

# A NYÍLEGYENES ÖSVÉNY

## RAMANA MAHARSI TANÍTÁSAI

\* \* \*

### ATHANOR KÖNYVEK

A Stella Maris Kiadó Athanor könyvsorozata bármily széles szellemi spektrumot ölel is fel, alapelveiben lényegileg szilárd marad, a felületek háttérben pedig egységes. Ez a szilárdság és egység ama Bölcsességen alapul, amely – illessék bár különböző nevekkal: sophia perennis, integrális tradíció, metafizikai tradicionalitás, a vallások transzcendens egysége – egyetemes, örökérvényű, kikezdhethetlen. A sorozat elsődleges célja olyan művek közzététele, amelyek e Bölcsesség legkülönbözőbb területekre való „kiterjesztéseit” reprezentálják, szellemi támpontokat nyújtva ezzel azok számára, akik az egyéni vélekedések, „saját filozófiák” és modern babonák mai tengerében csillapíthatatlanul szomjaznak az igazságot, és tudják, hogy valójában nincsen profán téma, csak profán nézőpont.

\* \* \*

Ramana Maharsi India legmértékadóbb körei szerint Jivanmukta volt, vagyis olyan, aki földi-emberi életében elérte, megvalósította az abszolút, metafizikai Fel szabadulást (Felébredést).

Általános értelemben nem volt meghatározható útja, és nem is tanított szokványos értelemben definiálható utat: tanítása a lehetséges utak legbensőbb lényegére irányult. Ha jógnak tekintjük, teljes joggal nevezhetnénk Ádi-(Őseredeti)-jógnak, amely az általános jóga-utak közül egyértelműen implikálja mind a Bhakti-, mind a Karma-, mind a Jnána-yogát, és bizonyos tekintetben a Rája-Tantra-yogát is, anélkül, hogy ezek bármelyikével vagy ezek együttesével azonos lenne. Az implikáció alapja az, hogy mindezen jógák felső háttérével, bázisaival függ a legszorosabban össze.

Jóllehet a „nyílegyenes ösvény” általában a tantrizmussal kapcsolatban használatos kifejezés, más hagyományokban is megjelenik, mint a végső cél elérésének lehető legközvetlenebb útja.

---

\* \* \*

*Nem él nélkülem egy árva pillanatig sem,  
Ha megsemmisülök, velem pusztul az Isten.  
Angelus Silesius*

\* \* \*

Ki vagyok én?/Szellemi útmutatás  
***The Collected Works of Ramana Maharshi***  
Srí Ramanasramam, Tiruvannamalai, 1996

Maharsi Evangéliuma  
***Maharshi's Gospel***  
Srí Ramanasramam, Tiruvannamalai, 1979

© Ramanasramam (Tiruvannamalai)

Fordította: ***Buji Ferenc, Németh László Levente***  
A szöveget gondozta: ***Splény Solange***

STELLA MARIS KIADÓ, Budapest, 1998  
Felelős Kiadó: ***Bódvai András***  
Felelős szerkesztő: ***Bánóczy Ágoston***  
Sorozat- és kontrollszerkesztő: ***Splény Solange***

ISSN 1417-1457  
ISBN 963 85374 7 4

## Tartalom

<i>A NYÍLEGYENES ÖSVÉNY</i> .....	1
<i>Tartalom</i> .....	3
<i>Srí Ramana és üzenete a modern ember számára</i> .....	4
<i>Előszó a magyar kiadáshoz</i> .....	7
<i>Bhagaván Srí Ramana Maharsi életének fontosabb eseményei</i> .....	12
<i>A kötetről</i> .....	14
<i>Ki vagyok én?</i> .....	15
<i>Szellemi útmutatás</i> .....	23
Útmutatás (Upadesa).....	23
A gyakorlás (Abhyása).....	25
Tapasztalás (Anubhava).....	34
Célbaérés (Árúdha).....	36
<i>Maharsi evangéliuma</i> .....	40
Munka és lemondás.....	40
Csend és magány.....	45
Az elme megfékezése.....	47
Bhakti és jnána.....	51
Önvaló és individualitás.....	52
Az Ön-megvalósítás.....	55
A guru és kegyelme.....	58
Béke és boldogság.....	62
Az Ön-kutatás.....	63
Sádhana és kegyelem.....	68
A jnání és a világ.....	71
A Szív mint Önvaló.....	76
Aham és aham-vrtti.....	82
<i>A STELLA MARIS KIADÓ korábban megjelent kötetei</i> .....	87

## Srí Ramana és üzenete a modern ember számára

*Srí Ramana* India földjének igazi fia. De túl azon, hogy hitelesen indiai, van benne valami egészen rendkívüli is, s éppen ezért európai szemmel nézve joggal tekinthető egyedülállóan a maga nemében. India napos oldalán ő a legvilágosabban ragyogó fénypont.

Gyönyörű dolog *Srí Ramana* gondolatait olvasni. Amit ezekben találunk, az India kvintesszenciája, az örökkévalóság lélegzete. Korszakok éneke ez, mely a nyári éjszakák tücsökkoncertjéhez hasonlóan millió, és millió lényből visszhangzik. E dal lam egyetlen monumentális alapmotívumra épül fel, amely – monotóniáját megannyi visszaverődésének színpompás fátyla alá rejtve – fáradhatatlanul újra és újra megújul abban az indiai szellemiségben, melynek legutolsó testetöltése maga *Srí Ramana Maharsi*. Az *atmannal*, az Önvalóval, vagyis a nem-egóval szemben álló és annak igáját nyögő *ahamkára*, »én'-generáló«, vagyis ego-tudat drámája ez. Az *atmant Maharsi* is ego-egónak [»én-én«-nek] nevezi, ami fölöttébb sokatmondó, hiszen az Önvaló valóban az alany alanyaként, az ego tulajdonképpen forrásaként és felügyelőjeként tapasztalható meg, noha az egónak minden – téves – igyekezete arra irányul, hogy kisajátítsa azt az autonómiát, amelyet az Önvaló kölcsönzött neki.

E konfliktus nem ismeretlen a nyugati ember előtt sem: számára ez az ember Istennel való kapcsolatának felel meg. Mivel az »Önvaló«, vagyis az »*atman*« lényegileg »Isten« szinonimája, a modern indiai ember – mint ahogy arról saját tapasztalomból meggyőződhettem – jórészt magáévá tette az európai beszédmódot. De a nyugati, »ember-Isten«-korrelációval ellentétben az indiai ember az »ego és az Önvaló« közötti ellentétet – vagy megfelelést – posztulálja. Az »ego« az »emberrel« szembeállítva határozottan lélektani fogalom, s így megfelel az »Önmagam«-nak – legalábbis a *mi* gondolkodásmódunk szerint. Éppen ezért hajlamosak vagyunk feltételezni, hogy Indiában az »ember-Isten« metafizikai problémáját lélektani síkra vetítették. A közelebbi vizsgálat azonban kideríti, hogy ez nem így van, mert az »ego« és az »Önvaló« indiai koncepciója valójában nem lélektani jellegű, hanem – azt kell, hogy mondjuk – éppen annyira metafizikai, mint a mi »ember-Isten«-korrelációnk.

Az európai ember megbotráncozással fogadja az Önvaló Istennel történő azonosítását. Mint ahogy *Srí Ramana* kijelentései mutatják, itt egy sajátosan keleti meglátásról van szó. A pszichológia ehhez semmit nem tehet hozzá, hacsak azt a megjegyzést nem, hogy az ezzel való foglalkozás nem az ő illetékességi körébe tartozik. Azonban az indiai ember számára egyértelmű, hogy az Önvaló mint a psziché létesítő alapja nem különbözik Istentől; és amennyiben az ember *Önmagában* van, nemcsak Istenen belül van, hanem ő maga az Isten. *Srí Ramana* a ebben a tekintetben semmilyen félreértésre nem ad okot.

A keleti gyakorlatok célja azonos a nyugati misztika céljával: áthelyezni a súlypontot az egőről az Önvalóra, az emberről Istenre. Ez pedig azt jelenti, hogy az ego eltűnik az Önvalóban, az ember az Istenben. Hasonló törekvés jelenik meg az *Exercitia spiritualiában* is, amely arra irányul, hogy az »ön-birtoklást« (az ego általi birtokbavételt) minél inkább a Krisztus általi birtokbavétel váltsa fel. *Srí Ramana* idősebb kortársa, *Rámakrsna* ugyanezt az álláspontot foglalta el az Önvalóval kapcsolatban, csak úgy tűnik, hogy az ő esetében az ego és az Önvaló közötti dilemma jobban előtérbe került. Míg *Srí Ramana* félreérthetetlenül kijelenti, hogy a szellemi gyakorlat tulajdonképpeni célja az ego kioltása, addig *Rámakrsna* ebben a tekintetben némiképp tétovázó magatartást tanúsít: »Amíg az ,én'-érzet jelen van, addig sem a megismerés (*jnána*), sem a megszabadulás (*mukti*) nem lehetséges.« Ugyanakkor kénytelen elismerni az *ahamkára* (az »,'én'-generáló«) végzetes szívósságát: »Csak nagyon kevesen képesek megszabadulni az ,én'-érzéstől a *samadhi* révén. Hiába próbáljuk kiküszöbölni akár ezerszer is, az ,én' újra és újra visszatér. Hiába vágod le a fügefafa ágait ma, másnap azt fogod látni, hogy új hajtások jelentek meg rajta. Amikor majd végül rájössz arra, hogy nem tudod elpusztítani az ,ént'-t, tedd meg Isten szolgájává.« Ami az egóval kapcsolatos engedményt illeti, *Srí Ramana* sokkal radikálisabb, vagyis – az ind tradíció vonatkozásában – sokkal konzervatívabb álláspontra helyezkedett.

E két tényező, vagyis az ego és az Önvaló közötti viszony alakulása alkotja a tapasztalásnak azt a területét, amit a keleti introspekció olyan mértékben derített fel, hogy az a nyugati ember számára csaknem megközelíthetetlen. A miénktől olyannyira különböző keleti filozófia szinte felbecsülhetetlen kincset jelent; de ahhoz, hogy e kincset birtokba vehessük, előbb ki kell érdemelnünk. *Srí Ramana* szavai még egyszer összefoglalják azokat az alapelveket, amelyeket India szelleme az idők folyamán felhalmozott; *Maharsi* élete és műve újból az indiai ember legbensőbb törekvését illusztrálja a megszabadító »Alap« után.

A keleti nemzeteket szellemi javaik gyors széthullása fenyegeti, és ami azok helyére lép, azt nem mindig lehet a nyugati elme legkiválóbb vívmányai közé számítani. Ezért tekinthetjük az olyan bölcseket, mint *Srí Rámakrsna* és *Srí Ramana* modern prófétáknak. Ők nemcsak emlékeztetnek bennünket India évezredekre visszatekintő szellemi kultúrájára, hanem közvetlenül meg is testesítik azt. Életük és tanításuk meggyőzően figyelmeztet arra, hogy a lélek igényéről a materialisztikus technológiával és kommersziális nyereség hajszolással átítatott nyugati civilizáció újdonságai között sem feledkezhetünk meg.

Az a lázas igyekezet, amely a politikai, társadalmi és intellektuális hatalom és növekedés területén láthatólag telhetetlen mohósággal rágja a nyugati ember lelkét, Keleten is folyamatosan terjed, és beláthatatlan következményekkel fenyeget. Nemcsak Indiában, hanem Kínában is sok elveszett már abból, ami valaha a lélek életének és növekedésének keretét nyújtotta. A kultúra kifelé fordulása számos olyan negatívumot kiküszöbölhet, aminek eltávolítása kívánatosnak és áldásosnak látszik, mégis a tapasztalat azt mutatja, hogy ezért a haladásért nagyon drágán, a szellemi kultúra el-

vesztésével kell fizetni. Kétségtelenül sokkal kényelmesebb egy jól megtervezett és az egészségügyi követelményeknek megfelelő házban lakni – azonban ez nem ad választ arra a kérdésre, hogy ki lakik ebben a házban, s hogy a lélek is örömet leli-e abban a rendezett és tiszta környezetben, amely külső életét szolgálja. Az az ember, akinek érdeklődése teljesen kifelé irányul, sosem áll meg a szükségesnél, hanem folytonosan valami több és jobb után sóvárog, amit – egyoldalúságához híven – mindig Önmagán kívül keres. Teljesen megfélekedezik arról, hogy ő maga bensőleg minden külső siker ellenére ugyanaz marad, és ezért panaszkodik szegénységre akkor, amikor csak egy, s nem két autóval rendelkezik, mint körülötte mások. Természetesen az emberek külső életére mindig ráfér egy kis javítás vagy szépítés, csak hogy amikor a belső ember nem tud lépést tartani a külső élet haladásával, akkor az újdonságok elveszítik jelentőségüket. A »szükségletek« kielégítése kétségkívül a boldogság egyik forrása, azonban a belső ember továbbra is olyan követelésekkel fog előállni, amelyeket nem lehet külső dolgokkal kielégíteni. És minél kevésbé hallatszik ez a hang a világ nagyszerű dolgai utáni hajszában, a belső ember annál inkább a megmagyarázhatatlan balszerencse és az érthetetlen boldogtalanság forrásává fog válni, és pedig olyan életfeltételek közepette, amelyekből pedig az ember joggal várhatna valami teljesen mást. A kifelé fordulás orvosolhatatlan szenvedéshez vezet, mert senki sem gondol arra, hogy az ember önmagától is szenvedhet. Senki sem lepődik meg saját ingatagságán, hanem úgy gondolja, hogy neki az jogában áll, miközben soha nem jut eszébe, hogy végül is e »pszichikus diéta« egyoldalúsága a legkomolyabb egyensúlyzavarhoz vezet. Ez a nyugati ember betegsége, és a nyugati ember mindaddig nem fog meg-nyugodni, míg az egész világot meg nem fertőzi mohó nyugtalanságával.

Ezért szolgálhat számunkra tanulságul Kelet bölcsessége és misztikája éppen akkor, amikor saját utánozhatatlan nyelvezetén szólal meg. Arra figyelmeztet bennünket, hogy saját kultúránkon belül mi is rendelkezünk valami hasonlóval, amiről már megfélekedtünk, és figyelmünket a jelentéktelenként mellőzött belső ember sorsára irányítja. **Srí Ramana** életének és tanításának nemcsak India számára van jelentősége, hanem Nyugat szempontjából is. Nem pusztán »emberi dokumentum« ez, hanem figyelmeztetésül is szolgál az emberiség számára, mely annak a veszélynek van kitéve, hogy elveszíti magát az öntudatlanságban és az anarchiában.

*Carl Gustav Jung*

## Előszó a magyar kiadáshoz

Bhagaván Srí Ramana Maharsi India és a világ (eddig) utolsó Szentekfeletti Szentje és Bölcsékfeletti Bölcese, aki India legmértékadóbb körei és személyiségei szerint Jívanmukta volt, vagyis olyan, aki földi-emberi életében elérte, megvalósította az abszolút, metafizikai Felszabadulást (Felébredést).

Azt, hogy ki a Felszabadult (Felébredett) és ki a fel-nem-szabadult (fel-nem-ébredett) – teljes bizonyossággal – nem lehet eldönteni. E tekintetben csak valószínűsíthetőségekről lehet beszélni. Egy Felszabadultról csak egy Felszabadult tudná tévedhetetlenül megállapítani felszabadultságát, de egy további másik Felszabadult kellene ahhoz, hogy ezen utóbbi felszabadultságának valóságát konstatálja, s ennek így kellene folytatódnia »ad infinitum«. Legfeljebb azt lehetne mondani: »ha én felszabadultam, önmagam számára minden felszabadultságot felismernék«.

Bhagaván Srí Ramana Maharsi összehasonlíthatatlanul sokkal nagyobb mérvű valószínűsíthetőséggel tekinthető Felszabadultnak–Felébredettnak, mint a XIX. és a XX. században bárki más, nyilvánvalóan azok közül, akikről egyáltalán tudunk. Ezt élete, személyiségfelettséget reprezentáló személyisége és útmutató tanításának mélysége-magassága, e tanítások specificitása és egyetemessége sokszorosán és kétségbevonhatatlanul megerősíti.

A Maharsi életszentséget sugárzó élete, ennek az életnek minden ismert mozzanata, biztos útmutatásainak, legfelsőbbrendű tanításainak mélysége és magassága, személyekhez szóló különállósága és egyetemes érvénye még a szintén kimagasló Srí Ramakrsna tanítói életét és élet-opusát is messze meghaladja-felülmúlja.

Ramana Maharsi nem Világtanítóként lépett fel, nem ment az emberek közé tanítani, nem is hívott magához senkit, hogy tanítvány lehessen. Lassan, fokozatosan, bár a későbbi időkben már nagyobb ütemben gyűltek köréje egyre többen és többen, bár soha nem nagyon sokan. A köréje gyűlők között voltak olyanok is, akik a megvalósításfeletti megvalósítás vonatkozásában más utakon már magasra jutottak, s olyanok is, akik a spiritualitás vonalán a kezdőknél is kezdőbbek voltak.

A fiatal Ramana – úgy tudni – már a tizenhetedik életévében célhoz ért. Származásának árya-dvijja és bráhmána háttér-volta tökéletesen megfelelő kiindulási alap volt, de – önmagában – egyáltalán nem magyaráz meg semmit. Minden bizonnyal, de legalábbis minden valószínűség szerint születetten virtuális Bódhisattva volt. Ezt a feltételezést erősíti meg az is, hogy – tudomásunk szerint – minden szorosán vett útnak az előzetes végigjárása nélkül, az előkészítést, az előbeavatást, a beavatást, az előmegvalósítást, a megvalósításfeletti megvalósítás fokozatait, a betetőzést és a »transscendentalis« átlépést egyetlen »transactus supravoluntaris« által – egyetlen időtlen pillanat alatt – elérte.

Általános értelemben nem volt meghatározható útja, és nem is tanított szokványos értelemben definiálható utat. Útmutatása a lehetséges utak legbensőbb, leglényegibb lényegére irányult.

Bhagaván Srí Ramana Maharsi útját – ha jóga-nak tekintjük – teljes joggal nevezhetnők Ádi-Yógá-nak. (Ádi-Yógá-nak nevezték-nevezik a Padmasambhava-Buddha által kijelölt egyik utat is, de ez nem érinti a mi megnevezésünket.)

A Maharsi-féle Ádi-Yóga – ha az általunk javasolt megnevezést használjuk – alig tekinthető világekorszakhoz kötöttnek, sőt, még a lehetséges létformák valamelyikéhez is kevésbé kapcsolódik. Egyértelműen implikálja – az általános jóga-utak közül – mind a Bhakti-, mind a Karma-, mind a Jnana-Yógá-t, és bizonyos tekintetben a Raja-Tantra-Yógá-t is, anélkül, hogy ezek bármelyikével vagy ezek együttesével azonos lenne. Az implikáció alapja az, hogy mindezen yógá-k felső hátterével, bázisával függ – a legszorosabban – össze az, ami a Maharsi Ádi Yógá-jának tekinthető és nevezhető.

A Maharsi által javasolt út – amennyiben igazán útnak minősül – járható az előkészítés, az előkészítés, az »autocorrectificatio«, az előbeavatás, a beavatás, a prayóga és a jóga-nak megfelelő, a jóga-hoz kapcsolódó metafizikai megvalósulás szintjén. Elvileg kivétel nélkül bárki járhatja és gyakorolhatja ezt az utat, és a kifejezett elbukási lehetőség sem túlságosan nagy ezen a vonalon. Szorosan és szigorúan értelmezve, persze, szó sem lehet arról, hogy ez könnyű út lenne. Némely tekintetben könnyebb, némely tekintetben nehezebb bármely más útnál – és e tekintetben a »nehezebb« hangsúlyozása legalább annyira fontos, mint a »könnyebb«-é.

Az egyértelműen bizonyosnak tekinthető, hogy bármilyen más valóságosan járható úttal összeköthető, és ennek – úgy véljük – igen nagy a jelentősége.

A Maharsi útján a »consideratio«, a »concentratio«, a »meditatio«, a »contemplatio« kiinduló alaptémája egy – nem megválaszolásra váró – »kérdés«, és ez a »Ki vagyok Én?« kérdése – bizonyos szinteken már szavak, fogalmak és »thematicum« nélkül és felett, sőt, feltevés nélkül és felett feltéve.

A »Tráditionálitás Metaphysica« valamennyi – valóban autenticitással rendelkező – tanítása, kiváltképpen az, amely szorosabban összefügg a metafizikai magvalósítással – közvetve vagy közvetlenül –, olyan, hogy filozófiafeletti szinten megfelel annak a létszemléletnek, amelyet a filozófia szintjén »sólipsismus« néven ismerünk.

A »sólipsismus« vagy pontosabban »magicus sólipsismus«, vagy – méginkább pontosítva – »theourgomagicus sólipsismus« – szigorúan a filozófiafelettség értelmében – szoros és közvetlen kapcsolatban, összefüggésben áll a Maharsi által tanított alapszemlélettel, akárcsak az Advaita-Védánta-Váda, a »tantrikus« Dvaitádvaita-Váda, vagy Meister Eckhart bázis-tanításaival.

Itt a »magicus« jelző (mint maga az esetleg felvethető »magia« – »mageiá«, »máya« – is) nem a siddhi-k megnyilvánítására vonatkozik, hanem – valóban a »theourgo-mageia« értelmében – a megvalósíthatóságra és a megvalósításra utal, egy hatalmi-uralmi lehetőség aktualizációjának megfelelően.

(A Maharsi – feltehetően – Mahásiddhá-k fokán és még magasabb fokon állt, de – bár csodálatos történések mentek végbe a közelében – elutasító volt a siddhi-k



megnyilvánításának vonatkozásában. Semmi sem lett volna számára, ám még önma-ga mágikus meggyógyítását sem tekintette szükségesnek és megvalósítandónak.)

Mind a »sólipsismus philosophicus«, mind a »sólipsismus hyperphilosophicus« egyértelműen azt tanítja, hogy – egyes-szám első-személyben fogalmazva – egyetlen-egy alanya van és lehet a Tudati Létnek, s ez az alany Én-Önmagam vagyok – minden »acciónálítás« az én »acciónálítás«-om és minden tárgyiség, az egész tárgyi világ az én tárgyiségom, az én tárgyi világom. Van »Reálitás Obiectíva«, de tudattól, tudatunktól és – mindenek előtt – tudatomtól független tárgyi valóság nincs és nem is lehet. A »Realitás Obiectíva« a Tudat »Realitas Obiectívá«-ja – »Reálitás Obiectíva Illúziória«: realitás is, illúzió is – egyszerre. Legvégső fokon minden Én-Önmagam vagyok, s rajtam kívül – voltaképpen – nincs senki és semmi. Az »Auton«-ez felel meg a szanszkrit »Átmá«-nak – mint »Egon-Auton« (»Aham-Átmá«) nyilatkozik meg, s minden más (másvalaki, másvalami), vagyis »Heteron« – lényegileg – fel nem ismert »Auton«.

A Maharsi – s ez nyilvánvaló – nem volt filozófus, s tanítása végtelenül magasabb minden filozófiánál, de magasabb a filozófiafeletti filozófiánál is, azonban, ha tanítása nem is »philosophiá«, sőt nem is »hyperphilosophiá«, hanem – lényege szerint – »sophiá«, »hyperphilosophiá«-kénti értelmezése mégis lehetséges, ez viszont a »philosophiá« szintjén is megérintható. Ennek értelmében joggal mondhatjuk, hogy Ramana Maharsi – mint »sophos«, mint a »sophiá« tökéletes ura és birtokosa – olyan tanítást közölt, amely vitán felüli egyértelműséggel »sólipsisticus«-nak tekinthető.

Itt szükségesnek tekintjük – rövid kitérőként megjegyezni, hogy az »antisólipsisticus« felfogás és állásfoglalás egyszersmind – akarva-akaratlanul – mindig »antitrá-ditionális«, »antispírituális« és »antimetaphysicális« állásfoglalás, és csakis ilyenként értékelhető. Ez egyébként azoknak az esetleges állásfoglalására is vonatkoztatható, akik különben a »Tráditionálítás Spirituális et Metaphysica« kimagasló értői és »representáns-interpretátor«-ai, akiket számos más vonatkozásban messzemenően tisztelünk, s akiknek a munkásságát mellőzhetetlennek, alapvetőnek és irányadónak tekintjük.

Azt is szükségesnek tartjuk megjegyezni, hogy mi az adekvát »philosophiá«-t »propaedeuticá«-nak tekintjük, – nem többnek és nem is kevesebbnek; a »hyperphilosophiá«-nak pedig azt a szellemi »hidat« nevezzük, amely a »philosophiá«-t összeköti a »sophiá«-val. Sok legitim philosophia lehetséges, de a philosophiá-k legadekvátabb irányvonalát és betetőzését a »solipsismus« jelenti, pontosabban az, amit a sorok szerzője egyéb írásaiban a következőképpen nevezett meg: »metideálistus tránszcendentáli-immanentális et immanentáli-transcendentális theourgo-magico-sólipsisticus absolutus«.

Ez a »philosophia« betetőzése és ez a »hyperphilosophia« egyetlen lehetséges irányvonala, amely a »Sophiá« eléréséhez vezet.

Az előbbieken megnevezett »irányzat« philosophiai-hyperphilosophiai tanulmányozása – meggyőződésünk szerint – kitűnő előtanulmánya Maharsi szemléletének mélyebb-magasabb megértéséhez.

A »philosophia« bizonyosan érvénytelen, ha meg akar maradni csak »philosophiá«-nak, anélkül, hogy önnön »hyperphilosophiá«-ba való átvezethetőségét művelője-művelői által biztosítaná. A »hyperphilosophia« elégtelen – s ilyen értelemben érvénytelen is –, ha nem a »tránszcensió sophiatica« előkészítője.

A Maharsi joggal »sólipsisticus«-nak tekinthető tanításának velejárója, hogy a »heterotheisticus« (»heterontheisticus«) felfogással szemben az »autotheisticus« (»autontheisticus«) állásfoglalást részesítette előnyben. Ennek értelmében – végső lényegem szerint – Én-Magam vagyok Isten, vagyis az Önvaló azonos Istennel, és Én-Önmagam vagyok az Önvaló. A külső Istennel szemben a benső Isten, Isten más-sága helyett az Istennel–Istenséggel való azonosság van a Maharsi tanításában ki-mondva. (Eltelkintve attól, hogy nem minősítette helyesnek, ha az őhöz forduló »kimondások«-hoz tartották magukat.)

Voltaképpen leginkább az »autometapantholothoisticus« Istenség-felfogásként lehetne meghatározni azt, amit a Maharsi ezen vonatkozásban tanított. A személytelen-személyfeletti Istenség-felfogás lényegesen közelebb áll e szemlélethez, mint a személyes, noha a Maharsi egy bizonyos – sajátos – értelemben mégis a »személyes« Isten-felfogás mellett foglalt állást, mégpedig abban az értelemben, hogy Isten vagy az Istenség az egyes-szám első-személyen keresztül közelíthető meg.

A Maharsi számára – magától értetődően – nem léteztek sem filozófiai, sem pedig egyéb problémák, s a »problématicáció«-t mások számára sem javasolta, mégpedig a leghatározottabban nem.

A Maharsi tanítása igen erős határozottsággal irányul az auto-identificáció-ra és az ezzel kapcsolatban felmerülő bázis-tévedésre, a testtel-testiséggel való önazonosításra. Tudnunk kell, hogy minden arra mutat: a Maharsi nem csupán a legszorosabb értelemben vett fizikai test »externalis« és »internalis« átélhetőségének vonatkozásában beszél testről, noha ebben az értelemben is, hanem minden »hordozó«-t ide sorol, a legkülönbözőbb szubtilis testeket is, de még a lelket is, sőt, a nem legmagasabb szellemet-szellemisséget úgyszintén.

Tudjuk, hogy minden spirituális-metafizikai tanítás megvalósítás vonatkozású lényegének köréhez tartozik az, hogy a Heteron-ok – így a hordozók – összességét-teljességét le kell választanom önmagamról, de mint Heteron-t; s végül a Heteron-t – ám már Auton-ként felismerve – vissza kell vennem önmagamra. Ez – más szavakkal kifejezve – Ramana Maharsi tanításában sincs másként.

Már megjegyeztük, hogy Bhagaván Srí Ramana Maharsi nem lépett fel Világtanítóként a világ felé. Ezzel együtt és ennek ellenére – normatív rangját tekintve – egyértelműen Világtanítónak kell tartanunk. Autenticitáson alapuló tekintélye semmiben sem marad el a történelmi Lao-tse, a történelmi Buddha, a történelmi Jina, a történelmi Zarathustra, Jimmu Tenno, Romulus és Jézus Krisztus mögött. Önmaga számára meghatározott és önmagára vállalt missziója – külső »volumen«-ét tekintve – nem volt akkora, mint az Avatára-ké, a Buddhá-ké, a Jiná-ké, a Lao-tsé-ké, a Zara-

thustrá-ké és a Birodalmak alapító Isten-Királyaié, de benső és lényegi rangja meg-  
egyező volt ezek rangjával.

A Maharsi tanítása és útmutatása egyetlen spirituális-metafizikai tanításnak sem  
mond ellent, ahogy azok sem mondanak ellent annak, amit a Maharsi tanított.

A »realificatio metaphisica« vagy »suprerealificatio metaphisica« metodikáját il-  
letően a Maharsi nem adott egy »manualé«-t a tanítványok és majdani követők szá-  
mára. Lehet, hogy voltak olyan benső tanítványok, akik számára szorosán vett meto-  
dikai útmutatást is adott, de erre nézve nem állnak rendelkezésre részletes, pontos és  
megbízható utalások. Ez az, ami a Maharsi-féle út teljes végigjárását, néhány egyéb  
más tényező és a törekvők kvalitáshiánya mellett jelentősen megnehezíti.

Valószínűnek tűnik, hogy – egészen kivételes esetektől-egyénektől eltekintve – a  
Maharsi-féle utat a leghelyesebb valamiféle más úttal kombinálni. Esetleg valamiféle  
noétikus út és valamiféle tantrikus út előzetes kombinációjával, vagy valamilyen  
más, ám ehhez hasonlóval.

Némi túlzással azt lehetne és kellene mondani, hogy az, aki ma megvalósítási  
utat akar követni, nem mellőzheti a Maharsi által kijelölt, de metodikailag nem pon-  
tosított utat, ám célszerű ha nem csak ezt a vonalat követi, hanem más – egymással is  
és ezzel is összeegyeztethető – utakat is kijelöl önmaga számára, mesterek vezetésé-  
vel vagy haladottabbak útmutatásával összekötve.

Azt, ami a megvalósítással közvetlenül összefügg – csak analógiákkal lehet érzék-  
eltetni. Maga az »út«, a »cél«, az »elérendő« és még sok más – mind csak hasonlat,  
adekvát hasonlat, de hasonlat. Olykor – valamilyen szempontból – ezeket fel lehet,  
néha fel is kell adni. Bizonyos tekintetben nincs is út, bizonyos tekintetben nincs cél  
sem, és nincs mit megvalósítani, vagy a cél máris jelen van, az út eleve végig járt út.  
Ezek mind érvényes kijelentések – ahogyan az ezektől eltérőek is azok. Mindazonál-  
tal egy benső és feltárandó rendet követve hangzik el, rögzítettik írásba az egyik vagy  
éppen a másik. Egy Acarya vagy egy Guru néha eltér mások szóhasználatától, sőt  
olykor még önnön megszokott szóhasználatától is. A tanítvány vagy leendő tanítvány  
soha ne ragaszkodjék mereven valamely szóhasználatához, de tisztelettel viseltessék  
mindegyik iránt.

Bhagaván Srí Ramana Maharsi inadekvát tisztelete igen nehéz, de sajnos még ez  
sem lehetetlen. Minden »követés« elhibázzottá válhat, még a Maharsi követése is. A  
Maharsi kizárólagos követése súlyosan hibás, és nem is felel meg a Maharsi szellemi  
intencióinak.

