

## Els Veda

¡Alça't! L'alè de la vida ens ha arribat de nou.  
L'obscuritat ha fugit i la llum s'acosta amb rapidesa.  
Ella marca un camí que el Sol haurà de recórrer.  
Hem arribat a l'indret on la vida continuarà encara.  
Emblema del sacrifici, brilla en les altures.  
Surt i atén les nostres pregràries amb favors.  
Beneeix-nos a nosaltres, entre la gent, ¡oh, Aurora  
tothora desitjada!

*Rgveda I, 113*

T'anomenem Pare perquè tens cura de l'humil;  
savi suprem, ensenyas al senzill la saviesa.

*Rgveda I, 31, 10.14*

L'U, que és la guspira vital de les aigües,  
de la fusta, de les coses animades i inanimades,  
que habita fins i tot en l'interior de la pedra,  
Déu immortal, ell té cura de tot el gènere humà.  
*Rgveda I, 70, 2*

Oh Déu, concedeix-nos la millor de les  
benediccions,  
una ment per pensar, un amor feliç,  
major riquesa, un cos sà,  
paraules amables i jornades festives.

*Rgveda II, 21, 6*

¡Oh Indra, prolonga la nostra vida un cop més!

*Rgveda I, 10, 11*

Llavors no hi havia ni ésser ni no-ésser.  
No hi havia món, ni firmament.  
Què amagaven les tenebres? Qui era aquest poder?  
Hi havia un abisme d'aigües insondables?

No hi havia mort, ni immortalitat  
i el dia no era separat de la nit  
l'U alenava per la seva pròpia força, en pau.  
Solitari, només hi havia l'U.

La fosca era amagada en la fosca.  
El tot era fluid i sense forma.  
Amb aquestes, del buit sorgí l'U  
pel foc del fervor.

I de l'U sorgí el desig, primera llavor de la ment.  
(Els savis han vist tot això en llurs cors);  
passant pel tamís el no-ésser, sorgí l'ésser  
i la seva llum s'extengué arreu.

Qui coneix el camí? Qui ens pot dir d'on  
i com sorgí aquest cosmos?  
Els déus són posteriors al seu origen:  
qui sap doncs d'on ve aquesta creació?

Ell, el Senyor del cel superior  
Ell, ho sap o no ho sap  
Ell, potser...

*Rgveda X 129*

Allò que és, és U;  
els llavis l'anomenen de formes  
diverses.

*Rgveda I, 146-46*

Porta'ns de l'irreal al real,  
de l'obscuritat a la llum,  
de la mort a la immortalitat.

*Yajurveda I, 111-28*

Qui és l'*ātman*?  
*Rgveda I, 164-1*

1. ¡Alabat sia l'Alè de la Vida! (*prāṇa*)

Ell domina en aquest món,  
senyor de totes les coses  
i fonament de tot.

14. Un home inspira, expira,  
dins el seu si.

Animat per tu,  
surt una vegada més a la llum.

26. Alè de la Vida, no t'oblidis de mi.

En realitat, tu ets "jo".

¿Com l'Embrió de les Aigües  
et ceneixo a mi per poder viure!

*Atharvaveda XI, 4*

Lliure de desigs, savi, immortal, existent en si mateix,  
ple de gràcia, sense cap mancança,  
ell coneix l'*ātman*, el savi, sense edat,  
sempre jove: ¡ell no tem la mort!

*Atharvaveda X, 8, 44*

## Els *Brāhmaṇa*

Al principi, certament, res no existia,  
Ni el cel, ni la terra, ni l'espai entre ambdós.

Aleshores, el No-ésser, havent decidit ésser  
Es féu esperit i digué:

¡Que jo sigui! S'escalfà a si mateix,  
i d'aquesta escalfor nasqué el foc.

S'escalfà encara més,

I d'aquesta escalfor nasqué la llum.

*Taittirīya B. II, 2, 9, 1-2*

La llum és Agni, Agni és la llum. El qui és  
llum i anomena llum a la llum...

