UNE ✦ SACRA

Hinduísmo

Prasna Upanishad

✦ ✦ ✦

Anônimo (tradução inglesa de F. Max Müller)

Tradução (edição 1.1)

Créditos

Autor	Anônimo (tradução inglesa de F. Max Müller)
Data	c. 500–200 a.C.
Idioma original	Sânscrito
Versão	Tradução (edição 1.1)
Tradução	Tradução popular, a partir da versão inglesa de F. Max Müller
Fonte	Internet Sacred Text Archive — The Upanishads, Part II (SBE 15)
Licença	CC BY-NC-SA 4.0 · original: Domínio público

Sobre:

A Praśna Upaniṣad, do Atharvaveda, é o livro das "perguntas": seis buscadores vão ao sábio Pippalāda, vivem com ele um ano e então fazem seis perguntas — de onde vêm as criaturas, que poderes sustentam o corpo, como o sopro vital entra nele, o que dorme e o que vela no sono, o que se alcança meditando na sílaba Om, e quem é a Pessoa de dezesseis partes.

Tradução inglesa de F. Max Müller (Sacred Books of the East, vol. 15, 1884). As Upanishads Isha, Kena e Katha também estão no Une Sacra.

Fonte: https://www.sacred-texts.com/hin/sbe15/index.htm

Esta tradução popular e o desenho deste arquivo são da Une Sacra, sob a licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-CompartilhaIgual 4.0 (CC BY-NC-SA 4.0): pode copiar e compartilhar citando "Une Sacra (unesacra.com)", sem uso comercial e com a mesma licença. O texto original segue a licença da fonte. Termos de uso: unesacra.com/#/legal/terms

Edição digital gerada em 26 de novembro de 2026 pela Une Sacra, biblioteca aberta de textos sagrados. · UneSacra.com

Sumário

Capítulo 1

Capítulo 2

Capítulo 3

Capítulo 4

Capítulo 5

Capítulo 6

Une Sacra · edição 1.1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

CAPÍTULO I

✦

1 Adoração ao Ser Supremo! Harih, Om!
Sukesas Bhâradvâga, e Saivya Satyakâma, e Sauryâyanin Gârgya, e Kausalya Âsvalâyana, e Bhârgava Vaidarbhi, e Kabandhin Kâtyâyana, estes eram devotados ao Brahman, firmes no Brahman, buscando o Brahman Supremo. Pensaram que o venerável Pippalâda poderia lhes dizer tudo aquilo, e por isso tomaram lenha nas mãos (como discípulos) e se aproximaram dele.

2 Aquele Rishi lhes disse: 'Fiquem aqui mais um ano, com penitência, abstinência e fé; depois poderão fazer perguntas à vontade, e, se soubermos as respostas, diremos tudo a vocês.'

3 Então Kabandhin Kâtyâyana se aproximou dele e perguntou: 'Senhor, de onde nascem estas criaturas?'

4 Ele respondeu: 'Pragâpati (o senhor das criaturas) desejava criaturas (pragâh). Praticou penitência e, tendo praticado penitência, produz um par, a matéria (rayi) e o espírito (prâna), pensando que juntos deveriam produzir criaturas para ele de muitos modos. 5. O sol é espírito, a matéria é a lua. Tudo isto, o que tem corpo e o que não tem corpo, é matéria, e por isso o corpo de fato é matéria.

6 Ora, Âditya, o sol, quando se levanta, vai para o Oriente e assim recebe em seus raios os espíritos do Oriente. E quando ilumina o Sul, o Ocidente, o Norte, o Zênite, o Nadir, as direções intermediárias e tudo, assim recebe todos os espíritos em seus raios.

7 Assim ele se levanta, como Vaisvânara (o que pertence a todos os homens), assumindo todas as formas, como espírito, como fogo. Isto foi dito no seguinte verso: 8. (Eles o conheciam) àquele que assume todas as formas, o dourado, que conhece todas as coisas, que sobe mais alto, só em seu esplendor, e nos aquece; o de mil raios, que habita em cem lugares, o espírito de todas as criaturas, o Sol, se levanta.

9 O ano, de fato, é Pragâpati, e há dois caminhos nele, o do Sul e o do Norte. Ora, os que aqui creem nos sacrifícios e nas oferendas piedosas como obra feita ganham apenas a lua como seu mundo (futuro), e voltam de novo. Por isso os Rishis que desejam descendência vão para o Sul, e esse caminho dos Pais é a matéria (rayi).

10 Mas os que buscaram o Ser pela penitência, pela abstinência, pela fé e pelo conhecimento ganham, pelo caminho do Norte, Âditya, o sol. Esta é a morada dos espíritos, o imortal, livre de perigo, o supremo. De lá não voltam, pois é o fim. Assim diz o Sloka:

11 Alguns o chamam de pai de cinco pés (as cinco estações) e de doze formas (os doze meses), o doador da chuva na metade mais alta do céu; outros ainda dizem que o sábio está colocado na metade de baixo, no carro de sete rodas e seis raios.