Remélhető, hogy Bhagaván Srí Ramana Maharsinak, ennek a hatalmas szellem-  
nek a magyarul megjelent és megjelenő útmutató tanításai a spirituális-metafizikai vi-  
lágosság fokozódásának kiemelt fontosságú-jelentőségű mérföldkövei lesznek és ma-  
radnak mindenki számára.

*Dr. László András*

## Bhagaván Srí Ramana Maharsi életének fontosabb eseményei

1. 1879 A dél-indiai Madurai közelében, Tiruculiban, december 30-án, hajnali 1 órakor egy bráhmána család második gyermekeként megszületik Vénkataraman, a későbbi Ramana Maharsi.
2. 1892 Édesapja halálát követően ő és idősebb bátyja Maduraiba, rokonai házába költözik, s előbb az ottani skót középiskolában, majd az amerikai missziós gimnáziumban folytatja tanulmányait.
3. 1896 Július közepén egyfajta spontán – és minden fizikai indítéktól független – haláltapasztalaton megy keresztül, amely Önmaga maradéktalan megvalósítását eredményezi. E pillanattól fogva soha el nem halványuló Ön-tudattal rendelkezik.
4. 1896 Augusztus 29-én édesanyja és rokonai tudta nélkül elhagyja Madurait, és zsebében három rúpiával elindul a Tiruvannamalai melletti Arunacala szent hegye felé.
5. 1896 Szeptember 1-én megérkezik Tiruvannamalaiba, ruhájáról és maradék pénzéről lemond, és az ottani templom különböző pontjain szinte minden idejét *samádhi*-ba mélyedve tölti.
6. 1898 Májusban rokonai rátalálnak, és madurai nagybátyja felkeresi, hogy hazavigye.
7. 1898 Decemberben édesanyja is felkeresi, hogy hazavigye, de az ő kísérlete is kudarcba fullad.
8. 1899 Februárban Arunacala hegyére költözik, és a hegy különféle barlangjaiban – többnyire a Virúpákša-barlangban, nyáron pedig a Mangóliget-barlangban – lakik.
9. 1900-1902 Egyik első tanítványa, Gambiram Sesayya kérdéseire adott írásbeli válaszaiból megszületik első műve, a *Vicára Sangraham (Ön-kutatás)*, mely azonban csak évekkel később kerül kiadásra.
10. 1902 Sivaprakásam Pillai kérdéseire válaszolva megszületik második műve, az ugyancsak később publikált *Nán Jár? (Ki vagyok én?)*.
11. 1905 A környéken kitört pestisjárvány következtében a város elnéptelenedik, Maharsi pedig leköltözik a hegy lábánál lévő Pacaiamman-szentélybe.

12. 1907 Felkeresi Kávyakantha Ganapati Muni, aki ezt követően talán legkiválóbb tanítványává válik. Ő az, aki az addig csak »Bráhma Svámi«-nak nevezett bölcsnek a »Bhagaván Srí Ramana Maharsi« nevet adja.
13. 1908 Tamil prózára fordítja Sankarácárya *Vivekacúdámáni* és *Drgdrsyaviveka* című műveit.
14. 1911 Novemberben felkeresi legelső nyugati tanítványa, Frank H. Humphreys.
15. 1912 Második haláltapasztalata.
16. 1915 Himnuszok Arunácalához.
17. 1916 Átköltözik az egyik tanítványa által létrehozott Skandasramba.
18. 1917 Édesanyja odaköltözik hozzá a Skandasramba. Ganapati Muni megírja a *Srí Ramana Gítát*, Maharsi tanításának szanszkrit nyelvű verses összefoglalását.
19. 1922 Édesanyja meghal. December közepén átteszi székhelyét a hegy lábánál lévő Ramanasramamba.
20. 1927 Megírja az *Upadesa Sáram (Az útmutatások lényege)* bölcséleti költemény tamil, telugu, malajálam és szanszkrit változatait.
21. 1928 Összeállítja az *Ulladu Nárapadu (Sad-Vidyá, vagy másképpen Negyven vers a Valóságáról)* című költeményét, amely a későbbiek folyamán a legtöbbet kommentált művévé válik.
22. 1933 Két rövidebb *ágamát* tamilra fordít.
23. 1939 Az édesanyja sírja fölötti Mathrubhútesvara-templom alapköletétele.
24. 1940 Kiválasztja a *Bhagavad Gítá* negyvenkét legfontosabb versét, majd telugura és tamilra fordítja azokat.
25. 1946 Szeptember elsején Maharsi Arunacalára érkezésének ötvenedik évfordulója alkalmából az asramban ünnepséget tartanak.
26. 1947 Megírja az *Ekátma Pancakam (Öt vers az Önvalóról)* című költeményét.
27. 1948 Tamilra fordítja Sankarácárya *Átmabodháját*.
28. 1949 A Mathrubhútesvara-templom felszentelése.
29. 1950 Április tizennegyedikén, este 8 óra 47 perckor Ramana Maharsi *mahánirvánája (parinirvánája)*. Pontosan e pillanatban dél felől északi irányba tartva egy lassan mozgó, fényes üstökös jelenik meg az égbolton, majd Arunacala csúcsa mögött eltűnik.

## A kötetről

Ez a könyv *Bhagaván Srí Ramana Maharsi* (1879. december 30.- 1950. április 14.) három önálló művét foglalja magában.

### *Ki vagyok én? (A tamil nyelvű mű eredeti címe: Nán Jár?)*

A *Ki vagyok én? Ramana Maharsi* időrendben második könyve, amely eredeti formájában 1902-ben született, amikor *Maharsi* huszonnégy éves volt. Ekkoriban még *Arunácala* szent hegyének délkeleti oldalán, a *Virúpáksa* barlangban tartózkodott (csak jóval később költözött le a hegy lábánál fekvő – róla elnevezett – *Ramanásramamba*). Maga a mű eredetileg *Maharsi* egyik első tanítványa, *Sívaprakásam Pillai* kérdéseire adott válaszokat foglalja magában. Mivel Maharsi ebben az időben nem beszélt (habár soha nem tett formális hallgatási fogadalmat), a szóban elhangzott kérdésekre írásban válaszolt.

A fordítás forrása: *The Collected Works of Ramana Maharshi*.

Srí Ramanasramam, Tiruvannamalai, 1996, pp. 39-50.

\* \* \*

### *Szellemi útmutatás (A tamil nyelvű mű eredeti címe: Upadesa manjari)*

Hasonló körülmények között keletkezett, mint a *Ki vagyok én?*, csupán tizenhat évvel később, 1918-ban. A könyvet Maharsi híveivel való beszélgetései alapján *Sadhu Natanánanda* állította össze, majd az általa összeállított művet *Maharsi* korrigálta.

A fordítás forrása: *The Collected Works of Ramana Maharshi*.

Srí Ramanasramam, Tiruvannamalai, 1996, pp. 51-79.

\* \* \*

### *Maharsi Evangéliuma (Az angol nyelvű mű címe: Maharshi's Gospel)*

Az 1935-ben összeállított mű nem tartozik *Maharsi* eredeti művei közé, hanem angol nyelvű változata a különböző nyelveken elhangzott kérdéseknek és *Maharsi* úgyszintén különböző nyelveken adott válaszainak.

A fordítás forrása: *Maharshi's Gospel*.

Srí Ramanasramam, Tiruvannamalai, 1979.

## Ki vagyok én?

Mivel minden élőlény (*jíva*) állandó, szenvedéstől mentes boldogságra vágyik, mivel a mindenkifölötti szeretet (*parama priyam*) mindenkiben kizárólag önmagára irányul, s mivel a szeretet csak arrafelé fordul, amerre boldogságot talál, ahhoz, hogy az ember elérje ezt a boldogságot – amely tulajdonképpeni természetét alkotja, s amely az elme működésétől mentes mélyalvás állapotában naponta megtapasztalható –, meg kell ismernie saját valóját. Ennek alapvető eszköze (*mukhya sádhana*) egyedül a »Ki vagyok én?« kérdésén alapuló kutatás (*jnána vicára*).

### *Ki vagyok én?*

Nem én vagyok a hét alkotóelemből (*dhátu*) álló durva [anyagi] test; nem én vagyok az öt megismerő képesség, nevezetesen a hallás, a tapintás, a látás, az ízlelés és a szaglás képessége, amelyek a nekik megfelelő tárgyakat, vagyis a hangot, a tapintást, a színt, az ízt és az illatot érzékelik; nem én vagyok az öt akarati képesség, nevezetesen a beszéd, a helyváltoztatás, a fogás, az ürítés és a nemzés képessége, amelyek a nekik megfelelő funkciókkal, vagyis a beszéd, a helyváltoztatás, a fogás, az ürítés és gyönyörézés funkcióival rendelkeznek; nem én vagyok az öt léletrész, vagyis a *prána* és a többi, amelyek a belégzésnek és a többi négy lélegzési funkciónak felelnek meg; de nem én vagyok a gondolkozó elme sem; s ugyanígy nem vagyok azonos a [mélyalvásban megvalósuló] tudatlansággal sem, amely mit sem tud a objektumokról, amelynek nincsenek funkciói, s amely a tárgyaknak csupán maradványszerű benyomásait hordozza.

### *Ha ezek közül egyikkel sem vagyok azonos, akkor ki vagyok én?*

Miután a fent említett azonosítások mindegyikét az »ez sem«, »az sem« válaszokkal elutasítottuk, egyedül [maga] a tudatosság marad – az, hogy *én vagyok*.

### *Mi a tudatosság természete?*

A tudatosság természete: lét–tudat–üdv.

### *Mikor éri el az ember az Önvaló megvalósítását?*

Mikor a világ, ami–a–látott, eltávolíttatik, valósul meg az Önvaló: a látó.

### *Nem lehetséges az Önvaló realizálása, amíg a világ (valóságosnak tekintve) jelen van?*

Nem lehetséges.

### ***Miért?***

A látó és a látott tárgy viszonyát a kötél és a kígyó hasonlata szemlélteti. Ahogy a kötél darabot csak akkor ismeri fel kötél darabként az ember, ha többé nem vetíti rá a kígyó hamis képzetét, éppúgy az Önvaló megvalósítására is csak akkor nyílik lehetősége, ha felszámolja a világ valóságába vetett hitét.

### ***Mikor mondhatja azt az ember, hogy sikerült eltávolítania a világot, vagyis a látás tárgyát?***

Mikor az összes megismerés és az összes cselekvés forrásául szolgáló elme lecsillapodik, a világ el fog tűnni.

### ***Mi az elme természete?***

Amit »elmének« neveznek, az egy Önvalón belüli rendkívüli hatalom. Az elme az összes gondolat keletkezésének oka. Gondolatoktól függetlenül létező elméről nem beszélhetünk. Az elme lényege ugyanis éppen a gondolkozás. A világról mint gondolatoktól független entitásról nem beszélhetünk. Az álomtalan mélyalvásban nincsenek gondolatok és nincs világ. Az ébrenléti és az álomállapotban viszont vannak gondolatok és van világ is. Mint ahogy a pók magából ereszti ki hálója fonalát, hogy aztán újra visszahúzza magába, úgy vetíti ki magából az elme is a világot, hogy aztán ismét magába vonja. Amikor az elme kilép az Önvalóból, megjelenik a világ. Ezért amikor a világ valóságos létezőként megjelenik, az Önvaló rejtve marad; és amikor az Önvaló felragyog, a világ nem tud megjelenni. Ha az ember állhatatosan tanulmányozza az elme természetét, az elme felszámolódik, úgy hogy elhagyja az Önvalót, mint reziduum. Amikor az Önvalóra utalunk, akkor ez alatt az **átmant** értjük. Az elme mindig csak valami durva objektum függvényében létezik; egyedül nem képes fennmaradni. Az elme az, amit szubtilis testnek vagy léleknek (**jíva**) nevezünk.

### ***Milyen módon kell vizsgálódnia az embernek, ha meg akarja érteni az elme természetét?***

Ami »énként« jelenik meg a testben, az az elme. Ha az ember megvizsgálná, hogy a testben hol jelenik meg először az »én« gondolata, akkor rájöhetne arra, hogy az először a Szívben bukkan fel. Innen ered az elme. Ha az ember egyszerűen csak folytonosan arra gondolna, hogy »én«, »én«, akkor is eljutna az elme forrásához. Az elmében megjelenő összes gondolat közül az »én« gondolata az első. Csak e gondolat megjelenése után jelenik meg a többi gondolat. A második és a harmadik személyű személyes névmás csupán az egyes szám első személyű személyes névmás megjelenése után születik meg; az egyes számú személyes névmás nélkül nem születhet meg a második és harmadik sem.

### ***Hogyan csendesíthető le az elme?***

A »Ki vagyok én?«-vizsgálódás segítségével. A »Ki vagyok én?«-kérdés gondolata az összes többi gondolatot elpusztítja, s miként a halottégető máglya piszkálására



használt bot, végül maga is megsemmisül. Ekkor következik be az Önvaló megvalósítása.

***Hogyan lehetséges folyamatosan kitartani a »Ki vagyok én?« gondolata mellett?***

Ha más gondolatok bukkannak fel, az embernek nem szabad követnie azokat, hanem a következő kérdést kell feltennie magának: »Kinek a gondolatai ezek?« Hogy mennyi gondolat bukkann fel, az ezúttal érdektelen. Amint egy gondolat felbukkan, késlekedés nélkül fel kell tenni a kérdést: »Kinek a gondolata ez?« Az erre adandó válasz: »Az én gondolatom.« Ha ezek után az ember felteszi azt a kérdést, hogy, »Ki vagyok én?«, akkor az elme visszatér saját forrásához, a felbukkanó gondolat pedig elenyészik. Ha az ember kitartóan folytatja ezt a gyakorlatot, akkor az elme jártasságra fog szert tenni abban: miként maradjon meg saját forrásánál. Amikor a szubtilis elme az agyon és az érzékszerveken keresztül kifelé irányul, megjelenik a nevek és formák durva világa; ha viszont megmarad a Szívben, a nevek és formák világa eltűnik. *Antar-mukhának* [befelé fordulásnak] azt nevezik, amikor az ember nem enged, hogy az elme kifelé irányuljon, hanem megtartja a Szívben. *Bahir-mukhának* [kifelé fordulásnak] azt nevezik, amikor az ember enged, hogy az elme kilépjen a Szívből. Amikor az elme a Szívben marad, az összes gondolat forrását képező »én« eltűnik, és felragyog az örökké létező Önvaló. Bármit is tegyen az ember, azt az »én«-énsége (egoitása) nélkül kell tennie. Ha az ember ekképpen cselekszik, akkor mindenben meglátja a *Siva*-természetet.

***Vannak-e még más módjai is a mentális nyugalom elérésének?***

A vizsgálódáson (*vicára*) kívül nincs más kielégítő módszer. Ha az ember más módon igyekszik uralma alá vonni elméjét, akkor úgy fog tűnni, hogy uralja az elmét, de azután ez ismét tovatűnik. Az elme lecsendesítését a légzés feletti uralom révén is el lehet érni; viszont az elme csak addig marad nyugalomban, amíg a légzés uralása tart, s amint megszűnik a légzés ellenőrzése, az elme a maradványszerű benyomások hatására ismét mozgásba lendül, és erre-arra kezd vándorolni. Az elme és a légzés forrása ugyanaz. Az elme lényege valójában a gondolkodás. Az »én«-gondolat az elme első gondolata; ez az énség. Ahonnan az énség ered, onnan ered a légzés is. Ezért amikor az elme lecsendesül, a légzés is szabályozottá válik, és a légzés szabályozásával az elme is lecsendesül. Mindazonáltal hiába csendesül le az elme az álomtalan mélyalvásban, a légzés mégsem áll le. Ez Isten akaratának köszönhető, ő ugyanis így gondoskodik a test fennmaradásáról, és arról, nehogy mások halottnak gondolják a testet. Amikor az elme az ébrenléti állapotban a *samádhi* során elcsendesül, a légzés is szabályossá válik. A légzés az elme durva formája. A légzést a halál pillanatáig az elme tartja fenn a testben; amikor pedig meghal a test, az elme magával viszi a légzést. Ezért a légzés ellenőrzése csupán segédeszköze lehet az elme lecsendesítésének (*manonigraha*), s önmagában nem képes arra, hogy felszámolja az elmét (*mano-nása*).

A légzésszabályozáshoz hasonlóan az isteni formákon való meditáció, a **mantrák** ismételtetése, a táplálék korlátozása és a többi hasonló módszer is csupán segédeszköze lehet az elme lecsendesítésének.

Az isteni formák fölötti meditáció és a **mantrák** ismétlése révén az elme egyhegyűvé válik. [Egyébként azonban] hol erre, hol arra fog csapongani. Ahogy az elefánt [ide-oda himbálózó] ormányára egy láncot tesznek, s ahogy az attól fogva már csak a láncsal törődik, épp ilyen módon foglalja le az elmét egy név vagy egy forma, amikor egyedül csak azzal foglalkozik. Amikor az elme számtalan gondolatra osztódva szétfolyik, mindegyik gondolat elerőtlenedik; a gondolatok felszámolásával azonban az elme egyhegyűvé és erőssé válik; az ilyen elme számára az Önvaló kutatása már nem okoz különösebb nehézséget.

Minden olyan korlátozás, amely arra vonatkozik, hogy csak **sattvikus** élelmet vegyünk magunkhoz – s azt is csak kis mértékben –, igen hasznos; e szabályt betartva az elme **sattvikus** minősége erősödik, és ez segítséget jelent az Önvaló kutatása során.

***A tárgyak maradványszerű benyomásai (a gondolatok) vég nélkül követik egymást, akárcsak az óceán hullámai. Mikor sikerülhet az embernek eltávolítania az összeset?***

Miként az Önvaló feletti meditáció egyre magasabb és magasabb fokra hág, úgy fognak a gondolatok is megsemmisülni.

***Elképzelhető-e az, hogy a tárgyak maradványszerű benyomásai, amelyek az idők végtelensége óta áramlanak, elenyésszenek, és hogy az emberben ne maradjon más, mint a tiszta Önvaló?***

Anélkül, hogy a »Lehetséges-e, vagy nem lehetséges?«-kételynek helyet adna, az embernek állhatatosan ki kell tartania az Önvaló feletti meditáció mellett. Még ha nagy bűnös volna is, akkor sem szabad aggodalmaskodnia és panaszkodnia: »Ó, én bűnös, hogyan menekülhetnék meg?« Ha az ember megszabadul a »bűnös vagyok« gondolatától, és figyelmét állhatatosan az Önvaló feletti meditációra irányítja, akkor bizonyosan sikerrel jár. Nincs két elme – egy jó és egy gonosz elme; csak egyetlen elme létezik. A maradványszerű benyomások azok, amelyek kétfélék: kedvezőek vagy kedvezőtlenek. Amikor az elme kedvező befolyások hatása alá kerül, akkor jónak nevezik; amikor pedig kedvezőtlen befolyások hatása alá kerül, akkor gonosznak tekintik.

Nem szabad hagyni, hogy az elme a világi tárgyak és a többi emberrel kapcsolatos dolgok irányába csapongjon. Bármennyire is rosszak legyenek az emberek, a törekvőnek nem szabad gyűlöletet éreznie irántuk. A vágyaktól éppúgy tartózkodnia kell, mint a gyűlölettől. Mindazt, amit az ember másoknak ad, valójában magának adja. Ha az emberek megértenék ezt az igazságot, ki tarthatná vissza őket attól, hogy másoknak adjanak? Amikor az ember felébred, [vele együtt] minden felébred; amikor elcsendesül, [vele együtt] minden elcsendesül. Amilyen mértékben aláztosak va-

gyunk, olyan mértékben fog ez a beállítottság jó eredményeket szülni. Ha az elme elcsendesül, az ember bárhol élhet.

### ***Meddig kell a kutatást gyakorolni?***

A »Ki vagyok én?«-vizsgálódást mindaddig folytatni kell, amíg az elmében tárgyak benyomásai jelennek meg. Amint felbukkannak a gondolatok, ott és akkor, közvetlenül megjelenésük pillanatában kell őket e kérdés révén elpusztítani. Ha az ember szakadatlanul az Önvaló kontemplációjába merülne, mindaddig, amíg az Önvalót el nem érné, akkor ez [a »Ki vagyok én?« kérdésének vizsgálata nélkül,] önmagában is elegendő volna. Mindaddig, amíg a várban ellenséges erők vannak, újra és újra támadásba lendülnek; ha azonban felbukkanásuk pillanatában elpusztítjuk őket, a vár a mi kezünkre kerül.

### ***Mi az Önvaló természete?***

Ami valójában létezik, az egyedül az Önvaló. A világ, az individuális lélek és az Isten, akár a gyöngyházban az ezüst-csillogás, csupán az Önvalón belüli tünékeny jelenségek; e három ugyanabban a pillanatban jelenik meg és ugyanabban a pillanatban tűnik el.

Az Önvaló ott található, ahonnan az »én«-gondolat teljesen hiányzik. Ezt nevezik »csendnek«. Az Önvaló maga a világ; az Önvaló maga az »én« az Önvaló maga az Isten. Minden *Siva* –, az Önvaló.

### ***Nem Isten műve-e minden?***

A Nap vágy, szándék és erőfeszítés nélkül kel fel. A Nap pusztája jelenléte révén a napkőből tűz csap ki, a lótusz virágba borul, a nedvesség elillan, az emberek nekilátanak különféle feladataiknak, hogy azután nyugovóra térjenek. Mint ahogy a mágnes közelében megmozdul a tű, úgy viszik véghez tetteiket és úgy térnek nyugalomra saját karmáikkal összhangban Isten pusztája jelenlétének köszönhetően a három kozmikus funkció és az ötrétű isteni tevékenység által irányított lelkek. Istennek nincs semmi szándéka. Hozzá éppúgy nem tapad semmilyen karma, mint ahogy e világ cselekedetei sincsenek semmilyen hatással a Napra, vagy mint ahogy a többi négy elemhez kapcsolódó érdemek avagy érdemteleniségek sem gyakorolnak befolyást a mindent átható éterre.

### ***Ki tekinthető legnagyobbnak a törekvők közül?***

Aki Önmagának, azaz Istennek szenteli magát, az a legkiválóbb törekvő. Magunkat Önmagunknak szentelni annyit jelent, mint állandóan az Önvalóban maradni anélkül, hogy teret engednénk bármilyen gondolat megjelenésének az Önvaló gondolatán kívül.

Bármily terhet rakunk is Istenre, ő elbírja azt. Ha egyszer mindent Isten legfelső hatalma mozgat, miért nem vetjük alá magunkat e hatalomnak, és miért engedjük, hogy folytonosan olyan gondolatok nyugtalanítsanak bennünket, hogy mit és hogyan

kell tennünk, illetve mit és hogyan kell elkerülnünk? Ha egyszer tudjuk, hogy miután felszálltunk a vonatra, minden terhet az víz, miért tartanánk csomagjainkat kényelmetlenül fejkönkön ahelyett, hogy leraknánk azokat, és kényelembe helyezkednénk?

### ***Mit jelent a nem-kötődés?***

A felbukkanó gondolatok teljes és maradéktalan elpusztítása keletkezésük pillanatában – ez a nem-kötődés. Mint ahogy a gyöngyhalász egy derekára kötött kő segítségével merül le a tenger fenekére, hogy ott gyöngyöket kutasson fel, úgy kell az embernek is felöveznie magát a nem-kötődéssel, alámerülnie önmagába, hogy megszerezze az Önvaló igazgyöngyét.

### ***Lehetséges-e Isten vagy a guru részéről egy lélek megszabadításának véghezvitele?***

Isten és a **guru** csak a megszabadulás útját mutatják meg; pusztán ők nem fogják a lelket a szabadság állapotába emelni.

Isten és a **guru** valójában nem különbözik. Mint ahogy a tigris nem ereszti többé zsákmányát, ha már egyszer megragadta, akire a **guru** kegyes tekintete rávetül, az nem vész el; mégis mindenkinek saját erejéből kell járnia az Isten vagy a guru által mutatott ösvényen, és saját erőfeszítésével kell kivívnia a megszabadulást. Az ember csak saját tudása szemén át ismerheti meg magát, nem másvalakién keresztül. **Ráma** vajon tükör segítségére szorul-e, hogy megtudja: ő **Ráma**?

### ***A megszabadulás után vágyakozónak kell-e vizsgálódnia a [mindenséget alkotó] princípiumok (tattvák) természetét illetően?***

Miként annak, aki konyhai hulladékot akar kihajítani, nincs szüksége arra, hogy a szemetet vizsgálva megnézzze, mit is dob ki, éppúgy annak sincs szüksége a **tattvák** számbavételére avagy jellegzetességeik kutatására, aki az Önvalót akarja megismerni; amit tennie kell, az az Önvalót elrejtő valamennyi kategória elutasítása. A világot úgy kell tekinteni, mint egy álmot.

### ***Van-e különbség az álom és az ébrenlét között?***

Az ébrenlét hosszú, az álom rövid; más különbség nincsen. Mint ahogy az ébrenlét során történtek valóságosnak tűnnek ébrenlétünk folyamán, éppúgy valóságosnak tűnnek az álomban történtek is, miközben alszunk. Az álomban az elme egy másik testet ölt magára. Az ébrenlét és az álom állapotában egyaránt a gondolatok, nevek és formák egyidejűleg jelennek meg.

### ***Van-e valamilyen haszna a könyvek olvasásának azok számára, akik a megszabadulás után vágyódnak?***

Az összes [szent] szöveg azt mondja, hogy a megszabadulás előfeltétele a nyugodt elme; ebből következően azt tanítják, hogy az elmét le kell csillapítani. Ha egyszer ezt megértette az ember, semmi szükség a könyvek végnélküli olvasgatására. Az

elme lecsendesítéséhez az embernek csupán saját Önvalóját kell felkutatnia magában; s Önmagát vajon hogyan találhatná meg a könyvekben?! Önmagunkat saját bölcseségünk szemével kell felismernünk. Az Önvaló az öt burkon belül lelhető fel; a könyvek azonban a burkokon kívül vannak. S minthogy az Önvalót az öt burok eltávolítása után lehet megtalálni, hasztalan lenne azt könyvekben keresni.

Eljön majd az idő, amikor az embernek mindazt el kell felejtene, amit valaha is tanult.

### ***Mi a boldogság?***

A boldogság az Önvaló igazi természete; a boldogság és az Önvaló nem különböznek. A boldogság a világ egyetlen tárgyából sem fakad. Tudatlanságunknak köszönhetően képzeljük azt, hogy a tárgyából boldogságot meríthetünk. Amikor az elme kifelé irányul, szenvedéssel szembesül. Valójában akkor teljesülnek be az elme vágyai, amikor visszatér saját forrásához és elmerül a boldogságban – vagyis az Önvalóban. Az álomtalan alvás közben, a **samádhi** alatt és az eszméletlenség állapotában, illetve vágyainak tárgyát elérve avagy az ellenszenves tárgyakat eltávolítva éppen ez történik: az elme befelé fordul és tiszta Ön-boldogságot élvez. Az elme ily módon megállás nélkül, nyughatatlanul vándorol, és hol kilép az Önvalóból, hol visszatér hozzá. A fa alatti árnyék kellemes; az árnyékon kívül, a szabad ég alatt perzselő a hőség. Aki a napon volt, az kellemes hűvöset érez, amikor eléri az árnyékot. Aki viszont újra és újra elhagyja az árnyék hűvösét és kimegy a tűző napra, majd utána ismét az árnyék hűvösébe menekül, mi másnak nevezhetnénk, mint bolondnak? A bölcs ember állandóan az árnyékban marad. Hasonlóképpen, annak az embernek az elméje, aki ismeri az igazságot, nem hagyja el **Brahmant**. A balga ember elméje, éppen ellenkezőleg, miközben erre-arra forog a világban, csak szenvedést tapasztal, s csak egy kis időre tér vissza **Brahmanhoz**, hogy a boldogságot megízlelje. Amit világnak neveznek: csupán egy gondolat. Amikor a világ eltűnik – vagyis a gondolatoktól mentes állapotban –, az elme boldogságot tapasztal; amikor azonban újra megjelenik a világ, akkor az elme szenvedésbe merül.

### ***Mit jelent a bölcsesség meglátása (jnána-drsti)?***

A bölcsességet meglátni annyit jelent, mint csendben maradni. Az elme Önvalóban történő feloldásának eszköze: a csendben maradás. A telepátia, a múlt, jelen- és jövőbeli dolgok ismerete és a tisztánlátás nem azonosak a bölcsesség meglátásával.

### ***Milyen viszonyban van egymással a vágytalanság és a bölcsesség?***

A vágytalanság – bölcsesség. E kettő nem különbözik egymástól; ugyanazok. A vágytalanság védi meg az elmét attól, hogy valamely tárgy irányába elmozduljon. A bölcsesség azt jelenti: nem jelennek meg tárgyak. Más szavakkal az elkülönülés és a vágytalanság nem más, mint az Önvaló keresése – nem keresni mást, mint az Önvalót; az Önvaló el nem hagyása – a bölcsesség.

***Mi a különbség a vizsgálódás (vicára) és a meditáció (dhyána) között?***

A vizsgálódás az elme Önvalóban történő tartózkodása. A meditációban az ember önmagának és a lét-tudat-üdv-vel egyenlő **Brahmannak** az azonosságára irányítja gondolatait.

***Mi a megszabadulás?***

Vizsgálódás rabságban lévő Önmagunk természetét illetően, majd megvalósítani igazi természetünket – ez a megszabadulás.

## Szellemi útmutatás

### Útmutatás (Upadesa)

#### *Milyen tulajdonságok jellemzik az igazi tanítót (sadguru)?*

Állhatatosság az Önvalóban, mindent egyforma szemmel nézés, és mindenkor, mindenhol és minden körülmények között való rendíthetetlen bátorság.

#### *Milyen tulajdonságok jellemzik az igazán komoly tanítványt (sadsisja)?*

A bánat felszámolására és a boldogság elérésére irányuló intenzív vágyakozás, valamint a világi élvezetekkel szembeni mélységes ellenszenv.

#### *Milyen sajátosságai vannak az útmutatásnak (upadesa)?*

Az upadesa szó jelentése: »közel a helyhez« vagy »közel az ülőhelyhez« (upa – »közel«, desa – »hely« avagy »ülőhely«). A **guru**, aki annak megtestesülése, amit a **sat** (»lét«), **cit** (»tudat«) és **ánanda** (»üdv«) szavak kifejeznek, megakadályozza, hogy a tanítvány, aki az érzéki tapasztalás tárgyainak formáit valóságosnak tekintve elfordult a valódi állapottól, s ennek következtében az örömöknek és bánatoknak kiszolgáltatva hol erre, hol arra vettetik, tovább maradjon ebben az állapotban, és megszi-lárdítja őt saját valódi, differenciálatlan természetében.

Az **upadesa** ugyanakkor egy távoli tárgy közlelről való megmutatását is jelenti. Ennek révén győződhet meg a tanítvány arról, hogy **Brahman**, akiről azt hiszi, hogy távoli és tőle különböző, valójában közeli, és tőle nem különböző.

***Ha igaz az, hogy a guru az ember saját Önvalója (átman), mi az alapja annak a tanításnak, amely szerint bármennyire is képzett legyen egy tanítvány, vagy bármiféle okkult képességekkel is rendelkezék, az Ön-megvalósítást (átma-siddhi) nem érheti el a guru kegyelme nélkül?***

Jóllehet az abszolút igazság szempontjából a **guru** állapota azonos az ember állapotával, a tudatlanság révén individuális lélekké (**jíva**) vált Önvaló számára a guru kegyelme nélkül mégis komoly nehézséget jelent igazi állapotának avagy természetének megvalósítása.

