

# Nārāyaṇa Upaniṣhat

[as per tradition]

ॐ सह नाववतु । सह नौ भुनक्तु । सह विर्यं करवावहै ।

तेजस्विनावधीतमस्तु मा विद्विषावहै ॥

ॐ saha nāvavatu | saha nau bhunak'tu |

saha vīr'yañ'karavāvahai |

tējas'vināvadhī'tamas'tu mā vid'viṣhāvahai ॥

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

ॐ śhā-n'tiśh' śhā-n'tiśh' śhā-n'tiḥi ॥

ॐ अथ पुरुषो ह वै नारायणोऽकामयत प्रजाः सृजेयेति ।

नारायणात् प्राणो जायते । मनः सर्वेन्द्रियाणि च ।

ॐ atha puruṣhō ha vai

nārāyaṇō (a)kāmayatap' prajāś' sṛjēyēti |

nārāyaṇāt' prāṇō jāyatē | manas' sar'ven'driyāṇi cha |

खं वायुर्ज्योतिरापः पृथिवी विश्वस्य धारिणी ।

नारायणाद् ब्रम्हा जायते । नारायणाद् रुद्रो जायते ।

kham' vāyur'jyōtirāpa[fp]' pṛthivī viśh'vas'ya dhāriṇī |

nārāyaṇād' bram'hā jāyatē | nārāyaṇād' rud'rō jāyatē |

नारायणादिन्द्रो जायते । नारायणात् प्रजापतयः प्रजायन्ते ।

nārāyaṇādindrō jāyatē | nārāyaṇāt' prajāpataya[fp]' prajāyan'tē |

nārāyaṇāt' prajāpataya[fp]' prajāyan'tē |

नारायणाद् द्वादशादित्या रुद्रा वसवः सर्वाणि च छन्दांसि ।

nārāyaṇād' dvādaśhādit'yā

rud'rā vasavas' sar'vāṇi cha chhan'dāgm'si ।

नारायणादेव समुत्पद्यन्ते । नारायणे प्रवर्तन्ते । नारायणे प्रलीयन्ते ॥ १ ॥

nārāyaṇādēva samut'pad'yan'tē ।

nārāyaṇēp' pravar'tan'tē । nārāyaṇēp' praliyan'tē ॥ 1 ॥

ॐ । अथ नित्यो नारायणः । ब्रम्हा नारायणः ।

शिवश्च नारायणः । शक्रश्च नारायणः ।

ॐ । atha nit'yō nārāyaṇaḥ । bram'hā nārāyaṇaḥ ।

śhivaśh'cha nārāyaṇaḥ । śhak'raśh'cha nārāyaṇaḥ ।

द्यावापृथिव्यौ च नारायणः । कालश्च नारायणः ।

दिशश्च नारायणः । ऊर्ध्वश्च नारायणः ।

dyāvaprthiv'yau cha nārāyaṇaḥ ।

kālaśh'cha nārāyaṇaḥ । diśhaśh'cha nārāyaṇaḥ ।

ūr'dhvaśh'cha nārāyaṇaḥ ।

अधश्च नारायणः । अन्तर्बहिश्च नारायणः ।

नारायण , एवेदश्च सर्वम् । यद् भूतं यच्च भव्यम् ।

adhaśh'cha nārāyaṇaḥ ।

an'tar'bahish'cha nārāyaṇaḥ ।

nārāyaṇa , ēvēdagm' sar'vam ।

yad' bhūtañ' yat'cha bhav'yam'm ।

निष्कलो निरञ्जनो निर्विकल्पो निराख्यातः शुद्धो देव , एको नारायणः ।  
niṣh'kalō nirañ'janō nir'vikal'pō nirākh'yātaśh'  
śhud'dhō dēva , ēkō nārāyaṇaḥ ।

न द्वितीयोऽस्ति कश्चित् । य , एवं वेद ।

स विष्णुरेव भवति स विष्णुरेव भवति ॥ २ ॥

naḍ' dvitīyō (a)s'ti kaśh'chite । ya , ēvaṁ' vēda ।  
sa viṣh'ṇurēva bhavati sa viṣh'ṇurēva bhavati ॥ 2 ॥

ओमित्यग्रे व्याहरेत् । नम , इति पश्चात् । नारायणायेत्युपरिष्ठात् ।  
ōmit'yag'rēv' vyāharē-te । nama , iti paśh'chā-te ।  
nārāyaṇāyēt'yupariṣh'tā-te ।

