

---

.. AtmapUjopaniShad ..

॥ आत्मपूजोपनिषद् ॥

---

ॐ तस्य निश्चिन्तनं ध्यानम् ।  
सर्वकर्मनिराकरणमावाहनम् ।  
निश्चलज्ञानमासनम् ।  
समुन्मनीभावः पाद्यम् ।  
सदामनस्कमर्घ्यम् ।  
सदादीप्तिराचमनीयम् ।  
वराकृतप्राप्तिः स्नानम् ।  
सर्वात्मकत्वं दृश्यविलयो गन्धः ।  
दृगविशिष्टात्मानः अक्षताः ।  
चिदादीप्तिः पुष्पम् ।  
सूर्यात्मकत्वं दीपः ।  
परिपूर्णचन्द्रामृतरसैकीकरणं नैवेद्यम् ।  
निश्चलत्वं प्रदक्षिणम् ।  
सोऽहंभावो नमस्कारः ।  
परमेश्वरस्तुतिर्मौनम् ।  
सदासन्तोषो विसर्जनम् ।  
एवं परिपूर्णराजयोगिनः सर्वात्मकपूजोपचारः स्यात् ।  
सर्वात्मकत्वं आत्माधारो भवति ।  
सर्वनिरामयपरिपूर्णोऽहमस्मीति  
मुमुक्षूणां मोक्षैकसिद्धिर्भवति ॥ इत्युपनिषत् ॥  
॥ इति आत्मपूजोपनिषत् समाप्ता ॥

Encoded by Sharad Chandarana kandarp12003 at yahoo.com

---

Please send corrections to [sanskrit@cheerful.com](mailto:sanskrit@cheerful.com)

Last updated October 3, 2010

<http://sanskritdocuments.org>