

Telugu Bhakti Pages

www.telugubhakti.com

Printer friendly version

Join Telugu Bhakti Pages group to get updates/ to participate in Dharmic discussions and to share thrilling religious views and divine experiences.

Click <http://groups.yahoo.com/group/TeluguBhaktiPages/>

ఈశావాస్య ఉపనిషత్తు

శాంతిపాఠం

ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్ పూర్ణముదచ్ఛతే |
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావ శిష్యతే ||
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఓం - ఓం, అదః - అది, పూర్ణం - అనంతం, ఇదమ్ - ఇది, పూర్ణం -
అనంతమైనది, పూర్ణాత్ - అనంతంనుంచి (కంటికి కనిపించని ఈ అనం
తం నుంచి), పూర్ణం - అనంతం (గోచర ప్రపంచమంతా), ఉదచ్ఛతే - ఉద్ధ
విస్తోంది, పూర్ణస్యపూర్ణమాదాయ - అనంతం నుంచి అనంతం తీసి
వేస్తే, పూర్ణం ఏవ- అనంతమే, అవశిష్యతే - మిగిలివుంటుంది,
ఓం - ఓం, శాంతిః - శాంతి.

అది (ఆ కనిపించని అనంతం) పూర్ణం. ఇది కూడా (కనిపించే అనంతవి
శ్శం) పూర్ణం. ఆ పూర్ణం నుంచి ఈ పూర్ణం బహిర్గతమౌతోంది. పూర్ణం నుం
చి పూర్ణంతీసివేసినా పూర్ణమే మిగిలివుంది.

ఓం ఈశావాస్య మిదగ్ం సర్వం యత్కించ జగత్త్యాం జగత్
తేనత్తక్తేన భుంజీథాః మాగృథః కస్యస్విధ్ధనమ్. 1

జగత్త్యాం - జగత్తులో, యత్ కించ - ఏదేదైతే, జగత్ - మార్పుచెందేది,

ఇదం సర్వం - ఇది అంతా, ఈశా - భగవంతునిచేత, వాస్యం - ఆవరింపబడి వుంది, తేన త్యక్తేన - ఆ త్యాగం చేత, భుంజీథాః - పోషణచేసుకో, కస్య స్విద్ ధనమ్ - ఎవని ధనాన్ని మాత్రము, మాగృధః - ఆశించకు

ఈ జగత్లో మార్పుచెందేది ఏదేది ఉన్నదో అదంతా భగవంతునిచేత ఆవరింపబడివుంది. ఈ త్యాగం చేత నిన్ను నీవు పోషించుకో. ఎవరి ధనాన్ని మాత్రము ఆశించకు.

కుర్వన్నేహ కర్మాణి జిజీవిషేత్ శతగ్ం సమాః ।

ఏవం త్వయి నాన్యథేతోఽస్తి కర్మ లిప్యతే నరే ॥ 2

ఇహ - ఈ జగత్తులో, కర్మాణి - శాస్త్రవిహితములైన కర్మలను, కుర్వన్ - చేస్తూ, ఏవం - ఇదేలీతిగా, త్వయి - నీకు, నరే - మానవునకు, ఇతః - ఇంతకంటే, అన్యథా - వేరొక మార్గం, న అస్తి - లేదు, కర్మ - కర్మ, న లిప్యతే - అంటదో

శాస్త్రవిహితమైన నైమిత్తిక కర్మలు ఆచరిస్తూ మాత్రమే మానవుడు నూరు సంవత్సరాలు జీవించాలని కోరుకోవాలి. మానవ జీవితం పైన ఆసక్తి ఉన్నంత వరకు దుష్కర్మకాలుష్టాన్ని దూరం చేసుకోడానికి ఇది తప్ప మరోదారి లేదు.

