దృష్టి  
ద్వారా నగరాది వ్యాప్త హుప రహతే హైం, వైసే ఈశ్వర సే జగత్ వ్యాప్త

కియా హుత హై । అథవా జైనే మనుష్యోం కే శరీర వస్త్రాది నే వ్యాప్త వా  
 ఆచ్ఛాదిత (ధకే హుప) హోతే హైం, వైనే ఈశ్వర నే ఇస జగత్ కో వ్యాప్త వా  
 ఆచ్ఛాదిత కర రఖా హై । అథవా జైనే సువాసిత పుష్ప అపనీ సుగన్ధ  
 సే జల కో రమణీయ బనాతే హైం, వైనే ఈశ్వర నే అపనీ స్ఫూర్తి సే ఇస  
 జగత్ కో వ్యాప్త కరకే రమణీయ బనా దియా హై । అథవా జైనే ప్రవృత్తి  
 కీ కారణ-రూప వాసనాపిం జీవోం కే మన కో వ్యాప్త కియే హుప హైం, వైనే  
 అన్తర్యామీ ఈశ్వర నే ఇస జగత్ కో వ్యాప్త కర రఖా హై । యహ ఈశ్వర వాయు  
 ఆది రూప సే చలతా హై, స్వరూప సే నహిం చలతా, క్యోంకి అక్రియ హై ।  
 యహ ఈశ్వర అవిద్వానోం కో దూర సే భీ దూర హై, వే కరోడోం వరోం  
 మేం భీ ఉసే నహిం పా సకతే ఔర విద్వానోం కే లియే పాస సే భీ పాసే హై,  
 క్యోంకి యహ సచ కా ప్రత్యగత్యా (అన్తర్యామీ) హై । యహ ఈశ్వర ఇస  
 చరాచర దృశ్య కే భీతర హై ఔర వాహర భీ హై । జో ఇస ఈశ్వర  
 కో సబ భూతోం మేం ఔర సబ భూతోం కో ఈశ్వర మేం దేఖతా హై, వహ  
 అభేదదర్శి పురుష కిసీ కీ నిర్ణా వా స్తుతి నహిం కరతా । ఉస అభేదదర్శి  
 కో న శోక హోతా హై, న మోహ హోతా హైం । జో ఇస ఈశ్వర కో నహిం జానతే,  
 వే మరనే కే పశ్చాత్ అన్తకార రూప తమ సే ఘిరే హుప లోకోం (నరకోం) కో  
 ప్రాప్త హోతే హైం । యహ పరమాత్మా సర్వాన్తర్యామీ వా సర్వవ్యాపక, శుద్ధ,  
 శరీరరహిత, క్షత-రహిత, స్నాయు (నాడియోం సే) రహిత, నిర్మల,  
 ధూర్మ-అధర్మరూప పాప సే రహిత, సర్వ ద్రష్టా వా సాక్షీ, సర్వజ్ఞ,  
 సర్వోత్కృష్ట ఔర స్వయంభూ హై ।

౨. కేనోపనిషత్ కా సార ।

యహ ఈశ్వర శ్రోత్ర కా భీ శ్రోత్ర హై అర్థాత్ ఈశ్వర కే సామర్థ్య  
 సే శ్రోత్ర ఇన్ద్రియ అపనా విషయ “శబ్ద” గ్రహణ కరనే  
 మేం సమర్థ హోతీ హై । యహ ఈశ్వర మనకా భీ మన హై, అర్థాత్ మన  
 జో సర్వ విషయోం కో ఉపలబ్ధ కరనే కా కారణ హై, వహ మన ఈశ్వర  
 కీ శక్తి సే అపనే విషయోం కో ఉపలబ్ధ కరనే మేం శక్తిమాన్ హోతా హై ।  
 యహ ఈశ్వర వాణీ కీ వాణీ హై, అర్థాత్ వాగిన్ద్రియ ఈశ్వర కే అనుగ్రహ సే  
 శబ్ద ఉచ్ఛారణ కరనే కా వ్యాపార కరతీ హై । యహ ఈశ్వర చక్షు కా  
 చక్షు హై, అర్థాత్ నేత్ర-ఇన్ద్రియ ఈశ్వర కీ సహాయతా సే అపనే విషయ



