.. Atmabodha Upanishad ..

॥ आत्मबोधोपनिषत् ॥

॥ आत्मबोधोपनिषत् ॥ 42
श्रीमन्नारायणाकारमष्टाक्षरमहाशयम् ।
स्वमात्रानुभवात्सिद्धमात्मबोधं हरिं भजे ॥
ॐ वाङ्मे मनसीति शान्तिः ॥
ॐ प्रत्यगानन्दं ब्रह्मपुरुषं प्रणवस्वरूपं अकार उकार मकार इति त्र्यक्षरं प्रणवं तदेतदोमिति । यमुक्त्वा मुच्यते योगी जन्मसंसारबन्धनात् । ॐ नमो नारायणाय शङ्खचक्रगदाधराय तस्मात् ॐ नमो नारायणायेति मन्त्रोपासको वैकुण्ठभवनं गमिष्यति । अथ यदिदं ब्रह्मपुरं पुण्डरीकं तस्मात्तडिताभमात्रं दीपवत्प्रकाशम् ॥
ब्रह्मण्यो देवकीपुत्रो ब्रह्मण्यो मधुसूदनः ।
ब्रह्मण्यः पुण्डरीकाक्षो ब्रह्मण्यो विष्णुरच्युतः ॥
सर्वभूतस्थमेकं नारायणं कारणपुरुषमकारणं परं ब्रह्मोम् । शोकमोहविनिर्मुक्तो विष्णुं ध्यायन्न सीदति । द्वैताद्वैतमभयं भवति । मृत्योः स मृत्युमाप्नोति य इह नानेव पश्यति । हृत्पद्ममध्ये सर्वं यत्तत्प्रज्ञाने प्रतिष्ठितम् । प्रज्ञानेत्रो लोकः प्रज्ञा प्रतिष्ठा प्रज्ञानं ब्रह्म । स एतेन प्रज्ञेनात्मनास्माल्लोकादुत्क्रम्यामुष्मिन्स्वर्गे लोके सर्वान्कामानास्वाऽमृतः समभवदमृतः समभवत् । यत्र ज्योतिरजस्रं यस्मिंल्लोकेऽभ्यर्हितम् । तस्मिन्मां देहि स्वमानमृते लोके अक्षते अच्युते लोके अक्षते अमृतत्वं च गच्छत्यों नमः ॥ १॥
प्रगलितनिजमायोऽहं निस्तुलदृशिरूपवस्तुमात्रोऽहम् ।
अस्तमिताहन्तोऽहं प्रगलितजगदीशजीवभेदोऽहम् ॥ १॥
प्रत्यगभिन्नपरोऽहं विध्वस्ताशेषविधिनिषेधोऽहम् ।
समुदस्ताश्रमितोऽहं प्रविततसुखपूर्णसंविदेवाहम् ॥ २॥
साक्ष्यहमनपेक्षोऽहं निजमहिम्नि संस्थितोऽहमचलोऽहम् ।
अजरोऽहमव्ययोऽहं पक्षविपक्षादिभेदविधुरोऽहम् ॥ ३॥
अवबोधैकरसोऽहं मोक्षानन्दैकसिन्धुरेवाहम् ।
सूक्ष्मोऽहमक्षरोऽहं विगलितगुणजालकेवलात्माऽहम् ॥ ४॥
निस्त्रैगुण्यपदोऽहं कुक्षिस्थानेकलोककलनोऽहम् ।
कूटस्थचेतनोऽहं निष्क्रियधामाहमप्रतर्क्योऽहम् ॥ ५॥
एकोऽहमविकलोऽहं निर्मलनिर्वाणमूर्तिरेवाहम् ।
निरवयोऽहमजोऽहं केवलसन्मात्रसारभूतोऽहम् ॥ ६॥
निरवधिनिजबोधोऽहं शुभतरभावोऽहमप्रभेद्योऽहम् ।
विभुरहमनवद्योऽहं निरवधिनिःसीमतत्त्वमात्रोऽहम् ॥ ७॥
वेद्योऽहमगमास्तैराराध्योऽहं सकलभुवनहृद्योऽहम् ।
परमानन्दघनोऽहम् परमानन्दैकभूमरूपोऽहम् ॥ ८॥
शुद्धोऽहमद्वयोऽहं सन्ततभावोऽहमादिशून्योऽहम् ।
शमितान्तत्रितयोऽहं बद्धो मुक्तोऽहमद्भुतात्माहम् ॥ ९॥
शुद्धोऽहमान्तरोऽहं शाश्वतविज्ञानसमरसात्माहम् ।
शोधितपरतत्त्वोऽहं बोधानन्दैकमूर्तिरेवाहम् ॥ १०॥
विवेकयुक्तिबुद्ध्याहं जानाम्यात्मानमद्वयम् ।
तथापि बन्धमोक्षादिव्यवहारः प्रतीयते ॥ ११॥
निवृत्तोऽपि प्रपञ्चो मे सत्यवद्भाति सर्वदा ।
सर्पादौ रज्जुसत्तेव ब्रह्मसत्तैव केवलम् ।
प्रपञ्चाधाररूपेण वर्ततेऽतो जगन्न हि ॥ १२॥
यथेक्षुरससंव्याप्ता शर्करा वर्तते तथा ।
अद्वयब्रह्मरूपेण व्याप्तोऽहं वै जगत्त्रयम् ॥ १३॥
ब्रह्मादिकीटपर्यन्ताः प्राणिनो मयि कल्पिताः ।
बुद्बुदादिविकारान्तस्तरङ्गः सागरे यथा ॥ १४॥
तरङ्गस्थं द्रवं सिन्धुर्न वाञ्छति यथा तथा ।
विषयानन्दवाञ्छा मे मा भूदानन्दरूपतः ॥ १५॥
दारिद्र्याशा यथा नास्ति संपन्नस्य तथा मम ।
ब्रह्मानन्दे निमग्नस्य विषयाशा न तद्भवेत् ॥ १६॥
विषं दृष्ट्वाऽमृतं दृष्ट्वा विषं त्यजति बुद्धिमान् ।
आत्मानमपि दृष्ट्वाहमनात्मानं त्यजाम्यहम् ॥ १७॥
घटावभासको भानुर्घटनाशे न नश्यति ।
देहावभासकः साक्षी देहनाशे न नश्यति ॥ १८॥
न मे बन्धो न मे मुक्तिर्न मे शास्त्रं न मे गुरुः ।
मायामात्रविकासत्वान्मायातीतोऽहमद्वयः ॥ १९॥
प्राणाश्चलन्तु तद्धर्मैः कामैर्वा हन्यतां मनः ।
आनन्दबुद्धिपूर्णस्य मम दुःखं कथं भवेत् ॥ २०॥
आत्मानमञ्जसा वेद्मि क्वाप्यज्ञानं पलायितम् ।
कर्तृत्वमद्य मे नष्टं कर्तव्यं वापि न क्वचित् ॥ २१॥
ब्राह्मण्यं कुलगोत्रे च नामसौन्दर्यजातयः ।
स्थूलदेहगता एते स्थूलाद्भिन्नस्य मे नहि ॥ २२॥
क्षुत्पिपासान्ध्यबाधिर्यकामक्रोधादयोऽखिलाः ।
लिङ्गदेहगता एते ह्यलिङ्गस्य न सन्ति हि ॥ २३॥
जडत्वप्रियमोदत्वधर्माः कारणदेहगाः ।
न सन्ति मम नित्यस्य निर्विकारस्वरूपिणः ॥ २४॥
उलूकस्य यथा भानुरन्धकारः प्रतीयते ।