A mentális képzetek fölött a tanítvány már a valódi **guru** pusztája jelenléte révén is uralmat szerezhet. Ha az ilyen **guru** azt mondaná – annak, aki öntelten azt állítja, hogy ő már látta a tudás óceánjának túlsó partját, vagy aki dölyfösen kijelenti, hogy ő képes olyan cselekedeteket végrehajtani, amelyek majdnem lehetetlenek –, hogy »Igen, ön megtanulta mindazt, amit meg kellett tanulnia, de vajon megtanulta-e önmagát megismerni? Ön pedig, aki képes arra, hogy olyan tetteket hajtson végre, ame-

lyek majdnem lehetetlenek: látta-e önmagát?«, akkor ezek az emberek szégyenkezve, fejüket lehajtva elhallgatnának. Tehát nyilvánvaló, hogy csupán a **guru** kegyelmének segítségével, és semmilyen más módon nem lehetséges az Önmagunk megismerése.

***Mik a jelei a guru kegyelmének?***

[A guru kegyelme] túl van a szavakon és a gondolatokon.

***Ha ez így van, hogyan lehet azt állítani, hogy a tanítvány a guru kegyelme révén valósítja meg igazi állapotát?***

Olyan ez, mint amikor az elefánt, oroszlánt látva álmában, felriad. Ahogy az elefánt az oroszlán pusztá megpillantásától felébred, úgy a **guru** kegyelmének jótékony hatására a tanítvány is kétségtelenül a valódi tudás éberségére eszmél a tudatlanság álmából.

***Mi a jelentősége annak a kijelentésnek, hogy az igazi guru természete azonos a Legfelső Úr [Sarvesvara] természetével?***

Először is az individuális lélek, amely az Istenség (**Ísvara**) állapotát – vagyis a valódi tudás állapotát – szeretné elérni, szüntelen odaadást gyakorol. Amikor aztán ez az individuális odaadás elér egy bizonyos szintet, az Úr – aki az individuális lélek szemtanúja, ám [ugyanakkor] azonos is vele – megnyilvánul [számára]: a **sat-cit-ánandán**ak, három természetes tulajdonságának segítségével emberi alakban, valamint formával és névvel (**náma-rúpa**) felruházva – melyet ő úgyszintén kegyesen magára ölt – jelenik meg. Akkor a tanítványt áldás formájában magába vonja. E tanítás szerint a **guru** valóban azonosnak tekinthető az Úrral.

***Hogyan nyerhette el akkor néhány kiváló személy (mahátma) a tudást guru nélkül is?***

Néhány arra érett személynek az Úr a megismerés fényeként ragyog, és az igazság ismeretében részesíti őket.

***Mi az odaadás (bhakti) célja, és hová vezet a siddhánta [vagyis a saiva siddhánta] ösvénye?***

Annak az igazságnak a felismeréséhez, hogy az ember összes tette, amit önzetlen odaadással, a három megtisztított eszköz [gondolat, beszéd és cselekvés] segítségével és az Úr szolgájának minőségében hajt végre, az Úr cselekedetévé válik és megszabadul az »én« és az »enyém« tudatától. Ez az igazság azonos azzal az igazsággal, amit a **saiva-siddhántin**ok **parábhaktin**ak [»legmagasabb rendű odaadásnak«] avagy az »Isten szolgálatában töltött életnek« (**irai-paninittal**) neveznek.



***Mi a célja a tudás (jnána), vagyis a vedánta ösvényének?***

Annak az igazságnak a megismerése, hogy az Én nem különbözik az Úrtól (*Īśvara*), valamint annak a tudatnak a felszámolása, miszerint »én vagyok a cselekvő« (*kartrtva, ahamkára*).

***Milyen megfontolások alapján jelenthető ki az, hogy mindkét ösvény ugyanoda vezet?***

Bármilyenek is legyenek az eszközök, a cél az »én« és az »enyém« tudatának elpusztítása; s minthogy ezek kölcsönösen függenek egymástól, bármelyikük elpusztítása a másik megszűnéséhez vezet. Így hát ahhoz, hogy a gondolatokon és szavakon túli csend állapotát elérjük, éppúgy célravezető az »én« érzését eltávolító tudás (*jnána*) ösvényének követése, mint az »enyém« érzését eltávolító odaadás (*bhakti*) ösvényének követése. Ilyenformán kétségtelen, hogy az odaadás és a tudás ösvényének célja egy és ugyanaz.

***Megjegyzés:***

Mindaddig, amíg létezik az »én«, az embernek el kell fogadnia az Urat is. Annak számára, aki könnyen vissza akarja szerezni az azonosság legfelső állapotát (*sáryuja*), melyet most nélkülözni kénytelen, csak az a helyes, ha el tudja fogadni ezt a következtetést.

***Mi az ego ismertető jegye?***

Az ego az »én« formájában megnyilvánuló individuális lélek. A tudat (*cit*) természetével rendelkező Önvaló nem ismeri az »én« érzését; és az érzéketlen test sem ismeri az »én«-érzést. Az illuzórikus egónak az értelmes és az érzéketlen lét közötti rejtélyes megjelenése képezi minden baj gyökerét. Ezen ok bármilyen módon történő felszámolását követően Az, ami valóban létezik, akként tárul fel, Ami. Ezt nevezik megszabadulásnak (*moksa*).

***A gyakorlás (Abhyása)******Mi a gyakorlás módja?***

Minthogy az Ön-megvalósítás végrehajtását megkísérlő ember Önvalója nem különbözik [magától] az [Ön-megvalósításra törekvő] embertől, s minthogy [Önmagán kívül] semmi más vagy magasabb rendű nem létezik, amit el kellene érnie (ugyanis az Ön-megvalósítás egyszerűen a tulajdon természet megvalósítása), a megszabadulás keresője kétségek és tévedések nélkül, az örökkévalót a mulandótól megkülönböztetve valósítja meg valóságos természetét, és természetes állapotától sohasem fordul el. Ez az, amit úgy neveznek: »a tudás gyakorlása«. E kutatás (*vicára*) vezet az Ön-megvalósításához.

***Minden törekvő követheti a kutatásnak ezt az ösvényét?***

Ez az út csak az erre érett lelkek számára járható. A többieknek tudatuk állapotának megfelelő módszerekhez kell folyamodniuk.

***Melyek ezek a módszerek?***

A *stuti*, a *japa*, a *dhyána*, a *yoga*, a *jnána* és a többi, ezekhez hasonló módszer.

A *stuti* az Urat dicsőítő himnuszok odaadással áthatott éneklése.

A *japa* az istenek neveinek vagy az *om*hoz hasonló szent *mantráknak* gondolatban vagy fennhangon való ismételtetése.

Megjegyzés:

Miközben az ember a *stuti* és a *japa* módszereit követi, az elme időnként zárttá, azaz összeszedetté, időnként pedig nyitottá, azaz szétszórttá válik, [mindazonáltal] az elme effajta szeszélyes viselkedése e módszerek követői előtt nem lesz nyilvánvaló.

A *dhyána* a nevek és mantrák gondolatban való áhítatos ismétlését (*japa*) jelenti. E módszert követve az elme állapota könnyen felismerhetővé válik, mert az elme nem lehet egyszerre összeszedett és szétszórta. Amikor az ember belemerül a *dhyáná*-ba, az elme nem érintkezik az érzékek tárgyaival; amikor az elme érintkezik a tárgyakkal, az ember nincs *dhyáná*ban. Ezért azok, akik ebben az állapotban vannak, megfigyelhetik az elme szeszélyes viselkedését, és megakadályozva az elmét abban, hogy további gondolatokat hozzon létre, képesek azt a *dhyáná*ban rögzíteni. Tökéletességre jutni a *dhyáná*ban annyit jelent, mint az Önvalóban tartózkodni [*tadákáranilai* – szó szerint: az »Az' formájában tartózkodni«]. S mivel a meditáció rendkívül finom módon működik az elme forrásánál, nem nehéz észlelni az elme felébredését és lecsendesülését.

Ami a *yogát* illeti, a légzésnek és az elmének ugyanaz a forrása; ezért az egyik lecsendesítése szükségképpen a másik lecsendesítéséhez vezet. Az elme légzésszabályozás (*pránáyáma*) révén való lecsendesítésének gyakorlatát nevezik *yogának*. Miközben a *yogik* a pszichikus centrumokra, például a *sahasrarára*, vagyis az ezerszirmú lótuszra rögzítik elméjüket, korlátlan ideig képesek testtudat nélkül maradni. Mindaddig, amíg ez az állapot tart, a *yogik* láthatólag egyfajta boldogságba merülnek. Amikor azonban a lecsillapodott elme feltámad, vagyis amikor ismét aktívvá lesz, újra belemerül világi gondolataiba. Ezért kell a kifelé fordult elmét olyan gyakorlatokkal edzeni, mint amilyen a *dhyána*. Ekkor fog az elme elérni abba az állapotba, amelyben már nincs sem lecsendesülés, sem felébredés.

A *jnána* az elme visszavonása, amelyben a meditáció (*dhyána*) vagy a kutatás (*vicára*) állandó gyakorlása révén az elme az Önvaló formáját ölti magára; ezen állapot az, amelyben minden erőfeszítés megszűnik. Azok, akik megtartják magukat ebben az állapotban, többé már nem fordulnak el igazi természetüktől. A »csend« (*mauna*) és a »nem-cselekvés« kifejezések egyedül erre az állapotra vonatkoznak.

Megjegyzés:

1. Valamennyi gyakorlat csak az elme összpontosításával folytatható. Mivel minden mentális aktivitás (emlékezet, felejtés, vágy, gyűlölet, vonzódás, valamivel való felhagyás és így tovább) az elme módosulása, így ezek egyike sem tekinthető az ember valódi állapotának. Az ember voltaképpen természete az egyszerű és változatlan lét. Így hát megismerni az emberi lét igazságát és annak *lenni* egyet jelent a béklyók-ból való megszabadulással és a kötelék kioldásával (*granthi násam*). Mindaddig, amíg a törekvő az elmének ezt a nyugalmi állapotát szilárdan el nem éri, gyakorolnia kell az Önvalóban való tántoríthatatlan jelenlétet, és elméjét meg kell őriznie a különféle gondolatok beszennyező hatásától.

2. Noha az elme erejének művelését számos gyakorlattal el lehet érni, azok mindegyike ugyanahhoz a célhoz vezet. Mert bármilyen tárgyra is összpontosítsa elméjét az ember, az elme a mentális képek felszámolásával az adott tárgy [mentális] formáját ölti magára. Ezt nevezik sikeres meditációnak (*dhyana siddhi*). Azok, akik a kutatás (*vicára*) ösvényét követik, felismerik, hogy a kutatás végére megmaradó tudat *Brahmannal* azonos. Azok, akik a meditációt (*dhyána*) gyakorolják, felismerik, hogy ami az eredményes meditációban fennmarad, az [egyedül] meditációjuk tárgya. Mivel az eredmény mindkét esetben ugyanaz, a törekvők feladata: a két módszer valamelyikének megszakítás nélküli gyakorolása mindaddig, míg csak el nem érik a célt.

***A »csend« állapot a erőfeszítés, vagy az erőfeszítés nélküliség állapotát foglalja-e magába?***

A csend nem a tétlenség erőfeszítés nélküli állapota. Az összes világi cselekvés – amelyet közönségesen »erőfeszítésnek« neveznek – az elme egy részének segítségével és gyakori megszakításokkal megy végbe. Azonban az Önvalóval való egység (*átma vjavahára*), vagyis a benső nyugalom állapotában való időzés olyan intenzív benső aktivitást feltételez, amelyet az elme egészével és megszakítás nélkül kell végrehajtani.

A *máyát* [a káprázatot vagy tudatlanságot] semmilyen más módon, csak ezzel a »csendnek« (mauna) nevezett intenzív aktivitással lehet tökéletesen elpusztítani.

***Miben áll a máyá természete?***

Az, hogy a mindenkor és mindenhol jelenlevő, mindent átható és önfényű Önvalót, a Valóságot nemlétezőnek tekintjük, míg a mindig és mindenütt következetesen nemlétezőnek bizonyuló individuális lelket (*jíva*) és a világot (*jagat*) létezőnek tekintjük, a májának tulajdonítható.

***Minthogy az Önvaló önként ontja sugarait, miért nem ismeri fel mindenki éppúgy, mint a világ más tárgyait?***

Bármilyen konkrét tárgy is váljék a megismerés tárgyává, mindig az Önvaló az, amely az adott tárgy formájában önmagát megismeri. Mert ami megismerésként vagy

tudatosságként ismeretes, az nem más, mint az Önvaló hatalma (*átma sakti*). Az Önvaló az egyetlen érzékelő objektum. Az Önvalón kívül semmi nincs. De ha mégis feltételezzük, hogy az Önvalón kívül vannak objektumok, akkor azok [mindenképpen] érzéketlenek, s ennél fogva sem magukat, sem pedig egymást nem ismerhetik meg. S mivel az Önvaló nem ismeri fel igazi természetét ezen a módon, úgy tűnik, hogy belemerült a születés [és halál] óceánjába, és hadakozik azzal, midőn az individuális lélek formájában van.

***Noha az Úr mindeneket áthat, úgy tűnik – például az olyan kijelentések révén, mint a »felékesítvén őt kegyelmével« –, hogy csak kegyelme révén lehet megismerni. Hogyan érheti el akkor az Úr kegyelme nélkül az individuális lélek saját erőfejtése révén az Ön-megvalósítást?***

Mivel az »Úr« [megnevezés] az Önvalóra vonatkozik, s mivel a kegyelem az Úr jelenlétét avagy megnyilatkozását jelenti, egyetlen olyan pillanat sincs, amelyben az Úr ismeretlenségben maradna. Ha a Nap fénye a bagoly számára láthatatlan, az csak az ő tökéletlenségének jele, s nem a Nap hiányosságának tulajdonítható. S ugyanígy a tudatlan emberek, mi másnak köszönhetnék a – tudatosság természetével rendelkező – Önvalóra irányuló tudatosságuk hiányát, mint saját tökéletlenségüknek? Hogyan lehetne ezt az Önvaló tökéletlenségének rovására írni? Mivel a kegyelem az Úr igazi természete, őt mint »áldott kegyelmet« ismerik. Ezért az Úrnak, akinek maga a kegyelem a természete, nem kell adnia a kegyelmét; nincs is külön ideje annak, hogy adja a kegyelmét.

### ***Hol található az Önvaló a testben?***

Azt szokták mondani, hogy a Szív a mellkas jobboldali részében található, mégpedig azért, mert akkor, amikor magunkra utalunk, rendszerint a mellkas jobboldali részére mutatunk. Némelyek azt mondják, hogy a *sahasrúra*, az ezerszirmú lótusz az Önvaló tartózkodási helye. Ha azonban ez így lenne, akkor a fejnek nem volna szabad előrebuknia az elalvás vagy az eszméletvesztés következtében.

### ***Mi a Szív?***

A szent szövegek a Szívet a következőképpen írják le:

A két mellbimbó között, a mellkas alatt és a hasüreg fölött hat, különböző színű szerv található.<sup>1</sup> Ezek közül azt, amelyik a vízililiom bimbójához hasonlít, és amelyik [a test középvonalától] két ujjnyira jobbra helyezkedik el, Szívnek nevezik. Ezen a fordított állapotban lévő szervben belül egy parányi nyílás található, amely a vágyakkal teli sűrű sötétség (tudatlanság) székhelye. Itt fut össze az összes pszichikus idegvezeték (*nádi*). Ez a vitális erők, az elme és a [tudat] fény[ének] tartózkodási helye.

Mindazonáltal a Szív (*hrdayam*), még ha így is írják le, voltaképpen (maga az) Önvaló (*átman*). Mivel a lét (*sat*), a tudat (*cit*), az üdv (*ánandam*), az örökkévalóság

<sup>1</sup> Ezek a szervek nem azonosak sem a csakrákkal sem a fizikai szervekkel.

**(nityam)** és a teljesség **(púrnam)** kifejezések is a Szívre vonatkoznak, nem érvényesek rá az olyan megkülönböztetések, mint külső és belső, fent és lent. Azt a nyugalmi állapotot, amelyben minden gondolat megszűnik, az Önvaló állapotának nevezik. Ha egyszer az ember elérte ezt az állapotot a maga valójában, érvényüket veszítik az olyan próbálkozások, amelyek a Szívet valamilyen testen belüli vagy testen kívüli helyre akarják lokalizálni.

***Miért merülnek fel az elmében a különféle tárgyakra vonatkozó gondolatok még akkor is, amikor az már nincs kapcsolatban a külső tárgyakkal?***

Az efféle gondolatok megjelenése a lappangó tendenciáknak **(púrva samskára)** tulajdonítható. [Mindazonáltal] ezek a gondolatok csak a valódi természetéről megfelelő és kifelé forduló individuális tudatban **(jiva)** jelennek meg. Amikor az ember a különféle dolgokat érzékeli, a »Ki az, aki ezeket látja?«-kérdést kell feltennie magának; akkor azonnal eltűnnek.

***Hogyan nyilvánul meg a samádhiból és az álomtalan mélyalvásból hiányzó három tényező, a megismerő, a megismert és a megismerés az Önvalóban az ébrenlét és az álomállapot során?***

Az Önvalóból egymás után az alábbi három dolog jön létre:

1. A **cidábhása** [a tükrözött tudat], amely egyfajta fényesség.
2. A **jiva** [az individuális tudat], azaz a látó, vagyis az első gondolat.
3. [Maga] a jelenség, vagyis a világ.

***Ha egyszer az Önvaló szabad a tudás és a tudatlanság eszméjétől, hogyan mondható róla, hogy az érzékelés alakjában az egész testet áthatja, vagy hogy az érzékeket az érzékelés képességével ruházza fel?***

A bölcs emberek tudják, hogy kapcsolat van a különböző pszichikus idegvezetékek forrása és az Önvaló között, s hogy ez a kapcsolat a Szívben valósul meg; hogy az érző és érzéketlen közötti kapcsolat mindaddig fennmarad, amíg az igazi tudás pallosával szét nem vágják őket; [tudják,] hogy miként az elektromosság szubtilis és láthatatlan ereje különleges dolgokat eredményezve halad keresztül vezetéseken, így áramlik az Önvaló ereje is a pszichikus idegvezetékeken keresztül, rajtuk keresztül hatva át az egész testet és általuk látva el érzékelőképességgel az érzékszerveket; s [végül] hogy mihelyt e kapcsolatot megszakítják, az Önvaló az marad, ami – mindenféle tulajdonságot nélkülözve – mindig is volt.

***Hogyan lehet kapcsolat a tiszta tudást képviselő Önvaló és a relatív tudást képviselő hármas tényező [megismerő – megismert – megismerés] között?***

Ezt bizonyos értelemben a filmszínházban történő vetítéshez hasonlíthatjuk.

A lámpa a vetítógépben.

Az Önvaló.

A lámpa előtti lencse.	Az Önvalóhoz közel lévő tiszta ( <i>sattvikus</i> ) elme.
A filmkockák sorozatából összeálló film.	A szubtilis gondolatokból álló lappangó lappangó tendenciák tárháza.
A lencse, a lencsén keresztülhaladó fény és a lámpa, amelyek együtt hozzák létre a fókuszált fényt.	Az elme, az elme megvilágítása és az Önvaló, amelyek együtt hozzák létre a[z individuális] látót, vagyis a <i>jívát</i> .
A lencsén áthaladó és a filmvásznonra vetülő fény.	Az Önvaló fénye, mely az elméből kilépve az érzékszerveken keresztül vetül a világra.
A vászonra eső fény révén megjelenő különféle képek.	A világra vetülő fényben észlelt, tárgyakként megjelenő különféle formák és nevek.
A szerkezet, amely mozgásba hozza a filmszalagot.	Az elme lappangó tendenciáit felszínre hozó isteni törvény.

Ahogy mindaddig képek jelennek meg a filmvásznon, amíg a film a lencsén keresztül az árnyképeket vetíti, a jelenségvilág is mindaddig folyamatosan megjelenik az individuum számára az ébrenléti és álomállapotban, amíg a lappangó mentális benyomások léteznek. Mint ahogy a lencse hatalmas méretűvé nagyítja az apró por szemeket, és egyetlen másodperc leforgása alatt számos képet vetít, úgy növeli az elme a csíraszerű tendenciákat fához hasonlatos gondolatokká, egyetlen másodperc alatt megszámlálhatatlanul sok világot hozva létre. Továbbá ahogy a filmszalag hiányában csupán a lámpa fénye látható, úgy ragyog az Önvaló is a három tényező nélkül önmagában, amikor a tendenciák formájában megjelenő mentális fogalmak az álomtalan mélyalvás, az eszméletvesztés és a *samádhi* állapotában nincsenek jelen. S ahogy a lámpa megvilágítja a lencsét és az utána következőket, miközben maga változatlan marad, úgy világítja meg az Önvaló is az egót (*cidábhása*) és az utána következőket, miközben ő maga változatlan marad.

### ***Mi a dhyána*** (meditáció)?

A *dhyána* nem más, mint megmaradni az Önvalóban az igazi természettől való legcsekélyebb elfordulás, és magának a meditáció végzésének tudata nélkül. Mivel ekkor az ember egyáltalán nincs tudatában a különböző állapotoknak (ébrenlét, álom és így tovább), az alvás úgyszintén [egyfajta] *dhyánának* tekintendő.

### ***Mi a különbség a dhyána és a samádhi között?***

A *dhyána* szándékos mentális erőfeszítéssel érhető el [és tartható fenn]; a *samádhi* nem ismeri az erőfeszítést.

### ***Milyen tényezőket kell figyelembe venni a dhyána során?***

Annak, aki szilárdan kitartja magát Önvalójában (*átma nisthá*), mindenekelőtt arra kell ügyelnie, hogy a legkisebb mértékben se forduljon el ettől az elmélyedéstől.

Valódi természetétől elfordulva [ugyanis] ragyogó sugárzást láthat maga előtt, szokatlan hangokat hallhat, vagy valóságosnak vélheti a benne vagy rajta kívül megjelenő istenek vízióját. De ezeknek [a jelenségeknek] nem szabad félrevezetniük: nem engedheti meg, hogy ezek eltereljék figyelmét Önmagáról.

Megjegyzés:

1. Ha az ember azon pillanatokot, amelyeket a tárgyakon – vagyis nem Önmagán – való gondolkozás során veszteget el, Önmaga utáni kutatásra fordítaná, akkor az Ön-megvalósítást igen rövid idő alatt elérhetné.

2. Mindaddig, amíg az elme nem állapotodott meg az Önvalóban, szükség van valamilyen **bhávánára** [egy megszemélyesített isten vagy istenség mély érzelmekkel és vallásos érzéssel áthatott kontemplációjára]. Enélkül ugyanis az elmét gyakran elárasztják a csapongó gondolatok, vagy éppen rátör az álom.

3. Ahelyett, hogy az ember vég nélkül az olyan **bhávánák** gyakorlásába merülne, mint az »én vagyok Siva« vagy »én vagyok Brahman« – amelyeket [összefoglalóan] **nirgunopásánának** [a tulajdonságok nélküli Brahman kontemplációnak] neveznek –, mihelyt az efféle **upásana** [kontempláció] eredményeként megjelenő mentális erő elérte, az Önmagára kérdezés módszerét kell gyakorolnia.

4. A gyakorlás (**sádhana**) csak akkor tekinthető sikeresnek, ha az ember egyetlen mentális fogalomnak (**vrtti**) sem ad helyet.

**Milyen életvezetési szabályokat kell követnie a törekvőknek** (sádhaka)?

Mértékletesség az étkezésben, mértékletesség az alvásban, mértékletesség a beszédben.

**Meddig kell folytatni a gyakorlást?**

Mindaddig, amíg az elme el nem éri a fogalmaktól való mentesség erőfeszítés nélküli és természetes állapotát, illetve addig, amikor az »én« és az »enyém« érzete már nem létezik.

**Mi a jelentősége a magányban való tartózkodásnak** (ekánta váza)?

Mivel az Önvaló mindent áthat, a magány nem a tartózkodási hely függvénye. A »magányos élet« a mentális fogalmaktól mentes állapotot jelenti.

**Miről lehet felismerni a bölcsességet** (viveka)?

A bölcsesség szépsége nem más, mint az igazság megvalósítását követően létrejövő káprázattól mentes állapot. A félelmet csak azok ismerik, akik még valamilyen különbséget vélnek felfedezni a magasztos **Brahmanban**. Mindaddig, amíg fennma-

rad az az elképzelés, hogy a test az Önvaló, az ember – bármilyen is legyen [egyéb-ként] – nem valósíthatja meg az igazságot.

***Ha minden a [prárabdha] karma [a múltban elkövetett cselekedetek következménye] szerint történik, akkor hogyan győzhetők le a meditáció (dhyána) akadályai?***

A *prárabdha* csak a kifelé forduló elmét érinti, az önmaga felé fordulót nem. Azt, aki valódi Önmagát keresi, nem fél semmiféle akadálytól.

***Szüksége van-e aszkézisre (samnyása) annak, aki az Önvalóban való megállapodottságot (átma nisthá) tűzte ki céljául?***

Az az erőfeszítés, amelynek révén az ember saját testéhez való kötődéstől igyekszik megszabadulni, valójában az Önvalóban való tartózkodásra irányul. Egyedül a gondolkodás és a kutatás érettsége szünteti meg a testhez való kötődést, s nem az életszakaszok (*ásrama*), mint például a tanulási időszak (*brahmacarya*). A kötődés ugyanis az *elme* kötődése, míg az életszakaszok a *testhez* kapcsolódnak. S vajon miképpen tudnák a testi állapotok az elmében gyökerező kötődést kiküszöbölni? Mint-hogy a gondolkodás és a kutatás érettségéről [csak] az elme vonatkozásában beszélhetünk, egyedül csak ez az elme képes eltávolítani a kutatás révén azokat a béklyókat, amelyek figyelmetlensége következtében kerültek rá. Mivel azonban az aszketikus fegyelem (*samnyásásráma*) a szenvedélytelenség (*vairágya*) elérésének eszköze, s mivel a szenvedélytelenség a kutatás eszköze, az aszkréták rendjéhez való kapcsolódást bizonyos módon úgy lehet tekinteni, mint a szenvedélytelenségen keresztül végbemenő kutatás eszközét. [Ám] ahelyett, hogy az ember arra vesztegetné életét, hogy időnap előtt az aszkréták rendjéhez csatlakozna, sokkal inkább helyénvaló a családfő életét élnie. Ahhoz, hogy az ember az Önvalóban – vagyis voltaképpen természetében – rögzítse elméjét, mindenekelőtt a képzelődések (*samkalpa*) és kétségek (*vikalpa*) családjától kell elkülönítenie azt – vagyis az embernek bensőleg kell eloldódnia a családi köteléktől. *Ez* a valódi aszkézis.

***Alapszabály, hogy addig, amíg a legkisebb mértékben is létezik az »én vagyok a cselekvő« gondolata, az Ön-ismeretet nem lehet elérni; de vajon a családfői tisztet betöltő törekvő ennek tudata nélkül is kielégítően elvégezheti kötelességeit?***

Mivel nem létezik olyan szabály, amely szerint a cselekvés előfeltétele az »én vagyok a cselekvő« tudata volna, értelmetlen abban kételkedni, hogy vajon bármilyen adott cselekedet végbe fog-e menni a cselekvő vagy a cselekvés aktusa nélkül. Noha mások szemében úgy tűnik, hogy a kincstár felügyelője egész nap figyelmesen és felelősen végzi munkáját, ő – arra gondolva, hogy »ehhez a tömérdek pénzhez nekem igazából semmi közöm nincs« – kötődés nélkül fog eleget tenni kötelességének, anélkül, hogy elméjében megjelenne a birtoklás érzése. S ugyanígy a bölcs családfő is kötődés nélkül eleget tehet családfői kötelezettségeinek, melyek múltbeli *karmájának*



megfelelően úgy jutottak osztályrészéül, mint ahogy egy szerszám jut valakinek a kezébe. A cselekvés és a megismerés nem akadályozza egymást.

***Mire jó a családnak egy bölcs családfő, aki nem törődik testi kényelmével, és mire jó egy ilyen családfőnek a család?***

Noha a bölcs családfőt a testi kényelem egyáltalán nem érdekli, ha múltbeli karmájának köszönhetően családjának az ő erőfeszítésével kell fenntartania magát, akkor úgy kell őt tekinteni, mint aki másoknak tesz szolgálatot. Ha azt kérdezzük, mérít-e valamilyen hasznot a bölcs ember abból, hogy a családdal kapcsolatos kötelességeit elvégzi, akkor erre azt válaszolhatjuk, hogy mivel elérte minden jótétemény felső fokát és a legmagasabb rendű jót jelentő teljes megelégedettség állapotát, családi kötelességeinek teljesítése révén már nem nyerhet semmit.

***Hogyan érhető el a tevékenység megszűntetése (nivrtti) és az elme békéje a családfői teendők közepette, amelyeket éppen az állandó tevékenység jellemez?***

Minthogy a bölcs (*jnáni*) tevékenységei csak mások szemében léteznek, nem pedig sajátjában, akár tömérdek feladatot is végezhet, valójában nem csinál semmit. Éppen ezért tevékenységei nem állnak útjában a nem-cselekvésnek és az elme békéjének. Ő ugyanis ismeri az igazságot, hogy ő pusztán jelen van a tevékenységeknél, s nem véghezvivője azoknak. Ily módon ő csendes tanúja lesz [csupán] a különféle tevékenységeknek.

***Ha egyszer a bölcs jelenlegi cselekedetei múltbeli karmájából fakadnak, akkor a jelenlegi cselekedetek által létrehozott benyomások (vásana) nem fogják-e követni őt a jövőben?***

Csak azt nevezhetjük bölcsnek, aki minden lappangó tendenciától (*vásana*) szabad. S ha egyszer így van, akkor a *karmikus* tendenciák miképpen gyakorolhatnának hatást arra, aki már teljesen eloldódott a cselekvéstől?

***Mi a brahmacarya [az önmegtartóztató tanulói életszakasz] értelme?***

Csak **Brahman** keresését nevezhetjük **brahmacaryának**.

***A tudás eszközei közé tartozik-e az életszakaszok (ásrama) rendjével összhangban történő brahmacarya gyakorlása?***

Mivel a tudás különféle eszközeit – például az érzékszervek megfűkezését – a **brahmacarya** magában foglalja, a tanulók (**brahmacárinok**) rendjéhez tartozó törekvők erénygyakorlatai igazi segítséget fognak jelenteni tökéletesedésük során.

***Átléphetünk-e közvetlenül a tanulók rendjéből (brahmacarya) az aszkéták rendjébe (samnyása)?***

Azoknak, akik megfelelő képességekkel rendelkeznek, nem kell az életszakaszok sorrendjét betartva formálisan **brahmacárinná** válniuk. Az, aki megvalósította Ön-

magát, nem tesz különbséget a különböző életszakaszok között; ezért nincs olyan életszakasz, amely segítené vagy gátolná őt.

***Elveszít-e valamit a törekvő (sádhaka) akkor, ha nem tartja be a kasztra és az életszakaszokra vonatkozó szabályokat?***

Mivel a tudás megszerzése [anustána – szó szerint: gyakorlása] az összes gyakorlat legmagasabb célja, nincs olyan szabály, hogy annak, aki valamelyik életszakaszban tartózkodik – s ugyanakkor folyamatosan a tudás megszerzésének szenteli magát –, követnie kellene az adott életszakaszhoz tartozó szabályokat. Ha követi a kasztra és az életszakaszokra vonatkozó előírásokat, azt csak a világ érdekében teszi. A szabályok betartásából ő már semmiféle hasznot nem merít. De nem is veszít semmit, ha ezeket nem tartja be.

## **Tapasztalás (Anubhava)**

***Mi a tudat fénye?***

Az önfényű lét-tudat tárja fel a látó számára a nevek és formák világát kívül és belül [egyaránt]. E léttudat létére az általa megvilágított tárgyakból lehet következtetni. Ez [a lét-tudat azonban soha] nem válik a tudat tárgyává.

***Mi a tudás (vijnána)?***

A **vijnána** a lét-tudatnak a hullámtalan óceánhoz avagy a mozdulatlan éterhez hasonló, a törekvő által megtapasztalható nyugalmi állapota.