“రూప” కో గ్రహణ కరతీ హై । భావ యహ హై కి, శ్రోత్రాది  
 సబ ఇన్ద్రియోం కీ ప్రవృత్తి జో అపనే అపనే విషయోం మేం హోతీ హై, ఉస  
 ప్రవృత్తి కా కారణభూత ఈశ్వర ఉస సబ సే విలక్షణ చేతన-స్వరూప  
 హై, జ్ఞేనే కి మకాన ఆది కా ఘనానే వాలా రాజ (కారీగర) మకాన ఆది  
 సే భిన్న హోతా హై । ధీర పురుష దేహ ఔర శ్రోత్రాది ఇన్ద్రియోం మేం సే  
 ఆత్మబుద్ధి త్యాగ కర ఇస ఈశ్వర కా ఆత్మ-రూప సే సాక్షాత్కార కరకే  
 అమృత అర్థాత్ మరణ-రహిత (అమర) హో జాతే హైం । ఇన్ద్రి, వాయు ఔర అగ్ని  
 ఆది సమర్థ దేవతా భీ ఇస సర్వ-సమర్థ దేవ ఈశ్వర కే ఆధీన హైం,  
 ఉస కీ సహాయతా వినా కోఈ కి ఇచ్చిత భీ కరనే మేం సమర్థ నహిం హై ।

### 3. కరోపనిషత్ కా సార ।

“ఓం” యహ అక్షర బ్రహ్మ హై । “ఓం” యహ ఈశ్వర  
 కా నామ శ్రేష్ఠ ఆలమ్బన హై, పరమ ఆలమ్బన హై, ఇస ఆలమ్బన కో  
 జానకర పురుష బ్రహ్మలోక మేం మహత్వ కో ప్రాప్త హోతా హై । యహ నిత్య  
 చైతన్య-రూప ఆత్మా న తో జన్మతా హై, న మరతా హై, యహ కభీ ఉత్పన్న  
 నహిం హుత హై, అజ హై, నిత్య హై, శాశ్వత హై, పురాణ హై, శరీర కే  
 మరనే సే యహ నహిం మరతా । జో ఇస కో హస్తా యాసీ హనన-క్రియా కా కర్తా  
 మానతా హై ఔర జో ఇస కో హత యాసీ హనన-క్రియా కా కర్మ మానతా హై,  
 వే దోనోం ఇస కో నహిం జానతే । న యహ కభీ మరతా హై, న మారతా హై  
 ఔర న మారా జాతా హై । యహ ఆత్మా-ఈశ్వర పరమాణు ఆది సూక్ష్మ సే భీ అతి  
 సూక్ష్మ ఔర ఆకాశ ఆది మహాన్ సే భీ అత్యంత మహాన్ హై, సమస్త జన్మఓం  
 కీ బుద్ధి-రూప గుహా మేం స్థిత హై । అర్థాత్ బుద్ధి సే జాననే మేం ఆతా హై ।  
 ఇస ఆత్మా కీ మహిమా కో నిష్కామ పురుష నిర్మల అన్తఃకరణ కే ప్రసాద  
 (కృపా) సే దేఖతా హై ఔర దేఖకర వీత-శోక హో జాతా హై, యాసీ శోక  
 సే లక్షిత జన్మ-మరణాది సే రహిత హో జాతా హై । యహ ఆత్మా జాగ్రత్ ఔర  
 స్వమ అవస్థా మేం బైరా హుత హి దూర చలా జాతా హై యాసీ సాక్షీ రూప సే  
 స్థిత రహతా హై ఔర సుపుష్టి అవస్థా మేం సోతా హుత సర్వత్ర చలా జాతా  
 హై, యాసీ విశేష జ్ఞాన కే అభావ సే సామాన్య జ్ఞానరూప సే సర్వత్ర  
 జాతా హుత-సా కహాలతా హై । యహ అనిత్య శరీరోం మేం అశరీర రూప సే  
 స్థిత హై । ఇస మహాన్, విభు, ఆత్మా, ఈశ్వర కో జాన కర ధీర పురుష  
 కర్తృత్వాది రూప బన్ధన సే రహిత హో జాతా హై । ఇస లియే శోక కే

