

Bhavanopanishad

భావనోపనిషత్

స్వావిద్యాపదతత్కార్యం శ్రీచక్రోపరి భాసురం |

బిన్దురూపశివాకారం రామచన్ద్రపదం భజే ||

ఓం భద్రం కర్ణేభిః శృణుయామ దేవా | భద్రం

పశ్యేమాక్షభిర్యజత్రాః |

స్థిరైరజ్జెన్తుష్టువాగ్ంసస్తనూభిః | వ్యశేమ దేవహితం

యదాయుః | స్వస్తి న ఇన్ద్రో వృద్ధశ్రవాః | స్వస్తి నః

పూషా విశ్వవేదాః | స్వస్తి నస్తారోక్ష్యఽరిష్టనేమిః |

స్వస్తి నో బృహస్పతిర్దధాతు | ఓం శాన్తిః శాన్తిః శాన్తిః

||

ఓం ఆత్మానమఖణ్డమణ్డలాకారమావృత్య

సకలబ్రహ్మణ్డమణ్డలం స్వప్రకాశం ధ్యాయేత్ |

శ్రీగురుః సర్వకారణభూతా శక్తిః | తేన నవరన్ద్రరూపో

దేహః | నవశక్తిరూపగ్ం శ్రీచక్రం | వారాహీ

పితృరూపా కురుకుల్లా బలిదేవతా మాతా |

పురుషార్థాః సాగరాః || 1 ||

దేహో నవరత్నద్వీపః | త్వగాదిసప్తధాతుభిరనేకైః

సంయుక్తాః | సంకల్పాః కల్పతరవః | తేజః

కల్పకోద్యానం | రసనయా భావ్యమానా

మధురాంలతిక్తకటుకషాయలవణరసాః షడ్గుతవః |

క్రియాశక్తిః పీఠం | కుణ్డలినీ జ్ఞానశక్తిర్గుహం |

ఇచ్ఛాశక్తిర్మహాత్రిపురసుందరీ | జ్ఞాతా హోతా

జ్ఞానమగ్నిః జ్ఞేయగ్ం హవిః | జ్ఞాతృజ్ఞానజ్ఞేయా

నామభేద భావనగ్ం శ్రీచక్రపూజనం | నియతి

సహిత శృఙ్గారాదయో నవరసా అణిమాదయః |

కామ క్రోధ లోభ మోహ మద మాత్సర్య పుణ్య

పాపమయా బ్రాహ్మీయాద్యష్టశక్తయః || 2 ||

ఆధారనవకం ముద్రా శక్తయః |

పృథివ్యప్తేజో వాయ్వాకాశ శ్రోత్రత్వక్చక్షుర్జ్ఞిహ్వాఘ్రాణ

వాక్పాణిపాదపాయూపస్థ మనోవికారాః షోడశ

శక్తయః | వచనాదానగమనవిసర్గానన్ద

హానోపాదానోపేక్షా బుద్ధయోఽనన్జకుసుమాది

శక్తయోఽష్టౌ | అలంబుసా కుహూర్విశ్వోదరీ

వరుణా హస్తిజిహ్వా యశోవత్యశ్వినీ గాన్ధారీ పూషా

శక్తినీ సరస్వతీడా పిన్జలా సుషుంనా చేతి చతుర్దశ

నాడ్యః | సర్వసంక్షోభిణ్యాదిచతుర్దశారగా దేవతాః |

ప్రాణాపాన వ్యానోదాన సమాన నాగ కూర్మ కృకర

దేవదత్త ధనంజయా ఇతి దశ వాయవః |

సర్వసిద్ధిప్రదాది దేవ్యో బహిర్దశారగా దేవతాః || 3

||

ఏతద్వాయుదశక సంసర్గోపాధిభేదేన

రేచకపూరకశోషకదాహకప్లావకా అమృతమితి

ప్రాణముఖ్యత్వేన పంచవిధో జరరాగ్నిర్భవతి |

క్షారకోద్ధారకః క్షోభకో మోహకో జృంభక

ఇత్యపానముఖ్యత్వేన పంచవిధోఽస్తి | తేన

మనుష్యాణాం మోహకో దాహకో భక్ష్య భోజ్య లేహ్య

చోష్య పేయాత్మకం చతుర్విధమన్నం పాచయతి |
 ఏతా దశ వహ్నికలాః సర్వజ్ఞత్వాద్యంతర్దశారగా
 దేవతాః | శీతోష్ణ సుఖదుఃఖేచ్ఛా
 సత్త్వరజస్తమోగుణా వశిన్యాదిశక్తయోఽష్టా || 4 ||
