UNE ✦ SACRA

Induismo

Kena Upanishad

✦ ✦ ✦

Tradizione vedica (anonimo)

Traduzione (edizione 1)

Crediti

Autore	Tradizione vedica (anonimo)
Data	VI–V secolo a.C. circa
Lingua originale	Sanscrito
Versione	Traduzione (edizione 1)
Traduzione	Traduzione popolare, dalla versione inglese di Swami Paramananda
Fonte	Project Gutenberg — The Upanishads
Licenza	CC BY-NC-SA 4.0 · originale: Public domain

Informazioni:

La Kena Upaniṣad si apre con la domanda kena, «da chi?»: da chi la mente pensa, da chi gli occhi vedono, da chi la parola è pronunciata?

La risposta è Brahman, «l'occhio dell'occhio, l'orecchio dell'orecchio», che non può essere conosciuto come un oggetto.

La seconda metà narra la parabola degli dei che, vittoriosi, credono di aver vinto con le proprie forze, finché Brahman non appare loro come un essere misterioso e la dea Umā rivela di chi si tratta. Appartiene al Sāmaveda (Talavakāra Brāhmaṇa).

Le Upanishad costituiscono la parte conclusiva dei Veda — il Vedānta — e la base della riflessione indiana sull'Assoluto (Brahman) e sull'anima (Ātman).

La Kena mostra che l'Assoluto non è qualcosa che si vede o si pensa, ma ciò che rende possibili il vedere e il pensare.

Umā, «figlia dell'Himalaya», che qui istruisce gli dei, è una delle prime apparizioni della dea successivamente identificata con Pārvatī, la sposa di Śiva.

Fonte: https://www.gutenberg.org/ebooks/3283

Questa traduzione popolare e l'impaginazione di questo file appartengono a Une Sacra, con licenza Creative Commons BY-NC-SA 4.0: si possono copiare e condividere citando «Une Sacra (unesacra.com)», senza uso commerciale e con la stessa licenza. Il testo originale mantiene la licenza della sua fonte. Condizioni d'uso: unesacra.com/#/legal/terms

Edizione digitale generata il 26 novembre 2026 da Une Sacra, biblioteca aperta di testi sacri. · UneSacra.com

Indice

Parte 1

Parte 2

Parte 3

Parte 4

Une Sacra · edizione 1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

PARTE I

✦

ॐ Possano le mie membra, la parola, il Prana (forza vitale), la vista, l'udito, la forza e tutti i miei sensi crescere in vigore. Tutto è il Brahman (Signore supremo) delle Upanishad. Possa io non rinnegare mai il Brahman. Possa il Brahman non rinnegarmi mai. Non vi sia alcun rinnegamento del Brahman. Non vi sia alcuna separazione dal Brahman. Possano tutte le virtù proclamate nelle sacre Upanishad manifestarsi in me, che sono devoto all'Atman (il Sé superiore). Possano manifestarsi in me.

1 Da chi comandata e diretta la mente va verso i suoi oggetti? Comandata da chi si muove la forza vitale, la prima (causa)? Per volontà di chi gli uomini pronunciano la parola? Quale potere dirige l'occhio e l'orecchio?

2 È l'orecchio dell'orecchio, la mente della mente, la parola della parola, la vita della vita, l'occhio dell'occhio. I saggi, liberati (dai sensi e dai desideri mortali), lasciato questo mondo, diventano immortali.

3 Là non va l'occhio, né la parola, né la mente. Non Lo conosciamo; non comprendiamo come Lo si possa insegnare. È distinto dal conosciuto ed è anche al di là dell'ignoto. Così abbiamo udito dagli antichi (maestri) che ci parlarono di Lui.

4 Ciò che la parola non illumina, ma che illumina la parola: sappi che solo quello è il Brahman (l'Essere supremo), non questo che la gente adora qui.

5 Ciò che non può essere pensato dalla mente, ma per cui, si dice, la mente può pensare: sappi che solo quello è il Brahman, non questo che la gente adora qui.

6 Ciò che non è visto dall'occhio, ma per cui l'occhio può vedere: sappi che solo quello è il Brahman, non questo che la gente adora qui.

7 Ciò che non può essere udito dall'orecchio, ma per cui l'orecchio può udire: sappi che solo quello è il Brahman, non questo che la gente adora qui.

8 Ciò che nessuno respira con il respiro, ma per cui il respiro è inspirato: sappi che solo quello è il Brahman, non questo che la gente adora qui.

Une Sacra · edizione 1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

PARTE 2

✦

1 Se pensi: «Lo conosco bene», allora è certo che conosci ben poco del Brahman (la Verità assoluta), o in quale forma Egli (risiede) nei Deva (aspetti minori della Divinità). Perciò penso che ciò che credi di conoscere sia ancora da cercare.

2 Il discepolo disse: Non penso di conoscerLo bene, né penso di non conoscerLo. Chi tra noi Lo conosce davvero sa (che cosa significa) «io conosco» e anche che cosa significa «io non Lo conosco».