కారణ ఆజ్ఞాన కే నివృత్త హో జానే సే పురుష శోకరహిత హో జాతా హై ।

౪. ప్రశ్నోపనిషత్ కా సార ।

జైనే పక్షీ వృక్ష కే ఘోంసలే మేం సమృద్ధిపిత హోతే హైం-భలీ  
 ప్రకార సే రహతే హైం, ఇసీ ప్రకార ఇస స్వయంమృకాశ ఈశ్వర మేం స్థూల,  
 సూక్ష్మ, పృథివీ, జల, తేజ, వాయు ఔర ఆకాశ సమృద్ధిపిత హైం ।  
 చక్షు ద్రష్టవ్య, శ్రోత్ర శ్రోతవ్య, స్పృణ స్పృణవ్య, రస రసయితవ్య,  
 త్వక్ స్పర్శయితవ్య, వాక్ వక్తవ్య, హస్త ఆదాతవ్య, ఉపస్థ ఆనందయితవ్య,  
 పాయు విసర్జయితవ్య, పాద గన్తవ్య, మత మన్తవ్య, బుద్ధి బోధవ్య,  
 అహంకార అహంకర్తవ్య, చిత్త చేతయితవ్య, తేజ విద్యోతయితవ్య ఔర  
 ప్రాణ విధారయితవ్యయే సబ స్వయంమృకాశ ఆనందఖరూప ఈశ్వర మేం  
 సమృద్ధిపిత హైం । పృథివీ ఆది జడ ప్రపంచ హీ నహీం, కిన్తు  
 ద్రష్టా, స్పృష్టా, శ్రోతా, స్పృణతా, రసయితా, మన్తా, బోధా, కర్తా ఔర  
 విజ్ఞానాత్మా పురుష, యే సభీ ఇస పరమాత్మా మేం సమృద్ధిపిత హైం ।  
 జ్ఞో ఇస ఛాయారహిత, శరీరరహిత, వర్ణరహిత, శుభ్ర, శుద్ధ అక్షర  
 కో జానతా హై, వహ పరమ అక్షర కో హీ ప్రాప్త హోతా హై ఔర సర్వ ఏవం  
 సర్వజ్ఞ హో జాతా హై ।

౫. ముణ్ణకోపనిషత్ కా సార ।

యహ పరమాత్మా దివ్య హై, అమూర్త హై, పురుష హై, బాహిర హై, భీతర  
 హై, అజ హై, అప్రాణ హై, అమన హై, శుభ్ర హై ఔర అపనే కార్య సే  
 పర జో అక్షర అవ్యాకృత హై, ఉస సే భీ పర హై । ఇస ఈశ్వర మేం  
 సే ప్రాణ, మన, సర్వ ఇన్ద్రియాం, ఆకాశ, వాయు, జ్యోతిః, జల ఔర విశ్వ  
 కో ధారణ కరనే వాలీ పృథివీ ఉత్పన్న హోతీ హై । యహ సవ భూతోం కా  
 అన్తరాత్మా హై । అగ్రి ఇస కా సిర హై, చన్ద్ర-సూర్య ఇస కే నేత్ర హైం ।  
 దిశా శ్రోత్ర హైం, వేద ఇస కీ వాణీ హై, వాయు ఇస కా ప్రాణ హై, విశ్వ  
 హృదయ హై ఔర పృథివీ ఇస కే పైర హైం । ఇస సే ద్యులోక రూప అగ్రి  
 ఉత్పన్న హోతా హై, జిస అగ్ని కా సమిధ సూర్య, చన్ద్రమా, పర్జన్య,  
 ఔషధి ఔర పృథివీ హైం । స్వర్గ లోక కో గయా హుఆ జివ సోమ సే  
 పర్జన్య కో ఆతా హై, పర్జన్య సే వృష్టి ద్వారా పృథివీ పర ఆతా హై,