स्वप्रकाशे परानन्दे तमो मूढस्य जायते ॥ २५ ॥
चक्षुर्दृष्टिनिरोधेऽभ्रैः सूर्यो नास्तीति मन्यते ।
तथाऽज्ञानावृतो देही ब्रह्म नास्तीति मन्यते ॥ २६ ॥
यथामृतं विषाद्भिन्नं विषदोषैर्न लिप्यते ।
न स्पृशामि जडाद्भिन्नो जडदोषान्प्रकाशतः ॥ २७ ॥
स्वल्पापि दीपकणिका बहुलं नाशयेत्तमः ।
स्वल्पोऽपि बोधो निबिडे बहुलं नाशयेत्तमः ॥ २८ ॥
कालत्रये यथा सर्पो रज्जौ नास्ति तथा मयि ।
अहङ्कारादिदेहान्तं जगन्नास्त्यहमद्वयः ॥ २९ ॥
चिद्रूपत्वान्न मे जाड्यं सत्यत्वान्नानृतं मम ।
आनन्दत्वान्न मे दुःखमज्ञानाद्भाति सत्यवत् ॥ ३० ॥

आत्मप्रबोधोपनिषदं मुहूर्तमुपासित्वा न स पुनरावर्तते न स पुनरावर्तत इत्युपनिषत् ॥
ॐ वाङ्मे मनसीति शान्तिः ॥
इति आत्मबोधोपनिषत्समाप्ता ॥