అసుర్యనామతే లోకా అంధేన తమసావృతా ।

తాగ్ంస్తే ప్రేతాభిగచ్ఛన్తి యేకే చాత్మహనో జనాః ॥ 3

అసుర్యః - రాక్షసులకు చెందిన, అంధేన తమసా - కటిక చీకటి చేత, ఆవృతాః - ఆవరింపబడినవి, నామ - నిజంగా, తే - ఆ, లోకాః - జన్మలు, యేకే - ఎవరెవరైతే, చ - కూడా, జనాః - జనులు, ఆత్మహనః - ఆత్మహంతకులో, తే - వారు, ప్రేత్య - మరణానంతరము, తాన్-ఆయా జన్మలను, అభిగచ్ఛన్తి - పొందుతారు.

నిజంగా ఆ జన్మలు కటికచీకటిచేత ఆవరించబడిన రాక్షసజన్మలు. ఆత్మహంత కులైనవారు మరణానంతరం వాటిని పొందుతారు.

అనేజదేకం మనసో జవీయో నైనద్దేవా
ఆప్పువన్ పూర్వమర్షత్
తద్ధావతోలి న్యానత్యేతి తిప్ప
త్తస్మిన్నపో మాతరిశ్వా దధాతి ॥

4

తత్ - ఆ ఆత్మ, ఏకం - ఒకటి, అనేజత్ - చలనములేనిది, మనసః - మనస్సు
కంటే, జవీయః - వేగవంతమైనది, దేవాః - ఇంద్రియములు, ఏనత్ - దీనిని,
నఆప్పువన్ - గ్రహించలేవు, పూర్వం అర్షత్ - మనస్సుకంటే ముందు వెళ్ళింది,

తత్ - అది, తిప్పత్ - స్థిరంగా ఉంటూ, ధావతః - పరుగెత్తుతూవున్న, అన్యాన్
- ఇతర విషయాలను, అత్యేతి - దాటిపోతుంది, తస్మిన్ - అది వుండడంచేత,
మాతరిశ్వా - విశ్వాశక్తి అంటే ప్రాణశక్తి, ఆపః - ప్రాణులయొక్క కార్యకలాప
మంతా, దధాతి - భరిస్తోంది.

ఆత్మ ఒక్కటే చలించనిదైనా మనస్సుకంటే వేగవంతమైనది. మనస్సుకన్నా
ముందే వెళ్ళగలదు కనుక అది ఇంద్రియాలకు అందదు. నిత్యమూ స్థిరమైన
దైనా పరుగెత్తే అన్నిటికన్నా వేగవంతమైనది. ఆత్మ సకలప్రాణికోటుల కార్యకలా
పాలను భరించటానికి ప్రాణశక్తిని సమకూరుస్తోంది.

త దేజతి తన్నైజతి త ద్దురే తద్వంతిరే ।

త దన్తరస్య సర్వస్య త దు సర్వ స్యాస్య బాహ్యతః ॥

5

తత్ - అది, ఏజతి - చలించుచున్నది, తత్ - అది, న ఏ జతి - చలించదు,
తత్ - అది, దూరే - దూరంలో వుంది, తత్ - అది, ఉ అంతిరే - దగ్గరకూడ
వుంది, తత్ - అది, ఉ - ఇంకా, అంతరస్య - లోపల, సర్వస్య అస్య - సర్వత్ర
వుంది, బాహ్యతః - బయట కూడా వుంది.

ఆత్మ చలిస్తోంది, చలించదు. అది దూరంలోవుంది, దగ్గరకూడా వుంది.
అది లోపలా బయటా అంతావుంది.

