

---

## Kshurika Upanishad

க்ஷுரிகீகாபநிஷத்

### Document Information

---

Text title : Kshurika Upanishad

File name : kshurika.itx

Category : upanishhat

Location : doc\_upanishhat

Author : Vedic Rishis

Transliterated by : Sunder Hattangadi

Proofread by : Sunder Hattangadi

Description-comments : 31/108; Krishna Yajurveda Ypga Upanishad

Latest update : Jan. 8, 2000

Send corrections to : [sanskrit at cheerful dot c om](mailto: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**.

---

April 1, 2025

*sanskritdocuments.org*

---

## Kshurika Upanishad

க்ஷூரிகோபநிஷத்



கைவல்யநாடீ<sup>3</sup>காந்தஸ்த<sup>2</sup>பராபூ<sup>4</sup>மிநிவாஸிநம் |

க்ஷூரிகோபநிஷத்<sup>3</sup>யோக<sup>3</sup>பா<sup>4</sup>ஸூரம் ராமமாஸ்ரயே ||

ஓ ஸஹநாவவது || ஸஹ நௌ பு<sup>4</sup>நக்து || ஸஹ வீர்யம் கரவாவஹை ||

தேஜஸ்விநாவதீ<sup>4</sup>தமஸ்து மா வித்<sup>3</sup>விஷாவஹை ||

ஓ ஸாந்தி: ஸாந்தி: ஸாந்தி: ||

ஓ க்ஷூரிகாம் ஸம்ப்ரவக்ஷயாமி தா<sup>4</sup>ரணம் யோக<sup>3</sup>ஸித்<sup>3</sup>த<sup>4</sup>யே |

யம் ப்ராப்ய ந புநர்ஜநம் யோக<sup>3</sup>யுக்தஸ்ய ஜாயதே || 1 ||

வேத<sup>3</sup>தத்த்வார்த<sup>2</sup>விஹிதம் யதோ<sup>2</sup>க்தம் ஹி ஸ்வயம்பு<sup>4</sup>வா |

நி:ஸப்<sup>3</sup>தீம் தே<sup>3</sup>ஸமாஸ்தா<sup>2</sup>ய தத்ராஸநமவஸ்தி<sup>2</sup>: || 2 ||

க்ஷர்மோ<sup>5</sup>ங்கா<sup>3</sup>நீவ ஸம்ஹ்ரு<sup>2</sup>த்ய மநோ ஹ்ரு<sup>3</sup>தி<sup>3</sup> நிருத<sup>4</sup>ய ச |

மாத்ராத்த்வாத<sup>3</sup>ஸயோகே<sup>3</sup>ந ப்ரணவேந ஸநை: ஸநை: || 3 ||

பூரயேத்ஸர்வமாத்மாநம் ஸர்வத்<sup>3</sup>வாரம் நிருத<sup>4</sup>ய ச |

உரோமுக<sup>2</sup>கடிக்<sup>3</sup>ரீவம் கிஞ்சித்<sup>3</sup>பூ<sup>4</sup>த<sup>3</sup>யமுந்நதம் || 4 ||

ப்ராணந்ஸந்தா<sup>4</sup>ரயேத்தஸ்மிநாஸாப்யந்தரசாரிண: |

பூ<sup>4</sup>த்வா தத்ர க<sup>3</sup>த: ப்ராண: ஸநைரத<sup>2</sup> ஸமுத்ஸ்ரு<sup>2</sup>ஜேத் || 5 ||

ஸ்தி<sup>2</sup>ரமாத்ராத்த்<sup>3</sup>ரு<sup>4</sup>ட<sup>4</sup>ம் க்ரு<sup>2</sup>த்வா அங்கு<sup>3</sup>ஷ்டே<sup>2</sup>ந ஸமாஹித: |

த்<sup>3</sup>வே கு<sup>3</sup>ல்பே<sup>2</sup> து ப்ரகூர்வீத ஜங்கே<sup>4</sup> சைவ த்ரயஸ்த்ரய: || 6 ||

