॥ मैत्रायण्युपनिषत् ॥
सामवेदीय सामान्य उपनिषत् ॥
वैराग्योत्थभक्तियुक्तब्रह्ममात्रप्रबोधतः ।
यत्पदं मुनयो यान्ति तत्त्रैपदमहं महः ॥
ॐ आप्यायन्तु ममाङ्गानि वाक्प्राणश्चक्षुः श्रोतमथो बलमिन्द्रियाणि च ।
सर्वाणि सर्वं ब्रह्मोपनिषदं माहं ब्रह्म निराकुर्यां मा मा ब्रह्म निराकरोदनिराकरणमस्त्वनिराकरणं मेस्तु तदात्मनि निरते य उपनिषत्सु
धर्मास्ते मयि सन्तु ते मयि सन्तु ॥
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥
मैत्रायणी कौषितकी बृहज्जाबालतापनी ।
कालाग्निरुद्रमैत्रेयी सुबालक्षुरमन्त्रिका ।
ॐ बृहद्रथो ह वै नाम राजा राज्ये ज्येष्ठं पुत्रं निधापयित्वेदमशाश्वतं मन्यमानः शारीरं वैराग्यमुपेतोऽरण्यं निर्जगाम स तत्र परमं तप आस्थायादित्यमीक्षमाण ऊर्ध्वबाहुस्तिष्ठत्यन्ते सहस्रस्य मुनिरन्तिकमाजगामाग्निरिवाधूमकस्तेजसा निर्दहन्निवात्मविद्भगवाञ्छाकायन्य उत्तिष्ठोत्तिष्ठ वरं वृणीश्वेति राजानमब्रवीत्स तस्मै नमस्कृत्योवाच भगवन्नाहमात्मवित्त्वं तत्त्वविच्छ्रुणुमो वयं स त्वं नो ब्रूहीत्येतद्वृतं पुरस्तादशक्यं मा पृच्छ प्रश्नमैक्ष्वाकान्यान्कामान्वृणीश्वेति शाकायन्यस्य चरणवभिमृश्यमानो राजेमां गाथां जगाद ॥ १॥
भगवन्नस्थिचर्मस्नायुमज्जामांसशुक्रशोणितश्लेष्माश्रुदूषिते विण्मूत्रवातपित्तकफसङ्घाते दुर्गन्धे निःसारेऽस्मिञ्छरीरे किं कामोपभोगैः ॥ २॥
कामक्रोधलोभभयविषादेर्ष्येष्टवियोगानिष्टसंप्रयोगक्षुत्पिपासाजरामृत्युरोगशोकाद्यैरभिहतेऽस्मिञ्छरीरे किं कामोपभोगैः ॥ ३॥
सर्वं चेदं क्षयिष्णु पश्यामो यथेमे

दंशमशकादयस्तृणवन्नश्यतयोद्भूतप्रध्वंसिनः ॥ ४॥
अथ किमेतैर्वा परेऽन्ये महाधनुर्धराश्चक्रवर्तिनः
केचित्सुद्युम्नभूरिद्युम्नेन्द्रद्युम्नकुवलयाश्वयौवनाश्ववद्धिया
श्वाश्वपतिः शशबिन्दुर्हारिश्चन्द्रोऽम्बरीषो
ननूक्तस्वयातिर्ययातिनरण्योक्षसेनोत्थमरुत्तभरतप्रभृतयो
राजानो मिषतो बन्धुवर्गस्य महतीं श्रियं
त्यक्त्वास्माल्लोकादमुं लोकं प्रयान्ति ॥ ५॥
अथ किमेतैर्वा परेऽन्ये
गन्धर्वासुरयक्षराक्षसभूतगणपिशाचोरगग्रहादीनां
निरोधनं पश्यामः ॥ ६॥
अथ किमेतैर्वान्यानां शोषणं महार्णवानां शिखरिणां
प्रपतनं ध्रुवस्य प्रचलनं स्थानं वा तरूणां