పృథివీ నే ఔషధి రూప అన్న మేం ఆతా హై, అన్న కో పురుష భక్షణ  
 కరతా హై, అన్న నే బనే హుప వీర్య కో యోషిత్ (స్త్రీ) మేం సీంచతా హై, ఉన  
 నే బహుతసీ ప్రజా ఉత్పన్న హోతీ హై । ఋగాది చారోం వేద, దీక్షా, యజ్ఞ,  
 క్రతు, దక్షిణా, సంవత్సర, యజమాన ఔర లోక, జన మేం చన్ద్ర పవిత్ర  
 కరతా హై ఔర సూర్య తపతా హై, వే సబ అక్షర ఈశ్వర నే ఉత్పన్న  
 హోతే హైం । దేవతా, సాధ్య, మనుష్య, పశు, పక్షి, ప్రాణ, అపాన,  
 బ్రీహి, యవ, తప, శ్రద్ధా, సత్య, బ్రహ్మచర్య, విధి, నిషేధ,  
 సముద్ర, పర్వత ఔర నదియాం, సబ ఈశ్వర నే ఉత్పన్న హోతే హైం ।

### ౬. మాణ్డుకోపనిషత్ కా సార ।

“ఓం” యహ అక్షర హీ సబ కుచ హై । యహ జో కుచ భూత,  
 వర్తమాన ఔర భవిష్యత్ హై సబ కుచ ఓంకార హీ హై । దూసరా భీ తీనోం  
 కాలోం కే సివా జో కుచ హై వహ భీ ఓంకార హీ హై । యహ ఆత్మా బ్రహ్మ హై ।  
 యహ సచ బ్రహ్మ హై । యహ ఆత్మారూప ఓంకార అ-ఉ-మ-నాద రూప నే చార  
 పాద (అంశోం) వాలా హై । ఉన మేం “అకార” ప్రథమ పాద జాగ్రత్  
 అవస్థా రూప స్థాన వాలా హై । యహోం యహ బహిఃప్రజ్ఞ యానీ బాహిర కా జానే  
 వాలా హోతా హై । ఇస కే సాత అంగ ఔర ఉన్నీస ముఖ హైం । స్థూల ఇస కా  
 భోగ హై ఔర ఇస కా నామ వైశ్వానర హై । ద్యు, సూర్య, వాయు, ఆకాశ,  
 జల, పృథివీ ఔర ఆహవనీయ అగ్ని-యే ఇస కే సాత అంగ హైం । శిర,  
 చక్షు, ప్రాణ, పేట వాతి (మూత్రస్థాన), పైర ఔర ముఖ-యే సాత స్థాన  
 క్రమశః సాత అంగోం కే రహనే కే హైం । పాంచ జ్ఞానేన్ద్రియ, పాంచ  
 కర్మేన్ద్రియ, పాంచ ప్రాణ, చార అన్తఃకరణ-యే ఉన్నీస ఇస కే ముఖ హైం ।  
 ఇస కా దూసరా పాద “ఉకార” స్వప్న-స్థాన వాలా హై । యహోం  
 యహ అన్తఃప్రజ్ఞ హోతా హై, యానీ హృదయ మేం దేఖనే వాలా హోతా హై ।  
 జాగ్రత్ కే సమాన యహోం భీ ఇస కే సాత అంగ ఔర ఉన్నీస ముఖ హైం ।  
 యహోం యహ వాసనామయ భోగ భోగతా హై, తైజస ఇస కా నామ హై ।  
 తీసరా పాద “మకార” సుషుప్తి-స్థాన వాలా హై, జహోం యహ  
 సోతా హుఆ న కుచ కామనా కరతా హై, న స్వప్న దేఖతా హై । సుషుప్తస్థాన  
 మేం ఏకీభూత, ప్రజ్ఞానఘన, ఆనందమయ హోతా హై, ఆనంద కో హీ భోగతా  
 హై, యహోం యహ చేతోముఖ హోతా హై, ప్రాజ్ఞ ఇస కా నామ హై । యహ

సర్వేశ్వర హై, యహ సర్వజ్ఞ హై, అన్తర్యామీ హై, కారణ హై, సబ  
భూతోం కీ ఉత్పత్తి ఔర నాశ ఇస నే హోతే హైం ।

