


---

Arunika Upanishad

——  
आरुणिकोपनिषत्

——  
Document Information



---

Text title : Arunika Upanishad

File name : aruni.itx

Category : upanishhat

Location : doc\_upanishhat

Author : Vedic Tradition

Transliterated by : Sunder Hattangadi

Proofread by : Sunder Hattangadi

Description-comments : 16/108; Sama Veda, Sannyasa Upanishad

Latest update : Sept. 24, 1999

Send corrections to : sanskrit at cheerful dot c om

---

This text is prepared by volunteers and is to be used for personal study and research. The file is not to be copied or reposted without permission, for promotion of any website or individuals or for commercial purpose.

**Please help to maintain respect for volunteer spirit.**

---

Please note that proofreading is done using Devanagari version and other language/scripts are generated using **sanscript**.

---

July 28, 2025

*sanskritdocuments.org*

---



आरुणिकोपनिषत्



॥ आरुणिकोपनिषत् ॥ 16

आरुणिकारख्योपनिषत्ख्यातसंन्यासिनोऽमलाः ।

यत्प्रबोधाद्यान्ति मुक्तिं तद्रामब्रह्म मे गतिः ॥

ॐ आप्यायन्त्विति शान्तिः ॥

ॐ आरुणिः प्राजापत्यः प्रजापतेर्लोकं जगाम । तं  
गत्वोवाच । केन भगवन्कर्माण्यशेषतो विसृजामीति ।

तं होवाच प्रजापतिस्तव

पुत्रान्प्रातृन्बन्ध्वादीञ्छिखां यज्ञोपवीतं यागं

स्वाध्यायं

भूर्लोकभुवर्लोकस्वर्लोकमहर्लोकजनोलोकतपोलोकसत्यलोकं

चातलतलातलवितलसुतलरसातलमहातलपातालं ब्रह्माण्डं

च विसृजेत् । दण्डमाच्छादनं चैव कौपीनं च

परिग्रहेत् । शेषं विसृजेदिति ॥ १ ॥

गृहस्थो ब्रह्मचारी वा वानप्रस्थो वा उपवीतं भूमावप्सु

वा विसृजेत् । लौकिकाग्नीनुदराग्नौ समारोपयेत् ।

गायत्रीं च स्ववाचाग्नौ समारोपयेत् । कुटीचरो

ब्रह्मचारी कुटुंबं विसृजेत् । पात्रं विसृजेत् ।

पवित्रं विसृजेत् । दण्डालोकांश्च विसृजेदिति होवाच

। अत ऊर्ध्वममन्त्रवदाचरेत् । ऊर्ध्वगमनं विसृजेत् ।

औषधवदशनमाचरेत् । त्रिसन्ध्यादौ स्नानमाचरेत् ।

सन्धिं समाधावात्मन्याचरेत् । सर्वेषु

वेदेष्वारण्यकमावर्तयेदुपनिषदमावर्तयेदुपनिषदमावर्तय

एदिति ॥ २ ॥

खल्वहं ब्रह्मसूचनात्सूत्रं ब्रह्मसूत्रमहमेव

विद्वान्त्रिवृत्सूत्रं त्यजेद्विद्वान्य एवं वेद संन्यस्तं मया  
संन्यस्तं मया संन्यस्तं मयेति त्रिरुक्त्वाभयं  
सर्वभूतेभ्यो मत्तः सर्वं प्रवर्तते । सखामागोपायोजः  
सखायोऽसीन्द्रस्य वज्रोऽसि वार्त्रघ्नः शर्म मे भव  
यत्पापं तन्निवारयेति । अनेन मन्त्रेण कृतं वाङ्मणं  
दण्डं कौपीनं

परिग्रहेदौषधवदशनमाचरेदौषधवदशनं  
प्राश्नीयाद्यथालाभमश्नीयात् । ब्रह्मचर्यमहिंसा  
चापरिग्रहं च सत्यं च यत्नेन हे रक्षत हे रक्षत हे  
रक्षत इति ॥ ३ ॥

अथातः परमहंसपरिव्राजकानामासनशयनादिकं भूमौ  
ब्रह्मचर्यं मृत्पात्रमलाम्बुपात्रं दारुपात्रं वा  
यतीनां  
कामक्रोधहर्षरोषलोभमोहदम्भदर्पेच्छासूयाममत्वाहङ्क  
आरादीनपि परित्यजेत् । वर्षासु ध्रुवशीलोऽष्टौ  
मासानेकाकी यतिश्चरेत् द्वावेव वा विचरेद्द्वावेव वा  
विचरेदिति ॥ ३ ॥

स खल्वेवं यो विद्वान्सोपनयनादूर्ध्वमेतानि प्राग्वा त्यजेत्  
। पित्रं पुत्रमश्रुपवीतं कर्म कलत्रं चान्यदपीह यतयो  
भिक्षार्थं ग्रामं प्रविशन्ति पाणिपात्रमुदरपात्रं वा ।  
ॐ हि ॐ हि ॐ हीत्येतदुपनिषदं विन्यसेत् ॥

खल्वेतदुपनिषदं विद्वान्य एवं वेद पालाशं  
बैल्वमाश्वत्थमौदुम्बरं दण्डं मौञ्जीं मेखलां  
यज्ञोपवीतं च त्यक्त्वा शूरो य एवं वेद । तद्विष्णोः  
परमं पदं सदा पश्यन्ति सूरयः । दिवीव चक्षुराततम् ।  
तद्विप्रासो विपन्यवो जागृवांसः समिन्धते । विष्णोर्यत्परमं  
पदमिति । एवं निर्वाणानुशासनं वेदानुशासनं  
वेदानुशासनमिति ॥ ५ ॥

इति सामवेदीयारुणिकोपनिषत्समाप्ता ॥



*Arunika Upanishad*

pdf was typeset on July 28, 2025



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

