30

108
ഉപനിഷദ് സംഗ്രഹം

"ഭാരതീയ വിചാരധാര" എന്ന
IISH പ്രസിദ്ധീകരണത്തിന്റെ ഉപനിഷദ് ഭാഗം

ഡോ: എൻ. ഗോപാലകൃഷ്ണൻ
Scientist & Director IISH

ഇന്ത്യൻ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് സയിന്റിഫിക് ഹെറിറ്റേജ്
തിരുവനന്തപുരം – 695 018

Heritage Publication Series - 70

Scanned with CamScanner

108
ഉപനിഷദ് സംഗ്രഹം

'ഭാരതീയ വിചാരധാര' എന്ന IISH
പ്രസിദ്ധീകരണത്തിന്റെ ഉപനിഷദ് ഭാഗം

ഡോ: എൻ. ഗോപാലകൃഷ്ണൻ

INDIAN INSTITUTE OF SCIENTIFIC HERITAGE
THIRUVANANTHAPURAM - 695 018

ഹെറിറ്റേജ് പബ്ലിക്കേഷൻ സീരീസ് - 70

Scanned with CamScanner

ഉപനിഷദ് സംഗ്രഹം

Dr. N. Gopalakrishnan
M.Sc (Pharm), M.Sc (Chem), M.A. (Soc), Ph.D., D.Lit.
(Scientist & Director IISH)

Published by:

Indian Institute of Scientific Heritage (IISH)
Registered Charitable Trust 328/99/IV
Ushus, Estate Road, Pappanamcode
Trivandrum - 695 018 (Ph. 0471 - 2490149)
Website : www.iish.org, www.iishglobai.org

Rs. 30/-

Printed at:

Sree Printers
Ind. Estate, Pappanamcode, TVM - 19, Ph. 0471 - 2490135

Scanned with CamScanner

DHANYATHMAN

IISH is spreading the messages of our motherland through our publications in the PDF format to all our well-wishers. Your support for the mission is welcome.

Details of the bank account

Beneficiary : IISH Trivandrum
Ac No : 57020795171
IFSC : SBIN0070030
Bank : SBI industrial estate, papanamcode
Trivandrum-19

In the service of the motherland and dharma

IISH Publication Team

Scanned with CamScanner

ആമുഖം

ഭാരതീയ ചിന്താധാരകൾ അനവധിയാണ്. പൂർവ്വീകരായ ഋഷിവര്യന്മാർ സംഭാവന ചെയ്തതും കർമ്മപഥത്തിൽ പ്രാവർത്തികമാക്കിയതും, തലമുറകൾക്ക് പവിത്രതയോടെയും ശാസ്ത്രീയമായും കൈമാറിയതുമാണ് ഈ ധാരകളുടെ ശ്രോതസ്സുകൾ. ഈ ഗ്രന്ഥങ്ങൾ സഹസ്രാബ്ദങ്ങളായി ഭാരതത്തിലുണ്ടായിരുന്നു. അവയിലേതാണ്ട് കുറെയൊക്കെ ഇന്നുമുണ്ട്. വിദേശീയർ, ഒരു സഹസ്രാബ്ദം ഈ ദേശത്തിൽ കൊടികുത്തിവാണിട്ടും, നമ്മുടെ പൂർവ്വ പിതാമഹന്മാരുടെ ഉൾക്കരുത്തുകൊണ്ടുതന്നെ, ഈ ധാരയുടെ നീരുറവകൾ വറ്റിച്ചുകളയുവാൻ സാധിച്ചില്ല. ധർമ്മത്തെ അവർ രക്ഷിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു. ധർമ്മം അവരെയും. ഈ നാട്ടിൽ ആത്മീയതും, ഭൗതികതയും, ശാസ്ത്രീയമായിതന്നെ കൈകോർത്ത് വാണിരുന്നു. വേദവും, വേദാംഗവും, ഉപവേദവും ഉപാംഗവും, ദർശനവും, ആത്മീയം-സാമൂഹിക-ഭൗതികം-ശാസ്ത്രം-തത്വശാസ്ത്രം-അർത്ഥശാസ്ത്രം-ഭാഷാശാസ്ത്രം എന്നിങ്ങനെയുള്ള എല്ലാ വിഷയങ്ങളും വിവരിക്കുന്നവയാണ്. ഇവയെല്ലാം ആത്മീയ വിഷയങ്ങൾക്ക് തുല്യമഹത്വമുള്ളവയാണ്, അത്രയും തന്നെ പവിത്രവുമാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ അനാദിയും സമഗ്രവുമായ ഹൈന്ദവധർമ്മം സനാതനവുമായത്. എല്ലാത്തിന്റെയും ലക്ഷ്യം സമ്പൂർണ്ണ പുരുഷാർത്ഥങ്ങളായ ധർമ്മാർത്ഥകാമമോക്ഷങ്ങളിലൂടെ മനുഷ്യജീവിതം ധന്യമാക്കുക എന്നതു തന്നെയാണ്.

ഭാരതീയ സംസ്കൃതിയുടെ കർമ്മകാണ്ഡഭാഗങ്ങളായ ബ്രാഹ്മണങ്ങളും ആരണ്യകങ്ങളിൽ ചിലതും, വേദമന്ത്രങ്ങളുടെ പിൻബലത്തോടെ പ്രപഞ്ചശക്തിയെ ആരാധിക്കുന്നതിനുള്ള യാഗ-യജ്ഞകർമ്മങ്ങൾ വിവരിക്കുന്നു. ബ്രഹ്മചാരിയും, ഗൃഹസ്ഥാശ്രമിയും, വനവാസിയും, സന്യാസിയും അനുഷ്ഠിക്കേണ്ട ചര്യകൾ അഥവാ കർമ്മങ്ങൾ അനവധിയാണ്. ഈ കർമ്മകാണ്ഡങ്ങളിലൂടെ സഞ്ചരിച്ച് പ്രപഞ്ചചൈതന്യത്തെ മനസാ ദൃശ്യമാകുന്ന ഒരവസ്ഥയിലെത്തുവാൻ സാധിച്ചവർ അതിനെ വിവരിച്ചതാണ് ജ്ഞാനകാണ്ഡമായ ഉപനിഷദ്. സമുദ്രത്തിൽ വസിക്കുന്ന സർവ്വ ജീവജാലങ്ങളുടെയും അഭിവാജ്യഘടക

മായ സമുദ്രജലം പോലെ, തേജോമയമായ പ്രപഞ്ചത്തിൽ പരമാണു മുതൽ ഹിമാലയം വരെ സർവ്വസ്ഥാവര ജംഗമ വസ്തുക്കളുടെയും അഭിവാജ്യഘടകമായി ഈ പ്രപഞ്ച ചൈതന്യത്തെ അവർ ദർശിച്ചു. അതിനെ അവർ പരമാത്മ ചൈതന്യമായും, ഓരോ ശരീരത്തിലു മുള്ളത് ആത്മചൈതന്യമായും, ജീവനുള്ളതിൽ ജീവ ചൈതന്യമായും വർണ്ണിച്ചു.

അതിബൃഹത്തായ പ്രപഞ്ചത്തിലെ ഓരോന്നിനെയും ചലിപ്പിക്കു ന്നതിന്റെ പിന്നിലെ ശക്തിയായതുകൊണ്ടുതന്നെ പ്രപഞ്ചത്തിലെ പര മാത്മ-ആത്മ-ജീവ ചൈതന്യത്തെ അവർ വീണ്ടും വീണ്ടും വർണ്ണിച്ചു, സ്തുതിച്ചു, പ്രണമിച്ചു, അതിന്റെ ജ്ഞാനമാണ് സമ്പൂർണ്ണജ്ഞാന മെന്ന് അവർ ഉൽഘോഷിച്ചു. അത് സത്യവും ശാസ്ത്രീയവുമാണ്. അതാണ് ഉപനിഷദ്. ഈ ലഘു പുസ്തകത്തിലെ 108 ഉപനിഷദ് സംഗ്ര ഹത്തിലൂടെ, നമ്മുടെ തത്വശാസ്ത്രങ്ങളെക്കുറിച്ച് സുദീർഘവും ഗഹ നവുമായ ഒരു അറിവ് ലഭ്യമാക്കുവാൻ എനിക്ക് സാദ്ധ്യമല്ല. മറിച്ച് പ്രധാനപ്പെട്ട നമ്മുടെ പാരമ്പര്യ ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ എഴുതി വെച്ചിരിക്കുന്ന വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ച് ഒരു ഏകദേശരൂപം നൽകുകയാണ് എന്റെ ലക്ഷ്യം. കൂടുതൽ അറിയുവാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർക്ക് ഒരു മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശം നൽകുക മാത്രം.

ഈ ലക്ഷ്യം ഒരളവുവരെയെങ്കിലും സഫലമായാൽ ഞാൻ ധന്യനായി.

ഡോ: എൻ. ഗോപാലകൃഷ്ണൻ

Scanned with CamScanner

ഉപനിഷദ്

ഭാരതീയ സംസ്കൃതിയുടെ ജ്ഞാനഭാഗം അറിയുവാൻ സമഗ്രമായ ഉപനിഷദ് പഠനം മതിയാകും. വേദങ്ങളും, ബ്രാഹ്മണങ്ങളും, ആരണ്യകങ്ങളും കടന്നുചെല്ലുമ്പോഴാണ് ഉപനിഷത്തുകൾ വരുന്നത് എന്ന് വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഉപനിഷത്തുകൾ വേദാന്തങ്ങൾ എന്നും അറിയപ്പെടുന്നു. ഉപനിഷത്തുകൾ, വേദങ്ങളുടെയും, ബ്രാഹ്മണങ്ങളുടെയും, ആരണ്യകങ്ങളുടെയും ഭാഗമായും, ഇവയുടെ ഒന്നിൻെറയും ഭാഗമല്ലാതെയും വരുന്നുണ്ട്. സംഖ്യാപരമായി അനേകം ഉപനിഷത്തുക്കളുണ്ട്. അതിപ്രാചീന ങ്ങളായ ഈശാവാസ്യോപനിഷദ് മുതൽ അക്ബറിൻെറ സദസ്യൻ രചിച്ച അള്ളാ ഉപനിഷത്തും അടുത്തകാലത്ത് രചിക്കപ്പെട്ട ശ്രീ രാമകൃഷ്ണോപനിഷത്തും, ക്രൈസ്തവോപനിഷത്തും എല്ലാം ഈ വിഭാഗത്തിലുള്ള ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെടുത്താം എങ്കിലും പ്രധാനമായവ 108 ഉപനിഷത്തുക്കളാണ്. ഇവയിൽതന്നെ അത്യന്തം പ്രധാനപ്പെട്ടത് എന്നു വിവരിക്കുന്നവയാകട്ടെ 10 എണ്ണമാണ്.

ഉപനിഷത്തുകളെ പല പ്രകാരത്തിൽ വിഭജിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇത്രയും (108) വൈഷ്ണവ-ശാക്ത-യോഗ ഉപനിഷത്തുകൾ, ഈശാദിനൂറ്റെട്ടു ഉപനിഷത്തുകൾ, ഋക്-യജ്ജുസ്-സാമ-അഥർവ വേദീയാടിസ്ഥാ നത്തിലുള്ള ഉപനിഷത്തുക്കൾ എന്നിങ്ങനെ മൂന്ന് വിധത്തിലുള്ള വിഭജനമാണ് ഏറെ പ്രചാരത്തിലുള്ളത്. വിവരിക്കുന്ന വിഷയങ്ങൾ വൈഷ്ണവമതവുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരി ക്കുന്നതാണെങ്കിൽ വൈഷ്ണവോപനിഷത്തെന്നും, ശിവൻ-ശക്തി എന്നീ ദേവതകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടവയാണെങ്കിൽ അവ ശാക്തേയ ഉപനിഷത്തുക്കളെന്നും, യോഗവിദ്യകളെമാത്രം വിവരിക്കുന്നവയെ യോഗോപനിഷത്തുക്കളെന്നും അറിയപ്പെടുന്നു. തത്വജ്ഞാന ത്തിൻെറ അഗാധതയുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലാ യിരിക്കണം 108 ഉപനിഷത്തുകളുടെ ക്രമീകരണം. നൂറ്റി എട്ടാമത്തെ ഉപനിഷത്തായ മുക്തികോപനിഷത്തിൽ വേദാടിസ്ഥാനത്തിൽ ഇത്രയും ഉപനിഷത്തുകളെ ഋഗ്വേദീയം, ശുക്ലയജുർവേദീയം, കൃഷ്ണ യജ്ജുർവേദീയം, സാമവേദീയം, അഥർവവേദീയം എന്നിങ്ങനെ

Scanned with CamScanner

വിഭജിച്ചിട്ടുണ്ട്. അതാത് വൈദീകശാഖയുടെ ഭാഗമായോ തത് ശാഖയിൽപ്പെട്ട ഋഷിവര്യന്മാർ രചിക്കപ്പെട്ടതോ ആയ ഉപനിഷത്തുക ളാണ് വേദാടിസ്ഥാനത്തിൽ ക്രമീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്. അവയ്ക്ക് പ്രത്യേകം ശാന്തി മന്ത്രങ്ങളാണുള്ളത്. ഈ വിഭജനരീതിയും, ശാന്തി മന്ത്രവും 108-ാം ഉപനിഷത്തിൽ വ്യക്തമായി വിവരിക്കുന്നുണ്ട്. അതുപോലെ പ്രാധാന്യമുള്ള വസ്തുതയാണ് ഉപനിഷത്തുകളുടെ ശ്രുതി. എല്ലാ ഉപനിഷത്തുകൾക്കും ശ്രുതിയുണ്ടെന്ന് തോന്നുന്നില്ല. വേദത്തിൻെറയോ, ബ്രാഹ്മണ-ആരണ്യകങ്ങളുടെയോ ഭാഗമായി വരുന്ന ഉപനിഷത്തുകൾക്ക് അതാത് വേദത്തിൻെറ ശ്രുതിയാണ് സ്വീകരിച്ചുപോരുന്നത്.

വൈദീകാടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള വിഭജനമാണ് ഉപനിഷത് വിവരിക്കുന്നതിൽ ഇവിടെ സ്വീകരിച്ചിട്ടുള്ളത്.

ഋഗ്വേദീയ ഉപനിഷദ്

ഋഗ്വേദത്തിൻെറയോ, ഋഗ്വേദീയ ബ്രാഹ്മണത്തിൻെറയോ ആരണ്യകത്തിൻെറയോ ഭാഗമായി വരുന്ന ഉപനിഷത്തുകളും, ഋഗ്വേദികളായ ഋഷിവര്യന്മാരാൽ രചിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതുമായ ഉപനിഷത്തുകളുമാണ് ഋഗ്വേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾ.

ഐതരേയ ഉപനിഷദ് : ഐതരേയ ആരണ്യകത്തിൻെറ രണ്ടാം ഭാഗത്തിൽ വരുന്ന ഉപനിഷത്താണിത്. മൂന്നു ഖണ്ഡങ്ങളടങ്ങുന്ന ഈ ഉപനിഷത്തിൽ പ്രതിപാദിച്ചിരിക്കുന്ന വിഷയങ്ങൾ ഇപ്രകാരമാകുന്നു.

ഖണ്ഡം 1. ബ്രഹ്മാണ്ഡത്തിൽ നിന്ന് അംഭസ്, മരീച്, സ്വർഗ്ഗം, ഭൂമി, ജലം എന്നിവയുടെ ഉത്ഭവം, ജലത്തിൽനിന്ന് ജീവാംശത്തിൻെറ ഉത്ഭവം, ജീവജാലങ്ങളിൽ പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളുടെയും പഞ്ചപ്രാണ ൻെറയും സൃഷ്ടി, ശരീരാവയവങ്ങളുടെ വളർച്ച. ഈ ഖണ്ഡത്തിൽ ഒരദ്ധ്യായം മാത്രമാണുള്ളത്.

ഖണ്ഡം 2. ജീവൻ സിദ്ധിച്ച രൂപം അന്നവും, അന്നം കഴിക്കുവാനുള്ള സ്ഥലവും ആവശ്യപ്പെടുന്നത്, പശു, കുതിര, മനുഷ്യൻ, അന്നം എന്നിവയുടെ സൃഷ്ടി. ഒരു അദ്ധ്യായത്തിലെ 5 മന്ത്രങ്ങളിലാണ് ഈ വിഷയവിവരണം.

ഖണ്ഡം 3. ലോകത്തിനുവേണ്ടി സൃഷ്ടികർത്താവ് ജലത്തിൽ നിന്നും നടത്തുന്ന അന്ന സൃഷ്ടി, കണ്ണ്-ചെവി-ഘ്രാണേന്ദ്രിയങ്ങൾ

Scanned with CamScanner

എന്നിവയിലൂടെ അന്നം തിരിച്ചറിയുവാനുള്ള കഴിവ് നൽകുന്നത്, ഗർഭാധാനം, ഗർഭസ്ഥശിശുവിൻെറ വളർച്ച, ജീവചൈതന്യം, ആത്മതത്വം, വാസന, വാക്, രസം, ഗന്ധം, ചേതനാഭാവം, ഗ്രഹണശക്തി, വിചാരം, വികാരം, ഇച്ഛാശക്തി ഇവക്ക് ആത്മാവുമായുള്ള ബന്ധം, ആത്മാവിൻെറ സ്വാധീനം, ആത്മാവിലെ പ്രതിഫലനം, ആത്മ-ബ്രഹ്മ ബന്ധം, ദേവചൈതന്യബന്ധം, ആത്മാവിലൂടെയുള്ള ഭൗതിക-ആത്മീയ ആനന്ദാസ്വാദനം, ശാന്തി മന്ത്രം. നാല് അദ്ധ്യായങ്ങളാണ് ഈ ഖണ്ഡത്തിലുള്ളത്.

കൗഷീതകി ബ്രാഹ്മണ ഉപനിഷദ് : കൗഷീതകി ആരണ്യകത്തിൻെറ 3 മുതൽ 6 വരെയുള്ള അദ്ധ്യായങ്ങളാണ് കൗഷീതകി ബ്രഹ്മണ ഉപനിഷദ്. അദ്ധ്യായക്രമത്തിൽ വിഷയ വിവരണം ഇപ്രകാരമാണ്.

അം. 1. സ്വർഗ്ഗപ്രാപ്തി, ബ്രഹ്മലോകവിവരണം, വേദ പഠനങ്ങളിലൂടെയും യജ്ഞകർമ്മങ്ങളിലൂടെയും യോഗിക്ക് കൈവരുന്ന ബ്രഹ്മൈശ്വര്യം, ബ്രഹ്മജ്ഞാനിയുടെ മഹത്വം, ആത്മവിവരണം, ആത്മജ്ഞാനലബ്ധി, പ്രപഞ്ചവ്യാപിയായ ആത്മാവിൻെറ വിവരണം.

അം. 2, 3. പ്രാണൻെറ ബ്രഹ്മത്വം, ദൈവീക കർമ്മ മഹത്വം, അഗ്നിഹോത്രം, തുടങ്ങിയ യാഗങ്ങളിലൂടെ നടത്തുന്ന ഉപാസന, ഉൽകൃഷ്ടമായ അമാവാസി വ്രതം, ചന്ദ്രോപാസന, യജ്ഞകർമ്മങ്ങളിലൂടെ നേടാവുന്ന ദീർഘായുസ്, മുഖ്യപ്രാണ ഉപാസന, ഭൗതിക സുഖലബ്ധിക്കുവേണ്ടിയുള്ള ഉപാസന. അമൃതത്വ ഭാവേനയുള്ള പ്രാണോപാസന, ബ്രഹ്മജ്ഞാന ലബ്ധി.

അം 4. ബ്രഹ്മോപദേശ പ്രതിജ്ഞ, ആദിത്യ-ചന്ദ്ര-വിദ്യുത്-ആകാശ-വായു-അഗ്നി രൂപങ്ങളിൽ പ്രകടമാകുന്ന ബ്രഹ്മത്തിൻെറ ഉപാസന, പ്രതിരൂപ-പ്രതിധ്വനി-ശബ്ദ-ശരീര-സപ്തപുരുഷ ദക്ഷിണാക്ഷി പുരുഷ എന്നിവയുടെ ഉപാസന.

നാദബിന്ദു ഉപനിഷദ് : ബ്രഹ്മത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരണമാണ് നാദബിന്ദു ഉപനിഷത്തിലെ വിഷയം. പരിശുദ്ധനും, പരിപൂർണ്ണനുമായ വൈരാജസ്വരൂപ ബ്രഹ്മം, വൈരാജപ്രണവമായ ഓംകാരത്തിൻെറ നാലുഭാഗങ്ങളാകുന്ന അ-ഉ-മ കാരവും, തുരീയവും, യോഗിയുടെ വീക്ഷണത്തിലൂടെകാണുന്ന ഓംകാരത്തിൻെറ 16 മാത്രകളായ അ, ഉ, മ കാരം, തുരീയം, ഘോഷിണി, വിദ്യുത്, പതംഗിണി, വായുവേഗിനി, നാമധേയ, ഐന്ദ്ര, വൈഷ്ണവി, മഹതി,

ധൃതി, നാരി, ബ്രാഹ്മി എന്നിവ അടങ്ങുന്ന പൂർണ്ണരൂപ ബ്രഹ്മം, ഇത് പൂർണ്ണവും അപൂർണ്ണവുമായി കാണപ്പെടുന്നതിൻെറ വിവരണം, പൂർവ്വജന്മ ത്തിൻെറ കർമ്മഫലം, ഈ ജന്മത്തിലെ കർമ്മഫലം, മനസ്സിൻെറയും നാദത്തിൻെറയും ബന്ധം, തുരിയജ്ഞാന പ്രാപ്തിക്കുള്ള മാർഗ്ഗം, മനസിൽ ജ്ഞാനം ഉളവാക്കുന്ന സ്വാധീനം, ബ്രഹ്മത്തിൻെറ നാദരൂപം, ആത്മ-പരമാത്മ- നാദബ്രഹ്മബന്ധം, പ്രണവ-നാദ ബന്ധം, നാദബ്രഹ്മത്തിൻെറ ഉപ്പാസനാവിധിയും, ഉപാസനാഫലവും നാദബ്രഹ്മത്തിൻെറ പ്രധാനഭാഗമായ ഓംകാരത്തിൻെറ ശ്രുതി-ധ്വനി, ഓംകാര ബ്രഹ്മത്തിൻെറയും നാദബ്രഹ്മത്തിൻെറയും ഏകത്വം അഥവാ ഏകീഭാവം, നാദബ്രഹ്മമായ ഓംകാരത്തിൻെറ ഉപാസന.

ആത്മബോധ ഉപനിഷദ് : ആത്മതത്വവും, ഓംകാരവുമാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിലെ പ്രധാന വിഷയങ്ങൾ. ഓംകാരത്തിൻെറ അ-ഉ-മ കാരങ്ങളെ മധുസൂദനനോടും, പുണ്ഡരീകാക്ഷനോടും, മഹാവിഷ്ണുവിനോടും ഉപമിക്കുന്നു. ഓംകാര ഉപാസനയിലൂടെ നേടുന്ന നിർഭയത്വവും, ദുഃഖഹീനത്വവും, നയനങ്ങൾ പോലെ പ്രശോഭിക്കുന്ന ജീവനാകുന്ന പ്രജ്ഞ, ചൈതന്യമാകുന്ന പ്രജ്ഞാനം, പ്രജ്ഞയുടെ ഉപാസനയിലൂടെ സ്വർഗ്ഗലോകപ്രാപ്തി, അഹങ്കാരമില്ലാത്ത 'ഞാൻ' ആകുന്ന ആത്മഭാവം, ആത്മാവിൽ ശോഭിക്കുന്ന മായ, ബുദ്ധി, ജീവൻ, ഈശ്വരചൈതന്യം, പുനർജനനമില്ലാത്ത-ആദിയും അന്ത്യവുമില്ലാത്ത-അദ്വൈത രൂപമുള്ള-മലിനരഹിതമായ-അത്ഭുതാകാരത്തോടുകൂടിയ-മൂന്നു ഗുണങ്ങളും ഉൾക്കൊള്ളുന്ന-പരമമായ സത്യത്തിൻെറ ഉന്നതശൃഖംങ്ങളിൽ പ്രശോഭിക്കുന്ന-ആത്മചൈതന്യം, കരിമ്പിൻ നീരിലെ മധുരവും കടലിലെ തിരമാലകളും പോലെ സർവ്വജീവജാലങ്ങളിലും വസിക്കുന്ന അത്മചൈതന്യം, ബ്രഹ്മാവു മുതൽ കൃമി വരെ ആത്മചൈതന്യത്താൽ നൽകുന്ന ശോഭ, സൂര്യദേവൻ, വസ്തുക്കളെ പ്രകാശിപ്പിക്കുന്നതുപോലെ ജീവരാശികളെ പ്രശോഭിപ്പിക്കുന്ന ആത്മചൈതന്യം, ആത്മജ്ഞാന ത്തിലൂടെ സാദ്ധ്യമാകുന്ന മനസ്സിൻെറയും -പ്രാണൻെറയും- പരമാനന്ദതത്വത്തിൻെറയും ജ്ഞാനം, ശരീരത്തിൻെറതായ എന്നാൽ- ആത്മാവിൻേറതല്ലാത്ത കർത്തവ്യം-ധർമ്മം-ബന്ധം-കുടുംബം- ഗോത്രം-നാമം-സൗന്ദര്യം-വർഗ്ഗം എന്നിവ, മേഘം മറയുമ്പോഴും- അസ്തമയശേഷവും സൂര്യൻെറ ആസ്തിത്വം യോഗി അറിയുന്നതു പോലെ ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്താവസ്ഥകളിലെല്ലാം ആത്മചൈതന്യ

Scanned with CamScanner

ത്തിൻെറ സാന്നിദ്ധ്യം ദർശിക്കുന്ന ആത്മജ്ഞാനിയുടെ മഹത്വം, ഭൂതം-ഭാവി-വർത്തമാന കാലങ്ങളിൽ 'എന്നിൽ' പ്രവർത്തിക്കുന്ന ആത്മ ചൈതന്യം, പ്രപഞ്ചത്തിലും പ്രകൃതിയിലും, വസിക്കുന്നതും, നിത്യവും പ്രഭചൊരിയുന്നതും-ശാശ്വതസത്യവും-ആനന്ദമഹിമയും-അനശ്വരപ്രഭാവവുമായ ബ്രഹ്മചൈതന്യത്തിൻെറ ഭാഗമായ ആത്മചൈതന്യമഹത്വം. ഇവയാണീ ഉപനിഷദ്‌വിഷയം.

നിർവ്വാണോപനിഷദ് : യോഗസാധനയിലെ നിർവ്വാണ അവസ്ഥയെക്കുറിച്ചാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിൽ വിവരിക്കുന്നത് . നിർവ്വാണ അവസ്ഥയെ അറിയി ക്കുന്നതിന് യോഗി ജീവൻ മുക്തനായി, കുണ്ഡലിനീ ബന്ധത്തിൽ, ശിവയോഗനിദ്രയിൽ, പരമാനന്ദത്തോടെ, ആദിബ്രഹ്മത്തെ ധ്യാനിച്ച്, യോഗത്താൽ സദാനന്ദരൂപം ദർശിച്ച്, നിർമ്മലമായ ശരീരത്തോടെ, അദ്വൈതനായി, കാമക്രോധാദി വികാരങ്ങളെ പൂർണ്ണമായും ത്യജിച്ച് നിസ്ത്രൈഗുണ്യനായി, ആഡംബരങ്ങളിലുള്ള ഭ്രമം ഉപേക്ഷിച്ച്, കൗപീനധാരിയായി, മന്ത്രവും യജ്ഞോപവീതവും കൂടി ത്യജിച്ച്, ക്രിയകളിൽനിന്നും-സർവ്വവിധ കർമ്മങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തനായി, പൂർണ്ണ ബ്രഹ്മചര്യം അനുഷ്ഠിച്ച് സന്യാസിയായി, സ്വയം ബ്രഹ്മത്തിൽ ലയിച്ചു കഴിയുന്നു. ഈ അവസ്ഥയിലൂടെ മാത്രമേ ഒരു യോഗിക്ക് നിർവ്വാണാവസ്ഥയിലെത്തുവാൻ സാധിക്കൂ.

മുൽഗലോപനിഷദ് : നാലു ഖണ്ഡങ്ങളിലായിട്ടാണ് മുൽഗലോപനിഷത്തിൽ വിഷയങ്ങളുടെ ക്രമീകരണം.

ഖണ്ഡം 1. ഋഗ്വേദത്തിലുള്ള പുരുഷ സൂക്തമന്ത്രത്തിൻെറ അർത്ഥസംഗ്രഹം, സർവ്വവ്യാപിയായ വൈഷ്ണവചൈതന്യം, വിഷ്ണുമഹത്വം, വിഷ്ണുവിൻെറ വിരാട്‌രൂപം, സൃഷ്ടിയജ്ഞം, ജഗത്‌സൃഷ്ടി, മോക്ഷപ്രാപ്തി.

ഖണ്ഡം 2. മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ മംഗളകരമായ വിരാട്‌രൂപമഹത്വം ആത്മാവിലും, പരമാത്മവിലും വ്യാപിച്ചുകിടക്കുന്ന വിഷ്ണുചൈതന്യം, വിഷ്ണുചൈതന്യത്തിലൂടെ പ്രപഞ്ചത്തിലുണ്ടാകുന്ന ശോഭ.

ഖണ്ഡം 3. വിഷ്ണുചൈതന്യത്തിൽ നിന്നുള്ള ബ്രഹ്മാവിൻെറ സൃഷ്ടി, ബ്രഹ്മാവിന് വിഷ്ണുവിൽ നിന്നു ലഭിക്കുന്ന സൃഷ്ടി കർമ്മത്തിൻെറ ഉപദേശം, വിവിധരൂപത്തിലും, ഭാവത്തിലും ദൃശ്യമാകുന്ന വിഷ്ണുവെന്ന ഏക ദൈവത്തിൻെറ ചൈതന്യം, ഋഗ്വേദവും, യജുർവേദവും, സാമവേദവും അതുപോലെ സുരന്മാരും, പിതൃക്കളും, ദേവന്മാരും, ഗന്ധർവ്വന്മാരും നടത്തുന്ന

പരബ്രഹ്മമൂർത്തിയായ മഹാവിഷ്ണു സ്തുതി.

ഖണ്ഡം 4. താപത്രയാതീതനും, ഗുണാതീതനും, ഭാവാതീതനും, പഞ്ചകോശാതീതനും, ഷഡ്‌വർഗാതീതനും വിരാട്പുരുഷനും ബ്രഹ്മസ്വരൂപനുമായ മഹാവിഷ്ണുവൻെറ മഹത്വം.

അക്ഷമാലിക ഉപനിഷദ് : രുദ്രാക്ഷം തുടങ്ങിയ അക്ഷമാലികകളുടെ വിവരണമാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിൽ നൽകിയിരിക്കുന്നത്.. അക്ഷമാലികകളുടെ ഭേദങ്ങൾ, ലക്ഷണങ്ങൾ, മാലാസൂത്രം, മാലയുടെ ഘടന, മുത്ത്-പവിഴം-സ്ഫടികം എന്നിവ കൊണ്ട് ഉണ്ടാക്കുന്ന എട്ടുതരം അക്ഷങ്ങൾ, സ്വർണ്ണം-വെള്ളി-ചെമ്പ് എന്നിവയുടെ കമ്പി കൊണ്ടുണ്ടാക്കുന്ന സൂത്രങ്ങൾ, അക്ഷമാലകളുടെ തൃമൂർത്തി സങ്കൽപം, അക്ഷമാല നിർമ്മാണത്തിൻെറയും, ധാരണത്തിൻെറയും വിധികൾ, അ മുതൽ അം വരെയുള്ള അക്ഷരങ്ങളുടെയും ക മുതൽ ക്ഷ വരെയുള്ള അക്ഷങ്ങളുടെയും, ഇവ രണ്ടും കൂടിച്ചേരുമ്പോൾ അ മുതൽ ക്ഷ വരെ എന്ന് അർത്ഥം ലഭിക്കുന്ന 'അ ക്ഷ' എന്ന പദത്തിൻെറ ഉത്ഭവം, അക്ഷങ്ങൾ സൂത്രത്തിൽ (നൂലിൽ) കോർക്കുന്നതിൻെറ മന്ത്രങ്ങൾ, അക്ഷമാലയുടെ ധാരണസമയം, അക്ഷം സ്മരിക്കുന്നതിൻെറയും ധാരണം ചെയ്യുന്നതിൻെറയും ഫലങ്ങൾ.

ത്രിപുര ഉപനിഷദ് : ദേവി ഉപാസനയുടെ വിവരണമാണ് ത്രിപുരോപനിഷത്തിലെ വിവരണവിഷയം. 9 ദേവതാചക്രങ്ങൾ, 9 യോഗങ്ങളുടെയും, 9 യോഗിനികളുടെയും, 9 മുദ്രകളുടെയും സ്ഥവിസ്തര വർണ്ണനം, ദേവതകളുടെ സത്വ-രജ-തമോ ഗുണങ്ങൾ, ലക്ഷ്മി-ഉമ-ലളിതാദേവി മാരുടെ സ്തുതികൾ, ത്രിപുരത്തിൽ വസിക്കുന്ന ദേവിയുടെ മംഗളസ്തുതി, അമൃതമയും, വിശ്വമാതാവുമായ ദേവിയുടെ വർണ്ണനകൾ, ദേവി സ്തുതിയിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന ആത്മജ്ഞാനം, ,ദേവി ഉപാസനാമഹത്വം.

സൗഭാഗ്യലക്ഷ്മി ഉപനിഷദ് : മൂന്നു ഖണ്ഡങ്ങളിലാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിൽ വിഷങ്ങൾ ക്രമീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്.

ഖണ്ഡം 1. ഭഗവാൻ നാരായണനോട്, സൗഭാഗ്യലക്ഷ്മി വിദ്യയെക്കുറിച്ച് വിവരിക്കുവാൻ ദേവന്മാരുടെ അഭ്യർത്ഥന, സൗഭാഗ്യലക്ഷ്മി മന്ത്രത്തിലൂടെ ദേവന്മാർ നടത്തുന്ന ദേവിധ്യാനം, ശ്രീസൂക്തമന്ത്രമഹത്വം, തത്മന്ത്രത്തിലെ ഋഷികുലവർണ്ണനം, സൗഭാഗ്യലക്ഷ്മിചക്രം, ഏകാക്ഷരീമന്ത്രം, മന്ത്രത്തിലെ ഋഷിമാർ.

Scanned with CamScanner

ഖണ്ഡം 2. യോഗചര്യയുടെ മഹത്വം ഷൺമുഖമുദ്ര യോടുകൂടിയ പ്രാണായാമയോഗം, അഖണ്ഡബ്രഹ്മകാരവൃത്തി, നിർവികൽപഭാവം, സമാധിലക്ഷണം.

