

### 30. ப்<sub>3</sub>ரஹ்மானந்த<sub>3</sub>வல்லீ

ஓம் | ஸஹ நாவவது | ஸஹ நௌ பு<sub>4</sub>னக்கு | ஸஹ வீர்யம்

கரவாவஹை |

தேஜஸ்வினா<sub>2</sub> வதீ<sub>4</sub>தமஸ்து<sub>2</sub> மா வித்<sub>3</sub>விஷாவஹை<sub>2</sub> ||

ஓம் ஸாந்தி: ஸாந்தி: ஸாந்தி: ||

ஓம் ப்<sub>3</sub>ரஹ்ம-விதா<sub>3</sub>ப்னோதி<sub>2</sub> பரம் | ததே<sub>3</sub>ஷா<sub>3</sub>ப்<sub>4</sub>யுக்தா |

ஸத்யம் ஜ்ஞான-மனந்தம் ப்<sub>3</sub>ரஹ்ம | யோவேத<sub>3</sub>நிஹிதங்-கு<sub>3</sub>ஹாயாம்

பரமே வ்யோமன் | ஸோ<sub>3</sub>ஸ்<sub>3</sub>னுதே<sub>2</sub> ஸர்வான்<sub>2</sub> காமாந்த<sub>2</sub>ஸஹ |

ப்<sub>3</sub>ரஹ்மணா விப<sub>3</sub>ஸ்சிதேதி |

தஸ்மாத்<sub>3</sub>வா ஏதஸ்மாதா<sub>3</sub>த்மன ஆகா<sub>3</sub>ஸ: ஸம்பூ<sub>4</sub>த: |

ஆகா<sub>3</sub>ஸாத்<sub>3</sub>வாயு: | வாயோரக்<sub>3</sub>னி: | அக்<sub>3</sub>னேராப: | அத்<sub>3</sub>ப்<sub>4</sub>ய: ப்ருதி<sub>2</sub>வீ |

ப்ருதி<sub>2</sub>வ்யா ஓஷத<sub>4</sub>ய: | ஓஷதீ<sub>4</sub>ப்<sub>4</sub>யோ<sub>3</sub>ன்னம் | அன்னாத்புருஷ: |

ஸ வா ஏஷ புருஷோ<sub>3</sub>ன்ன ரஸமய: | தஸ்யேத<sub>3</sub>மேவ ஸிர: |

அயம் த<sub>3</sub>க்ஷிண: ப<sub>2</sub>க்ஷ: | அயமுத்தர: ப<sub>2</sub>க்ஷ: | அயமாத்மா |

இத<sub>3</sub>ம் புச்ச<sub>2</sub>ம் ப்ரதீஷ்டா<sub>2</sub> | தத<sub>3</sub>ப்<sub>3</sub>யேஷ ஸ்லோகோ<sub>3</sub> பு<sub>4</sub>வதி ||

அன்னாத்<sub>3</sub>வை ப்ரஜா: ப்ரஜாயந்தே | யா: கா<sub>3</sub>ஸ்ச ப்ருதி<sub>2</sub>வீ<sub>3</sub> ஸ்ரிதா: |