Agni s'ofereix a si mateix en sacrifici al sol  
naixent i al capvespre, el sol ponent s'ofereix  
a si mateix en sacrifici a Agni.

*Kaus B. II, 8*

El sacrifici és l'home. És l'home qui  
l'ofereix perquè és l'home qui el desplega i,  
un cop desplegat, aquest assoleix exactament  
la mateixa estatura que l'home. Per aquest  
motiu, el sacrifici és l'home (*puruṣayajña*).

*Śatapatha B. I, 3, 2, 1*

# Les *Upaniṣad*

Aquest és l'ensenyament sobre *Brahman*:  
és com un llampeg, com un parpalleg.  
*Kena U. IV, 4*

De la irrealitat condueix-me a la realitat;  
de la tenebra condueix-me a la llum;  
de la mort condueix-me a la immortalitat.  
*Bṛhadāraṇyaka U. I, 3, 28*

Això no pot ser atès per la vista,  
ni per la paraula, ni el pensament.  
No ho coneixem ni sabem  
com podem parlar d'això.

És per damunt del que coneixem,  
i del que desconeixem.  
Així ho hem escoltat dels antics savis  
que ens aclariren aquesta veritat.  
*Kena U. I, 3, 4*

Perquè allà on sembla existir la dualitat,  
un veu l'altre, un escolta l'altre, un percep el perfum de l'altre,  
un pensa en l'altre, un coneix l'altre.  
Però quan tot, en un mateix, ha esdevingut l'*ātman*, el propi Ésser,  
com i a qui podria veure?, com i a qui podria escoltar?,  
com i de qui podria percebre el perfum?,  
com i a qui podria parlar?, com i a qui podria conèixer?,  
com podria conèixer a aquell qui ho coneix tot?,  
com podria conèixer a aquell qui és el qui coneix?  
*Bṛhadāraṇyaka U. IV, 5, 15*

Jo sóc l'aliment,  
jo sóc l'aliment.  
Jo, que sóc l'aliment, menjo  
aquell que menja l'aliment  
*Taittirīya U. III, 10, 6*

Això, que l'ull no pot veure  
però que fa que l'ull vegi,  
sàpigues que Això és *Brahman*,  
i no el que la gent adora ací baix.  
*Kena U. I, 7*

Allò de què neixen els éssers,  
allò per què, un cop nascuts, viuen,  
allò en què, en morir, entren,  
és el que has de desitjar conèixer:  
és *Brahman*.

*Taittirīya U. III, 1*

*Brahman* és consciència i joia,  
la suprema recompensa de qui ofereix dons  
i de qui roman silenciós i coneix.  
*Bṛhadāraṇyaka U. III, 9, 28*

La consciència (*vipaścit*) mai no neix ni mai no mort.  
No ve de cap altre ésser, ni cap ésser en surt.  
No nascuda, eterna, constant, primordial.  
No mor quan mor el cos.

*Kaṭha U. II, 18*

És, en veritat, aquell Immortal, que no és vist sinó que és el vident, que no és escoltat sinó que és l'oient, que no és pensat sinó que és el pensador, que no és congut sinó que és el coneixedor. No hi ha cap altre vident fora d'ell, cap altre oient fora d'ell, cap altre pensador fora d'ell, cap altre coneixedor fora d'ell. I és aquell Immortal el que és la trama i l'ordit de l'espai.

*Bṛhadāraṇyaka U. III, 8, 11*

El que respira amb el teu alè, aquell és el teu *ātman* que està en l'interior de totes les coses. El que expira amb la teva exhalació, aquell és el teu *ātman* que està en l'interior de totes les coses. El que respira difusament amb el teu alè difús, aquell és el teu *ātman* que està en l'interior de totes les coses... Aquell, en veritat, és el teu *ātman* que està en l'interior de totes les coses.

*Bṛhadāraṇyaka U. III, 4*

Considera que l'ànima(*ātman*) és l'amo del carruatge i el cos és el carruatge.  
Considera l'intel·lecte (*buddhi*) és l'auriga i la ment (*manas*) les brides.