యస్తు సర్వాణి భూతాన్యాత్మ న్యేవాను పశ్యతి ।

సర్వభూతేషు చాత్మానం తతో న విజుగుప్సతే ॥

6

యః - ఎవరైతే, తు - మరి, సర్వాణి - సమస్త, భూతాని - జీవులను, ఆత్మని
ఏవ - ఆత్మయందే, అనుపశ్యతి - దర్శించునో, చ - మరియు, సర్వభూతే
షు - అన్ని జీవులయందు, ఆత్మానాం - ఆత్మను, తతః - అందుచేత, న విజుగు
ప్లతే - ద్వేషింపడు

అన్ని జీవులు తన ఆత్మకంటే వేరైనవి కావనీ, తన ఆత్మే అన్ని జీవులలోని ఆత్మ
గా దర్శించే వాడు దేనిని ద్వేషింపడు.

యస్మిన్ సర్వాణి భూతాన్యాత్మై వాభూ ద్విజానతః ।
తత్రకో మోహః కః శోకః ఏకత్వ మనుపశ్యతః ॥

7

యస్మిన్ - ఎప్పడైతే, విజానతః - విజ్ఞానానికి, ఆత్మ ఏవ - ఆత్మయే, సర్వా
ణి - సమస్త, భూతాని - జీవులు, అభూత్ - అయినదో, తత్ర - అప్పుడు,
ఏకత్వం - ఐక్యతను, అనుపశ్యతః - దర్శించే అతనికి, కః - ఏమిటి,
మోహః-మోహము, కః - ఏమిటి, శోకః - శోకము.

అన్ని జీవులను తన ఆత్మగానూ, చరాచర జగత్తును ఆత్మయొక్క ఏక
త్వంగాను దర్శించే ఆత్మజ్ఞానికి మోహమేమిటి? శోకమేమిటి?

స పర్వగాచ్ఛుక్ర మకాయ మవ్రణ
మస్నావిరగ్ం శుద్ధ మపాప విద్ధమ్ ।
కవిర్మనిషీ పరిభూః స్వయం భూర్మాథా
తద్భ్రతోఽర్థాన్ వ్యదధాచ్ఛాశ్వతీభ్యః సమాభ్యః ॥

8

సః - అతడు(ఆత్మ), స్వయంభూః - స్వయంభువు, పర్వగాత్ - సర్వం వ్యాపిం
చినవాడు, అకాయం - శరీరములేనివాడు, అస్నావిరం - కండలులేనివాడు,
ఆపాపవిద్ధమ్ - పాపం వలన కలుషితం కాని వాడు. శుక్రం - ప్రకాశవంతు
డు, అవ్రణం - గాయంలేనివాడు, శుద్ధం - స్వచ్ఛమైనవాడు, కవిః - అన్నిటి
నీ కలుపు కున్నవాడు, యాథాతద్భ్రతః - యథావిధిగా, శాస్వతీభ్యః -
అనంతమైన, సమాభ్యః - ప్రజాపతులకు(సంవత్సరాలకు), అర్థాన్ - వి
ధులను, వ్యదధాత్ - పంచియిచ్చాడు.

స్వయంభువు, సర్వవ్యాపి, అశలీల, కండలులేని వాడు, పాపకళంక రహితు డు, ప్రకాశవంతుడు, పరిపూర్ణుడు, స్వచ్ఛమైనవాడు, సర్వదర్శి, సర్వవిదు డు అయిన ఆత్మ శాశ్వతులైన ప్రజాపతులకు యధావిధిన వారివారి కర్తవ్యాలను పంచియిచ్చాడు.

అంధం తమః ప్రవిశన్తి యేఽవిద్యాముపాసతే ।

తతోభూయ ఇవ తే తమో య ఉ విద్యాయాగ్ం రతాః ॥

9

యే - ఎవరైతే, అవిద్యాం - అవిద్యను, ఉపాసతే - ఉపాసించుతారో, తే - వారు, అంధం తమః - గాఢాంధకారంలో, ప్రవిశన్తి - ప్రవేశిస్తారు, యే - ఎవరైతే, ఉ - మరి, విద్యాయాం - విద్యలోనే, రతాః - ఆనందిస్తారో, తే - వారు, తతః - అంతకంటే, భూయ - ఎక్కువైన, తమః ఇవ - చీకటిలో, ప్రవిశన్తి - ప్రవేశిస్తారు

అవిద్యను ఉపాసించేవారు గాఢాంధకారంలో ప్రవేశిస్తారు. అంతకంటే అంధకారంలో విద్యలో ఆనందించేవారు ప్రవేశిస్తారు.