12 O mês é Pragâpati; sua metade escura é matéria, sua metade clara, espírito. Por isso alguns Rishis fazem o sacrifício na metade clara, outros na outra metade.

13 O Dia e a Noite são Pragâpati; o dia é espírito, a noite, matéria. Os que se unem no amor de dia desperdiçam seu espírito, mas unir-se no amor à noite é correto.

14 O alimento é Pragâpati. Dele procede a semente, e dela nascem estas criaturas.

15 Os que, por conseguinte, observam esta regra de Pragâpati (como foi estabelecida no § 13) produzem um par, e a eles pertence este mundo de Brahma aqui. Mas aqueles em quem habitam a penitência, a abstinência e a verdade,

16 a eles pertence aquele mundo puro de Brahma, a eles, isto é, em quem não há nada torto, nada falso e nenhum engano.'

Une Sacra · edição 1.1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

CAPÍTULO 2

✦

1 Então Bhârgava Vaidarbhi lhe perguntou: 'Senhor, quantos deuses guardam o que assim foi criado, quantos o manifestam, e qual deles é o melhor?'

2 Ele respondeu: 'O éter é esse deus, o vento, o fogo, a água, a terra, a fala, a mente, o olho e o ouvido. Estes, depois de manifestarem (seu poder), disputam e dizem: Nós (cada um de nós) sustentamos este corpo e o guardamos. 3. Então Prâna (o sopro, o espírito, a vida), como o melhor, lhes disse: Não se enganem; só eu, dividindo-me em cinco, sustento este corpo e o guardo.

4 Eles não acreditaram; então ele, por orgulho, fez como se fosse sair por cima. Com isso, ao sair ele, saíram todos os outros, e ao voltar ele, voltaram todos os outros. Como as abelhas saem quando sai sua rainha e voltam quando ela volta, assim (fizeram) a fala, a mente, o olho e o ouvido; e, satisfeitos, louvam Prâna, dizendo:

5 Ele é Agni (o fogo), brilha como Sûrya (o sol), é Parganya (a chuva), o poderoso (Indra), é Vâyu (o vento), é a terra, é a matéria, é Deus — é o que é e o que não é, e o que é imortal.

6 Como os raios no cubo de uma roda, tudo está fixado em Prâna: os versos do Rig-veda, do Yagur-veda, do Sâma-veda, o sacrifício, os Kshatriyas e os Brâmanes.

7 Como Pragâpati (senhor das criaturas) tu te moves no ventre, tu de fato nasces de novo. A ti, o Prâna, estas criaturas trazem oferendas, a ti que habitas com os outros prânas (os órgãos dos sentidos).

8 Tu és o melhor portador para os Deuses, tu és a primeira oferenda aos Pais. Tu és a verdadeira obra dos Rishis, dos Atharvâṅgiras.

9 Ó Prâna, tu és Indra por tua luz, tu és Rudra, como protetor; tu te moves no céu, tu és o sol, o senhor das luzes.

10 Quando derramas a chuva, então, ó Prâna, estas tuas criaturas se alegram, esperando que haja alimento, tanto quanto desejam.

11 Tu és um Vrâtya, ó Prâna, o único Rishi, o que consome tudo, o bom senhor. Nós somos os que damos o que tens de consumir; tu, ó Mâtarisva, és nosso pai.

12 Torna propício esse teu corpo que habita na fala, no ouvido, no olho, e que penetra a mente; não te vás!

13 Tudo isto está no poder de Prâna, tudo o que existe nos três céus. Protege-nos como uma mãe a seus filhos, e dá-nos felicidade e sabedoria.'

Une Sacra · edição 1.1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

CAPÍTULO 3

✦

1 Então Kausalya Âsvalâyana perguntou: 'Senhor, de onde nasce esse Prâna (espírito)? Como entra neste corpo? E como permanece, depois de se ter dividido? Como sai? Como sustenta o que está fora, e como o que está dentro?'

2 Ele respondeu: 'Você faz perguntas mais difíceis, mas é muito dedicado ao Brahman; por isso vou dizê-lo a você.

3 Este Prâna (espírito) nasce do Ser. Como a sombra projetada por um homem, este (o prâna) se estende sobre ele (o Brahman). Pela obra da mente ele vem a este corpo.

4 Como um rei dá ordens aos funcionários, dizendo-lhes: Governem estas aldeias ou aquelas, assim esse Prâna (espírito) dispõe os outros prânas, cada um para sua obra separada.