***Mi az üdvösség (ánanda)?***

Az üdvösség: a boldogság és béke tapasztalata a **vijnána** minden aktivitástól mentes, álomtalan mélyalváshoz hasonló állapotában. Ez az az állapot, amit másképpen **kevala nirvikalpának** [a fogalom nélküliség állapotának] is neveznek.

***Mi az az állapot, amely túl van az üdvösségen?***

Az, ami az üdvösségen túl van, az elme szüntelen békéjének állapota, mely a tökéletes nyugalom, a **jágrat-susupti** [éberalvás] állapotában lelhető fel, s amely az aktivitástól mentes mélyalváshoz hasonlítható. Ebben az [üdvösségen túli] állapotban a test és az érzékek aktivitása ellenére sincs külső tudatosság, akárcsak a [szoptatás közben] álomba merült gyermek esetében (aki nincs tudatában annak, hogy édesanyja táplálja).<sup>2</sup> A **yogi**, aki ebben az állapotban tartózkodik, még akkor sem aktív, ha cselekvésbe bocsátkozik. Ez az az állapot, amit másképpen **sahaja nirvikalpa samádhi**-nak [a fogalmak nélküli magába merülés természetes állapotának] is neveznek.

<sup>2</sup> Az alvó gyermekek cselekedetei – mint például az evés és ivás – csak mások szemében számítanak cselekvésnek, nekik nem. Ezért ők a látszattal szemben valójában nem hajtják végre ezeket a cselekedeteket.

***Milyen alapon jelenthetjük ki azt, hogy az összes mozgó és mozdulatlan világ magától függ?***

A megtestesült lét nem más, mint az Önvaló. A tárgyak világa csak akkor tapasztalható, ha a mélyalvás állapotában addig rejtett energia az »én« ideájával együtt felbukkan. Az Önvaló jelen van minden észlelésben, mint észlelő. Ha az »én« nincs jelen, nincsenek látható tárgyak. Mindezek fényében bizonyossággal állítható: minden az Önvalóból származik, és minden az Önvalóba tér vissza.

***Mivel a testek és az őket éltető lelkek [ang. selves] megszámlálhatatlanul sokan vannak, hogyan állítható az, hogy az Önvaló csupán egyetlenegy?***

Ha az »én test vagyok« ideáját elfogadjuk,<sup>3</sup> akkor a lelkek valóban megszámlálhatatlanul soknak tűnnek. Azon állapot, amelyben e képzet eltűnik, az Önvaló, mivel ebben az állapotban nincsenek tárgyak. Ebben az értelemben tekintendő az Önvaló egyként.

***Milyen alapon állíthatjuk, hogy Brahman felfogható az elme által, egyszers-mind, hogy Brahman nem fogható fel az elme által?***

Nem fogható fel a tisztátalan elme által, de felfogható a tiszta elme által.

***Mi a tiszta elme és mi a tisztátalan elme?***

Midőn **Brahman** meghatározhatatlan hatalma elválasztja magát **Brahmantól**, és a tudat tükörképével (**cidábhása**) egybeolvadva különböző formákat ölt magára, azt tisztátalan elmének nevezzük. Midőn az elme a megkülönböztetés révén a tudat tükröződésétől mentessé (**abhása**) válik, akkor azt tiszta elmének nevezik. [Az elme] **Brahmannal** való egységének állapota egyenlő **Brahman** felfogásával. A tudat tükröződése által kísért energiát tisztátalan elmének nevezik, amelynek **Brahmantól** való elválasztottsága azt jelenti, hogy nem fogja föl **Brahmant**.

***Legyőzhető-e már testi létezés alatt a prárabdha karma, amelyről pedig azt mondják, hogy a testi létezés végéig fennmarad.***

Igen. Ha az a tényező, amelynek a karma maga is függvénye – nevezetesen a test és az Önvaló között létrejövő ego –, egyyéválik eredetével és elveszíti formáját, hogyan élhetne tovább a karma, mely ennek függvénye? Ha nincs »én«, nincs karma.

***Ha egyszer az Önvaló lét (sat) és tudat (cit), milyen megfontolásból írják úgy le, mint ami léttől és nem-léttől, az érzékelőtől és a nem-érezékelőtől különbözik?***

Habár az Önvaló valóságos, minthogy mindent magában foglal, nem hagy teret valóságosságára és nem-valóságosságára kettősségét magában foglaló kérdéseknek. Ezért

<sup>3</sup> Azt az ideát, hogy az ember testével egyenlő, **hridajagranthinak** (a szív kötelékének) nevezik. A különböző kötelékek közül ez – a tudatost az érzéketlennel összekötő kötelék – az oka az emberi lény rabságának.

mondjuk azt, hogy egyaránt különbözik a valóságostól és a nem-valóságostól. Hasonlóképpen: habár [az Önvaló] tudat, de mivel semmi megismernivalója vagy megismertetnivalója nincsen, azt mondjuk – mind az érzékelőtől, mind a nem-érezékelőtől különbözik.

## Célbaérés (Árúdha)

### *Mi jellemzi a tudás elérésének állapotát?*

Ez az állapot szilárd és erőfeszítés nélküli jelenlét az Önvalóban, amelynek során az elme eggyé válik az Önvalóval, s azt követően többé már nem bukkan fel. Rend szerint mindenki, testét tartva szem előtt, magától értetődően úgy gondol önmagára, hogy »én nem vagyok sem kecske, sem tehén, sem bármilyen más állat, én ember vagyok«; éppúgy amikor az ember arra gondol, hogy »én nem vagyok azonos a testtel kezdődő és a hanggal (*náda*) végződő princípiumok (*tattva*) összességével, hanem az Önvaló vagyok, amely létezés, tudat és üdvözült boldogság«, [vagyis amikor önmagát] az eredendő Öntudat[al (*átma prajná*) azonosítja], akkor mondható el róla, hogy a megingathatatlan tudás birtokába jutott.

*A bölcs (jnáni) a tudás hét fokozata (jnána-bhúmiká)<sup>4</sup> közül melyikhez tartozik? A negyedik fokozathoz.*

### *Ebben az esetben miért különböztetünk meg további fokozatokat?*

Az utolsó három fokozat jegyei a realizált személy (*jívanmukta*) tapasztalatain alapulnak. Ezek [már] nem a tudás és megszabadulás fokozatai. A tudás és a megszabadulás szempontjából semmi különbség nincs e négy fokozat között.

### *Ha egyszer a megszabadulás [állapota] mindenki számára azonos, miért egyedül a varisthát [szó szerint: a legkiválóbbat] magasztalják annyira?*

Amennyiben a *varistha* üdvösségre vonatkozó általános tapasztalatát nézzük, őt csak az előző születései során elért – és üdvössége okául szolgáló – különleges érdeme miatt becsüljük nagyra.

### *Nincs olyan ember, aki ne vágyódna az állandó boldogság megtapasztalására; mégis mi az oka annak, hogy nem minden bölcs (jnáni) éri el a varistha állapotát?*

A vágy és az erőfeszítés önmagában nem elegendő ezen állapot eléréséhez. Ez a *prárabdha karma* miatt van így. Mivel az ego – okával egyetemben – már a negyedik fokozaton (*bhúmiká*) megsemmisül, ezen az állapoton túljutva mi lehetne az,

<sup>4</sup> A hét *jnána bhúniká* a következő: 1. *subhecchá* (a megvilágosodás utáni vágy); 2. *vicárana* (kutatás); 3. *tanumánasa* (nom elme); 4. *satvápatti* (Ön-megvalósítás); 5. *asamsakti* (nem-kötődés); 6. *padárthábhávana* (a tárgyak nem-észlelése); 7. *turjaga* (transzcendencia). Azokat, akik az utolsó négy *bhúmikát* elérték, *brahmavitnek*, *brahmavidvarának*, *brahmavidvarijának* illetőleg *brahmavid varisthának* nevezik.

ami valamire még vágyakozhatna, vagy éppen erőfeszítéseket tehetne valamiért? Mindaddig, amíg az ember erőfeszítéseket tesz, nem lehet bölcsnek (*jnáni*) tekinteni. A szent szövegek (*sruti*), amelyek különös hangsúllyal említik a *varisthát*, vajon szólnak-e arról, hogy az utolsó három [fokozathoz tartozó] személy nem-megvilágosodott?

***Minthogy néhány szent szöveg azt állítja, hogy a legfőbb állapot az, amelyben az érzékszervek működése megszűnik és az elme teljesen kialszik, hogyan egyeztethető össze ez az állapot a test és az érzékek tapasztalásával?***

Ha ez így lenne, akkor semmilyen különbség nem lenne ezen állapot és a mélyalvás állapota között. Továbbá, hogyan tekinthetnénk ezt természetes állapotnak, amikor egyszer fennáll, másszor viszont nem? Mint ahogy már mondtuk, egyesek *karmá*-juknak megfelelően ideig-óráig, vagy [egészen] halálukig ebben az állapotban maradnak. Ezt [azonban] nem lehet végső állapotnak tekinteni. Ha annak tekintenénk, akkor ez azt jelentené, hogy az összes nagy lélek, valamint az Úr, akik a *vedikus* művek (*jnána grantha*) és a *Vedák* alkotói voltak, nem voltak megvilágosodottak. Ha az a legfelső állapot, amelyben sem az érzékek nem működnek, sem pedig az elme nem létezik, s nem az, amelyben ezek léteznek, akkor hogyan lehetne ez a tökéletes állapot (*paripúrnam*)? Mivel a bölcsök cselekvése avagy nem-cselekvése kizárólag a *karmán*ak tulajdonítható, a nagy lelkek kijelentették, hogy egyedül a *sahaja nirvikalpa* állapota (a fogalmak nélküli természetes állapot) tekinthető a végső állapotnak.

***Mi a különbség a közönséges alvás és az éberalvás (jágrat-susupti) között?***

A közönséges alvás nemcsak a gondolatok, hanem a tudatosság hiányát is magában foglalja. Az éberalvásban megvan a tudatosság. Ezért nevezik ébernek ezt az alvást, vagyis olyan alvásnak, amelyben jelen van a tudatosság.

***Miért írják le az Önvalót hol negyedik állapotként (turiya), hol pedig olyanként, mint ami túl van a negyedik állapoton (turiyatita)?***

A *turiya* azt jelenti: »negyedik«. A *visvaként*, *taijasaként* és *prájnaként* ismeretes ébrenlét, álmodás és mélyalvás állapotának tapasztalói (*jíva*), akik egymást követően ebben a három állapotban vándorolnak, nem azonosak az Önvalóval. Hogy világossá tegyék ezt – tudniillik, hogy az Önvaló, mint e három állapot tanúja, különbözik ezektől –, ezért hívják az Önvalót negyediknek (*turiya*). Amikor ezt felismeri az ember, a három [állapot] tapasztaló[ja] eltűnik, s ugyanakkor eltűnik az a képzet is, miszerint az Önvaló egy tanú, azaz egy negyedik [tényező] volna. Ezért írják le úgy az Önvalót, mint ami túl van a negyedik állapoton (*turiyatita*).

***A bölcs számára, milyen jótékony hatása van a szentkönyvek (sruti) olvasásának?***

A bölcsnek, aki az írásokban említett igazságok megtestesülése, nincs szüksége e könyvekre.

***Létezik-e kapcsolat a természetfölötti képességek (siddhi) és a megszabadulás (mukti) között?***

Egyedül a megvilágosodott kutatás vezet el a megszabaduláshoz. A természetfölötti képességeket a **máyá**-hatalom (**máyásakti**) hozza létre – vagyis ezek mind hamis látszatok. A permanens Önmagam-megvalósítás az egyetlen igazi képesség (**siddhi**). Azon képességek, amelyek hol megjelennek, hol eltűnnek a **máyá**-hatás következtében, nem lehetnek valóságosak. Ezek a hírnév és egyéb örömek élvezetét szolgálják. Némelyek azonban **karmáj**ukból kifolyólag anélkül is hozzájutnak ezen képességekhez, hogy törekednének utánuk. Tudnia kell, hogy minden képesség tulajdonképpeni célja a **Brahmannal** való egyesülés. Ez egyben a megszabadulás állapota is (**aikya mukti**), amelyet egyesülésnek (**sáyujya**) is mondunk.

***Ha ez a megszabadulás (moksa) természete, akkor néhány szöveg miért kapcsolja össze [ezt az állapotot] a testtel, és miért mondja azt, hogy az individuális lélek csak akkor érheti el a megszabadulást, ha nem hagyja el a testet?***

A megszabadulást és a megszabadulás átélését csak akkor kell figyelembe venni, ha a kötöttség valóságos. Ami az Önvalót (**purusa**) illeti, az valójában a négy állapot egyikében sem ismer kötöttséget. Mivel a kötöttség a **Vedánta**-rendszer határozott tanítása szerint pusztán egy nyelvi feltevés, hogyan jelenhet meg a kötöttség kérdéséről függő megszabadulás kérdése magának a kötöttségnek a hiányában? Ezen igazság ismerete nélkül a kötöttség és a megszabadulás természete utáni kutatás olyan, mintha egy meddő asszony fia után, vagy egy mezei nyúl nem létező szarvának nagysága, színe stb. után érdeklődnénk.

***Ha azonban ez így van, akkor az írások kötöttségre és megszabadulásra vonatkozó megfogalmazásai vajon nem minősülnek-e lényegtelennek vagy éppen hamisnak?***

Nem. Éppen ellenkezőleg, az időtlen idők óta fennálló tudatlanság alkotta kötöttség káprázatát csak a tudás távolíthatja el – és evégett fogadták el általánosan a »megszabadulás« (**mukti**) kifejezést. Ennyi az egész. Az a tény, hogy a megszabadulás jellemző vonásait különbözőképpen írják le, bizonyítja, hogy azok képzeletbeliek.

***Ha ez igaz, akkor az olyan erőfeszítések, mint amilyen például a tanítások hallgatása vagy az elmélkedés, vajon nem haszontalanok-e?***

Nem, egyáltalán nem. Minden erőfeszítés legfőbb célja ama szilárd meggyőződésre jutni, hogy nincs sem kötelék, sem megszabadulás. Minthogy az ember csak az előbb említett gyakorlatok révén juthat el oda, hogy közvetlen tapasztalat révén bátran felismerje a kötöttség és a megszabadulás illuzórikus természetét, ezen erőfeszítések hasznosak.

***Alátámasztja-e valamilyen tekintély azt a kijelentést, hogy nincs sem kötelék, sem megszabadulás?***

Ez csupán a tapasztalásban tárul fel; pusztán az írások alapján nem lehet kijelenteni.

***Ha ez csupán a tapasztalásban tárul fel, akkor miképpen lehet erről tapasztalatot szerezni?***

A »kötelék« és a »megszabadulás« pusztán nyelvi kifejezések. Saját valóságuk nincsen, s így önmagukban érvénytelenek. [Viszont] kell lennie egy fundamentumnak, amelynek ezek csupán módosulásai. Ha az ember felteszi a kérdést, hogy »a kötöttség és a megszabadulás kinek a számára kötöttség és megszabadulás?«, akkor azt fogja látni, hogy »a kötöttség és a megszabadulás az *én* számomra kötöttség és megszabadulás«. Ha ekkor azt kérdi, hogy »Ki vagyok én?«, akkor rájön arra, hogy nincs olyan, hogy »én«. Ami valójában *van* – az ember valóságos lénye –, annyira magától értetődő lesz számára, mint egy kezében tartott ámalaka-gyümölcs. Ha erről az igazságról természetes és félreérthetetlen tapasztalatot szereznek azok, akik maguk mögött hagyták a pusztá nyelvi fejtegetéseket, és bensőleg kutatják önmagukat, akkor többé nem fognak kételkedni abban, hogy az Önmagukat megvalósítók igazi Önmagukat tekintve sem kötöttséget, sem megszabadulást nem ismernek.

***Ha valójában nincs sem kötöttség, sem megszabadulás, akkor az ember miért tapasztal örömet és szomorúságot?***

Ezek csak akkor tűnnek valóságosnak, ha az ember elfordul igazi természetétől. Valójában ezek nem léteznek.

***Megismerheti-e mindenki közvetlenül és minden kétségen felül, hogy mi az ember voltaképpeni természete?***

Természetesen.

***Hogyan?***

Mindenki tapasztalta már, hogy ha a mélyalvás vagy az eszméletlenség állapotában az egész mozgó és mozdulatlan világegyetem – a földtől kezdve egészen a megnyilvánulatlanságig – el is tűnik, ő maga nem tűnik el. Így hát az ember igazi természete a tiszta létnek az az állapota, amely mindenki számára azonos, és amit mindenki mindig közvetlenül tapasztal. Ebből következően az összes tapasztalat – legyen az a megvilágosodott avagy a tudattalan állapotban megjelenő, bármily rendkívüli tapasztalat is –, szemben áll az ember igazi természetével.

## Maharsi evangéliuma

### **Munka és lemondás**

***Mi az ember által elérhető legmagasabb rendű szellemi tapasztalat?***

Az Ön-megvalósítás.

***Megvalósíthatja-e egy családos ember Önmagát?***

Természetesen. Akár családos valaki, akár nem, képes Önmaga megvalósítására – az [Önvaló] ugyanis itt és most is jelen van. Ha ez nem így lenne, ha [az Ön-megvalósítást] csak egy adott időben véghezvitt adott erőfeszítéssel lehetne elérni, s ha az valami új lenne, amit külön meg kellene szerezni, akkor nem volna érdemes törekedni rá. Mert ami nem természetes, az nem is maradandó. Én azonban azt mondom, hogy az Önvaló itt és most is jelen van – és egyedül az Önvaló van.

***A tengerbe merülő sóbábút nem fogja megvédeni egy esőkabát. Ez a világ, amelyben éjjel-nappal küszködnünk kell, olyan, mint az óceán...***

Igen, az elme az esőkabát.

***Ezek szerint az ember belemerülhet a munkájába, s ugyanakkor vágyaktól érintetlenül megőrizheti magányát? Csakhogy az étellel járó kötelezettségek nem-hogy a meditációra, de még az imádságra is alig hagynak időt!***

Igen. A munka, amelyhez kötődnek, és ilyen módon végzik, bilincssé válik, míg az eloldódással végzett munka nem gyakorol hatást a cselekvőre. Az ilyen ember munka közben is megőrzi magányát. Eleget tenni a kötelességeknek: ez az igazi **na-maskára** [imádás], míg az Istenben lakozás az egyetlen igazi **ásana** [testhelyzet].

***El kell-e hagynom az otthonomat?***

Ha ez lenne a sorsa, e kérdés fel sem merült volna önben.

***Akkor ön miért fordított hátat otthonának fiatal korában?***

Minden az isteni gondviselés szerint történik. Az, hogy ebben az életben milyen életrendet építünk ki, **prárabdhántól** [sorsunktól] függ.

***Érdemes-e minden időmet az Önvaló keresésére fordítanom? Ha ez nem lehetséges, elegendő pusztán csendben maradnom?***

Ha csendben tud maradni anélkül, hogy bármi másra is törekedne, az a legjobb. Ha [azonban] ezt nem tudja megtenni, akkor a megvalósítás szempontjából mi hasz-



na lenne annak, hogy csendben marad? Mindaddig, amíg az ember kénytelen fenntartani aktivitását, nem szabad feladnia Önmaga megvalósítására irányuló igyekezetét.

***Hatással lesznek-e az emberre [mostani] cselekedetei későbbi születései során?***

**Őn** az, aki most megszületett? Miért érdeklik önt a további születések? Az igazság az, hogy sem születés, sem halál nincs. Foglalkozzék a halállal az, vigasztalja magát [az újraszületés gondolatával] az, aki született!

***Meg tudná idézni nekünk halott rokonainkat?***

Talán ismerte a rokonait születésük előtt, hogy haláluk után is tudni szeretne róluk?

***Mit tehet egy grhasztha [családfő] a moksa [megszabadulás] érdekében? Nem az lenne a kézenfekvő, ha koldussá válna?***

Miért gondolja, hogy ön **grhasztha**? De még ha a **samnyásí**khoz [vándorló szerzetesekhez] hasonlóan el is vonulna a világtól, akkor is hasonló gondolatok kísértenék, mert akkor meg azt gondolná, hogy **samnyásí**. Akár családjában marad, akár lemond róla és az erdőbe megy, elméje [továbbra is] háborgatni fogja. Az ego a gondolatok forrása. Ez teremti a testet és a világot, és ennek hatására tekinti magát **grhaszthának**. Ha elvonul, nem tesz mást, mint a **grhasztha** gondolatát felváltja a **samnyása** [magányos aszketikus élet] gondolatával, a családot mint környezetet pedig az erdővel mint környezettel. De a mentális akadályokkal még mindig nem történt semmi. Sőt, az új környezetben azok igencsak felerősödnek! A környezet megváltoztatása nem jelent segítséget. Az egyedüli akadály az elme, és azt kell legyőzni akár otthon, akár az erdőben. Ha le tudja győzni az erdőben, miért ne tudná legyőzni otthon? Miért változtatná meg hát környezetét?! A környezettől függetlenül már most belefoghat a [megszabadulásért folytatott] küzdelembe.

***Miközben az ember világi munkába merül, élvezheti-e a samádhi [a valóság tudatának] állapotát?***

Az akadályt az »én dolgozom« érzése képezi. Tegye fel a kérdést önmagának: »Ki dolgozik?« Gondoljon arra, hogy ki ön – és akkor a munka nem kötöttséget fog jelenteni az ön számára, hanem magától fog menni. Ne tegyen erőfeszítést sem a munka, sem a [munkáról való] lemondás érdekében; éppen erőfeszítése az, ami rab-ságban tartja. Aminek a sors szerint meg kell történnie, az úgyis meg fog történni. Ha az a sorsa, hogy ne dolgozzék, akkor még ha nagyon akarja, akkor sem lesz munkája. Ha [viszont] az a rendeltetése, hogy dolgozzon, akkor a munkát semmiképpen nem fogja tudni elkerülni, és kénytelen lesz valamilyen munkát végezni. Hagyja hát ezt a magasabb hatalomra; [a puszt]a elhatározás sem a lemondáshoz, sem a[z otthon] maradáshoz nem elegendő.

Bhagaván tegnap azt mondta, hogy amíg az ember »bent« Isten keresésével van elfoglalva, »kint« a munka magától megy tovább. Srí Caitanya életéből tudjuk, hogy

miközben tanítványainak előadásokat tartott, belül valójában Krsnát kereste, testével kapcsolatban pedig mindenről megfeledkezett – közben pedig tovább beszélt Krsnáról. Mindazonáltal kétségeket ébreszt bennem az, hogy vajon a munkát nyugodtan magára lehet-e hagyni. Nem kellene-e az embernek figyelme egy részét a külső munkára irányítania?

Az Önvaló minden. Létezhet-e ön Önmagától függetlenül? Vagy csinálhat-e bármit is Ön maga nélkül? Az Önvaló egyetemes, s így akár igyekszik elfoglalni magát valamilyen cselekvéssel, akár nem, minden cselekvés folytatódni fog. A munka magától fog menni. **Krsna** is azt mondta **Arjunának**, hogy fölösleges aggodalmaskodnia a **Kauravák** megölése miatt, mert őket Isten már halálra ítélte. Nem az volt **Arjuna** dolga, hogy döntsön ez ügyben, s aztán aggodalmaskodjék miatta – hanem engednie kellett, hogy saját természete hajtsa végre a magasabb hatalom akaratát.

### ***De a munka szenvedéssé válhat, ha az ember nem törődik vele!***

Ha Ön magával törődik, az annyi, mintha a munkával törődne. Minthogy azonosítja magát testével, azt gondolja, hogy a munkát ön végzi. De a test és tevékenységei, ideértve a munkát is, nem léteznek az Önvalótól függetlenül. Mit számít az, hogy törődik-e a munkával vagy sem? Amikor az egyik helyről a másikra megy, nem törődik a megtett lépésekkel, s egy idő múlva mégis a célnál találja magát. Láthatja tehát, hogy a lépések anélkül folytatódnak, hogy gondot fordítana rájuk. Így van ez az összes többi munkával is.

### ***Akkor ez olyan, mint az alvajárás.***

Jól mondja: »olyan, mint« a holdkórosság. Van úgy, hogy az anya akkor táplálja gyermekét, amikor az mélyen alszik; a gyerek éppúgy megeszi a táplálékot, mint amikor teljesen ébren van. Azonban a következő reggel azt mondja az anyjának, »Mama, tegnap este nem ettem«. Az anya és a többiek [azonban] jól tudják, hogy evett, ő mégis azt állítja, hogy nem evett – [mert hogy] nem volt tudatánál. A cselekvés mégis végbement.

Egy utas elalszik a kocsiban. Az utazás során az ökrök hol haladnak, hol nyugodtan állnak, hol meg ki vannak fogva a járomból. Az utas ezekről az eseményekről mit sem tud, ébredése után mégis egy másik helyen találja magát. Hiába merült boldog tudatlanságba az utazás eseményeit illetően, az utazás mégis sikeresen befejeződött. Hasonlóképpen van az ember is Ön magával. Az örökké éber Önvalót a kocsiban alvó utazóhoz hasonlíthatjuk. Az éber állapot az ökrök mozgása; a **samádhi** az ökrök nyugodt állásának felel meg (mivel a **samádhi jágrat-susupti** [éberalvást] jelent, vagyis azt, hogy az ember tudatánál van, de nem vesz részt a cselekvésben; az ökrök be vannak fogva, de nem mozognak); az [álomtalan] alvás az ökrök járomból való kifogása, mivel az alvás során a cselekvés teljes megszűnése az ökrök járomból való kifogásának felel meg.

Vagy vegyük például a filmszínház esetét, ahol képeket vetítenek egy vetítívászra. A mozgó képek azonban nincsenek hatással a vászonra, nem alakítják azt át.

A nézőközönség ezekre figyel, s nem a vetítövászonra. Noha a képek nem létezhetnek a vászon nélkül, a vászonnól mégsem vesz tudomást senki. Hasonlóképpen: az Önvaló az a vetítövászon, amelyen a képek, a cselekedetek és a többi efféle követi egymást. Az ember ez utóbbiaknak tudatában van, azonban arról, ami igazán lényeges, vagyis az előbbiről [az Önvalóról] nincs tudomása. Mindazonáltal a képek világa az Önvaló nélkül elképzelhetetlen. Akár tudatában van a néző [az individuum] a vetítövászonnak [az Önvalónak], akár nincs, a tettek folytatódni fognak.

***Azonban a filmszínházban van egy gépész is!***

A filmszínház érzéketlen anyagokból áll. A lámpa, a képek, a vetítövászon és a többi: ezek mind érzéketlenek, s így szükségük van egy gépészre, azaz egy érzékelőképességgel rendelkező cselekvőre. Másrészt az Önvaló az abszolút tudat, és ezért külső tényezők nem gyakorolhatnak rá hatást. Az Önvalón kívül nem lehet más gépész.

***Én nem keverem össze a testet a gépésszel; inkább Krsna szavaira utalok a Gítá XVIII. fejezetének 61. verséből: »Az Úr minden lény szívében ott lakozik, Arjuna, és káprázatával mozgat minden élőlényt, mint bábjátékos a bábukat.«***

A test funkciói, ideértve a működtető iránti igényt is, az elmében születnek; minthogy a test **jada**, azaz érzéketlen, szükség van egy érzékelőképességgel rendelkező működtetőre. Mivel az emberek azt hiszik magukról, hogy ők **jívák** [individuális lelkek], **Krsna** azt mondja, hogy Isten a **jívák** működtetőjeként lakozik a Szívben. Tulajdonképpen nincsenek **jívák**, és rajtuk kívüli működtető sincs; az Önvaló mindent magában foglal – magában foglalja a filmvásznat, a képeket, a nézőt, a színészeket, a gépészt, a fényt, a filmszínház épületét és minden egyebet. Az, hogy ön össze-tesztelje Önmagát a testtel, és színésznek képzelet magát, olyan, mintha a néző színészként viselkedne a filmszínházban. Képzeld el egy színészt, aki vászon nélkül akarna eljátszani egy jelenetet! Pontosan ez történik azzal az emberrel is, aki cselekedeteit az Önvalótól függetlennek véli.

***Másrészt olyan ez, mintha a nézőt arra kérnék, hogy játsszon a filmben. Vagyis meg kell tanulnunk az alvajárást.***

A cselekedetek és az állapotok összhangban vannak az ember nézőpontjával. A varjú, az elefánt, a kígyó [bizonyos] testrészeit két különböző dologra is használja. A varjú egyetlen szemmel kétfelé is nézhet; az elefánt az ormányát egyformán használja fogásra és szaglásra; a kígyó nemcsak lát, hanem hall is a szemével. Akár azt mondja, hogy a varjúnak egy szeme van, akár azt, hogy szemei vannak, akár úgy utal az elefánt ormányára, mint »kézre« vagy »orra«, vagy fülnek hívja a kígyó szemeit: ez mind ugyanazt jelenti. Hasonlóképpen a **jnáni** számára az alvás közbeni ébrenlét, ébrenlét közbeni alvás, az álom közbeni alvás vagy álom közbeni ébrenlét nagyjából mind ugyanazt jelenti.

***De nekünk egy fizikai, ébrenléti világban kell foglalkoznunk a fizikai testtel! Ha munkavégzés közben elalszunk vagy ha megpróbálunk dolgozni, mialatt alszunk, munkánk aligha lesz eredményes.***

Az [álomtalan] alvás nem tudatlanság, hanem az ember tiszta állapota; az ébrenlét nem tudás, hanem tudatlanság. Az alvást a teljes tudatosság jellemzi, az ébrenlétet a teljes tudatlanság. Az ön valóságos természete mindkettőt magában foglalja – s [ugyanakkor] mindkettőt transzcendálja. Az Önvaló túl van mind a tudáson, mind a tudatlanságon. Az álomteli alvás, az álomtalan mélyalvás és az ébrenlét állapotai csak múltó alakzatok az Önvaló előtt; akár tudatában van ön ezeknek, akár nem, megjelennek. A **ajnáni**, akiben a **samádhi**, az ébrenlét, az álomteli alvás és az álomtalan mélyalvás állapotai megjelennek, olyan, mint az utazó, aki nyugodtan alszik, miközben az ökrök mennek, állnak, vagy éppen kifogják őket. Ezek a válaszok az **ajnáni** [tudatlan] számára valók; máskülönben ilyen kérdések fel sem merülnének.

***Természetesen ezeket a kérdéseket nem az Önvaló teszi fel. Ott ki is kérdezhetne? Sajnálatos módon azonban én még nem valósítottam meg Önmagamat!***

Éppen ez jelent akadályt az ön számára. Meg kell szabadulnia attól a gondolattól, hogy **ajnáni** [tudatlan], és még meg kell valósítania Önmagát. **Ön** az Önvaló. Volt-e valaha olyan pillanat, amelyben nem volt tudatában Önmagának?

***Ezek szerint az alvajárás vagy az álmodozás állapotában kell kísérletezgetnünk?***

(Nevet.)

***Fenntartom, hogy az Önvalón történő töretlen »kontempláció«<sup>5</sup> eredményeként a samádhiba merült ember fizikai teste mozdulatlaná válhat. Lehet tevékeny is, lehet tétlen is. Az olyan elmére, amely ebben a »kontemplációban« megállapodott, a test vagy az érzékek mozgása nem lehet hatással – mint ahogy az elme nyugtalansága sem a fizikai aktivitás jele. Mások ezzel szemben azt állítják, hogy a fizikai aktivitás nyilvánvalóan meghiúsítja a samádhit, vagyis a töretlen »kontemplációt«. Bhagaván hogyan vélekedik erről? Ön az én álláspontom meggingathatatlan bizonyítéka.***

Mindkét félnek igaza van: ön a **sahaja nirvikalpa samádhira** utal, a másik fél a **kevala nirvikalpa samádhira**. Ez utóbbi esetben az elme belemerül az Önvaló fényébe (míg ugyanez az elme a mélyalvásban a tudatlanság sötétségébe merül); és ami még különbséget tesz a **samádhi** és a **samádhiból** való ébredés utáni aktivitás között, az a[z elme] tárgy[a]. Ezenfelül a test, a látás, a vitális erők és az elme aktivitása, va-

<sup>5</sup> A »kontempláció« szót gyakran – és meglehetősen pontatlanul – egy akaratlagos mentális folyamat jelzésére használják, míg a **samádhira** úgy tekintenek, mint ami túl van minden erőfeszítésen. A keresztény misztika terminológiája szerint azonban a »kontempláció« minden további nélkül a **samádhi** szinonimájának tekinthető, és a kérdéses kifejezés itt is ebben az értelemben szerepel.

lamint a tárgyak észlelése: mindezek akadályokat jelentenek annak, aki a *kevala nirvikalpa samádhi*<sup>6</sup> megvalósítására törekszik.

