

॥ मन्त्रिकोपनिषत् ॥

स्वाविद्याद्वयतत्कार्यापह्नवज्ञानभासुरम् ।  
मन्त्रिकोपनिषद्वेद्यं रामचन्द्रमहं भजे ॥  
ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते ।  
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ॥  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥  
ॐ अष्टपादं शुचिं हंसं त्रिसूत्रमणुमव्ययम् ।  
त्रिवर्त्मानं तेजसोहं सर्वतःपश्यन्न पश्यति ॥ १ ॥  
भूतसंमोहने काले भिन्ने तमसि वैखरे ।  
अन्तः पश्यन्ति सत्त्वस्था निर्गुणं गुणगह्वरे ॥ २ ॥  
अशक्यः सोऽन्यथा द्रष्टुं ध्यायमानः कुमारकैः ।  
विकारजननीमज्ञामष्टरूपामजां ध्रुवाम् ॥ ३ ॥  
ध्यायतेऽध्यासिता तेन तन्यते प्रेर्यते पुनः ।  
सूयते पुरुषार्थं च तेनैवाधिष्ठितं जगत् ॥ ४ ॥  
गौरनाद्यन्तवती सा जनित्री भूतभाविनी ।  
सितासिता च रक्ता च सर्वकामदुधा विभोः ॥ ५ ॥  
पिबन्त्येनामविषयामविज्ञातां कुमारकाः ।  
एकस्तु पिबते देवः स्वच्छन्दोऽत्र वशानुगः ॥ ६ ॥  
ध्यानक्रियाभ्यां भगवान्भुङ्क्तेऽसौ प्रसहद्विभुः ।  
सर्वसाधारणीं दोग्ध्रीं पीयमानां तु यज्वमिः ॥ ७ ॥  
पश्यन्त्यस्यां महात्मानः सुवर्णं पिप्पलाशनम् ।  
उदासीनं ध्रुवं हंसं स्नातकाध्वर्यवो जगुः ॥ ८ ॥  
शंसन्तमनुशंसन्ति बहूचाः शास्त्रकोविदाः ।  
रथन्तरं बृहत्साम सप्तवैधैस्तु गीयते ॥ ९ ॥  
मन्त्रोपनिषदं ब्रह्म पदक्रमसमन्वितम् ।  
पठन्ति भार्गवा ह्येते ह्यथर्वाणो भृगूत्तमाः ॥ १० ॥  
सब्रह्मचारिवृत्तिश्च स्तम्भोऽथ फलितस्तथा ।  
अनङ्वान्नोहितोच्छ्रष्टः पश्यन्तो बहुविस्तरम् ॥ ११ ॥  
कालः प्राणश्च भगवान्मृत्युः शर्वो महेश्वरः ।  
उग्रो भवश्च रुद्रश्च ससुरः सासुरस्तथा ॥ १२ ॥  
प्रजापतिर्विराट् चैव पुरुषः सलिलमेव च ।  
स्तूयते मन्त्रसंस्तुत्यैरथर्वविदितैर्विभुः ॥ १३ ॥  
तं षड्विंशक इत्येते सप्तविंशं तथापरे ।

पुरुषं निर्गुणं साङ्ख्यमथर्वशिरसो विदुः ॥ १४ ॥  
चतुर्विंशतिसंख्यातं व्यक्तमव्यक्तमेव च ।  
अद्वैतं द्वैतमित्याहुस्त्रिधा तं पञ्चधा तथा ॥ १५ ॥  
ब्रह्माद्यं स्थावरान्तं च पश्यन्ति ज्ञानचक्षुषः ।  
तमेकमेव पश्यन्ति परिशुभ्रं विभुं द्विजाः ॥ १६ ॥  
यस्मिन्सर्वमिदं प्रोतं ब्रह्म स्थावरजङ्गमम् ।  
तस्मिन्नेव लयं यान्ति स्रवन्त्यः सागरे यथा ॥ १७ ॥  
यस्मिन्भावाः प्रलीयन्ते लीनाश्चाव्यक्ततां ययुः ।  
पश्यन्ति व्यक्ततां भूयो जायन्ते बुद्धुदा इव ॥ १८ ॥  
क्षेत्रज्ञाधिष्ठितं चैव कारणैर्विद्यते पुनः ।  
एवं स भगवान्देवं पश्यन्त्यन्ये पुनः पुनः ॥ १९ ॥  
ब्रह्म ब्रह्मेत्यथायान्ति ये विदुर्ब्राह्मणास्तथा ।  
अत्रैव ते लयं यान्ति लीनाश्चाव्यक्तशालिनः ॥  
लीनाश्चाव्यक्तशालिन इत्युपनिषत् ॥  
ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं पूर्णात्पूर्णमुदच्यते ।  
पूर्णस्य पूर्णमादाय पूर्णमेवावशिष्यते ॥  
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥  
इति मन्त्रिकोपनिषत्समाप्ता ॥

---

Please send corrections to [sanskrit@cheerful.com](mailto:sanskrit@cheerful.com)  
Last updated April 25, 2000