Als sentits se'ls anomena cavalls,  
i als objectes dels sentits les seves pastures.  
A l'*ātman* en conjunció amb els sentits i la ment els savis l'anomenen el subjecte de l'experiència.

*Kaṭha U. III, 3-4*

Quan els cinc sentits i la ment (*manas*) estan callats i fins l'intel·lecte (*buddhi*) reposa en silenci, llavors comença el Camí suprem.

Aquesta quietut constant dels sentits s'anomena *Yoga*.

*Kaṭha U. VI, 10*

L'arc és el sagrat *Om*,  
i l'*ātman*, la sageta; *Brahman*, el seu blanc.  
Així com la fletxa es fa una amb el blanc, que sigui el teu *ātman*, u amb *Brahman*.

*Muṇḍaka U. II, 2, 4*

Més enllà dels sentits hi ha la ment (*manas*), més enllà de *manas* hi ha l'intel·lecte (*buddhi*), més enllà de *buddhi* hi ha l'*ātman* en l'home, i més enllà d'aquest hi ha allò no manifest.

Més enllà d'allò no manifestat hi ha el *Puruṣa*, que tot ho penetra i que no pot ser definit. L'home que el coneix troba l'alliberament i aconsegueix la immortalitat.

*Kaṭha U. VI, 7-8*

Aquell home, en que el seu auriga (*buddhi*) és coneixedor, i té les regnes de la ment (*manas*) sota control, arriba al final del seu camí.

*Kaṭha U. III, 9*

Amagat al cor de tots els éssers hi ha l'*ātman*, més petit que l'àtom més ínfim, més gran que els espais immensos. L'home que ha transcendit la voluntat, deixa enrera les afliccions i apaivaga el sentits, contempla la grandesa de l'*ātman*.

*Kaṭha U. II, 20*

Al principi, tot això (*sarvam idam*) era només  
pur ésser (*sat*), u,  
l'únic –sense –segon.

*Chāndogya U. VI, 2, 1*

Tot és *Brahman*, l'*ātman* és *Brahman*.  
*Māṇḍūkya U. II*

El que existeix per si mateix  
féu esclatar les obertures dels sentits.  
Per això hom mira cap a fora i no el seu interior.  
Però el savi que desitja la immortalitat  
gira l'esguard cap a dins i contempla l'*ātman*.

*Kaṭha U. IV, 1*

Allò que és l'element més subtil,  
és el Si del món sencer.  
Allò és la veritat (*satya*);  
allò és l'*ātman*;  
això ets tu (*tat tvam asi*).  
*Chāndogya U. VI, 14*

L'única prova de l'existència de  
l'*ātman* és la unió amb ell.

*Muṇḍaka U. III, 2*

Quan Això brilla,  
tot comença a brillar;  
gràcies al seu esclat,  
tot esdevé lluminós.  
*Muṇḍaka U. II, 2, 10*

Jo només coneixo mots, no pas l'*ātman*.  
Ensenyeu-me'l, sóc víctima del sofriment.  
*Chāndogya U. VII, 1, 3*

No és pas el pensament el que hem de voler conèixer,  
hem de voler conèixer *qui* és aquell que pensa.  
*Kauṣītaki, U. III, 8*

Aquell que és el *Brahman* suprem,  
l'*ātman* de tot, el gran fonament  
de totaquest univers, més subtil  
que allò subtil, etern, ¡tu ets aquest!  
¡Tu ets aquest!  
*Kaivalya U. 16*

¿Què sóc jo? ¡Jo sóc *Brahman*! (*aham brahmāsmi*)  
¡Sí, jo sóc *Brahman*, jo sóc!  
¡En veritat m'ofereixo a mi mateix en oblació!  
*Mahānārāya U. 157-158*

Havent realitzat “*Jo sóc Brahman*”,  
un hom s'allibera de qualsevol lligam.  
*Kaivalya U. 17*

Uddālaka Aruṇi digué al seu fill Śvetaketu:

