

Quatro Mahā-Vākyas dos Upanishads:

prajñānam brahma, “Brahman (O Absoluto) é sabedoria”;

aham brahmāsmi, “Eu sou Brahman”;

tat tvam asi, “Tu és Aquilo (Ātman, o Ser)”;

ayam ātmā brahma, “Este Ser (Ātman) é Brahman.”

As fontes dos mahā-vākyas são:

“prajñānam Brahma” – Aitareya Upaniṣad 3.1.3, ṛgveda;

“aham brahmāsmi” - Bṛhadāraṇyakopaniṣat 1.4.10, Yajur Veda;

“tat tvam asi” – Chāndogya Upaniṣad 6.8.7, Sāma Veda;

“aryam ātmā brahma” - Māṇḍukya Upaniṣad 2, Atharva Veda.

[Traduzido para o português e retirado do artigo “*Meditation: What is it?*” de David Reigle, por Bruno Carlucci, com permissão do autor].