ଓଁ ଶ୍ରୀ ଗଣେଶାୟ ନମଃ

ପ୍ରାଚୀନ ଭାରତୀୟ ବୈଦିକ ସାହିତ୍ୟ

Vedic Literature of Ancient India

ଉପନିଷଦ

(ଉପନିଷତ୍)

Upanishad / उपनिषत्

୧୦୮ ଉପନିଷଦ (ଭାଗ - ୨)

108 Upanishad (Vol – 2)

ସଂପାଦନ - ଶ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରଧାନ

Editor – Prakash Pradhan

ଭାଷା - ସଂସ୍କୃତ-ଓଡିଆ

Language – Sanskrit - Odia

ଉପଦେଷ୍ଟା

ପଣ୍ଡିତ ଶ୍ରୀ ସନ୍ତୋଷ କୁମାର ମିଶ୍ର

ସଂପାଦକ, ହିନ୍ଦୁ ମହାସଭା, ଓଡ଼ିଶା ଶାଖା

ବେଦ ଉପନିଷଦ

ଉପନିଷଦ ଗୁଡିକ 'ବେଦ ଯୁଗ'ର ଶେଷ ଆଡ଼କୁ ରଚନା କରାଯାଇଥିଲା । ଉପନିଷଦ 'ଷଦ' ଶବ୍ଦରୁ ଆସିଅଛି, ଷଦ ଅର୍ଥାତ 'ବସିବା', ଏଥିରେ ପୂର୍ବରେ 'ଉପ' ଓ 'ନି' କୁ ଯୋଡା ଯାଇଛି । ଅର୍ଥାତ 'ଉପ' ର ଅର୍ଥ ପାଖରେ , 'ନି' ର ଅର୍ଥ ସମ୍ପୁର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ, ତେଣୁ ଉପ-ନି-ଷଦ, ଯାହାର ଅର୍ଥ ହେଲା, ସମ୍ପୁର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ଗୁରୁଙ୍କ ପାଖରେ ବସିବା, ଅର୍ଥାତ ସମ୍ପୁର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପଣ ସହିତ ଗୁରୁଙ୍କ ପାଖରେ ବସି ବେଦର ଶେଷ ଭାଗ ଅଧ୍ୟୟନ କରିବା । **ଉପନିଷଦ**କୁ ବେଦର **ଚତୁର୍ଥ ସ୍ତର** ବା ଅଂଶ ବୋଲି କୁହାଯାଏ ।

ଯେହେତୁ ଉପନିଷଦ ଗୁଡିକ ବେଦର ଅନ୍ତ ଆଡ଼କୁ ରଚନା କରାଯାଇଥିଲା, ସେଥିପାଇଁ ଏହାକୁ '**ବେଦାନ୍ତ**' ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଅଧିକାଂଶ ଉପନିଷଦ ଗୁଡିକର ବିଷୟବସ୍ତୁ '**ଆତ୍ମବିଦ୍ୟା** ଓ '**ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା** ଉପରେ ଆଧାରିତ । ଏହାକୁ ଅନେକ ଗବେଷକ ବା ପଣ୍ଡିତ ବା ଜ୍ଞାନୀମାନେ ଅନେକ ଆଖ୍ୟା ଦେଇଛନ୍ତି ଯଥା – 'ଆଦି ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ଯ' ଏହାକୁ 'ଆତ୍ମ ଓ ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା' କହିଛନ୍ତି, 'ମାକ୍ସ ମୁଲ୍ଲେର୍' ଓ 'ପାଉଲ୍ ଦେଉସାନ୍' ଏହାକୁ 'ଗୁପ୍ତ ଶିକ୍ଷା', ଓ 'ପାଟ୍ରିକ୍ ଓଲିଭେଲ୍ଲେ' 'ଲୁକ୍କାୟିତ ଅର୍ଥ', ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ।

