

Estos cinco conceptos forman un **núcleo metodológico del Advaita Vedānta** y encajan muy bien juntos:

Término	Pronunciación aprox.	Significado esencial
neti neti	néti néti	«ni esto, ni esto»
mahāvākya	majā-vákia	«gran sentencia»
mithyā	mitiá	realidad dependiente/aparente
satya	sátya	verdad, realidad
adhyāsa	adhyāsa	superposición errónea

Neti neti — «ni esto, ni esto». Método de discriminación especialmente asociado a la *Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad*. Consiste en negar como identidad última todo aquello que puede ser conocido u observado: «no soy el cuerpo, no soy las sensaciones, no soy los pensamientos...». No pretende destruir el mundo, sino reconocer que **Ātman no puede reducirse a ningún objeto de experiencia**.

Mahāvākyas — «grandes sentencias». Son formulaciones de las Upaniṣads que condensan la enseñanza de la identidad entre **Ātman y Brahman**. Las cuatro tradicionalmente destacadas son: *tat tvam asi* («Tú eres Eso»), *aham brahmāsmi* («Yo soy Brahman»), *ayam ātmā brahma* («Este Ātman es Brahman») y *prajñānam brahma* («La Conciencia es Brahman»).

Mithyā — aquello que **aparece y funciona, pero no posee existencia independiente**. El ejemplo clásico es la serpiente vista erróneamente en una cuerda. El mundo no es simplemente «inexistente»; existe de manera dependiente. Por eso *mithyā* no equivale exactamente a «falso» o «ilusión».

Satya — «verdadero», «real». En sentido advaita estricto, es aquello cuya realidad **no depende de ninguna otra cosa y no puede ser negada o sublada por un conocimiento posterior**. Brahman es *satya*. La fórmula clásica es: **Brahman satyam, jagan mithyā**: «Brahman es lo real; el mundo es mithyā».

Adhyāsa — «superposición». Es el mecanismo fundamental del error: atribuimos a una cosa las características de otra. Por ejemplo: «yo soy este cuerpo», «yo soy mis pensamientos», «yo soy quien sufre». El Advaita sostiene que, debido a **avidyā**, superponemos cuerpo, mente y personalidad sobre Ātman. El conocimiento (*jñāna*) elimina esa confusión. La secuencia lógica puede verse así:

adhyāsa → produce la identificación errónea → neti neti la discrimina → los mahāvākyas revelan la identidad Ātman-Brahman → comprendemos qué es mithyā y qué es satya.

Ese encadenamiento es prácticamente **la columna vertebral del método Advaita**.

Perfecto. Estos cuatro bloques describen **cómo analiza el Advaita la experiencia humana y cómo conduce ese análisis hasta Ātman.**

Concepto	Pronunciación aprox.	Idea central
Tres cuerpos (<i>śarīra-traya</i>)	sharíra-tráya	Los tres niveles del individuo
Cinco kośas (<i>pañca-kośa</i>)	páncha-kósha	Las cinco «envolturas» de Ātman
Tres estados (<i>avasthā-traya</i>)	avasthá-tráya	Vigilia, sueño y sueño profundo
Turiya	turíya	La Conciencia que subyace a los tres estados

Los tres cuerpos — *śarīra-traya*

1. **Sthūla-śarīra** — *estúla sharíra*: **cuerpo físico**, material, nacido y destinado a morir.
2. **Sūkṣma-śarīra** — *súkshma sharíra*: **cuerpo sutil**: sentidos, mente, intelecto, *prāṇa*, etc.
3. **Kāraṇa-śarīra** — *káarana sharíra*: **cuerpo causal**, estado potencial o indiferenciado asociado a *avidyā*.

No son tres cuerpos físicamente separados, sino **tres niveles desde los que concebimos al individuo.**

Los cinco kośas — *pañca-kośa*

Son las cinco «envolturas» mediante las cuales parece quedar recubierto Ātman:

1. **Annamaya-kośa** — envoltura de alimento → cuerpo físico.
2. **Prāṇamaya-kośa** — envoltura vital → *prāṇa*, funciones vitales.
3. **Manomaya-kośa** — envoltura mental → mente, emociones, percepción.
4. **Vijñānamaya-kośa** — envoltura intelectual → *buddhi*, discernimiento, sentido de «yo».
5. **Ānandamaya-kośa** — envoltura de bienaventuranza → nivel causal, especialmente manifiesto en sueño profundo.

El análisis advaita pregunta respecto de cada una: «¿Soy realmente esto?». Aquí empieza a verse la relación con *neti neti*.

Los tres estados de conciencia — *avasthā-traya*

Jāgrat — *yáagrat*: **vigilia**. Experimentamos el mundo exterior mediante cuerpo y sentidos.

Svapna — *suápna*: **sueño con sueños**. El mundo experimentado es producido principalmente por la mente.

Suṣupti — *sushūpti*: **sueño profundo sin sueños**. No aparecen objetos diferenciados ni actividad mental consciente, pero tampoco hay conocimiento explícito de Brahman.

Lo decisivo para Advaita es que **los tres estados aparecen y desaparecen**. Por tanto, ninguno puede constituir nuestro Ser último.

Turiya

Turiya significa literalmente «**el cuarto**», pero aquí hay que poner una pequeña estrella roja: **no es realmente un cuarto estado que venga después de los otros tres**.

Es la **Conciencia (Ātman)** presente y constante en **vigilia, sueño y sueño profundo**, pero que no depende de ninguno de ellos.

Podemos resumir todo el mecanismo así:

Tres cuerpos → ¿de qué parece estar compuesto el individuo?

Cinco kośas → ¿con qué capas me identifico?

Tres estados → ¿qué experiencias aparecen en la conciencia?

Turiya → ¿qué permanece siendo consciente a través de todos ellos?

Y ahí llegamos al punto central de la *Māṇḍūkya Upaniṣad*: **Turiya =**

Ātman = Brahman.

Este bloque y el anterior encajan además como dos piezas consecutivas: primero examinamos **qué creemos ser** —cuerpos, kośas y estados— y después aplicamos **neti neti, adhyāsa, mithyā/satya y los mahāvākyas** para desmontar la identificación.

Estas son las **once Upaniṣads principales** que conviene tener perfectamente situadas. Te las dejo en el mismo formato compacto:

Nº Upaniṣad	Pronunciación aprox.	Veda	Idea especialmente importante
1 Īśa	īsha	Yajur Veda blanco	Ātman, Brahman, acción y renuncia
2 Kena	kéna	Sāma Veda	¿Quién dirige mente y sentidos?
3 Kāṭha	kāṭha	Yajur Veda negro	Naciketas, muerte, Ātman
4 Praśna	prāshna	Atharva Veda	Seis preguntas sobre vida, prāṇa, OM y Ātman
5 Muṇḍaka	múndaka	Atharva Veda	Conocimiento superior e inferior; Brahman
6 Māṇḍūkya	māandúkyā	Atharva Veda	Estados de conciencia, Turiya y OM

Nº Upaniṣad	Pronunciación aprox.	Veda	Idea especialmente importante
7 Taittirīya	taittirīya	Yajur Veda negro	Cinco kośas; Brahman como realidad-conciencia-infinitud
8 Aitareya	aitaréya	Ṛg Veda	Creación, conciencia y Ātman
9 Kauṣītaki	kaushīitaki	Ṛg Veda	Prāṇa, conciencia y destino después de la muerte
10 Chāndogya	cháandoguia	Sāma Veda	Tat tvam asi ; unidad de Ātman y Brahman
11 Bṛhadāraṇyaka	brijad-aarániaka	Yajur Veda blanco	Neti neti , Ātman, Brahman, liberación

Una frase para recordar cada una

Īśa — Todo está penetrado por lo Absoluto.

Kena — Busca aquello que hace posible conocer.

Kaṭha — Naciketas pregunta a la Muerte qué es realmente el Ser.

Praśna — Seis discípulos formulan seis grandes preguntas.

Muṇḍaka — Distingue entre saber muchas cosas y conocer **Aquello por lo que todo es conocido**.

Māṇḍūkya — Vigilia, sueño, sueño profundo y **Turiya**.

Taittirīya — Los **cinco kośas** conducen progresivamente hacia Ātman.

Aitareya — La **Conciencia (prajñā)** es **Brahman**.

Kauṣītaki — Destaca la relación entre **prāṇa y conciencia**.

Chāndogya — **Tat tvam asi**: «Tú eres Eso».

Bṛhadāraṇyaka — **Neti neti**: Ātman no puede reducirse a ningún objeto conocido.

Y hay una cosa muy útil para nuestro casillero mental:

Māṇḍūkya → **estados de conciencia y Turiya**

Taittirīya → **cinco kośas**

Chāndogya → **Tat tvam asi**

Bṛhadāraṇyaka → **neti neti y aham brahmāsmi**

Estas cuatro son especialmente importantes para buena parte de los conceptos que acabamos de enumerar.

- **Ṛgveda** → gran colección de **himnos** dirigidos a las divinidades védicas.
- **Yajurveda** → fórmulas y **procedimientos rituales** usados por los sacerdotes.

- **Sāmaveda** → himnos, en gran parte tomados del Ṛgveda, adaptados para **ser cantados litúrgicamente**.
- **Atharvaveda** → himnos, fórmulas y enseñanzas vinculadas a la **vida cotidiana, protección, salud, prosperidad y reflexión religiosa**.

Tu analogía de la universidad podría quedar así:

Ṛgveda = textos fundamentales

Yajurveda = manual práctico

Sāmaveda = repertorio musical

Atharvaveda = saber aplicado a la vida

Este es el **esqueleto básico de la literatura védica**:

Veda

- |
- | — **Samhitā** → himnos, mantras y fórmulas rituales
- | — **Brāhmaṇa** → explicación de los rituales y sacrificios
- | — **Āraṇyaka** → reflexión más interior y simbólica sobre el ritual
- | — **Upaniṣad** → investigación filosófica sobre **Ātman, Brahman y**

liberación

Como fórmula para memorizarlo:

Samhitā = recitar

Brāhmaṇa = ejecutar

Āraṇyaka = interiorizar

Upaniṣad = comprender

Solo una precisión: esto es una **clasificación por capas o géneros**, no significa que cada Veda tenga exactamente un solo texto de cada tipo; puede haber varias Samhitās, Brāhmaṇas, Āraṇyakas y Upaniṣads asociados a una tradición védica.

- **Śruti** — «lo oído», la **revelación védica**:
 - Los cuatro Vedas.
 - Sus **Samhitās, Brāhmaṇas, Āraṇyakas y Upaniṣads**.
- **Smṛti** — «lo recordado», la **tradición transmitida**:
 - **Mahābhārata**, incluida la **Bhagavad Gītā**.
 - **Rāmāyaṇa**.
 - **Purāṇas**.
 - **Dharmaśāstras**, como el *Manusmṛti*.
 - Otros muchos textos religiosos, jurídicos, filosóficos y narrativos.

Fórmula corta:

Śruti = autoridad revelada fundamental

Smṛti = tradición que interpreta, desarrolla y aplica esa enseñanza

Y una precisión importante para nuestro esquema: la **Bhagavad Gītā** es **Smṛti**, aunque dentro del Vedānta tenga una autoridad doctrinal extraordinaria.

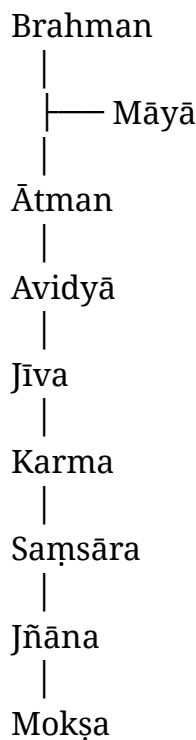
- **Advaita Vedānta — no dualismo — Śaṅkara.**
Ātman y Brahman son, en último término, idénticos. La multiplicidad pertenece al plano de *mithyā*.
- **Viśiṣṭādvaita Vedānta — no dualismo cualificado — Rāmānuja.**
Hay una única realidad, **Brahman**, pero las almas y el mundo son reales y existen como dependientes de Brahman.
- **Dvaita Vedānta — dualismo — Madhva.**
Dios, las almas y el mundo son realmente distintos; la diferencia no desaparece con la liberación.

Para memorizar:

Śaṅkara → identidad

Rāmānuja → unidad con diferencias reales

Madhva → diferencia real



Avidyā hace que Ātman se identifique como **jīva** → el jīva actúa y genera **karma** → el karma mantiene **saṃsāra** → mediante **jñāna** se disuelve la ignorancia → se reconoce que **Ātman = Brahman** → **mokṣa**.

Solo una precisión importante: **mokṣa no es “ir a otro sitio”**, sino cesar la identificación errónea producida por *avidyā*.

