।। श्री ।।

।। श्री गणपति अथर्वशीर्षम् ।।

श्री गणेशाय नमः। शान्ति मंत्राः।

ॐ भद्रम् कर्णेभिः शृणुयाम् देवा
भद्रम् पश्येमाक्षभिर्यजत्राः।
स्थिरैरंगैः तुष्टुवांसः तनूभिर्व्यशेम देवहितम् यदायुः ।।१ ।।

परमेश्वरा आम्ही काननी मङ्गल तेच ऐकावे.
डोळ्यांनी चांगले तेच पहावे.
देवाच्या कृपेने मिळालेले धडधाकट शरीराचे आयुष्य
ईशस्तुतीसाठीच वापरू. ।।१ ।।

ॐ स्वस्ति नः इन्द्रो वृद्धश्रवाः स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः।
स्वस्तिनस्ताक्ष्योर् अरिष्टनेमिः
स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ।।२।।

ज्ञानवृद्धांनी कीर्ति वर्णिलेला इन्द्र व जगप्रसिद्ध सूर्यदेव आमचे
कल्याण करो. संकटनष्टवान गरुड तसेच वाणीचा अधिपति
आम्हाला मोक्षप्राप्ती देवो. ।।२।।

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः।

सर्वत्र शान्त शान्त शान्त असू दे.

।। अथर्वशीर्ष ।।

अथर्वणऋषींचा मथळा.

ॐ नमस्ते गणपतये। त्वमेव प्रत्यक्षम् तत्वमसि।
त्वमेव केवलम् कर्तासि। त्वमेव केवलम् धर्तासि।
त्वमेव केवलम् हर्तासि। त्वमेव सर्वम् खल्विदम् ब्रह्मासि।
त्वम् साक्षात् आत्मासि नित्यम्।।१।।

गणेशाला माझा नमस्कार असो. प्रत्यक्ष तूंच ईश्वरस्वरूप
आहेस. केवळ तूंच ह्या सृष्टीचा कर्ता आहेस. केवळ तूंच
पालनकर्ता आहेस. केवळ तूंच संहार करणारा आहेस.
खरोखरीच केवळ तूंच ब्रह्मतत्त्व आहेस. तूंच साक्षात अविनाशी
आत्मस्वरूप आहेस. ।।१।।

ऋतम् वच्मि। सत्यम् वच्मि।।२ ।।

मी योग्य तेच बोलतो आहे. मी खरे तेच सांगतो आहे. ।।२ ।।

अव त्वम् माम्। अव वक्तारम्। अव श्रोतारम्।
अव दातारम्। अव धातारम्। अवानूचानम् अव शिष्यम्।
अव पश्चात्तात्। अव पुरस्तात्। अवोत्तरात्तात्।
अव दक्षिणात्तात्। अव चोर्ध्वात्तात्। अवाधरात्तात्
सर्वतो माम् पाहि पाहि समन्तात् ।।३।।

तूं माझे रक्षण कर. तुझा महिमा सांगणाऱ्यांचे व ते ऐकणाऱ्यांचे
रक्षण कर. तुझे ज्ञान देणाऱ्या गुरुंचे, ते मिळवणाऱ्या
शिष्यांचे, वेदज्ञानपारंगत गुरुंचे व त्यांच्या शिष्यांचे रक्षण कर.
आमचे मागून, पुढून, उत्तरेकडून रक्षण कर.
दक्षिणेकडून, आकाशातून, पाताळातून रक्षण कर.
तूं माझे सर्व बाजूनी व ठिकाणी रक्षण कर. ।।३।।

त्वम् वाङ्मयः त्वम् चिन्मयः।
त्वम् आनन्दमयः त्वम् ब्रह्ममयः।
त्वम् सच्चिदानन्दाद्वितीयोऽसि। त्वम् प्रत्यक्षम् ब्रह्मासि
त्वम् ज्ञानमयो विज्ञानमयोऽसि।। ४।।