निमज्जनं पृथिव्याः स्थानादपसरणं सुराणं
सोऽहमित्येतद्विधेऽस्मिन्संसारे किं
कामोपभोगैर्यैरेवाश्रितस्यासकृदिहावर्तनं दृश्यत
इत्युद्धर्तुमर्हसीत्यन्धोदपानस्थो भेक इवाहमस्मिन्संसारे
भगवंस्त्वं नो गतिस्त्वं नो गतिः ॥ ७॥ इति प्रथमः
प्रपाठकः ॥
अथ भगवाञ्छाकायन्यः सुप्रीतोऽब्रवीद्राजानं महाराज
बृहद्रथेक्ष्वाकुवंशध्वजशीर्षात्मजः कृतकृत्यस्त्वं
मरुन्नाम्नो विश्रुतोऽसीत्ययं वा व खल्वात्मा ते कतमो
भगवान्वर्ण्य इति तं होवाच इति ॥ १॥
य एषो बाह्यावष्टम्भनेनोर्ध्वमुत्क्रान्तो
व्यथमानोऽव्यथमानस्तमः प्रणुदत्येष आत्मेत्याह
भगवानथ य एष संप्रसादोऽस्माञ्छरीरात्समुत्थाय
परं ज्योतिरुपसंपद्य स्वेन रूपेणाभिनिष्पद्यत एष आत्मेति
होवाचैतदमृतमभयमेतद्ब्रह्मेति ॥ २॥
अथ खल्वियं ब्रह्मविद्या सर्वोपनिषद्विद्या वा राजन्नस्माकं
भगवता मैत्रेयेण व्याख्याताहं ते
कथयिष्यामीत्यथापहतपाप्मानस्तिग्मतेजस ऊर्ध्वरेतसो
वालखिल्या इति श्रुयन्तेऽथैते
प्रजापतिमब्रुवन्भगवञ्शकटमिवाचेतनमिदं शरीरं
कस्यैष खल्वीदृ$^{f}o\ mEhmAtFE\Sigma dyBt-y$
येनैतद्विधमिदं चेतनवत्प्रतिष्ठापितं प्रचोदयितास्य को
भगवन्नेतदस्माकं ब्रूहीति तान्होवाच ॥ ३॥
यो ह खलु वाचोपरिस्थः श्रूयते स एव वा एष शुद्धः

पूतः शून्यः शान्तो प्राणोऽनीशत्माऽनन्तोऽक्षय्यः स्थिरः
शाश्वतोऽजः स्वतन्त्रः स्वे महिम्नि तिष्ठत्यनेनेदं शरीरं
चेतनवत्प्रतिष्ठापितं प्रचोदयिता चैषोऽस्येति ते
होचुर्भगवन्कथमनेनेदृशेनानिच्छेनैतद्विधमिदं
चेतनवत्प्रतिष्ठापितं प्रचोदयिता चैषोऽस्येति कथमिति
तान्होवाच ॥ ४॥
स वा एष सूक्ष्मोऽग्राह्योऽदृश्यः पुरुषसंज्ञको
बुद्धिपूर्वमिहैवावर्ततेंऽशेन सुषुप्तस्यैव बुद्धिपूर्वं
निबोधयत्यथ योह खलु वावाइतस्यांशोऽयं
यश्चेतनमात्रः प्रतिपूरुषं क्षेत्रज्ञः
सङ्कल्पाध्यवसायाभिमानलिङ्गः प्रजापतिर्विश्वक्षस्तेन
चेतनेनेदं शरीरं चेतनवत्प्रतिष्ठापितं प्रचोदयिता
चैषोऽस्येति ते होचुर्भगवन्नीदृशस्य कथमंशेन
वर्तनमिति तान्होवाच ॥ ५॥
प्रजापतिर्वा एषोऽग्रेऽतिष्ठत्स नारमतैकः स
आत्मनमभिध्यायद्बह्वीः प्रजा असृजत्त अस्यैवात्मप्रबुद्धा
अप्राणा स्थाणुरिव तिष्ठमाना अपश्यत्स नारमत
