



Serie "Sanātana Dharma"

MĀṆḌUKYA UPANIṢAD

*Introduzione
e traduzione dal testo vedico
di Niranjana*



MĀṆḌUKYA UPANIṢAD

Introduzione

L'Upanishad di cui segue la traduzione insegna come tutto ciò che esiste, sia nella sfera del divenire, sia in quella dell'eterno (*"ciò che permane trascendendo il triplice tempo"*) sia riassumibile nella sillaba sacra OM, il mantra fondamentale, la Parola che, pronunciata nella sfera del Divino, costituisce tutto l'universo, spirituale, psichico e materiale. Chiaramente perciò questo mantra, questa Parola, non è quella che possano pronunciare labbra umane: è il Verbo che è il Principio di tutto, e di questo tratta l'Upanishad. Riteniamo tuttavia utile precisare i concetti che seguono, affinché certi equivoci siano evitati.

Comprendere che cosa sia in realtà un mantra richiede la conoscenza di quella che in India è nota come "Scienza dei Mantra" (*mantrashâstra*), tipica della tradizione tantrica. *Mantra* è parola formata dalla radice *man-* ("pensare") e dal suffisso *-tra* che indica un mezzo o strumento. Un mantra è dunque il Veicolo di un'Idea, e la "idea" è di regola un aspetto di Dio. Perciò un mantra contiene sempre uno o più nomi divini. Ma in qual senso è un mantra il veicolo di una divinità? E perché (questa seconda domanda è strettamente collegata alla prima) un mantra non è solo qualcosa che labbra umane possano pronunciare?

Secondo il *mantrashâstra* il suono possiede quattro aspetti, che si manifestano su altrettanti livelli⁽¹⁾. Il suono è prima di tutto *Vāk* (femminile; latino *vox*), la Parola (Logos). Secondo il Rig Veda (e come molto tempo dopo ci ricorderà il prologo del Vangelo di Giovanni) “Nel principio era Brahman ... e seconda a Lui era la Parola ... e la Parola era il supremo Brahman: *Vāg vai paramam Brahman*” (GL,p.4). Questo è l’aspetto supremo (*parā*) di *Vāk*. Viene poi l’aspetto *pashyantī* (“Coei che vede”), così detto perché il primo atto creatore consiste in una Visione (*Īkshana*) di Sé dalla quale (Brihadarānyaka Upanishad I,4) sorge il senso dell’Io divino. Viene poi l’aspetto “intermedio” (*madhyamā*) ed infine quello della voce articolata ed udibile (*vaikharī*). I quattro livelli, come ci insegna l’Upanishad, corrispondono rispettivamente ai quattro stati di coscienza: la coscienza trascendentale del Sé, il sonno profondo, il sogno e la veglia. Di tutto questo è appunto simbolo il più sacro e possente dei *bījamaṅtra* (“mantra seminali”): **OM** il quale, in quanto suono unico (la vocale o accompagnata da una mera risonanza nasale) rappresenta il Brahman, ma in quanto scomponibile in tre suoni (A, U, M) rappresenta la Madre divina pre-gna del Figlio trinitario. Ad OM corrisponde la *Parā Vāk*; ai tre suoni ivi contenuti corrispondono gli altri tre dei suoi aspetti⁽²⁾.

Un mantra è di solito composto da uno o più mantra seminali e da uno o più nomi divini, i quali sono

(1) Nelle citazioni che seguono GL indica *The Garland of Letters* di Sir John Woodroffe, Ganesh, Madras, 1955.

(2) Nella Gnosi valentiniana la *Parā Vāk* è la Madre divina chiamata “Silenzio”; i tre aspetti del Figlio sono il *Noûs* (“Intelletto”), il *Logos* e lo *Ànthropos* (“l’Uomo primevo”). Accompagnandosi ai Tre la Madre prende rispettivamente i nomi di Verità, Vita e Ekklesia.

la traduzione in suono articolato della loro forma *pashyantî* percepita da un Veggente (*rishi*) nell'*âkâsha* (lo "etero" quale veicolo e sede del "suono", da intendere come fenomeno vibratorio in generale, ivi compresa la luce).