- Tots els éssers vivents, estimat, tenen la pròpia arrel en l'Ésser, tenen el propi lloc de repós en l'Ésser, tenen el propi sosteniment en l'Ésser. [...] Aquest cos mor quan està mancat de la vida, però la vida no mor. Allò que és l'element més subtil, és el Si del món sencer. Allò és la veritat (*satya*); allò és l'*ātman*; ¡això ets tu (*tat tvam asi*) Śvetaketu!
- ¡Oh, instruïu-me més, senyor!
- D'acord, estimat — digué ell—. ¡Porta'm el fruit de la figuera!
- ¡Aquí el teniu, senyor!
- ¡Obre'l!
- ¡Ja està, senyor!
- ¿Què hi veus?
- Aquestes llavors petitíssimes, que són com partícules minúscules.
- ¡Obre'n una!
- ¡Ja està, senyor!
- ¿Què hi veus?
- ¡Absolutament res, senyor! — respogué Śvetaketu.

El pare afegí:

- ¡Creu-me, estimat! L'element més subtil, que tu no pots percebre, ¡d'aquest element tan subtil prové aquesta gran figuera! Allò que és l'element més subtil, és el Si del món sencer. Allò és la veritat; allò és l'*ātman*; ¡això ets tu (*tat tvam asi*) Śvetaketu!
- ¡Oh, instruïu-me més, senyor!
- D'acord, estimat — digué ell—. Posa aquesta sal dins l'aigua i torna demà al matí.

Així ho féu. Aleshores ell li digué:

- ¡Porta'm la sal que vas posar dins de l'aigua ahir al vespre!
- Quan la buscà no la pogué trobar, perquè estava completament dissolta.
- ¡Tasta l'aigua d'aquesta part! ¿Quin gust té?
- És salada.
- ¡Tasta l'aigua del mig! ¿Quin gust té?
- És salada.
- ¡Tasta l'aigua d'aquella part! ¿Quin gust té?
- És salada.
- ¡Torna-la a tastar i vine al meu costat!

Així ho feu, i digué:

- És la mateixa.

Aleshores el seu pare li digué:

- De la mateixa manera, tu no pots percebre l'Ésser aquí, encara que aquest està sempre present. Allò que és l'element més subtil, és el Si del món sencer. Allò és la veritat; allò és l'*ātman*; ¡això ets tu (*tat tvam asi*) Śvetaketu! [...]

Aleshores ell compregué; en efecte, compregué.

*Chāndogya U. VI, 8-14*



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 (*prāṅña*), 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 (*prāṅña*). 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*.

## La *Bhagavad-Gītā* (II d.C.-II a.C.)

De forma dràmatica, en el camp de batalla, *Arjuna* dubte. Les seves accions no portaran, sinó, més dolor i mort; l'ordre de les coses es trencarà i res tindrà ja sentit. Tot un món, el seu, s'enfonsarà. *Arjuna* dubte, pateix, i s'engoixa pels seus i el seu món, i adonant-se del dolor que rau en el cor de tot ésser, es compadeix. Aleshores deixant caure el seu arc i fletxes *Arjuna* es desploma en el seu carro amb l'ànima envaïda de dolor, s'atura i demana a *Kṛiṣṇa* ajuda i coneixement, tot cercant una mica de llum, una nova consciència, per poder sortir de la confusió i la foscor. I *Kṛiṣṇa* oferirà a *Arjuna* un *yoga*, una acció sàvia, per anar més enllà del cercle viciós de l'acció compulsiva, més enllà d'un *karma* que'ns esclavitza i ens té lligats a la roda de les existències (*samsara*).

Jo (*Kṛiṣṇa*) he nascut moltes vegades, *Arjuna*, i moltes vegades tu també has nascut. Jo conec totes aquestes vides, però tu no. Jo sóc no-nascut, l'*ātman* etern, el senyor de totes les coses; penetrant en la meva naturalesa vinc a l'existència per *maya*.

*Bhagavad-Gītā* 4.5-6.