तूं वाचास्वरूप आहेस. तूं पूर्ण ज्ञानस्वरूप आहेस.
तूं आनन्दस्वरूप व ब्रह्मस्वरूप आहेस.
तूं सत् चित् आणि आनन्द ह्याहून वेगळा नाहीस. तूं प्रत्यक्ष
ब्रह्मस्वरूप आहेस. तूं ज्ञानमय तसेच विशेष ज्ञानी आहेस. ।।४ ।।

सर्वम् जगदिदम् त्वत्तो जायते। सर्वम् जगदिदम् त्वत्तस्तिष्ठति।
सर्वम् जगदिदम् त्वयि लयमेष्यति। सर्वम् जगदिदम् त्वयि प्रत्येति।
त्वम् भूमिः आपोऽनलोऽनिलो नभः। त्वम् चत्वारि वाक्पदानि।। ५ ।।

हे सारे विश्व तुझ्यापासूनच निर्माण होते. तुझ्यामुळेच टिकून राहते.
हे सारे विश्व तुझ्यातच विलीन होते. तुझ्या स्वरूपाशी येऊन मिळते.
तूंच पृथ्वी, पाणी, वीज, वारा, आकाश ही पञ्चमहाभूते आणी वाणीची परा, पश्यन्ती, मध्यमा व वैखरी ही चार रूपे आहेस. ।। ५ ।।

त्वम् गुणत्रयातीतः। त्वम् देहत्रयातीतः।
त्वम् कालत्रयातीतः। त्वम् मूलाधारस्थितोऽसि नित्यम्।

तूं सत्त्व रज तम त्रिगुणापलिकडे, स्थूल सूक्ष्म कारणमय तीन्ही देहापलिकडे आहेस. तूं वर्तमान, भूत, भविष्य ह्या त्रिकाळापलिकडचा आहेस. तूं नेहमी नाभिकमळातील मूलाधारचक्रामध्ये असतोस.

त्वम् शक्तित्रयात्मकः। त्वाम् योगिनो ध्यायन्ति नित्यम्।

तूं इच्छा, क्रिया व ज्ञान ह्या तीन शक्तींनी युक्त आहेस. तपस्वी तुझे नित्य चिंतन करतात.

त्वम् ब्रह्मा त्वम् विष्णुः त्वम् रुद्रः। त्वम् इन्द्रः त्वम् अग्निः त्वम् वायुः।

तूंच ब्रह्मा, विष्णु, शङ्कर, इन्द्र, अग्नि आणि वायु आहेस.

त्वम् सूर्यः त्वम् चन्द्रमा त्वम् ब्रह्मभूर्भुवःस्वरोम्।। ६ ।।

तूंच सूर्य, चन्द्र, पृथ्वी, अन्तरिक्ष, स्वर्ग आणि ॐकार असे स्वरूप परब्रह्म आहेस. ।। ६ ।।

गणादिम् पूर्वमुच्चार्य वर्णादिम् तदनन्तरम्।
अनुस्वारः परतरः। अर्धेन्दुलसितम्। तारेण ऋद्धम्।
एवत्तव मनुस्वरूपम्।

प्रथम ग् हे व्यंजन, नंतर अ हा स्वर उच्चारून, त्यावर अनुस्वार टाकावा. अर्धचन्द्रांकित ॐकार रूप ॐ गं हे तुझ्या बीजमंत्राचे स्वरूप आहे.

गकारः पूर्वरूपम्। अकारो मध्यमरूपम्।
अनुस्वारश्चान्त्यरूपम्। बिन्दुः उत्तररूपम्।
नादः सन्धानम्। संहिता सन्धिः। सैषा गणेशविद्या।

प्रथम गकार, मध्ये अकार
शेवटी अनुस्वार म्हणजे बिन्दु हे उत्तररूप
ह्या सर्वांचे एकीकरण हा नाद स्वर. अशी सन्धि करून ज्ञान प्राप्त करून देणारी ही गणेशविद्या आहे.