Comporre un mantra spetta ad un Maestro che conosca il *mantrashâstra*. È perciò bene togliersi dal capo l'illusione che certi cosiddetti "mantra", oggi viaggianti perfino per internet, possano avere altro risultato che "un mero movimento delle labbra" (GL,p.262). Anche parole che *potrebbero* essere un mantra *non* lo sono se non sono rispettate certe condizioni, sulle quali non ci dilunghiamo; basti dire che un mantra non ha senso alcuno al di fuori del sacro rapporto che si stabilisce sacramentalmente tra un Maestro ed un discepolo, ed è specifico del discepolo oltre a richiedere una previa consacrazione operata da un Maestro qualificato⁽³⁾. Solo allora il mantra diviene il "veicolo di un'idea", "un corpo sonoro della coscienza" di una Divinità (GL, *ibidem*). In realtà, "il mantra stesso è la *Devatâ* ("divinità"), cioè la *Coscienza suprema che si manifesta in quella forma*" (GL, p. 263).

L'efficacia del mantra è massima quando esso sia "pronunziato" mentalmente, e ciò nel corso di una ripetizione continua⁽⁴⁾, accompagnata da certe condizioni.

(3) "Il guru pone il discepolo in comunione con una tradizione spirituale ...Una tradizione spirituale inaugurata da una Incarnazione o da un saggio illuminato si prolunga in una successione di grandi anime. L'iniziato ottiene una parte della conoscenza e del potere che circolano in questo corpo mistico ..." - Swami Veetamohananda, *Védanta* n° 128, pp. 9-10 (Centre Védanta Ramakrishna, Gretz, Francia).

(4) Una descrizione concisa ma densa di questa tecnica si trova nel capitolo 12, "The Alchemy of Prayer" in *Alchemy* di Titus Burckhardt, Stuart & Watkins, 1967.

Questo è il cosiddetto *japam*, tanto efficace ed apprezzato che Srī Krishna dice (Bhagavadgītā X,25): “*Tra tutte le forme di adorazione Io sono il japam*”. La stessa tecnica è vivente nella Chiesa Ortodossa, sotto forma di ripetizione del nome di Gesù. Analogamente, l’Islam conosce il *dhikr*, la ripetizione del nome di Allah, ed in un ramo giapponese del Buddismo mahāyāna la frase “*Namu Amida Butsu*” serve allo stesso scopo.



MĀṆḌUKYA UPANIṢAD

1. “Om”: questa sillaba è tutto ciò che esiste. La spiegazione ne è la seguente: tutto quello che è stato, che è, che sarà, è la sillaba Om; ciò che permane trascendendo il triplice tempo, esso pure è Om.

(Questo primo verso contiene un gioco di parole intraducibile: *Om ity etad aksharam idam sarvam*, cioè “Questo aksharam ‘Om’ è tutto questo”, dove *aksharam* significa sia ‘sillaba’ sia ‘imperituro’).

2. Tutto ciò è Brahman; questo Sé è Brahman; questo stesso Sé ha quattro aspetti.
3. Il primo aspetto è Vaishvānara, la cui sfera è lo stato di veglia, che è conscio degli oggetti esterni, fornito di sette membra e diciannove bocche, e che sperimenta gli oggetti materiali.

(Vaishvānara = comune a tutti gli uomini, ove cioè tutti gli uomini sono autocoscienti. Sette membra: il riflesso del settenario sul piano di Vaishvānara. Diciannove bocche: tradizionalmente, i cinque organi di senso, i cinque organi dell’azione (bocca, mani, gambe, evacuazione, generazione), i cinque aliti vitali ed i quattro aspetti della mente: manas, buddhi, citta e ahamkāra).

4. Il secondo aspetto è Taijasa, la cui sfera è lo stato di sogno, che è conscio degli oggetti interni, che

ha sette membra e diciannove bocche, che sperimenta gli oggetti sottili.

5. Là dove uno, addormentato, non desidera alcun desiderio e non vede sogno alcuno, quello è il sonno profondo (*sushuptam*). Questo terzo aspetto è Prājna, la cui sfera è lo stato di sonno profondo, ove è raggiunta l'unità, pienezza di conoscenza, la cui sostanza è beatitudine, che sperimenta beatitudine, il cui volto è conoscenza.
6. Questo è il Signore di tutto, l'Onnisciente, il reggitore interno (*antaryamī*); questo è la matrice universale, l'origine e la fine di tutto ciò che è.