A *sahaja samádhi*ban azonban az elme már átalakult az Önvalóvá, s ilyen módon nincs többé. Így hát a fent említett különbségek és akadályok itt már nem léteznek. Egy ilyen lény tevékenységei a szundikáló kisgyermek etetéséhez hasonlatosak, mert ez is csak a külső rátekintő számára érzékelhető, az ételt elfogyasztó számára nem. A mozgó kocsi alvó utazó nincs tudatában a kocsi mozgásának, mivel elméje elmerült a sötétségben. Ugyanígy a *sahaja jnání* sincsen tudatában testi tevékenységének, mivel elméje a *cidánanda* [az Önvaló üdvözült boldogságának] elragadtatásába való belemerülés során visszavonatot.

## Csend és magány

*Van-e valami haszna annak, ha az ember hallgatási fogadalmat tesz?*

A belső csend az önmagunkról való lemondással egyenlő. S ez annyit jelent, mint az ego tudata nélkül élni.

*A samnyásinak feltétlenül magányban kell élnie?*

A magány az ember elméjében van. Még ha a világ sűrűjében él is az ember, fenntarthatja elméje tökéletes nyugalmát; aki így tesz, mindig magányban van. Másvalaki viszont hiába él erdőben, mégis képtelen elméjét uralni. Az ilyen emberről nem mondhatjuk azt, hogy magányban van. A magány egy mentális beállítottság; az az ember, aki az élet dolgaihoz kötődik, bárhol éljen is, nem válhat magányossá. Az eloldódott ember azonban mindig magányban van.

*Mi a mauna?*

A *mauna* [csend] a beszédet és a gondolkozást felülmúló állapot; a mauna mentális aktivitás nélküli meditáció. A meditáció az elme leigázása; a mélymeditáció

<sup>6</sup> Az alvás, a *kevala nirvikalpa samádhi* és a *sahaja nirvikalpa samádhi* közötti különbség egyértelműen látható az alábbi, *Srí Bhagaván* által összeállított táblázatból:

<i>alvás</i>	<i>kevala nirvikalpa samádhi</i>	<i>sahaja nirvikalpa samádhi</i>
élő elme	élő elme	halott elme
elmerülés a felejtésben	elmerülés a fényben	beleolvadás az Önvalóba
	hasonló egy kötélben lógó vödörhöz, amelyet leeresztettek a kútba	hasonló egy óceánba ömlő folyóhoz amely elveszítette azonosságát
	a kötéllal felhúzzák a vödört	folyót már nem lehet visszafordítani az óceánból

»A bölcs elméje, aki megvalósította Önmagát, maradéktalanul elpusztult. Halott. A kívülálló számára azonban úgy tűnik, mintha neki is éppúgy volna elméje, mint egy világi embernek. Ilyen módon az 'én' a bölcsben pusztán látszólagos 'objektív realitással' rendelkezik; valójában azonban sem szubjektív léte, sem objektív realitása sincsen« (*Ramana Maharsi*).

örökkévaló beszéd. A csend örökbeszélő; ez a »nyelv« örökéltű áramlása. Ezt az áramlást szakítja meg a beszéd – mert a szavak e néma »nyelv« számára csak akadályt jelentenek. Az előadások képesek órákig lekötni a hallgatókat anélkül, hogy javítanának rajtuk. A csend egyfelől állandó, másfelől az egész emberiség üdvét szolgálja. A csend nem más, mint ékesszólás. A szóbeli előadások korántsem annyira ékesszólóak, mint a csend. A csend szakadatlan ékesszólás. Ez a legnagyobb nyelv.

Létezik olyan állapot, amelyben a szavak megszűnnek, és a csend kerül uralomra.

### ***Akkor hogyan közölhetjük gondolatainkat másokkal?***

Ez csak a kettősség tudatának megjelenése után válik szükségessé.

### ***Miért nem járja Bhagaván a világot, miért nem hirdeti mindenfelé az igazságot?***

Honnan tudja, hogy nem teszem? [Gondolja, hogy] az igazság hirdetése abban áll, hogy az ember emelvényre áll, és szónoklatot intéz a körülötte álló sokasághoz? Az igazság hirdetése egyszerűen a tudás átadását jelenti; s ezt csak csendben lehet véghezvinni. Mit gondol arról az emberről, aki egy álló órán keresztül hallgat egy prédikációt, s aztán anélkül távozik, hogy élete megváltoztatásának gondolata felmerült volna benne? Vesse össze ezt egy másik ember magatartásával, aki egy szent ember jelenlétében tartózkodik, majd egy idő múlva azzal a meggyőződéssel távozik, hogy élete gyökeresen megváltozott. Melyik a jobb: hangosan, ámbár hatás nélkül prédikálni, vagy csendben ülni és belső erőt sugározni?

Ezenfelül [gondolja csak meg,] hogyan jön létre a beszéd? Először is van egy [minden partikuláris ismerettől] elvonatkoztatott tudás. Ebből emelkedik ki az ego, amelyből gondolatok fakadnak, a gondolatokból pedig szavak. Így a szó az eredeti forrás dédunokája. Ítélje meg ön: ha már a szó is képes kiváltani bizonyos hatást, mennyivel erőteljesebbnek kell lennie a csenden keresztül megnyilvánuló prédikációnak! Csakhogy az emberek nem értik ezt az egyszerű, nyilvánvaló igazságot – mindennapi, állandóan jelenlevő, örökös tapasztalásuk igazságát. Ez az igazság az Önvaló igazsága. Van-e olyasvalaki, aki nincs tudatában Önmagának? ők azonban mégsem szeretnek hallani erről az igazságról, ellenben mohón keresik a választ arra, hogy mi van a túlvilágon – a mennyben, a pokolban –, s hogy mi a reinkarnáció.

Mivel az emberek a titokzatos dolgokat szeretik, s nem az igazságot, a vallások gondoskodnak arról, hogy végül is Önmagukhoz térjenek. Úgyhogy bármily eszközt is alkalmazzon, végül önmaguk is mindenképpen az Önvalóhoz kell visszatérni: s hát miért ne ütne tanyát Önmagában [már] itt és most? Ahhoz, hogy a túlvilágról spekuláljon, ahhoz, hogy a túlvilág szemlélőjévé válhasson, szükség van az Önvalóra; így hát ezek nem különböznek az Önvalótól. Még a tudatlan ember is, amikor a tárgyakat látja, valójában csak Önmagát látja.

## Az elme megfékezése

### *Hogyan fékezhető meg az elme?*

Ha megvalósította Önmagát, nincs szüksége az elme megfékezésére. Amikor az elme eltűnik, fölragyog az Önvaló. Függetlenül attól, hogy elméje tevékeny vagy tétlen, a megvalósított emberben már csak az Önvaló létezik. Az elme, a test és a világ ugyanis nincsen elválasztva az Önvalótól; és ezek nem is maradhatnának fenn az Önvalón kívül. [Így hát] hogyan is különbözhetnének ezek magától az Önvalótól? Amikor az ember tudatában van Önmagának, miért kellene aggodalmaskodnia ezek miatt az árnyképek miatt? Hogyan gyakorolhatnának hatást ezek az Önvalóra?

### *Ha az elme pusztán árnyék, akkor az ember hogyan szerezhet tudomást az Önvalóról?*

Az Önvaló az önfényű Szív. Az agyat, az elme székhelyét a Szívből származó fény világítja meg. A világot az elmével látjuk; ily módon a világot az Önvaló tükrözött fényének segítségével láthatja. A világot az elme aktusa észleli. Amikor az elme fényt kap, tudatában van a világnak; amikor az elme nem kap fényt, nincs tudatában a világnak.

Ha az elme befelé, a fény forrása felé fordul, az objektív megismerés megszűnik, és egyedül az Önvaló, a Szív ragyog.

A Hold fénye a Nap fényének visszatükröződése. Amikor a Nap lemegy, a Hold világítja meg a tárgyakat. Ha a Nap felkel, senkinek sincs szüksége a Holdra, még ha tányérja látható is az égen. Így van ez az elmével és a Szívvel is. Az elme tükrözött fénye miatt hasznos. Segítségével észleljük a tárgyakat. Amikor befelé fordul, belemerül a magától ragyogó fény forrásába. Ilyenkor az elme olyanná válik, mint a nappal látható Hold.

Amikor besötétedik, lámpára van szükségünk ahhoz, hogy fényt teremtsünk. Ha azonban felkel a Nap, nincs szükség lámpára; a tárgyak láthatóvá válnak. És akkor sincs szükségünk lámpára, ha a Napot akarjuk látni: elég, ha szemünket a magától ragyogó Nap felé fordítjuk. Hasonlóképpen van ez az elmével is: a tárgyak látásához szükségünk van az elméből származó tükrözött fényre. Ha viszont a Szívet kívánjuk látni, elég, ha az elme a Szív felé fordul. Ekkor az elme elveszíti jelentőségét, a Szív pedig magától ontja a fényt.

***Miután ezt az ásrámamot [remetetelepet] októberben elhagytam, tudatában voltam annak a kisugárzásnak, amely Sri Bhagaván jelenlétében uralkodott, s amely engem tíz napon keresztül beragyogott. Miközben munkámmal voltam elfoglalva, folyamatosan éreztem az egységben való béke rejtett áramlását; majdnem olyan volt ez, mint az a kettős tudatosság amelyet az ember akkor tapasztal, amikor egy unalmas előadás alatt félálomba merül. Azután ez az egység fokozatosan elhalványult, és felváltották a régi butaságok. A munka nem hagy időt a magányos meditációra. Elég-e az, ha munka közben állandóan arra figyelmeztetem magam, hogy »én vagyok«?***

(Rövid szünet után.) Ha megerősíti elméjét, a béke később sem fog megszakadni. A béke időtartama az ismételt gyakorlatok által megszerzett mentális erővel arányos. A megerősödött elme képes arra, hogy megtartsa önmagát ebben az áramlásban. Ez esetben akár elfoglalja magát valamivel az ember, akár nem, ez az áramlás érintetlen és szakadatlan marad. [Mindazonáltal] nem a munka az, ami önt akadályozza, hanem az a képzet, hogy **ön** végzi a munkát.

***Szükség van-e az elme megerősítéséhez az ülés közben gyakorolt meditációra?***

Ha mindig szem előtt tartja azt a gondolatot, hogy [amivel elfoglalja magát nap közben,] az nem az ön munkája, akkor nem. Ahhoz, hogy erre [folytonosan] emlékeztesse önmagát, komoly erőfeszítésre van szükség; később azonban ez a gondolat magától értetődővé és folyamatossá válik. A munka önmagától megy majd végbe, és békéjét semmi sem fogja megzavarni.

Az ön valódi természete a meditáció. Most még meditációnak nevezi, mivel vannak más gondolatok is, amelyek megzavarják. Ha elúzi ezeket a gondolatokat, egyedül marad – vagyis a gondolatoktól mentes meditáció állapotába kerül; és ez az ön igazi természete – [vagyis az,] amit most a többi gondolat távoltageásával próbál elérni. Ezt a gondolatoktól való távoltagetartást most meditációnak nevezi. De ha a gyakorlás megszilárdul, a valódi természet fog igazi meditációként megmutatkozni.

***Amikor az ember megkísérli a meditációt, a többi gondolat szinte rátámad!***

Igen, a meditációban mindenfajta gondolat megjelenik. És ez így van jól; mert ami önben rejtőzik, ekkor felszínre kerül. Ha nem jelennének meg ezek a gondolatok, hogyan pusztítaná el őket? A gondolatok mintegy maguktól jelentkeznek, de csak azért, hogy a megfelelő pillanatban kioltsák őket. Így szolgálják az elme megerősödését.



***Vannak pillanatok, amikor az emberek és a dolgok valamiféle határozatlan, csaknem átlátszó formát öltenek magukra, akárcsak egy álomban. Az ember többé nem kívülről látja őket; létüknek csak passzív módon van tudatában, sőt aktív módon még az énségről sincsen tudomása. Az elmében mély csend honol. Vajon ezekben a pillanatokban válik alkalmassá az elme arra, hogy belemerüljön az Önvalóba? Netán ez valamiféle egészségtelen állapot, valamiféle önhipnózis eredménye? Vagy ez az állapot az ideiglenes béke elérésének egyik eszköze?***

[Elmondása szerint] az elme nyugalmát [az ön esetében] a tudat jelenléte kíséri. Pontosan ez az az állapot, amelyet el kell érni. [Mindazonáltal] az a tény, hogy ezen a ponton megfogalmazódott önben a fenti kérdés – anélkül, hogy felismerte volna tapasztalatában az Önvalót –, azt mutatja, hogy ezt az állapotot még csupán alkalomszerűen birtokolja.

A »belemerülés« szó csak akkor használható, ha az embernek befelé kell fordítania elméjét, hogy elkerülje az elme kifelé irányuló tendenciái által megzavart létezését. Ezekben az időszakokban az embernek [valóban] e külsődleges jelenségek felszíne alá kell merülnie. De amikor a tudatot akadálytalanul hatja át a mély csend, akkor mibe kellene belemerülni? Ha az ember ebben az állapotban nem ismeri fel Önmagát, akkor az Önvaló elérése érdekében kifejtett erőfeszítést joggal nevezhetjük »belemerülésnek«. Ebben az értelemben mondhatjuk erről az állapotról, hogy alkalmas a megvalósításra vagy a belemerülésre. Ilyen módon az ön által feltett utolsó két kérdés érvényét veszíti.

***A gyermekek iránt az elme mindig elfogult – talán azért, mert a gyermekben gyakran az Eszményi megtestesülését látja. Hogyan lehet ezt a részrehajlást kiküszöbölni?***

Önmagához ragaszkodjon! Miért foglalkozik a gyermekekkel és feléjük irányuló reakcióival?!

***Most vagyok itt harmadszor Tiruvannámalaiban; ittlétem alatt elhatalmasodott bennem az egoizmus érzése, és a meditációm is nehezebbé vált. Ez vajon egy lényegtelen, átmeneti fázis, vagy annak a jele, hogy ezentúl az ilyen helyeket kerülnöm kell?***

Ez csak egy képzeletbeli dolog. Ez a hely is éppúgy önben van, mint ahogy az összes többi. Az efféle képzelgéseknek véget kell vetnie, mert a helyeknek mint olyanoknak semmi közük az elme tevékenységéhez. Körülményei sem pusztán egyéni választásától függenek; ezek maguktól adódó dolgok. Önnek pedig az a feladata, hogy fölējük emelkedjen, s nem az, hogy beléjük gabalyodjon.

*[Este öt körül, amikor Srí Bhagaván felment a hegyre, egy nyolc és fél éves fiúcska ült a csarnokban. Miközben Srí Bhagaván távol volt, a kisfiú tisztán, egyszerűen, az irodalmi tamil nyelvet használva és szabadon idézve a szentek mondásait és a szent szövegeket, a yogáról és a vedántáról beszélt. Amikor közel háromnegyed óra múltán Srí Bhagaván belépett a csarnokba, teljes csend uralkodott. A kisfiú húsz percig ült Srí Bhagaván jelenlétében, egy szót sem szólt, csak merőn figyelte őt. Azután könnyek szöktek a szemébe. Bal kezével letörölte őket, és nem sokkal később elment azzal, hogy ő még vár az Önmegvalósítással.] Hogyan magyarázhatjuk e fiúcska rendkívüli viselkedését?*

Erősek voltak benne utolsó születésének jellegzetességei. Azonban bármennyire is erősek legyenek, ezek csak egy nyugodt, elcsendesült elmében nyilvánulhatnak meg. Mindenki tapasztalhatja, hogy miközben az emlékképek felidézésére tett kísérletek időnként kudarcba fulladnak, a csendes és nyugodt elmébe gyakran betör valami [távoli emlékkép].

#### *Hogyan csendesíthető el, hogyan nyugtatható meg a rakoncátlan elme?*

Vagy keresse meg a forrását, hogy eltűnjön, vagy mondjon le magáról, hogy az elme felszámolódjék. Az önmagáról való lemondás ugyanaz, mint az ön-ismeret, s így mindkettő szükségképpen magában foglalja az önuralmat. Az ego csak akkor adja meg magát, ha felismeri a magasabb hatalmat.

#### *Hogyan menekülhetünk meg az elme nyugtalanságáért felelős samsárától [létforgatagtól]? Elérhető-e az elme nyugalma a lemondás révén?*

A *samsára* csak az ön elméjében van. A világ nem mondja azt, hogy »Itt vagyok én, a világ«. Ha így tenne, akkor mindig jelen lenne, és még alvás közben is tapasztalhatóvá tenné magát. Minthogy azonban alvás közben nincs jelen, nem állandó. S mivel nem állandó, nincs szubsztanciája. Minthogy az Önvalón kívül semmi sem rendelkezik realitással, [a világ] könnyen legyőzhető az Önvaló révén. Egyedül az Önvaló maradandó. A lemondás Önmaga nem-Önmagával való azonosításának megtagadását jelenti. Amikor az ember eltávolítja az Önvalót a nem-Önvalóval azonosító tudatlanságot, a nem-Önvaló léte megszűnik. És ez az igazi lemondás.

#### *A tetteket egy ilyen [fokú] lemondás híján is végre tudjuk hajtani kötődés nélkül?*

Csak az *átma-jnáni* [Önmagát ismerő] lehet jó *karma-yogi*.

#### *Bhagaván elutasítja a dvaita [kettősségen alapuló] filozófiát?*

A *dvaita* [kettősség] csak akkor maradhat fenn, ha Önmagát nem-Önmagával azonosítja. Az *advaita* [a kettősség elutasítása] ezen azonosítás elutasítását jelenti.

## **Bhakti és jnána**

*A Srí Bhagavatam azt írja, hogy az ember akkor talál rá szívében Krsnára, ha mindenre úgy tekint és minden előtt úgy borul le, mintha az maga az Úr volna. Ez az út vezet az Ön-megvalósításhoz? Nem volna-e könnyebb mindenben Bhagavánt imádni, mint a »Ki vagyok én?« mentális vizsgálata révén az elmefölötti valóságot keresni?*

Amikor ön mindenben Istent látja, Istenre gondol-e vagy sem? Ha maga körül mindent Istennek akar látni, nyilvánvalóan Istenre kell gondolnia. Ha Istent ilyen módon emlékezetében tartja, akkor ez [a mentális beállítottság előbb-utóbb] *dhyánává* [meditációvá] válik – és a *dhyána* a megvalósítást megelőző állapot. A megvalósításra csak az Önvalóban van lehetőség, illetve a megvalósítás csak az Önvaló számára lehetséges. Az Önvalótól függetlenül nincs lehetőség a megvalósításra. A *dhyánának* meg kell előznie a megvalósítást, de az már lényegtelen, hogy Istent választja-e *dhyánája* tárgyául, vagy az Önvalót, mert a cél ugyanaz. Önmagát sehogyan sem tudja megkerülni. Mindenben Istent akarja látni, csak épp önmagában nem? Ha minden Isten, akkor ebbe a mindenbe ön talán nem tartozik bele? Ha egyszer minden Isten, mi különös van azon, hogy ön is Isten? Ez az a módszer, amit a *Srí Bhagavatam* és más [hasonló] művek is ajánlanak. De még e gyakorlat végzéséhez is szükség van egy látóra vagy egy gondolóra. Vajon ki az?

### ***Hogyan lehet meglátni egy mindent átható Istent?***

Istent látni annyit jelent, mint Istennek lenni. A »minden« nem Istenen kívül van, hogy Isten azt átjárhatná. *Csak* Isten van.

### ***Olvasgassuk-e időnként a Gítát?***

Mindig!

### ***Milyen viszony van a jnána és a bhakti [szeretet] között?***

A *jnëna* az Önvalóban tartózkodás örökkévaló, töretlen és természetes állapota. Ahhoz, hogy az ember Önmagában tartózkodjék, szeretnie kell Önmagát. Mivel Isten igazából az Önvaló, az Önvaló szeretete Isten szeretetét jelenti; és ez a *bhakti*. A *jnëna* és a *bhakti* ilyen módon egy és ugyanaz.

*Ha a japát [Isten nevének ismétlését] egy-két óra hosszat csinálom, valamiféle alváshoz hasonló állapotba esem. Felébredve visszaemlékszem arra, hogy a japa megszakadt. Akkor aztán ismét megpróbálkozom vele.*

Jól mondja, hogy »alváshoz hasonló«. Ez egy természetes állapot. Mivel ön még az egóval azonosítja magát, úgy gondolja, hogy a természetes állapot olyan állapot, amely megszakítja a *japa* gyakorlását. Vagyis önnek arra van szüksége, hogy mindaddig igyekezzék megismételni ezt a tapasztalatot, amíg fel nem ismeri, hogy az az ön természetes állapota. Akkor aztán rá fog jönni arra, hogy a *japa* független [öntől],

és magától folytatódik. Jelenlegi kétsége ennek a hamis identifikációnak köszönhető – nevezetesen annak, hogy a **japát** végző elmével azonosítja magát. A japa azt jelenti, hogy az ember egyetlen gondolathoz ragaszkodik, az összes többit pedig kirekeszti elméjéből. Ez a **japa** célja. Így vezet el a **japa** a **jnánához**, amely azután Ön-megvalósításban, vagyis **jnánában** végződik.

### ***Hogyan folytassam a japát?***

Az embernek Isten nevét nem mechanikusan és felszínesen kell ismételtetnie, hanem az odaadás érzésével eltelve. Isten nevét csak úgy használhatja az ember, csak úgy hívhatja segítségül őt, ha vágyakozik utána és fenntartás nélkül aláveti magát neki. Csak e ráhagyatkozás után marad Isten neve állandóan az emberrel.

### ***Mi szükség van akkor a kutatásra, vagyis a vicárára?***

A ráhagyatkozás csak akkor vezet eredményre, ha az ember maradéktalanul tisztában van azzal, hogy mit jelent a valódi ráhagyatkozás. [Azonban] az ember ezt a tudást – mely mindig önfeladásban végződik – csak kutatás és elmélkedés révén tudja megszerezni. Nincs különbség a **jnána** és az Úrnak való tökéletes odaadás között, történjék ez utóbbi akár gondolatban, akár szóban, akár cselekedetben. Ahhoz, hogy az odaadás teljes legyen, feltétel nélkülinek kell lennie; a hívó nem alkudozhat az Úrral, nem követelhet tőle kegyeket. Ez a teljes odaadás mindent magában foglal: [egyszerre] **jnána** és **vairágya** [szenvedélytelenség], hódolat és szeretet.

## ***Önvaló és individualitás***

***Az emberi individualitás nem oldódik fel a halálban éppúgy – lehetetlenné téve az újraszületést –, mint ahogy az óceánba ömlő folyók is elveszítik egyediségüket?***

Csakhogy amikor a víz elpárolog és eső formájában visszatér a hegyekre, újra folyókká válik, s azok újra az óceánba torkollanak. Az individuumok is hasonlóképpen elveszítik egyedi voltukat az alvás során, de **samskáráiknak**, vagyis régmúlt hajlamaiknak megfelelően mégis individuumokként térnek vissza. S ugyanez történik a halált követően is. Az emberi individualitás a **samskárákkal** együtt tehát nem veszhet el.

### ***Hogyan lehetséges ez?***

Gondoljon arra, hogy ha a fa ágait levágják, azok újra kihajtanak. Mert mindaddig, amíg a gyökérzet ép, a fa újra kihajt. Nos, a halál során a Szívbe visszahúzódó – következésképpen még elpusztítatlan – **samskárákkal** is hasonló történik: a megfelelő pillanatban ezek is újraszületéshez vezetnek. Így születnek újra a **jívák** [individuumok].

***Hogyan jöhet létre a számtalan jíva s rajtuk keresztül a nevekkal és formákkal teli hatalmas univerzum ezekből a Szívbe merült szubtilis samskárákból?***

Ahogy a nagy fügefa egyetlen apró magból sarjad ki, úgy hajt ki az összes **jíva** a nevekkal és formákkal teli univerzummal együtt a szubtilis **samskárákból**.

***Hogyan sugárzódik ki az individualitás az Abszolút Önvalóból, és hogyan lehetséges visszatérnie bele?***

Ahogy a szikra kipattan a tűzből, úgy árad ki az individualitás az Abszolút Önvalóból. A szikrát egónak nevezik. Az **ajnání** esetében az ego – megjelenésével egyidejűleg – [mindig] valamilyen tárggyal azonosítja magát. Ugyanis ha nem kapcsolódna tárgyakkhoz, nem maradhatna fenn.

Ez az összekapcsolódás annak az **ajnánának** [tudatlanságnak] köszönhető, amelynek elpusztítására irányul erőfeszítésünk. Ha az embernek sikerül elpusztítania ezt az objektumokkal való identifikációs hajlamot, akkor az ego tisztává válik, majd pedig egyesül forrásával. Amikor az ember önmagát alaptalanul testével azonosítja, azt nevezzük **dehátmabuddhinak**, vagyis »én vagyok a test«-gondolatnak. Ahhoz, hogy az ember sikerre vigye erőfeszítését, **ettől** kell megszabadulnia.

***Hogyan lehet ezt kiirtani?***

A **susupti**ban [a mélyalvás állapotában] ön test és elme nélkül létezik, míg a másik két állapotban mindkettővel rendelkezik. Ha egy lenne a testtel, hogyan létezhetne test nélkül a **susupti**ban? Ami az ön számára külsődleges, attól elválaszthatja magát, de ami egy önnel, attól nem. Ebből következően az ego nem lehet egy a testtel. Ezt kell felismerni az ébrenléti állapotban. A három állapotot azért tanulmányozzuk, hogy elérjük ezt a tudást.

***A [pusztán] két állapothoz kötődő ego hogyan valósíthatja meg azt, ami mindhárom állapotot magában foglalja?***

Az ego a maga tisztaságában leginkább két állapot vagy két gondolat között tapasztalható. Az ego olyan, mint a hernyó, amely csak akkor engedi el az egyik levelet, ha már belekapaszkodott a másikba. Igazi természete akkor tárul fel, amikor nem érintkezik tárgyakkal avagy gondolatokkal. A három állapot, a **jágrat** [ébrenlét], a **svapna** [álom] és a **susupti** tanulmányozásából nyert meggyőződés révén ezt a közösséget kell megvalósítania maradandó és változhatatlan valóságként, önnön valódi léteként.

***Az ébrenléti állapothoz hasonlóan nem maradhatok-e akaratlagosan a susupti-ban mindaddig amíg szeretnék? Hogyan éli meg a jnání ezt a három állapotot?***

A **susupti** az ébrenlét állapotában is létezik. Ön most is a **susupti**ban van. Ebbe a **susupti**ba kell tudatosan behatolnia, és ezt kell elérnie ebben az ébrenléti állapotban. Valójában a **susupti**ba sem belépni nem lehet, sem pedig kilépni nem lehet belőle.

Tudatában lenni a *susupti*nak a *jágrat* állapotában: ez a *jágrat-susupti* [éberalvás] – ez a *samádhi*.

Az *ajnáni* nem képes sokáig *susupti*ban maradni, mivel természete arra kényszeríti, hogy kilépjen belőle. Egója nem halott, s ezért újra meg újra felbukkan. A *jnáni* azonban az egót forrásánál pusztította el. Néha úgy tűnik, mintha időnként a *prárabdha* hatására az ő esetében is felbukkanna az ego. Vagyis a kifelé irányuló szándékok vonatkozásában a *jnáni* esetében is az a benyomás alakulhat ki [a külső szemlélőben], hogy a *prárabdha* fenntartja, életben tartja az egót, akárcsak az *ajnáni* esetében. Van azonban egy alapvető különbség közöttük, mégpedig az, hogy amikor az *ajnáni* egója felbukkan (igazából a mélyalvás kivételével sohasem tűnik el), egyáltalán nincs tudatában forrásának: más szavakkal az *ajnáni* nincs tudatában *susupti*jának álmában vagy ébrenléte alatt. Ezzel szemben a *jnáni* esetében az ego megjelenése avagy léte csupán látszólagos, és ő az ego látszólagos felbukkanása avagy léte ellenére sem szakad el soha töretlen és transzcendentális tapasztalatától, mivel figyelmét mindig az elme forrására rögzíti. Az ilyen ego [tehát] ártalmatlan; olyan, mint az elégett kötél maradványa – noha még őrzi eredeti formáját, alkalmatlan arra, hogy bármit is megkössenek vele. Ha az ember folytonosan az elme forrására összpontosítja figyelmét, az ego éppúgy eltűnik ebben a forrásban, mint a sóbábu a tengerben.

#### *Mi a keresztre feszítés értelme?*

A keresztt a test. Jézus, az ember fia az ego, vagyis az »én vagyok a test« képzete. Amikor az ember fiát keresztre feszítik, az ego megsemmisül, s ami megmarad, az az Abszolút Lény Ez a dicsőséges Önvalónak, Krisztusnak – *Isten Fiának* a feltámadása.

#### *De mivel indokolható a keresztre feszítés? A gyilkosság nem szörnyű bűn?*

Mindenki öngyilkosságot követ el. Az örökkévaló, üdvösséggel teljes, természetes állapotot megfojtotta ez a tudatlan élet. Ilyen módon a jelenlegi élet az örökkévaló, feltétlen lét meggyilkolásának következménye. S ez vajon nem egyfajta öngyilkosság? Úgyhogy miért aggasztja annyira önt [ez] a gyilkosság?

Srí Rámakrsna *azt mondta, hogy a nirvikalpa samádhi nem tarthat tovább huszonegy napnál; ha tovább tart, az illető meghal. Valóban így van?*

Amikor a *prárabdha* kimerül, az ego anélkül, hogy bármilyen nyomot is hagyna maga után, maradéktalanul szertefoszlik. Ez a végső megszabadulás (*nirvána*). Ha a *prárabdha* nem merül ki, az ego újra feltámad, mint ahogy a *jivanmukták* [a földi életük során megszabadultak] esetében is *úgy tűnik, mintha* feltámadna.

## Az Ön-megvalósítás

### *Hogyan érhetem el az Ön-megvalósítást?*

A megvalósítás nem valami távoli, elérendő cél; a megvalósítás már [az idők kezdete előtt] végbement. Mindössze attól a gondolattól kell megszabadulnia, hogy »még nem értem el a megvalósítást«.

Nyugalom és béke: ez a megvalósítás. Nincs olyan pillanat, amelyben az Önvaló ne létezne. Mihelyt kétsége merül fel a megvalósítással kapcsolatban, vagy úgy érzi, hogy a megvalósítást még nem érte el, próbálja megszabadítani magát az ilyen gondolatoktól. Ezek a kétségek Önmaga nem-Önmagával való azonosításából fakadnak. Ami a nem-Önvaló eltűnése után egyedül fennmarad, az az Önvaló. Ha teret akar adni neki, akkor azt nem valahol másutt kell megtennie; pusztán az akadályokat kell eltávolítania.

***Ha egyszer a vásana ksaya [a mentális hajlamok felszámolása] nélkül nincs mód a realizációra, akkor hogyan kell megvalósítanom azt az állapotot, amelyből ezek a hajlamok hiányoznak?***

Ön most éppen ebben az állapotban van.

