ॐ पृथिवी वान्नमापोऽन्नादा आपो वान्नं ज्योतिरन्नादं ज्योतिर्वान्नं वायुरन्नादो वायुर्वान्नमाकाशोऽन्नाद आकाशो वान्नमिन्द्रियाण्यन्नादानीन्द्रियाणि वान्नं मनोऽन्नादं मनो वान्नं बुद्धिरन्नादा बुद्धिर्वान्नमव्यक्तमन्नादमव्यक्तं वान्नमक्षरमन्नादमक्षरं वान्नं मृत्युरन्नादो मृत्युर्वै परे देव एकीभवतीति परस्तान्न सन्नासन्न सदसदित्येतन्निर्वाणानुशासनमिति वेदानुशासनमिति वेदानुशासनम्॥

इति सुबालोपनिषत्सु चतुर्दशः खण्डः ॥ १४ ॥

अथ हैनं रैक्कः पप्रच्छ भगवन्योऽयं विज्ञानघन उत्क्रामन्स केन कतरद्भाव स्थानं दहतीति तस्मै स होवाच योऽयं विज्ञानघन उत्क्रामन्प्राणं दहत्यपानं व्यानमुदानं समानं वैरम्भं मुख्यमन्तर्यामं प्रभञ्जनं कुमारं श्येनं श्वेतं कृष्णं नागं दहति पृथिव्यापस्तेजोवाय्वाकाशं दहति जागरितं स्वप्नं सुषुप्तं तुरीयं च महतां च लोकं परं च लोकं दहति लोकालोकं दहति धर्माधर्मं दहत्यभास्करममर्यादं निरालोकमतः परं दहति महान्तं दहत्यव्यक्तं दहत्यक्षरं दहति मृत्युं दहति मृत्युर्वै परे देव एकीभवतीति परस्तान्न सन्नासन्न सदसदित्येतन्निर्वाणानुशासनमिति वेदानुशासनमिति वेदानुशासनम् ॥

इति सुबालोपनिषत्सु पञ्चदशः खण्डः ॥ १५ ॥

सौबालबीजब्रह्मोपनिषन्नाप्रशान्ताय दातव्या नापुत्राय नाशिष्याय नासंवत्सररात्रोषिताय नापरिज्ञातकुलशीलाय दातव्या नैव च प्रवक्तव्या । यस्य देवे परा भक्तिर्यथा देवे तथा गुरौ । तस्यैते कथिता ह्यर्थाः प्रकाशन्ते महात्मन इत्येतन्निर्वाणानुशासनमिति वेदानुशासनमिति वेदानुशासनम् ॥

इति सुबालोपनिषत्सु षोडशः खण्डः ॥ १६ ॥

ॐ पूर्णमद इति शान्तिः ॥

इति सुबालोपनिषत्समाप्ता ॥ ३२ ॥

क्षुरिकोपनिषत् ॥ ३३ ॥

कैवल्यनाडीकान्तस्थपराभूमिनिवासिनम् ।
क्षुरिकोपनिषद्योगभासुरं राममाश्रये ॥

ॐ पूर्णमद इति शान्तिः ॥

ॐ क्षुरिकां संप्रवक्ष्यामि धारणां योगसिद्धये । यां प्राप्य न पुनर्जन्म योगयुक्तः स जायते ॥ वेदतत्त्वार्थविहितं यथोक्तं हि स्वयंभुवा ॥ १ ॥ निःशब्दं देशमास्थाय तत्रासनमवस्थितः । कूर्मोऽङ्गानीव संहृत्य मनो हृदि निरुध्य च ॥ २ ॥ मात्राद्वादशयोगेन प्रणवेन शनैः शनैः ।