ഖണ്ഡം 3. വിവിധ ചക്രങ്ങളുടെ വിവരങ്ങൾ, ആധാരചക്രം, സ്വാധിഷ്ഠാനചക്രം, നാഭിചക്രം, ഹൃദയചക്രം, കണ്ഠചക്രം, താലുചക്രം, ഭ്രൂചക്രം, ബ്രഹ്മരന്ധ്രചക്രം, ആകാശചക്രം എന്നീ നവചക്രങ്ങളുടെ ആകാരവും, സ്മരണാഫലവും. ഈ ഉപനിഷദ് പഠനഫലം.

ബഹവൃചഉപനിഷദ് : ബ്രഹ്മചൈതന്യത്തെക്കുറിച്ചും ദേവിയുടെ മഹത്വത്തെക്കുറിച്ചുമാണ് ബഹ്വൃചോപനിഷത്തിൽ വിവരിക്കുന്നത്. ദേവിടെ ഏകാഗ്രവാസം, ദേവിയിൽനിന്നും തൃമൂർത്തികളുടെ തേജസ് സ്വീകരണം, ഗന്ധവർന്മാരും, സർവദേവതകളും വിരാജിക്കുന്ന ദേവി ചൈതന്യം, ബ്രഹ്മചൈതന്യവിവരണം. ബ്രഹ്മചൈതന്യം, മഹദ്വാക്യ ങ്ങളായ തത്വമസി അയമാത്മബ്രഹ്മ, ബ്രഹ്മൈവ അഹമസ്മി, യോഹമസ്മി, സോഹമസ്മി, യോ സൗ സോഹമസ്മി എന്നിവയി ലൂടെയുള്ള ബ്രഹ്മത്തിൻെറ സർവ്വവ്യാപകത്വവിവരണം.

ശുക്ലയജ്ജുർവേദീയ ഉപനീഷദ്

മാധ്യന്ദിന വാജസനേയി സംഹിതയിലോ കാണ്വസംഹിത യിലോ വിവരിക്കുന്ന ഉപനിഷത്തുകളും ഈ വേദശാഖകളുടെ അനുയായികളായ ഋഷിവര്യന്മാർ രചിച്ച ഉപനിഷത്തുകളുമാണ് ശുക്ല യജ്ജുർവേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾ.

ഈശാവാസ്യ ഉപനിഷദ് : നൂറ്റെട്ട് ഉപനിഷത്തുക്കളിൽ ഒന്നാമത്തേതും ഏറ്റവും ഉജ്ജ്വല വുമായ ഉപനിഷത്താണിത്. 18 മന്ത്രങ്ങൾ മാത്രം അടങ്ങുന്ന ഇത്, ഉപനിഷത്തുകളുടെ തന്നെ 'സത്ത്' എന്നറിയപ്പെടുന്നു. ഈ ഉപനിഷത്തിലെ വിവരണങ്ങൾ യഥാക്രമം ഇപ്രകാരമാണ്. പ്രപഞ്ചം മുഴുവൻ വ്യാപിച്ചുകിടക്കുന്ന ഈശ്വര ചൈതന്യം, കർമ്മമഹത്വം ധർമ്മത്തിലൂടെയുള്ള മോക്ഷപ്രാപ്തി, ആത്മതത്വം, ആത്മജ്ഞാനിയും അജ്ഞാനിയും തമ്മിലുള്ള അന്തരം, സർവ്വഭൂതങ്ങളിലും വസിക്കുന്ന ആത്മചൈതന്യം, സർവ്വഭൂത സമദർശികളുടെ മഹത്വം, വിദ്യ-അവിദ്യ വിവരണം, ഈ മാർഗ്ഗത്തിലൂടെയുള്ള ബ്രഹ്മജ്ഞാന പ്രാപ്തി, സകാമാ-നിഷ്കാമ ഉപാസനകളുടെ അന്തരം, ഉപാസനയിലൂടെ അമൃതത്വ പദപ്രാപ്തി, പ്രപഞ്ച സത്യത്തിൻെറ വിവരണം, സത്യം,

Scanned with CamScanner

'സത്യ'മായ പരമാത്മാവിൽ ആത്മ ചൈതന്യലയവും, വായുരൂപത്തിൽ ആത്മാവ് പ്രാണനായി പ്രപഞ്ചത്തിലെ പരമതത്വത്തിൽ ലയിക്കണമെന്ന പ്രാർത്ഥനയും, കർമ്മ-ജ്ഞാനങ്ങളിലൂടെ നേടിയ നിധിയുമായി, ആത്മ-പരമാത്മ ഏകീഭാവം മനസ്സിലുറപ്പിച്ച് ഉപനിഷത്തിലൂടെ ജീവിതാന്ത്യത്തിൽ ഋഷി സ്മരിക്കുന്നു. "എൻെറ എല്ലാ കർമ്മങ്ങളും അറിയുന്ന അഗ്നിദേവ നന്മനിറഞ്ഞ പന്ഥാവിലൂടെ. എൻെറ ആത്മാവിനെ നയിക്കുക, ദുഷ്ചെയ്തികളുടെ ഫലം ഇല്ലാതാക്കുക, ഈ ശക്തിയില്ലാത്ത ശരീരംകൊണ്ട് എനിക്ക് അങ്ങയെ നമസ്കരിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നില്ല. അതുകൊണ്ടുതന്നെ നമസ്കാര വചനങ്ങൾ വീണ്ടും വീണ്ടും സ്മരിക്കുന്നു."

ബൃഹദാരണ്യക ഉപനിഷദ് : വളരെ ബൃഹത്തായ ഈ ഉപനിഷത്ത് ആറ് അദ്ധ്യായങ്ങളടങ്ങുന്നതാണ്. ഓരോ അദ്ധ്യായവും ബ്രാഹ്മണങ്ങളായി വിഭാഗിച്ചിട്ടുണ്ട്.

അം 1. ആറ് ബ്രാഹ്മണങ്ങളാണ് ഈ അദ്ധ്യായത്തിലുള്ളത്. ഓരോ ബ്രാഹ്മണവും പ്രത്യേക പേരിൽ അറിയപ്പെടുന്നു. ബ്രാഹ്മണ ക്രമത്തിൽ വിവരണ വിഷയങ്ങൾ ഇപ്രകാരമാകുന്നു. അശ്വഉൽപ്പത്തി, സ്തുതി, ആദിത്യസൃഷ്ടി, ആദിത്യനിൽനിന്നുള്ള ജഗത് സൃഷ്ടി, ഭൂമിയുടെ ഉത്ഭവം, അശ്വമേധം എന്ന പദത്തിൻെറ അർത്ഥം, ദേവാസുരവൈരം, പ്രാണൻെറയും മുഖ്യപ്രാണൻെറയും വിവരണം, പ്രാണോപാസനാഫലം, വേദങ്ങളിലെ പ്രാണ സ്തുതികൾ, ജപകർമ്മങ്ങൾ, സംസാരദുഃഖങ്ങൾ, മനുഷ്യസൃഷ്ടി, ജീവജാലങ്ങളുടെ സൃഷ്ടി, വർണ്ണസൃഷ്ടി, വർണ്ണ ധർമ്മങ്ങളുടെ ഉത്ഭവം, കാര്യ-കാരണ വിഭാവനം, കാര്യ-കാരണ ബന്ധം. ആദിഭൗതിക സൃഷ്ടി, വാക്-മന-പ്രാണൻെറ ആദിദൈവീകത്വം, പുത്ര ധർമ്മം, പ്രാണോപാസന, സർവ്വ വ്യാപിയായ ബ്രഹ്മ ചൈതന്യം.

അം 2. രണ്ടാം അദ്ധ്യായം ആറു ബ്രാഹ്മണങ്ങളായി ഭാഗിച്ചിരിക്കുന്നു. ഗാർഗ്യനും-ജാതശത്രുവും തമ്മിലുള്ള സംവാദത്തിലൂടെ അവതരിപ്പിക്കുന്നതാണീ വിഷയങ്ങൾ, ആദിത്യൻെറ ബ്രഹ്മത്വം, ആത്മസ്വരൂപം, ആത്മാവിൻെറ വിഭിന്ന അവസ്ഥകൾ, ആത്മവിലക്ഷണം, മധ്യമപ്രാണൻെറ ശിശുത്വം, ശിശുദർശനം, ഋഷിചരിതകഥനം, ബ്രഹ്മത്തിൻെറ മൂർത്തഭാവവും- അമൂർത്ത ഭാവവും, മൂർത്തസ്വരൂപവും - അമൂർത്തസ്വരൂപവും, ഇവയിലെ അദ്ധ്യാത്മികതത്വം സന്യാസ മഹത്വം, ബ്രഹ്മവിദ്യമഹത്വം, ബ്രഹ്മവിദ്യ

Scanned with CamScanner

ജ്ഞാനസംവാദനം അമൃതത്വപ്രാപ്തി-ഈ വിഷയവിവരണം യജ്ഞവല്ക്യനാണ് നൽകുന്നത് - പ്രപഞ്ചത്തിലെ സർവ്വതിലും വ്യാപിച്ചുകിടക്കുന്ന ബ്രഹ്മത്വം, ആത്മസത്ത, ചിത്ത്, പ്രജ്ഞാനം, ഇവയിലെ അദ്ധ്യാത്മികതത്വം, ആത്മാവിൻെറ നനാത്വം, സത്യധർമ്മ തത്വം, മനുഷ്യനിലെ മധുത്വം, ശരീര-ആത്മ ബന്ധം, ഋഷിവര്യന്മാരുടെ വംശപരമ്പരകളെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരണം എന്നിവയാണ്, ഈ അദ്ധ്യായവിഷയങ്ങൾ.

അം 3. ഈ അദ്ധ്യായത്തിൽ 9 ബ്രാഹ്മണങ്ങളുണ്ട്. ജനകനും, യജ്ഞവർക്യനും തമ്മിലുള്ള സംവാദത്തിൽ ബ്രഹ്മം, കർമ്മം, മൃത്യു, കാലം സംസാരം, യാഗത്തിലെ പുരോഹിതന്മാരായ അധ്വര്യു, ബ്രഹ്മൻ, ഉദ്ഗാതാവ്, ഇവരുടെ കർമ്മങ്ങൾ, എന്നീ വിഷയങ്ങൾ ചർച്ച ചെയ്യുന്നു. ഗ്രഹം, അതിഗ്രഹം, ഗ്രഹത്തിലൂടെയുള്ള മൃത്യുതരണം, ഗ്രഹ-നിഗ്രഹത്തിലൂടെയുള്ള പ്രളയമുക്തി, കർമ്മം, കർമ്മഫലം, ഇവയുടെ അർത്ഥം, ആത്മാവിൻെറ ഗതി വിവരണം, ആത്മകഥനം, സന്യാസവിവരണം, വേദസൂത്രങ്ങൾ, വേദസൂത്രങ്ങളിലെ അന്തര്യാമിത്വം, പൃഥിയുടെ ഉൽപത്തി, അതിൻെറ കാരണം, ബ്രഹ്മസൃഷ്ടി, ആകാശസൃഷ്ടി, അക്ഷരസ്വരൂപം, അക്ഷരങ്ങളുടെ ആസ്തിത്വം, ജ്ഞാന-അജ്ഞാനഫലം, ഈ വിഷയങ്ങളുടെ അവതരണം ഗാർഗ്യനും-യജ്ഞവൽക്യനും തമ്മിലുള്ള സംവാദ രൂപത്തിലാണ്. 33 ദേവതകൾ, 8 വസുക്കൾ, 11 രുദ്രൻമാർ, 12 ആദിത്യന്മാർ, ഇവരുടെ മഹത്വം, ഋഷി ശാകല്യൻ വിവരിച്ചു കൊടുക്കുന്നു. മനുഷ്യരും, ദേവതകളും, സസ്യലതാദികളും, ഈ അദ്ധ്യായത്തിലെ വിവരണവിഷയങ്ങളിടങ്ങുന്നു.

അം 4. ആറു ബ്രഹ്മണങ്ങളാണ് ഈ അദ്ധ്യായത്തിലുള്ളത്. ഋഷിവര്യന്മാരുടെ വ്യത്യസ്ത മതങ്ങളുടെ ബ്രഹ്മത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരണവും നിർവ്വചനവും, വാക്ബ്രാഹ്മമെന്ന ശൈലിനിമതം, പ്രാണബ്രഹ്മമെന്ന ഉദങ്കമതം, ചക്ഷുബ്രഹ്മമെന്ന ബർക്കുമതം, ശ്രോത്രബ്രഹ്മമെന്ന ഭരദ്വാജമതം, മനബ്രഹ്മമെന്ന ജാബാലമതം, ഹൃദയബ്രഹ്മമെന്ന ശാകല്യമതം, ഇതിൽനിന്നും ദേശം, ദക്ഷിണാക്ഷിയിലേയും -വാമാക്ഷിയിലേയും പുരുഷസ്വരൂപം, അദ്ധ്യാത്മ പ്രാണലയം. യജ്ഞവൽക്യൻ ജനകന് ഉപദേശിക്കുന്നതാണ് ഈ വിഷയങ്ങൾ. ആദിത്യൻ- ജ്യോതിസ്-ആത്മാവ്-ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്ത അവസ്ഥവിവരണം, ബ്രഹ്മസ്വരൂപം, ജ്ഞാനധർമ്മം, കർമ്മധർമ്മം, ആത്മാവിൻെറ ദേഹാന്തരപ്രാപ്തി. ബന്ധവും മോക്ഷവും, ഭൗതികസുഖം, കാമം,

Scanned with CamScanner

മോക്ഷമാർഗ്ഗം, മനുഷ്യജന്മമഹത്വം, ആത്മജ്ഞാനം സർവ്വകർമ്മ ഏകഭാവം, യജ്ഞ വൽകൃചരിതം, യജ്ഞവൽകൃന്റെ അമൃതത്വപ്രാപ്തി, നൂറു തലമുറകളിലെ ഋഷി പരമ്പരകളുടെ വിവരണം.

അം 5. ഒന്നോ രണ്ടോ വരികൾ മാത്രമടങ്ങുന്ന 15 ഭാഗങ്ങളാണ് ഈ അദ്ധ്യായത്തിലുള്ളത്. ഈ ഭാഗങ്ങളിൽ വിവരിക്കുന്ന വിഷയങ്ങൾ യഥാക്രമം ഓംകാര ഉപാസന, പ്രജാപതി ഉപാസന, സോപാദിക ബ്രഹ്മ ഉപാസന, ഹൃദയബ്രഹ്മ ഉപാസന, സത്യമഹത്വം, സത്യോപാസന, സത്യബ്രഹ്മഉപാസന, ധേനു-ജഠരാഗ്നി ഉപാസന, അമൃതത്വ ലബ്ധി, പ്രാണോപാസാന, ഗായത്രി ഉപാസന, ഗായത്രീപദ ഉപാസന എന്നിപ്രകാരമാണ്.

അം 6. പ്രത്യേക പേരുകളില്ലാത്ത അഞ്ചു ബ്രാഹ്മണങ്ങളടങ്ങുന്നതാണ് ഈ അദ്ധ്യായം. പ്രാണമഹത്വം, ജ്ഞാനമഹത്വം, ജ്ഞാനസമ്പാദനഫലം, വസിഷ്ഠ ഉപാസന, വേദശ്രവണഫലം, വാക്കും-പ്രാണനും തമ്മിലുള്ളസംവാദം, ഈ സംവാദത്തിൽ മുഖ്യ പ്രാണന്റെ ശ്രേഷ്ഠത്വ വിശദീകരണം നൽകുന്നു. പഞ്ചാഹൂതിയുടെ കർമ്മം-അർത്ഥം-ഫലം, മഹത്വസിദ്ധി, അതിനുവേണ്ടിയുള്ള മന്ത്രോപാസന, കർമ്മമഹത്വം, പ്രജാപതിയുടെ രേതസ്സിലൂടെ സസ്യലതാദികൾ പുഷ്പിക്കുന്നതിന്റെ വിവരണം, ജന്തുക്കളിലെ പ്രജനനം, രജസ്വലാവിവരണം, ഗർഭാധാനം, പുത്രലബ്ധി, സുഖപ്രസവ ഉപായം. ജാതകർമ്മം, നാമകരണം, ഷോഡശകർമ്മങ്ങൾ, യജ്ജൂർവേദീയ ഋഷി വംശ പരമ്പര വിവരണം.

ഹംസ ഉപനിഷദ് : ബ്രഹ്മാവ്, ഗൗതമ മഹർഷിക്ക് ഹംസവിദ്യയുടെ സാരം 20 മന്ത്രങ്ങളിൽ ഉപദേശിച്ചുകൊടുക്കുന്നതാണ് ഈ ഉപനിഷദ് വിഷയം. പ്രപഞ്ചത്തിലെ ശുദ്ധവും, പവിത്രവും, പാവനവുമായതിനെ മാത്രം വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്ന വിദ്യയത്രെ ഹംസവിദ്യ. അരയന്നം,(ഹംസം) പാലും ജലവും അടങ്ങിയ മിശ്രിതത്തിൽ നിന്നും പാൽമാത്രം വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്നതുപോലെയാണ് ഹംസവിദ്യ. ഈ ഹംസവിദ്യയുടെ മഹത്വം, അഭ്യസനഫലം ഹംസവിദ്യാപ്രാപ്തി, ഹംസമന്ത്രം, ഹംസവിദ്യയിലൂടെയുള്ള തുരീയ ബ്രഹ്മ- പരമാത്മദർശനം, നാദബ്രഹ്മം നാദബ്രഹ്മത്തിലൂടെ മനസ്സിന്റെ ഏകാഗ്രഭാവപ്രാപ്തി നാദബ്രഹ്മ ഉപാസനക്കായി, ഓടക്കുഴൽ, തംബുരു, മൃദംഗം, വീണ തുടങ്ങിയ 10 നാദ ഉപകരണ സാധനയിലൂടെ ബ്രഹ്മാത്മൈക്യപ്രാപ്തി.

Scanned with CamScanner

പരമഹംസ ഉപനിഷദ് : ഗദ്യങ്ങളായ മന്ത്രങ്ങൾ മാത്രമുള്ളതാണ് പരമഹംസ ഉപനിഷദ്. നാരദനും, ബ്രഹ്മാവും തമ്മിലുള്ള സംവാദ രൂപത്തിലാണ് വിഷയവിവരണം.

മന്ത്രം 1. പരമഹംസ യോഗിയുടെ ലക്ഷണം, ഓരോ കാലഘട്ടത്തിൽ ഒന്നോ രണ്ടോ പരമഹംസയോഗികൾ മാത്രം കാണപ്പെടുവാനുള്ള കാരണം, പരമഹംസയോഗിക്കുണ്ടാകുന്ന പൂർണ്ണ ബ്രഹ്മജ്ഞാനം ബ്രഹ്മതുല്യപദവി.

മന്ത്രം 2. പരമഹംസയോഗാവസ്ഥയിൽ സുഖം, ദുഃഖം, നിന്ദ, ഗർവം, ദ്വേഷം, കാമം, ക്രോധം, മോഹം, അഹങ്കാരം, എന്നിവയിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി, ഇവരുടെ ബ്രഹ്മതുല്യപദവിയിലെ നിർഭയത്വം.

മന്ത്രം 3. പരമഹംസയോഗിയുടെ ആഗ്രഹങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി, പരമമായ സത്യജ്ഞാനം, ഏകദണ്ഡിൽ ജ്ഞാനത്തിന്റെ ഉറവിടവും ഏകനായുള്ള ജീവിതത്തിൽ, ഇവർ ദർശിക്കുന്ന ബ്രഹ്മതത്വവും.

മന്ത്രം 4. വന്ദനവും-നിന്ദയും-സ്തുതിയും ചെയ്യാത്ത യോഗിയുടെ അവസ്ഥ, ലക്ഷ്യവും-അലക്ഷ്യവും, മന്ത്രവും-ധ്യാനവും-ഉപാസനയും, ലോകവും-അവലോകവും ആഡംബരങ്ങളും ഇല്ലാത്ത അവസ്ഥയെ പ്രാപിക്കുന്ന യോഗമായ പരമഹംസ പദവിയുടെ മഹത്വം.

സുബാല ഉപനിഷദ് : ഈശ്വരചൈതന്യവും രയിക്വമുനിയും തമ്മിലുള്ള സംവാദ രൂപത്തിലാണ് 16 ഖണ്ഡങ്ങളിൽ ഉപനിഷദ് വിഷയാവതരണം.

ഖണ്ഡം 1. സത്തിന്റെയും-അസത്തിന്റെയും ഉത്ഭവം, ശൂന്യതയിൽ നിന്ന് തമസ്സും, അതിൽ നിന്ന് പഞ്ചഭൂതാദികളായ, ആകാശവും- വായുവും-അഗ്നിയും-ആപവും-പൃഥ്വിയും, യഥാക്രമം ഒന്നിൽ നിന്ന് മറ്റൊന്നിന്റെ ഉത്ഭവം, ജീവജാല-പുരുഷ-ഉൽപത്തി.

ഖണ്ഡം 2, 3. പ്രപഞ്ചപുരുഷനിൽ നിന്ന് ഗന്ധർവ്വന്മാർ, വേദങ്ങൾ-ശിക്ഷ-കൽപം-നിരുക്തം-ന്യായം-ധർമ്മശാസ്ത്രങ്ങൾ എന്നിവയുടെ ഉത്ഭവം, ആത്മത്തിന്റെ പകുതിയിൽ നിന്ന് സ്ത്രീയുടെയും മറ്റേപകുതിയിൽ നിന്ന് പുരുഷന്റെയും ഉൽപത്തി, പഞ്ചഭൂതങ്ങളിൽ നിന്ന് അന്യദ്രവ്യങ്ങളുടെ ഉത്ഭവം, മനുഷ്യന് ആത്മസാക്ഷാത് കാരത്തിനുള്ള മാർഗ്ഗവിവരണം.

ഖണ്ഡം 4. ആത്മാവ്, പ്രപഞ്ചദ്രവ്യങ്ങളുമായി ചേരുമ്പോൾ

Scanned with CamScanner

ഉത്ഭവിക്കുന്ന ദേവന്മാർ, യക്ഷന്മാർ, ഇന്ദ്രാദിദേവകൾ, കുബേരന്മാർ. ബന്ധമോ-ബന്ധുക്കളോ ഇല്ലാത്ത ആത്മത്തിൻെറ അവസ്ഥകൾ, ശരീരതേജസ്സിൽ കുടികൊള്ളുന്ന ആത്മചൈതന്യം.

ഖണ്ഡം 5. ആദ്ധ്യാത്മിക-ആദിഭൗതിക-ആദിദൈവീക തത്വങ്ങൾ, പഞ്ചകർമ്മേന്ദ്രിയങ്ങളും പഞ്ചജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങളും തമ്മിലുള്ള ബന്ധം, പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളുടെ ആദ്ധ്യാത്മിക-ഭൗതികധർമ്മങ്ങൾ.

ഖണ്ഡം 6. ദേവന്മാരും, നദികളും, കാലവും, കർമ്മേന്ദ്രിയങ്ങളും പഞ്ചജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങളും സമഗ്രമായ പ്രപഞ്ചചൈതന്യം ചേർന്ന നാരായണൻെറ ആദിരൂപം, പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളിലൂടെ ദൃശ്യമാകുന്ന നാരായണരൂപത്തെ വാഴ്ത്തുന്ന വേദങ്ങളുടെ മഹത്വം.

ഖണ്ഡം 7-9. ശ്രീമൻ നാരായണൻെറ മഹത്വവർണ്ണനകൾ, ആത്മാവിൻെറ മഹത്വം, ചേതന-അചേതന, പഞ്ചഭൂതങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള ദ്രവ്യ ഉത്ഭവം, പരബ്രഹ്മത്തിൽ അലിഞ്ഞുള്ള അന്ത്യവും.

ഖണ്ഡം 10. ഭൂലോകം-ഭൂവർലോകം-സ്വർലോകം-മഹർലോകം-ജനലോകം-തപോലോകം- സത്യലോകം എന്നിവയുടെ ഗഹനമായ അർത്ഥവിവരണം, ബ്രഹ്മലോകപദത്തിൻെറ അർത്ഥം, ആത്മ ചൈതന്യവിവരണം.

ഖണ്ഡം 11-13. ആത്മചൈതന്യം, ആത്മ-പഞ്ചഭൂതബന്ധം, അന്നത്തിൻെറ മഹത്വം, സർവ്വസംഗപരിത്യാഗിയും ആത്മജ്ഞാനിയുമായ യോഗിയുടെ വിവരണം.

ഖണ്ഡം 14-16. അക്ഷരം, മൃത്യു, സത്-അസത് വിവരണം, ശരീരത്തിൻെറ മഹത്വം, ശരീരത്തിൽ വിജ്ഞാനസാന്നിദ്ധ്യം, വിജ്ഞാന നാശത്തിലൂടെ ശരീരസത്തിൻെറ നാശം, ഉപനിഷത് പഠന ഫലം, ഉപനിഷദ്‌വേദപഠനത്തിലുണ്ടായിരിക്കേണ്ട ശ്രദ്ധ.

മന്ത്രിക ഉപനിഷദ് : 20 ശ്ലോകങ്ങളിൽ മന്ത്രിക ഉപനിഷത്തിൽ പ്രതിപാദിക്കുന്ന വിഷയങ്ങൾ യഥാക്രമം ഇപ്രകാരമാകുന്നു. പരമാത്മ സ്വരൂപം, നിർഗുണ ബ്രഹ്മമായ പരമാത്മദർശനത്തിനുള്ള മാർഗ്ഗം, ഭൗതിക സുഖങ്ങളനുഭവിച്ച് തദ് വിഷയത്തിൽ നിമഗ്നനായിരിക്കുന്ന അജ്ഞൻെറ സംസാര ബന്ധങ്ങൾ, വേദ-ഉപനിഷത് പന്ഥാവി ലൂടെയുള്ള ബ്രഹ്മദർശന മഹത്വം, അദ്വൈതവും-ദ്വൈതവുമായ ഭാവത്തിലും, വ്യക്തവും - അവ്യക്തവുമായ ഭാവത്തിലും വസിക്കുന്ന ബ്രഹ്മത്തിൻെറ അനവധി

രൂപങ്ങളും-ഭാവങ്ങളും, ജ്ഞാനചക്ഷുക്കളി ലൂടെമാത്രം ദൃശ്യമാകുന്ന ബ്രഹ്മത്തിൻെറ മഹത്വം.

നിരാലംബ ഉപനിഷദ് : വളരെ ചെറിയ ഉപനിഷത്താണിത്, ബ്രഹ്മം-ഈശ്വരൻ-ജീവ ചൈതന്യം-പ്രകൃതി പരമാത്മാവ് ഇവ തമ്മിലുള്ളബന്ധം, ബ്രഹ്മ-വിഷ്ണു-മഹേശ്വര-ഇന്ദ്ര-യമ-സൂര്യ-ചന്ദ്ര-രാക്ഷസ-പിശാച വിവരണം, കർമ്മവാസന, അകർമ്മവാസന, ജ്ഞാന- അജ്ഞാനബന്ധം, സുഖ-ദുഃഖം, സ്വർഗ്ഗ-നരകം, ബന്ധനമോക്ഷം, മനുഷ്യവർണ്ണം, വർണ്ണവിവരണത്തിൽ ഒരു മനുഷ്യൻെറ വർണ്ണം അഥവാ ജാതി ത്വക്കിലൊ, രക്തത്തിലൊ-മാംസത്തിലൊ- അസ്ഥിയിലൊ-ആത്മാവിലൊ അല്ല തോന്നൽ മാത്രമാണെന്ന വർണഭാവം വിവരണം. ബ്രഹ്മത്തിനോടോ സജ്ജനങ്ങളോടോ ചേരുന്ന അവസ്ഥയായ സ്വർഗ്ഗപ്രാപ്തി, എന്നീ വിവരണങ്ങളിതിലടങ്ങുന്നു.

തൃശിഖിബ്രാഹ്മണ ഉപനിഷദ് : ബ്രാഹ്മണനും സൂര്യദേവനുമായി നടത്തുന്ന സംവാദരൂപത്തിൽ വിഷയങ്ങൾ വിവരിക്കുന്ന ഈ ഉപനിഷത്തിൽ രണ്ടു ഭാഗങ്ങളാണുള്ളത്. ഒന്നാം ഭാഗം ഗദ്യവും രണ്ടാം ഭാഗം പദ്യവുമാണ്.

ഭാഗം 1. മനുഷ്യജീവിതത്തിലെ ബ്രഹ്മപ്രോക്തമായ കർമ്മങ്ങൾ, ബ്രഹ്മത്തിൽ നിന്ന് മഹത്-അഹങ്കാരം-പഞ്ചതന്മാത്ര-പഞ്ചമഹാഭൂതങ്ങൾ എന്നിവയുടെ ഉത്ഭവം, ജീവജാലങ്ങളിൽ അന്തർ ഭവിച്ചിരിക്കുന്ന മനസ്-ബുദ്ധി-ചിത്ത്-അഹങ്കാരം-പഞ്ചപ്രാണൻ എന്നിവയുടെ അടിസ്ഥാനപരമായ ഏകത്വഭാവവും, ഭൗതീകഭിന്നതയും ജീവജാലങ്ങളിൽ ദൃശ്യമാകുന്നതിൻെറ കാരണം, ശരീരത്തിൻെറ12 ഭാഗങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന 12 ദേവതകൾ, 12 നാഡികളിലൂടെയുള്ള ദേവതാപ്രവർത്തനം, ജീവജാലങ്ങളിൽ ഏകത്വത്തിൻെറ ഭാഗമായ പഞ്ചപ്രാണൻ, പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടെ ആന്തരീകമായ ഏകത്വവും-ഭൗതി മായ ഭിന്നതയും ദർശിക്കുവാൻ യോഗി യുടെ മഹത്വം.

ഭാഗം 2. പ്രപഞ്ചസൃഷ്ടിക്കാധാരമായ പഞ്ചഭൂതങ്ങൾ, ഔഷധികളുടെയും-അന്നത്തിൻെറയും സൃഷ്ടി, തുടർന്നുള്ള ജന്തു സമൂഹങ്ങളുടെ സൃഷ്ടി ശരീരമെന്ന പിണ്ഡത്തിൻെറ സൃഷ്ടി, അതിൽ ആത്മാവിൻെറയും മനസ്സിൻെറയും സ്ഥാനനിർണ്ണയം, മനുഷ്യനിൽ ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്ത അവസ്ഥകളുടെ സൃഷ്ടി, ആത്മ-ജീവ-കർമ്മ-യോഗ ബന്ധങ്ങൾ യോഗവിദ്യവിവരണം, യോഗചര്യയുടെ

Scanned with CamScanner

വിവിധ വശങ്ങൾ, യമ-നിയമങ്ങൾ, ജ്ഞാനകർമ്മങ്ങൾ, ഹംസ യോഗതത്വങ്ങൾ, ഹഠയോഗവിദ്യ, സ്വസ്തികം-ഗോമുഖം-വീരം-പത്മം-ബദ്ധം-കുക്കുടം-ഉത്ഥാനം-ധനു-സിംഹരൂപകം-ഭദ്രം-മുക്തം-മയൂരം-മത്സ്യപീതകം-പശ്ചിമ ഉത്ഥാനം-സുഖം എന്നീ യോഗാസനങ്ങളുടെ സവിസ്തര വിവരണം, പ്രാണായാമവിധി, പ്രാണായമവും കുണ്ഡലിനിശക്തിയുമായുള്ള ബന്ധം, പഞ്ചപ്രാണന്റെ സ്ഥാനങ്ങൾ, പത്തുനാഡികളിലൂടെയുള്ള വായുവിന്റെ സഞ്ചാരം, യോഗവിധി പ്രകാരമുള്ള നാഡികളുടെ ഉത്തേജനം, ശാരീരിക സുഖം അദ്ധ്യാത്മിക ഉന്നമനം, പരമാത്മധ്യാനം, ധ്യാനത്തിലൂടെയുള്ള തുരീയാവസ്ഥ പ്രാപ്തി, യോഗസാധന കൊണ്ട് ലഭിക്കുന്ന പരബ്രഹ്മജ്ഞാനം, മറ്റു യോഗചര്യകളുടെ മഹത്വം, എന്നീ വിഷയങ്ങൾ സൂര്യഭഗവാൻ ബ്രാഹ്മണന് ഉപദേശിക്കുന്നു.

മണ്ഡല ബ്രാഹ്മണ ഉപനിഷദ് : അഞ്ചു ബ്രാഹ്മണങ്ങളായി വിഭജിച്ചിരിക്കുന്ന മണ്ഡലബ്രാഹ്മണോപനിഷത്തിൽ, സൂര്യദേവൻ യജ്ഞവൽക്യമഹർഷിക്ക് ഉപദേശിച്ചുകൊടുക്കുന്ന യോഗവിഷയങ്ങളാണുള്ളത്.

ബ്രാഹ്മണം 1. അഷ്ടാംഗയോഗത്തിന്റെ 4 യമങ്ങൾ, 9 നിയമങ്ങൾ, 6 ആസനങ്ങൾ, യോഗസാധനയിലൂടെ കാമക്രോധാദികളിൽ നിന്നുള്ള മോചനം, ബാഹ്യവും ആന്തരീകവുമായ സാധനാപാടവം, ആത്മദർശനം, ആത്മീയവും ഭൗതീകവുമായ ഉത്തേജനം, ധാരാകേന്ദ്രത്തിന്റെ ഉത്തേജനത്തിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന ബുദ്ധിയുടെ വികാസം, ആത്മപരമാത്മ ബന്ധവിവരണം.

ബ്രാഹ്മണം 2. പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടെ ഗഹനമായ വിവരണം, ആത്മതത്വം, പ്രണവ മഹത്വം, ശാംഭവീ-ഷൺമുഖി എന്നീ മുദ്രയുടെ മഹത്വവർണ്ണനം, ബുദ്ധിയുടെ വികാസത്തിനാധാരമായ തേജസ്സിന്റെ വിവരണം, ബ്രഹ്മജ്ഞാനം, ധ്യാനമാർഗ്ഗം, ഭൗതീക ആഡംബരങ്ങൾക്ക് ആത്മാവിലുണ്ടാക്കുവാൻ സാധിക്കുന്ന സ്വാധീനം, നിർവ്വികൽപ സമാധി, യോചര്യകളിലൂടെ സാദ്ധ്യമാകുന്ന ബ്രഹ്മജ്ഞാനലബ്ധി, ബ്രഹ്മപദപ്രാപ്തി.

ബ്രാഹ്മണം 3. ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്ത-ത്വരീയാവസ്ഥകൾ, ആത്മസാക്ഷാത്കാരത്തിനും ബ്രഹ്മജ്ഞാനത്തിനും വേണ്ടി അന്വേഷിക്കുന്നവർക്ക് ഭൗതിക ആഡംബരങ്ങളോടും-സുഖസൗകര്യങ്ങളോടും വിരക്തി തോന്നേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത, ബ്രഹ്മപദപ്രാപ്തി, കൈവല്യ അവസ്ഥ, അതീന്ദ്രിയധ്യാനവിവരണം.