చౌథా పాద “నాద” రూప న తో అన్తఃప్రజ్ఞ హై, న బహిఃప్రజ్ఞ  
హై, న ఉభయతః ప్రజ్ఞ హై, న ప్రజ్ఞానఘన హై, న ప్రజ్ఞ హై, న  
అప్రజ్ఞ హై, అదృష్ట హై, అవ్యవహార్య హై, అగ్రాహ్య హై, అలక్షణ హై,  
అచిన్త్య హై, అవ్యవదేశ్య హై-శబ్దశక్తి కా అవిషయ హై, ఏక ఆత్మా,  
ఇస ఆకార కా ప్రత్యయ యాసి అవ్యభిచారీ జ్ఞాన హీ ఇస మేం సార-ప్రమాణ  
హై, యహ ప్రపంచు నే రహిత హై, శాన్త హై, యహ అద్వైత హై । యహ  
చౌథా పాద మానా జాతా హై । వహ ఆత్మా హై, వహ విజ్ఞేయ (జాననే యోగ్య)  
హై, జో ఇసకో జానతా హై, వహ ఆత్మా ద్వారా ఆత్మా కో హీ ప్రాప్త హోతా హై ।

## 2. తైత్తిరియోపనిషత్ కా సార ।

“ఓం” యహ శబ్ద-బ్రహ్మ హై । ఓం యహ సర్వ-స్వరూప హై ।  
బ్రహ్మ కా జాననే వాలా పరమాత్మా కో ప్రాప్త హోతా హై, బ్రహ్మ సత్య, జ్ఞాన  
ఔర ఆనన్త హై । జిస బ్రహ్మ-రూప పరమాత్మా కో వాణీ ఔర మన దోనోం  
నహిం పహుచతే, కిన్తు ఉనే ప్రాప్త న కరకే వాపిన తాట ఆతే హైం । ఉస  
ఆనన్త-రూప బ్రహ్మ కో జాన కర పురుష కిసీ నే భీ భయభీత నహిం  
హోతా । ఆనన్త యహ పర-బ్రహ్మ హై । యహ బ్రహ్మ హీ జాననే యోగ్య హై ।  
సబ నే పహలే యహ జగత్ అసత్ అర్థాత్ అవ్యాకృత బ్రహ్మ రూప హీ థా । ఉసీ  
అప్రకట బ్రహ్మ నే ఇస సత్ అర్థాత్ నామ-రూపాత్మక వ్యక్త జగత్ కీ ఉత్పత్తి  
హుకు । ఉస అసత్ బ్రహ్మ నే హీ స్వయం అపనే కో హీ నామ-రూపాత్మక జగత్ రూప  
నే రచా । ఇసీ లియే వహ సుకృత (వా స్వకృత వా స్వయం రచా హుఆ) కహా  
జాతా హై । వహ సుకృత హీ రసరూప హై । వహ బ్రహ్మ రస-రూప హై । వహ  
రస ఆనన్త రూప హై । జిస ఆనన్త నే హీ యే సబ ప్రాణీ ఉత్పన్న హోతే హైం,  
ఉత్పన్న హోనే పర ఆనన్త కే ద్వారా హీ జీతే హైం ఔర ప్రలయ సమయ మేం  
ఉసీ ఆనన్త మేం సమా జాతే హైం, వహ ఆనన్త బ్రహ్మ హై । అన్న, ప్రాణ, మన,  
విజ్ఞాన, ఆనన్త యే సబ బ్రహ్మ-స్వరూప హైం । ఆనన్త హీ బ్రహ్మ హై । యహ  
భృగు ఋషి కీ జానీ హుకు ఔర వరుణ కీ ఉపదేశ కీ హుకు అర్థాత్ వరుణ  
కీ భృగు నే కహీ హుకు విద్యా హై । యహ విద్యా హృదయాకాశ-రూప గుహా మేం  
పరమానన్త అద్వైత బ్రహ్మ మేం సమాప్త హోతీ హై । జో విద్వాన్ ఇస కో జానతా  
హై, వహ బ్రహ్మ మేం స్థిత హో జాతా హై । వహ బ్రహ్మ హీ హో జాతా హై ।