पूरयेत्सर्वमात्मानं सर्वद्वारान्निरुध्य च ॥ ३ ॥ उरोमुखकटिग्रीवं किंचिद्धृदयमुन्नतम् । प्राणान्संचारयेत्तस्मिन्नासाभ्यन्तरचारिणः ॥ ४ ॥ भूत्वा तत्र गतः प्राणः शनैरथ समुत्सृजेत् ॥ ५ ॥ स्थिरमात्राद्दृढं कृत्वा अङ्गुष्ठेन समाहितः । द्वे तु गुल्फे प्रकुर्वीत जङ्घे चैव त्रयस्त्रयः ॥ द्वे जानुनी तथोरुभ्यां गुदे शिश्ने त्रयस्त्रयः ॥ ६ ॥ वायोरायतनं चात्र नाभिदेशे समाश्रयेत् । तत्र नाडी सुषुम्ना तु नाडीभिर्बहुभिर्वृता ॥ अणुरक्ताश्च पीताश्च कृष्णास्ताम्रविलोहिताः ॥ ७ ॥ अतिसूक्ष्मां च तन्वीं च शुक्लां नाडीं समाश्रयेत् । ततः संचारयेत्प्राणानूर्णनाभीव तन्तुना ॥ ८ ॥ ततो रक्तोत्पलाभासं पुरुषायतनं महत् । दहरं पुण्डरीकेति वेदान्तेषु निगद्यते ॥ तद्भित्त्वा कण्ठमायाति तां नाडीं पूरयन्यतः ॥ ९ ॥ मनसस्तु क्षुरं गृह्य सुतीक्ष्णं बुद्धिनिर्मलम् ॥ पादस्योपरि मर्मज्ञ तद्रूपं नाम कृन्तयेत् ॥ १० ॥ मनोद्वारेण तीक्ष्णेन योगमाश्रित्य नित्यशः । इन्द्रवज्र इति प्रोक्तं मर्मजङ्घानुकीर्तनम् ॥ तद्ध्यानबलयोगेन धारणाभिर्निकृन्तयेत् ॥ ११ ॥ ऊरोर्मध्ये तु संस्थाप्य मर्मप्राणविमोचनम् ॥ चतुरभ्यासयोगेन छिन्देदनभिशङ्कितः ॥ १२ ॥ ततः कण्ठान्तरे योगी समूहं नाडिसंचयम् । एकोत्तरं नाडिशतं तासां मध्ये वराः स्मृताः ॥ १३ ॥ इडा रक्षतु वामेन पिङ्गला दक्षिणेन तु । तयोर्मध्ये वरं स्थानं यस्तं वेद स वेदवित् ॥ १४ ॥ सुषुम्ना तु परे लीना विरजा ब्रह्मरूपिणी । द्वासप्ततिसहस्राणि प्रति नाडीषु तैतिलम् ॥ छिद्यन्ते ध्यानयोगेन सुषुम्नैका न छिद्यते ॥ १५ ॥ योगनिर्मलधारेण क्षुरेणामलवर्चसा । छिन्देन्नाडीशतं धीरः प्रभावादिह जन्मनि ॥ १६ ॥ जातीपुष्पसमायोगैर्यथा वास्यन्ति तैतिलम् । एवं शुभाशुभैर्भावैः सा नाडी तां विभावयेत् ॥ १७ ॥ तद्भाविताः प्रपद्यन्ते पुनर्जन्मविवर्जिताः ॥ १८ ॥ ततो विदितचित्तस्तु निःशब्दं देशमास्थितः । निःसङ्गस्तत्त्वयोगज्ञो निरपेक्षः शनैः शनैः ॥ १९ ॥ पाशं छित्त्वा यथा हंसो निर्विशङ्कः खमुत्क्रमेत् । छिन्नपाशस्तथा जीवः संसारं तरते तदा ॥ २० ॥ यथा निर्वाणकाले तु दीपो दग्ध्वा लयं व्रजेत् । तथा सर्वाणि कर्माणि योगी दग्ध्वा लयं व्रजेत् ॥ २१ ॥ प्राणायामसुतीक्ष्णेन मात्राधारेण योगवित् । वैराग्योपलघृष्टेन छित्त्वा तन्तुं न बध्यते ॥ २२ ॥ अमृतत्वं समाप्नोति यदा कर्मात्प्रमुच्यते । सर्वैषणाविनिर्मुक्तश्छित्त्वा तन्तुं न बध्यते छित्त्वा तन्तुं न बध्यत इति ॥ २३ ॥

इत्याथर्वणीयक्षुरिकोपनिषत्समाप्ता ॥ ३३ ॥