అన్య దేవాహు ల్విద్యయా అన్య దాహు రవిద్యయా ।

ఇతి శుశ్రుమ భీరాణాం యేన స్తద్విచచక్షిరే ॥

10

విద్యాయా - విద్యవల్ల, అన్యత్ - వేరొక (ఫలితాన్ని), అహః - చెబుతారు, అవిద్యయా - అవిద్యచేత, అన్యత్ ఏవ - వేరొక(ఫలితాన్ని), అహః - చెప్పతారు, ఇతి - అని, భీరాణాం - ప్రాజ్ఞులనుండి, శుశ్రుమ - మేమువిన్నాము, యే-ఎవరైతే, నః - మాకు, తత్ - దానిని, విచచక్షిరే - వివరించారో.

విద్యవల్ల(యజ్ఞతత్వవిజ్ఞానంవల్ల) ఒకఫలితం లభిస్తుందనీ, అవిద్యవల్ల (కేవలం యజ్ఞకర్తవల్ల) మరొక ఫలితం లభిస్తుందనీ వారు చెబుతారు. దీనిని మాకు వివరించిన ప్రాజ్ఞులనుండి మేము ఈవిధంగావిన్నాం.

విద్యాం చావిద్యాం చ

యస్త ద్వేదో భయగ్ం సహ
అవిద్యయా మృత్యుం తీర్త్యా
విద్యయాఽ మృతమశ్నుతే ॥

11

యః - ఎవడైతే, విద్యాం చ - విద్యనూ, అవిద్యాం చ - అవిద్యనూ, తత్ - ఆ,
ఉభయం - రెండిటినీ, సహ - కలిపి, వేద - తెలుసుకుంటాడో, అవిద్యయా -

అవిద్యవల్ల మృత్యుం - మృత్యువును, తీర్త్యా - జయించి, విద్యయా- విద్యవల్ల,
అమృతం - అమరత్వాన్ని, అశ్నుతే - పొందుతాడు.

విద్యనూ, అవిద్యనూ రెంటినీ కూడా తెలుసుకున్నవాడు అవిద్యవల్ల మృత్యువు
ను జయించి, విద్యవల్ల అమరత్వాన్ని పొందుతాడు.

అంధం తమః ప్రవిశన్తి
యేఽసంభూతి ముపాసతే ।
తతో భూయ ఇవ తే తమో
య ఉ సంభూత్యాగ్ం రతాః ॥

12

యే - ఎవరైతే, అసంభూతిమ్ - ప్రకృతిని, ఉపాసతే - ఉపాసిస్తున్నారో, తే -
వారు, అంధమ్ తమః - గాఢాంధకారంలో, ప్రవిశన్తి - ప్రవేశిస్తున్నారు, యే -

ఎవరైతే, సంభూత్యాగ్ం - హిరణ్యగర్భుని యందు, రతాః - ఆనందిస్తారో, తే -
వారు, తతః - అంతకంటే, భూయః - మరింత ఎక్కువ, ఇవ - అనిపించే,
తమః- చీకటిలో (ప్రవేశిస్తారు).

ప్రకృతిని ఉపాసించేవారు గాఢాంధకారంలో ప్రవేశిస్తారు. అంతకంటేమించి
నదా అనిపించే చీకటిలో హిరణ్యగర్భుని ఉపాసించి ఆనందించేవారు
ప్రవేశిస్తారు.