सोऽमन्यतैतासं प्रतिबोधनायाभ्यन्तरं प्राविशानीत्यथ स
वायुमिवात्मानं कृत्वाभ्यन्तरं प्राविशत्स एको नाविशत्स
पञ्चधात्मानं प्रविभज्योच्यते यः प्राणोऽपानः समान
उदानो व्यान इति ॥ ६॥
अथ योऽयमूर्ध्वमुत्क्रामतीत्येष वाव स प्राणोऽथ
योयमावञ्चं संक्रामत्वेष वाव सोऽपानोऽथ योयं
स्थविष्ठमन्नधातुमपाने स्थापयत्यणिष्ठं चाङ्गेऽङ्गे
समं नयत्येष वाव स समानोऽथ योऽयं पीताशितमुद्गिरति
निगिरतीति चैष वाव स उदानोऽथ येनैताः शिरा
अनुव्याप्ता एष वाव स व्यानः ॥ ७॥
अथोपांशुरन्तर्याम्यमिभवत्यन्तर्याममुपांशुमेतयोरन्तराले
चौष्ण्यं मासवदौष्ण्यं स पुरुषोऽथ यः पुरुषः
सोऽग्निर्वैश्वानरोऽप्यन्यत्राप्युक्तमयमग्निर्वैश्वानरो
योऽयमनन्तः पुरुषो येनेदमन्नं पच्यते यदिदमद्यते
तस्यैष घोषो भवति यदेतत्कर्णावपिधाय शृणोति स
यदोत्क्रमिष्यन्भवति नैनं घोषं शृणोति ॥ ८॥
स वा एष पञ्चधात्मानं प्रविभज्य निहितो गुहायां
मनोमयः प्राणशरीरो बहुरूपः सत्यसं कल्प आत्मेति स वा
एषोऽस्य हृदन्तरे तिष्ठन्नकृतार्थोऽमन्यतार्थानसानि

तत्स्वानीमानि भित्त्वोदितः पञ्चभी रश्मिभिर्विषयानत्तीति
बुद्धीन्द्रियाणि यानीमान्येतान्यस्य रश्मयः कर्मेन्द्रियाण्यस्य
हया रथः शरीरं मनो नियन्ता प्रकृतिमयोस्य प्रतोदनेन
खल्वीरितं परिभ्रमतीदं शरीरं चक्रमिव मृते च
नेदं शरीरं चेतनवत्प्रतिष्ठापितं प्रचोदयिता
चैषोऽस्येति ॥ ९ ॥
स वा एष आत्मेत्यदो वशं नीत इव सितासितैः
कर्मफलैरभिभूयमान इव प्रतिशरीरेषु
चरत्यव्यक्तत्वात्सूक्ष्मत्वाददृश्यत्वादग्राह्यत्वान्निर्ममत्वा
च्चानवस्थोऽकर्ता कर्तेवावस्थितः ॥ १० ॥
स वा एष शुद्धः स्थिरोऽचलश्चालेपोऽव्यग्रो निःस्पृहः
प्रेक्षकवदवस्थितः स्वस्य चरितभुग्गुणमयेन
पटेनात्मानमन्तर्धीयावस्थित इत्यवस्थित इति ॥ ११ ॥ इति
द्वितीयः प्रपाठकः ॥
ते होचुर्भगवन्यद्येवमस्यात्मनो महिमानं सूचयसीत्यन्यो
वा परः कोऽयमात्मा सितासितैः कर्मफलैरभिभूयमानः
सदसद्योनिमापद्यत इत्यवाचीं वोर्ध्वां वा गतं
द्वन्द्वैरभिभूयमानः परिभ्रमतीति कतम एष इति
तान्होवाच ॥ १ ॥
अस्ति खल्वन्योऽपरो भूतात्मा योऽयं सितासितैः
कर्मफलैरभिभूयमानः सदसदयोनिमापद्यत इत्यवाचीं
वोर्ध्वां गतिं द्वन्द्वैरभिभूयमानः