- **Jīvanmukti** — *yīvan-múkti* → **liberación en vida**. Estado de quien ha realizado el conocimiento de que **Ātman = Brahman** mientras el cuerpo y la vida continúan. El sabio sigue viviendo y actuando, pero ya no se identifica esencialmente con cuerpo, mente o ego.
- **Śarīra-traya** — *sharīra-trāya* → **los tres cuerpos**:
 - **Sthūla-śarīra** → cuerpo físico.
 - **Sūkṣma-śarīra** → cuerpo sutil: mente, sentidos, prāṇa, intelecto.
 - **Kāraṇa-śarīra** → cuerpo causal: nivel potencial ligado a *avidyā*.

Fórmula rápida:

Śarīra-traya = con qué se identifica el jīva.

Jīvanmukti = vivir habiendo dejado de confundirse con esos cuerpos.

1. Śarīra-traya — los tres cuerpos

Śarīra-traya — *sharīra-trāya* → «tríada de cuerpos». Describe los **tres niveles con los que el jīva se identifica** y mediante los cuales experimenta el mundo.

- **Sthūla-śarīra** — *sthūla sharīra* → **cuerpo físico o grosero**.
Es el cuerpo material: huesos, músculos, órganos, cerebro, sentidos físicos, etc. Nace, crece, envejece y muere. Se forma y mantiene mediante el alimento. Es el vehículo principal de la experiencia en **jāgrat**, la vigilia. Se relaciona fundamentalmente con **annamaya-kośa**.
- **Sūkṣma-śarīra** — *sūkṣma sharīra* → **cuerpo sutil**.
Comprende aquello que no es físicamente visible pero permite la experiencia: **prāṇa, órganos de los sentidos, órganos de acción, manas y buddhi**. Aquí tienen lugar pensamientos, emociones, deseos, recuerdos, percepción y razonamiento. Permanece operativo tanto en vigilia como, especialmente, en **svapna**, el sueño con sueños. Se relaciona principalmente con **prāṇamaya-, manomaya- y vijñānamaya-kośa**.
- **Kāraṇa-śarīra** — *kāraṇa sharīra* → **cuerpo causal**.
Es el nivel más sutil, denominado «causal» porque contiene en estado **potencial o no manifestado** las tendencias que posteriormente aparecen como experiencia individual. Se vincula con **avidyā**, la ignorancia fundamental de nuestra verdadera naturaleza. Se manifiesta especialmente en **suṣupti**, el sueño profundo, donde desaparecen temporalmente las diferenciaciones de cuerpo y mente, pero todavía no hay conocimiento consciente de **Ātman**. Se relaciona con **ānandamaya-kośa**.

Una forma muy sencilla de recordarlos:

Sthūla → lo que tengo físicamente.

Sūkṣma → lo que pienso, siento y percibo.

Kāraṇa → la raíz potencial de esa individualidad.

Y lo decisivo para Advaita:

Ātman no es ninguno de los tres cuerpos.

Los tres son objetos de experiencia y están sujetos a cambio; **Ātman es aquello que conoce o ilumina la experiencia de los tres.**

Por eso el análisis puede resumirse así:

«Tengo cuerpo físico, tengo mente y tengo una condición causal; por tanto, ninguno de ellos puede ser el Yo último.»

Ahí enlaza directamente el **Śarīra-traya** con **neti neti**.

2. Pañca-kośa — los cinco kośas

Pañca-kośa — *pāñcha-kósha* → «las cinco envolturas». Es el modelo expuesto en la **Taittirīya Upaniṣad** para analizar las distintas capas con las que confundimos nuestro verdadero Ser, **Ātman**.

1. Annamaya-kośa — annamāya-kósha → envoltura de alimento.

Es el **cuerpo físico**, nacido del alimento, mantenido por alimento y que finalmente vuelve a la materia. Corresponde básicamente al **sthūla-śarīra**, el cuerpo físico.

2. Prāṇamaya-kośa — prāṇamāya-kósha → envoltura vital.

Comprende **prāṇa**, la energía o función vital que sostiene respiración, circulación, digestión y demás procesos vitales. Pertenecce al **sūkṣma-śarīra**, el cuerpo sutil.

3. Manomaya-kośa — manomāya-kósha → envoltura mental.

Comprende principalmente **manas**, la mente que recibe las impresiones sensoriales, piensa, duda, desea y reacciona emocionalmente. Aquí se organiza buena parte de nuestra experiencia psicológica ordinaria.

4. Vijñānamaya-kośa — vijñānamāya-kósha → envoltura intelectual o de discernimiento.

Se relaciona especialmente con **buddhi**, la facultad que comprende, juzga, discrimina y decide, junto con el sentido de ser el sujeto que conoce y actúa: «yo pienso», «yo decido», «yo sé».

5. Ānandamaya-kośa — ānandamāya-kósha → envoltura de bienaventuranza.

Es la envoltura más profunda y se vincula con el **kāraṇa-śarīra**, el cuerpo causal, y particularmente con el **sueño profundo (suṣupti)**. Hay ausencia temporal de sufrimiento y diferenciación mental, pero permanece **avidyā**; por tanto, tampoco es **Ātman**.

└─ Annamaya-kośa

SŪKṢMA-ŚARĪRA

└─ Prāṇamaya-kośa

└─ Manomaya-kośa

└─ Vijñānamaya-kośa

KĀRAṆA-ŚARĪRA

└─ Ānandamaya-kośa

Y aquí está lo fundamental: **los kośas no son cinco capas físicas colocadas unas dentro de otras**, como una cebolla literal. Son **cinco niveles de identificación y experiencia** que el análisis vedántico discrimina.

La pregunta aplicada sucesivamente es:

¿Soy mi cuerpo? → ¿soy mi vitalidad? → ¿soy mi mente? → ¿soy mi intelecto? → ¿soy incluso esa experiencia profunda de bienestar?

Advaita responde finalmente: **neti, neti** — «ni esto, ni esto».

Ātman no es ninguno de los cinco kośas; es aquello gracias a lo cual todos ellos son conocidos.

Fórmula rápida:

cuerpo → vitalidad → mente → intelecto → causal/bienaventuranza → Ātman

Aquí, como con los tres cuerpos, sí merece la pena conservar algo más que dos líneas, porque **Śarīra-traya + Pañca-kośa** son dos mapas distintos de la misma persona aparente y luego nos van a encajar perfectamente con los **tres estados de conciencia**.

3. Avasthā-traya — los tres estados de conciencia

Avasthā-traya — *avasthá-tráya* → «tríada de estados». Es el análisis de los **tres estados ordinarios de experiencia**: vigilia, sueño con sueños y sueño profundo. Tiene una importancia central en la **Māṇḍūkya Upaniṣad**.

1. Jāgrat — *yáagrat* → **estado de vigilia**.

Es la experiencia del mundo exterior a través del **cuerpo físico, los sentidos y la mente**. Aquí nos identificamos normalmente con «yo soy este cuerpo, esta persona, esta historia». Predomina el **sthūla-śarīra**, el cuerpo físico.

2. Svapna — *suápna* → **estado de sueño con sueños**.

El cuerpo físico permanece inactivo, pero la **mente crea y experimenta su propio mundo**: personas, lugares, emociones, miedo, placer, etc. El protagonista principal es el **sūkṣma-śarīra**, el

cuerpo sutil.

Para Advaita es muy importante porque muestra que puede existir una experiencia completa sin depender directamente del mundo físico exterior.

3. **Suṣupti** — *sushúpti* → **sueño profundo sin sueños.**

No aparecen objetos, pensamientos ni sensación diferenciada de

«yo». La actividad mental manifiesta queda temporalmente

reabsorbida. Se relaciona con el **kāraṇa-śarīra**, el cuerpo causal.

Pero cuidado: **suṣupti no es liberación**. Al despertar reaparecen la ignorancia, el ego y el mundo habitual. *Avidyā* continúa presente en estado causal.

Relación con los tres cuerpos

JĀGRAT

└─ Sthūla-śarīra

cuerpo físico

mundo exterior

SVAPNA

└─ Sūkṣma-śarīra

mente y cuerpo sutil

mundo del sueño

SUṢUPTI

└─ Kāraṇa-śarīra

estado causal

ausencia de diferenciación manifiesta

Ahora viene la pregunta decisiva del Advaita:

Si durante un mismo día paso por vigilia, sueño y sueño profundo, y cada estado aparece y desaparece, ¿qué es aquello que permanece a través de los tres?

La respuesta de la **Māṇḍūkya Upaniṣad** nos lleva directamente al siguiente punto:

Turiya.

Fórmula rápida:

Jāgrat → mundo exterior

Svapna → mundo mental

Suṣupti → ausencia de experiencia diferenciada

Turiya → la Conciencia que subyace a los tres

Y aquí ya empezamos a cerrar una pieza muy bonita del esquema:

Tres cuerpos + cinco kośas + tres estados → análisis de todo aquello que creemos ser.

Turiya → aquello que realmente somos según Advaita.

Turiya (तुरीय)

Turiya — *turīya* → literalmente «**el cuarto**». Es el concepto central de la **Māṇḍūkya Upaniṣad** y designa la verdadera naturaleza de **Ātman**, más allá de la identificación con los tres estados ordinarios de experiencia.

No debe entenderse como un **cuarto estado que aparece después** de vigilia, sueño y sueño profundo. Turiya es la **Conciencia siempre presente** que hace posibles y «ilumina» los tres estados:

- **Jāgrat** → vigilia.
- **Svapna** → sueño con sueños.
- **Suṣupti** → sueño profundo.
- **Turiya** → la realidad consciente que **no nace ni desaparece con ninguno de ellos**.

La *Māṇḍūkya Upaniṣad*, mantra 7, lo caracteriza como:

śāntam → pacífico

śivam → auspicioso, pleno

advaitam → no dual

prapañcopaśamam → cesación de toda multiplicidad fenoménica

Y termina con una afirmación fundamental:

sa ātmā sa vijñeyah

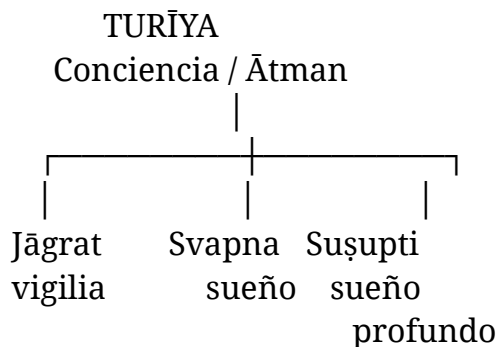
→ «Ese es **Ātman**; eso es lo que debe conocerse.»

Lo verdaderamente importante es esto:

Turiya no es algo que tengamos que alcanzar.

Según Advaita, **ya somos Turiya**, pero *avidyā* hace que nos identifiquemos exclusivamente con el cuerpo, la mente y los estados cambiantes.

Podemos visualizarlo así:



Los tres estados **cambian**.

Turiya **no cambia**.

Los tres estados son **conocidos**.

Turiya es aquello por lo cual son conocidos.

Y finalmente, el punto decisivo del Advaita:

Turiya = Ātman = Brahman.

Por eso la *Māṇḍūkya* no está simplemente haciendo una clasificación psicológica del sueño y la vigilia. Está utilizando los estados de conciencia como un **método de investigación para descubrir qué somos realmente**.

Jāgrat, Svapna y Suṣupti son experiencias; Turiya es la realidad que permanece a través de todas ellas.

Māṇḍūkya Upaniṣad — *māandúkyā upánishad* → una de las Upaniṣads principales, asociada al **Atharvaveda** y formada por solo **12 mantras**. Analiza los tres estados de experiencia —**Jāgrat** (vigilia), **Svapna** (sueño) y **Suṣupti** (sueño profundo)— para mostrar que ninguno de ellos constituye el Ser último. Introduce **Turiya**, «el cuarto», no como un estado adicional, sino como la **Conciencia permanente, Ātman**, que subyace a los tres. También establece la correspondencia entre **OM (A-U-M)**, los estados de conciencia y la totalidad de la realidad. Contiene el mahāvākya **Ayam Ātmā Brahma** —«Este Ātman es Brahman»— y constituye uno de los textos fundamentales del **Advaita Vedānta**, especialmente junto con las **Māṇḍūkya Kārikā de Gauḍapāda**.

1. **Introducción: Om y la totalidad de la realidad** — mantra 1.
2. **Ātman es Brahman; sus cuatro aspectos (pāda)** — mantra 2.
3. **Jāgrat** — vigilia; **Vaiśvānara** — mantra 3.
4. **Svapna** — sueño; **Taijasa** — mantra 4.
5. **Suṣupti** — sueño profundo; **Prājña** — mantras 5-6.
6. **Turiya** — aquello que trasciende los tres estados — mantra 7.
7. **Om y los cuatro aspectos del Ātman** — mantra 8.
8. **A** → **Jāgrat / Vaiśvānara** — mantra 9.
9. **U** → **Svapna / Taijasa** — mantra 10.
10. **M** → **Suṣupti / Prājña** — mantra 11.
11. **Amātra**, lo «sin medida» o silencio de Om → **Turiya** — mantra 12.
12. **Conclusión doctrinal: Om = Ātman; conocerlo es realizar Ātman.**

La estructura profunda queda todavía más limpia:

Ātman → cuatro pādas → **Jāgrat / Svapna / Suṣupti / Turiya** → **Om = A / U / M / Amātra**.