गणक ऋषिः। निचृद् गायत्री छन्दः। गणपतिर्देवता। ॐ गम् गणपतये नमः।। ७ ।।

ह्या विद्येचा गणकऋषि हा द्रष्टा आहे. निचृद् गायत्री हा छंद आहे व गणपति ही देवता आहे. ।। ७ ।।

एकदन्ताय विद्महे वक्रतुण्डाय धीमहि। तन्नो दन्ती प्रचोदयात्।। ८ ।।

आम्ही एकदन्ताचे स्वरूप जाणतो, त्याचे चिंतन करतो, म्हणून तो दन्ती आम्हाला भक्तिरूपी कर्तव्यप्रेरणा देवो. ।। ८ ।।

एकदन्तम् चतुर्हस्तम् पाशम् अङ्कुश धारिणम्।
रदम् च वरदम् हस्तैर्बिभ्राणम् मूषकध्वजम्।
रक्तम् लम्बोदरम् शूर्पकर्णकम् रक्तवाससम्।
रक्तगन्धानुलिप्ताङ्गम् रक्तपुष्पैः सुपूजितम्।
भक्तानुकम्पिनम् देवम् जगत्कारणम् अच्युतम्।
आविर्भूतम् च सृष्ट्यादौ प्रकृतेः पुरुषात् परम्।
एवम् ध्यायति यो नित्यम् स योगी योगिनाम् वरः।।९।।

ह्या चतुर्भुज एकदन्ताच्या एका हातात परशु, एका हातात अङ्कुश आहे. एका हातात हत्तीचा दात आणि एका हाताने वर देत असलेल्या गणेशाचे उन्दीर हे ध्वजचिन्ह आहे. विशाल उदरावर सिन्दूर लावलेला, सुपासारखे कान असलेला, तांबडे वस्त्र धारण केलेला तांबड्या चन्दनाची सर्वाङ्गाला उटी लावलेला, तांबड्या फुलांनी उत्कृष्ठप्रकारे पूजन केलेला भक्तांवर कृपा असलेला, सृष्टीची उत्पत्ती करणारा अविनाशी असा हा देव ह्या सृष्टीच्या निर्मितीपूर्वीच प्रकट झालेला आहे. हा देह आणि आत्मा ह्याहून श्रेष्ठ आहे. अशा गणेशाचे चिन्तन करणारा योगी सर्व योग्यांमध्ये श्रेष्ठ समजला जातो. ।।९।।

नमो व्रातपतये। नमो गणपतये। नमः प्रमथपतये।
नमस्तेऽस्तु लम्बोदराय एकदन्ताय।
विघ्ननाशिने शिवसुताय वरदमूर्तये नमः।।१०।।

देवांच्या अधिपतीस, देवगणांच्या नायकास, प्राणिमात्रांच्या प्रमुखास माझा नमस्कार असो. विशाल उदर आणि एकच दांत असलेल्यास माझा नमस्कार असो. विघ्नहर्त्यास, शिवपुत्रास, वर देणाऱ्या मूर्तीस माझा नमस्कार असो.

।। फलश्रुति ।।

एतद् अथर्वशीर्षम् योऽधीते। स ब्रह्मभूयाय कल्पते।
स सर्वतः सुखमेधते। स सर्वविघ्नैर्न बाध्यते।
स पञ्चमहापापात् प्रमुच्यते।
सायमधीयानो दिवसकृतम् पापम् नाशयति।
प्रातरधीयानो रात्रिकृतम् पापम् नाशयति।
सायंप्रातः प्रयुञ्जानो अपापो भवति।
सर्वत्राधीयानोपविघ्नोभवति।
धर्मार्थकाममोक्षम् च विन्दति।
इदम् अथर्वशीर्षम् अशिष्याय न देयम्।
यो यदि मोहात् दास्यति स पापीयान् भवति।
सहस्रावर्तनात् यम् यम् कामम् अधीते
तम् तम् अनेन साधयेत्।।११।।