ଏହା କୁହାଯାଏ ଯେ, ଯେଉଁ ଶିଷ୍ୟ ମାନଙ୍କର ଚରିତ୍ର, ଶିକ୍ଷା ଓ ଗୁରୁଭକ୍ତି ଠିକ ରହୁଥିଲା, ସେଇମାନଙ୍କୁ କେବଳ ଉପନିଷଦ ଶିକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କରିବାର ସୁଯୋଗ ମିଳୁଥିଲା । ସେଇଥିପାଇଁ ଉପନିଷଦ ମାନଙ୍କୁ "**ଗୁପ୍ତ ବିଦ୍ୟା**" କୁହାଯାଏ ।

ଇତିହାସକାର ଓ ଗବେଷକ ମାନଙ୍କ ଅନୁସାରେ ବେଦରେ ସମୁଦାୟ **୧୦୮**ଟି ଉପନିଷଦ ଅଛି । ଏହିସବୁ ଉପନିଷଦ ଗୁଡିକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବେଦ ଅଧୀନରେ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଓ ବିଷୟବସ୍ତୁ ଅନୁସାରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇଛି । ବିଭକ୍ତିକରଣର ପଦ୍ଧତି ଗୁଡିକ ହେଲେ - **ମୁଖ୍ୟ, ସାମାନ୍ୟ, ସନ୍ନ୍ୟାସ, ଶାକ୍ତ, ବୈଷ୍ଣବ, ଶୈବ**, ଓ **ଯୋଗ** । ଅର୍ଥାତ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବେଦର ମୁଖ୍ୟ, ସାମାନ୍ୟ, ସନ୍ନ୍ୟାସ, ଶାକ୍ତ, ବୈଷ୍ଣବ, ଶୈବ, ଓ ଯୋଗ ଉପନିଷଦ ଗୁଡିକ ଅଛି । (ତଳେ ଦିଆଯାଇଥିବା ଟେବୁଲରେ ଏହାର ସଂକ୍ଷିପ୍ତକରଣ ପାଇ ପାରିବେ)

ଏସବୁ ଉପନିଷଦ ଭିତରୁ **ଦଶୋପନିଷଦ,** ଅର୍ଥାତ ୧୦ଟି ଉପନିଷଦକୁ 'ମୁଖ୍ୟ ଉପନିଷଦ' ଭାବରେ ମାନନ୍ତି, ଏଥିରେ, ପରେ ଆଉ ୩ଟି ଉପନିଷଦ ଯୋଗ କରାଯାଇ ଏହାକୁ ୧୩ଟି କରିଦିଆଗଲା । ତେଣୁ **୧୩ଟି ମୁଖ୍ୟ ଉପନିଷଦ**, ସେଗୁଡିକ ହେଲେ - (ଦଶୋପନିଷଦ) - ଈଶ, କେନ, କଠ, ପ୍ରଶ୍ନ, ମୁଣ୍ଡକ, ମାଣ୍ଡୁକ୍ୟ, ତୈତ୍ତିରୀୟ, ଐତରେୟ, ଛାନ୍ଦୋଗ୍ୟ ଓ ବୃହଦାରଣ୍ୟକ, (ଅତିରିକ୍ତ) - କୌଷୀତକି, ଶ୍ଵେତାଶ୍ଵତର ଓ ମୈତ୍ରାୟଣୀୟ ।