Scanned with CamScanner

ബ്രാഹ്മണം 4. ആന്തരീകവും ബാഹ്യവുമായ സൂര്യാകാശം, പരാകാശം, മഹാകാശം, ആകാശം എന്നിവിവരണം.

ബ്രഹ്മണം 5. യോഗമാർഗത്തിലൂടെയും മനസ്സിൻെറ നിയന്ത്രണത്തിലൂടെയും സാദ്ധ്യമാകുന്ന ഏകാഗ്രത, ഏകാഗ്രതയിലൂടെ പരബ്രഹ്മത്തിൽ മനസ് വലയം പ്രാപിപ്പിക്കുന്നതിൻെറ മാർഗ്ഗങ്ങൾ, നിർവ്വികൽപസമാധിയുടെ മഹത്വം, നിൽവ്വികൽപയോഗിയുടെ അനുഷ്ഠാനങ്ങൾ, പരമഹംസ യോഗിയുടെ അവസ്ഥാവിശേഷങ്ങൾ, യോഗചര്യകളിലൂടെ സാദ്ധ്യമാകുന്ന സംസാരബന്ധമുക്തി എന്നീ വിഷയങ്ങൾ സൂര്യദേവൻ യജ്ഞവൽക്യന് ഉപദേശിക്കുന്നു.

അദ്വയതാരക ഉപനിഷദ് : മനോ-വാക്-നിയന്ത്രണത്തിൻെറ മഹത്വം, ധ്യാനനിരതനായി ഏകാഗ്രചിത്തതയോടെയുള്ള സാധന, ജനനമരണങ്ങളിൽനിന്ന് മുക്തനായി ബ്രഹ്മതത്വം അറിയുന്ന ജ്ഞാനിയുടെ മഹത്വം, ആത്മദർശനം, യോഗി ജ്ഞ്ഞാനമാർഗത്തിലൂടെ നേടുന്ന അമൃതത്വഭാവം, യോഗിയുടെ സവിശേഷതകളും, താരകമന്ത്രമഹത്വവും, പ്രായോഗികതത്വവും അറിയുന്ന ജ്ഞ്ഞാനിയുടെ ലക്ഷണം ,താരകയോഗിയുടെ ബ്രഹ്മജ്ഞ്ഞാനപ്രാപ്തി, മനസിനെ അത്യുന്നത സാധനാവസ്ഥയിലെത്തിക്കുന്ന മൂർത്തതാരകവും, ബുദ്ധിയെ അത്യുന്നതസാധനാവസ്ഥയിലെത്തിക്കുന്ന അമൂർത്തതാരകവും, മാനസികാവസ്ഥയിലൂടെയും- ആത്മജ്ഞ്ഞാനത്തിലൂടെയും ഒരു താരകയോഗിക്ക് സാദ്ധ്യമാകുന്ന ബ്രഹ്മദർശനം, താരകയോഗ സാധനയിലൂടെ നേടിയെടുക്കാവുന്ന അമാനുഷീകശക്തിയും യോഗിക്ക് ദൃശ്യമാകുന്ന പ്രപഞ്ചചൈതന്യവും.

പിംഗള ഉപനിഷദ് : യജ്ഞവൽക്യൻ ശിഷ്യനായ പിംഗള മഹർഷിക്ക് ഉപദേശിക്കുന്ന വിഷയങ്ങൾ 4 അദ്ധ്യായങ്ങളിൽ ഈ ഉപനിഷത്തിൽ വിവരിക്കുന്നു.

അം 1. ബ്രഹ്മചൈതന്യ നിമഗ്നമായ പ്രപഞ്ചം, വെളുപ്പ്-ചുവപ്പ്- കറുപ്പ് നിറങ്ങൾ നിറഞ്ഞു നിൽക്കുന്ന ബ്രഹ്മചൈതന്യത്തിലെ സത്വ-രജ-തമോ ഗുണങ്ങൾ, ഊർജ്ജചൈതന്യം നിറഞ്ഞുനിൽക്കുന്ന ബ്രഹ്മാണ്ഡത്തിലെ ഈശ്വരചൈതന്യം, ഈശ്വരശക്തിയിൽ നിന്നുള്ള വിക്ഷേപശക്തിയുടെയും, ഹിരണ്യഗർഭ ചൈതന്യത്തിൻെറയും, അവയിൽനിന്ന് അഹങ്കാരത്തിൻെറയും (awareness) വിരാട് ചൈതന്യത്തിൻെറയും ഉത്ഭവം, ഈ വിരാട് ചൈതന്യമാകുന്ന പ്രപഞ്ച പുരുഷൻെറ മഹാവിഷ്ണുരൂപം, പ്രപഞ്ചപരുഷചൈതന്യത്തിൽ നിന്ന് യഥാക്രമം

Scanned with CamScanner

ആകാശം-വായു-അഗ്നി-ജലം-പൃഥ്വി എന്നിവയുടെ ഉത്ഭവം, പഞ്ചഭൂതങ്ങളിൽ നിന്ന് പ്രപഞ്ച ദ്രവ്യങ്ങളുടെയും, പുതിയ സംയുക്തങ്ങളുടെയും സൃഷ്ടി, ഈ സംയുക്തങ്ങളിലൂടെ ബ്രഹ്മാണ്ഡ സൃഷ്ടി, തുടർന്നുള്ള പ്രാണന്റെ ഉത്ഭവം, കർമ്മേന്ദ്രിയങ്ങളുടെയും ജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങളുടെയും സൃഷ്ടി.

അം 2. പിംഗളാചാര്യന്റെ, ഈശ്വരൻ ജീവന്റെ അവസ്ഥ പ്രാപിച്ചതെങ്ങിനെയെന്ന പ്രശ്നത്തിന് മറുപടിയായി യജ്ഞവൽക്യന്റെ വിവരണം. പഞ്ചഭൂതങ്ങൾ കൊണ്ടുള്ള ശരീരാവയവങ്ങളുടെ സൃഷ്ടി, ശരീരത്തിൽ വിശപ്പ്-ദാഹം-താപം ഇവയുടെ അഗ്നിയിൽ നിന്നുള്ള സൃഷ്ടി, ചലനം,ശ്വസനം, വായുവിൽ നിന്ന്, ആഗ്രഹം-ദ്വേഷ്യം, 'ആകാശ'ത്തിൽ നിന്നും പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടെ അംശങ്ങൾ ചേർത്ത് പ്രാണനും സൃഷ്ടിച്ചത്, പ്രാണന്റെ അവസ്ഥാ ഭേദങ്ങളായ അപാന-വ്യാന-ഉദാന-സമാന ഉപഗ്രഹങ്ങളുടെ സൃഷ്ടി, വികാര-വിചാരങ്ങളുടെ സൃഷ്ടി, ശരീരാവയവങ്ങളിൽ ദേവന്മാരുടെ ആധിപത്യം, അന്നമയ-പ്രാണമയ-മനോമയ-വിജ്ഞാനമയ-ആനന്ദമയ-എന്നിപ്രകാരമുള്ള ശരീരകോശവിഭജനം, ജീവചൈതന്യ സൃഷ്ടി, ബ്രഹ്മ-ഈശ്വര-പ്രവർത്തനം.

അം 3. തത്വമസി-ത്വം തദസി-ത്വം ബ്രഹ്മാസി-അഹം ബ്രഹ്മാസി എന്നി മഹാവാക്യങ്ങളുടെ ഗഹനമായ വിവരണം.

അം 4. ജ്ഞാനിയുടെ മഹത്വം, ബന്ധങ്ങളിൽനിന്നും ബന്ധനങ്ങളിൽ നിന്നുമുള്ള മുക്തി, സന്ന്യാസജീവിതം, ത്യാഗമനോഭാവം എന്നിവയുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ, ബന്ധനമുക്തജ്ഞാനിയുടെ ബ്രഹ്മപദപ്രാപ്തി.

ഭിക്ഷുക ഉപനിഷദ് : വാനപ്രസ്ഥാശ്രമത്തിനുശേഷം സന്ന്യാസജീവിതം സ്വീകരിക്കുന്നവരുടെയും, ബ്രഹ്മചര്യാശ്രമത്തിൽ നിന്ന് സന്ന്യാസം സ്വീകരിക്കു ന്നവരുടെയും ഭിക്ഷാടന നിയമങ്ങളാണ് ഇതിലെ വിഷയം.

വ്യത്യസ്ത സന്ന്യാസികൾ ഭിക്ഷാടനത്തിന് അനുശാസിക്കേണ്ട നിയമങ്ങളിലെ ഭിന്നത, കുടീചികഭിക്ഷു-ബഹൂദകഭിക്ഷു-ഹംസഭിക്ഷു-പരമഹംസഭിക്ഷു-എന്നീ നാലു വിഭാഗം സന്ന്യാസികൾ യഥാക്രമം ഗൗതമൻ-ഭരദ്വാജൻ-യജ്ഞവൽക്യൻ-വസിഷ്ഠൻ എന്നിവരെ പോലുള്ളവരത്രെ. കുടീചിക ഭിക്ഷുകൾ തൃപ്തരാകുന്നവരത്രെ എട്ടുപിടി അന്നംകൊണ്ടും, ബഹൂദക ഭിക്ഷുക്കൾ മൂന്നുമുഴം മുളങ്കമ്പും, കമണ്ഡലവും-യജ്ഞോപ

വീതവും-കാവി വസ്ത്രവുമായി സസ്യാഹാരം മാത്രം കഴിച്ചും ജീവിക്കുന്നു. ഗ്രാമത്തിൽ ഒരു രാത്രിയും- പട്ടണത്തിൽ അഞ്ചുരാത്രികളും-പുണ്യസ്ഥലങ്ങളിൽ ഏഴുരാത്രികളും മാത്രം വസിച്ച്, ഗോമയമായ ഭക്ഷണത്താൽ തൃപ്തരാകുന്ന ഹംസഭിക്ഷുക്കൾ. പരമഹംസഭിക്ഷുക്കൾക്ക് സ്വർണ്ണവും ശിലയും ഒരു പോലെയാകുന്നു. അവർ നഗ്നരായോ അർദ്ധനഗ്നരായോ വൃക്ഷചുവ ടുകളിൽ കഴിയുന്നതിൽ തൃപ്തി കണ്ടെത്തുന്നു. ശരീരത്തിൽ ജീവൻ നിലനിറുത്തുന്നതിനു മാത്രമുള്ള ഭിക്ഷാടനം നടത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. ഭയ-സന്തോഷ-സന്താപ രഹിതമായ ജീവിതമാണ് പരമഹംസ യോഗിയുടേത്.

തുരീയാതീത അവധൂത ഉപനിഷദ് : തുരുയാതീത അവധൂതസന്യാസി യെക്കുറിച്ച് ശ്രീമൻ നാരായണൻ ബ്രഹ്മാവിനു നൽകുന്ന വിവരണം, തുരീയാതീത അവധൂത സന്യാസിയുടെ ജ്ഞാനിയും, വേദപുരുഷജ്ഞാനിയും, മഹാ പുരുഷ ജ്ഞാനിയുമായ ഹംസത്വപദവിയിൽ നിന്ന് പരമഹംസ പദവിയിലേക്കുള്ള ഉയർച്ച, ദിഗംബരത്വം, മന്ത്ര-ക്ഷൗര-സ്നാനത്തി ൻെറ ത്യാഗം (ഉപേക്ഷിക്കൽ) പുണ്യ-പാപ, ജ്ഞാന-അജ്ഞാന, ശീത-ഉഷ്ണ, സുഖ ദുഃഖങ്ങളിൽ നിന്നുമുള്ള മുക്തി, ഇന്ദ്രിയ നിയന്ത്രണം. കർമ്മധർമ്മങ്ങളിലും, ചര്യകളിലും ഏകനായുള്ള പ്രവൃത്തി, ആത്മധ്യാനനിരതത്വം, സർവ്വസംഗപരിത്യാഗിയുടെ അവസ്ഥ, ഇവയത്രെ തുരീയാതീത അവധൂതയോഗയുടെ നിർവ്വചനം.

അദ്ധ്യാത്മ ഉപനിഷദ് : അദ്ധ്യാത്മതത്വങ്ങളാണ് ഈ ഉപനിഷദ് വിഷയം. പഞ്ചഭൂതാംശങ്ങളിൽ വസിക്കുന്ന പ്രപഞ്ച പുരുഷൻ, പ്രപഞ്ച പുരുഷൻെറ ജീവൻ-മുക്തി-മൃത്യു എന്നീ ചേഷ്ടകൾ, ആദിയും- അന്ത്യവുമില്ലാത്ത പ്രപഞ്ചപുരുഷ മഹത്വം, ജനനമരണ ങ്ങളില്ലാത്ത ധ്യാനസാധനയിലൂടെയുള്ള ദർശനം, ത്യാഗികൾ അറിയുന്ന, ശരീരാതീതനായ മഹാപുരുഷ വർണ്ണനം, ആത്മ-പരമാത്മബന്ധത്തിലൂടെ ദൃശ്യമാകുന്ന ബ്രഹ്മസ്വരൂപമഹത്വം ഭൗതീക ശരീരത്തിൻെറ അനിത്യത്വം, ആത്മചൈതന്യത്തിലെ ബ്രഹ്മാംശം, ചിന്ത-വാസന-കർമ്മം എന്നിവയിൽനിന്ന് മുക്തനാകുന്ന ബ്രഹ്മജ്ഞാനി, ആത്മദർശനത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള കേവലനും- നിർവ്വ്..ം ിപനുമായ യോഗിയുടെ ധ്യാനം, അജ്ഞാനമറകൾ നീങ്ങുമ്പോൾ ലഭിക്കുന്ന ബ്രഹ്മദർശനം, സമാധിയിലൂടെയും കർമ്മങ്ങളിലൂടെയും കർമ്മഫലങ്ങളുടെയും നാശം, ആത്മത്തി ൻെറയും, ബ്രഹ്മത്തിൻെറയും ഏകഭാവദർശനത്തിലൂടെ നേടുന്ന

ജീവൻ മുക്താവസ്ഥ, പരമാത്മദർശനത്തിന് ആത്മാവ് ഉപാധികളിൽ നിന്നും-പ്രാരാംബ്ധങ്ങളിൽനിന്നും മുക്തനാകേണ്ടതിൻെറ ആവശ്യകത, ആത്മാവിൻെറ വാസസ്ഥലമാകുന്ന ശരീരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള യഥാർത്ഥജ്ഞാനം, ആത്മാവിലെ തേജ്ജോരൂപവും, മനുഷ്യനിലെ ചൈതന്യവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധമഹത്വം.

താരാശര ഉപനിഷദ് : ബൃഹസ്പതിയും യജ്ഞവൽക്യനും തമ്മിലുള്ള സംവാദ മായാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിൽ വിഷയാവതരണം. ദേവന്മാരുടെ യജ്ഞസ്ഥലമായ അവിമുക്തം അഥവാ കാശിയാണ് കുരുക്ഷേത്രമെന്ന യജ്ഞവൽക്യവിവരണം, സംസാരസാഗരം തരണം ചെയ്യുന്ന മന്ത്രമായ-താരകമന്ത്രമായ-'ഓം നമോ നാരായണായ'യുടെ മഹത്വം, ഇതിലെ ആത്മാവാകുന്ന ഓംകാരം-പ്രകൃതിയാകുന്ന നമ-പരബ്രഹ്മമാകുന്ന നാരായണ എന്നീ മന്ത്രങ്ങളുടെ വർണ്ണന, താരക മന്ത്രത്തിൻെറ അക്ഷരമഹത്വം ഓം-ബ്രഹ്മം, ന-വിഷ്ണു, മ-രുദ്രൻ, നാ-ഈശ്വരൻ, രാ-അണ്ഡാകൃതി, യ-പുരുഷൻ, ണാ-ഭഗവാൻ, യ്-പരമാത്മഭാവങ്ങൾ, ഓംകാര വിവിരണത്തിൽ, അ-ഒന്നും, ഉ-രണ്ടും, മ-മൂന്നും, ബിന്ദു-നാലും, നാദം-അഞ്ചും, കാലം-ആറും, കാലാതീതം-ഏഴും, അതിനുമപ്പുറം-എട്ടും, ചേർന്നതാണത്രെ അഷ്ടാക്ഷരം, ത്രിലോകാധീശനായ പരമാത്മാവിൻെറമഹത്വം.

യജ്ഞവൽക്യ ഉപനിഷദ് : സന്യാസം സ്വീകരിച്ച ജനകൻ യജ്ഞവൽക്യന് നൽകുന്ന ഉപദേശമാണ് ഈ ഉപനിഷദ് വിഷയം. ആത്മജ്ഞാനിയും -വേദപാരംഗതനും- ചിത്തത്തെ നിയന്ത്രിച്ചവനുമായ സന്യാസിയുടെ സകല ചരാചരങ്ങളിലും വസിക്കുന്ന ഈശ്വരദർശനം, അസ്തി- മാംസ-മജ്ജയാൽ നിർമ്മിതമായ ശരീരത്തിന് അത്മജ്ഞാനത്താൽ ഉണ്ടാകുന്ന ആനന്ദം, മനുഷ്യനാശത്തിന് കാരണമായ നാരിയുടെ കേശജലം-ദുഃഖകരമായ സ്പർശനം-അഗ്നിശിഖ, മംഗളകാരിയായ കുലീന സ്ത്രീയുടെ മഹത്വം, ഗർഭാധാനം മുതൽ വിവാഹം വരെയുള്ള മനുഷ്യ ജന്മചക്രവിവരണം, ആത്മസംയനത്തി ലൂടെയും-മനസ്സിൻെറ നിയന്ത്രണത്തിലൂടെയും സാദ്ധ്യമാകുന്ന സംസാരചക്രത്തിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി, 'ചിത്തി'ൻെറ പ്രഭാവമായ സംസാരത്തിൻെറ യഥാർത്ഥ ജ്ഞാനത്തിലൂടെ യോഗിക്ക് ലഭിക്കുന്ന പരമഹംസ പദവി.

ശാട്യായനീയ ഉപനിഷദ് : ശാട്യായന മഹർഷി സന്യാസത്തെക്കുറിച്ച് നൽകുന്ന വിവരണങ്ങളാണ് ശാട്യായനീയ-സാത്യായണീയ-ഉപനിഷദ് വിഷയം. അഖില വിശ്വത്തിലും ബ്രഹ്മചൈതന്യം

Scanned with CamScanner

ദർശിക്കുവാൻ ഒരു തത്വജ്ഞാനി അനുശാസിക്കേണ്ട മനോനിയന്ത്രണം, വാസുദേവ ധ്യാനം, യോഗിയുടെ മോക്ഷപ്രാപ്തിക്കുവേണ്ടിയുള്ള ഉപവീതധാരണം, ശുദ്ധചിത്തം, വിഷ്ണുധ്യാനം, സ്നാന തർപ്പണാദികളുടെ അനുഷ്ഠാനം, ഗായത്രീജപം, ഉപനിഷദ്പഠനം, ജ്ഞാനദണ്ഡ്-ശിഖ-ഉപവീത-ധാരണം, സൗമ്യത, അൽപ ഭക്ഷണം-മയക്കം-ഗുഹാവാസം-വേദാഭ്യസനം എന്നീ ചര്യകൾ, സന്യാസിയുടെ വർണ്ണാശ്രമധർമ്മ ങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മോചനം, ഓംകാരധ്യാനം, പ്രണവമന്ത്രജപം, ഇത്തര ത്തിലുള്ള സന്യാസിയുടെ ബ്രഹ്മപദപ്രാപ്തി.

മുക്തിക ഉപനിഷദ് : നൂറ്റെട്ട് ഉപനിഷത്തുക്കളിൽ അവസാനം വരുന്നതാണ് മുക്തിക ഉപനിഷദ്. ശ്രീരാമന്റെ സ്വർഗ്ഗാരോഹണത്തിനു മുമ്പ് ലക്ഷ്മണൻ, ഭരതൻ, ശത്രുഘ്നൻ, സീത, വസിഷ്ഠൻ, ശുകൻ എന്നിവരുടെ സാന്നിദ്ധ്യത്തിൽ ഹനുമാൻെറ ആവശ്യപ്രകാരം വേദങ്ങളെയും ഉപനിഷത്തുകളെയും കുറച്ച് നൽകുന്ന വിവരണമാണ് ഈ ഉപനിഷദ്. വേദ ശാഖകളെക്കുറിച്ചും ഉപനിഷത്തുകളെകുറിച്ചും പണ്ഡിതാഭിപ്രായം ഭിന്നമാണെങ്കിലും യഥാർത്ഥം ഇപ്രകാരമാകുന്നു എന്ന മുഖവുരയോടെയാണ് ശ്രീരാമൻ ഈ ഉപനിഷദ് വിഷയങ്ങൾ വിവരിക്കുന്നത്. നാലുവേദങ്ങൾ, ഋക്-യജുസ്-സാമം-അഥർവം. ഋഗ്വേദത്തിന് 21 ശാഖകൾ യജുർവേദത്തിന് 109 ശാഖകൾ സാമവേദത്തിന് 1000, അഥർവവേദശാഖകൾ 50, ഉപനിഷത്തുകൾ 108. ഐതരേയ ഉപനിഷദ് മുതൽ ബഹ്വൃച ഉപനിഷദ് വരെ 10 ഋഗ്വേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾ, ഇവയുടെ ശാന്തിമന്ത്രമാം "ഓം വാങ്മേ മനസീ .... അവതു വക്താരം". ഈശാവസ്യോപനിഷദ് മുതൽ മുക്തിക ഉപനിഷദ്വരെ 19 ശുക്ല യജുർവേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾ, ഇവയുടെ ശാന്തിമന്ത്രമായ 'ഓം പൂർണ്ണമദ പൂർണ്ണമിദം .... പൂർണ്ണമേവ അവശിഷ്യതെ'. കഠഉപനിഷദ് മുതൽ സരസ്വതീരഹസ്യ ഉപനിഷദ്വരെ 32 കൃഷ്ണ യജുർവേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾ, ഇവയുടെ ശാന്തിമന്ത്രം 'ഓം സഹനാ വവതു............മാ വിദ്വിഷാവഹൈ' കേന ഉപനിഷദ് മുതൽ ജാബാല ഉപനിഷദ് വരെ 16 സാമവേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾ, അവയുടെ ശാന്തിമന്ത്രം 'ഓം ആപ്യായന്തു മമാംഗാനി .... ധർമ്മാസ്തേമയി സന്തു തേ മയി സന്തു', പ്രശ്നഉപനിഷദ് മുതൽ ഗരുഡഉപനിഷദ്വരെ 31 അഥർവവേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾ, ഈ ഉപനിഷത്തുകളുടെ ശാന്തിമന്ത്രം 'ഓം ഭദ്രം കർണ്ണേഭി ശൃണുയാമ ദേവാ .... ബൃഹസ്പതിർദധാതു.' ഇതാണ് അദ്ധ്യായം ഒന്നിലെ വിഷയങ്ങൾ.

Scanned with CamScanner

(ഋഗ്വേദ-ശുക്ല യജുർവേദ-കൃഷ്ണ യജുർവേദ-സാമവേദ- അഥർവവേദ ക്രമത്തിലാണ്, ഈ പുസ്തകത്തിൽ ഉപനിഷദ് വിവരണം നൽകിയിരിക്കുന്നത്).

അദ്ധ്യായം രണ്ടിൽ വിവരിക്കുന്ന വിഷയങ്ങൾ പ്രാണൻ, യോഗസാധന, ബുദ്ധി, ജ്ഞാനം, മനനം എന്നിവയാണ്. ഉപനിഷദന്ത്യത്തിൽ ശ്രീരാമൻ തന്നിലെ ദൈവീകത്വവും വിഷ്ണുചൈതന്യവും സവിസ്തരം വർണ്ണിക്കുന്നു.

കൃഷ്ണയജുർവേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾ

കൃഷ്ണയജുർവേദത്തിലെ വിവിധ ശാഖകളിലോ, ബ്രാഹ്മണങ്ങളിലോ, ആരണ്യകങ്ങളിലൊ വിവരിക്കുന്ന ഉപനിഷത്തുകളും, കൃഷ്ണ യജുർവേദികളുടെ പരമ്പരയിൽ വരുന്ന ഋഷികളാൽ രചിക്കപ്പെട്ടതുമായ ഉപനിഷത്തുകളുമാണ് ഈ വിഭാഗത്തിൽ വരുന്നത്.

കഠോപനിഷദ് : വളരെ പ്രസിദ്ധമായ ഈ ഉപനിഷത്തിൽ ആറ് വല്ലികളാണുള്ളത്. വല്ലികളുടെ ക്രമത്തിൽ വിഷയങ്ങളിപ്രകാരമാണ്.

വല്ലി 1. ഉൽകൃഷ്ടമായ ഫലസിദ്ധിക്കുവേണ്ടിവിശ്വജിത് യാഗം നടത്തിയ വാജശ്രവസ് എന്ന രാജാവ് യാഗാന്ത്യത്തിൽ നടത്തുന്ന പശുക്കളുടെ ദാനം, കറവയറ്റതും വയസ്സേറിയതുമായ പശുക്കളെ ദാനം ചെയ്യുന്നത് കണ്ടിട്ട് പുത്രനായ നചികേതസ് 'എന്നെ ആർക്കാണ് ദാനം ചെയ്യുന്നത്' എന്ന വ്യംഗ്യപ്രശ്നം പിതാവിനോട് ചോദിക്കുന്നു. 'യമധർമ്മ രാജാവിന്' എന്ന കുപിതനായ പിതാവിൻെറ മറുപടി കേട്ട് സ്വയം ധർമ്മരാജ സന്നിധിയിലേക്ക് പോകുന്നു. ധർമ്മരാജൻ നൽകിയ എല്ലാ ഭൗതികസുഖങ്ങളും ത്യജിച്ച് തനിക്ക് ആത്മജ്ഞാനമാണ് ആവശ്യമെന്ന നചികേതസ്സിൻെറ അപേക്ഷപ്രകാരം ആത്മജ്ഞാനം യമധർമ്മൻ വിവരിക്കുന്നു.

വല്ലി 2. ഹൃദയത്തിൽ വസിക്കുന്ന ശാശ്വതവും-അനന്തവും, നിത്യവുമായ ആത്മവിവരണം ആത്മജ്ഞാനത്തിന് വേദജ്ഞാനത്തിൻെറ അപര്യാപ്തത, ആത്മജ്ഞാനിയായ ആചാര്യനിലൂടെ ലഭ്യമാകുന്ന അത്മജ്ഞാന ഫലമഹത്വം.

വല്ലി 3. രഥമാകുന്ന ശരീരത്തിൻെറ, ഉടമയാകുന്ന ആത്മാവ്, തേരാളിയാകുന്ന ബുദ്ധി, കുതിരകളാകുന്ന ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ രൂപ-രസ-ഗന്ധമാകുന്ന പന്ഥാവുകളിലൂടെയുള്ള യാത്രാവിവരണം.

Scanned with CamScanner

വല്ലി 4. ചരാചരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതും പ്രകാശിപ്പിക്കുന്നതു മായ ആത്മചൈതന്യത്തെ അറിയുന്നതിന് പരിശുദ്ധമായ മനസ്, മനോനിയന്ത്രണം, ആത്മനിയന്ത്രണം, അശ്രാന്ത പരിശ്രമം എന്നിവയുടെ ആവശ്യകത.

വല്ലി 5. പഞ്ചപ്രാണങ്ങൾക്കതീതമായ ബ്രഹ്മം, ബ്രഹ്മ-ആത്മബന്ധം, അഗ്നിയും-വായുവും ശരീരത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നതുപോലെ ശരീരത്തിലെ ആത്മസാന്നിദ്ധ്യം.

വല്ലി 6. പ്രപഞ്ചത്തിനാധാരമായ ബ്രഹ്മം, ബ്രഹ്മോപാസനയി ലൂടെയുള്ള ആത്മജ്ഞാനം, യമധർമ്മരാജൻ നൽകിയ ആത്മീയ ഉപദേശം സ്വീകരിച്ച നചികേതസ്സിൻെറ ബ്രഹ്മപദ പ്രാപ്തി.

തൈത്തിരീയ ഉപനിഷദ് : കൃഷ്ണ യജ്ജുർവേദത്തിലെ തൈത്തിരീയ ആരണ്യകത്തിൻെറ ഭാഗമായ തൈത്തിരീയ ഉപനിഷത്തിലെ മൂന്ന് അദ്ധ്യായങ്ങളെ ശിക്ഷാവല്ലി, ബ്രഹ്മാനന്ദവല്ലി, ഭൃഗുവല്ലി എന്നറിയപ്പെടുന്നു. വല്ലി ക്രമത്തിൽ വിഷയവിവരണം ഇപ്രകാരമാണ്.

ശിക്ഷാവല്ലി : വേദപഠനത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട വേദശ്രുതി, വേദോപാസന, വേദസാരം, ഓംകാരമഹത്വം, ഭൗതികസുഖങ്ങൾക്കാ യുള്ള പ്രാർത്ഥന, ഭൂ-ഭുവ-സ്വർലോകങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള നിർവ്വചന ങ്ങൾ, ബ്രഹ്മതത്വവിവരണം, ഓംകാരതത്വം, വേദവിദ്യാർത്ഥികളായ ബ്രഹ്മചാരികളുടെ ആചാര-അനുഷ്ഠാനങ്ങൾ, വേദമഭ്യസിപ്പിക്കുന്ന ഗുരുവിൻെറ മഹത്വം, വേദജ്ഞൻെറ കർത്തവ്യങ്ങൾ,. മനുഷ്യധർമ്മം.

ബ്രഹ്മാനന്ദവല്ലി : ബ്രഹ്മസ്ഥാനം, വിസ്തൃതി, വ്യാപകത, ബ്രഹ്മജ്ഞാനപ്രാപ്തിക്കുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ, ബ്രഹ്മ-അന്ന-ആത്മ-പ്രാണബന്ധനം, പ്രാണമയ അന്നമയ-മനോമയ കോശങ്ങളുടെ വ്യവഹാരങ്ങൾ, ബ്രഹ്മജ്ഞാന പ്രാപ്തിക്കുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ, ബ്രഹ്മജ്ഞാനിക്കും, ബ്രഹ്മസമ്പർക്കത്തിലൂടെ ഗന്ധർവൻ മാർക്കും-പിതൃക്കൾക്കും- ദേവന്മാർക്കും ലഭിക്കുന്ന ബ്രഹ്മാനന്ദം.

ഭൃഗുവല്ലി : ഭൃഗുമഹർഷിക്ക് പിതാവായ വരുണൻ നൽകുന്ന ബ്രഹ്മോപദേശം. അന്നത്തിൻെറ ബ്രഹ്മത്വം, പ്രാണൻെറ ബ്രഹ്മപദവി, മനസ്സിൻെറ ബ്രഹ്മാംശം, വിജ്ഞാനത്തിൻെറ ബ്രഹ്മപദം, അന്നദാനം, അന്നോപാസന, ബ്രഹ്മോപാസന ഇവയുടെ തുല്യമഹത്വം, ശിക്ഷാ വല്ലിയിൽ 12, ബ്രഹ്മാനന്ദവല്ലിൽ 9, ഭൃഗുവല്ലിയിൽ 10 എന്നീ ക്രമത്തിൽ അനുവാകങ്ങളുണ്ട്.

Scanned with CamScanner

ബ്രഹ്മ ഉനിഷദ് : ബ്രഹ്മവിഷയങ്ങൾതന്നെ ഗദ്യഭാഗമായ ആദ്യപകുതിയിലും പദ്യങ്ങളായ രണ്ടാം പകുതിയിലും ബ്രഹ്മോപനിഷത്തിൽ വർണ്ണിക്കുന്നു.

ഗദ്യഭാഗം : പ്രാണ-ആത്മ-ബ്രഹ്മ ബന്ധം, ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്താവസ്ഥകളിൽ ശരീരത്തിനെയും ജീവനെയും തേജോമയമാക്കുന്ന ബ്രഹ്മചൈതന്യം, വേദങ്ങളുടെയും- ദേവന്മാരുടെയും ആധാരമായ ബ്രഹ്മതത്വം, ഉരഗത്തിലും-പക്ഷിയിലും-മനുഷ്യനിലും തേജസ്സേകുന്ന ബ്രഹ്മചൈതന്യം, ബ്രഹ്മത്തിൻെറ പ്രകൃതിപുരുഷത്വം. ബ്രഹ്മചൈതന്യം വിലസുന്ന ആത്മാവ്-ദേവത-പ്രാണൻ-ആനന്ദം, ഹൃദയാകാശത്തിൽ വർത്തിക്കുന്ന സൂര്യ-വിഷ്ണു-ഈശ്വര-ജീവ-അഗ്നികളുടെ ചൈതന്യത്തിനാധാരമായ ബ്രഹ്മം പൂർണ്ണരൂപത്തിൽ ദേവന്മാർക്കും-ഋഷികൾക്കും അപ്രാപ്യമാകുന്നതിന് കാരണം.

പദ്യഭാഗം : ഋഷി, ദേവകളും-പ്രാണനും കുടികൊള്ളുന്ന ഹൃദയത്തിൽ വസിക്കുന്ന ബ്രഹ്മത്തോട് ശുദ്ധിയും-ശക്തിയും-പക്വതയും പകർന്നു തരുവാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. ബ്രഹ്മജ്ഞാനിക്ക് തത്ജ്ഞാനംതന്നെ യജ്ഞോപവീതമായിത്തീരുന്നു. യജ്ഞോപവീതം വേദജ്ഞാനത്തിൻെറയും-ശിഖ ബ്രഹ്മജ്ഞാനത്തിൻെറയും ലക്ഷണമായതുകൊണ്ട് അവയുടെ ധാരണമഹത്വം, മൂന്നു ജാതിയിൽ ജനി ച്ചവരും യജ്ഞോപവീതം ധരിക്കുന്നതിൻെറ മഹത്വം, ദൈവീക ചൈതന്യം ദർശിക്കുന്നതിനുള്ള ധ്യാനമാർഗ്ഗം, എള്ളിൽ എണ്ണപോലെയും, കടലിൽ തിരകൾ പോലെയും ജ്ഞാനിക്ക് ലഭിക്കുന്ന ആത്മദർശനം, ബ്രഹ്മപ്രകാശദർശനത്തിനായുള്ള അതീന്ദ്രിയധ്യാനം-മാർഗവിവരണം.

കൈവല്യ ഉപനിഷദ് : ഈ ഉപനിഷത്തിലെ വിഷയങ്ങൾ രണ്ടു ഖണ്ഡങ്ങളിൽ വിവരിക്കുന്നു. ഖണ്ഡക്രമത്തിൽ വിഷയാവതരണം ഇപ്രകാര മാകുന്നു.

