

Mensaje 422

París, 1 de mayo del 2021

Resumen del libro “Los Upanishads”, traducido y editado por la doctora inglesa Valerie J. Roebuck, en Penguin Classics.

Se presentan trece Upanishads.

I - ISAVASYA UPANISHAD.

Esencia: *Purnamadam- Purnamva Vasisyate*. Las matemáticas de lo Ilimitado: la Totalidad siempre subsiste Santa y Plena.

II - BRIHADARANYAKA UPANISHAD.

1. Solo “Esa” Existencia es la Realidad como *Swa-ha* (la disolución del “yo”).
2. *Dama-Daana-Dayaa* (austeridad o sencillez, caridad y compasión).

III - CHANGOGYA UPANISHAD.

1. Historia del sabio Uddaalaka y su joven hijo Swetketu: ¡Eres eso! ¡“Tú” no eres nada!
2. Historia de Jabala.

IV - TAITTIRIYA UPANISHAD.

¡El sonido “A-U-M” disolviéndose en el “Sonido del Silencio”!

V - AITAREYA UPANISHAD.

Conexión con la vida en el *brahma-randhra* o fontanela.

VI - KAUSITAKI UPANISHAD.

Tercera dimensión: la bienaventuranza de la “ausencia de mente”; no el corredor de los opuestos: los placeres y sufrimientos de la mente.

VII - KENA UPANISHAD.

“Saber” tras la fusión del “conocedor” y lo “conocido”.

VIII - KATHA UPANISHAD.

Aprendiendo el Arte de Vivir a través del Señor de la Muerte (Yama).

IX - SWETASVATARA UPANISHAD.

Su esencia es la filosofía *saamkhya* del Sabio Kapilacharya, o las enseñanzas de *swadhyaya* del Kriya Yoga.

X - MUNDAKA UPANISHAD.

Su esencia es una cabeza afeitada, símbolo de renuncia y ascetismo.

XI - PRASHNA UPANISHAD.

Su esencia es la pregunta (*prashna*): ¿Quién pregunta? El “yo”, para lograr la inmovilidad del “yo” —el tiempo psicológico— y, en consecuencia, su extinción.

XII - MAANDUKYA UPANISHAD.

Maanduka significa “rana”.

Su esencia: el pensamiento debe ser discontinuo, como los saltos de una rana.

XIII - MAITRI UPANISHAD.

Esencia: 1) Las principales cuatro enseñanzas de Buda. 2) Sé un loto: no te mojes incluso estando inmerso en el agua. 3) *Jagriti-Swapna-Susupta-Turya*, los cuatro estados de vida del ser humano.

¡Gloria a Valerie J. Roebuck!