ବେଦ - ଉପନିଷଦ ସଂଗଠନ

ବେଦ	ସଂଖ୍ୟା	ମୁଖ୍ୟ	ସାମାନ୍ୟ	ସନ୍ନ୍ୟାସ	ଶାକ୍ତ	ବୈଷ୍ଣବ	ଶୈବ	ଯୋଗ
ଋଗ୍ ବେଦ	୧୦	ଐତରେୟ, କୌଷୀତକି	ଆତ୍ମବୋଧ, ମୁଦ୍ଗଲ	ନିର୍ବାଣ	ତ୍ରିପୁରା, ସୌଭାଗ୍ୟଲକ୍ଷ୍ମୀ, ବହ୍ବୃଚ,	-	ଅକ୍ଷମାଳିକା	ନାଦବିନ୍ଦୁ
ସାମବେଦ	୧୬	ଛାନ୍ଦୋଗ୍ୟ, କେନ	ବଜ୍ରସୂଚୀ, ମହା, ସାବିତ୍ରୀ,	ଆରୁଣେୟ, ମୈତ୍ରେୟ, ସଂନ୍ୟାସ, କୁଣ୍ଡିକା	-	ବାସୁଦେବ, ଅବ୍ୟକ୍ତ	ରୁଦ୍ରାକ୍ଷଜାବାଲ, ଜବାଲି	ଯୋଗଚୂଡାମଣି, ଦର୍ଶନ
କୃଷ୍ଣ ଯଜୁର୍ବେଦ	୩୨	କଠ, ତୈତ୍ତିରୀୟ, ଶ୍ୱେତାଶ୍ୱତର, ମୈତ୍ରାୟଣୀୟ,	ସର୍ବସାର, ଶୁକରହସ୍ୟ, ସ୍କନ୍ଦ, ଗର୍ଭ, ଶାରୀରକ, ଏକାକ୍ଷର, ଅକ୍ଷି	ବ୍ରହ୍ମ, ଅବଧୂତ, କଠଶ୍ରୁତି	ସରସ୍ୱତୀ ରହସ୍ୟ	ନାରାୟଣ, କଳି ସନ୍ତରଣ	କୈବଲ୍ୟ, କାଳାଗ୍ନି ରୁଦ୍ର, ଦକ୍ଷିଣାମୂର୍ତି, ରୁଦ୍ରହୃଦୟ, ପଞ୍ଚବ୍ରହ୍ମ	ଅମୃତବିନ୍ଦୁ, ତେଜୋବିନ୍ଦୁ, ଅମୃତନାଦ, କ୍ଷୁରିକା, ଧ୍ୟାନବିନ୍ଦୁ, ବ୍ରହ୍ମବିଦ୍ୟା, ଯୋଗତତ୍ତ୍ୱ, ଯୋଗଶିଖା, ଯୋଗକୁଣ୍ଡଳିନୀ, ବରାହ
ଶୁକ୍ଳ ଯଜୁର୍ବେଦ	୧୮	ଈଶ, ବୃହଦାରଣ୍ୟକ	ସୁବାଲ, ମନ୍ତ୍ରିକ, ନିରାଲମ୍ବ, ପୈଙ୍ଗଲ, ଅଧ୍ୟାତ୍ମ, ମୁକ୍ତିକା	ଜାବାଲ, ଭିକ୍ଷୁକ, ତୁରୀୟାତୀତ ଅବଧୂତ, ଯାଜ୍ଞବଲ୍କ୍ୟ, ଶାଟ୍-ୟାୟନୀୟ,	-	ତାରସାର	-	ଅଦ୍-ବୟ ତାରକ, ହଂସ, ତ୍ରିଶିଖ-ବ୍ରାହ୍ମଣ, ମଣ୍ଡଳ-ବ୍ରାହ୍ମଣ