ഖണ്ഡം 2. ശതരുദ്രമഹത്വം, ശതരുദ്രജ്ഞാനിയുടെ പാപമോചനം, ജ്ഞാനിക്കു ലഭിക്കുന്ന ശിവപ്രസാദം, കൈവല്യ ഉപനിഷദ് പഠനഫലം.

ശ്വേതാശ്വേതര ഉപനിഷദ് : ജ്ഞാന-ഭക്തി-കർമ്മ മാർഗ്ഗങ്ങളുടെയും ദ്വൈത-അദ്വൈത ദർശനങ്ങളുടെയും വിവരണമാണ് ശ്വേതാശ്വേതരോപനിഷത്തിലെ 6 അദ്ധ്യായങ്ങളിലെ വിവരണവിഷയങ്ങൾ.

Scanned with CamScanner

അം 1, 2. ബ്രഹ്മതത്വം, ബ്രഹ്മത്തിൻെറ ഉത്ഭവം, ബ്രഹ്മത്തിൻെറ നാശം, ഈ വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള വേദാന്തികളുടെ അഭിപ്രായങ്ങൾ, സംസാരത്തിലെ സുഖദുഃഖങ്ങൾക്കുള്ള കാരണങ്ങൾ, സമയം, പ്രകൃതി, ചേതന-അചേതന, ഊർജ്ജം, ബുദ്ധി, ആത്മാവ്, ബ്രഹ്മപ്രകാശം, ബ്രഹ്മപ്രകാശത്തിൻെറ പ്രതിഫലനം. മനസ്സിൻെറ നിയന്ത്രണം, ബ്രഹ്മദർശനമാർഗ്ഗം, ധ്യാനമഹത്വം, ശ്വാസ-ശരീര-ഇന്ദ്രിയ നിയന്ത്രണനിയമങ്ങൾ.

അം 3. രുദ്രരൂപ വർണ്ണനം, ബ്രഹ്മസ്വരൂപ വർണ്ണനം, ആദിയും അന്തവുമില്ലാത്ത-സർവ്വവ്യാപിയായ-പാദഹസ്തങ്ങളില്ലാത്ത-ഇന്ദ്രിയങ്ങൾക്കു ഗോചരമല്ലാത്ത-ചിന്താതീതമായ, ആയിരക്കണക്കിന് ശിരസ്സും, നേത്രങ്ങളുമുള്ള അത്ഭുതകരമായ ബ്രഹ്മസ്വരൂപവിവരണം.

അം 4. ബ്രഹ്മത്തിൻെറ വിവിധ രൂപങ്ങളായ സൂര്യൻ-ചന്ദ്രൻ-വായു-ആകാശം-മനുഷ്യൻ-പക്ഷി-ചിത്രശലഭം-മേഘം-കാലം-കടൽ-അന്തരീക്ഷം-വർണ്ണങ്ങൾ-പ്രപഞ്ചം.

അം 5. അഗാധമായ ധ്യാനത്തിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന ജ്ഞാനം കൊണ്ട് ദൃശ്യമാകുന്ന ബ്രഹ്മം, വേദങ്ങളിലും ഉപനിഷത്തുകളിലും പ്രകീർത്തിക്കപ്പെടുന്ന ബ്രഹ്മത്വം.

അം 6. ഈശ്വരചൈതന്യത്താലുള്ള പ്രപഞ്ചത്തിലെ വസ്തുക്കളുടെ ശോഭ, രൂപം-ചലനം-ഗുണം-സ്വഭാവം-സംരക്ഷണം-നാശം അറിയുകയും ഉപാസിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ട പരമമായ പ്രപഞ്ച ചൈതന്യം, അതിലൂടെയുള്ള മോക്ഷപ്രാപ്തി.

ഗർഭോപനിഷദ് : രണ്ടു ഭാഗങ്ങളിലായി ഗർഭസ്ഥശിശുവിൻെറ വളർച്ചയാണ് ഗർഭോപനിഷത്തിൽ വിവരിക്കുന്ന വിഷയം.

ഭാഗം 1. പഞ്ചഭൂതനിർവ്വചനം, കാഠിന്യമുള്ളത്-പൃഥ്വി, ദ്രാവകരൂപത്തിലുള്ളത്-അപ്, ഉഷ്ണമായിട്ടുള്ളത്- തേജസ്, സഞ്ചരിക്കുന്നത്-വായു,സൂക്ഷ്മരൂപമായിട്ടുള്ളത്-ആകാശം. ഗുണവിശേഷങ്ങളായ മധുരം-അമ്ലം-ലവണം-തിക്തം-കടുകം, ധാതുക്കളായ ശുക്ലം-രക്തം-കൃഷ്ണധൂമ്രം-പീതകം-പാണ്ഡുരം-കപിലം.

ഭാഗം 2. ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിൻെറ വളർച്ച, സംയോഗം ഒന്നാം രാത്രി, പിണ്ഡരൂപം-പതിനഞ്ചാം ദിവസം, ശിരസിൻെറയും ഉടലിൻെറയും വ്യക്തരൂപം-രണ്ടാം മാസം, പാദപ്രദേശം-മൂന്നാംമാസം, ജഠര-കടി പ്രദേശങ്ങൾ-നാലാം മാസം, പൃഷ്ഠം-അഞ്ചാംമാസം, കണ്ണ്-മൂക്ക്-ചെവി പ്രകടമാകുന്നത്-ആറാം മാസം, പൂർണ്ണരൂപം-

Scanned with CamScanner

എട്ടാം മാസം, പൂർണ്ണധ്യാനം-ഒമ്പതാംമാസം, സർവ്വലക്ഷണ സമ്പൂർണ്ണനായി പൂർവ്വജന്മ സ്മരണയോടെയുള്ള സ്ഥിതി പത്താംമാസം. ജനനത്തിൽ നവജാതശിശുവിന്റെജ്ഞാനാഗ്നിയും, ദർശനാഗ്നിയും കോഷ്ഠാഗ്നിയോടും, ബുദ്ധി, ജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങൾ-യജ്ഞ പാത്രത്തോടും, ശിരസ് കപാലത്തോടും, കേശം ദർഭയോടും ഉപമിച്ച് ഒരു യജ്ഞകർമ്മിയെപോലെയുള്ള ശിശുവിന്റെ ജനനവിവരണം.

നാരായണ ഉപനിഷദ് : ശ്രീമൻ നാരായണന്റെ സർവ്വസാന്നിദ്ധ്യമാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിലെ അഞ്ചുമന്ത്രങ്ങളിലെ വിവരണവിഷയം. നാരായണനിൽ നിന്ന് ഉത്ഭവിക്കുന്ന പഞ്ചപ്രാണൻ-രുദ്രൻ- ബ്രഹ്മാവ്-ഇന്ദ്രൻ-പ്രജാപതി-പന്ത്രണ്ടാദിത്യന്മാർ-വസുക്കൾ-വേദങ്ങൾ. ശ്രീമൻ നാരായണന്റെഭാഗമായ ഇന്ദ്രൻ-ബ്രഹ്മാവ്-രുദ്രൻ-ദിക്- അക്ഷരങ്ങൾ എന്നിവയെ അറിയുന്നവരുടെ വിഷ്ണുപദപ്രാപ്തി, ഭൗതിക-ആത്മീയ സുഖങ്ങളനുഭവിക്കുന്നവനും, നാരായണമന്ത്രം ജപിക്കുന്നവനുമായ ജ്ഞാനിയുടെ ജീവിതം, നാരായണ ഉപാസനയിലൂടെയും-നാരായണ ഉപനിഷദ് പഠനത്തിലൂടെയും പാപമോചിതനും, നാരായണനിൽ സായൂജ്യം പ്രാപിക്കുന്നവനുമായിത്തീരുന്ന ജ്ഞാനി.

മഹാനാരായണ ഉപനിഷദ് : വളരെയധികം ഋഗ്വേദമന്ത്രങ്ങളും, യജുർവേദ മന്ത്രങ്ങളുമുള്ള ഈ ഉപനിഷത്തിൽ 80 അദ്ധ്യായങ്ങളുണ്ട്. വൈദീക ദേവന്മാരുടെ സ്തുതികളാണ് ഇതിലെ പ്രധാനഭാഗം.

ബ്രഹ്മവിവരണം, ആദിരൂപമായ പ്രപഞ്ചപുരുഷസ്തുതി, വിഷ്ണുസ്തുതി, ഈ സ്തുതികളെല്ലാം വേദഋക്കുകളാണ്. അഗ്നിസ്തുതി, ദുർഗാദേവി പ്രാർത്ഥന, വേദത്തിലുള്ള ഹവന മന്ത്രങ്ങൾ പ്രാർത്ഥനാമന്ത്രങ്ങൾ, പരമാത്മ സ്തുതി, ഋഗ്വേദത്തിലെയും യജുർവേദത്തിലെയും ഓരോ മന്ത്രം മാത്രമടങ്ങുന്ന, ഭൗതിക സുഖങ്ങൾ-സമ്പൽസമൃദ്ധി എന്നിവക്കുള്ള പ്രാർത്ഥനകൾ, ആദിത്യ-രുദ്ര-അഗ്നി-ജല-ഓംകാര-ദേവി- ബ്രഹ്മസ്തുതികൾ, ബ്രഹ്മമഹത്വം, വൈദീകയജ്ഞകർമ്മങ്ങളുടെയും പ്രതീകാത്മകമായ ഭാവങ്ങളുടെയും അർത്ഥങ്ങൾ, അത്മജ്ഞാനിയായ ഒരു സന്യാസിക്ക് ഭാര്യയും സ്വന്തം ശരീരവും-യാഗദ്രവ്യങ്ങളും, മാറിടം-യജ്ഞസ്ഥലവും, കേശം-ദർഭയും, ജഡ-വേദവും, ഹൃദയം-ഹവനദണ്ഡും, ആഗ്രഹങ്ങൾ-നെയ്യും, കോപം-

Scanned with CamScanner

യാഗപശുവും, സമ്പത്-ദക്ഷിണയും, വാക്-ഹോതാവും, ശ്വാസം-ഉദ്ഗാതാവും, കാഴ്ച-അധ്വര്യുവും, മനസ്-ബ്രഹ്മനും, ജീവിതദൈർഘ്യം (ആയുസ്)-യാഗവ്രതവും, ഭക്ഷണം-ഹവിസും, മഹാജലം-സോമരസവും, ജ്ഞാനം-ഹവനകർമ്മങ്ങളുമായിത്തീരുന്നുവത്രെ. ശരീരത്തെ യജ്ഞത്തോടുപമിക്കുകയാണിവിടെ!

അമൃതബിന്ദുഉപനിഷദ് : മനസ്സിനെക്കുറിച്ച് വിവരിക്കുന്ന 22 വരികൾ മാത്രമുള്ളതാണ്, അമൃതബിന്ദു ഉപനിഷദ്. മനുഷ്യമനസ്സിൻെറ കാമാസക്തിയുള്ള അശുദ്ധഭാഗം, കാമവർജ്ജിതമായ ശുദ്ധഭാഗം, മനസ്സിൻെറ ബന്ധമോക്ഷങ്ങൾക്കുള്ള കാരണം, ജ്ഞാനത്തിൻെറയും -ധ്യാനത്തിൻെറയും ഉറവിടമായ മനസ്സിൻെറ മഹത്വം, വിഷയാസക്തമായ മനസ്സിൻെറ നിയന്ത്രണം, വിഷയാസക്തമായ മനസ്സിൻെറ നിയന്ത്രണം, വിഷയസക്തിയില്ലാത്ത മനസ്സിൻെറ ഓംകാര ധ്യാനത്തിലൂടെയും- നിരന്തരസാധനയിലൂടെയുമുള്ള ബ്രഹ്മജ്ഞാനപ്രാപ്തി, ത്യാഗത്തിലൂടെ ജ്ഞാനി പുനർജന്മമുക്തനായി ആത്മജ്ഞാനിയാകുന്നത്, ജീവചൈതന്യമായ ബ്രഹ്മത്തെ വിവിധ കുടങ്ങളിലെ അടിസ്ഥാന ഘടകമായ മണ്ണിനോട് ഉപമിച്ചിരിക്കുന്നത്, ജ്ഞാനികൾക്ക് വേദങ്ങളിലൂടെ അറിയാവുന്ന പരബ്രഹ്മതത്വം, വേദങ്ങളിൽ നിന്നും ജ്ഞാന സമ്പാദനം, നെയ്യ് പാലിലുള്ളതുപോലെ സർവ്വഭൂതങ്ങളിലും ദൃശ്യമാകുന്ന ജ്ഞാനം, ജ്ഞാനത്തിലൂടെ പരബ്രഹ്മചൈതന്യ ദർശനം.

അമൃതനാദ ഉപനിഷദ് : ധ്യാനമാർഗ്ഗത്തെക്കുറിച്ചാണ് അമൃതനാദ ഉപനിഷത്തിലെ 38 വരികളിൽ പ്രതിപാദിക്കുന്നത്. യോഗിയുടെ ബ്രഹ്മജ്ഞാനപ്രാപ്തിക്കായുള്ള സഞ്ചാര വിവരണം. ഓംകാര രഥത്തിൽ- ധ്യാനമാർഗ്ഗത്തിലൂടെ-മഹാവിഷ്ണുവിനെ സാരഥിയാക്കി-രുദ്രപൂജ നടത്തി-ബ്രഹ്മലോകം ലക്ഷ്യമാക്കിയുള്ള പ്രയാണം, പ്രത്യാഹാരം- ധ്യാനം- പ്രാണായാമം-ധാരണ-താരകം-സമാധി എന്നീ ഷഡംഗങ്ങളുടെ പ്രസക്തി, രുചിര-രേചക-പൂരക എന്നീ പ്രാണായാമത്തിൻെറ മൂന്ന് അവസ്ഥകൾ, ധാരണ-ധ്യാനം-സമാധി അവസ്ഥകൾ, സമാധിയുടെ സുദീർഘമായ വിവരണം, യോഗാഭ്യസനം, യോഗാനുഷ്ഠാനങ്ങിൽ ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ട കൃത്യതയും- നിഷ്ഠയും, യോഗപരിശീലനവിധം, യോഗ പരിശീലനത്തിൽ ദർഭയിൽ ഇരുന്ന് കൈ യഥാസ്ഥാനത്തുവെച്ച് ശ്വാസോച്ഛ്വാസം നിയന്ത്രിച്ച്- ഓം കാരം ധ്യാനിച്ച്-കുണ്ഡലിനിയെ ഉത്തേജിപ്പിച്ച്, നിരന്തരസാധന നടത്തേണ്ടവിധം, പഞ്ചഭൂത

Scanned with CamScanner

വിവരണം അഞ്ചുമാത്രയുള്ള പൃഥ്വി, നാലു മാത്രയുള്ള അപ്പ്, മൂന്ന് മാത്രയുള്ള തേജസ്, രണ്ടു മാത്രയുള്ള വായു, ഒരു മാത്രയുള്ള ആകാശം, പ്രാണോപാസനയുടെ ഭാഗമായ പ്രാണൻെറ ധ്യാനം, യോഗചര്യകളുടെ മഹത്വം.

കാലാഗ്നിരുദ്ര ഉപനിഷദ് : വളരെ ചെറിയ ഒരു ഉപനിഷത്താണിത്. കാലാഗ്നി രൂപനായ ശിവൻ തൃപുണ്ഡ്രവിധിയെക്കുറിച്ച് സനൽകുമാരനോട് വിവരിക്കുന്ന താണ് വിഷയം. ഭസ്മത്തിൻെറ ഘടനയായ അഗ്നി-വായു-ജല, പൃഥ്വി-മേഘ വിവരണം, മോക്ഷ പ്രാപ്തിക്ക് ഭസ്മലേപന മഹത്വം, ഭസ്മധാരണം തന്നെ തൃപുണ്ഡ്രധാരണം എന്ന ശിവൻെറ വിവരണം, ഭസ്മം ധരിക്കുന്നതിൻെറ സമയം-മന്ത്രം-മഹത്വം, ഈ ഉപനിഷദ്പഠനം കൊണ്ട് സർവ്വതീർത്ഥ സ്നാനഫലസിദ്ധി.

ക്ഷുരിക ഉപനിഷദ് : സംസാരബന്ധങ്ങളെ ജ്ഞാനമാകുന്ന ക്ഷുരിക(കത്രിക) കൊണ്ട് മുറിച്ചുകളഞ്ഞ് യോഗസാധനയിലൂടെയുള്ള ആത്മസാക്ഷാ ത്കാരം, പ്രാണായാമം, യോഗവിദ്യ, ഇന്ദ്രിയ നിഗ്രഹം, മനോനിയന്ത്രണം, പ്രത്യാഹാരം, അത്മശക്തി, യോഗചര്യകളിലൂടെ സുഷുമ്നാനാഡിയുടെയും മറ്റ് ഉപനാഡികളുടേയും നിയന്ത്രണം, സുഷുമ്നാനാഡിയുടെ ഇടതുവശത്തുള്ള ഇഡ നാഡികളുടെയും വലതു വശത്തുള്ള പിംഗളനാഡികളുടെയും നിയന്ത്രണത്തിനുള്ള സാധന, യോഗജ്ഞാനിക്ക് ലഭിക്കുന്ന ഭൗതിക-ആത്മീയ സിദ്ധികൾ, സംസാര ബന്ധങ്ങൾ ജ്ഞാനമാകുന്ന ക്ഷുരികകൊണ്ട് മുറിച്ച് ഓംകാരം ജപിച്ച്, യോഗചര്യകളിലൂടെ ബ്രഹ്മത്തെ അറിഞ്ഞ്, ബ്രഹ്മഉപാസന നടത്തി, ബ്രഹ്മത്തിൽ തന്നെ ലയിക്കുന്നതിന്, ഈ ഉപനിഷദ് ഉൽഘോഷിക്കുന്ന മാർഗ്ഗം സ്വീകരിക്കുന്നതിൻെറ മഹത്വം.

സർവ്വസാര ഉപനിഷദ് : ഗുരുവും ശിഷ്യനും തമ്മിലുള്ള സംവാദത്തിലൂടെയാണ് സർവ്വസാര ഉപനിഷത് വിഷയാവതരണം. സംസാരബന്ധം, മോക്ഷം, ജ്ഞാനമാർഗ്ഗങ്ങളായ വിദ്യ-അവിദ്യകളുടെ മഹത്വം, ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്ത അവസ്ഥകൾ, അന്നമയ-പ്രാണമയ -മനോന്മയ- വിജ്ഞാനമയ-അനന്ദമയ കോശങ്ങൾ, പ്രപഞ്ച കർത്താവ്, ജീവചൈതന്യം, പഞ്ചവർഗ്ഗം, പഞ്ചഭൂതം, ക്ഷേത്രജ്ഞൻ, പരാപ്രത്യക്രൂപം, ആത്മം, പരമാത്മം, പരബ്രഹ്മം, ബ്രഹ്മചൈതന്യം സ്ഫുരിക്കുന്ന സ്ഥാവര-ജംഗമവസ്തുകൾ. മറ്റ് ഉപനിഷദ് വിഷയങ്ങളുടെ സാരമായതുകൊണ്ട് ഇതിന് സർവ്വസാര ഉപനിഷദ് എന്ന് വിവരിക്കുന്നു- ഈ ഉപനിഷദ് പഠനഫലം.

Scanned with CamScanner

ശുകരഹസ്യ ഉപനിഷദ് : പരമേശ്വരൻ, വേദവ്യാസപുത്രനായ ശുകന് വേദ സംസ്കാര കർമ്മങ്ങൾ ഉപദേശിക്കുന്നതാണ് ശുകരഹസ്യ ഉപനിഷദ് വിഷയം. പ്രണവ മന്ത്രം, പ്രണവത്തിൻെറ അർത്ഥവ്യാപ്തി, ബ്രഹ്മാർപ്പണത്തിൻെറ സാരം, വേദമന്ത്രങ്ങളുടെ അർത്ഥം, മഹദ്വാക്യങ്ങൾ, ജപവിധികൾ, ജീവജാലങ്ങളിലും പ്രപഞ്ചശക്തികളിലും വർത്തിക്കുന്ന ബ്രഹ്മചൈതന്യം, ജ്ഞാനമഹത്വം, ഗുരുമുഖത്ത്നിന്ന് ജ്ഞാനം ശ്രുതിയിലൂടെ സ്വീകരിച്ച്-ഹൃദയത്തിൽ സൂക്ഷിച്ച്- ധ്യാനത്തിലുടെ- പൂർണ്ണബോധവൽക്കരണമായ വിദ്യാസമ്പാദനം. സ്വധർമ്മ-അന്യധർമ്മ വിദ്യാജ്ഞാനം, ബ്രഹ്മവിദ്യാജ്ഞാനം, ബ്രഹ്മസായൂജ്യത്തിനുള്ള മാർഗ്ഗം, പ്രണവജ്ഞാനം ഇവയെല്ലാം സ്വീകരിക്കുകയും പ്രചരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിൻെറ മഹത്വം.

തേജബിന്ദു ഉപനിഷദ് : അതീന്ദ്രീയധ്യാനമാണ് തേജബിന്ദു ഉപനിഷത്തിലെ വിവരണ വിഷയം. കഠിനമായ പന്ഥാവിലൂടെയുള്ള അതിന്ദ്രിയധ്യാന പരിശീലനത്തിനാവശ്യമായ നിഷ്കർഷത, ഭൗതിക-ആത്മീയ നിയന്ത്രണത്തിലൂടെ അനുശാസിക്കേണ്ട അതീന്ദ്രിയധ്യാനം, അതീന്ദ്രിയ ജ്ഞാനിക്ക് ലഭിക്കുന്ന ബ്രഹ്മ-ആത്മജ്ഞാനം, പരമാത്മാവിനപ്പുറത്തുള്ള ശൂന്യത, അവിടെ സത്യം-ദേവത- വാക്-ചിന്തകളുടെ അഭാവം, ലോഭ-മോഹ-ഭയ-ക്രോധങ്ങളിൽനിന്ന് അതീന്ദ്രിയ ജ്ഞാനിക്ക് ലഭിക്കുന്ന മോചനം, ജന്മ- കർമ- കുല- ജാതി- ധർമ്മ- ഭാവ-അഹങ്കാരാദികളിൽ നിന്നുള്ള മോചനം, കുണ്ഡലിനി ശക്തിയുടെ മൂന്നു പ്രധാന ബന്ധങ്ങളായ- മൂല- ഉദ്ധീയാന- ജാലന്ധര ബന്ധങ്ങൾ, ഖേചരീമുദ്രയുടെ മഹത്വം, ജീവാത്മ-പരമാത്മ ബിന്ദുക്കുടെ ധ്യാനത്തിലൂടെയുള്ള സംയോഗം, ഹൃദയകമല ദളങ്ങളുടെ നിറങ്ങളും, വികാരങ്ങളും, പരമയോഗിക്ക് ദൃശ്യമാകുന്ന ആത്മചൈതന്യം.

ധ്യാനബിന്ദു ഉപനിഷദ് : യോഗചര്യകളാണ് ധ്യാനബിന്ദു ഉപനിഷത്തിലെ വിവരണ വിഷയങ്ങൾ. ധ്യാനാവസ്ഥയുടെ മഹാത്മ്യം, ധ്യനാവസ്ഥയുടെ മഹാത്മ്യം, ധ്യാനമാർഗ്ഗത്തിലൂടെ മർത്യൻെറ സർവ്വപാപനാശനം, ജീവ-ഈശ്വരചൈതന്യബന്ധം, പ്രണവമന്ത്രം, പ്രണവജപത്തോടെയുള്ള ധ്യാനമഹത്വം, പ്രണവമന്ത്ര ജപത്തിലൂടെ തൃമൂർത്തി സാധന ചെയ്യുമ്പോൾ ലഭിക്കുന്ന ഫലം, ആറ് അംഗങ്ങളുടെയും-നാല് ആസനങ്ങളുടെയും മഹത്വം, മൂലാധാര വിവരണം, യോഗസാധനയിലൂടെയുള്ള ഉത്തേജനം, ഓരോ

നാഡിയുടെയും ധർമ്മം, ജീവനും, പ്രാണ-അപാന-വ്യാന-ഉദാന-സമാനാദികളുമായുള്ള ബന്ധം, പ്രാണാപനാദികളുടെ യോഗസാധനാ വേളയിലുള്ള ഏകഭാവം, ജീവൻെറ ഹംസമന്ത്രവിവരണം, പൂർണ്ണഗദ്യരൂപത്തിലാണ് ധ്യാനബിന്ദു ഉപനിഷത്തിൽ വിഷയാവതരണം.

ബ്രഹ്മവിദ്യ ഉപനിഷദ് : ഗദ്യങ്ങളിലൂടെ ബ്രഹ്മവിദ്യയെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരണങ്ങളാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്നത്. ഓംകാര മഹത്വം, ഓംകാരത്തിലെ അ-ഉ-മ കാരങ്ങൾക്കുള്ള യഥാക്രമം ഋഗ്വേദ-യജ്ജുർവേദ-സാമവേദസ്ഥാനം, സുഷുമ്നാനാഡിയിലൂടെ പ്രവഹിക്കുന്ന മണിനാദംപോലെ അനുഭൂതിയേകുന്ന ഓംകാരം, ബ്രഹ്മത്തിൻെറ ഓംകാരരൂപം, പരമേശ്വര പദപ്രാപ്തിക്ക് യോഗവിദ്യ യിലൂടെയുള്ള ജീവശുദ്ധീകരണം, പരമേശ്വരദർശനത്തിന് ഹംസവിദ്യയുടെ മാർഗ്ഗം, പരമേശ്വരദർശനത്തിലൂടെ യോഗിയുടെ മരണ-രോഗാദികളിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി, ഹംസഗുരുവിലൂടെ പരമാത്മജ്ഞാനം സ്വീകരിക്കുന്നതിൻെറ മഹത്വം, ഹംസഗുരുവിൻെറ പരമാത്മജ്ഞാനം, ഹംസപദത്തിലൂടെ ബ്രഹ്മപദപ്ര.ാപ്തി, സർവ്വവ്യാപിയായ പരമാത്മ-ജീവാത്മബന്ധം, സ്വയം ബ്രഹ്മാംശമാകുന്നു എന്ന വിചാരത്തിലൂടെയും ജ്ഞാനമാർഗത്തിലൂടെയുമുള്ള സുഗമമായ ബ്രഹ്മപദപ്രാപ്തി, അതീന്ദ്രിയ-പഞ്ചപ്രാണബന്ധം, ആത്മ പരമാത്മബന്ധം.

യോഗതത്വ ഉപനിഷദ് : മഹാവിഷ്ണു, ബ്രഹ്മപിതാമഹനു യോഗവിദ്യ ഉപദേശിക്കു ന്നതാണ് ഈ ഉപനിഷദ്‌വിഷയം, ജീവാത്മ-പരമാത്മ ബന്ധം, കാമക്രോധാദികളിൽ നിന്നുള്ള മുക്തിയിലൂടെ ജീവാത്മാവിൻെറ പരമാത്മപദ പ്രാപ്തി, യോഗവിദ്യ സാധനയിലൂടെ വിവിധ അവസ്ഥകൾ കടന്നുള്ള യോഗിയുടെ ബ്രഹ്മദർശനം, യോഗവിദ്യാപരിശീലനത്തിന് അനുശാസിക്കേണ്ട മാർഗ്ഗങ്ങൾ, യോഗവിദ്യയുടെ ആരംഭം-യമങ്ങൾ-നിയമങ്ങൾ-ആസനങ്ങൾ-പരിശീലന വിഷമതകൾ- പരിശീലനം സുഗമമാക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ, പ്രാണായാമവിധി, ഓരോ യോഗപരിശീലനത്തിലും പാലിക്കേണ്ട സമയനിഷ്ഠ, വിശ്രമത്തിൻെറ ആവശ്യകത, യോഗചര്യകളിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന സിദ്ധികൾ, ധ്യാനം-ധാരണ-പ്രത്യാഹാരം-പരബ്രഹ്മം-ധ്യാനനിഷ്ഠ-മഹാബന്ധങ്ങൾ-മഹാവേദങ്ങൾ എന്നിവയുടെ സുദീർഘമായ വിവരണം, ഇവയുമായി ശരീര നാഡികൾക്കുള്ള ബന്ധം, ധ്യാനമുറകളും-ആസനങ്ങളും ശരീരനാഡീ സമൂഹത്തിൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന സ്വാധീനം,

Scanned with CamScanner

ഖേചരിയോഗവിദ്യയുടെ ആചരണവിധിയും, ഫലവും, ജഠരാഗ്നിയുടെഉത്ഭവം, യോഗാസനങ്ങൾ തെറ്റായോ-വ്യത്യസ്തമായോ ചെയ്യുന്നതിൻെറ ദൂഷ്യഫലങ്ങൾ, വജ്രോളി ആസനം അചരിക്കുന്നതിലൂടെ ഉണ്ടാകുന്ന അമാനുഷിക സിദ്ധികൾ. വജ്രോളി ആസനത്തിൻെറ ആചരണം, പ്രണവ ധ്യാനം, യോഗചര്യകളിലൂടെ ആത്മദർശകൻെറ പരമപദപ്രാപ്തി.

ദക്ഷിണാമൂർത്തി ഉപനിഷദ് : ചിരം ജീവിയായ മാർക്കണ്ഡേയമുനി ഉപദേശിക്കുന്ന വിഷയ ങ്ങളാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിലെ വിവരണം, ചിരംജീവിപദത്തിൻെറ വിവരണം, തത്പദത്തിൻെറ മഹത്വം, ശിവതത്വജ്ഞാനം, ആത്മതത്വജ്ഞാനം, ശിവധ്യാനം, ദക്ഷിണാമൂർത്തി മാഹാത്മ്യം, അഷ്ടാക്ഷര-നവാക്ഷര-ദ്വാദശാക്ഷര-ചതുർദശാക്ഷര മന്ത്രങ്ങളുടെ മാഹാത്മ്യം, മന്വന്തരാധിപൻമാരായ മനുക്കളുടെ വിവരണം, ശിവസ്തുതി, ശിവബലി, ശിവജ്ഞാനം, ഈ ഉപനിഷദ് പഠന-ശ്രവണഫലം.

സ്കന്ദ ഉപനിഷദ് : അഹം എന്ന പദത്തിൻെറ വിവരണമാണ് സ്കന്ദഉപനി ഷത്തിലെ പ്രധാന വിഷയം. തൃമൂർത്തികളായ ബ്രഹ്മാ-വിഷ്ണു-മഹേശ്വരന്മാരിൽ പ്രശോഭിക്കുന്ന 'അഹ'ത്തിൻെറ ചൈതന്യം, സർവ്വ ചരാചരങ്ങളിലും ദൃശ്യമാകുന്ന അഹത്തിൻെറ ചൈതന്യം, വിഷ്ണു-ശിവ ഹൃദയങ്ങളുടെ ഏകഭാവം, അജ്ഞാനിക്ക് അഹത്തിൻെറയും ബ്രഹ്മത്തിൻെറയും ചൈതന്യം വ്യത്യസ്തമായി കാണുന്നത്, സ്നാനത്തിലൂടെ ശരീരത്തിലെ കളങ്കവും-ധ്യാനത്തിലൂടെ മനസ്സിൻെറ കളങ്കവും മാറുമ്പോൾ ദൃശ്യമാകുന്ന ബ്രഹ്മസ്വരൂപം, ചിന്തകൾക്കതീതനും-ആദിയും അന്തവുമില്ലാത്തവനും- നാരായണനും-ശങ്കരനും-ബ്രഹ്മാവുമായ പരബ്രഹ്മത്തെ അറിയുന്നതോടെ സാദ്ധ്യമാകുന്ന ജ്ഞാനിയുടെ ബ്രഹ്മപദപ്രാപ്തി, ബാഹ്യചക്ഷുസ്സുകൾകൊണ്ട് പ്രപഞ്ചവസ്തുക്കളെ ദൃശ്യമാകുന്നതുപോലെ, ആന്തരിക ചക്ഷുസ്സുകൾക്ക് ദൃശ്യമാകുന്ന ബ്രഹ്മരൂപം, വിവധ സാധനയിലൂടെയുള്ള പരബ്രഹ്മ ഉപാസന, ഈ ആരാധനയിലൂടെ പരബ്രഹ്മദർശനം.

ശാരീരിക ഉപനിഷദ് : മനുഷ്യശരീരത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരണങ്ങളടങ്ങുന്നതാണ് ശാരീരിക ഉപനിഷദ്. പഞ്ചഭൂതങ്ങളടങ്ങുന്ന ശരീരഘടന, ഈ പഞ്ചഭൂതങ്ങളിൽ പൃഥ്വി-ഖരവും, ആപം-ദ്രാവകവും, തേജസ്-താപ മുള്ളതും, വായു-ചലിക്കുന്നതും, ആകാശം-അനന്തമായതുമത്രെ കർമ്മേന്ദ്രിയ-ജ്ഞാനേന്ദ്രിയ

Scanned with CamScanner

-പഞ്ചഭൂതബന്ധനം, ഇന്ദ്രിയങ്ങൾക്ക് ഓരോന്നിനും പഞ്ചഭൂതങ്ങളിൽ ഒന്നുമായുള്ള ദൃഢബന്ധം, സത്വ-രജ-തമോ ഗുണങ്ങളാലുണ്ടാകുന്ന വികാര-വിചാരങ്ങൾ, ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്താവസ്ഥയിൽ ശരീരത്തിലെ പഞ്ചഭൂത സ്വാധീനം.

യോഗശിഖ ഉപനിഷദ് : യോഗസാധനാ വിവരണങ്ങളാണ് യോഗശിഖഉപനിഷത്തിലെ വിഷയങ്ങൾ.

അം 1. ബ്രഹ്മജ്ഞാനിയുടെ മഹത്വം, നിസ്സംഗകർമ്മത്തിലൂടെ ജ്ഞാന സമ്പാദനം, ജ്ഞാന-യോഗബന്ധം, യോഗചര്യകളിലൂടെയുള്ള ബന്ധമുക്തി, യോഗിക്ക് ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ട പക്വമായ മനസ്സും-മനോനിയന്ത്രണവും, യോഗചര്യകളിലൂടെയുള്ള ശരീര നാഡികളുടെ ഉത്തേജനവും-നിയന്ത്രണവും, കുംഭാസന പരിശീലന വിധി, സുഷുമ്നാ നാഡിയുടെ നിയന്ത്രണം, മന്ത്ര-ലയ-ഹഠ-രാജയോഗ വിവരണങ്ങൾ, ശരീര-പ്രപഞ്ചബന്ധം, ശരീര മർമ്മങ്ങൾ, യോഗചര്യകളിലൂടെ ശരീരത്തിലും- മനസ്സിലും ഉണ്ടാകുന്ന മാറ്റങ്ങൾ.