***Ez azt jelentené, hogy az Önvalóhoz ragaszkodva akkor és ott kell megsemmisíteni a vásánákat, amikor és ahol azok megjelennek?***

Ha ön az lesz, ami, akkor az összes *vásana* magától elpusztul.

### *De hogyan érhetem el az Önvalót?*

Az Önvalót nem lehet elérni. Ha az Önvalót el kellene érni, akkor az azt jelentené, hogy az Önvaló itt és most nincs jelen, s hogy még nem érte el. Ámde amihez újonnan jut hozzá, azt el is fogja veszíteni. Vagyis az nem lesz állandó. [Márpedig] ami nem állandó, azzal nem érdemes foglalkozni. **Ezért** mondom azt, hogy az Önvalót nem lehet elérni. **Ön** az Önvaló – és már most is az.

Kétségtelen, hogy e pillanatban ön nincs tudatában üdvösségtől áthatott állapotának. A tudatlanság ugyanis közbeékelődik, és elfátyolozza a tiszta Önvalót, amely maga az üdvösség. Csupán a tudatlanság e fátylát kell eltávolítania, amely nem egyéb tévedésen alapuló tudásnál. A tévedésen alapuló tudás az Önvaló helytelen azonosítása a testtel és az elmével. Ha felszámolja e téves identifikációt, akkor egyedül az Önvaló marad.

Ezért a megvalósítás mindenki számára kész tény A megvalósítás nem tesz különbséget a törekvők között. Maga az a gondolat képezi az akadályt, hogy vajon »sikerül-e megvalósítanom Önmagamat«, illetve »még nem valósítottam meg Önmagamat«. Szabaduljon meg ezektől az akadályoktól!

***Mi az értelme a samádhinak, és megmarad-e a gondolkodás a samádhi állapotában?***

Egyedül a **samádhi** képes feltárni az igazságot. A gondolatok elfátyolozzák a valóságot, s így az a maga mivoltában csak a **samádhi** állapotában ismerhető fel.

A **samádhi**ban csak az »én vagyok« érzése van jelen; gondolatok nincsenek benne. Az »én vagyok« megtapasztalása nem más, mint csendben maradni.

***Hogyan ismételhethém meg a samádhinak, vagyis a mozdulatlanságnak azt a tapasztalatát, amit az ön jelenlétében [egyszer már] sikerült elérnem?***

Az ön jelenlegi tapasztalata amaz atmoszféra hatásának tulajdonítható, amely itt [a **Ramanásramamban**] körülveszi. Azt kérdi, hogy birtokába juthat-e a **samádhinak** ezen az atmoszférán kívül is? A tapasztalat meg-megújuló. Míg állandóvá nem válik, szükség van a gyakorlásra.

***Az ember időnként élénk tudatfelvillanásokat tapasztal, amelyek középpontja már kívül van a normális »én«-en, és amelyek valamiképpen mindent magukban foglalnak. Ha most eltekintünk a filozófiai fogalmaktól, Bhagaván szerint hogyan lehetne ezeket a ritka tudatfelvillanásokat elérni, megtartani és meghosszabbítani? Ha ilyen tapasztalatokra akarok szert tenni, akkor az abhyása [spirituális praxis] érdekében esetleg vissza kellene vonulnom a világból?***

Ön azt mondja: »kívül«. De kin belül vagy kin kívül? A »kívül« és a »belül« csak addig létezik, amíg a szubjektum és objektum kettőssége fennáll. Továbbá ki tapasztalja ezeket [a tudatfelvillanásokat]? Vizsgálódása folytán rá fog jönni arra, hogy ezek csupán a szubjektumban léteznek. Vizsgálja meg, hogy ki ez a szubjektum, s akkor majd kutatása el fogja vezetni abba a tiszta tudatba, amely túl van ezen a szubjektumon.

Ön azt mondja: »normális én«. A »normális én« az [ön számára] az elme. Az elmének megvannak a maga korlátozottságai. A tiszta tudat túl van a korlátozottságokon, és a vizsgálódás révén érhető el.

Ön azt mondja: »elérni«. Az Önvaló mindig jelen van. Önnek pusztán el kell távolítania azt a fátylat, amely az Önvaló megnyilatkozását akadályozza.

Ön azt mondja: »megtartani«. Ha egyszer megvalósítja Önmagát, akkor ön az Önvaló közvetlen és természetes tapasztalatára tesz szert. Az Önvaló sosem vesz el.

Ön azt mondja: »meghosszabbítani«. Az Önvaló [tapasztalata] nem hosszabbítható meg, mert az Önvaló mindig az, ami – megrövidülés és meghosszabbodás nélkül.

Ön azt mondja: »vissza kellene vonulnom«. Az Önvalóban lenni annyit jelent, mint magányban lenni, hiszen az Önvaló számára semmi sem idegen. Visszavonulni egyik helyről a másikra, egyik állapotból a másikba kell. De az Önvalón kívül sem egyik, sem másik hely nincsen. Minthogy minden az Önvaló, a visszavonulás képtelen és értelmetlen vállalkozás.



Őn azt mondja: »*abhyása*«. Az *abhyása* csupán az inherens békét elfedő nyugtalanság elhárítására szolgál. Akár végzi az *abhyását*, akár nem, ön mindig saját természetes állapotában van. Kétségek és kérdések nélkül megmaradni annak, ami: ez az ön természetes állapota.

***A samádhi megvalósításával siddhiket [természetfeletti képességeket] is elér az ember?***

Ha *siddhi*jeit be akarja mutatni, szüksége van másokra, hogy felismerjék azokat. Ez azt jelenti, hogy aki ezeket gyakorolja, abból hiányzik a *jnána*. Éppen ezért nem érdemes foglalkozni a *siddhi*ekkel. Egyedül a *jnánát* kell célul kitűzni és elérni.

***Saját realizációm segítségére lehet másoknak?***

Természetesen. Ez az elképzelhető legjobb segítség. Ámde nincsenek »mások«, akiken segítenie kellene. A realizált lény ugyanis [mindenben] csak Önmagát látja, mint ahogy az aranyműves is csak az aranyat látja, amikor a különféle ékszerekben felbecsüli az arany értékét. Ha a testtel azonosítja magát, akkor csak formákat és alakokat lát. Ha sikerül transzcendálnia testét, test-tudatával egyetemben a »mások« is eltűnnek. Aki elérte a megvalósítást, az többé nem tekinti Önmagától különbözőnek a világot.

***Nem volna-e jobb, ha a szentek elvegyülnének a többi ember között, hogy segítsék őket?***

Nincsenek »többiek«, akik között elvegyülhetnének. Az Önvaló az egyetlen valóság.

***Meg kell próbálnom orvosolni a világ szenvedéseit?***

Önt is ugyanaz a hatalom teremtette, mint ami a világot. Ha ez a hatalom gondoskodni tud önről, gondoskodni tud a világról is. Ha a világot Isten teremtette, akkor az ő dolga, hogy gondot viseljen rá, s nem a magáé.

***Feladataink közé tartozik-e a haza szolgálata?***

Az ön kötelessége az, hogy *legyen*, s nem az, hogy ez vagy az legyen. A teljes igazságot az »Én vagyok az én vagyok« foglalja össze; a módszert pedig a »Légy csendben!« summázza.

És mit jelent a csend? Azt jelenti: »Pusztítsd el önmagad!«; mert minden név és forma (*náma-rúpa*) nyomorúsághoz vezet. Az »én én vagyok« az Önvaló; az »én ez vagyok« az ego. Amikor az »én« pusztán »énként« jelenik meg, az az Önvaló. S amikor az »én« a megszokottól eltérően váratlanul azt mondja, hogy »én ez vagyok az vagyok, én ilyen vagy olyan vagyok« akkor az az ego.

### ***Ki akkor az Isten?***

Az Önvaló az Isten. Az »én vagyok« az Isten. Ha Isten az Önvalón kívül lenne, akkor Önvalótlan Istennek kellene lennie – márpedig ez képtelenség.

Az Önvaló megvalósításához az embernek pusztán ***csendben kell maradnia***. És hát mi lehetne ennél könnyebb? Ennélfogva az ***átma-vidyá*** [az Ön-ismeret] elérése mindennél könnyebb.

## **A guru és kegyelme**

### ***Mi a guru-kripá [a guru kegyelme], és hogyan vezet el ez a kegyelem az Ön-megvalósításhoz?***

A ***guru*** az Önvaló. ... Vannak emberek, akik egyre elégedetlenebbé válnak életükkel, s minthogy az immár nem elégíti ki őket, Isten felé forduló imádsággal igyekeznek betölteni kínzó ürességüket. Miközben Isten ismeretére vágyakoznak, elméjük fokozatosan megtisztul, és a világi vágyak kielégítése helyett egyre inkább Isten kegyelmét tartják szem előtt. Akkor Isten kegyelme fokozatosan megnyilatkozik számukra. [Ezt követően] Isten felveszi a guru formáját és megjelenik a törekvőnek, megtanítja az igazságra, sőt a [vele való] érintkezés során megtisztítja elméjét. A tanítvány elméje megerősödik, s ekképpen képessé válik arra, hogy befelé forduljon; a meditáció révén még jobban megtisztul, elcsendesedik, míg végül legkisebb fodrozódása is eltűnik és teljesen elsimul. Ez a zavartalan kiterjedés az Önvaló.

A ***guru*** egyszerre külső és belső. Kívülről lökést ad az elmének, hogy befelé forduljon. Belülről az Önvaló felé vonzza az elmét, és segítségére van abban, hogy elcsendesedjék. Ez a ***guru*** kegyelme. Nincs különbség Isten, a ***guru*** és az Önvaló között.

### ***A Teozófiai Társaságban [többek között] azzal a céllal meditálnak, hogy mestereket találjanak, akik aztán majd vezetik őket.***

A mester belül van; a meditáció arra szolgál, hogy eltávolítsa azt a tévképzetet, miszerint ő csak külső lehet. Ha a mester egy másik ember, akire ön vár, akkor [előbb-utóbb] el is kell tűnnie. S mi haszna lehetne egy efféle tűnékeny lénynek? De mihelyt úgy véli, hogy ön különálló [individuum], vagy azonosítja magát testével, szüksége lesz külső mesterre is, és ő is úgy fog megjelenni, mint akinek teste van. Ha többé már nem azonosítja magát helytelenül testével, rá fog jönni arra, hogy a mester nem más, mint Önmaga.

### ***Segítségünkre lesz-e a guru abban, hogy megismerjük az Önvalót a beavatás során?***

Gondolja, hogy a ***guru*** majd kézen fogja, vagy valamilyen titkos dolgot súg a fülébe?! Azt hiszi, hogy ő olyan, mint amilyennek ön képzei magát?! Minthogy önma-

gát testi lénynek tekinti, azt gondolja, hogy neki is van teste, s valami kézzelfoghatót fog önnel tenni. Ő [azonban] bent végzi a maga dolgát, a szellem birodalmában.

### ***Hogyan lehet megtalálni a gurut?***

Istennek, aki immanens, megésszik a szíve kedves hívén, és a hívő előrehaladottságának megfelelően megnyilvánul [előtte]. A hívő azt hiszi, hogy ő egy ember, és [ennek megfelelően] két fizikai test közötti kapcsolatra számít. De a **guru** – aki Isten, vagyis az Önvaló – belülről viszi véghez műveit, segíti abban, hogy útja során észrevegye tévedéseit, és a helyes ösvényen tartja, míg csak fel nem ismeri önmagában Önmagát.

### ***Mit kell tennie akkor a hívőnek?***

Neki egyszerűen a mester szavai szerint kell eljárnia, és munkálkodnia kell önmagában. A mester egyszerre van kint és bent, ilyenformán megteremti a feltételeket ahhoz, hogy befelé irányítsa önt, és ugyanakkor a »belső« is előkészíti arra, hogy a középponthoz vonzza. Kívülről tehát lökést ad önnek, belülről pedig befelé vonzza, hogy aztán végül megvethesse lábát a középpontban.

Ön [most] úgy gondolja, hogy a világot pusztán saját erőfeszítése révén is legyőzheti. Amikor majd csalódik a külső dolgokban, és figyelmét elkezdi befelé fordítani, ráébred az igazságra: »Ó, hát van egy hatalom, amely nagyobb az embernél!«

Az ego olyan, mint egy hatalmas elefánt, amelyet csak egy olyan hatalom hajthat uralma alá, mint amilyen az oroszán rendelkezik – aki ez esetben nem más, mint a **guru**, akinek pillantására az elefánt megfelelőjéül szolgáló ego rémületében elpusztul.

Ha majd eljön az ideje, megtudja, hogy dicsőségét ott találhatja meg, ahol megszűnik létezni. Ahhoz, hogy ezt az állapotot elnyerje, le kell mondania önmagáról. Ekkor a mester látni fogja, hogy megfelelő állapotban van ahhoz, hogy a vezetést megkapja – és ő vezetni fogja önt.

### ***Hogyan lehet a guru szavánál hatalmasabb a csendje – ami pedig nem ad sem beavatást, sem bármilyen más érzékelhető dolgot? Vagy miképpen lehet hasznosabb az ilyen csend, mint a szent szövegek tanulmányozása?***

A csend a munka leghatékonyabb formája. Bármennyire hathatósak és erőteljesek legyenek is az írások, hatásukat tekintve elmaradnak a csendtől. A guru a mindenben uralkodó csend és kegyelem. Ez a csend jóval hatalmasabb és erőteljesebb, mint az összes szentírás együttvéve.

### ***De elérheti-e a hívő a boldogságot?***

A hívő aláveti magát a mesternek, és ez azt jelenti, hogy az individualitásnak immár nyoma sincs benne. Ha ez a ráhagyatkozás tökéletes, akkor az összes »én«-érzet eltűnik, és ebben az állapotban már sem a szomorúságnak, sem a szenvedésnek nincs helye.

Az örökkévaló lét a tökéletes boldogság. Úgy jut birtokába ennek az ember, mint valamiféle kinyilatkoztatásnak.

### ***Hogyan nyerhetem el a kegyelmet?***

A kegyelem nem más, mint az Önvaló. Ilyen módon a kegyelemhez sem lehet hozzájutni. Egyszerűen csak tudnia kell, hogy létezik.

A Nap csak a világosságot ismeri. Ismeretlen előtte a sötétség. Ha felkel a Nap, a sötétség meghátrál előle. S ugyanígy a hívő tudatlansága is – akárcsak a sötétség káprázata – eltűnik a guru pillantására. Napfényel van körülvéve; de ha látni akarja a Napot, akkor annak irányába kell fordulnia, és szemét rá kell szegeznie. S ugyanígy hiába van jelen a kegyelem mindig és mindenütt: ahhoz, hogy az ember rátaláljon, megfelelő hozzáállásra van szüksége.

### ***Előmozdíthatja-e a kereső érettségét a kegyelem?***

Hagyja ezt teljesen a mesterre. Hagyatkozzon rá feltétel nélkül.

Két dolog közül egyet mindenképpen meg kell tennie: vagy mondjon le önmagáról, felismerve tehetetlenségét és azt, hogy rászorul egy magasabb hatalomra; vagy kutassa fel a szenvedés okát, hatoljon be az elme forrásába, s váljon eggyé ilyen módon Önmagával. Bármelyik utat is választja, végül megszabadul a szenvedéstől. Isten avagy a **guru** sohasem hagyja cserben azt a hívőt, aki fejet hajtott előtte.

### ***Mi az Isten vagy a guru előtti leborulás jelentősége?***

A leborulás az ego lecsendesedésének a jele, s ugyanakkor az ego forrásába való belemerülést jelenti. Istent avagy a **gurut** nem lehet becsapni színlelt térd- vagy főhajrással, megjátszott leborulással. Pontosan látja ő, hogy az ego jelen van-e, vagy sem.

### ***Nem kaphatnék Bhagaván leveléről kegyelmének jeléül prasádot [áldozati eleddel]?***

Egyen anélkül, hogy az egóra gondolna. Ekkor bármit fog enni, az **Bhagaván prasád**jává fog válni.

### ***A tanult ember nem alkalmasabb-e a megvilágosodásra abban az értelemben, hogy neki nincs szüksége guru-kripára?***

Még a tanult embernek is meg kell hajtania fejt a tanulatlan bölcs előtt. A műveltség tudatlanság, a műveltség pedig tanult tudatlanság. Az igazi cél vonatkozásában mindkettő tudatlan. [Mindazonáltal] egy másik megközelítésből a bölcs is tudatlannak nevezhető: számára már nincs »más«.

***Könnyebben elnyerjük-e a guru kegyelmét akkor, ha ajándékokat ajánlunk fel neki? Ezért ajánlanak-e fel ajándékokat a látogatók Bhagavánnak?***

Miért hoznak nekem ajándékokat? Kértem én azokat? És még ha vissza is utasítom őket, akkor is rám erőszakolják adományaikat! Miért? Vajon nem olyan-e ez, mint amikor a halat csalétekkel fogják meg? Talán az a fontos a horgásznak, hogy megetesse őket? Nem, neki csak az a fontos, hogy megegye a halat!

***Helyes-e az a teozófiai elképzelés, hogy a moksát megelőzően az embernek beavatások sorozatán kell keresztülmennie?***

Azok, akik a **móksát** elérik ebben az életben, korábbi életeikben nyilvánvalóan már minden beavatáson keresztülmentek.

***A teozófia azt mondja, hogy a jnáníknak a halál után – de nem feltétlenül ezen a világon – négy vagy öt működési területet kell választaniuk. Mi erről Bhagaván véleménye?***

Vannak, akik így járhatnak el, de nem mindannyian.

***Ön tudatában van-e a láthatatlan rsik testvériségének?***

Ha egyszer láthatatlanok, hogyan láthatja őket?

***A tudatban.***

A tudatban semmilyen külsődleges nincs.

***Nem ismerhetem fel őket?***

Ha felismeri önnön valóságát, akkor a **rsik** és a mesterek valósága is nyilvánvalóvá fog válni ön előtt. Csak egyetlen mester van, és az az Önvaló.

***Van-e a reinkarnáció?***

A reinkarnáció csak addig létezik, amíg a tudatlanság fennáll. Valójában egyáltalán nincs reinkarnáció, sem most nincs, sem ezelőtt nem volt. És ezentúl sem lesz. Ez a végső igazság.

***Megismerheti a yogi elmúlt életeit?***

Talán már megismerte jelenlegi életét, hogy a múltbelit szeretné megismerni? Előbb fedezze fel a jelent, azután majd ráér foglalkozni az elkövetkezendőkkel. Ön éppen jelenlegi korlátozott megismerése miatt szenved oly sokat. Miért kellene megterhelnie magát még több [ilyen jellegű] ismerettel? Hogy még többet szenvedjen?

***Használ-e Bhagaván okkult erőket ahhoz, hogy másokat az Önvaló megismeréséhez segítsen, vagy elegendő ehhez Bhagaván megvalósítottságának pusztá ténye?***

Az Ön-megvalósítás spirituális ereje messze hatalmasabb, mint bármilyen okkult erő. Mivel a bölcs előtt ismeretlen az ego, számára nincsenek »mások«. Mi az a leg-

főbb jótétemény, amit ön elnyerhet? A boldogság. És a boldogság a békéből születik. Csak ott uralkodik béke, ahol nincs nyugtalanság, a nyugtalanság pedig az elmében feltámadó gondolatok következménye. A béke akkor válik tökéletessé, ha maga az elme is hiányzik. Aki nem semmisítette meg az elmét, az nem nyerheti el a békét sem, következésképpen nem lehet boldog. Ha pedig nem boldog, akkor nem adományozhat boldogságot »másoknak«. Mivel azonban a bölcs számára, akinek nincs elméje, nincsenek »mások«, Ön-megvalósításának pusztá ténye is elegendő ahhoz, hogy »másokat« boldoggá tegyen.

## **Béke és boldogság**

*Hogyan érhetném el a békét? Mert egyre inkább úgy látom, hogy számomra nem a vicára a megfelelő eszköz.*

Az ön természetes állapota a béke. Az elme az, ami a természetes állapotot [ön elől] eltakarja. Ha nem tapasztalja a békét, az azt jelenti, hogy a *vicárát* pusztán mentális szinten gyakorolja. Vizsgálja meg, hogy mi az elme, s akkor az semmivé lesz. Nincsen gondolatoktól függetlenül létező elme. Mindazonáltal a gondolatok jelentkezése miatt úgy véli, hogy azoknak valahonnan származniuk kell, és ezt nevezi elmének. Ha azonban alaposabban megvizsgálja, hogy mi az, rá fog jönni, hogy valójában nincsen olyan, hogy elme. Ha az elme ilyenformán szertefoszlik, eléri az örök békét.

*A költészet, a zene, a japa, a bhajanok [vallásos énekek], a szép tájak, a spirituális versek sorai révén az ember időnként megérez valamit abból, hogy mi is az a mindent átható egység. Vajon a mélységes üdvteli csendnek ez az érzése, amelyben a személyes énnék már nincs helye, ugyanaz volna, mint az a Szívbe való belemerülés, amelyről Bhagaván beszél? Vajon elvezethetnek-e ezek a dolgok egy mélyebb samádhihoz, s így végső soron magának a valóságnak a szemtől szemben való megtapasztalásához?*

Amikor az elme ilyen nemes dolgokat tapasztal, boldognak érzi magát. Ez a boldogság magában az Önvalóban rejlik; az Önvalón kívül nincs boldogság. Márpedig az Önvaló nem valamiféle idegen vagy távoli dolog.

Ön [azt mondja, hogy] ha találkozik valamivel, amit kellemesnek ítél, akkor [annak hatására] belemerül az Önvalóba, és ez az Önvalóba merülés egy önmagában nyugvó üdvösség tapasztalatához vezet. Vagyis [a jelek szerint] azt az üdvösséget, amely valójában önben van, helytelenül más dolgoknak tulajdonítja. [Azt mondja, hogy] fenti tapasztalatai során az Önvalóba merül, habár tudattalanul. Ha [viszont] ezt tudatosan tenné – azzal a szilárd meggyőződéssel, hogy ön azonos azzal a boldogsággal, amely valójában maga az Önvaló, vagyis az egyetlen realitás –, akkor ezt már joggal nevezhetnénk megvalósításnak. Amire tehát önnek szüksége van, az az Önvalóba, vagyis a Szívbe való *tudatos* belemerülés.

## Az Ön-kutatás

**Hogyan kell az embernek megvalósítania az Önvalót?**

Kinek az Önvalóját? Derítse ki!

**Az enyémet – de ki vagyok én?**

Oldja meg a kérdést maga!

**De hogyan oldhatnám meg?**

Egyszerűen gondolkozzék ezen a kérdésen! Ki mondja azt, hogy »hogyan oldhatnám meg«? Ki az az »én«, aki ebben a kijelentésben rejlik? Mi az, amit nem ismer?

**Valaki vagy valami bennem.**

Ki az a valaki? [És] kiben?

**Talán valamilyen erő.**

Derítse ki!

**Miért születtem erre a világra?**

Ki született? A válasz minden kérdésre ugyanaz.

**De hát akkor ki vagyok én?**

(Mosolyogva.) Azért jött, hogy engem vizsgáljasson? Önnek kell meghatároznia, hogy kicsoda ön.

**Bármennyire is próbálok, úgy tűnik, hogy nem tudom az »ént« megragadni. [Számomra] még nem ismerhető fel egyértelműen.**

Ki mondja azt, hogy az »ént« nem tudja felismerni? Talán két »én« van önben, hogy az egyik azt mondja, hogy a másikat nem tudja felismerni?

**A »Ki vagyok én?«-kérdés helyett feltehetem-e magamnak a »Ki vagy te?«-kérdést? Akkor ugyanis elmémet Bhagavánra irányíthatom, és én Bhagavánt a guru formájában megnyilatkozó Istennek tekintem. Nem kerülnék-e közelebb kutatásom céljához, ha a »Ki vagyok én?«-kérdés helyett a »Ki vagy te?«-kérdést tenném fel?**

A kutatás bármely formáját alkalmazza, végül is az Énhez, az Önvalóhoz kell eljutnia.

Mindazon megkülönböztetések, amelyeket az »én« és a »te«, a mester és a tanítvány stb. között tesznek, csupán az emberi tudatlanság jelei. Egyedül a legfelső Én létezik. Ha másképpen gondolkodik, önmagát csapja be.

Ebben az összefüggésben különösen érdemes megfontolni **Rbhu** mester és tanítványa, **Nidágha puránikus** történetét.

Hiába oktatta tanítványát **Rbhu** az egyetlen **Brahman** legfőbb igazságára, **Nidágha** képzettsége és felfogóképessége ellenére sem volt képes elfogadni és követni a **jnána** ösvényét, hanem letelepedett szülővárosában, hogy életét a vallási szertartások előírásai szerint irányítsa.

A bölcs azonban éppen olyan mélyen szerette tanítványát, mint ahogyan tanítványa tisztelte mesterét. Kora ellenére **Rbhu** [gyakran] elment tanítványához a városba, hogy megnézzze, milyen messzire jutott a szertartások gyakorlásában. Időnként álruhát öltött magára, hogy megfigyelhesse, miképpen cselekszik **Nidágha**, amikor nem tudja, hogy mestere figyel.

Egy ilyen alkalommal, amikor **Rbhu** paraszti álruhában kereste fel tanítványát, **Nidágha** éppen elmerülten figyelt egy királyi menetet. A vidéki »paraszt«, akiben a város lakó **Nidágha** nem ismerte fel mesterét, az iránt érdeklődött tőle, hogy mi ez a nyüzsgés mindenfelé, mire azt a választ kapta, hogy éppen a király megy ott a menetben.

– Ó, a király! Ott megy a menetben!... De hol van? – kérdezte a »paraszt«.

– Ott, az elefánton – mondta **Nidágha**.

– Azt mondd, hogy a király az elefánton van? Valóban kettőt látok ott – mondta a »paraszt« –, de melyik a király és melyik az elefánt?

– Micsoda? – kiáltott fel **Nidágha**. – Látod mindkettőt, de nem tudod, hogy az az ember ott felül a király, az az állat ott alul meg az elefánt?! Miféle szerzet vagy te?

– Könyörgök, ne légy türelmetlen egy olyan tudatlan emberrel szemben, mint amilyen én vagyok – kérlelte a »paraszt« –, de azt mondtad, hogy »felül« és »alul«. Mit jelentenek ezek a kifejezések?

A pohár betelt.

– Látod a királyt és látod az elefántot, az egyik felül van, a másik alul. Mégis azt akarod tudni, hogy mit jelent a »felül« és az »alul«? – fakadt ki **Nidágha**. – Ha a látott dolgok és a kimondott szavak ennyire keveset mondanak neked, akkor egyedül csak a példából fogsz tanulni. Guggolj csak le, és azonnal megértesz mindent!

A »paraszt« úgy is tett, ahogy tanítványa mondta. **Nidágha** felült a vállára, és azt mondta:

– Most aztán jól figyelj! Én vagyok **felül**, mint a király, s te vagy **alul**, mint az elefánt. Elég világos?

– Sajnos még mindig van itt valami, amit nem nagyon értek – válaszolta alázatosan a »paraszt«. – Azt mondd, hogy te vagy felül, mint a király és én vagyok alul, mint az elefánt. »Király« és »elefánt«, »felül« és »alul« – ez eddig világos. De, könyörgök, áruld el nekem, mit jelent az, hogy »én« és »te«?



Ekkor *Nidágha* hirtelen szembesült az »én«-en kívüli »te« meghatározásának hatalmas problémájával, és elméjében fény gyulladt. Azonnal leugrott mestere válláról, lábához borult, és azt mondta:

– Ki más, ha nem az én tiszteletreméltó mesterem, *Rbhu* az, aki elmémet a fizikai létezés felszínességéből az Önvaló igazi létébe emelte?! Ó kegyes mester, könnyörgök az áldásodért.

Így hát miközben ön az *átma-vicára* révén itt és most túl akar lépni a fizikai létezés felszínén, hogyan tehetnék különbséget a csak a testre vonatkozó »te« és »én« között? Amikor gondolatai forrását keresve elméjét befelé fordítja, hol lehetne a »te« és hol lehetne az »én«?!

Önmagát kell keresnie, Önmagává kell válnia, mert az Önvaló mindent magában foglal.

*De hát nem mulatságos, hogy az »én«-nek kell felkutatnia az Ént? Végül is a »Ki vagyok én?« kérdésének vizsgálata nem válik üres formalitássá? Vagy pedig egyfajta mantrának kell tekintenem ezt a kérdést, és szüntelenül ismételnem kell, szüntelenül fel kell tennem magamnak?*

A »Ki vagyok én?« kérdése nyilvánvalóan nem egy üres formula, és az is kétségtelen, hogy itt sokkal többről van szó, mint egyszerűen egy mantra ismétléséről. Ha a »Ki vagyok én?« kérdésének vizsgálata egy pusztán mentális kérdésfeltevésben merülne ki, nem sokat érne. Az Ön-kutatás tulajdonképpeni célja az elme egészének fókuszálása saját forrására. Éppen ezért itt nem arról van szó, hogy az egyik »én« elkezd keresni a másikat. S még kevésbé mondható az, hogy az Ön-kutatás üres formula, hiszen az az egész elme részéről a tiszta Ön-tudatosság szilárd megtartásának intenzív tevékenységét követeli meg.

Az Önvalóra való kérdezés az egyetlen csalhatatlan eszköz, az egyetlen közvetlen módszer ahhoz, hogy megvalósítsa azt a feltételekhez nem kötött, abszolút létet, ami nem más, mint ön.

*Miért egyedül az Ön-kutatás tekintendő a jnána egyetlen közvetlen eszközének?*

Mert az *átma-vicárát* kivéve az összes *sádhana* [gyakorlat] előfeltételezi az elmét mint a *sádhana* gyakorlásának eszközét, s így azokat az elme nélkül nem lehet végezni. A gyakorlás különböző stádiumaiban az elme különböző és egyre szubtilisabb formákat ölthet magára, de [ilyen módon] soha nem számolható fel.

Amikor *Janaka* felkiáltott: »Most csíptem nyakon azt a tolvajt, aki kiforgatott mindenemből! Azonnal végzek vele!« – a király valójában az egóra, vagyis az elmére utalt.

*De a tolvajt éppígy más sádhánákkal is kiválóan el lehet fogni.*

Ha valaki az elmét nem az *átma-vicára*, hanem más *sádhánák* segítségével próbálja meg felszámolni, az éppen olyan, mintha a tolvaj rendőrnek tettetné magát, hogy elfogja a tolvajt, azaz magát. Egyedül az *átma-vicára* képes feltárni az igazsá-

got, hogy valójában sem az ego, sem az elme nem létezik, és egyedül e *sádhana* révén válik képessé az ember arra, hogy megvalósítsa Önmaga, vagyis az abszolút[um] vegyítetlen és differenciálatlan létét.

Önmagát megvalósítva semmi nem marad, amit még meg kellene ismernie, mert ez a tökéletes boldogság – mert ez a minden.

***Megvalósíthatom-e valaha is ebben a korlátozásokkal teli életben az Önvaló üdvösségét?***

Az Önvaló üdvössége mindig önnel van, s ha komolyan keresi, meg is fogja találni. Szenvedésének okát ne a külső körülményekben keresse; a szenvedés oka az ego formájában önben található: korlátokkal veszi körül magát, utána meg hiábavaló erőfeszítéseket tesz annak érdekében, hogy átlépje azokat. Minden boldogtalanság az ego következménye; az összes baj az ego miatt szakad az ember nyakába. Mi haszna lenne a szenvedés okát külső tényezőknek tulajdonítani, amikor az valójában önben van?! Milyen boldogságot nyerhetne azoktól a dolgoktól, amelyek idegenek az ön számára?! S ha ilyen módon hozzá is jutna [a boldogsághoz], vajon meddig tartana az?!

Ha elutasítaná az egót, és tudomást sem véve róla pusztulásra ítélné, szabaddá lenne. Ha viszont elfogadja a létét, akkor az ego korlátok közé szorítja önt, majd pedig hiábavaló erőfeszítésre készíti, hogy túllépjen ezeken a korlátokon.