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 1

ॐ इत्येतदक्षरमिदं सर्वम्। तस्योपव्याख्यानं भूतं भवद्भविष्यदिति सर्वमोङ्कार एव।
यच्चान्यत् त्रिकालातीतं तदप्योङ्कार एव॥

Transliteración:

oṃ ity etad akṣaram idaṃ sarvaṃ |
tasyopavyākhyānaṃ bhūtaṃ bhavad bhaviṣyat iti sarvaṃ oṃkāra
eva |
yac cānyat trikālātītaṃ tad apy oṃkāra eva ||

Traducción:

«Oṃ: esta sílaba es todo esto. Su explicación es la siguiente: lo que fue, lo que es y lo que será, todo ello es verdaderamente Oṃ. Y también aquello que está más allá de los tres tiempos es Oṃ.»

Idea esencial

El texto comienza con una afirmación enorme:

Oṃ = la totalidad de la realidad.

No representa solamente el universo visible. Comprende:

bhūtaṃ → lo pasado

bhavat → lo presente

bhaviṣyat → lo futuro

y además:

trikālātīta → aquello que está más allá de los tres tiempos.

Por tanto, Oṃ incluye tanto **todo lo manifestado en el tiempo** como la realidad que **trasciende el tiempo**.

Y esto prepara inmediatamente el mantra 2, donde la Māṇḍūkya dará el siguiente paso:

«**Todo esto es Brahman. Este Ātman es Brahman.**»

Es decir, el movimiento inicial del texto es:

Oṃ → **totalidad** → **Brahman** → **Ātman**.

Ahí empieza realmente toda la arquitectura de la Māṇḍūkya.

Oṃ — *om* → sílaba sagrada que, en la **Māṇḍūkya Upaniṣad**, simboliza y expresa la **totalidad de la realidad**: lo pasado, presente, futuro y aquello que trasciende el tiempo.

Akṣara — *ākshara* → literalmente «**imperecedero**», «**indestructible**»; también significa «**sílaba**» o «**sonido elemental**». En el mantra 1, *akṣara* designa a **Oṃ** como sílaba y, al mismo tiempo, sugiere su carácter imperecedero.

Trikāla — *trikāla* → literalmente «**los tres tiempos**» (*tri* = tres; *kāla* = tiempo): **pasado, presente y futuro**. En *trikālātīta*, significa «aquello que está más allá de los tres tiempos».

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 2

सर्वं होतद् ब्रह्म । अयमात्मा ब्रह्म । सोऽयमात्मा चतुष्पात् ॥

Transliteración:

sarvaṃ hy etad brahma | ayam ātmā brahma | so 'yam ātmā catuṣpāt
||

Traducción:

«Todo esto es verdaderamente Brahman. Este Ātman es Brahman.
Este Ātman tiene cuatro aspectos.»

Idea esencial

Aquí aparece uno de los grandes **mahāvākyas** del Vedānta:

Ayam Ātmā Brahma

→ «Este Ātman es Brahman.»

El mantra establece dos afirmaciones fundamentales:

sarvaṃ hy etad brahma → todo cuanto existe es Brahman.

ayam ātmā brahma → el Ātman, el Ser más íntimo, es Brahman.

Y a continuación introduce:

catuṣpāt → «de cuatro *pāda*», es decir, **cuatro aspectos o “cuartos”**.

Esos cuatro serán:

Vaiśvānara → **Jāgrat**

Taijasa → **Svapna**

Prājña → **Suṣupti**

Turiya → **la realidad no dual de Ātman**

Por tanto, el mantra 2 es la **puerta de entrada a toda la estructura de los cuatro aspectos del Ātman**.

Catuṣpāt (चतुष्पात्)

Catuṣpāt — *chatúsh-paat* → literalmente «**de cuatro cuartos**» o «**de cuatro aspectos**» (*catur* = cuatro; *pāda* = cuarto, parte, aspecto). En la **Māṇḍūkya Upaniṣad** designa los cuatro modos bajo los que se analiza Ātman: **Vaiśvānara, Taijasa, Prājña y Turiya**. No significa que Ātman esté realmente dividido en cuatro partes.

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 3

जागरितस्थानो बहिष्प्रज्ञः सप्ताङ्ग एकोनविंशतिमुखः स्थूलभुक् वैश्वानरः प्रथमः पादः ॥

Transliteración:

jāgaritasthāno bahiṣprajñāḥ saptāṅga ekonaviṃśatimukhaḥ

sthūlabhug vaiśvānaraḥ prathamāḥ pādaḥ ||

Traducción:

«El primer aspecto es Vaiśvānara: su ámbito es el estado de vigilia; su conciencia está orientada hacia el exterior; tiene siete miembros y diecinueve bocas, y experimenta los objetos groseros.»

Los términos importantes

Jāgarita-sthāna → «cuyo ámbito es la vigilia».

Es el Ātman considerado en relación con **jāgrat**, el estado de vigilia.

Bahiṣ-prajña → «consciente hacia fuera».

La conciencia aparece dirigida hacia el **mundo exterior**, conocido mediante sentidos y mente.

Saptāṅga → «de siete miembros» (*sapta* = siete; *aṅga* = miembro).

Presenta a **Vaiśvānara en su dimensión cósmica**: el universo entero es contemplado simbólicamente como su cuerpo.

Ekonaṁśati-mukha → «de diecinueve bocas».

Son los **diecinueve instrumentos** mediante los cuales experimentamos:

- **5 jñānendriyas** → órganos de conocimiento.
- **5 karmendriyas** → órganos de acción.
- **5 prāṇas** → funciones vitales.
- **4 componentes del antaḥkaraṇa** → *manas, buddhi, ahaṁkāra y citta*.

Total: 5 + 5 + 5 + 4 = 19.

Se llaman «bocas» porque son las **vías por las que el individuo entra en contacto con la experiencia**.

Sthūla-bhuk → «el que experimenta/disfruta lo grosero».

En vigilia experimentamos **objetos físicos o sensibles (sthūla)**.

Vaiśvānara → *vaishvānara* → nombre del Ātman considerado como **experimentador de la vigilia**, con una dimensión tanto individual como cósmica.

Prathamah pādah → «el primer cuarto/aspecto».

Esquema limpio

Primer pāda:

Jāgrat → **Vaiśvānara** → **conciencia exterior** → **mundo físico** → **19 instrumentos de experiencia**.

Y ya tenemos montada la primera pieza del **catuṣpāt**:

1. Vaiśvānara — Jāgrat

2. Taijasa — Svapna

3. Prājña — Suṣupti

4. Turīya — realidad no dual

Aquí la *Māṇḍūkya* ya no está hablando simplemente de «estar despierto»: está empezando a **desmontar sistemáticamente al experimentador**, estado por estado.

Las 19 «bocas» de la experiencia

Se llaman **mukha**, «bocas» o «puertas», porque son los instrumentos mediante los cuales el *jīva* **conoce, actúa, vive y procesa la experiencia**.

1. Los cinco jñānendriyas — órganos de conocimiento

Jñānendriya → *gñāanéndriya* → «facultad sensorial de conocimiento».

Facultad Órgano asociado Conoce

Śrotra oído sonido

Facultad Órgano asociado Conoce

Tvak	piel	tacto
Cakṣus	ojos	forma / color
Jihvā	lengua	sabor
Ghrāṇa	nariz	olor

Importante: en Vedānta, *indriya* no significa simplemente el órgano físico —el ojo, por ejemplo—, sino la **facultad de percepción** que opera a través de ese órgano.

Función: recibir información del mundo.

2. Los cinco karmendriyas — órganos de acción

Karmendriya → *karméndriya* → «facultad de acción».

Facultad	Manifestación	Función
Vāk	habla	hablar / expresar
Pāṇi	manos	coger / manipular
Pāda	pies	desplazarse
Pāyu	órgano excretor	eliminación

Upastha órgano reproductor reproducción / placer sexual

Función: permitir que el individuo **actúe sobre el mundo**.

Por tanto:

jñānendriyas → **entra información**

karmendriyas → **sale acción**

3. Los cinco prāṇas — funciones vitales

Aquí **prāṇa** no significa simplemente «respiración». Se refiere a la energía o **función vital** diferenciada tradicionalmente en cinco movimientos principales:

Prāṇa Función principal

Prāṇa respiración y funciones de entrada; especialmente región torácica

Apāna movimiento descendente: excreción, eliminación

Samāna digestión, asimilación y distribución de nutrientes

Vyāna circulación y distribución por todo el organismo

Udāna movimiento ascendente; habla y otras funciones ascendentes; tradicionalmente también relacionado con el tránsito al morir

No debemos imaginarlos necesariamente como **cinco sustancias distintas**. Son cinco formas funcionales de describir el **principio vital**.

Función: mantener vivo y operativo el organismo.

4. Antaḥkaraṇa — el «instrumento interno»

Antaḥkaraṇa → *antaj-kāraṇa* → literalmente «instrumento interno».

Es lo que, simplificando bastante, llamaríamos el **aparato mental**.

Tradicionalmente se distingue en cuatro funciones:

Manas → *mānas* → **mente deliberativa**.

Recibe y organiza las impresiones de los sentidos; duda, compara y oscila:

«¿será esto o aquello?».

Buddhi → *buddhi* → **intelecto, determinación y discernimiento**.

Juzga, comprende y decide: «esto es así». Es fundamental para *viveka*, la discriminación.

Ahaṁkāra → *ajam-kāara* → **sentido del yo**, literalmente «hacedor del yo».

Se apropia de la experiencia: «yo veo», «yo pienso», «yo hago», «esto me ocurre a mí».

Citta → *chitta* → **memoria y depósito mental**.

Conserva impresiones, recuerdos y tendencias y permite que experiencias anteriores reaparezcan en la mente.

Una manera muy práctica de distinguirlos con un solo ejemplo:

Veo algo a lo lejos.

Manas: «¿Qué será eso?»

Buddhi: «Es un árbol.»

Ahaṁkāra: «Yo estoy viendo ese árbol.»

Citta: «Reconozco ese tipo de árbol porque ya lo he visto antes.»

Y ya tenemos las 19

5 jñānendriyas → conozco

5 karmendriyas → actúo

5 prāṇas → vivo

4 antaḥkaraṇa → proceso e interpreto

5 + 5 + 5 + 4 = 19

Y esto ayuda mucho a entender por qué la *Māṇḍūkya* llama a Vaiśvānara

«**de diecinueve bocas**»: en la vigilia, el individuo parece abrirse al mundo mediante **todo este aparato sensorial, activo, vital y mental**.

Pero el punto advaita llegará después: **ninguna de esas diecinueve facultades es Ātman**; todas ellas pueden ser observadas, cambian y dejan incluso de manifestarse en determinados estados de conciencia.

Jāgarita — *yāagarita* → **vigilia**, estado de conciencia en el que experimentamos el mundo exterior mediante cuerpo, sentidos y mente.

Bahiṣ-prajña — *bajish-prágña* → «**consciente hacia fuera**». Designa la conciencia orientada a los objetos externos durante la vigilia. *Bahiṣ* = exterior; *prajña* = conocimiento o conciencia.

Vaiśvānara — *vaishvānara* → nombre del **primer pāda de Ātman**, correspondiente al estado de vigilia. Es el sujeto que experimenta los objetos físicos o «groseros» (*sthūla*). En la *Māṇḍūkya* posee también una dimensión cósmica, no solo individual.

Saptāṅga — *saptānga* → «**de siete miembros**» (*sapta* = siete; *aṅga* = miembro). Describe simbólicamente a Vaiśvānara como una realidad cósmica cuyo «cuerpo» es el universo.

Ekonaviṃśati-mukhaḥ — *ekonaviṃśati-múkjaḥ* → «**de diecinueve bocas**». Son los diecinueve instrumentos mediante los cuales se desarrolla la experiencia: **5 jñānendriyas + 5 karmendriyas + 5 prāṇas + 4 funciones del antaḥkaraṇa = 19.**

En una línea:

Jāgarita → vigilia · **Bahiṣ-prajña** → conciencia exterior · **Vaiśvānara** → experimentador de la vigilia · **Saptāṅga** → siete miembros ·

Ekonaviṃśati-mukhaḥ → diecinueve puertas de experiencia.

Ekonaviṃśati-mukhaḥ — las diecinueve «bocas»

En la *Māṇḍūkya*, **mukha** («boca», «entrada», «puerta») designa los instrumentos mediante los cuales el individuo experimenta y se relaciona con el mundo.

1. Cinco jñānendriyas — facultades de conocimiento

Son las cinco capacidades sensoriales:

- **Śrotra** → oído → sonido.
- **Tvak** → piel → tacto.
- **Cakṣus** → vista → formas y colores.
- **Jihvā** → gusto → sabores.
- **Ghrāṇa** → olfato → olores.

No se refiere solamente al órgano físico, sino a la **facultad sensorial que actúa mediante él.**

2. Cinco karmendriyas — facultades de acción

Permiten actuar sobre el mundo:

- **Vāk** → habla.
- **Pāṇi** → manos → aprehensión/manipulación.
- **Pāda** → pies → locomoción.
- **Pāyu** → excreción.
- **Upastha** → reproducción.