അം 2. ഗുരുവിൽ നിന്ന് യോഗവിദ്യാഭ്യാസം നേടുന്നതിൻെറ മഹത്വം, പ്രണവമന്ത്രജപവിധി, നാദബ്രഹ്മം, മഹാമായ-മഹാലക്ഷ്മി-മഹാദേവി എന്നിവർക്ക് പ്രകൃതിയുമായുള്ള ബന്ധം, ആത്മമന്ത്രം, പരാതത്വം, ഗുരുമഹാത്മ്യം.

അം 3, 4. നാദബ്രഹ്മത്തിൻെറ പരാ-പശ്യന്തീ-വൈഖരി രൂപങ്ങൾ, അവയുടെ പ്രത്യേകതകൾ, ശബ്ദബ്രഹ്മ ഉപാസനയിലൂടെയും പരബ്രഹ്മ ഉപാസനയിലൂടെയും പരബ്രഹ്മ സാധന, നാദബ്രഹ്മത്തിൻെറ ശ്രുതി- സംഗീത -വേദരൂപങ്ങൾ, പ്രപഞ്ചത്തിൻെറ ബ്രഹ്മതത്വം, സർവ വ്യാപി യായ ബ്രഹ്മം, ഭൗതികപ്രകൃതിയുടെ മിഥ്യാഭാവം, ആത്മ-ബ്രഹ്മബന്ധം.

അം 5. ശരീരത്തിലെ 6 നാഡീസമൂഹങ്ങൾ, നാലു പീഠങ്ങൾ, നാഡീചക്രം, ബിന്ദു, അഗ്നി, സോമസ്ഥാനങ്ങൾ, പഞ്ചാഗ്നി സ്ഥാനം, കുണ്ഡലിനീ വിവരണം, കുണ്ഡലിനിയുടെ ഉത്തേജനം, ഖേചരീമുദ്രയുടെ മഹത്വം, ശാരീരിക-മാനസിക ഉത്തേജനത്തിന് യോഗചര്യയുടെ പ്രാധാന്യം, അതിലൂടെ സിദ്ധിക്കുന്ന ആത്മീയശക്തി.

അം 6. കണ്ഡലിനീ ശക്തി, പരമമോക്ഷം, ദേവതാധ്യാനം, ജീവൻെറ ഹംസപ്രാർത്ഥനാഭാവം, കുണ്ഡലിനിയുടെ ഉത്തേജനം, ഭൗതിക ജീവിതത്തിലെ ബന്ധ-മോചനമാർഗ്ഗങ്ങൾ, പ്രണവമന്ത്ര മഹാത്മ്യം, മനസ്സിൻെറ നിയന്ത്രണം, മന-പ്രാണബന്ധം, നാദബ്രഹ്മശക്തി.

Scanned with CamScanner

ഏകാക്ഷര ഉപനിഷദ് : അക്ഷര ബ്രഹ്മത്തിൻെറ അധിപനായ നാരായണനെ വർണ്ണി ക്കുന്നതാണ് ഏകാക്ഷര ഉപനിഷദ്. ഏകാക്ഷരത്തിൽ വസിക്കു ന്നവനും അധിപനുമായ നാരായണൻ, ജ്ഞാതവേദനും-ഭുവനത്തിൻെറ ആധാരവും-പുരാണ പ്രസിദ്ധനും-ഏകപാദത്തിൽ വിശ്വം അളന്നവനും-അർക്കശോഭയുള്ള വനും- ഹിരണ്യഗർഭനും-ധാതാവും- വിധാതാവും-ഭൂതവും-ഭവിഷ്യവും -അംബരചക്രത്തിൽ ശോഭിക്കുന്ന വനും-ചന്ദ്രസമാനനനും- ഹിരണ്മയനും വിശ്വമുഖനുമാകുന്നുവത്രെ!

അക്ഷി ഉപനിഷദ് : സാംകൃതി മഹർഷിയും ആദിത്യനുമായുള്ള സംവാദത്തിലൂടെ ഇതിൽ രണ്ടു ഖണ്ഡങ്ങളിലായി വിഷയങ്ങൾ വിവരിക്കുന്നു.

ഒന്നാം ഖണ്ഡത്തിൽ സൂര്യദേവസ്തുതിയും, സ്തുതിയുടെ വ്യാഖ്യാനങ്ങളും, രണ്ടാം ഖണ്ഡത്തിൽ ഏഴുഭാഗങ്ങളിലായി സജ്ജനലക്ഷണം, സജ്ജനസംസ്കാരം, കാമക്രോധാദികളിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി-ശാസ്ത്രസേവനം-ഗുരുസേവനം എന്നിവയുടെ ഫലം, പുണ്യകർമ്മം, ആചാരം, ചിത്തശുദ്ധി, അജ്ഞാനഫലം, മനസ്സിൻെറ പ്രവർത്തനം, നിർഭയാവസ്ഥ, ഓംകാര മാഹാത്മ്യം എന്നി വിഷങ്ങളും വിവരിക്കുന്നു.

അവധൂത ഉപനിഷദ് : ദത്താത്രേയമഹർഷി അവധൂതസന്യാസി യെക്കുറിച്ച് നൽകുന്ന വിവരണമാണ് ഉപനിഷദ്‌വിഷയം. ഒരു മഹർഷിയുടെ തത്വജ്ഞാനാർ ജ്ജനത്തിലൂടെ അവധൂതപദപ്രാപ്തി, അവധൂതൻെറ ബ്രഹ്മസാന്നിദ്ധ്യം-പരമഗതിയുടെ ജ്ഞാനം -വർണ്ണാശ്രമധർമ്മത്തി നനതീതനെന്ന പദവി, കർമ്മ-ധർമ്മങ്ങളിൽ നിന്നും, യാഗയജ്ഞങ്ങളിൽ നിന്നും, പാപപുണ്യങ്ങളിൽ നിന്നുമുള്ള അവധൂതൻെറ മുക്തി, ഒരു യോഗി വേദ-ശാസ്ത്രങ്ങളഭ്യസിച്ച്-നിദ്ര- ഭിക്ഷ-സ്നാനം ഇവ ഉപേക്ഷിച്ച് സംസാരബന്ധങ്ങളില്ലാതെ, ആത്മ ഭജനയിലൂടെ, ലൗകീകസുഖങ്ങളിലാസക്തിയില്ലാതെ, ലോകനന്മ ഉദ്ദേശിച്ച്, ശാസ്ത്രമാർഗ്ഗങ്ങളിൽ മാത്രം വിശ്വസിച്ച്, ധന്യോഹം-എന്നു മാത്രം വിചാരിച്ച്, കർത്തവ്യങ്ങളില്ലാതെ, ജ്ഞാനം തന്നെ സുഖം എന്ന് വിചാരിച്ച്, അമൃതനായി, സ്വർണ്ണതേജസ്സോടെ എല്ലാ പാപങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തനായ അവധൂതനായിത്തീരുന്ന മാർഗവിവരണം.

കഠരുദ്ര ഉപനിഷദ് : ബ്രഹ്മവിദ്യ സമ്പാദിക്കുവാൻ പുറപ്പെടുന്ന വിദ്യാർത്ഥി ഗുരുവിനെ വന്ദിച്ച്, ബ്രഹ്മചര്യവ്രതം അനുഷ്ഠിച്ച്, സന്യാസിക്കുണ്ടായി രിക്കേണ്ട സർവ്വ ലക്ഷണങ്ങളും തികഞ്ഞ്,

Scanned with CamScanner

ജ്ഞാനസമ്പാദനത്തിൽ മാത്രം ശ്രദ്ധാലുവായി, സന്യാസ ജീവിതം നയിച്ച്, ബ്രഹ്മജ്ഞാനിയായിത്തീരണം.

രുദ്രഹൃദയ ഉപനിഷദ് : ശുകനും വ്യാസനും തമ്മിലുള്ള ,ംവാദമാണ് രുദ്രഹൃദയ ഉപനിഷത്തിലൂടെ വിവരിക്കുന്നത്. ദവന്മാരിലെ ശിവാത്മകത്വം, ശിവചൈതന്യത്താൽ ശോഭിക്കുന്ന സൂര്യൻ-ബ്രഹ്മാവ് -അഗ്നി-ഉമ- വിഷ്ണു-സോമൻ, ശിവമയമാകുന്ന ആത്മ-അന്തരാത്മ-പരമാത്മ ചൈതന്യം, വിഷ്ണുവിൻെറ ആത്മത്വം-ബ്രഹ്മാവിൻെറ അന്തരാത്മത്വം- ശിവൻെറ പരമാത്മത്വം, ബ്രാഹ്മ-വിഷ്ണു-മഹേശ്വരൻമാരുടെ ക്രിയ-കാര്യ-കാരണത്വം, ശിവമഹത്വ വിവരണം വേദവേദാന്തങ്ങളിൽ ജ്ഞാനത്തിലൂടെ സംസാരബന്ധ മോചനം, ഗുരുവിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന ജ്ഞാനമഹത്വം, പ്രപഞ്ചം മുഴുവനും വ്യാപിച്ചുകിടക്കുന്ന ശിവമയം, അദ്വൈതഭാവത്തിലൂടെ നയിക്കുന്ന മനസുകൊണ്ട് ലഭിക്കുന്ന മോക്ഷപ്രാപ്തി.

യോഗകുണ്ഡലിനി ഉപനിഷദ് : മൂന്ന് അദ്ധ്യായങ്ങളിലൂടെ യോഗവിദ്യയെക്കുറിച്ച് യോഗ കുണ്ഡിലിനി ഉപനിഷത്തിൽ വിവരിക്കുന്നു.

അം 1. യോഗിയുടെ ഭക്ഷണക്രമം, വിവിധ യോഗാസനങ്ങൾ, കുണ്ഡലിനിയുടെ നിയന്ത്രണത്തിനും ഉത്തേജനത്തിനുമുള്ള യോഗസാധനകൾ, പ്രാണായാമം, യോഗവിദ്യാപരിശീലനത്തിൽ നേരിടുന്ന വിഷമതകൾ, അവയ്ക്കുള്ള പരിഹാരങ്ങൾ, യോഗവിദ്യ സാധനയിലൂടെ സാദ്ധ്യമാകുന്ന പ്രാണവായുക്കളുടെ നിയന്ത്രണം, സമാധിയുടെയും, അനുഭൂതിയുടെയും അവസ്ഥകൾ.

അം 2. ഖേചരിവിദ്യ, ഹ്രീം എന്ന മന്ത്രത്തിൻെറ ഹ-റ-ഇ-മ- അക്ഷരങ്ങളുടെ സാരങ്ങൾ, ഖേചരി മന്ത്രസാരം, ഭൗതികവും, ആത്മീയവുമായ നേട്ടങ്ങൾക്കുവേണ്ടി ഖേചരിമന്ത്രം 12 ദിവസം ജപിക്കുന്നതിൻെറ മഹത്വം, നാവിൻെറയും, കണ്ഠത്തിൻെറയും പരിശീലനത്തിലൂടെ സാദ്ധ്യമാകുന്ന ഖേചരിമുദ്ര, കുണ്ഡലിനി ഉത്തേജനം മൂലം ലഭിക്കുന്ന അനുഭൂതി.

അം 3. അമാവാസി, പൗർണ്ണമി ദിനങ്ങളിൽ യോഗവിദ്യ അഭ്യസിക്കുന്നതുകൊണ്ട് ഉണ്ടാകുന്ന ഫലങ്ങൾ, സുഷുമ്നാ നാഡിയിലുണ്ടാകുന്ന ഉത്തേജനം, സുഷ്മ്നാനാഡിയിലെ സൂര്യചന്ദ്ര ബിന്ദുക്കളുടെ പ്രാധാന്യം, മൂലാധാരത്തിനും ബ്രഹ്മരന്ധ്രത്തിനും മദ്ധ്യത്തിൽ കാണുന്ന കുണ്ഡലിനിയുടെ മഹാത്മ്യം, യോഗവിദ്യാനുശാസനത്തിലൂടെ സാദ്ധ്യമാകുന്ന ആത്മദർശനം, ആത്മജ്വാല

Scanned with CamScanner

ദർശിക്കുന്ന യോഗിയുടെ അനുഭവം ഉൽകൃഷ്ടമായ ബ്രഹ്മജ്ഞാനത്തിൻെറയും, ബ്രഹ്മജ്ഞാനദാദാവായ ഗുരുവിൻെറയും മഹത്വം. അദ്വൈതവും-അനന്തവും-പൂർണ്ണവുമായ ബ്രഹ്മചൈതന്യം, ജീവിതത്തിലും മരണത്തിലും ബന്ധനമുക്തനായിത്തീരുന്ന ബ്രഹ്മജ്ഞാനി, മരണശേഷം പ്രാപിക്കുന്ന ജീവൻമുക്ത അവസ്ഥയും വിദേഹമുക്താവസ്ഥയും.

പഞ്ചബ്രഹ്മ ഉപനിഷദ് : മഹാദേവൻ പിപ്പലാദമുനിക്ക് നൽകുന്ന ജ്ഞാനോപ ദേശമാണിത്. മൂന്ന് സ്വരത്തോടുകൂടിയ പ്രപഞ്ചത്തിൽ വ്യാപിച്ചു കിടക്കുന്ന പീതവർണ്ണത്തിലൂള്ള ബ്രഹ്മതേജസ്, ശക്തിസ്വരൂപമായ ബ്രഹ്മരൂപം, അഘോരരൂപമായി അറിയപ്പെടുന്ന കോടിസൂര്യസമപ്രഭ യോടുകൂടിയ ബ്രഹ്മരൂപം വായുമണ്ഡലത്തിൽ സംവൃതമായിരിക്കുന്ന-പഞ്ചാഗ്നിയുക്തമായ- അഥർവവേദത്തോടുകൂടിയ-രക്ത വർണ്ണമുള്ള -സൃഷ്ടി-സ്ഥിതി-ലയാധീനമായ ബ്രഹ്മസംജ്ഞിത രൂപത്തിൻെറ "തത്പുരുഷ" രൂപം, ഓംകാരസ്വരരൂപഭൂഷിതവും- അവ്യക്തവും- ആകാശാത്മകവും-സർവ്വദേവമയവും-ശാന്തവും-പഞ്ചബ്രഹ്മാ ത്മകവുമായ ഈശാനരൂപം.

പ്രാണാഗ്നിഹോത്ര ഉപനിഷദ് : മനുഷ്യശരീരവും യജ്ഞവും തമ്മിലുള്ള ബന്ധമാണ് പ്രാണാഗ്നിഹോത്ര ഉപനിഷദ് വിഷയം. ശരീരചൈതന്യത്തിന് ശോഭാകാരത്തോടുകൂടിയ ഹവിസ്തർപ്പണം, പ്രാണനാകുന്ന ത്രിമൂർത്തികൾ, സൂര്യാഗ്നി പ്രഭയോടെ ഋഷിയുടെ ഹൃദയത്തിലും ഗാർഹപത്യാഗ്നിയുടെ നാഭിയിലുമുള്ള വാസം, യജ്ഞശാലയിൽ ആത്മാവ്-യജ്ഞമാനനും, ബുദ്ധി-യജ്ഞമാനപത്നിയും 'അഹ'ങ്കാരം- അധ്വര്യുവും, ചിത്തം-ഹോതാവും, പ്രാണൻ-ബ്രാഹ്മണനും അപാനൻ-പ്രതിപ്രസ്തോതാവും, വ്യാനൻ-പ്രസ്തോതാവും, ഉദാനൻ-ഉദ്ഗാതാവും, സമാനൻ-മൈത്രാവരുണനും, ശരീരം-യജ്ഞവേദിയും, നാസിക-അന്തർവേദിയും, കണ്ഠം- ദ്രോണകലശവും, പാദം-രഥവും, ദക്ഷിണഹസ്തം സ്രുവവും, കാമം- പശുവും, കേശം-ദർഭയും, ഇന്ദ്രിയങ്ങൾ യജ്ഞപാത്രവുമാകുന്നു.

വരാഹ ഉപനിഷദ് : ബ്രഹ്മവിദ്യയെക്കുറിച്ച് വരാഹമൂർത്തി, ഋഭുഋഷിക്ക് വിവരിക്കുന്നതാണ് വരാഹ ഉപനിഷദ് വിഷയം, അഞ്ച് അദ്ധ്യായങ്ങളിലെ വിവരണം യഥാക്രമം ഇപ്രകാരമാകുന്നു.

അം 1, 2. ബ്രഹ്മജ്ഞാനത്തിനാവശ്യമായ സാധനകൾ,

മന-ഇന്ദ്രിയ നിയന്ത്രണം, ജീവൻമുക്തിയുടെ മാർഗ്ഗം, അജ്ഞാന നിർമ്മാർജ്ജനം, യോഗിയിൽ സ്വയം വർത്തിക്കുന്ന ബ്രഹ്മചൈതന്യം, ഭൗതികസുഖങ്ങളുടെ നശ്വരത, കാമക്രോധാദികളിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി, യോഗവിദ്യ ജ്ഞാനഫലം.

അം 3. ഈശ്വരചൈതന്യത്തിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന അനശ്വരമായ ആനന്ദം, തത് ചൈതന്യമാർഗ്ഗത്തിലൂടെ ജനനമരണങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി.

അം 4. ഋഭുഋഷിയും നിഗാഡ എന്ന ശിഷ്യനും തമ്മിലുള്ള സംവാദമാണ് ഈ അദ്ധ്യായവിഷയം. ജ്ഞാനത്തിൻെറ ഏഴ് അവസ്ഥകൾ, പ്രണവമന്ത്രമഹത്വം, നാലുവിധ ജീവൻ മുക്താവസ്ഥ, ആത്മസാക്ഷാത്കാരത്തിലൂടെയുള്ള ബ്രഹ്മജ്ഞാനം, ഭൗതികസുഖങ്ങളുടെ മായാവലയം, സുഖസൗകര്യങ്ങൾക്കിടയിൽ നിർവ്വികൽപനയായി ജീവിക്കുന്ന ബ്രഹ്മജ്ഞാനിയുടെ മഹത്വം.

അം 5. യോഗവിദ്യ പരിശീലനം, ലയ-മന്ത്ര-ഹഠ യോഗങ്ങളുടെ എട്ട് ഉപഘടകങ്ങൾ, യമ-നിയമങ്ങൾ, പതിനൊന്ന് യോഗാസനങ്ങൾ, ശരീര നാഡികളുടെ സ്ഥാനം, നാഡികളുടെ ധർമ്മം-മഹത്വം, ഇവയ്ക്ക് പഞ്ചപ്രാണനുമായുള്ള ബന്ധം, ചതുഷ്പാദബന്ധം, സംപുടയോഗം, പ്രണവമന്ത്ര ജപത്തിലൂടെയുള്ള ദേവപ്രാർത്ഥന.

കലിസന്തരണ ഉപനിഷദ് : അറിയപ്പെടുന്നതിൽവെച്ച് ഏറ്റവും ചെറിയ ഉപനിഷത്താണിത്. 'കലിയുഗത്തിലെ ദോഷങ്ങൾ അനുഭവിക്കാതെ തനിക്കും സജ്ജനങ്ങൾക്കും എങ്ങിനെ ജീവിക്കാനാകും'' എന്ന നാരദമഹർഷി യുടെ പ്രശ്നത്തിന് ബ്രഹ്മദേവൻ നൽകുന്ന വിശദീകരണമാണ് കലിസന്തരണ ഉപനിഷദ് വിഷയം. ഭഗവാനും ആദിപുരുഷനുമായ നാരായണൻെറ നാമജപമാത്രയിൽ മനുഷ്യൻ മുക്തനായിത്തീരുന്നു. ഈ നാമം "ഹരേ രാമ ഹരേ രാമ രാമ രാമ ഹരേ ഹരേ, ഹരേ കൃഷ്ണ ഹരേ കൃഷ്ണ കൃഷ്ണ കൃഷ്ണ ഹരേ ഹരേ" എന്നതാണ്.

സരസ്വതീ രഹസ്യ ഉപനിഷദ് : അശ്വലായനമഹർഷി സരസ്വതീദേവി ഉപാസന മഹത്വം മറ്റു മഹർഷിമാർക്ക് വിവരിക്കുന്നു. സരസ്വതീദേവി സ്തുതി, സരസ്വതീ മന്ത്രങ്ങൾ, ഋഷികളുടെ മന്ത്ര വർണ്ണന, ദേവീമാഹാത്മ്യം കേട്ട് മഹർഷിമാർ നടത്തുന്ന സുദീർഘമായ ദേവിസ്തുതി, ദേവിയുടെ ബ്രഹ്മത്വം-പ്രകൃതിത്വം-പ്രകൃതി പുരുഷത്വം-ഈശ്വരചൈതന്യം- ശക്തിസ്വരൂപം-

Scanned with CamScanner

ജീവസ്വരൂപം-ബ്രഹ്മപ്രകൃതിഭാവം-ബ്രഹ്മാമംശം, ഉപാസനയിലൂടെ നിർവ്വികൽപാവസ്ഥപ്രാപ്തി.

സാമവേദീയ ഉപനിഷദ്

സാമവേദ ഭാഗമായി ഉപനിഷത്തുകളില്ല. സാമവേദശാഖ യിലുള്ള ഋഷിവര്യന്മാർ അനേകം ഉപനിഷത്തുകൾ രചിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇവയാണ് സാമവേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾ.

കേന ഉപനിഷദ് : ദശോപനിഷത്തുകളിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട ഈ ഉപനിഷത്തിൽ ഗുരുശിഷ്യ സംവാദരൂപത്തിലാണ് വിഷയ വിവരണം.

ഖണ്ഡം 1, 2. മനസ്സിന്റെ വിഷയാസക്തി, മനോവാക് നിയന്ത്രണം, ജ്ഞാനേന്ദ്രിയങ്ങളുടെ ധർമ്മം, ശരീരപ്രവർത്തനത്തിൽ ആത്മാവിന്റെ ധർമ്മം, ആത്മാവിന്റെ ബ്രഹ്മസ്വരൂപം, ബ്രഹ്മജ്ഞാനം, ശരീരത്തിലെ ഇന്ദ്രിയങ്ങളെ പ്രവർത്തിപ്പിക്കുന്ന ബ്രഹ്മ വിരണം, ബ്രഹ്മജ്ഞാന പ്രാപ്തിക്കുള്ള മാർഗ്ഗം, പൂർണ്ണ ബ്രഹ്മജ്ഞാന ലബ്ധി അപ്രാപ്യമായ ഒരു കർമ്മമെന്ന വിവരണം, ബ്രഹ്മജ്ഞാന പ്രാപ്തിയിലുള്ള അപൂർണ്ണത.

ഖണ്ഡം 3, 4. ബ്രഹ്മത്തിന്റെ അജയ്യവും നാശഹീനവുമായ അവസ്ഥ തെളിയിക്കുന്നതിനുള്ള കഥാവിവരണം, അസുരന്മാരെ ജയിച്ച ദേവന്മാരുടെ അഹങ്കാരം കണ്ട് ബ്രഹ്മം യക്ഷരൂപം പ്രാപിച്ച് ദേവന്മാരുടെ മുമ്പിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെടുന്നു. ദേവന്മാരിൽ അതിശക്തരെന്നഹങ്കരിച്ച അഗ്നി-വായു-ഇന്ദ്രൻ എന്നിവരുടെ അൽപത്വം കാണിച്ച് അഹങ്കാരം അവസാനിപ്പിക്കുന്നു. യക്ഷത്തിന്റെ ശക്തമായ ബ്രഹ്മരൂപം ദർശിച്ച ദേവന്മാർക്ക് ലഭിച്ച മഹത്വം, ദേവന്മാരുടെ ബ്രഹ്മസ്തുതി, ബ്രഹ്മരൂപവർണ്ണന, ബ്രഹ്മത്തിന്റെ പാദം, തപവും-ദമവും-കർമ്മവും, അംഗങ്ങൾ-വേദങ്ങൾ, ഇരിപ്പിടം-സത്യം ഈ അവസ്ഥാരൂപത്തിൽ ബ്രഹ്മജ്ഞാനം ലഭിക്കുന്ന മനുഷ്യന്റെ ബ്രഹ്മലോകപ്രാപ്തി.

ഛാന്ദോഗ്യ ഉപനിഷദ് : എട്ട് അദ്ധ്യായങ്ങളുള്ള അതിബൃഹത്തായ ഒരു ഉപനിഷത്താണിത്.

അം 1, 2. ജ്ഞാനത്തിന്റെ ഉത്ഭവം, ജ്ഞാനം-ഉപാസന-കർമ്മം-ഓംകാരം എന്നീ പദങ്ങളുടെ അർത്ഥം, സത്കൃത്യചിഹ്നമായ ദേവത്വം-ദുഷ്കൃത്യ ചിഹ്നമായ അസുരത്വം-നിർവ്വചനം, ദേവത്വം, പഞ്ചപ്രാണൻ, ഓംകാര-അന്ന-അക്ഷര ഉപാസനകൾ, പഞ്ചഭൂതം, പഞ്ചവിധ തപസ്, പഞ്ചവിധ സാമഉപാസന, ആദിത്യ-ഗായത്രി-

Scanned with CamScanner

ഓംകാര ഉപാസനയിലൂടെ ബ്രഹ്മജ്ഞാനലബ്ധി, യജ്ഞഹവനാദി കളിലെ സാമഗാനങ്ങൾ.

അം 3, 4. പുരുഷാർത്ഥ പ്രാപ്തിക്കായുള്ള സൂര്യോപാസന, അമൃതതുല്യമായ ഋഗ്വേദം, ദക്ഷിണ രശ്മിയായ യജ്ജുർവേദം, പ്രത്യക് രശ്മിയായ സാമവേദം, ഉദഗരശ്മിയായ ഇതിഹാസ പൂരാണങ്ങൾ എന്നിവയുടെ ഉപാസനാഫലം, ആജ്യ-ഹവിസ്സുകൾ ദേവന്മാർക്കായി അഗ്നി സ്വീകരിക്കുന്നവിധം, രുദ്രവസ്തുക്കളുടെ ചൈതന്യം, ഗായത്രീമന്ത്രമഹാത്മ്യം, ഗായത്രീഉപാസന, ബ്രഹ്മജ്ഞാനം, പ്രപഞ്ചപുരുഷനിലെ ബ്രഹ്മത്വം, ആദിത്യനിലെ ബ്രഹ്മസാന്നിദ്ധ്യം ആചാര്യനെ സമീപിച്ച് രൈക്വരാജാവ് ബ്രഹ്മജ്ഞാന പ്രാപ്തിക്കുള്ള ഉപദേശം സ്വീകരിക്കുന്നകഥ. ശ്രദ്ധയോടെയുള്ള തപസ്സാണ് ബ്രഹ്മജ്ഞാനമാർഗ്ഗമെന്ന ആചാര്യ ഉപദേശം, സത്യകാമൻ എന്ന രാജാവ് ബ്രഹ്മജ്ഞാനം നേടിയ കഥ, യജ്ഞത്തിലെ ത്രേതാഗ്നി-ഗാർഹപത്യാഗ്നി-ആഹവനീയാഗ്നി എന്നിവയുടെ ഉപാസനയിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന ബ്രഹ്മജ്ഞാനം.

അം 5, 6. ശബ്ദ-പ്രാണമഹത്വം, പൃഥ്വി-പുരുഷ-ഔഷധി-അഗ്നി എന്നിവയുടെ മാഹാത്മ്യം, ആദിത്യനിലെ ബ്രഹ്മതത്വം, പഞ്ചഭൂത തത്വം, പ്രാണാഗ്നിഹോത്രം. സർവ്വഭൂതങ്ങളിലും ദൃശ്യമാകുന്ന ആത്മസത്ത, പ്രപഞ്ചദ്രവ്യങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനഘടകം, ജഗത്സൃഷ്ടി, അന്ന മഹത്വം, അന്നമയ ശരീരം, മനസ്സിലെ അന്നമയഅംശം, പ്രപഞ്ചപുരുഷ-മന-പ്രാണ ജ്യോതിസ്വരൂപ ബന്ധം, പ്രപഞ്ചത്തിലെ ജീവചൈതന്യം, നദി-സമുദ്രത്തിലേക്കു ചേരുന്നതിനോട് തുല്യമായ ജീവാത്മ-പരമാത്മ ലയനം, നല്ലവേരുകൾ ജലവും ലവണവും വലിച്ചെടുക്കുന്നതിനോട് തുല്യമായി, നല്ല ആത്മാക്കളുടെ നന്മയെ ആഗീരണം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള ശക്തിവിവരണം, വേരുകളുടെ ക്ഷതം വൃക്ഷത്തെ ക്ഷയിപ്പിക്കുന്നതു പോലെ ആത്മക്ഷതം ഭൗതികവും-ആത്മീയവുമായ ശരീരത്തെയും ക്ഷയിപ്പിക്കുമെന്ന വിവരണം.

അം 7, 8. വേദ-ഇതിഹാസ പുരാണങ്ങളിലൂടെയുള്ള ആത്മജ്ഞാനം, പഞ്ചഭൂത തത്വങ്ങൾ, ജ്ഞാനേന്ദ്രിയ ധർമ്മം, മനസ്-വാക്-സങ്കൽപം-ചിത്തം-ധ്യാനം-ജ്ഞാനം-ബലം-അന്നം-ജലം- തേജസ് -ആകാശം-സ്മരണ-ആഗ്രഹം-പ്രാണൻ എന്നിവ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം, ആത്മസ്തുതി, യജ്ഞസ്തുതി, ബ്രഹ്മജ്ഞാനിയുടെ ധർമ്മങ്ങൾ, ഇന്ദ്രൻ കഠിന തപസ്സിലൂടെ ബ്രഹ്മജ്ഞാനം നേടിയ കഥ, ബ്രഹ്മരൂപധ്യാനം, ജ്ഞാനമഹത്വം.

Scanned with CamScanner

ആരുണി ഉപനിഷദ് : അഞ്ചു മന്ത്രങ്ങളിൽ അരുണൻെറ പുത്രനും ബ്രഹ്മാവും തമ്മിലുള്ള സംവാദമായിട്ടാണ് ആരുണ്യുപനിഷത്തിലെ വിവരണം. ഭൂ-ഭുവ-സ്വ-മഹ-ജന-തപ-സത്യലോകങ്ങൾ, അതല-വിതല- സുതല-രസാതല-തലാതല-പാതളാദി ലോകങ്ങൾ, സന്യാസവിവരണം, മന്ത്ര-യന്ത്ര-യജ്ഞോപവീത-ശിഖ എന്നിവയുപേക്ഷിച്ച് സർവ്വഥാ ആത്മധ്യാനത്തിലൂടെ വേദ-ആരണ്യക. ഉപനിഷത്തുകൾമാത്രം ജപിച്ചുകൊണ്ടുള്ള സന്യാസവൃത്തി, ബ്രഹ്മധ്യാനം ചെയ്ത് സന്യാസജീവിതം സ്വീകരിക്കുന്നതിൻെറ മഹത്വം, പരമഹംസയോഗിയുടെ വികാരവിചാരങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി, ഈ സന്യാസി വർഷ ഋതുവിൻെറ നാലുമാസം വ്രതാനുഷ്ഠാനവും ശേഷകാലം ദേശാടനവും ചെയ്ത്, അല്പം ഭക്ഷിച്ച്, ഓംകാരം ജപിച്ച്, മനസ്സിൽ സത്യദീപം കൊളുത്തി, ദേവ തത്വങ്ങൾ പഠിച്ച് നേടുന്ന ബ്രഹ്മജ്ഞാനം.

മൈത്രായണീ ഉപനിഷദ് : നാലുപ്രപാഠകങ്ങളിലാണ് മൈത്രായണ്യുപനിഷത്തിലെ വിഷയ വിവരണം.

പ്രപാഠകം 1. ബൃഹദ്രഥരാജാവ് വാനപ്രസ്ഥാശ്രമം സ്വീകരിച്ച് കാനനവാസം നടത്തുന്ന വനത്തിൽ മുനിശ്രേഷ്ഠനായ ശാകായനനെ കണ്ട് നടത്തുന്ന സംവാദപ്രശ്നം. ചർമ്മം-സ്നായു-മജ്ജ-മാംസം-ശോണിതം-ശ്ലേഷ്മം-മൂത്രം-വാതം-കഫം എന്നിവകൊണ്ട് നിർമ്മിതമായ ദുർഗന്ധം വമിക്കുന്ന മനുഷ്യശരീരത്തിലെ കാമം-ഉപഭോഗം ഇവയുടെ അർത്ഥം എന്ത് ? കാമക്രോധാദികൾ-രോഗങ്ങൾ ഇവ നിറഞ്ഞ ശരീരത്തിലെ കാമ-ഉപഭോഗങ്ങൾ ഇവ എന്ത് ? മഹാരഥന്മാരായ അനേകം രാജാക്കന്മാരിൽ മൃത്യുവിങ്കലേക്ക് ആനയിക്കപ്പെട്ടു. ഈ ലോകത്തിൽ ശാശ്വതമായതെന്ത് ? ബൃഹദ്രഥരാജൻെറ ഈ പ്രശ്നങ്ങളാണിതിലെ വിഷയം.

പ്രം 2, 3. ശരീരത്തിൻെറ സ്ഥിരവും-അസ്ഥിരവുമായ എല്ലാ കർമ്മങ്ങളുടേയും ആസ്തിത്വം, ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്ത-തുരീയ എന്നി നാലു അവസ്ഥകളിലും, വായുവിനെപോലെ അദൃശ്യനായി പഞ്ചപ്രാണനിലൂടെ ശരീരത്തിൽ കടന്ന്, ആത്മാവിരിക്കുന്നു. വൈശ്വാനര രൂപിയും ശുദ്ധസ്വരൂപനുമായ - ആത്മചൈതന്യത്താൽ കർമ്മേന്ദ്രിയങ്ങളാകുന്ന രഥത്തിൽ-ശരീരം ചക്രത്തെപോലെ പ്രവർത്തിച്ച്-കർമ്മഫലങ്ങൾ രഥദിശനിയന്ത്രിച്ചുള്ള ആത്മീയ യാത്രാമഹത്വം, കർമ്മമഹത്വം, പഞ്ചതന്മാത്രകളുടെ അടിസ്ഥാന തത്വങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള അനേകം അഭിപ്രായങ്ങൾ, ആത്മാവിൻെറ

Scanned with CamScanner

നാനാത്വം, ശരീര-ആത്മബന്ധം ഇവയെക്കുറിച്ചുള്ള പ്രമാണാന്ത രങ്ങൾ എന്നിവയുടെ വിവരണം.

പ്രം 4. ധർമ്മാനുഷ്ഠാനങ്ങളില്ലാതെ നയിക്കുന്ന ജീവിതഫലം, സ്വധർമ്മമഹത്വം, സംസാരകർമ്മ മാഹാത്മ്യം, ധാർമ്മികകർമ്മത്തി ലൂടെ ലഭിക്കുന്ന സന്തോഷം, പ്രസന്നമായ മന-ശരീരത്തിലൂടെയുള്ള ഭഗവത് ഉപാസന എന്ന ലളിതമായ മോക്ഷമാർഗ്ഗം, ഉപാസനയിലൂടെ ആത്മചൈതന്യസാക്ഷാത്കാരം.