(Questa è la sfera di Īśvara, l'aspetto personale del Divino. L'aspetto impersonale è il "Quarto", descritto nel verso che segue).

7. E ciò che non conosce gli oggetti interni né gli esterni, né entrambi alla volta, che non è pienezza di conoscenza, non essendo né conoscente né non-conoscente, invisibile, ineffabile, inafferrabile, indefinibile, impensabile, indescrivibile, l'intima essenza fondamentale del Sé uno, nel quale tutta la manifestazione si risolve, pacifico, benigno, indiviso (*shāntam shivam advaitam*), è il Quarto stato, così si pensa. Quello è il Sé (*ātmā*); quello è da conoscere.

8. Questo è il Sé, che si esprime nella sillaba Om. E riguardo alle sue misure, gli aspetti sono le misure, le misure sono gli aspetti: la lettera A, la lettera U, la lettera M.
9. Vaishvānara, la cui sfera è lo stato di veglia, la lettera A, la prima misura, dalla parola āpti (ottenimento) o dal fatto che occupa il primo (ādi) posto. Chi conosce ciò ottiene tutto quello che desidera e si pone al primo posto.
10. Taijasa, la cui sfera è lo stato di sogno, è la lettera U, la seconda misura, dalla parola utkarṣa (elevazione) dallo stato intermedio (ubhayatvam). Chi conosce ciò innalza invero la continuità della sua coscienza e diviene omogeneo. Nella sua famiglia nessuno mai ignorerà il Brahman.
11. Prājna, la cui sfera è lo stato di sonno profondo, è la lettera M, la terza misura, sia dalla parola miti (misura) o dal dissolvimento (apīti). Chi conosce ciò infatti misura (conosce) tutto questo e si dissolve (apītiś ca bhavati).

(Qui la seconda derivazione, apīti, non comincia per M, ed i commenti a nostra disposizione non danno lumi in proposito. Possiamo forse congetturare un richiamo alla parola *apas*, le acque, di cui la lettera M è un ben noto simbolo).

12. Incommensurabile è il quarto, l'indescrivibile in cui tutto si risolve, benigno, indiviso. La sil-

laba Om è invero il Sé. Chi conosce ciò penetra completamente il Sé col Sé (*samviśyaty ātmanā 'tmānam*).

Il testo sanscrito:

माण्डूक्योपनिषत् māṇḍūkyaopaniṣat

ॐ इत्येतदक्षरमिदं सर्वं तस्योपव्याख्यानं भूतं
भवद्भविष्यदिति सर्वमोकार एव ।
यच्चान्यत्रिकालातीतं तदप्योकार एव ॥१॥

om ity etad akṣaram idaṁ sarvaṁ tasyo'pavyākhyānaṁ
bhūtaṁ bhavad bhaviṣyad iti sarvaṁ oṅkāra eva |
yac cā'nyat trikālātītaṁ tad apy oṅkāra eva||1||

सर्वं ह्येतद्ब्रह्म अयमात्मा ब्रह्म सोऽयमात्मा चतुष्
पात् ॥२॥

sarvaṁ hy etad brahma ayam ātmā brahma so'yam
ātmā catuspāt||2||

जागरितस्थानो बहिःप्रज्ञः सप्ताङ्ग एकोनविंशतिमुखः
स्थूलभुग्वैश्वानरः प्रथमः पादः ॥३॥

jāgaritasthāno bahiḥprajñāḥ saptāṅga
ekonaviṁśatimukhaḥ sthūlabhug vaiśvānaraḥ
prathamāḥ pādāḥ||3||

स्वप्नःस्थानोऽन्तःप्रज्ञः सप्ताङ्ग एकोनविंशतिमुखः
प्रविविक्तभुक्तैजसो द्वितीयः पादः ॥४॥

svapnaḥsthāno'ntaḥprajñāḥ saptāṅga
ekonaviṁśatimukhaḥ praviviktabhuk taijaso dvitīyaḥ
pādaḥ||4||