த்<sup>3</sup>வே ஜாநுநீ ததோ<sup>2</sup>ருப்<sup>4</sup>யாம் கு<sup>3</sup>தே<sup>3</sup> ஸிஸ்நே த்ரயஸ்த்ரய: |

வாயோராயதநம் சாத்ர நாபி<sup>4</sup>தே<sup>3</sup>ஸே ஸமாஸ்ரயேத் || 7 ||

தத்ர நாடீ<sup>3</sup> ஸுஷும்நா து நாடீ<sup>3</sup>பி<sup>4</sup>ர்பி<sup>3</sup>ஹுபி<sup>4</sup>ர்வ்ரு<sup>2</sup>தா ||

அணு ரக்தஸ்ச பீதாஸ்ச க்ரு<sup>2</sup>ஷ்ட்ணஸ்தாம்ரா விலோஹிதா: || 8 ||

அதிலஸிக்ஷமாம் ச தந்வீம் ச ஸூக்லாம் நாடீ<sup>3</sup>ம் ஸமாஸ்ரயேத் |

தத்ர ஸஞ்சாரயேத்ப்ராணாநூர்ணநாபீ<sup>4</sup>வ தந்துநா || 9 ||

ததோ ரக்தோத்பலாபா<sup>4</sup>ஸம் புருஷாயதநம் மஹத்  
த<sup>3</sup>ஹரம் புண்ட<sup>3</sup>ரீகம் தத்<sup>3</sup>வேதா<sup>3</sup>ந்தேஷு நிக<sup>3</sup>த்யதே || 10 ||

தத்<sup>3</sup>பி<sup>4</sup>த்த்வா கண்ட<sup>2</sup>மாயாதி தாம் நாடீ<sup>3</sup>ம் பூரயந்யத: |  
மநஸஸ்து க்ஷுரம் க்<sup>3</sup>ரு<sup>3</sup>ஹ்ய ஸுதீக்ஷணம் பு<sup>3</sup>த்தி<sup>4</sup>நிர்மலம் || 11 ||

பாத<sup>3</sup>ஸ்யோபரி யந்மத்<sup>4</sup>யே தத்<sup>3</sup>ருபம் நாம க்ரு<sup>3</sup>ந்தயேத் |  
மநோத்<sup>3</sup>வாரேண தீக்ஷணேந யோக<sup>3</sup>மாஸ்சித்ய நித்யஸ: || 12 ||

இந்த<sup>3</sup>ரவஜ்ர இதி ப்ரோக்தம் மர்மஜங்கா<sup>4</sup>நுகீர்தநம் |  
தத்<sup>3</sup>த்யாநப<sup>3</sup>லயோகே<sup>3</sup>ந தா<sup>4</sup>ரணாபி<sup>4</sup>நிக்ரு<sup>3</sup>ந்தயேத் || 13 ||

ஊர்வோர்மத்<sup>4</sup>யே து ஸம்ஸ்தா<sup>2</sup>ப்ய மர்மப்ராணவிமோசநம் |  
சதுரப<sup>4</sup>யாஸயோகே<sup>3</sup>ந சி<sup>2</sup>ந்தே<sup>3</sup>த<sup>3</sup>நபி<sup>4</sup>ஸங்கித: || 14 ||

தத: கண்டா<sup>2</sup>ந்தரே யோகீ<sup>3</sup> ஸமூஹந்நாடி<sup>3</sup>ஸஞ்சயம் |  
ஏகோத்தரம் நாடி<sup>3</sup>ஸதம் தாஸாம் மத்<sup>4</sup>யே வரா: ஸம்ரு<sup>3</sup>தா: || 15 ||

ஸுஷும்நா து பரே லீநா விரஜா ப்<sup>3</sup>ரஹ்மருபிணீ |  
இடா<sup>3</sup> திஷ்ட<sup>2</sup>தி வாமேந பிங்க<sup>3</sup>லா த<sup>3</sup>க்ஷிணேந ச || 16 ||