മൈത്രേയീ ഉപനിഷദ് : മൈത്രേയിക്ക് ശിവൻ നൽകുന്ന ഉപദേശമാണ് മൂന്ന് അദ്ധ്യായങ്ങളിൽ മൈത്രേയീ ഉപനിഷത്തിൽ വിവരിക്കുന്നത്. ഭൗതിക ജീവിതത്തിലെ അനർത്ഥങ്ങളും, ക്ഷണികങ്ങളായ സുഖങ്ങളും, നിത്യങ്ങളായ ദുഃഖങ്ങളും മനസ്സിലാക്കിയ ബൃഹദ്രഥരാജൻ വനത്തിൽ ശാകായന മുനിയുമായി നടത്തുന്ന സംവാദം. തപം, സത്വം, മനസ്, ആത്മം, ചിത്തം എന്നീ വിഷയവിവരണം. മൈത്രേയിയും ശിവനും കൈലാസത്തിൽ നടത്തുന്ന ആത്മീയ വിഷയസംവാദം, ജ്ഞാനം, ധ്യാനം, സ്നാനം, ഇന്ദ്രിയകർമ്മങ്ങൾ, ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹണം, ശൗചം എന്നീ പദങ്ങളുടെ നിർവ്വചനങ്ങൾ, ശുദ്ധി, പവിത്രത, ദ്വൈതം, അദ്വൈതം, ബ്രഹ്മചൈതന്യം, വൈരാഗ്യം എന്നീ വിഷയ വിവരണങ്ങൾ, 'അഹം' എന്ന പദത്തിന്റെ ഗഹനമായ അർത്ഥം, ആത്മജ്ഞാനി സർവ്വചരാചരങ്ങളിലും ദർശിക്കുന്ന 'അഹ' തത്വം, എന്നിലും, നിന്നിലും, ആദിയിലും, ഉന്നതിയിലും, താഴ്ചയിലും, താഴ്ന്നവനിലും, ഉയർന്നവനിലും, സിദ്ധനിലും, യോഗിയിലും, പ്രകാശി ക്കുന്നതും ജ്ഞാനിക്ക് ദൃശ്യമാകുന്നതുമായ 'അഹം' അഥവാ സ്വബോധത്തിന്റെ തത്വമഹത്വം.

വജ്രസൂചിക ഉപനിഷദ് : അജ്ഞാനമാകുന്ന ദുഷ്ടിനെ വജ്രസൂചികൊണ്ട് നീക്കം ചെയ്യുക എന്നതാണ് വജ്രസൂചികോപനിഷത്തിലെ വിഷയം. നാലു വർണ്ണങ്ങളുടെ ധർമ്മം, ബ്രാഹ്മണ്യത്തിന്റെ നിർവ്വചനം "ബ്രാഹ്മണത്വം ജീവൻ-ശരീരം-വർഗ്ഗം-ജ്ഞാനം-കർമ്മം-ധർമ്മം ഇവയൊന്നുമല്ല തന്നെ, ആദിയും, അന്തവും, ഭേദഭാവങ്ങളുമില്ലാതെ, സത്യ-ജ്ഞാന- ആനന്ദത്തിന്റെ മൂർത്തിമത് ഭാവവമായി എക്കാലത്തും- എല്ലായിടത്തും-നിലനിൽക്കുന്ന ചേതനയായി ആത്മാവിനെ കാണുവാൻ സാധിക്കുന്ന യോഗിയത്രെ ബ്രഹ്മണൻ". വികാരങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തനും-ത്യാഗിയുമായ ഈ ബ്രാഹ്മണൻ സച്ചിദാനന്ദരൂപിയായ ബ്രഹ്മത്തെ ആത്മസമാനം ദർശിക്കുന്നു.

Scanned with CamScanner

യോഗചൂഡാമണി ഉപനിഷദ് : യോഗാസനം, ശ്വാസോച്ഛ്വാസ നിയന്ത്രണം, ധ്യാനം, അതീന്ദ്രിയ ധ്യാനം, യോഗത്തിലെ ഷഡംഗങ്ങൾ, ഷഡ്ചക്രങ്ങൾ, മൂലാധാരചക്രം, സ്വാദിഷ്ഠാനചക്രം, ഇവകളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നാഡി സമൂഹങ്ങൾ, ഓരോ നാഡിയുടെ പേരും അവയുടെ പ്രാധാന്യവും, നാഡികളിലൂടെയുള്ള പഞ്ചപ്രാണന്റെ സംചാലനം, നിരന്തര സാധനയിലൂടെ കുണ്ഡലിനിയുടെ ഉത്തേജനം, ഖേചരിമുദ്രയുടെ മഹത്വം, മഹാമുദ്രയുടെ വർണ്ണന, പ്രണവപ്രാർത്ഥന, ഓംകാര-ബ്രഹ്മ-ബന്ധം, പഞ്ചഭൂത-പഞ്ചപ്രാണ-പഞ്ചദേവതാ വിവരണം, ഓംകാരമഹത്വം, സർവ്വവ്യാപിയായ ബ്രഹ്മചൈതന്യം, പാപമോചനമാർഗ്ഗം, പ്രാണായാമവിധി, പ്രാണായാമത്തിലൂടെയുള്ള നാഡിശുദ്ധീകരണം, രോഗമുക്തി, യോഗസാധനയിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന ഭൗതിക-ആത്മീയസിദ്ധികൾ.

വാസുദേവ ഉപനിഷദ് : വാസുദേവ-നാരദസംവാദത്തിലൂടെ ഇതിൽ വിഷയാവതരണം നടത്തിയിരിക്കുന്നു. ഊർദ്ധ്വപുണ്ഡ്രവിധി, ഗോപീചന്ദനധാരണം, ഗോപീചന്ദനധാരണത്തിലൂടെയുള്ള മുക്തി, ബ്രഹ്മചാരികൾ അനുഷ്ഠിക്കേണ്ട ഗോപീചന്ദനധാരണ വിധി, ഹൃദയകമലത്തിൽ വാസുദേവപ്രതിഷ്ഠനടത്തിയിട്ടുള്ള ധ്യാനഫലം, അഗ്നി-ക്ഷീരം- സ്ഥാവര-ജംഗമ വസ്തുക്കൾ എന്നിവയിലെ വാസുദേവചൈതന്യം, വാസുദേവഉപനിഷത്പഠന ത്തിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന സർവ്വ തീർത്ഥസ്നാന-സർവ്വയജ്ഞ കർമ്മഫലങ്ങൾ.

മഹോപനിഷദ് : ആറ് അദ്ധ്യായങ്ങളടങ്ങുന്നതാണ് മഹോപനിഷദ്. നാരായണന്റെ ഏകഭാവം, പ്രപഞ്ചപുരുഷ വിരാട്സ്വരൂപം, തേജസ്വിയായ ശുകൻ സ്വയം ജ്ഞാനം നേടുന്ന ചരിത്രം, ശുകന്റെ ഉപദേശത്തിലൂടെ ജനകന് ലഭിച്ച മോക്ഷപ്രാപ്തി, നിഘാദൻ എന്ന ബാലനായ മുനിശ്രേഷ്ഠന്റെ കഥ, പ്രപഞ്ചത്തിലെ അനിത്യത്വം, അഹങ്കാരത്തിനുള്ള ഹേതു, ഭൗതികജീവിതത്തിലെ മനസ്സിന്റെ ആഗ്രഹങ്ങൾ, സ്ത്രീസുഖലോലുപത, ഭൗതികസുഖങ്ങളുടെ അസ്ഥിരത, ശാസ്ത്രപഠനത്തിലൂടെയുള്ള ആത്മസാക്ഷാത്കാരം, മോക്ഷമാർഗ്ഗം, സമാധിഭാവം, ജീവൻമുക്താവസ്ഥ, ആത്മജ്ഞാനി യുടെ ലക്ഷണം, പരമമായ ആത്മീയ ആനന്ദം, മനസ്സിന്റെ മഹത്വം, സാധനയിലൂടെ സാധ്യമാകുന്ന ബ്രഹ്മദർശനം, ആത്മീയജ്ഞാനം, നിർഗുണ-നിർവികൽപ പരബ്രഹ്മവിവരണം, സംസാര ബന്ധമോചനത്തിലൂടെയുള്ള ബ്രഹ്മജ്ഞാന മാർഗ്ഗം, മോക്ഷസിദ്ധി. ബ്രഹ്മജ്ഞാനിക്ക് അനുഭവിക്കാൻ സാധിക്കുന്ന ജ്യോതിസ്ഫുരണ ചൈതന്യം, ഭൗതിക സുഖവിരക്തി, മനസ്സിന്റെ വിവരണം,

Scanned with CamScanner

മനോസാധനയിലൂടെയുള്ള പരമപദപ്രാപ്തി, സമാധി-ധ്യാനം എന്നീ മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ പരമേശ്വര ഭാവജ്ഞാനസിദ്ധി, ജനന-മരണങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള വ്യക്തമായ ബോധം, അദ്വൈതനിഷ്ഠയിൽ ജീവിക്കുന്ന യോഗിയുടെ സംസാരബന്ധങ്ങളോടുള്ള ഭാവം, മോക്ഷാർഥിയുടെ ബ്രഹ്മനിഷ്ഠ.

സന്യാസ ഉപനിഷദ് : ഒരു സന്യാസി നിത്യവും അഗ്നിമന്ത്രം ചൊല്ലി, സംസ്കാരക്രിയകൾ നടത്തി, ഔഷധങ്ങൾ ശേഖരിച്ച്, അമാവാസി ദിവസം പ്രഭാതത്തിൽ അഗ്നികർമ്മങ്ങൾ കഴിച്ച്, പിതൃക്കൾക്ക് ശ്രാദ്ധ-തർപ്പണാദികൾ കൊടുത്ത് ആത്മതത്വജ്ഞാനലബ്ധിക്കു തുല്യമായ ബ്രഹ്മേഷ്ടി അനുഷ്ഠിക്കുകയും, അരണി കടഞ്ഞ അഗ്നിയിൽ ആഹൂതി നടത്തുകയും വേണമെന്ന് ഈ ഉപനിഷദ് വിവരിക്കുന്നു.

അവ്യക്ത ഉപനിഷദ് : പ്രപഞ്ച ഉൽഭവം വിവരിക്കുന്ന അവ്യക്തോപനിഷത്ത് ഏഴു ഖണ്ഡങ്ങളായി ഭാഗിച്ചിരിക്കുന്നു. ആദിയിലെ ഭൂമി-ആകാശ അഭാവം, ആദിയും അന്തവുമില്ലാത്ത ജ്യോതിരൂപവിവരണം, ജ്യോതിരൂപത്തിൽ നിന്നും അണുവിൻെറ ഉത്ഭവം, അതിൻെറ അണ്ഡരൂപം, പ്രപഞ്ചസൃഷ്ടിയുടെ ആരംഭംകുറിക്കുന്ന ഈ അണ്ഡത്തെക്കുറിച്ച് ധ്യാനജ്ഞാനാദി കളിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന വിജ്ഞാനം, അണ്ഡത്തിൽ നിന്നുള്ള പ്രപഞ്ചഉത്ഭവം, വിദ്യാസൃഷ്ടി, അക്ഷരസൃഷ്ടി, അക്ഷരങ്ങളിൽ നിന്ന് വേദ ഉത്ഭവം, പതിനൊന്നാദിത്യന്മാരുടെയും- വിഷ്ണു-രുദ്ര-വസ്തുക്കളുടെയും സൃഷ്ടി, സ്ത്രീ-പുരുഷ-ഇന്ദ്രസൃഷ്ടി, ഇന്ദ്രൻെറ ദേവരാജപദവി, ഉപനിഷദ് പഠനഫലം.

കുണ്ഡിക ഉപനിഷദ് : സന്യാസിയെക്കുറിച്ച് വിവരിക്കുന്ന ഒരു ലഘു ഉപനിഷത്താണിത്, ഗൃഹസ്ഥാശ്രമത്തിനുശേഷം എല്ലാ ആഗ്രഹങ്ങളും വെടിഞ്ഞ് ഗർഭത്തിൽ വസിക്കുന്ന ശിശുവിനെപോലെ സന്യാസി ഗുഹകളിൽ വസിക്കണം, സന്യാസി കാമം-ഭയം എന്നിവയിൽ നിന്നും മുക്തി നേടണം, കൗപീനവും-പവിത്രവും-സ്നാനവസ്ത്രവുമൊഴികെയുള്ള മറ്റെല്ലാ വസ്തുക്കളും ത്യജിച്ച്, നദീതീരത്ത് വസിച്ച്, ആവശ്യമനുസരിച്ചുള്ള ഭിക്ഷ സ്വീകരിച്ച്, ഇന്ദ്രിയനിഗ്രഹത്തിലൂടെയുള്ള സന്യാസജീവിതം നയിക്കണം. പഞ്ചേന്ദ്രിയജ്ഞാനം, മൂന്നവസ്ഥകളുടെയും മഹത്വജ്ഞാനം-നിഷ്ക്രിയത്വം, നിർവ്വികാരാവസ്ഥ- നിരാകൃത-നിരാലംബ- നിർവികൽപത്വം ഇവയിലൂടെ സന്യാസിയുടെ പ്രപഞ്ചത്തിലെ നാരായണ-ആദിത്യ ചൈതന്യദർശനം.

Scanned with CamScanner

സാവിത്രി ഉപനിഷദ് : സവിതാവിനെയും, സാവിത്രിയെയും കുറിച്ചുള്ള വിവരണമാണ് ഇതിലെ പ്രതിപാദ്യവിഷയം. അഗ്നി സവിതാവും-പൃഥ്വി സാവിത്രിയും വരുണൻ സവിതാവും-ആപസ് സാവിത്രിയും, വായു സവിതാവും- ആകാശം സാവിത്രിയും, പുരുഷൻ സവിതാവും-സ്ത്രീ സാവിത്രിയുമായുള്ള ബന്ധവിവണം ഒന്നാം പാദവും, ഭർഗോദേവസ്യ ധീമഹി രണ്ടാം പാദവും. ധീ യോ യോനഃ പ്രചോദയാൽ മൂന്നാം പാദവുമായുള്ള വിവരണം, ശ്രീരാമ ലക്ഷ്മണന്മാർക്ക് വിശ്വാമിത്രൻ വിവരിച്ചുകൊടുത്ത ബല-അതിബല എന്ന മന്ത്രമഹാത്മ്യം, മൃത്യുഭയ മോചനമായ ഉപനിഷദ് പഠനഫലം.

രുദ്രാക്ഷജാബാല ഉപനിഷദ് : കാലാഗ്നിരുദ്രൻ, രുദ്രാക്ഷത്തിൻെറ മഹത്വം വിവരിക്കുകയാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിൽ, രുദ്രാക്ഷത്തിൻെറ ഉത്ഭവകഥ, തൃപുര വധത്തിനായി പുറപ്പെടുന്ന നിമീലിതാക്ഷനിൽ നിന്ന് വീണ ജലകണങ്ങൾ രുദ്രാക്ഷമായി മാറിയെന്ന കഥ, രുദ്രാക്ഷം ധരിക്കുന്ന തിൻെറ മോക്ഷഫലം, സമ-സ്നിഗ്ദ്, ദൃഢ-സ്ഥൂല, കണ്ഠ എന്നി മൂന്നുതരം രുദ്രാക്ഷങ്ങൾ, ശിഖയിലും കണ്ഠത്തിലും ധരിക്കുന്ന മാലയിൽ ഉണ്ടാക്കുന്നതിൻെറ ആത്മീയ മഹത്വം, രുദ്രാക്ഷ ധാരണമന്ത്രം, വിവിധ സംഖ്യാക്രമത്തിൽ ഇവ ധരിക്കുന്നതിൻെറ ഫലങ്ങൾ, യജ്ഞോപവീത ധാരികളും, രുദ്രാക്ഷ ധാരികളും വർജ്ജിക്കേണ്ട മത്സ്യ-മാംസാദി ഭക്ഷണങ്ങൾ, ഉപനിഷദ് പഠനഫലം.

ദർശനോപനിഷദ് : ദത്താത്രേയ മഹർഷി സാംകൃതിമുനിക്ക് യോഗവിദ്യകളെക്കു റിച്ചുള്ള ഈ ഉപനിഷത് വിഷയം വിവരിക്കുന്നു.

യമം-നിയമം-ആസനം-പ്രാണായാമം-പ്രത്യാഹാരം-ധാരണ-ധ്യാനം സമാധി എന്നീ അഷ്ടാംഗങ്ങൾ, അധാർമ്മികതയിൽ നിന്ന് ധാർമ്മികതയിലേക്കുള്ള സഞ്ചാരപഥം, യമം-അഹിംസ-സത്യം- ആസ്ത്രേയം-ബ്രഹ്മചര്യം-അപരിഗ്രഹം എന്നീ യമങ്ങൾ, ശൗചം- സന്തോഷം- തപം-സ്വാധ്യായം-ഈശ്വരപ്രണിധാനം എന്നീ 10 നിയമങ്ങൾ, സ്വസ്തികം-ഗോമുഖം-പത്മം-വീരാസനം-സിംഹാസനം -ഭദ്രാസനം-മുക്താസനം-മയൂരാസനം-സുഖാസനം എന്നീ 9 ആസനങ്ങൾ, ശരീരത്തിലെ പ്രധാന 14 നാഡികൾ, അവയുടെ 72,000 ഉപനാഡികൾ, കുണ്ഡലിനി, പ്രാണാപാനാദിവായുക്കൾ, നാഡീ ദേവതകൾ, ചന്ദനം ശരീരത്തിലെ നാഡീവ്യൂഹത്തിൽ ചെലുത്തുന്ന സ്വാധീനം, മനുഷ്യശരീരം പവിത്ര ഭാരത ഭൂമിയോടുപമിച്ചാൽ, നെറ്റിത്തടം കാശിയും-കേദാരവും, മാറിടം കുരുക്ഷേത്രവും, ഹൃദയം പ്രയാഗയും, മധ്യഭാഗം ചിദംബരവും,

Scanned with CamScanner

നാഡീവ്യൂഹങ്ങൾ പുണ്യതീർത്ഥങ്ങളുമത്രെ. ശരീരത്തെ പവിത്രവും ഭാരമില്ലാത്തതുമാക്കുവാൻ സാധിക്കുന്ന യോഗവിദ്യവിവരണം, പ്രാണായാമവിധികൾ, പ്രത്യാഹാരനിയമങ്ങൾ, പഞ്ചഭൂതങ്ങൾ ബ്രഹ്മതത്വം, ബ്രഹ്മധ്യാനം, ബ്രഹ്മജ്ഞാനം, സമാധി ... ബ്രഹ്മസത്ത, പ്രപഞ്ചപുരുഷധ്യാനത്തിലൂടെ ബ്രഹ്മജ്ഞാനപ്രാപ്തി. ഇവയാണ് യഥാക്രമം ദർശനോപനിഷദ് വിഷയങ്ങൾ

ജാബാല ഉപനിഷദ് : യജ്ഞവൽക്യൻ ജനകനോട് വിവരിക്കുന്ന ധാർമ്മികവിഷയ ങ്ങളാണ് ഉപനിഷദ് വിഷയം. ഇന്ദ്രിയ കർമ്മങ്ങളിലുടെയുള്ള പാപങ്ങൾ, പാപമോചനത്തിലൂടെയും ശതരുദ്രയജ്ഞത്തിലൂടെയുമുള്ള അമൃതത്വപ്രാപ്തി, ആശ്രമമഹത്വം, സന്യാസി അനുഷ്ഠിക്കേണ്ട അഗ്നി ഹവനാദികർമ്മങ്ങൾ, യജ്ഞോപവീത ധാരണ മഹത്വം, വാക്-കർമ്മ നിയന്ത്രണത്തിലൂടെയുള്ള പൂർണ്ണതാ പ്രാപ്തി, സന്യാസിയുടെകർത്തവ്യം, ത്യാഗത്തിലൂടെ സന്യാസിയുടെ പരമഹംസപദ പ്രാപ്തി, പരമഹംസ സന്യാസിയുടെ ആചാരങ്ങൾ - ത്രിദണ്ഡ്-കമണ്ഡലു-പാത്രം-ജലം-പവിത്രം-യജ്ഞോപവീതം-ത്യാഗം ശുദ്ധ മനസ് എന്നിവയുമായി പ്രാണന്റെ നിലനിൽപ്പിനുവേണ്ടി മാത്രമുള്ള ഭിക്ഷാ സ്വീകരണം, അഗ്നിഹവനങ്ങളുടെ അനുഷ്ഠാനം, അന്ത്യത്തിൽ ധ്യാനത്തിലൂടെയുള്ള ദേഹത്യാഗം.

അഥർവവേദീയ ഉപനിഷദ്

അഥർവവേദത്തിന് മറ്റു വേദങ്ങൾക്കു തുല്യപ്രാധാന്യമോ പരിഗണനയോ ചില പണ്ഡിതന്മാർ നൽകുന്ന പതിവില്ല എങ്കിലും അഥർവവേദീയ ഉപനിഷത്തുകൾക്ക് ശ്രേഷ്ഠമായ പദവിയാണ് കൽപിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഇവയിൽ വിവരിക്കുന്ന വിഷയങ്ങൾ മറ്റുപനിഷ ത്തുകളെപോലെ ഗഹനങ്ങളാണ്.

പ്രശ്നോപനിഷദ് : ദശോപനിഷത്തുകളിൽ വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ് പ്രശ്നോപനിഷദ്. ഭരദ്വാജപുത്രനായ സുകേശൻ, ശിബിപുത്രനായ സത്യകാമൻ, സുര്യപുത്രനായ ഗാർഗ്യൻ, അശ്വലപുത്രനായ കൗസല്യൻ, വിദർഭദേശീയനായ ഭാർഗ്ഗവൻ, കാത്ത്യപുത്രനായ കബന്ധി എന്നിവർ ബ്രഹ്മജ്ഞാനത്തിന് പിപ്പലാദമുനിയെ സമീപിച്ച് നടത്തുന്ന സംവാദമാണ് വിഷയം.

ഭാഗം 1. ജീവജാലങ്ങളുടെ സൃഷ്ടിയെക്കുറിച്ച് കബന്ധിയുടെ പ്രശ്നം: ഹിരണ്യഗർഭനും, ബ്രഹ്മവും, പ്രജാപതിയും ജീവന്റെ തന്നെ പര്യായമാകുന്നു. ജീവജാലങ്ങളും സൂര്യചന്ദ്രനും

Scanned with CamScanner

ജീവചൈതന്യത്തിൽ നിന്നുത്ഭവിക്കുന്നു. ഇവയിൽ എല്ലാത്തിലും പ്രജാപതിയുടെ ചൈതന്യം പ്രവർത്തിക്കുന്നു, സത്യത്തിലൂടെയും-ശ്രദ്ധയിലൂടെയുമത്രെ ജീവസൃഷ്ടിയുടെ തുടർച്ച. തെറ്റായ മാർഗ്ഗങ്ങൾ ബ്രഹ്മപഥത്തിലെ പ്രയാണം ദുഷ്കരമാക്കുന്നു.

ഭാഗം 2. ഭാർഗ്ഗവൻെറ പ്രശ്നം: പഞ്ച ജ്ഞാനേന്ദ്രിയ-പഞ്ചഭൂത - പഞ്ചകർമ്മേന്ദ്രിയ-പ്രാണബന്ധത്തെക്കുറിച്ചുള്ളതായിരുന്നു. സർവ്വ ഇന്ദ്രിയ ങ്ങൾക്കും അധിപനും, തേജസ്സ് പകരുന്നതുമായ പ്രാണമഹത്വം, പ്രാണൻെറ ശ്രേഷ്ഠത്വം.

ഭാഗം 3. കൗസല്യപ്രശ്നം: പ്രാണൻെറ ഉത്ഭവം, ശരീരത്തിലെ അസ്തിത്വം, പരബ്രഹ്മത്തിൽ നിന്നും പ്രാണൻെറ ജനനം, അതിൻെറ ആത്മാവിലെ ആസ്തിത്വം, ഗ്രാമപാലകരെ ചക്രവർത്തി നിയന്ത്രിക്കുന്നതുപോലെ പഞ്ചപ്രാണനെ മുഖ്യപ്രാണൻ നിയന്ത്രിക്കുന്നത്. വിസർജ്ജനേന്ദ്രിയങ്ങൾ അപാനനും, മുഖേന്ദ്രിയങ്ങൾ മുഖ്യപ്രാണനും, രക്തചംക്രമണം സമാനനും, ഹൃദയവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട101 നാഡികളും, 106 ശാഖാനാഡികളും, അവയുടെ ഉപനാഡികളും വ്യാനനും, ശരീരഊഷ്മാവ് ഉദാനനും നിയന്ത്രിക്കുന്നവിവരണം. മരണസമയത്ത് ജീവൻ മുഖ്യപ്രാണനെ ആശ്രയിച്ച് ദേഹത്തിൽനിന്ന് വേർപെട്ട് സങ്കൽപത്തിനനുസരിച്ച ദേഹത്തിലേക്കാനയിക്കുന്നു.

ഭാഗം 4. ഗാർഗ്യ പ്രശ്നം : സുഷുപ്താവസ്ഥയിൽ എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളും മനസ്സിൽ ലയിക്കുന്നു, അതേസമയം ശരീരാഗ്നി പ്രവർത്തിച്ചുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. സമാനൻ ശ്വാസോച്ഛ്വാസ വേഗതയെ നിയന്ത്രിക്കുന്നു. കഴിഞ്ഞകാലങ്ങളിൽ കാണുകയും കേൾക്കുകയും ചെയ്തതിനെ മനസ് അയവിറക്കുന്നു. ഉള്ളതും ഇല്ലാത്തതുമായ പലതും സ്വപ്നാവസ്ഥയിതു മനസ് കാണുന്നു, പഞ്ചഭൂതങ്ങളും പഞ്ചേന്ദ്രിയങ്ങളും, അന്തകരണവും ഈ അവസ്ഥയിൽ ആത്മാവിൽ വിശ്രമിക്കുന്നു. ആത്മാവുതന്നെ വികാര വിചാരങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനമായിത്തീരുന്നു.

ഭാഗം 5. സത്യകാമപ്രശ്നത്തിലെ ഓംകാരവിവരണം, പരാ-അപരാവിദ്യയുടെ ബ്രഹ്മത്വം, 16 മാത്രകളടങ്ങുന്ന ഓംകാരത്തെ അറിയുന്ന ജ്ഞാനികളുടെ മരണാനന്തരമുള്ള മഹത്വമേറിയ സ്വർലോകപ്രാപ്തി.

ഭാഗം 6. സുകേശൻെറ പതിനാറു കലകളുള്ള പ്രപഞ്ച പുരുഷനെക്കുറിച്ചുള്ള പ്രശ്നം: പ്രപഞ്ചപുരുഷചൈതന്യം

Scanned with CamScanner

ശരീരത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്നു. പഞ്ചഭൂതങ്ങൾ, പഞ്ചകർമ്മേന്ദ്രിയങ്ങൾ, കൂടാതെ മനസ്സും ചേർന്നതാണ് പ്രപഞ്ചപുരുഷൻെറ 16 കലകൾ. മരണത്തിൽ ഇവയെല്ലാം പരമമായ ബ്രഹ്മത്തിൽ തന്നെ ലയിക്കുന്നു.

മുണ്ഡക ഉപനിഷദ് : ശൗനകമഹർഷിക്ക് ആംഗ്രസ ഋഷി വിവരിക്കുന്നതാണ് ഉപനിഷദ്വിഷയം. മൂന്ന് ഭാഗങ്ങളാണിതിനുള്ളത്. ഇവ മുണ്ഡകങ്ങൾ എന്നറിയപ്പെടുന്നു.

മുണ്ഡകം 1. ഭൗതികവിഷയങ്ങൾ വിവരിക്കുന്ന വിദ്യയായ പരാവിദ്യ, വേദ-വേദാംഗങ്ങളടങ്ങുന്ന-ആദ്ധ്യാത്മ തത്വങ്ങളെ വിവരിക്കുന്ന അപരാവിദ്യ, അന്നം, പ്രകൃതി ഇവയുടെ ബ്രഹ്മത്തിൽ നിന്നുള്ള ഉത്ഭവം, സത്യം, പഞ്ചഭൂതം ഇവയുടെ ഹിരണ്യഗർഭനിൽ നിന്നുള്ള ഉത്ഭവം, വൈദിക കർമ്മങ്ങൾ-യജ്ഞാദികർമ്മങ്ങൾ, കർമ്മ ങ്ങളുടെ ഫലം, ഗുരുശിഷ്യബന്ധ മഹത്വം.

മുണ്ഡകം 2. പ്രപഞ്ചത്തിലെ എല്ലാത്തിലും കാണുന്ന ബ്രഹ്മചൈതന്യം, അക്ഷരബ്രഹ്മമായ പുരുഷൻ, ബ്രഹ്മോപാസന, ജീവചക്ര-കർമ്മഫലബന്ധം, പരമാത്മ സാക്ഷാത്കാരത്തിനുള്ള പ്രാണോപാസന, നിരന്തരമായ സാധനയിലൂടെ അജ്ഞാനത്തിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി.

മുണ്ഡകം 3. ജീവാത്മ-പരമാത്മ ബന്ധം, ഭൗതിക സുഖങ്ങൾക്കു വേണ്ടിയുള്ള അത്യാഗ്രഹം, അജ്ഞാനം, ക്ലേശങ്ങൾ എന്നിവ ഒരുവശത്തും വൈരാഗ്യ വിരക്തി എന്നിവ മറുവശത്തുമായ മനുഷ്യകർമ്മം, പരമാത്മദർശനത്തിനുള്ള മാർഗ്ഗം, ആത്മജ്ഞാന മഹത്വം, ആത്മജ്ഞാനിയായി സേവിക്കുന്നതിൻെറ ഫലം, ആത്മദർശനത്തിന്, വേദശാസ്ത്രപഠനം-ശ്രവണം-അദ്ധ്യാപനം ഇവയുടെ പ്രയോജനമില്ലായ്മ, ധൈര്യം-ഗാഢമായ ശ്രദ്ധ- സന്യസ്ഥ ജീവിതം ഇതിലൂടെയുള്ള ആത്മസാക്ഷാത്കാരം, ക്രാന്ത ദർശികളായ തത്വജ്ഞാനികൾക്കുമാത്രം ലഭിക്കുന്ന ആത്മജ്ഞാനം.

മാണ്ഡൂക്യ ഉപനിഷദ് : ഒന്നോ രണ്ടോ വരികൾ മാത്രമടങ്ങുന്ന12 മന്ത്രങ്ങളാണ് മാണ്ഡൂക്യ ഉപനിഷത്തിലുള്ളത്. ഭൂതം-ഭാവി-വർത്തമാനം ചേർന്ന ഓംകാര മഹത്വം, പ്രപഞ്ചത്തിലെ ബ്രഹ്മചൈതന്യം, പ്രപഞ്ചവുമായി ബന്ധമുള്ള ജാഗ്രത് അവസ്ഥ, ആത്മദർശനം ലഭിക്കുന്ന സ്വപ്നാവസ്ഥ, രണ്ടും ഏകമായിത്തീരുന്ന സുഷുപ്താവസ്ഥ, എല്ലാത്തിൻെറയും ബ്രഹ്മത്തിൽ നിന്നുള്ള ഉത്ഭവം, ഉയർച്ച, അവസാനം, വൈശ്വാനരൻെറ മൂന്നു ഭാഗങ്ങളായ

Scanned with CamScanner

ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന- സുഷുപ്താവസ്ഥ അവർണ്ണനീയവും, ചിന്താതീതവുമായ നാലാം ഭാഗം, ആത്മീയവും ഭൗതികവുമായ ജ്ഞാനമടങ്ങുന്നതും ആത്മഭാഗവുമായ ഓംകാരത്തിൻെറ തുരീയഭാവമഹത്വം.

അഥർവശിര ഉപനിഷദ് : രുദ്രമഹാത്മ്യമാണ് അഥർവശിര ഉപനിഷദ് വിഷയം, രുദ്രൻെറയും ഓംകാരത്തിൻെറയും സർവ്വവ്യാപകത്വവും- അനന്തഭാവവും, ജൻമസംസാരബന്ധത്തിൽ നിന്നുള്ള മുക്തിയായ താരകം, ശരീരത്തിൽ സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന സൂക്ഷ്മമായ ദൈവാംശം, തേജസ്സിനാൽ ശരീരത്തെ പ്രകാശിപ്പിക്കുന്ന വൈദ്യുതി, ബൃഹത്തായി പ്രപഞ്ചത്തിൽ സ്പന്ദിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന പരബ്രഹ്മം, ഉപനിഷദ് പദങ്ങളായ ഈശ, മഹാദേവ, മഹേശ്വര എന്നിവയുടെ ശാസ്ത്രീയമായ അർത്ഥം, സർവ്വവ്യാപിയായ രുദ്രസ്മരണഫലം, മഹാ പാശുപതവ്രതാനുഷ്ഠാന മഹാത്മ്യം, അവസാനത്തെ 90 ശ്ലോകങ്ങളിൽ ദേവന്മാർ രുദ്രനെ വാഴ്ത്തുന്നു.

അഥർവശിഖ ഉപനിഷദ് : അഥർവണമഹർഷി യോഗതത്വങ്ങളെ ക്കുറിച്ച് വിവരിക്കുന്ന താണ് ഈ ഉപനിഷദ്.

ഓംകാരം, പരബ്രഹ്മം, ഓംകാരത്തിൻെറ നാലുമാത്രകളാകുന്ന നാലു വേദങ്ങൾ, നാലു മാത്രകളുടെ നാലു നിറങ്ങൾ, ദേവതകൾ, ധ്യാനം, ഓംകാര ജപത്തിലൂടെയുള്ള ധ്യാനമഹത്വം, ഓംകാരത്തിൻെറ താരകതത്വം, ഓംകാരചൈതന്യത്തിലൂടെ ഈ പ്രപഞ്ചത്തെ ശോഭിപ്പിക്കുന്ന വിദ്യുത്ശക്തി, ശരീരത്തെ പ്രകാശിപ്പിക്കുന്ന തേജസ്സിൻെറ ഉത്ഭവം, ഓംകാരത്തിൻെറ അ-ഉ-മ എന്നിവയാകുന്ന ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്താവസ്ഥകൾ, വേദപഠനത്തിന് തുല്യമായ ഓംകാരധ്യാനം, ശിവമയമായ ഓംകാര ധ്യാനമഹത്വം.

ബൃഹത്ജാബാല ഉപനിഷദ് : ഈ ഉപനിഷത് 8 ബ്രഹ്മണങ്ങളായി തിരിച്ചിരിക്കുന്നു.