ବେଦ	ସଂଖ୍ୟା	ମୁଖ୍ୟ	ସାମାନ୍ୟ	ସନ୍ନ୍ୟାସ	ଶାକ୍ତ	ବୈଷ୍ଣବ	ଶୈବ	ଯୋଗ
ଅଥର୍ବ ବେଦ	୩୨	ମୁଣ୍ଡକ, ମାଣ୍ଡୁକ୍ୟ, ପ୍ରଶ୍ନ,	ଆତ୍ମା, ସୂର୍ଯ୍ୟ, ପ୍ରାଣାଗ୍ନିହୋତ୍ର	ଆଶ୍ରମ, ନାରଦପରିବ୍ରାଜକ, ପରମହଂସ, ପରମହଂସ ପରିବ୍ରଜକ, ପରଂବ୍ରହ୍ମ,	ସୀତା, ଦେବୀ, ତ୍ରିପୁରାତାପିନୀ, ଭାବନ	ନୃସିଂହ ତାପନୀୟ, ମହାନାରାୟଣ, ରାମ ରହସ୍ୟ, ରାମ ତାପନୀୟ, ଗୋପାଳ-ତାପନୀ, କୃଷ୍ଣ, ହୟଗ୍ରୀବ, ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ, ଗରୁଡ଼	ଅଥର୍ବସିରସ୍, ଅଥର୍ବଶିଖା, ବୃହଜ୍ଜାବାଲ, ଶରଭ, ଭସ୍ମଜାବାଲ, ଗଣପତ୍ୟର୍ଥବ ଶୀର୍ଷ	ଶାଣ୍ଡିଲ୍ୟ, ପଶୁପତିବ୍ରହ୍ମ, ମହାବାକ୍ୟ
ସର୍ବମୋଟ	୧୦୮	୧୩	୨୧	୧୯	୮	୧୪	୧୩	୨୦

ପ୍ରୀୟ ପାଠକ,

ବିଭିନ୍ନ ସୂତ୍ରରୁ ଉପଲବ୍ଧ ଉପନିଷଦ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସାମାନ୍ୟ ଅନ୍ତର ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇଥାଏ, ଏହା ଭୁଲ୍ କିମ୍ବା ତୃଟିଯୁକ୍ତ ନୁହେଁ, ଏହା କେବଳ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସଂସ୍କରଣ ଅଟେ । ଏହି ଉପନିଷଦ ସଂସ୍କରଣରେ ୧୯୪୮ ମସିହାରେ ପ୍ରକାଶିତ "ଇଶାଦି ବିଂଶୋତ୍ତରଶତୋପନିଷଦଃ" ପୁସ୍ତକ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଛି ।

ଆମ ଜ୍ଞାନ ଅବଧିରେ, ଧ୍ୟାନ ପୂର୍ବକ ସମସ୍ତ ସାବଧାନ, ଓ ଯତ୍ନର ସହିତ ଓଡିଆରେ ରୂପାନ୍ତର କରାଯାଇଛି । ଏଥିରେ ଭୁଲ୍ ବା ତୃଟି ରହିଥାଇପାରେ, ଯଦି କିଛି ତୃଟି ରହିଯାଇଥାଏ, ତାହା ସଂପାଦକଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଗୋଚରକୁ ଆଣିବାକୁ ଅନୁରୋଧ ।

ଆଶାକରୁଛି, ଏହା ସମସ୍ତ ଓଡିଆ ଭାଷା ଭାଷୀ ଜ୍ଞାନଲିପ୍ସୁ ଜନମାନଙ୍କ କାମରେ ଆସିବ ଓ ଏହାକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ, ତଥା ଭବିଷ୍ୟତ ପିଢି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚାଇ ଭାରତର ସଂସ୍କୃତି ଓ ପରମ୍ପରାକୁ ବଜାୟ ରଖିବେ ।

ତାରିଖ - ୧୦.୦୯.୨୦୨୧
ଗଣେଶ ଚତୁର୍ଥୀ

ଶ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରଧାନ
ସଂପାଦକ
ସଂସାରଫଳ, ପଚାମୁଣ୍ଡାଇ, କେନ୍ଦ୍ରାପଡା, ଓଡିଶା

ସାମାନ୍ୟ ଉପନିଷଦ

(Minor Upanishad)

ଓଁ ଶ୍ରୀ ଗଣେଶାୟ ନମଃ

ଶାରୀରକ ଉପନିଷଦ

(Saarirakopanisat / Saariraka Upanishad)

ସଂପାଦନ - ଶ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରଧାନ

Editor – Prakash Pradhan

ଭାଷା - ସଂସ୍କୃତ-ଓଡିଆ

Language – Sanskrit - Odia

ଶୁଦ୍ଧିକରଣ (Proofreading by)