Una fórmula fácil:

jñānendriyas reciben → **karmendriyas actúan.**

3. Cinco prāṇas — funciones vitales

Son cinco modalidades funcionales del **prāṇa**, no cinco «aires» físicos:

- **Prāṇa** → respiración y funciones de entrada.
- **Apāna** → eliminación y movimiento descendente.
- **Samāna** → digestión y asimilación.

- **Vyāna** → circulación y distribución por el organismo.
- **Udāna** → movimiento ascendente, relacionado especialmente con habla y otras funciones ascendentes.

Son, por decirlo sencillamente, el **sistema funcional que mantiene vivo y operativo al organismo**.

4. Cuatro funciones del antaḥkaraṇa — instrumento interno

El **antaḥkaraṇa** es el aparato mental considerado según cuatro funciones:

- **Manas** → mente que recibe, compara, duda y considera posibilidades.
- **Buddhi** → intelecto que discierne, comprende y decide.
- **Ahaṁkāra** → sentido de «yo»: «yo pienso», «yo hago», «yo experimento».
- **Citta** → memoria, recuerdos e impresiones mentales.

Un ejemplo sencillo:

Manas: «¿Qué veo allí?»

Buddhi: «Es un árbol.»

Ahaṁkāra: «Yo estoy viendo el árbol.»

Citta: «Recuerdo haber visto uno parecido.»

Las 19, de un vistazo

5 sentidos de conocimiento → recibo el mundo.

5 facultades de acción → actúo sobre el mundo.

5 prāṇas → mantengo la vida.

4 funciones mentales → proceso, interpreto y me apropio de la experiencia.

5 + 5 + 5 + 4 = 19.

Sthūla-bhuk — *sthūla-bhuk* → literalmente «**el que experimenta o disfruta lo grosero**» (*sthūla* = grosero, material; *bhuk* = el que disfruta, consume o experimenta). En la **Māṇḍūkya Upaniṣad** describe a **Vaiśvānara** en el estado de vigilia (*Jāgrat*), porque su experiencia está dirigida a los **objetos físicos y sensibles del mundo exterior**, percibidos mediante los sentidos y la mente. No significa «comer cosas materiales» literalmente: *bhuk* tiene aquí el sentido más amplio de **experimentador**.

Fórmula rápida:

Sthūla-bhuk → **el experimentador del mundo físico en vigilia.**

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 4

स्वप्नस्थानोऽन्तःप्रज्ञः सप्ताङ्ग एकोनविंशतिमुखः प्रविविक्तभुक् तैजसो द्वितीयः पादः ॥

Transliteración:

svapnasthāno 'ntaḥprajñāḥ saptāṅga ekonaviṁśatimukhaḥ

praviviktabhuk taijaso dvitīyaḥ pādaḥ ||

Traducción:

«El segundo aspecto es Taijasa: su ámbito es el sueño; su conciencia está orientada hacia el interior; tiene siete miembros y diecinueve bocas, y experimenta objetos sutiles.»

Los términos importantes

Svapna-sthāna — *suápna-stháana* → «cuyo ámbito es el sueño».

Se refiere al estado de **sueño con sueños**, en el que el mundo exterior deja de ser el campo inmediato de experiencia y aparece un mundo producido por la mente.

Antaḥ-prajña — *ántaj-prágña* → «consciente hacia dentro» (*antaḥ* = interior; *prajña* = conciencia/conocimiento).

A diferencia de *bahiṣ-prajña* en la vigilia, aquí la conciencia está orientada hacia **contenidos internos: imágenes, recuerdos, impresiones y construcciones mentales**.

Saptāṅga — *saptānga* → «de siete miembros».

Se mantiene la misma caracterización cósmica que aparecía con Vaiśvānara.

Ekonaviṃśati-mukhaḥ — *ekonaviṃśati-múkjaḥ* → «de diecinueve bocas».

Son nuevamente los **19 instrumentos de experiencia**:

5 jñānendriyas + 5 karmendriyas + 5 prāṇas + 4 funciones del antaḥkaraṇa = 19.

En el sueño, sin embargo, no funcionan respecto al mundo físico exterior de la misma manera que durante la vigilia; la experiencia se desarrolla principalmente en el **ámbito sutil de la mente**.

Praviviktabhuk — *pravivíkta-bhuk* → «el que experimenta lo sutil».

Mientras Vaiśvānara es *sthūla-bhuk*, experimentador de objetos físicos, Taijasa experimenta **objetos sutiles o mentales**: imágenes, pensamientos, recuerdos y escenas del sueño.

Taijasa — *taijása* → literalmente relacionado con «luminoso» o

«resplandeciente» (*tejas* = luz, resplandor). Es el nombre del **experimentador del estado de sueño**, cuya experiencia está iluminada por la propia mente y no por objetos físicos exteriores.

Dvitiyaḥ pādaḥ → «el segundo cuarto/aspecto».

Comparación con el primer pāda

	Primer pāda	Segundo pāda
Estado	Jāgrat	Svapna
Experimentador	Vaiśvānara	Taijasa
Conciencia	Bahiṣ-prajña → exterior	Antaḥ-prajña → interior
Objetos	Sthūla → físicos	Sūkṣma → sutiles/mentales
Experiencia	Sthūla-bhuk	Praviviktabhuk
Instrumentos	19 bocas	19 bocas

La idea que empieza a asomar es muy importante: **cambia completamente el mundo experimentado —vigilia o sueño—, pero continúa habiendo un experimentador y una experiencia.**

Ahora tenemos:

1.º Vaiśvānara → Jāgrat → exterior → objetos físicos.

2.º Taijasa → Svapna → interior → objetos sutiles.

El siguiente paso será **Suṣupti**, donde ya no aparecen ni objetos exteriores ni objetos mentales diferenciados.

Svapna — *suápna* → **sueño con sueños**. Segundo estado ordinario de experiencia, en el que el mundo externo deja de ser el campo principal y la mente despliega un mundo interno.

Antaḥ-prajña — *ántaj-prágña* → **«consciente hacia dentro»**. Describe la conciencia orientada a contenidos internos: imágenes, recuerdos, impresiones y construcciones mentales propias del sueño.

Taijasa — *taijása* → **experimentador del estado de sueño**. Es el nombre del segundo *pāda* de Ātman en la *Māṇḍūkya*. Se relaciona etimológicamente con *tejas*, «luz, resplandor», porque el mundo onírico aparece «iluminado» por la propia mente.

Praviviktabhuk — *pravivíkta-bhuk* → **«el que experimenta lo sutil»**.

Designa a Taijasa como experimentador de objetos mentales o sutiles, a diferencia de Vaiśvānara, que experimenta objetos físicos en vigilia.

En una línea:

Svapna → sueño · Antaḥ-prajña → conciencia interior · Taijasa → soñador/experimentador · Praviviktabhuk → experimentador de lo sutil.

Svapna — *suápna* → **sueño con sueños**. Es el segundo estado ordinario de experiencia. El cuerpo físico queda prácticamente al margen y la mente construye un mundo propio con imágenes, recuerdos, emociones y situaciones. Para quien sueña, ese mundo es experimentado como real mientras dura el sueño.

Antaḥ-prajña — *ántaj-prágña* → **«consciente hacia dentro»**. La conciencia ya no está principalmente orientada al mundo exterior, como en *jāgrat*, sino hacia contenidos internos generados por la mente. Es el contrapunto de **bahiṣ-prajña**, «consciente hacia fuera».

Taijasa — *taijása* → nombre del **experimentador del estado de sueño** y segundo *pāda* del Ātman en la *Māṇḍūkya*. El término se relaciona con **tejas**, «luz» o «resplandor»: el mundo onírico no necesita luz exterior, porque aparece «iluminado» por la propia conciencia mental.

Praviviktabhuk — *pravivíkta-bhuk* → **«el que experimenta lo sutil o diferenciado internamente»**. Taijasa no experimenta objetos físicos

externos, sino **formas mentales, recuerdos, impresiones y objetos sutiles** creados en el sueño.

La diferencia fundamental con la vigilia queda así:

Vaiśvānara → mundo exterior → objetos físicos → **sthūla-bhuk**

Taijasa → mundo interior → objetos sutiles → **praviviktabhuk**

Y la enseñanza que empieza a preparar la *Māṇḍūkya* es importante:

cambia completamente el mundo conocido, pero la presencia de la conciencia continúa. Eso será decisivo cuando lleguemos a **Turiya**.

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 5

यत्र सुप्तो न कञ्चन कामं कामयते न कञ्चन स्वप्नं पश्यति तत्सुषुप्तम्। सुषुप्तस्थान एकीभूतः
प्रज्ञानधन एवानन्दमयो ह्यानन्दभुक् चेतोमुखः प्राज्ञस्तृतीयः पादः ॥

Transliteración:

yatra supto na kañcana kāmam kāmayate na kañcana svapnam
paśyati tat suṣuptam | suṣuptasthāna ekībhūtaḥ prajñānaghana
evānandamayo hy ānandabhuk cetomukhaḥ prājñas tṛtīyaḥ pādaḥ ||

Traducción:

«Cuando el durmiente no desea ningún deseo ni contempla sueño alguno, eso es sueño profundo. Aquel cuyo ámbito es el sueño profundo, en quien todo se encuentra unificado, que es una masa de conciencia, lleno de bienaventuranza, experimentador de bienaventuranza y cuya puerta es la conciencia, es **Prājña**, el tercer aspecto.»

Los términos importantes

Suṣupti — *sushúpti* → **sueño profundo sin sueños**. Aquí no aparecen ni el mundo exterior de *jāgrat* ni el mundo mental de *svapna*. No hay deseos activos, imágenes ni objetos diferenciados de experiencia.

Suṣupta-sthāna / Suṣupti-sthāna → «cuyo ámbito es el sueño profundo». Es el dominio propio de **Prājña**, tercer *pāda*.

Ekībhūta — *ekiibhūta* → **«hecho uno», «unificado»**. Las diferenciaciones que aparecen en vigilia y sueño dejan de manifestarse. No significa todavía realización consciente de la no-dualidad; las diferencias están **en estado no manifestado**.

Prajñānaghana — *pragñāana-ghana* → literalmente **«masa o totalidad compacta de conciencia»**. En sueño profundo no aparece la multiplicidad de conocimientos particulares —«esto», «aquello», «yo veo esto»—; la conciencia no está articulada en experiencias diferenciadas. Aquí hay que hilar fino: **Prājña no conoce Brahman simplemente por estar dormido**. La ignorancia (*avidyā*) sigue presente.

Ānandamaya — *aanandamāya* → **«lleno de bienaventuranza»** o «constituido de dicha». El sueño profundo se experimenta como descanso y ausencia temporal de las perturbaciones propias de vigilia y sueño.

Ānandabhuk — *aanānda-bhuk* → «**experimentador de bienaventuranza**». Al despertar decimos algo equivalente a «he dormido bien». El texto señala así una experiencia de descanso o felicidad, aunque durante el sueño profundo no exista conocimiento objetivo diferenciado.

Cetomukhaḥ — *chéto-mukhaj* → expresión difícil de traducir literalmente: «**cuya puerta es la conciencia/mente**». Puede entenderse como que Prājña constituye el umbral o condición desde la cual emergen nuevamente los estados mentales de sueño y vigilia.

Prājña — *prágña* → nombre del **experimentador del sueño profundo**, tercer *pāda* del Ātman. No debe confundirse con *prajñā* en otros contextos, donde puede significar sabiduría o conocimiento elevado.

Tr̥tīyaḥ pādaḥ → «**el tercer cuarto/aspecto**».

Ya tenemos los tres estados

	Vigilia	Sueño	Sueño profundo
Estado	Jāgrat	Svapna	Suṣupti
Experimentador	Vaiśvānara	Taijasa	Prājña
Experiencia	objetos físicos	objetos sutiles	sin objetos diferenciados
Orientación	exterior	interior	indiferenciada
Caracterización	<i>sthūla-bhuk</i>	<i>praviviktabhuk</i>	<i>ānanda-bhuk</i>

Y aquí la *Māṇḍūkya* nos lleva hasta el borde del asunto: **hemos agotado los tres estados ordinarios de experiencia, pero ninguno de ellos es todavía Turiya**.

El siguiente salto, el **mantra 7**, será precisamente el decisivo: ya no describirá otro tipo de experiencia, sino aquello que **no puede reducirse a ninguno de los tres estados**.

Suṣupti — *sushúpti* → **sueño profundo sin sueños**. Es el tercer estado ordinario de experiencia. No aparecen ni objetos externos, como en *jāgrat*, ni imágenes mentales, como en *svapna*. Las diferenciaciones quedan temporalmente no manifestadas.

Prājña — *prágña* → nombre del **experimentador del sueño profundo** y tercer *pāda* del Ātman en la *Māṇḍūkya*. En este estado no hay conocimiento diferenciado de objetos, pero tampoco hay realización consciente de Brahman; **avidyā sigue presente**.

Ekībhūta — *ekiibhúuta* → «**unificado**», «**hecho uno**». En sueño profundo, la multiplicidad de sujeto, objeto, pensamientos y percepciones deja de manifestarse. No significa que se haya alcanzado la no-dualidad conscientemente, sino que las diferencias permanecen **en estado potencial**.

Prajñānaghana — *pragñāana-ghana* → literalmente «**masa compacta de conciencia**». Indica que no aparecen conocimientos particulares del tipo

«veo esto» o «pienso aquello»; la experiencia no está dividida en objetos diferenciados. *Ghana* sugiere algo compacto, homogéneo, no fragmentado.

Ānandamaya — *aanandamāya* → «**lleno de bienaventuranza**» o

«caracterizado por dicha». El sueño profundo está libre temporalmente de las perturbaciones, deseos y conflictos de vigilia y sueño. Aquí *ānandamaya* no significa todavía la bienaventuranza absoluta de Brahman.

Ānandabhuk — *aanānda-bhuk* → «**experimentador de**

bienaventuranza». *Prājña* es descrito así porque en el sueño profundo hay descanso y ausencia de sufrimiento manifiesto; al despertar podemos reconocer retrospectivamente: «he dormido bien».

La secuencia queda muy limpia:

Suṣupti → estado de sueño profundo

Prājña → experimentador de ese estado

Ekībhūta → multiplicidad no manifestada

Prajñānaghana → conciencia no diferenciada en objetos

Ānandamaya → caracterizado por dicha

Ānandabhuk → experimentador de esa dicha

Y la cautela importante: **Suṣupti se parece externamente a una ausencia de dualidad, pero no es Turiya**. En *suṣupti* hay ignorancia sin diferenciación manifiesta; en **Turiya** hay conocimiento de la realidad no dual.

Vaiśvānara — *vaishvānara* → **experimentador de la vigilia (Jāgrat)**. Es el primer *pāda* del Ātman en la *Māṇḍūkya*. Su conciencia está orientada hacia el exterior (*bahiṣ-prajña*) y experimenta objetos físicos o groseros (*sthūla*).

Taijasa — *taijāsa* → **experimentador del sueño con sueños (Svapna)**. Es el segundo *pāda*. Su conciencia está orientada hacia el interior (*antaḥ-prajña*) y experimenta objetos sutiles o mentales producidos por la mente.

Prājña — *prāgña* → **experimentador del sueño profundo (Suṣupti)**. Es el tercer *pāda*. No hay objetos diferenciados de experiencia; las distinciones quedan en estado potencial. Se caracteriza como *ekībhūta*, *prajñānaghana*, *ānandamaya* y *ānandabhuk*.

En una línea:

Vaiśvānara → **vigilia** → **exterior** → **objetos físicos**

Taijasa → **sueño** → **interior** → **objetos sutiles**

Prājña → **sueño profundo** → **no diferenciación manifiesta**

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 6

एष सर्वेश्वर एष सर्वज्ञ एषोऽन्तर्याम्येष योनिः सर्वस्य प्रभवाप्ययौ हि भूतानाम्॥

Transliteración:

**eṣa sarveśvara eṣa sarvajña eṣo 'ntaryāmy eṣa yoniḥ sarvasya
prabhavāpyayau hi bhūtānām | |**

Traducción:

«Este es el Señor de todo, este es el conocedor de todo, este es el regente interior; este es la fuente de todo, pues de él proceden y en él se disuelven todos los seres.»

Los términos importantes

Sarveśvara — *sarvéshvara* → **«Señor de todo»**.

Sarva = todo; *īśvara* = señor, gobernante. Aquí **Prājña**, considerado en su dimensión cósmica, se presenta como principio causal de toda la manifestación.

Sarvajña — *sarvágña* → **«omnisciente», «conocedor de todo»**.

No significa simplemente que el individuo dormido «lo sepa todo». La descripción apunta al **aspecto universal o causal** asociado a Prājña.

Antaryāmin — *antaryāmin* → **«gobernante interior», «el que dirige desde dentro»**.

Designa el principio interno que subyace a todos los seres y experiencias.

Yoni — *yōni* → **«matriz», «fuente», «origen»**.

Aquí significa que Prājña, en sentido cósmico, es presentado como la **condición causal de la que emerge la multiplicidad**.

Prabhava — *prabhāva* → **origen, surgimiento, manifestación**.

Apyaya — *āpyaya* → **disolución, reabsorción, retorno**.

Bhūtānām — *bhūtaanam* → **«de los seres», de todo aquello que ha llegado a existir**.

Qué está diciendo realmente el mantra

El mantra 5 describía **Prājña como experiencia individual del sueño profundo**.

El mantra 6 amplía el foco y muestra su **dimensión cósmica o causal**:

Prājña individual ↔ principio causal universal / Īśvara.

Todo aparece desde ese estado causal y vuelve a él, del mismo modo que al despertar emerge el mundo diferenciado y, al entrar en sueño profundo, esa diferenciación queda nuevamente reabsorbida.

Pero todavía falta un paso decisivo:

Prājña no es Turīya.

Prājña sigue perteneciendo al ámbito causal y está asociado a **avidyā**. El mantra 7 romperá incluso con esta última identificación y describirá

Turīya, que no es exterior, interior, ambas cosas ni una masa indiferenciada de conciencia.

Fórmula rápida:

Sarveśvara → **Señor de todo**

Sarvajña → **conocedor de todo**

Antaryāmin → **regente interior**

Yoni → **fuentes de todo**

Prabhava → **surgimiento**

Apyaya → **disolución**

Con este mantra queda cerrado el bloque de **Prājña** / **Suṣupti** y ya estamos justo delante del mantra crucial de toda la *Māṇḍūkya*: **Turiya**.

Sarveśvara — *sarvēśhvara* → «**Señor de todo**» (*sarva* = todo; *īśvara* = señor, soberano). En el mantra 6, **Prājña** es considerado en su **dimensión cósmica**, como principio causal del universo. No se refiere simplemente al individuo que duerme profundamente.

Sarvajña — *sarvājña* → «**conocedor de todo**», «**omnisciente**» (*sarva* = todo; *jña* = conocedor). Expresa el aspecto universal del conocimiento atribuido a **Īśvara**. De nuevo, no significa que la persona dormida posea omnisciencia.

Antaryāmin — *antaryāmin* → «**gobernante interior**», «**regente interno**» (*antar* = dentro; *yāmin* = quien dirige o gobierna). Es el principio que, permaneciendo interior a los seres, **sostiene y ordena su existencia desde dentro**.

Yoni — *yōni* → literalmente «**matriz**», «**fuentes**», «**origen**». En este contexto designa el **principio causal del que surge la manifestación y al que retorna** cuando deja de estar manifestada. No debe entenderse aquí en su sentido anatómico literal.

La relación entre los cuatro términos es bastante elegante:

Sarveśvara → gobierna todo.

Sarvajña → conoce todo.

Antaryāmin → está presente y gobierna desde dentro.

Yoni → es la fuente causal de todo.

Y una precisión doctrinal importante para nuestro resumen: en el mantra 6 la *Māṇḍūkya* está llevando **Prājña desde el plano individual al plano cósmico**, acercándolo a **Īśvara**. Pero todavía no hemos llegado a **Turiya**, que será el paso verdaderamente no dual.

Māṇḍūkya Upaniṣad — **mantra 7: Turiya**

नान्तःप्रज्ञं न बहिष्प्रज्ञं नोभयतःप्रज्ञं न प्रज्ञानघनं न प्रज्ञं नाप्रज्ञम्।

अदृष्टमव्यवहार्यमग्राह्यमलक्षणमचिन्त्यमव्यपदेश्यमेकात्मप्रत्ययसारं प्रपञ्चोपशमं शान्तं
शिवमद्वैतं चतुर्थं मन्यन्ते स आत्मा स विज्ञेयः॥

Transliteración:

nāntaḥprajñam na bahiṣprajñam nobhayataḥprajñam na
prajñānaghanam na prajñam nāprajñam | adṛṣṭam avyavahāryam
agrāhyam alakṣaṇam acintyam avyapadeśyam ekātmapratyayasāraṁ
prapañcopaśamaṁ śāntaṁ śivam advaitaṁ caturthaṁ manyante sa
ātmā sa vijñeyaḥ ||

Traducción:

«No es conciencia interior, ni conciencia exterior, ni conciencia de ambas; no es una masa de conciencia, ni conciencia cognoscitiva, ni inconsciencia. Es invisible, no susceptible de transacción, inaprehensible, sin características, impensable, indescriptible; su esencia es la certeza del único Ātman; es la cesación de la multiplicidad fenoménica, pacífico, auspicioso y no dual. Se considera el cuarto. Ese es Ātman. Eso es lo que debe conocerse.»

Este es el **mantra central de toda la Māṇḍūkya**. Primero elimina cualquier intento de identificar Turīya con los tres estados anteriores y después ofrece una serie de indicaciones sobre su naturaleza.

Primera parte: lo que Turīya NO es

Na antaḥ-prajñam → no es conciencia interior.

No es **Taijasa**, la conciencia orientada hacia dentro propia del sueño.

Na bahiḥ-prajñam → no es conciencia exterior.

No es **Vaiśvānara**, la conciencia dirigida al mundo externo en vigilia.

Na ubhayataḥ-prajñam → no es conciencia de ambos.

No es una simple combinación de conciencia exterior e interior.

Na prajñānaghanam → no es una masa indiferenciada de conciencia.

Por tanto, tampoco puede identificarse con **Prājña**, correspondiente al sueño profundo.

Na prajñam → no es conocimiento determinado u objetivo.

No conoce «algo» como un sujeto conoce un objeto.

Na aprajñam → tampoco es inconsciencia.

Este punto es fundamental: Turīya no es vacío mental, estupor, sueño profundo ni ausencia absoluta de conciencia.

Así, el texto elimina:

Jāgrat → no

Svapna → no

Suṣupti → no

mezcla de ellos → tampoco

Estamos ante una aplicación magistral de **neti neti**.

Segunda parte: cómo se señala Turīya

Adṛṣṭa — adṛiṣhta → «no visto», imperceptible.

No puede convertirse en objeto de los sentidos.

Avyavahārya — avyavajārya → «fuera de toda transacción o relación empírica».

No pertenece al mundo ordinario de sujeto, objeto, acción e intercambio.

Agrāhya — agrāajya → «inaprehensible».

No puede ser capturado por los sentidos ni tomado como un objeto por la mente.

Alakṣaṇa — *alakshāna* → «sin características o signos definitorios». No posee atributos objetivos mediante los cuales podamos identificarlo como identificamos cualquier cosa.

Acintya — *achíntya* → «impensable», inconcebible.

No significa que sea irracional, sino que **no puede reducirse a un concepto mental**.

Avyapadeśya — *avyapadéshya* → «indescriptible», inexpressable mediante palabras.

Todo lenguaje ordinario funciona mediante distinciones y atributos; Turīya no puede ser delimitado de ese modo.

Y ahora vienen las afirmaciones decisivas

Ekātma-pratyaya-sāra → expresión difícil pero importantísima.

Aproximadamente: «cuya esencia es la certeza o reconocimiento del único Ātman».

No se trata de conocer Turīya como conocemos un objeto, sino de **reconocerlo como nuestra propia naturaleza**.

Prapañcopaśama — *prapāñchopashāma* → «cesación o aquietamiento de la multiplicidad fenoménica».

Prapañca es el despliegue de multiplicidad —sujeto, objeto, mundo—; *upaśama* es apaciguamiento o cesación. En Turīya la multiplicidad no posee realidad independiente.

Śānta — *shāanta* → **pacífico**, completamente aquietado.

Śiva — *shíva* → **auspicioso, benéfico, pleno**.

Aquí no se refiere necesariamente al dios Śiva como divinidad personal, sino que funciona como calificativo de Turīya.

Advaita — *adváita* → «no dual».

No existe en él una división última entre conocedor y conocido, sujeto y objeto, Ātman y Brahman.

Caturtham → *chatúrtham* → «el cuarto».

De ahí el nombre **Turīya**. Pero, como ya hemos señalado, no es un cuarto estado añadido cronológicamente a los otros tres: es la realidad que **subyace a todos ellos**.

El cierre del mantra

Sa ātmā → «Ese es Ātman.»

Sa vijñeyah → «Eso es lo que debe ser conocido.»

Aquí está prácticamente condensada toda la finalidad de la *Māṇḍūkya*: **no soy únicamente el que está despierto → no soy únicamente el soñador → no soy el durmiente profundo → soy la Conciencia que permanece presente a través de los tres**.

Y podemos dejar el mantra 7 reducido a una fórmula particularmente útil:

Turīya = adr̥ṣṭa · agrāhya · acintya · avyapadeśya · prapañcopaśama · śānta · śiva · advaita → sa ātmā.

«Ese es Ātman.»

Este mantra sí merece conservarlo con algo de amplitud: es, literalmente, **el corazón doctrinal de la Māṇḍūkya Upaniṣad.**

Adr̥ṣṭam — *adr̥śhtam* → **«no visto», «imperceptible»**. Turīya no puede ser percibido como un objeto por los sentidos; no es algo que pueda «verse» desde fuera.

Avyavahāryam — *avyavajāryam* → **«fuera de toda transacción empírica»**. No entra en las relaciones ordinarias de sujeto-objeto, acción, intercambio o experiencia práctica. No es una cosa entre otras cosas.

Agrāhyam — *agrāahyam* → **«inaprehensible»**. No puede ser captado, poseído ni tomado por los sentidos o por la mente como si fuera un objeto determinado.

Alakṣaṇam — *alakshānam* → **«sin signos o características definitorias»**. No posee atributos objetivos por los que pueda ser clasificado o delimitado.

Acintyam — *achintyam* → **«impensable», «inconcebible»**. No significa absurdo o irracional, sino que Turīya **no puede reducirse a un pensamiento o concepto mental**.

Avyapadeśyam — *avyapadēshyam* → **«indescriptible», «inefable»**. No puede ser definido adecuadamente mediante palabras, porque el lenguaje ordinario funciona distinguiendo, calificando y delimitando.

En una línea:

Adr̥ṣṭam → no perceptible

Avyavahāryam → no negociable ni empírico

Agrāhyam → no aprehensible

Alakṣaṇam → sin características

Acintyam → no conceptualizable

Avyapadeśyam → no expresable plenamente

Los seis términos cumplen una misma función: **impedir que convirtamos Turīya en un objeto más de conocimiento.**

Ekātma-pratyaya-sāram — *ekāatma-prātyaya-sāaram* → expresión compleja que puede traducirse como **«cuya esencia es el reconocimiento del único Ātman»**. Indica que Turīya no se conoce como un objeto externo: se reconoce como **la propia realidad consciente**, el único Ātman que permanece a través de vigilia, sueño y sueño profundo.

Prapañcopaśamam — *prapāncha-upashāmam* → **«cesación o aquietamiento de la multiplicidad fenoménica»**. *Prapañca* es el

despliegue del mundo de diferencias —yo, otros, objetos, multiplicidad— y *upaśama* su aquietamiento. No significa destruir físicamente el mundo, sino reconocer que **la multiplicidad no posee realidad independiente de Brahman**.

Śāntam — *shāntam* → «**pacífico**», «**aquietado**». Turīya está libre de las agitaciones, modificaciones y conflictos propios de la mente y de la experiencia dual.

Śivam — *shīvam* → «**auspicioso**», «**benéfico**», «**pleno**». Aquí *śiva* es un calificativo de Turīya y **no necesariamente una referencia al dios Śiva**. Expresa plenitud, bienestar absoluto y ausencia de limitación.

Advaitam — *advāitam* → «**no dual**» (*a-* = no; *dvaita* = dualidad). Es la culminación de la descripción: en Turīya no existe una separación última entre **sujeto y objeto, conocedor y conocido, Ātman y Brahman**.

La secuencia es magnífica:

Ekātma-pratyaya-sāram → reconocimiento del único Ātman

Prapañcopaśamam → cesa la multiplicidad

Śāntam → paz

Śivam → plenitud

Advaitam → no dualidad

Y después viene el martillazo final del mantra:

sa ātmā sa vijñeyaḥ → «**Ese es Ātman; eso es lo que debe conocerse.**»

Con esto, el vocabulario esencial del **mantra 7** queda más que suficientemente cubierto.

Pāda	Estado / ámbito	Nombre
Primero	Vigilia (<i>Jāgrat</i>)	Vaiśvānara
Segundo	Sueño (<i>Svapna</i>)	Taijasa
Tercero	Sueño profundo (<i>Suṣupti</i>)	Prājña
Cuarto	Más allá de los tres estados	Turīya

La precisión importante es esta: **Turīya no es realmente un “estado” más, aunque se lo llame «el cuarto» (*caturtham*)**. Es la **realidad consciente que subyace a los tres estados**.

Fórmula rápida:

Vaiśvānara → exterior

Taijasa → interior

Prājña → indiferenciación causal

Turīya → no dualidad.

Pāda	Estado	Nombre	Orientación de la conciencia	Tipo de experiencia
Primero	Jāgrat — vigilia	Vaiśvānara	Bahiṣ-prajña — hacia fuera	Objetos físicos, <i>sthūla</i>
Segundo	Svapna — sueño	Taijasa	Antaḥ-prajña — hacia dentro	Objetos sutiles o mentales
Tercero	Suṣupti — sueño profundo	Prājña	Conciencia no diferenciada	Ausencia de objetos manifiestos
Cuarto	Más allá de los tres estados	Turiya	No exterior, no interior, no ambas	Conciencia no dual, Ātman

Y un poco de sustancia para cada uno:

1. Vaiśvānara — Jāgrat

Es el experimentador de la **vigilia**. La conciencia está orientada hacia el mundo exterior mediante sentidos, mente y cuerpo. Por eso se denomina **bahiṣ-prajña**, «consciente hacia fuera», y **sthūla-bhuk**, «experimentador de lo grosero o físico».

2. Taijasa — Svapna

Es el experimentador del **sueño con sueños**. La conciencia se orienta hacia el interior y experimenta imágenes y objetos creados por la mente. Es **antaḥ-prajña**, «consciente hacia dentro», y **praviviktabhuk**, experimentador de objetos sutiles.

3. Prājña — Suṣupti

Es el experimentador del **sueño profundo sin sueños**. Ya no aparecen ni objetos externos ni imágenes mentales diferenciadas. La multiplicidad queda en estado causal o potencial. Se describe como **ekībhūta**, **prajñānaghana**, **ānandamaya** y **ānandabhuk**. Pero sigue presente **avidyā**, por lo que no es todavía liberación.

4. Turiya

Literalmente «el cuarto», pero **no es un cuarto estado comparable a los otros tres**. Es la realidad consciente que está presente en todos ellos y que no depende de ninguno. La *Māṇḍūkya* lo describe como **śāntam** (pacífico), **śivam** (auspicioso/pleno) y **advaitam** (no dual).

La estructura completa queda entonces:

Vaiśvānara → **conozco el mundo exterior**

Taijasa → **conozco el mundo interior**

Prājña → **no hay objetos diferenciados**

Turiya → **aquello por lo que los tres estados son conocidos**

Y aquí está el punto doctrinal decisivo: los tres primeros *pāda* describen **modos de experiencia**; el cuarto revela la **naturaleza última del experimentador**.

Jāgrat cambia. Svapna cambia. Suṣupti cambia. Turīya no cambia.

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 8

सोऽयमात्माध्यक्षरमोङ्कारोऽधिमात्रं पादा मात्रा मात्राश्च पादा अकार उकारो मकार इति ॥

Transliteración:

so 'yam ātmādyakṣaram omkāro 'dhimātram pādā mātṛā mātṛāś ca pādā akāra ukāro makāra iti ||

Traducción:

«Este mismo Ātman, considerado desde el punto de vista de la sílaba, es Om; considerado desde el punto de vista de sus elementos sonoros, sus cuatro aspectos corresponden a las mātṛās. Los pādas son las mātṛās y las mātṛās son los pādas: A, U y M.»

Este mantra inicia la **segunda gran parte de la Māṇḍūkya**. Hasta ahora hemos analizado Ātman mediante los estados de conciencia; ahora el texto establece la correspondencia entre esos estados y Om.

Los términos importantes

Adhyakṣaram — *adhyākṣaram* → «**considerado respecto de la sílaba**».

Akṣara significa aquí «sílaba» —aunque también puede significar «imperecedero»—. El Ātman es contemplado ahora simbólicamente mediante Om.

Omkāra — *om-kāra* → «**la sílaba Om**», literalmente «el sonido/expresión Om». En la *Māṇḍūkya*, Om no es simplemente un sonido sagrado: es el **símbolo sonoro de Ātman y de la totalidad de la realidad**.

Adhimātram — *adhimātram* → «**considerado según sus mātṛās**», es decir, según sus componentes o unidades sonoras.

Mātṛā — *mātraa* → «**medida**», «**unidad**», «**elemento sonoro**». Aquí designa cada uno de los componentes fonéticos de Om:

A — U — M

Pāda — *pāda* → «**cuarto**», «**aspecto**». Son los aspectos del Ātman que ya conocemos: Vaiśvānara, Taijasa, Prājña y Turīya.

La correspondencia que empieza aquí

La *Māṇḍūkya* va a establecer:

Ātman	Estado	Om
Vaiśvānara	Jāgrat — vigilia	A
Taijasa	Svapna — sueño	U
Prājña	Suṣupti — sueño profundo	M
Turīya	Más allá de los tres	Amātra — «sin medida»

Hay una precisión importante: en este mantra aparecen expresamente **A**, **U** y **M**. La correspondencia de **Turiya con amātra** —aquello que no constituye una cuarta letra o sonido mensurable— culminará en el **mantra 12**.

La idea central

Hasta el mantra 7 teníamos:

Ātman → Vaiśvānara → Taijasa → Prājña → Turiya

Ahora comienza otro recorrido hacia la **misma realidad**:

Om → A → U → M → Amātra

Por eso el mantra afirma:

pādā mātṛā mātṛās ca pādā

→ «**Los pādas son las mātṛās y las mātṛās son los pādas.**»

Es decir, la estructura de **Om reproduce simbólicamente la estructura de la experiencia y de Ātman**.

A partir de aquí, los mantras 9, 10 y 11 explicarán **A**, **U** y **M** uno por uno; el 12 cerrará todo con **Amātra → Turiya → Ātman**.

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 9

जागरितस्थानो वैश्वानरोऽकारः प्रथमा मात्रा आप्तेरादिमत्त्वाद्वाप्नोति ह वै सर्वान्कामानादिश्च भवति य एवं वेद॥

Transliteración:

jāgaritasthāno vaiśvānaro 'kāraḥ prathamā mātṛā āpter ādimattvād
vā āpnoti ha vai sarvān kāmān ādiś ca bhavati ya evaṃ veda | |

Traducción:

«**Vaiśvānara**, cuyo ámbito es la vigilia, corresponde a la letra **A**, la primera mātṛā de **Om**, por razón de su carácter de abarcar y de ser la primera. Quien conoce esto alcanza ciertamente todos sus deseos y llega a ser el primero.»

Los términos importantes

Jāgarita-sthāna — *yāagarita-sthāana* → «**cuyo ámbito es la vigilia**».

Remite directamente al primer *pāda*: **Vaiśvānara**, el experimentador del estado de *jāgrat*.

Vaiśvānara — *vaishvāanara* → el **experimentador de la vigilia**, orientado hacia el mundo exterior.

Akāra — *akāara* → **la letra o sonido A**.

Es la **primera mātṛā** de **Om** y se identifica simbólicamente con **Vaiśvānara**.

Prathamā mātṛā — *prathamāa māttraa* → «**primera medida**» o «**primer elemento sonoro**».

¿Por qué **A** corresponde a **Vaiśvānara**?

El mantra da dos razones:

Āpti — *āpti* → «alcance», «penetración», «abarcar».

La letra **A** se considera fonéticamente fundamental y ampliamente presente en la articulación de otros sonidos. De modo paralelo, **Vaiśvānara** representa la experiencia amplia y manifiesta del mundo durante la vigilia.

Ādimattva — *aadimāttva* → «condición de ser primero», «prioridad».

La **A** es la primera de las mātṛās de Om, igual que **Vaiśvānara** es el **primer pāda** del análisis del Ātman.

La correspondencia es, por tanto:

A → primera mātṛā → **Vaiśvānara** → **Jāgrat**.

El fruto del conocimiento

Āpnoti ha vai sarvān kāmān → «alcanza todos los deseos».

Ādiś ca bhavati → «llega a ser primero», principal o eminente.

Aquí aparece un rasgo típico de muchos textos upaniṣádicos: después de establecer una correspondencia contemplativa, se menciona también su **phala**, su «fruto» o resultado.

Pero doctrinalmente, para nuestro resumen, lo importante es bastante sencillo:

A = Vaiśvānara = Jāgrat

porque ambos representan **el primer aspecto y el ámbito de la experiencia manifiesta**.

Ya tenemos la primera correspondencia completa:

A → **Vaiśvānara** → **vigilia** → **mundo exterior**.

El mantra 10 hará exactamente el mismo movimiento con:

U → **Taijasa** → **Svapna**.

Māṇḍūkya Upaniṣad — **mantra 9, un poco más desarrollado**

La correspondencia básica es:

A → **Vaiśvānara** → **Jāgrat** → **primer pāda**

Pero la Upaniṣad no la establece arbitrariamente. Da **dos razones simbólicas**.

Āpti — *āpti* → «alcance», «penetración», «obtención», «abarcar».

La vocal **A** es considerada fonéticamente fundamental y subyacente a muchos sonidos. De forma análoga, **Vaiśvānara**, en la vigilia, está abierto al campo más amplio y manifiesto de experiencia: el mundo exterior.

Ādimattva — *aadimāttva* → «condición de ser primero», «primacía».

La **A** es la primera mātṛā de Om, del mismo modo que **Vaiśvānara** es el **primer pāda** del Ātman en la exposición de la Māṇḍūkya.

Por eso:

A es primera y abarcante → **Vaiśvānara es primero y experimenta el mundo manifiesto**.

El fruto — *phala*

El mantra añade:

āpnoti ha vai sarvān kāmān

→ «**alcanza todos los deseos**».

ādiś ca bhavati

→ «**llega a ser primero / principal**».

Esto no es el núcleo metafísico del mantra, pero sí forma parte de su estructura: la Upaniṣad asocia a la contemplación correcta de la correspondencia **A–Vaiśvānara** un determinado fruto.

Lo que conviene guardar

Akāra → letra A

Prathamā mātrā → primera mātrā

Āpti → capacidad de abarcar / alcanzar

Ādimattva → primacía, ser primero

Vaiśvānara → experimentador de la vigilia

Jāgarita-sthāna → ámbito de la vigilia

Y el esquema compacto:

A → primera mātrā → Vaiśvānara → Jāgrat → experiencia exterior y manifiesta.

Akāra — *akāra* → **la letra o sonido A**, primera *mātrā* de Om̐. En el mantra 9 corresponde simbólicamente a **Vaiśvānara**, el experimentador de la vigilia.

Prathamā mātrā — *prathamā mātrā* → «**primera medida**» o «**primer elemento sonoro**». Designa la A como primer componente de Om̐.

Āpti — *āpti* → «**alcance**», «**obtención**», «**penetración**», «**capacidad de abarcar**». Es una de las razones que da la Upaniṣad para relacionar la A con Vaiśvānara: ambos poseen simbólicamente un carácter de amplitud o alcance.

Ādimattva — *ādimattva* → «**condición de ser primero**», «**primacía**». La A es la primera *mātrā*, del mismo modo que Vaiśvānara es el primer *pāda* del Ātman.

Vaiśvānara — *vaishvānara* → **experimentador de la vigilia**. Es el primer *pāda* del Ātman; su conciencia se dirige hacia el mundo exterior y experimenta objetos físicos.

Jāgarita-sthāna — *yāgarita-sthāna* → «**cuyo ámbito es la vigilia**». Expresión que caracteriza a Vaiśvānara como el sujeto correspondiente al estado de **Jāgrat**.

Y la asociación completa del mantra 9:

Akāra → Prathamā mātrā → Vaiśvānara → Jāgarita-sthāna → Āpti + Ādimattva.

Āpter — *áapter* → es la forma que aparece en el mantra 9, procedente de **āpti** («alcance», «obtención», «penetración»).

Gramaticalmente, **āpter** es el **ablativo singular** de *āpti* y significa:

«por causa del alcance», «debido a su capacidad de abarcar» o «por razón de la obtención».

En el mantra:

āpter ādimattvād vā

→ **«por razón de su capacidad de abarcar, o por ser el primero».**

Así que para el glosario conviene distinguir:

Āpti → concepto: alcance, obtención, capacidad de abarcar.

Āpter → forma gramatical en el texto: **«por razón de āpti».**

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 10

स्वप्नस्थानस्तैजस उकारो द्वितीया मात्रा उत्कर्षादुभयत्वादुत्कर्षति ह वै ज्ञानसन्ततिं समानश्च भवति नास्याब्रह्मवित्कुले भवति य एवं वेद॥

Transliteración:

svapnasthānas taijasa ukāro dvitīyā mātṛā utkarṣād ubhayatvād
votkarṣati ha vai jñānasantatiṃ samānaś ca bhavati nāsyābrahmavit
kule bhavati ya evaṃ veda ||

Traducción:

«Taijasa, cuyo ámbito es el sueño, corresponde a la letra U, la segunda mātṛā de Om, por su superioridad y por ocupar una posición intermedia entre ambas. Quien conoce esto eleva la continuidad de su conocimiento y alcanza ecuanimidad; en su linaje no nace quien desconozca Brahman.»

Los términos importantes

Svapna-sthāna — *suápna-stháana* → **«cuyo ámbito es el sueño».** Designa a **Taijasa**, el experimentador del estado de *svapna*.

Taijasa — *taijása* → **experimentador del sueño con sueños**, segundo *pāda* del Ātman. Su conciencia está orientada hacia el interior.

Ukāra — *ukāara* → **la letra o sonido U**, segunda *mātṛā* de Om.

Corresponde simbólicamente a **Taijasa**.

Dvitīyā mātṛā — *dvitīya máatraa* → **«segunda mātṛā»**, segundo elemento sonoro de Om.

¿Por qué U corresponde a Taijasa?

El mantra da nuevamente **dos razones**:

Utkarṣa — *utkārsha* → **«elevación», «superioridad», «excelencia».** La U se considera, en esta correspondencia simbólica, una elevación respecto de A; de modo paralelo, Taijasa representa un nivel más interior y sutil de experiencia que Vaiśvānara.

Ubhayatva — *ubhayátva* → **«condición de estar entre ambos»,**

«participación en ambos lados». La U está fonéticamente **entre A y M**;

del mismo modo, Taijasa ocupa una posición intermedia entre la vigilia y el sueño profundo.

Por tanto:

U → **segunda mātṛā** → **Taijasa** → **Svapna** → **Utkarṣa** + **Ubhayatva**.

El fruto — *phala*

Jñānasantati — *gñāana-sántati* → «**continuidad o desarrollo del conocimiento**». El texto afirma que quien comprende esta correspondencia **eleva o amplía la continuidad de su conocimiento**.

Samāna — *samāana* → aquí, «**equilibrado**», «**ecuaníme**», «**imparcial**».

No debe confundirse con el *samāna-prāṇa* de los cinco prāṇas.

Na asya abrahmavit kule bhavati → «**en su linaje no nace quien no conozca Brahman**». Es el fruto tradicional que el mantra atribuye a este conocimiento.

Lo que conviene guardar

Ukāra → letra U

Dvitiyā mātṛā → segunda mātṛā

Utkarṣa → elevación / excelencia

Ubhayatva → posición intermedia, relación con ambos extremos

Taijasa → experimentador del sueño

Svapna-sthāna → ámbito del sueño

Jñānasantati → continuidad o desarrollo del conocimiento

Samāna → ecuanimidad / equilibrio

Y la fórmula del mantra 10:

U → **Taijasa** → **Svapna** → **interioridad sutil** → **Utkarṣa** + **Ubhayatva**.

Ukāra — *ukāara* → **la letra U**, segunda *mātṛā* de Om̐. Se corresponde con **Taijasa**, el experimentador del sueño. En la secuencia A-U-M ocupa literalmente una **posición intermedia** entre A y M.

Dvitiyā mātṛā — *dvitīya māatṛā* → «**segunda medida**» o «**segunda unidad sonora**». La U es el segundo componente de Om̐ y corresponde al segundo *pāda*, Taijasa.

Utkarṣa — *utkārsha* → «**elevación**», «**excelencia**», «**superioridad**». El texto juega con la idea de que U representa una cierta elevación respecto de A. En la lectura tradicional, Taijasa pertenece a un ámbito **más interior y sutil** que Vaiśvānara: ya no experimenta objetos físicos externos, sino contenidos mentales.

Ubhayatva — *ubhayátva* → literalmente «**condición de ambos**», «participación en ambos» o «**posición entre dos**». Este término es especialmente importante. La U se encuentra entre **A y M**; de forma paralela, Taijasa se encuentra entre:

Vaiśvānara / vigilia ← **Taijasa / sueño** → **Prājña / sueño profundo**.

Es decir, el sueño constituye una especie de **estado intermedio**: ya no estamos volcados hacia el mundo físico, pero tampoco hemos llegado todavía a la indiferenciación del sueño profundo.

Jñānasantati — *gñāana-sántati* → «**continuidad, sucesión o desarrollo del conocimiento**». *Jñāna* = conocimiento; *santati* = continuidad, sucesión. El mantra atribuye a quien comprende esta correspondencia un **crecimiento o continuidad del conocimiento**.

Samāna — *samāana* → aquí significa «**igual, equilibrado, ecuánime**». El conocedor adquiere una actitud de equilibrio ante las dualidades. Conviene distinguirlo de **Samāna**, uno de los cinco *prāṇas*: misma palabra, contexto completamente diferente.

Abrahmavit — *abrahmāvit* → «**quien no conoce Brahman**».

A- = no; *brahma-vit* = conocedor de Brahman.

Kula — *kūla* → **familia, linaje**. De ahí la afirmación tradicional del mantra: en el linaje de quien conoce esta correspondencia no aparece un *abrahmavit*, «uno que desconoce Brahman».

La arquitectura del mantra queda muy bonita si la ponemos junto al anterior:

Mantra 9

A

Vaiśvānara

Jāgrat

Primera mātrā

Āpti

Ādimattva

Mantra 10

U

Taijasa

Svapna

Segunda mātrā

Utkarṣa

Ubhayatva

primero / abarcante elevado / intermedio

Y la fórmula que sí merece guardarse:

U → Taijasa → Svapna → segundo pāda → interioridad → Utkarṣa + Ubhayatva.

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 11

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

Transliteración:

suṣuptasthānaḥ prājña makāras tṛtīyā mātrā miter apīter vā minoti
ha vā idaṃ sarvam apītīś ca bhavati ya evaṃ veda ||

Traducción:

«Prājña, cuyo ámbito es el sueño profundo, corresponde a la letra M, la tercera mātrā de Om, por razón de la medida y de la absorción.

Quien conoce esto mide todo cuanto existe y se convierte en aquello en lo que todo se reabsorbe.»

Los términos importantes

Suṣupta-sthāna — *sushúpta-stháana* → «cuyo ámbito es el sueño profundo». Designa a **Prājña**, el experimentador del tercer estado.

Prājña — *prágña* → **experimentador de Suṣupti**, el sueño profundo. En él no aparecen objetos diferenciados; vigilia y sueño quedan, por así decirlo, **reabsorbidos en estado causal**.

Makāra — *makāara* → **la letra M**, tercera *mātrā* de Om. Se corresponde con **Prājña**.

Tr̥tīyā mātrā — *tritīya máatraa* → «**tercera medida**» o «**tercera unidad sonora**» de Om.

¿Por qué M corresponde a Prājña?

De nuevo, la Upaniṣad da **dos razones**:

Miti — *míti* → «**medida**», «**medición**».

Procede de la raíz *mā*, «medir». La **M** funciona simbólicamente como aquello que delimita o completa A-U-M. De ahí el juego verbal con **minoti**, «mide».

Apīti — *apīti* → «**absorción**», «**reabsorción**», «**disolución en**».

Este es probablemente el punto más importante: al pronunciar Om, **A y U terminan y se reabsorben en M**. De manera paralela, en **Suṣupti** desaparecen las experiencias diferenciadas de vigilia y sueño y quedan reabsorbidas en **Prājña**.

Por tanto:

A + U → **se resuelven en M**

del mismo modo que

Jāgrat + Svapna → **quedan reabsorbidos en Suṣupti**.

Minoti

Minoti — *minóti* → «**mide**», «**comprende**», «**abarca mediante la medida**». Está etimológicamente relacionado con *mā*, «medir», y explica la asociación de **M** con *miti*.

El mantra afirma:

minoti ha vā idaṃ sarvam

→ «**mide/comprende todo esto**».

El fruto — *phala*

Apītiś ca bhavati → «**se convierte en lugar de absorción/reabsorción**».

La idea simbólica es que quien comprende profundamente la correspondencia **M–Prājña** comprende también cómo la multiplicidad manifiesta **surge y vuelve a un estado causal indiferenciado**.

Lo que conviene guardar

Makāra → letra **M**

Tr̥tīyā mātrā → tercera *mātrā*

Miti → medida / medición

Apīti → absorción / reabsorción

Minoti → mide, abarca

Prājña → experimentador del sueño profundo

Suṣupta-sthāna → ámbito del sueño profundo

Ya tenemos A-U-M

Mātrā	Pāda	Estado	Razones simbólicas
--------------	-------------	---------------	---------------------------

A	Vaiśvānara	Jāgrat	Āpti + Ādimattva
----------	------------	--------	------------------

U	Taijasa	Svapna	Utkarṣa + Ubhayatva
----------	---------	--------	---------------------

M	Prājña	Suṣupti	Miti + Apīti
----------	--------	---------	--------------

Y la fórmula del mantra 11:

M → Prājña → Suṣupti → medición/completitud → reabsorción.

Ahora queda el paso verdaderamente decisivo: **después de A-U-M viene aquello que no es una cuarta letra: Amātra → Turīya.**

Makāra — *makāara* → **la letra M**, tercera *mātrā* de Om̐. Es la fase final de A-U-M y corresponde a **Prājña**, el experimentador del sueño profundo.

Tr̥tīyā mātrā — *tritīya māttraa* → **«tercera medida» o «tercera unidad sonora»**. La M completa la secuencia sonora A-U-M, del mismo modo que **Suṣupti** completa la tríada de los estados ordinarios.