ബ്രാഹ്മണം 1. പ്രജാപതി മഹർഷിമാരോട് ഭസ്മത്തിൻെറ- വിഭൂതി-ഭസിതം-ഭസ്മം-ക്ഷാരം-രക്ഷ എന്നീ പഞ്ചനാമ മഹത്വം വിവരിക്കുന്നു.

ബ്രാഹ്മണം 2 – 5. കാലാഗ്നിരുദ്ര മഹത്വം, ഭസ്മസ്നാനവിധി, ഭസ്മത്തിലടങ്ങിയിരിക്കുന്ന തേജസ്സുകൾ, സ്ഥൂലവും-സുക്ഷ്മവുമായ ഭൂതങ്ങളിലെ രസതേജസ്സും, പ്രപഞ്ചത്തിലെ തേജോമയമായ അഗ്നിതേജസ്സും, ഇവരണ്ടിലൂടെയും വിവരിക്കുന്ന ഭസ്മത്തിൻെറ

Scanned with CamScanner

മഹത്വം. അമൃതവർഷസ്നാനത്തിന് തുല്യമഹത്വമുള്ള ഭസ്മസ്നാന വിധിയും, മോക്ഷപ്രാപ്തിയും, ഭസ്മനിർമ്മാണരീതികൾ, ഇവയുടെ ശാസ്ത്രീയസാരം, ഭസ്മനിർമ്മാണത്തിലെ മന്ത്രസംസ്കാരാദികൾ, ഭസ്മധാരണവിധി, അനുകൽപം-ഉപകൽപം-ഉപോപകൽപം-അകൽപം എന്നീ നാലുവിധ ഭസ്മകൽപങ്ങൾ, ഭസ്മധാരണ മന്ത്രങ്ങൾ, വർണ്ണാശ്രമങ്ങളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള ഭസ്മധാരണ വിവരണം-മന്ത്രങ്ങൾ-വിധികൾ-അവയുടെ ഫലങ്ങൾ.

ബ്രാഹ്മണം 6 – 8. പഞ്ചവിധ ഭസ്മ മഹാത്മ്യം, കരുണാവ്യൻ ഭസ്മധാരണത്തിലൂടെ സർവ്വവിധ പാപങ്ങളിൽ നിന്നും മോചനം നേടിയ കഥ, മോക്ഷ പ്രാപ്തി ലഭിച്ച അഹല്യയുടെ കഥ, ഭസ്മവിധി, ഭസ്മധാരണഫലം- തുടർച്ച-ഭസ്മസ്നാനഫലം, ഭസ്മ മഹാത്മ്യം, രുദ്രാക്ഷത്തിൻെറ ഉത്ഭവം, രുദ്രാക്ഷധാരണവിധി, ഉപനിഷദ് പഠനശ്രവണ ഫലങ്ങളായ-ഐശ്വര്യാഭിവൃദ്ധി-അപമൃത്യു നാശനം-സർവ്വലോകജയം-ശാസ്താദിജ്ഞാനം-പരമപദപ്രാപ്തി.

നൃസിംഹതാപിനി ഉപനിഷദ് : നൃസിംഹ പൂർവ്വതാപിനി ഉപനിഷത്തെന്നും നൃസിംഹ ഉത്തര താപിനു ഉപനിഷത്തെന്നും രണ്ട് ഉപനിഷത്തുകൾ ചേർന്നതാണ് നൃസിംഹതാപിനി ഉപനിഷദ്. നൃസിംഹ പൂർവ്വതാപിനി ഉപനിഷത്തിൽ അഞ്ചു ഭാഗങ്ങൾ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ഈ ഭാഗങ്ങൾ ഓരോന്നും ഉപനിഷത്തുകൾ എന്നുതന്നെ അറിയപ്പെടുന്നു.

ഉപനിഷദ് 1. ഗായത്രി മന്ത്രമഹത്വം, വേദങ്ങളിൽ വിവരിക്കുന്ന ബ്രഹ്മസത്തയുടെ ധ്യാനം, ക്ഷീരസാഗരത്തിൽ വസിക്കുന്ന മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ മഹത്വം, ബ്രഹ്മതത്വജ്ഞാനം, യജ്ജുർവേദത്തിലെ ശിവസ്തുതി, സാമവേദ മന്ത്രങ്ങളുടെ ജ്ഞാനഫലങ്ങൾ.

ഉപനിഷദ് 2 – 5. നരസിംഹമന്ത്രം, പ്രണവം, പ്രണവാംഗങ്ങൾ, ഓംകാരജപവിധി, വൈഷ്ണവോപാസനയിലൂടെയുള്ള പരമപദ പ്രാപ്തി, ശക്തിസ്വരൂപം-ബിജസ്വരൂപവർണ്ണന, ശക്തിയുടെ മഹത്വം, നരസിംഹ മന്ത്രതത്വം, പ്രണവത്തിൻെറ ബ്രഹ്മാത്മകത്വം, പ്രണവത്തിൻെറ അ-ഉ-മ-തുരീയം എന്നീ പാദങ്ങളുടെ വിവരണം, ഗായത്രീ മന്ത്ര മഹത്വം യജ്ജുർലക്ഷ്മീമന്ത്ര മഹത്വം നരസിംഹ മഹാചക്ര – നരസിംഹ ഷഡ്ചക്ര-അഷ്ടാക്ഷരചക്രദർശനം, നരസിംഹ പൂർവ്വതാപിന്യുപനിഷദ് പഠന-ശ്രവണഫലം.

നൃസിംഹ ഉത്തരതാപിനി ഉപനിഷദ് : ഖണ്ഡം 1. നിർവ്വിശേഷ ബ്രഹ്മം, ഓംകാരത്തിൻെറ മാത്രകൾക്ക് ഭൂത-ഭാവി-വർത്തമാന

Scanned with CamScanner

കാലങ്ങളുമായുള്ള ബന്ധം, സൂക്ഷ്മ-സ്ഥൂല ശരീര വിവരണം, ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്താവസ്ഥകളെ നിയന്ത്രി ക്കുന്ന ദേവതകൾ.

ഖണ്ഡം 2 - 5 . നിത്യാനന്ദകരമായ തുരിയാവസ്ഥ, ജ്ഞാനേന്ദ്രിയ ലക്ഷണങ്ങൾ, ഓംകാരത്തിലെ നാലു പാദങ്ങളുടെ വ്യാപ്തി, ബ്രഹ്മസ്വരൂപ ധ്യാനം, നിർവ്വിശേഷബ്രഹ്മ മഹത്വം, നൃസിംഹപദ മാഹാത്മ്യം.

ഖണ്ഡം 6 - 8. ഓംകാരത്തിൻെറ ദേവത്വം, സന്യാസിക്ക് ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ട പ്രണവജ്ഞാനം, തുരീയാവസ്ഥാവിവരണം, സച്ചിദാനന്ദ പ്രകാശിതമായ ബ്രഹ്മാത്മൈക്യ വിജ്ഞാനം.

ഖണ്ഡം 9. ബ്രഹ്മത്തിൽ നിന്നും ഭിന്നമായ ആത്മപരമായ-മായാ-സ്വരൂപം, ബ്രഹ്മ-ജീവ-ഈശ്വര ചൈതന്യ ബന്ധം, ആത്മചൈതന്യത്തിൻെറ സർവ്വവ്യാപകത്വം, സർവ്വസിദ്ധിയുടെയും ഉറവിടമായ-അദ്വിതീയ സ്വഭാവമുള്ള-അനന്തമായ ആത്മചൈതന്യ മഹത്വം, ദേവത്വപദവിയിൽ എത്തുന്നവനുമാത്രം ദർശിക്കാവുന്ന സത്യവും-നിത്യവുമായ ആത്മതത്വം, ആത്മരൂപദർശനഫലം.

നാരദപരിവ്രാജക ഉപനിഷദ് : നാരദൻ സന്യാസത്തെക്കുറിച്ച് വിവരിക്കുന്നതാണ് ഈ ഉപനിഷദ് വിഷയങ്ങൾ. ഒരു വ്യക്തി 12 വർഷം ഗുരുശുശ്രൂഷ നടത്തി, 25 വർഷം വീതം ബ്രഹ്മചര്യവും, ഗൃഹസ്ഥാശ്രമവും, വാനപ്രസ്ഥവും ആചരിച്ച് അന്ത്യത്തിൽമാത്രം സന്യാസിയായിത്തീരണം. അന്ധൻ-ഷണ്ഡൻ-പതിതൻ-വികലൻ-ബധിരൻ-മൂകൻ എന്നിവർ സന്യാസത്തിന് അർഹരല്ല. അഹിംസ-ഇന്ദ്രിയ നിഗ്രഹം-ശുദ്ധ മനസ് രാഗദ്വേഷാദികളിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി എന്നിങ്ങനെ സന്യാസിക്ക് ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ട ഗുണങ്ങൾ, യജ്ഞോപവീതമഹത്വം, ധാരണാഫലം, യജ്ഞോപവീതധാരി അനുഷ്ഠിക്കേണ്ട ഋഷിതുല്യമായ ജീവിതം, സന്യാസിയുടെ ദേശകാലാതീതത്വം, സംസാര ബന്ധമുക്തി, ആചാരനാഷ്ഠാനങ്ങളിലുള്ള ശ്രദ്ധ, കർമ്മേന്ദ്രിയ-ജ്ഞാനേന്ദ്രി യജ്ഞാനം, 25തത്വങ്ങളിലും- 4അവസ്ഥകളിലും- 40കരണങ്ങളിലും- 5ഭൂതങ്ങളിലും ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ട ജ്ഞാനം പരമഹംസയോഗിയുടെ ആത്മജ്ഞാന ത്തിൻെറയും-ബ്രഹ്മജ്ഞാനത്തിൻെറയും-പരമഹംസ തത്വത്തിൻെറയും മൂർത്തിമത്ഭാവപ്രാപ്തി, ആറു ഭാ-ംങ്ങളും ത്യജിച്ച തൃഗുണാതീതനായ ഈ യോഗിയുടെ ദേശാടനനിയമം, ഗ്രാമത്തിൽ ഒരു രാത്രിയും, പട്ടണത്തിൽ മൂന്നുരാത്രിയും, നഗരത്തിൽ അഞ്ചു രാത്രിയും പരമഹംസ യോഗിയുടെ വാസം, മലമുകളിൽ ഏകനായി

Scanned with CamScanner

വസിക്കാ നാവുന്ന ഈ യോഗിക്ക് ക്ഷേത്രത്തിൽ 6 രാത്രികളിൽ കൂടുതലും, തീർത്ഥാടനകേന്ദ്രത്തിൽ 7 രാത്രികളിൽ കൂടുതലുമുള്ള കാലത്തെ വാസനിഷേധം, ബ്രഹ്മപ്രണവം, അന്നപ്രണവം, വ്യാവഹാരിക പ്രണവം, ബാഹ്യപ്രണവം,ആർഷപ്രണവം, വിരാട് പ്രണവം, സംഹാരപ്രണവം എന്നിവയുടെ തന്മാത്രകൾ-ശ്രുതികൾ, ബ്രഹ്മസ്വരൂപം, ദേവശക്തി, ആത്മശക്തി, വിശ്വരൂപം, പഞ്ചശ്രോത്രം, പഞ്ചയോനി, പഞ്ചപ്രാണൻ, പഞ്ചബുദ്ധി, ജീവ-ബ്രഹ്മ ചൈതന്യബന്ധം എന്നീ വിഷയങ്ങളിൽ യോഗിക്കുണ്ടായിരിക്കേണ്ട ജ്ഞാനം.

സീതോപനിഷദ് : ബ്രഹ്മാവ് ദേവന്മാർക്ക് സീതാദേവിയെക്കുറിച്ച് വിവരിച്ചുകൊടു ക്കുന്നതാണ് ഈ ഉപനിഷദ്. സീതാദേവിയുടെ പ്രകൃതിരൂപം, ശക്തിസ്വരൂപം, ശബ്ദബ്രഹ്മത്വം, ജനകൻെറ യാഗഭൂമിയിൽ പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ട സീതാരൂപം, സീതാദേവിയുടെ അവ്യക്തമായ മൂന്നാംരൂപം, കൂടാതെ എല്ലാ ശക്തികളുടേയും മൂർത്തിമത്ഭാവമായ സീതാദേവിയുടെ അനന്തരൂപം, സീതാദേവിയുടെ ശക്തിവാഴ്ത്തുന്ന വേദങ്ങൾ, വേദശാഖകൾ, വേദാംഗങ്ങൾ, ഉപാംഗങ്ങൾ, ഉപദേവങ്ങൾ, കർമ്മങ്ങൾ, ചലനങ്ങൾ, എന്നിവയുടെ ജ്ഞാനമഹത്വം, സീതാദേവീ പൂജാമാഹാത്മ്യം.

ശരഭ ഉപനിഷദ് : പിപ്പലാദമുനിക്ക് ബ്രഹ്മാവ് നൽകുന്ന വിവരണങ്ങളാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിലുള്ളത്. തൃമൂർത്തികളുടെ മഹത്വത്തെക്കുറിച്ചാണ് ഇതിലെ വിവരണം. തൃമൂർത്തികളിൽ രുദ്രനുള്ള പ്രാധാന്യം, രുദ്രനിലൂടെയുള്ള ലോകാവസാനം, പ്രളയത്തിന് കാരണഭൂതനായ രുദ്രമഹത്വം, രുദ്രന് വേദപിതാവിനുള്ള സ്ഥാനം, ശരഭ രൂപത്തിലുള്ള രുദ്രൻെറ സ്തുതി, രുദ്രനിൽ ദർശിക്കുന്ന വിഷ്ണുചൈതന്യം, തൃമൂർത്തി കളിലെ ചൈതന്യത്തിൻെറ ഏകഭാവം, കഠിനമായ ശിവധ്യാനം, ശിവജ്ഞാനത്തിനുള്ള ധ്യേയനിഷ്ഠ.

മഹാനാരായണഉപനിഷദ് : എട്ട് അദ്ധ്യായങ്ങളുള്ള ബൃഹത്തായ ഒരു ഉപനിഷത്താണിത്. പ്രപഞ്ചത്തിൻെറ ശാശ്വതമായ സത്യത്തിൽ വലയം ചെയ്തിരിക്കുന്ന ബ്രഹ്മരൂപം, സോപാധിക-നിരുപാധിക ബ്രഹ്മരൂപം, അവയുടെ ഭേദങ്ങൾ, മഹാനാരായണൻെറ മഹിമ, പ്രപഞ്ചചൈതന്യം- ചലനങ്ങൾ, പ്രപഞ്ചത്തിലെ ക്രമീകരണങ്ങൾ, ദിന-രാത്ര, ഋതുസംവത്സര മാറ്റങ്ങൾക്ക് കാരണമായ മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ ആദിവിരാട് രൂപം, ആദിവിരാട്രൂപത്തിൻെറ

Scanned with CamScanner

സ്വാധീനത്താലുണ്ടാകുന്ന പ്രളയവും യുഗാന്ത്യവും, ആനന്ദദായകവും,-അതിദിവ്യവും- മംഗളകരവുമായ വിരാട്രൂപമഹത്വം, ജീവൻെറ സംസാരബന്ധങ്ങൾ, സായൂജ്യമുക്തി, ജീവ-ശരീര ബന്ധം, സംസാരഭ്രമം, സായൂജ്യം, ഭൗതിക സുഖങ്ങളിൽ നിന്ന് മുക്തിനേടുന്നതിനുള്ള സത്സംഗ മാർഗ്ഗങ്ങൾ, സത്ഗുരുവിൽ നിന്നുള്ള തത്വജ്ഞാനം, ഭഗവത് കഥാശ്രവണവും ധ്യാനവും കൊണ്ട് ആത്മ-പരമാത്മദർശനം, ഭക്തിവൈരാഗ്യത്തിലൂടെയുള്ള. ജ്ഞാനസമ്പാദനം, ധ്യാനനിരതനായി -ഭക്തോന്മത്തനായ താപസൻെറ ആത്മസാക്ഷാത്കാരം, ബ്രഹ്മാണ്ഡജ്ഞാനം, അണ്ഡാകൃതിയുള്ളതും കോടാനുകോടി യോജനയുള്ളതുമായ ഈ ബ്രഹ്മാണ്ഡജ്ഞാന മഹത്വം, അനന്തകോടി ബ്രഹ്മാണ്ഡങ്ങളുടെ പ്രപഞ്ചസാന്നിദ്ധ്യം, പ്രപഞ്ചം മുഴുവനും വ്യാപിച്ചുകിടക്കുന്ന മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ വിരാട് രൂപ ധ്യാനമഹത്വം, ഗരുഡവർണ്ണന, ഗരുഡാരൂഢനായ വിഷ്ണുമഹത്വം, സുദർശനചക്രവിവരണം, വൈകുണ്ഠവർണ്ണന, ഭക്തിയോഗം, നാരായണജ്ഞാനം, നാരായണഭാവപ്രാപ്തി, മഹാവിഷ്ണുസാധനയിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന ശ്രേയസ്.

രാമരഹസ്യ ഉപനിഷദ് : അഞ്ച് അദ്ധ്യായങ്ങളുള്ള ഈ ഉപനിഷത്തിൽ ഹനുമാൻ ഋഷിമാർക്ക് ശ്രീരാമമാഹാത്മ്യം വിവരിച്ചുകൊടുക്കുന്നതാണ് വിഷയം. മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ അവതാരമായ ശ്രീരാമമാഹാത്മ്യം, സീത-ലക്ഷ്മണ - ഭരത-ശത്രുഘ്നന്മാരുടെ ശ്രീരാമബന്ധം, ശ്രീരാമ ഗായത്രീമന്ത്രം, ഒന്ന്-മൂന്ന്-അഞ്ച് എന്നീ ക്രമത്തിൽ 31 അക്ഷരങ്ങൾ വരെയുള്ള 16 ശ്രീരാമഗായത്രിമന്ത്രങ്ങൾ, ശ്രീരാമമന്ത്രം, സീതാമന്ത്രം, ലക്ഷ്മണമന്ത്രം, ഭരതമന്ത്രം, ശത്രുഘ്നമന്ത്രം, ഹനുമദ്മന്ത്രം, ഓരോ മന്ത്രത്തിലും ആദ്യത്തെ അക്ഷരം നൽകുന്ന അർത്ഥം, ശ്രീരാമപൂജാവിധികൾ, മന്ത്രപൂജ, യന്ത്രപൂജ, ശ്രീരാമ മന്ത്രജപവിധി, രാമമന്ത്ര പുരശ്ചരണവിധി. ശ്രീരാമമന്ത്രങ്ങളുടെ മന്ത്രരാജത്വം, രാമബീജാക്ഷരം, രമ എന്ന ധാതുവിൻെറ അർത്ഥം, ശ്രീരാമരഹസ്യ ഉപനിഷദ് പഠന-ശ്രവണഫലം.

രാമതാപിനി ഉപനിഷദ് : ഈ ഉപനിഷദ് പൂർവ്വതാപിനി എന്നും ഉത്തരതാപിനി എന്നും രണ്ടായി ഭാഗിച്ചിരിക്കുന്നു. അഞ്ച് ഉപനിഷത്തുകൾ അഥവാ ഭാഗങ്ങൾ ചേർന്നതാണ് പൂർവ്വതാപിനി ഉപനിഷദ്. ശ്രീരാമമഹാത്മ്യം ശ്രീരാമൻെറ സർവ്വാത്മകത്വം, സകലചരാചരങ്ങളിലും വ്യാപിച്ചുകിട ക്കുന്ന ചൈതന്യം, സീതാരാമപൂജാവിധി, ശ്രീരാമഷഡക്ഷരസാരം, ദേവന്മാരുടെയും-

Scanned with CamScanner

ഋഷികളുടെയും രാമസ്തുതി, ശ്രീരാമയന്ത്ര ലേഖനവിധി, ശ്രീരാമ മാലാമന്ത്രങ്ങൾ, ശ്രീരാമവിഗ്രഹ പ്രതിഷ്ഠാ ചടങ്ങളുടെ മഹാത്മ്യം, ശ്രീരാമവിഗ്രഹ പൂജാവിധിയിലൂടെയുള്ള മോക്ഷപ്രാപ്തി.

ശ്രീരാമ ഉത്തരതാപിനി ഉപനിഷത്തിൽ അഞ്ചു ഖണ്ഡങ്ങളാണുള്ളത്. ബ്രഹ്മാവും, യജ്ഞവൽക്യനുമായുള്ള സംവാദമായിട്ടാണ് വിഷയാവതരണം, ഓംകാരതത്വം, താരകമന്ത്രം, രാമപ്രണവമന്ത്രം, ശ്രീരാമ പ്രണവജപഫലം, ജ്ഞാനം, മുക്തി, മോക്ഷപ്രാപ്തിക്കായി ശിവൻ രചിച്ച ശ്രീരാമതാരകമന്ത്ര ഉപദേശം, വിഷ്ണുവിൻെറ ശ്രീരാമവതാരമഹത്വം, ശ്രീരാമഗായത്രീമന്ത്രങ്ങൾ, നാമങ്ങൾ എന്നിവയാണ് ഒന്നാം ഖണ്ഡവിവരണങ്ങൾ. ഭരദ്വാജൻ അത്രിമഹർഷിക്ക് വിവരിക്കുന്ന ശ്രീരാമമാഹാത്മ്യമാണ് രണ്ടുമുതൽ അഞ്ചുവരെ ഖണ്ഡങ്ങളുടെവിഷയം.

സാണ്ഡില്യ ഉപനിഷദ് : മൂന്ന് അദ്ധ്യായങ്ങളിലാണ് സാണ്ഡില്യോപ നിഷത്തിൽ വിഷയങ്ങൾ വിവരിക്കുന്നത്. യോഗവിദ്യയുടെ യമ-നിയമങ്ങൾ, ആസനങ്ങൾ, യോഗ-തത്വപ്രകാരമുള്ള ശരീര നാഡികൾ, യോഗാചാരസമയത്ത് ശരീരത്തിലെ പ്രാണവായുവിൻെറ സഞ്ചാരപഥങ്ങൾ, കുണ്ഡലിനിയുടെ പ്രവർത്തനം, പ്രധാനപ്പെട്ട 14 നാഡികളുടെ കർമ്മ-ധർമ്മങ്ങൾ, സുഷുമ്നാനാഡിയുടെ മഹത്വം, ഉപനാഡികളുടെ വിവരണം, പത്തു പ്രധാനവായുക്കൾ, യോഗചര്യ അനുശാസിക്കുന്നവന് ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ട ഗുണങ്ങൾ, പ്രാണായാമ നിയമങ്ങൾ, പ്രണവാക്ഷരം ജപിച്ചുള്ള പ്രാണായാമം, വൈഷ്ണവീമുദ്ര, ഖേചരീമുദ്ര, ധ്യാനസാധനയിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന കൈവല്യാവസ്ഥ, മന-ആത്മ ശുദ്ധീകരണത്തിലൂടെ ജ്ഞാനസമ്പാദനം, പഞ്ചവിധ പ്രത്യാഹാര നിയമങ്ങൾ പഞ്ചവിധ ധാരണകൾ, രണ്ടുവിധ ധ്യാനങ്ങൾ, സമാധി അവസ്ഥ, ബ്രഹ്മരൂപം, പരീക്ഷണ-നിരീക്ഷണങ്ങളിലൂടെ ബ്രഹ്മരൂപം തെളിയിക്കാനുള്ള വിഷമം, അവ്യക്തമായ ബ്രഹ്മത്തിൻെറ സർവ്വാത്മകത്വം, ബ്രഹ്മത്തി ൻെറ ആത്മരൂപം, ഭേദ്യവും-അഭേദ്യവുമായ ബ്രഹ്മരൂപങ്ങൾ, ആത്മ-പരമാത്മ ലയനം, പരമാത്മ സാന്നിദ്ധ്യം, മഹേശ്വരസാന്നിദ്ധ്യം.

പരമഹംസപരിവ്രാജക ഉപനിഷദ് : ബ്രഹ്മദേവന് ആദിനാരായണൻ നൽകുന്ന വിവരണമാണ് ഉപനിഷദ് വിഷയം. സദ്ഗുരുവിൽ നിന്നും എല്ലാ വിദ്യകളും അഭ്യസിച്ച്, ബ്രഹ്മചര്യം, ഗാർഹസ്ഥ്യം എന്നീ ആശ്രമങ്ങൾ അനുഭവിച്ചറിഞ്ഞ്, സന്യാസം സ്വീകരിക്കുന്ന വ്യക്തി ബന്ധുമിത്രാദികളോട് യാത്രപറഞ്ഞ് സ്വന്തമായിട്ടുള്ളതെല്ലാം ഉപേക്ഷിച്ച് മനസ്-വാക്ക്- പ്രവർത്തി എന്നിവയിലെല്ലാം

Scanned with CamScanner

സന്ന്യാസിയായിത്തീരണം മോക്ഷപ്രാപ്തിക്കായി ആത്മശ്രാർദ്ധവും, വിരാജഹോമവും കഴിച്ച് എല്ലാം പുത്രനെ ഏൽപ്പിച്ച്, ശിഖചൂടി, യജ്ഞോപവീതവും- ആഡംബരങ്ങളും ഉപേക്ഷിച്ച്, പ്രണവം ജപിച്ച്-പ്രണവം തന്നെ ധ്യാനിച്ച് കിഴക്കു ദിക്കിലേക്ക് യാത്രയാകണം, ദണ്ഡും- കടിവസ്ത്രവും-കൗപീനവും-കമണ്ഡലുവും ധരിച്ച് സദ്. ഗുരുവിനോട് ചേർന്ന്, ആദ്ധ്യാത്മനിഷ്ഠയോടെ കാമക്രോധങ്ങളിൽ നിന്ന് മുക്തനായി ഉപനിഷത്തുകൾ പഠിച്ച് ബ്രഹ്മപ്രണവത്തെയും, നാല് അവസ്ഥകളെയും, അവയുടെ നാലു മന്ത്രങ്ങളെയും മനസ്സിലാക്കിയ സന്ന്യാസി പരമഹംസപരിവ്രാജകനായിത്തീരുന്നു.

അന്നപൂർണ്ണ ഉപനിഷദ് : അഞ്ച് അദ്ധ്യായങ്ങളാണ് അന്നപൂർണ്ണ ഉപനിഷത്തിലുള്ളത്. ബ്രഹ്മവിദ്യജിജ്ഞാസ, അന്നപൂർണ്ണമന്ത്രം, ആത്മജ്ഞാന ഉദയവൃത്തി, പഞ്ചവിധ ബ്രഹ്മവൃത്തി, സമാധി അവസ്ഥ, സംഗത്വം, അസംഗത്വം, മോക്ഷപ്രാപ്തി, ജാഗ്രത്-സ്വപ്ന-സുഷുപ്താവസ്ഥകൾ ജീവൻമുക്തി-വിദേഹമുക്തി, കൈവല്യപദലക്ഷണം, ജീവൻ മുക്തിക്കുവേണ്ടി യോഗി അനുഷ്ഠിക്കേണ്ട ഇന്ദ്രിയ- മനോനിഗ്രഹസാധനകൾ. തുരീയാവസ്ഥ ജ്ഞാനം, സുഖഭോഗങ്ങളിൽനിന്നുള്ള ജീവൻമുക്തയോഗിയുടെ വിരക്തി, ആഗ്രഹമുക്തി, വിദേഹമുക്തി അവസ്ഥകൾ, ബ്രഹ്മവിദ്യ ഉപാസന, പഞ്ചപ്രാണ നിയന്ത്രണവിധി, ചിത്തനിയന്ത്രണം, ചിത്തശുദ്ധീകരണം, കാമക്രോധങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മോചനം, ബ്രഹ്മബോധനം, പ്രാണായാമവിധി, ബ്രഹ്മജ്ഞാനപ്രാപ്തി, അദ്ധ്യാത്മതത്വജ്ഞാനം.

സൂര്യ ഉപനിഷദ് : എട്ടു ലഘുവരികൾ മാത്രമുള്ളതാണ് സൂര്യോപനിഷദ്, സൂര്യദേവനെ പ്രണമിക്കുന്ന മന്ത്രം, സൂര്യദേവസ്തുതി, ഗായത്രി, സൂര്യദേവൻെറ ജഗത്കാരണത്വം, ആദിത്യസ്തുതി, ആദിത്യൻെറ സർവ്വാത്മകത്വം, സൂര്യപ്രാർത്ഥന, സൂര്യാഷ്ടാക്ഷരി, സൂര്യോപനിഷദ് പഠനഫലം.

ആത്മ ഉപനിഷദ് : ആത്മ-അന്തരാത്മ-പരമാത്മ ബന്ധങ്ങൾ വിവരിക്കുന്ന ഒരു ലഘു ഉപനിഷത്താണിത്. നിത്യവും, അനന്തവുമായ ആത്മസത്ത, പ്രപഞ്ചത്തിൽ സർവ്വവ്യാപിയായി .ക്കുന്ന ബ്രഹ്മം, ബ്രഹ്മജ്ഞാനി അറിയുന്ന ബ്രഹ്മത്തിൻെറ മഹത്വം, സ്വയം ബ്രഹ്മചൈതന്യമുൾക്കൊള്ളുന്നതിൻെറ മഹത്വം, തൈലവും-ജലവുംപോലെ വ്യക്തമായി ദൃശ്യ

Scanned with CamScanner

മാകുന്നതും ശരീരത്തിൽ കുടികൊള്ളുന്നതുമായ ബ്രഹ്മത്തിൻെറ നിഷ്കല-നിഷ്ക്രിയ-നിരവദ്യ-നിരഞ്ജന-അദ്വിതീയഭാവം.

പാശുപത ബ്രഹ്മോപനിഷദ് : പൂർവ്വകാണ്ഡം, ഉത്തരകാണ്ഡം എന്നീ രണ്ടു ഭാഗങ്ങളാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിലുള്ളത്. വാലഖില്യഋഷിമാരും സ്വായംഭുവമനുവും തമ്മിലുള്ള സംവാദരൂപത്തിലാണ് വിഷയാവതരണം.

പൂർവ്വകാണ്ഡം : എല്ലാത്തിൻെറയും ദേവതയായ ഓംകാര രുദ്രൻെറ നിശ്ചേഷ്ടഭാവം, വിഷ്ണുവിൻെറ ഋതം, ബ്രഹ്മത്തിൻെറ ചലനാത്മകത്വം, യജ്ഞസൂത്ര-ബ്രഹ്മസൂത്ര ബന്ധം, ബ്രാഹ്മണ ലക്ഷണം, പ്രണവ മഹത്വം, ത്യാഗലക്ഷണം, ജ്ഞാനയജ്ഞമഹത്വം.

ഉത്തരകാണ്ഡം : ഓംകാര-ബ്രഹ്മ ബന്ധം, പ്രപഞ്ചചേതന യുൾ ക്കൊള്ളുന്ന ബ്രഹ്മത്വം, മായയാൽ ആവരണം ചെയ്തിരിക്കുന്ന ഭൗതികലോകം, ആവരണമില്ലാത്ത ആത്മചൈതന്യം, ആത്മജ്ഞാനത്തിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന പരമാത്മജ്ഞാനം, സർവ്വജ്ഞാന ങ്ങൾക്കുമുപരിയുള്ള ബ്രഹ്മജ്ഞാനം, ബ്രഹ്മജ്ഞാനിയുടെ മഹത്വം-ആചാരങ്ങൾ-കർമ്മബന്ധങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള മുക്തി.

പരബ്രഹ്മ ഉപനിഷദ് : ബ്രഹ്മത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരണമാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിലെ 3 ഭാഗങ്ങളിൽ നൽകിയിരിക്കുന്നത്. ശരീരത്തിൽ നാഭി-ഹൃദയം- കണ്ഠം-മൂർദ്ധാവ്, ഇവയിൽ നാലു പാദങ്ങളും, ജാഗ്രത്സ്ഥാനത്തിൽ അഞ്ചാമത്തെ പാദവുമായുള്ള ബ്രഹ്മത്തിൻെറ ശരീരത്തിലെ സ്ഥിതി, പ്രപഞ്ചത്തിൽ സർവ്വവ്യാപയായി വർത്തിക്കുന്നവരായ തൃമൂർത്തികളുടെ മഹത്വം, ബ്രഹ്മജ്ഞാനിയുടെ മഹത്വം, ഭൗതിക വസ്തുക്കളുടെ നശ്വരതയെകുറിച്ചറിയുന്ന ജ്ഞാനം ശിഖയും, ആത്മാവ് യജ്ഞോപവീതവും, പ്രണവം നാദബ്രഹ്മവുമായറിയുന്ന ബ്രഹ്മജ്ഞാനിയുടെ മഹത്വം, ഈ ജ്ഞാനി ആന്തരികമായ യജ്ഞോപവീതത്തിലൂടെ നേടുന്ന മോക്ഷപ്രാപ്തി. ബാഹ്യമായ യജ്ഞോപവീതത്തിൽ മാത്രം സർവ്വജ്ഞാനവും ദർശിക്കുന്ന ബ്രാഹ്മണൻെറ അല്പത്വം.

തൃപുരതാപിനി ഉപനിഷദ് : സുദീർഘങ്ങളാ അഞ്ച് ഉപനിഷത്തുകൾ ചേർന്നതാണ് ഈ ഉപനിഷദ്.

ഉപനിഷദ് 1. ത്രിപുരാദേവീ വിവരണം, ദേവിയെ സ്തുതിക്കുന്ന വേദമന്ത്രങ്ങൾ, ശിവശക്തിയിലൂടെയുള്ള പ്രപഞ്ച സൃഷ്ടി വിവരണം, നിർലക്ഷണനും-നിരഞ്ജനനും-നിരുപാധികനു

Scanned with CamScanner

മായ ഈശ്വരന്റെ ആസ്തിത്വം, ഗായത്രീമന്ത്രവിവരണം, ശിവശക്തിയുടെ സർവ്വവ്യാപകത്വം, ആത്മ-പരമാത്മബന്ധം, ദേവീ ഗായത്രി വിദ്യാഉപാസനാഫലം, ദേവി വിദ്യാ ഉപാസനാഫലം, തൃപുരാദേവിയുടെ ധ്യാനമന്ത്രം.

ഉപനിഷദ് 2. തൃപുരവിദ്യാവിവരണം, പഠനവിധി, സർവ്വരക്ഷാ കരീവിദ്യ, തൃപുരാദേവിയുടെ ആത്മരൂപം, ശിവ-ശക്തി ബന്ധം, തൃപുരവാസിനിവിദ്യ, തൃപുരാംബവിദ്യ. ഈ വിദ്യകളുടെ പഠനഫലം, ശ്രീചക്രം-അനുലോമചക്രം-പ്രതിലോമചക്ര വിവരണം-ശ്രീചക്രത്തിൽ ദേവിയെ ആവാഹിച്ചു നടത്തുന്ന പൂജാവിധികളുടെ ഫലം.

