

Māṇḍūkya Upaniṣad



1. *OM!* Aquesta paraula eterna ho és tot: tot el que fou, tot el que és, tot el que serà, i tot el que hi ha més enllà, a l'eternitat. Tot és *OM*.
2. Tot això, és en veritat, *Brahman*. *Ātman* és *Brahman*. *Ātman* es manifesta en quatre estats.
3. El primer és l'estat de vetlla (*vaiśvānara*), que tendeix a exterioritzar la consciència, té set membres, dinou boques i experimenta els objectes densos.
4. El segon és l'estat de somni (*taijasa*), que mena la consciència vers l'interior i que frueix dels set elements subtils interiors en llur pròpia llum i independència.
5. El tercer estat és l'estat de son profund i de consciència silenciosa de l'individu sense desigs, sense cap mena de somni. Aquest estat de son sense somnis és un estat d'unitat (*prāṇā*), de consciència silenciosa feta de pau, goig (*ānandamaya*) i que frueix d'aquest goig.
6. La consciència silenciosa és totpoderosa i omniscient, és la regent amagada, l'origen de totes les coses, el principi i la fi de tots els éssers.
7. El quart estat és l'*ātman* en el seu propi estat de puresa, la vida desvetllada de la consciència suprema. No és consciència interior ni exterior, ni tampoc semiinconsciència, ni consciència adormida, ni consciència, ni inconsciència. És l'*ātman* que no pot ser vist ni tocat, que ultrapassa totes les distincions, més enllà del pensament, inefable. La seva realitat és la unió amb ell. Lloc de repòs de la manifestació, tranquil, benigne, no-dual (*advaita*).
8. L'*ātman* és la sil·laba eterna *OM*. Els tres sons de què consta, A, U, M, són els tres estats de consciència, i aquests tres estats són els tres sons.
9. El primer so, A, és el primer estat, el de la consciència de vigília, que és comú a tots els homes. El trobem a les paraules *āpti*, "aconseguir", i *ādimatva*. "ésser primer". Qui coneix això, aconsegueix certament tots els seus desigs, i en totes les coses esdevé el primer.
10. El segon so, U, és el segon estat de consciència. El trobem a les paraules *utkarṣa*, "aixecament", i *ubhayatva*, "equilibri". Qui coneix això, eleva la tradició del coneixement i aconsegueix estabilitat. A la seva família no neix mai ningú que no conegui *brahman*.
11. El tercer so, M, és el tercer estat de consciència (*prāṇā*). El trobem a les paraules *miti*, "mesura", i a la rel *mi*, "acabar", de la qual deriva *apīti*, "terme final". Qui coneix això, ho mesura tot amb la ment i aconsegueix el terme final.
12. La paraula *OM*, considerada com a so, és el quart (*turiya*) estat de consciència. Ultrapassa els sentits i és el lloc de repòs de la manifestació, el benigne (*śiva*), el no-dual (*advaita*). *OM* és en veritat *ātman*. Qui coneix això, va amb el seu propi ésser (*ātman*) a *Ātman*.