அதோ<sub>2</sub> அன்னேநைவ ஜீவந்தி | அதை<sub>2</sub>ன த<sub>3</sub>பியந்த்யந்தத: |

அன்ன ஹி பூ<sub>4</sub>தானாம் ஜ்யேஷ்ட<sub>2</sub>ம் | தஸ்மாத் ஸர்வௌஷ்ட<sub>4</sub> முச்யதே |  
 ஸர்வம் வை தேன்னமாப்னுவந்தி | யேன்னம் ப்<sub>3</sub>ரஹ்மோபாஸதே |  
 அன்ன ஹி பூ<sub>4</sub>தானாம் ஜ்யேஷ்ட<sub>2</sub>ம் | தஸ்மாத் ஸர்வௌஷ்ட<sub>4</sub> முச்யதே |  
 அன்னாத்<sub>3</sub>பூ<sub>4</sub>தானி ஜாயந்தே | ஜாதான்யன்னேன வர்த<sub>4</sub>ந்தே |  
 அத்<sub>3</sub>யதேத்தி ச பூ<sub>4</sub>தானி | தஸ்மாத்<sub>3</sub>ன்னம் தது<sub>3</sub>ச்யத இதி |  
 தஸ்மாத்<sub>3</sub>வா ஏதஸ்மா-த<sub>3</sub>ன்ன ரஸமாயத் |  
 அன்யோந்தர ஆத்மா ப்ராண மய: | தேனைஷு பூர்ண: |  
 ஸ வா ஏஷு புருஷவித<sub>4</sub> ஏவ | தஸ்ய புருஷ வித<sub>4</sub>தாம் |  
 அன்வயம் புருஷ வித<sub>4</sub>: | தஸ்ய ப்ராண ஏவ ஸிர: |  
 வ்யானோ த<sub>3</sub>க்ஷிண: பக்ஷ: | அபான உத்தர: பக்ஷ: | ஆகாஸ<sub>3</sub> ஆத்மா |  
 ப்ருதி<sub>2</sub>வீ புச்ச<sub>2</sub>ம் ப்ரதிஷ்டா<sub>2</sub> | தது ப்யேஷு ஸ்லோகோ ப<sub>4</sub>வதி ||  
 ப்ராணம் தே<sub>3</sub>வா அனுப்ராணந்தி | மனுஷ்யா: ப<sub>3</sub>ஸவஸ்ச யே |  
 ப்ராணோ ஹி பூ<sub>4</sub>தானாமாய: | தஸ்மாத் ஸர்வாயுஷு முச்யதே |  
 ஸர்வமேவ த ஆயுர்யந்தி | யே ப்ராணம் ப்<sub>3</sub>ரஹ்மோபாஸதே |  
 ப்ராணோ ஹி பூ<sub>4</sub>தானாமாய: | தஸ்மாத் ஸர்வாயுஷு-முச்யத இதி |  
 தஸ்யைஷு ஏவ ஸா<sub>3</sub>ரீ ஆத்மா | ய: பூர்வஸ்ய |  
 தஸ்மாத்<sub>3</sub>வா ஏதஸ்மாத் ப்ராணமயாத் |

அன்யோந்தர ஆத்மா மனோமய: | தேனைஷு பூர்ண: |  
 ஸ வா ஏஷு புருஷவித<sub>4</sub> ஏவ | தஸ்ய புருஷவித<sub>4</sub>தாம் | அன்வயம் புருஷவித<sub>4</sub>: |  
 தஸ்ய யஜுரேவ ஸிர: | ருக்த<sub>3</sub>க்ஷிண: பக்ஷ: | ஸாமோத்தர: பக்ஷ: |  
 ஆதே<sub>3</sub>ஸ<sub>3</sub> ஆத்மா | அத<sub>2</sub>ர்வாங்கி<sub>3</sub>ரஸ: புச்ச<sub>2</sub>ம் ப்ரதிஷ்டா<sub>2</sub> |  
 தத<sub>3</sub>ப்யேஷு ஸ்லோகோ ப<sub>4</sub>வதி ||

யதோ வாசோ நிவர்தந்தே | அப்ராப்ய மனஸா ஸஹ |  
 ஆனந்த<sub>3</sub>ம் ப்<sub>3</sub>ரஹ்மணோ வித<sub>3</sub>வான் | ந பி<sub>3</sub>பே<sub>4</sub>தி கதா<sub>3</sub>சனேதி |  
 தஸ்யைஷு ஏவ ஸாரீர ஆத்மா | ய: பூர்வஸ்ய |  
 தஸ்மாத்<sub>3</sub>வா ஏதஸ்மான் மனோமயாத் |

அன்யோந்தர ஆத்மா விஜ்ஞானமய: | தேனைஷு பூர்ண: |  
 ஸ வா ஏஷு புருஷவித<sub>4</sub> ஏவ | தஸ்ய புருஷ வித<sub>4</sub>தாம் |  
 அன்வயம் புருஷ வித<sub>4</sub>: | தஸ்ய ஸ்ர<sub>3</sub>த<sub>3</sub>தை<sub>4</sub>வ ஸிர: | ருதம் த<sub>3</sub>க்ஷிண: பக்ஷ: |  
 ஸத்யமுத்தர: பக்ஷ: | யோக<sub>3</sub> ஆத்மா | மஹ: புச்ச<sub>2</sub>ம் ப்ரதிஷ்டா<sub>2</sub> |  
 தத<sub>3</sub>ப்யேஷு ஸ்லோகோ ப<sub>4</sub>வதி ||

விஜ்ஞானம் யஜ்ஞம் தனுதே | கர்மாணி தனுதே<sub>3</sub>பிச |  
 விஜ்ஞானம் தே<sub>3</sub>வா: ஸர்வே | ப்<sub>3</sub>ரஹ்ம ஜ்யேஷ்ட<sub>2</sub>-முபாஸதே |  
 விஜ்ஞானம் ப்<sub>3</sub>ரஹ்ம சேத்<sub>3</sub>வேத<sub>3</sub> | தஸ்மாச்சேன்ன ப்ரமாத்<sub>3</sub>யதி |  
 ஸாரீரே பாப்மனோ ஹித்வா | ஸர்வான்-காமாந்த<sub>2</sub> ஸமஸ்னூத இதி |