౮. ఐతరేయోపనిషత్ కా సార ।

ఆత్మా దో ప్రకార కా హై । జీవాత్మా ఔర పరమాత్మా । ఇనమేం జీవాత్మా తో ఉపాసక  
 హై ఔర పరమాత్మా ఉపాస్య హైం । యహ జీవాత్మా జిన కీ ప్రేరణా సే రూప కో  
 దేఖతా హై, శబ్ద కో సునతా హై, గంధ కో సూంఘతా హై, వాణీ కో బోలతా  
 హై రస వా స్వాద కో జానతా హై, మన సే సంకల్ప కరతా హైం, బుద్ధి  
 సే నిశ్చయ కరతా హై, చిత్త సే ధ్యాన కరతా హైం ఔర సుఖఃదుఖ  
 కా అనుభవ కరతా హైం, అహంకార సే అహమ్భావ అర్థాత్ “యహ మైం  
 ఔర మేరా” ఐసా విచార కరతా హై, వహీ విజ్ఞాన-రూప బ్రహ్మ  
 హై । ప్రజ్ఞాన సర్వ-స్వరూప బ్రహ్మ సే సర్వత్ర-విద్యమాన హై । యహ  
 ప్రజ్ఞాన రూప ఆత్మా హీ బ్రహ్మ హై । యహీ ఇన్ద్ర హై । యహీ ప్రజాపతి హై ।  
 యే సచ దేవతా, యే పాంచ మహాభూత పృథివీ, జల, అగ్ని, వాయు ఔర  
 ఆకాశ ప్రజ్ఞాన మేం ప్రతిష్ఠిత హైం । జరాయుజ, అండజ, నేవదజ,  
 ఉద్భిజ్జ యే చార ప్రకార కే స్థావర-జగంగ ప్రాణీ సబ ప్రజ్ఞాన మేం  
 ప్రతిష్ఠిత హైం । వైసే చీజ ( కారణ రూప ), పశు, పక్షీ ఆది సచ  
 అజ్ఞాన మేం ప్రతిష్ఠిత హైం । ప్రజ్ఞాన హీ బ్రహ్మ హై । ప్రజ్ఞాన-రూప  
 వైతన్య ఆత్మా పరమాత్మా హై । జో ఇన ప్రజ్ఞాన-రూప బ్రహ్మ కో జానతా హై,  
 వహ ఇన లోక సే జాకర స్వర్గ లోక మేం స్వయంమృతాకాశ-రూప బ్రహ్మ మేం  
 సబ కామనాటం కో ప్రాప్త హోకర అమృత అర్థాత్ అమర హో జాతా హై ।

౯. ఛాన్దోగ్యోపనిషత్ కా సార ।

యహ సత్ హీ సృష్టి కే పూర్వ ఏక అద్వితీయ థా । సబ జగత్ ఇసీ కా స్వరూప  
 హై । వహ సత్య హై, వహ ఆత్మా హై, వహ తూ హై । ఇన ఏక కే జాననే సే  
 సబ కా జ్ఞాన హో జాతా హై । జైసే మృత్తికా సత్య హై, మృత్తికా కే  
 కార్య ఘట-శరావ ఆది వాణీ-మాత్ర హోనే సే మిథ్యా హైం । జైసే లోహ  
 సత్య హై, తలవార, చాకూ ఆది లోహ కే కార్య కథన-మాత్ర హోనే సే  
 మిథ్యా హైం ఔర జైసే సువర్ణ సత్య హై, సువర్ణ కే కనక-కుండల  
 ఆది కహనే-మాత్ర హోనే సే మిథ్యా హైం । ఇసీ ప్రకార యహ సత్-రూప ఆత్మా  
 సత్య హై ఔర ఇన కా కార్య నామ-రూప జగత్ కథన-మాత్ర హోనే సే  
 మిథ్యా హై । సబ సుఖ చాహతే హైం, దుఃఖ కో ఈ నహీం చాహతా । విద్వాన్