यत्र सुप्तो न कञ्चन कामं कामयते न कञ्चन स्वप्नं
पश्यति तत्सुषुप्तं ।

सुषुप्तस्थान एकीभूतः प्रज्ञान एवानन्दमयो
ह्यानन्दभुक्केतोमुखः प्राज्ञस्तृतीयः पादः ॥५॥

yatra supto na kañcana kāmam kāmayate na kañcana
svapnam paśyati tat suṣuptam|
suṣuptasthāna ekībhūtaḥ prajñāna evā'nandamayo hy
ānandabhuk cetomukhaḥ prajñas tṛtīyaḥ pādaḥ||5||

एष सर्वेश्वर एष सर्वज्ञ एषोऽन्तर्यामी एष योनिः
सर्वस्य प्रभवाप्ययौ हि भूतानां ॥६॥

eṣa sarveśvara eṣa sarvajña eṣo'ntaryāmī eṣa yoniḥ
sarvasya prabhavāpyayau hi bhūtānām||6||

नान्तःप्रज्ञं न बहिःप्रज्ञं नोभयतःप्रज्ञं न प्रज्ञानदृनं न
प्रज्ञं नाप्रज्ञं ।

अदृष्टमव्यवहार्यमग्राह्यमलक्षणमचिन्त्यमव्यपदेश
यमेकात्मप्रत्ययसारं प्रपञ्चोपशमं शान्तं शिवमद्वैतं
चतुर्थं मन्यन्ते स आत्मा स विज्ञेयः ॥७॥

nāntaḥprajñam na bahiḥprajñam no'bhayataḥprajñam
na prajñānaghanam na prajñam nāprajñam |
adr̥ṣṭam avyavahāryam agrāhyam alakṣaṇam
acintyam avyapadeśyam ekātmapratyayasāraṁ
prapañcopaśamaṁ śāntaṁ śivam advaitaṁ caturthaṁ
manyante sa ātmā sa vijñeyaḥ ||7||

सोऽयमात्मा अध्यक्षरमोकारोऽधिमात्रं पादा मात्रा
मात्राश्च पादा अकार उकारो मकार इति ॥८॥

so'yam ātmā adhyakṣaram oṅkāro'dhimātraṁ pādā
mātrā mātrāśca pādā akāra ukāro makāra iti ||8||

जागरितस्थानो वैश्वानररोऽकारः प्रथमा मात्रा
आप्तेरादिमत्वाद्वा आप्नोति ह वै सर्वान् कामानादिश्च
भवति य एवम् वेद ॥९॥

jāgaritasthāno vaiśvānararo'kāraḥ prathamā mātrā
āpter ādimatvād vā āpnoti ha vai sarvān kāmān ādiś ca
bhavati ya evam veda ||9||

स्वप्नस्थानस्तैजस उकारो द्वितीया मात्रा
उत्कर्षाद्भयत्वाद्वा उत्कर्षति ह वै ज्ञानसन्ततिं
समानश्च भवति नास्याब्रह्मवित्कुले भवति ॥१० ॥

svapnasthānas taijasa ukāro dvitīyā mātṛā utkarṣād
ubhayatvād vā utkarṣati ha vai jñānasantatiṁ samānaś
ca bhavati nā'syā'brahmavit kule bhavati||10||

सुषुप्तस्थानः प्राज्ञो मकारस्तृतीया मात्रा मितेरपीतेर्वा
मिनोति ह वा इदं सर्वमपीतिश्च भवति
य एवं वेद ॥११ ॥

suṣuptasthānaḥ prājño makāras tṛtīyā mātṛā miter
apīter vā minoti ha vā idaṁ sarvam apītiś ca bhavati ya
evam veda||11||

अमात्रश्चतुर्थोऽव्यवहार्यः प्रपञ्चोपशमः शिवोऽद्वैत ए
वमोकार आत्मैव सम्बिशत्यात्मनात्मानं य एवं वेद
य एवं वेद ॥१२ ॥

amātraś caturtho'vyavahāryaḥ prapañcopaśamaḥ
śivo'dvaita evam oṅkāra ātmai'va samviśaty
ātmanā'tmānaṁ ya evam veda ya evam veda||12||

ya evam veda ya evam veda (“chi così conosce, chi così conosce”):
la ripetizione indica, tradizionalmente, la fine del testo.

Stampato in proprio