தஸ்யைஷு ஏவ ஸாரீர் ஆத்மா | ய: பூர்வஸ்ய |  
 தஸ்மாத்<sub>3</sub>வா ஏதஸ்மாத்<sub>3</sub>-விஜ்ஞானமயாத் |  
 அன்யோ<sub>1</sub>ந்தர ஆத்மா<sub>1</sub>ன்ந்த<sub>3</sub>மய: | தேனைஷு பூர்ண: |  
 ஸ வா ஏஷு புருஷவித<sub>4</sub> ஏவ | தஸ்ய புருஷவித<sub>4</sub>தாம் |  
 அன்வயம் புருஷவித<sub>4</sub>: | தஸ்ய ப்ரிய-மேவ ஸிர: |  
 மோதோ<sub>3</sub> த<sub>3</sub>க்ஷிண: பக்ஷ: |  
 ப்ரமோத<sub>3</sub> உத்தர: பக்ஷ: | ஆனந்த<sub>3</sub> ஆத்மா |  
 ப்<sub>3</sub>ரஹ்ம புச்ச<sub>2</sub>ம் ப்ரதீஷ்டா<sub>2</sub> |  
 தத<sub>2</sub>ப்யேஷு ஸ்லோகோ<sub>4</sub> ப<sub>4</sub>வதி ||  
 அஸன்னேவ ஸ ப<sub>4</sub>வதி | அஸத்<sub>3</sub> ப்<sub>3</sub>ரஹ்மேதி வேத<sub>3</sub> சேத் |  
 அஸ்தி ப்<sub>3</sub>ரஹ்மேதி சேத்<sub>3</sub>வேத<sub>3</sub> | ஸந்தமேனம் ததோ விது<sub>3</sub>ரிதி |  
 தஸ்யைஷு ஏவ ஸாரீர் ஆத்மா | ய: பூர்வஸ்ய |  
 அதா<sub>2</sub>தோ<sub>1</sub>னு ப்ரஸ்னா: | உதா வித்<sub>3</sub>வானமும் லோகம் ப்ரேத்ய |  
 கஸ்சன க<sub>3</sub>ச்ச<sub>2</sub>தீ (3) | ஆஹோ வித்<sub>3</sub>வானமும் லோகம் ப்ரேத்ய |  
 கஸ்சித் ஸமஸ்னுதா (3) உ | ஸோ<sub>1</sub>காமயத |  
 ப்<sub>3</sub>ஹுஸ்யாம் ப்ரஜாயேயேதி |  
 ஸ தபோ<sub>1</sub>தப்யத | ஸதபஸ்தப்த்வா | இத<sub>3</sub> ஸர்வ-மஸ்ருஜத |  
 யதி<sub>3</sub>த்<sub>3</sub>ங் கிஞ்ச | தத்ஸ்ருஷ்ட்வா | ததே<sub>3</sub>வானு ப்ராவிஸ்த |  
 தத<sub>3</sub>னுப்ரவிஸ்ய |

ஸச்ச<sub>2</sub> த்யச்சாப<sub>4</sub> வத் | நிருக்தஞ்சா<sub>1</sub> நிருக்தஞ்ச | நிலயனஞ்சா<sub>1</sub> நிலயனஞ்ச |  
 விஜ்ஞானஞ்சா<sub>1</sub> விஜ்ஞானஞ்ச | ஸத்யஞ்சான் ருதஞ்ச ஸத்யமப<sub>4</sub> வத் |  
 யதி<sub>3</sub> த<sub>3</sub> நங்கிஞ்ச | தத்ஸத்ய-மித்யா சக்ஷதே |  
 தத<sub>3</sub> ப்யேஷ ஸ்லோகோ ப<sub>4</sub> வதி ||