Egyedül csak úgy valósíthatja meg azt az üdvösséget, amely öröktől fogva az öné, ha Önmagává válik – vagyis azzá, ami valójában.

***Mivel mindeddig még nem valósítottam meg azt az igazságot, amely szerint egyedül az Önvaló létezik, nem kellene inkább a sádhana célkitűzései számára alkalmasabbnak tűnő bhakti- és yoga-márgát [bhakti- és yoga-ösvényt] követnem a vícára-márga helyett? Az ember abszolút létének, azaz a Brahma-jnánának [Brahman megismerésének] a megvalósítása nem jelent-e valami teljesen megvalósíthatatlan dolgot egy olyan világi ember számára, mint amilyen én vagyok?***

A *Brahma-jnána* nem egy olyan *jnána*, amihez hozzá kellene jutni, hogy aztán az ember ilyen módon elérhesse a boldogságot. Az embernek [csupán] önmagára irányuló tévképzeteit kell felszámolnia. Valójában ön az az Önvaló, amit meg szeretne ismerni. Mivel azt hiszi magáról, hogy a tudatlanság béklyójában van, értelmetlenül és fölöslegesen bánkódik, akárcsak az a tíz bolond, akik hasonló tudatlanságuk következtében egyik társuk meg nem történt elvesztése felett bánkódtak.

A példázat szerint tíz bolond gázolt át egy sebes folyamon, és a túlsópartot elérve meg akartak bizonyosodni arról, hogy mindannyiuknak sikerült-e az átkelés. Egyikük számba is vette őket, de miközben a többieket számlálta, magát kifelejtette. »Csak kilencet látok; egyikünk bizonyára elveszett. De vajon ki lehet az?« – mondta. »Jól számoltál?« – kérdezte egy másik, és maga is megszámlolta a többieket. De ő is csak kilencet számolt. Aztán egytől egyig mind megszámlálták önmagukat, csak hogy az éppen számoló mindig kifelejtette magát. »Csak kilencen vagyunk állapították meg szo-

morúan –, de ki lehet a hiányzó tizedik?» – kérdezték maguktól. Azonban minden erőfeszítésük, hogy »hiányzó« társukat megtalálják, hiábavalónak bizonyult. »Bárki is legyen az, nyilván belefulladás a vízbe – mondta a tíz bolond közül a legérzelgősebb, – s mi végleg elveszítettük őt.« Majd e szavak után, kezdve rajta, egytől egyig sírva fakadtak.

Éppen arra járt egy vándor, s miután látta, hogy ott sírnak a parton, segítőkészen megkérdezte őket, hogy miért sírnak. Beszámoltak neki arról, hogy mi történt, és elmondták, hogy akárhányszor is számolták magukat, mindig kilencen voltak, és nem tudtak rájönni arra, hogy ki a »hiányzó« tizedik. Miután a vándor végighallgatta a történetet, s ugyanakkor maga előtt tíz embert látott, rájött arra, hogy mi történt. Hogy ők is felismerjék, hogy valójában tízen vannak, s hogy mindegyikük sikeresen kelt át a folyón, azt mondta nekik: »Én majd egyenként mindegyikötökre ráütök, ti meg hangoosan számoljátok magatokat, hogy egy, kettő, három és így tovább, s így aztán mindenki biztos lehet abban, hogy nem maradt ki, és hogy csak egyszer számláltattam meg. Így megtalálhatjuk hiányzó tizedik társatokat.« Ezt hallva [a bolondok] nagyon megörültek annak, hogy megtalálhatják »elveszett« társukat, így hát elfogadták a vándor javaslatát.

A segítőkész vándor tehát sorban mind a tízre rászózott egyet, s az, aki az ütést éppen kapta, fennhangon mondta az éppen következő számot. »Tíz« – szólt az utolsó, amikor megkapta a tizedik ütést. Hirtelen elképedve egymásra meredtek: »Tízen vagyunk!« – mondták egy emberként, és megköszönték a vándornak, hogy megszabadította őket szomorúságuktól.

Eddig a példázat. Honnan került elő a tizedik ember? Egyáltalán elveszett? Vajon megtudtak-e valami újat, miután ráébredtek arra, hogy mindvégig ott volt velük? Tulajdonképpen nem amiatt voltak bánatosak, mert egyikük elveszett, hanem saját tudatlanságuk, vagy inkább egyikük elvesztésének pusztá feltételezése miatt.

Pontosan így van ez önnel is. Valójában semmi oka arra, hogy boldogtalannak érezze magát, és el legyen keseredve. Saját maga szorítja korlátok közé önnön természetét, mely végtelen lét, majd amiatt panaszkodik, hogy véges teremtmény, s különféle spirituális praktikákkal kísérletezik, hogy a nem létező korlátokat meghaladja. De ha a korlátok létét maga a spirituális praxis feltételezi, akkor az hogyan lehetne segítségére önnek a korlátok meghaladásában? Éppen ezért azt mondom: ismerje fel, hogy ön valójában végtelen, szintiszta lét, [maga] az Önvaló. Ön mindig azonos ezzel az Önvalóval, és semmi mással [nem azonos], csupán az Önvalóval. Úgyhogy önnek szükségképpen mindig tudomása van az Önvalóról. Az ön tudatlansága csupán képzeletbeli tudatlanság, akárcsak azoké a bolondoké, akik »elveszett« tizedik társuk után bánkódtak.

Ismerje fel végre, hogy a valódi megismerés semmiféle új létet nem eredményez az ön számára, hanem csupán tudatlan[sága folytán előálló] tudatlanságát számolja fel. Az üdvösség semmit sem ad hozzá az ön [eredeti] természetéhez; az ön valódi, természetes állapota az örök és hervadhatatlan üdvösség, s önnek csupán arra van szüksége, hogy azt szabaddá tegye. A szomorúságtól és szenvedéstől az ember csak

úgy szabadulhat meg, ha megismeri Önmagát és Önmagává lesz. Hogyan lehetne ez elérhetetlen?!

## **Sádhana és kegyelem**

***Isten kutatása időtlen idők óta folyik. Kimondták-e már a végső szót?***

(Egy ideig csendben marad.)

***(Zavarban van.) Úgy tekintsem Srí Bhagaván csendjét, mint választ a kérdésekre?***

Igen. A *mauna Ísvara svarúpa* [a csend Isten valódi formája]. Ez az értelme a kijelentésnek: »A legfelső Brahman igazsága a csendes ékesszóláson keresztül nyilatkozik meg.«

***Azt mondják, hogy Buddha erről az Isten utáni kutatásról tudomást sem vett...***

Ezért nevezték őt *súnyavádinnak* [nihilistának]... Tulajdonképpen Buddha nem annyira az Istenről szóló akadémikus vitákkal törődött, mint inkább azzal, hogy a keresőt itt és most az üdvösség megvalósítása felé irányítsa.

***Istent gyakorta úgy írják le, mint megnyilvánultat és megnyilvánulatlant, a megnyilvánult Istenről pedig azt mondják, hogy a világot ő lényé részeként foglalja magában. Ha ez így van, akkor mi, mint e világ részei, [a világ megismerése révén] könnyen megismerhetjük őt megnyilvánult formájában?***

Mielőtt Isten és a világ természetéről véglegesítené álláspontját, ismerje meg önmagát.

***Önmagam megismerése Isten megismerését is magában foglalja?***

Igen. Isten önben van.

***Akkor mi akadályozza meg önmagam vagy Isten megismerését?***

Szétszórtsága és természetellenes szokásai.

***Én egy esendő teremtmény vagyok. De a belül lévő Úr legfelső hatalma miért nem távolítja el ezeket az akadályokat?***

El fogja távolítani őket, ha ön is törekszik rá.

***De miért nem teremti meg bennem a törekvést?***

Megteremti, csak mondjon le magáról.

***Ha lemondok magamról, akkor az Istenhez szóló imára már nincs is szükség?***

A magunkról való lemondás a leghatalmasabb ima.

***És mielőtt lemondunk magunkról, előbb nem kell-e megértenünk az Úr természetét?***

Ha hisz abban, hogy Isten mindent megtesz az ön számára, amit vár tőle, akkor hagyatkozzék rá. Ha nem, akkor hagyja békén Istent, és ismerje meg önmagát.

***Vajon gondot visel-e rám Isten vagy a guru?***

Noha Isten és a **guru** valójában nem két, hanem egy és ugyanazon valóság, bármelyiket is keresi közülük, biztos lehet abban, hogy ők sokkal féltőbb gondoskodással keresik önt, mint azt valaha is el tudná képzelni.

***Jézusnak van egy példázata az elveszett pénzérméről, amelyet addig keresett egy asszony, amíg meg nem találta...***

Igen, ez a példázat találóan jeleníti meg azt az igazságot, hogy Isten vagy a **guru** mindig keresi legbuzgóbb keresőit. Ha az érme hamis lett volna, az asszony nem kereste volna olyan sokáig. Érti, hogy ez mit jelent? A keresőnek az odaadás révén alkalmassá kell tennie önmagát [arra, hogy Isten vagy a **guru** keresse].

***Az ember azonban nem lehet teljesen biztos Isten kegyelmében.***

Ha az éretlen elme nem érzi Isten kegyelmét, az nem jelenti azt, hogy Isten kegyelme hiányzik; ez ugyanis azt feltételezné, hogy az Isten időnként nem gyakorolja kegyelmét – azaz megszűnik Istennek lenni.

***Ez ugyanazt jelenti, mint Krisztus mondása: »Hited szerint méretik neked«?***

Igen.

***Az Upanisadok mondják, hogy egyedül csak az ismeri az átman, akit az átman kiválaszt. Miért kell egyáltalán az átmanak választania? És ha már választ, akkor azt milyen alapon teszi?***

Amikor a Nap felkel, csak néhány bimbó nyílik ki, nem mind. De hát ki hibáztatja ezért a Napot?! Viszont a bimbó sem képes magától virágot bontani: szüksége van a Nap fényére.

***Nem mondhatjuk-e azt, hogy szükség van az átman segítségére, tekintve, hogy az átman az, ami a máyá fátylát magára vonta?***

De mondhatja.

***Ha azonban az átman vonta magára a bűnt, akkor nem neki kell-e eltávolítania a fátylat?***

El fogja távolítani. Vizsgálja meg, hogy a fátyol kinek a látását homályosítja el.

***Miért én vizsgáljam meg? Hadd távolítsa el a fátylat maga az átman!***

Ha az *átman* beszél a fátyolról, akkor maga az *átman* el is fogja távolítani.

***Isten személyes?***

Igen, örökösen ő az első személy, az »én«, aki mindig megelőzi a »te«-t. Mint-hogy ön a világ dolgainak ad elsőbbséget, úgy tűnik, mintha Isten a háttérbe húzódná. Ha minden egyébről lemond, és egyedül őt keresi, mint Én és mint Önvaló egyedül ő fog fennmaradni.

***A megvalósítás végső állapotáról az advaita azt mondja, hogy az az Istennel való abszolút egyesülés, a visistádvaita [Rámánuja advaitája] szerint minősített egyesülés, míg a dvaita azt mondja, hogy egyáltalán nincs is egyesülés. Melyik nézet felel meg az igazságnak?***

Miért foglalkozik azzal, hogy mi fog történni a valamikori jövőben? Azzal, hogy az én létezik, mindenki egyetért. Bármelyik gondolkozási iskolához is tartozzék, a komoly keresőnek először arra kell rájőnnie, hogy mi az én. Azután majd lesz elég ideje arra is, hogy megismerje, milyen lesz a végső állapot, s hogy vajon az én el fog-e merülni a Legfelső Lényben, vagy rajta kívül marad. Ne vágjunk elébe a végső következtetésnek, hanem tartsuk nyitva a kérdést.

***De hát a végső állapot bizonyos fokú megértése nem jelentene-e segítséget még a törekvő számára is?***

***Most*** céltalan volna annak meghatározásával próbálkozni, hogy a megvalósítás végső állapota milyen lesz. Ennek ugyanis nincs valós értéke.

***Miért?***

Mert rossz úton jár. Az ön tisztázási kísérletének egy olyan intellektustól kell függenie, amely az Önvaló fényéből kölcsönzi világosságát. Nem elbizakodottság-e az értelem részéről olyasvalami fölött itélkezni, aminek ő csupán egy korlátozott megnyilvánulása, és amiből halvány fényét meríti?

Miként lehetne alkalmas e kérdés tisztázására az az értelem, amely sohasem éri el az Önvalót, s amely még kevésbé képes dűlőre jutni a megvalósítás végső állapotának természetével kapcsolatban? Ez éppen olyan, mintha a Nap fényét közvetlenül a forrásánál egy gyertya fényével próbálnánk megmérni. A viasz még azelőtt elolvadna, hogy a gyertya a Nap közelébe érne.

Ahelyett, hogy pusztá spekulációba merülne, szentelje magát itt és most arra, hogy felkutassa azt az igazságot, amely örökké önben van.

## A jnání és a világ

### *Észleli-e a jnání a világot?*

Ki teszi fel ezt a kérdést? Egy *jnání* vagy egy *ajnání*?

### *Bevallom, hogy egy ajnání.*

A világ az, ami valóságosságának kérdését szeretné eldönteni? A kétség *önben* jelent meg. Előbb ismerje fel, hogy ki a kételkedő, azután majd elgondolkozhat azon is, hogy a világ vajon valóságos-e vagy sem.

### *Az ajnání látja és ismeri a világot és annak tárgyait, amelyek hatnak tapintási, ízlelési stb. érzékeire. A jnání is ilyen módon tapasztalja a világot?*

Őn a világ látásáról és megismeréséről beszél. De hát anélkül, hogy önmagát, vagyis az alanyt ismerné (amely nélkül elképzelhetetlen a tárgy ismerete), hogyan ismerhetné meg a világ, vagyis a megismert tárgy valódi természetét?! A tárgyak kétségtelenül hatnak a testre és az érzékszervekre – de vajon a teste az, ami számára ez a kérdés felmerül? Mondja-e a test azt, hogy »Érzékelem a tárgyat, [tehát] valóságos«? Vagy a világ az, ami azt mondja önnek: »Én, a világ, valóságos vagyok«?

### *Próbálok megérteni, hogy milyen nézőpontból tekint a jnání a világra... Az Ön-megvalósítást követően [egyáltalán] érzékeli még a világot?*

Miért izgatja annyira a világ, s az, hogy mi történik a világgal az Ön-megvalósítás után? Előbb valósítsa meg Önmagát. Mit számít, hogy érzékeli-e a világot, vagy sem? Segítségére van-e kutatásában akárcsak a legkisebb mértékben is az, hogy alvás közben nem érzékeli a világot? Vagy a másik oldalról megközelítve: mit veszít a jelen pillanatban a világ érzékelése miatt? A *jnání* és az *ajnání* számára teljesen lényegtelen, hogy érzékeli-e a világot, vagy sem. [A világot] mindkettő látja, nézőpontjaik azonban [alapvetően] különböznek egymástól.

### *Ha a jnání és az ajnání hasonlóképpen látja a világot, hol a különbség közöttük?*

A *jnání* a világot látva Önmagát, a látható világ egészének szubsztrátumát látja; az *ajnání* akár látja a világot, akár nem, nincs tudatában valódi létének, az Önvalónak.

Gondoljon csak a filmszínház vásznán megjelenő mozgóképekre. Mit lát maga előtt, mielőtt elkezdődne az előadás? Csupán a vásznat. Ezen a vásznon látja az egész előadást, és a képek nagyon is valóságosnak látszanak. De menjen csak oda, és próbálja megfogni őket. Mit foghat meg? Csupán a vásznat, amelyen a képek megjelennek. És a vetítés után, amikor a képek már eltűntek, mi marad? Újra csak a vászon.

Így van ez az Önvalóval is. Egyedül az Önvaló létezik, a képek csak jönnek-mennek. Ha megragadja az Önvalót, a képek többé nem fogják megtéveszteni. A képek megjelenése és eltűnése akkor már egyáltalán nem fogja befolyásolni. Az *ajnání*, aki

nincs tudatában Önmagának, azt gondolja, hogy a világ valóságos – mint ahogy a néző sincs tudatában a vászonnak, hanem csak a képeket látja, mintha azok a vászontól függetlenül léteznének. Ha az ember rájön arra, hogy látó nélkül nincs látott – mint ahogy a vászon nélkül sincsenek képek –, kiszabadul az illúzió hatalmából. A **jnáni** tudja, hogy a vászon és a képek sokasága nem más, mint az Önvaló. Ha éppen jelen vannak a képek, az Önvaló megnyilvánult formájában van; ha nincsenek jelen, megnyilvánulatlan formájában van. A **jnáni** számára [azonban] teljesen mindegy, hogy az Önvaló az egyik vagy a másik formában van-e. Ő mindig Önmaga. De az **ajnáni**, tevékenykedni látva a **jnánit**, nem érti a dolgot.

***Éppen ez az, ami arra ösztönzött engem, hogy feltegyem első kérdésemet: vajon az, aki megvalósította Önmagát, hozzánk hasonlóan érzékeli-e a világot, s ha igen, akkor azt szeretném tudni, hogy mit gondol Srí Bhagaván a tegnapi fénykép titokzatos eltűnéséről?***

(Mosolyogva.) Nyilván a madurai templom fényképére céloz. A fényképet néhány perccel eltűnése előtt a látogatók kézről kézre adva nézegették. Biztos becsúszott valamelyik könyv lapjai közé, vagy valahova máshová keveredett el.

***Igen, meglepő esemény volt. Mit gondol erről Bhagaván? Hiába keresték anynyira a fényképet, nem tudták megtalálni. Mi a véleménye Bhagavánnak a fénykép titokzatos eltűnéséről éppen akkor, amikor szükség lett volna rá?***

Tételezzük fel, hogy azt álmodja, elvisz engem távoli hazájába, Lengyelországba. Majd felébred, és azt kérdezi tőlem: »Ezt és ezt álmodtam. Önnek is volt valamilyen hasonló álma, vagy tudja-e valamilyen más forrásból, hogy önt elvittem Lengyelországba?« Nos, hogyan értékelné ön egy ilyen kérdést?

***Ami azonban a fénykép eltűnését illeti, az egész esemény Srí Bhagaván jelenlétében zajlott le...***

A fénykép látása, eltűnése, valamint jelenlegi kérdései egyaránt pusztán az elme művei.

Van egy **puránikus** történet, amely megvilágítja a lényegét. Amikor **Sítá** eltűnt erdei remetelakából, **Ráma** ide-oda futkosva kereste, s közben siránkozott: »Ó Sítá, Sítá!« Azt mondják, hogy **Párvati** és **Paramesvara** fentről látta, hogy mi történt az erdőben. **Párvati** meglepve fordult **Sivához**, és azt mondta neki: »Úgy beszéltél **Rámáról**, mint egy tökéletes lényről. Nézd csak, hogyan viselkedik most, és hogyan szomorkodik **Sítá** elvesztése miatt!« Siva azt felelte: »Ha kételkedsz **Ráma** tökéletességében, akkor győződj meg róla magad. **Yoga-máyád** [jóga-varázserőd] segítségével változtasd át magad **Sítá** formájává, és jelenj meg előtte.« **Párvati** így is tett. Megjelent **Ráma** előtt **Sítá** tökéletes másaként, megdöbbenésére azonban **Ráma** tudomást sem vett jelenlétéről, hanem tovább járkált fel s alá, mint annak előtte, kiáltozva: »Ó Sítá, ó Sítá!«, mintha csak vak volna.



***Egyszerűen nem értem, hogy mi ennek a történetnek a tanulsága.***

Ha **Ráma** valóban **Sítá** testi jelenlétét kereste volna, akkor fel kellett volna ismernie **Sítá**t abban a személyben, aki az elvesztett **Sítá** tökéletes hasonmásaként állt előtte. De nem [ismerte fel], [mert] számára az elveszett, **Sítá** éppúgy nem volt valóságos, mint az a **Sítá**, aki szeme előtt megjelent. **Ráma** természetesen nem volt vak; azonban **Rámának** – a **jnáninak** – a remeteségben élő **Sítá**, **Sítá** eltűnése, ezt követő keresése, majd pedig **Párvati** megjelenése **Sítá** formájában egyaránt nem volt valóságos.

Érti most már, hogyan tekintendő az elveszett fénykép?

***Nem mondhatnám, hogy világos előttem ez az egész... A világ melyet oly sokféleleképpen látunk, érzünk és tapasztalunk, valamiféle álom, valamiféle illúzió lenne csupán?***

Ha az igazságot – és egyedül az igazságot – keresi, csupán egyetlen alternatívája van: elfogadni, hogy a világ nem valóságos.

***Miért?***

Azon egyszerű oknál fogva, mert ha nem adja fel a világ realitásának eszméjét, elméje mindig a világ után fog futkosni. Ha a jelenséget valóságosnak tekinti, sosem fogja megismerni magát a valóságot, noha egyedül a valóságos létezik. Ezt illusztrálja a kígyó és a kötél hasonlata. Egy kötéldarabra pillantva hirtelen azt hiheti, hogy az egy kígyó. S miközben azt hiszi, hogy a kötél kígyó, képtelen meglátni a kötelet kötétként. A nem létező kígyó valóságossá válik ön előtt, míg a valóságos kötelet mint olyant teljes mértékben nem létezőnek tekinti.

***Könnyű feltételezni azt, hogy a világ végső soron nem valóságos, de nem könnyű meggyőződni arról, hogy tényleg nem valóságos.***

Miközben álmodik, álomvilága is valóságos. Ameddig az álom tart, mindaz, amit ön abban lát vagy tapasztal, valóságos.

***A világ ezek szerint nem jobb egy álomnál?***

Miért lenne rossz az a fajta valóságtapasztalat, amellyel ön álmában rendelkezik? [Képzeld el, hogy] valami egészen képtelen dologról álmodik, mondjuk arról, hogy jókedvűen cseveg egy halottal. S ekkor egy pillanatra kétségei támadnak, és azt mondja magában: »De hisz ez egy halott!«. Aztán elméje valahogy mégiscsak megbékél a gondolattal, hiszen az illető az álom szempontjából éppoly jól funkcionál, mint egy élő. Más szavakkal az álom mint álom nem engedi meg, hogy kétségbe vonja realitását. Ugyanez jellemzi az ébrenléti állapotot is: képtelen kétségbe vonni annak a világnak a realitását, amelyet akkor lát, amikor ébren van. Hogyan fogadhatná el az elme, hogy nem valóságos az a világ, amelyet ő maga teremtett?!

Ez az értelme az éber állapot és az álomállapot közötti párhuzam keresésének. Mindkettő az elme teremtménye, s mihelyt az elme belemerül valamelyikbe, képtelen

elutasítani realitását. Nem tudja elutasítani az álmvilág realitását, míg álmodik, s nem tudja elutasítani az éber világ realitását, míg ébren van.

Ha ezzel szemben ön maradéktalanul visszavonja elméjét a világtól, befelé fordítja, és bent rögzíti, azaz ha folyamatos éberségre tesz szert az Önvalóval szemben – amely minden tapasztalatának szubsztrátuma –, rá fog jönni arra, hogy az a világ, amelynek most tudatában van, éppen annyira nélküli a valóságot, mint az a világ, amelyben álmában élt.

***[De hiszen] oly sokféleképpen látjuk és érzékeljük a világot! Ezek az érzéki benyomások a látott és tapasztalt objektumok visszahatásai. Vagyis ezek az objektumok nem mentális produktumok, mint az álombeli világok, amelyek nemcsak személyenként különböznek egymástól, hanem ugyanazon személy tekintetében is eltérők. Ez nem elegendő a világ objektív realitásának bizonyítására?***

Ezek az álmvilág belső ellentmondásaira vonatkozó észrevételei csak akkor fogalmazódnak meg önben, amikor ébren van. Míg álmodik, az álom tökéletesen integráns egész. Azaz ha álmában szomjasnak érzi magát, az illuzórikus víz illuzórikus ivása enyhíteni fogja illuzórikus szomját. Azonban mindaddig, amíg rá nem ébred arra, hogy maga az álom illúzió, ez az egész nem illuzórikus, hanem nagyon is valószínű lesz az ön számára. Hasonlóképpen van ez az ébrenléti világgal is. Az önt érő érzéki benyomások azzá a szilárd meggyőződéssé állnak össze önben, hogy a világ valószínű.

Ha viszont a világ [a tapasztaló szubjektumtól] függetlenül létező realitás (vagyis az, amit ön nyilvánvalóan az »objektív világ« alatt ért), mi akadályozza meg a világot abban, hogy alvás közben is megmutatkozzék ön előtt? Nem mondhatja azt magáról, hogy miközben aludt, nem létezett...

***De alvás közben nem is vonom kétségbe a világ létezését. Az mindvégig létezik. Ha alvás közben nem is látom a világot, mások, akik nem alszanak, látják.***

Annak bizonyítékaként, hogy [a világ] alvás közben létezett, mások tanúbizonyosságára kénytelen támaszkodni? Miért hivatkozik most az ő tanúságukra? Ezek az emberek csak akkor tájékozathatják arról, hogy látták a világot, miközben aludt, ha ön már felébredt. Saját tapasztalata [azonban] más volt. Felébredve azt mondja, hogy volt egy mély álma, s így bizonyos mértékig a legmélyebb álomban is tudatában van önmagának, noha eközben a világ létezésének leghalványabb eszméjével sem rendelkezett. Most, miközben ébren van, a világ az, ami azt mondja: »Valódi vagyok« – vagy ön mondja ezt?

***Természetesen én mondom, de a világról mondom.***

Nos hát ez a világ, amelyről ön azt állítja, hogy valószínű, valójában kineveti önt amiatt, hogy bizonyítani igyekszik valószínű voltát, miközben önnek még saját realitásáról sincs tudomása.

Ön mindenképpen ragaszkodik ahhoz a gondolathoz, hogy a világ valamilyen módon valóságos. De mi a valóság mértéke? Egyedül az valóságos, ami önmagától létezik, ami magától nyilvánul meg, s ami örökös és változatlan.

A világ magától létezik? Látható volt-e valaha is az elme eszköze nélkül? Az [álomtalan] alvásban nincs sem elme, sem világ. Ha felébred, van elme, és ott a világ is. De mit jelent [az elmének] ez az állandó kísérőjelenség[e: a világ]? Ön otthonosan mozog az induktív logika alapelvei között, amelyek a tudományos kutatás tulajdonképpeni fundamentumát alkotják. Miért nem dönti el a világ realitásának e kérdését a logika emez alapelveinek fényében?

Természetesen [nyugodtan] kijelentheti: »Létezem.« Vagyis az ön létezése nem pusztán létezés, hanem olyan létezés, amelynek ön tudatában van. Valóban, ez a létezés azonos a tudattal.

***Lehet, hogy a világ nincs tudatában magának, mégis létezik!***

A tudat mindig Ön-tudat. Ha ön tudatában van bárminek, lényegében önmagának van tudatában. Az öntudatlan tudatos létezés [ang. *unself conscious existence*] önelentmondás. Ez egyáltalán nem létezés. Pusztán tulajdonított létezés, míg a valódi létezés, a *sat*, nem attribútum; a *sat* maga a szubsztancia. Ez a *vastu* [valóság]. A valóság ezért *sat-cit*, lét-tudat, és sosem csupán az egyik a másik nélkül. A világ nem magától létezik, és létének sincs tudatában. Hogyan állíthatná azt, hogy egy ilyen világ valóságos?

És mi a világ lényege? A szüntelen változás, a folyamatos, végeláthatatlan áramlás. Egy függő [helyzetben lévő], öntudat nélküli, örökké változó világ nem lehet valóságos.

Nem csak a nyugati empirikus tudomány tekinti a világot valóságosnak, de a *Vedák* is aprólékos kozmológiai leírást adnak a világról és eredetéről. Miért tennék ezt, ha a világ nem volna valóságos?

A *Vedák* elsődlegesen az elpusztíthatatlan *átman* természetére szeretnék megtanítani önt, és teljes tekintélyükkel jelentik ki: »Az te vagy.«

***Ez kétségtelenül így van. De miért adnak olyan részletes kozmológiai leírást akkor; ha nem tartják a világot valóságosnak?***

Alkalmazza a gyakorlatban is azt, amit elfogadott elméletben, a többivel pedig ne foglalkozzék. A *sástráknak* [a szentírásoknak] a keresők mindegyik típusát rá kell vezetniük az igazságra, és nem mindenki ugyanolyan szellemi beállítottságú. Amit nem tud elfogadni, kezelje *arthavádaként*, azaz kiegészítő érvelésként.

## A Szív mint Önvaló

Srí Bhagaván *úgy beszél a Szívről, mint a tudat székhelyéről, s mint ami azonos az Önvalóval. Tulajdonképpen mi a Szív?*

A Szív kérdése azért jelenik meg, mert ön a tudat forrását keresi. Az ének és természetének kutatása minden mélyen gondolkodó elme számára ellenállhatatlan vonzerővel bír.

Bármilyen névvel is illetjük [ezt a valóságot], akár Istennek, akár Önvalónak, akár Szívnek vagy a tudat székhelyének nevezzük, mind ugyanazt jelenti. A lényeg, amit ezzel kapcsolatban feltétlenül meg kell érteni, az az, hogy a Szív az emberi lény igazi magja, az a középpont, amely nélkül semmi más nem létezhet.

Srí Bhagaván *azonban a Szívet egy meghatározott helyen lokalizálta a testen belül, nevezetesen a mellkasban, két ujjnyira jobbra a középvonaltól...*

Igen, a bölcsek tanúsága szerint ez a szellemi tapasztalás központja. Ez a szellemi Szív-centrum teljesen más, mint az ugyanezen név alatt ismert fizikai szerv, amely a vérkeringést teszi lehetővé. A szellemi Szív-centrum nem testi szerv. Mindaz, amit ön a Szívről mondhat, annyi, hogy ez lényegében igazi középpontja. [Ez] az [a középpont], amellyel ön valójában azonos (mint ahogyan maga a szó is szó szerint ezt jelenti a szanszkritban), akár ébren van, akár alszik, akár álmodik, akár munkájával foglalkozik vagy *samádhi*-ba merül.

*Ebben az esetben a Szív hogyan lokalizálható a test bármelyik részébe? Hiszen ha egy adott helyhez kapcsolnánk, akkor fiziológiai határok közé zárnánk azt, ami túl van a tér és az idő korlátain.*

Így igaz. De az, akit a Szív helye érdekel, úgy tekint magára, mint aki testtel rendelkezik vagy testben van. Miközben az imént feltette a kérdést, vajon úgy tekintett önmagára, hogy csupán a teste van itt, míg ön valahonnan máshonnan beszél? Nem, ön [nyilvánvalóan] testi létezését feltételezve mondta azt, amit mondott. És *ebből a szempontból* lehet bizonyos utalásokat tenni a fizikai testre.

A tiszta tudat tulajdonképpen oszthatatlan, nincsenek részei. Nincs formája és nincs alakja, nincs »kívül«-je és nincs »belül«-je. Számára a »jobb« és a »bal« nem létezik. A tiszta tudat, vagyis a Szív mindent magában foglal, s rajta kívül vagy tőle függetlenül semmi sem létezik. Ez a végső igazság.

Ebből az abszolút szempontból a Szív, az Önvaló, vagyis a tudat a fizikai testben semmilyen meghatározott helyhez nem köthető. Miért? Maga a test pusztán projekciója az elmének, az elme pedig csupán szegényes tükörképe a ragyogó Szívnek. Hogyan lehetne bezárni a fizikai testbe, vagyis az egyetlen valóság végtelenül kicsiny, fenomenális megnyilvánulásába azt, ami mindent magában foglal?

De az emberek ezt nem értik. Az ő gondolkozásuk szükségképpen a fizikai test és a világ jegyében áll. Ön például azt mondja: »Hosszú út áll mögöttem: a Himaláján túlról jöttem ide az *ásramba*.« Pedig valójában nem ez történt. Hogyan volna le-

hetséges »jövés« vagy »menés«, vagy egyáltalán bármiféle mozgás amaz egyetlen, mindent átható szellem számára, amely valójában önnel azonos? Ön ott van, ahol mindig is volt. Csupán teste mozgott, csupán az utazott egyik helyről a másikra, míg aztán végül eljutott ide az *ásramba*. Az az ember, aki önmagát egy objektív világban élő szubjektumnak véli, erre az egyszerű igazságra úgy tekint, mint valami képtelen gondolatra.

