

# KENA UPANISHAD - PART 1

□ atha kēnōpaniṣat □

ōṃ ṣaha nāvavatu □ ṣaha nau bhunaktu □ ṣaha vīryá-ñkaravāvahai □  
tējaṣvināvadhītamastu mā vidviṣāvahai □

ōṃ śānti-śśānti-śśāntiḥ □

ōṃ āpyāyantu mamāṅgāni vākprāṇaśchakṣu-śśrōtramathō balamindriyāṇi cha sarvāṇi  
□ sarva-mbrahmaupaniṣada-mmā-'ha-mbrahma nirākuryā-mmā mā brahma  
nirākarōdanirākaraṇamastvanirākaraṇa-mmē-'stu □ tadātmani niratē ya upaniṣatsu  
dharmāstē mayi santu tē mayi santu □

ōṃ śānti-śśānti-śśāntiḥ □

kēnēṣita-mpatati prēṣita-mmanah  
kēna prāṇah prathamah praiti yuktaḥ □  
kēnēṣitāṃ vāchamimāṃ vadanti  
chakṣu-śśrōtra-ñka u dēvō yunakti □ 1□

śrōtrasya śrōtra-mmanasō manō yad  
vāchō ha vāchaṃ sa u prāṇasya prāṇah □  
chakṣuśaśchakṣuratimuchya dhīrāḥ  
prētyāsmāllōkādāmṛtā bhavanti □ 2□

na tatra chakṣurgachChatī na vāgachChatī nō manaḥ □  
na vidmō na vijānīmō yathaitadanuśiṣyāt □ 3□

anyadēva tadviditādathō aviditādadhi □  
iti śuśrūma pūrvēṣāṃ yē nastadvyāchachakṣirē □ 4□

yadvāchā-'nabhyuditaṃ yēna vāgabhyudyatē □  
tadēva brahma tvam viddhi nēdaṃ yadidamupāsātē □ 5□

yanmanasā na manutē yēnāhurmanō matam □  
tadēva brahma tvam viddhi nēdaṃ yadidamupāsātē □ 6□

yachchakṣuṣā na paśyati yēna chakṣū □ ṣi paśyati □  
tadēva brahma tvam viddhi nēdaṃ yadidamupāsātē □ 7□

yachChrōtrēṇa na śaṅṅōti yēna śrōtramidaṃ śrutam   
tadēva brahma tvaṃ viddhi nēdaṃ yadidamupāsātē  8

yatprāṅēna na prāṅiti yēna prāṅaḥ praṅīyatē   
tadēva brahma tvaṃ viddhi nēdaṃ yadidamupāsātē  9

 iti kēnōpaniṣadi prathamah̄ khaṅḍah̄ 

Sri Amritananda Natha Guruvu Garu, Amrita Nilayam, Gowravaram Village & Post, Kavali Mandal, Nellore District, Andhra Pradesh.  
Phone Number: +91 9493475515 | [www.amritanilayam.org](http://www.amritanilayam.org)