అన్యదేవాహుః సంభవా దన్య దాహు రసంభవాత్ ।
ఇతి శుశ్రుమథీరాణాం యే నస్త ద్విచచక్షిరే ॥

13

అసంభవాత్ - హిరణ్యగర్భుని ఉపాసనవలన, అన్యత్ ఏవ - వేరొక (ఫలితాన్ని)
ఆహుః - చెప్పతారు, అసంభవాత్ - ప్రకృతి యొక్క, (ఉపాసనవల్ల), అన్యత్ -
మరొక(ఫలితాన్ని), ఆహుః - చెప్పతారు, ఇతి - అని, భీరాణాం - ప్రాజ్ఞులనుం
డి, శుశ్రుమ - మేమువిన్నాము, యే - ఎవరైతే నః - మాకు, తత్ -
దానిని, విచచక్షిరే - వివలించారో.

హిరణ్యగర్భుని ఉపాసనవల్ల ఒక ఫలితం, ప్రకృతి ఉపాసనవల్ల మరొక ఫలి
తం వస్తుందని వారు చెబుతారు. దీనిని మాకు వివలించిన ప్రాజ్ఞులనుండి
మేము ఈ విధంగా విన్నాం.

సంభూతించ వినాశంచ యస్త ద్వేదో భయగ్ం సహ ।

వినాశేన మృత్యుం తీర్త్యా సంభూత్యాఽపి మృతమశ్నుతే ॥

14

(అ) సంభూతిమ్ - ప్రకృతిని, చ - కూడా, వినాశమ్ - హిరణ్యగర్భుని, చ -
కూడా, తత్ - ఆ, ఉభయమ్ - రెండింటిని, సహ - కలిసి, యః - ఎవడైతే,
వేద - తెలుసుకుంటాడో, వినాశేన - హిరణ్యగర్భుని(ఉపాసనవల్ల), మృత్యుమ్
- మృత్యువును, తీర్త్యా - అతిక్రమించి, అసంభూత్యా - ప్రకృతి ద్వారా, అమృ
తమ్ - అమరత్వమును, అశ్నుతే - పొందుతాడు.

అసంభూతినీ వినాశాన్నీ కలిపి తెలుసుకున్నవాడు, వినాశం(హిరణ్యగర్భుని)
ఉపాసనద్వారా మృత్యువును జయించి, అసంభూతి(ప్రకృతి) పైభక్తి ద్వారా
అమరత్వమును పొందుతాడు.

హిరణ్యయేన పాత్రేణ సత్యస్యాఽపిహితం ముఖమ్

తత్త్వం పూష న్నపావృణు సత్యధర్మాయ దృష్టయే ॥

15

హిరణ్యయేన పాత్రేణ - బంగారు పాత్రచేత(సూర్యబింబం), సత్యస్య - సత్యం
యొక్క, ముఖమ్ - ద్వారం, అపిహితమ్ - మూయబడివుంది, పూషన్ - ఓ
సూర్యదేవా, తత్ - దానిని, సత్య ధర్మాయ - సత్యనిష్ఠుడనైన నేను, దృష్టయే
- చూచుటకు, వీలుగా, త్వం - అపావృణు - నువ్వు తొలగించు.

నీలో ఉన్న సత్యం యొక్క ద్వారాన్ని మెరుస్తూ ఉన్న నీ బంగారు బింబం మూతలాగా కప్పి ఉన్నది. ఓ సూర్యుడేవా! సత్యనిష్ఠుడనైన నేను ఆ సత్యాన్ని చూచుటకు వీలుగా ఆ మూతను ప్రక్కకి తప్పించు.