ଶ୍ରୀ ଶେଷଦେବ ଦାଶ

ଶ୍ରୀ ପ୍ରକାଶ ପ୍ରଧାନ

ସଂପାଦକ

prakash@scholarshoppe.com

ଶୁଦ୍ଧିକରଣ

ଶ୍ରୀ ଶେଷଦେବ ଦାଶ

ପୋଡାମାରି ଗଡ, ସାନଖେମୁଣ୍ଡି,

ଗଞ୍ଜାମ, ଓଡିଶା

sesanirbhaya@gmail.com

ଶାରୀରକୋପନିଷତ୍ / ଶାରୀରକ ଉପନିଷଦ

।। ଅଥ ଶାରୀରକୋପନିଷତ୍ ।।

ତତ୍ତ୍ୱଗ୍ରାମୋପାୟସିଦ୍ଧଂ ପରତତ୍ତ୍ୱସ୍ୱରୂପକମ୍ ।
ଶରୀରୋପନିଷଦ୍ୱେଦ୍ୟଂ ଶ୍ରୀରାମବ୍ରହ୍ମ ମେ ଗତିଃ ।।

ଓଁ ସହ ନାବବତୁ । ସହ ନୌ ଭୁନକ୍ତୁ । ସହ ବୀର୍ୟଂ କରବାବହୈ ।
ତେଜସ୍ୱିନାବଧୀତମସ୍ତୁ ମା ବିଦ୍ୱିଷାବହୈ ।।
ଓଁ ଶାନ୍ତିଃ ଶାନ୍ତିଃ ଶାନ୍ତିଃ ।।

ଓଁ ଅଥାତଃ ପୃଥିବ୍ୟାଦିମହାଭୂତାନାଂ ସମବାୟଂ ଶରୀରମ୍ ।
ୟତ୍କଠିନଂ ସା ପୃଥିବୀ ୟଦ୍ଦ୍ରବଂ ତଦାପୋ ୟଦୁଷ୍ଣଂ ତତ୍ତେଜୋ
ୟତ୍ସଂଚରତି ସ ବାୟୁର୍ୟତ୍ସୁଷିରଂ ତଦାକାଶମ୍ ।
ଶ୍ରୋତ୍ରାଦୀନି ଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟାଣି ।
ଶ୍ରୋତ୍ରମାକାଶେ ବାୟୌ ତ୍ୱଗଗ୍ନୌ ଚକ୍ଷୁରପ୍ସୁ ଜିହ୍ୱା ପୃଥିବ୍ୟାଂ ଘ୍ରାଣମିତି ।
ଏବମିନ୍ଦ୍ରିୟାଣାଂ ୟଥାକ୍ରମେଣ ଶବ୍ଦସ୍ପର୍ଶରୂପରସଗନ୍ଧାଶ୍ଚେତି
ବିଷୟାଃ ପୃଥିବ୍ୟାଦିମହାଭୂତେଷୁ କ୍ରମେଣୋତ୍ପନ୍ନାଃ ।
ବାକ୍ପାଣିପାଦପାୟୂପସ୍ଥାଖ୍ୟାନି କର୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟାଣି ।
ତେଷାଂ କ୍ରମେଣ ବଚନାଦାନଗମନବିସର୍ଗାନନ୍ଦାଶ୍ଚୈତେ
ବିଷୟାଃ ପୃଥିବ୍ୟାଦିମହାଭୂତେଷୁ କ୍ରମେଣୋତ୍ପନ୍ନାଃ ।
ମନୋବୁଦ୍ଧିରହଂକାରଶ୍ଚିତ୍ତମିତ୍ୟନ୍ତଃକରଣଚତୁଷ୍ଟୟମ୍ ।
ତେଷାଂ କ୍ରମେଣ ସଂକଲ୍ପବିକଲ୍ପାଧ୍ୟବସାୟାଭିମାନାବଧାରଣାସ୍ୱରୂପାଶ୍ଚୈତେ ବିଷୟାଃ ।
ମନଃସ୍ଥାନଂ ଗଲାନ୍ତଂ ବୁଦ୍ଧେର୍ବଦନମହଂକାରସ୍ୟ ହୃଦୟଂ ଚିତ୍ତସ୍ୟ ନାଭିରିତି ।
ଅସ୍ଥିଚର୍ମନାଡୀରୋମମାଂସାଶ୍ଚେତି ପୃଥିବ୍ୟଂଶାଃ ।

