नारदोपनिषत्

अथ प्रणिपत्य नारदो ब्रह्माणं प्रायुङ्क्त । अधीहि भगवन्मे किं पवित्राणां पवित्रं केन सुकरेणामृतत्वमेति । स होवाच साधुत्वे नियोगं सुलभं पवित्रं सुलभं सुकरं तद्विष्णुक्षेत्रं तत्र मृदं श्वेतं "उद्धृतासि" इत्युद्धरेत् । अमृतमेव श्वेतमृद्भवति । मूलमन्त्रद्वयं च "विष्णोर्नुकम्," "गन्धद्वाराम्" इत्येताभिरभिमन्त्रयेत् । देवपितृकर्माण्यारभमाणस्त्रयी नित्यमूर्ध्वपुण्ड्रं च कुर्यान्मन्त्रैः केशवादीनाम् । तत्कर्म सफलं च भवति । न रक्षांसि गृह्णीयुः । तदेवमभ्युक्तं भवति । नासादिकेशान्तमूर्ध्वपुण्ड्रं विष्णोः स्थितस्य चरण-द्वयाकृति । आयतमेकाङ्गुलं पादतरोरस्य मूलम् । तदुत्पन्ने द्वे रेखे । तथैव च धृतं विष्णुना वा "आदित्यवर्णे तपसः" इति हरिद्रां श्रीफले धारयेत् । तज्जलेन श्रीबीजेन संमृज्य तत्सूक्ष्मरेखां धारयेत् । ते द्वे शाखे हंसवर्णे गायत्रीत्रिष्टुब्दैवत्ये आत्मपरमात्मदैवत्ये लक्ष्मीनारायणदैवत्ये दर्शपूर्णमासेष्टके इष्टापूर्तक्रिये .....

मातृकायामेतादृदेवोपलब्धम्

र्नामार्थहानौ स्वेष्टबन्धुवियोगे तत्प्राप्तौ सर्वत्र चेतःस्थापनम्। मिताहारो नाम चतुर्थांशावशेषकसुस्निग्धमधुराहारः। शौचं नाम द्विविधं-बाह्यमान्तरं चेति। तत्र मृज्जलाभ्यां बाह्यम्। मनःशुद्धिरान्तरम्। तदध्यात्मविद्यया लभ्यम् ॥ १ ॥ तपःसन्तोषास्तिक्यदानेश्वरपूजनसिद्धान्तश्रवणह्रीमतिजपो-व्रतानि दश नियमाः। तत्र तपो नाम विध्युक्तकृच्छ्रचान्द्रायणादिभिः शरीर-शोषणम्। संतोषो नाम यदृच्छालाभसंतुष्टिः। आस्तिक्यं नाम वेदोक्त-धर्माधर्मेषु विश्वासः। दानं नाम न्यायार्जितस्य धनधान्यादेः श्रद्धयार्थिभ्यः प्रदानम्। ईश्वरपूजनं नाम प्रसन्नस्वभावेन यथाशक्ति विष्णुरुद्रादिपूजनम्। सिद्धान्तश्रवणं नाम वेदान्तार्थविचारः। ह्रीर्नाम वेदलौकिकमार्गकुत्सित-कर्मणि लज्जा। मतिर्नाम वेदविहितकर्ममार्गेषु श्रद्धा। जपो नाम विधि-वद्गुरूपदिष्टवेदाविरुद्धमन्त्राभ्यासः। तद्द्विविधं-वाचिकं मानसं चेति। मानसं तु मनसा ध्यानयुक्तम्। वाचिकं द्विविधमुच्चैरुपांशुभेदेन। उच्चैरुच्चारणं यथोक्तफलम्। उपांशु सहस्रगुणम्। मानसं कोटिगुणम्। व्रतं नाम वेदो-क्तविधिनिषेधानुष्ठाननैयत्यम् ॥ २ ॥ स्वस्तिकगोमुखपद्मवीरसिंहभद्रमुक्त-मयूराख्यान्यासनान्यष्टौ। स्वस्तिकं नाम-जानूर्वोरन्तरे सम्यक्कृत्वा पादतले उभे। ऋजुकायः समासीनः स्वस्तिकं तत्प्रचक्षते ॥ ३ ॥ सव्ये दक्षिणगुल्फं तु पृष्ठपार्श्वे नियोजयेत्। दक्षिणेऽपि तथा सव्यं गोमुखं गोमुखं यथा ॥ ४ ॥ अङ्गुष्ठेन निबध्नीयाद्धस्ताभ्यां व्युत्क्रमेण च। ऊर्वोरुपरि शाण्डिल्य कृत्वा पादतले उभे। पद्मासनं भवेदेतत्सर्वेषामपि पूजितम् ॥ ५ ॥ एकं पादम-थैकस्मिन्विन्यस्योरुणि संस्थितः। इतरस्मिंस्तथा चोरुं वीरासनमुदीरितम् ॥ ६ ॥ दक्षिणं सव्यगुल्फेन दक्षिणेन तथेतरम्। हस्तौ च जान्वोः संस्थाप्य स्वाङ्गुलीश्च प्रसार्य च ॥ ७ ॥ व्यक्तवक्त्रो निरीक्षेत नासाग्रं सुसमाहितः। सिंहासनं भवेदेतत्पूजितं योगिभिः सदा ॥ ८ ॥ योनिं वामेन संपीड्य मेढ्रादुपरि दक्षिणम्। भ्रूमध्ये च मनोलक्ष्यं सिद्धासनमिदं भवेत् ॥ ९ ॥ गुल्फौ तु वृषणस्याधः सीवन्याः पार्श्वयोः क्षिपेत्। पादपार्श्वे तु पाणिभ्यां दृढं बद्धा सुनिश्चलम्। भद्रासनं भवेदेतत्सर्वव्याधिविषापहम् ॥ १० ॥ संपीड्य सीविनीं सूक्ष्मां गुल्फेनैव तु सव्यतः। सव्यं दक्षिणगुल्फेन मुक्ता-सनमुदीरितम् ॥ ११ ॥ अवष्टभ्य धरां सम्यक्करास्यां तु करद्वयोः। हस्तयोः कूर्परौ चापि स्थापयेन्नाभिपार्श्वयोः ॥ १२ ॥ समुन्नतशिरःपादो दण्डव-