परिभ्रमतीत्यस्योपव्याख्यानं पञ्च तन्मात्राणि
भूतशब्देनोच्यन्ते पञ्च महाभूतानि
भूतशब्देनोच्यन्तेऽथ तेषां यः समुदायः
शरीरमित्युक्तमथ यो ह खलु वाव शरीरमित्युक्तं स
भूतात्मेत्युक्तमथास्ति तस्यात्मा बिन्दुरिव पुष्कर इति स वा
एषोऽभिभूतः
प्राकृत्यैर्गुणैरित्यतोऽभिभूतत्वात्संमूढत्वं
प्रयात्यसंमूढस्त्वादात्मस्थं प्रभुं भगवन्तं
कारयितारं नापश्यद्गुणौघैस्तृप्यमानः
कलुषीकृतास्थिरश्चञ्चलो लोलुप्यमानः सस्पृहो
व्यग्रश्चाभिमानत्वं प्रयात इत्यहं सो ममेदमित्येवं
मन्यमानो निबध्नात्यात्मनात्मानं जालेनैव खचरः
कृतस्यानुफलैरभिभूयमानः परिभ्रमतीति ॥ २ ॥
अथान्यत्राप्युक्तं यः कर्ता सोऽयं वै भूतात्मा करणैः

कारयितान्तःपुरुषोऽथ यथाग्निनायःपिण्डो वाभिभूतः
कर्तृभिर्हन्यमानो नानात्वमुपैत्येवं वाव खल्वसौ
भूतात्मान्तःपुरुषेणाभिभूतो गुणैर्हन्यमानो
नानात्वमुपैत्यथ यत्त्रिगुणं चतुरशीतिलक्षयोनिपरिणतं
भूतत्रिगुणमेतद्वै नानात्वस्य रूपं तानि ह वा इमानि
गुणानि पुरुषेणेरितानि चक्रमिव चक्रिणेत्यथ यथायःपिण्डे
हन्यमाने नाग्निरभिभूयत्येवं नाभिभूयत्यसौ
पुरुषोऽभिभूयत्ययं भूतात्मोपसंश्लिष्टत्वादिति ॥ ३॥
अथान्यत्राप्युक्तं शरीरमिदं मैथुनादेवोद्भूतं
संविदपेतं निरय एव मूत्रद्वारेण
निष्क्रामन्तमस्थिभिश्चितं मांसेनानुलिप्तं
चर्मणावबद्धं विण्मूत्रपित्तकफमज्जामेदोवसाभिरन्यैश्च
मलैर्बहुभिः परिपूर्णं कोश इवावसन्नेति ॥ ४॥
अथान्यत्राप्युक्तं संमोहो भयं विषादो निद्रा तन्द्री व्रणो
जरा शोकः क्षुत्पिपासा कार्पण्यं क्रोधो नास्तिक्यमज्ञानं
मात्सर्यं वैकारुण्यं मूढत्वं निर्व्रीडत्वं
निकृतत्वमुद्धातत्वमसमत्वमिति तामसान्वितस्तृष्णा स्नेहो
रागो लोभो हिंसा रतिर्दृष्टिव्यापृतत्वमीर्ष्या
काममवस्थितत्वं चञ्चलत्वं जिहीर्षार्थोपार्जनं
मित्रानुग्रहणं परिग्रहावलम्बोऽनिष्टेष्विन्द्रियार्थेषु
द्विष्टिरिष्टेष्वभिषङ्ग इति राजसान्वितैः परिपूर्ण
एतैरभिभूत इत्ययं भूतात्मा
तस्मान्नानारूपाण्याप्नोतीत्याप्नोतीति ॥ ५॥ तृतीयः
प्रपाठकः ॥
ते ह खल्वथोर्ध्वरेतसोऽतिविस्मिता अतिसमेत्योचुर्भगवन्नमस्ते
त्वं नः शाधि त्वमस्माकं गतिरन्या न विद्यत इत्यस्य