సుఖ కే లియే ఇన్ద్రియసయంమాది కరతే హైం । సుఖ కో జాననా చాహియే ।  
 సుఖ క్యా హై? జో భూమా యానీ మహాన్ హై, వహ సుఖ హై । అల్ప మేం సుఖ  
 నహిం హై । భూమా హీ సుఖ హై । భూమా కో జాననా చాహియే । భూమా క్యా హై  
 ? జహం దూసరే కో నహిం దేఖతా, దూసరే కో నహిం సునతా, దూసరే కో నహిం  
 జానతా, వహ భూమా హై । జహం దూసరే కో దేఖతా హై, దూసరే కో సునతా హై,  
 దూసరే కో జానతా హై, వహ అల్ప హై । జో భూమా హై వహ అమృత హై ఔర  
 జో అల్ప హై వహ మర్త్య వా మృత్యు-గ్రస్త హై । జో ఇస భూమా కో జానతా  
 హై, వహ స్వరాట్ హోతా హై ఔర సబ లోకోం మేం ఉన కా కామ-చార హోతా హై ।

### ౧౦. వృహదారణ్యకోపనిషత్ కా సార ।

ఇస అక్షర పరమేశ్వర కీ ఆజ్ఞా మేం సూర్య ఔర చంద్రమా వర్తతే  
 హైం । ఇస అక్షర కీ ఆజ్ఞా మేం ఖర్గ ఔర పృథవీ తహారే హువి హైం ।  
 ఇస కీ ఆజ్ఞా మేం నిమేష, ముహూర్త, దిన, రాత, పక్ష, మాస, ఋతు  
 ఔర సంవత్సర హైం । ఇస అక్షర కీ ఆజ్ఞా నే గంగా-యమునాది నదియాం  
 హిమాలయ పర్వత నే నికల కర పూర్వ దిశా కో బహతీ హైం । ఇస అక్షర  
 కీ ఆజ్ఞా నే దానీ కీ మనుష్య ప్రశంసా కరతే హైం । దేవతా అన్య ప్రకార  
 నే జీనే మేం సమర్థ హైం తో భీ యజమాన కే దియే హువి పురోడాశాది కో  
 ప్రసన్నతా నే గ్రహణ కరతే హైం ఔర అర్యమాది పితర శ్రాద్ధ మేం  
 దియే హువి పదార్థోం కో లేతే హైం । జో ఇస అక్షర కో జాన కర హవన  
 కరతా హై, యజ్ఞ కరతా హై ఔర తప కరతా హై, వహ అనన్త ఫల  
 పాతా హై । జో ఇస అక్షర కో న జాన కర ఇస లోక నే మర కర జాతా  
 హై, వహ కృపణ హై ఔర జో ఇస కో జాన కర ఇస లోక నే మర కర  
 జాతా హై వహ బ్రాహ్మణ హై । యహ అక్షర అదృష్ట హోకర ద్రష్టా హై,  
 ఆశ్రుత హోకర శ్రోతా హై, అమత హోకర మన్తా హై, అవిజ్ఞాత హో కర భీ  
 విజ్ఞాతా హై, ఇస కే సివా అన్య ద్రష్టా, శ్రోతా, మన్తా, విజ్ఞాతా నహిం  
 హై । ఇస నే సమస్త బ్రహ్మణ్ణ ఓత-ప్రోత హై, రజ్జు మేం భుజంగాది కే  
 సమాన ఆరోపిత హై । యహ సచ్చిదానన్ద-స్వరూప పరమేశ్వర జాననే  
 ఔర దేఖనే యోగ్య హై । శ్రవణ-మనన-నిదిధ్యాసన రూప ఆరాధనా  
 నే ఈశ్వర జాననే ఔర దేఖనే మేం ఆతా హై । ఇతి శమ్ ।

ఇతి దశోపనిషత్సార-భావానువాద !  
 నారాయణోత్తర పద-గోవిందేన సుధీమతా ।

దశోపనిషదాం సారో రచితః స్వాత సతాం ముదే ।

గోవింద


గోవింద-భవన,

జోధపుర ।


తాం ౨౪-౧౧-౩౮

Encoded and proofread by Pranab Mukherjee pranab9 at gmail.com

---

——  
*Essence of Ten Principal Upanishads with Hindi Translation*

pdf was typeset on July 8, 2024

——  
Please send corrections to [sanskrit@cheerful.com](mailto:sanskrit@cheerful.com)