या अथर्वशीर्षाचे अध्ययन करणारा ब्रह्मस्वरुप होतो.
त्यास सर्वप्रकारची सुखप्राप्ती होते. त्यास सर्व विघ्नांची बाधा होत नाही. तो पांच महा पातकापासून मुक्त होतो.
सायंकाळी अध्ययन केल्याने दिवसभर केलेल्या पापांचा नाश होतो. सकाळी पठण केल्याने रात्री केलेल्या पापांचा नाश होतो. सकाळ संध्याकाळ पठण करणारा पापरहित होतो.
सतत पठण करणारा निर्विघ्न होतो.
धर्म, अर्थ, काम आणि मोक्ष हे चारी पुरुषार्थ त्याला प्राप्त होतात.
हे अथर्वशीर्ष श्रद्धा नसलेल्या अयोग्य शिष्यास शिकवू नये.
जो कोणी पैशाच्या मोहाने शिकवतो त्याला पाप लागते.
सहस्र आवर्तने करुन ज्या ज्या फळांची इच्छा जो करतो तो ती ती फळे तो साध्य करतो. ।।११।।

अनेन गणपतिम् अभिषिञ्चति स वाग्मी भवति।
चतुर्थ्याम् अनश्नन् जपति स विद्यावान् भवति।

ह्या अथर्वशीर्षाने अभिषेक करणारा उत्तम वक्ता होतो.
चतुर्थीला उपोषण करुन जप करणारा विद्यासंपन्न होतो.

इति अथर्वण वाक्यम्।
ब्रह्माद्यावरणम् विद्यात्। न बिभेति कदाचन् इति।।१२।।

यो दुर्वाङ्कुरैर्यजति स वैश्रवणोपमो भवति।
यो लाजैर्यजति स यशोवान् भवति। स मेधावान् भवति।
यो मोदक सहस्रेण यजति स वाञ्छित फलम् अवाप्नोति।
यः साज्यैः समिद्भिर्यजति स सर्वम् लभते। स सर्वम् लभते।
अष्टौ ब्राह्मणान् सम्यग् ग्राहयित्वा सूर्य वर्चस्वी भवति।
सूर्यग्रहे महानद्याम् प्रतिमासन्निधौ वा जप्त्वा सिद्धमन्त्रो भवति।
महाविघ्नात् प्रमुच्यते। महादोषात् प्रमुच्यते।
महापापात् प्रमुच्यते। स सर्वविद्भवति। स सर्वविद्भवति।
य एवम् वेद। इति उपनिषत्।

ॐ सह नाववतु। सह नौ भुनक्तु।
सहवीर्यम् करवावहै। तेजस्विनावधीतमस्तु।
मा विद्विषावहै। ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः ॐ शान्तिः ।।

असे अथर्वण ऋषि सांगतात.
ह्या विद्येने ब्रह्मप्राप्तीसाठी तपश्चर्या करणाऱ्यास कोणतेहि भय रहात नाही. ।।१२।।
दुर्वाङ्कुरानी पूजा करणारा कुबेराप्रमाणे समृद्ध होतो.
लाह्यांनी यज्ञ करणारा यशवान् आणि बुद्धिवान् होतो.
सहस्र मोदकांनी हवन करणारा इच्छित फळ मिळवतो.
तुपात बुडवलेल्या संमिधानी हवन करणारा सर्व कांही मिळवतो.
आठ ब्राह्मणशिष्यांना हे अथर्वशीर्ष शिकवणारा सूर्याप्रमाणे तेजस्वी होतो.
सूर्यग्रहणावेळी मोठ्या नद्यांमध्ये किंवा गणेशमूर्तीच्या समवेत याचा जप करणाऱ्यास मंत्रसिद्धि होते.
मोठ्या संकटातून व महा दोषातून मुक्त होतो.
महापापातून मुक्त होतो. तो सर्वज्ञ होतो. सर्ववेत्ता होतो.
असे म्हटले जाते. असे हे उपनिषद् आहे.

आमचे एकत्र रक्षण होवो. एकत्र भूक भागो.
एकत्र कार्यवाही होवो. ज्ञानदीप उजळत राहो.
आम्ही द्वेषरहित असू दे. सर्व कसे शान्त शान्त शान्त असो.