ओमित्येकाक्षरम् । नम , इति द्वे , अक्षरे । नारायणायेति पञ्चाक्षराणि ।  
ōmit'yēkāk'ṣharam । nama , itid' dvē , ak'ṣharē ।  
nārāyaṇāyēti pañ'chāāk'ṣharāṇi ।

एतद् वै नारायणस्याष्टाक्षरं पदम् । यो ह वै नारायणस्याष्टाक्षरं पदमध्येति ।  
ētaḍ' vai nārāyaṇas'yāśh'tāk'ṣharam' padam ।  
yō ha vai nārāyaṇas'yāśh'tāk'ṣharam' padamadh'yēti ।

अनपब्रुवस्सर्वमायुरेति । विन्दते प्राजापत्यं रायस्पोषं गौपत्यम् ।  
anapab'ruvas'sar'vamāyurēti ।

vin'datēp' prājāpat'yagm' rāyas'pōśhan'gaupat'yam ।

ततोऽमृतत्वमश्नुते ततोऽमृतत्वमश्नुत , इति । य , एवं वेद ॥ ३ ॥

tatō (a)mṛtat'vamaśh'nutē tatō

(a)mṛtat'vamaśh'nuta , iti | ya , ēvam' vēda ॥ 3 ॥

प्रत्यगानन्दं ब्रह्म पुरुषं प्रणवस्वरूपम् ।

prat'yagānan'dam' bram'ha  
puruṣham' praṇavas'varūpam |

अकार , उकार मकार , इति । ताऽनेकधा समभरत तदैतदोमिति ।

यमुक्त्वा मुच्यते योगी जन्मसंसारबन्धनात् ।

akāra , ukāra ma kāra , iti |  
tā (a)nēkadhā samabharat' tadēta dōmi ti |

yamuk'tvā much'yatē yōgī  
jan'masam'sāraban'dhanā-te |

ॐ नमो नारायणायेति मन्त्रोपासकः ।

ॐ namō nārāyaṇāyēti man'trōpāsakaḥ |

वैकुण्ठभुवनलोकं गमिष्यति । तदिदं परं पुण्डरीकं विज्ञान घनम् ।

तस्मात् तदिदावन्मात्रम् । ब्रह्मण्यो देवकीपुत्रो ब्रह्मण्यो मधुसूदनोम् ।

vaikuṇṭhabhuvanālōkaṅ gamiṣh'yati |  
tadidam' param' puṇḍarīkaṅ vij'ñāna ghanam |  
tas'māt' tadi dāvan'māt'ram |  
bram'haṇ'yō dēvakīput'rōb'  
bram'haṇ'yō madhusūdanōm |

सर्वभूतस्थमेकं नारायणम् । कारण रूपमकार परब्रह्मोम् ।  
एतदथर्व शिरौयोऽधीते ॥ ४ ॥

sar'vabhūtas'thamēkan' nārāyaṇam ।  
kāraṇa rūpamakāra parab'ram'hōm ।  
ētadathar'va śhirōyō (a)dhītē ॥ 4 ॥

प्रातरधीयानो रात्रिकृतं पापं नाशयति ।

सायमधीयानो दिवसकृतं पापं नाशयति ।

prātaradhīyānō rāt'rikṛtam' pāpan' nāśhayati ।

sāyamadhīyānō divasakṛtam' pāpan' nāśhayati ।

माध्यन्दिनमादित्याभिमुखौऽधीयानः पञ्चपातकोपपातकात् प्रमुच्यते ।

सर्व वेद पारायण पुण्यं लभते ।

mādh'yan'dinamādit'yābhimukhō (a)dhīyāna[fp]'

pañ'chapātakōpapātakāāt' pramuch'yatē ।

sar'va vēda pārāyaṇa puṇ'yam' labhatē ।

नारायण सायुज्यमवाप्नोति नारायण सायुज्यमवाप्नोति ।

य , एवं वेद । इत्युपनिषत् ॥ ५ ॥ (सह नाववतु...)

nārāyaṇa sāyuj'yamāvāp'nōti

nārāyaṇa sāyuj'yamāvāp'nōti ।

ya , ēvam' vēda । it'yupaniṣhate ॥ 5 ॥ (saha nāvavatu...)

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

ॐ śhā-n'tiśh' śhā-n'tiśh' śhā-n'tiḥi ॥