कोऽतिथिर्भूतात्मनो येनेदं हित्वामन्येव सायुज्यमुपैति
तान्होवाच ॥ १॥
अथान्यत्राप्युक्तं महानदीषूर्मय इव निवर्तकमस्य
यत्पुराकृतं समुद्रवेलेव दुर्निवार्यमस्य मृत्योरागमनं
सदसत्फलमयैर्हि पाशैः पशुरिव बद्धं
बन्धनस्थस्येवास्वातन्त्र्यं यमविषयस्थस्यैव
बहुभयावस्थं मदिरोन्मत्त इवामोदममदिरोन्मत्तं पाप्मना
गृहीत इव भ्राम्यमाणं महोरगदष्ट इव विपदृष्टं
महान्धकार इव रागान्धमिन्द्रजालमिव मायामयं स्वप्नमिव
मिथ्यादर्शनं कदलीगर्भ इवासारं नट इव क्षणवेषं

चित्रभित्तिरिव मिथ्यामनोरममित्यथोक्तम् ॥ शब्दस्पर्शादयो
येऽर्था अनर्था इव ते स्थिताः । येष्वासक्तस्तु भूतात्मा न
स्मरेच्च परं पदम् ॥ २॥
अयं वा व खल्वस्य प्रतिविधिर्भूतात्मनो यद्येव
विद्याधिगमस्य धर्मस्यानुचरणं स्वाश्रमेष्वानुक्रमणं
स्वधर्म एव सर्वं धत्ते
स्तम्भशाखेवेतराण्यनेनोर्ध्वभाग्भवत्यन्यथधः पतत्येष
स्वधर्माभिभूतो यो वेदेषु न स्वधर्मातिक्रमेणाश्रमी
भवत्याश्रमेष्वेवावस्थितस्तपस्वी चेत्युच्यत एतदप्युक्तं
नातपस्कस्यात्मध्यानेऽधिगमः कर्मशुद्धिर्वेत्येवं ह्याह ॥
तपसा प्राप्यते सत्त्वं सत्त्वात्सम्प्राप्यते मनः ।
मनसा प्राप्यते त्वात्मा ह्यात्मापत्त्या निवर्तत इति ॥ ३॥
अत्रैते श्लोका भवन्ति ॥
यथा निरिन्धनो वह्निः स्वयोनावुपशाम्यति ।
तथा वृत्तिक्षयाच्चित्तं स्वयोनावुपशाम्यति ॥ १॥
स्वयोनावुपशान्तस्य मनसः सत्यगामिनः ।
इन्द्रियार्थाविमूढस्यानृताः कर्मवशानुगाः ॥ २॥
चित्तमेव हि संसारस्तत्प्रयत्नेन शोधयेत् ।
यच्चित्तस्तन्मयो भवति गुह्यमेतत्सनातनम् ॥ ३॥
चित्तस्य हि प्रसादेन हन्ति कर्म शुभाशुभम् ।
प्रसन्नात्मात्मनि स्थित्वा सुखमव्ययमश्नुते॥ ४॥
समासक्तं यदा चित्तं जन्तोर्विषयगोचरे ।
यद्येवं ब्रह्मणि स्यात्तत्को न मुच्येत बन्धनात् ॥ ५॥
मनो हि द्विविधं प्रोक्तं शुद्धं चाशुद्धमेव च ।
अशुद्धं कामसङ्कल्पं शुद्धं कामविवर्जितम् ॥ ६॥
लयविक्षेपरहितं मनः कृत्वा सुनिश्चलम् ।
यदा यात्यमनीभावं तदा तत्परमं पदम् ॥ ७॥
तावदेव निरोद्धव्यं हृदि यावत्क्षयं गतम् ।
एतज्ज्ञानं च मोक्षं च शेषास्तु ग्रन्थविस्तराः ॥ ८॥
समाधिनिर्धूतमलस्य चेतसो
निवेशितस्यात्मनि यत्सुखं लभेत् ।
न शक्यते वर्णयितुं गिरा तदा