ഉപനിഷദ് 3, 4. തൃപുരസുന്ദരീപൂജയിലെ മുദ്രകൾ, നവമുദ്രകളുടെ ലക്ഷണം, പഞ്ചബാണമുദ്രലക്ഷണം, കാമകലാചക്രം, ക്ഷേത്രേശപൂജാവിധി, കുല കുമാരീപൂജാവിധി, മൃത്യുഞ്ജയമന്ത്രം, ത്ര്യംബക മന്ത്രമഹത്വം.

ഉപനിഷദ് 5. നിർവ്വിശേഷ ബ്രഹ്മജ്ഞാനം, പരമാത്മ സ്വരൂപണം, മനോനിയന്ത്രണം, ബ്രഹ്മഭാവപ്രാപ്തി, സവിശേഷ ബ്രഹ്മജ്ഞാനത്തിലൂടെയുള്ള നിർവിശേഷബ്രഹ്മജ്ഞാനം, നിരുപാധിക ആത്മത്തിന്റെ ദർശനം, നാദബ്രഹ്മത്തിന്റെ ധ്യാനം കൊണ്ടുള്ള പരബ്രഹ്മജ്ഞാന പ്രാപ്തി, പരമാത്മദർശനം, ശ്രീകാമ രാജ വിദ്യാമഹിമ.

ദേവി ഉപനിഷദ് : ദേവിയുടെ രൂപം ദർശിച്ച ദേവന്മാരുടെ സംശയം ദേവിതന്നെ തീർത്തുകൊടുക്കുകയാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിൽ. ദേവിയുടെ സ്വയം വിവരണം, ബ്രഹ്മസ്വരൂപം, പഞ്ചഭൂതമിശ്രഭാവം, ദേവിയുടെ ജഗത്-വേദ-വിദ്യ-ഭാവങ്ങൾ, ദേവി സ്തുതി, ശക്തിഭാവം, മഹാവിദ്യാഭാവം, ദേവ്യുപാസനാഫലം, ദേവിയുടെ വിദ്യാരൂപം.

ഭാവന ഉപനിഷദ് : മനുഷ്യശരീരം നവരത്നദീപമാണ്, സപ്തധാതു സംയുക്തം, സങ്കൽപമയമായ കൽപകോദ്ധ്യാനം, നവരസ സമ്മിശ്രം, ശരീരത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്ന ബാഹ്യപ്രേരണകൾ, കാമക്രോധാദികൾ, പൃഥ്വി-ആപ്-തേജസ് തുടങ്ങിയ 16 ശക്തികൾ, വചനാ-ദാന-ഗമനാ എന്നിങ്ങനെ 10 വായുക്കൾ, രേചകം-പാചകം-ശേഷകം എന്നിങ്ങനെ 15 ജംരാഗ്നികൾ, ക്ഷാര-ഉദ്ഗാരക-ക്ഷോഭക-ജംഭുക-എന്നിങ്ങനെ 5 വിധങ്ങൾ, ഭക്ഷ്യ-ഭോജ്യ-പോഷ്യ എന്നിങ്ങനെ 5 വിധ അന്നങ്ങൾ, ശീത-ഉഷ്ണ-സുഖ-ദുഃഖ, സത്യ-രജസ് തുടങ്ങിയ 8 വിധ ശക്തികൾ, ഇവചേർന്ന മനുശ്യശരീരം, ഞാൻ തന്നെ

Scanned with CamScanner

നീയും, നമ്മിലെ ചൈതന്യം തന്നെ ദൈവീകചൈതന്യവും എന്ന ആത്മവിഭാവനം ഹവനവും, ഭേദഭാവന തർപ്പണവുമായ ശിവയോഗിയേയും, ജീവൻമുക്ത യോഗിയേയും സ്മരിക്കുന്ന പുണ്യക്ഷേത്രമാണ് മനുഷ്യശരീരം എന്ന് ഉപനിഷദ് വിവരിക്കുന്നു.

ഭസ്മജാബല ഉപനിഷദ് : രണ്ട് അദ്ധ്യായങ്ങളുള്ള ഈ ഉപനിഷത്തിൽ ഭസ്മത്തിന്റെ മഹത്വം വർണ്ണിക്കുന്നു. പ്രഭാതത്തിൽ മന്ത്രങ്ങൾ ചൊല്ലി ധരിക്കുന്ന ഭസ്മമഹത്വം, ഭസ്മധാരണത്തിലൂടെയുള്ള പാപമോചനം, ഭസ്മധാരണത്തിൽ ഉണ്ടാകുന്ന അപാകതക്കുള്ള ഗായത്രീമന്ത്രജപ പ്രായശ്ചിത്തം, അതിലൂടെ ഘോര പാപമോചനം, ബ്രാഹ്മണന്റെ ഭസ്മധാരണമഹത്വം, ശിവപൂജ, ശിവ ഷഡ്ക്ഷരജപം, ശിവദർശനഫലം, കാശീ യാത്രാ മാഹാത്മ്യം, കാശിയിലെ ജ്യോതിർ ലിംഗവർണ്ണനം, ശിവ ആചമനമന്ത്രം, ശിവ അഭിഷേകമന്ത്രം.

ഗണപതി ഉപനിഷദ് : ഗണപതിയെക്കുറിച്ചുള്ള മനുവിന്റെ വിവരണമാണ് ഗണപത്യുപനിഷദ് വിഷയം. ഗണപതി സ്തുതി, ഗുണാതീതനും– അനലനും – അനിലനും, ദേഹാതീതനും – ശക്തിത്രയനും – ത്രിമൂർത്തി കളുടെ ചൈതന്യമുൾക്കൊള്ളുന്ന വനുമായ ഗണപതി വർണ്ണന, ഗണപതി ഗായത്രി മന്ത്രം, ധ്യാനം, ഈ ഉപനിഷദ് പഠനഫലമായ പാപനാശനം – മോക്ഷ പ്രാപ്തി – വാഗ്മിത്വം.

മഹാവാക്യ ഉപനിഷദ് : ബ്രഹ്മദേവന്റെ ഉപദേശമാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിലെ വിഷയം. വിദ്യയിലൂടെയും അവിദ്യയിലൂടെയും നേടാൻ സാധിക്കുന്ന ബ്രഹ്മജ്ഞാനം, അവിദ്യയിലൂടെ (ശാസ്ത്രരീതിയിലൂടെ) ലഭിക്കുന്ന ജ്ഞാനചക്ഷുസ്സുകൾ കൊണ്ട് പ്രപഞ്ചത്തിലെ ബ്രഹ്മദർശനം, വിദയിലൂടെ മാത്രം ലഭിക്കുന്ന ബ്രഹ്മദർശനം, പരമാത്മ ദർശനത്തിനുള്ള ഹംസവിദ്യ, തേജോമയമായ ബ്രഹ്മത്തെ ഹംസവിദ്യയിലൂടെ ധ്യാനിക്കുവാൻ സാധിക്കുന്ന മാർഗ്ഗം, ആദിത്യതുല്യമായ ബ്രഹ്മചൈതന്യം സ്വയം ഉൾക്കൊള്ളുവാൻ സാധിക്കുന്ന യോഗിമഹത്വം, ബ്രഹ്മജ്ഞാനിയായ യോഗിയുടെ ആത്മ – പരമാത്മയോഗം.

ഗോപാല താപിനി ഉപനിഷദ് : ഗോപാല പൂർവ്വ താപിനി എന്നും ഗോപാല ഉത്തരതാപിനി എന്നും രണ്ട് ഉപനിഷത്തുകൾ ചേർന്നതാണീ ഉപനിഷദ്.

ഗോപാല പൂർവ്വതാപിനി ഉപനിഷദ് : ആറു ഭാഗങ്ങളടങ്ങുന്ന ബൃഹത്തായ ഒരു ഉപനിഷത്താണിത്. ഗോപാലകൃഷ്ണവിവരണം,

Scanned with CamScanner

സർവ്വചരാചരവാസം, രൂപമഹത്വം-ധ്യാനമന്ത്രങ്ങൾ- ഭജന-ഗോവിന്ദപൂജ, ഓംകാരബ്രഹ്മവിവരണം, ശ്രീകൃഷ്ണസ്തുതി, മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ ഓംകാരരൂപം, നമസ്കാരമന്ത്രങ്ങൾ, പ്രപഞ്ചരൂപത്തിലുള്ള മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ മഹത്വവർണ്ണന, ഭൂമിയും-സലിലവും-തേജസ്സും-ആകാശവും-മഹാവിഷ്ണുവിൽ നിന്ന് ഉത്ഭവിച്ച വിവരണം, ശ്രീകൃഷ്ണസ്മരണഫലങ്ങൾ.

ഗോപാലഉത്തരതാപിനി ഉപനിഷദ് : ശ്രീകൃഷ്ണ സ്മരണയിലൂടെ സിദ്ധിക്കുന്ന ആദ്ധ്യാത്മീക-ഭൗതിക ഫലങ്ങൾ, ദുർവാസാവു മഹർഷിക്ക് നിരന്തരമായ വ്രതങ്ങൾകൊണ്ട് ലഭിച്ച സിദ്ധികൾ, ശ്രീകൃഷ്ണചൈതന്യ-ബ്രഹ്മചൈതന്യ ബന്ധം, വിഷ്ണുവിൻെറ സർവ്വോൽകൃഷ്ടമായ കൃഷ്ണാവതാര മഹത്വം, മഥുരാപുരിയുടെ വർണ്ണന, മഥുരയെ ഗോപാലപുരി എന്നറിയപ്പെടുന്നതിൻെറ മഹത്വം, മഥുരാപുരിയിൽ വസിച്ചിരുന്ന ശ്രേഷ്ഠരായ അനേകം ഋഷിമാരുടെ ചരിതം, ശംഖചക്രധാരിയായ ശ്രീകൃഷ്ണൻെറ രൂപവർണ്ണന, ശ്രീകൃഷ്ണസ്തുതി, ശ്രീകൃഷ്ണനാമങ്ങൾ.

ശ്രീകൃഷ്ണ ഉപനിഷദ് : രണ്ട് ലഘു ഖണ്ഡങ്ങളാണ് ഈ ഉപനിഷത്തിലുള്ളത്. ശ്രീരാമ - ശ്രീകൃഷ്ണ സ്തുതികൾ, മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ സർവ്വവ്യാപകത, മഹാവിഷ്ണുവിന് വാസുദേവൻ-അനിരുദ്ധൻ-സങ്കർഷണൻ എന്നീ പേരുകൾ ഉണ്ടായതിന് കാരണം, വേദങ്ങളിലെ മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ സ്തുതികൾ, ശ്രീകൃഷ്ണാവതാരമഹത്വം-സ്മരണ-ധ്യാനം എന്നിവയി ലൂടെ ലഭിക്കുന്ന സർവ്വതീർത്ഥ സ്നാനഫലം.

ഹയഗ്രീവ ഉപനിഷദ് : ബ്രഹ്മാവ് നാരദന് ഉപദേശിക്കുന്ന ഹയഗ്രീവമന്ത്രമാണ് ഉപനിഷദ്വിഷയം, ഹയഗ്രീവ പഞ്ചാക്ഷരമന്ത്രമായ ഓം-ശ്രീം-ഹ്ലൗം - ഐം-ഐം-ഐം-ക്ലീം-ക്ലീം-സൗം-സൗം-ഹ്രീം. ഓം നമോ ഭഗവതേ ഹയഗ്രീവായ എന്ന മന്ത്രപഠന-ശ്രവണത്തിൻെറ സർവ്വപാപപരിഹാരഫലമാണ് ഈ ലഘു ഉപനിഷത്തിൽ വർണ്ണിക്കുന്നത്.

ദത്താത്രേയ ഉപനിഷദ് : മൂന്ന് ലഘു ഖണ്ഡങ്ങളുള്ളതാണ് ദത്താത്രേയ ഉപനിഷദ്. ശ്രീ നാരായണവിശ്വരൂപം, ദത്താത്രേയ ധ്യാനം, ധ്യാനമഹത്വം, ഓം ശ്രീം ക്ലീം ഗ്ലൗം ദ്രം എന്നീ ഷഡ്ക്ഷരമന്ത്രം, ദ്വാദശാക്ഷരീമന്ത്രം, ഷോഡശാക്ഷരമന്ത്രം, എന്നിവയുടെ മഹത്വം, ദത്താത്രേയൻെറ മാലാമന്ത്രം, ഉപനിഷദ് പഠനഫലം.

Scanned with CamScanner

ഗരുഡ ഉപനിഷദ് : ഗരുഡ ധ്യാനമന്ത്രം, ഗരുഡമാലാമന്ത്രം, സർപ്പനാശനമന്ത്രം, വാസുകീ മന്ത്രം എന്നീ നാലു മന്ത്രങ്ങൾ മാത്രമടങ്ങുന്ന ഈ ഉപനിഷദ് ബ്രഹ്മദേവൻ നാരദനും, നാരദൻ ബൃഹത്സേനനും, ബൃഹത്സേനൻ ഇന്ദ്രനും, ഇന്ദ്രൻ ഭരദ്വാജനും, ഭരദ്വാജൻ ജീവൽ കാമനും, അദ്ദേഹം ശിഷ്യന്മാർക്കും വിവരിച്ചുകൊടുക്കുന്നതാണ്.

മറ്റ് ഉപനിഷത്തുകൾ

നൂറ്റി എട്ട് ഉപനിഷത്തുകളിൽ ഉൾപ്പെടുത്താത്ത ചില ഉപനിഷത്തുക്കളാണ് ഏതാനും വരികളിൽ ഇവിടെ വിവരിക്കുന്നത്. ഈ ഉപനിഷത്തുകൾ മേൽവിവരിച്ച ഉപനിഷത്തുകളെപോലെ ആദരിക്കപ്പെടാറില്ല.

യോഗരാജ ഉപനിഷദ് : ഇരുപത്തിഒന്ന് ശ്ലോകങ്ങളിൽ യോഗവിദ്യയെക്കുറിച്ച് വിവരിക്കുന്നു.

അദ്വൈത ഉപനിഷദ് : ഗദ്യരൂപത്തിലുള്ള 24 വരികളിൽ അദ്വൈതാവസ്ഥയെക്കുറിച്ച് വർണ്ണിക്കുന്നു.

ആചമന ഉപനിഷദ് : എല്ലാ ക്രിയാകർമ്മങ്ങളിലും നടത്തുന്ന ആചമനത്തെക്കുറിച്ച് വിവരിക്കുന്നു.

ആത്മപൂജാ ഉപനിഷദ് : ആത്മപൂജയുടെ മഹത്വമാണ് 19 വരികളിലെ വിഷയം.

ആർഷേയ ഉപനിഷദ് : 11 ശ്ലോകങ്ങളിലുള്ള ബ്രഹ്മാണ്ഡവിവരണമാണ് വിഷയം.

ഇതിഹാസോപനിഷദ് : ആശ്രമധർമ്മങ്ങളും, ശ്രാർദ്ധകർമ്മങ്ങളും ഇതിലെ 91 ശ്ലോകങ്ങളിൽ വർണ്ണിക്കുന്നു.

ചതുർവേദ ഉപനിഷദ് : നാലു വേദങ്ങൾ ആദിനാരായണനിൽ നിന്നു ൽഭവിച്ചതിനെക്കുറിച്ച് വിവരിക്കുന്നു.

ചാക്ഷുഷോപനിഷദ് : നേത്രങ്ങൾക്ക് കൂടുതൽ തേജസ് പകരുന്നതിന് സൂര്യദേവനോടുള്ള പ്രാർത്ഥനയും പൂജയുമാണ് വിഷയം.

തുരിയോപനിഷദ് : ഓംകാരത്തിൻെറ 16 മാത്രകളെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരണമാണ് വിഷയം.

പിണ്ഡോപനിഷദ് : മരണാനന്തരക്രിയകളിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട പിണ്ഡക്രിയ സങ്കൽപങ്ങൾ വിവരിക്കുന്നു.

Scanned with CamScanner

പ്രണവോപനിഷദ് : ഓംകാരത്തിൻെറ ഓരോ മാത്രകളെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരണമാണ് 20 ശ്ലോകങ്ങളിലുള്ളത്.

ബാഷ്കല മന്ത്ര ഉപനിഷദ് : ഈശ്വരൻ-ബ്രഹ്മ-അഹം ബന്ധ വിവരണമാണ് 25 ശ്ലോകവിഷയം.

ദ്വയോപനിഷദ് : ആചാര്യഗുരു നിർവ്വചനമാണ് ആറ് ശ്ലോകങ്ങളിൽ നൽകിയിരിക്കുന്നത്.

നിരുക്തോപനിഷദ് : ഈ ഉപനിഷത്തിൽ ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിൻെറ വളർച്ച, രക്തം-മജ്ജ - മാംസം - അസ്ഥിബന്ധം, സ്ത്രീ-പുരുഷ-നപുംസക ജനന വിഷയ ങ്ങളുമടങ്ങുന്നു.

മഠാമ്നായോപനിഷദ് : ജംബുദ്വീപിലുള്ള ആശ്രമ മഠ-സമ്പ്രദായ-ക്ഷേത്ര-ദേവീ - ദേവ-ആചാര്യ-തീർത്ഥ-വേദ-ആപ്തവാക്യങ്ങളെ സങ്കൽപിച്ച് നടത്തേണ്ട തർപ്പണങ്ങൾ വിവരിക്കുന്നു.

വിശ്രമോപനിഷദ് : ഹൃദയകമലത്തിൻെറ നിറങ്ങൾ, ഈ കമലത്തിൻെറ ഏതു ദളത്തെ ആശ്രയിച്ചാണോ വിശ്രമിക്കുന്നത് അതനുസരിച്ചുള്ള അഭിവൃദ്ധി.

ശൗക ഉപനിഷദ് : ഗായത്രീമന്ത്ര-ആദിത്യ-ചന്ദ്ര-എന്നിവരിൽ കുടികൊള്ളുന്ന, ഓംകാര നാദബ്രഹ്മോപസാന.

സൂര്യതാപിനി ഉപനിഷദ് : യജുർവേദത്തിലുള്ള സൂര്യ നാമങ്ങളാൽ ബ്രഹ്മാവ് നടത്തുന്ന സൂര്യദേവസ്തുതി.

ഊർദ്ധ്വപുണ്ഡ്രോപനിഷദ് : ഊർദ്ധ്വപുണ്ഡ്രവിധി, ദ്രവ്യം, സ്ഥാനം, രേഖ, മന്ത്രം, കർത്താവ്, ഫലം എന്നിവ മഹാവിഷ്ണു വിവരിക്കുന്നു.

കാർത്ത്യായനോപനിഷദ് : പവിത്രമായ കർമ്മം. വിഷ്ണു ക്ഷേത്രത്തിലെ തീർത്ഥത്തിലെ സ്നാനമാണെന്നതിൻെറ കാരണം വിവരിക്കുന്നു.
ഗോപീചന്ദന ഉപനിഷദ് : ദ്വാരകാചരിതം, ഗോപികമാരുടെ ചെയ്തികൾ, ഗോപീചന്ദന മാഹാത്മ്യം, എന്നീ വിഷയങ്ങളടങ്ങുന്നു.

തുളസി ഉപനിഷദ് : തുളസീമാഹാത്മ്യം, തുളസീപൂജ, നിത്യകർമ്മങ്ങളിൽ തുളസി ഉപയോഗിക്കുന്നതിൻെറ മഹത്വം.

നൃസിംഹ ഷഡ്ചക്ര ഉപനിഷദ് : നൃസിംഹചക്രത്തിലെ രഥചക്ര-തൽസുചക്ര-മഹാചക്രം-സകലലോകരക്ഷണ ചക്ര-ധ്യുതചക്ര-അസുരാന്തകചക്ര-വർണ്ണന.

Scanned with CamScanner

പരമാത്മിക ഉപനിഷദ് : സകല ചരാചരങ്ങളിലും നില നിൽക്കുന്ന പരമാത്മശക്തി, മഹാവിഷ്ണു മഹിമ, സത്യമഹത്വം.

യജ്ഞോപവീത ഉപനിഷദ് : മഹാവിഷ്ണുവിൻെറ ലക്ഷണമായ യജ്ഞോപവീതത്തിൻെറ മഹിമവർണ്ണനം.

രാധോപനിഷദ് : ബ്രഹ്മാണ്ഡവിസ്തീരണ്ണം, അതല-വിതല-സുതല-രസാതല-തലാതലാദി ലോകവിസ്തീർണ്ണം, ശ്രീകൃഷ്ണ വാസസ്ഥലം, കൃഷ്ണദർശനം, കൃഷ്ണപൂജനം.

ലാംഗൂലോപനിഷദ് : ആഭിചാരക്രിയകൾക്കും, മന്ത്രവാദങ്ങൾക്കുമുള്ള രോഗനാശനം - ശത്രുനാശനം - ബന്ധനം - പ്രേതശബ്ദാദി - മന്ത്രങ്ങൾ വിവരിക്കുന്നു.

ശ്രീകൃഷ്ണപുരുഷോത്തമ ഉപനിഷദ് : പുരുഷോത്തമനിൽ നിന്നുൽഭവിച്ച ചരാചരങ്ങൾ - ആറ് ശാസ്ത്രങ്ങൾ- തീർത്ഥങ്ങൾ, ഋഷികൾ - 18 ബ്രഹ്മാണ്ഡങ്ങൾ - 18 കർമ്മങ്ങൾ എന്നീ വിവരണങ്ങൾ.

സങ്കർഷണ ഉപനിഷദ് : ശ്രീകൃഷ്ണജനനം, മഹത്വം, പൂജാവിഷയങ്ങളിതിലടങ്ങുന്നു.

സുദർശന ഉപനിഷദ് : ശംഖ-ചക്ര-ഗദാധാരിയായ മഹാവിഷ്ണു സ്തുതി - പൂജാവിഷയങ്ങൾ.

പാരായണ ഉപനിഷദ് : ശിവസ്തുതി, അതിലൂടെയുള്ള ധർമ്മാർത്ഥ കാമ മോക്ഷ ഫലസിദ്ധി.

ബില്വ ഉപനിഷദ് : ബില്വപത്ര മഹാത്മ്യം, ബില്വപത്രമുപയോഗിച്ചുള്ള ശിവപൂജ മഹാത്മ്യം.

മൃത്യുലാംഗുലോപനിഷദ് : ശിവസ്തുതികളടങ്ങുന്ന 4 ശ്ലോകങ്ങളുടെ പഠനഫലം.

രുദ്ര ഉപനിഷദ് : ശിവഭക്തി മഹത്വം, ശിവസ്തുതി, ശിവപ്രാർത്ഥന, യജ്ജുർവേദസ്തുതി, ഗുരുപ്രാർത്ഥന.

ലിംഗോപനിഷദ് : ശിവലിംഗ മഹാത്മ്യം, ശിവപ്രാർത്ഥന, ശിവധ്യാനം, അർച്ചനാവിധി, ലിംഗപീഠമഹത്വം.

വജ്രപഞ്ചരോപനിഷദ് : വേദമന്ത്രങ്ങളാലുള്ള വന്ദനം, ആഘോഷ മന്ത്രങ്ങൾ, ദുർഗാസ്തുതി, മൃത്യുദേവസ്തുതി.

ശിവസങ്കൽപ ഉപനിഷദ് : ശിവമാഹാത്മ്യം, ശിവസ്തുതി, ശിവധ്യാനം

Scanned with CamScanner

സദാനന്ദോപനിഷദ് : ശിവാരാധന, ശിവലിംഗ മഹത്വം-പ്രാർത്ഥന, അതിലൂടെയുള്ള പരബ്രഹ്മദർശനം.

കാലിക ഉപനിഷദ് : കാളിയുടെ വർണ്ണന, പ്രാർത്ഥന, ശക്തി, മഹത്വം, ഗുരുവന്ദനം, തൃമൂർത്തി സ്തുതി, ശിവമാഹാത്മ്യം.

കാലിമേധാദീക്ഷിതോപനിഷദ് : ശിവഭജനം – സ്തുതി, ഇവയിലൂടെ സിദ്ധിക്കുന്ന ആത്മീയ – ഭൗതികനേട്ടങ്ങൾ.

ഗായത്രീ രഹസ്യഉപനിഷദ് : ഗായത്രീമന്ത്രഉത്ഭവം, ഓംകാരവർണ്ണനം, ഗായത്രിയുടെ അർത്ഥം.

ഗുഹ്യകാല്യുപനിഷദ് : പ്രകൃതി പുരുഷ വർണ്ണനകൾ.

താരോപനിഷദ് : ശിവമയമായ പ്രപഞ്ചത്തിൻെറയും താരാരൂപിയായ ദേവിയുടെയും വർണ്ണന, ധ്യാനം, സ്തുതി.

ലഘു അവധൂത ഉപനിഷദ് : അവധൂത സന്യാസിയെക്കുറിച്ച് 7 ശ്ലോകങ്ങളിലായി വിവരിക്കുന്നു.

ആശ്രമ ഉപനിഷദ് : നാലുതരം ബ്രഹ്മചര്യാശ്രമികൾ-ഗൃഹസ്ഥർ-വാനപ്രസ്ഥർ-സന്യാസികൾ ഇവരെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരണം.

സമസ്ത ഉപനിഷത്തുക്കളുടെയും ഉജ്ജ്വലങ്ങളായ ആത്മീയ-ഭൗതിക വിഷയങ്ങളും ഭഗവാൻ ശ്രീകൃഷ്ണൻ അർജ്ജുനന് വിവരിച്ചുകൊടുക്കുന്ന ഭഗവദ്ഗീതയിലുണ്ട്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഗീതയുടെ ഓരോ അദ്ധ്യായാന്ത്യത്തിലും **ഉപനിഷത്തുകളുടെ സാരമായ ഭഗവദ്ഗീത** എന്നു പറയുന്നുണ്ട്. വളരെ വ്യക്തമായ വിഷയ ക്രമീകരണങ്ങളോടെ പ്രായോഗിക ജീവിതത്തിലെ സർവ്വതോമുഖ മായ എല്ലാ പ്രശ്നങ്ങളുടെയും വിശകലനവും പരിഹാരവുമായാണ് ഗീതോപദേശം നൽകുന്നത്. ശക്തമായ ആത്മീയത, വ്യക്തമായ ഭൗതീകതക്ക് എങ്ങിനെ മാർഗദർശകമാകുന്നു എന്ന് ഉപനിഷത്തുകളെപോലെ മഹാഭാരതത്തിൻെറ ഭാഗമായ ഭഗവദ്ഗീത വസ്തുനിഷ്ഠമായും ശാസ്ത്രീയമായും വിവരിക്കുന്നു.

Scanned with CamScanner

പഞ്ച സ്വച്ഛതാ യജ്ഞം

നമ്മുടെ മനസ് പൂർണ്ണമായി പവിത്രമാകട്ടെ. കഥകളിലൂടെയും അനുഭവശ്രവണങ്ങളിലൂടെയും, ഉപദേശങ്ങളിലൂടെയും ജീവിത സത്യങ്ങളുടെ ഉൾക്കാഴ്ചയിലൂടെയും നമ്മുടെ മനസിലുള്ള ദേഷ്യം, പക, വാശി, ഭയം, അഹങ്കാരം ഇവയിൽ നിന്ന് മോചനം നേടി സ്വച്ഛ മനസ് നമുക്കും ബന്ധപ്പെട്ടവർക്കും ലഭിക്കുമാറാക്കാം. ഈ യജ്ഞത്തിന് മാർഗ നിർദേശം നൽകുക.

നമ്മുടെ ശരീരം പൂർണ്ണമായും പവിത്രമാകട്ടെ. നല്ല ഭക്ഷണം. പൂർണ്ണ സസ്യാഹാരം, ലഹരിമുക്ത ജീവിതം, യോഗ, വ്യായാമം, ശാന്ത മനസ് എന്നിവയിലൂടെ നമ്മുടെ ക്ഷേത്ര തുല്യ പവിത്രമായ ശരീരം സ്വച്ഛ ശരീരം ആയി തീർക്കാൻ ശ്രമിക്കണം. ഈ സന്ദേശങ്ങൾ ജീവിതത്തിൽ പകർത്തി പ്രചരിപ്പിക്കുക.

. നമ്മുടെ ഗൃഹം പൂർണ്ണമായും ചൈതന്യവത്തും വൃത്തിയുള്ളതുമാകട്ടെ. ഇറച്ചി-ചോര-ശവശരീരം-മദ്യം-വൃത്തികേടുകൾ ഇവയില്ലാത്ത ഗൃഹവും അടുക്കളയും നന്മനിറഞ്ഞ ബന്ധം ഊട്ടിയുറപ്പിക്കുന്ന മാതൃ-പിതൃ-പുത്ര-പുത്രീ-ഭാര്യാ-ഭർതൃ ബന്ധവും നിലനിർത്തി സ്വച്ഛഗൃഹം നമുക്ക് വളർത്തിയെടുത്താസ്വദിക്കാം. മറ്റുള്ളവർക്കും ഈ വഴി കാണിക്കാം.

വൃത്തിയുള്ള പാതകൾ, വഴിയോരങ്ങൾ, ക്ഷേത്രങ്ങൾ, കുളങ്ങൾ ഇവയെല്ലാം നിലനിർത്തുക നമ്മുടെയുംകൂടി ഉത്തരവാദിത്വമാണ്. അവയെല്ലാം കഴിവതും വൃത്തിയാക്കി സ്വച്ഛഗ്രാമം നിർമ്മിക്കുന്നതിൽ നമുക്കും പങ്കുചേരാം. എല്ലാവരേയും ഈ കാര്യങ്ങളറിയിക്കുക. അവർ സ്വീകരിക്കട്ടെ തിരസ്കരിക്കട്ടെ

നമ്മുടെ മാതൃഭൂമിയെ പരമ പരവിത്രമായ പദത്തിലേയ്ക്കുയർത്താൻ രാഷ്ട്രവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട എല്ലായിടത്തും പവിത്രതയുടെ സന്ദേശമെത്തിച്ച് വൃത്തിയാക്കി സ്വച്ഛ ഭാരതം നിർമ്മിക്കാം. ഈ രാഷ്ട്രം പൂർണ്ണമായും വൃത്തിയുള്ളതാകട്ടെ. ഈ മഹായജ്ഞം ഏറ്റെടുക്കാൻ യോഗ്യതയുള്ള അഞ്ചുപേർ വീതമുള്ള അനവധി പഞ്ച സ്വച്ഛതാ യജ്ഞസമിതി എല്ലായിടത്തും രൂപീകരിച്ച് പ്രവർത്തിക്കാം. വിശക്കുന്നവർക്കും, അനാഥർക്കും, വൃദ്ധർക്കും രോഗികൾക്കും, വേദനിക്കുന്നവർക്കും സഹായമർഹിക്കുന്ന എല്ലാവർക്കും ഈ യജ്ഞത്തിലൂടെ വൃത്തിയുടെ സന്ദേശങ്ങളും സഹായ ഹസ്തവും നമുക്കെത്തിക്കാം. എല്ലാവർക്കും സന്തോഷവും ആരോഗ്യവും ശാന്തിയുമെത്തിക്കാം.

ഇന്ത്യൻ ഇൻസിറ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് സയിന്റിഫിക് ഹെറിറ്റേജ്,
തിരുവനന്തപുരം 695 018, തൃശ്ശൂർ 680 501
ഫോൺ : 9446361149, 9446628022, 9446833600, www.iish.org,
iishservice1@gmail.com,
youtube-drn.gopalakrishnan, www.myradiostream.com/iish,
www.tun.in/sfhZs

Scanned with CamScanner

ഉപനിഷദ് സംഗ്രഹത്തിൽ.......................

ഋഗ്വേദീയ ഉപനിഷദ് : ഐതരേയം - കൗഷീതകി - നാദ ബിന്ദു - ആത്മബോധ - നിർവാണ - മുൻഗല - അക്ഷമാലിക - തൃപുര - സൗഭാഗ്യലക്ഷ്മി - ബൃഹ്വൃച - ഉപനിഷദ്.

ശുക്ളയജുർവേദീയ ഉപനിഷദ് : ഈശാവാസ്യ - ബൃഹദാര ണ്യക - ജാബാല - ഹംസ - പരമഹംസ - സുബാല - മന്ത്രിക - നിരാലംബ - തൃശിഖി ബ്രാഹ്മണ - മണ്ഡല ബ്രാഹ്മണ - അദ്വയതാരക - പിംഗള - ഭിക്ഷുക - തുരിയാതീത - അദ്ധ്യാത്മ - താരാശര - യജ്ഞവൽക്യ - ശാട്യായനീയ - മുക്തിക - ഉപനിഷദ്.

കൃഷ്ണയജുർവേദീയ ഉപനിഷദ് : കഠ - തൈത്തിരീയ - ബ്രഹ്മ - കൈവല്യ - ശ്വേതാ ശ്വേതര - ഗർഭ - നാരായണ - അമൃത ബിന്ദു - അമൃതനാദ - കാലാഗ്നി രുദ്ര - ക്ഷുരിക - സർവ്വസാര - ശുകരഹസ്യ - തേജബിന്ദു - ധ്യാനബിന്ദു - ബ്രഹ്മവിദ്യ - യോഗതത്വ - ദക്ഷിണാ മൂർത്തി - സ്കന്ദ - ശാരീരിക - യോഗശിഖ - ഏകാക്ഷര - അക്ഷി - അവധൂത - കഠരുദ്ര - രുദ്രഹൃദയ - യോഗ കുണ്ഡലിനി - പഞ്ചബ്രഹ്മ - പ്രാണാഗ്നിഹോത്ര - വരാഹ - കലിസന്തരണ - സരസ്വതീ രഹസ്യ ഉപനിഷദ്.

സാമവേദീയ ഉപനിഷദ് : കേന- ഛാന്ദോഗ്യ - ആരുണി - മൈത്രായണീ - മൈത്രേയീ - വജ്രസൂചിക - യോഗചൂഡാ മണി - വാസുദേവ-മഹദ് - സന്യാസ - അവ്യക്ത - കുണ്ഡിക - സാവിത്രീ - രുദ്രാക്ഷ ജാബാല - ദർശന- ജാബാല - ഉപനിഷദ്.

അഥർവവേദീയ ഉപനിഷദ് : പ്രശ്ന-മുണ്ഡക - മാണ്ഡൂക്യ - അഥർവശിര - അഥർവശിഖ - ബൃഹത്ജാബാല - നൃസിം ഹതാപിനി - നാരദ പരിവ്രാജക - സീത - ശരഭ - മഹാനാരാ യണ - രാമരഹസ്യ - രാമതാപിനി - ശാണ്ഡില്യ - പരമഹം സപരിവ്രാജക - അന്നപൂർണ്ണ - സൂര്യ - ആത്മ - പാശുപത - പരബ്രഹ്മ - തൃപുരാതാപിനി - ദേവി ഭാവന- ഭസ്മ ജാബാല - ഗണപതി - മാഹാവാക്യ - ഗോപാലതാപിനി - ശ്രീകൃഷ്ണ- ഹയഗ്രീവ - ദത്താത്രേയ - ഗരുഡ ഉപനിഷദ്.

ഇവയുടെ സംഗ്രഹം

Scanned with CamScanner