3 Chi pensa di non conoscerLo, Lo conosce. Chi pensa di conoscerLo, non Lo conosce. I veri conoscitori pensano di non poterLo mai conoscere (per la Sua infinità), mentre gli ignoranti pensano di conoscerLo.

4 Esso (il Brahman) è conosciuto quando è conosciuto in ogni stato di coscienza. (Con tale conoscenza) si raggiunge l'immortalità. Raggiungendo questo Sé, l'uomo acquista forza; e con la conoscenza del Sé si raggiunge l'immortalità.

5 Se Lo si conosce qui, questa è la Verità; se non Lo si conosce qui, grande è la perdita. I saggi, vedendo lo stesso Sé in tutti gli esseri, liberati da questo mondo, diventano immortali.

Une Sacra · edizione 1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

PARTE 3

✦

1 Il Brahman una volta riportò una vittoria per i Deva. Per quella vittoria del Brahman, i Deva si inorgoglirono. Pensarono: «Questa vittoria è nostra. Questa gloria è nostra».

2 Il Brahman se ne accorse e apparve davanti a loro. Essi non sapevano quale fosse quella forma misteriosa.

3 Dissero al Fuoco: «O Jataveda (Onnisciente)! Scopri quale sia questo spirito misterioso». Egli disse: «Sì».

4 Corse verso di esso, ed Esso (il Brahman) gli disse: «Chi sei?». «Sono Agni, sono Jataveda», rispose (il dio del Fuoco).

5 Il Brahman chiese: «Quale potere risiede in te?». Agni rispose: «Posso bruciare tutto ciò che esiste sulla terra».

6 Il Brahman pose davanti a lui un filo di paglia e disse: «Brucia questo». Egli (Agni) vi si slanciò con tutta la sua velocità, ma non riuscì a bruciarlo. Allora tornò indietro e disse (ai Deva): «Non sono riuscito a scoprire quale sia questo grande mistero».

7 Poi dissero a Vayu (il dio dell'Aria): «Vayu! Scopri quale sia questo mistero». Egli disse: «Sì».

8 Corse verso di esso, ed Esso (il Brahman) gli disse: «Chi sei?». «Sono Vayu, sono Matarisva (viandante del Cielo)», disse (Vayu).

9 Allora il Brahman disse: «Quale potere è in te?». Vayu rispose: «Posso spazzare via con il soffio tutto ciò che esiste sulla terra».

10 Il Brahman pose davanti a lui un filo di paglia e disse: «Spazza via questo». Egli (Vayu) vi si slanciò con tutta la sua velocità, ma non riuscì a spazzarlo via. Allora tornò indietro e disse (ai Deva): «Non sono riuscito a scoprire quale sia questo grande mistero».

11 Poi dissero a Indra: «O Maghavan (Venerabile)! Scopri quale sia questo mistero». Egli disse: «Sì»; e corse verso di esso, ma esso scomparve davanti a lui.

12 Allora vide in quello stesso spazio una donna splendidamente adorna, Uma dal colore d'oro, figlia di Haimavat (l'Himalaya). Chiese: «Che cos'è questo grande mistero?».

Une Sacra · edizione 1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

PARTE 4

✦

1 Ella (Uma) disse: «È il Brahman. È per la vittoria del Brahman che siete vittoriosi». Allora, dalle sue parole, egli (Indra) seppe che era (quella forma misteriosa) il Brahman.

2 Perciò questi Deva — Agni, Vayu e Indra — superano gli altri Deva, perché si avvicinarono di più al Brahman. Furono loro i primi a conoscere questo spirito come il Brahman.

3 Perciò Indra supera tutti gli altri Deva, perché si avvicinò più di tutti al Brahman e perché fu il primo (prima di tutti gli altri) a conoscere questo spirito come il Brahman.

4 Così l'insegnamento del Brahman è qui illustrato riguardo ai Deva. Egli guizzò come il lampo, e apparve e scomparve come l'occhio batte le palpebre.

5 Poi (l'insegnamento) riguarda l'Adhyatman (l'Anima incarnata). La mente sembra avvicinarsi a Lui (il Brahman). Con questa mente (il ricercatore) ricorda e pensa al Brahman ancora e ancora.

6 Quel Brahman è chiamato Tadvanam (oggetto di adorazione). Deve essere adorato con il nome di Tadvanam. Chi conosce così il Brahman è amato da tutti gli esseri.

7 Il discepolo chiese: O Maestro, insegnami l'Upanishad. (Il maestro rispose:) L'Upanishad ti è stata insegnata. Certamente ti abbiamo insegnato l'Upanishad del Brahman.

8 L'Upanishad si fonda sul tapas (pratica del dominio del corpo, della mente e dei sensi), sul dama (sottomissione dei sensi), sul karma (retto compimento delle azioni prescritte). I Veda sono le sue membra. La Verità è il suo sostegno.

9 Chi conosce questa (sapienza dell'Upanishad), purificato da ogni peccato, si stabilisce nella dimora beata, eterna e suprema del Brahman, nella dimora suprema del Brahman.

Une Sacra · edizione 1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0