அஸத்<sub>3</sub> வா இத<sub>3</sub> மக்<sub>3</sub> ர ஆஸீத் | ததோ வை ஸத<sub>3</sub> ஜாயத |  
 ததா<sub>3</sub> த்மான<sub>3</sub> ஸ்வயமகுருத | தஸ்மாத் தத் ஸக்ருதமுச்யத இதி |  
 யத்<sub>3</sub> வை தத் ஸக்ருதம் | ரஸோ வை ஸ: |  
 ரஸ<sub>3</sub> ஹ்யேவாயம் லப்த<sub>3</sub> வா<sub>1</sub> னந்தீ<sub>3</sub> ப<sub>4</sub> வதி |  
 கோ ஹ்யேவாந்யாத் க: ப்ராண்யாத் |  
 யதே<sub>3</sub> ஷ ஆகா<sub>1</sub> ஆனந்தோ<sub>3</sub> ந ஸ்யாத் |  
 ஏஷ ஹ்யேவானந்த<sub>3</sub> யாதி |  
 யதா<sub>3</sub> ஹ்யேவைஷ ஏதஸ்மின்-நத்<sub>3</sub> ரு<sub>1</sub> ஸ்யே<sub>1</sub> நாத்தம்யே<sub>1</sub>  
 நிருக்தே<sub>1</sub> நிலயனே<sub>1</sub> ப<sub>4</sub> யம்ப்ரதிஷ்டா<sub>2</sub> ம் விந்த<sub>3</sub> தே |  
 அத<sub>2</sub> ஸோ<sub>1</sub> ப<sub>4</sub> யம் க<sub>3</sub> தோ ப<sub>4</sub> வதி |  
 யதா<sub>3</sub> ஹ்யேவைஷ ஏதஸ்மின்னு<sub>3</sub> ர-மந்தரம் குருதே |  
 அத<sub>2</sub> தஸ்ய<sub>1</sub> ப<sub>4</sub> யம் ப<sub>4</sub> வதி | தத்வேவ<sub>1</sub> ப<sub>4</sub> யம் விது<sub>3</sub> ஷோ-<sub>1</sub> மன்வானஸ்ய |  
 தத<sub>3</sub> ப்யேஷ ஸ்லோகோ ப<sub>4</sub> வதி ||

பீ<sub>4</sub>ஷா<sub>1</sub>ஸ்மா-த<sub>3</sub>வாத: பவதே | பீ<sub>4</sub>ஷோதே<sub>3</sub>தி ஸர்ய: |

பீ<sub>4</sub>ஷா<sub>1</sub>ஸ்மா-த<sub>3</sub>க்<sub>3</sub>னி<sub>3</sub>ஶீ சந்த<sub>3</sub>ர<sub>3</sub>ஸ<sub>3</sub> | ம்ருத்யு<sub>4</sub>ர்தா<sub>4</sub>வதி பஞ்சம இதி |

ஸைஷா<sub>1</sub>னந்த<sub>3</sub>ஸ்ய மீமா<sub>1</sub>ஸா<sub>1</sub>ப<sub>4</sub>வதி |

யுவா ஸ்யாத் ஸாது<sub>4</sub> யுவா<sub>1</sub>த்<sub>4</sub>யாயக: |

ஆ<sub>1</sub>ஸிஷ்டோ<sub>2</sub> த<sub>3</sub>ரு<sub>4</sub>ஷ்டோ<sub>2</sub> ப<sub>3</sub>லிஷ்ட<sub>2</sub>: |

தஸ்யேயம் ப்ருதி<sub>2</sub>வீ ஸர்வா வித்தஸ்ய பூர்ணா ஸ்யாத் |

ஸ ஏகோ மானுஷ ஆனந்த<sub>3</sub>: |

தே யே<sub>1</sub>ஸதம் மானுஷா ஆனந்தா<sub>3</sub>: ||

ஸ ஏகோ மனுஷ்ய-க<sub>3</sub>ந்த<sub>4</sub>ர்வாணா-மானந்த<sub>3</sub>: |

ஶீ ராத்ரியஸ்ய சாகாமஹதஸ்ய |

தே யே<sub>1</sub>ஸதம் மனுஷ்ய-க<sub>3</sub>ந்த<sub>4</sub>ர்வாணா-மானந்தா<sub>3</sub>: |

ஸ ஏகோ தேவ-க<sub>3</sub>ந்தர்வா<sub>4</sub>ணா-மானந்த<sub>3</sub>: | ஸ்ரோத்ரியஸ்ய

சாகாமஹதஸ்ய |

தே யே<sub>1</sub>ஸதம் தேவ-க<sub>3</sub>ந்த<sub>4</sub>ர்வாணா-மானந்தா<sub>3</sub>: |

ஸ ஏக: பித்ருணாஞ் சிரலோக-லோகானா-மானந்த<sub>3</sub>: |

ஶீ ராத்ரியஸ்ய சாகாமஹதஸ்ய |

தே யே<sub>1</sub>ஸதம் பித்ருணாஞ் சிரலோக-லோகானா-மானந்தா<sub>3</sub>: |

ஸ ஏக ஆஜானஜானாம் தே<sub>3</sub>வானா-மானந்த<sub>3</sub>: ||

ஸ்ரோத்ரியஸ்ய சாகாமஹதஸ்ய |

தே யே ஸ்ரத-மாஜான-ஜானாந் தே<sub>2</sub>வானா மா<sub>3</sub>னந்தா<sub>3</sub>: |

ஸ ஏக: கர்ம-தே<sub>3</sub>வானாந் தே<sub>3</sub>வானா-மா<sub>3</sub>னந்த<sub>3</sub>: |