పూషన్నే కర్షే యమ సూర్య ప్రాణాపత్య
ప్యూహారశ్చీన్ సమూహ తేజః ।
యత్తే రూపం కల్యాణ తమం తత్తే పశ్యామి
యోలి సా వసౌ పురుషః సోలిహ మస్మి॥

16

పూషన్ - పోషకుడు, ఏకర్షే - ఒంటరి బాటసారి, యమ - నియంత, ప్రాణాపత్య - ప్రాణాపతి పుత్రుడు, సూర్య - ఓ సూర్యుడా, రశ్చీన్ - కిరణాలను, ప్యూహ - తొలగించు, తేజః - కాంతిని, సమూహ - ఉపసంహరించుకో, యత్ - ఏదైతే, తే - నీయొక్క, కల్యాణతమం - అత్యంత వైభవోపేతమూ, మంగళకరమూ అయిన, రూపం - రూపమున్నదో, తత్ - దానిని, తే - నీ అనుగ్రహంచేత, పశ్యామి - చూస్తాను, యః - ఎవరైతే, అసౌ - ఆ, పురుషః పురుషుడు, సః - అతడు, అహమ్ అస్మి - నేనే

ఓ సూర్యుడా! ప్రాణాపతిపుత్రుడా! స్వర్గ వీధిలో ఒంటరి బాటసారి! సర్వపోషకా! సర్వనియంతా! నీకిరణాలను తొలగించు. కాంతిని ఉపసంహరించుకో. నీ అనుగ్రహంచేత కల్యాణతమమైన నీరూపాన్ని చూడగలను. నిజంగా నీలో ఉండే ఆ పురుషుడను నేనే అని గ్రహించితిని.

వాయురనిల మమృత మధేదం భస్మాంతగ్ం శరీరమ్ ।
ఓం క్రతోష్టర కృతగ్ం స్టర క్రతోష్టర కృతగ్ం స్టర ॥

17

అథ - ఇప్పుడు, వాయు - ఊపిరి, అమృతమ్ - శాశ్వతమైనది, అనిలమ్ - సర్వవ్యాప్తియైన వాయువును, ఇదమ్ - ఈ, శరీరమ్ - శరీరం, భస్మాతం - బూడిద అగు గాక, ఓం - ఓం, క్రతో - ఓ మనసా, కృతమ్ - చేసిన కర్మలను, స్టర - గుర్తుతెచ్చుకో

ఇక నా ప్రాణవాయువు సర్వవ్యాపి, శాశ్వతమూ ఐన ప్రాణమునందు లీనమగు గాక. ఈ శరీరము బూడిద అగు గాక. ఓం ఓ మనసా! గుర్తుకు తెచ్చుకో. నీ పూర్వ కర్మలను గుర్తుకుతెచ్చుకో.

అగ్నే నయ సుపథా రాయే అస్మాన్
విశ్వాని దేవవయునాని విద్వాన్ ।
యుయోధ్యస్త్య జ్ఞహరాణమేనో
భూయిష్ఠాం తే నమ ఉక్తిం విధేమ ॥

18

అగ్నే - ఓ అగ్నిదేవా , అస్మాన్ - మమ్ము , రాయే - కర్మఫలం అనుభవించుటకు, సుపథా - మంచి మార్గం ద్వారా, నయ - తీసుకుపో, దేవ - ఓ దేవా, విశ్వాని - సమస్తమైన, వయునాని - కర్మలను, విద్వాన్ - తెలుసుకొని, అస్త్యత్ - మా నుండి, జ్ఞహరాణమ్ - వక్రమైన, మాయదారి, ఏనః - పాపమును యుయోధి- నిర్మూలించు, తే - నీకు, భూయిష్ఠాం - అనేకములైన, నమఉక్తిమ్ - నమస్కారవచనములను, విధేమ - చేయుదుము.

ఓ అగ్నిదేవా మేము చేసిన కర్మఫలితాన్ని అనుభవించడానికి మమ్ముల్ని మంచి త్రోవలో నడిపించు. మేమాచరించిన కర్మలన్నీ నీకు తెలుసు. ఓ అగ్నిదేవా! మాలోని మాయదారి పాపములను నాశనము చేయుము. నీకు పలుమారులు నమస్కారములు చేస్తున్నాము.

ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం పూర్ణాత్ పూర్ణముదచ్చతే
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ పూర్ణమేవావ శిష్యతే ॥
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః