



WWW.YOGANIDRA.COM.MX

# Shatyayaniya Upanishad

## Introducción

“Solo la mente es la causa de la esclavitud y la liberación de las personas”, con una frase tan poderosa inicia el Shatyayaniya Upanishad o Śāṭyāyanīya Upaniṣad (IAST) (sánscrito: शाट्यायनीय उपनिषत्), un texto escrito al rededor del siglo trece, clasificado como uno de los 20 Sannyasa Upanishads, es decir, los Upanishads que hablan sobre el camino de la renuncia, en este caso desde un punto de vista Vishnuista<sup>1</sup>. Este Upanishad está compuesto por un gran número de referencias a los Vedas y a otros Upanishads; por ejemplo, la frase con la que inicia el Shatyayaniya es retomada, de manera íntegra<sup>2</sup>, de la sección 6.34 del Maitri Upanishad (también conocido como Maitrayaniya Upanishad).

Al igual que otros Sannyasa Upanishads, el Shatyayaniya Upanishad habla del apego de la mente (chitta) es mundana y, por ende, suele sentir apego hacia los objetos de los sentidos. Y, solo al romper con ese apego, podremos romper con las cadenas de la esclavitud para poder alcanzar la Libertad (Moksha). ¿Cómo romper con las cadenas de la esclavitud? Se puede lograr estudiando los Vedas, conociendo a Brahman y alejándose de los deseos mundanos. Para ello, es necesario que, al llegar a la última etapa de su vida, el Brahmán renuncie a la familia y las posesiones terrenales, conservando únicamente cinco objetos pequeños (matras): un bastón de tres pliegues (de bambú), un hilo sagrado, una prenda que consiste en un taparrabos, una honda y un anillo sagrado de hierba sagrada.

Además, el renunciante debe dedicarse a la práctica del yoga, realizando austeridades y siguiendo diferentes reglas éticas o morales, entre las que se incluyen: nunca dañar a ninguna criatura por palabra, pensamiento o acción, nunca enojarse, estar libre de engaño, abandonar la arrogancia y la envidia, nunca ser engreído y egoísta, nunca pronunciar una palabra incluso si uno es abusado o atacado físicamente o deshonrado verbalmente, permaneciendo en un estado de calma, sin deseos, tranquilidad en el comportamiento de uno, tratando a todos como iguales y devoción persistente al aprendizaje. Además, el renunciante deberá comer únicamente lo necesario para mantenerse con vida, dedicarse al conocimiento y meditar en el OM.

Aunque el Shatyayaniya Upanishad es considerado un Sannyasa Upanishad, este texto no complementa, por así decirlo, el conocimiento de los demás textos de su tipo; de hecho, al ser un texto de corte Vishnuista, este describe algunas diferencias en cuanto al camino que debe seguir el renunciante, por lo que vale mucho la pena leerlo, analizarlo y compararlo con los demás Upanishads de la renuncia.

Para que puedas conocer más sobre el Shatyayaniya Upanishad, a continuación, podrás encontrar una traducción al español de este texto. Esta versión está basada en la traducción al inglés publicada por [learnkriyayoga.com](http://learnkriyayoga.com).

---

<sup>1</sup> Es decir, que entiende a Vishnú como Brahman.

<sup>2</sup> Dependiendo de la traducción.



## Shatyayaniya Upanishad

¡Om! Eso (Brahman) es infinito, y este (universo) es infinito.

El infinito procede del infinito.

(Luego) tomando la infinitud del infinito (universo),

Permanece como el infinito (Brahman) solo.

¡Om! ¡Que haya Paz en mí!

¡Que haya Paz en mi entorno!

¡Que haya Paz en las fuerzas que actúan sobre mí!

1. Solo la mente es la causa de la esclavitud y la liberación de las personas; (la mente) apegada a los objetos de los sentidos los lleva a la esclavitud; liberados de los objetos los conduce a la liberación. (Así) ha sido declarado.
2. Si ese apego de la mente de una persona a los objetos de los sentidos se dirige hacia Brahman, ¿quién no se liberará de la esclavitud?
3. Sólo la mente (chitta) es vida mundana; por lo tanto, debe ser purificado con esfuerzo. Tal como es la mente, así se vuelve él. Este es el eterno secreto.
4. Quien no conoce el Veda no se da cuenta de ese Omnipresente (Brahman); quien no conoce a Brahman no alcanza esa morada suprema. Aquel que se da cuenta de que el dios omnipresente (Vishnu), el omnisciente, el sostén de todo (Vasudeva) (es él mismo), ese sabio, ser de la realidad, alcanza el estado de sabiduría mientras vive (vipratvam).
5. Entonces (observando en las cuatro disciplinas) aquellos Brahmanas bien versados en el Veda y no tocados por los deseos, que reflexionan sobre el eterno Brahman supremo (realizar Brahman). (Una persona que desea la liberación) que está inactiva, autosuprimida, ha renunciado a todos los placeres sensoriales, es indulgente, está bien versada en las escrituras, se conoce como ecuánime, ha descartado los deseos primarios (para la riqueza, la esposa y la progenie) y es libre de las deudas (a los manes, etc.), llegando a realizar el Atman, vivirá, guardando silencio, en una u otra etapa de la vida como el Kutichaka (o Paramahansa).
6. Luego, al entrar en la etapa final de la vida (es decir, Sannyasa), puede poseer cinco cosas (pequeñas) (matras) según corresponda.
7. Debe poseer mientras viva (las cinco cosas, a saber) un bastón de tres pliegues (de bambú), un hilo sagrado, una prenda que consiste en un taparrabos, una honda y un anillo sagrado de hierba sagrada.
8. Estos fuegos son las cosas pertenecientes a un asceta (de la orden Kutichaka); (para todos los ascetas, las posesiones internas son cinco, a saber, la 'a', la 'u', la 'm', el bindu y la nada constituyendo Om.) Este matra (es decir, los cinco constituyentes) se escucha en el Pranava (Brahman). Hasta la salida final (del soplo vital) el asceta no abandonará (los cinco matras dobles); incluso en la muerte (los cinco matras externos) serán enterrados con él.
9. Se dice que el signo de Vishnu (es decir, significa que conduce a la liberación) es doble, el externo y el interno. Si uno de ellos es descartado (el asceta) sin duda está caído.

10. El bastón triple es un emblema (que conduce a) Vishnu; es un medio para alcanzar la liberación por parte de los brahmanas eruditos como ascetas. Es la extinción de todas las características mundanas, así dice la enseñanza védica. 11-12. Entonces, en verdad, Oh Brahmana, hay cuatro tipos de ascetas, a saber, Kutichaka, Bahudaka, Hamsa y Paramahamsa. Todos estos llevan los signos de Vishnu (es decir, se esfuerzan por la liberación), usan penachos e hilos sagrados, son de mente pura, se consideran a sí mismos como Brahman, tienen la intención de adorar (a Dios) en la forma de conciencia pura, practican la murmuración de oraciones y las disciplinas principales y secundarias (Yama y Niyama), son de buena conducta y (así) se exaltan. Esto se declara en un verso védico: Los ascetas Kutichaka, Bahudaka, Hamsa y Paramahamsa son diferentes en su forma de vida; todos estos poseen los signos de Vishnu, el externo y el interno, que son siempre visibles e invisibles (respectivamente). Practicar los cinco actos devocionales (yajnas), tener penetración en el Vedanta, observar los ritos (apropiados para la estación en la vida), recurrir a la sabiduría espiritual, abandonar el árbol (de la vida mundana) pero recurrir a su causa raíz (a saber, Brahman), renunciando a sus flores (de los rituales) pero disfrutando de su (verdadera) esencia, divirtiéndose en Vishnu (es decir, llevando la vida espiritual), deleitándose en Vishnu, liberados (de la adoración externa), identificándose con Vishnu, se dan cuenta del omnipresente Vishnu.

13. Adoración durante las tres coyunturas del día (Sandhyas) bañarse según la capacidad, ofrecer libaciones de agua a los manes, limpiarse (es decir, purificarse con agua), esperar (las deidades con oraciones) – estos cinco actos devocionales (los Kutichaka) actuará hasta la muerte.

14. Con diez Pranavas y siete palabras místicas (vyahritis), el Gayatri de cuatro patas junto con su "cabeza" es la oración que se recita durante los tres Sandhyas.

15. La práctica del yoga consiste en el servicio devoto constante y decidido de Vishnu, el Gurú; el acto devocional de la penitencia (tapoyajna) es no herir de palabra, pensamiento y obra.

16. Se declara que el acto devocional de estudiar la escritura (Svadhya-yaajna) consiste en recitar los diversos Upanishads. La recitación atenta de Om ofrece el Yo (concepto del individuo) en el fuego del Brahman (no dual).

17. El acto devocional de poseer sabiduría espiritual (Jñana-yaajña) debe ser conocido como el mejor de todos los yaajñas. (Los Paramahamsas) tienen Jnana (conocimiento verdadero) para el bastón (emblemático), Jnana para el mechón y Jnana para el hilo sagrado.

18. Aquel cuyo mechón consiste en Jnana y el hilo sagrado también de eso (Jnana) tiene todas las características de un Brahmana – así es el mandato del Veda.

19. Entonces, en verdad, Oh Brahmana, estos monjes mendicantes son como parecen (es decir, desnudos, como cuando nacieron). Deben desear permanecer como un árbol, habiendo ido más allá de la pasión, la ira, la codicia, el engaño, el falso orgullo, el orgullo, la envidia, la "minencia" y el egoísmo; y habiendo desechado el honor y la deshonra, la culpa y la alabanza; y cuando sean cortados (como un árbol) no se quejarán. Así estos sabios se vuelven inmortales aquí (en este mundo) mismo. Esto ha sido dicho en el verso védico: Habiéndose despedido de sus parientes e hijo con buena voluntad y no verlos de nuevo, soportando los pares (de opuestos, calor y frío, etc.) y quieto, se volverá hacia el este o hacia el norte y proceder a pie.

20-22. (Equipado con) un recipiente (de agua) y un bastón, viendo cuatro codos de tierra solo delante de él, vistiendo un hilo sagrado y un mechón o permaneciendo con la cabeza rapada, teniendo una familia (solo de su cuerpo) y recibiendo de la gente limosnas sin pedir o pedidas para el mero sustento' que tiene un recipiente hecho de arcilla, madera, calabaza u hojas ensartadas como se proporcionó originalmente, y vestido con una prenda de cáñamo, seda, hierba, remendada, piel (de venado) o de hojas ensartadas o sin ensartar; afeitarse la cabeza solo en el cruce de las estaciones sin quitar el vello de abajo y en las axilas y nunca el mechón; residirá en un lugar fijo durante cuatro meses (de la estación lluviosa) durante los cuales el alma interior, el omnipresente Purusha (Vishnu) duerme (en el océano lechoso).

23. Cuando (Dios, Vishnu) se ha levantado (del sueño), el asceta puede residir en un lugar para llevar a cabo su trabajo (como el estudio, la meditación o el Samadhi) durante los otros ocho meses o puede andar (como un mendicante monje). (Durante el viaje) puede permanecer (por períodos breves) en un templo, una choza donde se guarda el fuego ritual, a la sombra de un árbol, o en una cueva, sin apego y sin que la gente lo note. Se aquietará como el fuego cuando se agote el combustible y no dará ni causará problemas a nadie en ninguna parte. (Al ver a uno igual o inferior a él, no se encogerá ni considerará a ninguno existente como diferente de él).

24. Si una persona se ha dado cuenta de que es el Atman no diferente del Sí mismo universal, ¿qué puede desear y para cumplir qué deseo necesita torturar su cuerpo (mediante varios tipos de austeridades)?

25. Un hombre sabio que conozca esta (verdad) y, por lo tanto, un conocedor de Brahman, tendrá esta conciencia. No se preocupará con muchas palabras; porque es sólo un lenguaje torturante.

26. Habiendo discernido el conocimiento de Brahman, debería desear permanecer con desapasionamiento (lit. con la inocencia del niño); un sabio ha realizado el Atman cuando tiene el saber de Brahman y el desapasionamiento.

27. Cuando se han despojado de todos los deseos que se aferran al corazón, entonces el hombre se vuelve inmortal y disfruta la (bienaventuranza de) Brahman aquí (mismo).

28. Entonces, en verdad, oh Brahman, aquel que abandona este ascetismo que es la vida espiritual más elevada, se convierte en un asesino de niños, un asesino de un Brahmana, un asesino de un embrión, un gran pecador. El que abandona esta vida estable propia de Vishnu (es decir, la disciplina externa e interna en la vida espiritual), se vuelve ladrón, seductor de la esposa de su preceptor, traicionero con un amigo, desagradecido; se le niegan todos los mundos (auspiciosos). Esto ha sido declarado en el verso védico: Un ladrón, un bebedor de licor espirituoso, un seductor de la esposa de su preceptor y uno que traiciona a su amigo son purificados por expiación; (pero) quien abandona el signo de Vishnu, externo o interno, que estaba poseyendo, nunca se purificará a pesar de todos sus esfuerzos.

29. Abandonando el signo de adoración a Vishnu, externo o interno, aquel que recurre a su etapa de vida o a ninguna etapa (prescrita) en absoluto, o regresa (a su anterior forma de vida antes de la renuncia) – a ese gran tonto ( y a la gente de su clase) no se ve la liberación ni siquiera en decenas de millones de eones.

30. Abandonando todas las demás etapas de la vida, un hombre sabio debería vivir mucho tiempo en la etapa de la vida que conduce a la liberación. No hay liberación posible para quien ha caído de la etapa que conduce a la bienaventuranza final.

31. Habiendo abrazado el ascetismo, si uno no permanece observando sus leyes, debe ser conocido como 'caído de la gracia' (arudhachyuta), tal es el mandato védico.

32. Entonces, en verdad, oh Brahmana, cuando (un hombre sabio) ha abrazado esta antigua vida espiritual perteneciente a Vishnu y permanece sin transgredirla, se vuelve autocontrolado, digno de ser recordado como auspicioso, un (verdadero) conocedor del mundo, un conocedor del Vedanta, un conocedor de Brahman, omnisciente, autoluminoso; se convierte en el Dios supremo Brahman, redime de (la miseria de) la vida mundana a sus antepasados, parientes por matrimonio, (otros) parientes, asociados y amigos.

33. Cuando un hombre sabio renuncia al mundo, los que pertenecen a su familia se vuelven benditos en este mundo, cien generaciones antes que él y trescientas generaciones después de él.

34. Dice la escritura que un monje mendicante muy piadoso redime treinta generaciones de su familia después de él, treinta generaciones antes de él y treinta generaciones después de las que le siguen (las primeras treinta).

35. La enseñanza védica es que los antepasados de (un hombre sabio) son redimidos si él dijera que ha renunciado incluso mientras su último aliento permanece en su garganta (es decir, justo antes de la muerte).

36. Por lo tanto, ¡oh Brahmana!, los hombres sabios han dicho que este antiguo conocimiento del Sí mismo, la disciplina perteneciente a Vishnu, no debe ser explicada hasta que uno mismo haya realizado (la meta) y (eso) no a quien no haya estudiado. el Veda, no tiene la convicción del Ser, no se ha liberado del apego, no se ha vuelto puro, no se ha acercado (para recibir esto por su propia voluntad), y que no ha hecho esfuerzos serios (para conocerlos). Esto se ha dicho en un verso védico (también): Una vez (Brahma-) Vidya se acercó (al dios) Brahma y dijo: 'Guárdame, soy tu tesoro. No me reveles a quien es envidioso, torcido o astuto. Así seré de fuerza potente'.

37. Esta disciplina del Atman perteneciente a Vishnu (es decir, este saber para realizar a Brahman) se le revelará a una persona después de una prueba cuidadosa de si es de conducta pura, atenta, inteligente, observa el celibato y se ha acercado (el Gurú de su propia voluntad para recibir instrucción).

38. Con aquellos ascetas que han sido enseñados (las escrituras) por un Gurú y que no lo honran en palabra, pensamiento y acción, el Gurú no cena; del mismo modo (buenos ascetas) no comen la comida (de las casas donde los maleducados reciben limosna). Tal es el (mandamiento de la) escritura.

39. El Guru es la rectitud suprema (Dharma); el Gurú solo es el único medio (de liberación). El que no honra a su Gurú que le da (iniciación en) la sola sílaba (Om que es Brahman) tiene todo su aprendizaje de las escrituras, penitencia y sabiduría espiritual rezumando como agua de una vasija de barro sin cocer.

40. El que tiene fe suprema en Dios y la misma fe en su Gurú es un conocedor de Brahman, que alcanza la suprema bienaventuranza. Tal es la enseñanza del Veda. Así (termina) el Upanishad.

¡Om! Eso (Brahman) es infinito, y este (universo) es infinito.

El infinito procede del infinito.

(Luego) tomando la infinitud del infinito (universo),

Permanece como el infinito (Brahman) solo.

¡Om! ¡Que haya Paz en mí!

¡Que haya Paz en mi entorno!

¡Que haya Paz en las fuerzas que actúan sobre mí!

Aquí termina el Satyayaniyopanishad perteneciente al Sukla-YajurVeda.