[Csupán] a hétköznapi megértés szintjére alászállva lehet azt mondani, hogy a Szív a fizikai test egy bizonyos pontján található.

***Akkor hogyan értem Bhagaván kijelentését, hogy a Szív-központ tapasztalata a mellkas egy bizonyos helyéhez köthető?***

Ha egyszer majd – az igazi és abszolút nézőpontot magáévá téve – belátja azt, hogy a Szív mint szintiszta tudat túl van a téren és az időn, akkor majd a [Szívvel kapcsolatos] többi dolgot is könnyűszerrel meg fogja érteni.

***Csak kiindulási pontként tettem fel a Szív helyére vonatkozó kérdést. Engem inkább Srí Bhagaván tapasztalata érdekelne.***

A tiszta tudat, amely semmilyen vonatkozásban sem áll a fizikai testtel, és amely transzcendálja az elmét, közvetlen tapasztalásként jelenik meg. A bölcsök éppoly jól ismerik testetlen és örökkévaló létüket, mint ahogy a hétköznapi ember ismeri testi létezését. A tudat tapasztalása azonban éppúgy végbemehet a testi tudatosság jelenléte mellett, mint anélkül. A tiszta tudat testetlen tapasztalásában a bölcs túl van téren és időn, és a Szív helyének kérdése egyáltalán fel se merülhet benne.

Mivel azonban a fizikai test nem maradhat életben a tudat nélkül, a testi tudatosságot a tiszta tudatnak kell fenntartania. Az előbbi természeténél fogva korlátozott, és sohasem állhat fenn együtt az utóbbival, amely végtelen és örökkévaló. A testtudat pusztán monádszerű, lekicsinyített tükörképe annak a tiszta tudatnak, amellyel a bölcs megvalósította azonosságát. Számára ezért a testtudat csupán mintegy visszaverődött sugara annak az önfényű, végtelen tudatnak, amely ő maga. Csak ebben az értelemben lehet azt mondani, hogy a bölcs tudatában van testi létezésének.

Mivel a Szívnek mint tiszta tudatnak a testetlen tapasztalása közepette a bölcs egyáltalán nincs tudatában a testnek, ő ezt az abszolút tapasztalatot a testi tudatosság megjelenését követően [csak] egyfajta érzés-visszaemlékezés révén lokalizálja a fizikai test határán belülre.

***Egy olyan embernek, mint amilyen én vagyok, akinek nincs közvetlen tapasztalata a Szívről, s ebből következően emlékképe sincs róla, ezt az egészet nem könnyű megértenie. Ami magát a Szív helyét illeti, talán valamiféle találgatásra kellene hagyatkoznunk?***

Ha a Szív helyzetének meghatározása – még a hétköznapi ember esetében is – valamiféle találgatástól függne, akkor a kérdés minden bizonnyal nem érdemelne sok

figyelmet. Nem, itt nem valamiféle találgatásról, hanem egy csalhatatlan intuícioról van szó.

***De hát kinek van ilyen intuíciója?***

Kivétel nélkül mindenkinek.

***Srí Bhagaván úgy gondolja, hogy jelen van bennem a Szív intuitív ismerete?***

Nem, a Szívé nem, csak a Szív helyéé saját azonosságát illetően.

***Srí Bhagaván azt mondja, hogy a fizikai testben intuitíve ismerem a Szív helyét?***

Miért ne?

***(Magára mutatva.) Én vagyok az személyesen, akire Srí Bhagaván utal?***

Igen. Pontosan ez az intuíció! Hogyan mutatott önmagára az iménti pillanatban ezzel a kézmozdulattal? Vajon nem a mellkas jobb oldalára tette-e az ujját? Pontosan ez a Szív-központ helye.

***Ilyenformán tehát a Szív-központ közvetlen ismerete híján erre az intuícóra kellene hagyatkoznom?***

Miért lenne ez baj? Amikor a tanuló azt mondja az iskolában: »Én végeztem el pontosan az összeadást«, vagy amikor azt kérdezi öntől: »Én szaladjak el, és én hozzam el a könyvet?«, akkor ő talán a fejére mutat, amely az összeadást pontosan elvégezte, vagy a lábaira, amelyek gyorsan elviszik, hogy a könyvet elhozza? Nem, mindkettőn teljesen természetesen a mellkas jobb oldalára fognak mutatni, így adva öntudatlan kifejezést annak a mély igazságnak, hogy az énség forrása ott benn található. Egy **csalhatatlan** intuíció készlet arra mindenkit, hogy ilyen módon mutasson magára, vagyis a Szívre, amely az Önvaló. Ez a mozdulat teljesen **akaratlan** és **egyetemes**, azaz minden ember esetében azonos.

Kell-e ennél meggyőzőbb bizonyíték a Szív-központ testi helyét illetően?

***Azt hallottam egy szenttől, hogy szellemi tapasztalását a két szemöldök közötti területen érzi.***

Mint ahogy az imént már említettem, a szubjektum-objektum viszonyt csak a végső és tökéletes megvalósítás haladja meg. Ha az ember elért erre a szintre, már nem számít, hol érzékeli a szellemi tapasztalást.

***Kérdéses azonban, hogy melyik a helyes nézet e kettő közül: a szellemi tapasztalás centruma a két szemöldök közötti hely-e, vagy a Szív?***

Ha olyan gyakorlatot végez, amely a két szemöldök közötti helyre irányuló összpontosításból áll, akkor az [csupán] **bhavana**, vagyis mentális imaginációs kontempláció lesz; ezzel szemben az **anubhava** legfelső állapota, vagyis a megvalósítás,

amellyel ön teljesen azonosul, és amelyben individualitása teljesen feloldódik, meghaladja az elmét. Ebben az esetben már nem tapasztalható olyan tárgyasult központ, amely öntől mint szubjektumtól különbözne vagy el lenne választva.

***Szeretném a kérdésemet némileg más módon megfogalmazni. Lehet-e a két szemöldök közötti helyről azt mondani, hogy az az Önvaló helye?***

Ön [ugyebár] elfogadja azt, hogy az Önvaló a tudat végső forrása, és hogy az Önvaló egyaránt fennmarad az elme mindhárom állapotában. De figyelje csak meg mi történik, amikor a meditációban lévő személyt legyőzi az álom. Az elalvás első jeleként az ember feje lecsuklik, ami viszont nem történhetne meg akkor, ha az Önvaló a két szemöldök között, vagy a fej bármely más részén helyezkedne el.

Ha az alvás ideje alatt az Önvalót nem tapasztalja az ember a két szemöldök között, akkor ezt a központot nem nevezhetjük az Önvaló helyének, mert ez azt jelentené, hogy az Önvaló időnként elhagyja saját helyét, ami viszont képtelen állítás volna.

Kétségtelen, hogy a *sádhaka* [törekvő] mindazokon a központokon vagy *cakrá*-kon átélheti tapasztalatát, amelyekre elméjét összpontosítja. Emiatt azonban ez a hely nem válik *ipso facto* az Önvaló helyévé.

Van egy érdekes történet *Kamal*ról, Szent *Kabír* fiáról, amely jól illusztrálja azt, hogy a fejet (és a *fortiori* a két szemöldök közötti helyet) nem lehet az Önvaló helyének tekinteni.

*Kabír* teljesen *Sri Rámán*ak szentelte magát, és sohasem mulasztotta el jól tartani azokat, akik Urának dicséretét zengték. Egy alkalommal azonban az történt, hogy kifogyott az élelemből, és így nem tudta megvendégelni a hívők gyülekezetét. Nem volt tehát más választása: még virradat előtt valahogyan elő kellett teremtenie a hiányzó eledelt. Így hát fiával együtt nekivágott az éjszakának, hogy megszerezzék a szükséges élelmet.

A történet úgy folytatódik, hogy miután az apa és fia egy nyíláson keresztül, amelyet maguk vágtak a falon, kihozta az élelmet az egyik kereskedő házából, a fiú ismét bemászott, hogy felébressze a háziakat és figyelmeztesse őket, hogy a házukba betörttek. Miután a háziakat felverte, a nyíláson keresztül próbált kimenekülni és csatlakozni apjához, ám teste beszorult. Mivel el akarta kerülni, hogy az őket üldöző háziak felismerjék (ha ugyanis megtudták volna, hogy ki ő, a hívők másnapi megvendégelése kútba esett volna), kiszólt apjának, hogy vágja le a fejét, és vigye magával. Miután levágta a fiú fejét, *Kabír* megszökött a lopott élelemmel, és hazaérve a várható nyomozás elől elrejtette a fejet. A következő nap, amikor ünnepséget rendezett a *bhaktáknak*, teljesen megfeledezett arról, hogy előző éjjel mi is történt. »Ha *Ráma* akarata az volt – mondta magának *Kabír* –, hogy a fiamnak meg kellett halnia, akkor legyen meg az ő akarata!« Este *Kabír* szokásának megfelelően a gyülekezettel együtt *bhajanákat* [szent énekeket] énekelve körmenetre indult a városba.

Időközben a megrabolt családfő értesítette a királyt, s megmutatta neki *Kamal* megcsonkított testét, amely semmit nem segített a nyomozásban. Hogy felderítsék kiletét, a király a testet egy főút melletti feltűnő helyre kiköttette, azzal a szándékkal,

hogy aki majd követelni fogja a testet, vagy el akarja vinni (mivel a rokonok és barátok egyetlen halottat sem hagynak úgy, hogy végtisztességben ne részesítenék), azt a titokban lesbe állított rendőrség kihallgathassa és letartóztathassa.

**Kabir** és vendégserege a **bhajanákat** énekelve javában ment a főúton, amikor mindenki legnagyobb meglepetésére **Kamal** megcsonkított teste (amelyről tudták, hogy már szikrányi élet sincs benne) tapsolni kezdte a **bhajana**-gyülekezet által énekelt dallam ritmusát.

Ez a történet tehát megcáfolja azt a nézetet, amely szerint az Önvaló székhelye a fejben vagy a két szemöldök között lenne. De megemlíthetjük még azt az esetet is, amikor egy katona fejét a csatában, harc közben egy hirtelen és hatalmas kardcsapás leválasztotta testéről, a test azonban mégis tovább futott, vagyis lábai mintegy küzdelmet színlelve mindaddig tovább mozogtak, míg végül holtan össze nem rogyott.

### ***Kamal teste azonban már órákkal azelőtt halott volt?***

Amit ön halálnak nevez, az **Kamal** számára valójában semmi rendkívülit nem jelentett. Íme egy másik történet, még fiatalabb korából.

**Kamal**nak volt egy vele azonos korú barátja, akivel rendszeresen golyóztak. Egyik szokásos játékszabályuk az volt, hogy ha valamelyikük a másiknak egy vagy két játzmával tartozik, azt másnap meg kell adnia. Egy este úgy hagyták abba a játékot, hogy barátja tartozott **Kamal**nak. A következő nap, hogy tartozását behajtsa, **Kamal** elment a fiú házához, ahol azonban játszótársa a verandán feküdt, hozzátartozói pedig mellette jajveszéltek.

»Mi történt – kérdezte őket **Kamal** –, tegnap még velem játszott, és tartozik nekem egy játékkal.« De a rokonok csak annál jobban sírtak, és azt mondták, hogy a fiú meghalt. »Dehogy – mondta **Kamal** –, nem halott, csak halottnak tettei magát, hogy elkerülje tartozása megadását.« A rokonok tiltakoztak, és kérték **Kamalt**, nézze meg maga, hogy a fiú már kihült és merev. »Csak így próbálja elkerülni, hogy megadja az adósságát. Mit számít, hogy teste kihült és merev? Én is tudok ilyen lenni.« S miután így szólt **Kamal**, lefeküdt, és egy szempillantás alatt meghalt.

A szerencsétlen hozzátartozókat, akik eddig csak saját fiuk halála miatt sírtak, megdöbbenették és összezavarták a történetek, és most már **Kamal** halála miatt is sírni kezdtek. **Kamal** azonban újraéledve kijelentette: »Látjátok már? Én, mint mondtatok, halott voltam, de ismét feltámadtam, és kutya bajom sincs. Így akar a maguk fia is becsapni engem, de én ilyen színészkedésnek nem dőlök be.«

Végül **Kamal** benső szentsége életet adott a halott fiúnak, s így visszakapta az őt megillető tartozást.

E történet tanulsága az, hogy a test halála nem jelenti az Önvaló kioltódását. Az Önvaló testtel való kapcsolatát nem korlátozza sem a születés, sem a halál, és fizikai testben való tapasztalása sem korlátozódik egy adott helyre, például a két szemöldök közé az itt végzett **dhyána** következtében. Az Ön-tudatosság legfelsőbb állapota mindig jelen van; éppúgy transzcendálja az elme mindhárom állapotát, mint az életet és a halált.



**Ha Srí Bhagaván azt mondja, hogy az Önvaló – miközben a Szívben van – bármelyik centrumban vagy cakrában funkcionálhat, akkor nem képzelhető el az, hogy a két szemöldök közötti pontra irányuló intenzív koncentráció vagy dhyána révén ez a centrum váljon az Önvaló székhelyévé?**

Nyugodtan irányíthatja figyelmét a test egy bizonyos pontjára, de az Önvaló helyére vonatkozó spekulációk a valósággal sosem lesznek összhangban. Ön szubjektumnak, látónak tekinti önmagát, és ilyen módon az a hely, ahová figyelmét irányítja, a látás tárgyává válik. De ez pusztán *bhávana* [mentális képzet]. Ha ezzel szemben magára a látóra tekint, akkor az Önvalóba merülve eggyé válik vele. És ez a Szív.

### **Érdeemes foglalkozni a két szemöldök közé irányuló koncentrációval?**

Bármilyen is legyen a *dhyána*, végső soron arra irányul, hogy az a tárgy, amelyre a kereső irányítja a figyelmét, megszűnjön a szubjektumtól elválasztott, különálló objektumként létezni. Ekkor a szubjektum és az objektum az egyetlen Önvalóvá válik. Ez a Szív.

A két szemöldök közötti centrumon végzett koncentrációs gyakorlat a *sádhana* módszereinek egyike, s e módszer révén a gondolatok egy időre valóban uralttá válnak. Ez [ennek a gyakorlatnak] az értelme. Minden gondolat az elme kifelé fordul tevékenysége; és a gondolkodás elsősorban a – fizikai vagy mentális – »látványt« követi.

Meg kell azonban jegyezni, hogy a figyelem két szemöldök közé rögzítésének *sáadhanáját japával* együtt kell gyakorolni. Mert akár az elme uralásáról, akár az elme megzavarásáról van szó, a *fizikai szem* után a fontossági sorrendet tekintve a *fizikai fül* következik.

Akár az elme uraltságáról, s ennél fogva megerősítéséről van szó, akár megzavarásáról, s ennél fogva szétszóródásáról, az *elme szemé* (vagyis az objektum mentális vizualizációja) után az *elme füle* (vagyis a beszéd mentális artikulációja) következik. Így hát miközben az elme szemét valamelyik központra rögzíti – például a két szemöldök közé –, gyakorolnia kell a *náma* [név] vagy a *mantra* [szent szótag avagy szótagok] mentális artikulációját is. Ellenkező esetben képtelen lesz hosszú ideig megtartani a koncentráció tárgyát.

A fentiekben leírt *sádhana* a *náma*, a *mantra* vagy az Önvaló (tetszése szerint nevezheti) egyesüléséhez vezet azzal a központtal, amelyre a *dhyána* irányul. A tiszta tudat, az Önvaló, vagyis a Szív jelenti a végső megvalósítást.

### **Miért nem javasolja nekünk Bhagaván azt, hogy figyelmünket valamelyik központra vagy cakrára összpontosítsuk?**

A *yoga-sástrák* azt mondják, hogy a *sahasrára* [az agyi *cakra*], vagyis az agy az Önvaló székhelye. A *Purusa Súkta* kijelenti, hogy ez a hely a Szív. Hogy a *sádhaká*-ban semmilyen kétség ne merülhessen fel [az Önvaló helyét illetően], én azt mondom neki, hogy vegye fel az »én« avagy az »én«-ség fonalát, és kövesse nyomon egészen

forrásáig. Mert először is az »én«-eszmével kapcsolatban senkinek nem lehetnek kétségei; másodsor pedig, bármilyen eszközt is alkalmazzon [a törekvő]; a végső cél az »én vagyok«-ság forrásának realizálása – s az »én vagyok«-ság az ön tapasztalatának is elsődleges momentumuma.

Így hát az *átma-vicára* gyakorlása révén érheti el a Szívet, vagyis az Önvalót.

## **Aham és aham-vrtti**

*Hogyan leplezhetné le az ego által kezdeményezett kutatás saját valótlanágát?*

Ha ön belemerül abba a forrásba, amelyből az »én«-gondolat származik, transzcendálja az ego fenomenális létezését.

*De hát az aham-vrtti [»én«-gondolat] nem csupán egyike annak a három formának, amelyben az ego megnyilvánul? A Yoga Vásistha és más ősi szövegek [ugyanis] arról írnak, hogy az ego háromszoros formával rendelkezik.*

Így van. Az egót [ezek a szövegek] úgy írják le, mint aminek három teste van: egy durva, egy finom és egy kauzális. Ezt azonban csupán az analitikus kifejtés érdekében teszik. Ha a kutatás módszere az ego formájától függne, joggal gondolhatná, hogy mindenféle Ön-kutatás teljességgel lehetetlen, ugyanis az ego megszámlálhatatlanul sok formát ölt magára. Ezért az Ön-kutatás sikere érdekében önnek ahhoz a nézethez kell tartania magát, hogy az egónak csupán egyetlen formája van, nevezetesen az *aham-vrtti*.

*De nem biztos, hogy az aham-vrtti [megragadása] elegendő a jnána megvalósításához.*

Az *aham-vrtti* nyomát követő Ön-kutatás éppen olyan, mint amikor a kutya pusztán szaglása révén rátalál gazdájára. Tartózkodjék bár gazdája valamilyen távoli, ismeretlen helyen, ez nem akadályozza meg kutyáját abban, hogy megkeresse. Gazdája szaga tévedhetetlenül nyomra vezet, és [ezen kívül] semmi más – sem a ruhája, sem a testalkata, sem bőrének színe-nem érdekli. A kutya, míg gazdája után kutat, csupán a szag után megy, s végül pusztán a szag nyomán haladva sikerül rátalálnia.

*De a kérdés továbbra is fennáll: miért az összes többi vrttitől megkülönböztett aham-vrtti forrásának keresését kell az Ön-megvalósítás közvetlen eszközének tekinteni?*

Maga az *aham* szó igen tanulságos. A szó két betűje, nevezetesen az »A« és a »Ha« a szanszkrit ábécé első és utolsó betűje. Ez azt sugallja, hogy amit ez a szó jelöl, az mindent átölel. Hogyan lehetséges ez? Úgy, hogy az *aham* magát a létezést jelenti.

Noha az »én«-ség vagy »én vagyok«-ság fogalmát a nyelvi konvenciók miatt *aham-vrtti*ként ismerjük, az valójában – ellentétben az elme többi *vrtti*jével – nem *vrtti* [mentális módosulás]. Ugyanis a többi *vrtti*től eltérően, amelyeknek nincsen lényegi kölcsönviszonya [egymással], az *aham-vrtti* az elme mindegyik és összes *vrtti*-jéhez ugyanúgy és lényegi módon hozzákapcsolódik. *Aham-vrtti* nélkül nem lehet más *vrtti*, de az *aham-vrtti* fennmaradhat önmagában is anélkül, hogy függne az elme bármely más *vrtti*jétől. Az *aham-vrtti* ezért alapvetően különbözik a[z összes] többi *vrtti*től.

Így tehát az *aham-vrtti* forrása utáni kutatás nem csupán az ego egyik formájának bázisa utáni kutatás, hanem annak a tulajdonképpeni forrásnak a kutatása, amelyből az »én vagyok«-ság keletkezik. Más szavakkal, az *aham-vrtti*ként megnyilvánuló ego forrásának kutatása és megvalósítása szükségképpen magában foglalja az ego transzcendálását lehetséges formáinak mindegyikében.

***Tegyük fel, hogy az aham-vrtti tényleg lényegi módon magában foglalja az ego összes formáját. De akkor is fennáll a kérdés: miért egyedül ezt a vrttit kell az Ön-kutatás eszközévé tenni?***

Mert ez az ön tapasztalatának másra visszavezethetetlen premisszája, és mert az *aham-vrtti* forrásának keresése az Önvaló megvalósításának egyetlen használható eljárása. Azt mondják, hogy az egónak van egy kauzális teste [az »én« állapot a alvás közben] – de hát azt hogyan tehetné kutatása tárgyává?! Amikor az ego felveszi ezt a formát, ön éppen az alvás sötétségébe van alámerülve.

***De a szubtilis és kauzális formájában megnyilvánuló egót az ébrenléti állapotban nem lehet megragadni az aham-vrtti forrására irányuló kutatás során.***

Ez nem így van. Az *aham-vrtti* forrásának kutatása az ego *tulajdonképpeni létét* érinti. Ezért az ego formájának szubtilitása nem lényegbevágó kérdés.

***Mi értelme lehet az aham-vrtti formáját magára öltő egóra irányuló vizsgálatnak, ha egyszer az ember az egótól minden tekintetben független kondicionálatlanságot, az Önvaló tiszta létét igyekszik megvalósítani?***

Funkcionális szempontból az egónak mindössze egyetlen jellegzetessége van: az ego a tiszta tudatot képviselő Önvaló, valamint a tehetetlen és érzéketlen test közötti összekötő kapocsként funkcionál. Az egót ezért *cit-jada-granthin*ak [a tudat és a tehetetlen test közötti kapocsnak] nevezik. Miközben az ember az *aham-vrtti* forrását kutatja, az ego lényegi *cit*-aspektusát ragadja meg. Ezért a kutatásnak az Önvaló tiszta tudatának megvalósításához kell vezetnie.

***Milyen viszony van a jnání által megvalósított tiszta tudat és a tapasztalat elsődleges adottságaként felfogható »én vagyok«-ság között?***

A tiszta lét differenciálatlan tudata a Szív, vagyis a *hrdayam*, mely azonos az ön végső valójával. A Szívből az emberi tapasztalat elsődleges adottságaként az »én va-

gyok«-ság emelkedik ki. Magában véve ez az »én vagyok«-ság szintiszta (*sudhá-sattva*). Az »én« a *jnání*ban a *rajas* és a *tamas* [a tevékenység és a tehetetlenség] által szennyezetlen eredeti tisztaság formájában (*sudhá-sattva-svarúpa*) jelentkezik.

***Ha a jnáníban az ego tiszta formaként él, valamiképpen valóságosnak kell lennie, nemde?***

Az ego bármilyen formában való megjelenése a *jnání*ban éppúgy, mint az *ajnání*ban egy [egyszerű] tapasztalat. De az *ajnání* számára, aki félrevezetve azt gondolja, hogy az ébrenléti állapot és a világ valóságos, az ego is valóságosnak tűnik. Mivel azt látja, hogy a *jnání* a többi individuumhoz hasonlóan cselekszik, úgy érzi, az individualitástól a *jnání* sem lehet teljes mértékben mentes.

***Hogyan funkcionál akkor az aham-vrtti [az »én«-gondolat] a jnáníban?***

Egyáltalán nem funkcionál benne. A *jnání* valóságos természete maga a Szív, minthogy egy és azonos azzal a differenciálatlan, tiszta tudattal, amelyre az *Upanisadok* mint *prajnánára* [teljes tudatra] hivatkoznak. A *prajnána* valójában [maga] *Brahman*, a feltétlen, és *Brahman* nem más, mint a *prajnána*.

***Akkor hogyan jelenhet meg erre az egyetlen és egyedüli valóságra vonatkozó tudatlanság az ajnáníban?***

Az *ajnání* csak azt az elmét látja, amely a Szívből eredő tiszta tudat pusztá tükröződéseként jelenik meg. Magáról a Szívről mit sem tud. Miért? Mert elméje kifelé fordul és sohasem keresi önnön forrását.

***Mi akadályozza meg a tudat Szívből fakadó végtelen és differenciálatlan fényét abban, hogy fölfedje magát az ajnání előtt?***

Mint ahogy a fazékban lévő víz csupán a fazék szűk keretei között tükrözi vissza a hatalmas Napot, éppígy a *vásanák*, vagyis az individuum elméjének lappangó tendenciái is csak egy töredékét képesek felfogni és visszatükrözni a tudat Szívből előtörő, mindeneget átható, végtelen fényének. E visszatükröződés az a jelenség, amit elmének nevezünk. Az *ajnání*, minthogy csak ezt a visszatükröződést észleli, annak a tévhitnek az áldozata, hogy ő egy véges lény, egy *jíva*, [vagyis] egy individuális »én«. Ha az elme az *aham-vrtti* forrásának keresése során befelé fordul, a *vásanák* elpusztulnak, és a tükröző közeg hiányában a tükröződés jelensége, vagyis az elme is eltűnik, mivel magába vonja az egyetlen valóság, a Szív fénye.

Ez mindannak a lényege és veleje, amit a törekvőnek tudnia kell. Az egyetlen megkerülhetetlen követelmény az *aham-vrtti* forrásának komoly és összpontosított kutatása.

***Azonban bármennyire is komolyan törekszik az ember, a tapasztalás köre az ébrenléti állapotban lévő elmére fog korlátozódni. Az a kutatás, amit az ember ilyen módon az elme három állapota közül csak az egyikben hajt végre, hogyan pusztíthatja el magát az elmét?***

Az ***aham-vrtti*** forrásának kutatását a ***sádhaka*** kétségtelenül az elme ébrenléti állapotában kezdi meg. Nem lehet azt mondani, hogy elméje már elpusztult. Azonban magának az Ön-kutatásnak a folyamata fényt fog deríteni arra, hogy az elme három állapotának váltakozása és egymásba való átalakulása éppúgy a jelenségvilághoz tartozik, mint maga a három állapot, s ilyen módon nem lehet hatással intenzív, benső kutatására.

Az Önvaló kutatása csak az elme intenzív befelé fordításán keresztül vihető véghez. Ami végül az ***aham-vrtti*** forrásának kutatása során megvalósul, az valójában a tiszta tudat differenciálatlan fényeként megjelenő Szív, amelyben az elme tükrözött fénye már maradéktalanul felszívódott.

***A jnání számára tehát nincs különbség az elme három állapota között?***

Hogyan lehetne, ha egyszer az elme feloszlott és elveszett a tudat fényében?

A ***jnání*** számára mindhárom állapot egyaránt irreális. De az ***ajnání*** képtelen ilyen módon tekinteni ezekre az állapotokra: számára ugyanis a valóság mértéke az ébrenléti állapot, míg a ***jnání*** számára a valóság mértéke maga a valóság. A tiszta tudatnak ez a valósága természeténél fogva örökkévaló, s ezért egyaránt ott van mindamögött, amit ön ébrenlétnek, álomnak és alvásnak nevez. Annak számára, aki azonos ezzel a valósággal, nem létezik sem az elme, sem annak három állapota, s éppen ezért nem létezik a befelé vagy kifelé fordulás sem.

Az ő állapota az örök ébrenlét állapota, mert tudatában van Önmagának; az ő állapota az örök álom állapota, mert számára a világ nem több, mint egy újra és újra jelentkező álmokép; az ő állapota az örök alvás állapota, mert minden pillanatban mentes a »test vagyok« tudatától.

***Akkor úgy kell Srí Bhagavánra tekintenem, mint aki egyszerre mindhárom állapotban beszél hozzám?***

Mivel tudatos tapasztalása jelenleg az elme kifelé fordulásának időtartamára korlátozódik, a jelen pillanatot ébrenléti állapotnak nevezi, holott elméje az Önvaló vonatkozásában mindvégig alszik, s ezért valójában ön most is mélyen alszik.

***Az alvás számomra puszta üresség.***

Így van, mivel ébrenléti állapota a nyugtalan elme puszta pezsgéséből áll.

***Amit én üresség alatt értek, az az, hogy aligha vagyok tudatában bárminek is alvás közben; s ez számomra ugyanolyan, mint a nemlétezés.***

Alvás közben azonban mégiscsak létezik!

***Ha így is van, nem vagyok tudatában.***

Csak nem akarja komolyan azt mondani, hogy alvás közben megszűnik létezni? (Nevetve.) Ha ön X. úrként alszik el, talán Y. úrként fog felébredni?

***Nem, tudatában vagyok azonosságomnak, és pedig alighanem az emlékezetnek köszönhetően.***

Ha egyszer így van, akkor ez hogyan volna elképzelhető a tudatosság folytonossága nélkül?

***De én nem vagyok tudatában ennek a tudatosságnak.***

Ez nem így van. Ki mondja azt, hogy ön alvás közben nincsen tudatánál? Az elméje. De miközben aludt, nem volt elméje? Milyen értéke van az elme tanúságának az alvás során az ön létével vagy tapasztalásával kapcsolatban? Ha az elme tanúságát keresi annak érdekében, hogy az alvás alatti létezését vagy tudatosságát kétségbe vonja, akkor az éppen olyan, mintha a fia tanúságát felhasználva igyekezné cáfolni saját születését!

Emlékszik, nemrégén azt mondtam önnek, hogy a létezés és a tudatosság nem két különböző dolog, hanem egy és ugyanaz? Nos, ha bármilyen ok miatt úgy érzi, el kell ismernie azt a tényt, hogy az alvás alatt létezik, biztos lehet abban, hogy tudatában is volt annak a létezésnek.

Aminek valóban nem volt tudatában alvás alatt, az testi létezése. Ön ezt a testi tudatosságot téveszti össze az Önvaló igazi és örökkévaló tudatosságával. A ***prajnána***, amely az »én vagyok«-ság forrása, mindig fennmarad, anélkül, hogy az elme három átmeneti állapota hatással lenne rá, s ez teszi lehetővé az ön számára azt, hogy sértetlenül megőrizze önazonosságát.

A ***prajnána*** ugyanakkor túl van a három állapoton is, mivel ezek nélkül és ezek ellenére is fennmaradhat. Ez az a valóság, amit úgynevezett ébrenléti állapota során keresnie kell az ***aham-vrtti*** forrásának felkutatása révén. E kutatás intenzív gyakorlása fényt fog deríteni arra, hogy az elme és három állapota nem valóságos, s hogy a tiszta lét örökkévaló és végtelen tudata, az Önvaló, vagyis a Szív nem más, mint ön.

## **A STELLA MARIS KIADÓ korábban megjelent kötetei:**

### **Tanulmányok:**

Titus Burckhardt: Kristályparadicsom, Iszlám tradíció a mór kultúrában  
– 980 Ft

Titus Burckhardt: Muszlim asztrológia – (elfogyott)

Martin Lings: Shakespeare titka – 590Ft

René Guénon: Dante ezoterizmusa / Szent Bernát – (elfogyott)

### **Szépirodalom:**

Mircea Eliade: Honigberger doktor titka – 440 Ft

Edward Bulwer- Lytton: Leila, avagy a félhold bukása – 398 Ft

### **ATHANOR KÖNYVEK**

#### ***Megjelent:***

Jean Robin: Az UFO-jelenség, avagy a Nagy Paródia – 590 Ft

Julius Evola: Orientációk – 590 Ft

#### ***Előkészületben:***

Hubert de Mirleau: Fatalitás-e a demokrácia?

Jean-Marc Allemand: René Guénon és az Ördög Hét Tornya

Luc Benoist: Az ezoterizmus

A kötetek kaphatók a nagyobb könyvesboltokban, vagy 20% kedvezménnyel utánvétellel megrendelhetők a Kiadó címén:

STELLA MARIS KIADÓ, 1016 Budapest, Gellérthegy u.3.