L'Etern impregna tot aquest immens univers i, per tant, no pot ser destruït. *Arjuna*, tu penses que ets tu qui mata i, la teva víctima, creu que ets tu qui l'ha matat, i ambdós esteu equivocats. Ni tu mates ni la teva víctima ha estat matada perquè no pot ser occida. L'Etern d'un home no pot matar, l'Etern d'un home no pot morir. Ell mai no ha nascut i mai mor. Ell és per sempre. No-nascut i etern, més enllà del temps passat o per venir, no mor quan mor el cos.

*Bhagavad-Gītā* 2.17-20.

*Arjuna*, no pensis posseir res, pensa només en l'*ātman*, i que això sigui la teva única meta. El teu deure és l'acció, el correcte està sols a actuar i pel que fa als fruits de les accions, no hi tens cap dret. Quan realitzis una acció no pensis en els resultats ni en la recompensa, però, no t'enganyis a tu mateix creient que la inacció és millor, com tampoc no tens cap dret a restar inactiu. No tinguis cap afecció per a res, fes la teva feina d'una manera imparcial, que no t'afectin ni l'èxit ni el fracàs. Aquest equilibri mental és el que anomenem *yoga*.

*Bhagavad-Gītā* 2.46-48.

Els sentits s'han de controlar i això només és possible si medites sobre mi; un cop has permès que l'afecció pels objectes dels sentits tingui lloc en la teva ment, tot esdevindrà un desastre perquè l'afecció origina el desig i el desig engendra ira. El pas següent és la il·lusió: la ment es pertorba i es perd el coneixement; arran d'això segueix la destrucció.

*Bhagavad-Gītā* 2.66-68.

Hi ha dos camins de perfecció: un és el camí del coneixement (*jñānayoga*), mitjançant la meditació, i l'altre és el camí de l'acció (*karmayoga*). Sublim és l'home que, lliure de tot lligam ha controlat els seus sentits i la ment i quan treballa ho fa sense cap mena d'afecció. L'acció és superior a la inacció: realitza, per tant, la teva tasca en la vida.

*Bhagavad-Gītā* 3.5-8.

L'home que en la seva acció troba silenci, i que veu que el silenci és acció, en totes les seves accions troba pau i joia.

*Bhagavad-Gītā* 4.18-20.

Assegut, amb *manas* concentrat en un sol punt, sotmesos els pensaments i sentits, així cal practicar el *yoga*.

*Bhagavad-Gītā* 6.13.

Com pot, doncs, hom escapar-se de l'esclavatge de l'acció? Realitza-ho com a sacrifici. Deslliura't de les teves afeccions i treballa com si estiguessis fent un sacrifici pel bé general. Aquest és el secret de la feina ben feta. El treball s'ha de realitzar a benefici d'altri i no per al propi. Dedicam totes les teves accions (*bhakti-yoga*) i lluita, fixa la teva ment en l'Esperit Etern, aparta la teva ment de totes les traces dels desigs i de tu mateix, i aleshores, quan compleixis les teves obligacions, l'error o el mèrit, qualsevol que sigui el cas, no recauran sobre tu i seràs lliure.

*Bhagavad-Gītā* 3.9-30.

Amb l'*ātman* enfosquit pel poder del jo, l'home pensa: jo sóc el qui actua.

*Bhagavad-Gītā* 3.27.

Ofereix-me al teu cor totes les teves accions, i pren-me com a Fi  
suprem, refugia't en el *yoga* i reposa en Mi.  
Si reposes en Mi, venceràs tots els perills per la meva gràcia;  
Però si pel teu jo no m'escoltes, periràs.

*Bhagavad-Gītā* 18.57.

Consagrat al *yoga*, realitza l'*ātman* en tots els éssers  
i tots els éssers en l'*ātman*. Aquest, veu el mateix arreu.  
I quan em veu en tot i ho veu tot en mi,  
llavors mai no l'abandono i ell no m'abandona mai.

*Bhagavad-Gītā* 6.29-30.