5 O Apâna (o sopro para baixo) nos órgãos de excreção e de geração; o próprio Prâna habita no olho e no ouvido, passando pela boca e pelo nariz. No meio está o Samâna (o sopro que iguala); ele leva o que foi sacrificado como alimento por igual (pelo corpo), e dele procedem as sete luzes.

6 O Ser está no coração. Ali estão as 101 artérias, e em cada uma delas há cem (veias menores), e para cada um destes ramos há 72.000. Nestes se move o Vyâna (o sopro que se difunde).

7 Por uma delas, o Udâna (o sopro para fora) nos conduz para cima, ao mundo bom pela obra boa, ao mundo mau pela obra má, ao mundo dos homens por ambas.

8 O sol se levanta como o Prâna externo, pois ajuda o Prâna no olho. A divindade que existe na terra está ali em apoio do Apâna (o sopro para baixo) do homem. O éter entre (o sol e a terra) é o Samâna (o sopro que iguala); o ar é Vyâna (o sopro que se difunde).

9 A luz é o Udâna (o sopro para fora), e por isso aquele cuja luz se apagou vai a um novo nascimento com os sentidos absorvidos na mente.

10 Qualquer que seja seu pensamento (na hora da morte), com ele volta a Prâna, e Prâna, unido à luz, junto com o eu (o gîvâtmâ), o conduz ao mundo, conforme merecido.

11 Aquele que, sabendo assim, conhece Prâna, sua descendência não perece, e ele se torna imortal. Assim diz o Sloka:

12 Aquele que conheceu a origem, a entrada, o lugar, a distribuição em cinco e o estado interno de Prâna obtém a imortalidade, sim, obtém a imortalidade.'

Une Sacra · edição 1.1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

CAPÍTULO 4

✦

1 Então Sauryâyanin Gârgya perguntou: 'Senhor, quais são os que dormem neste homem, e quais os que estão despertos nele? Que poder (deva) é o que vê os sonhos? De quem é a felicidade? De que dependem todos estes?'

2 Ele respondeu: 'Ó Gârgya, assim como todos os raios do sol, quando ele se põe, se recolhem naquele disco de luz, e, quando o sol se levanta de novo e de novo, saem, assim tudo isto (todos os sentidos) se recolhe na faculdade suprema (deva), a mente. Por isso, nesse tempo, o homem não ouve, não vê, não cheira, não prova, não toca, não fala, não toma, não desfruta, não evacua, não se move. Ele dorme, é o que as pessoas dizem.

3 Os fogos dos prânas estão, por assim dizer, despertos naquela cidade (o corpo). O Apâna é o fogo Gârhapatya, o Vyâna, o fogo Anvâhâryapakana; e, porque é tirado do fogo Gârhapatya, que é o fogo de onde se tira, o Prâna é o fogo Âhavanîya.

3.2 Ora, o Apâna é identificado com o fogo Gârhapatya sem que se dê nenhuma razão, exceto depois, quando se diz que o Prâna é o fogo Âhavanîya, tirado do Gârhapatya, aqui chamado pranayana, do mesmo modo que o prâna procede no sono do apâna. O Vyâna é identificado com o Dakshinâgni, o Fogo do Sul, porque sai do coração por uma abertura à direita.

4 Porque leva por igual estas duas oblações, a expiração e a inspiração, o Samâna é ele (o sacerdote Hotri). A mente é o sacrificante, o Udâna é a recompensa do sacrifício, e ele conduz o sacrificante todos os dias (no sono

profundo) ao Brahman.

5 Ali esse deus (a mente) desfruta no sono de grandeza. O que foi visto, ele vê de novo; o que foi ouvido, ele ouve de novo; o que foi desfrutado em diferentes países e regiões, ele desfruta de novo; o que foi visto e não visto, ouvido e não ouvido, desfrutado e não desfrutado, ele vê tudo; ele, sendo tudo, vê.

6 E quando é dominado pela luz, então esse deus não vê sonhos, e nesse tempo surge aquela felicidade em seu corpo.

7 E, ó amigo, como os pássaros vão a uma árvore para pousar, assim tudo isto repousa no Âtman Supremo:

8 a terra e seus elementos sutis, a água e seus elementos sutis, a luz e seus elementos sutis, o ar e seus elementos sutis, o éter e seus elementos sutis; o olho e o que pode ser visto, o ouvido e o que pode ser ouvido, o nariz e o que pode ser cheirado, o paladar e o que pode ser provado, a pele e o que pode ser tocado, a voz e o que pode ser dito, as mãos e o que pode ser agarrado, os pés e o que pode ser percorrido, a mente e o que pode ser percebido, o intelecto (buddhi) e o que pode ser concebido, a personalidade e o que pode ser personificado, o pensamento e o que pode ser pensado, a luz e o que pode ser iluminado, o Prâna e o que deve ser sustentado por ele.