தயோர்மத்<sup>4</sup>யே வரம் ஸ்தா<sup>2</sup>நம் யஸ்தம் வேத<sup>3</sup> ஸ வேத<sup>3</sup>வித் |  
த்<sup>3</sup>வாஸப்ததிஸஹஸ்ராணி ப்ரதிநாடீ<sup>3</sup>ஷு தைதிலம் || 17 ||

சி<sup>2</sup>த்த<sup>3</sup>யதே த்யாநயோகே<sup>3</sup>ந ஸுஷும்நைகா ந சி<sup>2</sup>த்த<sup>3</sup>யதே |  
யோக<sup>3</sup>நிர்மலதா<sup>4</sup>ரேண க்ஷுரேணாநலவர்சஸா || 18 ||

சி<sup>2</sup>ந்தே<sup>3</sup>ந்நாடீ<sup>3</sup>ஸதம் தீ<sup>4</sup>ர: ப்ரபா<sup>4</sup>வாதி<sup>3</sup>ஹ ஜந்மநி |  
ஜாதீபுஷ்பஸமாயோகை<sup>3</sup>ர்யதா<sup>2</sup> வாஸ்யதி தைதிலம் || 19 ||

ஏவம் ஸுபா<sup>4</sup>ஸுபை<sup>4</sup>ர்பா<sup>4</sup>வை: ஸா நாடீ<sup>3</sup>தி விபா<sup>4</sup>வயேத் |  
தத்<sup>3</sup>பா<sup>4</sup>விதா: ப்ரபத்<sup>3</sup>யந்தே புநர்ஜந்மவிவர்ஜிதா: || 20 ||

தபோவிஜிதசித்தஸ்து நி:ஸப்<sup>3</sup>த<sup>3</sup>ம் தே<sup>3</sup>ஸமாஸ்தி<sup>2</sup>த: |  
நி:ஸங்க<sup>3</sup>தத்த்வயோக<sup>3</sup>ஜ்ஞோ நிரபேக்ஷ: ஸநை: ஸநை: || 21 ||

பாஸம் சி<sup>2</sup>த்த்வா யதா<sup>2</sup> ஹம்ஸோ நிர்விஸங்கம் க<sup>2</sup>முத்க்ரமேத் |  
சி<sup>2</sup>ந்நபாஸஸ்ததா<sup>2</sup> ஜீவ: ஸம்ஸாரம் தரதே ஸதா<sup>3</sup> || 22 ||

யதா<sup>2</sup> நிர்வாணகாலே து தீ<sup>3</sup>போ த<sup>3</sup>க்<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>வா லயம் வ்ரஜேத் |  
ததா<sup>2</sup> ஸர்வாணி கர்மாணி யோகீ<sup>3</sup> த<sup>3</sup>க்<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>வா லயம் வ்ரஜேத் || 23 ||

ப்ராணயாமஸுதீக்ஷணேந மாத்ராதா<sup>4</sup>ரேண யோக<sup>3</sup>வித் |  
வைராக்<sup>3</sup>யோபலக்<sup>4</sup>ரு<sup>3</sup>ஷ்டேந சி<sup>2</sup>த்த்வா தம் து ந ப<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>யதே || 24 ||

அம்ரு<sup>3</sup>த்தவம் ஸமாப்நோதி யதா<sup>3</sup> காமாத்ஸ முச்யதே |  
ஸர்வேஷ்ணாவிநிர்முக்தஸ்சி<sup>2</sup>த்த்வா தம் து ந ப<sup>3</sup>த்<sup>4</sup>யத இத்யுபநிஷத் ||

ஓ ஸஹ நாவவது || ஸஹ நௌ பு<sup>4</sup>நக்து || ஸஹ வீர்யம் கரவாவஹை ||  
தேஜஸ்விநாவதீ<sup>4</sup>தமஸ்து மா வித்<sup>3</sup>விஷாவஹை ||

ஓ ஸாந்தி: ஸாந்தி: ஸாந்தி: ||

|| இதி க்ஷுரிகோபநிஷத்ஸமாப்தா ||

Encoded by Sunder Hattangadi

---



*Kshurika Upanishad*

pdf was typeset on April 1, 2025



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