யே கர்மணா தே<sub>3</sub>வானபி யந்தி | ஸ்ரோத்ரியஸ்ய சாகாமஹதஸ்ய |

தே யே ஸ்ரதம் கர்மதே<sub>3</sub>வானாந் தே<sub>3</sub>வானா-மா<sub>3</sub>னந்தா<sub>3</sub>: |

ஸ ஏகோ தே<sub>3</sub>வானா-மா<sub>3</sub>னந்த<sub>3</sub>: | ஸ்ரோத்ரியஸ்ய சாகாமஹதஸ்ய |

தே யே ஸ்ரதம் தே<sub>3</sub>வானா-மா<sub>3</sub>னந்தா<sub>3</sub>: | ஸ ஏக இந்த<sub>3</sub>ரஸ்யா<sub>3</sub>னந்த<sub>3</sub>: ||

ஸ்ரோத்ரியஸ்ய சாகாமஹதஸ்ய | தே யே ஸ்ரதமிந்த<sub>3</sub>ர-ஸ்யானந்தா<sub>3</sub>: |

ஸ ஏகோ ப்<sub>3</sub>ருஹஸ்பதே-ரானந்த<sub>3</sub>: | ஸ்ரோத்ரியஸ்ய சாகாமஹதஸ்ய |

தே யே ஸ்ரதம் ப்<sub>3</sub>ருஹஸ்பதே-ரானந்தா<sub>3</sub>: | ஸ ஏக: ப்ரஜாபதே-ரானந்த<sub>3</sub>: |

ஸ்ரோத்ரியஸ்ய சாகாமஹதஸ்ய | தே யே ஸ்ரதம் ப்ரஜாபதே-ரானந்தா<sub>3</sub>: |

ஸ ஏகோ ப்<sub>3</sub>ரஹ்மண ஆனந்த<sub>3</sub>: | ஸ்ரோத்ரியஸ்ய சாகாமஹதஸ்ய ||

ஸ யஸ்சாயம் புருஷே | யஸ்சாஸா-வாதி<sub>3</sub>த்யே |

ஸ ஏக: | ஸ ய ஏவம் வித் | அஸ்மால்லோகாத் ப்ரேத்ய |

ஏதமன்னமய-மாத்த்மான-முபஸங்க்ரா<sub>3</sub>மதி |

ஏதம் ப்ராணமய-மாத்த்மான-முபஸங்க்ரா<sub>3</sub>மதி |

ஏதம் மனோமய-மாத்த்மான-முபஸங்க்ரா<sub>3</sub>மதி |

ஏதம் விஜ்ஞானமய--மாத்த்மான-முபஸங்க்ரா<sub>3</sub>மதி |

ஏதமானந்த<sub>3</sub>மய-மாத்மான-முபஸங்க்ரா<sub>4</sub>மதி |

தத<sub>3</sub>ப்யேஷ ஸ்லோகோ ப<sub>4</sub>வதி ||

யதோ வாசோ நிவர்தந்தே | அப்ராப்ய மனஸா ஸஹ |

ஆனந்த<sub>3</sub>ம் ப்<sub>3</sub>ரஹ்மணோ வித்<sub>3</sub>வான் | ந பி<sub>3</sub>பே<sub>4</sub>தி குதஸ்சனேதி |

ஏத<sub>3</sub> ஹ வா வ ந தபதி | கிமஹ<sub>3</sub> ஸாது<sub>4</sub> நாகரவம் |

கிமஹம் பாப-மகரவ-மிதி |

ஸய ஏவம் வித்<sub>3</sub>வானேதே ஆத்மான<sub>3</sub> ஸ்ப்ருணுதே |

உபே<sub>4</sub> ஹ்யேவைஷ ஏதே ஆத்மான<sub>3</sub> ஸ்ப்ருணுதே |

ய ஏவம் வேத<sub>3</sub> | இத்யுபநிஷத் ||

ஓம் ஸஹ நாவவது | ஸஹ நௌ ப<sub>4</sub>னக்து | ஸஹ வீர்யம் கரவாவஹை |

தேஜஸ்வினா<sub>3</sub> வத்<sub>4</sub>தமஸ்து மா வித்<sub>3</sub>விஷாவஹை |

ஓம் ஸாந்தி: ஸாந்தி: ஸாந்தி: ||