ମୂତ୍ରଶ୍ଲେଷ୍ମରକ୍ତଶୁକ୍ରସ୍ୱେଦା ଅବଂଶାଃ ।
କ୍ଷୁତ୍ତୃଷ୍ଣାଲସ୍ୟମୋହମୈଥୁନାନ୍ୟଗ୍ନେଃ ।
ପ୍ରଚାରଣବିଲେଖନସ୍ଥୂଲାଦ୍ୟୁନ୍ମେଷନିମେଷାଦି ବାୟୋଃ ।
କାମକ୍ରୋଧଲୋଭମୋହଭୟାନ୍ୟାକାଶସ୍ୟ ।
ଶବ୍ଦସ୍ପର୍ଶରୂପରସଗନ୍ଧାଃ ପୃଥିବୀଗୁଣାଃ ।
ଶବ୍ଦସ୍ପର୍ଶରୂପରସାଶ୍ଚାପାଂ ଗୁଣାଃ ।
ଶବ୍ଦସ୍ପର୍ଶରୂପାଣ୍ୟଗ୍ନିଗୁଣାଃ ।
ଶବ୍ଦସ୍ପର୍ଶାବିତି ବାୟୁଗୁଣୌ ।
ଶବ୍ଦ ଏକ ଆକାଶସ୍ୟ ।
ସାତ୍ତ୍ୱିକରାଜସତାମସଲକ୍ଷଣାନି ତ୍ରୟୋ ଗୁଣାଃ ।।

ଅହିଂସା ସତ୍ୟମସ୍ତେୟବ୍ରହ୍ମଚର୍ଯ୍ୟାପରିଗ୍ରହାଃ ।
ଅକ୍ରୋଧୋ ଗୁରୁଶୁଶ୍ରୂଷା ଶୌଚଂ ସଂତୋଷ ଆର୍ଜବମ୍ ।। ୧।।

ଅମାନିତ୍ୱମଦମ୍ଭିତ୍ୱମାସ୍ତିକତ୍ୱମହିଂସ୍ରତା ।
ଏତେ ସର୍ବେ ଗୁଣା ଜ୍ଞେୟାଃ ସାତ୍ତ୍ୱିକସ୍ୟ ବିଶେଷତଃ ।। ୨।।

ଅହଂ କର୍ତାଽସ୍ମ୍ୟହଂ ଭୋକ୍ତାଽସ୍ମ୍ୟହଂ ବକ୍ତାଽଭିମାନବାନ୍ ।
ଏତେ ଗୁଣା ରାଜସସ୍ୟ ପ୍ରୋଚ୍ୟନ୍ତେ ବ୍ରହ୍ମବିତ୍ତମୈଃ ।। ୩।।

ନିଦ୍ରାଲସ୍ୟେ ମୋହରାଗୌ ମୈଥୁନଂ ଚୌର୍ଯ୍ୟମେବ ଚ ।
ଏତେ ଗୁଣାସ୍ତାମସସ୍ୟ ପ୍ରୋଚ୍ୟନ୍ତେ ବ୍ରହ୍ମବାଦିଭିଃ ।। ୪।।

ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱେ ସାତ୍ତ୍ୱିକୋ ମଧ୍ୟେ ରଜସୋଽଧସ୍ତାମସ ଇତି ।
ସତ୍ୟଜ୍ଞାନଂ ସାତ୍ତ୍ୱିକମ୍ । ଧର୍ମଜ୍ଞାନଂ ରାଜସମ୍ । ତିମିରାନ୍ଧଂ ତାମସମିତି ।
ଜାଗ୍ରତ୍ସ୍ୱପ୍ନସୁଷୁପ୍ତିତୁରୀୟମିତି ଚତୁର୍ବିଧା ଅବସ୍ଥାଃ ।

Not For Commercial Use

ଜ୍ଞାନେନ୍ଦ୍ରିୟକର୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟାନ୍ତଃକରଣଚତୁଷ୍ଟୟଂ ଚତୁର୍ଦଶକରଣୟୁକ୍ତଂ ଜାଗ୍ରତ୍ ।
ଅନ୍ତଃକରଣଚତୁଷ୍ଟୟୈରେବ ସଂୟୁକ୍ତଃ ସ୍ୱପ୍ନଃ ।
ଚିତ୍ତୈକକରଣା ସୁଷୁପ୍ତିଃ ।
କେବଲଜୀବୟୁକ୍ତମେବ ତୁରୀୟମିତି ।
ଉନ୍ମୀଲିତନିମୀଲିତମଧ୍ୟସ୍ଥଜୀବପରମାତ୍ମନୋର୍ମଧ୍ୟେ ଜୀବାତ୍ମା କ୍ଷେତ୍ରଜ୍ଞ ଇତି ବିଜ୍ଞାୟତେ ।।

ବୁଦ୍ଧିକର୍ମେନ୍ଦ୍ରିୟପ୍ରାଣପଞ୍ଚକୈର୍ମନସା ଧିୟା ।
ଶରୀରଂ ସପ୍ତଦଶଭିଃ ସୁସୂକ୍ଷ୍ମଂ ଲିଙ୍ଗମୁଚ୍ୟତେ ।। ୫।।

ମନୋ ବୁଦ୍ଧିରହଂକାରଃ ଖାନିଲାଗ୍ନିଜଲାନି ଭୂଃ ।
ଏତାଃ ପ୍ରକୃତୟସ୍ତ୍ୱଷ୍ଟୌ ବିକାରାଃ ଷୋଡଶାପରେ ।। ୬।।

ଶ୍ରୋତ୍ରଂ ତ୍ୱକ୍‌ଚକ୍ଷୁଷୀ ଜିହ୍ୱା ଘ୍ରାଣଂ ଚୈବ ତୁ ପଞ୍ଚମମ୍ ।
ପାୟୂପସ୍ଥୌ କରୌ ପାଦୌ ବାକ୍-ଚୈବ ଦଶମୀ ମତା ।। ୭।।

ଶବ୍ଦଃ ସ୍ପର୍ଶଶ୍ଚ ରୂପଂ ଚ ରସୋ ଗନ୍ଧସ୍ତଥୈବ ଚ ।
ତ୍ରୟୋବିଂଶତିରେତାନି ତତ୍ତ୍ୱାନି ପ୍ରକୃତାନି ତୁ ।। ୮।।

ଚତୁର୍ବିଂଶତିରବ୍ୟକ୍ତଂ ପ୍ରଧାନଂ ପୁରୁଷଃ ପରଃ ।। ୯।।
ଇତ୍ୟୁପନିଷତ୍ ।। ଓଁ ତତ୍ସତ୍ ।।

ଓଁ ସହ ନାବବତୁ । ସହ ନୌ ଭୁନକ୍ତୁ । ସହ ବୀର୍ୟଂ କରବାବହୈ ।
ତେଜସ୍ୱିନାବଧୀତମସ୍ତୁ ମା ବିଦ୍ୱିଷାବହୈ ।। ଓଁ ଶାନ୍ତିଃ ଶାନ୍ତିଃ ଶାନ୍ତିଃ ।।

।। ଇତି କୃଷ୍ଣୟଜୁର୍ବେଦୀୟ ଶାରୀରକୋପନିଷତ୍ସମାପ୍ତା ।।

Not For Commercial Use