स्वयं तदन्तःकरणेन गृह्यते ॥ ९॥
अपामपोऽग्निरग्नौ वा व्योम्नि व्योम न लक्षयेत् ।
एवमन्तर्गतं चित्तं पुरुषः प्रतिमुच्यते ॥ १०॥
मन एव मनुष्याणां कारणं बन्धमोक्षयोः ।

बन्धाय विषयासक्तं मुक्त्यै निर्विषयं स्मृतमिति ॥ ११॥
अथ यथेयं कौत्सायनिस्तुतिः ॥
त्वं ब्रह्मा त्वं च वै विष्णुस्त्वं रुद्रस्त्वं प्रजापतिः ।
त्वमग्निर्वरुणो वायुस्त्वमिन्द्रस्त्वं निशाकरः ॥ १२॥
त्वं मनुस्त्वं यमश्च त्वं पृथिवी त्वमथाच्युतः ।
स्वार्थे स्वाभाविकेऽर्थे च बहुधा तिष्ठसे दिवि ॥ १३॥
विश्वेश्वर नमस्तुभ्यं विश्वात्मा विश्वकर्मकृ .
विश्वभुग्विश्वमायस्त्वं विश्वक्रीडारतिः प्रभुः ॥ १४॥
नमः शान्तात्मने तुभ्यं नमो गुह्यतमाय च ।
अचिन्त्यायाप्रमेयाय अनादिनिधनाय चेति ॥ १५॥ ॥ ४॥
तमो वा इदमेकमास तत्पश्चात्परेणेरितं विषयत्वं
प्रयात्येतद्वै रजसो रूपं तद्रजः खल्वीरितं विषमत्वं
प्रयात्येतद्वै तमसो रूपं तत्तमः खल्वीरितं तमसः
सम्प्रास्रवत्येतद्वै सत्त्वस्य रूपं तत्सत्त्वमेवेरितं
तत्सत्त्वात्संप्रास्रवत्सोंऽशोऽयं यश्चेतनमात्रः
प्रतिपुरुषं क्षेत्रज्ञः सङ्कल्पाध्यवसायाभिमानलिङ्गः
प्रजापतिस्तस्य प्रोक्ता अग्र्यास्तनवो ब्रह्मा रुद्रो विष्णुरित्यथ
यो ह खलु वावास्य राजसोंऽशोऽसौ स योऽयं ब्रह्माथ यो ह
खलु वावास्य तामसोंऽशोऽसौ स योऽयं रुद्रोऽथ यो ह
खलु वावास्य सात्विकोंऽशोऽसौ स एवं विष्णुः स वा एष
एकस्त्रिधाभूतोऽष्टधैकादशधा द्वादशधापरिमितधा
चोद्भूत उद्भूतत्वाद्भूतेषु चरति प्रतिष्ठा
सर्वभूतानामधिपतिर्बभूवेत्यसावात्मान्तर्बहिश्चान्तर्बहिस्
ह्च ॥ ५॥ चतुर्थः प्रपाठकः ॥
द्विधा वा एष आत्मानं बिभर्त्ययं यः प्राणो
यश्चासावादित्योऽथ द्वौ वा एतावास्तां पञ्चधा
नामान्तर्बहिश्चाहोरात्रे तौ व्यावर्तेते असौ वा आदित्यो
बहिरात्मान्तरात्मा प्राणो बहिरात्मा गत्यान्तरात्मनानुमीयते
। गतिरित्येवं ह्याह यः
कश्चिद्विद्वानपहतपाप्माध्यक्षोऽवदातमनास्तन्निष्ठ
आवृत्तचक्षुः सोऽन्तरात्मागत्या बहिरात्मनोऽनुमीयते
गतिरित्येवं ह्याहाथ य एषोऽन्तरादित्ये हिरण्मयः पुरुषो
यः पश्यति मां हिरण्यवत्स एषोऽन्तरे हृत्पुष्कर
एवाश्रितोऽन्नमत्ति ॥ १॥
अथ य एषोऽन्तरे हृत्पुष्कर एवाश्रितोऽन्नमत्ति स
एषोऽग्निर्दिवि श्रितः सौरः कालाख्योऽदृश्यः

सर्वभूतान्नमत्ति कः पुष्करः किमयं वेद वा व
तत्पुष्करं योऽयमाकाशोऽस्येमाश्चतस्रो दिशश्चतस्र
उपदिशः संस्था अयमर्वागग्निः परत एतौ
प्राणादित्यावेतावुपासीतोमित्यक्षरेण व्याहृतिभिः सावित्र्या
चेति ॥ २॥
द्वे वाव ब्रह्मणो रूपे मूर्तं चामूर्तं चाथ यन्मूर्तं
तदसत्यं यदमूर्तं तत्सत्यं तद्ब्रह्म यद्ब्रह्म
तज्ज्योतिर्यज्ज्योतिः स आदित्यः स वा एष ओमित्येतदात्मा स
त्रेधात्मानं व्यकुरुत ओमिति तिस्रो मात्रा एताभिः सर्वमिदमोतं
प्रोतं चैवास्मिन्नित्येवं ह्याहैतद्वा आदित्य ओमित्येवं
ध्यायंस्तथात्मानं युञ्जीतेति ॥ ३॥
अथान्यत्राप्युक्तमथ खलु य उद्गीथः स प्रणवो यः प्रणवः
स उद्गीथ इत्यसावादित्य उद्गीथ एव प्रणव इत्येवं
ह्याहोद्गीथः प्रणवाख्यं प्रणेतारं नामरूपं विगतनिद्रं
विजरमविमृत्युं पुनः पञ्चधा ज्ञेयं निहितं
गुहायामित्येवं ह्याहोर्ध्वमूलं वा आब्रह्मशाखा
आकाशवाय्वग्न्युदकभूम्यादय एकेनात्तमेतद्ब्रह्म
तत्तस्यैतत्ते यदसावादित्य ओमित्येतदक्षरस्य
चैतत्तस्मादोमित्यनेनैतदुपासीताजस्रमित्येकोऽस्य रसं
बोधयीत इत्येवं ह्याहैतदेवाक्षरं पुण्यमेतदेवाक्षरं
ज्ञात्वा यो यदिच्छति तस्य तत् ॥ ४॥
अथान्यत्राप्युक्तं स्तनयत्येपास्य तनूर्या ओमिति
स्त्रीपुंनपुंसकमिति लिङ्गवत्येषाथाग्निर्वायुरादित्य इति
भास्वत्येषाथ रुद्रो विष्णुरित्यधिपतिरित्येषाथ गार्हपत्यो
दक्षणाग्निराहवनीय इति मुखवत्येषाथ ऋग्यजुःसामेति
विजानात्येषथ भूर्भुवस्वरिति लोकवत्येषाथ भूतं
भव्यं भविष्यदिति कालवत्येषाथ प्राणोऽग्निः सूर्यः इति
प्रतापवत्येषाथान्नमापश्चन्द्रमा इत्याप्यायनवत्येषाथ
बुद्धिर्मनोऽहङ्कार इति चेतनवत्येषाथ प्राणोऽपानो व्यान
इति प्राणवत्येके त्यजामीत्युक्तैताह प्रस्तोतार्पिता
भवतीत्येवं ह्याहैतद्वै सत्यकाम परं चापरं च
यदोमित्येतदक्षरमिति ॥ ५ ॥
अथ व्यात्तं वा इदमासीत्सत्यं प्रजापतिस्तपस्तप्त्वा
अनुव्याहरद्भूर्भुवःस्वरित्येषा हाथ प्रजापतेः स्थविष्ठा
तनूर्वा लोकवतीति स्वरित्यस्याः शिरो नाभिर्भुवो भूः पादा
आदित्यश्चक्षुरायत्तः पुरुषस्य महतो मात्राश्चक्षुषा

ह्ययं मात्राश्चरिति सत्यं वै चक्षुरक्षिण्युपस्थितो हि
पुरुषः सर्वार्थेषु
वदत्येतस्माद्भूर्भुवःस्वरित्युपासीतान्नं हि
प्रजापतिर्विश्वात्मा विश्वचक्षुरिवोपासितो भवतीत्येवं
ह्याहैषा वै प्रजापतिर्विश्वभृत्तनूरेतस्यामिदं
सर्वमन्तर्हितमस्मिँश्च सर्वस्मिन्नेषान्तर्हितेति
तस्मादेषोपासीतेति ॥ ६॥
तत्सवितुर्वरेण्यमित्यसौ वा आदित्यः सविता स वा एवं
प्रवरणाय आत्मकामेनेत्याहुर्ब्रह्मवादिनोऽथ भर्गो देवस्य
धीमहीति सविता वै तेऽवस्थिता योऽस्य भर्गः कं
सञ्चितयामीत्याहुर्ब्रह्मवादिनोऽथ धियो यो नः प्रचोदयादिति
बुद्धयो वै धियस्ता योऽस्माकं
प्रचोदयादित्याहुर्ब्रह्मवादिनोऽथ भर्ग इति यो ह वा
अस्मिन्नादित्ये निहितस्तारकेऽक्षिणि चैष भर्गाख्यो
भाभिर्गतिरस्य हीति भर्गो भर्जति वैष भर्ग इति
ब्रह्मवादिनोऽथ भर्ग इति भासयतीमाँल्लोकानिति
रञ्जयतीमानि भूतानि गच्छत इति
गच्छत्यस्मिन्नागच्छत्यस्मा इमाः
प्रजास्तस्माद्भारकत्वाद्भर्गः शत्रून्सूयमानत्वात्सूर्यः
सवनात्सविता दानादादित्यः
पवनात्पावमानोऽथायोऽथायनादादित्य इत्येवं ह्याह
खल्वात्मनात्मामृताख्यश्चेता मन्ता गन्ता स्रष्टा
नन्दयिता कर्ता वक्ता रसयिता घ्राता स्पर्शयिता च
विभुविग्रहे सन्निष्ठा इत्येवं ह्याहाथ यत्र द्वैतीभूतं
विज्ञानं तत्र हि शृणोति पश्यति जिघ्रतीति रसयते चैव
स्पर्शयति सर्वमात्मा जानीतेति यत्राद्वैतीभूतं विज्ञानं
कार्यकारणनिर्मुक्तं निर्वचनमनौपम्यं निरुपाख्यं किं
तदङ्ग वाच्यम् ॥ ७॥
एष हि खल्वात्मेशानः शंभुर्भवो रुद्रः
प्रजापतिर्विश्वसृड्घिरण्यगर्भः सत्यं प्राणो हंसः शान्तो
विष्णुर्नारायणोऽर्कः सविता धाता सम्राडिन्द्र इन्दुरिति य
एष तपत्यग्निना पिहितः सहस्राक्षेण हिरण्मयेनानन्देनैष
वाव विजिज्ञासितव्योऽन्वेष्टव्यः सर्वभूतेभ्योऽभयं
दत्त्वारण्यं गत्वाथ
बहिःकृतेन्द्रियार्थान्स्वशरीरादुपलभतेऽथैनमिति
विश्वरूपं हरिणं जातवेदसं परायणं ज्योतिरेकं

तपन्तम् ।सहस्ररश्मिः शतधा वर्तमानः प्राणः
प्रजानामुदयत्येष सूर्यः ॥ ८॥ इति पञ्चमः प्रपाठकः ॥
ॐ आप्यायन्त्विति शान्तिः ॥
इति मैत्रायण्युपनिषत्समाप्ता ॥

Please send corrections to sanskrit@cheerful.com
Last updated July 24, 1999