Miti — *mīti* → **«medida», «medición», «determinación»**. El texto establece un juego etimológico entre **M**, *miti* y *minoti* («mide»). M representa aquello que **delimita y completa** la expresión sonora de Om̐.

Apīti — *apīti* → **«reabsorción», «retorno», «disolución en»**. Este es el término más importante del mantra. Cuando Om̐ llega a la M, los sonidos anteriores quedan absorbidos en ella y cesan. De manera análoga, en **Suṣupti** desaparecen las experiencias diferenciadas de vigilia y sueño y quedan en estado causal.

Minoti — *minóti* → **«mide», «abarca», «comprende dentro de una medida»**. De ahí:

minoti ha vā idaṃ sarvam

→ «mide / abarca todo esto».

Suṣupta-sthāna — *sushúpta-stháana* → **«cuyo ámbito es el sueño profundo»**. Caracteriza a Prājña como correspondiente a **Suṣupti**.

Prājña — *prágña* → **experimentador del sueño profundo**. En él ya no aparece la multiplicidad de objetos externos o internos, pero sigue existiendo la **condición causal de la experiencia**. Por eso Prājña todavía no es Turīya.

La analogía profunda del mantra es:

A → aparece

U → se desarrolla / intermedia

M → recoge y reabsorbe

y paralelamente:

Jāgrat → manifestación exterior

Svapna → manifestación interior

Suṣupti → reabsorción de ambas

Así que la fórmula completa merece quedar:

M → Makāra → Prājña → Suṣupti → Miti (medida) + Apīti

(reabsorción).

Y hay un detalle muy bonito: **M no es el final absoluto**. Cuando la M cesa, queda el **silencio de Om**, y ahí la *Māṇḍūkya* dará el salto del mantra 12:

A-U-M → cesan

Amātra → no cesa como realidad → Turīya.

Makāra — *makāara* → **la letra o sonido M**, tercera *mātrā* de Om. En el mantra 11 corresponde a **Prājña**, el experimentador del sueño profundo. **Trītiyā mātrā** — *trītiyā māttraa* → **«tercera medida» o «tercera unidad sonora»**. Designa la M como tercer componente de A-U-M.

Miti — *mīti* → **«medida», «medición», «determinación»**. Se relaciona con la raíz *mā*, «medir», y fundamenta la asociación simbólica entre M y la idea de delimitación o completitud.

Apīti — *apīti* → **«absorción», «reabsorción», «retorno»**. En Suṣupti, las experiencias diferenciadas de vigilia y sueño dejan de manifestarse y quedan reabsorbidas en estado causal; del mismo modo, A y U culminan y se recogen en M.

Minoti — *minóti* → **«mide», «abarca», «comprende»**. Es el verbo que desarrolla en el mantra la idea contenida en *miti*: quien conoce esta correspondencia «mide» o comprende la totalidad.

Prājña — *prágña* → **experimentador del sueño profundo**, tercer *pāda* del Ātman. En él no aparecen objetos diferenciados, aunque permanece *avidyā* en estado causal.

Suṣupta-sthāna — *sushúpta-stháana* → **«cuyo ámbito es el sueño profundo»**. Expresión que caracteriza a Prājña como correspondiente a Suṣupti.

La fórmula compacta del mantra queda:

Makāra → Prājña → Suṣupti → Miti + Apīti → medida y reabsorción.

Así sí: suficiente para recordar **qué significa cada palabra y por qué aparece en el mantra 11.**

Māṇḍūkya Upaniṣad — mantra 12

अमात्रश्चतुर्थोऽव्यवहार्यः प्रपञ्चोपशमः शिवोऽद्वैत एवमोङ्कार आत्मैव संविशत्यात्मनात्मानं य एवं वेद॥

Transliteración:

amātraś caturtho 'vyavahāryaḥ prapañcopaśamaḥ śivo 'dvaita evam omkāra ātmaiva saṁviśaty ātmanātmānaṁ ya evaṁ veda | |

Traducción:

«El cuarto es amātra, sin medida ni elemento sonoro; está más allá de toda transacción, es la cesación de la multiplicidad fenoménica, auspicioso y no dual. Así, Om es verdaderamente Ātman. Quien conoce esto entra en Ātman por medio de Ātman.»

Este mantra **cierra toda la Māṇḍūkya Upaniṣad** y completa la correspondencia iniciada en el mantra 8.

Los términos importantes

Amātra — *amāatra* → «sin medida», «sin mātrā».

A- = ausencia; *mātrā* = medida o unidad sonora. Turīya no corresponde a una cuarta letra añadida a A-U-M. Cuando **A, U y M cesan**, queda aquello que no puede dividirse ni medirse fonéticamente.

Por eso suele hablarse del «**silencio**» **después de Om** como símbolo de Turīya. Pero conviene afinar: **amātra no significa simplemente silencio acústico**; ese silencio sirve como símbolo de aquello que está más allá de las tres mātrās.

Caturtha — *chatúrtha* → «el cuarto».

Se refiere a **Turīya**. Pero una vez más: no es un cuarto estado cronológico situado después del sueño profundo, sino la realidad que **subyace a los tres estados**.

Avyavahārya — *avyavajārya* → «fuera de toda transacción empírica».

Turīya no participa en la estructura ordinaria:

sujeto → conoce → objeto.

No puede ser tratado como una cosa más dentro del mundo.

Prapañcopaśama — *prapāncha-upaśāma* → «cesación o aquietamiento de la multiplicidad fenoménica».

Prapañca es el despliegue de nombres, formas, sujetos y objetos; *upaśama* significa aquietamiento o cesación. No quiere decir que el universo sea físicamente destruido, sino que en la realidad no dual **la multiplicidad pierde su pretensión de existencia independiente**.

Śiva — *śhiva* → «auspicioso», «benéfico», «pleno».

Aquí vuelve a emplearse como característica de Turīya, no necesariamente como referencia al dios Śiva.

Advaita — *advāita* → «no dual».

Es la afirmación culminante: en la realidad última no existe una separación absoluta entre sujeto y objeto, conocedor y conocido, Ātman y Brahman.

Om = Ātman

La expresión:

omkāra ātmaiva

significa:

«**Om es verdaderamente Ātman.**»

Con esto queda cerrada la estructura que comenzó en el mantra 1:
Om = totalidad → Brahman → Ātman → cuatro pādas → A-U-M-Amātra.

Samviśati — «entra»

Samviśati — *samvīshati* → «entra», «penetra», «se funde en».

El texto concluye:

samviśaty ātmanā ātmānam

→ aproximadamente: **«entra en Ātman por medio de Ātman».**

Pero desde una perspectiva advaita hay una sutileza importante: **no significa que un individuo viaje hasta Ātman**, como quien entra en una habitación. Se trata del reconocimiento de que el supuesto individuo separado **nunca fue realmente distinto de Ātman.**

Por eso podríamos expresarlo doctrinalmente como:

«Ātman se reconoce como Ātman.»

La correspondencia completa queda cerrada

Mātrā de Om Pāda		Estado
A	Vaiśvānara	Jāgrat
U	Taijasa	Svapna
M	Prājña	Suṣupti
Amātra	Turiya	Más allá de los tres

Y el recorrido completo de la *Māṇḍūkya*:

A → U → M → Amātra

Vaiśvānara → Taijasa → Prājña → Turiya

Jāgrat → Svapna → Suṣupti → realidad no dual

La última palabra doctrinal del texto es, por tanto:

Om = Ātman = Brahman.

Y aquí sí, socio: **con el mantra 12 hemos cerrado los doce mantras completos de la Māṇḍūkya Upaniṣad.**

resumen final de una página con:

1–2 → Om, Brahman y Ātman

3 → Jāgrat / Vaiśvānara

4 → Svapna / Taijasa

5–6 → Suṣupti / Prājña

7 → Turiya

8 → Om y las mātrās

9 → A / Vaiśvānara

10 → U / Taijasa

11 → M / Prājña

12 → Amātra / Turiya

Y la fórmula maestra:

A – U – M – Amātra

Jāgrat – Svapna – Suṣupti – Turiya

Vaiśvānara – Taijasa – Prājña – Ātman no dual

Māṇḍūkya Upaniṣad — resumen final

La **Māṇḍūkya Upaniṣad**, asociada al **Atharvaveda**, consta de solo **12 mantras**, pero concentra una de las exposiciones más densas del Advaita Vedānta. Su eje es la identidad **Ātman = Brahman**, explicada mediante los **tres estados de conciencia, Turiya y Om**.

Mantras 1–2 — Om, Brahman y Ātman.

Om representa la **totalidad de la realidad**: pasado, presente, futuro y aquello que trasciende el tiempo. El texto afirma: **sarvaṃ hy etad brahma** —«todo esto es Brahman»— y formula el mahāvākya **ayam ātmā brahma** —«este Ātman es Brahman». Ātman es analizado mediante cuatro *pāda* o aspectos.

Mantra 3 — Jāgrat / Vaiśvānara.

La **vigilia (jāgrat)** corresponde a **Vaiśvānara**, el primer *pāda*. Es **bahiṣ-prajña**, conciencia orientada hacia fuera, y **sthūla-bhuk**, experimentador de objetos físicos. Posee simbólicamente **siete miembros y diecinueve bocas**, es decir, los instrumentos de experiencia.

Mantra 4 — Svapna / Taijasa.

El **sueño con sueños (svapna)** corresponde a **Taijasa**, segundo *pāda*. Es **antaḥ-prajña**, conciencia orientada hacia dentro, y experimenta objetos sutiles o mentales (*praviviktabhuk*).

Mantras 5–6 — Suṣupti / Prājña.

El **sueño profundo (suṣupti)** corresponde a **Prājña**, tercer *pāda*. No aparecen objetos diferenciados. Se describe como **ekībhūta** (unificado), **prajñānaghana** (masa de conciencia), **ānandamaya** (caracterizado por dicha) y **ānandabhuk** (experimentador de dicha). En su dimensión cósmica aparece como **Sarveśvara, Sarvajña, Antaryāmin y Yoni**, principio causal del que los seres surgen y al que retornan. Sin embargo, **Prājña no es todavía Turiya**, porque permanece *avidyā*.

Mantra 7 — Turiya.

Es el **núcleo doctrinal** de la Upaniṣad. Turiya, «el cuarto», no es realmente otro estado añadido a los tres anteriores. No es conciencia exterior, interior, ambas, ni inconsciencia. Se caracteriza como **adr̥ṣṭam** (imperceptible), **agrāhyam** (inaprehensible), **acintyam** (no conceptualizable), **avyapadeśyam** (indescriptible), **prapañcopaśamam** (cesación de la multiplicidad), **śāntam** (pacífico), **śivam** (auspicioso/pleno) y **advaitam** (no dual). El mantra concluye: **sa ātmā sa vijñeyah** —«Ese es Ātman; eso es lo que debe conocerse».

Mantra 8 — Om̐ y las mātṛās.

La Upaniṣad establece ahora la correspondencia entre los cuatro *pāda* del Ātman y Om̐. Sus tres elementos sonoros son **A, U y M**; Turiya corresponderá a **Amātra**, aquello que está más allá de las tres medidas sonoras.

Mantra 9 — A / Vaiśvānara.

La **A (akāra)**, primera *mātṛā*, corresponde a **Vaiśvānara / Jāgrat**. La relación se explica mediante **āpti**, capacidad de abarcar o alcanzar, y **ādimattva**, primacía o condición de ser primero.

Mantra 10 — U / Taijasa.

La **U (ukāra)**, segunda *mātṛā*, corresponde a **Taijasa / Svapna**. Se relacionan mediante **utkarṣa**, elevación o excelencia, y **ubhayatva**, posición intermedia entre los dos extremos.

Mantra 11 — M / Prājña.

La **M (makāra)**, tercera *mātṛā*, corresponde a **Prājña / Suṣupti**. Sus claves son **miti**, medida, y **apīti**, reabsorción: del mismo modo que A y U culminan en M, las experiencias de vigilia y sueño quedan reabsorbidas en el sueño profundo.

Mantra 12 — Amātra / Turiya.

Amātra, «sin medida», no es una cuarta letra de Om̐, sino aquello que simboliza lo que está más allá de A-U-M. Se identifica con **Turiya**: *avyavahārya, prapañcopaśama, śiva y advaita*. El texto culmina afirmando:

Om̐ es Ātman.

Esquema maestro

Om̐	Estado	Experimentador	Pāda
A	Jāgrat — vigilia	Vaiśvānara	Primero
U	Svapna — sueño	Taijasa	Segundo
M	Suṣupti — sueño profundo	Prājña	Tercero
Amātra	Más allá de los tres	Turiya	«Cuarto»

Fórmula final

A → U → M → Amātra

Jāgrat → Svapna → Suṣupti → Turiya

Vaiśvānara → Taijasa → Prājña → Ātman

Los tres primeros **aparecen y desaparecen**.

Turiya permanece.

Y la tesis que sostiene toda la obra:

Ayam Ātmā Brahma — «Este Ātman es Brahman».