 శబ్దస్పర్శరూపరసగంధాః పంచతన్మాత్రాః
 పంచపుష్పబాణా | మన ఇక్షుధనుః | వశ్యో బాణో
 | రాగః పాశో | ద్వేషోఽఙ్కశః |
 అవ్యక్తమహత్తత్త్వమహాఙ్కారాః కామేశ్వరీ వజ్రేశ్వరీ
 భగమాలిన్యోఽంతస్త్రికోణాగ్రగా దేవతాః | పంచదశ
 తిథిరూపేణ కాలస్య పరిణామావలోకనస్థితిః
 పంచదశనిత్యాః | శ్రద్ధానురూపా ధీర్దేవతా | తయోః
 కామేశ్వరీ సదానంద ఘనా పరిపూర్ణ
 స్వాత్మైక్యరూపా దేవతా లలితా || 5 ||
 సలిలమితి సౌహిత్యకరణగ్ం సత్త్వం |
 కర్తవ్యమకర్తవ్యమితి భావనాయుక్త ఉపచారః | అస్తి
 నాస్తీతి కర్తవ్యతానూపచారః | బాహ్యభ్యంతఃకరణానాం

రూపగ్రహణ యోగ్యతా స్వీత్యావాహనం | తస్య

బాహ్యభ్యంతఃకరణానాం

ఏకరూపవిషయగ్రహణమాసనం |

రక్తశుక్లపదైకీకరణం పాద్యం |

ఉజ్జ్వలదామోదానన్దాసన దానమర్ష్యం | స్వచ్ఛం

స్వతఃసిద్ధమిత్యాచమనీయం | చిచ్ఛస్త్రమయీతి

సర్వాజ్గస్త్రవణగ్ం స్నానం | చిదగ్నిస్వరూప

పరమానన్ద శక్తిస్ఫురణం వస్త్రం | ప్రత్యేకగ్ం

సప్తవింశతిధా భిన్నత్వేనేచ్ఛా జ్ఞాన క్రియాత్మక

బ్రహ్మగ్రన్థి మద్రస తన్తు బ్రహ్మనాడీ బ్రహ్మసూత్రం |

స్వ వ్యతిరిక్త వస్తు సజ్గరహిత స్మరణం విభూషణం

| సత్సంగ పరిపూర్ణతానుస్మరణం గన్ధః |

సమస్తవిషయాణాం మనసః స్థైర్యేణానుసంధానం

కుసుమం || 6 ||

తేషామేవ సర్వదా స్వీకరణం ధూపః |

పవనావచ్ఛిన్నోర్ధ్వ జ్వలనసచ్ఛిదుల్కాకాశ దేహో

దీపః | సమస్త యాతాయాతవర్జనం నైవేద్యం |

అవస్థాత్రయాణామేకీకరణం తాంబూలం |

మూలాధారాదాబ్రహ్మరస్త్రపర్యంతం

బ్రహ్మరస్త్రాదామూలాధారపర్యంతం గతాగతయాపేణ

ప్రాదక్షిణ్యం | తురీయావస్థా నమస్కారః |

దేహశూన్య ప్రమాతృతా నిమజ్జనం బలిహరణం |

సత్యమస్తి కర్తవ్యమకర్తవ్యమౌదాసీన్య

నిత్యాత్మవిలాపనగ్ం హోమః | స్వయం

తత్పాదుకానిమజ్జనం పరిపూర్ణధ్యానం || 7 ||

ఏవం ముహూర్తత్రయం భావనయా యుక్తో భవతి

తస్య దేవతాత్మైక్య సిద్ధిః | చింతిత కార్యాణి

అయత్నేన సిద్ధ్యంతి | స ఏవ శివయోగీతి కథ్యతే |

కాది హాది మతోక్తేన భావనా ప్రతిపాదితా జీవన్ముక్తో

భవతి | య ఏవం వేద | ఇత్యుపనిషత్ || 8 ||

ఓం భద్రం కర్ణేభిః శృణుయామ దేవా | భద్రం

పశ్యేమాక్షభిర్యజత్రాః |

స్థైర్యైస్తుష్టువాగ్ంసస్తనూభిః | వ్యశేమ దేవహితం
యదాయుః | స్వస్తి న ఇన్ద్రో వృద్ధశ్రవాః | స్వస్తి నః
పూషా విశ్వవేదాః | స్వస్తి నస్తారోక్ష్యఽరిష్టనేమిః |
స్వస్తి నో బృహస్పతిర్దధాతు | ఓం శాన్తిః శాన్తిః శాన్తిః
||
ఇత్యథర్వణవేదే భావనోపనిషత్సంపూర్ణా ||