9 Pois é ele quem vê, ouve, cheira, prova, percebe, concebe, age, ele cuja essência é o conhecimento, a pessoa, e ele habita no Ser supremo e indestrutível,

10 Aquele que conhece esse ser indestrutível obtém (o que é) o supremo e indestrutível, ele sem sombra, sem corpo, sem cor, brilhante; sim, ó amigo, quem o conhece se torna onisciente, se torna tudo. Sobre isso há este Sloka:

11 Aquele, ó amigo, que conhece esse ser indestrutível em que repousam o verdadeiro conhecedor, os espíritos vitais (prânas), junto com todos os poderes (deva), e os elementos, esse, sendo onisciente, penetrou tudo.'

Une Sacra · edição 1.1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

CAPÍTULO 5

✦

1 Então Saivya Satyakâma lhe perguntou: 'Senhor, se alguém entre os homens meditasse aqui até a morte na sílaba Om, o que obteria com isso?'

2 Ele respondeu: 'Ó Satyakâma, a sílaba Om (AUM) é o Brahman supremo e também o outro; por isso quem a conhece chega pelo mesmo meio a um dos dois.

3 Se medita numa só Mâtrâ (o A), então, iluminado só por ela, chega depressa à terra. Os versos Rik o conduzem ao mundo dos homens, e, dotado ali de penitência, abstinência e fé, ele desfruta de grandeza.

4 Se medita com duas Mâtrâs (A + U), chega ao Manas e é conduzido pelos versos Yagus ao céu, ao mundo de Soma. Tendo desfrutado de grandeza no mundo de Soma, volta de novo.

5 Ainda, aquele que medita com esta sílaba AUM de três Mâtrâs na Pessoa Suprema chega à luz e ao sol. E como a serpente se livra de sua pele, assim ele se livra do mal. É conduzido pelos versos Sâman ao mundo de Brahma; e dele, cheio de vida (Hiranyagarbha, o senhor do Satya-loka), aprende a ver a Pessoa Suprema, que tudo penetra. E há estes dois Slokas:

6 As três Mâtrâs (A + U + M), se empregadas separadas e só ligadas uma à outra, são mortais; mas nos atos, externos, internos ou intermediários, se bem realizados, o sábio não treme.

7 Pelos versos Rik ele chega a este mundo, pelos versos Yagus ao céu, pelos versos Sâman àquilo que os poetas ensinam; ele chega a isto por meio do Oṅkâra; o sábio chega àquilo que está em repouso, livre da decadência, da morte, do medo: o Supremo.'

Une Sacra · edição 1.1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

CAPÍTULO 6

✦

1 Então Sukesas Bhâradvâga lhe perguntou, dizendo: 'Senhor, Hiranyanâbha, o príncipe de Kosalâ, veio a mim e me fez esta pergunta: Você conhece a pessoa de dezesseis partes, ó Bhâradvâga? Eu disse ao príncipe: Não a conheço; se a conhecesse, como não haveria de dizê-lo a você? Certamente, quem diz o que não é verdade seca até a raiz; por isso não direi o que não é verdade. Então ele subiu em seu carro e foi embora em silêncio. Agora pergunto a você: onde está essa pessoa?'

2 Ele respondeu: 'Amigo, essa pessoa está aqui, dentro do corpo, ela em quem surgem estas dezesseis partes.

3 Ele refletiu: Que é aquilo com cuja partida eu partirei, e com cuja permanência eu permanecerei?

4 Ele emitiu (criou) Prâna (o espírito); de Prâna, Sraddhâ (a fé), o éter, o ar, a luz, a água, a terra, os sentidos, a mente, o alimento; do alimento vieram o vigor, a penitência, os hinos, o sacrifício, os mundos, e nos mundos também o nome.

5 Como estes rios que correm para o oceano, quando alcançam o oceano, afundam nele, seu nome e sua forma se desfazem, e as pessoas falam só do oceano, exatamente assim estas dezesseis partes do espectador que vão em direção à pessoa (purusha), quando alcançam a pessoa, afundam nela, seu nome e sua forma se desfazem, e as pessoas falam só da pessoa, e ela se torna sem partes e imortal. Sobre isso há este verso:

6 Aquela pessoa que deve ser conhecida, ela em quem repousam estas partes como os raios no cubo de uma roda, conheçam-na, para que a morte não os fira.'

7 Então ele (Pippalâda) lhes disse: 'Até aqui conheço este Brahman Supremo; não há nada mais alto que ele.'

8 E eles, louvando-o, disseram: 'Tu és, de fato, nosso pai, tu que nos levas da nossa ignorância à outra margem.' Adoração aos Rishis supremos! Adoração aos Rishis supremos! Tat sat. Harih, Om!

Une Sacra · edição 1.1 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0